

原 著

横浜市立大学学生における COVID-19 感染症パンデミック前後のメンタルヘルスクリーニングの推移

土井原 千穂, 岸 本 智美, 上 村 紀子,
伴 野 梨沙, 飯 塚 明雄, 栗 原 明日香,
圓 谷 弘 美, 小田原 俊 成

横浜市立大学 保健管理センター

要 旨: 2020年以降感染拡大した COVID-19 感染症は, 2023年 5 月にパンデミック期が終了した。しかし, その間に人々に与えた影響は大きい。本研究では, パンデミック前後となる 2019~2024 年度の 6 年間の横浜市立大学学生のメンタルヘルスクリーニングの推移を明らかにすることを目的とした。対象者は 6 年間で健康診断を受検した学部生延べ 23,220 名であった。抑うつ傾向を測定する PHQ-2, 健康関連 QOL を測定する SF-8 および BDI-II の自殺念慮項目について年度間で比較を行った。その結果, 抑うつ陽性者の割合は, 2019 年度は低く, 2020 年度は高かった。健康関連 QOL では, 身体的健康度において 2024 年度は 2019~2023 年度に, 2023 年度は 2019, 2020 年度に比べて得点が低かった。精神的健康度においては, 2020 年度は低かった。自殺リスク陽性者の割合は, 2021 年度, 2022 年度は 2019 年度に比べて高かった。大学生において, 抑うつ陽性者の割合はパンデミック期開始時に上昇したが, その後減少傾向にあり, 精神的健康度も同様の傾向が見られたことから, 年を追うごとに大学生が日常生活を取り戻し, パンデミック前の水準に近づいていることが伺われた。自殺リスクについては, パンデミック以外の要因が示唆され, 社会生活が戻っても抑うつ, 自殺リスクを示す大学生への支援の継続が必要であると思われた。

Key words: COVID-19 感染症 (COVID-19), パンデミック (Pandemic), 大学生 (University student), メンタルヘルス (Mental health), スクリーニング (Screening)

はじめに

2019 年末に中国で発生した COVID-19 感染症は, その後世界中に感染拡大した。日本においては, 2020 年 1 月 15 日には初めて感染が確認され, 1 月 18 日に感染法上の指定感染症 (2 類相当) となった。世界保健機関 (WHO) は 2020 年 3 月 11 日にパンデミック宣言を発出した。2023 年 5 月 5 日に WHO がパンデミックの終息を宣言し, 5 月 8 日に感染法上の 2 類相当から 5 類に移行したことにより, 約 3 年 3 か月にわたるパンデミック期は終了したが, その間に人々に与えた影響は大きい。

横浜市立大学でも, 政府や文部科学省, 神奈川県等の

動きを受けて, 学生への対応方針を示してきた (表 1)。2020 年 4 月の神奈川県緊急事態宣言を受けて, 2020 年度前期は原則大学入構禁止となり, 学生は 5 月の連休明けから遠隔授業開始となった。課外活動も禁止され, 海外渡航不可となり, 留学生は早期帰国となり, 大学の派遣プログラムも中止となった。6 月に大学の活動基準を定め, その後は政府等の動きに合わせて, 活動レベルを変更していった。2020 年度後期は履修者 50 人以下の一部科目で対面授業再開となったが, 原則遠隔授業で実施された。課外活動は許可制となった。2021 年度から徐々に制限は緩和されていったが, 神奈川県に緊急事態宣言が発令されると都度制限が強化された。緊急事態宣言が明け

土井原千穂, 横浜市金沢区瀬戸 22-2 (〒236-0027) 横浜市立大学 保健管理センター
(原稿受付 2024 年 8 月 14 日 / 改訂原稿受付 2024 年 10 月 10 日 / 受理 2024 年 10 月 18 日)

