

〈原著論文〉

新型コロナウイルス感染症が大学生の健康状態や 精神状態に及ぼす影響

— 3大学間の比較から —

山本 展明^{*1} ・ 向後 礼子^{*2}

Effects of COVID-19 on the Health and Mental Status of University Students

—A comparison among three universities—

(YAMAMOTO Nobuaki ・ KOGO Reiko)

1. はじめに

昨今の新型コロナウイルス（COVID-19）の世界的な大流行は、私たちの生活を一変させるものであった。それまで当たり前に行っていた旅行や帰省、大人数での会食など、感染を拡大させる可能性のある行動には制限が設けられ、マスクの常時着用やアルコールや次亜塩素酸水などによる頻繁な消毒といった従来求められなかったものが当たり前となった。ここで例に挙げたような影響は、社会の隅々にまで及んでおり、この潮流は大学機関においても例外ではなかった。

各大学で、実施期間や詳細な対策に違いはあるが、流行以前に主流であった対面授業から、非対面授業へと「授業形態」が変更され、入構制限、部活動・サークル活動といった課外活動の禁止や制限など様々な対策が講じられた。このような制限は、所属する学生に多大な影響を与えたことは言うまでもない。

これに関して、新型コロナウイルスの流行が学生に与えた影響についての調査・研究は複数存在している。例えば、立命館大学学友会（2020）は「回答者属性」「講義について」「課題について」「教学全般」「学習環境」「学生生活について」「経済状況について」「自由記述」の8セクションに分けてアンケート調査を行い、その結果を報告している。また、伊藤・栗本・白水（2021）は、1大学の全学生・院生に対して、コロナ禍におけるストレスと、それに伴う大学

*1 奈良教育大学ESD・SDGsセンター・特任助教 〔キーワード〕 新型コロナウイルス感染症、健康

*2 近畿大学教職教育部教授 状態、精神状態、大学間比較

生活についての意識を明らかにすることを目的に、アンケート調査を行い、学部1年生が大学生活に強い不安や戸惑いを感じていること、下宿をする学生が大きなストレスに晒されていることを報告している。このように、様々な大学が学生を対象に、“新型コロナウイルスが大学生に与える影響”について研究をおこなっているが、これらの研究をもって“大学生に与える影響”といえるのかについては疑問が残る。なぜなら、調査対象としている大学の大学生に与えた影響とは言えるが、1校のみを対象に行われた結果に関して、広く“大学生”というほど一般化することは難しい。また、大学の規模や、特色による違いは無視できない。加えて、質問項目がそれぞれ異なることから、直接的に大学間比較をすることも難しい。特にコロナ禍では、対象となる大学生の置かれている状況は刻々と変化しているものなので、調査時期によって回答が異なる場合もあると考えられる。

その後、新型コロナウイルスへの対応は変化し、2023年に入ってから、特に見直しが加速する流れとなった。たとえば、これまで屋内でのマスクは原則着用¹とされていたものが、2023年3月13日以降は個人の自由に委ねられることとなったことは、対策の軟化傾向を示すものとして顕著である(厚生労働省 a, 2023)。そして、2023年5月8日より新型コロナウイルスの分類が、これまでの「新型インフルエンザ等感染」という分類から「5類感染症」へと引き下げられた(厚生労働省 b, 2023)。これを受け、基本的に個人に対する行動規制は原則としてなくなった。

したがって、現時点での大学生の置かれている状況について改めて検討する必要がある。

2. 目的

本研究では、新型コロナウイルス感染症下におけるマスクの着用が個人の自由に委ねられてからの大学生の健康状態、精神状態、感染への不安や感染予防について、規模や特色の異なる3つの大学を対象とし、同時期に同一項目を用いた調査を行い、大学間で差が認められるかどうかについて検討する。

3. 方法

(1) アンケート対象と調査項目

1 屋外のマスク着用については、2022年5月の時点で、着用の必要がないことが政府より示されている。また、屋内のマスク着用についても、身体距離が2m以上確保できる場合において会話を行わない場合は、着用の必要がないことが示されている(厚生労働省, 2022)。

① アンケート対象

アンケート対象とした大学の規模と特色、調査期間を表1に示し、各大学の新型コロナ対策に関しては表2にまとめた。

表1 アンケート調査対象となる大学の特徴

	在学者数(学部生)	学部数	共学/女子大学	調査期間
A大学	約35,000人	15学部	共学	2023年6月26日～7月24日
B大学	約2,000人	4学部	女子大学	2023年6月26日～7月24日
C大学	約1,500人	3学部	共学	2023年6月26日～7月24日

