大手前短期大学研究集録　第37号（2017）pp. 1－25

大手前短期大学生の生活状況調査および考察

島崎千江子，蘆田　秀昭，
福井　　就，酒井　　健*

要　旨

大手前短期大学生の生活状況に関するアンケート調査を行い、充実した学生生活を過ごすための課題を探った。その結果、大多数の学生は学生生活には充実・満足していた。その理由は、「自由に過ごせる」、「興味のある授業」を挙げていた。

一方、授業以外に「友人との交流」に時間をかける反面、予習・復習、読書に充てる時間は少ないことが明らかとなった。また、自宅から通っている学生と、睡眠時間は就寝時間に関わらず６時間未満の学生が各々で約８割を占め、生活費は約６割で保護者が負担し、４割がアルバイトで賄っており、現在アルバイトをしている学生は約７割であった。生活面では、１日３食を摂り、昼食は弁当持参で夕食は自炊を含めて自宅で摂る学生が多いものの、３割の学生が孤食であることも判明した。悩みや不安に関する項目では「進路や就職のこと」「対人・恋愛関係」と「心身の健康」を挙げた。就職に関しては転職しても自分に合った仕事がしたいと考えている学生が約５割いることがわかった。他の項目についても、「私立大学学生生活白書 2015[1)]」（以下、白書という）、「学生生活に関する調査報告書[2)]」（以下、報告書という）、「2014年大学生の意識調査概要報告[3)]」（以下、概要報告という）での学生の動向と同じような結果となった。しかし少数ではあるが学生指導上気になる特徴を持っている学生もみられた。そのことが充実した学生生活を過ごす上でどのような影響があるかについては、今後、継続した調査が必要である。

キーワード：大手前短期大学生、生活状況、アンケート調査、考察

＊大手前大学

1．本調査の目的

現在、複雑化する社会の中で、若者のライフスタイルや意識の変化は著しく、特に家族形態や小学校から高校までの生活が多様化したことに伴い、学生の生活状況や大学内における学習状況などに対する取り組み方も年々変化している。

また、食生活や睡眠・就寝時間・学外での過ごし方など、時間的自由度が増加したこと等[1)]により、従来まで一定に守られていた生活習慣が不安定化していることが予想される。したがって、若年者の不規則行動については、若年層からの常習化が背景に存在し、将来へのリスクを伴う生活を心配する声も少なくない。

一方、若者の心的負担の有無が学習意欲に対して影響を及ぼし、「何にも興味を持たない若者」や「生活力の向上を求めない」「下流志向」などのニートになる傾向も発生している。そのため、どうすれば若者の社会対応力を向上させることができるのかが、社会問題となっていることから、大学などでは学生の支援体制を強化している。本学においても、必修授業である「ライフデザイン」を通じてモチベーション向上のための指導内容を取り入れている。また、学生間の生活状況の差異と、学習意欲や学生生活への満足度などの関連性の有無を確認することで、学生生活の満足度を充実させ、進路指導に活用し高等教育に生かすために必要な要素を明確にする必要があると考えられる。

そこで、本研究では本学学生を対象に生活習慣の実態を調査するとともに、ライフスタイルの違いなどによって、日常の学習行動や社会対応力への影響の有無を分析する。また、全国の調査報告を参考に、本学の調査結果との差異と関連についても検証し、本学の教育現場における今後の課題を経年変化で探り、調査項目と方法を明確にするための前段階とし、授業内容に反映させる一助とする。

2．調査方法

本調査は、大手前短期大学生を対象にした、アンケート用紙による質問紙調査である。質問項目は、「学習基本状況」「生活行動」「心的要素」から構成した。

2-1　学習基本状況

学生が主として学んでいるコースや分野は、Aエリアを「ビジネスキャリア」、「英語コミュニケーション」、「ファッションビジネス」、「建築・インテリア」、Bエリアを「心理・福祉」、「アート＆ Web デザイン」、「スイーツ学・食文化」、「共通教育、その他」、とした。また、学生生活の充実度や、授業の予習・復習時間、読書につい

ての質問項目を設けて、学生の学習状況の程度を探る質問を設定した。

2-2　生活行動

学生の居住形態や通学状況、睡眠、食事や日常の過ごし方など生活全般にわたる行動と、学費の賄い方やアルバイト就労の有無に関する質問を設定し、回答から行動パターンを抽出し分類する。またその分類と心的要因等の一部項目を用いて、クロス集計によるグループ化を図り関連を検証する。

2-3　心的要素

学生生活への満足度や学内外での不安や悩みとトラブルについての質問項目を設けて、生活行動に与える影響と生活習慣への意識や働くことへの意欲に関連があるかを探る。

2-4　調査の実施

調査日時　　平成29年７月18日
調査場所　　大手前短期大学の教室（３クラス）
調査対象　　大手前短期大学の学生　１年生及び２年生　161名
　　（「ライフデザイン」科目履修者）
　　有効サンプル数は159名
調査方法　　集合による配表調査

2-5　集計及び分析

項目ごとの単純集計と一部のクロス集計を行った。集計および分析は「マイクロソフトエクセル 2010」を使用した。

なお、本報告では、項目ごと、もしくはクロス集計の結果ごとに若干の考察を加えて書いている。それは単年度のデータのみではまとまった学生像や特徴を描くには不十分であるためである。今後データの蓄積を待つ必要があるが、一方、学生の特徴については速やかに報告する意義があると考え、このような形とした。

３．結果及び考察

3-1　学習基本状況

Ｑ１・Ｑ２　あなたが主として学んでいるコースを選んでください。

調査対象者の学習分野を表１と表２に示す。学生が主として学んでいるコースや分野は、Ａエリアが「ビジネスキャリア」40名、「英語コミュニケーション」22名、「ファッションビジネス」44名、「建築・インテリア」15名、Ａエリアを選択しなかった学生は38名であり、Ｂエリアが「心理・福祉」13名、「アート＆ Web デザイン」16名、「スイーツ学・食文化」20名、「共通教育、その他」５名、Ｂエリアを選択しなかった学生は105名となった。

Ｑ３　現在の学生生活は充実していますか？

表３のとおり、「まあまあ充実している」が98名（62.3%）、次いで「充実している」が40名（25.2%）と、合わせて138名（87.5%）となっており、９割近い学生が充実感を感じている。「あまり充実していない」は16名（10.1%）、「充実していない」は３名で1.9%となっている。「白書」によると「充実」と「まあまあ充実」を合わせて76.3%となっており、女子のみは79.0%であることから、女子の充実度はやや高い結果となっている。さらに本学の方がやや高い充実度を示していることから、性別などで影響があると考えられる。

