

ワーク・ライフ・インテグレーションの観点から考える大学 通信教育課程の社会人学生における学びと精神的健康

矢澤 美香子

Musashino University Creating Happiness Incubation 研究員 武蔵野大学 通信教育部 准教授

野口 普子、前廣 美保

Musashino University Creating Happiness Incubation 研究員 武蔵野大学 通信教育部 講師

本多 勇

Musashino University Creating Happiness Incubation 研究員 武蔵野大学 通信教育部 教授

要約

本研究では、従来のワーク・ライフ・バランスからさらに発展した「ワーク・ライフ・インテグレーション (W&LI: 仕事と私生活の統合)」の概念に着目した。大学通信教育課程の社会人学生を対象に調査を行ない、仕事や私生活(家庭、個人の生活領域)と「学び」の領域を統合に関連する方略の内容および実践の程度を明らかにするとともに、就業形態や家庭状況の違いによって、これらの方略の取り方や精神的健康、学習時間の相違を検討した。調査の結果、多様な方略の内容が明らかになり、特に、仕事や学びと他の領域を統合する方略の実践の程度は低い傾向にあることがわかった。また、就業およびその形態の違いが、W&LI関連方略の取り方や平日の学習時間の差に影響することや、学生自身が世話を必要とする身内を抱えている場合に、精神的健康が低いことが示唆された。以上のことを踏まえ、W&LIの観点から、学生自身の対処方略の向上や学生に対する心理社会的支援の必要性について考察した。

1. 問題と目的

近年、生涯学習や学び直しへの関心は高まりつつある。平成27年度「教育・生涯学習に関する世論調査」(内閣府, 2016)によれば、学校を出て一度社会人となった後に、大学、大学院、短大、専門学校などの学校において学んだことがあるかという問いに対して、「学んだことがある(現在学んでいる)」が19.1%、

「学んだことはないが、今後は学んでみたい」が 30.3%であり、およそ半数が、大学等の高等教育機関での学び直しに関心を持っている。しかしながら、Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD) に加盟する諸外国では 25 歳以上の大学機関への入学者の割合は平均 2 割程度であるのに対し、日本の社会人学生の比率は 1.9%と極めて低い (OECD, 2012)。この背景には、職場の理解が得られない、勤務時間が長くて時間が確保できない、社会人や企業のニーズに合ったカリキュラムや教育方法が提供されていない、受講料の負担が大きいなど障害となる多様な要因があると考えられている (文部科学省, 2015a)。

こうした社会人学生の学びの障害を克服するため、わが国では「リカレント教育」の推進や「生涯学習社会」の実現に向けて、社会に開かれた高等教育機関を目指し、社会人がより学びやすくなるような大学・大学院改革が進められている。例えば、2005 年の文部科学省中央教育審議会の「我が国の高等教育の将来像」の答申では、「高等教育と生涯学習との関連」について、社会や学生からの多様なニーズに対応する大学制度と質の保証された教育の必要性が明確にされた (文部科学省, 2005)。また、2007 年には「社会人の学び直しニーズ対応教育推進プログラム」や「履修証明制度」が導入されている (文部科学省, 2007)。2009 年以降も、文部科学省中央教育審議会において、「大学における社会人の受け入れの促進について」の方策の検討が継続的に重ねられている (文部科学省, 2010)。2015 年には、教育再生実行会議 (第六次提言) を受けて、大学・大学院・短期大学・高等専門学校におけるプログラムの受講を通じた社会人の職業に必要な能力の向上を図る機会の拡大を目的に、大学等における社会人や企業等のニーズに応じた実践的・専門的なプログラムを「職業実践力育成プログラム」として認定している (文部科学省, 2015b)。しかし、実際的には、OECD 諸外国に比べて日本の社会人教育に対する支援や制度は未だ発展途上にあり、働きながら学ぶことに対する社会的な理解も乏しいのが現状である。

近年、ICT (Information and Communication Technology) の発展により、いつでも、どこでも、誰でも、何でも学ぶことができる時代になりつつある。インターネットや情報端末を利用した学習形態、すなわち e ラーニング (e-Learning) に対する需要は高まっている。e ラーニングの環境を活用した大学の学びの形態

の一つには「大学通信教育」がある。平成 28 年度の学校基本調査によれば、44 の大学でおよそ 21 万人が通信教育課程で学んでいることが報告されている（文部科学省，2016）。限られた時間，場所，生活領域の中で学ばなければならない社会人学生にとって通信教育を活用して学ぶことのメリットは大きいといえる。本学通信教育部においても，多くの社会人学生が，それぞれ多様な動機を持って入学し，仕事，私生活と両立しながら学習に励んでいる。

