

令和4年度 学生生活実態調査報告書

この報告書は、令和4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、新型コロナウイルス感染症（以下：COVID-19）の影響もあり、例年とは異なり Google フォームを用いて Web 上で実施した。調査対象は本学の全学科・学年である。調査票は、平成30年の第3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。内容は以下の6つの側面から構成されている。

- ① 基本情報 : 年齢、学科、学年、入学形態の4項目
 - ② 生活について : 住居、通学時間、食事（昼食 AINOPIA の利用）、飲酒・喫煙習慣、睡眠時間、携帯電話の使用時間・SNS の利用状況、奨学金など31項目
 - ③ 勉学について : 授業出席率、自習時間、図書館の利用状況、読書習慣など7項目
 - ④ アルバイト : 実施の有無、実施時間、目的など4項目
 - ⑤ 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3項目
 - ⑥ 体調管理について : 体調管理の方法、相談相手など4項目
- 合計 53 項目

結果および考察

アンケートの回収率は、67.0%（837名）と、前回調査より23.7ポイント低くなった。回収率の大きな低下は、前回までは授業中に対面で実施・回収できていたが、今年度は COVID-19 のため、Google フォームを用いた Web 上で実施した事で回答率が低くなったと思われる。以下、結果を抜粋して報告する。

1. 生活について

< 居住・通学 >

本学の学生の一人暮らしの割合は、13.4%と前回調査より6.6ポイント減少し、自宅より通う学生の割合が86.4%と過去最大数となっていた（図1-1）。やはり COVID-19 の猛威による不安から親元から通う学生が増加していると思われる。そのため、通学時間は片道1時間以上を要する者が59.5%と、前回調査の55.8%から増加していた（図1-2）。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53.8%とされており¹⁾ 本学学生の通学時間は全国平均より5.7ポイント高い状況である。

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60.9%から59.4%へと若干減少していたが、依然スクールバスの利用者は多い状況であった（図1-3）しかしながら、学生懇談会時の学生から意見では、スクールバスの混雑緩和への対策を求める声があり、増便やバイク通学などの通学方法の検討が必要である。

< 食生活・飲酒・喫煙 >

食生活については、朝食を「食べない」は15.1%と、前回調査（11.2%）に比し増加を認めた（図1-4）。しかし、厚生労働省による20-29歳の朝食の欠食率は、男性27.9%、女性18.1%であり^{2,3)}、これと比較すると本学の学生の欠食率は低いといえる。

	回答数	回答率(%)
実家または親族の家	723	86.4%
一人暮らし	112	13.4%
ルームシェア	0	0.0%
その他	2	0.2%
計	837	100%

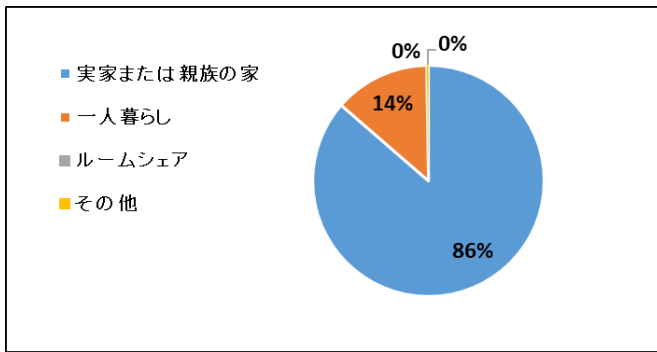


図 1-1 現在の住居環境について

	回答数	回答率(%)
30分未満	165	19.7%
30～60分未満	174	20.8%
60～90分未満	324	38.7%
90分以上	174	20.8%
計	837	100%

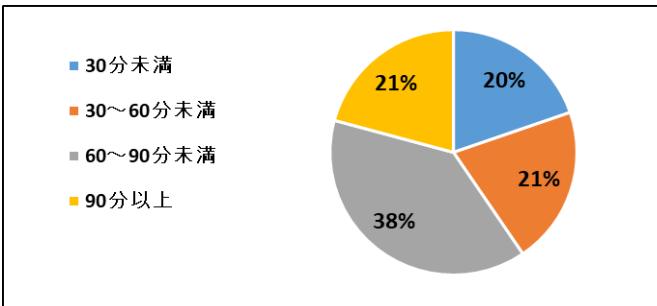


図 1-2 通学時間

	回答数	回答率(%)
徒歩	20	2.4%
自転車	144	17.2%
電車+徒歩もしくは自転車	146	17.4%
電車+スクールバス	483	57.7%
スクールバス	14	1.7%
その他	30	3.6%
計	837	100%

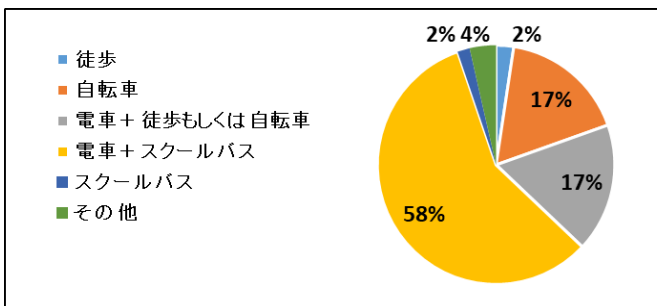


図 1-3 通学方法

質問項目	回答数	回答率(%)	
		回答数	回答率(%)
11. 朝食	毎日食べる	329	39.3%
	ほぼ毎日食べる	192	22.9%
	時々食べる	190	22.7%
	食べない	126	15.1%
	計	837	100%
12. 昼食	毎日食べる	641	76.6%
	ほぼ毎日食べる	148	17.7%
	時々食べる	39	4.7%
	食べない	9	1.1%
	計	837	100%
14. 夕食	毎日食べる	730	87.2%
	ほぼ毎日食べる	84	10.0%
	時々食べる	21	2.5%
	食べない	2	0.2%
	計	837	100%
15. 3食のいずれかの食事をコンビニなどのお弁当で済ませることがあるか	よくある	249	29.7%
	時々ある	388	46.4%
	ほとんどない	200	23.9%
	計	837	100%

