

# 琉球大学学術リポジトリ

## 沖縄県小学生用メンタルヘルス尺度の検討

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学教育学部 公開日: 2007-08-27 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 小橋川, 久光, 小林, 稔, 高倉, 実, 宮城, 政也, 砂川, 武彦 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="http://hdl.handle.net/20.500.12000/1509">http://hdl.handle.net/20.500.12000/1509</a>

# 沖縄県小学生用メンタルヘルス尺度の検討

小橋川久光・小林 稔・高倉 実  
宮城政也・砂川武彦

## Examining of Mental Health Scale for Schoolchildren in Okinawa Prefecture

KOBASHIGAWA Hisamitsu\*・KOBAYASHI Minoru\*  
TAKAKURA Minoru\*\*・MIYAGI Masaya\*\*\*  
SUNAGAWA Takehiko\*

### 研究目的

2002年度から新しい学習指導要領が小学校で実施されるようになったが、体育の領域においては新たに「体ほぐしの運動」が登場し関心が高まっている。このような新たな運動が登場したその背景として、大人の生活はもとより子どもたちの生活においても深刻な問題が生じてきているといわれる(高橋 2000)。特に子どもにおいては、近年の急激な社会生活環境の変化やライフスタイルの変化、生活体験の不足や人間関係の希薄化、心理的ストレスの増大などが、現代社会における児童・生徒に関わる身体的、心理的諸問題の原因と考えられ、それと同時に子どもたちのメンタルヘルスに様々な影響を与えているといわれる(山崎 2000、渡辺 2000、大森 2000)。

このような状況に鑑みて、小橋川ら(2001)、宮城らは(2001、2002)、児童期におけるメンタルヘルスと日常生活要因との関係、小林ら(2002)は、児童期における運動意欲及び運動能力に関する比較などの研究を行った。本研究はこれらと連動して計画したものである。

子どものメンタルヘルス(精神的健康度)を測定するために作成された尺度には、ポジティブな

精神面を測定する尺度とネガティブな精神面を測定する尺度、あるいは2つから構成された尺度がある。例えば、西田ら(2000)が作成した児童用メンタルヘルス診断検査は、ポジティブな側面を「やる気度(目標・挑戦、自信、生活の満足度)」、ネガティブな側面を「ストレス度(怒り感情、疲労、引きこもり)」の2面から捉えて、この2つの側面の兼ね合いによって「はつらつ型」、「だらだら型」、「ふうふう型」、「へとへと型」という、4つのメンタルヘルスパターンを構成する。この尺度の特徴は、個人及び集団がこれらの4つのどのパターンに属するかによって、メンタルヘルスの状態を測ることにある。しかし、この尺度の作成は、組織的キャンプ体験のような健全な野外活動が、メンタルヘルスにどのような効果をもたらすかを判定することをねらいとして作られたものであった。その結果は、キャンプ体験がネガティブな側面ばかりでなく、ポジティブな側面の効用にも効果があることを示している(西田ら 2000)。

一方、ネガティブな面のストレス反応に関する研究は、小学生を対象とした島田ら(1994)の尺度、中学生を対象とした岡安ら(1992)の尺度をあげることが出来るが、メンタルヘルスをより広

\*College of education, University of the Ryukyus

\*\*College of Medicine, University of the Ryukyus

\*\*\*Okinawa Prefectural College of Nursing

く尺度構成を試みた研究は少なかった。最近になって、園田ら(2001)は、岡安・嶋田・坂野(1992)、堀野・森(1991)などのストレス反応や抑鬱尺度を参考にし、メンタルヘルスのネガティブな側面に着目して、「身体症状」「抑うつ」「衝動」「対人不安」「非効力感」の5因子からなる尺度を作成した。そして得られた5因子は相互の相関関係を示し、特に学校生活における「ひきこもり」とも有意な関係を示していたことから、この尺度の目的であるメンタルヘルに関わる問題を持った子どもを探ることに有効な尺度であると思われる。しかし残念なことに、質問紙を作成するにあたっての標本抽出が一貫教育を行っている特定の集団のみを対象としており、したがって標本に偏りがあり、さらに因子分析も中学生についてのみ行い、小学生の結果や性差についての検討がなされていなかった。