昨今，仕事と私生活の両立を目指す「ワーク・ライフ・バランス（Work Life Balance: 以下 WLB）」の重要性が注目されている。しかし，「学ぶこと（ラーニング）」は「ワーク」にも「ライフ」にも位置づけ難い，特有の領域であるといえる。多くの社会人学生は仕事，私生活（家庭生活）領域を削りながら，学びのための学費や時間，場所を捻出，確保し，気力，体力を保ちながら学びに取り組まなければならない。仕事に必要なスキルや知識を大学で学んでいても，多くの場合，それは仕事とはみなされない。また，さまざまな WLB に関する調査では，学びの活動は，主にライフに含まれがちである。しかし，社会人学生が，私生活，特に家庭と勉強の両立で葛藤を抱えることは少なくない。場合によっては，社会人になってからの学習は「余暇」領域として扱われることもある。余暇のように学びが楽しく充実したものであることは望ましいが，学びはやはり余暇と同義ではない。ある学問を体系的に学ぶためには相当なカリキュラムを乗り越えなければならないが，余暇の一部と見なされ，周囲から協力が得られなければ，社会人学生は学びの生活領域と他の生活領域との間でストレスフルな状況に陥ることになる。実際に，社会人学生は，仕事ストレスが高く，睡眠時間が短いことが報告されており，労働時間の短縮，家族のサポートは，社会人学生のストレス軽減や健康維持に必要であることが指摘されている（Huang, 2006）。

他方，社会人学生のストレスに対する評価と対処方略次第で，仕事ストレスや多重役割による負荷は，well-being や生活満足感にポジティブ，ネガティブ双方の影響をもたらすことも示唆されている（Kohler, Grawitch, Borchert, & Wirsing, 2009）。すなわち，仕事，家庭，学びそれぞれがもたらす他領域へのストレスも肯定的な評価や解釈によって，生活満足感へと繋がることを意味している。「ワーク」「ライフ」「ラーニング」の生活領域からもたらされるストレスや葛藤を抱える社会人学生がいる一方で，それらを肯定的に評価し，且つ，生き

生きとしなやかに、そして精力的にこなし、充実感、満足感を得ている学生が存在するということである。

本研究では、こうした社会人学生のあり方について、従来型の双方の生活領域間のバランスを取ることを目指す WLB ではなく、さらに発展した概念である「ワーク・ライフ・インテグレーション (Work & Life Integration: 以下, W & LI)」の視点から考えてみたい。WLB は、そもそもワークとライフが相反するものや二項対立の関係にあるかのように捉えがちであり、“仕事か私生活か”の発想と言える。一方の W & LI は、“会社における働き方と個人の生活を、柔軟に、且つ高い次元で統合し、相互を流動的に運営することによって相乗効果を発揮し、生産性や成長拡大を実現するとともに、生活の質を上げ、充実感と幸福感を得ることを目指すもの”(経済同友会, 2008)とされる。いわば“仕事も私生活も”の発想である。ただし、W & LI は、ワークライフバランスの考えを全面的に否定しているものではなく、バランスをとることも統合することもできるという“柔軟性”を示すものと想定する。本研究では、仕事、私生活領域に新たに、「学び=ラーニング」を組み込んだインテグレーション(統合)を考え、3領域で得たものを好循環させながら、柔軟かつ主体的に働き方、生き方を考えることが、これから一層多様化するキャリアの自律的形成においても重要になっていくと推測する。

以上の論点を踏まえて、本研究では、社会人学生が多く在籍する本学の通信教育部の正課生を対象に調査を行い、主に以下の4点について検討することを目的とする。1つめは、本学通信教育部に在籍する学生の属性や学びの動機などから、その特徴を明らかにし、実態を把握する。2つめは、仕事、家庭に学び領域を統合させる方略、すなわち W & LI に関連する方略にはどのようなものがあり、通信教育部に在籍する学生はそれらをどの程度実践しているかを明らかにすることである。3つめに、通信教育部学生の就業形態の違いから、また、4つめとして、家族の負担の違いから、それぞれ W & LI に関連する方略、精神的健康、学習時間の相違を明らかにすることである。

2. 方法

(1) 調査協力者と手続き

武蔵野大学通信教育部人間科学部および教育学部に通う正科生の学生を対象に、本学の通信教育システム（web based training: WBT）上に調査協力依頼を掲示し、25歳以上の学生から任意でオンライン上でのアンケートに回答を求めた。アンケートツールには、Survey Monkey社のサイトを使用した。その結果、408名（男性84名、女性324名）から有効回答を得た。回答の所要時間はおよそ5分であった。

