大学生の食に関する実態・意識調査報告書

平成２１年９月

内閣府　食育推進室

目　次

Ⅰ　調査の概要 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1

Ⅱ　調査結果の概要 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
１．大学生の食生活等の実態について ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
（１）朝食の摂取状況について ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
　ア　朝食の摂取状況 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
　イ　朝食の欠食理由 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
（２）間食の摂取状況 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
（３）外食の利用頻度 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
（４）欠食の頻度 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１１
（５）普段の昼食の状況について ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１４
　ア　普段の昼食を囲む相手 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１４
　イ　昼食を一人で食べる理由 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１７
（６）普段の夕食開始時刻 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１９
（７）夕食を囲む相手 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２１
（８）食事を食べる早さ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２３
（９）料理する頻度 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２５
（１０）栄養バランスの意識 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２８
（１１）伴侶への料理の期待 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３１
（１２）身体面の健康状態 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３４
（１３）精神面の健康状態 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３７
（１４）平均的な睡眠時間 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・４０
２．「食育」や日頃の食生活に関する意識・関心について ・・・・・・・・・・４２
（１）「食育」の周知度 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・４２
（２）「食育」への関心 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・４５
（３）現在の食生活への満足度 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・４８
（４）日頃の食生活の悩みや不安について ・・・・・・・・・・・・・・・・・５１
　ア　日頃の食生活の悩みや不安の有無 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・５１
　イ　悩みや不安を感じている事項 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・５４
（５）今後の食生活で力を入れたい事項について ・・・・・・・・・・・・・・５６
　ア　今後の食生活で力を入れたい事項 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・５６
　イ　食事の正しいマナーや作法を習得したい理由 ・・・・・・・・・・・・・５８
（６）食に関する情報源について ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６０
　ア　食に関する情報源 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６０
　イ　健全な食生活を実践する上で役立っている情報源 ・・・・・・・・・・・６２
（７）早食いや大食いへの見解 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６４
（８）日頃から関心を持っている事項 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６７

Ⅲ　質問票 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・７０

Ⅰ　調査の概要

１．調査目的：　大学生に対する「食育」を推進するに当たり、大学生の食生活に関する実態の把握とともに、「食育」に関する意識を調査・分析することにより、今後の大学生向けの食育啓発を行うに当たっての基礎資料とすることを目的として実施した。

２．調査項目：　大学生の食生活等の実態と「食育」に関する意識について
　・大学生の食生活等の実態について
　・「食育」や日頃の食生活に関する意識・関心について

３．調査対象：　全国の大学生

４．調査期間：　平成２１年2月２７日（金）～3月3日（火）

５．調査方法：　調査会社の登録モニターに対するインターネット調査

６．サンプル数：　1,２２３人

７．調査会社：　株式会社クロス・マーケティング

８．属性別の回収結果

		合計	男性	比率	女性	比率
総数		人 1,223	人 705	% 57.6	人 518	% 42.4
学年別	大学１年生	298	182	61.1	116	38.9
	大学２年生	294	173	58.8	121	41.2
	大学３年生	298	159	53.4	139	46.6
	大学４年生	295	165	55.9	130	44.1
	大学５～６年生	38	26	68.4	12	31.6
性別	男性	705	705	100.0	0	0.0
	女性	518	0	0.0	518	100.0
居住地域別	東京圏	516	287	55.6	229	44.4
	京阪神	192	111	57.8	81	42.2
	その他	515	307	59.6	208	40.4
所属学部・分野別	人文科学	247	103	41.7	144	58.3
	社会科学	229	133	58.1	96	41.9
	理・工・農学・家政	381	286	75.1	95	24.9
	医・歯・薬学	106	49	46.2	57	53.8
	その他	260	134	51.5	126	48.5
住居形態別	自宅	762	429	56.3	333	43.7
	学寮	35	20	57.1	15	42.9
	下宿・アパート・その他	426	256	60.1	170	39.9

Ⅱ　調査結果の概要

１．大学生の食生活等の実態について

（１）朝食の摂取状況について

ア　朝食の摂取状況

○　朝食摂取の状況は、「ほとんど毎日食べる」者が約６割（61.1%）となっている一方、「ほとんど食べない」者も１割以上（13.3%）存在している。
○　学年別、性別、住居形態別では、上級学年ほど、女性よりも男性の方が、また、自宅生より下宿生の方が朝食の欠食頻度が高くなっている。
○　夕食の開始時刻との関係をみると、夕食開始時刻が遅い者ほど、朝食の欠食頻度が高くなっている。
○　身体面の健康状態（自己評価としての健康状態）との関係をみると、健康であると回答している者ほど朝食の摂取頻度が高くなっている。
○　栄養バランスへの意識や「食育」への関心との関係をみると、栄養バランスへの意識が高い者ほど、「食育」に関心が高い者ほど、朝食の摂取頻度が高くなっている。

図１－１－１　朝食の摂取状況

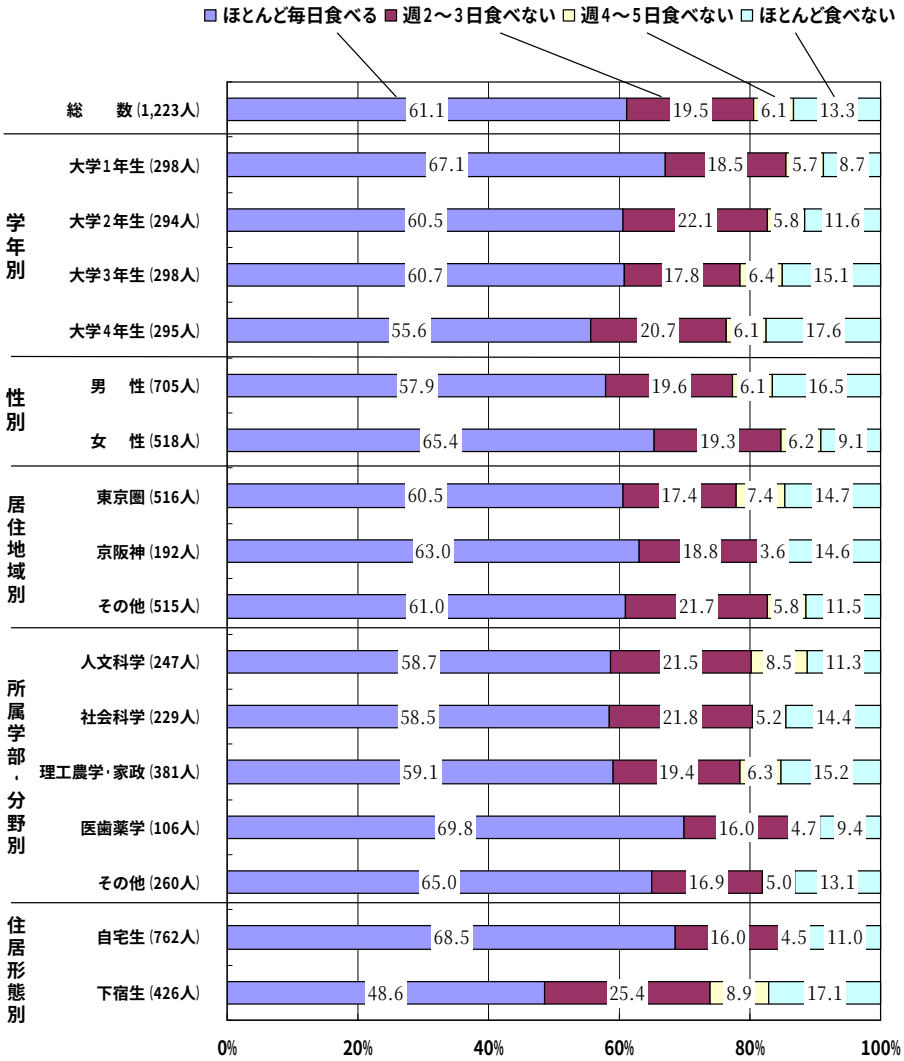


図１－１－２　朝食の摂取状況（クロス集計）

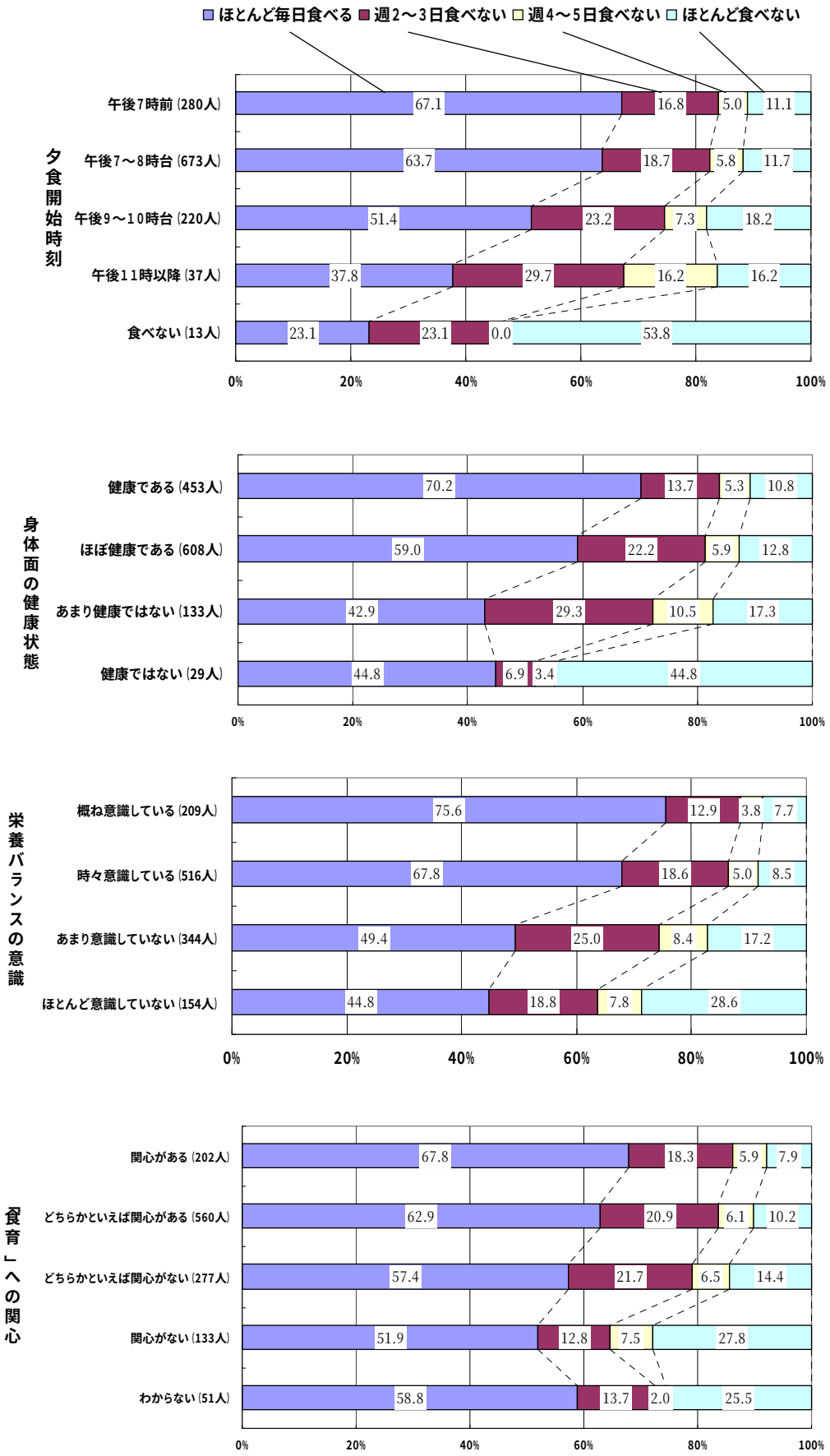


表１－１－１　朝食の摂取状況

Ｑ１　あなたは普段朝食を食べますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	ほとんど毎日食べる	週２～３日食べない	週４～５日食べない	ほとんど食べない
総数		人 1,223	% 61.1	% 19.5	% 6.1	% 13.3
学年別	大学１年生	298	67.1	18.5	5.7	8.7
	大学２年生	294	60.5	22.1	5.8	11.6
	大学３年生	298	60.7	17.8	6.4	15.1
	大学４年生	295	55.6	20.7	6.1	17.6
	大学５～６年生	38	63.2	10.5	10.5	15.8
性別	男性	705	57.9	19.6	6.1	16.5
	女性	518	65.4	19.3	6.2	9.1
居住地域別	東京圏	516	60.5	17.4	7.4	14.7
	京阪神	192	63.0	18.8	3.6	14.6
	その他	515	61.0	21.7	5.8	11.5
所属学部・分野別	人文科学	247	58.7	21.5	8.5	11.3
	社会科学	229	58.5	21.8	5.2	14.4
	理・工・農学・家政	381	59.1	19.4	6.3	15.2
	医・歯・薬学	106	69.8	16.0	4.7	9.4
	その他	260	65.0	16.9	5.0	13.1
住居形態別	自宅	762	68.5	16.0	4.5	11.0
	学寮	35	51.4	22.9	8.6	17.1
	下宿・アパート・その他	426	48.6	25.4	8.9	17.1
夕食開始時刻（Ｑ６）	午後７時前	280	67.1	16.8	5.0	11.1
	午後７～８時台	673	63.7	18.7	5.8	11.7
	午後９～１０時台	220	51.4	23.2	7.3	18.2
	午後１１時以降	37	37.8	29.7	16.2	16.2
	食べない	13	23.1	23.1	0.0	53.8
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	75.6	12.9	3.8	7.7
	時々意識している	516	67.8	18.6	5.0	8.5
	あまり意識していない	344	49.4	25.0	8.4	17.2
	ほとんど意識していない	154	44.8	18.8	7.8	28.6
身体面の健康状態（Q12）	健康である	453	70.2	13.7	5.3	10.8
	ほぼ健康である	608	59.0	22.2	5.9	12.8
	あまり健康ではない	133	42.9	29.3	10.5	17.3
	健康ではない	29	44.8	6.9	3.4	44.8
精神面の健康状態（Q13）	健康である	374	69.3	14.7	4.3	11.8
	ほぼ健康である	582	60.3	19.8	6.9	13.1
	あまり健康ではない	211	53.1	27.0	7.1	12.8
	健康ではない	56	44.6	19.6	7.1	28.6
「食育」の周知度（Q15）	言葉も意味も知っていた	676	63.3	19.5	6.4	10.8
	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	399	61.4	19.5	5.0	14.0
	言葉も意味も知らなかった	148	50.0	18.9	8.1	23.0
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	67.8	18.3	5.9	7.9
	どちらかといえば関心がある	560	62.9	20.9	6.1	10.2
	どちらかといえば関心がない	277	57.4	21.7	6.5	14.4
	関心がない	133	51.9	12.8	7.5	27.8
	わからない	51	58.8	13.7	2.0	25.5

イ　朝食の欠食理由

○　朝食を欠食する理由としては、「もっと寝ていたいから」（60.5%）、「身支度などの準備で忙しいから」（39.1%）、「朝食を食べるのが面倒だから」（32.1%）の順となっている。また、「以前から食べる習慣がないから」とする回答も１割程度（9.2%）存在している。

図１－２－３　朝食の欠食理由

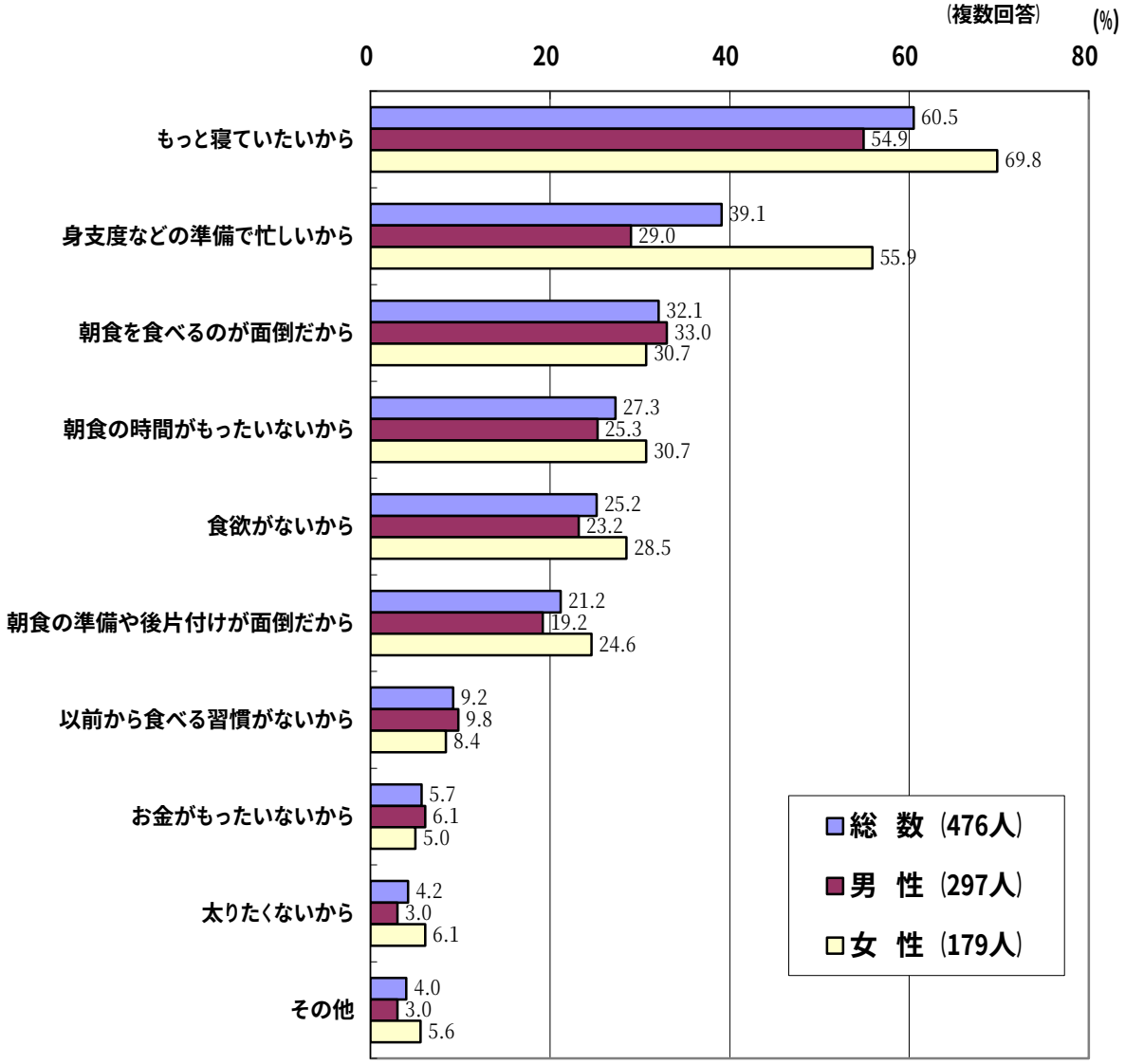


表１－２　朝食の欠食理由

ＳＱ１　朝食を食べない理由は何ですか。この中から当てはまるものを全てお答えください。（M.A.）

		該当数	食欲がないから	太りたくないから	朝食の時間がもったいないから	朝食を食べるのが面倒だから	朝食の準備や後片付けが面倒だから	もっと寝ていたいから	身支度などの準備で忙しいから	お金がもったいないから	以前から食べる習慣がないから	その他	計(M.T.)
総数		人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
		476	25.2	4.2	27.3	32.1	21.2	60.5	39.1	5.7	9.2	4.0	228.6
学年別	大学１年生	98	29.6	8.2	35.7	34.7	21.4	64.3	37.8	8.2	9.2	4.1	253.1
	大学２年生	116	21.6	2.6	29.3	29.3	17.2	61.2	46.6	5.2	7.8	3.4	224.1
	大学３年生	117	26.5	2.6	24.8	35.9	23.9	63.2	36.8	4.3	8.5	2.6	229.1
	大学４年生	131	25.2	3.8	22.1	29.0	22.9	58.0	35.1	4.6	10.7	6.1	217.6
	大学５～６年生	14	14.3	7.1	21.4	35.7	14.3	28.6	42.9	14.3	14.3	0.0	192.9
性別	男性	297	23.2	3.0	25.3	33.0	19.2	54.9	29.0	6.1	9.8	3.0	206.4
	女性	179	28.5	6.1	30.7	30.7	24.6	69.8	55.9	5.0	8.4	5.6	265.4
居住地域別	東京圏	204	27.5	4.9	27.9	30.4	20.1	61.3	38.2	5.4	13.2	4.9	233.8
	京阪神	71	22.5	4.2	28.2	29.6	19.7	50.7	42.3	4.2	5.6	5.6	212.7
	その他	201	23.9	3.5	26.4	34.8	22.9	63.2	38.8	6.5	6.5	2.5	228.9
所属学部・分野別	人文科学	102	23.5	2.9	22.5	31.4	19.6	59.8	46.1	3.9	8.8	6.9	225.5
	社会科学	95	28.4	9.5	24.2	28.4	12.6	58.9	33.7	8.4	9.5	4.2	217.9
	理・工・農学・家政	156	23.7	2.6	28.8	32.7	26.9	61.5	35.9	6.4	9.0	1.3	228.8
	医・歯・薬学	32	18.8	3.1	40.6	37.5	28.1	68.8	56.3	9.4	6.3	3.1	271.9
	その他	91	28.6	3.3	28.6	34.1	19.8	58.2	36.3	2.2	11.0	5.5	227.5
住居形態別	自宅	240	28.8	4.6	24.2	26.7	8.3	59.2	34.6	2.1	12.5	4.2	205.0
	学寮	17	35.3	5.9	29.4	47.1	35.3	64.7	11.8	11.8	0.0	0.0	241.2
	下宿・アパート・その他	219	20.5	3.7	30.6	37.0	34.2	61.6	46.1	9.1	6.4	4.1	253.4
１日当たりの平均睡眠時間（Q14）	５時間以下	60	23.3	6.7	38.3	33.3	21.7	58.3	58.3	5.0	8.3	3.3	256.7
	６時間	140	25.7	5.7	30.7	28.6	23.6	57.9	42.9	5.7	7.9	2.1	230.7
	７時間	143	25.9	3.5	24.5	37.8	20.3	56.6	34.3	6.3	8.4	5.6	223.1
	８時間	89	24.7	3.4	22.5	30.3	20.2	67.4	37.1	5.6	9.0	3.4	223.6
	９時間	34	26.5	0.0	20.6	29.4	17.6	73.5	20.6	5.9	14.7	8.8	217.6
	１０時間以上	10	20.0	0.0	20.0	20.0	20.0	60.0	20.0	0.0	30.0	0.0	190.0
「食育」の周知度（Q15）	言葉も意味も知っていた	248	23.8	5.2	27.0	31.0	24.2	61.7	44.0	6.0	8.9	5.6	237.5
	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	154	22.1	1.3	27.9	37.7	21.4	64.9	37.0	6.5	8.4	2.6	229.9
	言葉も意味も知らなかった	74	36.5	6.8	27.0	24.3	10.8	47.3	27.0	2.7	12.2	1.4	195.9
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	65	29.2	6.2	33.8	30.8	32.3	63.1	47.7	4.6	1.5	9.2	258.5
	どちらかといえば関心がある	208	26.0	4.8	27.4	32.2	23.6	59.6	43.3	6.3	9.1	3.4	235.6
	どちらかといえば関心がない	118	20.3	1.7	27.1	31.4	16.1	61.9	33.1	6.8	8.5	3.4	210.2
	関心がない	64	28.1	6.3	26.6	37.5	15.6	62.5	37.5	4.7	14.1	1.6	234.4
	わからない	21	23.8	0.0	9.5	23.8	9.5	47.6	9.5	0.0	23.8	4.8	152.4

（2）間食の摂取状況

○　間食の摂取状況は、男性よりも女性の方が摂取頻度が高くなっている。

図１－２　間食の摂取状況

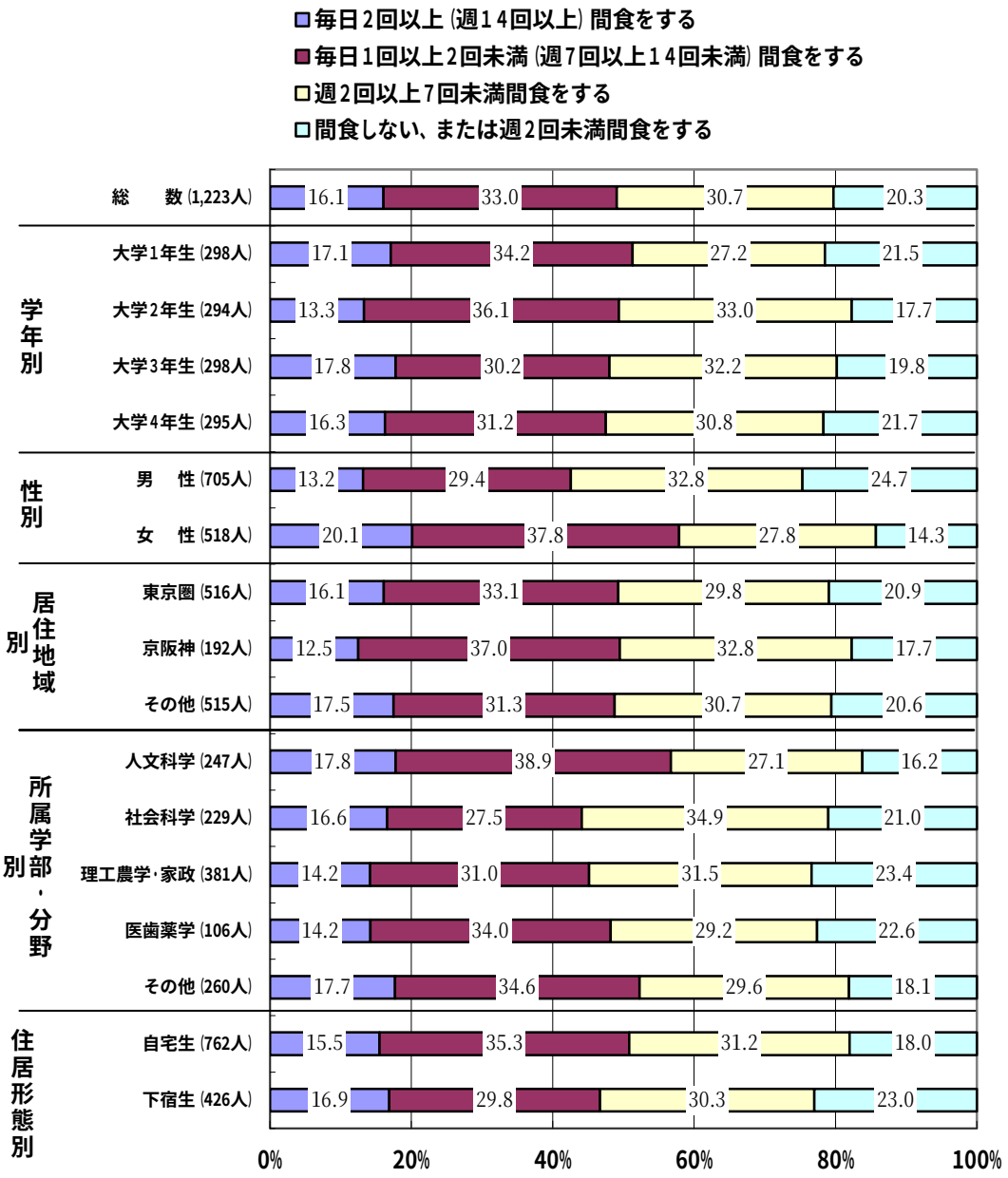


表１－２　間食の摂取状況

Ｑ２　あなたは普段間食（夜食を含む）をすることがありますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	毎日２回以上（週１４回以上）間食をする	毎日１回以上２回未満（週７回以上１４回未満）間食をする	週２回以上７回未満間食をする	間食しない、または週２回未満間食をする
総数		人 1,223	% 16.1	% 33.0	% 30.7	% 20.3
学年別	大学１年生	298	17.1	34.2	27.2	21.5
	大学２年生	294	13.3	36.1	33.0	17.7
	大学３年生	298	17.8	30.2	32.2	19.8
	大学４年生	295	16.3	31.2	30.8	21.7
	大学５～６年生	38	15.8	34.2	26.3	23.7
性別	男性	705	13.2	29.4	32.8	24.7
	女性	518	20.1	37.8	27.8	14.3
居住地域別	東京圏	516	16.1	33.1	29.8	20.9
	京阪神	192	12.5	37.0	32.8	17.7
	その他	515	17.5	31.3	30.7	20.6
所属学部・分野別	人文科学	247	17.8	38.9	27.1	16.2
	社会科学	229	16.6	27.5	34.9	21.0
	理・工・農学・家政	381	14.2	31.0	31.5	23.4
	医・歯・薬学	106	14.2	34.0	29.2	22.6
	その他	260	17.7	34.6	29.6	18.1
住居形態別	自宅	762	15.5	35.3	31.2	18.0
	学寮	35	20.0	20.0	22.9	37.1
	下宿・アパート・その他	426	16.9	29.8	30.3	23.0
朝食頻度（Ｑ１）	ほとんど毎日食べる	747	16.1	34.4	29.6	19.9
	週２～３日食べない	238	17.2	34.9	30.7	17.2
	週４～５日食べない	75	18.7	34.7	29.3	17.3
	ほとんど食べない	163	13.5	22.7	36.2	27.6
欠食をする頻度（Ｑ４）	毎日１食以上（週７食以上）欠食する	113	29.2	28.3	19.5	23.0
	週４食以上７食未満欠食する	136	16.9	39.7	31.6	11.8
	週２食以上４食未満欠食する	276	17.4	31.9	34.4	16.3
	欠食しない、または週２食未満欠食をする	698	13.3	32.8	30.8	23.1
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	15.8	30.6	27.3	26.3
	時々意識している	516	16.7	33.5	32.8	17.1
	あまり意識していない	344	16.0	35.2	29.9	18.9
	ほとんど意識していない	154	14.9	29.2	29.9	26.0

（３）外食の利用頻度

○　外食の頻度は、「外食しない、または週２回未満外食をする」者が約４割（39.2%）となっている一方、「毎日１回以上外食をする」（「毎日２回以上外食をする」と「毎日１回以上２回未満外食をする」の計）者も約２割（19.9%）存在している。

図１－３　外食の利用頻度

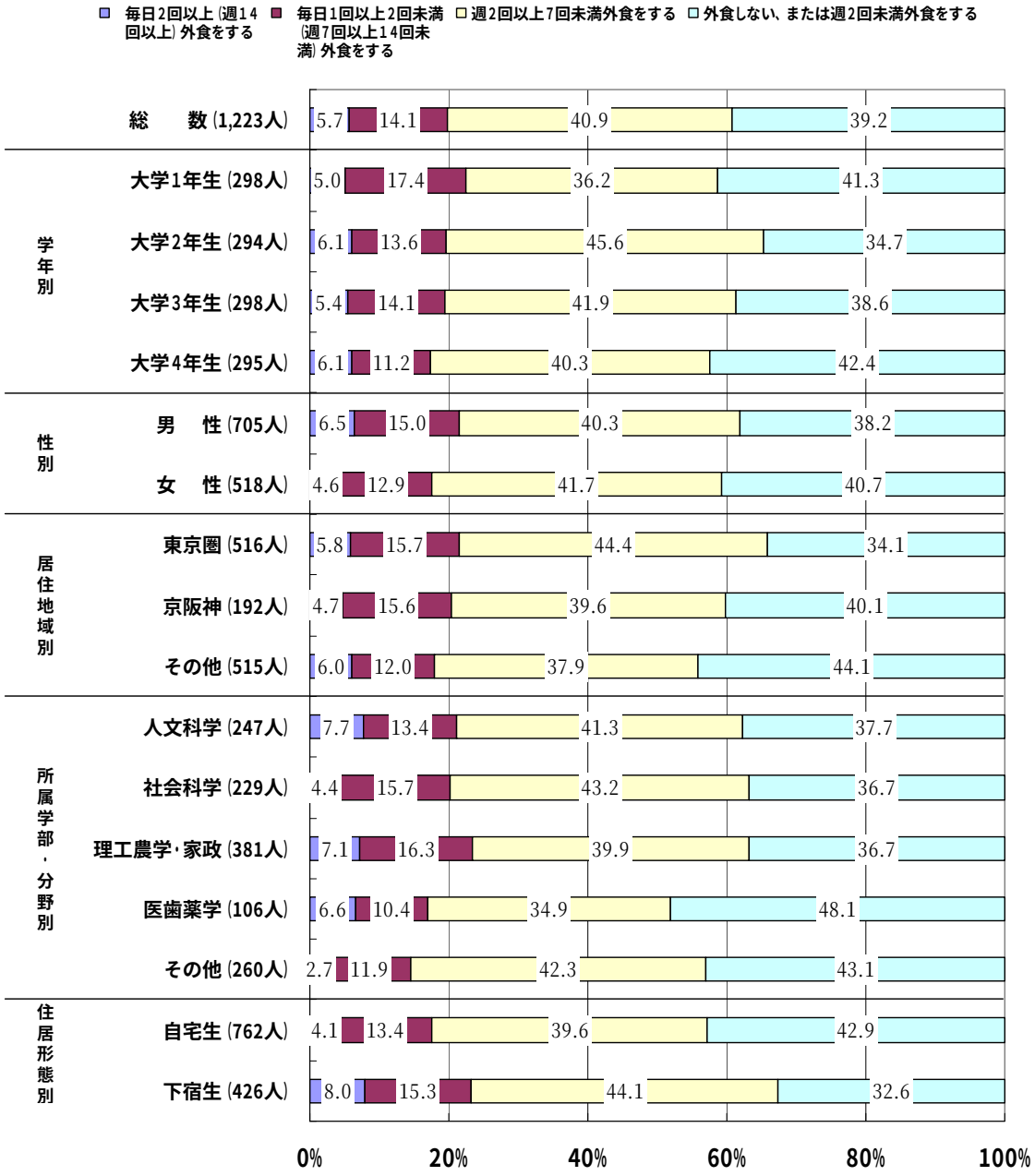


表１－３　外食の利用頻度

Ｑ３　あなたは普段外食することがありますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	毎日１回以上外食をする（小計）	毎日２回以上（週１４回以上）外食をする	毎日１回以上２回未満（週７回以上１４回未満）外食をする	週２回以上７回未満外食をする	外食しない、または週２回未満外食をする
総数		人 1,223	% 19.9	% 5.7	% 14.1	% 40.9	% 39.2
学年別	大学１年生	298	22.5	5.0	17.4	36.2	41.3
	大学２年生	294	19.7	6.1	13.6	45.6	34.7
	大学３年生	298	19.5	5.4	14.1	41.9	38.6
	大学４年生	295	17.3	6.1	11.2	40.3	42.4
	大学５～６年生	38	23.7	7.9	15.8	36.8	39.5
性別	男性	705	21.6	6.5	15.0	40.3	38.2
	女性	518	17.6	4.6	12.9	41.7	40.7
居住地域別	東京圏	516	21.5	5.8	15.7	44.4	34.1
	京阪神	192	20.3	4.7	15.6	39.6	40.1
	その他	515	18.1	6.0	12.0	37.9	44.1
所属学部・分野別	人文科学	247	21.1	7.7	13.4	41.3	37.7
	社会科学	229	20.1	4.4	15.7	43.2	36.7
	理・工・農学・家政	381	23.4	7.1	16.3	39.9	36.7
	医・歯・薬学	106	17.0	6.6	10.4	34.9	48.1
	その他	260	14.6	2.7	11.9	42.3	43.1
住居形態別	自宅	762	17.5	4.1	13.4	39.6	42.9
	学寮	35	31.4	14.3	17.1	28.6	40.0
	下宿・アパート・その他	426	23.2	8.0	15.3	44.1	32.6
間食をする頻度（Ｑ２）	毎日２回以上間食をする	197	28.4	13.2	15.2	39.1	32.5
	毎日１回以上２回未満間食をする	403	22.6	3.7	18.9	39.0	38.5
	週２回以上７回未満間食をする	375	14.7	3.2	11.5	48.8	36.5
	間食しない、または週２回未満間食をする	248	16.5	6.9	9.7	33.5	50.0
料理をする頻度（Ｑ９）	ほぼ毎日	144	13.2	2.8	10.4	31.9	54.9
	週に４～５日程度	150	18.0	4.7	13.3	40.0	42.0
	週に２～３日程度	222	17.6	2.7	14.9	55.0	27.5
	週に１回程度	177	25.4	9.6	15.8	41.2	33.3
	それ未満	282	19.1	6.7	12.4	40.8	40.1
	全くしない	248	23.8	6.9	16.9	33.9	42.3

