

昼食から垣間見た食生活事情考

－食物栄養学科生卒業研究活動の一端から－

桑原雅臣・溝田今日子・松田佐智子・岡祐希・平木裕子・藤木翔太・増田小夜子

食物栄養学科（情報処理教育）

（平成 24 年 12 月 20 日受理）

Consideration of Eating Habits through a Glimpse of Lunch Time - From a part of graduate studies -

Masaomi KUWAHARA, Kyoko MIZOTA, Sachiko MATSUDA, Yuki OKA, Yuko HIRAKI, Shota FUJIKI, Sayoko MASUDA

Department of Food and Nutrition (Information Processing Education)

(Accepted December 20, 2012)

Abstract

We have conducted a survey regarding lunch on young adults (university and junior college students), and summarized the results. Lunch time plays an important role in students' social activities. We have considered dietary education based on the collected data and suggested recommendations for improving eating habits and circumstances from a broad perspective.

Key word : Lunch 昼食

Questionnaire Survey アンケート調査

Eating Habits 食習慣

1. はじめに

我々は、食育の観点から頻繁に取り上げられる朝食ではなく、一日三度の食事のうちで職場や学校など日中の社会活動の一環および他人とのコミュニケーション環境の延長線上にもある中食としての『昼食』の特性を考慮しながらその実態を調査把握した上で、食生活に対する考察を行った。(尚この調査研究活動は、当情報処理教育研究室の平成24年度卒業研究テーマとして取り組んだ。)

2. 調査と研究の方法

実態調査については、平成24年度本研究室が指導する食物栄養学科の「共に学ぶあすなろう(1・2年次生)」と「卒業研究(2年次生)」の学生達が共同して行った。調査は以下の複数の方法を組み合わせ、その結果を多面的に考察するための基本資料とした。

2.1 アンケート票記入による質問調査(付録資料、参照)

- ① 方法：集合調査法(各教室で説明・配布後、自記させ即時回収)
- ② 対象：西九州大学短期大学部(以下、本学と記載)の食物栄養学科生(以下、食栄生と記載)と生活福祉学科生(以下、生福生と記載)および幼児保育学科生(以下、幼保生と記載)の1年次および2年次(各約80名を無作為抽出)と西九州大学子ども学部子ども学科生(以下、子ども生と記載)の全1年次
- ③ 質問内容：次の4分野について各項目を設定した。
 - ・調査対象の基本的属性
性別と所属学科の他、関連情報として通学方法と生活形態を調査した。
 - ・昼食の状況と内容について
 - ・昼食に対する考えについて
 - ・学食の利用状況について
- ④ 配布数および回収率
 - ・配布枚数：318枚
 - ・回収率：100%
※非回答については、“不明”としてデータ処理から除外
- ⑤ 統計処理ソフトウェア
 - ・マイクロソフトウェア社製、エクセル2007
 - ・(株)エスミ製、エクセルアドイン「Excel アンケート太閤 Ver.5.0」

2.2 聞き取り(ヒアリング)による質問調査

- ① 方法：無作為によるインタビュー方式
- ② 対象：神園キャンパスの本学食栄生と生福生および

子ども生)

- ③ 件数：6件
- ④ 質問内容：次のような9分野について直接口頭で問いかけた
 - ・所属学科等
 - ・普段の昼食
 - ・その昼食を摂る理由
 - ・弁当持参の人は、その弁当は主に誰が作っているのか
 - ・昼食には、どのようなことを注意しているか(食栄生には、“栄養士志望者”として特にどのような意識を持っているか)
 - ・1回の昼食にはどの程度のお金を掛けることが可能か
 - ・朝食と昼食と夕食の中で、自分にとってどの食事が一番大切か(および、その理由)
 - ・学食の業者さんおよびメニュー内容と数が最近変わったが、自分の利用状況や回数に影響しているか
 - ・今食べている昼食(お弁当・持ち込み食・学食など)の写真を撮らせてもらってもよい(了解後、写真撮影)

3. 調査結果

3.1 アンケート質問の単純集計結果

- ① 対象者の基本事項
 - ・性別：男子と女子の割合は3：1である。(図-1)
 - ・学生の所属：本学は3学科1・2年次生と子ども学科は1年次生のみである。(図-2)
 - ・生活形態：学生の約3/4(73%)は、家族同居であり、自宅からの通学者が多い(図-3)。
- ② 昼食状況と内容について
 - ・学生たちは、約3/5(64%)が「弁当」持参で普段の昼食を摂っていることが分かった。学食を利用して昼食を摂っている学生がほぼ20%である。また、

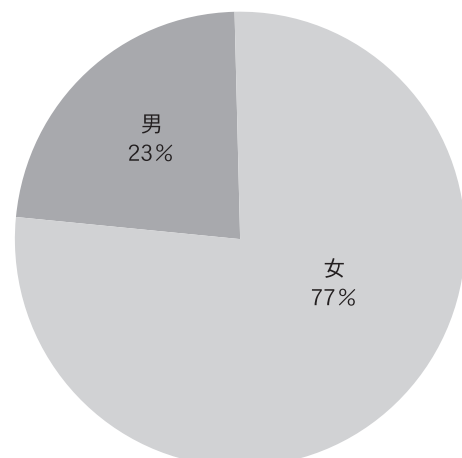
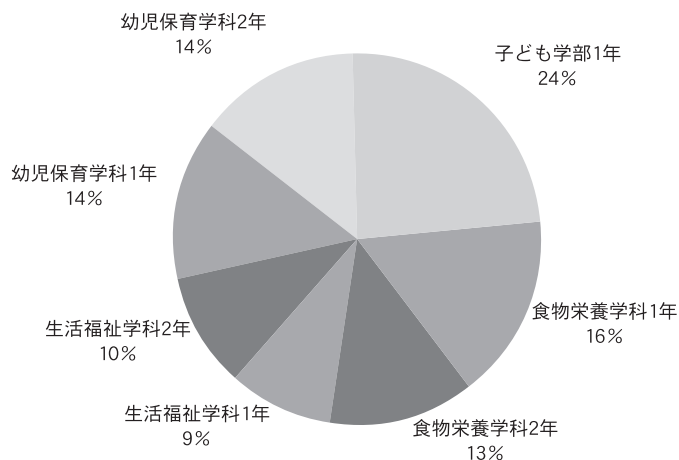
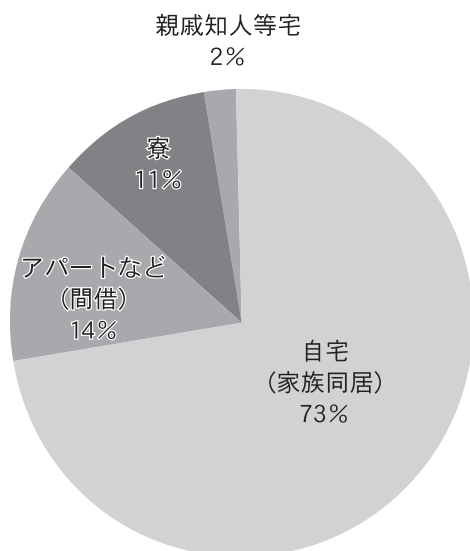


