

**おおさかQネット「新型コロナウイルス感染症による府民の精神的健康度の影響」
アンケート分析結果概要**

- 実施期間 令和2年8月19日（水）から8月20日（木）
- サンプル数 大阪府在住の18～90歳までの男女、各世代（18～29歳、30代、40代、50代、60代以上）200サンプル（男女均等割）、計1,000サンプル

（上段：回答者数、下段：横%）

		n	男性	女性
全体		1000	500	500
		100.0	50.0	50.0
年代	18歳～29歳	200	100	100
		100.0	50.0	50.0
	30代	200	100	100
		100.0	50.0	50.0
	40代	200	100	100
	100.0	50.0	50.0	
	50代	200	100	100
		100.0	50.0	50.0
	60代以上	200	100	100
		100.0	50.0	50.0

1. 調査目的

新型コロナウイルス感染症（以下「新型コロナ」という。）の影響が長期化している中、新型コロナによる府民のストレスへの影響を調査することによって、今後の新型コロナに関するこころのケアについての取組みの充実を図ることを目的に、本調査を実施する。

2. 主な調査（検証）項目

- 仮説 1 60 代以上は、それ以外の年代に比べストレスを感じている割合が高い。
- 仮説 2 緊急事態宣言前（令和 2 年 4 月 6 日以前）よりも、アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間が増えた人は、増えていない人に比べストレスを感じている割合が高い。
- 仮説 3 ストレス解消方法が 1 個以下の人は、2 個以上ある人に比べストレスを感じている割合が高い。

3. 主な調査（検証）結果

- 仮説 1 60 代以上は、それ以外の年代に比べストレスを感じている割合が低かった。（図表 1-1-2）
- 仮説 2 アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間が増えている人は、増えていない人に比べ、ストレスを感じている割合が高かった。（図表 2-1-5）
- 仮説 3 ストレス解消方法が 1 個以下の人は、2 個以上ある人に比べ、ストレスを感じている割合が高かった。（図表 3-1-5）

（注）

1. 「おおさかQネット」の回答者は、民間調査会社に登録されたインターネットモニターであり、回答者の構成は無作為抽出サンプルのように「府民全体の縮図」ではない。そのため、アンケート調査の「単純集計（参考）」は、無作為抽出による世論調査のように「調査時点での府民全体の状況」を示すものではなく、あくまで本アンケートの回答者の回答状況にとどまる。
2. 割合を百分率で表示する場合は、小数点第 2 位を四捨五入した。四捨五入の結果、個々の比率の合計と全体を示す数値とが一致しないことがある。
3. 図表中の表記の語句は、短縮・簡略化している場合がある。
4. 図表中の上段の数値は人数（n）、下段の数値は割合（%）を示す。
5. 図表下にカイ 2 乗検定の値（p 値）を記載しているものは、信頼度 5%水準で統計上の有意差がみられたもの。複数回答のクロス集計については、カイ 2 乗検定を行っていない。

1. ストレスの有無について

回答日時点での気持ちの状況を調査し、性別・年代・新型コロナに関する情報検索時間によってストレスの有無に差があるか検証した。

【(参考)質問項目】

Q15.現在のあなたの状況について教えてください。

どれくらいの頻度で、次の事がありますか。あてはまるものをそれぞれ一つ選んでください。

(SA)

1.心配事や気がかりなことがあると感じる
2.絶望的だと感じる
3.そわそわ、落ち着かなく感じる
4.気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じる
5.何をするにも普段以上に労力が必要だと感じる
6.自分は価値のない人間だと感じる

※各項目について、「いつも」、「たいてい」、「ときどき」、「少しだけ」、「まったくない」で回答

- ✓ 検証にあたり、各回答項目につき、「いつも」を4点、「たいてい」を3点、「ときどき」を2点、「少しだけ」を1点、「まったくない」を0点とし、各項目の合計点が4点以下を【ストレスなし】、5点以上を【ストレスあり】と定義した。

1-1 性別・年代とストレスの有無との関係性

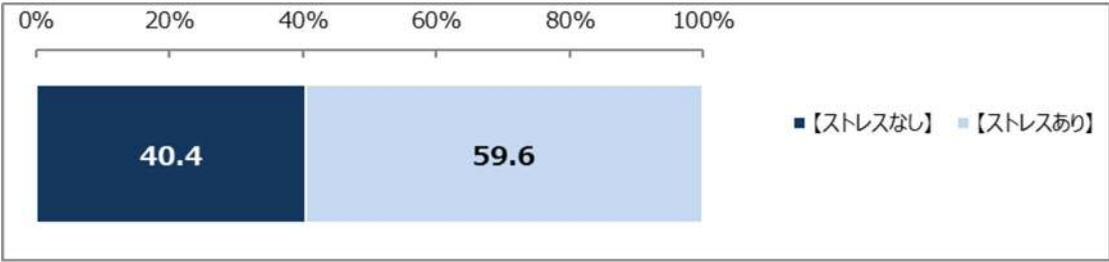
- ◆ 全体では、【ストレスなし】の割合が40.4%、【ストレスあり】は59.6%となった。(図表 1-1-1)
- ◆ 性別では、統計的有意差は見られなかった。(図表 1-1-2)
- ◆ 年代では、60代以上は、それ以外の年代に比べ【ストレスあり】の割合が低く、18~29歳は、他の年代に比べ【ストレスあり】の割合が高かった。(図表 1-1-2)

【図表 1-1-1】

Q15.現在のあなたの状況について教えてください。

SA

	n	%
全体	1000	100.0
0~4点	404	40.4
5~9点	263	26.3
10点以上	333	33.3
【ストレスなし】(4点以下)	404	40.4
【ストレスあり】(5点以上)	596	59.6

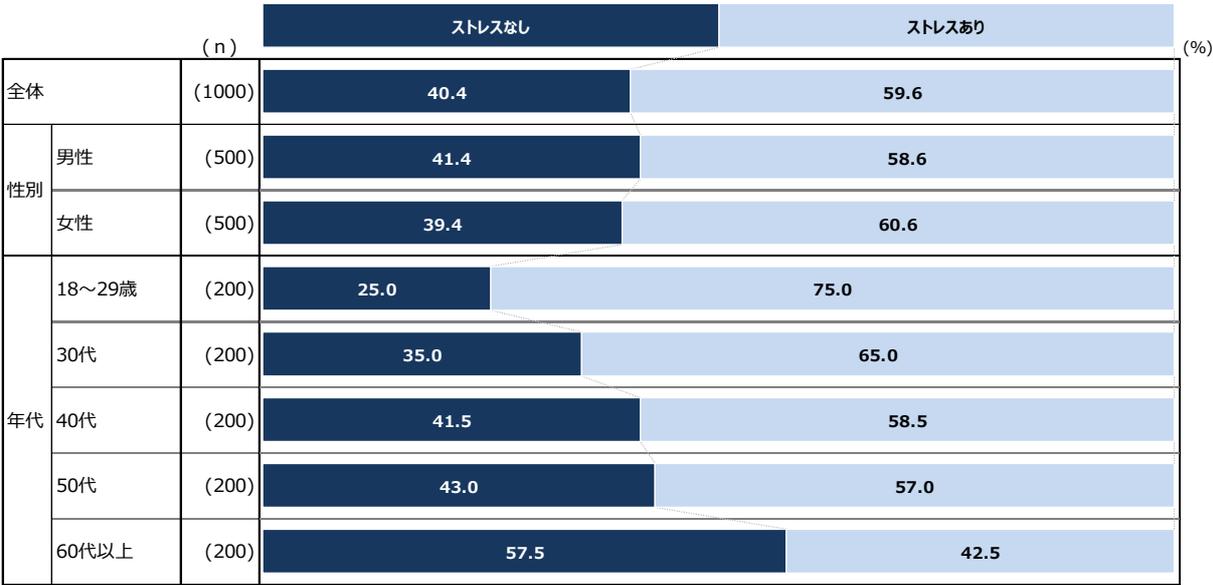


【図表 1-1-2】

性別・年代とストレスの有無との関係性

		n	「ストレスなし」	「ストレスあり」
全体		1000	404	596
		100.0	40.4	59.6
性別	男性	500	207	293
		100.0	41.4	58.6
性別	女性	500	197	303
		100.0	39.4	60.6
年代	18～29歳	200	50	150
		100.0	25.0	75.0
	30代	200	70	130
		100.0	35.0	65.0
	40代	200	83	117
		100.0	41.5	58.5
年代	50代	200	86	114
		100.0	43.0	57.0
年代	60代以上	200	115	85
		100.0	57.5	42.5

