

2025年12月9日(火)

&lt;令和時代に働く人を対象にした「ストレス胃痛実態」に関する意識調査&gt;

## 胃痛による経済損失は年間2.7兆円規模？！

### 約6割が胃薬選びに迷う、“胃痛ケア迷子”的実態とは

胃痛持ちワーカーの約4割が「週1回以上胃痛」、「去年より胃痛頻度が増えた」と実感

2025年“胃が痛くなる”トピックランキングも発表。トップは「物価高」

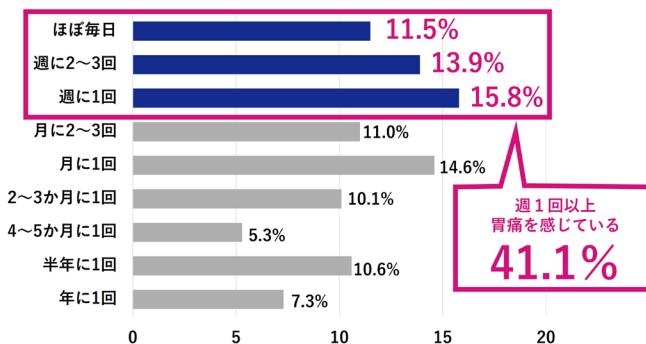
H<sub>2</sub>プロッカー胃腸薬「ガスター10」を展開する第一三共ヘルスケア株式会社(本社:東京都中央区)は、1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女800人を対象に、「ストレス胃痛実態」に関する意識調査を実施しました。

その結果、胃痛持ちワーカー※1の約4割が「週1回以上胃痛」を感じており、胃痛の主な原因是「ストレス」であることが判明。胃痛が仕事のパフォーマンスに影響し、経済損失は年間2.7兆円規模にのぼることが試算されました。そんな経済損失を起こす胃痛に対して、約6割が胃薬選びに悩む「胃痛ケア迷子」に陥っているという実態も明らかになりました。

さらに2025年「胃が痛くなる社会トピックランキング」も調査し、「物価高」が1位となりました。

※1 1年以内に胃痛を経験している全国の働く20~60代男女800人

#### 令和の社会人が胃痛を感じている頻度



※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女 (n=800)  
※「ここ一年間で、どれくらい胃痛を感じましたか。  
胃痛を感じる頻度について、あてはまるものをお選びください。」と質問。  
上記選択肢より單一回答。

#### 2025年 胃が痛くなる社会トピックランキング

1位	物価高騰・生活費の上昇	43.4%
2位	老後の貯蓄問題	33.9%
3位	労働環境や雇用不安	30.3%
4位	気候変動（猛暑など）	24.8%
5位	米不足・食料品の品薄	23.9%

※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女 (n=800)  
※設問については、以下の選択肢をランダム表示にて質問。下記選択肢より複数回答。

「物価高騰・生活費の上昇」「ハラスメントやコンプライアンス問題」「米不足・食料品の品薄」「推し(芸能人・配信者など)の炎上」「労働環境や雇用不安」「SNSでの不安や誤情報の拡散」「政治・政権に対する不信感」「医療・介護体制への不安」「国際情勢・戦争・テロへの懸念」「ジェンダー』や『多様性』に関する分断や炎上」「防災や地震への備え不足」「企業の業績不振」「教育費高騰」「老後の貯蓄問題」「気候変動（猛暑など）」「その他」

#### -「ストレス胃痛実態」に関する意識調査 調査概要 -

■実施時期:2025年9月5日(金)~9月10日(水)

■調査方法:インターネット調査

■スクリーニング調査:9,955人(有効回答数)

■調査対象:1年以内に胃痛経験があると回答した全国の働く20~60代男女 800名 (性年代均等割付)

※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、内訳を足し上げても必ずしも合計とは一致しない場合があります。

■内容:「ストレス胃痛実態」に関する意識調査

■調査実施機関:株式会社ネオマーケティング

## &lt;調査サマリー&gt;

## TOPIC 1

胃痛持ちワーカーの「胃痛のある日常」が明らかに  
約4割が「週1回以上」悩み、さらに頻度増加傾向も

&lt;P3&gt;

