



パンデミックの影響:

若者のメンタルヘルス

パンデミック宣言から1年以上が経過しました。この間、誰もがストレスの強い場面を経験し、中止や延期になってしまった行事や計画も多くありました。ティーンエイジャーや若者たちは、スポーツの試合、コンサート、卒業式、そして大学での対面式授業など、大切な経験となる機会を失ってしまいました。こうした機会の喪失を悲しむ感情は、大きな影響を残しています。

以下は、コロナ禍の中、若者が最も懸念している3つの事柄です¹。

① 日常生活の混乱

回答者の60%

15.7億人

の学生・生徒が
自宅学習

およそ9割の学生・生徒が対面授業を受けていません²。

5億人

がオンライン学習にアクセスしていません²。

画面を見る時間が
全世代で増加

↑72%

トルコ
(児童)³

↑87%

カナダ
(児童)⁴

↑70%

中国
(全世代)⁵

↑49%

ポーランド
(全世代)⁶

② メンタルヘルス:

回答者の55%

58%の

若者が、メンタルヘルスに
マイナスの影響を受けたと
回答⁷。

25%

コロナ
禍前は13%

米国の若者(18歳~24歳)で、
**新たに薬物などの物質乱用の
新しい症例または物質使用が
増加する例は、成人の2倍にの
ぼっています⁷。**

③ 経済的安定

回答者の44%

34%

が失業

英国の大学生のうち34%が、**失業や
勤務時間の短縮、または給与の未払い
などを経験しています⁸。**

米国における春期の失業率

24%

2020年

8% 2019年

米国の仕事を持つ若者(16歳~24歳)
の**24.4%が、2020年春以降、失業して
います⁹。**

72%

の国で、「子どもや思春期の若者を含む、社会的に弱い
立場の人々へのメンタルヘルスのサービスに妨げが
生じている」と報告されています¹⁰。

あなた自身やあなたの周りの子どもや若者たちが、パンデミックに関連したうつや不安、
ストレスなどに直面しているなら、**支援を受けてください。**

従業員支援プログラム(EAP)は、秘密厳守のプログラムを毎日24時間ご提供しており、あなたご自身とプランに加入しているご家族の方に無料でご利用いただけます。セラピストとのバーチャルまたは対面のセッションを無料でご利用いただける場合もあります。



身近な若者について懸念があるときには
従業員支援プログラム(EAP)にご連絡ください。

- World Health Organization. COVID-19 Youth Survey: Report. Global Shapers Community, et al. Available at: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey_report_for_who--final.pdf?sfvrsn=f23bd740_4. Accessed February 16, 2021.
- United Nations. Ensure inclusive and equitable quality education and promote lifelong learning opportunities for all. Available at: <https://unstats.un.org/sdgs/report/2020/goal-04/>. Accessed February 16, 2021.
- Eyimaya AO, Irmak AY. Relationship between parenting practices and children's screen time during the COVID-19 pandemic in Turkey. *J Pediatr Nurs*. 2021 January-February; 56: 24-29. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7534794/>. Accessed February 16, 2021.
- Carroll N, et. al. The impact of COVID-19 on health behavior, stress, financial and food security among middle to high income Canadian families with young children. *Nutrients*. 2020 Aug; 12(8): 2352. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468859/>. Accessed February 16, 2021.
- Hu Z, et al. Impact of the COVID-19 epidemic on lifestyle behaviors and their association with subjective well-being among the general population in mainland China: Cross-sectional study. *J Med Internet Res*. 2020 Aug; 22(8): e21176. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7458584/>. Accessed February 16, 2021.
- Górnicka M, et al. Dietary and lifestyle changes during COVID-19 and the subsequent lockdowns among Polish adults: A cross-sectional online survey PLifeCOVID-19 Study. *Nutrients*. 2020 Aug; 12(8): 2324. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468840/>. Accessed February 16, 2021.
- Pachal N, et. al. The implications of COVID-19 for mental health and substance use. Kaiser Family Foundation. Available at: https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the-implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/?utm_campaign=KFF-2021-Coronavirus&utm_medium=email&_hsmi=110418889&_hsenc=p2ANqtz-9sijNjVfcQw_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHgSj251mpyJ0a_RBNWnX4JHa0KVFPKbC6FLcavJ6CPWZwlCt-bhMzTCFMOXIVBjMzR_TvgpCOzO2t3E&utm_content=110418889&utm_source=hs_email. Accessed February 16, 2021.
- Montacute R, Holt-White E. COVID-19 and social mobility impact brief #2: University access & student finance. The Sutton Trust. Available at: <https://www.suttontrust.com/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-and-Social-Mobility-Impact-Brief-2.pdf>. Accessed February 16, 2021.
- Gould E, Kassa M. *Young Workers Hit Hard by the COVID-19 Economy*. Economic Policy Institute. Available at: <https://www.epi.org/publication/young-workers-covid-recession/>. Accessed February 16, 2021.
- World Health Organization. COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey. Available at: <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>. Accessed February 16, 2021.

本プログラムは、応急治療や緊急治療が必要な際にはご利用いただけません。緊急の場合、米国内の場合は911に、米国外にお住まいの場合は該当地域の緊急通報番号に連絡するか、または最寄りの緊急治療室に行ってください。本プログラムは、医師やその他の医療従事者の治療に代るものではありません。利益相反にあたる可能性があるため、Optumもしくはその関連機関、または利用者が本サービスを直接または間接的に受けている機関(例えば雇用主または医療保険プランなど)を相手取った法的手段に関わる可能性のある問題については、法律相談を提供することができません。本プログラムとそれを構成するコンポーネント、特に16歳未満のご家族の方を対象としたサービスは、一部の地域ではご利用いただけません。内容は変更される場合があります。従業員支援プログラム(EAP)のサービス提供者の経験および教育のレベルは、契約要件またはその国の規制要件により異なります。プログラムには除外事項および制限事項が適用される場合があります。

Optum®はOptum, Inc.の米国およびその他の法域における登録商標です。その他すべてのブランド名または商品名は、各所有者の商標または登録商標であり、各所有者に属しています。Optumは雇用主として均等な雇用機会を提供しています。
© 2021 Optum, Inc. All rights reserved. WF4045877 208364-032021