図-1 性別



図－２ 学部・学年



図－３ 生活形態

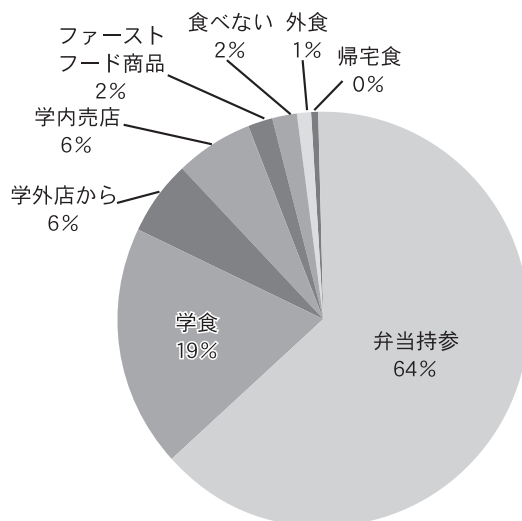
学内(売店)外店舗からの購入後持ち込み食が約６％程度、ファーストフード店や外食者は１～２％程度の僅少であった。(図－４)

- 昼食を主に誰と食べているかとの問いに、ほとんど(92%)の学生が「同じクラスの学生」と回答している。また、他のクラス友人が３％と、独りで食べると答えた者が２％強いた。(図－５)
- 昼食を食べている場所については、約３/４(71%)の学生が本学に２箇所あるいずれかの学生ホールと答えている。次は授業終了後の教室の中で食べており(22%)、その他の学内外施設(芝生、ベンチ・長椅子)利用が４％程度である。また、特異な場所として、僅少ではあるが“トイレ”と回答した者がいる。(図－６)
- 昼食に掛ける費用(弁当持参者を除く)については、３/４(75%)の学生が５００円以内と回答しており、それ以上１,０００円未満を支出している者が１５％程度いる。(図－７)
- 昼食は、約半数の学生が昼休み(１２時～１３時の６０分間)空き時間の中、２時限目授業終了直後からの約１０分～２０分間を充てている(53%)ことが分か

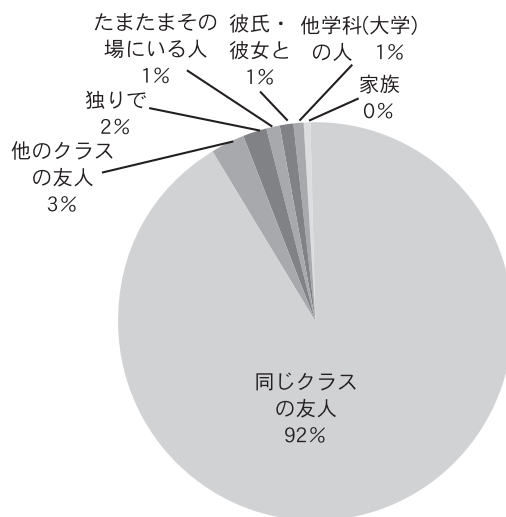
り、３０分以内(36%)でほとんどの者が食事を終えている。(図－８)

③ 昼食について普段から考えている事

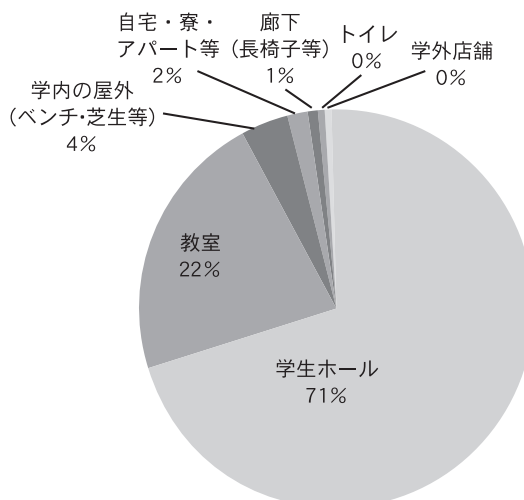
- 昼食に一番求めるものは何かとの問いに対しては、ほぼ半数(52%)の学生が「おいしさ」と答えている。以下、“栄養バランス(15%)”、“安全性(14%)”、“費用(11%)”と続いている。(図－９)



