

【報告】

看護学部学生の学業とアルバイトに関する実態調査

若杉 早苗 松井 謙次 篁 宗一 佐久間 佐織 山村 江美子
安田 智洋 山本 智子 松岡 亜希 柴田 めぐみ 鮫島 道和

聖隷クリストファー大学 看護学部 学生委員会

The influence of part-time work on academic performance of nursing students: a survey report

Sanae Wakasugi, Kenji Matsui, Soichi Takamura, Saori Sakuma,
Emiko Yamamura, Tomohiro Yasuda, Tomoko Yamamoto,
Aki Matsuoka, Megumi Shibata, Michikazu Samejima

Student Committee of Department of Nursing, Seirei Christopher University

《抄録》

本調査は、東海地方にあるA看護系大学に在籍する623名を対象に、アルバイト実施の実態と学業への影響を把握し、学生指導の方向性を検討することを目的に実施した。

本論では、アルバイトが原因と思われる眠気や体調不良について学業への影響の有無とアルバイトの職種、実施時期、週の回数などの実施状況から、学業に影響を及ぼす要因を探ると共に、学生のアルバイト経験から得られたことの自由記載内容を社会人基礎力（箕浦，2014）を参考に分析し、社会性の発達効果について検討した。

本調査の結果、学業に影響を及ぼす要因として、複数のアルバイトに従事している、従事日数が週4日以上、就労時間が6時間以上、終了時刻が夜10時以降の4項目に関与が認められた。また学生が個人的努力として、アルバイトと学業を両立するために、課題やレポート提出の期限に対し「アルバイトの入れ方の調整」や「終了時刻の調整」をしても、学業に影響が出ている実態が明らかになった。

しかしアルバイトの経験は、学生の社会性の発達向上を促しており、アルバイトで得た収入を学費に充てる必要がある学生もいることから、全てを制限するのではなく、アルバイトと学業を両立させていくための実施の目安となる基準を学生指導の方針に盛り込んでいく必要性が示唆された。

《キーワード》

看護学部、アルバイト、学業影響要因、社会性の発達、社会人基礎力

I. はじめに

近年、学生のアパート事情は大きく変化し(厚労省, 2015)、学生の約9割がアルバイトを経験するなど、学生生活には切ってもきれない現状がある。また2008年のリーマン・ショック以降の日本経済低迷により、学生の39.0%がアルバイトで得た収入を「主に生活費や学費などにあてる」と回答する(学生白書, 2015)など、生活費をアルバイト収入により賄わなければならない学生数の増加がみられている。

大学生のアパートに関する実証的研究は、将来の進路選択や社会的スキルの関連を明らかにしようとするもの(関口, 2010; 藤野, 2005)と、学生生活への影響を問題にするもの(原田ら, 2007; 阪本, 2007; 木村ら, 1988)に大別することができる。これは、職業体験を通して社会人としてのスキルを養う機会として肯定的に捉える一方で、学生が長時間アルバイトをすることで学業成績の低下を招いたり、アルバイトが学生の生活リズムを規定し、間接的に健康状態を左右することや、大学の授業や課題に必要な時間とのやりくりで板ばさみとなり、精神的な健康が損なわれたりするなど、弊害も指摘(白井, 2015; 阪本, 2007; 國友ら, 1999)されている。

また本学のように、看護専門職を教育する課程において、対人援助は医療技術の習得と同等に重要な基礎力であるが、現代の学生を取り巻く環境は、インターネット等の普及により「人と直接関わらなくても情報が得られる環境」となり、人との関係を作る能力の不足が(箕浦ら, 2014)懸念されている。

このため、看護という患者に対する目に見える行為の効果を決定づけていくものに、看護師自身の感情に目を向けて整理していくこと、感

情をコントロールする情動知能(以下、EQ)の向上が重要(内山, 2007)であり、アルバイト経験はさまざまな社会性を学ぶ機会となり、看護学生のEQを後天的に形成していく一因になり得る(金子ら, 2011; 金子ら, 2014)との観点から、アルバイトを制限する指導は今までされてこなかった。

しかし近年、本学においても、学生生活への影響として、授業の欠席や授業終了前の退席、実習時の体調不良や進路変更などの問題の背景に、アルバイトが関与していることが懸念されてきている。

大学生は、思春期から成人期への移行が完了する時期であり、発達学的なピークであると同時に、高校生以前や社会人以後の時期に比べ、社会的制約が比較的少ない時期と考えられる(竹内ら, 2000)。

