

社会調査支援機構

チキ  ラボ

社会抑うつ度調査  
2021年6月分析結果

# 目次

- I. 調査概要      調査方法  
                    回答者の特性
  
- II. 精神的健康    精神的健康の分布（抑うつ／不安感／孤独感／人生満足感）  
                    上田准教授調査データからの推移  
                    精神的健康の規定要因
  
- III. コロナ禍における活動    単純集計  
                                    コロナ禍における活動パターン  
                                    各群の特徴
  
- IV. コロナ禍におけるリスク対策    単純集計  
  リスク対策と精神的健康の関連  
  リスク対策とデモグラフィック要因の関連  
  コロナ禍における活動パターンとリスク対策
  
- V. メディアへの信頼    単純集計  
                                    メディアへの信頼の2因子  
                                    メディアへの信頼の規定要因  
                                    コロナ禍における活動パターンとメディアへの信頼
  
- VI. 引用文献

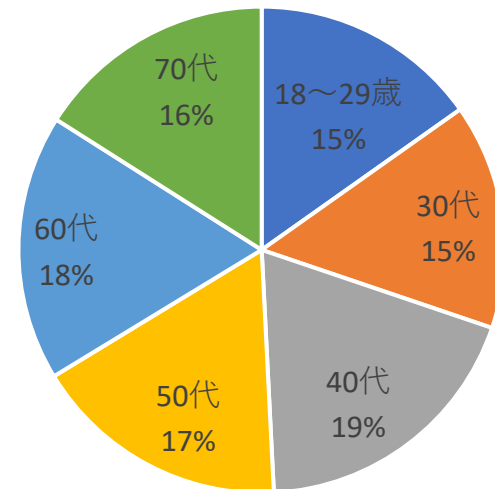
# I 調査概要

## 調査方法

- 調査方法：WEBアンケート
- 調査実施日：2021年5月31日（月）～2021年6月2日（水）
- 調査実施会社：株式会社ネオマーケティング
- 調査対象者：同会社のアンケートサイト「アイリサーチ」のモニター登録者のうち、18～79歳の男女。全国の地域・性別・年齢の人口分布に合わせて、調査対象者の割付を行った。調査に際し、サティスファイス項目を2問設け、いずれの質問にも指示通り回答した人のみを有効回答とした。
- 有効回答数：1000名

## 回答者の性別・年齢

- 男性 496人（49.6%）・女性 504人（50.4%）
- 平均年齢 50.0 歳（ $SD = 16.35$ ）



回答者の年齢分布

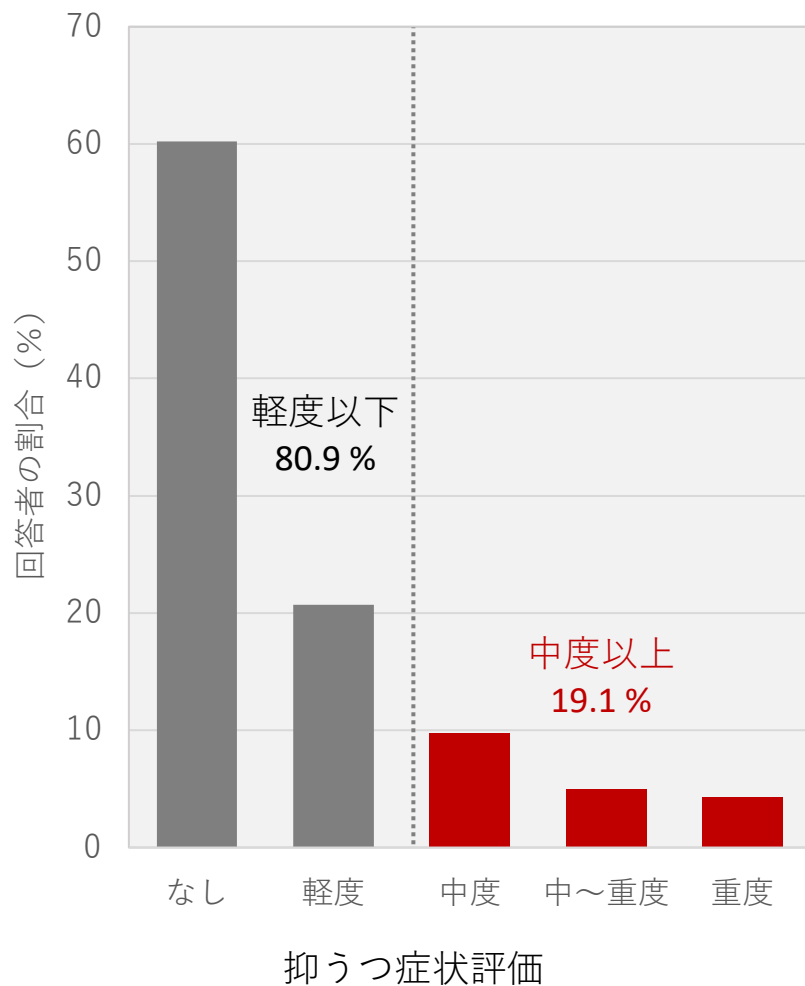
## 回答者の特性

特性	項目	割合 (%)
現在の就労状況	現在仕事をしている（通学の傍らのアルバイト等を含む）	56.1
	していない（育児休業等、一時的に休業中の人を含む）	43.9
雇用形態	正規雇用／会社や団体の役員／自営業	36.4
	非正規雇用（派遣・契約社員／パート・アルバイト）	19.7
※ 休業中の方は休業前の就労形態	仕事をしていない（育児休業等、一時的に休業中の人を除く）	42.8
	その他	1.1
婚姻状態	現在結婚している	58.0
	離婚した	6.3
	死別した	3.2
	結婚したことはない	32.5
通学の有無	現在通学している（学生である）	4.1
	通学していない（学生ではない）	95.9
出身学校	中学／高校	34.1
	高専／短大／専門学校	21.7
	大学／大学院	44.2
世帯年収	200万未満	10.6
	200-400万	20.8
	400-600万	19.9
	600-800万	12.6
	800-1000万	7.9
	10000万-1200万	3.8
	1200万以上	4.5
	わからない・答えたくない	19.9
昨年と比べた暮らし向き	かなり良くなった	0.5
	やや良くなった	2.4
	変わらない	69.3
	やや悪くなった	20.6
	かなり悪くなった	7.2

