

21世紀に向けての生活スタイル (II)

—生活騒音と家族関係によるストレス—

島山 敏慧*・斉藤千鶴子*

Life Style toward the 21st Century (II)

—Stress due to Noises in Living and Family Relation—

Toshie HATAKEYAMA and Chizuko SAITOU

Key words: 身体的健康 physical health, 精神的健康 mental health, 生活騒音 noises in living, 家族関係 family relation, ストレッサー stressor

I. はじめに

生き生きと主体性をもって生活するためには、心身ともに健康でなければならない。21世紀に向けての生活スタイルの一端を把握するため意識調査を行い、学生とその家族の現状及び将来像を比較検討した。

第一報で健康と食生活に関して身体面より検討した¹⁾ので、本報では生活騒音と家族関係によるストレスに関して精神面より検討を試みた。

窓ごとに響いてくる工事音やアパートの鉄扉を開閉する金属的な音など想像しただけで不快に感じる生活音は確かにある。しかし食器を洗う音、トイレで水を流す音、歩く音、話し声、笑い声など音そのものは騒音としての基準値を越えないあたりまえの生活の音に苦情が多い。基準値を越えた音を公害とすれば、それらの生活騒音はいわば私害的なもので生活環境や感情問題に左右されている。そこで第一点は生活騒音に着

目した。つぎに第二点は現在の家庭生活、家族関係の実態に着目した。この二つの観点(環境調整の面から①身近な生活騒音調査、家族関係面から②家庭生活に対する主体性調査)より、今後の生活スタイルについて検討した。

II. 方法

1. 調査対象

広島文化女子短期大学生活文化学科173名
安田女子短期大学家政科110名
合計283名(回収率95%)

2. 調査期間

1991年7月～9月

3. 調査方法

感覚的にみて身近なストレスの原因となるものは五感にて反応するものが多い。調査対象の学生達に五感(視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚)の中でストレスを

表1 身近な生活で感じる騒音(いやな音)

{予備調査より}

①工事の音 ②母の声(叱る, 起こす声) ③父の声(叱る, いびき) ④車の通る音(バス, JR, 等) ⑤バイクの音 ⑥エンジン, クラクションの音 ⑦犬の声 ⑧猫の声 ⑨掃除機, 洗濯機の音 ⑩電話の音, 話し声 ⑪子供の泣き声 ⑫ドライヤー音 ⑬目覚まし時計の音 ⑭テレビ, ラジオ, ステレオの音

* 生活科学科

調査用紙(1)

生活騒音による女子短大生のストレス調査

はじめに

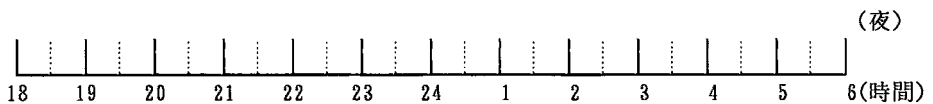
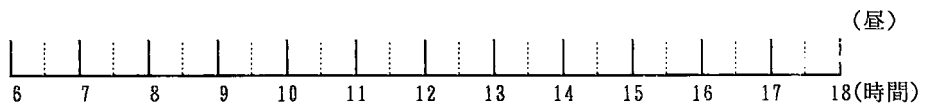
身体的、精神的健康を維持するためには、1)身近な環境を良好に整え地球規模にその輪を広げてゆきその関係を更に良好に保って生活していくことである。そこで、身近な生活でストレスとを感じるもの(ストレッサー)を予備調査すると聴覚的生活騒音が多かった。

1. 精神的健康に影響をあたえる生活騒音について家庭生活を中心に考えてみたいと思います。下記に列記した音や声などの中で最もあなたにとって厭(いや)と感じるものを5つ挙げて番号で記入して下さい。

1)工事の音 2)母の声(叱る,起こす,いびき) 3)父の声(叱る,いびき) 4)車の通る音(バス, J. R,トラック,乗用車) 5)バイクの通る音 6) エンジン,クラクションの音 7)犬のなき声 8)猫のなき声 9)掃除機,洗濯機の音 10)電話音,電話する声 11)子供のなき声 12)ドライヤーの音 13)目覚まし時計の音 14)テレビ,ラジオ,ステレオの音

① () ② () ③ () ④ () ⑤ ()

