

2021年12月22日

－20代～60代男女に聞く、風邪・常備薬に関する調査－

風邪の流行シーズンでも常備薬を見直す人は少数派
マスク生活で風邪対策に油断！？

予防意識は約9割と高い一方、薬の備えが万全な人は1割以下

総合かぜ薬「ルル」を販売する第一三共ヘルスケア株式会社（本社：東京都中央区）は、20代～60代の男女を対象に、風邪・常備薬に関する意識及び実態調査を行いました。その結果、新型コロナウイルスの流行以降、手洗い・うがいなど予防の意識は非常に高まっている一方、体調不良になったときや風邪をひいたときの対策は十分でなく、薬を万全に備えている割合は1割以下。また、年末の大掃除のときも常備薬を見直していないことが分かりました。

本調査を通して、予防だけでなくいざというときの対策や、常備薬を正しく管理することの重要性をお伝えします。

目次・調査結果サマリー

■ P2 : ①コロナ禍以降の風邪の実態・予防の意識

約9割が「手洗い・うがいなどの予防」を意識、約半数は「風邪をひきにくくなった」と感じている。

- ・手洗い・うがいなどの予防を「意識している」割合は88.3%。
- ・予防意識は男性より女性に強く表れる傾向に。
- ・コロナ禍以降「風邪をひきにくくなった」と感じている割合は約半数に上る。

■ P3 : ②実際の体調不良や風邪対策の実態・意識

薬を万全に備えているのはわずか1割以下。

常備薬を把握しているのは圧倒的に「妻／母親」。

- ・風邪の対策として「常備薬を備える」ことを意識している割合は約半数にとどまる。
- ・体調を崩したときに備え、「薬を万全に備えている」のはわずか1割以下という結果に。
- ・夫婦または親子世帯の8割が、家族の中で常備薬を一番把握しているのは「妻／母親」と回答。

■ P4-5 : ③常備薬に関する実態・意識

半数以上が「体調不良時に自宅に薬がなく、困った経験がある」ことが判明。

常備薬を見直すタイミングも「体調を崩したとき」が最多。

- ・約3人に1人が「常備薬を見直していない」。
- ・半数以上が体調不良時に自宅に薬がなく、困った経験あり。
- ・常備薬を見直した／見直そうと思ったタイミングは、約8割が「体調を崩したとき」。
- ・6割以上が「薬を収納するために作られた専用の箱（救急箱）」で常備薬を保管していない。



■ P6 : 《解説》常備薬の重要性

～いざというときのために、常備薬の見直し・正しい管理が大切～

第一三共ヘルスケア 風邪領域ブランドマネジャー 清水祈

－調査概要－

○実施時期：2021年11月24日（水）～26日（金）

○調査方法：インターネット調査

○調査対象：20代～60代男女1,115名

※図の構成比（％）は小数点第2位以下を四捨五入しているため、合計が必ずしも100%にならない場合があります。

① コロナ禍以降の風邪の実態・予防の意識

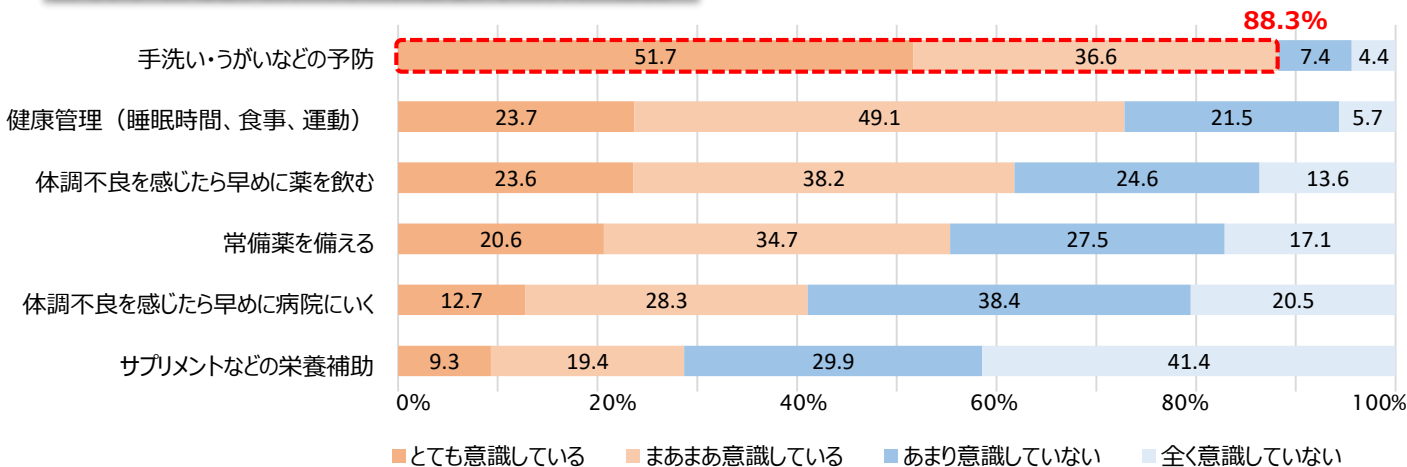
約9割が「手洗い・うがいなどの予防」を意識、約半数は「風邪をひきにくくなった」と感じている

