

報道関係者各位

2021年2月10日
 国立成育医療研究センター

「コロナ×こどもアンケート」第4回調査報告

15%~30%のこどもに中等度以上のうつ症状
 ~こどもたちのSOSを見逃さないで~

国立成育医療研究センター（所在地：東京都世田谷区大蔵 2-10-1 理事長：五十嵐隆）の社会医学研究部・こころの診療部を中心としたグループ「コロナ×こども本部」は2020年11月~12月に実施した「コロナ×こどもアンケート」第4回調査の全体報告をまとめました。第4回調査では、こどもたちの心の健康・悩みに着目して調査を行い、全国のこどもや保護者あわせて4,629名にご協力いただきました。

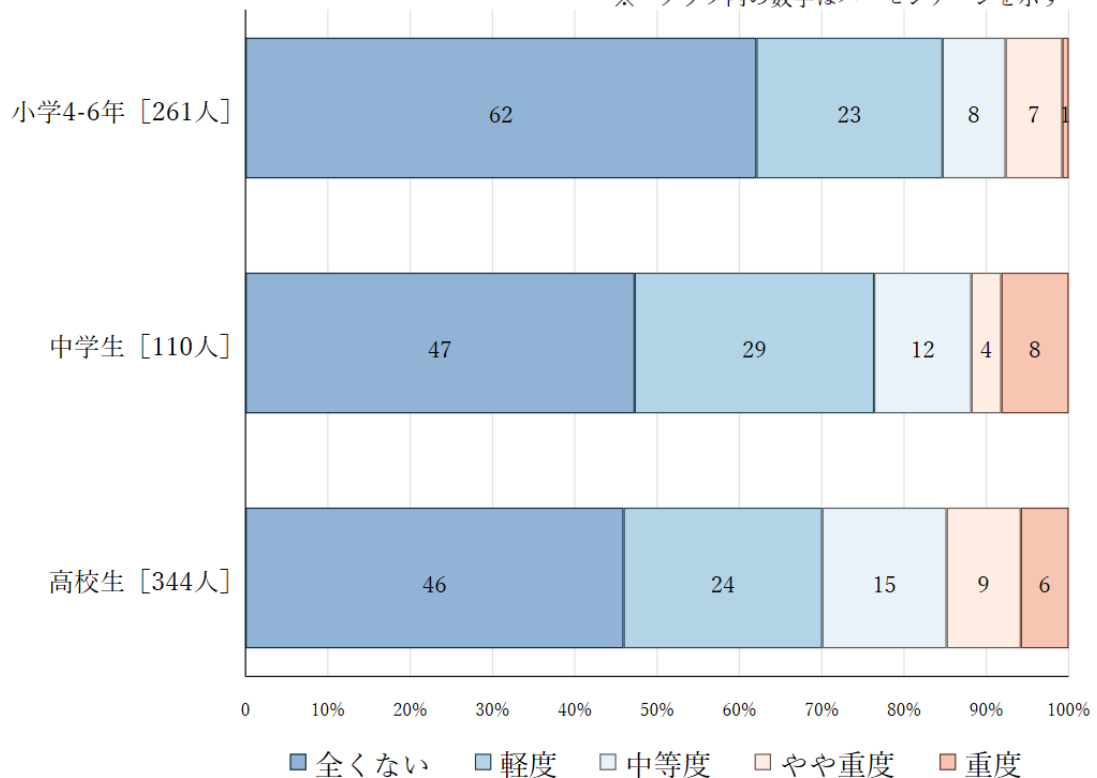
今回の調査では、小学4年生以上の15%~30%のこどもに中等度以上のうつ症状がありました。

なお、第4回調査の報告書全文は、国立成育医療研究センター「コロナ×こども本部」のページで公開しています。

https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/report/CxC4_finalrepo_20210210.pdf