表2 調査対象大学毎の新型コロナウイルス対策

学校名		A大学	B大学	C大学
学生の入構について	全面入構禁止	令和2年度全般 ※「令和3年度から、学生をキャンパスに呼び戻し、キャンパス内での教育・研究活動を実施することを目指して準備を進めています」と記載されていることから、令和2年度は学生の入構規制、授業のメディア授業等の非対面形式の授業が継続して行われていたことがわかる。また令和2年度の初頭は一部の学部や院生の研究活動は制限つきで入構が認められていた。	令和2年4月初旬～令和2年5月中旬	令和2年4月中旬～令和2年5月下旬
	入構制限	<ul style="list-style-type: none"> ・重度の制限あり(人数制限の制約のもと、研究や一部施設の使用の際のみ入構可能) 令和3年4月中旬～令和3年6月下旬 令和3年8月初旬～令和3年10月初旬 ・中度の制限あり(特に重要と認められた授業の受講、施設の解放時間短縮など) 令和3年6月下旬～令和3年7月下旬 令和4年1月下旬～令和4年3月下旬 ・軽微な制限あり(教室の人数制限方針や体調不良者の通学を控える等) 令和3年10月初旬～令和3年11月初旬 ・入構抑制なし(十分な感染症対策を行う以外の制限なし) 令和3年11月初旬～令和4年1月下旬 	<ul style="list-style-type: none"> ・対面授業に参加する学部生や大学院生は入構可能。ただし、緊急事態宣言が発出されている地域在住の者や、その地域を通学経路とする者は入構禁止 令和2年5月中旬～令和2年6月初旬 ・学部生に対し、不要不急の入構は避けるように促されるが入構可能 令和2年6月初旬～令和3年10月下旬から令和4年10月下旬までの間どこか <p>※令和3年5月下旬時点では、学部生に対する不要不急の入構を避けるように促されているが、令和4年10月中旬時点では学部生も無規制で入構が許可されている。しかしながら、途中文書が公開されていないため、規制緩和の詳細時期は不明。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・風邪症状や37.5度以上の発熱、呼吸症状のある者は入構禁止 令和2年3月初旬～令和4年4月中旬 ・原則入構禁止(やむを得ないと教職員が認め、許可された者は入構が可能) 令和2年5月下旬～令和2年6月中旬まで ・マスク着用と三密回避を遵守した上で学生の入構が許可 令和2年6月中旬～令和3年1月中旬 ・事務手続き、面談、指導があり担当教職員の指示を受けた者以外入構禁止 令和3年1月中旬～令和3年2月下旬 令和3年4月中旬～令和3年6月下旬 令和3年8月初旬～令和3年9月下旬 ・感染予防や感染拡大防止の対策を講じた上で、学生の入構を許可 令和3年3月初旬～令和3年4月中旬 令和3年6月下旬～令和3年8月初旬 令和3年10月初旬～令和5年5月初旬
	通常通りの入構 ※マスク着用が個人の判断に委ねられることとなったことを基準とする	令和5年4月初旬以降	令和5年5月初旬以降	令和5年5月初旬
授業形態について	休講(原則キャンパス立ち入り禁止期間)	令和2年4月初旬～令和2年5月中旬	休講期間 なし	令和2年4月初旬から令和2年4月下旬
	メディア授業	メディア授業のみ 令和2年5月初旬～令和3年10月初旬	メディア授業のみ 令和2年4月中旬～令和2年5月中旬	メディア授業のみ 令和2年4月下旬～令和2年6月中旬 令和3年1月中旬～令和3年3月下旬
	メディア授業/対面授業	・メディア授業と対面授業の併用 期間: 令和3年10月初旬～令和5年3月下旬	<ul style="list-style-type: none"> ・メディア授業主体(演習・実験・実習に限り対面授業) 令和2年5月中旬～令和2年10月初旬 ・メディア授業と対面授業の併用 令和2年10月初旬～令和5年5月初旬 	<ul style="list-style-type: none"> ・メディア授業主体(演習、実技、実習科目に限り対面授業) 令和2年6月中旬～令和3年1月中旬 ・原則遠隔授業(代替が効かないもの限り、一部対面も開講された) 令和3年4月中旬～令和3年6月下旬 令和3年8月初旬～令和3年10月初旬
	原則対面授業	・原則対面授業(学習効果を高めることを目的にメディア授業も取り入れる方針) 令和5年4月初旬以降	・原則対面授業(必要に応じてメディア授業も取り入れる方針) 令和5年5月初旬以降	<ul style="list-style-type: none"> ・原則対面授業(一部は遠隔授業もあり) 令和3年4月初旬～令和3年4月中旬 令和3年6月下旬～令和3年8月初旬 令和3年10月初旬～令和4年5月下旬 ・対面授業のみ 令和4年5月下旬以降

