



2024年4月17日
シオノギヘルスケア株式会社

3人に1人以上のこどもが「頭が痛いと感じることがある」と回答 ～一方で、約8割の親はこどもの頭痛を認識していないことが明らかに～

健康価値の提供を通じて社会に貢献するシオノギヘルスケア株式会社（本社：大阪府大阪市 代表取締役社長：吉本 悟、以下シオノギヘルスケア）は、こどもが抱える頭痛の実態調査として、7～14歳のこども、7～14歳のこどもをもつ親、学校の先生 計1,200人を対象に「こどもの片頭痛に関する調査」を実施いたしました。

新生活を始める人が多い4月。気温の変化が激しい天気と年度初めの環境変化によるストレスが重なり、自律神経の働きが乱れ、頭痛を感じる人が増える傾向があります。そして、頭痛は大人ならではの悩みとして認識されがちですが、実は、こどもも同じく頭痛を抱えていることが明らかになっています。

本リリースでは、こどもが感じる頭痛と親や教師の認識の違いについて探り、その真相と傾向について紐解いていきます。

■調査サマリー

調査は①7～14歳のこどもをもつ親②7～14歳のこども③小中学校の先生の3つのグループで実施。

3人に1人以上のこどもが「頭が痛いと感じることがある」と回答する一方で、こども特有の頭痛“小児片頭痛”を「聞いたことがある」と回答した親はわずか22.6%の結果に。

「頭が痛いと感じることがある」と回答した約3人に1人以上のこどものうち、30%は『週に1回程度』もの頻度で頭痛を経験している。一方で、60%の親は『半年に1回程度』の頻度と想定。

頭痛を感じる約7割ものこどもが「担任の先生や親など近くにいる大人に相談しなかった」ことが明らかに。学校生活では約3割、日常生活では約2割が「何もせず、我慢する」と回答。

頭痛を感じるこどものうち、2人に1人以上は頭痛が原因で「勉強に集中できない」と回答。その他も、「会話や趣味が楽しめない」などと、頭痛の悩みが日常生活に支障をきたしていることが明らかに。

こども特有の片頭痛“小児片頭痛”の対策に対して、「不安がある」と回答した親は43.3%と、3割以上の親が、こどもの頭痛の対策について自信がないことが明らかに。

親の約4割がこどもの頭痛の対処法に不安を感じるなかで、親がこどもに頭痛を相談された際、約4人に1人の親は『その痛みを解決できなかった』ことが明らかに。

こどもの頭痛の原因と対策について、約7割もの大人が「相談したり調べたことがない」と回答。

■ 「こどもの片頭痛に関する調査」概要

- ・ 調査期間：2024 年
- ・ 調査方法：インターネット調査
- ・ 対象人数：1,200 名
- ・ 調査対象：
 - ① 7～14 歳のお子さんがある親御さん：400 名
 - ② 7～14 歳のお子さん（お子様の意見を親御さんが代理回答）：400 名

※①、②の回答者は分けて回収

- ③ 小中学校の先生：400 名

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は【シオノギヘルスケア調べ】をご明記ください。

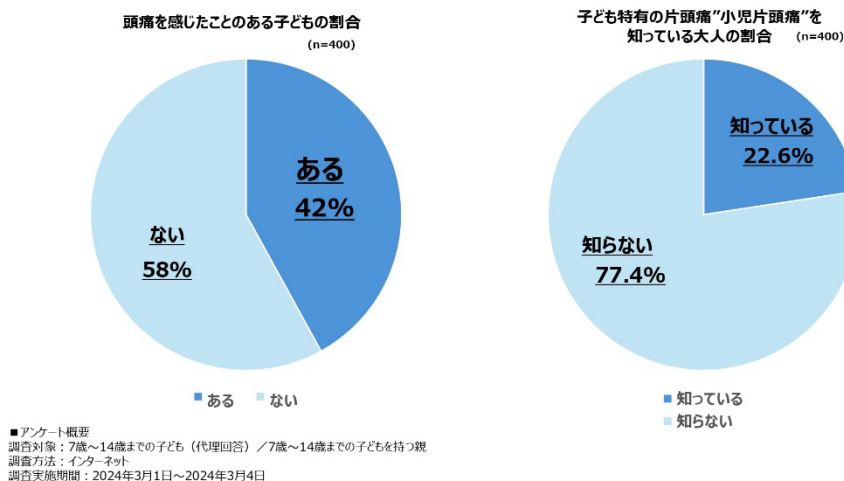
※本リリース内に記載のある、親への質問にまつわる「こどもの“頭痛”」は、こども特有の小児片頭痛を指しています。