（2）調査時期

2018年2月1日から8日に実施した。

（3）調査内容

個人属性

①性別、②年齢層（25歳から5歳間隔で70歳以上まで10段階を設定）、③居住地域、④通信教育部における所属（専攻等）、⑤学年、⑥在籍年数、⑦就業形態（自営業・家族従業者、正社員・正職員、契約社員・嘱託、派遣、パートタイマー、業務委託・フリーランス、無職）⑧婚姻状況、⑨同居家族、⑩家族状況（世話が必要な身内がいるか、身の回りの世話をしてくれる身内がいる、どちらもいないの中からの択一式）の9項目を設定した。

学びの理由

内閣府の実施したこれまでの「生涯学習に関する世論調査」における質問項目を参考に12項目（複数回答可）を設定した。

W & L Iに関連する方略

第一著者が担当する通信教育部の「産業・組織心理学」の講義において、ワーク、ライフ(ファミリー)、ラーニングの生活領域間で生じるコンフリクトを低減するための方略を挙げ、グループごとにKJ法を用いて項目を整理し、カテゴリー化を行なった。それらの結果をもとに、通信教育部の教員4名がW & L Iの概念との関連性を考慮しながらさらに項目の整理を行い、最終的に社会人学生においてW & L Iにつながる工夫、方略として、18項目を設定した。以後、「W & L I関連方略」と表記する。

精神的健康

WHO-5 精神健康状態表 (Awata et al., 2007) を使用した。5 つの項目について、最近 2 週間の状態に最も近いものについて、「いつも」から「まったくない」まで 6 段階で回答を求めた。

学習状況

1 日あたりの平均学習時間について、平日、休日に分けて回答を求めた。

(4) 倫理的配慮

武蔵野大学通信教育部人間科学部教員会議にて、調査内容について共有し、倫理的問題がないことを確認した上で、調査を実施した。調査対象者には、調査の趣旨、調査への参加は任意であること、匿名性の保持、調査結果の取り扱い、研究成果の公表等を明示し、調査への回答を持って同意とした。

3. 結果と考察

(1) 調査協力者の属性

はじめに、調査協力者における属性項目ごとの人数、割合を算出し、通信教育部の学生の状況を把握するとともに、本研究で対象とする通信教育部の社会人学生のデータとして適しているかを確認した。

まず、年齢層については、25 歳から 5 歳間隔で 70 歳以上まで 10 段階を設定し回答を求めたが、全体における回答者の割合を図 1 に示した。協力者は 40 代が最も多く 38%であった。続いて、50 代が 27%、30 代が 20%であった。20 代については、割合は 8%と最も低かったが、25 歳以上に限定していることに加え、社会人経験のある程度の年数積んでから、学び直しているという実態を反映した結果と言える。

調査協力者の居住地域については、関東地方が 302 名 (74%) であった。次いで、中部地方が 38 名 (9%)、近畿地方が 19 名 (5%)、九州地方が 16 名 (4%)、中国地方が 11 名 (3%)、東北地方が 10 名 (2%)、北海道が 9 名 (2%)、四国地方が 3 名 (1%) であった。平成 28 年度の私立大学通信教育協会の調査結果においても、関東の大学入学者の割合がおおよそ 45%と最も多く、近畿が 20%、中部が 15%と続く結果であった (私立大学通信教育協会, 2017)。この調査は全国を対象にしたものであるが、学生の割合順はほぼ同様であった。また、通信教育というイン

