

3

心身の健康と 学生生活について

心身の健康..... 26

こころとからだの健康のいずれも、不安を感じていると回答する割合が増加している！

身体面では「健康ではない」「あまり健康ではない」を合わせて7.4%
(2009年度「健康ではない」「あまり健康ではない」を合わせて6.1%)

精神面では「健康ではない」「あまり健康ではない」を合わせて14.3%
(2009年度「健康ではない」「あまり健康ではない」を合わせて13.1%)

不安や悩み..... 27

修学上の悩みは「就職・進路等」、学生生活の悩みは「対人関係」が最も高い割合を示している。

修学上の悩み→「就職・進路等」67.7%「性格・能力」29.4%、「経済問題」27.8%が三大要素
学生生活の悩み→「対人関係」30.9%、「性格・能力」30.5%、「人生観」25.7%が三大要素

相談相手..... 30

相談相手は「友人」か「家族」、相談したくないという選択肢を選んだ学生も12.6%を占める。

「友人」68.2%「家族」49.2%

学生マナー..... 31

学生マナーの悪さは、「授業・ゼミ中の私語」が例年一番多くあげられる。また、立看板やピラ貼りのマナーについても不満の声が。

調査結果の要約と特徴..... 32





こころとからだの健康のいずれも、不安を感じていると回答する割合が増加している！

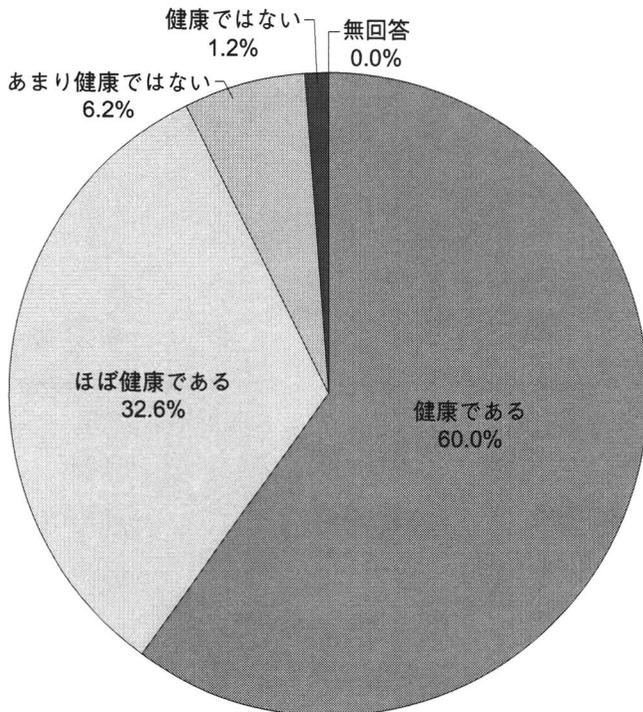


身体面では「健康ではない」「あまり健康ではない」を合わせて**7.4%**
(2009年度「健康ではない」「あまり健康ではない」を合わせて**6.1%**)

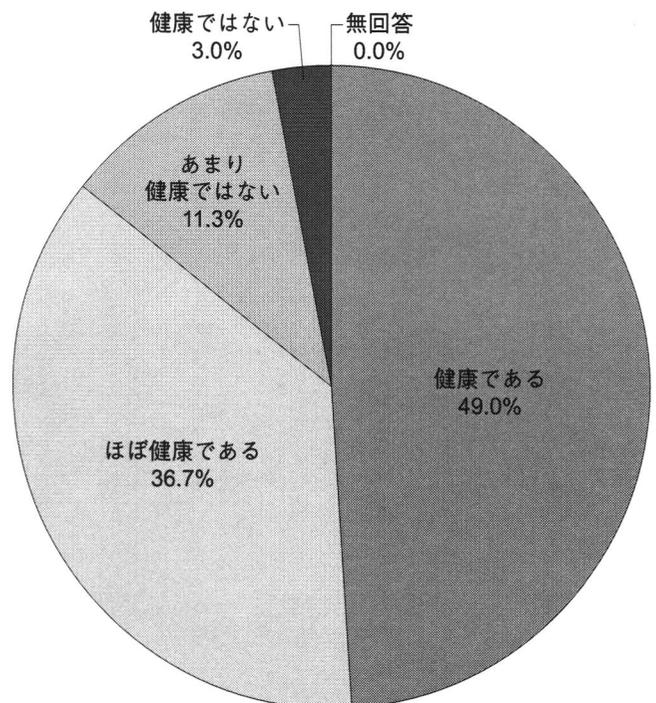
精神面では「健康ではない」「あまり健康ではない」を合わせて**14.3%**
(2009年度「健康ではない」「あまり健康ではない」を合わせて**13.1%**)