30代との差 p値=0.02910 50代との差 p値=0.00014
 40代との差 p値=0.00046 60代以上との差 p値=0.00000
 60代以上との差 p値=0.00001
 60代以上との差 p値=0.00137
 60代以上との差 p値=0.00373



1-2 (参考) 新型コロナに関する情報検索時間について

新型コロナに関する1日あたりの平均情報検索の有無について調査し、性別・年代によって差があるか検証した。また、検索時間によってストレスの有無に差があるか検証した。

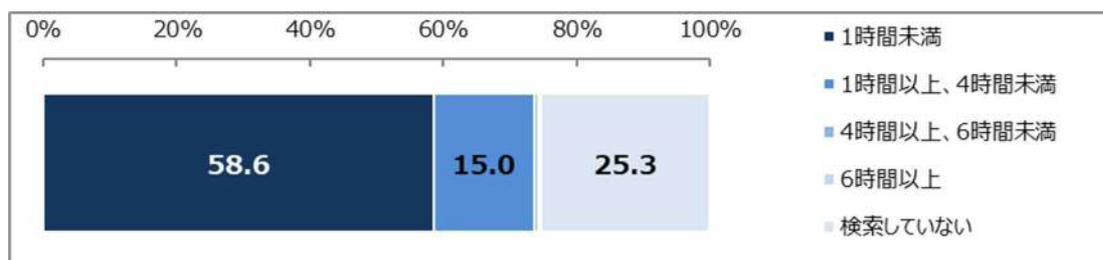
- ◆ 全体では、情報を「検索している」が74.7%、「検索していない」が25.3%となった。(図表 1-2-1)
- ◆ 全体の内訳をみると、情報検索時間が「1 時間未満」と回答した割合が58.6%と最も高く、次いで「検索していない (25.3%)」、「1 時間以上、4 時間未満 (15.0%)」となった。(図表 1-2-1)
- ◆ 情報検索の有無について、性別では、統計的有意差は見られなかったが、年代では、30代は、60代以上に比べ、「検索している」割合が高かった。(図表 1-2-2)
- ◆ 情報検索時間が、「1 時間未満」及び「1 時間以上、4 時間未満」と回答した人は、「検索していない」と回答した人に比べ、【ストレスあり】の割合が高く、その中でも、「1 時間以上、4 時間未満」の人は「1 時間未満」の人に比べ、【ストレスあり】の割合が高かった。(図表 1-2-3)

【図表 1-2-1】

Q18.あなたは、1日に平均してどれくらいの時間新型コロナウイルス感染症に関する情報を検索していますか。
SA

	n	%
全体	1000	100.0
1時間未満	586	58.6
1時間以上、4時間未満	150	15.0
4時間以上、6時間未満	7	0.7
6時間以上	4	0.4
検索していない	253	25.3

検索している 74.7%



【図表 1-2-2】

性別・年代と情報検索時間との関係性

		n	1時間未満	満1時間以上、4時間未満	満4時間以上、6時間未満	6時間以上	検索していない	検索している	検索していない
全体		1000	58.6	15.0	0.7	4	25.3	74.7	25.3
		100.0	58.6	15.0	0.7	0.4	25.3	74.7	25.3
性別	男性	500	28.4	8.6	0.6	2	12.2	37.8	12.2
		100.0	56.8	17.2	1.2	0.4	24.4	75.6	24.4
性別	女性	500	30.2	6.4	0.1	2	13.1	36.9	13.1
		100.0	60.4	12.8	0.2	0.4	26.2	73.8	26.2
年代	18~29歳	200	12.0	2.6	0.2	0	5.2	14.8	5.2
		100.0	60.0	13.0	1.0	0.0	26.0	74.0	26.0
	30代	200	12.8	3.1	0	1	4.0	16.0	4.0
		100.0	64.0	15.5	0.0	0.5	20.0	80.0	20.0
	40代	200	12.5	2.7	0.2	1	4.5	15.5	4.5
		100.0	62.5	13.5	1.0	0.5	22.5	77.5	22.5
年代	50代	200	11.3	3.0	0	1	5.6	14.4	5.6
		100.0	56.5	15.0	0.0	0.5	28.0	72.0	28.0
年代	60代以上	200	10.0	3.6	0.3	1	6.0	14.0	6.0
		100.0	50.0	18.0	1.5	0.5	30.0	70.0	30.0

60代以上との差 p値=0.02092



【図表 1-2-3】

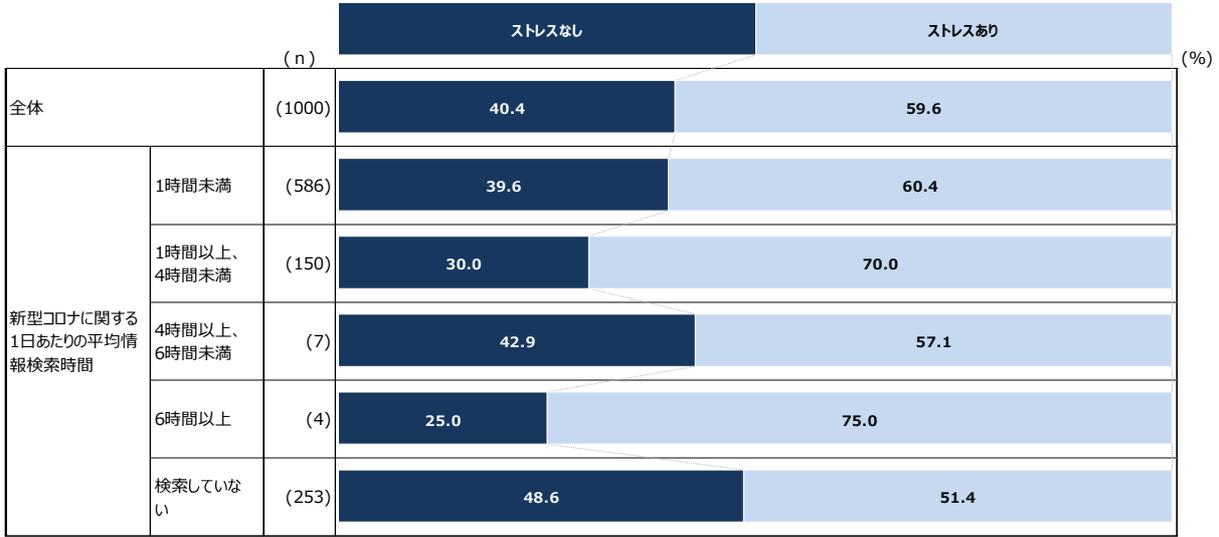
新型コロナに関する情報検索時間とストレスの有無との関係性

		n	【 スト レス なし 】	【 スト レス あり 】
全体		1000 100.0	404 40.4	596 59.6
新型コロナに関する 1日あたりの平均情 報検索時間	1時間未満	586 100.0	232 39.6	354 60.4
	1時間以上、4時間未満	150 100.0	45 30.0	105 70.0
	4時間以上、6時間未満(※)	7 100.0	3 42.9	4 57.1
	6時間以上(※)	4 100.0	1 25.0	3 75.0
	検索していない	253 100.0	123 48.6	130 51.4

