

性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査研究

研究代表者又は研究分担者 片井 みゆき 政策研究大学院大学 保健管理センター 教授

研究要旨

本分担研究においては、性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査・解析を行うことにより、女性の健康支援を行うための基礎データを明らかにすることを目的とする。本年度は、令和3～4年度の先行調査結果から得られた現状と課題に基づき、学生生活において新型コロナウイルス感染症の影響を最も受けたと思われる大学4年生への質問調査を実施した（令和5年11月28日～令和5年12月4日）。質問調査票の回答結果を解析し、現状の把握、問題点の整理、課題の抽出等を行い、学部学生の心身の健康状態の「性差」および各性別におけるコロナ前後の健康状態の比較検討を行った。回答数は300（男性146、女性150、答えたくない2、その他2）。

学部学生の心身の健康状態に関して「性差」が見られた項目は、「ステイホームから授業開始になり悩みやストレス」C期（コロナ以降 第2期：2022年3月～2023年3月）であり、女性が男性より強く感じていた。ステイホームから授業開始になり感じた悩みやストレスの詳細として、女性がより多く「対面授業になって不安が増大」「オンラインに慣れていて対面に対応できない」を挙げた。学部学生の心身の健康状態に関して、男性、女性ともに、学業や進路、人生に関する不安やとまどい、昼夜逆転など生活リズムの乱れ、新しい友人を作ることの悩み、気持ちの落ち込み・うつ傾向、睡眠の問題がコロナ禍で増加しており、男性は、コロナ以降も睡眠の問題が増加した。女性は「SNSの利用時間が増えて、生活リズムの乱れ」「オンライン講義、自宅学習によって、夜に勉強するようになり、生活リズムの乱れ」が男性より多く、気持ちの落ち込み・うつ傾向の詳細については、「対人関係の問題から気持ちが落ち込んでしまう」を男性より多く挙げた。食べることに関する悩みや変化、メンタル面の問題から食べることへの影響は、女性のみコロナ禍で増加しており、特に過食は男性と比較してコロナ以降も継続している。保健管理センター等主体の「健康教育」は、約半数の大学が取り入れているものの（令和4年度調査より）、その導入状況に関する学生の認知度は半数程度であり、「健康教育」の講義に出席したことのある学生の割合は非常に低い。学生が希望するメンタル的な性差のテーマは、ライフイベントによるメンタル悪化、社会的要因の説明、性の多様性、女性ホルモンの変動とメンタル面への影響（女性の一生において）、「こころ」の問題について等であり、身体的な性差のテーマは、性感染症、月経、月経困難症、生理不順について、がん検診、女性ホルモンの変動と身体面への影響（女性の一生において）等であった。

メンタル不調の「表現型」に性別の差が見られる傾向があり、女性では摂食障害の発症、男性では睡眠の問題が指摘された。男性、女性ともに、コロナ禍で増加したメンタル不調や生活リズムの乱れがコロナ以降も継続しており、改善できていない実状が指摘された。今後、大学保健においても学生の属性や性別、生活環境を考慮した対応の必要性が示されるとともに、「性差の視点」導入の必要性・重要性が示唆された。

研究協力者氏名・所属研究機関名及び所属研究機関における職名

■森 瑞貴・木下 千栄子・加藤 透子（政策研究大学院大学 片井研究室 研究員）

■田中 ゆり（政策研究大学院大学 保健管理センター 保健師）

A. 研究目的

アフタコロナ時代においては、急速な社会変化である「新しい日常（New Normal）」に適合した、女性の健康支援が重要となる。平成30年度～令和2年度「厚生労働科学研究 保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究」において、女性の健康を横断的・予防医学的に教育・支援するために、思春期前から更年期にわたるシームレスな健康教育と包括的な保健・医療・教育機関・産業等の各支援者養成のためのプログラムを開発し、教育支援ガイドラインを作成している。一方、女性自身が各ライフステージで直面する様々な健康リスクの回避や対処が行えるように、保健・医療・教育機関・産業等の場での適切な教育や支援を提供するシステムの礎は、これまで確立されていない。これらのシステムの礎を作るために、女性の健康支援を行うための基礎データを明らかにする必要がある。

る。

本研究においては、令和3～4年度に、大学における性差を考慮した健康支援を行うための基礎データを明らかにするため、大学での健康支援・保健管理における「性差*の視点」導入の実施状況について調査を行った。

