

医療系大学新生の運動適正評価並びにストレス対処能力と生活環境要因の関連

宮森 隆行¹⁾、澤 龍一¹⁾、竹内 真太¹⁾、吉村 雅文⁴⁾、茶園 美香²⁾、新藤 悦子²⁾、天野 敏江²⁾、清水 信輔³⁾ 成澤 明²⁾
石川 碧²⁾、西田 裕介¹⁾

1) 国際医療福祉大学成田保健医療学部理学療法学科 2) 国際医療福祉大学成田看護学部看護学科
3) 国際医療福祉大学小田原保健医療学部看護学科 4) 順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科

【背景】

医療専門職に求められる資質には、豊富な知識や高度な技術のみならず、日々の緊張感の中での長時間の立ち仕事や身体介助などに耐えるだけの体力維持や回復力が挙げられる。また、大学生の多くは青年期であり、身体的・心理的・社会的変動の著しい時期でもあり、それらに伴う精神的なストレスによる体調不良が社会問題化している。

【目的】

本研究では、医療系大学新生を対象に日本体育協会が推奨している運動適正テストを実施し学生の基礎的な体力要素を評価すると共に、ストレス対処能力SOC(Sense of Coherence:以下SOC)と学生生活・社会環境におけるアンケート調査を行い、SOCに影響する関連因子を評価し、学生教育の基礎資料とすることを目的とした。

【対象】

医療系大学に所属し健康科学実践の授業に参加した新生男女232名(平均年齢18.6±1.5)

		学科					合計
		PT学科	NS学科	OT学科	ST学科	MT学科	
性別	男性	39	8	7	7	10	71
	女性	20	84	13	31	13	161
合計		59	92	20	38	23	232

【方法】

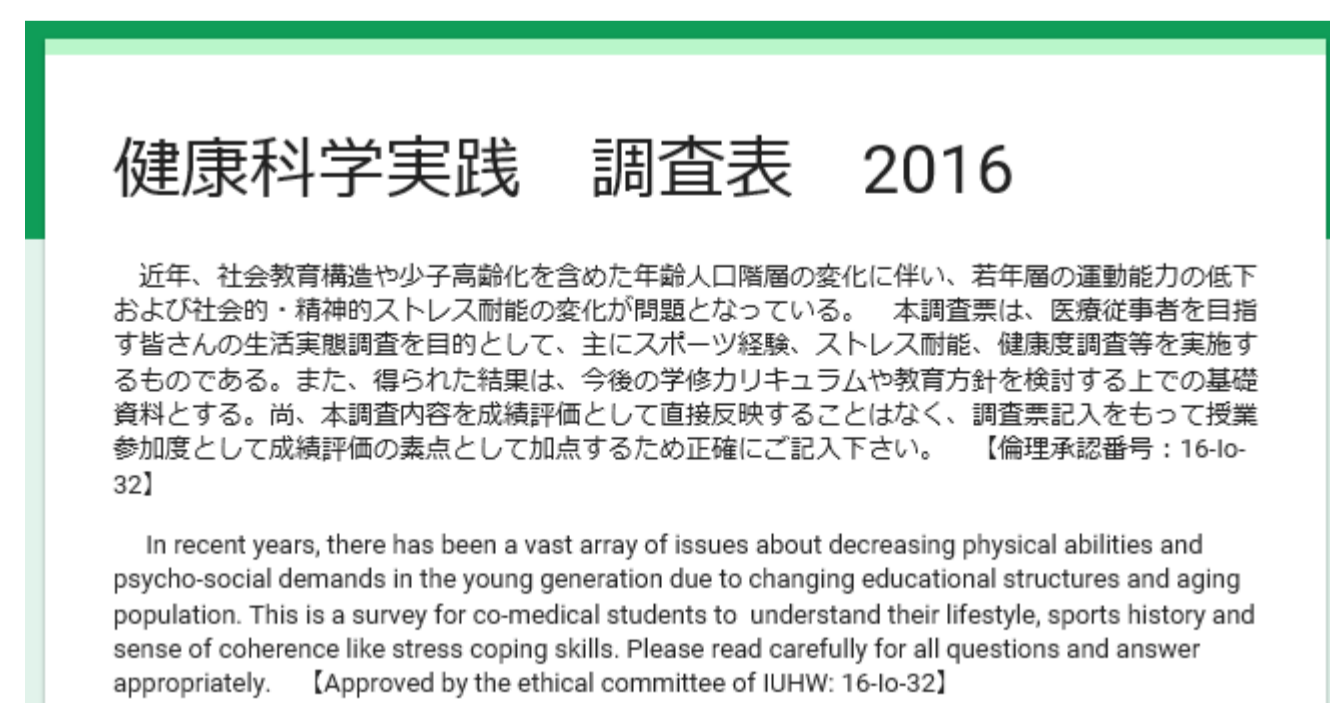
1. 体力テストは、本体育協会が推奨している運動適正テスト(立ち幅跳び、腹筋、上体起こし、5mシャトルラン、5分間走)を実施し、総合得点を記録した。