そのため、生活習慣全般の問題の発現に関する予防的な側面において有効な年代であり、大学生の就学上の問題改善にも繋がることを期待できる。

そこで、アルバイトが学業にどのような影響を与えているのか、また学生自身は、学業とのバランスをどのように調整しているのかについて実態調査をおこない、学生自身が学生生活を自己管理するための指導方針や対策について検討したので報告する。

II. 研究方法

1. 対象および調査方法

東海地方にあるA大学看護学部にて在籍している、1年次生から4年次生の623名を対象とした。

2013年7月に行われた講義終了後に、学年ごと自記式質問用紙による調査を実施した。回答はマークシート記入で行い、その場で回収し

た。調査対象が学生であることを考慮し、回収は退室時に教室出口に設置した回収箱へ投函するよう依頼し、研究協力の自由意志を損なわないよう配慮した。また、未投函である学生にストレスを与えないよう、研究者はやや離れた位置で待機した。調査時には、調査研究の主旨説明、匿名性、個人の特定ができないように全て記号番号処理とすること、研究参加への自由意思の尊重と研究参加への利点、および生じる欠点など口頭及び文書で説明をした。

本調査は、聖隷クリストファー大学倫理委員会の承認（承認番号；13013）事項を遵守し実施した。

2. 調査項目

学生の基本属性に関する項目は、学年、性別、自宅・下宿の区分、アルバイト継続実施・実施予定の4項目とした。

アルバイト実施状況に関する項目は、職種、実施時期（常時又は長期休暇のみ）、かけ持ち状況、週の回数、1回の就労時間、終了時刻、土・日・祝日の就労時間帯、アルバイトをする理由、収入額、収入の使用目的、アルバイト経験で得たこと、学業に対する影響への配慮、保護者のアルバイトに対する理解度、休まなければならない時の対処方法、スケジュールの決め方、アルバイトが原因と思われる眠気や体調不良、手荒れの有無と対処方法、定期試験前やレポート提出の期限が迫っている時の対処方法の18項目を確認した。

回答は各設問に対し該当する内容を数字で選択する方法を用いて行い、アルバイト経験で得たことについては、欄外に自由記載とした。

3. 分析方法

本調査は、アルバイトによる学業への影響要

因を絞り込み、学生指導の方向性を検討することを目的とするため、全学年の基本属性及びアルバイトを実施している者396名の、アルバイト実施状況18項目の記述統計分析（欠損値を除く）をおこなった。

本調査では「アルバイトが原因と思われる眠気や体調不良、手荒れがある」と回答した者を「学業への影響あり群」とし、「学業への影響の有無」を従属変数に、その他のアルバイト実施状況の17項目を独立変数として、学業への影響特性の差を比較するために χ^2 検定をおこなった。

アルバイト実施状況の分析は、「アルバイトの数」が「1箇所」を単独、「2箇所以上」を複数に分類して分析をおこなった。

「アルバイト従事日数」は、平日の授業終了後を含めアルバイトに従事することで、睡眠時間が少なくなり学業への影響を及ぼすと仮定し、竹内ら（2000）の不規則睡眠者（Toub, 1978）分類である週4日以上を基準とし、「長期休暇のみ及び平日の授業終了後を含む3日/週以下」と「平日の授業終了後を含む4日/週以上」に分類して分析をおこない、「アルバイト時間」については、標準的なパート・アルバイトの就労時間である「6時間以下」と「6時間以上」に分類して分析をおこなった。

また、睡眠時間が5.5時間以下を短時間睡眠とする（林ら, 1987）を参考に「アルバイト従事の時間帯」及び「アルバイト終了時刻」の2項目において、アルバイトが終わる時間が「夜10時頃」と「夜10時以降」に分類して分析をおこなった。

「アルバイトによる収入」は学生生活白書（社, 日本私立大学連盟, 2015）のアルバイトによる平均収入額の45,700円を基準に分析をおこなった。

また、学生個人の学業へ向かう姿勢を示す項目として「学業に対するアルバイトの配慮」「定期試験前やレポート提出の期限が迫っている時のアルバイトの対処方法」に焦点をあて分析した。定期試験やレポート提出の期限が迫っている時の対応として「アルバイトをいれない」「雇用先に連絡を取り対処する」「友人に（アルバイトを）代わってもらう」「学業対応群」、「アルバイトをするがその分自宅で頑張る」「その他」と回答した学生を「学業対応が不十分群」とし、学業への影響（遂行努力）を分析した。

