

社会調査支援機構

チキ  ラボ

# 第6回 社会抑うつ度調査 2022年8月分析結果

## メディア報道と精神的健康に関する 調査

# 目次

## 1. 精神的健康の変化

- ・抑うつ／不安感／孤独感／人生満足感
- ・精神的健康：まとめ

## 2. ニュースの視聴と精神的健康

### 2-1 ニュース視聴量と精神的健康

- ・質問項目
- ・ニュース視聴量と精神的健康の関連
- ・ニュース視聴と精神的健康の関連（年齢別）

### 2-2 視聴内容と精神的健康

- ・視聴内容：単純集計
- ・コロナや感染症に関するニュースと精神的健康の関連（年齢別）
- ・日本の事件、犯罪、テロに関するニュースと精神的健康の関連（年齢別）
- ・日本の政治や宗教に関するニュースと精神的健康の関連（年齢別）
- ・ウクライナ戦争に関するニュースと精神的健康の関連（年齢別）
- ・スポーツ選手の引退に関するニュースと精神的健康の関連（年齢別）
- ・まとめ

### 2-2 視聴メディアの種類と精神的健康

- ・視聴メディアの種類：単純集計
- ・視聴メディアの種類と精神的健康（全体）
- ・視聴メディアの種類と精神的健康（年齢別）
- ・まとめ

## 引用文献

# 1. 精神的健康の変化

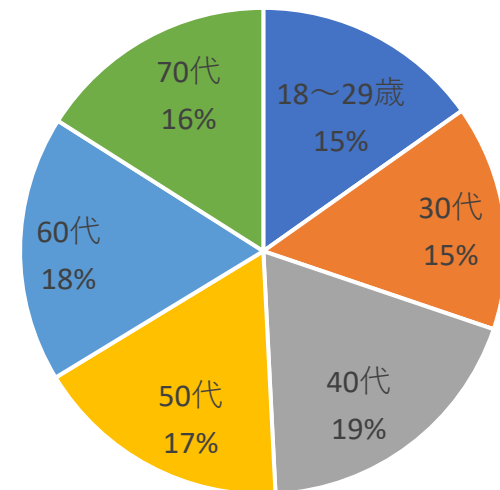
## 調査方法

- 調査方法：WEBアンケート
- 調査実施日：2022年8月3日（水）～2022年8月19日（金）
- 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（総務省統計局「人口推計」2018年10月1日現在人口（2019年4月12日発表），<http://www.stat.go.jp/data/jinsui/2018np/index.html>）に合わせて、調査対象者の割付を行った。調査に際し、サテイスフェイス検出項目を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：各調査回につき1000名

※ 2021年11月までは毎月、それ以降は3か月に1回調査を実施している。

## 回答者の性別・年齢

- 男性 496人（49.6%）・女性 504人（50.4%）
- 50.1歳（SD = 16.05）



回答者の年齢分布

## 精神的健康の推移

### 精神的健康

- 抑うつ：PHQ-9（村松, 2014）を使用
- 不安障害：GAD=7（村松, 2014）を使用 ⇒ 中度以上の人の割合を指標とした
- 孤独感：3項目孤独感尺度（Igarashi, 2019）を使用
- 人生満足度：SWLS（角野, 1995） ⇒ 平均値を指標とした

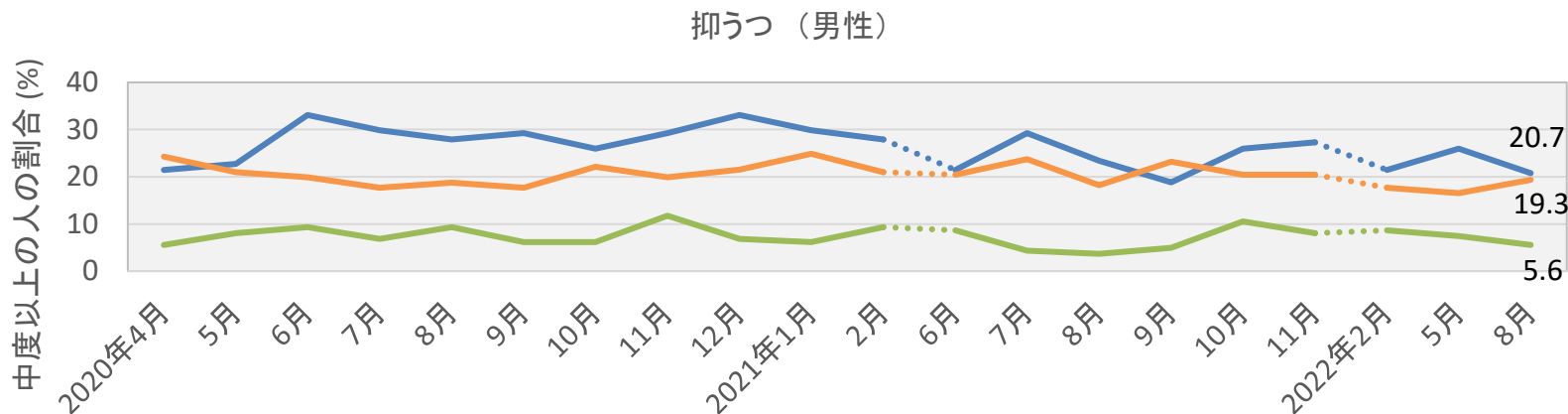
2022年5月以前のデータについては、社会調査支援機構チキラボの第1回～第4回「社会抑うつ度調査」報告書に基づいています。（参照：<https://chikilab.theletter.jp/>）

