

2021年度

静岡産業大学生(磐田キャンパス)

学生生活調査

■調査の概要

- 調査期間：2021年3月24日～2021年4月12日
- 調査方法：静岡産業大学磐田キャンパスにて実施された健康診断に来場した学生全員へ調査の協力を依頼し、web上にてアンケート調査を行った(グーグルフォームを使用)
- 調査対象：静岡産業大学磐田キャンパスに在籍する学生1039名
- 有効回答者数：619名（回答率：59.5%）
- 表記方法：各設問の回答結果を視覚的に把握できるように、択一式の設問は円グラフにより割合を、複数回答可能な設問は棒グラフにより回答数を示した。

【調査責任者】

- ・小林寛道（スポーツ科学部スポーツ医科学研究センター長）

【調査担当者】

- ・中井真吾、江間諒一、徐広孝（同センター 研究員）

【調査目的】

- ・静岡産業大学磐田キャンパスに属する学生の生活習慣の実態を明らかにすること

「調査項目」について

- **回答者の特性**
 - 性別、学部、学科、学年
 - 留学生
 - 居住形態、通学時間、通学方法
- **新型コロナウイルスの関連情報について**
 - 新型コロナウイルス関連情報の接触度
 - 新型コロナウイルス関連会話の実施程度
 - 感染「危険行動」の理解度
 - 感染・拡大予防行動の実施度
 - 在籍大学の「感染・予防対策」の理解度
 - 大学で「感染の不安」を感じる施設や活動とその不安度
 - 大学生活の不安を感じる事柄とその不安度
 - 日常生活で「感染の不安」を感じる場所とその不安度
 - アルバイト実施の有無
 - 「アルバイト収入」の変化
 - 学内の部活動やサークルなどへの所属の有無
 - 所属団体の「活動中の感染の不安」事項とその不安度
- **学習・生活時間に関する質問**
 - 普段の時間の過ごし方の1週間の合計時間
 - 授業の予復習や課題をやる時間
 - 大学の授業以外の自主的な学習時間
 - 友達と会う、遊ぶ
 - アルバイト
 - 読書
 - スクリーンメディアの利用目的
 - コミュニケーション目的
 - 学習目的
 - 娯楽目的
 - その他
- **食生活に関する質問**
 - 栄養バランスに配慮した食生活
 - 朝食摂取頻度
 - 昨年9月～今年1月と比べての変化
- **たばこ・お酒に関する質問**
 - 喫煙頻度
 - 飲酒頻度
 - 昨年9月～今年1月と比べての変化
- **心の状態に関する質問**
 - K6質問票
- **運動に関する質問**
 - 運動やスポーツの好き嫌い
 - 大学卒業後の自主的な運動やスポーツ
 - 競技目的でスポーツをする
 - 1週間の運動日数
 - 1日あたりの平均時間
 - 運動継続年数
 - 健康増進目的で運動をする
 - 1週間の運動日数
 - 1日あたりの平均時間

回答者の基礎資料

○性別

	性別	人数	構成比
1	男	507	81.9%
2	女	111	17.9%
3	その他	1	0.2%
	無回答	0	0%
	合計	619	100.0%

○所属する学部・学科

	学科	人数	構成比
1	経営学部経営学科	219	35.4%
2	経営学部心理経営学科	25	4.0%
3	経営学部スポーツ経営学科	175	28.2%
4	スポーツ科学部スポーツ科学科	178	28.8%
	無回答	22	3.6%
	合計	619	100.0%

○年次

	学年	人数	構成比
1	1年生	119	19.2%
2	2年生	191	30.9%
3	3年生	177	28.6%
4	4年生以上	132	21.3%
	無回答	0	0%
	合計	619	100.0%

回答者の基礎資料

○留学生の人数

	分類	人数	構成比
1	留学生	38	6.1%
2	日本国籍学生	581	93.9%
	無回答	0	0%
	合計	619	100.0%

○居住形態

	居住先	人数	構成比
1	自宅	423	68.3%
2	下宿	192	31.0%
3	親戚や知人の家	4	0.7%
	無回答	0	0%
	合計	619	100.0%

片道の通学時間

	通学時間	人数	構成比
1	30分未満	307	49.6%
2	30分以上 ~ 1時間未満	137	22.1%
3	1時間以上 ~ 1時間30分未満	114	18.4%
4	1時間30分以上 ~ 2時間未満	42	6.8%
5	2時間以上	19	3.1%
	無回答	0	0%
	合計	562	100.0%

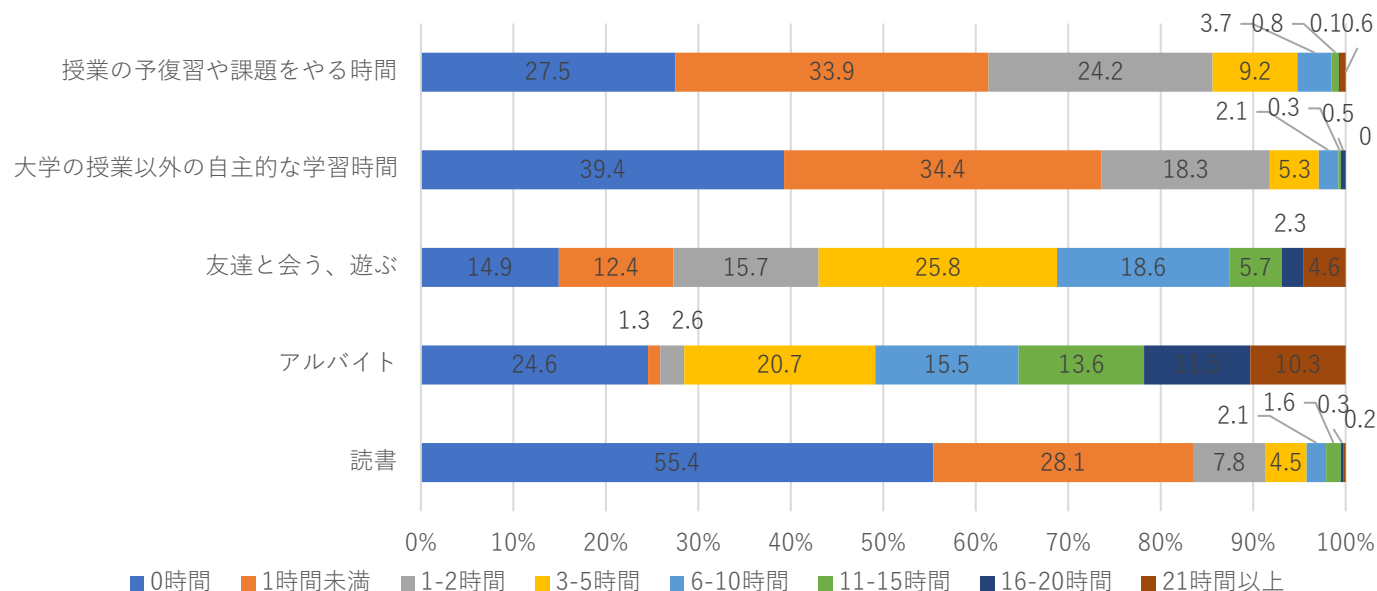
回答者の基礎資料

○片道の通学方法

	方法	人数
1	車・バイク	233
2	公共交通機関	190
3	自転車	285
4	徒歩	114
	その他	9
	合計(延べ回答数)	831

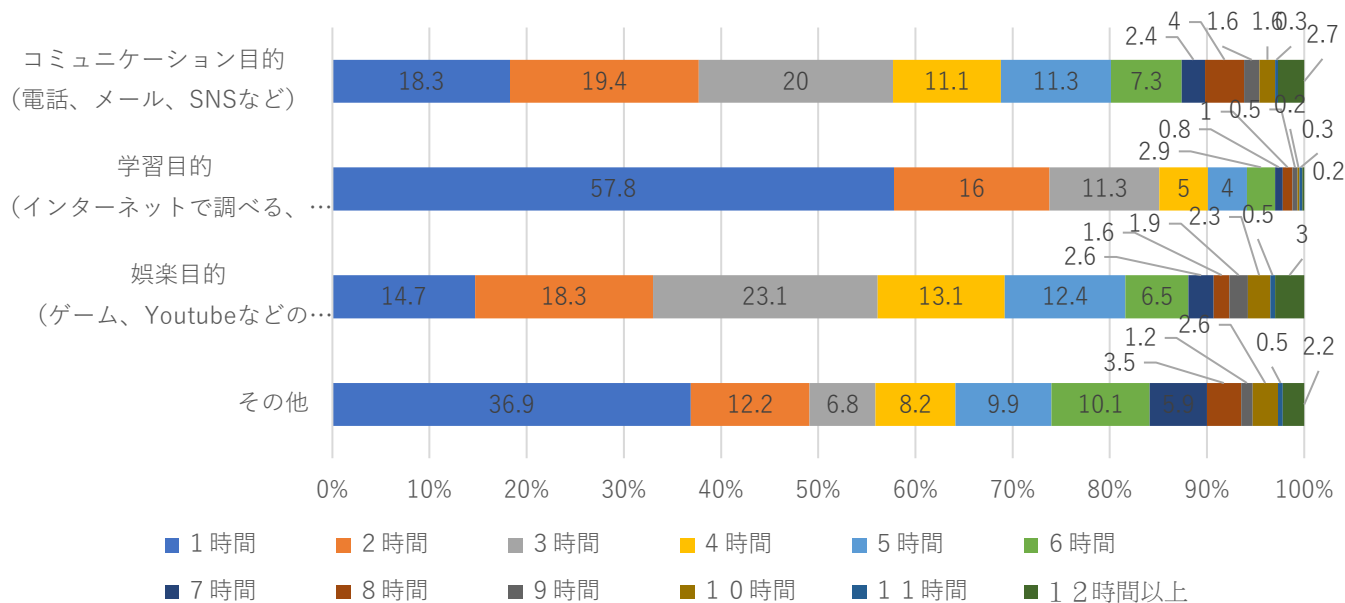
学習・生活時間に関する質問

○昨年の9月～今年の1月までの後期授業期間中の過ごし方について、次の項目は1週間に（月～日曜日）で合計何時間くらいになりますか。（n = 619）



学習関連の実施時間において、0時間の割合が減少した。授業の予習復習(2020年度：52.9%⇒2021年度：27.5%)、自主学習(56.8%⇒39.4%)、読書(63.5%⇒55.4%)

