

大学生生活一日の流れ

ここでは、追手門の学生のリアルな生活、
また空きコマの有効的な活用方法も紹介しています！

高校と大学の生活の違いって？

大学では高校と違い自分で決めるということが増えていきます！わかりやすい例で言うと、時間割を自分で組むなどが挙げられます。

空きコマって何？

時間割を自分で組むことにより、空きコマ（授業と授業の間の空き時間）ができることがあります！
この空きコマをどう過ごすかは皆さんの自由です！



一人暮らしの1日の流れ
心理学部 心理学科
3回生

課題の消化と趣味にあてた1日
経営学部 マーケティング学科
3回生

レポートやテスト
勉強としての活用
心理学部 心理学科
3回生

課外活動を中心とした1日
国際教養学部 国際日本学科
2回生

バイトと勉強の1日
経営学部 経営学科
2回生

資格勉強を中心とした1日
経営学部 経営学科
2回生



皆さんの参考になったら幸いです！
それでは、どうぞ↓↓↓



一人暮らしの1日の流れ

9:30
起床



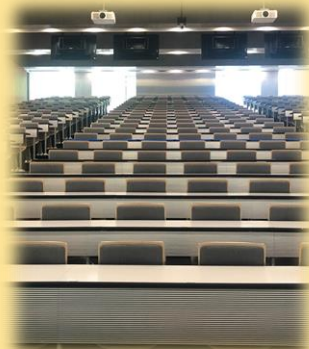
1分でも長く
寝たい派です(笑)



スクールバス
通学

11:10
2限授業

学部授業はほとんどの人が履修するので、大きな教室で行われることがほとんどです。



心理学部 心理学科
3回生 岡垣 咲希

2:30
就寝



24:45
帰宅

18:00
アルバイト

24:30までバイトです！



↑ 自炊をするときは少量でも、野菜を摂ることを心がけています。



今回は2限から4限まである日をピックアップしてみました。課題がある日はバイトが終わってから、夜中にすることが多いです。

大学生になると一人暮らしを始める方も多と思います。ざっくりとした流れですが、一人暮らしを始める方の参考になればと思います！

12:40
お昼休憩



お昼休憩や空きコマの時間は、友達と食堂で過ごします。小テストの勉強をしたり、スマホでゲームをして過ごしています！

15:00
4限授業

本日最後の授業！！



4限がはやく終われば、帰宅後に夜ご飯を作って食べてからバイトに行きます。バイトが無い日は、洗濯をしたり、ゆっくり料理をしたり、課題があれば課題をしたり、のんびり過ごしています。

17:20
帰宅

スクールバス
下校

課題の消化や趣味にあてた1日

早起きが苦手
なので授業は
だいたい2限
からいらてい
ます



登校し、
授業を受けて

お昼ご飯は友達と食堂で
食べています。私の推し
はコロッケカレー！



経営学部3回生 堤香蓮



1時頃就寝

18時～22時
アルバイト

残りの授業を受けて...

図書館にはDVDや
雑誌も充実してい
るので時間を潰す
にはもってこいの
場所です。



私は、授業で出
た課題を消化し
たり、映画を見
たり、友達と過
ごしたり...

大抵は授業の合
間の休憩時間と
して利用してい
ます！

3、4限目に空きコマを
作ることが多いです。



課題やレポー
トは溜めてしま
うと後がしん
どいので、時
間のあるとき
にはぱっと終
わらせるのが
おすすめです！



レポートやテスト勉強時間としての活用

8:00
起床

1 時間半通学

バスの中
では音楽を聞
いたりして
勉強してい
ます♪



11:10
2限開始

心理学部心理学科
3回生 藤井 梓

24:00
就寝

大学生にしては寝
るのが早いです
(笑)学校で課題を
済ませるのはこの
ためでもあります

22:30
帰宅



18時から22時まで
カフェで働きます

18:00
バイト

1 時間半通学

15:00
4 限開始



私は出された課題
やレポートはなる
べく学校に在る間
にやりたいので空
きコマを使って友
達と一緒に勉強が
できるような時間
割にしています！

わからないことは
友達に聞いたり、
次の時間のテスト
の問題を出し合っ
たりします！



2限は感情人格心
理学！む、むず
かしい(^^;)

12:40
お昼休憩

13:20
空きコマ



課外活動を中心とした1日

8:50
到着



1時間
通学

5階の教室に向かいます！

9:30
授業開始



少人数クラスで英語の授業。

10:30
教室移動



エレベーター横が映えです(笑)

12:30
就寝



明日の準備をしてから、
おやすみなさい！

帰宅

国際教養学部
国際日本学科 2回生
牛尾 日奈多



私は学年や学部関係なく色々な人と交流できる課外活動が大好きです！
友達とバドミントンのサークルを設立したり、学校のプログラムやオープンキャンパススタッフに参加したりしています。
空きコマには、短期留学生の日本語学習をサポートをする日本語パートナーセッションに参加しています！

12:10
お昼ご飯



お昼はwillホールで
食べる事が多いです。

13:00
空きコマ



日本語パートナーでは、
文化の違いを感じられます。

15:00
4限授業



大学近くの小学校で行ってます。

17:00
サークル

夜は友達とご飯に行くことが多いです！

20:00
晩ごはん



バイトと勉強の1日

5:00
起床

アルバイト
へ行きます!
(5分)



6時~9時までバ
イトでした。

通学
約1時間

10:40
授業開始
(二限)



会計学の授業

経営学部経営学科 2回生
雑喉拓実
(ざこうたくみ)



僕はこの日のように二限
目からの学校がある時は
朝バイトをしています!
夜もバイトに行っている
ので基本学校以外はずっ
とバイトをしています!
(笑)

なので、空きコマの時間
や寝る前などに課題や資
格の勉強などをしていま
す。
1日最低1時間は勉強す
るよう心がけていま
す!

昼休憩+空きコ
マ
12:10~15:00



お昼ご飯を食べてから簿記の
資格勉強をしました!
少し昼寝もしてます!(笑)

25:00
就寝

24:10



30分ほど本読んでから、
明日の準備します。
この本オススメです!

居酒屋

18時~23時までバイト
でした。

居酒屋へ
約1時間

15:00
授業開始
(4限)



経営心理学授業の授
業でした!

資格勉強を中心とした1日

8:25
大学到着



今日は1限から授業です。

8:30
学食で
朝食



学食の朝定食はなんと100円！

9:00
授業開始
(1限)



1限目は会計の授業です。

12:10
昼食



唐揚げ定食が一番美味しい。
(大西調べ)

13:00
空きコマ



勉強。図書館3.5階は私語
禁止なので集中できます。

経営学部・経営学科
2回生
大西 京汰



僕は大学生活で一度は留学したい！と入学時から強く思い、その目標のために英語の資格（TOEIC）の勉強に力を入れて学生生活を送っています。僕の場合はTOEICですが、皆さんが大学で資格を勉強する際に僕の一日のスケジュールが参考になればと思います！

15:00
授業開始
(4限)



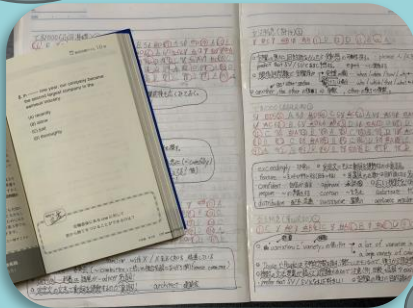
OE(英語)の授業。
積極的に会話します

24:00
就寝



いい夢見ろよ！

20:00
勉強



1日3時間、毎日勉強を
続ければ人生は変わる。

1時間、帰宅