表１　学習分野Ａエリア

Ｑ１	人数	%
１．ビジネスキャリア	40	25.2%
２．英語コミュニケーション	22	13.8%
３．ファッションビジネス	44	27.7%
４．建築・インテリア	15	9.4%
無回答	38	23.9%
計	159	100.0%

表２　学習分野Ｂエリア

Ｑ２	人数	%
１．心理・福祉	13	8.2%
２．アート＆ Web デザイン	16	10.1%
３．スイーツ学・食文化	20	12.6%
４．共通教育、その他	5	3.1%
無回答	105	66.0%
計	159	100.0%

表３　充実度

Ｑ３	人数	%
１．充実している	40	25.2%
２．まあまあ充実している	99	62.3%
３．あまり充実していない	16	10.1%
４．充実していない	3	1.9%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

Q４　授業の予習時間（実習、実技も含む）は１週間では平均どれぐらいですか？（休日は除く）

表４のとおり、予習時間が「１時間未満」の学生が107名（67.3%）いるのに対して、残りの43名（27.0%）が「１時間以上」の予習を行っていることがわかった。更に少数ではあるが約5.6%の９名が２時間以上予習している。選択肢を「１時間未満」とすると幅があるので、次年度以降選択肢を「30分未満」「なし」など、もう少し細かい項目に分けることも検討する。

Q５　授業の復習時間（実習、実技も含む）は１週間では平均どれぐらいですか？（休日は除く）

表５のとおり、復習時間が「１時間未満」の学生が99名（62.3%）いるのに対して、48名（30.2%）が「１時間以上」、約7.6%の12名が２時間以上の復習を行っていることがわかった。前出の予習時間に比べて、相対的に復習時間が多いことが分かる。「白書」（調査対象は４年制の大学生）によると、１日あたりの「自宅での自習時間」の平均は43分、「１科目あたりの予習・復習時間」の平均は25分となっており、週単位と日単位で単純比較をすることは出来ないが、４年制の大学生と比べるとまだまだ、事前・事後学習時間は短いといえる。今後は小テストやレポートの課題を課すなど、授業時間外の学習を促す工夫を行いたい。

Q６　本を１週間で何冊読みますか？

表６のとおり、「１～２冊」の学生が33名（20.8%）、「３～４冊」が７名（4.4%）、「５冊以上」が４名（2.5%）という結果となり「ほとんど読まない」が最も多い結果

表４　予習時間

Q４	人数	%
１．１時間未満	107	67.3%
２．１時間以上２時間未満	43	27.0%
３．２時間以上３時間未満	8	5.0%
４．３時間以上	1	0.6%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

表５　復習時間

Q５	人数	%
１．１時間未満	99	62.3%
２．１時間以上２時間未満	48	30.2%
３．２時間以上３時間未満	9	5.7%
４．３時間以上	3	1.9%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

表６　読書数／週

Q６	人数	%
１．１～２冊	33	20.8%
２．３～４冊	7	4.4%
３．５冊以上	4	2.5%
４．ほとんど読まない	115	72.3%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

となった。本学の必修授業「ライフデザイン」で、読書に対する重要性を説いている中、この結果は授業内での伝え方の工夫が今後必要とされる。

Q７　現在の居住形態は次のどれですか？

表７のとおり、「自宅」の学生が129名（81.1%）、「大手前学園の寮」が９名（5.7%）、「寮以外で一人暮らし」が18名（11.3%）という結果となった。本学は８割以上の学生が兵庫県または大阪府の出身ということもあり、自宅から通う学生が多くなっている。

Q８　通学の交通手段は次のどれですか？

表８のとおり、「電車」が一番多く126名（79.2%）、「バイク（原付含む）・自転車」が20名（12.6%）、「徒歩」８名（5.0%）、「バス」５名（3.1%）という結果となった。本学のいたみ稲野キャンパスは阪急電鉄及びJRどちらからでも徒歩圏内にあることから、電車が最も多い結果となり、徒歩や自転車など寮を含めて、近隣からの学生が28名（17.6%）来ていることがわかった。

Q９　通学時間（片道）はどれぐらいですか？

表９のとおり、「30分以内」が42名（26.4%）、「30分以上１時間未満」が54名（34.0%）、「１時間以上１時間30分未満」が45名（28.3%）、「１時間30分以上」が17名（10.7%）という結果となった。６割近くは通学に１時間圏内の地域から通ってい

表７　居住形態

Q７	人数	%
１．自宅	129	81.1%
２．大手前学園の寮	9	5.7%
３．寮以外で一人暮らし	18	11.3%
４．その他	3	1.9%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

表８　通学手段

Q８	人数	%
１．徒歩	8	5.0%
２．電車	126	79.2%
３．バス	5	3.1%
４．バイク（原付含む）・自転車	20	12.6%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

表９　通学時間（片道）

Q９	人数	%
１．30分以内	42	26.4%
２．30分以上１時間未満	54	34.0%
３．１時間以上１時間30分未満	45	28.3%
４．１時間30分以上	17	10.7%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

る反面、１時間30分以上の通学時間を要している学生も１割近くおり、遠方の自宅から通っている学生も多くいることがわかった。普段の会話で、遠方から本学まで通っている学生に本学を選んだ理由を聞くと、多くは「コース自由選択に興味があった」「学びたい分野が近所の短期大学ではない」といった意見があり、徐々にではあるが遠方にも本学の学びの特色が浸透してきたことをうかがわせる。

Q10　睡眠時間はどれくらいですか？（休日は除く）

表10のとおり、「４時間以内」が18名（11.3%）、「４時間以上５時間未満」が29名（18.2%）、「５時間以上６時間未満」78名（49.1%）、「６時間以上」が34名（21.4%）という結果となった。

Q11　就寝時間は何時頃ですか？（休前日は除く）

表11のとおり、「22時以前」が４名（2.5%）、「22～０時の間」が41名（25.8%）、「０時～２時の間」が100名（62.9%）、「２時以降」が14名（8.8%）となった。

表10　睡眠時間

Q10	人数	%
１．４時間以内	18	11.3%
２．４時間以上５時間未満	29	18.2%
３．５時間以上６時間未満	78	49.1%
４．６時間以上	34	21.4%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

表11　就寝時間

Q11	人数	%
１．22時以前	4	2.5%
２．22時～０時の間	41	25.8%
３．０時～２時の間	100	62.9%
４．２時以降	14	8.8%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

Q12　あなた自身の生活費は主にどのように賄っていますか？

表12のとおり、保護者が賄っているものが91名（57.2%）、奨学金によるものが７名（4.4%）、アルバイトによるものが57名（35.8%）、その他が３名（1.9%）となっている。本学の学生の生活費は、約６割の学生については保護者が負担しているが、約４割の学生はアルバイトによって賄っている。