2. あなたの選んだ①～⑤の生活騒音は、下記の一日のどの時間帯で感じるかその番号を時間帯の上に記入して下さい。



3. 中1)～14)の生活騒音以外に特に気になるものがあれば具体的に書いて下さい。

4. あなたの住んでいる所は次のどこですか番号を記入して下さい。

① 市街 ② 郊外 ③ 山や田畑のあるところ

()

調査用紙(2)

家庭生活における女子短大生の主体性調査

はじめに

身体は病気でも精神は健康であり得ることはできる。しかし時代とともに環境もはちろん道徳も常識も変化して行く途中で精神健康を保持していくことは並み大抵のことではない。精神健康保持の条件 1) 環境との関係調整が必要である。2) 乳幼児から中高年に至って忍耐強い自己訓練が重要である。1) については前回アンケートを行った。本調査では 2) について家庭生活における主体性について考えてみたいと思います。

家庭生活を家族を中心に考えてみたいと思います。下記の質問について適当と思うものを選んで()内に番号を入れ、内容については具体的に述べて下さい。

1. あなたの両親の仕事は下記のどの型でしょうか？ その他は内容を書いて下さい。

- 1) 共稼ぎ 2) 母パート 3) 母専業主婦 4) その他

番号() その他は内容()

2. あなたの家族を考えてみて自分なら将来どのように変えてみたいと思いますか？簡単に述べて下さい。

3. あなたが将来、家庭を持ったら仕事は下記のどの型を選びたいですか？

- 1) 共稼ぎ 2) 母パート 3) 母専業主婦 4) その他

番号() その他は内容()

4. 21世紀に向けて高齢者人口が増して逆三角形の年齢構成になりますが若いエネルギーが減少することになり、地球環境を守るにも好ましい状態とは思えません。あなたの意見を聞かせて下さい。

- 1) 結婚する 2) 結婚しない 番号()

1)を選んだ人

①子供は0人	②子供は1人	③子供は2人	④子供は3人
⑤子供は4人	⑥子供は5人以上		

番号() 選んだ理由()

2)を選んだ人

選んだ理由()

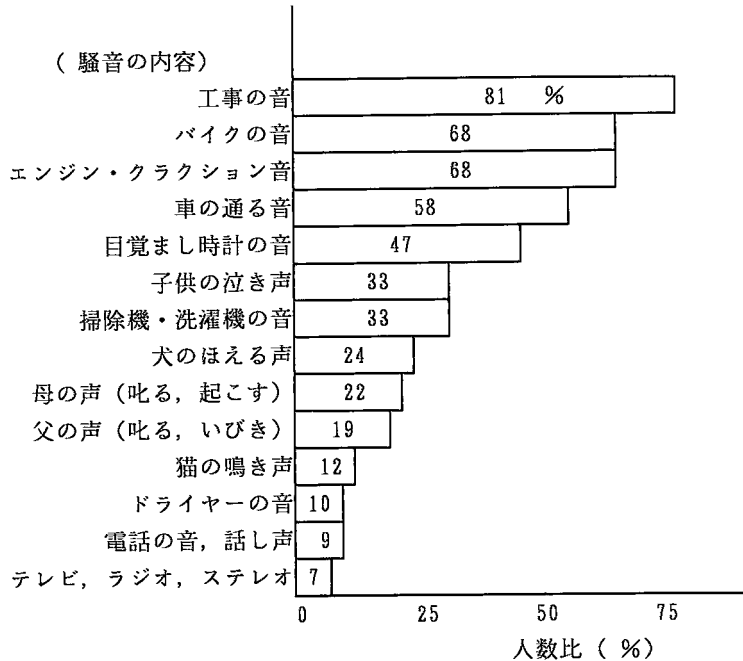


図1 1日(24時間)学生達が感じる身近な騒音

③目覚し時計の音については、それぞれ自分の生活時間を自己管理しているためお互いに迷惑をかけあいストレスとなっている。

④掃除機・洗濯機の音については、仕事を持った母親が早朝や夕食後に家事をするため迷惑に感じている。共に家事に参加していないため、感謝の念はないということがわかる。

⑤父母の声については、母親は早朝より起床命令を発声して送り出すのにいらだっていること、学生は逆に目覚し時計で起床できないことがわかる(図2, 朝, 6~7時)。図3の昼夜の時間帯によると母親は日中(6時~17時)父親より口やかましく、父親は夜になると母親と逆転している。特に夜半(21時~23時)は叱る, 小言, いびきなどが原因で非常にうとましく思われることがわかる。また子供の数が少ないためか父母ともに子供に対して密着感がある。そしてそれぞれ個人的に時間が不規則である(特に夜半過ぎから明け方)

