

平成24年度大学生の食生活等に関するアンケート調査結果

- 1 調査目的 岐阜県では、若い世代の男性の肥満、女性のやせ、男女の朝食欠食が食生活に関する健康課題の一つである。本調査は、大学生の食生活等を把握し、今後の食育施策に資することを目的として実施した。
- 2 調査対象 県内大学生「栄養学部（大学1、短大3）」、「栄養学部以外の学部（大学3、短大3）」
※栄養学部以外の学部を「一般学部」とする。
- 3 調査時期 平成24年4月～5月
- 4 調査内容 (1) 居住状況、身長・体重 (4) 食事作りの状況
(2) 生活リズム、健康意識、食事摂取状況 (5) 食に関する知識、意識
(3) 栄養成分表示の活用状況

5 回答数

学年	総計			一般学部			栄養学部		
	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
1	72	493	565	41	317	358	31	176	207
2	74	481	555	54	302	356	20	179	199
3	122	231	353	112	190	302	10	41	51
4	21	81	102	13	51	64	8	30	38
大学院生	1	1	2	1	1	2			
計	290	1287	1577	221	861	1082	69	426	495

6 調査結果

一般学部、栄養学部の学生に対して調査を実施。岐阜県の県内大学生の食生活等の状況について一般学部と栄養学部とで比較。
<「一般学部」の数字を引用>

- 居住状況: 家族と同居67.3%、一人暮らし27.2%
- 体格: 女性5人に1人はやせ。女性のやせのうち、19.1%は「やや太っている、太っている」と思っていた。
- 健康状況については、93.6%が「健康である(55.6%)、ほぼ健康である(38.0%)」と思っていた。
- 朝食欠食率については、37.8%(男性60.2%、女性32.1%)、昼食欠食率については、11.4%。
- 「朝食を食べることは体によい影響がある」と思う者79.9%
- 外食状況: ほとんど外食しない者は、43.0%、毎日1回以上外食をする者18.0%
- 料理の実施: ほぼ毎日調理をする者12.1%、ほとんどしない者26.0%

<栄養学部の学生と一般学部との比較>

- 朝食摂取率については、「栄養学部」の女性で「一般学部」の女性と比較し、割合が高かった(P<0.05)。
また、「一般学部」では、学年が高くなるにつれて朝食欠食率が上昇するが、「栄養学部」では、上昇傾向は見られなかった。
- 朝食内容は、「主食・主菜・副菜のうち、3つまたは2つがそろった食事をとっている割合」は男性・女性とも「栄養学部」で「一般学部」に比し高かった(男性P<0.05、女性P<0.01)。
- 「栄養学部」では、「一般学部」に比し、「料理を毎日行う割合」が男女ともに高かった。
- 食育の認知度、食事バランスガイド認知度、栄養成分表示の認知度・活用度について、「一般学部」に比して「栄養学部」で高く学年が高くなると共に上昇傾向が見られた。

(1) 居住状況(%)

	一般学部						栄養学部					
	家族と同居	一人暮らし	朝夕食付下宿	その他	無回答	計	家族と同居	一人暮らし	朝夕食付下宿	その他	無回答	計
男性	57.0	39.8	2.3	0.9	0.0	100.0	56.5	33.3	8.7	1.4	0.0	100.0
女性	69.9	23.9	4.6	0.8	0.7	100.0	70.9	23.2	3.5	1.9	0.5	100.0
総計	67.3	27.2	4.2	0.8	0.6	100.0	68.9	24.6	4.2	0.8	0.6	100.0

(2) 体格(BMI分類)(%)

	一般学部				栄養学部			
	18.5未満	18.5～25未満	25以上	計	18.5未満	18.5～25未満	25以上	計
男性	11.3	77.8	10.8	100.0	11.6	69.6	18.8	100.0
女性	20.1	74.3	5.6	100.0	20.8	71.3	7.9	100.0

2-1) 体格と体型の意識(%)