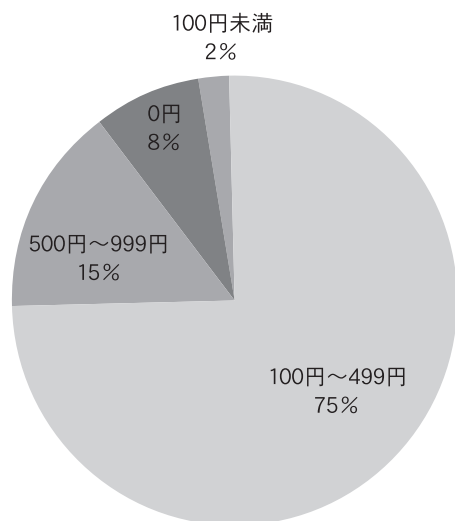
図－４ 普段の主な昼食は何ですか



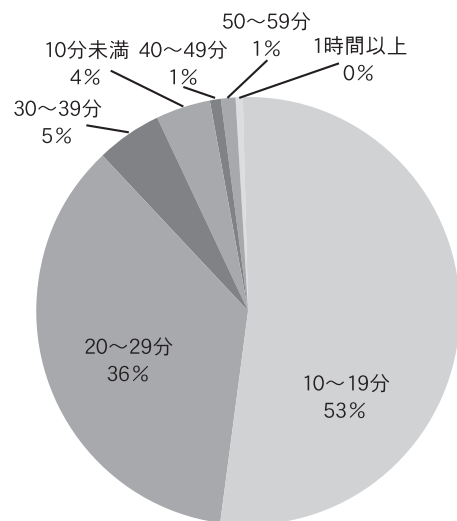
図－５ 昼食は主に誰と食べていますか



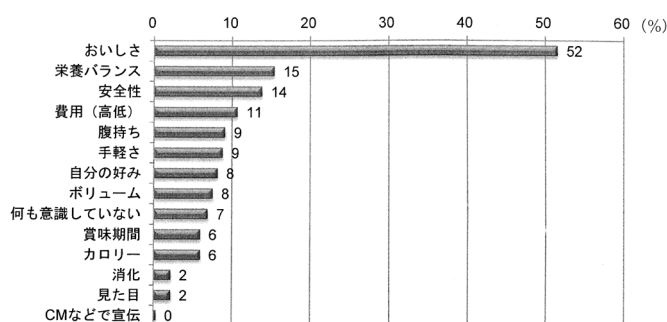
図－６ 昼食は主にどこで食べていますか



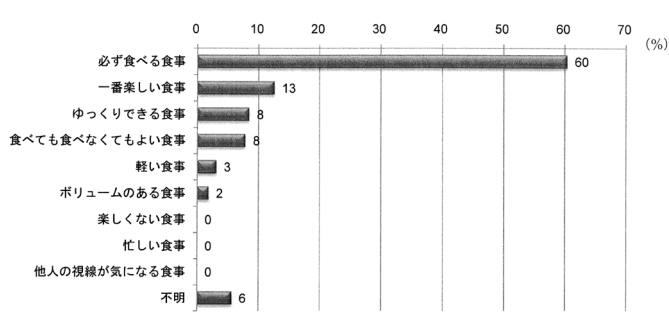
図－7 昼食には平均して1食分どの程度お金をかけていますか



図－8 昼食には平均してどの程度時間を掛けていますか



図－9 昼食に一番求めるものは何ですか (MA) 累計 (n=473)



図－10 あなたにとって昼食はなんだと考えていますか (n=318)

- 昼食とはどのような食事と考えているか (イメージ含む) との問いに対して、1位 (60%) が「必ず食べる食事」と回答している。2位 (13%) は「一番楽しい食事」と答えており、次 (8%) に「ゆっくりできる食事」、以下「食べても食べなくてもどうでもよい食事 (8%)」が続いている。(図－10)

④ 学食の利用状況について

- 学生食堂の利用頻度について、ほぼ半数の学生 (46%) が「全く利用しない」と答えている。以下、週1回程度は利用 (21%) すると回答した者に続き、週2回 (7%)、週3回 (8%)、週4回 (5%)、毎日利用 (週5回、7%) するとなっている。(図－11)
- 学食を利用しない理由については、約4割 (39%) の学生が「弁当だから」と回答し、前問の学食非利用 (46%) の学生がこの中に含まれていると考えられる。以下、「人が多過ぎる (5%)」、「外食又は購入の方が良い (3%)」、「値段が高い (3%)」、「メニューが少ない (3%)」、「狭い (2%)」、「美味しくない (1%)」、「ボリュームがない (1%)」などの意見があった。(図－12)
- 学食に対する自由記述意見をカテゴリー項目化 (複数回答) して集約した結果からは、1位は「もっと安くして欲しい (10%)」であり、以下「メニュー

を増やして欲しい (8%)」、「ボリュームを増やして欲しい (4%)」、「食堂を広くして欲しい (3%)」、「美味しくして欲しい (2%)」、「単品メニューが欲しい (1%)」等々他があった。(図－13)

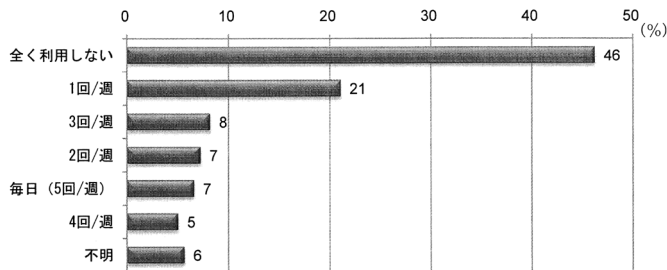
3.2 アンケート質問間のクロス集計結果

① 基本事項 (性別) と一般質問結果との関連

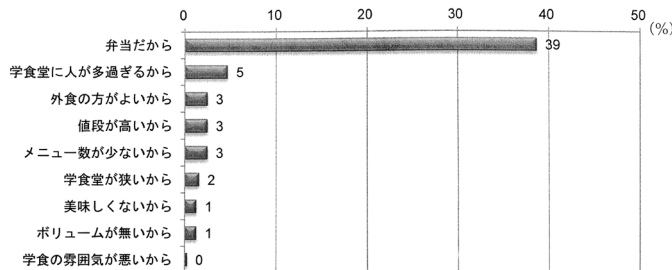
- (Q－1/性別) と (Q－5/普段の主な昼食は何ですか) 間のクロス集計からの分析による男女別の弁当持参状況 (市販弁当を除く) について、学生の約60%強 (197人/309名中) を占めた弁当持参の内訳は、女子が87% (172人/197名中) で男子は13% (25人/197名中) であった。また、女子の73% (172人/237名中) と男子の35% (25人/72名中) の者が持参弁当を食べていることも分かった。