検定には SPSS. Ver22 を使用し、有意水準を 5%未満とした。

アルバイト経験から得た社会性の発達効果については、意味の整理を試みるため、社会人基礎力（箕浦ら，2014）の 3 つの能力と 12 の能力要素を参考に、自由記述を学年別に分類・整理した。

自由記述の分類・整理では、学生自身が認識をした経験を自由記述として記載している為、看護師としての EQ 向上効果の可能性を探るために、社会人基礎力の能力要素の幅に注目して分析をおこなう事とした。

分析の厳密性を高めるために、要素の分類・整理及び社会性の発達の効果については、質的研究に精通した研究者及び共同研究者で検討を重ね確証性を確保した。

Ⅲ. 結果

対象学生 623 名のうち、本調査に協力の得られた 536 名（回収率：86.0%）を分析対象とした。

1. 対象者の概要

対象学生の概要（表 1）として、全体の 326 名（60.8%）が自宅生、210 名（39.2%）が下宿生となっている。学年別でみると、領域別看護学

実習が開始する 3 年次生で下宿生の比率が 1 割程度上昇し、4 年次生で少し減少するという傾向が示された。またこのうち、アルバイトを実施している学生は 422 名（78.7%）、実施していない学生は 114 名（21.3%）であった。

アルバイト実施の有無を学年別に比較（表 1）すると、看護師・保健師国家試験を控える 4 年次生が 99 名（72.3%）と最も低く、次いで 1 年次生が 108 名（73.5%）、3 年次生が 105 名（81.4%）となっていた。大学生生活に慣れ学業の調整が付き始めた 2 年次が 110 名（89.4%）と最も多い割合を示していた。

表 1 対象者の概要

		N=536		
項目	内容	人	(%)	
学年	1 年次生	147	(27.4)	
	2 年次生	123	(22.9)	
	3 年次生	129	(24.1)	
	4 年次生	137	(25.6)	
性別	男性	46	(8.6)	
	女性	490	(91.4)	
自宅・下宿の区分	自宅	326	(60.8)	
	下宿	210	(39.2)	
アルバイト実施の有無	している	422		
		1 年次生	108	(73.5)
		2 年次生	110	(89.4)
		3 年次生	105	(81.4)
	していない	114		
		4 年次生	99	(72.3)
		1 年次生	39	(26.5)
		2 年次生	13	(10.6)
	3 年次生	24	(18.6)	
	4 年次生	38	(27.7)	

2. アルバイトの実施状況

アルバイトの実施状況（表 2）については、職種として最も多かったのは、病院・老人施設等（55.7%）、次いで居酒屋・小売店等（43.1%）、水商売等を実施している学生が 5 名（1.2%）いた。

アルバイトの数については、302 名（72.1%）が 1 箇所と回答し、2 箇所以上の複数掛け持ちをしている者が 117 名（27.9%）いた。

週に何日アルバイトをおこなうか、についても、ほぼ毎日に相当する 4～5 日及び 5 日以上

表2 アルバイトの実施状況

		N=522	
項目	N	内容	人 (%)
職種	415	病院・老人施設 等	231 (55.7)
		居酒屋・小売店 等	179 (43.1)
		水商売 等	5 (1.2)
アルバイトの数	419	1箇所	302 (72.1)
		2箇所	109 (26.0)
		3箇所	5 (1.2)
		4箇所	2 (0.5)
		5箇所以上	1 (0.2)
アルバイト日数	419	長期休みのみ	25 (6.0)
		1～2日	180 (43.0)
		2～3日	155 (37.0)
		4～5日	52 (12.4)
		5日以上	7 (1.7)
アルバイト時間	417	4時間未満	41 (9.8)
		4～6時間	192 (46.0)
		6～8時間	139 (33.3)
		8～10時間	37 (8.9)
		10～12時間	8 (1.9)
アルバイト 従事の時間帯	399	朝から夕方まで	102 (25.6)
		朝から夜9時まで	65 (16.3)
		昼過ぎから夜10時まで	81 (20.3)
		夕方から深夜	146 (36.6)
		夕方から仮眠を含め翌日	5 (1.3)
アルバイト 終了時刻	329	夜9時頃	88 (26.7)
		夜10時頃	74 (22.5)
		夜10時～12時頃	148 (45.0)
		夜0時～2時頃	79 (24.0)
		仮眠を入れて朝まで	3 (0.9)
アルバイト による収入	414	1～2万	34 (8.2)
		2～3万	56 (13.5)
		3～4万	113 (27.3)
		4～6万	135 (32.6)
		6万以上	76 (18.4)
アルバイト をする理由	420	学費	72 (17.1)
		生活費(小遣い)・交際費	348 (82.9)
保護者のアルバイト に対する理解度	413	知っていて賛成している	343 (83.1)
		知っているが心配している	59 (14.3)
		アルバイトをしている事を知らない	2 (0.5)
		不明	9 (2.2)

