

若者における「新しい生活様式」の測定とその規定因の検討¹⁾

加藤 潤三ⁱ

新型コロナの感染拡大に伴い、個人が新しい生活様式を実践し、行動変容をとっていくことが重要である。そこで本研究は、特に若者（大学生）を対象とする新しい生活様式尺度を作成し、若者の新しい生活様式の実態を明らかにするとともに、新しい生活様式の実践に影響を及ぼす心理的要因について検討することを研究の主目的とする。この目的を検証するために、大学生325名を対象とする質問紙調査（Webアンケート）を実施した。分析の結果、本研究で作成した新しい生活様式尺度は、外出自粛・三密回避、一般的な感染症対策、感染情報の確認、オンラインの活用の4因子構造であることが明らかになった。また重回帰分析の結果、リスク認知と主観的規範、IHLCが、新しい生活様式の主な規定因であることが示された。

キーワード：新型コロナ、新しい生活様式、計画的行動理論、若者

1. 問題

2019年12月、中国武漢で発生したCOVID-19（以下、新型コロナと表記する）は、瞬間に世界中に広がった。発生から1年9カ月経った現在（2021年9月9日時点）、世界での感染者は2.2億人を超え、死者は約460万人にのぼる。このような感染の拡大に伴い、世界保健機関（WHO）は2020年3月11日にパンデミックを宣言したが、過去100年間の感染症（スペインかぜ（1918～1920・死者数約1700万～5000万人）、アジアかぜ（1957～1958・死者数約100万人）、香港かぜ（1968～1969・死者数約75万人）、新型インフルエンザ（2009～2010・死者数約1.5万人））と比べても、新型コロナの感染力・危険度は高いものである。

新型コロナは、人命（特に高齢者や基礎疾患のある人）にかかわる点で、第一義に医学的・公衆衛生

的問題である。しかしそれと同時に、新型コロナは、国家間の渡航の禁止、都市封鎖（ロックダウン）、緊急事態宣言に伴う外出自粛など、グローバル化社会の生命線である人とモノの流れを遮断するとともに、人々の働き方や家庭生活、人間関係など個人の日常の在り方も一変させた。つまり新型コロナの問題は、心理学的・社会学的問題でもある。

現在ワクチンが開発され、日本でも接種が進んでいるものの、変異株の出現やワクチン接種後のブレイクスルー感染など、新型コロナの脅威がいつ終息するのか、先の見通せない状況が続いている。長期的に見れば、集団免疫の獲得によって終息するというシナリオもあるが、医療崩壊を防ぎ、市民の生命を守るためには、社会全体で「新しい生活様式（New Lifestyle）」を実践し、徹底した行動変容をとっていくことが重要である（厚生労働省、2020a）。国や政府が国民個人の行動様式に指示・介入することについては別の議論が必要であるが、本稿では、新しい生活様式が感染拡大の予防に有効であるという前提

i 立命館大学産業社会学部准教授

のもと研究を行う。

特に新しい生活様式の実践にあたっては、若者がどれほど取り組んでいるかが重要である。新型コロナが拡大し始めた初期の段階(2020年3月2日)から、新型コロナウイルス感染症対策専門家会議(以下、専門家会議とする)は、「若年層は重症化する割合が非常に低く、感染拡大の状況が見えないため、結果として多くの中高年層に感染が及んでいると考えられます」といった見解を示しており、2021年1月7日に1都3県に緊急事態宣言を発出した際の首相会見においても、感染者の半分以上が30代以下であるなど若者への注意喚起が行われている。さらに若者は、家庭内感染をさせるリスクが高いことを示すエビデンスもある(Li et al., 2021)。このように若者は、感染の重症化リスクが低く見えにくいこともさることながら、活動範囲が広く、その分他者との接触機会が多いため、感染を拡大させてしまうリスクも相対的に高くなると考えられる。

