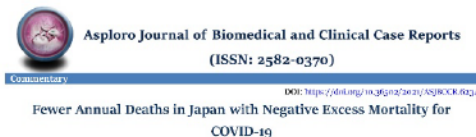
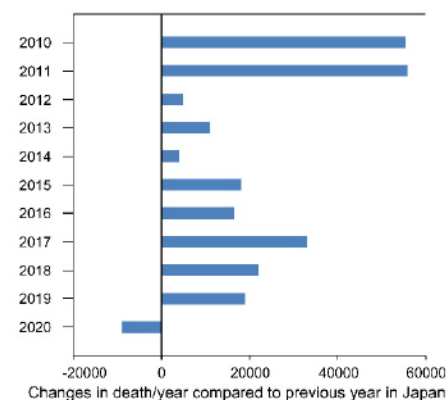


コロナ禍 (COVID-19) により世界は甚大な影響が長く続いている。国際的に膨大な研究が続けられてきた。筆者の専門はウイルス学ではないが、プライマリ・ケア医学、統合医療、疫学などの側面から数編の医学論文を報告している。今月は①諸外国と比較して日本の影響は軽度、②人々の生活に対する影響を数値で検討、という2点で話題を提供させて頂きたい。



### ◆客観的指標が 超過死亡率

COVID-19の影響を各国間で比較するのは、国により統計方法が異なるため簡単ではない。その中で、最も客観的な指標として「超過死亡率」がある。これは前年の死亡数（従来の平均データ）より、今年の死亡数が増えた割合（厳密には予想値との差異）とほぼ説明できる。2021年1月下旬に国際的統計が発表され、2月に筆者が関連データをまとめ、3月に国際誌へ発表された。



通常コロナ禍によって死亡者数が増える（超過）と予想されるが、日本では逆に15000人減少した。各国と比較すると、諸外国から日本が奇跡的だと評価されるのがわかる。また、日本では今まで年間死亡者数が18000人ずつ増えていたのだが、今年は9000人減少した。そのため、差し引き27000

人の差異と計算できる。

### ◆生活の 変化数値で 考える

コロナ禍で我々の生活は激変した。その研究について、カテゴリーに分けて数値を示し紹介したい。

1) **人間関係**：恋人同士について、15%が結婚式を延期し、39%が式を早めたり披露宴をキャンセルしたりした。また、ステイホームにより、犬や猫など家庭で飼われるペットは前年より3.6万匹増え27万匹に至ったとされる。

2) **健康**：睡眠時間は、20%の人々が短くなり、一方で10%の人が長くなった。2020年には、米国にあるフィットネスクラブの16%が閉鎖したようだ。健康保険に関する電話連絡が、1年前は0.16%、2020年は7.0%と40倍に増加したという。

3) **時間**：ジグソーパズルなど、時間を要するゲームに費やす時間が3倍になった。毎日4時間以上スマホゲームで遊ぶ5-12歳の子供は以前35%だったが、コロナ禍で77%に上昇。成人はコンピュータ画面を見る時間が10.1時間から13.5時間に増加、映画を見る時間は11時間と2倍に増加した。

4) **家庭生活**：4-7月は電気代の支出が10%増えた。小麦粉類の販売量が4倍になり料理時間が2倍に延長。5人中2人は経済的に余裕なく節約した。車の全走行距離は前年より13%低下した。

読者の方には、これらの結果を自身の場合と比較してみしてほしい。何か参考になれば幸いである。



(板東浩、ばんどうひろし、医学博士、糖尿病専門医、ピアニスト)

**Hirotaka Bandou**  
Tohoku University Medical Research, Tohoku University, Japan  
Integrative Medicine Japan (IMJ), Shibuya Jokaif Division, Tohoku University, Japan

**Abstract**  
The excess mortality would be adequate objective indicator for COVID-19 research, and was reported in 77 countries for 2020. Several representative data are: United States 420,000, Mexico 270,000, Russia 270,000, Brazil 170,000, Japan -15,000, Taiwan -4,800, Australia -4,700 and New Zealand -2,100. From demographics in Japan, the number of deaths increased by 18 thousand each year during 2015-2019. However, death in 2020 decreased by 9,273 from 2019, which indicated 27 thousand difference. A meaningful perspective showed that focusing on human life saves the economy. Future crucial factors would be new ways of working with the ability of human resources.

Table 1 Excess mortality metrics for the countries

Country	Date until	Official	Excess
Australia	Oct 25,2020	900	-4700
Brazil	Dec 31,2020	200,000	170,000
France	Jan 03,2021	65000	52000
Germany	Dec 27,2020	30000	30000
Italy	Nov 01,2020	39000	64000
Japan	Nov 30,2020	2100	-15000
Mexico	Dec 13,2020	110,000	270,000
New Zealand	Jan 03,2021	25	-2,100
Peru	Jan 24,2021	40000	93,000
Russia	Nov 30,2020	40000	270,000
South Africa	Dec 06,2020	37000	96,000
Spain	Jan 03,2021	51000	78,000
Taiwan	Dec 31,2020	7	-4,800
United Kingdom	Dec 20,2020	68000	80,000
United States	Jan 03,2021	350,000	420,000