○昨年の9月～今年の1月までの後期授業期間中に、あなたはテレビ、パソコン、携帯電話、スマートフォンやタブレット端末を以下の利用目的で、1週間に（月～日曜日）でどれくらいの時間利用していますか？（n = 619）

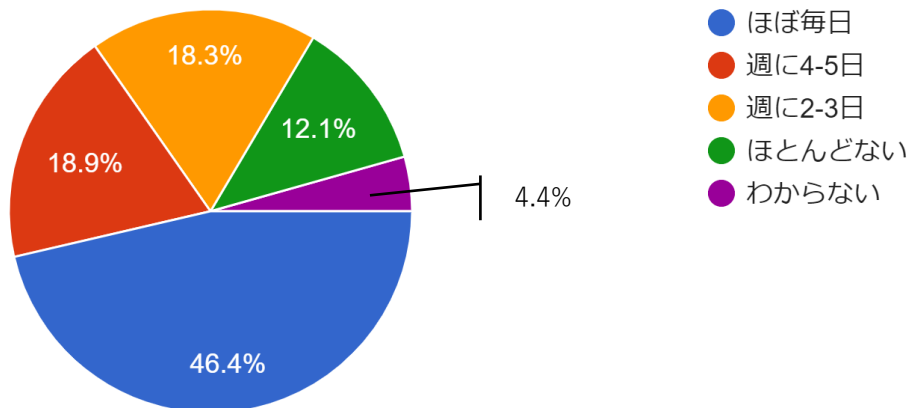


その他の主な利用内容：写真整理、ネットサーフィン、ネットショッピング、音楽アプリなど

3時間以上の利用に関して、コミュニケーション目的は72.3%で、昨年度の40%を大きく上回った。学習目的は、26.2%で、昨年度の13.6%から上昇した。娯楽目的、その他も同様の傾向であった。

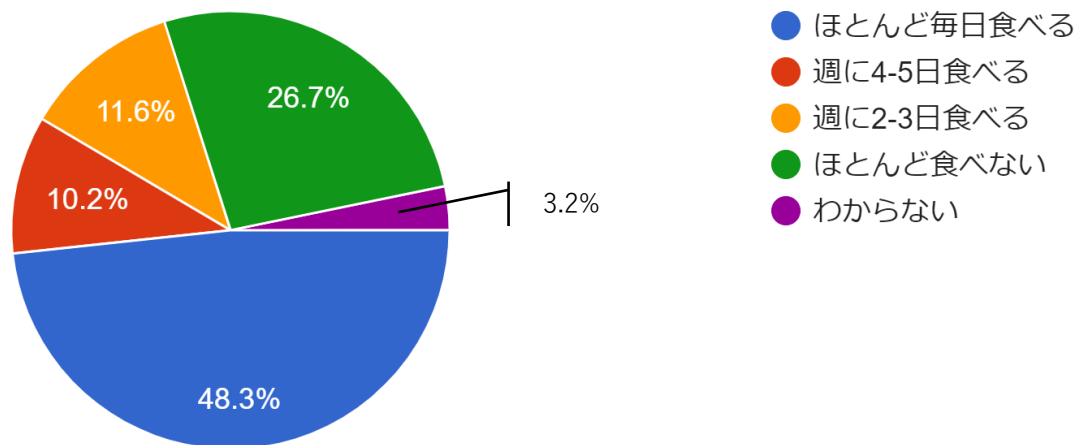
食生活に関する質問

○主食・主菜・副菜を3つ揃えて食べるのが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか？
(n=619)



回答者のうち、週に4回以上主食・主菜・副菜を3つ揃えて食べる者は、65.3%おり、昨年
63.9%と比較して、ほぼ同様であった。

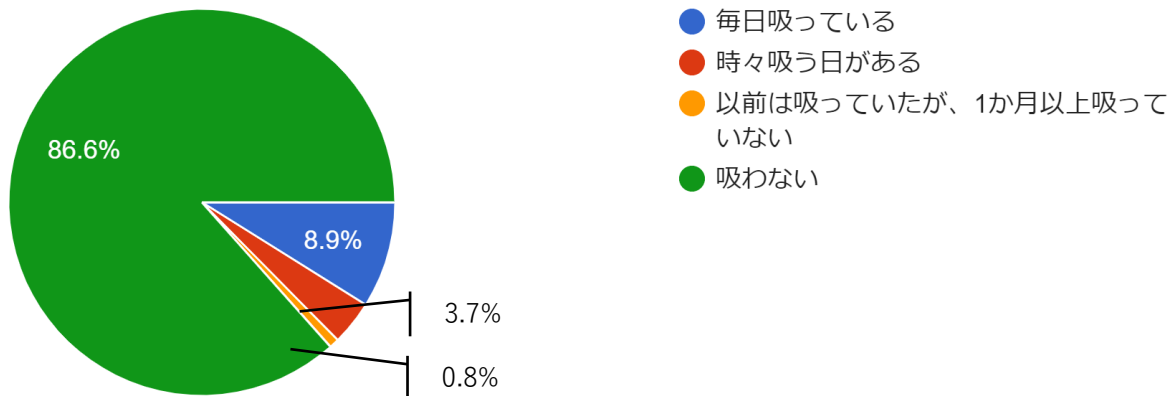
○あなたはふだん朝食を食べますか？ (n=619)



回答者のうち、ほぼ毎日朝食を食べる者は48.3%、ほとんど食べない者は26.7%おり、昨年
と比較すると朝食を食べる者も（昨年42.9%）、ほとんど食べない者(昨年27.2%)も増加して
いた。

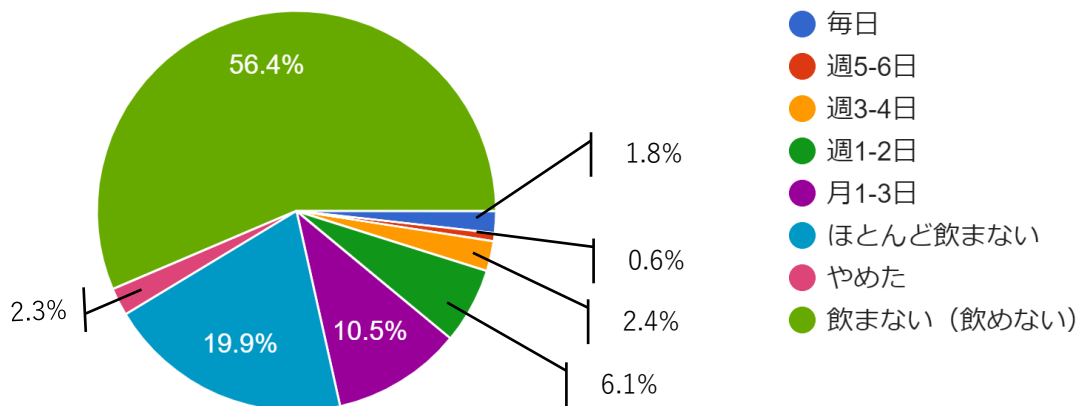
たばこ・お酒に関する質問

○あなたはたばこを吸いますか？ 加熱式たばこ（アイコス、プルーム・テック、グローなど）も含まれます。（n=619）



回答者の86.6%が非喫煙者であり、昨年度の89.0%と比較して、2.4ポイントの減少があった。

○あなたは週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか？（n=619）



飲酒をしない者は58.7%、週1日以上飲酒するものは、10.5%であった。昨年度と比較して、変化はなかった。

心の状態に関する質問①（K6質問票）

○過去の30日の間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか。（n = 619）

K6質問票 説明

6つの質問項目

「神経過敏に感じましたか」
 「絶望的だと感じましたか」
 「そわそわ、落ち着かなく感じましたか」
 「気分が沈み込んで、何が起ころしても気が晴れないように感じましたか」
 「何をするのも骨折りだと感じましたか」
 「自分は価値のない人間だと感じましたか」



