

# 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 —

## A Method of Effective Education in Home - Help Service Using Daily Timetables

吉田 紀子 石黒 康子  
YOSHIDA Noriko and ISHIKURO Yasuko

### 1. 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、まず、家事援助業務の現状と課題について実習先の事業所で調査を行った<sup>1)</sup>。その結果、家事援助業務が多岐にわたり、より実践的な知識や技術が要求されると共に、専門職としての倫理観やマナーの重要性を痛感した。次いで生活経験の乏しい学生が実習に臨むにあたって家事援助の経験度、実習に際しての不安要素等を調査し、実習後の家事経験との比較を行った<sup>2)</sup>。その結果、学生たちは「家事は日頃から行う」「普段から家の手伝いをする」等家事の大切さを感じていることを確認した。

以上より、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い、生活の実状を明らかにし、「家事」の現状を把握することと、望ましい生活の指針を得ることを目的とした。

### 2. 研究の方法

#### (1) 調査期間

平成16年4月16日～4月22日

#### (2) 調査対象

本学福祉学科2年生91名

#### (3) 調査方法

調査用紙を配布し、内容を説明後その場で記入してもらい、直ちに回収を行った。

#### (3) 調査内容

平日と休日の一日の生活時間を 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テレビ・ラジオ 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。

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～16時20分の380分とする。

②休日については、土曜日または日曜日の何れでもよい。

なお、分類基準はNHK国民生活時間調査を参考にした。

### 3. 結果及び考察

#### (1) 調査対象者の属性

本調査の対象学生の属性は表1に示した。

よしだ のりこ (福祉学科) いしくろ やすこ (福祉学科)

性別は、女性が89%で平均年齢は19.14歳であり、ほとんどが自宅通学（96.7%）であった。

有資格の訪問介護員・介護福祉士は高校時代に、福祉用具専門相談員・福祉住環境コーディネーターは本学1年次に取得した資格である。

表1 調査対象者（学生）の属性

|       |                       |                  |                  |
|-------|-----------------------|------------------|------------------|
| 性別    | 男性                    | 10名              | 11%              |
|       | 女性                    | 81名              | 89%              |
| 年齢    | 10代                   | 88名              | (平均年齢<br>19.14歳) |
|       | 20代                   | 2名               |                  |
|       | 40代                   | 1名               |                  |
| 通学方法  | 自宅通学                  | 88名              | 96.7%            |
|       | アパート通学                | 3名               | 3.3%             |
| 有資格内訳 | 訪問介護員<br>(3級<br>2級)   | 22名<br>5)<br>17) | 24.2%            |
|       | 福祉用具<br>専門相談員         | 11名              | 12.1%            |
|       | 福祉住環境コーディネーター<br>(3級) | 4名               | 4.4%             |
|       | 介護福祉士                 | 1名               | 1.1%             |
|       |                       |                  |                  |

(2) 生活行動にみる時間配分

生活時間を前述の16項目別に平日と休日に分け、全体平均時間・行為者数・行為者平均時間の3区分をまとめたものが表2である。ここでの「テレビ・ラジオ」はビデオ視聴・音楽鑑賞・インターネット等も含まれる。また、全国平均は「マスメディア接触」を用いた。なお、今回比較対照とした全国平均は2000年度調査による、16～19歳全国平均を用いた<sup>3)</sup>。