令和3年度は、まず問題点を抽出するため、全国の保健管理センターを対象に、健康相談・健康支援の内容と性差、保健管理における性差の視点の導入についての探索的調査を行い、令和4年度は、同探索的調査の解析、および、解析結果から抽出された性差の課題を深掘りするため、アドバンスドスタディを行い、大学での健康支援・保健管理における現状と課題を把握した。

令和5年度は、先行調査結果から得られた現状と課題に基づき、学生への質問調査を実施することにより、性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査・解析を行うことを目的とする。

本分担研究の結果、アフタコロナ・ウイズコロナの新しい日常に即した、保健・医療・教育機関・産業等の各専門家をシームレスな連携可能な健康教育、相談体制構築をそれぞれの地域に沿って行う

ための基礎資料の作成と、各分野でシステム構築を行うことが可能となるガイドラインの作成改訂に寄与することを最終的目標とした。

*性には生物的な性(Sex)と、社会的な性(Gender)があるが、今回は本人が自称する社会的な性の申告に基づき、それによるグループ間での回答の違いをもって性差とする。

B. 研究方法

研究開始前に、国立大学保健管理施設協議会倫理委員会に倫理審査を申請し、本研究の承認を受けた(承認番号:2310-01)。その後、本学学長の研究開始の許可(許可番号:S2023-1)を受ける等、所定の手続を行った。

令和3～4年度の先行調査結果から得られた現状と課題に基づき、コロナ影響下における、性差を考慮した学部学生の心身における健康状態の調査を行った。コロナ期前後の状況を比較するため、両時期に在籍していた大学4年生を対象とした質問調査票を作成し、オンライン調査にて回答を依頼した(対象回答者:大学4年生 300人)。回答期間は、令和5年11月28日～令和5年12月4日とした。質問調査票の回答結果を解析し、現状の把握、問題点の整理、課題の抽出等を行い、学部学生の心身の健康状態の「性差」および各性別におけるコロナ前後の健康状態の比較検討を行い、大学における性差を考慮した学部学生の健康課題を検討した。

質問調査票内では、各設問において新型コロナウイルス感染症の影響を考慮するため、コロナ以前・以降を以下の通り定義し、期間ごとの回答を依頼した。

A) コロナ以前:2019年12月まで

B) コロナ以降 第1期:2020年1月～2022年2月

C) コロナ以降 第2期:2022年3月～2023年3月

[B) コロナ以降 第1期および第2期は、令和3年度の探索的調査の前後で定義した。]

1) 研究対象者数およびその選択基準

本調査を実施する前に、学生生活において新型コロナウイルス感染症の影響を最も受けたと思われる年齢/学年の対象者を選定するためのスクリーニング調査を行い、大学4年生のみを対象者として抽出した。

得られた対象者のうち、本研究の主旨を理解し、質問調査票への回答を自発的に志願した大学4年生に対し、オンライン調査にて回答を依頼し、期日までに返答の得られた学生を解析対象とした。

本調査において解析対象とした学生数は300人である。

2) データ解析

主要評価項目:

- 性差を考慮した学部学生の心身の健康状態、課題の抽出
- 大学での健康支援・健康教育において「性差の視点」が導入されているか
- 女性特有の健康支援課題に対する取り組み状況

副次的評価項目:

- コロナ禍における学生生活への影響
- 回答者の属性(職種、年代、性別)

解析方法の概要:

回収された質問調査票を集計し、現状の把握、問題点の整理、課題の抽出等、傾向の分析

質問調査票内、各設問では、回答者の心身における健康状態に関して、期間A, B, Cのそれぞれにおいて、回答者が最も当てはまるものを段階的評価[1:強くあった、2:ややあった、3:どちらともいえない、4:あまりなかった、5:まったくなかった、6:わからない]から選択し、回答を得た。次にその健康状態の詳細について、複数回答可の選択肢から回答を得た。

解析方法は、段階的評価に対し、A, B, Cのそれぞれの期間における男女の平均の差の検定、および、各性別における時系列での平均値の比較を行った。多重比較については、ボンフェローニによる補正(補正後有意水準 $\alpha=0.017$)を行い、多重比較のp値調整を行った。各設問の健康状態の詳細については、A, B, Cのそれぞれの期間の男女の回答数の差を比率の差の検定によって検討した。

