

# コロナ禍における保育者・教員養成課程女子短期大学生の 抑うつ感から見た精神的健康度の現状と課題

The Present Situation and Problems of Mental Health from Viewpoint of Depressed Mood  
on Women's Junior College Students Majoring in Childhood Education under the COVID-19 Pandemic

篠原 美穂, 松元 理恵子, 上大藪 暁子  
Miho Shinohara, Rieko Matsumoto, Akiko Ueozono

鹿児島女子短期大学

2020年3月以降、新型コロナウイルス感染症の影響により、日常生活が大きく変化した。感染予防のため対面で人と接する機会が減り、若者のメンタルヘルスへの影響も多数の研究で報告されている。本研究においては、保育者・教員養成課程女子短期大学生のコロナ禍3年間(X-2~X年)の抑うつ感の比較を行った。その結果、高校在学中からコロナ禍を経験しているX年度の学生は他の年度より抑うつ感が高いことが示された。またX年度の1年生は前期のうちにX-1年、X-2年より多くの退学者および休学者が出たが、そのうち、抑うつ感得点が高い者は少なく、境界域群の方が多かった。さらに退学、休学に至った学生の半数は、調査実施前に欠席が増え、調査に参加していなかった。これらのことから今後、効果的な学生支援に繋げるためには、調査実施時期や学生を多面的にアセスメントできる調査内容の検討が必要であると考えられた。

**Keywords** : COVID-19, women's junior college students, depressed mood, student support

**キーワード** : 新型コロナウイルス感染症, 女子短期大学生, 抑うつ感, 学生支援

## 1. はじめに

2020年3月以降、わが国でも新型コロナウイルス感染症(以下、COVID-19)の感染が拡大した。2020年4月に初めて緊急事態宣言が発出されて以降、2021年3月まで区域変更や期間延長が繰り返された。感染対策のため、不要不急な外出を控える、外出時はマスクを常時着用し、マスクを着用した状態であっても長時間、人と会うことを控える、3密(密集、密接、密閉)の回避をするなど自粛生活が長く続いた。

また、教育機関においては、臨時休校、行事・イベント、部活動の中止などの対応がなされた。このような不安定な学生生活を送ることになった2020年以降の大学新入生は、抑うつ・不安傾向が強いことが報告されている(池田ら, 2021; 梶谷ら, 2021; 田沢ら, 2022) また、コロナ禍においては、女性の方が男性に比べてストレスが高い傾向があること(太刀川ら, 2020)や男性よりも女性の方が、コロナ禍の自粛生活における不安がうつに結びつきやすいこと(藤井, 2021)が指摘されている。

日本赤十字社の調査では、2020年4月の緊急事態宣言から2021年9月の宣言解除までの期間におきた若者の心の変化として「何もしたくなくなる、無気力(高校生43.0%/大学生49.0%)」が挙げられた。

本学においては、コロナ禍以前の平成22年より「あなたのコンディションチェック」と題し、5月から6月にかけて、

在学学生を対象とした精神健康度のスクリーニング調査を行っている。保健室からの結果についての連絡を了承した抑うつ傾向が高い者には、保健室から学生相談室での個人面談を勧奨している。

コロナ禍において、学生相談室への相談件数は増えており、相談内容としては対人関係や学生生活に関することが多く、この傾向は佐々木(2020)の報告とも一致している。一方で、児童教育学科の1年生が学生相談室に相談することなく、前期のうちに休学・退学に至るケースが増えている。事由としては、修学への意欲低下が多いが、入学後、早い段階で不適応を起こし、精神健康度が低下していることが考えられる。

橋本(2021)は、コロナ禍の保育者志望短期大学生において、UPI短縮版の得点が高い学生ほど短大生活不適応感得点が高く、保育者効力感が低い傾向が見られることを報告しているが、1年生前期においては、まだ実習もなく、ボランティアやサークル活動もコロナ禍以前の状態には戻っていないため、保育者としての効力感を感じにくいと考えられる。

そこで本研究では、コロナ禍における保育者・教員養成課程の女子短期大学学生の精神健康度を縦断的に比較し、現在の学生支援の在り方の課題について考察することを目的とする。