次に、学食利用状況について、学生の約20%を占める学食利用者の内訳は、女子が47% (28人/60名中) で男子は53% (32人/60名中) であった。また、女子の12% (28人/237名中) と男子の44% (32人/72名中) の者が学食を食べていることも分かった。(図－14から再計算)

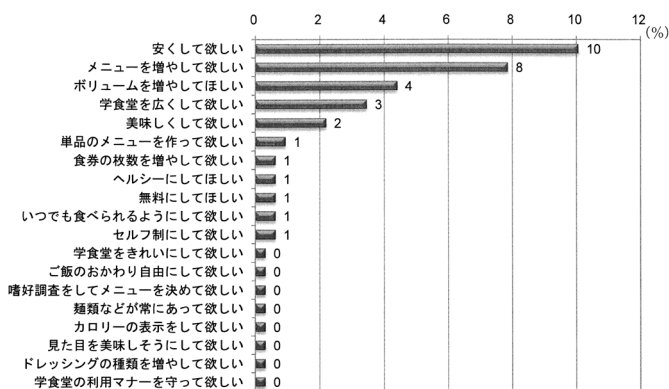
- (Q－1/性別) と (Q－6/昼食を主に誰と食べていますか) については女子のほとんど (97%) が



図－11 学食をどの程度利用していますか (n=318)



図－12 学食を利用しないのはなぜですか (MA) 累計 (n=176)



図－13 学食がどのようになれば利用したいと思いますか (n=318)

同クラス生友人とである一方、男子は80%程度に留まり、他クラス生(4%)やたまたまその場に居る誰か(4%)や彼氏・彼女(3%)と回答している。また、男子については「独りで食べる」が8%程度いる。(図－15)

- (Q－1／性別)と(Q－7／昼食は、主にどこで食べていますか)については、学生ホールでの食事には男女差はほとんど見られない(女子72%、男子68%)が、次位の各教室利用に対しては男子(13%)よりも女子にその傾向が強く(25%)見られる。また、廊下や屋外(芝生など)の長椅子・ベンチ利用は男子に多く、さらに自宅やアパートに帰宅しての昼食や特異とも思えるトイレでの昼食が男子にみられた。(図－16)
- (Q－1／性別)と(Q－10／昼食には、平均してどの程度時間を掛けていますか)については、男女共に20分程度を要している者が一番多く(50%強)、30分以内(約95%)には男女共に全て昼食を終わっている。また、10分未満の短時間で食べる者は女子(2%)より男子(10%)の方に多かった。

(図－17)

- (Q－1／性別)と(Q－11／昼食に一番求めるもの)については、食の安全性(14%)や賞味期限(6～7%)に対しては男女共に気掛けており、さらに女子は美味しさ(55%)や栄養バランス(18%)やカロリー(6%)などを考慮し、男子は費用(16%)やボリューム(14%)を求めていることが分かった。

(図－18)

- (Q－1／性別)と(Q－13／学食をどの程度利用していますか)に対しては、前述のように女子の方に弁当持参が多い分だけ学食の利用が少なく、全く利用しない者は女子が55%で、男子は29%であった。男子の利用頻度は、週5回毎日(17%)から週4回(14%)と週3回(16%)および週1回(17%)と高率を示しているが、女子は各々10%未満の利用しかない。ただ、女子については週1回程度であれば利用するという者が24%いることも分かった。

(図－19)

- ② 基本事項(所属する学校(学部)または学科と学年)と一般質問結果との関連

- (Q－2／学部・学科)と(Q－5／普段の主な昼食は何ですか)のクロス集計からの分析による弁当持参者の各学科内訳は、幼保生が一番多く(32%)、次に食栄生(29%)で、生福生と子ども生の両者が(18%)となっていることが分かった。また学食利用状況の内訳は、子ども生(1年生)の利用率が一番高く(40%)、次に生福生(25%)で、食栄生と幼保生両者(18%)となっていることも分かった。(図－20から再計算)
- (Q－2／学部・学科)と(Q－7／昼食は主にどこで食べていますか)のクロス集計からの分析により、教室利用者の内訳としては食栄生が圧倒的に多く(67%)、次に生福生(16%)、幼保生(9%)、子ども生(7%)であった。また、学生ホール利用者は1位が幼保生(35%)で、次に子ども生(25%)、生福生(21%)、食栄生(19%)となっている。学内外の長椅子・ベンチ・芝生等で食べている者はそのほとんどが子ども生(69%)で、次が幼保生(31%)で、食栄生と生福生には該当者がいなかった。(図－21から再計算)
- (Q－2／学部・学科)と(Q－8／昼食には、平均して1食分どの程度お金を掛けていますか)との関係からは、ほとんどの学生が500円未満(約70%強)で済ましていることが分かったが、生福生2年には1,000円未満の額を支出している者が35%もいることが分かった。(図－22)
- (Q－2／学部・学科)と(Q－12／あなたにとって昼食はなんだと考えていますか)とのクロス集計

結果から、各学科1位（約60～70%）であった「必ず食べる食事」の中で、生福生の当該回答が一番低く（1年生が35%、2年生は52%）なっている。また、「食べても食べなくてもよい食事」とした者が、他学科生（約10%以下）よりもやはり生福生に多い（15～18%）ことも分かった。（図-23）

- （Q-2／学部・学科）と（Q-13／学食をどの程度利用していますか）との関係からは、子ども生1年と生福生1年に毎日の利用者が多く、食栄生に

は週1回程度の利用者はある程度いるが一概に利用が少ない傾向にあることが分かった。（図-24）

- （Q-2／学部・学科）と（Q-13-1／学食を全く利用しないと答えた人は、なぜですか）とのクロス集計から、食栄生の高い弁当持参率に起因した学食低利用の他理由として、「学生食堂が狭い」や「人が多過ぎる」との意向を挙げた者が他学科より多かった。（表-1）