また、2021年2月までのデータは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。しかし、調査対象者の性別・年齢・居住地等の割付条件は本調査と同じであり、人々の精神的健康の長期的な変遷について、ある程度の比較は可能だと考えています。

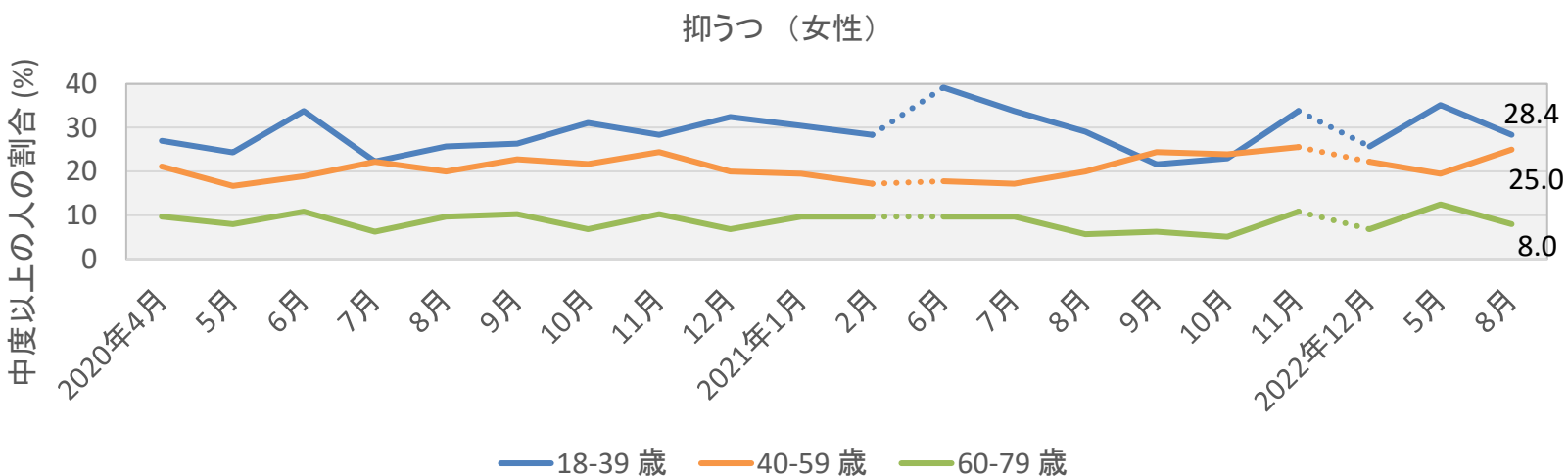
# 抑うつの推移

※ 抑うつが中度以上の人の割合

## 男性



## 女性



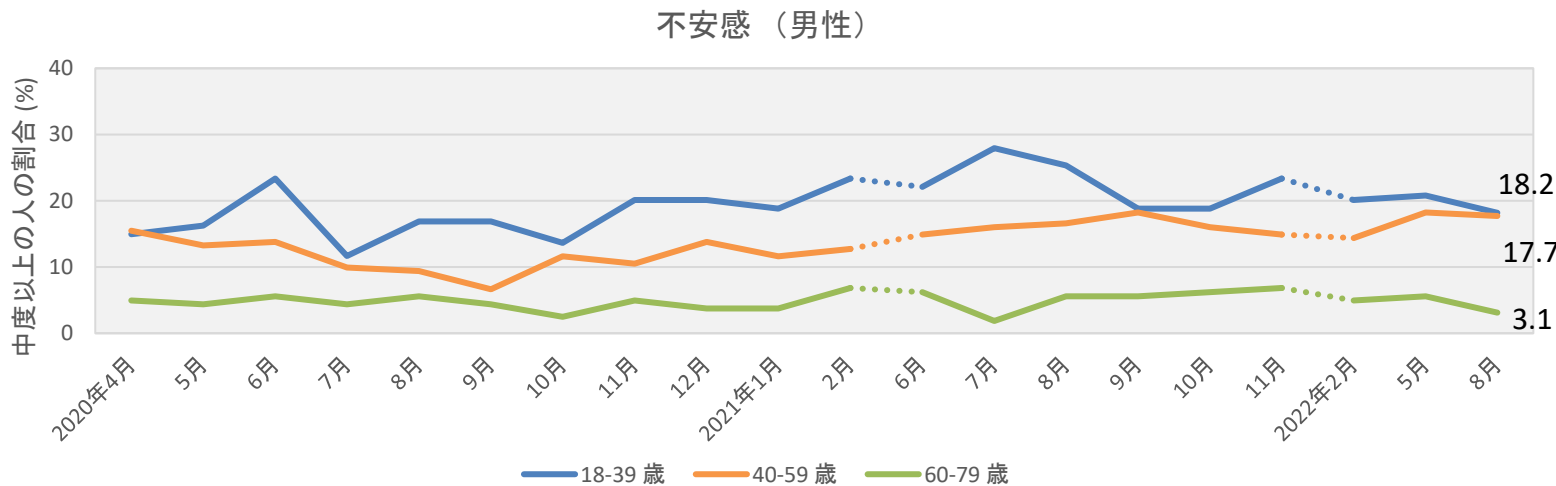
— 18-39歳 — 40-59歳 — 60-79歳

- これまでと同様、女性、特に若年層（18-39歳）中年層（40-59歳）の女性で抑うつの高い人が多い傾向が見られた。
- 男女ともに、今年5月調査と比較して、若年層（18-39歳）高齢層（60-79歳）で抑うつの高い人が減少し、中年層（40-59歳）で増加している傾向が見られたが、統計的に有意な変化ではなかった。

