某進学高校生徒における日常生活への影響要因
－部活動との関係を中心として－

東　博文[1)]，岡田敞榮[2)]

Relationship between Life Style and extracurricular activities among the students of a high school.

National Institute of Fitness and sports in Kanoya
Hirofumi HIGASHI*, Hiroshige OKADA*

Abstract

This study dealt with the relationship between life style and extracurricular activities of a high school students. Questionnaire from 1,032 of students were analyzed and the following results were obtained.

1. More than 95% of students attend school from their own house. More than 50% of them lived in the areas 1 ～ 3km or 10km from their school. More than 65% of them attended school by bus or by bicycle.
2. Over 80% of students took breakfast at home everyday, and carried family-made lunches. They all replied they had intimate friends.
3. Over 75% of students had another hobbies adding to their own extracurricular activities. They replied that their school life were enjoyable.
4. Symptoms of fatigue were the day by day complaint for 69.8% of them. About 50% of students felt lack of sleep and or dozed during their school hour.
5. Over 77% of parents affirmed the extracurricular activities, but actually the rate of student's participiation in the activities were 65.9%.
6. It was levealed that 78.6% of students participated in the circles of physical exercise.
7. The extracurricular activities during the school life were highly evaluated by over 70% of students. They had enough time for the extracurricular activities, but they wanted to take part in the activities within the short time. They intended to tackle with the activities in earnest. They purposed to look for friends and enjoyments in the extracurricular activities.
8. About 30% of students did not participiate in the extracurricular activities,for reasons of keeping enough time for study, keeping one'own time , or uninteresting.

KEY WORDS:　*high school students, extracurricular activities, relationship, life style*

1)：鹿屋体育大学　健康教育学講座
2)：鹿屋体育大学　コーチ学講座

目的

高校は修学内容によって，実業科目系と普通科目系の２つに大きく系統付けされているが，いずれに進学した生徒であっても，現在の高校生徒は学習，部活動，通学，家庭などの日常生活環境の基に育まれている。

わが国は少子化に伴って18歳人口の減少が顕著になってきている。近年における出生数の減少が相対的な高等学校入学数の減少を招いているが，進学率は逆の傾向を示している。今日の高等学校進学率は90%以上を示し，例えば1982年の出生数約151万人では約136万人が高校へ進学する状況となる。また，大学への進学率は48%の場合，65万人の大学進学数が見られ，大学進学希望生徒の多くは普通科系高校での生活を余儀なくされている状況の中で，部活動にも何らかの関係をもって生活している。これらの生徒の日常生活は必ずしも一律ではなく，例えば高等学校の在位場所である農村部や都市部では大きな地域格差があり，高校生徒の生活環境の差異は大きなものがあると思われる。

そこで，本研究目的は大学進学を前提とした高校生徒がどのような部活動に関わり，そのことが高校生活にどのような影響を及ぼすかを明らかにすることとした。必然的に母集団は調査時点における15歳から17歳までの約405万人であるが，本研究では南九州の一部地域にある某高校全生徒を対象とした断面調査である。

方法

対象とした鹿児島県の某高等学校は交通網が充分でない状況にあるなどの地域特性を有し，また極めて限局された集団でもある。したがって，セレクトバイアスを含む可能性もある。また，就学している個々の生徒の通学条件は必ずしも同一，かつ均一ではなく，多くは自転車やバイクを利用して通学している。就学している全生徒は各々の個人が進学を前提とした普通科のみという環境下にある。

調査対象とした全生徒に質問紙を用いて1998年７月実施した。使用した質問紙は主としてそれぞれのアイテム（質問）に対して２つのカテゴリー(回答）を有する形であり，アイテムは肯定，否定のいずれかへの回答とした。内容は添付資料で示すように無記名，学年や性年齢，住居や通学距離，方法などの他，食生活，疲労，睡眠，授業中の居眠り，余暇時間，趣味，親友，異性，学校生活，勉強，部活動への参加や取り組みなどを含んでいるが，同じ内容での他集団における調査は行われていない。本調査は断面調査であり，実施方法は集合法に基づき全生徒が同時に集合する就学開始時刻にクラス担任を介して配布し，記入終了後に欠席者を除く全調査用質問紙は回収した。回収質問紙は統計解析用ソフトデータとして入力し，粗集計やクロス解析を行った。アイテム毎のカテゴリーの比較は率の95%区間推定値を用い，部活動への関わりについては質問項目間の関連性がどの程度にあるか，オッズ比を用いて検討した。