			やせている	少しやせている	ふつう	少し太っている	太っている	無回答	計
			男性	18.5未満	一般	79.2	16.7	0.0	0.0
栄養	50.0	25.0			12.5	12.5	0.0	0.0	100.0
18.5～25未満	一般	9.7		18.8	33.9	32.1	4.8	0.6	100.0
	栄養	18.8		14.6	37.5	20.8	6.3	2.1	100.0
25以上	一般	0.0		0.0	0.0	39.1	60.9	0.0	100.0
	栄養	0.0		0.0	7.7	23.1	69.2	0.0	100.0
女性	18.5未満	一般	7.4	14.7	58.1	14.7	4.4	0.7	100.0
		栄養	11.0	25.6	51.2	11.0	1.2	0.0	100.0
	18.5～25未満	一般	0.4	0.6	32.9	43.4	22.5	0.2	100.0
		栄養	0.4	2.1	28.5	44.5	23.5	1.1	100.0
	25以上	一般	0.0	0.0	5.3	13.2	73.7	7.9	100.0
		栄養	0.0	0.0	3.2	12.9	83.9	0.0	100.0

BMI 18.5未満の者は、男性約10%、女性約20%であった。
BMI 18.5未満の者のうち、「少し太っている、太っている」と回答した女性は、「栄養(12.2%)」と「一般(19.1%)」で差が見られた(P<0.05)。

(3) 健康状況(身体面で健康な状況だと思いますか)(%)

	一般学部						栄養学部					
	健康である	ほぼ健康である	あまり健康でない	健康ではない	無回答	計	健康である	ほぼ健康である	あまり健康でない	健康ではない	無回答	計
男性	57.9	35.3	5.9	0.9	0.0	100.0	46.4	39.1	11.6	2.9	0.0	100.0
女性	57.8	37.2	3.8	0.2	0.9	100.0	57.0	37.8	4.0	0.2	0.9	100.0
総計	55.6	38.0	5.1	0.6	0.8	100.0	55.6	38.0	5.1	0.6	0.8	100.0

3-1) 体格と健康状況(%)

			健康である	ほぼ健康である	あまり健康でない	健康ではない	無回答	計
男性	18.5未満	一般	41.7	41.7	12.5	4.2	0.0	100.0
		栄養	37.5	37.5	25.0	0.0	0.0	100.0
	18.5～25未満	一般	61.2	32.7	5.5	0.6	0.0	100.0
		栄養	52.1	37.5	6.3	4.2	0.0	100.0
	25以上	一般	56.5	43.5	0.0	0.0	0.0	100.0
		栄養	30.8	46.2	23.1	0.0	0.0	100.0
女性	18.5未満	一般	54.4	40.4	3.7	0.0	1.5	100.0
		栄養	53.7	43.9	2.4	0.0	0.0	100.0
	18.5～25未満	一般	57.8	38.2	3.2	0.4	0.4	100.0
		栄養	60.9	34.2	3.9	0.4	0.7	100.0
	25以上	一般	47.4	42.1	10.5	0.0	0.0	100.0
		栄養	41.9	41.9	12.9	0.0	3.2	100.0

「現在、身体面で健康な状況(勉学に支障のない程度)だと思うか」について、「健康である(55.6%)、ほぼ健康である(38.0%)」と回答した者は、93.6%であった。体格と健康状況を併せてみると、「あまり健康でない、健康ではない」と回答した者は、BMI 18.5未満及びBMI 25以上で高い傾向が見られた。

(4) 平日の起床時刻(%)

	一般学部							栄養学部					
	6時以前	6時台	7時台	8時台	9時以降	無回答	計	6時以前	6時台	7時台	8時台	9時以降	計
男性	6.8	26.7	28.5	33.0	5.0	0.0	100.0	7.2	21.7	37.7	30.4	2.9	100.0
女性	10.8	35.7	37.0	13.2	2.4	0.8	100.0	13.8	39.2	40.8	5.2	0.9	100.0
総計	10.0	33.8	35.3	17.3	3.0	0.6	100.0	12.9	36.8	40.4	8.7	1.2	100.0

(5) 平日の就寝時刻(%)

	一般学部							栄養学部						
	22時以前	22時台	23時台	0時台	1時以降	無回答	計	22時以前	22時台	23時台	0時台	1時以降	無回答	計
男性	0.9	3.6	10.0	40.7	44.3	0.5	100.0	2.9	2.9	15.9	39.1	37.7	1.4	100.0
女性	0.3	5.5	19.3	45.3	28.9	0.7	100.0	1.4	4.7	21.4	48.8	23.2	0.5	100.0
総計	0.5	5.1	17.4	44.4	32.1	0.6	100.0	1.6	4.4	20.6	47.5	25.3	0.6	100.0