■ 調査結果

① 3 人に 1 人以上のこどもが「頭が痛いと感じることがある」と回答する一方で、こども特有の頭痛“小児片頭痛”を「聞いたことがある」と回答した親はわずか 22.6%の結果に。

こどもに対する調査では、「頭が痛い、もしくはだるい、重いと感じることはありますか。」という質問に対して、42%が「ある」と回答し、3 人に 1 人以上は頭痛の経験があることがわかりました。

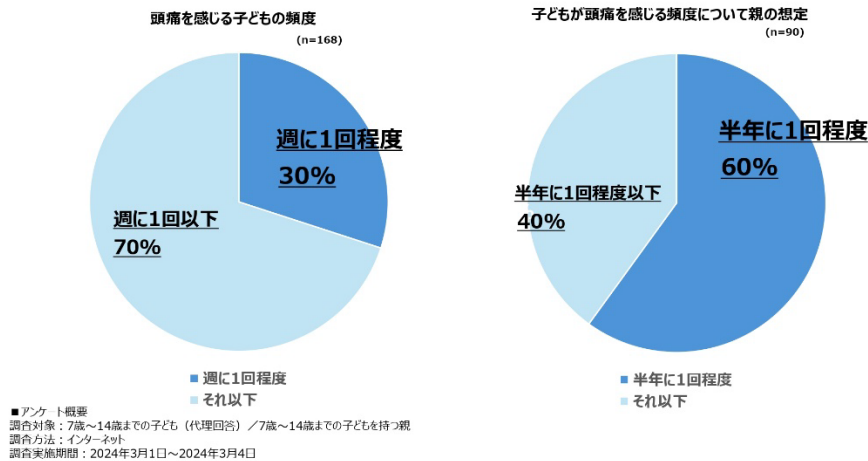
一方で、親向けの調査では、こども特有の頭痛“小児片頭痛”※1 について知っている親はわずか 22.6%の結果に。3 人に 1 人以上ものこどもが感じる頭痛について、わずか 5 人に 1 人の親しかこどもが抱える頭痛について認識していないことがわかりました。



② 「頭が痛いと感じることがある」と回答した約 3 人に 1 人以上のこどものうち、30%は『週に 1 回程度』もの頻度で頭痛を経験している。一方で、60%の親は『半年に 1 回程度』の頻度と想定。

こどもに対する調査では、「普段の日常生活のなかで、頭が痛いもしくははだるい、重いと感じることはありませんか。」という質問に対して、全体のうち約3人に1人以上は頭痛を感じており、そのうちの約30%は週に1回程度の頻度で頭痛を経験していることがわかった。

一方で、親向けの質問として「小児片頭痛はどのくらいの頻度で発生すると思いますか。」の質問に対して、半数以上の61.1%が半年に1回程度と回答。親はこども特有の片頭痛“小児片頭痛”の認知がないことに加え、頻発している現状も気づけていない傾向があることがわかる。



③頭痛を感じる約7割ものこどもが「担任の先生や親など近くにいる大人に相談しなかった」ことが明らかに。学校生活では約3割、日常生活では約2割が「何もせず、我慢する」と回答。

頭痛を感じるこども向けに「学校生活において、頭が痛いと感じたときに、どのような行動をとりますか」という質問に対して、約3割が「何もせず、我慢する」と回答。そのほか、「担任の先生に相談する」と回答したこどもも同じく約3割となり、約7割ものこどもが「担任の先生に相談していない」ことが明らかとなった。また、同様の質問を日常生活のシチュエーションにて調査したところ、「横になって休む」と回答した人が約6割、「薬を服用する」と回答した人が約4割に及び、学校生活で頭痛を感じる場合の方が、頭痛へ対処できていないことがわかる。

また、学校生活において約3割もの回答を得た「何もせず、我慢する」の背景には、『解決方法がわからないから』や『痛いというと仮病と思われるかもしれないから』などとの回答を得ており、頭痛の痛みを、ひとりで抱え込んでしまう傾向にあることが推測できる。

学校生活で頭痛を感じる際にとる行動 ランキング (n=168)	日常生活で頭痛を感じる際にとる行動 ランキング (n=168)
① 保健室に行く	① 横になって休む
② 何もせず、我慢する	② 薬を服用する
③ 担任の先生に相談する	③ 親や近くにいる人に相談する
④ 仲の良い友人に伝える 親に迎えに来てもらう	④ 何もせず、我慢する
⑤ 持参している薬を服用する	⑤ 病院に行く 夜更かしや間食、スマホやゲームの 画面を見るのをやめる

