

女子大学生の余暇意識について 2008年度と2012年度のスポーツ行動学科学生の実態

横山 誠*¹ 相奈良 律*² 玉井久実代*³
村瀬 浩二*⁴ 定國あゆみ*⁵

Female OIU Students Awareness of Leisure Activities

Makoto Yokoyama*¹ Ritsu Ainara*² Kumiyo Tamai*³
Koji Murase*⁴ Ayumi Sadakuni*⁵

キーワード

余暇活動、レジャー白書、潜在需要

1 はじめに

余暇の概念は、戦後から今日において時代や社会的背景により大きく影響を受けてきている。労働に対する従属的位置づけとして捉えられていた時間活動から、年間総労働時間の短縮や学校週5日制の実施などによる自由時間増大に伴う健康づくりや人間らしさを追求する時間活動へとシフトしてきた。そして、日常生活にまで影響力を持ち、生活の中でそれ自身価値のあるものとして受け入れられるものとして変わってきた。余暇は、子どもから高齢者、障がい者まで全ての人に、あらゆる活動を通して個人やコミュニティのQOLを高めるものであり、心身の健全なライフスタイルの形成に重要かつ必要不可欠な要素である。

佐藤¹⁾は「女性がエクササイズといった動的な余暇活動を志向するのは成人前期以降が多く、男性は静的な余暇活動を成人前期以降に志向する傾向がある。また、スポーツや活発なレクリエーションは、特に男性において年齢とともに減少傾向を示す」として、余暇活動に対する志向性は年齢、性別によって多様であると述べている。しかし、田中ら²⁾が行った、大学生のスポーツに対する意識の研究においては、情緒性、社会性、意志性、身体性、活動性において、男女間では類似性が見られたと報告している。浜崎ら³⁾は、オーケストラ活動(課外活動)が心理的well-beingに望ましい影響を与え、課外活動が実際に「人間形成の場」として機能していることを明らかにしている。このように、スポー

*1 よこやま まこと：大阪国際大学人間科学部准教授(2012.12.7受理)

*2 あいなら りつ：公益財団法人大阪府レクリエーション協会

*3 たまい くみよ：大阪国際大学人間科学部講師

*4 むらせ こうじ：和歌山大学教育学部講師

*5 さだくに あゆみ：和歌山大学大学院教科教育専攻修士課程(予定)

ッ活動だけでなく文化的な活動においても、自らの自由時間をいかに充実させるかによって、心身の健全なライフスタイルが醸成されるのである。

高校から大学へとライフステージが上がることで、時間の活用、行動範囲、交友関係、価値観等、様々なことに変化が生じることは言うまでもない。大学でのキャンパスライフは、自己責任でありある意味で自由設計である。人生の創造期間といっても過言ではない。文部科学省⁴⁾も、大学等の多様な発展として様々なビジョンを示している。大学で過ごす4年間は、ライフスタイルが大きく変化するとともに、成人を迎え社会では大人として認められる非常に重要な時期である。経済産業省⁵⁾は、「前に踏み出す力」、「考え抜く力」、「チームで働く力」を核としている社会人基礎力を提唱しており、全国の多くの大学においても社会人基礎力を重要な教育の一環として捉え、様々なプログラムを展開している。本来、社会人基礎力は、成長の過程で自然に身に付くものであり、社会に出れば自然に鍛えられるものと考えられてきたが、現在の日本では、社会に出る前に社会人基礎力を身に付ける機会が減っている。また、大学においては、正課、課外を問わずカリキュラムの工夫が必要との指摘もある⁶⁾。

大阪国際大学人間科学部スポーツ行動学科（以下、スポーツ行動学科）は、教職を志し、クラブ活動に入部する学生が多く在籍しているという特性がある。そういった特性からも、1年次の前期にレクリエーション教育を位置づけ、その中でも余暇意識や余暇行動に重きを置いている。そして、セルフマネジメントを意識付けし、教師や指導者として活躍できる人材の養成を行っている。

2 目的

本研究の目的は、女子大学生の余暇意識、余暇活動を明らかにすると共にスポーツ行動学科学生の余暇に関する実態を把握することである。また、2008年と2012年のデータを比較することで、社会的背景と学生の余暇行動を分析し、今後のレクリエーション教育に関する基礎的資料を得ることである。