そこで本研究の第1の目的は、園田らの尺度を用いて、標本抽出を多くの学校を対象にし、標本数を増やすことによって沖縄県児童を対象にしたメンタルヘルス診断検査を作成することにある。沖縄県児童用メンタルヘルス尺度を作成する意図は、小橋川ら(2001)、宮城ら(2001)が西田らの尺度を用いて行ったところ、九州地方と沖縄県の児童との間に、ヘルスパターンに違いが見られたことと、メンタルヘルスに関わるネガティブな面により深く焦点をあてた尺度の必要性を感じ、独自の尺度を作成する意図があった。

ところで小橋川ら(2001)は、西田らのメンタルヘルス尺度と睡眠時間、就寝時間、友人関係、運動遊びなどのライフスタイル関連要因との関係を分析し、精神的健康度パターンとライフスタイルとの間に有意な関係があることを明らかにしている。また、自律的、規範的、自発的行動から捉えた生活行動尺度とメンタルヘルスやライフスタイルとの間にも有意な関係を見出しており(小橋川ら 2002)、ライフスタイル(日常生活関連要因)はメンタルヘルス尺度の有効性を見るのに有意な尺度になりものと考えられる。

そこで本研究の第2目的は、日常生活のどのような要因と関係があるのかを探るために、就寝時間、睡眠時間、朝食の摂取、友人関係などの生活関連要因を取り上げ、メンタルヘルス尺度との関

係を、重回帰分析によって明らかにすることにある。

## 方 法

1. 被験者：沖縄県公立小学校15校の児童・生徒を対象に、集合調査を行った。今回の対象学年は高学年の中間をとって5年生のみについて調査した。男子585名、女子519名、合計1104名である。
2. 調査期間：2001年5月から7月中旬におこなった。
3. 調査方法：事前に学校長の了解を得てから、学級担任による集合調査を行った。
4. 調査内容
  - 1) メンタルヘルス尺度：お茶の水女子大学の園田ら(2001)が作成したメンタルヘルス尺度項目を参考にし、①身体症状…6項目、②体重…3項目、③抑うつ…5項目、④衝動…5項目、⑤対人不安…5項目、⑥非効力…4項目、合計28項目を用いた。評定は、「とてもよくあてはまる……5」から「全くあてはまらない……1」までの5段階評定尺度を用いた。
  - 2) 日常生活関連要因尺度(ライフスタイル)：小橋川ら(2001)の調査項目を参考にし、23項目からなる質問項目を作成した。分類すると以下の通りである。健康・睡眠(4項目)、運動・遊び(3項目)、習いごと(3項目)、人間関係(5項目)食事(3項目)、学校生活(5項目)。評定は、例えば睡眠時間に関して「①6時間より少ない ②6以上～7時間未満 ③7以上～8時間未満 ④8以上～9時間未満 ⑤9時間以上」のように、それぞれの問いに対して5段階を作成し評定させた。

## 結果および考察

### 1. メンタルヘルス尺度の因子分析の結果

本研究の目的は、園田ら(2001)が作成したメンタルヘルス尺度項目より28項目を用いて、「沖縄県小学生用メンタルヘルス尺度」を作成するこ

とにあった。

得られたデータを用いて因子分析（主成分分析）を行った結果、回転前の固有値が第6因子で1.0以上を示していたことから、第6因子固定の因子分析によって解釈することにした。また、因子負荷量が0.4以上を示した項目及びひとつの因子に単独で示した項目についてのみ因子解釈の対象とした。

