

高校・大学生の健康的な食習慣づくり重点化事業
～No vegetable, No Life 大学生編～

平成26年度～28年度

目的

大学生の身近な食環境である**学生食堂を通じた食育**を学校と連携して行い、学生の健康づくりを支援する環境を整備することにより大学生の食生活改善を図る。

内容

(1) 学生食堂での食育実践支援

学生食堂での食育をモデル的に支援し、食堂を通じた効果的な食育事例を集成する。

- ① 食堂利用者に対する出前食育の実施（アンケートの実施）
- ② 学生食堂でのヘルシーメニューの提供支援
- ③ 食堂を通じた栄養情報発信の支援

(2) 学生食堂を通じた食育実践研修会の開催

学校職員、食堂関係者等を対象に、学生食堂での食育を実践するための具体的な手法を養う研修会を実施し、各校での食堂を通じた食育を推進する。

結果

■対象者の内訳

(1)(2)性・年齢別

表1-1 すべての対象者(26~28年度) (人)

| 年齢(歳) | 男 | 女 | 計 |
|-------|------|-----|------|
| 18 | 221 | 124 | 345 |
| 19 | 428 | 244 | 672 |
| 20 | 339 | 214 | 553 |
| 21 | 194 | 116 | 310 |
| 22 | 98 | 55 | 153 |
| 23 | 23 | 15 | 38 |
| 24 | 13 | 8 | 21 |
| 25 | 8 | 2 | 10 |
| 26 | 5 | 4 | 9 |
| 27 | 5 | 2 | 7 |
| 28 | 2 | 1 | 3 |
| 29 | 3 | 2 | 5 |
| 計 | 1339 | 787 | 2126 |

性別 男性:63.0% 女性:37.0%

→男性の割合が高い

(4) 現在の住居について、あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----------------|------------|----------------------|------------|
| 家族と同居 (自宅通学) | 食事つき寮・下宿など | 一人暮らし等 (食事は自炊や外食) | その他 () |

(26～28年度)

| 住居 | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|---------------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 家族と同居(自宅通学) | 971 | 72.5% | 583 | 74.1% | 1554 | 73.1% |
| 食事つき寮・下宿など | 41 | 3.1% | 25 | 3.2% | 66 | 3.1% |
| 1人暮らし等(自炊や外食) | 305 | 22.8% | 157 | 19.9% | 462 | 21.7% |
| その他 | 19 | 1.4% | 3 | 0.4% | 22 | 1.0% |
| 不明 | 3 | 0.2% | 19 | 2.4% | 22 | 1.0% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

住居別(性別)

家族と同居(自宅通学等) 男性:72.5% 女性:74.1%

1人暮らし等(自炊や外食) 男性:22.8% 女性:19.9%

【現在の食生活についておたずねします】～朝食編～

問1 あなたはふだん朝食を食べますか。
 あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----------|----------|----------|----------|
| ほとんど毎日食べる | 週4～5日食べる | 週2～3日食べる | ほとんど食べない |

問4へ

(26～28年度)

| 朝食摂取状況 | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|----------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| ほとんど毎日 | 719 | 53.7% | 512 | 65.1% | 1231 | 57.9% |
| 週4～5日 | 176 | 13.1% | 93 | 11.8% | 269 | 12.7% |
| 週2～3日 | 150 | 11.2% | 72 | 9.1% | 222 | 10.4% |
| ほとんど食べない | 293 | 21.9% | 109 | 13.9% | 402 | 18.9% |
| 不明 | 1 | 0.1% | 1 | 0.1% | 2 | 0.1% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

欠食習慣なし(ほとんど毎日食べる) 男性53.7% 女性65.1%

住居別 朝食欠食習慣

□ 現在の住居別 × 問1の関係(性別)
 対象者の内訳(2)現在の住居別
 問1 あなたはふだん朝食を食べますか。

| 区分 | 問1 あなたはふだん朝食を食べますか | | | | | 合計 | p | |
|-------------|--------------------|-------|-------|----------|--------|--------|--------|-------|
| | ほとんど毎日 | 週4~5日 | 週2~3日 | ほとんど食べない | | | | |
| (26~28年度) 男 | 現在の住居 | 家族と同居 | 597 | 117 | 93 | 163 | 970 | 0.000 |
| | | | 61.5% | 12.1% | 9.6% | 16.8% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 20 | 10 | 3 | 8 | 41 | |
| | | | 48.8% | 24.4% | 7.3% | 19.5% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 89 | 48 | 53 | 115 | 305 | |
| | 29.2% | 15.7% | 17.4% | 37.7% | 100.0% | | | |
| | その他 | 12 | 1 | 1 | 5 | 19 | | |
| | | 63.2% | 5.3% | 5.3% | 26.3% | 100.0% | | |
| | 合計 | 718 | 176 | 150 | 291 | 1335 | | |
| | | 53.8% | 13.2% | 11.2% | 21.8% | 100.0% | | |
| 女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 406 | 60 | 46 | 71 | 583 | 0.000 |
| | | | 69.6% | 10.3% | 7.9% | 12.2% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 14 | 6 | 2 | 3 | 25 | |
| | | | 56.0% | 24.0% | 8.0% | 12.0% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 83 | 20 | 22 | 32 | 157 | |
| | 52.9% | 12.7% | 14.0% | 20.4% | 100.0% | | | |
| | その他 | 0 | 1 | 0 | 2 | 3 | | |
| | | 0.0% | 33.3% | 0.0% | 66.7% | 100.0% | | |
| | 合計 | 503 | 87 | 70 | 108 | 768 | | |
| | | 65.5% | 11.3% | 9.1% | 14.1% | 100.0% | | |
| 男女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 1003 | 177 | 139 | 234 | 1553 | 0.000 |
| | | | 64.6% | 11.4% | 9.0% | 15.1% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 34 | 16 | 5 | 11 | 66 | |
| | | | 51.5% | 24.2% | 7.6% | 16.7% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 172 | 68 | 75 | 147 | 462 | |
| | 37.2% | 14.7% | 16.2% | 31.8% | 100.0% | | | |
| | その他 | 12 | 2 | 1 | 7 | 22 | | |
| | | 54.5% | 9.1% | 4.5% | 31.8% | 100.0% | | |
| | 合計 | 1221 | 263 | 220 | 399 | 2103 | | |
| | | 58.1% | 12.5% | 10.5% | 19.0% | 100.0% | | |