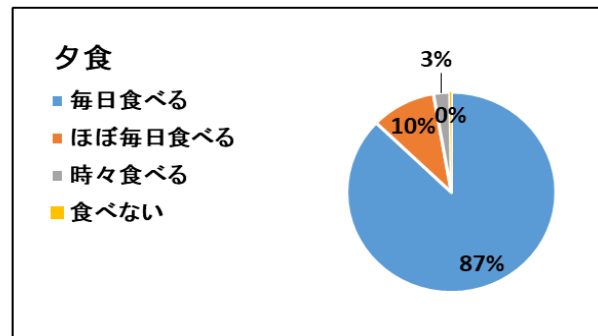
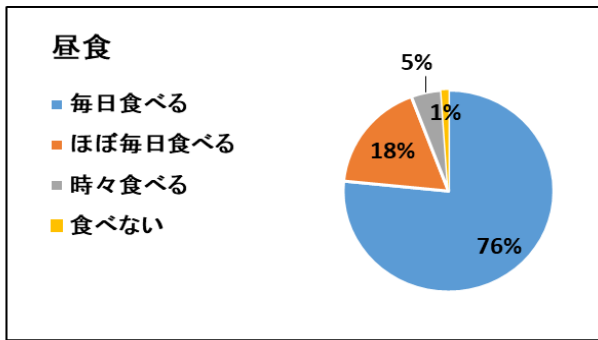
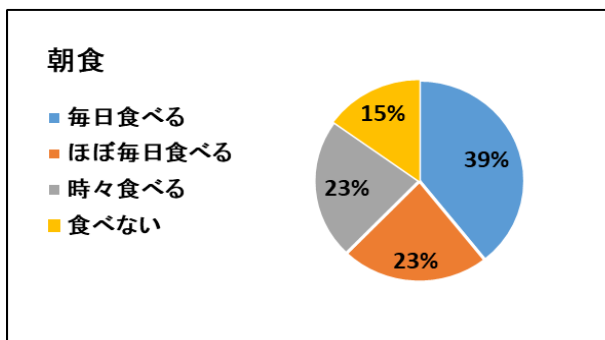


図 1-4 食事の摂取状況

	回答数	回答率 (%)
よく利用する	203	24.3%
時々利用する	237	28.3%
あまり利用しない	175	20.9%
利用しない	222	26.5%
計	837	100%

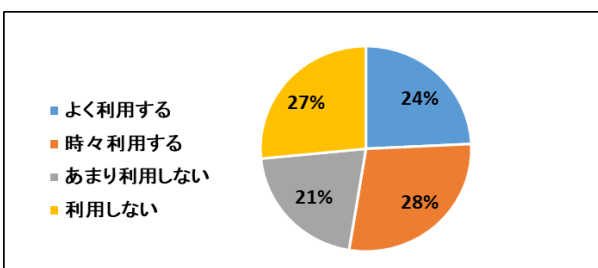


図 1-5 学生食堂の利用頻度

	回答数	回答率 (%)
毎日吸う	37	4.4%
時々吸う	18	2.2%
吸わない	782	93.4%
計	837	100%

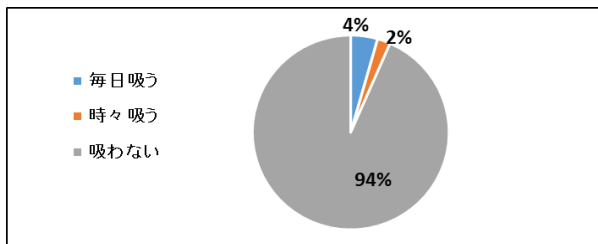


図 1-6 学生の喫煙状況

	回答数	回答率 (%)
毎日飲む	22	2.6%
時々飲む	359	42.9%
飲まない	456	54.5%
計	837	100%

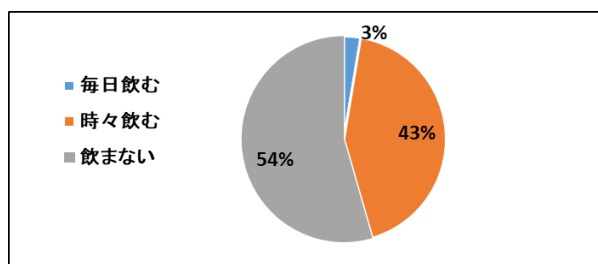


図 1-7 学生の飲酒状況

昼食については「食べない」は1.1%と欠食率が前回調査(0.6%)よりも微増していた(図1-4)。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52.6%であった(図1-5)。

食生活について、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⁴⁾との指摘もあるため、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6.6%であり(図1-6)、厚生労働省の調査⁵⁾における20歳代の16.4%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1-7)。年々喫煙・飲酒の割合は減少傾向にあり、今後も健康推進のためにも禁酒・禁煙を推し進めることが求められる。

<睡眠・娯楽・SNS等>

睡眠について、睡眠時間は「5時間未満」が16.2%、「5時間以上6時間未満」が42.5%、と6時間未満の割合が前回の調査時69.7%に比べ58.7%と減少していた(図1-8)。一方では就寝時間は24時以降の夜型生活の者が約80.8%(前回77%)と、昨年度よりも更に増加しており(図1-9)、起床時間も「8時以降」と答えた学生数が増えていた(図1-10)。

厚生労働省⁵⁾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31.7%であり「6時間未満」の割合は37.1%であり、本学の学生は睡眠時間「6時間未満」の者の割合が以前高い傾向にある。