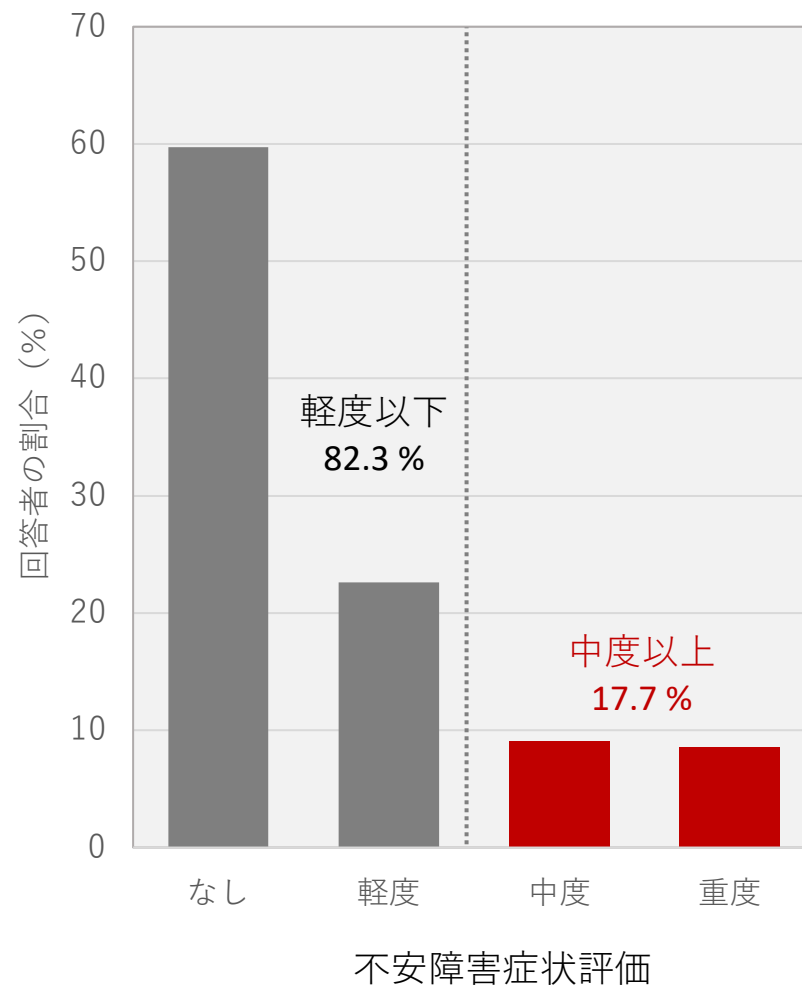
## II 精神的健康

## 精神的健康の分布（抑うつ・不安障害）

抑うつ（PHQ-9; 村松, 2014）

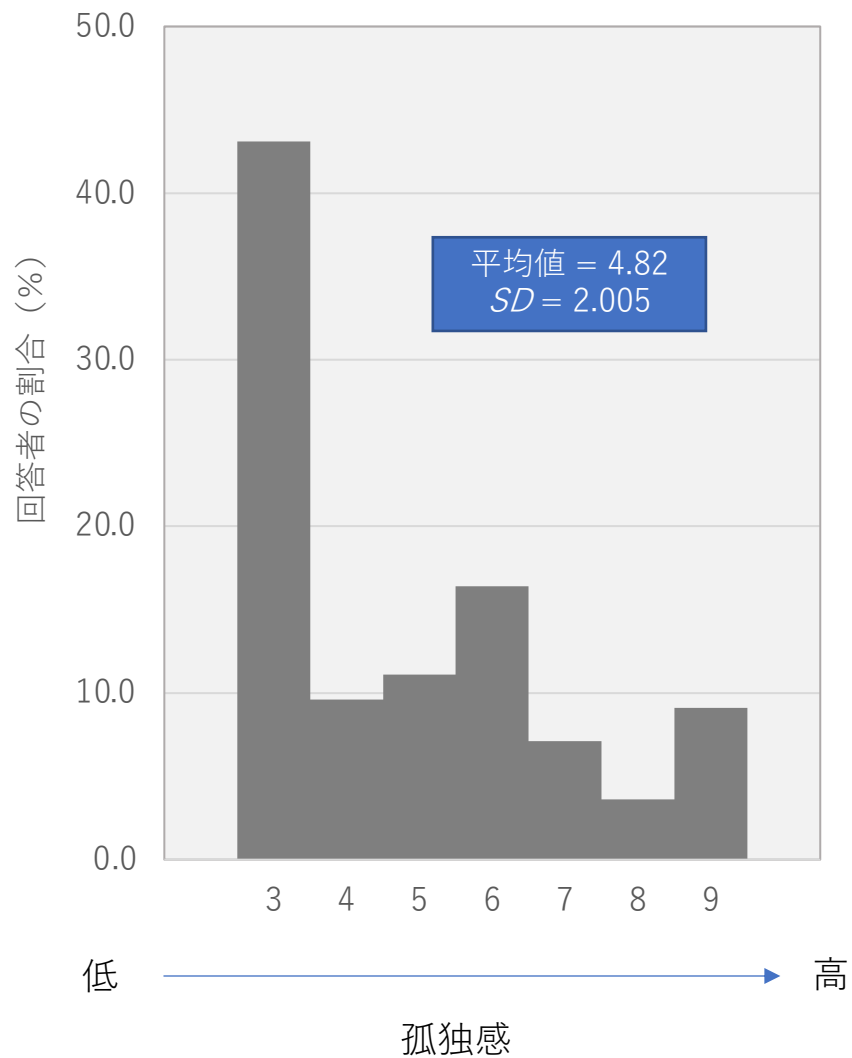


不安障害（GAD-7; 村松, 2014）

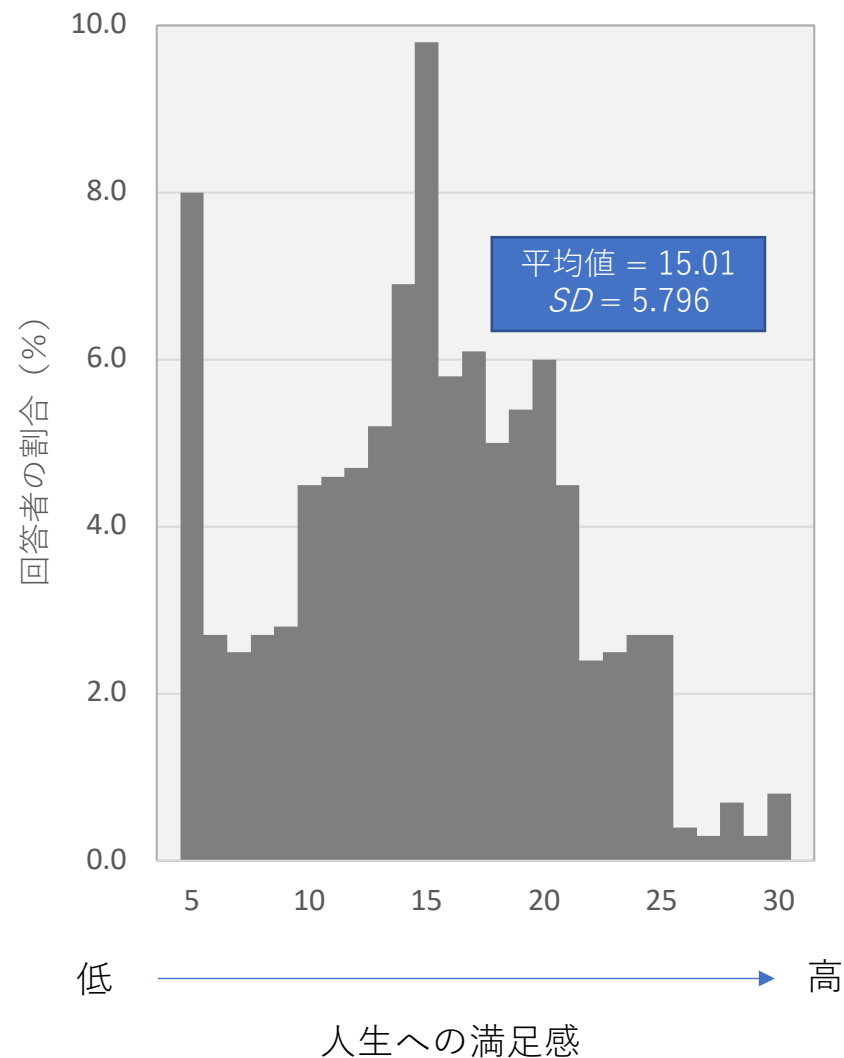


## 精神的健康の分布（孤独感・人生満足感）

孤独感（3項目孤独感尺度; Igarashi, 2019）



人生の満足感（SWLS; 角野, 1995）

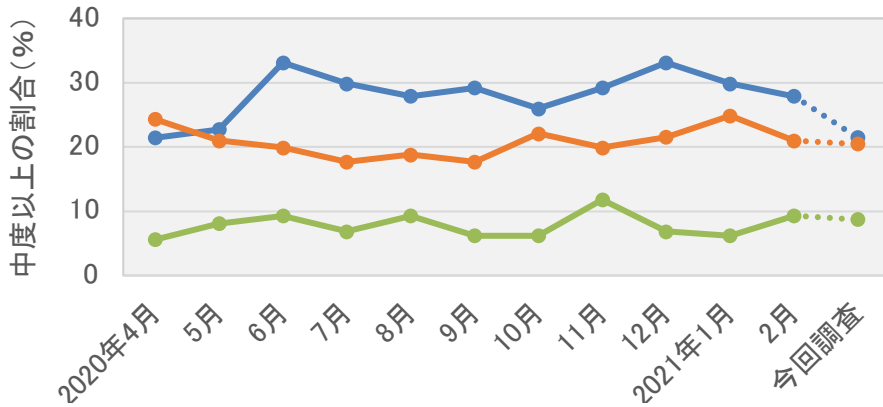




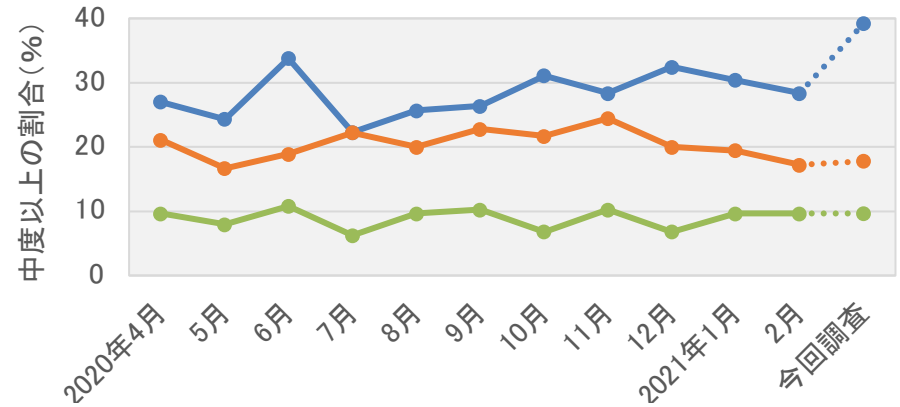
# 上田准教授調査データからの推移

※ 抑うつ・不安障害が中度以上の人の割合

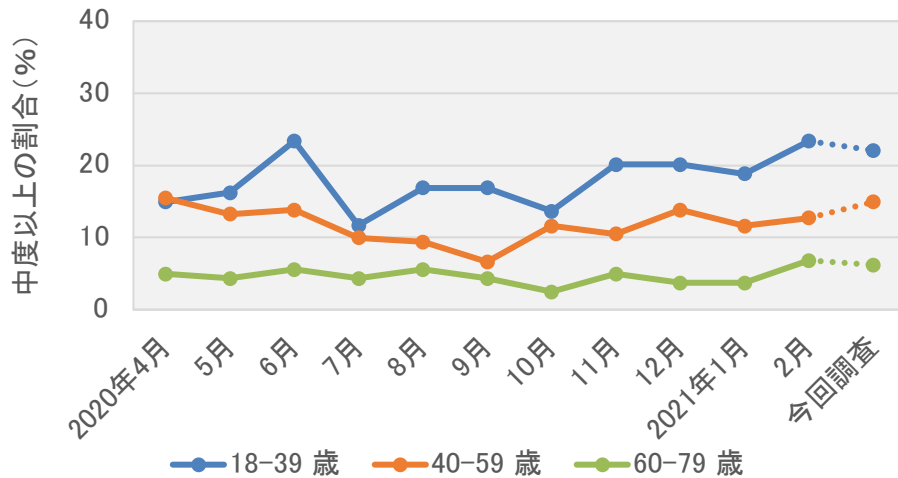
### 抑うつ（男性）



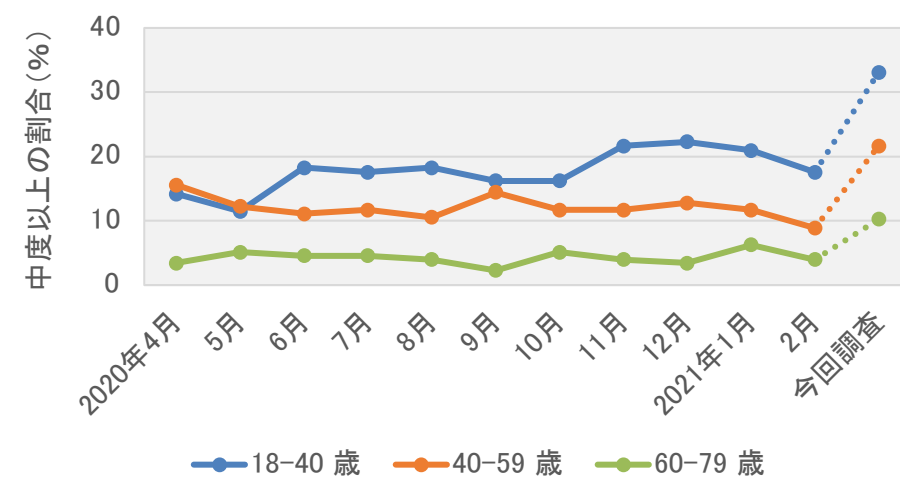
### 抑うつ（女性）



### 不安障害（男性）



### 不安障害（女性）



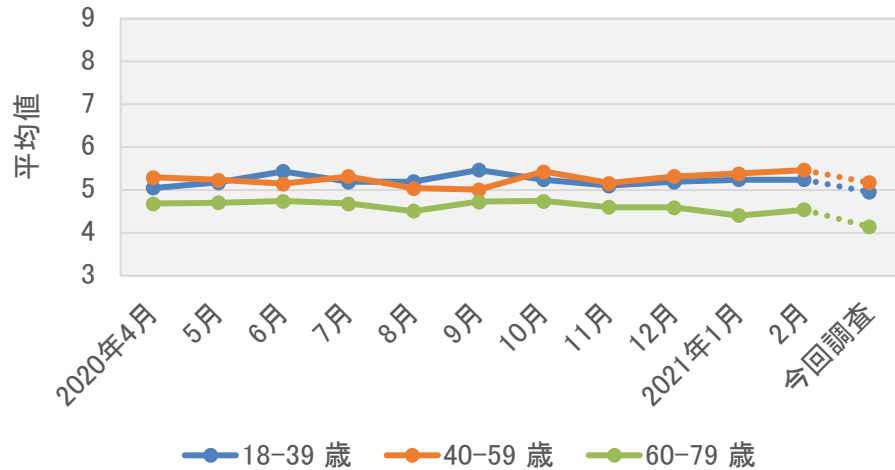
2021年2月までのデータは早稲田大学政治経済学術院の上田路子准教授からご提供いただきました（次ページに詳細）

今回調査とは調査方法が異なるため、一概に比較はできません

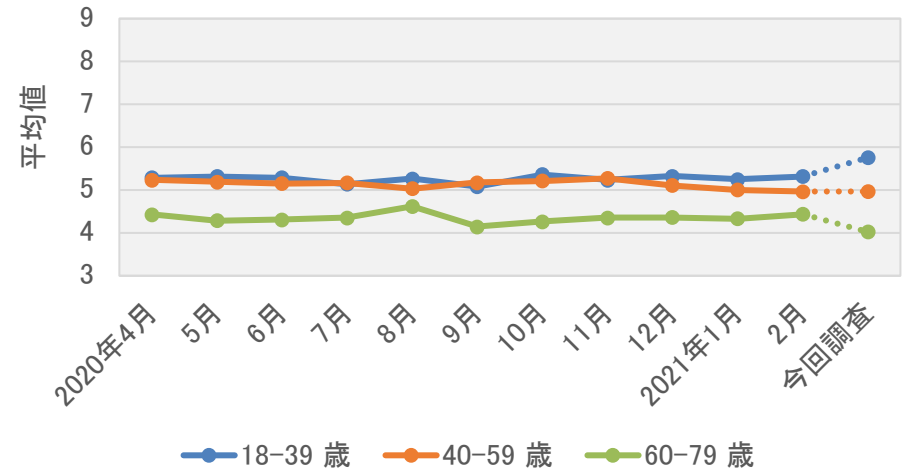
# 上田准教授調査データからの推移

※ 孤独感の平均値

### 孤独感（男性）



### 孤独感（女性）



本資料の図は、下記論文に掲載された図（2020年4月～2020年10月までのデータを使用）に基づき、早稲田大学政治経済学術院の上田准教授からご提供いただいた2021年11月～2021年2月までのデータ、および、今回調査（2021年6月）のデータを追加して作成したものです。