第1因子は、因子負荷量が0.4以上を示した項

目は、番号1, 2, 3, 4, 5, 6の6項目であり、これらは事前に仮定した因子と同じであったことから、「身体症状因子」と命名した。第2因子は、項目番号14, 18, 20, 27, 28の5項目であり、これらの項目も事前の因子と一致していたことから、「対人不安因子」と命名した。第3因子は項目番号13, 15, 16, 19, 22の5項目から構成されていた。項目番号21（人に自慢できることがある…非効力感）は、因子負荷量が第3因子と第4因子

表1 因子分析の結果(バリマックス回転)

質 問 項 目	F.1	F.2	F.3	F.4	F.5	F.6
1. いつも肩がこっている	0.621					
2. いつも頭が重い	0.721					
3. 胸がどきどきする	0.599					
4. 呼吸がくるしくなることがある	0.627					
5. 眠れない	0.527					
6. 腹痛（げり、べんぴなど）をおこす	0.478					
7. ほかの人は私をやせすぎだと思っている						-0.521
8. 体重が増えるのが気になる						0.764
9. 今よりもっとやせたいと思っている						0.821
10. 自分が悪かったと悩むことがある				0.728		
11. 過去の失敗をいつまでも引きずることが多い				0.574		
12. 暗い気分になることが多い				0.327		
13. ちょっとしたことで頭にきて暴力をふるってしまうことがある			0.645			
14. 人が大勢いると、うまく会話の中に入っていけないことがある		0.721				
15. 周りの人に対して気に入らないと思うことがある			0.562			
16. 気に入らないことがあると、あたりちらすようなことがある			0.609			
17. いろいろなことについて、あれこれと心配する				0.551		
18. たくさんの人がいると、どう行動してよいかわからず、とまどうことがある		0.574				
19. 自分が正しいと思ったら、人前でも相手を攻撃することがある			0.705			
20. クラスでの話し合いのとき、まわりからどう思われた気になって発言するのがむずかしい		0.605				
21. 人に自慢できることがある			0.409	0.441		
22. 嫌なことをたのまれたら、いいかげんなやり方をすることが多い			0.625			
23. 自分はたいした才能もないから、えらくはなれないと思う					0.644	
24. ひどくがっかりすることがある				0.467		
25. 自分は役に立たない人間だと思おう					0.772	
26. 自分の将来は暗いように思う					0.661	
27. 新しい友達を作ることは苦手だ		0.593				
28. 言いたいことをうまく伝えられない		0.723				
クロンバックの $\alpha$ 係数	0.688	0.701	0.701	0.732	0.670	0.544

にまたがっており、従って因子の解釈の対象としなかった。第3因子は、「衝動因子」と同様の因子名を用いて命名した。第4因子は項目番号10, 11, 17, 24の4項目で、「抑鬱因子」と命名した。第5因子は項目番号23, 25, 26の3項目、同様に第6因子も項目番号7, 8, 9の3項目であり、それぞれ「非効力感因子」と「体重因子」と命名した。項目番号12（暗い気分になることが多い）は、全ての因子負荷量が0.4以下であったことから、因子解釈の対象から除外項目とした。以上の結果、6因子26項目からなるメンタルヘルス尺度となった。

そこで、因子分析の結果に基づき各因子の信頼性を確認するために、クロンバックの $\alpha$ 係数を求めた。その結果、第1因子から順に、0.688, 0.701, 0.701, 0.732, 0.670, 0.554であり、第6因子体重の信頼係数が、他の因子に比較して低く0.6を下回っていたことから、今回の分析から削除することとした。以上の結果、最終的に構成されたメンタルヘルス測定尺度は、身体症状、対人不安、衝動、抑鬱、非効力感の5因子23項目からなり、結果として、園田らの研究と同様の因子から構成された。

