



大学生を対象とした生活・心理に関する WEB アンケート結果 2021 年(速報)

新型コロナウイルス感染症の世界的流行は、人々の心身の健康や生活に悪影響を及ぼすことが懸念されます。キャンパスライフ・健康支援センターは、昨年度に引き続き、大学生のメンタルヘルスと生活実態を把握するため、九州大学に在籍する大学生を対象に、生活・心理に関する WEB アンケートを行い、その結果 14,084 件の回答を得ました(2021 年 3 月 22 日~5 月 24 日実施)。つきましては、本学の関係者ならびに他大学等関係者の皆様の参考としてもらうため、調査協力に同意した 12,939 名のデータを一部速報として公表いたします。

【生活】住まいについてですが、全体の 72.0%の学生が「一人暮らし」であり、22.8%が「親など同居(実家暮らし)」でした(図 1)。生活リズムについては、「非常に規則正しい」「まあまあ規則正しい」が 55.3%と半数以上の学生が規則正しい生活を送っていましたが、29.7%が「あまり規則正しくない」「非常に不規則」と回答しました(図 2)。運動に関しては、全体の 72.6%が少なくとも週に 1 日以上の運動をしていましたが、29.7%は全く運動をしていませんでした(図 3)。

【学業】「勉強はできているか」という問いについては、全体の 54.3%が「十分できている」「まあまあできている」と回答しましたが、26.3%の学生は、「あまりできていない」「全くできていない」と回答しました(図 4)。「勉強に対するやる気を維持できているか」という質問に対しては、全体の 58.7%が「十分できている」「まあまあできている」と回答し、21.7%が「あまりできていない」「全くできていない」と答えました(図 5)。次に、ウェブによる授業・ゼミへの不満については、全体の 56.9%が「全く不満はない」「あまり不満はない」と回答し、18.1%が「多少不満」「大いに不満だ」と回答しました(図 6)。

【コミュニケーション】「家族や友人とコミュニケーションをとっているか」という質問に対し、「十分取っている」「まあまあ取っている」と回答した学生は全体の 89.0%であり、「あまりとっていない」「全くとっていない」と答えたのは 5.4%でした(図 7)。「困った時は家族や友人に相談できるか」という問いについては、87.1%は「十分にできる」「まあまあできる」と回答し、5.8%は「あまりできない」「全くできない」と答えました(図 8)。「大学に入って友達ができたか」という質問については、全体の 75.5%が「たくさんできた」「まあまあできた」と回答し、15.1%が「あまりできていない」「全くできていない」と回答しました(図 9)。

【メンタルヘルス】「ストレスを感じて生活しているか」という質問については、全体の 74.7%が「ほとんどない」「たまに感じる」と回答し、15.8%が「よく感じる」「いつも感じる」と答えました(図 10)。「大学生活全般に不安を感じるか」という質問については、34.1%が「強く感じる」「まあまあ感じる」と回答し、41.2%が「あまり感じない」「全く感じない」と答えました(図 11)。「孤独感を感じるか」という問いについては、全体の 28.6%が「強く感じる」「まあまあ感じる」と答え、52.0%が「あまり感じない」「全く感じない」と回答しました(図 12)。今回の調査で始めて簡易抑うつ症状尺度(QIDS-J)によるスクリーニングを行ったところ、全体の 21.7%に抑うつ傾向があることがわかりました(図 13)。

以上より、半数以上の学生は学業に問題がなく、約 9 割の学生はコミュニケーションにおいて支障がないことがわかりました。一方、2 割以上の学生に抑うつ傾向の疑いがあることが示唆されました。過去の調査においても抑うつ傾向の疑いがある学生は一定数いたものの、比較して増減したかといったことは今回の調査ではわかりません。しかし、これまで同様メンタルヘルス支援を要する学生には電話面談を実施し、状況に応じて医療機関等への紹介を行っております。またメンタルヘルスの問題だけでなく、修学や人間関係等で相談希望がある学生についてはカウンセラーがメール・電話などで相談に応じております。なお、今回のアンケート調査の詳細な分析結果は、今年度中に当センターホームページで公開予定です。

