

令和4年8月5日

報道機関 各位

コロナ禍でペットと過ごす時間がますます増えています。コロナ禍以前のデータから見た結果を紹介します。

妊娠中のペット飼育と産後1年までの母親の精神健康： エコチル調査

■ ポイント

富山大学学術研究部医学系公衆衛生学講座の松村健太講師らのグループは、「子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）」のデータを用い、妊娠中における犬の飼育は母親の精神健康に対する保護因子である一方で、猫の飼育は精神健康に対するリスク因子であることを明らかにしました。この結果により、飼っているペットの種類（犬・猫）が、周産期および産後の母親の精神健康維持において異なる役割を果たしている可能性が示唆されました。



・この研究成果は社会科学・医学系専門誌「Social Science & Medicine」に2022年7月11日に掲載されました。

Matsumura K et al. Pet ownership during pregnancy and mothers' mental health conditions up to 1 year postpartum: A nationwide birth cohort—the Japan Environment and Children's Study.

・ <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115216>

本研究は環境省の子どもの健康と環境に関する全国調査に係る予算を使用し行いました。

論文に示した見解は著者自らのものであり、環境省の見解ではありません。

■ 研究の内容

ペット（犬・猫）飼育と精神健康の関係は、これまで様々な集団、特に精神健康が不安定になりやすい高齢者、一人暮らし、ホームレスなどを対象として調査されてきました。しかし、必ずしも良い影響があるという報告ばかりではなく、一切影響がないという結果や、さらには、悪い影響があるという全く逆の結果が得られている研究もあります。また、多くの方が飼育されているペットである、犬と猫のどちらの方が精神健康により良い影響を及ぼすのか、という点も一貫していません。

妊娠中から産後にかけての女性は、精神健康が不安定になりやすい集団のひとつです。妊娠中から産後にかけては、ホルモンバランスの乱れなどからくる体調の変化や、育児による生活リズムの変化などにより、うつなどを発症する可能性が高まることが知られています。それにも関わらず、これまでこの時期の女性の精神健康をペット飼育の観点から検討した研究はほとんど行われてきませんでした。

そこで本研究では、エコチル調査に参加している 80,814 人の女性を対象とし、妊娠中のペット飼育（犬・猫の飼育なし、犬のみ飼育、猫のみ飼育、犬・猫の双方飼育）と、妊娠中から産後 1 年までの精神健康（抑うつ症状および心理的苦痛）との関係を調べました。

解析では、ペット飼育以外で精神健康に関連すると考えられている、年齢、社会経済要因、精神疾患既往歴などの計 17 の要因を考慮しました。その結果、以下の点が明らかとなりました。

- (1) 犬を飼育している集団は、犬も猫も飼育してない集団と比べ、産後 1 ヶ月および 6 ヶ月における抑うつ症状が低かった。また、産後 1 年における心理的苦痛も低かった。
- (2) 猫を飼育している集団は、犬も猫も飼育してない集団と比べ、産後 6 ヶ月における抑うつ症状が高かった。また、妊娠中における心理的苦痛も高かった。
- (3) 犬と猫双方を飼育している集団は、犬も猫も飼育してない集団と比べ、妊娠中における心理的苦痛が高かった。一方、その他の時期においては、犬も猫も飼っていない場合と同程度であった。

表 1 に、得られた結果のまとめを示しています。

表 1. 妊娠中のペット飼育と抑うつ症状および心理的苦痛との関係（犬・猫の飼育なしと比較した場合。年齢・社会経済要因・精神疾患既往歴などの計 17 変数で調整済み）

	ペット（犬・猫）飼育状況			
	なし (66,468人)	犬のみ (8,958人)	猫のみ (4,093人)	双方 (1,295人)
抑うつ症状				
産後1ヶ月	基準	↓	-	-
産後6ヶ月	基準	↓	↑	-
心理的苦痛				
妊娠中	基準	-	↑	↑
産後1年	基準	↓	-	-