Q13　アルバイトをしていますか？

表13のとおり、「している」が108名（67.9%）、「過去にした」が17名（10.7%）、「現在探している」が19名（11.9%）となっている。１年生の春学期の時点でアルバイトを「したことがない」という学生は14名（8.8%）である。４年制の私立大学生を対象とした白書によれば、アルバイトを、「常時している」が41.4%、「時々している」

が28.9%、「定職を持っている」が3.0%、「これからしようと思っている」が16.8%で、合計90.1%である。「アルバイトをしたことがなく、これからもしようと思わない」学生は6.1%である。この数字を見比べる限りでは、本学学生も、４年制私大生も、アルバイトをしている学生の割合は大差がない。

Q14　学生生活のどのようなところに満足していますか？

表14のとおり、「何でも話せる友人の存在」が42名（26.4%）、「クラブ・サークル活動」が14名（8.8%）、「自由に過ごせる」が94名（59.1%）、「その他」が９名（5.7%）となっている。自由に過ごせることに満足を感じている学生がどのような時間を過ごしているかが興味深いが、そのような余暇を学内でのボランティアや地域貢献活動に誘引することができれば成果があるのではないかと思われるので、今後の課題としたい。

Q15　短期大学のどのようなところに満足していますか？

表15のとおり、「大学の雰囲気」が45名（28.3%）、「興味のある授業」が95名（59.7%）、「教育施設等が充実」が14名（8.8%）、「質問・相談できる先生の存在」が４名（2.5%）である。興味のある授業に対する満足度が高いことは、本学のコース自由選択制で幅広い分野を取り揃えている、カリキュラム体系への評価と捉えるらえることができるのではないか。

表12　生活費

Q12	人数	%
1．保護者	91	57.2%
2．奨学金	7	4.4%
3．アルバイト	57	35.8%
4．その他	3	1.9%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

表13　アルバイトの有無

Q13	人数	%
1．している	108	67.9%
2．過去にした	17	10.7%
3．現在探している	19	11.9%
4．したことがない	14	8.8%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

表14　学生生活の満足点

Q14	人数	%
1．何でも話せる友人の存在	42	26.4%
2．クラブ・サークル活動	14	8.8%
3．自由に過ごせる	94	59.1%
4．その他	9	5.7%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

表15　短期大学についての満足点

Q15	人数	%
1．大学の雰囲気	45	28.3%
2．興味のある授業	95	59.7%
3．教育施設等が充実	14	8.8%
4．質問・相談できる先生の存在	4	2.5%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

3-2　生活行動

**Q16　クラブ、サークルなど（ボランティア活動を含む）に参加したことがありますか？
　　またはしたいですか？**

表16のとおり、「学内公認（サークル含む）に所属」が25名（15.7%）、「学外団体に所属」が４名（2.5%）、「ボランティアに参加」が22名（13.8%）、「全く無い」が108名（67.9%）となっている。短大は２年間しかなく２年になればすぐに就職活動がはじまり、また経済的な問題からアルバイトをする学生も多いのでクラブ活動に参加する学生が少ないといわれるが、本調査でも本学学生の20%弱しかクラブ（サークル）活動に参加していないことが確認できた。一方、「報告書」の結果では、クラブ活動に参加している学生は36.2%となっており、それと比較して、本学は低い値となっている。また「白書」においても、課外活動（クラブ・サークル・ボランティア）に積極的に「参加している」が51.4%、「参加しているが熱心ではない」が14.2%、となっており、本学と比較して、やはり参加率は相当高い。本学で特徴的なのは、「ボランティアに参加」している学生（13.8%）が、「学内公認に所属」している学生（15.7%）と同じくらい存在することである。「白書」においては、大学入学後のボランティア経験については、全体で見ると、「ある」とする者が28.8%である。課外活動参加者の比率は70.2%なので、課外活動参加者との対比では、本学の方が高い割合を示している。逆にいうと、本学は課外活動参加者は少ないが、ボランティア活動参加者は少なからず存在するということになる。これは本学が地域貢献、社会貢献活動に注力している結果であると考えられる。

Q17　Q16で参加したことがある、またはしたい場合の理由はどれですか？

表17のとおり、「友人づくり」としたものが14名（8.8%）、「思い出づくり」としたものが19名（11.9%）、「誘われた」としたものが11名（6.9%）、「以前から続けていた・興味があった」としたものが28名（17.6%）であった。パーセンテージは「クラブ、サークルなど（ボランティア活動を含む）に参加したことがある、またはしたい」者に対する比率ではなく、全体に対する比率である。「白書」では、多い順で「友人を得る」が37.0%、「学生生活を楽しむ」が34.2%、「趣味と一致する」が25.2%などとなっており、全体に対するパーセンテージに直すと、それぞれ、約26%、約24%、約18%となる。本学では「興味があった」が17.6%であるが、「白書」では「趣味と一致する」は約18%であり、ほぼ同じ比率である。一方、「白書」では「友人をつくる」が約26%と高い比率を示しているが、本学では8.8%どまりである。しかし、あとの表19で見るとおり、本学では「学内にて授業以外で時間をかけているもの」として、「友人との交流」が58.5%と圧倒的に高いので、特に本学学生が友人づくりに重きを

表16　クラブ・サークル等への参加

Q16	人数	%
1．学内公認（サークル含む）に所属	25	15.7%
2．学外団体に所属	4	2.5%
3．ボランティアに参加	22	13.8%
4．全く無い	108	67.9%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

表17　参加理由

Q17	人数	%
1．友人づくり	14	8.8%
2．思い出づくり	19	11.9%
3．誘われた	11	6.9%
4．以前から続けていた・興味があった	28	17.6%
無回答	87	54.7%
計	159	100.0%

表18　不参加の理由

Q18	人数	%
1．入りたい団体が無い	41	25.8%
2．忙しい	58	36.5%
3．人間関係が苦手	9	5.7%
4．その他	1	0.6%
無回答	50	31.4%
計	159	100.0%

置いていないわけではないと思われる。

Q18　Q16で参加したことが無い、またはしたく無い場合の理由はどれですか？

表18のとおり、「入りたい団体が無い」が41名（25.8%）、「忙しい」が58名（36.5%）、「人間関係が苦手」が９名（5.7%）となっている。「白書」では、「アルバイトと両立できない」が20.0%、「勉強と両立できない」が19.1%、「入りたいクラブがない」が18.8%、「費用がかかりすぎる」が16.6%、「遠距離通学」が15.1%、「集団生活に拘束されたくない」が8.6%、「人間関係のトラブル」が5.4%となっている。いわゆる「忙しい（白書では、アルバイトと両立できない、勉強と両立できないなどがこれに該当すると思われる）」「入りたいクラブがない」が高い比率なのは両者とも同様である。