表2を基に、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

表2 項目別による一日の生活時間

| 項目 |             | 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   |
|----|-------------|-------|-------|-------|-------|---------|--------|----------|-------|
| 平日 | 全体平均時間 (m)  | 406.5 | 35.4  | 13.1  | 11.5  | 63.6    | 384.8  | 5.2      | 110.0 |
|    | 比率 (%)      | 28.2  | 2.5   | 0.9   | 0.8   | 4.4     | 26.7   | 0.4      | 7.6   |
|    | 標準偏差 (m)    | 73.7  | 20.7  | 10.2  | 6.7   | 19.9    | 19.1   | 17.4     | 61.2  |
|    | 行為者数 (人)    | 91    | 91    | 91    | 91    | 91      | 91     | 8        | 91    |
|    | 行為者率 (%)    | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0   | 100.0  | 8.8      | 100.0 |
|    | 行為者平均時間 (m) | 406.5 | 35.4  | 13.1  | 11.5  | 63.6    | 384.8  | 59.0     | 110.0 |
| 休日 | 全体平均時間 (m)  | 526.0 | 28.1  | 13.2  | 14.2  | 67.9    | 3.6    | 4.7      | 51.2  |
|    | 比率 (%)      | 36.5  | 1.9   | 0.9   | 1.0   | 4.7     | 0.2    | 0.3      | 3.6   |
|    | 標準偏差 (m)    | 105.8 | 18.5  | 9.6   | 8.6   | 30.1    | 72.8   | 115.0    | 46.5  |
|    | 行為者数 (人)    | 91    | 91    | 91    | 91    | 91      | 5      | 2        | 77    |
|    | 行為者率 (%)    | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0   | 5.5    | 2.2      | 84.6  |
|    | 行為者平均時間 (m) | 526.0 | 28.1  | 13.2  | 14.2  | 67.9    | 65.4   | 215.0    | 60.5  |
| 項目 |             | 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テレビ・ラジオ | ⑯入浴   |
| 平日 | 全体平均時間 (m)  | 28.3  | 97.2  | 24.7  | 80.2  | 27.1    | 14.2   | 101.5    | 36.7  |
|    | 比率 (%)      | 2.0   | 6.8   | 1.7   | 5.6   | 1.9     | 1.0    | 7.1      | 2.6   |
|    | 標準偏差 (m)    | 42.3  | 122.7 | 50.0  | 66.3  | 49.6    | 24.2   | 84.7     | 19.6  |
|    | 行為者数 (人)    | 48    | 39    | 40    | 91    | 30      | 39     | 74       | 85    |
|    | 行為者率 (%)    | 52.7  | 42.9  | 44.0  | 100.0 | 33.0    | 42.9   | 81.3     | 93.4  |
|    | 行為者平均時間 (m) | 53.7  | 226.7 | 56.3  | 80.2  | 82.1    | 33.2   | 124.8    | 39.3  |
| 休日 | 全体平均時間 (m)  | 44.5  | 224.0 | 113.4 | 79.2  | 93.6    | 20.3   | 117.4    | 38.8  |
|    | 比率 (%)      | 3.1   | 15.6  | 7.9   | 5.5   | 6.5     | 1.4    | 8.1      | 2.7   |
|    | 標準偏差 (m)    | 73.9  | 126.0 | 135.9 | 122.0 | 144.9   | 72.0   | 109.3    | 23.6  |
|    | 行為者数 (人)    | 47    | 52    | 42    | 69    | 49      | 29     | 80       | 82    |
|    | 行為者率 (%)    | 51.6  | 57.1  | 46.2  | 75.8  | 53.8    | 31.9   | 87.9     | 90.1  |
|    | 行為者平均時間 (m) | 86.2  | 392.1 | 245.8 | 104.4 | 173.8   | 63.6   | 133.5    | 43.1  |