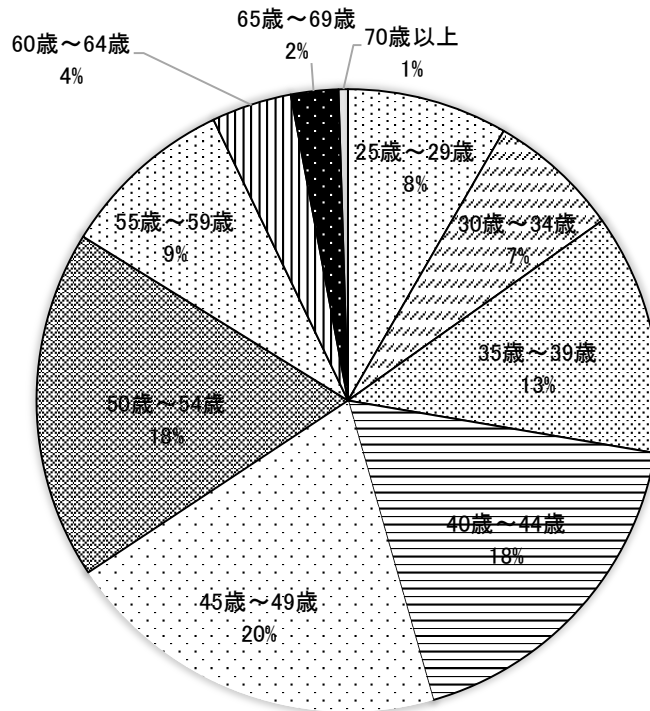


図1 調査協力者の年齢層の割合

ターネットを介しての学習を主とする形態であっても、大学キャンパスで行われるスクーリングや図書館等の大学設備などの利便性から、やはり大学の所在地に近い地域あるいは通い易い地域が選択されることがうかがえ、本学が関東に位置していることから、関東地方の割合が特に顕著に多いと考えられる。

続いて、調査協力者の通信教育部における所属についてであるが、本学通信教育部には、人間科学部と教育学部が設置されており、前者には心理学専攻、社会福祉専攻、仏教専攻の3専攻が含まれる。それぞれの回答者数と割合については、心理学専攻が258名(63%)、社会福祉専攻が89名(22%)、仏教学専攻が37名(9%)、教育学部24名(6%)であった。学年については、1年が39名(10%)、2年が34名(8%)、3年が117名(29%)、4年が218名(53%)であった。本学では、1年次入学の他に、既に大学を含む他の高等教育機関で既に所定の単位を修得していることなど、条件に合わせて、3年次編入学、4年次編入学の制度を設けている。したがって、所属学生数も、3年、4年が多い。社会福祉専攻は2011年度から、心理学専攻は2016年度から4年次編入制度が開始されており、以降、特に4年次編入生が増加傾向にある。また、進級についての条件は設けられていないため、留年生は4年の扱いとなる。これらの回答者の割合は、以上の

状況を反映した結果といえる。

在籍年数については、1年が180名(44%)、2年が115名(28%)、3年が49名(12%)、4年が29名(7%)、5年以上が35名(9%)であった。学年に関係なく、在籍年数の少ない学生の割合が高い傾向にあった。これは在籍年数ごとの分布をある程度反映した結果とみなすことはできるが、加えて、入学してからの年数が少ない方が、モチベーションが維持されており、WBTの学習システムへのアクセスがより頻回であることが想定され、回答につながり易かった可能性も考えられる。

以上の調査協力者の属性については、所属学生の分布の割合とほぼ相違はない結果であり、回答データは本研究における対象者を代表するものと捉えることができる。

(2) 学びの動機

学びの動機の結果は、図2の通りであった。「今後の人生を有意義にするため」「教養を深めるため」といった私生活の充実や生涯学習的な動機と、現在の仕事に役立てるため」「高度な専門的知識を身につけるため」「就職・転職に役立てるため」といった現在および今後の仕事への活用の動機という2種類に大別され、それらが上位を占めていることがわかった。平成27年度「教育・生涯学習に関する世論調査」(内閣府, 2016)の結果においても「教養を深めるため」(52%)、「今後の人生を有意義にするため」(49%)が高く、「就職や転職のために必要性を感じたため」(28%)、「現在または学んだ当時に就いていた職業において必要性を感じたため」(25%)、「他の人との親睦を深めたり、友人を得たりするため」(21%)などの順となっていた。本調査の結果では、より生涯学習的動機と仕事への活用の動機が高いことがうかがえた。また、平成28年度の私立大学通信教育協会の「入学の動機」に関する調査結果では、職業資格や大学卒業資格、職業上の知識・技術を得る動機の方が、教養や生涯学習の動機よりも回答割合が高かった(私立大学通信教育協会, 2017)。ただし、私立大学通信教育協会の結果は択一式の回答であることや、本調査では資格に関する項目を設けていないことから、単純な比較はできず、社会人学生の学びの動機については今後さらなる検討を要する。

