

〈原著論文〉

## 大学生のレジャーにおける退屈感

田口 節芳\* 冨永 徳幸\* 折本 浩一\*\* 谷岡 憲三\*\*\*

### Boredom at leisure among university students

Setsuyoshi TAGUCHI\*, Noriyuki TOMINAGA\*  
Koichi ORIMOTO\*\*, Kenso TANIOKA\*\*\*

#### 〈キーワード〉

#### 退屈感、LBS、レジャー能力、適量感

本論の目的は、学生のレジャーにおける退屈感について基礎的な資料を質問紙調査によって得ることである。集合調査法により大学生585名から有効なデータを得た。学生のレジャーにおける退屈感の指標としてLBS (Leisure Boredom Scale) を用いた。このLBS得点を従属変数とし、レジャー能力の自己評価、レジャー時間の適量感、レジャーにおける集団の状況、性格の自己評価、レジャーにおける孤独感の有無、生活における時間意識を独立変数とした仮説を提示し、それらの検証を試みた。

その結果、学生の56.8%がレジャーにおいて何らかの退屈感を感じ、そのうちの12.7%は頻繁に退屈感を感じていることが明らかになった。さらにLBS得点による分析では以下のような結果が得られた。(1)レジャー能力の自己評価が低い学生は、レジャー能力の自己評価が高い学生より有意にLBS得点が高い。(2)レジャー時間の適量感を感じる学生は、過多感を覚える学生より有意にLBS得点が高いが、不足感を感じる学生より有意にLBS得点が高い。(3)単独でレジャーを過ごす学生は、集団で過ごす学生より有意にLBS得点が高い。(4)レジャーにおける行動決定を他人に依存する学生は、自分で決定する学生より有意にLBS得点が高い。(5)成員が固定化された集団でレジャーを過ごす学生と、成員が流動的な集団で過ごす学生とのLBS

得点の有意差は見られない。(6)孤独感を強く感じる学生は、孤独感を余り感じない学生より有意にLBS得点が高い。(7)学生の積極性・外向性に関する自己評価とLBS得点には有意な負の弱い相関が認められる。(8)過去をよく反省しない学生は、過去をよく反省する学生より有意にLBS得点が高い。(9)将来に夢や希望を持たないで生きている学生は、将来に夢や希望を持ちながら生きている学生より有意にLBS得点が高い。(10)一日一日を大切に生きていない学生は、一日一日を大切に生きている学生より有意にLBS得点が高い。以上の結果から(1)レジャー能力の自己評価(2)レジャーにおける集団の状況(3)性格の自己評価(4)レジャーにおける孤独感の有無(5)生活における時間意識の5つの要因とレジャーにおける退屈感との関連性が示唆された。

#### Boredom, Leisure Boredom Scale(LBS), Ability at leisure, Proper duration

The purpose of this study is to get fundamental data on boredom at leisure among university students with a questionnaire. Data was gathered from 585 university students using collective survey. Leisure Boredom Scale (LBS) was adopted as an index of boredom at leisure among the students. The survey was done on the hypothesis that scores of LBS were depend-

\* 近畿大学工学部 Faculty of Engineering, Kinki University  
\*\* 安田女子大学 Yasuda Women's University  
\*\*\* 呉工業高等専門学校 Kure National College of Technology

ent variables and self-evaluation of ability at leisure, proper duration of leisure, situation of a group at leisure, self-evaluation of individual characteristic, loneliness at leisure and time-consciousness in a daily life were independent variables.

The data show that 56.8% of the students sometimes feels boredom at leisure. Among those, 12.7% of them says they often feel boredom at leisure. The following results are found by analyzing the score of LBS ;

(1)The score of LBS is significantly higher among the students having a low self-evaluation of ability at leisure than among the students having a high self-evaluation.

(2)The score of LBS is significantly lower among the students feeling a proper duration at leisure than those feeling an excess duration at leisure. The score of LBS is significantly higher among the students feeling a proper duration at leisure than those feeling an insufficient duration at leisure.

(3)The score of LBS is significantly higher among the students having leisure alone than those having leisure in a group.

(4)The score of LBS is significantly higher among the students depending on others to decide activities at leisure than those deciding by themselves.

(5)The score of LBS is similar between the students having leisure in a fixed group with the same members and those having leisure in a mobile group with the different members.

(6)The score of LBS is significantly higher among the students feeling lonely so much at leisure than those not feeling lonely so much.

(7)The data shows significant negative low correlation between the score of LBS and the students' self-evaluation of positiveness, extroversion.

(8)The score of LBS is significantly higher among the students not reflecting on the past so

much than those reflecting on the past much.

(9)The score of LBS is significantly higher among the students living without dreams and hopes in their future than those with dreams and hopes.

(10)The score of LBS is significantly higher among the students living meaninglessly day to day than those living meaningfully day to day.

From the facts described above, we may conclude that boredom at leisure is related to the following five factors; (1)self-evaluation of ability at leisure (2)situation of other people at leisure(3)self-evaluation of individual characteristic (4)loneliness at leisure (5)time-consciousness in a daily life.

## < 緒 言 >

都市化・情報化・高齢化・高度科学技術化・国際化・高学歴化などが進み、現代人の生活様式や意識は様々に変容してきている。現代人の意識変化に着目すれば、日本人の間にも生活文化価値を第一とする生活態度が生まれつつあり<sup>2)</sup>、生活の質への関心が高まっていると言えよう。また、人生八十年時代を迎え、積極的に余暇を楽しもうとする意識が芽生え始め、高度経済成長期には抱きえなかった「ゆとり」感覚が日本人の価値観・ライフスタイルに大きな変化を与えている<sup>3)</sup>。レジャー研究の分野でも、従来の生活時間あるいは余暇行動等の調査を中心とした客観的・量的アプローチから、近年ではレジャーから得られる満足感あるいは価値等を検討するといった主観的視点に立脚した質的アプローチへと関心が移っている。こうした中で佐橋<sup>7),8),9)</sup> や西野ら<sup>5)</sup> の興味深い研究がある。彼らはレジャーの機能や結果(効果)を問題にする以前に、レジャーの統一の定義の必要性やレジャーを生起させる要因の分析の重要性を主張する。さらに北米におけるレジャー研究の成果を検討したうえで、経験抽出法(ESM<sup>#1)</sup>)を用いて実証的にレジャー出現の状況分析を試みている。ある時点での被験者の行動(休息を含む)がレジャーであるか否かを本人に判断させるとともに、その時点での気分・感情あるいはムードに関する認知(主観)を重要なデータとして蒐集している。これは、「レジャー