住居別では一人暮らしで一番低率
 女性より男性の一人暮らしの朝食欠食習慣の割合高い

問2 あなたが、ふだん食べる朝食はどのような内容が多いですか。
 あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------|----------------------|------|-------|------|------------|
| 主食・主菜・副菜 | 主食・副菜 又は 主菜・副菜 | 副菜のみ | 主食・主菜 | 主食のみ | その他 () |

問4へ

| 朝食内容 | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|--------------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 主食・主菜・副菜 | 258 | 19.3% | 112 | 14.2% | 370 | 17.4% |
| 主食・副菜又は主菜・副菜 | 140 | 10.5% | 97 | 12.3% | 237 | 11.1% |
| 副菜のみ | 21 | 1.6% | 11 | 1.4% | 32 | 1.5% |
| 主食・主菜 | 146 | 10.9% | 110 | 14.0% | 256 | 12.0% |
| 主食のみ | 442 | 33.0% | 318 | 40.4% | 760 | 35.7% |
| その他 | 33 | 2.5% | 28 | 3.6% | 61 | 2.9% |
| 不明 | 299 | 22.3% | 111 | 14.1% | 410 | 19.3% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

主食のみ(不明を除いた率) 男女とも一番割合高い 男性42.5% 女性47.0%
 (不明を除いた率:不明とは問1で朝食をほとんど食べないと回答したものは回答不要のため)

主食・主菜・副菜が揃った朝食(不明を除いた率) 男性24.8% 女性16.6%

住居別 朝食内容

□ 現在の住居別 × 問2の関係(性別)
 対象者の内訳(2)現在の住居別
 問2 あなたがふだん食べる朝食はどのような内容が多いですか。

(上段:人 下段:割合%)

| 区分 | 問2 あなたが、ふだん食べる朝食はどのような内容が多いですか | | | | | | | 合計 | p | |
|-------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|--------------|------------|----------------|-------|
| | 主食・主菜・副菜 | 主食・副菜又は主菜・副菜 | 副菜のみ | 主食・主菜 | 主食のみ | その他 | | | | |
| (26~28年度) 男 | 現在の住居 | 家族と同居 | 215 26.7% | 120 14.9% | 9 1.1% | 111 13.8% | 326 40.5% | 23 2.9% | 804 100.0% | 0.000 |
| | | 寮・下宿 | 11 34.4% | 4 12.5% | 2 6.3% | 7 21.9% | 6 18.8% | 2 6.3% | 32 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 31 16.4% | 16 8.5% | 8 4.2% | 25 13.2% | 104 55.0% | 5 2.6% | 189 100.0% | |
| | | その他 | 1 7.1% | 0 0.0% | 2 14.3% | 3 21.4% | 5 35.7% | 3 21.4% | 14 100.0% | |
| | | 合計 | 258 24.8% | 140 13.5% | 21 2.0% | 146 14.1% | 441 42.4% | 33 3.2% | 1039 100.0% | |
| 女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 86 16.8% | 72 14.1% | 8 1.6% | 77 15.0% | 251 49.0% | 18 3.5% | 512 100.0% | 0.307 |
| | | 寮・下宿 | 7 31.8% | 4 18.2% | 1 4.5% | 5 22.7% | 5 22.7% | 0 0.0% | 22 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 15 12.2% | 18 14.6% | 2 1.6% | 25 20.3% | 54 43.9% | 9 7.3% | 123 100.0% | |
| | | その他 | 0 0.0% | 0 0.0% | 0 0.0% | 0 0.0% | 1 100.0% | 0 0.0% | 1 100.0% | |
| | | 合計 | 108 16.4% | 94 14.3% | 11 1.7% | 107 16.3% | 311 47.3% | 27 4.1% | 658 100.0% | |
| 男女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 301 22.9% | 192 14.6% | 17 1.3% | 188 14.3% | 577 43.8% | 41 3.1% | 1316 100.0% | 0.000 |
| | | 寮・下宿 | 18 33.3% | 8 14.8% | 3 5.6% | 12 22.2% | 11 20.4% | 2 3.7% | 54 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 46 14.7% | 34 10.9% | 10 3.2% | 50 16.0% | 158 50.6% | 14 4.5% | 312 100.0% | |
| | | その他 | 1 6.7% | 0 0.0% | 2 13.3% | 3 20.0% | 6 40.0% | 3 20.0% | 15 100.0% | |
| | | 合計 | 366 21.6% | 234 13.8% | 32 1.9% | 253 14.9% | 752 44.3% | 60 3.5% | 1697 100.0% | |

※ p:カイ2乗検定

主食・主菜・副菜揃った朝食 一人暮らしが一番低率14.7% 家族と同居でも22.9%
 家族と同居、一人暮らしの別にかかわらず、主食のみが一番高い割合50.6%

問3 あなたがふだんの朝食で食べる副菜のうち、野菜を70g程度使った料理は何皿分ですか。
 あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|------|----|----|--------|
| 3皿以上 | 2皿 | 1皿 | 0.5皿以下 |

| 朝食で食べる野菜の皿数 | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|-------------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 3皿以上 | 27 | 2.0% | 13 | 1.7% | 40 | 1.9% |
| 2皿 | 80 | 6.0% | 40 | 5.1% | 120 | 5.6% |
| 1皿 | 194 | 14.5% | 98 | 12.5% | 292 | 13.7% |
| 0.5皿以下 | 102 | 7.6% | 67 | 8.5% | 169 | 7.9% |
| 不明 | 936 | 69.9% | 569 | 72.3% | 1505 | 70.8% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

朝食で目標の1皿以上を食べている(不明を除いた率) 男性74.7% 女性69.3%
 (不明を除いた率:不明とは問1で朝食をほとんど食べないと回答したものは回答不要のため)

住居別 朝食で食べる副菜の皿数

□ 現在の住居別 × 問3の関係(性別)

