

大学生の余暇活動と生活の質に関する研究

菅野 健¹・大森 宣暁²・長田 哲平³

¹学生会員 宇都宮大学 大学院工学研究科 (〒321-8585 栃木県宇都宮市陽東7-1-2)

E-mail: mt176426@cc.utsunomiya-u.ac.jp

²正会員 宇都宮大学教授 地域デザイン科学部 (〒321-8585 栃木県宇都宮市陽東7-1-2)

E-mail: nobuaki@cc.utsunomiya-u.ac.jp

³正会員 宇都宮大学助教 地域デザイン科学部 (〒321-8585 栃木県宇都宮市陽東7-1-2)

E-mail: osada-teppey@cc.utsunomiya-u.ac.jp

近年、大学キャンパスの都心回帰の動きを一つの要因として、地方都市における若年人口の減少が問題となっている。そのため、今後の大学キャンパスやその周辺等の施設立地を考える上で、学生が大都市部と地方のどちらで学生生活を送ることが幸福であるかを把握することが重要である。本研究は、首都圏および地方都市の大学生の余暇活動と主観的幸福感との関係を明らかにすることを目的とする。分析の結果、大都市部の大学であるほど余暇施設数や余暇活動に対する満足度および主観的幸福感が高いことがわかった。また、学年、交際相手の有無やサークルや部活動への所属、余暇活動の頻度が、主観的幸福感に影響を与えることがわかった。

Key Words : *Leisure activities, university students, subjective well-being*

1. はじめに

(1) 研究の背景と目的

少子高齢化社会に直面するわが国において、地方都市では、少子化による人口の自然減に加え、社会減が課題である。特に若者は、その傾向が顕著であり、都心回帰を続けている。若者の居住地選択における大きな分岐点として、高校卒業後の大学選択時が挙げられる。大学卒業後の就職場所として、地元に戻らずに大学所在地近辺を選択する学生は少なくない。すなわち、大学の選択が、その後の若者の居住地の選択を大きく左右すると言える。しかし、現在のわが国では、大学キャンパスの都心回帰の動きが増えてきており、若者の人口が大都市部に集中する傾向がある。実際に、全国知事会では「地方創生」を目的とし、大学キャンパスの地方移転について議論¹⁾が行われた。これを受け、大学の都心回帰問題の対策を行うことが閣議決定している。これらのことから、学生が大学を選択する際や、卒業後に大学所在地に居住したかどうかの判断材料となる要因を明らかにすることにより、地方創生の実現に寄与するものと考えられる。そこで、学生にとって、大都市部と地方の大学のどちらの大学で学生生活を過ごすことが幸福であるかを明らかにすることは、今後の都市計画において大学キャンパスやその周辺等の施設立地を考える上で大いに参考となる。

ここで、内閣府の世論調査²⁾によると、20代の若者は今後の生活において、住生活よりもレジャー・余暇生活を重視している割合が高く、4割以上の人が重視しているとの結果が出ている。また、張らの研究³⁾においても、人々の幸福度は様々な要素から構成されているが、余暇もその一つであると述べている。そのため、学生においても余暇生活を重視し、それを大学選択の一つの要因として捉えるのではないかと考えられる。

以上の背景から、本研究では、学生の生活の質を捉える指標としての主観的幸福感に影響を与える要因の一つである、余暇活動の実態と意識を明らかにする。

(2) 既存研究の整理と本研究の位置付け

余暇活動に関する研究として、例えば森本ら⁴⁾は、20～40歳代の世代に着目して、居住意向と余暇活動に関する調査を行い、余暇活動の実態と、若者の都市定着に影響を与える因子について分析した。その結果、個人属性ごとの余暇活動の実態等を確認した。また、地域定着や移住を視野に入れ、余暇活動機会を提供する際には、対象とする個人属性による余暇活動の嗜好の違いを十分に考慮し、施設配置を行うことが重要であることを指摘した。安森ら⁵⁾は、福岡市都心部の企業や官公庁で働くサラリーマンやOLを対象に、福岡市都心部の繁華街における夜の活動実態および意識に関する調査を実施した。