（4）欠食の頻度

○　欠食の頻度については、「欠食しない、または週２食未満欠食をする」とする者は約６割（57.1%）となっている一方、「毎日１食以上欠食する」者も約１割（9.2%）存在している。
○　住居形態別では、自宅生より下宿生の方が欠食の頻度が高くなっている。
○　身体面の健康状態（自己評価としての健康状態）との関係をみると、健康であると回答している者ほど欠食の頻度が低くなっている。

図１－４－１　欠食の頻度

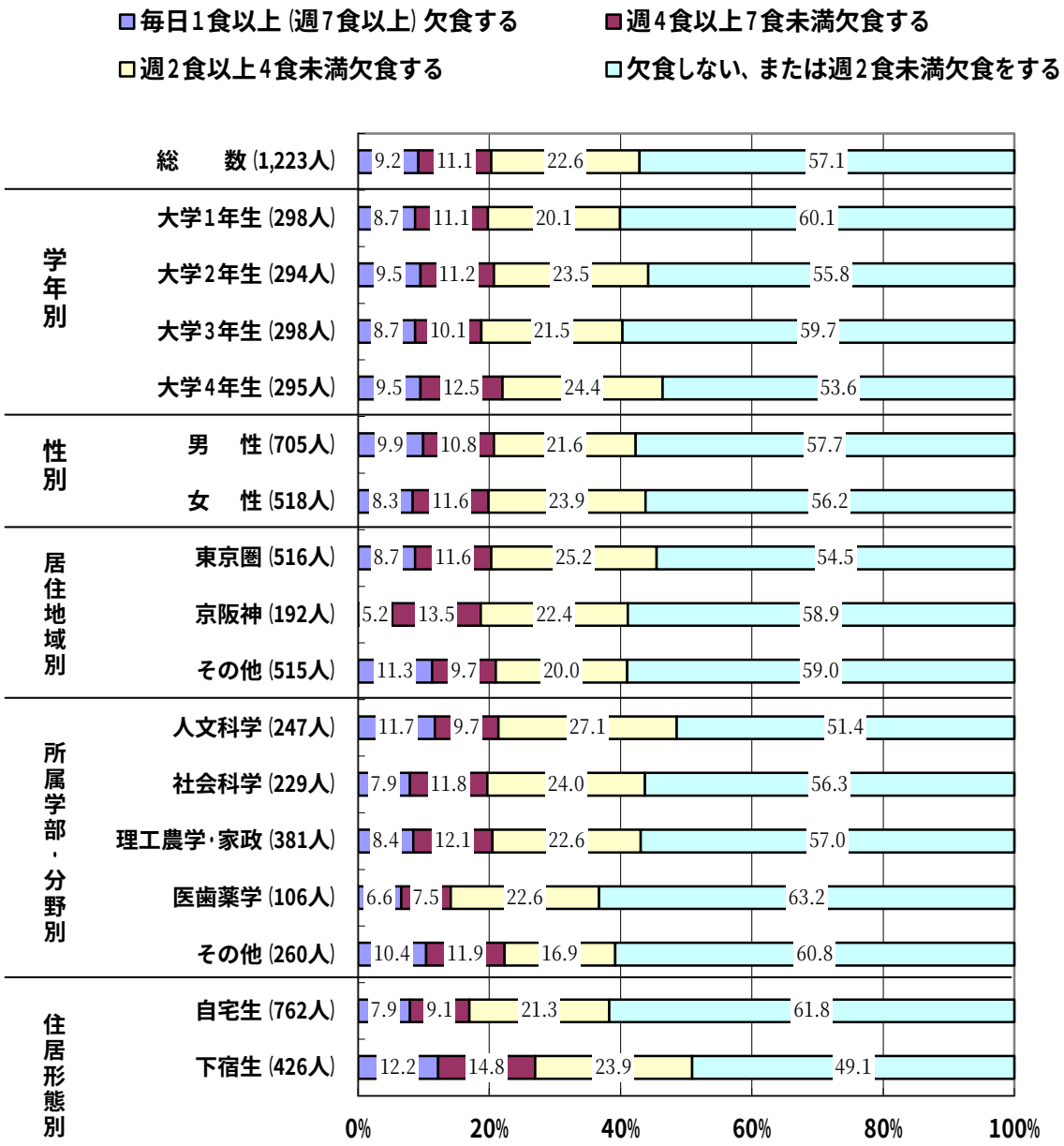


図１－４－２　欠食の頻度（クロス集計）

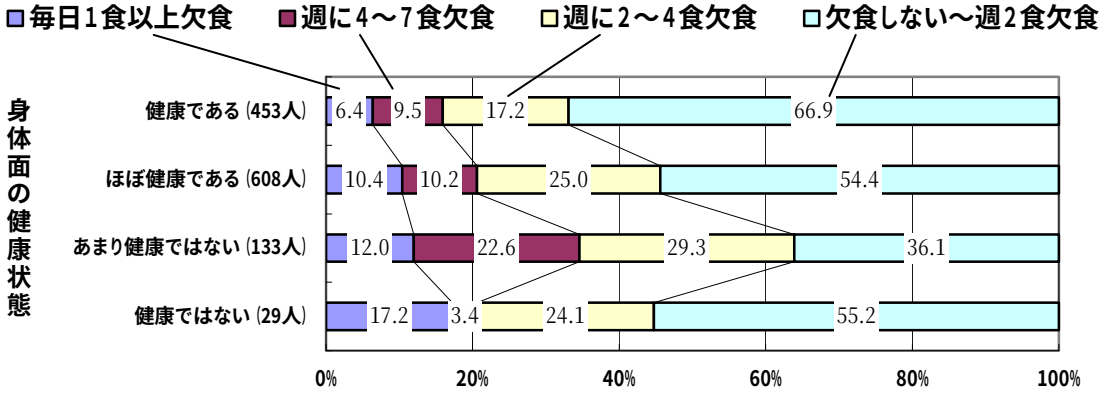


表１－４　欠食の頻度

Ｑ４　あなたは普段欠食する（食事を抜く）ことがありますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	毎日1食以上（週7食以上）欠食する	週4食以上7食未満欠食する	週2食以上4食未満欠食する	欠食しない、または週2食未満欠食をする
総数		人 1,223	% 9.2	% 11.1	% 22.6	% 57.1
学年別	大学１年生	298	8.7	11.1	20.1	60.1
	大学２年生	294	9.5	11.2	23.5	55.8
	大学３年生	298	8.7	10.1	21.5	59.7
	大学４年生	295	9.5	12.5	24.4	53.6
	大学５～６年生	38	13.2	7.9	28.9	50.0
性別	男性	705	9.9	10.8	21.6	57.7
	女性	518	8.3	11.6	23.9	56.2
居住地域別	東京圏	516	8.7	11.6	25.2	54.5
	京阪神	192	5.2	13.5	22.4	58.9
	その他	515	11.3	9.7	20.0	59.0
所属学部・分野別	人文科学	247	11.7	9.7	27.1	51.4
	社会科学	229	7.9	11.8	24.0	56.3
	理・工・農学・家政	381	8.4	12.1	22.6	57.0
	医・歯・薬学	106	6.6	7.5	22.6	63.2
	その他	260	10.4	11.9	16.9	60.8
住居形態別	自宅	762	7.9	9.1	21.3	61.8
	学寮	35	2.9	11.4	34.3	51.4
	下宿・アパート・その他	426	12.2	14.8	23.9	49.1
朝食頻度（Ｑ１）	ほとんど毎日食べる	747	3.1	5.8	15.9	75.2
	週２～３日食べない	238	10.9	18.5	43.3	27.3
	週４～５日食べない	75	20.0	21.3	28.0	30.7
	ほとんど食べない	163	30.1	20.2	20.2	29.4
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	6.2	12.0	17.2	64.6
	時々意識している	516	8.5	12.0	22.1	57.4
	あまり意識していない	344	10.2	9.6	26.7	53.5
	ほとんど意識していない	154	13.6	10.4	22.1	53.9
身体面の健康状態（Q12）	健康である	453	6.4	9.5	17.2	66.9
	ほぼ健康である	608	10.4	10.2	25.0	54.4
	あまり健康ではない	133	12.0	22.6	29.3	36.1
	健康ではない	29	17.2	3.4	24.1	55.2

（5）普段の昼食の状況

ア　普段の昼食を囲む相手

○　普段の昼食を囲む相手については、「大学の友人」とする者が最も多く（54.4%）、次いで「ひとりで」（37.0%）となっている。

○　学年別では、上級学年ほど、「大学の友人」と食べる割合は低くなり、「ひとりで」食べる割合が高くなっている。

○　精神面の健康状態（自己評価としての健康状態）との関係をみると、健康であると回答している者ほど「大学の友人」と食べる割合が高く、健康でないと回答している者ほど、「ひとりで」昼食をとっている割合が高くなっている。

図１－５－１　普段の昼食を囲む相手

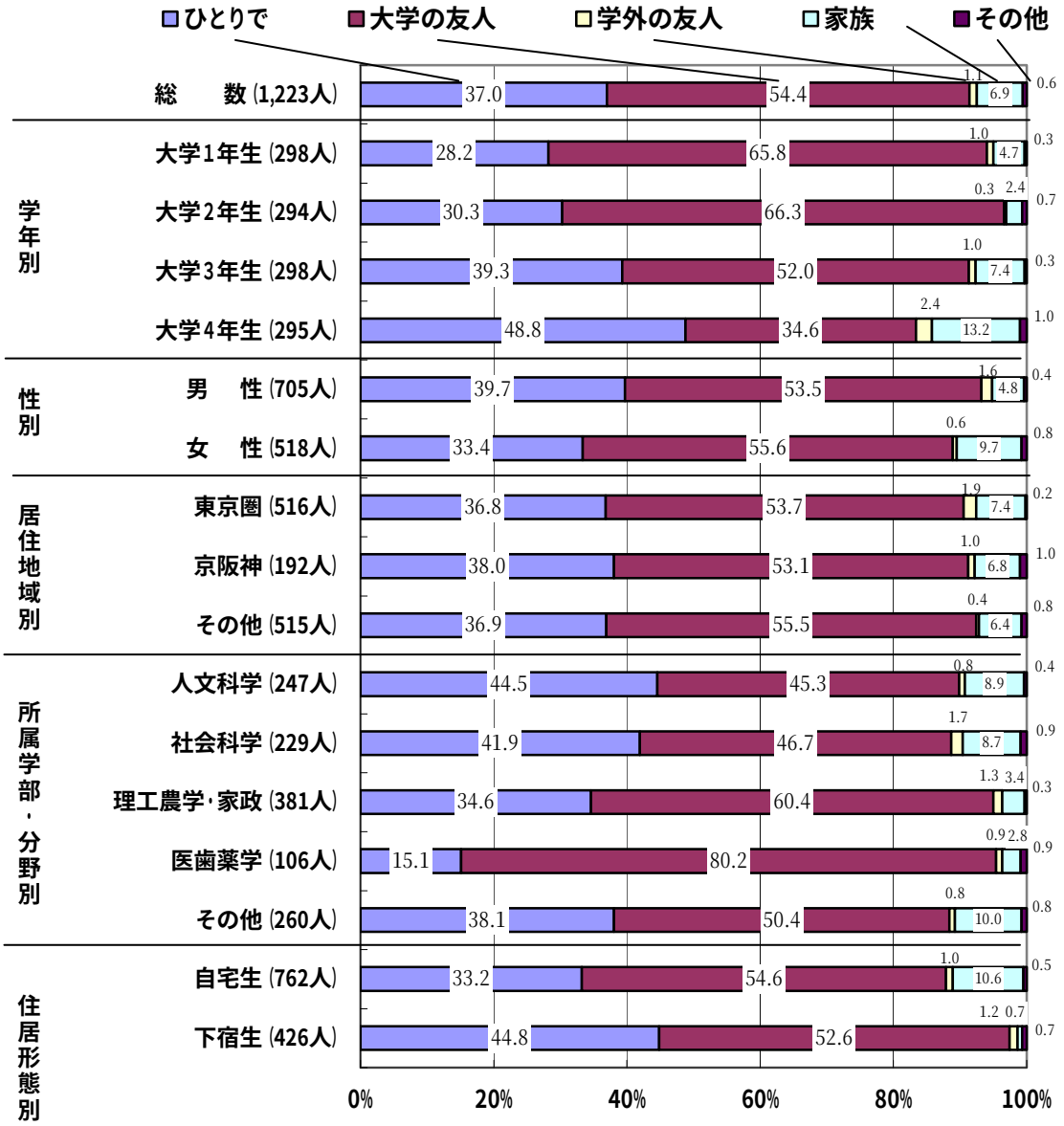


図１－５－２　普段の昼食を囲む相手（クロス集計）

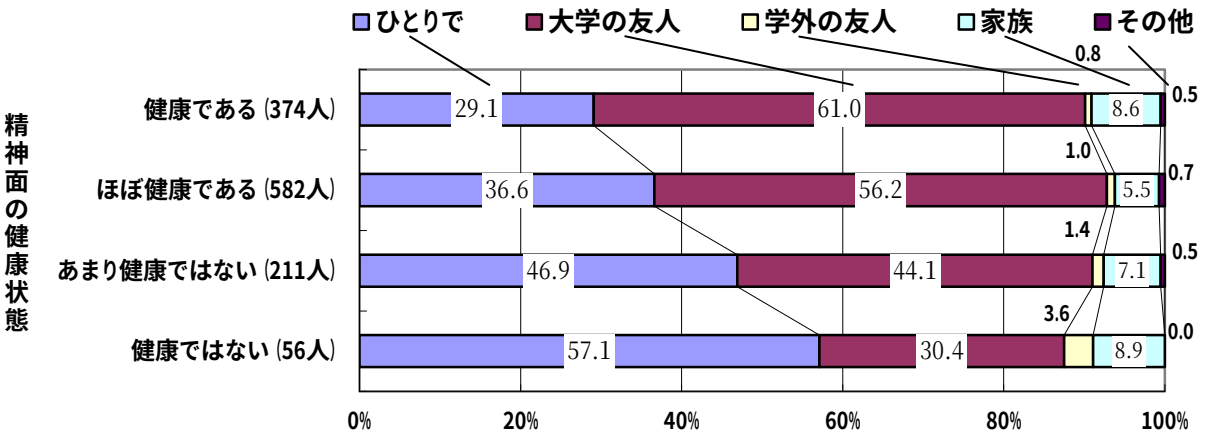


表１－５－１　普段の昼食を囲む相手

Ｑ５　あなたは普段（平日）の昼食を誰と食べることが最も多いですか。この中から１つだけお答えください。（Ｓ.Ａ.）

		該当数	ひとりで	大学の友人	学外の友人	家族	その他
総数		人 1,223	% 37.0	% 54.4	% 1.1	% 6.9	% 0.6
学年別	大学１年生	298	28.2	65.8	1.0	4.7	0.3
	大学２年生	294	30.3	66.3	0.3	2.4	0.7
	大学３年生	298	39.3	52.0	1.0	7.4	0.3
	大学４年生	295	48.8	34.6	2.4	13.2	1.0
	大学５～６年生	38	50.0	44.7	0.0	5.3	0.0
性別	男性	705	39.7	53.5	1.6	4.8	0.4
	女性	518	33.4	55.6	0.6	9.7	0.8
居住地域別	東京圏	516	36.8	53.7	1.9	7.4	0.2
	京阪神	192	38.0	53.1	1.0	6.8	1.0
	その他	515	36.9	55.5	0.4	6.4	0.8
所属学部・分野別	人文科学	247	44.5	45.3	0.8	8.9	0.4
	社会科学	229	41.9	46.7	1.7	8.7	0.9
	理・工・農学・家政	381	34.6	60.4	1.3	3.4	0.3
	医・歯・薬学	106	15.1	80.2	0.9	2.8	0.9
	その他	260	38.1	50.4	0.8	10.0	0.8
住居形態別	自宅	762	33.2	54.6	1.0	10.6	0.5
	学寮	35	25.7	71.4	2.9	0.0	0.0
	下宿・アパート・その他	426	44.8	52.6	1.2	0.7	0.7
夕食を一緒に食べる相手（Ｑ７）	ひとりで	501	47.7	50.5	0.4	1.0	0.4
	大学の友人	110	21.8	76.4	0.9	0.9	0.0
	学外の友人	17	17.6	47.1	29.4	0.0	5.9
	家族	563	30.7	54.9	0.7	13.1	0.5
	その他	19	63.2	26.3	5.3	0.0	5.3
身体面の健康状態（Q12）	健康である	453	33.1	57.0	0.9	8.8	0.2
	ほぼ健康である	608	36.3	56.6	1.2	5.1	0.8
	あまり健康ではない	133	49.6	42.1	1.5	6.0	0.8
	健康ではない	29	55.2	24.1	3.4	17.2	0.0
精神面の健康状態（Q13）	健康である	374	29.1	61.0	0.8	8.6	0.5
	ほぼ健康である	582	36.6	56.2	1.0	5.5	0.7
	あまり健康ではない	211	46.9	44.1	1.4	7.1	0.5
	健康ではない	56	57.1	30.4	3.6	8.9	0.0

イ　昼食を一人で食べる理由

○　昼食を「ひとりで」食べる理由としては、「自由に時間を過ごしたいから」（56.3%）、「自宅で食事をとっているから」（43.9%）、「周囲に気を遣わなくてすむから」（42.6%）の順となっている。

○　学年別では、下級学年ほど「自由に時間を過ごしたいから」、「周囲に気を遣わなくてすむから」との回答割合が高く、上級学年ほど「自宅で食事をとっているから」とする割合が高くなっている。

図１－５－３　昼食を一人で食べる理由

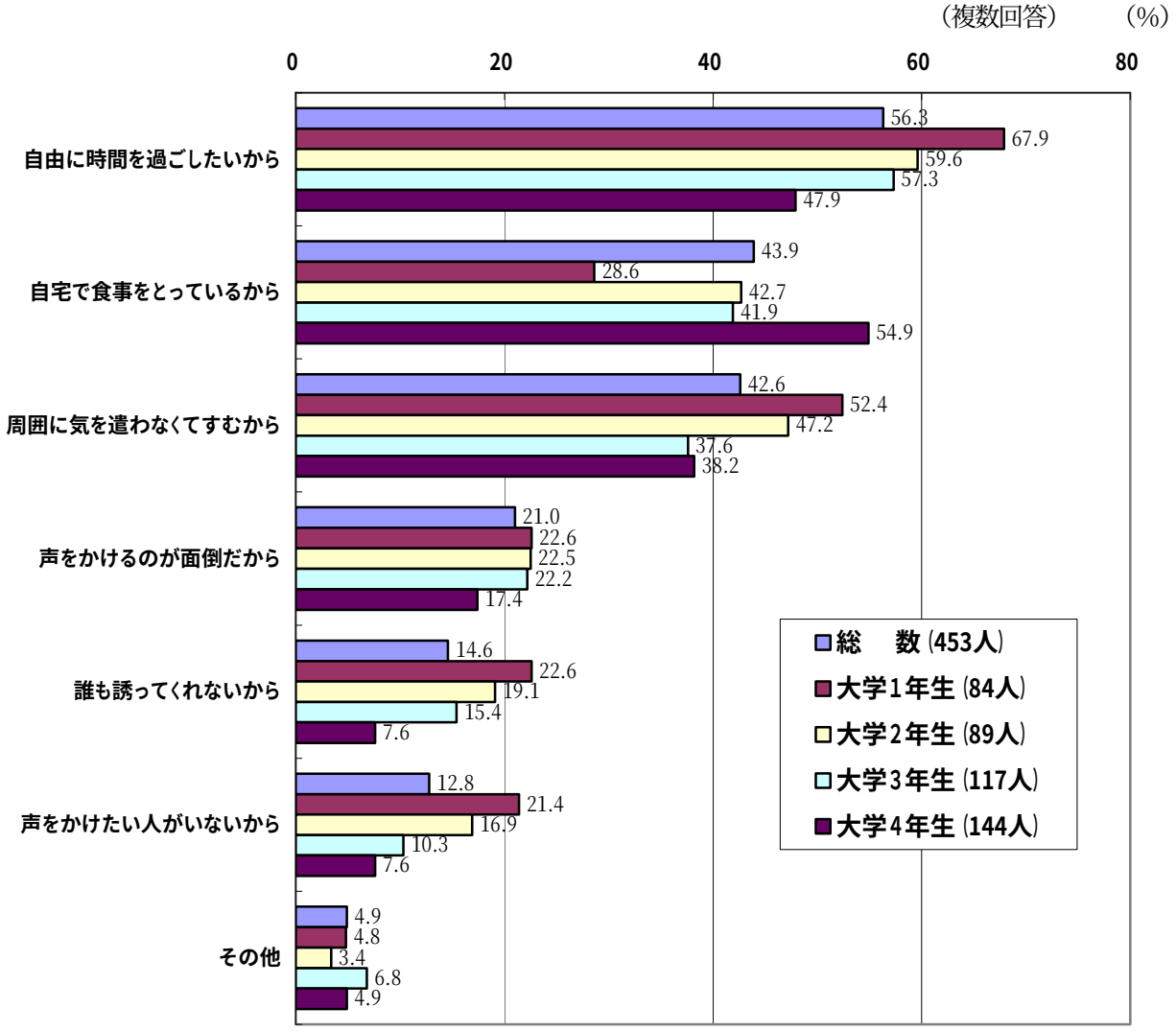


表１－５－２　昼食を一人で食べる理由

ＳＱ２　あなたが普段（平日）の昼食をひとりで食べる理由は何ですか。この中からあてはまるものを全てあげてください。（M.A.）

		該当数	自由に時間を過ごしたいから	周囲に気を遣わなくてすむから	声をかけるのが面倒だから	声をかけたい人がいないから	誰も誘ってくれないから	自宅（下宿、アパートを含む）で食事をとっているから	その他	計(M.T.)
総数		人 453	% 56.3	% 42.6	% 21.0	% 12.8	% 14.6	% 43.9	% 4.9	% 196.0
学年別	大学１年生	84	67.9	52.4	22.6	21.4	22.6	28.6	4.8	220.2
	大学２年生	89	59.6	47.2	22.5	16.9	19.1	42.7	3.4	211.2
	大学３年生	117	57.3	37.6	22.2	10.3	15.4	41.9	6.8	191.5
	大学４年生	144	47.9	38.2	17.4	7.6	7.6	54.9	4.9	178.5
	大学５～６年生	19	47.4	42.1	26.3	10.5	5.3	47.4	0.0	178.9
性別	男性	280	58.9	43.9	21.4	15.4	16.4	36.8	3.2	196.1
	女性	173	52.0	40.5	20.2	8.7	11.6	55.5	7.5	196.0
居住地域別	東京圏	190	60.0	43.7	21.6	13.2	14.2	37.9	6.8	197.4
	京阪神	73	52.1	35.6	17.8	11.0	16.4	50.7	1.4	184.9
	その他	190	54.2	44.2	21.6	13.2	14.2	47.4	4.2	198.9
所属学部・分野別	人文科学	110	48.2	40.9	25.5	17.3	18.2	50.0	1.8	201.8
	社会科学	96	55.2	43.8	12.5	11.5	17.7	42.7	6.3	189.6
	理・工・農学・家政	132	58.3	47.0	25.0	12.9	11.4	36.4	7.6	198.5
	医・歯・薬学	16	68.8	50.0	12.5	6.3	0.0	37.5	0.0	175.0
	その他	99	61.6	36.4	20.2	10.1	14.1	49.5	4.0	196.0
住居形態別	自宅	253	62.8	46.2	21.7	15.0	17.8	32.8	4.0	200.4
	学寮	9	55.6	55.6	22.2	0.0	0.0	33.3	11.1	177.8
	下宿・アパート・その他	191	47.6	37.2	19.9	10.5	11.0	59.2	5.8	191.1

（6）普段の夕食開始時刻

○　普段の夕食開始時刻については、「午後７～８時台」が最も多く（55.0%）、次いで「午後７時前」（22.9%）、「午後９～１０時台」（18.0%）の順となっている。

図１－６　普段の夕食開始時刻

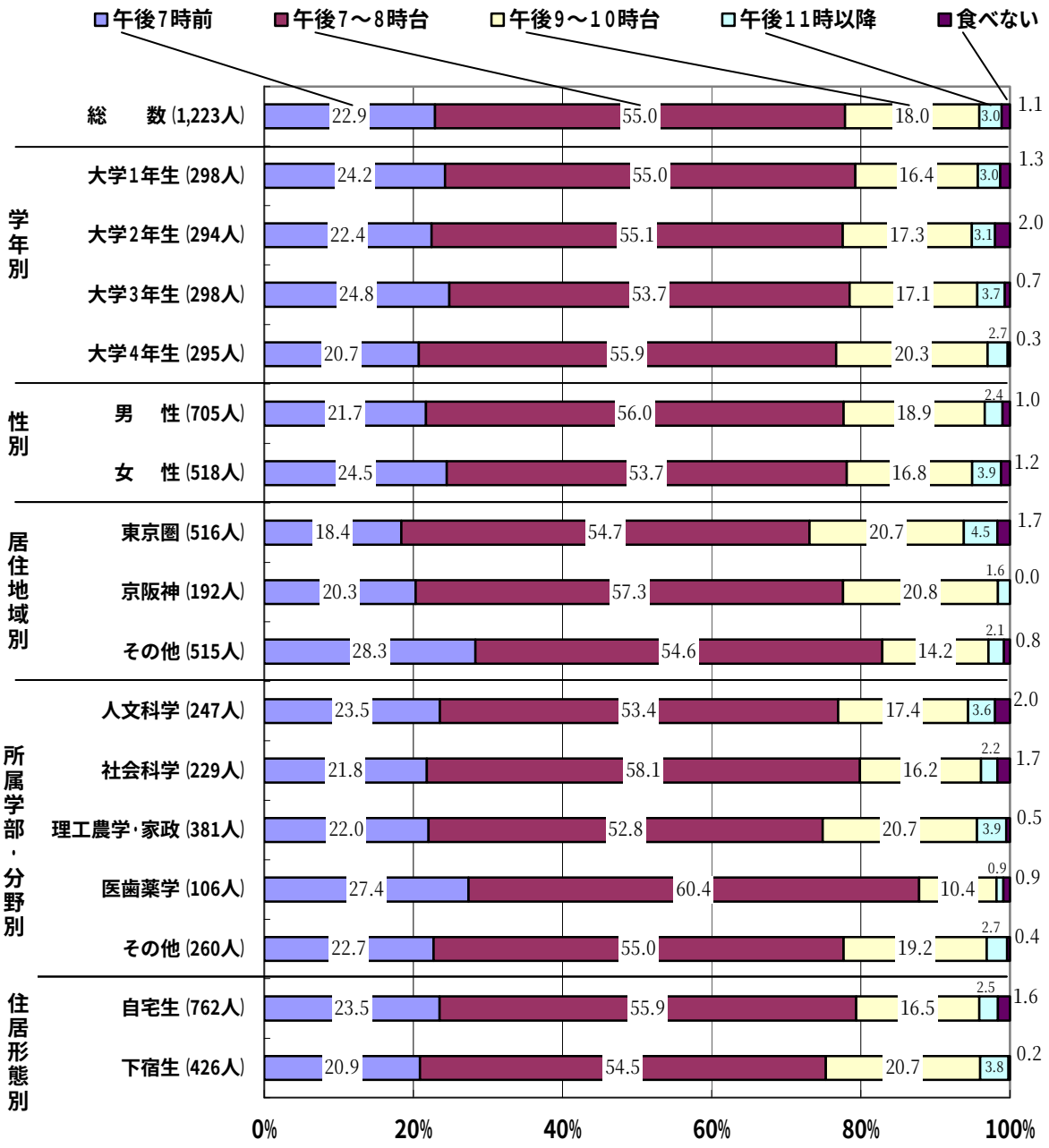


表１－６　普段の夕食開始時刻

Ｑ６　あなたの普段（平日）の夕食開始時刻は何時頃ですか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	午後７時前	午後７～８時台	午後９～１０時台	午後１１時以降	食べない
総数		人 1,223	% 22.9	% 55.0	% 18.0	% 3.0	% 1.1
学年別	大学１年生	298	24.2	55.0	16.4	3.0	1.3
	大学２年生	294	22.4	55.1	17.3	3.1	2.0
	大学３年生	298	24.8	53.7	17.1	3.7	0.7
	大学４年生	295	20.7	55.9	20.3	2.7	0.3
	大学５～６年生	38	18.4	57.9	23.7	0.0	0.0
性別	男性	705	21.7	56.0	18.9	2.4	1.0
	女性	518	24.5	53.7	16.8	3.9	1.2
居住地域別	東京圏	516	18.4	54.7	20.7	4.5	1.7
	京阪神	192	20.3	57.3	20.8	1.6	0.0
	その他	515	28.3	54.6	14.2	2.1	0.8
所属学部・分野別	人文科学	247	23.5	53.4	17.4	3.6	2.0
	社会科学	229	21.8	58.1	16.2	2.2	1.7
	理・工・農学・家政	381	22.0	52.8	20.7	3.9	0.5
	医・歯・薬学	106	27.4	60.4	10.4	0.9	0.9
	その他	260	22.7	55.0	19.2	2.7	0.4
住居形態別	自宅	762	23.5	55.9	16.5	2.5	1.6
	学寮	35	34.3	42.9	17.1	5.7	0.0
	下宿・アパート・その他	426	20.9	54.5	20.7	3.8	0.2

（7）夕食を囲む相手

○　夕食を囲む相手については、「家族」が最も多く（46.5%）、「ひとりで」（41.4%）、「大学の友人」（9.1%）の順となっているが、住居形態で状況が異なり、自宅生は「家族」（73.5%）、「ひとりで」（19.3%）、「大学の友人」（5.5%）の順、下宿生は「ひとりで」（80.2%）、「大学の友人」（12.0%）、「学外の友人」、「家族」（何れも 2.8%）となっている。

図１－７　夕食を囲む相手

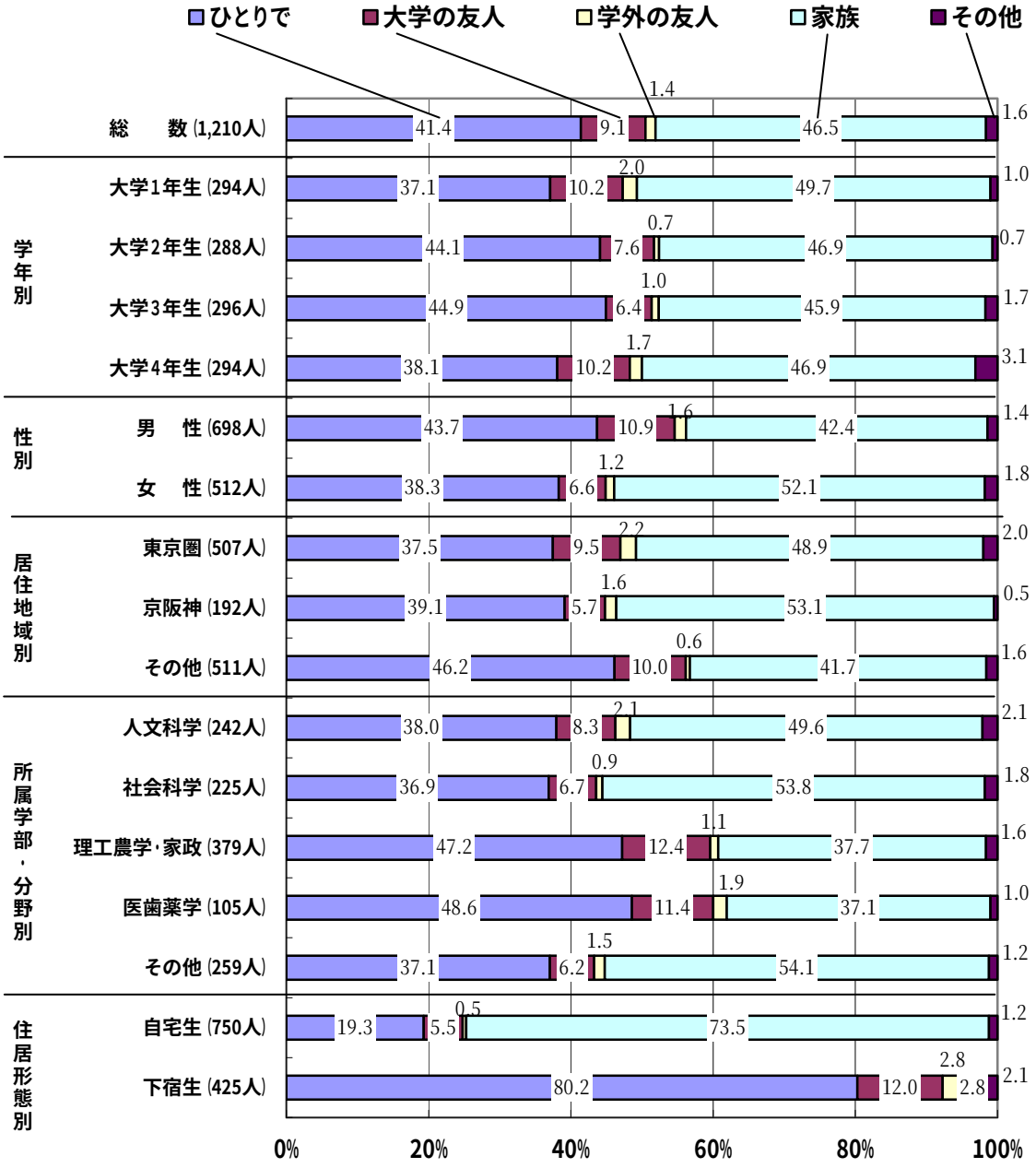


表１－７　夕食を囲む相手

Ｑ７　あなたは普段（平日）の夕食を誰と食べることが最も多いですか。この中から１つだけお答えください。（Ｓ.Ａ.）

		該当数	ひとりで	大学の友人	学外の友人	家族	その他
総数		人 1,210	% 41.4	% 9.1	% 1.4	% 46.5	% 1.6
学年別	大学１年生	294	37.1	10.2	2.0	49.7	1.0
	大学２年生	288	44.1	7.6	0.7	46.9	0.7
	大学３年生	296	44.9	6.4	1.0	45.9	1.7
	大学４年生	294	38.1	10.2	1.7	46.9	3.1
	大学５～６年生	38	52.6	23.7	2.6	21.1	0.0
性別	男性	698	43.7	10.9	1.6	42.4	1.4
	女性	512	38.3	6.6	1.2	52.1	1.8
居住地域別	東京圏	507	37.5	9.5	2.2	48.9	2.0
	京阪神	192	39.1	5.7	1.6	53.1	0.5
	その他	511	46.2	10.0	0.6	41.7	1.6
所属学部・分野別	人文科学	242	38.0	8.3	2.1	49.6	2.1
	社会科学	225	36.9	6.7	0.9	53.8	1.8
	理・工・農学・家政	379	47.2	12.4	1.1	37.7	1.6
	医・歯・薬学	105	48.6	11.4	1.9	37.1	1.0
	その他	259	37.1	6.2	1.5	54.1	1.2
住居形態別	自宅	750	19.3	5.5	0.5	73.5	1.2
	学寮	35	42.9	51.4	2.9	0.0	2.9
	下宿・アパート・その他	425	80.2	12.0	2.8	2.8	2.1
昼食を一緒に食べる相手（Ｑ５）	ひとりで	451	53.0	5.3	0.7	38.4	2.7
	大学の友人	659	38.4	12.7	1.2	46.9	0.8
	学外の友人	13	15.4	7.7	38.5	30.8	7.7
	家族	80	6.3	1.3	0.0	92.5	0.0
	その他	7	28.6	0.0	14.3	42.9	14.3
夕食開始時刻（Ｑ６）	午後７時前	280	40.0	10.4	0.7	48.6	0.4
	午後７～８時台	673	35.4	9.4	1.5	51.9	1.9
	午後９～１０時台	220	55.9	6.4	2.3	33.2	2.3
	午後１１時以降	37	75.7	10.8	0.0	13.5	0.0
	食べない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
身体面の健康状態（Q12）	健康である	450	36.7	8.4	1.1	51.8	2.0
	ほぼ健康である	603	42.3	10.4	1.5	44.4	1.3
	あまり健康ではない	133	52.6	5.3	1.5	39.1	1.5
	健康ではない	24	45.8	8.3	4.2	41.7	0.0
精神面の健康状態（Q13）	健康である	371	35.8	10.5	1.6	50.1	1.9
	ほぼ健康である	579	42.8	9.5	1.2	45.1	1.4
	あまり健康ではない	209	45.0	6.2	1.0	45.9	1.9
	健康ではない	51	51.0	5.9	3.9	39.2	0.0

