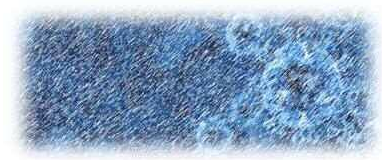




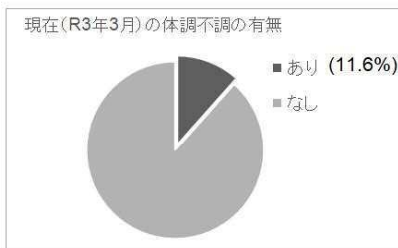
新型コロナウイルスに係る生活リズムの乱れの精神への影響  
大学院創成科学研究科 小柴満美子



## 全学学生にご協力をお願いしたアンケート

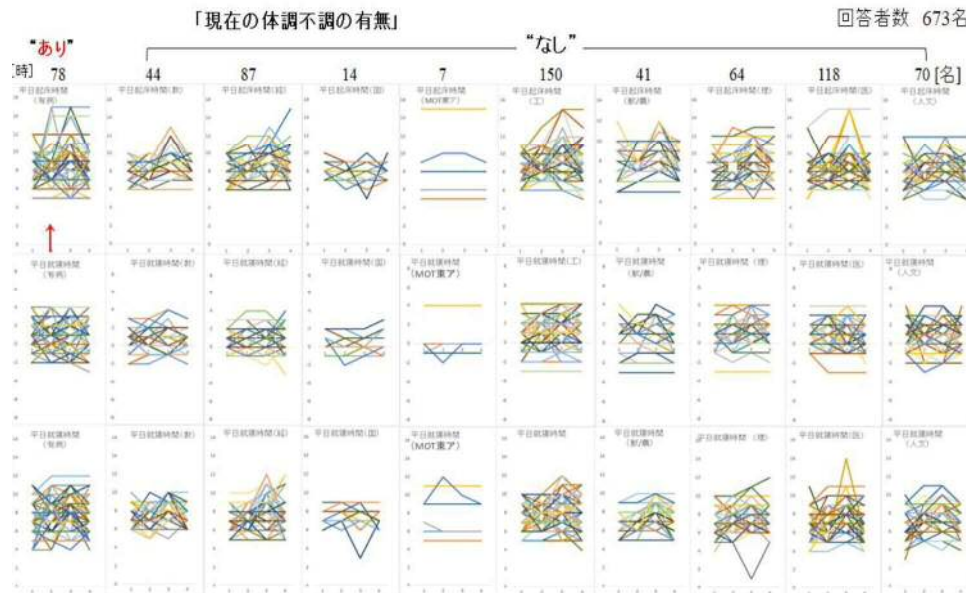
### 『新型コロナウイルスと生活リズム』に関するアンケート調査

- 保健管理センターとMoodle上で3月10日頃～3月末まで実施



現在の体調不調 **“あり”** 78名中

神経系症状	精神症状	睡眠(概日リズム)障害
めまい 眼精疲労 偏頭痛 倦怠感	うつ 不安 焦燥	睡眠障害 不眠 昼夜逆転 生活リズムの乱れ



[時]	1.コロナ以前	2.前期(4-7月)	3.夏休み	4.後期(10-3月)
平日起床時刻				
平日就寝時刻				
平日睡眠時間				
平日朝食時間				

## 影響因子の探索

### 1. 一般化線形モデル

- 4. 後期の休日睡眠時間
- 1. コロナ以前平日外活Pre

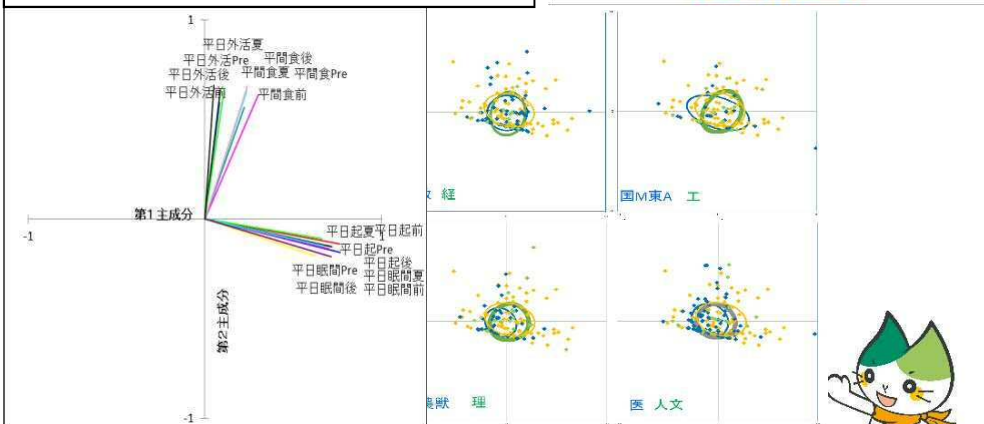
### 2. ランダムフォレスト

- 3. 夏休みの平日起床時間
- 3. 夏休みの休日睡眠時間
- 4. 後期の休日睡眠時間
- 1. コロナ以前の平日睡眠時間
- 1. コロナ以前の休日睡眠時間

