

原著

沖縄県児童における精神的健康に関する研究

—日常生活要因との関連性について—

宮城 政也¹⁾ 小橋川 久光²⁾ 並河 裕²⁾ 小林 稔²⁾ 高倉 実³⁾

本研究の目的は、沖縄県児童（4～6年生）の精神的健康状態を児童用精神的健康パターン診断検査：MHP-C（Mental Health Pattern for Children）の「ストレス反応」及びQOLとしての「やる気」それぞれと日常生活要因との関連性を検討することにより、子どもたちのメンタルヘルスに関する特徴を明らかにすることである。

対象は、沖縄県内公立小学校4校、4年生（男子：133名、女子：133名）、5年生（男子：149名、女子：156名）、6年生（男子：106名、女子：101名）計778名である。

その結果、「ストレス反応」と日常生活要因については、自律・規範的要因、身体的活動要因、身体的効力感要因、との関連性が示され、「やる気」については、身体的効力感要因、積極的意見要因、自律・規範的要因、身体的活動要因との関連性が示された。また、「ストレス反応」、「やる気」両要因との間に共通する関連項目として総合的にみると、特に身体的効力感要因と身体活動的要因が示された。そのことから、運動を通して得られる、様々な成功体験やそれに伴う自信の高揚、身体的効力感の向上、また、一過性のストレス低減効果などは、子どもたちのメンタルヘルスを考える上で重要な関連要因の一つであるということが示唆された。

キーワード：精神的健康、日常生活要因、沖縄県児童

I. はじめに

現在、我が国の学校教育現場を中心とする地域社会において、子供たちに蓄積しているイラダチやムカツキ、不安感や抑圧を要因としている攻撃性が、多様な現象形態をとって顕在化しているともいわれる「新しい荒れ」といった様々な問題と心の健康問題との関係が指摘されるなか¹⁾、文部科学省（旧文部省）においても新学習指導要領が告示され（1998年）、学習内容の改訂が行われた。特に、小学校の全授業時間数は7%縮減されたが、体育授業のうち保健領域の単位時間数はむしろ14%（24時間）増となっている。また、その内容についても、メンタルヘルス領域の学習はより重視され、小学校においては、「自他の心身の発育・発達の違いに気付き肯定的に受け止めること、不安・悩みへの対処及び人とのかわり方に重点を置く」という答申が行われ、児童、生徒に対する「心の健康教育」の重要性がますます強調されている²⁻⁶⁾。またそれらの一連の過程は、家庭の教育力の低下や問題行動の多発、学級崩壊に象徴される学校教育力の低下、地域社会の教育力の低下といった多くの指摘により、地域社会を含めた学校教育全体の目標であるかのごとき印象さえ感じられるものとなっている。

西田、橋本らは、このような問題点の改善を図るためには、家族、教員（学校教育現場）において、児童、生徒の精神的健康度をより客観的に把握する必要があるとし、従来型のストレス反応や抑うつ感、不安感のみといった一元的測定評価から、より日常生活（QOL、やる気）にコミットしたかたちの、簡便かつ包括的に測定評価ができる尺度、児童用精神的健康パターン診断検査：MHP-C（Mental Health Pattern for Children）や精神的健康パターン診断検査（MHP-I）を開発している⁷⁻¹¹⁾。また、それらを用いることによって、組織キャンプ体験とストレス反応、身体活動頻度、健康行動、児童の自己決定感とメンタルヘルスの関係といった数多くの報告が行われ、自己決定感を除くそれぞれについて、メンタルヘルスの積極的改善傾向を示唆している¹²⁻¹⁹⁾。

また、山中らは、現在のストレス社会の一つである学校教育現場においては、児童、生徒一人一人が実際に自らのストレスに対処をしていかなければならないため、コーピングスキルを高めるためのストレスマネジメント教育の必要性を示唆し、さらに教育実践を行っている²⁰⁻²¹⁾。

宮城らは、沖縄県の教育現場においても児童、生徒の心の健康問題については、一義的には他府県とほぼ同様の精神的健康レベルであると報告しているが、日常的ライフスタイルの違いを中心とする社会心理的背景や外的環境要因とメンタルヘルスの関連性についての検討が必