（8）食事を食べる早さ

○　食事を食べる早さについては、「やや早い」（33.5%）、「人並みである」（31.2%）となっている。

図１－８　食事を食べる早さ

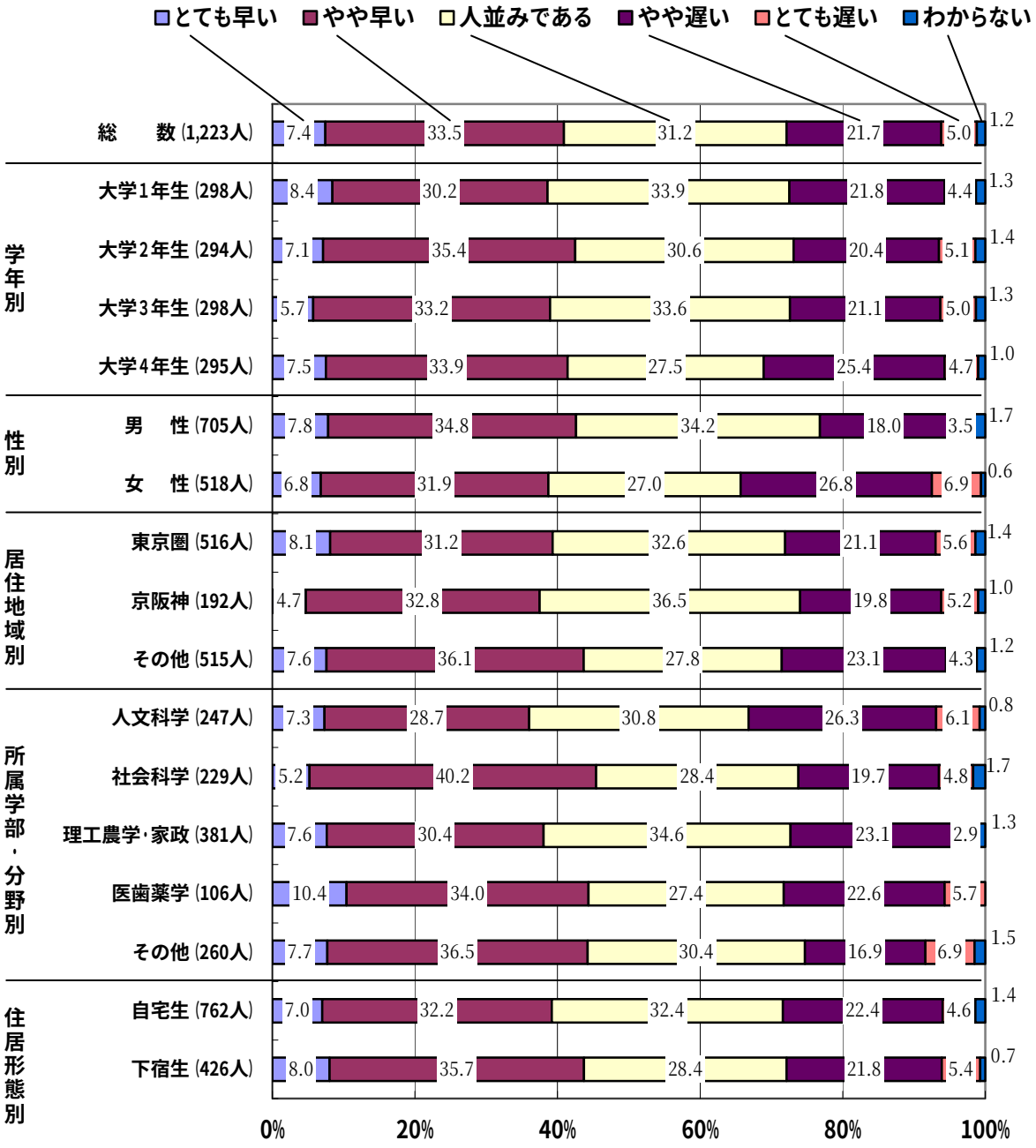


表１－８　食事を食べる早さ

Ｑ８　あなたの食事を食べる早さは人に比べてどうですか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	早い（小計）	とても早い	やや早い	人並みである	遅い（小計）	やや遅い	とても遅い	わからない
総数		人 1,223	% 40.9	% 7.4	% 33.5	% 31.2	% 26.7	% 21.7	% 5.0	% 1.2
学年別	大学１年生	298	38.6	8.4	30.2	33.9	26.2	21.8	4.4	1.3
	大学２年生	294	42.5	7.1	35.4	30.6	25.5	20.4	5.1	1.4
	大学３年生	298	38.9	5.7	33.2	33.6	26.2	21.1	5.0	1.3
	大学４年生	295	41.4	7.5	33.9	27.5	30.2	25.4	4.7	1.0
	大学５～６年生	38	57.9	13.2	44.7	23.7	18.4	7.9	10.5	0.0
性別	男性	705	42.6	7.8	34.8	34.2	21.6	18.0	3.5	1.7
	女性	518	38.6	6.8	31.9	27.0	33.8	26.8	6.9	0.6
居住地域別	東京圏	516	39.3	8.1	31.2	32.6	26.7	21.1	5.6	1.4
	京阪神	192	37.5	4.7	32.8	36.5	25.0	19.8	5.2	1.0
	その他	515	43.7	7.6	36.1	27.8	27.4	23.1	4.3	1.2
所属学部・分野別	人文科学	247	36.0	7.3	28.7	30.8	32.4	26.3	6.1	0.8
	社会科学	229	45.4	5.2	40.2	28.4	24.5	19.7	4.8	1.7
	理・工・農学・家政	381	38.1	7.6	30.4	34.6	26.0	23.1	2.9	1.3
	医・歯・薬学	106	44.3	10.4	34.0	27.4	28.3	22.6	5.7	0.0
	その他	260	44.2	7.7	36.5	30.4	23.8	16.9	6.9	1.5
住居形態別	自宅	762	39.1	7.0	32.2	32.4	27.0	22.4	4.6	1.4
	学寮	35	45.7	8.6	37.1	37.1	14.3	5.7	8.6	2.9
	下宿・アパート・その他	426	43.7	8.0	35.7	28.4	27.2	21.8	5.4	0.7
昼食を一緒に食べる相手（Ｑ５）	ひとりで	453	43.7	9.3	34.4	30.0	25.2	21.9	3.3	1.1
	大学の友人	665	40.8	6.2	34.6	32.0	26.6	21.1	5.6	0.6
	学外の友人	14	28.6	7.1	21.4	42.9	28.6	14.3	14.3	0.0
	家族	84	28.6	7.1	21.4	27.4	36.9	29.8	7.1	7.1
	その他	7	42.9	0.0	42.9	42.9	14.3	0.0	14.3	0.0
夕食開始時刻（Ｑ６）	午後７時前	280	44.3	9.3	35.0	30.7	24.3	20.0	4.3	0.7
	午後７～８時台	673	38.5	6.4	32.1	33.4	27.5	22.4	5.1	0.6
	午後９～１０時台	220	42.7	5.9	36.8	29.1	27.3	21.8	5.5	0.9
	午後１１時以降	37	48.6	18.9	29.7	16.2	32.4	24.3	8.1	2.7
	食べない	13	38.5	7.7	30.8	0.0	15.4	15.4	0.0	46.2
夕食を一緒に食べる相手（Ｑ７）	ひとりで	501	45.3	8.2	37.1	30.3	23.4	19.2	4.2	1.0
	大学の友人	110	35.5	9.1	26.4	35.5	28.2	21.8	6.4	0.9
	学外の友人	17	29.4	5.9	23.5	41.2	29.4	23.5	5.9	0.0
	家族	563	38.0	6.2	31.8	31.4	30.0	24.5	5.5	0.5
	その他	19	52.6	10.5	42.1	31.6	15.8	10.5	5.3	0.0
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	39.2	9.6	29.7	30.1	30.1	24.9	5.3	0.5
	時々意識している	516	40.5	5.4	35.1	30.6	28.1	23.8	4.3	0.8
	あまり意識していない	344	40.1	7.8	32.3	34.3	24.7	18.3	6.4	0.9
	ほとんど意識していない	154	46.1	9.7	36.4	27.3	22.1	18.2	3.9	4.5

（9）料理する頻度

○　料理する頻度については、週に１回未満が最も多く（23.1%）、次いで「全くしない」（20.3%）、「週に２～３日程度」（18.2%）の順となっている。一方、「ほぼ毎日」料理する者も１割程度（11.8%）存在している。
○　住居形態別では、自宅生に比べて下宿生の方が料理の頻度が高くなっている。
○　栄養バランスへの意識との関係をみると、栄養バランスへの意識が高い回答をしている者ほど料理の頻度が高くなっている。
○　「食育」への関心との関係をみると、「食育」への関心が高い者ほど料理の頻度が高くなっている。

図１－９－１　料理する頻度

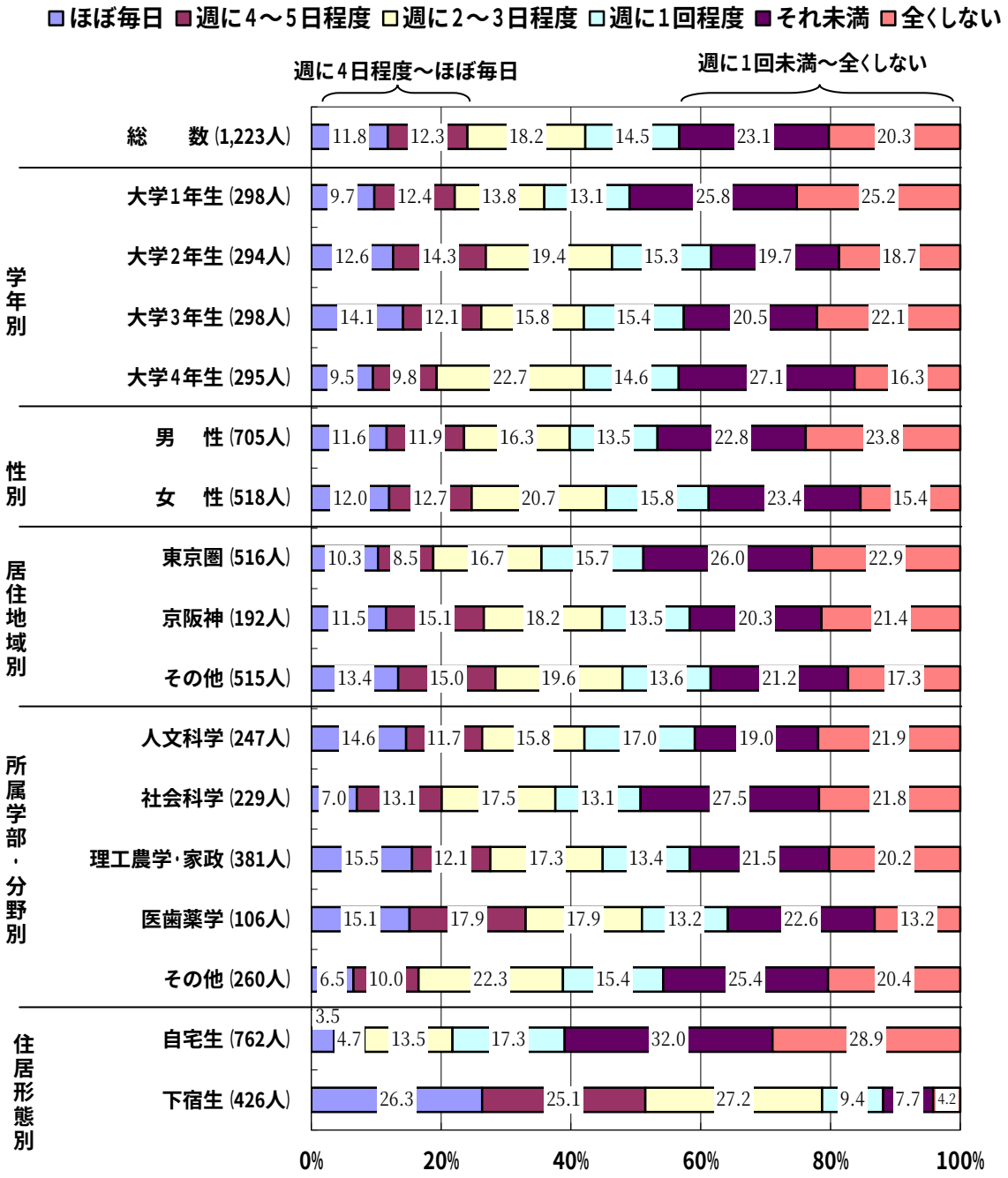
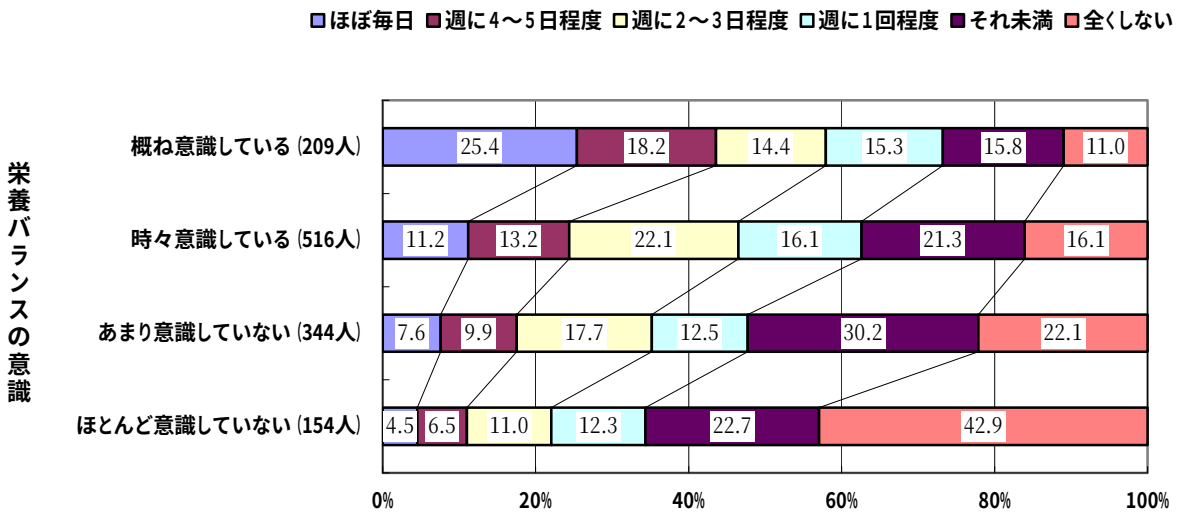


図１－９－２　料理する頻度（クロス集計）



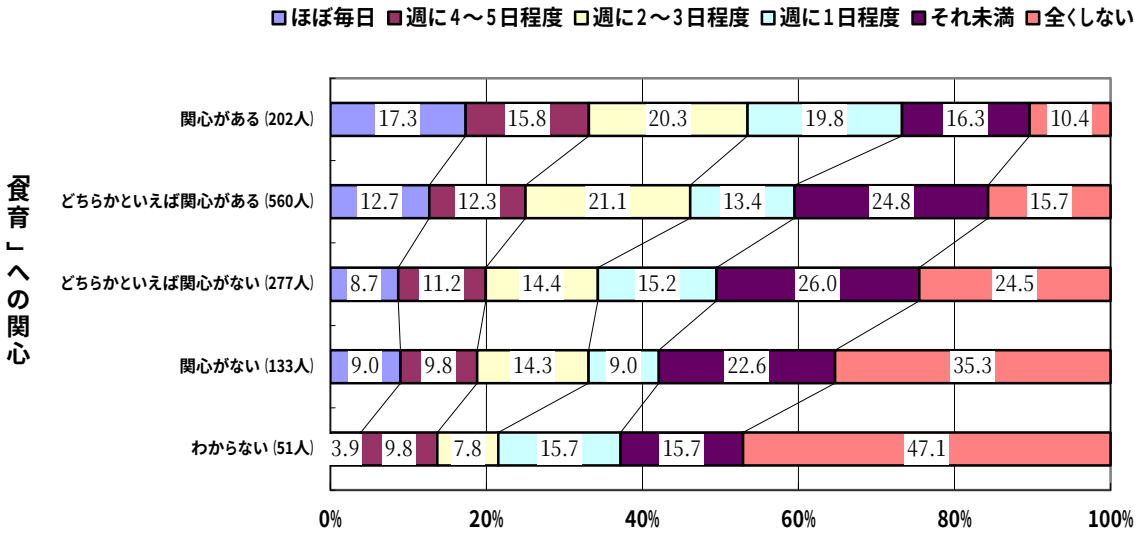


表１－９　料理する頻度

Ｑ９　あなたは料理をしますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	週に４日程度～ほぼ毎日（小計）	ほぼ毎日	週に４～５日程度	週に２～３日程度	週に１回程度	週に１回未満～全くしない（小計）	それ未満	全くしない
総数		人 1,223	% 24.0	% 11.8	% 12.3	% 18.2	% 14.5	% 43.3	% 23.1	% 20.3
学年別	大学１年生	298	22.1	9.7	12.4	13.8	13.1	51.0	25.8	25.2
	大学２年生	294	26.9	12.6	14.3	19.4	15.3	38.4	19.7	18.7
	大学３年生	298	26.2	14.1	12.1	15.8	15.4	42.6	20.5	22.1
	大学４年生	295	19.3	9.5	9.8	22.7	14.6	43.4	27.1	16.3
	大学５～６年生	38	36.8	21.1	15.8	26.3	10.5	26.3	15.8	10.5
性別	男性	705	23.5	11.6	11.9	16.3	13.5	46.7	22.8	23.8
	女性	518	24.7	12.0	12.7	20.7	15.8	38.8	23.4	15.4
居住地域別	東京圏	516	18.8	10.3	8.5	16.7	15.7	48.8	26.0	22.9
	京阪神	192	26.6	11.5	15.1	18.2	13.5	41.7	20.3	21.4
	その他	515	28.3	13.4	15.0	19.6	13.6	38.4	21.2	17.3
所属学部・分野別	人文科学	247	26.3	14.6	11.7	15.8	17.0	40.9	19.0	21.9
	社会科学	229	20.1	7.0	13.1	17.5	13.1	49.3	27.5	21.8
	理・工・農学・家政	381	27.6	15.5	12.1	17.3	13.4	41.7	21.5	20.2
	医・歯・薬学	106	33.0	15.1	17.9	17.9	13.2	35.8	22.6	13.2
	その他	260	16.5	6.5	10.0	22.3	15.4	45.8	25.4	20.4
住居形態別	自宅	762	8.3	3.5	4.7	13.5	17.3	60.9	32.0	28.9
	学寮	35	34.3	14.3	20.0	8.6	14.3	42.9	14.3	28.6
	下宿・アパート・その他	426	51.4	26.3	25.1	27.2	9.4	12.0	7.7	4.2
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	43.5	25.4	18.2	14.4	15.3	26.8	15.8	11.0
	時々意識している	516	24.4	11.2	13.2	22.1	16.1	37.4	21.3	16.1
	あまり意識していない	344	17.4	7.6	9.9	17.7	12.5	52.3	30.2	22.1
	ほとんど意識していない	154	11.0	4.5	6.5	11.0	12.3	65.6	22.7	42.9
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	33.2	17.3	15.8	20.3	19.8	26.7	16.3	10.4
	どちらかといえば関心がある	560	25.0	12.7	12.3	21.1	13.4	40.5	24.8	15.7
	どちらかといえば関心がない	277	19.9	8.7	11.2	14.4	15.2	50.5	26.0	24.5
	関心がない	133	18.8	9.0	9.8	14.3	9.0	57.9	22.6	35.3
	わからない	51	13.7	3.9	9.8	7.8	15.7	62.7	15.7	47.1

（１０）栄養バランスの意識

○　栄養バランスについては、約６割（59.3%）の者が「意識している」（「概ね意識している」と「時々意識している」の計）と回答している。
○　性別、住居形態別では、男性よりも女性の方が、自宅生よりも下宿生の方が栄養バランスを意識している。
○　朝食摂取の頻度との関係でみると、朝食摂取の頻度が高い者ほど栄養バランスを意識している。
○　「食育」への関心との関係をみると、関心が高い者ほど栄養バランスを意識している。

図１－１０－１　栄養バランスの意識

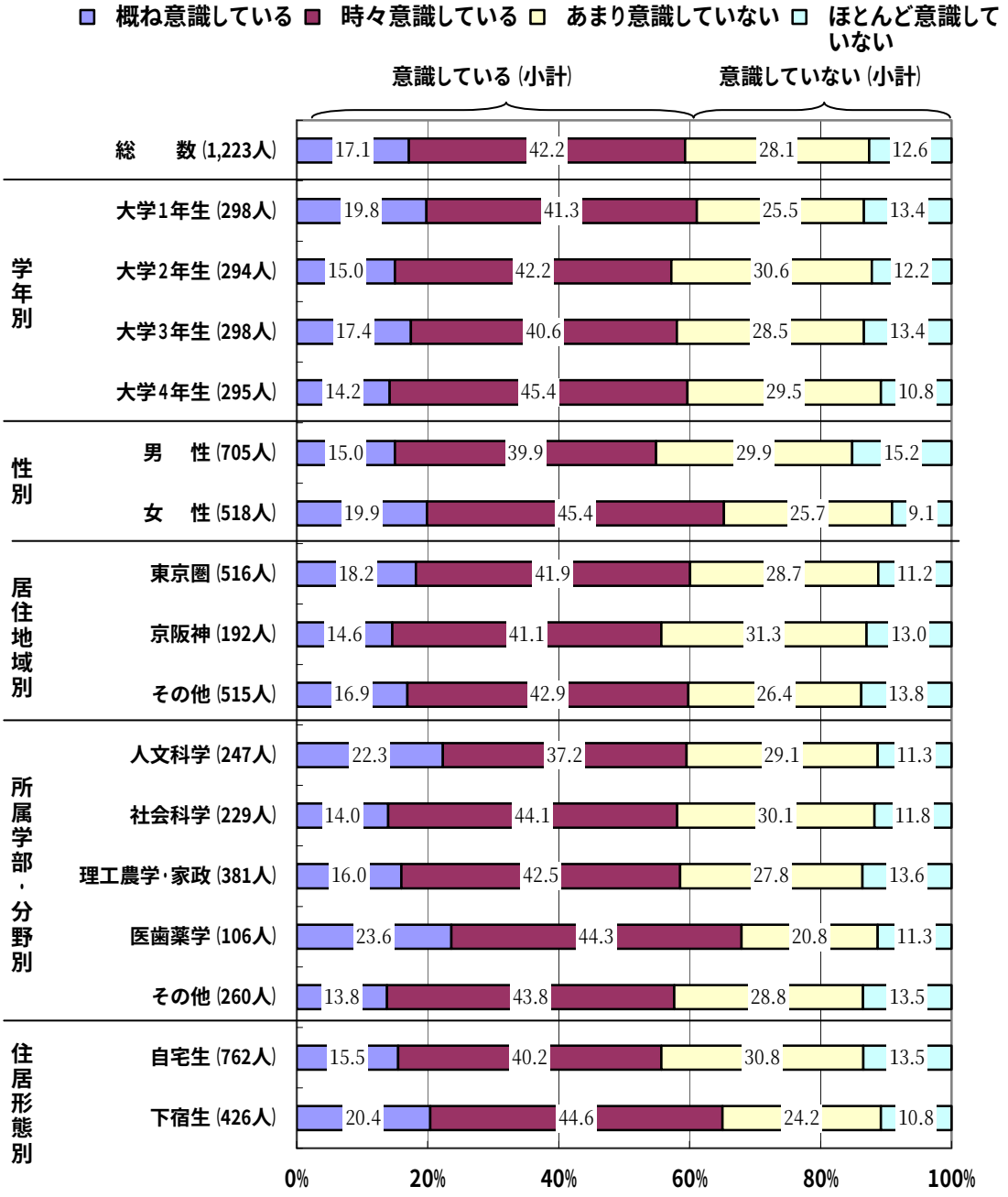
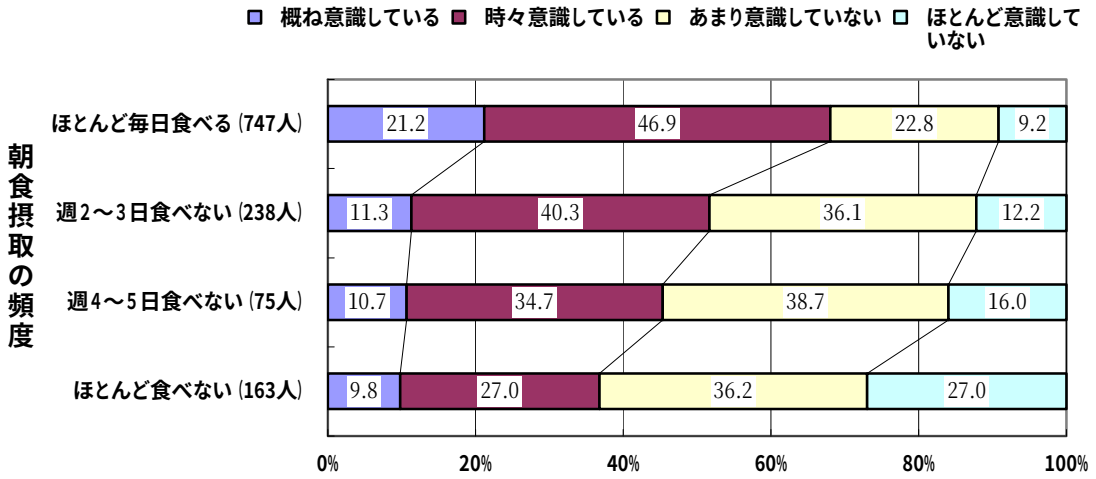


図１－１０－２　栄養バランスの意識（クロス集計）



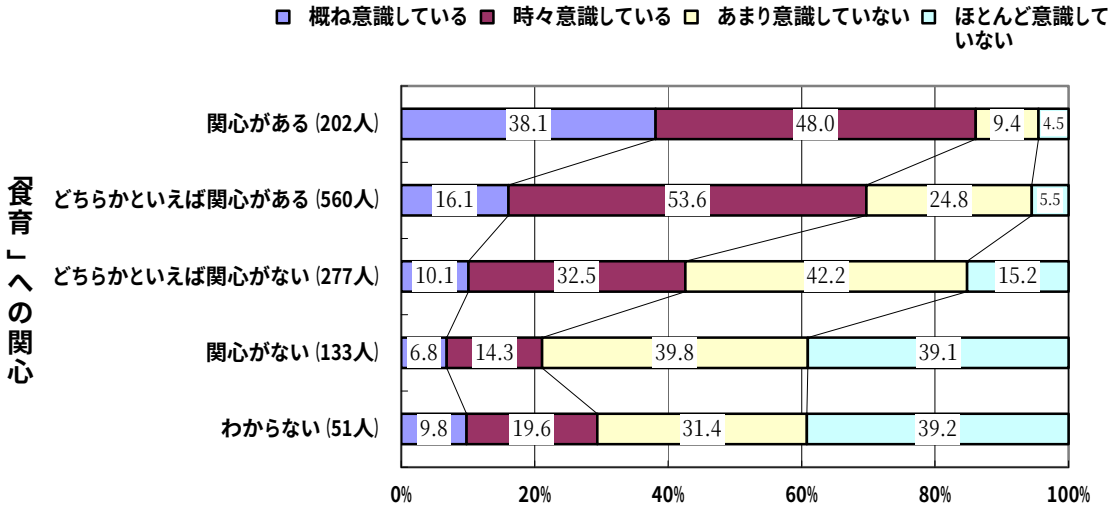


表１－１０　栄養バランスの意識

Ｑ１０　あなたは、栄養バランスを意識して食事を摂っていますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	意識している（小計）	概ね意識している	時々意識している	意識していない（小計）	あまり意識していない	ほとんど意識していない
総数		人 1,223	% 59.3	% 17.1	% 42.2	% 40.7	% 28.1	% 12.6
学年別	大学１年生	298	61.1	19.8	41.3	38.9	25.5	13.4
	大学２年生	294	57.1	15.0	42.2	42.9	30.6	12.2
	大学３年生	298	58.1	17.4	40.6	41.9	28.5	13.4
	大学４年生	295	59.7	14.2	45.4	40.3	29.5	10.8
	大学５～６年生	38	68.4	31.6	36.8	31.6	15.8	15.8
性別	男性	705	54.9	15.0	39.9	45.1	29.9	15.2
	女性	518	65.3	19.9	45.4	34.7	25.7	9.1
居住地域別	東京圏	516	60.1	18.2	41.9	39.9	28.7	11.2
	京阪神	192	55.7	14.6	41.1	44.3	31.3	13.0
	その他	515	59.8	16.9	42.9	40.2	26.4	13.8
所属学部・分野別	人文科学	247	59.5	22.3	37.2	40.5	29.1	11.3
	社会科学	229	58.1	14.0	44.1	41.9	30.1	11.8
	理・工・農学・家政	381	58.5	16.0	42.5	41.5	27.8	13.6
	医・歯・薬学	106	67.9	23.6	44.3	32.1	20.8	11.3
	その他	260	57.7	13.8	43.8	42.3	28.8	13.5
住居形態別	自宅	762	55.6	15.5	40.2	44.4	30.8	13.5
	学寮	35	68.6	11.4	57.1	31.4	17.1	14.3
	下宿・アパート・その他	426	65.0	20.4	44.6	35.0	24.2	10.8
朝食頻度（Ｑ１）	ほとんど毎日食べる	747	68.0	21.2	46.9	32.0	22.8	9.2
	週２～３日食べない	238	51.7	11.3	40.3	48.3	36.1	12.2
	週４～５日食べない	75	45.3	10.7	34.7	54.7	38.7	16.0
	ほとんど食べない	163	36.8	9.8	27.0	63.2	36.2	27.0
料理をする頻度（Ｑ９）	ほぼ毎日	144	77.1	36.8	40.3	22.9	18.1	4.9
	週に４～５日程度	150	70.7	25.3	45.3	29.3	22.7	6.7
	週に２～３日程度	222	64.9	13.5	51.4	35.1	27.5	7.7
	週に１回程度	177	65.0	18.1	46.9	35.0	24.3	10.7
	それ未満	282	50.7	11.7	39.0	49.3	36.9	12.4
	全くしない	248	42.7	9.3	33.5	57.3	30.6	26.6
「食育」の周知度（Q15）	言葉も意味も知っていた	676	68.6	23.2	45.4	31.4	22.8	8.6
	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	399	52.6	10.3	42.4	47.4	34.8	12.5
	言葉も意味も知らなかった	148	34.5	7.4	27.0	65.5	34.5	31.1
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	86.1	38.1	48.0	13.9	9.4	4.5
	どちらかといえば関心がある	560	69.6	16.1	53.6	30.4	24.8	5.5
	どちらかといえば関心がない	277	42.6	10.1	32.5	57.4	42.2	15.2
	関心がない	133	21.1	6.8	14.3	78.9	39.8	39.1
	わからない	51	29.4	9.8	19.6	70.6	31.4	39.2

（１１）伴侶への料理の期待

○　伴侶となるべき者に対する料理への期待については、「出来なくても仕方ない」と考えている者は、男性、女性ともに１割程度（男性 9.8%、女性 10.4%）である。

○　栄養バランスへの意識、「食育」への関心との関係をみると、栄養バランスへの意識が高い者ほど、「食育」への関心が高い者ほど、伴侶への料理ができることに対する期待が高くなっている。

図１－１１－１　伴侶への料理の期待

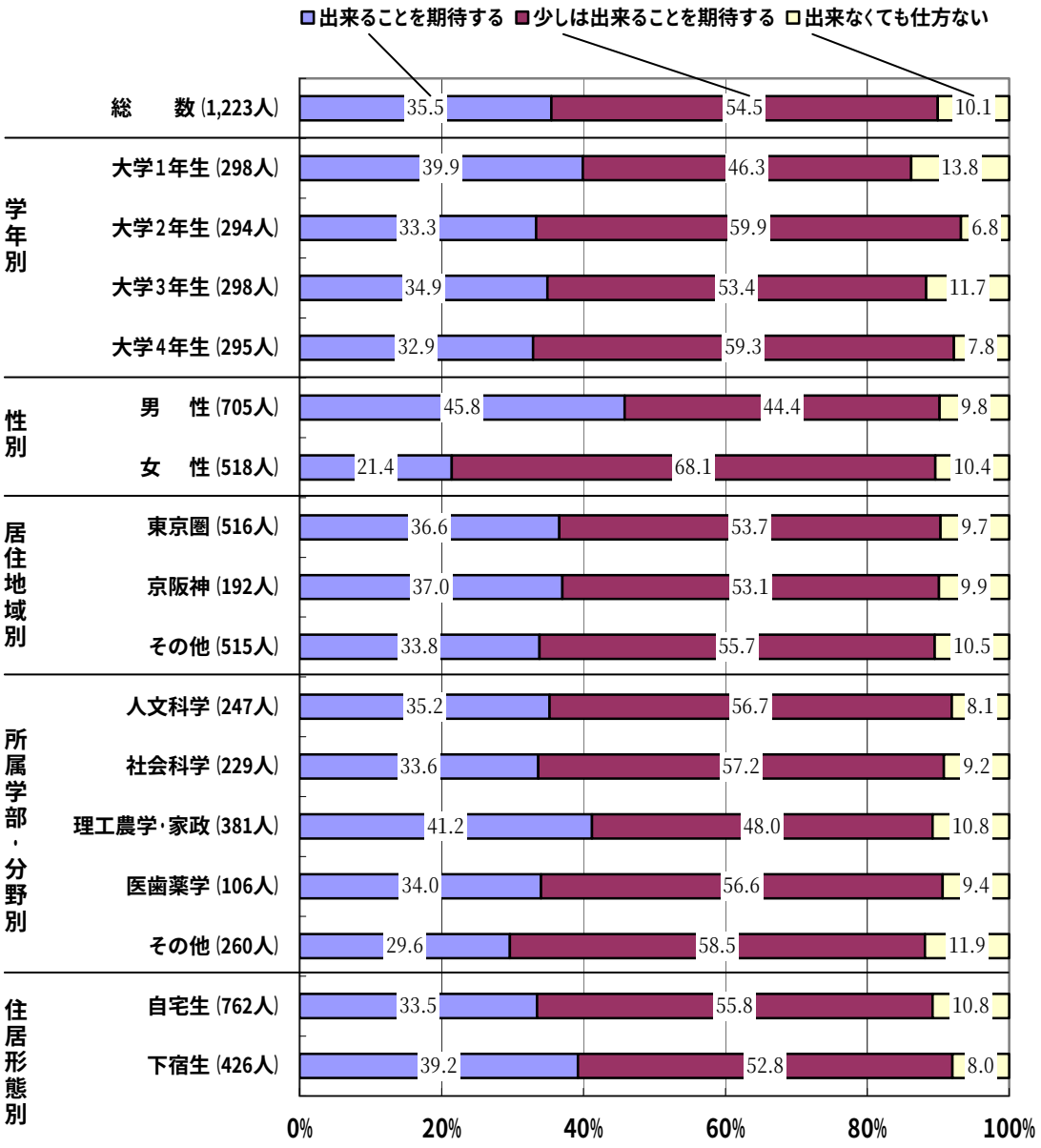
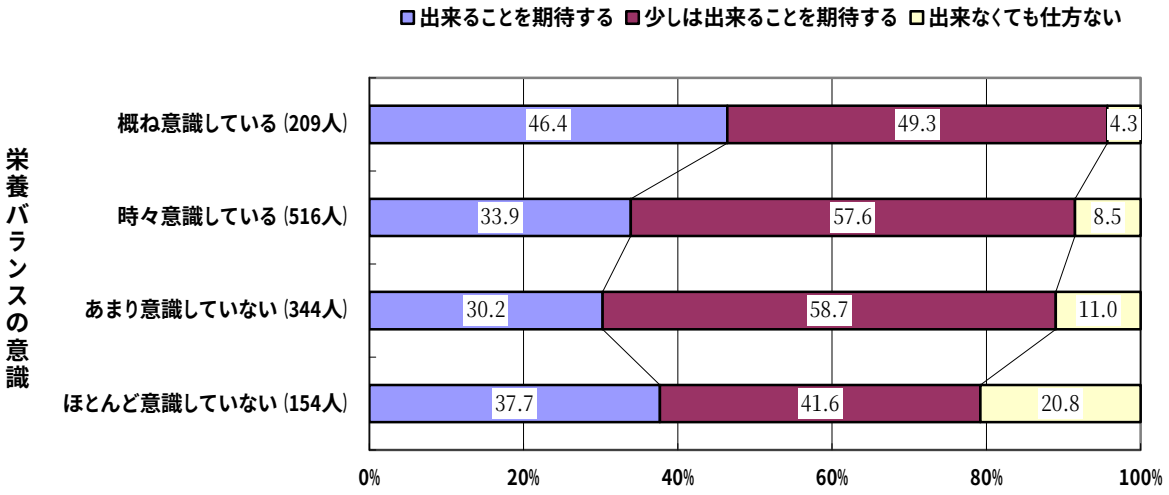


