

平成 30 年度 学生生活実態調査報告書

この報告書は、平成 30 年 7 月におこなわれた学生生活実態調査の分析結果を報告するものである。

調査の目的と方法

本調査は、学生の生活実態について正しく把握し、今後の教育・指導の向上に役立てるために学生委員会が実施したものである。調査は各学科の教員の協力のもと、授業時に集合形式にておこなった。調査対象は本学の全学科・学年である。調査票は、平成 26 年の第二回実態調査（以下、前回調査）で用いた質問項目を再検討し作成したものを使用した。質問は全 59 項目からなり、内容は以下の 5 つの側面から構成されている。

- ① 属性：性別、年齢、学科、学年、入学形態など
- ② 生活について：住居、通学方法・時間、奨学金、アルバイト、食事、飲酒・喫煙習慣、携帯電話の使用時間、睡眠時間など
- ③ 勉学について：読書習慣、自習時間、中央図書館の利用状況など
- ④ 課外活動やボランティアについて：課外活動の内容、ボランティア活動の状況など
- ⑤ 体調管理について：体調管理の方法、自覚している症状、不安、相談相手など

結果および考察

アンケートの回収率は、90.3%（1019 名）と、前回調査より 1.0 ポイント高かった。本報告では結果を抜粋して報告する。

1. 生活について

通学時間は 1 時間以上を要する者が 55.8%と、前回調査の 59.6%から若干減少していた（図 1-1）。日本学生支援機構によると、自宅から通学する大学生で通学時間が 1 時間以上の者の割合は 54.7%とされている¹⁾。本学が数少ない医療系大学であることから通学時間が長い者が若干多い傾向にあるものと考えられる。

通学の通学方法は「電車＋スクールバス」「スクールバス」が前回調査の 49.1%から 60.9%へと 11.8 ポイント増加し、スクールバスの利用者が増加していた（図 1-2）。これは、スクールバスの停留所のリニューアルやバスの増便などによって学生の利便性が向上していることが影響していると考えられる。しかしながら、学生生活について学生から意見を広く募集する「意見箱」において、スクールバスの混雑緩和への対策を求める声があるため、今後もさらに対策が必要と考える。通学費は、1 万円以上の者が前回調査の 42.4%から今回は 38.4%と 4 ポイント低下していた（図 1-3）。また、一人暮らしの学生の割合は、前回調査と同様に約 20%で（図 1-4）、その家賃は 6 万円未満が 70.3%を占めていた（図 1-5）。

アルバイトに従事している者は、前回調査の 70.4%から 79.2%に増加していた（図 1-6）。日本学生支援機構によると、大学生でアルバイトに従事している者の割合は平成 24 年の 74.0%から平成 28 年には 83.6%と徐々に増加している²⁾。本学の学生のアルバイト従事者の割合もこの世相を反映しているのかもしれない。本学学生の週平均のアルバイト時間は、10 時間未満の者が 59.5%、10 時間以上 20 時間未満の者が 29.9%、20 時間以上の者が 10.7%であった（図 1-7）。日本学生支援機構によると、大学生のアルバイト・定職への従事時間が 10 時間以下の者の割合は 26.6%、11 時間以上 20 時間以内の者が 33.4%、20 時間以上の者が 11.4%³⁾である。本学の多くの学生はアルバイト時間が一般の大学生よりも短い傾向にあり、6 割程度の学生のアルバイト時間は 10 時間未満

であり、学業とのバランスを考えながらアルバイトをしている様子が見えてきた。アルバイトの目的（複数回答可）は、「小遣い」が 46.4%と多かったが、「生活費のため」や「学費のため」が 23.9%あり、前回調査の 29.0%より 5.1 ポイント減少しているとはいえ、経済的問題を抱えている可能性がある学生の存在が見えてきた（図 1-8）。

日本学生支援機構の調査をもとにした報告によると、学生の奨学金の受給額は 2012 年度以降 2016 年度まで 1.47 万円、家庭からの給付も 1.31 万円減少しており、合計で約 3 万円の収入減少分を学生はアルバイト収入を増加させることで補っている傾向が指摘されている。また、「家庭からの給付なし」+「家庭からの給付のみでは修学継続困難」といった「経済的に極めて恵まれない学生層」で、そのような状況ゆえにアルバイトをせざるを得ない学生の比率は 2004 年以降 2016 年まではほぼ 2 割の水準を維持しているとされている²⁾。

本調査結果から奨学金を受けている本学の学生の割合は 55.5%であり（図 1-9）、日本学生支援機構による調査の 48.9%³⁾より高かった。また、本学学生が受給している奨学金の内容としては（図 1-10）、日本学生支援機構が 85.8%、月額貸与総額は 6 万円以上の者が 48.5%であった（図 1-11）。本学では自宅外通学生の一部に対して経済支援をおこなっているが、以上のような結果を踏まえると、その他の経済支援についても更なる充実を図っていく必要があると考えられる。

食生活については、朝食を「食べない」は 11.2%と、前回調査（11.5%）と著変は認められなかった（図 1-12）。厚生労働省によると朝食の欠食率は、男性 15.0%、女性 10.2%であるが、年齢階級別では 20 歳代が最も高く、男性 30.6%、女性 23.6%であり³⁾、これと比較すると本学の学生の欠食率は低いといえる。

昼食については「食べない」は 0.6%と欠食率が前回調査（1.1%）よりも低下していた（図 1-13）。また、AINOPIA2 階の学生・教職員食堂『ALUBUS』を利用する頻度をたずねたところ、「よく利用する」「時々利用する」が 60.2%と高かった（図 1-14）。前回調査時には『ALUBUS』は未開設であり、同地には一般の方も利用可能な食堂『アゴラ』があった。前回調査時に『アゴラ』の週の利用頻度を質問した際には、週に 2 日以上利用する者が 22%であった。つまり、本調査結果より学生の食堂の利用頻度の著しい増加が示唆された。この結果は、学生の要望を受け、藍野大学事業部がご尽力くださり、メニューの低価格化や席数増加が実現した賜物であると考えられる。一方、3 食のうちいずれかをコンビニなどのお弁当で済ませること（図 1-15）が「よくある」「時々ある」が 78.0%と依然高い（前回調査 76.0%）。AINOPIA1 階にコンビニエンスストアが開店したことや、他にも大学近隣の 2 軒のコンビニエンスストアやスーパーおよび大手弁当店の存在によって学生の利便性が向上し、容易くお弁当が手に入る環境の影響があると考えられる。

