

## 4. 食生活について

Q15 普段朝食を食べていますか [択一]

学生の半数弱は、朝食を「ほとんど毎日食べる」と回答したが、一方で、朝食を「ほとんど食べていない」学生も2割程度いる。

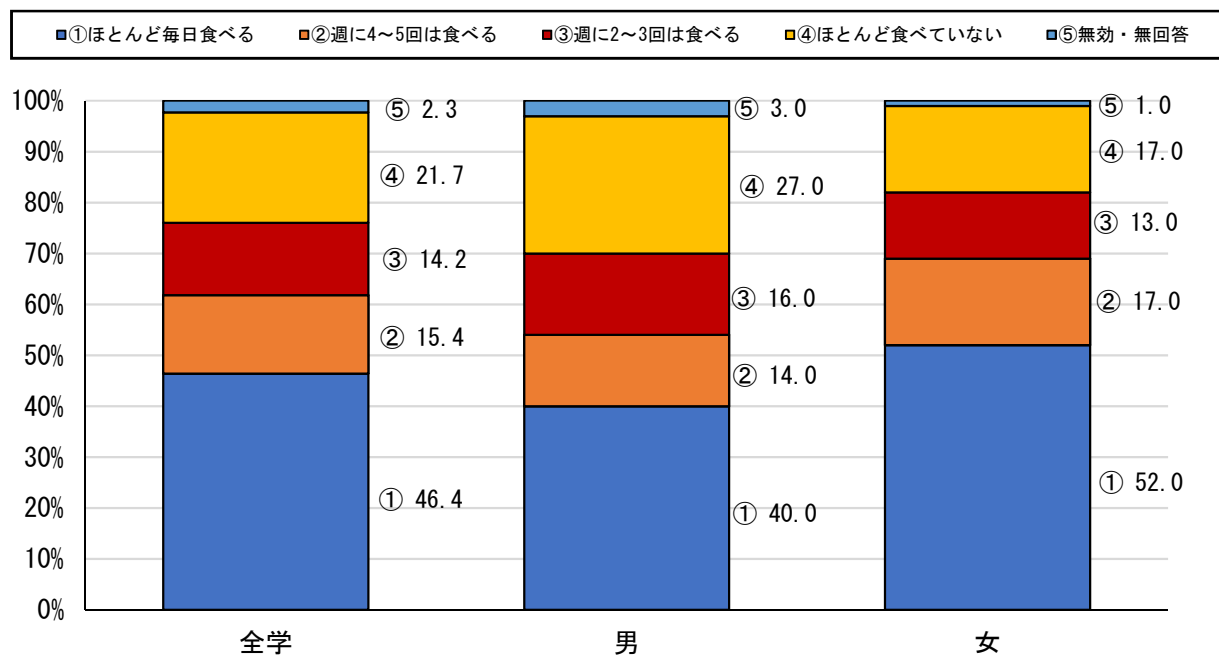


図4-1-a Q15の集計結果 (全学・男・女別)

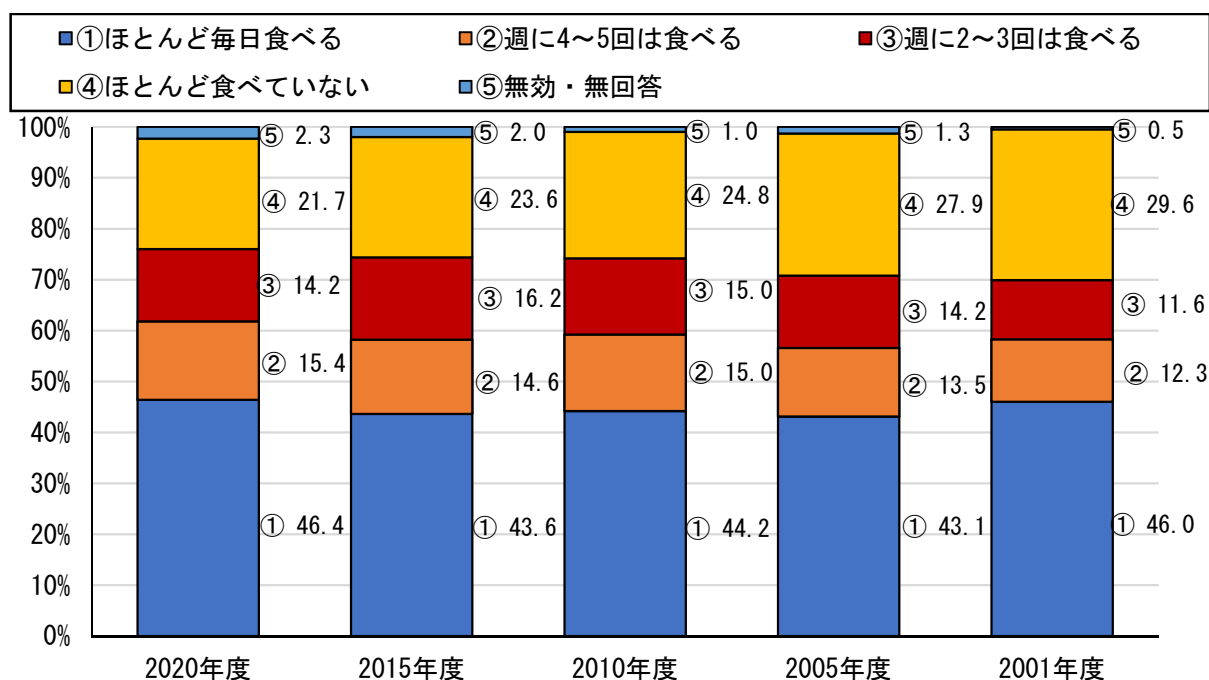


図4-1-b Q15の集計結果 (全学に関する調査年度別)

Q15-SQ1 朝食を食べない主な理由はどれですか [択一]