(6) 平日の平均睡眠時間

		平均	標準偏差
男性	一般	6時間13分	67.3
	栄養	6時間19分	77.2
女性	一般	6時間19分	65.6
	栄養	6時間14分	59.9

平日の平均睡眠時間については、性別・学部にかかわらず6時間程度であった。

平日の平均運動時間については、30分以上運動している者は、男性では、「栄養55.1%」、「一般76.9%」、女性では、「栄養52.1%」、「一般58.4%」であった。

(7) 平日の平均運動時間

		平均	標準偏差	30分以上運動(%)
男性	一般	1時間10分	73.8	76.9
	栄養	44.6分	60.4	55.1
女性	一般	48.8分	70.7	58.4
	栄養	39.9分	72.6	52.1

(8) 朝食摂取状況(%)

	一般学部						栄養学部					
	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	無回答	計	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	無回答	計
男性	39.8	15.8	13.6	30.3	0.5	100.0	46.4	21.7	4.3	26.1	1.4	100.0
女性	67.9	15.6	6.7	9.4	0.3	100.0	72.5	17.4	4.9	5.2	0.0	100.0
総計	62.2	15.6	8.1	13.7	0.4	100.0	68.9	18.0	4.8	8.1	0.2	100.0

8-1) 朝食摂取状況と健康状況(%)

			健康である	ほぼ健康である	あまり健康でない	健康ではない
男性	毎日	一般	67.0	31.8	1.1	0.0
		栄養	53.1	40.6	6.3	0.0
	週4～5日	一般	48.6	45.7	5.7	0.0
		栄養	40.0	53.3	6.7	0.0
	週2～3日	一般	63.3	23.3	10.0	3.3
		栄養	66.7	33.3	0.0	0.0
ほとんど食べない	一般	49.3	38.8	10.4	1.5	
	栄養	38.9	22.2	27.8	11.1	
女性	毎日	一般	61.4	34.2	3.4	0.2
		栄養	61.2	34.3	2.9	0.3
	週4～5日	一般	51.5	44.8	2.2	0.0
		栄養	44.6	48.6	6.8	0.0
	週2～3日	一般	55.2	37.9	5.2	0.0
		栄養	42.9	52.4	4.8	0.0
ほとんど食べない	一般	45.7	45.7	8.6	0.0	
	栄養	54.5	36.4	9.1	0.0	

8-2) 朝食を毎日食べる者の割合(学年別)(%)

		一般学部	栄養学部
男性	1年生	53.7	45.2
	2年生	37.0	40.0
	3年生	37.5	60.0
	4年生	30.8	50.0
	大学院生		
	男性計	39.8	46.4
女性	1年生	77.0	81.8
	2年生	65.9	68.7
	3年生	58.9	58.5
	4年生	56.9	60.0
	大学院生	100.0	
	女性計	67.9	72.5

「朝食を毎日食べる者」は、62.2%。男性の割合が低く(「栄養(46.4%)」、「一般(39.8%)」、女性では、「栄養(72.5%)」と「一般(67.9%)」で差が見られた(P<0.05)。

学年別にみると、男女とも「一般」で学年が上がるにつれて「毎日食べる者」の割合が低下していた。

朝食摂取状況と併せてみると、「あまり健康でない」、「健康でない」と回答した割合は、「朝食を毎日食べる者」に対し、「朝食をほとんど食べない者」で高い傾向にあった。

8-3)朝食摂取状況と起床時刻(%)

		一般学部						栄養学部					
		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	無回答	計	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	無回答	計
男性	6時以前	66.7	20.0	6.7	6.7	0.0	100.0	80.0	20.0	0.0	0.0	0.0	100.0
	6時台	67.8	16.9	3.4	11.9	0.0	100.0	60.0	26.7	0.0	13.3	0.0	100.0
	7時台	38.1	17.5	15.9	27.0	1.6	100.0	53.8	23.1	3.8	19.2	0.0	100.0
	8時台	19.2	13.7	21.9	45.2	0.0	100.0	23.8	19.0	9.5	42.9	4.8	100.0
	9時以降	0.0	9.1	9.1	81.8	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
男性計		39.8	15.8	13.6	30.3	0.5	100.0	46.4	21.7	4.3	26.1	1.4	100.0
女性	6時以前	82.8	8.6	3.2	5.4	0.0	100.0	89.8	6.8	1.7	1.7	0.0	100.0
	6時台	77.5	13.0	3.6	5.2	0.7	100.0	83.8	10.8	3.0	2.4	0.0	100.0
	7時台	66.8	16.9	7.5	8.8	0.0	100.0	60.3	25.9	6.3	7.5	0.0	100.0
	8時台	39.5	21.1	14.0	24.6	0.9	100.0	45.5	27.3	13.6	13.6	0.0	100.0
	9時以降	23.8	38.1	19.0	19.0	0.0	100.0	25.0	25.0	25.0	25.0	0.0	100.0
女性計		67.9	15.6	6.7	9.4	0.3	100.0	72.5	17.4	4.9	5.2	0.0	100.0
総計		62.2	15.6	8.1	13.7	0.4	100.0	68.9	18.0	4.8	8.1	0.2	100.0