食生活に関しては、朝食を摂取する者ほど学力が高い傾向にあり⁴⁾、大学生になる年代は 10 歳代から 20 歳代へと欠食率が大きく低下する時期⁵⁾との指摘もあるため、学内において朝食の摂取やバランスの取れた食生活の重要性について啓蒙していく必要があると考えられる。

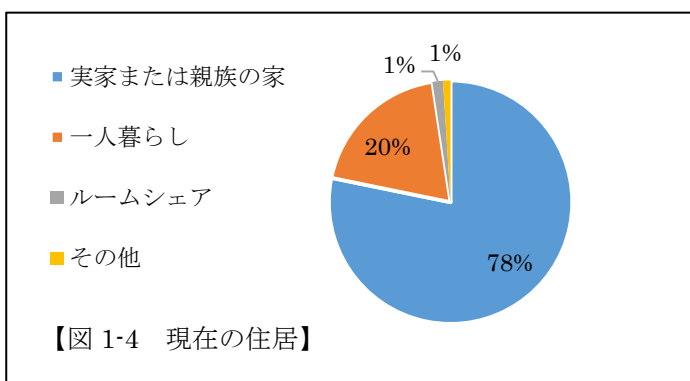
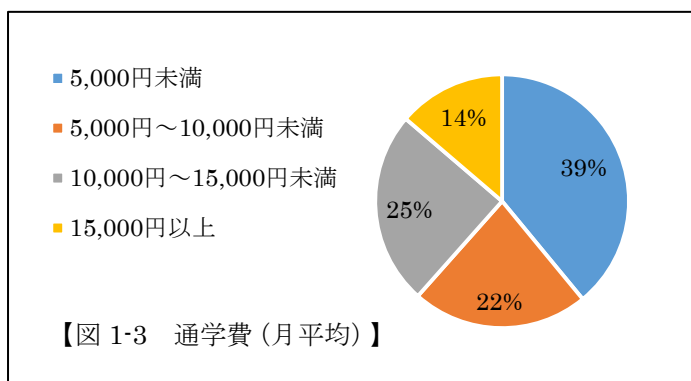
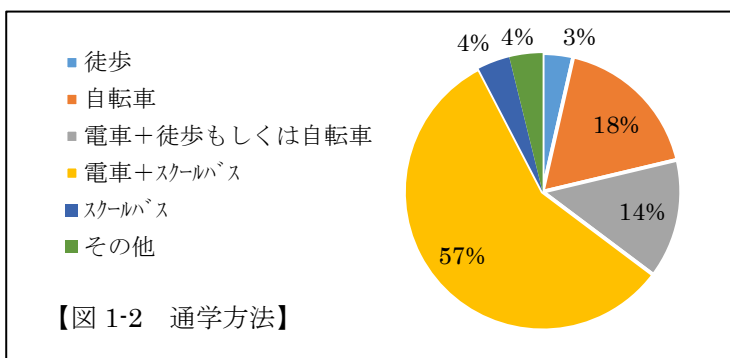
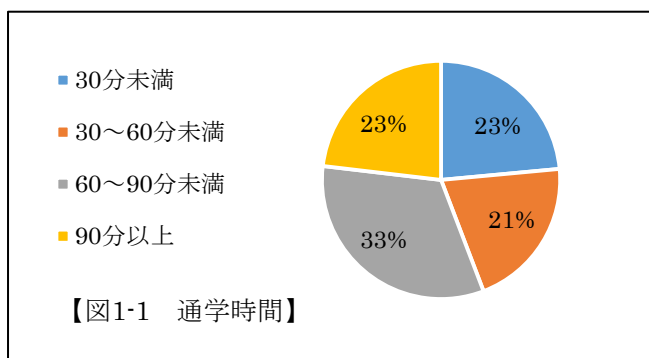
喫煙の習慣者は僅か 9.8%であり（図 1-16）、前回調査の 3%より増加したものの、厚生労働省の調査における 20 歳代の 26.6%³⁾と比較すると極めて低かった。飲酒も機会的なものが殆どであった（図 1-17）。これは医療系大学として喜ばしい結果であり、今後も更なる健康教育を推し進めることが求められる。

睡眠については、就寝時間は 24 時以降の夜型生活の者が約 77%と著変ないものの（図 1-18）、睡眠時間が「5 時間未満」が 20.5%、「5 時間以上 6 時間未満」が 49.2%、「6 時間以上 7 時間未満」が 21.8%であった（図 1-19）。厚生労働省³⁾によると 20 代の睡眠時間は、「5 時間未満」が 5.4%、「5 時間以上 6 時間未満」が 36.7%、「6 時間以上 7 時間未満」が 38.6%であるとされている。大学生を対象とした調査においては「5 時間未満」が 13.5%であったと報告されている⁶⁾。これらと比較すると、本学の学生は睡眠時間が 6 時間未満の者の割合が高い傾向にある。

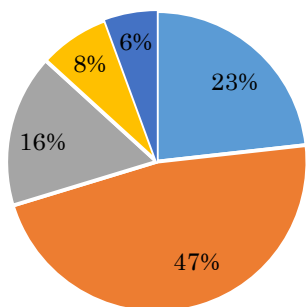
テレビ・パソコン・ゲーム（娯楽関係）の 1 日の平均利用時間については（図 1-20）、90 分以上の者の割合が 30.7%、携帯電話（スマートフォン）の 1 日の平均利用時間が 90 分以上の者の割合は 52.2%であった（図 1-21）。