3 方法

スポーツ行動学科の開講科目である「レクリエーション概論」にて、「余暇活動に関するアンケート」を2008年と2012年に実施した。いずれも1年次前期開講であり、アンケートも前期スタート（4月）に実施している。対象は、レクリエーション概論受講生でスポーツ行動学科の10代女性に限定し、年齢や性別が不明なデータ、欠損が多いデータ、他学科履修生のデータは本研究の対象からは除外した。有効回答標本数は、2008年対象者（以下、08受講生）が100、2012年対象者（以下、12受講生）が77であった。アンケートは、大阪余暇会が作成した「自由時間に関するアンケート」と「自由時間を考えるセルフチェックシート」を採用した。そして、アンケートの集計結果を公益財団法人日本生産性本部が発行しているレジャー白書^{7) 8)}と照らし合わせ分析する。

4 結果

4-1 余暇活動の現状

休日や仕事以外の時間（学生の場合は大学にいる以外の時間）には、主に何をしていますか？という問いに対して、20項目を設定し「Yes」「No」で回答を求めた。その結果、2008年と2012年共に携帯電話・携帯メールが1位であった。2位については、2008年が音楽を聴く、2012年がスポーツであった。3位については、2008年はショッピングとゴロ寝が同率で2012年についてもゴロ寝であった。2012年「Yes」の数値から2008年「Yes」の数値を引いて算出した差については、スポーツが最も高く20.5を示した。次いで、ボーリング・カラオケ・ゲームセンター（11.5）、映画（10.9）、ドライブ（10.3）と続いた。マイナスになった項目では、ショッピング（-7.8）、携帯電話・携帯メール（-7.2）、テレビ（-2.9）であった。 χ^2 検定では、スポーツに1%水準で、ウォーキング・ハイキング、ドライブ、旅行にそれぞれ5%水準の有意差が認められた（表1）。

表1. 休日や仕事以外の時間に行う活動

	2008年		2012年		差
	Yes	No	Yes	No	
1 テレビを見る	73.6	26.4	70.7	29.3	-2.9
2 ゴロ寝	65.1	34.9	72.0	28.0	6.9
3 音楽を聴く	69.8	30.2	70.7	29.3	.9
4 テレビ&パソコンゲーム	20.8	79.2	25.3	74.7	4.6
5 インターネット	28.3	71.7	30.7	69.3	2.4
6 携帯電話・携帯メール	85.8	14.2	78.7	21.3	-7.2
7 ショッピング	65.1	34.9	57.3	42.7	-7.8
8 ボーリング・カラオケ・ゲームセンター	24.5	75.5	36.0	64.0	11.5
9 映画	19.8	80.2	30.7	69.3	10.9
10 ギャンブル（競馬・パチンコ等）	0.9	99.1	2.7	97.3	1.8
11 外食	26.4	73.6	36.0	64.0	9.6
12 スポーツ	52.8	47.2	73.3	26.7	20.5
13 野外活動	0.9	99.1	4.0	96.0	3.1
14 ウォーキング・ハイキング	0.9	99.1	8.0	92.0	7.1
15 ドライブ	5.7	94.3	16.0	84.0	10.3
16 旅行	0	100.0	6.7	93.3	6.7
17 学習・自己研鑽	3.8	96.2	5.3	94.7	1.6
18 ボランティア	0.9	99.1	4.0	96.0	3.1
19 仲間と過ごす	63.7	36.3	69.3	30.7	5.6
20 その他	3.9	96.1	8.0	92.0	4.1

4-2 余暇を充実させるための条件

余暇を充実させるためにどのような条件が必要だと思いますか?という問いに対して、7項目を設定し「Yes」「No」で回答を求めた。その結果、2008年と2012年共に1位が時間(休暇)、2位が仲間、3位が資金という順であった。上記同様に差を算出した結果、プラスの値を示したのは、仲間(0.4)、情報(0.3)の2項目であり、その他を含む5項目においてはマイナスの数値を示した(表2)。

表2. 余暇を充実させるための条件

	2008年		2012年		差
	Yes	No	Yes	No	
1 施設(場所)	44.7	55.3	38.7	61.3	-6.0
2 資金	62.7	37.3	58.7	41.3	-4.1
3 時間(休暇)	90.2	9.8	82.7	17.3	-7.5
4 健康	53.9	46.1	44.0	56.0	-9.9
5 仲間	71.6	28.4	72.0	28.0	.4
6 情報	15.7	84.3	16.0	84.0	.3
7 その他	2.9	97.1	1.3	98.7	-1.6