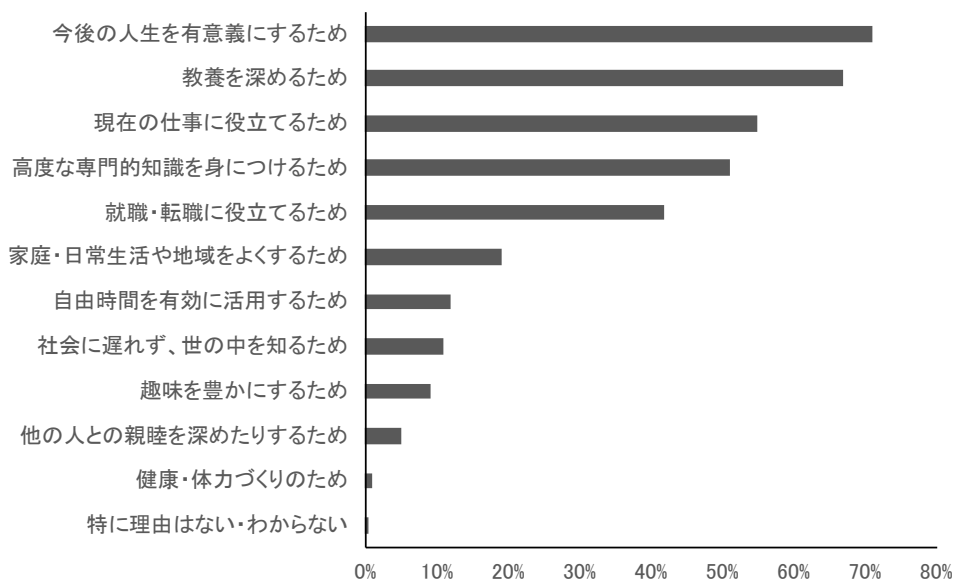


図2 学びの動機についての回答の割合（複数回答可）

（3）W & L I 関連方略

W & L I の観点から整理された仕事，私生活（家庭），学びの生活領域の統合，調整に関する方略や工夫と考えられる 18 項目に対して，5 段階で求めた回答の分布を表 1 に示した。

まず，「できるときにできることをやる」「日頃から仕事に集中して取り組む」「寝る時間を確保する」「時間を有効活用する」「学習の習慣化の工夫をする」といった方略の実施頻度は高い傾向にあった。したがって，自分個人で対処可能な時間や課題の工夫は，比較的多く行われている様子がうかがえた。また，「学習の習慣化の工夫をする」や「苦手な課題に手をつける工夫をする」は，石川・向後（2017）が明らかにした大学通信教育課程の社会人学生における自己調整学習方略に近い内容といえる。

「家族と予定の共有，調整をする」「家族や友人と過ごす時間を作り，楽しむ」といった家族との予定や時間の共有についても比較的多くなされている傾向にあった。「家事の時間を減らす工夫をする」「家事の量を減らす工夫をする」といった家事の量，時間については，低減のための方略は，「ときどきしている」から「まったくしていない」方向へ回答割合が寄っている傾向が見られた。本調査の回答者の 8 割が女性であり，依然としてわが国では女性の家事負担が高いこと（OECD, 2014）を勘案しつつ，家事負担がどの程度学びの負担要因となって

いるのかや、家事負担低減に向けた方略の必要性の有無、さらには必要であれば、それらの方略が取られていない背景要因についてもさらに検討していくことが必要であろう。

また、「学んだことは家族で共有する」という項目についても、「ときどきしている」から「まったくしていない」までほぼ同程度の回答割合であり、「家族、友人、仲間と一緒に勉強する」や「学んだことを職場で共有する」の実践頻度は低い傾向にあった。したがって、学習行動や学習内容は家族や職場、友人など身近な他者とあまり共有されていない様子がうかがえる。一方で、「勉強するための空間を活用する」という項目内容の実践頻度も低い結果であった。上位の項目の回答傾向も鑑みると、学生は自宅や通勤などの個人的な時間と場所を何とか確保しつつ学習を進めている実態が浮かび上がる。地域によっては、個人的な学習のために容易に利用できるような施設や環境が整っていない場合もあると推測される。

仕事に関連した項目の方略、すなわち「仕事の時間を調整する」「仕事の量を調整する」「学生であることについて職場で理解を求める」については、総じて実施される頻度は低かった。本調査の回答者の約13%が無職者であったが、その割合を差し引いても、これらの方略の実践頻度は明らかに低い状況であった。