とは活動スタイルそのものではなく活動主体に内在する精神的特性に係わりが深い概念である<sup>9)</sup>」という視点に立脚するものである。佐橋は前述の研究において、「レジャー出現場所としては自宅の比率が高いものの、その時点での感情は肯定的ではなくレジャーに伴う充足感は高くない」（佐橋<sup>8)</sup> P.41）と注目すべき報告をしている。このことはレジャーが必ずしも楽しさや心地よさ、あるいは満足感、充足感などに直結するとはいえず、何らかの不満・不快要因が存在することを示唆している。大学生のレジャーに伴う満足感・充足感の阻害要因について心理的側面からアプローチした Iso-Aholaは「レジャー満足は生活満足の他の要因より生活の質の知覚に寄与するが、皮肉にも不満足なレジャーが問題である人々が多い可能性があり、その重要な要因の一つがレジャーを退屈なものと感じていることだ<sup>3)</sup>」と述べ、更に若年層のレジャーにおける退屈感に着目した報告<sup>12),13)</sup>を引用するとともに、レジャーと退屈感との関係を研究する必要性を強調している。レジャーの重要性に対する認識・理解、それに伴う実践活動が生活に根付いていると考えられる北米を中心とした地域にみられる事象を安易にわが国に置き換えることはできない。しかし、瀬沼はわが国のレジャースタイルが活発化し多様なものへと変容しつつある現在において、日本人がレジャーを楽しむための能力を体得することの重要性を唱えている。その中で、とりわけ若年層のレジャーに見られる特徴に関して「無計画で利他的であり、そして、いつもむなしさを感じていることは間違いない<sup>14)</sup>」と指摘し、Iso-Aholaらと同様にレジャーにともなう空虚さ、退屈感等の否定的感情の存在を問題視している。

我が国のレジャー・レクリエーション研究分野において、レジャーから得られる満足感や充足感を検討する場合、それらは主に活動を成立させる施設・立地条件、時間的状況（時間量・時間帯）、経済的状況などの諸要因との関連で分析されており、佐橋や西野らにみられるような当事者の心的状況そのものに着目した分析が十分になされていない傾向にあった。さらに言えば、「レジャーは万人にとって必ずしもバラ色の楽園への招待状とはなり得ない（岡田<sup>6)</sup> P.98）」あるいは「使い手によっては逆機能を演じるかもしれない（岡田<sup>6)</sup> P.98）」という視座、とりわけ退屈感といった否定的感情に主眼をおいた研究は散見されない。ま

た前述のIso-Aholaらのように、退屈感に着目し大学生を対象とした諸研究は北米においては見られるものの我が国においては散見されない。以上のような関心から本論では、大学生のレジャーにおける心的状況を否定的感情、特に退屈感に着目し、その基礎的な資料を得ることを目的とする。

## <方法>

### 1. 諸概念及び研究仮説

#### (1) 概念規定

##### 1) レジャー

レジャーの概念については様々な視点から論じられてきている。岡田はレジャーの概念の解明を試みる作業の中で「従来レジャーが仕事や義務の反対概念・対峙概念として想定されているものの、両者は渾然とした形で現実の個別活動に表出しており両者の区分けを活動の特性の面から二分法的に明示することは非常に難しい（岡田<sup>6)</sup> p.12）」と述べ、レジャーの標準的定義が困難であることを指摘した上で、レジャーを「非仕事時間から社会的・生理的必需時間を除去した自由時間に自律的に決定し、自由裁量に基づいて行う活動の中で純快楽を意図・志向した活動である（岡田<sup>6)</sup> p.46）」と規定している。個々の学生の自由時間における行動すべてについて自律的か否か、さらに純快楽のみを意図・志向するものであるか否かを詳細に吟味することは経験抽出法を用いても極めて困難をとまなう作業である。本論ではレジャーを「学生としての必需時間（講義・通学・レポート作成等の時間）・生理的必需時間・仕事（家業手伝いやアルバイト等）以外の時間における個人の自由裁量に基づく行動」とする。

##### 2) レジャーにおける退屈感

退屈は、精神の「出力」が低迷した状態であり、理想的な適応状態を達成したあとで、環境の側に新しい課題がほとんど発生しない場合に生じる<sup>4)</sup>。Iso-Aholaはレジャーにおける退屈感の生起要因について「無意味な決まりきったレジャーを避けられないと感じたり、義務が多過ぎて満足なレジャーができなかったり、不十分なレジャー技能しか持たない人々がレジャー時間を強要されたりするとき退屈は起こる（Iso-Ahola<sup>3)</sup> p.4）」と指摘し、退屈感と不満足感・時間の残余感・受動的状況あるいは感情的な破綻などとの関連性を示唆している。さらに若者においてレジャー

が退屈なものとして知覚されている現状を問題視し、レジャーにおける退屈さに係わる大学生の心的状況を16項目（5段階尺度）で得点化するLeisure Boredom Scale(以下、LBS)を開発している<sup>22)</sup>。本論ではレジャーにおいて、興味や関心の程度が低迷したり、新たな刺激がなく時間の残余感や不満足を感じることを、換言すれば、暇で困惑したりする経験や物事に飽きたという知覚をレジャーにおける退屈感とする。

### 3) レジャー能力

瀬沼は、余暇社会における余暇教育の重要性を唱える中で、余暇を過ごしていくための知識・技術を余暇能力と表現し、余暇を生産的に活用していく能力であることを指摘している(瀬沼<sup>11)</sup> p.138)。ここでは、「レジャーを楽しむための知識や技術」をレジャー能力とする。

#### 4) 適量感

レジャーの時間量が等しい(例えば5時間)数人がいると仮定したとき、その時間量を不足と感じるか、ちょうど良いと感じるか、あるいは多過ぎると感じるかは個人によって異なると思われる。ここでは「主観的な時間量の知覚」による適量(ちょうど良いと感じること)を適量感とする。同様に「主観的な時間量の知覚」による時間量過多を過多感、時間量不足を不足感とする。

