

# 女子短大生の生活時間調査

広島文化女子短期大学生の生活時間について

藤 森 弘 子

A Survey on Daily Activity Hours of Junior College Women

—On Daily Activity Hours of Students of Hiroshima  
Bunka Women's Junior College—

Hiroko FUJIMORI

## I はじめに

1日の生活行動を時間の面からとらえる生活時間調査は、生活行動を総括的に把握するうえで意義がある。

生活時間については、各方面で種々の調査<sup>1-8)</sup>が行われているが、地域的、職業的、年齢的にかたよる場合が多く、調査対象数が少ない場合や1日のみの調査に終る場合も多い。さらに、生活行動は社会情勢や経済情勢の変化に伴って変わる場合が多く、特定集団にそれらの結果をあてはめることは難しい。

そこで、広島文化女子短期大学生の生活を総括的に把握し、自由時間の有効な利用など生活指導の一助にしたいと考えてこの調査を行った。

## II 調査方法

### 1 対象者

広島文化女子短期大学の昭和54年度入学生のうちの被服学科（以後被服科と略す）3クラス、食物栄養学科食物コース（以後食物科と略す）3クラスの228人を対象とした。調査者数は表1に示すとおりで、病気などで欠席した8人を除き220人であった。

### 2 時期

被服科は昭和54年6月17日から6月23日、食物科は54年12月2日から12月8日の日曜日から土曜日までの1週間とした。調査は著者が授業の一環として行った

表1 調査者数

学 科	居住形態				計
	自 宅 通	下 宿	寮		
被 服 学 科	86	25	22		133人
食物栄養学科	52	24	11		87
計	138	49	33		220

ので開講時期の相違により調査時期が相違した。

### 3 方 法

図1に示す生活時間調査表を配布・回収した。即ち、対象者が前もって配布された調査表に1分の時間単位で毎日の行為を記入し、調査終了後の月曜日に回収する方法とした。

### 4 調査項目

国民生活時間調査<sup>1)</sup>の行動分類に基き生活必需時間としてすいみん、食事、身のまわりの用事の3項目、拘束時間として勉強（家庭学習、習いごとなどを含む）、家事、アルバイト、移動の4項目、自由時間として交際、休養、レジャー活動、新聞・雑誌・本の閲読、ラジオ・カセット、テレビの視聴の6項目計13項目とした。行動分類の詳細は表2に示すとおりである。