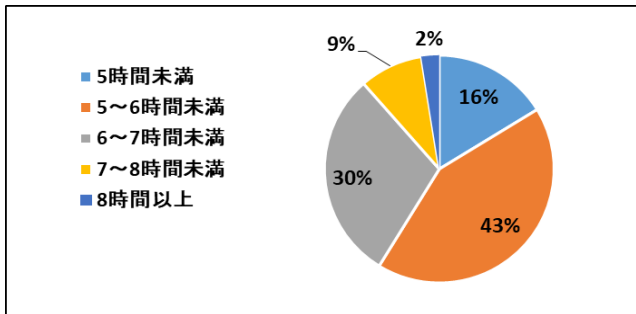
テレビ・パソコン・ゲーム(娯楽関係)の1日の平均利用時間については(図1-11)、90分以上の者の割合が38.9%、携帯電話(スマートフォン)の1日の平均利用時間が90分以上の者の割合は68.9%であった(図1-12)。総務省⁶⁾によると、インターネット利用率は10代で98.1%、20代で98.6%と高く、大学生を対象とした調査⁷⁾では、1日のインターネット利用時間は平均99.6±120.7分であるとの報告もある。本調査では本学の学生のインターネット利用時間は、これらの報告と比較すると少ない状況が伺えた。

総務省⁶⁾によると、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(88.6%)」「知りたいことについて情報を探すため(64.5%)」「ひまつぶしのため(33.4%)」が上位を占めている。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⁷⁾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⁷⁻⁹⁾。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⁸⁾。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。

利用SNSの種類に関しては、LINEが97.1%と最も高く、次いでInstagram(89.2%)、Twitter(69.2%)であった(図1-13)。そのため、時事(ニュース)の情報収集源は、インターネット(81.4%)が最も高く、テレビは63.6%であった(図1-14)。しかし、学習による「調べもので主に利用するもの」では、インターネットが87.5%と、他の「図書館」や「他の人に聞く」の割合に比し突出して多い状況であった(図1-15)。昨今ではインターネットを通じた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様な時代である。学生には更なるネットリテラシーに関する知識・活用する応力を身に付けさせる事が今後の課題だと考えられる。

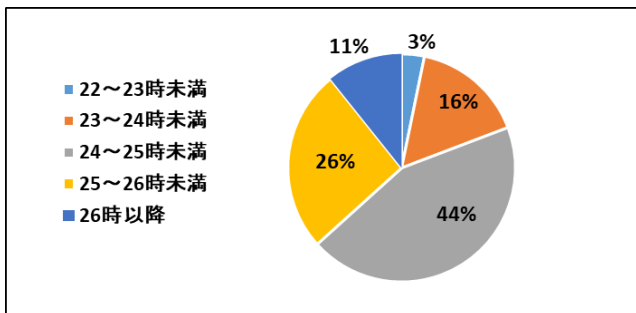
	回答数	回答率(%)
5時間未満	136	16.2%
5～6時間未満	356	42.5%
6～7時間未満	249	29.7%
7～8時間未満	75	9.0%
8時間以上	21	2.5%
計	837	100%

図 1-8 学生の睡眠時間



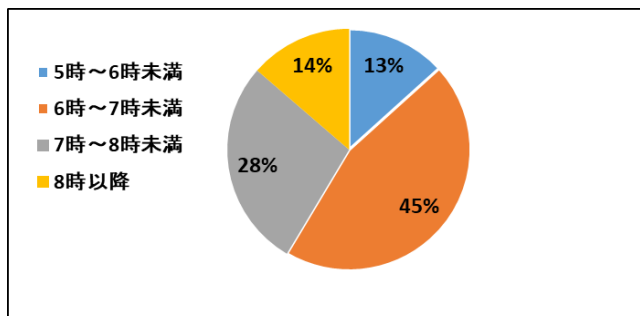
	回答数	回答率(%)
22～23時未満	27	3.2%
23～24時未満	134	16.0%
24～25時未満	369	44.1%
25～26時未満	217	25.9%
26時以降	90	10.8%
計	837	100%

図 1-9 学生の就寝時間



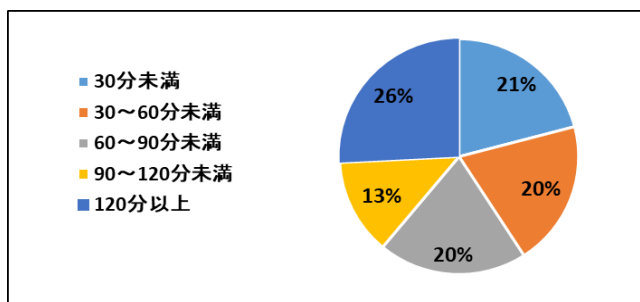
	回答数	回答率(%)
5時～6時未満	111	13.3%
6時～7時未満	379	45.3%
7時～8時未満	233	27.8%
8時以降	114	13.6%
計	837	100%

図 1-10 学生の起床時間



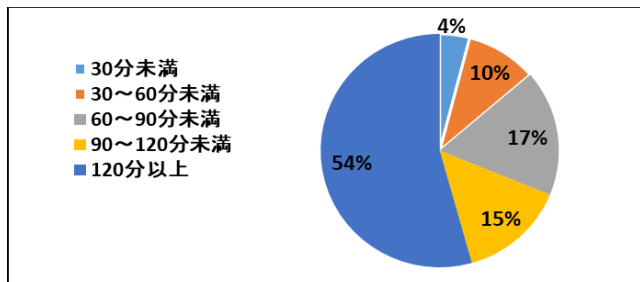
	回答数	回答率(%)
30分未満	175	20.9%
30～60分未満	167	20.0%
60～90分未満	169	20.2%
90～120分未満	110	13.1%
120分以上	216	25.8%
計	837	100%