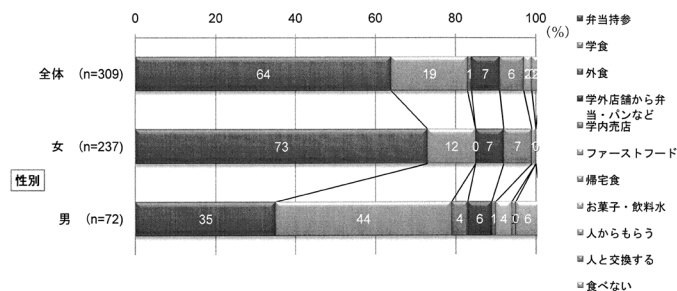


図-14 性別による普段の主な昼食は何ですか

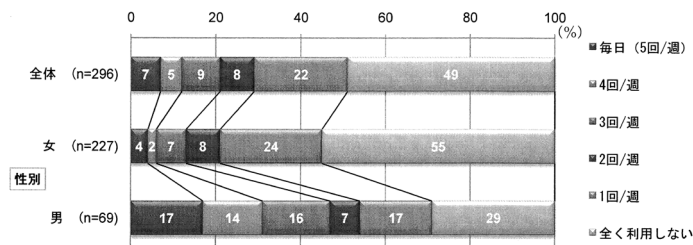


図-19 性別による学食をどの程度利用していますか

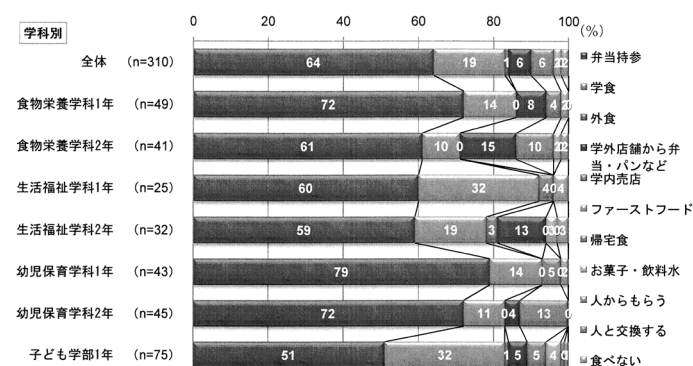


図-20 学科別による普段の主な昼食は何ですか

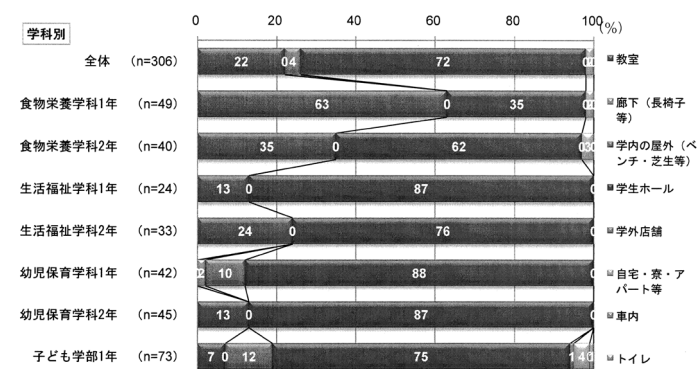


図-21 学科別による昼食は主にどこで食べていますか

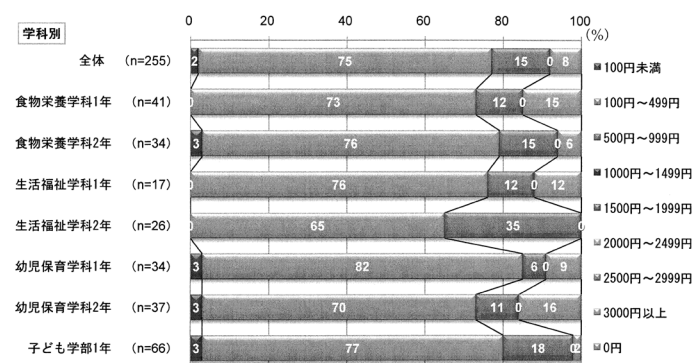


図-22 学科別による昼食には平均して1食分の程度お金を掛けていますか

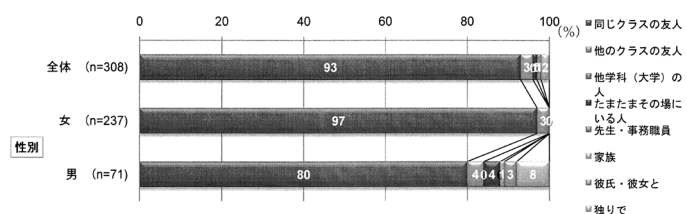


図-15 性別による昼食は主に誰と食べていますか

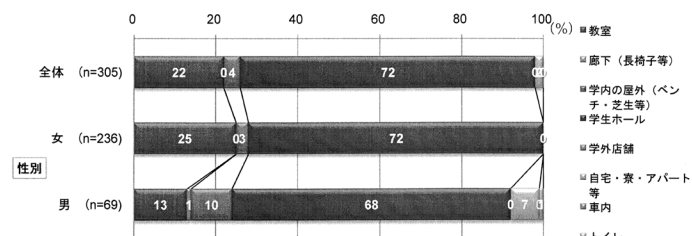


図-16 性別による昼食をどこで食べていますか

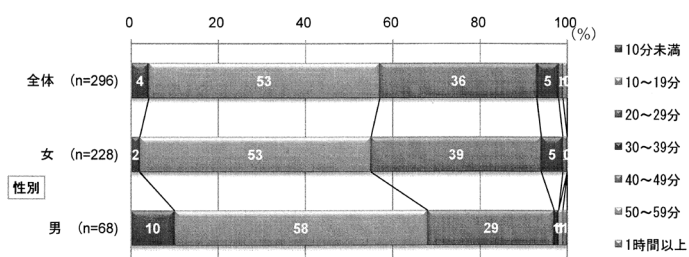


図-17 性別による昼食には平均してどの程度時間をかけていますか

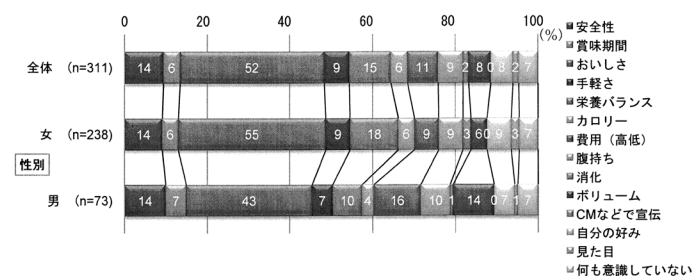
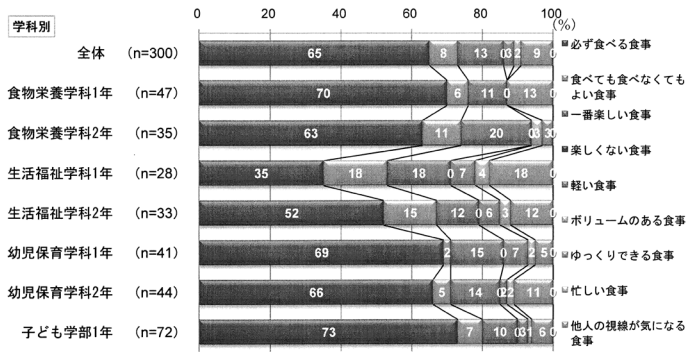
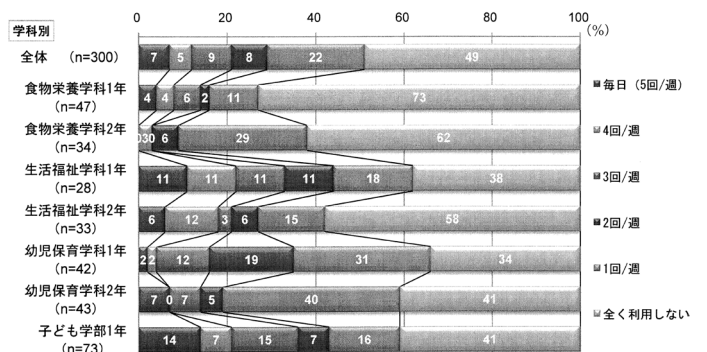


図-18 性別による昼食に一番求めるものは何ですか



図ー 23 学科別によるあなたにとって昼食はなんだと考えていますか



図ー 24 学科別による学食をどの程度利用していますか

表ー 1 学科別による学食を全く利用しないのはなぜですか

		(%)								
学科別	全体	39	3	0	2	5	3	1	1	3
	食物栄養学科 1 年	57	2	2	8	10	4	0	0	4
	食物栄養学科 2 年	44	0	0	0	5	5	0	2	0
	生活福祉学科 1 年	39	0	0	0	4	0	0	0	0
	生活福祉学科 2 年	42	3	0	0	3	0	9	6	15
	幼児保育学科 1 年	26	0	0	0	2	2	2	0	0