表1 COVID-19感染症パンデミック期における横浜市立大学の学生対応方針

年度	時期	横浜市立大学の主な方針	政府・神奈川県動き
2019年度	1月 ～ 3月	<ul style="list-style-type: none"> 中国へ渡航, 留学している学生への早期一時帰国, 渡航延期勧奨→全世界への渡航中止要請 (3月) ゼミ合宿, 課外活動, 不要・不急の集会等の延期・中止依頼 卒業式中止 	<ul style="list-style-type: none"> 1/15日本で初めて感染が確認される 1/18感染法上の指定感染症 (2類相当) になる 3/11WHOがパンデミック (世界的流行) と発出
2020年度	前期	<ul style="list-style-type: none"> 入学式中止 原則大学入構禁止 遠隔授業開始 (5/7-) 緊急事態宣言解除後は一部演習・実験・実技を実施 課外活動の禁止 (-7/9) 7/10以降は申告許可制 海外渡航不可 7/10以降は外務省等の情報に基づく 大学の派遣プログラムは全面中止 * 6月に横浜市立大学の活動基準を定める 	<ul style="list-style-type: none"> 4/7-5/25神奈川県緊急事態宣言
	後期	<ul style="list-style-type: none"> 履修者50人以下の一部科目 (語学系, 体育系, ゼミ等) で対面授業を実施 緊急事態宣言中は一部演習・実験・実習を除き, 原則遠隔授業 課外活動は, 緊急事態宣言中は禁止, それ以外は申告許可制 卒業式は卒業生のみ参加で実施 	<ul style="list-style-type: none"> 1/8-3/21神奈川県緊急事態宣言
2021年度	前期	<ul style="list-style-type: none"> 入学式は新入生のみ参加で実施 履修者50人以下の科目を中心に対面授業実施 緊急事態宣言中は夏季休暇中心のため, 集中講義は演習・実習・実技を実施, 講義は原則遠隔授業 課外活動は申告許可制 海外留学短期プログラム再開 	<ul style="list-style-type: none"> 4/20-8/1 神奈川県まん延防止等重点措置 8/2-9/30神奈川県緊急事態宣言
	後期	<ul style="list-style-type: none"> 緊急事態宣言中は演習・実習・実技を実施, 講義は原則遠隔授業 宣言解除後は履修者50人以下の科目を中心に対面授業実施 課外活動は申告許可制 海外留学長期プログラム再開 卒業式は会場は卒業生のみ参加, 保護者は2名まで事前申込で入構可, 別会場でライブ中継を視聴 	<ul style="list-style-type: none"> 1/21-3/21神奈川県まん延防止等重点措置
2022年度	通期	<ul style="list-style-type: none"> 入学式は会場は新入生のみ参加, 保護者は2名まで事前申込で入構可, 別会場でライブ中継を視聴 履修者50人以下の科目を中心に対面授業実施 課外活動は申告許可制 卒業式は制限なし 	<ul style="list-style-type: none"> 3/13マスクの着用が任意になる
2023年度	4月 ～ 5月	<ul style="list-style-type: none"> 入学式は制限なし 5類への引き下げを踏まえ, 横浜市立大学の活動基準を廃止 原則対面授業, 課外活動は制限なしとなる 	<ul style="list-style-type: none"> 5/5 WHOがパンデミック終息宣言 5/8 感染法上2類相当から5類へ移行

た2021年度後期からは50人以下の科目を中心に対面授業が実施されるようになった。2022年度も同様の状況が続き、2023年5月の5類移行を踏まえ、大学の活動基準廃止となり、2023年度からは原則対面授業、課外活動は制限なしとなった。

こうした制限された生活下であったパンデミック期の大学生のメンタルヘルスについて、さまざまな研究、報告がされている。濱崎¹⁾は先行研究から、COVID-19パン

デミックは人々のメンタルヘルスに大きな影響を与えたが、とりわけ若者に大きな影響を及ぼしている、と述べた。梶谷ら²⁾は2020年9月末までの文献から、うつ病・うつ状態については、パンデミック前のデータと比べるとパンデミック期のスクリーニングスコアは高い傾向を示し、うつ病に罹患している大学生が増加した可能性を示唆した。飯田ら³⁾は、2020年から2023年まで4年間の追跡調査を実施し、精神的健康の悪化の尺度では微増もしく

表2 学生・生徒等の自殺者状況
(警察庁公表資料より抜粋)

	全体 実数	うち学生・生徒等	
		実数	割合
2019年	20,169	888	4.4%
2020年	21,081	1,039	4.9%
2021年	21,007	1,031	4.9%
2022年	21,881	1,063	4.9%
2023年	21,837	1,019	4.9%

は一定の傾向が見られたと報告した。太刀川ら⁴⁾は2020年5月に実施したアンケート調査のうつスクリーニング尺度で抑うつ状態のカットオフ得点以上の学生比率は、前年の2倍に上っているとした。井梅ら⁵⁾は2020年12月に抑うつ不安尺度(K10)を実施し、カットオフ値を超える学生が男性で43.7%、女性で41.0%とこれまでの研究と比較すると非常に高い値を示したことを報告した。濱崎¹⁾は、パンデミック期の2021年11月～12月に実施した調査とパンデミック前の2019年1月に調査したデータを比較し、パンデミック期の学生の抑うつ度平均値はわずかに上昇していたが、有意な差ではなかったことを明らかにした。しかしながら、中等度/重度抑うつグループの割合が上昇し、パンデミック前には見られなかった重度抑うつグループがかなりの割合で存在していたとしている。野村ら⁶⁾は2020年5月～6月と2021年3月～5月に調査をし、PHQ-9で10点以上の中等度抑うつ症状が11.5%から16.6%に悪化したとしている。松本⁷⁾は、パンデミック期の2021年1月と2022年1月にメンタルヘルスとして抑うつを測定し、2022年のほうが抑うつ得点は高く、メンタルヘルスが悪化していることを示した。研究により傾向に違いは見られるが、どの研究においてもパンデミック期の大学生のメンタルヘルスは悪化傾向にあったと考えられる。

