

文教大学情報学部 社会調査ゼミナール研究報告

アルバイトの生活への影響

2007 年 2 月

情報学部 広報学科 3 年

丹澤 恵

アルバイトの生活への影響

丹澤恵

目次

第1章 研究の概要	・・・ 1
1. 1 研究の背景と目的	・・・ 1
1. 2 研究の方法	・・・ 1
(1) 進捗経緯	
(2) 調査の概要	
1. 3 成果の概要	・・・ 2
第2章 研究の成果	・・・ 2
2. 1 回答者の概要	・・・ 2
2. 2 アルバイト状況	・・・ 3
(1) 現在のアルバイトの有無	
(2) アルバイト労働	
(3) アルバイトをやめる	
2. 3 サークル活動	・・・ 6
(1) サークル活動の所属	
(2) サークルとアルバイト	
2. 4 食事	・・・ 8
(1) 日数	
(2) 時間の固定	
2. 5 健康	・・・ 10
(1) 現在の健康状態	
(2) 健康と睡眠	
(3) 睡眠とアルバイト	
(4) 睡眠と食事	
2. 6 授業	・・・ 14
(1) 欠席、遅刻、寝る	
(2) アルバイト時間帯	
(3) 睡眠	
第3章 まとめと今後の課題	・・・ 16
参考文献	・・・ 17
単純集計結果	・・・ 18

第1章 研究の概要

1. 1 研究の背景と目的

私たち大学生の多くは、アルバイトをしている。アルバイトは最低何時間という時間拘束が生じてしまうため、生活の一部となっている。中にはアルバイトを中心に生活が成り立っている人もいる。そうすると、心身に負担がかかってくる。給料をもらっている以上きちんと働くことは原則であるため、身体には特に負担がかかるのではないだろうか。

また、生活の中には食事、睡眠、学校など様々な生活内容がある。アルバイトがそれらの生活にどのような影響を及ぼしているのかを明らかにしたい。さらに、睡眠と健康意識についても少し設問を取り上げ、アルバイトの生活への影響を調べてみる。

1. 2 研究の方法

(1) 進捗経緯

2006 年

- ・ 7 月：研究テーマ決定
- ・ 10 月：調査票最終案完成
- ・ 11 月：学内で調査を实地
集計、分析
- ・ 12 月：研究結果提出

(2) 調査の概要

a.調査の意図・仮説

- ・ 大学生のアルバイトは、夕方から夜にかけての時間帯が多い。
- ・ アルバイトで無断退社をする人は、社会的常識が低いため授業の出席率が悪い
- ・ アルバイトを多くしている人は、授業中寝たり、欠席したりということが多い。特に、深夜アルバイトをしている人が多くなる。
- ・ 朝食に関して深夜のアルバイトをしている人は、朝起きられず、食べずに登校する。そのため、昼食までの間に間食がある。
- ・ 夕食はアルバイトと最も多く重なる食事である。アルバイトに入る前に軽食を取るか、そのまま仕事に入る。アルバイト終了後、食事を取るであろうが、時間帯は相当遅くなる。よって、自分で作らず、惣菜などの購入品が多くなる。

b.主な設問項目

- | | | |
|-----------|-------------|-------|
| ・ アルバイト経験 | ・ アルバイトをやめる | ・ 仕送り |
| ・ 食事 | ・ 健康 | ・ 睡眠 |
| ・ 授業 | ・ フェースシート | |

c.調査対象者と方法

- ・調査対象者 文教大学湘南校舎学生
- ・調査方法 紙面によるアンケート「アルバイトに関する調査」を授業中に配布
- ・配布数 管理会計情報：45 枚
コンピュータと通信：約 60 枚
その他手渡し：30 枚
- ・回収数 132 枚
- ・有効回収数 131 枚

1. 3 成果の概要

アルバイトの無断退社への意識の違いによって、その経験の有無に影響がある。非常識だと思ふ人ほど無断退社はない。反対に、別にしてもいいと思っている人は何回かしたことがある割合が高い。

食事の時間帯が毎日決まっているほど睡眠に充足している。また、夕食を毎日食べているほど睡眠は充足している。これは生活リズムが毎日決まっているほど、睡眠は十分に取れていると感じやすい。

〔謝辞〕

本研究においては、調査の実施に際して多くの学生諸氏から回答を頂いた。この調査協力に対しては心から御礼を申し上げる次第である。調査票を作成するまでの過程では、ゼミのメンバーをはじめとして、多くの方から示唆を頂いた。また研究の実施全般にたいしては、指導教授の八ッ橋先生から様々な示唆を頂いた。これらの皆さんに対して、改めて謝意を表します。

第2章 研究の成果

2. 1 回答者の概要

回答標本は無作為抽出で作成してはいないために、母集団から見て標本に偏りを生じる可能性がある。そこで回答者の分布を、表 2-1-1 と表 2-1-2 で確認しておく。表 2-1-1 の学年分布では回答者数が多い順に、1 年生：43.5%、3 年生：36.6%、2 年生：9.2%、4 年生 8.4%、その他：1.5%、無回答：0.8%となっている。母集団と比べて、1 年生と 3 年生が多い。また表 2-1-2 の性別の分布では、男性：54.2%、女性：45.0%、無回答：0.8%となっている。性別は母集団と比べてもあまり差は生じていない。

これらの偏りは、回答者全体の分布にはそれなりの影響を与える可能性があり、解釈時には注意が必要である。しかしクロス集計やグループの平均などの層化を行った集計では、影響は限定され则认为られる。

【母集団を湘南キャンパス学生と見た場合】

表 2-1-1 回答者と母集団の比較

	1 年生	2 年生	3 年生	4 年生	その他	無回答	計
回答者	43.5 (57)	9.2 (12)	36.6 (48)	8.4 (11)	1.5 (2)	0.8 (1)	100.0 (131)
湘南キャンパス学生	27.7 (942)	26.4 (899)	23.0 (784)	22.9 (780)	— (—)	— (—)	100.0 (3405)

(注) 母集団は、湘南キャンパス 2006.10 末時点である。

表 2-1-2 回答者と母集団の比較

	男性	女性	無回答	計
回答者	54.2 (71)	45.0 (59)	0.8 (1)	100.0 (131)
湘南キャンパス学生	52.0 (1770)	48.0 (1635)	— (—)	100.0 (3405)

(注) 母集団は、湘南キャンパス 2006.10 末時点である。

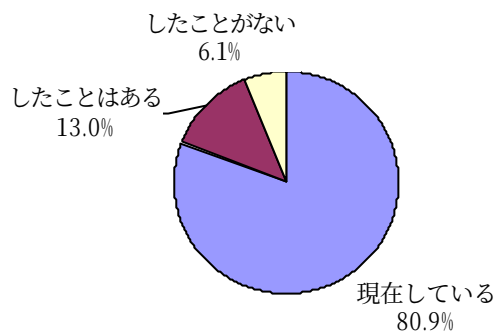
2. 2 アルバイト状況

(1) アルバイト経験

図 2-2-1 は、アルバイト経験を調査した結果である。現在しているが約 80%、過去にしたことがあるのは 13%と、約 90%がアルバイト経験者である。

今後の調査では、アルバイトが現在の生活にどのように影響するかを知りたいため、「現在している」を中心に分析を進める。

図2-2-1 アルバイト経験 (n=131)



(2) 労働

図 2-2-2 は、月収を聞いた結果である。ここでいう月収は、両親からの仕送りを除き、アルバイトで稼いだ収入のことをいう。3～10 万円未満での 3 区分でそれぞれ約 30%近くを占めている。

以降に月収を集計で使う場合は、2 区分して利用する。この 2 区分については「5 万円未満」の約 40%とか「5 万円以上」の約 60%で分けるものとする。

図2-2-2 月収 (n=106)