行動が2つ以上の項目にまたがる場合は主なものを採った。従って、各行動時間の合計は24時間になる。

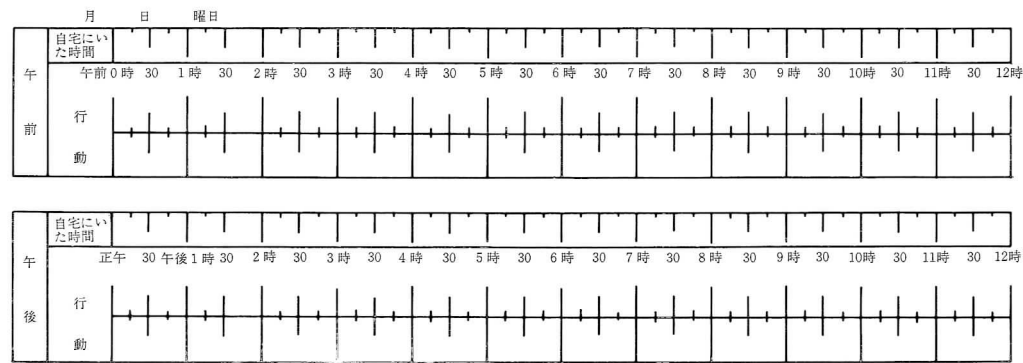


図1 生活時間調査表

表2 行動分類

項 目		例
生活必需時間	す い み ん	すいみん (30分以上連続しているもの)
	食 事	朝・昼・夕・間食・夜食
	身のまわりの用事	洗面・化粧, 入浴, 洗髪, 外出のしたく
拘束時間	勉 学	授業・学校の行事, 家庭学習
	家 事	炊事, そうじ, 洗たく, 家庭雑事
	ア ル バ イ ト	アルバイト
	移 動	通学, 教室移動
自由時間	交 際	友人・知人・同僚との話や訪問
	休 養	くつろぎ・休息, 一家だんらん
余 暇 時 間	レジャー活動	見物・鑑賞, スポーツ, 行楽, 遊び
	新聞・雑誌・本	新聞, 雑誌, 週刊誌, 単行本を読む
	ラジオ・カセット	ラジオ (FM, 有線放送を含む)・カセット, レコードを聞く
	テ レ ビ	テレビを見る

III 結 果

調査時の授業時間数はクラスにより多少異なったが、多くても1日90分までの相違で学科による相違はなかった。

1 生活時間構成

1日の生活時間を生活必需時間、拘束時間、自由時間に分けて示すと表3のとおりであった。なお、平日の生活時間は1日ごとでは授業時間数により変わると思われるので、月曜日から金曜日までの平均で示した。

対象者全員の平均生活必需時間は平日10時間41分、土曜日10時間40分で変わらないが、日曜日は12時間02分と長かった。これはすいみん時間および食事時間の延長によるものであるが、その殆んどはすいみん時間の延長によるものであった。

拘束時間は平日9時間35分、土曜日8時間28分、日曜日5時間35分であった。これは授業時間の減少に伴うもので、勉強時間、移動時間以外の家事時間、アルバイト時間はむしろ日曜日が長く次いで土曜日であった。

自由時間は平日3時間44分、土曜日4時間52分、日曜日6時間23分で、レジャー活動時間、テレビの視聴時間、休養時間、交際時間が日曜日＞土曜日＞平日の順で、ラジオ・カセットの聴取時間、新聞・雑誌・本の閲読時間も日曜日が一番長かった。

これを学科別にみると被服科生の拘束時間は平日10時間03分、土曜日9時間11分、日曜日5時間48分で、

表3 生活時間構成

		被 服 学 科			食 物 栄 養 学 科			計		
		平 日	土曜日	日曜日	平 日	土曜日	日曜日	平 日	土曜日	日曜日
生活必需時間	す い み ん	時間 分 7 33	時間 分 7 36	時間 分 8 46	時間 分 7 57	時間 分 7 54	時間 分 9 07	時間 分 7 42	時間 分 7 43	時間 分 8 54
	食	1 27	1 28	1 36	1 20	1 26	1 28	1 24	1 28	1 33
	身のまわりの用事	1 36	1 28	1 37	1 32	1 31	1 33	1 35	1 29	1 35
	計	10 36	10 32	11 59	10 49	10 51	12 08	10 41	10 40	12 02
拘束時間	勉 学	6 42	5 05	2 18	4 57	2 45	42	6 00	4 10	1 40
	家 事	42	53	1 40	44	53	1 29	43	53	1 36
	ア ル バ イ ト	6	12	21	26	32	1 31	15	20	49
	移 動	2 33	3 01	1 29	2 43	3 12	1 32	2 37	3 05	1 30
	計	10 03	9 11	5 48	8 50	7 22	5 14	9 35	8 28	5 35
自由時間	交 際	52	1 03	1 12	57	1 33	1 21	54	1 15	1 16
	休 養	30	31	41	31	34	46	30	32	43
	レ ジャ ー 活 動	27	1 09	1 56	33	55	1 18	30	1 04	1 41
	新聞・雑誌・本	28	21	31	29	27	36	28	23	33
	ラジオ・カセット	17	13	22	31	33	39	22	20	29
	テ レ ビ	47	1 00	1 31	1 20	1 45	1 58	1 00	1 18	1 41
	計	3 21	4 17	6 13	4 21	5 47	6 38	3 44	4 52	6 23