また、このような状況で懸念されるのは学生の自殺リスクの増大である⁴⁾。警察庁が毎年公表している自殺者数によると、2010年以降減少を続けていた自殺者数が、2020年に増加に転じた(表2)。以降2023年まで21,000人を超える状態が続いている。その中で、大学生を含めた学生・生徒等の割合の増加が指摘されている。厚生労働省⁸⁾によると、「学生等」(大学生及び専修学校生等)は、2011年をピークに年々減少していたが、2019年に増加に転じ、2021年まで増加となっている。パンデミック前の5年間の平均自殺者数から見たパンデミック期の2020年、2021年の若年者の増減率は「～19歳」が34.3%と29.1%、「20～29歳」が14.0%と16.7%と上昇している。他の年齢層は2020年の「80歳～」が0.9%上昇した以外は全て減少していることから、パンデミック期の2年において大学生を含

む若年者の自殺が増加したことが明らかである。石井⁹⁾はパンデミック以降の日本の死亡動向に関する分析の結果、この時期の女性の自殺が平均寿命の延びに関して大きなマイナス要因となっており、さらに自殺が平均寿命を引き下げる効果は若年層の影響が極めて大きいことを明らかにした。これらの傾向を見ると、パンデミックが大学生の自殺リスクを高めることが懸念される⁴⁾。

このように、パンデミック期の抑うつ傾向や自殺念慮などのメンタルヘルスについてさまざまな報告がされているが、パンデミック前、パンデミック期、パンデミック後を通してメンタルヘルスを調査した研究は見られなかった。横浜市立大学では、2012年度から学生の定期健康診断で、メンタルヘルススクリーニングを実施しており、本研究ではそれらのデータを用いて、パンデミック前、パンデミック期、パンデミック後となる2019年度から2024年度までの6年間の大学生のメンタルヘルススクリーニングの推移を明らかにすることを目的とした。

なお、本研究においては調査時期が2020年度を除き各年の4月のため、2019年度を「パンデミック前」、2020年度～2023年度を「パンデミック期」、2024年度を「パンデミック後」とした。

方 法

I 対象

対象は横浜市立大学で2019年度から2024年度の学生定期健康診断を受検した学部生延べ23,220名(2019年度3,966名、2020年度3,690名、2021年度3,825名、2022年度3,920名、2023年度3,875名、2024年度3,944名)であった。対象者の基本情報を表3に示す。

II 方法

A 定期健診問診票項目のうち PHQ-2、SF-8(健康関連QOL)、BDI-II(Beck Depression Inventory)の自殺念慮項目について調査した。

B PHQ-2、SF-8の身体的健康度、精神的健康度、BDI-IIの自殺念慮項目について、年度間で比較を行った。

本研究は、横浜市立大学医学系倫理審査委員会の承認(F230800009)を得て実施された。

III 調査項目

A PHQ-2

抑うつ傾向を測定する項目として、DSM診断基準の評価項目が含まれた9項目の質問であるPHQ-9(Patient Health Questionnaire-9)の冒頭2項目からなるPHQ-2を用いた。最近1か月の「抑うつ気分」と「興味・関心減退」の存在を評価している。本研究では、2項目とも該当する者を「抑うつ陽性者」とした。

表3 対象者の基本情報

*学部再編により、国際総合科学部は2019年度に募集停止、2019年度からは国際教養学部・国際商学部・理学部に移行した。

		2019	2020	2021	2022	2023	2024
性 別	男性	1,613	1,423	1,495	1,548	1,529	1,558
	女性	2,353	2,267	2,330	2,372	2,346	2,386
学 年	1年	991	918	925	971	980	989
	2年	1,009	924	915	930	963	998
	3年	877	853	893	859	868	878
	4年	900	867	932	979	879	902
	5年	93	71	89	85	89	93
	6年	96	57	71	96	96	84
所 属	国際総合科学部	2,172	1,328	728	107	22	9
	国際教養学部	308	555	831	1,095	1,118	1,142
	国際商学部	280	505	757	1,024	1,062	1,092
	理学部	142	252	364	492	488	498
	データサイエンス学部	126	166	220	247	240	250
	医学部医学科	542	488	520	534	540	528
	医学部看護学科	396	396	405	421	405	425
平均年齢	20.07	20.02	20.04	20.02	19.96	19.92	
*各年度の4/2時点	±2.12	±2.13	±2.10	±2.08	±1.93	±1.76	

表4 各年度の回答者における抑うつ陽性者の割合

年度	2019	2020	2021	2022	2023	2024
回答者数	3,966	3,690	3,825	3,920	3,875	3,944
抑うつ陽性者数	250	641	497	496	422	400
割合	6.30%	17.37%	12.99%	12.65%	10.89%	10.14%

表5 各年度の身体的健康度（PCS）平均値

年度	2019	2020	2021	2022	2023	2024
回答者数	3,966	3,690	3,825	3,920	3,875	3,944
PCS平均	53.44	53.38	53.29	53.26	53.01	52.72

表6 各年度の精神的健康度（MCS）平均値

年度	2019	2020	2021	2022	2023	2024
回答者数	3,966	3,690	3,825	3,920	3,875	3,944
MCS平均	51.08	48.63	50.04	49.82	50.40	50.73

表7 各年度の回答者における自殺リスク陽性者の割合

年度	2019	2020	2021	2022	2023	2024
回答者数	3,966	3,690	3,825	3,920	3,875	3,944
自殺リスク陽性者数	6	15	21	26	14	20
割合	0.15%	0.41%	0.55%	0.66%	0.36%	0.51%