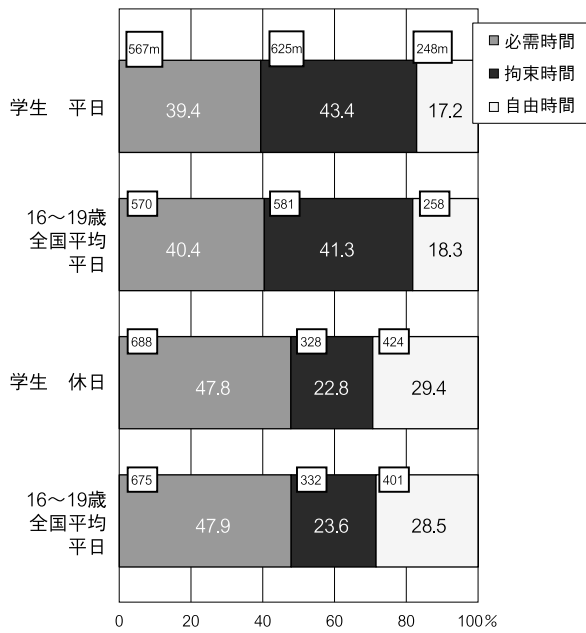


図1 必需時間・拘束時間・自由時間の比較

ど)・仕事(アルバイト)、自由時間(社会的文化的な生活時間)：交際・休養・レジャー活動・新聞雑誌・テレビラジオ等に分類した。これらをまとめたものが図1である。

図1より、必需時間は、学生の平日は9時間27分(39.4%)に対して、休日は11時間28分(47.8%)となりその差は休日の方が2時間多かった。

拘束時間は、平日は10時間25分(43.4%)で休日は5時間28分(22.8%)、その差は平日の方が3時間多かった。

自由時間は、平日は4時間8分(17.2%)、休日は7時間4分(29.4%)でその差は約3時間休日が多くなっていた。

以上より、平日は休日より拘束時間が多く、休日は、必需時間と自由時間が多くなっていた。平日の拘束時間が多いの、「学業」で学校での授業時間によるものである。休日の必需時間は「睡眠」、自由時間は「交際」と「レジャー活動」により多くなっていた。休日の自由時間が多いの、当然の成り行きと考えられる。必需・拘束・自由時間の

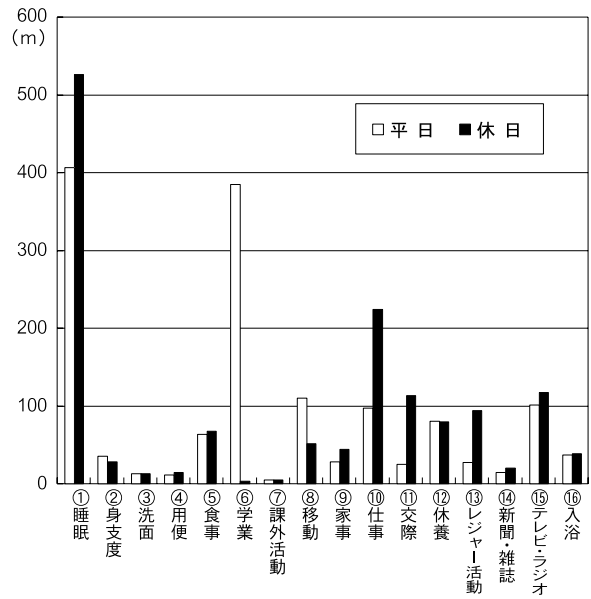


図2 項目別平日と休日の生活時間(全体平均)

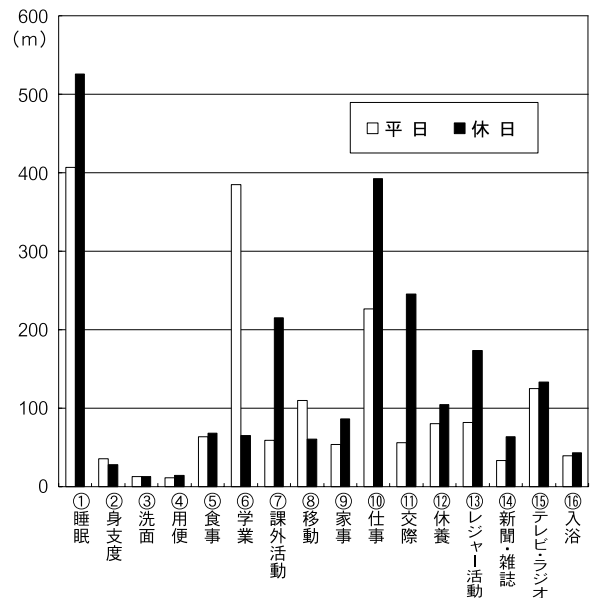


図3 項目別平日と休日の生活時間(行為者平均)

時間配分は、全国平均も同様の傾向が見られた。

(3) 項目別生活時間

表2を項目別に平日と休日の全体平均時間を比較したものが図2、行為者平均時間を比較したものが図3である。さらに、学生と全国平均の、行為者平均時間について比較したものが図4である。

