

# 疫学的アプローチによる学生のメンタルヘルス支援 に向けたシステム構築：研究デザインと研究方法 九州大学P&P研究 EQU SITE Study 2

野津, 亜季  
九州大学健康科学センター

林, 直亨  
九州大学健康科学センター

熊谷, 秋三  
九州大学健康科学センター

<https://doi.org/10.15017/20704>

---

出版情報：健康科学. 33, pp.75-77, 2011-03-25. 九州大学健康科学センター  
バージョン：  
権利関係：

— 研究資料 —

# 疫学的アプローチによる学生のメンタルヘルス支援に向けた システム構築：研究デザインと研究方法 九州大学 P&P 研究 EQUISITE Study 2

野津 亜季, 林 直亨, 熊谷 秋三\*

Epidemiological study toward constructing a mental health care system  
on campus: study design and method

Aki NOZU, Naoyuki HAYASHI and Shuzo KUMAGAI

## 要 旨

本 P&P プロジェクト（九州大学教育研究プログラム・研究拠点形成プロジェクト）EQUISITE Study では、脳科学の知見を用いながら「脳の健康づくり」を促進すると言われる身体運動・対人関係サポート・生活習慣と・学力とメンタルヘルス支援構築のための基礎的知見を収集することを目的とする。具体的には、まず 1 年生全員を対象とした前向き調査を用いて、①学生のメンタルヘルスの実態を調査し、②メンタルヘルスと QOL や学力・就学状況との関連を明らかにし、③これらの心理・精神的な能力を維持・改善させるための生活習慣（運動・食事・睡眠）を明らかにし、今後のメンタルヘルス改善のための支援システム構築の基礎資料を得る。次にその結果を基に、仮の支援システムを作成し、その有用性を調査することを目的とし、学生のメンタルヘルスを維持するための教育および業務を交えた支援体制づくりを構築する。

キーワード：EQUISITE Study, メンタルヘルス, 支援システム

(Journal of Health Science, Kyushu university, 33: 75-77, 2011)

## 研究デザイン

1 年目には、1 年生の生活習慣（運動・食事・睡眠）とメンタルヘルスおよび学力に関連する尺度との関連性について明らかにすることを目的とする。そのため、図 1 のような調査を行い、どのような生活習慣がメンタルヘルスや学力関連尺度に影響するのか、また、メンタルヘルスが健康領域のボーダーとなるカットオフ

