

## 2 部学生の保健管理上の諸問題

藤 江 善 一 郎

### Health Problems of Evening Course Students

Zenichirō FUJIE

#### SUMMARY

The purposes of this study were to clarify health problems on the evening course students of Yokohama National University. Medical survey using Cornell Medical Index (CMI) was done to check their health conditions and health problems. Physical fitness of the evening course students was investigated and compared with the day-time course students. The results were summarized as follows:

1) Health conditions of the evening course students were good according to their answers. Health problems on the evening course students were follows; need glasses, suffer from a constantly running nose, get spells complete fatigue, impossible to take a regular rest each day and daily exercise, etc.

2) It was observed that physical fitness of students in the evening course were considerably inferior to those in the daytime course students, especially on muscular strength and flexibility.

#### I ま え が き

2部学生は、その大部分についていえば昼間は勤労者、夜間は学生という生活をしているのであるが、昼間は職業に就いていない者もあり、それらの者を含めた保健管理上の問題点はいろいろと考えられるが、その実態については、同様の問題をもつ定時制高校生に関する報告はあるが、2部学生に関する報告は少ない。健康の管理には自律的な面と他律的な面があることはいうまでもないが、2部学生は、他律的にみれば、昼間は社会人として勤務先等で健康管理をうけ、夜間は学生として大学における保健管理の対象になっているといえる。大学における保健管理業務の中で、定期健康診断および健康相談についてみると、横浜国立大学の2部学生の定期健康診断の受診率は極めて低く、また健康相談の利用者も少ない。その理由として考えられることは、2部学生の多くは昼間の勤務先等で定期健康診断・健康相談を受診しているので大学においては受診しないということであるが、その実態については今まで調査はされていなかった。そこで、2部学生の保健管理上の問題点を把握するため、横浜国立大学の2部学生に対して、保健管理に関するアンケート調

\* 保健体育教室 (Dept. of Physical Education and Health)

査およびコーネル医学指数 (CMI) による健康調査を実施するとともに、2部学生の体力についても検討を加えたので、その結果を報告する。

## II 調 査 方 法

横浜国立大学経営学部および工学部の2部学生を対象として、定期健康診断・健康相談

表1 アンケート用紙

2部学生の保健管理に関する調査	
2部学生の保健管理を充実させるための資料を得るためにアンケート調査を実施しますので御協力下さい。	
(氏名、年齢以外は該当するアルファベットを○でかこんで下さい)	
1. 氏名	年齢 才 A男 B女
2. 昼間の職業について	A 会社第に勤務している B 自家営業をしている C 無職 D その他
3. 健康保険について	A 加入している a. 本人 b. 家族 B 加入していない
4. 年に1回健康診断をかけるようになっていますが、どこで受診していますか	A 昼間の勤務先で受診している B 保健所で受診している C 横浜国大で受診している D どこでも受診していない
5. 上記の間で、D (どこでも受診していない) と答えた人は、その理由は	A 受診したいが時間がない B 健康なので受診する必要がない
6. 日常の健康相談について	現在月に1~2回の健康相談日を設けていますが、次の間に答えて下さい。
	A 現在のままでよい B 週1回実施 C 健康相談日のあることを知らない。 D 昼間の勤務先の診療所等を利用する
7. 現在の健康状態について	A 非常によい B よい C ふつう D ややよくない E よくない

等に関するアンケート用紙(表1)および日本版 CMI 健康調査表を配布して調査を実施した。さらに経営学部2部の1年次学生に対し「健康の保持増進について2部学生の立場から論ずる」というテーマでレポートの提出をうけその内容を検討した。レポートの内容については、2部学生の生活と健康についてできるだけ具体的に、とくに生活時間、食生活等の項目を含めて書くように指示した。体力については、経営学部2部の2年次学生に対して行なった体力診断テストの結果を昼間の学生と比較して検討した。

