

研究ノート

キャンパスの移転が身体活動量や学生生活満足度に 及ぼす影響

——第2キャンパスから第1キャンパスへ移転して——

早 川 洋 子
川 本 祐 希
中 田 滉 大

研究ノート

キャンパスの移転が身体活動量や学生生活満足度に 及ぼす影響

——第2キャンパスから第1キャンパスへ移転して——

早 川 洋 子
川 本 祐 希
中 田 滉 大

Effects of Campus Relocation from the Second to the First Campus on Physical Activity and Student Life Satisfaction

HAYAKAWA, Yohko

KAWAMOTO, Yuki

NAKADA, Kota

Abstract

This study investigated the impact of relocating the main campus of the Faculty of Human and Social Sciences from the Second Campus to the First Campus on students' physical activity levels, assessed by daily step counts, and on their satisfaction with student life. Average step counts in 2023, when the main campus was situated at the Second Campus farther from the nearest railway station, were compared with those in 2024, following the relocation to the First Campus, which is located in closer proximity to the station. No statistically significant differences were observed between the two years. It was inferred that the reduction in walking distance from the station was offset by students' increased utilization of facilities such as restaurants in the vicinity of the First Campus and Kasumigaseki Station. Regarding student life satisfaction, a slight improvement in overall university life satisfaction was observed, accompanied by enhanced satisfaction with the surrounding environment. Overall, a considerable proportion of students reported a higher level of satisfaction with the First Campus.

Keywords: Students' physical activity, Daily step counts, Student life satisfaction, University life satisfaction, Surrounding environment of the university

要 旨

本研究では、人間社会学部のメインキャンパスが第2キャンパスから第1キャンパスへ移転したことによる、学生の身体活動量（歩数）と第1キャンパスとその周辺環境が学生生活満足度へ及ぼす影響を把握することを目的とした。

平均歩数では、最寄り駅より遠い第2キャンパスがメインキャンパスの2023年の歩数と最寄り駅より近い第1キャンパスがメインキャンパスとなった2024年の歩数を比較すると、歩数に有意な差は認められなかった。第1キャンパスや霞ヶ関駅の周辺の飲食店などを利用する学生が増加し、駅からの歩数の減少を補う行動があり歩数の減少が認められなかったものと推察された。

学生生活満足度では、メインキャンパスの移転により大学生生活満足度はわずかに向上し、大学の周辺環境の満足度が向上し、総合的には第一キャンパスに満足感を持っている学生が多く存在していた。

キーワード：学生の身体活動量，歩数，学生生活満足度，大学生生活満足度，大学周辺環境

目 次

- I. 緒言
- II. 研究方法
- III. 結果
 1. 身体活動量（歩数）
 - 1.1 対象者の特性
 - 1.2 身体活動量（歩数）
 2. 学生生活満足度（大学生生活満足度，大学周辺環境の満足度）
 - 2.1 対象者の特性
 - 2.2 大学生生活満足度（大学生生活の満足度，大学周辺環境の満足度）の変化
 - 2.3 その他（大学生生活で一番満足を感じることに、1Cに移転したことで一番満足していること、総合評価として1Cと2Cの満足度の比較）
 - 2.4 自由記述（大学生生活を充実させるための提案）
- IV. 考察
 1. 身体活動量（歩数）
 2. 学生生活満足度（大学生生活の満足度，大学周辺環境の満足度）
- V. まとめ

I. 緒 言

本学では、2023年の9月に新たに池袋キャンパスが誕生したことにより、人間社会学部の学生は、2023年度までメインキャンパスとして第2キャンパス（以後2C）に通っていたが、2024年度

から第1キャンパス（以後1C）へ通うこととなった。

まずメインキャンパスが移転したことで、本学の第2キャンパスは最寄り駅である霞ヶ関駅から徒歩15～20分かかっていたが、1Cへ移転したことにより約5分でキャンパスにたどり着くことが可能となった。そのため、通学時間が減少したことによる身体活動量（歩数）の減少が予想される。

現在世界的にも運動不足は広がっており、死因の約3分の1を占めている¹²⁾。そして、若年層でより深刻な状況である³⁾。また、日本を含む先進国でデスクワークを伴う長時間労働やライフスタイルの変化により運動不足・座位行動は深刻化している。身体活動が不十分で、そのことによる心血管疾患、Ⅱ型糖尿病、認知症、一部のがん等のリスクが高い事が報告されている¹⁾。我が国でも健康日本21（第三次）における身体活動・運動分野の取組の推進するために健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023を策定して身体活動の推進に努めているが、改善が難しい状態であり、特に若者で深刻である^{8) 6)}。

次に大学の環境に関して本学の2Cの周辺は、田畑や住宅街に囲まれていることもあり飲食店やコンビニエンスストアが無く、2Cでの食の調達は学内の自動販売機か昼食時に開く学食のみであり、不便な環境であった。それに対して1Cは、駅に近く、コンビニエンスストアは学内外もあり、スーパーマーケットやファストフード店、飲食店などが密集しており、容易に食事やその他の買い物もできる利便性の良い環境にある。また、2Cでは人間社会学部の学生のみであったが、1Cには、商学部 商学科・経営学科、国際関係学部 国際メディア学科、医療健康学部、世界100か国から集まる留学生などの他学部生が学んでおり、同じキャンパスになるため、授業や部活動や課外活動などでの交流も盛んになることが予想される。

