

2012年6月28日

雨と気圧と体調の関係を解き明かせ！「雨と気圧と体調調査」結果発表

## 日本人の6割が気圧低下で体調の変化を実感

- ・女性の3人に1人が「頭痛」に悩まされている
- ・若年層ほど気圧低下で“鬱っぽい”傾向に
- ・気圧低下、40代女性の8割が体調の変化を訴える

株式会社ウェザーニューズ（所在地：東京都港区、代表取締役社長：草開千仁）は、1年で最も雨の多いシーズンに全国の方と雨を楽しむ企画「雨プロジェクト」の一環として、6月18日（月）～22日（金）に行なわれた「雨と気圧と体調調査」の結果を発表しました。「雨と気圧と体調調査」は、“雨と気圧と体調の関係を解き明かせ”と題して、雨が降り出すなど、天気の変化が健康にどのような影響を与えているのかに迫り、調査結果をまとめました。本調査方法は、1時間に気圧が1hPa低下したエリアの方にメールでお知らせし、体調や気分の変化と過去1時間に天気がどのように変化したのかを携帯電話を利用して報告してもらい、得られた3,524人（男性47%、女性53%）の有効回答結果をまとめたものです。ウェザーニューズのスマートフォン向けアプリ「ウェザーニューズタッチ」のお知らせページや携帯サイト（URL：<http://wni.jp/>）で公開すると共に、今後展開する予定の様々なサービスに活かしていく予定です。

### ◆気圧低下エリア、2人に1人は雨を観測

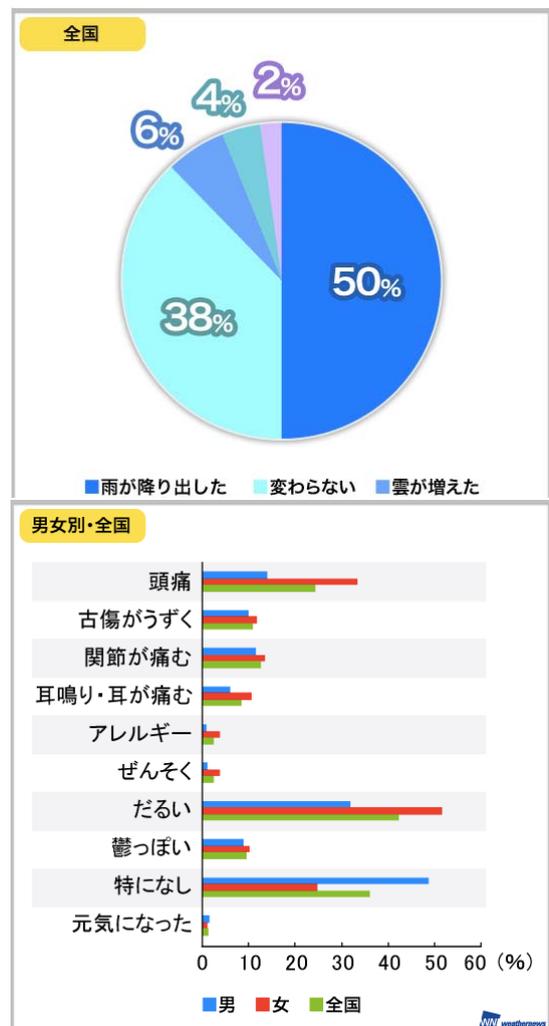
雨と気圧と体調の関係について調べるため、6月18日（月）～22日（金）の期間中、気圧が1時間に1hPa低下した際、そのエリアの方にメールでお知らせし、体調や気分の変化と過去1時間に天気がどのように変化したのかを報告してもらいました。その結果、“雨が降り出した”は50%、“変わらない”は38%、“雲が増えた”は6%となり、気圧が下がったエリアでは、雨が降り出したところが多くなりました。