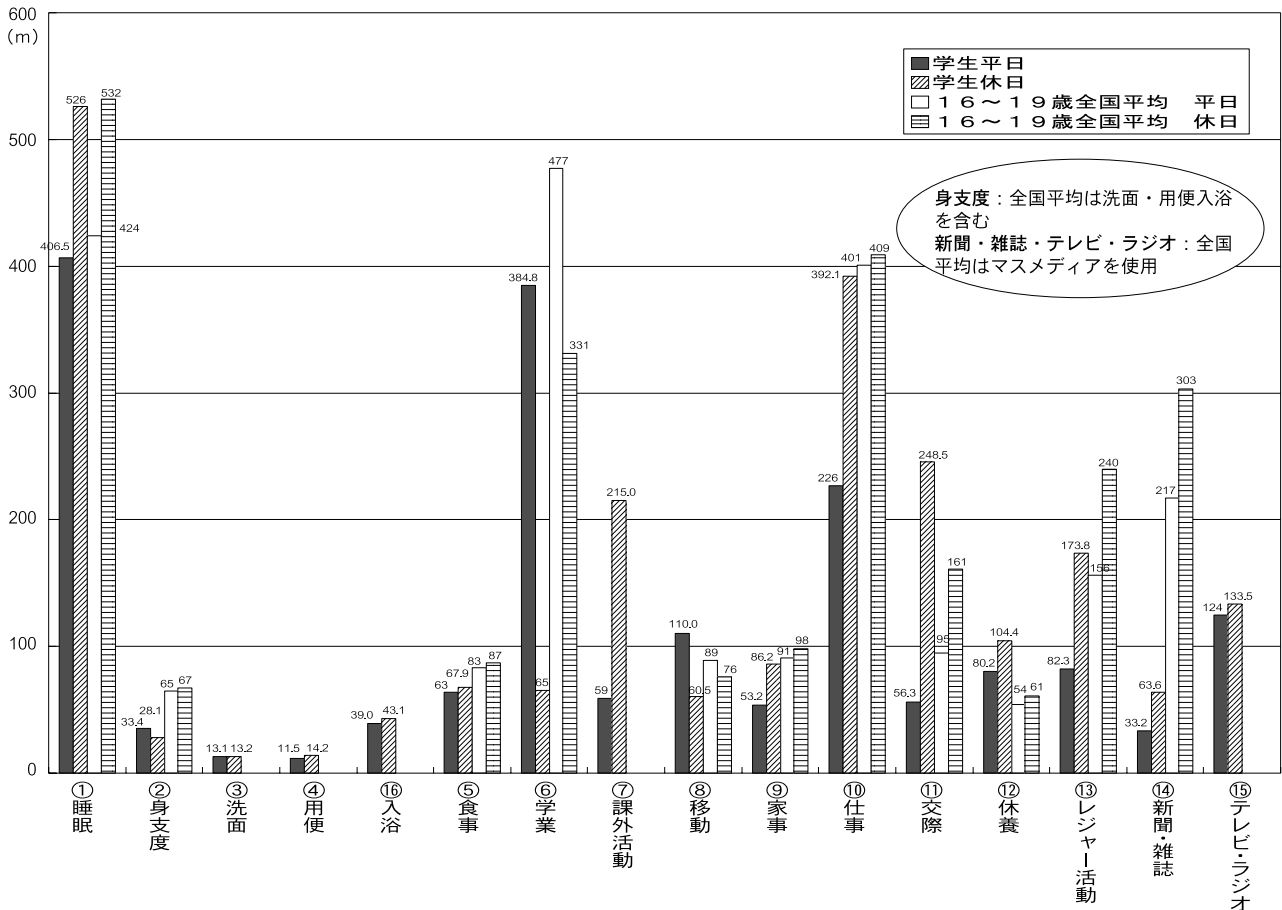


図4 項目別生活時間（学生と全国16～19歳平均の行為者比較）

### ① 睡眠

「睡眠」は、平日は6時間46分、休日は8時間46分で2時間の差が見られた。全国平均睡眠時間は平日7時間2分、休日8時間47分と比較すると、平日の睡眠時間は16分少なかったが、同傾向であった。睡眠時間の最少は1時間20分、最長は12時間であった。

起床時刻は平日は6時30分～7時30分、休日は8時～10時30分、就寝時刻は平日は23時～24時30分、休日は23時～1時30分と幅が広い。特に休日の起床時刻は個人差が大きく、当日の20時～翌日の23時迄あり、いわゆる昼夜逆転現象が見られた。休日の午後に起床する学生は12%もあった。

### ② 身支度

「身支度」は、平日は35.4分、休日は28.1分で平日と休日ではあまり差が見られなかった。

全国平均での時間が多いのは、「身のまわりの用事」「洗面」「用便」「入浴」を含めたものを「身支度」としたので当然多くなっている。

### ③ 食事

「食事」にかかる時間は平日は1時間4分、休日は1時間9分で、平日と休日にはあまり差は見られなかった。しかし、休日の一食に費やす食事時間は長いと推察される。「食事」の行為者率は100%であるが三食とも摂食しているとは限らず、特に休日の食事は不規則である。これらの理由は、起床時刻が不規則であるため家族との食事時間が合わないことや、アルバイトにおける時間の制約等により食事時間が取れないなどと考えられる。