図 1-11 テレビ・パソコン・ゲーム（娯楽関係）の時間（1日平均）



	回答数	回答率(%)
30分未満	34	4.1%
30～60分未満	81	9.7%
60～90分未満	146	17.4%
90～120分未満	121	14.5%
120分以上	455	54.4%
計	837	100%

図 1-12 携帯電話（スマートフォン）の使用時間（1日平均）※ゲームは除く



	回答数	回答率(%)
Facebook	32	3.8%
Twitter	579	69.2%
LINE	813	97.1%
Instagram	747	89.2%
その他	97	11.6%
計(回答者数)	837	100%

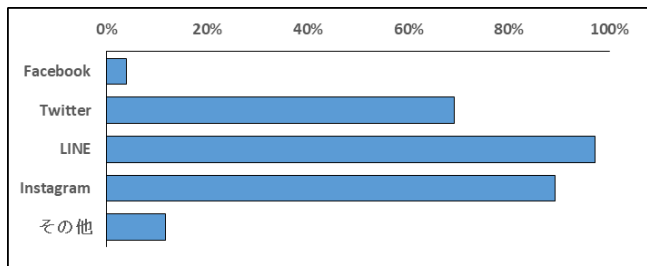


図 1-13 利用 SNS (複数回答可)

	回答数	回答率(%)
テレビ	532	63.6%
インターネット	681	81.4%
新聞	43	5.1%
その他	54	6.5%
していない	50	6.0%
計(回答者数)	837	100%

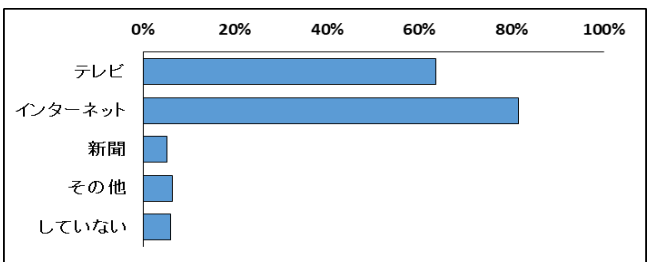


図 1-14 時事(ニュース)情報収集源(複数回答可)

	回答数	回答率(%)
インターネット	732	87.5%
図書館	49	5.9%
友人・先輩に聞く	28	3.3%
教員に聞く	9	1.1%
その他	19	2.3%
計	837	100%

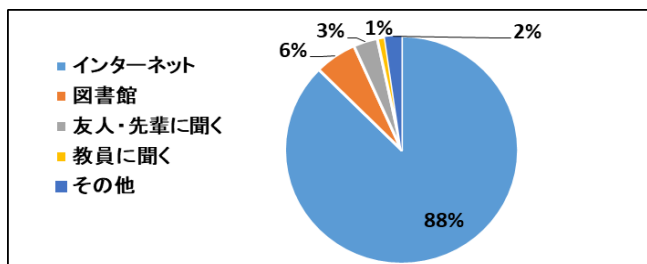


図 1-15 調べもので主に利用するもの

<奨学金等>

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 54.2%であり(図 1-16)、日本学生支援機構¹⁾による調査の 47.5%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、日本学生支援機構が 94.7%、月額貸与総額は 6 万円以上の者が 46.1%であった(図 1-17,18)。本学では授業料減免制度や自宅外通学生の一部に対する経済支援、学業優秀者に対する奨学金制度等を設けているが、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。

	回答数	回答率(%)
受けている	454	54.2%
受けていない	383	45.8%
計	837	100%

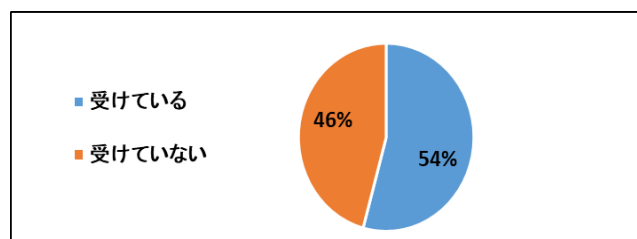


図 1-16 奨学金の受給者割合

	回答数	回答率(%)
病院・老健など	17	3.7%
日本学生支援機構	430	94.7%
地方自治体	9	2.0%
その他	19	4.2%
計(回答者数)	454	100%

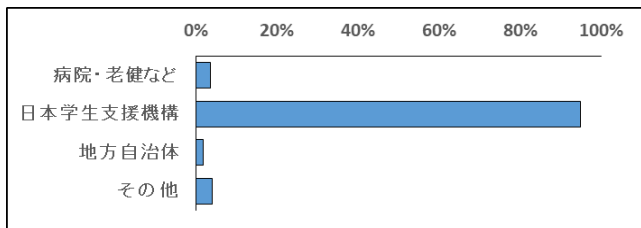


図 1-17 奨学金の種類 (奨学金を受けている場合のみ) (複数回答可)

	回答数	回答率(%)
3万円未満	31	6.9%
3~6万円未満	122	27.3%
6~10万円未満	88	19.7%
10~15万円未満	93	20.8%
15万円以上	25	5.6%
わからない	88	19.7%
計	447	100%

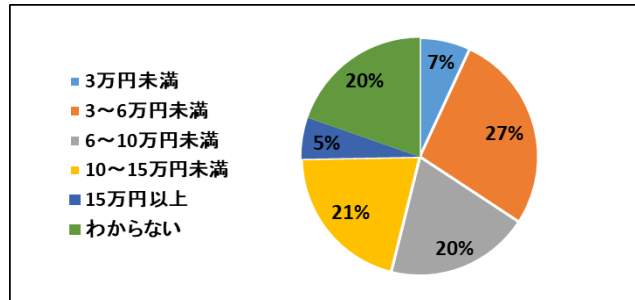


図 1-18 奨学金の月額貸与総額 (奨学金を受けているの場合のみ)