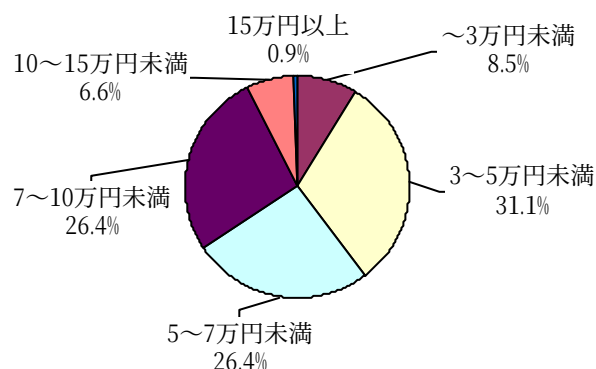
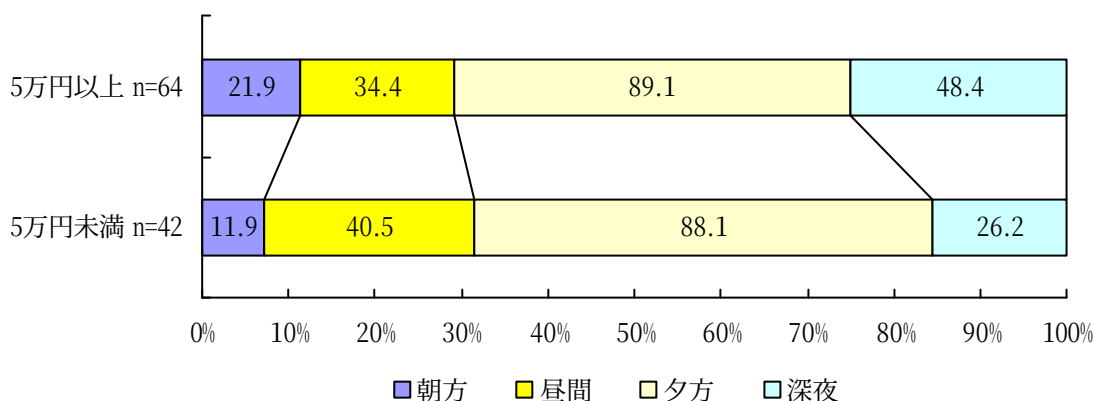


図 2-2-3 は月収とアルバイトの時間帯をグループごとに集計した結果である。夕方が多いのは、学校終了後アルバイトへ行く形が最も大学生に浸透しているためである。しかし、月収との差は見られないため、夕方の時間帯は収入に影響はない。

月収に影響があるのは深夜、朝方になる。これは時給に深夜、早朝手当が加わるため、より高い時給を求め働く傾向によるものである。朝と深夜の両グループで、5万円以上と5万円未満との差をあわせて約30%になる。朝方より深夜のほうが回答の多い理由は、夕方から深夜までアルバイトを継続できるため、この差が生じた。

図2-2-3 月収と労働時間帯



(3) アルバイトの中止

やめる際にバックレをしたことがあるかという質問を設けた。ここでいうバックレとは、上司や会社にも何も言わずに仕事に行かず、そのまま解雇となることをいう。

アルバイトをやめたことのある人は73人で、そのうちバックレ経験者は約22%である。

図2-2-4 バックレ経験(n=123)

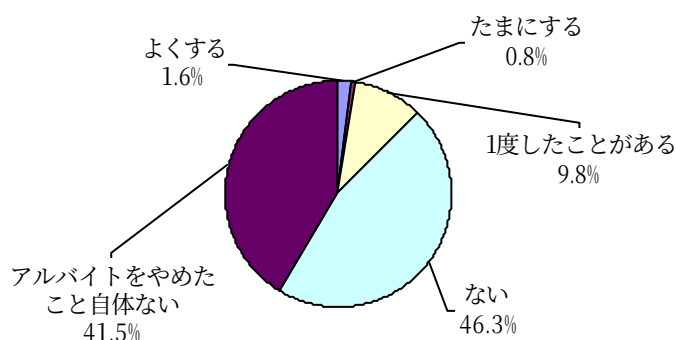
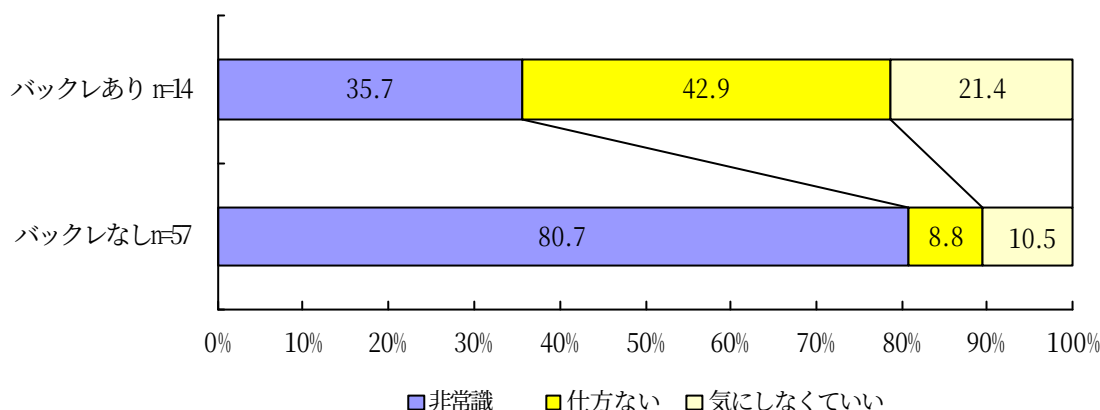


図 2-2-5 はバックレ経験を有無の 2 グループに分け、バックレに対しどう思うかを示した図である。バックレなしのグループのほうが、非常識と思い、社会的意識が高い。その行動をするかどうかは、その行動に対しての意識の持ち方によって変わってくる事が分かる。

図2-2-5 バックレ経験と意識(χ^2 乗 0.002)

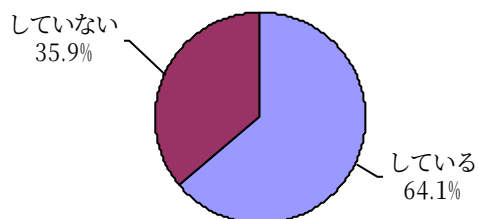


2. 3 サークル活動

(1) サークル活動の所属

図 2-3-1 は部活動またはサークル活動（以下、部・サークル）をしているか否かを調査した結果である。回答者の 64%はサークルに所属していた。

図2-3-1 部・サークルの所属(n=131)



(2) サークルとアルバイト

図 2-3-2 はアルバイト有無と部・サークル所属の有無をグループごと集計した結果である。

部・サークルに所属しているグループのほうが、アルバイトをしている傾向にある。所属していると出費が多く、より収入を得なければ活動を継続していけないのだ。

しかし、部・サークル有無別に月収をグループごと集計してみると、有意差はあら

われなかった。所属グループより非所属グループのほうが収入は多かった。つまり、所属グループはある程度の収入で満足しているということである。非所属グループのほうが、部・サークルをしていないだけ多く稼ぐことができる。月収は図 2-2-2 で 2 区分にしたものを使っている。

図2-3-2 部・サークルとアルバイト(χ^2 乗 0.007)