### III. 調査結果および考察

アンケートおよび CMI 健康調査の回答率は、経営学部は在籍者 307 名に対して回答者 71 名で 23%、工学部は在籍者 249 名に対して回答者 61 名で 24% であった。回答者の年齢は両学部を通じて 18 才から 28 才まで、平均値は  $20.9 \pm 2.2$  才であった。調査の回答率は上記のようにかなり低かったのであるが、用紙の配布は2部係事務室において任意に持参する方法をとり、回収も記入後任意に提出させるという方法をとったので、結果としては無作為に抽出したのと同様となった。

#### (1) アンケート調査結果について

アンケート調査の結果は表2に示すとおりであるが、先ず昼間の職業についてみると、両学部を合計して、会社等に勤務している者が 68%、無職その他の者が 27% であった。「その他」という者はアルバイト等の不規則就業者と考えられる。なお、2部係において調査した昭和 53 年度における就職状況は表3のとおりである。これによれば、両学部の就職率の合計は 68.4% であり、上記の調査結果とほぼ同様であった。これらからみると無職その他の者は予想以上に多い結果であった。

健康保険への加入状況については、本人あるいは家族として 100% 加入していることを予想していたのであるが、約 5% の者が未加入であった。

定期健康診断の受診状況については、昼間の勤務先で受診している者が 47% で、予想以上に低い割合であると考えられる。大学における2部学生の定期健康診断受診率の低い理由としては、昼間の勤務先で受診していることが考えられていたのであるが、この予想を下回る結果であった。次に、どこでも受診していない者の割合は約 30% で、かなり多いと思われるが、とくに無職およびその他の者の中に受診していない者が多くみられた。

定期健康診断を受診しない理由として、「忙しくて受診する時間がない」、「健康なので受診する必要がない」という2つのいずれかの答えを求めたところ、その答は両者ともほぼ同数であった。定期健康診断は限られた日時に実施されるので時間的制約があり、そのために受診する意志はあっても受診できないことは肯定できるが、健康であるから受診する必要がないとした場合、真に健康であればよいが、自己の健康状態を過信しているとなれば問題である。しかし、一般的には、若年層では自分の健康状態が良いと意識している場合は、総合的に判定した健康度もおおむねそれに近いといわれているので問題は少ないと思われるが、健康グループの健康度の判定は重要な課題であると考えられる。

健康相談は月に2回実施しているのであるが、これに対し、現状のままでよいと回答し

表 2 アンケート調査結果

項 目	経営学部	工 学 部	計	百分率
① 昼間の職業				
A 会社等に勤務している	42人	48人	90人	68%
B 自家営業	5	2	7	5
C 無職	9	4	13	10
D その他	15	7	22	17
計	71	61	132	
② 健康保険の加入状況				
A 加入している	66	60	126	95
B 加入していない	5	1	6	5
計	71	61	132	
③ 定期健康診断の受診場所				
A 勤務先	31	32	63	47
B 保健所等	0	1	1	1
C 横浜国立大学	18	8	26	20
D どこでも受診していない	22	20	42	32
計	71	61	132	
④ 定期健康診断を受診しない理由				
A 忙しくて時間がない	12	8	20	48
B 健康なので受診する必要がない	10	9	19	45
回答なし	0	3	3	7
計	22	20	42	
⑤ 日常の健康相談について				
A 現状のままでよい	34	29	63	48
B 週1回が望ましい	7	3	10	7
C 相談日のあることを知らない	24	19	43	33
D 勤務先の診療所等を利用する	6	10	16	12
計	71	61	132	
⑥ 現在の健康状態 (自覚的)				
A 非常によい	9	0	9	7
B よい	14	20	34	27
C ふつう	25	27	52	41
D ややよくない	19	6	25	20
E よくない	1	6	7	5
計	68	59	127	

表3 2部学生の就職状況(昭和53年度)

