

## 訪問介護実習に向けての効果的教育指導のあり方 — 学生の生活時間調査より その4 —

### A Method of the Effective Education for the Practice of Home - Help Service - From the Spend a Day on Time Table Part4 -

吉 田 紀 子

YOSHIDA Noriko

#### I はじめに

筆者らは、訪問介護実習に対して効果的な教育方法を開発していくことを目的に、学生たちが日頃どのような生活時間を過ごしているか、学生の日常生活の実態を把握するために生活時間調査を行ってきた<sup>1) 2) 3)</sup>。今回は、前回に引き続き19年度調査を行い、平成16・17・18・19年の4年間の生活時間調査を通して生活の実態を明らかにし、望ましい生活の指針を得ることを目的とした。

#### II 研究の方法

##### 1. 調査期間

平成16・17・18・19年4月中旬

##### 2. 調査対象

本学福祉学科2年生（16年度91名・17年度89名・18年度95名・19年度63名）

##### 3. 調査方法

調査用紙を配布し、内容を説明後記入してもらい、回収を行った。

##### 4. 調査内容

平日と休日の一日、2日間の生活時間を ①睡眠 ②身支度 ③洗面 ④用便 ⑤食事 ⑥学業 ⑦課外活動 ⑧移動 ⑨家事 ⑩仕事 ⑪交際 ⑫休養

⑬レジャー活動 ⑭新聞・雑誌 ⑮メディア ⑯入浴の16項目について各自の行動時間を記入してもらった。なお「⑮メディア」は17年度より細分化し、テレビ、ラジオ・CD・テープ、ビデオ、インターネットに分類した。

記入に際して

(1) 平日の学校での授業は9時10分～12時20分・13時10分～18時00分（一部選択科目により終了は16時20分もあり）とした。

(2) 休日は、土曜・日曜の2日間とした。

なお、分類基準は、NHK国民生活時間調査<sup>4)</sup>を参考にした。

#### III 結果及び考察

##### 1. 調査対象者の属性

調査対象学生の属性は表1に示した。4年間の平均は、性別では、男性11% 女性89%、年齢は19.4歳、通学方法は、自宅通学92.6%、アパート通学7.4%であった。アパート生は年々増加傾向にあり、16年と19年を比較すると3倍以上となっている。

##### 2. 生活行動にみる時間配分

(1) 平日における状況

生活時間を前述の16項目別に平日と休日に分

表1 調査対象者（学生）の属性

(単位：人) (%)

大項目	小項目	16年度	17年度	18年度	19年度
性別	男性	10(11)	9(11)	13(13.7)	5(7.9)
	女性	81(89)	80(89)	82(86.3)	58(92.1)
	(計)	91	89	95	63
年齢	10代	80	84	87	54
	20代	10	5	6	9
	30代以上	1	0	2	0
	平均年齢(歳)	19.4	19.2	19.7	19.1
通学方法	自宅通学	88(96.7)	84(94.3)	87(91.6)	54(85.7)
	アパート通学	3(3.3)	5(5.6)	8(8.4)	9(14.3)
有資格内訳	訪問介護員	22(24.2)	19(21.0)	14(14.7)	7(11.1)
	3級	5	7	6	1
	2級	17	12	8	6
	福祉用具 専門相談員	11	9	5	12
	福祉住環境コー ディネーター(3級) (2級)	4	7 1	4	2
	介護福祉士 教員	1		1	

け、「項目別による一日の生活時間」を平日は表2・休日を表3にまとめた。

表2より、平日における全体平均時間が4年間に増加している項目は、「用便」・「食事」・「課外活動」・「家事」・「交際」・「メディア」であった。減少傾向にある項目は「睡眠」・「仕事」・「休養」・「レジャー活動」・「新聞・雑誌」であった。その中で増減の著しい項目として「食事」14分・「交際」19分・「メディア」21分の増加、「休養」・「レジャー活動」でそれぞれ24分・10分の減少が見られた。

次に、行為者率で増加した項目は、「課外活動」・「交際」・「メディア」(ラジオ・CD, インターネット)であり、減少した項目は、「家事」・「仕事」・「休養」・「レジャー活動」・「新聞・雑誌」であった。これらの項目において、「休養」21%・「レジャー活動」16%・「新聞・雑誌」19%と著しい減少が見られた。