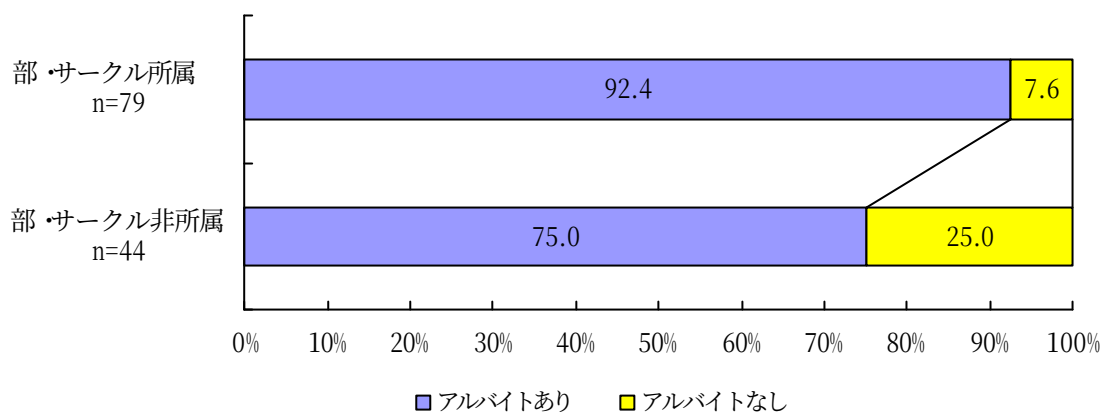
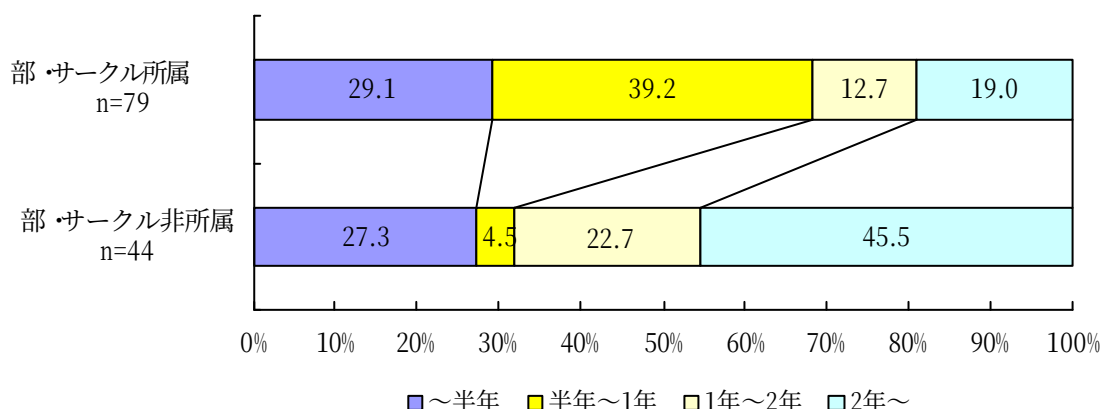


図 2-3-3 は部・サークルの有無別にとアルバイトの最長継続期間を集計した結果である。大きく見れば、非所属グループのほうが長い期間継続していることが分かる。所属グループが部・サークルを優先するのなら、アルバイトで不都合がある場合やめていく。いくつも継続し続けることは難しいと分かる。

しかし、半年未満は両グループともに変わらない。この半年未満とは入ったアルバイト自体に満足するかどうかの影響している。所属しているか否かが影響したわけではない。このように考えると、所属グループのほうが継続期間は短いといえる。

図2-3-3 部・サークルとアルバイト継続期間(χ^2 乗 0.00)



2. 4 食事

(1) 日数

図 2-4-1 は食事日数に関する結果で、図 2-4-2 は間食に関する結果である。

それぞれの食事について、一週間のうち平均何日食べているかを計算して出す。計算方法は、 $(\text{日数} \times \text{回答}\% \times 100) + (\text{日数} \times \text{回答}\% \times 100) + \dots$ とする。また、日数は選択肢の中間値を使う。

朝食 $(7 \times 0.246) + (5.5 \times 0.131) + (3.5 \times 0.20) + (1.5 \times 0.246) + (0 \times 17.7) = 3.51$

昼食 $(7 \times 0.638) + (5.5 \times 0.208) + (3.5 \times 0.10) + (1.5 \times 0.054) = 6.04$

夕食 $(7 \times 0.777) + (5.5 \times 0.154) + (3.5 \times 0.069) = 6.53$

結果、朝食 3.51 日、昼食 6.04 日、夕食 6.53 日となった。朝食は起きてからの支度など多様なため時間がなく、食事を抜いてしまう。昼食は学校の昼休みが設けられているため、毎食食べられる。夕食は、アルバイトが終わった後に食べるため食事日数が多い。間食も夕方と深夜が多いことから、アルバイトの前後に食べているといえる。

図2-4-1 食事日数

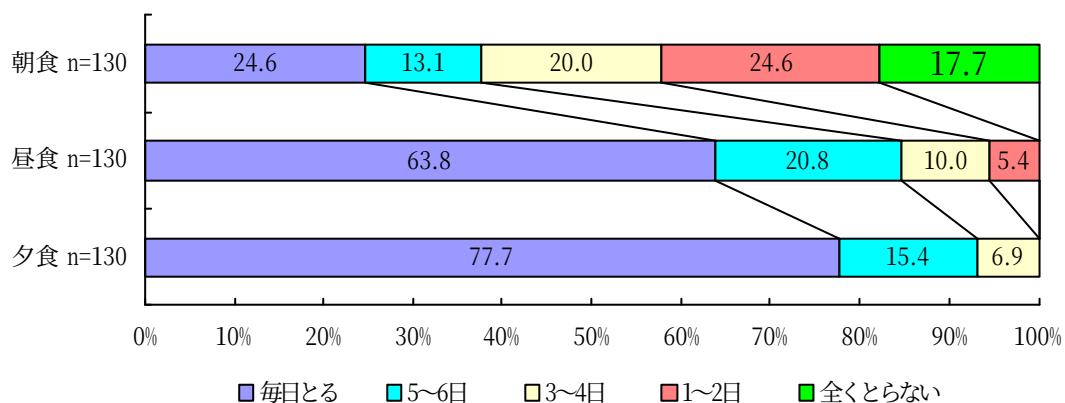
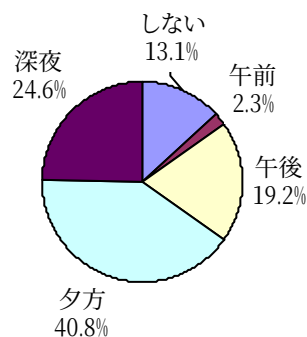


図2-4-2 間食を最もする時間帯(n=130)

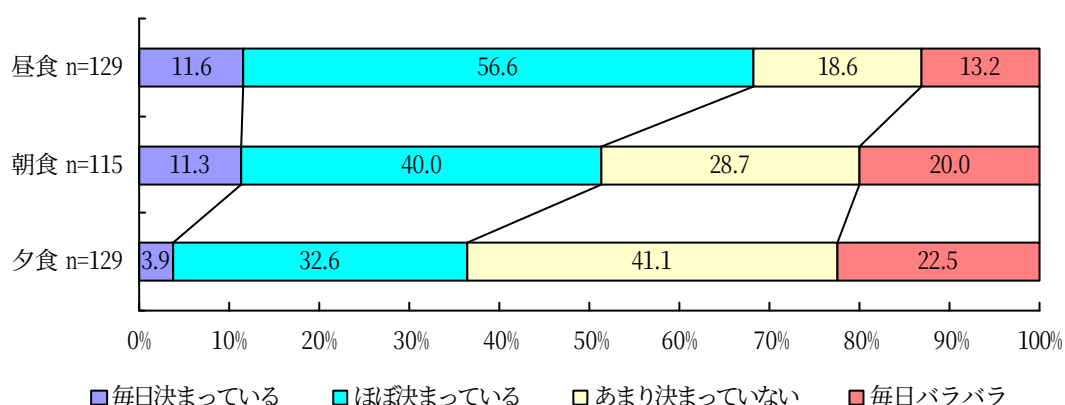


(2) 食事時間の固定

図 2-4-3 では食事の時間帯について、とる時間帯が決まっているかどうかを聞いた。朝食に関しては、図 2-4-1 での「全くとらない」の回答者は除いている。

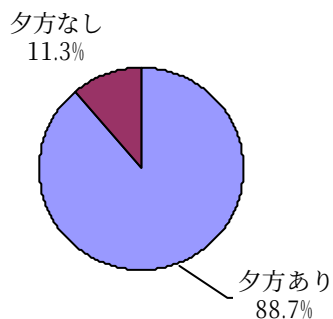
昼食が半数以上ほぼ決まっているのは、学校の昼休みが決まっているためである。また、朝食もそれほど毎食バラバラというわけではない。しかし、夕食は「あまり決まっていない」「毎日バラバラ」が半数を超えるかたちとなった。これは夕食時にアルバイトが入っていることが影響している。アルバイトの影響について、図 2-4-4 で示す。