#### 【出典】

Michiko Ueda, Robert Nordström, Tetsuya Matsubayashi (2021). Suicide and mental health during the COVID-19 pandemic in Japan, Journal of Public Health, fdab113, <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdab113>.

## 精神的健康の規定要因（抑うつ・不安障害）

※ 抑うつ・不安障害あり（中度以上）を1、なし（軽度以下）を0としたロジスティック回帰分析。  
オッズ比が1より大きいほど抑うつ・不安障害が多く、1より小さいほど少ない。

独立変数	抑うつ オッズ比		不安障害 オッズ比	
	model1	model2	model1	model2
<b>性別（女性=1, 男性=0）</b>	1.340	1.030	<b>1.627*</b>	1.359
<b>年齢（18～79）</b>	<b>0.964***</b>	<b>0.955***</b>	<b>0.966***</b>	<b>0.957***</b>
<b>仕事（現在仕事をしている=1, していない=0）</b>		<b>0.590*</b>		0.637
非正規雇用（非正規雇用=1, 他=0）		1.133		0.890
学生（学生=1, 他=0）		0.662		0.400
<b>婚姻状態（現在結婚している=1, 他=0）</b>		0.514		<b>0.461*</b>
出身学校 ※ 高専・短大・専門学校		0.889		1.178
大学・大学院		0.659		0.911
<b>昨年と比べた経済状態（悪くなった=1～良くなった=5）</b>		<b>0.472***</b>		<b>0.431***</b>
世帯収入（200万未満=1～1200万以上=7）		0.879		0.905
親との同居（同居している=1, していない=0）		0.457		0.535
子供との同居（同居している=1, していない=0）		0.778		0.884
<b>一人暮らし（一人暮らし=1, 他=0）</b>		0.457		<b>0.384*</b>
カイ二乗	39.86***	97.17***	38.61***	94.94***
自由度	2	13	2	13