総務省 7)によると、20 歳代のテレビ視聴（録画含む）の行為者率は 63.7%で平均利用時間は 105.7 分とされる。また、同調査によると、インターネット利用率は 10 代で 96.9%、20 代で 98.7%と高く、インターネット利用の利用平均時間は、順に 128.8 分（行為者率 88.5%）、161.4 分（行為者率 95.1%）とされている。この調査における利用平均時間はそれらを利用していない者も含めた調査者数で除いた数値であるため、10 代、20 代の実際の利用平均時間はさらに長時間であると推察できる。大学生を対象とした調査 8)では、1 日のインターネット利用時間は平均 99.6±120.7 分であるとの報告もある。本調査では、質問項目がテレビ視聴とインターネット利用が混在した質問文ではあったが、おおむね本学の学生のインターネット利用時間は、これらの報告と比較すると少ない状況が伺えた。

総務省 7)によると、インターネットの利用目的・用途における「SNS」の利用率は、10 代、20 代の順に 68.4%、74.4%である。また、20 代の SNS の利用目的は、「従来からの知人とのコミュニケーションのため (91.0%)」「知りたいことについて情報を探すため (42.7%)」「ひまつぶしのため (34.5%)」、「同じ趣味・嗜好や同じ悩み事・相談事を持つ人を探したり交友関係を広げるため (22.8%)」が上位を占めている 9)。大学生を対象としたスマートフォン利用によって減少した生活時間についての調査 6)では、「睡眠時間 (53.6%)」「勉強時間 (46.4%)」「読書時間 (31.1%)」が挙げられている。インターネットや SNS はリフレッシュにもなり、情報源としても生活に欠かせないと考えられるが、インターネット使用時間と「気分の調整不全」は関連があることや、使用が長時間に及ぶことによって、生活習慣の乱れ、目の疲労、頭痛などの身体的不調、心疾患、孤独感や抑うつ感の高まりなど、心身に悪影響を及ぼす可能性も指摘されている 6)8)10)。また、大学生の 7 割近くの者が入眠障害を自覚し、その原因として寝床に入ってから携帯電話、メールやゲームなどの熱中、就寝後の長時間の光刺激などによる覚醒助長などによって入眠が阻害されていることとの関連も指摘されている 6)。必要な睡眠時間は個人差があるとされているが、6～8 時間程度の睡眠時間の確保や 24 時までには就寝する生活リズムの構築、臨床実習中において睡眠時間が極端に短くならないよう注意喚起をおこなうなど、健全な学生生活を送ってもらうためにも、学内においてインターネットの利用のあり方について啓蒙していく必要があると考えられる。