### (2) 研究仮説

ここでは、本研究の分析視点について述べ、そこから導かれた研究仮説を提示する。

#### 1) レジャーにおける退屈感とレジャー能力の自己評価

レジャー能力の貧困さが、金銭や時間の浪費の原因となることは多々ある。レジャー能力を持っていれば少しの費用で長いレジャー時間を十分な楽しみとして追求することができ、かかる能力の有無や程度によって、その活動から得られる満足感・充実感には格差が生じるだろう。また、我々がレジャーにおいて受けている何らかの制約(経済面・時間面・施設環境面・人間関係など)を最小限にとどめ、有効かつ満足な活動にするためにも重要である。

レジャー能力の程度と満足度・充実度は連動すると

考えられる。とりわけ能力の低さは、否定的感情である退屈感と何らかの関連があると思われる。「概念規定2)レジャーにおける退屈感」の項でも触れたように、Iso-Aholaはレジャーに関する技能がレジャーにおける退屈感の生起要因の一つであることを示唆している(Iso-Ahola<sup>3)</sup> p.4)。ここではレジャー能力に関する主観的判断(以下、レジャー能力の自己評価)とレジャーにおける退屈感との関連性を検討するために次の仮説を導いた。

(仮説1)レジャー能力の自己評価が低い学生は、レジャー能力の自己評価が高い学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

#### 2) レジャーにおける退屈感と適量感

レジャーの満足度を時間的側面のみでみると、時間量の多少が問題となることが多い。一般的には、時間量が少なければ活動が制約を受け、十分に活動欲求を充たせないことが不満足感へ繋がり易いと推測される。

一方、時間量が多ければ、拘束感もなく余裕をもって十分にレジャーを満喫できると考えられる。換言すれば、時間量と自由度が連動して満足感をもたらすと見做される。しかし、この解釈は、すべての人が常に何らかの活動を積極的に欲しているという前提を必要とするであろう。倦怠感あるいは退屈感といった否定的感情の生起を考慮すれば、時間量と満足感が無限に連動するとは考えられない。客観的な時間量の多少ではなく、本人にとって必要とされる時間量が適度に確保されていることが重要だと思われる。本人にとって最適な時間量であるという知覚がレジャーを生起させ、レジャーにおける退屈感は、時間過多と時間不足によってもたらされると推測される(Iso-Ahola<sup>3)</sup> p.2)。従って適量感を感じるか否かはレジャーにおける退屈感へのアプローチに有効な側面であると思われる。

上述の視点から、次の仮説を導いた。

(仮説2)レジャー時間量の適量感を感じていない学生は、適量感を感じている学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

#### 3) レジャーにおける退屈感と集団の状況

我々の社会生活は他者との係わりを前提として営まれており、人間関係の在り方と孤独感の有無あるいはその程度との関連性を看過できない。Iso-Aholaは孤

独感と退屈さとの関連性についての先行研究に触れ、正の関連性を示唆している (Iso-Ahola<sup>3)</sup>p.7)。従って、レジャーにおける退屈感を問題にすると、ともに過ごす者との関係の分析は重要であろう。彼ら(学生)は誰とともにレジャーを過ごすのか、或いは単独のことが多いのか。千石は若者の人間関係について「希薄化し、アドホックで断片的な組織が彼らの好みに合っている」<sup>10)</sup>と指摘している<sup>184)</sup>。特定の趣味(例えば単独行動)が個人のレジャーにおいて主たる位置を占めている場合を除いて、希薄な人間関係を好む多くの学生にとっては、たとえ明確な目的や理由がなくても知人・友人等と行動をともにすることで心的な安寧を得られ、集団から何らかの刺激を受けることで退屈感が緩和されているのではないだろうか。また行動をともにする集団成員は固定的なのか流動的なのか。集団成員の固定化は集団業績の向上に寄与する一方でマンネリズムに陥り易い点も見逃せない。そして、彼らの行動を決定するのは誰なのか。自らが率先し行動決定する場合と他者に依存し追従する場合とでは、充実感や満足感に差異が生じる可能性を否定できない。このように集団の状況に関する分析はレジャーにおける退屈感に関して何らかの示唆を与えるものと思われる。

上述の視点から、次の仮説を導いた。

(仮説3-1) レジャーにおいて単独で行動する学生は、集団で行動する学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

(仮説3-2) レジャーにおいて行動決定を他人に依存する学生は、自己決定する学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

(仮説3-3) 成員が固定化された集団で過ごす学生は、成員が流動的な集団で過ごす学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

(仮説3-4) 孤独感を感じる学生は、孤独感を余り感じない学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

#### 4) レジャーにおける退屈感と性格の自己評価

レジャーにおける退屈感の知覚の個人差について、Iso-Ahola は先行研究の知見から「レジャーを退屈だと知覚しやすい人々がいる一方で、耐久力がある人々がいる」と指摘し、さらに耐久力のある人は「他人が

曖昧で利益のないと見做す平凡な出来事に独自の利益を発見できる特質」を持っていると推測している (Iso-Ahola<sup>3)</sup> p.4)。そして個人の性格と退屈感との関連性について、社会的適性との負の関連性、内向性との正の関連性などの報告に触れている (Iso-Ahola<sup>3)</sup> p.6)。積極性・外向性に富んだ性格などはこの耐久力を生みやすいと考えられる。このように性格に関する検討はレジャーにおける退屈感を分析する際に重要であると思われる。ここでは、性格に関する主観的判断(以下、性格の自己評価)とレジャーにおける退屈感との関連性を検討するために次の仮説を導いた。(仮説4) 自分の性格を消極的・内向的だと評価する学生は、積極的・外向的だと評価する学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

#### 5) レジャーにおける退屈感と生活における時間意識

鮑戸らは、人生を人間的に生きるためには、自分自身を取り戻す時間感覚が重要であり、具体的には「過去をよく反省」し、「将来に夢や希望」を持ち、「一日一日を大切に生きる」ことが必要であると、時間にかかわる一つの重要な概念として過去-現在-未来の生活時間意識を質問項目の形<sup>185)</sup>で提示している(鮑戸<sup>1)</sup> p.160)。この生活時間意識は、日々の生活への取り組み方、換言すれば、生活姿勢を捉える際の指標の一つと考えることができるだろう。レジャーはまさに自分自身を取り戻す経験を提供できる点で重要である。そして、レジャーにおける充実感あるいは退屈感もこうした意識に少なからず影響されると思われる。ここでは、前述の質問項目を援用して、レジャーにおける退屈感との関連性を検討するために次の仮説を導いた。(仮説5-1) 過去をよく反省しない学生は、過去をよく反省する学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