身体面と精神面の健康は強く関連しており、また心身の健康と大学生活の充実度は密接に関連していることが調査から明らかになっています。大学生活を充実させる為には、なるべく早期に健康面での不安を払拭することが重要な課題となります。

あなたは今、身体面で健康な状態（勉学に支障がない程度）だと思いますか？



あなたは今、精神面で健康な状態（勉学に支障がない程度）だと思いますか？





不安や悩み

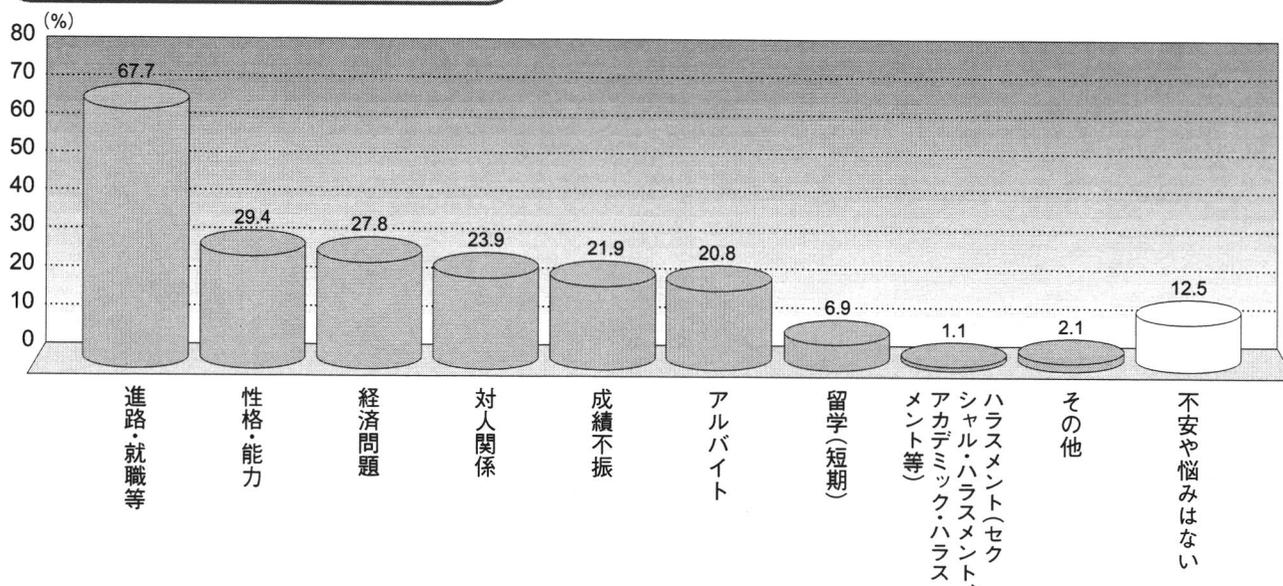
修学上の悩みは「就職・進路等」、学生生活の悩みは「対人関係」が最も高い割合を示している



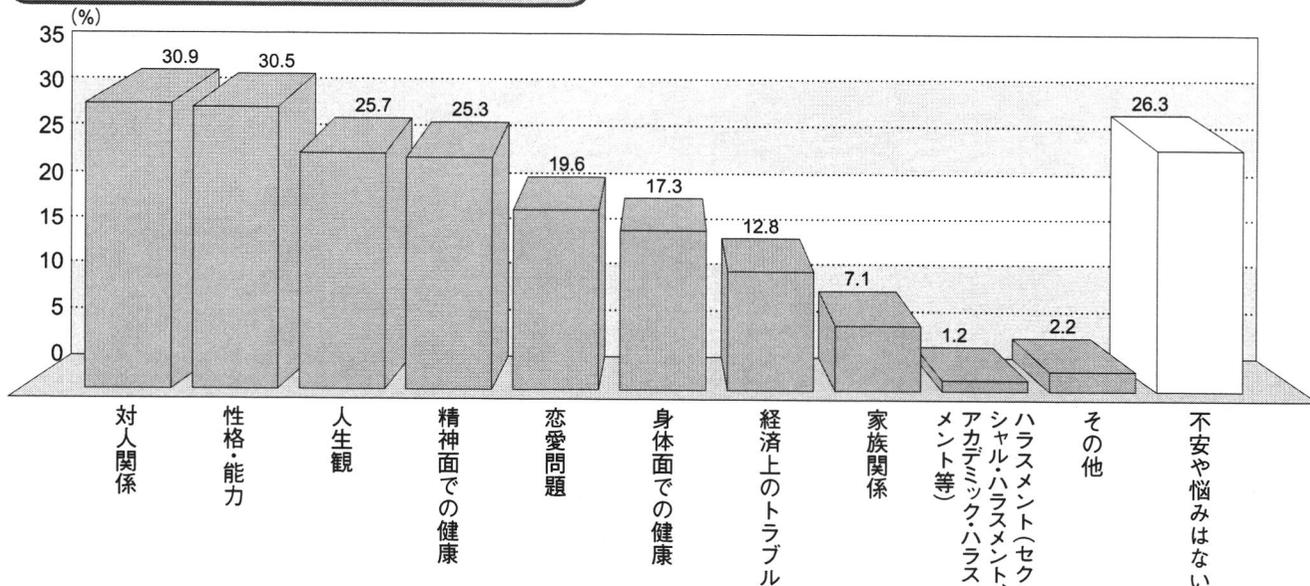
修学上の悩み→「就職・進路等」**67.7%**、「性格・能力」**29.4%**、「経済問題」**27.8%**が三大要素
 学生生活の悩み→「対人関係」**30.9%**、「性格・能力」**30.5%**、「人生観」**25.7%**が三大要素