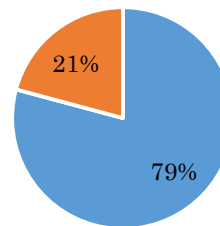


- 4万円未満
- 4～6万円未満
- 6～8万円未満
- 8～10万円未満
- 10万円以上



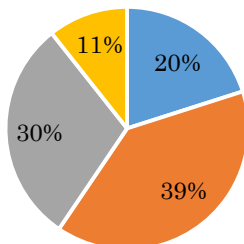
【図 1-5 自宅外生の家賃】

- している
- していない



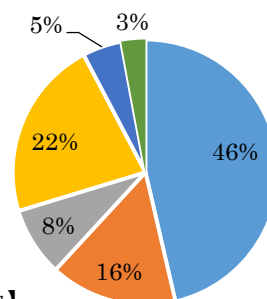
【図 1-6 アルバイトについて】

- 5時間未満
- 5～10時間未満
- 10～20時間未満
- 20時間以上



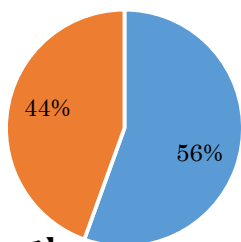
【図 1-7 アルバイトの時間】

- 小遣い
- 生活費のため
- 学費のため
- 貯金
- 奨学金などの返済のため
- その他



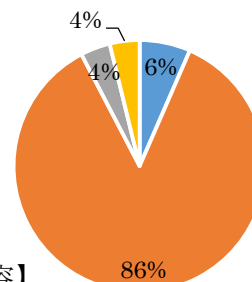
【図 1-8 アルバイトの目的】

- 受けている
- 受けていない



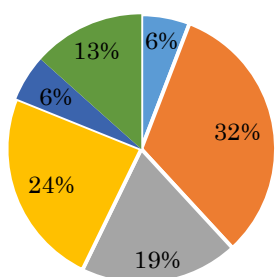
【図 1-9 奨学金について】

- 病院・老健など
- 日本学生支援機構
- 地方自治体
- その他



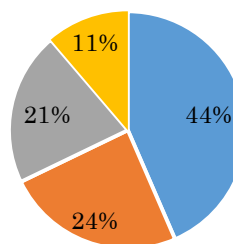
【図 1-10 奨学金の内容】

- 3万円未満
- 3～6万円未満
- 6～10万円未満
- 10～15万円未満
- 15万円以上
- わからない



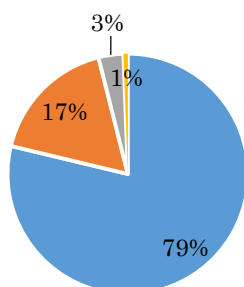
【図 1-11 月額貸与総額】

- 毎日食べる
- ほぼ毎日食べる
- 時々食べる
- 食べない



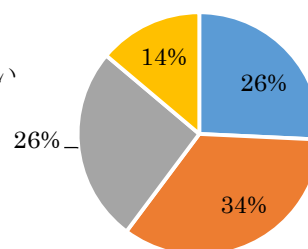
【図 1-12 朝食について】

- 毎日食べる
- ほぼ毎日食べる
- 時々食べる
- 食べない



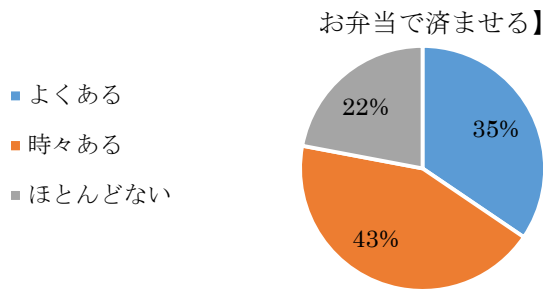
【図 1-13 昼食について】

- よく利用する
- 時々利用する
- あまり利用しない
- 利用しない

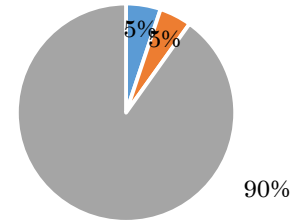


【図 1-14 昼食時の AINOPIA2 階食堂の利用】

【図 1-15 3食のいずれかの食事をコンビニなど

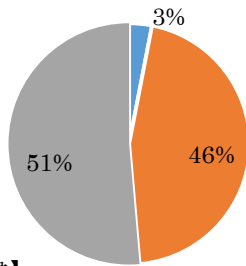


- 毎日吸う
- 時々吸う
- 吸わない



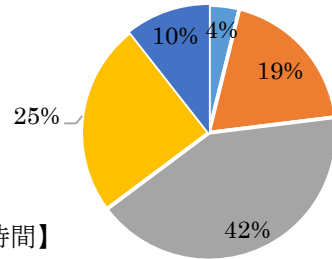
【図 1-16 喫煙習慣】

- 毎日飲む
- 時々飲む
- 飲まない



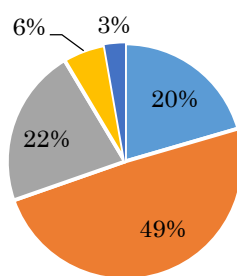
【図 1-17 飲酒習慣】

- 22～23時未満
- 23～24時未満
- 24～25時未満
- 25～26時未満
- 26時以降



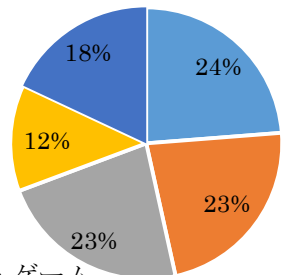
【図 1-18 就寝時間】

- 5時間未満
- 5～6時間未満
- 6～7時間未満
- 7～8時間未満
- 8時間以上



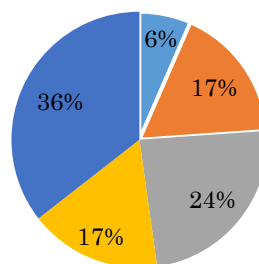
【図 1-19 睡眠時間】

- 30分未満
- 30～60分未満
- 60～90分未満
- 90～120分未満
- 120分以上



【図 1-20 テレビ・パソコン・ゲーム
(娯楽関係) の1日の平均利用時間】

- 30分未満
- 30～60分未満
- 60～90分未満
- 90～120分未満
- 120分以上



【図 1-21 携帯電話
(スマートフォン) の1日の平均利用時間】

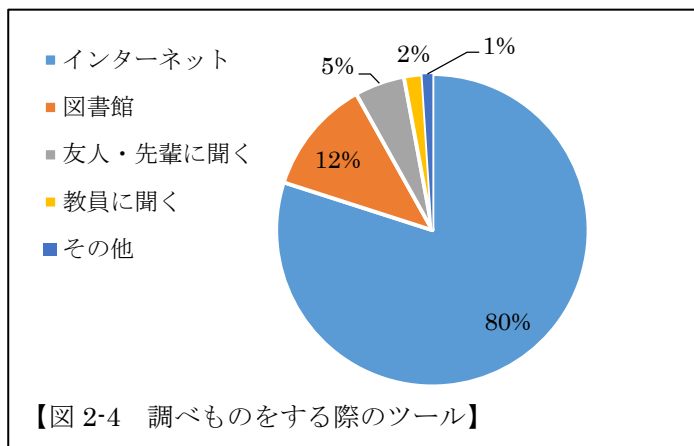
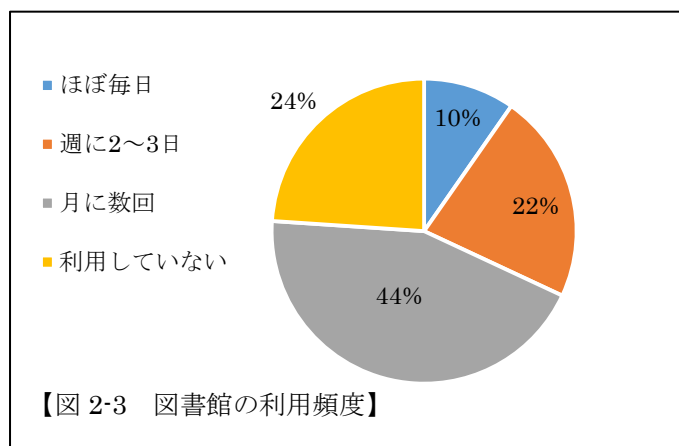
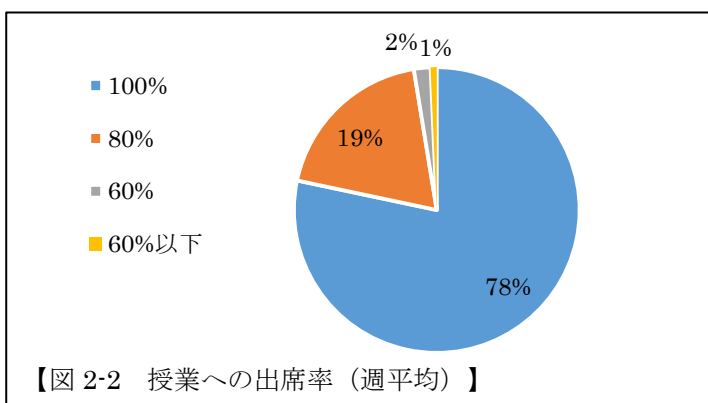
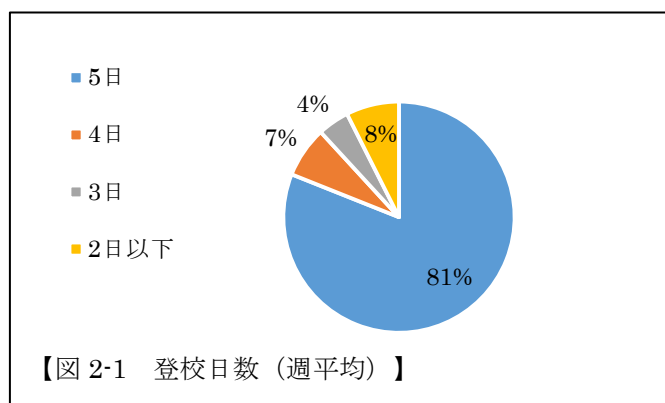
2. 勉学について