- ◆胃痛の頻度は「週1回程度」(15.8%)が最多。「週1回以上」で見ると4割超(41.1%)にも
- ◆胃痛頻度の変化について約4割(39.8%)が「昨年よりも胃痛が増えた」

## TOPIC 2

「心」のストレスが、「胃」の痛みへ  
約9割が実感する、働く人の“心身相関”

&lt;P3&gt;

- ◆胃痛の原因は「ストレス」(74.4%)が最多
- ◆約9割(90.3%)の人が「胃痛はストレスのバロメーターだ」と実感

## TOPIC 3

「胃痛による『隠れ経済損失』が判明?!  
経済損失は年間2.7兆円規模、仕事への影響は約9割にも

&lt;P4&gt;

- ◆仕事中の胃痛経験者の約9割(89.9%)が仕事への悪影響を感じている
- ◆具体的には「作業スピードが落ちる」(50.4%)、「判断力が低下する」(42.0%)などの影響
- ◆胃痛時における仕事のパフォーマンス低下時間は1日平均2.4時間。ここから年間の経済損失に換算すると2.7兆円規模にも

## TOPIC 4

約6割が陥る“胃痛ケア迷子”  
「痛みは我慢しがち」「薬選びは迷いがち」という実態

&lt;P5&gt;

- ◆さまざまな痛みの中でも最も我慢しがちな痛みは「胃痛」(69.6%)に。次いで「頭痛」(68.4%)、「腰痛」(57.5%)
- ◆市販薬は「どの薬を購入すればよいか迷った経験がある」と約6割(59.6%)が回答

## COLUMN

## 2025年“胃が痛くなる”社会トピックランクイング

&lt;P5&gt;

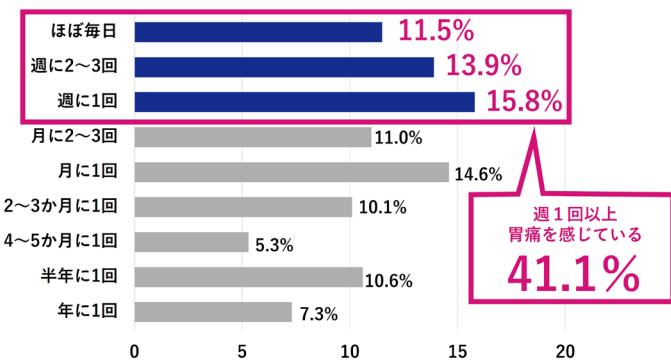
- ◆第1位は「物価高」。「老後の貯蓄」「雇用不安」「猛暑など気候変動」「米不足」が続く
- ◆年代別にみると20代は「米不足・食料品の品薄」に続き、「ジェンダーや多様性に関する分断や炎上」、30代は「米不足・食料品の品薄」「政治・政権に対する不信感」などが高い傾向

## TOPIC 1

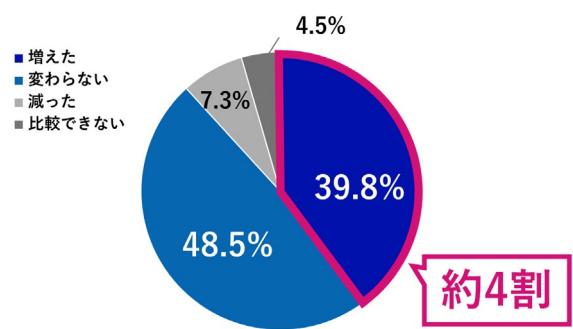
## 胃痛持ちワーカーの「胃痛のある日常」が明らかに 約4割が「週1回以上」悩み、さらに頻度増加傾向も