## 2. 方法

### (1) 対象者

X年度 A 短期大学児童教育学科 1年生199名, 2年生170名, X-1年度児童教育学科 1年生190名, 2年生162名, X-2年度児童教育学科 1年生185名, 2年生187名

### (2) 調査時期

X-2年5~6月, X-1年5~6月, X年5~6月

### (3) 使用尺度

抑うつ感の測定には, SRQ-D (東邦大式抑うつ尺度: Self-Rating Questionnaire for Depression) の18項目 (4件法) を用いた。なお, 「仕事の効率が上らず何をすることもおっくうですか」という質問項目については, より学生生活に即した表現にするため「授業についていけないと感じていますか」という質問に修正した。

SRQ-D 得点は, 6項目の Control Question を除いた12項目で算出した。SRQ-D は高得点になるほど抑うつ感が高いとされ, 通常, カットオフポイントは16点となっている。この数値以上になるとうつ状態を疑ってよいと考えられている。また11~15点はボーダーラインとされており, 10点以下の場合には特に問題がないとされる。今回の分析では, 便宜上, SDQ-D の得点が16点以上の学生を「抑うつ傾向高群」, 11~15点の学生を「境界域群」, 10点以下の学生を「抑うつ傾向低群」と定めることとした。

### (4) 調査実施

対象学生の集会の際に「あなたのコンディションチェック」と題したアンケートを実施し, その場で一斉配布し, 回答は任意であることを伝え, 集会後に回収した。

### (5) 倫理的配慮

本研究は鹿児島女子短期大学倫理委員会の審査を受け, 承認された。研究協力依頼の際に, 研究目的と調査内容の意義, 研究への協力は任意であり, 同意しないことで被る不利益は一切ないこと, 収集したデータの取扱いについて口頭および書面にて説明し, 同意を得た。

## 3. 結果

### (1) 3年間 (X-2年~X年) の抑うつ傾向高群学生数

SDQ-D の得点が16点以上の「抑うつ傾向高群」の1年生は, X-2年では9名 (5%), X-1年では16名 (8%), X年では20名 (10%), 2年生は, X-2年では11名 (6%), X-1年では13名 (8%), X年では26名 (15%) であった (表1, 図1~6)。

### (2) 3年間 (X-2年~X年) の前期退学および休学者数と抑うつ傾向の関係

1年生においては, X-2年度前期退学者2名のうち, 「抑うつ傾向高群」者は1名, 「境界域群」者が1名で調査票未提出者はいなかった。X-1年度前期退学者3名のうち, 「抑うつ傾向高群」者は1名, 「境界域群」者が2名で調査票未提出者はいなかった。X年度前期退学者6名のうち, 「抑うつ傾向高群」者は0名, 「境界域群」者が3名, 調査票未提出者が3名であった。また, X-2年度前期休学者1名中1名, X-1年度前期休学者3名中2名, X年度前期休学者5名中4名が調査票未提出であった。

2年生においては, X-2年度, X-1年度, X年度いずれも前期退学者はいなかった。X年度前期休学者1名が調査票未提出であった (表2)。

### (3) 3年間の抑うつ感 (SDQ-D) 得点の比較

#### ① 1年生

年度 (X-2年~X年) を独立変数, 抑うつ感得点を従属変数とした分散分析を行った。その結果, 年度間に有意な差が認められた ( $F(2, 571)=5.84, p<.01$ )。Tukey の HSD 法 (5%水準) による多重比較を行ったところ, X年度および X-1年度が X-2年度より, 抑うつ感点数が高かった (図7)。

#### ② 2年生

年度 (X-2年~X年) を独立変数, 抑うつ感得点を従属変数とした分散分析を行った。その結果, 年度間に有意な差が認められた ( $F(2, 516)=11.64, p<.01$ )。Tukey の HSD 法 (5%水準) による多重比較を行ったところ, X年度は X-1年度および X-2年度より, 抑うつ感点数が高かった (図8)。

## 4. 考察

今回の調査では, 児童教育学科 1年生, 2年生ともに X-2年度から X年度にかけて「抑うつ傾向高群」, 「境界域群」の割合が高くなっていった。鎌田 (2022) は, 大学生を対象とした調査の結果, 「思うように遊びに行けなかったこと」, 「友達に会えなかったこと」や「イベントに参加できなかった」ことを非常にストレスに感じていたと報告している。また池田ら (2021) は, 大学生は COVID-19 感染そのものよりも, 学業や課題活動, 友人関係等に関することへの不安が大きく, それらが個人の抑うつ, 不安傾向に大きく関連していること, 佐々木 (2021) は, 短大生はコロナ禍以前も人間関係に満足している状況ではなかったが, コロナ禍によりその状況が悪化し, 向上心や自己効力感などを持ちにくくなったことを示唆している。

