

コンタック総合研究所による
かぜのスマート・マナー意識調査

2008年 10月

実施： グラクソ・スミスクライン株式会社

【調査概要】

1.調査目的

現代人が一般的にかぜの時にとりたい・とってほしい態度を把握する目的で実施

1.調査対象

全国、20歳～39歳の、男女620名(有効回答数)

1.調査方法

インターネットモニターから、3ヶ月以内にかぜをひき、主に市販のかぜ薬を服用したサンプルを抽出し、インターネット上で調査を実施

1.調査期間

2008年9月5日～9月6日

1.標本構成(有効回答620名)

(性別)

	N
1 男性	310
2 女性	310
全体	620

(年齢)

	N
1 20才～24才	110
2 25才～29才	200
3 30才～34才	155
4 35才～39才	155
全体	620

(職業)

	N
1 公務員	28
2 経営者・役員	5
3 会社員(事務系)	141
4 会社員(技術系)	94
5 会社員(その他)	64
6 自営業	19
7 自由業	12
8 専業主婦	93
9 パート・アルバイト	66
10 学生	62
11 その他	36
全体	620

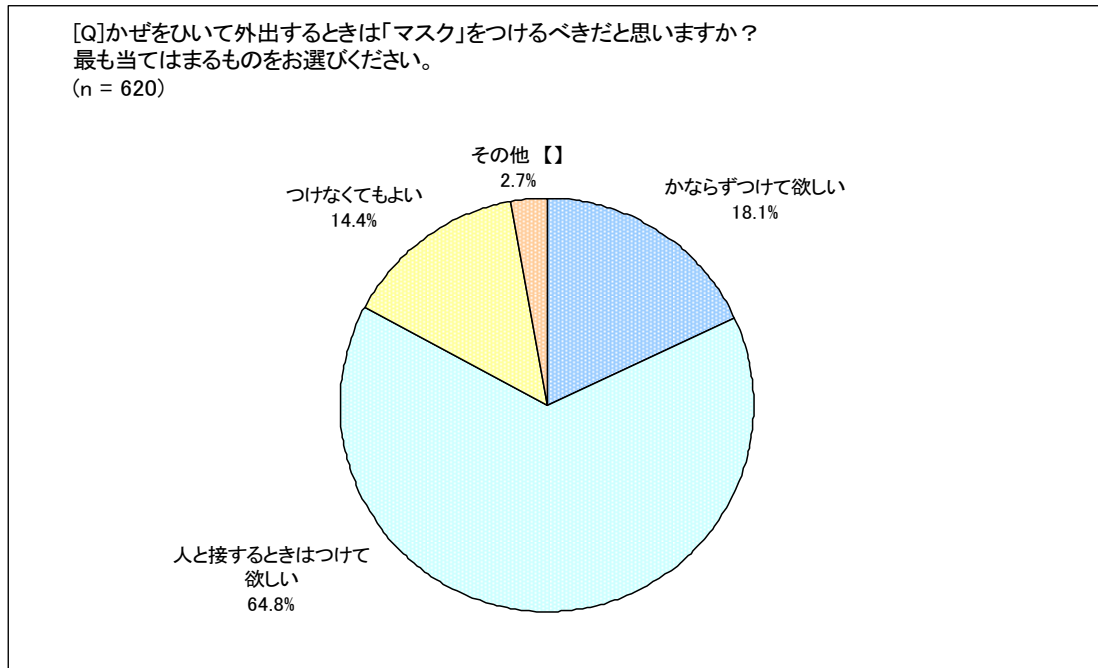
■ かぜで人と接するときには「マスク」着用がスマート・マナー

かぜをひいて外出する際、人と接するときには「マスク」をつけてほしいと考える人が64.8%と多数派でした。また、かならずつけてほしいと感じている人も18.1%存在するため、少なくとも人と一緒にいる・会う場合にはマスクをつけるのが周りの人に対するエチケットでしょう。ただし、かぜの時にマスクをつけるという習慣があるのは日本を含め数カ国のようにです。欧米では、マスク＝「医療関係者」、「工場関係者」または、「強盗」を連想する場合があるため、日常生活でマスクをつけることは少ないようです。

参照:

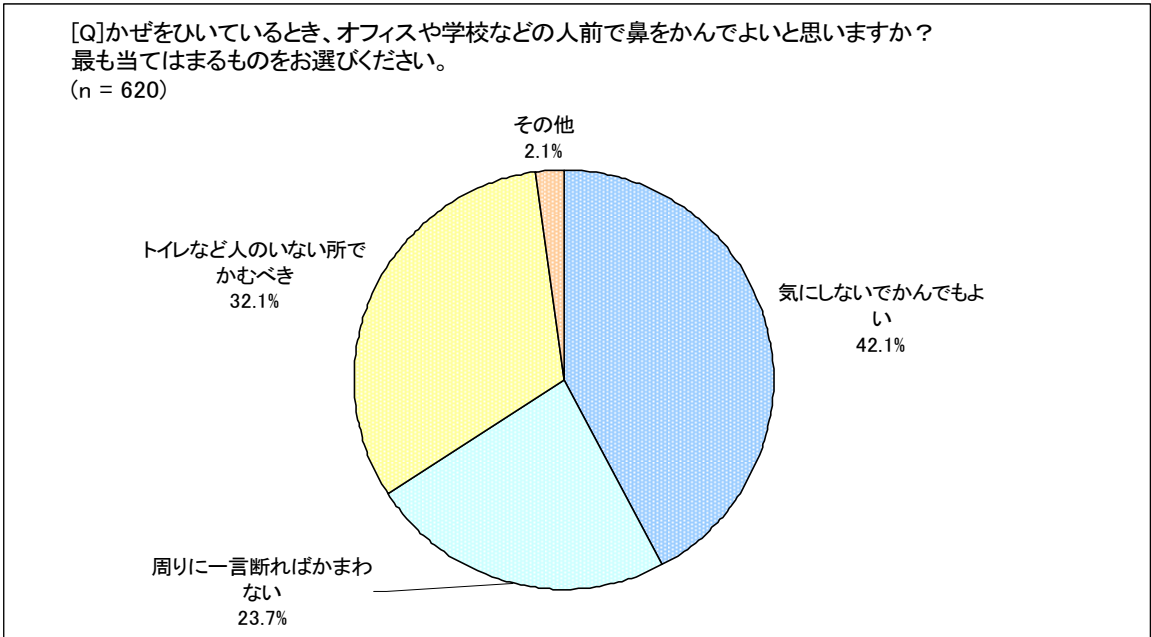
<http://ja.wikipedia.org/wiki/%E3%83%9E%E3%82%B9%E3%82%AF#.E6.B5.B7.E5.A4.96.E3.81.AE.E3.83.9E.E3.82.B9.E3.82.AF.E4.BA.8B.E6.83.85>