先行研究において大学生生活は、勉強、サークル、交友と幅広い活動を通して、経験を豊かにすることによって、大学満足度は高まることが報告されている¹⁴⁾。また、運動実施状況やボランティア活動が、身体的健康に関する満足度に加えて、生活満足度に影響することも示されている²⁾。加えて食事の満足感の向上が、生活満足度や幸福感との相関があることが報告されており、食環境の整備が生活の質（QOL）の向上に役立つと考えられる¹⁰⁾。そこで本研究では、人間社会学部のメインキャンパスが2Cから1Cへ移転したことによる学生の身体活動量（歩数）と学生生活満足度（大学生生活満足度と大学周辺環境）へ及ぼす影響を把握することを目的とした。

研究仮説

仮説1：メインキャンパスが霞ヶ関駅に近い1Cに移転し、霞ヶ関駅からの通学時間が減少に伴う身体活動量（歩数）の減少が影響し、1日の身体活動量（歩数）に減少した学生が増加した。

仮説2：霞ヶ関駅に近い1Cに移転したことで周辺環境や利便性に満足している学生が増加した。

仮説3：大学生生活満足度は、1Cに移転後に満足している学生が多い。

Ⅱ. 研究方法

対象者は、東京国際大学人間社会学部の学生2～4年 345名、調査期間を2024年10月23日～2024年11月11日とし、自記式質問票調査を実施した。

調査項目の主な項目は、基本属性、通学に関する実態、身体活動量（歩数）、学生生活の生活満足度（大学生生活の満足度及び大学周辺環境の満足度）である。

歩数の測定に関しては、ヘルスケア（iPhone）から回答を得た。「健康づくりのための身体活動指針（アクティブガイド）」（厚生労働省）運動所要量見直しの観点では、18歳から64歳の男女

に対して、1日8000歩に相当する身体活動を推奨している。そのため、1日8000歩以上の者と1日8000歩以下の者に分けて健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023の達成率を検討した。

学生生活満足度（大学生活及び大学周辺環境）は、2023年9月と2024年9月をそれぞれ項目に対して10段階で評価を行った。

統計解析は、IBM SPSS バージョン30を使用し、連続変数間をウィルコクソンの符号順位検定、カテゴリー変数間にはマクネマー検定を行い、有意水準は5%とした。倫理的配慮としては、調査施設関係者ならびに調査対象者へ質問紙の説明文にて、研究の目的、手順、研究参加の任意性、個人情報保護の保護、結果の公表等を十分に説明し、同意を得て実施した。

Ⅲ. 結果

本研究は東京国際大学に在籍している人間社会学部の学生を対象とし、345名から回答が得られた。除外基準としては、2Cに通っていない他学部の学生や1学年の学生と欠損値の多いものとした。したがって、解析対象者322名（人間スポーツ学科171名、スポーツ科学科143名、福祉心理学科8名）とした。

身体活動量（歩数）は、2023年9月と2024年9月の2時点データの揃っているものを採用したため、学生生活満足度（大学生活満足度及び大学周辺環境）の回答者数に差がある（それぞれ $n=264$, $n=322$ ）。

1. 身体活動量（歩数）

1.1 対象者の特性

被験者の特性（ $n=264$ ）を表1-1に示した。また通学に関する実態を表1-2～3に示した。全体の平均年齢は 20.3 ± 0.9 歳、男女の比率は約8:2と男性（80.3%）が多く、スポーツ系の強化指定クラブの所属が約50%を占めていた（表1-1）。通学時間は、1Cまで47.3分、2Cまで55.2分と2Cまでの方が約8分多くかかっていた（表1-2）。通学頻度は、第二キャンパス（以後2C）へは2023年9月は、2.9回であったがメインキャンパスが第一キャンパス（以後1C）へ移転した2024年9月では0.7回と2.2回も減少していた（表1-2）。逆に1Cへは2023年9月は、2.8回であったがメインキャンパスが1Cへ移転した2024年9月では4.2回と1.4回増加していた（表1-2）。2024年駅の利用に関しては、霞が関駅が260名95%とほとんどの学生が第一キャンパスに近い霞が関駅を利用していた（表1-3）。

1.2. 身体活動量（歩数）

本研究では、人間社会学部のメインキャンパスであった2Cに通学していた2023年の9月の平均歩数（以後、2023年歩数2C）と、1Cをメインキャンパスに移転した後の2024年9月の平均歩数（以後、2024年1C）について解析した。

2023年歩数2Cの歩数の最大値、最小値、中央値、四分位は（表2）に示した。2023年歩数2Cと2024年1Cの歩数間には全体、男性、女性に関して、それぞれ $p = 0.925$, $p = 0.710$, $p = 0.623$ と有意な差は認められなかった。

加えて、健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023（8000歩）の達成率を2023年歩数2Cと2024年歩数1Cの全体、男性、女性について検討した（表3-1～3）。マクネマー検定の結果、全体、男性、女性に関して、それぞれ $p = 0.182$, $p = 0.148$, $p = 1.000$ と有意な差は認められなかった。健康づくりのための身体活動指針の推奨値を満たしている学生は、2023年歩数2Cの全体、男

表 1-1 調査対象者の特性（歩数）

調査項目	全体		男性		女性		
	n = 264人		n = 212人		n = 52人		
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
年齢（歳）	20.3	0.90	20.3	0.90	20.1	0.65	
	度数(人)	%	度数(人)	%	度数(人)	%	
部活動の所属（有無）	有	130	49.2	101	47.6	29	55.8
	無	134	50.8	111	52.4	23	44.2
	合計	264	100	212	100	52	100