X-2年度から X年度にかけて, 抑うつ傾向高群, 境界域

表1 3年間の抑うつ傾向のある学生数の変化

		抑うつ傾向高群		境界域群		抑うつ傾向低群		合計	回収率
		n	%	n	%	n	%	n(全学生数)	%
1年生	X-2年度	9	5	27	15	149	80	185(189)	97.88
	X-1年度	16	8	36	19	138	73	190(199)	95.48
	X年度	20	10	42	21	137	69	199(210)	94.74
2年生	X-2年度	11	6	25	13	151	81	187(197)	94.92
	X-1年度	13	8	22	14	127	78	162(184)	80.04
	X年度	26	15	33	20	111	65	170(192)	88.54

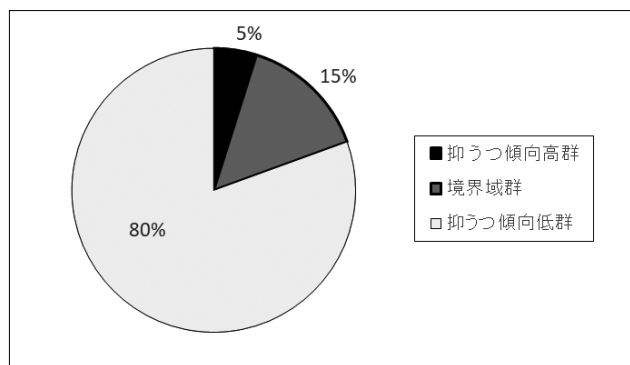


図1 X-2年度1年生における抑うつ感得点

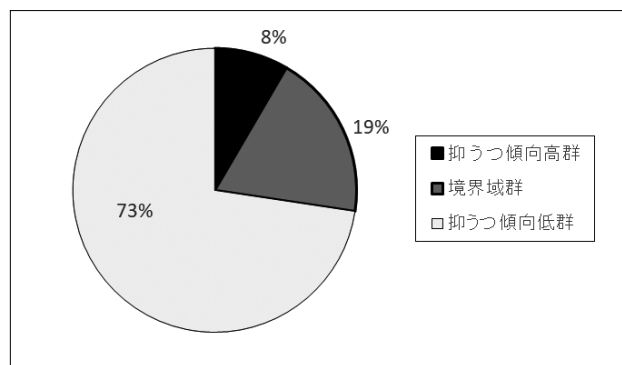


図2 X-1年度1年生における抑うつ感得点

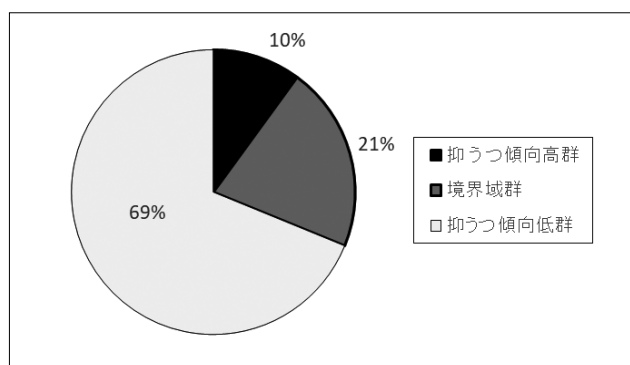


図3 X年度1年生における抑うつ感得点

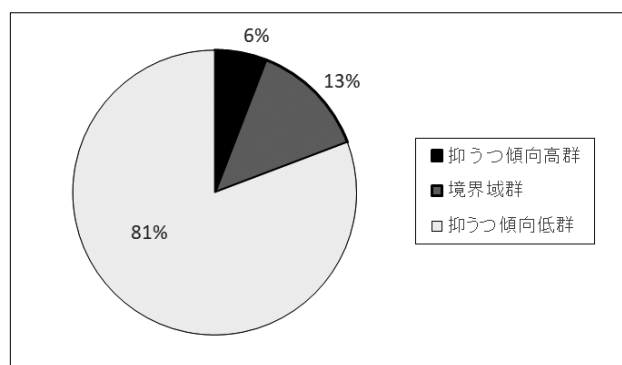