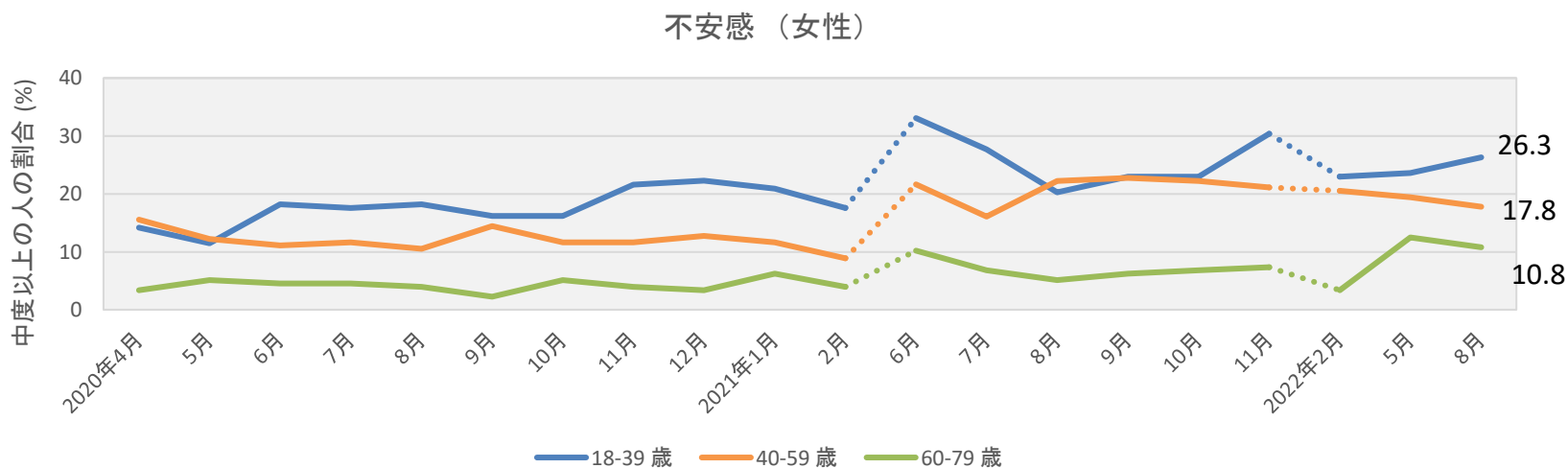
# 不安感の推移

※ 不安感が中度以上の人の割合

男性



女性



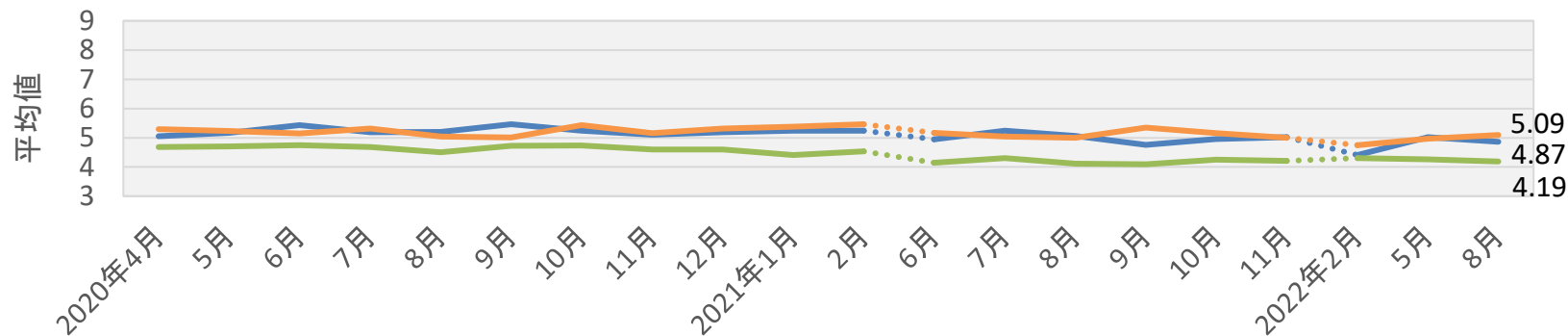
- 今年の5月の調査と比較して、男女ともに有意な変化はなかった。
- 5月の調査では、それ以前と比べて、高齢女性（60-79歳）で不安感の高い人が有意に多かったが、今回の調査でも引き続き高齢女性の不安感が高いままだった。