表2は、5因子およびメンタルヘルス得点（5因子合計得点）との相関係数を示したものである。いずれも0.3以上の1%水準で有意な正の相関が認められた。特に、対人と抑鬱との間に0.5以上の相関が認められており、概ね園田らの研究と一致するものであった。このように因子間相互に正の相関が見られたことは、本研究においても、一つのメンタルヘルスの状態から、他のメンタルヘルス状態を推測することが可能なことを示してい

表2 5因子およびメンタル得点間の相関係数

	身体症状	抑鬱	対人不安	衝動	非効力感
身体症状		0.476**	0.398**	0.358**	0.353**
抑鬱			0.535**	0.449**	0.423**
対人不安				0.315**	0.490**
衝動					0.335**
5因子得点	0.728**	0.801**	0.772**	0.670**	0.672**

\*\* p < 0.01

るものと思われる。

表3には、得られた各因子およびメンタルヘルス得点（合計得点）の男女別平均値、及びその性差についてt検定により比較したものである。身体症状（ $t=1.64$ ,  $df=1039$ ）と衝動（ $t=1.95$ ,  $df=1029$ ）を除き、抑鬱（ $t=6.73$ ,  $df=1017$ ）、対人不安（ $t=4.96$ ,  $df=1038$ ）、非効力感（ $t=5.09$ ,  $df=1055$ ）およびメンタルヘルス得点（ $t=5.17$ ,  $df=931$ ）は、いずれも男子よりも女子の方が1%水準で有意に得点は高い結果が得られた。この結果は、小学生用ストレス反応尺度の開発を行った嶋田ら（1994）の研究、また中学生を対象とした安岡ら（1992）の研究では、身体反応、抑鬱・不安において性差がみられていた。このような表出に関して岡安らは、不安反応に限らず抑鬱や無気力、身体反応においても、女子の方がそれらを表出する傾向が高いものと推測している。本研究結果は、その一部において違いが見られない

表3 因子別・性別平均値・標準偏差及び性差の検定結果

因子	M/SD/N	男子	女子	性差	全体
身体症状	M	10.40	10.84		10.61
	SD	4.33	4.34	n.s.	4.33
	N	545	496		1040
抑鬱	M	9.85	11.57		10.67
	SD	4.02	4.13	**	4.78
	N	534	485		1018
対人不安	M	11.99	13.45		12.67
	SD	4.73	4.75	**	4.12
	N	549	491		1039
衝動	M	10.73	11.23		10.97
	SD	4.10	4.12	n.s.	4.12
	N	544	487		1030
非効力感	M	6.29	7.17		6.71
	SD	2.93	2.87	**	2.93
	N	556	501		1056
メンタルヘルス得点	M	49.08	54.09		51.48
	SD	14.63	14.95	**	14.99
	N	485	448		932

\*\* p < 0.01

n.s.=有意差なし

ものの抑鬱、対人不安、非効力感においては同様なことがいえよう。

尚、この種の研究においては、性差以外に学年差の検討がなされているが、本研究では5年生を対象としており、本プロジェクトの縦断的な学年進行に伴って明らかにしていきたい。

## 2. メンタルヘルス尺度と生活関連要因との関係

園田らは、作成したメンタルヘルス尺度と学校生活関連要因との間の関係を分析することによって、その有効性を確認していた。その結果、特に引きこもりが多く、メンタルヘルス尺度と有意な関係にあることを明らかにし、メンタルヘルス状態の悪さは、学校生活のなかで引きこもりという場面特定の態度、行動にあらわれやすいことを示唆していた。

本研究では、作成されたメンタルヘルス尺度と日常生活関連要因との関係を分析することにより、日常生活のどのような要因と関係しているかを探ることを目的としている。そのために、作成された5因子およびメンタルヘルス得点（5因子の合計点）を目的変数、日常生活関連要因を説明変数として取り上げ、重回帰分析によって規定要因の絞り込みを行うことで両者の関係を明らかにしようとするものである。