※ 中学・高校を基準カテゴリとしたときの、その他の出身学校の比較

\* p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

- 年齢が若い人、昨年と比べた経済状態が悪い人ほど抑うつ・不安障害が多い。
- 現在仕事をしている人のほうが、仕事をしていない人より抑うつが少ない。
- 女性のほうが不安障害が多いが、就労状態等を統制すると効果がなくなるため、女性の経済的な不安定さが不安障害に結びついている可能性がある。
- 現在結婚している人は不安障害が少なく、一人暮らしの人は不安障害が多い。

## 精神的健康の規定要因（孤独感・人生満足感）

※ 孤独感・人生満足感を従属変数とした重回帰分析。  
 $\beta$ が正の場合、独立変数が高いほど孤独感・人生満足感が高く、 $\beta$ が負の場合、独立変数が高いほど孤独感・人生満足感が低い。

独立変数	孤独感 $\beta$		人生満足感 $\beta$	
	model1	model2	model1	model2
性別（女性=1, 男性=0）	.014	-.043	-.062	-.012
<b>年齢（18～79）</b>	<b>-.238 ***</b>	<b>-.249***</b>	<b>.126***</b>	<b>.083*</b>
<b>仕事（現在仕事をしている=1, していない=0）</b>		<b>-.140**</b>		.032
<b>非正規雇用（非正規雇用=1, 他=0）</b>		.018		<b>-.078*</b>
学生（学生=1, 他=0）		-.059		.023
<b>婚姻状態（現在結婚している=1, 他=0）</b>		-.082		<b>.151*</b>
<b>出身学校 ※ 高専・短大・専門学校</b>		-.029		<b>.091*</b>
<b>大学・大学院</b>		-.036		<b>.133**</b>
<b>昨年と比べた経済状態（悪くなった=1～良くなった=5）</b>		<b>-.219***</b>		<b>.227***</b>
<b>世帯収入（200万未満=1～1200万以上=7）</b>		-.073		<b>.128**</b>
親との同居（同居している=1, していない=0）		.043		-.002
子供との同居（同居している=1, していない=0）		.020		-.032
一人暮らし（一人暮らし=1, 他=0）		.016		.004
R	.239***	.383***	.140***	.404***
R <sup>2</sup>	.057	.147	.020	.163

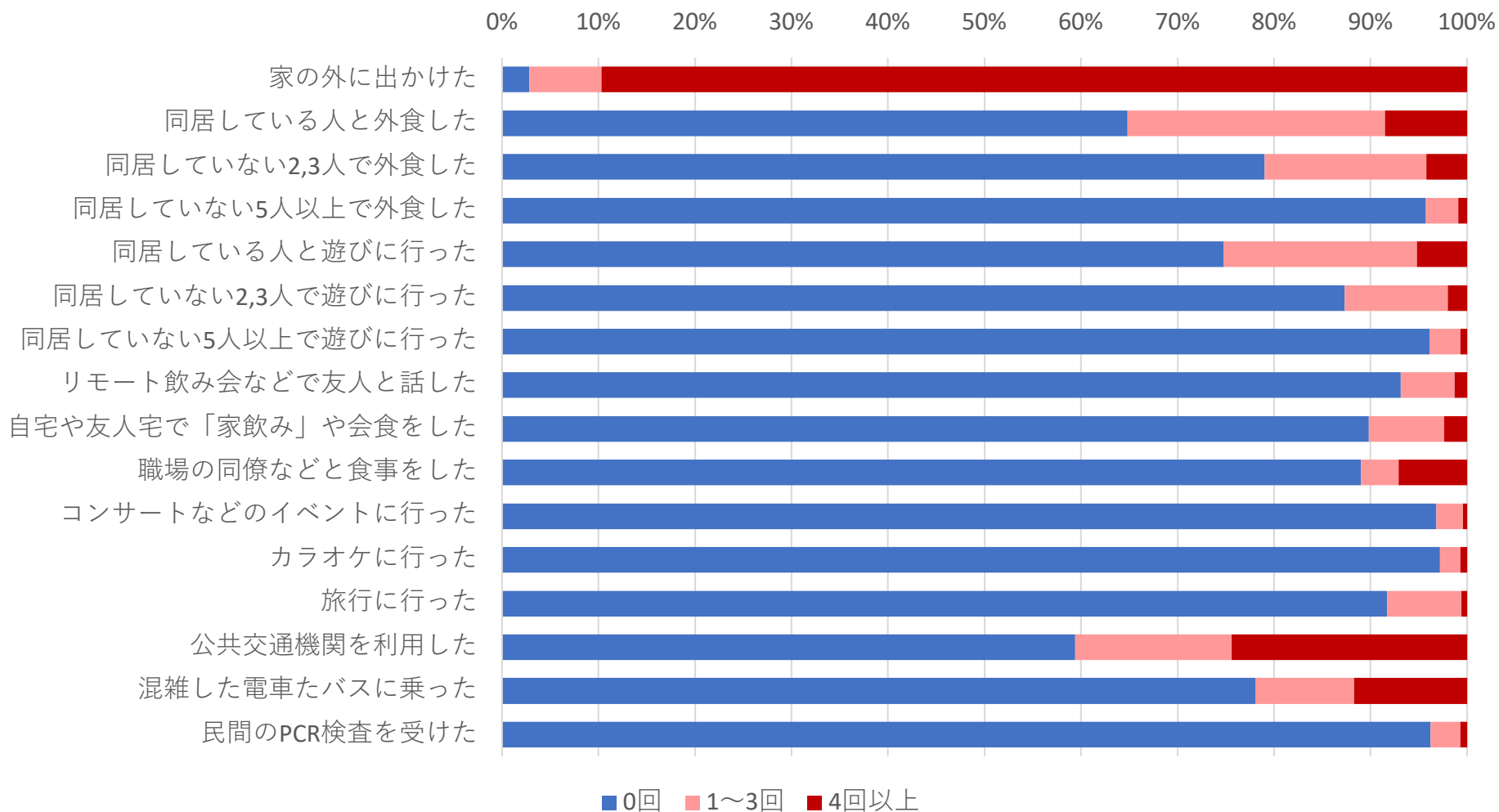
※ 中学・高校を基準カテゴリとしたときの、その他の出身学校の比較

\* p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

- 年齢が若い人、昨年と比べた経済状態が悪い人は、孤独感が高く人生満足感が低い
- 仕事をしていない人の方が孤独感が高い
- 非正規雇用の人、現在結婚していない人、学歴が低い人（中学・高校卒）、世帯収入が低い人ほど人生満足感が低い

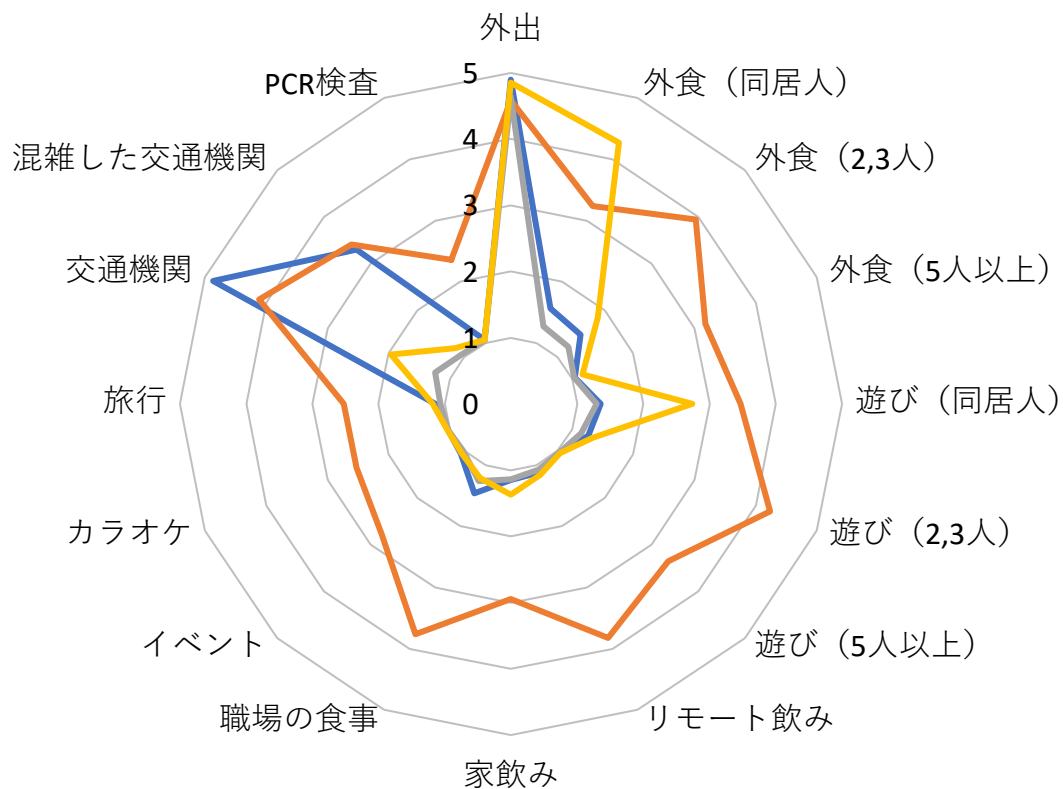
## Ⅲ コロナ禍における活動

## コロナ禍における活動：単純集計



- 外出以外のほとんどの活動について、1回も行っていない人が圧倒的に多かった
- 同居人や2,3人での外食や遊びといった、自粛を強く要請されていない行動や、公共交通機関の利用は、2~3割の人が行っていた
- 他の活動についてはごく少数の人が行っていた