<http://komachi.yomiuri.co.jp/t/2007/0212/118818.htm?o=0>



■ 女性の目を気にする心配りが、鼻をかむときのスマート・マナー

今回の調査では、鼻みずが止まらないかぜの時に42.1%の人は「気にせずかんでもよい」と感じている一方で、55.8%の人(周りに一言断ればかまわない 23.7%、トイレなど人のいないところでかむべき 32.1%)は、人前で鼻をかむときに他人の目を気にしているというように、意見が分かれる結果となりました。また、男女別で見ると、「気にしないでかんでもよい」と男性の半数が考えている一方、女性は6割以上が他人の目を気にしているようです。日本では人前で鼻をかむことは行儀が悪いと言われていますが、女性の前では特に配慮した方がよいようです。

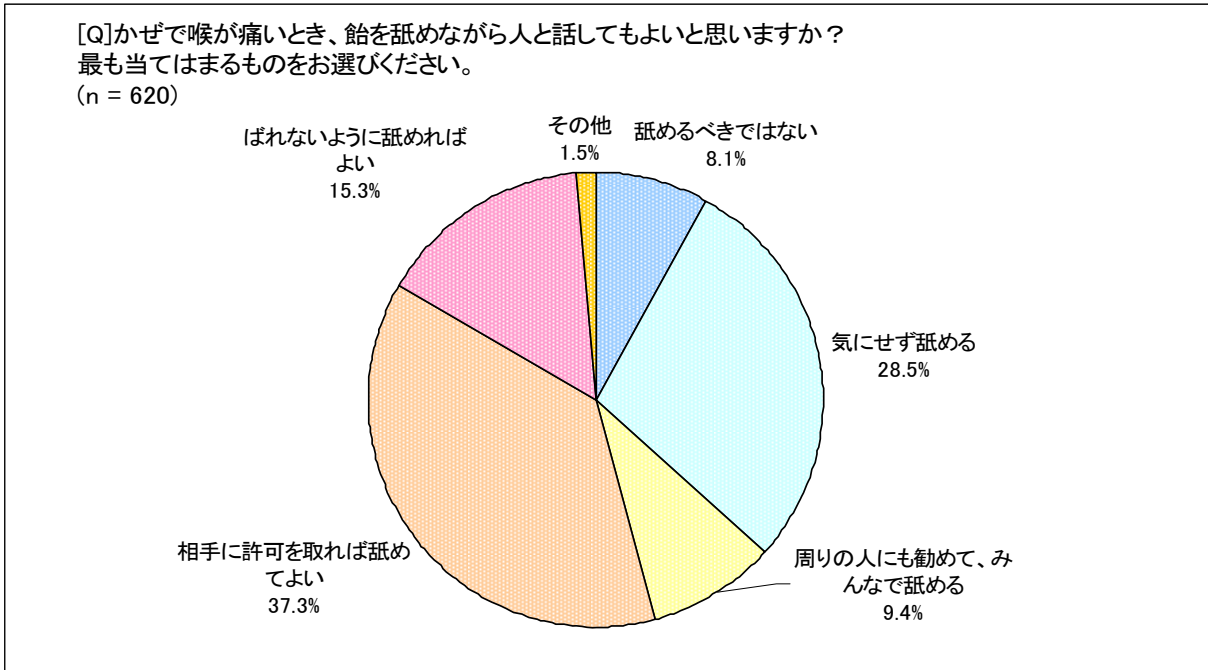


		n=				(%)
	全体	(620)	42.1	23.7	32.1	2.1
年齢	20代	(310)	46.5	21.0	30.3	2.3
	30代	(310)	37.7	26.5	33.9	1.9
性別	男性	(310)	51.0	21.3	26.5	1.2
	女性	(310)	33.2	26.1	37.7	2.9

- 気にしないでかんでもよい
- 周りに一言断ればかまわない
- トイレなど人のいない所でかむべき
- その他

■ 飴を舐めながら会話する場合は、相手に一言断るのがスマート・マナー

約9割以上の方が喉が痛いときには飴を舐めながら人と会話してもよいと考えていました。ただし、全体の約半数の人(相手に許可を取れば舐めてよい37.3%、周りの人にも勧めて、みんなで舐める9.4%)が相手に一言伝えてから舐めるのがよいと考えているようです。一方で「ばれないように舐めればよい」と考えている男性(20%)は女性(10.6%)の約2倍でした。



		n=	%					
	全体	(620)	8.1	28.5	9.4	37.3	15.3	1.5
全体	20代	(310)	9.0	30.0	9.7	33.5	16.1	1.6
	30代	(310)	7.1	27.1	9.0	41.0	14.5	1.5
	全体	(310)	11.0	28.7	7.1	32.6	20.0	0.6
男性	20代	(155)	14.8	27.7	9.7	27.1	20.0	0.6
	30代	(155)	7.1	29.7	4.5	38.1	20.0	0.6
	全体	(310)	5.2	28.4	11.6	41.9	10.6	2.3
女性	20代	(155)	3.2	32.3	9.7	40.0	12.3	2.6
	30代	(155)	7.1	24.5	13.5	43.9	9.0	1.9

- 舐めるべきではない
- 気にせず舐める
- 周りの人にも勧めて、みんなで舐める
- 相手に許可を取れば舐めてよい
- ばれないように舐めればよい
- その他

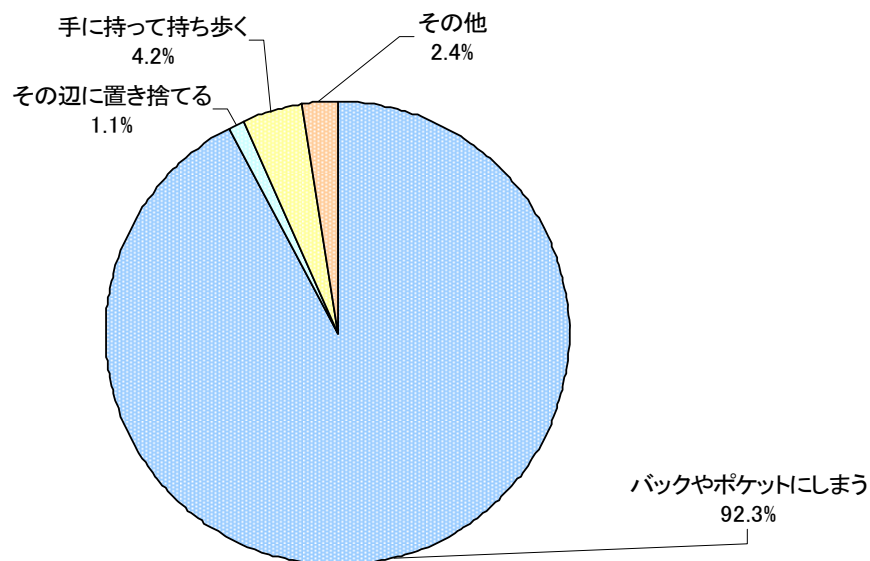
■ 鼻をかんだティッシュは、人の目から遠ざけるのがスマート・マナー

約9割以上の人々が、すぐにゴミ箱に捨てられない時、鼻をかんだティッシュはバックやポケットにしまうなど、自分で持ちかえり、人の目に触れるべきではないと考えていることが窺えます。