1) 沖縄県立看護大学

2) 琉球大学教育学部

3) 琉球大学医学部

宮城他：沖縄県児童における精神的健康に関する研究

要であると報告し²²⁻²³⁾、また、小橋川らは、児童のメンタルヘルスと基本的日常生活要因との関連性として①学習塾に通っているものとそうでないものとの間には、ストレス反応による差は認められない。②睡眠時間より入眠（就寝）時間のほうがメンタルヘルスに関連性が認められる。③朝食の摂取状況は、メンタルヘルスに影響を与える。などを報告している。さらに、運動、スポーツ活動状況との関係や達成動機付けなどのパーソナリティ要因との関連性についてなど様々な視点からの調査検討が必要であると指摘している²⁴⁾。

そこで本研究は、小橋川らが行った日常生活要因とMHP-Cの関連性についての再検討及び詳細確認のステップとして、沖縄県児童（4年生～6年生）の精神的健康状態を児童用精神的健康パターン診断検査（MHP-C）の「ストレス反応」（怒り感情、疲労、引きこもり）及び「QOL／やる気」（目標・挑戦、自信、生活の満足感）と日常生活要因（30項目）との関連性を検討することにより、沖縄県児童の精神的健康特徴を明らかにすることを目的とした。

II. 研究方法

1. 研究対象

沖縄県内の公立小学校4校（中部地区1校214名、南部地区3校564名）／4年生（男子133名、女子133名）、5年生（男子149名、女子156名）、6年生（男子106名、女子101名）計778名である。

2. 調査期間

2001年5月下旬～6月。

3. 調査方法

沖縄県内公立小学校4校948名に対し、各クラス担任による集合調査によって行った。回収率88.4%、801名、さらに記入漏れや記入ミスを除く778名を分析の対象とした。また、データの解析は、SPSS統計パッケージ10.0for windowsを使用した。

4. 調査内容

1) 児童用精神的健康パターン診断検査（MHP-C）

「ストレス反応」尺度として3因子（心理的ストレス：怒り感情／社会的ストレス：引きこもり／身体的ストレス：疲労）15項目、「やる気」尺度として3因子（目標・挑戦／自信／生活の満足度）15項目を、「最近の心や身体の調子」について、さいきん、わたしは…「ぜんぜんそんなことはない（+1）、すこし
 そうである（+2）、かなりそうである（+3）、すぐ

くそうである（+4）」の4件法によって求めた。

2) 日常生活調査

睡眠状況関連3項目、遊びについて3項目、学習塾やスポーツ活動関連3項目、コミュニケーションについて2項目、食事について2項目、自律や規範に関する12項目、運動に対する効力感について2項目、その他3項目、計30項目。

合計60項目である。

III. 結果

1. 日常生活要因の選択について

日常生活要因それぞれの各質問項目の中でMHP-Cの「ストレス反応」得点と「やる気」得点との間の影響力の違いを検討するため、日常生活要因30項目より、より関連性が深いと思われる項目を因子分析及び相関分析、重回帰分析（強制投入法）により選択することとした。その手順としてまず、日常生活要因30項目について因子分析（主成分分析・バリマックス回転）を行った。その結果、固有値1以上の因子が10因子得られたが、因子負荷量0.4以上の項目数が少なかったり、解釈が困難な因子があったため2因子から順次指定して因子分析を行い、最も解釈が容易かつ事前の質問意図との関連、各因子抽出された内容についての信頼性の検討を行うことにより、自律・規範的因子（9項目）、スポーツや運動と効力感に関する因子（6項目）、就寝・起床状況関連因子（3項目）、学習塾・積極的意見関連因子（3項目）の4因子21項目からなる生活関連要因に分化することができた。（表1参照）尚、第3、4因子については、信頼性係数がやや低い傾向にあるが、今回、質問項目内容の検討より、質問項目として全く異なる意味を持ち独立した変数といえることから、必要因子として加えることとした。