が59名(14.1%)いた。

アルバイトの勤務時間については、長時間労働に該当する8時間以上(8～10時間、10～

12時間)が45名(10.8%)おり、従事する時間帯が夕方から深夜や仮眠を含め朝までが152名(37.9%)と4割近くいることや、アルバイ

トの終了時刻が、夜 10 時過ぎが 230 名 (69.9%) いる実態が明らかになった。

学生生活白書の (社, 日本私立大学連盟, 2015) アルバイトによる平均収入額である 45,700 円以上の学生は、212 名 (51.0%) と半数を超えていた。

学生がアルバイトをする理由についても、学費と回答している学生が 72 名 (17.1%) いる実態が明らかになった。

このように、学業とアルバイトを並行しなければならない状況について、59 名 (14.3%) の学生の保護者は、アルバイトをしていることは知っているが心配している、と回答していた。

3. 学業への影響要因

アルバイトの実施状況の結果を踏まえ、「アルバイトが原因と思われる授業中の眠気、体調不良」を従属変数とし、「全くない」「稀にあ

る」「時々ある」と回答した学生を「影響なし」群、「アルバイトの翌日頻回にある」「バイトを辞めようか迷っている」と回答した学生を「影響あり」群とし、学修への影響関連要因を分析した。

学業に「影響あり」の学生は 143 名 (35%) おり、影響因子 17 項目のうち、アルバイトの数 (箇所) ($P=0.014$) (表 3)、アルバイトの従事日数 ($P=0.003$) (表 4)、アルバイトの就業時間 ($P=0.049$) (表 5)、アルバイトの終了時刻 ($P=0.001$) (表 6) に学業への影響が認められた。

アルバイトの数 (表 3) は、単独と回答した学生 181 名 (68.3%) に、有意 ($P=0.014$) に「影響なし」が認められた。このうち、単独と回答していた学生の職種は、看護大学に隣接する病院内での看護助手業務や老人施設での就業が (32.9%)、居酒屋等飲食関係が (38.9%) であった。

表 3 アルバイトの数 (箇所) と学業への影響

		n=408 (人 / %)			
区分		アルバイトの数 (箇所)		合計	P
		単独	複数		
学業への影響 ^{a)}	影響なし	114 (79.7)	29 (20.3)	143	0.014 **
	影響あり	181 (68.3)	84 (31.7)	265	
合計		295 (72.3)	113 (27.7)	408	

Pearson の χ^2 検定 ** $p < 0.05$

a) 学業への影響の区分: アルバイトが影響していると思われる授業中の眠気・体調不良が「全くない」「稀にある」「時々ある」を「影響なし群」、「アルバイトの翌日頻回にある」「バイトを辞めようか迷っている」を「影響あり群」に分類した。

アルバイトの従事日数 (表 4) については、長期休暇又は平日の授業終了後を含む 3 日 / 週以下の範囲でアルバイトに従事している学生 133 名 (93.0%) が、学業に有意 ($P=0.003$) に「影響なし」であった。

アルバイトの就業時間 (表 5) においては、

6 時間以下の労働時間の学生 89 名 (62.2%) が、学業に有意 ($P=0.049$) に「影響なし」であった。

アルバイトの終了時刻の影響 (表 6) については、アルバイトの終了時刻が夜 10 時以降と遅い者に、有意 ($P=0.001$) に学業の影響が認められることが明らかになった。

表4 アルバイトの従事日数と学業への影響

n=408 (人/%)

区分	アルバイト従事日数		合計	P	
	長期休暇又は 平日の授業終了後を含 む3日/週以下	平日の授業終了後を含 む4日/週以上			
学業への 影響 ^{a)}	影響なし	133 (93.0)	10 (7.0)	143	0.003 **
	影響あり	218 (82.3)	47 (17.7)	265	
合計	351 (86.0)	57 (14.0)	408		

Pearsonの χ^2 検定 ** p<0.05

a) 学業への影響の区分：アルバイトが影響していると思われる授業中の眠気・体調不良が「全くない」「稀にある」「時々ある」を「影響なし群」、「アルバイトの翌日頻繁にある」「バイトを辞めようか迷っている」を「影響あり群」に分類した。

