

新型コロナウイルス感染症に係るメンタルヘルスに関する調査 概要・結果①

調査概要

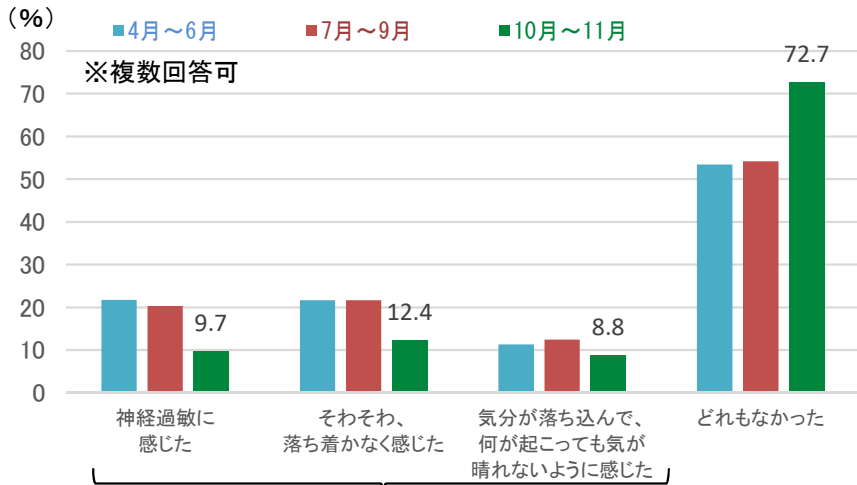
新型コロナウイルス感染症の拡大及びこれに伴う行動制限等の対策により、感染に対する不安や行動変容に伴うストレスなど、国民の心理面に影響が生じていることから、こうした心理面への影響を把握することを目的に実施したもの。

得られた結果は、精神保健福祉センター等における相談対応等の実務や今後の施策に活かしていく。

- ◆調査期間：令和3年11月19日(金)～11月29日(月)
- ◆調査方法：インターネットによる調査
- ◆調査対象：一般の方々(15歳以上) (前回調査(令和2年度)と同じ人が対象)
- ◆回収サンプル：8,322件

主な調査結果 ①

1. 令和3年4～9月までは、半数程度の人は何らかの不安等を感じていたが、感染者数が減少した10月～11月においては3割未満に減少した。



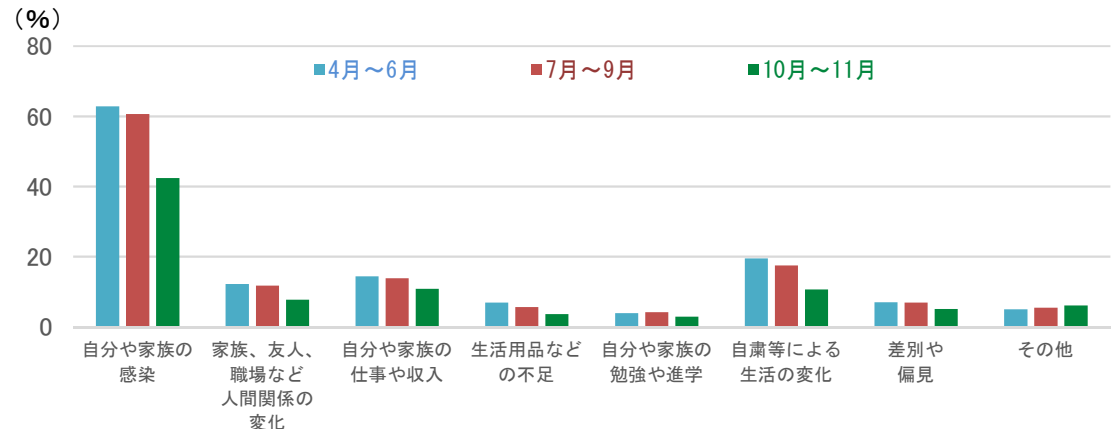
【何らかの不安等を感じた人の割合(時期別)】

令和3年	4月～6月	7月～9月	10月～11月	
	46.6%	45.9%	27.3%	
(参考) 前回調査 [令和2年]	2月～3月	4月～5月	6月～7月	8月～9月
	55.1%	63.9%	55.9%	45.0%

【性別年代別の特徴】

15歳～59歳の女性は、特に令和3年4月～6月及び7月～9月に、「そろそろ、落ち着かなく感じた」人の割合が比較的高かった。

2. 不安の対象としては、いずれの時期も「自分や家族の感染への不安」が最も多かった。



【不安の対象(上位3つ)】

時期	1位	2位	3位
令和3年 4月～6月	自分や家族の感染	自粛等による生活の変化	自分や家族の仕事や収入
令和3年 7月～9月	自分や家族の感染	自粛等による生活の変化	自分や家族の仕事や収入
令和3年 10月～11月	自分や家族の感染	自分や家族の仕事や収入	自粛等による生活の変化

