



# 不調大国、ニッポン?!

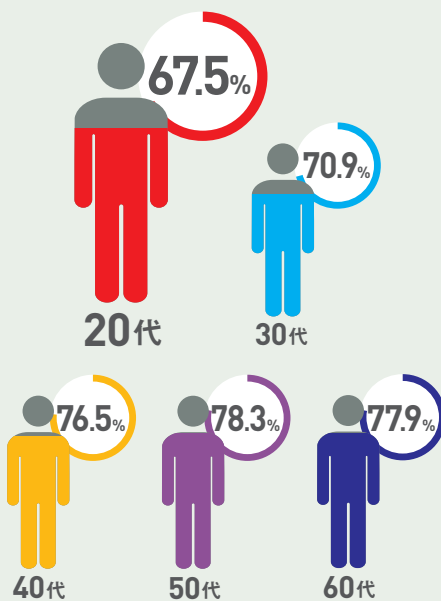
— 若年から不調を感じながら生活する日本人 —

当研究所では全国の20代から60代までの男女22,046人に、長期不調症状や慢性疾患に関するインターネット調査を実施。  
その結果、以下の4つのポイントで、少し意外な事実が浮かび上がってきました。

## Point 1 半年以上の長期的な不調症状保有の認識率について

日本人の7割以上が長期的な不調症状ありと認識。  
1位 腰の痛み、2位 頭痛、3位 肌のかゆみ。

### 症状ありと認識



### 長期の不調症状 RANKING

1st	▶ 腰の痛み
2nd	▶ 頭痛
3rd	▶ 肌のかゆみ
4th	▶ 便秘
5th	▶ 関節の痛み
6th	▶ 肌の発疹・できもの
7th	▶ ひどい倦怠感・疲労
8th	▶ 目のかすみ・視野が狭くなる
9th	▶ 不眠
10th	▶ 下痢 <small>*設問形式は調査概要を参照</small>

⇒ ※調査データ詳細は [こちら](#)

## Point 2 長期不調症状の不調原因の把握について

3人に2人が長期不調症状の原因を、  
正確に（医師の診断のもと）把握していません。

内容は見当がつくが  
病院には行ってない

26.1%



原因/病名が  
わからない

40.0%



病院に行って  
原因把握



66.1%

33.9%

★何らかの長期(半年以上)不調症状保有認識者ベース

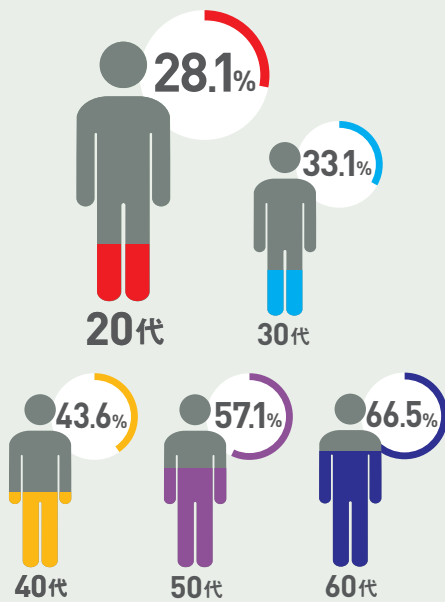
⇒※調査データ詳細はこちら

Point 3

慢性疾患保有の認識率について

日本人のおよそ2人に1人が、  
自分は慢性疾患持ちだと認識しています。

慢性疾患ありと認識



全世代

46.4%

慢性疾患 RANKING

- 1st ▶ 高血圧症
- 2nd ▶ 脂質異常症\*
- 3rd ▶ 不眠症
- 4th ▶ うつ病
- 5th ▶ 逆流性食道炎
- 6th ▶ 糖尿病
- 7th ▶ 睡眠時無呼吸症候群
- 8th ▶ 過敏性腸症候群
- 9th ▶ 目の疾患(緑内障など)
- 10th ▶ 喘息