生活について

図1 現在の住まい

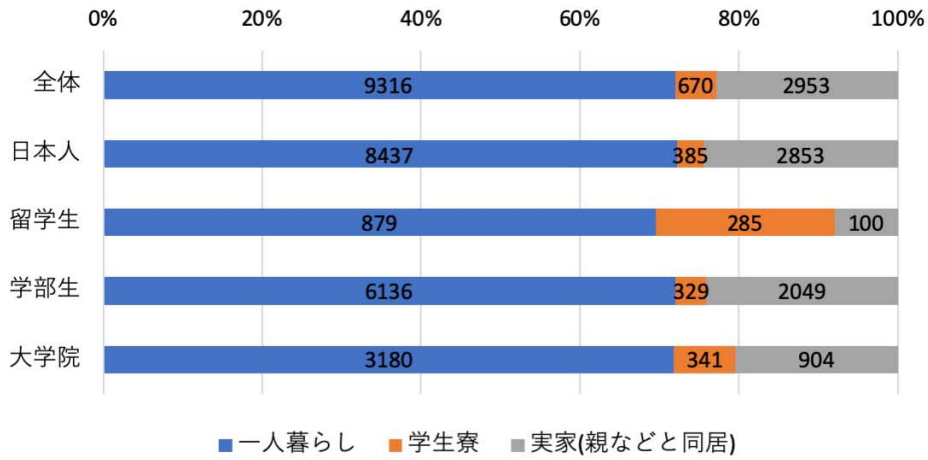


図2 規則正しい生活を送っていますか？

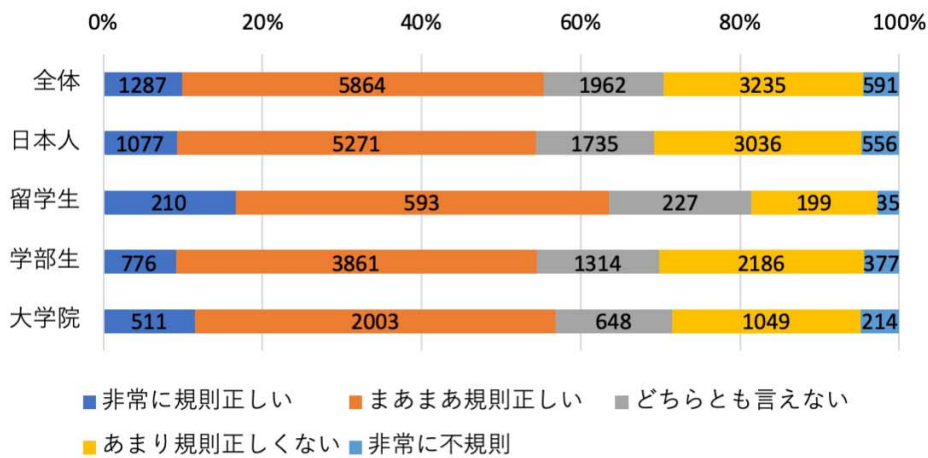
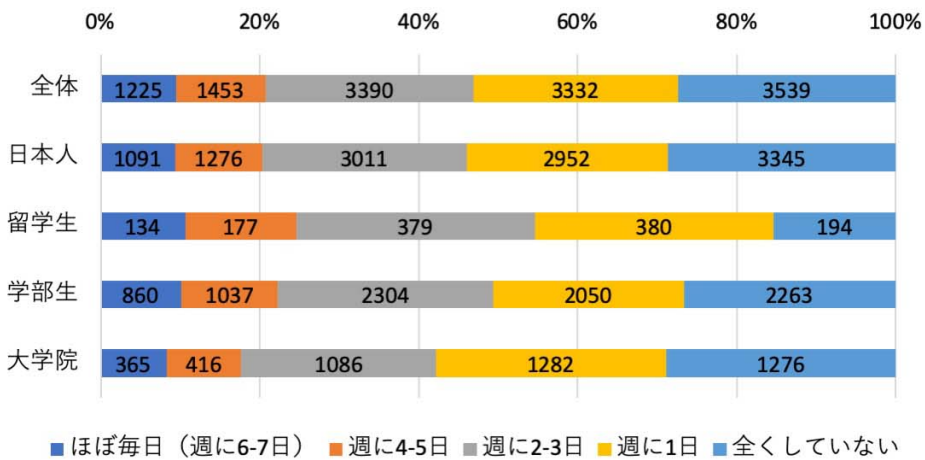