■アンケート概要
 調査対象：
 調査方法：インターネット
 調査実施期間：2024年3月1日～2024年3月4日

④頭痛を感じるこどものうち、2人に1人以上は頭痛が原因で「勉強に集中できない」と回答。その他も、「会話や趣味が楽しめない」などと、頭痛の悩みが日常生活に支障をきたしていることが明らかに。

頭痛を感じるこども向けに「日常生活において、どんなシチュエーションで頭が痛いことへ悩むことはありますか。それぞれのシーンごとに悩むことがあるかどうかをお答えください。」にて、頭痛により『勉強に集中できないこと』に悩む人が6割、『家族や友達との会話を楽しめない』が4割もの回答を得た。頭痛の痛みが生活に支障をきたしていることがわかる。

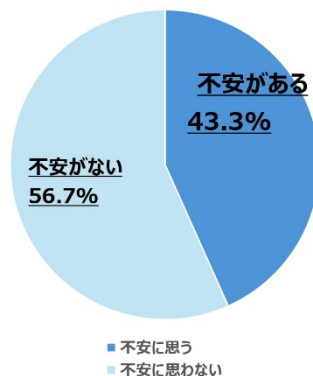
子どもの頭痛悩み シチュエーション別頻発ランキング (n=168)	
①	勉強に集中できない
②	家族や友達との会話を楽しめない
③	ゲームや本など自分の趣味を楽しめていない
④	習い事・部活に行くことができない
⑤	遊びに行くことができない

■アンケート概要
 調査対象：
 調査方法：インターネット
 調査実施期間：2024年3月11日～2024年3月14日

⑤こども特有の片頭痛“小児片頭痛”の対策に対して、「不安がある」と回答した親は43.3%と、4割以上の親が、こどもの頭痛の対策について自信がないことが明らかに。

親向けに、「あなたは小児片頭痛の対策に不安がありますか？」という質問に対して、約4割の親が不安に感じていると回答。さらに、親はこどもが日中や学校生活でも頭痛を感じる際、正しく対応されるかどうか不安に思う親は43.3%と、親自身がこどもの頭痛の対応方法について不安に思っていることが明らかに。

子どもの頭痛の対処に対して、不安がある親の割合
(n=90)

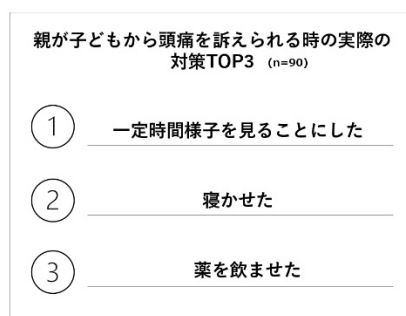
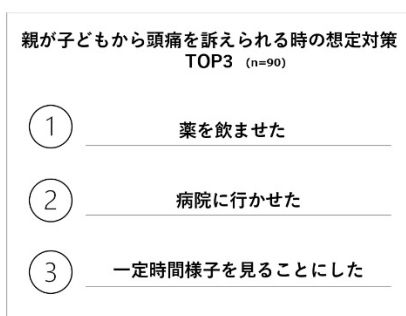


■アンケート概要
調査対象：インターネット
調査方法：インターネット
調査実施期間：2024年3月1日～2024年3月4日

⑥親の約4割が子どもの頭痛の対処法に不安を感じるなかで、親が子どもに頭痛を相談された際、約4人に1人の親は『その痛みを解決できなかった』ことが明らかに。

親向けに「あなたは小児片頭痛にはどんな対策があると思いますか。」という質問に対して、想定される対策の1位は『薬を飲ませた（28.9%）』に。そして、2位は『病院に行かせた（27.8%）』、3位『一定時間様子を見ることにした（26.7%）』の結果に。一方で、実際にとったことのある対策では、1位『一定時間様子を見ることにした（50.0%）』、2位『寝かせた（46.2%）』、3位『薬を飲ませた（42.3%）』に。実際に対策をしようとする、慎重になる傾向が明らかに。

加えて、上記質問にて、小児片頭痛に対して「実際に対策を取ったことがある」と回答された方に対して、「その時、お子さんの頭痛は解決しましたか」という質問においては、27.3%の人が「解決しなかった」と回答し、約4人に1人の親は『その痛みを解決できなかった』ことが明らかとなった。