朝食を食べない主な理由として、「時間がない」が最も高く、次に「食欲がない」であった。

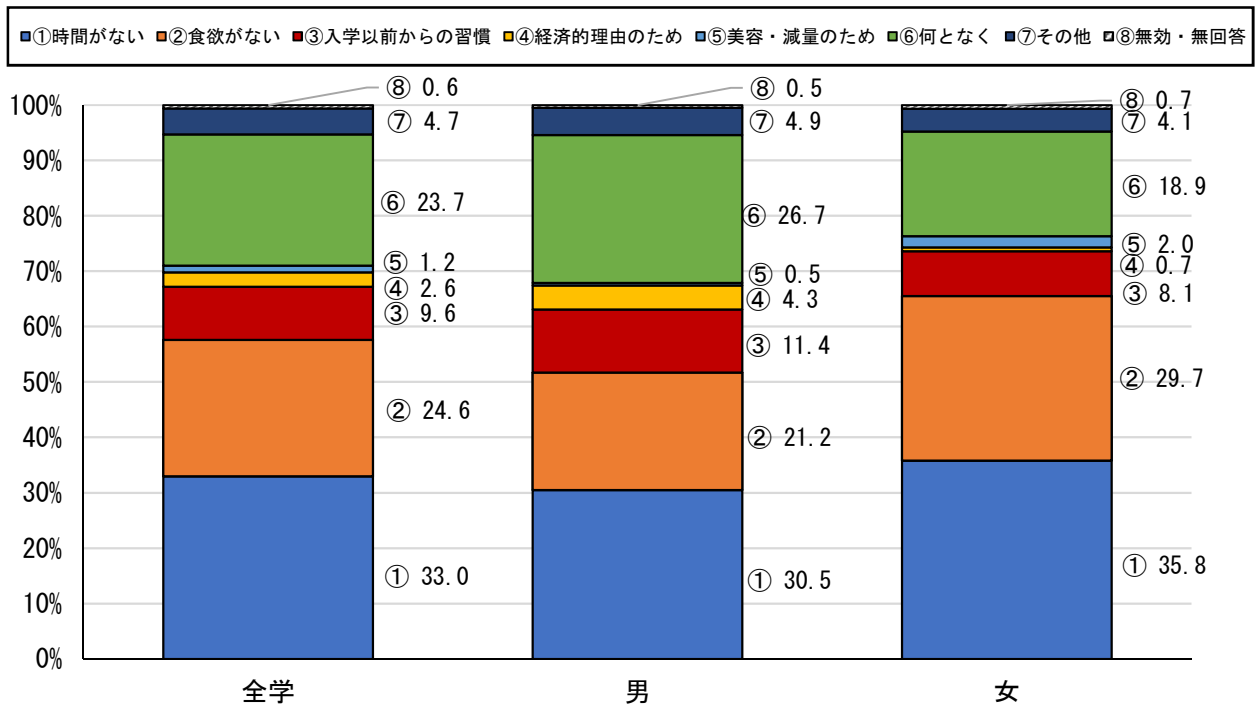


図 4-2-a Q15-SQ1 の集計結果 (全学・男・女別)

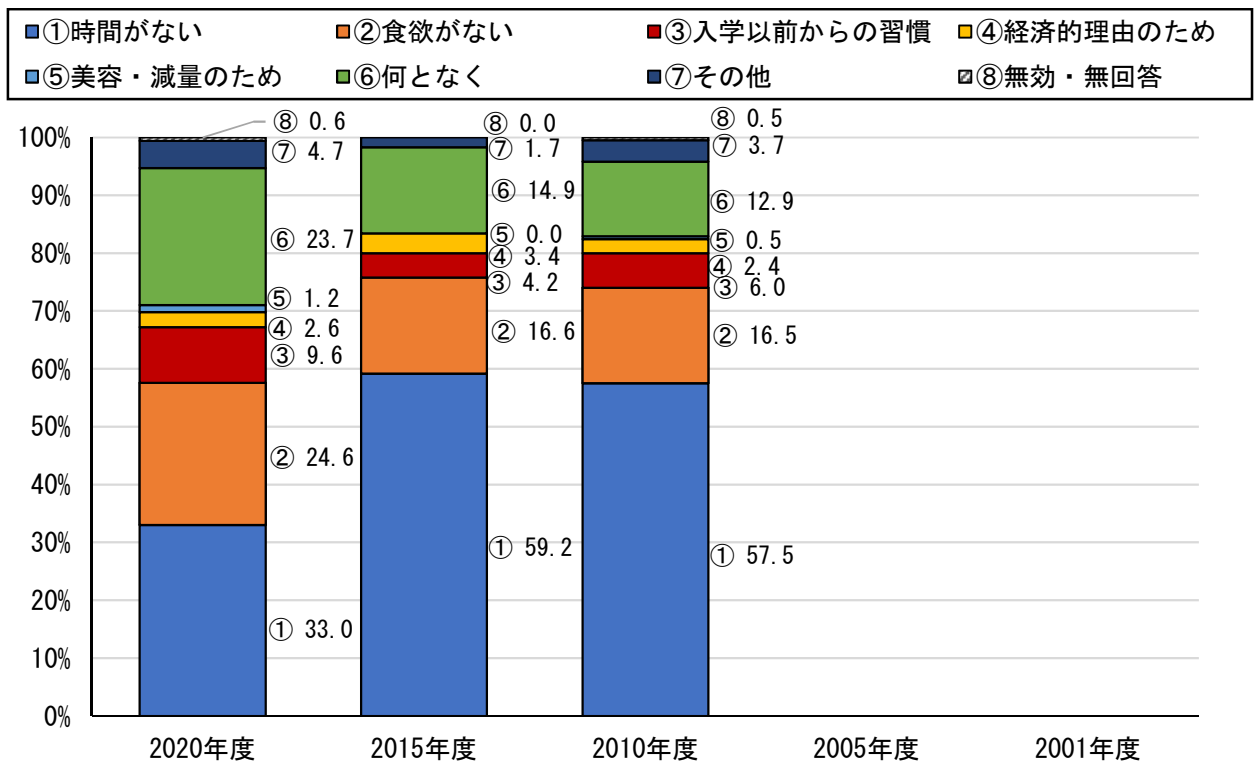


図 4-2-b Q15-SQ1 の集計結果 (全学に関する調査年度別)

Q16 普段夕食を食べていますか [択一]

