

コロナ禍での大学新入生の精神健康状態調査 — 春学期と秋学期での比較 —

はた 秦 こう 幸 きち 吉^{1,2)} ふく 福 しま 島 かな み 加菜美²⁾
ふじ 藤 た 田 さ や か 小矢香¹⁾

キーワード：コロナ禍，精神健康状態，大学新入生，春学期，秋学期

要 旨

【目的】 コロナ禍における大学新入学生の精神健康状態が春学期と秋学期では如何に変化したかを検討することを目的とした。

【対象と方法】 2020年度島根県立大学看護栄養学部1年次生128名（看護学科86名，健康栄養学科42名）を対象とした。質問紙法日本版 GHQ（General Health Questionnaire，日本版著者：中川泰彬・大坊郁夫，日本文化学社）60項目を用いて精神健康調査を春学期（4月20日），秋学期（10月5日）に行い，春学期と秋学期での GHQ 結果を比較した。

【結果】

- 1) GHQ 合計得点が17点以上を示した割合は秋学期では低下した ($P=0.094$, borderline)。
- 2) 身体的症状は軽度以上，中等度を示した割合は秋学期では有意に増加した ($P=0.004$, $P=0.003$)。
- 3) 社会的活動障害は軽度以上，中等度を示した割合は秋学期では有意に低下した ($P=0.000$, $P=0.025$)。

【結論】 新入生の精神健康状態が春学期の入学時に比べて秋学期では改善したと考えられた。新型コロナウイルス感染症 (coronavirus disease 2019, COVID-19) の感染状況，日々明らかになる COVID-19の情報を正しく，随時，啓発することにより，個人個人が納得して，自分の行動を自らコントロールするように努め，それにより COVID-19への不要な恐怖を払拭させることなどが，コロナ禍における学生対応に重要であると思われた。

Kohkichi HATA et al.