つづいて、各因子の中から代表項目を選択するため、それぞれ各因子内、各項目において「ストレス反応」得点、「やる気」得点との間の相関分析を行った。その結果、「ストレス反応」得点と第1因子（自律・規範的）については、9項目全てが5%水準以下で有意な相関関係を示した。また、「やる気」得点との間においても9項目全てが5%水準以下で有意な相関関係を示した。第2因子（スポーツや運動と効力感）と「ストレス反応」については、6項目中、「一週間のうちのスポーツ活動」に関する項目を除く、5項目について有意な相関関係を示した。また、「やる気」との間においては、6項目全てにおいて有意な相関関係を示した。第3因子（就寝、起床状況）と「ストレス反応」については、「起床時間」に関する項目を除く2項目について有意な相関関係を示した。また、「やる気」についても同様の相関関係を示

沖縄県立看護大学紀要第3号(2002年3月)

表1. 日常生活関連要因の因子分析結果

日常生活要因	I	II	III	IV	共通性
自律、規範 ($\alpha = .757$)					
・家の手伝いをしています	.478				.240
・友達の気持ちをよく考えて行動します	.530				.304
・身のまわりの片づけは自分でやります	.541				.313
・ルールをきちんと守って生活しています	.631				.418
・お願いされたことは最後までやります	.604				.399
・人の話はきちんと聞いています	.616				.390
・約束した時間はきちんと守っています	.627				.419
・宿題は人にいわれなくてもきちんとします	.547				.341
・あいさつはきちんとします	.454				.208
スポーツや運動と効力感 ($\alpha = .688$)					
・学校の休み時間にどれくらい体を動かして遊びますか	.600				.394
・帰宅後外遊びをする時間はどれくらいですか	.591				.393
・一週間のうち習い事としてのスポーツにどれくらい通っていますか	.465				.235
・体育の授業は好きですか	.700				.539
・運動について自信を持っている方です	.738				.565
・努力すればたいていの運動は上手に出来ると思います	.580				.454
就寝、起床状況 ($\alpha = .528$)					
・毎朝何時頃起きますか			.748		.563
・毎晩寝る時間は何時頃ですか			.550		.412
・人に起こされなくても自分で起きます			.609		.401
学習塾、積極的意見 ($\alpha = .464$)					
・一週間のうち学習塾にはどれくらい通いますか				.639	.420
・クラスで何かをきめるときよく自分の意見を言います				.501	.397
・クラスで話し合いをするときはリーダーになることが多いです				.569	.454
固有値	4.15	2.439	1.625	1.437	
累積寄与率	13.85	21.98	27.40	32.19	

表2. 日常生活関連要因と「ストレス反応」、「やる気」との相関係数と重回帰分析結果

日常生活要因	ストレス反応 相関係数 (β)	やる気 相関係数 (β)
自律、規範		
・家の手伝いをしています	-.125 **(-.036)	.179 **(.020)
・友達の気持ちをよく考えて行動します	-.129 **(-.003)	.273 **(.116)**
・身のまわりの片づけは自分でやります	-.163 **(-.059)	.228 **(.060)
・ルールをきちんと守って生活しています	-.247 **(-.161)**	.310 **(.121)**
・お願いされたことは最後までやります	-.178 **(-.043)	.327 **(.148)**
・人の話はきちんと聞いています	-.205 **(-.096)*	.243 **(.029)
・約束した時間はきちんと守っています	-.150 **(-.009)	.255 **(.056)
・宿題は人にいわれなくてもきちんとします	-.146 **(-.043)	.205 **(.047)
・あいさつはきちんとします	-.075 * (.016)	.262 **(.136)**
	R=.297** R²=.077	R=.499** R²=.192
スポーツや運動と効力感		
・学校の休み時間にどれくらい体を動かして遊びますか	-.205 **(-.159)**	.269 **(.147)**
・帰宅後外遊びをする時間はどれくらいですか	-.117 **(-.018)	.150 **(-.032)
・一週間のうち習い事としてのスポーツにどれくらい通っていますか	-.052	.159 **(.016)
・体育の授業は好きですか	-.171 **(-.067)	.335 **(.075)*
・運動について自信を持っている方です	-.147 **(-.001)	.425 **(.208)**
・努力すればたいていの運動は上手に出来ると思います	-.178 **(-.123)**	.442 **(.292)**
	R=.261** R²=.062	R=.529** R²=.274
就寝、起床状況		
・毎朝何時頃起きますか	.005	-.026
・毎晩寝る時間は何時頃ですか	.137 **(.127)	-.187 **(-.167)**
・人に起こされなくても自分で起きます	-.079 *(-.054)	.133 **(.100)**
	R=.147** R²=.019	R=.211** R²=.042
学習塾、積極的意見		
・一週間のうち学習塾にはどれくらい通いますか	.005	.056
・クラスで何かをきめるときよく自分の意見を言います	-.048	.366 **(.283)**
・クラスで話し合いをするときはリーダーになることが多いです	-.038	.319 **(.202)**
		R=.410** R²=.166

