

## Ⅳ 健康について

### 2.4. 現在の健康状態

(34)

	合計	健康	やや不健康	不健康	無回答
全学年	5,023	3,327	1,412	216	68
	100.0%	66.2%	28.1%	4.3%	1.4%
2年生以上	3,665	2,430	1,051	173	11
	100.0%	66.3%	28.7%	4.7%	0.3%
1年生	1,296	894	359	42	1
	100.0%	69.0%	27.7%	3.2%	0.1%
無回答	62	3	2	1	56
	100.0%	4.8%	3.2%	1.6%	90.3%

### 2.5. やや不健康又は不健康な主な理由

(35)

	合計	運動不足	睡眠不足	かたよった食事	不規則な食生活	課外活動による過労	アルバイトによる過労	精神的な悩みや不安	遊びすぎ
全学年	1,628	316	432	245	231	22	52	234	18
	100.0%	19.4%	26.5%	15.0%	14.2%	1.4%	3.2%	14.4%	1.1%
2年生以上	1,224	237	318	190	169	14	39	192	9
	100.0%	19.4%	26.0%	15.5%	13.8%	1.1%	3.2%	15.7%	0.7%
1年生	401	78	114	55	62	8	12	41	9
	100.0%	19.5%	28.4%	13.7%	15.5%	2.0%	3.0%	10.2%	2.2%
無回答	3	1	-	-	-	-	1	1	-
	100.0%	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	33.3%	33.3%	0.0%

	その他	無回答
全学年	71	7
	4.4%	0.4%
2年生以上	50	6
	4.1%	0.5%
1年生	21	1
	5.2%	0.2%
無回答	-	-
	0.0%	0.0%

### 2.6. 日頃、健康上心掛けている事柄

(36)

	合計	運動する	食事に注意	規則正しい生活	あまり気にかけない	その他	無回答
全学年	5,023	1,109	1,285	778	1,750	28	73
	100.0%	22.1%	25.6%	15.5%	34.8%	0.6%	1.5%
2年生以上	3,665	810	941	566	1,310	24	14
	100.0%	22.1%	25.7%	15.4%	35.7%	0.7%	0.4%
1年生	1,296	298	342	212	437	4	3
	100.0%	23.0%	26.4%	16.4%	33.7%	0.3%	0.2%
無回答	62	1	2	-	3	-	56
	100.0%	1.6%	3.2%	0.0%	4.8%	0.0%	90.3%

### 2.7. 1日の平均睡眠時間

(37)

	合計	5時間未満	5時間～	6時間～	7時間～	8時間～	9時間～	10時間以上	無回答
全学年	5,023	757	1,467	1,640	751	251	51	35	71
	100.0%	15.1%	29.2%	32.6%	15.0%	5.0%	1.0%	0.7%	1.4%
2年生以上	3,665	566	1,064	1,179	577	196	40	30	13
	100.0%	15.4%	29.0%	32.2%	15.7%	5.3%	1.1%	0.8%	0.4%
1年生	1,296	189	401	461	173	54	11	5	2
	100.0%	14.6%	30.9%	35.6%	13.3%	4.2%	0.8%	0.4%	0.2%
無回答	62	2	2	-	1	1	-	-	56
	100.0%	3.2%	3.2%	0.0%	1.6%	1.6%	0.0%	0.0%	90.3%

## 28. 朝食の摂取

(38)

	合計	ほとんど毎日	時々	摂らない	無回答
全学年	5,023	2,535	1,395	1,020	73
	100.0%	50.5%	27.8%	20.3%	1.5%
2年生以上	3,665	1,723	1,070	856	16
	100.0%	47.0%	29.2%	23.4%	0.4%
1年生	1,296	809	323	163	1
	100.0%	62.4%	24.9%	12.6%	0.1%
無回答	62	3	2	1	56
	100.0%	4.8%	3.2%	1.6%	90.3%

## 29. (イ) 自分の飲酒の適量

(39)

	合計	分かっている	大体分かる	全く分からない	無回答
全学年	5,023	1,907	2,444	581	91
	100.0%	38.0%	48.7%	11.6%	1.8%
2年生以上	3,665	1,560	1,811	281	13
	100.0%	42.6%	49.4%	7.7%	0.4%
1年生	1,296	343	631	300	22
	100.0%	26.5%	48.7%	23.1%	1.7%
無回答	62	4	2	-	56
	100.0%	6.5%	3.2%	0.0%	90.3%

## (ロ) 一気飲みを経験

(40)

	合計	ある	ない	無回答
全学年	5,023	2,782	2,145	96
	100.0%	55.4%	42.7%	1.9%
2年生以上	3,665	2,304	1,342	19
	100.0%	62.9%	36.6%	0.5%
1年生	1,296	473	802	21
	100.0%	36.5%	61.9%	1.6%
無回答	62	5	1	56
	100.0%	8.1%	1.6%	90.3%