1時間以上、4時間未満との差 p値=0.03051
検索していないとの差 p値=0.01516

検索していないとの差 p値=0.00025

※サンプル数が少ないため参考値



2. 緊急事態宣言前と比べた状況の変化について

2-1 アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間の変化について

緊急事態宣言前（令和2年4月6日以前）と比べたアルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間の変化について調査し、性別・年代によって差があるか検証した。また、変化によって、ストレスの有無に差があるか検証した。

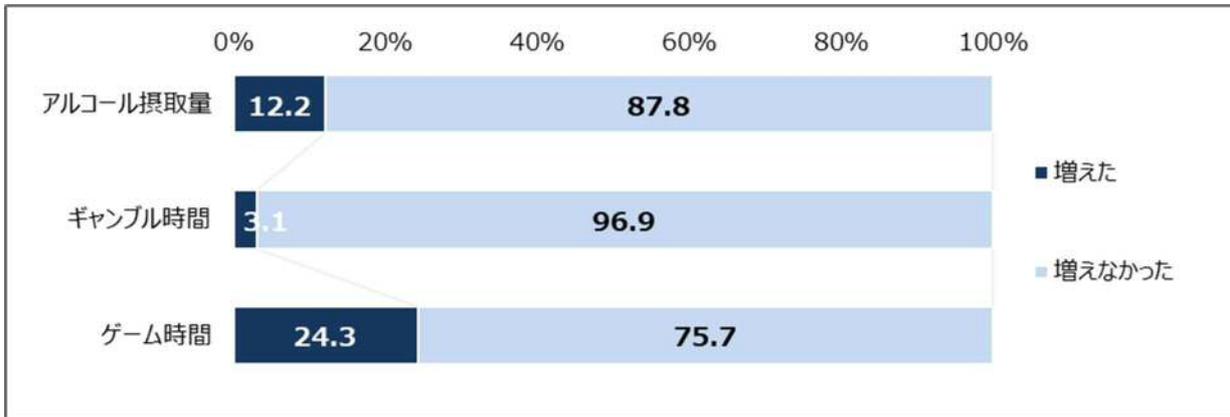
- ✓ 検証にあたり、アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間について、増えた人を【増えた人】、減った人・変わらない人を【増えなかった人】と定義した。
- ✓ アルコール摂取量については、20歳未満には調査していないため、他に比べ全体数が少なくなっている。

- ◆ 全体では、アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間が【増えた人】より【増えなかった人】の割合が高かった。（図表 2-1-1）
- ◆ 増加の割合では、ゲームの時間が 24.3%と最も高く、次いでアルコール摂取量（12.2%）、ギャンブルの時間（3.1%）と続いた。（図表 2-1-1）
- ◆ アルコール摂取量は、性別では、女性より男性の方が【増えた人】の割合が高く、年代では、20～29歳・40代は、50代・60代以上と比べ【増えた人】の割合が高かった。（図表 2-1-2）
- ◆ ギャンブルの時間は、性別では、女性より男性の方が【増えた人】の割合が高かった。年代では、統計的有意差は見られなかった。（図表 2-1-3）
- ◆ ゲームの時間は、性別では、統計的有意差は見られなかった。年代では、18～29歳が、他の年代に比べ【増えた人】の割合が高く、30代・40代は、50代・60代以上に比べ【増えた人】の割合が高かった。（図表 2-1-4）
- ◆ アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間が【増えた人】は、【増えなかった人】に比べ、【ストレスあり】の割合が高かった。（図表 2-1-5）

【図表 2-1-1】

Q16.緊急事態宣言前（令和2年4月6日以前）に比べ、アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間はどのように変わりましたか。
SA

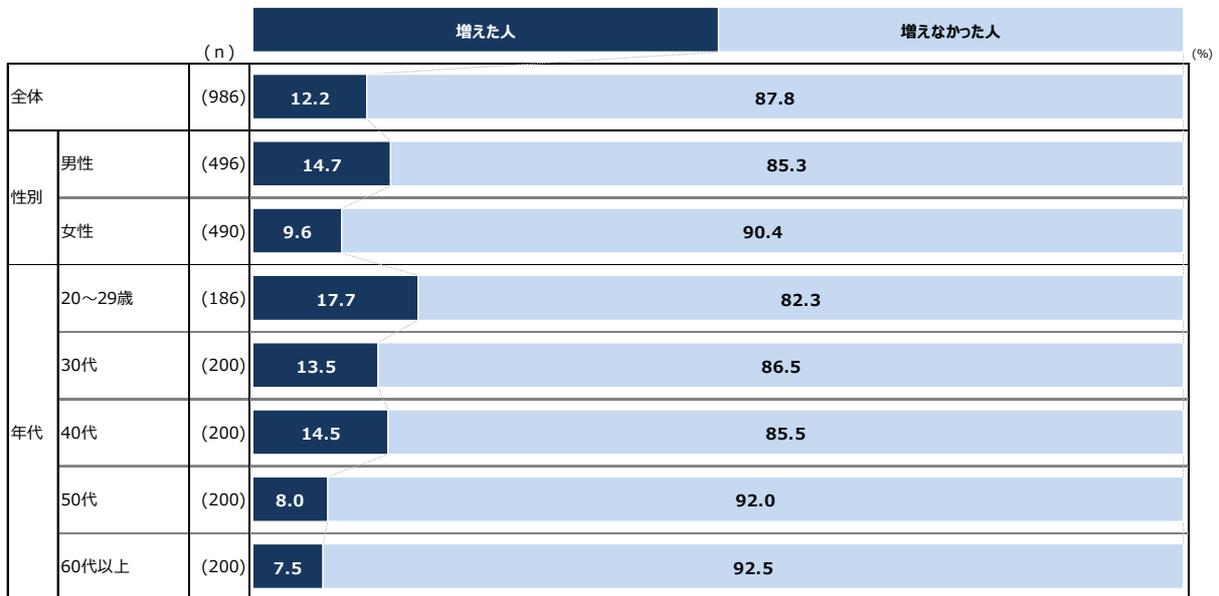
	n	増えた	減った	変わらない	【増えた人】	【増えなかった人】
1.アルコール摂取量	986	120	141	725	120	866
	100.0	12.2	14.3	73.5	12.2	87.8
2.ギャンブルの時間	1000	31	117	852	31	969
	100.0	3.1	11.7	85.2	3.1	96.9
3.ゲームの時間	1000	243	73	684	243	757
	100.0	24.3	7.3	68.4	24.3	75.7



【図表 2-1-2】

性別・年代とアルコール摂取量の変化との関係性

アルコール摂取量		n	【増えた人】	【増えなかった人】	
全体		986	120	866	
		100.0	12.2	87.8	
性別	男性	496	73	423	女性との差 p値=0.01384
	女性	490	47	443	
		100.0	9.6	90.4	
年代	20～29歳	186	33	153	50代との差 p値=0.00407
		100.0	17.7	82.3	60代以上との差 p値=0.00231
	30代	200	27	173	
		100.0	13.5	86.5	
	40代	200	29	171	50代との差 p値=0.03968
	100.0	14.5	85.5	60代以上との差 p値=0.02527	
	50代	200	16	184	
	100.0	8.0	92.0		
	60代以上	200	15	185	
	100.0	7.5	92.5		