その結果、福岡の夜の繁華街での活動は、時間、お金、体力、家族など、多様な要因に制約されており、活動を行う日はある特定の曜日に集中させたいという人が大部分であることを明らかにした。また、金曜日に公共交通機関の運行時間の延長を行うという時間制約緩和策に対する夜の活動の変更意向を分析した結果、月～木曜日の来街頻度があまり減ることなく金曜日の活動が活発になり、通勤交通手段を自動車から公共交通に転換させる可能性を示した。

一方、主観的幸福感や生活の質に関する研究は、多様な分野において行われている。伊藤ら⁶⁾は、心理的健康を測定する簡便な尺度として、主観的幸福感尺度を作成した。学生を対象に、心理的健康とストレス度を測定する項目について調査を行うことで、青年期における主観的幸福感尺度を作成し、信頼性と妥当性を確認した。この調査を、社会人を対象に行い、青年期以降の主観的幸福感尺度を作成し、信頼性と妥当性を確認した。さらに、2つの調査を比較することにより、青年期以降の主観的幸福感尺度の信頼性と妥当性をより強いものにし、年齢別での傾向等も明らかにした。祁ら⁷⁾は、日本と中国の大学生を対象とし、主観的幸福感について、現存する三つの幸福度評価尺度を比較検討することを目的として調査を行った。その結果、主観的幸福感の全体得点に日中間の有意差がないこと、中国人の方が日本人よりも自己効力感が高いこと、学校適応感の高い学生の主観的幸福感が高いことが明らかとなった。また、学生の主観的幸福感が、学校内の環境から大きな影響を受けること、同じ学校であっても日中間での差異があることが明らかになった。田中ら⁸⁾は、居住地域の違いが、住民の主観的幸福感に与える影響を把握するために、個人属性、自然環境、交流やつながり、生活基盤や地域との関わり等について、地域類型別に幸福度との関係を分析した。その結果、全国規模で行われた調査と、独自の調査との違いとして、学歴が高いほど幸福度が低いこと、婚姻状況で離別であることが幸福度に影響を与えることが確認された。さらに、物的資本が中心部と近郊部で、社会関係資本は中心部と山間部で幸福度に影響を与えていることを明らかにし、地域別での影響の違いを確認した。高橋ら⁹⁾は、異なる二つの県の大学生に着目し、ヘルスプロモーションを具現化するモデルとして注目されている PRECEDE-PROCEED モデルについて、ライフスタイルのコントロールの程度が健康度や QOL に逐次的に因果的に影響を及ぼすことを確認するために分析を行った。結果として、ライフスタイル・コントロールは健康度に影響を与えること、健康度は QOL に影響を与えること、モデルの頑健性が高く、大学生のライフスタイルの様態を把握する評価指標として有効であることを確認した。山口ら¹⁰⁾は、国内の私立大学 3 校に在学する大学生に

着目し、「大学生版 QOL 尺度」の信頼性と妥当性を確認するための分析を行った。その結果、男性よりも女性の方が QOL の平均値は高くなり、尺度の信頼性と妥当性についても、満足できる水準であることが明らかになった。また、QOL 尺度得点に対するストレスコーピングの影響の分析においては、「肯定的解釈」が総 QOL および「精神的健康」と比較的強い相関を示すことが明らかになった。さらに、「精神的健康」には、「気晴らし」、「肯定的解釈」、「計画立案」が影響していることが明らかになった。また、張らは、市民生活とそれに関わる諸事象を人間行動の視点から研究する市民生活行動学を提唱し、そのうちの一部で、人々の幸福度が非常に多くの要素から構成されていることを示した³⁾。さらに、幸福度に関する先行研究や現在行われている生活行動を把握する調査を整理し、今後の幸福度に関する研究の必要性を示した。