抑うつ状態の評価尺度として PHQ-9 日本語版「こころとからだの質問票」

※ グラフ内の数字はパーセンテージを示す



【第4回アンケート調査報告書より抜粋（こどもの回答）】

【プレスリリースのポイント】

- ・ コロナ×こどもアンケート第4回調査には、全国のこども 924 名、保護者 3,705 名、計 4,629 名の方々にご協力いただきました。
- ・ 回答した小学4～6年生の15%、中学生の24%、高校生の30%に、中等度以上のうつ症状がありました（PHQ-A^{注1}日本語版を使用して調査）。
- ・ 小学4年生以上のこどもの6%が「ほとんど毎日」自殺や自傷行為について考えた（「死んだ方がいい、または自分を何らかの方法で傷つけようと思った」）と回答しました。
- ・ 回答した保護者の29%に中等度以上のうつ症状がありました（PHQ-9^{注2}日本語版を使用して調査）。

注1) PHQ-A (Patient Health Questionnaire-9 for Adolescents) : PHQ-9 (成人用のうつ症状の重症度を評価する尺度 : 注2) を改訂して作られた、思春期のこどもを対象としたうつ症状の重症度尺度です。過去7日間について、①「気分が落ち込む、憂うつになる、いらいらする、または絶望的な気持ちになる」、②「物事に対してほとんど興味が無い、または楽しめない」など、9項目の質問から構成されています。各項目は、PHQ-9 (注2) と同様に4点スケールで評価され、総合点が高いほど重度のうつが示唆されます。9項目の質問が「死んだ方がいい、または自分を何らかの方法で傷つけようと思ったことがある」となっていて、自殺・自傷念慮を反映するとされています。

注2) PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9) : DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders ; 世界的に用いられている精神障がい診断基準) に基づいて開発された精神科5疾患のスクリーニング尺度であるPHQ(Patient Health Questionnaire) から、うつ病に関する9項目を取り出して作られたうつ症状の重症度尺度です。過去2週間について、①「物事に対してほとんど興味が無い、または楽しめない」、②「気分が落ち込む、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる」など、9項目の質問から構成されています。各項目は、4点スケール(0 : 全くない、1 : 数日、2 : 半分以上、3 : ほとんど毎日) で評価され、総合点が高いほど重度のうつが示唆されます。5～9点が軽度、10～14点が中等度、15～19点がやや重度、20点以上は重度と評価されます。

【背景】

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)パンデミックにより、こどもたちの生活も大きく変わりました。おとなと比べて声をあげることが難しいこどもたちが、いまだのような状況に置かれているのか、おとなたちはこどもたちのために何ができるのか、を明らかにし、現場に届けるとともに、社会に問いかけるための調査です。

第1回の調査では、主に緊急事態宣言中のこどもたちの生活や健康の様子、第2回の調

査では、学校や保育園が再開されてからのこどもたちの様子や、新型コロナに関する意識（スティグマ）、第3回調査では、第1回から継続して尋ねているところの状態のほか、コロナ前後での生活の変化やストレス対処法、家庭や学校で子ども権利が守られているかなどが明らかになりました。今回の調査では、心の健康・悩みについてこれまでよりも詳しく尋ねました。

【今後の展望】

第4回調査は、新型コロナウイルスの感染流行第3波、感染者数増加傾向が著明となった11月から12月にかけて実施しました。こどもの生活習慣・ストレス・コロナに関する意識（スティグマ）・保護者のメンタルヘルスなど様々な問題が長期化、表面化しています。

調査期間中の2020年12月19日に開催された「こども会議」にて、こどもたちから寄せられた声を活かし、第5回調査「コロナ×こどもアンケートその5」を実施予定です。

重大な調査結果は速やかに公開し、現場でのこどもたちへのケアや施策提言に活かしていただけるよう努めます。

2020年12月19日開催の「こども会議」報告書全文は、国立成育医療研究センター「コロナ×こども本部」のページで公開しています。

https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/report/codomomtg_repo.html