結果

１．対象者の学年間における偏り

対象者は表１に示すように男性563名，女性469名の合計1032名であった。性別各学年の割合は３年生の男性が約40%で１・２年生に比べてわずかに多い状況にあるが，他の学年は男女共に30%前後を占め，大きな差異は認められない。また，男女を合計した学年別割合も３年生男性に比例した形でやや３年生の割合が高い状況にあり，学年間に大きな差異は認められなかった。

表１　対象者の性・学年別分布

学年		1	2	3	計
性	男	167(29.7)	168(29.8)	228(40.5)	563(100.0)
	女	160(34.1)	153(32.6)	156(33.3)	469(100.0)
	計	327(31.7)	321(31.1)	384(37.2)	1032(100.0)

２．学年間における通学環境の差異

居住環境と通学環境については，その分布を性・学年別に示した。表２に示すように95%前後は自

表２　住居・通学環境別分布

	性	学年	1 f（％）	2 f（％）	3 f（％）	計 f（％　；95%CI）
住居	男	自宅	156(94.0)	164(97.6)	215(94.3)	535(95.2;93.4,97.0)
		下宿	10(6.0)	4(2.4)	13(5.7)	27(4.8; 3.0, 6.6)
	女	自宅	156(97.5)	148(96.7)	154(98.7)	458(97.7;96.3,99.0)
		下宿	4(2.5)	5(3.3)	2(1.3)	11(2.3; 0.1, 3.7)
通学距離	男	～1km	13(7.9)	6(3.6)	19(8.3)	38(6.8; 4.7, 8.9)
		1～3km	40(24.2)	54(32.5)	56(24.6)	150(26.8;23.2,30.5)
		4～6km	31(18.8)	30(18.1)	34(14.9)	95(17.0;13.9,20.1)
		7～9km	28(17.0)	27(16.3)	42(18.4)	97(17.4;14.2,20.5)
		10km～	53(32.1)	49(29.5)	77(33.8)	179(32.0;28.2,35.9)
	女	～1km	9(5.7)	9(6.0)	12(7.7)	30(6.5; 4.2, 8.7)
		1～3km	43(27.4)	49(32.5)	44(28.4)	136(29.4;25.2,33.5)
		4～6km	41(26.1)	23(15.2)	28(18.1)	92(19.9;16.2,23.5)
		7～9km	19(12.1)	20(13.2)	17(11.0)	56(12.1; 9.1,15.1)
		10km～	45(28.7)	50(33.1)	54(34.8)	149(32.2;27.9,36.4)
通学方法	男	徒歩	22(13.3)	20(11.9)	27(11.8)	69(12.3; 9.6,15.0)
		自転車	83(50.0)	79(47.0)	88(38.6)	250(44.5;40.4,48.6)
		単車	12(7.2)	24(14.3)	43(18.9)	79(14.1;11.2,16.9)
		バス	45(27.1)	41(24.4)	63(27.6)	149(26.5;22.9,30.2)
		自家用車	4(2.4)	4(2.4)	7(3.1)	15(2.7; 1.3, 4.0)
	女	徒歩	18(11.3)	23(15.0)	25(16.1)	66(14.1;10.9,17.3)
		自転車	76(47.5)	56(36.6)	49(31.6)	181(38.7;34.3,43.1)
		単車	4(2.5)	27(17.6)	16(10.3)	47(10.0; 7.3,12.8)
		バス	44(27.5)	39(25.5)	56(36.1)	139(29.7;25.6,33.8)
		自家用車	18(11.3)	8(5.2)	9(5.8)	35(7.5; 5.1, 9.9)

