

【目的】自立した生活者を目指して歩むことが望まれる大学生のライフスタイルの現状には様々な問題が見受けられる。生活の質を検討するとき、生活時間の内容が問題とされるが、高校時の概ね規則的な生活と比較するとその変化は著しい。本研究では女子短大生のライフスタイルの実態を把握することを目的として生活時間調査を行い、起床在宅時、外出時における生活行動の出現傾向について検討した。さらに、自宅通学生、寮生、一人暮らしの学生の3分類による生活時間の特徴について考察した。

【方法】北九州地区の女子短期大学に在籍する2年生を対象に、2000年6～7月および11～12月、配票留置法による質問紙調査を行った。配布数210票、有効回答数203票、有効回収率96.7%であった。調査内容は平日と土・日曜日の連続した3日間の行動についての時間毎の記録、摂食状況、アルバイトの意義や収入の用途などである。行動の分類はNHK国民生活時間調査を参考にした。

【結果】就寝時間は平日、土・日曜日とも同様の傾向を示し、深夜12時以降起きている者が60%以上を占めている。起床時間は土・日曜日は平日より遅い者が多く、自宅通学生や一人暮らしの学生にその傾向が大きい。アルバイトには平日で約40%、土・日曜日で約50%の者が従事しており、また、平均従事時間は約6時間に及び、平日より土・日曜日に長い傾向を示す。従事者は自宅通学生が最も多く、全体として午後9時以降の従事者も少なくない。起床在宅時の生活行動ではテレビ視聴に占める時間が最も長く、50%以上の者が2時間以上視聴していることが明らかになった。