修学上・学生生活の悩みも大きくは、三大要素が占めているが、学部・研究科別に見ると細部においては、所属箇所ごと悩みの分布が異なっている。

修学上の不安や悩みを教えてください



学生生活全般の不安や悩みを教えてください



修学上での不安や悩みを教えてください 所属箇所別



(%)

進路・就職等
 成績不振
 留学(短期)
 アルバイト
 経済問題
 対人関係
 性格・能力
 ハラスメント(セクシャル・ハラスメント、アカデミック・ハラスメント等)
 不安や悩みはない
 その他

学生生活全般での不安や悩みを教えてください 所属箇所別





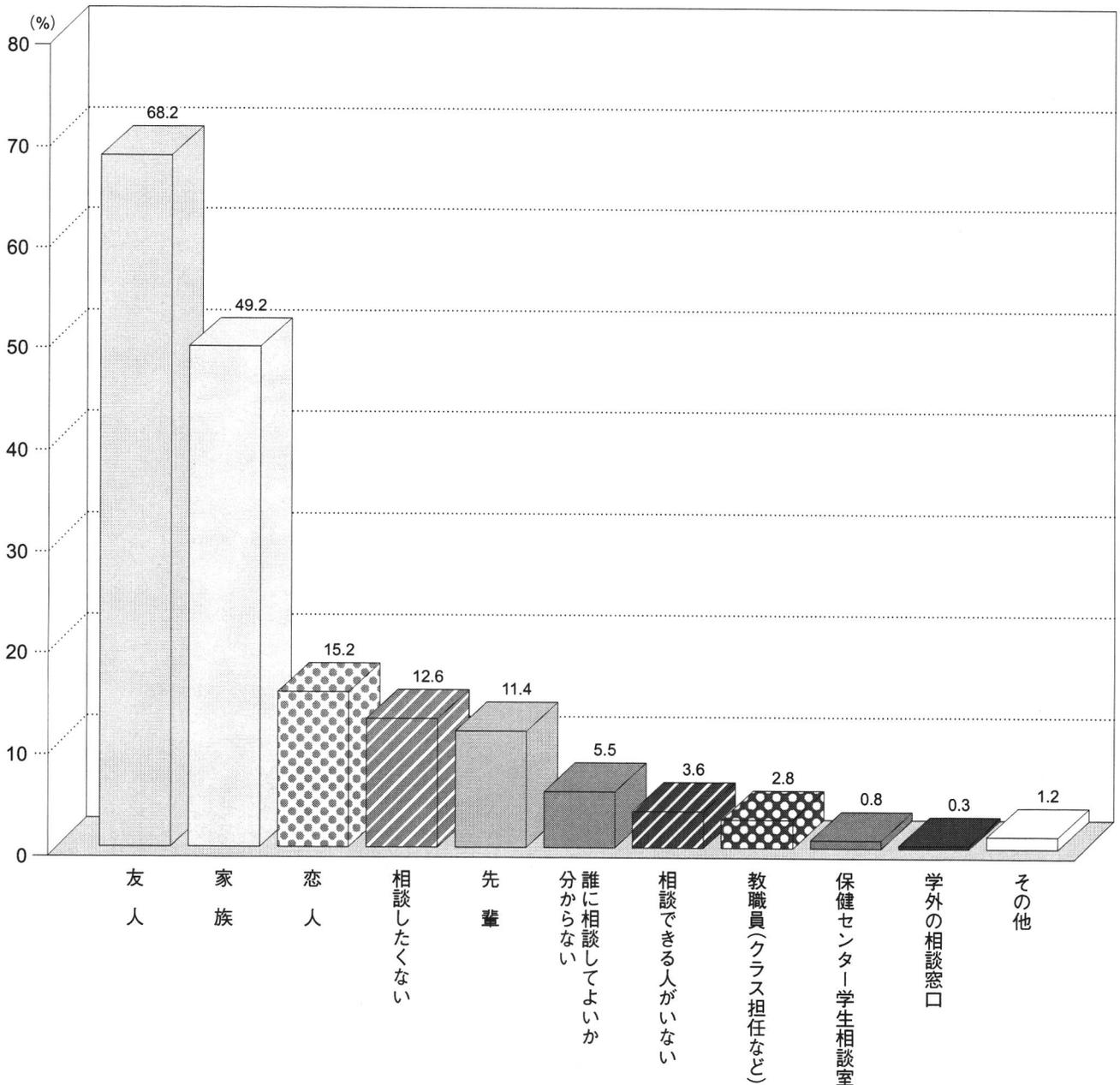
相談相手は「友人」が「家族」、「相談したくない」という選択肢を選んだ学生も12.6%を占める。