そこで本研究は、若者(大学生)の新しい生活様式を測定するための尺度を作成し、その実態を明らかにするとともに、新しい生活様式の実践に影響を及ぼす心理的要因についても検討を行うことを目的とする。

新しい生活様式尺度の作成

専門家会議は、2020年5月4日に新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式を整理し、提唱している。主要な行動変容としてとしては、手洗い・咳エチケット等の感染対策、「3つの密」の回避、人との接触を8割減らすといったことであり、その具体的な実践例として図1が示されている(厚生労働省, 2020a)。

本研究では、この「新しい生活様式の実践例」をもとに、個人の新しい生活様式の実行度を測定するための新しい生活様式尺度の作成を試みる。具体的には以下の手続きに沿って尺度化を行った。

1. 「新しい生活様式の実践例」(図1)のチェッ

クボックス(□)ごとに、大学生・大学院生・大学教員12名が、それぞれ質問項目として文章化・項目化を行った。

2. 関連する調査項目を参照した。具体的には、厚生労働省(2020b)が実施した新型コロナ対策のための全国調査の質問項目から「他の人と、近い距離で会話や発生をしないようにしている」など使用可能と考えられる項目をピックアップした。
3. 本研究の調査対象者である大学生の生活実態に即しながら項目をアレンジした。
4. 図1の内容以外にも、社会状況として新たに求められるようになった行動様式を追加した。

なお1.の手順において、すべてのチェックボックスを項目化すると、項目数がかなり多く、また項目間で内容の重複も見られた。場面間でまとめられるようなものはまとめて表記する、内容的に類似しているものを整理するといった処理を行い、最終的に12名による合議によって、25項目からなる新しい生活様式尺度を作成した。

新しい生活様式の規定因

人々の新しい生活様式の実践を促進させるためには、どのような心理的要因が影響を及ぼすのかを明らかにすることが重要である。個人の健康行動を説明する健康行動理論として、ヘルスビリーフモデル(Becker & Maiman, 1975)や汎理論的モデル(Prochaska & Velicer, 1997)、プリシード・プロシードモデル(Green & Kreuter, 1999)などがあるが、その中でも計画的行動理論(Ajzen, 1991)は、個人の行動を意図する過程を詳細に説明できる点で利点がある(鈴木・本橋・金子・三浦, 2003)。また計画的行動理論は、社会心理学の分野において環境配慮行動やボランティア行動など個人の幅広い社会行動を説明することが可能であり(例えば広瀬, 1995など)、汎用性が高い。そこで本研究は、計画的行動理論の観点から、新しい生活様式の規定因の検討を行

「新しい生活様式」の実践例

（1）一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
 - 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
 - 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
 - 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
 - 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）。
- ※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。

（2）日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒 咳エチケットの徹底
- こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） 身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



（3）日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは、十分に人との間隔を
もしくは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応接は、十分な距離かオンライン

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

（4）働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務 時差通勤でゆったりと オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成

図1. 新しい生活様式の実践例（出典：厚生労働省，2020a）。

うこととする。

Ajzen (1991) によると、行動(意図)の規定因となるのが、行動に対する態度、主観的規範、行動の統制感の3つである。行動に対する態度とは、ある行動に対する当事者の認識とその行動の結果への評価である。本研究では、新しい生活様式を実践しなければならない新型コロナ事態に対する個人の認識として、リスク認知を取り上げる。リスク認知とは、リスクに対する個人の主観的な判断(木下, 2002)であり、様々なリスク事態に対する個人の行動の規定因となることが明らかにされている。一方、行動の結果への評価として、安藤・広瀬(1999)はコスト・ベネフィット評価を挙げている。本研究では、行動に対する態度として、これらリスク認知とコスト・ベネフィット評価を設定する。次の主観的規範とは、その行動が他者から期待されているか否かの評価である。なお従来の主観的規範では、他者として家族や友人など重要他者が想定されているが、新型コロナをめぐってはより広範な社会規範からの影響も考えられる(例えば平石他, 2020)。そこで本研究は、規範的側面として主観的規範と社会規範の2つを取り上げる。3つ目の行動の統制感とは、その行動を行う能力や機会、資源があるか否かの評価である。健康行動に関する統制感については、これを測定するための多次元的健康統制感尺度(MHLC: Wallston, Wallston, & DeVellis, 1978)が開発されている。このMHLCは、健康のコントロールを自分の責任(IHLC)、専門家などの他者の力(PHLC)、運・偶然(CHLC)の3次元から捉えるが、このうち本研