## 30. たばこ

(41)

	合計	吸わない	1~10本/日	11~20本/日	21本以上/日	無回答
全学年	5,023	4,385	304	209	53	72
	100.0%	87.3%	6.1%	4.2%	1.1%	1.4%
2年生以上	3,665	3,138	275	192	48	12
	100.0%	85.6%	7.5%	5.2%	1.3%	0.3%
1年生	1,296	1,242	28	17	5	4
	100.0%	95.8%	2.2%	1.3%	0.4%	0.3%
無回答	62	5	1	-	-	56
	100.0%	8.1%	1.6%	0.0%	0.0%	90.3%

## 31. たばこを止めたいか

(42)

	合計	はい	いいえ	無回答
全学年	566	260	303	3
	100.0%	46%	54%	1%
2年生以上	515	236	277	2
	100.0%	45.8%	53.8%	0.4%
1年生	50	24	25	1
	100.0%	48.0%	50.0%	2.0%
無回答	1	-	1	-
	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%

## 32. たばこを止めたいと思っている人の止める工夫や努力

	合計	特に工夫しなくとも止めることができる	止めようとしているが、止めることができない	禁煙のためのコンサルテーションや外来があれば、受けたい	無回答
全学年	566	131	121	36	278
	100.0%	23.1%	21.4%	6.4%	49.1%
2年生以上	515	117	113	31	254
	100.0%	22.7%	21.9%	6.0%	49.3%
1年生	50	14	8	5	23
	100.0%	28.0%	16.0%	10.0%	46.0%
無回答	1	-	-	-	1
	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%

## 33. 1年生は4月以降,2年生以上は前年度1年間の傷病

	合計	はい	いいえ	無回答
全学年	5,023	2,287	2,609	127
	100.0%	45.5%	51.9%	2.5%
2年生以上	3,665	1,968	1,635	62
	100.0%	53.7%	44.6%	1.7%
1年生	1,296	315	972	9
	100.0%	24.3%	75.0%	0.7%
無回答	62	4	2	56
	100.0%	6.5%	3.2%	90.3%

## 34. (イ) 傷病名 [2つまで]

	合計	かぜ	呼吸器	循環器 (心臓・血圧)	消化器 (胃腸・肝臓)	泌尿器(腎臓・ぼうこう・前立腺)	婦人科	神経疾患	外傷
全学年	3,262	1,175	232	53	196	68	110	53	528
	100.0%	36.0%	7.1%	1.6%	6.0%	2.1%	3.4%	1.6%	16.2%
2年生以上	2,865	1,043	201	48	176	62	104	47	445
	100.0%	36.4%	7.0%	1.7%	6.1%	2.2%	3.6%	1.6%	15.5%
1年生	390	130	30	5	20	6	6	6	82
	100.0%	33.3%	7.7%	1.3%	5.1%	1.5%	1.5%	1.5%	21.0%
無回答	7	2	1	-	-	-	-	-	1
	100.0%	28.6%	14.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	14.3%

	歯科	その他	無回答
全学年	497	350	-
	15.2%	10.7%	0.0%
2年生以上	438	301	-
	15.3%	10.5%	0.0%
1年生	57	48	-
	14.6%	12.3%	0.0%
無回答	2	1	-
	28.6%	14.3%	0.0%

## (ロ) 傷病の治療場所

	合計	保健・医療推進センター	長崎大学病院	総合病院又は開業医	その他	無回答
全学年	2,287	129	166	1,864	106	22
	100.0%	5.6%	7.3%	81.5%	4.6%	1.0%
2年生以上	1,968	102	142	1,622	82	20
	100.0%	5.2%	7.2%	82.4%	4.2%	1.0%
1年生	315	27	23	239	24	2
	100.0%	8.6%	7.3%	75.9%	7.6%	0.6%
無回答	4	-	1	3	-	-
	100.0%	0.0%	25.0%	75.0%	0.0%	0.0%

35. ストレス解消法

(48)

	合計	特にない	スポーツ	読書	課外活動	飲酒	食べ物	カラオケ	雑談
全学年	5,023	514	1,376	197	168	283	394	445	478
	100.0%	10.2%	27.4%	3.9%	3.3%	5.6%	7.8%	8.9%	9.5%
2年生以上	3,665	347	973	146	122	252	310	316	334
	100.0%	9.5%	26.5%	4.0%	3.3%	6.9%	8.5%	8.6%	9.1%
1年生	1,296	167	402	51	44	30	83	128	144
	100.0%	12.9%	31.0%	3.9%	3.4%	2.3%	6.4%	9.9%	11.1%
無回答	62	-	1	-	2	1	1	1	-
	100.0%	0.0%	1.6%	0.0%	3.2%	1.6%	1.6%	1.6%	0.0%