6つの項目の合計点数を算出

0-4点は問題なし
 5-9点は心理的ストレス反応相当
 10-14点を気分・不安障害相当
 15点以上を重度精神障害相当

それぞれの項目を5段階評価

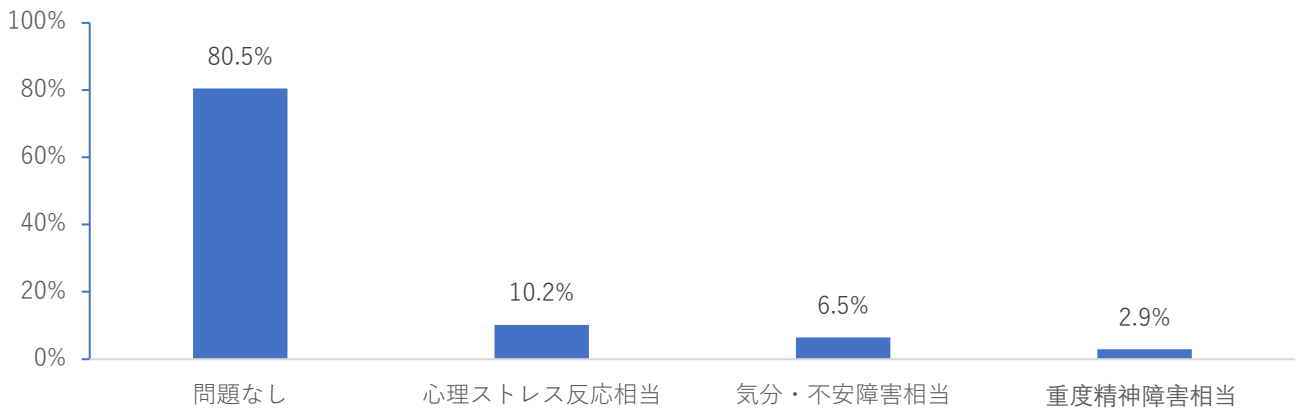
「まったくない = 0点」「少しだけ = 1点」
 「ときどき = 2点」「たいてい = 3点」「いつも = 4点」

健康日本21（第2次）の目標値

10点以上の割合を9.4%以下にする。

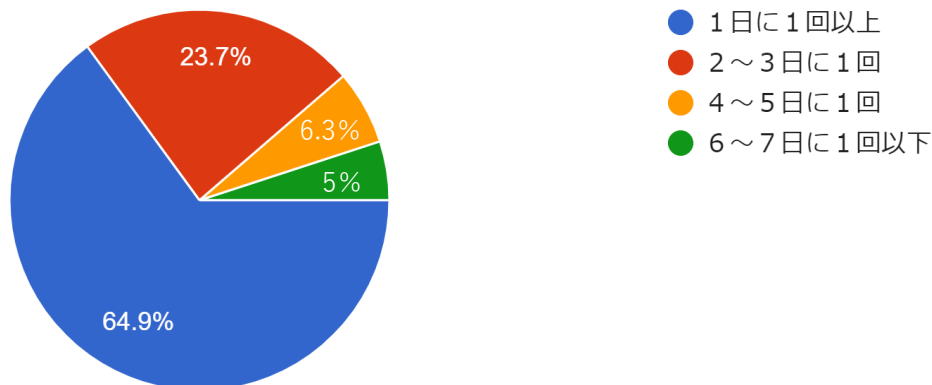
参考：厚生労働省 健康日本21（第2次）における目標値と現状値について

K6質問票結果



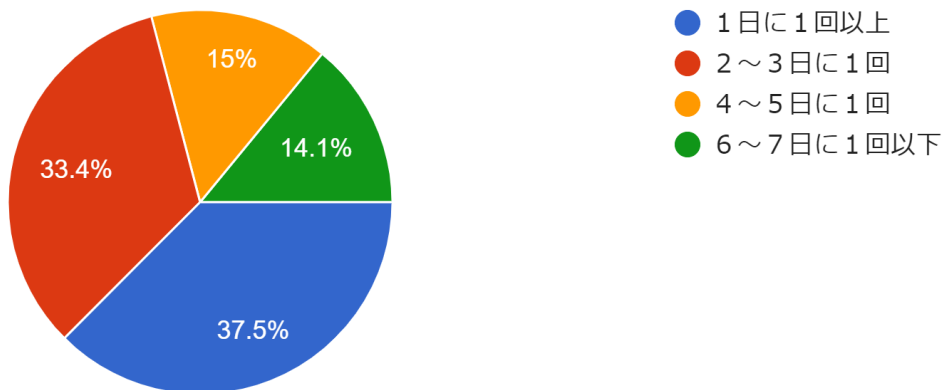
新型コロナウイルスに関する質問①

○新型コロナウイルス感染症の情報をニュースやネット、SNSなどのメディアを通じて、どの程度「見聞き」していますか？ (n=619)



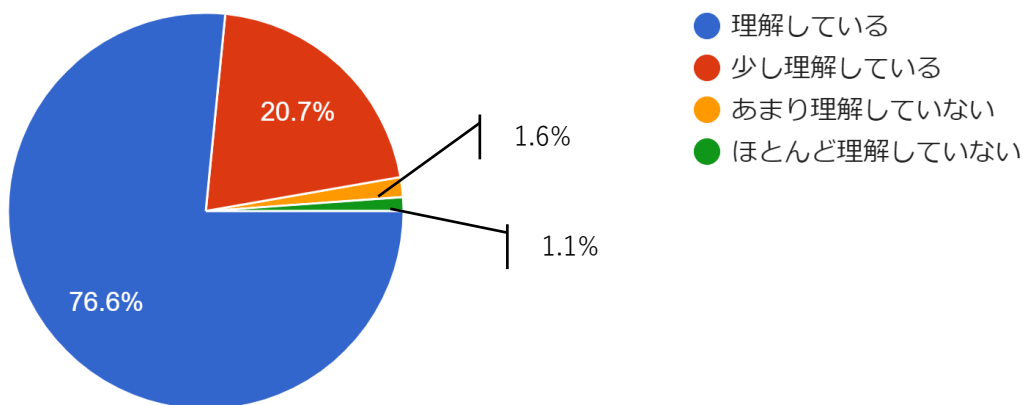
1日に1回以上(64.9%)であり、回答者の約65%が新型コロナウイルス感染症の情報に接していた。

○あなたは、新型コロナウイルス感染症に関する話題を、家族や友人・知人など、どの程度「会話」していますか？ (n=619)



1日に1回以上(37.5%)であり、回答者の約40%が新型コロナウイルス感染症についての話題を話し合っている。

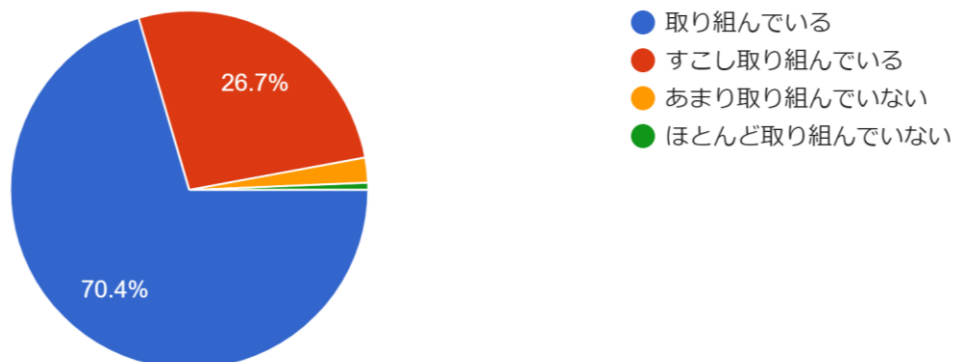
○新型コロナウイルス感染症の感染や拡大につながる可能性の高い「危険な行動」について、どの程度「理解」していますか？ (n=619)



