

## 本学新入生のライフスタイルと健康感に関する研究 (第7報)

著者名(日)	志水 幸, 志渡 晃一, 島谷 綾郁, 早川 明, 蒲原 龍, 宮本 雅央, 山下 匡将, 竹内 夕紀子, 古川 奨, 倉橋 昌司
雑誌名	北海道医療大学看護福祉学部紀要
巻	14
ページ	27
発行年	2007
URL	<a href="http://id.nii.ac.jp/1145/00006741/">http://id.nii.ac.jp/1145/00006741/</a>

## <論文>

### 本学新生生のライフスタイルと健康感に関する研究（第7報）

志水 幸<sup>\*1</sup>・志渡 晃一<sup>\*1</sup>・島谷 綾郁<sup>\*2</sup>・早川 明<sup>\*2</sup>・蒲原 龍<sup>\*2</sup>  
宮本 雅央<sup>\*2</sup>・山下 匡将<sup>\*3</sup>・竹内 夕紀子<sup>\*4</sup>・古川 奨<sup>\*2</sup>・倉橋 昌司<sup>\*5</sup>

抄録：本稿では本学新生生を対象とし、充実したライフスタイルの確立に資するべく、独居群・非独居群という居住形態別に健康生活習慣の実践状況や、心身の自覚症状等のライフスタイル要因と自覚的健康感との関連について検討した。その結果、以下の事が明らかになった。

- 1) 健康生活習慣のうち、自覚的健康感と有意な関連が認められた項目は、独居群では「喫煙」「自覚的ストレス」の2項目で、非独居群は「朝食の摂取」の1項目であった。
- 2) エゴグラムのうち、自覚的健康感と有意な関連が認められた項目は、独居群では「借りたお金を期限までに必ず返す」「新しいことが好き」「不愉快な事があっても口に出せない」の3項目で、非独居群は「気分転換が上手」の1項目であった。

以上のことから、独居群はストレスの有無や自我状態などの精神的状態、非独居群は生活習慣の規則性や気分転換などの生活状況が自覚的健康感と関連していることが示唆された。

キーワード：自覚的健康感、ライフスタイル、新生学生