\*1「脂質異常症」についてこれまで高脂血症と呼ばれた病気で、血液中のLDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪(トリグリセリド)などの脂質(血清脂質)が異常に多くなる、またはHDL(善玉)コレステロールが少なくなる病気です。

⇒※調査データ詳細はこちら

Point 4

若年層の実態について

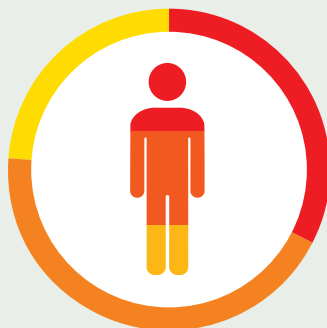
イマドキの“新社会人”世代においても  
6割以上が長期的な不調症状ありと認識しています。

以下の3つのグラフは、いずれも20歳～24歳のみの結果

半年以上の長期不調症状  
保有の認識率について



長期不調症状の  
原因の把握について



慢性疾患保有の  
認識率について



何らかの長期不調症状ありと認識

64.2%

長期不調症状なしと認識

35.8%

内容は見当がつくが、  
病院には行っていない

32.5%

原因/病名がわからない

43.7%

病院に行って原因把握

23.8%

何らかの慢性疾患ありと認識

25.6%

慢性疾患なしと認識

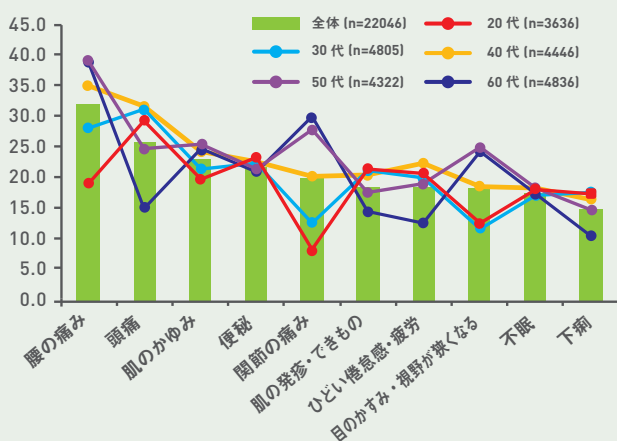
74.4%

20代前半(20歳~24歳)に限って傾向をみると、「何らかの半年以上の長期的な不調症状」を感じているとした割合は、やはり6割以上にのぼっています。20代前半といえば、まさにこれから働き盛りになる元気でフレッシュな新社会人というイメージのある世代ですが、2人に1人以上がすでに何かしらの長期不調を感じているのが実態のようです。なお、長期的な不調症状があるにも関わらず、その原因を医師の診断で特定した人は2割台に留まっています。