図3 運動はしていますか？



学業について

図4 勉強はできていますか？

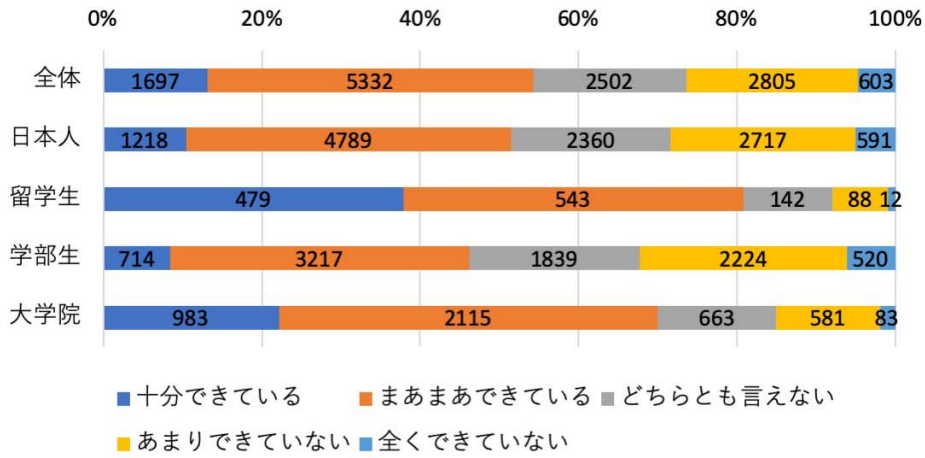


図5 勉強に対するやる気を維持できていますか？

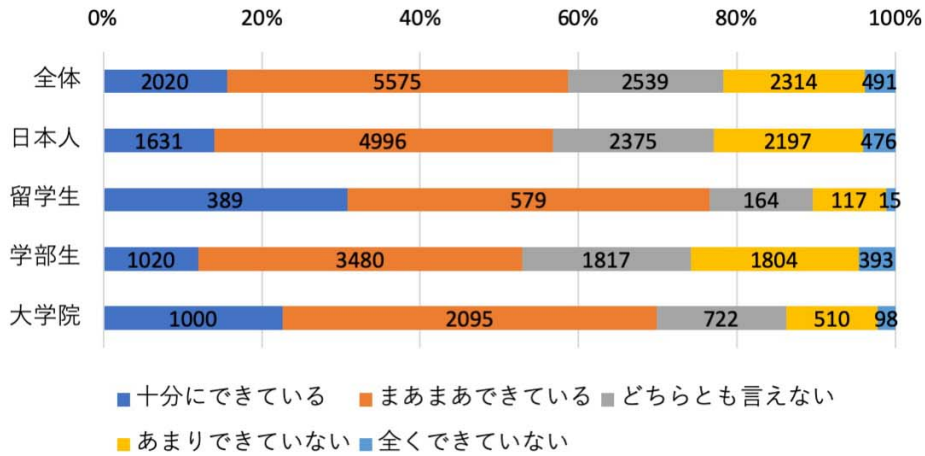
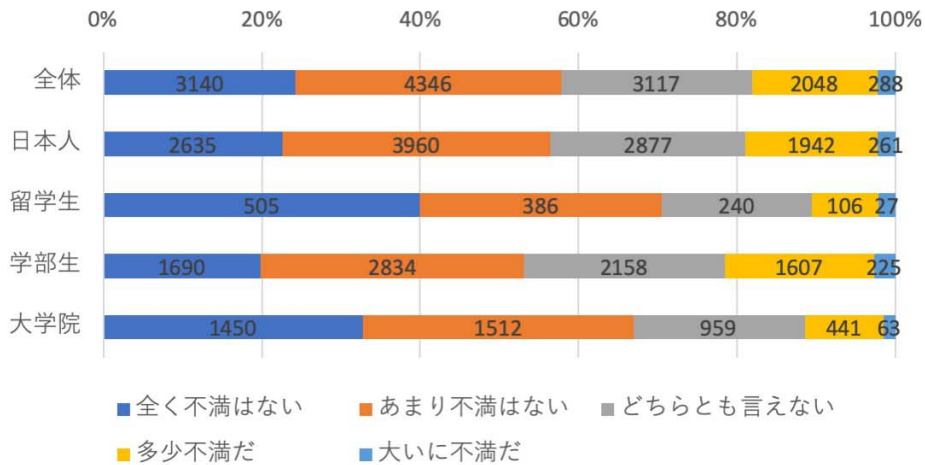


