

COVID-19 流行下における高校生アスリートの メンタルヘルスに関する調査報告

代表研究者 仲田 祐介
千葉大学 大学院 医学研究院 精神医学 助教

共同研究者 伊豫 雅臣
千葉大学 大学院 医学研究院 精神医学 教授

共同研究者 矢野 郁明
千葉大学 大学院 医学研究院 精神医学 大学院生

研究要旨

【背景】近年、国際的にアスリートのメンタルヘルスに対する関心は高まっており、わが国においても、成人アスリートのメンタルヘルスの実態把握を目的とする研究は実施されてきている状況であるが、高校年代のアスリートを対象としたメンタルヘルスに関する調査報告は少ない。さらに、2019 年末から続く COVID-19 の流行も高校生のメンタルヘルスに多大な影響を及ぼしていると考えられる。そこで、本研究では COVID-19 流行下における高校生アスリートのメンタルヘルスの実態を明らかにすることを目的にアンケート調査をおこなった。【方法】複数の運動部が全国大会出場経験を有する A 高校の全校生徒を対象に無記名式オンライン調査を、2021 年 3 月、11 月、2022 年 3 月の合計 3 回にわたって実施した。基本属性として、性別、学年、部活動、選抜歴、最高戦績の 5 項目、COVID-19 関連として、PCR 検査の実施、本人の罹患、家族の罹患の有無の 3 項目を設定した。また、選抜歴、最高戦績を用いて、全国大会出場または都道府県選抜以上の経験を持つ競技レベルの高い運動部の生徒を「高校生アスリート」と定義した。また、それ以外の運動部の生徒を「運動部員」と、さらに運動部以外の生徒を「その他」と定義した。心理評価尺度は K6、PHQ-9、GAD-7、高校生レジリエンス評価尺度を評価した。【結果】第 1 回アンケート調査では、1201 名中 1133 名から回答を得て、そのうち 1022 名の有効回答の解析をおこなった。「高校生アスリート」「運動部」「その他」の 3 群で詳細な解析をおこなった。その結果、高校生アスリート群は高ストレス者の割合が低く、レジリエンスは高い傾向がみられたが、第 2 回目、3 回目の調査では高ストレス者の割合は急増していた。【考察】競技レベルの高さはストレス耐性、レジリエンス向上に寄与している可能性が考えられた。しかしながら、第 2 回以降の調査では高校生アスリート群においても高ストレス者の割合が急増しており、長引く COVID-19 流行による活動制限の影響等が示唆された。また、本研究の結果を基盤に高ストレス者や要観察者、危険域の者に対して、担任や顧問の先生と相談した上で、オンラインや直接の面談を行い、メンタルヘルスのサポートを定期的に行っている。また現状では、A 高校のみならず、複数の高校に対しても同様のサポートを行っている。