	幼児保育学科 2 年	36	7	0	0	2	7	0	2	0
	子ども学部 1 年	33	4	0	1	5	0	0	0	1
	理由	弁当だから	外食(購入)の方が良いから	学食の雰囲気(環境)が悪いから	学食が狭いから	学食に人が多すぎるから	値段が高いから	美味しくないから	ボリュームがないから	メニュー数が少ないから

(MA n=176)

表ー 2 普段の主な昼食とどこで食べていますか

	教室	廊下(長椅子等)	学内の屋外(ベンチ・芝生等)	学生ホール	学外店舗	自宅・寮・アパート等	車内	トイレ
全体	22	0	4	71	0	2	0	0
弁当持参	27	1	5	68	0	0	0	0
学食	7	0	3	86	0	2	0	2
外食	0	0	0	67	0	33	0	0
学外店から	35	0	0	65	0	0	0	0
学内売店	22	0	0	72	6	0	0	0
ファーストフード商品	0	0	17	50	0	33	0	0
帰宅食	0	0	0	0	0	100	0	0

(n=310)

4. 調査結果の考察

4.1 アンケート質問の単純集計結果

① 対象者の基本事項について

今回の調査対象者の 3/4 を女子が占めていることから、各種結果は主に母数の多い女子の特徴的意識と意向を強く反映していると想定できる。ただし、性別をはじめ通学や生活形態など当該基本分類項目のデータは、後述のクロス集計分析の際の対抗項目としての意味が強

く、以後の一般質問の結果に対する男女やその他特徴的な意識の差異を捉えることができたと考えている。

② 本学および子ども学科の学生の昼食形態の特徴として、弁当持参率が高い (64%) ことが挙げられる。これは、自宅からの通学者の多い、いわゆる地方に位置する大学の特色の一つとも考えられるのではないだろうか。しかし反面、このことが学生食堂の食券利用率が約 20% 程度と低い原因ともなり、結果として当該事業施設運営上の安定的食数確保が思うに任せない状

況に至っていると考えられる。さらに、学内売店と学外店舗およびファーストフード店からの飲食物購入者が非常に僅少であったことは想定外の結果であった。本学の立地は佐賀市の郊外繁華エリア(バイパス沿い)に位置しており、近隣には多くの飲食店や各種ショップが立ち並んでいる環境であるが、学生たちの目は近隣店での購買による昼食持ち込みには向いていないという意外な現状が分かった。