9割以上の学生が夕食を「ほとんど毎日食べる」と回答した。

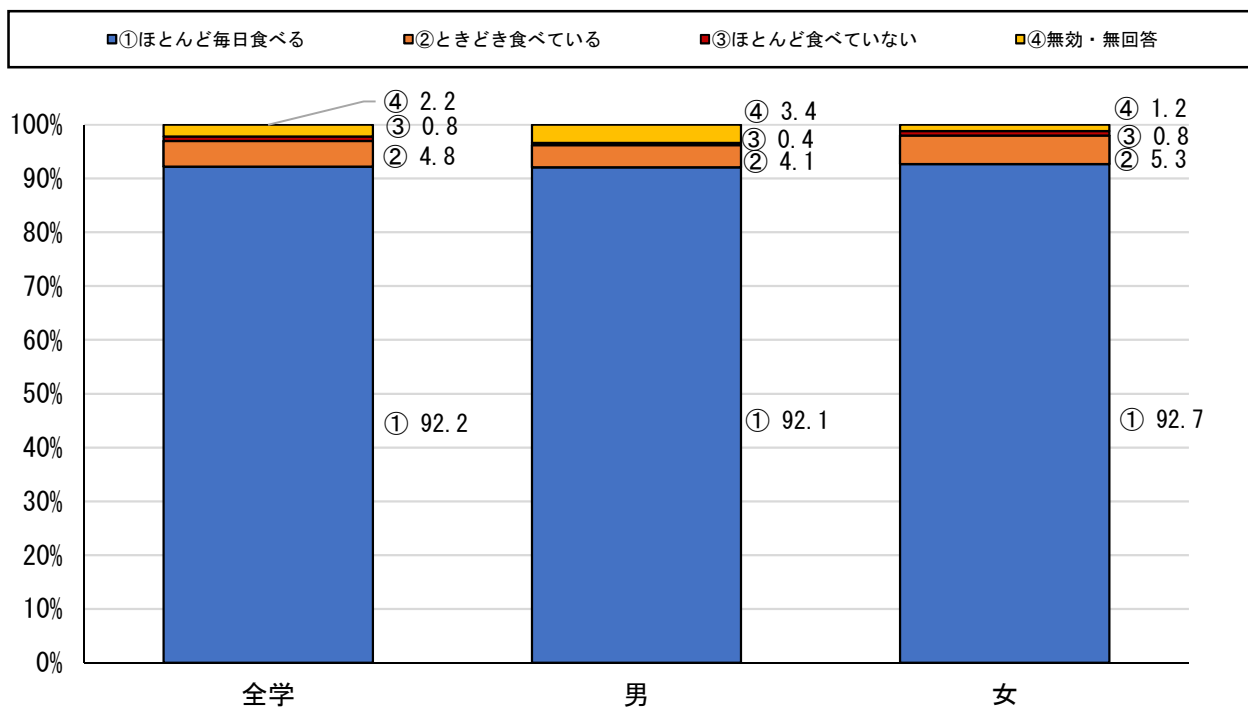


図 4-3-a Q16 の集計結果 (全学・男・女別)

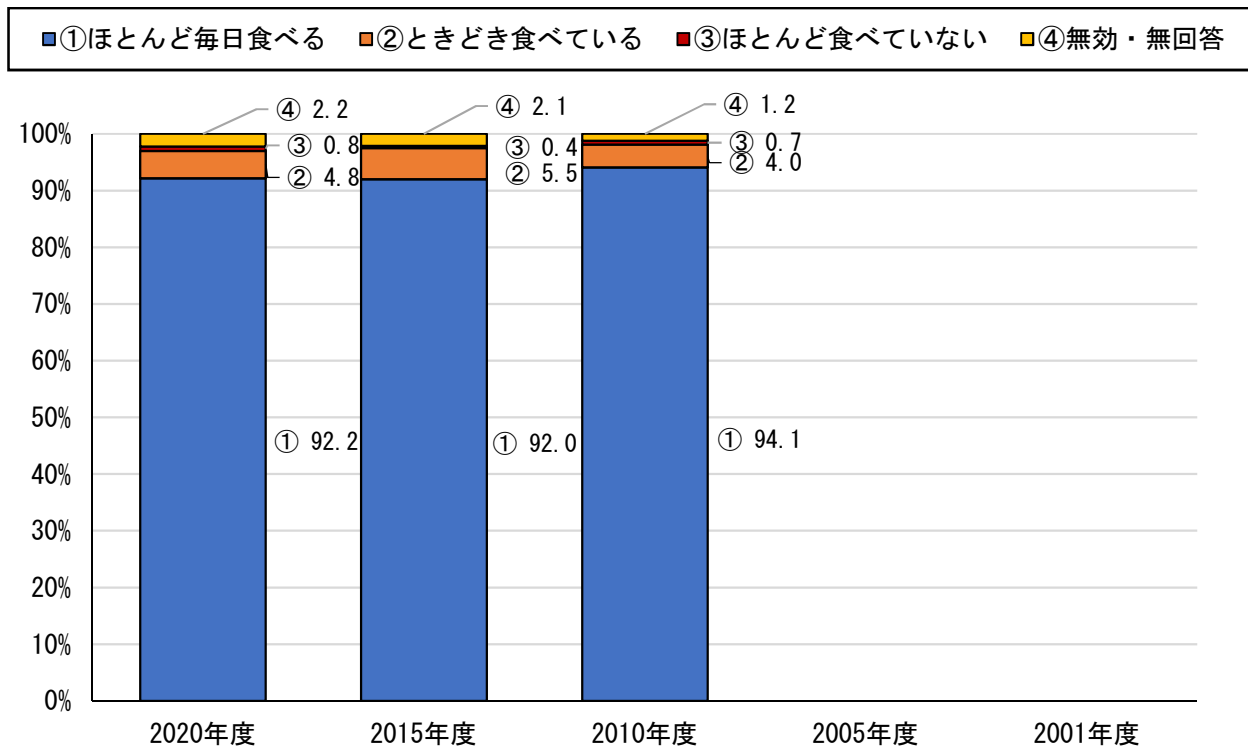


図 4-3-b Q16 の集計結果 (全学に関する調査年度別)

Q16-SQ1 普段の夕食形態で最も多いのは何ですか [択一]

