

埼玉県立大学

情報センター通信

No. 69



- ◆ [巻頭] 情報センター長エッセイ …… 1
- ◆ [特集] 後期学内利用者アンケート集計結果 …… 2-3
- ◆ 新設備のお知らせ：大型ディスプレイ増設 …… 3
- ◆ 情報センターからのお知らせ …… 4

生活のリズムは大切です。

情報センター長 北畠義典

新入生の皆さん、入学してから2か月が過ぎ、大学生活にも慣れてきたころでしょう(在校生の方も必見です)。今回は、規則正しい生活の重要性についてお話しします。

皆さんの多くは自宅から通学していると思いますが、一方で、親元を離れて一人暮らしを始めた方もいることでしょう。高校生までの生活とは異なり、自分で裁量できる時間が増えていることと思います。大学では、朝の始業時刻が日によって異なるため、起床時刻もばらついている人もいないのでしょうか。翌日の始業時刻が遅い日は夜更かしをして、その結果、朝遅くまで寝てしまうことはありませんか。(これは大学生ならではのライフスタイルかもしれませんが。)また、将来の自分の適性を知るための社会経験として、あるいは生活費に余裕を持たせるために、アルバイトをしている方もいるでしょう。人生経験を積む、あるいは少しでも多く稼ぎたいという思いから、つい夜遅くまで働いてしまい、夜更かしになる場合もあります。また、友人とのSNSやゲームなどによって、就寝時間が遅くなることもあるでしょう。

このような生活が常態化すると、寝不足や睡眠の質

の低下を招き、生活リズムが乱れて昼夜逆転になる可能性があります。十分な睡眠時間を確保することはもちろん重要ですが、どの時間帯に睡眠をとるかも同様に大切です。質の良い睡眠がとれなくなると、心身の健康に不調をきたすおそれがあります。では、生活のリズムを保つためにはどうすればよいのでしょうか。それは、日頃から起床時刻を一定に保つことです。たとえ夜更かしをしてしまった日でも、決まった時刻に起きて活動することで、その日は多少の寝不足を感じるかもしれませんが、その分早く眠くなります。そのまま就寝し、翌日も同じ時刻に起きることで、生活リズムを崩さずに済みます。一方で、起床時刻を後ろにずらしてしまうと、昼夜逆転のきっかけになりかねません。夜間のアルバイトは賃金が高く魅力的かもしれませんが、SNSや友人とのやり取りで夜更かししてしまうこともあるでしょう。しかし、夜更かしはできるだけ控え、生活リズムを整えるよう心掛けましょう。



6

後期学内利用者アンケート 集計結果

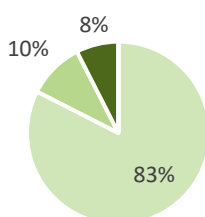
実施期間：2025年度 2026/1/14（水）～3/13（金）

Web フォームによる回答（学内者のみ）



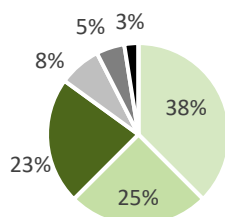
あなたの身分を選択してください。

学部生	83%
教員	10%
院生	8%
職員	0%
その他	0%



現在の所属を教えてください。

看護学科	38%
社会福祉子ども学科	25%
健康開発学科	23%
作業療法学科	8%
その他（院生/専攻）	5%
理学療法学科	3%
共通教育科	0%



コロナ以前、試験期間には全座席が埋まることもあったほど滞在型の利用が多かった情報センターですが、電子リソースや個人用PC等が普及し、どこでも学習できる環境になったことで、以前のような混雑はなくなりました。

そこで、今回のアンケートでは、「あえて“図書館”を利用する」方が情報センターを訪れる目的と、調べものに関して「どのような電子リソース・サービスをメインに利用しているか」を中心にお聞きしました。

図書館内でも「蔵書を調べるなら、まず電子目録（OPAC）を検索」が当たり前となっていますが、物理資料以上に、ウェブで公開されている電子資料を中心に利用している方が多く見受けられ、興味深い結果となりました。