対象者の内訳(2)現在の住居別

問3 あなたがふだんの朝食で食べる副菜のうち、野菜を70g程度使った料理は何皿分ですか。

(上段:人 下段:割合%)

| | | | 問3 あなたがふだんの朝食で食べる副菜のうち、 野菜を70g程度使った料理は何皿分 | | | | 合計 | p |
|-------------|-------|-------|--|-------|-------|--------|--------|-------|
| 区分 | | | 3皿以上 | 2皿 | 1皿 | 0.5皿以下 | | |
| (26~28年度) 男 | 現在の住居 | 家族と同居 | 24 | 69 | 160 | 80 | 333 | 0.918 |
| | | | 7.2% | 20.7% | 48.0% | 24.0% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 1 | 2 | 9 | 5 | 17 | |
| | | | 5.9% | 11.8% | 52.9% | 29.4% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 2 | 9 | 23 | 16 | 50 | |
| | | 4.0% | 18.0% | 46.0% | 32.0% | 100.0% | | |
| | | その他 | 0 | 0 | 2 | 1 | 3 | |
| | | | 0.0% | 0.0% | 66.7% | 33.3% | 100.0% | |
| | | 合計 | 27 | 80 | 194 | 102 | 403 | |
| | | | 6.7% | 19.9% | 48.1% | 25.3% | 100.0% | |
| 女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 10 | 29 | 70 | 54 | 163 | 0.686 |
| | | | 6.1% | 17.8% | 42.9% | 33.1% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 0 | 4 | 6 | 2 | 12 | |
| | | | 0.0% | 33.3% | 50.0% | 16.7% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 1 | 7 | 17 | 11 | 36 | |
| | | 2.8% | 19.4% | 47.2% | 30.6% | 100.0% | | |
| | | 合計 | 11 | 40 | 93 | 67 | 211 | |
| | | | 5.2% | 19.0% | 44.1% | 31.8% | 100.0% | |
| 男女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 34 | 98 | 230 | 134 | 496 | 0.932 |
| | | | 6.9% | 19.8% | 46.4% | 27.0% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 1 | 6 | 15 | 7 | 29 | |
| | | | 3.4% | 20.7% | 51.7% | 24.1% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 3 | 16 | 40 | 27 | 86 | |
| | | 3.5% | 18.6% | 46.5% | 31.4% | 100.0% | | |
| | | その他 | 0 | 0 | 2 | 1 | 3 | |
| | | | 0.0% | 0.0% | 66.7% | 33.3% | 100.0% | |
| | | 合計 | 38 | 120 | 287 | 169 | 614 | |
| | | | 6.2% | 19.5% | 46.7% | 27.5% | 100.0% | |

※ p:カイ2乗検定

朝食で目標の1皿以上を食べている割合
寮・下宿75.9% 家族と同居73.0% 一人暮らし68.6%

【現在の食生活についておたずねします】～副菜（野菜を70g程度使った料理）編～

問4 あなたはふだん1日に副菜（野菜を70g程度使った料理。問3の写真を参考。）を何皿分食べますか。あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|------|----|----|----|----|----------|
| 5皿以上 | 4皿 | 3皿 | 2皿 | 1皿 | ほとんど食べない |

| 1日の野菜摂取皿数 | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|-----------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 5皿以上 | 24 | 1.8% | 8 | 1.0% | 32 | 1.5% |
| 4皿 | 50 | 3.7% | 30 | 3.8% | 80 | 3.8% |
| 3皿 | 185 | 13.8% | 120 | 15.2% | 305 | 14.3% |
| 2皿 | 385 | 28.8% | 259 | 32.9% | 644 | 30.3% |
| 1皿 | 491 | 36.7% | 268 | 34.1% | 759 | 35.7% |
| ほとんど食べない | 177 | 13.2% | 96 | 12.2% | 273 | 12.8% |
| 不明 | 27 | 2.0% | 6 | 0.8% | 33 | 1.6% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

目標の5皿以上 男性1.8% 女性1.0%
「1皿・ほとんど食べない」 男性49.9% 女性46.3%

住居別 1日に食べる副菜の皿数

□ 現在の住居別 × 問4の関係(性別)

対象者の内訳(2)現在の住居別

問4 あなたはふだん1日に副菜(野菜を70g程度使った料理)を何皿食べますか

(上段:人 下段:割合%)

| 区分 | 問4 あなたはふだん1日に副菜を何皿分食べますか | | | | | | | 合計 | p | |
|-------------|--------------------------|-------|-------|-------|-------|----------|--------|--------|--------|-------|
| | 5皿以上 | 4皿 | 3皿 | 2皿 | 1皿 | ほとんど食べない | | | | |
| (26~28年度) 男 | 現在の住居 | 家族と同居 | 20 | 40 | 150 | 294 | 362 | 83 | 949 | 0.000 |
| | | | 2.1% | 4.2% | 15.8% | 31.0% | 38.1% | 8.7% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 0 | 5 | 6 | 14 | 9 | 7 | 41 | |
| | | | 0.0% | 12.2% | 14.6% | 34.1% | 22.0% | 17.1% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 4 | 4 | 25 | 71 | 116 | 80 | 300 | |
| | 1.3% | 1.3% | 8.3% | 23.7% | 38.7% | 26.7% | 100.0% | | | |
| | その他 | 0 | 1 | 4 | 5 | 4 | 5 | 19 | | |
| | | 0.0% | 5.3% | 21.1% | 26.3% | 21.1% | 26.3% | 100.0% | | |
| | 合計 | 24 | 50 | 185 | 384 | 491 | 175 | 1309 | | |
| | | 1.8% | 3.8% | 14.1% | 29.3% | 37.5% | 13.4% | 100.0% | | |
| 女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 6 | 24 | 98 | 191 | 196 | 63 | 578 | 0.438 |
| | | | 1.0% | 4.2% | 17.0% | 33.0% | 33.9% | 10.9% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 0 | 1 | 3 | 9 | 11 | 1 | 25 | |
| | | | 0.0% | 4.0% | 12.0% | 36.0% | 44.0% | 4.0% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 1 | 4 | 17 | 51 | 55 | 28 | 156 | |
| | 0.6% | 2.6% | 10.9% | 32.7% | 35.3% | 17.9% | 100.0% | | | |
| | その他 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 1 | 3 | | |
| | | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 66.7% | 33.3% | 100.0% | | |
| | 合計 | 7 | 29 | 118 | 251 | 264 | 93 | 762 | | |
| | | 0.9% | 3.8% | 15.5% | 32.9% | 34.6% | 12.2% | 100.0% | | |
| 男女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 26 | 64 | 248 | 485 | 558 | 146 | 1527 | 0.000 |
| | | | 1.7% | 4.2% | 16.2% | 31.8% | 36.5% | 9.6% | 100.0% | |
| | | 寮・下宿 | 0 | 6 | 9 | 23 | 20 | 8 | 66 | |
| | | | 0.0% | 9.1% | 13.6% | 34.8% | 30.3% | 12.1% | 100.0% | |
| | | 一人暮らし | 5 | 8 | 42 | 122 | 171 | 108 | 456 | |
| | 1.1% | 1.8% | 9.2% | 26.8% | 37.5% | 23.7% | 100.0% | | | |
| | その他 | 0 | 1 | 4 | 5 | 6 | 6 | 22 | | |
| | | 0.0% | 4.5% | 18.2% | 22.7% | 27.3% | 27.3% | 100.0% | | |
| | 合計 | 31 | 79 | 303 | 635 | 755 | 268 | 2071 | | |
| | | 1.5% | 3.8% | 14.6% | 30.7% | 36.5% | 12.9% | 100.0% | | |