究では、自己による行動統制感であるIHLCを設定する。

本研究の仮説モデルは図2の通りである。新しい生活様式を測定し、この仮説モデルを検証するために、若者(大学生)を対象とする調査を実施した。

2. 方法

調査対象者

関西の私立大学A大学の学生325名(性別:男性185名, 女性139名, 答えたくない1名, 学年:1年生72名, 2年生138名, 3年生82名, 4年生以上33名)

調査方法

Webによる質問紙調査を実施した。講義科目(オンラインでのライブ授業)において協力を依頼した。調査の実施期間は2020年10月12~20日であった。時期的には、8月に拡大した第2波が小康状態になり(調査期間中の新規感染者数は300~700人で推移)、Go To事業やイベントの規制緩和、大学においても一部の授業で対面授業が再開された状況下での実施であった。

調査における倫理的配慮

「立命館大学の人を対象とする研究倫理審査」に関するチェックシートによる確認、および当該研究とは関係のない第三者(他大学の心理学者)に調査の内容・実施方法に倫理的問題がないことを事前確認してもらった上で、調査を実施した。また調査の実施にあたっては、オンライン授業において調査の主

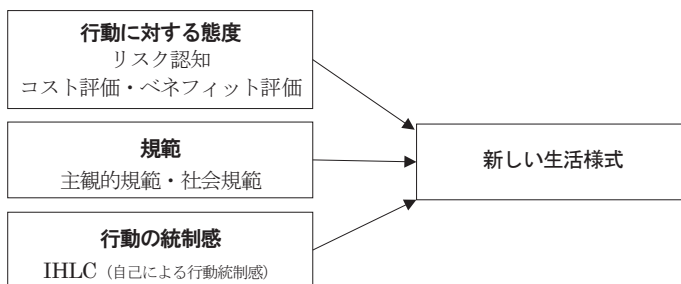


図2. 本研究の仮説モデル

旨、個人情報およびプライバシーの保護、データの管理方法、回答の任意性について口頭で説明し、調査への協力に同意した人のみ回答してもらった。また調査結果のフィードバックも行った。その際、報告書および学術論文とすることを伝え、公表の可否についても調査対象者の承諾を得た（データの取り下げや公表の拒否は示されなかった）。

調査項目

・新しい生活様式

厚生労働省（2020a,b）を参考に上記手順で作成した新しい生活様式尺度25項目をそれぞれ4件法（1.全くしてない～4.かなりしている）で測定した。

・計画的行動理論に基づく規定因

新しい生活様式の規定因として以下の要因について、それぞれ5件法（1.全くあてはまらない～5.非常にあてはまる）で測定した。

① 行動に対する態度（リスク認知・コスト評価・ベネフィット評価）

Murakami, Ono, & Nakatani（2015）や野波・加藤・池内・小杉（2002）を参考に、新型コロナに対するリスク認知を「自分も新型コロナに感染するのではないかと不安に感じる」、「自分が住む地域は新型コロナの感染リスクが高いと思う」など4項目で尋ねた。

また安藤・広瀬（1999）を参考に、新しい生活様式にかかるコスト評価として「新しい生活様式を実行するのは、私にとって負担だ」の1項目を、またベネフィット評価として「新しい生活様式の方が、むしろ私にとって都合がよい」の1項目を尋ねた。

