

目的 健康志向・安全志向・グルメ志向など食へのニーズがさまざまであり、物が豊かにあふれる食環境においては、食事の内容が多様化している。このような状況の中で、食生活の在りようを考察する目的で食生活の満足度を指標として、それに影響をおよぼす要因の分析を試みた。

方法 本学学生647名を対象に調査票を配布し、自己記入後回収した。回収率は96%である。調査内容は満足度の項目とそれに影響すると考えられる要因についての項目の2つから成り立っている。解析方法は満足度を外的基準とし、食品群別摂取状況等の食習慣、料理を作ることの好き嫌い、料理を作る時手間や時間をかける、新しい料理に挑戦する、献立の変化に心がける、外食の時健康を考えてメニューを選ぶ、家の料理や食事の仕方を伝えていきたい、家庭をもった時自分の好みより夫や子供の好みを優先する、性格、居住環境、所属学科の11項目を要因として数量化分析を行った。

結果 満足度への規定力を偏相関係数と範囲からみると、まず、食習慣をあげることができる。毎日朝食をきちんと食べ、いろいろな食品群を摂取するなど食生活がきちんとしていることが満足度を高くすることに寄与している。次に居住環境の項目があげられる。下宿は、自宅、寮に比べて満足度を低くすると考えられる。料理を作ることの好き嫌いの要因では、料理が好きであることが満足度に寄与していると解釈される。同様な傾向は、料理を作る時手間や時間をかける。献立の変化に心がけるの要因にも認められる。外的基準の満足・不満足2群の相関比は0.52である。