

生活実態調査を用いた小・中学生の抑うつに関する分析

—学校生活と子どもの抑うつとの関連に注目して—

コンドウ タカユキ カトウ ツグヒコ イシツカ カズエ アベ アヤ
 近藤 天之¹ 加藤 承彦³ 石塚 一枝⁴ 阿部 彩²

目的 わが国における子どもの抑うつ研究は、家庭関係という視点からの研究成果が蓄積されている一方で、子どもが多くの時間を過ごす学校に関連する要因に注目した研究は極めて少ない。本研究では東京都および広島県の子どもの生活実態調査を利用し、小学5年生および中学2年生の抑うつ症状の社会人口学的要因を明らかにするとともに、学校生活に関する調査項目と子どもの抑うつ症状との関連に焦点を当てて分析を行った。

方法 大規模調査である「子どもの生活実態調査」から作成した小学5年生とその保護者（n = 16,350）、中学2年生とその保護者（n = 14,927）のデータセットデータを分析に使用した。抑うつの評価には、抑うつ自己評価尺度（DSRS-C）を用いた。分析では、子どもの抑うつに関する社会人口統計学的データを示した上で、学校生活を「友人関係」「教師との関係」「部活動」「学校の授業」の4つの側面に分け、それぞれの側面を表す変数と抑うつとのクロス分析を行い、関連性を検討した。

結果 小学5年生は全体の14%（男子13%、女子14%）が、中学2年生は全体の23%（男子20%、女子25%）が抑うつ群であるという結果となった。学校生活との関係について、「友人との交流が少ない」「いじめを受けた経験がある」「先生と会うことが楽しみでない」「部活動に参加していない」「部活動が楽しみでない」「学校の授業が楽しみでない」「授業理解度が低い」子どもについて、抑うつ群の割合が有意に高いという結果を示した。

結論 学校生活と抑うつとの関係については、おおむね先行研究と一致する結果であったと確認できた。また、学校生活の中でも特に、友人との関係の悪さ・希薄さが抑うつと強い関連をもち、その傾向は男子より女子のほうが、小学5年生より中学2年生のほうがより顕著であることが示唆された。教師との関係についても、友人関係ほど強くないが子どもの抑うつに与える影響が示唆された。本研究の限界として、学校生活と抑うつとの関連を再確認できたものの、横断研究であるため因果推論が難しい。抑うつの時系列的な変化を観測し要因を特定するためには、コホート調査の実施が重要である。

キーワード 学校、抑うつ、小学生、中学生、思春期、子どもの生活実態調査

I 緒 言

児童期・青年期のうつ病は、成人期のうつ病に現れる諸症状に加え、身体愁訴や他の精神障

害との合併症など、児童期・青年期に特徴的な症状を伴うことが臨床研究から報告されている¹⁾。また、児童期・青年期のうつ病は不登校や問題行動、自殺と関連があるだけでなく²⁾³⁾、

1 東京都立大学人文科学研究科博士後期課程 2 同教授

3 国立成育医療研究センター社会医学研究部室長 4 同研究員

成人期におけるうつ病発症のリスクを高める⁴⁾といった研究結果が国内外で報告されており、また2022年現在において国内における小中高生の不登校・自殺が過去最多という状況の中⁵⁾、子どものメンタルヘルスの不調について実態把握が日本社会の重要課題である。

わが国における子どものうつ病に関するデータとして、佐藤ら⁶⁾の半構造化面接を用いた中学生（12～13歳，n=328）におけるうつ病の有病率に関する実態調査から得られた4.9%（男子2.2%，女子8.0%）というデータが信頼性の高い数値として援用されることが多い。しかし、この調査結果は、調査が実施された地域や学校の特性が反映されている可能性が高い。面接によるうつ病の診断は正確さをもつが、コストの面から大規模なデータを収集することが難しい。自己評価尺度による質問紙調査では、2003年に北海道の3市で行われた傳田ら¹⁾の小中学生3,331人を対象とした調査で、子ども用抑うつ自己評価尺度（以下、DSRS-C）が16点以上の抑うつ群は小学生が7.8%，中学生が22.8%であると報告されている。さらに、佐藤ら⁷⁾の小学校高学年児童3,177人を対象とした調査では、DSRS-Cが16点以上の抑うつ群は