表 1-2 通学時間と通学頻度

		mean (SD)		
通学時間(分)	第1キャンパスまで	47.3(33.6)		
	第2キャンパスまで	55.2(35.8)		
	mean (SD)	2C	1C	坂戸C
通学頻度(回)	2023年9月	2.9(0.1)	2.8(0.1)	1.9(0.2)
	2024年9月(移転後)	0.7(0.1)	4.2(0.1)	1.8(0.2)

表 1-3 駅の利用状況

利用駅	霞ヶ関駅	的場駅	その他
度数	260	11	2
%	95.2	4.0	0.7

表 2 メインキャンパスの違いによる歩数 (n=264)

	中央値 (歩)	最小値 (歩)	最大値 (歩)	四分位 (パーセンタイル)			P値
				25	50	75	
全体 (n = 264)							
2023年9月 歩数	8009.5	1574	19572	6484.5	8009.5	9409.8	0.925
2024年9月 歩数	8256.5	1005	22693	6362.3	8256.5	9869.8	
男性 (n = 212)							
2023年9月 歩数	7843.0	1574	19572	6436.3	7843.0	9171.5	0.710
2024年9月 歩数	8232.5	1005	22693	6320.0	8232.5	9655.0	
女性 (n = 52)							
2023年9月 歩数	8526.5	2806	17850	6841.0	8526.5	10522.0	0.623
2024年9月 歩数	8406.5	3303	15651	6781.0	8406.5	10235.3	

性、女性では、それぞれ50.4%、49.4%、55.8%で、同様に2024年歩数1Cの全体、男性、女性では、それぞれ54.9%、54.7%、55.8%であった（表3-1～3）。

表 3-1 身体活動・運動ガイド 2023（8000 歩）を基準とした達成（全体）

全体 n=264			2024年9月		合計
			8000歩以上	8000歩未満	
2023年9月	8000歩以上	度数	105	28	133
		2023年9月の %	78.9%	21.1%	100.0%
		2024年9月の %	72.4%	23.5%	50.4%
	8000歩未満	度数	40	91	131
		2023年9月の %	30.5%	69.5%	100.0%
		2024年9月の %	27.6%	76.5%	49.6%
合計		度数	145	119	264
		2023年9月の %	54.9%	45.1%	100.0%
		2024年9月の %	100.0%	100.0%	100.0%

表 3-2 身体活動・運動ガイド 2023（8000 歩）を基準とした達成（男性）

男性 n=212			2024年9月		合計
			8000歩以上	8000歩未満	
2023年9月	8000歩以上	度数	81	23	104
		2023年9月の %	77.9%	22.1%	100.0%
		2024年9月の %	69.8%	24.0%	49.1%
	8000歩未満	度数	35	73	108
		2023年9月の %	32.4%	67.6%	100.0%
		2024年9月の %	30.2%	76.0%	50.9%
合計		度数	116	96	212
		2023年9月の %	54.7%	45.3%	100.0%
		2024年9月の %	100.0%	100.0%	100.0%

表 3-3 身体活動・運動ガイド 2023（8000 歩）を基準とした達成（女性）

女性 n=52			2024年9月		合計
			8000歩以上	8000歩未満	
2023年9月	8000歩以上	度数	24	5	29
		2023年9月の %	82.8%	17.2%	100.0%
		2024年9月の %	82.8%	21.7%	55.8%
	8000歩未満	度数	5	18	23
		2023年9月の %	21.7%	78.3%	100.0%
		2024年9月の %	17.2%	78.3%	44.2%
合計		度数	29	23	52
		2023年9月の %	55.8%	44.2%	100.0%
		2024年9月の %	100.0%	100.0%	100.0%

2. 学生生活満足度（大学生生活の満足度，大学周辺環境の満足度）

2.1. 対象者の特性

対象者の特性（n=322）を表4に示した。歩数と同様に全体の平均年齢は20.3 ± 0.89歳，男女の比率は約8:2と男性（79.8%）が多く，スポーツ系の強化指定クラブの所属が約50%を占めていた。

2.2. 学生生活満足度（大学生生活の満足度，大学周辺環境の満足度）の変化

1Cと2Cの大学生生活の満足度（食堂，パソコン室，図書館，運動施設，教室）は，表5に示した。検定結果により2Cと1Cの施設において，運動施設以外，すべての項目に関して有意な差が認められた（食堂p = 0.042，パソコン室p < 0.001，図書館p = 0.028，教室p = 0.031，運動施設p = 0.360）（表5）。しかし中央値が同じであり，分布の偏りの差であると考えられるため，実際の差は小さいものと解釈できる。

1Cと2Cの大学周辺環境の利便性のコンビニエンスストア（セブンイレブン，ファミリーマートなど），スーパーマーケット（ヤオコーなど），飲食店（ガスト，松屋，カレー屋，海鮮丼など），ファストフード店（マクドナルド），ドラッグストア（クリエイト，マツモトキヨシ），100円ショップ（セリア）⑦最寄り駅までの距離について，表6に示した。