2. 勉学について

本調査実施時前後には、COVID-19の猛威により学生の学習環境に大きな変化が生じた。本学では早期より遠隔授業の環境整備を行い対応したものの、自宅での学習に不慣れな学生が多く存在し、学習の質の担保に苦慮した。

週平均の登校日数では「5日」の者の割合は、65.2% (前回調査 81.0%) に低下しているが、これは COVID-19により、Web 授業等による自宅学習 (遠隔授業) の実施に伴うものと考えられる (図 2-1)。また、平均出席率が「100%」の者の割合は、73.0% (前回調査 78.3%) に減少していた (図 2-2)。これらの結果は自宅学習という不慣れな環境によるものと思われ、生活習慣の乱れやながら勉強など学習方法の変化が大きくかかわっているものと思われる。

	回答数	回答率(%)
5日	546	65.2%
4日	208	24.9%
3日	50	6.0%
2日以下	33	3.9%
計	837	100%

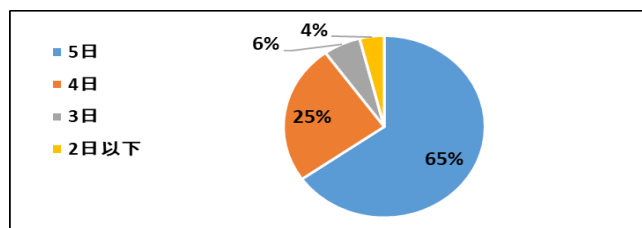


図 2-1 登校日数 (週平均)

	回答数	回答率(%)
100%	611	73.0%
80%	202	24.1%
60%	18	2.2%
60%以下	6	0.7%
計	837	100%

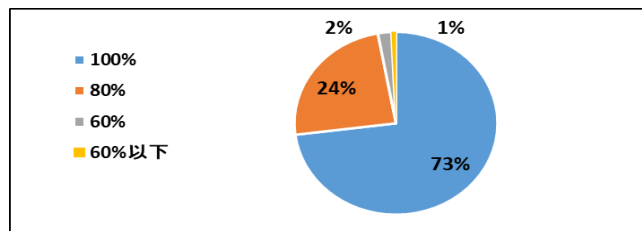


図 2-2 授業出席率 (週平均)

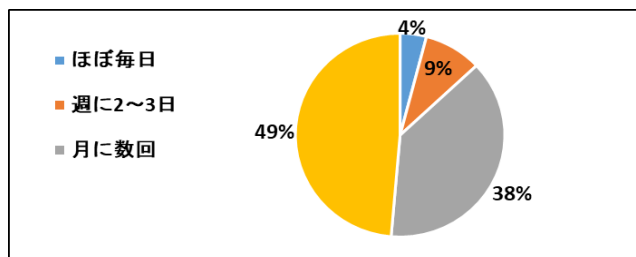
また、図書館の利用頻度は、「ほぼ毎日」が 4.1% (前回 9.7%)、「週に 2~3 日」が 9.0% (前回 22.3%)、「月に

数回」が 38.4% (前回 44.1%)、「利用していない」が 48.6% (前回 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 5.9% (前回 11.9%) と減少していた (図 1-15)。また、1 日平均の読書時間も 60 分未満が 95.8%、月平均の読書冊数 0 冊が 70.6%と、若者の活字離れが指摘されて久しいが、COVID-19 に伴う様々な学習環境の変化が後押しする様な結果となった (図 2-4,5)。

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 64.9% (前回 61.7%)、60 分以上の者の割合が 35.1% (前回 38.2%) へと変化していた (図 2-6)。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 71.5%、「6 時間以上 (本調査における 60 分以上と近似)」が 27.9%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い。

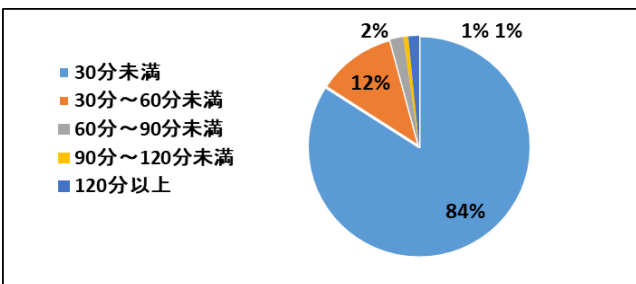
	回答数	回答率 (%)
ほぼ毎日	34	4.1%
週に2~3日	75	9.0%
月に数回	321	38.4%
利用していない	407	48.6%
計	837	100%

図 2-3 大学図書館の利用



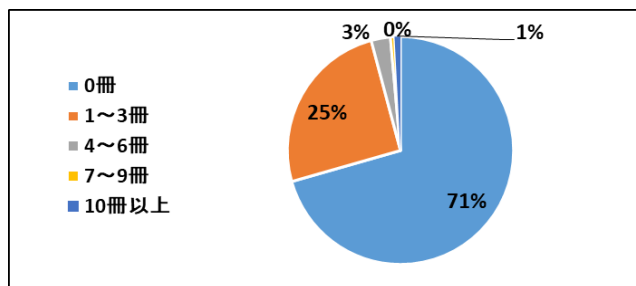
	回答数	回答率 (%)
30分未満	704	84.1%
30分~60分未満	98	11.7%
60分~90分未満	16	1.9%
90分~120分未満	6	0.7%
120分以上	13	1.6%
計	837	100%