ポイントはどの程度かについて明らかにする。後半には、これらの得られたデータを学生にフィードバックする授業カリキュラムや業務体制を含めた支援システムを仮構築する。

2 年目にも同様の調査を 1, 2 年生対象に行う。仮の支援システムを継続可能な形へブラッシュアップする。

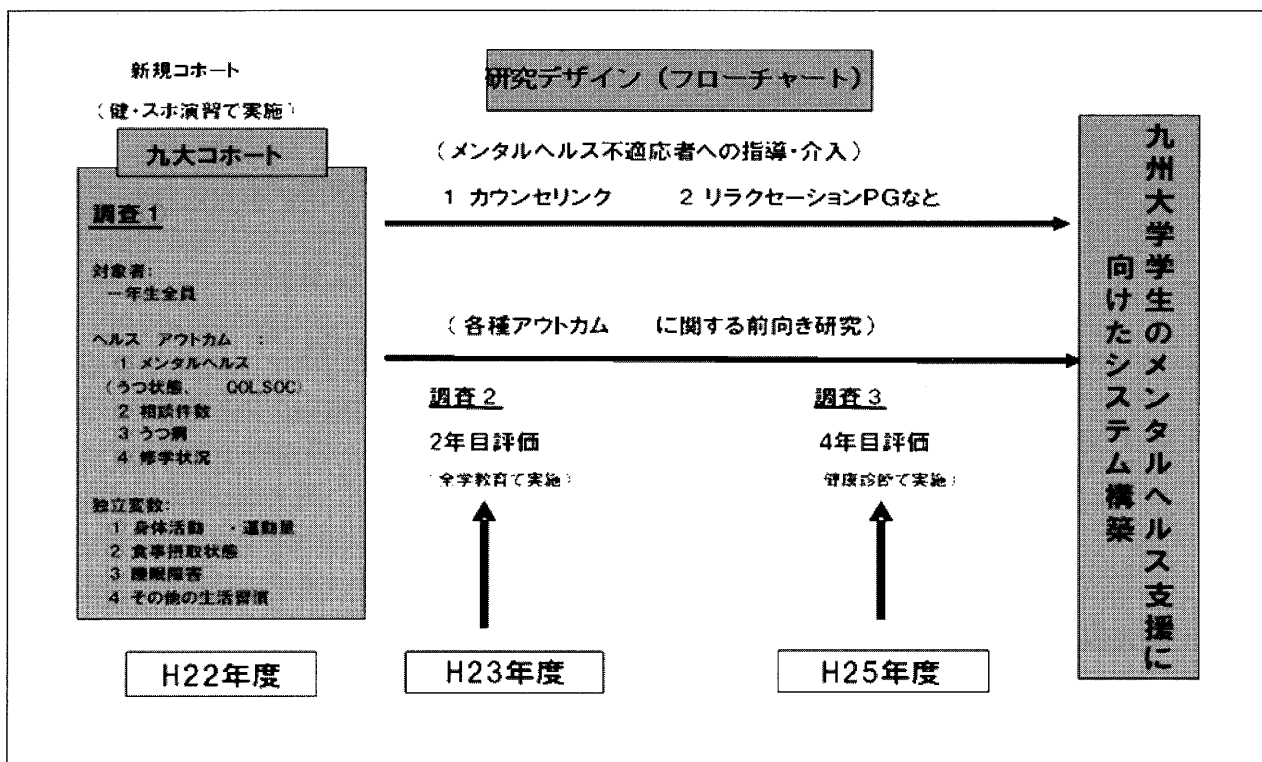


図 1. EQU SITE Study 研究デザイン

## 研究方法

### 1. 測定対象者

平成22年度入学の九州大学1年生を対象に1年次必修科目である全学教育の健康・スポーツ科学演習を履修した2,630名(男子1,914名,女子716名)に調査に関する説明を行い,同意が得られた2,117名(男子1,484名,女子633名)を平成22年度の本調査の対象とした。

同意率は約81%(男子77.5%,女子88.4%)であり,参加者の男女の構成比(男子70.1%,女子29.9%)も平成22年度入学者の構成比(男子72.8%,女子27.2%)と変わらなかった。

### 2. 調査時期

初年度は,生活習慣が安定する5月中旬以降から6月中旬までのおよそ1ヶ月間で配布・回収を行った。

### 3. 調査方法

健康・スポーツ科学演習の初回授業時に調査に関する説明を行い,同意を得られたものを対象に,5月中旬以降,順次,授業時に説明と調査紙の配布を行い,配布から1週間後の健康・スポーツ科学演習授業時に回収を行った。また,説明に参加できなかったものに対しては,別途個別での説明・配布を行い,1週間後に回