平日は月曜日～金曜日の平均

食物科生のそれぞれ8時間50分、7時間22分、5時間14分に比べいずれの曜日でも長かった。これは被服科生の勉強時間が食物科生より平日1時間45分、土曜日2時間20分、日曜日1時間36分長かったことによるもので、勉強時間以外の拘束時間は日曜日の家事時間を除き総て被服科生の方が短かった。授業時間は学科により相違しないので勉強時間の相違は家庭学習時間の相違によるものである。

反対に、食物科生は被服科生よりレジャー活動を除く総ての自由時間が長く、平日で1時間、土曜日は1時間30分、日曜日でも25分長かった。また、すいみん時間も食物科生が平日、土曜日、日曜日とも20分前後長かったが、食事時間はどの曜日でも被服科生が長かった。

自宅通学生、下宿生、寮生に分けて1日の生活時間構成をみると図2のとおりであった。寮生は被服科、食物科とも自宅通学生、下宿生に比べ平日、日曜日の拘束時間が短かく、生活必需時間が長く、平日の自由

時間も長かった。これは寮が大学構内にあるため寮生の通学時間が短かく、平日は自由時間もできるが寮生活のため身のまわりの用事に費やす時間が長いためであり、土曜日の拘束時間が被服科生で長いのは帰省のための移動に拘束されるためであろう。

## 2 生活必需時間

### 1) すいみん時間

対象者全員の平均すいみん時間は平日7時間42分、土曜日7時間43分、日曜日8時間54分で日曜日が1時間以上長かった。

学科別にみると食物科生が被服科生より各曜日とも20分前後長かった。

居住形態によるすいみん時間に大差はなかった。

平日のすいみん時間の分布は図3のとおりで、割合の多いのは被服科の自宅通学生が6～7時間であるが、食物科生や被服科生の下宿生、寮生はいずれも7～8時間であった。また、6時間未満の者も被服科生で