1年以内に胃痛を経験した全国の働く人を対象にした本調査(n=800)で胃痛の頻度を尋ねたところ、「ほぼ毎日」「週に2~3回」「週に1回」と、週に1回以上胃痛を感じている人の合計が4割超(41.1%)に達し、症状が頻繁に繰り返されている実態が明らかに[グラフ1]。加えて、約4割(39.8%)が「昨年よりも胃痛の頻度が増えた」と回答しており、増加傾向にある様子がうかがえます[グラフ2]。

[グラフ1] 現代社会人が胃痛を感じている頻度



[グラフ2] 昨年と比較した今年の胃痛頻度の変化



約4割

※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=800)  
※グラフ1は「ここ一年間で、どれくらい胃痛を感じましたか。胃痛を感じる頻度について、あてはまるものをお選びください。」  
と質問。上記選択肢より單一回答。

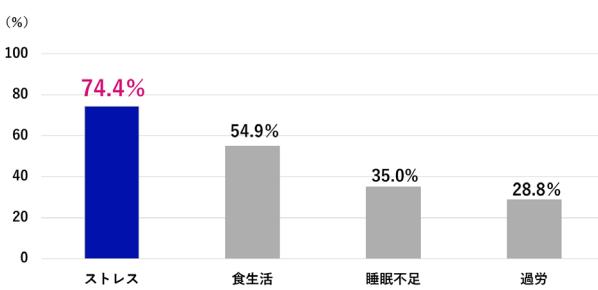
※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=800)  
※グラフ2は「昨年と比べて、今年の胃痛頻度に変化はありましたか。」と質問。  
上記選択肢より單一回答。

## TOPIC 2

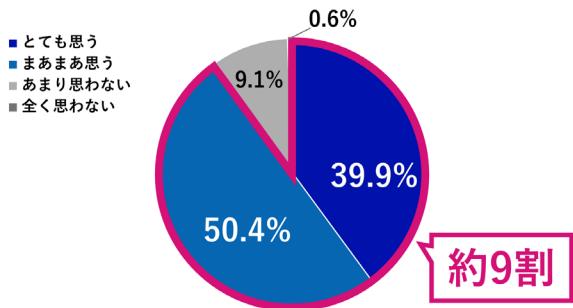
## 「心」のストレスが、「胃」の痛みへ 約9割が実感する、働く人の“心身相関”

続いて胃痛の原因を尋ねたところ、トップは「ストレス」(74.4%)でした[グラフ3]。この「心」の不調が「胃」の痛みとなって表れる“心身相関”は広く実感されており、約9割(90.3%)の人が「胃痛はストレスのバロメーターだ」と感じています[グラフ4]。

[グラフ3] 令和社会人が胃痛の原因と感じるもの



[グラフ4] 『胃痛=ストレスのバロメーター』?



約9割

※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=800)  
※グラフ3は「あなたの胃痛の原因としてあてはまると思うものをすべてお選びください。」と質問。  
「その他」を除く、複数回答。

※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=800)  
※グラフ4は「『胃痛=ストレスのバロメーター』であると感じますか。」と質問。  
上記選択肢より單一回答。

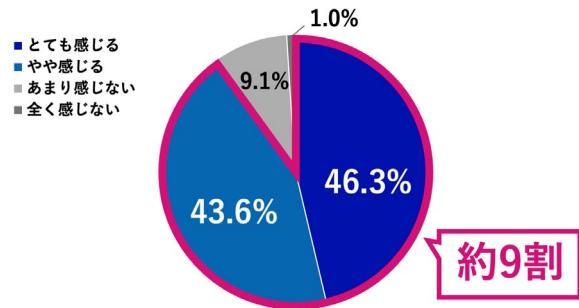
## TOPIC 3

## 「胃痛による『隠れ経済損失』が判明?! 経済損失は年間2.7兆円規模、仕事への影響は約9割にも

“ストレス胃痛”は、仕事のパフォーマンスを低下させ、見過ごせない「胃痛による『隠れ経済損失』」を生んでいます。仕事中、もしくは仕事・業務に関することで胃痛になりやすい人(n=486)が胃痛を感じた際、約9割(89.9%)が「仕事のコンディションへの影響を感じる」と回答しました[グラフ5]。