以上の既存研究を踏まえて、本研究では大学生を対象に、大都市部から地方まで複数の大学の学生に対するアンケート調査を通して、学生が余暇生活を重要視していることを確認し、余暇活動の実態と、それが生活の質を表す指標である主観的幸福感に影響を与える要因を探り、若者にとって魅力的な都市の在り方の実現に向けた基礎的知見を得ることを目的とする。この目的を果たすために、学生の個人属性に加え、余暇活動の実態と意識、主観的幸福感等を質問するアンケート調査を行う。その際、大学の所在地別の個人属性の違いや、余暇活動の実態と意識について基礎的分析を行った後、それらの要因が複合的にどのように主観的幸福感に影響を与えるかについて、包括的な分析を行う。なお本研究では、飲酒を伴う活動の実態を把握するため、学年が「学部3年生～修士2年生」を対象に調査を行うこととする。

2. 若者の余暇活動に関する調査と分析

(1) 調査概要と調査対象大学の分類

学生の余暇活動の実態と意識および主観的幸福感との関係を把握するために、2016年12月に、筆者らは、首都圏および地方都市にキャンパスを有する大学に在籍する学部3年～修士2年の学生、計1,348人を対象に、アンケート調査を実施した。調査項目の検討に際して、余暇活動や学生の生活実態と主観的幸福感との関係に図-1のような仮説を立てた。これらの「個人属性」、「余暇活動の実態と意識」、「主観的幸福感」等を調査項目とした。調査概要を表-1に示す。ここでの主観的幸福感は、内閣府の調査¹¹⁾に準拠し、「現在、あなた自身はどの程度幸せですか。」という設問を用い、「非常に幸せ」を10点、「非常に不幸せ」を0点として用いる。性・学年・所在

地別サンプル数を表-2に示す。なお、余暇活動については、以下の2種類に分けて実態と意識を質問した。

- ・飲酒：自由な時間に自宅，友人宅，その他の場所で行う飲酒を伴う活動，例) 居酒屋・バーに行く，大学やサークルや部活動などの飲み会に参加する，自宅や友人の家などで飲むなど（お酒を飲めない人は，一緒にいる人が飲酒をする場合を考えてもらった）。
- ・趣味・娯楽：自由な時間に自宅外で行う趣味・娯楽活動，例) スポーツ，カラオケ，ゲームセンター，パチンコ・スロット，映画館，遊園地，スポーツ観戦など（サークル・部活動を趣味・娯楽と考える人はこれを趣味・娯楽として回答してもらった）。

また、余暇活動実態には、大学の所在地が大きく影響していると考え、調査対象とした大学の所在地を「東京23区」、「東京23区外，千葉，埼玉，神奈川」，「その他の地方都市」と3分類し，比較・分析を行う。

