

論文審査の結果の要旨

氏名：木 下 優

専攻分野の名称：博士（医学）

論文題名：思春期学生の起床困難に関する全国横断調査

審査委員：(主査) 教授 鈴木 正 泰

(副査) 教授 新見 昌 央 教授 鈴木 孝 浩

教授 岩 崎 賢 一

思春期における主たる睡眠の問題として起床困難が挙げられるが、これまでこの年代の睡眠関連問題の検討の多くは、睡眠時間や不眠症状に関するものであった。このような背景から、申請者は、大規模な全国横断調査のデータを使用し、日本の中高生における起床困難による遅刻・欠席の実態を把握するとともに、その関連要因の検討を行なった。

対象は、全国から無作為抽出された140校の中学校と124校の高等学校に在籍する生徒であった。このうち参加を表明した94の中学校(67.1%)と85の高等学校(68.5%)の在校生に自記式質問票が配布された。質問票には、起床困難に関する質問のほか、回答者の基本属性、睡眠の状態、メディアの利用、学校生活と学業、飲酒と喫煙、精神的健康状態に関する質問が含まれた。

調査に同意し回答したのは、中学生38,871名、高校生62,263名であった(回答率:60.7%)。過去30日間のうち起床困難により1回以上遅刻/欠席したと答えた生徒の割合は、中学生男子10.9%/2.9%、中学生女子7.7%/2.0%、高校生男子15.5%/5.6%、高校生女子14.4%/5.9%であった。起床困難による遅刻・欠席の関連要因をロジスティック回帰分析にて検討したところ、男子、高学年、学校生活を楽しんでいる、大学への進学希望なし、就寝時刻が遅い、不眠症、午前中調子が悪い、平均1日あたりのテレビ視聴時間が長い、飲酒/喫煙、精神状態の不調があるなどが要因として同定された。

本研究は、日本の中高生における起床困難による遅刻・欠席の実態を明らかにするとともに、その関連要因を同定した新規性の高い研究である。本研究で得られた知見は、思春期の生活・健康指導の方策の立案、睡眠・学校生活の向上のための公衆衛生学的施策の立案に有益な情報を提供するものである。

よって本論文は、博士（医学）の学位を授与されるに値するものと認める。

以 上

令和5年2月22日