表5 アルバイトの就業時間と学業への影響

n=408 (人/%)

区分	アルバイト就業時間		合計	P	
	6時間以下	6時間以上			
学業への 影響 ^{a)}	影響なし	89 (62.2)	54 (37.8)	143	0.049 **
	影響あり	138 (52.1)	127 (47.9)	265	
合計	227 (55.6)	181 (44.4)	408		

Pearsonの χ^2 検定 ** p<0.05

a) 学業への影響の区分：アルバイトが影響していると思われる授業中の眠気・体調不良が「全くない」「稀にある」「時々ある」を「影響なし群」、「アルバイトの翌日頻繁にある」「バイトを辞めようか迷っている」を「影響あり群」に分類した。

表6 アルバイトの終了時刻と学業への影響

n=408 (人/%)

区分	アルバイトの終了時刻		合計	P	
	夜10時頃終了	夜10時以降終了			
学業への 影響 ^{a)}	影響なし	76 (59.4)	52 (40.6)	128	0.001 **
	影響あり	83 (32.4)	173 (67.6)	256	
合計	159 (41.4)	225 (58.6)	384		

Pearsonの χ^2 検定 ** p<0.05

a) 学業への影響の区分：アルバイトが影響していると思われる授業中の眠気・体調不良が「全くない」「稀にある」「時々ある」を「影響なし群」、「アルバイトの翌日頻繁にある」「バイトを辞めようか迷っている」を「影響あり群」に分類した。

4. 学生の学業へ向かう姿勢

学生がアルバイトと学業を両立していくために、学生個人の学業へ向かう姿勢(表7)を確認した。項目としては「学業に対するアルバイトの配慮」と定期試験前やレポート提出の期限が迫っている時の「アルバイトの対処方法」「学業への影響の有無」を分析した。

学生は、アルバイトをすることで学業へ支障を出さないよう、アルバイトの入れ方374名(88.6%)や終了時刻の調整92名(21.8%)をおこなうなど、対応をしていた。また、睡眠や

食事などの生活管理も86名(20.4%)意識していることが確認された。

しかし、定期試験やレポートの期限近くにはアルバイトを入れないようにする303名(71.8%)など調整をおこなう一方で、アルバイトをするがその分自宅で頑張る60名(14.2%)など、アルバイトを制限しない学生もいた。

さらに、定期試験やレポート提出の期限が迫っている時の対応と学業の影響(表8)は有意な関連を認めず、試験前だけアルバイトの回

表7 学生の学業へ向かう姿勢(複数回答)

N = 398				
項目	N	内容	人	(%)
アルバイトの配慮	398	バイト予定の入れ方	374	(93.5)
		バイト終了時間の調整	92	(23.0)
		授業への集中	40	(10.0)
		自宅での自己学習	56	(14.0)
		生活管理(睡眠, 食事)	86	(21.5)
定期試験やレポート提出の期限が迫っている時の対応	398	バイトを入れないようにする	303	(75.8)
		雇用先に早めに連絡する	36	(9.0)
		バイトをするがその分自宅で頑張る	60	(15.0)
		友人か誰かに代わってもらう	3	(0.8)
		その他	2	(0.5)

表8 アルバイトに従事する学生の学業遂行努力

n=408 (人/%)				
区分	アルバイトに従事する学生の学業遂行努力		合計	P
	学業対応群	学業対応不十分群		
学業への影響 ^{a)}	影響なし	119 (88.1)	16 (11.9)	0.119
	影響あり	216 (82.1)	47 (17.9)	
合計	335 (84.2)	63 (15.8)	398	

Pearson の χ^2 検定 ** p < 0.05

a) 学業への影響の区分: アルバイトが影響していると思われる授業中の眠気・体調不良が「全くない」「稀にある」「時々ある」を「影響なし群」、「アルバイトの翌日頻繁にある」「バイトを辞めようか迷っている」を「影響あり群」に分類した。

数を調整する対応だけでは、学業への影響（83.6%）を防ぐ事が難しい実態が明らかになった。

5. アルバイト経験で得たこと

学年別に自由記述欄に記された文章から重要語句を抜き出し、社会人基礎力（箕浦ら，2014）の3つの能力と12の構成要素を参考に分類・整理した（表9）。

社会性の発展は、学年を重ねるごとに様々な経験を通じて「社会人基礎力」が増している実態が明らかになった。

1年次生では初めての職業人としての就労経験の中から、「常識をわきまえた上で対応に勤める」ことや「無理をして一人でやらずに他のスタッフに聞く」など『前に踏み出す力（アクション）』のうち＜働きかけ力＞を実行していく力を身につけていた。