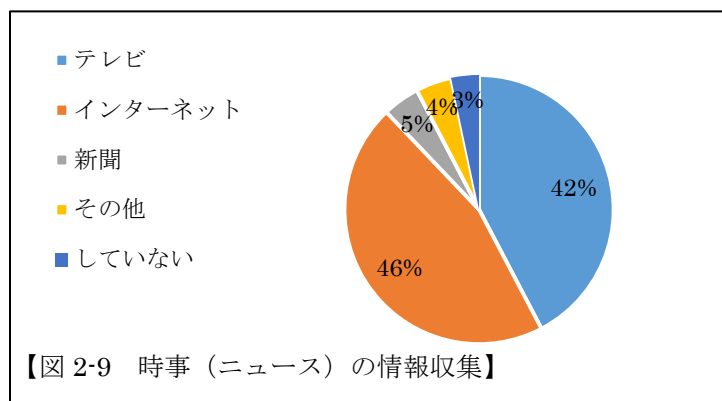
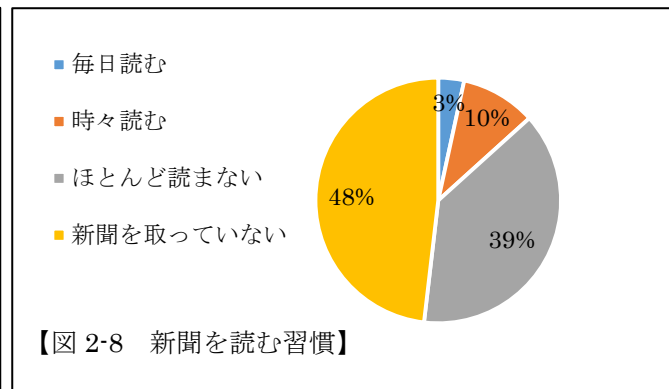
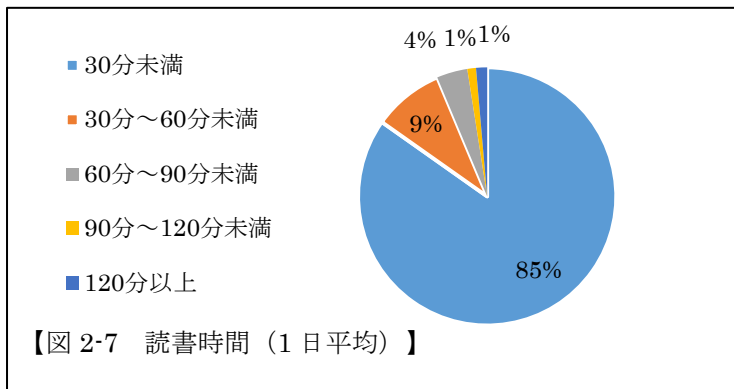
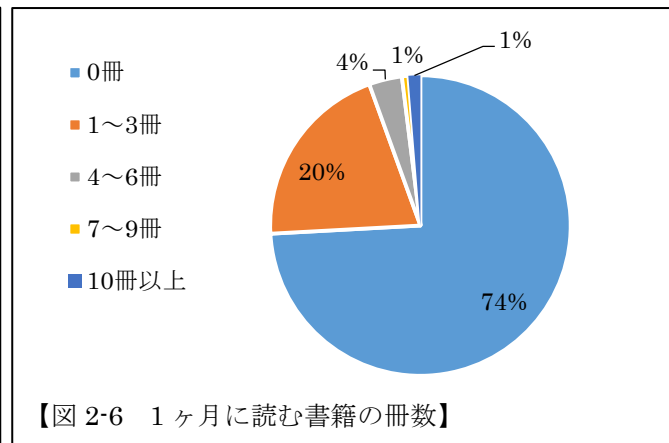
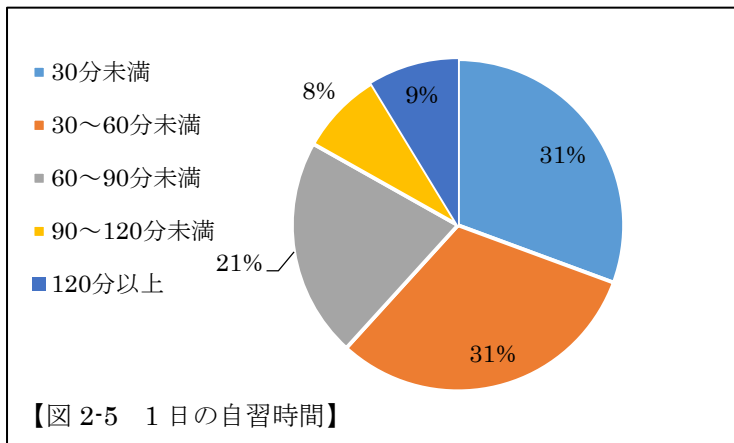
授業の出席については、週平均の登校日数が「5日」の者の割合は、81.0%（前回調査 91.2%）に低下していたものの（図 2-1）、平均出席率が「100%」の者の割合は、78.3%（前回調査 73.6%）に増加していた（図 2-2）。これらの結果は前回調査以降にカリキュラムが変更され、学生が興味に応じて選択できる選択科目が増加し、履修科目の自由度が増加したことの影響が大きいと考えられる。また、図書館の利用頻度は、「ほぼ毎日」が 9.7%、「週に2～3日」が 22.3%、「月に数回」が 44.1%、「利用していない」が 23.9%であり（図 2-3）、調べ物をする際のツールにおいても「図書館」が 11.9%あった（図 2-4）。文理学部をもつ国立9大学の調査結果¹¹⁾によると、