図2-4-3 毎食事の時間固定



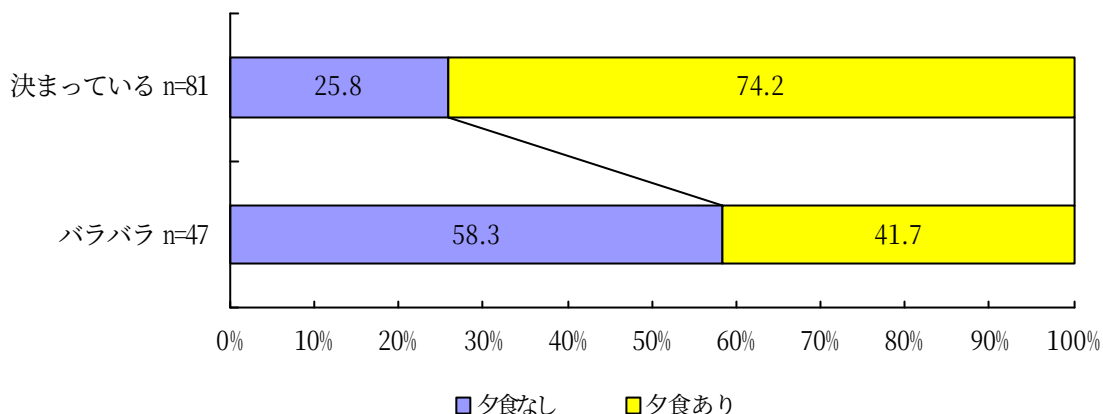
アルバイトの影響を示した結果が図 2-4-4 である。夕食の時間帯を「毎日決まっている、ほぼ決まっている」を「決まっている」とし、「あまり決まっていない、毎日バラバラ」を「バラバラ」と設定した。また、ここでは夕方のアルバイトに重点を置くため、「夕方あり」「夕方なし」の 2 グループを作る。このグループ分けを示すのが、図 2-4-4 である。

図2-4-4 アルバイトの夕方実施(n=131)



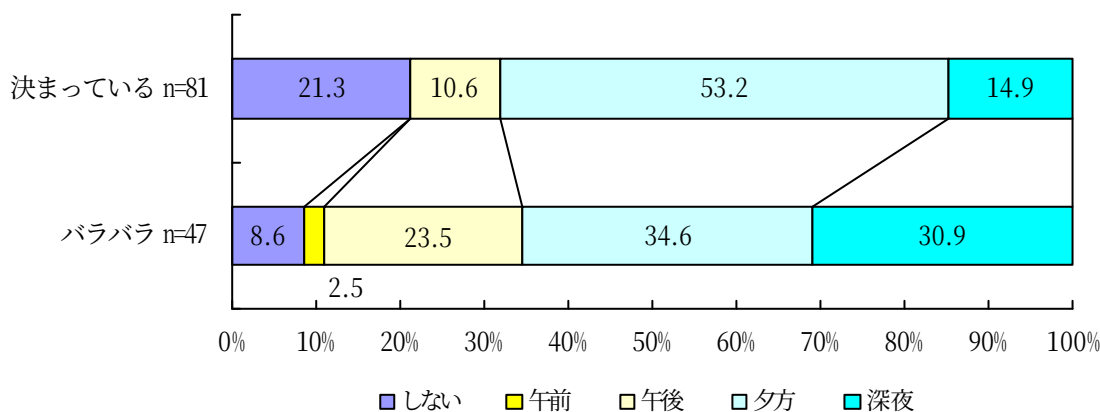
夕食の時間の固定具合がバラバラのグループは、夕方のアルバイトをしている割合が大きい。アルバイトは食事の時間固定に影響を与えている。

図2-4-5 夕食時間固定と夕方のアルバイト有無(χ^2 乗 0.020)



さらに、夕食がバラバラということは、間食がその時間帯に多いのではないかという疑問があがってくる。その結果を示したのが図 2-4-6 である。しかし、予想とは裏腹に決まっているグループのほうが、夕方の間食は多かった。バラバラのグループは午後から深夜にかけて平均的な数字を示している。決まっているグループに比べ多い項目は午後と深夜である。

図2-4-6 夕食時間固定具合と間食(χ^2 乗 0.01)



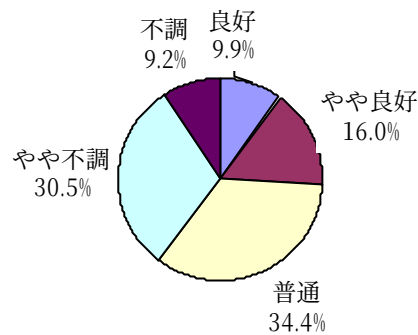
2. 5 健康

(1) 現在の健康状態

現在の健康状態を集計した結果が図 2-5-1 である。「良好・やや良好」を「良好」グループ、「普通」グループ、「やや不調・不調」を「不調」グループとする。

3 区分したグループはそれぞれ、約 26%、約 34%、約 40%という割合となる。

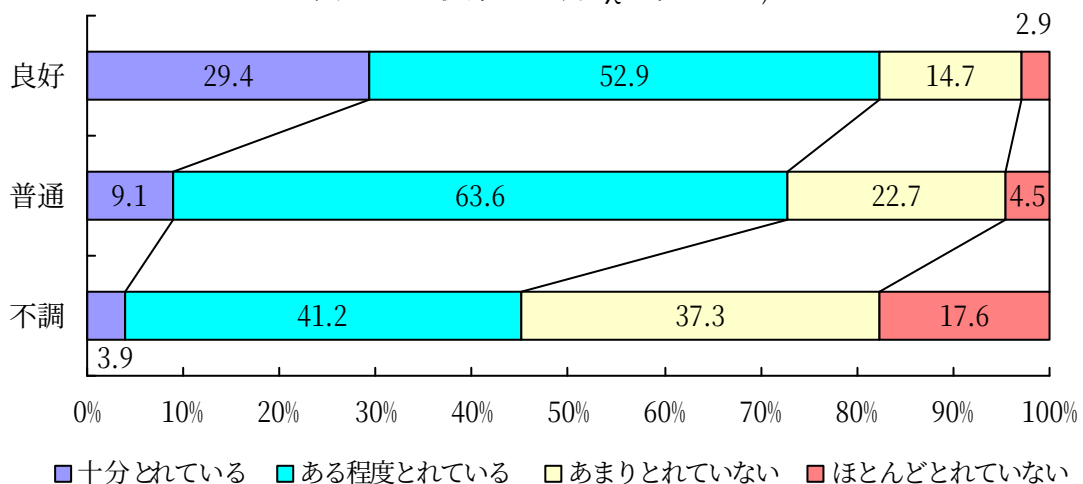
図2-5-1 健康状態(n=131)



(2) 健康と睡眠

図 2-5-2 は現在の健康状態と睡眠充足感を集計した結果である。健康状態がいいと思っている人のほうが、睡眠状態に充足している。不調のグループは半数が、睡眠をあまりとれていない・ほとんどとれていないとなった。このことから、健康状態を判断する材料に睡眠は大きく関係していると考ええる。

図2-5-2 健康と睡眠 (χ^2 乗 10.000)

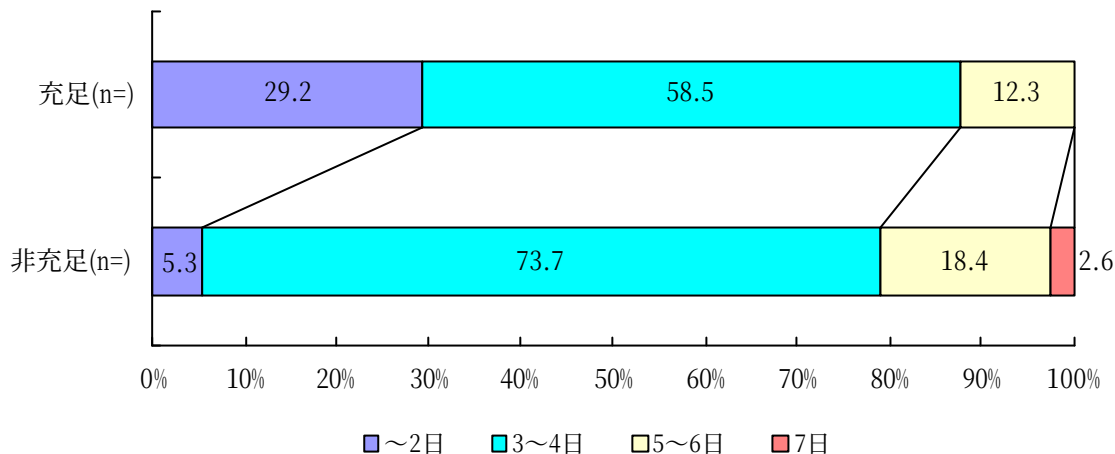


(3) 睡眠とアルバイト

睡眠充足感で 2 つのグループを作る。すなわち「十分にとれている・ある程度とれている」を「充足」、「あまりとれていない・ほとんどとれていない」を「非充足」とする。この条件で、アルバイト日数と集計した結果が図 2-5-3 である。睡眠充足グループのほうがアルバイト日数は少ない。アルバイトは睡眠に影響を及ぼしていることが分かる。また、睡眠と健康状態の関係も図 2-5-2 で証明されたことから、アルバイトは健康状態にも影響を及ぼすといえる。