また調査対象者は、A 大学145名（女性53名、男性90名：回答では自認する性について尋ねた。男性・女性以外の回答は2名）、B 大学85名（女性85名）、C 大学169名（女性73名、男性92名：回答では自認する性について尋ねた。男性・女性以外の回答は4名）であった。本調査は、Google フォームを用いて実施した。

② 調査項目

2023年度に実施された「新型コロナウイルス感染症拡大が学生に与える影響に関する調査（以下、2023年度調査）」は、2020年度調査（熊本，2020）のうち、主に「自分の健康状況」「ストレスを含む精神状態」「感染への不安や感染予防」の3点に焦点を当てて調査を行うこととした。

ただし、「感染への不安や感染予防」の10項目については、マスクの着用が個人の判断になったことを踏まえて、5項目を選択した。また、「マスクの着用が個人の判断になったことで気持ちに変化はありましたか？」という項目を追加し、変化があったと回答した場合は、自由記述を求めた（記述は任意）。調査項目は表3にまとめた通りである。

表3 分析対象としたアンケート項目

1. 過去3ヵ月のあなたの健康状況は？	
2. 過去3ヵ月のあなたの精神状態（ストレス）は？	
3. マスクの着用が個人の判断になった後の「自分の健康状態」について、あなたはどのように思いますか？	3-1. 運動不足により体力の衰えや体調不良を抱えている 3-2. 筋力の低下や体重の増加がある 3-3. オンライン授業等による目の疲れがある 3-4. 以前より頭痛がひどくなっている 3-5. 以前より腰痛がひどくなっている 3-6. 以前より睡眠不足になっている
4. マスクの着用が個人の判断になった後のあなたの「精神状態（ストレスを含む）」について、どう思いますか？	4-1. 眠りが浅くなっている（寝付きが悪くなっている） 4-2. 感情のコントロールが難しくなっている 4-3. 自己肯定感が低下している 4-4. モチベーションが低くなっている 4-5. だるいと感じることが増えている 4-6. イライラすることが増えている 4-7. 物事に集中しにくくなっている 4-8. 憂鬱に感じる日が増えている
5. 「感染への不安や感染予防」について、あなたはどのように思いますか？	5-1. 感染への不安を抱えながら生活している 5-2. 感染への不安から外出や移動が自由にできなくなっている 5-3. 感染対策や衛生管理を意識しながら生活している 5-4. 周囲の人間が感染に対して神経質・敏感になっているのを感じる 5-5. 感染に対して自分が周囲の人間に神経質・敏感になっている
6. マスクの着用が個人の判断になったことで気持ちに変化はありましたか？	

4. 結果と考察

(1) 男女差による回答傾向の比較

今回対象とした大学のうち、一つは女子大学であった。ここで留意しなければならないのは、男女の差が3大学間比較に影響を及ぼすのかについてである。新型コロナウイルスにおける影響が男女に差を生じさせるについてはいくつも議論が存在する。例えば、ヘルスケア製品や医療機器などを扱う電子機器メーカーである Royal Philips の報告 (Philips, 2021) によると、新型コロナウイルスの流行は人間の睡眠に関して悪影響を及ぼしており、この影響は特に女性に大きいことが指摘されている。また、小橋・杉岡・山内・松本・織田・鈴木 (2023) は、東海地方の国立大学 (1校) の2年生以上の学部生を対象に、コロナ禍における学生のメンタルヘルスについて報告しているが、その報告の中で女性の方が男性よりも不安を感じる傾向にあることを報告している。

そのため、3大学間で比較を行う前に、男女差がどの程度回答に影響する可能性があるのかについて検討する必要がある。

過去3ヵ月の健康状態と精神状態について男女差を比較した。 χ^2 検定を行った結果、図1に示すように精神状態に関して有意差が認められた ($\chi^2(3)=12.037, p < 0.01$) ため、残差分析を行った。その結果、自認する性が女性である者 (以下、女性) は、過去3ヵ月の精神状態 (ストレス) について「悪化している」という回答が自認する性が男性である者 (以下、男性) より多く (調整済み残差: 2.7 / $p < 0.01$ 水準で有意)、「改善している」という回答が少