※ p:カイ2乗検定

一人暮らしで「1皿・ほとんど食べない」が高い割合
 家族と同居46.1% 寮・下宿42.4% 一人暮らし61.2%

問5 問4で回答した皿数（ふだん1日の副菜のうち、野菜を70g程度使った料理の食べ方）についてあなたはどのように思いますか。あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|-------|-----------|--------|-------|
| 多いと思う | ちょうどよいと思う | 少ないと思う | 分からない |

| 問4で回答した皿数についてのどう思うか | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|---------------------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 多い | 29 | 2.2% | 16 | 2.0% | 45 | 2.1% |
| ちょうど良い | 553 | 41.3% | 256 | 32.5% | 809 | 38.1% |
| 少ない | 603 | 45.0% | 443 | 56.3% | 1046 | 49.2% |
| 分からない | 125 | 9.3% | 59 | 7.5% | 184 | 8.7% |
| 不明 | 29 | 2.2% | 13 | 1.7% | 42 | 2.0% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

「少ない」と認識している者は女性で56.3% 男性は45.0%
 1日に食べる副菜の量がどのくらいかわからない 男性9.3% 女性7.5%

◇ 問5 × 問4の関係(性別)

問5 問4で回答した皿数(今のあなたの普段の副菜の食べ方)についてあなたはどのように思いますか。

問4 あなたはふだん1日に副菜(野菜を70g程度使った料理)を何皿食べますか。

| 区分 | | 問5 問4で回答した皿数についてあなたはどのように 思いますか | (上段:人 下段:割合%) | | | | 合計 | p | | | |
|-------------|-------------------------|------------------------------------|-------------------------|---------------|--------------|----------------|----------------|--------------|---------------|-------------|-------|
| | | | 多いと思う | ちょうどよいと思う | 少ないと思う | わからない | | | | | |
| (26~28年度) 男 | 問4 あなたはふだん1日に副菜を何皿食べますか | 5皿以上 | 7 30.4% | 10 43.5% | 5 21.7% | 1 4.3% | 23 100.0% | 0.000 | | | |
| | | 4皿 | 3 6.1% | 39 79.6% | 6 12.2% | 1 2.0% | 49 100.0% | | | | |
| | | 3皿 | 7 3.8% | 127 69.4% | 42 23.0% | 7 3.8% | 183 100.0% | | | | |
| | | 2皿 | 3 0.8% | 192 50.0% | 158 41.1% | 31 8.1% | 384 100.0% | | | | |
| | | 1皿 | 3 0.6% | 158 32.5% | 297 61.1% | 28 5.8% | 486 100.0% | | | | |
| | | ほとんど食べない | 6 3.5% | 19 11.2% | 91 53.5% | 54 31.8% | 170 100.0% | | | | |
| | | 合計 | 29 2.2% | 545 42.1% | 599 46.3% | 122 9.4% | 1295 100.0% | | | | |
| | | 女 | 問4 あなたはふだん1日に副菜を何皿食べますか | 5皿以上 | 3 37.5% | 5 62.5% | 0 0.0% | | 0 0.0% | 8 100.0% | 0.000 |
| | | 4皿 | | 1 3.3% | 20 66.7% | 6 20.0% | 3 10.0% | | 30 100.0% | | |
| | | 3皿 | | 2 1.7% | 60 50.4% | 53 44.5% | 4 3.4% | | 119 100.0% | | |
| 2皿 | 3 1.2% | 94 37.0% | | 144 56.7% | 13 5.1% | 254 100.0% | | | | | |
| 1皿 | 5 1.9% | 66 24.7% | | 176 65.9% | 20 7.5% | 267 100.0% | | | | | |
| ほとんど食べない | 2 2.1% | 9 9.6% | | 64 68.1% | 19 20.2% | 94 100.0% | | | | | |
| 合計 | 16 2.1% | 254 32.9% | | 443 57.4% | 59 7.6% | 772 100.0% | | | | | |
| 男女 | 問4 あなたはふだん1日に副菜を何皿食べますか | 5皿以上 | | 10 32.3% | 15 48.4% | 5 16.1% | 1 3.2% | 31 100.0% | 0.000 | | |
| 4皿 | | 4 5.1% | | 59 74.7% | 12 15.2% | 4 5.1% | 79 100.0% | | | | |
| 3皿 | | 9 3.0% | | 187 61.9% | 95 31.5% | 11 3.6% | 302 100.0% | | | | |
| 2皿 | | 6 0.9% | 286 44.8% | 302 47.3% | 44 6.9% | 638 100.0% | | | | | |
| 1皿 | | 8 1.1% | 224 29.7% | 473 62.8% | 48 6.4% | 753 100.0% | | | | | |
| ほとんど食べない | | 8 3.0% | 28 10.6% | 155 58.7% | 73 27.7% | 264 100.0% | | | | | |
| 合計 | | 45 2.2% | 799 38.7% | 1042 50.4% | 181 8.8% | 2067 100.0% | | | | | |