# 孤独感の推移

※ 孤独感の平均値

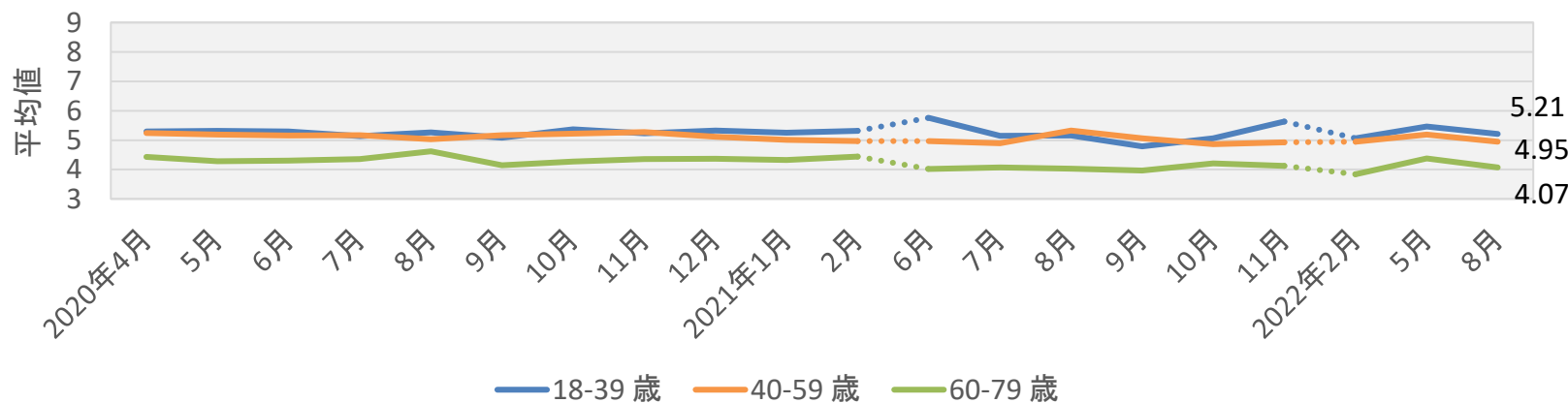
男性

孤独感（男性）



女性

孤独感（女性）



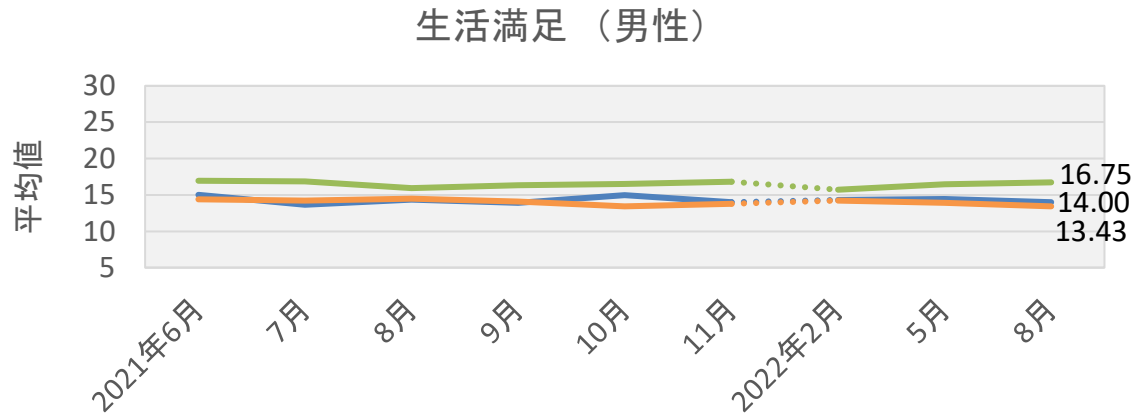
- 今年の5月の調査と比較して、男女ともに、有意な変化はなかった。



# 人生満足感の推移

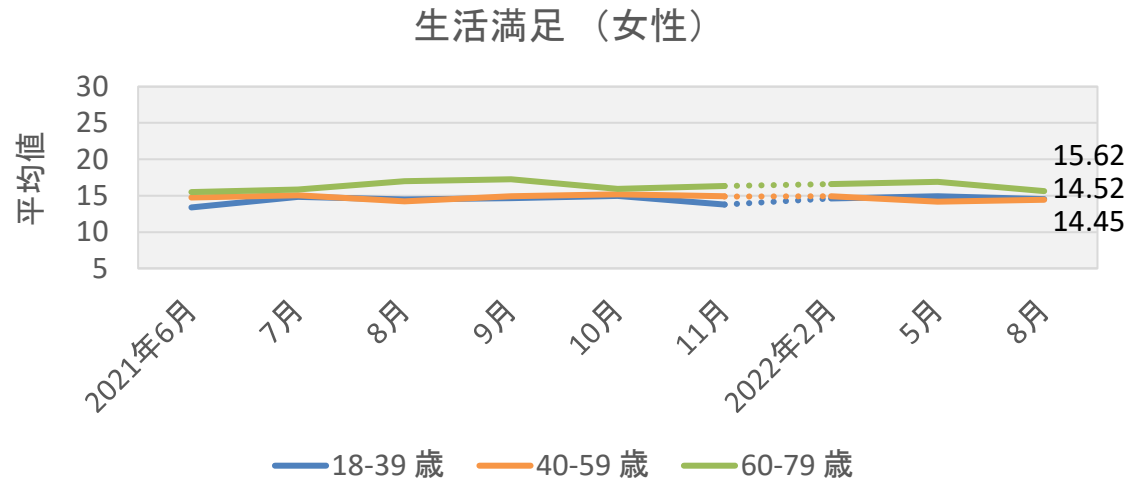
※ 人生満足感の平均値

## 男性



※ 人生満足感については、2021年6月から調査を開始したため、それ以前のデータはありません。

## 女性



- 今年5月の調査と比べて、高齢女性（60-79歳）の人生満足感が低下していたが、全体的には大きな変化はなかった。<sup>a)</sup>

a) t検定による分析で5%水準で有意

## 精神的健康：まとめ

- 全般的に、これまでの調査と同様、女性が男性より精神的健康が悪く、年齢が若いほど精神的健康が悪いという傾向が見られた。
  - 2022年5月時点と比較して、大きな変化はなかった。
- ⇒ **ウクライナ戦争の継続、また7月には安倍元首相の暗殺などのショッキングな事件があったが、全体的には精神的健康の悪化は見られなかった。**
- 高齢女性（60-79歳）の人生満足感は有意に低下していた。
  - 5月調査の時点で、それ以前より、高齢女性（60-79歳）の不安感が高い人が増加している傾向があったが、その傾向が維持されていたと言える。
- ⇒ **高齢女性の精神的健康は若年・中年層に比べて良いが、最近の傾向として悪化しているため、注意が必要である。**

## 2. ニュースの視聴と精神的健康

## ニュース視聴量：質問項目

問 この1週間、ニュースを見聞きするために、各メディアにどれくらい触れましたか。  
この1週間に触れたおおよその時間を教えてください。

(選択肢：20時間以上／10時間から20時間未満／5時間から10時間未満／週に1時間から5時間未満  
／週に1時間未満／全く触れていない)

- 日本のテレビ
- 雑誌・書籍
- 新聞
- ラジオ（radikoやradioクラウドを含む）
- podcastやSpotifyなど、音声配信メディア
- YouTubeやYikTokなどの動画メディア
- TwitterなどのSNS
- 家族や友人、同僚などとの会話（LINEやメールなど含む）
- 国内のニュースサイト
- 海外のメディア

各メディアでの視聴量を合計し、  
ニュース視聴量の変数とした。

## ニュース視聴量と精神的健康の関連（抑うつ・不安）

抑うつ・不安の中程度以上を従属変数としたロジスティック回帰分析<sup>a)</sup>

	オッズ比	
	抑うつ	不安感
<b>ニュース視聴量</b>	<b>1.234</b>	<b>1.460**</b>
性別（女性=1, 男性=0）	1.777**	1.766**