(9) 朝食内容の分類(%)

		A	B	C	D	E	F	G	H	計
		主食、主菜、副菜	主食、主菜	主食、副菜	主菜、副菜	主食のみ	主菜のみ	副菜のみ	その他	
一般	男性	20.9	9.8	8.5	0.7	47.7	1.3	0.0	11.1	100.0
	女性	17.8	11.6	13.4	0.5	43.4	1.0	1.0	11.2	100.0
	計	18.3	11.3	12.6	0.5	44.1	1.1	0.9	11.2	100.0
栄養	男性	26.5	24.5	6.1	0.0	32.7	0.0	2.0	8.2	100.0
	女性	26.0	15.3	13.1	0.5	34.7	1.0	1.0	8.4	100.0
	計	26.0	16.3	12.4	0.4	34.4	0.9	1.1	8.4	100.0
高校生		24.1	24.3	17.6		20.0	2.1	0.6		
3歳児		31.7	21.8	12.7	0.1	32.1	0.1	0.1		

		3つ(A)	2つ(B,C,D)	1つ(E,F,G)	その他(H)	計
		一般	男性	20.9	19.0	49.0
	女性	17.8	25.5	45.4	11.2	100.0
	計	18.3	24.4	46.0	11.2	100.0
栄養	男性	26.5	30.6	34.7	8.2	100.0
	女性	26.0	29.0	36.6	8.4	100.0
	計	26.0	29.1	36.4	8.4	100.0

「主食・主菜・副菜の3つ(18.3%)または2つ(24.4%)がそろった朝食」を食べている者は、42.7%。男女とも「栄養」で「一般」に比し高くなっていた(男性P<0.05、女性P<0.01)。

(10) 朝食を食べることは体に良い影響があると思いますか(%)

		一般学部					栄養学部					
		とてもそう思う	少しそう思う	あまりそう思わない	全くそう思わない	無回答	計	とてもそう思う	少しそう思う	あまりそう思わない	全くそう思わない	計
男性		72.4	22.2	3.2	1.8	0.5	100.0	78.3	20.3	0.0	1.4	100.0
女性		81.8	15.4	2.1	0.5	0.2	100.0	85.7	12.9	1.4	0.0	100.0
総計		79.9	16.8	2.3	0.7	0.3	100.0	84.6	13.9	1.2	0.2	100.0

10-1) 「とてもそう思う」と回答した者の朝食摂取状況(%)

		一般	栄養
		男性	1毎日
	2週4~5日	82.9	73.3
	3週2~3日	70.0	100.0
	4ほとんど食べない	58.2	50.0
女性	1毎日	87.0	90.9
	2週4~5日	79.1	74.3
	3週2~3日	62.1	57.1
	4ほとんど食べない	63.0	77.3

10-2) 「とてもそう思う」と回答した者の割合(学年別)(%)

性別	学年	一般	栄養
		男性	1
	2	68.5	55.0
	3	73.2	80.0
	4	76.9	87.5
	大学院生	100.0	
男性計		72.4	78.3
女性	1	83.0	88.1
	2	81.5	82.1
	3	82.1	87.8
	4	74.5	90.0
	大学院生	100.0	
女性計		81.8	85.7

「朝食を食べることは、体に良い影響があると思うか」については、「とてもそう思う」と回答した者は、約80%。男性に比し女性で割合が高い傾向であった。また、女性では、「栄養(85.7%)」で、「一般(81.8%)」に比し割合が高かった(P<0.05)。朝食摂取と併せてみると、女性では「朝食を毎日食べる者」において「とてもそう思う」と回答した者の割合が高い傾向にあった。学年別の差は見られなかった。

