

2022年度(第75回)電気・情報関係学会九州支部連合大会

学生のメンタルヘルスを目的とした 日記アプリケーションの開発

九州産業大学

前納聖菜 名嘉はな 真島猛 隅田康明

背景

約3割の学生が悩みやストレスをかかえている
気分障害・不安障害

学生相談室を実際に利用する学生：全体の5%未満

悩みを抱えながら相談に来ない学生：25%

目的



学生相談室の存在と
その正確な情報の周知



相談することの敷居
を下げる



日記アプリケーション
で解決

アプリケーションの概要

自己の振り返りに役立つ
アプリケーションの開発



日記形式で記録

学生相談室に
行く際に活用

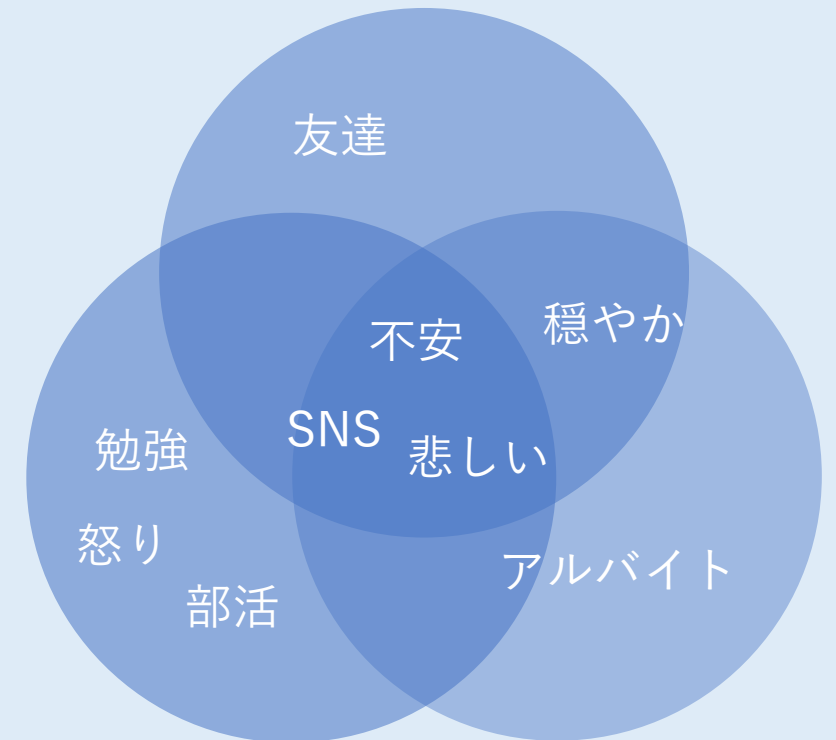
必要な機能

▶ 食事睡眠の記録
きちんと生活を送れているか

▶ 継続して日記を
書くための工夫



▶ 悩みの核を見つける



1. 睡眠と食事の質問

4段階の質問選択



2. 学生が抱えている悩みの項目,感情を選択

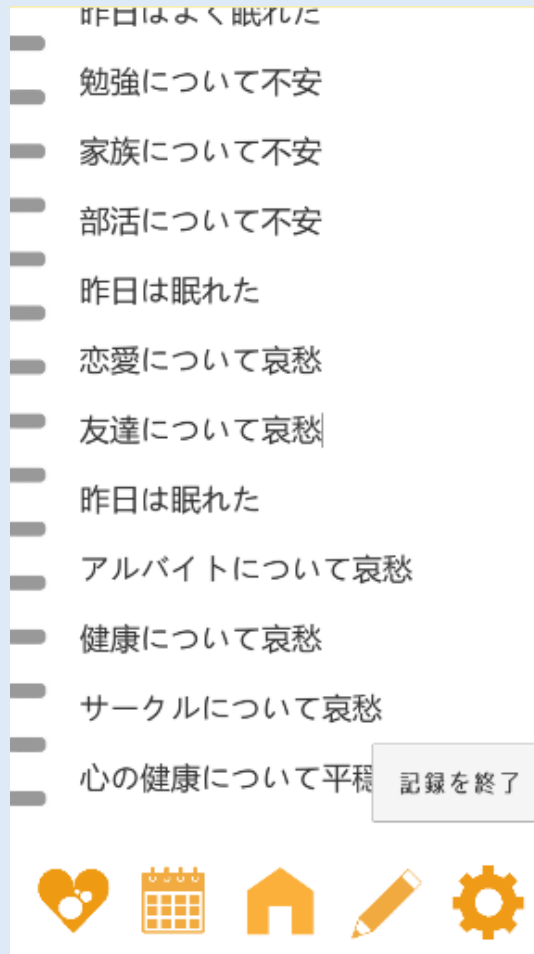
勉強・SNS・部活・
サークル・アルバイト・
友達・家族・自分・恋愛