行為者平均時間では、行為者率100%の「用便」・「食事」の項目は全体平均時間と同様増加している。さらにそれら以外で増加した項目は、「課外活動」・「家事」・「仕事」・「交際」・「レジャー活動」であった。減少した項目では「休養」・「メディア」(4項目とも)であった。増減の著しい項目として、「交際」39分・「レジャー活動」17分の増加があり「メディア」では、ラジオ37分・ビデオ28分・インターネット18分の減少が見られた。

以上の結果より、全体平均時間・行為者率・行為者平均時間に関して、5つに分類しまとめた。

①行為者率・行為者平均時間の増加により全体平均時間が増加した項目。「身支度」・「洗面」・「用便」・「食事」・「課外活動」・「交際」・「メディア」

②行為者率・行為者平均時間の減少により全体平均時間が減少した項目。「睡眠」・「移動」・「休養」・「メディア」(ビデオ)

表2 項目別による一日の生活時間（平日）

項目	年度 対象者数	①睡眠	②身支度	③洗面	④用便	⑤食事	⑥学業	⑦課外活動	⑧移動	⑨家事	⑩仕事
全体平均時間 (m)	16年 n=91	407	35	13	12	64	385	5	110	28	97
	標準偏差	74	21	10	7	20	19	17	61	42	123
	17年 n=89	435	43	15	14	71	376	10	100	16	74
	標準偏差	85	31	16	9	28	72	63	50	33	108
	18年 n=95	421	30	11	14	71	403	12	107	19	52
	標準偏差	81	21	10	13	29	58	41	56	38	94
	19年 n=63	405	43	14	21	72	362	11	102	30	94
	標準偏差	68	25	12	12	35	62	39	64	68	128
4年間の平均	417	38	13	15	70	382	10	105	23	79	
行為者率 (%)	16年	100	100	100	100	100	100	9	100	53	43
	17年	100	100	100	100	100	100	15	100	37	36
	18年	100	99	92	100	100	100	12	100	36	26
	19年	100	99	94	100	100	100	16	100	50	40
	4年間の平均	100	100	97	100	100	100	13	100	44	36
行為者平均時間 (m)	16年	407	35	13	12	64	385	59	110	54	227
	17年	435	43	15	14	71	376	72	100	45	205
	18年	421	31	12	14	71	403	105	107	53	197
	19年	405	43	15	21	72	362	69	102	60	233
	4年間の平均	417	38	14	15	70	382	76	105	53	216
項目	年度 対象者数	⑪交際	⑫休養	⑬レジャー活動	⑭新聞・雑誌	⑮メディア	テレビ	ラジオ・CD・テープ	ビデオ	インターネット	⑯入浴
全体平均時間 (m)	16年 n=91	25	80	27	14	102	—	—	—	—	37
	標準偏差	50	66	50	24	85	—	—	—	—	20
	17年 n=89	54	41	23	18	122	95	8	10	9	28
	標準偏差	94	49	70	63	109	89	44	63	91	19
	18年 n=95	48	62	20	16	119	98	6	5	10	34
	標準偏差	60	68	61	36	105	88	22	22	24	18
	19年 n=63	44	56	17	10	123	94	13	4	11	35
	標準偏差	73	50	55	29	96	96	36	18	28	25
4年間の平均	42	60	22	14	116	96	9	6	10	33	
行為者率 (%)	16年	44	100	33	43	81	—	—	—	—	93
	17年	49	70	26	26	83	75	12	10	12	71
	18年	62	81	17	35	84	81	16	6	18	92
	19年	46	79	17	24	89	76	52	6	19	90
	4年間の平均	50	83	23	32	84	77	26	8	16	86
行為者平均時間 (m)	16年	56	80	82	33	125	—	—	—	—	39
	17年	109	59	87	67	147	128	63	94	76	39
	18年	77	77	121	45	141	121	40	72	54	37
	19年	95	70	99	44	138	124	26	66	58	40
	4年間の平均	85	71	97	47	138	124	43	77	62	39

表3 項目別による一日の生活時間(休日)