夕食形態について、5割以上の学生が「自炊(ほぼ手作り)」と回答し、次いで「学食」が12.3%、「親や他人に作ってもらう」が11.6%、「自炊(レトルト・冷凍食品)が多い」が10.1%であった。

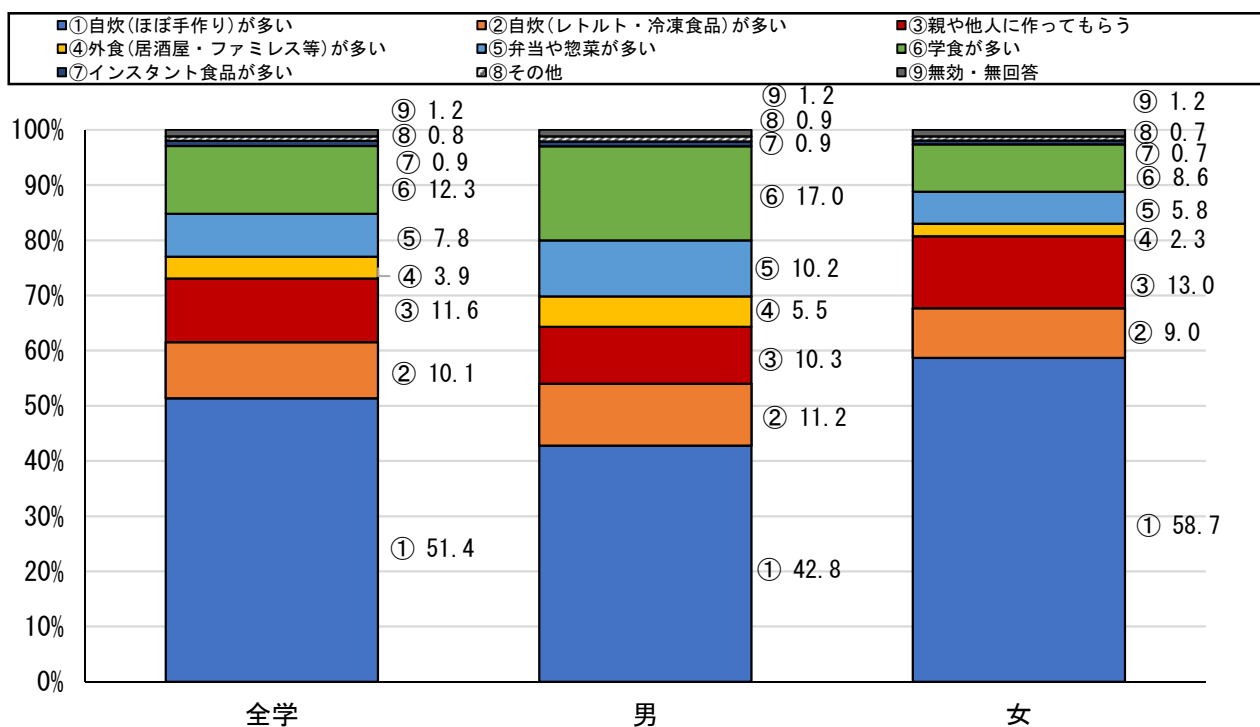


図4-4-a Q16-SQ1の集計結果(全学・男・女別)

2020年度は「自炊(ほぼ手作り)」50%以上高く、「外食」が3.9%と低かった。

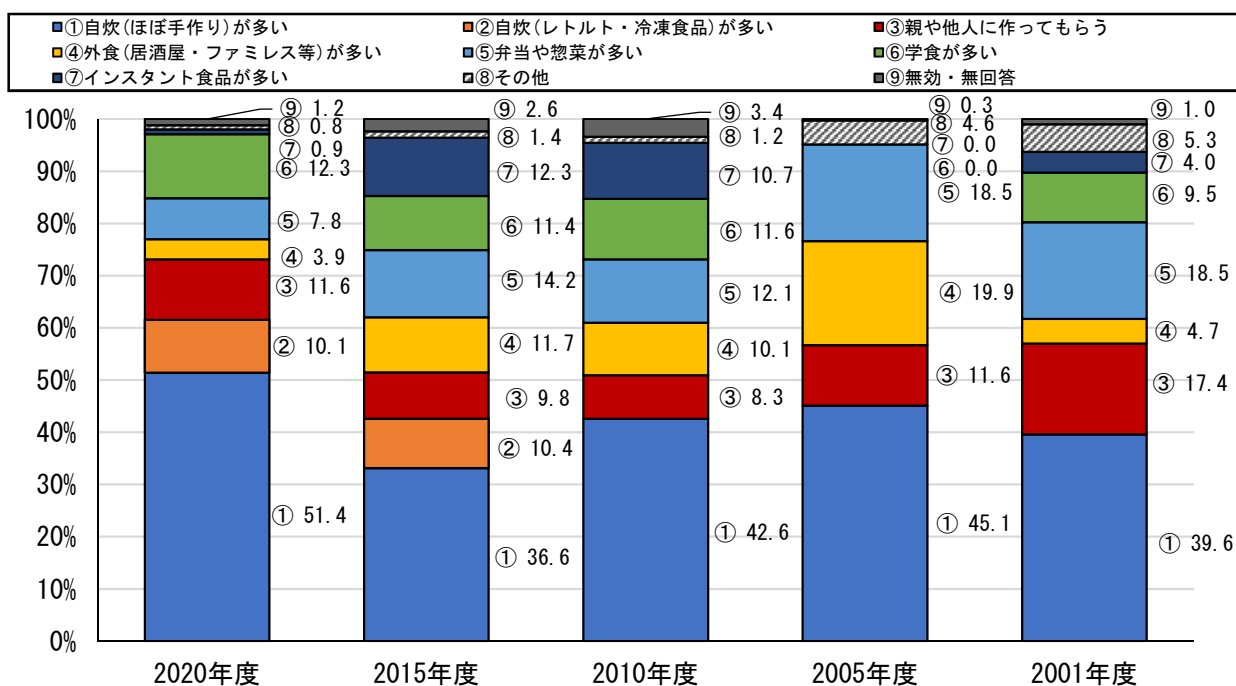


図4-4-b Q16-SQ1の集計結果(全学に関する調査年度別)