体の調子、心の調子



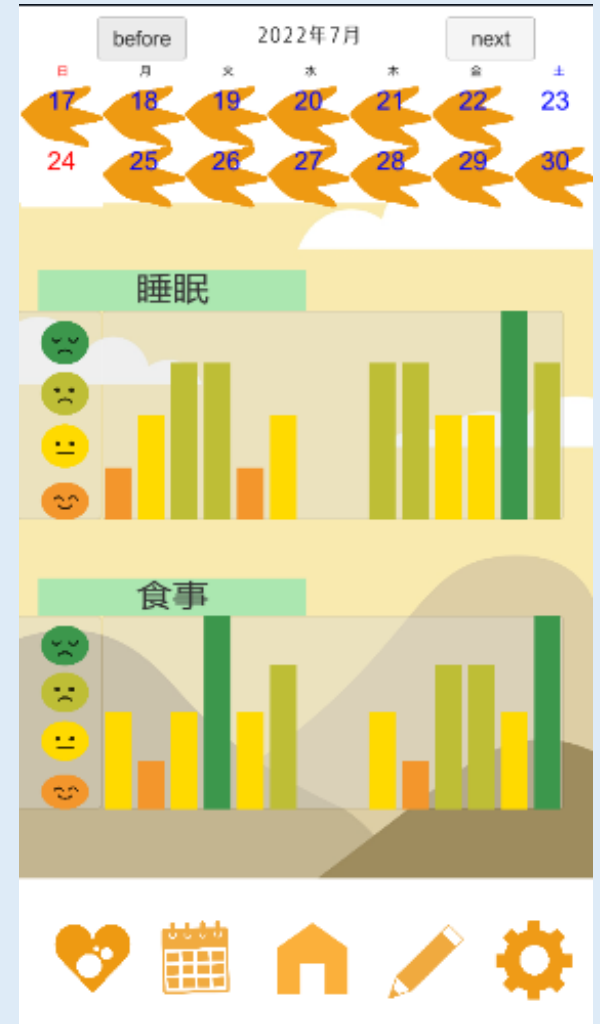
3. 日記の原型が出来上がる

4. 今の気分を5段階の天気イラストから選ぶ



履歴画面

- ▶ 睡眠と食事の記録
- ▶ 過去2週間分のデータを棒グラフで表示
- ▶ カレンダーには日記を記録した日にスタンプが押される
- ▶ 日付を押すとその日の日記を閲覧できる



悩み画面

- ▶ 質問に答えた際の項目や感情が多いものを可視化
- ▶ 選んだ回数が多い項目を8個表示する機能を実装



今日は良い天気だね

13:24



グラフを見る

気分を答える

カレンダー

ペンギンを観察



相談室に行くまでの流れ

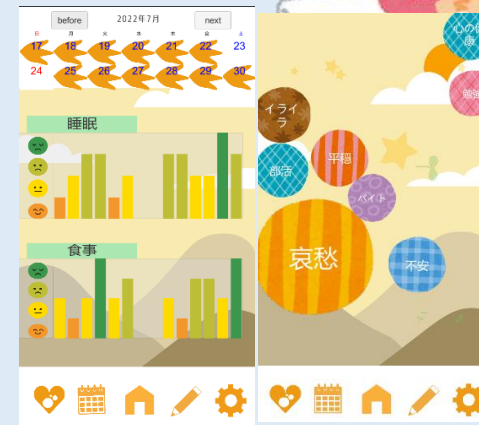
心が不調
なとき



日記の入力



相談に行く



アプリを見ながら相談



まとめ

相談することの敷居を下げるための日記アプリケーションを開発

- 機能面の開発はほぼ完了
- 質問の内容が課題

今後の予定

- 専門家の意見を取り入れた質問作成
- 実際に学生に使って貰ってアプリの有用性を評価
- 学生相談室での利用