### ④ 学業・仕事

「学業」は、平日は6時間24分、休日は3.6分であった。行為者率は平日は100%であるが休

日は僅か5%で行為者平均時間は1時間5分であった。調査日が、4月の授業開始より日も浅かったことも一因と思われるが、休日においては、ほとんどの学生は学習をしていないことが認められた。

「仕事」、つまりアルバイトは全体平均時間は、平日は1時間37分、休日は3時間14分であった。行為者率は平日43%、休日57%で平日は3時間17分、休日は6時間32分であった。全国平均も同傾向であることが認められた。しかし、全国平均の行為者率は、平日24%、休日は14.4%で休日の行為者率は本学生に比較して低い。つまり、本学生は平日・休日とも半数前後の学生がアルバイトを行っており、休日のアルバイト時間（6時間32分）は平日の学業時間にほぼ等しいことが認められた。

#### ⑤ 家事

「家事」は、全体平均時間は平日28.3分、休日は44.5分であった。行為者平均時間は53.7分、1時間26分とそれぞれ約2倍となっていた。しかし、行為者率は、平日53%・休日52%と半数しか行っていない。学生の記述によると「家の手伝い程度」は家事を行いたい、また、「必要であろう」と思っていることが記されている。しかし、手伝いの気持ちはあるものの、日々の生活において「家事」の優先順位は低く、それらは「時間に制約されるため」である。

#### ⑥ 交際・レジャー活動

「交際」は、全体平均時間は平日25分、休日は1時間53分で休日は平日の約5倍である。また、行為者率は平日（44%）・休日（46%）とも50%弱で行為者平均時間は平日56分（全国平均1時間35分）、休日4時間6分（全国平均2時間41分）と休日は平日の4.4倍（全国平均

1.7倍）にもなり「交際」にかかる時間は多い。

「レジャー活動」は、全体平均時間は、平日は27分、休日は1時間34分で休日は平日の3.5倍である。行為者平均時間は、平日1時間22分（全国平均2時間36分）、休日2時間54分（全国平均4時間）で休日は平日の2倍となっている。

以上より、休日において「交際」「レジャー活動」にかかる時間は多く、行為者平均時間を双方合わせると7時間にもなる（全国平均は6時間41分）。このことより、休日は、半数近くの学生が息抜きや情報交換として、1日の約1/3を「交際」「レジャー活動」で過ごしていることになる。

#### ⑦ テレビ ラジオ

「テレビ ラジオ」は、全体平均時間は、平日1時間42分、休日は1時間57分である。行為者率は平日81%、休日88%で変動は少なく行為者平均時間も、平日2時間4分、休日2時間14分で平日と休日に差が認められなかった。

#### ⑧ 新聞 雑誌

「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。全体平均時間は平日14分、休日は20分であった。行為者率は平日43%、休日32%で行為者平均時間は、平日33分、休日64分であった。

全国平均は「マスメディア」（「テレビ・ラジオ」「新聞・雑誌」を含む）を用いた。本学生の「マスメディア」の行為者平均時間は平日2時間38分、休日3時間17分であった。全国平均は平日3時間7分、休日5時間3分である。平日・休日とも「マスメディア」の接触時間は全国平均に比較して短かった。