学 年	就 職 者		無職および不明		計		就 職 率	
	経営学部	工学部	経営学部	工学部	経営学部	工学部	経営学部	工学部
1	23人	21人	30人	34人	53人	55人	44.3%	38.2%
2	37	24	10	13	47	37	78.7	64.9
3	36	35	31	7	67	42	53.7	83.3
4	37	28	11	6	48	34	77.0	82.4
5	68	53	20	5	88	58	77.3	91.4
小 計	201	161	102	65	303	226	66.3	71.2
合 計	362		167		529		68.4	

表4 CMI 訴え率(“はい”と答えた数の百分率)

主 な 項 目	経営学部		工学部		計	
	人数	百分率	人数	百分率	人数	百分率
遠くを見るのに眼鏡がいる	45人	59%	28人	46%	73人	53%
よく目がつかれる	43	57	25	41	68	50
かぜをひくとすぐ鼻水がでる	46	60	38	62	84	61
歯ぐきから血がでる	19	25	22	36	41	30
いつもごはんをあらがみする	28	37	18	30	46	34
肩やくびすじがこる	27	35	16	26	43	31
顔、頭、あるいは肩がびくびく動くことがある	27	35	15	25	42	31
疲れてぐったりすることがある	42	55	30	49	72	52
特に夏になるとひどくからだがだるい	31	41	16	26	47	34
よく夢を見る	24	32	24	39	48	35
毎日くつろぐ余裕はない	30	39	23	38	53	39
毎日運動する余裕はない	35	46	36	59	71	52
人から批判されるとすぐに心が乱れる	25	33	22	36	47	34
人からじゃまされるといらいらする	25	33	10	26	41	30

た者が両学部を合せて48%、週1回実施を望む者が7%、勤務先の診療所等を利用するという者が12%であって、残りの33%は相談日のあることを知らなかったという回答であった。この相談日のあることを知らなかったという者と現状のままでよいという者を加えると約80%になるが、このことは健康相談の利用者の少ないことに関連して考えると、健康相談に関心がないのか、健康相談日の頻度が少ないのか、検討を要する問題である。

自覚的な健康状態については、「非常によい」、「よい」、「ふつう」と答えた者の合計は75%であり、「よくない」と答えた者は5%であった。これは後述のCMIによる調査結果と共に勘案すれば、2部学生の健康状態はおおむね良好であるといえる。

## (2) CMI による健康調査について

CMI 健康調査の質問に対して“はい”と答えた数の多い項目、すなわち訴え率が比較的高い項目をまとめたものが表4である。CMI の質問内容は身体的項目と精神的項目に分れ、それぞれがさらに区分されている。

身体的項目における各区分毎の訴えの概略は次のとおりである。

区分A (目と耳) では「遠くを見るのに眼鏡がいる」、「よく目が疲れる」という訴えが多く、いずれも訴え率は50%以上であった。

区分B (呼吸器系) では「かぜを引くとすぐ鼻水がでる」という訴えが多く、訴え率は61%で全体を通じて最も多い。

区分C (心臓脈管系) では訴え率はそれほど高くないが、「医師から血圧が高いといわれたことがある」(16%)、「医師から血圧が低いといわれたことがある」(8%)、「人より息切れし易い」(27%)などが比較的多い。

区分D (消化器系) では、「歯ぐきから血がでる」(30%)、「いつもごはんをあらがみする」(34%)、「よく胃をこわす」(28%)、「むねやけがしたり、すっぱいものが上ったりする」(23%)、「胃の具合がわるくて気になる」(27%)などの訴えが多い。2部学生には食生活上の問題があり、胃腸障害を訴える者が多い。

区分E (筋肉骨格系) では、「肩やくびすじがこる」(31%)、「足がだるい」(18%)などの訴えがある。

区分F (皮膚) における訴えは少ない。

区分G (神経系) では、「顔、頭或いは肩がびくびく動くことがある」(31%)という訴えが多いが、これは筋肉骨格系の訴えであるが疲労に関連した症状と考えられる。

区分H (泌尿生殖系) の訴えは少ない。

区分I (疲労度) では、「疲れてぐったりすることがある」(52%)という訴えが最も多く、「特に夏になるとひどく体がだるい」(34%)、「仕事をすると疲れきってしまう」(23%)、「朝おきると疲れきっている」(21%)という訴えが多く、一般的にみて疲労度が高いと考えられる。

