

入学時および就学2ヶ月後の健康調査の有用性の検討

富山大学、保健管理センター
中川圭子、宮田留美、松井祥子

Usefulness of health investigation at the entrance and 2 months after in university freshmen.

Center for Health Care and Human Sciences, University of Toyama
Keiko Nakagawa, Rumi Miyata, Shoko Matsui

【背景と目的】 新入学生対象の健康調査として、UPI (University Personality Inventory) が広く用いられており、この結果で学生の呼出・面談などの対応をおこなうこととされている。今回、入学時および就学2ヶ月後の健康調査結果から、入学後の環境変化と自己評価による就学状況や生活習慣との関連を検討した。

【方法】 対象は富山大学高岡キャンパスの新入学生125名で、4月に施行している健康調査 (UPI、生活習慣の乱れ等の自己評価) に加えて、6月に必修科目の体育と連携し施行している保健管理センターオリエンテーション時におこなった健康調査 (4月の項目に加え就学状況の自己評価) の結果を、あわせて検討した。

【結果】 UPI 設問IIで相談希望とした (1または2と回答) 学生は、4月の入学時は124例中5例 (4%)、6月は121例中6例 (5%) であった (うち2例は重複)。この中で新たに継続カウンセリングにつながったのは、4月と6月とも各1例であった。就学状況の自己評価は、まあ楽しい/ふつう/つらいとの回答が、各々79/39/3例であった。生活習慣では、4月と6月の比較で、睡眠の乱れ (25% → 66%) と食事の乱れ (12% → 50%) の自覚が有意に増加していた。とくに相談を希望した例では睡眠の乱れの自覚が4月 (40%)、6月 (83%) と多かった。生活習慣の乱れと住環境 (自宅か下宿生か) の違いには関連を認めなかった。就学がつらいと回答した3例は、全例で食事・

睡眠の乱れはいずれも4月に自覚なしと答えていたが、6月には全例で食事・睡眠の両方の乱れを自覚していた。就学状況が、まあ楽しい/ふつう/つらい例で、その後1年間の心理相談利用は、0/2/1例 (0/5/33%) であった。

【考察】 学生の心の健康のスクリーニング調査として、UPI が広く用いられている¹⁾。調査の時期は、学生の‘心の危機’の早期発見・早期治療のためとして、入学時の健康調査として行なわれていることが多いが、入学直後よりも大学生生活開始後しばらく後に実施した方が効果的である可能性も指摘されている²⁾。今回、新入生を対象に、4月の健康診断時の調査 (UPI、生活習慣の乱れ等の自己評価) に加え、6月に必修科目の体育と連携しておこなう保健管理センターオリエンテーション時に実施した健康調査 (4月の項目に加え就学状況の自己評価) の結果を、あわせて検討した。

UPI 設問IIでの相談希望の有無は、4月と6月で各5例と6例で大きな差はなく、うち4月と6月の両方で相談を希望したのは2例であった。相談希望の有無は、必ずしも6月の就学の‘つらさ’と一致しなかった。‘つらさ’の内訳は、すでに医療介入されている例のほかに、やるが多くなって全部をきちんとやろうとすると出来なくて困っているというものもあり、保健管理センター職員の、きちんとするのは良いことだが、学業や生活が続けられるように疲れすぎないことも大事、優先順位やメリハリをつける、もっと気楽

に考えて良いかも、また困ったら相談を、などのアドバイスで安心できたようであった。

生活習慣の乱れと住環境（自宅か下宿生か）の違いには関連を認めなかった。生活習慣の自由記載欄には、課題学習や趣味の活動やサークル、アルバイトで不規則、多忙である以外に「スマートフォンを使用していて夜更しする、寝落ちする」「朝食（などの食事）を抜いてしまう」と記入した学生が目立った。これらが良くない習慣であり、改善の余地があると考えている学生も少なくないと思われる。

6月に就学が‘つらい’と回答した学生では、全例で4月に生活習慣の乱れの自覚なしと答えていたが、6月には全例で食事・睡眠の両方の乱れと運動不足を自覚していた。回答数が少ないため統計学的検討はおこなっていないが、「6月の就学のつらさの自覚」と「生活習慣の乱れの自覚」が強く関連すると思われるような結果となった。就学状況についても、まあ楽しい／ふつう／つらい例で、その後1年間の心理相談利用が0／5／33%であり、「6月時点のつらさ」と関連が示唆されるような結果であった。‘つらさ’と心理相談利用との関連は、明らかな健康面や経済面や成績など就学上の困難を抱えているというほかに、程度の差はあれ、何らかの就学困難感があって、何とかしたいと考えている、あるいは何とかしよ

うと行動に移すという、困難の乗り越えの過程をみているという側面もあるかもしれない。調査では、困り感の内容や緊急度は様々ではあるが、学生の就学困難感に対する何らかのサポートのきっかけとなると思われる。

これら健康調査をおこなう効果的な時期や方法については、時代や生活環境の変化とともに変わると思われ、ひきつづき検討が必要と思われる。今回は対象症例が少なく、1学年のみの検討であるため、今後、これらの健康調査結果と長期的な就学経過との関連や、他の学年でも同様の結果か、の検討もおこなっていきたい。

