

### 3. 婚姻状態・同居者の有無別にみた COVID19 流行による生活環境の変化の相違

研究協力者 阿部真紀子 (福岡大学医学部 衛生・公衆衛生学講座 講師)  
研究協力者 有馬 久富 (福岡大学医学部 衛生・公衆衛生学講座 教授)  
研究協力者 佐藤 敦 (福岡大学医学部 衛生・公衆衛生学講座 講師)  
研究分担者 奥田奈賀子 (京都府立大学大学院生命環境科学研究科 教授)  
研究分担者 西 信雄 (医薬基盤・健康・栄養研究所国際栄養情報センター センター長)  
研究協力者 東山 綾 (和歌山県立医科大学衛生学講座 准教授)  
研究協力者 鈴木 春満 (和歌山県立医科大学衛生学講座 助教)  
研究分担者 門田 文 (滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門 准教授)  
研究分担者 大久保孝義 (帝京大学医学部衛生学公衆衛生学講座 教授)  
顧問 上島 弘嗣 (滋賀医科大学 NCD 疫学研究センター 特任教授)  
研究分担者 岡山 明 (合同会社生活習慣病予防研究センター 代表)  
研究代表者 三浦 克之 (滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門 教授)  
NIPPON DATA80/90/2010 研究グループ

#### 【目的】

2020 年春に始まったコロナウイルス流行前と比較した同年秋時点の生活習慣変化について調査したアンケート調査結果を用いて、生活習慣変化を、既婚者・独身者同居者あり・独身独居者の 3 群間で比較した。

#### 【対象と方法】

対象は NIPPON DATA2010 の追跡対象者の中で、2010 年時点で 20 歳以上かつ婚姻・同居人数のデータが揃った者で、対象人数は 1928 名 (男性 790 名, 女性 1138 名) であった。体重・飲酒・間食頻度の増加, 身体活動量・野菜摂取頻度の減少を負の生活習慣変化とし, 群間差をフィッシャー検定で解析した。次に各変化, およびそのいずれか一つ以上の変化を目的変数とし, 社会経済的要因を調整したロジスティック回帰モデルを用いてオッズ比, および 95%信頼区間を算出した。いずれの解析も, 2020 年時点での年齢別 (65 歳未満 758 名, 65 歳以上 1170 名) に行った。

【結果】 高齢者群では, 既婚者と比較し独身独居者の方が 1 つ以上の負の生活習慣変化をより多く受け (既婚者: 33.3%, 独身独居者: 45.8%), 調整オッズ比が有意に高く (オッズ比: 1.81, 95% 信頼区間: 1.18-2.78), 中でも身体活動量の低下 (オッズ比: 2.84, 95% 信頼区間: 0.81-9.89) と飲酒頻度の増加 (オッズ比: 1.42, 95% 信頼区間: 0.89-1.27) とのオッズ比が高い傾向にあった。一方, 非高齢者群では, 1 つ以上の負の生活習慣変化は既婚者により多く見られ (既婚者: 48.3%, 独身独居者: 40.9%), 婚姻・同居人数との間に有意な関連は無かったが, 3 kg 以上の体重増加が独身者により多く認められた (独身同居者ありオッズ比: 2.93, 95% 信頼区間: 1.45-5.90;

独身独居者オッズ比 2.87, 95%信頼区間 : 0.96-8.54)。

### 【考察】

高齢者群において、既婚者と比較し独身独居者の方が、より負の生活習慣変化を被りやすい傾向にあることが示唆され、その要因としては「身体活動量の低下」、「飲酒頻度の増加」の寄与が大きかった。過去の文献によると、独身独居者は既婚者や同居者ありの者と比較し、肉体的・金銭的負担がより大きく孤独感に苛まれやすい傾向にあることから、精神的ストレスによる過食や活動量低下、飲酒量増加に陥りやすいことがパンデミックの有無を問わず報告されている。さらに高齢者の場合は非高齢者と比較し社会的つながりが薄い傾向にあるため、ステイホームによる社会との分断の影響をより強く受けたと推察された。また、高齢者で重症化リスクが高いことより強くステイホームを推奨されたことも孤立を深めた一因かもしれない。

一方、社会経済的要因については高齢者群において収入がより多い群および教育年数がより長い群で負の生活習慣変化を受けやすいことが示唆された。要因として両者とも「身体活動量の低下」、「飲酒頻度の増加」との関連が大きかった。身体活動量の低下については低学歴・低収入層が比較的屋外での労働を継続していたこと、飲酒頻度については経済的理由から飲酒の消費量が減ったことが主な要因と考えられたが、高収入層のリモートワークの影響もあるかもしれない。

