統計分析研究所
株式会社アイスタット
Institute of Statistical Analyses, Inc

2024年6月24日
株式会社アイスタット
News Release

株式会社アイスタット マンスリーレポート
- 気象病（天気痛）に関するアンケート -
（調査期間：2024年6月10日）

梅雨、台風シーズンの前に、「気候や天気の変化による身体の不調を発症する人の実態」および「気象病有無との関連」を調べるために、株式会社アイスタット（本社：東京都杉並区、代表取締役社長：志賀保夫）は、気象病（天気痛）に関するアンケート調査を実施しました。

本調査は、業界最大規模のモニター数を誇るセルフ型アンケートツール「Freeasy」を提供するアイブリッジ株式会社（本社：大阪府大阪市） の会員 20 歳～59 歳、有職者を対象に調査を実施しました。

調査結果サマリー

- **気象病（天気痛）の診断チェックリストで、該当が1個以上ある人は5割を超える！**
- **「気象病だと思う」は1割、「持っている気がする」は3割弱、「気象病だと思わない」は6割！**
- **気象病の有無にかかわらず、気候・天気の変化で身体の不調を感じる人は約6割**

《 気象病の有無にかかわらず、気候や天気の変化で身体の不調を感じた人の特徴 》

- **発症は、第1位「雨が降る前・雨が降りそうなとき」、第2位「湿度が高いとき」**
- **症状は、第1位「頭痛」、第2位「倦怠感（だるさ）」、第3位「疲労感」**
- **経験した時期は、「1～2年前」が最多！気象庁の平均気温経年変化データと一致！**
- **日常生活や仕事に影響する人は7割！**
- **お医者さんに診てもらったことがある人は約2割！**
- **対策は、第1位「市販の薬を飲む」、第2位「ひたすら耐える」**
- **和らげるために使用する薬は、第1位「鎮痛剤」、第2位「漢方薬」**

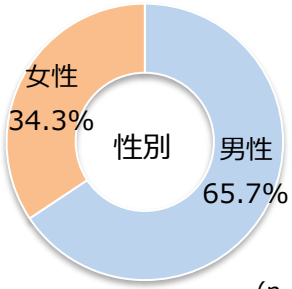
- **「気象病だと思う人」と「そうと思わない人」の生活習慣の違い第1位「ストレスをためやすい」**
- **気象病有無は「雨が降る前」「高湿度」「台風接近」「貧血症状」「気温急降下」が影響！**

調査概要

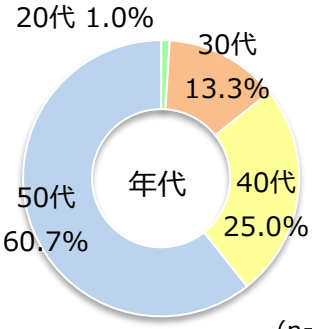
形式	Webアンケート形式
調査期間	2024年6月10日
回答者	セルフ型アンケートツールFreeasyに登録している20歳～59歳、有職者の会員300人
調査機関	株式会社アイスタット

【回答者属性】

全体		300名	100.0%
性別	男性	197名	65.7%
	女性	103名	34.3%
年代	20代	3名	1.0%
	30代	40名	13.3%
	40代	75名	25.0%
	50代	182名	60.7%
有無 婚姻	未婚	157名	52.3%
	既婚	143名	47.7%
居住地	北海道・東北地方	33名	11.0%
	関東地方	137名	45.7%
	中部地方	48名	16.0%
	近畿地方	49名	16.3%
	四国・中国・九州地方・沖縄	33名	11.0%
職業	会社員(正社員)	173名	57.7%
	会社員（契約・派遣社員）	17名	5.7%
	経営者・役員	7名	2.3%
	公務員（教職員を除く）	12名	4.0%
	自営業	27名	9.0%
	自由業	14名	4.7%
	医師・医療関係者	7名	2.3%
	パート・アルバイト	43名	14.3%

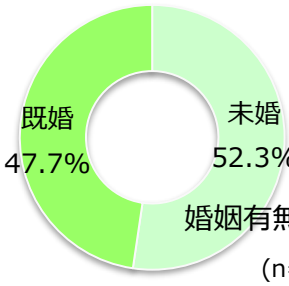


(n=300)



(n=300)

平均年齢（49.5才）



(n=300)

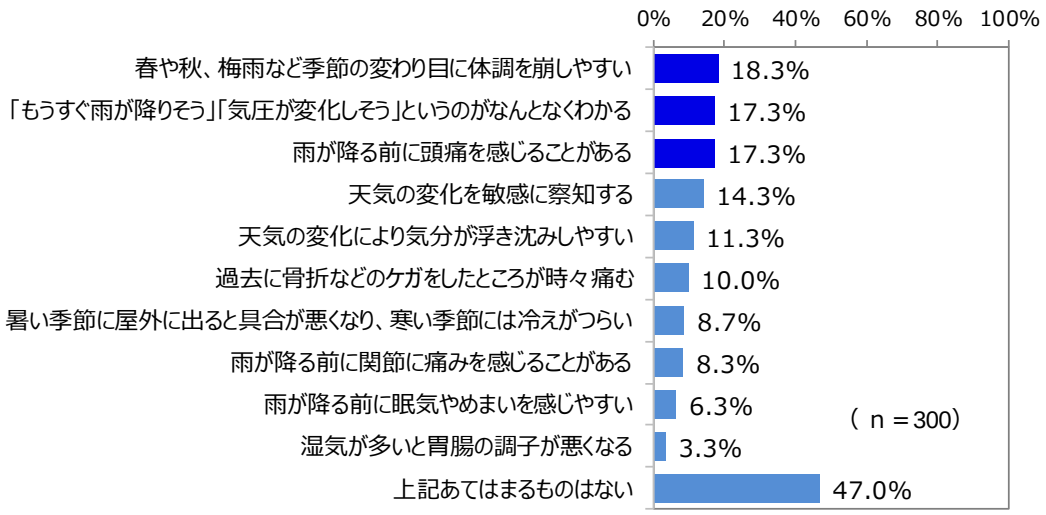
主な分析結果

気象病（天気痛）の診断チェックリストで、該当が1個以上ある人は5割を超える！

気象病（天気痛）の診断チェックリストを300名に提示し該当するものを複数回答で聞いたところ、「あてはまるものはない」が47.0%で最も多く、次に「春や秋、梅雨など季節の変わり目に体調を崩しやすい」の18.3%、「『もうすぐ雨が降りそう』『気圧が変化しそう』というのがなんとなくわかる」「雨が降る前に頭痛を感じることがある」が同率で17.3%と続いた。