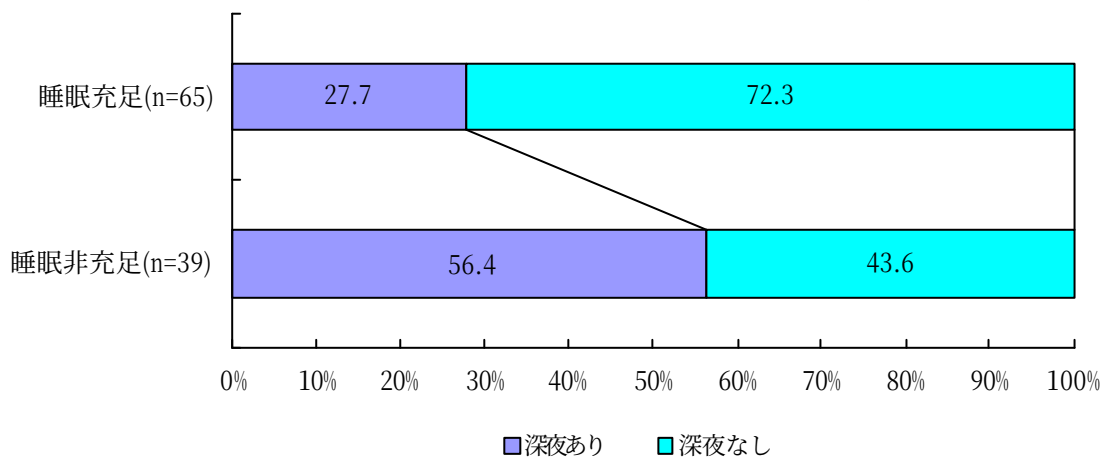
睡眠の 2 グループのアルバイト日数の平均を計算する。計算方法は、2.4(1)でした方法と同様である。結果、満足グループ 3.16 日、不満足グループ 3.85 日である。

図2-5-3 睡眠とアルバイト日数/週 (χ^2 2乗 0.019)



睡眠に非充足のグループのほうが、アルバイト時間帯は深夜が多いのではないかということを調べた結果が、図 2-5-4 である。「深夜あり」「深夜なし」の 2 グループを作る。やはり、非充足のグループのほうが深夜働いている傾向にある。満足グループはほとんど深夜労働をしていない。しかし、朝方の労働には両グループともに違いはなかった。深夜と朝方とでは、働く人の睡眠状態はかなりの違いがあることになる。

図2-5-4 睡眠と深夜のアルバイト有無 (χ^2 2乗 0.004)

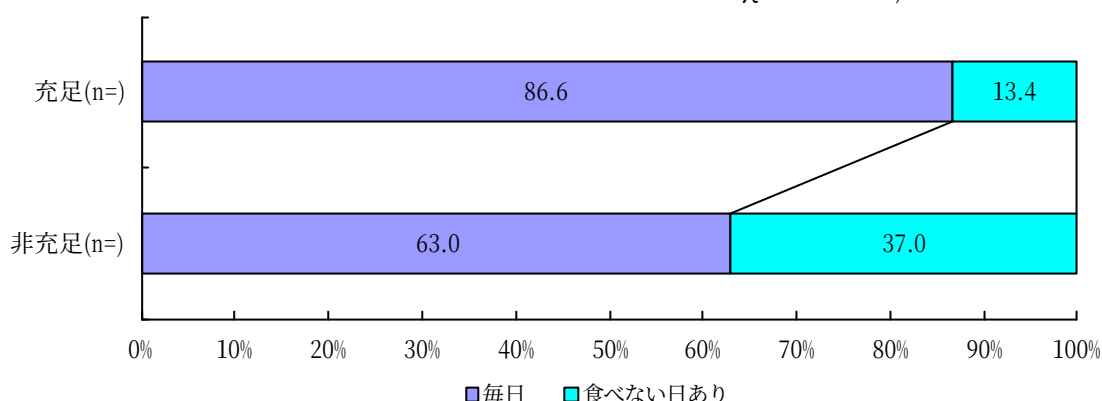


(4) 睡眠と食事

睡眠状態と食事関連の設問とでグループごとに集計をしていくと、予想していなかった結果が出た。それは夕食の摂取日数であり、図 2-5-5 はその結果を示している。図 2-4-1 で、夕食は毎日食べる回答者は約 78%であった。よって、図 2-5-5 では、夕食の日数を「毎日」「食べない日あり」の 2 グループとした。

睡眠の充足グループのほうが、毎日夕食を食べている。睡眠の前にする行動の中には夕食がある。その夕食から有意差のある結果が得られたので、睡眠に充足と感ずるためには夕食の摂取が必要であるといえる。別に朝食、昼食との集計も行ったが、有意差のある結果にはならなかった。このことから、夕食摂取は睡眠に影響するといえる。

図2-5-5 睡眠満足度合と夕食摂取日数 (χ^2 2乗 0.002)



また、食事の時間帯に関しては、図 2-5-5 と違い、朝食にも結果が出た。朝食は図 2-5-6、夕食は図 2-5-7 に示している。朝食、夕食ともにグループを、2 グループにしている。4 グループのときの単純集計は図 2-4-3 であり、図 2-4-4 で使用した 2 グループの分け方と同じである。

まず、図 2-5-6 ではパーセンテージを見ると結果は逆転している。また、摂取時間帯を 4 グループで集計したときには有意差数は 0.030 となった。今回は夕食の時間帯とも比較しやすいように、2 グループで結果を出した。

朝食は睡眠後の行動で、直接睡眠に関係しているとは考えにくい。しかし、朝食をとることによって、眠気がなくなり睡眠への非充足感が軽減されていると考えることは可能である。

図2-5-6 睡眠と朝食摂取時間帯 (χ^2 2乗 0.054)

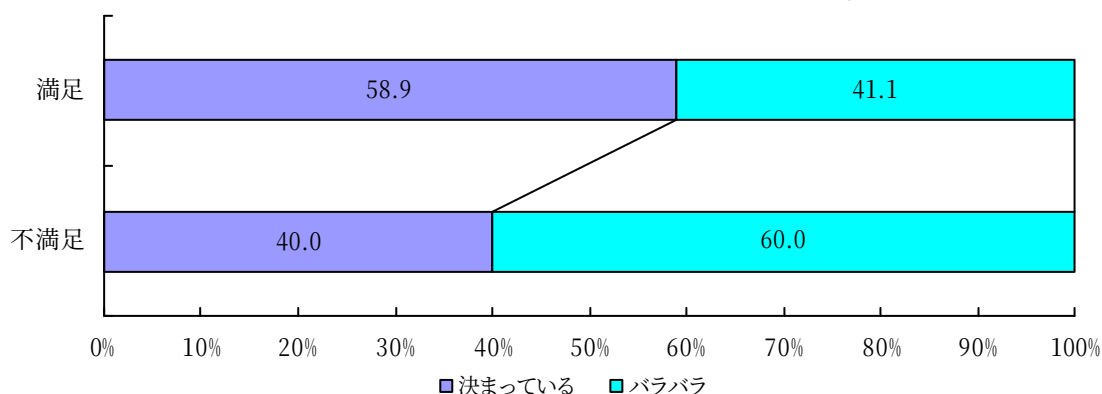
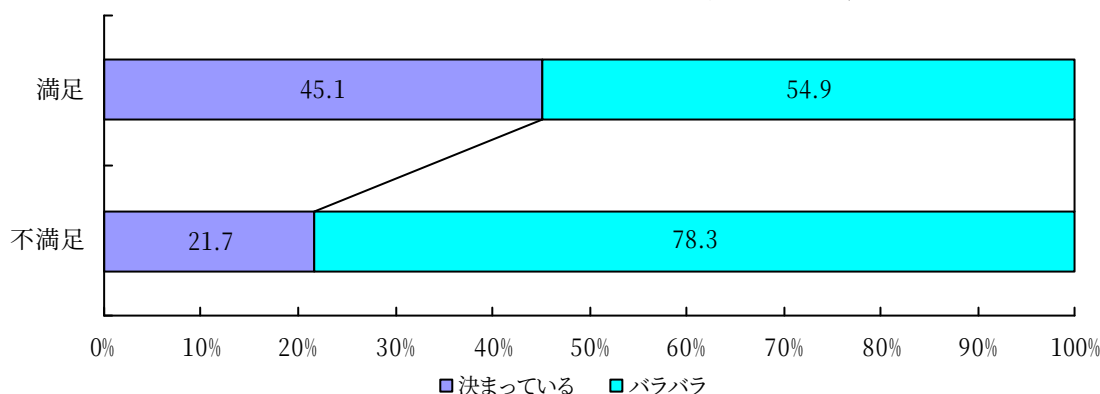