図１－１１－１　伴侶への料理の期待（クロス集計）



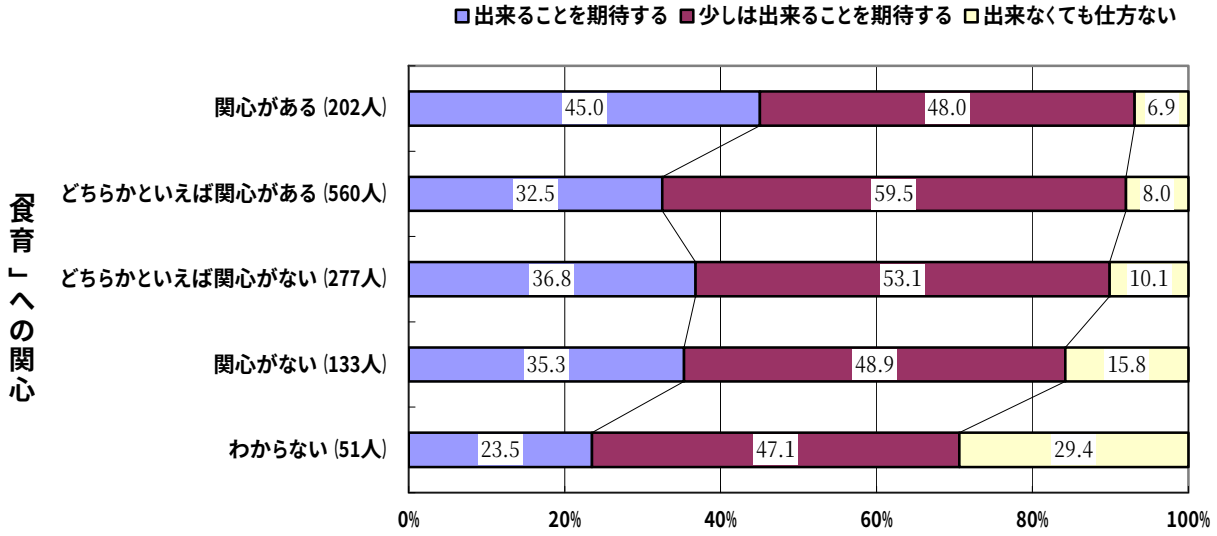


表１－１１　伴侶への料理の期待

Ｑ１１　あなたは、伴侶となるべき者に対し、料理についてどの程度のことを期待しますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	出来ることを期待する	少しは出来ることを期待する	出来なくても仕方ない
総数		人 1,223	% 35.5	% 54.5	% 10.1
学年別	大学１年生	298	39.9	46.3	13.8
	大学２年生	294	33.3	59.9	6.8
	大学３年生	298	34.9	53.4	11.7
	大学４年生	295	32.9	59.3	7.8
	大学５～６年生	38	42.1	47.4	10.5
性別	男性	705	45.8	44.4	9.8
	女性	518	21.4	68.1	10.4
居住地域別	東京圏	516	36.6	53.7	9.7
	京阪神	192	37.0	53.1	9.9
	その他	515	33.8	55.7	10.5
所属学部・分野別	人文科学	247	35.2	56.7	8.1
	社会科学	229	33.6	57.2	9.2
	理・工・農学・家政	381	41.2	48.0	10.8
	医・歯・薬学	106	34.0	56.6	9.4
	その他	260	29.6	58.5	11.9
住居形態別	自宅	762	33.5	55.8	10.8
	学寮	35	34.3	45.7	20.0
	下宿・アパート・その他	426	39.2	52.8	8.0
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	46.4	49.3	4.3
	時々意識している	516	33.9	57.6	8.5
	あまり意識していない	344	30.2	58.7	11.0
	ほとんど意識していない	154	37.7	41.6	20.8
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	45.0	48.0	6.9
	どちらかといえば関心がある	560	32.5	59.5	8.0
	どちらかといえば関心がない	277	36.8	53.1	10.1
	関心がない	133	35.3	48.9	15.8
	わからない	51	23.5	47.1	29.4

（１２）身体面の健康状態

○　身体面の健康状態（自己評価としての健康状態）については、86.8%の者が「健康である」（「健康である」と「ほぼ健康である」の計）と回答している。

○　朝食の頻度、栄養バランスへの意識、「食育」への関心との関係をみると、朝食を食べる頻度が高い者ほど、栄養バランスへの意識が高い者ほど、身体面で「健康である」との回答割合が高くなっている。

図１－１２－１　身体面の健康状態

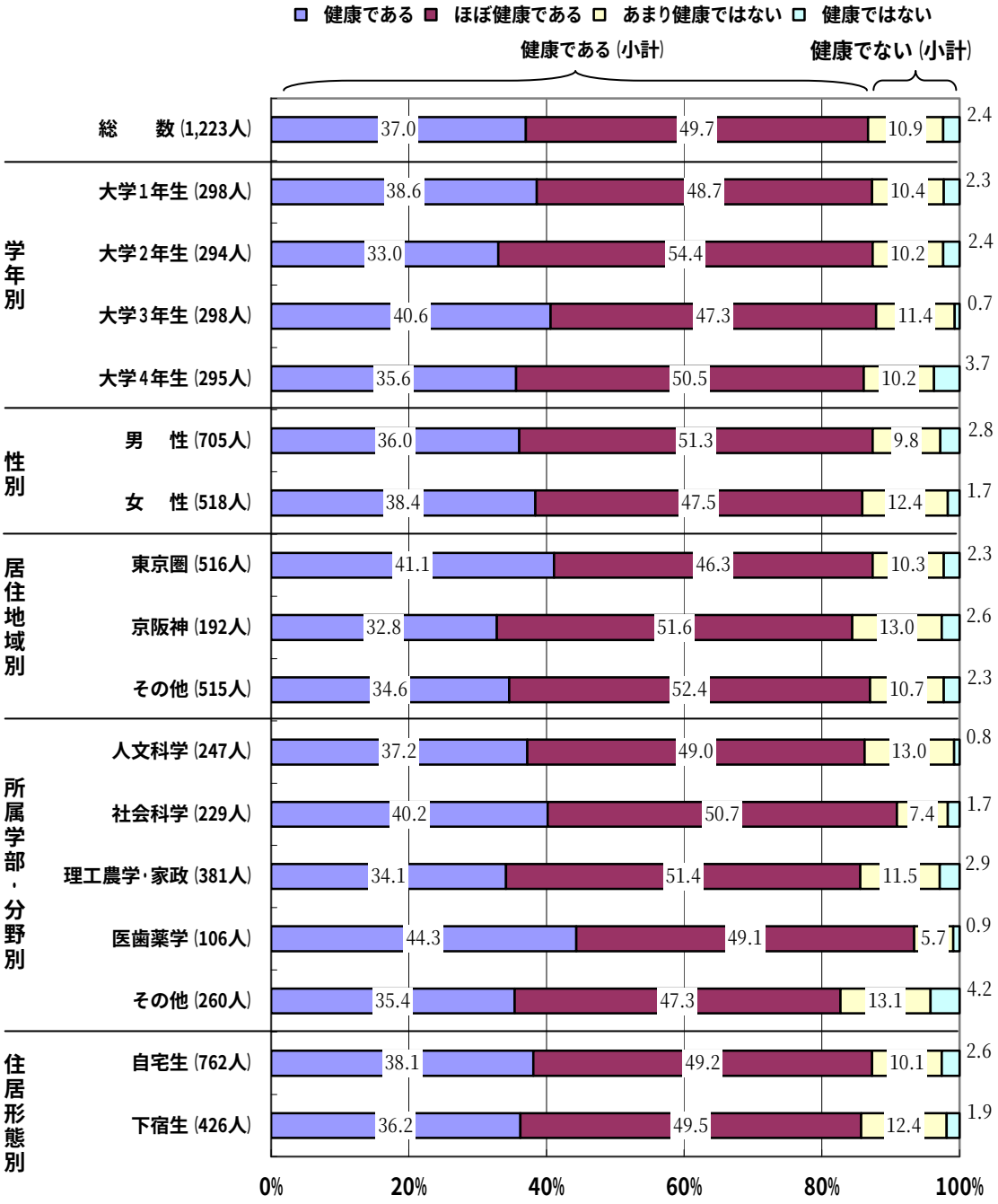
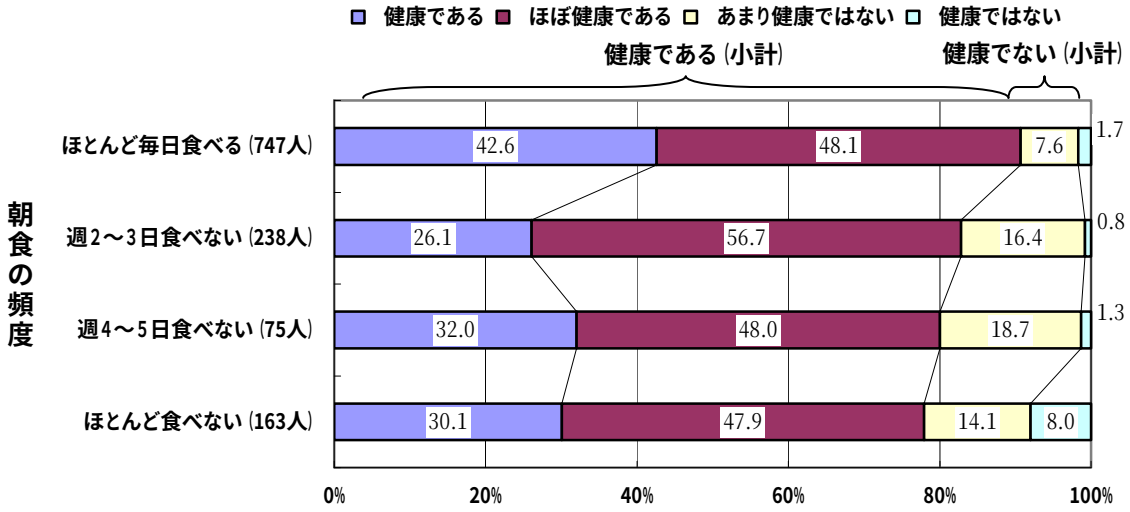


図１－１２－２　身体面の健康状態（クロス集計）



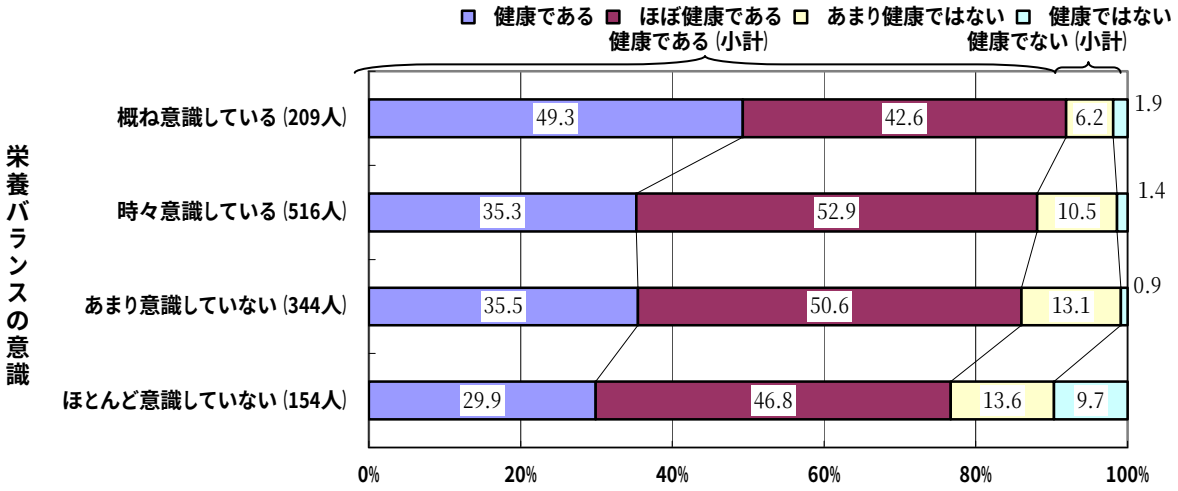


表１－１２　身体面の健康状態

Ｑ１２　あなたは今、身体面で健康な状態（勉学に支障のない程度）だと思いますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	健康である（小計）	健康である	ほぼ健康である	健康ではない（小計）	あまり健康ではない	健康ではない
総数		人 1,223	% 86.8	% 37.0	% 49.7	% 13.2	% 10.9	% 2.4
学年別	大学１年生	298	87.2	38.6	48.7	12.8	10.4	2.3
	大学２年生	294	87.4	33.0	54.4	12.6	10.2	2.4
	大学３年生	298	87.9	40.6	47.3	12.1	11.4	0.7
	大学４年生	295	86.1	35.6	50.5	13.9	10.2	3.7
	大学５～６年生	38	73.7	39.5	34.2	26.3	21.1	5.3
性別	男性	705	87.4	36.0	51.3	12.6	9.8	2.8
	女性	518	85.9	38.4	47.5	14.1	12.4	1.7
居住地域別	東京圏	516	87.4	41.1	46.3	12.6	10.3	2.3
	京阪神	192	84.4	32.8	51.6	15.6	13.0	2.6
	その他	515	87.0	34.6	52.4	13.0	10.7	2.3
所属学部・分野別	人文科学	247	86.2	37.2	49.0	13.8	13.0	0.8
	社会科学	229	90.8	40.2	50.7	9.2	7.4	1.7
	理・工・農学・家政	381	85.6	34.1	51.4	14.4	11.5	2.9
	医・歯・薬学	106	93.4	44.3	49.1	6.6	5.7	0.9
	その他	260	82.7	35.4	47.3	17.3	13.1	4.2
住居形態別	自宅	762	87.3	38.1	49.2	12.7	10.1	2.6
	学寮	35	88.6	25.7	62.9	11.4	8.6	2.9
	下宿・アパート・その他	426	85.7	36.2	49.5	14.3	12.4	1.9
朝食頻度（Ｑ１）	ほとんど毎日食べる	747	90.6	42.6	48.1	9.4	7.6	1.7
	週２～３日食べない	238	82.8	26.1	56.7	17.2	16.4	0.8
	週４～５日食べない	75	80.0	32.0	48.0	20.0	18.7	1.3
	ほとんど食べない	163	77.9	30.1	47.9	22.1	14.1	8.0
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	91.9	49.3	42.6	8.1	6.2	1.9
	時々意識している	516	88.2	35.3	52.9	11.8	10.5	1.4
	あまり意識していない	344	86.0	35.5	50.6	14.0	13.1	0.9
	ほとんど意識していない	154	76.6	29.9	46.8	23.4	13.6	9.7
精神面の健康状態（Q13）	健康である	374	98.7	78.6	20.1	1.3	1.3	0.0
	ほぼ健康である	582	93.5	21.8	71.6	6.5	6.0	0.5
	あまり健康ではない	211	61.1	12.8	48.3	38.9	37.4	1.4
	健康ではない	56	33.9	8.9	25.0	66.1	25.0	41.1
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	87.6	47.5	40.1	12.4	9.9	2.5
	どちらかといえば関心がある	560	89.1	36.3	52.9	10.9	10.0	0.9
	どちらかといえば関心がない	277	88.4	36.1	52.3	11.6	10.8	0.7
	関心がない	133	76.7	30.8	45.9	23.3	15.8	7.5
	わからない	51	74.5	25.5	49.0	25.5	11.8	13.7

（１３）精神面の健康状態

○　精神面の健康状態（自己評価としての健康状態）については、78.2%の者が「健康である」（「健康である」と「ほぼ健康である」の計）と回答している。

○　昼食や夕食を一緒に食べる相手との関係をみると、「ひとりで」食べると回答した者よりも「大学の友人」と食べると回答した者の方が、精神面で「健康である」との回答割合が高くなっている。

○　身体面の健康状態（自己評価としての健康状態）との関係をみると、身体面で「健康である」と回答している者ほど、精神面で「健康である」との回答割合が高くなっている。

図１－１３－１　精神面の健康状態

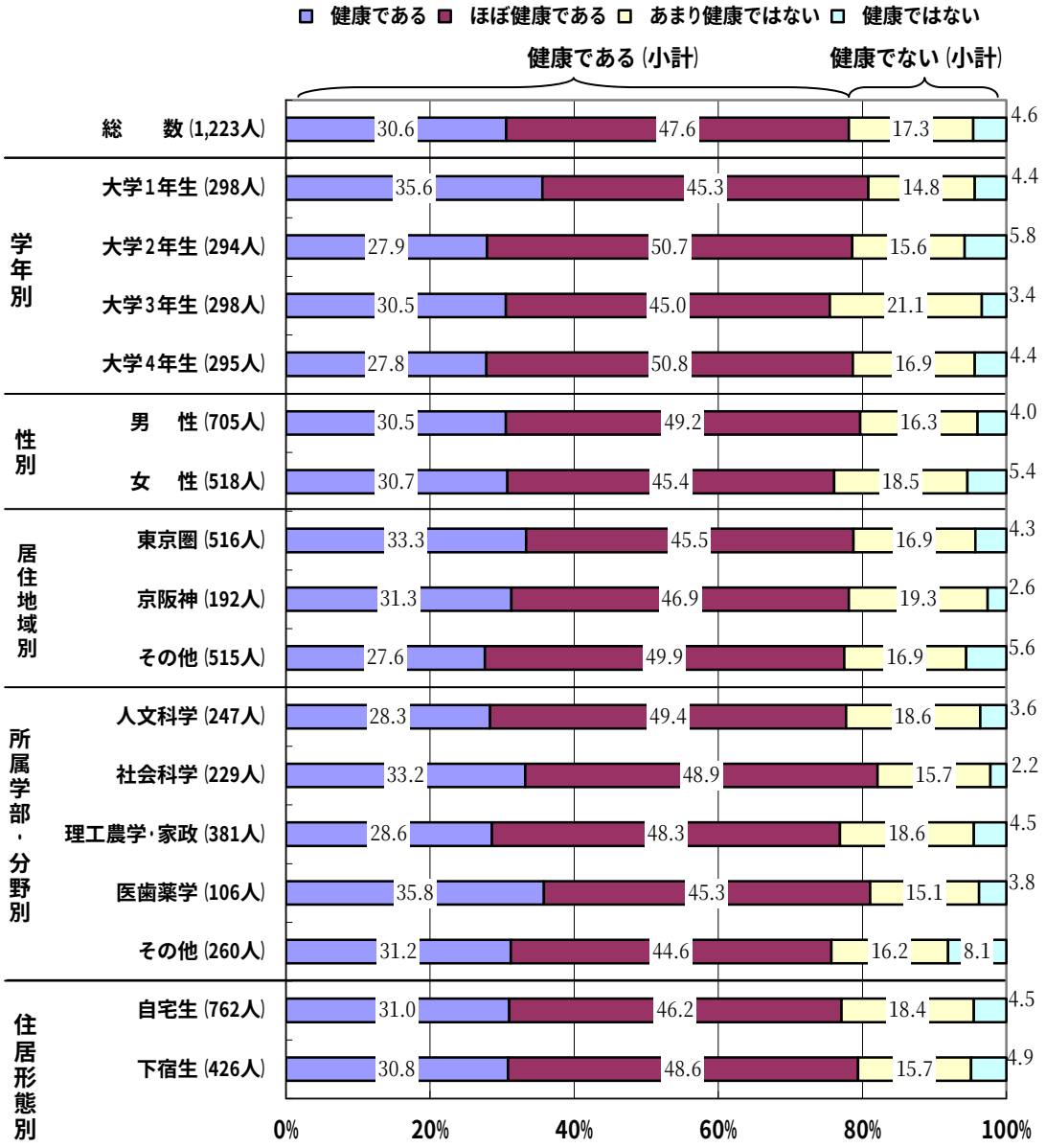
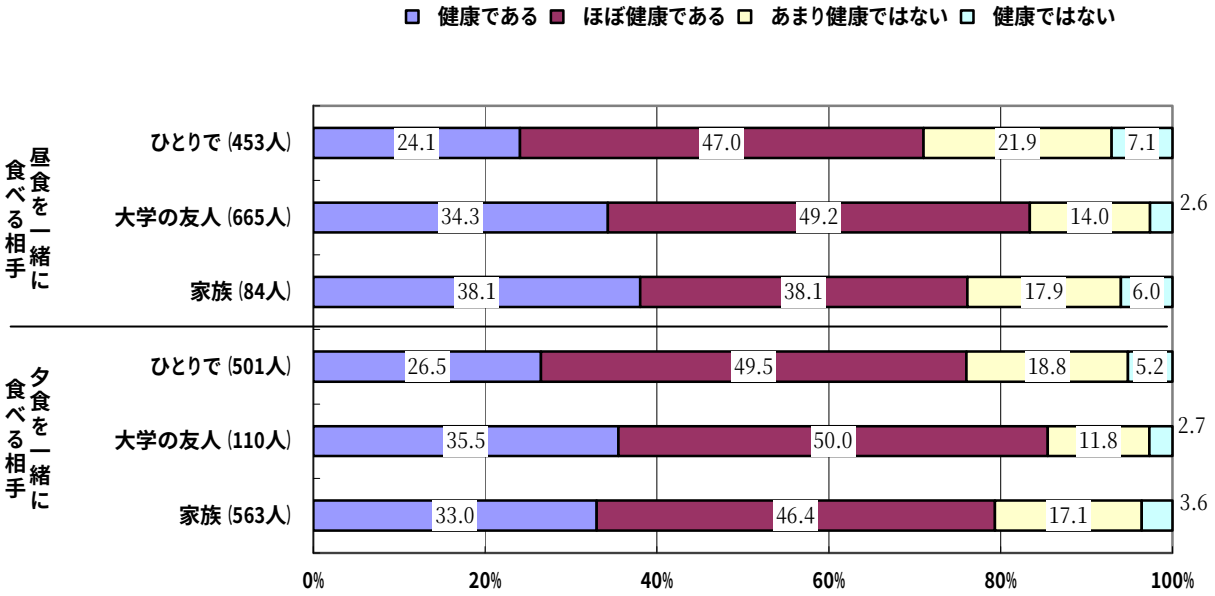


図１－１３－２　精神面の健康状態（クロス集計）



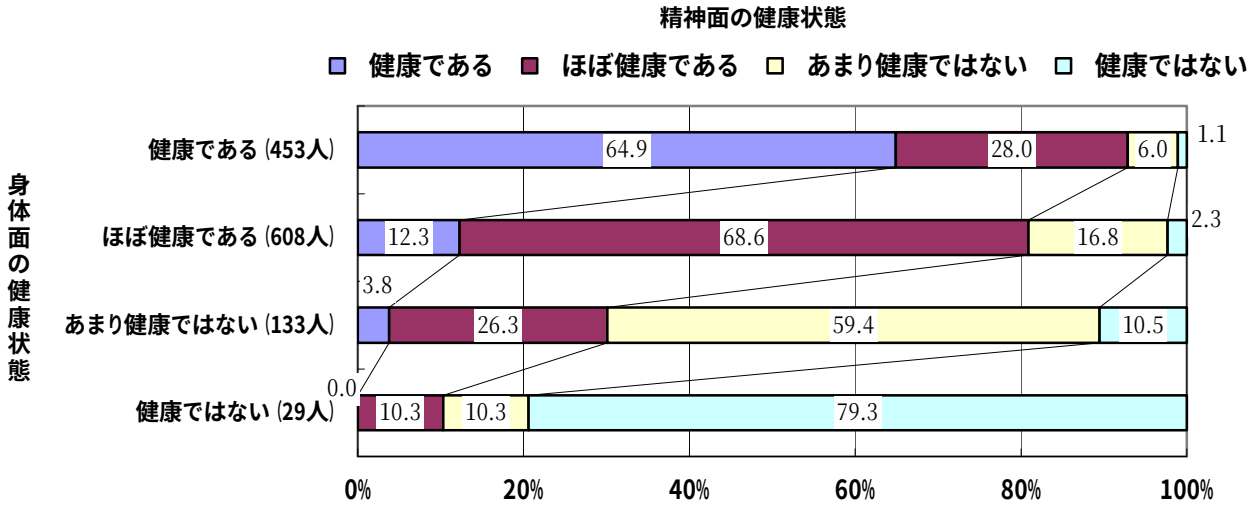


表１－１３　精神面の健康状態

Ｑ１３　あなたは今、精神面で健康な状態（勉学に支障のない程度）だと思いますか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	健康である（小計）	健康である	ほぼ健康である	健康ではない（小計）	あまり健康ではない	健康ではない
総数		人 1,223	% 78.2	% 30.6	% 47.6	% 21.8	% 17.3	% 4.6
学年別	大学１年生	298	80.9	35.6	45.3	19.1	14.8	4.4
	大学２年生	294	78.6	27.9	50.7	21.4	15.6	5.8
	大学３年生	298	75.5	30.5	45.0	24.5	21.1	3.4
	大学４年生	295	78.6	27.8	50.8	21.4	16.9	4.4
	大学５～６年生	38	71.1	34.2	36.8	28.9	21.1	7.9
性別	男性	705	79.7	30.5	49.2	20.3	16.3	4.0
	女性	518	76.1	30.7	45.4	23.9	18.5	5.4
居住地域別	東京圏	516	78.9	33.3	45.5	21.1	16.9	4.3
	京阪神	192	78.1	31.3	46.9	21.9	19.3	2.6
	その他	515	77.5	27.6	49.9	22.5	16.9	5.6
所属学部・分野別	人文科学	247	77.7	28.3	49.4	22.3	18.6	3.6
	社会科学	229	82.1	33.2	48.9	17.9	15.7	2.2
	理・工・農学・家政	381	76.9	28.6	48.3	23.1	18.6	4.5
	医・歯・薬学	106	81.1	35.8	45.3	18.9	15.1	3.8
	その他	260	75.8	31.2	44.6	24.2	16.2	8.1
住居形態別	自宅	762	77.2	31.0	46.2	22.8	18.4	4.5
	学寮	35	85.7	20.0	65.7	14.3	11.4	2.9
	下宿・アパート・その他	426	79.3	30.8	48.6	20.7	15.7	4.9
昼食を一緒に食べる相手（Ｑ５）	ひとりで	453	71.1	24.1	47.0	28.9	21.9	7.1
	大学の友人	665	83.5	34.3	49.2	16.5	14.0	2.6
	学外の友人	14	64.3	21.4	42.9	35.7	21.4	14.3
	家族	84	76.2	38.1	38.1	23.8	17.9	6.0
	その他	7	85.7	28.6	57.1	14.3	14.3	0.0
夕食を一緒に食べる相手（Ｑ７）	ひとりで	501	76.0	26.5	49.5	24.0	18.8	5.2
	大学の友人	110	85.5	35.5	50.0	14.5	11.8	2.7
	学外の友人	17	76.5	35.3	41.2	23.5	11.8	11.8
	家族	563	79.4	33.0	46.4	20.6	17.1	3.6
	その他	19	78.9	36.8	42.1	21.1	21.1	0.0
身体面の健康状態（Q12）	健康である	453	92.9	64.9	28.0	7.1	6.0	1.1
	ほぼ健康である	608	80.9	12.3	68.6	19.1	16.8	2.3
	あまり健康ではない	133	30.1	3.8	26.3	69.9	59.4	10.5
	健康ではない	29	10.3	0.0	10.3	89.7	10.3	79.3

（１４）平均的な睡眠時間

○　６時間が最も多く（36.1%）、次いで７時間（29.2%）、８時間（18.2%）、５時間以下（10.3%）の順となっている。

図１－１４　平均的な睡眠時間

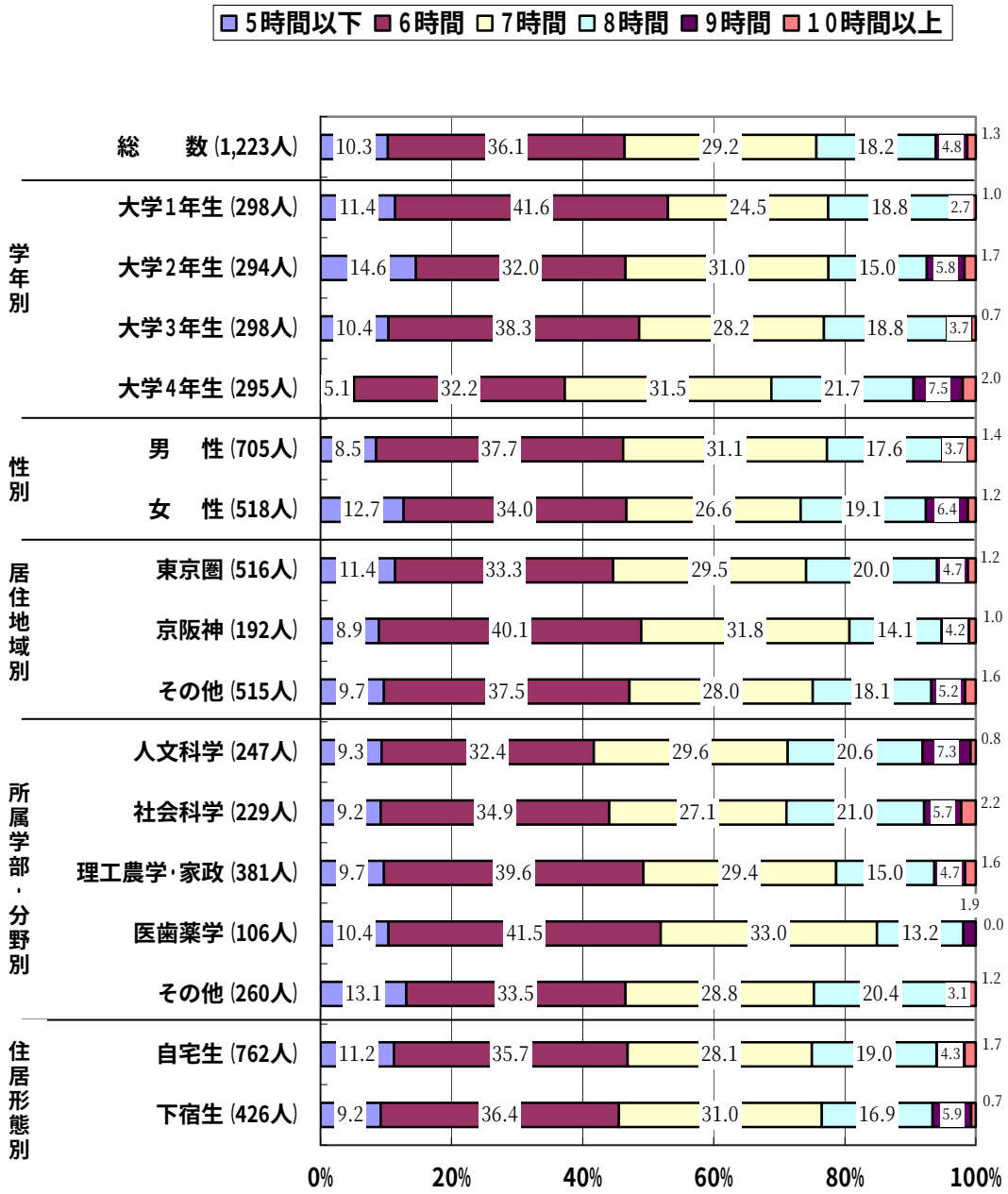


表１－１４　平均的な睡眠時間

Ｑ１４　あなたの１日の平均的な睡眠時間は大体どのくらいですか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	5時間以下	6時間	7時間	8時間	9時間	10時間以上
総数		人 1,223	% 10.3	% 36.1	% 29.2	% 18.2	% 4.8	% 1.3
学年別	大学１年生	298	11.4	41.6	24.5	18.8	2.7	1.0
	大学２年生	294	14.6	32.0	31.0	15.0	5.8	1.7
	大学３年生	298	10.4	38.3	28.2	18.8	3.7	0.7
	大学４年生	295	5.1	32.2	31.5	21.7	7.5	2.0
	大学５～６年生	38	7.9	39.5	42.1	7.9	2.6	0.0
性別	男性	705	8.5	37.7	31.1	17.6	3.7	1.4
	女性	518	12.7	34.0	26.6	19.1	6.4	1.2
居住地域別	東京圏	516	11.4	33.3	29.5	20.0	4.7	1.2
	京阪神	192	8.9	40.1	31.8	14.1	4.2	1.0
	その他	515	9.7	37.5	28.0	18.1	5.2	1.6
所属学部・分野別	人文科学	247	9.3	32.4	29.6	20.6	7.3	0.8
	社会科学	229	9.2	34.9	27.1	21.0	5.7	2.2
	理・工・農学・家政	381	9.7	39.6	29.4	15.0	4.7	1.6
	医・歯・薬学	106	10.4	41.5	33.0	13.2	1.9	0.0
	その他	260	13.1	33.5	28.8	20.4	3.1	1.2
住居形態別	自宅	762	11.2	35.7	28.1	19.0	4.3	1.7
	学寮	35	5.7	42.9	31.4	17.1	2.9	0.0
	下宿・アパート・その他	426	9.2	36.4	31.0	16.9	5.9	0.7

2．「食育」や日頃の食生活に関する意識・関心について

（1）「食育」の周知度

○　「食育」という「言葉を知っていた」者は、87.9%であるのに対し、「言葉も意味も知っていた」者は55.3%である。

○　栄養バランスへの意識、「食育」への関心との関係をみると、栄養バランスへの意識が高い者ほど、食育への関心が高い者ほど、「食育」の言葉も意味も知っている割合が高くなっている。