理解している(76.6%)、少し理解している(20.7%)であり、回答者の約95%が「危険な行動」について理解しており、昨年の理解度と同程度であった。

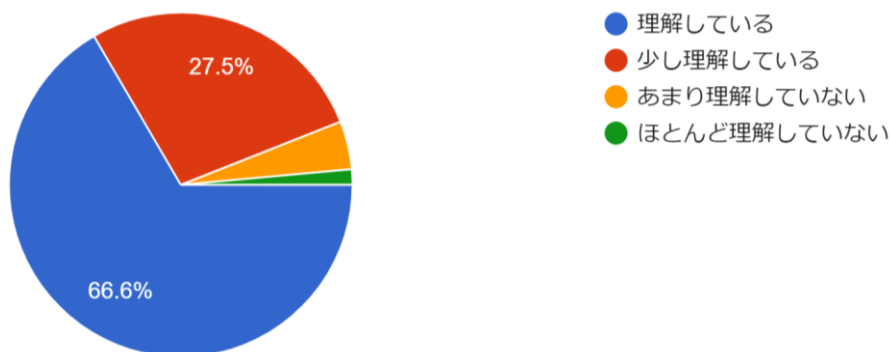
新型コロナウイルスに関する質問②

○新型コロナウイルス感染症の「感染予防と拡大防止の行動」に、どの程度「取り組んで」いますか？（n=619）



取り組んでいる(70.4%)、少し取り組んでいる(26.7%)であり、回答者の約95%が感染予防に取り組んでおり、昨年と同程度の取り組みをしていた。

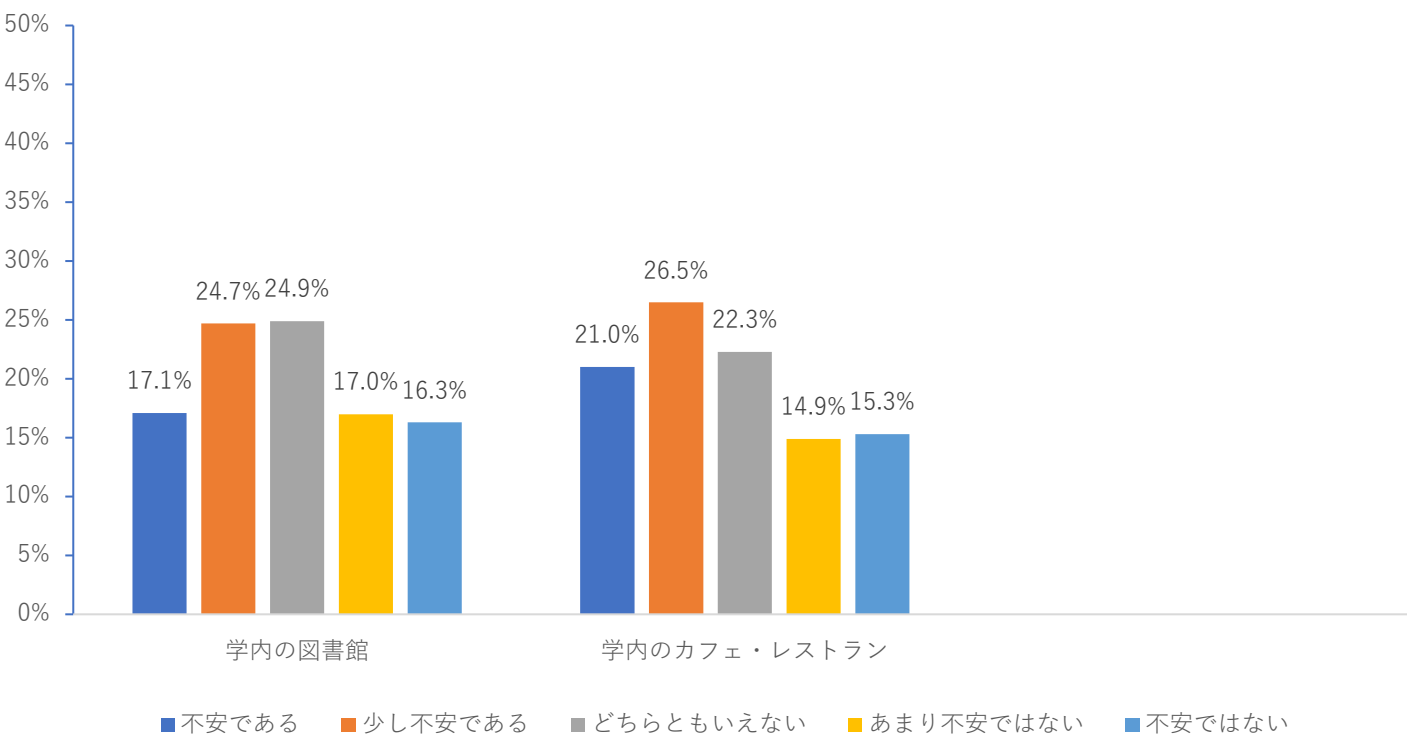
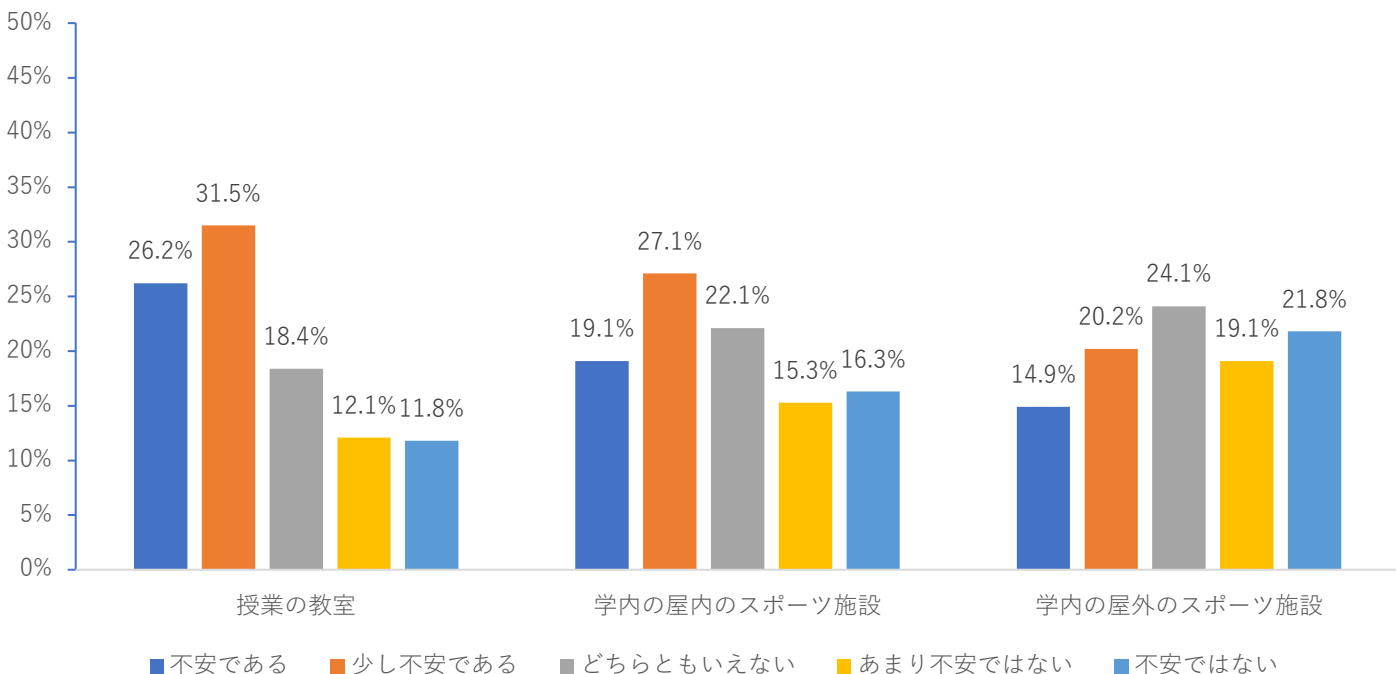
○本学が実施している新型コロナウイルス感染症の感染・拡大防止への「対応と対策」について、どの程度「理解」していますか？（n=619）