⑥その他については表2より、地域的に郊外特に山や田畑に囲まれた自然色豊かな田舎では、セミ, カエル, ニワトリ, などの鳴き声や自然の雨の音, 池の水や川の水の流れる音に対してまでも騒音とを感じる人もいる。

以上のことから、いずれのストレスに対して個人的精神状態の安定感が左右しているようだ。

2. 家庭生活における女子短大生の主体生

この調査をもとに学生の考える将来の望ましい家庭像について考察する。はじめに調査した学生の両親の仕事の型(図4), 学生の希望する将来の仕事の型(図5), 結婚観(図6), 希望する子供の人数(図7)を図示すると150ページの通りである。

図5~図7によると学生の家庭観, 家族観は図5より夫婦共稼ぎ41%とパートタイム32%, 図6より結婚したい95%, 図7より希望する子供の人数は2人64%, 3人25%であった。次に図4より学生の両親の仕事の型は, 専業主婦53%, 共稼ぎ26%, パートタイム16%であり, 両親の方は性別役割型が半数以上を占めているが, 逆に学生の希望している仕事の型は男女共生型が半以上である。1990年の総理府の「女性に関する世論調査」によると, 性別役割分担の否定層43.2%, どちらともいえない29.1%と報告され合計72.3%が性別役割型に類することを否定している。以上より学生達の結婚後の仕事の男女共生型は全国レベルを上まわっている。

