

女子短大生の食生活状況調査
 近畿大豊岡短大 ○中島園子 蟹池健一

目的 物質的に豊かになった今日の食生活は、きわめてはげしい変化を続けている。その中で、若い世代である女子短大生についての現状が注目されている。そこで日常の食生活の実態を明らかにすることを目的に調査を行い、通学生と通信生との検討を試みた。

方法 調査対象は近畿大学豊岡女子短期大学通学生163名(年齢18~21歳)、通信生492名(年齢18~21歳)計655名でアンケートによる調査を実施した。通信生は4グループ(A~D)の地域別集団学習生である。食生活状況調査より各項目についての実態を把握した。

結果 (1)食品群別摂取は通信生Aグループが通学生及びB~Dと大差を生じた。果物は通学生30.1%、B~Dは24.2~32.1%であるのに81%と低く、又肉魚卵はA以外は72.6~81%、牛乳は29~42.3%に対してそれぞれ57%、5.4%を示した。又野菜の摂取量も低かった。(2)夕食時間は午後6時以前に食べる人がA以外は1.3~23.1%に対して、通信生Aは50.5%と多くの人々が早い時間の夕食である。(3)夕食にかける時間は15分未満がA以外は11~16.3%に比べ、通信生Aは48.9%と高く、食事時間の短いことを示した。(4)甘味飲料水類の摂取は通学生、通信生とも大差はなく週に2~3本が多く、コーヒー・紅茶の摂取も同様である。(5)運動感は運動不足がA以外は88.5~91.3%と高いのに比べ、通信生Aは69.4%と低い。(6)肥満感は通学生、通信生とも59.6~71.8%が肥満と自己診断をくだしているが、実際の肥満傾向は12.1~20.2%である。調査結果より通信生Aグループに認められた違いは、地域差又は通信生の特性によるかもしれないが、このグループのみが勤労学生という特殊性によると考えられる。