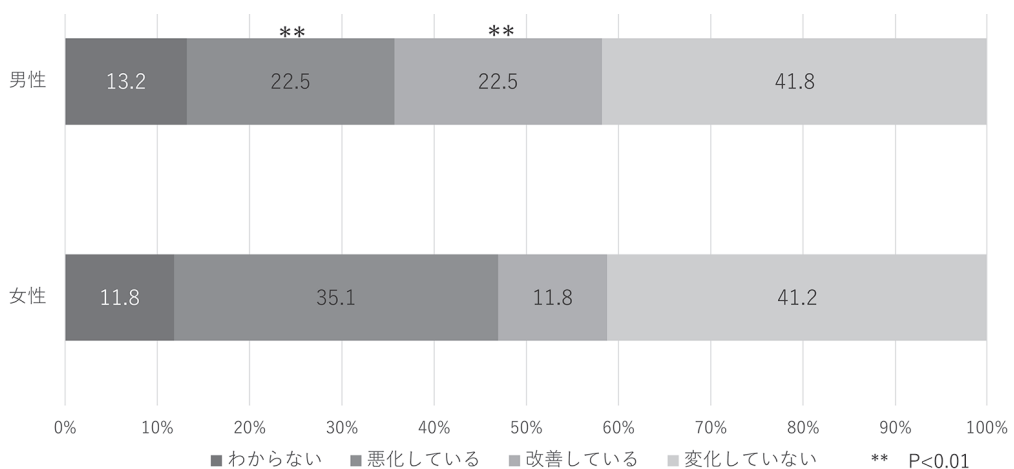


図1 過去3ヵ月のあなたの精神状態 (ストレス) は？

なかった（調整済み残差：-2.8 / $p < 0.01$ 水準で有意）。

次に、健康状態6項目、精神状態8項目、感染不安5項目についての男女差についての分析を行った。その結果、表4～表6に示された通り、「以前より頭痛がひどくなっている」と「感情のコントロールが難しくなっている」を除き、19項目中17項目で有意差が認められなかった。

表4 健康状態6項目の男女差

マスクの着用が個人の判断になった後の「自分の健康状態」について、あなたはどのように思いますか？	Pearson の カイ2乗：値	自由度	漸近有意確率 (両側)
3-1. 運動不足により体力の衰えや体調不良を抱えている	4.417	3	0.220
3-2. 筋力の低下や体重の増加がある	0.228	3	0.973
3-3. オンライン授業等による目の疲れがある	10.217	3	0.017
3-4. 以前より頭痛がひどくなっている	12.897	3	0.005
3-5. 以前より腰痛がひどくなっている	1.184	3	0.757
3-6. 以前より睡眠不足になっている	7.339	3	0.062

表5 精神状態8項目の男女差

マスクの着用が個人の判断になった後のあなたの「精神状態（ストレスを含む）」について、どう思いますか？	Pearson の カイ2乗：値	自由度	漸近有意確率 (両側)
4-1. 眠りが浅くなっている（寝付きが悪くなっている）	0.521	3	0.914
4-2. 感情のコントロールが難しくなっている	12.407	3	0.006
4-3. 自己肯定感が低下している	5.253	3	0.154
4-4. モチベーションが低くなっている	7.794	3	0.050
4-5. だるいと感じることが増えている	7.643	3	0.054
4-6. イライラすることが増えている	7.202	3	0.066
4-7. 物事に集中しにくくなっている	4.923	3	0.178
4-8. 憂鬱に感じる日が増えている	4.831	3	0.185

表6 感染不安5項目の男女差

「感染への不安や感染予防」について、あなたはどのように思いますか？	Pearson の カイ2乗：値	自由度	漸近有意確率 (両側)
5-1. 感染への不安を抱えながら生活している	5.042	3	0.169
5-2. 感染への不安から外出や移動が自由にできなくなっている	0.815	3	0.846
5-3. 感染対策や衛生管理を意識しながら生活している	8.938	3	0.030
5-4. 周囲の人間が感染に対して神経質・敏感になっているのを感じる	0.585	3	0.900
5-5. 感染に対して自分が周囲の人間に神経質・敏感になっている	6.167	3	0.104

なお、有意差が認められた 2 項目について残差分析を行った結果、「以前より頭痛がひどくなっている」に関しては、男性の「そう思わない」という回答は女性より多かった（調整済み残差：3.0 / $p < 0.01$ 水準で有意）。

「感情のコントロールが難しくなっている」に関しては、男性の「そう思わない」という回答は女性より多く（調整済み残差：2.6 / $p < 0.01$ 水準で有意）「そう思う」という回答は少なかった（調整済み残差：-3.0 / $p < 0.01$ 水準で有意）。

以上のように、健康状態と精神状態の各 1 項目に男女差が認められた。頭痛に関しては Maleki, N., Linnman, C., Brawn, J., Burstein, R., Becerra, L., and Borsook, D. (2012) の報告をみると、新型コロナウイルスの流行以前から偏頭痛有病率が男性よりも女性の方が多いことがわかる。また、小橋ら (2023) は、抑うつや不安、ソーシャル・サポート、ストレス反応が男性よりも女性に多く見られることは、新型コロナウイルス流行以前の先行研究においても見られる傾向であることを指摘している。

