

I 目的 男女共学の学生を観察していると、学生の生活環境に相違がみられる。そこで環境、学業・自由時間等の生活内容そして身体状況や食生活についての実態を把握し、男女差の問題点等を調べ、健康生活に必要な条件を捉えるために本調査研究を実施した。

I 方法 1. 調査対象は、T大学における教育・芸術学科の3・4年生、20歳から23歳の男子41名と女子86名、合計127名とした。 2. 調査時期は、昭和60年5月及び11月。

3. 調査方法及び項目 生活時間調査と食物調査を実施した。生活時間調査は、調査期間のうち1日の生活行動を分ごとに記録させ、生活内容や消費エネルギーを計算させた。食物調査は、平常連続3日間の献立名、食品名、食事の摂り方等を記入させた。

II 結果 1. 生活環境：1)居住状況は、男子自宅生36.6%，下宿生58.5%，寮生4.9%，女子は、自宅生69.8%，下宿生30.2%である。2)通学時間は、平均48分である。 2. 身体状況：1)体位について、身長の平均値は男子169.7cm，女子158.5cm，体重の平均値は男子62.6kg，女子51.5kgである。 3. 生活時間：1)生活内容について、男子は学業とくにクラブ活動や自由時間に、女子は身の回りや家事作業に多くの時間を費している。2)消費エネルギーは、男子2426kcal，女子1926kcalである。運動している学生は、男子31.7%，女子9.3%である。 4. 食生活：1)食事の摂り方について、朝食の欠食率は、男子58.5%，女子21.3%であり、男子下宿生に75%と高率である。2)食品数について、男子は16.7種，女子21.1種であり、女子自宅生の食品数は多く、男子下宿生は少ないことがわかった。さらに外食・間食、家事作業の内容について等の男女差をみたので報告する。