図書館の利用頻度が「ほぼ毎日」と答えた学生は1.2～7.0%、「ほとんど利用しない」は15.3～36.1%と幅があり、全く図書館を利用しない学生が3割を占める大学が半数あったとされている。本調査結果から、本学学生が図書館の利用に熱心であることがうかがえた。

一方、授業時間外における自習（予習・復習・課題）の時間は、「60分未満」が前回調査の73.5%から61.7%へ減少し、60分以上の者の割合が前回調査の26.6%から38.2%へと増加していた（図2-5）。これは、現在のカリキュラムにおいて学生の興味に応じて選択できる科目が増加したことや、本調査において質問項目が変更され自習時間に「課題」が含まれることを明記したことが影響しているのかもしれない。日本学生支援機構によると、大学生の「大学の授業の予習・復習など」にかかる週間平均時間が「5時間以下（本調査における60分未満と近似）」は72.7%、「6時間以上（本調査における60分以上と近似）」が26.9%とされている¹⁾。これを踏まえると、本学学生の自習時間が一般的な大学生と比較して少ないとは言い難く、むしろ医療系大学として必須科目の授業時間が多いなか、アルバイトやインターネット利用などバランスを取りながら学習している様子が見えてくる。

書籍や新聞を読む学生数の減少は随分前より指摘されていることである。本学の学生も同様に、1ヶ月に読む書籍の冊数について「0冊」が74.1%と高く（図2-6）、読書時間も「30分未満」が84.8%と高かった（図2-7）。また、新聞を「ほとんど読まない」「新聞を取っていない」も86.6%と高かった（図2-8）。就職活動をおこなううえでは、時事問題や医療に関する最新のニュースを読み解く力が必要と考えられる。若者の活字離れが指摘されて久しいが、学生には書籍や新聞を読む習慣をつけてもらうことが今後の課題だといえよう。一方で、時事（ニュース）の情報収集について問うたところ、「情報収集していない」は3.3%と低く、情報収集のツールとしては、「新聞」4.4%に対して、「インターネット」45.6%、「テレビ」42.3%であり、半数近くの学生がインターネットを介して時事の情報収集をしていることが把握できた（図2-9）。昨今ではインターネット上のフェイクニュースなどを安易に信用したり、インターネットを通じてフェイクニュースがリアルニュースよりも急速に拡散されることも指摘されている。学生には、膨大な情報のなかから正しい情報を得て活用する術を身に付けてもらうことも今後の課題だと考えられる。



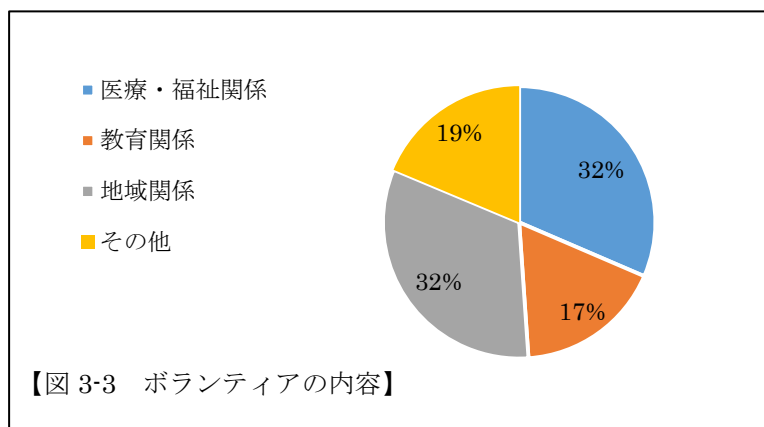
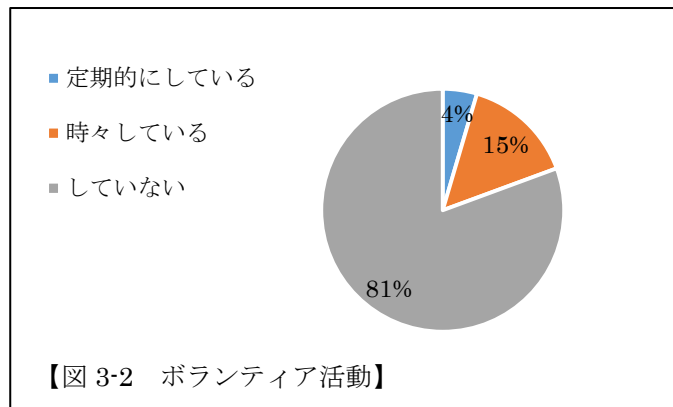
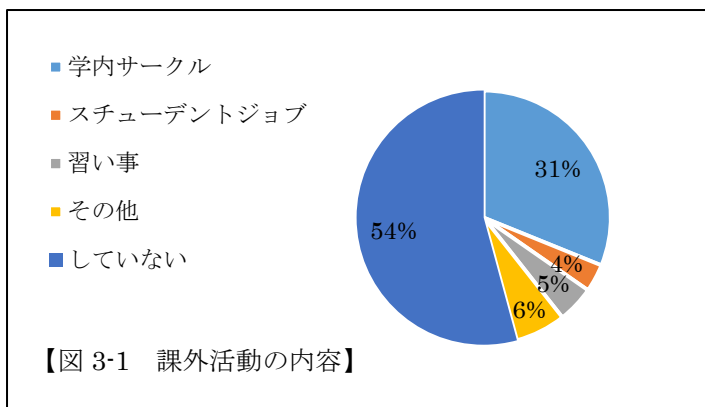


3. 課外活動やボランティアについて

課外活動をしている者の割合は「45.7%」で、その内容、「学内サークル」が 31.1%、「スチューデントジョブ（学生が学内において清掃などの有償ボランティアをおこなうもの）」が「3.5%」、「習い事」が 4.7%、「その他」が 6.4%であった（図 3-1）。日本学生支援機構によると、大学の 2・3 年生を中心とした調査対象者のうち、サークル活動を「積極的に活動している（したことがある）」者の割合は 57.9%、「積極的ではないが、活動している（活動したことがある）」者の割合は 23.7%である¹⁾。