区分J (疾病頻度) における訴えは少ない。

区分K (既往症)、「入院を要するような手術をうけたことがある」(25%)、「乗物に酔う」(19%)という訴えが多いが、内科的な疾病の既往は少なかった。

区分L (習慣)、「よく夢を見る」(35%)、「毎日くつろぐ余裕はない」(39%)、「毎日運動する余裕はない」(52%)という訴えが多く、「人より余計に茶やコーヒーをのむ」(27%)という訴えも比較的多い。

以上が身体的項目についてであるが、2部学生のこれらの訴えを昼間の学生の訴えと比較してみると、特に多い訴えである「遠くをみるのに眼鏡がいる」、「よく眼が疲れる」、「かぜを引くとすぐ鼻水がでる」、「疲れてぐったりすることがある」というような訴えは両者に共通して多い訴えであるが、「毎日くつろぐ余裕はない」、「毎日運動する余裕はない」という訴えは2部の学生に多いが昼間の学生にはその頻度は非常に少ない。その他、

表5 CMI 領域分布

領域	経営学部		工学部		計	
I	38人	50.0%	24人	39.3%	62人	45.3%
II	20	26.5	18	29.5	38	27.7
III	11	14.5	15	24.6	26	19.0
IV	7	9.2	4	6.6	11	8.0

注: I Diagnosed to be normal.  
 II Provisionally diagnosed to be normal.  
 III Provisionally diagnosed to be neurotic.  
 IV Diagnosed to be neurotic.

昼間の学生に比較して2部学生に特に多いというような疾病異常に関する訴えはみられなかった。

次に精神的項目についてみた結果は下記のとおりである。

区分M (不適應)「少しでもいそぐと誤りをしやすい」(29%),「いつも決心がつきかねる」(23%)などの訴えが多い。

区分N (抑うつ)における訴えは少ない。

区分O (不安)「ちょっとしたことでも気になって仕方がない」(23%),「人から神経質と思われている」(22%)という訴えが多い。

区分P (過敏)「感情を害し易い」(28%),「人から批判されるとすぐ心が乱れる」(34%)という訴えが多かった。

区分Q (怒り)「人からじゃまされるといらいらする」(30%),「すぐかっとなったり、いらいらしたりする」(27%),「仕事をしようと思ったら、いてもたってもおれなくなる」(34%)などの訴えが多かった。

区分R (緊張)における訴えは少なかった。

以上の精神的項目において、2部学生に多い訴えは昼間の学生にも多く、とくに2部学生にのみ多いというような訴えはみられなかった。

次に、CMIによる情緒障害の判別であるが、これは身体的項目の中で、C.I.J区分で“はい”と答えた数と精神的項目M~R区分に“はい”と答えた数から判別図によってI, II, III, IVのいずれかの領域に分け、それに応じて情緒障害の有無を判別するものである。しかし、この判別は最終的な診断ではなく、その可能性を示すにすぎない。判別の基準によると、領域Iでは、神経症であるという仮定が5%の有無水準で棄却されるという意味において心理的正常と診断して妥当であり、領域IVにおいては同様の意味で神経症者と判定できるのである。領域IIはどちらかといえば心理的正常である可能性が強く、領域IIIはどちらかといえば神経症である可能性が強いということになる。従って、この判別は神経症についてある程度の診断ができるが、すべての神経症がわかるものでもなく、まして精神病については全く判別できない。今回の調査における領域分布は表5に示すとおりであ

る。この中で領域Ⅳの者が経営学部学生では 9.2%，工学部学生では 6.6%，両者を合算すると 8%であった。この割合は一般的に学生集団では領域Ⅳの出現率が 7~8%といわれているので、集団的にみた場合はとくに問題はないと考えられる。なお、これらの領域ⅣおよびⅢの者について面接を行なった結果は、臨床的にみて神経症と診断される者はなかったが、精神的にやや不安定と思われる者がみられた。