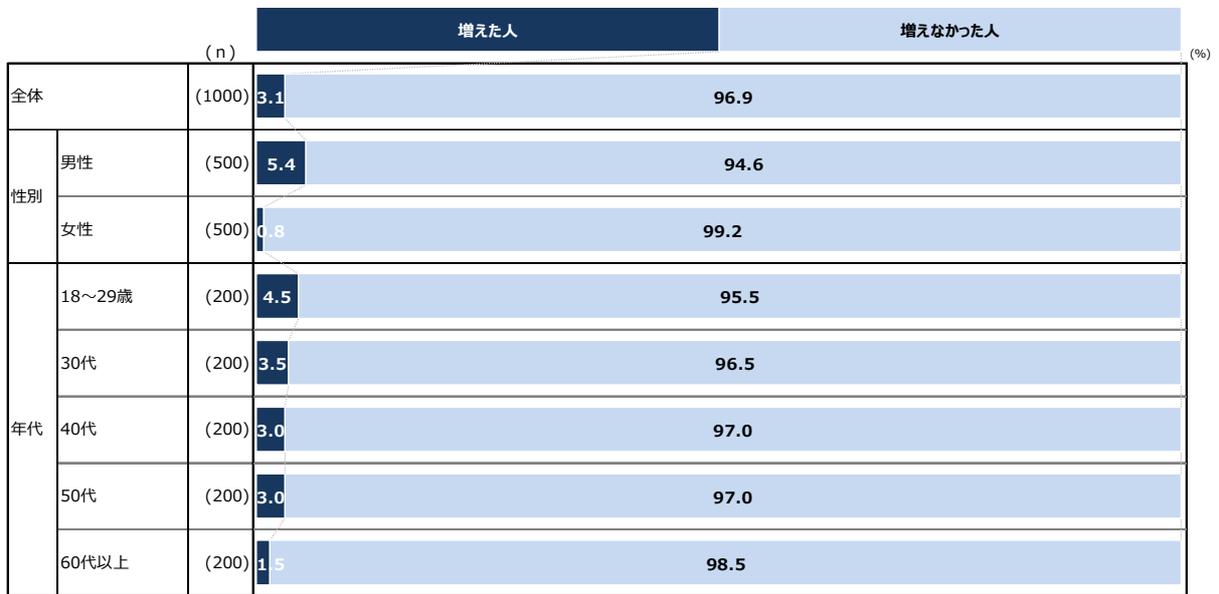


【図表 2-1-3】

性別・年代とギャンブルの時間の変化との関係性

ギャンブルの時間		n	【増えた人】	【増えなかった人】
全体		1000 100.0	31 3.1	969 96.9
性別	男性	500 100.0	27 5.4	473 94.6
	女性	500 100.0	4 0.8	496 99.2
年代	18～29歳	200 100.0	9 4.5	191 95.5
	30代	200 100.0	7 3.5	193 96.5
	40代	200 100.0	6 3.0	194 97.0
	50代	200 100.0	6 3.0	194 97.0
	60代以上	200 100.0	3 1.5	197 98.5

女性との差 p値=0.00003

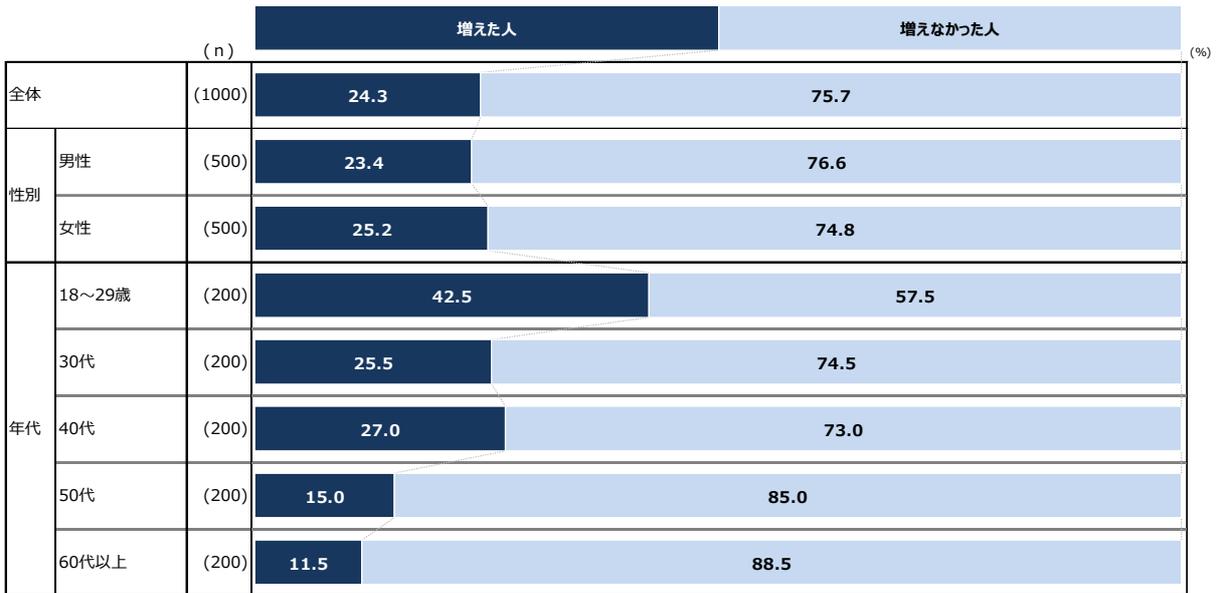


【図表 2-1-4】

性別・年代とゲームの時間の変化との関係性

ゲームの時間		n	〔増えた人〕	〔増えなかった人〕
全体		1000	243	757
		100.0	24.3	75.7
性別	男性	500	117	383
		100.0	23.4	76.6
性別	女性	500	126	374
		100.0	25.2	74.8
年代	18～29歳	200	85	115
		100.0	42.5	57.5
	30代	200	51	149
		100.0	25.5	74.5
	40代	200	54	146
		100.0	27.0	73.0
年代	50代	200	30	170
		100.0	15.0	85.0
年代	60代以上	200	23	177
		100.0	11.5	88.5

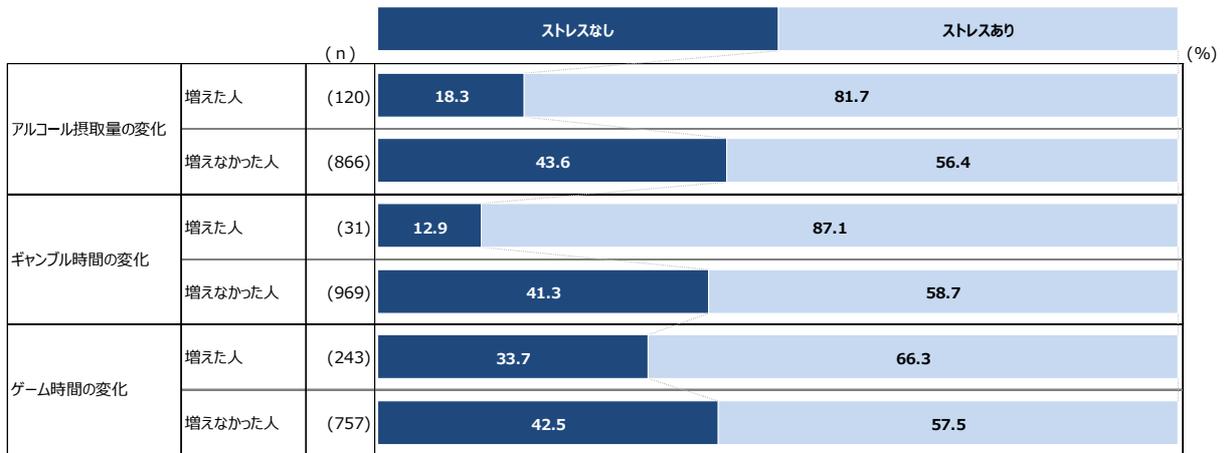
30代との差 p値=0.00033 50代との差 p値=0.00000
 40代との差 p値=0.00113 60代以上との差 p値=0.00000
 50代との差 p値=0.00898
 60代以上との差 p値=0.00031
 50代との差 p値=0.00322
 60代以上との差 p値=0.00008



