

「インフルエンザ対策も日ごろの予防から。
7割を超える人が風邪対策を行っている」

－ 風邪に関する調査 －

URL: <http://research.rakuten.co.jp/report/20131125/>

楽天リサーチ株式会社（本社：東京都品川区、代表取締役社長：森 学）は、風邪に関するインターネット調査を実施しました。今回の調査は、11月7日から8日の2日間、楽天リサーチに登録しているモニター（約230万人）の中から、20代から60代の男女計500人を対象に行いました。

■□ 調査結果 □■

■7割以上が日ごろから風邪予防を実施。予防策1位は「手洗いをする」。

はじめに、「風邪予防のために何か対策を行っているか」との質問に対して、76.2%の人が何らかの対策を行っていると回答。全体として「手洗いをする（53.6%）」、「うがいをする（46.8%）」が多く、「十分な睡眠をとる（34.4%）」が続いた。多くの人が生活の中で簡単に行える基本的なケアによって風邪への予防を行っている。また男女別で見ると、女性において「ニンニク、ショウガを多く摂取する」が12.8ポイント、「十分な睡眠をとる」が11.2ポイント、「栄養のある食事を摂る」が10.8ポイントの差で高く、女性は睡眠や食事による予防対策を行っている人が多いことが見受けられた。また、「カラダを冷やさないようにする」という項目も高いことから、ニンニクやショウガなど栄養のある食事を摂って、体を冷やさないように意識しているということも読み取れた。

◇風邪予防のためにやっている対策について-性年代別- (n=500) 複数選択 単位：%

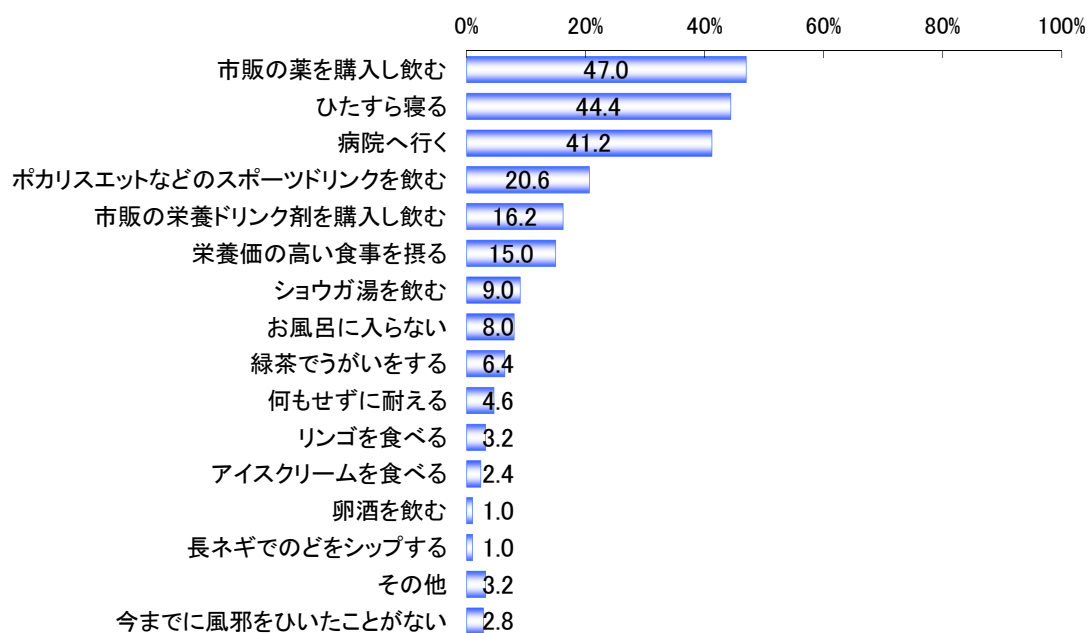
	n	手洗いを する	うがいを する	十分な睡眠 をとる	十分な水分 を摂る	規則正しい 生活を送る	栄養のある 食事を摂る	カラダを冷 やさないよ うにする	マスクをす る	部屋の湿度 や温度を保 つ	適度な運動 をする	部屋を清潔 に保ち換気 をする	ビタミン剤 を摂取する	ニンニク、 ショウガを 多く摂取す る	腸内環境を 整える(便秘 や下痢に ならないよ うに日ごと ろから管理)	栄養ドリンク 剤を摂取す る	日ごろから 薄着を心が ける	乾布摩擦を する	その他	特に何も 行っていない
全体	500 100.0	268 53.6	234 46.8	172 34.4	119 23.8	117 23.4	115 23.0	114 22.8	104 20.8	86 17.2	78 15.6	78 15.6	62 12.4	58 11.6	42 8.4	30 6.0	22 4.4	1 0.2	4 0.8	119 23.8
性別																				
男性	250 100.0	128 51.2	114 45.6	72 28.8	57 22.8	47 18.8	44 17.6	44 17.6	47 18.8	37 14.8	44 17.6	32 12.8	20 8.0	13 5.2	19 7.6	17 6.8	12 4.8	0 0.0	2 0.8	68 27.2
女性	250 100.0	140 56.0	120 48.0	100 40.0	62 24.8	70 28.0	71 28.4	70 28.0	57 22.8	49 19.6	34 13.6	46 18.4	42 16.8	45 18.0	23 9.2	13 5.2	10 4.0	1 0.4	2 0.8	51 20.4