■コロナ禍以降、約9割が「手洗い・うがいなどの予防」を意識。男性より女性の方が予防意識が高い。

「コロナ禍以降、体調管理や予防、対策をどのくらい意識しているか」と聞いたところ、「手洗い・うがいなどの予防」の項目について、「意識している（とても意識している+まあまあ意識している）」と回答した割合が約9割（88.3%）を占める結果となりました《グラフ1-1》。

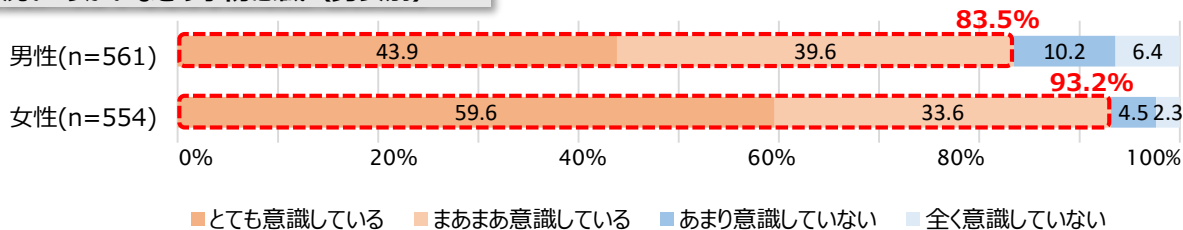
《グラフ1-1》コロナ禍以降の体調管理や予防、対策意識

各項目(n=1,115)



「手洗い・うがいなどの予防」について男女別に比較すると、「意識している」女性は93.2%、男性は83.5%と、男女で約10ポイントの差がつく結果となり、女性の方がより予防意識が高いことがうかがえます《グラフ1-2》。

《グラフ1-2》手洗い・うがいなどの予防意識（男女別）

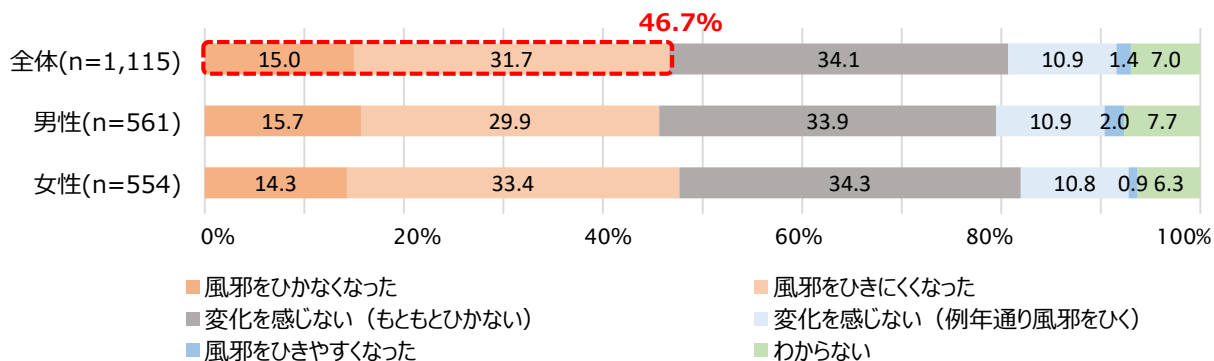


■マスク生活+手洗い・うがいなどの予防で、約半数が「風邪をひきにくくなった」と実感。

マスク生活に加え、手洗い・うがいなどの予防意識も高かったことから、「コロナ禍以降、風邪のひきやすさに変化を感じるか」と聞いたところ、約半数（46.7%）が「風邪をひきにくくなった（風邪をひかなくなった+風邪をひきにくくなった）」と回答しました。