項目	年度 対象者数	①睡眠	②身支度	③洗面	④用便	⑤食事	⑥学業	⑦課外活動	⑧移動	⑨家事	⑩仕事
全体平均時間 (m)	16年 n=91	526	28	13	14	68	4	5	51	45	224
	標準偏差	106	19	10	9	30	73	115	46	74	126
	17年 n=89	536	42	16	16	76	8	3	57	60	155
	標準偏差	109	33	20	9	38	27	16	48	74	191
	18年 n=95	514	33	12	21	66	17	10	58	30	241
	標準偏差	129	25	11	12	26	35	73	64	56	209
	19年 n=63	507	37	14	19	72	12	6	53	44	220
	標準偏差	98	26	15	11	34	30	37	61	61	215
4年間の平均	521	35	14	18	70	10	6	55	45	210	
行為者率 (%)	16年	100	100	100	100	100	6	2	85	52	57
	17年	100	93	87	100	100	12	6	84	63	51
	18年	100	92	83	100	100	23	5	87	40	63
	19年	100	94	89	100	100	19	6	78	57	56
	4年間の平均	100	94	90	100	100	15	5	83	53	57
行為者平均時間 (m)	16年	526	28	13	14	68	65	215	61	86	392
	17年	536	45	19	16	76	64	54	68	95	307
	18年	514	36	15	21	66	73	193	66	74	382
	19年	507	40	16	19	72	64	100	68	78	396
	4年間の平均	521	37	16	18	70	67	140	66	83	369
項目	年度 対象者数	⑪交際	⑫休養	⑬レジャー活動	⑭新聞・雑誌	⑮メディア	テレビ	ラジオ・CD・テープ	ビデオ	インターネット	⑯入浴
全体平均時間 (m)	16年 n=91	113	79	94	20	117	—	—	—	—	39
	標準偏差	136	122	145	72	109	—	—	—	—	24
	17年 n=89	98	46	82	29	180	140	11	19	10	36
	標準偏差	151	77	127	56	155	129	35	64	36	29
	18年 n=95	107	67	64	12	153	123	12	9	10	34
	標準偏差	147	78	132	31	142	125	34	26	42	18
	19年 n=63	68	58	73	17	207	141	56	42	33	32
	標準偏差	128	73	125	44	207	141	56	42	33	20
4年間の平均	97	62	78	20	164	133	34	34	27	29	
行為者率 (%)	16年	46	76	54	32	88	—	—	—	—	90
	17年	49	49	52	39	85	77	15	15	11	83
	18年	48	67	33	27	84	77	20	14	12	91
	19年	34	67	40	24	90	87	21	17	19	88
	4年間の平均	44	65	45	30	87	80	19	15	14	88
行為者平均時間 (m)	16年	246	104	174	64	134	—	—	—	—	43
	17年	200	95	157	74	212	182	74	125	88	44
	18年	220	99	196	45	182	160	59	63	83	38
	19年	200	86	182	70	228	186	81	95	67	37
	4年間の平均	216	96	177	63	189	176	72	94	79	40

③行為者率が増加しているが、行為者平均時間は減少している項目。

「メディア」（テレビ・ラジオ・インターネット）の行為者率は、テレビは75%から76%へ、ラジオは12%から52%へ、インターネットは12%から19%へと増加している。しかし、テレビは128分から124分へ、ラジオは63分から26分へ、インターネットは76分から58分へと減少した。

このことは、メディア（ビデオを除く）利用者が特定の学生から、より多くの学生へと利用対象者が増加したことにより、行為者平均時間が減少したと考えられる。

④行為者率は減少したが行為者平均時間は増加した項目。「家事」・「仕事」・「レジャー活動」「新聞・雑誌」がある。

「家事」は53%から50%へ、「仕事」つまりアルバイトは、43%から40%へ、「レジャー活動」は33%から17%へ、「新聞・雑誌」は43%から24%へと減少している。逆に、行為者平均時間は「家事」は54分から60分へ、「仕事」は、227分から233分へ、「レジャー活動」は82分から99分へ、「新聞・雑誌」は33分から44分へと増加している。このことより、一人当たりの家事時間量・アルバイト時間量・新聞・雑誌購読時間量が増加していることが認められた。

⑤全体平均時間・行為者率・行為者平均時間に変化の見られない項目。「入浴」は全体平均時間37分から35分へ、行為者率は93%から90%へ、行為者平均時間は39分から40分とあまり変化がみられなかった。