[Q]かぜをひいて、鼻をかみ、ティッシュをすぐにゴミ箱に捨てられないときは、どうするべきだと思いますか？

最も当てはまるものをお選びください。

(n = 620)



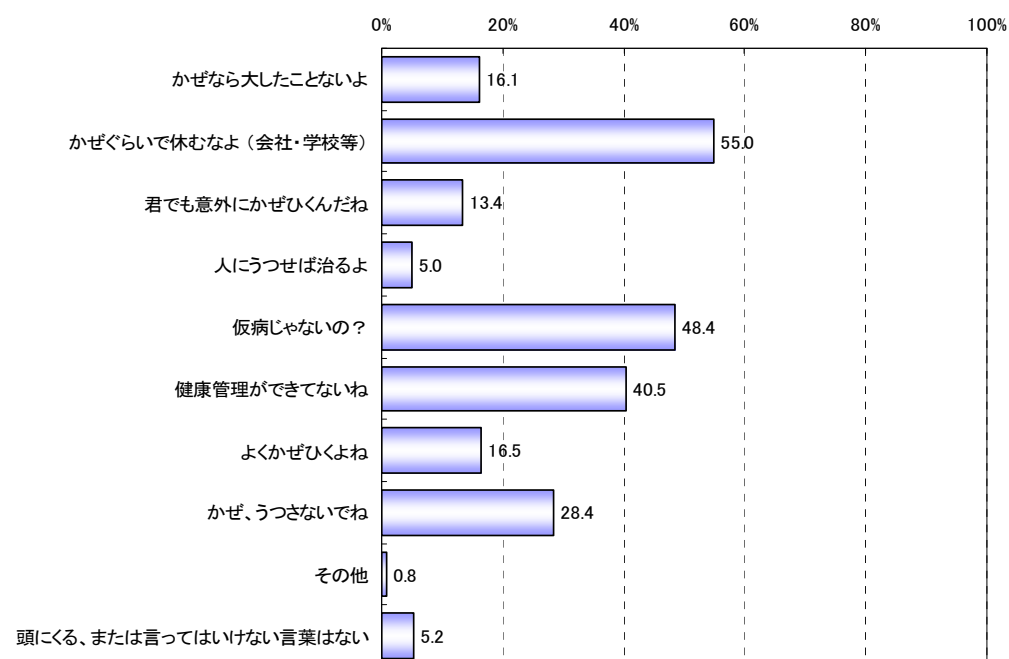
■ かぜをひいている時、症状を疑う・軽くみる発言は控えるのがスマート・マナー

かぜをひいて苦しんでいる時に言われて頭にくる言葉に関する質問には、「かぜぐらいで休むなよ」(55%)、「仮病じゃないの?」(48.4%)という回答が多く、苦しい・辛い状態を理解してもらえない発言が頭にくるようです。かぜは視覚で捉えることは難しいですが、周りがかぜをひいている人がいた場合、症状の辛さを理解してあげる一言をかけてあげるとよいでしょう。

[Q]かぜをひいて苦しんでいる時に言われて一番頭にくる、または言ってはいけない言葉は何ですか？

当てはまるものを3個までお選びください。

(n = 620)



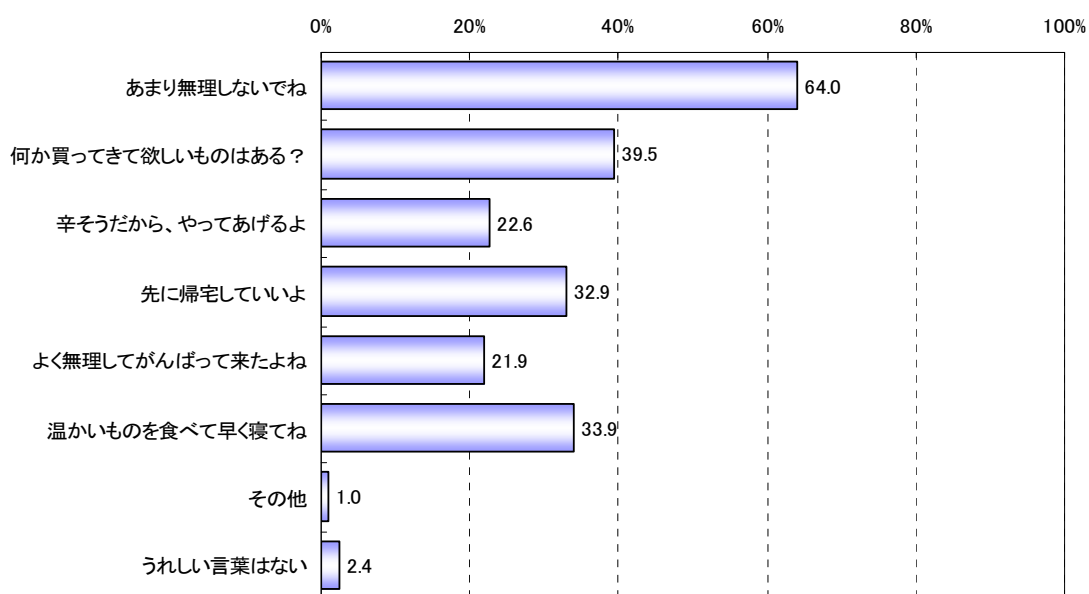
■ かぜをひきながらもがんばっている姿に声をかけてあげるのもスマート・マナー

かぜをひいて苦しんでいる人が、言われてうれしい言葉は「あまり無理しないでね」(64.0%)でした。かぜをひいた人は、辛い症状を抱えながら、仕事や勉強に取り組んでいる自分を評価して欲しいと感じているようです。また、「何か買ってきてほしいモノはある？」(39.5%)や「辛そうだから、やってあげるよ」(22.6%)など、サポートを提案する言葉をかけてもらうこともうれしいようです。

[Q]かぜをひいて苦しんでいる時に言われて、うれしい言葉は何ですか？

当てはまるものを3個までお選びください。

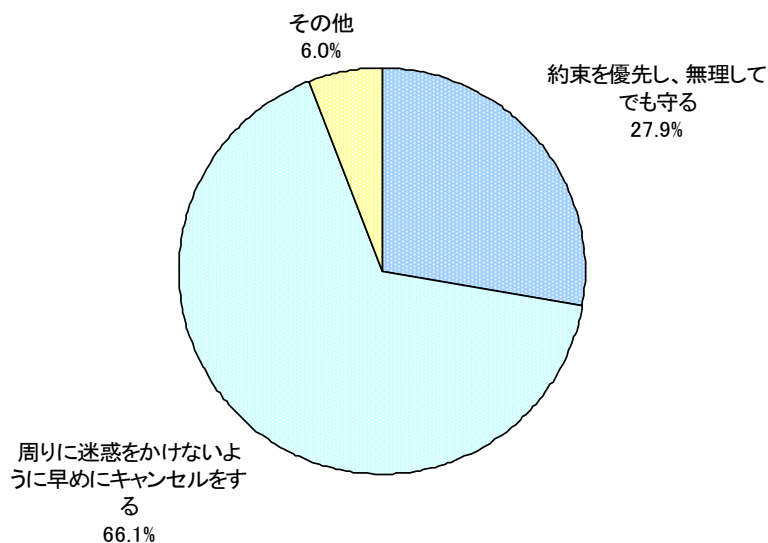
(n = 620)