11.6%であったと報告している。これらの調査は比較的サンプルサイズが大きいものの、対象地域は少数の自治体である。そこで、本研究では、一般集団における思春期の児童（小学生高学年および中学生）の抑うつの割合を示すことを目的として、様々な自治体で実施された大規模調査のデータ（自治体30以上、サンプルサイズは各学年1万以上）を記述的に分析した。

また2つ目の目的として、小中学生の学校生活と抑うつとの関連を検討した。わが国における子どもの抑うつ研究は主に、家庭と子どもとの関係という文脈において研究が蓄積されている一方で、学校環境という視点から子どもの抑うつに注目した研究は少ない。海外の研究では、学校に関する要因は子どものメンタルヘルスの不調に与える最も大きな要因の1つであるという結果が示されている⁸⁾。国内の研究では、複数の先行研究が抑うつ（やストレス）と学校生活の関連を検討しているが⁹⁾¹⁰⁾、どのような学校生活の側面と抑うつとの関連が強いのかという点は明らかになっていない。本研究では、先行研究を踏まえ、学校生活の「友人関係」「教師との関係」「部活動」「学校の授業」の4つの側面と抑うつとの関連を検討する。

表1 本研究に使用した自治体調査一覧

	調査対象者	抽出方法	調査方法	有効回答数 (有効回答率)	調査時期
東京都「子供の生活実態調査」	墨田区、豊島区、調布市、日野市に在住の以下の生年月日の者とその保護者 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ（10～11歳） 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ（13～14歳）	全数抽出	郵送回収（一部ウェブ回答）	小5：2,824(44.9%) 中2：2,865(42.2%)	平成28年 8月5日 ～9月7日
「広島県子供の生活に関する実態調査結果」	県内の小学校・中学校（公立、私立、国立）に通う小学校5年生および中学校2年生とその保護者	全数および無作為抽出（市町によって異なる）	学校回収および郵送回収（市町によって異なる）	小5：3,289(78.4%) 中2：2,823(74.5%)	平成29年 7月 ～11月
東京都A区調査 ²⁾	区内在住の以下の生年月日の者とその保護者 平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ（10～11歳） 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ（13～14歳） ¹⁾	全数抽出	郵送回収	小5：3,129(45.2%) 中2：2,598(39.9%)	平成30年 6月27日 ～7月27日
東京都B区調査 ²⁾	令和元年7月23日時点で区内在住の0～14歳（中学3年生）の就学前児童、小学校低学年、小学校高学年、中学生の各保護者および小学校高学年、中学生本人 ¹⁾	無作為抽出	郵送回収（一部ウェブ回答）	小学校高学年：1,064(28.4%) うち小5：396 中学生：929(24.8%) うち中2：383	令和元年 8月28日 ～9月25日
東京都C市調査 ²⁾	市内在住の小学5年生および中学2年生とその保護者	全数抽出	学校回収（公立）および郵送回収（私立）	小5：420(69.7%) 中2：308(51.0%)	平成30年 6月22日 ～7月13日