(11) 昼食摂取状況(%)

		一般学部					栄養学部						
		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	無回答	計	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	無回答	計
男性		79.6	14.5	4.1	1.8	0.0	100.0	73.9	5.8	7.2	13.0	0.0	100.0
女性		90.9	7.7	0.8	0.3	0.2	100.0	93.2	4.9	0.9	0.5	0.5	100.0
総計		88.6	9.1	1.5	0.6	0.2	100.0	90.5	5.1	1.8	2.2	0.4	100.0

11-1) 毎日昼食を食べる者と居住状況(%)

		一般	栄養
		男性	家族と同居
	一人暮らし	75.0	65.2
	朝夕食付き	80.0	33.3
女性	家族と同居	92.2	93.7
	一人暮らし	86.4	93.9
	朝夕食付き	95.0	86.7

「毎日昼食を食べる者」は、約90%。男性に比し女性の割合で高い傾向であった。居住状況と併せてみると、「一人暮らしをしている男性(「栄養(65.2%)」、「一般(75.0%)」)で割合が低い傾向であった。

(12) 平日の夕食摂取時刻(%)

		19時前	19～20時台	21～22時台	23時以降	食べない	無回答	計
一般	男性	16.3	45.2	29.9	8.1	0.0	0.5	100.0
	女性	28.6	51.2	17.1	2.0	0.7	0.5	100.0
	計	26.1	50.0	19.7	3.2	0.6	0.5	100.0
栄養	男性	17.4	53.6	23.2	2.9	1.4	1.4	100.0
	女性	31.9	57.0	8.0	1.2	1.6	0.2	100.0
	計	29.9	56.6	10.1	1.4	1.6	0.4	100.0

(13) 外食状況(%)

	一般学部						栄養学部					
	>2回/日	1～2回/日	2～6回/週	2回未満/週	無回答	計	>2回/日	1～2回/日	2～6回/週	2回未満/週	無回答	計
男性	7.7	22.6	43.4	25.8	0.5	100.0	7.2	11.6	37.7	43.5	0.0	100.0
女性	3.6	11.3	37.6	47.4	0.1	100.0	2.3	8.9	42.0	46.5	0.2	100.0
総計	4.4	13.6	38.8	43.0	0.2	100.0	3.0	9.3	41.4	46.1	0.2	100.0

13-1) 外食状況と居住状況(%)

						>2回/日	1～2回/日	2～6回/週	2回未満/週
男性	一般	家族と同居			5.6	19.8	45.2	28.6	
		一人暮らし			11.4	25.0	40.9	22.7	
		朝夕食付き			0.0	20.0	60.0	20.0	
	栄養	家族と同居			10.3	7.7	43.6	38.5	
		一人暮らし			4.3	17.4	34.8	43.5	
		朝夕食付き			0.0	16.7	16.7	66.7	
女性	一般	家族と同居			3.7	9.6	39.0	47.5	
		一人暮らし			3.9	16.5	36.9	42.7	
		朝夕食付き			2.5	10.0	15.0	72.5	
	栄養	家族と同居			2.0	8.3	43.0	46.4	
		一人暮らし			4.0	11.1	36.4	48.5	
		朝夕食付き			0.0	0.0	53.3	46.7	

「外食をしない、または週2回未満の者」は、43.0%。男性では、「栄養(43.5%)」と「一般(25.8%)」で差が見られた(P<0.01)。一人暮らしの男性では、「外食をしない、または週2回未満の者」の割合について、「栄養(43.5%)」と「一般(22.7%)」で差が見られた(P<0.05)。

(14) 料理の実施状況(%)

		ほぼ毎日	週4～5日	週2～3日	週1日	それ未満	全くしない	無回答	計
一般	男性	9.0	10.4	17.6	14.5	21.3	26.7	0.5	100.0
	女性	12.9	8.9	15.6	13.1	23.1	25.8	0.6	100.0
	計	12.1	9.2	16.0	13.4	22.7	26.0	0.6	100.0
栄養	男性	15.9	14.5	24.6	17.4	18.8	8.7	0.0	100.0
	女性	20.2	12.4	21.1	15.3	22.1	8.7	0.2	100.0
	計	19.6	12.7	21.6	15.6	21.6	8.7	0.2	100.0

高校生※ (ほとんどしない割合) 61.2
 ※高校生「平成23年度高校生食生活等実態調査」引用

14-1) 料理頻度と居住状況(%)