男女別で見たところ、ほぼ同様の結果で、風邪のひきにくさについて男女差はほとんど見られませんでした《グラフ2》。

《グラフ2》風邪の実態



②実際の体調不良や風邪対策の実態・意識

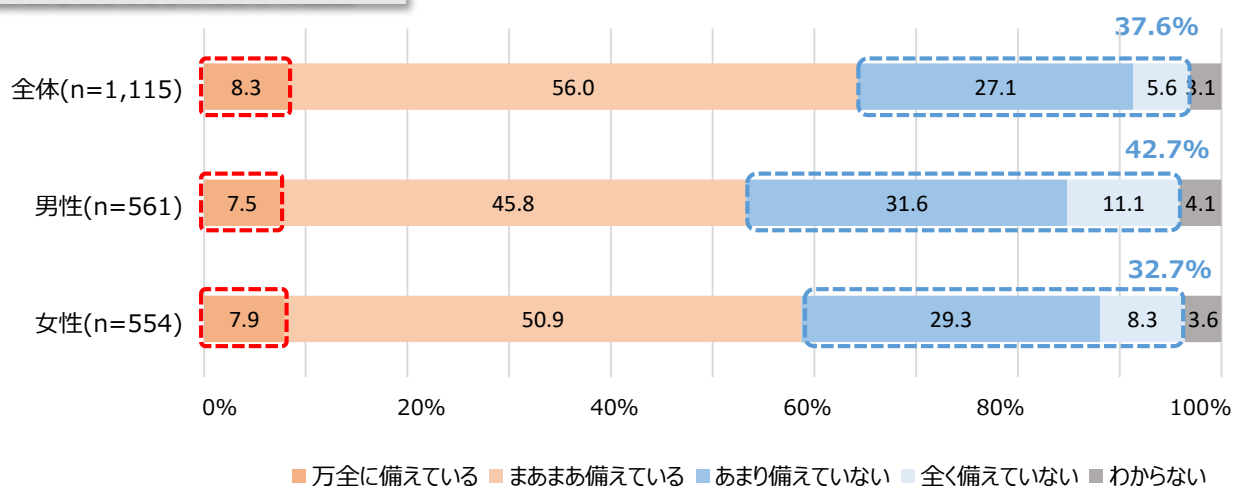
薬を万全に備えているのはわずか1割以下
常備薬を把握しているのは圧倒的に「妻／母親」

■ 体調を崩したときのために、薬を万全に備えているのはわずか1割以下。

前頁《グラフ1-1》の「コロナ禍以降、体調管理や予防、対策をどのくらい意識しているか」について、「意識している（とても意識している+まあまあ意識している）」と回答した割合が最も高かったのは「手洗い・うがいなどの予防」の約9割でした。

一方、「体調を崩したときに備え、どのくらい薬を常備しているか」を聞くと、「万全に備えている」と回答した割合は7.9%と、全体のわずか1割以下。また、「備えていない（あまり備えていない+全く備えていない）」と回答した割合が37.6%と全体の約4割を占め、常備薬の備えが十分ではないことがうかがえます。男女別で見ると、特に男性は「備えていない（あまり備えていない+全く備えていない）」割合が42.7%で、女性の32.7%に比べ、10ポイントの差がつかました《グラフ3》。