年齢	.959***	.961***
就労状態（現在仕事をしている=1, していない=0）	.728	.773
非正規就業（非正規就業=1, それ以外=0）	.750	.883
婚姻状態（現在結婚している=1, それ以外=0）	.845	1.073
1人暮らし（1人暮らし=1, それ以外=0）	1.340	1.281
学歴（1=中学校～5=大学・大学院）	.972	.899
主観的経済状態（1=悪くなった～7=良くなった）	.457***	.538***
社会経済的地位（1=上～5=下）	.625***	.570***
カイ二乗	143.1***	117.6***
自由度	10	10

† p<.10, \* p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

- ⇒ ニュース視聴量が多い人ほど、不安感が高い人が多かった。
- ⇒ ニュース視聴量と抑うつには関連がなかった。

a) 抑うつ・不安がそれぞれ中程度以上を1、中程度未満を0としたロジスティック回帰分析。オッズ比が1より大きいほど中程度以上の人が多く、1より小さいほど少ない。

## 年齢によるニュース視聴量と精神的健康の関連度の違い

抑うつ・不安の中程度以上を従属変数としたロジスティック回帰分析<sup>a)</sup>

	若年層 (20-39歳)		中年層 (40-59歳)		高年層 (60-79歳)	
	抑うつ	不安感	抑うつ	不安感	抑うつ	不安感
<b>ニュース視聴量</b>	1.313	<b>1.707**</b>	1.156	<b>1.494 †</b>	1.470	.796
性別 (女性=1, 男性=0)	1.901*	1.884*	1.872 †	1.257	1.035	3.452*
年齢	.987	.998	.944*	.948 †	1.031	1.029
就労状態 (現在仕事をしている=1, していない=0)	.754	.929	.490*	.451*	1.047	1.393
非正規就業 (非正規就業=1, それ以外=0)	.708	1.065	1.084	.940	.000	.538
婚姻状態 (現在結婚している=1, それ以外=0)	.767	1.209	.784	.914	1.974	3.558
1人暮らし (1人暮らし=1, それ以外=0)	.847	.619	1.354	1.784	6.553*	3.893
学歴 (1=中学校~5=大学・大学院)	1.044	1.014	1.002	.834	.889	.843
家計の状態 (1=悪くなった~7=良くなった)	.677 †	.628*	.362***	.516**	.277***	.378**
社会経済的地位 (1=上~5=下)	.550**	.496**	.667*	.540**	1.114	1.153
カイ二乗	32.2***	37.8***	63.3***	55.9***	35.4***	21.8*
自由度	10	10	10	10	10	10