表1 W & L I 関連方略の実践についての回答分布

	まったくしていない	まれにしている	ときどきしている	頻繁にしている	いつもしている
できるときにできることをやる	7 2%	17 4%	82 20%	138 34%	164 40%
日頃から仕事に集中して取り組む	38 9%	20 5%	68 17%	137 34%	145 36%
寝る時間を確保する	30 7%	55 14%	85 21%	107 26%	131 32%
時間を有効活用する(例:家事の合間や通勤時間、すきま時間を使って勉強するなど)	26 6%	67 16%	92 23%	106 26%	117 29%
学習の習慣化の工夫をする(例:学習計画のモデルを立てる、すきま時間を活用する)	34 8%	68 17%	118 29%	89 22%	99 24%
家族と予定の共有、調整をする	61 15%	73 18%	118 29%	70 17%	86 21%
家族や友人と過ごす時間を作り、楽しむ	22 5%	54 13%	140 34%	115 28%	77 19%
家事の時間を減らす工夫をする	106 26%	63 15%	137 34%	67 16%	35 9%
家事の量を減らす工夫をする	101 25%	83 20%	114 28%	63 15%	47 12%
苦手な課題に手をつける工夫をする	60 15%	98 24%	151 37%	59 14%	40 10%
スポーツなど趣味の時間を作る	66 16%	92 23%	111 27%	76 19%	63 15%
学んだことは家族で共有する	113 28%	114 28%	114 28%	37 9%	30 7%
仕事の時間を調整する	139 34%	76 19%	96 23%	62 15%	35 9%
仕事の量を調整する	171 42%	84 21%	76 19%	51 12%	26 6%
勉強するための空間を活用する(例:図書館や学習ブースを使用するなど)	151 37%	112 28%	82 20%	45 11%	18 4%
家族、友人、仲間と一緒に勉強する	305 75%	60 15%	34 8%	8 2%	1 0%
学生であることについて職場で理解を求める	241 59%	59 14%	64 16%	19 5%	25 6%
学んだことを職場で共有する	170 42%	107 26%	86 21%	30 7%	15 4%

※ 各項目で最も回答率が高い箇所を太枠、次に高い箇所を細枠で示した。

(4) 就業形態の違いにおける W & L I 関連方略、精神的健康、学習時間の相違
 就業形態別に W & L I 関連方略、精神的健康、学習時間の違いについての分析を行なった。まず、正規性検定と等分散性検定を行ったところ、W & L I 関連方

略と WHO-5 の得点についてはいずれも確認されたため、一元配置の分散分析を行なった。他方、学習時間については、平日、休日いずれも正規性が棄却されたため、これらの指標については Kruskal-Wallis 検定を行なった。分析の結果を表 2 に示した。W & L I 関連方略の得点については有意であり ($F(6, 407) = 5.55, p < .001$)、多重比較を行なったところ、派遣以外の就業形態において、W & L I 関連方略の得点が無職者よりも有意に高かった。WHO-5 の得点においては有意ではなかった。学習時間については、平日において有意 ($\chi^2(6, 408) = 23.429, p < .001$) であった。多重比較を行なったところ、無職者の方が正社員・正職員、パートタイマーに比べて平日の平均学習時間が有意に多かった。休日においては就業形態による学習時間の差は有意ではなかった。よって、就業およびその形態の違いが、W & L I 関連方略の取り方や平日の学習時間の差に影響する様相がみられた。

表 2 就業形態別の W & L I 関連方略，精神的健康，学習時間

		A 自営業・家族従業者	B 正社員・正職員	C 契約社員・嘱託	D 派遣	E パートタイマー	F 業務委託・フリーランス	G 無職	多重比較
	<i>N</i>	32	167	49	18	70	21	51	
W & L I 関連 対処	<i>Mean</i>	55.84 b	50.50 b	51.49 b	48.44	51.46 b	52.43 a	44.18 ab	G < A, B, C, E, F
	<i>SD</i>	8.64	9.60	11.32	9.88	9.96	10.45	9.30	
WHO-5	<i>Mean</i>	15.13	14.62	15.57	11.78	14.36	13.86	15.12	
	<i>SD</i>	5.54	5.38	4.51	6.00	5.32	5.37	4.97	
平日学習時間 (時間/週)	<i>Mean</i>	2.47	2.36 a	2.49	2.58	2.56 b	2.64	3.14 a	B, E < G
	<i>SD</i>	.60	.86	.68	.85	.92	.85	1.12	
休日学習時間 (時間/週)	<i>Mean</i>	3.13	3.30	3.40	3.17	3.10	3.01	2.88	
	<i>SD</i>	1.39	1.22	1.06	1.10	1.20	1.19	1.18	

a: $p < .05$, b: $p < .01$

(5) 家庭状況の違いにおける W & L I 関連方略，精神的健康，学習時間の相違
 介護や育児，その他の要因による家庭状況の違いにおける W & L I 関連方略，
 精神的健康，学習時間の相違を検討するため，(4) 同様の分析手順をとった。
 家庭状況については，近年，家族形態が多様化していることを鑑み，婚姻状況，
 同居者の有無に関わらず，回答者本人の主観的判断によって「世話が必要な身内
 がいる」「身の回りの世話をしてくれる身内がいる」「どちらもいない」の 3 項目
 を設定し，択一式で回答を求めた。分析の結果を表 3 に示した。正規性検定と等