本調査結果においてボランティア活動をしている者は 19.4%で、その頻度としては、「定期的に行っている」が 4.6%、「時々している」が 14.8%であった（図 3-2）。この結果は総務省によるボランティア活動の「経験者」の割合（15～19 歳：22.6%、20～24 歳：19.2%）¹²⁾と同程度であった。総務省の調査における質問項目は、過去の経験も含めた問いであるが、本調査の質問項目はボランティア活動を「している」と現在進行形の問いであるため、本学の学生はボランティア活動をおこなう者の割合が一般に比べて高いといえよう。本学学生のボランティアの内容は「医療・福祉関係」が 31.5%、「地域関係」が 32.4%、「教育関係」が 17.4%、「その他」が 18.7%であった（図 3-3）。総務省¹²⁾によると、15～19 歳と 20～24 歳のボランティア活動の内容は、「子供を対象とした活動（順に 8.1%、6.4%）」、「まちづくりのための活動（順に 7.8%、4.0%）」、「スポーツ・文化・芸術・学術に

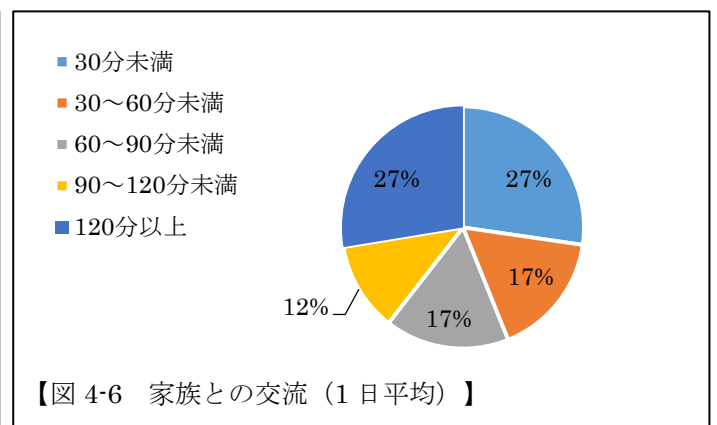
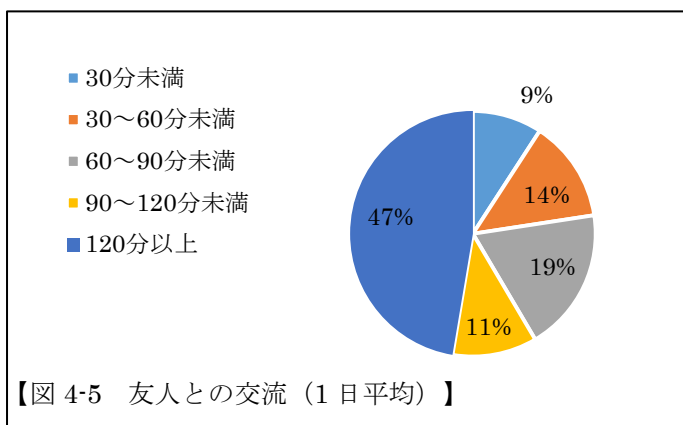
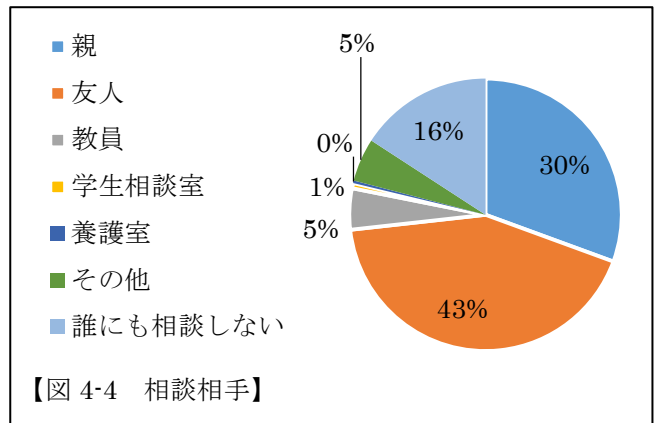
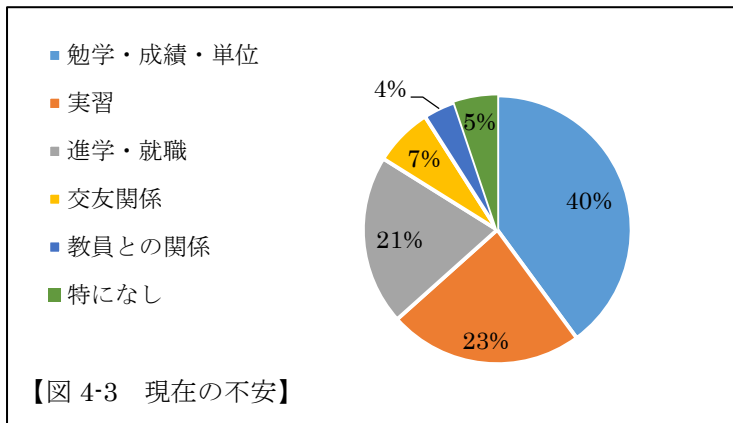
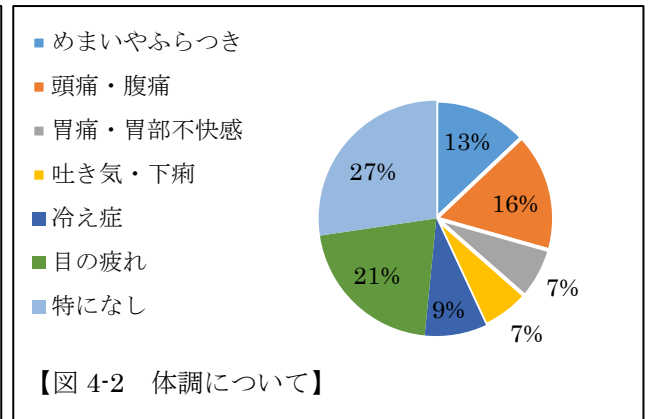
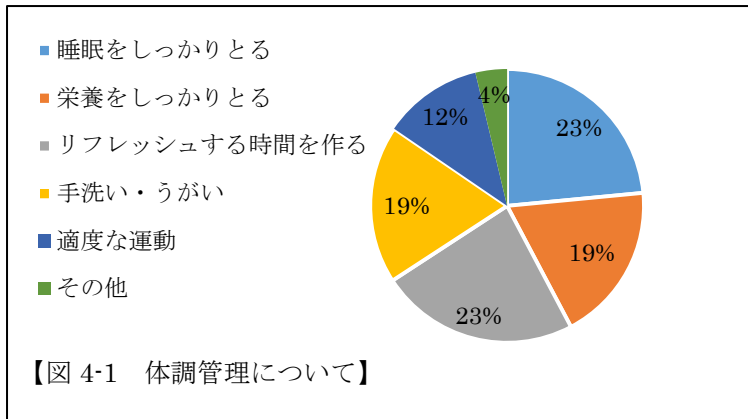
関係した活動（順に 4.3%、4.6%）」、「健康や医療サービスに関係した活動（順に 3.3%、5.0%）」、「高齢者を対象とした活動（順に 3.7%、2.5%）」、「障害者を対象とした活動（順に 1.9%、2.6%）」である。大学生のボランティアサークルに所属する大学生を対象にした調査では、学生がボランティア活動を始め、継続する動機としては、学び、視野を拡大し、人間関係を発展させ、自分を試せるやりがいのある活動をしたいという動機が強いとされている¹³⁾。本学学生のボランティア内容が「医療・福祉関係」が多いのは、医療職を目指す学生の志向を示していることや、医療職の教員の社会貢献活動におけるボランティアの機会が学生に提供されていることが影響していると考えられる。今後も、学生の学びにとって有益となるようなボランティア活動の場を提供していきたいと考える。