■ **かぜをひいたら、迷惑をかける前に、予定変更をお願いするのがスマート・マナー**
 万が一かぜをひいてしまった場合、3人に2人が、かぜをうつしてしまうなど、周りに迷惑をかけないように早めに予定をキャンセルするべきだと考えていることがわかりました。特に女性は、72.3%の人が早めに予定をキャンセルするべきだと考えており、一般的に約束をキャンセルすることより、相手にかぜをうつすことの方が損失が大きいと考えているようです。

[Q]約束(会議、食事、デートなど)の日にかぜをひいてしまった場合、どうすべきですか？
 最も当てはまるものをお選びください。

(n = 620)



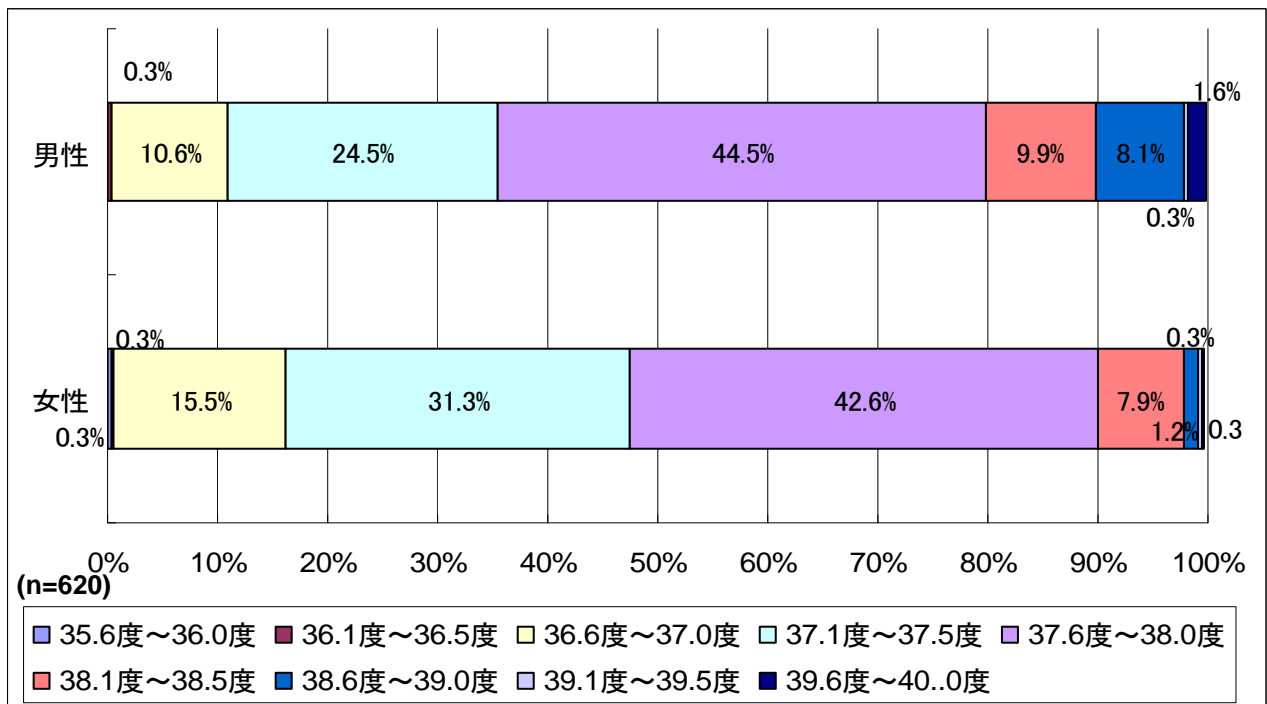
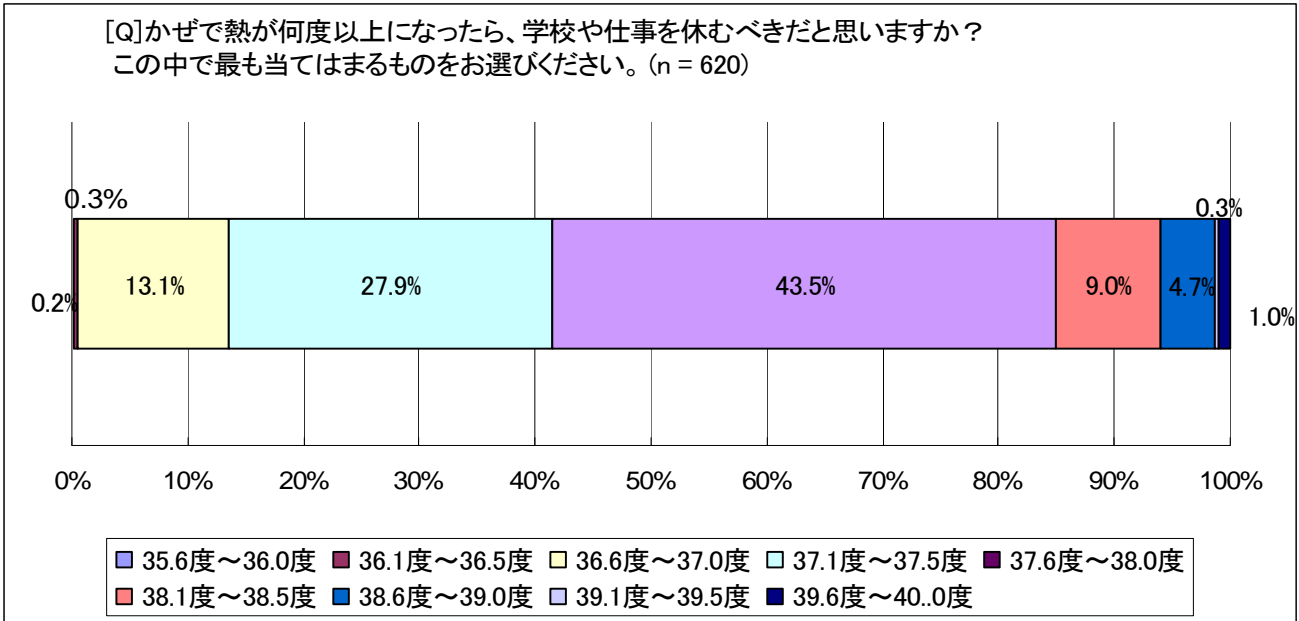
約束を優先し、無理してでも守る
 周りに迷惑をかけないように早めにキャンセルをする
 その他

		n=			(%)
全体		(620)	27.9	66.1	6.0
年齢	20代	(310)	29.4	63.9	6.8
	30代	(310)	26.5	68.4	5.2
性別	男性	(310)	34.5	60.0	5.5
	女性	(310)	21.3	72.3	6.5