■実際に風邪をひいたときに治す方法は「市販薬を購入し飲む」が半数近く。

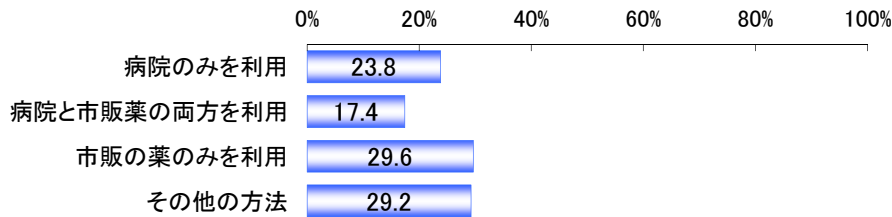
次に風邪をひいたときに治す方法として行っている対策を聞いたところ、「市販の薬を購入し飲む(47.0%)」、「ひたすら寝る(44.4%)」、「病院へ行く(41.2%)」が上位を占め、「市販薬購入」や「病院へ行く」などの有料でありながらも即効性が高いと思われる対策を行っている反面、「十分な睡眠」も回復させる方法として高い効果があると考えている人が多いことが伺えた。

ここで特筆すべきは、4位として上位にあがっている「ポカリスエットなどのスポーツドリンクを飲む(20.6%)」である。市販薬や栄養ドリンク剤に比べて安価であり、熱があるときの水分補給として活用されているのではないだろうか。

◇風邪をひいた時に治す方法について (n=500) 複数選択 単位：%



また、上記について「市販の薬を購入し飲む」と「病院へ行く」の関係を見たところ、「市販の薬のみを利用」は29.6%、「病院のみを利用」は23.8%、「病院と市販薬の両方を利用」は17.4%という結果となった。病院を利用されている方が4割（「病院のみ」と「病院と市販薬の両方」の合算）、病院へは行かず市販の薬のみを利用されている方が3割、どちらも利用せずその他の方法で治そうとしている方が3割と対応方法はばらける結果となった。



■2013年冬～インフルエンザ予防接種を受けない人が受ける人を上回る！

冬になると国内および海外でも型を変えて猛威を振るうインフルエンザだが、「今シーズン（2013年秋冬～2014年春）インフルエンザ予防接種を受けますか」との問いに、47.8%の人が「受けない（受けない予定）」と回答し、「すでに受けた、受ける（受ける予定）（35.0%）」を上回った。性年代で見ると「受けない（受けない予定）」が男性では30代（56.0%）、女性では50代（64.0%）が高い結果となった。