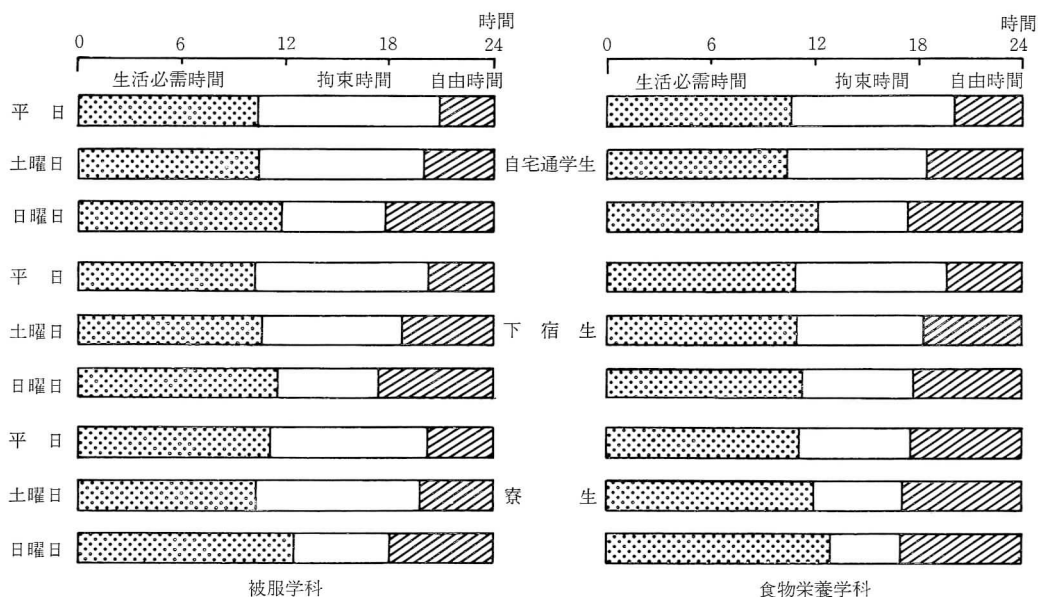


図2 生活時間構成

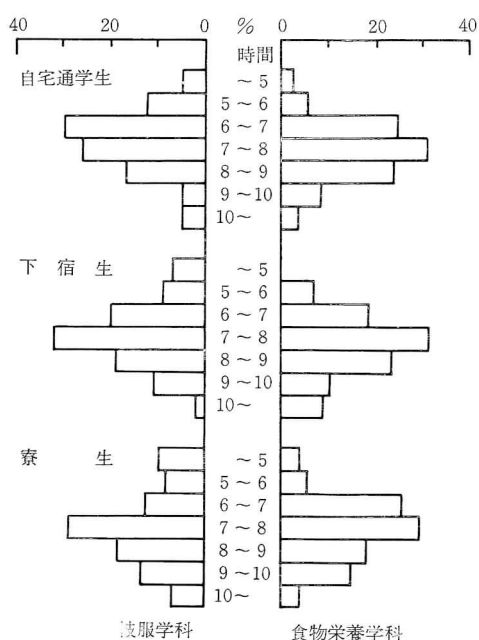


図3 すいみん時間の分布(平日)

16.5%, 食物科生で13.6%存在した。

さらに、平日9時以後の起床者の割合をみると図4のとおりで、午前0時を過ぎても起床している者が下宿生で25.4%, 寮生に19.4%, 自宅通学生に16.5%存在した。

## 2) 食事時間

食事時間は学科や居住形態による相違はなく、日曜日>土曜日>平日の順であるが、その差は小さく全体を平均して1時間28分であった。

## 3) 身のまわりの用事時間

身のまわりの用事時間は学科による差はなく、対象者全員を平均して平日と日曜日が1時間35分、土曜日が1時間29分で曜日による差も小さく、他の短大生<sup>3)</sup>に比べて20分程度長かった。

平日の身のまわりの用事時間の分布をみると図5のとおりで自宅通学生、下宿生は1時間から1時間30分の者が多いが、寮生では2時間以上をかける者が多かった。この相違は通学時間の短かいことも関係していると考えられる。

身のまわりの用事に2時間以上かけている者につい

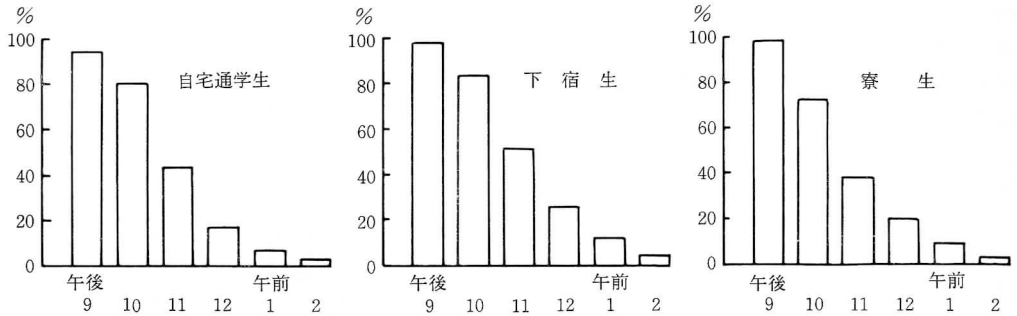


図4 夜間起床者の割合(平日)