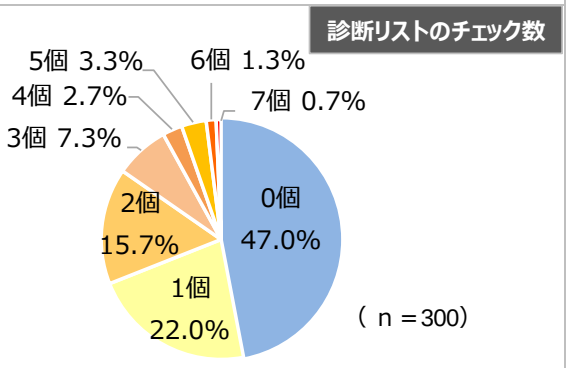
この診断リストで該当が複数ある場合、「気象病のリスク（危険）が高いかも」といった見解がある。そこで、1人当たりのチェック数を調べたところ、「0個」を除くと「1個」が22.0%で最も多く、次に「2個」の15.7%、「3個」の7.3%と続いた。これより、今回の調査対象者は「気象病」の高リスクの人が少ないことがうかがえた。また、1個～7個の合計53%から、2人のうち1人は「気象病」の可能性があることも明らかとなった。

【Q1】 以下は気象病（天気痛）の診断チェックリストです。該当するものをお知らせください。（回答はいくつでも）



※ **天気痛（てんきつう）**
天気に連動して起きる痛み

※ **気象病**
痛みだけでなく、気圧や気温、湿度の変化が大きく影響して起こる症状



(横%表)

		気象病（天気痛）の診断チェック											n
		春や秋、梅雨など季節の変わり目に体調を崩しやすい	「もうすぐ雨が降りそう」「気圧が変化しそう」というのがなんとなくわかる	雨が降る前に頭痛を感じることがある	天気の変化を敏感に察知する	天気の変化により気分が浮き沈みしやすい	過去に骨折などのケガをしたところが時々痛む	暑い季節に屋外に出ると具合が悪くなり、寒い季節には冷えがつらい	雨が降る前に関節に痛みを感じることがある	雨が降る前に眠気やめまいを感じやすい	湿気が多いと胃腸の調子が悪くなる	あてはまるものはない	
全体		18.3	17.3	17.3	14.3	11.3	10.0	8.7	8.3	6.3	3.3	47.0	300
年代	20代・30代	11.6	11.6	18.6	20.9	25.6	11.6	7.0	11.6	16.3	7.0	37.2	43
	40代	21.3	14.7	24.0	16.0	12.0	9.3	9.3	6.7	8.0	6.7	41.3	75
	50代	18.7	19.8	14.3	12.1	7.7	9.9	8.8	8.2	3.3	1.1	51.6	182
性別	男性	16.2	17.3	14.2	12.7	9.6	9.6	5.1	7.6	3.6	4.1	50.8	197
	女性	22.3	17.5	23.3	17.5	14.6	10.7	15.5	9.7	11.7	1.9	39.8	103
居住地	北海道・東北地方	9.1	12.1	9.1	6.1	6.1	12.1	9.1	0.0	12.1	3.0	57.6	33
	関東地方	20.4	17.5	14.6	16.8	18.2	10.2	11.7	10.9	6.6	4.4	42.3	137
	中部地方	14.6	20.8	18.8	12.5	2.1	6.3	2.1	8.3	4.2	2.1	58.3	48
	近畿地方	20.4	18.4	18.4	18.4	8.2	12.2	6.1	6.1	4.1	0.0	51.0	49
	四国・中国・九州地方・沖縄	21.2	15.2	33.3	9.1	6.1	9.1	9.1	9.1	6.1	6.1	33.3	33

各項目を縦に見て最大値に彩色

▲　「春や秋、梅雨など季節の変わり目に体調を崩しやすい」を回答した人を属性別にみると、「40代」「女性」「四国・中国・九州地方・沖縄」で最も多かった。

▲　性別ごとの回答をみると、ほとんどの内容で「男性」より「女性」の方が多かった。

		気象病（天気痛）の診断リストのチェック数								n
		0個	1個	2個	3個	4個	5個	6個	7個	
全体		47.0	22.0	15.7	7.3	2.7	3.3	1.3	0.7	300
年代	20代・30代	37.2	23.3	25.6	2.3	4.7	2.3	2.3	2.3	43
	40代	41.3	24.0	16.0	12.0	1.3	2.7	1.3	1.3	75
	50代	51.6	20.9	13.2	6.6	2.7	3.8	1.1	0.0	182
性別	男性	50.8	21.8	14.7	7.1	2.0	2.5	0.5	0.5	197
	女性	39.8	22.3	17.5	7.8	3.9	4.9	2.9	1.0	103
居住地	北海道・東北地方	57.6	21.2	15.2	3.0	0.0	0.0	3.0	0.0	33
	関東地方	42.3	21.2	18.2	8.0	4.4	3.6	1.5	0.7	137
	中部地方	58.3	16.7	10.4	8.3	2.1	4.2	0.0	0.0	48
	近畿地方	51.0	22.4	8.2	10.2	2.0	4.1	0.0	2.0	49
	四国・中国・九州地方・沖縄	33.3	33.3	24.2	3.0	0.0	3.0	3.0	0.0	33

各項目を縦に見て最大値に彩色

▲　気象病（天気痛）の診断リストチェック数を属性別にみると、「0個（あてはまらない）」を回答した人は、「50代」「男性」「中部地方」で最も多かった。一方、「7個」を回答した人は、「20代・30代」「女性」「近畿地方」で最も多かった。

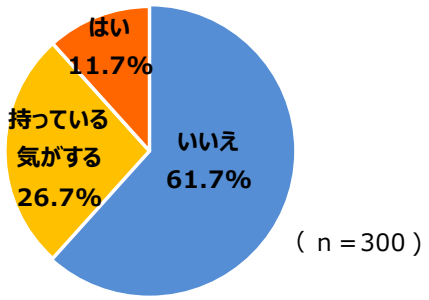
「気象病だと思う」は1割、「持っている気がする」は3割弱、「気象病だと思わない」は6割！

気象病（天気痛）を持っていると思うかを聞いたところ、「いいえ」が61.7%で最も多く、次に「持っている気がする」の26.7%、「はい」の11.7%と続いた。

診断リストのチェック数との関連をみると、「はい」の人は「3個以上」、「持っている気がする」の人は「2個」、「いいえ」の人は「0個」が最も多い妥当な結果であった。

診断リストの内容との関連をみると、「はい」の人は「雨が降る前に関節に痛みを感じる」が最も多く、「持っている気がする」の人は「雨が降る前に頭痛を感じる」が最も多かった。

【Q2】 あなたは、気象病（天気痛）を持っていると思いますか。（回答は1つ）



(横%表)

		気象病（天気痛）の自己診断			n
		はい	持っている気がする	いいえ	
全体		11.7	26.7	61.7	300
診断リストチェック数	0個	0.7	4.3	95.0	141
	1個	7.6	40.9	51.5	66
	2個	14.9	61.7	23.4	47
	3個以上	47.8	39.1	13.0	46