† p<.10, \* p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

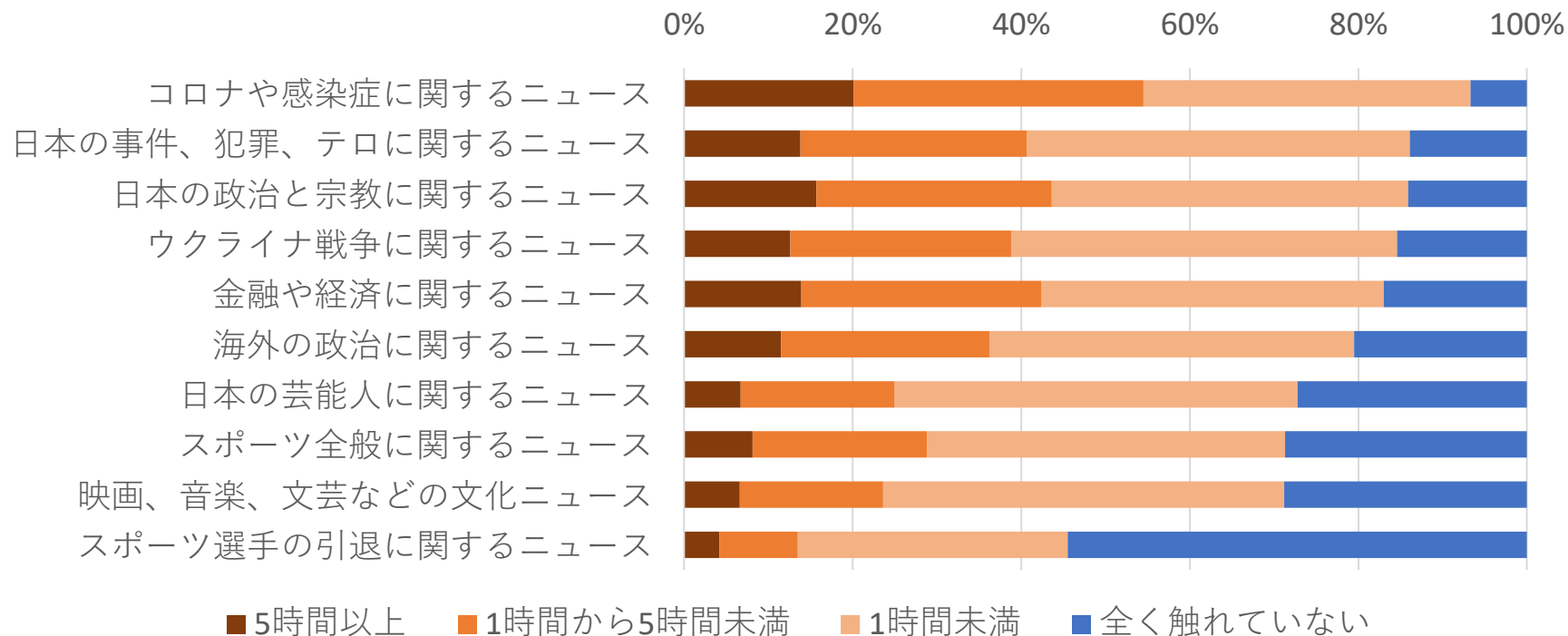
⇒ ニュース視聴量が多いほど不安感が高い傾向は、若い人ほど強く、高年層では見られなかった。

a) 抑うつ・不安がそれぞれ中程度以上を1、中程度未満を0としたロジスティック回帰分析。オッズ比が1より大きいほど中程度以上の人が多く、1より小さいほど少ない。

## 視聴されていたニュース内容

この1週間、以下のニュースにどれくらい触れましたか。おおよその時間を教えてください。

(選択肢：20時間以上／10時間から20時間未満／5時間から10時間未満／週に1時間から5時間未満／週に1時間未満／全く触れていない)



- コロナや感染症に関するニュース、日本の事件、犯罪、テロに関するニュース、政治と宗教に関するニュース、ウクライナ戦争に関するニュースが多く視聴されていた。
- 7月8日に安倍元首相が殺害された事件があり、またそれに関連して政治と宗教に関するニュースが多く報道されていたため、それらのニュースが多く視聴されていたことがわかる。

## 不安感の高さと関連のあったニュース内容

オレンジ字のニュースについて、視聴量が多い人ほど不安感が高いという関連が見られた。（次ページに分析結果）

- コロナや感染症に関するニュース
- 金融や経済に関するニュース
- 海外の政治に関するニュース
- **ウクライナ戦争に関するニュース**
- 日本の芸能人に関するニュース
- 日本の政治と宗教に関するニュース
- **日本の事件、犯罪、テロに関するニュース**
- **スポーツ選手の引退に関するニュース**
- **スポーツ全般に関するニュース**
- 映画、音楽、文芸などの文化ニュース

- 継続するウクライナ戦争や、7月8日に安倍元首相が殺害された事件などの惨事報道について、視聴した人ほど不安感が高かった。
- スポーツに関しては、7月19日にフィギュアスケートの羽生結弦選手の引退があり、「羽生ロス」を引き起こしたことが不安感と関連していると考えられる。
- コロナや感染症には既に慣れが生じ、不安感との関連が生じなかったのではないかと考えられる。



