

## 通学時間と学生生活充実度の関係 ーコロナ禍における学生生活の変化とその影響ー

情 渡部 敦子  
指導教員 宋 財法

### 1. 研究の目的

本研究の目的は、通学時間が大学生の生活充実度にどのような影響を与えるかを明らかにすることである。さらに、新型コロナウイルス感染症の影響でリモート学習が導入され、通学時間が削減されたことによる学生生活への変化も検証する。特に、長時間通学が学生に与える負の影響やリモート学習によるポジティブな変化を比較し、大学生生活の質を向上させるための具体的な施策を検討する基盤を提供することを目指している。

### 2. 先行研究

既存の研究では、通学時間が長い学生ほど生活充実度が低いことが指摘されている。また、リモート学習により通学負担が軽減された場合、生活の自由時間が増加し、精神的な充実度が向上することが示されている。一方で、対面授業の減少による孤独感やモチベーション低下の可能性も報告されている。

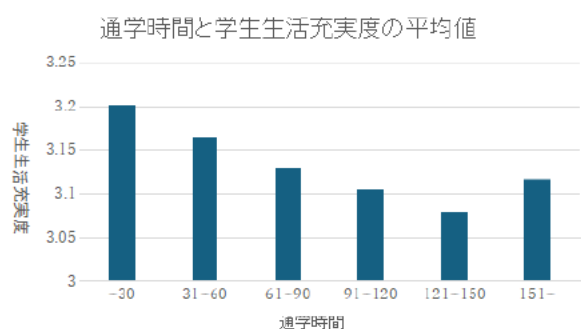
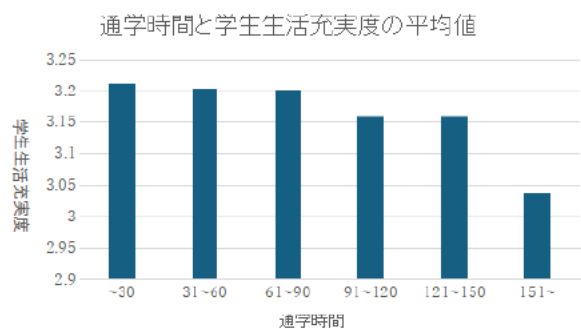
### 3. 研究の方法

本研究では、2019 年と 2022 年に全国大学生生活協同組合連合会が実施した「学生生活実態調査」のデータを分析した。調査対象は全国の大学生であり、回答者数はそれぞれ 10,832 名（2019 年）と 9,126 名（2022 年）である。通学時間、登校頻度、生活充実度に関するデータを収集し、通学時間の長短やリモート学習の導入が生活充実度に与える影響を比較した。仮説に基づき、通学時間ごとの生活充実度の平均値や登校頻度と充実度の関係を検討した。

### 4. 結果

通学時間が長いほど生活充実度が

図 1. 通学時間と充実度  
(上：2019 年／下：2022 年)



低下する傾向が確認された（図 1）。特に、通学時間が 91 分以上の学生は、30 分未満の学生に比べて充実度が大きく低下していた。また、2022 年のデータでは、リモート学習の導入により全体的な生活充実度が向上しており、通学負担の軽減が学生生活にポジティブな影響を与えていることがわかった。一方で、週 7 回登校する学生の生活充実度が最も高く、適度な登校頻度（週 3～5 回）が充実度を最大化するという仮説に反する結果が得られた（図 2）。

## 5. まとめ

本研究は、通学時間と学生生活充実度の関係を明らかにした。通学時間が短いほど生活充実度が高まる一方、リモート学習の導入に

より通学時間が削減されることで生活充実度が向上することが確認された。また、頻繁な登校が友人や教員との交流を促進し、生活の満足度を高める要因である可能性が示された。本研究の成果は、現代の大学教育や学生支援施策の改善に貴重な知見を提供する。さらに、リモート学習と対面授業のバランスを最適化することで、学生生活の質向上に寄与することが期待される。

図 2. 週間通学日数と充実度  
(上：2019 年／下：2022 年)