Q16-SQ2 夕食を食べない主な理由はどれですか [択一]

Q16 に示すように、夕食を「ほとんど食べていない」と回答した学生は、全学で 0.8%と極めて小さい。結果として、この設問に回答した学生は全学で 12 人であり、傾向を分析するのに十分なサンプルを得ることはできなかった。

■①時間がない ■②食欲がない ■③入学以前からの習慣 ■④経済的理由のため ■⑤美容・減量のため ■⑥何となく ■⑦その他 ■⑧無効・無回答

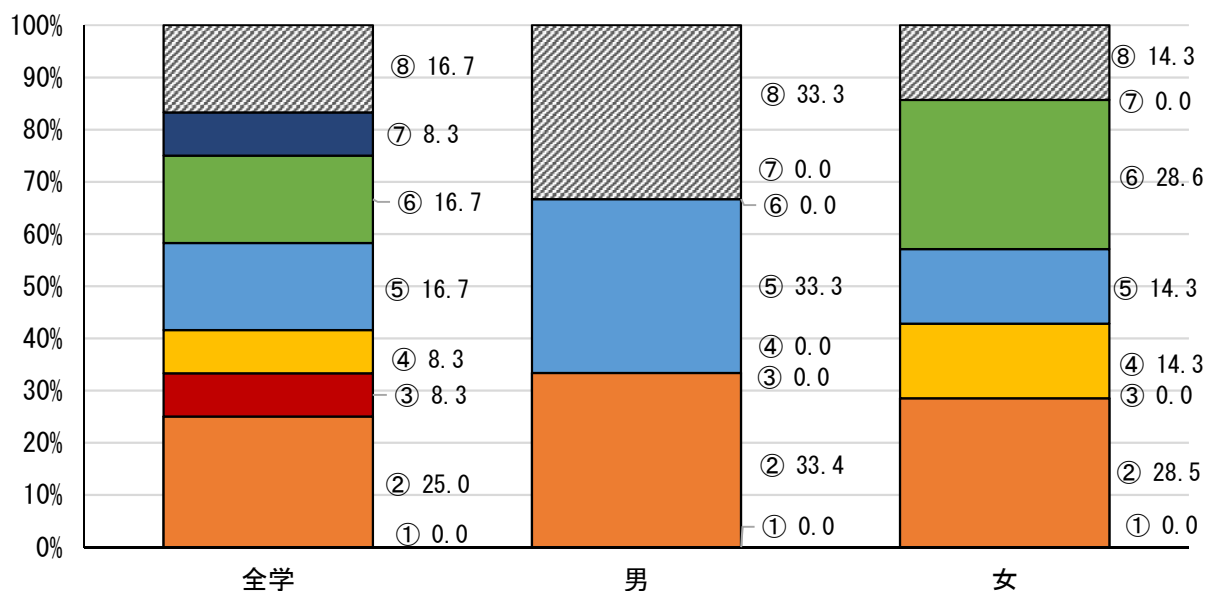


図 4-5-a Q16-SQ2 の集計結果 (全学・男・女別)

■①時間がない ■②食欲がない ■③入学以前からの習慣 ■④経済的理由のため ■⑤美容・減量のため ■⑥何となく ■⑦その他 ■⑧無効・無回答

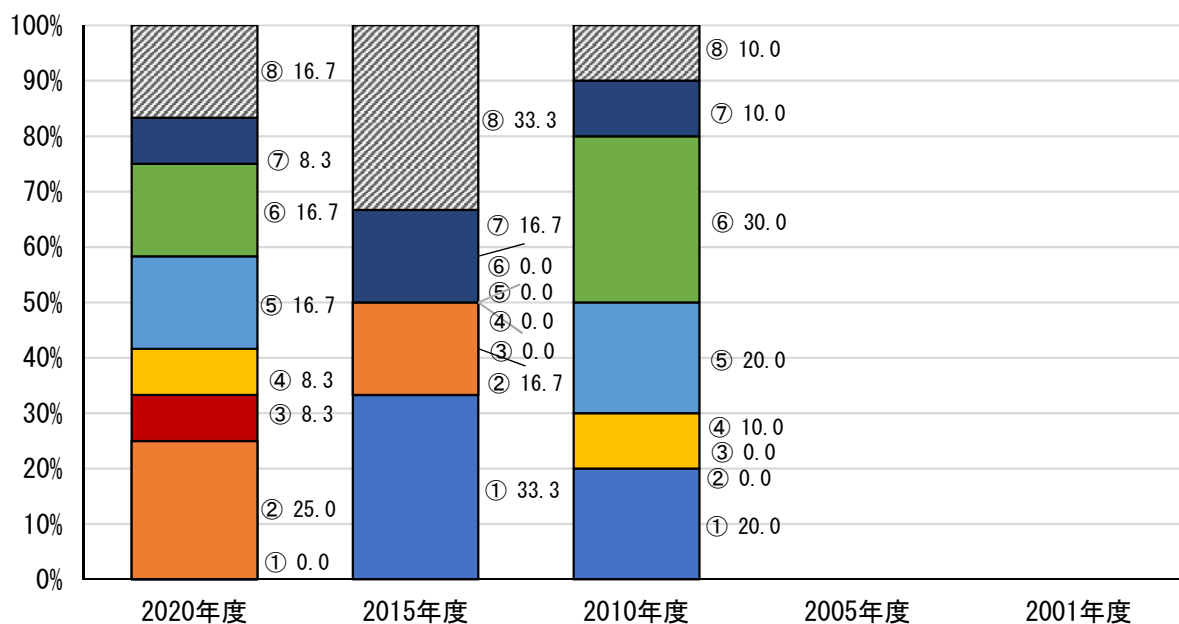


図 4-5-b Q16-SQ2 の集計結果 (全学に関する調査年度別)