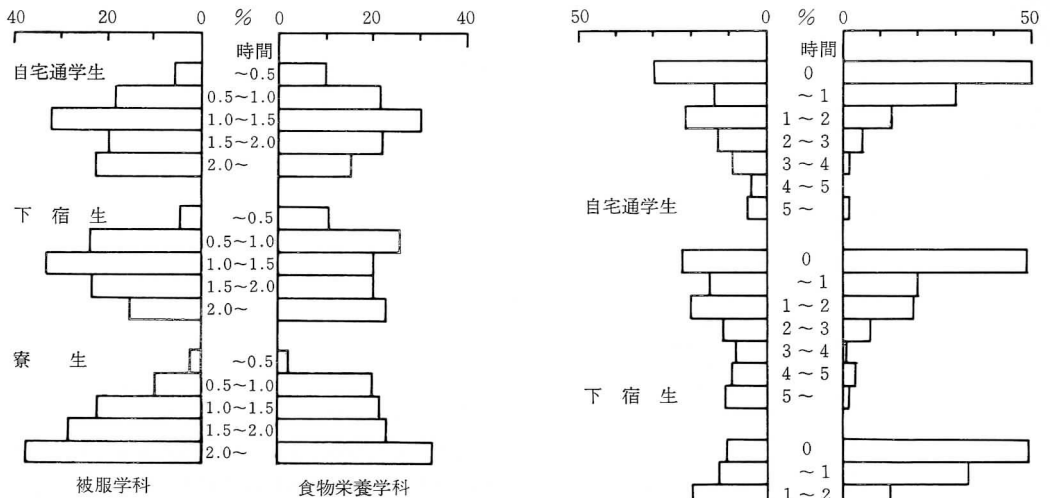


図5 身のまわりの用事時間の分布(平日)

てその内容をみると、入浴・洗髪・髪の乾燥・化粧に多くの時間を使い実に4時間の者もあった。

### 3 拘束時間

#### 1) 勉学

対象者全員の平均勉学時間は平日6時間、土曜日4時間10分、日曜日1時間40分で、被服科が平日6時間42分、土曜日5時間05分、日曜日2時間18分で長かった。

このうち授業時間は被服科生、食物科生とも平日は4時間30分前後、土曜日は2~3時間で学科による相違はなかった。

家庭学習時間は被服科生が平日2時間06分、土曜日

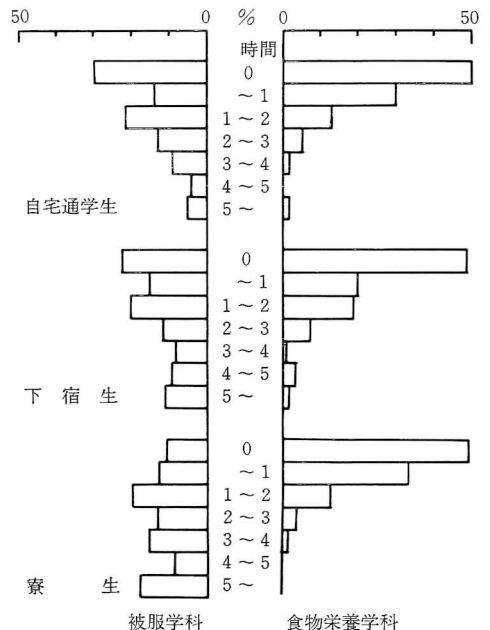


図6 家庭学習時間の分布(平日)

1時間58分、日曜日2時間18分で食物科生の平日40分、土曜日46分、日曜日42分に比べて長かった。なお、両科生とも居住形態による相違はなかった。

家庭学習時間を平日の分布でみると図6のとおりで、1日5時間以上の者も被服科生で8.7%、食物科生で1.1%存在したが、平日5日間で家庭学習を全く行わない者も食物科生で49.4%、被服科生で25.4%、全体で34.9%存在した。これは、非常に多くの時間家庭で

学習する学生が存在する一方、全く家庭学習を行わない学生も多数存在することを示すもので、家庭学習の内容もその殆んどが被服構成などの宿題で、自主的な家庭学習とみられるものは少なかった。

## 2) 家事時間

学科による相違はなく、対象者全員の平均家事時間は平日43分、土曜日53分、日曜日1時間36分で平日、土曜日はいずれも短かった。特に自宅通学生は日曜日は1時間39分であるが、平日30分、土曜日37分と短かった。