2年次生では、「気遣い」や「言葉遣い」などの対人援助力だけではなく、「仕事の効率性」や「周囲の状況を観察して職場内における人間関係の距離のとり方」などを通じて『考え抜く力』＜課題発見力＞の向上が確認できた。

3、4年次生では、「気持ちを行動で示すこと」や「責任の取り方と失敗したときのその後の対応の仕方」など『チームで働く力』が主に得られており、要素として＜発信力＞＜柔軟性＞＜状況把握力＞などを得ている実態を確認することができた。

またこれらの社会人基礎力の3つの能力要素に加え、看護学生特有のアルバイト先に「病院」や「老人施設」があることから、看護師の大変さを理解しつつ、専門領域の学習の助けとして、「専門科目学習の助けとなり、学習のイメージ化ができた」や、「看護師との関係の結び方が

表9 学生が得た経験＜社会人基礎力の3つの能力と12の構成要素による分類＞

社会人基礎能力	能力要素	定義（経済産業省によるもの）	学年				学生が得た経験：データコード（記載回数）
			1	2	3	4	
前に踏み出す力 （アクション）	主体性	物事に進んで取り組む力	○	○	○	○	接客・接遇（4）
	働きかけ力	他人に働きかけ巻き込む力	○	○	○	○	人との関わり方（3）、コミュニケーションの取り方（2）、笑顔（2）
	実行力	目的を設定し、確実に実行する力		○	○	○	知識と経験
考え抜く力 （シンキング）	課題発見力	現状を分析し目的や課題を明らかにし準備する力		○	○	○	周囲状況の観察力、情報の取扱い
	計画力	問題解決に向けたプロセスを明らかにし準備する力			○	○	仕事の効率
	創造力	新しい価値を生み出す力					
チームで働く力 （チームワーク）	柔軟性	意見の違いや立場の違いを理解する力			○	○	他職種の様子を知る
	発信力	自分の意見を分かりやすく伝える力				○	気持ちを行動で示すこと
	傾聴力	相手の意見を丁寧に聴く力			○		確認の大切さ
	状況把握力	自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力				○	責任の取り方と失敗した時のその後の対応の仕方
	規律性	社会のルールや人との約束を守る力	○	○	○	○	厳しさ、上下関係（2）、気遣い、言葉使い（2）、敬語
	ストレスコントロール力	ストレスの発生源に対応する力					

学べた」など看護そのものの学びを得ることができていた。

IV. 考察

1. 学業へ影響を及ぼさないアルバイトの限界について

看護学生の学習カリキュラムは、他の理系大学 124 単位と比較しても看護系大学全国平均 127.8 単位 (文部科学省, 2005) と多く、学生自身が学業を遂行するためには、自己管理能力が必要といえる。このような背景を基に、本調査では、看護学部の学生を対象に、アルバイトの実施状況と学業への影響を明らかにし、学生自身が学生生活を自己管理するための学生指導の方針を検討することを試みた。

アルバイトが原因と思われる授業中の眠気や体調不良を感じている学生の多くが、アルバイトを複数掛持ちしていること、アルバイトの従事回数が週 4 日以上であること、就労時間が 6 時間を超えること、アルバイト終了時刻が夜 10 時以降であることに加え、学生が個人的努力として、アルバイトと学業を両立するために、課題やレポート提出の期限に対し「アルバイトの入れ方の調整」や「終了時刻の調整」などをしていても、学業へ悪影響が出ている実態が明らかになった。

これは、大学生の健康に及ぼす影響として、睡眠時間が 5 時間未満になると健康状態に負の因子として働き、就寝時間が 24 時以降になると、身体的自覚や疲労感が高くなる結果 (米田ら, 2009; 國友ら, 1999) と一致しており、不規則睡眠により日中の傾眠性や行動パターンに影響を及ぼす (竹内, 2000) 可能性がある。

また本調査において、夜 10 時過ぎにアルバイトが終了する学生 (24.9%) は、帰宅までの

時間、食事、入浴などの生活時間を加算すると、就寝時刻は午前 0 時～2 時頃となり、睡眠時間は 5～6 時間の短時間睡眠 (林ら, 1987) となることが推測される。睡眠時間が 5 時間以下となると、体調不良や不定愁訴の訴えが増えるという報告 (太田ら, 1999; 矢島ら, 2003) のように、慢性的に疲労が残る形となり、作業効率の低下にも繋がっていくと言える。