注 1) 小学5年生・中学2年生のみ抽出し、分析に使用。

2) 契約上、自治体名は使用しない決まりとなっているため匿名化している。

表2 学校生活に関する変数

	学校生活に関する変数	回答カテゴリ
友人関係	学校の友だちに会うことを楽しみにしている	とても楽しみ／楽しみ／少し楽しみ／楽しみではない
	学校の休み時間を楽しみにしている	とても楽しみ／楽しみ／少し楽しみ／楽しみではない
	いじめられたことがある ¹⁾²⁾	よくあった／時々あった／あまりなかった／なかった
教師との関係	先生に会うことを楽しみにしている	とても楽しみ／楽しみ／少し楽しみ／楽しみではない
	困っていることや悩みごと、楽しいことや悲しいことを学校の先生に話す	よく話す／時々話す／あまり話さない／ぜんぜん話さない
部活動	学校の部活動に参加しているか ³⁾	参加している／参加していない
	学校の部活動を楽しみにしている ³⁾⁴⁾	とても楽しみ／楽しみ／少し楽しみ／楽しみではない
学校の授業	学校の授業（副教科以外）を楽しみにしている	とても楽しみ／楽しみ／少し楽しみ／楽しみではない
	学校の授業理解	いつもわかる／だいたいわかる／あまりわからない／わからないことが多い／ほとんどわからない
	自分の成績はクラスの中でどれくらいだと思うか ¹⁾	上のほう／やや上のほう／真ん中のあたり／やや下のほう／下のほう
	得意な教科 ⁵⁾	ある／ない

- 注 1) 「わからない」は欠損扱いとした。
 2) 広島県調査には含まれない。
 3) 中2のみ集計した。
 4) 学校の部活動に参加している子どものみ集計した。
 5) 「ない」以外の回答（国語、算数など）を「ある」として統合した。

Ⅱ 方 法

(1) データ

本研究では、表1に示す「子どもの生活実態調査」の調査データを統合し、小学5年生（以下、小5）とその保護者（ $n=16,350$ ）、中学2年生（以下、中2）とその保護者（ $n=14,927$ ）のデータセットを作成した。なお、分析には子ども票と保護者票がそろっているサンプルのみ使用している。本研究の実施に当たって、国立成育医療研究センター倫理審査委員会の承認を受けた（2022年10月3日、承認番号2022-117）。

(2) 変数と分析

本研究で使用する「子どもの生活実態調査」群では子どもの抑うつ測定尺度としてDSRS-Cが使用されている。DSRS-CはBirlleson¹¹⁾が作成した18の質問項目からなる抑うつ自己評価尺度であり、わが国においても村田¹²⁾によるDSRS-Cの日本語版がよく使用される傾向にある。村田は、DSRS-Cの日本語版においてカットオフ値は15/16点が妥当としていることを踏

まえ、本研究においても15点以下を非抑うつ群、16点以上を抑うつ群と定義する。

また、表2に示す学校生活を表す11項目を変数化し、抑うつ群・非抑うつ群とのクロス分析を行った。また、追加の分析として、同じクロス分析を男女に層別して行った。なお、「学校の休み時間を楽しみにしているか」は必ずしも友人関係の良好さを示すとは限らないが、便宜上「友人関係」のグループに入れた。

欠損値の処理はペアワイズ削除による。分析にはStataMP16を使用した。

Ⅲ 結 果

まず、表3に本研究に使用したデータの社会人口統計学的特徴を示す。男女の割合は小5で女子51%、男子49%、中2で女子52%、男子48%である。調査地は小5、中2ともに東京都が42%、広島県が58%である。母親の学歴は大学以上卒業が小5で75%、中2で73%である。父親の学歴は大学以上卒業が小5で69%、中2で67%である。

抑うつ群の割合は、小5が14%（男子13%、

女子14%)、中2が23% (男子20%, 女子25%)であった。小5のDSRS-Cの平均値は8.6点 (標準偏差: 5.9), 中2のDSRS-Cの平均値は10.5点 (標準偏差: 6.6)であった。次に、各項目と抑うつ群のクロス分析の結果 (表4)について概説する。

(1) 友人関係

「学校の友だちに会うことを楽しみにしている」という項目について、否定的な回答をした子どもほど小5・中2ともに抑うつ群の割合が大きいという結果を示しており、「とても楽しみ」と「楽しみでない」との間には54~61ポイントの差がある。「学校の休み時間を楽しみにしている」の項目についても類似した結果が得られた。「いじめられたことがある」という項目については、「よくあった」「時々あった」と回答した子どもの抑うつ群の割合が高く (それぞれ小5では41%, 24%, 中2では53%, 42%), 「あまりなかった」「なかった」と答えた子どもの抑うつ群の割合は低い (それぞれ小5では16%, 7%, 中2では27%, 15%)。