B SF-8

国民標準値と比較可能な、8項目の健康概念を測定する健康関連QOL尺度の短縮版調査票であるSF-8を用いた。身体的サマリースコア（Physical Component Summary:PCS）により身体的健康度が、精神的サマリースコア（Mental Component Summary:MCS）によって精神的健康度が示される。得点が高いほど健康度が高いと評価される。

C BDI-II

自殺念慮を測定する項目として、BDI-II（Beck Depression Inventory）の自殺念慮項目を用いた。本研究では、選択肢「1. 自殺したいと思うことはまったくない」「2. 自殺したいと思うことはあるが、本当にしよう

とは思わない」「3. 自殺したいと思う」「4. 機会があれば自殺するだろう」のうち、3. もしくは4. を選択した者を「自殺リスク陽性者」とした。

結 果

I 抑うつ陽性者割合の推移

回答者数における抑うつ陽性者数の割合を表4に示した。6年間の陽性率は有意に異なった ($\chi^2(5)=248.85, p<.001$)。多重比較の結果、2019年度は他の年度に比べて陽性率が低く、2020年度は他の年度に比べて陽性率が高かった。また、2024年度は2021年度、2022年度より陽性率が低かった（図1）。

表8 自殺リスク陽性者における抑うつ陽性者／非陽性者の割合

	2019		2020		2021		2022		2023		2024	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
抑うつ陽性	4	66.7%	14	93.3%	15	71.4%	18	69.2%	10	71.4%	13	65.0%
抑うつ非陽性	2	33.3%	1	6.7%	6	28.6%	8	30.8%	4	28.6%	7	35.0%
合計	6		15		21		26		14		20	