図6 ウェブによる授業・ゼミに不満はありますか？



コミュニケーションについて

図7 家族や友人とコミュニケーションをとっていますか？

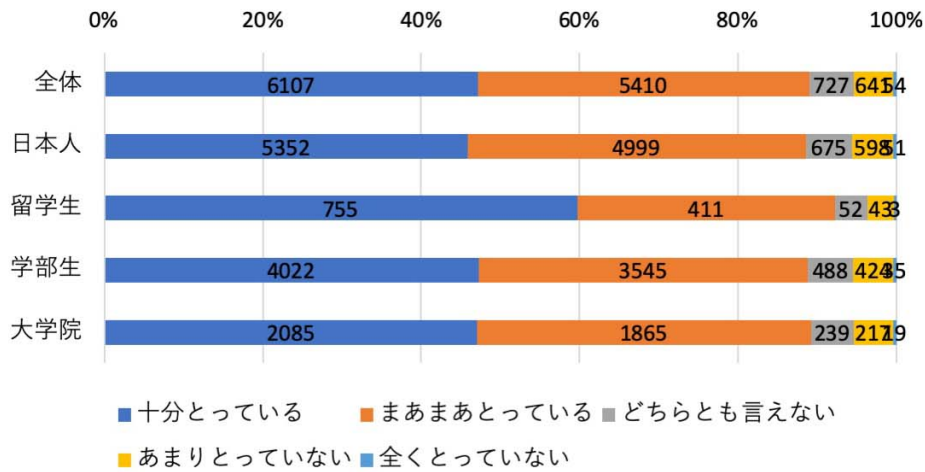


図8 困った時は家族や友人に相談できますか？

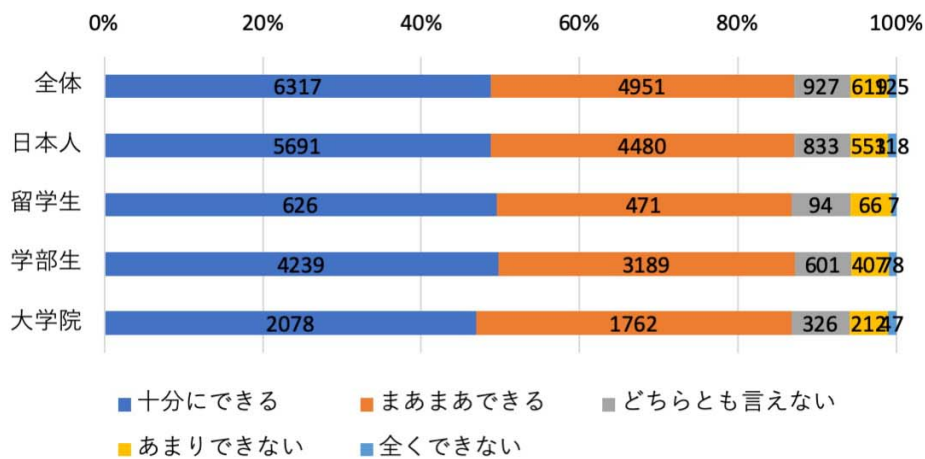
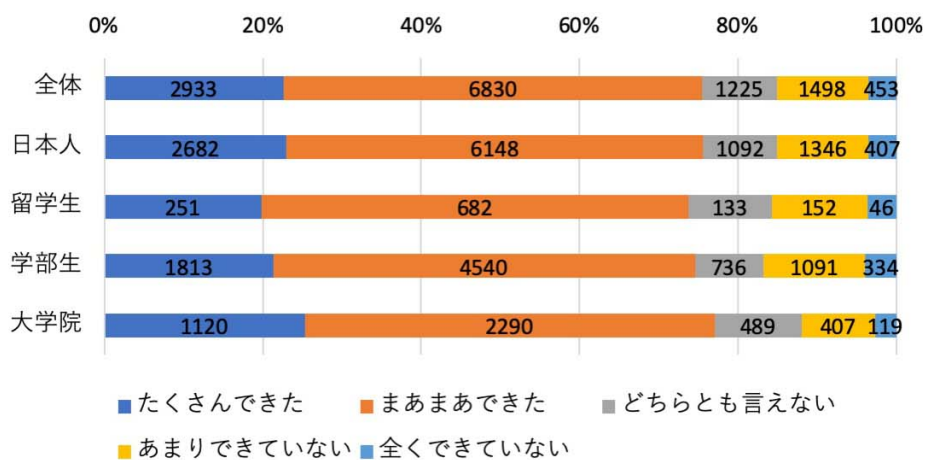