図 2-5-7 では睡眠の両グループともに、夕食時間帯はバラバラというほうが多いが、不満足グループは 8 割近くがバラバラであると答えた。朝食と同様に時間帯が決まっているほうが、睡眠に満足している結果となった。夕食は食べるか否か、食事時間帯など睡眠に影響する部分が多いため、睡眠を改善するための大きな要素となる。食事を規則正しく取るとは、睡眠をよりよいものにすることができるといえる。

図2-5-7 睡眠と夕食摂取時間帯 (χ^2 2乗 0.008)



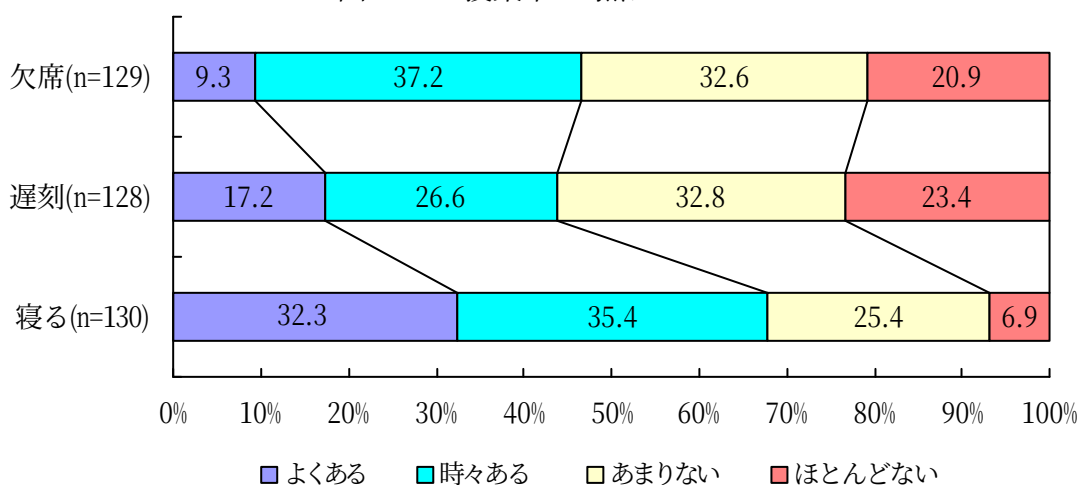
睡眠に関しては授業との関係を調べたが、これは「2. 6 授業」で示す。

2・6 授業

(1) 欠席、遅刻、寝る

図 2-6-1 は、授業の欠席、遅刻、授業中寝るかどうかをきいた単純集計の結果である。

図2-6-1 授業中の3点について

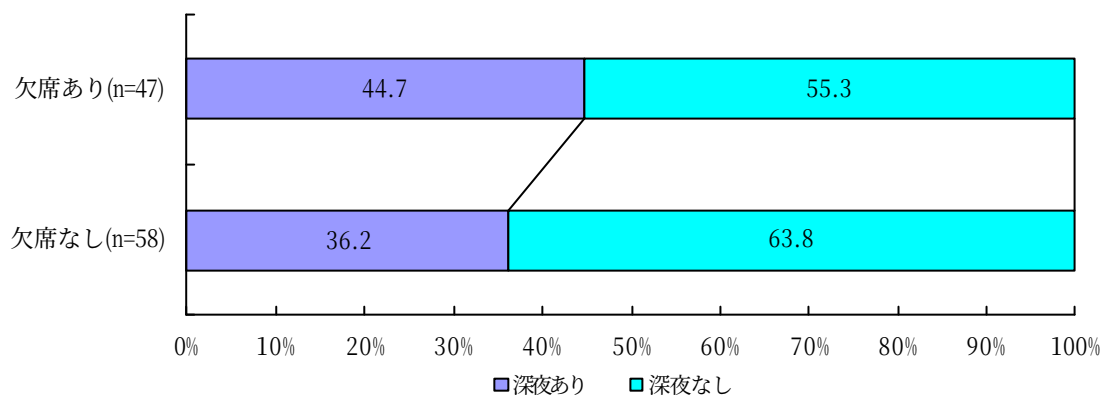


(2) アルバイト時間帯

深夜にアルバイトをしているグループのほうが、授業への出席率が低いと仮説を立てた。その結果が、図 2-6-2 である。ここでは図 2-6-1 の 4 グループを 2 グループにした。「よくある、時々ある」を「あり」、「あまりない、ほとんどない」を「なし」とおいている。また、授業についての設問は「欠席、遅刻、寝る」の 3 点があるが、集計の結果 3 点に違いがなかったことから、欠席の図だけ表記している。

図 2-6-2 は授業欠席についての結果である。「あり」のグループのほうが深夜に働いている割合は大きい、目立った違いはなかった。これは授業遅刻、寝るという設問にも当てはまっている。よって、深夜にアルバイトをしている人のほうが授業出席率が悪いという仮説は、必ずしも通るものではないと言える。

図2-6-2 授業欠席と深夜労働有無 (χ^2 2乗 0.378)



(3) 睡眠

次に睡眠との関係を見る。これも 3 項目を調べてみたが、遅刻に関しては有効な結果は出なかったため、図はない。

図 2-6-3 は授業欠席との結果である。有意差のある数字ではないが、満足しているグループのほうが欠席率はよい。

図2-6-3 睡眠と授業欠席 (χ^2 2乗 0.098)

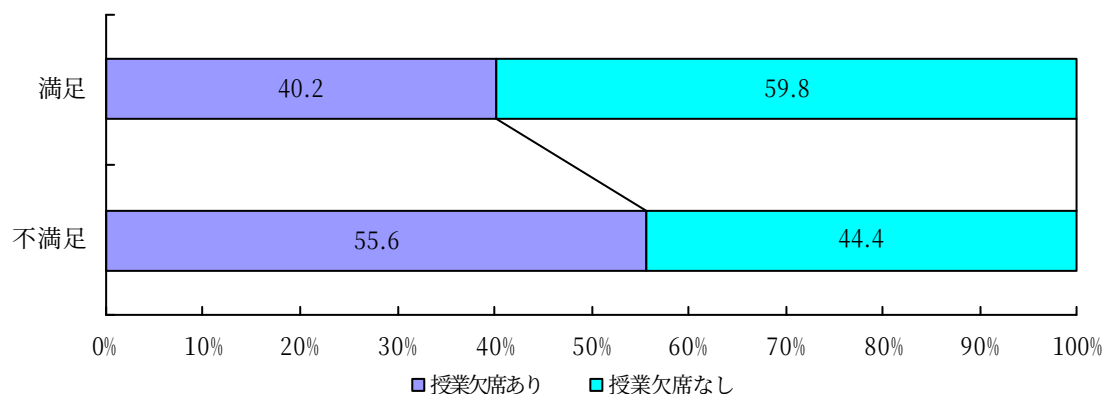
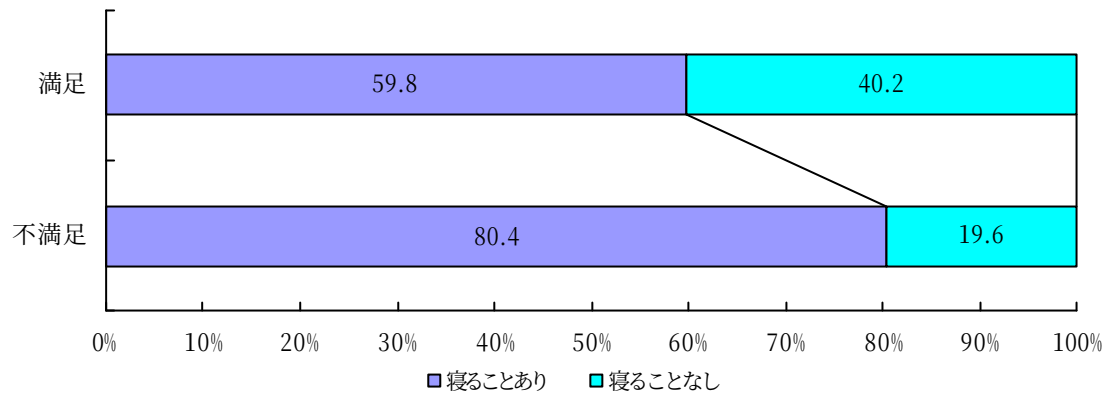