# コロナ禍における回答者の活動パターン（クラスター分析）



- 【交通群】 公共交通機関を利用した (237人)
- 【活動群】 全般的に活動が多かった (17人)
- 【自粛群】 外食や遊びをしなかった (616人)
- 【家族群】 同居している人と外食や遊びをした (130人)

## 各群の特徴

※ 各群を独立変数とし、年齢・世帯収入・孤独感・生活満足は分散分析で有意差があった部分  
年代・学歴・婚姻状態・就労形態・居住形態・抑うつ・不安障害はχ2分析で有意差があった部分  
を記載した。

### 【交通群（237人）】

- 平均年齢が低い（46.3）、20代が多く70代が少ない
- 世帯収入が高い、大学・大学院卒が多い
- 結婚していない人、1人暮らし、子供と同居していない人が多い
- 無職が少なく、職のある人（正規・非正規含む）が多い
- 人生満足感が低い

イメージ

電車通勤をしている  
高学歴・高収入の、子がいない人、比較的若い人

### 【活動群（17人）】

- 平均年齢が低い（35.9）、20代が多い
- 無職が少なく、非正規雇用の人が多い
- 抑うつ・不安障害が多い

自粛していない  
非正規雇用の若い人  
精神的健康にリスクあり

### 【自粛群（616人）】

- 平均年齢が高い（51.6）、20代が少なく70代が多い
- 世帯収入が低い、中卒・高卒が多い
- 無職が多く、正規雇用が少ない
- 人生満足感が低い

外出しない  
低学歴・定収入の人や、  
高齢者・定年退職者  
（60代以上が約4割）

### 【家族群（130人）】

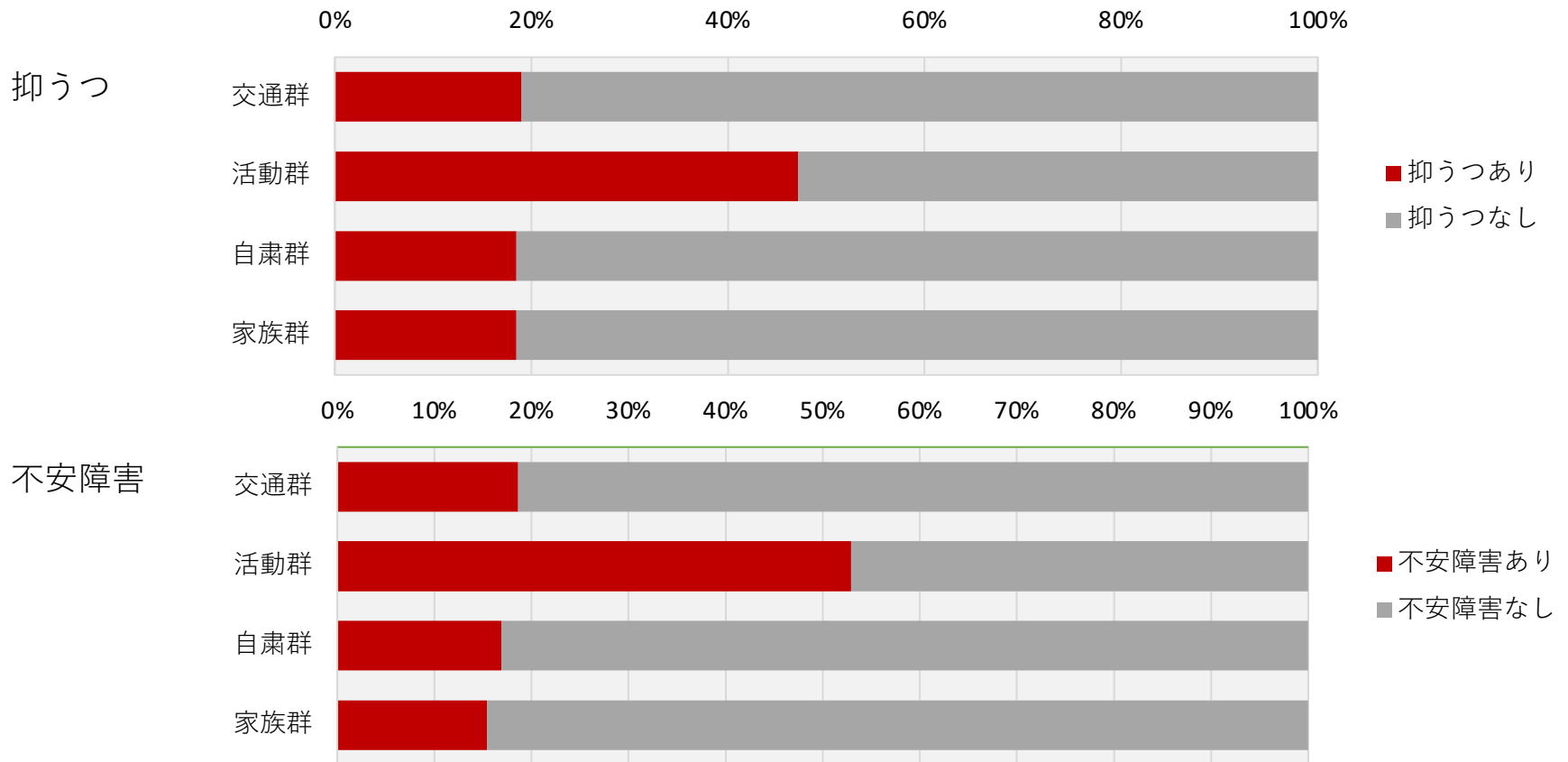
- 平均年齢が高い（51.0）
- 結婚している人が多い、1人暮らしが少ない
- 非正規雇用が少ない
- 生活満足感が高い