※ 地域や学年等の属性が幅広い対象者が存在し、地域間バイアスや大学間バイアスを除いた対象者を選定できるよう、学術調査の実績を豊富に有する専門機関に回答者の提供を依頼した。同社では、全国各地の学生が登録されており、対象回答者の代表制については確保され则认为。

(倫理面への配慮)

1) 説明の機会と方法

研究対象者に対し、本調査の実施前に「3) 参加・中途離脱の任意性」に記載の事項を含む説明文書をオンライン上で提示する。

2) 同意の機会と方法

研究対象者に対し、本研究の目的を含む説明文書をオンライン上に提示し、同意を以て質問回答に進むことにより、調査への同意とする。

3) 参加・中途離脱の任意性

本研究は新しく試料・情報を取得するアンケート調査研究であり、取得する情報に要配慮個人情報には含まないため、「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」(令和3年6月30日施行)の第4章 第8の1 (1) イ (イ) ② (ii) の規定によりインフォームド・コンセントを受けないが、第4章 第8の6①～⑪の事項を含む説明文書を用いてオンライン上に提示し、質問調査票への回答を以て同意とみなすことで、研究対象者が研究へ参加することを拒否できる機会を保障する。

C. 研究結果

回答数は300(男性146、女性150、答えたくない2、その他2)であり、その他については自己申告で準中性、ノンバイナリーと回答があった(図1)。

学部学生の心身の健康状態に関して「性差」が見られた項目は、有意水準5%において、「ステイホームから授業開始になり悩みやストレス」C期であり、女性が男性より強く感じていた(表1)。そのC期で女性が回答した悩みやストレスの詳細については、「対面授業になって不安が増大」「オンラインに慣れていて対面に対応できない」「対面での生活による精神的な不調を感じる」が男性より多かった(図2)。

一方、学部学生の心身の健康状態に関して、各性別の時系列での検討結果(AとB、BとCとの比較:

補正後有意水準 $\alpha=0.017$)は以下である。男性、女性ともに、学業や進路、人生に関する不安やとまどい、昼夜逆転など生活リズムの乱れ、新しい友人を作ることの悩み、気持ちの落ち込み・うつ傾向、睡眠の問題は、AからBにかけて増加した。その後BからCにかけて、男性は、睡眠の問題がさらに増加した一方、男性、女性ともに、新しい友人を作ることの悩みは減少した。その他の項目は男性、女性ともにBからCにかけて有意な変化は見られなかった(表2)。それぞれの詳細については、昼夜逆転など生活リズムの乱れに関し、女性は「SNSの利用時間が増えて、生活リズムの乱れ」「オンライン講義、自宅学習によって、夜に勉強するようになり、生活リズムの乱れ」が男性より多かった。気持ちの落ち込み・うつ傾向の詳細は、女性がより多く「対人関係の問題から気持ちが落ち込んでしまう」を挙げた。

ステイホームから授業開始になり感じた悩みやストレスは、男性のみBからCにかけて減少した一方、家族との関係での悩みやストレスは、男性のみAからBにかけて増加した(BからCは有意な変化なし)(表3)。ステイホームから授業開始になり感じた悩みやストレスの詳細として、女性がより多く「対面授業になって不安が増大」「オンラインに慣れていて対面に対応できない」を挙げた。

食えることに関する悩みや変化、メンタル面の問題から食えることへの影響は、女性のみAからBにかけて増加し、BからCは有意な変化が見られなかった(表4)。食えることに関する悩みや変化の詳細は、A(コロナ以前)は、「食べ過ぎる」が男女ともに他の回答より有意に多く挙げられたが、Bでは、男性が「食べ過ぎる」が減少した一方、女性は男性より有意に多かった。

友人関係で悩みやストレス、コロナによる外出制限等により友人関係の悩みやストレスの軽減、気持ちの落ち込み・うつ状態に伴う飲酒の問題、メンタル面の悩み(精神的な悩み)は、男性、女性ともに、いずれの期間においても有意な変化は見られなかった(表5)。