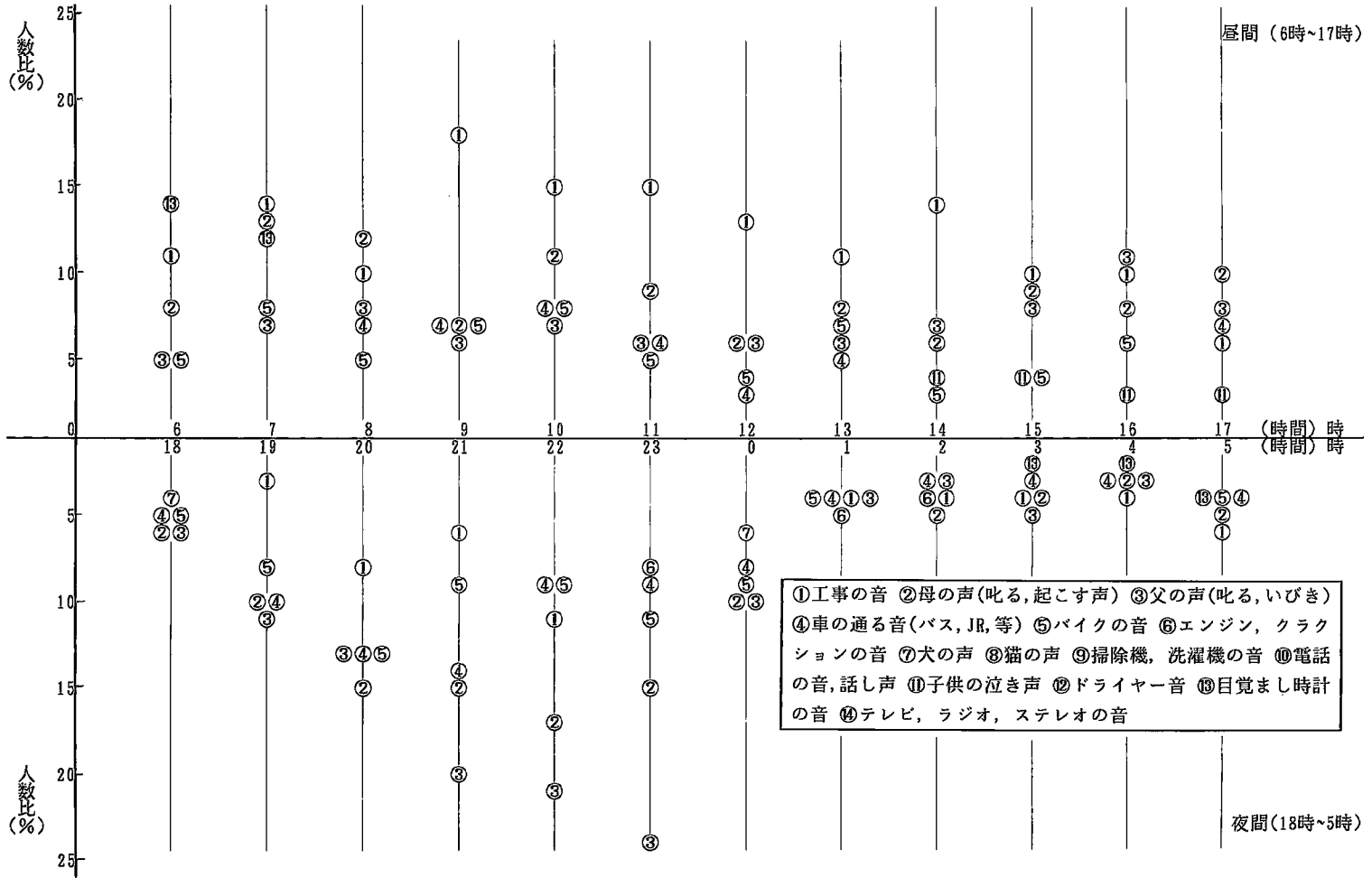


図2 女子短大生の1日(24時間)の生活騒音の感じ方

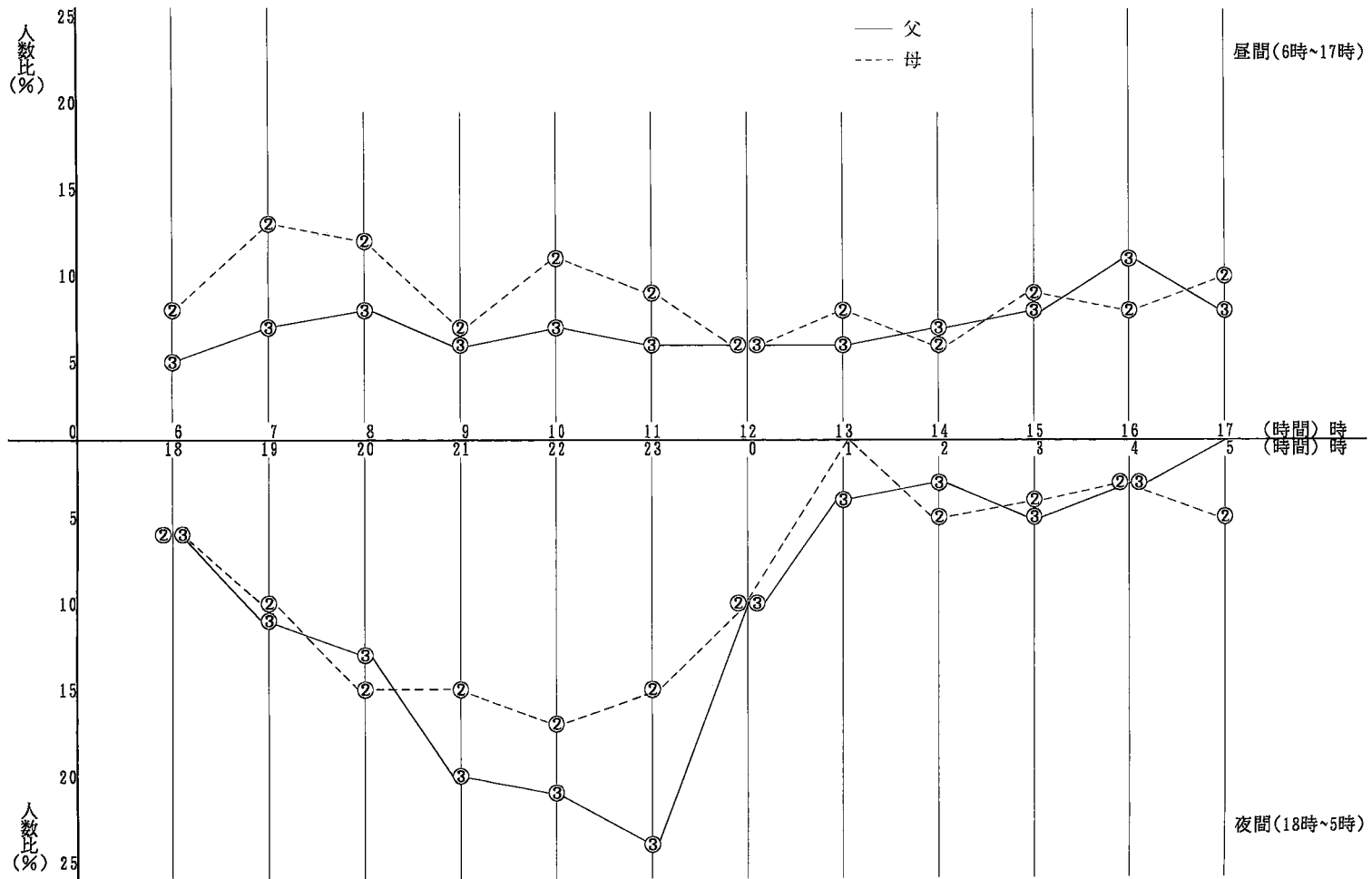


図3 ストレッサーとして女子短大生に与える父母の影響

表2 学生の感じる身近な生活騒音中で特異なもの

騒音源	生活騒音の内容	環境
母	①ヒステリー声 ②小言 ③叱る声 ④食事中小言 ⑤こたつで寝ているいびき ⑥父母の小声 ⑦母の縄跳びの音	全域
父	⑧怒鳴る声 ⑨小言 ⑩いびき, おなら, 寝言, くしゃみ, 歯ぎしり ⑪カラオケ練習 ⑫朝のラジオ体操の音楽	全域
祖父母 兄弟 姉妹	⑬兄の声, ステレオ ⑭弟の友達の騒ぎ声, 咳き, ステレオ ⑮姉のためいき, 騒ぎ声 ⑯祖父母のテレビ音のボリューム, カラオケ	全域
行動によるもの	⑰ドアの開閉 ⑱トイレの水音 ⑲入浴時の水音とボイラー音 ⑳食器を洗う音 ㉑洗濯機の回転音と水音 ㉒二階の物音, 歩く音 ㉓楽器演奏(ギター, エレキギター, 琴, 尺八, 笛, ピアノ)	市街 郊外
自然	㉔なき声(セミ, カエル, ニワトリ) ㉕夜、池に水を注ぐ音 ㉖雨の音	田舎

専業主婦 53%	共稼ぎ 26%	パート 16%	その他 5%
-------------	------------	------------	-----------

図4 両親の仕事の型

共稼ぎ 41%	パート 32%	専業主婦 25%	その他 2%
------------	------------	-------------	-----------

図5 学生の希望する将来の仕事の型

結婚する 95%	しない 5%