《グラフ3》 体調を崩したときのための常備薬

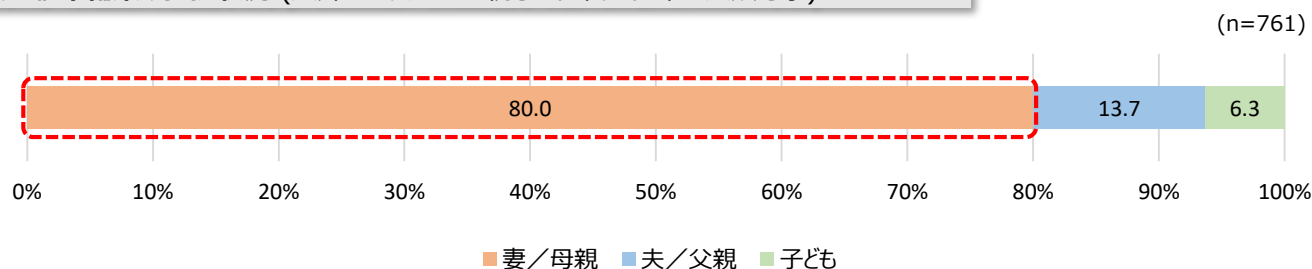


■ 常備薬の把握は、「妻／母親」が圧倒的多数で8割。

夫婦または親子世帯を対象に「家族の中で家の常備薬を一番把握しているのは誰か」と聞いたところ、「妻／母親」と回答した人が80.0%となりました。

常備薬の把握は女性が担っている傾向にあることが明らかになりました《グラフ4》。

《グラフ4》 常備薬の把握状況（夫婦ふたり、または親子2世代の世帯の人が対象）



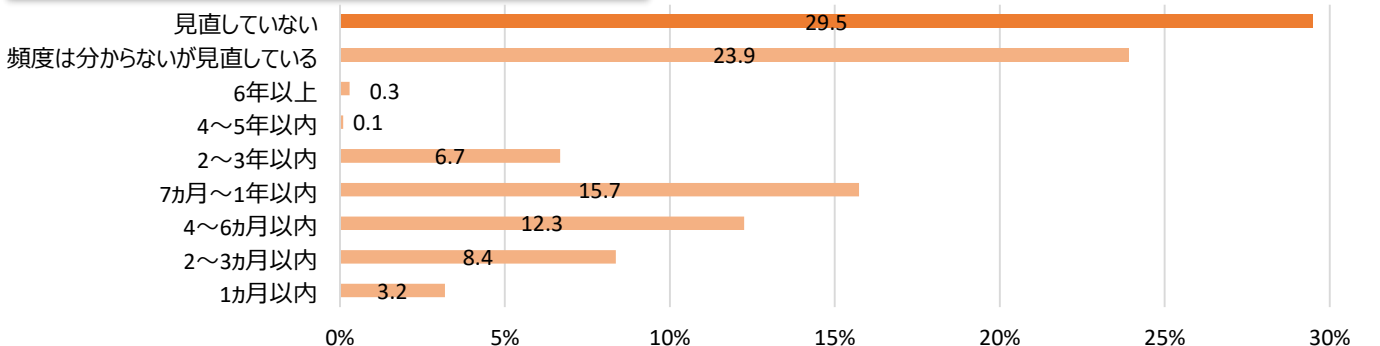
③常備薬に関する実態・意識

半数以上が「体調不良時に自宅に薬がなく、困った経験がある」ことが判明
常備薬を見直すタイミングも「体調を崩したとき」が最多

■約3人に1人が常備薬を見直していない。見直しているが頻度は分からない割合も多い傾向に。

「常備薬を見直す頻度」を聞いたところ、「見直していない」が最多で29.5%と、約3人に1人は常備薬を見直していないことが分かりました。次いで多かったのは「頻度は分からないが見直している」の23.9%でした。また、頻度を決めて見直している人の中で最も多かったのは「7か月～1年以内」で15.7%となりました《グラフ5》。