Q19　学内にて授業以外で時間をかけているものは何ですか？

表19のとおり、本学では、「友人との交流」が93名（58.5%）と圧倒的に多く、次いで、「自習・資格勉強」の30名（18.9%）、「クラブ・サークル活動」の18名（11.3%）、「その他」の16名（10.1%）となっている。

Q20　休暇は主に何をして過ごしますか？（主要なもので結構です）

表20のとおり、アルバイトが88名（55.3%）と圧倒的に多く、表12で推測された、本学学生のアルバイト収入への高い依存度が裏打ちされている。「報告書」でも「授業以外で時間をかけているもの」はアルバイトと答えている者が55.0%であることから、全国的に短期大学生のアルバイトの実態は本学と同様であると言える。

表19　授業以外での活動

Q19	人数	%
1．クラブ・サークル活動	18	11.3%
2．友人との交流	93	58.5%
3．自習・資格勉強	30	18.9%
4．その他	16	10.1%
無回答	2	1.3%
計	159	100.0%

表20　休暇の主な過ごし方

Q20	人数	%
1．勉強	6	3.8%
2．アルバイト	88	55.3%
3．遊びやショッピング	39	24.5%
4．趣味、その他	26	16.4%
無回答		0.0%
計	159	100.0%

Q21　朝食は食べていますか？

表21のとおり、「必ず食べる」が88名（55.3%）と最も多く、次いで「ほぼ毎日食べる」と答えたものが41名（25.8%）となり、食べている学生は合わせて129名（81.1%）となり約８割の学生が朝食をしっかりと食べている結果となった。「たまに食べる」20名（12.6%）、「食べない・食べられない」では９名（5.7%）と少数であるが、食生活習慣として食べないことが常習化している特定の学生の健康状態が心身ともに懸念される結果となった。

Q22　昼食はどうしていますか？

表22のとおり、「弁当持参」が91名（57.2%）と、「学内施設を利用」の48名（30.2%）を大きく上回っている。

Q23　夕食はどうしていますか？

表23のとおり、「自宅で」が122名（76.7%）と最も多く、次いで「自炊」25名（15.7%）となっていることから学生の夕食は大半が自宅で食している結果となって

表21　朝食摂取状況

Q21	人数	%
1．必ず食べる	88	55.3%
2．ほぼ毎日食べる	41	25.8%
3．たまに食べる	20	12.6%
4．食べない・食べられない	9	5.7%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

表22　昼食摂取状況

Q22	人数	%
1．学校施設（カフェテリア・学内生協）を利用	48	30.2%
2．学外施設（コンビニ・スーパー・レストラン等）を利用	17	10.7%
3．弁当持参	91	57.2%
4．食べない（理由）	1	0.6%
無回答	2	1.3%
計	159	100.0%

表23　夕食摂取状況

Q23	人数	%
1．自宅で	122	76.7%
2．自炊	25	15.7%
3．外食	6	3.8%
4．食べない	5	3.1%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

表24　夕食摂取時間帯

Q24	人数	%
1．18時～20時	87	54.7%
2．20時～22時	54	34.0%
3．22時～24時	15	9.4%
4．24時以降	2	1.3%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

表25　夕食摂取時の相手

Q25	人数	%
1．家族が多い	91	57.2%
2．1人が多い	55	34.6%
3．友人が多い	9	5.7%
4．その他	3	1.9%
無回答	1	0.6%
計	159	100.0%

いる。しかし少数であるが「食べない」と答えた学生も５名いることから、夕食を食べない学生の食生活習慣としてどのような状況になっているのかを探ることが必要であろう。

Q24　夕食は何時ごろ食べますか？

表24のとおり、「18時～20時」が87名（54.7%）で最も多く、次いで「20時～22時」は54名（34.0%）となり、22時までに夕食をとる学生が141名（88.7%）となっている。しかし「22時以降」「24時以降」の学生を合わせると17名（10.7%）の学生が遅い時間帯に夕食をとっている結果となった。

Q25　夕食は誰かと一緒に食べますか？

表25のとおり、「家族が多い」91名（57.2%）と最も多く、次いで「１人が多い」と答えたのが55名（34.6%）となり、「友人が多い」９名（5.7%）、「その他」では

３名（1.9%）と大きく減少するが、約半数弱が家族と食事を共にしていない結果となった。

Q26　食事内容は栄養や身体のことを考えていますか？

表26のとおり、食事内容の栄養や健康面への意識を尋ねた結果「時々考える」が73名（45.9%）と最も多く、次いで「意識していない」41名（25.8%）で、「いつも考える」と答えた36名（22.6%）を上回っている。

以上の現状と「概要報告」を参考に比較すると、大学生では「食事を一日三食きちんととっているか」の質問に対して「とてもそう思う」41.6%、「ややそう思う」25.9%で合わせて67.5%、女性だけで見ると72.7%の学生が食事をしっかりととっていると回答している。さらに「栄養のバランスを考えた食事をしているか」では全体の55.1%、女性では57.8%が「そう思う」と答えているが、本学の68.5%が上回っている結果となった。

表26　栄養健康面への意識

Q26	人数	%
1．いつも考えている	36	22.6%
2．時々考える	73	45.9%
3．好きな物しか食べない	7	4.4%
4．意識していない	41	25.8%
無回答	2	1.3%
計	159	100.0%

3-3　心的要素

Q27　今抱えている学校での不安や悩み、気になっていることはどのようなことですか？

表27のとおり、「進路・就職のこと」が106名（66.7%）と最も多く、次いで「学業のこと」では21名（13.2%）、「友人関係」15名（9.4%）、「学費・生活費」12名（7.5%）となった。なお、全国短期大学生の状況を「概要報告」から見ても「進路・就職のこと」が66.4%と最も多く同様の結果となっている。次いで「学業のこと」では21.8%、「友人関係」12.6%、「学費・生活費」14.2%と、項目によっては本学との差が生じている。

Q28　今抱えているプライベートな不安や悩み・気になっていることはどのようなことですか？

表28のとおり、「対人・恋愛関係のこと」で51名（32.1%）と「心身の健康」は49名（30.8%）とほとんど同じ割合であり、次いで「性格のこと」35名（22.0%）となり、

「家族関係」８名（5.0%）が最も少ない結果となった。「概要報告」でも92.4%の大学生が「家族との関係は良好である」と答えており、同様の結果となっている。

表27　学校での不安や悩み

Q27	人数	%
1．学業のこと	21	13.2%
2．進路・就職のこと	106	66.7%
3．学費・生活費など	12	7.5%
4．友人関係	15	9.4%
無回答	5	3.1%
計	159	100.0%

表28　プライベートな不安や悩み

Q28	人数	%
1．心身の健康のこと	49	30.8%
2．対人・恋愛関係のこと	51	32.1%
3．家族関係のこと	8	5.0%
4．性格のこと	35	22.0%
無回答	16	10.1%
計	159	100.0%