「学業」は授業の履修状況により多少の変化は見られるが（減少傾向）ここでは変化のみ見られない項目に入れた。

## （2）休日における状況

表3より、全体平均時間が4年間に増加してい

る項目は、「身支度」・「用便」・「食事」・「学業」・「移動」・「メディア」（テレビ・ラジオ・インターネット）であった。減少傾向にある項目は、「睡眠」・「仕事」・「交際」・「休養」・「レジャー活動」・「新聞・雑誌」であった。その中で増減の多い項目は、「メディア」90分（ラジオ45分・ビデオ・インターネット各23分）の増加であった。減少では、「睡眠」19分・「交際」45分・「休養」・「レジャー活動」各21分の項目であった。

次に、行為者率で増加した項目は、「学業」・「課外活動」・「家事」・「メディア」であった。減少した項目は、「移動」・「交際」・「休養」・「レジャー活動」・「新聞・雑誌」であった。その中で増減の多い項目は「学業」で13%の増加が見られ、減少では、「交際」12%・「休養」10%・「レジャー活動」14%の項目であった。

行為者平均時間で増加が見られた項目は、「身支度」・「洗面」・「用便」・「食事」・「移動」・「仕事」・「レジャー活動」・「新聞・雑誌」・「メディア」（テレビ・ラジオ）であった。

減少した項目は、「睡眠」・「課外活動」・「家事」・「交際」・「休養」・「メディア」（ビデオ・インターネット）であった。その中で増減の多い項目は、「身支度」12分・「メディア」94分の増加であった。減少では、「睡眠」19分・「課外活動」115分・「交際」46分・「休養」18分・「メディア」（ビデオ30分・インターネット21分）の項目であった。

以上の結果より、全体平均時間・行為者率・行為者平均時間に関して、5つに分類しまとめた。

①行為者率・行為者平均時間の増加により全体平均時間が増加した項目。「用便」・「食

事」・「メディア」（テレビ、ラジオ・CD）

②行為者率・行為者平均時間の減少により全体平均時間が減少した項目。「睡眠」・「交際」・「休養」

③行為者率は増加しているが、行為者平均時間は減少している項目。「課外活動」・「家事」・「メディア」（ビデオ・インターネット）。

「課外活動」は2%から6%へ、「家事」は52%から57%へ、「メディア」ビデオ15%から17%・インターネットは11%から19%へ増加している。しかし、行為者平均時間は、「課外活動」は215分から100分へ、「家事」は86分から78分へ、「メディア」ビデオ129分から95分・インターネットは88分から67分へ減少している。平日と同様これらの項目は、行為者が増加することにより、一人ひとりの時間は減少傾向にあることが分かる。

④行為者率は減少したが行為者平均時間は増加した項目。「身支度」・「洗面」・「移動」・「レジャー活動」・「新聞・雑誌」・「メディア」

「身支度」は100%から94%へ、「洗面」は100%から89%へ、「移動」は85%から78%へ、「レジャー活動」は54%から40%へ、「新聞・雑誌」は32%から24%へと減少している。しかし、行為者平均時間は、「身支度」は28分から40分へ、「洗面」は13分から16分へ、「移動」は61分から68分へ、「レジャー活動」は174分から182分へ、「新聞・雑誌」は64分から70分へと増加している。

⑤行為者率に増減はあるが行為者平均時間に影響の少ない項目。「学業」は6%から19%へと増加しているが、行為者平均時間は65分から64分と変化が見られない。

⑥全体平均時間・行為者率・行為者平均時間

にあまり変化の見られない項目。「仕事」は行為者率57%から56%へ、行為者平均時間も392分から396分へとわずかな変化であった。

以上より、休日においては平日の通学日より、個々の行動における時間差が大きく、学生の多様化された生活をうかがい知ることができた。

### 3. 区分別にみた生活時間

#### (1) 平日における生活時間

次に、生活時間の項目を必需時間（生理的生活時間）：睡眠・身支度・洗面・用便・食事・入浴、拘束時間（労働時間）：学業（学校・自宅での勉強）・課外活動（学外も含む）・それらに伴う移動（通学時間など）・家事・仕事（アルバイト）、自由時間（社会的文化的生活時間）：交際・休養・レジャー活動・新聞雑誌・メディアに分類した。これらをまとめ平日は表4・休日は表5に示した。

表4より、平日の必需時間・拘束時間・自由時間の比率は41：42：17で必需時間と拘束時間がほぼ同様である。

必需時間量は、4年間の平均は586分であり、増加傾向にある。「睡眠」の項目で平成16年から17年において約30分程度の増加が見られるが、18・19年は減少傾向にある。しかし、「睡眠」以外の項目は増加傾向にあり、全体的には、必需時間量は増加している。