「友人」68.2% 「家族」49.2%

相談相手としては「友人」と「家族」が昨年度に比べてもほぼ同じ割合をしています。今年度の特徴としては、「相談したくない」という割合が、12.2%（2009年度）⇒12.6%（2010年度）と全体に占める割合としては小さいものの増加したことです。周囲のサポートがより求められています。

不安や悩みは誰に相談しますか？[主なものを2つまで選択]





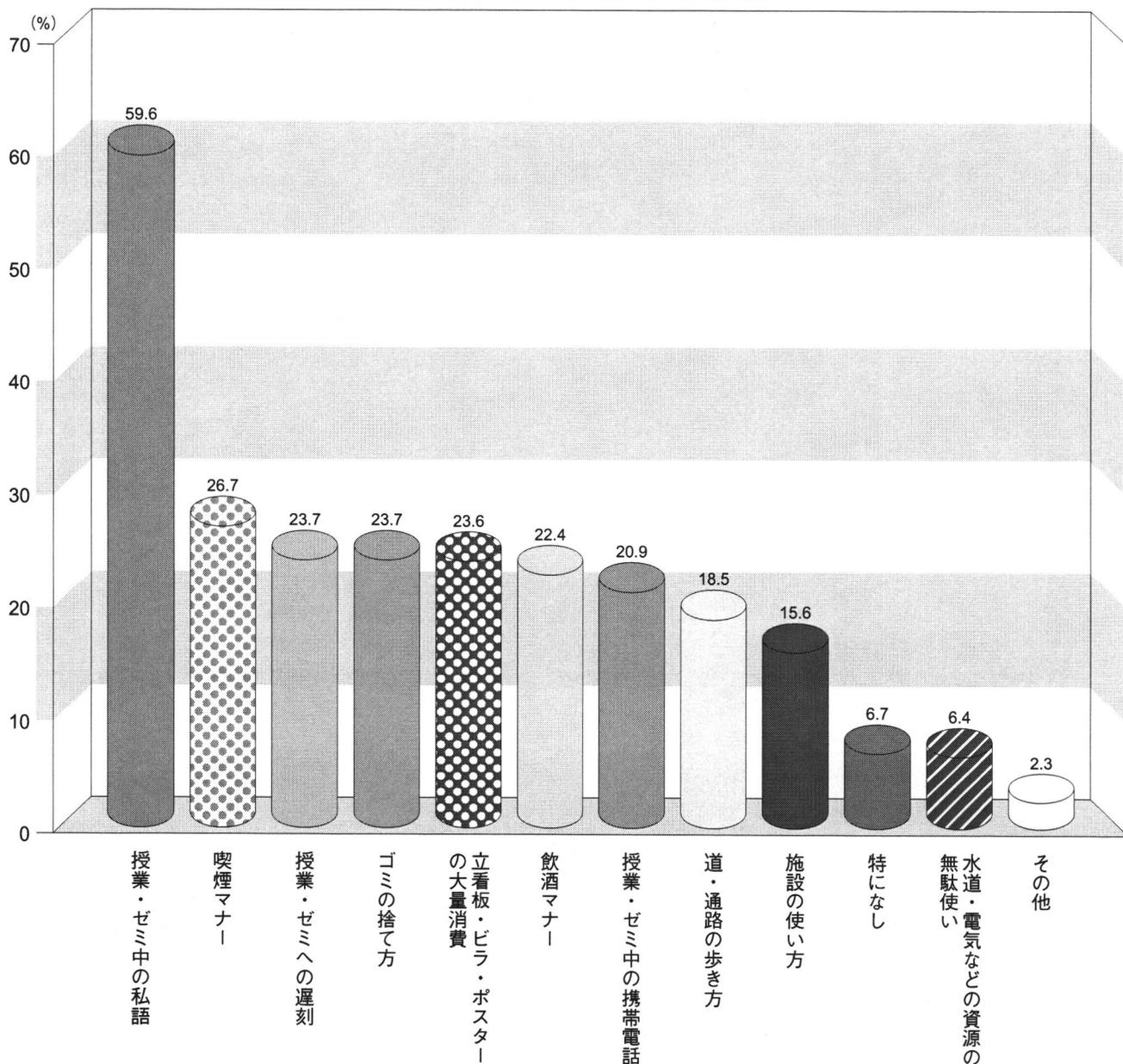
学生マナーの悪さは、「授業・ゼミ中の私語」が例年一番多く あげられる。また、立看板やビラ貼りのマナーについても不満の声が