※ p:カイ2乗検定

男性
1日の副菜を食べる皿数
「2皿」「3皿」「4皿」で
「ちょうど良いと思う」と
回答している割合が
50.0%,69.4%,79.6%

女性
「3皿」「4皿」で
「ちょうど良いと思う」と
回答している割合が
50.4%,66.7%
1日の野菜目標量と自分の
認識がずれている。

「ほとんど食べない」と
回答した者は自分の1日
の副菜の皿数について
「わからない」と
回答している者が
男性31.8%女性20.2%

【現在の食生活についておたずねします】～食塩編～

問6 あなたは汁物（みそ汁・スープなど）を1日2杯以上飲みますか。
あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| | |
|----|-----|
| 1 | 2 |
| はい | いいえ |

汁物を1日2杯以上飲む
男性28.2% 女性18.3%

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|-----|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| はい | 378 | 28.2% | 144 | 18.3% | 522 | 24.6% |
| いいえ | 956 | 71.4% | 642 | 81.6% | 1598 | 75.2% |
| 不明 | 5 | 0.4% | 1 | 0.1% | 6 | 0.3% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

問7 あなたはめん類の汁をほとんど飲みますか。
あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| | |
|----|-----|
| 1 | 2 |
| はい | いいえ |

めん類の汁をほとんど飲む
男性42.3% 女性23.1%

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|-----|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| はい | 566 | 42.3% | 182 | 23.1% | 748 | 35.2% |
| いいえ | 767 | 57.3% | 604 | 76.7% | 1371 | 64.5% |
| 不明 | 6 | 0.4% | 1 | 0.1% | 7 | 0.3% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

問8 あなたはおかずに調味料をよくかけて食べますか。
 あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|---------|-------|---------|----------|
| よくかけるほう | 少しかける | あまりかけない | まったくかけない |

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|----------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| よくかけるほう | 298 | 22.3% | 150 | 19.1% | 448 | 21.1% |
| 少しかける | 572 | 42.7% | 295 | 37.5% | 867 | 40.8% |
| あまりかけない | 387 | 28.9% | 285 | 36.2% | 672 | 31.6% |
| まったくかけない | 78 | 5.8% | 56 | 7.1% | 134 | 6.3% |
| 不明 | 4 | 0.3% | 1 | 0.1% | 5 | 0.2% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

おかずに調味料をよくかける(よく・少し)
 男性65.0% 女性61.9%

【学生食堂についておたずねします】

問9 あなたはどのくらい学生食堂を利用しますか。
 あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|--------|-------|-------|-----------|
| ほとんど毎日 | 週2～3回 | 月2～3回 | ほとんど利用しない |

問12へ

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|-----------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| ほとんど毎日 | 565 | 42.2% | 188 | 23.9% | 753 | 35.4% |
| 週2～3回 | 444 | 33.2% | 232 | 29.5% | 676 | 31.8% |
| 月2～3回 | 168 | 12.5% | 157 | 19.9% | 325 | 15.3% |
| ほとんど利用しない | 162 | 12.1% | 210 | 26.7% | 372 | 17.5% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

学生食堂をほとんど毎日利用 男性42.2% 女性23.9%

□ 現在の住居別 × 問9の関係(性別)
 対象者の内訳(2)現在の住居別
 問9 あなたはどのくらい学生食堂を利用しますか。

(上段:人 下段:割合%)

| 区分 | 問9 あなたはどのくらい学生食堂を利用しますか | | | | 合計 | p | | | |
|-------------|-------------------------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|-----------|--------|
| | 現在の住居 | 家族と同居 | ほとんど毎日 | 週2~3回 | | | 月2~3回 | ほとんど利用しない | |
| (26~28年度) 男 | 現在の住居 | 家族と同居 | 380 | 331 | 126 | 134 | 971 | 0.007 | |
| | | | 39.1% | 34.1% | 13.0% | 13.8% | | | 100.0% |
| | | 寮・下宿 | 24 | 10 | 4 | 3 | | | 41 |
| | | | 58.5% | 24.4% | 9.8% | 7.3% | | | 100.0% |
| | | 一人暮らし | 151 | 99 | 35 | 20 | | | 305 |
| | | 49.5% | 32.5% | 11.5% | 6.6% | 100.0% | | | |
| | | その他 | 9 | 4 | 3 | 3 | 19 | | |
| | | | 47.4% | 21.1% | 15.8% | 15.8% | 100.0% | | |
| | 合計 | | 564 | 444 | 168 | 160 | 1336 | | |
| | | | 42.2% | 33.2% | 12.6% | 12.0% | 100.0% | | |
| 女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 117 | 161 | 133 | 172 | 583 | 0.000 | |
| | | | 20.1% | 27.6% | 22.8% | 29.5% | 100.0% | | |
| | | 寮・下宿 | 7 | 6 | 4 | 8 | 25 | | |
| | | | 28.0% | 24.0% | 16.0% | 32.0% | 100.0% | | |
| | | 一人暮らし | 56 | 59 | 16 | 26 | 157 | | |
| | | 35.7% | 37.6% | 10.2% | 16.6% | 100.0% | | | |
| | | その他 | 0 | 1 | 1 | 1 | 3 | | |
| | | | 0.0% | 33.3% | 33.3% | 33.3% | 100.0% | | |
| | 合計 | | 180 | 227 | 154 | 207 | 768 | | |
| | | | 23.4% | 29.6% | 20.1% | 27.0% | 100.0% | | |
| 男女 | 現在の住居 | 家族と同居 | 497 | 492 | 259 | 306 | 1554 | 0.000 | |
| | | | 32.0% | 31.7% | 16.7% | 19.7% | 100.0% | | |
| | | 寮・下宿 | 31 | 16 | 8 | 11 | 66 | | |
| | | | 47.0% | 24.2% | 12.1% | 16.7% | 100.0% | | |
| | | 一人暮らし | 207 | 158 | 51 | 46 | 462 | | |
| | | 44.8% | 34.2% | 11.0% | 10.0% | 100.0% | | | |
| | | その他 | 9 | 5 | 4 | 4 | 22 | | |
| | | | 40.9% | 22.7% | 18.2% | 18.2% | 100.0% | | |
| | 合計 | | 744 | 671 | 322 | 367 | 2104 | | |
| | | | 35.4% | 31.9% | 15.3% | 17.4% | 100.0% | | |