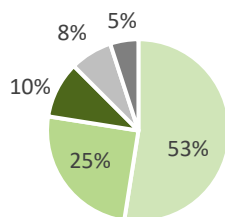
また、専門データベースでの文献検索も、検索結果から文献を直接入手できる、“一次文献データベース”のJ-STAGEを上位に選択する方が多いなど、やや特徴的な傾向が見えます。より素早く、読みたいときにすぐにアクセスできることが魅力でしょうか。

今回いただいたご意見・ご要望は、今後の選書や運営の参考とさせていただきます。

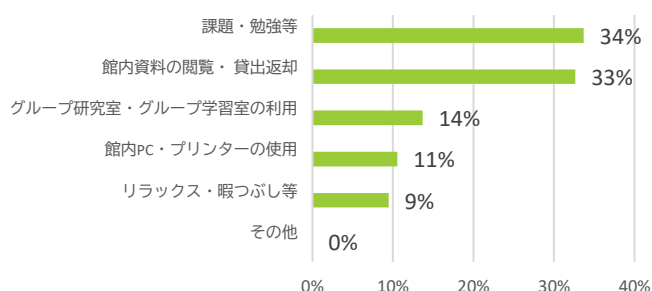
次回アンケート募集の際も、是非投票をお願いいたします。（閲覧担当）

Q1) 情報センターの利用頻度をお答えください。

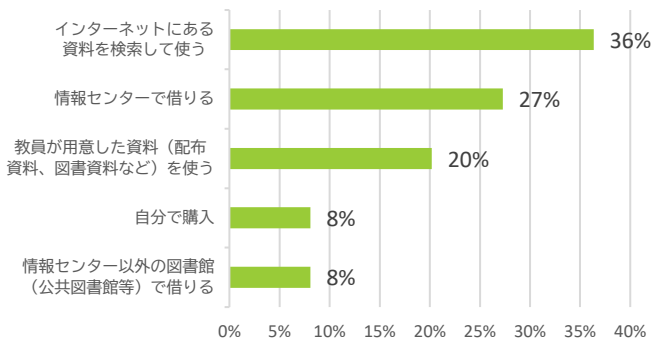
月に数回	53%
週に数回	25%
試験期のみ	10%
年に数回	8%
ほぼ毎日	5%



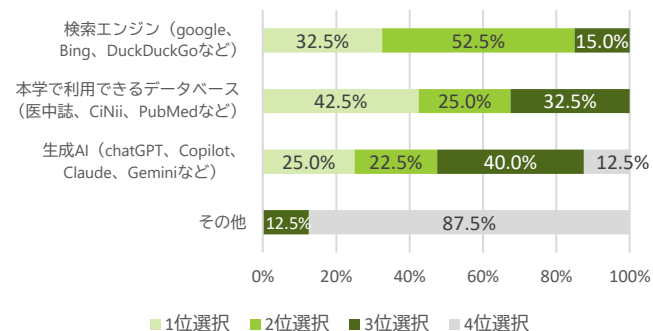
Q2) 主な利用目的をお答えください（複数選択可）。



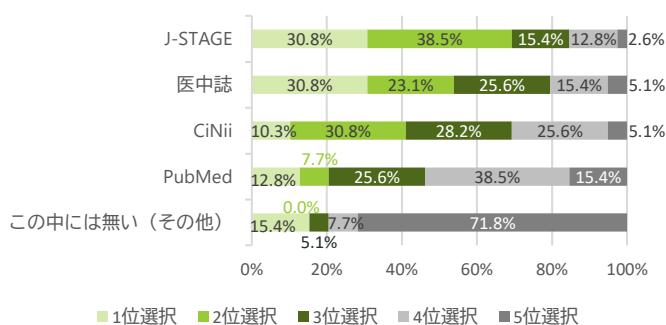
Q3) 学習・実習・レポート作成・研究などに使う資料は、どのように準備していますか？（複数選択可）



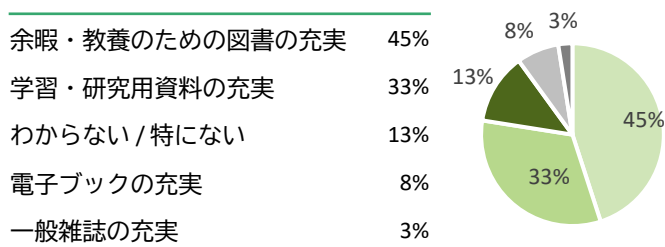
Q4) 文献情報をWeb検索する際、よく利用するのは何ですか？頻度の高いものから並べ替えてください。