(2) 教師との関係

「先生に会うことを楽しみにしている」という項目について、否定的な回答をした子どもほど小5・中2ともに抑うつ群の割合が大きい結果を示しており、「とても楽しみ」と「楽しみでない」との間には21~23ポイントの差がある。「困っていることや悩みごと、楽しいことや悲しいことを学校の先生に話す」という項目について、特に「ぜんぜん話さない」と回答した子どもは、それ以外の子どもよりも抑うつ群の割

表3 社会人口統計データと抑うつ群の割合

	小学5年生 (n = 16,350)			中学2年生 (n = 14,927)		
	n	%	抑うつ群の割合 (%)	n	%	抑うつ群の割合 (%)
全体			14			23
性別 ¹⁾						
男子	7 561	49	13	6 589	48	20
女子	7 737	51	14	7 197	52	25
調査地						
東京都	6 896	42	12	6 286	42	20
広島県	9 454	58	15	8 641	58	25
世帯タイプ						
ふたり親世帯	13 647	85	13	12 237	84	22
ひとり親世帯	2 301	14	15	2 179	15	24
その他	57	0	27	80	1	41
子ども数						
1人	2 793	17	13	2 660	18	22
2人	7 590	46	13	7 040	47	22
3人以上	5 967	37	15	5 227	35	24
世帯年収						
200万円以下	1 183	9	16	1 178	10	27
200~400万円	1 565	12	14	1 411	12	26
400~600万円	2 730	22	14	2 210	19	23
600~800万円	2 653	21	13	2 367	21	22
800万円以上	4 418	35	12	4 349	38	19
回答した親の年齢						
39歳以下	4 673	29	15	1 936	13	24
40~44歳	6 327	39	13	5 301	36	23
45~49歳	3 567	22	13	4 736	32	21
50歳以上	1 783	11	15	2 954	20	25
母親の学歴						
中学・高校卒業	3 733	25	16	3 725	27	25
大学以上卒業	11 366	75	13	9 869	73	21
父親の学歴						
中学・高校卒業	4 356	31	15	4 191	33	24
大学以上卒業	9 639	69	12	8 407	67	21
親の国籍						
両親とも日本国籍	6 426	97	12	5 850	96	19
片親のみ外国籍	224	3	13	221	4	27

注 1) 「答えたくない」は欠損扱いとする。

合が高い傾向にある (「よく話す」「時々話す」「あまり話さない」「ぜんぜん話さない」の順に、それぞれ小5では10%, 12%, 12%, 18%, 中2では17%, 17%, 21%, 28%)。

(3) 部活動

中2で部活動に参加していない群は、参加している群より抑うつ群の割合が11ポイント高いことが明らかになった (部活動に参加「している」「していない」の順に22%, 33%)。さらに、部活動に参加している生徒のうち、部活動を楽しみにしている生徒ほど抑うつ群の割合が低く、「とても楽しみ」と「楽しみでない」との間には36ポイントの差がある。