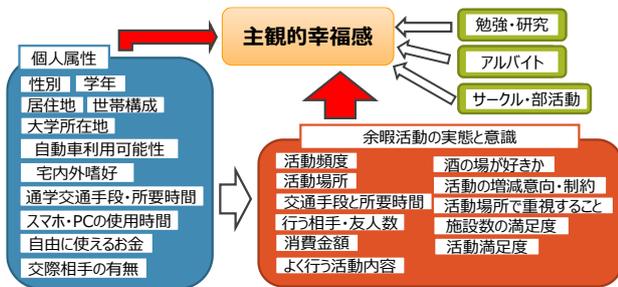


図-1 主観的幸福感に影響を与える要因の仮説

表-1 調査概要

調査期間	2016年12月～2016年1月
調査対象者	大学在学中の学部3年生～修士2年生： ・計15大学(17キャンパス)の1348人 ・東京23区内：専修大学，東洋大学，日本大学(駿河台)，早稲田大学 ・東京23区外，千葉，埼玉，神奈川：首都大学東京，東京理科大学(野田)，日本大学(船橋)，文教大学，流通経済大学(新松戸) ・その他地方都市：茨城大学，宇都宮大学，宇都宮共和大学，筑波大学，広島大学，福島大学，山梨大学，流通経済大学(龍ヶ崎)
調査方法	直接配布・回収
調査項目	・個人属性：性別，学年，居住地，世帯構成，自動車利用可能性，サークル・部活動実態，アルバイト実態，宅内外志向，通学交通手段・所要時間，勉強時間，スマホ・PCの使用時間，自由に使えるお金，交際相手の有無 ・余暇活動に対する意識：酒の場が好きか，活動頻度の増減意向・制約・重視すること，施設数の満足度，活動満足度 ・余暇活動実態：活動の頻度・場所・交通手段と所要時間，一緒に行う相手・友人数，消費金額，よく行う活動内容 ・主観的幸福感

表-2 性・学年・所在地別サンプル数(人)

	男性 学部	女性 学部	男性 修士	女性 修士	不 明	計
東京23区内	124	53	24	5		206
東京23区外, 千葉,埼玉,神奈川	463	44	50	7		564
その他地方 都市	343	78	124	18		563
計	930	175	198	30	15	1,348

※未回答のサンプルを不明としている。

(2) 大学所在地別の傾向

アルバイトが生活費を稼ぐ手段と余暇活動費を稼ぐ手段のいずれであるかについて質問した結果を図-2に示す。所在地が都心寄りであるほど，アルバイトを余暇活動費を稼ぐ手段であると認識している学生が多いことが分かる。次に，一ヶ月に生活費以外で自由に使えるお金について質問した結果を図-3に示す。所在地が都心寄りであるほど，一ヶ月に自由に使えるお金は多いということが分かる。都心寄りであるほど物価が高いため，自由に使えるお金の中でも必要経費が高くなるのも事実だが，少なからず自由なお金の違いによる余暇活動実態の違いは存在すると予想される。

各余暇活動の活動頻度について質問した結果を図-4に示す。趣味・娯楽活動については所在地別の違いは見られなかったが，飲酒活動については都心寄りであるほど活動頻度が高いことが分かる。二つの活動を比較すると，飲酒活動よりも趣味・娯楽活動の方が頻度が高い。次に，各余暇施設数の多さに対する満足度を図-5に示す。いずれの活動についても，所在地が都心寄りであるほど施設数の多さに満足していることが分かる。その他の地方都市に着目すると，飲酒活動では回答者の33%，趣味・娯楽活動では45%が，施設数が少なく不満であると回答している。また，各余暇活動における一ヶ月の消費金額について質問した結果を図-6に示す。いずれの活動についても所在地が都心寄りであるほど，消費金額が高いことが分かる。二つの活動を比較すると，飲酒活動よりも趣味・娯楽活動の方が消費金額が高い。活動に対する満足度を質問した結果を図-7に示す。所在地が都心寄りであるほど，活動の満足度は高い傾向にあることが分かる。