■ かぜをひいたとき、休養を取るべきだと思う体温は平均37.8度

個人差はあるものの、一般的に平均37.8度前後の発熱をとまなうかぜをひいた場合に休養をとることが多いようです。調査結果で一番多かったのは、43.5%の回答があった37.6～38.0度以上でした。日本人の平均体温は36.8度前後*と言われており、およそ体温プラス1度が休みをとる目安になっている傾向があるようです。また男女で比較すると、男性の方が37度台、38度台と回答が均一に分かれている一方、女性はやや37度台の回答が多く、日常生活の中で男性の方が発熱を我慢する傾向があるようです。

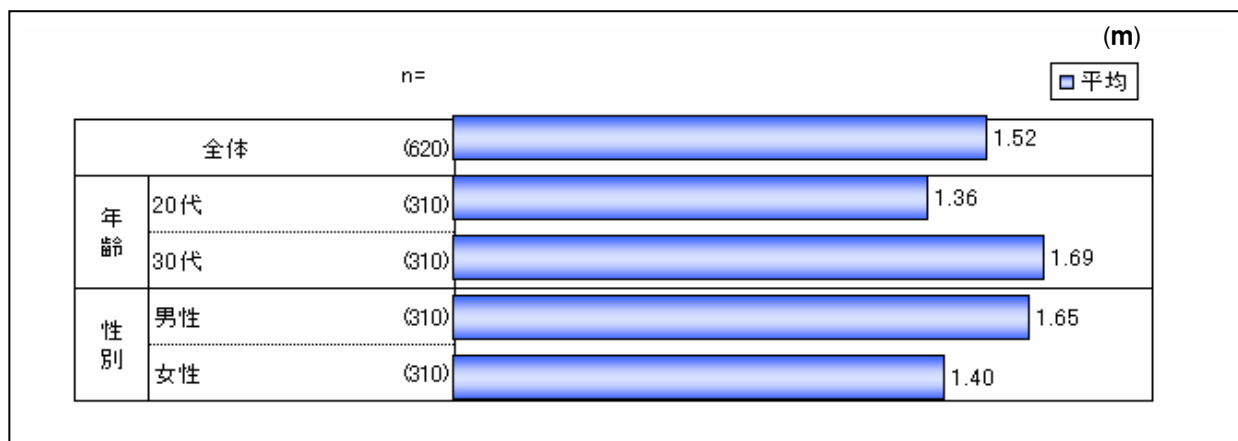
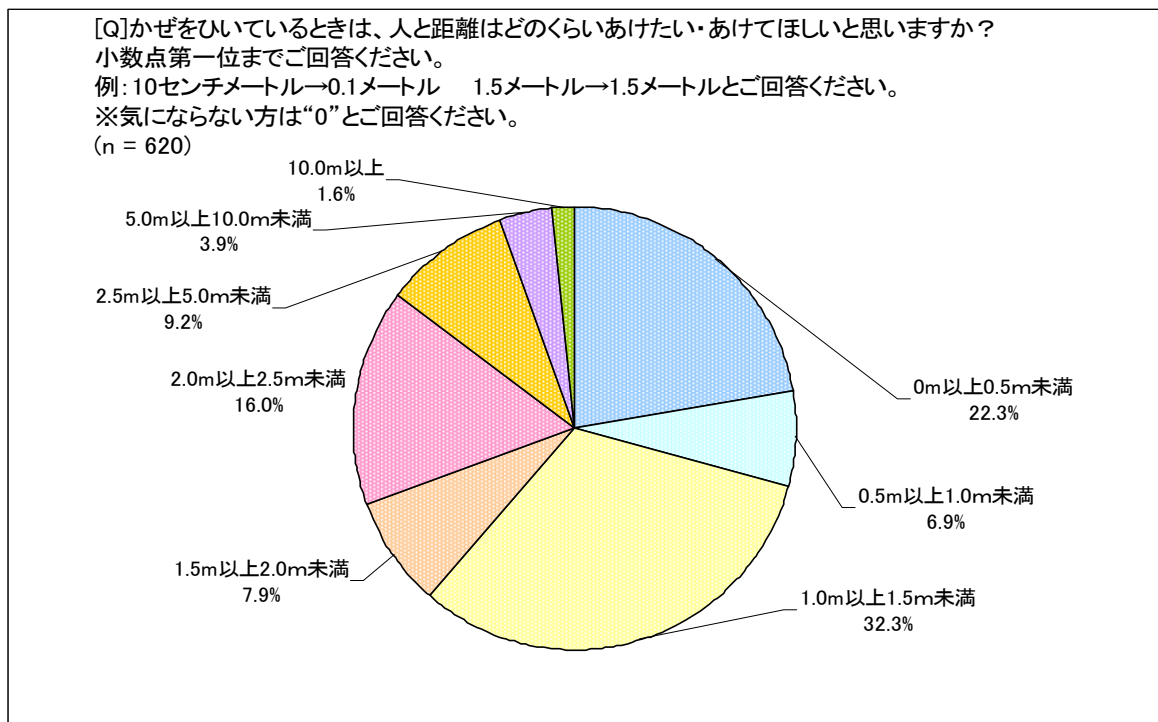
参照:田坂定孝、日新医学 44:633,1957より/テルモリリース
 <<http://www.terumo.co.jp/press/2008/028.html>>