		ほぼ毎日	全くしない	
男性	一般	家族と同居	4.0	37.3
		一人暮らし	15.9	11.4
		朝夕食付き	20.0	20.0
	栄養	家族と同居	2.6	12.8
		一人暮らし	34.8	4.3
		朝夕食付き	33.3	0.0
女性	一般	家族と同居	3.5	35.4
		一人暮らし	40.8	1.5
		朝夕食付き	7.5	12.5
	栄養	家族と同居	7.9	11.6
		一人暮らし	53.5	1.0
		朝夕食付き	26.7	6.7

料理を「ほぼ毎日実施する者」は、12.1%。「まったくしない」者は26.0%。男女とも「ほぼ毎日料理する者」については、「栄養」で「一般」に比し高い傾向であった。また、女性では、「栄養(20.2%)」と「一般(12.9%)」で割合に差が見られた(P<0.01)。一人暮らしの者では、男女とも「栄養」で「一般」に比し「ほぼ毎日料理する者」の割合が高かった(P<0.05)。

(15) 食事について気をつけていること(複数回答)(%)

	男性				女性			
	一般	栄養	P値	一般	栄養	P値		
主食、主菜、副菜のバランスのとれた食事をする	23.1	3位		27.5	3位	P<0.01		
野菜を意識してとる	38.5	1位		48.0	1位	P<0.01		
油の多いものを控える	8.1			22.1		P<0.05		
塩分の多いものを控える	8.6			12.2		P<0.01		
食べ過ぎないようにする	14.9			36.9	2位	P<0.01		
カルシウムを多く含む食品をとる	3.2			2.8		P<0.01		
よくかんで食べる	14.9		P<0.05	23.0				
何も気をつけていない	33.5	2位	意識0.5%	17.0		P<0.01		

「何も気をつけていない」の割合は、男性「一般(33.5%)」で高かった。女性「栄養」については、「よくかんで食べる」、「何も気をつけていない」以外のすべての項目について、女性「その他」に比し割合が高かった。

(16) 野菜を使った料理のうち好きなもの(3種類記載)

男性				女性			
一般学部ベスト10		栄養学部ベスト10		一般学部ベスト10		栄養学部ベスト10	
野菜炒め	62	チンジャオロース	19	野菜炒め	188	サラダ	87
チンジャオロース	59	野菜炒め	18	サラダ	180	野菜炒め	80
サラダ	37	ホイコーロー	8	チンジャオロース	118	ほうれん草のおひたし	44
カレー	25	シチュー	6	ほうれん草のおひたし	101	チンジャオロース	42
ホイコーロー	34	サラダ	5	肉じゃが	81	カレー	38
ほうれん草のおひたし	21	ピーマンの肉詰め	5	ポテトサラダ	78	ロールキャベツ	38
ポテトサラダ	14	ほうれん草のお浸し	5	ピーマンの肉詰め	74	かぼちゃの煮物	34
肉じゃが	14	肉じゃが	5	カレー	62	肉じゃが	27
ロールキャベツ	10	かぼちゃの煮物	4	ロールキャベツ	50	ポテトサラダ	26
きんぴらごぼう	8	きんぴらごぼう	4	野菜スープ	43	野菜スープ	24
		ポテトサラダ	4				
		ポトフ	4				
		ロールキャベツ	4				

(17) 食育認知度(「食育」という言葉を知っていましたか)(%)

		内容を含 め知って いる	名前は聞 いたこと がある	知らな かった	無回答	計
一般	男性	29.9	60.2	10.0	0.0	100.0
	女性	28.1	63.7	7.7	0.5	100.0
	計	28.5	63.0	8.1	0.4	100.0
栄養	男性	50.0	47.1	2.9	0.0	100.0
	女性	54.9	40.8	3.1	1.2	100.0
	計	54.3	41.7	3.0	1.0	100.0

食育の認知度(内容を含めて知っている)については、28.5%。
男女とも、「一般」に比し、「栄養」の認知度が高かった(P<0.01)。
学年別にみると、男性「一般」以外では、学年が上がるごとに認知度が高くなっていった。

17-1)「内容を含めて知っている」と回答した者の割合(学年別)(%)