次に拘束時間については、4年間の平均時間は599分であり、平成16年と比較すると、約2%（30分程度）の減少が見られた。それらは、「学業」と「移動」の項目で減少している。「仕事」のアルバイトは、一時的に減少期もあったが、19年には40分もの増加が見られた。拘束時間の約64%、一日の約27%を学業で占めることになる。

次に自由時間は、4年間17～18%で推移してお

表4 必需時間・拘束時間・自由時間の時間（平日）

項目	年度	①睡眠	②身支度	③洗面	④用便	⑤食事	⑥入浴	合計	(%)
必需時間 全体平均時間 (m)	16年	407	35	13	12	64	37	567	39.4
	17年	435	43	15	14	71	28	607	42.1
	18年	421	30	11	14	71	34	581	40.4
	19年	405	43	14	21	72	35	590	41.0
	4年間の平均	417	38	13	15	70	33	586	40.7

項目	年度	⑥学業	⑦課外活動	⑧移動	⑨家事	⑩仕事	合計	(%)
拘束時間 全体平均時間 (m)	16年	385	5	110	28	97	626	43.4
	17年	376	10	100	16	74	577	40.1
	18年	403	12	107	19	52	594	41.2
	19年	362	11	102	30	94	600	41.6
	4年間の平均	382	10	105	23	79	599	41.6

項目	年度	⑪交際	⑫休養	⑬レジャー活動	⑭新聞・雑誌	⑮メディア テレビ	ラジオ・CD	ビデオ	インターネット	合計	(%)	
自由時間 全体平均時間 (m)	16年	25	80	27	14	102	—	—	—	248	17.2	
	17年	54	41	23	18	122	95	7	9	257	17.8	
	18年	48	62	20	16	119	98	6	5	10	265	18.4
	19年	44	56	17	10	123	94	13	4	11	250	17.4
	4年間の平均	42	60	22	14	116	96	9	6	10	255	17.7

表5 必需時間・拘束時間・自由時間の行為者率と時間量（休日）

項目	年度	①睡眠	②身支度	③洗面	④用便	⑤食事	⑥入浴	合計	(%)
必需時間 全体平均時間 (m)	16年	526	28	13	14	68	39	688	31.0
	17年	536	42	16	16	76	36	721	35.8
	18年	514	33	12	21	66	34	681	31.1
	19年	507	37	14	19	72	32	682	31.9
	4年間の平均	521	35	14	18	70	35	693	32.4

項目	年度	⑥学業	⑦課外活動	⑧移動	⑨家事	⑩仕事	合計	(%)
拘束時間 全体平均時間 (m)	16年	4	5	51	45	224	328	36.7
	17年	8	3	57	60	155	283	28.7
	18年	17	10	58	30	241	356	35.5
	19年	12	6	53	44	220	336	32.6
	4年間の平均	10	6	55	45	210	326	33.5

項目	年度	⑪交際	⑫休養	⑬レジャー活動	⑭新聞・雑誌	⑮メディア テレビ	ラジオ・CD	ビデオ	インターネット	合計	(%)	
自由時間 全体平均時間 (m)	16年	113	79	94	20	117	—	—	—	423	32.3	
	17年	98	46	82	29	180	140	11	19	10	435	35.6
	18年	107	67	64	12	153	123	12	9	10	403	33.4
	19年	68	58	73	17	207	141	56	42	33	423	35.4
	4年間の平均	96	62	78	20	164	135	26	23	18	421	34.2

り変動は少ない。項目別では、「交際」が20分程度増加し、その分休養が減少している。「メディア」も増加傾向にある。

#### (2) 休日における生活時間

表5より、休日における生活時間は、必需時間・拘束時間・自由時間の比率は32：34：34とその割合はほとんど同じである。年度により必需時間と拘束時間が拮抗しており、平日の場合と同様自由時間は変動が少ない。

必需時間は平日に比較して110分もの量が多くなっている。それは睡眠時間に起因しており、その他の生理的時間はほとんど変化していない。17年度で比率が高いのは、身支度などでの少々の時間が影響しているようである。

「睡眠」は、平均521分で17年度と19年度には約30分の差が見られるが、年々睡眠時間は減少傾向にあることが認められた。

拘束時間の平均は326分で、そのうちの64% (210分：3時間30分) を「仕事」が占めている。さらに、移動の時間が約1時間追加される。それに引き替え学業は10分程度である。