各項目を縦に見て最大値に彩色

(横%表)

		気象病（天気痛）の自己診断			n
		はい	持っている気がする	いいえ	
全体		11.7	26.7	61.7	300
年代	20代・30代	23.3	37.2	39.5	43
	40代	10.7	30.7	58.7	75
	50代	9.3	22.5	68.1	182
性別	男性	10.2	22.3	67.5	197
	女性	14.6	35.0	50.5	103

各項目を縦に見て最大値に彩色

■ カイ2乗検定は、クロス集計を行った結果が、母集団においても関連性があるといえるかを調べる。
p値＜0.05　判定[*]は、関連性があるといえる。

■ クラメール連関係数は、行項目と列項目の関連の強さを示す指標で、0.1以上は2項目間に相関があるといえる。

(横%表)

		気象病（天気痛）の自己診断			n
		はい	持っている気がする	いいえ	
全体		11.7	26.7	61.7	300
診断チェックリスト	天気の変化を敏感に察知する	39.5	37.2	23.3	43
	「もうすぐ雨が降りそう」「気圧が変化しそう」というのがなんとなくわかる	25.0	42.3	32.7	52
	天気の変化により気分が浮き沈みしやすい	35.3	41.2	23.5	34
	過去に骨折などのケガをしたところが時々痛む	43.3	40.0	16.7	30
	雨が降る前に頭痛を感じることがある	26.9	63.5	9.6	52
	雨が降る前に関節に痛みを感じることがある	56.0	36.0	8.0	25
	雨が降る前に眠気やめまいを感じやすい	42.1	52.6	5.3	19
	湿気が多いと胃腸の調子が悪くなる	50.0	30.0	20.0	10
	春や秋、梅雨など季節の変わり目に体調を崩しやすい	21.8	45.5	32.7	55
	暑い季節に屋外に出ると具合が悪くなり、寒い季節には冷えがつらい	30.8	42.3	26.9	26
	上記あてはまるものはない	0.7	4.3	95.0	141

各項目を縦に見て最大値に彩色　n＝30未満は参考値

▼ 独立性の検定 （カイ2乗検定）

診断リストチェック数 × 気象病

p値	判定	相関
0.000	[**]	0.546

年代 × 気象病

p値	判定	相関
0.007	[**]	0.153

性別 × 気象病

p値	判定	相関
0.015	[*]	0.167

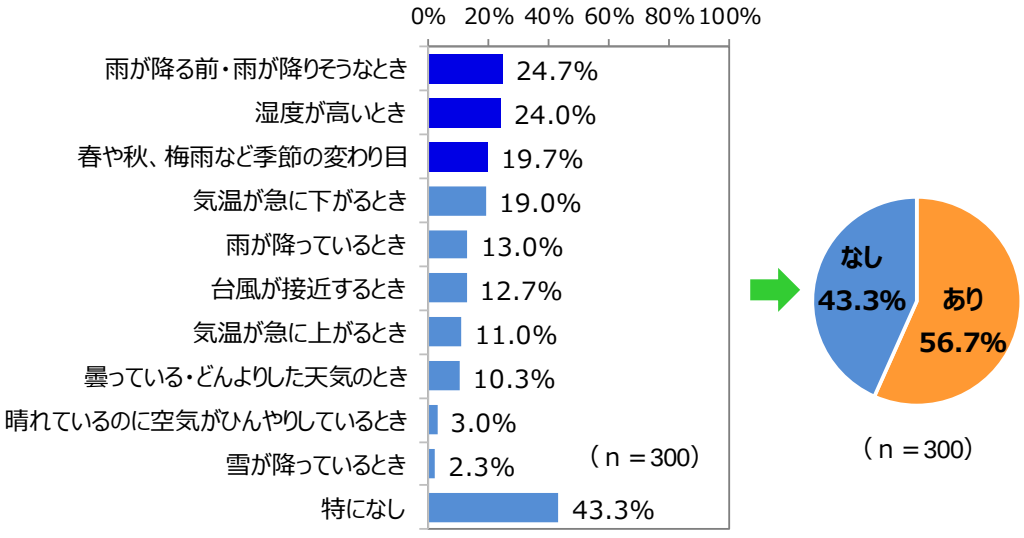
※ 相関 → クラメール連関係数

気象病の有無にかかわらず、気候や天気の変化で身体の不調を感じる人は約6割！
そのうち、「雨が降る前・雨が降りそうなとき」が24.7%で最多！

気象病（天気痛）の有無に関わらず、気候や天気の変化で身体の不調を感じることがあるかを複数回答で聞いたところ、「特になし」を除くと、「雨が降る前・雨が降りそうなとき」が24.7%で最も多く、次に「湿度が高いとき」の24.0%、「春や秋、梅雨など季節の変わり目」の19.7%の順で続いた。この回答を不調の有無別に分類すると、気候や天気の変化で身体の不調を感じる人は56.7%、そうでない人（特になし）は43.3%であることが明らかとなった。

※　次の質問からは、気象病（天気痛）の有無に関わらず、お答えください。

【Q3】 あなたは、気候や天気の変化で身体の不調を感じることはありますか。
ある場合、どのような気候・天候の時か、お知らせください。（回答はいくつでも）



(横%表)　　並び替え：①年代の彩色ごと　②「全体の値」から「彩色の値」を差し引いた値の降順

		体の不調を感じる気候・天候											
		曇っている・どんよりした天気のとき	雨が降る前・雨が降りそうなとき	雨が降っているとき	雪が降っているとき	気温が急に上がるとき	湿度が高いとき	気温が急に下がるとき	台風が接近するとき	晴れているのに空気がひんやりしているとき	春や秋、梅雨など季節の変わり目	特になし	n
全体		10.3	24.7	13.0	2.3	11.0	24.0	19.0	12.7	3.0	19.7	43.3	300
年代	20代・30代	25.6	37.2	18.6	7.0	14.0	25.6	18.6	11.6	2.3	16.3	32.6	43
	40代	14.7	26.7	16.0	2.7	12.0	28.0	21.3	14.7	4.0	17.3	38.7	75
	50代	4.9	20.9	10.4	1.1	9.9	22.0	18.1	12.1	2.7	21.4	47.8	182
性別	男性	5.6	20.3	10.7	2.0	9.1	23.9	18.3	13.2	2.5	15.7	46.7	197
	女性	19.4	33.0	17.5	2.9	14.6	24.3	20.4	11.7	3.9	27.2	36.9	103
居住地	北海道・東北地方	15.2	21.2	9.1	3.0	15.2	15.2	27.3	12.1	0.0	15.2	45.5	33
	関東地方	10.9	26.3	9.5	2.9	10.2	24.8	16.8	14.6	5.8	21.2	40.1	137
	中部地方	8.3	18.8	10.4	2.1	8.3	20.8	16.7	12.5	0.0	14.6	54.2	48
	近畿地方	8.2	28.6	20.4	2.0	8.2	22.4	16.3	8.2	0.0	22.4	46.9	49
	四国・中国・九州地方・沖縄	9.1	24.2	24.2	0.0	18.2	36.4	27.3	12.1	3.0	21.2	33.3	33