② 規範（主観的規範・社会規範）

野波他（2002）を参考に、新しい生活様式に対する主観的規範として「私は知り合いから、新しい生活様式にそって行動することを望まれている」など2項目を、また新しい生活様式に対する社会規範として「新しい生活様式を実行することが、社会的に望まれている」など2項目を尋ねた。

③ 行動の統制感

多次元的健康統制感尺度（Wallston et al., 1978）

のうち、自分の責任ととらえる IHLC (Internal-HLC) を「自分の健康には、日ごろから気を付けている」や「私は自分の健康を管理している」など5項目を尋ねた。なお項目は、笹田・長田（1996）が翻訳したものを使用した。

・デモグラフィック

デモグラフィックとして、性別、年齢、学年、居住地などについて尋ねた。

また本研究では、その他として、学生の生活実態（アルバイト状況、生活費・学費の困窮度、休退学の検討など）などに関して尋ねた。本稿では、紙幅の関係から新しい生活様式とその規定因に焦点を当て、分析を行った。

3. 結果

新しい生活様式尺度の因子構造

作成した新しい生活様式尺度23項目²⁾に対し、因子分析（主因子法・プロマックス回転）を行った。なお因子構造を安定させるため、共通性の低い3項目（.30以下）を除外し、再度因子分析を行った結果、4因子が抽出された（固有値1.00以上を採択）。

第1因子は、外出の自粛をはじめ、ソーシャル（フィジカル）ディスタンスの確保、人込みや換気の悪い場所の回避など、いわゆる三密（密接・密集・密閉）に関する項目が含まれていた。このことから第1因子を「外出自粛・三密回避」因子とした。次の第2因子は、マスクの着用、手洗い・消毒、咳エチケットや発熱時の待機など、新型コロナを含む様々な感染症に対する一般的・基本的な予防対策の項目から構成されていたことから、「一般的な感染症対策」因子とした。第3因子は、検温などの健康チェック、会った人・場所の記録、地域の感染情報のチェック、対策済みであるかの確認など、感染に関する情報を確認する項目を中心に構成されていた。このことから「感染情報の確認」因子とした。最後の第4因子は、いずれもオンラインに関する項目であったことから「オンラインの活用」因子とした。各

表1. 新しい生活様式の因子構造

項目	因子				
	F1	F2	F3	F4	h^2
不要不急の外出は控えるようにしている。	.79	-.06	-.05	.02	.57
人がたくさん集まっている場所には行かないようにしている。	.77	.08	.04	-.11	.61
感染者が多い、もしくは増えている地域には行かないようにしている。	.72	.18	.02	-.17	.55
他の人と、近い距離での会話や発声をしないようにしている。	.67	-.08	.07	.03	.49
買い物や食事、娯楽などは、できるだけ一人できるようにしている。	.64	-.04	-.12	.18	.45
公共の場所や交通機関を利用する際は、人込みを避けたり、時間帯をずらすようにしている。	.58	-.03	.19	.08	.58
換気が悪い場所には行かないようにしている。	.56	.11	.24	-.04	.59
他者との距離を2メートル以上、空けるようにしている。	.46	.13	.04	.08	.36
外出時はマスクをつけるようにしている。	-.01	.81	-.08	-.02	.60
手洗いや消毒をするようにしている。	.16	.78	-.08	-.03	.68
咳エチケット(咳やくしゃみをするとき口や鼻を覆う)は守るようにしている。	.03	.70	-.13	.13	.47
発熱や咳など、体調がよくないときは、外出しないようにしている。	-.11	.60	.20	.06	.43
日常的に体温を測ったりするなど健康チェックをしている。	-.07	.05	.69	.08	.50
自分の行った所や会った人を記録・記憶するようにしている。	.02	-.19	.63	.09	.44
地域の感染情報をチェックするようにしている。	.14	.02	.52	-.08	.35
遊びやスポーツをする時は、屋外でするようにしている	.31	-.13	.41	-.03	.34
外出先やお店を選ぶ時は、新型コロナ対策をしているところを選ぶようにしている。	.19	.18	.38	.12	.47
飲み会や懇親会は、オンラインでするようにしている。	.10	.09	-.08	.75	.62
サークルや部活、ゼミなどのミーティングは、オンラインでするようにしている。	-.25	.22	.18	.59	.39
友人とは、対面よりもオンラインで話すようにしている。	.43	-.16	-.12	.58	.64
帰省はオンラインでするようにしている。	.02	-.09	.17	.52	.39
累積寄与率	35.90	47.24	53.60	59.37	
α 係数	.88	.80	.76	.76	
因子間相関	I	.63	.54	.40	
	II		.49	.36	
	III			.09	
記述統計量	2.63(.67)	3.67(.52)	2.27(.78)	2.43(.69)	