分散性検定を行なったところ、W & LI 関連方略の得点についてはいずれも確認されたため、一元配置の分散分析を行なった。WHO-5 の得点、平日および休日の学習時間については、正規性が棄却されたため、Kruskal-Wallis 検定を行なった。分析の結果、WHO-5 の得点については有意 ($\chi^2(2, 408) = 6.70, p < .05$) であった。多重比較を行なったところ、「世話が必要な身内がいる」群の方が他の群よりも WHO-5 の得点が有意に低いことがわかった。したがって、世話がないことによる負担感の少なさやサポートがあることによる負担の軽減、自律的に予定が組めることなどが精神的健康の高さと関連している可能性が考えられる。平均学習時間については、平日、休日ともに有意ではなかった。

表 3 家庭状況別の W & LI 関連方略, 精神的健康, 学習時間

		A 世話が必要な身内がいる	B 身の回りの世話をしてくれる身内がいる	C どちらもいない	多重比較
	<i>N</i>	139	115	154	
W & LI 対処	<i>Mean</i>	51.43	50.37	49.64	
	<i>SD</i>	10.27	10.35	9.90	
WHO-5	<i>Mean</i>	13.63 a	15.17 a	15.12 a	B, C > A
	<i>SD</i>	5.21	5.00	5.42	
平日学習時間 (時間/週)	<i>Mean</i>	2.40	2.67	2.56	
	<i>SD</i>	.82	1.00	.93	
休日学習時間 (時間/週)	<i>Mean</i>	3.1	3.09	3.35	
	<i>SD</i>	1.16	1.23	1.22	

a: $p < .05$

4. 総合考察

本研究の目的は本学通信教育部の正課生を対象に調査を行い、①在籍する学生の属性や学びの動機などから、その特徴を明らかにし、実態を把握すること、②仕事、家庭、学びの領域を統合させるような W & LI 関連方略の内容と実施の程度を明らかにすること、そして、W & LI 関連方略、精神的健康、学習時間の相違について、③就業形態と④家族の負担の違いから、それぞれを明らかにすることであった。本節ではこれらの目的、論点について、結果をもとに総合的に考察する。

本調査の結果から、学生の属性を概観すると、女性、関東在住、40代の割合が最も高いものの、学生の年齢層は20代から60代以上までと幅広く、全国各地から、さまざまな動機を持って大学通信教育で学んでいることが示された。学びの動機の上位は、生涯学習的な内容と仕事への活用に大別された。複数回答ではあったが、いずれの動機も半数を超える回答であり、中には両者が重複している者も少なからずいることが推測される。近年の大学における生涯学習のあり方を見据えるうえで、「ポスト生涯学習」という概念（村田，1999）が提唱されている。「ポスト生涯学習」における生涯学習は、まさしく生涯にわたって関わる学習であり、関わり続ける学習といっても過言ではない。従来型の生涯学習は、ある程度時間的なゆとりのある定年退職者や専業主婦などがカルチャーセンターなどを利用し、趣味や自己実現の手助けになる学習プログラムが中心とされていた。一方、ポスト生涯学習における学習は、高度で体系的かつ継続的な学習を指しており、就労と余暇、就労とリタイアの区別なく、充実した人生を送るためひとつの手段とされる。したがって、生涯学習的動機と仕事への活用を見据えた動機は、次第に重なり合っていくのではないだろうか。

また、仕事、私生活（家庭）、学びの生活領域自体も一層分ち難いものになっていくことが推測される。しかし、今回の調査において、社会人学生のW&LI関連方略の内容と実施の程度について調べた結果からは、学び領域と仕事、私生活領域を統合するような方略の実施頻度は低い傾向にあった。また、就業形態別の平日の学習時間に関しては、時間や場所等に比較的柔軟性のある働き方は学習時間の確保につながり易いものの、そうでない就業形態の場合には、W&LI関連方略の得点差が示すように、“個人的”に学習のための時間や場所などをやりくりしながら対処している実態がうかがえた。また、大学で学んだ内容や学習のための場所、時間についても他の生活領域とは、共有、統合されにくい様相であった。さらに、学生でありながら身近な人の世話を抱えていることは、精神的健康の低さと関連する可能性が示された。したがって、学生の学びの促進や精神的健康の維持、向上にむけては、多重役割による負荷の低減につながるよう、W&LIを見据えた個人の対処スキルを高めていくことや、多様で柔軟な働き方の導入、社会人学生の抱える困難への理解を含めた社会的な支援体制を一層整えていくことが必要であると考えられる。ITも有効活用し、職場内や生活領域、