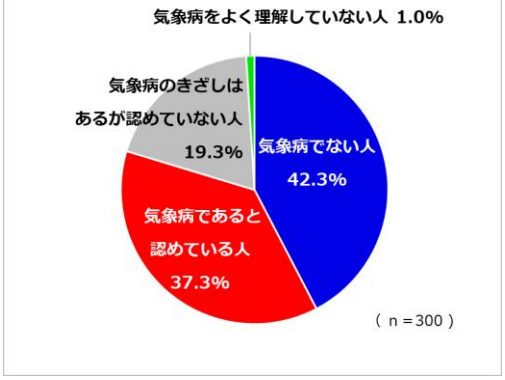
各項目を縦に見て最大値に彩色

▼「気候や天気の変化による身体の不調」と「気象病の有無（自己診断）」との関連を調べた。

(横%表)　　並び替え：①彩色ごと　②「全体の値」から「彩色の値」を差し引いた値の降順

		身体の不調を感じる気候・天候　（複数回答可）										n
		雨が降る前・雨が降りそうなとき	気温が急に下がるとき	春や秋、梅雨など季節の変わり目	台風が接近するとき	気温が急に上がるとき	晴れているのに空気がひんやりしているとき	雪が降っているとき	湿度が高いとき	曇っている・どんよりした天気のとき	雨が降っているとき	特になし	
全体		24.7	19.0	19.7	12.7	11.0	3.0	2.3	24.0	10.3	13.0	43.3	300
気象病自己診断	はい	71.4	48.6	40.0	37.1	28.6	8.6	5.7	42.9	17.1	20.0	2.9	35
	持っている気がする	53.8	27.5	27.5	23.8	16.3	3.8	3.8	45.0	22.5	25.0	2.5	80
	いいえ	3.2	9.7	12.4	3.2	5.4	1.6	1.1	11.4	3.8	6.5	68.6	185

黄色 ➡ 各項目を縦に見て最大値に彩色　　グレー ➡ 気象病のきざしはあるが認めていない人
□ ➡ 気象病であると認めている人　　□ ➡ 気象病でない人　　黄緑 ➡ 気象病をよく理解していない人



今回の調査対象者は、「気象病でない人」が42.3%、「気象病であると認めている人」が37.3%、「気象病のきざしはあるが認めていない人」が19.3%、「気象病をよく理解していない人」が1.0%であることが明らかとなった。

▼「気象病である・持っている気がする人」と「気象病でない人」の身体の不調を感じる気候・天候を調べ、違いが大きかったのは何かを「%差」から調べた。違いの第1位は「雨が降る前・雨が降りそうなとき」の55.9%差、第2位は「湿度が高いとき」の33.0%差、第3位は「台風が接近するとき」の24.6%差であった。

「気象病である・持っている気がする」と「気象病でない」の比較

表側項目内を縦に見て最大に彩色　　並び替え：%差の降順

		身体の不調を感じる気候・天候　（複数回答可）											n
		雨が降る前・雨が降りそうなとき	湿度が高いとき	台風が接近するとき	気温が急に下がるとき	春や秋、梅雨など季節の変わり目	曇っている・どんよりした天気のとき	雨が降っているとき	気温が急に上がるとき	晴れているのに空気がひんやりしているとき	雪が降っているとき	特になし	
全体		24.7	24.0	12.7	19.0	19.7	10.3	13.0	11.0	3.0	2.3	43.3	300
気象病自己診断	はい・持っている気がする	59.1	44.3	27.8	33.9	31.3	20.9	23.5	20.0	5.2	4.3	2.6	115
	いいえ	3.2	11.4	3.2	9.7	12.4	3.8	6.5	5.4	1.6	1.1	68.6	185
		1位	2位	3位									
%差		55.9	33.0	24.6	24.2	18.9	17.1	17.0	14.6	3.6	3.3	-66.0	
z検定（母比率の差の検定）		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.076	0.068	0.000	
z検定（判定）		[**]	[**]	[**]	[**]	[**]	[**]	[**]	[**]	[ ]	[ ]	[**]	
相関（クラメール連関係数）		0.630	0.376	0.359	0.300	0.231	0.273	0.246	0.227	0.102	0.105	0.648	

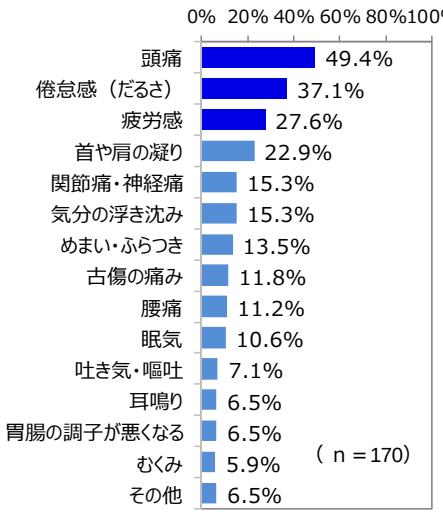
気候・天気の変化による不調は、第1位「頭痛」、第2位「倦怠感（だるさ）、第3位「疲労感」

「気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名を対象に、どのような症状かを複数回答で聞いたところ、「頭痛」が49.4%で最も多く、次に「倦怠感（だるさ）」の37.1%、「疲労感」の27.6%の順で続いた。

気象病の有無（自己診断）との関連をみると、「気分の浮き沈み」「疲労感」を回答した人は「気象病でない」ほど多く、「頭痛」「吐き気・嘔吐」を回答した人は「気象病を持っている気がする」ほど多く、それ以外の症状を回答した人は「気象病である」ほど多かった。

※ Q3で「 気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名が対象

【Q4】 前問で回答した「気候や天候が原因で起こる身体の不調」は、どのような症状ですか。（回答はいくつでも）



(横%表)　並び替え：①彩色ごと ②「全体の値」から「彩色の値」を差し引いた値の降順

		気候や天候が原因で起こる身体の不調の症状 （複数回答可）															n
		関節痛・神経痛	首や肩の凝り	腰痛	めまい・ふらつき	眠気	古傷の痛み	むくみ	耳鳴り	倦怠感(だるさ)	胃腸の調子が悪くなる	頭痛	吐き気・嘔吐	気分の浮き沈み	疲労感	その他	
全体		15.3	22.9	11.2	13.5	10.6	11.8	5.9	6.5	37.1	6.5	49.4	7.1	15.3	27.6	6.5	170
気象病自己診断	はい	38.2	44.1	29.4	29.4	23.5	23.5	14.7	11.8	41.2	8.8	61.8	5.9	11.8	32.4	0.0	34
	持っている気がする	11.5	17.9	7.7	11.5	9.0	12.8	3.8	6.4	37.2	3.8	64.1	7.7	12.8	21.8	2.6	78
	いいえ	6.9	17.2	5.2	6.9	5.2	3.4	3.4	3.4	34.5	8.6	22.4	6.9	20.7	32.8	15.5	58