注) F1: 外出自粛・三密回避, F2: 一般的な感染症対策, F3: 感染情報の確認, F4: オンラインの活用

因子の α 係数は .76~.88 と高く、十分な信頼性が得られた。

各因子につき、簡便的因子得点(各因子の項目の加算平均)を算出した。「一般的な感染症対策」が4件法で3.67と極めて得点が高く、天井効果が生じていたが、この因子に含まれる項目は感染症予防の基本的な行動である。除外してしまうと、基本的な感染症対策が行えているかをチェックすることができなくなるため、すべて使用することとした。

新しい生活様式の規定因の検討

新しい生活様式の4因子に対するリスク認知や主観的規範等の計画的行動理論に基づく要因の影響を検証するために重回帰分析(ステップワイズ法)を行った。なお単項目のコスト評価とベネフィット評価はそのまま分析に投入し、それ以外の要因につい

ては先行研究に基づいて合成変数(加算平均)を作成した。合成変数化させた各要因の α 係数は、リスク認知が.60、主観的規範が.67、社会規範が.49、IHLCが.66であり、社会規範の信頼性がやや低かった。

重回帰分析の結果は表2の通りであった。「外出自粛・三密回避」にはリスク認知($\beta=.11$)、ベネフィット評価($\beta=.25$)、主観的規範($\beta=.21$)、IHLC($\beta=.21$)からのパスが有意であった。「一般的な感染症対策」にはリスク認知($\beta=.24$)、社会規範($\beta=.17$)、IHLC($\beta=.33$)からのパスが、「感染情報の確認」にはリスク認知($\beta=.13$)、主観的規範($\beta=.32$)、IHLC($\beta=.27$)からのパスが有意であった。「オンラインの活用」にはリスク認知($\beta=.12$)、主観的規範($\beta=.32$)からのパスが有意であった。

表 2. 新しい生活様式に対する重回帰分析の結果

	外出自粛・三密回避	一般的な感染症対策	感染情報の確認	オンラインの活用
リスク認知	.11*	.24***	.13*	.12*
コスト評価	—	—	—	—
ベネフィット評価	.25***	—	—	—
主観的規範	.21***	—	.32***	.32***
社会規範	—	.17**	—	—
IHLC	.21***	.33***	.27**	—
R^2	.25***	.30***	.26***	.14***

注) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

4. 考察

本研究では、若者（大学生）の新しい生活様式を測定するための尺度を作成し、その実態を明らかにするとともに、新しい生活様式の規定因を検討することを主目的とした。

まず新しい生活様式尺度については因子分析の結果、「外出自粛・三密回避」、「一般的な感染症対策」、「感染情報の確認」、「オンラインの活用」の4因子が得られた。いずれの因子も α 係数が高く、十分な信頼性があると考えられる。妥当性に関しては、厚生労働省（2020a）が公表している「新しい生活様式の実践例」を基にしながらい項目化を行っているため、内容的側面（Messick, 1995）に関する妥当性はあると考えられる。ただし従来、妥当性（基準関連妥当性や収束的妥当性など）を検討する方法として、別テストや既存の尺度との相関関係を検証することが多い（例えば Messick, 1995; 水本, 2014など）が、新しい生活様式はこれ自体、コロナ禍に生まれた全く新しい行動パターンである。また新型コロナ前後では、社会状況や個人が取りえる行動選択肢が大きく異なるため、安易に別テストや既存の尺度を外的基準として設定することもできない。今後、尺度の妥当性をより検証するには、新型コロナに関する様々な指標・尺度と関連性を検討することが重要である。