■ かぜをひいているときは、親しい人でも1メートル52センチあけるのがスマート

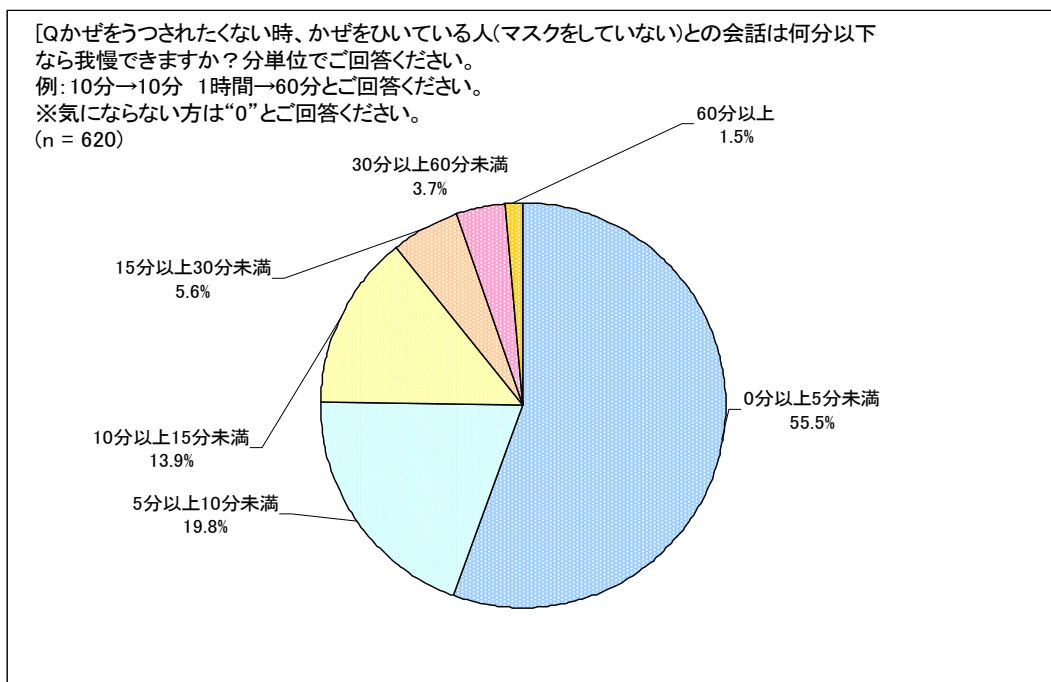
かぜをひいているときは、人と平均1メートル52センチ距離をあけたい・あけてほしいという結果が得られました。「飛沫感染は1～2メートル*」という俗説もあるため、1メートル52センチは妥当な距離のようです。また、人と人の快適距離を示すパーソナルスペースの観点からも、1メートル52センチは、知らない他人同士があける距離とされており、かぜのときは親しい人であっても他人同士の距離感を維持するのがスマートといえるでしょう。

参照：国立感染症研究所（ただし、インフルエンザ） <http://idsc.nih.go.jp/disease/influenza/fluQA/QAdoc01.html>



■ マスクをつけていないかぜの人と会話をする時、我慢できる時間は約6分

かぜをうつされたくない時、平均約6分までなら、マスクをしていないかぜの人との会話がまんでできるそうです。会議や授業の休み時間を目安(約同等の時間)として、かぜのときには6分以上、人と会話することは控えたほうがよさそうです。ちなみに、男女差をみると男性(5.34分)に対し、女性(6.54分)の方が我慢できる会話時間が長く、かぜに関わらず女性の方が会話好きということが読み取れます。



		n=	平均	(分)
全体		(620)	5.94	
年齢	20代	(310)	5.92	
	30代	(310)	5.96	
性別	男性	(310)	5.34	
	女性	(310)	6.54	

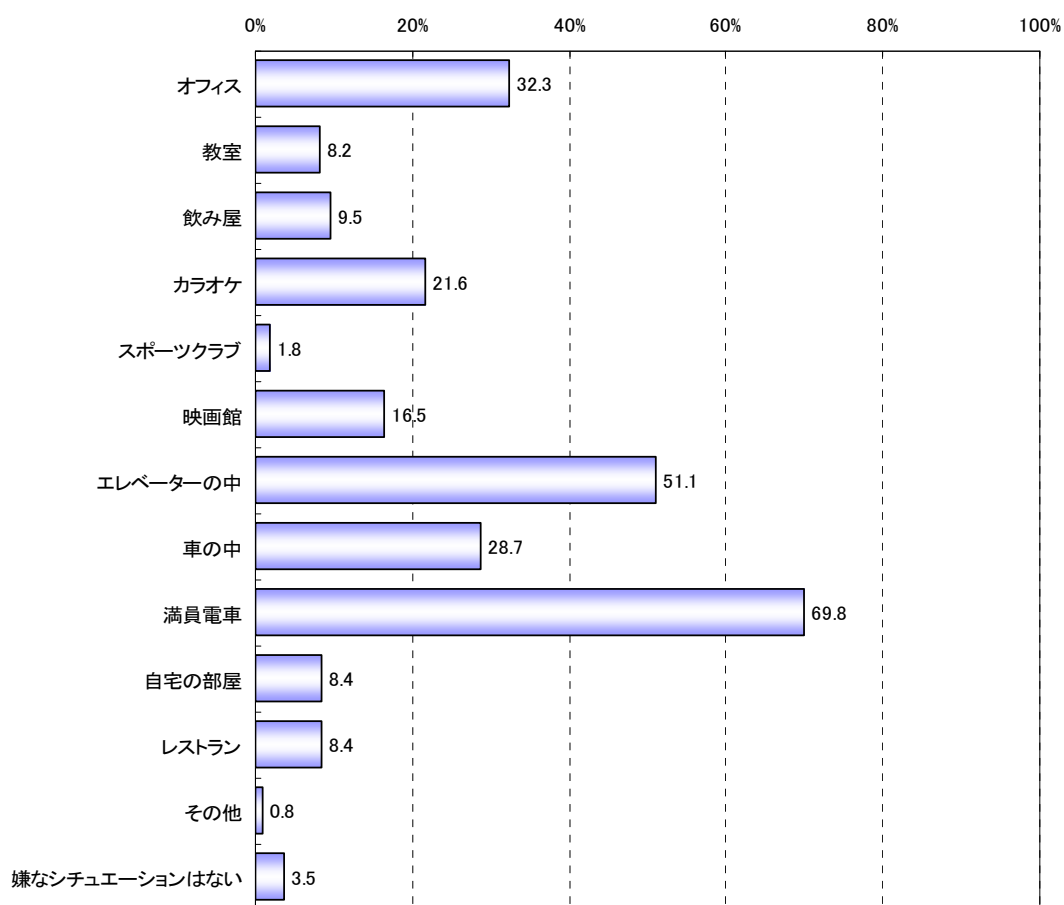
■ かぜをひいている人と一緒に居たくないのは密集空間

満員電車(69.8%)やエレベーターの中(51.1%)など、かぜをひいている人、特にかぜをひいている他人と一緒に密集空間と一緒にいるのを避けたいと思う傾向があるようです。オフィスや満員電車など仕事を連想させる密集空間は避けたいと思う一方、レストラン、飲み屋や映画館など”FUN”な場所への抵抗は低いようです。

[Q]かぜの人と同じ空間に居るのが嫌な場所・シチュエーションはどれですか？

当てはまるものを3個までお選びください。

(n = 620)