◇今シーズン（2013年秋冬～2014年春）にインフルエンザ予防接種を受けるか（n=500）

単一回答 単位：%

		n	すでに受けた	受ける（受ける予定）	受けない（受けない予定）	わからない
		%				
全体		500 100.0	34 6.8	141 28.2	239 47.8	86 17.2
性別	男性	250 100.0	20 8.0	74 29.6	116 46.4	40 16.0
	女性	250 100.0	14 5.6	67 26.8	123 49.2	46 18.4
性年代	男性 20代	50 100.0	4 8.0	12 24.0	22 44.0	12 24.0
	男性 30代	50 100.0	3 6.0	12 24.0	28 56.0	7 14.0
	男性 40代	50 100.0	4 8.0	16 32.0	23 46.0	7 14.0
	男性 50代	50 100.0	2 4.0	18 36.0	23 46.0	7 14.0
	男性 60代	50 100.0	7 14.0	16 32.0	20 40.0	7 14.0
	女性 20代	50 100.0	1 2.0	10 20.0	26 52.0	13 26.0
	女性 30代	50 100.0	5 10.0	16 32.0	21 42.0	8 16.0
	女性 40代	50 100.0	2 4.0	18 36.0	20 40.0	10 20.0
	女性 50代	50 100.0	2 4.0	9 18.0	32 64.0	7 14.0
	女性 60代	50 100.0	4 8.0	14 28.0	24 48.0	8 16.0

また昨年の接種状況と本年度の接種状況の相関性を見たところ、昨年受けた方は今年もすでに受けている（予定）方が 86.5%と多く、逆に昨年受けていない方は今年も受けない（予定）方が 69.0%と多い状態だった。このことから、去年予防接種を受けた人は引き続き今年も受けるが、去年受けていない人は引き続き今年も受けないということが見受けられた。

		n %	すでに 受けた	受ける (受ける 予定)	受けない (受けない 予定)	わからない
全体		500 100.0	34 6.8	141 28.2	239 47.8	86 17.2
昨年の予防接種状況	昨年インフルエンザ予防接種を受けた	171 100.0	32 18.7	116 67.8	12 7.0	11 6.4
	昨年インフルエンザ予防接種を受けていない・覚えていない	329 100.0	2 0.6	25 7.6	227 69.0	75 22.8

次に「受けない(受けない予定)」と回答した方にその理由を聞くと、全体では「受けてもインフルエンザにかかるときがあるから(37.2%)」、「有料で受けることになるから(29.7%)」、「日ごろの風邪予防だけで十分だから(23.4%)」という結果となった。性別で見ると、「時間がないから」という項目で男性が女性に比べて10ポイント高く、「受けてもインフルエンザにかかるときがあるから」という項目で女性が男性に比べて8.7ポイント高かった。男性は時間がないから、女性はインフルエンザ予防接種への信頼感の低さが見えた。

◇インフルエンザ予防接種を受けない理由について (n=239) 単位：%

		n %	受けても インフル エンザに かかる ときが ある から	有料で 受ける こと になる から	日ごろ の風邪 予防 だけ で十分 だから	イン フル エン ザに かか らな い 自信 があ る から	時間 がな い から	受 け ら れ な い 体 質 だ か ら	受 け ら れ る 医 療 機 関 を 知 ら な い から	そ の 他	
全体		239 100.0	89 37.2	71 29.7	56 23.4	44 18.4	35 14.6	17 7.1	3 1.3	2 0.8	14 5.9
性別	男性	116 100.0	38 32.8	32 27.6	29 25.0	20 17.2	23 19.8	6 5.2	1 0.9	2 1.7	8 6.9
	女性	123 100.0	51 41.5	39 31.7	27 22.0	24 19.5	12 9.8	11 8.9	2 1.6	0 0.0	6 4.9

【調査概要】

調査エリア : 全国
調査対象者 : 20歳～69歳 男女
回収サンプル数 : 500サンプル
調査期間 : 2013年11月07日から11月08日
調査実施機関 : 楽天リサーチ株式会社

以上

【お問い合わせ先】

楽天リサーチ株式会社 マーケティング企画部
Email : pm-rsch-clama@mail.rakuten.com