↓：低い，↑：高い，-：同等

本研究の結果より、犬の飼育は精神健康に対する保護因子である一方で、猫の飼育は精神健康に対するリスク因子である可能性が示されました。また、関連の程度は弱かったものの、保護因子かリスク因子かという関連の方向性については、調査時期を問わず一貫していました。これらの結果より、飼っているペットの種類（犬・猫）が、妊娠中から産後にかけての母親の精神健康維持において異なる役割を果たしている可能性が示唆されました。

本研究で認められた犬と猫の違いは、もしかすると、家畜化された歴史の長さを反映しているかもしれません。犬の方が早くから人類のパートナーとなったという歴史があり、飼い主と犬との間の情緒的絆の形成に関する研究も色々と進んでいます。オオカミとイヌとの遺伝配列の違いも大きく、情緒的な側面も含め、より人間と共生できる形で進化したと考えられています。一方、猫の家畜化の歴史は浅く、ヤマネコとイエネコの遺伝的違いも、オオカミとイヌとの違いと比べるとほんの僅かです。そのため、犬ほどには人間との共生にまだ適していないのかもしれません。

猫の飼育で注意すべき点としては、猫に寄生するトキソプラズマ原虫に妊婦さんが感染すると、胎盤を経由して赤ちゃんに悪影響が及ぶことがあることです。また、日本国外のデータではあるものの、18年間の追跡調査では、猫の飼育は、特に女性において、肺がんによる死亡率をペットがいない場合に比べて 2.85 倍に高めるとのデータが得られています（犬の場合は 1.01 倍）。ペットは家族の大切な一員であり、飼っていることで良い影響もたくさんありますが、猫だけでなく犬を含め、危険性がゼロではないということは、常に心の片隅に置いておくべきと思われます。

本研究の限界としては、観察研究であるため因果関係を扱っていないこと（犬や猫を飼ったことに起因する結果を直接的に示している訳ではありません）、妊娠中の 1 時点でしかペットの飼育状況を聞いていないこと、犬や猫の種類や頭数を聞いていないことなどです。今

後は、飼っているペットの種類をより細かく解析するといった工夫をした上で、ペット飼育と精神健康との関係について長期的な調査を続けていく予定です。

【「子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）」とは】

子どもの健康と環境に関する全国調査（以下、「エコチル調査」）は、胎児期から小児期にかけての化学物質ばく露が子どもの健康に与える影響を明らかにするために、平成 22 (2010) 年度から全国で約 10 万組の親子を対象として環境省が開始した、大規模かつ長期にわたる出生コホート調査です。臍帯血、血液、尿、母乳、乳歯等の生体試料を採取し保存・分析するとともに、追跡調査を行い、子どもの健康と化学物質等の環境要因との関係を明らかにしています。

エコチル調査は、国立環境研究所に研究の中心機関としてコアセンターを、国立成育医療研究センターに医学的支援のためのメディカルサポートセンターを、また、日本の各地域で調査を行うために公募で選定された 15 の大学等に地域の調査の拠点となるユニットセンターを設置し、環境省と共に各関係機関が協働して実施しています。

- 環境省「子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）」WEB サイト

<http://www.env.go.jp/chemi/ceh/index.html>

- 富山大学 エコチル調査 WEB サイト

<http://www.med.u-toyama.ac.jp/eco-tuc/>



【論文詳細】

論文名：

Pet ownership during pregnancy and mothers' mental health conditions up to 1 year postpartum: A nationwide birth cohort—the Japan Environment and Children's Study

著者：

松村健太・浜崎景・土田暁子・稲寺秀邦・JECS グループ

掲載誌：

Social Science & Medicine (2022 年 7 月 11 日オンライン掲載)

・ <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115216>

【本発表資料のお問い合わせ先】

富山大学学術研究部医学系 公衆衛生学講座 講師 松村 健太

TEL : 076-434-7279 (直通) Email : kmatsumu@med.u-toyama.ac.jp

ウェブサイト : <http://www.med.u-toyama.ac.jp/eco-tuc/>