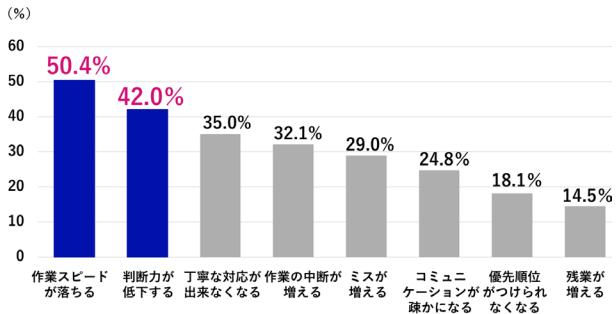
具体的には「作業スピードが落ちる」(50.4%)、「判断力が低下する」(42.0%)などを引き起こしています[グラフ6]。

[グラフ5] 胃痛による  
仕事のコンディションへの影響度



※仕事中に胃が痛くなりやすいと回答した1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=486)  
※グラフ5は「胃痛によって、仕事のコンディションに影響が出ると感じますか。」と質問。上記選択肢より単一回答。

[グラフ6] 胃痛による具体的な仕事への影響

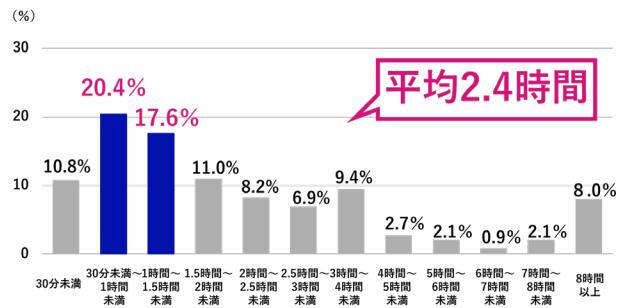


※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=800)  
※グラフ6は「胃痛を感じているときに、仕事などにどんな影響が出るか教えてください。」と質問。  
「その他」を除く、複数回答。

そして胃痛による仕事への影響を実感する人(n=437)の仕事のパフォーマンスが低下する時間は1日平均2.4時間にのぼることも分かりました[グラフ7]。

この「胃痛による『隠れ経済損失』」を、最新の民間給与実態統計調査(国税庁)や労働力調査(総務省統計局)を基に、回答者の属性の偏りを是正するウエイトバック補正をかけて自社で試算したところ、経済損失は年間で約2.7兆円規模にも達することが示唆されます。

[グラフ7] 胃痛で1日の仕事の  
パフォーマンスが低下する時間



※胃痛で仕事のコンディションに影響が「とても感じる」「やや感じる」と回答した1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=437)  
※グラフ7は「胃痛によって、1日の仕事パフォーマンスが低下すると感じる時間は何時間程度ですか。」と質問。  
上記選択肢より単一回答。

※「胃痛による『隠れ経済損失』」計算方法 以下A~Cをかけ合わせ算出(2,720,325,408,559円)

A:胃痛による年間パフォーマンス低下平均時間:本調査から得られた胃痛により仕事のパフォーマンスが低下する年間の平均日数(65.9日)と平均時間(2.4時間)より算出(158.16時間)。

B:平均労働時間単価:国税庁「令和6年分民間給与実態統計調査結果」より、年間平均給与(約478万円)と労働日数(約240日/年)、1日の平均労働時間(8時間)より算出(2,490円/時間)。

C:胃痛によりパフォーマンスが低下する人数:労働力調査(基本集計)2025年(令和7年)10月分結果の就業者数(6,865万人)から1年以内に胃痛経験があると回答した社会人の割合(18.0%)と胃痛により仕事のコンディションに影響が出る人の割合(55.9%)から算出(6,907,563人)。

「胃痛による『隠れ経済損失』」は、推定年間 約2.7兆円!