図２－１－１　「食育」の周知度

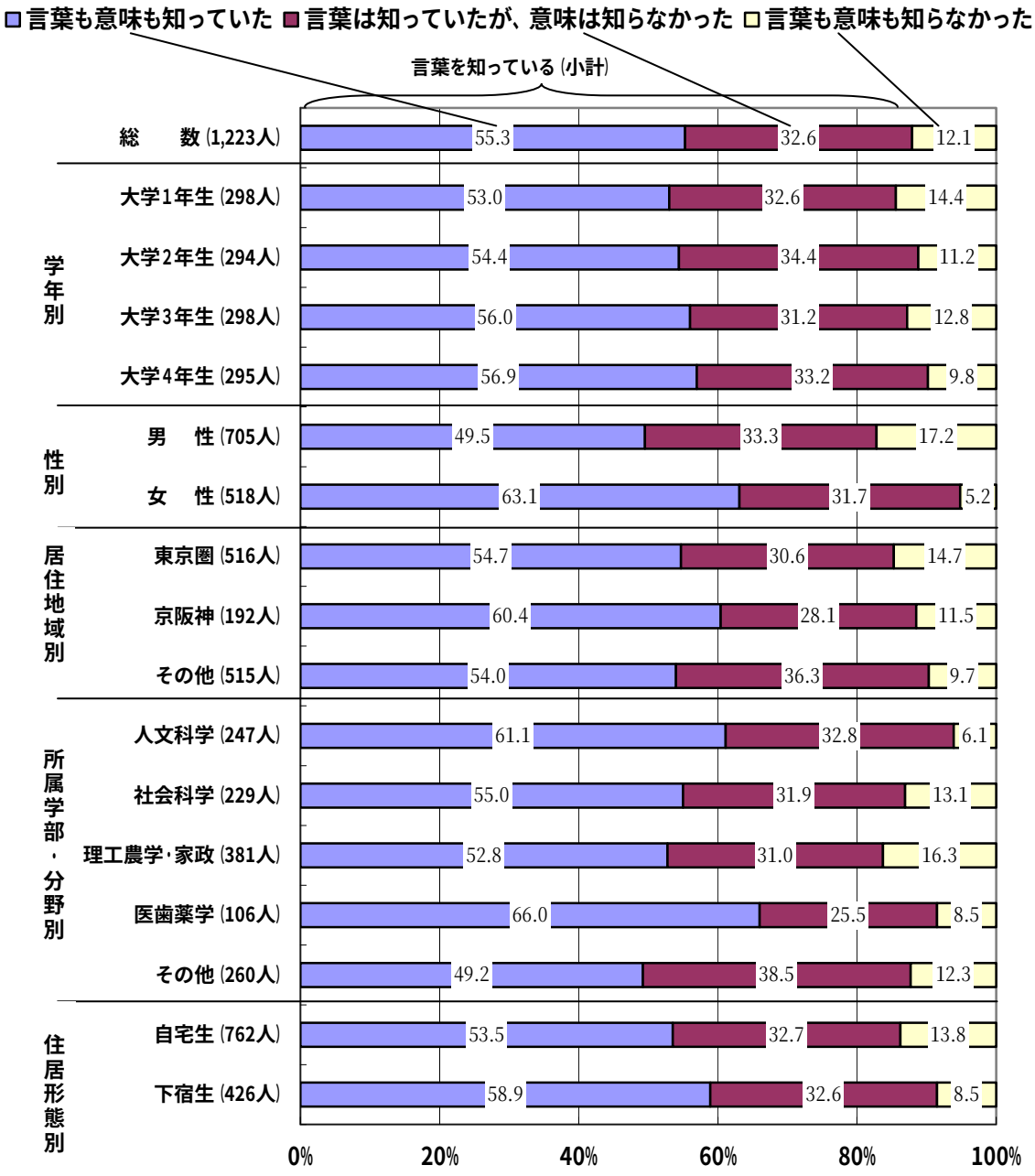
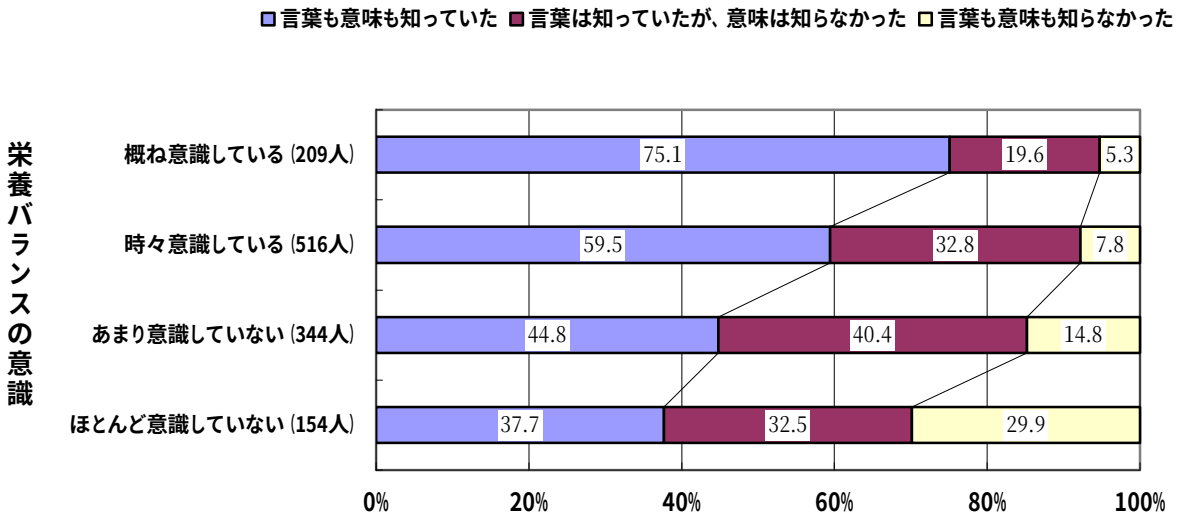


図２－１－１　「食育」の周知度（クロス集計）



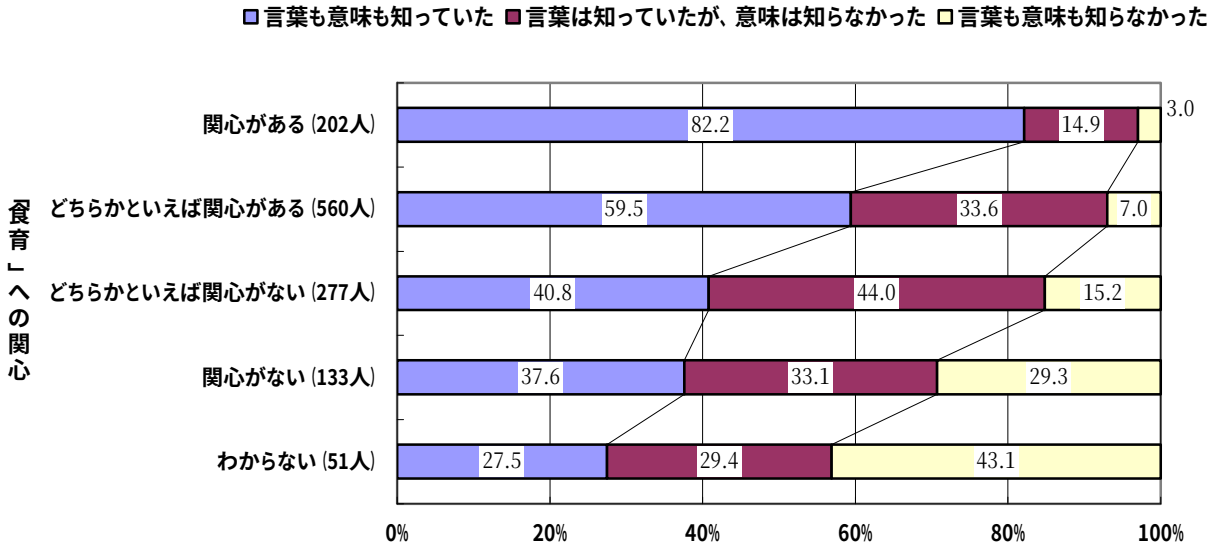


表２－１　「食育」の周知度

Ｑ１５　あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	言葉も意味も知っていた	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	言葉も意味も知らなかった	言葉を知っていた（小計）	意味を知らなかった（小計）
		人	%	%	%	%	%
総数		1,223	55.3	32.6	12.1	87.9	44.7
学年別	大学１年生	298	53.0	32.6	14.4	85.6	47.0
	大学２年生	294	54.4	34.4	11.2	88.8	45.6
	大学３年生	298	56.0	31.2	12.8	87.2	44.0
	大学４年生	295	56.9	33.2	9.8	90.2	43.1
	大学５～６年生	38	60.5	26.3	13.2	86.8	39.5
性別	男性	705	49.5	33.3	17.2	82.8	50.5
	女性	518	63.1	31.7	5.2	94.8	36.9
居住地域別	東京圏	516	54.7	30.6	14.7	85.3	45.3
	京阪神	192	60.4	28.1	11.5	88.5	39.6
	その他	515	54.0	36.3	9.7	90.3	46.0
所属学部・分野別	人文科学	247	61.1	32.8	6.1	93.9	38.9
	社会科学	229	55.0	31.9	13.1	86.9	45.0
	理・工・農学・家政	381	52.8	31.0	16.3	83.7	47.2
	医・歯・薬学	106	66.0	25.5	8.5	91.5	34.0
	その他	260	49.2	38.5	12.3	87.7	50.8
住居形態別	自宅	762	53.5	32.7	13.8	86.2	46.5
	学寮	35	48.6	31.4	20.0	80.0	51.4
	下宿・アパート・その他	426	58.9	32.6	8.5	91.5	41.1
料理をする頻度（Ｑ９）	ほぼ毎日	144	70.1	26.4	3.5	96.5	29.9
	週に４～５日程度	150	62.0	27.3	10.7	89.3	38.0
	週に２～３日程度	222	56.3	33.3	10.4	89.6	43.7
	週に１回程度	177	62.7	27.7	9.6	90.4	37.3
	それ未満	282	53.5	35.1	11.3	88.7	46.5
	全くしない	248	38.3	39.5	22.2	77.8	61.7
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	75.1	19.6	5.3	94.7	24.9
	時々意識している	516	59.5	32.8	7.8	92.2	40.5
	あまり意識していない	344	44.8	40.4	14.8	85.2	55.2
	ほとんど意識していない	154	37.7	32.5	29.9	70.1	62.3
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	82.2	14.9	3.0	97.0	17.8
	どちらかといえば関心がある	560	59.5	33.6	7.0	93.0	40.5
	どちらかといえば関心がない	277	40.8	44.0	15.2	84.8	59.2
	関心がない	133	37.6	33.1	29.3	70.7	62.4
	わからない	51	27.5	29.4	43.1	56.9	72.5

（2）「食育」への関心

○　「食育」への関心がある者（「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の計）は約6割（62.3%）である。
○　性別では、男性よりも女性の方が「食育」への関心が高くなっている。
○　栄養バランスへの意識との関係をみると、栄養バランスへの意識が高い者ほど、「食育」への関心が高くなっている。

図２－２－１　「食育」への関心

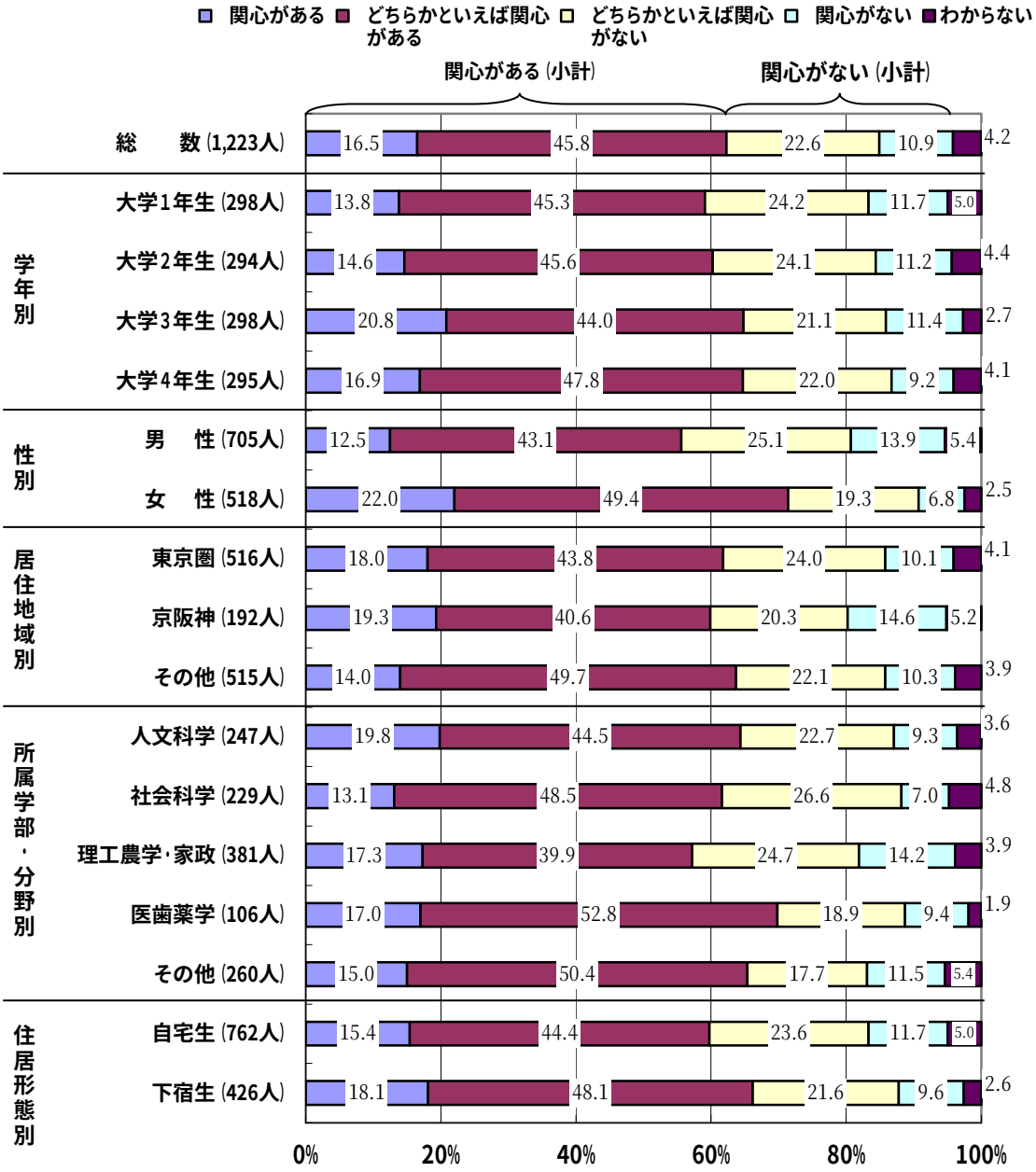


図２－２－２　「食育」への関心（クロス集計）

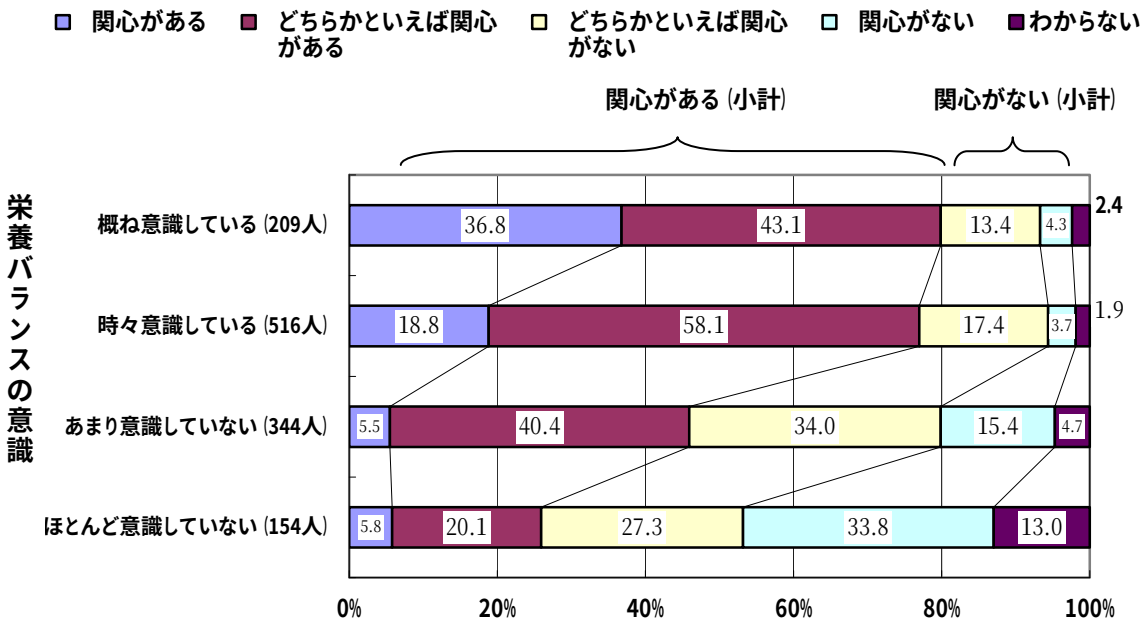


表２－２　「食育」への関心

Ｑ１６　あなたは「食育」に関心がありますか、それとも関心がありませんか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	関心がある（小計）	関心がある	どちらかといえば関心がある	関心がない（小計）	どちらかといえば関心がない	関心がない	わからない
総数		人 1,223	% 62.3	% 16.5	% 45.8	% 33.5	% 22.6	% 10.9	% 4.2
学年別	大学１年生	298	59.1	13.8	45.3	35.9	24.2	11.7	5.0
	大学２年生	294	60.2	14.6	45.6	35.4	24.1	11.2	4.4
	大学３年生	298	64.8	20.8	44.0	32.6	21.1	11.4	2.7
	大学４年生	295	64.7	16.9	47.8	31.2	22.0	9.2	4.1
	大学５～６年生	38	65.8	15.8	50.0	26.3	15.8	10.5	7.9
性別	男性	705	55.6	12.5	43.1	39.0	25.1	13.9	5.4
	女性	518	71.4	22.0	49.4	26.1	19.3	6.8	2.5
居住地域別	東京圏	516	61.8	18.0	43.8	34.1	24.0	10.1	4.1
	京阪神	192	59.9	19.3	40.6	34.9	20.3	14.6	5.2
	その他	515	63.7	14.0	49.7	32.4	22.1	10.3	3.9
所属学部・分野別	人文科学	247	64.4	19.8	44.5	32.0	22.7	9.3	3.6
	社会科学	229	61.6	13.1	48.5	33.6	26.6	7.0	4.8
	理・工・農学・家政	381	57.2	17.3	39.9	38.8	24.7	14.2	3.9
	医・歯・薬学	106	69.8	17.0	52.8	28.3	18.9	9.4	1.9
	その他	260	65.4	15.0	50.4	29.2	17.7	11.5	5.4
住居形態別	自宅	762	59.7	15.4	44.4	35.3	23.6	11.7	5.0
	学寮	35	71.4	22.9	48.6	22.9	14.3	8.6	5.7
	下宿・アパート・その他	426	66.2	18.1	48.1	31.2	21.6	9.6	2.6
料理をする頻度（Ｑ９）	ほぼ毎日	144	73.6	24.3	49.3	25.0	16.7	8.3	1.4
	週に４～５日程度	150	67.3	21.3	46.0	29.3	20.7	8.7	3.3
	週に２～３日程度	222	71.6	18.5	53.2	26.6	18.0	8.6	1.8
	週に１回程度	177	65.0	22.6	42.4	30.5	23.7	6.8	4.5
	それ未満	282	61.0	11.7	49.3	36.2	25.5	10.6	2.8
	全くしない	248	44.0	8.5	35.5	46.4	27.4	19.0	9.7
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	79.9	36.8	43.1	17.7	13.4	4.3	2.4
	時々意識している	516	76.9	18.8	58.1	21.1	17.4	3.7	1.9
	あまり意識していない	344	45.9	5.5	40.4	49.4	34.0	15.4	4.7
	ほとんど意識していない	154	26.0	5.8	20.1	61.0	27.3	33.8	13.0
「食育」の周知度（Q15）	言葉も意味も知っていた	676	73.8	24.6	49.3	24.1	16.7	7.4	2.1
	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	399	54.6	7.5	47.1	41.6	30.6	11.0	3.8
	言葉も意味も知らなかった	148	30.4	4.1	26.4	54.7	28.4	26.4	14.9

（3）現在の食生活への満足度

○　現在の食生活への満足度については、64.3%の者が「満足している」（「満足している」と「まあ満足している」の計）と、29.0%の者が「不満だ」（「やや不満だ」と「不満だ」の計）と回答している。

○　住居形態別では、自宅生は72.2%が「満足している」（「満足している」と「まあ満足している」の計）と回答しているのに対し、下宿生は52.3%となっており、相対的に自宅生の方が現在の食生活への満足度が高くなっている。

○　栄養バランスへの意識、身体面や精神面の健康状態（自己評価としての健康状態）との関係をみると、栄養バランスを意識する者ほど、身体面・精神面の何れにおいても健康であると回答している者ほど、現在の食生活に満足している。

図２－３－１　現在の食生活への満足度

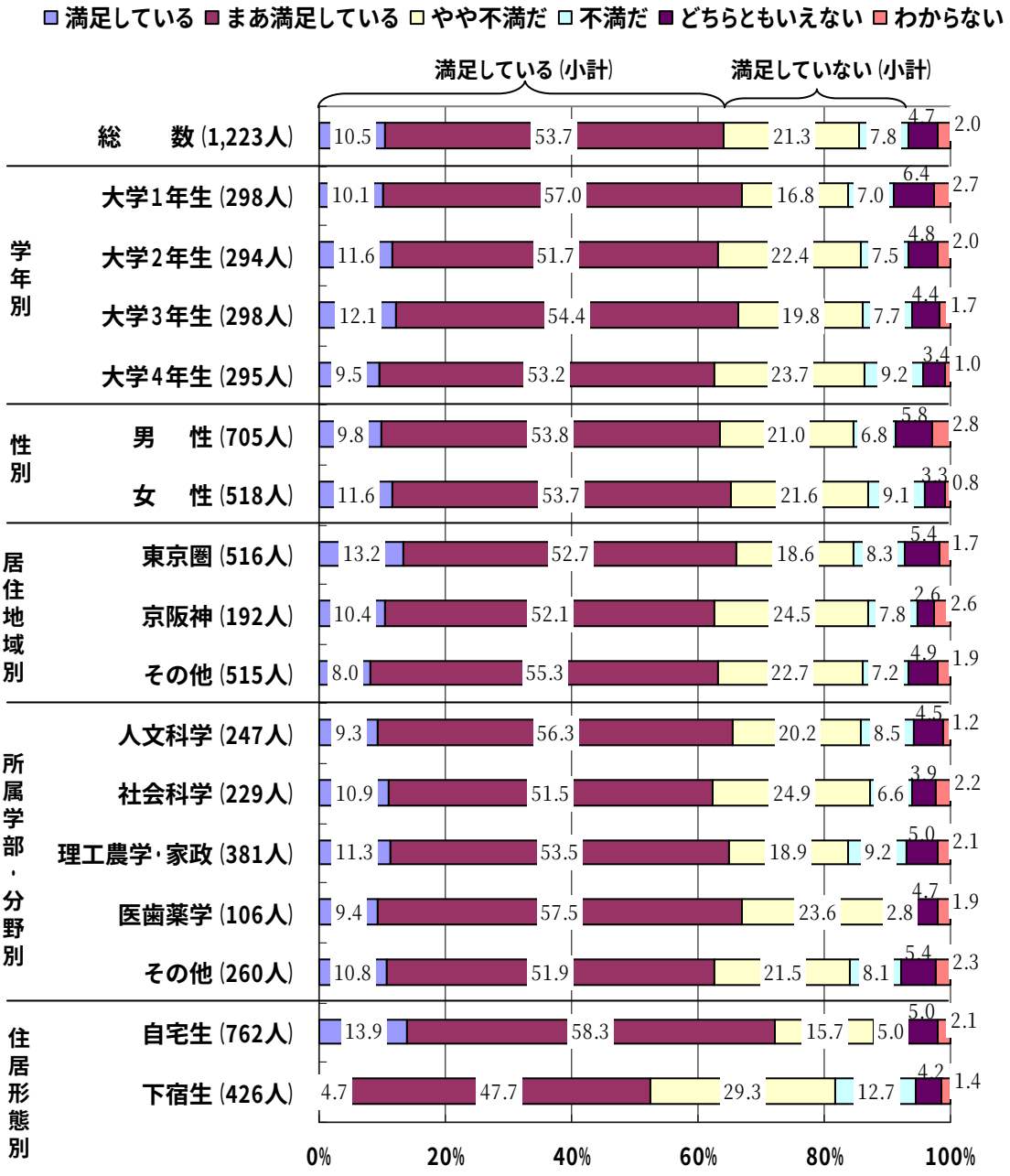


図２－３－１　現在の食生活への満足度（クロス集計）

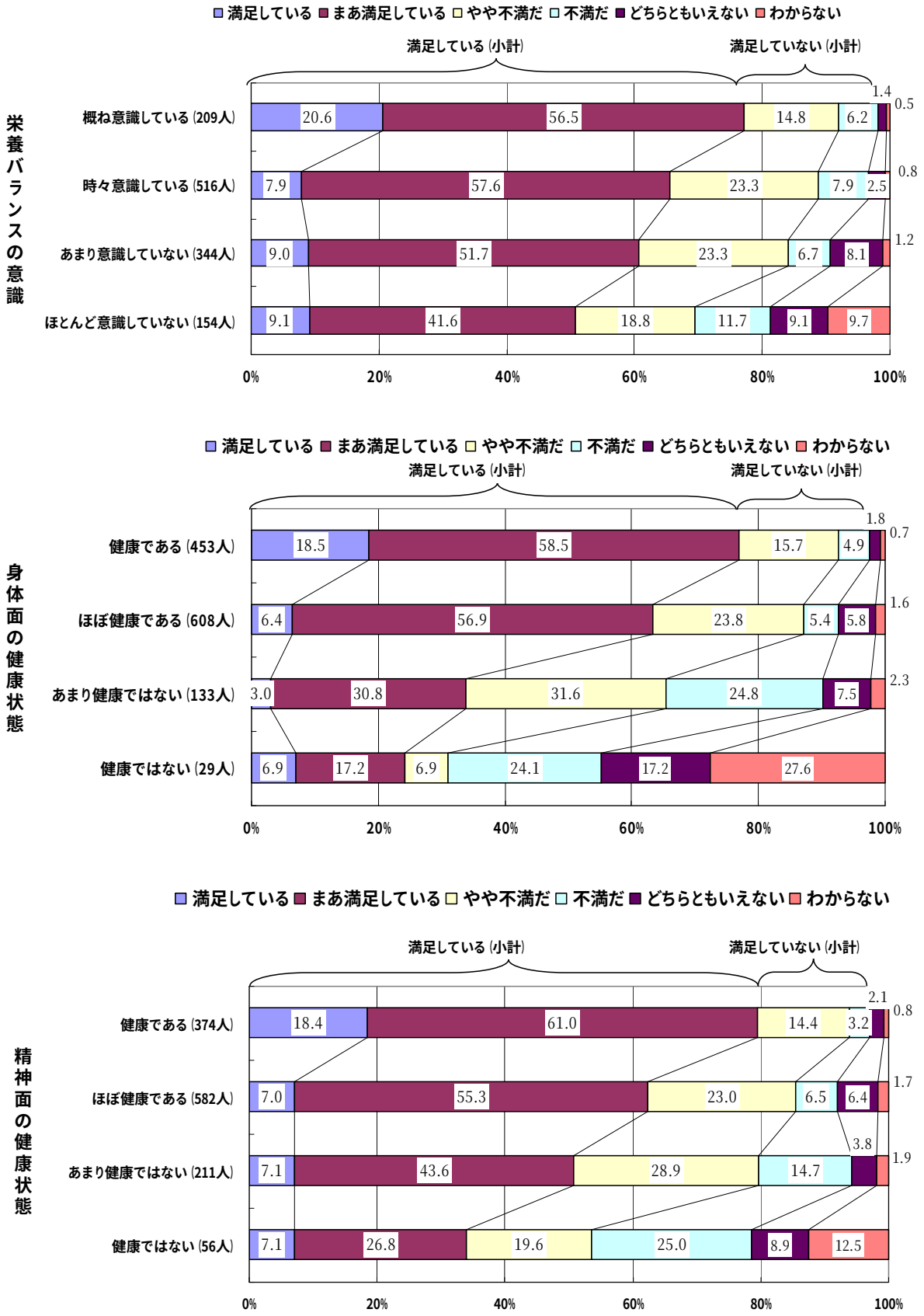


表２－３　現在の食生活への満足度

Ｑ１７　あなたは、現在の食生活にどの程度満足していますか。この中から１つだけお答えください。（Ｓ.Ａ.）

		該当数	満足している（小計）	満足している	まあ満足している	不満だ（小計）	やや不満だ	不満だ	どちらともいえない	わからない
総数		人 1,223	% 64.3	% 10.5	% 53.7	% 29.0	% 21.3	% 7.8	% 4.7	% 2.0
学年別	大学１年生	298	67.1	10.1	57.0	23.8	16.8	7.0	6.4	2.7
	大学２年生	294	63.3	11.6	51.7	29.9	22.4	7.5	4.8	2.0
	大学３年生	298	66.4	12.1	54.4	27.5	19.8	7.7	4.4	1.7
	大学４年生	295	62.7	9.5	53.2	32.9	23.7	9.2	3.4	1.0
	大学５～６年生	38	44.7	2.6	42.1	44.7	39.5	5.3	5.3	5.3
性別	男性	705	63.5	9.8	53.8	27.8	21.0	6.8	5.8	2.8
	女性	518	65.3	11.6	53.7	30.7	21.6	9.1	3.3	0.8
居住地域別	東京圏	516	65.9	13.2	52.7	26.9	18.6	8.3	5.4	1.7
	京阪神	192	62.5	10.4	52.1	32.3	24.5	7.8	2.6	2.6
	その他	515	63.3	8.0	55.3	29.9	22.7	7.2	4.9	1.9
所属学部・分野別	人文科学	247	65.6	9.3	56.3	28.7	20.2	8.5	4.5	1.2
	社会科学	229	62.4	10.9	51.5	31.4	24.9	6.6	3.9	2.2
	理・工・農学・家政	381	64.8	11.3	53.5	28.1	18.9	9.2	5.0	2.1
	医・歯・薬学	106	67.0	9.4	57.5	26.4	23.6	2.8	4.7	1.9
	その他	260	62.7	10.8	51.9	29.6	21.5	8.1	5.4	2.3
住居形態別	自宅	762	72.2	13.9	58.3	20.7	15.7	5.0	5.0	2.1
	学寮	35	37.1	8.6	28.6	51.4	42.9	8.6	5.7	5.7
	下宿・アパート・その他	426	52.3	4.7	47.7	42.0	29.3	12.7	4.2	1.4
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	77.0	20.6	56.5	21.1	14.8	6.2	1.4	0.5
	時々意識している	516	65.5	7.9	57.6	31.2	23.3	7.9	2.5	0.8
	あまり意識していない	344	60.8	9.0	51.7	29.9	23.3	6.7	8.1	1.2
	ほとんど意識していない	154	50.6	9.1	41.6	30.5	18.8	11.7	9.1	9.7
身体面の健康状態（Q12）	健康である	453	77.0	18.5	58.5	20.5	15.7	4.9	1.8	0.7
	ほぼ健康である	608	63.3	6.4	56.9	29.3	23.8	5.4	5.8	1.6
	あまり健康ではない	133	33.8	3.0	30.8	56.4	31.6	24.8	7.5	2.3
	健康ではない	29	24.1	6.9	17.2	31.0	6.9	24.1	17.2	27.6
精神面の健康状態（Q13）	健康である	374	79.4	18.4	61.0	17.6	14.4	3.2	2.1	0.8
	ほぼ健康である	582	62.4	7.0	55.3	29.6	23.0	6.5	6.4	1.7
	あまり健康ではない	211	50.7	7.1	43.6	43.6	28.9	14.7	3.8	1.9
	健康ではない	56	33.9	7.1	26.8	44.6	19.6	25.0	8.9	12.5

（4）日頃の食生活の悩みや不安について

ア　日頃の食生活の悩みや不安の有無

○　日頃の食生活への悩みや不安の有無については、男性、女性ともに「悩みや不安を感じていない」と回答する者が最も多いものの（男性 60.6%、女性 49.8%）、「悩みや不安を感じている」という者は男性が 27.2%であるのに対し、女性は 40.3%と高い。

○　身体面や精神面の健康状態（自己評価としての健康状態）との関係をみると、健康でないと回答している者ほど、日頃の食生活に対して悩みや不安を感じている。

○　現在の食生活に対する満足度との関係をみると、現在の食生活への満足度が高い者ほど、日頃の食生活に対して悩みや不安を感じていない。

図２－４－１　日頃の食生活の悩みや不安の有無

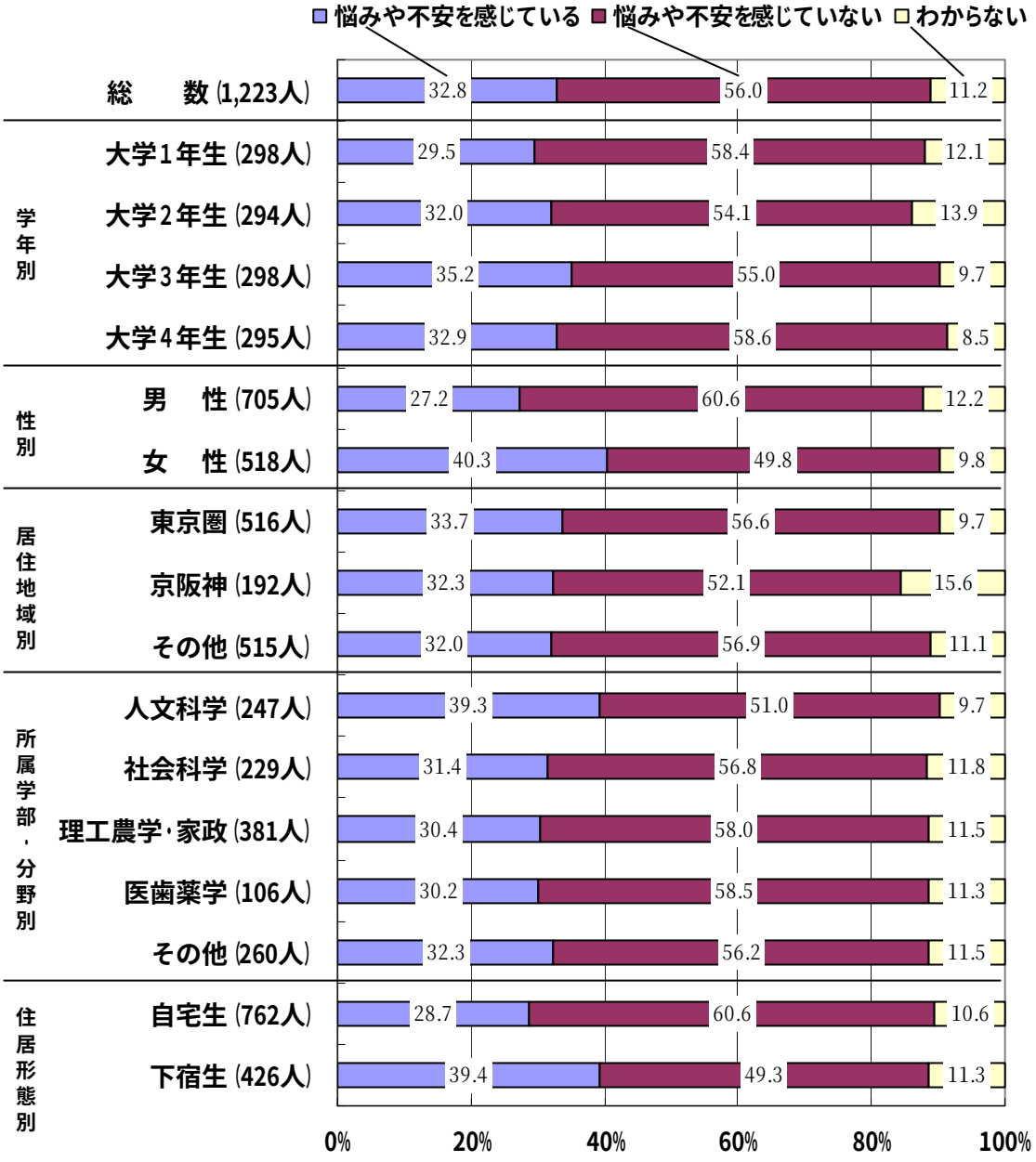
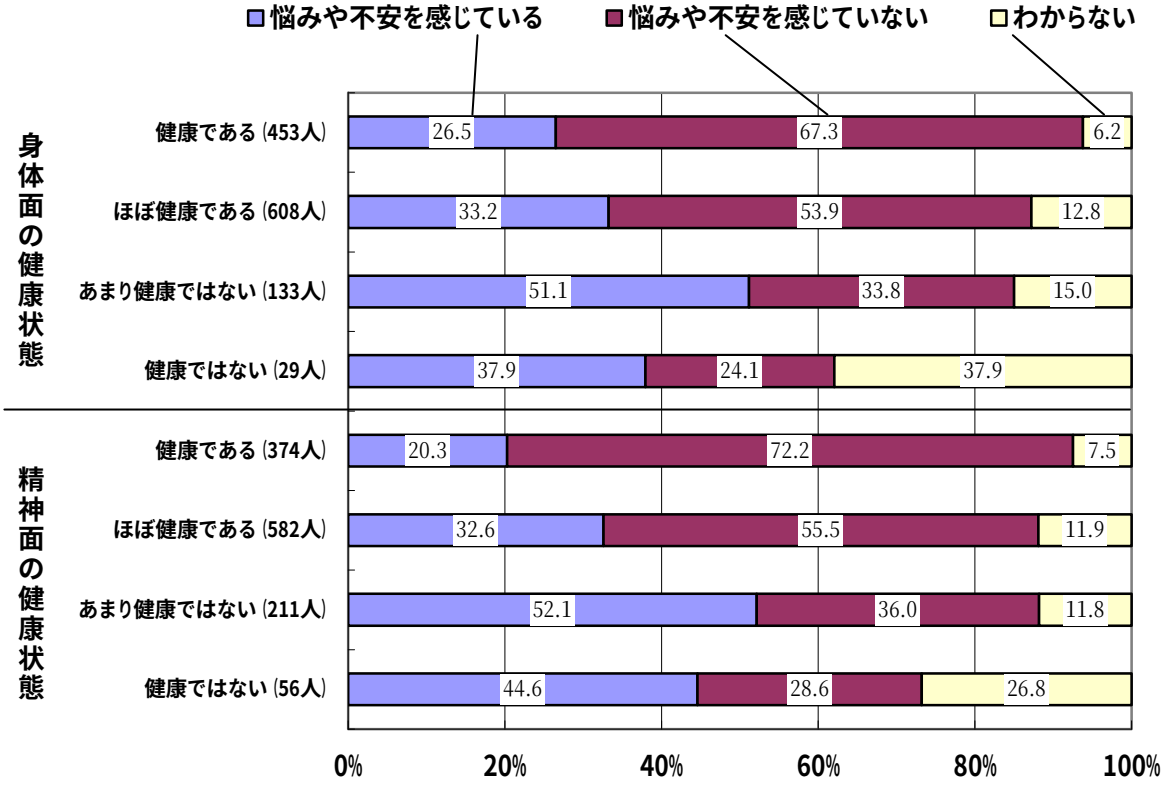