Q29　小学校から今まででトラブルにあったことはありますか？

Q30　Q29であると答えた場合どのようなトラブルでしたか？

表29のとおり、「ない」が113名（71.1%）と最も多く、「ある」では42名（26.4%）、となった。表30の「トラブルの内容」では「いじめ」が32名と最も多く、詳細は不明であるが、昨今の社会問題が身近に存在することがうかがわれた。また「ストーカー・痴漢」10名や「SNS での中傷行為」５名、「DV 行為」４名と深刻なトラブルも見られ、その経験が後の人生や生活に悪影響となる可能性も否定できないことが懸念される結果となった。なお、Q29で「ある」と答えた学生42名に対し、Q30でその内容を聞いているが回答数は51名となり、複数回答や「ある」と答えた学生以外の回答も含まれているなど、質問の読み違えが発生したと推測される。

Q31　社会人になるために身につけておく必要がある生活習慣とは何だと思いますか？

表31のとおり、「言葉づかいや挨拶」と答えたのが75名（47.2%）、「公共マナーや身だしなみ」は39名（24.5%）、「時間厳守」では34名（21.4%）となり、「金銭感覚」は７名（4.4%）と僅かにとどまった。このように一般的な社会人マナーや生活習慣は、日常から自然に身につくことが望ましいと考えられることから、学内環境だけでなく家庭での習慣として培ってほしい。全国短期大学生の状況では「報告書」の結果も同様の順位となっている。

Q32　社会人になるために身につけておく必要がある生活習慣とは何だと思いますか？

表32のとおり、「転職しても自分に合った仕事がしたい」77名（48.4%）が、「同じ職場で長く勤めたい」の66名（41.5%）を上回っており、日本における年功序列を重視する旧型の働き方を目指す考え方は徐々に薄れている傾向が現れている。また、

表29　トラブルの有無

Q29	人数	%
1．ない	113	71.1%
2．ある（小学校・中学校・高校・大学・その他）	42	26.4%
無回答	4	2.5%
計	159	100.0%

表30　トラブルの内容

Q30	人数	%
1．いじめ	32	20.1%
2．痴漢・ストーカー	10	6.3%
3．DV 行為	4	2.5%
4．SNS での中傷行為	5	3.1%
無回答	108	67.9%
計	159	100.0%

表31　必要な生活習慣

Q31	人数	%
1．時間厳守	34	21.4%
2．公共マナーや身だしなみ	39	24.5%
3．言葉づかいや挨拶	75	47.2%
4．金銭感覚	7	4.4%
無回答	4	2.5%
計	159	100.0%

表32　働くことについて

Q32	人数	%
1．同じ職場で長く勤めたい	66	41.5%
2．転職しても自分に合った仕事がしたい	77	48.4%
3．フリーターで良い	3	1.9%
4．働かない	0	0.0%
無回答	13	8.2%
計	159	100.0%

「概要報告」でも「会社に縛られない生き方をしたい」と答えている大学生が67.6%いるが、本学でも47.5%で「転職しても自分に合った仕事がしたい」という考え方と傾向が似ている。しかし、「報告書」の結果では「一つの職場で長く勤めたい」が39.1%、「転職をしても自分にあった仕事をみつけたい」は14.5%となっており本学の結果と異なっている。この比較については「報告書」にある調査対象学生の専門領域が現況からの推測として、本学学生の「職場」「転職」に対する認識も不明確であることを前提とした仮説を述べれば、短期大学では学習分野で幼児教育や保育分野で学ぶ１年生が多いことや、専門職の学習意識などからこのような違いが生じたようにも考えられる。

3-4　クロス集計による考察

生活行動と学生の心的要素に何らかの関連があるかどうかを複数の質問項目を抽出しクロス集計を行った。

3-4-1　学生生活の充実度と学生生活満足の理由および休暇の過ごし方

学生生活の充実度と関連している項目があるかを検討するために、「学生生活の充実度」と「学生生活満足の理由」および「休暇の過ごし方」について検討した。学生生活が「充実している」と回答した40名の学生のうち、「何でも話せる友人の存在」を挙げたものが18名、「自由に過ごせる」を挙げたものが16名と、この二つで９割を占めた（表33）。「まあまあ充実している」と回答した学生もそれぞれ21名、66名と「友人の存在」と「自由に過ごせる」ということでほぼ９割であった。ただし、「まあまあ充実している」場合は、友人の存在よりも「自由に過ごせる」が３倍ほどおり、「充実している」と答えた学生とは比率が異なっていた。短期大学での生活は高校などに比べて自由度の高さに満足している傾向は全体的に見られるものであるが、満足度の違いによって比率が異なっているところが興味深い。少人数ではあるが、「あまり充実していない」という16名の回答者のうち、９名は「自由に過ごせる」ことを学生生活満足の理由としており、「充実していない」と答えた３名のうち２名も同様である。

表33　満足度と満足度の理由

Q03×Q14	何でも話せる友人の存在	クラブ・サークル活動	自由に過ごせる	その他	計（人）
充実している	18	6	16		40
まあまあ充実している	21	7	66	5	99
あまり充実していない	3	1	9	3	16
充実していない			2	1	3
無回答			1		1
計	42	14	94	9	159

「白書」では、大学に入ってよかったと思う点として「友人を得たこと」68.1%、「知識や技術が身についたこと」62.9%、「趣味やスポーツを楽しめること」41.4%などが上位となっている。「興味ある授業」と「知識・技術が身についたこと」をほぼ同義と考えると、本学学生も４年制私大生も高い割合を示しているが、４年制私大生では、「友人を得たこと」が68.1%で最高の割合となっていた。一方、本学学生では「何でも話せる友人の存在」が約30%となっている。選択肢や解答方法が異なるので、そのまま比較はできないが、短大の学生生活が２年間であるということも考慮すると、「友人との交流」の意義、重みは大きいと言えるだろう。「充実度」と「満足内容」に「授業以外で時間をかけていること」を加えてみたところ（表34）、「充実している」「まあまあ充実している」と答えた学生の中で、「自由に過ごせる」を挙げた16名、66名のうち、それぞれ10名、40名と６～７割が友人との交流に時間をかけていると答えていた。間接的ではあるが、やはり友人との交流が学生生活にとって大きな位置を占めていることが示唆される。一方、「あまり充実していない」と答えた９名のうち６名