検定結果により2Cと1C周辺環境においてすべての項目において有意な差が認められた（コンビ

表4 調査対象者の特性（大学生生活満足度）

調査項目		全体		男性		女性	
		n = 322人		n = 257人		n = 65人	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
年齢		20.3歳	0.89	20.3歳	0.06	20.1歳	0.09
		度数(人)	%	度数(人)	%	度数(人)	%
部活動の所属(有無)	有	158	49.1	123	47.9	35	53.8
	無	164	50.9	134	52.1	30	46.2
	合計	322	100.0	257	100	65	100

表5 大学生生活満足度（n=322）

		中央値	パーセンタイル			P値
			25	50	75	
食堂	1C	6.00	2.75	6.00	8.00	1C > 2C P = 0.042
	2C	6.00	1.00	6.00	7.00	
パソコン 教室	1C	6.00	3.00	6.00	8.00	1C > 2C P < 0.001
	2C	6.00	0.00	6.00	8.00	
図書館	1C	6.00	0.00	6.00	7.00	1C > 2C P = 0.028
	2C	6.00	0.00	6.00	7.00	
運動施設	1C	6.00	1.00	6.00	8.00	P = 0.360
	2C	6.00	0.00	6.00	8.00	
教室	1C	6.00	5.00	6.00	8.00	1C > 2C P = 0.031
	2C	6.00	5.00	6.00	8.00	

* 1C > 2C は、満足度の方向を示す

表6 周辺環境の満足度 (n=322)

		中央値	パーセンタイル			P値
			25	50	75	
コンビニエンスストア	1C	7.00	6.00	7.00	8.00	P<0.001
	2C	5.00	2.00	5.00	7.00	
スーパーマーケット	1C	6.00	2.00	6.00	8.00	P<0.001
	2C	5.00	0.00	5.00	6.25	
飲食店	1C	7.00	5.00	7.00	8.00	P<0.001
	2C	5.00	1.00	5.00	7.00	
ファーストフード	1C	7.00	5.00	7.00	8.00	P<0.001
	2C	6.00	1.00	6.00	7.00	
ドラッグストア	1C	7.00	5.00	7.00	8.00	P<0.001
	2C	6.00	1.00	6.00	7.25	
百円ショップ	1C	7.00	5.00	7.00	8.00	P<0.001
	2C	6.00	1.00	6.00	8.00	
駅からの距離	1C	8.00	6.00	8.00	9.00	P<0.001
	2C	5.00	2.00	5.00	6.00	

ニエンスストアp<0.001, スーパーマーケットp<0.001, 飲食店p<0.001, ファーストフード店p<0.001, ドラッグストアp<0.001, 百円ショップp<0.001, 最寄り駅p<0.001) (表6)。

2.3. その他 (大学生活で一番満足を感じることに1Cに移転したことで一番満足していること, 総合評価として1Cと2Cの満足度の比較)

大学生活で一番満足を感じることに1Cに移転したことで一番満足していること, 1Cと2Cの満足度の比較を示した。大学生活で一番満足度を感じることにについては全体, スポーツ系部活の所属者と部活の非所属者に分けて表7に示した。次に, 1Cに移転したことで, 一番に満足していることについて表8に示した。最後に, 1Cと2Cを比較して, どちらの方が満足感を感じているかは, 表9に示した。

2.4. 自由記述 (大学生活を充実させるための提案)

本研究では, 質問の最後に自由記述欄を設けた。その回答では, 主に学内施設の改善案について意見を得られた。食堂に関しては「食堂を大きくしてほしい」「席数を増やしてほしい」「メニューを増やしてほしい」「学食の値下げをしてほしい」など計13件の回答が得られた。また, トレーニングジム・運動場に関しては「トレーニングジムを自由に利用させてほしい」「第一キャンパスに運動場を増やした方がいい」など計9件の回答が得られた。その他に「Wi-Fiの強化」, 「もっとたくさんの学生と交流する機会を増やしてほしい」, 「トイレをきれいにしてほしい」など, 合計49件の回答が得られた。これらに関する対応も必要である。

表7 大学生活で一番満足感を感じること

	全体		部活所属者		部活非所属者	
	度数	%	度数	%	度数	%
友人関係	119	37.0	41	25.9	78	47.6
運動	107	33.2	82	51.9	25	15.2
学び	44	13.7	10	6.3	34	20.7
食	21	6.5	10	6.3	11	6.7
施設	15	4.7	7	4.4	8	4.9
その他	16	4.9	8	5.1	8	4.9
合計	322	100.0	158	100.0	164	100.0

表8 1Cに移転したことで一番満足していること

	度数	%
駅からの距離	260	80.7
施設の充実	19	5.9
交流関係の充実	18	5.6
食環境の充実	15	4.7
その他	10	3.1
合計	322	100.0

表9 第1キャンパスと第2キャンパスの満足度の比較

	人数(人)	%
1Cの方が満足	255	79.2
2Cの方が満足	19	5.9
両方とも変わらない	48	14.9

IV. 考 察

本研究では、人間社会学部のメインキャンパスが2023年歩数2Cから2024年歩数1Cへ移転したことによる、学生の身体活動量（歩数）と2023年歩数1Cとその周辺環境が学生生活満足度へ及ぼす影響を検討とした。