(4) 学校の授業

「学校の授業（副教科以外）を楽しみにしている」という項目について、否定的な回答をし

た子どもほど小5・中2ともに抑うつ群の割合が大きい結果を示しており、「とても楽しみ」と「楽しみでない」との間には27～30ポイント

表4 学校生活と抑うつ症状との関連

	小学5年生					中学2年生					
	n	%	抑うつ群の割合(%)			n	%	抑うつ群の割合(%)			
			全体 (n=16,350)	男子 (n=7,561)	女子 (n=7,737)			全体 (n=14,927)	男子 (n=6,589)	女子 (n=7,197)	
全体			14	13	14			23	19	25	
友人関係	学校の友だちに会うことを楽しみにしている とても楽しみ	11 171	79	9	8	10	9 496	71	14	12	16
	楽しみ	2 262	16	24	22	25	2 713	20	34	30	39
	少し楽しみ	561	4	40	34	46	769	6	59	49	66
	楽しみではない	235	2	63	54	72	358	3	75	68	80
	学校の休み時間を楽しみにしている とても楽しみ	10 300	72	9	9	9	8 517	64	15	13	16
	楽しみ	2 675	19	19	18	19	3 194	24	29	23	35
	少し楽しみ	907	6	35	34	34	1 103	8	45	40	50
	楽しみではない	345	2	56	57	54	530	4	64	57	69
	いじめられたことがある よくあった	241	4	41	37	45	137	2	53	49	57
	時々あった あまりなかった なかった	729 871 4 208	12 14 70	24 16 7	21 15 6	27 18 7	389 625 4 366	7 11 79	42 27 15	36 26 13	47 27 16
教師との関係	先生に会うことを楽しみにしている とても楽しみ	4 386	31	8	7	8	1 780	13	13	12	13
	楽しみ	5 268	37	11	10	12	4 007	30	15	13	16
	少し楽しみ	2 963	21	18	16	19	4 263	32	24	20	27
	楽しみではない	1 592	11	29	26	32	3 277	25	36	31	39
	困っていることや悩みごと、楽しいこと や悲しいことを学校の先生に話す よく話す	1 952	14	10	9	10	1 260	10	17	14	21
	時々話す	3 593	26	12	12	12	2 552	19	17	15	19
	あまり話さない	3 962	28	12	12	12	3 758	28	21	18	22
	ぜんぜん話さない	4 515	32	18	16	20	5 634	43	28	24	30
部活動	学校の部活動に参加しているか している						12 091	92	22	19	24
	していない						996	8	33	28	40
	学校の部活動を楽しみにしている とても楽しみ						6 287	52	14	11	16
	楽しみ						3 369	28	24	21	25
少し楽しみ						1 481	12	36	33	37	
楽しみではない						843	7	50	46	52	
学校の授業	学校の授業(副教科以外)を楽しみにしている とても楽しみ	4 581	32	6	5	6	2 753	21	12	11	11
	楽しみ	5 439	38	12	11	13	5 326	40	18	15	19
	少し楽しみ	2 935	21	20	19	21	3 344	25	28	24	31
	楽しみではない	1 264	9	33	28	38	1 912	14	42	37	46
	学校の授業理解 いつもわかる	5 432	38	9	8	9	2 692	20	15	13	17
	だいたいわかる	6 950	49	13	12	14	7 562	57	20	18	21
	あまりわからない	991	7	23	23	21	1 476	11	28	25	31
	わからないことが多い	715	5	33	30	34	1 267	9	40	34	43
	ほとんどわからない	145	1	50	44	57	349	3	53	47	57
	自分の成績はクラスの中でどれくらいだと思うか 上のほう	2 605	20	9	8	10	1 733	14	17	13	20
	やや上のほう	2 706	21	10	9	10	2 273	18	18	15	19
	真ん中のあたり	4 909	38	10	10	11	4 297	34	19	17	20
	やや下のほう	1 682	13	20	18	21	2 402	19	24	20	29
	下のほう	957	7	32	31	34	1 863	15	38	33	41
	得意な教科 ある	14 218	98	13	12	14	12 717	94	21	18	24
	ない	258	2	44	42	45	767	6	48	45	49

の差がある。また、学校の授業理解が低い子どもほど小5・中2ともに抑うつ群の割合が大きい結果を示しており、「いつもわかる」と「ほとんどわからない」との間には38～41ポイントの差がある。さらに、「自分の成績はクラスの中でどれくらいだと思うか」という質問について、「やや下のほう」「下のほう」と回答した子どもの抑うつ群の割合が特に高い。得意な教科がないと答えた子どもは、得意な教科があると

回答した子どもに比べ抑うつ群の割合が高い。

(5) 男女差について

ほとんどの項目について、抑うつ群の割合との関連は、男子よりも女子のほうが強いという結果が示された。例えば、「学校の友だちに会うことを楽しみにしている」という項目については、男女ともに否定的な回答をした子どもほど抑うつ群の割合が大きいという結果であったが、「とても楽しみ」と「楽しみでない」との間の差は男子では46～56ポイントであるのに対し、女子では62～64ポイントであった。