図２－４－２　日頃の食生活の悩みや不安の有無（クロス集計）



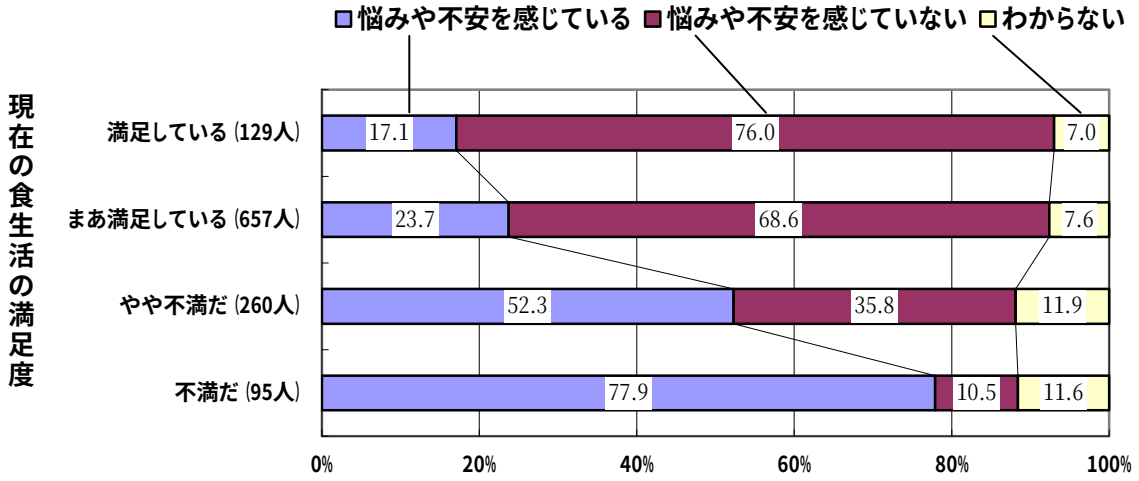


表２－４　日頃の食生活の悩みや不安の有無

Ｑ１８　あなたは、日頃の食生活で、悩みや不安がありますか。それとも悩みや不安を感じていませんか。この中から１つだけお答えください。（S.A.）

		該当数	悩みや不安を感じている	悩みや不安を感じていない	わからない
総数		人 1,223	% 32.8	% 56.0	% 11.2
学年別	大学１年生	298	29.5	58.4	12.1
	大学２年生	294	32.0	54.1	13.9
	大学３年生	298	35.2	55.0	9.7
	大学４年生	295	32.9	58.6	8.5
	大学５～６年生	38	44.7	39.5	15.8
性別	男性	705	27.2	60.6	12.2
	女性	518	40.3	49.8	9.8
居住地域別	東京圏	516	33.7	56.6	9.7
	京阪神	192	32.3	52.1	15.6
	その他	515	32.0	56.9	11.1
所属学部・分野別	人文科学	247	39.3	51.0	9.7
	社会科学	229	31.4	56.8	11.8
	理・工・農学・家政	381	30.4	58.0	11.5
	医・歯・薬学	106	30.2	58.5	11.3
	その他	260	32.3	56.2	11.5
住居形態別	自宅	762	28.7	60.6	10.6
	学寮	35	40.0	37.1	22.9
	下宿・アパート・その他	426	39.4	49.3	11.3
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	46.0	46.0	7.9
	どちらかといえば関心がある	560	35.5	55.5	8.9
	どちらかといえば関心がない	277	24.2	65.3	10.5
	関心がない	133	25.6	60.2	14.3
	わからない	51	15.7	39.2	45.1

イ　悩みや不安を感じている事項

○　日頃の食生活で悩みや不安を抱えている事項については、「自分の健康について」（70.1%）、「自分の食生活上の問題について」（64.1%）、「家計や食費について」（49.1%）、「食品の安全性について」（26.7%）、「食べ残しや廃棄など環境への影響について」（26.4%）の順となっている。

図２－４－３　悩みや不安を感じている事項

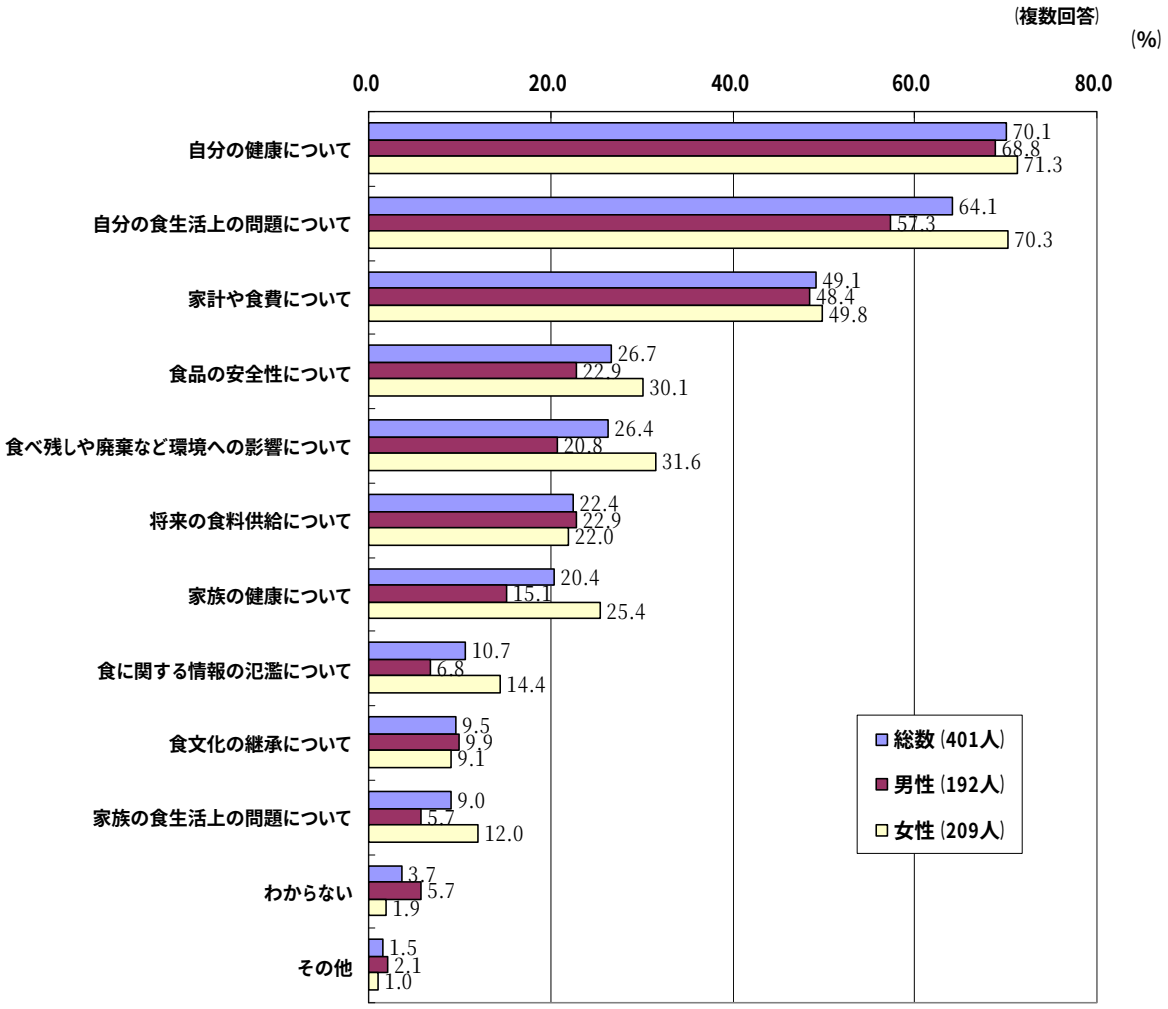


表２－４　悩みや不安を感じている事項

ＳＱ３　悩みや不安を感じているのはどのようなことについてですか。この中からいくつでもあげてください。（M.A.）

		該当数	自分の健康について	家族の健康について	自分の食生活上の問題について	家族の食生活上の問題について	家計や食費について	食品の安全性について	将来の食料供給について	食文化の継承について	食べ残しや廃棄など環境への影響について	食に関する情報の氾濫について	その他	わからない	計(M.T.)
		人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
総数		401	70.1	20.4	64.1	9.0	49.1	26.7	22.4	9.5	26.4	10.7	1.5	3.7	313.7
学年別	大学１年生	88	59.1	20.5	63.6	8.0	48.9	25.0	19.3	11.4	25.0	11.4	3.4	4.5	300.0
	大学２年生	94	68.1	20.2	63.8	10.6	54.3	30.9	19.1	6.4	30.9	12.8	1.1	3.2	321.3
	大学３年生	105	74.3	20.0	62.9	9.5	47.6	23.8	26.7	8.6	29.5	9.5	1.0	2.9	316.2
	大学４年生	97	79.4	22.7	66.0	9.3	45.4	27.8	25.8	11.3	21.6	10.3	0.0	3.1	322.7
	大学５～６年生	17	58.8	11.8	64.7	0.0	52.9	23.5	11.8	11.8	17.6	5.9	5.9	11.8	276.5
性別	男性	192	68.8	15.1	57.3	5.7	48.4	22.9	22.9	9.9	20.8	6.8	2.1	5.7	286.5
	女性	209	71.3	25.4	70.3	12.0	49.8	30.1	22.0	9.1	31.6	14.4	1.0	1.9	338.8
居住地域別	東京圏	174	69.5	21.8	62.1	9.2	47.7	28.2	23.6	8.0	25.3	10.3	2.3	3.4	311.5
	京阪神	62	69.4	21.0	59.7	12.9	56.5	27.4	19.4	11.3	30.6	21.0	0.0	0.0	329.0
	その他	165	70.9	18.8	67.9	7.3	47.9	24.8	22.4	10.3	26.1	7.3	1.2	5.5	310.3
所属学部・分野別	人文科学	97	70.1	23.7	66.0	8.2	53.6	26.8	20.6	10.3	28.9	12.4	2.1	3.1	325.8
	社会科学	72	70.8	16.7	70.8	9.7	56.9	29.2	11.1	2.8	25.0	9.7	0.0	4.2	306.9
	理・工・農学・家政	116	69.8	20.7	58.6	9.5	46.6	22.4	30.2	11.2	23.3	9.5	2.6	5.2	309.5
	医・歯・薬学	32	65.6	15.6	78.1	6.3	37.5	28.1	18.8	12.5	28.1	9.4	0.0	3.1	303.1
	その他	84	71.4	21.4	58.3	9.5	45.2	29.8	25.0	10.7	28.6	11.9	1.2	2.4	315.5
住居形態別	自宅	219	68.5	26.0	54.8	12.8	40.6	32.0	25.6	9.6	32.0	11.4	1.8	3.7	318.7
	学寮	14	85.7	21.4	78.6	7.1	64.3	42.9	21.4	14.3	42.9	7.1	14.3	0.0	400.0
	下宿・アパート・その他	168	70.8	13.1	75.0	4.2	58.9	18.5	18.5	8.9	17.9	10.1	0.0	4.2	300.0

（５）今後の食生活で力を入れたい事項について

ア　今後の食生活で力を入れたい事項

○　今後の食生活で力を入れたい事項については、「栄養バランスのとれた食事の実践」（50.9%）、「規則正しい食生活リズムの実践」（42.1%）、「おいしさや楽しさなど食の豊かさ」（39.6%）、「食事の正しいマナーや作法の習得」（36.0%）、「家族や友人と食卓を囲む機会の増加」（32.5%）の順となっている。

図２－５－１　今後の食生活で力を入れたい事項

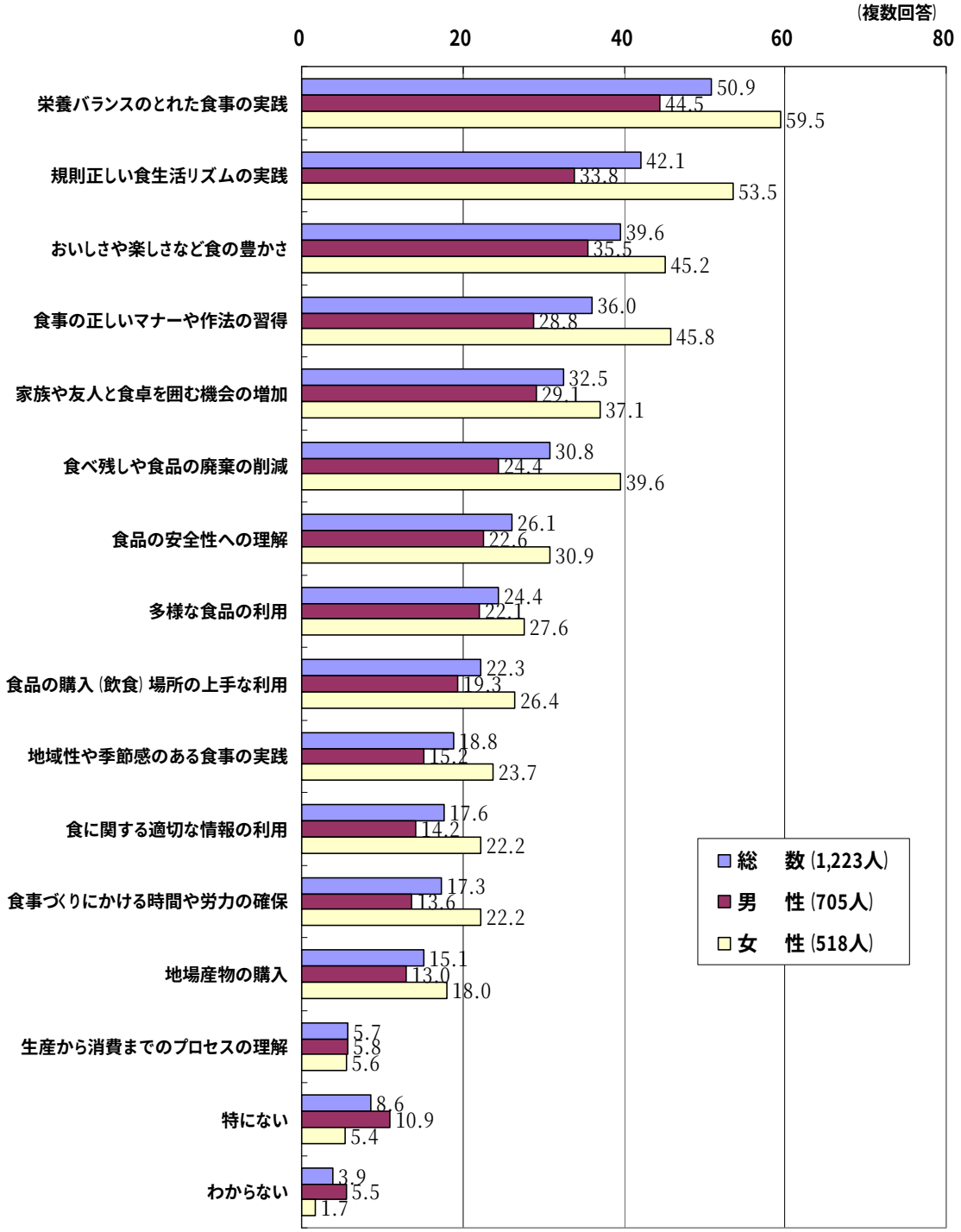


表２－５－１　今後の食生活で力を入れたい事項

Ｑ１９　あなたは、今後の食生活で、特にどのような面に力を入れたいと思いますか。この中からいくつでもあげてください。（M.A.）

		該当数	家族や友人と食卓を囲む機会の増加	食事の正しいマナーや作法の習得	地域性や季節感のある食事の実践	地場産物の購入	食べ残しや食品の廃棄の削減	生産から消費までのプロセスの理解	食品の安全性への理解	食事づくりにかける時間や労力の確保	栄養バランスのとれた食事の実践	規則正しい食生活リズムの実践	多様な食品の利用	食品の購入（飲食）場所の上手な利用	食に関する適切な情報の利用	おいしさや楽しさなど食の豊かさ	特にない	わからない	計(M.T.)
		人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
総数		1,223	32.5	36.0	18.8	15.1	30.8	5.7	26.1	17.3	50.9	42.1	24.4	22.3	17.6	39.6	8.6	3.9	391.7
学年別	大学１年生	298	31.2	35.9	17.8	9.7	25.2	6.4	24.5	14.4	47.0	37.6	24.5	20.5	17.8	38.9	10.4	3.0	364.8
	大学２年生	294	30.6	35.0	19.4	14.3	34.0	5.4	26.9	18.7	49.3	42.9	27.6	22.4	18.0	44.6	10.5	4.4	404.1
	大学３年生	298	31.2	33.6	16.4	18.8	31.9	5.4	26.2	13.4	52.0	37.9	21.5	20.8	17.4	38.3	8.1	4.4	377.2
	大学４年生	295	37.3	40.3	21.0	17.6	32.5	5.8	27.5	22.0	54.2	50.2	23.4	25.1	17.6	34.9	5.8	3.7	419.0
	大学５～６年生	38	28.9	28.9	23.7	15.8	28.9	5.3	21.1	21.1	57.9	42.1	31.6	26.3	13.2	52.6	5.3	5.3	407.9
性別	男性	705	29.1	28.8	15.2	13.0	24.4	5.8	22.6	13.6	44.5	33.8	22.1	19.3	14.2	35.5	10.9	5.5	338.3
	女性	518	37.1	45.8	23.7	18.0	39.6	5.6	30.9	22.2	59.5	53.5	27.6	26.4	22.2	45.2	5.4	1.7	464.3
居住地域別	東京圏	516	33.1	36.6	18.0	13.6	30.2	6.8	28.3	14.3	51.4	41.1	25.0	19.6	16.3	41.3	8.7	3.7	388.0
	京阪神	192	30.2	37.0	20.8	13.5	30.2	6.3	28.1	19.8	53.1	44.3	25.0	25.5	20.3	34.4	6.8	4.7	400.0
	その他	515	32.6	35.0	18.8	17.3	31.7	4.5	23.1	19.2	49.5	42.3	23.7	23.9	17.9	39.8	9.1	3.9	392.2
所属学部・分野別	人文科学	247	34.4	39.7	21.1	16.6	35.2	5.7	27.9	20.6	57.9	43.3	25.5	27.5	20.6	43.3	8.1	1.6	429.1
	社会科学	229	33.2	38.0	18.8	14.4	27.1	7.0	24.5	10.5	47.2	40.2	21.8	20.5	13.5	37.6	7.4	5.2	366.8
	理・工・農学・家政	381	30.2	31.5	16.5	15.0	31.8	5.5	24.7	18.1	47.5	40.2	22.6	18.6	16.5	36.7	10.2	4.7	370.3
	医・歯・薬学	106	35.8	41.5	19.8	15.1	32.1	4.7	31.1	14.2	51.9	48.1	29.2	21.7	15.1	42.5	4.7	1.9	409.4
	その他	260	31.9	35.0	19.6	14.6	28.1	5.4	25.8	20.0	51.9	43.1	26.5	24.6	20.8	40.8	9.2	4.6	401.9
住居形態別	自宅	762	34.0	37.3	18.1	15.0	31.8	6.3	29.0	13.3	46.2	37.7	19.8	18.6	17.8	37.5	10.0	4.3	376.6
	学寮	35	34.3	54.3	31.4	20.0	31.4	8.6	25.7	17.1	62.9	62.9	31.4	28.6	25.7	31.4	2.9	0.0	468.6
	下宿・アパート・その他	426	29.6	32.2	19.0	15.0	29.1	4.5	20.9	24.4	58.2	48.4	32.2	28.4	16.4	43.9	6.6	3.5	412.2
料理をする頻度（Ｑ９）	ほぼ毎日	144	28.5	35.4	28.5	20.1	34.7	4.9	22.9	25.7	59.0	41.7	32.6	34.7	20.1	45.8	6.9	2.8	444.4
	週に４～５日程度	150	28.7	34.7	20.7	14.0	34.7	6.0	25.3	30.0	56.7	50.0	41.3	35.3	22.0	51.3	6.0	1.3	458.0
	週に２～３日程度	222	30.6	32.0	18.9	20.3	32.4	5.4	29.3	21.2	60.4	48.2	32.9	23.0	18.0	39.6	5.4	2.3	419.8
	週に１回程度	177	33.9	41.8	19.2	18.1	31.6	7.9	30.5	20.3	51.4	41.2	22.0	20.9	20.3	37.9	6.8	2.8	406.8
	それ未満	282	35.1	37.2	18.1	13.1	32.3	4.6	27.0	9.2	49.6	43.3	17.7	14.5	15.6	35.1	8.9	3.9	365.2
	全くしない	248	34.7	35.1	12.5	8.5	22.6	6.0	21.4	8.1	35.1	31.5	11.3	16.5	13.3	35.1	14.9	8.5	314.9
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	37.8	44.5	31.1	24.4	40.7	11.5	38.3	25.4	68.4	51.2	41.6	31.6	28.2	51.2	3.3	1.4	530.6
	時々意識している	516	35.3	40.3	21.7	18.0	31.2	6.6	31.8	20.2	60.5	49.0	26.4	23.8	20.3	41.7	4.3	2.9	433.9
	あまり意識していない	344	28.8	28.5	11.9	9.3	28.5	3.2	18.3	11.9	38.4	35.5	18.0	18.0	11.9	31.4	13.4	4.4	311.3
	ほとんど意識していない	154	24.0	26.6	7.8	5.8	21.4	0.6	7.8	8.4	22.7	21.4	9.1	14.3	6.5	35.1	19.5	9.7	240.9
「食育」の周知度（Q15）	言葉も意味も知っていた	676	34.9	42.6	24.6	18.6	34.5	6.5	29.1	20.9	55.6	46.7	29.7	26.0	20.1	44.8	4.6	1.5	440.8
	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	399	31.1	31.3	13.5	12.5	29.3	4.8	24.1	14.8	49.9	38.1	19.0	20.3	15.0	34.8	11.5	4.3	354.4
	言葉も意味も知らなかった	148	25.0	18.2	6.8	6.1	18.2	4.7	17.6	7.4	31.8	31.8	14.9	10.8	12.8	28.4	18.9	14.2	267.6
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	47.5	55.4	38.1	30.7	48.5	13.9	42.6	27.2	64.9	55.4	40.6	27.2	30.2	51.0	0.5	1.0	574.8
	どちらかといえば関心がある	560	38.2	42.3	21.6	17.0	34.6	5.4	31.4	20.2	58.8	48.2	26.4	27.1	22.0	42.3	4.3	1.4	441.3
	どちらかといえば関心がない	277	20.2	21.3	7.6	7.2	22.0	3.2	15.5	11.2	43.7	36.1	18.8	17.7	9.0	31.4	13.4	4.7	283.0
	関心がない	133	15.8	18.8	6.8	5.3	12.0	2.3	6.8	6.0	23.3	18.0	10.5	9.8	4.5	33.8	24.1	10.5	208.3
	わからない	51	19.6	13.7	3.9	2.0	15.7	0.0	9.8	7.8	19.6	17.6	5.9	7.8	0.0	23.5	21.6	21.6	190.2

イ　食事の正しいマナーや作法を習得したい理由

○　今後の食生活で、食事の正しいマナーや作法を習得したいとする理由としては、「マナーは大人として身につけておくべきものだから」（77.7%）、「食事をきれいに食べたいから」（61.4%）、「恥ずかしい思いをしたくないから」（60.5%）、「人に不快な思いをさせたくないから」（59.8%）、「社会生活上必要とされるものだから」（59.5%）の順となっている。

図２－５－２　食事の正しいマナーや作法を習得したい理由

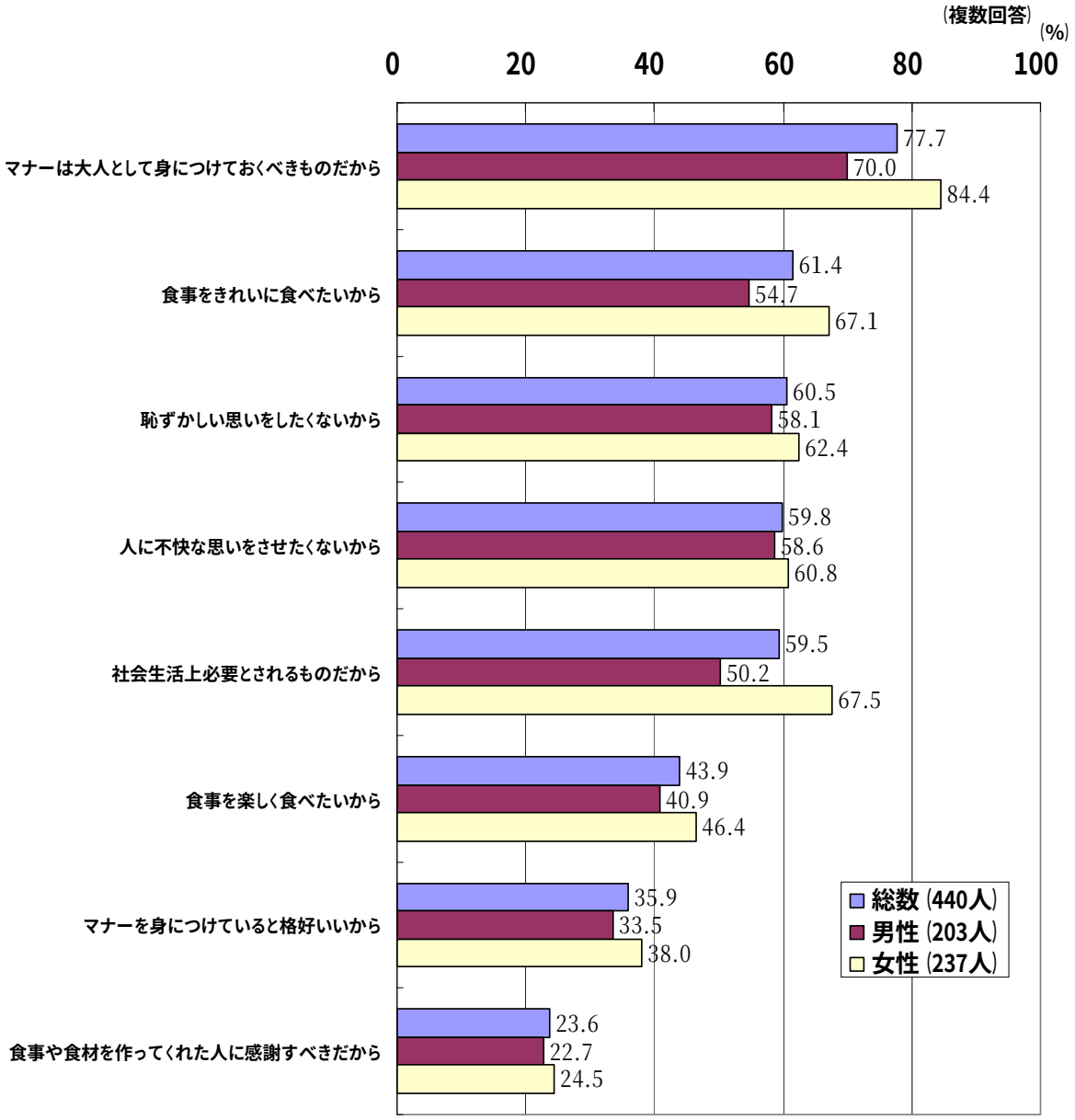


表２－５－２　食事の正しいマナーや作法を習得したい理由

ＳＱ４　あなたが食事の正しいマナーや作法を習得したいと考える理由は何ですか。この中からいくつでもあげてください。（M.A.）

		該当数	食事を楽しく食べたいから	食事をきれいに食べたいから	恥ずかしい思いをしたくないから	人に不快な思いをさせたくないから	マナーは大人として身につけておくべきものだから	社会生活上必要とされるものだから	マナーを身につけていると格好いいから	食事や食材を作ってくれた人に感謝すべきだから	その他	計(M.T.)
		人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
総数		440	43.9	61.4	60.5	59.8	77.7	59.5	35.9	23.6	0.0	422.3
学年別	大学１年生	107	43.0	58.9	61.7	61.7	78.5	65.4	40.2	22.4	0.0	431.8
	大学２年生	103	52.4	71.8	63.1	60.2	77.7	62.1	41.7	26.2	0.0	455.3
	大学３年生	100	43.0	66.0	60.0	54.0	79.0	57.0	30.0	17.0	0.0	406.0
	大学４年生	119	37.8	52.9	59.7	61.3	79.0	56.3	33.6	27.7	0.0	408.4
	大学５～６年生	11	45.5	36.4	36.4	72.7	45.5	36.4	18.2	27.3	0.0	318.2
性別	男性	203	40.9	54.7	58.1	58.6	70.0	50.2	33.5	22.7	0.0	388.7
	女性	237	46.4	67.1	62.4	60.8	84.4	67.5	38.0	24.5	0.0	451.1
居住地域別	東京圏	189	47.1	60.3	62.4	61.4	74.1	56.6	38.1	28.0	0.0	428.0
	京阪神	71	35.2	62.0	63.4	56.3	76.1	64.8	36.6	19.7	0.0	414.1
	その他	180	43.9	62.2	57.2	59.4	82.2	60.6	33.3	20.6	0.0	419.4
所属学部・分野別	人文科学	98	56.1	72.4	64.3	67.3	83.7	64.3	45.9	31.6	0.0	485.7
	社会科学	87	34.5	57.5	63.2	59.8	72.4	60.9	34.5	20.7	0.0	403.4
	理・工・農学・家政	120	35.8	59.2	52.5	50.0	71.7	49.2	29.2	24.2	0.0	371.7
	医・歯・薬学	44	54.5	50.0	68.2	68.2	84.1	65.9	45.5	20.5	0.0	456.8
	その他	91	45.1	61.5	60.4	60.4	81.3	63.7	30.8	18.7	0.0	422.0
住居形態別	自宅	284	44.4	62.3	59.5	60.9	77.5	56.7	33.1	23.2	0.0	417.6
	学寮	19	47.4	68.4	68.4	57.9	68.4	52.6	31.6	26.3	0.0	421.1
	下宿・アパート・その他	137	42.3	58.4	61.3	57.7	79.6	66.4	42.3	24.1	0.0	432.1

（6）食に関する情報源について

ア　食に関する情報源

○　食に関する情報源については、「家族」（50.5%）、「インターネット」（42.7%）、「テレビ・ラジオ」（36.1%）、「スーパーマーケット・食料品店」（34.3%）、「友人・知人」（32.7%）の順となっている。