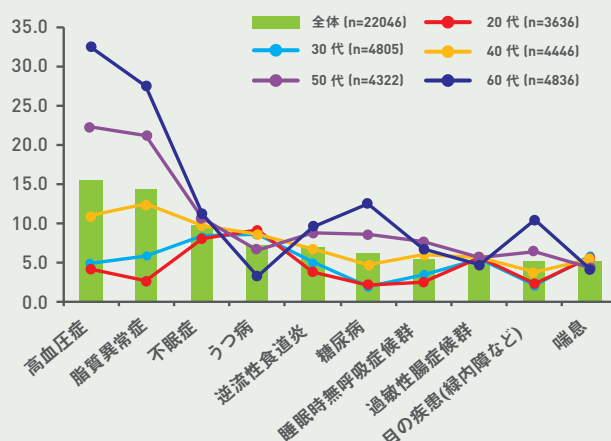
## 調査データ詳細

### ◆保有と認識している長期(半年以上の)不調症状／慢性疾患の具体的内容(年代別)

— 長期不調症状 —



— 慢性疾患 —



### 【年代別 傾向】

〈長期不調症状について〉

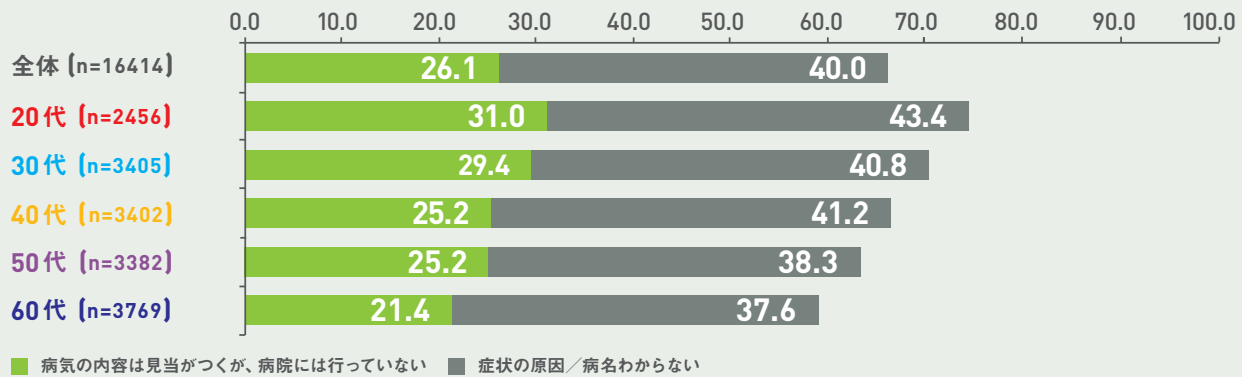
40代、50代、60代では、「腰の痛み」が1位。20代、30代では、「頭痛」が1位です。同様に、他不調症状においても年代間で傾向の異なりがみられますが、4位の「便秘」、9位の「不眠」については、年代間での差が小さい傾向がみられました。

〈慢性疾患について〉

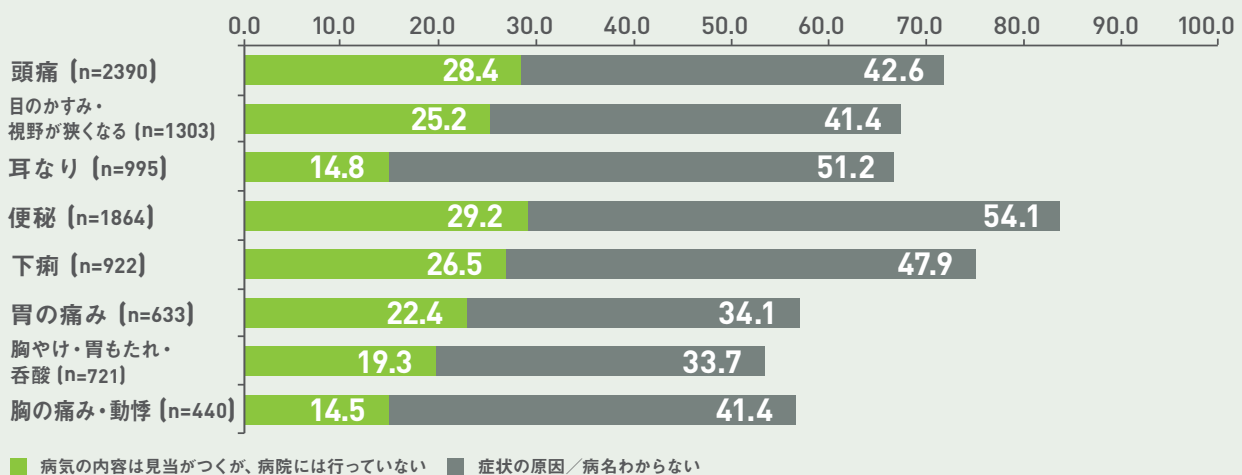
「高血圧症」については、高齢層ほどスコアが高く、若年層とのスコア差が大きくなっています。60代ではほぼ3人に1人が同疾患と認識(自覚)しています。一方、「うつ病」については、若年層が高齢層を上回る傾向がみられています。