各項目を縦に見て最大値に彩色

(横%表)　並び替え：①年代の彩色ごと ②「全体の値」から「彩色の値」を差し引いた値の降順

		気候や天候が原因で起こる身体の不調の症状 （複数回答可）															n
		頭痛	眠気	腰痛	疲労感	古傷の痛み	吐き気・嘔吐	気分の浮き沈み	倦怠感(だるさ)	めまい・ふらつき	むくみ	胃腸の調子が悪くなる	関節痛・神経痛	首や肩の凝り	耳鳴り	その他	
全体		49.4	10.6	11.2	27.6	11.8	7.1	15.3	37.1	13.5	5.9	6.5	15.3	22.9	6.5	6.5	170
年代	20代・30代	62.1	20.7	17.2	31.0	13.8	0.0	3.4	34.5	13.8	6.9	3.4	6.9	20.7	6.9	0.0	29
	40代	58.7	10.9	2.2	21.7	10.9	13.0	19.6	41.3	17.4	8.7	8.7	17.4	19.6	4.3	0.0	46
	50代	41.1	7.4	13.7	29.5	11.6	6.3	16.8	35.8	11.6	4.2	6.3	16.8	25.3	7.4	11.6	95
性別	男性	41.0	8.6	11.4	26.7	10.5	6.7	9.5	37.1	12.4	3.8	7.6	14.3	21.0	7.6	9.5	105
	女性	63.1	13.8	10.8	29.2	13.8	7.7	24.6	36.9	15.4	9.2	4.6	16.9	26.2	4.6	1.5	65

各項目を縦に見て最大値に彩色　　ｎ＝30未満は参考値

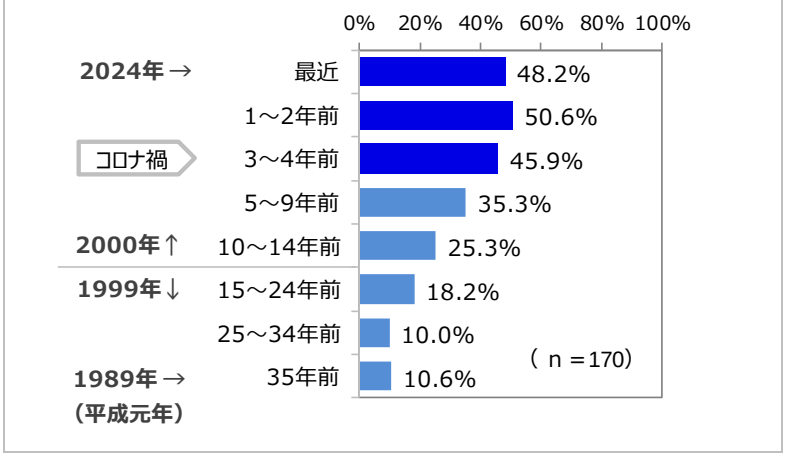
気候･天気の変化による不調を経験した時期は､｢1～2年前｣が最多！気象庁データと一致！

「気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名を対象に、経験した時期を複数回答で聞いたところ、「1～2年前」が50.6%で最も多く、次に「最近」の48.2%、「3～4年前」の45.9%の順で続いた。

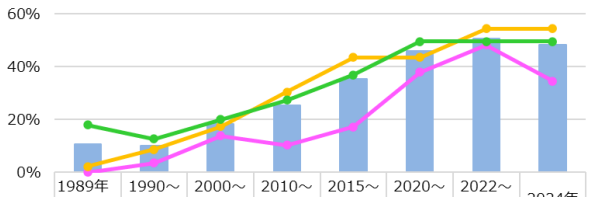
身体の不調を経験する時期が直下年に多かった理由の1つとして、地球温暖化が考えられる。そこで、気象庁ホームページに掲載の「日本の年平均気温偏差の経年変化（1898～2023年）」と今回の結果「不調を経験した時期の推移」を目視で比較したところ、共に推移が上昇していることから、気候や天気の変化が原因で起こる身体の不調の増加は、地球温暖化も要因の1つとうかがえた。

※ Q3で「 気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名が対象

【Q5】 前問で回答した｢気候や天候が原因で起こる身体の不調｣を経験した時期を全てお知らせください。（回答はいくつでも）

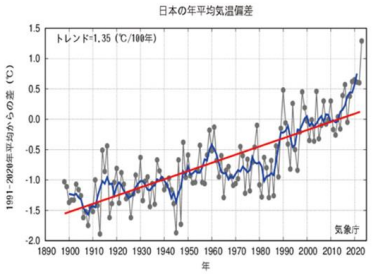


気候･天気の変化による身体の不調を経験した時期（複数回答可）



	1989年 (35年前)	1990～1999年	2000～2009年	2010～2014年	2015～2019年	2020～2021年	2022～2023年	2024年
全体	10.6	10.0	18.2	25.3	35.3	45.9	50.6	48.2
20代･30代（n＝29）	0.0	3.4	13.8	10.3	17.2	37.9	48.3	34.5
40代（n＝46）	2.2	8.7	17.4	30.4	43.5	43.5	54.3	54.3
50代（n＝95）	17.9	12.6	20.0	27.4	36.8	49.5	49.5	49.5

日本の年平均気温偏差　気象庁HPより



日本		
順位	年	気温偏差（℃）
1	2023	+1.29
2	2020	+0.65
3	2019	+0.62
4	2021	+0.61
5	2022	+0.60

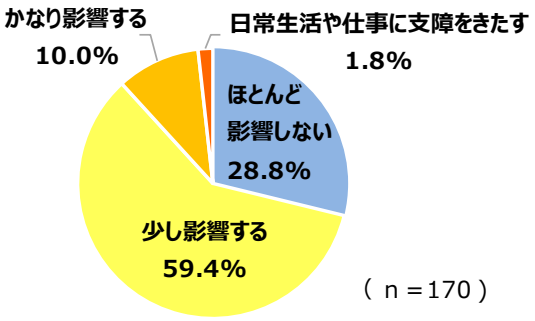
気候･天気の変化による不調で日常生活や仕事に影響する人は7割！

「気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名を対象に、日常生活や仕事にどの程度影響するかを聞いたところ、「日常生活や仕事に支障をきたす」が1.8%、かなり影響する」が10.0%、「少し影響する」が59.4%、「ほとんど影響しない」が28.8%であった。これより、日常生活や仕事に影響する人は7割いることが明らかとなった。