家族とのみ外出する  
正規雇用の家庭  
コロナ禍でも満足感が高い



# コロナ禍の活動パターンと精神的健康（抑うつ／不安障害）

※ 抑うつ・不安障害あり（中度以上）の人の割合

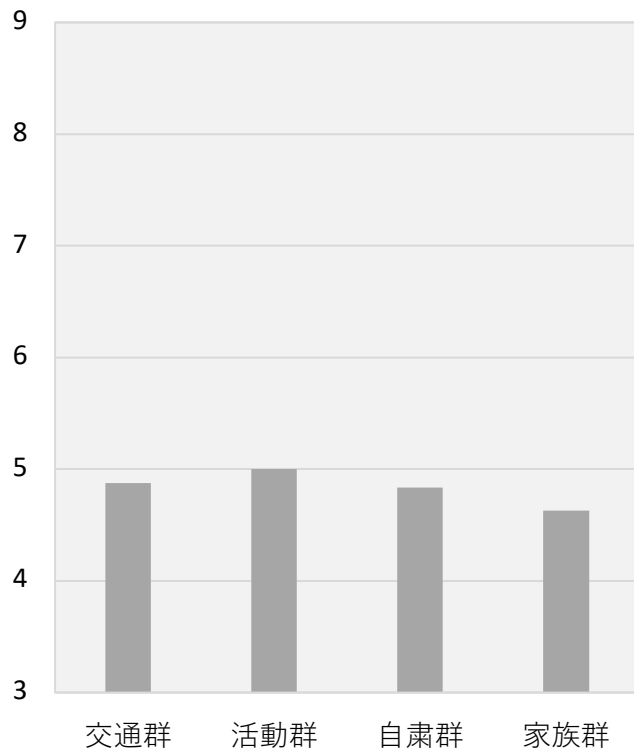


⇒ 活動群のみ不安感・抑うつ感が高く、精神的健康のリスクが高いことがわかる。  
（ただし、活動群が17人と少ないことに留意する必要がある）

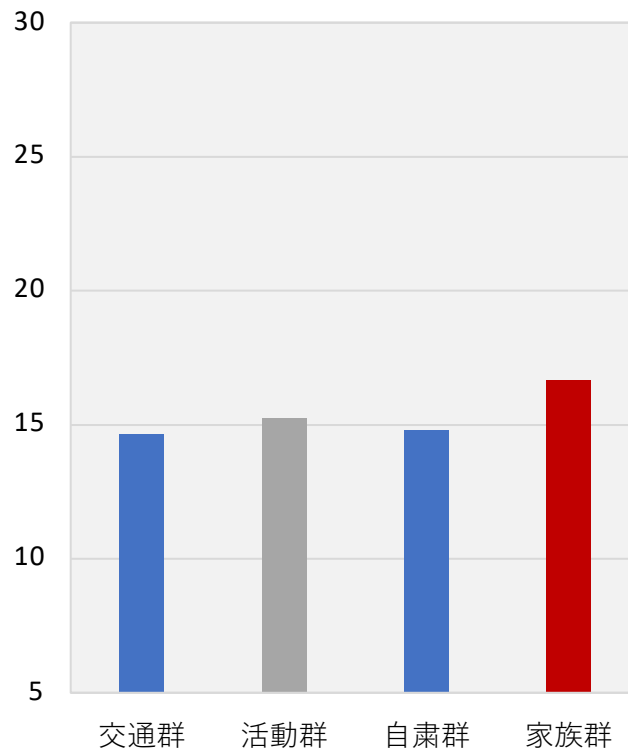
## コロナ禍の活動パターンと精神的健康（孤独感・人生満足感）

※ 孤独感・人生満足感の平均値  
分散分析の下位検定の結果、赤が有意に高く、青が有意に低い  
(グレーは有意差なし)

孤独感

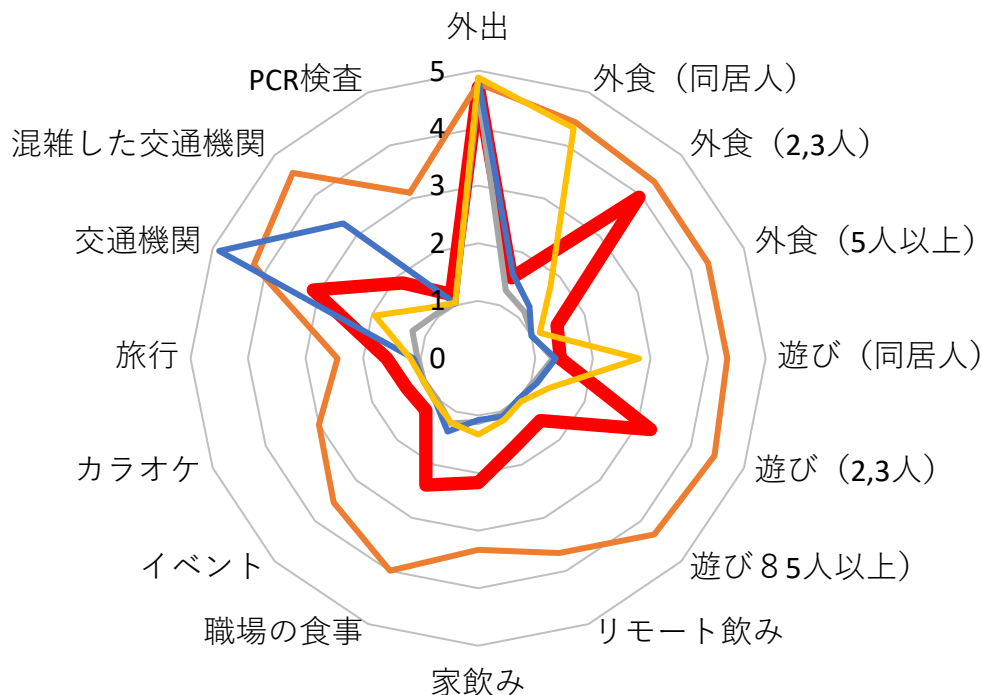


人生満足感



⇒ 家族群は交通群・自粛群に比べて人生満足感が高い。  
抑うつ・不安感の結果と合わせると、家族群の精神的健康状態が最も良いことがわかる。

## (参考) コロナ禍における活動パターン 2 : 5群に分けた場合



- **【友人群】 同居していない人2~4人での外出や遊びをした (49人)**
- **【自粛群】 外出や遊びはしなかった (597人)**
- **【活動群】 全般的に活動が多い (9人)**
- **【交通群】 公共交通機関を利用した (220人)**
- **【家族群】 同居している人と外出や遊びをした (125人)**