Q17 野菜の摂取量は足りていると思いますか（目安は1日350g）〔択一〕

野菜の接種に関して、5割強の学生が肯定的に回答しているが、4割弱の学生は野菜をあまり摂れていないと感じている。

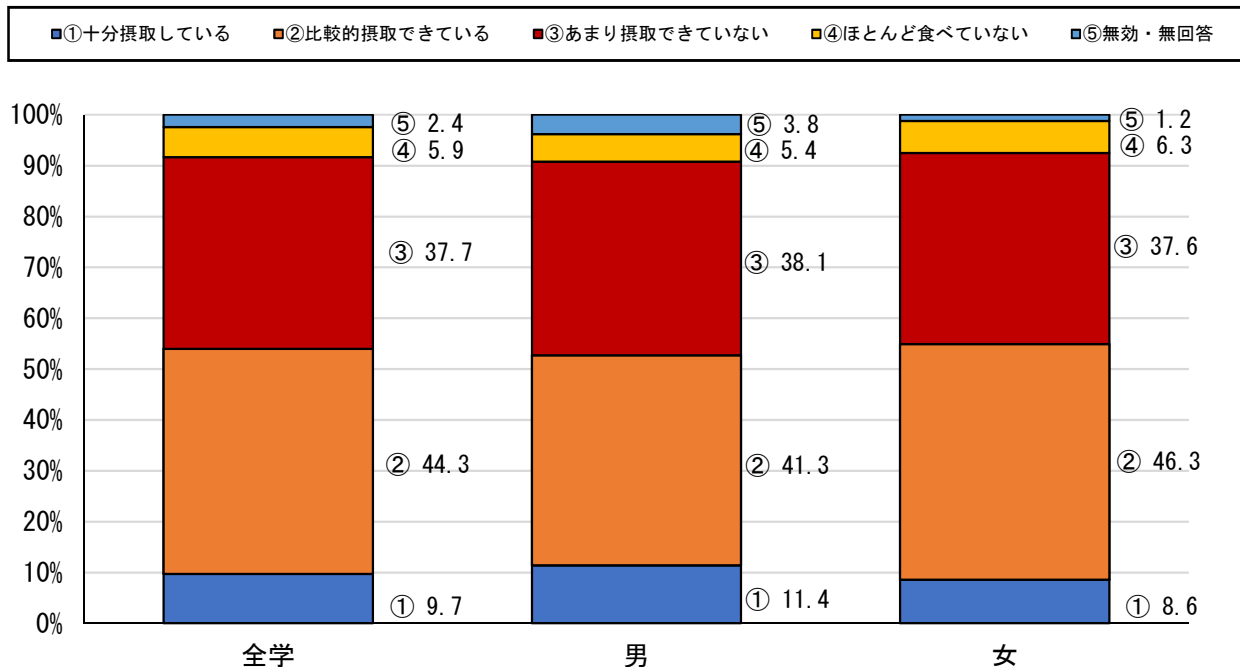


図4-6-a Q17の集計結果（全学・男・女別）

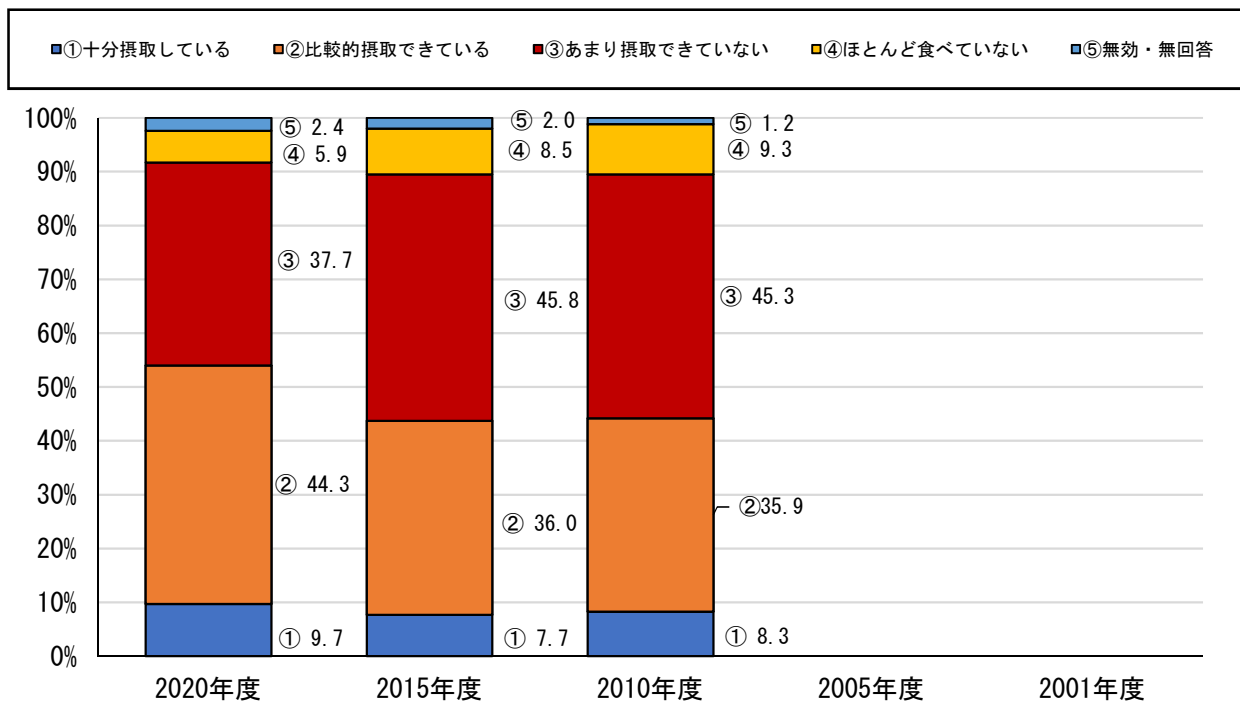


図4-6-b Q17の集計結果（全学に関する調査年度別）

Q17-SQ1 野菜をあまり摂取していない主な理由はどれですか [択一]

野菜を摂取しない理由として、45.3%の学生は「摂取機会がない(あれば食べる)」を主な理由にあげていた。また「経済的理由(高価なため)」は22.4%、「調理方法を知らない・面倒」は11.9%となっている。