理解している(66.6%)、少し理解している(27.5%)であり、回答者の約95%が本学の「対応と対策」を理解しており、昨年と同程度の理解をしていた。

新型コロナウイルスに関する質問③

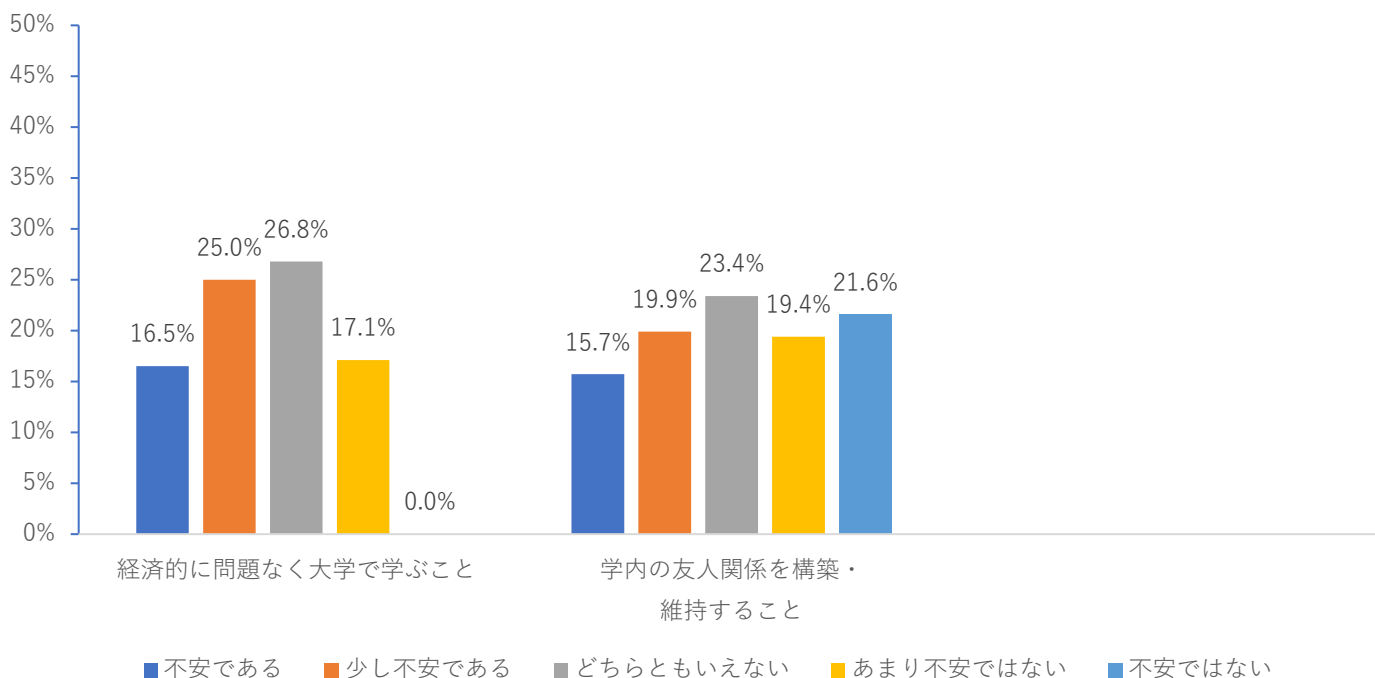
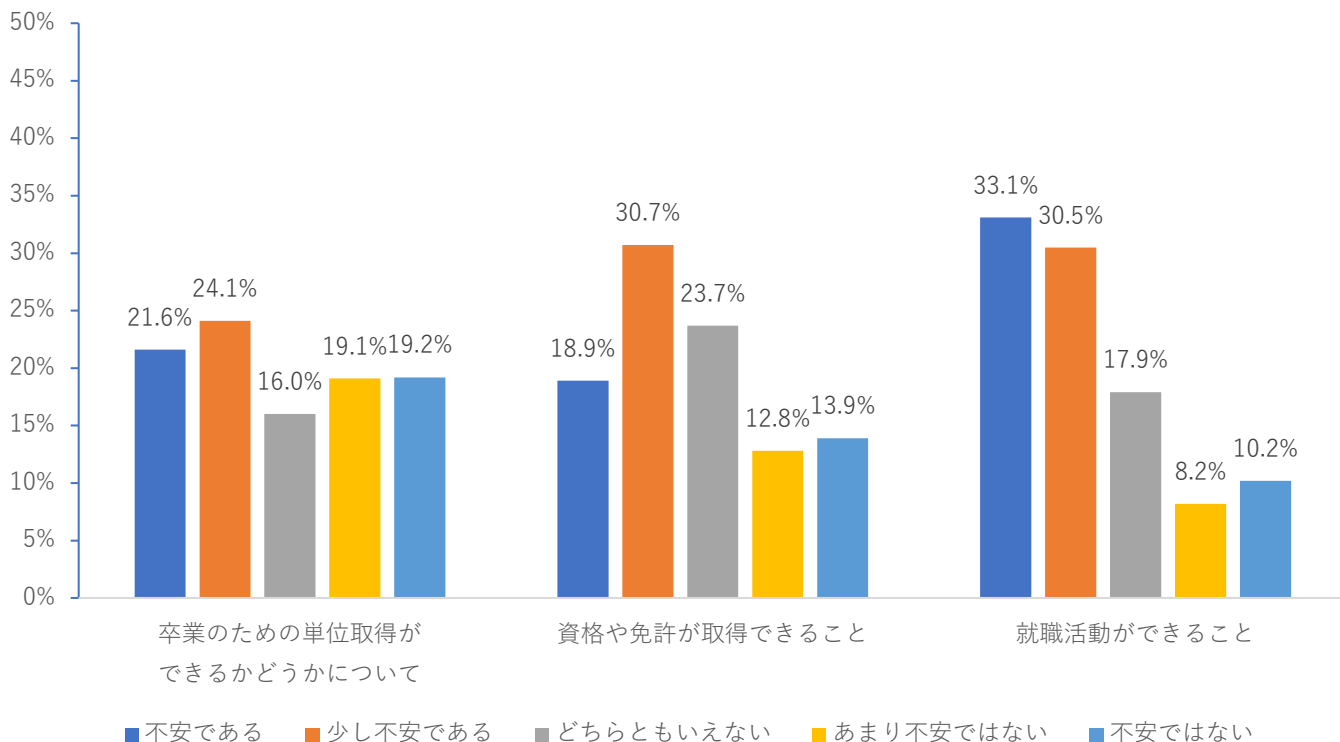
○今後、通学時に「大学内の施設」や「活動」において、この感染症への「感染の不安」をどの程度感じていますか？（n=619）



昨年不安である割合と比較すると、授業の教室：24ポイント減少、屋内スポーツ施設：36ポイント減少、屋外スポーツ施設：26ポイント減少、図書館：27ポイント減少、学食：25ポイント減少であり、不安が改善されている傾向にあった。

新型コロナウイルスに関する質問④

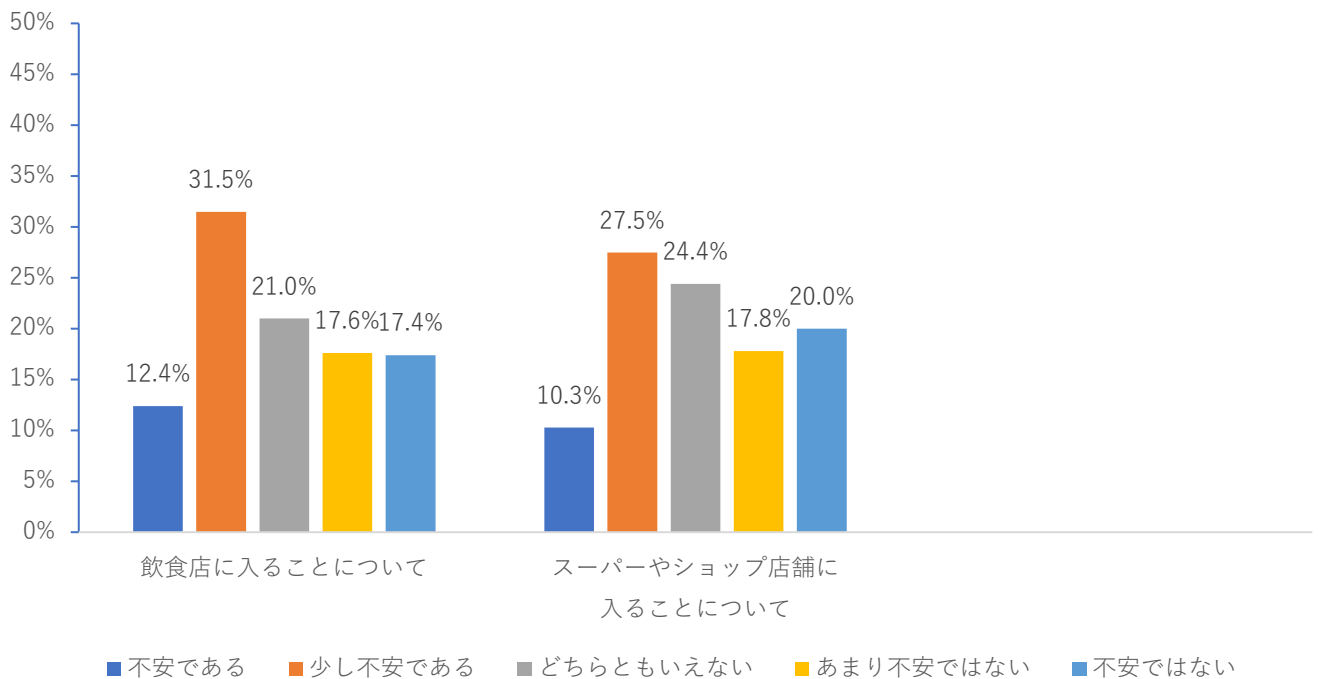
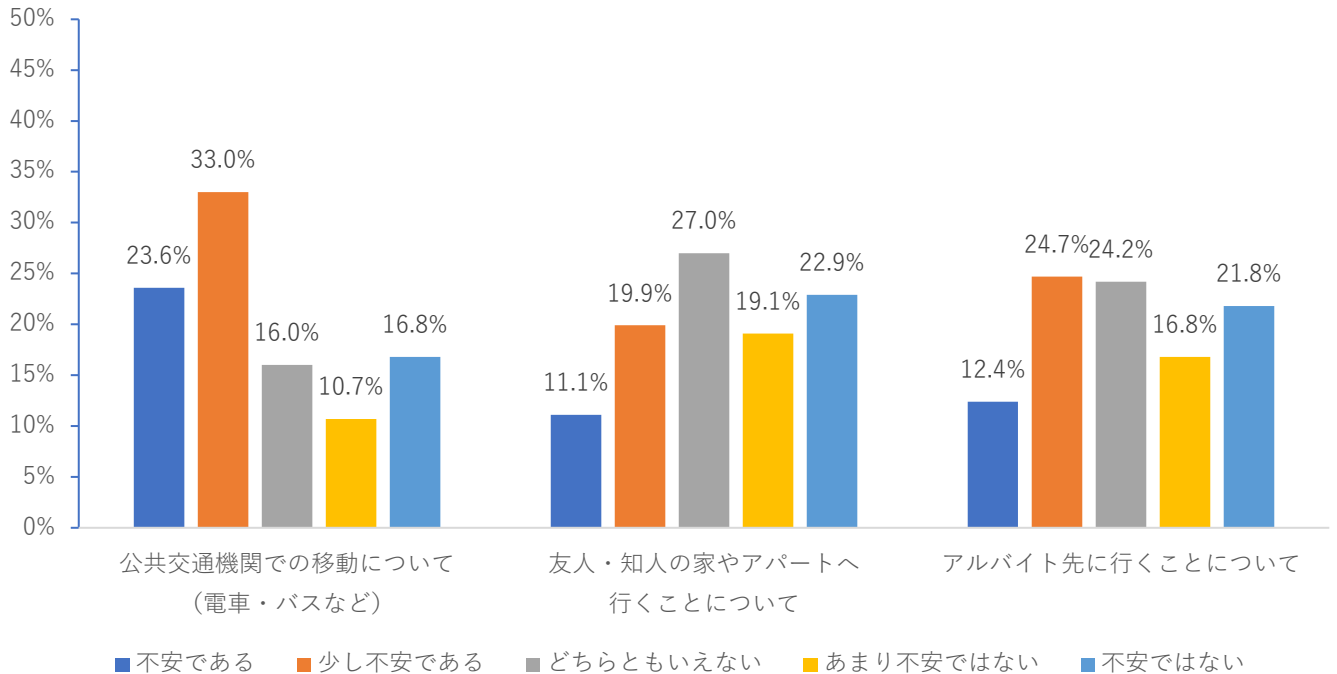
○この感染症の拡大によって、下記の「学生生活」にどの程度「不安」を感じていますか？（n = 619）