平日の家事時間の分布は図7のとおりで、自宅通学生では平日5日間で家事を全く行わない者が49.1%も存在した。

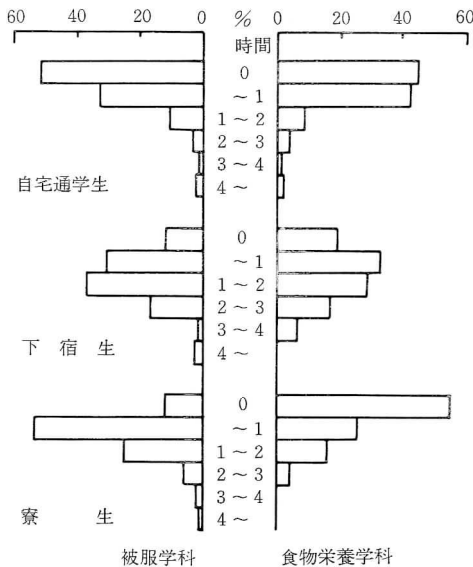


図7 家事時間の分布 (平日)

## 3) 移動時間

学科による相違はなく、対象者全員の平均移動時間は平日2時間37分、土曜日3時間05分、日曜日1時間30分であった。土曜日が平日より長いのはレジャー活動や買い物のための移動が加わったためであろう。下宿生、寮生では土曜日、日曜日に帰省する者があるため平日より長かった。

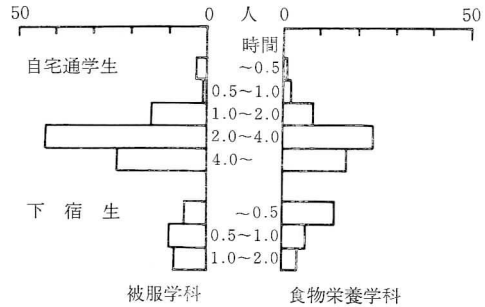


図8 通学時間 (往復) の分布

平日、土曜日の移動時間の殆んどを占めている通学時間 (往復) の分布を自宅通学生、下宿生について図8に示した。

平均通学時間は自宅通学生3時間16分、下宿生48分で自宅通学生の29.7%は4時間以上を通学に費していた。

## 4 自由時間

自由時間は対象者全員の平均で3時間44分、土曜日4時間52分、日曜日6時間23分であるが、被服科生が平日3時間21分、土曜日4時間17分、日曜日6時間13分で、食物科生は平日4時間21分、土曜日5時間47分、日曜日6時間38分であった。被服科生と食物科生の間には平日で1時間、土曜日は1時間30分の相違があり、前述のように家庭学習時間の相違に大きく影響されている。

この傾向は、平日の分布でみると、さらに明白で、図9に示すように被服科生は自宅通学生、下宿生、寮生とも2~4時間の者が最も多く、食物科生は6~8時間の者が多く10時間以上の者も10.3%存在した。

自由時間の内容をみると図10のとおりで平日、土曜日、日曜日ともテレビの視聴と交際にその50%近くを使用し、平日で1時間54分、土曜日で2時間33分、日曜日で2時間57分を使用していた。一方、新聞・雑誌・本の閲読時間は対象者全員の1週間平均で29分、平日の平均でも28分でしかなく、4年制大学生の平日のそれ<sup>1)</sup>の半分以下であった。

新聞・雑誌・本の閲読時間の分布は図11のとおりで、平日の閲読時間0分の者が全体で60.1%も存在し、平

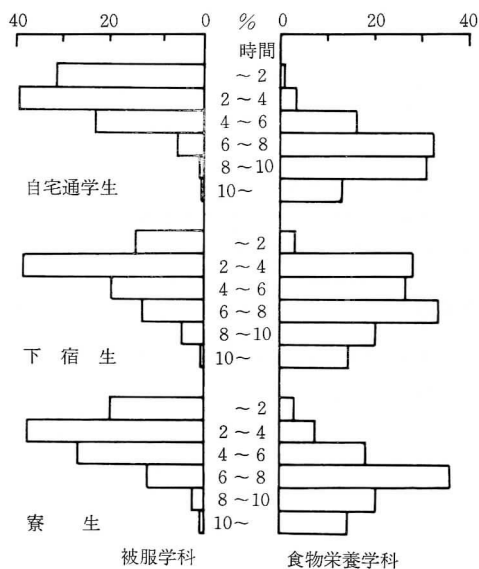


図9 自由時間の分布 (平日)