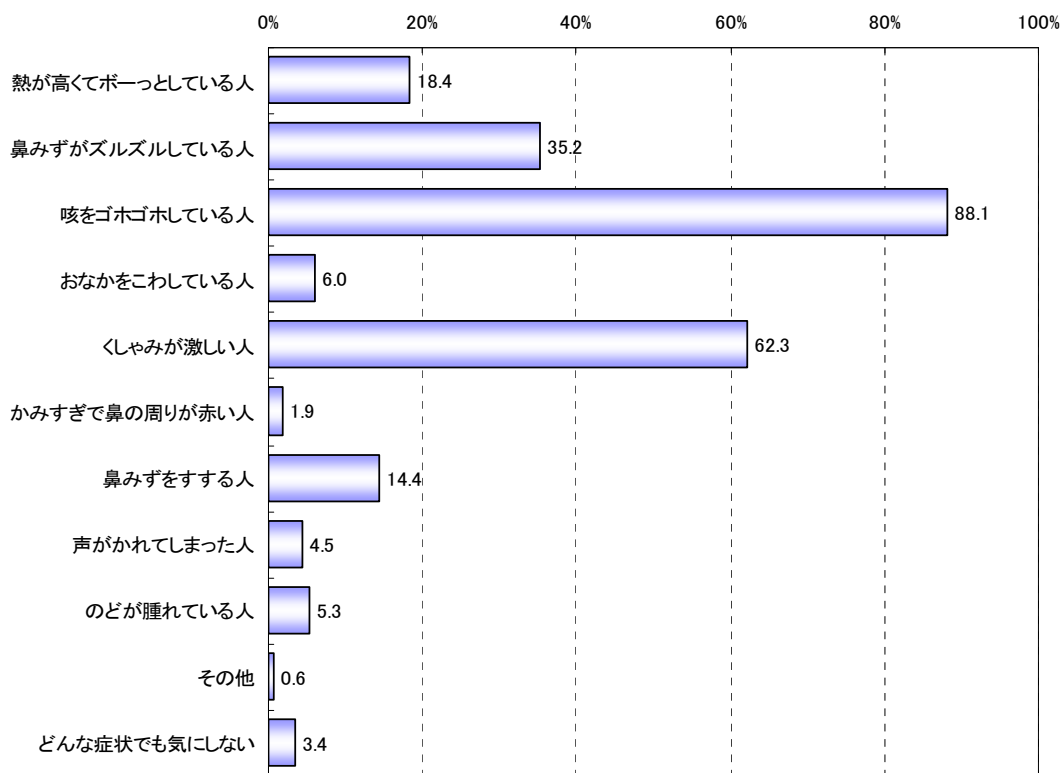
■ かぜの症状で嫌われるのは、せき・くしゃみ・鼻みず、熱、

調査結果では、回答者の約9割が「せき(88.1%)」の症状がひどいかぜの人を避けたいと考えていることがわかりました。せき以外は、くしゃみ(62.3%)、鼻みず(35.2%)の症状が激しいかぜの人も避ける傾向があるようです。かぜをひいた時は、特に嫌がられる「せき、くしゃみ、鼻みず」の症状を中心にケアするように心がけ、かぜをひいても嫌われないようにすると良いでしょう。

[Q]次のかぜの症状を持っている人で近寄りたくないのはどれですか？

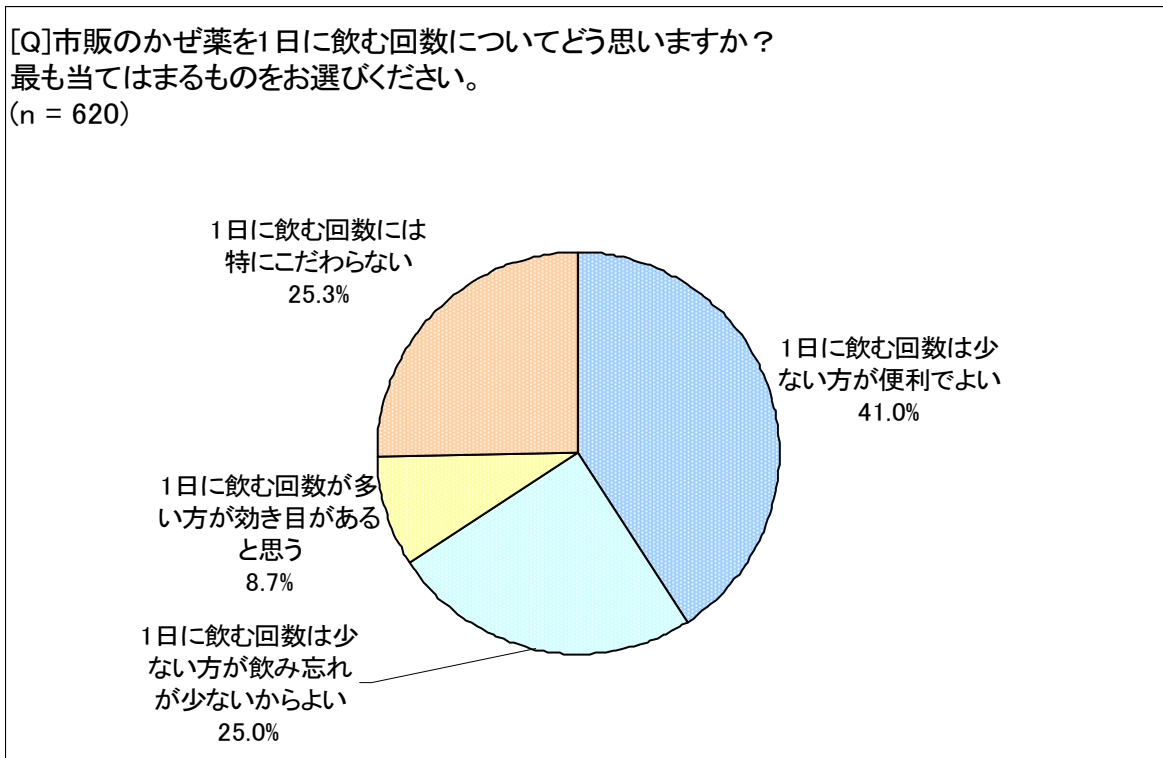
当てはまるものを3個までお選びください。

(n = 620)



■ 3人に2人、かぜ薬は飲む回数が少ないほうがうれしい

市販のかぜ薬を選ぶ際、1日に飲む回数が少ない薬を「便利」だと回答した人が41%、また、飲む回数が少ない方が飲み忘れも少ないと考えている人が25%という結果が得られ、約3人に2人が1日に飲む回数は少ないほうがよいと思っているようです。男女差をみると、男性のほうが「便利」(47.7%)を重視する一方、女性は「便利」(34.2%)と同程度に「飲み忘れが少ない」(32.9%)ことを評価する違いも見受けられ、男性は効率を意識し、女性は効率と同じく持続効果が長く、飲み忘れの心配がいらぬかぜ薬を好む傾向が読み取れます。