図 2-4 読書時間 (1 日平均) ※マンガ、雑誌等の娯楽関係を除く



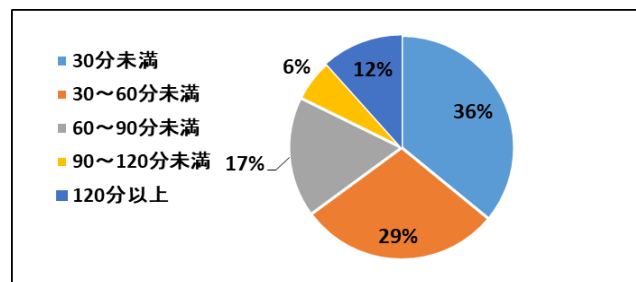
	回答数	回答率 (%)
0冊	591	70.6%
1~3冊	211	25.2%
4~6冊	23	2.7%
7~9冊	5	0.6%
10冊以上	7	0.8%
計	837	100%

図 2-5 読書冊数 (月平均) ※マンガ、雑誌等の娯楽関係を除く



	回答数	回答率 (%)
30分未満	301	36.0%
30~60分未満	242	28.9%
60~90分未満	146	17.4%
90~120分未満	51	6.1%
120分以上	97	11.6%
計	837	100%

図 2-6 1 日の自習時間 (※授業に関する予習、復習、課題)



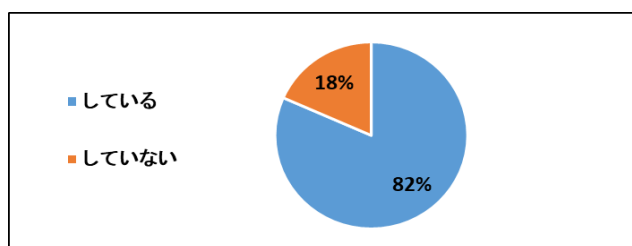
3. アルバイトについて

アルバイトに従事している者は、81.6%（前回 79.2%）、週平均のアルバイト時間は、10 時間未満の者が 51.8%（前回 59.5%）、10 時間以上 20 時間未満の者が 37.5%（前回 29.9%）、20 時間以上の者が 10.7%（前回も 10.7%）であった（図 3-1,2）。日本学生支援機構¹⁾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 30 年で 86.1%、従事時間が 10 時間以下の者の割合は 27.6%、11 時間以上 20 時間以内の者が 37.4%、20 時間以上の者が 12.8%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うかがえた。アルバイトの目的（複数回答可）は、「小遣い」が 89.4%と多かったが、「生活費のため」や「学費のため」が 58.1%（前回 23.9%）であり、経済的問題を有する可能性がある学生の存在が増加していた（図 3-3）。

日本学生支援機構の調査¹⁾をもとにした報告によると、「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」が学生一定水準存在しており、学生のアルバイトをせざるを得ない状況があるとされている。

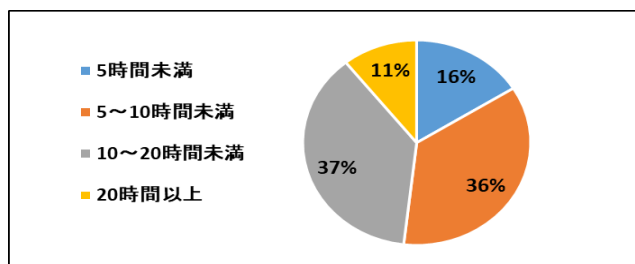
	回答数	回答率(%)
している	683	81.6%
していない	154	18.4%
計	837	100%

図 3-1 アルバイトの実施状況



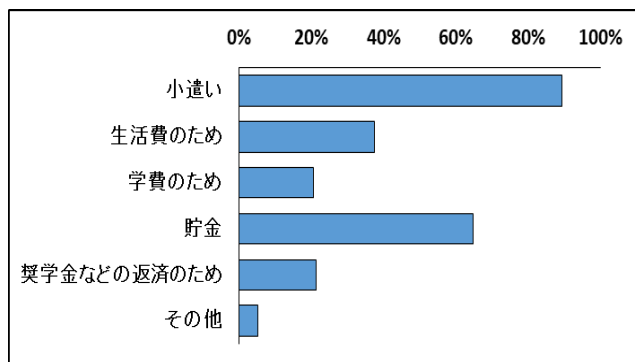
	回答数	回答率(%)
5時間未満	110	16.1%
5～10時間未満	244	35.7%
10～20時間未満	256	37.5%
20時間以上	73	10.7%
計	683	100%

図 3-2 アルバイトの時間（週平均）（アルバイトをしている場合のみ）



	回答数	回答率(%)
小遣い	615	89.4%
生活費のため	258	37.5%
学費のため	142	20.6%
貯金	446	64.8%
奨学金などの返済のため	146	21.2%
その他	35	5.1%
計(回答者数)	688	100%

図 3-3 アルバイトの目的（アルバイトをしている場合のみ）（複数回答可）

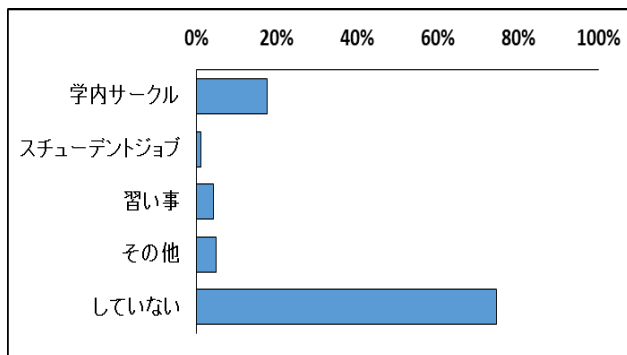


4. 課外活動やボランティアについて

課外活動をしている者の割合は「28.1%」で、その内容、「学内サークル」が17.6%、「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1.2%、「習い事」が4.3%、「その他」が5.0%であった（図4-1）。ボランティア活動をしている者は11.6%で、その頻度としては、「定期的に行っている」が2.3%、「時々している」が9.3%であった（図4-2）。本学学生のボランティアの内容は「医療・福祉関係」が31.6%（前回31.5%）、「教育関係」が14.0%（前回17.4%）、「地域関係」が40.4%（前回32.4%）、「その他」が34.2%（前回18.7%）であった（図4-3）。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¹⁰⁾。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積極的に提供したい。