4. 体調について

本調査結果より、学生は体調管理のために、「睡眠をしっかり取る」23.5%、「リフレッシュする時間を作る」23.5%、「栄養をしっかり取る」18.8%、「手洗い・うがいを励行する」18.7%、「適度な運動をする」11.7%と、何らかの対策を取っていることがうかがえた（図 4-1）。

体調については、目の疲れ（21.1%）や頭痛・腹痛（16.4%）などを自覚している学生がいたが、前回調査（目の疲れ：29.6%、頭痛・腹痛：40.2%）よりも大きく減少していた（図 4-2）。また、現在の不安として、勉強や成績、実習に対して不安を覚えている学生が 63%であったが、これも前回調査よりも減少していた（図 4-3）。相談相手としては、「友人」が 42.7%、「親」が 30.6%と回答しており（図 4-4）、友人との交流時間が 60 分以上の者の割合は 77.3%（図 4-5）、家族との交流時間が 60 分以上の者の割合は 56.1%ということからも、悩みは友人や家族に相談し解決を図っていることがうかがえた（図 4-6）。相談相手として「教員」は 4.9%と前回調査（2.3%）よりも増加していたもの、「誰にも相談しない」が 15.8%あった。より健全な大学生活を送ってもらうために、教員への相談や本学の保健管理室・学生相談室・養護室などの活用も促していく必要があると考えられる。



総括

以上のように、本調査により平成 30 年度の学生生活の実態を把握することができた。本調査は三回目の学生生活の実態調査であったが、質問内容を若干変更したため、これまでのデータとの連続性が失われた部分や単純に比較しにくい部分もあったが、今後は現状を踏まえ、教育・指導の向上に活かすべく、具体的に対策を練る必要があると考えられる。

今後も学生の生活実態について継続して調査をおこない本学の学生の傾向を把握していくことで、学生委員会として学生生活の充実に貢献していきたい。

謝辞

貴重なお時間をいただき、本調査にご協力いただいた学生の皆様および教職員の方々に深く感謝申し上げます。

文献

1) 日本学生支援機構 (2018). 平成 28 年度 学生生活調査結果.

- https://www.jasso.go.jp/about/statistics/gakusei_chosa/_icsFiles/afieldfile/2018/03/19/data16_1.pdf (2018.3.13 参照)
- 2) 岩田義隆 (2018). 平成 28 年度 学生生活調査結果 識者所見.
https://www.jasso.go.jp/about/statistics/gakusei_chosa/_icsFiles/afieldfile/2018/03/19/data16_1.pdf (2018.3.13 参照)
- 3) 厚生労働省 (2017). 平成 29 年 国民健康・栄養調査結果の概要. <https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000351576.pdf>
(2019.2.25 参照)
- 4) 国立教育政策研究所 (2018). 平成 30 年度 全国学力・学習状況調査 調査結果資料.
<http://www.nier.go.jp/18chousakekkahoukoku/factsheet/18middle/#link04> (2019.3.12 参照)
- 5) 志垣瞳, 他 (2014). 大学生の朝食摂取に関する実態. 帝塚山大学現代生活学部紀要 10.1-10.
- 6) 伊熊克己 (2016). 学生のスマートフォン使用状況と健康に関する調査研究. 北海学園大学経営論集 12.29-42.
- 7) 総務省 (2019). 平成 30 年版 通信利用動向調査.
<http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h30/html/nd252510.html> (2019.3.12 参照)
- 8) 杉浦春雄, 他 (2009). 大学生のインターネット・携帯電話の利用状況と友人関係との関連. 岐阜薬科大学紀要 58.29-34.
- 9) 総務省 (2016). 平成 28 年版 通信利用動向調査. <http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/statistics05.html> (2018.2.25 参照)
- 10) 戸部秀之, 他 (2010). 児童生徒のインターネット依存傾向とメンタルヘルス—心理・社会的問題生徒の関連. 学校保健研究 52.125-134.
- 11) 三根慎二, 他 (2015). 誰がどのくらい大学図書館を利用しているのか. 日本図書館情報学会春期研究集会発表論文集.29-31.
- 12) 総務省 (2017). 平成 28 年度 社会生活基本調査. <https://www.e-stat.go.jp/statsearch/files?page=1&layout=datalist&toukei=00200533&tstat=000001095335&cycle=0&tclass1=000001095377&tclass2=000001095378&tclass3=000001095380&tclass4=000001095384> (2019.3.13 参照)
- 13) 谷田勇人 (2001). 福祉ボランティア活動をする大学生の動機. 社会福祉学 41.83-94.