f；度数，％；割合，95%CI；率の95%区間推定値

宅からの通学者であり，下宿者は１年生の男性が6.0%と３年生の男性が5.7%を示しやや多い傾向にあるが，その割合に大差は認められない。

住居からの通学距離は男女ともに１～３㎞と10㎞～の二峰にピークが見られ，僅かに10㎞～の方が高い割合を示すが，学年や性による差異は認められない。

通学方法は徒歩，自転車，単車，バス，自家用車による送迎に限定されるが，男女とも自転車を利用するものが最も多く，女性が38.7%を占め，男性は44.5%で高い割合を占めている。次ぐ，バスの利用は30%前後で性差は認められない。男性の場合は単車の利用が多く，女性の場合は徒歩が多い傾向にある。また，最も少ない自家用車による送迎は男性が2.7%を占めるのに対して，女性は7.5%で有意（$p \geqq 0.05$）な性差が認められるものの，相対的にはわずかにすぎない。このように通学方法による性差や学年差が一部に見られるが，

それらの割合はさほど大きな差異はなく同じような分布を示している。したがって，１年生から３年生までの性年齢階級による居住や通学環境に大きな差異が見られないことから，これらの生徒は同一集団としてみなすことができる。

３．普段の生活

学年を除外した同一集団として捉えた高校生徒の普段の生活は表３に示すように，朝食のことなどから学校生活などについて10項目を提示した。いずれの項目も与えたカテゴリははい，いいえのいずれかであり，表３には肯定した回答者数のみを示した。その割合が80%以上を占めた項目は「朝食」,「昼食の弁当持参」,「親友がいる」の３項目である。次ぐ70%台を占めるのは「部活以外に趣味を持っている」と「学校生活は楽しい」であり，60%台は「日常的に疲労感を感じていることが多い」であった。また，次ぐ50%台は「日常的に睡眠不足だ」,「授業中に居眠りをすることが多い」,「家での自分の時間は充分にある」の３項目であり，極端に低い10%台は「つきあっている異性がいる」であった。

なお，これらの回答状況は性差や学年差を認めなかったことから，性や学年間の比較を示す図表等は除外した。

４．部活動との関係

表４に示すように，部活動との関わりに関連する回答割合は性や学年別に差異が認められなかったことから全学年を合計した肯定割合のみで示した。また，それらの提示項目は親の意見や自分の部活動への参加状況，部活動の内容や勉強，部活動の重要性や真剣度，部活動の活動や存在意義などを内容とする13項目である。

部活動に対する親の肯定割合は77.8%を占めているが，実際の参加割合は65.9%（674名）を占めている。参加している部活動は運動系が78.6%を占め，非運動系に比べて運動系の方が有意に高い割合を占めている。

これらの項目以降に示してある項目は必ずしも部活動参加者である674名の全員が回答している状況にはないが，その無回答者数は最小の１名から最大で22名が見られる。特に，22名の無回答者数が見られる「勉強より部活動の方が大事ですか？」は多いように思われるが，その割合は3.3%に過ぎない。

肯定割合で最も高い割合を示したのは「部活動は集中して短時間でする方がよいと思っている」が83.3%であり，次ぐ「部活動の存在意義は大きい」者の割合は80.9%を占めている。70%台を占める項目は「部活動の時間が充分ある」,「部活動は真剣に打ち込んでいる」であり，60%台は「部活動に賛成している」であり，50%台では「休日

表３　普段の生活状況

質問項目	はい f（ %； 95%CI ）／回答数
朝食は毎日食べてきますか？	877(85.1;　82.9,87.2)／ 1031
昼食は家からの持参の弁当ですか？	861(83.5;　81.2,85.8)／ 1031
日常的に疲労感を感じていることが多いですか？	720(69.8;　67.0,72.6)／ 1031
日常的に睡眠不足だと思いますか？	531(51.7;　48.4,54.5)／ 1032
授業中に居眠りをすることが多いですか？	553(53.7;　50.6,56.7)／ 1030
家での自分の時間は充分ありますか？	595(57.7;　54.6,60.7)／ 1032
趣味（部活動以外に）を持っていますか？	790(76.8;　74.3,79.4)／ 1028
親友と言える友人が居ますか？	859(83.8;　81.5,86.1)／ 1025
つきあっている異性がいますか？	134(13.0;　11.0,15.1)／ 1030
学校生活は楽しいですか？	773(75.7;　73.1,78.3)／ 1021