** : P<.01 * : P<.05 / R²は調整済み

表.3 「ストレス反応」、「やる気」と生活関連要因の重回帰分析結果

日常生活要因	ストレス反応	やる気
・ルールをきちんと守って生活をしています	-.202**	
・お願いされたことは最後までやります		.196**
・学校の休み時間にどれくらい体を動かして遊びますか	-.162**	.157**
・努力すればたいいの運動は上手に出来ます	-.103**	.318**
・毎晩寝る時間は何時頃ですか	.067	-.067*
・クラスで何かを決めるときよく自分の意見を言います		.248**
	R=.333 ** R²=.106	R=.592** R²=.346

数値は標準偏回帰係数/**: P<.01, *: P<.05/R²は調整

した。第4因子（学習塾、積極的意見）と「ストレス反応」については、3項目全てにおいて相関関係を認めることはできなかった。また、「やる気」については、「学習塾」以外の2項目について有意な相関関係が認められた（表2参照）。

最後に、日常生活要因各因子の代表項目を、各因子にあるそれぞれの項目間の影響を考慮し選択するために、各因子ごとに「ストレス反応」と「やる気」との間において有意に相関関係のある質問項目を独立変数として選択し、さらに「ストレス反応」「やる気」それぞれを説明変数とした重回帰分析を行い項目の絞り込みを行った。その結果、高い標準偏回帰係数を示した項目を質問内容の検討を加えることにより、「ストレス反応」については、「ルールをきちんと守って生活しています」「学校の休み時間にどれくらい体を動かして遊びますか」「努力すればたいいの運動は上手に出来ると思います」「毎晩寝る時間は何時頃ですか」の4項目、「やる気」については、「お願いされたことは最後までやります」「学校の休み時間にどれくらい体を動かして遊びますか」「努力すればたいいの運動は上手になると思います」「クラスで何かを決めるときにはよく自分の意見を言います」の5項目をそれぞれ日常生活要因の代表項目として選択した（表2参照）。尚、多重共線性については、VIF（分散拡大要因）の検討を行い、両分析ともに全ての項目が1.581以下を示したことから、共線性の影響はほとんどないものと考えられる。

2. 「ストレス反応」、「やる気」と日常生活要因の関係について

「ストレス反応」と選択された日常生活要因4項目との関連性を検討するために、「ストレス反応」を説明変数、生活関連要因4項目を独立変数とした重回帰分析を行った。その結果、「ルールをきちんと守って生活しています」が最も高い標準偏回帰係数（ $\beta = .202$, $R = .333$, $R^2 = .106$ ）を示し、「学校の休み時間にどれくらい体を動かしますか」（ $\beta = -.162$ ）、「努力すればたいいの運動は上手に出来ると思う」（ $\beta = -.103$ ）についても