図4 X-2年度2年生における抑うつ感得点

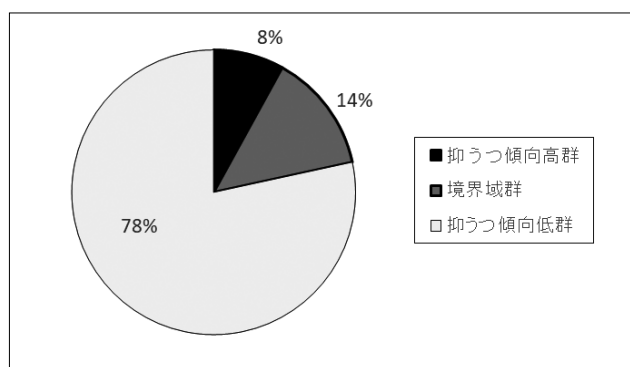


図5 X-1年度2年生における抑うつ感得点

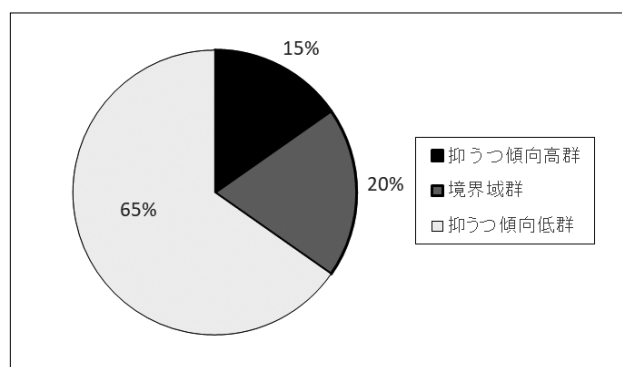


図6 X年度2年生における抑うつ感得点

表2 3年間の前期退学・休学者数の変化

	退学者				休学者 (前年度からの継続者除く)				調査時点 全学生数	
	n	nのうち 抑うつ傾向 高群者数	nのうち 境界域群 者数	nのうち 調査票 未提出者数	n	nのうち 境界域群 者数	nのうち 抑うつ傾向 高群者数	nのうち 調査票 未提出者数		
1年生	X-2年度	2	1	1	0	1	0	0	1	189
	X-1年度	3	1	2	0	3	0	1	2	199
	X年度	6	0	3	3	5	0	1	4	210
2年生	X-2年度	0	0	0	0	0	0	0	0	197
	X-1年度	0	0	0	0	0	0	0	0	184
	X年度	0	0	0	0	1	0	0	1	192

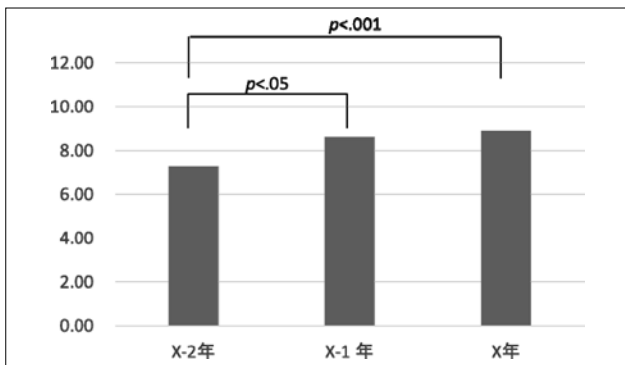


図7 3年間の抑うつ感得点平均値の比較 (1年生)

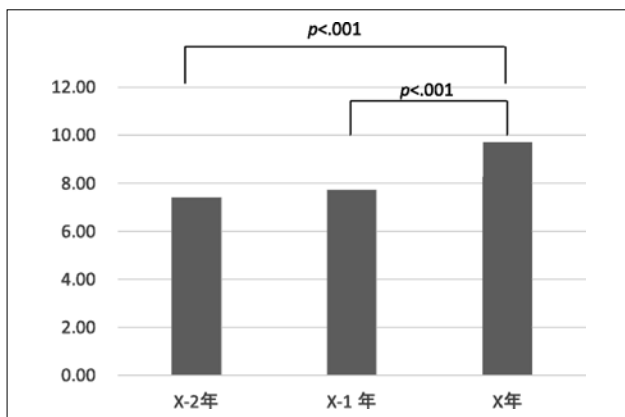


図8 3年間の抑うつ感得点平均値の比較 (2年生)