保健管理センター等主体の「健康教育」は、約半数の大学が取り入れているものの(令和4年度調査より)、その導入状況に関する学生の認知度は半数程度であり、「健康教育」の講義に出席したことのある学生の割合は非常に低い(図3、図4)。学生が希望するメンタル的な性差のテーマは、ライフイベントによるメンタル悪化、社会的要因の説明、性の多様性、女性ホルモンの変動とメンタル面への影響(女性の一生において)、「こころ」の問題について等であり(表6)、身体的な性差のテーマは、性感染症、月経、月経困難症、生理不順について、がん検診、月経周期(女性ホルモンの変動)と身体面への影響(女性の一生において)等であった(表7)。

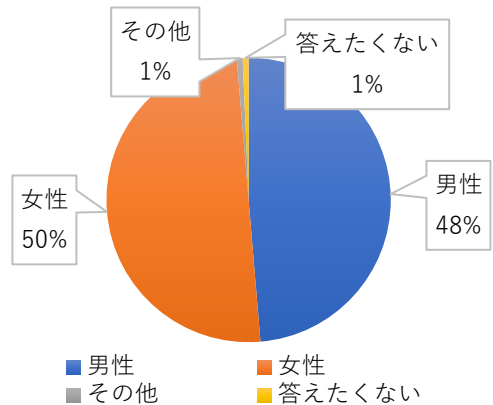


図1 回答者の性別

	平均		p 値
	男性	女性	
A	-	-	-
B	3.14	2.88	0.121641
C	3.47	3.05	0.014567

(有意水準 $\alpha=0.05$)

※期間 A はステイホーム期に該当しない

表1 「性差」が見られた項目「ステイホームから授業開始になり悩みやストレス」の平均と p 値

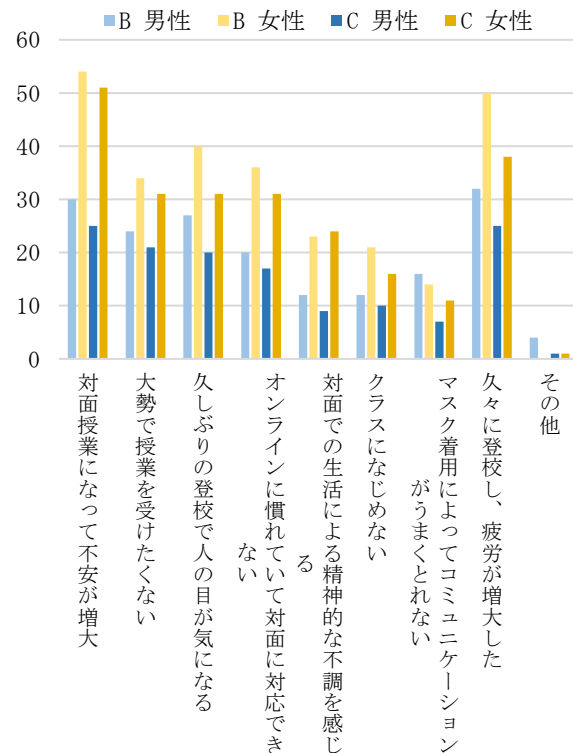


図2 ステイホームから授業開始になり感じた悩みやストレスの詳細(複数選択可)

		平均			P値	
		A	B	C	A・B	B・C
学業や進路、人生に関する不安やとまどい	男性	2.79	2.49	2.64	0.000 8237	0.140 354
	女性	2.67	2.27	2.47	0.000 2643	0.039 877
昼夜逆転など生活リズムの乱れ	男性	3.48	3.24	3.20	0.009 208	0.628 133
	女性	3.51	3.03	3.19	3.77E -06	0.043 622
新しい友人を作ることの悩み	男性	3.60	3.23	3.50	0.000 20003	0.004 73227
	女性	3.41	2.91	3.25	8.15E -06	0.000 52603
気持ちの落ち込み・うつ傾向	男性	3.57	3.33	3.38	0.006 3477	0.551 618
	女性	3.35	3.08	3.22	0.004 6103	0.038 102
睡眠の問題	男性	3.62	3.45	3.24	0.013 2599	0.010 745
	女性	3.57	3.24	3.15	0.000 3619	0.094 368

(補正後有意水準 $\alpha=0.017$)