	睡眠	その他	無回答
全学年	764	306	98
	15.2%	6.1%	2.0%
2年生以上	591	241	33
	16.1%	6.6%	0.9%
1年生	173	65	9
	13.3%	5.0%	0.7%
無回答	-	-	56
	0.0%	0.0%	90.3%

36. 現在の悩みや不安の有無

(49)

	合計	特にない	多少あるが問題ない	ある	無回答
全学年	5,023	1,246	2,304	1,387	86
	100.0%	24.8%	45.9%	27.6%	1.7%
2年生以上	3,665	855	1,667	1,117	26
	100.0%	23.3%	45.5%	30.5%	0.7%
1年生	1,296	391	633	268	4
	100.0%	30.2%	48.8%	20.7%	0.3%
無回答	62	-	4	2	56
	100.0%	0.0%	6.5%	3.2%	90.3%

37. (イ) 悩みや不安の内容

(50)

	合計	勉学	経済事情	交友関係	異性問題	身体的不調	家族との関係	就職	課外活動
全学年	1,387	411	88	122	106	42	25	267	32
	100.0%	29.6%	6.3%	8.8%	7.6%	3.0%	1.8%	19.3%	2.3%
2年生以上	1,117	319	77	80	76	33	21	262	24
	100.0%	28.6%	6.9%	7.2%	6.8%	3.0%	1.9%	23.5%	2.1%
1年生	268	90	11	42	30	9	4	5	8
	100.0%	33.6%	4.1%	15.7%	11.2%	3.4%	1.5%	1.9%	3.0%
無回答	2	2	-	-	-	-	-	-	-
	100.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

	政治・社会問題	自分の性格	人生観	大学・学部が合わない	その他	無回答
全学年	7	67	90	37	79	14
	0.5%	4.8%	6.5%	2.7%	5.7%	1.0%
2年生以上	5	56	70	22	59	13
	0.4%	5.0%	6.3%	2.0%	5.3%	1.2%
1年生	2	11	20	15	20	1
	0.7%	4.1%	7.5%	5.6%	7.5%	0.4%
無回答	-	-	-	-	-	-
	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%

## (ロ) 悩みや不安の程度

(51)

	合計	深刻である	軽度である	長い間続いている	分からない	無回答
全学年	1,387	411	341	458	170	7
	100.0%	29.6%	24.6%	33.0%	12.3%	0.5%
2年生以上	1,117	339	279	377	115	7
	100.0%	30.3%	25.0%	33.8%	10.3%	0.6%
1年生	268	71	62	80	55	-
	100.0%	26.5%	23.1%	29.9%	20.5%	0.0%
無回答	2	1	-	1	-	-
	100.0%	50.0%	0.0%	50.0%	0.0%	0.0%

## (ハ) 現在の悩みや不安の心理的状況

(52)

	合計	自己嫌悪が強い	現実から逃げ出したい	勉強が手につかない	ノイローゼになりそう	その他	無回答
全学年	1,387	457	558	136	70	114	52
	100.0%	32.9%	40.2%	9.8%	5.0%	8.2%	3.7%
2年生以上	1,117	354	467	102	64	93	37
	100.0%	31.7%	41.8%	9.1%	5.7%	8.3%	3.3%
1年生	268	103	90	34	6	20	15
	100.0%	38.4%	33.6%	12.7%	2.2%	7.5%	5.6%
無回答	2	-	1	-	-	1	-
	100.0%	0.0%	50.0%	0.0%	0.0%	50.0%	0.0%

## (ニ) 現在の悩みや不安の解消方法

(53)

	合計	自分で考えて	友人や先輩に相談	家族に相談	教員に相談	学務係窓口相談	保健・医療推進センターに相談	学生何でも相談室に相談	現在のところ、解決する方法がない
全学年	1,387	575	357	102	22	1	5	6	248
	100.0%	41.5%	25.7%	7.4%	1.6%	0.1%	0.4%	0.4%	17.9%
2年生以上	1,117	467	276	89	20	1	3	5	196
	100.0%	41.8%	24.7%	8.0%	1.8%	0.1%	0.3%	0.4%	17.5%
1年生	268	107	81	13	2	-	2	1	51
	100.0%	39.9%	30.2%	4.9%	0.7%	0.0%	0.7%	0.4%	19.0%
無回答	2	1	-	-	-	-	-	-	1
	100.0%	50.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%

	その他	無回答
全学年	57	14
	4.1%	1.0%
2年生以上	48	12
	4.3%	1.1%
1年生	9	2
	3.4%	0.7%
無回答	-	-
	0.0%	0.0%