群の割合が増えているのは、学生がストレスに感じる行動制限が続いていたため、コロナ禍によって失われた学生生活の期間が長くなっていること、安定した人間関係が築きにくいことが影響していると考えられる。

2020年に初めて緊急事態宣言が発出された頃は、社会全体に厳しい行動制限が求められていたが、2022年にはウイルスが変異したことによる症状や感染力の変化もあり、ワクチン接種や陰性証明を条件に旅行やイベントなどへの参加が認められるなど行動制限が緩和されている。

しかし、児童教育学科の学生は、社会全体の動向に関わらず、学外実習の関係で同世代の若者よりも厳しい感染対

策が求められる。特に2年生は1年次の2月、2年次の6月、8月、9月と立て続けに学外実習があるため、日頃から基本的な感染対策を求められるだけでなく、ワクチン接種に加えて、実習開始2週間前からはバイト禁止などより厳しい行動制限を求められる。また実習先の感染状況によっては、急な期間変更を求められることもあるため、児童教育学科の学生は、感染対策の必要性は理解しつつも、社会とのギャップを感じ、そのことが抑うつ傾向を強めているのではないかと考えられる。

COVID-19感染拡大以前の松元ら(2015)の報告では、女子短期大学1年生は人間関係の築きにくさが抑うつ感へと繋がること、修学の慣れの遅さと過剰適応傾向により強迫傾向、被害関係念慮が高まること、2年生では学業とそれ以外のこととの両立でこころのゆとりや柔軟性が乏しくなることが抑うつ感に繋がりやすいことが示唆された。

X年度1年生の抑うつ感得点が高く、前期退学者、休学者が多かった1つの要因として、長期間にわたるCOVID-19の影響により、対人スキルを習得する機会が少なく、新たな人間関係を能動的に築くことが難しかったことが考えられる。慣れない新しい環境の中で修学上の困難に遭遇しても、相談したり、励まし合ったりする友人がおらず、その結果、不適応に繋がっているものと考えられる。近年の退学・休学者は、大学関係者に相談する前に結論を出していることが多い印象である。1年生の前期中は、高校の時とは異なる様々な専門科目の修学内容や各教員の授業スタイルの違いに戸惑いが見られる。そういった環境の中で、教員とも授業以外でコミュニケーションを取る機会が少なく、誰に何をどのように相談していいかわからない状態であると考えられる。

特に児童教育学科の学生は、2年間の在学中に複数の資格取得を目指すため、1年の前期から空きコマが少ない。その中で様々なストレスを感じたととしても、問題解決的な対処ができず、結果的に退学、休学といった回避・逃避型の対処を行わざるをえなくなっていると考えられる。

保育者志望の短期大学生を対象とした高橋(2022)は、

COVID-19の様々な影響に対して「仕方ない」と感じ、「我慢する」といった受身的な対処を取ること者が多かったことを報告しているが、学生は自分たちではコントロールしようがないストレスに対して無力感を感じ、自己効力感が低下しやすい状態にあると考えられる。

また稲木(2019)らは、UPI(University Personality Inventory)の点数が高く、何らかの精神的な自覚症状があっても、学生相談室を利用しない「悩めない」学生が多いとの報告しており、従来の自発的来談を待つ姿勢だけでは学生支援が不十分であるとしている。

短期大学保育科の学生を対象とした清水ら(2013)の報告によると、ストレス対処法として、他者に相談することができる学生は、履修カルテにおける自己評価も高いだけでなく、幼稚園実習評価も高く、保育者として求められる資質についてバランスよく獲得していることが示唆されている。また保育者の資質として、対人スキルや共感性は欠かせない要素であることも報告されている(阿南, 2021)。

この点からも今後は、保育者・教員養成課程の短期大学学生に対して、自主来談を待つだけでなく、様々なストレス場面において、適切なストレス対処ができるような予防的支援、対人スキル習得のための教育的な支援が必要であると考えられる。