表2 男性、女性ともにA・Bの比較で $p \leq 0.017$ を示した項目

		平均			P値	
		A	B	C	A・B	B・C
ステイホームから授業開始になり悩みやストレス	男性	-	3.14	3.47	-	0.000 1299
	女性	-	2.88	3.05	-	0.051 001
家族との関係で悩みやストレス	男性	3.71	3.53	3.62	0.005 671	0.146 219
	女性	3.40	3.33	3.39	0.289 1054	0.160 568

(補正後有意水準 $\alpha=0.017$)

表3 男性が $p \leq 0.017$ を示した項目

		平均			P値	
		A	B	C	A・B	B・C
食べることにに関する悩みや変化	男性	3.64	3.54	3.60	0.158 0114	0.37 2312
	女性	3.88	3.67	3.75	0.004 4788	0.22 8476
メンタル面の問題から食べることへの影響	男性	3.64	3.68	3.54	0.672 9946	0.11 4152
	女性	3.78	3.54	3.61	0.002 6142	0.33 0677

(補正後有意水準 $\alpha=0.017$)

表4 女性が $p \leq 0.017$ を示した項目

		平均			P値	
		A	B	C	A・B	B・C
友人関係で悩みやストレス	男性	3.40	3.23	3.45	0.03 8778	0.02 9419

	女性	3.37	3.15	3.23	0.03 6006	0.27 8754
コロナによる外出制限等により、友人関係の悩みやストレスが軽減	男性	-	3.38	3.38	-	0.91 198
	女性	-	3.19	3.29	-	0.08 741
気持ちの落ち込み・うつ状態に伴う飲酒の問題	男性	4.01	3.96	3.96	0.62 6553	1
	女性	4.19	4.15	4.10	0.50 9412	0.31 8932
メンタル面の悩み(精神的な悩み)	男性	3.55	3.40	3.42	0.05 8976	0.84 5299
	女性	3.45	3.27	3.29	0.02 2636	0.74 6072

(補正後有意水準 $\alpha=0.017$)

表5 男性、女性ともに $p > 0.017$ である項目

「健康教育」は、あなたの大学で導入されていますか？(回答数：300)

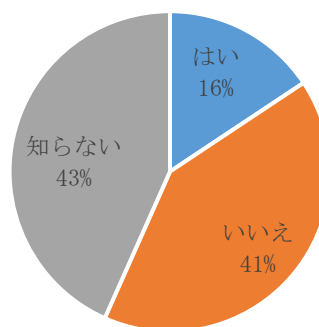


図3 「健康教育」の導入に関する学生からの認知度

「健康教育」の講義に、出席したことがありますか？(回答数：300)

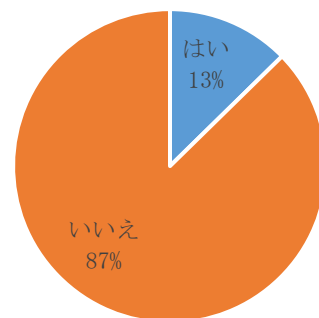


図4 「健康教育」に出席したことの学生割合

		全体	男性	女性	その他	答えたくない
1	性の多様性	75	42	30	2	1
2	女性ホルモンの変動とメンタル面への影響（女性の一生において）	75	15	60	0	0
3	ライフイベントによるメンタル悪化、社会的要因の説明	83	33	50	0	0
4	心の性、性別違和について	37	19	17	1	0
5	デートDV	29	11	17	1	0
6	精神疾患の性差	46	20	25	1	0
7	性的興味の男女差	43	29	13	1	0
8	性別役割分業意識について	30	16	13	1	0
9	自殺率の性差	63	31	31	1	0
10	LGBTQ について	64	21	40	2	1
11	「こころ」の問題について	74	33	41	0	0
12	その他	0	0	0	0	0
13	希望しない	22	12	10	0	0

表6 学生が希望するメンタル的な性差などに関する大学の講義内容（複数選択可）

		全体	男性	女性	その他	答えたくない
1	性感染症	89	56	30	2	1
2	月経、月経困難症、生理不順について	90	29	59	1	1
3	更年期について	27	13	13	1	0
4	妊娠について	60	27	31	1	1
5	婦人がんについて	44	9	33	1	1
6	がん検診	86	33	50	2	1
7	プレコンセプションケア	19	10	8	1	0
8	排卵の仕組み	33	17	15	1	0
9	射精、包茎について	51	35	14	2	0
10	ライフプランニング（妊娠出産に適した年代等）	60	27	32	1	0
11	女性ホルモンの変動と身体面への影響（女性の一生において）	72	16	54	1	1
12	かくれ肥満（標準体重だが体脂肪率が多い）について	69	33	34	1	1
13	その他	0	0	0	0	0
14	希望しない	21	12	9	0	0