## (参考) ニュース内容と不安感の関連を示したロジスティック回帰分析

不安の中程度以上を従属変数としたロジスティック回帰分析<sup>a)</sup>

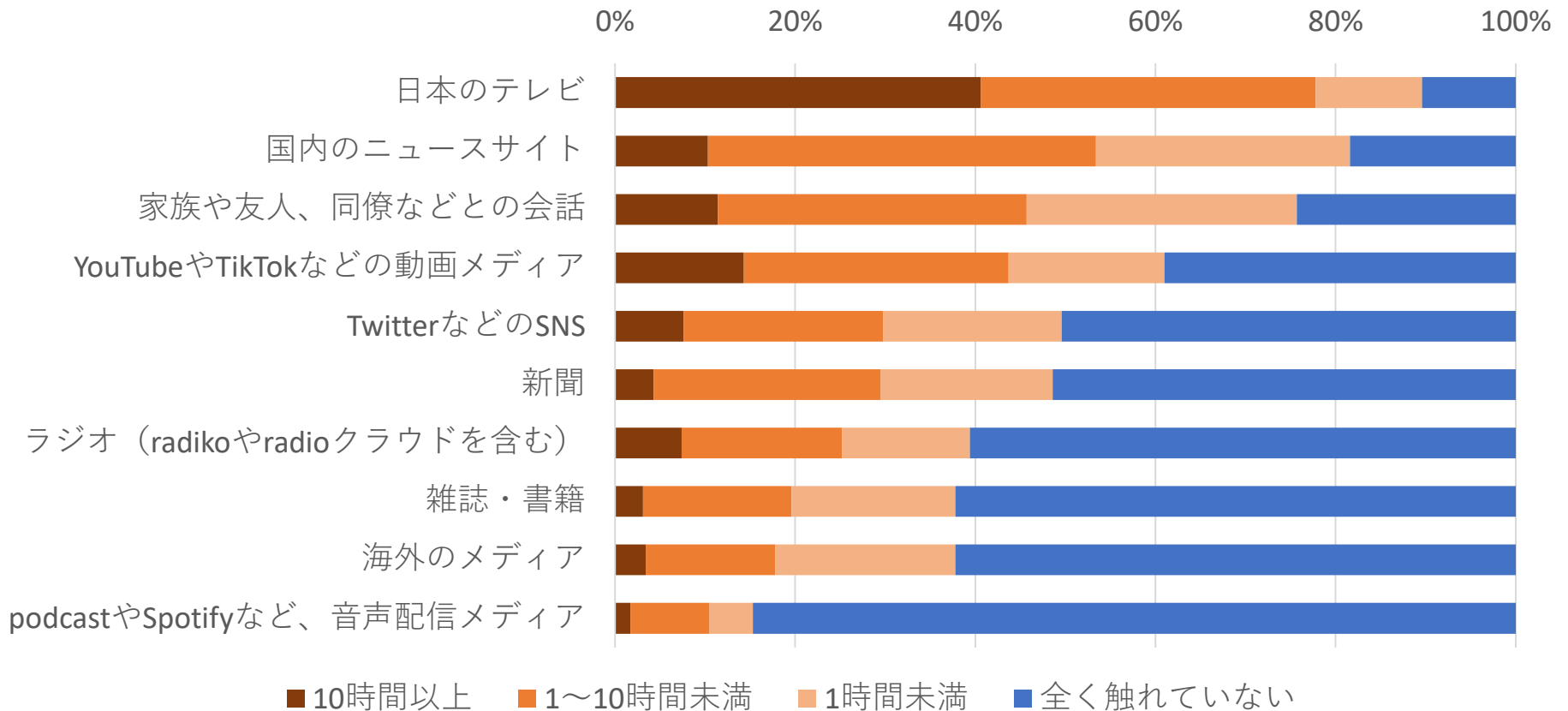
	ウクライナ 戦争	事件、犯罪 テロ	スポーツ選手の 引退	スポーツ 全般
<b>各ニュース内容の視聴量</b>	<b>1.225 *</b>	<b>1.210 *</b>	<b>1.416 ***</b>	<b>1.251 *</b>
性別 (女性=1, 男性=0)	1.794 **	1.760 **	1.849 **	1.923 **
年齢	.958 ***	.959 ***	.960 ***	.960 ***
就労状態 (現在仕事をしている=1, していない=0)	.804	.798	.801	.800
非正規就業 (非正規就業=1, それ以外=0)	.840	.858	.810	.825
婚姻状態 (現在結婚している=1, それ以外=0)	1.042	1.044	1.038	1.030
1人暮らし (1人暮らし=1, それ以外=0)	1.254	1.254	1.189	1.238
学歴 (1=中学校~5=大学・大学院)	.922	.921	.930	.927
家計の状態 (1=悪くなった~7=良くなった)	.533 ***	.522 ***	.524 ***	.519 ***
社会経済的地位 (1=上~5=下)	.579 ***	.586 **	.574 ***	.588 ***
カイ二乗	114.2 ***	113.6 ***	121.4 ***	115.2 ***
自由度	10	10	10	10

† p<.10, \* p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

a) 不安が中程度以上を1、中程度未満を0としたロジスティック回帰分析。オッズ比が1より大きいほど中程度以上の人が多く、1より小さいほど少ない。

## ニュースを視聴したメディア

この1週間、ニュースを見聞きするために、各メディアにどれくらい触れましたか。  
この1週間に触れたおおよその時間を教えてください。



- 日本のテレビでニュースを視聴している人が多く、40%以上の方が週に10時間以上視聴していた。
- それ以外では、国内のニュースサイト、家族や友人などとの会話、YoutubeやTikTokなどの動画メディア、TwitterなどのSNS、新聞でニュースが見聞されていたが、週1時間以上見聞している人は少なかった。<sup>18</sup>