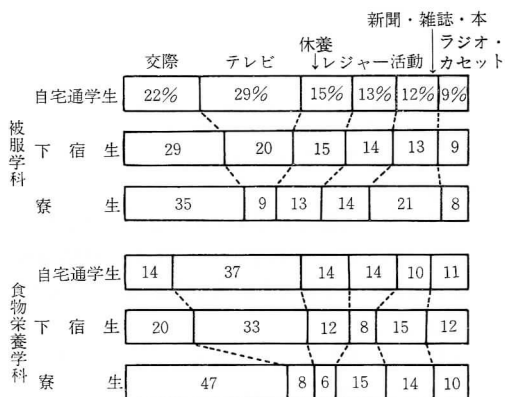


図10 自由時間の内容 (平日)

日5日間で全く本などを読まない者も44人、20%も存在した。居住形態別では寮生に閲読時間の長い者が多く、24.8%が1日1時間30分以上閲読していた。

生活時間各項目のうち、拘束性が強く学科による相違の大きい家庭学習時間と自由時間のうち対照的と考えられるテレビの視聴時間と新聞・雑誌・本などの閲読時間との関係を見ると、家庭学習時間と新聞・雑

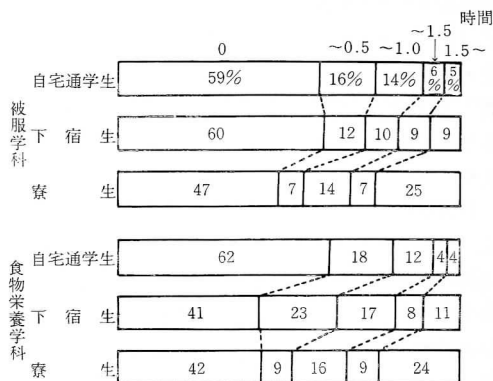


図11 新聞・雑誌・本の閲読時間の分布 (平日)

誌・本の閲読時間との間、新聞・雑誌・本の閲読時間とテレビの視聴時間との間には一定の関係が認められなかったが、家庭学習時間の長い者はテレビを視聴しない者が多く、家庭学習時間の短い者はテレビを視聴する時間が長かった。

#### IV 総括および考察

以上の結果を総括し若干の考察を行う。

女子短大生の生活行動の実態を知る目的で、広島文化女子短期大学生の生活時間調査を行った。

広島文化女子短期大学生の場合も他の女子短大生<sup>3)8)</sup>の場合と同様、授業時間、通学時間が長く、これらに伴って自由時間が短かった。

授業時間数が長く、学科によっては宿題を中心として家庭学習時間に1日5時間以上費す学生も存在する一方で、平日5日間で全く家庭学習を行わない学生が1/3以上もあり、他の調査結果<sup>3)</sup>と変わらないとはいえ、大学における学習効果をあげるためには家庭学習を考慮に入れた講義体制を検討する必要もあろう。

通学時間についてみると、調査学生の2/3を占める自宅通学生のこれに費す時間は平均3時間16分で4時間以上を要する者も3割存在し、その負担もさることながら、これが家事時間や自由時間を制限する大きな原因となっており、寮や保護者の安心できる下宿などを拡充強化する必要もあろう。

家事に費す時間は平日や土曜日は1時間に足らず、

自宅通学生の半数近くは平日5日間に全く家事を行っていない。通学時間が影響しているとはいえ入浴・洗髪・化粧などの身のまわりの用事には他の短大生の調査<sup>8)</sup>より20分程度多く使用していることを考え合わせると親に依存する傾向の大きいことを示すものといえよう。