収を行った。

### 4. 調査項目

図2.に概要を示す。

#### 1) 独立変数

##### ① 生活習慣行動調査:

本調査は全て健康・スポーツ科学演習授業時に行った。

##### ② 加速度計:

身体活動量計(オムロン社製 Active-Pro)を用いて1週間の身体活動調査を行った。

##### ③ 食事調査:

簡易型自記式食事歴調査紙(BDHQ)によって過去1カ月の食習慣の調査を行った。

##### ④ 睡眠調査:

質問紙(ピッツバーグ睡眠障害調査)による調査を行った。

#### 2) 従属変数

##### ① 精神健康調査:

QOL調査(QOLS, WHO-QOL),うつ状態調査(CES-D),およびストレス対処能力(首尾一貫感覚;SOC13項目版)を質問紙によって健康・スポー

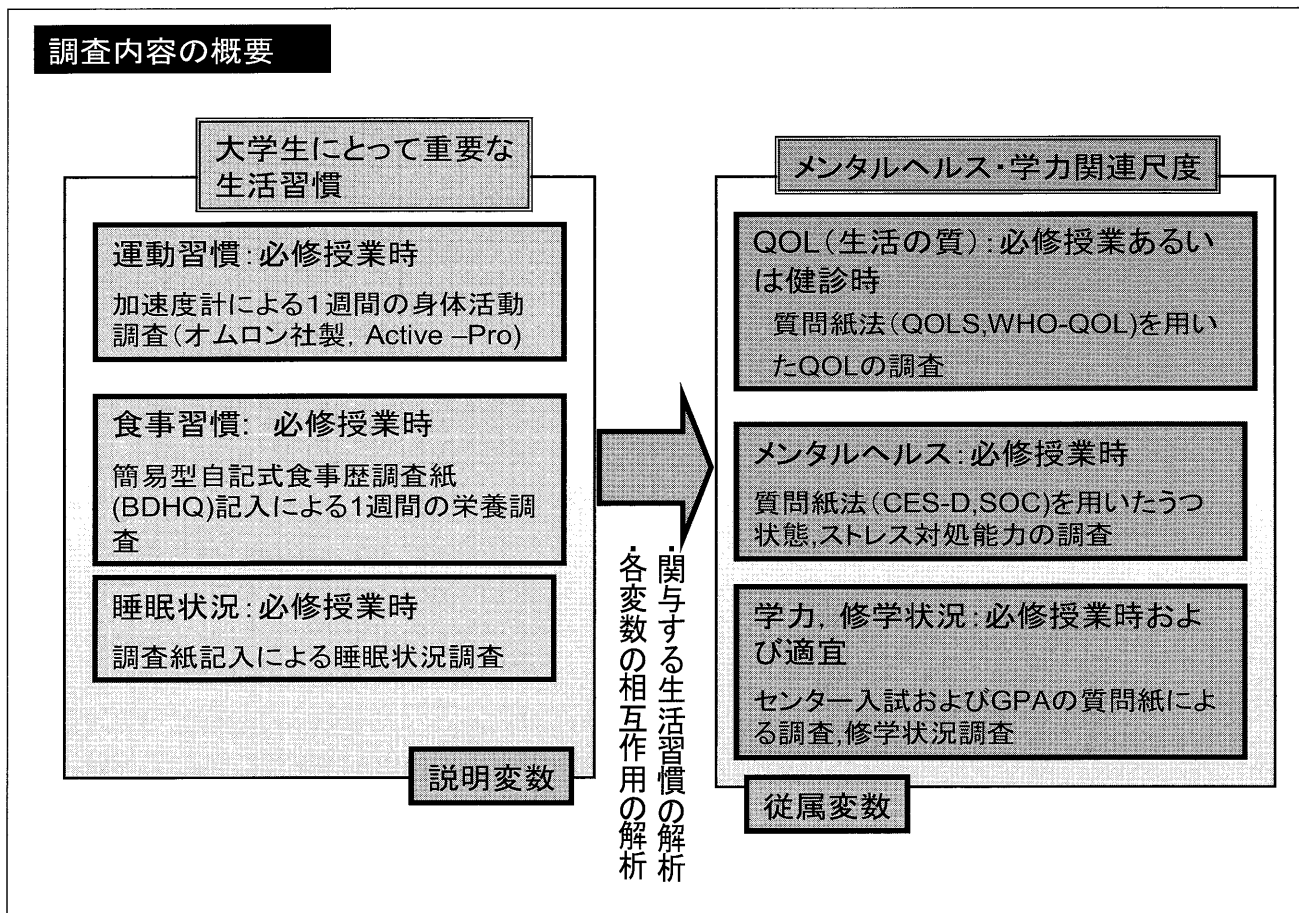


図 2. H22 年度調査内容の概要

ツ科学演習授業時に調査を行った。

② 学力調査：

センター入試および GPA ランクをアンケートによって調査を行った。

③ 就学状況：

適宜調査を行う。

**謝 辞**

本プログラムは平成 22 年度九州大学教育研究プログラム・研究拠点形成プロジェクト(研究代表者：熊谷秋三)を受けて行われるものである。

**参考文献**

- 1) 峰松 修(2002): 大学生の生活の質(Quality of student Life9)に関する研究-「大学生生活調査カタログ」の開発-。課題番号 126101324. 平成 12 年度～平成 13 年度 科学研究費補助金 基盤研究(C)(2).
- 2) 島 悟(1998): NIMH/CES-D Scale【うつ病/自己評価尺度】. 千葉テストセンター.
- 3) 田崎美弥子, 中根允文(1997): WHOQOL26 手引き改訂版. 金子書房.
- 4) Antonovsky A. 1987 Unraveling The Mystery of Health (訳) アーロン・アントノフスキー (山崎喜比古 他 監修) (2000): 健康の謎を解く ストレス対処と健康保持のメカニズム, 有新堂高文社.