研究論文：論文

女子大学生の深夜行動の特徴

吉岡 朋子, 風間 健

武庫川女子大学生生活環境学部

Characteristics of Daily Activities at Late Night of Female Students

Tomoko YOSHIOKA and Ken KAZAMA

Mukogawa Women's University, 6-46 Ikebiraki-cho, Nishinomiya-shi, 663-8558, Japan

Abstract: Many goods and services at late night have appeared in the market. Therefore, the objective of this study was to clarify the characteristics of daily activity at late night of young people who were active at late night. The method of this study was to survey the daily activity of female student from 10p.m. to 5a.m. the next day on weekdays and holidays. The main results were as follows.

- (1) The difference among samples had stronger influence on the obtained data than the difference within samples.
- (2) The time of activities at late night was longer in students than in whole Japanese. On the rate of samples who were active at late night, holidays was twice rate of weekdays.
- (3) The correlation of between bedtime and each item of daily activities for a whole day was high in the items of the free time, low in the items of the bound time and half in the indispensable time. The correlation between weekdays and holidays was also found.
- (4) Activities at late night were classified to five factors. The characteristics of each factor depended on the types of communication's media, for example, telephone and communication.
- (5) The activities, which were mostly active in late night, were telephone, computer and rest. Contrary, the items of low rate of activity at late night were work and transportation.
- (6) The correlations among activities were found. The character of samples related to transportation were clarified. Their character was self-assertive and aggressive.

Keywords: *Daily activities, Late night, Female students*

1. 緒言

1.1. 生活時間

本報告は生活時間に基づいて、女子大学生の深夜行動の特徴を求める。生活時間調査は、被験者に生活行動をすべて時間とともに記載させ、そのデータを解析する。生活行動として記載される項目は、あらかじめ与えている。

これら生活行動項目は、NHKにより必需行動、拘束行動、自由行動に大別されている[注1]。必需行動は睡眠などの整理行動、拘束行動はバイト、学業などの社会行動が含まれる。自由行動は趣味やテレビ、休息などが含まれる。必需行動、拘束行動は意識的に計画された行動が多いが、自由行動は熱中していつのまにか時間が経ったとか、ダラダラとテレビを見てしまったというような「時間を意識しない」または、「理性的でない」行動が多い。

このように自由行動時間は非論理的に過ごされることが多いので、感性に基づく行動と考えられる。本報告で述べるように、深夜行動はほとんどが自由行動なので、感性型の時間の過し方が多くを占める。

1.2. 従来の研究

日本人の睡眠時間は年々減少し、国民全体平均の平日でみる

と、1970年が7時間57分であったのが、2000年には7時間23分となった[注2, 3]。大学生はもともと睡眠時間は少なかったが、1970年の7時間24分に対して2000年は7時間15分で、国民全体と同様に減少している[注2]。その理由は就寝時間が遅くなったため、起床時間は余り変わらない[注4]。また、就寝時間が遅くなると、生活様式に大きな影響を与えることが報告されている[注5]。このような影響は性別・年齢を問わずすべての層にみられ[注4]、高校生や高齢者の夜型化がみられるが、特に20歳前後の若者では深夜の行為者増加が顕著であると報告されている[注1, 6]。

1.3. 目的

前述のように若者の深夜の行動が増加している。しかし、深夜行動は日中の行動に比べ、自由行動が多いと予想され、個人差も大きいので複雑である。

一方、コンビニエンスストアやドンキホーテのような深夜営業の小売店、インターネットやeコマースのようなパソコン・コンテンツなど、深夜も利用できる商店、サービスが増加している。したがって、トレンドリーダーである若者の深夜行動の特徴を知れば、さらに新しいマーケットの予測も可能と考えられる。

Fig. 1: An instance of questionnaire[example]

そこで本報告では、20歳前後の若者である女子大学生について、深夜型の生活行動に着目し、深夜行動の特徴を探ることを目的とする。夜10時から朝5時までを深夜（労働基準法で深夜と定義されている時間）とし、各時間帯の行為内容、行為時間を休日と平日に分けて調査し、行為の特徴を明らかにする。また被験者を深夜行動の特徴別にグループ化し、深夜行動に積極的な被験者の性格を示す。