「授業・ゼミ中の私語」 **59.6%**

「授業・ゼミ中の私語」59.6%がマナーが悪いと思う原因にあげています。また「喫煙マナー」も26.7%を占めるなど、受動喫煙を不快に感じる学生が多いことが分かります。

学生マナーが最も悪いと思われる項目を選んでください。[複数選択可]

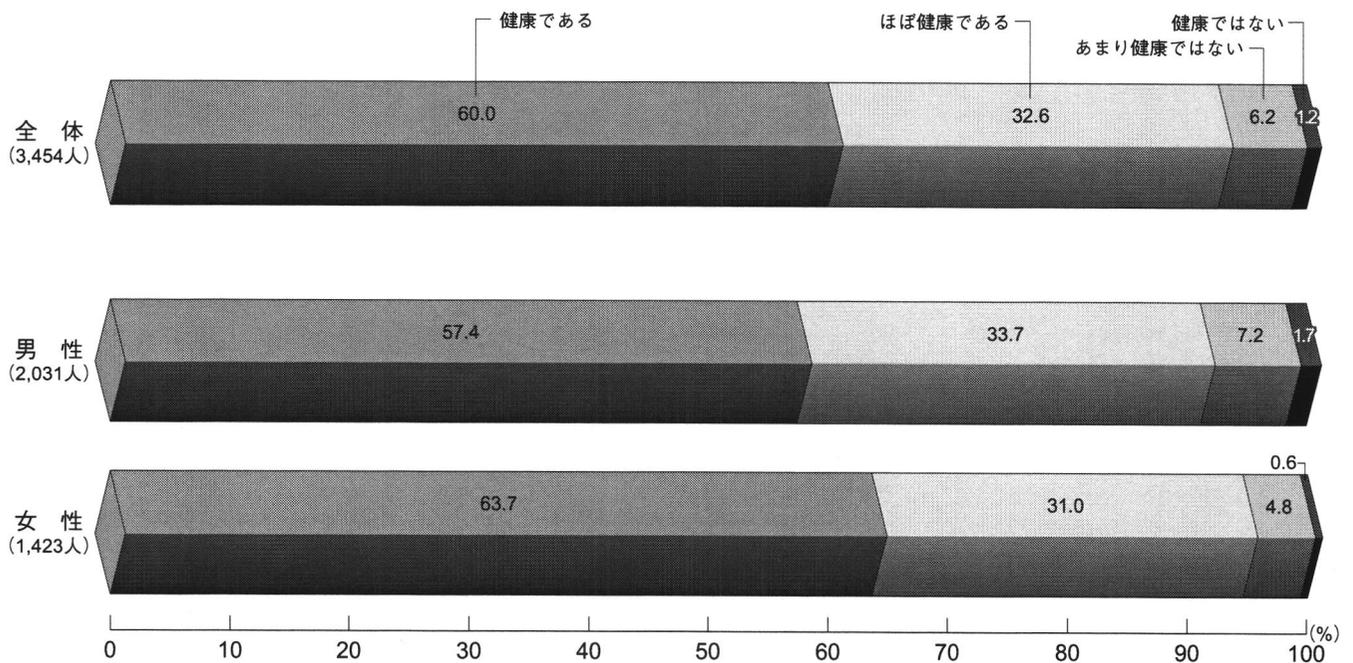


第3章 調査結果の要約と特徴

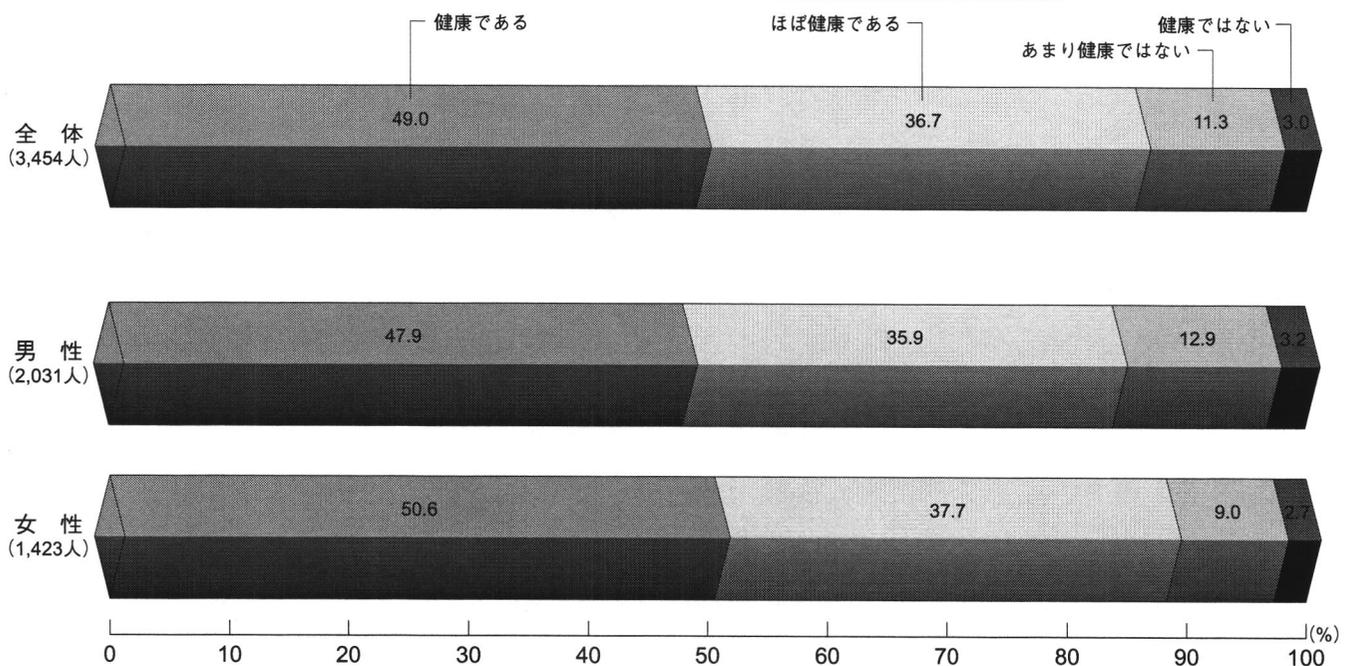
心身の健康に関する意識では、男女で差が見られます。身体面で「健康である」は女性の63.7%に対して男性は57.4%にとどまっています。また「あまり健康でない」と「健康ではない」の合計が女性では5.4%であるのに対し、男性では8.9%