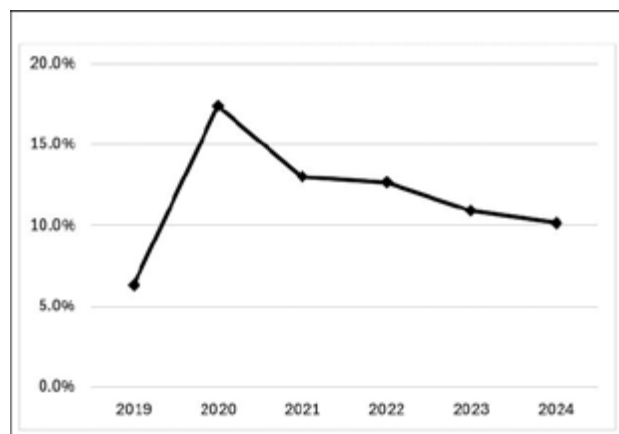


図1 抑うつ陽性者割合の推移

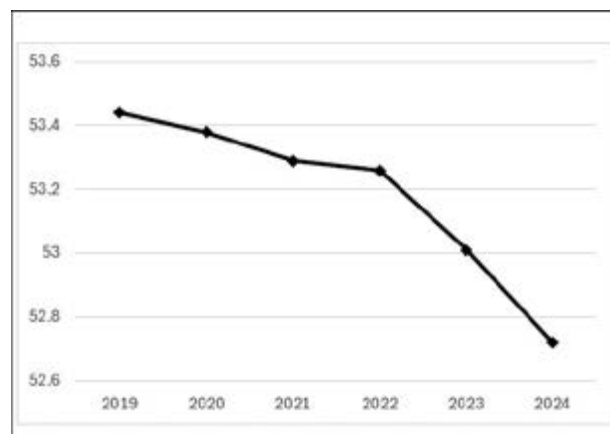


図2 PCSの推移

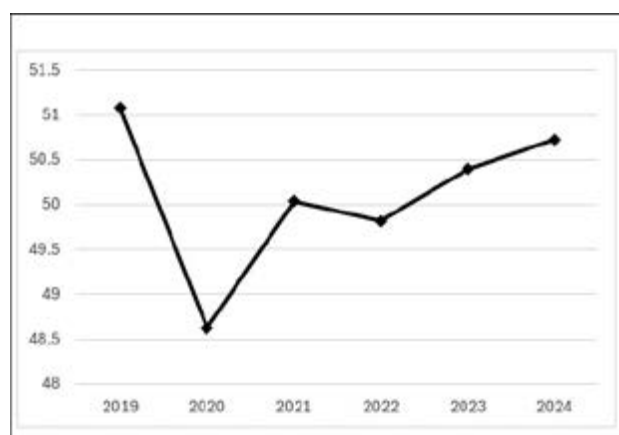


図3 MCSの推移

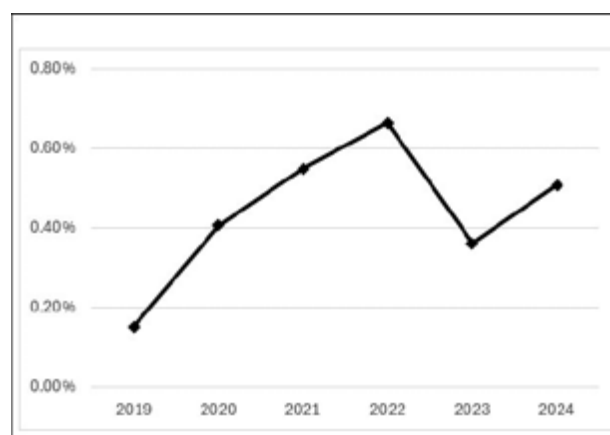


図4 自殺リスク陽性者割合の推移

II 健康関連QOLの年間推移

A 身体的健康度

健康関連QOLのうち身体的健康度を測定するPCSの各年度の平均値を表5に示した。6年間でPCSの得点に有意な差が見られた ($F(5,10819.151)=14.442, p<.001$)。多重比較の結果、2024年度は2019年度～2023年度に比べて、2023年度は2019年度、2020年度に比べて得点が低かった(図2)。

B 精神的健康度

健康関連QOLのうち精神的健康度を測定するMCSの各年度の平均値を表6に示した。6年間でMCSの得点に有意な差が見られた ($F(5,10793.973)=67.061, p<.001$)。多

重比較の結果、2020年度は他の年度に比べて得点が低かった。また、2019年度は2020年度～2023年度に比べて得点が高く、2024年度は2020年度～2023年度に比べて得点が高かった(図3)。

III 自殺リスク陽性者割合の推移

回答者数における自殺リスク陽性者の割合を表7に示した。6年間の陽性率は有意に異なった ($\chi^2(4)=14.111, p=.015$)。多重比較の結果、2021年度、2022年度は2019年度に比べて陽性率が高かった(図4)。

IV 自殺リスク陽性者における抑うつ陽性者割合

自殺リスク陽性者における抑うつ陽性者割合を表8に

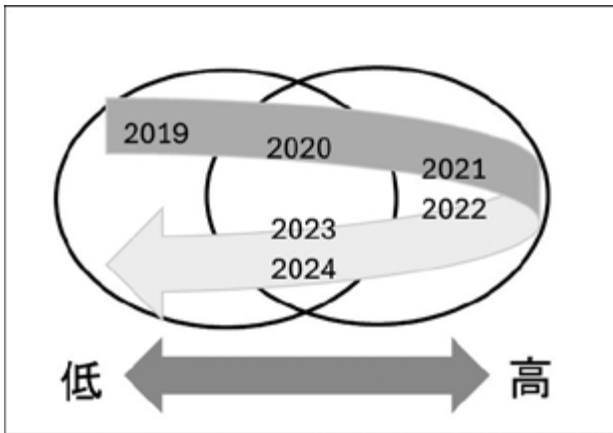


図5 自殺リスク陽性者割合推移のイメージ

示した。自殺リスク陽性者における6年間の抑うつ陽性者割合に有意差はなかった ($X^2(5)=4.096$, $p=.536$)。

考 察

横浜市立大学大学生における抑うつ陽性者の割合は、パンデミック期開始の2020年度に大きく上昇し、その後のパンデミック期の経過、パンデミック後と減少傾向にあった。健康関連QOLの1つである精神的健康度も、抑うつ陽性者の割合と類似の傾向が見られ、パンデミック期開始の2020年度に大きく下降し、その後のパンデミック期の経過、パンデミック後と上昇傾向にあった。抑うつ陽性者割合はパンデミック後の2024年度でもまだパンデミック前の2019年度の水準には戻っていないが、健康関連QOLの精神的健康度で示される、日常生活を営むにあたっての精神面での困難さはパンデミック前の水準に戻っており、パンデミック期において2020年度以降、年を追うごとに大学生が日常生活を取り戻し、パンデミック前の水準に近づいている様子が伺えた。

パンデミック期における大学生のメンタルヘルスは悪化傾向にあると報告がされているが¹⁻⁷⁾、本研究からも、パンデミック期の大学生の精神的健康はパンデミック前に比べ明らかに悪化したことが示された。一方で、パンデミック期の経過とともに回復傾向にあることも示された。また、本研究で2024年度の調査対象となった主な学生は、パンデミック期開始の2020年度には中学3年生～高校3年生であった。国立成育医療研究センターの「コロナ×こどもアンケート第4回調査報告書」¹⁰⁾によると、2020年11月～12月の調査で、思春期のこどもを対象としたうつ症状の重症度尺度であるPatient Health Questionnaire for Adolescents (PHQ-A)を実施し、中学生の24%、高校生の30%に中等度以上のうつ症状があったことが明らかになっている。これは、本研究の2020年度の抑うつ陽性者よりも高い割合である。しかしながら、

本研究の結果は、大学入学前に中高校生だった学生も本大学入学後、パンデミック期の経過とともに回復してきたことを示している。このことは、今後パンデミックに影響したと思われる生徒・学生のメンタルヘルスがパンデミック前の水準に戻る可能性を示唆しており、この先パンデミックの影響から脱した大学生活が送れるようになることが期待される。