自由時間を如何に有効に使うかはより豊かな短大生活、青春時代を送るための大きな条件と考えられるが、拘束時間が長いため平日で4時間弱しか使用できない自由時間であるにもかかわらず、他の短大生についての調査結果と大きな相違はないとはいえ、テレビの視聴と交際のみにその50%近くを費すということは、読書時間が4年制大学生の半分以下で1日平均29分と比較して寒心に耐えず、教育指導のみでなく生活全般にわたる指導の必要性を物語るものであろう。

さらに、一般にすいみん時間が短かく、午前0時を過ぎても起床している者も多く、このような現状は望ましい状態とはいえ、これらの面に対する指導も必要とされよう。

## V 要 約

女子短期大学生の生活行動を把握し、生活指導の一助にしたいと考えて女子短大生の生活時間調査を行った。

調査対象は広島文化女子短期大学昭和54年度入学生の被服学科、食物栄養学科食物コースの学生220人で1週間にわたる生活時間調査から次の知見が得られた。

1) 一般に拘束時間が長く、自由時間が短い。特に、自宅通学生の通学時間は長い。

2) 1/3の学生が1週間全く自宅で学習を行わず、自宅学習を行う者も宿題が主体である。

3) 家事を行う者は少なく、自宅通学生の50%近く

は平日全く家事を行わない。反面、入浴・洗髪・化粧などに費す時間は長い。

4) 短い自由時間の50%近くをテレビの視聴と友人との交際に使用し、読書時間は1日30分未満と短い。

5) 夜遅くまで起床し、すいみん時間が短い。

6) これらの結果から、教育指導のみでなく生活全般にわたる指導が必要とされる。

## 参考文献

- 1) 日本放送協会放送世論調査所：図説 日本人の生活時間 1975, 日本放送出版協会, 1979.
- 2) 稲葉ナミ：共稼ぎ夫婦の生活の時間的構造について（第一報），家政誌，6, 130～139, 1956.
- 3) 植田邦子：生活時間の調査研究—比治山短大生の生活時間について—，比治山女子短大家政学研究会，4, 39～47, 1976.
- 4) 桑田百代，伊藤セツ，大竹美登利：共働き家庭と非共働き家庭の夫婦の生活時間構造の推移（第1報）1975年調査と過去4回の調査の比較，家政誌，28, 422～428, 1977.
- 5) 渡辺みよ子：愛知教育大学生の日常生活行動—生活時間調査を通して，愛知教育大学研究報告（芸術・保健体育・家政・技術科学編）29, 35～48, 1980.
- 6) 砂田みよ：聖徳短大における勤労学生 of 生活時間調査（第2報），家政学研究，18, 140～144, 1971.
- 7) 総理府統計局：社会生活基本調査報告，日本統計協会，1978.
- 8) 沢田祥子，北村悦子，奥田洋子：学生 of 生活時間調査〔I〕本学服飾美術科学学生の居住別生活時間調査，北海道女子短期大学研究紀要，7, 21-32, 1974.



### Summary

A survey on daily activity hours of junior college women was conducted in order to understand the life habits of junior college female students and improve guidance for living to them.

The subjects of this survey were 220 students of Clothing Faculty and of Food Course in Food-Nutrient Faculty of Hiroshima Bunka Women's Junior College who entered the college in 1979.

Following knowledge was obtained from the survey on daily activity hours for a week.

- 1) Generally speaking, non-free hours are long and free hours are short. Especially, students who go to school from their own home spend longer time for attending school.
- 2) One third of students does not conduct any learning activity at home during the entire week, and those who conduct such activity are engaged chiefly in home assignments.
- 3) Few students do domestic chores and approximately 50 percent of those who attend school from their own home does not do any domestic chore on weekdays. While, they spend longer times for taking bath, washing hair and making up.
- 4) The students use approximately 50 percent of their relatively short free hours for watching television and having contacts with their friends. Hours for reading books are quite short, less than 30 minutes a day.
- 5) They usually do not go to bed till late at night and have insufficient sleep.
- 6) From these results, it is concluded that not only guidances for learning but also those for overall living activities are necessary to the students.