大学生の新しい生活様式の実態に関して言うと、「一般的な感染症対策」は4件法中3.67と極めて得点が高かった。マスクの着用や手洗い・消毒、咳エチ

ケットといった基本的な感染症対策は、大学生においても習慣的な行動として定着していると考えられる。次に得点の高かったのは「外出自粛・三密回避」であり、2.63と中点以上であった。三密というフレーズは、2020年の新語・流行語大賞にもなったように、コロナ禍においてよく耳にする言葉であり、外出自粛も緊急事態宣言時に繰り返し伝えられた。単純接触効果（Zajonc, 1968）もあって、比較的高い実行度になっているのではないだろうか。一方、「感染情報の確認」は2.43と中点以下であったが、この因子に含まれる「自分の行った所や会った人を記録・記憶するようにしている」の得点が2.07と際立って低かった（それ以外の項目はいずれも中点程度）。感染情報の中でも、行動記録のように手間のかかる行動では、実行度が低下すると考えられる。「オンラインの活用」に関しては、4因子の中で最も得点（2.27）が低かった。項目レベルでより詳細に検討すると、「帰省はオンラインでするようにしている（1.92）」と「友人とは、対面よりもオンラインで話すようにしている（2.07）」において特に得点が低かった。前者については、自宅生と下宿生で帰省の概念が異なるため、このことが結果に大きく影響したと考えられる。後者に関しては、若者も、友人とのコミュニケーションにおいてオンラインを優先化させることには、抵抗を感じていることを示唆するものである。若者は、SNSなどオンラインも頻繁に利用して友人とコミュニケーションを取り合うが、対面とオンラインでは、対面の方が他者に対する個人的親しみや

ずさを感じやすいなど、コミュニケーション特徴に相違がある(笠木・大坊, 2003)。友人とのコミュニケーションにおいて対面が持つコミュニケーション特徴が棄損されること、またさらには、私的なコミュニケーションのあり方まで制限を受けることに対して、心理的リアクタンスを感じているのではないだろうか。

新しい生活様式の規定因について計画的行動理論の観点から検討を行ったところ、全般的にパス係数はそれほど高くないものの、4因子いずれに対してもリスク認知からのパスが有意であった。また主観的規範は「一般的な感染症対策」を除く3因子に対して、IHLCは「オンラインの活用」を除く3因子に対して、それぞれ比較的高いパスが認められた。つまり大学生の新しい生活様式において、リスク認知、主観的規範、IHLCが主要な規定因になるのである。若者の行動変容に向けた実践的な対策としては、新しい生活様式そのものに関する情報提示はもちろんのこと、新型コロナのリスクに関する情報提示、新しい生活様式の実行に対する友人や家族からの期待・依頼、健康は自ら管理するものであるという統制感を喚起させることが効果的であると考えられる。

なお「外出自粛・三密回避」にはベネフィット評価が、「一般的な感染症対策」には社会規範が有意な影響を及ぼしていた。外出自粛は個人の行動が大幅に制限される反面、おうち時間や在宅ワークのように、時間や人との付き合いをコントロールできるといったメリットもある。そのような良い面を高く評価する人ほど、外出自粛や三密回避の実行度が高くなると考えられる。マスクの着用や咳エチケットをめぐっては、これが原因でトラブル(電車の乗客同士の口論、入店拒否、マスク警察など)に発展するなど、行動を遵守していない人を非難・排除する現象が多数起きている。これらの現象は極端なものであるが、「一般的な感染症対策」を望ましいものとする社会的な規範の存在を示すものでもある。この結果として社会規範からの影響が有意になったのではないだろうか。コスト評価に関しては、いずれの因

