

5ZD-04

## 女子大学生の日常生活における情報機器の使用実態

A Report on the Way Information Device is Used in Female University Students Life

○渡部なな子(Nanako Watabe), 角田真二(Shinji Tsunoda), 向後朋美(Tomomi Kougo)

阿部史(Fumi Abe), 井上久美子(Kumiko Inoue), 泉直子(Naoko Izumi)

十文字学園女子大学(Jumonji University)

近年、スマートフォンなど情報機器の急速な進歩とともに使用者が急増し、使用方法も多岐にわたっている。それに伴い、効果的に利用する人と重大な問題を抱えてしまう人との差が増していると感じる。女子大学生におけるスマートフォンなど情報機器の使用状況を調査し、現状を把握した。

### 1. はじめに

著者らは、女子大学生のスマートフォン（以下、スマホ）などの情報機器の使用状況の予備調査（2015年7、8月（対象者101人））を行い、報告した[1]。その後、本調査を行い、情報機器の使用状況について確認した結果を報告する。

### 2. 方法

2015年12月に十文字学園女子大学の学生1～4年生を対象に本調査を行った。通常授業日にお

けるスマホなどの情報機器の平均的な使用状況について、説明の後、自由意思に基づき選択肢の中から回答する無記名アンケート調査を行った。生活・健康状態、使用頻度の高い情報機器、情報機器の使用頻度と目的、日常生活の各時間帯における使用頻度、依存状態などの項目を調査した。ここでは、“ライフスタイルや生活行動”に関係した使用状況に限定して述べる。特に、図1に示すように3段階の頻度に分け記述形式をとった。主旨の説明を受けた後に自らの意思で回答した325人を研究の対象とし、そのうち303人の有効回答を解析対象として表計算ソフトで統計処理を行った。なお、本研究は、平成27年度十文字学園女子大学・短期大学研究倫理委員会の審査を経て（承認番号2015-031）、実施したものである。

縦の欄で示されている時間帯に横の欄で示されたことを行っている場合は、内のように数字を記入してください。

長時間行っている=3, 短時間行っている=2, 一瞬行う=1 (全く行っていないときは記入しない)

	LINE		Twitter, Instagram		映像視聴	音楽鑑賞	閲覧	ゲーム
	チェック	書き込み	チェック	書き込み				
1. 起床～朝食の前								
2. 朝食時								
3. 移動途中(電車・バス等)								
4. 移動途中(徒歩)								
5. 授業中								
6. 空き時間(一人)								
7. 空き時間(友だちと一緒に)								
8. 昼食時								
9. バイト中								
10. バイトの休憩時間								
11. 帰宅後～夕食の前								
12. 夕食時								
13. (授業以外での)勉強時								
14. 入浴中								
15. 夕食後～就寝前								

図1 調査用紙での具体的な記入方法

はじめに使用頻度の高い情報機器を把握する目的で、①ガラパゴス携帯電話（以下、ガラケー）、②スマホ、③タブレット端末+wifi 端末、④大学パソコン、⑤自宅パソコン、⑥ゲーム機、⑦何も使っていない、の中から使用頻度の高い順に3つまで選択してもらった。次に、使用状況を把握するために、授業のある日、ない日に分け、使用時間が長い順に目的と使用時間を答えてもらった。目的は①SNS、②電子メール、③電話、④映像視聴、⑤音楽、⑥検索、⑦閲覧（④⑤⑥以外）、⑧ゲーム、⑨その他、⑩利用しないの中から、使用時間、①6時間以上、②1時間から6時間、③30分から59分、④10分

から29分、⑤10分未満の中から選択してもらった。

さらに、日常生活の流れの中での使用目的と使用時間帯を把握するため、無料通話アプリ（以下、LINE）であるLINE（チェック・書き込み）/TwitterとInstagram（チェック・書き込み）/映像視聴/音楽鑑賞/ゲームの7項目それぞれについて、「長時間行っている場合」は3、「短時間行っている場合」は2、「一瞬行う場合」は1（全く行っていないときは記入しない）のいずれかを時間軸に沿って記入してもらった。1日の生活行動順序に沿った時間軸を想定し、起床～朝食の前/朝食時/移動途中（電

車・バス等) / 移動途中 (徒歩) / 授業中 / 空き時間 (一人) / 空き時間 (友達と一緒に) / 昼食時 / バイト中 / バイトの休憩時間 / 帰宅後～夕食の前 / 夕食時 / (授業以外での) 勉強時 / 入浴中 / 夕食後～就寝前の 15 の時間帯を設定した (図 1) .