1. 身体活動量（歩数）

本研究の対象者のうち260名（95.2%）の学生が霞ヶ関駅を利用しており、2Cから1Cに移転し、最寄り駅までの距離が近くなったことから往復で通学時間が約20分（片道10分）短縮され、健康日本21に示されている10分を1000歩として、1日約2000歩の減少が9割以上の学生において起こると予想していた⁷⁾。しかし、歩数の中央値は対象者全体、男女別共に2023年歩数2C（全体8009.5歩、男性7813.0歩、女性8526.5歩）に比較して2024年歩数1C（全体8256.5歩、男性8232.5歩、女性84006.5歩）の歩数で、いずれも有意な減少は認められず、心配したメインキャンパス移転による通学時間の短縮の影響はみられなかった（表2）。その理由としては、1Cは駅に近く、スーパーマーケット・ファストフード店・コンビニエンスストア・飲食店などが密集しており、容易に食事やその他の買い物もできる環境にあることが考えられる。先行研究でも、近隣地域の歩き

やすさの向上は、実用的な歩行（食料品店への移動など、特定の目的のための歩行）のレベルの高さに関連している⁴⁾。本研究でも最寄り駅である霞ヶ関駅の周辺や1Cに近い飲食店やファストフード店、コンビニエンスストアなどを昼休みや空き時間に利用する学生が増加し、通学で減少した歩数を補う行動があり歩数の減少が認められなかったものと推察された。

次に、2Cから1Cに移転したことにより、健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023（8000歩）の達成率を検討した。本研究における調査対象者全体の8000歩以上の学生は、2Cから1Cに移転し、133名（50.4%）から145名（54.9%）と4.5ポイント増加傾向にあり、同様に男性は、104名（49.1%）から116名（54.7%）と5.6ポイント増加傾向、女性は、移転してもどちらも29名（55.8%）であったが、いずれにしてもメインキャンパスの違いによる健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023（8000歩）の達成率にも有意な変化は認められなかった（表3-1～3）。近年若者の運動不足が深刻になっているが、首都圏・中京圏・近畿圏の13都府県を対象にした調査の健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023（厚生労働省）の達成率は、20～64歳で全体45.6%、男性47.9%、女性43.6%であり⁵⁾、これらに比較すると本研究の対象者は、キャンパス移転前後共に達成率は高かった（男性 本研究49.1～54.7% v.s. 47.9%、女性 本研究55.8% v.s. 43.6%）。この理由としてスポーツ系の学生がほとんどであり、またスポーツ系の強化指定クラブの学生が約半数を占めていたことから、アクティブに活動する学生が多いことが要因として推察された。したがってメインキャンパスが霞ヶ関駅に近い1Cに移転し、霞ヶ関駅からの通学時間が減少しても、1日の身体活動量（歩数）に影響はなく仮説1は支持されなかった。

2. 学生生活満足度（大学生生活の満足度、大学周辺環境の満足度）の変化

大学生生活の満足度については運動施設以外の項目で1Cの方が満足度は有意ではあるがわずかに高い結果であった（表5）。2023年の1C、2Cの通学頻度の平均値は同等であり（表1-2）、これは、特に資格を望まない学生が1Cの授業を多く履修した可能性がある。一方で教職やスポーツ系の資格の履修者や一部の強化クラブの学生は、メインキャンパス（2C）で専門の授業が展開されていたため、2Cの広い敷地の中に教室や、特に運動施設が充実した環境に恩恵を受けていた学生も存在した可能性がある。

大学周辺環境の満足度においてはすべての項目において1Cの方が有意に満足度が高い結果となった（表5）。その理由としては2つ考えられる。1つ目は2Cと1Cの大学周辺環境の違いである。2Cの大学周辺にはコンビニエンスストアは1店あるが、徒歩でも約12分の距離にある。しかし、1Cは霞ヶ関駅に近く、またキャンパスが商店街の中に位置し、周辺には徒歩で1～8分以内にあるコンビニエンスストア、スーパーマーケット、飲食店、ファストフード店、ドラッグストア、百元ショップなどがある。休み時間や昼休みなど短時間で往復ができ便利に利用できる店舗が1Cの方が多くみられる。2つ目は、駅からの距離が異なることである。駅の利用は、移転先の1Cに近い霞ヶ関駅が95.2%とほとんどであった（表1-3）。また、2Cは、ほとんどの学生が利用する霞ヶ関駅からまでは片道約15～20分となっていた。それに対して、霞ヶ関駅から1Cまでは片道約5分と、2Cから1Cに移転したことにより通学時間は平均値で片道約8分減少し、距離が近くなった（表1-2）。このことを反映してか、1Cに移転したことで一番満足していることは、駅からの距離が約8割を占め、他の要因を大きく引き離していた（表8）。これらのことが影響して満足度が増加したと推察された。したがって、1Cに移転したことで最寄り駅からの距離を含めた大学周辺環境の利便性に満足している学生が増加したことが考えられ、仮説2は支持された。

大学生生活満足度に関して重要となるのは大学生生活の満足度であり、本研究での大学生生活で一番

満足感を感じることは、全体で第1位は友人関係37%、運動33.2%、学び13.7%、食6.5%の順で上位を占めた(表7)。先行研究によれば大学生生活満足度の高い者は友人との関係、クラスメイトや教員との人間関係の満足度が高いことが示されており^{14) 11) 9)}、本研究の全体の結果も友人関係が上位に挙がっているが、学内での相対的比較であるため、今後他大学と比較してどのような状況なのかを考慮しながら対策を行うことが必要であると考えられる。しかし、スポーツ系部活の所属者と部活の非所属者で分けて解析すると傾向が異なり、スポーツ系部活動の所属者では、第1位は運動で半数以上を占め、続いて友人関係25.9%でその他はかなり少ない割合であり、部活動の影響が強いものと考えられる²⁾(表7)。一方、部活動の非所属者では、第1位は友人関係が約半数で、学び20.7%、運動15.2%、その他であり、スポーツ系部活動の所属者と非所属者では、運動の順位が異なっていた。本学のスポーツ系部活動の所属者は、約半数存在するため今後、大学生生活の満足度を向上するためには、スポーツ系部活の所属の有無で満足感を感じていることが異なる点を加味する必要がある(表4)。