表34　満足度と満足度の理由および休暇の過ごし方

Q03×Q19×Q14	何でも話せる友人の存在	クラブ・サークル活動	自由に過ごせる	その他	計（人）
充実している	18	6	16		40
クラブ・サークル活動	1	6			7
友人との交流	11		10		21
自習・資格勉強	5		3		8
その他	1		3		4
まあまあ充実している	21	7	66	5	99
クラブ・サークル活動		5	5		10
友人との交流	17	1	40	2	60
自習・資格勉強	3	1	12	2	18
その他	1		7	1	9
無回答			2		2
あまり充実していない	3	1	9	3	16
クラブ・サークル活動	1				1
友人との交流	1	1	6	2	10
自習・資格勉強			3		3
その他	1			1	2
充実していない			2	1	3
友人との交流			1		1
自習・資格勉強			1		1
その他				1	1
無回答			1		1
友人との交流			1		1
計	42	14	94	9	159

も友人との交流に時間をかけていると答えていた。以上のことから、友人との交流が大学生として過ごす時期において時間を使う主要な事柄であるとはいえるだろうが、必ずしも大学生活の充実を意味しているわけではないといえそうである。今後、友人との交流の内容や質を含めて検討することが必要と考えられた。

学内での過ごし方については、今回の回答方法が単一回答方式であったことも影響していると思われるが、学内で自習や資格の勉強をしたりしていることに時間をかけていることを挙げた学生は少なかった。ラーニングコモンズを活用したグループ学習による積極的な学習を促すことを考えた場合、「友達」と「自由に過ごせる」時間を何らかの学びの時間とつなげるような工夫を考えることが有効ではないかと思われる。これは休暇の時間がほぼアルバイトと遊び等で占められており、勉強に充てている学生が圧倒的に少ないという状況を変えていくためにも必要である。

休暇の過ごし方は、学生生活に満足している理由にかかわりなく、「アルバイトが多く勉強をしている学生はほとんど見られない」、という教員としては残念な結果となった。

このことはアルバイトをしている108名の内、生活費をアルバイトの収入で賄っている学生が54名おり、生活費を稼ぐためのアルバイトというやむを得ない面もあると考えられる。ただし、アルバイトが必要であるという切迫感がどの程度かが不明なため、これらの結果をもって、奨学金等を充実したら休暇時間がより学習のために使用されるかどうかは明確には言えないだろう。たとえば、アルバイトで生活費を稼いでいるわけではない残り半数は、収入を遊びやショッピング、趣味その他に自由に使っている可能性も考えられる。大学時代においてアルバイト経験自体は有意義でもあるので、少なくとも修学のためにやむを得ない場合を除いて、大学生活の時間をもっと学習時間にも割り振る事に学生が意味を見いだせるような指導が必要となるだろう。

なお、「通学時間」や「居住形態」と「アルバイト」について検討したが、特に目立った特徴は見られなかった。

3-4-2　学生生活の充実と朝食の摂取状況

大学生活において、生活習慣の乱れは時々指摘されることである。そこでまず朝食のとり方と充実度について検討した（表35）。

表35　充実度と朝食摂取状況

Q21×Q03	充実している	まあまあ充実している	あまり充実していない	充実していない	無回答	計（人）
必ず食べる	22	60	6			88
ほぼ毎日食べる	9	22	7	2	1	41
ほとんど食べない	4	14	1	1		20
食べない・食べられない	5	3	1			9
無回答			1			1
計	40	99	16	3	4	159

「充実している」と回答した40名中、「ほとんど食べない、食べられない」は９名（22.5%）、「まあまあ充実している」では99名中17名（17.2%）、「あまり充実していない」では16名中２名（12.5%）、「充実していない」では３名中１名（33.3%）となった。また「ほとんど食べない、食べられない」と回答した29名中26名（89.7%）は「充実している」、「まあまあ充実している」と答えていた。充実度と朝食との関連はそれほど明瞭ではないと言えるだろう。これは「白書」による結果では朝食を食べる学生の充実度は高いと考察していることと比較すると、本学では異なる傾向が見られたことになる。その理由として一つには有効データ159名のうち、自宅からの通学者が129名と大半を占めていることが考えられる。また、そもそも159名のうち87.4%の139名が「充実している」、「まあまあ充実している」と回答していることも挙げられる。ただし朝食をとることが大学生活の充実度とは無関係であるとまでは言えず、すくなく

とも朝食をとらないことが好ましくないことはよく知られている。また充実度が表す内容が多岐にわたっていることも忘れてはならない。

3-4-3　睡眠時間と就寝時間との関連

大学生活では生活リズムが乱れるなどが起きやすい。そのため睡眠不足のまま授業に出たりするということも珍しくない。その点についていくつかの質問項目を併せて、生活の様子について検討した。まず睡眠時間と就寝時間の関係について検討した(表36)。24：00から2：00に就寝する学生が最も多く、その睡眠時間は５時間～６時間となっていた。単純に言えば、朝は６時から８時の間には起きているということになるだろう。睡眠時間自体は８割弱が６時間未満であった。就寝時間が遅い場合は睡眠時間はそれに沿って短くなっている。就寝時間が早い場合は睡眠時間も６時間以上が多く、就寝時間と睡眠時間は通学のための起床時間によってある程度一定であり、睡眠時間で調整しているものと思われ白書の結果と同様を示している。また睡眠時間、就寝時間と満足度との間に特に明確な関係は見られなかった。

表36　睡眠時間と就寝時間との関連

Q10×Q11	22時以前	22時～ ０時の間	０時～ ２時の間	２時以降	無回答	計（人）
４時間以内	1		7	10		18
４時間以上５時間未満		3	22	4		29
５時間以上６時間未満		18	60			78
６時間以上	3	20	11			34
計	4	41	100	14	3	159

3-4-4　朝食の摂取状況と睡眠時間および就寝時間との関連

朝食を「必ず」もしくは「ほぼ毎日」食べるという学生が多かったが（81.1%）、睡眠時間や就寝時間との間に何らかの傾向が見られるかを検討した（表37、表38）。

結果は、睡眠時間が短いほど、「ほとんど食べない」、「食べない」の人数割合が増える傾向が見られたが、「ほとんど食べない」、「食べない」学生自体が全体の２割ほどであること、また、睡眠時間が長いものの中にも、「ほとんど食べない」、「食べない」学生がいることから、夜更かしして通学間際まで寝ているために朝ご飯を食べられないのではないかというような明確な関連は見いだせなかった。

また、就寝時間は先に述べたように、寝る時間が早いほど睡眠時間は長めになる傾向があり、かといって夜更かしして午前中寝ているような傾向は見られなかったこと、すなわち朝は８時くらいまでには起きている学生が多いようであることもあり、

表37　朝食の摂取状況と睡眠時間

Q10×Q21	必ず食べる	ほぼ毎日食べる	ほとんど食べない	食べない・食べられない	無回答	計（人）
4時間以内	7	4	4	2	1	18
4時間以上5時間未満	12	12	2	3		29
5時間以上6時間未満	42	22	11	3		78
6時間以上	27	3	3	1		34
計	88	41	20	9	1	159