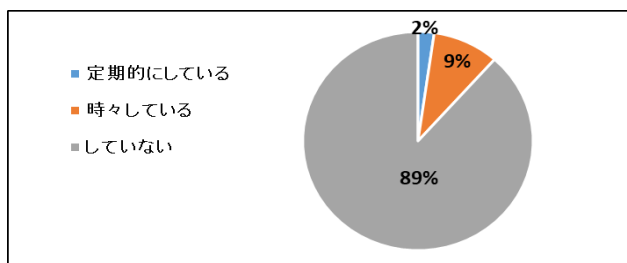
	回答数	回答率(%)
学内サークル	147	17.6%
スチューデントジョブ	10	1.2%
習い事	36	4.3%
その他	42	5.0%
していない	624	74.6%
計(回答者数)	837	100%

図4-1 課外活動の内容（複数回答可）



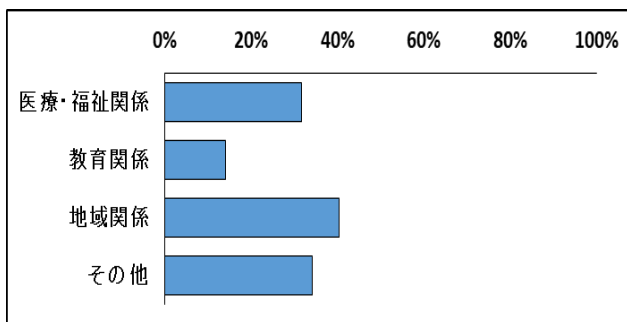
	回答数	回答率(%)
定期的に行っている	19	2.3%
時々している	78	9.3%
していない	740	88.4%
計	837	100%

図4-2 ボランティア活動の頻度



	回答数	回答率(%)
医療・福祉関係	36	31.6%
教育関係	16	14.0%
地域関係	46	40.4%
その他	39	34.2%
計(回答者数)	114	100%

図4-3 ボランティアの内容（ボランティアをしている場合のみ）（複数回答可）



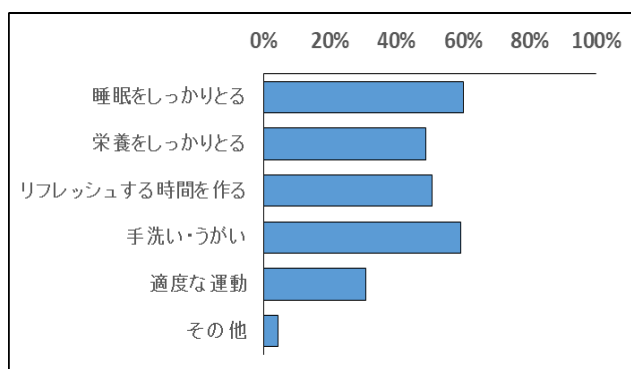
5. 体調について

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」60.0%（前回23.5%）、「栄養をしっかり取る」48.6%（前回18.8%）、「リフレッシュする時間を作る」50.7%（前回23.5%）、「手洗い・うがいを励行する」59.3%（前回18.7%）、「適度な運動をする」30.8%（前回11.7%）と、感染対策への自己管理意識の高さが伺えた（図5-1）。

体調については、目の疲れ29.0%（前回21.1%）や頭痛・腹痛21.0%（前回16.4%）などを自覚している学生が増加傾向にあり（図5-2）、また、現在の不安として、勉強や成対する不安を覚えている学生が68.6%、実習に対する不安45.3%、進級・就職が44.3%と高い数値を示していた（図5-3）。相談相手としては、「友人」が70.6%（前回42.7%）、「親」が54.0%（前回30.6%）と回答しており（図5-4）、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。相談相手として「教員」は11.1%（前回4.9%）よりも増加していたもの、「誰にも相談しない」が17.7%（前回15.8%）あった。今後保健管理室・学生相談室の活用・運用方法を再検討する必要があると考えられる。

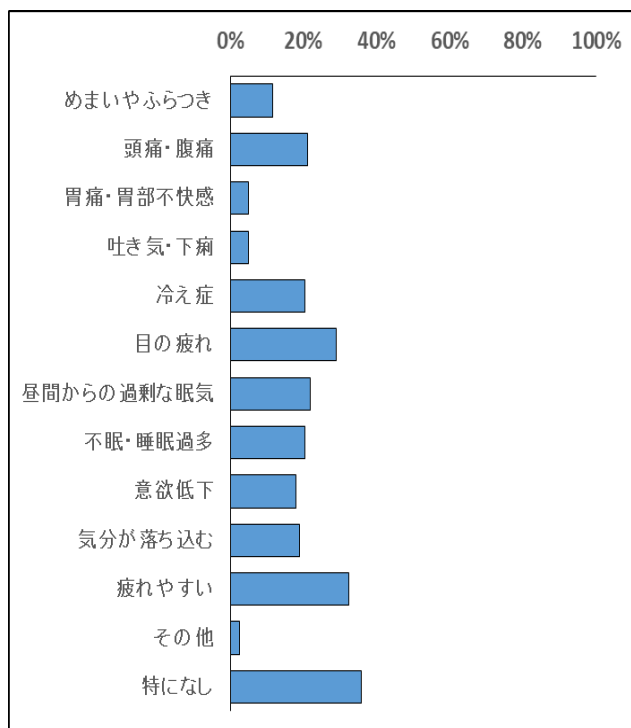
	回答数	回答率(%)
睡眠をしっかり取る	502	60.0%
栄養をしっかり取る	407	48.6%
リフレッシュする時間を作る	424	50.7%
手洗い・うがい	496	59.3%
適度な運動	258	30.8%
その他	37	4.4%
計(回答者数)	837	100%