気象病の有無（自己診断）との関連をみると、「支障をきたす」「かなり影響する」を回答した人は「気象病である」ほど多く、「少し影響する」を回答した人は「気象病を持っている気がする」ほど多く、「ほとんど影響しない」を回答した人は「気象病でない」ほど多かった。これより、気象病の自覚がある人ほど気候や天候の変化が日常生活や仕事に影響があることがうかがえた。

※ Q3で「 気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名が対象

【Q6】 前問で回答した「気候や天候が原因で起こる身体の不調」は、日常生活や仕事にどの程度影響しますか。（回答は1つ）



(横%表)

		日常生活や仕事への影響度				n
		ほとんど影響しない	少し影響する	かなり影響する	日常生活や仕事に支障をきたす	
全体		28.8	59.4	10.0	1.8	170
気象病自己診断	はい	14.7	67.6	14.7	2.9	34
	持っている気がする	17.9	70.5	10.3	1.3	78
	いいえ	51.7	39.7	6.9	1.7	58

各項目を縦に見て最大値に彩色

▼ 独立性の検定 （カイ2乗検定）

気象病（自己診断）×影響度

p値	判定	相関
0.001	[**]	0.264

クラメール連関係数↑

(横%表)

		日常生活や仕事への影響度				n
		ほとんど影響しない	少し影響する	かなり影響する	日常生活や仕事に支障をきたす	
全体		28.8	59.4	10.0	1.8	170
年代	20代･30代	17.2	65.5	13.8	3.4	29
	40代	26.1	58.7	10.9	4.3	46
	50代	33.7	57.9	8.4	0.0	95
性別	男性	29.5	57.1	10.5	2.9	105
	女性	27.7	63.1	9.2	0.0	65

各項目を縦に見て最大値に彩色　　n＝30未満は参考値

年代 × 影響度

p値	判定	相関
0.317	[ ]	0.144

性別 × 影響度

p値	判定	相関
0.531	[ ]	0.114

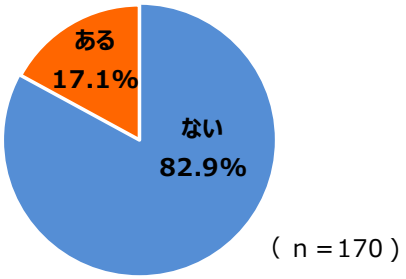
気候･天気の変化による不調でお医者さんに診てもらったことがある人は約2割！

「気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名を対象に、お医者さんに診てもらったことがあるかを聞いたところ、「ない」が82.9%、「ある」が17.1%であった。気候・天気の変化による不調でお医者さんに診てもらう人が約2割もいることが明らかとなった。

気象病の有無（自己診断）との関連をみると、「ある」を回答した人は「気象病である」ほど多く、「ない」を回答した人は「気象病でない」ほど多い妥当な結果であった。

※ Q3で「 気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名が対象

【Q7】 気候や天候の変化が原因で起こる身体の不調で、お医者さんに診てもらったことはありますか（回答は1つ）



(横%表)

		病医院への受診 ある	病医院への受診 ない	n
全体		17.1	82.9	170
気象病自己診断	はい	44.1	55.9	34
	持っている気がする	15.4	84.6	78
	いいえ	3.4	96.6	58

各項目を縦に見て最大値に彩色

▼ 独立性の検定 （カイ2乗検定）

気象病（自己診断）× 受診

p値	判定	相関
0.000	[**]	0.386

クラメール連関係数↑

(横%表)

		病医院への受診 ある	病医院への受診 ない	n
全体		17.1	82.9	170
年代	20代･30代	31.0	69.0	29
	40代	19.6	80.4	46
	50代	11.6	88.4	95
性別	男性	19.0	81.0	105
	女性	13.8	86.2	65

各項目を縦に見て最大値に彩色

n＝30未満は参考値

年代 × 病医院への受診

p値	判定	相関
0.045	[*]	0.191

性別 × 病医院への受診

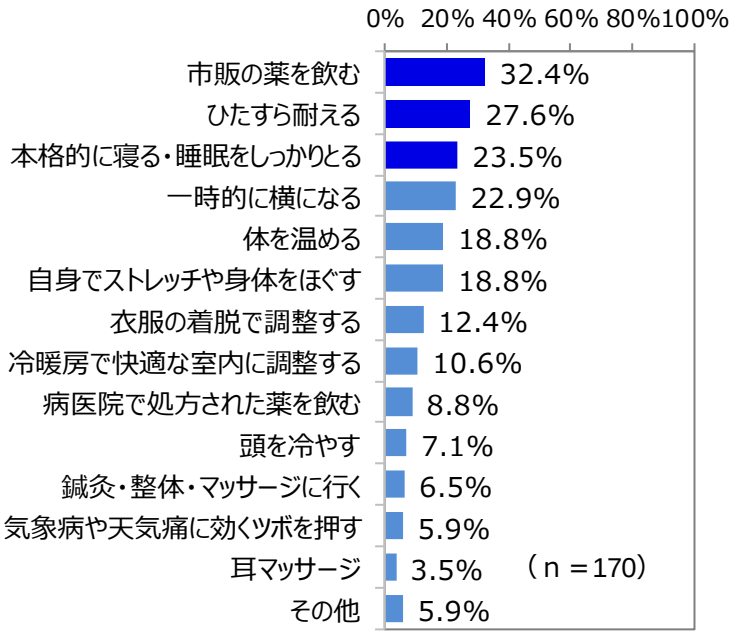
p値	判定	相関
0.381	[ ]	0.067

気候・天気の変化による不調の対策は、第1位「市販の薬を飲む」、第2位「ひたすら耐える」

「気候・天気の変化による身体の不調あり」を回答した170名を対象に、体調不良を起こした時の対策を複数回答で聞いたところ、「市販の薬を飲む」が32.4%で最も多く、次に「ひたすら耐える」の27.6%、「本格的に寝る・睡眠をしっかりとる」の23.5%の順で続いた。

※ Q3で「 気候・天気の変化による体の不調あり」を回答した170名が対象

【Q8】 気候や天候の変化が原因による体調不良を起こした時の対策をお知らせください。（回答はいくつでも）



（横%表）　　並び替え：①年代の彩色ごと ②「全体の値」から「彩色の値」を差し引いた値の降順

		気候や天候が原因で起こる身体の不調の対策 （複数回答可）														n
		気象病や天気痛に効くツボを押す	耳マッサージ	体を温める	市販の薬を飲む	本格的に寝る・睡眠をしっかりとる	頭を冷やす	一時的に横になる	自身でストレッチや身体をほぐす	衣服の着脱で調整する	冷暖房で快適な室内に調整する	鍼灸・整体・マッサージに行く	ひたすら耐える	病医院で処方された薬を飲む	その他	
全体		5.9	3.5	18.8	32.4	23.5	7.1	22.9	18.8	12.4	10.6	6.5	27.6	8.8	5.9	170
年代	20代・30代	10.3	6.9	20.7	41.4	27.6	0.0	17.2	10.3	6.9	3.4	3.4	27.6	6.9	3.4	29
	40代	8.7	4.3	17.4	43.5	28.3	10.9	17.4	15.2	10.9	10.9	6.5	26.1	8.7	4.3	46
	50代	3.2	2.1	18.9	24.2	20.0	7.4	27.4	23.2	14.7	12.6	7.4	28.4	9.5	7.4	95
性別	男性	5.7	3.8	15.2	29.5	23.8	9.5	21.9	20.0	10.5	10.5	8.6	31.4	7.6	7.6	105
	女性	6.2	3.1	24.6	36.9	23.1	3.1	24.6	16.9	15.4	10.8	3.1	21.5	10.8	3.1	65