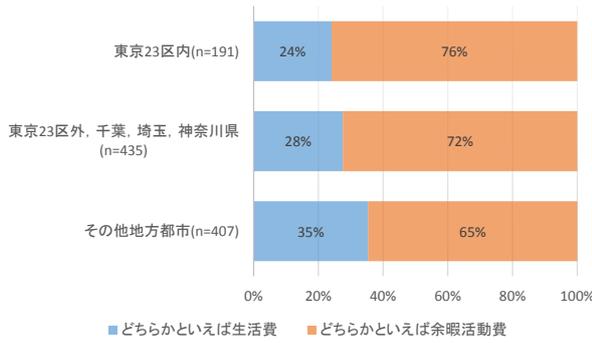


図-2 アルバイトに対する意識

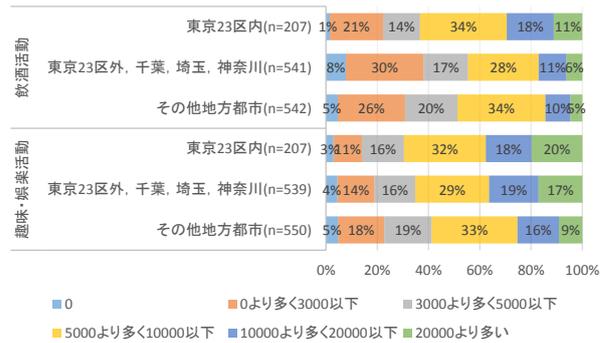


図-6 一ヶ月の消費金額

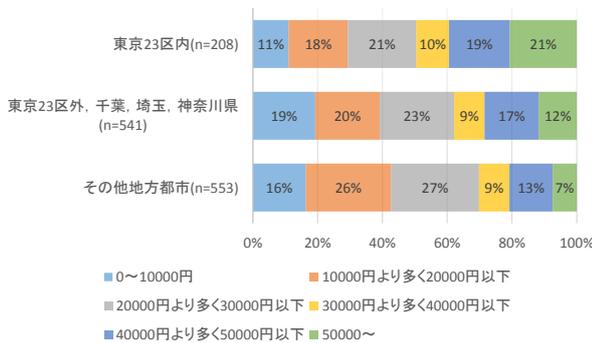


図-3 一ヶ月に自由に使えるお金

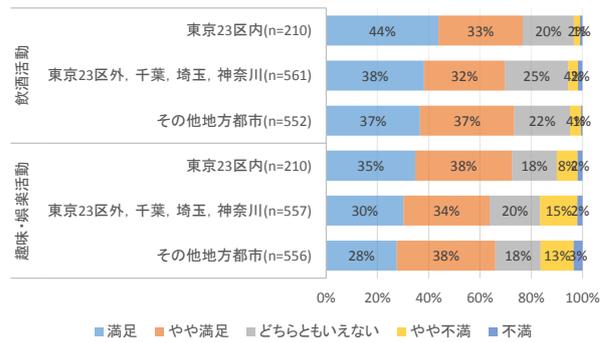


図-7 活動に対する満足度

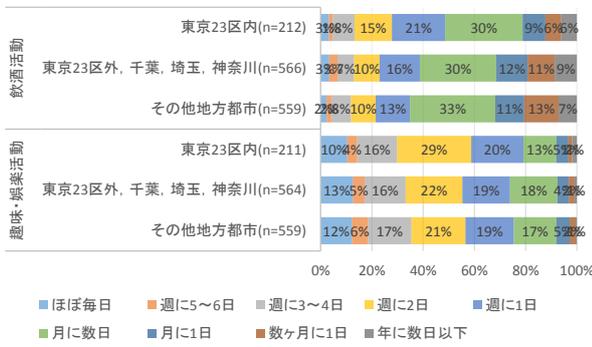


図-4 余暇活動頻度

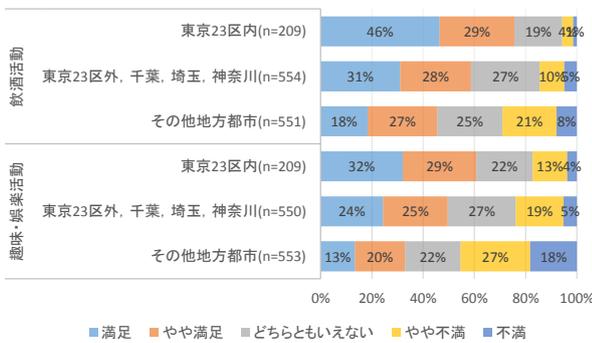


図-5 各余暇施設数に対する満足度

3. 個人属性や余暇活動実態が主観的幸福感に与える影響

本調査によって得られた学生の主観的幸福感を、図-8に示す。これより、23区内では9点以上の割合が高く、いずれも7点に集中しており、平均値で見ると23区内が6.80、23区外、千葉、埼玉、神奈川県が6.44、地方都市が6.54となり、23区内が高いことが分かった。