f；度数，%；割合，95%CI；率の95%区間推定値

表４　部活動との関わり状況

質問項目		はい f(%； 95%CI)／回答数
部活動に対して親は肯定的ですか？		779(77.8; 75.2,80.4)／1001
部活動に参加していますか？		674(65.9; 63.0,68.8)／1023
部活動は運動系ですか，非運動系ですか？	運動系	528(78.6; 75.5,81.7)
	非運動系	144(21.4; 18.3,24.5)／ 672
部活動と勉強の両立はできていますか？		326(48.5; 44.7,52.3)／ 672
勉強より部活動の方が大事ですか？		282(43.3; 39.4,47.1)／ 652
部活動の時間は充分にありますか？		524(78.0; 74.8,81.1)／ 672
部活動に真剣に打ち込んでいると言えますか？		488(72.7; 69.4,76.1)／ 671
部活動は集中して短時間でする方がよいと思いますか？		555(83.3; 80.5,86.2)／ 666
休日の部活動について賛成ですか？		395(58.9; 55.1,62.6)／ 671
部活動に賛成していますか？		449(67.3; 63.8,70.9)／ 667
部活動はあなたにとってどの位存在意義がありますか？		
	大きい	537(80.9; 77.9,83.9)／ 664
部活動に何を求めていますか？	友達	276(41.0; 37.3,44.7)／ 673
	体力づくり	215(31.9; 28.4,35.5)／ 673
	精神修養	165(24.5; 21.3,27.8)／ 673
	ｽﾄﾚｽ発散	131(19.5; 16.5,22.5)／ 673
	楽しさ	405(60.2; 56.5,63.9)／ 673
	その他	78(11.6; 9.2,14.0)／ 673

f；度数，%；割合，95%CI；率の95%区間推定値

表５　部活動に参加していなかったり，退部した理由

学年	1	2	3	計
部活動への不参加及び退部理由	f (%)	f (%)	f (%)	f (% ; 95%CI)
興味がなかったから	17(22.1)	20(18.0)	23(15.9)	60(18.0;13.9,22.1)
勉強時間を確保するため	14(18.2)	11(9.9)	15(10.3)	40(12.0; 3.5,15.5)
親が許さなかったから	5(6.5)	5(4.5)	6(4.1)	16(4.8; 2.5, 7.1)
自分の時間がほしかったから	17(22.1)	25(22.5)	33(22.8)	75(22.5;18.0,27.0)
体力的に無理があったから	7(9.1)	15(13.5)	15(10.3)	37(11.1; 7.7,14.5)
活動内容が自分に合わなかったから	6(7.8)	10(9.0)	11(7.6)	27(8.1; 5.2,11.0)
人間関係がうまくいかなかったから	2(2.6)	12(10.8)	11(7.6)	25(7.5; 4.7,10.3)
その他	9(11.7)	13(11.7)	31(21.4)	53(15.9;12.0,19.8)
計	77(100.0)	111(100.0)	145(100.0)	333(100.0)

f；度数，%；割合，95%CI；率の95%区間推定値

の部活動を賛成している」が58.9%を占めいる。しかし，「部活動と勉強との両立ができている」と「勉強より部活動の方が大事である」は半数以下である。また，「部活動に求めているもの」は「楽しさ」が60.2%で最も高い割合を占めている。次ぐ「友達」は41%であり，「体力づくり」は31.9%を示すに過ぎない状況にある。