次に、CMI 自覚症プロフィールによる判定についてみると、CMI 自覚症プロフィールは職場や学校の健康管理において CMI を使用する場合、それぞれの被検者について、どの器官を中心に精査を進めるべきか、あるいは被検者がどの器官に異常を覚え、精査を求めているかを見当づけるのに有用な手がかりを与えるものとして利用できるといわれている。ここでは、それぞれの被検者の自覚症プロフィールから、領域Ⅲ 26 名および領域Ⅳ 11 名の計 37 名について、それぞれの区分において、訴え率が 50% をこえているものを取りあげ、身体的自覚症と精神的自覚症の頻度を比較した。その結果は次のとおりであった。

身体的自覚症が精神的自覚症よりも多い者：領域Ⅲ 8 名，領域Ⅳなし

精神的自覚症が身体的自覚症よりも多い者：領域Ⅲ 10 名，領域Ⅳ 2 名

精神的自覚症と身体的自覚症がほぼ等しい者：領域Ⅲ 8 名，領域Ⅳ 9 名

以上からみると、領域Ⅳの者は精神的自覚症が優位であることがわかる。

### (3) 2 部学生のレポートからみた問題点について

経営学部の 2 部学生のレポートの中から健康生活に関するいくつかの問題点をひろってみると、まず生活時間に余裕がないということである。昼間の勤務時間と通勤時間に夜間の授業時間と通学時間が加わるので拘束時間が長くなり、自由時間が少なくなっている。休日以外にはほとんど自由時間がもてないので、平日には運動、スポーツをしたり、くつろいだりする余裕はない。また、帰宅時刻がおそくなるので、就寝もおそくなり、睡眠時間が短くなる。従って睡眠不足を訴える学生が多い。生理的リズム (24 時間のリズム) が変形し、活動の位相 (昼の位相) が休息の位相 (夜の位相) にずれ込んでいることになるので、身体的、精神的疲労の蓄積がおこり易いと考えられる。

次の問題としては、食生活が不安定であるということである。食事は外食の者、自炊をしている者が多く、いずれにしても偏食に陥り易く、栄養の量および質の不足が考えられる。とくに、夕食の喫食場所と時間が不定であるということが 2 部学生の共通した悩みのようなものである。健康相談において胃腸障害を訴える 2 部学生が比較的多いということも、こうした食生活上の不安定が原因となっていると考えられる。

健康増進の具体策については、「健康の保持がせいっぱいで増進はむずかしい」「日曜日に 1 日中のんびりとねていたい」というような消極的な態度を示す学生もいるが、多くの学生は「毎日運動をする余裕はない」としながらも、「会社の昼休みにはできるだけからだを動かす」、「生活の中に身体運動を加える」というような積極性を示し、具体的な方法としては、「歩く」、「エレベーターを使わずに階段を使う」、「背すじを伸ばす」、「軽い屈伸運動をする」「ふだん使わない筋肉を動かす」などと工夫している。さらに、休日に



表 6 体力診断テストの平均

種目		反復横とび (点)	垂直とび (cm)	背筋力 (kg)	握力 (kg)	伏臥上体 そらし (cm)	立位前屈 (cm)	踏台昇降 (点)
2部学生	平均値	44.8	59.0	123.6	49.2	53.5	12.7	61.3
	標準偏差	4.1	5.4	19.9	7.3	7.6	7.1	9.5
昼間学生	平均値	44.2	57.9	132.8	50.4	60.1	14.4	56.6
	標準偏差	3.6	6.1	22.8	9.8	6.7	4.6	6.8
全国平均	平均値	43.9	60.1	131.5	45.6	58.5	16.0	58.1
	標準偏差	4.3	7.0	22.1	6.6	7.4	5.4	10.1