- ③ 昼食を誰と主に食べているのかについては、ほぼ全員(90%強)の学生が「クラスの友人」と回答しており、この結果からは意外と狭い仲間意識の枠中での“ランチ・コミュニケーション”しか取れていない現状が読み取れる。しかし、この性情は日本人全般に通じる一種の国民性なのかもしれないとも考えられる。
- ④ 食事を摂る場所の結果からは、約70%の学生が学生ホール(2箇所、学食兼用)で食べており、この中には(表-2)に示されるように弁当持参者や学内外購入の昼食持ち込み者も席取りをしていると考えられるので、当然現状に見るように混雑環境を呈している原因といえる。他約20%の学生が授業終了後の教室でそのまま食べていると回答している。また、この教室利用者には後述するように学科ごとに若干特徴的な理由と結果も出ている。屋内外の廊下長椅子や芝生とベンチ利用者は非常に僅少であることから、今後の学内景観の公園化推進計画などの施策立案の考慮点となるようにも考える。さらに、非常に特異とも云える場所として極少ではあるが「トイレ」を挙げている者がいる。
- ⑤ 昼食に費やしている金額(弁当持参者を除く)は、ほぼ3/4の学生が500円未満と回答しており、丁度よい手ごろ感が伴う金額なのかもしれないが、儉約志向の視点からも納得できる出費の範囲と思われる。ある特定学科に若干集中(後述)しているが10%強の者が1,000円未満を費やしているとの結果も出ている。
- ⑥ 昼食時間として、半数以上の学生が2時限目終了直後からの約20分間を当てているとの結果で、これを“若者たちは概ね早食い傾向”と取るか、“普通に食べたならこの程度の時間”と考えるのかについては、多くの学生たちが昼休みの食後時間を何にどのように活用しているのかをさらに今後調査したいと思う。
- ⑦ 昼食に求めるものは、圧倒的に「おいしさ」と回答しているが、一部には健康を気づかって栄養バランスや食の安全性などまで考慮している堅実な学生もいることが分かった。
- ⑧ 前述したように“昼食”とはほとんどの人々が働きながらあるいは勉強しながらの合間でとる中間の食事であることを反映して、今回の結果からも“必ず食べる”ものとの認識が強いようであった。ただこの食意

識が義務的かつ惰性的な食事化につながる傾向の強い“多忙な社会人の昼食”に繋がらないように健全な意識を維持してできるだけ“楽しい食事”、“ゆっくりできる食事”であって欲しいと思う。また一寸気になる結果として、ある特定の学科に“どうしてもよい食事”との意見が集中して出ており、この認識に対する真意(後述)を知りたいとも思う。

- ⑨ 学生のほぼ“半数が学食を利用していない”という現実には、弁当持参率が50%を超えているという今回の調査データから想定できる結果と考える。ただし、1週間に1回程度は学食を利用すると約20%の学生が回答しており、この程度の頻度であれば食券を買って学生ホールで昼食をする何らかの理由が別途あるのかもしれない。今後、学食事業としての採算と食数確保などの面から、学生の昼食形態と健全な学食運営策を両輪とした検討が必要であると考えられる。
- ⑩ 約半数を占める学食非利用者の利用しない理由のトップは、約40%の「弁当だから」であり、以下の学食堂が狭く、人が多過ぎるなどのスペースに対する不満やメニュー、味、ボリュームなどの食事に対する不満などは僅少である。しかし今回の結果からは、このような諸々の不満があるから自分で弁当を持ってくるのか、もともと弁当持参の意向が強いのかは明らかではない。
- ⑪ 学生ホールの利用に対する自由記述意見をコンピュータで任意カテゴリー化(MA)した結果からは、学食昼食券利用者と学生ホールの単なる昼食用又はコミュニケーション用スペースとしての三者の立場から、フロア面積の拡張やボリュームやメニュー数の拡充などの一般的なものであった。ただ僅少の「定食セットではなく、“単品メニュー”が欲しい」との声もあった。

4.2 アンケート質問間のクロス集計結果について

- ① 学生の60%強である“弁当持参者”の中、さらに86%を女子が占めており、男子は12%に止まっている。圧倒的に女子に弁当持参傾向が集中しているこの結果は、我々が学内で普段目にする状況からも想定できることと思われる。しかし、対象の男子学生数(72名)と同女子学生数(237名)別にその内訳を調べてみると、女子の弁当派は73%であるが、男子でもその中の33%の者が弁当を持参しての通学であることも分かった。
- ② わずか20%の学食利用の男女別内訳は、若干男子の利用者が多いがそれほど差は無くほぼ半々である。しかし、これも各男女別に対してみると、女子は全女子数のわずか12%程度しか学食を利用しておらず、男子は全男子数のほぼ1/2弱の者が学食を食べてい

ることが分かった。この結果から考えて、総合的にやはり“弁当は女子”で、“学食は男子”的なカラーであるように見て良いのかもしれない。

- ③ 昼食を摂る仲間とコミュニケーションとの関連性を見てみると、女子については同じクラスの中だけでは“昼食の仲間”が完結していることが判明した。男子も主傾向は同一クラス内での昼食仲間の関係ではあるが、女子に見られない“クラス外の人との同食”という特徴を持っている。他のクラス又は学科生、たまたま自分の傍にいた者、彼女と一緒になど男子学生が学内に少ない点もあるのだろうが、人間関係の幅を広めたコミュニケーションを求めている傾向が見て取れるように思う。一方、男子の昼食孤食者がいることも女子に見られない特徴とも言えるのではないだろうか。これは、単なる表面的な人付き合いとして他人と会食することを基本的に苦手としている結果から独りで食べているということであろうか。その詳しい心情などについては以後の調査に委ねたいと思う。
- ④ 学生ホールでの食事に男女の差は見られないが、主だった教室内での昼食は女子グループに陣取られているためか、女子との混食ができ難い性向の男子は、結果として学内に分散し、廊下あり、長椅子あり、芝生あり、ベンチありと人目をあまり気にしない性分も手伝って気ままに昼食場所を転々とし、あまり限定的に考えていない様子が窺える。
- ⑤ どの学科生にも共通する認識として、「昼食は、必ず食べる食事」との回答があった。しかし、生活福祉学科生の当該意識が少し低い上に、「食べても、食べなくてもよい食事」との認識が若干あることが分かった。これは、どのようなことを背景としているのか今回の調査からは不明であるが、何か職業的な面（福祉施設での業務体系等）からの影響でもあるのであろう