### 3. サポートベクターマシン

- 3. 夏休みの平日起床時間
- 3. 夏休みの休日睡眠時間

### 4. 主成分分析



- ☑ コロナ禍により本学学生が多数、学部・学年を越え、神経・精神機能への影響を主訴。その一部は概日リズム障害の問題状況を示した。
- ☑ 統計分析手法から、回答時に体調の問題を有す学生の一部が起床・睡眠時間に問題がある可能性を示唆した。
- ☑ 本分析調査を、今年度も同様条件で実施、比較分析を予定する。時期は本・1回目アンケート調査と同じ2-3月に同質問を実施し質問対象期間は1回目と同様な4期(1.R3年2月以前、2.前期(4-7月)、3.夏休み、4.(10-3月))。
- ☑ 保健管理センター、メディア基盤センターおよび精神科と連携を希望。



山口大学研究プロジェクト  
コロナの時間学 ～新型コロナウイルスが人間と社会に対して与える時間的影響～

研究成果報告書

主研究者	小柴 満美子	所属	工学部ものづくり創成センター
共同研究者	奥屋 茂先生 保険管理センターの皆様		
研究課題名			
新型コロナウイルスに係る生活リズムの乱れの精神への影響			
研究内容と成果の概要			
<p>2年度に亘り続いて来たコロナ自粛、行動制限は、あらゆる世代の社会コミュニケーションを分断し、適応障害、不安障害などから生じる生活の質やリズム異常を引き起こしていることが予測されます。オンライン活用の情報交換などについては、初期は真新しさと学生たちにも学習効果を高める認知促進機能を多方面で認められた一方、本来、ひと同士がオフラインで直接にやり取りし交換する社会情報の多くはカットオフされた結果、社会性機能の育成が阻害された結果が徐々に明らかになって来ました。</p> <p>そこで、本学の状況を把握し介入法を探るため、山口大学各キャンパスおよび多市多地域を対象とし、社会との繋がり方、および、広範な精神疾患の諸症状に共通する生活リズム異常に関する、学生のオンライン・アンケート調査を行いました。</p> <p>全学部から多様な学年の学生 673 名の回答を得ることができました。同データに基づき、神経系や精神機能の症状、睡眠障害など生活リズムに関わる障害を来した学生 78 名が、その問題状況を教示してくれたため、令和 2 年度一年間を振り返ることで、症状の生じ易い因子（環境の複数因子を想定し探索）や、逆に発症の防御因子を探り分析を行いました。その結果、コロナ禍問題が本格化した令和 2 年度前期に、起床時間が遅れる特徴や睡眠時間、コロナ以前から平日の学外活動、夏休みの起床時間や休日の睡眠時間などに特徴がみられる示唆を得ました。また、睡眠リズム異常がより明瞭である一方、平日に行っているアルバイトなどの学外活動や、間食時間などへの関わりも不明瞭ながら示唆を得ました。これらの得られた知見に基づく、今年度の同様なアンケート調査を健康管理センターから再び発信することを予定しており、長期化した新型コロナ・ショックがもたらした影響と、その治療や予防を探索することを計画しています。</p> <p>昨年度に刊行することができた、リズム障害生成基盤を探るサルモデル（コモンマーモセット）による検証結果として、発達段階ごとに社会機能形成への影響は質的に異なる可能性を見出しており、主に成人年齢に至る前後の発達段階にいる学生が受けた生活リズムへの影響を仮説し、その原因探索への一歩となったと考えています。</p> <p>引き続き、同アンケート調査を行い、2年間の比較分析を提示することで、コロナ禍ストレスにより引き起こされた問題状況からの回復への後押しとして、さらなる焦点因子の紹介を目指す予定です。</p>			

研究進捗状況・研究成果の公表状況等

論文、学会等発表、実データの利用状況、研究の有用性を広めるための活動など

本件は今年度の試験を前にした途中段階であり、現状は学内共有のみとしています。

その他特記事項

医学部大学病院・精神科の松原敏郎先生にご示唆を頂く交流を開始致しました。