性別	学年	一般学部	栄養学部
男性	1	17.1	29.0
	2	31.5	47.4
	3	33.0	80.0
	4	30.8	100.0
	大学院生	100.0	
男性計		29.9	50.0
女性	1	15.5	35.2
	2	31.1	59.2
	3	35.8	92.7
	4	58.8	93.3
	大学院生	100.0	
女性計		28.1	54.9

(18) 食事バランスガイド認知度(食事バランスガイドを知っていますか)(%)

		内容を含 めて知っ ている	見たこと がある	知らない	無回答	計
一般	男性	3.6	31.7	64.3	0.5	100.0
	女性	9.1	38.1	52.4	0.5	100.0
	計	7.9	36.8	54.8	0.5	100.0
栄養	男性	50.0	47.1	2.9	0.0	100.0
	女性	54.9	40.8	3.1	1.2	100.0
	計	54.3	41.7	3.0	1.0	100.0

食事バランスガイドの認知度(内容を含めて知っている)については、7.9%。男女とも「一般」に比し、「栄養」の認知度が高かった(P<0.01)。
学年別にみると、男女とも「栄養」では、学年が上がるごとに認知度が高くなっていった。

18-1)「内容を含めて知っている」と回答した者の割合(学年別)(%)

性別	学年	一般学部	栄養学部
男性	1	4.9	29.0
	2	0.0	47.4
	3	4.5	80.0
	4	7.7	100.0
男性計		3.6	50.0
女性	1	6.9	35.2
	2	10.6	59.2
	3	6.8	92.7
	4	21.6	93.3
女性計		9.1	54.9

(19) 栄養表示認知度(%)

(菓子や弁当などの加工食品に栄養成分が表示されているのを知っていますか)

		知ってい て、食品 の購入や 食べる量 の参考に している	知っている が、食品 の購入や 食べる量 の参考に しない	知らない	無回答	計
一般	男性	25.3	63.3	10.9	0.5	100.0
	女性	44.6	49.1	5.2	1.0	100.0
	計	40.7	52.0	6.4	0.9	100.0
栄養	男性	46.4	47.8	5.8	0.0	100.0
	女性	66.4	31.7	0.5	1.4	100.0
	計	63.6	33.9	1.2	1.2	100.0
高校生		36.1	32.1	30.6		
20歳代男性		20.4	20.3	59.5		
20歳代女性		60.4	9.4	30.2		

栄養成分表示の認知度・活用(知っていて、食品の購入や食べる量の参考にしている)については、40.7%。
男女とも「一般」に比し、「栄養」の認知度・活用が高かった(P<0.01)。
学年別にみると、女性では、学年が上がるごとに認知度が高くなっていった。

19-1)「知っていて、食品の購入や食べる量の参考にしている者の割合(学年別)(%)

性別	学年	一般学部	栄養学部
男性	1	24.4	35.5
	2	27.8	50.0
	3	24.1	40.0
	4	23.1	87.5
	大学院生	100.0	
男性計		25.3	46.4
女性	1	42.3	57.4
	2	44.4	70.9
	3	47.4	73.2
	4	49.0	83.3
	大学院生	100.0	
女性計		44.6	66.4

(20) 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(%)

	男性				女性					
	一般		栄養	P値	一般		栄養	P値		
家族や友人と食卓を囲む機会を増やしたい	36.7	2位	34.8		39.4		37.8			
食事の正しいマナーや作法を習得したい	35.7	3位	34.8		40.4	3位	39.2			
地域性や季節感のある食事の実践に努めたい	13.6		24.6	P<0.05	19.7		28.9	P<0.01		
食べ残しや食品の廃棄を少なくしたい	34.8		49.3	2位	P<0.05	34.4		38.7		
食品の安全性について知りたい	20.8		37.7		P<0.01	23.8		29.8	P<0.05	
栄養バランスのとれた食事の実践に努めたい	50.7	1位	50.7	1位		63.9	1位	75.4	1位	P<0.01
規則正しい食生活リズムの実践に努めたい	33.5		33.3			43.8	2位	41.8	3位	
おいしさや楽しさなど食の豊かさを多く体験したい	32.1		40.6	3位		32.5		45.8	2位	P<0.01
食に関する適切な情報の利用に努めたい	12.2		21.7		P<0.05	14.2		24.9		P<0.01
特になし	12.2		4.3		P<0.01	3.6		0.5		P<0.01
わからない										

今後の食生活で特に力を入れたい内容は、男女とも、「栄養バランスのとれた食事の実践」が高い割合であった。