

〔東海学校保健, 8, 10 (1984)〕

大学新入学生の生活と健康, 体力に関する保健体育学的研究

中神 勝, 竹本康史*, 桑原信治**, 西田弘之, 中村 亮***,
関 徹****

**Studies of Health and Physical Education on the Situation of New
College Student's Life, Health and Physical Strength**

MASARU NAKAGAMI, YASUFUMI TAKEMOTO*, NOBUHARU KUWABARA**,
HIROYUKI NISHIDA, MAKOTO NAKAMURA***, IWAO SEKI****

一般に大学あるいは学生は, 健康・体力管理を積極的に進めようとしたとき, 環境的にも年齢的にも極めて適している。われわれは入学早々の現役(18歳)入学生1,032名(男:481, 女:551)を対象に彼等の生活と健康・体力を把握する目的から本研究を行った。対象学生は東海地区の異った5つの大学に在籍する者で, 各大学とも昭和58年5月上~下旬にかけて調査, 測定をした。結果はつぎの如くである。

1. 生活の面では, 朝食欠食者が男子29.3%, 女子18.6%である。就床, 起床時刻不定者が男子24.7%, 女子7.9%である。
2. 健康の面では, 最近1ヶ年間に医療機関を訪れた者が69.9%, 床に就いた者が56.6%である。
3. 体力の面では, 行動体力, 防衛体力ともに芳しくない。行動体力では持久力, 防衛体力では抵抗力, 免疫力などで劣る。
4. これらの中高年齢者層と比較した。その結果, 生活面と防衛体力面で劣り, 体力面で優った。

* 岐阜医療短期大学, ** 東海女子短期大学, *** 中部女子短期大学, **** 名城大学