表4には、重回帰分析の結果得られた標準偏回帰係数（ $\beta$ ）が示されている（変数増加法）。

**身体症状**：5つの項目が規定されており、自分の健康状態に関する係数が最も大きい。つづいて睡眠時間に負の係数がみられ、睡眠時間が短くなると身体症状にあらわれることを示唆している。その他、いじめ、病休、仲間はずれも身体症状に影響するものと思われる。

**抑鬱**：8つの項目が規定要因としてあがっている。1%で有意な係数は、自分の健康状態、友だちとのもめごと、新しいともだち、があげられている。その他、習い事、就寝時間、遊び、いじめ、病休の5項目は、5%水準で有意であるが、係数は大きいものではなかった。習い事と帰宅後の遊びは負の係数を示しており、抑鬱にたいしてコーピング的な働きを持つものと思われる。

**衝動**：1%水準で4つの項目があがっている。友だちとのもめごと、健康状態、いじめ、就寝時

間の4項目である。ここでは、友だちとの人間関係が大きいことが分かる。

**対人不安**：1%水準で3項目、5%水準で3項目があがっている。友達をつくること、健健状態、仲間はずれ、成績、家族との会話、友だちとのもめごとである。因子名から、人間関係が主な項目としてあがっているが、成績も係数は小さいが規定要因となっている。

**非効力感**：1%水準で4項目、5%水準で4項目、計8項目が規定要因としてあげられている。健康状態が悪い、成績が悪い、仲間はずれを感じる、友だちが簡単に作れないこと、いじめに合うこと、歩く時間が長いこと、非効力を感じる、逆に習い事に行くこと、家族と会話をする、非効力を感じる、少ない、と言う関係が見られる。係数は小さいが、特異的なものが歩くということが非効力感に規定されていることである。

**メンタルヘルス総得点**：1%水準で4項目、5%水準で4項目が規定されている。これらの項目番号23（あなたは自分の健康状態をどう思いますか。）は5因子いずれからも規定され、さらにメンタルヘルス得点でも $\beta$ 係数は最も高いことが分かる。心身相関という言葉があるように、日常的に自分の健康状態が気になるときは、メンタルヘルスに最もよく現れることを示している。番号36（新しい友達を作るとはかんたんですか。）は、抑鬱、対人不安、非効力の各因子にも見られ、番号14（平均すると1ヶ月にどれくらい友達ともめますか）は、抑鬱、衝動の2因子に、番号12（仲間はずれということをごどれくらい感じますか）は、身体症状、対人不安、非効力の3因子に、番号37（今学期、学校でどれくらいいじめられましたか）は、身体症状、抑鬱、非効力の3因子に、番号16（1年間に病気でどれくらい休みましたか）は、身体症状、抑鬱の2因子に、番号2（毎晩、寝る時刻は何時ですか）は、抑鬱、衝動、の2因子の規定要因となっている。このように複数の因子を規定していることは、先に見た相関係数が互いに有意な正の関係が見られたことと連動するものである。以上、メンタルヘルス尺度得点は、日常生活関連要因の健康状態、人間関係（友人・いじめ・仲間はずれ）、睡眠などと関連していることがわかる。