子に対しても有意なパスは見られなかった。健康行動の説明に計画的行動理論を用いた研究では、具体的な行動として食事や運動などが設定されている(鈴木他, 2003)。これらの健康行動は長期的に実行することで効果が生じるものであるが、現在のコロナ禍において、新しい生活様式は即座に実行した方がよい行動であり、コストを考慮するだけの状況的・時間的余地がない。そのためコスト評価からの影響が生じなかったと考えられる。

最後に本研究の問題と課題について述べる。本研究は、「新しい生活様式」という Before コロナまでとは異なる新しい行動パターンに関する探索的な研究であった。上記のように尺度の妥当性の検討については十分ではないため、新型コロナに関する様々な指標・尺度との関連性を検討することが今後の課題である。また規定因に関しては、Webによる質問紙調査ということもあり、調査全体の項目数をセーブした。そのため単項目や2項目のものなど、各概念に対して十分な数の質問項目を設定できなかったものがある。このことは測定の実証性・信頼性の問題を生じさせるとともに、結果の実証性・信頼性にも大きな影響を及ぼす。質問項目を拡充させた上で結果が再現されるか、検証が必要である。さらに規定因に関して言うと、本研究では計画的行動理論に基づいて変数を設定したが、同調や不安緩和、自分が感染するリスク削減効果性認知といった要因が新型コロナにおける手洗い行動の規定因になること(中谷内・尾崎・柴田・横井, 2021)が明らかになっている。これらの要因は本研究の規範やIHLCとも関連すると考えられるが、感染の終息が見通せない中、より効果的に人々の新しい生活様式を促進させるためには、計画的行動理論以外のフレームからも包括的に規定因を検討することが重要である。さらに本研究は、関西の特定の大学においてのみ調査を実施した。しかし感染状況には地域差があり、例えば感染者数が多い地域と少ない地域では新しい生活様式の実行度に相違があることも考えられる。また若者として、大学生以外のサンプルもある。結果の

一般化を図るためには、地域および対象者を広げた調査を実施し、結果を比較することが重要である。これにより、本研究で作成した新しい生活様式尺度の構成概念妥当性を検証することにも繋がっていくだろう。

注

- 1) 本論文は、社会調査実習成果報告書（立命館大学産業社会学部2020年度SCクラス）で使用したデータを再分析し、全編を新たに執筆したものである。
- 2) 当初の項目は25項目であったが、このうち「自主的に、アルバイトの回数を減らしている」と「アルバイト先でも、感染対策を行うようにしている」は、アルバイトをしている調査対象者しか正確に回答できない。アルバイトをしていない調査対象者が26%と多かったため、この2項目は分析から除外した。

謝辞

本研究は、立命館大学産業社会学部の社会調査士Ⅱ・Ⅲ（2020年度SCクラス）の科目において、学生・院生（田中溪吾・寺西蓮・中川裕美子・松田浩斗・柳沼勇次・山川美羽佳・石渡園子・藤村孟潤・辰巳徹・清水里佳子・森翔平（TA））と共同で実施した調査である。調査時の努力や頑張りも含め、学生・院生諸君に謝意を表します。

引用文献

- Ajzen, I. (1991). The Theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- 安藤 香織・広瀬 幸雄（1999）. 環境ボランティア団体における活動継続意図・積極的活動意図の規定因. *社会心理学研究*, 15, 90-99.
- Becker, M.H., & Maiman, L.A. (1975). Sociobehavioral determinants of compliance with health and medical care recommendations. *Medical Care*, 13, 10-24.
- Green, L.W., & Kreuter, M.W. (1999). *Health Promotion Planning: An educational and*

ecological approach (3rd ed.). CA: Mayfield Publishing Company.