次に、個人属性や余暇活動実態が主観的幸福感に与える影響を分析する。ここでは、主観的幸福感を目的変数、個人属性、余暇活動実態を説明変数として、分析ソフトNLOGIT5を用いてトビットモデルによる分析を行った。説明変数の詳細を表-3に、分析結果を表-4に示す。モデル全体の説明力は低い結果となったが、これは主観的幸福感には様々な要因が関連しあっており、単純に個人属性や余暇活動実態だけでは説明できるものではないことが示唆される。ここで、有意となった説明変数に着目すると、以下の点が読み取れる。

- ・学年：学年の係数は負で有意である、すなわち、学部生よりも修士の学生の方が主観的幸福感が高い。
- ・大学所在地：東京23区内の係数が正で有意であり、地方都市の係数が有意でない、すなわち、東京23区内の学生の方が他地域よりも主観的幸福感が高い。

- ・交際相手：交際相手の係数は正で有意である，すなわち，交際相手がいる学生の方が主観的幸福感が高い。

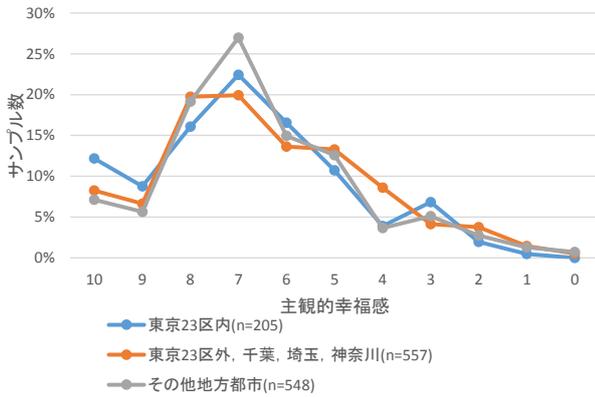


図-8 主観的幸福感

表-3 モデルの説明変数の詳細

説明変数	説明変数の詳細
学年	1.学部生 0.院生
東京23区内	1.所在地が東京23区内の大学 0.それ以外
地方都市	1.所在地が東京圏以外の地方都市 0.それ以外
交際相手	1.交際相手がいる 0.いない
アルバイトの意識	1.どちらかといえば余暇活動費を稼ぐため 0.どちらかといえば生活費を稼ぐため
サークルの所属	1.所属している 0.していない
飲酒頻度	1.週間の活動日数(日/週)
趣味・娯楽頻度	1.週間の活動日数(日/週)

表-4 主観的幸福感の分析結果(n=978)

説明変数	主観的幸福感	
	係数	T値
学年	-0.420	-2.05 **
東京23区内	0.347	1.77 *
地方都市	0.072	0.45
交際相手	0.685	4.73 ***
アルバイトの意識	0.243	1.57
サークルの所属	0.386	2.68 ***
飲酒頻度	0.093	-1.67 *
趣味・娯楽頻度	0.096	1.95 ***
定数項	-0.901	2.80 ***
σ	2.160	40.9 ***
$L(\beta)$	-2052.32	
$L(C)$	-2086.20	
カイ二乗値(=2(L(C)-L(β)))	67.8	
観測数	978	

※ *** : 1%有意, ** : 5%有意, * : 10%有意

- ・サークルや部活動への所属：サークルや部活動への所属の係数は正で有意である，すなわち，サークルや部活動へ所属している学生の方が主観的幸福感が高い。

- ・飲酒活動，趣味・娯楽活動の頻度：いずれの活動についても係数は正で有意である，すなわち，いずれも活動頻度が高いほど主観的幸福感が高い。

以上の結果から，修士の学生，東京23区内の大学に在学すること，交際相手がいること，サークルや部活動に所属している学生や，各余暇活動頻度が多い学生の主観的幸福感が高いことが明らかとなった。