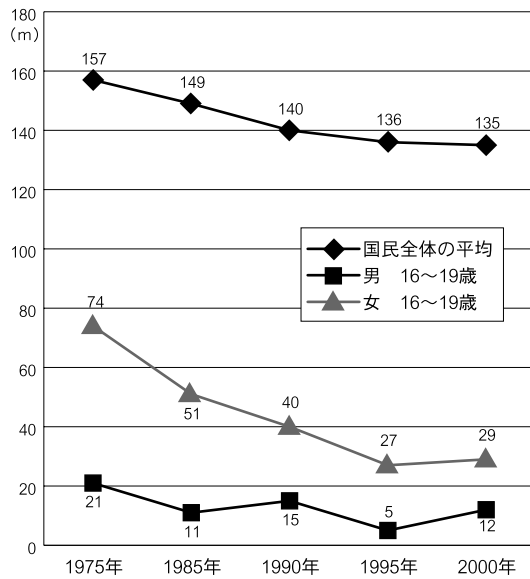


図5 平日の家事時間の推移

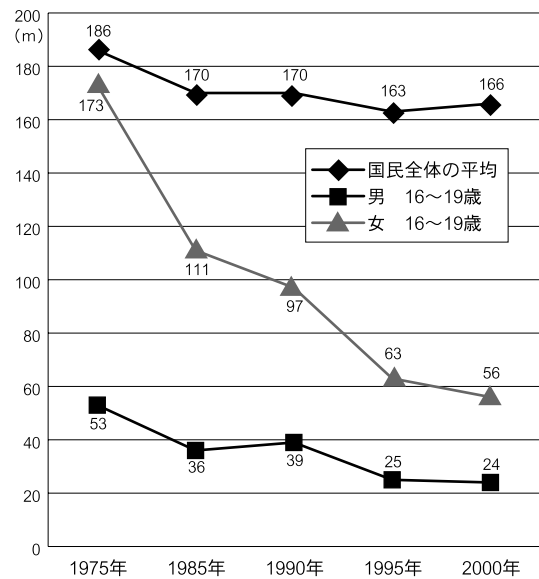


図6 休日の家事時間の推移

### ⑨ 過去の生活時間調査からみた「家事」

過去25年間の平日の家事時間の推移を図5に示した。家事時間は、1975年から2000年の25年間に国民全体の家事平均時間は22分、16~19歳の女性は45分、16~19歳男性は9分の減少が見られた。次に図6に休日の家事時間の推移を示した。16~19歳における女子の家事時間は25年間で117分、約2時間もの減少が見られる。女性の家事時間減少が著しいことがこの図より認められた。

このことは、外食産業の増加、電気製品の普及、ファミリーレストランの隆盛、冷凍食品・調理済み食品の充実、電子レンジ・大型冷蔵庫の普及と充実により食事にかかる時間が減少してきている。また、掃除の回数や稼働時間も減少傾向にある。さらに、未婚者・女性就労者の増加等が相互に関連しあっている結果と思われる。

家事への男性参加は少しずつ増加は見られるが、時間的にはまだ少ない傾向である。

## 4. 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91名を対象に生活時間調査を行い、以下の結果を得た。

- (1) 平日と休日における学生の生活時間の使い方は、必需時間では「睡眠」、拘束時間では平日は「学業」、休日は「仕事」(アルバイト)、自由時間では休日の「交際」「レジャー活動」に差が見られた。
- (2) 学生が必要と感じている「家事」の時間は、一日の生活において平日は28.3分、休日は44.5分で行為者率は平日53%、休日52%と半数であった。
- (3) 家族の生活は個別化しており一緒に過ごす時間も少なく、「家事」の必要性が低く学生への要求度も低い。したがって、学生は必要と感じていても優先順位は低かった。

以上より、生活時間調査をとおして学生の日常生活の一部を明らかにすることができた。しかし、介護を必要としている利用者は、明治・大正～戦前生まれが多く、家事に対する価値観や技術的要求度は高い。新しい介護に魅せ

られて小規模生活単位型特別養護老人ホームに就職はしたものの「家事」の経験不足に困惑している卒業生を目の当たりにしている現状である。

今回の調査は、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、今後の教育方法で私どもに課せられた課題である。生活時間調査は、今後も続け更なる詳細な分析を行っていきたい。

#### 付記

本研究は、(財)富山第一銀行奨学財団の研究助成を受けて行ったものの一部であり、深く謝意を表します。

本研究にご協力いただきました学生の皆さん、また本稿作成にあたりご高覧いただきました本学福祉学科宮田伸朗教授に深謝いたします。

#### 参考文献

- 1) 吉田紀子 石黒康子他 居宅介護における家事援助業務の現状について 富山短期大学紀要第37巻 2002
- 2) 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38巻 2003
- 3) NHK放送文化研究所・編 「日本人の生活時間・2000」 NHK国民生活時間調査 NHK出版 2002
- 4) NHK放送文化研究所・編 「日本人の生活時間・1995・1990・1985」 NHK出版
- 5) 矢野眞和編著 「生活時間の社会学」 東京大学出版会 1995