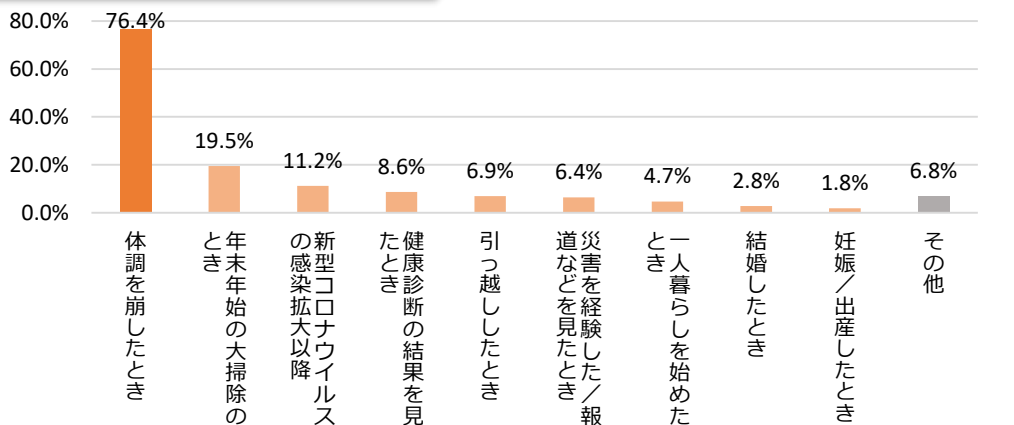
《グラフ5》常備薬を見直す頻度



■約8割が常備薬を見直すタイミングは「体調を崩したとき」と回答。

「常備薬を見直すタイミング」については、「体調を崩したとき」が76.4%と、2番目に多かった「年末年始の大掃除のとき」（19.5%）の約4倍で、他の回答と比較して圧倒的に多い結果となりました。このことから、習慣として常備薬を見直す傾向が低く、事前に常備薬が十分に完備されていないケースもうかがえます《グラフ6》。

《グラフ6》常備薬を見直すタイミング（複数回答）

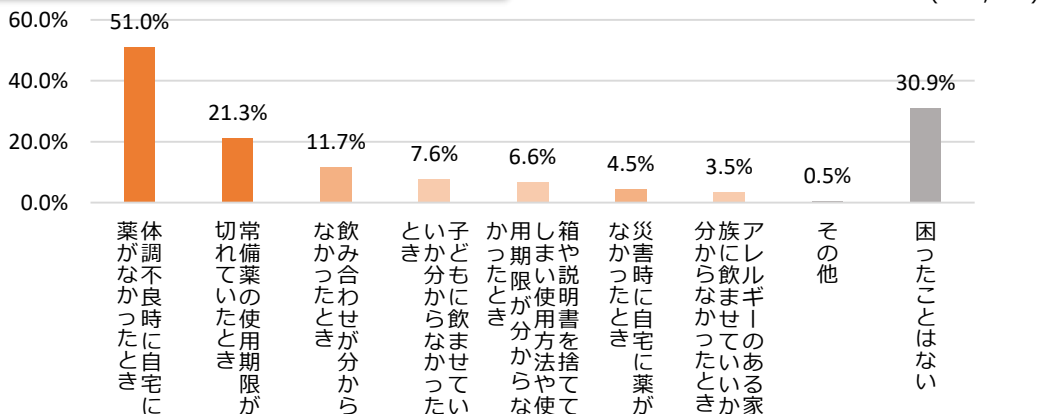


■半数以上が「体調不良時に自宅に薬がなく、困った経験がある」と回答。

常備薬の使用期限切れで困ったことも約5人に1人が経験。

困った経験として最も多かったのは「体調不良時に自宅に薬がなかったとき」で51.0%、次いで「常備薬の使用期限が切れていたとき」の21.3%となりました《グラフ7》。