一方、健康関連QOLのもう1つである身体的健康度はパンデミック前の2019年度とパンデミック期に入った2020年度では差がなかったが、パンデミック期終盤の2023年度には有意に低下し、パンデミック後の2024年度には更に低下した。これは、パンデミック期の制限された生活から、大学が正常化したことによる身体的疲労があることが伺えた。2023年5月に新型コロナウイルス感染症が感染症法で2類から5類に引き下げられたが、本大学でも2023年4月から対面授業が原則となり、学生は登校し、教室で講義を受けたり、ゼミに参加することを前提とする生活に戻った。パンデミック期の「巣ごもり生活」により、外出機会が少なかった学生が対面授業開始により登校機会が増えることで、身体的疲労を感じるようになったと思われた。

自殺リスク陽性者の割合はパンデミック前の2019年度に比べ、パンデミック期の2021年度、2022年度で増加した。野村ら⁶⁾は秋田大学で2020年5月～6月と2021年3月～5月に実施した調査で、自殺関連念慮が認められた割合が5.8%から11.8%に悪化したと述べており、本研究の結果の一部とも一致している。パンデミック前からパンデミック期を経過しパンデミック後にいたる2019年度～2024年度の経過を見ると、図5に示したように、2019年度から徐々に増加し、2021年度・2022年度でピークとなり、2023年度・2024年度では減少傾向に転じている。一方、自殺リスク陽性者における抑うつ陽性者割合は6年間で差はなく、パンデミック前、パンデミック期、パンデミック後を通して、自殺リスク陽性者における抑うつ陽性者割合は変わらなかった。また、毎年一定数抑うつを伴わない自殺念慮を示す学生がいることから、自殺リスクについてはパンデミックの有無とは関係しない要因が存在すると思われる。

パンデミック期の大学生の不安として、自粛生活のこと、感染状況のこと、大学生活全般のこと、経済的問題、部活のこと、将来のことと大きく6つがあげられているが、その中で抑うつとの関連が見られたのは、男性においては「経済的不安」で、女性においては「自粛生活不安」であった¹¹⁾。内閣府の調査¹²⁻¹⁴⁾で、パンデミック前に比べて不安が増していることについて、20歳代の回答は「将来全般」「生活の維持、収入」「仕事」については、どの時期も全体より不安が高かったが、「健康」については全体よりも不安が低かった。佐久間ら¹⁵⁾は、2023年8

月の調査の結果、大学生が感染不安の少ない集団であると述べている。これらのことから、COVID-19感染に対する不安そのものよりも、パンデミックによる社会状況の変化のほうが大学生のメンタルヘルスに大きな影響を与えたと考えられる。これまでの研究でも、遠隔授業に対する負担感と経済的負担感³⁾、ネット依存とひきこもり傾向¹⁾、自由に好きな場所に行けないことへの不安¹⁶⁾、大切な人のサポートが得られないこと¹⁷⁾などがパンデミック期の大学のメンタルヘルスに影響を与えた要因としてあげられている。内閣府の調査¹⁸⁾でも、「コロナ禍での不利益・不満」についての学生の回答として、「休校やオンライン授業により社会的つながり（友人との交友等）が減少したこと」が51.0%、「イベント・行事への参加機会が失われたあるいは制約のある参加となったこと」が41.7%、「放課後や休暇期間に自由に遊びや旅行に行けなかったこと」が32.0%、「サークル活動や部活などの活動に制限がかかったこと」が31.5%、「休校やオンライン授業により学習機会が減少したこと」が29.4%となっていた。パンデミック期において大学生は、大学入構禁止となり、遠隔授業となった。遠隔授業、特にオンデマンド型授業を受講する負担感は精神的健康を大きく損なうことが明らかになっている^{3,19)}。また、このような状況で、他者との対面接触機会や関わりが断たれ、豊富に有していた他者との関係資源が機能しなくなったことがストレスとなり、それが学業にも影響を及ぼしていると考えられるタイプもいた²⁰⁾。阿部²¹⁾によると、パンデミック期での家族の状況や変化（複数回答）について、「長期間家族に会えなかった」学生が24.2%、「連絡をとり助け合うことが増えた」学生が14.8%である一方、「いっしょにいて家族の絆が深まった」が11.3%、「いっしょにいてストレスが溜まった」が12.9%であった。パンデミック以前の研究からは、ワーク・ライフ・バランスを高めることが示唆されており、就労者の仕事と生活との調和維持を期待して導入が奨励されてきたテレワークだが、むしろワーク・ファミリー・コンフリクトを増加させてしまうことが複数の研究から指摘されている²²⁾。ワーク・ファミリー・コンフリクトとは、仕事役割と家庭役割の役割間葛藤を意味し、仕事上や生活上の満足感を低減させ、ストレスを増大させることが知られている²²⁾。一人暮らしの孤独がメンタルヘルスに影響を与えた可能性がある一方で、親のテレワーク、大学生本人や兄弟姉妹の遠隔授業で家族全員が自宅にいるという状況もまた、メンタルヘルスに影響を与えた可能性がある。藤平ら²³⁾は2020年8月～9月のアンケート調査で、自宅での共有空間の使い方について、「家族と共用の部屋の使い方に気を遣う」「リビングなどに自分のものを置かない」「片づける」といった変化が見られたことを明らかにしている。