4-3 今後取り組みたい余暇活動

余暇活動としてこれからどのような分野の余暇に取り組みたいですか?という問いに対して、6項目を設定し「Yes」「No」で回答を求めた。その結果、2008年と2012年共に1位がスポーツ、2位が社交・仲間・交流、3位がボランティア・社会奉仕という順であった。上記同様に差を算出した結果、プラスの値を示したのは、芸術や文化(0.4)、野外活動(5.7)、学習(2.1)、ボランティア・社会活動(14.0)の4項目、マイナスの数値を示したのは、スポーツ(-9.6)、社交・仲間・交流(-2.4)の2項目であった。中でもボランティア・社会活動については+14と高い数値を示し、 χ^2 検定の結果でも5%水準で有意差が認められた(表3)。

表3. 余暇活動としてこれから取り組みたい活動

	2008年		2012年		差
	Yes	No	Yes	No	
1 芸術や文化	4.9	95.1	5.3	94.7	.4
2 スポーツ	81.6	18.4	72.0	28.0	-9.6
3 野外活動	22.3	77.7	28.0	72.0	5.7
4 学習	5.9	94.1	8.0	92.0	2.1
5 社交・仲間・交流	43.7	56.3	41.3	58.7	-2.4
6 ボランティア・社会活動	23.3	76.7	37.3	62.7	14.0

4-4 自由時間を考えるセルフチェックシート

自由時間を考えるセルフチェックシートにおいては、20項目を設定し「Yes」「No」で回答を求めた。その結果、2008年の1位は自分でスポーツをするのが好きである、2位が自分の遊び仲間を大切にしている、3位が体の疲れを取るの、何と言っても休息するのが一番よいであった。2012年は1位が同率で、自分でスポーツをするのが好きである、自分の遊び仲間を大切にしているであり、3位は2008年同様に体の疲れを取るの、何と言っても休息するのが一番よいであった。上記同様に差を算出した結果、プラスの値を示したのは8項目、マイナスの値を示したのは12項目であった。 χ^2 検定の結果、たとえ忙しいときでも、自分の遊ぶ時間を犠牲にしたくないの項目で5%水準の有意差が認められた(表4)。

表4 自由時間を考える セルフチェックシート

	2008年		2012年		差
	Yes	No	Yes	No	
1 映画・演劇・コンサート・美術館などによく出かける方である	28.4	71.6	36.0	61.0	7.6
2 友達ととりとめもなく、おしゃべりをしてしまうほうである	73.3	26.7	81.8	18.2	8.5
3 自分で何か作ることが好きである	57.9	42.1	55.8	44.2	-2.1
4 休みの日は1日中、ごろ寝したりゆったりと過ごす	60.2	39.8	71.4	28.6	11.2
5 書店に行くのと、遊びや趣味の本が目につく	61.1	38.9	55.8	44.2	-5.3
6 テレビをよく見る	72.0	28.0	76.6	23.4	4.6
7 自分でスポーツをするのが好きである	100.0	.0	94.8	5.2	-5.2
8 ボランティアの活動をしている	3.3	96.7	7.8	92.2	4.5
9 イライラがあったときはすぐ寝てしまう	50.5	49.5	41.6	58.4	-8.9
10 たとえ忙しいときでも、自分の遊ぶ時間を犠牲にしたくない	37.9	62.1	58.4	41.6	20.5
11 スポーツ観戦に行く機会が多い	33.3	66.7	29.9	70.1	-3.4
12 ショッピングするのが好きである	86.0	14.0	83.1	16.9	-2.9
13 人に自慢できる趣味がある	34.0	64.9	33.8	66.2	-2
14 休日など「何もしないで時間がたってしまった」と感じるが多い	62.5	37.5	63.6	38.4	1.1
15 自分の遊び仲間を大切にしている	97.0	3.0	94.8	5.2	-2.2
16 マンガ・週刊誌などをよく読む	43.2	56.8	33.8	66.2	-9.4
17 仲間と大騒ぎするのが好きである	91.0	9.0	84.4	15.6	-6.6
18 教養を高めるための活動をしている	10.8	89.2	15.6	84.4	4.8
19 体の疲れを取るの、何と言っても休息するのが一番よい	90.0	10.0	88.3	11.7	-1.7
20 遊びに使う、金や時間は決して無駄ではない	79.6	20.4	79.2	20.8	-4