メンバー間で、情報の見える化、共有化に繋がるよう、インフラ整備を進めていくこともW&LI促進の後押しとなるだろう。

Super (1990)は、“キャリアとは人生のそれぞれの時期で果たす役割の組み合わせである”と述べている。また、人は人生において、子ども、学生、余暇人、市民、労働者、家庭人という6つの主要な役割、すなわち「ライフ・ロール」を持ち、それぞれの年代における多様な役割を持ちながら生きていくことをキャリア発達として捉えている。社会人学生は、“学生”というライフ・ロールを持つことによって、役割負担を受け一方、それらの役割や生活領域についての統合的視点を持ち、取り組み方や捉え方を工夫することで、自分自身の可能性の広がりや新たなキャリアの展開へとつなげていくことができるのではないだろうか。

本研究の調査は、本学通信教育部の学生を対象にしたものであるため、今後は社会人学生の対象を広げ、さらなる検討を行っていくことが望まれる。また、効果的な学びがなされているかは、学習時間のみで測ることはできない。単位の取得率や学習の進捗状況も考慮する必要がある。また、就業形態に関しては、就業時間数やその流動性についての把握も必要であろう。今後は、W&LI関連方略が学生にもたらす効用について、横断的研究だけではなく縦断的研究によって明らかにしていくことも期待される。

謝辞

本論文は2017年度武蔵野大学しあわせ研究費（研究テーマ：ワーク・ライフ・インテグレーションが社会人学生の幸福感および学びの促進に及ぼす影響）の助成を受けたものです。

引用文献

Awata, S., Bech, P., Yoshida, S., Hirai, M., Suzuki, S., Yamashita, M., Ohara, A., Hinokio, Y., Matsuoka, H. and Oka, Y. (2007), Reliability and validity of the Japanese version of the World Health Organization-Five Well-Being Index in the context of detecting depression in diabetic patients. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 61, 112-119.

- Huang, H. J. (2006). Adult working students and time use in taiwan: The moderating effects of credentialism, job stress and family stress. In P. Blyton, B. Blunsdon, K. Reed, & A. Dastmalchian. (Eds.), *Work-life integration: International perspectives on the balancing of multiple roles*. (pp. 167-179.) Palgrave Macmillan: New York.
- 石川奈保子・向後千春 (2017). 大学通信教育課程の社会人学生における自己調整学習方略間の影響関係の分析日本教育工学会論文誌, 40, 315-324.
- 経済同友会 (2008). 21世紀の新しい働き方「ワーク&ライフ インテグレーション」を目指して 労働と経済, 1467, 89-95.
- Kohler, G. J., Grawitch, M., Borchert, D., & Wirsing, R. (2009). Dealing with the stress of college : A model for adult students. *Adult Education Quarterly*, 59, 246-263.
- 文部科学省 (2005). 中央教育審議会「我が国の高等教育の将来像 (答申)」
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/05013101.htm (2018. 2. 25)
- 文部科学省 (2007). 社会人の学び直しニーズ対応教育推進プログラム
http://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/kaikaku/shakaijin.htm
(2018.2.25)
- 文部科学省 (2010). 中央教育審議会大学分科会大学規模・大学経営部会「大学における社会人の受入れの促進について」
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo4/houkoku/1293381.htm (2018. 2. 25)
- 文部科学省 (2015a). 大学等における社会人の実践的・専門的な学び直しプログラムに関する検討会 (第1回) 資料3 社会人の学び直しに関する現状等について
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/065/gijiroku/_icsFiles/afieldfile/2015/04/13/1356047_3_2.pdf (2018. 2. 25)
- 文部科学省 (2015b). 職業実践力育成プログラム (BP) 認定制度について
http://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/bp/index.htm (2018. 2. 25)
- 文部科学省 (2016) 学校基本調査

- 内閣府 (2016). 平成 27 年度 教育・生涯学習に関する世論調査
<https://survey.gov-online.go.jp/h27/h27-kyouiku/index.html>
(2018.2.20)
- 村田治 (1999). 序論 村田治 (編著) 生涯学習時代における大学の戦略—ポスト生涯学習社会にむけて— (pp. 3-13) ナカニシヤ出版
- OECD (2012). Stat Extracts
- OECD (2014). Balancing paid work, unpaid work and leisure
<http://www.oecd.org/gender/data/balancingpaidworkunpaidworkandleisure.htm> (2018.2.25)
- 私立大学通信教育協会 (2017). 大学通信教育の現状 (データ集)
<http://www.uce.or.jp/about/status/> (2018. 2. 24)
- Super, D. E. (1990). A life-span, life space approach to career development.
In D. Brown, L. Brooks, & Associates. (Eds.). *Career choice and development* (2nd ed., pp. 197-261). San Francisco: Jossey-Bass.