図 2-6-4 は授業中寝ると睡眠の集計結果である。不満足ของกลุ่มのほうが、授業中よく寝る傾向にある。睡眠の満足感は、授業への支障が生じる。睡眠への影響にアルバイトが関係あると 2.5(3)で示した。アルバイトの影響は授業出席に影響する。

図2-6-4 睡眠と授業中寝る (χ^2 乗 0.017)



第3章 まとめと今後の課題

アルバイトは夕方が最も多く、これは学校が終わってから行くためである。次数の深夜は時給に深夜手当ても加わり、より高い時給を求め、深夜に働く傾向がある。朝方にもこれは当てはまるが、より深夜が多いのは、夕方からの連勤が可能だからと考える。

バックレについては、したことのないひとが約 80%と非常に多かった。バックレをした人の中でもそのほとんどが「1 度だけした」に集中しているため、あまりにも常識のない行動をする人は少ない。また、バックレに対しての意識では、バックレをしたことのない人は「非常識である」と約 80%が回答した。しかし、バックレをした事のある人は約 35%と減り、「気にしないで良い」が約 10%と増えた。よって、バックレをする人はその行動に対しての意識も低い。意識の持ち方によってその行動の有無が変わってくる。

食事に関して、時間固定具合で夕食は約 60%が決まっていないと回答した。これは夕食の時間帯にアルバイトが入っているため、決まった時間帯にならない。

睡眠に関して、満足している回答者は約 63%いた。アルバイトの日数が多いグループ、深夜にアルバイトをしているグループほど睡眠に満足していない。よって、アルバイトは睡眠に多大な影響を及ぼしている。さらに、睡眠と健康も互いに関連があることから、アルバイトは睡眠だけでなく、健康状態にも影響を及ぼしていることになる。

また、睡眠は食事の影響もある。夕食の摂取日数では、毎日食べているグループのほうが、抜くことのあるグループよりも睡眠に満足していることが分かった。また、朝食と夕食の時間帯が決まっているグループも当てはまる。これは食事の時間帯ということだけでなく、全体の生活が規則正しい人ほど睡眠に満足しているといえる。

大学生にとってアルバイトは生活の一部になっている。だからこそ、私たちのほかの生活にも影響を及ぼしやすい。睡眠には大きな影響が出て、それは健康そのものへも繋がっている。アルバイトは、お金を稼ぐための手段という軽い気持ちで考えてはいけない。私たちの体調に影響を加えることのできる大きな原因であるということを忘れてはいけないと思う。

今後の課題として、テーマを決めるのに時間がかかってしまい、仮説内容が薄いものとなってしまった。また、時間的にも余裕がなくなってしまった。調査票では、誤りがあった。配布前に気づけたため、調査自体に影響はなかったが、もっと慎重に見直すべきだった。

思っていた仮説は当てはまるものもあれば、全く見当違いのものもあった。しかし、睡眠に関してはあまり重要視していなかったが、食事との関係性など、全く仮設に考えていないことがあらわれたため、楽しく集計できた。

今後はもっといろいろな視点でみて、結果から知るのではなく、事前にある程度の把握をできるようにする。そのうえで、よりたくさんの仮説をだしていきたいと思う。

参考文献

大学生のアルバイトの実態

<http://www.geocities.co.jp/CollegeLife-Club/4641/database/baito.htm>

社会生活基本調査

<http://www.pref.ehime.jp/toukeibox/datapage/shatyou/shatyou-p10.htm>

学生生活調査 2004

<http://www.waseda.jp/student/research/2004/04404.html>

アルバイトに関する調査

文教大学情報学部広報学科 ハツ橋ゼミ 丹澤 恵

ゼミ研究のための調査です。無記名ですので率直にお答えください。

問1. 現在を含め、今までアルバイトをしたことがありますか。(1つだけ○) (n=131)

1. はい 93.9	2. いいえ 6.1	⇒問13へ
------------	------------	-------

問2. 現在、アルバイトをしていますか。(1つだけ○) (n=123)

1. はい 86.2	2. いいえ 13.8	⇒問7へ
------------	-------------	------

問3. 現在いくつのアルバイトをしていますか。短期アルバイトは除いてください。(1つだけ○) (n=106)

1. 1つ 87.7	2. 2つ 10.4	3. 3つ 1.9	4. 4つ以上 0.0
------------	------------	-----------	-------------

問4. 月にいくらの収入がありますか。ただし、両親からの仕送り等は除いてください。(1つだけ○) (n=106)

1. なし 0.0	2. ～3万円未満 8.5	3. 3～5万円未満 31.1	4. 5～7万円未満 26.4
5. 7～10万円未満 26.4	6. 10～15万円未満 6.6	7. 15万円～ 0.9	

問5. 週に何日アルバイトをしていますか。(1つだけ○) (n=106) 0.9

1. ～2日 19.8	2. 3～4日 64.2	3. 5～6日 14.2	4. 7日 0.9
-------------	--------------	--------------	-----------

問6. アルバイトはどの時間帯にしていますか。(あてはまるもの全てに○) (n=106)

1. 朝方 17.9	2. 昼間 36.8	3. 夕方 88.7	4. 深夜 39.6
------------	------------	------------	------------

問7. 一つのアルバイトで、最も長く続けた期間はどのくらいですか。現在継続しているアルバイトの場合は、始めてから現在までの期間を選択してください。(1つだけ○) (n=123)

1. ～1ヶ月 7.3	2. 1～3ヶ月 8.9	3. 3ヶ月～半年 12.2	4. 半年～1年 26.8
5. 1～2年 16.3	6. 2年～3年 20.3	7. 3年～ 8.1	

問8. アルバイトをする理由はなんですか。(あてはまるもの2つに○) (n=123) 24.4

1. 自由に使えるお金を稼ぐため 60.2	2. 大学に通うために使うお金を稼ぐため(学費) 8.1
3. 生活費に使うお金を稼ぐため 25.2	4. 欲しいもの等、目的のために貯蓄をするため 44.7
5. 将来の就職に関係する仕事を体験するため 3.3	6. 働くことに対して生きがいを感じるため 4.1
7. 知らない人との出会いを求めて 3.3	8. 時間があるので時間つぶし 1.6
9. その他 0.8	

問9. 今までに、自分の都合でアルバイトをやめたことがありますか。(1つだけ○) (n=124) 0.8

1. はい 58.1	2. いいえ 41.1	⇒問12へ
------------	-------------	-------

問 10. アルバイトをやめた理由は何ですか。(あてはまるもの全てに○) (n=73) 1.4

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| 1. 給料に不満があったから 24.7 | 2. 人間関係に不満があったから 30.1 |
| 3. 時間的に余裕がなくなったから 34.2 | 4. 通勤に不便だったから 8.2 |
| 5. 仕事内容に不満があったから 32.9 | 6. シフトに不満があったから 15.1 |
| 7. その他 19.2 | |

問 11. やめるのに、“バックレる”という行動をしたことがありますか。(1つだけ○) (n=73)