このことから頭痛や感情面での起伏に関する性差は、新型コロナウイルス以前にも見られるものであるため、本研究における 2 項目に関して生じた性別間の有意差に、新型コロナウイルスの流行が特徴的に影響を及ぼしているとは考えられない。

そのため、健康状態や精神状態に関する一部項目に男女差が生じるという点について、大学間比較をする際には留意する必要があるものの、本研究において男女を同群として分析することが可能といえよう。

(2) 3 大学間比較

① 健康状況と精神状態について

(1)で検討した結果に基づき、過去 3 ヶ月の健康状況と精神状態について 3 大学間で比較を行った。 χ^2 検定を行った結果、過去 3 ヶ月の健康状況に関して、有意差は認められなかった。一方、精神状態に関して有意差が認められた ($\chi^2(6) = 17.950, p < 0.01$) ため、残差分析を行った。その結果、「変化していない」という回答が A 大学生に多く（調整済み残差：3.0 / $p < 0.01$ 水準で有意）、C 大学生に少なかった（調整済み残差：-3.7 / $p < 0.01$ 水準で有意）。「改善している」「悪化している」という項目に有意差は見られなかった（図 2）。

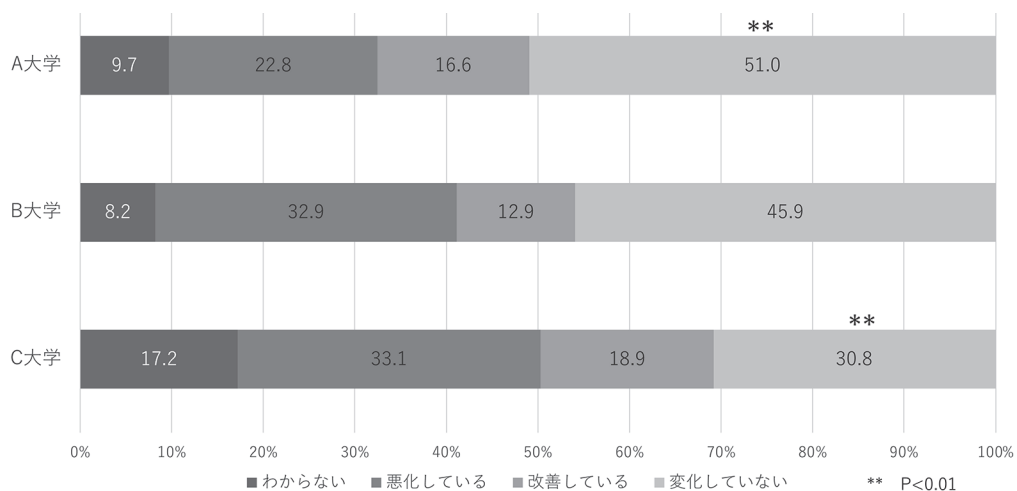


図2 過去3ヵ月のあなたの精神状態（ストレス）は？

② 健康状態・精神状態（ストレスを含む）・感染への不安や感染予防について

健康状態6項目、精神状態（ストレスを含む）8項目、感染への不安や感染予防5項目、計19項目について3大学間で比較を行った。その結果、表7～表9に示した通り、19項目中15項目で有意差が認められなかった。有意差が認められたのは、健康状態に関する1項目（「オンライン授業等による目の疲れがある」）、精神状態（ストレスを含む）に関する3項目（「眠りが浅くなっている（寝つきが悪くなっている）」「だるいと感じることが増えている」「憂鬱に感じる日が増えている」）であり、感染への不安や感染予防に関する項目では有意差が認められなかった。なお、有意差が認められた項目に関しては、表10にまとめた。

表7 健康状態6項目（3大学比較）

マスクの着用が個人の判断になった後の「自分の健康状態」について、あなたはどのように思いますか？	Pearson のカイ2乗：値	自由度	漸近有意確率（両側）
3-1. 運動不足により体力の衰えや体調不良を抱えている	16.332	6	0.012
3-2. 筋力の低下や体重の増加がある	7.803	6	0.253
3-3. オンライン授業等による目の疲れがある	20.616	6	0.002
3-4. 以前より頭痛がひどくなっている	16.907	6	0.010
3-5. 以前より腰痛がひどくなっている	6.501	6	0.369
3-6. 以前より睡眠不足になっている	11.726	6	0.068

表 8 精神状態 8 項目 (3 大学比較)