一方，部活動不参加者は表４より，349名の34.1%が算出されるが，その回答者数は333名の95.4%を占める。不参加理由は表５に示すように，

いずれの学年においても「自分の時間がほしかったから」にピークが見られ，その割合はいずれの学年においても22%以上を占めている。次ぐ「興味がなかったから」は学年が増すに伴って，僅かに低下する傾向が見られるが，「勉強時間を確保するため」は学年との比例関係を示していない。「体力的に無理があったから」は全体で11.1%を占めるが，２年生がやや高い13.5%を示している。他の理由は２年生の「人間関係がうまくいかなかったから」で10.8%を示しているが，他の学年では10%以下を示している。

５．部活動が高校生活に及ぼす影響

部活動への参加の有無と高校生徒における種々生活の状況との関連性についてはクロス解析結果として表６に示した。男女がともに最も高いオッ

表６　高校生における性別部活動への参加と生活との関係

項目	部活動への参加の有無				統計量		
	性	両方有り	両方無し	回答数	χ^2	ρ	OR(95%CL)
疲労感の有無	男性	248(44.5)	63(11.3)／	557	0.2	0.2904	1.1(0.7,1.7)
	女性	220(47.3)	39(8.4)／	465	0.6	0.1885	0.8(0.5,1.3)
	合計	468(45.8)	102(10.0)／	1022	0.1	0.3429	0.9(0.7,1.3)
睡眠不足の有無	男性	193(34.6)	88(15.8)／	558	0.9	0.2510	0.9(0.6,1.3)
	女性	143(30.8)	65(14.0)／	465	1.7	0.0786	0.7(0.5,1.1)
	合計	336(32.8)	153(15.0)／	1023	3.4	0.0279	0.8(0.6,1.0)
居眠りの有無	男性	209(37.5)	99(17.7)／	558	2.3	0.0547	1.3(0.9,1.9)
	女性	166(35.9)	77(16.6)／	463	2.7	0.0399	1.4(0.9,2.2)
	合計	375(36.7)	176(17.2)／	1021	3.3	0.0294	1.3(1.0,1.7)
自分の時間の有無	男性	190(34.1)	79(14.2)／	558	3.1	0.0325	0.7(0.5,1.0)
	女性	170(36.6)	43(9.2)／	465	9.3	0.0008	0.5(0.3,0.8)
	合計	360(35.2)	122(11.9)／	1023	12.2	0.0002	0.6(0.5,0.8)
部活以外の趣味	男性	264(47.5)	42(7.6)／	556	0.4	0.2303	0.8(0.5,1.3)
	女性	244(52.7)	33(7.1)／	463	0.0	0.3878	0.9(0.6,1.5)
	合計	508(49.9)	75(7.4)／	1019	0.8	0.1642	0.9(0.6,1.2)
親友の有無	男性	277(50.0)	52(9.4)／	554	3.0	0.0523	1.5(1.0,2.3)
	女性	292(63.2)	14(3.0)／	462	0.1	0.6368	0.9(0.4,1.7)
	合計	569(56.0)	66(6.5)／	1016	2.6	0.0896	1.3(0.9,1.9)
つきあっている異性の有無	男性	44(7.9)	195(35.0)／	557	0.4	0.4325	1.2(0.7,2.1)
	女性	50(10.8)	115(24.8)／	464	0.7	0.1725	1.4(0.7,2.6)
	合計	94(9.2)	310(30.4)／	1021	1.4	0.1028	1.3(0.9,2.0)
楽しい学校生活の有無	男性	256(46.1)	80(14.4)／	555	9.6	0.0007	1.8(1.2,2.7)
	女性	277(60.6)	31(6.8)／	457	3.6	0.0339	1.7(1.0,2.8)
	合計	533(52.7)	111(11.0)／	1012	17.3	0.0000	1.9(1.4,2.6)
部活への親の肯定有無	男性	283(52.3)	67(12.4)／	541	20.1	0.0000	2.6(1.7,4.0)
	女性	279(61.7)	44(9.7)／	452	21.8	0.0000	3.1(1.9,5.1)
	合計	562(56.6)	111(11.2)／	993	42.7	0.0000	2.8(2.0,3.9)

χ^2：カイ自乗値，ρ：直接確率，OR (95%CL)：オッズ比 (95%信頼区間)