2. ストレス対処能力は13項目で評価するSOC(Sense of Coherence)を実施し総合得点を記録した。

3. 学生生活・社会環境調査においては質問指標を作成したアンケート調査を実施し得られた結果を記録した。

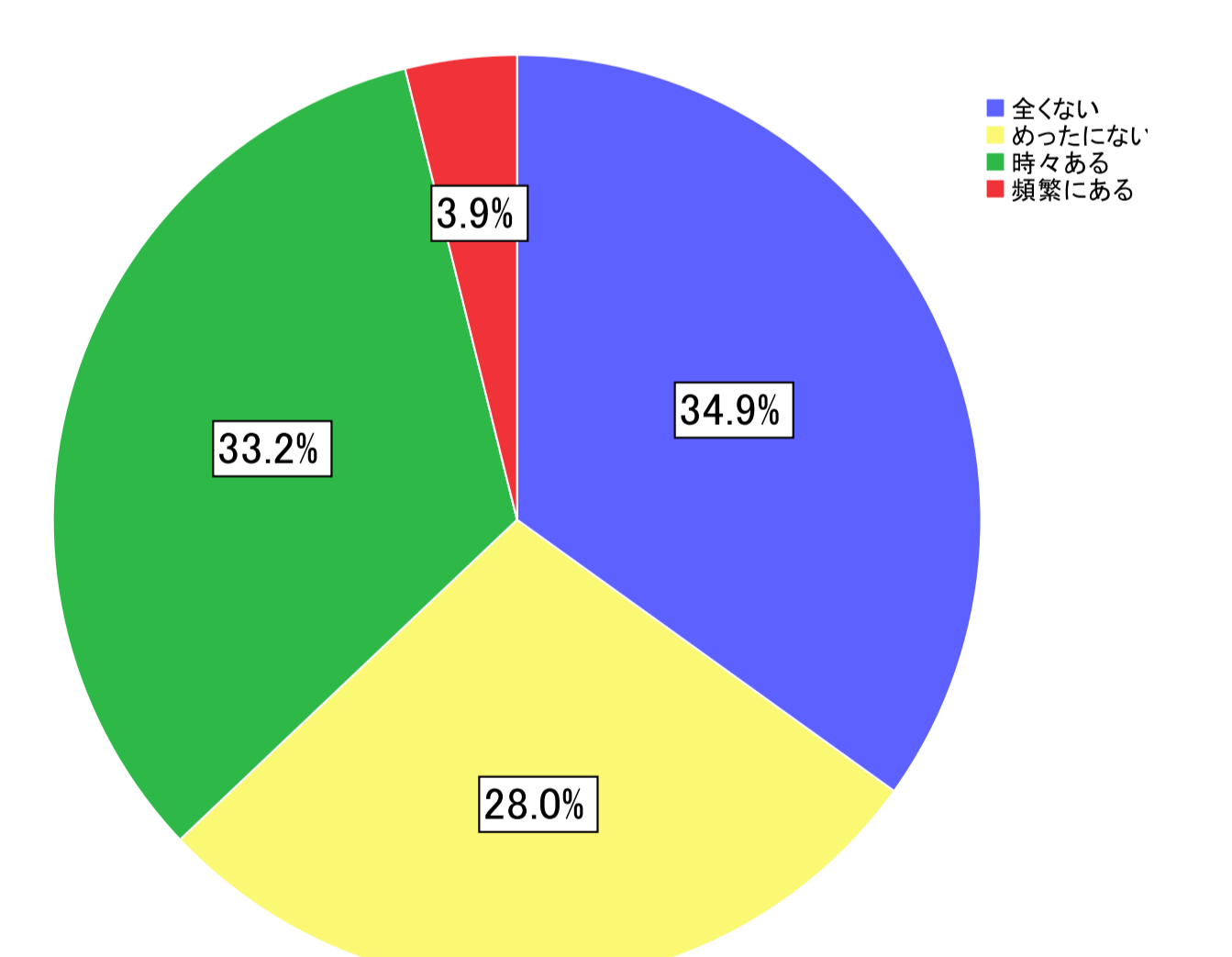