(仮説5-2) 将来に夢や希望を持たないで生きている学生は、将来に夢や希望を持ちながら生きている学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

(仮説5-3) 一日一日を大切に生きていない学生は、一日一日を大切に生きている学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。

## 2. 調査及び分析方法の概要

### (1) 分析内容

本論で分析検討する点は以下のように整理される。

- 1) レジャーにおける退屈感の有無とその程度 (LBS 得点の算出)、2) レジャー能力の自己評価とレジャーにおける退屈感との関連性、3) レジャー時間の適量感とレジャーにおける退屈感との関連性、4) レジャーにおける集団の状況とレジャーにおける退屈感との関連性、5) 個人の性格の自己評価とレジャーにおける退屈感との関連性、6) 生活における時間意識とレジャーにおける退屈感との関連性

(2)調査について

本論では前述の内容を分析するために次のような内容の質問紙調査を行った。

1) 調査内容

- a) レジャー時間量
  - 一週間の客観的時間量、適量感
- b) レジャーにおける集団の状況
  - 集団か単独か、その満足度と望み、固定的か流動的か、成員の状況、行動決定者
- c) レジャーにおける心的状況
  - LBS 16項目、レジャーにおける満足感・自由感・孤独感の程度
- d) レジャー能力の自己評価
- e) 性格の自己評価
- g) 生活における時間意識
- h) 諸属性 (性・学年・住居形態・居住地域・通学方法及び所要時間・クラブ所属の有無・運転免許の有無)

2) 調査方法及びその対象

- a) 調査方法
  - 質問紙 (無記名) による集合調査。基礎教育科目として開講されている「スポーツ実習」及び「体育実技」の時間中に実施した。
- b) 調査対象
  - 広島県内 2 大学学生 650 名 (有効回収数 585)。いずれも体育・スポーツ・レジャー等を専攻していない学生であった。なお、分析対象となった有効標本 (585) の性別、学年別の比率については男子 67.5%、女子 32.5%、1 年生 39.7%、2 年生 45.8%、3 年生 12.3%、4 年生 2.2% であった。
- c) 調査実施期日

1997 年 6 月下旬。

d) データの分析

Leisure Boredom Scale (LBS) について LBS の項目内容は表 1-1 に示す通りである。<sup>24)</sup> 合計得点の平均の高低が退屈感の度合と解釈される。但し、Q2、Q4、Q7、Q8、Q9、Q12、Q13、Q16 の 8 項目は退屈でない度合いを肯定する質問内容となっているため、尺度を逆に設定する必要がある。従って、これらの項目 (表中の \* 印) については得点化する際に「5」→「1」、「4」→「2」、「3」→「3」、「2」→「4」、「1」→「5」として集計した。本論ではこの LBS 尺度得点を学生がレジャーにおいて感じる退屈感の指標とし、諸変数との関連性を吟味することを主とした。その際、LBS 尺度得点の平均得点 (以後、LBS 得点) を各変数ごとに 3 群間で比較検討した。但し、「退屈頻度」「レジャー能力の自己評価」「適量感」「集団の状況」「集団の状況の満足度」「行動決定者」「集団成員の状況」「孤独感頻度」の質問項目に関しては、5 段階尺度 (「レジャー能力の自己評価」のみ 7 段階尺度) で得た回答を 3 群に統合し、群別の LBS 得点とした。更に一元配置分析によって群間差を吟味し (F 値、有意水準は各表下に示した)、有意であった場合、平均値の差の検定によって各群の LBS 得点を比較検討した (有意水準は各表下に示した)。

また、レジャーにおける集団の状況とその満足度との関連性についてはクロス分析 ( $\chi^2$  検定による  $\chi^2$  値と有意水準は表中に示した) によって、性格の自己評価と退屈感との関連性については相関分析 (相関係数と有意水準は表中に示した) によって検討した。なお、データ解析のプログラムは SPSS for Macintosh を使用した。

表 1-1 LBS 質問項目

Q 1	自分にとって余暇時間とはだらだらと過ぎていくものである
*Q 2	余暇時間中は自分のすることに熱中してしまう
Q 3	余暇時間とは退屈なものである
*Q 4	もし十分な収入の保証とともに退職できたら残りの人生でやってみたい刺激的なことが沢山あるだろう
Q 5	余暇時間には糸車を紡ぐように追われるように機械的に何かをしている感じがする
Q 6	余暇時間に自分がしていることに満足しているわけではないが、かと言って何をしようかわからない
*Q 7	余暇時間は自分に刺激を与え、アクティブにしてくれる
*Q 8	余暇での色々な経験は、自分の生活の質を高める重要な要素である
*Q 9	余暇時間と聞くとわくわくする
Q 10	余暇時間には何かしたいが、何をしようかわからない
Q 11	余暇時間をただゴロゴロ寝て、かなり無駄に過ごしている
*Q 12	今までやったことのない新しい余暇活動に挑戦するのが好きだ
*Q 13	余暇活動中には大変活動的である
Q 14	余暇時間にする活動は自分には刺激を与えてくれない
Q 15	余暇の過ごし方のすべてを自分はそのほど持ちあわせてはいない
*Q 16	自分には余暇時間にすることが何かしらある

<結果および考察>

1.レジャーにおける退屈感

(1)LBS得点

学生のレジャーにおける退屈感の指標としてLBS得点を算出した。その得点が高ければ退屈度が高いと判断される。項目別平均値、LBS得点およびCronbachの $\alpha$ 信頼性係数は表1-2に示す。なおWeissingerらは大学生344名に実施した調査(1987)においてLBS得点を2.10(標準偏差.47)、大学生164名に実施した調査(1985)においてLBS得点を2.10(標準偏差.56)と報告(Iso-Ahola<sup>3)</sup> p.9)しており、いずれも本論の値(2.74、標準偏差.50)より有意に低い( $t = 13.23$ 、 $P < .01$  及び  $t = 19.57$ 、 $P < .01$ )。

表1-2 LBS得点(項目別平均)およびCronbachの $\alpha$ 信頼性係数(N=585)

項目番号	平均	S. D.
Q 1	2.96	1.03
*Q 2	2.85	.91
Q 3	2.41	.96
*Q 4	2.13	1.06
Q 5	2.21	.97
Q 6	2.97	1.01
*Q 7	3.05	.94
*Q 8	2.41	.92
*Q 9	2.70	1.07
Q 10	2.80	1.04
Q 11	3.03	1.07
*Q 12	2.74	.95
*Q 13	3.16	.93
Q 14	2.62	.85
Q 15	3.01	.96
*Q 16	2.88	.94
全体	2.74	.50
Cronbach $\alpha$ 信頼性係数	=.81	