群を1つ増やすと、友人群が出現する

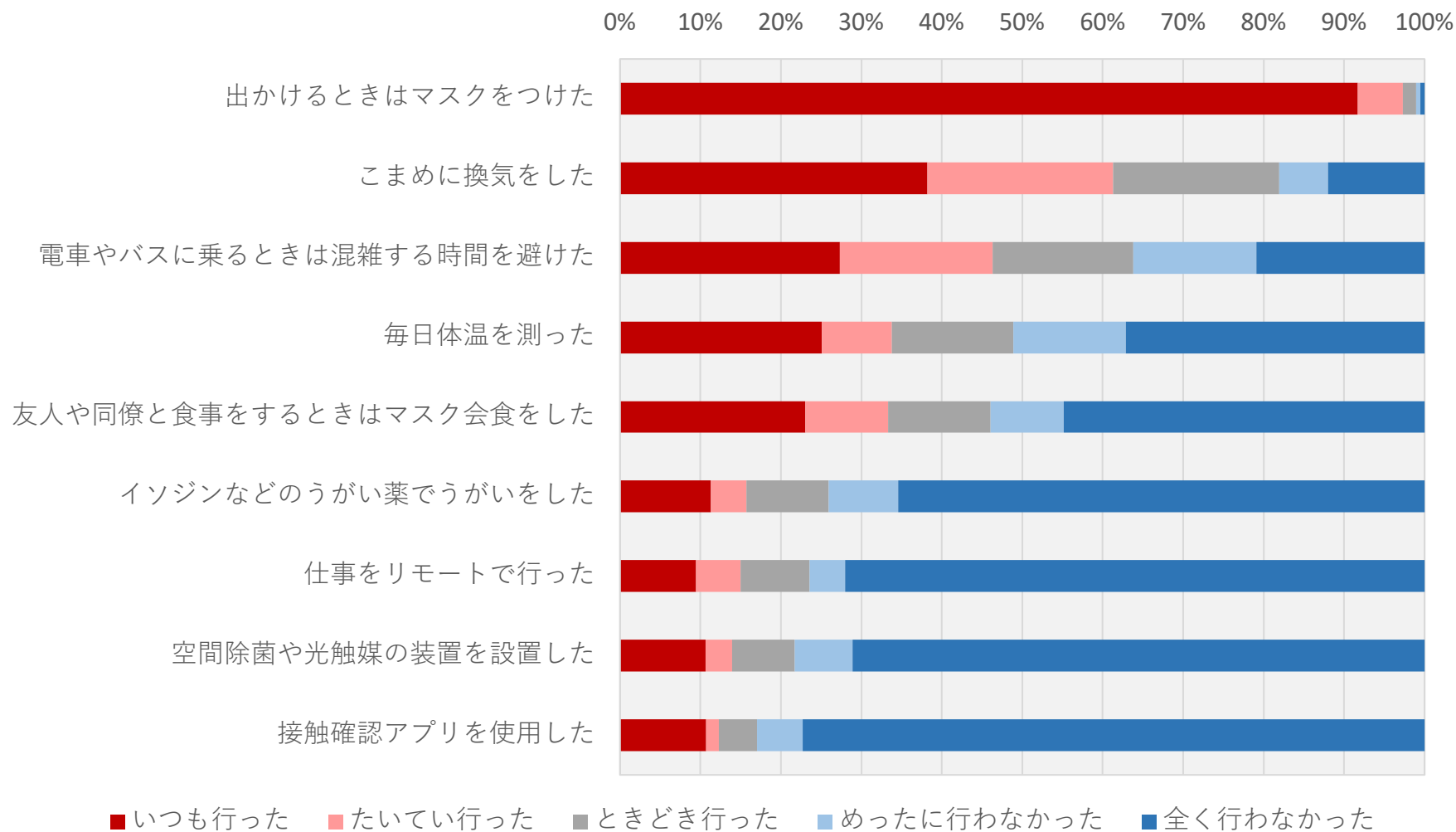
### 【特徴】

- 平均年齢が若く (40.2)  
20代・30代が多い
- 結婚していない人が多い
- 無職が少なく正規雇用が多い
- 一人暮らしが多い

特定の友人や恋人と外出している、正規雇用、1人暮らしの若い人

## **IV** コロナ禍のリスク対策

## コロナ禍のリスク対策：とられた割合の多い順



## リスク対策と回答者の特性（相関係数）

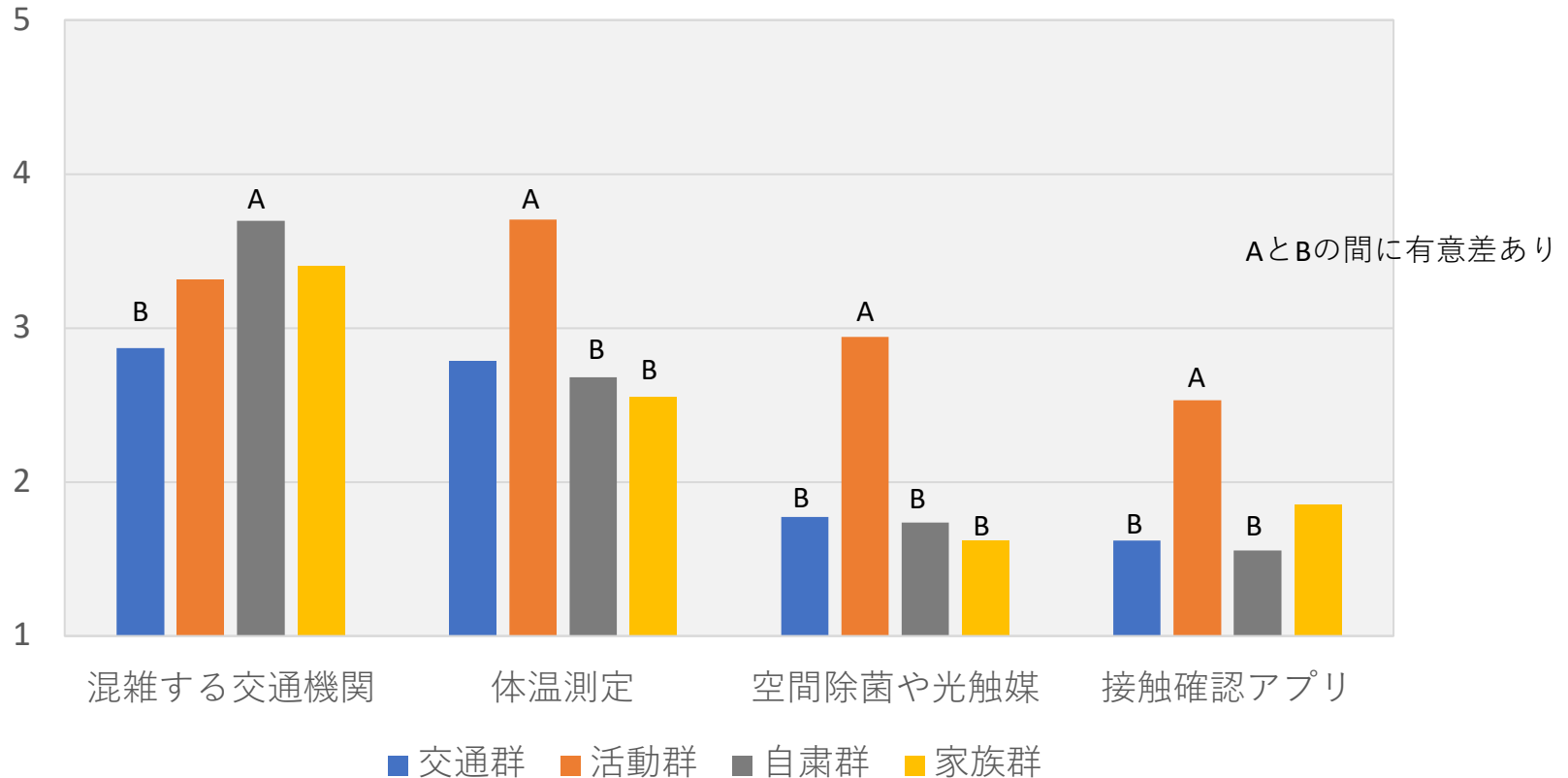
	女性	年齢	非正規 雇用	正規 就労	婚姻 状態	出身 学校	世帯 収入	一人 暮らし
仕事をリモートで行った (n=561)	-.03	.01	-.13**	.09*	.02	.19***	.11*	.02
電車やバスは混雑する時間を避けた(n=461)	.14**	.22***	-.10*	-.25***	.16**	.00	.03	-.15**
こまめに換気をした	.14***	.13***	-.02	-.01	.11**	.06*	.09**	-.06
毎日体温を測った	.03	.07*	.15***	.00	.06*	-.01	.08*	.03
接触確認アプリを活用した	-.03	.01	.00	.08**	.04	.06	.10**	-.03
食事のときはマスク会食をした (n=339)	.20***	.07	.10	-.18**	.02	.03	.00	-.02
イソジンなどのうがい薬でうがいをした	.08*	.05	.00	-.01	.03	.01	.06	.01
空間除菌や光触媒などの装置を設置した	.09**	-.03	.05	.03	.01	-.02	-.01	.07*

\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001

- 全般的に、女性・高齢の人・高収入の人がリスク対策行動をしやすい
- 仕事をリモートで行ったのは正規就労・高学歴・高収入の人
- 電車やバスで混雑する時間を避け（られ）なかったのは、就労している人、1人暮らしの人
- 毎日体温を測ったのは非正規就労の人
- 接触確認アプリを利用したのは正規就労・高収入・結婚している人
- マスク会食をしたのは女性、していないのは正規就労の人
- 空間除菌や光触媒などの装置を設置したのは女性・一人暮らしの人