比較的高い値を示した。しかし、「毎晩寝る時間は何時頃ですか」（ $\beta = .067$ ）については、有意な関係性を認めることはできなかった。

次に、「やる気」と選択された生活関連要因5項目との関連性を検討するために、「やる気」を説明変数、生活関連要因5項目を独立変数とする重回帰分析を行った。その結果、全ての項目との間に有意な関係性が認められ、特に「努力すればたいいの運動は上手に出来ると思います」（ $\beta = .318$, $R = .592$, $R^2 = .346$ ）、「クラスで何かを決めるときよく自分の意見を言います」（ $\beta = .248$ ）、「お願いされたことは最後までやります」（ $\beta = .196$ ）、「学校の休み時間にどれくらい体を動かして遊びますか」（ $\beta = .157$ ）などの関係性が強いことが示された（表3参照）。

IV. 総括的考察

1. 「ストレス反応」と日常生活要因について

「ストレス反応」と日常生活要因について重回帰分析を行った結果、「ルールをきちんと守って生活しています」が、最も高い標準偏回帰係数を示した。このことは、学校教育現場におけるストレスと子供たちについて考えるとき、多種多様なストレスは、児童生徒の日常生活における自律や規範的要素に関わりが深く、高いストレスは、児童、生徒の基本的ライフスタイルへ悪影響を与えることを示唆するものであると考えられる。また、「学校の休み時間にどれくらい体を動かして遊びますか」についても有意な関係性が認められたことから、このことは、学校生活におけるストレスコーピングとしての身体活動の重要性を示唆するものであると考えられる。上地らは、身体活動を増加させることが、子供のストレス反応軽減に役立つ可能性があることを報告しており¹⁹⁾、本結果においても子供たちのストレス低減について、身体活動は一つの重要な関連要因であることを示すものであると思われる。次に、「努力すればたいいの運動は上手に出来る」については、身体的自己効力感と「ストレス反応」についての関係性を示すものであり、山中らは、子供たちが様々な運動体験を通して、運動、

スポーツに対する能力感や自信が高まり、そのことが日常生活全般に般化されると考えられるとしている²¹⁾。そして、また身体的効力感は気分や感情の強化に強く関与し、身体的効力感を高めることによって不安や抑うつ気分の改善、活気の増強などが生ずるという報告²¹⁾からも、子供たちの身体的効力感を高めることは、ストレス低減について重要な要因であることを示しているものであると思われる。

また今回、就寝時間に関する「毎晩寝る時間は何時頃ですか」については、有意な関係性を認めることはできなかった。しかしながら、小橋川らによると睡眠時間より就寝時間のほうがメンタルヘルスへの影響が大きいと報告しており²⁴⁾、本結果についても、有意な相関関係は認められたことから、重要な要因であることは変わらないものと思われる。しかし、本結果については、日常生活における自律、規範的要因の影響が強い傾向が示唆され、その一部として就寝時間が含まれているものとも推測できることから、子供たちにとって日常生活の自律、規範的要因を中心としたライフスタイルの適正化は、子供たちのメンタルヘルスを考える上で重要であることを示すものであると考えられる。

2. 「やる気」と日常生活要因について

「やる気」と日常生活要因について重回帰分析を行った結果、「努力すればたいていの運動は上手に出来ると思います」が最も高い標準偏回帰係数を示した。このことは、運動やスポーツ活動に含まれる様々な成功体験が、日常生活における自信や新たな目標、挑戦への発展の可能性を示唆するものであり、磯貝は、運動を通して得られる身体的効力感の向上は、日常生活場面における一般的自己効力感を高める可能性があるということを報告している²¹⁾。

また、「クラスで何かを決める時よく自分の意見を言います」については、「やる気」得点の高い子供たちは、積極的な学校生活を送っているということが推測できるが、関係性が強いという本結果について現段階では明確な考察ができないのが現状であり、今後の課題としたい。

「お願いされたことは最後までやります」「学校の休み時間にどれくらい体を動かして遊びますか」については、「やる気」得点の高い子供たちは、積極的身体活動を含めた自律、規範的な、基本的ライフスタイルが比較的確立できているということを示唆しているものと思われる。