自由時間は、4年間の平均時間は421分であり、そのうちメディア約40%・交際23%、レジャー活動が19%を占めている。「交際」・「休養」・「レジャー活動」は減少傾向にあり、「メディア」が年々増加している。

#### 4. 項目別生活時間

項目別に全国の行為者平均時間と比較するために以下の資料を用いた。

「全国20代女性」：日本人の生活時間・2005 (平成17年調査)、「全国短大・高専」：総務省平成18年社会生活基本調査である。また、「休日」の時間量は土曜・日曜日を平均して用いた。今後は「全国20代女性」は「20代女性」・「全国短大・高専」は「全国短大」と記す。

#### (1) 睡眠

「睡眠」の時間量は、平日は6時間57分、休日は8時間41分で約1時間44分の差が見られた。20代女性、全国短大の平均睡眠時間を下記に記した。平日・休日共に本学学生の睡眠時間は短い傾向であった。

睡眠時間の比較 (行為者平均時間) (単位：m)

本学学生		20代女性		全国短大	
平日	休日	平日	休日	平日	休日
417 (6:57)	521 (8:41)	444 (7:24)	495 (8:15)	439 (7:19)	536 (8:56)

睡眠時間の最少は平日3時間30分・休日4時間、最長は平日11時間50分・休日19時間30分であった<sup>6)</sup>。

平日の睡眠時間は平成16年の407分と17年の435分では28分もの増加があり、それ以降減少し、19年で16年との差は2分まで縮まった。

休日では、年々減少傾向にあり16年と19年では19分の減少が見られた。NHK国民生活調査 (2005年版) 報告によると、日本人の睡眠時間について「社会のスピードの加速化が睡眠時間の減少と結びついてきた」とあり、「日本人の睡眠時間の変化の基調は長期的な減少傾向であった」が、「平成17年の調査で減少傾向が止まった」とも述べている<sup>4)</sup>。この傾向は、本学の学生にも当てはまるのか、今後の調査結果に期待したい。

#### (2) 身支度

ここでは、「洗面」・「用便」も含めて「身支度」とした。「身支度」・「洗面」・「用便」を含めると行為者平均時間は平日67分、休日71分で平日と休日では差が見られなかった。しかし、いずれもこの項目は年々時間が増加し



ており、16年に比較すると平日で「身支度」は8分、「洗面」は2分、「用便」は9分増加している。しかし、行為者率平均を見ると平日で「洗面」97%、休日は「身支度」94%、「洗面」90%で、休日はもとより、平日においても行為者率が低下し生活の基本的考え方の変化が、現れている。

### (3) 食事

「食事」にかかる時間は、平日70分、休日も70分と同様の時間量である。平日の時間量は4年間であまり変化はないが、休日は多少の増減が見られる。学校での生活はある程度限られており、変化が少ないが、休日は多様な生活から当然の結果と思われる。休日の食事は時間・食事回数もそれぞれ個々により異なる。特に、食事時間にアルバイトを行っている学生は、深夜に摂るか、翌日まで食べない生活も見られた。

下記に20代女性、全国短大の平均食事時間を記した。本学学生の食事時間量は、全国短大の食事時間より15分程度少なかった。

#### 食事時間の比較（行為者平均時間）

本学学生		20代女性		全国短大	
平日	休日	平日	休日	平日	休日
70	70	92	103	85	84
(1:10)	(1:10)	(1:32)	(1:43)	(1:25)	(1:24)

### (4) 学業・仕事

「学業」は、行為者平均時間平日は6時間22分、休日は1時間7分であった。行為者率は平日100%であるが、休日は僅か15%であった。今回の調査では、行為者率が平成16年の6%から19年の19%へと増加していた。しかし、行為者平均時間は1時間5分から、1時間4分とほとんど変化は見られなかった。下記に20代女性、全国短大の平均学業時間を記した。本学学生の学業時間

は、平日においては一番多いが、休日での学業時間量は最も少ない。全国短大と比較すると220分（3時間40分）少なく、23%にも達していない状況である。

#### 学業時間の比較（行為者平均時間と行為者率）

	本学学生		20代女性		全国短大	
	平日	休日	平日	休日	平日	休日
時間	382 (6:22)	67 (1:07)	356 (5:56)	212 (3:32)	381 (6:21)	287 (4:47)
%	100.0	15.0	12.3	8.8	89.6	19.7