昨年不安である割合と比較すると、卒業単位：26ポイント減少、資格・免許：30ポイント減少、就職活動：12ポイント減少、経済的問題：24ポイント減少、友人関係：18ポイント減少であり、不安が改善されている傾向にあった。

新型コロナウイルスに関する質問⑤

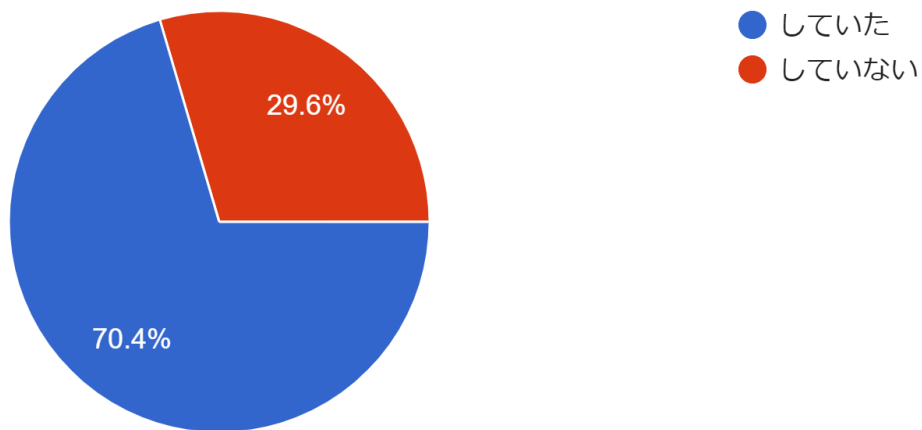
○下記の「日常生活の場面」において、この感染症への「感染の不安」をどの程度感じていますか？（n=619）



昨年の不安である割合と比較すると、公共交通機関：32ポイント減少、知人・友人の家：14ポイント減少、アルバイト：28ポイント減少、飲食店：29ポイント減少、スーパー：36ポイント減少であり、不安が改善されている傾向にあった。

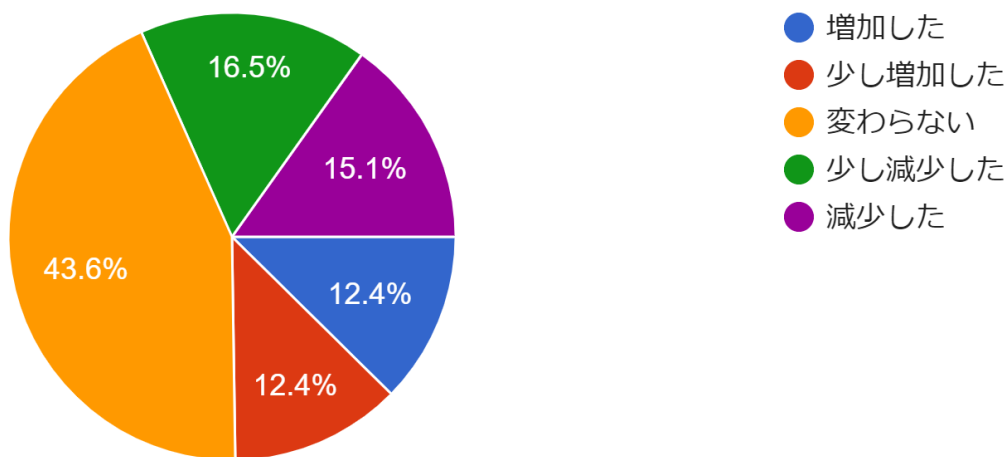
新型コロナウイルスに関する質問⑥

○昨年の後期の授業期間中に「アルバイト」をしていましたか？（n = 619）



回答者の70.4%がアルバイトをしており、昨年の64.6%から、5.8ポイント増加した。

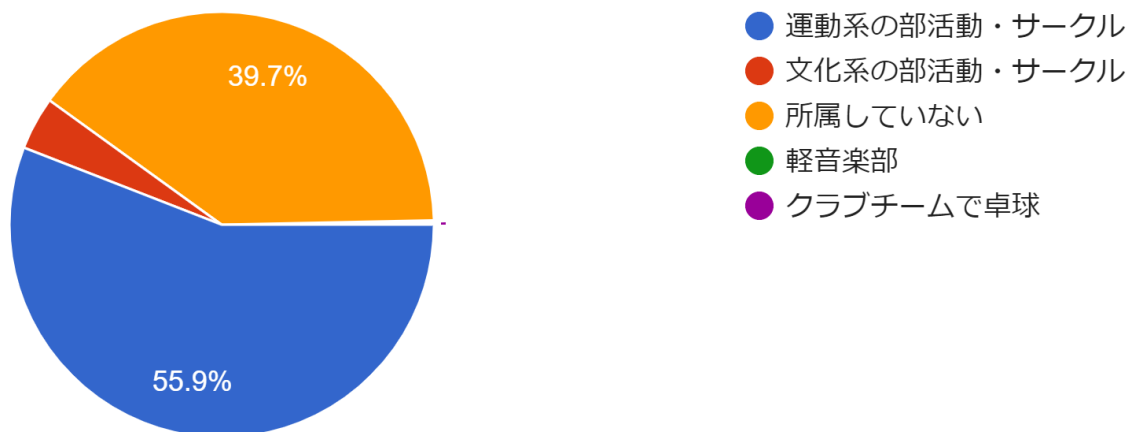
○「アルバイトをしていた」人にお聞きします。あなたのアルバイト収入は、2020年の10月から現在の間でどのように変化しましたか？（n = 436）