(6) 追加分析（ロジスティック回帰分析）

さらに、追加分析として、複数の交絡因子を調整しても学校生活と抑うつとの関連は残るかを確認するため、抑うつ群かどうかを目的変数としたロジスティック回帰分析を実施した。サンプルには小5と中2の統合データを使用し、学校生活の変数1つとコントロール変数（表5注を参照）を同時投入した分析を、各学校生活の変数（部活動の変数は中2のみのため使用せず）について実施した。表5には全9回の各分析の結果のうち、コントロール変数を省略し、学校生活の変数のオッズ比と95%信頼区間を抜粋し、縦に並べて表記している（学校生活の変数を同時投入したのではないことに留意されたい）。いずれの分析においても、学校生活の変数は統計学的に有意に抑うつと関連を示していることが確認できる。

表5 学校生活と抑うつ症状との関連（ロジスティック回帰分析）

分析に投入した学校生活の変数 (分析のサンプルサイズ)		オッズ比	95% 信頼区間
友人関係	学校の友だちに会うことを楽しみにしている (n=19,801)	(基準)	-
	とても楽しみ	4.14	3.94- 4.35
	楽しみ	7.72	7.35- 8.09
	少し楽しみ	10.39	9.84-10.94
	楽しみではない		
	学校の休み時間を楽しみにしている (n=19,815)	(基準)	-
	とても楽しみ	3.24	3.05- 3.44
	楽しみ	6.03	5.72- 6.34
	少し楽しみ	9.43	8.97- 9.89
	楽しみではない		
教師との関係	いじめられたことがある (n=8,632)		
	よくあった	7.35	6.68- 8.03
	時々あった	4.30	3.89- 4.72
	あまりなかった	3.03	2.67- 3.39
	なかった	(基準)	-
	先生に会うことを楽しみにしている (n=19,785)	(基準)	-
	とても楽しみ	1.87	1.65- 2.10
	楽しみ	4.00	3.76- 4.24
	少し楽しみ	6.18	5.90- 6.45
	楽しみではない		
学校の授業	困っていることや悩みごと、楽しいことや悲しいことを学校の先生に話す (n=19,588)	(基準)	-
	よく話す	0.99	0.68- 1.29
	時々話す	1.60	1.30- 1.90
	あまり話さない	2.90	2.61- 3.19
	ぜんぜん話さない		
	学校の授業（副教科以外）を楽しみにしている (n=19,798)	(基準)	-
	とても楽しみ	2.50	2.29- 2.70
	楽しみ	4.98	4.75- 5.21
	少し楽しみ	7.49	7.20- 7.78
	楽しみではない		
学校の授業理解	学校の授業理解 (n=19,815)	(基準)	-
	いつもわかる	1.98	1.78- 2.17
	だいたいわかる	3.68	3.36- 4.00
	あまりわからない	5.58	5.23- 5.94
	わからないことが多い	7.88	7.21- 8.55
	ほとんどわからない		
	自分の成績はクラスの中でどれくらいだと思うか (n=18,343)	(基準)	-
	上のほう	0.91	0.63- 1.19
	やや上のほう	1.12	0.86- 1.37
	真ん中のあたり	2.62	2.32- 2.92
やや下のほう	5.08	4.74- 5.42	
下のほう			
得意な教科 (n=9,630)	ある	(基準)	-
	ない	4.99	4.43- 5.55

注 各分析は学年、性別、調査地（市区町村）、学校の種類（公立/私立/国立）、世帯年収5段階（200万円以下/200～400万円/400～600万円/600～800万円/800万円以上）で調整している。