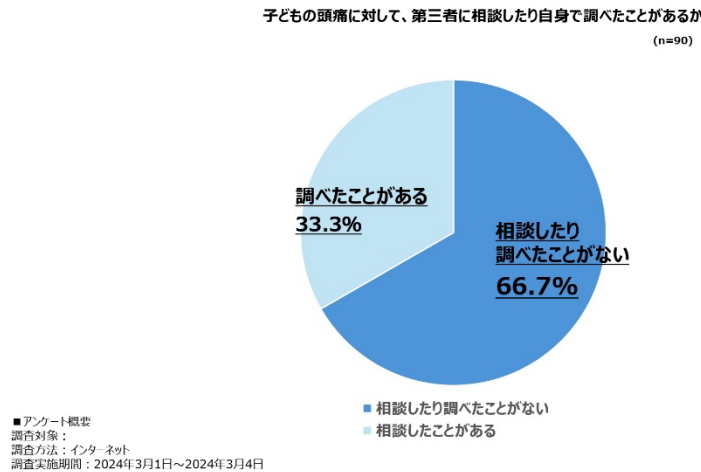


■アンケート概要
調査対象：インターネット
調査方法：インターネット
調査実施期間：2024年3月1日～2024年3月4日

⑦子どもの頭痛の原因と対策について、約7割もの大人が「相談したり調べたことがない」と回答。

親向けに「小児片頭痛の原因と対策について、第三者に相談したり自身で調べたことがありますか。」という質問に対して、約7割もの親が「相談したり調べたことがない」と回答。親向けの「小児片頭痛という

小児特有の片頭痛があること知っていますか」という質問に対して、約 8 割もの親が「聞いたことがない」と回答した結果も踏まえ、親にとって、こどもの頭痛は身近ではなく、実態について正しく理解できていないことがわかる。



今回の調査から、親子でよりコミュニケーションをとり、こどもの症状に対して理解を深めることが大切だと示唆される。

■シオノギヘルスケアの ESG 経営に関して

シオノギヘルスケアは、環境（Environment）、社会（Social）、ガバナンス（Governance）に配慮し、社会と共に成長いたします。国連サミットによる国際目標「SDGs（持続可能な開発目標）」の中では、特に「③すべての人に健康と福祉を」「⑧働きがいも経済成長も」「⑩人や国の不平等をなくそう」「⑪住み続けられるまちづくりを」「⑫つくる責任 つかう責任」「⑭海の豊かさを守ろう」「⑰パートナーシップで目標を達成しよう」に着目し、社会課題を解決するための様々な取り組みを進めています。



■シオノギヘルスケアのオウンドメディア・SNS の活用に関して

シオノギヘルスケアはすべての人が、セルフケアをより身近に、正しく実践できるよう、オウンドメディア（シオノギヘルスケア ONLINE）や、公式 SNS（X、Instagram、LINE など）を通して製品情報・キャンペーン・各方面の Pro（専門家）に学ぶセルフケア方法の発信など、皆さまの健康に役立つ情報・サービスを提供いたします。

オウンドメディア：シオノギヘルスケア ONLINE (<https://www.shop.shionogi-hc.co.jp/>)

X (旧 Twitter)：@shionogi_hc (https://twitter.com/shionogi_hc)

Instagram：@shionogi_hc (https://www.instagram.com/shionogi_hc/)

LINE：@shionogi-hc

■シオノギヘルスケア株式会社について

シオノギヘルスケアは、“常に人々の健康を守るために必要な最もよいヘルスケア価値を提供する”という経営理念のもと、SHIONOGI グループより 2016 年 1 月に設立されました。「すべての人に、やさしく、正しく、楽しくセルフケアを」をモットーに、ヘルスケア領域で優れた製品・情報・サービスを通じて健やかで豊かな人生に貢献してまいります。

商号 : シオノギヘルスケア株式会社 (SHIONOGI HEALTHCARE CO., LTD.)
会社設立 : 2016 年 1 月 15 日
会社開業 : 2016 年 4 月 1 日
資本金 : 1,000 万円
代表者 : 代表取締役社長 吉本 悟
本社所在地 : 大阪府大阪市中央区北浜 2 丁目 6 番 18 号 淀屋橋スクエア 7 階
事業内容 : 一般用医薬品、医薬部外品、管理医療機器、健康食品などのヘルスケア商品の開発・製造販売
URL : <https://www.shionogi-hc.co.jp/>

【本リリースに関する報道関係者さまからのお問合せ先】
シオノギヘルスケア株式会社 PR 事務局 (株式会社アンティル内) 担当 : 力武・深谷・戸川
TEL : 03-5572-7375 / E-mail : shionogi-hc@vectorinc.co.jp

【一般消費者さまからのお問合せ先】
シオノギヘルスケア株式会社 医薬情報センター
受付時間 : 平日 9 時~17 時 (土日・祝日・当社休日を除く)
大阪 TEL : 06-6209-6948 東京 TEL : 03-3406-8450