昨年は、アルバイト収入の減少者は、56%であったが、本年度は、31.6%であった。

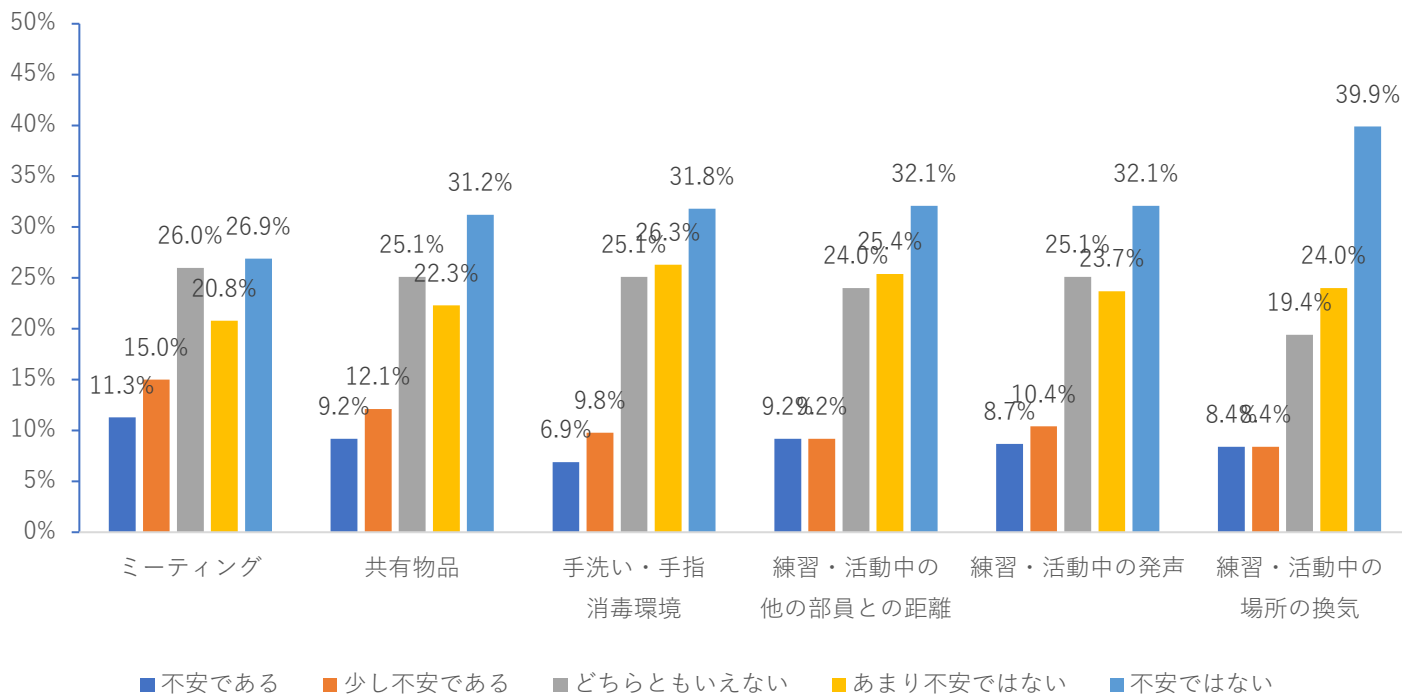
部活動・サークルなどの活動について

○現在、以下のいずれかに所属していますか？（1年生は入部予定の部活動・サークル）（n = 619）



回答者の39.7%が学内の課外活動に参加していなかった。昨年は51.2%であり、11.5ポイント減少した。

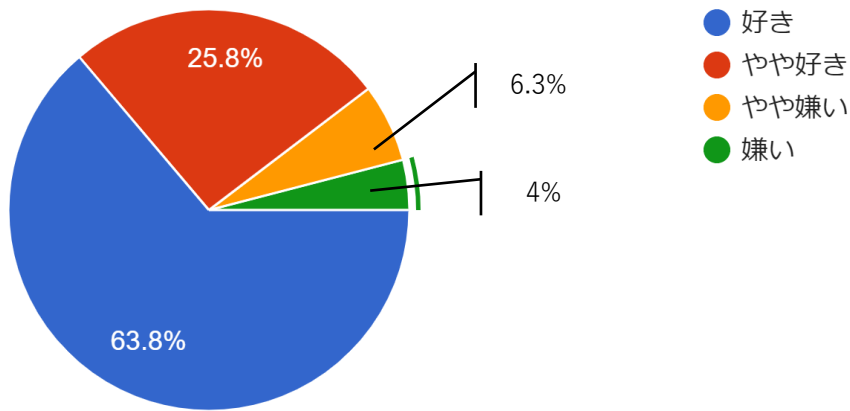
○部活（運動部・文化部）やサークル等に所属している人にお聞きします。あなたは、下記の場面や環境において、新型コロナウイルス感染症の「感染の不安」をどの程度感じていますか？（n = 346）



昨年の結果では、30~40%の学生が不安に感じているようであったが、今回の調査では、おおむね20%程度の学生が不安に感じているようであった。

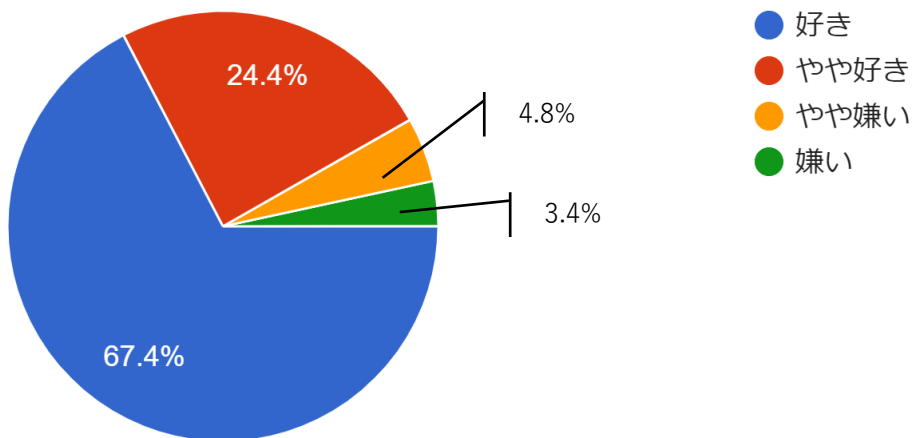
運動に関する質問①

○健康増進目的の運動（例として、定期的なウォーキングやヨガ、ストレッチなど。体育の授業、部活動は除きます。）をすることは好きですか。（n=619）



回答者の89.6%が運動することが好きであった。昨年は91.5%であり、横ばいであった。

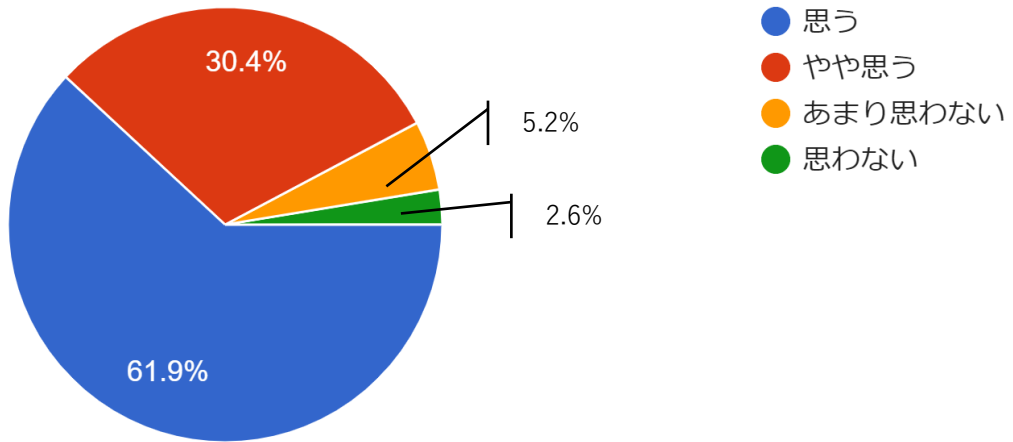
○競技目的やレクリエーション目的のスポーツをすることは好きですか。（n=619）



回答者の89.6%が運動することが好きであった。昨年は91.5%であり、横ばいであった。

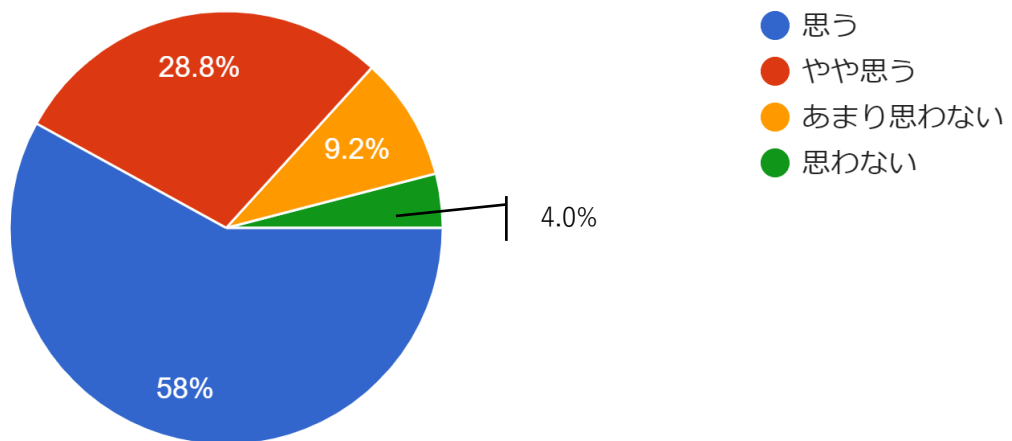
運動に関する質問②

○大学を卒業した後、自主的に健康増進目的の運動をする時間を持ちたいと思いますか。(n = 619)



回答者の91.9%が卒後も健康増進に努める意思があることが分かった。昨年は80.2%であり、11.7ポイントの増加があった。

○大学を卒業した後、自主的に競技目的やレクリエーション目的のスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。(n = 619)

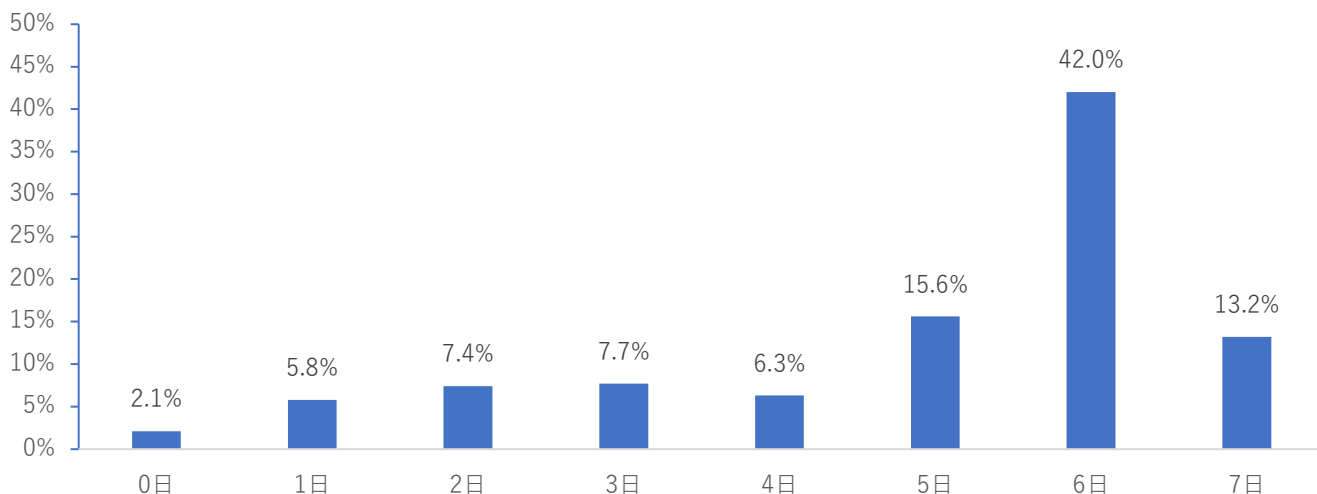


回答者の86.8%が卒後も競技目的やレクリエーション目的のスポーツをする意思があることが分かった。昨年は68.1%であり、18.7ポイントの増加があった。

運動に関する質問③(運動系部活動・サークル所属者対象)