「仕事」、つまりアルバイトは行為者率平日は36%、休日57%で平日3時間36分、休日6時間9分であった。平日の行為者率は、平成16年の43%から19年の40%へと減少傾向にある。しかし、平均時間は3時間47分から3時間53分へと増加している。休日も行為者率は減少傾向にあるが、行為者平均時間は、平日同様6時間32分から6時間36分と増加傾向にあり、一人当たりの仕事時間量が平日・休日共に増加していることが認められた。下記の全国短大の行為者平均時間・行為者率を比較すると、本学学生は平日で50分少ないが、休日で1時間22分多い。

#### 仕事時間の比較（行為者平均時間と行為者率）

	本学学生		全国短大	
	平日	休日	平日	休日
時間	216 (3:36)	369 (6:09)	266 (2:41)	287 (3:44)
%	36.0	57.0	21.1	18.5

これらのことより、本学学生のアルバイト状況は、平日で1/3以上・休日で1/2以上が携わっており、時間量は平日3時間半・休日6時間である。アルバイト行為者率は全国短大よりも高く、休日における行為者平均時間は1時間以上

も多かった。休日のアルバイト時間は、平日の学業時間にはほぼ近い時間であることが認められた。なお、4年間の調査で最長は、平日7時間5分(425分)・休日11時間30分(690分)であった。

#### (5) 家事

「家事」は、行為者平均時間平日は53分、休日1時間23分であり、行為者率は、徐々に増加傾向にある。平日平均44%・休日平均53%であった。4年間で平日の状況は、16年から18年までは減少傾向であったが、19年に増加した。休日は隔年で増減を繰り返し、行為者平均時間も同様な傾向を示している。19年の増加要因はアパート生の増加と考えられる。平成16年3%から19年14%と増加している。アパート生には、自分でお弁当作りを行っている学生もおり、そのことが増加につながったものと思われる。下記に全国短大の家事行為者平均時間と行為者率を記した。

家事時間の比較 (行為者平均時間と行為者率)

	本学学生		全国短大	
	平日	休日	平日	休日
時間	53	83 (1:23)	71 (1:11)	123 (2:03)
%	44.0	53.0	10.6 *16.5	17.4 *35.6

\*: 買い物

表より、本学学生の生活時間は全国短大に比較すると、家事時間は少ない。平日・休日共に全国短大は本学学生の2, 3倍の時間量である。このことは、本学学生は自宅通学が95%を占めていることも一因と思われる。「家事」時間には「買い物」が含まれず、時間量は合計したが行為者率は別に示した。

前報<sup>3)</sup>において1975年から2000年の25年間に国民全体の家事時間は22分、16~19歳女性は45分の減少であり、国民全体に家事の時間量が少なくなっていることを報告した。

本学において、アパート生・社会人入学生の増加による「家事」時間量の増加は予測されるが、学生一人ひとりの時間量の増えることを期待するものである。

#### (6) 交際・レジャー活動

「交際」は、行為者時間量平日1時間24分、休日は3時間35分でその差は1時間10分である。また、行為者率は平日・休日共に44%であり、行為者率は平成19年から減少している。しかし、行為者平均時間は、平成18年から19年において増加しており、行為者率は減少しても、一人ひとりの交際にかかる時間が長いことが分かる。この減少は休日にも認められた。

「レジャー活動」は、平日は1時間37分、休日は2時間57分で休日は平日の約2倍である。行為者率は平日23%で平成16年から19年において行為者率は33%から17%へと減少しているが、行為者平均時間は82分から99分へと17分の増加が見られる。このことは、個々におけるレジャー活動時間が増加していることを示している。この減少は休日にも同様に認められた。

以上より、「交際」「レジャー活動」の行為者率は減少傾向にあるが、個々における行為者時間量は増加しており、時間の使い方が個別化してきた現象と推測される。

#### (7) メディア、新聞・雑誌

メディアは、平日行為者時間2時間18分、休日は3時間9分である。行為者率は平日84%、休日87%と大変高い。

平日は、テレビ2時間4分、ラジオ43分、ビデオ1時間12分、インターネット1時間2分であった。休日は、テレビ2時間56分、ラジオ1

時間17分、ビデオ1時間34分、インターネット1時間19分であった。このことから、休日は、テレビ52分、ラジオ・CD 29分・ビデオ17分、インターネット17分と平日よりどの項目においても多く利用している。平日では、ラジオ・CD・テープ、インターネットの利用者は増加している。しかし、利用者は増加しても、それに伴い個々の利用平均時間は増加しない年（テレビ・インターネット18年、ラジオ18.19年）逆に利用平均率が低下しているのに利用平均時間が増加している（テレビ19年）などの現象が見られ、メディアでの多様な利用状況が推察された。