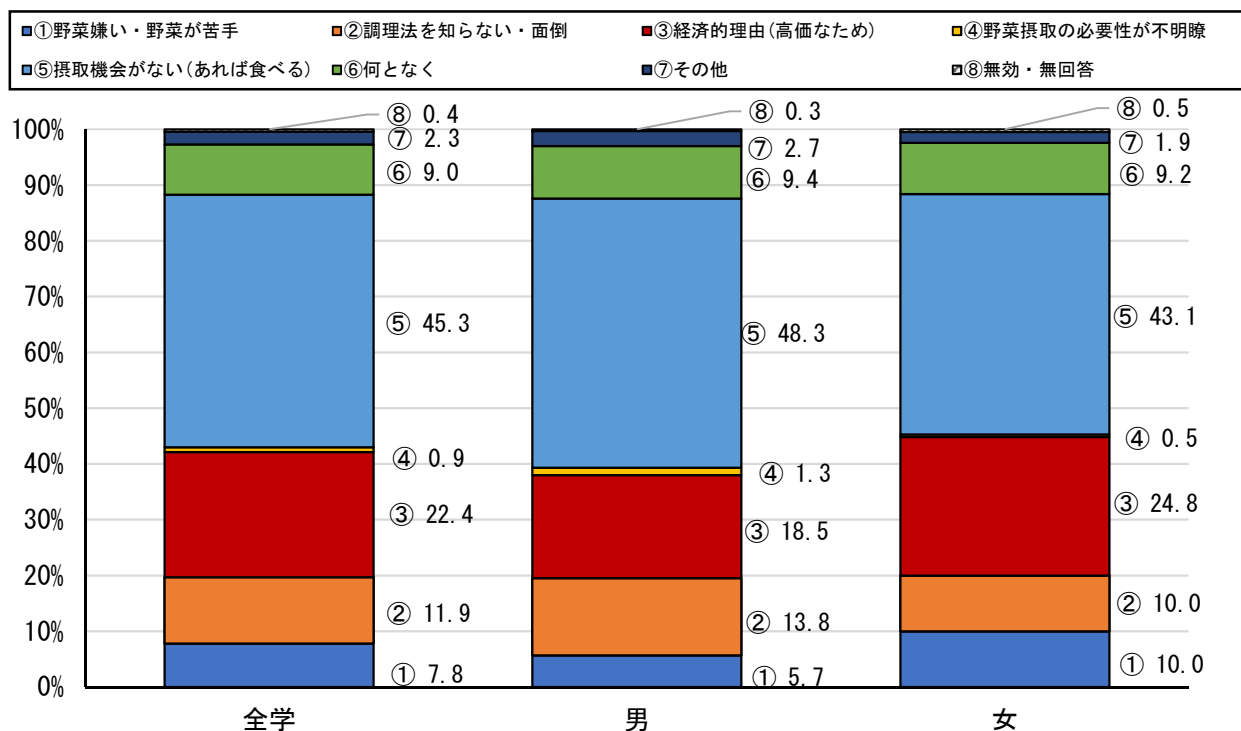


図 4-7-a Q17-SQ1 の集計結果 (全学・男・女別)

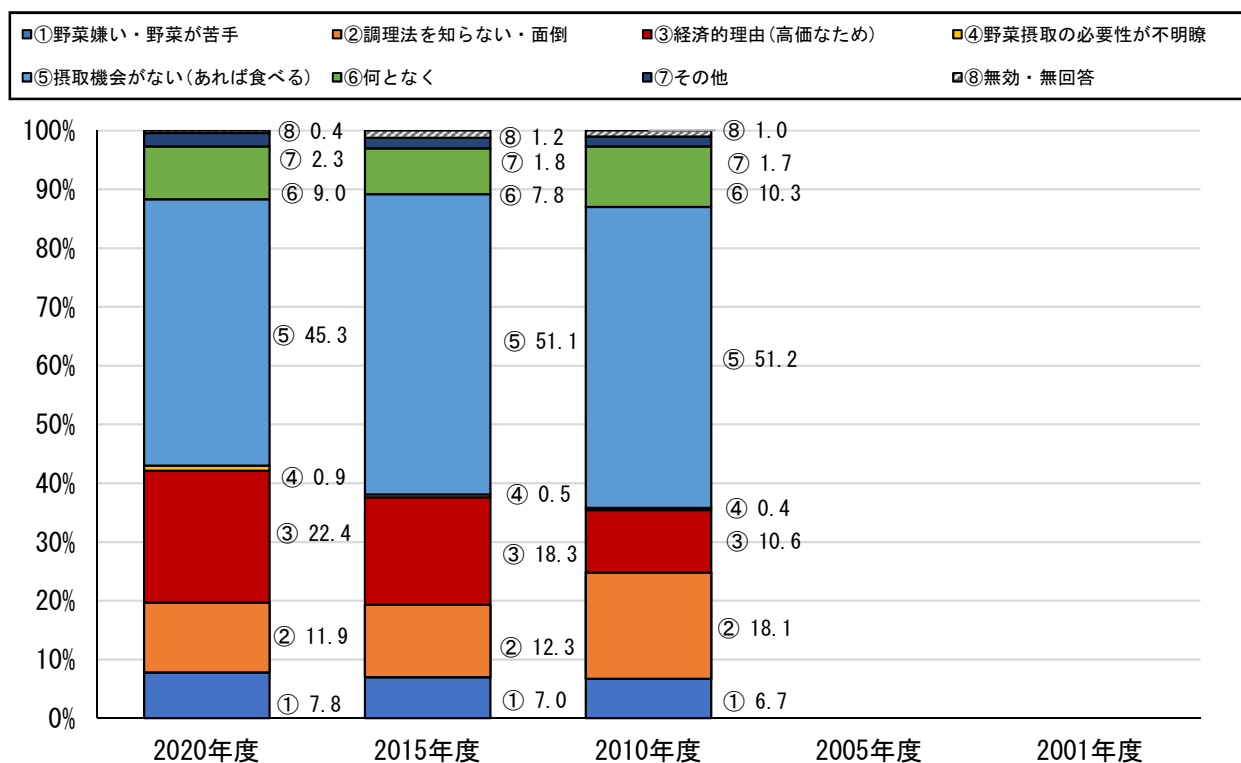


図 4-7-b Q17-SQ1 の集計結果 (全学に関する調査年度別)

Q18 自分の食習慣には問題があると思いますか [択一]