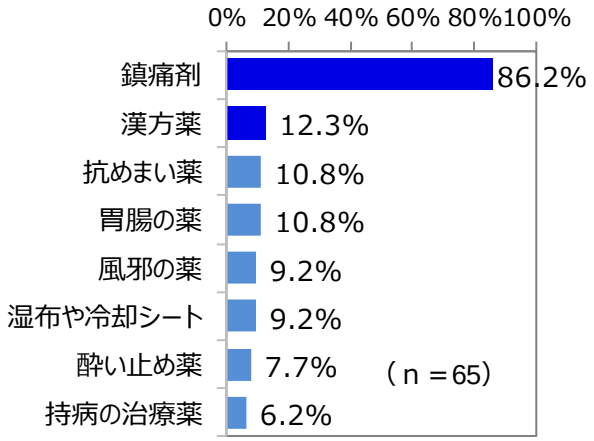
各項目を縦に見て最大値に彩色　　n＝30未満は参考値

気候･天候で起こる不調で和らげるために使用する薬は、第1位「鎮痛剤」、第2位「漢方薬」

気候・天気の変化による身体の不調の対策で「市販薬」「処方箋薬」を使用すると回答した65名を対象に、使用する薬を複数回答で聞いたところ、「鎮痛剤」が86.2%で最も多く、次に「漢方薬」の12.3%の順に続いた。

※ Q8で「市販薬」「処方箋薬」を使用すると回答した65名が対象

【Q9】 気候や天候の変化が原因による体調不良を起こした時、和らげるために使用する薬を市販の薬、病医院の処方薬に関わらずお答えください （回答はいくつでも）



(横%表)　　並び替え：①年代の彩色ごと ②「全体の値」から「彩色の値」を差し引いた値の降順

		和らげるために使用する薬 （複数回答可）								n
		鎮痛剤	抗めまい薬	胃腸の薬	持病の治療薬	漢方薬	酔い止め薬	湿布や冷却シート	風邪の薬	
全体		86.2	10.8	10.8	6.2	12.3	7.7	9.2	9.2	65
年代	20代･30代	92.3	15.4	15.4	7.7	0.0	7.7	0.0	7.7	13
	40代	87.0	13.0	8.7	4.3	21.7	8.7	8.7	8.7	23
	50代	82.8	6.9	10.3	6.9	10.3	6.9	13.8	10.3	29
性別	男性	80.6	13.9	11.1	11.1	13.9	11.1	8.3	16.7	36
	女性	93.1	6.9	10.3	0.0	10.3	3.4	10.3	0.0	29

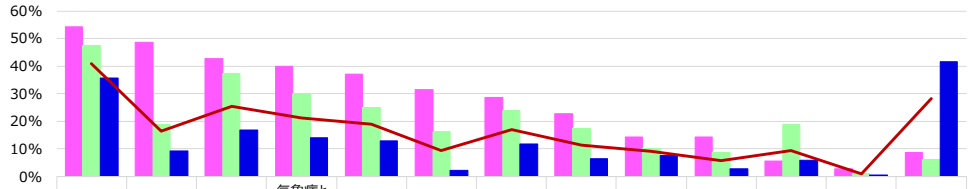
各項目を縦に見て最大値に彩色　　n＝30未満は参考値

「気象病だと思う人」と「そうと思わない人」の生活習慣の違いは、第1位「ストレスをためやすい」

気象病の有無に影響がありそうな生活習慣・行動を提示し、あてはまるものを複数回答で聞き、気象病の有無（自己診断）との関連をみた。

「気象病である・持っている気がする人」と「気象病でない人」の生活習慣・行動の違いは何かを「%差」から調べると、違いの第1位は「ストレスをためやすい」の22.4%差、第2位は「『頭痛』『肩こり』『腰痛』がよく起こる」の19.0%差、第3位は「貧血の症状がある」の18.7%差であった。生活リズムが崩れると自律神経のバランスが乱れやすくなり、気象の変化に敏感に反応しやすいと言われている。心当たりがある人は留意されたい。

【Q10】 あなたの生活習慣・行動であてはまるものをお知らせください。（ 回答はいくつでも）



自己診断		長時間のスマホ、パソコンを使用している	新幹線・飛行機・エレベータに乗ると耳が痛くなる	ストレスをためやすい	気象病とは関係なしに「頭痛」「肩こり」「腰痛」がよく起こる	乗り物酔いをしやすい	貧血の症状がある	マイナス思考になりやすい	寒い・暑いの体温調節が上手にできない	高血圧である	汗をかきにくい	耳抜きが苦手	親または祖父母に気象病の症状の人がいる	上記あてはまるものはない	
気象病	はい	54.3	48.6	42.9	40.0	37.1	31.4	28.6	22.9	14.3	14.3	5.7	2.9	8.6	(n=35)
	持っている気がする	47.5	18.8	37.5	30.0	25.0	16.3	23.8	17.5	10.0	8.8	18.8	1.3	6.3	(n=80)
	いいえ	35.7	9.2	16.8	14.1	13.0	2.2	11.9	6.5	7.6	2.7	5.9	0.5	41.6	(n=185)
	全体	41.0	16.3	25.3	21.3	19.0	9.3	17.0	11.3	9.0	5.7	9.3	1.0	28.3	(n=300)