Q6) 本学で利用できるデータベースのうち、使用頻度の高いものから並べ替えてください。



Q8) 以下の選択肢のうち、将来的に情報センターに最も希望するものを選択してください。

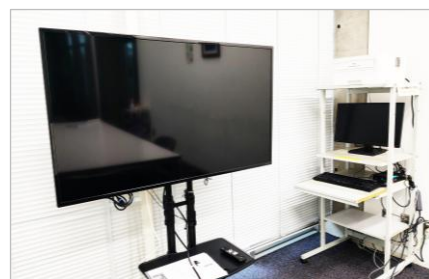


その他の質問：テキスト回答

Q5	Q4で「その他」を1、2番にされた方にお聞きします。利用しているものについてご記入ください。	回答なし
Q7	Q6で「この中には無い（その他）」を1、2番にされた方は、よく使うデータベースをお答えください。	google scholar *1/メディカルオンライン *2 / PsycINFO *2 使ったことがない/館内検索以外はあまりつかっていない 等 *1：googleの学術系検索エンジン。無料 *2：本学契約データベース
Q9	最後に、情報センターへのご意見・ご要望等があればご記入ください。（自由回答）	小説の棚が以前より充実してきたような気がして大変嬉しいです。ありがとうございます。今後もよろしくお願いします。 IT、工学系の本ももっと導入して欲しい。作業療法や精神看護の場においてイラストや創作活動でストレス発散にしている患者もいるため、支援者も応援できるように創作活動に関連した本の導入をして欲しい。 電子ブックの閲覧可能数を増やしていただけると幸いです。（お寄せいただいた中から一部紹介）

新設備のお知らせ：大型ディスプレイ（4K対応）

グループ研究室（1番）に、延原弘章先生よりご寄贈いただいた大型ディスプレイが設置されました。お手持ちのPCやスマートフォンを接続してご利用できます（USB type-Cまたは、HDMIで接続できる機器）。
グループ学習室には電子白板（プロジェクター）もありますので、用途に合わせてご利用ください（設置のPC、もしくはHDMI接続できるPCのみ）。
グループ研究室・学習室は、カウンターにて事前予約ができます。詳しくはカウンターまでお問合せください。



情報センターからの お知らせ



情報センターのグループ研究室・グループ学習室(電子白板あり)は、2名から利用することができます(学内者のみ)。1枠2時間まで。次枠の予約が入っていない場合は、2時間毎の延長ができます。利用申込受付はカウンターまでどうぞ。

◇貸出冊数と期間 ※返却期限の延長は、次の予約が入っていないければ1回のみ可。雑誌は貸出対象外

	冊数	期間	貸出手続きに必要なもの
教職員・院生	15冊	28冊	教職員証または学生証
学部生	10冊	14日	学生証
卒業生	5冊	14日	情報センター利用証(卒業生用)
学外者	3冊	14日	情報センター利用証(学外者用)

◆開館時間外の返却は、情報センター出入口前に設置されるブックポストへ返却してください。
◆大型本・CD-ROM等のメディア類・厚い本等はブックポストへは入れず、必ず開館時間内にカウンターで返却してください。



情報センター2階出入口
2026.4月撮影

【最新の開館情報はHPまたはOPACで】

- ◆ 急な変更となる場合がありますので、来館される際には、[学内メール](#)もしくは[OPACのお知らせ欄](#)をご確認ください。
- ◆ 学内メール(緊急時)>情報センターHP>OPACの順で情報が更新されます(半日~数日程度のタイムラグがあります)。



【情報センター関連 Webサイト】

WebOPAC



WebClass
情報センターページ

情報センターカレンダー

8:30~21:30

8:30~18:10

9:00~17:00

休館日

2026年6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

2026年7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2026年8月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2026年9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

埼玉県立大学 情報センター通信

2026.6 N#69

埼玉県立大学情報センター編集・発行

〒343-8540 埼玉県越谷市三野宮820番地

TEL: 048-973-4122 E-mail: tosho@spu.ac.jp

情報センターHP