5 考察

レジャー白書⁷⁾⁸⁾からみる我が国の余暇活動の動向を、それぞれの巻頭要約を比較してみると以下ようになる。08受講生が影響を受けたとされる平成19年の余暇活動は「身近な行楽系・インドア系レジャーが好調」、12受講生が影響を受けたとされる平成23年度の余暇活動は「国内旅行が首位、マラソンが好調」である。また、同様に余暇市場の動向について、それぞれの巻頭要約を比較してみると以下ようになる。平成19年は「余暇市場規模は74兆円、ジャンル系以外は堅調」であり、平成23年は「昭和水準まで縮小、インドア施設が人気に」である。

余暇時間と余暇支出については、平成19年は「ゆとり格差の拡大」と示され、10代女性についても増えたという割合より減ったという割合のほうが高くなっている。平成23年は「若者は二極化、高年層は落ち着き見せる」と示され、余暇支出については男女ともに10代～20代で増えたとする割合が高くなっている。

潜在需要については、平成19年では1位が海外旅行、2位が国内旅行、3位がスキン・スキューバダイビングという順になった。平成23年では、1位が海外旅行、2位がドライブ、3位がスノーボードとなっている(表5)。

表5 余暇活動の潜在需要

	平成19年	平成23年
1位	海外旅行 (41.5)	海外旅行 (47.0)
2位	国内観光旅行 (20.7)	ドライブ (28.0)
3位	スキン、スキューバダイビング (17.0)	スノーボード (25.0)
4位	動物園、植物園、水族館、博物館 (15.1)	スキー (24.0)
5位	遊園地 (15.1)	海水浴 (24.0)
6位	料理 (13.2)	動物園、植物園、水族館、博物館 (23.0)
7位	スノーボード (9.4)	ピクニック、ハイキング、野外散歩 (22.0)
8位	宝くじ (7.6)	国内観光旅行 (20.0)
9位	編物、織物、手芸 (7.5)	オートキャンプ (19.0)
10位	サーフィン、ウインドサーフィン (5.7) ^{※1}	遊園地 (19.0)

※1：同率でアイススケート、スキー、ハングライダー、パラグライダー、演芸鑑賞、帰省旅行

出典：レジャー白書2008. 2012

これらのことをふまえ、4. 結果で述べた事柄について考察を行う。まず、4-1の余暇活動の現状であるが、1位の携帯電話・携帯メールについては、近年「ニューレジャー」として市場が拡大しており、大学生のみならず多くの人が携帯電話を活用している。1995年、1998年に体育系大学生を対象に行った余暇に関する調査⁹⁾¹⁰⁾では、余暇の現状として、いずれも「テレビ・ラジオ」が1位を示している。しかし、これらの研究には「携帯電話・携帯メール」という項目はなく、時代の流れと共に活動も変化していることを明らかにした結果である。特に昨今のスマートフォンの普及により、ここ数年で1位が入れ替わることは予想し難い状況である。次に差に着目してみると、ショッピングや携

携帯電話等の「お金がかかる」項目については大きなマイナスとなっている。携帯電話については、従来の電話やメールの機能を利用しつつも、facebookやlineなどを活用して経費節約を考えている。テレビについても、携帯電話にはワンセグTVがついており、スマートフォンでは動画サイトから配信されている映画やドラマなども見ることができる。一昔前のように、ビデオに撮りためて休日にそれを一気に見るという光景は今後消滅していくかもしれない。差のプラス項目をみても、ボーリング・カラオケ・ゲームセンターについては、お金は必要ではあるが、学生割引やクーポンなど多様なサービスと料金設定により大学生の実施率が向上したと推察される。また、映画については3D映画、旅行についてはLLC（格安航空会社）、ドライブについては、高速代1,000円の社会化実験の影響が推察される。スポーツについては、フットサル人気やランニングブームなどの影響が推察される中、それに合致した設問になっておらず今後の検討課題であるといえる。