か。以後、再調査を行ってみたいと思う。

- ⑥ 所属学科別では、幼保生が弁当持参率トップであり、また学生ホール（食堂兼用）利用者のトップも同学科であるが、学食券利用率は低い状況から考えて、幼保生は学生ホールを弁当を食べるための場所として多用していると考えられる。

5. まとめ

今回の我々の調査からは、本学および子ども学科両学生たちの主要な昼食形態としての「弁当」と「学食」の現況に対する生のデータを収集、把握することができた。この結果からは、想定以上に学生たちが食に対する強い健康志向と儉約指向を持っていることが分かった。さらに、昼食が“人と人との新しい繋がり”を創り出し、また“人間関係の潤滑剤”としても機能している社会的背景の一端も多少垣間見ることができたことも大きな成果であると考ええる。

また、食の文化的価値とその側面という観点から考えて、栄養士を目指して日々勉学に励む本学食栄養生としては、栄養学を始めとして各分野の専門知識を修得することは当然のこととして、「食事は単に生命を維持するためだけの栄養を補給する行動」ではないことも自明としているであろう。しかし、昨今の若者の中には、多忙な社会活動の効率化や簡便性を優先するあまり“食事を単に空腹を満たすため”だけの一行為と見なし、「食事を楽しみ、味わい、喜び、感動して食する気持ち」が何となく希薄になってきている者がいるようにも思える。今後、我々がより健全な食生活を構築していく上で、この「人の食に対する”こころの在り方”」も、重要なファクタとして考えていく必要があるように感じた。

若者の昼食についての意識と状況調査アンケート

◎次のあなたの基本事項についてお答えください。

[Q.1] 性別は？

- ① 女 ② 男

[Q.2] 学部・学年は？

- ①食物栄養学科1年 ②食物栄養学科2年
③生活福祉学科1年 ④生活福祉学科2年
⑤幼児保育学科1年 ⑥幼児保育学科2年
⑦子ども学部1年 ⑧子ども学部2年

[Q.3] 主な通学形態は？

- ①徒歩 ②自転車 ③バイク ④自動車 ⑤公共交通機関（JR・私鉄・バス）

[Q.4] 生活形態は？

- ①自宅（家族同居） ②寮 ③アパート等（間借） ④親戚知人等宅

◎次に、あなたの学校での昼食の状況についてお答えください。

[Q.5] 普段の主な昼食は何ですか？

- ①弁当持参（市販の弁当は除く） ②学食 ③外食 ④学外店舗から弁当・パン等購入
⑤学内売店 ⑥ファーストフード商品（ハンバーガー・揚げ物類・ドーナツ等）
⑦帰宅食 ⑧お菓子・飲料水 ⑨人からもらう ⑩人と交換する ⑪食べない

[Q.5-1] Q5の昼食を取る主な理由は何ですか？

- ①健康 ②経費 ③美味しいから ④手ごろだから ⑤便利だから
⑥好きな物を食べられるから ⑦生活習慣だから

[Q.6] 昼食は、主に誰と食べていますか？

- ①同じクラスの友人 ②他クラスの友人 ③他学科（大学）の人
④たまたまその場にいる人 ⑤先生・事務職員 ⑥家族 ⑦彼氏・彼女と ⑧独りで

[Q.7] 昼食は、主にどこで食べていますか？

- ①教室 ②廊下（長椅子等） ③学内の屋外（ベンチ・芝生等） ④学生ホール
⑤学外店舗 ⑥自宅・寮・アパート等 ⑦車内 ⑧トイレ

[Q.8] 昼食には、平均して1食分どの程度お金を掛けていますか？（持参弁当を除く）

- ①100円未満 ②100～499円 ③500～999円 ④1000～1499円
⑤1500～1999円 ⑥2000～2499円 ⑦2500～2999円 ⑧3000円以上 ⑨0円

[Q.9] 昼食は、おおよそ何時頃に食べていますか？

- ①12:00前 ②12:00～ ③12:15～ ④12:30～ ⑤12:45～ ⑥13:00～
⑦13:30以降 ⑧都合によりバラバラ ⑨食べたい時（不定期）

[Q.10] 昼食には、平均してどの程度時間を掛けていますか？

- ① 10 分未満 ② 10 ～ 19 分 ③ 20 ～ 29 分 ④ 30 ～ 39 分 ⑤ 40 ～ 49 分
⑥ 50 ～ 59 分 ⑦ 1 時間以上

◎次に、あなたが昼食について普段特に考えている事についてお答えください。

「Q.11」 昼食に一番求めるものは何ですか？

- ①安全性 ②賞味期限 ③おいしさ ④手軽さ ⑤栄養バランス ⑥カロリー
⑦費用（高低） ⑧腹持ち ⑨消化（胃もたれしない） ⑩ボリューム
⑪CMなどで宣伝している ⑫自分の好み ⑬見た目 ⑭何も意識していない

[Q.12] あなたにとって昼食はなんだと考えていますか？（1つ回答）

- ①必ず食べる食事 ②食べても食べなくても、どうでもよい食事 ③一番楽しい食事
④楽しくない食事 ⑤軽い食事 ⑥ボリュームのある食事 ⑦ゆっくりできる食事
⑧忙しい食事（バタバタする） ⑨他人の視線が気になる食事

◎次に、あなたの学食の利用状況についてお答えください。

〔Q.13〕 学食をどの程度利用していますか？

- ①毎日（5回／週） ②4回／週 ③3回／週 ④2回／週 ⑤1回／週
⑥全く利用しない

[Q.13-1] Q.13で“全く利用しない”と答えた人は、なぜですか？（複数回答可）

- ①弁当だから ②外食（又は購入）の方が良いから
③学食堂の雰囲気（環境）が悪いから ④学食堂が狭いから
⑤学食堂に人が多過ぎるから ⑥値段が高いから ⑦美味しくないから
⑧ボリュームが無いから ⑨メニュー数が少ないから

[Q .13-2] Q .13 で②～⑥と答えた人は、学食がどのようなになれば、利用したいと思いますか？

ご協力ありがとうございました。