※前回の調査においても、「自分や家族の感染」が全ての時期で1位という結果であった。

【性・年代別の特徴】

30歳～49歳の男性や20歳～59歳女性では、「自分や家族の仕事や収入に関する不安」の割合が高かった。

【産業別の特徴】

「宿泊業、飲食サービス業」「生活関連サービス業、娯楽業」の人は、すべての時期で「自分や家族の仕事や収入に関する不安」の割合が高かった。

新型コロナウイルス感染症に係るメンタルヘルスに関する調査 概要・結果②

主な調査結果 ②

3. 困ったこと・ストレスに感じたこと (複数回答可)

- (1) 生活に関すること
 - …旅行やレジャーができないこと(53.4%→47.2%)
 - 新型コロナウイルスの流行(コロナ禍)がいつ終わるかわからないこと(43.0%) など
- (2) 感染や感染症の情報に関すること
 - …自分や家族が感染するかもしれないこと(75.5%→58.4%) など
- (3) 医療・福祉、仕事に関すること
 - …医療機関を受診しづらいなど医療サービスを受けづらくなったこと(43.1%→35.0%) など
- (4) 家族などに関すること
 - …家族・親戚・友人などに会えないこと(47.9%→34.4%) など

【産業別の特徴】

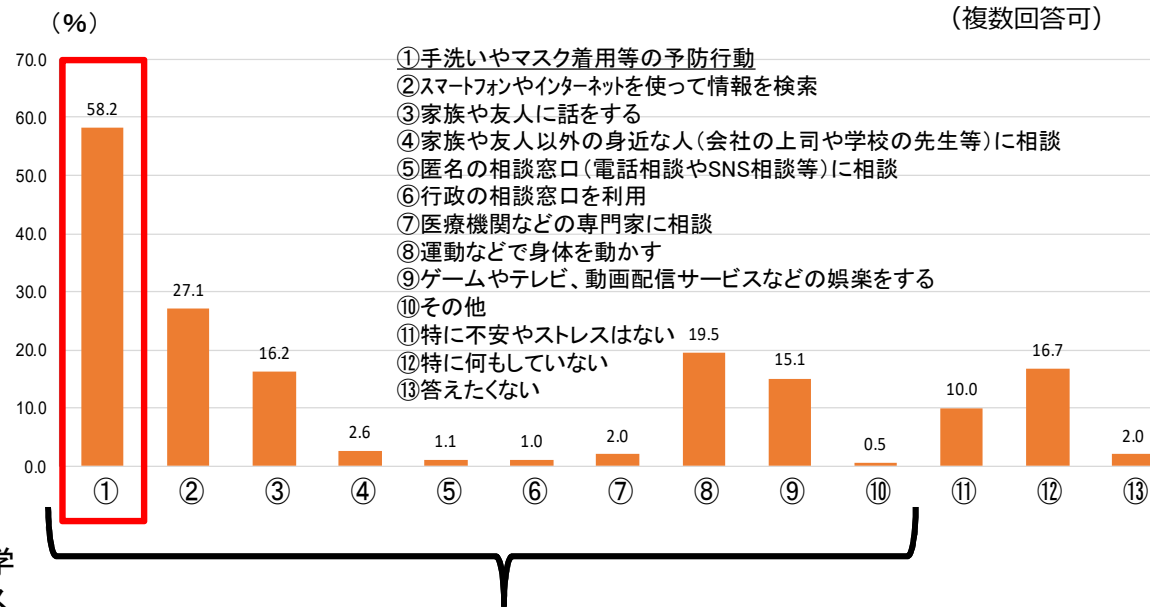
- ◆「宿泊業、飲食サービス業」、「生活関連サービス業、娯楽業」、「教育、学習支援業」、「医療、福祉」では、他の産業と比べて「新型コロナウイルスの流行(コロナ禍)がいつ終わるかわからないこと」(新設肢)が多かった。
- ◆「生活関連サービス業、娯楽業」では、他の産業と比べて「マスク着用を強制されているように感じる」が多かった。
- ◆前回の調査結果と同様に、「医療、福祉」では、他の産業に比べて、「医療用品・衛生用品(マスクなど)が入手困難なこと」が多かった。

4. 感染拡大前と比較した日常生活における変化としては、運動量は減少し、ゲーム時間が増加した。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大前と比べて、

- ◆運動量は、約2割の人が「減少した」と回答した。
※前回の調査では4割が「減少した」と回答した。
- ◆ゲームをする時間は、約5%の人が「増加した」と回答した。
※前回の調査では約2割の人が「増加した」と回答した。

5. 不安やストレスの解消方法は、手洗いやマスク着用等の予防行動が最も多かった。



これらの解消方法を行った人の半数以上が、不安やストレスをうまく発散・解消できていると回答。