図5-1 体調管理のためにしていること
(複数回答可)



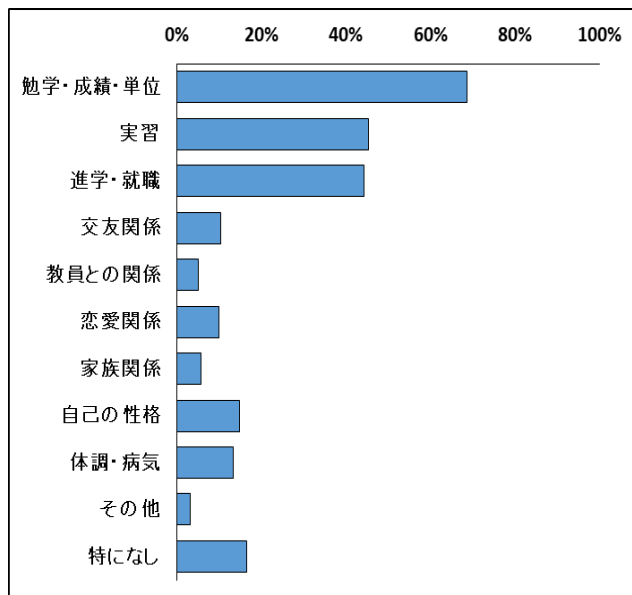
	回答数	回答率(%)
めまいやふらつき	96	11.5%
頭痛・腹痛	176	21.0%
胃痛・胃部不快感	41	4.9%
吐き気・下痢	42	5.0%
冷え症	171	20.4%
目の疲れ	243	29.0%
昼間からの過剰な眠気	183	21.9%
不眠・睡眠過多	171	20.4%
意欲低下	149	17.8%
気分が落ち込む	158	18.9%
疲れやすい	270	32.3%
その他	21	2.5%
特になし	300	35.8%
計(回答者数)	837	100%

図5-2 現在の自覚症状 (複数回答可)



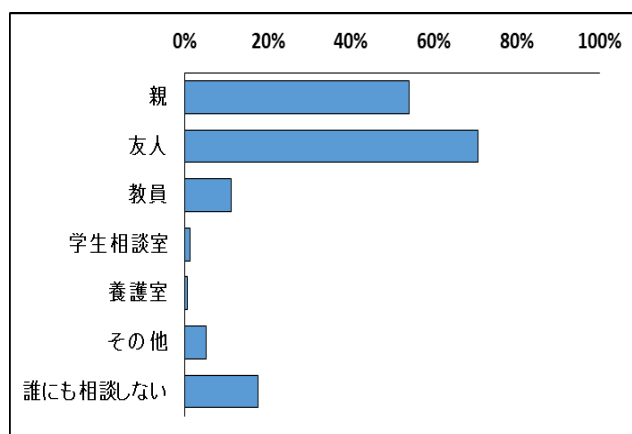
	回答数	回答率(%)
勉学・成績・単位	574	68.6%
実習	379	45.3%
進学・就職	371	44.3%
交友関係	87	10.4%
教員との関係	42	5.0%
恋愛関係	83	9.9%
家族関係	47	5.6%
自己の性格	123	14.7%
体調・病気	112	13.4%
その他	26	3.1%
特になし	138	16.5%
計(回答者数)	837	100%

図 5-3 現在の不安（複数回答可）



	回答数	回答率(%)
親	452	54.0%
友人	591	70.6%
教員	93	11.1%
学生相談室	11	1.3%
養護室	5	0.6%
その他	43	5.1%
誰にも相談しない	148	17.7%
計(回答者数)	837	100%

図 5-4 相談相手（複数回答可）



総括

以上のように、本調査により令和 4（2022 年）年度の学生生活の実態を把握することができた。

COVID-19 は、2019 年 12 月初旬に、中国で第 1 例目の感染者が報告されてから、わずか数カ月ほどの間にパンデミックと言われる世界的な流行となった。わが国においても、2020 年 1 月 15 日に最初の感染者が確認され以降、緊急事態宣言が出されるなど、人々の日常生活に大きな変化を齎し続けている。また、この事態による学生の学習環境・生活環境・経済環境などは大きく変化し¹¹⁾、様々な問題点・課題を生む結果となっている。

本調査は 5 回目の学生生活の実態調査であったが、今後は現状（COVID-19 下）も踏まえ、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、学生懇談会の開催なども含め、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

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 (2020). 平成 30 年度 学生生活調査結果.
https://www.jasso.go.jp/statistics/gakusei_chosa/_icsFiles/afieldfile/2021/03/09/data18_all.pdf (2024.9.12 参照)
- 2) 厚生労働省.令和元年国民健康・栄養調査報告 第 1 部 栄養素等摂取状況調査の結果 p67～p114
<https://www.mhlw.go.jp/content/000711006.pdf> (2024.9.12 参照)
- 3) 厚生労働省.令和 4 年国民健康・栄養調査結果の概要. (2024.9.12 参照)
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/001296359.pdf> (2024.9.12 参照)
- 4) 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.
- 5) 厚生労働省.令和元年国民健康・栄養調査報告第 3 部 生活習慣調査の結果 p169～p232
<https://www.mhlw.go.jp/content/000711008.pdf> (2024.9.12 参照)
- 6) 総務省 令和 4 年通信利用動向調査の結果.https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/data/230529_1.pdf
(2024.9.12 参照)
- 7) 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.
- 8) 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.
- 9) 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ー心理・社会的問題生徒の関連. 学校保健研究 52.125-134.
- 10) 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.
- 11) 文部科学省 令和 2 年新型コロナウイルス感染症の影響による学生等の学生生活に関する調査 (結果)
https://www.mext.go.jp/content/20210525-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf (2024.9.12 参照)