また、アルバイトを複数掛持ちしている学生は、アルバイトに従事する 1 週間あたりの日数も多く、身体を休める時間が少なくなる。さらに、課題レポートの提出期限や定期試験勉強などの時間を考慮すると疲労が蓄積し、学業に影響していると推察される。

このため、健康を維持するために必要な最低限の睡眠時間の確保や、アルバイト終了時刻の限界、アルバイトに従事する日数は週に何日程度が望ましい等「具体的な目安」を生活指導に盛り込んでいくことが必要と考える。

2. アルバイト経験で得た社会人基礎力と社会性の発展について

学生が得た経験 (表 9) の分析から、看護学生がアルバイトを経験することにより、社会人基礎力の 3 つの能力のうち、前に踏み出す力 (アクション) の <働きかけ力> 「言葉使い・接遇」や <実行力> 「知識と経験」が習得でき、看護の医療現場で必要とされている、チームワークで働く力 (チームワーク) の <柔軟性> 「仕事の厳しさ」が、1 年次生から習得できていた。このことから、アルバイトは学生にとっての身近な仕事経験であり、職業世界に触れることのできる効果的な手段であり、大学から職業社会への移行を円滑にし、仕事経験を通じたキャリア形成が期待でき (関口, 2010)、看護学生の社会性の発展が促されていると考える。

また看護学部生の特徴でもある、病院や老人施設など医療職のアルバイト(55.7%)では、「学校では学べない人間関係」を学ぶ機会となり、専門職の学業への助けとして有効な社会性の発展となっていると言える。

看護学部の学生生活実態調査(日本赤十字大, 2011)では、医療職のアルバイト就業割合は約15%程度である報告に対し、今回対象としたA大学の看護学生は3倍程多い数値(55.7%)を示している。これは、A大学とアルバイト先である病院や老人施設が同一敷地内に隣接しているという立地条件が関与していると考えられる他、学生自身がアルバイトの職種を選択する際に、少しでも将来の目的に合致させたいという学生が多いことが考えられる。

また自己の学びとして、認知・技能的発達にあたる、考え抜く力<課題発見力><計画力>にも繋がり、チームで働く力の<発信力><柔軟性><状況把握力>といった看護専門職者としての役割意識を促し、将来の職業に関する自分の適性を判断し、社会人として働くのに必要な初歩的な能力やスキル(佐野ら, 2004)を身につける、すなわち社会人基礎力としての向上の成果に繋がっていると言える。

しかしこれらの自由記述の語句に込められた意味は、学生それぞれの経験に基づく言葉であり、一口に「厳しさ」と言っても様々な意味が込められていると考える。したがって、経年的に継続調査をおこない、質的データによる意味の探索を深めていくことが必要と言える。

3. 看護学生の社会性を発展し学業の両立を支援していくための学生指導の方針

本調査の結果から、アルバイトが学業に影響を及ぼしている学生は35%おり、本学の看護学生の目的である、看護専門職としての知識を

習得するための学習が遂行されていない実態がある。また、看護学生がアルバイトを経験することで、看護師として働く自分の適性の判断や社会性の発展に繋がる反面、学費をアルバイトで補う学生(17.1%)にとっては、第三者からの指導的な介入がない限り、学習への影響を自覚していても、「学費のため」という自己の信念に引きずられ、学習に集中できていない身体的疲労の理由を「問題回避」してしまう危険性がある。

したがって、アルバイトと学業を両立し悪影響を与えないようにバランスを調整し、自己管理をしていくための、一定の目安として「学業とアルバイトに関するガイドライン」を学生委員会として示していくことが必要と考える。

また、アルバイトガイドラインに示す指導内容には、看護学生の社会人基礎力の向上を促しつつ、確実に必修単位の取得が可能となり卒業を延期させないように、学習カリキュラムを考慮した上で、アルバイトに従事する時間や回数などの、適正範囲や限度を具体的な数値で示していくことが重要と考える。

V. 結論

本調査は、看護専門職を目指す学生が、学業に悪影響を及ぼさないアルバイトの限界の目安を明らかにしたいと考えた調査である。

このことから看護学生がアルバイトを継続しながら学業に影響を及ぼさないアルバイトの限界は次の3点である。

1. アルバイトの回数は週3日以下が望ましい。
2. アルバイトに従事する時間は6時間以下が学業への影響を減少できる範囲である。
3. アルバイトの終了時刻は午後10時頃までが学業への影響を減少できる時刻である。