《グラフ7》常備薬について困った経験（複数回答）

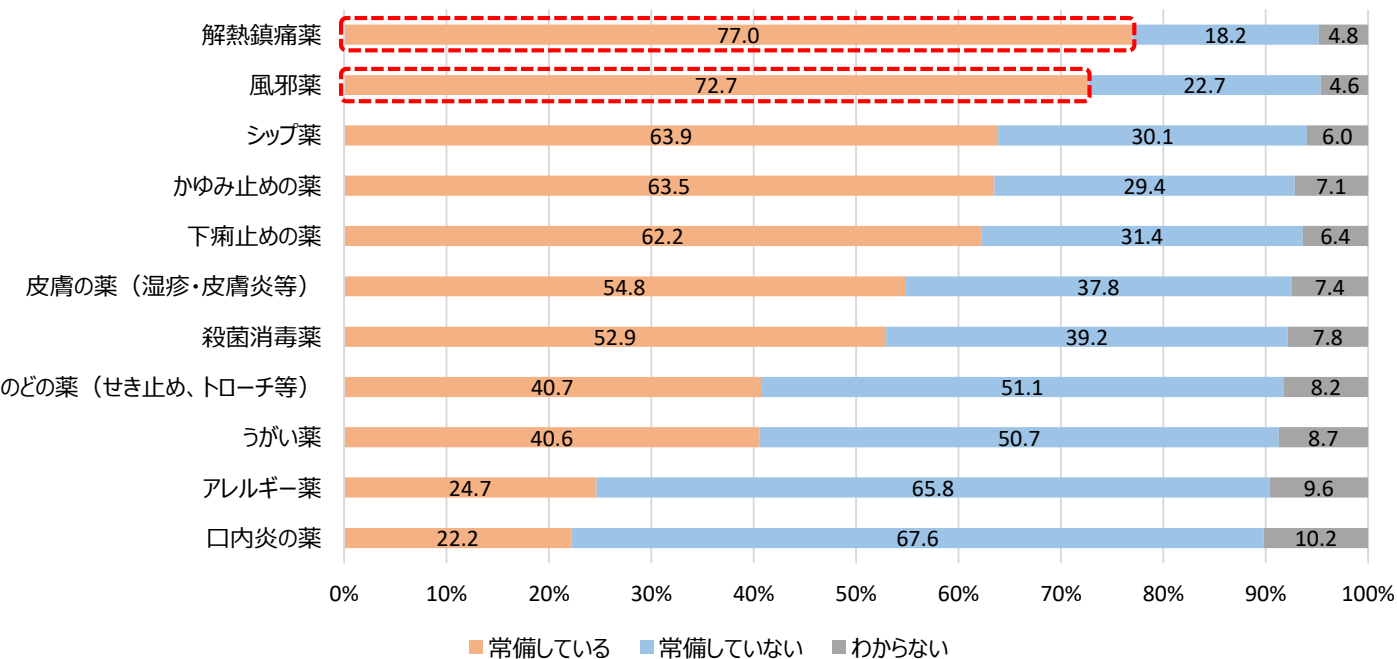


■ 常備率が高いのは「解熱鎮痛薬」と「風邪薬」。薬の種類によって常備率に差。

《グラフ8》内に記載のある各種市販薬について常備しているものを聞いたところ、薬の種類ごとに常備している割合が大きく異なりました。7割以上が常備している「解熱鎮痛薬」や「風邪薬」では一見問題ないように見えますが、常備率が高い薬についても、前頁で触れた通り、薬の定期的な見直しを行っている人は少なく、いざというときに薬がない、あるいは使用期限が切れていて困った経験をした人が多いのも事実です。そのため、薬の管理方法には何かしらの工夫が必要となるでしょう。

《グラフ8》常備している市販薬（複数回答）

(n=1,022)
※体調を崩したときに備えて薬を「全く備えていない」と回答した人は除く

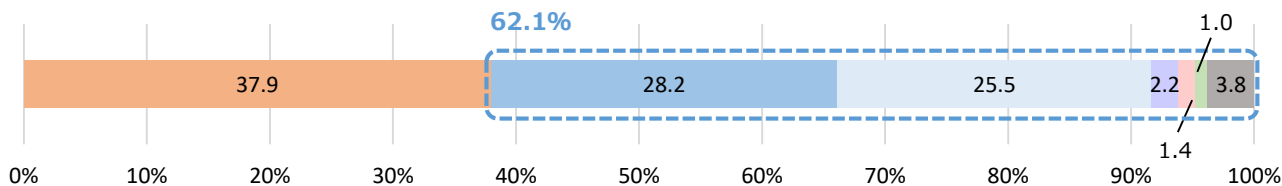


■ 6割以上が「薬を収納するために作られた専用の箱（救急箱）」で常備薬を保管していない。

「常備薬を主にどこで保管しているか」を聞いたところ、「薬を収納するために作られた専用の箱（救急箱）」が37.9%にとどまり、それ以外の場所で保管している人が6割以上（62.1%）に上る結果となりました《グラフ9》。

《グラフ9》常備薬の保管場所

(n=1,004)
※いずれの薬も「常備していない」と回答した人は除く



- 薬を収納するために作られた専用の箱（救急箱）
- 引き出し
- 保管していない
- わからない
- 簡易的な箱（空き箱、空き缶、プラスチックケースなど）
- 冷蔵庫
- その他





～いざという時のために、常備薬の見直し・正しい管理が大切～

第一三共ヘルスケア 風邪領域ブランドマネジャー 清水 祈

マスク着用や手洗い・うがいの新習慣が定着した現在、感染状況にかかわらず、引き続き予防や健康維持・管理の意識が非常に高くなっています。一方で、今回の調査でも明らかになったように、急な体調不良や発熱・風邪の症状などが出た際に、自宅に薬がなくて困った経験があるという方も多くいらっしゃいます。体調管理は自分のためだけでなく周りの人にとっても大事なことです。特に風邪症状においては、ひき始めの対処が大切になってきます。風邪をひいても症状がなくなるまで対処しないという方もいらっしゃいますが、これからは『風邪を人にうつさない』意識がより一般的になっていきます。風邪に限らず身近にいる大切な人を想って、予防の意識だけでなく、いざという時の備え・対策をしっかりとしておく必要があります。