\*印項目の得点は5→1、4→2、3→3、2→4  
1→5として再度得点化した

(2) 退屈頻度とLBSとの関連性

次に、学生のレジャーにおける退屈感をその頻度からみてみる。5段階尺度で回答を得た結果、「頻繁に感じる」が10.3%、「いつも感じる」が2.4%であった(表1-3参照)。本来、楽しみや充足感あるいは満足感のある程度充たすものと見做されるレジャーにおいて、高い頻度で退屈感を感じている学生が12.7%である<sup>(注6)</sup>。LBS得点の退屈感の頻度に関する群間差異

は有意であり、退屈感の頻度とLBS得点が連動していることが見て取れる。高頻度群のLBS得点は他の2群よりも明らかに高く、12.7%にあたる学生の退屈感の頻度と程度の深刻さを示している。(表1-3参照)

表1-3 レジャーにおける退屈感頻度とLBS得点

(%)	群 (N)	LBS得点	S. D.
全く感じない (10.3)	低頻度群 (252)	2.5 (0.5)	***
ほとんど感じない (32.9)			
時々感じる (44.1)	中頻度群 (257)	2.9 (0.4)	***
頻繁に感じる (10.3)	高頻度群 (74)	3.1 (0.5)	***
いつも感じる (2.4)			

F=63.11, P<.001

→はT検定による2値間の有意差(高→低)を表す

\*\*\* P<.001

2.レジャーにおける退屈感とレジャー能力の自己評価との関連性

レジャー能力の自己評価に関するLBS得点の群間差異は有意である。低評価群は他の2群より有意にLBS得点が高く、また高評価群は他の2群より有意にLBS得点が高い(表2参照)。自己評価が低い学生ほどLBS得点が高く、自己評価が高い学生ほどLBS得点が高いことから、仮説1(レジャー能力の自己評価が低い学生は、レジャー能力の自己評価が高い学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証された。即ちレジャーにおける退屈感とレジャー能力の自己評価との関連性が示唆される。

表2 レジャー能力の自己評価とLBS得点

(%)	群 (N)	LBS得点	(S. D.)
1 非常に乏しい (4.5)	低評価群 (218)	2.98	(.44)
2 (8.6)			
3 (24.2)			
4 中程度 (33.4)	中評価群 (193)	2.74	(.42)
5 (19.9)	高評価群 (171)	2.44	(.50)
6 (3.6)			
7 豊富である (5.8)			

F=69.41, P<.001

→はT検定による2値間の有意差(高→低)を表す

\*\*\* P<.001

3.レジャーにおける退屈感とレジャー時間の適量感との関連性

(1)レジャー時間量と適量感

最近1週間のレジャー時間量について学生から曜日別に整数で回答を得た。その平均は平日4.80時間、週末8.22時間となっており、講義がない週末の平均時間は平日より明らかに多い(表3-1参照)。学生はこの時間量をどのように受け止めているのだろうか。レ

ジャー時間の適量感について「全然足りない」から「多過ぎる」までの5段階尺度で回答を得た。全体の約25%は適量であると感じているが、約63%（「全く足りない」+「もう少し欲しい」）が時間不足感を、約12%（「やや多い」+「多過ぎる」）が時間過多感を覚えている（表3-2参照）。

表3-1 レジャー時間量 曜日別平均値 (単位:時間)

曜日	平均値	最小値	最大値	(S.D.)	群	平均値	(S.D.)
月	4.84	0.00	15.00	(2.73)	平日	4.80	(2.30)
火	4.71	0.00	15.00	(2.55)			
水	4.76	0.00	15.00	(2.55)			
木	4.78	0.00	15.00	(2.57)			
金	4.79	0.00	16.00	(2.80)			
土	7.94	0.00	19.00	(3.89)	週末	8.22	(3.63)
日	8.51	0.00	17.00	(3.92)			

表3-2 レジャー時間の適量感とLBS得点

(%)	群	(N)	LBS得点	S.D.
全然足りない (24.0)	不足群	(355)	2.68	(.51)
もう少し欲しい (39.1)				
適量である (25.1)	適量群	(141)	2.80	(.46)
やや多い (10.0)	過多群	(66)	2.94	(.54)
多過ぎる (1.8)				

F=8.65, P<.001  
 —はT検定による2群間の有意差(高→低)を表す  
 \*\*\* P<.001  
 \*\* P<.01  
 \* P<.05

(2)適量感とLBS得点

適量感に関するLBS得点の群間差異は有意である。不足群が他の2群より有意に低く、過多群が他の2群より有意に高い。適量群は不足群より有意に高い一方で、過多群より有意に低い(表3-2参照)。適量感を感じる学生は、過多感を覚える学生より退屈感を感じにくいことは指摘できるものの、不足感を感じる学生より有意にLBS得点が高く、適量群のLBS得点が3群の中で最も低いとは言えないことから、仮説2(レジャー時間量の適量感を感じていない学生は、適量感を感じている学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある。)は検証されなかった。従って、ここではレジャー時間の適量感と退屈感との関連性が示唆されたとは言えない。

4.レジャーにおける退屈感とレジャーにおける集団の状況との関連性

(1)レジャーにおける集団の状況と満足度

学生はレジャーを集団か単独かいずれで過ごすことが多いのだろうか。また、それをどう受け止めている

のだろうか。その過ごし方と満足度についてクロス分析したところ、両者の関連性は有意である(表4-1参照)。集団群における満足者の比率が他の2群より高く、単独群における不満足者の比率が他の2群より高い。集団でいることの多い学生が現状に満足し、単独でいることの多い学生は他の学生に比べて不満傾向が強いようである。さらに、不満である学生の要望について得た回答からは、「一人で過ごす」より「ともに過ごす誰か」や「ともに過ごす時間」を切望している様子が見て取れる(表4-2参照)。

表4-1 レジャーにおける集団の状況とその満足度のクロス分析(%)