1) 島根県立大学看護栄養学部看護学科

2) 島根県立大学保健管理センター

連絡先：〒693-8550 島根県出雲市西林木町151

島根県立大学 出雲キャンパス

はじめに

島根県立大学では，毎年，新入生に対して入学時に質問紙法日本版 GHQ（General Health

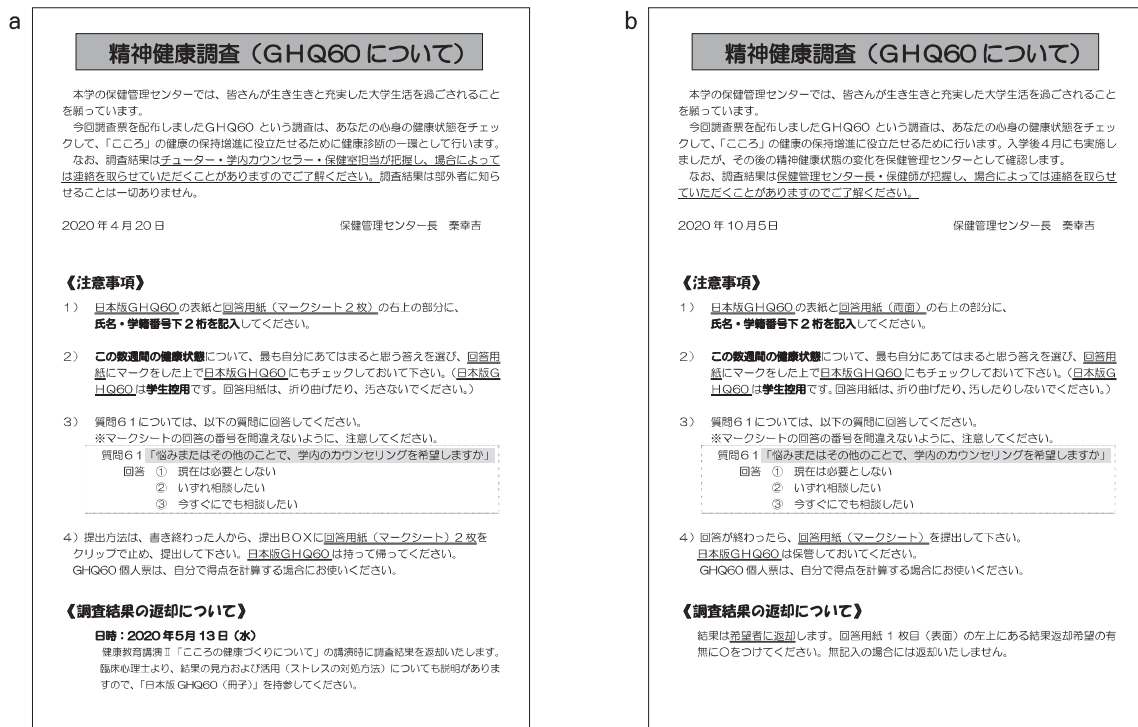


図1 GHQの説明文 (a: 春学期, b: 秋学期)。

Questionnaire, 日本版著者：中川泰彬・大坊郁夫, 日本文化学社) 60項目¹⁾を用いて精神的健康状態の把握を行っている。GHQは大学生のメンタルヘルス状態把握のスクリーニングテストとして一般的に利用されるようになってきている^{2,3)}。出雲キャンパスでは2020年4月20日に2020年度新入生にGHQを施行した。その結果、例年の結果と比較して精神的健康度が低下していることが判明した。その頃は、松江市で接待を伴う飲食店でのクラスターにより島根県内初の新型コロナウイルス感染者が発生した直後であった。出雲キャンパスでは日々深刻化する新型コロナウイルス感染症 (coronavirus disease 2019, COVID-19) 拡大防止のために授業はオンラインでの実施を主体とすることを決定していた。また、居酒屋などでのアルバイト自粛要請や課外活動制限を開始していた。このような非日常の状況での未知なるウイルスに対する不安、期待外れの希薄な人間関係な

どが新入生の心身健康状態にも大きく影響したと考えられた。

このような状況を鑑みて、学生に対する様々な対策(後述)を行った。そして、2020年10月5日に新入生に再びGHQを行い、4月の結果と比較して精神的健康状態の変化を検討した。

1. 方法

対象

2020年度島根県立大学看護栄養学部1年次生128名(看護学科86名, 健康栄養学科42名)。

方法

研究の趣旨・研究内容について記載した依頼文書(図1)と口頭により研究の目的, 研究方法, 協力の任意性, プライバシーの保護, 参加協力の有無により不利益が被らないことなどを十分に時間をかけて説明した。

精神的健康調査は質問紙法日本版GHQ

(General Health Questionnaire, 日本版著者: 中川泰彬・大坊郁夫, 日本文化学社) 60項目¹⁾を用いて行った。GHQでは要素スケールとして, 身体的症状, 不安と不眠, 社会的活動障害, うつ状態の4因子の項目が設定されている(各7問ずつ)。質問文に対する回答はその程度に応じて, 4段階のうち1つに回答するようになっている。回答の採点法には程度にしたがって, 0-0-1-1を用いる。総得点評価(60点満点)では, 17点をcut-off pointを置き, 17点以上であれば神経症的傾向が強いとされている¹⁾。

4月20日(春学期)の結果で総得点が17点以上を呈した学生, 重要質問項目回答結果から要観察と判断された学生についてはチューターによる面談を行い, 個々の学生の状況把握, カウンセラー(臨床心理士)によるカウンセリング希望有無の確認をして, その結果を保健管理センターに連絡するようにした。これにより, チューター, 保健管理センターで学生の精神的健康状態を共有して, 必要に応じて随時面談を行うなどしてフォローした。保健管理センターでは, 日々新たに判明するCOVID-19に関する情報をメール, 学内ホームページで発信してCOVID-19の正しい啓発に努めた。筆者(KH)は9月から開講した看護学科

1年次生の「生命・医療倫理」担当しているが, その講義(2020年度は同時配信授業)の際にスライドを用いてCOVID-19の様々な側面を解説した。以上により, 基本的な感染予防策(手洗い, 手指消毒, 3密+大声回避, マスクの着用, フィジカルディスタンス確保, 特別感染警戒地域を含めた県境を越える移動の自粛など), 自分が無症候性感染者であり, 他人に感染させないようにと思う心づかいなどについて理解を促し, 正しくCOVID-19を警戒させると同時に, この感染症に関する不安解消も目的とした。そして, 初回のGHQ施行時より半年後の10月5日(秋学期)に再度GHQを行った。

統計学的検討はカイ二乗検定を用いて行った。

2. 結 果

表1にGHQ結果の春学期と秋学期での比較を示す。

- 1) GHQ合計得点が17点以上を示した割合は秋学期では低下した($P=0.094$, borderline)。
- 2) 身体的症状は軽度以上, 中等度を示した割合は秋学期では有意に増加した($P=0.004$, $P=0.003$)。
- 3) 社会的活動障害は軽度以上, 中等度を示した

表1 2020年度 GHQ 結果の春学期と秋学期の比較

	GHQ合計得点		身体的症状		不安と不眠		社会的活動障害		うつ状態	
	17点以上	35点~60点	軽度以上	中等度	軽度以上	中等度	軽度以上	中等度	軽度以上	中等度
春学期	27/128 (21.1%)	4/128 (3.1%)	27/128 (21.1%)	3/128 (2.3%)	38/128 (29.7%)	15/128 (11.7%)	70/128 (54.7%)	23/128 (18.0%)	19/128 (14.8%)	8/128 (6.3%)
秋学期	18/128 (14.1%)	4/128 (3.1%)	48/128 (37.5%)	15/128 (11.7%)	48/128 (37.5%)	13/128 (10.2%)	39/128 (30.5%)	12/128 (9.4%)	19/128 (14.8%)	6/128 (4.7%)
P value	0.094	1	0.004	0.003	0.186	0.689	0.000	0.025	1	0.582