ズ比を示したのは「部活動への参加を親が肯定している」ことであり，男性が2.6，女性は3.1を示している。次いで高いのは「学校生活が楽しい」の1.9である。また，有意水準には達していないが男性の場合において「親友と言える友人がいる」が1.5のオッズ比を示している。「授業時間中に居眠りをすることが多い」や「つきあっている異性がいる」のオッズ比はいずれも1.3を示し，女性の場合や合計の場合は「授業時間中に居眠りをすることが多い」が有意水準に達している。しかし，合計の場合は部活動と授業時間中の居眠りは有意な関係にあると解釈されるが，これには女性の影響によるものと解釈され，相対的に明確な関係にあるとは言い難い状況にある。

考察

学校で計画される部活動は教育課程外に位置づけられた学校教育活動であるが，高校生における部活動は日常生活の中に大きな比重を占め，生徒の部活動への参加は生徒の日常生活に何らかの影響を及ぼしている可能性が考えられる。

本研究で取り扱った対象者は進学校の高校生であるが，部活動への参加割合は65.9%を占め，その78.6%は運動部活動であった。このことは1997年「国民衛生の動向」の特別活動（p370〜）[1] で述べられているように生徒のスポーツに対する愛好的な態度の育成，個性の伸長，体力の向上，健康の増進，望ましい態度の育成などの面にきわめて有意義な状況が現れているものと推察される。

一方，過度の練習や試合，選手の一部を中心とした練習や勝利中心の行きすぎた活動などは高校生における日常生活への大きな影響要因となり，健全な高校生の発達を抑制していることも考えられる。しかし，近年の研究では部活動への参加が及ぼす生徒への日常生活への影響に関連した研究は少なく，学校保健分野での取り組み[1)-16)]も極めて希薄な状況にあると思われる。

本研究では高校生の部活動が及ぼす日常生活への影響を明らかにすることを目的として全生徒を対象としたが，調査対象者が学年や性などの属性に大きな差異が見られないことから，同一かつ相当規模の集団による調査結果と見ることができる。また，就学している生徒はきわめて広域的に集められており，５%前後を示した下宿生徒の出身地的な特性が「部活動との係わりとする結論」に影響を及ぼす可能性はほとんどないものと考えた。

そこで，本調査対象者の日常生活のいくつかについて，その偏りを検討した。その結果，普段居住している住宅は男女ともにほとんどが自宅であり，通学距離は居住地周辺と10㎞以上の２峰に分布し，僅かではあるが10㎞以上の方が高い割合を占めていた。このような通学距離の分布形態は男女や学年による大きな差異は見られなかった。さらに通学方法は自転車，バス，徒歩で男女とも70%以上を占め，自家用車による送迎が性や学年間において有意差を認めたが，それらの割合は１割に満たないことから，自家用車による送迎は本研究の検討にあたっての大きな交絡要因とはならないと考えた。

対象者の普段の生活状況も，その大きな差異は最終的結論を導く上で大きな交絡要因となる可能性を含むが，性や学年による有意差は認められなかった。したがって，普段の生活状況も全生徒に共通した日常生活状況にあると判断される。また，極端に少ない「つきあっている異性がいる」は回答が一部に偏っていることから，部活動の影響要因として取り上げることはできない。

近年の研究において，高校生の部活動を中心とした研究は極めて少ないが，八籐後[7] による授業中の居眠りに係わる要因の研究において，その影響を一部で採りあげており，関係がなかったことを報告している。本研究でも部活動への係わり状況は性や学年による差異は見られないが，部活動参加者の約８割は運動系で占められることから，本対象者の部活動への係わりは運動部活動を想定した回答割合であると判断された。中でも，「部活動の時間は充分ある」，「部活動に，真剣に打ち込んでいる」，「部活動は集中して，短時間でする方がよい」，「部活動の存在意義は大きい」等の項目は７割以上を占めており，これらの項目の回答は本対象者の運動部活動への係わり方を代表して