		集団の状況の満足度			
		満足群	中間群	不満足群	
集 団 の 状 況	集	65.3	22.6	12.1	上段 行和に対する比率 中段 列和に対する比率 下段 全体に対する比率
	集	47.9	20.9	20.7	
	群	21.6	7.5	4.0	
	中	35.7	47.2	17.1	
	間	27.4	45.6	30.6	
	群	12.3	16.3	5.9	
単	34.2	36.9	28.9		
独	24.7	33.5	48.7		
群	11.0	12.0	9.4		

( $\chi^2=57.09, P<.001$ )

Q「レジャーを誰かと一緒に過ごすか、一人で過ごすか」

- 集団群 = 「いつも誰かと一緒」+「誰かと一緒のことが多い」
- 中間群 = 「半々でどちらが多いとは言えない」
- 単独群 = 「一人のことが多い」+「いつも一人」

Q「そのことに満足か、不満足か」

- 満足群 = 「満足」+「やや満足」
- 中間群 = 「どちらとも言えない」
- 不満足群 = 「やや不満足」+「不満足」

表4-2 要望(レジャーにおける集団の状況に不満の者) N=111

	%
誰かと一緒に過ごす時間をもっと欲しい	42.3
一人で過ごす時間をもっと欲しい	19.4
時間ではなく一緒に過ごす「誰か」を増やしたい	38.3

(2)レジャーにおける集団の状況とLBS得点

レジャーにおける集団の状況に関するLBS得点の群間差異は有意である。単独群は他の2群より有意にLBS得点が高い。単独でレジャーを過ごす学生の方がLBS得点が高く、集団で過ごす学生の方がLBS得点が低いことから、仮説3-1(レジャーにおいて単独で行動する学生は、集団で行動する学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証された。



表4-3 レジャーにおける集団の状況とLBS得点

群	(N)	LBS得点	S.D.
集団群	(191)	2.65	(.49)
中間群	(201)	2.73	(.49)
単独群	(190)	2.86	(.52)

F=8.95, P<.001

→はT検定による2値間の有意差(高→低)を表す

\*\*\* P<.001

\*\* P<.01

表4-5 集団成員の状況とLBS得点

(%)	群	(N)	LBS得点	S.D.
いつも一定 (39.0)	固定群	(400)	2.73	(.49)
一定の方が多い (40.2)				
半分半分である (17.4)	中間群	(88)	2.70	(.53)
違う方が多い (2.0)				
いつも違う (1.4)	流動群	(17)	2.59	(.46)

F=.72, P>.05

(5) レジャーにおける孤独感とLBS得点

レジャーにおける孤独感頻度に関するLBS得点の群間差異は有意である。低頻度群が他の2群より有意に低い(表5参照)。レジャーにおいて頻繁に孤独感を感じる学生の方が余り孤独感を感じない学生よりLBS得点が高いことから、仮説3-4(孤独感を感じる学生は、孤独感を余り感じない学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証された。即ちレジャーにおける孤独感とレジャーにおける退屈感の関連性が示唆される。

表5 レジャーにおける孤独感頻度とLBS得点

(%)	群	(N)	LBS得点	S.D.
全然感じない (21.9)	低頻度群	(367)	2.65	(.52)
ほとんど感じない (41.8)				
時々感じる (28.8)	中頻度群	(166)	2.89	(.37)
頻繁に感じる (5.4)				
いつも感じる (2.1)	高頻度群	(43)	2.95	(.59)

F=17.91, P<.001

→はT検定による2値間の有意差(高→低)を表す

\*\*\* P<.001

\*\* P<.01

5.レジャーにおける退屈感と性格の自己評価との関連性

学生が自分の積極性、外向性、好奇心、明朗さ、決断力等の性格に関する諸項目についてどう思うかを「全く違うと思う」から「大いにそう思う」の7段階尺度で自己評価させ回答を得た。性格に関する諸項目と退屈感との関連性を、各項目の自己評価得点とLBS得点との相関分析(単相関)によって検討した。

LBS得点は1項目を除いて全項目との間に有意な負の弱い相関を示した。それらの中で上位は積極性(-.34)、外向性(-.31)、好奇心旺盛(-.30)であった。

自分を積極的、外向的、好奇心旺盛だと評価する学生ほど退屈感が強くなく、自分を消極的、内向的、好奇心が旺盛でないと評価する学生ほどレジャーにおける退屈感が強いと推測される。よって仮説4(自分の性格を消極的・内向的だと評価する学生は、積極的・外向的だと評価する学生よりレジャーにおける退屈感

(3) レジャーにおける行動決定者とLBS得点

レジャーにおける行動決定者に関するLBS得点の群間差異は有意である。自己決定群のLBS得点有意に他の2群より低い(表4-4参照)。行動決定を自分でする学生の方がLBS得点が低く、他人に決定を依存する学生の方がLBS得点が高いことから、仮説3-2(レジャーにおいて行動決定を他人に依存する学生は、自己決定する学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証された。ここでは集団において誰が行動決定をするかを問題にするために、レジャーをひとりで過ごす学生(単独群)は分析対象から除外した。

表4-4 レジャーにおける行動決定者とLBS得点

(%)	群	(N)	LBS得点	S.D.
いつも依存 (2.8)	依存群	(51)	2.84	(.48)
依存が多い (10.3)				
どちらともいえない (36.2)	中間群	(141)	2.78	(.40)
自己決定が多い (39.7)				
いつも自己決定 (11.0)	自己決定群	(198)	2.59	(.52)

ここでは、単独でレジャーを過ごす学生(単独群)を分析から除外した(N=390)

F=9.91, P<.001

→はT検定による2値間の有意差(高→低)を表す

\*\*\* P<.001

\*\* P<.01

(4) 成員の状況とLBS得点

集団の成員が固定的か流動的かという点と退屈感との関連性を検討するために、単独群を除いた集団群と中間群を対象に回答を得た。79.2%が固定的なメンバーで過ごし、常にメンバーが流動的である学生は4%に充たない(表4-5参照)。LBS得点の群間差異は有意ではなく、仮説3-3(成員が固定化された集団で過ごす学生は、成員が流動的な集団で過ごす学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証されなかった。即ち集団成員が流動的であるか固定的であるかが退屈感に与える影響については示唆されなかった。

が強い傾向にある)は検証された。

表6 性格の自己評価とLBS得点との相関分析(単相関)