今回の発表は、以上のような天気の変化を前提としてまとめています。

### ◆日本人の6割が「体調に変化あり」

～女性は男性よりも気圧変化に弱い傾向～

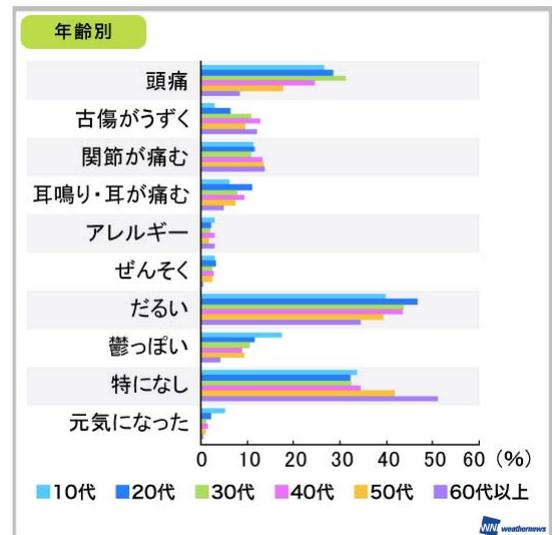
気圧が1時間に1hPa下がったタイミングで「体調の変化はありますか？」（複数回答可）と質問をし、選択肢（頭痛、古傷がうずく、関節が痛む、耳鳴り・耳が痛む、アレルギー、ぜんそく、だるい、鬱っぽい、特になし、元気になった）から回答してもらいました。その結果、“だるい”が42%、“頭痛”が24%、“関節が痛む”が13%となり、体



調に変化が現れたという回答は、合計で 64% となりました。男女別に見てみると、“特になし”と答えた割合は、男性が 49% だったのに対し、女性は 25% となり、男性よりも女性の方が気圧の変化を受けやすい傾向にあることが分かりました。また、女性の 2 人に 1 人が“だるい”と感じ、3 人に 1 人が“頭痛”を感じているという結果になりました。

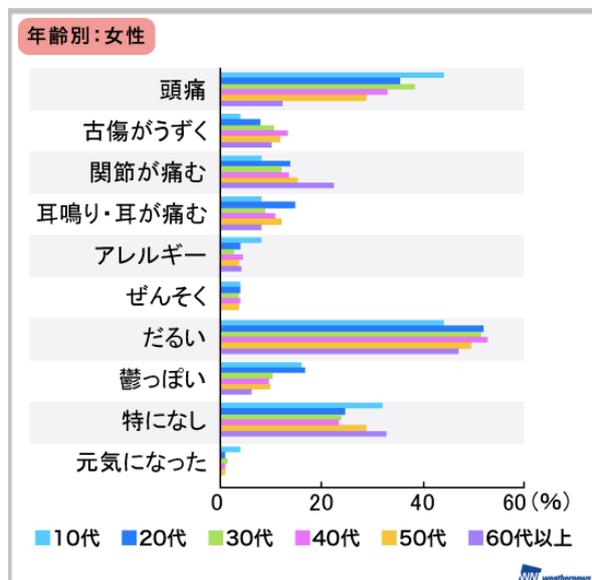
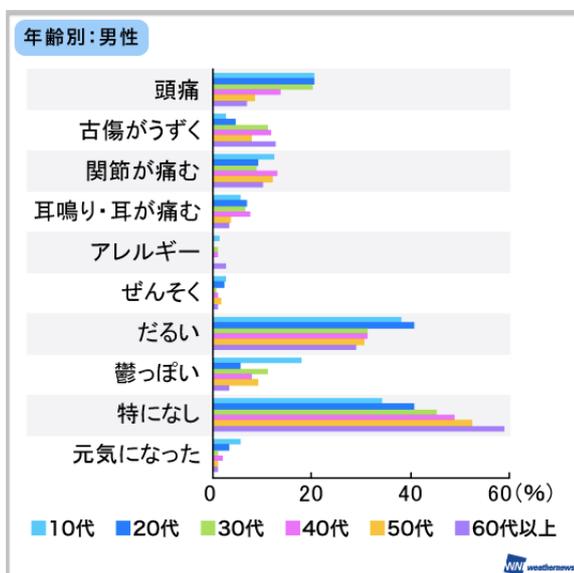
#### ◆年代別に比較、若者ほど鬱になりやすい傾向に!?