週2~3回以上
 学生食堂を
 利用する者は
 一人暮らしで
 割合が高く
 79.0%

家族と同居では
 63.7%

※ p:カイ2乗検定

問10 学生食堂を昼食で利用する時にお金をいくら使いますか。
 最もあてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 300円まで | 400円まで | 500円まで | 600円まで | 700円まで | 701円以上 |

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|--------|-----|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 300円まで | 61 | 7.8% | 49 | 9.0% | 110 | 8.3% |
| 400円まで | 149 | 19.0% | 148 | 27.3% | 297 | 22.4% |
| 500円まで | 335 | 42.8% | 177 | 32.7% | 512 | 38.6% |
| 600円まで | 103 | 13.2% | 25 | 4.6% | 128 | 9.7% |
| 700円まで | 29 | 3.7% | 2 | 0.4% | 31 | 2.3% |
| 701円以上 | 17 | 2.2% | 2 | 0.4% | 19 | 1.4% |
| 不明 | 89 | 11.4% | 139 | 25.6% | 228 | 17.2% |
| 計 | 783 | 100.0% | 542 | 100.0% | 1325 | 100.0% |

学生食堂で昼食にかかる費用 500円まで
 (不明を除いた率: 不明とは問9で学生食堂を利用しないと回答した者は回答不要)
 男性78.5% 女性92.8%

※学生食堂利用回数別では違いがみられなかった。

問1 1 学生食堂を利用する理由は何ですか。
 あてはまる番号すべてに○をつけてください。

| | | | |
|-------------|----------|-----------|-------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| ヘルシーメニューがある | おいしい | メニューが豊富 | 食べたいメニューがある |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| 朝食を食べられる | 野菜を食べられる | 健康情報が得られる | 栄養成分表示がある |
| 9 | 10 | 11 | 12 |
| 価格が安い | 雰囲気が良い | 場所が便利 | その他 () |

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|-------------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| ヘルシーメニューがある | 55 | 4.1% | 17 | 2.2% | 72 | 3.4% |
| おいしい | 530 | 39.6% | 267 | 33.9% | 797 | 37.5% |
| メニューが豊富 | 199 | 14.9% | 68 | 8.6% | 267 | 12.6% |
| 食べたいメニューがある | 231 | 17.3% | 128 | 16.3% | 359 | 16.9% |
| 朝食を食べられる | 73 | 5.5% | 12 | 1.5% | 85 | 4.0% |
| 野菜を食べられる | 166 | 12.4% | 98 | 12.5% | 264 | 12.4% |
| 健康情報が得られる | 57 | 4.3% | 17 | 2.2% | 74 | 3.5% |
| 栄養成分表示がある | 43 | 3.2% | 20 | 2.5% | 63 | 3.0% |
| 価格が安い | 482 | 36.0% | 210 | 26.7% | 692 | 32.5% |
| 雰囲気がよい | 132 | 9.9% | 46 | 5.8% | 178 | 8.4% |
| 場所が便利 | 480 | 35.8% | 220 | 28.0% | 700 | 32.9% |
| その他 | 115 | 8.6% | 73 | 9.3% | 188 | 8.8% |

学生食堂を利用する理由 ベスト3

男性 1 おいしい 2 価格が安い 3 場所が便利
 女性 1 おいしい 2 場所が便利 3 価格が安い

問12 学生食堂で食べたいヘルシーメニュー（健康に配慮したメニュー）は何ですか。
 あてはまる番号すべてに○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|---------------------------|-----------------------------|------------------|-------------|
| エネルギー(カロリー)をひかえたメニュー | 塩分をひかえたメニュー | 脂質(あぶら)をひかえたメニュー | 野菜を多くしたメニュー |
| 5 | 6 | 7 | |
| 乳製品(牛乳・ヨーグルトなど)をとり入れたメニュー | 大豆製品(豆腐・油揚げ・納豆など)をとり入れたメニュー | 食品数の多いメニュー | |
| 8 | 9 | 10 | |
| アレルギー原因食品の表示をしたメニュー | 特になし | その他() | |

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|--------------------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| エネルギーを控えたメニュー | 214 | 16.0% | 263 | 33.4% | 477 | 22.4% |
| 塩分を控えたメニュー | 258 | 19.3% | 152 | 19.3% | 410 | 19.3% |
| 脂質を控えたメニュー | 270 | 20.2% | 255 | 32.4% | 525 | 24.7% |
| 野菜を多くしたメニュー | 465 | 34.7% | 387 | 49.2% | 852 | 40.1% |
| 乳製品を取り入れたメニュー | 274 | 20.5% | 188 | 23.9% | 462 | 21.7% |
| 大豆製品を取り入れたメニュー | 193 | 14.4% | 142 | 18.0% | 335 | 15.8% |
| 食品数の多いメニュー | 317 | 23.7% | 181 | 23.0% | 498 | 23.4% |
| アレルギー原因食品を表示したメニュー | 77 | 5.8% | 34 | 4.3% | 111 | 5.2% |
| 特に無し | 238 | 17.8% | 73 | 9.3% | 311 | 14.6% |
| その他 | 42 | 3.1% | 25 | 3.2% | 67 | 3.2% |

学生食堂で食べたいヘルシーメニュー ベスト3

男性 1 野菜を多くした 2 食品数の多い 3 乳製品を取り入れた
 女性 1 野菜を多くした 2 エネルギーを控えた 3 脂質を控えた

問13 学生食堂で提供されている汁物（みそ汁・スープなど）の味について、
あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 |
|----|--------|-----|
| 濃い | ちょうど良い | うすい |