今回「ストレス反応」、「やる気」両要因と共通に関係性が深い項目として、特に身体的効力感が上げられたことから、運動やスポーツを通して得られる成功体験やそ

れに伴う自信の高揚、身体的効力感の向上は、子供たちのメンタルヘルスを考える上で重要な要因の一つであることが示唆された。

最後に今後の課題として、今回の調査結果より、子供たちのメンタルヘルスは、身体的効力感、自律・規範的要因、との関係性が示唆されたが、その中で「ストレス反応」より、やや「やる気」のほうが日常生活要因との関係性（相関係数及び重相関係数）が強い傾向を示したということを経みると、児童、生徒の精神的健康を考える上で、動機付けというものに対してさらなる検討が必要であるものと思われる。Deciの動機付け理論²⁵⁾によると、最も重要な要因として、「自己決定感」、「有能感」、「対人交流（他者受容感）」をあげている。本調査においても、自律・規範的要因は「自己決定感」、身体的効力感「有能感」との間で近い概念であると推測できる。今後、これらのさらなる詳細検討と、対人交流（他者受容）的質問項目としての家族や友人、教員の子供たちに対する受容的要因等、つまりストレス反応を低減させる直接効果や緩衝効果があるといわれるソーシャルサポートについても加味することにより、児童、生徒のメンタルヘルス改善へ有用な調査検討結果が期待できるものと思われる。

V. まとめ

以上の結果より、本県児童の精神的健康特徴として、①「ストレス反応」は日常生活要因としての自律・規範的要因、身体的効力感要因、身体活動的要因との間に関係性が示された。②QOLとしての「やる気」については、身体的効力感要因、積極的意見要因、自律・規範的要因、身体活動的要因との間において関係性が示された。③「ストレス反応」「やる気」両要因に共通して関連する日常生活要因として、特に身体的効力感要因や身体活動的要因が比較的重要な関連要因であることが示唆された。

謝辞

本調査研究するにあたり、御多忙の折ご協力いただいた4小学校の校長先生をはじめ、各クラス担任の先生方、児童の皆さん、また調査に協力してくれた、琉球大学教育学部4年次大城浩二君、多和田真克君へ心より御礼申し上げます。

文献

- 1) 戸田忠弘：子どもの心理的適応感とストレス対処について－横浜市での調査結果から－、心の健康、14(2)、25-28、1999
- 2) 影山隆之：新学習指導要領にみる教科保健とメンタ