を占めています。精神面でも傾向は同様に、女性の「あまり健康でない」と「健康ではない」の合計が11.7%であるのに対し、男性では16.1%に上ります。

あなたは今、身体面で健康な状態（勉学に支障がない程度）だと思いますか？ 男女別



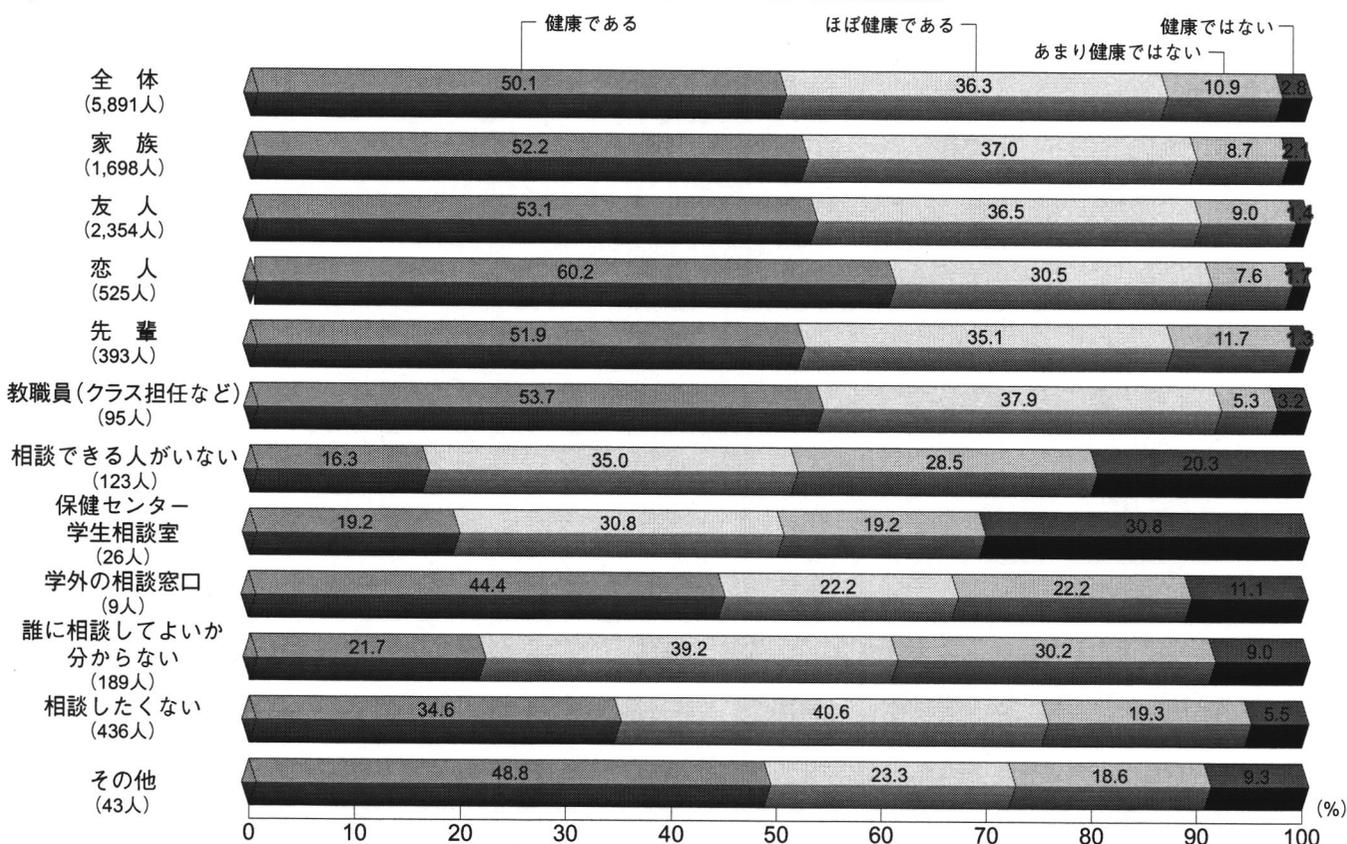
あなたは今、精神面で健康な状態（勉学に支障がない程度）だと思いますか？ 男女別