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|--------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 濃い | 118 | 8.8% | 91 | 11.6% | 209 | 9.8% |
| ちょうど良い | 942 | 70.4% | 446 | 56.7% | 1388 | 65.3% |
| うすい | 87 | 6.5% | 26 | 3.3% | 113 | 5.3% |
| 不明 | 192 | 14.3% | 224 | 28.5% | 416 | 19.6% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

学生食堂で提供されている汁物の味 濃い
 (不明を除いた率: 不明とは問9で学生食堂を利用しないと回答した者は回答不要)
 男性10.2% 女性16.2%

問14 学生食堂で提供されているめん類の汁の味について、
 あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| | | |
|----|--------|-----|
| 1 | 2 | 3 |
| 濃い | ちょうど良い | うすい |

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|--------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 濃い | 78 | 5.8% | 63 | 8.0% | 141 | 6.6% |
| ちょうど良い | 912 | 68.1% | 466 | 59.2% | 1378 | 64.8% |
| うすい | 148 | 11.1% | 33 | 4.2% | 181 | 8.5% |
| 不明 | 201 | 15.0% | 225 | 28.6% | 426 | 20.0% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

学生食堂で提供されているめん類の汁の味 濃い
 (不明を除いた率: 不明とは問9で学生食堂を利用しないと回答した者は回答不要)
 男性6.8% 女性11.2%

問15 一日に必要な野菜の量を知っていますか。
 あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

| 1 | 2 | 3 |
|------|------|------|
| 210g | 350g | 420g |

| | 男性 | | 女性 | | 計 | |
|-------|------|--------|-----|--------|------|--------|
| | 人 | 割合 | 人 | 割合 | 人 | 割合 |
| 210g | 107 | 8.0% | 29 | 3.7% | 136 | 6.4% |
| 350g | 759 | 56.7% | 522 | 66.3% | 1281 | 60.3% |
| 420g | 339 | 25.3% | 165 | 21.0% | 504 | 23.7% |
| わからない | 116 | 8.7% | 60 | 7.6% | 176 | 8.3% |
| 不明 | 18 | 1.3% | 11 | 1.4% | 29 | 1.4% |
| 計 | 1339 | 100.0% | 787 | 100.0% | 2126 | 100.0% |

1日に必要な野菜の量を知っている 男性56.7% 女性66.3%

◇ 問15 × 問5の関係(性別)

問15 1日に必要な野菜の量を知っていますか。

問5 問4で回答した皿数(今のあなたの普段の副菜の食べ方)についてあなたはどのように思いますか。

(上段:人 下段:割合%)

問15 一日に必要な野菜の量を知っていますか

| 区分 | | | | 210 g | 350 g | 420 g | わからない | 合計 | p |
|-------------|--|-------------|---------------|-------|--------|-------|--------|--------|-------|
| | 問5 | 問4 | 多いと思う | | | | | | |
| (26~28年度) 男 | 問5 で回答した 皿数につい てあなたは どう思いま すか | 問4 多いと思う | | 7 | 12 | 8 | 2 | 29 | 0.000 |
| | | | | 24.1% | 41.4% | 27.6% | 6.9% | 100.0% | |
| | | | ちょうどよ いと思う | 52 | 320 | 135 | 41 | 548 | |
| | | | | 9.5% | 58.4% | 24.6% | 7.5% | 100.0% | |
| | | | 少ないと思 う | 30 | 354 | 165 | 49 | 598 | |
| | | | | 5.0% | 59.2% | 27.6% | 8.2% | 100.0% | |
| | | | わからない | 17 | 57 | 25 | 19 | 118 | |
| | 14.4% | 48.3% | 21.2% | 16.1% | 100.0% | | | | |
| | 合計 | | 106 | 743 | 333 | 111 | 1293 | | |
| | | | 8.2% | 57.5% | 25.8% | 8.6% | 100.0% | | |
| 女 | 問5 で回答した 皿数につい てあなたは どう思いま すか | 問4 多いと思う | | 1 | 7 | 3 | 3 | 14 | 0.514 |
| | | | | 7.1% | 50.0% | 21.4% | 21.4% | 100.0% | |
| | | | ちょうどよ いと思う | 10 | 172 | 50 | 22 | 254 | |
| | | | | 3.9% | 67.7% | 19.7% | 8.7% | 100.0% | |
| | | | 少ないと思 う | 16 | 295 | 100 | 28 | 439 | |
| | | | | 3.6% | 67.2% | 22.8% | 6.4% | 100.0% | |
| | | | わからない | 2 | 36 | 11 | 7 | 56 | |
| | 3.6% | 64.3% | 19.6% | 12.5% | 100.0% | | | | |
| | 合計 | | 29 | 510 | 164 | 60 | 763 | | |
| | | | 3.8% | 66.8% | 21.5% | 7.9% | 100.0% | | |
| 男女 | 問5 で回答した 皿数につい てあなたは どう思いま すか | 問4 多いと思う | | 8 | 19 | 11 | 5 | 43 | 0.000 |
| | | | | 18.6% | 44.2% | 25.6% | 11.6% | 100.0% | |
| | | | ちょうどよ いと思う | 62 | 492 | 185 | 63 | 802 | |
| | | | | 7.7% | 61.3% | 23.1% | 7.9% | 100.0% | |
| | | | 少ないと思 う | 46 | 649 | 265 | 77 | 1037 | |
| | | | | 4.4% | 62.6% | 25.6% | 7.4% | 100.0% | |
| | | | わからない | 19 | 93 | 36 | 26 | 174 | |
| | 10.9% | 53.4% | 20.7% | 14.9% | 100.0% | | | | |
| | 合計 | | 135 | 1253 | 497 | 171 | 2056 | | |
| | | | 6.6% | 60.9% | 24.2% | 8.3% | 100.0% | | |

普段の1日の副菜の
食べ方が
「少ないと思う」
「ちょうど良いと思う」
者が
1日の野菜目標量の
正解率が高い

※ p:カイ2乗検定

まとめ ～大学生の食生活の実態～

【朝食】

- ・朝食欠食率は一人暮らしが最も高い
- ・主食・主菜・副菜がそろった朝食は一人暮らしが最も低い(15%)
家族と同居でも2割程度
- ・朝食は主食のみが最多(全体で4割)