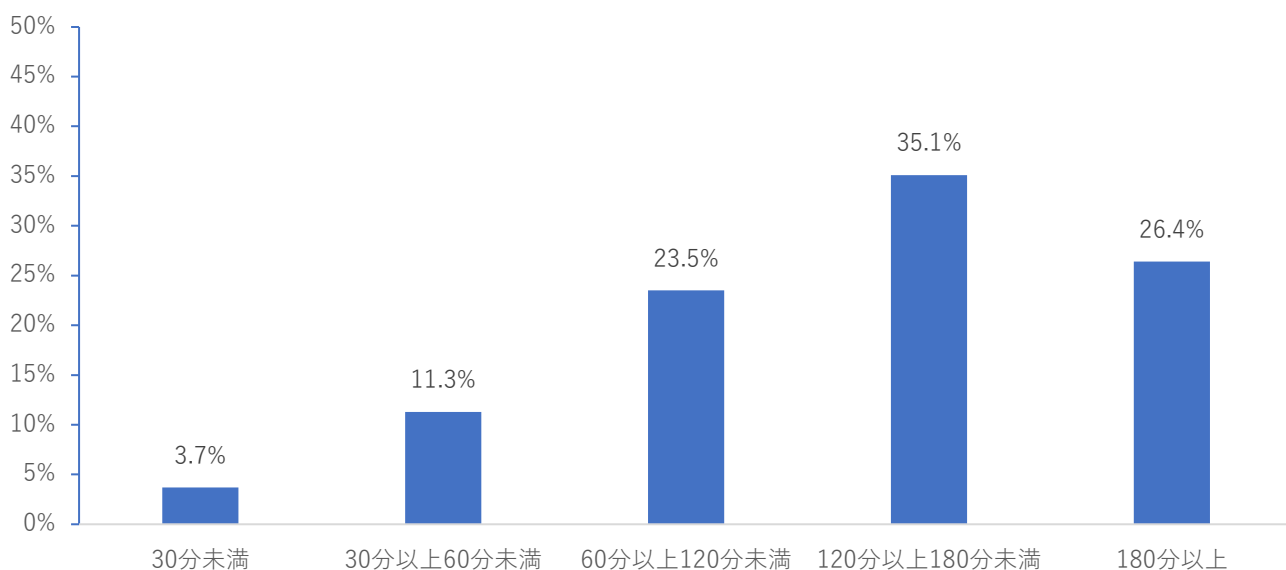
○昨年の9月～今年の1月までの後期授業期間中に競技目的でスポーツ（部活動、自主トレーニングなど）をした1週間あたりの日数と1日あたりの平均時間は？（n = 379）

1週間当たりの運動日数



運動日数0日が2.1%であり、昨年度21.7%から19.6ポイント減少し、運動を再開しているものが増加していると考えられる。

1日あたりの平均時間

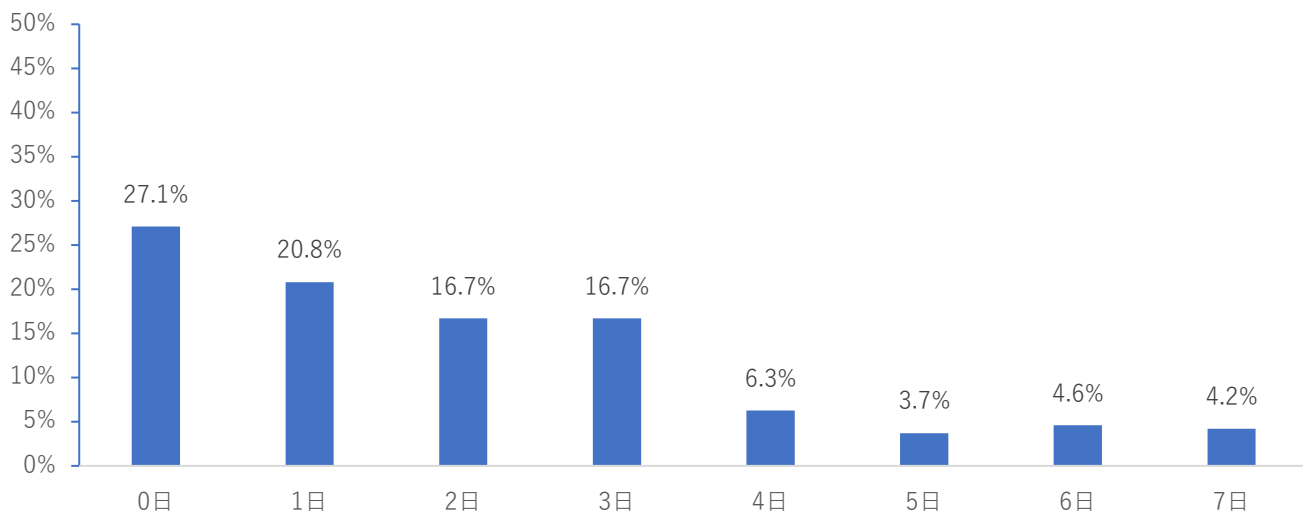


運動時間が30分未満のものが減少し、30分以上運動している者の割合が増加した。

運動に関する質問④(文化系サークル・無所属者対象)

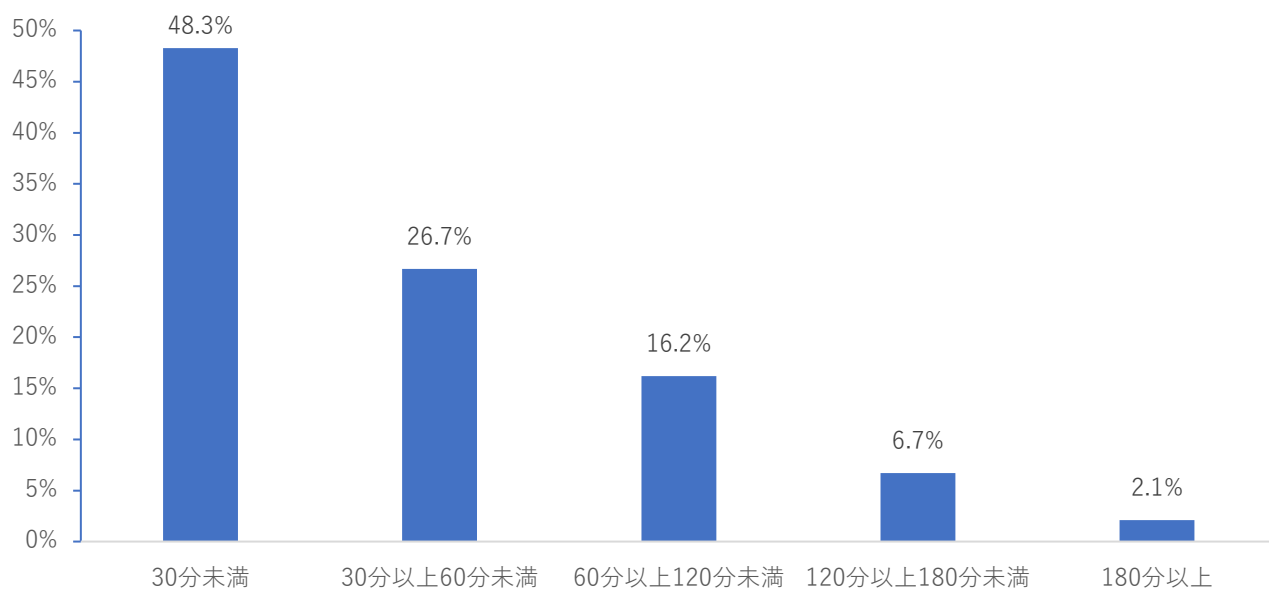
○昨年の9月～今年の1月までの後期授業期間中に健康増進目的で実施した運動の1週間あたりの日数と1日あたりの平均時間は？ (n = 240)

1週間当たりの運動日数



昨年度と比較して、運動日数0日の者に変化はなかったが、1日行うものが、昨年度10.8%から20.8%に増加した。2日以上 of 運動日数も微増していた。

1日あたりの平均時間



運動時間においては、30分未満の者が48.3%であり、昨年度の38.6%と比較して、短時間の健康運動を実施する者が増えた。