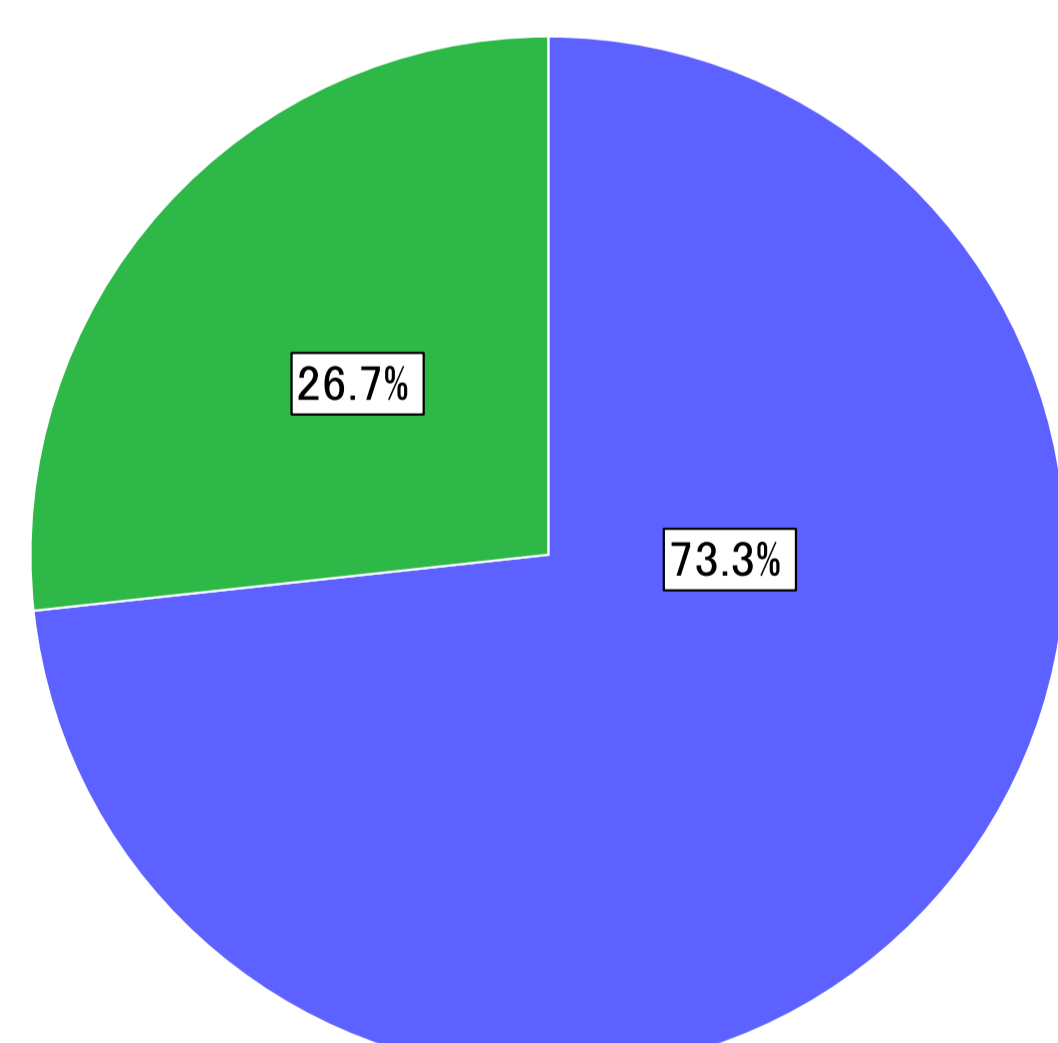
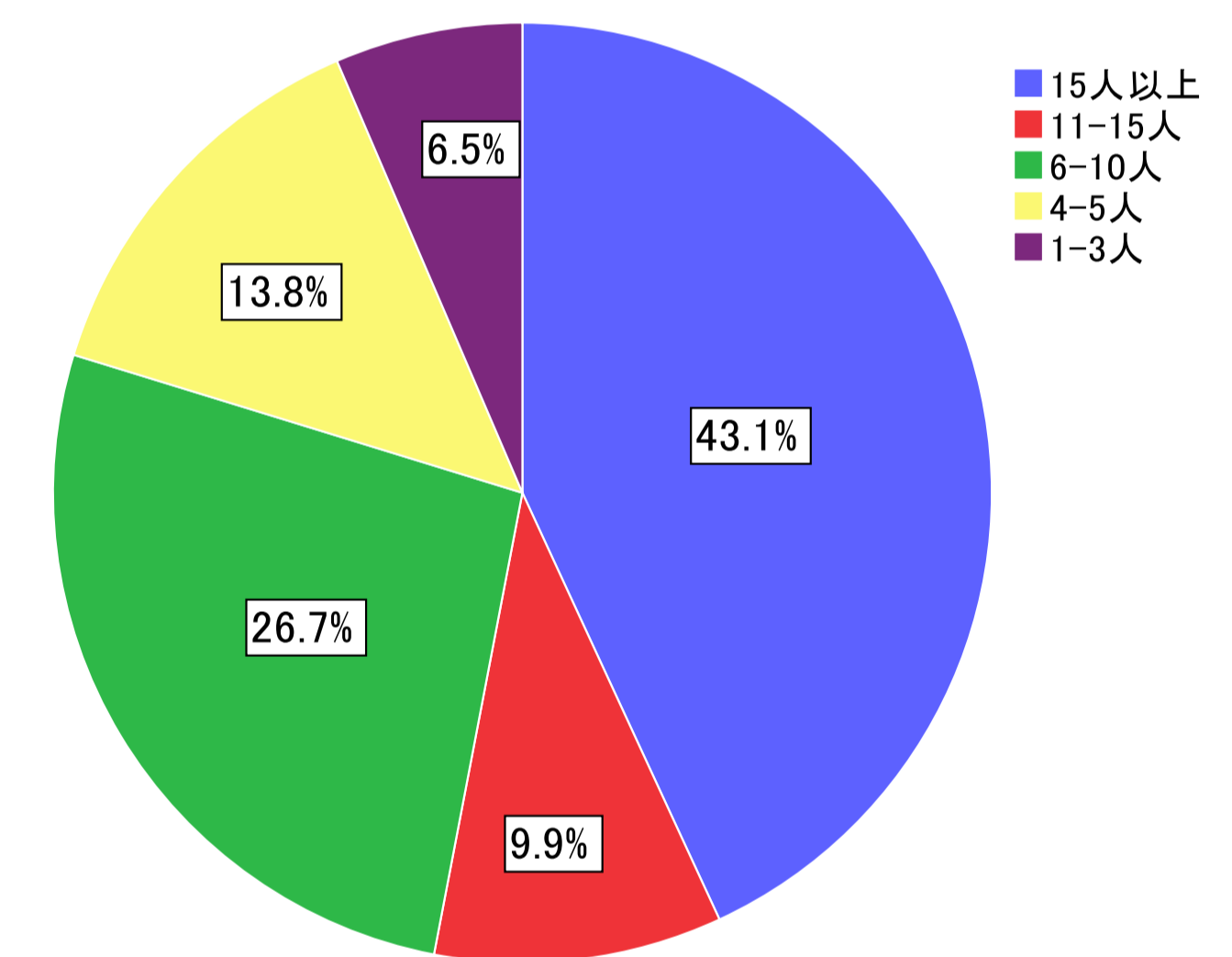