4. おわりに

本研究では，大学生の余暇活動実態と，学年，大学所在地，アルバイトに対する意識，サークルや部活動への所属等の個人属性が，主観的幸福感に与える影響を分析した。具体的には，首都圏および地方都市の大学を対象としたアンケート調査を行い，学生の余暇活動を，飲酒活動，趣味・娯楽活動の2つに分類して実態と意識を明らかにした。分析の結果，都心寄りの大学に在学する学生は，地方の大学に在学する学生と比較して，アルバイトをどちらかといえば余暇活動費を稼ぐために行っており，一ヶ月に自由に使えるお金が多いことが明らかとなった。また，大学所在地が都心寄りであるほど，飲酒活動の頻度は高く，活動を行う施設数に対する満足度，一ヶ月に消費する金額，活動そのものに対する満足度，主観的幸福感が高いことが明らかとなった。

さらに，個人属性や余暇活動実態によって主観的幸福感がどのように異なるのかを把握するため，トビットモデルによる分析を行った。その結果，学部生よりも修士の学生，東京23区内の大学生，交際相手のいる，アルバイトをどちらかといえば余暇活動費を稼ぐために行っている，サークルに所属している，飲酒活動，趣味・娯楽活動の頻度が多い学生が主観的幸福感が高いということが把握できた。これより，個人属性や余暇活動実態は主観的幸福感に影響しており，学生の生活の質向上における余暇活動の重要性を示した。今後は，より詳細な分析を進める予定である。

謝辞：本研究は，日本交通政策研究会(研究代表者：大森宣暁，課題名：夜の生活活動を支える都市と交通のあり方に関する研究)，および科学研究費補助金(基盤A)(研究代表者：張峻屹，課題名：地方都市への若者の移住・定住促進策に関する学融合研究，課題番号：15H02271)の助成を受けたものである。また，アンケート調査の実施にご協力頂いた，石川友保先生，板谷和也先生，稲垣具志先生，岩尾詠一郎先生，大沢昌玄先生，岡村敏之先生，小根山裕之先生，佐々木邦明先生，谷口綾子先生，張峻屹先生，寺部慎太郎先生，平田輝満先生，

松本修一先生，森本章倫先生に，ここに記して謝意を表す。

参考文献

- 1) 全国知事会：地方創生に資する人材育成・確保等に関する緊急会議（案），平成 28 年全国知事会。
- 2) 内閣府大臣官房政府広報室：今後の生活の力点，国民生活に関する世論調査，H26。
- 3) 市民生活行動研究小委員会：市民生活行動学，土木学会，2015。
- 4) 森本瑛士，大森宣暁，菅野健，長田哲平：若者の余暇活動の実態と意識に関する研究—地方都市への地域定着や移住に着目して—，土木計画学研究・講演集 54，CD-ROM，2016。
- 5) 安森溪太郎，高見淳史，大森宣暁，原田昇：夜の繁華街における活動実態と時間制約緩和策が与える影響，土木計画学研究・講演集 39，CD-ROM，2009。
- 6) 伊藤裕子，相良順子，池田政子，川浦康至：主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討，心理学研究，Vol.74，No.3，pp.276-281，2003。
- 7) 祁秋夢，浅川潔司，福本理恵，南雅則：大学生の主観的幸福感と学校適応感の関係に関する日中比較研究，学校教育学研究第 23 卷，pp.35-42，2011。
- 8) 田中里奈，橋本禅，星野敏，清水夏樹，九鬼康彰：居住地域の特性が住民の主観的幸福感に与える影響，農村計画学会誌第 32 卷論文特集号，2013。
- 9) 高橋俊哉，伊藤菜緒，伊藤武樹，面澤和子，北宮千秋，大沢義介，河内見地子，柄本和吉，齋藤直人，棟方達也，奥村俊樹：大学生のライフスタイルが健康度および QOL におよぼす因果的影響について，弘前大学教育学部紀要第 92 号，pp.71-77，2004。
- 10) 山口豊一，松寄くみ子，市川麗，長谷川恵：大学生の学校不適応に関する研究—大学生版 QOL 尺度の作成を中心として—，跡見学園女子大学文学部紀要第 49 号，2014。
- 11) 内閣府経済社会総合研究所：生活の質に関する調査（インターネット調査）単純集計，生活の質に関する調査，H24。

(2017.7.31.受付)