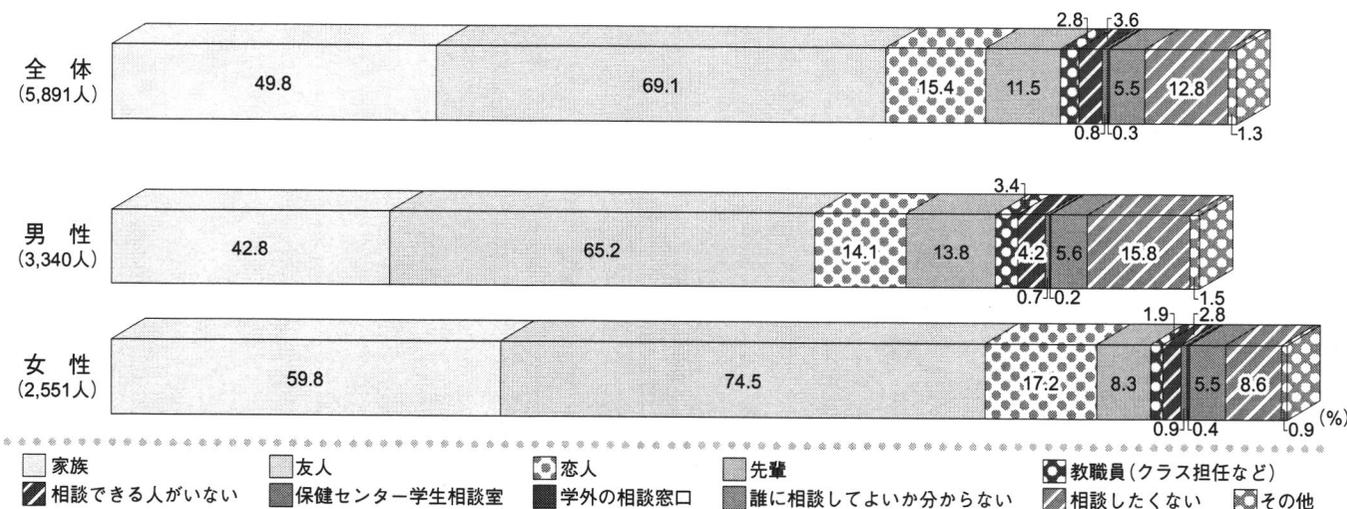
精神面の健康状態に関する意識は不安や悩みの相談相手と大きく関連しています。「相談できる人がいない (3.6%)」、「誰に相談してよいか分からない (5.5%)」、「相談したくない (12.6%)」と回答している場合、精神面で「あまり健康ではない」、「健康ではない」と感じる割合が高く、自分の悩みを相談できるかできないかが精神面のストレスにも影響していることが伺えます。