これらの結果によって、若者の深夜行動の特質を明らかにすることを目的とする。

2. 方法

2.1. 生活時間調査

調査期間：1999年9月28日～10月19日

調査対象：武庫川女子大学生活情報学科1回生

有効標本数：平日3日間と休日2日間、調査対象者102名について調査し、計510票の有効データを得た。

調査内容：調査用紙は時刻日記目盛式とし、朝起きてから、眠るまでの行動をFig.1の18項目に分け、回答用紙に時間ごとに記入させた。次に調査時示した各項目の内容を列挙した。睡眠：30分以上連続した睡眠、仮眠、昼寝。食事：朝食、昼食、夕食、夜食。身支度：トイレ、洗顔、化粧、着替え、美容院、エステなど。バイト：なんらかの収入を得る行動、準備、片付け含む。アルバイト。家事：アイロンがけ、洗濯、

炊事、掃除など。移動：通学、バイトの往復、ドライブなど。学業：大学での講義、予習、復習、試験勉強、学校行事など。入浴：洗髪、入浴。趣味：ゲーム、コンサート、映画、犬の散歩、けいこごと、観賞など。交際：おしゃべり、カラオケ、家族・友人・知人とのつきあい。

電話：携帯電話、自宅電話での

通話。ショッピング：買い物、ウィンドーショッピングを含む。テレビ：テレビをみる、BS、CS、CATVの視聴を含む、ビデオ視聴。音楽：ラジオ、CD、MDなど。読書：新聞、雑誌（週刊誌・月刊誌）、小説、マンガ、カタログなどを読む。コンピュータ：インターネット、メール、ワープロ、コンピュータゲームなど。休息：休憩、特に何もしていない状態。その他：上記項目に該当しない行為。

Fig.1中の数字は18項目にそれぞれ割り当てた数字であり、例えば①は睡眠を表し、午前4時から午前6時まで睡眠を行っていたことを表す。同様に②は食事、③はテレビ視聴を表しており、午前6時から午前6時30分まで食事をしながらテレビを見て、午前6時30分から午前7時まではテレビを見ていたことを表している。午前6時から6時30分までのように、複数の行為を同時に行うことを「ながら行為」と呼ぶ。

2.2. 性格調査

調査期間 2001年6月20日

調査対象 武庫川女子大学生活情報学科1回生

有効票数 120票

調査内容 4.5で選んだ4項目について、まずそれぞれの項目を「重視する、やや重視する、どちらともいえない、やや軽視する、軽視する」という5段階の一つを選択させる調査を行い、重視（やや重視含む）と、軽視（やや軽視含む）と回答したデータを分析に用いた。

次に性格の調査は、それぞれ友人にどのような性格と言われるかを複数選択で回答してもらった。性格を表す項目は、Table7に出てこなかったもののみ挙げると、保守的、クール、気分屋、大人、短気、のんき、悲観的、温厚、薄情、協調的、孤立的、社交的、内向的、明るい、暗い、しつこい、おおらか、細かい、静か、にぎやか、常識的、非常識、柔軟、気が強い、その他であり、表中に登場したものを含めると全部で34項目である。

3. 結果

3.1. 平均行為時間

深夜行動についてTable1の結果を得た。データの右列は全国平均行為時間、左列は本報告の女子学生の平均行為時間である。表中の項目横の「**」は、休日と平日の平均行為時間に有意差が1%であったことを表している。有意差はt検定により求められ、「**」は、食事と音楽のみに付された。単位は時間を10進法で表している。また、全国平均行為時間は、

Table1: Average time of each action (hour)

item	female students		all Japan[note6]	
	holiday	weekday	holiday	weekday
sleeping	4.17 **	4.25 **	5.45	5.50
meal**	0.21 **	0.42 **	0.03	0.04
dressing	0.21	0.25	-	-
work	0.01	0.12	0.10	0.16
household	0.16	0.19 *	0.08	0.09
transportation	0.38 **	0.27 **	0.02	0.03
study	0.15 *	0.23 **	0.06	0.07
bathing	0.47	0.51	-	-
hobby	0.36 *	0.43 **	0.14	0.09
shopping	0.00	0.01	-	-
communication	0.95 **	1.14 **	0.08	0.04
phone	0.43	0.55	-	-
TV	0.99 **	1.02 **	0.60	0.58
music**	0.45 **	0.71 **	0.03	0.04
reading	0.36 **	0.45 **	0.02	0.12
computer	0.27	0.21	-	-
rest	0.38 **	0.32 **	0.05	0.05