Ⅳ 考 察

本研究の分析では、大規模なデータを用いて、小学校高学年児童～中学生の思春期の子どもの抑うつ群の割合と学校生活との関連を示した。抑うつ群の割合（小5で13.6%、中2で22.7%）は、傳田ら¹⁾の報告（小5で9.3%、中2で23.2%）や佐藤ら⁷⁾の報告（小学校高学年児童で11.6%）とおおむね近似した結果であった。数%の違いについては地域差や回収方法により生じたものと考えられるが、DSRS-Cが16点以上で抑うつと判定する場合に、抑うつ群の割合は小学校高学年児童では10%程度、中学生では20%程度という結果、わが国において普遍的なものであると考えられる。また、本研究では学校生活と抑うつとの関連について、先行研究の知見と多くの点で一致し、子どもの抑うつ群の防止において学校生活という視点が重要であるということを変更して示した。ここからは学校生活のどのような要素と抑うつに関連がみられたのか、先行研究との一致に言及しながら考察する。

子どもの友人関係については、友人関係の希薄さおよび会話の少なさと抑うつ群の高さとの関連が分析で示された。この関係について、先行研究では様々な角度からメカニズムの解明を試みられてきた。友人からのソーシャルサポートは小中学生のメンタルヘルスを維持する要因のひとつとされている¹³⁾。しかし、Beesonら¹⁴⁾のカナダの中高生を対象とした縦断研究では、抑うつと仲間からの拒絶は双方向的な関連があることを示しており、抑うつと友人関係の希薄さはどちらの事象が原因ともいえないことを示唆している。さらに本研究では、いじめを受けることは小中学生ともに抑うつを悪化させる可能性が非常に高いことが示唆され、先行研究と一致する結果となった¹⁵⁾¹⁶⁾。さらに、本研究においては、友人関係の良好さと抑うつ群の割合の低さには男子よりも女子のほうが強い関連がみられた。村山ら¹³⁾の小中学生を対象とした研究では、女子は同性友人からのサポートが抑うつを低減することに有効である一方、男子におい

ては友人からのサポートに効果が弱く、本研究の結果と一致する。

また、友人との関係だけでなく、学校の先生との関係も抑うつに関連があり、学生生活にとって重要な側面であることが分析から示唆された。文部科学省の「令和2年度不登校児童生徒の実態調査」¹⁷⁾によると、最初に学校に行きづらいつ感じ始めたきっかけ（複数回答可）として、「先生のこと（先生と合わなかった、先生が怖かった、体罰があったなど）」が小学生で29.7%（1位）、中学生で27.5%（3位）であり、子どもにとって学校の先生との関係が学校生活に大きな影響を及ぼすことを示唆している。しかしながら本研究では、友人関係との関連と比較すると、教師との関係と抑うつとの関連は弱いことがうかがえる。

中学生の部活動と抑うつ群の関係については、部活動に入っている生徒ほど抑うつ群の傾向が低く、さらにその中でも部活動を楽しみにしている生徒とそうでない生徒の間には抑うつ群の割合に大きな差があり、決して無視できない学校生活の一側面であることが明らかになった。部活動への参加が生徒の抑うつ低減効果があるのか、今後の研究が期待される。

学業成績と抑うつ群との関連については国内の研究では実証されていないが、海外の研究では学業成績の低さと抑うつ群の高さは相互に影響があることが実証されている¹⁸⁾¹⁹⁾。本研究においても授業理解度の低さと抑うつ群の関連が確認された。ただし、子どもの回答には本人の自己肯定感が反映されている可能性があることに留意したい。また、学業成績と抑うつ群の関連は女子が顕著であるという報告もあり²⁰⁾、本研究の結果と一致する。

Ⅴ 結 語

本研究の分析から、小・中学生の抑うつ群と学校生活（友人関係、教師との関係、部活動、学校の授業）との間に関連があることが示された。しかしながら、本研究の限界として、今回利用した調査はクロスセクショナルであるため、抑

うつと学校生活との間の因果関係の解明は難しい。

子どもの抑うつの要因や影響を解明するためには、子どもの抑うつについて理論的な整合性を検討した上で、それに基づいて作成されたコホート調査の実施が重要である。さらに、質問紙による計量調査だけでなく、子どもの抑うつ防止プログラムを実践した介入研究や、スクール・カウンセラーやスクール・ソーシャルワーカー等による事例の収集およびその分析も、子どもの抑うつをとりまく状況を理解するために不可欠である。