3. 結果と考察

(1) 使用頻度の高い情報機器

最初に使用頻度の高い情報機器を 3 つ質問した結果, 1 番目にスマホを挙げる者が 290 人 (96%) で圧倒的であった. 自宅や大学のパソコンよりスマホの使用割合は明らかに高く, 現代の女子大学生においては, スマホが情報機器として圧倒的に主流であることがわかった.

表 1 情報機器の使用状況

	1位	1, 2, 3位の合計
ガラケー	1%	3%
スマホ	96%	100%
タブレット	2%	14%
大学PC	0%	66%
自宅PC	2%	74%
ゲーム機	0%	10%
何も使っていない	0%	1%

(2) 使用状況

表 2 からわかるように平日授業のある日に 35 人 (12%) の人が SNS を 6 時間以上日常的に使っている. ゲームの 5 人 (2%) に対して, 非常に多い人数となっている. 授業のない日の SNS 使用は, さらに多く 44 人 (15%) となっている.

表 2 6 時間以上情報機器を使用する目的 (授業のある日)

使用目的	SNS	電子メール	電話	映像視聴	音楽	検索	閲覧	ゲーム	合計
人数	35	0	0	2	0	1	0	5	43

(3) 日常生活の流れの中での LINE, Twitter の使用状況

表 3 LINE, Twitter 等の使用状況

単位数	LINE チェック	LINE 書き込み	Twitter チェック	Twitter 書き込み
長時間	330	247	406	139
短時間	904	639	786	311
一瞬	838	368	547	207
合計	2072	1254	1739	657

各々の人数は, 303 人が 15 の時間帯に書き込んだ延べ人数である.

LINE の一瞬のチェックなどは, 使用者の主観であり, プロバイダも物理的に把握することは不可能で, 貴重なデータと考える. 表 3 からわかるように, 長時間の使用は少なく, 短時間, 一瞬の使用が多い. 使用時間も問題であるが, 短時間, 一瞬の使用が頻繁に行われていることに注目すべきである. スマホを使用していないが, 常にスマホを意識し, 短時間, 一瞬の使用以外にもスマホを握りしめて生活している様子なども含めて, 考えていく必要があるだろう.

4. 今後の課題

使用頻度の高い LINE と Twitter によるコミュニケーションの違いも詳細に考えていく必要がある. LINE は比較的閉じた空間である. Twitter の特徴であり, 長所である「開けた空間へ, 簡単に情報が発信できる」ことが裏目に出るときがある. 一人が複数のアカウントを持つことが可能で, さまざまに使分け, 別人格になる. 別アカウントでは極端な悪口を書くなどすることがある. 第一著者は実際にツイートしている人の画像欄を覗きに行きその人が本当に書いている本人なのか, またそのツイートのリプライを一通り見て情報が本当のものなのか, 確認している. 信憑性が薄ければリツイートなどはせず, 公式の情報を待ち, 軽率にフォローバックをせず無断転載のツイート回避をしている. 若者以外には LINE と Twitter の本質的な違いは, 理解しづらい. 情報機器によるコミュニケーションは複雑なものになっている. それは, 人間を悩ませ, 振り回し, 不健康な生活を送らせるものにまでなっているのか. 若者だけは, 上手に対処しているものと捉えるべきなのか, 考察が必要である.

5. おわりに

本研究では, 日常生活に沿ってスマホなど情報機器の使用状況を, 調査した. 学生にとっては, 調査回答後に, 図 1 に書き込んだ自分の結果をみるだけでも, 「こんなに使っていたのか」と生活を振り返るきっかけになった. 今後, 情報機器に関わる生活行動の詳細な分析結果に基づき, QOL や健康状態の向上を最終目標とし, 段階的な他のアセスメントを加えた考察を行い, 問題解決のためのプログラムの立案をすすめる予定である.

文献

[1]井上久美子, 向後朋美, 阿部史, 角田真二, 泉直子: 女子大学生の日常生活における情報機器の使用状況, 十文字学園女子大学人間生活学部研究紀要, 46, pp. 109-116, 2016.