マスクの着用が個人の判断になった後のあなたの「精神状態 (ストレスを含む)」について、どう思いますか?	Pearson の カイ2乗:値	自由度	漸近有意確率 (両側)
4-1. 眠りが浅くなっている (寝付きが悪くなっている)	20.804	6	0.002
4-2. 感情のコントロールが難しくなっている	10.245	6	0.115
4-3. 自己肯定感が低下している	15.394	6	0.017
4-4. モチベーションが低くなっている	6.665	6	0.353
4-5. だるいと感じることが増えている	21.18	6	0.002
4-6. イライラすることが増えている	15.412	6	0.017
4-7. 物事に集中しにくくなっている	13.19	6	0.040
4-8. 憂鬱に感じる日が増えている	20.184	6	0.003

表 9 感染不安 5 項目 (3 大学比較)

「感染への不安や感染予防」について、あなたはどのように思いますか?	Pearson の カイ2乗:値	自由度	漸近有意確率 (両側)
5-1. 感染への不安を抱えながら生活している	12.800	6	0.046
5-2. 感染への不安から外出や移動が自由にできなくなっている	12.884	6	0.045
5-3. 感染対策や衛生管理を意識しながら生活している	14.117	6	0.028
5-4. 周囲の人間が感染に対して神経質・敏感になっているのを感じる	10.625	6	0.101
5-5. 感染に対して自分が周囲の人間に神経質・敏感になっている	13.531	6	0.035

表10 3 大学間比較において有意差が認められた項目

3-3. オンライン授業等による目の疲れがある	$\chi^2(6) = 20.616, p < 0.01$
4-1. 眠りが浅くなっている (寝つきが悪くなっている)	$\chi^2(6) = 20.804, p < 0.01$
4-5. だるいと感じることが増えている	$\chi^2(6) = 21.180, p < 0.01$
4-8. 憂鬱に感じる日が増えている	$\chi^2(6) = 20.184, p < 0.01$

これらの 4 項目に関しては、残差分析を行った。その結果は以下の通りである。

まず、健康状態に関する項目である「オンライン授業等による目の疲れがある (図 3)」において、C 大学生は「そう思わない」という回答が、他の 2 大学生よりも多く (調整済み残差: 2.7 / $p < 0.01$ 水準で有意)、「そう思う」という回答が少なかった (調整済み残差: -3.5 / $p < 0.01$ 水準で有意)。このような結果が得られた背景には、大学間での授業形態の違いが関係していると考えられる。表 2 で示した通り、A 大学と B 大学では現在もオンライン授業が併用

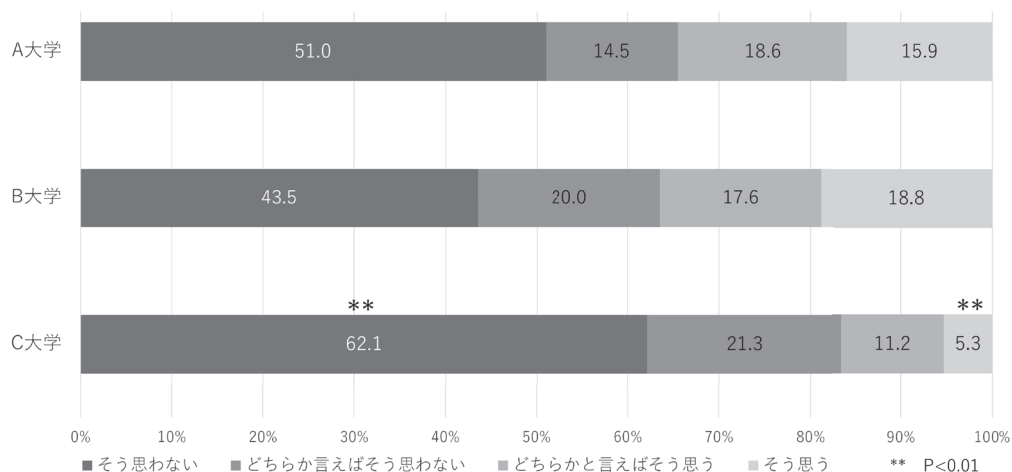


図3 3-3 オンライン授業等による目の疲れがある

されている。一方で、C大学は回答時の1年以上前にはすでに対面授業のみへと変更され、オンライン授業が停止されている。換言すると、C大学生は他の2大学生よりも、授業の受講に関しては、長時間PC画面やスマートフォンを注視する時間が少なかったことを意味する。

大学における1コマの講義時間は90分が標準であるため、オンライン授業の場合、学生はPCやスマートフォンなどの画面を90分間注視する必要がある。若杉(2021)は、コロナ禍においてスマートフォンやPCといった眼を酷使するデジタル機器を使用する時間が増えたことで、デジタル眼精疲労を訴える者が少なくないと指摘している。これが、C大学生が他の2大学生よりも、目にかかる負担を感じていない傾向にあることの原因であると考えられる。