謝辞

本研究は、JSPS科研費（課題番号：22H05098および22H05103）の助成を受けて実施されました。

文 献

- 1) 傳田健三, 賀古勇輝, 佐々木幸哉, 他. 小・中学生の抑うつ状態に関する調査: Birleson自己記入式抑うつ評価尺度(DSRS-C)を用いて. 児童青年精神医学とその近接領域 2004; 45: 424-36.
- 2) 高柳伸哉, 伊藤大幸, 大嶽さと子. 小中学生における欠席行動と抑うつ, 攻撃性との関連. 臨床精神医学 2012; 41: 925-32.
- 3) 望月直人, 伊藤大幸, 原田新. 中学生の非行行為と攻撃性, 抑うつとの関連. 精神医学 2014; 56: 4-11.
- 4) Fombonne E, Wostear G, Cooper V, et al. The Maudsley long-term follow-up of child and adolescent depression. 1. Psychiatric outcomes in adulthood. Br J Psychiatry 2001; 179: 210-7.
- 5) 文部科学省. 令和2年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査. 2020. (https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1302902.htm) 2022.3.7.
- 6) 佐藤寛, 下津咲絵, 石川信一. 一般中学生におけるうつ病の有病率 半構造化面接を用いた実態調査. 精神医学 2008; 50: 439-48.
- 7) 佐藤寛, 永作稔, 上村佳代, 他. 一般児童における抑うつ症状の実態調査. 児童青年精神医学とその近接領域 2006; 47: 57-68.
- 8) Sweeting H, West P, Young R, et al. Can we explain increases in young people's psychological distress over time? Soc Sci Med 2010; 71(10): 1819-30.
- 9) 平石賢二, 杉村和美. 中学生の役割緊張に関する研究—コンピテンスおよびストレス反応との関連から—. 青年心理学研究 1996; 8: 27-40.
- 10) 齊藤彩, 松本聡子, 菅原ますみ. 思春期の注意欠如・多動傾向と不安・抑うつとの縦断的関連. 教育心理学研究 2020; 68: 237-49.
- 11) Birleson P. The validity of depressive disorder in childhood and the development of a self-rating scale: a research report. J Child Psychol Psychiatry 1981; 22: 73-88.
- 12) 村田豊久. 学校における子どものうつ病—Birlesonの小児期うつ病スケールからの検討—. 最新精神医学 1996; 1: 131-8.
- 13) 村山恭朗, 伊藤大幸, 大嶽さと子, 他. 小中学生におけるメンタルヘルスに対するソーシャルサポートの縦断的効果. 発達心理研究 2016; 27: 395-407.
- 14) Beeson CML, Brittain H, Vaillancourt T. The temporal precedence of peer rejection, rejection sensitivity, depression, and aggression across adolescence. Child Psychiatry Hum Dev 2020; 51: 781-91.
- 15) 伊藤美奈子, 相馬誠一. 子どもたちの「生きる意欲」と「抑うつ感」—その背景にあるいじめ経験に着目して—. 奈良女子大学心理臨床研究 2019; (6): 5-14.
- 16) 満石花歩, 吉良悠吾, 尾形明子. いじめの被害形態と長期的な抑うつとの関連についての検討. 日本心理学会大会発表論文集 2018; 82: 367.
- 17) 文部科学省. 令和2年度不登校児童生徒の実態調査 結果の概要. (https://www.mext.go.jp/content/20211006-mxt_jidou02-000018318-2.pdf) 2022.10.5.
- 18) Lopez-Lopez JA, Kwong ASF, Washbrook L, et al. Depressive symptoms and academic achievement in UK adolescents: a cross-lagged analysis with genetic covariates. J Affect Disord 2021; 284: 104-13.
- 19) Panayiotou M, Humphrey N. Mental health difficulties and academic attainment: Evidence for gender-specific developmental cascades in middle childhood. Dev Psychopathol 2018; 30: 523-38.
- 20) 小野寺汐美. 小中移行期における学校適応過程に関する一研究. 岩手大学大学院人文社会科学研究所研究紀要 2009; 19-40.