

○綾部園子・瀬尾弘子・谷澤容子*・戸田貞子**・松本美鈴・
脇田美佳*³ (*星美学園短大・**北里大保健専・*³埼玉純真短大)

〔目的〕食の外部化、欠食や個食の増加など食行動の変化が言われて久しい。このような食生活の変動期に育った世代では食の多様化が進んでいると考えられる。関東周辺の女子学生の食生活に関するアンケート調査を実施し、食行動の実態を把握することを目的とした。

〔方法〕調査は18～27才の大学、短大に通う女子学生537人を対象に、1997年4～5月に留置自記式調査法によって行った。調査内容は、基本属性、生活に関する質問（23項目、5段階尺度法）および連続した3日間の摂食行動（摂食時間・品名・調達方法・共食者・場所、日記式）である。調査結果はコード化して単純計算した後、クロス集計および多変量解析した。

〔結果〕対象者のうち自宅は66%で、バイトを週1回以上している人は50%であった。生活に関する質問のうち、消費期限などを確認すると答えた人は82%であったが、野菜をとるよう心がけている、輸入食品の安全性を気にすると回答した割合は61、55%であり、同様の主婦の調査に比べ女子学生の食事に対する意識は高くないと思われた。摂食行動結果から、夕食では、若い世代においても主食として白飯が最も多く食べられており、主食、主菜、副菜または汁物が揃った献立が約6割を占めた。昼食では、主食として麺、パンに加えておにぎりの利用が目立ち、副食数が少なく、食事の軽減化傾向が見られた。おにぎりは工業的に生産されるようになり、昼食の一品物として女子学生に手軽に利用されていると考えられた。