次に、精神状態に関する3項目についての結果を示す(図4)。

①「眠りが浅くなっている(寝つきが悪くなっている)」: B大学生は「そう思う」が少なかった(調整済み残差: $-2.7 / p < 0.01$ 水準で有意)。また、C大学生は「そう思う」多く(調整済み残差: $2.9 / p < 0.01$ 水準で有意)、「そう思わない」という回答が少なかった(調整済み残差: $-3.7 / p < 0.01$ 水準で有意)。

②「だるいと感じることが増えている」: A大学生は「そう思わない」、B大学生は「どちらかと言えばそう思わない」、C大学生は「そう思う」という回答が、それぞれに多かった(A大学生: 調整済み残差: $2.9 / p < 0.01$ 水準で有意, B大学生: 調整済み残差: $2.7 / p < 0.01$ 水準で有意, C大学生: 調整済み残差: $3.3 / p < 0.01$ 水準で有意)。

③「憂鬱に感じる日が増えている」: A大学生は、「そう思わない」という回答が多く(調整

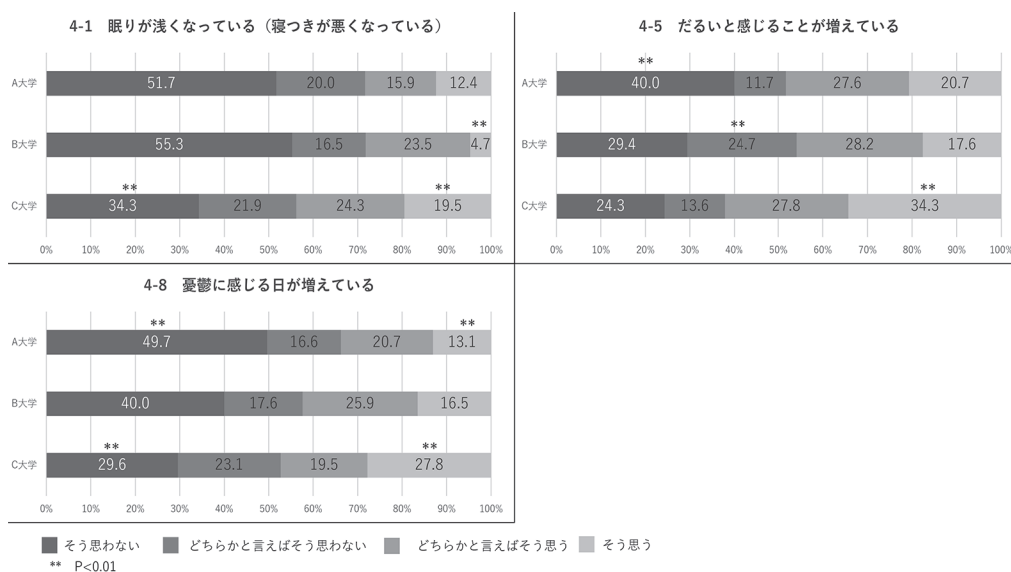


図4 有意差が認められた精神状態に関する3項目

済み残差: 3.3 / $p < 0.01$ 水準で有意)、「そう思う」という回答が少なかった (調整済み残差: -2.6 / $p < 0.01$ 水準で有意)。C 大学生は、「そう思わない」という回答が少なく (調整済み残差: -3.3 / $p < 0.01$ 水準で有意)、「そう思う」という回答が多かった (調整済み残差: 3.3 / $p < 0.01$ 水準で有意)。

ここで示された通り、C 大学生が他の 2 大学生に比べ、眠りが浅く、だるいと感じることや、憂鬱を感じる日が増えている者の数が有意に多かった。このことから、C 大学生が他の 2 大学生に比べ、精神状態が一部良好ではない傾向にあることがわかる。今回の調査では、その背景を明らかにすることはできなかったが、3 大学間で明確な傾向が認められたのはこの点のみであった。

③ マスクの着用が個人の判断になったことによる気持ちの変化

「マスクの着用が個人の判断になったことで気持ちに変化はありましたか?」に関して、 χ^2 検定を行った結果、有意な差が認められた ($\chi^2(2) = 43.779$, $p < 0.01$) ため、残差分析を行った。その結果、「変化があった」という回答は、B 大学生に多く (調整済み残差: 6.5 / $p < 0.01$ 水準で有意)、C 大学生に少なかった (調整済み残差: -3.9 / $p < 0.01$ 水準で有意)。