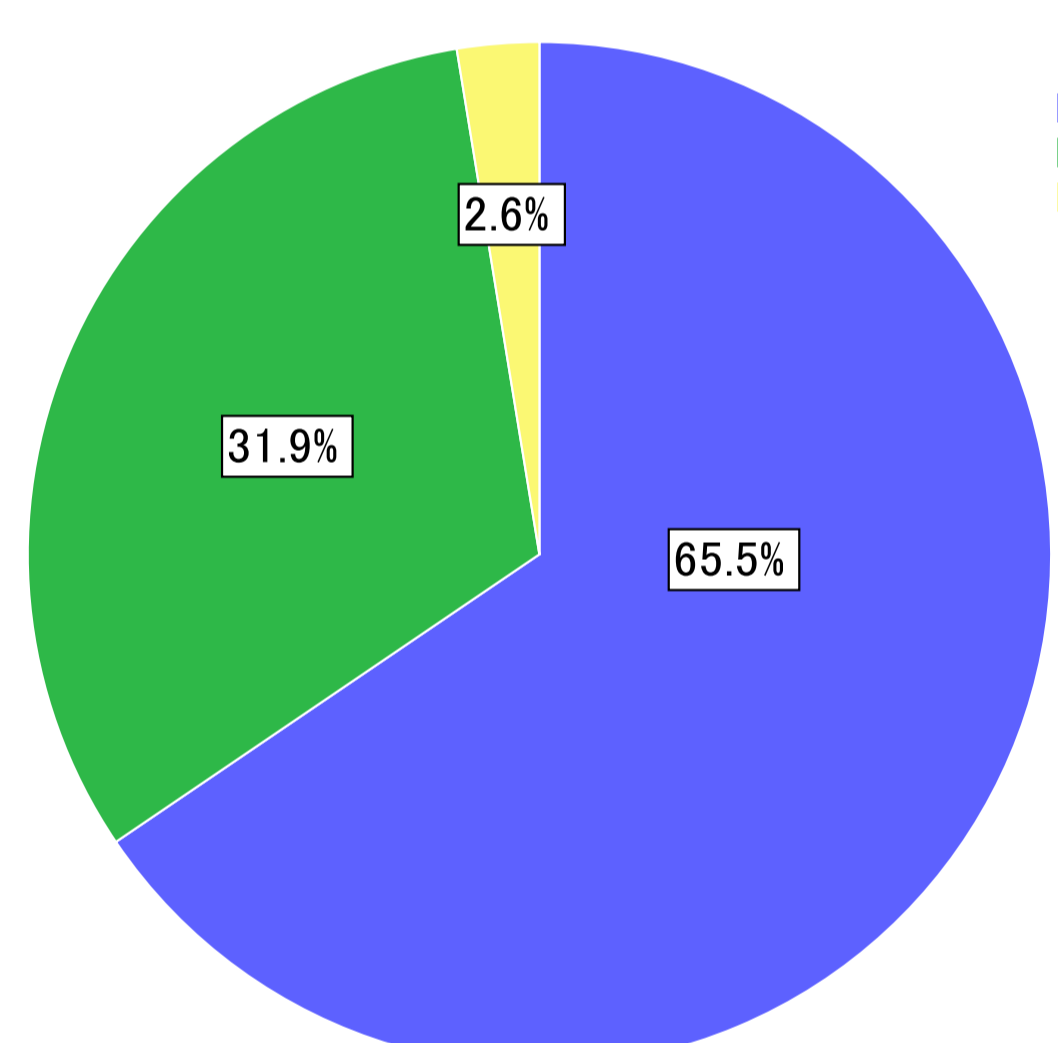
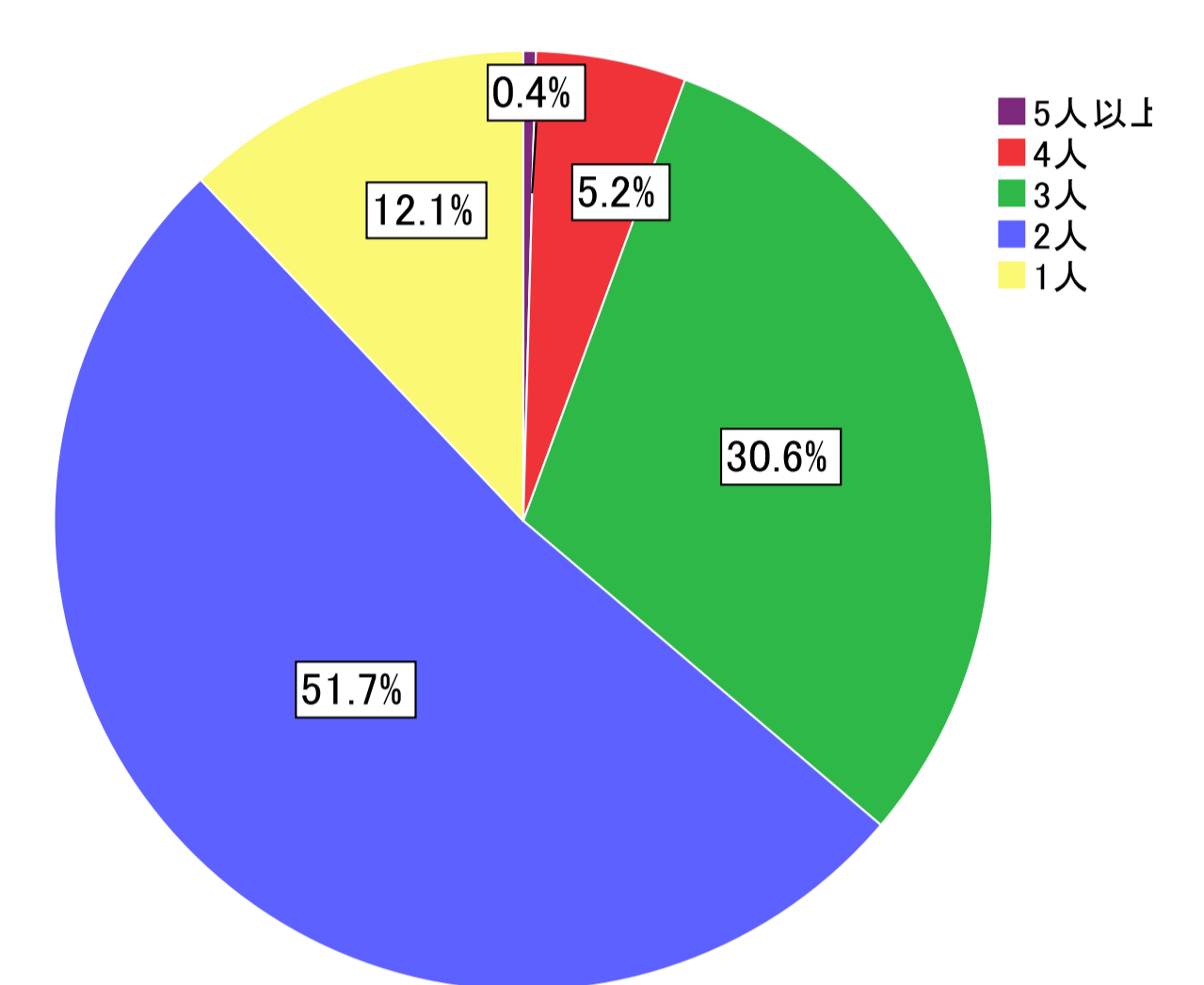