は積極的な休息として、マラソン、縄跳び、卓球その他のスポーツを楽しんでいる者も多い。また、教科としての体育についても、「体育の時間を5年まで延長してほしい」という要望も多い。

#### (4) 体力診断テストの結果について

経営学部の2部学生の2年次生33名(年齢 $21.3 \pm 2.2$ 才)についての体力診断テストの結果を表6に示した。なお、同年代の昼間の学生の体力診断テストの結果を比較のため同表に示した。2部学生の身長は $169.9 \pm 5.7$ cm, 体重は $62.6 \pm 7.9$ kg, 昼間学生の身長は $169.7 \pm 5.3$ cm, 体重は $59.1 \pm 5.9$ kgでほとんど同様の体格であった。2部学生の体力診断テストの結果はおおむね良好と考えられるが、昼間学生と比較してみると、反復横とび、垂直とびについては、ほぼ等しい成績であったが背筋力、伏臥上体そらし、立位前屈において劣り、踏み台昇降においてはすぐれているという結果であった。これは2部学生は敏捷性、持久力はすぐれているが、筋力、柔軟性が劣っているといえるが、日常における運動不足が反映していることが考えられる。

## IV. おわりに

2部学生の保健管理の充実をはかるための資料をうる目的で、保健管理に関するアンケート調査およびCMIによる健康調査を実施し、体力についても検討し、2部学生の保健管理上の諸問題について吟味を加えた。2部学生の多くは昼間は会社等に勤務し、定期健康診断、健康相談等も勤務先で受診している。このことはほぼ予想されていたことであるが、その資料交換が望まれる。しかし、昼間の職業を持たず、定期健康診断をどこでもうけていない者もかなりいるので、これらの学生に対する保健管理の方策を考えなければならない。

2部学生の自覚的な健康状態はむおおむね良好であり、体力診断テストの結果も昼間学生と比較して若干劣る程度といえる。CMIによる健康調査によって訴えの多いのは、眼、呼吸器、疲労などの症状であるが、昼間の学生と比較しても、その傾向に差はほとんど

なく、とくに2部学生に多いような疾病異常はみられない。しかし、生活時間にゆとりがなく、運動不足、睡眠不足を訴える者も多く、食生活上の問題もあるので、健康生活の実践には保健指導の必要があると考えられる。

2部学生の健康生活についての考え方は堅実であり、健康管理の本質は自主管理にあるということ認識しており、「積極的に生きようとする意志こそが、健康を支配するものである」という言葉が或る学生のレポートの中にあっただが、これこそ2部学生の真摯な生活態度を端的にあらわしている言葉であると深い感銘をうけた。

#### 参 考 文 献

- 1) 藤本 守, 渡辺義行, 高橋幾代, 田村喜弘: 夜間定時制高校生の体力について, 体育学研究, 15 (1), 17-25, 1970.
- 2) 千葉裕典: 定時制生徒の健康問題, 学校保健研究, 16 (9), 433-441, 1974.
- 3) 重田定義: CMI と健康診断, 健康管理, 10, 8-13, 1971.
- 4) 橋田 学: CMI による健康相談のチェックポイント, 健康管理, 2, 17-22, 1973.
- 5) 金久卓也, 深町 建: コーネル・メディカル・インデックス, 三京房, 1976.
- 6) 中村澄子, 藤上圭三, 上地安昭: CMI にみる新入生の自覚症状の実態およびその追跡, 広島大学保健管理センター事業報告, No. 12, 59-74, 1977.
- 7) 学生精神健康度調査 (CMI) 報告書, 神戸商船大学保健管理センター, 1978.
- 8) 中西信行, 細谷真澄, 酒井志郎, 齊藤敬能: 入学時における本学学生の体格・体力に関する研究, 横浜国立大学教育紀要, 13, 64-75, 1973.
- 9) 栗本義彦: 体力づくりへの道, 第一法規, 1972.
- 10) 田中恒男, 江口篤寿: 健康調査の実際, 医歯薬出版, 1976.