全体の 4 割の学生が自分の食習慣に「特に問題ないと思う」としている一方で、35%の学生は「問題があると思う」と感じている。

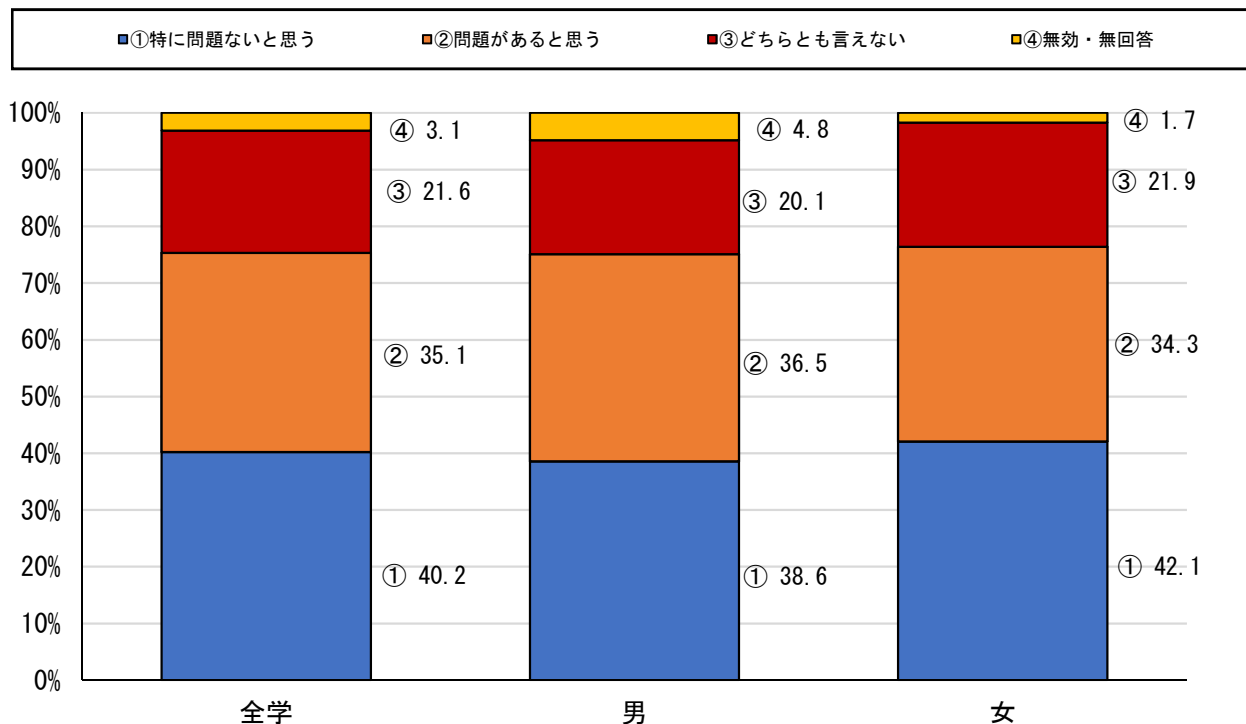


図 4-8-a Q18 の集計結果 (全学・男・女別)

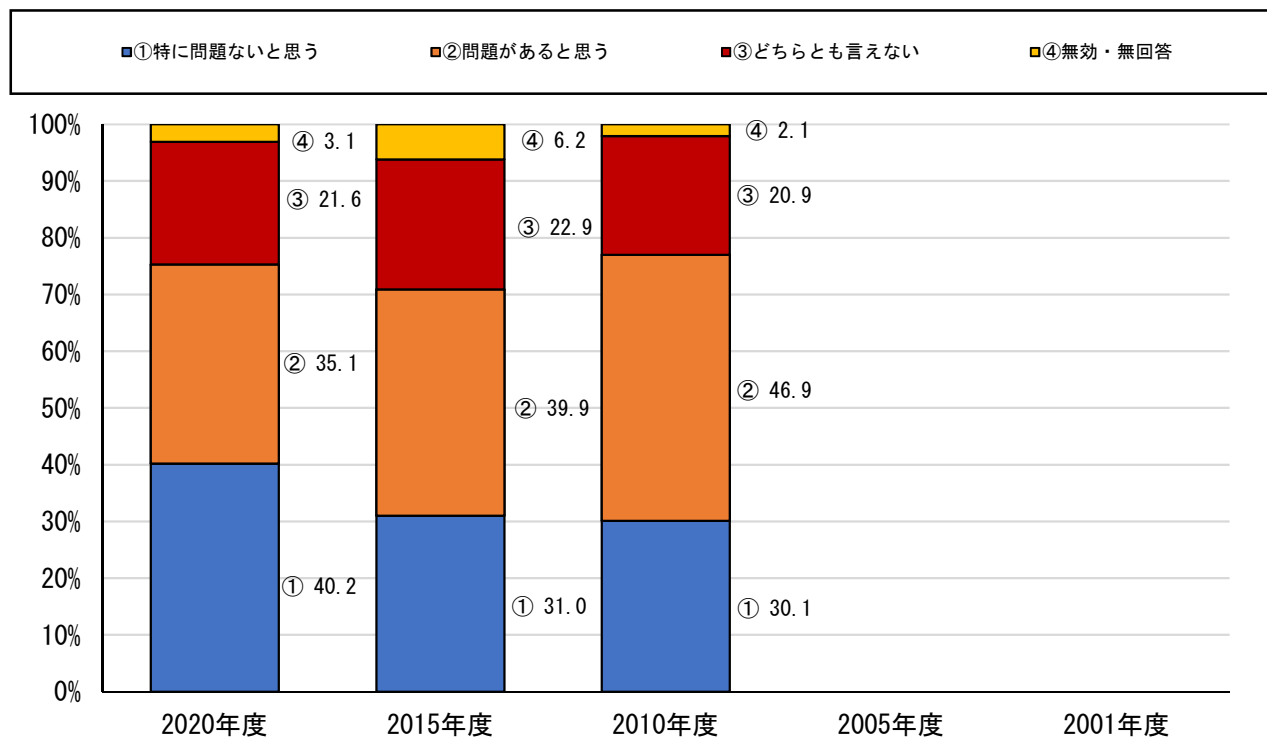


図 4-8-b Q18 の集計結果 (全学に関する調査年度別)