また食の満足度が高いことは大学生生活満足度向上に重要である¹³⁾。特に本研究では、調査対象者がほとんどスポーツ系の学生であったため食の充実が重要であると考えられるが、全体、スポーツ系部活動の所属者、非所属者で分けてみても満足している者が6.3～6.7%と低い結果であった(表7、表8)。先行研究では学食の満足度が大学生生活満足度の上位(大学の友だち、ゼミやクラスメイトとの人間関係、教員に次いで)に位置していた¹³⁾。本学の場合、学食に関する要望が全体の49件中13件(約3割)であったため、学食の改善が求められていた。そのため、大学生生活満足度を向上させるためには、本学の学食の充実度の改善も必要であると推察された。したがって、仮説4は一部支持された。

これらのことから、まずは本学では1Cの学食や運動施設の充実が、大学生生活満足度を向上させる要因でもあるため、これらを改善することが必要である。さらに学生の幸福と生活の満足度に大きく寄与する要因は特定されており、そのうちの学校関連の要因である教師と仲間との交流、保護者関与、学業成績、安全認識、指導の質、課外活動の機会を充実させることが求められる⁹⁾。

最後に総合的な評価として、1Cと2Cを比較してどちらのキャンパスに満足感を感じているかを尋ねると、1Cに満足している学生は約8割と圧倒的に多い結果であった(表9)。これによりメインキャンパスが2Cから1Cに移転し、満足度が高い学生が多いことが示された。この理由としては上記で述べたように、最寄り駅からの距離が近くなり、またメインキャンパスからコンビニエンスストアや飲食店などへのアクセスが良くなるなどの大学周辺環境の満足度が1Cの方が増加していることが要因であると考えられた(表3)。したがって、大学生生活満足度は、1Cに移転後に満足している学生が多いという仮説3は概ね支持された。しかし、大学生生活の満足度は、1Cの方が有意に高かったがわずかな差であったため、今後、在学生の満足度を向上させ、更に入学者数を確保するために、他学との比較が可能な指標で検討を用い、学生生活満足度を大学生生活満足度の観点で向上していく努力をすべきである。

本研究の限界としては、歩数の測定には、約90%がi-phoneを使用しており、激しい運動時(部活など)には装着していないこと事が予想されるため、活動のすべてが測定できていない可能性が高い。また学生生活満足度においては、独自の質問項目を使用したため主観的な評価のみであった。今後の課題としては、身体活動量に関しては国際標準化身体活動質問票(IPAQ: International physical activity questionnaire)や活動量計を用いた総合的に身体活動量を把握できる方法や運動習慣の有無などを調査することにより、より詳細に検討を行う必要がある。また学生生活満足度に関しては、幸福と生活の満足度に大きく寄与する要因として特定されている学校関連の要因(教

師と仲間との交流、保護者の関与、学業成績、安全認識、指導の質、課外活動の機会)を詳細に検討する必要がある⁹⁾。

V. まとめ

本研究では、人間社会学部のメインキャンパスが第2キャンパス(2C)から第1キャンパス(1C)へ移転したことによる、学生の身体活動量(歩数)と1Cとその周辺環境が学生生活満足度へ及ぼす影響を把握することを目的として調査を行った。

身体活動量(歩数)では、2Cがメインキャンパスの2023年の歩数と1Cがメインキャンパスとなった2024年の歩数を比較して歩数に有意な差は認められなかった。第1キャンパスは、最寄り駅である霞ヶ関駅に近く、またその周辺の飲食店やファストフード店、コンビニエンスストアなどを利用する学生が増加し、それを補う行動があり歩数の減少が認められなかったものと推察された。

学生生活満足度では、メインキャンパスの1Cへの移転により大学生生活満足度は、運動施設以外はわずかに向上し、また大学周辺環境の満足度は向上し、総合的にはメインキャンパスが第一キャンパスに移転し満足感を持っている学生が多く存在していた。しかし、学内の2つのキャンパスの相対的な比較であるため、他大学と比較可能な指標でさらなる検討が必要である。