非高齢者については「1つ以上の負の生活習慣変化」と有意な関連を示すものは無かったが、「3 kg以上の体重増加」にのみ注目すると、独身独居者の方が既婚者と比較しより影響を受けやすいことが示された。コロナウイルス流行下において、同居人数が少ないほど身体活動量の低下、精神的ストレスの増加、および睡眠の質の低下が見られることは過去に報告されており、これらが影響した可能性がある。また、ジムの閉鎖も若年者の体重増加に関与したかもしれない。

### 【結論】

2020年のコロナウイルス流行前後の生活習慣変化や体重変化について年齢別に解析した結果、以下の点が示された。

1. 2020年コロナウイルス流行下において、高齢の独身独居者は既婚者と比較し、より負の生活習慣変化を受けやすい傾向にあることが示唆され、その原因としては「間食頻度の増加」、「身体活動量の低下」、「飲酒頻度の増加」が考えられた。
2. 負の生活習慣変化は将来の生活習慣病発症の可能性を示すものであり、高齢の独身独居者は、社会の変化をより受けやすい集団として、有事の際により積極的に介入することが、将来の医療負担軽減のためにも重要であると考えられた。

今後は高齢者が世帯人数に関わらず社会・医療とのつながりを密接に保つための公衆衛生対策を立てることが重要と考えられた。

婚姻状態と同居人数, 社会経済的要因におけるコロナウイルス流行下の負の生活習慣変化のオッズ比および95%信頼区間

	30-64歳			65歳以上		
	n (%)	オッズ比 (95%CI)	P値	n (%)	オッズ比 (95%CI)	P値
<b>【1つ以上の負の生活習慣変化】</b>						
婚姻・同居の状況						
既婚	275/569 (51.7)	1.00 (reference)		317/955 (33.2)	1.00 (reference)	
未婚・同居者あり	68/145 (46.9)	0.97 (0.63-1.47)	0.876	32/73 (43.8)	1.63 (0.94-2.84)	0.083
未婚・独居	18/44 (40.9)	0.86 (0.44-1.70)	0.672	65/142 (45.8)	1.81 (1.18-2.78)	0.007
世帯年収 (円/年)						
>6,000,000	123/241 (51.0)	1.00 (reference)		66/169 (39.1)	1.00 (reference)	
2,000,000 - 6,000,000	180/385 (46.8)	0.87 (0.62-1.22)	0.421	235/660 (35.6)	0.78 (0.54-1.13)	0.190
<2,000,000	26/56 (46.4)	0.84 (0.44-1.61)	0.597	80/236 (33.9)	0.60 (0.38-0.97)	0.037
雇用状況						
正規雇用、または自営業	223/493 (45.2)	1.00 (reference)		127/407 (31.2)	1.00 (reference)	
非正規雇用	68/145 (46.9)	0.84 (0.50-1.42)	0.522	31/80 (38.8)	1.20 (0.71-2.05)	0.493
非雇用	18/44 (40.9)	1.35 (0.89-2.05)	0.154	226/617 (36.6)	1.19 (0.88-1.59)	0.256
教育年数						
≥13	216/431 (50.1)	1.00 (reference)		102/252 (40.5)	1.00 (reference)	
9 - 12	129/292 (44.2)	0.75 (0.53-1.04)	0.083	204/575 (35.5)	0.80 (0.57-1.12)	0.194
<9	16/35 (45.7)	0.77 (0.34-1.77)	0.538	108/343 (31.5)	0.63 (0.43-0.94)	0.022
<b>【3 kg以上の体重増加】</b>						
婚姻状態と同居人数						
既婚	35/569 (6.2)	1.00 (reference)		25/955 (2.6)	1.00 (reference)	
未婚・同居者あり	16/145 (11.0)	2.93 (1.45-5.90)	0.003	2/73 (2.7)	1.15 (0.25-5.25)	0.856
未婚・独居	5/44 (11.4)	2.87 (0.96-8.54)	0.058	6/142 (4.2)	1.84 (0.61-5.55)	0.279
世帯年収 (円)						
>6,000,000	20/241 (8.3)	1.00 (reference)		6/169 (3.6)	1.00 (reference)	
2,000,000 - 6,000,000	29/385 (7.5)	0.67 (0.35-1.28)	0.223	17/660 (2.6)	0.61 (0.23-1.62)	0.320
<2,000,000	3/56 (5.4)	0.84 (0.44-1.61)	0.076	6/236 (2.5)	0.53 (0.15-1.90)	0.328
雇用状況						
正規雇用、または自営業	39/493 (7.9)	1.00 (reference)		11/407 (2.7)	1.00 (reference)	
非正規雇用	6/84 (7.1)	1.19 (0.46-3.09)	0.724	3/80 (3.8)	1.68 (0.43-6.52)	0.456
非雇用	9/161 (5.6)	1.09 (0.47-2.51)	0.842	18/617 (2.9)	1.24 (0.52-2.96)	0.627
教育年数						
≥13	31/431 (7.2)	1.00 (reference)		5/252 (2.0)	1.00 (reference)	
9 - 12	23/292 (7.9)	1.03 (0.54-1.94)	0.934	17/575 (3.0)	1.62 (0.53-4.99)	0.856
<9	2/35 (5.7)	0.67 (0.13-3.44)	0.627	11/343 (3.2)	1.43 (0.41-5.03)	0.576