-------------	-----------

図6 結婚観

2人 64%	3人 25%	1人 9%	0人 1%	5人以上 1%
-----------	-----------	----------	----------	------------

図7 希望する子供の人数

3. 現在の家族関係と将来の家族関係像の比較

次に調査用紙(2)の質問2. 現在の家族を考えて自分の将来の家族をどのように変えていきたいかを表3に

まとめた。この質問は選択肢によらず、自由記述させたものである。無記入者を除いた105例の中から特色あるものをとり出し①~⑰に整理した。

IV. ま と め

21世紀に向けての生活スタイルを把握するために、その一端として第一報で身体的健康維持への取り組み方を検討した。本報では精神的健康維持への取り組み方を次の二点について調査し、検討をした。

1) 環境調整の面より身近な生活騒音調査および2) 家族関係面より家庭生活に対する主体性調査を実施した結果、下記のことを考察した。

1. 身近な生活で環境的ストレスを感じるものには視覚・嗅覚的なものより聴覚的刺激によるものが多い。しかも騒音の基準値に達しない生活騒音である。
2. 身近な騒音を大別して、1) 地域社会の工事者、2) 交通騒音(車両音や警笛, エンジンの音), 3) 家庭生活における音, 4) 自然環境音の4分類とした。

なお、3)の家庭生活における音はさらに次のように、①生活のための音(電話, トイレ水音), ②家族の行動による音(ドアの開閉), ③父母の発声音(叱る), ④なき声(犬, 猫), ⑤祖父母, 兄弟姉妹に起因する音(カラオケ, 琴)に分けた。