いると考えられる。

部活動に求めていることは「楽しさ」,「友達」,「体力づくり」などであり，適正な運動部活動が推進されていると思われる[1),3)]。しかし，部活動に参加していなかったり，退部したものは333名がみられ，全生徒の32.6%を占めている。また，その理由は「自分の時間がほしかったから」と「興味がなかったから」でほぼ30%を占めていることから，進学校に見られる一部生徒の特徴とも考えられる。さらに,「部活動と勉強の両立」は50%に満たないことから，生徒の部活動による疲労の蓄積があることも予測されることから[7),8),12)]，これらのことは学校教育における部活動の推進に適正な生徒指導を図る上での示唆を与えている。

一方で「授業中の居眠り」は女子生徒に多く，これに一部男子生徒が加わることで全体的に有意な関連性がみられた。逆に「友人関係」については男性の方が僅かな関連性を示したことから，男性は部活動を通して「親友」を求めている可能性が考えられるが，女性の方は全く関連性を示さなかった。したがって，このような偏りから観られる部活動は「授業中の居眠り」や「友人関係」に対して，相対的な関連因子とはなり得ない状況にあると推察された。

しかし，部活動への参加の有無は高校生の日常生活である「疲労感」[12)],「睡眠不足」,「授業中の居眠り」[7)],「自分の時間」,「友人関係」,「異性関係」,「楽しい学校生活」,「部活動に対する親の理解」などに影響を及ぼす可能性がある[6)-9),11)-14)]。

本調査結果は部活動に対する「親の理解」が男女とも最も高いオッズ比を示したことから，部活動への参加を決定づけているのは「親子の対話」によるものと推察され，そのことが「楽しい学校生活」を促している大きな要因にもなっていた。このことは高田ら[11)]の報告に観られるように，高校生の親子の対話，中でも男子生徒の父親との対話や接触時間の長さは自覚症状の減少につながっていることからも，本研究でも観られた「部活動に対する親の理解」は進学校の高校生活に「楽しさ」を与えていることが示されたものと考えた。

まとめ

進学校における全高校生を対象に日常生活状況や部活動への参加状況などについて，質問紙による調査を行った。その結果，

⑴　生徒の95%以上は自宅からの通学であり，その距離は１㎞から３㎞と10㎞以上の２峰に分布し，65%以上はバスや自転車による通学方法を採っていた。

⑵　80%以上の生徒は朝食を毎日摂っており，昼食は家からの持参弁当であり，親友と言える友人がいるとしていた。

⑶　75%以上は部活動以外にも趣味を持っており，学校生活を楽しんでいる状況にあった。

⑷　日常的に疲労感を感じている者は69.8%もあり，睡眠不足や授業中の居眠りを訴える者はほぼ半数を占めていた。

⑸　部活動に対する親の肯定割合は77%以上を占め，実際の参加者は65.9%を示した。

⑹　参加部活動は運動部活動が78.6%を占めていた。

⑺　70%以上の生徒は学校での部活動の存在意義を高く評価し，部活動は集中して短時間にすることがよいと考え，真剣に打ち込み，時間的にも充分であるとし，部活動に対しては「楽しさ」と「友達」を求めている状況が見られた。