またX-2年からX年の3年間において、退学および休学に至った学生のうち、調査票への回答を行っていない者が半数以上いた。1年生については、調査を実施した5月～6月以前に退学、休学を希望する学生もいたため、今後はスクリーニング調査を実施する時期や回答しなかった学生への支援の在り方を検討する必要がある。そして「抑うつ傾向高群者」のみを相談勧奨し、支援の対象とするのではなく、「境界域群者」においても不適応を起こすリスクがあることを念頭に入れ、スクリーニング調査結果以外に表れる気になるサインについて、学科の教員と情報共有を図りながら学生支援を行う必要があると考えられる。

## 5. 今後の課題

今後は精神的健康度を把握し、スクリーニングするための質問尺度の内容や実施時期を再検討し、特に1年次におけるハイリスク学生への支援の在り方を検討していきたい。

また予防的なアプローチとして、入学後、早い段階でストレスマネジメント教育を行うことを検討していきたい。保育者・教員といった対人援助職を目指す学生が、在学中にストレスマネジメントの知識やスキルを習得することは、保育者・教員のスキルを高めるだけでなく、学生が社会に出てからも心身の健康を維持し、その能力を発揮するために役立つものと考えられる。

## 引用文献

- 1) 阿部達夫・筒井末春・難波経彦・西田昂平・野沢彰, 加藤義一, 斎藤敏二ほか(1972) Masked depression (仮面うつ病)の Screening test としての質問票 (SRQ-D) について 心身医学第12巻4号, 243-247
- 2) 阿南寿美子他(2021) 保育者養成校における保育者としての資質に関する調査: 変数間の関連性の分析 西南女学院大学紀要第25巻, 113-122
- 3) 橋本翼(2021) コロナ禍における保育者志望短期大学生のメンタルヘルスに関する一考察 近畿大学九州短期大学研究紀要第51巻, 87-96
- 4) 池田忠義・長友周悟・松川春樹・中島正雄・小島奈々恵・中岡千幸・榎原佐和子・佐藤静香(2021) 新型コロナウイルス感染拡大状況下における大学新入生の不安とその支援 学生相談研究第42巻2号, 91-104
- 5) 稲木康一郎・荒井彩也香・加藤祐樹・武内仁恵(2021) 学生相談における学生精神的健康調査 (UPI) によるメンタルヘルス課題の早期発見と支援 仁愛大学研究紀要第18号, 1-9
- 6) 梶谷康介他(2021) 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 健康科学第43巻, 1-13
- 7) 鎌田晶子(2022) 2020年上半期におけるコロナ禍の学生生活とストレスに関する調査報告 生活科学研究第44巻, 67-71
- 8) 松元理恵子他(2015) 女子短期大学生の学生生活ストレスと精神健康との関連について 鹿児島女子短期大学紀要第50号, 111-119
- 9) 佐々木典彰(2021) コロナ禍における短大生のストレス状況 コーピングとバーンアウトに着目して 東北女子短期大学紀要第59巻, 19-24
- 10) 清水里美・志澤康弘・藤本史・金子眞理(2014) 短期大学生のためのストレスマネジメント教育における諸問題—幼稚園実習評価および学生による履修カルテの自己評価と関連づけ— 平安女学院大学研究年報第14巻, 37-51
- 11) 太刀川弘和・高橋晶・根本清貴・白鳥裕貴・田口高也・新井哲明(2020) 新型コロナウイルス感染症に関わるメンタルヘルスに関するアンケート調査: 最終結果の公表 (2020年12月30日) <https://plaza.umin.ac.jp/~dp2012/covid19survey.php>
- 12) 高橋美枝(2022) 予期せぬ不安が短期大学生に及ぼす影響: 新型コロナウイルス感染拡大状況の及ぼす影響についての非構造化面接から 小池学園紀要第20号, 1-9
- 13) 田沢晶子・緒方康介(2022) コロナ禍における大学生の心理状態と心理支援の効果評価 大阪大谷大学紀要第56号, 97-100
- 14) 日本赤十字社(2021) 新型コロナウイルス禍と若者の将来不安に関する調査 <https://www.jrc.or.jp/press>

(2022年11月24日 受領/2022年12月8日 受理)