表4 重回帰分析によるメンタルヘルス尺度を規定する日常生活関連要因

質 問 項 目	$\beta$ 係数	判 定	単相関
<b>身体症状 (精度 <math>R^2=0.152</math>, <math>R=0.390</math>)</b>			
23. あなたは自分の健康状態をどう思いますか	0.194	**	0.274
1. 1日の睡眠時間は平均するとおおよそどれくらいですか	-0.121	**	-0.186
37. 今学期、学校でどれくらいいじめられましたか	0.134	**	0.168
16. 1年間に病気でどれくらいやすみましたか	0.140	**	0.192
12. 仲間はづれということについてどれくらい感じていますか	0.084	*	0.153
<b>抑鬱 (精度 <math>R^2=0.113</math>, <math>R=0.336</math>)</b>			
23. あなたは、自分の健康状態をどう思いますか	0.161	**	0.223
14. 平均すると1ヶ月間に友だちとどのくらいもめますか	0.112	**	0.128
36. 新しい友達をつくることはかんたんですか	0.100	**	0.143
9. 1週間に習い事にはどれくらいかよっていますか	-0.074	*	-0.138
2. 毎晩、寝る時間は何時ですか	0.087	*	0.117
5. 帰宅後、運動したり、外遊びをする時間はどれくらいですか	-0.084	*	-0.091
37. 今学期、学校でどのくらいいじめられましたか	0.088	*	0.109
16. 1年間に病気でどのくらい休みましたか	0.075	*	0.129
<b>衝動 (精度 <math>R^2=0.129</math>, <math>R=0.359</math>)</b>			
14. 平均すると1ヶ月間に友だちとどのくらいもめますか	0.182	**	0.228
23. あなたは、自分の健康状態をどう思いますか	0.151	**	0.177
38. 今学期、どれくらい友だちをいじめましたか	0.151	**	0.202
2. 毎晩、寝る時間は何時ですか	0.136	**	0.142
<b>対人不安 (精度 <math>R^2=0.219</math>, <math>R=0.468</math>)</b>			
36. 新しい友達をつくることはかんたんですか	0.291	**	0.298
23. あなたは、自分の健康状態をどう思いますか	0.161	**	0.169
12. 仲間はづれということについてどれくらい感じていますか	0.105	**	0.108
21. 最近1年間であなたの成績はどうだったですか	0.071	*	0.078
11. 1日に家族の人とどれくらい会話をしますか	-0.075	*	-0.083
14. 平均すると1ヶ月間に友だちとどのくらいもめますか	0.075	*	0.084
<b>非効力感 (精度 <math>R^2=0.172</math>, <math>R=0.414</math>)</b>			
23. あなたは、自分の健康状態をどう思いますか	0.137	**	0.245
21. 最近1年間であなたの成績はどうだったですか	0.166	**	0.234
12. 仲間はづれということについてどれくらい感じていますか	0.122	**	0.213
36. 新しい友達をつくることはかんたんですか	0.093	**	0.210
37. 今学期、学校でどれくらいいじめられましたか	0.076	*	0.127
22. 学校までくるのにおよそどれくらいの時間歩きましたか	0.073	*	0.087
9. 1週間に習い事にはどれくらいかよっていますか	-0.078	*	-0.159
11. 1日に家族の人とどれくらい会話をしますか	-0.075	*	-0.133
<b>メンタルヘルス得点 (精度 <math>R^2=0.215</math>, <math>R=0.464</math>)</b>			
23. あなたは、自分の健康状態をどう思いますか	0.218	**	0.326
36. 新しい友達をつくることはかんたんですか	0.131	**	0.249
14. 平均すると1ヶ月間に友だちとどのくらいもめますか	0.118	**	0.140
12. 仲間はづれということについてどれくらい感じていますか	0.109	**	0.219
37. 今学期、学校でどれくらいいじめられましたか	0.086	*	0.151
16. 1年間に病気でどれくらいやすみましたか	0.075	*	0.157
2. 毎晩、寝る時間は何時ですか	0.084	*	0.151

\*\*  $p < 0.01$  \*  $p < 0.05$

全体的に、 $\beta$ 係数および相関係数は小さい値を示していた。また、各因子の精度は、最も大きい値を示した対人不安でも0.219で、最低は抑鬱の0.152であり、精度も全体的に低い値を示すものであった。このことは、先の小橋川ら（2001）、宮城ら（2002）の研究によると、日常生活要因はストレス尺度のようなネガティブな尺度とは、やる気尺度（QOL）のようなポジティブな尺度より関係の小さいことが明らかになっていた。推測されることは、多くの者が精神的に健康にある被験者を対象にしたときには、ネガティブなメンタルヘルス尺度との相関は低いものと解釈できよう。しかし関係が低いことが、生活関連要因を軽視できることを意味するものではない。関連が低くとも、長期にわたったときの影響を無視することは出来ないからである。