# ◆長期（半年以上の）不調症状の不調原因の把握（年代別・主要な症状別）

## —年代別—



## —主要な症状別—



### 【年代別 傾向】

年代別では、若年層ほど「病気の内容は見当がつくが、病院には行っていない」「症状の原因/病名わからない」のケースが高く、20代～30代では、そのようなケースが7割以上にのぼっています。

### 【症状別 傾向】

いずれの症状においても「病気の内容は見当がつくが、病院には行っていない」「症状の原因/病名わからない」が合わせて5割以上となっています。

## 調査概要

- 調査手法 ————— インターネット調査
- 調査時期 ————— 2012年8月
- 調査地域 ————— 全国
- 調査対象 ————— 20歳～69歳 男女
- 調査サンプル ————— 有効回収数22,046

\*集計にあたっては、実際の人口比に近づくように性別、年代、エリアごとにウェイト値をかけて集計

## 【調査質問項目】

1. 長期的(半年以上)な不調をかかえているか  
(各症状\*1ごとに「ひどい症状がある」「やや症状がある」「症状ない」で確認)  
\*1、については、「腰の痛み」や「頭痛」など、複数の症状を呈示し、各症状について聴取
2. 長期的な不調の中で特に気になる症状
3. 特に気になる症状の原因について、具体的な病名や何の病気なのか見当がついているか
4. 特に気になる症状の原因(病名や何の病気か)が見当がついている人に対して、どのようにその原因を知ったか
5. 慢性疾患を患っているか  
(各疾患\*2に「あてはまる」「ややあてはまる」「あてはまらない」「わからない」で確認)  
\*2、については、「高血圧症」や「脂質異常症」など、複数の慢性疾患を呈示し、各疾患について聴取
6. 慢性疾患の中で特に気になる疾患
7. 特に気になる慢性疾患について、どのようにその疾患であると知ったか など

## メディカルライフ研究所 Research Report 研究パートナー

メディカルライフ研究所での調査・研究においては、『病気関連行動(illness behavior)』について多くの研究知見を保有するシンクタンク「(株)応用社会心理学研究所(アспект)」とパートナーシップを結び、協業して実施していきます。

\*研究パートナー：株式会社 応用社会心理学研究所

基本商標 アспект (institute of Applied Social Psychology + connect)

代表者：廣田 君美

URL <http://www.aspect-net.co.jp/index.htm>

## メディカルライフ研究所の見解と今後の活動

国民の健康増進に関して厚生労働省が推進する「健康日本21」が、2012年7月に全改正され、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」や「生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底」などが強く謳われています。しかしながら、今回の調査結果を見ると、国民の多くが若年の頃から長期的な不調を抱えており、しかも慢性疾患や重篤な疾病へと繋がるリスクがあるにも関わらず、医師の診断を受けていない等症状の原因を明確に把握していない人が過半数に上るという実態が浮かび上がりました。「早期受療の促進」は受診者の生活の質(QOL)の向上だけでなく、日本財政の大きな懸念である国民医療費の削減にもつながる社会的意義の高いテーマであります。そこで、メディカルライフ研究所では、“生活者と医療をつなぐ”というコンセプトのもと、「生活者の受療行動<sup>※</sup>に影響を及ぼす要因や関連する意識の把握」を研究テーマに活動を展開。生活者と医療関係者の適切な関係構築を支援してまいります。

※「受療行動」について：メディカルライフ研究所では生活者が身体の不調を感じてから医療機関での受診にいたるまでの一連の行動を“受療行動”と呼んでいます。

次回のResearch Reportは……

次回のリサーチレポートでは、長期不調症状や慢性疾患を抱える人の医療や健康に対する意識をテーマにおおくりする予定です。(2013年2月以降のリリース予定です)