【図表 2-1-5】

アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間の変化とストレスの有無との関係性

		n	【 ス ト レ ス な し 】	【 ス ト レ ス あ り 】	
アルコール摂取量の変化	増えた人	120 100.0	22 18.3	98 81.7	増えなかった人との差 p値=0.00000
	増えなかった人	866 100.0	378 43.6	488 56.4	
ギャンブル時間の変化	増えた人	31 100.0	4 12.9	27 87.1	増えなかった人との差 p値=0.00153
	増えなかった人	969 100.0	400 41.3	569 58.7	
ゲーム時間の変化	増えた人	243 100.0	82 33.7	161 66.3	増えなかった人との差 p値=0.01510
	増えなかった人	757 100.0	322 42.5	435 57.5	



2-2 (参考) 収入の変化について

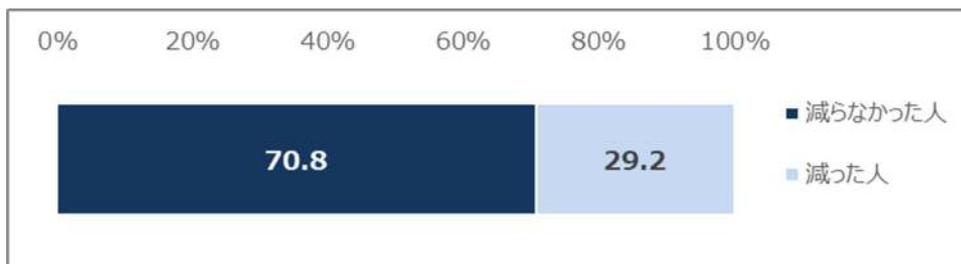
緊急事態宣言前（令和2年4月6日以前）と比べた収入の変化について調査し、性別・年代によって差があるか検証した。また、変化によって、ストレスの有無に差があるか検証した。

- ✓ 検証にあたり、収入について、増えた人・変わらない人を【減らなかった人】、減った人を【減った人】と定義した。
- ◆ 全体では、収入が【減らなかった人】は70.8%、【減った人】は29.2%となった。（図表2-2-1）
- ◆ 収入の変化について、性別では、統計的有意差は見られなかった。年代では、60代以上は、その他の年代に比べ、収入が【減らなかった人】の割合が高かった。（図表2-2-2）
- ◆ 収入が【減った人】は、【減らなかった人】に比べ、【ストレスあり】の割合が高かった。（図表2-2-3）

【図表 2-2-1】

Q17.緊急事態宣言前（令和2年4月6日以前）に比べ、今のあなたの収入は増えましたか、減りましたか。
SA

	n	%
全体	1000	100.0
増えた	44	4.4
変わらない	664	66.4
減った	292	29.2
減らなかった人	708	70.8
減った人	292	29.2

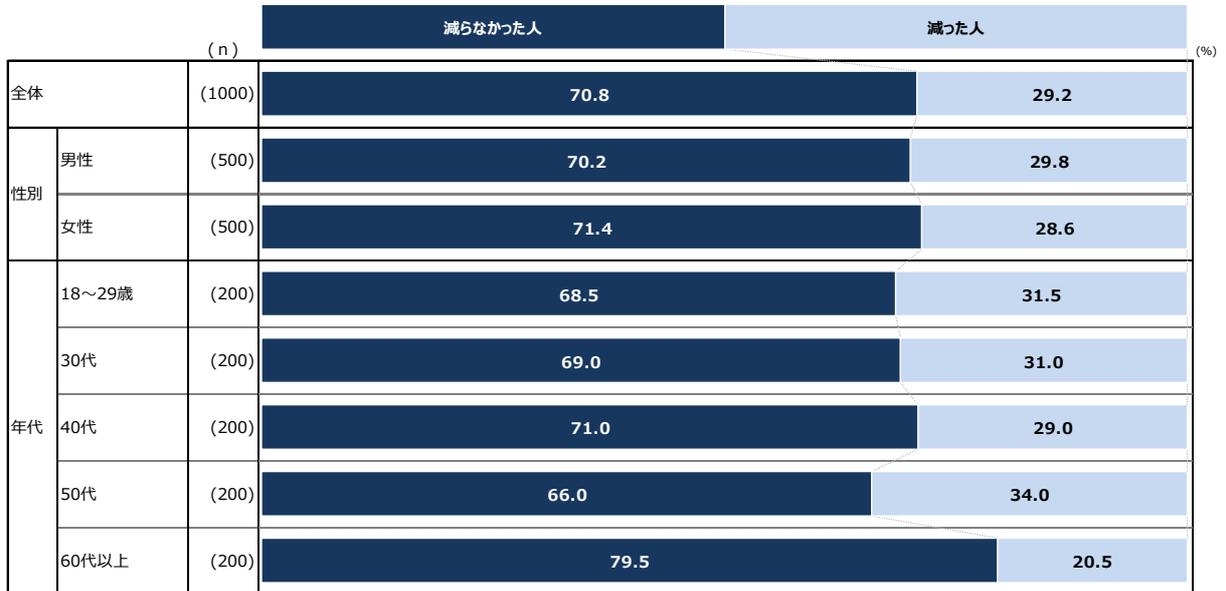


【図表 2-2-2】

性別・年代と収入の変化との関係性

収入		n	〔減 ら な か つ た 人〕	〔減 つ た 人〕
全体		1000	708	292
		100.0	70.8	29.2
性別	男性	500	351	149
		100.0	70.2	29.8
性別	女性	500	357	143
		100.0	71.4	28.6
年代	18~29歳	200	137	63
		100.0	68.5	31.5
	30代	200	138	62
		100.0	69.0	31.0
	40代	200	142	58
		100.0	71.0	29.0
年代	50代	200	132	68
		100.0	66.0	34.0
年代	60代以上	200	159	41
		100.0	79.5	20.5

18~29歳との差 p値=0.01215 40代との差 p値=0.04888
 30代との差 p値=0.01634 50代との差 p値=0.00243



【図表 2-2-3】

収入の変化とストレスの有無との関係性

		n	【 ス ト レ ス な し 】	【 ス ト レ ス あ り 】
全体		1000 100.0	404 40.4	596 59.6
収入の変化	減らなかった人	708 100.0	309 43.6	399 56.4
	減った人	292 100.0	95 32.5	197 67.5