Fig. 2: Rate of not slept person (holiday and weekday)

『国民生活時間調査』⁴⁾の深夜の平均行為時間を示している。また、本報告と全国の平均値に有意な差があったものには、表中の本報告欄の平均行為時間の横にマーク(**: 1%有意, *: 5%有意)をつけて示した。例えば睡眠では、休日平日ともに「**」が付されており、本報告と全国平均の間に有意な差があることを示す。

本報告では女子大学生の特徴を探るため、NHKのデータブックにない項目をいくつか設けているため、比較できない項目があり、これらを表中に「—」で示した。

Table1 では、女子大学生と全国平均の項目が対応しているもの(—を含まないもの)が12項目ある。そのうち有意な差を生じた11項目中で、睡眠を除く10項目は、全国の平均時間に比べ、本報告の被験者の方が深夜の平均行為時間が長い。これより学生は、生活行動の深夜化を考察する対象として適当であることがわかる。

3. 2. 起床者率

休日と平日の毎正時の起床者率(全体に占める、起きている人の割合)を求めた(Fig.2)。Fig.2より、休日は平日より起きている人の割合が高く、どの時間も約2倍に近い。これより休日は平日より深夜化が進んでいるといえる。この

Table2: Result of variance analysis. (Fvalue)

item	holiday	weekday
sleeping	2.069**	1.732**
meal	2.207**	2.573**
dressing	1.808**	1.817**
work	2.883**	1.365**
household	0.908	3.092**
transportation	1.443**	4.787**
study	2.117**	1.228
bathing	1.711**	2.610**
hobby	2.295**	1.929**
shopping	1.401**	1.443**
communication	2.851**	3.227**
phone	1.826**	1.468**
TV	3.464**	2.959**
music	1.338	2.668**
reading	1.262	1.810**
computer	8.339**	1.702**
rest	1.190	2.406**
others	0.000	1.199

原因として、休日は起床時間が遅く(平日 7.36 時起床に対し休日は 8.72 時起床)睡眠が充足していること、交際、趣味などを平日より長く行っているため、就寝時間が遅くなっていることなどが考えられる。

4. 考察

4. 1. 個人データの扱い方

全調査日の行為時間のデータを、個人別の平均値を用いるか、個人の個々の値のまま用いるかを定める。それには調査した全日数の行為時間のばらつきを個人別に求め、個人間のばらつきのほうが大きければ個人別の平均値を用い、個人内のばらつきのほうが大きければ平均せずに個人の行為時間を求める。これを次の分散分析により求めた。

データは個人の平日3日間、深夜行動の行為時間とした。Table2 にその結果を示す。F値とは、個人平均間平方を個人内平方で除した値である。個人間の影響のほうが大きい場合、1%有意を「**」で、5%有意を「*」で示した。その結果、Table2 で見るように有意な項目が多かったため、個人内の影響より個人間の影響を多く受けていることを知った。そこで以降は、個人毎の行為時間を平均したものをデータとした。

4. 2. 就寝時間に及ぼす終日の生活行動の影響

就寝時間の遅速が終日の生活行動により定まるかを知るために、各項目の行為時間と就寝時間の相関関係を調べた。データは休日と平日の合計時間を用いた。結果をTable3に示す。これらの項目間に相関があったのは自由行動に属する項目に多く、拘束行動に属する項目は無く、必需行動に属する項目は半々となった。その理由は、拘束行動の項目は昼に行われる行為が多く、自由行動は深夜に行われる行為が多いた

Table3: Result of correlation analysis (bedtime and each item of daily activities)

Item	r	item	r
I meal	.053	F shopping	.034
I dressing	.093*	F communication	.136**
B Work	.013	F phone	.164
B household	.030	F television	-.053
B transportation	.069	F music	.093
B study	-.037	F reading	-.045
I bathing	-.064	F computer	.126**
F hobby	.139**	F rest	-.114**

I: indispensable time, B:bound time, F:free time

Table4: Result of correlation analysis (holiday and weekday)

item	r	item	r
meal	.444**	shopping	-.015
dressing	.583**	communication	.376**
work	.393**	Phone	.221*
household	.147	television	.387**
transportation	.388**	Music	.411**
study	.168	reading	.176
bathing	.678**	computer	.635**
hobby	.093	rest	.290**