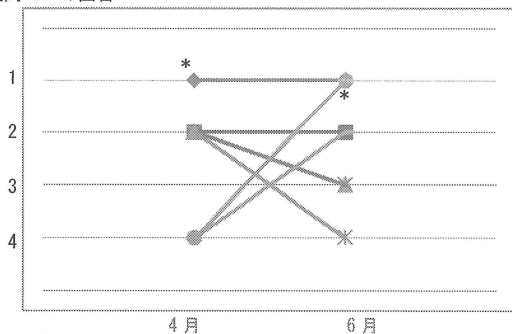
【結論】 入学時の情報に加えた就学2ヶ月後の健康調査は、学生の学業面・生活面の目配りやサポートの可否の手がかりとなる。また、学生が日々の生活習慣を振り返り、見直すきっかけになりうる。学生生活に慣れてから以降の経過もあわせて、必要に応じて相談の機会を作る、環境調整を検討するなどの材料にもなりうると考えられた。

【文献】

- 1) 全国大学保健管理研究協会・UPI (University Personality Inventory; 学生精神的健康調査) (1966).
- 2) 井上勝夫, 宮岡 等. 学生相談利用状況からみたUPI再考. 日本心理学会第75回大会 (2011).

◆ UPI-II 相談希望者の4-6月の変化

UPI 設問 II の回答



* 継続カウンセリングにつながった例

1 または 2

相談希望

保健管理センターにて

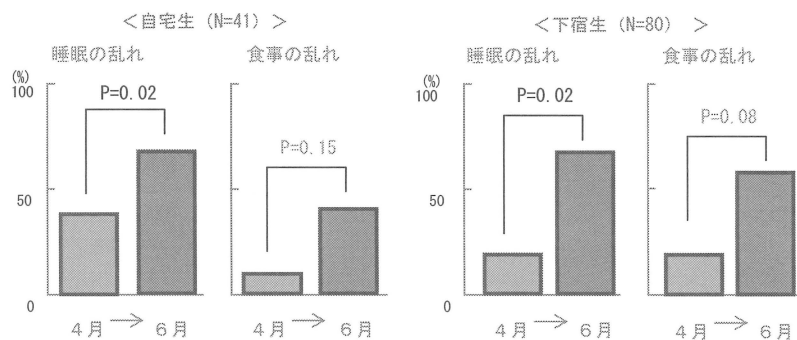
- ・ 呼び出し、話を聞く
- ・ 必要・希望に応じて保健セ臨床心理士による相談
- ・ 内容により他の相談先につなぐ
- ・ 必要なら相談継続

◆ UPI-II 相談希望者のうちわけ

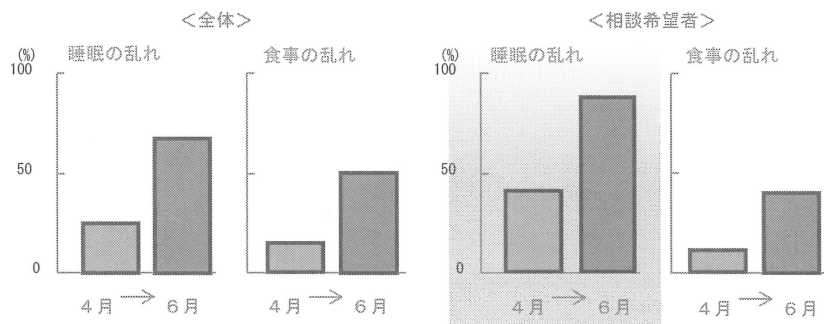
UPI 設問 I I の回答		生活習慣の乱れ				就学状況 (6月)		一人暮らし	
		睡眠		食事					
4月	6月	4月	6月	4月	6月				
1	1		○		○	つらい	医療介入+		*
2	2		○		○	まあ楽しい	遠距離通学		
2	3		○			まあ楽しい			
2	3	○	○			普通		○	
2	4	○	○		○	まあ楽しい			
4	1	○		○		普通	相談開始	○	*
4	1		○		○	まあ楽しい		○	
4	2	○	○			まあ楽しい			
未記入	1		○			まあ楽しい		○	

* 継続カウンセリングにつながった例

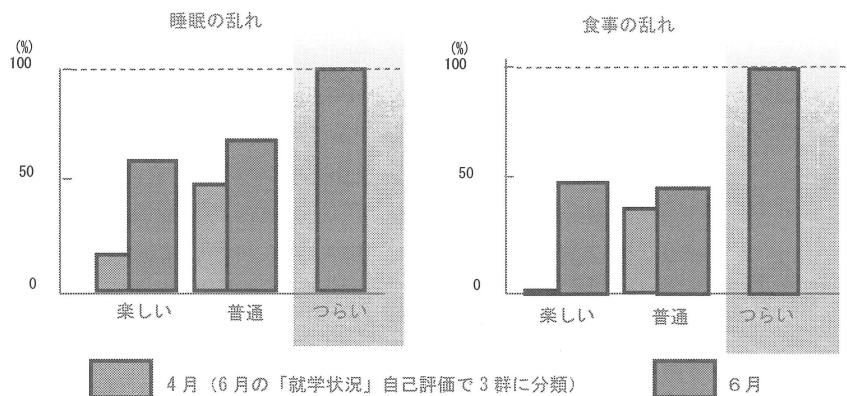
◆ 「生活習慣」自己評価と生活環境



◆ 全体 / 相談希望者の「生活習慣」自己評価



◆自己評価による「就学状況」と「生活習慣」



◆自己評価による「就学状況」と「相談利用」

