

目的 これまでに、女子大生の栄養摂取状況や生活時間、食行動などについて研究を継続し、いくつかの問題点を指摘してきた。今回は、食行動に関わる意識を食意識として捉え食行動との関連について検討したので報告する。

方法 調査対象：本学女子大生（管理栄養士専攻・食物栄養専攻）18歳から23歳の527名。調査時期：1991年6月。調査方法：所定の用紙を配布し、その場で回収。調査内容：食意識と食行動などについてアンケート形式で設問。

結果 1. 対象者の概要 年齢構成は18歳26%・19歳38%・20歳以上36%である。居住状況は自宅81%・下宿11%・寮8%と自宅からの通学者が多い。食に対する興味は、栄養士志望であるため、興味をもっている者は76%と多い。しかし、いつも料理を自分で作る者は10%と少ない。 2. 食行動 食事時間が規則的な者は、45%である。食事を家でとる者も45%であり、食事を家族と食べる者は、70%と多い。食事の選び方は、栄養的（21%）であるよりも、おいしさ（68%）で選ぶ者が多く、健康やダイエットを気にしながら実際に選ぶときは、おいしさが優先するものと思われる。 3. 食意識 食意識の項目については事前に“食事のとき、どんなことを意識するか”について自由記入を行い、これを集計整理して63項目を設定した。さらに各項目に、いつも・よく・ときどき・ほとんどの5つの尺度をつけて回答してもらった。これをKENDALL TAU Bを用いて各項目間の関連をみると、食欲、健康、ダイエットなど多くの項目に相関がみられた。また因子分析によって、おいしさ・ダイエット・健康・食欲・ストレス・経済の6因子を抽出した。