減った人との差 p値=0.00113



3. ストレス解消方法について

ストレス解消方法について調査し、性別・年代によってストレス解消方法に差があるか検証した。また、ストレス解消方法の数によって、ストレスの有無に差があるか検証した。

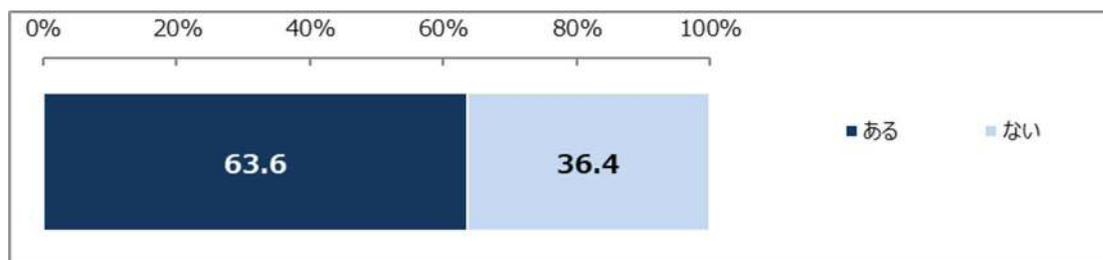
- ✓ 検証にあたり、ストレス解消方法が【1個以下の人】と【2個以上の人】で区分した。
- ◆ 全体では、ストレス解消方法が「ある」と回答した割合は63.6%、「なし」は36.4%となった。(図表 3-1-1)
- ◆ ストレス解消方法について、「寝る」と回答した割合が49.4%と最も高く、次いで「テレビを見る(49.2%)」、「好きな音楽を聴く(34.1%)」と続いた。(図表 3-1-2)
- ◆ 全体では、ストレス解消方法が【1個以下の人】の割合は47.7%、【2個以上の人】は、52.3%となった。(図表 3-1-3)
- ◆ ストレス解消方法の数について、性別・年代では、統計的有意差は見られなかった。(図表 3-1-4)
- ◆ ストレス解消方法が【1個以下の人】は、【2個以上の人】に比べ、【ストレスあり】の割合が高かった。(図表 3-1-5)

【図表 3-1-1】

Q19.あなたには、現在ストレスを解消する方法がありますか。

SA

	n	%
全体	1000	100.0
ある	636	63.6
ない	364	36.4

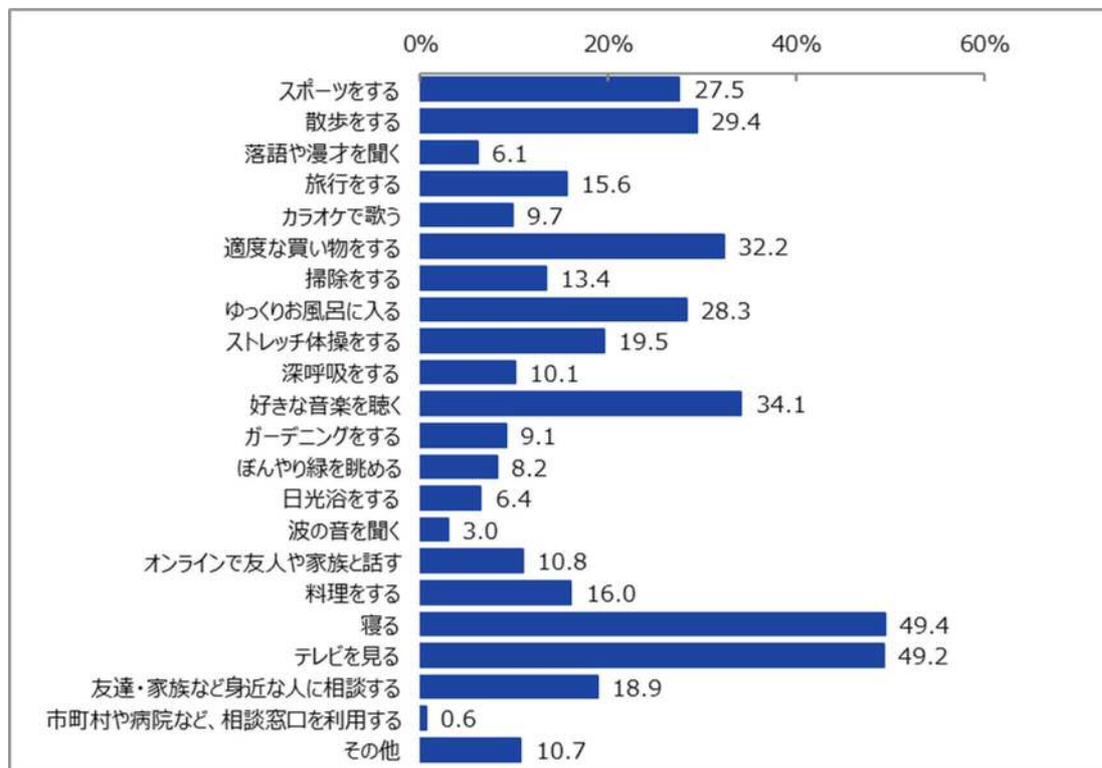


【図表 3-1-2】

Q20.あなたのストレス解消方法について、あてはまるものをすべて選んでください。(いくつでも)

MA

	n	%
全体	636	100.0
1 スポーツをする	175	27.5
2 散歩をする	187	29.4
3 落語や漫才を聞く	39	6.1
4 旅行をする	99	15.6
5 カラオケで歌う	62	9.7
6 適度な買い物をする	205	32.2
7 掃除をする	85	13.4
8 ゆっくりお風呂に入る	180	28.3
9 ストレッチ体操をする	124	19.5
10 深呼吸をする	64	10.1
11 好きな音楽を聴く	217	34.1
12 ガーデニングをする	58	9.1
13 ぼんやり緑を眺める	52	8.2
14 日光浴をする	41	6.4
15 波の音を聞く	19	3.0
16 オンラインで友人や家族と話す	69	10.8
17 料理をする	102	16.0
18 寝る	314	49.4
19 テレビを見る	313	49.2
20 友達・家族など身近な人に相談する	120	18.9
21 市町村や病院など、相談窓口を利用する	4	0.6
22 その他	68	10.7



【図表 3-1-3】

ストレス解消方法の個数

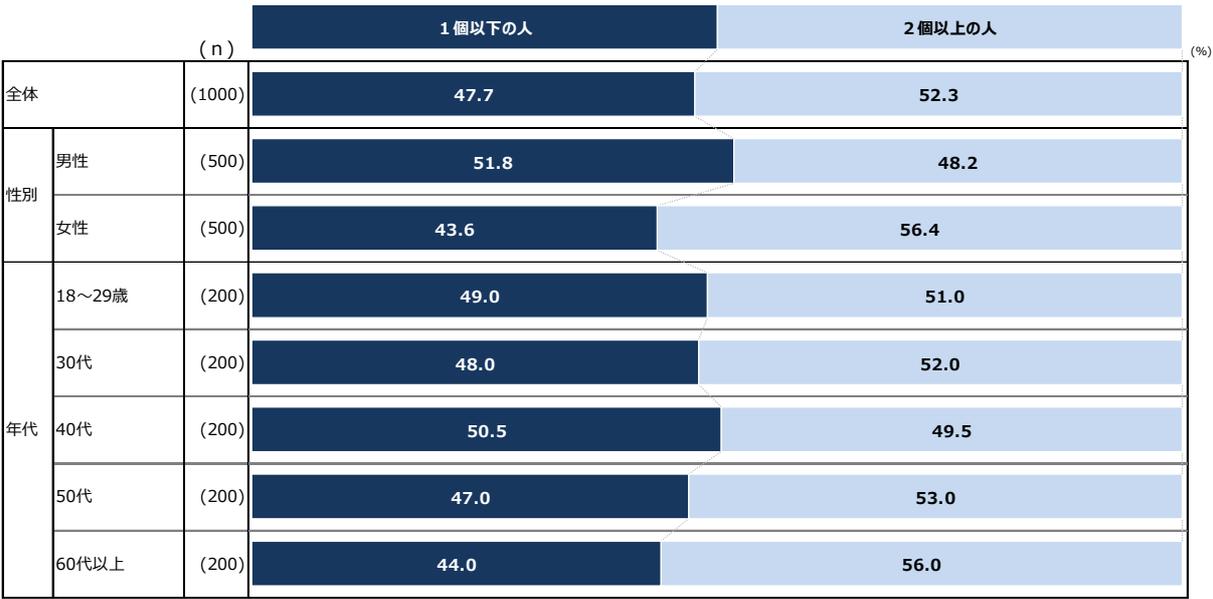
	n	%
全体	1000	100.0
ストレス解消方法0個	364	36.4
ストレス解消方法1個	113	11.3
ストレス解消方法2～5個	374	37.4
ストレス解消方法6～10個	131	13.1
ストレス解消方法11個以上	18	1.8
ストレス解消方法1個以下の人	477	47.7
ストレス解消方法2個以上の人	523	52.3