この結果は、他の 2 大学生に比べ、C 大学生がマスクの着用が個人の判断に委ねられてから

も、気持ちの変化があると感じている割合が少ないことを示している。

(3) 自由記述

マスクが個人の自由に委ねられたことについての自由記述による回答は、「肯定的」「否定的」「肯定・否定の混合」の3つに大別された。自由記述は3大学合計で129件あり、肯定的な回答は73件、否定的な回答は37件、肯定・否定の混合は9件であった(分類不能な回答は省く)。

肯定的な回答については、“気持ちの明るさ・開放感”、“呼吸のしやすさや快適さ”、“コミュニケーションのとりやすさ”、“元の生活に戻った安堵感”、“マスクを外せることへの純粹な喜び”といった内容が含まれていた。マスクを外してもいいという現在の状況が、息の辛さの解消といった物理的な生活の快適さや気分が明るくなったり、圧迫感がなくなったりといった精神的な開放感を感じさせるとともに、表情が読み取りやすくなったことなどに起因する友人間のコミュニケーションの行いやすさなどのポジティブな影響を与えている。

また否定的な回答については、“健康面や感染リスクによる不安”、“周りの目を気にする(見た目やつけることに対して強制されることの嫌さ)”、“マスクを外すことへの漠然とした不安”といった内容が含まれていた。持病を持っていることや、未だ新型コロナウイルスの流行が完全に収めていないのにマスクを外すことで生じる感染リスクへの恐怖や、顔の造形のコンプレックスを晒すことによる周囲からどのように見られているかという不安、本当に外していいのかといった漠然とした不安などを感じるといったネガティブな影響をも与えている。

このことから、マスクの着用が個人の自由に委ねられたことは、人の生活や精神面に快適さや開放感といった影響を与えているが、マスクを外すことにしんどさを感じる者もかなりの割合で存在していることは留意するべきだと考えられる。

5. おわりに

今回の調査では、3大学間で19項目中15項目について回答傾向に有意差は認められなかった。したがって、大学毎に一部、特徴が認められることに留意する必要があるものの、規模や共学／女子大学、新型コロナウイルス対策、授業形態が異なる3大学の回答傾向は類似しているといえる。このことから、すでに報告された他の研究結果に関しても、敷衍して解釈できる可能性が示唆された。

しかし、今回の調査においては、精神状態（ストレスを含む）に関して一部生じた有意差の背景について分析することはできなかった。したがって、ストレスの原因について分析できる項目を追加する必要があると考えられる。

引用文献

- 伊藤・栗本・白水（2021）コロナ禍による大学生のストレスと大学生活への意識調査，人間文化総合科学研究科年報，36，pp.25-37.
- 小橋亮介・杉岡正典・山内星子・松本寿弥・織田万美子・鈴木健一（2023）新型コロナウイルス感染拡大時における学部2年生以上の学生のメンタルヘルス，学生相談研究，43，pp.265-271.
- 厚生労働省（2022）マスク着用の考え方及び就学前児の取扱いについて，<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000942851.pdf>（最終確認日：2023年9月30日）.
- 厚生労働省 a（2023）マスクの着用について，https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kansentaisaku_00001.html（最終確認日：2023年9月30日）.
- 厚生労働省 b（2023）新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に係る新型インフルエンザ等感染症から5類感染症への移行について，<https://www.mhlw.go.jp/content/001091810.pdf>（最終確認日：2023年9月30日）.
- 熊本理抄（2021）「“オール近大”新型コロナウイルス感染症対策支援プロジェクト」におけるアンケートならびにインタビュー調査の結果から—大学生が直面した困難の分析と大学による支援の検討— 近畿大学教育論叢，33，1，pp.139-172.
- Maleki, N., Linnman, C., Brawn, J., Burstein, R., Becerra, L., and Borsook, D. Her versus his migraine: multiple sex differences in brain function and structure. *Brain* 2012; 135: 2546-2559.
- Philips（2021），Seeking solutions: how COVID-19 changed sleep around the world，<https://www.philips.com/c-dam/corporate/newscenter/global/standard/resources/healthcare/2021/wsd/philips-2021-sleep-survey-reveals-covid-19-impact-on-sleep.download.jpg>（最終確認日：2023年9月30日）
- 立命館大学学友会（2020）2020年度春セメスター 全学アンケート集計速報，<https://www.ritsumei.club/wpcontent/uploads/2020/09/36f4fc9630cf757444239a2e80dfacf2.pdf>

（最終確認日：2023年9月30日）

若杉安希乃（2021）コロナ禍におけるデジタル眼精疲労の予防に有効な方法はあるか？，フェ
ルマシア 57(7), pp. 673.