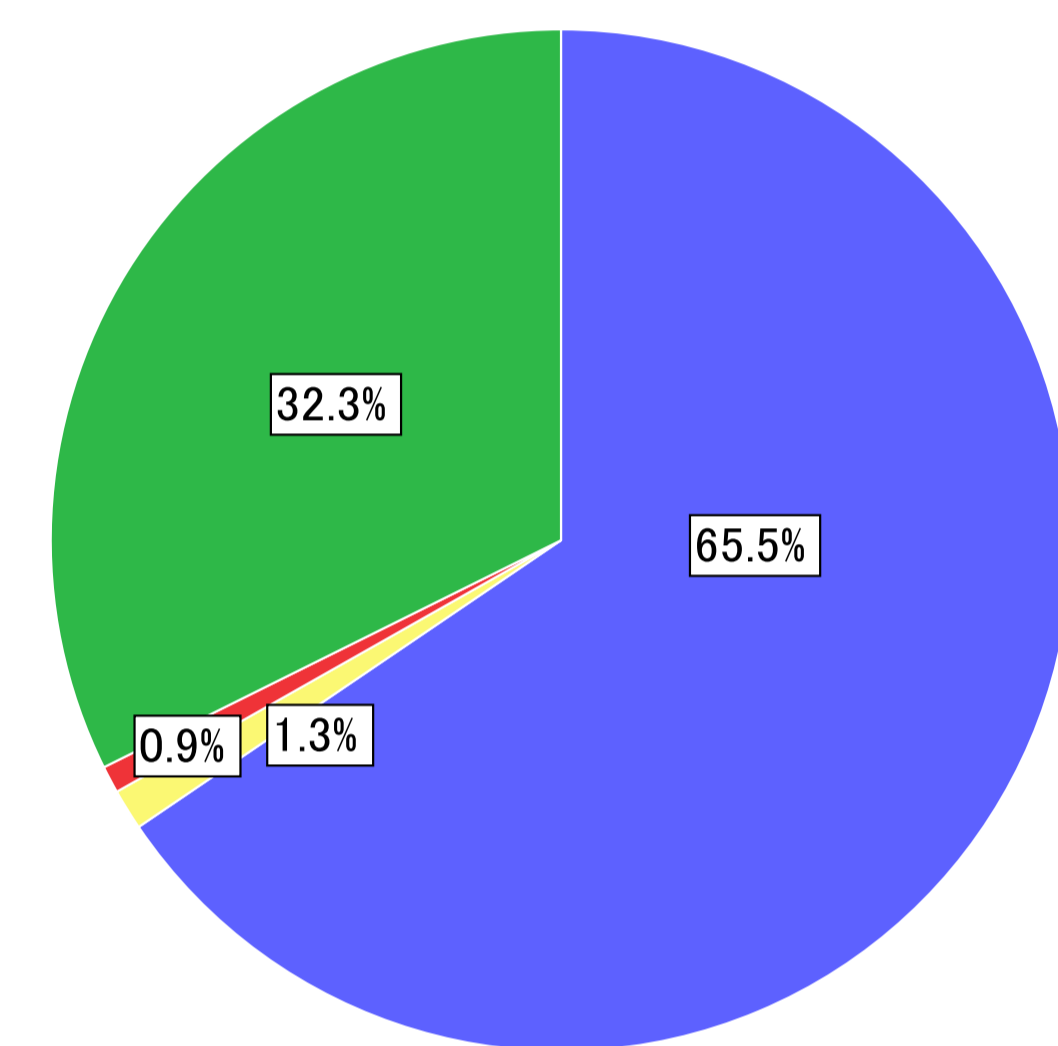
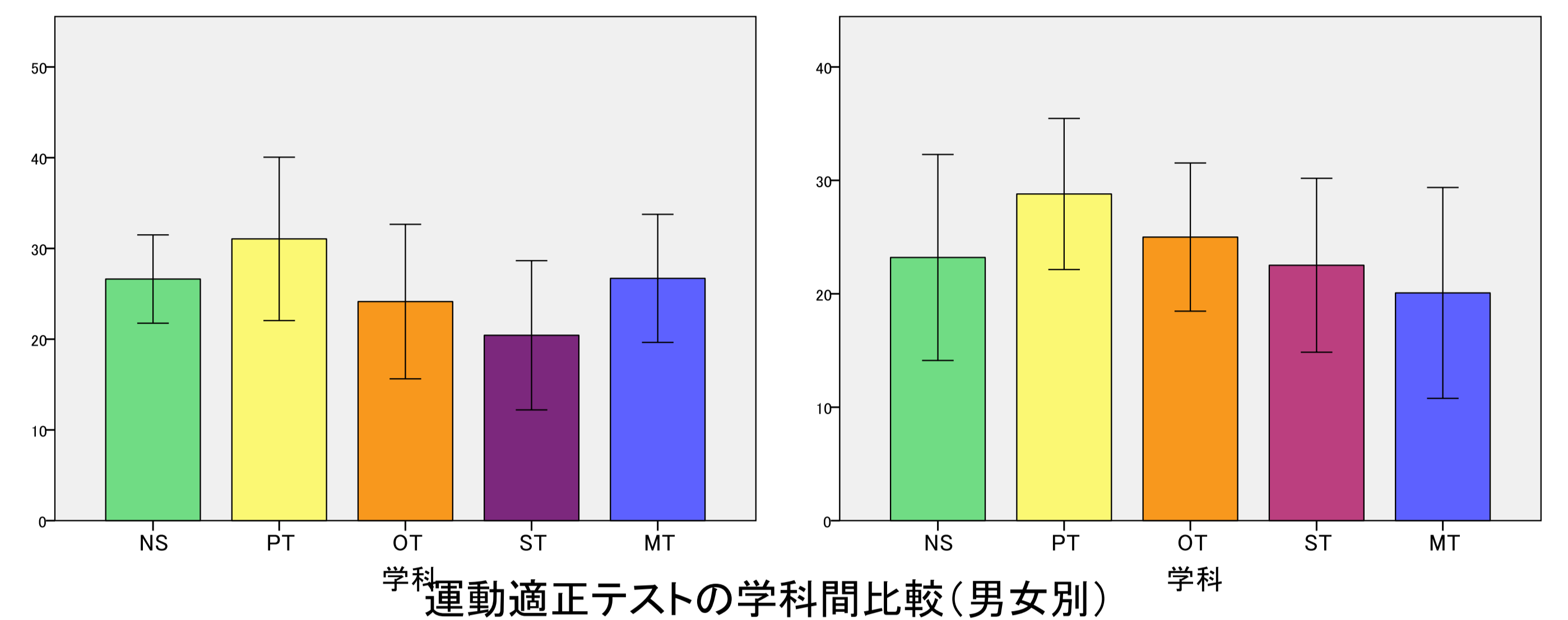
* 全ての記録は対象者が携帯端末を用いてQRコードを読み取り入力を行い、エクセルプレッドシートに反映されたデータを整理した。



