

研究課題 (テーマ)	富山県における大学生のメンタルヘルスの季節性変化		
研究者	所属学科等	職	氏名
代表者	看護学部	助手	池田 衣澄
分担者	看護学部	教授	越田 美穂子
	看護学部	講師	渋谷 昭子
研究結果の概要			
<p>近年、メンタルヘルスの問題は重要な課題として注目されている。その中で、メンタルヘルスの季節による変化がいわれているが、多くは精神疾患に焦点を当てて検討された研究であり、一般的な日常におけるメンタルヘルスに関する検討は少ない。予防的視点やメンタルヘルスを客観的に捉えることの難しさから、現代において精神疾患に至る以前のメンタルヘルスの検討も重要であると考えられる。</p> <p>また、大学生は大学入学後の環境変化も大きく、メンタルヘルスの問題が生じやすいことが先行研究からもわかるが、大学生のメンタルヘルスの季節性変化に関する研究発表は、管見の限り見当たらなかった。</p> <p>以上のことから、本研究では、大学生のメンタルヘルスの季節性変化について検討し、今後の大学生のメンタルヘルス増進への示唆を得ることを目的とした。</p> <p>大学生のメンタルヘルスについて、POMS2 や GHQ-12 といった信頼性・妥当性のある既存の尺度を使用し、何がストレスと感じているか、またどのようにそのストレスに対処しているのかということ問う独自の項目を設けたアンケートを作成した。作成したアンケートを用いて、大学生を対象とした無記名のアンケート調査を行った。</p> <p>調査は計 2 回行っており、1 回目は 2019 年 8 月、2 回目は 2020 年 1 月に大学生を対象とした調査を実施した。</p> <p>調査の結果、1 回目は 34 名、2 回目は 64 名からの研究協力を得ることができた。また、2 回とも研究協力を得ることができたのは 23 名であった。</p> <p>得られた調査データについて、統計解析ソフトを用いて分析を行った。</p> <p>なお、分析結果の詳細については、後日国内における学会に投稿を予定しているため、割愛させていただきます。</p>			
今後の展開			
<p>今回の調査では、対象者数も限られており、一般化するには十分とはいえなかった。</p> <p>今後は、今回の研究結果をもとに、項目を再検討し、フィールドを広げ、調査対象者数を増やした研究を行うことを検討する。</p>			