不安や悩みの相談相手を男女別に見ると、男性では「相談できる人がいない (4.2%)」、「相談したくない (15.8%)」の比率が女性よりかなり高くなっています。一方で、相談相手としては、「家族」、「友人」、「恋人」が女性で多く、「先輩」、「教職員」が男性で多くなっています。男性の方が、不安や悩みを身近な人に相談することに消極的である傾向が見受けられるといえます。

クロス集計 あなたは今、精神面で健康な状態（勉学に支障がない程度）だと思えますか？／不安や悩みは誰に相談しますか？ [主なものを2つまで選択]



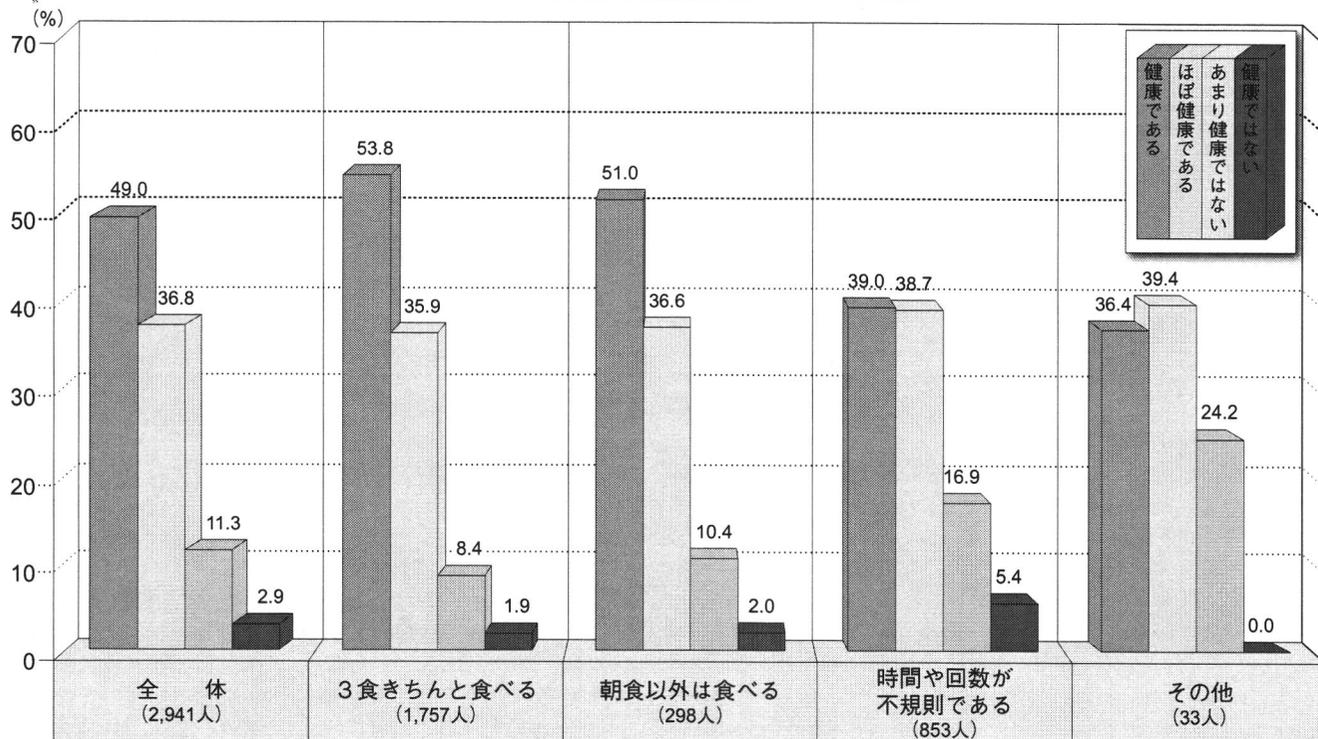
不安や悩みは誰に相談しますか？ [主なものを2つまで選択] 男女別



心身の健康に対する意識と食生活との関連性も
うかがえます。学部学生では、食事の「時間や回
数が不規則である」、昼食を「食べない」と回答
している場合に、精神面で「あまり健康でない」、

「健康でない」の比率が高くなっています。食生
活と身体面の健康との関連にも同様の傾向が見ら
れます。

クロス集計 あなたは今、精神面で健康な状態（勉学に支障がない程度）だと思いますか？ **凡例** 食生活について当てはまるものを選んでください。



クロス集計 あなたは今、精神面で健康な状態（勉学に支障がない程度）だと思いますか？ **凡例** 主にどこで昼食をとっていますか？