# コロナ禍における活動とリスク対策

※ コロナ禍における行動の4群を独立変数、リスク対策の各行動頻度を従属変数とした分散分析において、有意な差が見られた行動を記載した

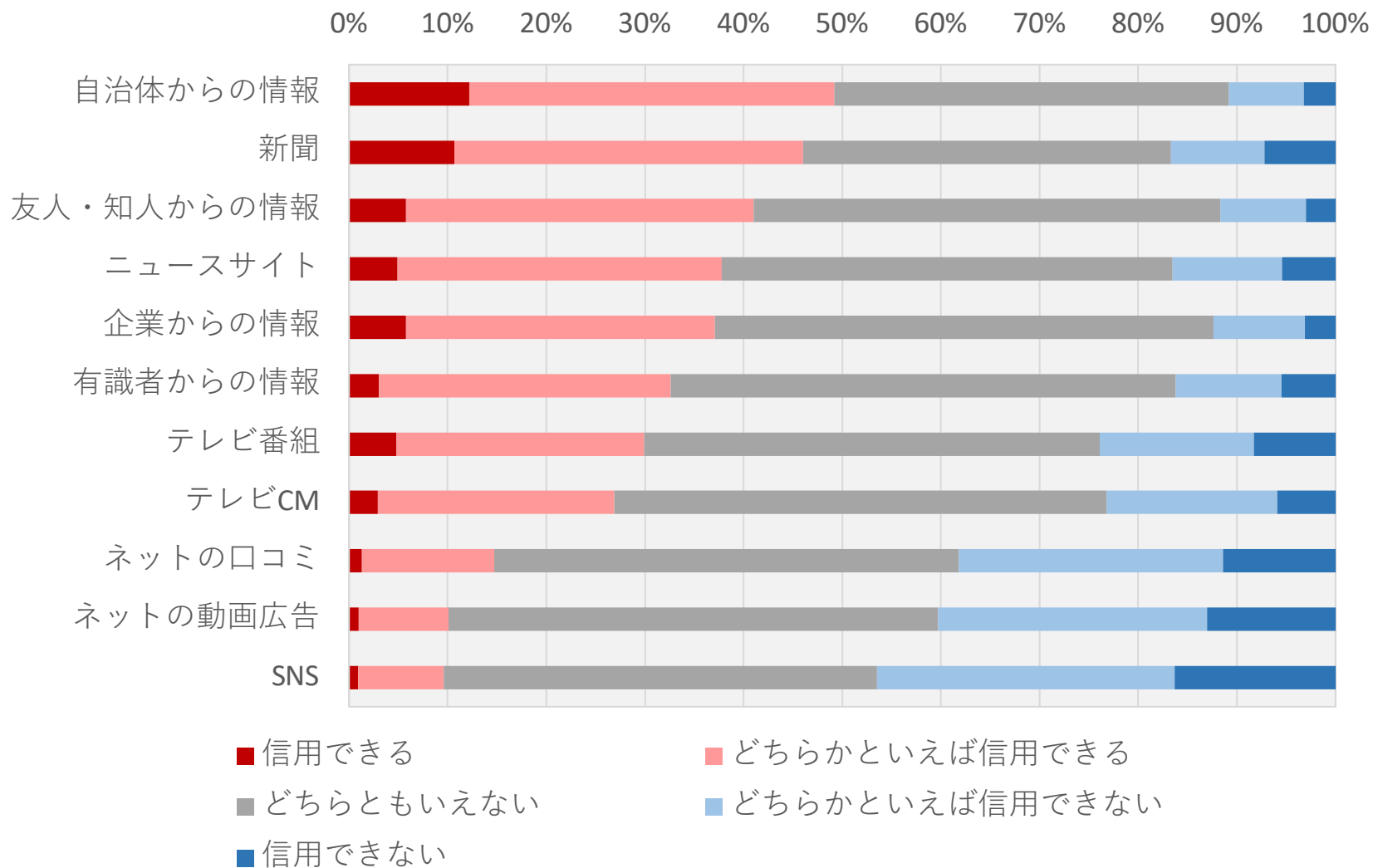


- 電車やバスで混雑する時間を避けたのは自粛群、避け（られ）なかったのは交通群
- 体温測定、空間除菌や光触媒、接触確認アプリは、活動群が行っていた
  - ⇒ 活動群は活動をする代わりにリスク対策行動をとっていた
  - ※ただし、「空間除菌」「光触媒」など、効果が不確かなものも含む

## IV メディアに対する信用



## Q10 メディアへの信用の単純集計：信用度の高い順



## メディアへの信用の2因子

※ 各メディアへの信用度（5点尺度）について探索的因子分析を行い、2因子を抽出した。

因子分析によって2つの軸を抽出

	公的情報 への信用	ネット情報 への信用
新聞	.910	-.219
自治体からの情報	.778	-.158
テレビ番組	.777	.057
テレビCM	.696	.149
企業からの情報	.674	.078
ニュースサイト	.671	.143
有識者からの情報	.653	.108
SNS	-.119	.908
ネット上の口コミやコメント	-.043	.786
インターネット動画広告	.185	.586
友人・知人からの情報	.348	.273

最尤法・プロマックス回転後

- ⇒ 新聞、テレビ、自治体からの情報への信頼度を表す「公的情報への信用」因子とSNSやネット上の口コミへの信頼度を表す「ネット情報への信用」因子が抽出された
- ⇒ 以後、これらの因子を変数として使用（-1～1の範囲の変数）

## Q10 メディアへの信頼：規定要因

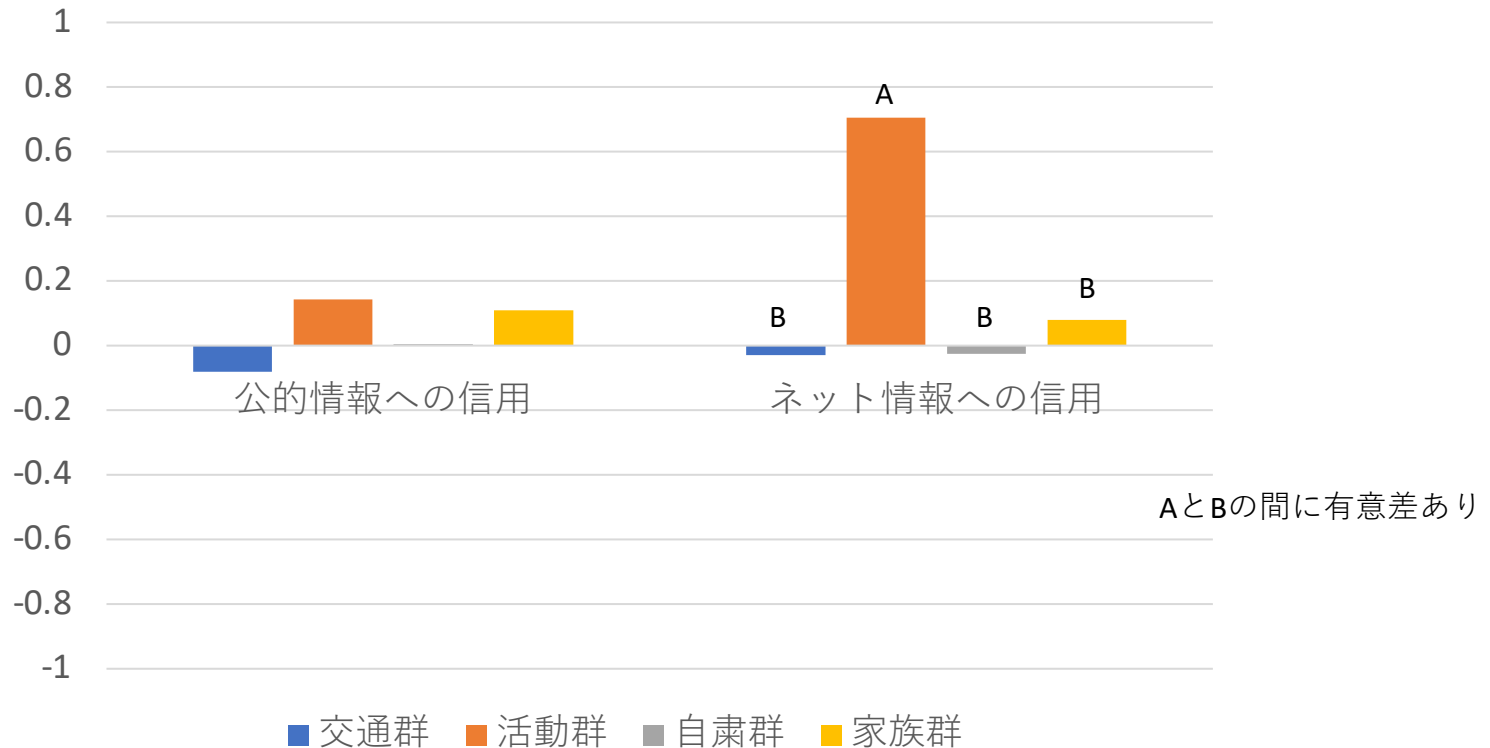
※ メディアへの信用の2つの因子得点を従属変数とした重回帰分析  
 $\beta$ が正の場合、独立変数が高いほど信用が高く、 $\beta$ が負の場合、  
 独立変数が高いほど信用が低い。

独立変数	公的情報 への信用	ネット情報 への信用
<b>性別</b>	<b>.137***</b>	.048
<b>年齢</b>	.069	<b>-.160***</b>
仕事（している=1, していない=0）	-.076	.002
<b>非正規就業（非正規=1, 他=0）</b>	<b>.092*</b>	.010
学生（学生=1, 他=0）	-.038	-.039
婚姻状態（結婚している=1, 他=0）	.089	.085
学歴 高専・短大・専門学校	-.060	.014
大学・大学院	.016	-.017
<b>昨年と比べた経済状態</b>	<b>.138***</b>	.050
<b>世帯収入</b>	<b>.113**</b>	<b>.112**</b>
親との同居	.081	.088
子供との同居	.054	.076
一人暮らし	.099	.189**
R	0.276***	0.249
R <sup>2</sup>	0.076	.062

\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001

- 公的情報への信用が高いのは、女性、非正規従業、昨年と比べた経済状態が良い人、世帯収入が高い人
- ネット情報への信用が高いのは、年齢が若い人、世帯収入が高い人、一人暮らしの人

## コロナ禍における活動の4群別、メディアへの信用の高さ



- 公的情報への信用は、コロナ禍における活動の4群による差がなかった
  - ネット情報への信用は、コロナ禍における活動「活動群」が他の3群より有意に高かった
- ⇒ コロナ禍において活動的な人々は、SNSやネットの口コミ等から情報を得ている可能性が高い

## VI. 引用文献

Igarashi, T. (2019). Development of the Japanese version of the Three-Item Loneliness Scale. *BMC Psychology*, 7:20, 1-8.

角野善司（1995）． 人生に対する肯定的評価尺度の作成(1)． 日本教育心理学会第37回総会発表論文集, 95.

村松公美子（2014）． Patient Health Questionnaire (PHQ-9, PHQ-15) 日本語版および Generalized Anxiety Disorder -7 日本語版 - up to date - . 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究, 第7号, 35-39.

Ueda, M., Nordström, R., Matsubayashi, T (2021). Suicide and mental health during the COVID-19 pandemic in Japan, *Journal of Public Health*, fdab113, <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdab113>.

分析・資料作成：竹内真純