- 平石 界・三浦 麻子・中西 大輔・Ortolani, A.・三船 恒裕・李 楊（2020）COVID-19パンデミック下における行動免疫データ：日本，米国，英国，伊国，中国における Web 調査. *日本社会心理学会第61回大会発表論文集*, 198.
- 広瀬 幸雄（1995）. 環境と消費の社会心理学. 名古屋大学出版会
- 笠木 理史・大坊 郁夫（2003）. CMC と対面場面におけるコミュニケーション特徴に関する研究. *対人社会心理学研究*, 3, 93-101.
- 木下 富雄（2002）. リスク認知の構造とその国際比較. *安全工学*, 41, 356-363.
- 厚生労働省（2020a）. 「新しい生活様式」の実践例. 厚生労働省. Retrieved from https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html（最終閲覧日2021年1月15日）
- 厚生労働省（2020b）. 新型コロナ対策のための全国調査. 厚生労働省. Retrieved from https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_13101.html（最終閲覧日2021年1月15日）
- Li, F., Li, Y., Liu, M., Fang, L., Dean, N.E., Wong, G. W. K., ... Xu, S. (2021). Household transmission of SARS-CoV-2 and risk factors for susceptibility and infectivity in Wuhan: A retrospective observational study. *The Lancet Infectious Diseases*. Advance online publication. [https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30981-6](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30981-6)
- Messick (1995). Validity of psychological assessment: Validation of inferences from persons' responses and performances as scientific inquiry into score meaning. *American Psychologist*, 50, 741-749.
- 水本 篤（2014）. 測定の妥当性と信頼性：よいデータの必須条件とは. 竹内 理・水本 篤（編）*外国語教育研究ハンドブック：研究手法のより良い理解のために*（pp.17-31）. 松柏社
- Murakami, M., Ono, K., & Nakatani, J. (2015). Perception of radiation risk and willingness to return home following decontamination. *環境科学会誌*, 28, 193-210.
- 中谷内 一也・尾崎 拓・柴田 侑秀 横井 良典（2021）.

- 新型コロナウイルス拡大期における手洗い行動の規定因 心理学研究, 早期公開 <https://doi.org/10.4992/jjpsy.92.20314>
- 野波 寛・加藤 潤三・池内 裕美・小杉 考司 (2002). 共有財としての河川に対する環境団体員と一般住民の集合行為: 個人行動と集団行動の規定因 社会心理学研究, 17, 123-135.
- Prochaska, J. O., & Velicer, W. F. (1997). The transtheoretical model of health behavior change. *American Journal of Health Promotion*, 12, 38-48.
- 笹田 哲・長田 久雄 (1997). 脳血管障害者の主観的健康統制感に関する研究: 多次元的健康統制尺度を用いて 健康心理学研究, 9 (2), 1-10.
- 鈴木 圭子・本橋 豊・金子 善博・三浦 正樹 (2003). Well-being のための行動理論に関する研究 日本赤十字秋田短期大学紀要, 8, 17-24.
- Wallston, K. A., Wallston, B. S., & DeVellis, R. (1978). Development of the multidimensional health locus of control (MHLC) scales. *Health Education*, 6, 161-170.
- Zajonc, R. B. (1968). Attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9, 1-27.

Investigation of the “New Lifestyle” and its Determinants among Youths

KATO Junzoⁱ

Abstract : With the spread of COVID-19, behavioral changes and the adoption of a new lifestyle are important. In this study, we created a “New Lifestyle Scale” especially for youths (university students) to clarify the actual status of new lifestyles and to examine the psychological factors that influence the implementation of such lifestyles. In order to verify this objective, a questionnaire survey (web questionnaire) was administered to 325 university students. The results of analysis revealed that the new lifestyle scale developed in this study has a four-factor structure: stay home and avoidance the three Cs, general infection control, and checking for infection information, as well as online activities. Multiple regression analysis showed that risk perception, subjective norms, and IHLC were the main determinants of the new lifestyle.

Keywords : COVID-19, new lifestyle, theory of planned behavior, youths

i Associate Professor, College of Social Sciences, Ritsumeikan University