めと考えられる (4.4.に詳細)。すなわち就寝時間は昼型の行為からは影響を受けず、夜型の行為により定まると言えた。自由行動の中でテレビが有意でないのは昼も見ているから (Fig.3 参照)、必需行動が半々なのは昼型と夜型に分かれるからである。

また、休日の就寝時間と平日の就寝時間の相関を調べた結果、0.408 で1%有意であった。つまり、全員の中で休日早寝な人は平日も早寝、休日遅寝な人は平日も遅寝という傾向

が見られた。

4.3. 因子分析

(1) 全項目の因子分析：深夜行動に影響を与える因子を知るために、統計ソフト (SPSS) を用いて因子分析を行った。変数は18項目それぞれの休日・平日の合計深夜行動時間、因子抽出方法は主成分分析、回転はバリマックス回転、因子数は5因子とした。その結果、因子寄与率は1因子12.8%、2因子10.1%、3因子9.4%、4因子8.4%、5因子7.7%、累

Table5: Result of factor analysis

factor	factor					meaning	
item	1	2	3	4	5		
work	.66				.16	1	uncommunication type
meal	.63	.43		.35	-.11		
transportation	.53	-.11	-.29		.50		
Rest	-.53	.44	.30		.28		
computer		.62	-.20		-.25	2	net commu. type
dressing		-.55			-.11		
TV	.12	-.31	.73		-.31	3	mass commu. type
reading			-.66		-.18		
communication	.15			.86		4	facing commu. type
bathing	.31	.39	.26	-.62			
Phone	.11				.79	5	unfacing commu. type

Fig.3:Rate of activity at late night (holiday and weekday)

Fig.4: Model of correlation

積 48.4%であった。累積寄与率が低い、これは 18 項目間の深夜行動時間の間の相関が低かったためであった。

(2) 選択された項目の因子分析: (1) では因子分析の因子寄与率が低かったが、その理由を休日・平日に差が大きい項目があり、それも含めた合計時間を用いたので、各項目の特徴が薄められたためと考えた。そこで休日と平日の間に差が見られない項目を選び出すため、各項目について、休日と平日の深夜の行為時間の相関係数(r)を求めた(Table4)。Table4中の「**」は1%有意で、「*」は5%有意で相関があった。食事と音楽に関しては相関があるが平均値にも差があった(Table1)。それ以外の9項目は、相関もあり平均値も差がない。これより、変数を休日と平日の行動時間の間で相関のあった11項目とし、改めて因子分析を行った。因子抽出方法は主成分分析、回転はバリマックス回転、因子数は5因子とした。その結果、累積寄与率が3因子:40.5%, 4因子:50.8%, 5因子:60.2%となり前回より向上した。6因子以下は寄与率が低いと考えられ、項目を5因子で表すことにした。この場合の因子寄与率は1因子 15.5%, 2因子 13.1%, 3因子 11.9%, 4因子 10.3%, 5因子 9.4%であった。

因子分析の結果を Table5 に示す。Table5 において、少数以下 1 桁でゼロの因子負荷量は空欄とした。1 因子はバイト、食事、移動がプラスで、休息がマイナスであった。このことから、1 因子は情報行動以外が影響する非コミュニケーション型とした。2 因子はコンピュータがプラスで身支度がマイナスであり、ネットワークコミュニケーション型とした。3 因子は、テレビがプラス、読書がマイナスであることより、マスコミュニケーション型とした。4 因子は交際がプラス、

入浴がマイナスなので、対面コミュニケーション型とした。5 因子は電話がプラスであることより非対面コミュニケーション型とした。このように、Table5 の、2 因子以降はいずれも情報行動がプラスに表れており、この共通性に着目して深夜の生活を情報行動の種類で分類した。

4.4. 深夜行動率

行動時間帯が深夜に集中している行為や、深夜に行われないう行為、またそれらの休日、平日の違いなどの特徴を知るために、深夜行動率 [(深夜の行動時間/終日の行動時間) × 100] を求めた (Fig.3)。

グラフより、電話、休息は休日・平日とも、コンピュータは休日に、深夜行動率が 100%であった。アンケートは 5 分を超えて続けた行動を記入させているため、5 分以下の短い通話やメールでの利用は、行為時間には記入されなかった。つまり電話は、5 分を超える通話に関しては深夜のみに行われていることがわかった。これより電話、コンピュータ、休息は、主に夜に行う行為の代表的項目であるといえる。