これらの要因はパンデミック後徐々に解消していくこ

とが期待される。実際、COVID-19の影響により経済的負担感が増加し、遠隔授業に対する負担感も初期の段階で高まっていたが、時間が経つにつれてこれらの負担感は低下傾向にあり、大学生はオンデマンド型およびライブ型の遠隔授業にも徐々に慣れていったことが示唆されている³⁾。また、2024年度現在の在学生の多くがパンデミック期開始時に中高校生であり、当時そのほとんどが家族と同居していたと思われる。彼らはパンデミック期開始時に大学生であった者に比べて、「長期間家族に会えなかった」という変化は経験していないが、家族と一緒にいる機会が増えていた可能性が高い。矢本ら²⁴⁾は、高校生を対象にしたパンデミック期における家族との関係についての回答で、「家族に相談ができない」群のほうが「家族に相談ができる」群より精神面の悪化が見られたことを明らかにした。このようにパンデミック期における家庭の変化はストレス要因にもストレス緩衝要因にもなり得たが、それらの状況も大学入学後は解消に向かった可能性がある。一方で、パンデミック後、日常生活がパンデミック前に戻ることで、メンタルヘルスの問題が生じる大学生がいるであろうことを指摘する声もある。中山²⁰⁾は、パンデミック後、以前の大学生生活に戻ることで不適応が解消される学生がいる一方で、パンデミックのあるなしに関わらず不適応の要因が存在し、パンデミック後もストレスが解消されない学生がいることを示唆している。井梅ら⁵⁾は、COVID-19によってコミュニケーション機会が減少したと回答した人ほど抑うつは低いという結果から、より慎重な議論が求められるとしながら、パンデミック期においてコミュニケーション機会が減少したことにむしろ安堵感を覚えた学生も一定数いたことを示唆している。本研究でも、抑うつ陽性者はパンデミック前にも一定数存在しており、自殺リスク陽性者については、パンデミック以外の要因の存在が示唆されている。太刀川⁴⁾は、学生に話を聞くと、「自粛生活下でストレスだった」という学生だけではなく、「かえって人に会わずに楽だった」という学生も一定数いる。彼らは元々対人関係やメンタルヘルスに問題を抱えていて、対面授業や学生生活に適応することがストレスであった、このような学生は元々自殺リスクがあり、自粛中のストレスが軽減しても、対面授業が再開し、世界がかつてのような営みを始めるとかえってリスクが再燃・増強する恐れがある、と述べている。また、パンデミック期の2020年10月に自殺者が急増した背景として、いのち支える自殺対策推進センター²⁵⁾は、「新型コロナの影響により、社会全体の自殺リスクが高まっていること（自殺の要因となり得る、雇用、暮らし、人間関係等の問題が悪化していること）に加えて、相次ぐ有名人の自殺および自殺報道が大きく影響した可能性が高い」と分析している。このように、パンデミックの影響を受けている学生のみならず、

パンデミックの有無と関係なく抑うつ、自殺リスクを示す大学生への支援の継続が必要であると思われる。

なお、本研究において明らかになった、パンデミック期後半からパンデミック後の身体的健康度の低下は留意すべき点ではないかと考えている。「コロナロス」という言葉があるが²⁶⁾、これはオンライン授業やリモートの仕事に慣れた人が元の対面中心の生活に戻ることにストレスを感じる現象である⁵⁾。パンデミック期が大学生のメンタルヘルスに及ぼす影響を今後も検討していくときに、ストレス反応の1つとして、精神面のみならず、身体面の健康度も併せて確認していくことが必要であると思われる。