項目	相関係数	( N )
何ごとにも積極的である	-.34 ***	( 580 )
外向的である	-.31 ***	( 581 )
好奇心旺盛である	-.30 ***	( 583 )
決断力がある	-.28 ***	( 581 )
明朗活発である	-.26 ***	( 574 )
気分転換がうまい	-.19 ***	( 580 )
凝り性である	-.17 ***	( 582 )
楽天的である	-.16 ***	( 564 )
社交的である	-.16 ***	( 581 )
感動しやすい	-.09 *	( 583 )
短気である	.03	( 582 )

\*\*\* P < .001

\* P < .05

## 6. レジャーにおける退屈感と生活における時間意識との関連性

ここでは、過去、現在、未来をどのように捉えて現在を生活しているかという問いについて、それぞれ3つの選択肢から自分の生き方に近いものを一つ選択させて回答を得た。

### (1) 失敗した過去の経験の現在への活用

失敗した過去に関するLBS得点の群間差異は有意である。「足を引っ張られて現在を生きる」群のLBS得点が有意に他の2群より高い。「よく反省して現在を生きる」群の得点は「さらっと忘れて現在を生きる」群の得点との有意差は見られない( $t = 1.72$ ,  $P > .05$ )ものの、3群中最も低い得点を示した(表7参照)。失敗した過去に「足を引っ張られて現在を生きる」学生の方が、「よく反省して現在を生きる」学生よりもLBS得点が高いことから、仮説5-1(過去をよく反省しない学生は、過去をよく反省する学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証された。

### (2) 将来の夢や希望

将来の夢や希望に関するLBS得点の群間差異は有意である。「夢や希望をもちながら現在を生活している」群のLBS得点が他の2群より有意に低い(表7参照)。

将来について「あまり考えないで現在を生活している」学生や「不安や絶望を抱きながら現在を生活している」学生の方が、「夢や希望をもちながら現在を生活している」学生よりLBS得点が高いことから、仮説5-2(将来に夢や希望を持たないで生活している学生は、将来に夢や希望を持ちながら生活している学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証された。

### (3) 現在の生活の様子

現在の生活の様子に関するLBS得点の群間差異は有意である。「一日一日をただ何となく生活している」群のLBS得点が他の2群より有意に高い。「一日一日を大切に生活している」群のLBS得点は「一日一日を追いまくられて生活している」群のLBS得点との有意差は見られない( $t = -1.70$ ,  $P > .05$ )ものの、3群中最も低い得点を示した(表7参照)。「一日一日をただ何となく生活している」学生の方が、「一日一日を大切に生活している」学生よりLBS得点が高いことから、仮説5-3(一日一日を大切に生活していない学生は、一日一日を大切に生活している学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証された。

表7 生活における時間意識とLBS得点

群	( N )	LBS得点	S. D.
失敗した過去はさらっと忘れて現在を生活している	( 174 )	2.74	( .45 )
失敗した過去をよく反省して現在を生活している	( 255 )	2.66	( .51 )
失敗した過去に足を引っ張られて現在を生活している	( 145 )	2.87	( .53 )
F=8.32, P<.001			
将来に夢や希望をもちながら現在を生活している	( 237 )	2.57	( .50 )
将来のことはあまり考えないで現在を生活している	( 226 )	2.84	( .50 )
将来に不安や絶望を抱きながら現在を生活している	( 107 )	2.88	( .41 )
F=23.70, P<.001			
一日一日を大切に生活している	( 100 )	2.49	( .52 )
一日一日を追いまくられて生活している	( 148 )	2.60	( .48 )
一日一日をただ何となく生活している	( 312 )	2.88	( .46 )
F=33.99, P<.001			

—はT検定による2値間の有意差(高一低)を表す  
 \*\*\* P < .001  
 \*\* P < .01  
 \* P < .05

## <結 語>

本論は、学生のレジャーにおける否定的感情である退屈感に着目して基礎的な資料を質問紙調査によって得ることを第一義とした。まず、学生のレジャーにおける退屈感の指標としてLBS得点を算出した。このLBS得点を従属変数とし、レジャー能力の自己評価、レジャー時間の適量感、レジャーにおける集団の状況、レジャーにおける孤独感、性格の自己評価、生活にお

ける時間意識を独立変数とした仮説を提示し、それらの検証を試みた。

その結果、調査対象である学生の56.8%がレジャーにおいて何らかの退屈感を感じ、そのうちの12.7%は頻繁に退屈感を感じていることが明らかになった。またLBS得点(2.75)はWeissingerらの先行研究のそれ(2.10)より有意に高く(1%有意水準)、今回の学生のレジャーにおける退屈感の頻度や程度の深刻さの一面が浮き彫りとなった。こうした学生の存在はレジャー・カウンセリングの必要性を再認識するに十分であり、普及・充実を図るうえで踏まえておくべき事実である。更にLBS得点による比較分析からは(1)レジャー能力の自己評価(2)レジャーにおける集団の状況(3)レジャーにおける孤独感(4)性格の自己評価(5)生活における時間意識の有無の5つの要因とレジャーにおける退屈感との関連性が示唆され、レジャーにおいて退屈感を強く感じる学生の特性が浮き彫りとなった。即ち、「レジャー能力の自己評価が低い学生」「単独でレジャーを過ごすことの多い学生」「行動決定を他人依存する傾向の強い学生」「孤独感を感じる頻度の高い学生」「自分を消極的・内向的な性格だと評価する学生」「過去の失敗をよく反省しない学生」「将来に夢や希望を持たないで生きている学生」「日々の生活を大切にしていない学生」ほど退屈感を感じる傾向が強いと結論できよう。しかし、実際にはそれぞれの学生がこれらの特性の幾つかを併せ持っていることが推測される。本論では極めて基礎的な分析に留まったためにこのことには言及できなかったものの、諸変数間の因果関係を吟味することで一層現実の学生像に接近すると思われる。

そして検証されなかった仮説も含め、今後の検討すべき課題が以下のように残された。

### 1) レジャー能力と退屈感

本論では、レジャー能力の自己評価が低い学生ほど退屈感を感じやすいことが明かとなった。しかし、逆にレジャー能力が高いが故に退屈感を感じることもあり得る。状況によっては達成感が得られないことに起因した退屈感があるからである。この点に関して佐橋は「技能」のレベルが高い人が「チャレンジ(挑戦)」のレベルが低いと感じた状況で退屈(Boredom)が生じることをCsikszentmihalyiのフローモデル再定