【図表 3-1-4】

性別・年代とストレス解消方法との関係性

		n	〔1個以下の人〕	〔2個以上の人〕
全体		1000 100.0	477 47.7	523 52.3
性別	男性	500 100.0	259 51.8	241 48.2
	女性	500 100.0	218 43.6	282 56.4
年代	18～29歳	200 100.0	98 49.0	102 51.0
	30代	200 100.0	96 48.0	104 52.0
	40代	200 100.0	101 50.5	99 49.5
	50代	200 100.0	94 47.0	106 53.0
	60代以上	200 100.0	88 44.0	112 56.0



【図表 3-1-5】

ストレス解消方法の数とストレスの有無との関係性

		n	【 ス ト レ ス な し 】	【 ス ト レ ス あ り 】
全体		1000	404	596
		100.0	40.4	59.6
ストレス解消方法の 個数	1個以下の人	477	160	317
	2個以上の人	523	244	279
		100.0	46.7	53.3

2個以上の人との差 p値=0.00002



4. (参考) 大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアの相談先について

大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアの相談先の認知度について調査した。

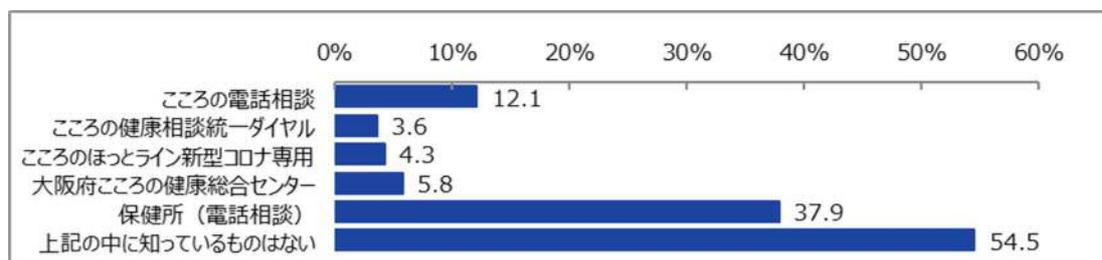
- ◆ こころのケアの相談先のうち、「知っているものはない (54.5%)」を除くと、「保健所 (電話相談)」が 37.9% となり、最も認知度が高かった。(図表 4-1)
- ◆ こころのケアの相談先を知っている人の中でも、9 割以上の方は、こころのケアの相談先を利用したことがなかった。(図表 4-2)
- ◆ こころのケアの相談先を知った媒体では、「テレビ・ラジオ」が 54.9% で最も高く、次いで「大阪府ホームページ(28.6%)」「SNS (Twitter 等) (21.8%)」となった。(図表 4-3)
- ◆ こころのケアの相談先を知った媒体について、すべての年代で「テレビ・ラジオ」の割合が最も高かったが、18~29 歳では「SNS (Twitter 等)」、「大阪府ホームページ」と続き、30 代・40 代は「大阪府ホームページ」、「SNS (Twitter 等)」、50 代では「大阪府ホームページ」、「新聞・広報誌などの紙媒体」、60 代以上では「新聞・広報誌などの紙媒体」、「大阪府ホームページ」と続いた。(図表 4-4)

【図表 4-1】

Q21.大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアの相談先で、あなたが知っているものをすべて選んでください。(いくつでも)

MA

	n	%
全体	1000	100.0
1 こころの電話相談 (06-6607-8814)	121	12.1
2 こころの健康相談統一ダイヤル (0570-064-556)	36	3.6
3 こころのほっとライン新型コロナ専用 (療養者・宿泊者のみ)	43	4.3
4 大阪府こころの健康総合センター (06-6691-2818)	58	5.8
5 保健所 (電話相談)	379	37.9
6 上記の中に知っているものはない	545	54.5



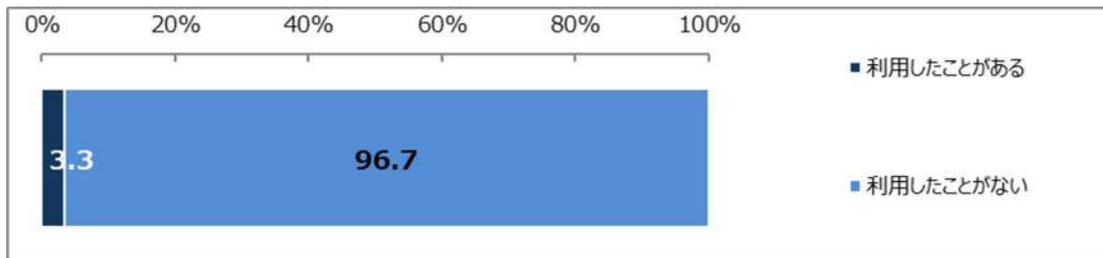
【図表 4-2】

〔こころのケアの相談先を知っていると回答した人への質問〕

Q22.大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアの相談先を利用したことがありますか。

SA

	n	%
全体	455	100.0
1 利用したことがある	15	3.3
2 利用したことがない	440	96.7



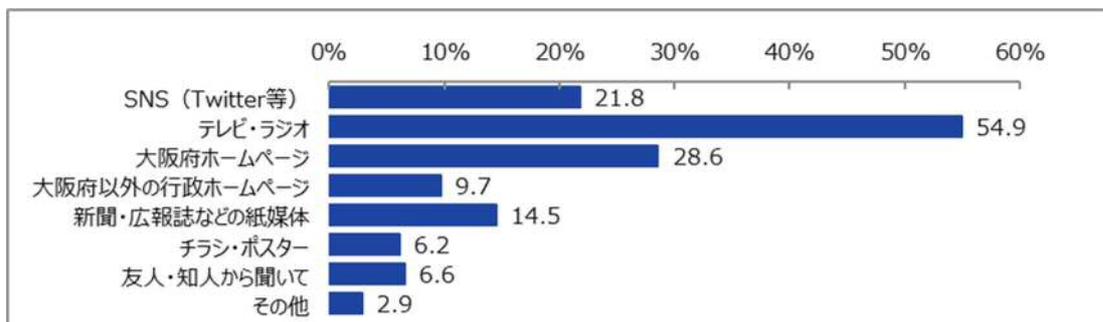
【図表 4-3】

〔こころのケアの相談先を知っている人と回答した人への質問〕

Q23.大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアの相談先を知った媒体について、あてはまるものをすべて選んでください。(いくつでも)

