

D-18 女子学生の健康度に関する研究

青葉学園短大 荒巻 澄子

1. 本研究は現代の青少年の疲労状態を調査し、これを検討して生活指導に役立てることを目的とする。

2. 昭和41年5月下旬から6月上旬にかけて東京都の中学生・高校生・短大生にCMI三重方式による健康調査を計女子530名に、日本産業疲労委員会の自覚症状調査を計女子324名に実施した。調査資料は青少年の発達段階別に分け、なお、CMI三重方式調査では睡眠時間・勉強時間の項目別に検討した。さらに短大生については生活場所による相違、平日と土曜日との相違、エネルギー

消費量との関係等について考察を試みた。

3. CMI三重方式調査においては総体的にみて高校三年生の愁訴数が高い。身体的愁訴数は睡眠時間に反比例し、勉強時間においては中学生では正比例しているが、高校・短大生では一定しない。自覚症状調査においては精神的項目の訴数頻度が高く、神経感覚的訴数頻度は低い。しかし、身体的・精神的・神経感覚的にもすべて高校3年生が一番訴数頻度が高い。つぎに短大生においてはその生活場所が下宿・親戚知人の家に居住する者が自宅・下宿に居住するものより愁訴数が高い。また、平日と土曜日では土曜日の方が低い。エネルギー消費量との関係では愁訴数の多い者が余暇的エネルギーを多く消費している。この結果は余暇のあり方に問題があることを示唆するものと考えられる。