3. 分類の結果を考察すると工事騒音や交通騒音は耳

表3 現在の家族関係と将来の家族関係の比較

現在の家族関係	将来の家族関係像
①性別役割型にこだわりすぎ	①男女共同参加型にしたい
②仕事中心型の父(父子の会話無く母子家庭的)がいる	②親子間のコミュニケーションを大切に考えたい
③核家族が途中から祖父母と同居するようになり話題に困っている	③食事を中心に話題を作って和やかな雰囲気にした
④血のつながりがあるだけに他人より家族関係難しい	④自我を出さず譲り合う気持ちを大切にしたい
⑤家族お互いが自由で個人の生活に干渉していない	⑤友人の家庭をみて家族仲よく同じ行動をするのも良いと思うようになり実行したい
⑥父, 祖父母, 兄夫婦, 母と自分の散在的家族となっている	⑥単身赴任の父の存在がとても大きく見えるので自分も存在感ある妻, 母になりたい
⑦自分にとっては安心できる場であり関係である	⑦自分もそのようにありたいので過干渉はしない
⑧父は働きものだが休日は家族と過ごす努力している	⑧両親のように家族を大切にしたい
⑨自分は甘えがあり両親に頼り過ぎなのでしっかりしたいが気づくのが遅すぎた	⑨自分は, 子供には独立心をもたせたい
⑩家族は1つの生物である, バランスが崩れると全体傾く	⑩心身の健康に注意してともに団結して生きたい
⑪兄大学生にて下宿生活なので自分に両親の目が光る	⑪自分は子供に距離をおいて育てたい
⑫父が亡くなり自分はバイトで遅く母寂しそう	⑫家族揃って過ごせるよう健康第一主義にする
⑬両親が共稼ぎにて鍵っ子で寂しかった	⑬しかし独立心が育ったし, 働く両親見ているので共稼ぎしたい
⑭6人家族なのに家が一番安らぎの場である	⑭自分も多人数でも安らげる場にしたい
⑮個室にこもりがちで家族と話さない	⑮母と台所に立つようになり話すようになったので自分も子供とコミュニケーションもちたい
⑯年をとると家族単位の行動めんどうである	⑯体の調子が悪いとき家族は頼りになるので大切にしたい
⑰暮らして行けるのは父のお陰と常に言う母, そんな口癖の母は厭である	⑰母に自信をもってもらいたいし, 自分は働いて独立心もちたい

ざわりで不快に感じる騒音の基準値を越すものが多い。しかし家庭生活における①～⑤や自然環境による音などあたりまえな生活音がすべて騒音になっている。特にストレスラーとしての父母の影響は大きい。日中は母親が父親より影響大きく, 夜9時～11時までは父親が母親より, かなりいやがられる刺激音を与えている。1日24時間通してストレスラーとして親は子供に「うとましさ」を持たれている。

4. 家族関係面では, 親の仕事の型は, 性別役割分担型であり, 学生達が将来希望している型は, 男女共生型である。この学生達の希望する型は1990年の全国レベルを上まわっている。

5. 家族関係の状態は, 1) 大家族で性別役割型,

2) 核家族型, 3) 家族散在型, 4) 個人生活型に分類した。6. 女子短大生は将来つぎのような生活を送りたいと思っている。1) 結婚して2人の子供を持ち, 出来るだけ社会進出して, 家庭生活は夫の協力を得て理解し合いコミュニケーションが自由に出来ること。2) 個人も尊重し, 一定の距離をもって安心して暮らせる家族でありたい。なお極少の割合にて3) シングル, ディンクス希望者もあった。後者は, 理由として教育費がかさむとしている。これらは今後の傾向でもある。

以上より, 今後心身ともに豊かに過ごすために, 家庭生活は, 家族関係がスムーズで, 第三者(知人, 友人)との人間関係もエンジョイ出来るような環境の整った生活空間にしていきたいと学生達は望んでいる。

V. 参 考 文 献

畠山敏慧・斉藤千鶴子：21世紀に向けての生活スタイル，呉女子短期大学紀要，第6号，1992，pp59～76

Summary

In this report, we have examined the efforts of students of the womens' junior college for maintaining mental health, by having conducted 1) a survey on noises due to living near themselves in view of environmental arrangements, and 2) a survey on their initiative in family life in relation to other family members.

1. Noises in living can be classified into (1) noises of works in the local community; (2) traffic noises; (3) noises in family life; (4) natural environmental sounds.

2. It is found that parents are felt too closely sticking to their children all day long as a stress-originator and disliked by them.

From the above mentioned results, it is found that for leading a comfortable life with both mental and physical health students hope their family life to be a living space with smooth family relations and being able to enjoy human relations with their acquaintances and friends.