【野菜】

- ・1日野菜摂取量 目標の5皿以上食べている人はほとんどいない
1皿以下で全体の45%程度を占める
住居別では一人暮らしで1皿以下最も高い(61%)
- ・自分の野菜量が少ないと思っている者は、野菜目標量の正解率が高い
- ・自分の野菜量がちょうど良いと思っている者も野菜目標量も正解率が高い

【属性・学生食堂について】

- ・7割家族と同居
- ・週2～3回以上学生食堂を使う人は、一人暮らしで最も割合が高く約8割
- ・昼食金額は500円まで

施設状況確認

| 調査対象施設数 | 31 | 施設 | 栄養士配置状況 | 施設数 | % |
|-----------------------------|-----|-------|------------|-----|-------|
| (平成26年度～28年度) | | | 栄養士配置 | 5 | 26.3 |
| | | | 配置なし | 14 | 73.7 |
| | | | 計 | 19 | 100.0 |
| メニューの栄養成分表示 | | | 表示栄養成分等 | | |
| | 施設数 | % | | 施設数 | % |
| あり | 22 | 71.0 | エネルギー | 22 | 30.6 |
| なし | 9 | 29.0 | たんぱく質 | 15 | 20.8 |
| 計 | 31 | 100.0 | 脂質 | 13 | 18.1 |
| | | | 炭水化物 | 5 | 6.9 |
| | | | 食塩相当量 | 17 | 23.6 |
| | | | 計 | 72 | 100.0 |
| 栄養情報の提供の実施状況 | | | 情報提供方法 | | |
| | 施設数 | % | | 施設数 | % |
| あり | 22 | 71.0 | ポスター | 17 | 47.2 |
| なし | 9 | 29.0 | 卓上メモ | 9 | 25.0 |
| 計 | 31 | 100.0 | 一口メモ | 1 | 2.8 |
| | | | ポップ | 9 | 25.0 |
| | | | 計 | 36 | 100.0 |
| 学生のニーズ把握 | | | 学生のニーズ把握方法 | | |
| | 施設数 | % | | 施設数 | % |
| あり | 22 | 71.0 | アンケート | 14 | 51.9 |
| なし | 9 | 29.0 | 意見箱 | 10 | 37.0 |
| 計 | 31 | 100.0 | 給食委員会 | 3 | 11.1 |
| | | | 計 | 27 | 100.0 |
| ※その他 口頭 学生から直接聞き取り、売り上げから把握 | | | | | |

栄養士配置なしが約7割

①メニューの栄養成分表示

②栄養情報の提供

③学生ニーズの把握

いずれも約7割の施設で実施

栄養情報はポスターが約5割

学生のニーズ把握は

アンケートが約5割

給食委員会は約1割と少ない

| ヘルシーメニューの提供状況 | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-----|-------|----------------------|-----|-------|---------------------|-----|------|--|--|--|
| 野菜120g以上の定食の種類 | | | 野菜70g以上の単品の種類 | | | 食塩3g未満の定食の種類 | | | | | |
| | 施設数 | % | | 施設数 | % | | 施設数 | % | | | |
| 1～2種類 | 12 | 38.7 | 1～2種類 | 8 | 25.8 | 1～2種類 | 7 | 22.6 | | | |
| 3～5種類 | 4 | 12.9 | 3～5種類 | 8 | 25.8 | 3～5種類 | 2 | 6.5 | | | |
| 6種類～ | 2 | 6.5 | 6種類～ | 3 | 9.7 | なし | 22 | 71.0 | | | |
| なし | 13 | 41.9 | なし | 12 | 38.7 | 計 | 31 | 100 | | | |
| 計 | 31 | 100.0 | 計 | 31 | 100.0 | 食塩3g未満の定食の販売数(月当たり) | | | | | |
| 野菜120g以上の定食の販売数(月当たり) | | | 野菜70g以上の単品の販売数(月当たり) | | | (食) | 施設数 | | | | |
| (食) | 施設数 | | (食) | 施設数 | | 3 | 1 | | | | |
| 5 | 1 | | 3 | 1 | | 8 | | | | | |
| 8 | | | 4 | 1 | | 20 | 2 | | | | |
| 10 | 2 | | 5 | 1 | | 40 | 2 | | | | |
| 15 | 1 | | 10 | 1 | | 50 | 1 | | | | |
| 20 | 1 | | 15 | 3 | | 60 | | | | | |
| 21 | | | 19 | 1 | | 75 | 1 | | | | |
| 25 | | | 20 | 3 | | 100 | | | | | |
| 30 | 2 | | 25 | | | 20～30食 | 1 | | | | |
| 40 | 2 | | 40 | 1 | | | | | | | |
| 50 | 1 | | 50 | | | | | | | | |
| 60 | 1 | | 60 | 1 | | | | | | | |
| 75 | 1 | | 80 | 1 | | | | | | | |
| 80 | 2 | | 100 | 3 | | | | | | | |
| 100 | 2 | | 20～30 | 1 | | | | | | | |
| 15～30 | 1 | | | | | | | | | | |
| 20～30 | 1 | | | | | | | | | | |
| 30～40 | 1 | | | | | | | | | | |

野菜120g以上の定食提供は
「なし」「1～2種類」が約4割

野菜70以上の単品提供は
「なし」が約4割
「1～2種類」「3～6種類」が
約2割強

食塩3g未満の定食提供
「なし」が約7割
「1～2種類」が約2割

今後の展開について

【大学生の食生活改善】

・大学生の食生活の実態より

朝食、野菜の摂取について「一人暮らし」の者の方が摂取量が少ない傾向あり

⇒大学生の食生活改善に向けてターゲットを

「一人暮らし」に向けた働きかけを考えてはどうか

【食環境の整備】

・学生食堂を週2~3回以上利用するのは「一人暮らし」

・施設状況確認より栄養情報の提供は約7割が実施しているが、ヘルシーメニューの提供は「なし」の施設が多い。

⇒ヘルシーメニューの提供を大学と連携し進めることが、

一人暮らしの者の食生活にもつながる可能性

大学生の食生活改善と食環境整備の両輪で進めることは重要と考えるが、評価として両者を直接的に結び付けることは難しい。どのようなアプローチが良いか