表7 学生が希望する身体的な性差などに関する大学の講義内容（複数選択可）

D. 考察

コロナ禍における性差の視点を入れた調査から、従来では得難い時限的で貴重なデータを得たと考える。

男性、女性ともに、不安やとまどい、生活リズムの乱れ、気持ちの落ち込み・うつ傾向は、コロナ禍で増大・悪化した後、変化・改善しておらず、コロナ以降も影響が継続していることが示唆された。

女性では、授業再開による生活形態の変化による悩みやストレス、摂食の問題やメンタル面の悩みが男性より強く見られる傾向があり、生活形態、社会環境、対人関係の変化がメンタル面に影響を与えるとともに、摂食障害の発症が指摘された。特にコロナ以降において、男性より過食の問題を抱え続ける傾向が見られ、コロナ禍での摂食の問題がその後も継続していることが示唆された。

一方、男性では、コロナ禍で増加した睡眠の問題が改善せず生活リズムの乱れとして表れている。また、男性は、コロナ禍において家族との関係での悩みやストレスが見られたが、令和3～4年度に実施した先行調査では、女性が家族との関係について大学の保健管理センターに来室・相談するケースがより多く報告されており、男性は対人関係について自発的に第三者に相談をしない可能性が示唆された。

大学保健管理センター等主体の健康教育について、4割超の学生が自身の大学が健康教育を実施しているかを認識しておらず、また、実際に講義に出席したことのある学生は13%にとどまっており、広報活動を含めた今後の普及が望まれる。

E. 結論

メンタル不調の「表現型」に性別の差が見られる傾向があり、女性では摂食障害の発症、男性では睡眠の問題が指摘された。女性では、生活形態、社会環境、対人関係などの変化が、よりメンタル面に影響を与えており、男性、女性ともに、コロナ禍で増大したメンタル不調や生活リズムの乱れがコロナ以降も継続しており、改善できていない実状が指摘された。

今後、大学保健においても学生の属性や性別、生活環境を考慮した対応の必要性が示されるとともに、「性差の視点」導入の必要性・重要性が示唆された。

F. 健康危険情報

なし

（分担研究報告書には記入せずに、総括研究報告書にまとめて記入します）

G. 研究発表

1. 論文発表

片井みゆき「性差医学・医療：臨床からジェンダード・イノベーションWaiSE開発へ」Journal of Gender Medicine、1巻1号(2024)：16-23

片井みゆき「性差医療③＜総論＞性差医学とジェンダード・イノベーション」月刊薬事1月臨時増刊号ウイメンズヘルスケアのための薬の使い方、6巻2号(2024)：302-308

片井みゆき「性差医療の最新知識：性ホルモンと代謝機能」日本臨床、81巻7号(2023)：988-993

木下千栄子、片井みゆき「性差医学・医療をご存じですか？」コミュニティケア、26巻1号(2023)：42-47

片井みゆき、秋下雅弘、斎藤悦子、石井クンツ昌子「性差の視点から考える社会・技術革新-ジェンダー・イノベーションの現在と未来」コミュニティ、171巻(2023)：14-65

2. 学会発表

○片井 みゆき、森 瑞貴、木下 千栄子、加藤 透子、田中 ゆり、荒田 尚子：「大学保健管理センター学生相談での性差とコロナの影響に関するアドバンスド調査（ポスター発表）」第61回全国大学保健管理研究集会、2023.10（石川）

森 瑞貴、片井 みゆき、○木下 千栄子、加藤 透子、田中 ゆり、荒田 尚子：「大学保健管理センター学生相談での性差とコロナの影響に関するアドバンスド調査」第17回日本性差医学・医療学会学術集会、2024.01（広島）
（発表誌名巻号・頁・発行年等も記入）

H. 知的財産権の出願・登録状況 （予定を含む。）

1. 特許取得：該当なし
2. 実用新案登録：該当なし
3. その他：該当なし