図２－６－１　食に関する情報源

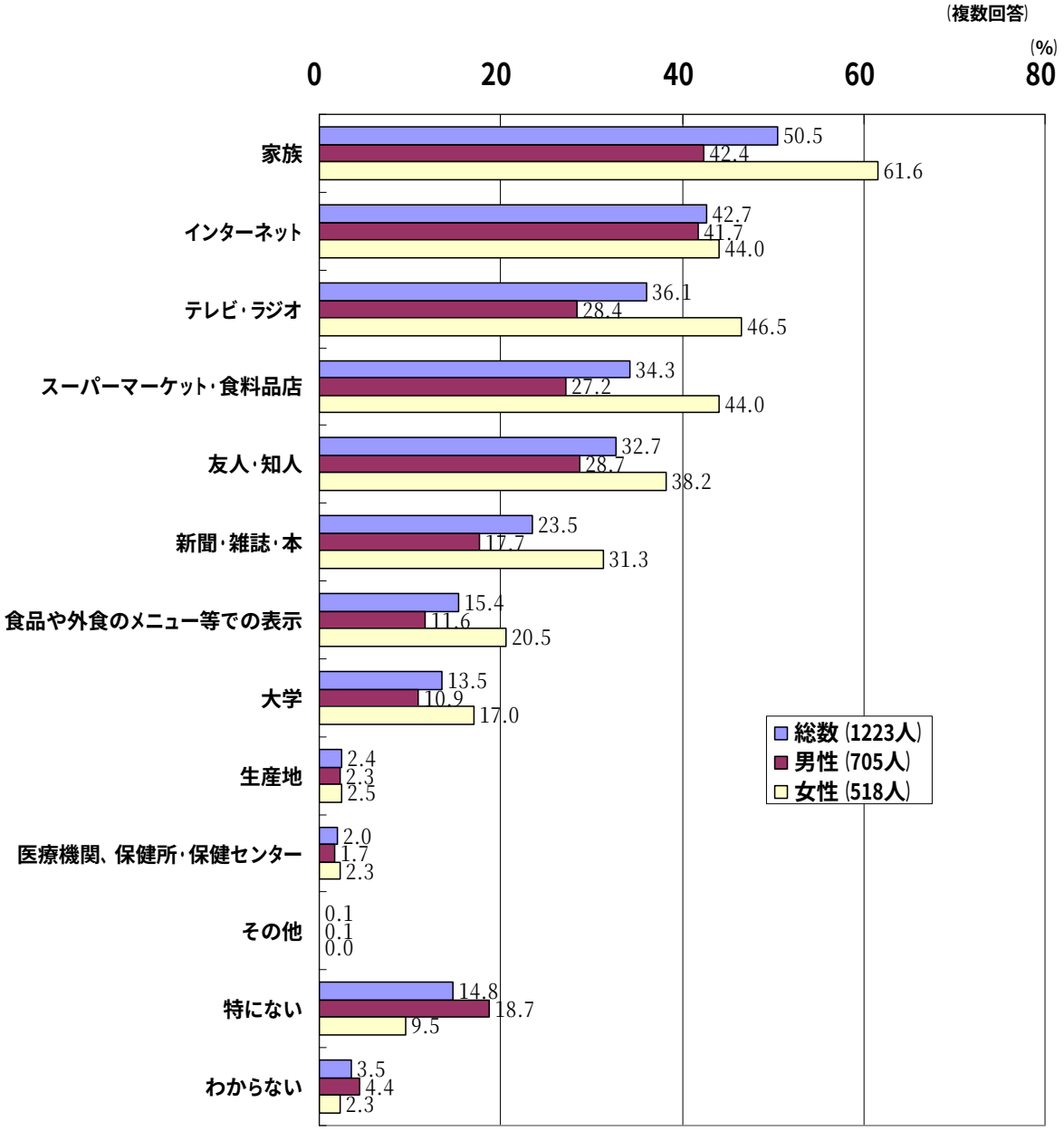


表２－６－１　食に関する情報源

Ｑ２０　あなたは、食に関する情報をどこから入手していますか。よく入手するものを、この中からいくつでもあげてください。（M.A.）

		該当数	家族	友人・知人	大学	医療機関、保健所・保健センター	生産地	スーパーマーケット・食料品店	食品や外食のメニュー等での表示	テレビ・ラジオ	新聞・雑誌・本	インターネット	その他	特にない	わからない	計(M.T.)
総数		人 1,223	% 50.5	% 32.7	% 13.5	% 2.0	% 2.4	% 34.3	% 15.4	% 36.1	% 23.5	% 42.7	% 0.1	% 14.8	% 3.5	% 271.4
学年別	大学１年生	298	52.7	32.9	14.4	2.0	2.3	30.5	12.1	31.9	21.8	36.2	0.0	17.4	2.7	257.0
	大学２年生	294	50.0	35.7	16.3	2.0	1.7	33.3	17.7	37.4	24.8	41.5	0.3	15.0	4.1	279.9
	大学３年生	298	52.3	31.5	13.1	1.7	2.3	39.6	17.4	35.2	22.5	44.6	0.0	15.1	3.7	279.2
	大学４年生	295	48.1	30.8	10.5	2.4	3.1	34.2	15.9	39.0	24.7	46.8	0.0	12.9	3.4	271.9
	大学５～６年生	38	42.1	31.6	10.5	0.0	2.6	31.6	2.6	42.1	23.7	55.3	0.0	5.3	5.3	252.6
性別	男性	705	42.4	28.7	10.9	1.7	2.3	27.2	11.6	28.4	17.7	41.7	0.1	18.7	4.4	235.9
	女性	518	61.6	38.2	17.0	2.3	2.5	44.0	20.5	46.5	31.3	44.0	0.0	9.5	2.3	319.7
居住地域別	東京圏	516	53.3	33.9	12.8	2.5	2.5	32.0	17.1	37.8	25.4	40.7	0.2	15.1	3.1	276.4
	京阪神	192	49.5	28.1	10.4	1.6	1.6	33.9	16.1	32.8	18.8	40.6	0.0	15.6	5.2	254.2
	その他	515	48.2	33.2	15.3	1.6	2.5	36.9	13.4	35.5	23.3	45.4	0.0	14.2	3.3	272.8
所属学部・分野別	人文科学	247	53.4	38.1	12.6	1.2	3.2	38.1	17.8	41.7	31.2	49.8	0.0	14.6	1.6	303.2
	社会科学	229	54.1	32.8	7.9	2.2	2.6	35.4	17.0	36.7	23.6	37.1	0.4	13.5	4.4	267.7
	理・工・農学・家政	381	45.1	32.3	19.4	2.1	3.4	30.7	12.9	29.4	18.9	44.4	0.0	15.2	3.4	257.2
	医・歯・薬学	106	48.1	27.4	11.3	4.7	0.0	35.8	15.1	34.0	26.4	34.9	0.0	16.0	0.9	254.7
	その他	260	53.5	30.4	11.5	1.2	0.8	34.6	15.4	40.8	21.5	41.5	0.0	15.0	5.8	271.9
住居形態別	自宅	762	54.9	30.3	13.1	2.1	2.5	28.5	15.1	37.8	23.6	37.5	0.1	16.3	4.5	266.3
	学寮	35	45.7	57.1	40.0	0.0	0.0	40.0	14.3	22.9	34.3	54.3	0.0	11.4	0.0	320.0
	下宿・アパート・その他	426	43.2	35.0	12.0	1.9	2.3	44.4	16.0	34.0	22.3	50.9	0.0	12.4	2.1	276.5
料理をする頻度（Ｑ９）	ほぼ毎日	144	45.8	29.9	9.7	3.5	3.5	45.8	14.6	35.4	27.1	57.6	0.0	8.3	1.4	282.6
	週に４～５日程度	150	47.3	40.0	12.0	2.7	2.7	43.3	18.7	36.0	31.3	50.0	0.0	11.3	2.7	298.0
	週に２～３日程度	222	50.5	31.5	18.9	1.8	3.2	46.4	18.5	36.0	18.5	47.3	0.0	14.4	0.5	287.4
	週に１回程度	177	58.2	35.0	18.1	2.8	1.7	37.3	14.7	41.2	24.9	41.2	0.0	7.9	2.8	285.9
	それ未満	282	54.3	33.7	13.1	1.8	2.5	29.1	17.4	39.7	26.6	39.7	0.0	14.9	3.9	276.6
	全くしない	248	45.6	28.2	8.9	0.4	1.2	15.3	9.3	28.6	16.5	29.8	0.4	25.8	8.1	218.1
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	62.7	38.3	14.8	4.3	6.2	44.5	21.1	46.4	34.0	55.5	0.0	5.3	1.4	334.4
	時々意識している	516	57.4	34.3	16.9	2.5	2.5	40.5	19.4	39.7	27.5	49.2	0.2	7.0	1.9	299.0
	あまり意識していない	344	42.7	31.7	11.0	0.6	0.9	28.8	11.0	31.7	17.2	33.7	0.0	23.0	3.2	235.5
	ほとんど意識していない	154	28.6	22.1	5.8	0.0	0.0	12.3	3.9	19.5	9.7	23.4	0.0	35.7	12.3	173.4
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	65.8	45.5	27.2	5.0	6.4	47.0	27.2	47.0	35.6	46.5	0.0	4.5	1.5	359.4
	どちらかといえば関心がある	560	57.3	34.6	15.4	2.3	2.3	39.8	18.0	42.7	27.3	49.6	0.2	8.4	1.3	299.3
	どちらかといえば関心がない	277	40.8	28.9	5.8	0.4	1.1	28.5	9.7	27.1	17.0	38.3	0.0	21.7	3.6	222.7
	関心がない	133	26.3	20.3	5.3	0.0	0.0	13.5	3.8	18.8	9.8	24.8	0.0	36.8	9.0	168.4
	わからない	51	31.4	13.7	2.0	0.0	0.0	9.8	0.0	13.7	3.9	21.6	0.0	31.4	21.6	149.0

イ　健全な食生活を実践する上で役立っている情報源

○　健全な食生活を実践する上で役立っている情報源については、「家族」（44.0%）、「インターネット」（32.3%）、「テレビ・ラジオ」（23.2%）、「スーパーマーケット・食料品店」（16.6%）、「友人・知人」（15.4%）の順となっている。

図２－６－２　健全な食生活を実践する上で役立っている情報源

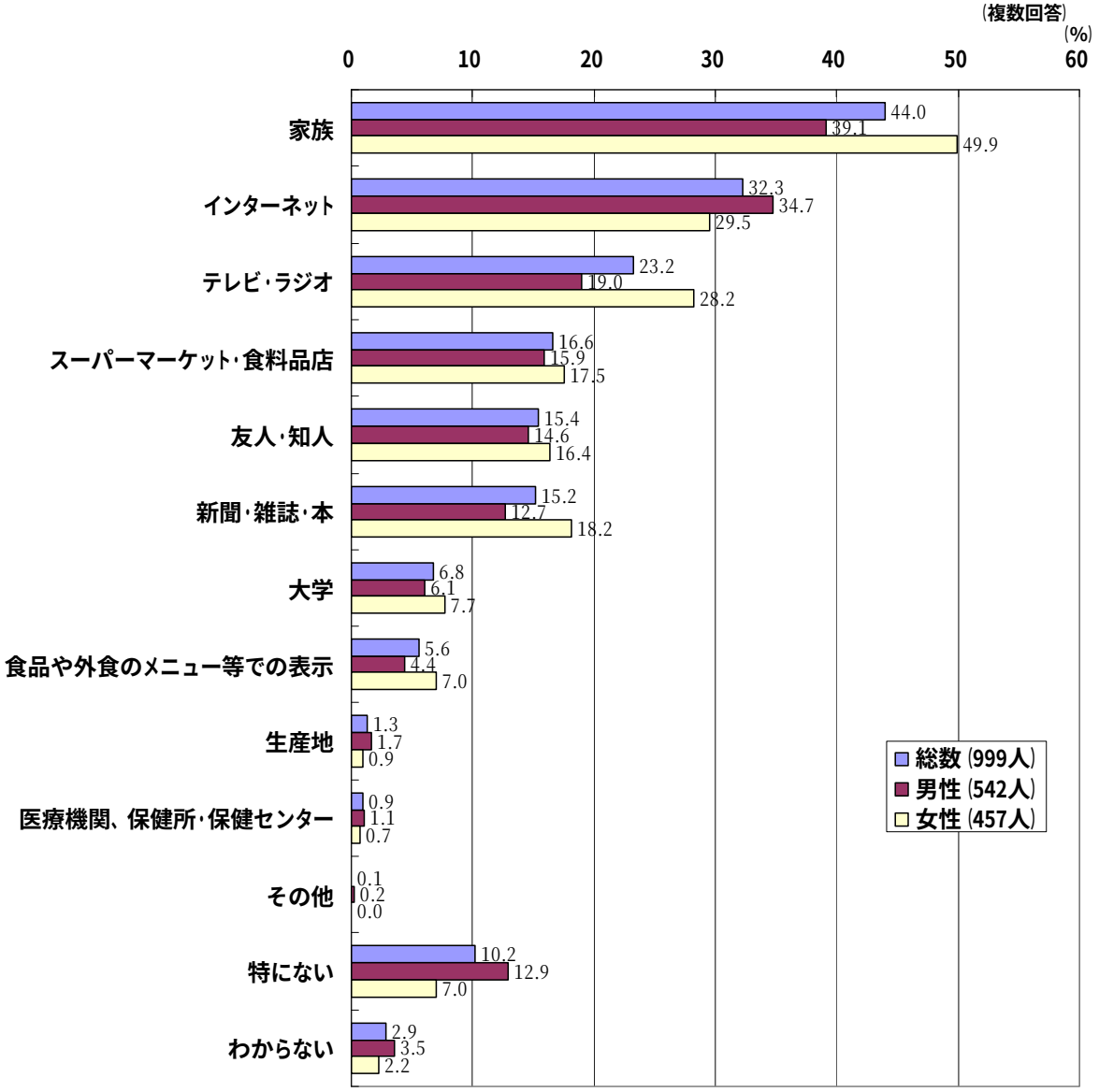


表２－６－２　健全な食生活を実践する上で役立っている情報源

ＳＱ５　よく入手する情報の中で、健全な食生活を実践する上で役に立っているものはどれですか。この中からいくつでもあげてください。（M.A.）

		該当数	家族	友人・知人	大学	医療機関、保健所・保健センター	生産地	スーパーマーケット・食料品店	食品や外食のメニュー等での表示	テレビ・ラジオ	新聞・雑誌・本	インターネット	その他	特にない	わからない	計(M.T.)
		人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
総数		999	44.0	15.4	6.8	0.9	1.3	16.6	5.6	23.2	15.2	32.3	0.1	10.2	2.9	174.7
学年別	大学１年生	238	50.4	17.2	7.6	0.8	1.7	15.5	5.0	18.5	15.1	26.5	0.0	8.0	2.5	168.9
	大学２年生	238	43.7	16.8	5.5	1.3	1.3	15.5	7.1	22.7	17.6	33.2	0.4	10.5	1.3	176.9
	大学３年生	242	41.7	14.9	7.9	0.4	0.8	17.8	6.2	23.1	14.0	32.6	0.0	10.3	5.8	175.6
	大学４年生	247	43.3	14.2	6.9	1.2	1.6	17.4	4.9	27.9	15.0	37.2	0.0	10.9	0.4	181.0
	大学５～６年生	34	23.5	5.9	2.9	0.0	0.0	17.6	0.0	26.5	8.8	29.4	0.0	17.6	14.7	147.1
性別	男性	542	39.1	14.6	6.1	1.1	1.7	15.9	4.4	19.0	12.7	34.7	0.2	12.9	3.5	165.9
	女性	457	49.9	16.4	7.7	0.7	0.9	17.5	7.0	28.2	18.2	29.5	0.0	7.0	2.2	185.1
居住地域別	東京圏	422	47.2	16.4	7.3	1.2	1.2	14.9	7.8	24.6	18.0	31.3	0.2	10.4	3.1	183.6
	京阪神	152	44.1	11.8	4.6	0.7	1.3	19.7	5.9	23.0	12.5	28.3	0.0	13.2	3.9	169.1
	その他	425	40.9	15.8	7.1	0.7	1.4	17.2	3.3	21.9	13.4	34.8	0.0	8.9	2.4	167.8
所属学部・分野別	人文科学	207	43.0	16.4	5.3	1.0	1.9	19.3	8.2	26.1	21.3	37.7	0.0	10.6	1.0	191.8
	社会科学	188	48.9	17.6	3.7	0.5	1.6	18.6	8.5	23.9	18.1	25.0	0.5	11.2	1.6	179.8
	理・工・農学・家政	310	39.0	14.8	9.7	1.0	1.9	14.2	3.2	17.1	10.3	35.8	0.0	9.0	3.9	160.0
	医・歯・薬学	88	47.7	13.6	6.8	2.3	0.0	21.6	4.5	20.5	15.9	25.0	0.0	10.2	5.7	173.9
	その他	206	46.6	14.1	6.8	0.5	0.0	13.6	4.4	30.1	13.6	31.6	0.0	10.7	3.4	175.2
住居形態別	自宅	604	50.0	14.6	7.9	1.0	1.7	13.9	6.5	24.8	16.1	27.2	0.2	10.4	3.0	177.2
	学寮	31	38.7	41.9	9.7	0.0	0.0	16.1	3.2	16.1	22.6	41.9	0.0	6.5	3.2	200.0
	下宿・アパート・その他	364	34.6	14.6	4.7	0.8	0.8	21.2	4.4	21.2	13.2	40.1	0.0	10.2	2.7	168.4
料理をする頻度（Ｑ９）	ほぼ毎日	130	32.3	12.3	6.2	0.8	0.8	24.6	5.4	22.3	11.5	43.8	0.0	12.3	1.5	173.8
	週に４～５日程度	129	38.8	18.6	2.3	0.0	0.8	22.5	3.9	28.7	26.4	41.9	0.0	8.5	2.3	194.6
	週に２～３日程度	189	42.3	14.8	7.9	1.6	3.2	20.6	8.5	20.6	13.2	38.1	0.0	5.8	3.7	180.4
	週に１回程度	158	48.1	14.6	8.9	1.3	0.0	16.5	6.3	20.9	12.0	25.9	0.0	10.8	1.9	167.1
	それ未満	229	47.2	16.2	7.4	1.3	1.7	10.5	5.2	24.5	15.7	26.2	0.0	10.5	3.5	169.9
	全くしない	164	51.2	15.9	6.7	0.0	0.6	9.8	3.7	23.2	14.0	23.8	0.6	14.0	3.7	167.1
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	195	48.7	17.9	6.7	1.5	3.6	20.5	9.2	27.7	21.5	40.0	0.0	6.2	1.5	205.1
	時々意識している	470	46.0	14.5	8.1	0.9	1.1	17.2	5.7	25.1	14.9	33.6	0.2	7.9	3.0	178.1
	あまり意識していない	254	40.2	14.2	5.9	0.8	0.4	15.0	3.5	18.1	11.4	26.8	0.0	14.6	3.9	154.7
	ほとんど意識していない	80	33.8	18.8	2.5	0.0	0.0	8.8	2.5	17.5	13.8	23.8	0.0	20.0	2.5	143.8
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	190	54.7	21.1	15.3	1.6	3.7	21.6	11.1	27.4	20.0	30.0	0.0	3.7	1.6	211.6
	どちらかといえば関心がある	506	45.1	17.0	7.1	1.0	1.0	18.0	5.9	26.3	16.2	35.6	0.2	8.5	2.6	184.4
	どちらかといえば関心がない	207	36.2	10.1	1.0	0.5	0.5	11.6	1.9	17.4	12.6	30.0	0.0	15.9	2.9	140.6
	関心がない	72	33.3	8.3	0.0	0.0	0.0	12.5	1.4	12.5	6.9	23.6	0.0	20.8	6.9	126.4
	わからない	24	37.5	4.2	4.2	0.0	0.0	4.2	0.0	8.3	4.2	29.2	0.0	16.7	8.3	116.7
食に関する情報の入手経路（Q20）	家族	618	71.2	19.4	6.6	1.3	1.8	15.7	7.3	25.1	17.2	26.9	0.2	5.5	2.3	200.3
	友人・知人	400	57.5	38.5	9.3	2.0	2.0	19.0	9.3	24.5	18.5	30.8	0.3	6.3	1.8	219.5
	大学	165	47.9	25.5	41.2	4.2	3.6	13.9	6.7	17.0	17.6	27.9	0.0	7.3	2.4	215.2
	医療機関、保健所・保健センター	24	41.7	20.8	25.0	37.5	4.2	29.2	29.2	41.7	25.0	33.3	0.0	4.2	8.3	300.0
	生産地	29	55.2	27.6	24.1	10.3	44.8	37.9	37.9	41.4	37.9	44.8	0.0	10.3	0.0	372.4
	スーパーマーケット・食料品店	420	45.0	16.9	6.4	1.4	2.6	39.5	11.4	31.4	19.8	36.4	0.0	6.7	2.6	220.2
	食品や外食のメニュー等での表示	188	56.4	25.0	9.6	3.2	5.3	34.6	29.8	35.6	30.3	45.2	0.0	4.8	1.6	281.4
	テレビ・ラジオ	441	45.6	14.7	5.9	1.1	1.6	20.4	9.5	52.6	23.6	36.5	0.2	5.9	2.3	220.0
	新聞・雑誌・本	287	46.3	17.8	6.6	1.0	3.1	22.3	10.1	41.1	53.0	42.9	0.3	4.9	2.1	251.6
	インターネット	522	37.2	13.8	5.7	1.3	1.7	17.6	6.7	27.4	19.7	61.9	0.0	7.9	2.1	203.1
	その他	1	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0	0.0	0.0	300.0
	特にない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-
	わからない	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-

（7）早食いや大食いへの見解

○　大学の学園祭で早食いや大食いがイベントとして行われていることに対しては、「続けてもよい」（27.9%）、「やめた方がよい」（26.5%）、「どちらでもよい」（24.4%）、「やめるべきだ」（18.6%）、「続けるべきだ」（2.7%）の順となっている。

○　「食育」への関心との関係をみると、「食育」への関心が高い者ほど、大食いや早食いに否定的な見解の回答割合が高くなっている。

図２－７－１　早食いや大食いへの見解

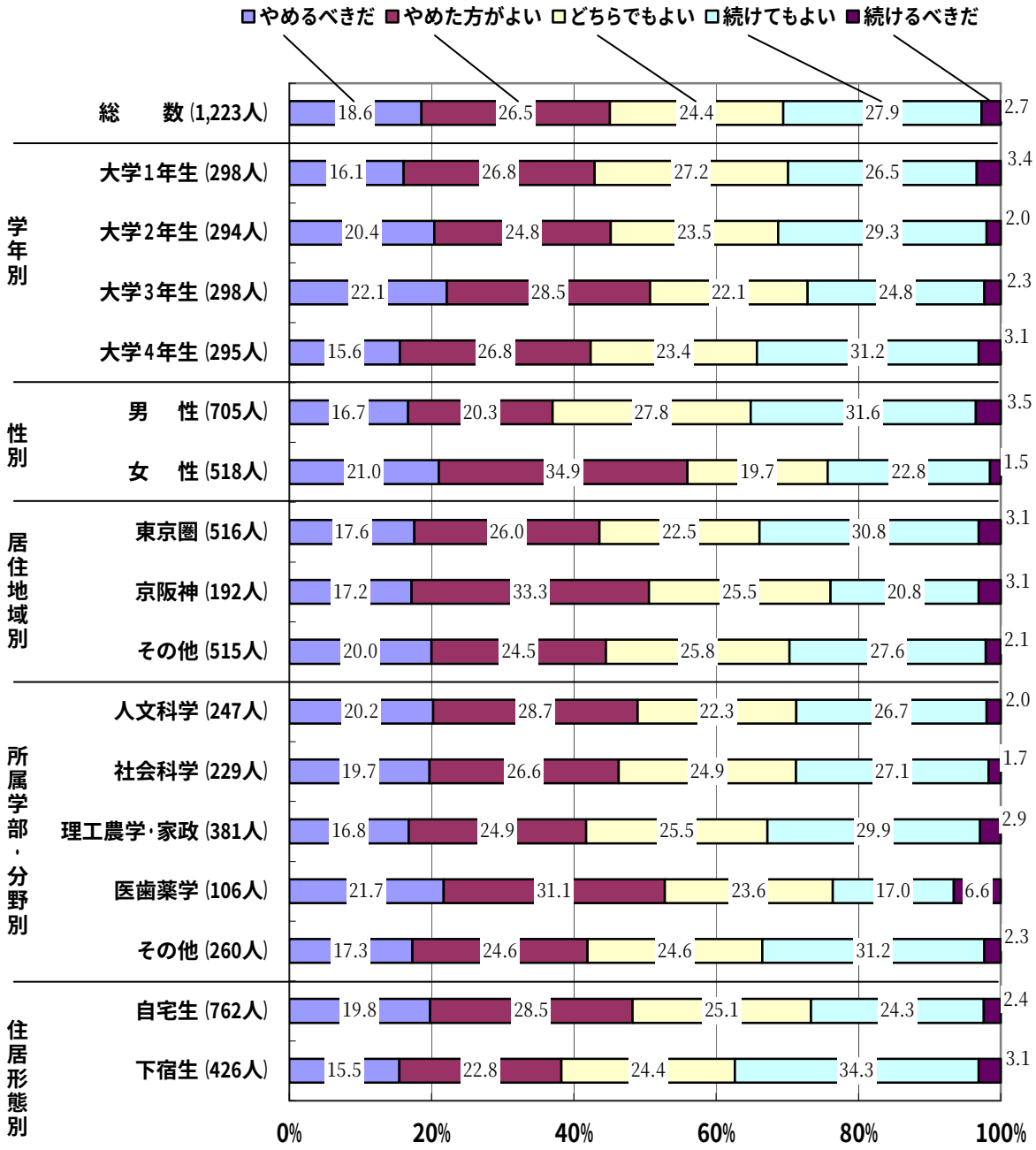


図２－７－２　早食いや大食いへの見解（クロス集計）

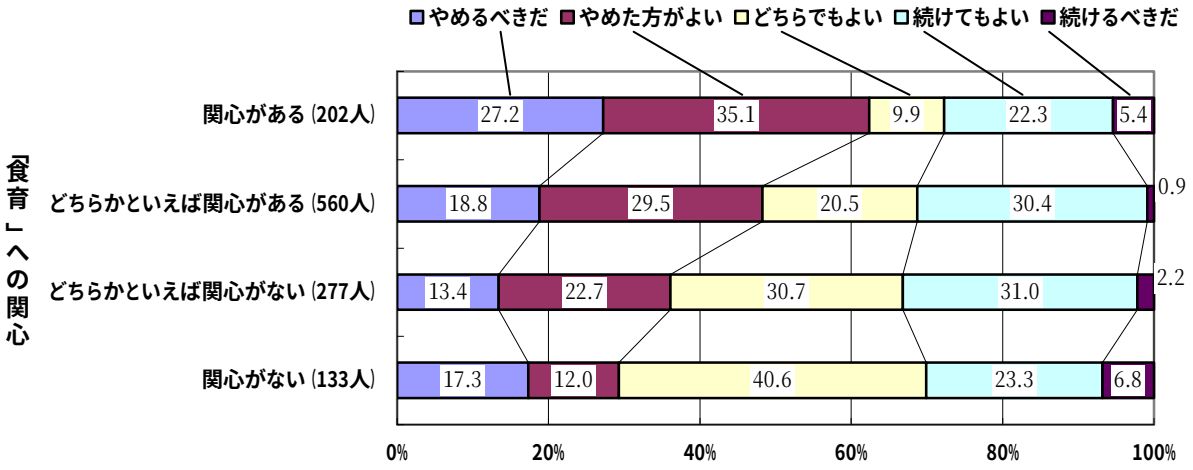


表２－７－２　早食いや大食いへの見解

Ｑ２１　早食いや大食いが行われていることについて、健康や、”粗末にしない”、”もったいない”ということに配慮して、やめるべきだと思いますか。それとも楽しいから、続けるべきだと思いますか。（S.A.）

		該当数	やめるべきだ	やめた方がよい	続けてもよい	続けるべきだ	どちらでもよい
総数		人 1,223	% 18.6	% 26.5	% 27.9	% 2.7	% 24.4
学年別	大学１年生	298	16.1	26.8	26.5	3.4	27.2
	大学２年生	294	20.4	24.8	29.3	2.0	23.5
	大学３年生	298	22.1	28.5	24.8	2.3	22.1
	大学４年生	295	15.6	26.8	31.2	3.1	23.4
	大学５～６年生	38	18.4	18.4	26.3	2.6	34.2
性別	男性	705	16.7	20.3	31.6	3.5	27.8
	女性	518	21.0	34.9	22.8	1.5	19.7
居住地域別	東京圏	516	17.6	26.0	30.8	3.1	22.5
	京阪神	192	17.2	33.3	20.8	3.1	25.5
	その他	515	20.0	24.5	27.6	2.1	25.8
所属学部・分野別	人文科学	247	20.2	28.7	26.7	2.0	22.3
	社会科学	229	19.7	26.6	27.1	1.7	24.9
	理・工・農学・家政	381	16.8	24.9	29.9	2.9	25.5
	医・歯・薬学	106	21.7	31.1	17.0	6.6	23.6
	その他	260	17.3	24.6	31.2	2.3	24.6
住居形態別	自宅	762	19.8	28.5	24.3	2.4	25.1
	学寮	35	28.6	28.6	28.6	5.7	8.6
	下宿・アパート・その他	426	15.5	22.8	34.3	3.1	24.4
「食育」の周知度（Q15）	言葉も意味も知っていた	676	20.3	28.8	26.8	3.0	21.2
	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	399	16.8	25.8	31.1	1.8	24.6
	言葉も意味も知らなかった	148	15.5	17.6	24.3	4.1	38.5
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	27.2	35.1	22.3	5.4	9.9
	どちらかといえば関心がある	560	18.8	29.5	30.4	0.9	20.5
	どちらかといえば関心がない	277	13.4	22.7	31.0	2.2	30.7
	関心がない	133	17.3	12.0	23.3	6.8	40.6
	わからない	51	13.7	17.6	17.6	3.9	47.1

（８）日頃から関心を持っている事項

○　日頃から関心を持っている事項としては、「政治」（38.6%）、「スポーツ」（38.3%）、「料理・味」（35.2%）、「健康」（35.0%）、「美容」（34.3%）の順となっている。
○　男性の関心が、「スポーツ」（48.2%）、「政治」（45.7%）、「国内経済」（40.4%）、「国際経済」（33.6%）、「環境」（27.8%）の順であるのに対し、女性は、「美容」（63.7%）、「健康」（50.8%）、「料理・味」（48.3%）、「文化」（41.5%）、「観光」（40.7%）の順となっており、性別で日頃の関心事に大きな差がみられる。

図２－８　日頃から関心を持っている事項

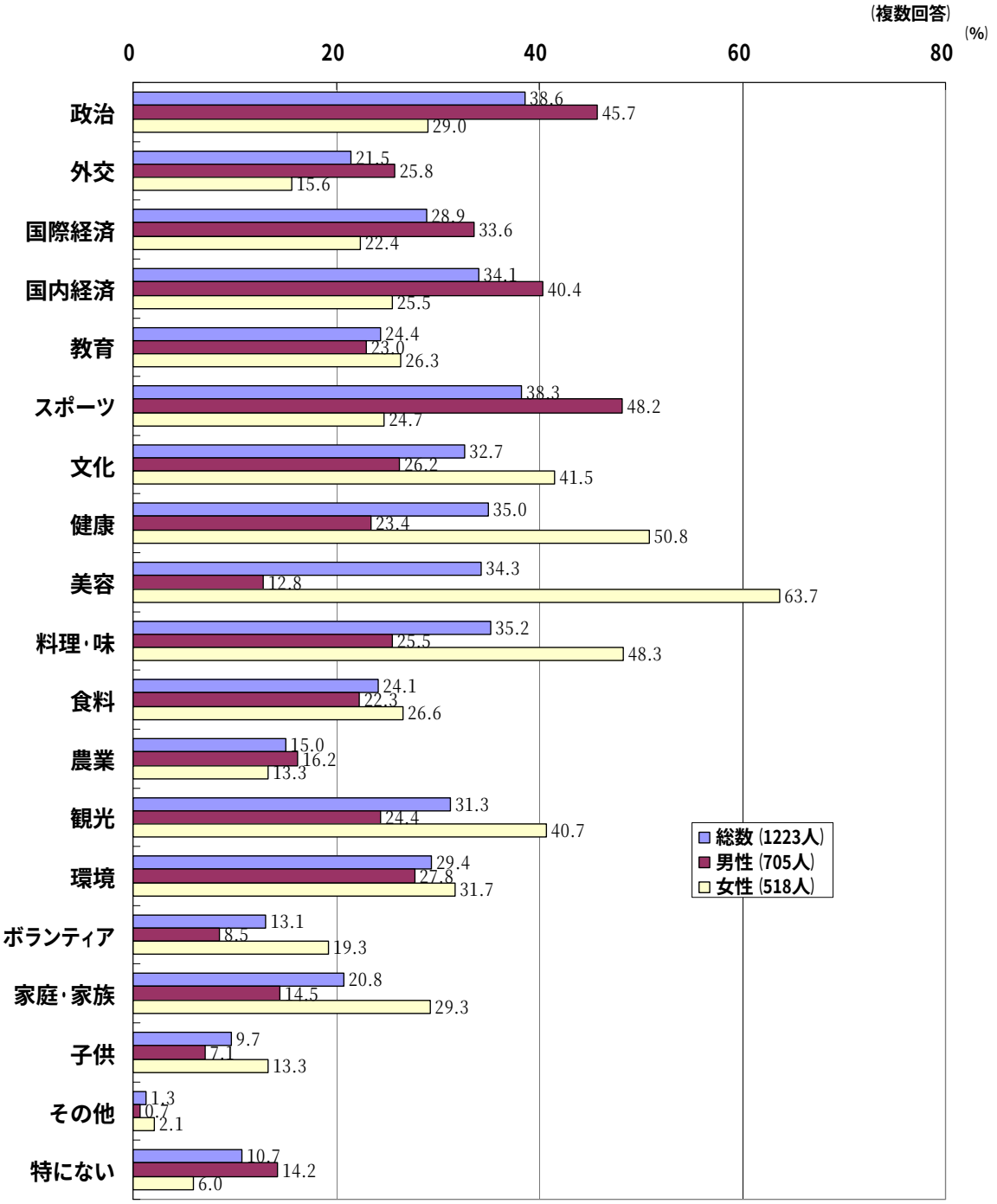


表２－８　日頃から関心を持っている事項

Ｑ２２　あなたが日頃から関心を持っている事項は何ですか。この中からいくつでもあげてください。(M.A.)