最後に、メンタルヘルス尺度を通して、精神的健康に問題があると思われる児童生徒の抽出を、メンタルヘルス得点の何点以上を問題にするのか、或いは全体の何%で抽出すればよいのか、このことについては今後の課題としたい。

## ま と め

本研究は、園田らのメンタルヘルス尺度項目を用いて、「沖縄県小学生用メンタルヘルス尺度」を作成し、日常生活関連要因との関連性を重回帰分析によって明かにするであった。そのため、本県小学校5年生、男子587名、女子519名、合計1106名を対象に質問紙による調査を行った。

因子分析の結果、身体症状、抑鬱、対人不安、衝動、非効力感の5因子23項目からなる尺度を構成することができた。クロンバックの $\alpha$ 係数は平均0.70で、概ね満足できる信頼性係数を得ることができた。

日常生活関連要因との関係について重回帰分析を用いて分析を行った結果、日常での健康状態、いじめや仲間はずれなどの人間関係、睡眠時間や就寝時間などに有意な係数が見られた。また、 $\beta$ 係数は小さいが習いごと、家族との会話、外遊びがメンタルヘルスに有効に働いていることが見られた。

今後、本尺度の有効性を高めるために、他の尺

度を併用し、今回調査した5年生の学年の進行とあわせて縦断的に研究を継続したいと考える。

謝辞：本研究を進めるにあたり、メンタルヘルス尺度の使用について快諾いただいた、青木紀久代、北村琴美先生をはじめ関係各位に記して感謝申し上げます。また、データ収集にご協力いただきました関連小学校の校長先生、諸先生方にあわせてお礼申し上げます。

## 文 献

- 堀野 緑・森 和代（1991）抑うつとソーシャルサポートとの関連に介在する達成動機の要因 教育心理学研究39、308-315。
- 小橋川久光・並河 裕・小林 稔・高倉 実・宮城政也（2002）児童用日常生活行動尺度の検討 琉球大学教育学部紀要第60集 59-65。
- 小橋川久光・宮城政也・兼城賢作（2001）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第58集 69-76。
- 小橋川久光・小林 稔・宮城政也（2002）児童用日常生活行動尺度と生活関連要因との関係 沖縄心理学会第21回大会口頭発表資料
- 宮城政也・小橋川久光・兼城賢作（2001）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第2号 29-35。
- 宮城政也・小橋川久光・並河 裕・小林 稔・高倉 実—日常生活要因との関連性について— 沖縄県立看護大学紀要第3号 18-24。
- 西田順一（2000）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修士論文 30-63。
- 西田順一・橋本公雄・徳永幹雄（2000）児童の組織キャンプ体験がストレス反応に及ぼす影響—認知的評価の観点から— 健康科学22、151-157。
- 大森 勲（2000）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。
- 岡安隆弘・島田洋徳・坂野雄二（1992）中学生用ストレス反応尺度の作成の試み 早稲田大学人間科学研究 5-1 23-29。
- 園田菜摘・櫻井聖子・大島知佐子・青木紀久代・無藤



- 隆・山梨八重子・高木悦子（2000） 小・中学生のメンタルヘルス 一尺度の作成と学校生活との関連— お茶の水大学発達臨床心理学紀要第2号 15-24.
- 島田洋徳・戸ヶ崎泰子・坂野雄二（1994） 小学生用ストレス反応尺度の開発 健康心理学研究第Vol.7-2、46-58.
- 高橋健夫（1999） 体ほぐしの科学的背景 学習指導要領に見られる「体ほぐし」の考え方 体育の科学49-6 471-474.
- 山崎晃資（2000） 児童生徒の心の問題の現状と課題 スポーツと健康 32-7 25-32.
- 渡辺美枝子（2000） 心の健康問題の現状と心健康に関する指導の意義 スポーツと健康 31-9 32-35.