宮城他：沖縄県児童における精神的健康に関する研究

- ルヘルス教育、心の健康、14 (2)、29-34、1999
- 3) 文部省体育局学校健康教育課：新学習指導要領にみる「心の健康」について、スポーツと健康、31 (9)、36-39、1999
 - 4) 大森勲：学校における心の健康に関する指導の進め方、スポーツと健康、31 (9)、32-35、1999
 - 5) 長柄克彦：小学校における心の健康の指導の展開、スポーツと健康、31 (9)、40-42、1999
 - 6) 渡辺美枝子：心の健康問題の現状と心の健康に関する指導の意義、スポーツと健康、31 (9)、28-31、1999
 - 7) 西田順一：児童用精神的健康パターン診断検査の開発、九州大学大学院人間環境研究科修士論文、30-63、2000
 - 8) 西田順一、橋本公雄、徳永幹雄：児童用精神的健康パターン診断検査開発に関する研究、第12回日本健康心理学会発表論文集、120-121、1999
 - 9) 橋本公雄、徳永幹雄：児童用精神的健康パターン診断検査の作成に関する研究 (2) -MHP-1尺度の信頼性と妥当性-、第26回日本スポーツ心理学会研究発表抄録集、38-39、1999
 - 10) 橋本公雄、徳永幹雄：メンタルヘルスパターン診断検査の作成に関する研究 (1) -MHP尺度の信頼性と妥当性-、健康科学、21、53-62、1999
 - 11) 橋本公雄、徳永幹雄、高柳茂美：精神的健康パターンの分類の試みとその特性、健康科学、16、49-56、1994
 - 12) 西田順一、橋本公雄、徳永幹雄、柳敏晴：児童の組織キャンプ体験によるメンタルヘルス効果-自己決定理論を視点として-、第50回九州体育・スポーツ学会大会号、71、2001
 - 13) 西田順一、橋本公雄、徳永幹雄：組織キャンプが児童のメンタルヘルスに及ぼす効果とその持続性、九州スポーツ心理学研究、13 (1)、72、2001
 - 14) 西田順一、橋本公雄、徳永幹雄：児童の組織キャンプ体験がストレス反応に及ぼす影響-認知的評価の関連から-健康科学、22、151-157、2000
 - 15) 西田順一、橋本公雄、徳永幹雄：組織キャンプ参加のメンタルヘルス効果に関する研究-自己効力感を高める資源との関連について-、第48回九州体育・スポーツ学会大会号、61、1999
 - 16) 西田順一、橋本公雄、徳永幹雄、柳敏晴、渡壁史子：組織キャンプ体験が児童のメンタルヘルスに及ぼす効果、第26回日本スポーツ心理学会研究発表抄録集、40-41、1999
 - 17) 渡壁史子、橋本公雄、徳永幹雄：メンタルヘルスパターンと健康行動との関係-特に身体活動変数を中心として-、健康科学、22、159-166、2000
 - 18) 上地広昭、竹中晃二、岡浩一朗、松尾直子：子どもの身体活動の現状及びストレス反応との関係、第26回日本スポーツ心理学会研究発表抄録集、28-29、1999
 - 19) 上地広昭、竹中晃二、岡浩一朗、：子どもの身体活動とストレス反応の関係、健康心理学研究、13 (2)、1-8、2000
 - 20) 山中寛：学校におけるストレスマネジメント教育テレビ講座「ストレス社会を健やかに生きるために」、南日本放送、1997
 - 21) 竹中晃二 (編)：健康スポーツの心理学、大修館書店、1998
 - 22) 宮城政也、小橋川久光、兼城賢作：沖縄県児童における精神的健康に関する研究、沖縄県立看護大学紀要、2、29-35、2001
 - 23) 宮城政也、小橋川久光、兼城賢作：沖縄県児童における精神的健康に関する基礎的研究、九州スポーツ心理学研究、13 (1)、20-22、2001
 - 24) 小橋川久光、宮城政也、兼城賢作：沖縄県の小学生におけるメンタルヘルスと生活関連要因との関係、琉球大学教育学部紀要、58、69-76、2001
 - 25) Deci, E.L. & Ryan, R.M. : Intrinsic Motivation and Self-Determination. New York: Plenum Press. 1985

A Study on the Mental Health of Elementary School Children in Okinawa Prefecture

— On the relation between mental health and daily living relation factors —

Miyagi Masaya, M.P.E.¹⁾ Kobashigawa Hisamitsu, B.P.²⁾ Namikawa Hiroshi, B.P.²⁾
Kobayashi Minoru, M.P.²⁾ Takakura Minoru, Ph.D.³⁾

The purpose of this study was to investigate the relationships between (stress response score/QOL score) of the MHP-C (Mental Health Pattern for Children) and the daily living relation factors for elementary school children in Okinawa prefecture. Questionnaires were distributed to 778 pupils (4 th grade :133 male, 133 female/5 th grade :149 male,156 female/6 th grade 106 male,101 female) in four elementary schools in Okinawa prefecture. The results of this study are summarized as follows :1) Multiple regression analysis revealed that the relationship between stress response score and the living relation factors were significant for the factors of "autonomy and a model behavior", "physical activity" and "physical self efficacy". In the same way , 2) The relationships between QOL score and the living relation factors were significant for the factors of "physical self efficacy", "positive proposal" "autonomy and a model behavior" and "physical activity".3) The relationships between both scores of (stress response and QOL) and the daily living relation factors were significant for the factors of "physical self efficacy" and "physical activity". Accordingly, we suggested the possibility that various experiences of success, the increase of "confidence" and "physical self efficacy" and the decrease of stress response had improved children's mental health through physical activity.

Key word: Mental Health, Daily Living Relation Factor, Elementary School Children in Okinawa Prefecture.

1) Okinawa Prefectural College of Nursing.
2) College of Education, University of the Ryukyus.
3) College of Medicine, University of the Ryukyus