利益相反

本論文に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。

謝 辞

本研究の調査にご協力いただいた先生方、学生の皆様に深く感謝申し上げます。

参考文献

- 1) Booth FW *et al.* (2012) Lack of exercise is a major cause of chronic diseases. *Compr. Physiol.* 2(2): 1143-1211. (2025年9月18日閲覧)
- 2) 出村慎一 他 (2001) 在宅高齢者における生活満足度に関する要因 日本公衛誌 48:5:356-366. https://www.jsph.jp/docs/magazine/2001/05/48_05_0356.pdf (2025年9月18日閲覧)
- 3) Global status report on physical activity 2022 9789240059153-eng.pdf (who.int) (2025年9月18日閲覧)
- 4) Hajna S, *et al.* (2015) Associations between neighbourhood walkability and daily steps in adults: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health.* Aug 11; 15: 768. doi: 10.1186/s12889-015-2082-x. (2025年9月18日閲覧)
- 5) 活動量計による身体活動・スポーツの実態把握調査 (2024.03.22速報プレスリリース) https://www.ssf.or.jp/thinktank/health_wellbeing/my-zaidan2023_2.html (2025年9月18日閲覧)
- 6) 健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023 <https://www.mhlw.go.jp/content/001194020.pdf> (2025年9月18日閲覧)
- 7) 健康日本21 (身体活動・運動) 厚生労働省 https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21_11/b2.html (2025年9月18日閲覧)
- 8) 健康日本21 (第二次) 最終評価報告書 https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_28458.html (2025年9月18日閲覧)
- 9) Masagca, R. P. E. (2025) Development of the college student life satisfaction scale (CSLSS): initial validation among Filipino college students. *Front Psychol.* 2025 Jul 16:1560997. doi: 10.3389/fpsyg.2025.1560997 (2025年9月18日閲覧)
- 10) 宮地康平 (2013) 勤労者における食事満足感と幸福感・生活満足度との関連 平成25年度順天堂大学

- 院スポーツ科学研究科 修士論文 <https://www.juntendo.ac.jp/assets/2013-M-817.pdf> (2025年9月18日閲覧)
- 11) 武蔵由佳, 河村茂雄 (2016) 大学生における学校生活満足度と学校生活意欲との関連. 教育カウンセリング研究 7 (1) 35-44.
 - 12) Strain, T *et al.* (2024) National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5-7 million participants. The Lancet Global Health. (2025年9月18日閲覧)
 - 13) 田川隆博 (2011) 学生満足度の分析——名古屋文理大学満足度調査より—— 11 : 81-86.
https://www.jstage.jst.go.jp/article/nbukiyou/11/0/11_KJ00006925360/_article/-char/ja (2025年9月18日閲覧)
 - 14) 竹内 清 (2011) 大学生の学生文化とキャンパスライフをめぐって 比治山大学学術 リポジトリ 4 : 77-88. <https://hijiyama-u.repo.nii.ac.jp/records/901> (2025年9月18日閲覧)

Appendix

第2キャンパスから第1キャンパスへ移転したことによる身体活動量（歩数）と第1キャンパスとその周辺環境に対する学生生活満足度の調査

調査へのご協力をお願い致します。

現在世界的にも運動不足は広がっており、死因の約3分の1を占めています。また、世界中の国や地域における18歳以上の成人は世界保健機関(WHO)の推奨する身体活動レベルを満たしておらず、特に先進国の青年では8割以上が運動不足と深刻な状況です。そんな中、本学の人間社会学部の学生はメインキャンパスを、第2キャンパスから第1キャンパスに移転し、通学時間の短縮から身体活動の変化が予想されます。また、キャンパスとその周辺環境の変化による学生生活満足度にも影響があるものと考えられます。

そこで本研究では、人間社会学部のメインキャンパスが第2キャンパスから第1キャンパスへ移転したことによる、学生の身体活動量(歩数)と第1キャンパスとその周辺環境が学生生活満足度へ及ぼす影響を把握することを目的としています。

調査票への回答は皆様の自由意思によるもので拒否することも可能です。調査の趣旨をご理解いただき、調査への参加協力についての承諾をお願い申し上げます。なお、本調査データは研究以外の他の目的には一切使用致しません。また、本調査無記名で行い、その結果はすべて統計処理を行いますので、個人情報外部に漏れることはありません。本調査についてご理解をいただき、研究参加への同意を頂けましたら、質問項目にお進みください。本調査に関してご不明な点や質問などがありましたら、以下の調査責任者までご連絡ください。

調査者：東京国際大学 川本祐希 中田滉大

指導教員：東京国際大学 教授 早川洋子

ダイレクトイン 050-3536-0169 (内線 5564)

e-mail: yhayaka@tiu.ac.jp

下記の問いにお答えください。

I 基本属性についてお聞きします。

(1) 性別： 1. 男 2. 女 3. 答えたくない

(2) 年齢： 歳 学年： 年生

(3) 学科： 1. 人間スポーツ学科 2. スポーツ科学科 3. その他 (学部
学科)

(4) 大学までの交通手段をお答えください。

1. 公共交通機関 2. 自転車 3. 徒歩 4. その他 ()

*交通手段が1公共交通機関の場合「5」へ お進みください

(5) 利用駅： 1. 霞ヶ関駅 2. 的場駅 3. その他 ()

(6) キャンパスの移転による通学時間の変化についてお聞きします。

家から第1キャンパスまで 分

家から第2キャンパスまで 分

(7) 部活動： 1. 所属している 2. 所属していない

(8) サークル： 1. 所属している 2. 所属していない

部活動・サークルに所属していない場合 「II大学生の実態へ」

(9) 部活動： 1. 硬式野球部 2. サッカー部 3. 女子ソフトボール部 4. ゴルフ部
5. 女子サッカー部 6. チアリーディング部 7. 硬式庭球部 8. 駅伝部
9. アメリカンフットボール部 10. ウェイトリフティング部 11. 剣道部
12. アーチェリー部 13. 吹奏楽団 14. ラグビー部 15. バレーボール部
16. 卓球部 17. 柔道部 18. バスケットボール部 19. バトミントン部
20. ヨット部 21. 水泳部 22. 男子ソフトボール部 23. 空手道部
24. 統制局応援指導部 25. 陸上競技同好会 26. スキューバダイビング愛好会 2
7. その他 ()

