

目的 昨年、睡眠時間の多寡の生活時間への影響について調査し、睡眠6時間以下群、9時間以上群に問題のあることを発表した。今回、増加しつつあるアルバイトの影響について検討したので報告する。

方法 1、調査年月日 平成元年6月23日(平日)、24日(土)、25日(日)の3日間 2、対象 本学学生456名 3、生活時間調査 5分刻みの調査表を用いた。4、生活時間 1)起床、就床時刻 2)生理的時間 3)移動時間 4)家事時間 5)アルバイト時間 アルバイト有無の2群に区分 6)社会的文化的時間(含在学時間) 7)在宅時間および起床在宅時間 5、集計、分析 生活時間各項目について \bar{X} 、SDを算出、アルバイト有無別、曜日別比較を行った(t検定、相関関係)。

結果 1)アルバイト学生群の仕事時間は平日($n=111$) 240 ± 87 分、土($n=152$) 321 ± 107 分、日($n=174$) 426 ± 146 分であった。2)全学生について仕事時間と生活時間各項目の間に $p < 0.001$ の有意差を示した項目は、平日、土、日とも食事時間、家事時間、勉強時間、社会的文化的時間、在宅、起床在宅時間であった。3)アルバイト群と他の学生群との間に $p < 0.001$ の有意差を示した項目は平日、土、日とも社会的文化的時間、勉強時間、TV、VTR視聴時間、在学時間、起床在宅時間であった。4)アルバイト群のみについて仕事時間と生活時間間に1%の有意水準で相関があったのは平日、土の移動時間、起床在宅時間、土、日の生理的時間、娯楽、交際時間、在学時間であった。5)学業成績との関係では、全学生で日曜の仕事時間との間に、アルバイト群で平日の仕事時間との間に1%有意水準の高い相関が見出されている。