※バックレる…上司に何も言わずに、仕事に行かず、そのまま解雇となること 1.4

- | | | | |
|-------------|--------------|-------------------|------------|
| 1. よくする 2.7 | 2. たまにする 1.4 | 3. 1度したことがある 16.4 | 4. ない 78.1 |
|-------------|--------------|-------------------|------------|

問 12. “バックレる”ことに対して、どう思いますか。(1つだけ○) (n=124) 1.6

- | | |
|---|--|
| 1. 非常識だと思う 76.6 | |
| 2. いけないことだとは思いますが、やめる理由などの報告が手間だから仕方ない 12.1 | |
| 3. アルバイトだから、あまり気にしなくていいと思う 9.7 | |

問 13. 月にいくらぐらい仕送りしてもらっていますか。実家住まいの方は、両親からもらっている金額について回答してください。(1つだけ○) (n=131) 2.3

- | | | |
|--------------------|-----------------|------------------|
| 1. なし 35.1 ⇒問 15 へ | 2. ～1万円未満 4.6 | 3. 1～3万円未満 9.2 |
| 4. 3～5万円未満 15.3 | 5. 5～7万円未満 14.5 | 6. 7～10万円未満 13.0 |
| 7. 10～15万円未満 3.8 | 8. 15万円～ 2.3 | |

問 14. 仕送りは何に使いますか。(あてはまるもの全てに○) (n=85) 5.9

- | | | |
|---------------------|-------------|-------------|
| 1. アパート・寮などの家賃 45.9 | 2. 食費 80.0 | 3. 光熱費 56.5 |
| 4. 学校の教材費 48.2 | 5. 娯楽費 37.6 | 6. その他 15.3 |

問 15. コンビニエンスストアは、どの程度利用しますか。(1つだけ○) (n=131) 0.8

- | | | | |
|----------------|------------------|------------------|------------|
| 1. 週に1日以下 16.0 | 2. 週に2～3日以下 51.9 | 3. 週に4～6日以下 18.3 | 4. 毎日 13.0 |
|----------------|------------------|------------------|------------|

問 16. 食事は毎食とっていますか。一週間のおおよその平均を選択してください。

(それぞれの設問1つに○) (n=131) 0.8

項目	毎日とる	5日以上とる	3日以上とる	1日以上とる	全くとらない
A. 朝食	24.4	13.0	19.8	24.4	17.6
B. 昼食	63.4	20.6	9.9	5.3	0.0
C. 夕食	77.1	15.3	6.9	0.0	0.0

問 17. 食事をする時間は決まっていますか。一週間のおおよその平均を選択してください。

(それぞれの設問1つに○)

B.C/1.5

項目	毎日決まっている	だいたい決まっている	あまり決まっていない	いつもバラバラ
A. 朝食(n=115)	11.3	40.0	28.7	20.0
B. 昼食(n=131)	11.5	55.7	18.3	13.0
C. 夕食(n=131)	3.8	32.1	40.5	22.1

問 18. 間食はどの時間帯にすることが最も多いですか。(1つだけに○) (n=131)

0.8

1. しない 13.0	2. 午前 2.3	3. 午後 19.1	4. 夕方 40.5	5. 深夜 24.4
-------------	-----------	------------	------------	------------

問 19. 食事はどのようにしていますか。一週間で最も多いものを選択してください。また、持参をする弁当などの場合は、その持参物自体について選択してください。(それぞれの設問1つに○) A/3.5 B/1.5 C/3.1

項目	自炊	(両親など)自分以外の人が作った食事	(惣菜やパンなど)出来上がっているものを購入	外食	学生食堂	その他
A. 朝食(n=115)	33.9	30.4	22.6	0.9	1.7	7.0
B. 昼食(n=131)	8.4	10.7	29.0	5.3	42.7	2.3
C. 夕食(n=131)	32.1	34.4	13.0	13.7	0.0	3.8

※ 設問のうち、ひとつでも『3～5』にあてはまった方は、問 21 へ

その他の方は、問 20 へ

問 20. 自炊をする理由は何ですか。(あてはまるもの全てに○) (n=65)

9.2

1. 食べたいものを作りたいから 24.6	2. 食事バランスを考えて 16.9	3. 費用面 63.1
4. 料理の腕をあげる・勉強ため 20.0	5. その他 18.5	

問 21. 食事について、普段から気にしていることはありますか。(あてはまるもの全てに○) (n=131)

1. 健康 35.9	2. カロリー 28.2	3. 食費 55.7	4. その他 5.3	5. 特になし 22.9 ⇒問 23 へ
------------	--------------	------------	------------	----------------------

問 22. 食事について、実行しているものはありますか。(あてはまるもの全てに○) (n=131)

2.9

1. 野菜を多くする 49.0	2. 栄養バランスをよくする 31.4	3. 油をとらないようにする 10.8
4. 食事の量を減らす 15.7	5. 食事の時間帯に気を配る 20.6	6. 食事をする時間を決める 5.9
7. 1日に使う食費を決める 14.7	8. その他 4.9	9. 特になし 18.6

問 23. 今の自分の健康状態について、どう思いますか。(1つだけに○) (n=131)

1. 良好 9.9	2. やや良好 16.0	3. 普通 34.4	4. やや不調 30.5	5. 不調 9.2
-----------	--------------	------------	--------------	-----------

問 24. 健康について、普段から気にしていることはありますか。(あてはまるもの全てに○) (n=131)

1. 食事 35.9	2. 運動 29.0	3. 睡眠 51.9	4. 煙草 13.7
5. 酒 10.7	6. 生活リズム 31.3	7. その他 2.3	8. 特になし 20.6 ⇒問 26 へ

問 25. 健康について、実行しているものはありますか。(あてはまるもの全てに○) (n=107) 1.9

1. 食事量に気をつける 25.2	2. 栄養面に気をつける 27.1	3. スポーツをする 27.1
4. 軽く運動をする 24.3	5. 睡眠をよくとる 49.5	6. 煙草を控える 9.3
7. 酒を控える 8.4	8. 規則正しい生活をする 19.6	8. その他 9.3
		9. 特になし 0.0

問 26. 睡眠はきちんととれていますか。(1つだけ○) (n=131) 1.5

1. 十分とれている 12.2	2. ある程度とれている 51.1
3. あまりとれていない 26.0	4. ほとんどとれていない 9.2

問 27. 煙草は一日で、どのくらい吸いますか。(1つだけ○) (n=131) 3.8

1. 吸わない 71.0	2. 5本未満 5.3	3. 6～10本未満 7.6	4. 11～20本未満 5.3	5. 1箱以上 6.9
--------------	-------------	----------------	-----------------	-------------

問 28. スポーツや軽い運動など身体を動かすことをしますか。(1つだけ○) (n=131)

1. よくする 14.5	2. たまにする 39.7	3. あまりしない 28.2	4. ほとんどしない 17.6
--------------	---------------	----------------	-----------------

問 29. あなたは、部活動またはサークル活動をしていますか。(1つだけ○) (n=131)

1. はい 64.1	2. いいえ 45.0
------------	-------------

問 30. 以下の項目について、あてはまる程度を選択してください。(それぞれの設問1つだけ○) (n=131)

項 目	1.よくある	2.時々ある	3.あまりない	4.全くない	
A.授業を欠席する	9.2	36.6	32.1	20.6	1.5
B.授業に遅刻する	16.8	26.0	32.1	22.9	2.3
C.授業中寝る	32.1	35.1	25.2	6.9	0.8

問 31. 性別 (n=131) 0.8

1. 男性 54.2	2. 女性 45.0
------------	------------

問 32. 学年 (n=131) 0.8

1. 1年生 43.5	2. 2年生 9.2	3. 3年生 36.6	4. 4年生 8.4	5. その他 0.8
-------------	------------	-------------	------------	------------

問 33. 学部・学科 (n=131) 0.8

1. 広報 42.0	2. 経営情報 42.7	3. 情報システム 5.3
4. 国際関係 4.6	5. 国際コミュニケーション 3.8	6. その他 0.8

問 34. 住まい (n=131)

1. (アパートなどの) 一人暮らし 57.3	2. (寮など、食事補助を利用している) 一人暮らし 3.8
3. 実家暮らし 35.1	4. その他 3.8