⑻　部活動不参加者は約30%を占め，その理由は「自分時間の確保」,「勉強時間の確保」,「興味がない」などであった。

以上のような背景にある高校生の部活動は「親の部活動に対する肯定」が大きく関与し，日常生活には部活動への参加が「楽しい学校生活」に結びついている状況が見られた。

本研究を終えるにあたり，調査対象の高校生をはじめ，調査にご協力戴きました教職員，保護者の皆様に感謝の意を表する。

文献

１）厚生統計協会（財団法人）：国民衛生の動向，370-

371，1997
2）秋坂正史，座光寺秀元：女子高校生の身体特性，とくに肥満と骨密度との関連性，学校保健研究，38，582-592，1997
3）保健体育審議会答申：生涯にわたる心身の健康の保持増進のための今後の健康に関する教育及びスポーツの振興の在り方について，学校保健研究，39，457-471，1997
4）楠本久美子：疲労調査・優勢の右派測定による附属高校生の外傷発生の原因調査について，学校保健研究，39，438-445，1997
5）高倉実，崎原盛造，秋坂正史，尾尻義彦，加藤種一，當銘貴世美，新屋信雄，平良一彦，三輪一義：高校生における抑うつ症状と心理社会的要因との関連，学校保健研究，39，233-242，1997
6）小島章子，渡辺雄二，青木宏：高校生の飲酒行動に関する研究－親子関係を中心に－，学校保健研究，39，221-232，1997
7）八籐後忠夫：高校生の授業中の居眠りに関わる要因の検討，学校保健研究，38，495-504，1996
8）楠本久美子，柳井勉：高校生の疲労と外傷発生との関係について－附属高校生の疲労調査による外傷発生予防について－，学校保健研究，38，473-480，1996
9）梶岡多恵子，大沢功，吉田正，佐藤祐造：女子高校生における正常体重肥満　者に関する研究－いわゆる”隠れ肥満者”の身体特徴とライフスタイルについて－，学校保健研究，38，263-269，1996
10）杉田誓子，高田和夫，奥田宣明：高校生の体脂肪量と運動量との関連についての研究，学校保健研究，37，467-478，1996
11）高田ゆり子，坂田由美子，杉山道明：高校生の親子の対話と接触状況からみた自覚症状に関する研究，学校保健研究，36，360-369，1996
12）富田勲：高校生における授業の好き嫌いの意識と疲労感－大都市と小都市の比較－，学校保健研究，37，131-140，1995
13）安田道子，加藤京子，丹理子：CMI による高校生の自覚症状，学校保健研究 34，9，426-431，1992
14）徳山美智子，辻　立世，森川英子：高等学校における保健室登校の現状と課題，学校保健研究，34，9，397-403，1992
15）景山隆之：高校生におけるヘッドホンによる音楽聴取と学校保健，学校保健研究，34，8，356-365，1992
16）大谷尚子，河野美佐子：高校生のアルバイトが生活行動・意識に及ぼす影響に関する調査－健康，学校生活，労働感等への影響－，学校保健研究，33，4，186-195，1991

添付資料

「高校生活における部活動の関わり」についてのアンケート
回答者の皆さんへのお願い

このアンケートは無記名です。目的は生徒達がどのような生活で，部活動に係わっているかを見るものです。すべての質問に素直にお答えいただかなければ無意味な結果を招きます。どうぞよろしくご協力下さい。

なお，以下の質問はあなたの今の状態や想いについてのものです。該当すると思われる（　）内の項目に○印を付けてお答え下さい。

質問１．学年，性，通学はどのような状況ですか。
学年（１・２・３）年生　　性別（１．男　　２．女）　　通学（１．下宿　　２．自宅）
質問　２．通学距離はどれくらいですか。
（１．１㎞以内　　２．１～３㎞　　３．４～６㎞　　４．７～９㎞　　５．10㎞以上）

質問３．放課後，お腹がすきますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問４．漫画を見るのが好きですか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問５．テレビゲームをやるのが好きですか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問６．家の手伝いをよくしますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問７．鹿屋高校の部活動は存在意義がありますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問８．現在，部活動を行っていますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問９．部活動に興味がありますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問10．勉強より部活動の方が大切ですか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問11．部活動に要する充分な時間がありますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問12．退部の経験がありますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問13．部活動に親が反対していますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問14．部活動は運動系の方が好きですか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問15．部活動と勉強の両立は難しいですか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問16．昼食は自宅からの持参の弁当ですか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問17．朝御飯を毎日食べてきていますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問18．何時も，午前中の授業は眠いですか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問19．部活動は適当にやっていますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問20．恋人（片想いも含めて）がいますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問21．同じ生徒の中にとっても仲の良い友達がいますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問22．寝るのは何時も夜中の12時が過ぎますか。	（１．はい　　２．いいえ）
質問23．学校生活を何時も楽しく過ごしていますか。	（１．はい　　２．いいえ）

部活との係わりで何か意見があったら書いて下さい。

ご協力ありがとうございました