「新聞、雑誌」は、本来はメディアに分類されるが、本研究では別に扱ってきた。

新聞・雑誌は大切な情報収集源・教養を高めるためのものである。行為者時間量は、平日47分、休日63分であった。行為者平均時間・行為者率は年々減少傾向にあるが、「メディア」の項目同様、行為者率が低下しても行為者平均時間が増加する（例えば平日・平成17年）現象が見られる。このことは、個々の利用状況の多様化によるものと考えられる。また、行為者率平日32%、休日30%であった。この項目の行為者率低下は、学生の情報収集源がテレビ・インターネットによる部分が大きいことを示している。

#### IV 要約

訪問介護実習に向けて効果的教育指導の基礎資料を得るために、本学福祉学科2年生16年度91名・17年度89名・18年度95名・19年度63名を対象に生活時間調査を行い、以下の結果を得た。

(1) 平日における4年間の生活時間状況は必需時間と拘束時間はほぼ同比率で、今後は必需時間量が増加の傾向にある。自由時

間は変動が少なく、ほぼ一定の時間量であった。

(2) 家族の生活は個別化しており、それらは特に休日の「課外活動」・「家事」・「仕事」・「交際」・「レジャー活動」・「新聞・雑誌」「メディア」の生活状況に現れていた。

(3) 学生のアルバイト状況は、平日で1/3・休日では1/2以上の学生が携わっていた。

以上より、学生の日常生活の一部を明らかにすることができた。

今回の調査は、4年間の統計であるが、特定の日であることから数的変動は想定される。限られたカリキュラムの中でどのように対応していくか、私どもに課せられた課題として今後も続け更なる詳細な分析を行っていきたい。

#### 参考文献

- 1) 吉田紀子 石黒康子他 訪問介護実習に向けての効果的教育指導のあり方—学生の実態調査より— 富山短期大学紀要第40巻 2005
- 2) 吉田紀子 富山福祉カレッジ研究第3集 2007
- 3) 吉田紀子 訪問介護実習に向けての効果的教育指導のあり方—学生生活調査よりその3— 富山短期大学紀要第44巻 2009
- 4) NHK放送文化研究所・編 日本人の生活時間・2005 NHK出版2006
- 5) 平成18年社会生活基本調査 調査票Aに基づく結果生活時間に関する結果 生活時間編 (全国) 総務省統計局  
<http://www.stat.go.jp/data/shakai/2006/gaiyou.htm>

6) 睡眠時間の最短・最長者の生活時間

(最長者)

(単位:m)

	①睡眠	②身支度	③洗面	④用便	⑤食事	⑥学校	⑦課外活動	⑧移動	⑨家事	⑩仕事
平日 Aさん	210	48	0	8	86	360	0	100	0	0
休日 Bさん	240	85	85	30	105	0	0	160	100	480
	⑪交際	⑫休養	⑬レジャー活動	⑭新聞・雑誌	⑮テレビ	ラジオ・CD・テープ	ビデオ	インターネット	⑯入浴	計
平日 Aさん	0	40	0	20	333	150	0	0	85	1440
休日 Bさん	0	75	0	0	80	0	0	0	0	1440

(最長者)

	①睡眠	②身支度	③洗面	④用便	⑤食事	⑥学校	⑦課外活動	⑧移動	⑨家事	⑩仕事
平日 Cさん	710	10	10	25	65	370	0	25	0	0
休日 Dさん	1170	0	5	6	100	0	0	0	0	0
	⑪交際	⑫休養	⑬レジャー活動	⑭新聞・雑誌	⑮テレビ	ラジオ・CD・テープ	ビデオ	インターネット	⑯入浴	計
平日 Cさん	0	25	140	0	30	0	0	0	30	1440
休日 Dさん	0	0	0	0	99	0	0	0	60	1440

7) 井上千鶴子他 生活支援の家政学 建帛社

2009

(平成21年10月30日受付、平成21年11月9日受理)