4-2の余暇を充実させるための条件では、2008年、2012年の順位が全て一緒となった。学科の特性上、スポーツを長年継続している学生が多く、これまでの環境で培った文化的な思想が根強く残っていることが推察される。そうした思想は、社会の状況が変化しようとも学科特性やクラブ活動の環境など、現在直面している環境が変化しない限りこれらの項目に関して大きな変化はないものと推察される。

4-3の今後取り組みたい余暇活動では、日常的にスポーツに関わりあらゆる活動をアクティブにこなしている分、これらの項目ではスポーツの点数が高くなったことが推察される。また、前述した条件に関する考察とは反対に、家族や友人、身近な環境が大きく影響するものと考えられる。この点については、スポーツの社会化や再社会化に関する多くの研究で重要な他者の影響が明らかにされているように、仲間が存在が大きいことが推察される。ここで着目すべき点として、ボランティア・社会活動が大きな伸びを見せている。これについては、東日本大震災において多くの著名人やスポーツ選手がボランティア活動やその啓発活動に尽力されており、メディアを通して多くの人々と共に12受講生にも影響を与えているものと推察される。また、学科指導としても実践教育に力を入れており、多くのスポーツボランティアを推奨している。入学式直後の新入生オリエンテーションでは、実践教育の重要性を伝えると共に、その運営も在学生在が実践教育のトレーニングの場として関わっている姿を目の当たりにすることになる。そこでは、多くの上級生や他クラブの先輩とも交流が深まり、そういった活動に興味関心を示すことになったと推察される。

最後に自由時間を考えるセルフチェックシートについて、上位3つについては2008年、2012年共に同じであり大きな変化があったとは言えない。しかし、ニューレジャーの概念や山ガール、美ジョガーなどアクティブな活動を連想できる言葉が社会現象として現れ、確実に多様な社会へと変化している。だが5年というスパンでの余暇意識に着目してみると、余暇活動(4-1)におけるゴロ寝、条件(4-2)における時間(休暇)、施設(場所)、仲間、今後取り組みたい活動(4-3)におけるスポーツ、社交・仲間・交流、ボランティア・社会活動、セルフチェックシート(4-4)におけるスポーツ、仲間、休息は、全て類似している。

これらの結果をまとめ学生の実態を把握することも重要なことではあるが、個々人が自らの余暇意識、余暇行動を再認識し更なる充実したライフスタイルを形成することが最も重要である。

文献

- 1) 佐藤馨、佐橋由美 (2008) スポーツ活動参加促進に向けた予備的研究：余暇志向性尺度の開発と志向性がスポーツ参加に繋がる可能性の検討、びわこ成蹊スポーツ大学研究紀要第5号、pp. 173-185
- 2) 田中秀幸、窪田辰政、山本章、伊藤宏 (2010)、大学生のスポーツに対する意識の研究：男子学生と女子学生の比較、静岡大学教育学部研究報告、第41号、pp. 219-228
- 3) 浜崎隆司、田村隆宏、木内陽一、梶井一暁、長島真人、山田啓明、寺菌さおり (2010) 大学における課外活動が心理的well-being に及ぼす影響—鳴門教育大学フィルハーモニー管弦楽団の活動を中心として—、鳴門教育大学研究紀要第25巻、pp. 180-188
- 4) 文部科学省ホームページ「第3章大学等の多様な発展」
http://www.mext.go.jp/b_menu/hakusho/html/hpab201201/detail/1324467.htm
- 5) 経済産業省ホームページ「社会人基礎力」
<http://www.meti.go.jp/policy/kisoryoku/about.htm>
- 6) 諏訪康雄 (2007)、「社会人基礎力」の育成を通して大学の教育力を向上させる、Between2007年秋号、pp. 23-33
- 7) レジャー白書2008、公益財団法人日本生産性本部
- 8) レジャー白書2012、公益財団法人日本生産性本部
- 9) 福田芳則、坂本孝司、池島明子 (1996) 大学生の余暇に関する調査研究—大阪体育大学学生を対象として—、大阪体育大学紀要第27巻、pp. 37-49
- 10) 池島明子、福田芳則 (1999) 大学生の余暇に関する調査研究 (II) —大阪体育大学学生を対象として—、大阪体育大学紀要第30巻、pp. 71-83