4. 統計処理は、Kruskal-Wallis検定を実施し、運動適正テストの男女別評価を行い、学科別要因が総合得点に与える影響を検討した。また、ステップワイズ法を用いた重回帰分析を行い学生生活・社会環境要因がSOCに与える影響を検討した。全ての統計解析はSPSS statistics 24を用い、統計学的有意水準を $p < 0.05$ とした。

尚、本研究は国際医療福祉大学倫理審査委員会の承認のもとで実施された(倫理承認番号:16-10-32)。

【結果】



性別 Gender	平均値	度数	標準偏差
男性	56.54	71	6.160
女性	54.39	161	5.940
合計	55.05	232	6.080

SOC総合得点の比較(男女別)

要因	B	SEB	β	p値	95%CI
学科別	-0.814	0.301	-0.174	0.007	-1.41~-0.22
夜眠れないことがある	-0.935	0.423	-0.141	0.028	-1.77~-0.10
性別	-1.839	0.846	-0.14	0.031	-3.51~-0.17

SOCを従属変数とする生活環境及び社会的要因との重回帰分析(n=232)

【結語】

医療系大学新生の運動適正は各学科により異なること確認された。また、SOC合計平均は一般平均と同等であったが、性別、学科別および睡眠の質との関係性が学生のストレス対処能力に影響を与えていることが確認された。