文 献

- 1) 濱崎由紀子: 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 影響下における学生のメンタルヘルス問題. 京都女子大学宗教・文化研究所研究紀要, **37**: 25-41, 2024.
- 2) 梶谷康介, 土本利架子, 佐藤 武: 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) パンデミックが大学生のメンタルヘルスに及ぼす影響: 文献および臨床経験からの考察. 健康科学, **43**: 1-13, 2021.
- 3) 飯田昭人, 鎌田真実, 水野君平, 他: 新型コロナウイルスが大学生に及ぼした影響 - 4年間合計6度の縦断調査の結果から -. 北翔大学教育文化学部研究紀要, **9**: 207-216, 2024.
- 4) 太刀川弘和, 白鳥裕貴, 太田深秀: Covid-19と大学における自殺予防の課題. 大学のメンタルヘルス, **4**: 104-107, 2021.
- 5) 井梅由美子, 川口めぐみ, 大橋 恵: COVID-19禍における遠隔授業が大学生のメンタルヘルスに及ぼす影響. 応用心理学研究, **48**(3): 149-157, 2023.
- 6) 野村恭子, 松島みどり, 佐々木那津, 他: ウィズコロナ社会のメンタルヘルスの課題と対策. 日本公衆衛生雑誌, **69**(9): 647-654, 2022.
- 7) 松本麻友子: コロナ禍における女子大学生のメンタルヘルス - 反すうやセルフコントロール, レジリエンスの調整効果 -. 応用心理学研究, **49**(1): 25-33, 2023.
- 8) 厚生労働省: 令和4年版自殺対策白書. 2023.
- 9) 石井 太: 新型コロナ感染症拡大以降のわが国の死亡動向に関する分析. 人口問題研究, **78**(4): 460-476, 2022.
- 10) 国立成育医療研究センター: コロナ×こどもアンケート第4回調査報告書. 2021, 2, 10.
- 11) 藤井義久: 新型コロナウイルス感染拡大が大学生に及ぼす心理的影響 - COVID-19感染拡大不安尺度開発に向けた予備的検討 -. 岩手大学教育学部附属教育実践・学校安全学研究開発センター研究紀要, **1**: 195-204, 2021.
- 12) 内閣府: 第2回新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査. 2020, 12, 24.
- 13) 内閣府: 第3回新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査. 2021, 6, 4.
- 14) 内閣府: 第4回新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査. 2021, 11, 1.
- 15) 佐久間泰司, 奈良由美子: 大学生の対面授業復帰と学生の不安 - 新型コロナ5類移行後のアンケート調査からみえるもの -. 歯科医学, **87**(1): 29-47, 2024.
- 16) 今村祐司, 近藤浩子: コロナ禍における看護系大学生の人との関わりの変化とメンタルヘルスに関する研究. 北関東医学, **74**(1): 33-42, 2024.
- 17) 小橋亮介, 杉岡正典, 山内星子, 松本寿弥, 織田万美子, 鈴木健一: 新型コロナウイルス感染拡大時における学部2年生以上の学生のメンタルヘルス, 学生相談研究, **43**(3): 265-271, 2023.
- 18) 内閣府: 第5回新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査. 2022, 7, 22.
- 19) 飯田昭人, 水野君平, 入江智也, 川崎直樹, 斉藤美香, 西村貴之: 新型コロナウイルス感染拡大状況における遠隔授業環境や経済的負担感と大学生の精神的健康の関連. 心理学研究, **92**(5): 367-373, 2021.
- 20) 中山ちなみ: コロナ禍状況における大学生のストレスと「新しい生活様式」への態度 - 2020年Web調査データを用いた計量分析 -. ノートルダム清心女子大学紀要, **46**(1): 97-109, 2022.
- 21) 阿部晃士: コロナ禍を過ごした大学生の孤立と不安. 山形大学人文社会科学部研究年報, (21): 177-190, 2024.
- 22) 宮島 健: テレワークへの移行はワーク・ファミリー・コンフリクトを増加させるか: コロナ禍の日本における相関研究. 産業・組織心理学研究, **35**(1): 145-153, 2021.
- 23) 藤平真紀子, 久保博子, 星野聡子: コロナ禍による女子大学生の日常生活への影響. 日本家政学会誌, **72**(9): 581-600, 2021.
- 24) 矢本良江, 大川尚子, 岩崎保之, 井上文夫: コロナ禍における高校生の心身の変化について. 京都女子大学養護・福祉教育学研究, **1**: 17-25, 2023.
- 25) いのち支える自殺対策推進センター: コロナ禍における自殺の動向 - 10月の自殺急増の背景について. 2020, 12, 21.

- 26) 岩永直子: コロナにうんざりしているはずなのに、なぜ「コロナロス」を抱いてしまうのか? 精神科医に聞きま
した. <https://www.buzzfeed.com/jp/naokoivanaga/covid-19-tamakisaito-1> (2021, 1, 29公開).

Abstract

MENTAL HEALTH SCREENING OF YOKOHAMA CITY UNIVERSITY STUDENTS BEFORE AND AFTER THE COVID-19 PANDEMIC

Chiho DOIHARA, Tomomi KISHIMOTO, Noriko KAMIMURA,
Risa BANNO, Akio IIZUKA, Asuka KURIHARA,
Hiromi TSUBURAYA, Toshinari ODAWARA

Health Management Center, Yokohama City University

The pandemic phase of COVID-19 infection, which started to spread in 2020, ended in May 2023. However, the impact on people during that period was significant. The purpose of this study was to clarify changes in the mental health conditions of Yokohama City University students during the 6-year period from 2019 to 2024, before and after the pandemic. A total of 23,220 undergraduate students who had undergone health examinations over a 6-year period were studied. The PHQ-2, which measures depressive tendencies, the SF-8, which measures health-related quality of life, and the BDI-II, which measures suicidal ideation, were examined each year and compared. The proportion of depressed individuals was lower in FY 2019 and higher in FY 2020. With respect to health-related quality of life, scores for physical health were lower in FY2024 than in FY2019-2023, and in FY2023 than in FY2019 and 2020, and scores for mental health were lower in FY2024 than in FY2019-2023, and in FY2023 than in FY2019 and 2020. The proportion of individuals at high risk of suicide was higher in FY2021 and 2022 than in FY2019. The percentage of depressed students at Yokohama City University increased at the beginning of the pandemic period, but it has been decreasing since then, and the same trend was observed for mental health. Factors other than the pandemic were suggested to be related to suicide risk. Therefore, it seems necessary to continue to support university students who exhibit depression and suicide risk after the pandemic.