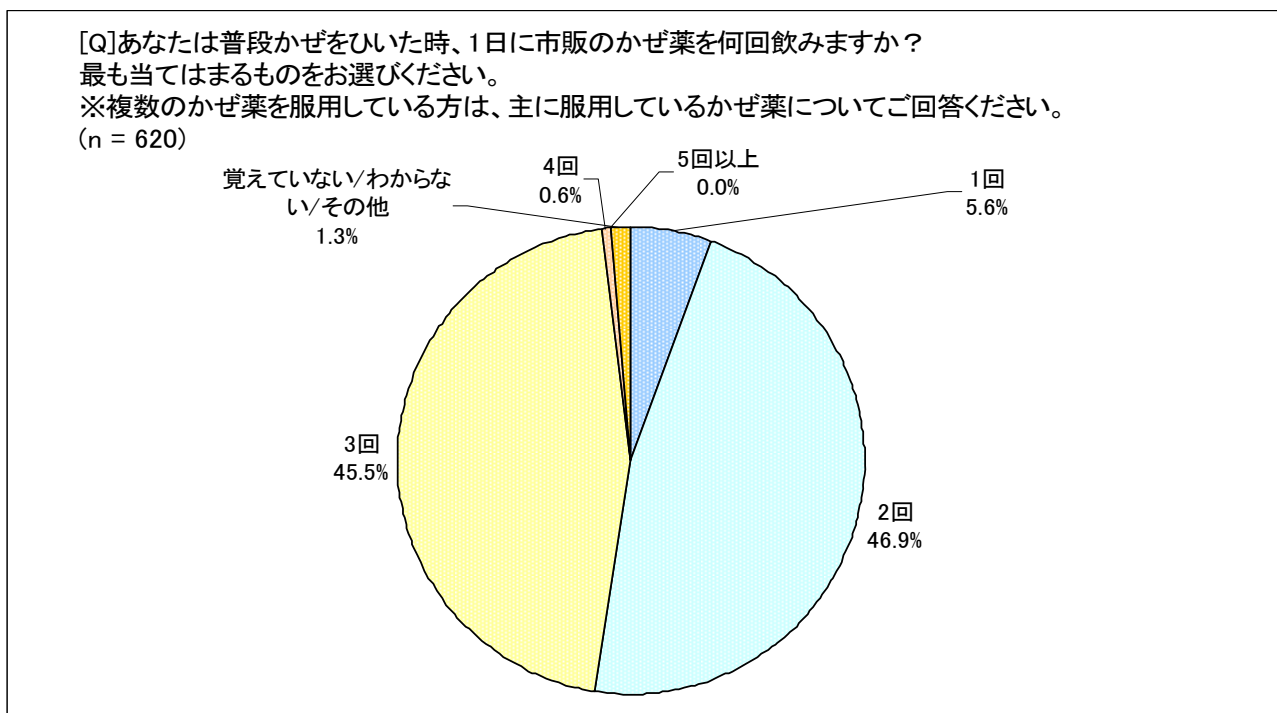


		n=	%			
全体		(620)	41.0	25.0	8.7	25.3
年齢	20代	(310)	43.5	24.2	10.0	22.3
	30代	(310)	38.4	25.8	7.4	28.4
性別	男性	(310)	47.7	17.1	10.3	24.8
	女性	(310)	34.2	32.9	7.1	25.8

- 1日に飲む回数は少ない方が便利でよい
- 1日に飲む回数は少ない方が飲み忘れが少ないからよい
- 1日に飲む回数が多い方が効き目があると思う
- 1日に飲む回数には特にこだわらない

■ 1日2回かぜ薬を飲む人が約半数

かぜをひいて市販のかぜ薬を飲むときは、1日に2回が46.9%、3回が45.5%でした。かぜ薬は1日3回薬が多いですが、多くの人が用量・用法通りに飲んでいないことがわかります。

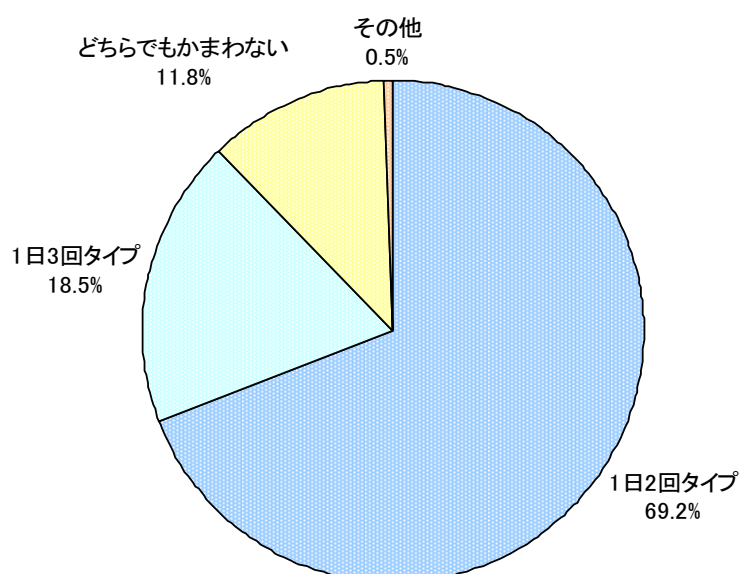


■ 約7割の人が1日2回タイプの市販かぜ薬を選択

同じかぜ薬の効果であれば、1日2回タイプを選択した人が69.2%と最も多く、忙しい現代人にとって、1日2回で持続効果があるタイプのかぜ薬は、彼らのニーズに合っているため、選ばれている傾向が見受けられます。今後、1日2回薬のセグメントは拡大する可能性があります。

[Q]もし市販のかぜ薬の効果が同じようであれば、1日2回タイプと1日3回タイプのどちらを選びますか？最も当てはまるものをお選びください。

(n = 620)

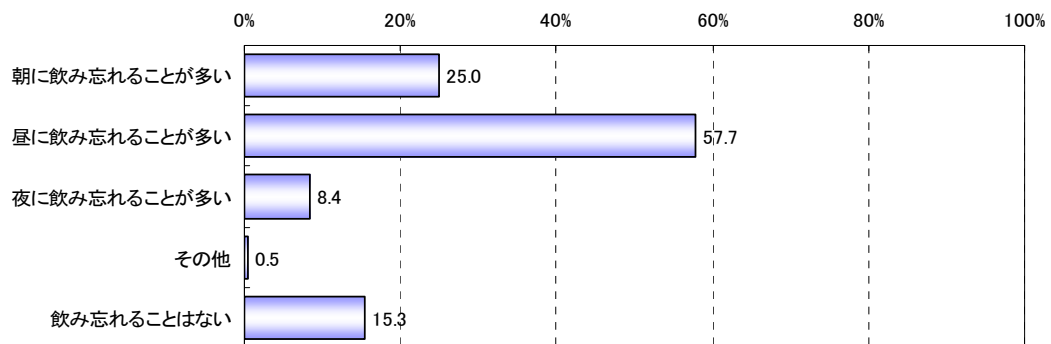


■ かぜ薬、昼に飲み忘れる傾向がダントツ

半数以上の人朝や夜に比べて、仕事や家事、学校などで忙しい昼間に飲み忘れることが多いことがわかりました。朝と夜だけ飲めばよく、昼間飲み忘れても大丈夫な1日2回タイプが忙しい現代人に向いているようです。

(%)

[Q]市販のかぜ薬を飲み忘れるとき、その時間帯はいつが多いですか？
当てはまるもの全てお選びください。
(n = 620)



【本資料に関するお問い合わせ先】

グラクソ・スミスクライン株式会社

担当: 中村、小松

Tel: 03-5786-5030、Fax: 03-5786-5215

E-mail: kazuaki.nakamura@gsk.com

<http://glaxosmithkline.co.jp>

「コンタック」のウェブサイト: <http://contac.jp>