MA

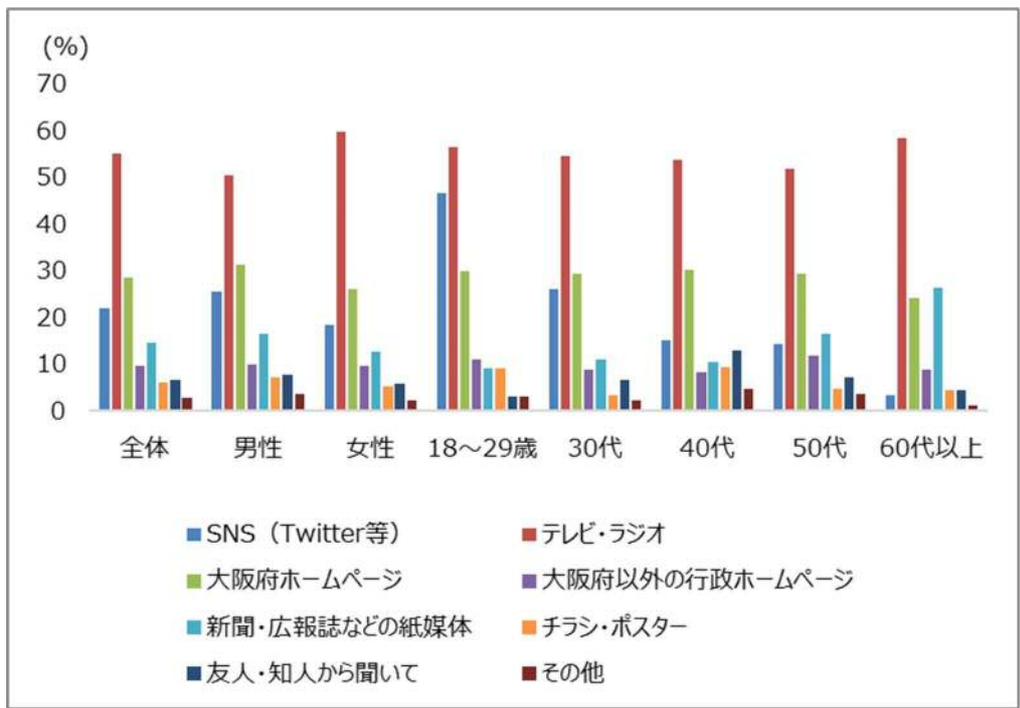
	n	%
全体	455	100.0
1 SNS (Twitter等)	99	21.8
2 テレビ・ラジオ	250	54.9
3 大阪府ホームページ	130	28.6
4 大阪府以外の行政ホームページ	44	9.7
5 新聞・広報誌などの紙媒体	66	14.5
6 チラシ・ポスター	28	6.2
7 友人・知人から聞いて	30	6.6
8 その他	13	2.9



【図表 4-4】

性別・年代と大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するところのケアの相談先を知った媒体との関係性

		n	SNS (Twitter等)	テレビ・ラジオ	大阪府ホームページ	大阪府以外の行政ホームページ	新聞・広報誌などの紙媒体	チラシ・ポスター	友人・知人から聞いて	その他
全体		455 100.0	99 21.8	250 54.9	130 28.6	44 9.7	66 14.5	28 6.2	30 6.6	13 2.9
性別	男性	225 100.0	57 25.3	113 50.2	70 31.1	22 9.8	37 16.4	16 7.1	17 7.6	8 3.6
	女性	230 100.0	42 18.3	137 59.6	60 26.1	22 9.6	29 12.6	12 5.2	13 5.7	5 2.2
年代	18～29歳	101 100.0	47 46.5	57 56.4	30 29.7	11 10.9	9 8.9	9 8.9	3 3.0	3 3.0
	30代	92 100.0	24 26.1	50 54.3	27 29.3	8 8.7	10 10.9	3 3.3	6 6.5	2 2.2
	40代	86 100.0	13 15.1	46 53.5	26 30.2	7 8.1	9 10.5	8 9.3	11 12.8	4 4.7
	50代	85 100.0	12 14.1	44 51.8	25 29.4	10 11.8	14 16.5	4 4.7	6 7.1	3 3.5
	60代以上	91 100.0	3 3.3	53 58.2	22 24.2	8 8.8	24 26.4	4 4.4	4 4.4	1 1.1



「新型コロナウイルス感染症による府民の精神的健康度の影響」に関するアンケート**■調査対象**

大阪府在住の 18～90 歳までの男女、
各世代（18～29 歳、30 代、40 代、50 代、60 代以上）200 サンプル（男女均等割）
計 1,000 サンプル

■予備質問

SC1. あなたは、現在どなたと一緒に暮らしていますか。あてはまるものをすべて選んでください。（いくつでも）

- 1 父母（配偶者の父母を含む）
- 2 兄弟、または姉妹
- 3 配偶者
- 4 祖父母（配偶者の祖父母を含む）
- 5 中学生以下の子ども・孫
- 6 高校生以上の子ども・孫
- 7 一人暮らし
- 8 その他

SC2. あなたの職業について、あてはまるものを一つ選んでください。

- 1 会社役員・団体役員
- 2 会社員（正規雇用）
- 3 会社員（派遣、契約など非正規雇用）
- 4 公務員・団体職員
- 5 パート・アルバイト
- 6 自営業・自由業
- 7 医療職、医療者（医療従事者）
- 8 家内労働・在宅ワーカー
- 9 専業主婦（夫）
- 10 無職
- 11 学生
- 12 その他

■本質問

Q15. 現在のあなたの状況について教えてください。

どれくらいの頻度で、次の事がありますか。

あてはまるものをそれぞれ一つ選んでください。

		い つ も	た い て い	と き ど き	少 し だ け	全 く な い
1	心配事や気がかりなことがあると感じる					
2	絶望的だと感じる					
3	そわそわ、落ち着かなく感じる					
4	気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れないように感じる					
5	何をするにも普段以上に労力が必要だと感じる					
6	自分は価値のない人間だと感じる					

Q16. 緊急事態宣言前（令和2年4月6日以前）に比べ、アルコール摂取量、ギャンブルの時間、ゲームの時間はどのように変わりましたか。

		増 え た	減 っ た	変 わ ら な い
1	アルコール摂取量			
2	ギャンブルの時間			
3	ゲームの時間			

Q17. 緊急事態宣言前（令和2年4月6日以前）に比べ、今のあなたの収入は増えましたか、減りましたか。

- 1 増えた
- 2 減った
- 3 変わらない

Q18. あなたは、1日に平均してどれくらいの時間新型コロナウイルス感染症に関する情報を検索していますか。

- 1 1時間未満
- 2 1時間以上、4時間未満
- 3 4時間以上、6時間未満
- 4 6時間以上
- 5 検索していない

Q19. あなたには、現在ストレスを解消する方法がありますか。

- 1 ある
- 2 ない

Q20. 【Q19=1：ある人】

あなたのストレス解消方法について、あてはまるものをすべて選んでください。

- 1 スポーツをする
- 2 散歩をする
- 3 落語や漫才を聞く
- 4 旅行をする
- 5 カラオケで歌う
- 6 適度な買い物をする
- 7 掃除をする
- 8 ゆっくりお風呂に入る
- 9 ストレッチ体操をする
- 10 深呼吸をする
- 11 好きな音楽を聴く
- 12 ガーデニングをする
- 13 ぼんやり緑を眺める
- 14 日光浴をする
- 15 波の音を聞く
- 16 オンラインで友人や家族と話す
- 17 料理をする
- 18 寝る
- 19 テレビを見る
- 20 友達・家族など身近な人に相談する
- 21 市町村や病院など、相談窓口を利用する
- 22 その他

Q21. 大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアの相談先で、あなたが知っているものをすべて選んでください。

- 1 こころの電話相談（06-6607-8814）
- 2 こころの健康相談統一ダイヤル（0570-064-556）
- 3 こころのほっとライン新型コロナ専用（療養者・宿泊者のみ）
- 4 大阪府こころの健康総合センター（06-6691-2818）
- 5 保健所（電話相談）
- 6 知っているものはない

Q22. 【Q21=6：知っているものはない 以外】

大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアの相談先を利用したことがありますか。

- 1 利用したことがある
- 2 利用したことがない

Q23. 【Q21=6：知っているものはない 以外】

大阪府の新型コロナウイルス感染症に関するこころのケアの相談先を知った媒体について、あてはまるものをすべて選んでください。

- 1 SNS（Twitter 等）
- 2 テレビ・ラジオ
- 3 大阪府ホームページ
- 4 大阪府以外の行政ホームページ
- 5 新聞・広報誌などの紙媒体
- 6 チラシ・ポスター
- 7 友人・知人から聞いて
- 8 その他