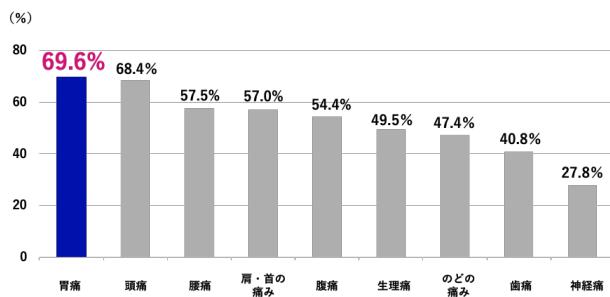
## TOPIC 4

## 約6割が陥る“胃痛ケア迷子” 「痛みは我慢しがち」「薬選びは迷いがち」という実態

これほど深刻な影響があるにも関わらず、胃痛は「我慢しがちな痛み」の中で最も多く回答(69.6%)され、多くの人が痛みを“放置”していることが明らかになりました[グラフ8]。

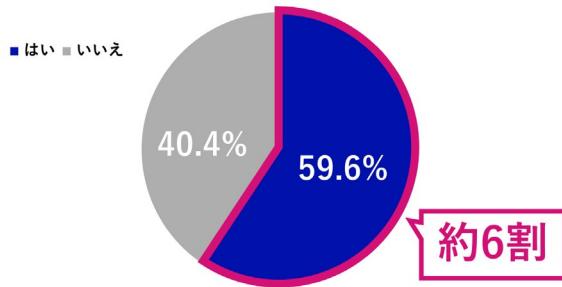
胃痛を市販薬で対処しようとしても、約6割(59.6%)が「どの薬を買えばよいか迷った経験がある」と回答[グラフ9]。「種類が多くすぎて選べない」などの理由から、多くが適切な対処法が分からず“胃痛ケア迷子”状態に陥っているというジレンマが浮き彫りになりました。

[グラフ8] 我慢しがちな痛み



※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=800)  
※グラフ8は「我慢しがちな痛みについてあてはまるものを教えてください。」と質問。  
生理痛のみ女性(n=400)のみ回答。  
「その他」を除く、複数回答。

[グラフ9] 胃痛でどの薬を買えばよいか迷ったことがある?



※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=800)  
※グラフ9は「胃痛で市販薬を購入する際、どの薬を購入すればよいか迷った経験がありますか。」と質問。  
上記選択肢より單一回答。

## COLUMN

## 2025年“胃が痛くなる”社会トピックランキング

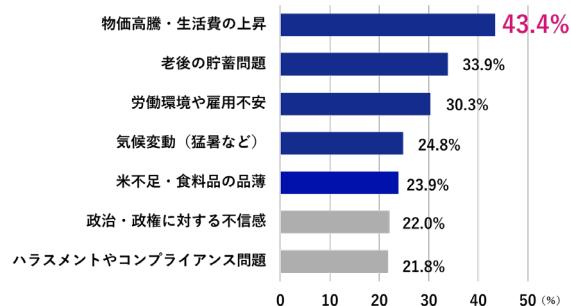
2025年も様々なことが話題になっています。そこで、「胃が痛くなりそう」と感じた社会的トピックについて聞きました[グラフ10]。

全体の第1位が「物価高騰・生活費の上昇」(43.4%)となり、次いで「老後の貯蓄問題」(33.9%)、「労働環境や雇用不安」(30.3%)、「気候変動(猛暑など)」(24.8%)、「米不足・食料品の品薄」(23.9%)と続きました。

年代別に見ると[グラフ11]、20代は「米不足・食料品の品薄」に続き、「防災や地震への備え不足」「ジェンダーや多様性に関する分断や炎上」「教育費高騰」「SNSでの不安や誤情報の拡散」「推しの炎上」など多岐にわたった話題が多く回答されました。

30代は「米不足・食料品の品薄」に続き、「政治・政権に対する不信感」「企業の業績不振」について多く回答されました。

40代は「物価高騰・生活費の上昇」が最も多く回答され、50代・60代は「老後の貯蓄問題」が多く回答されていました。世代によって“胃が痛くなる”話題が異なる様子が見られました。

[グラフ10] “胃が痛くなる”社会トピック  
(上位7項目)