【参考資料】

<調査の特徴>

- ・新型コロナウイルス感染症流行期における、こどもたちと保護者のストレスや不安、生活環境の変化、それに伴う心身の健康状態の現状を明らかにし、問題の早期発見や予防・対策に役立てることを目的としています。
- ・こども自身の声を聞くことで、こどもたちが感じていること、こどもが抱える問題、その改善点を社会に発信していきます。また、こどもの心身の健康には、保護者の心身の健康が密接に関係しているため、こども・保護者双方の声を聞くことを重視して、調査を行っています。
- ・調査に協力してくださるお子さまや保護者の方ご自身が、自分や家族の心身の問題を早期発見することに繋げていただけるようにという点にも留意して調査を設計しています。
- ・調査は、1~2 カ月ごとに1年間程度繰り返し行い、その都度、調査結果を公開していくことを予定しています。第1回調査では、その調査結果の重大性を考慮し、一般向け、教育機関向け、保育機関向けの中間報告結果を、各対象者に向けた専門家からのアドバイスを含めた形で、公表しました。
- ・LINE 公式アカウント「コロナ×こども本部」では、調査協力依頼や結果のお知らせのほかに、こどもたちやそのご家族に今日から役立てていただける情報を、専門家がセレクトして随時発信しています。

<調査の方法>

- ・対象は、① 7~17歳のこども、および、② 17歳以下のこどもがいる保護者、です。
- ・当センターのホームページ内に本調査ホームページを開設し、調査目的・説明などを掲載するとともに質問項目のフォームを作成しています。回答は匿名で、説明・同意（代諾を含む）・回答はすべてオンライン上で行われます。
- ・調査への参加呼びかけは、若年層を中心に利用者割合が高いLINEやSNS (Facebook、Twitter) を積極的に活用して行っています。HP 記載の協力団体にも参加呼びかけにご協力いただきました。また、メディアにも紹介いただき、さまざまな媒体を通じて、多くの地域、多様な社会背景をもつ幅広い参加者から回答を得ることで、実態を正しく把握したいと考えています。調査の特性上、回答率は計算できません。
- ・第4回調査は、2020年11月17日~12月27日に実施しました。LINE「コロナ×こども本部」、Facebook（国立成育医療研究センター 広報アカウント）とtwitter（国立成育医療研究センター 広報アカウント）のほか、協力団体、メディアを通して参加を呼びかけました。
- ・第4回の調査実施期間は、新型コロナウイルスの感染流行第3波、感染者数増加傾向が著明となった11月から12月です。この時期のこどもたちの生活状況、スティグマやいじめ、こころの状態、親子のかかわりやトラブル、保護者のこころの状態、給食を含めた食事に関すること、父親の育児に関すること、などを基本属性とあわせて聞きました。回答は、こどものみ、保護者のみ、その両方、から選べる形式にしました。
- ・第4回調査は、科学技術振興機構 新型コロナウイルス感染症関連国際緊急共同研究・調査支援プログラム J-RAPID「新型コロナウイルス流行期におけるこどもの健康・生活に関する全国調査（コロナ×こどもアンケート）」（代表：森崎菜穂）として実施されました。

<こころ×子どもメール相談>

国立成育医療研究センターは、コロナ禍において多くの悩みを抱えている子どもたちを心配しています。「大人から暴力や暴言を受けている」「いじめられている」「生きていることがつらい」「誰も話をきいてくれない」「眠れない」など、ちょっとでも辛いと感じたらメールで相談してください。一緒に考えさせてください。

相談期間	2021年1月9日（土）～2021年3月31日（水）の期間中の、土曜・日曜・祝日
時間	各日 15:00～22:00
対象	18歳までの子どもたち
相談方法	メールで相談（メールアドレス： kodomo-liaison@ncchd.go.jp ） ※この相談は、メールでのみ受け付けていて、病院での診療は行っていません。
メールの返信について	皆さんからのメールをもらった当日22時までに、まず1度返信します。相談内容によっては、返信までに少しお時間をいただくこともあります。
相談担当	国立成育医療研究センター こころの診療部 医師、心理士など

<本件に関する連絡先>

国立研究開発法人国立成育医療研究センター

広報企画室 近藤・村上

電話：03-3416-0181（代表）Email：koho@ncchd.go.jp