また、平日と休日とで特に差が大きかったのは、学業であった。平日は、ほとんどの学生が大学で講義を受けており、終日での学業時間は長い。それに対して休日は学業が少なく家庭で勉強していないことがわかった。また、趣味は平日には深夜しか行う時間が無いためか、休日より深夜行動率が高い。移動、学業、コンピュータ以外は平日のほうが休日より深夜行動率が高く、休日は日中時間にゆとりがあるためか、深夜行動率が低かった。深夜行動率のとくに低い項目は、バイト、移動、平日学業、ショッピングであった。バイト、移動、ショッピングについては女性であることから、深夜に行

Table6: Result of correlation analysis (activities at late night)

item	n	meal	dressing	work	household	transportation	study	bathing	hobby	shopping	communication	phone	TV	music	reading	computer	rest
meal	45	1.000	-.105	.230*	.119	.237*	-.055	.103	.161	-.025	.254*	.033	-.047	.036	.009	.094	-.059
dressing	39	-.105	1.000	.024	.279**	.051	.195*	-.063	.083	.193	.079	-.018	.156	-.015	-.046	-.065	-.102
work	16	.230*	.024	1.000	.141	.215*	-.167	.070	.133	.078	.031	.161	.072	-.032	.008	-.067	-.068
household	22	.119	.279**	.141	1.000	-.102	.054	-.003	.030	-.063	.135	-.028	.142	-.095	-.019	.088	.036
transportation	39	.237*	.051	.215*	-.102	1.000	-.162	.118	.223*	.202*	.027	.208*	-.212*	.044	.013	-.086	-.185
study	22	-.055	.195*	-.167	.054	-.162	1.000	-.080	-.120	-.056	-.119	-.171	.000	.066	.017	-.084	.053
bathing	79	.103	-.063	.070	-.003	.118	-.080	1.000	-.182	.024	-.237*	.084	.083	-.044	-.018	.105	.072
hobby	24	.161	.083	.133	.030	.223*	-.120	-.182	1.000	.140	.289**	.018	-.087	.174	.017	.003	-.050
shopping	3	-.025	.193	.078	-.063	.202*	-.056	.024	.140	1.000	.060	-.048	-.128	.051	.188	-.056	-.005
communication	67	.254*	.079	.031	.135	.027	-.119	-.237*	.289**	.060	1.000	.058	.038	.104	.056	.030	-.008
phone	49	.033	-.018	.161	-.028	.208*	-.171	.084	.018	-.048	.058	1.000	-.054	.193	-.038	-.006	.021
TV	83	-.047	.156	.072	.142	-.212*	.000	.083	-.087	-.128	.038	-.054	1.000	-.025	-.201*	-.208*	-.063
music	56	.036	-.015	-.032	-.095	.044	.066	-.044	.174	.051	.101	.093	-.025	1.000	.148	-.011	-.009
reading	46	.009	-.046	.008	-.019	.013	.017	-.018	.017	.188	.056	-.038	-.201*	.158	1.000	.054	-.059
computer	18	.094	-.065	-.067	.088	-.086	-.084	.105	.003	-.056	.030	-.006	-.208*	-.011	.054	1.000	.029
rest	36	-.059	-.102	-.168	.036	-.185	.053	.072	-.050	-.005	-.008	.021	-.063	-.009	-.059	.029	1.000

うことを控えていると考えられるが、平均時間でなく個々の1日の行為時間で調べると、深夜に行っている人は存在する。

また、行動別に見ると、Fig.3より必需行動、拘束行動に比べ、自由行動の深夜行動率が高い。自由行動が多く行われることは、緒言でも述べたように、時間を意識しない、つまり感性型の行動が深夜に多いことを表している。

4.5. 項目間の関係

深夜行動間で関係の深い項目を知るために、各項目の平日の平均行為時間の相関を求めた(Table6)。例えば Table6より、最も相関の高かった項目(1%有意)は交際と趣味、家事と身支度であった。Table6で有意な相関のあった項目同士を線で結び、項目間の関係の有無を示したものが Fig.4 である。図の見方は、例えば、バイトは食事との間に5%有意($r=0.230$)、移動との間に5%有意($r=0.215$)で相関関係があり、バイトと直線で結ばれている。Fig.4より、深夜行動間の関係は、移動で結ばれるグループと、身支度で結ばれるグループに大別することができた。移動で結ばれるグループは、自由行動が多く含まれることから能動グループと考えた。また、身支度で結ばれるグループは拘束行為や必需行為で形成されていることから、受動グループと考えた。なお有意な相関関係を持たない項目に、音楽と休息があった。