## 視聴メディアの種類と精神的健康

抑うつ・不安の中程度以上を従属変数としたロジスティック回帰分析 a)b)

	オッズ比	
	抑うつ	不安感
日本のテレビ	.849 **	.886 †
雑誌・書籍	1.121	1.260 *
新聞	.863	.869
ラジオ (radikoやradioクラウドを含む)	1.082	1.089
podcastやSpotifyなど、音声配信メディア	1.250 *	1.231 †
YouTubeやTikTokなどの動画メディア	.953	.863 †
TwitterなどのSNS	1.043	1.163 †
家族や友人、同僚などとの会話	1.048	1.059
国内のニュースサイト	.979	1.002
海外のメディア	1.178	1.132
カイ二乗	164.0 ***	140.2 ***
自由度	19	19

† p<.10, \* p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

- ⇒ 日本のテレビでニュースを視聴している人ほど抑うつ、不安ともに低い人が多く、podcastやSpotifyなどの音声配信メディアで視聴している人ほど抑うつ、不安ともに高い人が多かった。
- ⇒ 雑誌・書籍、TwitterなどのSNSでニュースを視聴している人ほど不安感が高く、Youtubeなどの動画メディアで視聴している人ほど不安感が低かった。

a) 抑うつ・不安がそれぞれ中程度以上を1、中程度未満を0としたロジスティック回帰分析。オッズ比が1より大きいほど中程度以上の人が多く、1より小さいほど少ない。b) メディア視聴量全体の分析と同じ統制変数を投入したが図では省略した。

## 視聴メディアの種類と不精神的健康（年齢別）

抑うつ・不安の中程度以上を従属変数としたロジスティック回帰分析 a) b)

	若年層		中年層		高年層	
	抑うつ	不安感	抑うつ	不安感	抑うつ	不安感
日本のテレビ	<b>.836 †</b>	.954	.858	.848	.805	<b>.713 †</b>
雑誌・書籍	1.079	<b>1.506 *</b>	.910	.863	<b>1.709 *</b>	<b>1.847 **</b>
新聞	.880	.804	.864	.803	.829	1.031
ラジオ（radikoやradioクラウドを含む）	1.007	1.080	1.080	1.089	1.130	.901
podcastやSpotifyなど、音声配信メディア	1.168	1.030	1.267	1.357	1.516	<b>2.633 *</b>
YouTubeやTikTokなどの動画メディア	.990	<b>.800 †</b>	.948	.986	.857	<b>.443 *</b>
TwitterなどのSNS	<b>1.320 *</b>	<b>1.478 **</b>	.938	1.067	.640	.607
家族や友人、同僚などとの会話	.908	.899	1.143	<b>1.247 †</b>	1.045	.917
国内のニュースサイト	.767	.833	1.056	1.195	1.091	.913
海外のメディア	<b>1.762 **</b>	<b>1.685 *</b>	1.118	1.001	1.060	1.037
カイ二乗	50.7 ***	56.2 ***	70.6 ***	67.0 ***	46.9 ***	46.6 ***
自由度	19	19	19	19	19	19

a) 抑うつ・不安がそれぞれ中程度以上を1、中程度未満を0としたロジスティック回帰分析。オッズ比が1より大きいほど中程度以上の人が多く、1より小さいほど少ない。

† p<.10, \* p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

- ⇒ 若年層では、雑誌・書籍、twitterなどのSNS、海外のメディアでニュースを視聴するほど精神的健康が悪く、日本のテレビやYoutubeなどの動画メディアで視聴するほど精神的健康がよかった。
- ⇒ 中年層ではメディア視聴の影響はなく、家族や友人と会話するほど不安感が大きかった。
- ⇒ 高年層では、雑誌・書籍、podcastやSpotifyなど、音声配信メディアでニュースを視聴するほど精神的健康が悪く、日本のテレビやYoutubeなどの動画メディアで視聴するほど不安感が低かった。

## ニュース視聴と精神的健康：まとめ

- 全般的に、ニュース視聴量が多いほど不安感が高い人が多かったが、抑うつとは関連がなかった。
  - ニュース視聴量と不安感の関連は、特に若い人で強く見られた。
  - ウクライナ戦争に関するニュース、日本の事件・犯罪・テロに関するニュースを視聴するほど不安感が高かった。
  - 若年層では、雑誌・書籍、twitterなどのSNS、海外のメディアでニュースを視聴するほど、高年層では、雑誌・書籍、podcastやSpotifyなどの音声配信メディアでニュースを視聴するほど精神的健康が悪かった。
- ⇒ 雑誌・書籍、SNS、海外のメディア等でのニュース視聴は、テレビのニュース視聴と比べ、本人が積極的に探索して視聴するという特徴がある。
- ⇒ 社会に対する不安感の高い人が、ニュースを探索して視聴していたと考えられる。
- ⇒ あるいは、積極的にニュースを探索して視聴することで、視聴者の精神的健康が悪化する惨事ストレスが見られた可能性もある。
- 若年層・高年層ともに、日本のテレビやYoutubeなどの動画メディアで視聴するほど不安感が低かった。
- ⇒ テレビやYoutubeは高年層の不安感を下げる効果がある可能性がある。
- ⇒ 書籍等と比べて単純な「わかりやすさ」が不安感を低下させているのではないか。

## 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