義<sup>註1)</sup>を引用して指摘している(佐橋<sup>9)</sup>p.77)。しかし、日常生活レベルでの経験は実に様々であり、各々の経験について逐一挑戦や技能のレベルを吟味することは非常に困難を伴う。本論のデータからは厳密な技能レベルと退屈感の関連性については言及できなかった。

### 2) 時間の適量感と退屈感

Iso-Aholaが指摘するように過不足ない時間量の知覚がレジャーを生起させるという視点に立脚すれば、時間量に関する適量感の分析も十分とは言えない。本論では、仮説2(レジャー時間量の適量感を感じていない学生は、適量感を感じている学生よりレジャーにおける退屈感が強い傾向にある)は検証されなかった。適量群と非適量群(不足群と過多群)との差異を仮説として提示し、適量群が過多群より退屈感を感じにくいことは示唆されたものの、同時に不足群より退屈感を感じやすいことも示唆されたからである。即ち非適量群のうち過多群との関係が立証されたに過ぎない。

今後は、適量群と不足群との差異について先行研究のデータ吟味とともに詳細に検討していく必要があると思われる。

### 3) レジャーにおける集団の状況と退屈感

本論では仮説4(成員が固定された集団で過ごす学生は、成員が流動的な集団で過ごす学生よりレジャー時の退屈感が強い傾向にある)は検証されなかった。

今回の結果では、表面的には大多数(約8割)がほぼ固定された成員の集団で過ごしており、千石が指摘するような希薄化した人間関係や断片的組織を好む状況は確認されなかった(寧ろ、ともに過ごす仲間や時間を求める様子が見て取れた)。集団状況を、成員の「固定-流動」軸以外の、例えば成員の人間関係の「親密-希薄」軸で分析する必要があると思われる。

本論で得られた基礎的な資料から析出した検討課題を踏まえ、今後とも更に検討を続けたい。

## <脚注>

注1) この方法は、Csikszentmihalyiらの研究グループによって開発された調査手法で、日常の経験全体から様々な時点での経験のサンプルをランダムに抽出し分析するものである。受信装置と調査票を常時携帯させた被調査者に、調査者が無作為に時刻を抽出し信号を送り、その時点で調査票に必要事項を回答する。具

体的内容は佐橋<sup>(7)</sup>p.75) 西野<sup>(9)</sup>p.35) に詳しい。

注2) Iso-Ahola は「レジャーにおける退屈さの知覚」(1990)において、社会的能力、余暇の本質的動機づけ、余暇観・満足度等を測定することを目的として開発された3つの尺度と Leisure Boredom Scaleとの関連性を検証することによって、LBSの信頼性と妥当性の根拠を述べ、レジャー退屈構造の概念化について報告している。

注3) 質問項目の翻訳作業については以下の手続きを経て行われた。まず英語担当教員によって原文が翻訳され、次に、著者らが意味内容を著しく変えない範囲で表現した。そして再度、英語担当教員によって内容の確認がなされた。

注4) 千石は、豊かになった現代の若者たちの性質を「何かの目的のために耐えることを嫌う。そのことのために時間を割くことを嫌う。そことのために他人と接触することを嫌う。永続する組織でなくアドホックな組織で、断片的なつきあひしかない人間関係を求める。」と指摘し、さらに「たくさんの親友を持つのは断片的な接触ししかないことを意味し、アドホックな組織は時間的にも短く拘束力の弱いものを意味する」と説明している(千石<sup>10)</sup> p.142)。

注5) 余暇開発センターが1987年から1988年にかけて実施したニュー・ジャパニーズ・ウェイ・オブ・ライフ(NJWL)調査において、過去-現在-未来の生活時間意識として用いられた質問項目は以下の通りである。「失敗した過去のことはさりと忘れて現在を生きている」

「失敗した過去をよく反省して現在を生きている」

「失敗した過去に足を引っぱられて現在を生きている」

「将来に夢や希望をもちながら現在を生きている」

「将来のことはあまり考えないで現在を生きている」

「将来に不安や絶望を抱きながら現在を生きている」

「一日一日を大切に生きている」

「一日一日を追いまわられてきている」

「一日一日をただ何となく生きている」

注6) Vandeweile(1980)の調査では中学生の3分の

1がしばしば退屈すると答えており、Tokarski(1981)は西独での調査において、38%の人々にとってレジャーにおける退屈感が重要問題であると報告している(Iso-Ahola<sup>9)</sup>p.2)。

注7) Csikszentmihalyi(1988)のフローモデルは「技能」のレベルと「チャレンジ(挑戦)」のレベルによってFlow、Anxiety、Boredom、Apathyの4チャンネルが設定されている。

## <引用参考文献>

- 1) 鮑戸 弘、松田義幸、「ゆとり」時代のライフスタイル、1、日本経済新聞社、1989。
- 2) 池上 惇、文化経済学のすすめ(第3刷)、7、丸善ライブラリー、1996。
- 3) Iso-Ahola, S.E. Perception of Boredom in Leisure: Conceptualization, Reliability and Validity of the Leisure Boredom Scale. Journal of Leisure Research, 22, 1, 1990.
- 4) 見田宗介、栗原 彬、田中義久、社会学事典、574、弘文堂、1988。
- 5) 西野 仁、知念嘉史、吉川麻里子、日本人のレジャーの捉え方に関する研究の試み、レジャー・レクリエーション研究、34、34-39、1996。
- 6) 岡田至雄、レジャーの社会学、15、世界思想社、1982。
- 7) 佐橋由美、レジャー経験における主観的要素の分析法に関する研究、レジャー・レクリエーション研究、31、72-75、1995。
- 8) 佐橋由美、女子大学生の日常生活場面におけるレジャー経験の検討、レジャー・レクリエーション研究、34、40-43、1996。
- 9) 佐橋由美、日常生活場面におけるレジャー経験の検討(2)―“フロー”の観点を付加して―、日本体育学会48回大会体育社会学専門分科会発表論文集、77-82、1997。
- 10) 千石 保、「まじめ」の崩壊、サイマル出版会、142、1991。
- 11) 瀬沼克彰、新余暇社会への展望(第4刷)、100、日本能率協会、1991。
- 12) Tokarski, W. Some social psychological notes on leisure, the meaning of leisure, and lifestyles.

Paper presented at the WLRA Leisure Reserach  
Conference, Twannberg, Switzerland 1981.

13) Vandewile, M. On Boredom of secondary  
school students in Senegal. Journal of Genetic  
Psychology, 137, 267-274, 1980.