次に年代別に見てみると、“鬱っぽい”と回答した方は 10 代が最も多く、年齢が高くなるにつれてその割合が減少しており、若年層ほど気分が落ち込みやすいことが分かりました。考えられる要因として、この調査を行った際、台風接近により調査対象エリア（気圧が 1 時間で 1hPa 低下したエリア）では“雨が降り出した”という天気の変化があったことが挙げられます。平日、出かけたり遊ぶ機会が多い若い人にとっては、雨の日がいつそう憂鬱に感じられるのかもしれません。



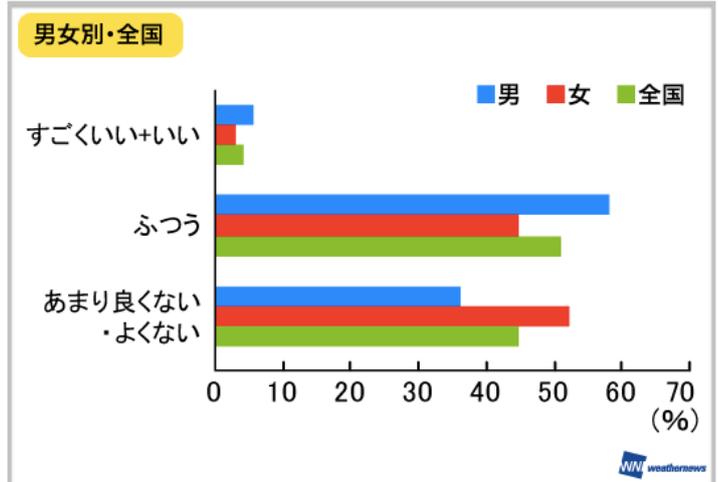
#### ◆40代女性の8割が体調に変化あり、2人に1人が“だるさ”を訴える

男女別に、各世代の回答を見ていくと、“特になし”の回答をした人の割合は、60代男性が 59% と最も多い回答となり、男女問わず他のどの世代よりも気圧の変化に強いことが分かりました。反対に、40代女性では 23% と最も低く、気圧の変化が体調に影響しやすいと考えられます。男性について見ると、“頭痛”と答えたのは 50代や 60代が 10% 以下であるのに対し、10代から 20代は 20% でした。また、“だるい”と答えたのは、50代や 60代が 30% 前後である一方、10代や 20代は 40% 前後となることから、若年層ほど気圧の変化に弱いと言えそうです。次に、女性について見ていくと、“だるい”と答えた割合は最も少ない割合だった 10代でも 44% と、各世代とも回答する方が多い結果となりました。“関節が痛む”と答えた割合を見ると、60代女性の 22%、つまり 5 人に 1 人がそう感じているということが分かりました。気圧変化が大きくなりそうな日が分かったら、冷やさないようにするなど、予防をしておくとうれさそうです。



◆全国で2人に1人は気圧変化で気分が変わることが判明

1時間で気圧が1hPa下がったタイミングで「今の気分は？」と質問をし、気分がどう変化したのか選択肢(すごくいい、いい、ふつう、あまり良くない、よくない)から回答してもらいました。その結果、全国で“ふつう”以外を選択した方は49%おり、1時間に1hPa下がると全国の2人に1人が気分になんらかの変化が認められました。同様に、男女別に見ていくと、“ふつう”以外を選んだ男性が42%だったのに対し、女性は55%だったことから、男性よりも女性の方が気分が変わりやすいということが分かりました。



男女別に各世代の回答を見ると、“あまり良くない”“よくない”を答えた方の割合は、20代から60代では各世代とも男性より女性の方が高い割合なのに対し、10代では男性42%、女性36%と男性の方が多く結果になりました。若者の中でも、特に男性にとっては、雨で気分が変わりやすいと言えそうです。“ふつう”以外の回答をした方の割合を見ると、40代女性が58%と最も多く、気圧変化によって最も気分が変わりやすい傾向にあることが分かりました。40代女性は気圧変化によって体調の変化が大きい分、気分も落ち込みやすいのかもしれません。健康のため血圧を測るように、雨が降り出しそうと感じたら、気圧を測って一人ひとりにあった体調管理をしておくとう安心です。