表38　朝食の摂取状況と就寝時間

Q11×Q21	必ず食べる	ほぼ毎日食べる	ほとんど食べない	食べない・食べられない	無回答	計（人）
22時以前	3				1	4
22時～0時の間	30	7	3	1		41
0時～2時の間	50	28	15	7		100
2時以降	5	6	2	1		14
計	88	41	20	9	1	159

朝食との関連は睡眠時間と同様に明確なものは見られなかった。ただし、弱い傾向ではあるが、「22時から0時の間」に寝ており、睡眠時間が「6時間程度」の学生は朝食も摂るようにしている傾向が見られた。

3-4-5　朝食の摂取状況と夕食の摂り方との関連

食生活に関してはごく少数であるが気になる学生がいることが示された。たとえば、その理由は不明だが、「夕食を食べない」と回答した学生は5名おり、そのうち1名は朝も「ほとんど食べない」と回答していた（表39）。

夕食については、自宅生の大半は「自宅で」、一人暮らしは「自炊で」というほぼ想定通りの回答となった（表40）。その一方で、自宅生でありながら「外食をする」と回答した学生が5名、「食べない」と回答した学生が5名とやはり気になる結果となった。また「孤食」という言葉もあるように、家族といながら1人で食べるという現象が20年ほど前から指摘されており、今回の調査でも自宅生122名中の約2割の27名が「1人が多い」と回答していた。この27名のうち18名は食事時間が20時以降と遅い傾向が見られた。しかし「家族と食べることが多い」という91名中にも20時以降は36名おり、時間だけの問題とはいえないだろう。もちろん各家庭それぞれの事情や納得のいく理由がある可能性も高いし、「1人で食べる」の内容が文字通り1人で食べているのか、誰かとコミュニケーションをとりながら1人だけが食べているのかという点がやや曖昧である。そのため、この結果から孤食であると断じるのも早計であろう。それでも、孤食の問題が時にコミュニケーション能力との関連で取り上げられる

表39　朝食の摂取状況と夕食の摂取形態

Q23×Q21	必ず食べる	ほぼ毎日食べる	ほとんど食べない	食べない・食べられない	無回答	計（人）
自宅で	69	32	16	5		122
自炊	16	6	1	2		25
外食		2	2	2		6
食べない	3	1	1			5
無回答					1	1
計	88	41	20	9	1	159

表40　夕食の摂取形態と居住形態

Q23×Q07	自宅	大手前学園の寮	寮以外で一人暮らし	その他	計（人）
自宅で	117	1	1	3	122
自炊	2	8	15		25
外食	5		1		6
食べない	5				5
無回答			1		1
計	129	9	18	3	159

ことも考慮すると、少数とはいえこれらの学生については、詳しい調査と、場合によっては何らかの援助を考えることは必要かもしれない。

3-4-6　充実度と不安や悩みとの関連

学生生活の充実度にかかわりなく、学校での悩みは「進路・就職のこと」が多かった（表41）。また、「プライベートな不安や悩み」については（表42）、「まあまあ充実している」と回答した99名のうち25名（25.3%）、「あまり充実していない」と回答した16名のうち５名（31.3%）、「充実していない」と回答した３名中２名（33.3%）が「性格」のことを挙げているのがやや目立った。卒業後の進路や就職のことを悩むのはむしろ健全であるとも言えるので、それが悩みであるというのは納得できるところである。それに対して、「充実している」以外の回答者に、「性格」のことを挙げている割合が多いのは指導上注目すべき点かもしれない。「プライベートな不安や悩み」に「性格」を挙げた35名のうち、19名（54.3%）は「進路・就職のこと」を悩みとしてあげているので、この性格についてとは、コミュニケーションや社会的対人関係等に関連している可能性が示唆される。これらも人数的には少数であるので個別的に内容把握することが必要であるが、就職活動で苦戦するようなタイプが含まれているのであれば、それらを意識した指導助言が好ましいと思われる。

表41　充実度と学校での不安や悩み

Q27× Q03	充実している	まあまあ充実している	あまり充実していない	充実していない	無回答	計（人）
学業のこと	6	13	1	1		21
進路・就職のこと	26	67	11	1	1	106
学費・生活費など	3	8		1		12
友人関係	3	9	3			15
無回答	2	2	1			5
計	40	99	16	3	1	159

表42　充実度とプライベートな不安や悩み

Q28× Q03	充実している	まあまあ充実している	あまり充実していない	充実していない	無回答	計（人）
心身の健康のこと	17	29	2		1	49
対人・恋愛関係のこと	15	29	6	1		51
家族関係のこと		7	1			8
性格のこと	3	25	5	2		35
無回答	5	9	2			16
計	40	99	16	3	1	159

3-4-7　クロス集計のまとめ

いくつかの項目を、主に学生生活の充実度を軸としながら集計し検討した内容をまとめると、本学学生の大多数が「まあまあ充実している」以上の充実度を感じており、総じて大学生活に適応していると言えそうである。大学での過ごし方は、学業というよりは友人関係を中心としており、この点については学業部分の比率が増すことが望ましいであろう。全体傾向として充実度と明確な関連が見られた項目はほとんどなく、それぞれがある程度充実感を感じながら過ごしていると言えそうである。その上で少数ではあるが、気になる学生の存在も示された。ただその具体的内容は個々人によってかなり異なることも想像されるため、今後はより詳細な内容を加えて調査することが必要であろう。またアンケート自体が自己申告であるので、例えば学業成績や就職状況など、より客観的な指標を加えることも有効であろう。

4．考察と今後の課題

生活状況調査のアンケート結果から、大手前短期大学の学生像は概ね次のような傾向を示している。

短期大学への「満足度」、「学生生活の充実度」は高く、その理由は「自由な時間」と「興味深い授業」であり、多様な学生ニーズに沿って就職力を高めるために構成された本学の教育体系が満足度の要因であろう。しかし、学生によっては拘束の強い高

校生活と比較して自由に過ごせるあまり安易な生活が続くことで、就職してからの厳しさに対応できないのではと危惧される。したがって教育側の課題としては、「自由に過ごせる時間」を、目標をもち、その目標を達成することによる満足感が得られるように学習に導いていく工夫や施策が今以上に必要であると思われる。たとえば「友人との交流」の時間を、共に学ぶための「学びの場」として提供されている「ラーニング・コモンズ」や図書館など、学内施設の使用の推奨を授業やさまざまな機会を通じて行い、促すことも必要と思われる。また、生活費をアルバイトで賄っている学生が約 4 割おり、経済事情などからはアルバイトが不可欠なものであることは否めないが、本分は学生であることから計画的な就労を心がけるような指導も必要であろう。その他、食生活などでは大多数の学生が朝食をはじめ、 3 食しっかり摂っており、全国の学生と比較しても遜色なく健康的な生活状況であった。また、ボランティア活動やインターンシップなどへの参加率が全国の学生と比較して高かったことは、本学での就職指導、社会・地域貢献活動の充実による成果と考えられる。今後、さらなる学生の能力向上のために指導内容をより一層整えるよう提案したい。