深夜行動の特徴を考えるには、自由行動が重要であるため、能動グループについて考察を行う。能動グループの中心にある移動は、有意な相関の項目が6個あり最も多く、行為間の交差点の役目をしていると考えられる。移動と直接結びついている項目には、食事、バイト、趣味、電話、ショッピング、テレビ(一)がある。これらの項目が相関が高い理由は、次の3種類に分かれる。行為に移動が伴う項目(食事、バイト、趣味、ショッピング)、行為が移動中に行われる項目(電話)、及び行為が移動で減少する項目(負の相関:テレビ)。これらの項目のうち、深夜のn数が極端に少ない項目(食事、ショッピング:Table6参照)を除くと、バイト、電話、テレビ(一)、趣味になる。次にこれらの項目を重視、軽視することによる性格の違いを明らかにする。

4.6. 被験者グループの性格

Table7に、調査4項目それぞれについて、重視と軽視の人数及び両者間に有意差があった性格のみを記載した。その結

Table 7:The type of characters for each items

item	measure	n	Character
work	importance	57	Optimistic
	slight	20	
hobby	importance	83	Progressive, frank
	slight	17	
phone	importance	58	
	slight	32	
TV	importance	51	warm, dupe
	slight	39	passion, progressive, stubborn, weak, selfassertive

果、深夜に重要な項目を重視すると答えた被験者の特徴は、バイトが楽天的、趣味が進歩的、さっぱりしている、テレビが温かい、お人好しであった。一方、軽視する人は、テレビ

が情熱的、進歩的、がんこ、気が弱い、わがままであった。この結果、能動グループに属する行為を行うバイト、趣味を重視し、テレビを軽視する(負の相関の)被験者の性格は、自己主張が強く(わがまま、がんこ、情熱的)、前向きの(楽天的、進歩的、さっぱり)性格であるといえる。

以上の結果から、深夜行動の中心になる能動グループの行動項目を重視する若者の性格が得られた。今後、深夜行動が増加するに従い、これらの性格を持つ若者はトレンドリーダーになると予測される。したがって、これらの性格を持つ被験者について購買行動、生活意識等を調べれば、新しいマーケットの創造が可能になると考えられる。

5. まとめ

本報告において得られた主な成果は次の通りである。

(1) 使用したデータは、個人内の日々の差より、個人間の差が大であった。

(2) 深夜の行為時間は、全国平均行為時間に比べ、本報告の平均行為時間の方が長かった。休日の起床者率は平日の約2倍高く、平日より休日の方が深夜化が進んでいた。

(3) 就寝時間と終日の生活行動に相関が見られたのは、自由行動の項目であった。拘束行動は終日の生活行動に関係が無く、必需行動は半々であった。

(4) 深夜行動は5つの因子で分類された。因子の特徴は、電話、対話などコミュニケーションのタイプで説明された。

(5) 行動時間帯が深夜に集中している項目は、電話、コンピュータ、休息であった。深夜行動率の低い項目は、バイト、移動、ショッピングであった。休日は平日に比べ、深夜行動率が低かった。深夜行動率は必需行動、拘束行動に比べ自由行動で高かった。

(6) 深夜行動間の関連を得た。各行動は、移動と身支度を中心とするグループでまとめられた。このグループのうち、移動を中心とする能動グループ(自由行動)の被験者の性格を調べた結果、自己主張が強く、前向きのタイプであることが明らかとなった。

注

1) NHK世論調査部編:日本人の生活時間1990, 日本放送出版協会, 140, 160, 170, 1992

2) 日本家政学会編:日本人の生活, 建帛社, 405, 438, 1998

3) NHK放送文化研究所:NHK国民生活時間調査2000《全国》, 102-113, 2001

4) 三矢恵子, 吉田理恵:NHK放送文化調査研究年報, 42, 182, 185, 1997

5) 矢野真和:生活時間の社会学, 東京大学出版会

6) 本田聡吉:日本消費経済学会年報, 18, 191, 1996