表2 2019年度 GHQ 結果

	GHQ合計得点		身体的症状		不安と不眠		社会的活動障害		うつ状態	
	17点以上	35点~60点	軽度以上	中等度	軽度以上	中等度	軽度以上	中等度	軽度以上	中等度
	13/123 (10.6%)	1/123 (0.8%)	32/123 (26.0%)	14/123 (11.3%)	39/123 (31.7%)	10/123 (8.1%)	41/123 (33.3%)	12/123 (10.0%)	10/123 (8.1%)	1/123 (0.8%)

割合は秋学期では有意に低下した (P=0.000, P=0.025)。

- 4) 表2に2019年度の新入生に施行したGHQ結果を示す。2019年度に比較して2020年度春学期では、GHQ合計得点が17点以上を示した割合、社会的活動障害は軽度以上を示した割合の高値が目立った。

3. 考 察

GHQ合計得点が17点以上を示した割合は秋学期では低下し (borderline)、社会的活動障害は軽度以上、中等度を示した割合は秋学期では有意に低下した。社会的活動障害は、社会的行動に関する質問からポジティブ志向・活気の高さを評価する項目である¹⁾。したがって、新入生の精神健康状態が春学期の入学時に比べて秋学期では改善したことを反映していると考えられた。出雲キャンパスでは、秋学期開始を2020年度は9月から開始 (例年は10月から開始) して、演習・実習に限り対面授業を行った。そのため、学生同士で直接に会って会話する機会が増えて、お互いの交流も盛んになり、生活に張りが出てきて生活リズムが安定してきた。また、「方法」の項で記載した学生に対する精神的健康状態のケア、感染拡大当初に比べれば感染経路・予防法などがある程度ではあるが明らかになってきたCOVID-19への不安解消対策 (必要な情報を掴み、必要以上に不安感や恐怖心を感じないようにさせることなど) も頻回に施行した。このようなことが、精神的健康状態改善に繋がったのではないかと推察される。

しかしながら、身体的症状は軽度以上、中等度を示した割合は秋学期では有意に増加した。身体的症状は疲労、混乱といった気分の低下を評価する項目である^{1,4)}。GHQは2~3週間前から調査

時までの精神的健康状態を反映している¹⁾。看護学科1年次生は秋学期より、生化学、病理学といったやや難解な講義が開始した。さらに、初めて体験する実習、訪問実習前の準備、その後のレポート作成に要するかなりの時間が必要であった。そのため、疲労感、混乱感など気分低下を来したのではないかとと思われる。実際、健康栄養学科生においては身体的症状には春学期と秋学期とでは有意な変化は認められなかった。看護学科生での有意な変化が1年次生全体での身体的症状変化に影響したと考えられる。

コロナ禍での新入生の春学期から秋学期にかけての精神健康状態の変化に関してGHQ精神健康調査を用いて評価し、我々が行った対策が如何に効果を及ぼしたか検討した。その結果、1) 普段から時間をかけて学生とコミュニケーションをとり、学生の困りごと・心配ごとを確認し、「自分は一人ではない」という安心感を持たせ、なにより学生の孤立を防ぐ。2) 学生の話をよく聞き、問題解決を一緒に考えて、安心して落ち着けるように手助けする。3) 気になる学生には継続して注意を向ける。4) COVID-19の感染状況、日々明らかになるCOVID-19の情報を正しく、随時、啓発することにより、個人個人が納得して、自分の行動を自らコントロールするように努め、それによりCOVID-19への不要な恐怖を払拭させる。以上のことなどが、コロナ禍での学生の精神健康状態維持に重要であると思われた。COVID-19の先行きは未だ不透明である。しかしながら、学生に「COVID-19の影響ですべてが自分の思い通りにできるわけではないが、何か自分のやりたいことを探してみよう」という気持ちを持たせ、困難な状況下でも希望を積極的に見出し、行動させるようにすることが大切ではないかと考えられた。

利益相反 (Conflict of Interest: COI)

開示すべき COI 関係にある企業等はありません。

文 献

- 1) 中川泰彬, 大坊邦夫. 日本版 GHQ 精神健康調査票手引 (増補版). 日本文化科学社, 2013
- 2) 井崎ゆみ子, 武久美奈子, 大森哲郎. 大学におけるメンタルヘルス対策の検討 入学時のメンタルヘルス健診と在学中の精神科受療行動との関連から, 精神科治療学 32: 697-704, 2017
- 3) 大久保純一郎, 大宅洋行. 大学生における強迫性格と発達障害傾向ならびに精神的健康の関連性, 帝塚山大学心理学部紀要 6: 1-6, 2017
- 4) 野中雅代, 稲谷ふみ枝, 山崎しおり. 大学生の対人ストレスとストレス緩和要因との関連—ストレスマネジメント自己効力感に着目して—, 久留米大学心理学研究 No.9: 24-32, 2010