各項目を縦に見て最大値に彩色　　並び替え：「はい」の降順

「気象病である・持っている気がする」と「気象病でない」の生活習慣・行動の比較

表側項目内を縦に見て最大に彩色　　並び替え：%差の降順

		生活習慣・行動 ストレスをためやすい	気象病とは関係なしに「頭痛」「肩こり」「腰痛」がよく起こる	貧血の症状がある	新幹線・飛行機・エレベータに乗ると耳が痛くなる	乗り物酔いをしやすい	長時間のスマホ、パソコンを使用している	マイナス思考になりやすい	寒い・暑いの体温調節が上手にできない	耳抜きが苦手	汗をかきにくい	高血圧である	親または祖父母に気象病の症状の人がいる	上記あてはまるものはない	n
全体		25.3	21.3	9.3	16.3	19.0	41.0	17.0	11.3	9.3	5.7	9.0	1.0	28.3	300
気象病自己診断	はい・持っている気がする	39.1	33.0	20.9	27.8	28.7	49.6	25.2	19.1	14.8	10.4	11.3	1.7	7.0	115
	いいえ	16.8	14.1	2.2	9.2	13.0	35.7	11.9	6.5	5.9	2.7	7.6	0.5	41.6	185
		1位	2位	3位											
%差		22.4	19.0	18.7	18.6	15.7	13.9	13.3	12.6	8.8	7.7	3.7	1.2	-34.7	
z 検定（母比率の差の検定）		0.000	0.000	0.000	0.000	0.001	0.017	0.003	0.001	0.011	0.005	0.272	0.310	0.000	
z 検定（判定）		[**]	[**]	[**]	[**]	[**]	[*]	[**]	[**]	[*]	[**]	[ ]	[ ]	[**]	
相関（クラメール連関係数）		0.250	0.225	0.313	0.245	0.195	0.137	0.172	0.194	0.148	0.163	0.063	0.059	0.374	

今月のレベルアップ↗ 相関分析

相関分析とは、2つの事柄（項目）の関係を調べる方法。相関分析を2変量解析とも言います。
相関分析には色々な解析手法がありますが、測定されたデータが「量的データ」か「質的データ」かによって適用する解析手法が決まります。

今回の分析は「質的データ」と「質的データ」のため、**クラメール連関係数**を適用します。

- クラメール連関係数は、行項目と列項目の関連の強さを示す指標です。
- クラメール連関係数は0から1の間の値で、値が大きいほど関連性は強くなります。
- **クラメール連関係数の大小から、影響を及ぼす要素（要因）として判断することもできます。**

今回のアンケートの質問の中で、
自己診断の「気象病である（ｎ＝115）」「気象病でない（ｎ＝185）」に影響度があるものは何かをクラメール連関係数で調べた。➡ 値が大きいほど影響がある。

順位	質問	相関係数 クラメール連関係数	カイ二乗検定 p値	判定
1位	雨が降る前・雨が降りそうなとき	0.630	0.000	[**]
2位	湿度が高いとき	0.376	0.000	[**]
3位	台風が接近するとき	0.359	0.000	[**]
4位	貧血の症状がある	0.313	0.000	[**]
5位	気温が急に下がるとき	0.300	0.000	[**]
6位	曇っている・どんよりした天気のとき	0.273	0.000	[**]
7位	ストレスをためやすい	0.250	0.000	[**]
8位	雨が降っているとき	0.246	0.000	[**]
9位	新幹線・飛行機・エレベータに乗ると耳が痛くなる	0.245	0.000	[**]
10位	春や秋、梅雨など季節の変わり目	0.231	0.000	[**]
11位	気温が急に上がるとき	0.227	0.000	[**]
12位	気象病とは関係なしに「頭痛」「肩こり」「腰痛」がよく起こる	0.225	0.000	[**]
13位	年代	0.203	0.002	[**]
14位	乗り物酔いをしやすい	0.195	0.001	[**]
15位	寒い・暑いの体温調節が上手にできない	0.194	0.001	[**]
16位	マイナス思考になりやすい	0.172	0.003	[**]
17位	性別	0.166	0.004	[**]
18位	汗をかきにくい	0.163	0.005	[**]
19位	耳抜きが苦手	0.148	0.011	[*]
20位	長時間のスマホ、パソコンを使用している	0.137	0.017	[*]
21位	雪が降っているとき	0.105	0.068	[ ]
22位	晴れているのに空気がひんやりしているとき	0.102	0.076	[ ]
23位	高血圧である	0.063	0.272	[ ]
24位	親または祖父母に気象病の症状の人がいる	0.059	0.310	[ ]
25位	居住地	0.047	0.954	[ ]

クラメール連関係数	細かく言うなら…	おおまかに言うなら…
0.5～1.0	強い関連がある	関連がある
0.25～0.5	関連がある	
0.1～0.25	弱い関連がある	
0.1未満	非常に弱い関連がある	関連がない
0	関連がない	

0.1が境目

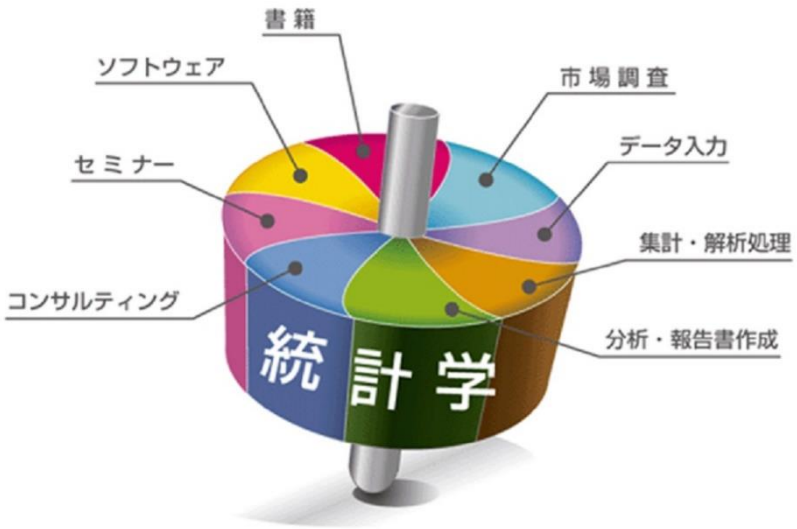
1位　雨が降る前・雨が降りそうなとき
2位　湿度が高いとき
3位　台風が接近するとき
4位　貧血の症状がある
5位　気温が急に下がるとき

トップ3位は、
「生活習慣・行動」「属性」
の内容ではなく、
「気候・天気の変化」の内容が
占めた。

サマリーレポートはこちらを参照ください。
https://istat.co.jp/investigation/2024/06/result

統計分析研究所　株式会社アイスタットについて

【株式会社アイスタット（統計分析研究所）会社概要】
◇所在地　　〒166-0011　東京都杉並区梅里1-22-26 パラドール東高円寺3F（旧YTビル）
◇設立　　2011年6月2日
◇代表者　　代表取締役社長　志賀　保夫　/　代表取締役会長　菅　民郎
◇事業内容　　株式会社アイスタット(統計分析研究所)は、統計学 を礎とした情報サービス業 に従事しています。
◆本調査・弊社事業などに関するお問合せ先◆
統計分析研究所　株式会社アイスタット　https://istat.co.jp/
総務部　橋本 有子（somu@istat.jp）TEL: 03-3315-7637/FAX: 03-3315-7660

サービスのご案内

株式会社アイスタット(統計分析研究所)は、統計学 を礎とした情報サービス業 に従事しています。 「わかりやすい統計学」をモットーに、 8つのコア・サービスをみなさまにご提供いたします。