図9 大学に入って友達ができましたか？



メンタルヘルスについて

図10 ストレスを感じて生活していますか？

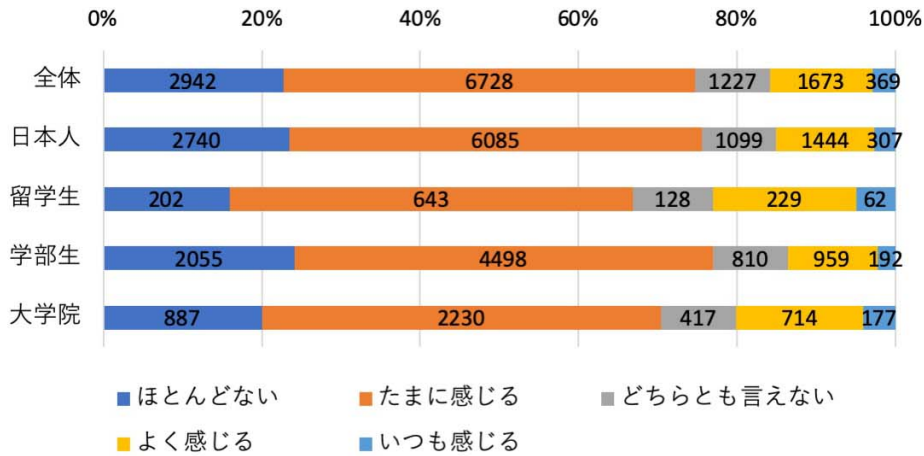


図11 大学生活全般に不安を感じますか？

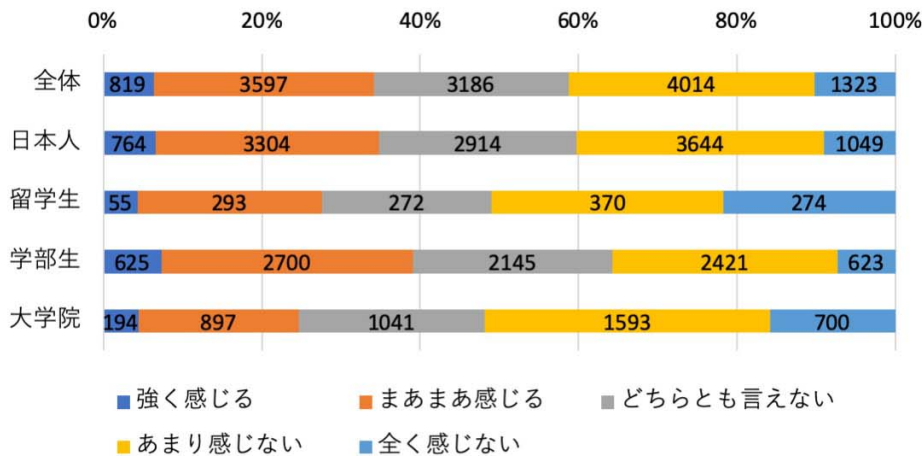


図12 孤独感を感じますか？

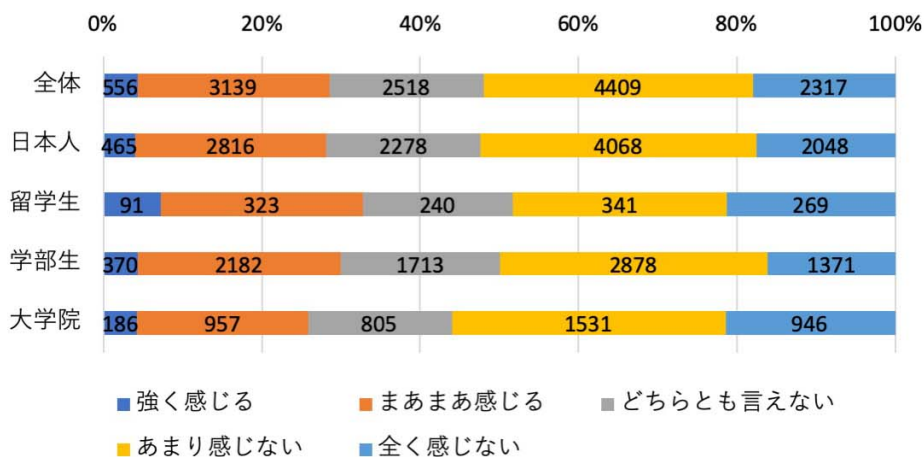
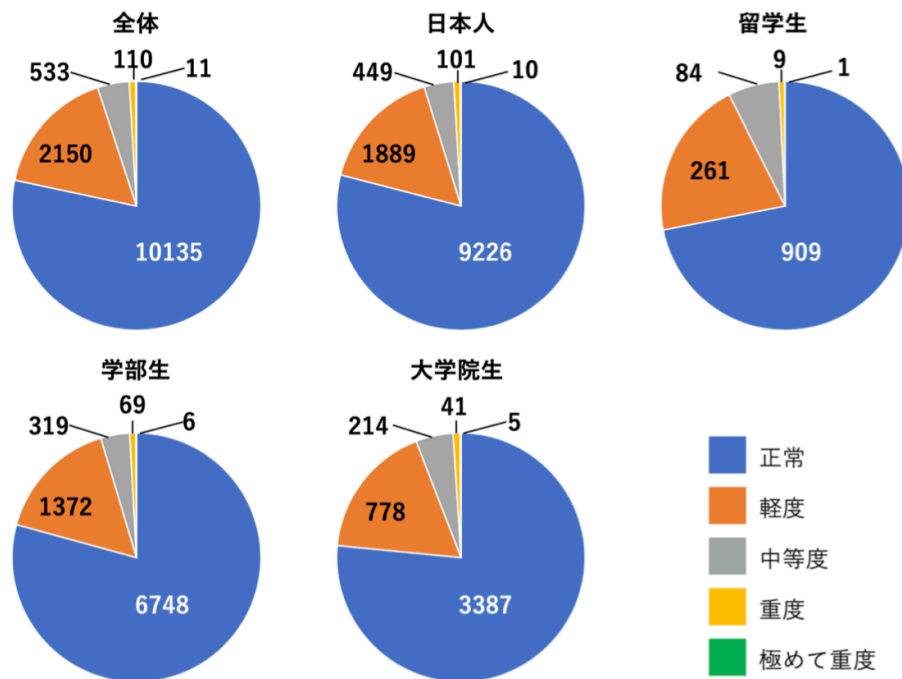


図13 簡易抑うつ症状尺度(QIDS-J)



〈参考: 2020 年度調査〉

2020年6月に当センターは教育改革推進本部とともに類似調査を行なっております(有効回答数 5,888 名)。このときの調査では「一人暮らし」が 45.0%、「自宅(実家)」が 45.7%でした。また平日の起床リズムについては、71.8%が「守られている」または「だいたい守られている」と回答し、19.1%が「あまり守られていない」「守られていない」と答えていました。運動については 24.2%の学生が「全くしていない」と回答しました。大学の友人と話す機会の有無については、64.0%が「よくする」「たまにする」と答え、36.0%が「あまりしない」「全くしない」と回答しました。将来の就職や就職活動への不安については、60.7%が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答し、孤独感や孤立感については、40.0%の学生が「あてはまる」「ややあてはまる」と答えました。気分の落ち込みに関しては、41.7%が「あてはまる」「ややあてはまる」と回答しました。今年度は昨年度とは調査方法が異なるため、比較は慎重になされるべきと考えております。

(九州大学プレスリリース 2020年08月11日) https://www.kyushu-u.ac.jp/f/40310/20_08_11_02.pdf

今回は速報という形で公表しました。昨年度との比較を含め、詳細な解析結果は今年度中に、キャンパスライフ・健康支援センターホームページに掲載予定です。

(九州大学キャンパスライフ・健康支援センターHP) <http://www.chc.kyushu-u.ac.jp/~webpage/>

【お問い合わせ】九州大学 キャンパスライフ・健康支援センター
 准教授 梶谷 康介 (かじたに こうすけ)
 Mail: kkajitani@chc.kyushu-u.ac.jp