**【飲酒頻度の増加】**

婚姻状態と同居人数

既婚	67/569 (11.8)	1.00 (reference)	0.027	24/955 (2.5)	1.00 (reference)	-
未婚・同居者あり	8/145 (5.5)	0.34 (0.13-0.89)	0.169	0/73 (0)	-	0.102
未婚・独居	2/44 (4.6)	0.35 (0.08-1.56)		5/142 (3.5)	2.84 (0.81-9.89)	
世帯年収 (円)						
>6,000,000	31/241 (12.9)	1.00 (reference)		9/169 (5.3)	1.00 (reference)	
2,000,000 - 6,000,000	32/385 (8.3)	0.84 (0.48-1.48)	0.549	13/660 (2.0)	0.34 (0.12-0.92)	0.034
<2,000,000	5/56 (8.9)	0.30 (0.03-2.72)	0.287	4/236 (1.7)	0.25 (0.05-1.24)	0.091
雇用状況						
正規雇用、または自営業	55/493 (11.2)	1.00 (reference)		14/407 (3.4)	1.00 (reference)	
非正規雇用	7/84 (8.3)	1.04 (0.40-2.70)	0.940	5/80 (6.3)	3.01 (0.95-9.54)	0.062
非雇用	14/161 (8.7)	1.46 (0.69-3.07)	0.319	7/617 (1.1)	0.40 (0.13-1.18)	0.096
教育年数						
≥13	45/431 (10.4)	1.00 (reference)		11/252 (4.4)	1.00 (reference)	
9 - 12	30/292 (10.3)	0.84 (0.48-1.48)	0.549	12/575 (2.1)	0.47 (0.18-1.22)	0.121
<9	2/35 (5.7)	0.30 (0.03-2.72)	0.287	6/343 (1.8)	0.51 (0.15-1.78)	0.289
<b>【身体活動量の減少】</b>						
婚姻状態と同居人数						
既婚	176/569 (30.9)	1.00 (reference)		233/955 (24.4)	1.00 (reference)	
未婚・同居者あり	48/145 (33.1)	1.17 (0.74-1.84)	0.499	26/73 (35.6)	1.82 (1.02-3.23)	0.041
未婚・独居	13/44 (29.6)	1.35 (0.65-2.78)	0.423	40/142 (28.2)	1.42 (0.89-1.27)	0.143
世帯年収 (円)						
>6,000,000	93/241 (38.6)	1.00 (reference)		54/169 (32.0)	1.00 (reference)	
2,000,000 - 6,000,000	111/385 (28.8)	0.65 (0.45-0.93)	0.019	168/660 (25.5)	0.69 (0.47-1.02)	0.062
<2,000,000	11/56 (19.6)	0.40 (0.19-0.87)	0.020	55/236 (23.3)	0.53 (0.32-0.88)	0.015
雇用状況						
正規雇用、または自営業	145/493 (29.4)	1.00 (reference)		85/407 (20.9)	1.00 (reference)	
非正規雇用	27/84 (32.1)	0.82 (0.46-1.47)	0.512	19/80 (23.8)	1.15 (0.63-2.09)	0.646
非雇用	58/161 (36.0)	1.37 (0.88-2.12)	0.160	174/617 (28.2)	1.42 (1.03-1.96)	0.033
教育年数						
≥13	149/431 (34.6)	1.00 (reference)		77/252 (30.6)	1.00 (reference)	
9 - 12	80/292 (27.4)	0.71 (0.49-1.02)	0.061	150/575 (26.1)	0.81 (0.56-1.16)	0.244
<9	8/35 (22.9)	0.61 (0.23-1.65)	0.330	72/343 (21.0)	0.59 (0.39-0.91)	0.017