

目的 女子大生の生活内容は年々変化しており、とりわけ身体活動が少なくなっていることが観察される。この状態をより明確に把握するために生活活動を分析し、栄養摂取量などとの関連を検討した。

方法 対象：本学食物科の学生500名。時期：1992年6月。調査内容：生活時間調査，食物調査，食意識・行動・自覚症状等のアンケート調査。

結果 対象者各人の生活活動指数から生活活動を分類し、体型，生活内容，栄養摂取量などとの関連について検討した。生活活動指数をパーセントイル法を用いて分類し、25パーセントイルをA群(～0.37)，25～75パーセントイルをB群(0.38～0.51)，75パーセントイルをC群(0.52～)とした。1)体型：各群のカウプ指数はA群20.50，B群20.29，C群20.27である。2)生活内容：それぞれの生活内容に要した時間は、他の群に比べてA群では睡眠、C群では通学・移動に多くの時間を費やしている。3)栄養摂取量：各群の栄養摂取量には相違はみられないが、変動係数でみると、B群は他の群に比べて変動係数が小さく、C群は大きくなっている。4)摂取及び消費エネルギー：各群のエネルギー摂取量は、A群1,641kcal，B群1,644kcal，C群1,662kcalであり3群間に差はみられない。消費エネルギーは1,836kcal・1,958kcal・2,154kcalであり、エネルギー出納は各群ともにその出納が負である。その他、食意識・行動などについても検討した。

対象女子大生は生活活動指数の高低によって生活内容やエネルギー出納に相違がみられ、栄養摂取量については違いがみられない。以上のことを考察すると、女子大生の生活活動は、生活内容の中で、とりわけアルバイトや移動などの行動が関わっていると考えられる。