		該当数	政治	外交	国際経済	国内経済	教育	スポーツ	文化	健康	美容	料理・味	食料	農業	観光	環境	ボランティア	家庭・家族	子供	その他	特にない	計(M.T.)
総数		人 1,223	% 38.6	% 21.5	% 28.9	% 34.1	% 24.4	% 38.3	% 32.7	% 35.0	% 34.3	% 35.2	% 24.1	% 15.0	% 31.3	% 29.4	% 13.1	% 20.8	% 9.7	% 1.3	% 10.7	% 478.3
学年別	大学１年生	298	38.9	22.5	28.2	31.9	24.2	39.3	31.9	33.6	34.2	29.5	24.8	14.4	27.2	29.9	13.8	19.1	10.1	2.0	12.8	468.1
	大学２年生	294	38.8	24.5	31.3	34.4	26.2	40.8	33.0	33.0	32.7	41.2	23.1	14.3	30.6	29.6	15.6	20.7	10.5	1.0	10.5	491.8
	大学３年生	298	35.9	19.1	27.5	34.2	22.1	35.2	32.6	32.9	32.9	30.9	22.5	16.4	30.5	30.9	11.1	16.8	8.7	0.7	9.1	450.0
	大学４年生	295	41.0	20.0	29.2	37.3	26.1	40.3	33.9	40.3	37.6	38.6	27.5	15.6	37.3	29.2	12.9	26.4	9.8	1.4	10.2	514.6
	大学５～６年生	38	36.8	21.1	23.7	23.7	15.8	18.4	28.9	36.8	34.2	39.5	13.2	7.9	28.9	15.8	5.3	21.1	7.9	2.6	13.2	394.7
性別	男性	705	45.7	25.8	33.6	40.4	23.0	48.2	26.2	23.4	12.8	25.5	22.3	16.2	24.4	27.8	8.5	14.5	7.1	0.7	14.2	440.3
	女性	518	29.0	15.6	22.4	25.5	26.3	24.7	41.5	50.8	63.7	48.3	26.6	13.3	40.7	31.7	19.3	29.3	13.3	2.1	6.0	530.1
居住地域別	東京圏	516	39.0	24.0	30.8	33.5	24.2	40.3	33.5	32.6	32.9	34.1	21.9	12.0	33.3	28.1	10.5	19.0	10.3	1.6	10.3	471.9
	京阪神	192	37.5	20.8	29.7	37.0	23.4	37.5	31.8	34.4	37.5	33.9	27.1	16.7	29.7	29.2	15.1	21.4	8.9	1.6	9.9	482.8
	その他	515	38.6	19.2	26.6	33.6	24.9	36.5	32.2	37.7	34.6	36.7	25.2	17.3	29.9	30.9	15.0	22.3	9.5	1.0	11.5	483.1
所属学部・野分別	人文科学	247	41.7	23.1	29.6	29.6	32.8	31.6	45.3	36.0	47.8	38.1	24.7	12.1	42.5	23.1	14.2	23.5	12.6	1.2	6.5	515.8
	社会科学	229	49.8	29.3	42.8	49.3	23.1	45.4	33.2	32.3	30.1	34.1	22.7	15.7	30.6	28.8	11.8	15.7	6.6	0.9	7.0	509.2
	理・工・農学・家政	381	35.2	18.6	25.5	32.5	19.4	39.4	26.0	29.4	24.4	29.9	24.7	20.7	22.0	32.8	11.0	17.6	8.4	1.0	13.4	432.0
	医・歯・薬学	106	29.2	17.9	21.7	28.3	23.6	30.2	25.5	50.0	46.2	42.5	29.2	8.5	34.9	40.6	9.4	21.7	7.5	0.0	13.2	480.2
	その他	260	34.6	18.8	23.8	29.6	25.0	40.0	33.1	38.5	35.0	38.1	21.9	11.2	33.5	26.5	17.7	26.9	12.7	2.7	13.1	482.7
住居形態別	自宅	762	38.2	21.9	29.8	33.5	23.8	36.6	33.3	33.9	33.9	30.4	20.9	13.1	29.7	29.4	13.3	19.7	9.6	1.0	11.9	463.8
	学寮	35	37.1	28.6	28.6	28.6	45.7	31.4	40.0	34.3	28.6	40.0	28.6	17.1	28.6	25.7	14.3	25.7	14.3	0.0	5.7	502.9
	下宿・アパート・その他	426	39.4	20.2	27.2	35.7	23.7	41.8	31.0	37.1	35.7	43.2	29.6	18.1	34.5	29.8	12.7	22.3	9.6	1.9	8.9	502.3
朝食頻度（Ｑ１）	ほとんど毎日食べる	747	39.0	22.4	29.0	33.2	25.8	37.6	33.7	39.1	37.2	38.3	25.6	17.1	33.1	30.9	14.6	22.9	10.6	1.6	9.5	501.2
	週２～３日食べない	238	39.5	23.1	32.8	39.5	23.1	38.7	35.3	34.5	32.8	30.7	23.5	12.6	33.2	28.6	13.9	19.3	9.7	0.8	11.8	483.2
	週４～５日食べない	75	38.7	18.7	24.0	33.3	28.0	34.7	30.7	22.7	34.7	30.7	25.3	14.7	28.0	26.7	6.7	25.3	8.0	1.3	8.0	440.0
	ほとんど食べない	163	35.6	16.6	24.5	30.7	17.8	42.3	25.2	22.7	23.3	29.4	17.8	8.6	22.1	25.2	8.0	11.0	6.7	0.6	16.0	384.0
間食をする頻度（Ｑ２）	毎日２回以上間食をする	197	39.1	23.4	30.5	38.1	24.4	36.0	38.1	41.6	50.8	42.1	29.9	17.3	38.6	33.0	12.2	24.9	12.7	2.0	8.6	543.1
	毎日１回以上２回未満間食をする	403	33.0	17.9	21.1	27.0	22.8	36.0	36.5	34.5	35.5	35.0	23.8	15.4	32.8	31.3	14.4	21.8	9.9	1.5	9.9	460.0
	週２回以上７回未満間食をする	375	43.7	23.5	33.6	40.5	25.3	40.8	29.6	34.4	29.6	37.1	23.7	14.4	26.9	27.5	12.3	17.1	8.8	0.8	7.7	477.3
	間食しない、または週２回未満間食をする	248	39.5	23.0	33.1	32.7	25.4	39.9	27.0	31.5	26.6	27.0	20.6	13.3	29.8	26.6	12.9	21.4	8.5	1.2	18.1	458.1
外食をする頻度（Ｑ３）	毎日２回以上外食をする	70	37.1	24.3	35.7	40.0	24.3	40.0	30.0	35.7	32.9	20.0	20.0	8.6	28.6	22.9	10.0	18.6	8.6	0.0	11.4	448.6
	毎日１回以上２回未満外食をする	173	48.6	28.9	36.4	46.2	27.7	47.4	39.3	38.7	34.7	37.0	30.6	17.9	33.5	32.4	15.0	22.0	9.2	1.2	6.9	553.8
	週２回以上７回未満外食をする	500	37.8	20.2	29.2	34.0	24.0	40.4	31.8	34.0	35.8	34.8	23.6	14.6	34.2	30.0	12.8	19.2	11.4	1.2	8.2	477.2
	外食しない、または週２回未満外食をする	480	36.0	19.8	24.8	29.0	23.5	32.5	31.7	34.6	32.9	37.1	22.9	15.2	27.9	28.8	13.1	22.3	8.3	1.7	14.6	456.7
欠食をする頻度（Ｑ４）	毎日１食以上（週７食以上）欠食する	113	40.7	25.7	35.4	43.4	27.4	38.1	31.9	29.2	37.2	31.9	23.9	16.8	27.4	29.2	13.3	20.4	9.7	1.8	9.7	492.9
	週４食以上７食未満欠食する	136	39.7	19.9	27.2	35.3	27.2	40.4	38.2	33.1	34.6	35.3	19.9	11.0	38.2	27.2	14.7	19.9	12.5	0.7	7.4	482.4
	週２食以上４食未満欠食する	276	39.9	22.1	27.5	33.0	22.5	39.1	35.1	34.1	35.9	35.1	25.0	12.7	29.0	31.2	11.6	21.0	9.8	1.4	8.7	474.6
	欠食しない、または週２食未満欠食をする	698	37.5	20.9	28.7	32.8	24.1	37.5	30.8	36.7	33.2	35.7	24.6	16.3	31.5	29.2	13.3	20.9	9.2	1.3	12.3	476.6
料理をする頻度（Ｑ９）	ほぼ毎日	144	43.1	18.1	27.1	34.7	35.4	41.0	38.9	39.6	31.3	54.9	32.6	21.5	36.1	31.9	10.4	25.0	14.6	2.8	6.3	545.1
	週に４～５日程度	150	36.0	24.7	30.0	35.3	23.3	44.0	28.7	36.7	37.3	54.0	30.0	18.0	30.0	30.0	13.3	24.7	8.7	1.3	7.3	513.3
	週に２～３日程度	222	42.3	22.5	32.4	37.8	24.3	40.5	32.0	40.1	42.8	39.6	30.2	17.1	36.5	35.1	17.1	23.9	11.3	0.9	8.1	534.7
	週に１回程度	177	38.4	24.9	31.6	36.2	25.4	33.3	36.7	38.4	38.4	40.1	30.5	17.5	36.2	29.4	14.7	23.2	11.3	0.0	4.5	510.7
	それ未満	282	37.6	20.2	26.6	34.4	26.2	40.4	37.2	37.2	37.6	29.8	19.9	13.5	32.3	30.9	13.5	20.2	9.6	0.7	9.9	477.7
	全くしない	248	35.5	19.8	26.6	27.8	15.7	32.3	24.2	21.8	20.2	10.9	10.5	7.3	20.2	21.0	9.3	12.1	5.2	2.4	23.0	345.6
栄養バランスの意識（Q10）	概ね意識している	209	51.2	32.5	42.6	44.5	34.9	45.9	38.3	56.9	50.2	55.0	37.8	24.9	45.5	42.1	17.7	37.3	14.4	1.9	2.9	676.6
	時々意識している	516	40.3	21.3	28.9	34.7	27.7	39.3	36.0	41.7	37.2	40.3	29.3	15.7	32.9	34.1	14.3	21.5	10.3	1.4	5.4	512.4
	あまり意識していない	344	32.8	17.2	23.0	30.2	18.0	37.2	27.3	20.6	27.6	23.8	15.1	11.0	27.6	20.6	11.6	14.8	8.7	0.9	14.5	382.8
	ほとんど意識していない	154	28.6	16.9	23.4	26.6	13.0	26.6	26.0	14.9	18.2	16.2	8.4	7.8	14.9	16.2	5.8	9.1	3.9	1.3	30.5	308.4
「食育」の周知度（Q15）	言葉も意味も知っていた	676	45.3	25.9	32.2	38.0	32.7	37.6	41.3	41.4	40.2	42.5	29.7	19.2	35.9	34.8	14.9	26.2	12.3	1.5	5.5	557.1
	言葉は知っていたが、意味は知らなかった	399	33.3	17.5	26.3	31.3	16.3	40.1	25.6	30.8	30.8	30.6	20.3	12.3	29.1	25.3	12.8	15.8	8.0	0.5	12.3	419.0
	言葉も意味も知らなかった	148	22.3	12.2	20.3	23.6	8.1	36.5	12.8	16.9	16.9	14.2	8.8	2.7	16.2	16.2	5.4	9.5	2.7	2.7	30.4	278.4
「食育」への関心度（Q16）	関心がある	202	50.0	32.7	35.6	39.1	46.0	38.1	47.5	56.9	50.0	56.9	42.1	26.7	48.5	45.0	30.2	38.1	21.3	0.0	2.5	707.4
	どちらかといえば関心がある	560	40.9	22.1	31.4	37.5	26.6	43.4	34.6	44.5	39.1	41.3	29.5	17.5	35.2	35.7	13.2	23.4	9.6	1.4	4.6	531.6
	どちらかといえば関心がない	277	32.9	17.0	24.9	29.6	12.3	35.4	29.6	16.2	25.6	20.9	10.8	7.6	24.2	18.4	6.5	11.9	5.4	1.1	13.7	344.0
	関心がない	133	29.3	16.5	20.3	26.3	12.8	30.8	15.0	9.8	15.8	16.5	9.0	6.0	9.8	9.8	4.5	7.5	5.3	3.0	31.6	279.7
	わからない	51	23.5	7.8	17.6	21.6	9.8	17.6	15.7	11.8	15.7	7.8	5.9	3.9	15.7	9.8	2.0	5.9	0.0	2.0	39.2	233.3
現在の食生活の満足度（Q17）	満足している	129	33.3	24.0	33.3	32.6	25.6	35.7	38.8	36.4	31.8	41.1	27.9	20.2	34.1	37.2	10.9	24.0	9.3	2.3	9.3	507.8
	まあ満足している	657	40.5	22.4	28.6	34.2	24.5	41.7	32.9	35.0	34.7	36.1	24.0	14.8	32.1	30.4	12.8	20.5	9.1	1.1	9.6	485.1
	やや不満だ	260	37.7	21.9	27.7	34.6	28.8	41.2	34.2	41.5	36.9	36.9	27.3	16.9	34.2	28.8	17.3	22.3	12.7	1.9	8.1	511.2
	不満だ	95	46.3	16.8	33.7	41.1	21.1	27.4	34.7	38.9	47.4	36.8	28.4	11.6	29.5	29.5	11.6	24.2	11.6	0.0	5.3	495.8
	どちらともいえない	58	34.5	20.7	27.6	32.8	12.1	22.4	20.7	10.3	17.2	13.8	3.4	5.2	17.2	10.3	5.2	8.6	3.4	1.7	25.9	293.1
	わからない	24	4.2	0.0	8.3	8.3	8.3	8.3	0.0	0.0	0.0	4.2	4.2	8.3	4.2	12.5	12.5	8.3	4.2	0.0	62.5	158.3
悩み・不安の有無（Q18）	悩みや不安を感じている	401	42.6	22.7	31.4	37.4	28.4	37.4	39.4	47.4	45.9	44.6	33.2	18.7	38.9	34.2	17.0	27.7	13.5	1.7	4.7	566.8
	悩みや不安を感じていない	685	38.0	22.2	28.3	33.1	22.8	41.9	30.4	30.4	29.3	31.8	19.9	13.1	27.9	27.4	10.8	18.4	8.5	1.0	11.5	446.7
	わからない	137	29.9	14.6	24.1	29.2	20.4	22.6	24.8	21.9	25.5	24.1	19.0	13.1	26.3	25.5	13.1	12.4	5.1	1.5	24.1	377.4
悩みや不安を感じる事項（SQ3）	自分の健康について	281	45.2	23.1	33.1	40.6	29.5	37.4	41.3	50.9	47.7	46.6	34.5	17.8	39.5	34.2	18.9	29.9	14.6	1.8	3.2	589.7
	家族の健康について	82	48.8	28.0	39.0	41.5	39.0	36.6	41.5	58.5	51.2	54.9	40.2	22.0	43.9	35.4	20.7	42.7	22.0	1.2	0.0	667.1
	自分の食生活上の問題について	257	44.4	23.3	34.6	43.2	31.5	40.1	42.8	51.8	50.2	49.8	35.8	19.8	43.2	37.4	18.7	32.3	14.8	1.9	3.1	618.7
	家族の食生活上の問題について	36	55.6	38.9	38.9	38.9	41.7	33.3	44.4	55.6	58.3	50.0	41.7	19.4	55.6	33.3	25.0	36.1	13.9	0.0	0.0	680.6
	家計や食費について	197	47.7	24.9	34.5	42.6	36.5	38.6	44.7	54.3	49.2	51.3	37.1	20.3	44.7	39.6	22.3	31.5	18.8	1.5	3.6	643.7
	食品の安全性について	107	56.1	31.8	37.4	46.7	41.1	40.2	49.5	60.7	54.2	48.6	46.7	30.8	43.9	46.7	21.5	32.7	17.8	0.9	1.9	709.3
	将来の食料供給について	90	63.3	40.0	42.2	48.9	48.9	35.6	51.1	60.0	48.9	52.2	55.6	34.4	42.2	56.7	22.2	35.6	17.8	1.1	2.2	758.9
	食文化の継承について	38	71.1	50.0	50.0	60.5	65.8	36.8	71.1	65.8	52.6	71.1	65.8	47.4	60.5	65.8	36.8	39.5	18.4	0.0	0.0	928.9
	食べ残しや廃棄など環境への影響について	106	57.5	36.8	39.6	48.1	48.1	41.5	59.4	64.2	54.7	53.8	48.1	35.8	50.9	64.2	34.0	36.8	20.8	0.9	0.0	795.3
	食に関する情報の氾濫について	43	58.1	37.2	53.5	58.1	48.8	25.6	53.5	67.4	62.8	62.8	51.2	30.2	60.5	58.1	30.2	37.2	23.3	0.0	2.3	820.9
	その他	6	50.0	50.0	33.3	50.0	50.0	66.7	33.3	83.3	50.0	50.0	66.7	33.3	50.0	50.0	16.7	16.7	0.0	0.0	0.0	750.0
	わからない	15	13.3	6.7	20.0	13.3	13.3	13.3	26.7	13.3	13.3	26.7	13.3	13.3	33.3	13.3	6.7	0.0	0.0	0.0	26.7	266.7

表２－８　日頃から関心を持っている事項（続き）

Ｑ２２　あなたが日頃から関心を持っている事項は何ですか。この中からいくつでもあげてください。(M.A.)

		該当数	政治	外交	国際経済	国内経済	教育	スポーツ	文化	健康	美容	料理・味	食料	農業	観光	環境	ボランティア	家庭・家族	子供	その他	特にない	計(M.T.)
		人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
総数		1,223	38.6	21.5	28.9	34.1	24.4	38.3	32.7	35.0	34.3	35.2	24.1	15.0	31.3	29.4	13.1	20.8	9.7	1.3	10.7	478.3
今後の食生活で力を入れたいこと（Q19）	家族や友人と食卓を囲む機会の増加	397	42.8	24.7	32.0	37.8	34.0	44.3	39.5	46.6	42.6	44.1	32.5	18.1	40.6	36.5	19.1	34.8	13.1	1.8	4.3	589.2
	食事の正しいマナーや作法の習得	440	44.3	28.4	34.3	39.1	32.7	39.5	43.2	48.2	46.6	48.2	29.1	18.0	43.6	36.1	20.7	29.5	12.0	1.1	3.9	598.6
	地域性や季節感のある食事の実践	230	52.6	36.1	43.9	48.7	43.5	41.3	53.9	55.7	47.8	57.0	46.1	30.0	53.9	48.7	25.7	35.2	17.0	2.6	2.2	741.7
	地場産物の購入	185	55.7	36.8	47.6	49.2	43.2	37.3	55.7	58.9	48.6	54.6	47.6	36.8	53.5	56.8	27.0	35.7	14.6	1.6	2.2	763.2
	食べ残しや食品の廃棄の削減	377	43.8	27.3	33.7	36.3	34.5	41.1	41.1	49.9	46.7	46.7	35.0	23.3	41.6	45.9	21.2	28.1	15.1	1.3	3.7	616.4
	生産から消費までのプロセスの理解	70	58.6	40.0	50.0	52.9	50.0	50.0	55.7	67.1	48.6	55.7	55.7	40.0	50.0	57.1	30.0	31.4	12.9	5.7	4.3	815.7
	食品の安全性への理解	319	48.0	28.5	36.7	42.6	37.9	41.7	44.8	54.9	45.1	48.6	38.9	22.9	44.2	47.0	21.0	33.9	14.1	1.3	2.5	654.5
	食事づくりにかける時間や労力の確保	211	46.9	28.9	34.1	43.6	36.0	40.3	46.4	55.9	50.2	62.1	38.4	24.2	45.5	39.8	23.2	34.1	13.7	2.4	2.8	668.7
	栄養バランスのとれた食事の実践	622	42.8	24.1	31.8	38.4	29.6	40.7	39.2	49.2	46.0	47.4	32.3	18.0	39.5	34.9	15.9	26.8	12.4	1.4	3.1	573.6
	規則正しい食生活リズムの実践	515	43.9	24.3	31.3	39.0	29.9	39.4	40.6	48.5	47.8	48.9	33.6	17.9	39.2	36.1	18.4	28.0	12.0	1.6	3.3	583.7
	多様な食品の利用	299	47.5	31.8	38.8	42.5	35.5	42.8	43.5	52.5	44.5	57.5	39.1	25.1	44.5	40.5	19.1	28.8	14.4	1.3	2.3	651.8
	食品の購入（飲食）場所の上手な利用	273	44.7	29.7	37.7	45.8	33.7	39.6	45.4	53.5	47.3	56.0	38.1	22.3	41.0	38.1	17.2	30.0	12.5	0.7	4.0	637.4
	食に関する適切な情報の利用	215	48.4	30.2	37.2	45.1	38.1	38.6	52.1	57.2	51.6	56.7	43.3	28.8	46.0	47.0	22.8	30.2	14.9	2.8	3.3	694.4
	おいしさや楽しさなど食の豊かさ	484	41.5	25.2	30.8	36.0	28.7	40.9	42.4	44.8	42.6	50.4	34.3	18.2	39.7	34.9	18.8	27.7	14.3	1.2	6.2	578.5
	特にない	105	22.9	10.5	16.2	19.0	8.6	24.8	17.1	6.7	13.3	7.6	4.8	4.8	16.2	15.2	3.8	5.7	3.8	3.8	36.2	241.0
	わからない	48	16.7	6.3	6.3	10.4	10.4	12.5	10.4	6.3	6.3	6.3	6.3	2.1	4.2	8.3	4.2	6.3	0.0	0.0	60.4	183.3
食事の作法を習得したい理由（SQ4）	食事を楽しく食べたいから	193	49.7	33.7	40.9	39.4	38.3	38.9	50.3	55.4	47.7	54.4	34.2	20.2	52.8	40.9	23.3	34.2	14.0	1.0	4.7	674.1
	食事をきれいに食べたいから	270	45.9	32.2	34.8	39.3	36.3	39.6	48.9	53.3	52.2	53.7	33.7	20.7	45.9	37.0	23.7	30.4	12.6	1.9	3.7	645.9
	恥ずかしい思いをしたくないから	266	43.6	27.1	34.2	40.2	31.6	41.7	41.4	51.5	51.5	50.4	30.8	19.2	47.4	36.5	20.3	27.4	10.5	1.1	3.8	610.2
	人に不快な思いをさせたくないから	263	46.0	28.1	33.1	38.8	36.5	40.3	48.7	54.0	49.0	49.8	32.3	22.1	47.5	38.8	23.6	32.7	15.2	1.9	3.0	641.4
	マナーは身につけておくべきものだから	342	45.3	26.0	34.2	40.1	33.9	39.5	46.2	53.2	51.5	54.1	32.2	20.8	47.1	38.9	22.5	32.7	13.7	1.2	3.8	636.8
	社会生活上必要とされるものだから	262	44.7	26.3	35.1	40.1	37.0	37.4	50.4	56.9	54.2	56.1	32.4	21.4	50.0	43.1	24.0	32.4	15.3	1.1	2.3	660.3
	マナーを身につけていると格好いいから	158	53.8	32.9	37.3	44.9	37.3	42.4	48.7	59.5	58.2	63.9	36.1	24.1	50.0	39.2	26.6	34.2	14.6	1.3	2.5	707.6
	作ってくれた人に感謝すべきだから	104	55.8	42.3	43.3	48.1	52.9	47.1	61.5	68.3	56.7	69.2	49.0	30.8	61.5	49.0	35.6	47.1	20.2	1.9	1.9	842.3
	その他	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-
食に関する情報の入手経路（Q20）	家族	618	41.1	24.6	32.0	37.1	29.6	43.2	39.6	45.8	43.2	44.7	29.9	16.7	39.3	36.6	18.1	28.8	13.4	1.6	4.0	569.4
	友人・知人	400	40.5	27.8	34.5	41.8	32.5	50.8	39.3	45.3	43.0	45.3	32.3	18.0	42.0	35.3	18.8	27.0	14.8	1.0	3.3	592.8
	大学	165	38.8	29.7	29.7	32.1	37.0	38.8	40.6	54.5	46.1	44.8	38.8	26.7	44.2	41.8	23.0	31.5	16.4	1.8	2.4	618.8
	医療機関、保健所・保健センター	24	54.2	41.7	37.5	37.5	37.5	45.8	45.8	66.7	50.0	58.3	54.2	41.7	54.2	66.7	37.5	37.5	8.3	0.0	0.0	775.0
	生産地	29	58.6	48.3	37.9	41.4	44.8	58.6	55.2	58.6	51.7	58.6	48.3	37.9	48.3	55.2	34.5	27.6	24.1	0.0	3.4	793.1
	スーパーマーケット・食料品店	420	44.8	25.2	32.6	41.7	33.8	42.1	44.3	50.2	46.4	55.7	36.4	18.8	43.6	39.3	19.3	33.6	13.8	1.4	1.7	624.8
	食品や外食のメニュー等での表示	188	43.1	30.9	38.8	44.7	41.0	43.6	53.2	60.1	55.9	64.4	42.0	20.2	49.5	46.3	20.7	33.5	13.3	1.1	0.0	702.1
	テレビ・ラジオ	441	43.3	23.1	32.2	39.5	29.9	40.6	42.6	50.6	49.2	50.8	32.9	17.9	41.7	36.1	18.4	29.9	12.0	0.9	2.7	594.3
	新聞・雑誌・本	287	47.0	32.4	42.5	48.1	35.5	40.8	48.8	52.3	50.5	58.2	38.3	22.6	48.8	42.2	19.9	31.7	13.2	1.4	2.1	676.3
	インターネット	522	46.4	27.4	37.2	44.1	30.8	42.5	42.7	46.4	42.3	49.2	33.9	21.3	39.7	36.8	18.2	27.6	13.4	1.5	4.0	605.4
	その他	1	100.0	100.0	100.0	100.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	500.0
	特にない	181	31.5	12.2	20.4	23.8	13.3	27.1	18.8	11.0	12.2	8.8	8.8	7.2	14.4	16.6	3.9	7.2	6.1	1.1	33.7	277.9
	わからない	43	20.9	7.0	9.3	11.6	9.3	16.3	14.0	11.6	18.6	14.0	2.3	4.7	7.0	4.7	0.0	2.3	0.0	0.0	53.5	207.0
健全な食生活を実践するのに役立っている情報（SQ5）	家族	440	43.4	26.1	33.9	38.4	31.8	45.2	40.9	47.7	43.4	43.4	32.0	17.3	41.4	38.2	18.4	32.0	13.9	1.6	3.4	592.5
	友人・知人	154	44.8	31.8	39.0	46.8	42.9	55.2	48.7	54.5	43.5	48.7	38.3	23.4	43.5	39.6	21.4	29.2	16.2	1.3	1.9	670.8
	大学	68	36.8	26.5	27.9	33.8	42.6	47.1	45.6	60.3	50.0	48.5	42.6	32.4	45.6	45.6	25.0	29.4	14.7	2.9	1.5	658.8
	医療機関、保健所・保健センター	9	66.7	55.6	55.6	55.6	55.6	55.6	44.4	66.7	33.3	66.7	66.7	55.6	66.7	77.8	33.3	55.6	11.1	0.0	0.0	922.2
	生産地	13	69.2	61.5	61.5	76.9	53.8	69.2	61.5	69.2	53.8	76.9	69.2	38.5	61.5	61.5	46.2	46.2	38.5	0.0	7.7	1,023.1
	スーパーマーケット・食料品店	166	50.0	27.7	38.0	46.4	40.4	42.8	45.2	51.2	44.0	62.0	45.2	22.9	44.6	39.2	19.9	34.3	18.7	0.6	3.0	675.9
	食品や外食のメニュー等での表示	56	64.3	42.9	53.6	55.4	57.1	51.8	69.6	75.0	67.9	71.4	57.1	26.8	53.6	55.4	25.0	42.9	12.5	3.6	0.0	885.7
	テレビ・ラジオ	232	45.3	24.1	33.6	41.4	31.0	41.4	46.6	52.6	51.7	53.0	36.6	15.1	47.0	38.8	20.7	31.9	12.9	0.4	1.7	625.9
	新聞・雑誌・本	152	46.7	34.2	45.4	49.3	41.4	44.1	52.0	55.9	54.6	60.5	39.5	25.0	53.9	43.4	21.7	32.2	16.4	1.3	1.3	719.1
	インターネット	323	45.8	29.4	38.7	47.4	31.9	44.6	42.7	48.3	44.9	51.1	37.8	25.1	40.2	37.8	17.6	27.2	12.4	1.9	3.7	628.5
	その他	1	100.0	100.0	100.0	100.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	500.0
	特にない	102	34.3	21.6	25.5	30.4	15.7	34.3	22.5	16.7	19.6	21.6	13.7	6.9	21.6	23.5	7.8	14.7	4.9	2.0	8.8	346.1
	わからない	29	34.5	10.3	24.1	31.0	6.9	24.1	20.7	24.1	31.0	41.4	13.8	3.4	20.7	17.2	20.7	6.9	0.0	0.0	13.8	344.8
関心を持っている事項（Q22）	政治	472	100.0	48.3	58.5	68.0	40.3	47.9	46.2	42.2	34.3	41.3	34.3	25.4	38.8	44.1	18.0	27.3	11.2	1.3	0.0	727.3
	外交	263	86.7	100.0	74.9	75.3	49.4	54.0	55.5	48.3	39.2	47.9	43.7	33.5	50.2	50.2	24.0	30.8	12.9	0.4	0.0	876.8
	国際経済	353	78.2	55.8	100.0	86.4	39.4	51.0	45.9	43.1	36.5	45.0	37.4	27.5	44.8	46.5	18.4	28.6	12.5	0.8	0.0	797.7
	国内経済	417	77.0	47.5	73.1	100.0	38.1	48.7	43.9	42.9	35.3	44.1	36.5	25.4	42.4	45.8	17.5	30.0	10.8	1.0	0.0	760.0
	教育	298	63.8	43.6	46.6	53.4	100.0	49.7	56.7	58.7	47.0	53.4	41.9	31.2	44.0	51.7	31.2	41.9	26.8	1.0	0.0	842.6
	スポーツ	468	48.3	30.3	38.5	43.4	31.6	100.0	34.6	43.2	34.0	39.5	28.8	19.0	38.2	34.2	17.5	23.5	12.6	0.9	0.0	618.2
	文化	400	54.5	36.5	40.5	45.8	42.3	40.5	100.0	53.3	48.5	50.8	39.3	25.5	51.3	45.3	25.3	34.5	17.5	1.3	0.0	752.3
	健康	428	46.5	29.7	35.5	41.8	40.9	47.2	49.8	100.0	68.0	63.6	45.1	25.0	50.9	48.4	26.2	38.8	17.8	1.6	0.0	776.6
	美容	420	38.6	24.5	30.7	35.0	33.3	37.9	46.2	69.3	100.0	62.4	37.6	19.0	51.9	38.8	24.3	33.6	15.0	1.2	0.0	699.3
	料理・味	430	45.3	29.3	37.0	42.8	37.0	43.0	47.2	63.3	60.9	100.0	49.1	25.1	53.5	44.7	24.7	38.6	16.7	1.2	0.0	759.3
	食料	295	54.9	39.0	44.7	51.5	42.4	45.8	53.2	65.4	53.6	71.5	100.0	44.7	56.3	60.0	28.8	40.3	16.9	0.7	0.0	869.8
	農業	183	65.6	48.1	53.0	57.9	50.8	48.6	55.7	58.5	43.7	59.0	72.1	100.0	48.1	68.9	31.1	41.0	21.9	1.6	0.0	925.7
	観光	383	47.8	34.5	41.3	46.2	34.2	46.7	53.5	56.9	56.9	60.1	43.3	23.0	100.0	48.3	27.4	36.3	17.0	1.0	0.0	774.4
	環境	360	57.8	36.7	45.6	53.1	42.8	44.4	50.3	57.5	45.3	53.3	49.2	35.0	51.4	100.0	28.6	39.2	17.2	1.4	0.0	808.6
	ボランティア	160	53.1	39.4	40.6	45.6	58.1	51.3	63.1	70.0	63.8	66.3	53.1	35.6	65.6	64.4	100.0	53.8	36.3	1.3	0.0	961.3
	家庭・家族	254	50.8	31.9	39.8	49.2	49.2	43.3	54.3	65.4	55.5	65.4	46.9	29.5	54.7	55.5	33.9	100.0	33.9	2.0	0.0	861.0
	子供	119	44.5	28.6	37.0	37.8	67.2	49.6	58.8	63.9	52.9	60.5	42.0	33.6	54.6	52.1	48.7	72.3	100.0	0.0	0.0	904.2
	その他	16	37.5	6.3	18.8	25.0	18.8	25.0	31.3	43.8	31.3	31.3	12.5	18.8	25.0	31.3	12.5	31.3	0.0	100.0	0.0	500.0
	特にない	131	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	100.0

Ⅲ　質問票

［Ｑ１］
あなたは普段朝食を食べますか。この中から１つだけお答えください。

ほとんど毎日食べる
週２～３日食べない　　→ＳＱ１
週４～５日食べない　　→ＳＱ１
ほとんど食べない　　→ＳＱ１

［Ｑ１ＳＱ１］
朝食を食べない理由は何ですか。この中から当てはまるものを全てお答えください。

食欲がないから
太りたくないから
朝食の時間がもったいないから
朝食を食べるのが面倒だから
朝食の準備や後片付けが面倒だから
もっと寝ていたいから
身支度などの準備で忙しいから
お金がもったいないから
以前から食べる習慣がないから
その他

［Ｑ２］
あなたは普段間食（夜食を含む）をすることがありますか。この中から１つだけお答えください。
※エネルギー源となる食べ物、飲み物は間食とします。したがって、砂糖・ミルクを加えないお茶類（日本茶・コーヒー・紅茶など）、水及び錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラルのみをとることは間食に含みません。

毎日２回以上（週１４回以上）間食をする
毎日１回以上２回未満（週７回以上１４回未満）間食をする
週２回以上７回未満間食をする
間食しない、または週２回未満間食をする

［Ｑ３］
あなたは普段外食することがありますか。この中から１つだけお答えください。
※外食とは、学生食堂や飲食店での食事や、家庭以外の場所で出前をとったり市販のお弁当を買って食べる場合とします。例えば、学内で市販のお弁当を買って食べた場合も外食とします。

毎日２回以上（週１４回以上）外食をする
毎日１回以上２回未満（週７回以上１４回未満）外食をする
週２回以上７回未満外食をする
外食しない、または週２回未満外食をする

［Q４］
あなたは普段欠食する（食事を抜く）ことがありますか。この中から１つだけお答えください。
※砂糖・ミルクを加えないお茶類（日本茶・コーヒー・紅茶など）、水及び錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラルのみをとった場合も欠食に含めます。

毎日１食以上（週７食以上）欠食する
週４食以上７食未満欠食する
週２食以上４食未満欠食する
欠食しない、または週２食未満欠食をする

［Q５］
あなたは普段（平日）の昼食を誰と食べることが最も多いですか。この中から１つだけお答えください。

ひとりで　　→ＳＱ２
大学の友人
学外の友人
家族
その他

［Q５ＳＱ２］
あなたが普段（平日）の昼食をひとりで食べる理由は何ですか。この中からあてはまるものを全てあげてください。

自由に時間を過ごしたいから
周囲に気を遣わなくてすむから
声をかけるのが面倒だから
声をかけたい人がいないから
誰も誘ってくれないから
自宅（下宿、アパートを含む）で食事をとっているから
その他

［Q６］
あなたの普段（平日）の夕食開始時刻は何時頃ですか。この中から１つだけお答えください。

午後７時前
午後７～８時台
午後９～１０時台
午後１１時以降
食べない

［Q７］
あなたは普段（平日）の夕食を誰と食べることが最も多いですか。この中から１つだけお答えください。

ひとりで
大学の友人
学外の友人
家族
その他

［Ｑ８］
あなたの食事を食べる早さは人に比べてどうですか。この中から１つだけお答えください。

とても早い
やや早い
人並みである
やや遅い
とても遅い
わからない

［Ｑ９］
あなたは料理をしますか。この中から１つだけお答えください。

ほぼ毎日
週に４～５日程度
週に２～３日程度
週に１回程度
それ未満
全くしない

［Ｑ１０］
あなたは、栄養バランスを意識して食事を摂っていますか。この中から１つだけお答えください。
※栄養バランスを意識するとは、例えば、不足しがちな野菜の摂取量を増やしたり、油の多いものを控えたり、主食・副菜・主菜のバランスに気をつけることを指します。

概ね意識している
時々意識している
あまり意識していない
ほとんど意識していない

［Ｑ１１］
あなたは、伴侶となるべき者に対し、料理についてどの程度のことを期待しますか。この中から１つだけお答えください。

出来ることを期待する
少しは出来ることを期待する
出来なくても仕方ない

［Ｑ１２］
あなたは今、身体面で健康な状態（勉学に支障のない程度）だと思いますか。この中から１つだけお答えください。

健康である
ほぼ健康である
あまり健康ではない
健康ではない

［Ｑ１３］
あなたは今、精神面で健康な状態（勉学に支障のない程度）だと思いますか。この中から１つだけお答えください。

健康である
ほぼ健康である
あまり健康ではない
健康ではない

［Ｑ１４］
あなたの１日の平均的な睡眠時間は大体どのくらいですか。この中から１つだけお答えください。

５時間以下
６時間
７時間
８時間
９時間
１０時間以上

以下の説明をご覧になった後、質問にお答えください。

「食育」は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身につけたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

［Ｑ１５］
あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。この中から１つだけお答えください。

言葉も意味も知っていた
言葉は知っていたが、意味は知らなかった
言葉も意味も知らなかった

［Ｑ１６］
あなたは「食育」に関心がありますか、それとも関心がありませんか。この中から１つだけお答えください。

関心がある
どちらかといえば関心がある
どちらかといえば関心がない
関心がない
わからない

［Ｑ１７］
あなたは、現在の食生活にどの程度満足していますか。この中から１つだけお答えください。

満足している
まあ満足している
やや不満だ
不満だ
どちらともいえない
わからない

［Ｑ１８］
あなたは、日頃の食生活で、悩みや不安がありますか。それとも悩みや不安を感じていませんか。この中から１つだけお答えください。

悩みや不安を感じている　　→ＳＱ３
悩みや不安を感じていない
わからない

［Ｑ１８ＳＱ３］
悩みや不安を感じているのはどのようなことについてですか。この中からいくつでもあげてください。

自分の健康について
家族の健康について
自分の食生活上の問題（栄養バランスの偏り、不規則な食事等）について
家族の食生活上の問題（栄養バランスの偏り、不規則な食事等）について
家計や食費について
食品の安全性について
将来の食料供給について
食文化の継承について
食べ残しや廃棄など環境への影響について
食に関する情報の氾濫について
その他
わからない

［Ｑ１９］
あなたは、今後の食生活で、特にどのような面に力を入れたいと思いますか。この中からいくつでもあげてください。

家族や友人と食卓を囲む機会の増加
食事の正しいマナーや作法の習得　　→ＳＱ４
地域性や季節感のある食事の実践
地場産物の購入
食べ残しや食品の廃棄の削減
生産から消費までのプロセスの理解
食品の安全性への理解
食事づくりにかける時間や労力の確保
栄養バランスのとれた食事の実践
規則正しい食生活リズムの実践

多様な食品の利用
食品の購入（飲食）場所の上手な利用
食に関する適切な情報の利用
おいしさや楽しさなど食の豊かさ
特にない
わからない

［Ｑ１９ＳＱ４］
あなたが食事の正しいマナーや作法を習得したいと考える理由は何ですか。この中からいくつでもあげてください。

食事を楽しく食べたいから
食事をきれいに食べたいから
恥ずかしい思いをしたくないから
人に不快な思いをさせたくないから
マナーは大人として身につけておくべきものだから
社会生活上必要とされるものだから
マナーを身につけていると格好いいから
食事や食材を作ってくれた人に感謝すべきだから
その他

［Ｑ２０］
あなたは、食に関する情報をどこから入手していますか。よく入手するものを、この中からいくつでもあげてください。

家族	→ＳＱ５
友人・知人	→ＳＱ５
大学	→ＳＱ５
医療機関、保健所・保健センター	→ＳＱ５
生産地	→ＳＱ５
スーパーマーケット・食料品店	→ＳＱ５
食品や外食のメニュー等での表示	→ＳＱ５
テレビ・ラジオ	→ＳＱ５
新聞・雑誌・本	→ＳＱ５
インターネット	→ＳＱ５
その他	→ＳＱ５
特にない	
わからない	

［Ｑ２０ＳＱ５］
よく入手する情報の中で、健全な食生活を実践する上で役に立っているものはどれですか。この中からいくつでもあげてください。

家族
友人・知人
大学
医療機関、保健所・保健センター
生産地

スーパーマーケット・食料品店
食品や外食のメニュー等での表示
テレビ・ラジオ
新聞・雑誌・本
インターネット
その他
特にない
わからない

［Ｑ２１］
　あなたは、大学の学園祭で早食いや大食いがイベントとして行われていることについて、健康や、”食べ物を粗末にしない”、”もったいない”ということに配慮して、やめるべきだと思いますか。それとも楽しいから、続けるべきだと思いますか。

やめるべきだ
やめた方がよい
続けてもよい
続けるべきだ
どちらでもよい

［Ｑ２２］
　あなたが日頃から関心を持っている事項は何ですか。この中からいくつでもあげてください。

政治
外交
国際経済
国内経済
教育
スポーツ
文化
健康
美容
料理・味
食料
農業
観光
環境
ボランティア
家庭・家族
子供
その他
特にない