※1年以内に胃痛を経験した全国の働く20~60代男女(n=800)  
※グラフ10は「2025年現在で“胃が痛くなりそう”とした社会的トピックは何ですか。」と質問。以下の選択肢をランダム表示し複数回答。「物価高騰・生活費の上昇」「ハラスメントやコンプライアンス問題」「米不足・食料品の品薄」「推しの芸能人・配信者などの炎上」「労働環境や雇用不安」「SNSでの不安や誤情報の拡散」「政治・政権に対する不信感」「医療・介護体制への不安」「国際情勢・戦争・テロへの懸念」「『ジェンダー』や『多様性』に関する分断や炎上」「防災や地震への備え不足」「企業の業績不振」「教育費高騰」「老後の貯蓄問題」「気候変動(猛暑など)」「その他」

[グラフ11] “胃が痛くなる”社会トピック  
(年代別抜粋)

回答	全体平均	高い世代
米不足・食料品の品薄	23.9%	31.3% (20代) 31.9% (30代)
防災や地震への備え不足	17.4%	26.3% (20代)
ジェンダーや多様性に関する分断や炎上	12.3%	25.6% (20代)
教育費高騰	12.3%	25.6% (20代)
SNSでの不安や誤情報の拡散	11.9%	20.6% (20代)
推しの炎上	10.8%	18.8% (20代)
政治・政権に対する不信感	22.0%	28.8% (30代)
企業の業績不振	16.1%	25.0% (30代)
物価高騰・生活費の上昇	43.4%	50.6% (40代)
老後の貯蓄問題	33.9%	37.5% (50代) 40.0% (60代)

## 今すぐ止めたい！令和の胃痛にも。H<sub>2</sub>ブロッカー胃腸薬『ガスター10』について

今回の調査で、「胃痛」は仕事のストレスともかかわりが深く、パフォーマンス低下にも影響を及ぼすことも分かりました。“胃痛持ちワーカー”的多くが職場での胃痛発生時に「市販薬を飲む」ことで対処しているものの、適切な胃薬選びに迷われている状況が明らかになりました。胃痛への対処は、早めに「自分の胃痛に合う」市販薬選びが重要です。

ガスター10は、胃酸を過剰に分泌するもとに働き、胃酸の出過ぎを速攻コントロールする「H<sub>2</sub>ブロッカーゲー胃腸薬」です。症状が出たときにすぐに飲めることも特長のひとつ。忙しい仕事中、緊張感ある場面の合間などに起こる急な胃痛にすぐに対処することができます。

### ガスター10 3つのポイント

#### ① 胃酸の出過ぎを速攻コントロール

ガスター10は、胃酸分泌の約70%に関与するヒスタミン受容体をブロックする「H<sub>2</sub>ブロッカーゲー胃腸薬」。胃酸を過剰に分泌するもとに働き、胃酸の出過ぎを速攻コントロールします。

※ほかの胃酸分泌に関連する受容体に作用しないので、食物の消化に必要な胃酸までは抑えません。

#### ② 症状が出たときにすぐに※飲める

食前食後関係なく空腹時でも、胃の不快な症状が出た時にいつでも服用できます。就寝前の服用で、朝まで効果を発揮。

※1日2回服用する場合は8時間以上あけてください。

#### ③ 飲みやすい！選べる3つの剤型

急な痛みに対応するには飲みやすさも大事。ガスター10は、小型で飲みやすい「錠剤」、爽やかメントールでさっと溶ける「散剤」、水なしで口中ですばやく溶ける「速溶錠」の3タイプ。あなたにぴったりのガスター10を見つけてください。

パッケージが新しく！



ガスター10



ガスター10<散>



ガスター10 S錠

胃痛・むかつきに いずれも 第1類医薬品

※これらの医薬品は、薬剤師から説明を受け、「使用上の注意」をよく読んでお使いください。

ガスター10 ブランドサイト: [https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/site\\_gaster10/](https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/site_gaster10/)

### 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」という考え方のもと、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、機能性スキンケア・オーラルケア・食品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)・ワクチン・OTC医薬品の事業を展開しています。