多くの方が常備薬を用意しているものの、半数近くが購入後1年以内に見直しをされていないことは気になるポイントです。食品や飲料に賞味期限があるように薬にも使用期限があるので、注意が必要です。

また、薬は一般的に温度や湿度、光の影響を受けやすいため、直射日光を避け、湿気の少ない、涼しいところで保管しましょう。薬を保管するために作られた専用の箱での保管が理想ですが、難しい場合には、蓋つきの入れ物にまとめて保管するとよいでしょう。製品名と使用期限・開封日を書いたチェックリストを作って薬と一緒に入れておくと一目で管理ができるので、おすすめです。子どもや高齢者の誤飲リスクもあるため、手の届かない所に置いておくことも心掛けていただきたい点です。

コロナ禍以降、体調不良時に外出しにくかったり、薬を買いに行っても入店時の体温確認でお店に入れなかったりする場合もあるかもしれません。そんな今だからこそ、ぜひご家庭での常備薬の在り方を見直す機会をもっていただきたいと思います。

常備薬は、いざという時に初めて、そのありがたみを感じるものです。ご自身だけでなくご家族や大切な人の健康管理のためにも、年末の大掃除や片付けの際に、常備薬の状況や保管方法などもぜひ見直してみてください。

ご参考

■「家族をつなぐくすり箱プロジェクト」について

総合かぜ薬「ルル」を販売する第一三共ヘルスケアは、家族の健康を守るくすり箱の在り方を考え、見直す機会を提供する目的で、「家族をつなぐくすり箱プロジェクト」を本年12月20日（月）に開始しました。くすり箱を備えることは、家族の病気やケガに備えることと共に、大切な家族への想いを受け継いでいくことだと考えます。「ルル」は家庭の常備薬として、世代を超えて家族に寄り添ってきました。これからも、社会の変化とともに家族のあり方が多様化する中においても、変わらない大切な家族への想いに寄り添っていきたく考え、本プロジェクトを立ち上げました。



プロジェクト第一弾は飛騨高山の木工房を舞台にしたスペシャル動画を公式サイト上で公開。また、「家族をつなぐくすり箱Twitterキャンペーン」を開催し、当選者には「家族をつなぐくすり箱（飛騨高山）」と「ルルオリジナル文具立て」をプレゼントします。

キャンペーン応募期間：2021年12月20日（月）～2022年1月9日（日）

公式サイト：https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/site_lulu/lulu-a/kusuribako-pj/
ルル公式Twitterアカウント：@lulu_dshc

■情報提供サイト「くすりと健康の情報局」について

第一三共ヘルスケアでは、長年製薬事業に携わってきた経験と知識を活かして、情報提供サイト「くすりと健康の情報局」を運営しています。症状が起こったときだけでなく、日頃から症状の特徴や薬に関する知識を深めるコンテンツを用意し、情報を正確かつ分かりやすく伝え、セルフケア実践の一助となるサイトを目指しています。

常備薬についても、そろえておきたい薬のリストから、正しい保管方法、環境に配慮した捨て方まで、幅広くご紹介し、生活者のQOL（クオリティ・オブ・ライフ）向上につながる情報発信に努めています。

【家庭にそろえておきたい基本の常備薬】

<https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/health/knowledge/scene/01.html>

【“サステナブルな市販薬との付き合い方”とは？】

<https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/health/selfcare/drugsustainability-01/>



■第一三共ヘルスケアについて

第一三共ヘルスケアは、第一三共グループ*の企業理念にある「多様な医療ニーズに応える医薬品を提供する」という考えのもと、生活者自ら選択し、購入できるOTC医薬品の事業を展開しています。

現在、OTC医薬品にとどまらず、スキンケアやオーラルケアへと事業領域を拡張し、コーポレートスローガン「Fit for You 健やかなライフスタイルをつくるパートナーへ」を掲げ、その実現に向けて取り組んでいます。

こうした事業を通じて、自分自身で健康を守り対処する「セルフケア」を推進し、誰もがより健康で美しくあり続けることのできる社会の実現に貢献します。

* 第一三共グループは、イノベティブ医薬品（新薬）・ジェネリック医薬品・ワクチン・OTC医薬品の事業を展開しています。