



# 大学の部活動において抑うつ気分を引き起こす要因の探索 ~体操競技部を対象とした調査~

理工学系生命科学コース4年 杉山実優

## 背景

部活内で気分の落ち込みにより活動に参加するのが難しい期間があった部員が数人おり、その要因に共通点があるのかどうか気になった。  
大学生全体に焦点を当てたものやプロの選手を対象とした調査はあったが、部活動に取り組んでいる大学生を対象としているものはなかった。

部活動の現役部員を対象にアンケートを行い、抑うつ気分を引き起こす要因を見つける。

## 目的

- ・部活動に関連する要因と大学生の日常生活に関する事項を盛り込んだアンケートを行うことで、抑うつ気分を引き起こす要因を見つける。
- ・学生間で抑うつ気分を引き起こさないよう予防するためにどのような点に注意したらよいか提示する

## 方法

### 対象者

大学で体操競技部に所属している現役部員 39名に対してアンケート調査を行った。

### 使用したアンケート

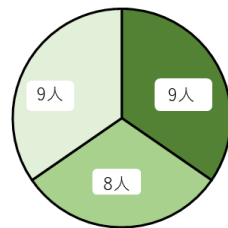
- ① 「大学の部活動と抑うつ気分の関係」に関するアンケート (全44項目)
- ② BDI™-II ベック抑うつ質問紙

①のアンケートの項目については、東京都立大学体操部現役部員、元部員合わせて5人に対して聞き取りを行ったうえで設定した。

## 結果

### 全体

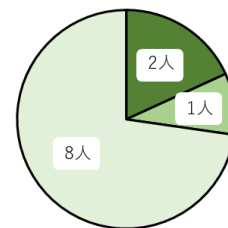
BDI値 (落ち込み経験あり)



約65%がうつ傾向あり

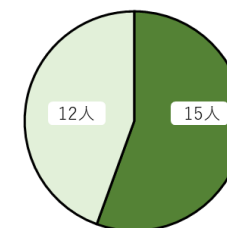
約27%がうつ傾向あり

BDI値 (落ち込み経験なし)



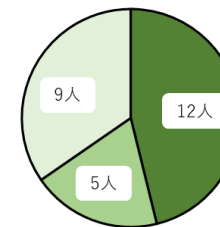
### 落ち込み経験がある群

落ち込んだとき怪我をしていたか



※  
怪我があった人は全員完治する前に練習に参加している

落ち込んだときの学年



約46%が1年生で気分が落ち込んだ経験をしている

気分の落ち込みの強さとの関係	競技レベル	練習頻度	アルバイト	課題
相関係数	0.149	0.011	0.173	-0.190
	相関がない	相関がない	相関がない	相関がない

部活に行きたくないと感じた強さ	部活動をやめたいと感じた強さ	部活内の人間関係に満足していたか	怪我の痛みがストレスになったか
0.868	0.779	-0.579	-0.543
強い相関がある	強い相関がある	相関がある	相関がある

## 考察

落ち込んだときに怪我をしていたと回答した人は、全員怪我が完治する前に練習に参加していた。怪我の有無ではなく怪我をした後の対応が要因となりうる可能性がある。  
多くの大学で部活動の最高学年である3年生を抑えて、1年生のときに落ち込んだ人が約半数であった。

## まとめ

今回、抑うつ気分を引き起こす要因であろうと仮説を立ててアンケートの項目として設けたものはほとんどのものに対して相関が見られなかった。