(10) サークル名： サークル

(11) 部活動・サークルの活動頻度：週 回

II 大学生の実態についてお聞きします。

(1)通学日数についてお聞きします。

1. 2023 年度 春学期の通学頻度

第1 キャンパス 週 回

第2 キャンパス 週 回

坂戸キャンパス 週 回

2. 2024 年度 春学期の通学頻度

第1 キャンパス 週 回

第2 キャンパス 週 回

坂戸キャンパス 週 回

(2)平均歩数についてお聞きします。

◆iPhone のヘルスケアアプリの情報のご記入をお願いします。

1. ヘルスケアアプリを開く→「歩数」を選択→「月」を選択→2023 年 9 月まで右スワイプ→左上に表示されている平均歩数を一の位までそのまま記入してください

(注意：切り捨てや四捨五入はしないでください)。

平均 歩

2. ヘルスケアアプリを開く→「歩数」を選択→「月」を選択→2024 年 9 月まで右スワイプ→左上に表示されている平均歩数を一の位までそのまま記入してください

(注意：切り捨てや四捨五入はしないでください)。

平均 歩

(3)エネルギー消費量についてお聞きします。

◆iPhone のヘルスケアアプリの情報のご記入をお願いします。

1. ヘルスケアアプリを開く→「全てのヘルスケアデータを表示」→「アクティブエネルギー」を選択→「月」を選択→2023 年 9 月まで右スワイプ→左上に表示されている平均消費カロリーを一の位までそのまま記入してください

(注意：切り捨てや四捨五入はしないでください)。

平均 kcal

2. ヘルスケアアプリを開く→「全てのヘルスケアデータを表示」→「アクティブエネルギー」を選択→「月」を選択→2024 年 9 月まで右スワイプ→左上に表示されている平均消費カロリーを一の位までそのまま記入してください

(注意：切り捨てや四捨五入はしないでください)。

平均 kcal

(4)昨年に比べて運動量は変化したと思いますか。

1. 減少した 2. 変わらない 3. 増加した

(5)昼食

①2023年度の昼食は何を利用していましたか。(複数回答可)

1. お弁当 2. コンビニエンスストア 3. 大学の学食 4. 飲食店 5. その他
()

②2024年度の昼食は何を利用していますか。(複数回答可)

1. お弁当 2. コンビニエンスストア 3. 大学の食堂 4. 飲食店 5. その他
()

Ⅲ大学生生活の満足度についてお聞きします。

現在の2024年の第1キャンパスと昨年2023年の第2キャンパスの満足度について、10段階評価でお聞きします。1に近づくとも不満の割合が大きくなり、10に近づくとも満足度の割合が大きくなります。あなたの考えに近い数字に○をつけてください。

*利用したことがない場合は、なしに○を付けてください。

(1) 大学満足度についてお聞きします。

①食堂の満足度

2024年 第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年 第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
	非常に不満		不満		満足			非常に満足			

②パソコン室の満足度

2024年 第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年 第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
	非常に不満		不満		満足			非常に満足			

③図書館の満足度

2024年 第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年 第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
	非常に不満		不満		満足			非常に満足			

④運動施設の満足度

2024年 第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年 第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
	非常に不満		不満		満足			非常に満足			

⑤教室の満足度

2024年 第1キャンパス		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2023年 第2キャンパス		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	非常に不満		不満		満足			非常に満足			

(2)大学周辺環境の利便性についてお聞きします。

①コンビニエンスストア (セブンイレブン、ファミリーマート など)												
2024年	第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年	第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
		非常に不満		不満					満足	非常に満足		
②スーパーマーケット (ヤオコーなど)												
2024年	第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年	第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
		非常に不満		不満					満足	非常に満足		
③飲食店 (ガスト、松屋、カレー屋、海鮮丼など)												
2024年	第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年	第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
		非常に不満		不満					満足	非常に満足		
④ファストフード店 (マクドナルド)												
2024年	第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年	第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
		非常に不満		不満					満足	非常に満足		
⑤ドラッグストア (クリエイト、マツモトキヨシ)												
2024年	第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年	第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
		非常に不満		不満					満足	非常に満足		
⑥100円ショップ (セリア)												
2024年	第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年	第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
		非常に不満		不満					満足	非常に満足		
⑦最寄り駅までの距離												
2024年	第1キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
2023年	第2キャンパス	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	なし
		非常に不満		不満					満足	非常に満足		

(3)その他

①大学生活で一番満足度を感じることは何ですか。

1. 運動 2. 学び 3. 食 4. 施設 5. 友人関係 6. その他 ()

②第1キャンパスに移転したことで、1番に満足していることは何ですか。

1. 駅からの距離 2. 食環境の充実 3. 交流関係の充実 4. 施設の充実 5. その他 ()

③第1キャンパスに移転したことで、2番目に満足していることは何ですか。

1. 駅からの距離
2. 食環境の充実
3. 交流関係の充実
4. 施設の充実
5. その他 ()

④第1キャンパスと第2キャンパスを比較して、どちらの方が満足に感じていますか。

1. 第1キャンパス
2. 第2キャンパス
3. 変わらない

大学生生活を充実させるために提案などありましたら、自由にお書きください。

以上で質問は終了です。ご協力ありがとうございました。