Ⅵ. 本調査の限界と今後の課題

本調査は、A大学1校の看護学部生、全4学年の学年進度を追っての調査ではあるが、無記名の単年度の調査であり、集団の現状や傾向の一部を捉えたに過ぎない。

また看護学生がアルバイトをする目的も、社会的背景により、変化していくことも予想されることから、本調査の結果を基礎資料として、看護学生の学生生活指導の観点から、継続した調査の実施や具体的な学生指導の検討を続けていくことが求められる。

謝辞

本調査にご協力いただきました学生の皆様に感謝申し上げます。

引用文献

内山喜久雄, 島井哲志, 宇津木成介他. (2007). EQS マニュアル. (株)実務教育出版, 第1版
太田賀月恵, 太田裕造. (1999). 大学生の「夜型」生活における体温と健康との関係. 保健の科学, 41 (9), 703-709.
金子直美, 中島正世, 澤田和美他. (2011). 看護学生の情動知能の育成 (第1報), 日本看護学会論文集 看護教育, 4, 217-220.
金子直美, 中島正世, 長嶋祐子. (2014). 看護学生の情動知能の傾向 過去の経験から情動知能を考える, 日本看護学会論文集 看護教育, 44, 66-69.
木村友子, 加賀谷みえ子, 福谷洋子他. (1988). 女子大学生のアルバイトと生活状況の関連性. 日本家政学会誌, 39 (4), 357-366.
國友宏渉, 江上いすず, 長谷川昇他. (1999).

学生の健康に及ぼす生活習慣の影響. 名古屋文理短期大学紀要, 24, 75-79.
厚生労働省. (2015). 大学生等に対するアルバイトに関する意識調査結果. <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000103577.html/2016/1/5> (アクセス可能)
阪本孝志. (2007). 短大生の生活実態に関する研究 (第2報) 学生のアルバイトが睡眠時間に及ぼす影響について. 大阪体育大学短期大学部研究紀要, 8, 17-35.
佐野嘉秀, 佐藤博樹, 佐藤厚編. (2004). 非典型雇用 - 多様化する働き方『仕事の社会学 変貌する働き方』, 有斐閣. 第9章, 141-156.
白井靖敏. (2015). 学生の学修行動に関する間接評価. 名古屋女子大学紀要. 家政・自然編, 人文・社会編, (61), 143-152.
関口倫紀. (2010). 大学生のアルバイト経験とキャリア形成. 日本労働研究雑誌, 52 (9), 67-85.
竹内朋, 犬上牧, 石原金由他. (2000). 大学生における睡眠習慣尺度の構成および睡眠パターンの分類. 教育心理学研究, 48 (3), 294-304.
Toub, J.M. (1978) Behavioral and Physiological correlates of irregularity in chronic sleep routines. *Biological Psychology*. 7, 37-53.
日本私立大学連盟. (2015). 学生生活白書 2015, <http://www.shidaiaren.or.jp/publications/2016/1/6> (アクセス可能)
日本赤十字看護大学学生生活委員会. (2011). 第5回学生生活実態調査, 日本赤十字看護大学, 20-21.
原田純子, 井手真理. (2007). 本学学生の健康および生活に関する質問紙調査. 大阪女学院大学紀要, 4, 41-53.

- 林光緒，堀忠雄．(1987)．大学生及び高校生の睡眠生活習慣の実態調査．広島大学総合科学部紀要．Ⅲ，11，53-63．
- 藤野ゆり子，室屋和子，佐藤一美．(2005)．看護系大学四年生の学生生活や対人関係に関する意識と社会的スキル，産業医科大学雑誌，27 (3)，263-272．
- 箕浦とき子，高橋恵．(2014)．看護職としての社会人基礎力の育て方 専門性の発揮を支える3つの能力12の能力要素，日本看護教育出版．
- 矢島すみ江，中野功他．(2003)．大学生の睡眠習慣と免疫的体力の関係について—睡眠時間と感冒罹患回数についての質問紙法による疫学的研究—名古屋工業大学紀要，55，151-157．
- 米田純子，宮崎博子，杉原トヨ子他．(2009)．大学生の日常生活習慣とCMI (cornell medical index) 健康調査との関連．宇部フロンティア大学看護学ジャーナル，2 (1)，11-19．