謝辞

アンケートにご協力いただきました方々に感謝いたします。

注

1)『私立大学学生生活白書 2015』、一般社団法人日本私立大学連盟　学生委員会学生生活実態調査分科会編、平成27年 9 月
2)「学生生活に関する調査報告書」、日本私立短期大学協会　学生委員会報告、平成27年12月
3)「2014年大学生の意識調査」、全国大学生活協同組合連合会　概要報告

質問用紙

ライフデザイン　2017年度　アンケート　質問用紙

このアンケートは学生生活における健康に関する現状を調査するために実施します。集計結果はこの目的以外には利用しません。解答用紙は無記名でみなさんの不利益になることは一切ありませんので率直な回答をお願いします。実施後は質問用紙、回答用紙ともに回収致します。回答はすべて主なものを１つだけ選んでください。

あなたが主として学んでいるコースや分野をＡエリアとＢエリアからそれぞれ選んでください。

Ｑ１．Ａグループ（ここになければ選ばなくても良い）
１．ビジネスキャリア　２．英語コミュニケーション　３．ファッションビジネス
４．建築・インテリア

Ｑ２．Ｂグループ（ここになければ選ばなくても良い）
１．心理・福祉　２．アート＆ Web デザイン　３．スイーツ学・食文化
４．共通教育、その他（　　）

Ｑ３．現在の学生生活は充実していますか？
１．充実している　２．まあまあ充実している
３．あまり充実していない　４．充実していない
３．４.と答えた場合、理由をお書きください。
（　　）

Ｑ４．授業の予習時間（実習、実技も含む）は１週間では平均どれくらいですか？
１．１時間未満　２．１時間以上２時間未満　３．２時間以上３時間未満　４．３時間以上

Ｑ５．授業の復習時間（実習、実技も含む）は１週間では平均どれくらいですか？
１．１時間未満　２．１時間以上２時間未満　３．２時間以上３時間未満　４．３時間以上

Ｑ６．本を１週間で何冊読みますか？
１．１～２冊　２．３～４冊　３．５冊以上　４．ほとんど読まない

Ｑ７．現在の居住形態は次のどれですか？
１．自宅　２．大手前学園の寮　３．寮以外で一人暮らし　４．その他（　　）

Ｑ８．通学の交通手段は次のどれですか？
１．徒歩　２．電車　３．バス　４．バイク（原付含む）・自転車

Ｑ９．通学時間（片道）はどれぐらいですか？
１．30分以内　２．30分以上１時間未満　３．１時間以上１時間30分未満
４．１時間30分以上

Q10. 睡眠時間はどれくらいですか？（休日は除く）
１．４時間以内　２．４時間以上５時間未満　３．５時間以上６時間未満　４．６時間以上

Q11. 就寝時間は何時頃ですか？（休前日は除く）
１．22時以前　２．22時～０時の間　３．０時～２時の間　４．２時以降

Q12. あなた自身の生活費は主にどのように賄っていますか？
１．保護者　２．奨学金　３．アルバイト　４．その他（　　）

Q13. アルバイトをしていますか？
１．している　２．過去にした　３．現在探している　４．したことがない
１．と答えた場合、週に何時間程度かお書きください。（　　時間 ）

Q14. 学生生活のどのようなところに満足していますか？
１．何でも話せる友人の存在　２．クラブ・サークル活動　３．自由に過ごせる
４．その他（　　）

Q15. 短期大学のどのようなところに満足していますか？
１．大学の雰囲気　２．興味のある授業　３．教育施設等が充実
４．質問・相談できる先生の存在

Q16. クラブ、サークルなど（ボランティア活動を含む）に参加したことがありますか？
またはしたいですか？
1．学内公認（サークル含む）に所属　2．学外団体に所属　3．ボランティアに参加
4．全く無い

Q17. Q16で参加したことがある、またはしたい場合の理由はどれですか？
1．友人づくり　2．思い出づくり　3．誘われた
4．以前から続けていた・興味があった

Q18. Q16で参加したことが無い、またはしたく無い場合の理由はどれですか？
1．入りたい団体が無い　2．忙しい　3．人間関係が苦手
4．その他（　　）

Q19. 学内にて授業以外で時間をかけているものは何ですか？
1．クラブ・サークル活動　2．友人との交流　3．自習・資格勉強
4．その他（　　）

Q20. 休暇は主に何をして過ごしますか？（主要なもので結構です）
1．勉強　2．アルバイト　3．遊びやショッピング
4．趣味、その他（　　）

Q21. 朝食は食べていますか？
1．必ず食べる　2．ほぼ毎日食べる　3．たまに食べる　4．食べない・食べられない

Q22. 昼食はどうしていますか？
1．学校施設（カフェテリア・学内生協）を利用
2．学外施設（コンビニ・スーパー・レストラン等）を利用
3．弁当持参
4．食べない（理由　　）

Q23. 夕食はどうしていますか
1．自宅で　2．自炊　3．外食　4．食べない

Q24. 夕食は何時ごろに食べますか？
1．18時～20時　2．20時～22時　3．22時～24時　4．24時以降

Q25. 夕食は誰かと一緒に食べますか？
1．家族が多い　2．１人が多い　3．友人が多い
4．その他（　　）

Q26. 食事内容は栄養や身体のことを考えていますか？
1．いつも考えている　2．時々考える　3．好きな物しか食べない
4．意識していない

Q27. 今抱えている学校での不安や悩み、気になっていることはどのようなことですか？
1．学業のこと　2．進路・就職のこと　3．学費・生活費など　4．友人関係

Q28. 今抱えているプライベートな不安や悩み、気になっていることはどのようなことですか？
1．心身の健康のこと　2．対人・恋愛関係のこと　3．家族関係のこと
4．性格のこと

Q29. 小学生から今まででトラブルにあったことはありますか？
1．ない
2．ある（　小学校　中学校　高校　大学　その他　　）

Q30. Q29であると答えた場合そのようなトラブルでしたか？
1．いじめ　2．痴漢・ストーカー　3．DV 行為　4．SNS での中傷行為

Q31. 社会人になるために身につけておく必要のある生活習慣とはなんだと思いますか？
1．時間厳守　2．公共マナーや身だしなみ　3．言葉づかいや挨拶　4．金銭感覚

Q32.「働くこと」についてどのように考えていますか？
1．同じ職場で長く勤めたい　2．転職しても自分に合った仕事がしたい
3．フリーターで良い　4．働かない

※アンケートは以上です。ご協力ありがとうございました。