



独り暮らしの学生

「野菜を食べない」4割に

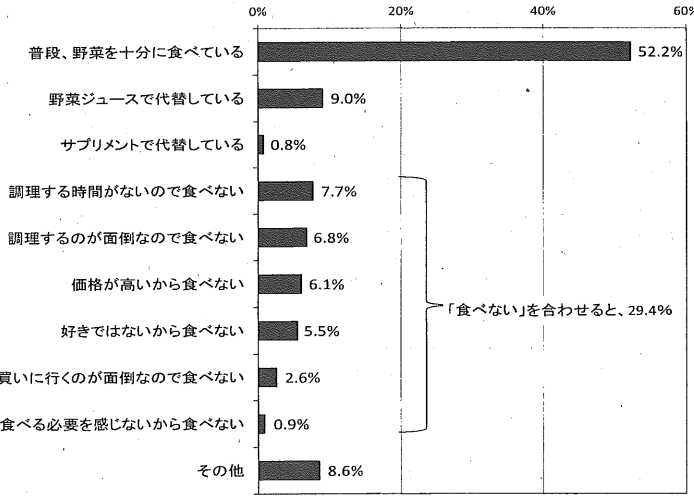
農水省関東農政局は、今年1月～5月にかけて、管内内の大学生等3253人に食行動に関する調査を実施した。

「野菜摂取の状況について」は、「普段、野菜を十分に食べている」(52・2%)が半数を超えており、次いで「野菜ジュースで代替している」(9・0%)となった。

一方で、様々な理由の「食べない」を合わせた割合は、29・4%となった。「その他」の回答については、「たまに食べる」「出されたら食べる」「時間やお金に余裕があったら食べるようにしている」「食卓に出てこないから食べない」「気にしていない」などがあつた(下グラフ)。

「普段、野菜を十分に食べている」の回答に、男女差はなく、他の項目でも大きな開きはみられなかった。生活環境別でみると、「普段、野菜を十分に食べている」人は、「家族と同居」(56・8%)が半数を超え、一方、「独り暮らし(下宿を含む)」(37・2%)の割合は低かった。また、「食べない」割合を合わせると、「独り暮らし(下宿を含む)」(42・2%)が「家族と同居」(25・4%)よりも高かった。独り暮らしの学生の4割が、野菜を食べないことが明らかになった。

野菜の摂取状況 (全体)



食生活上の考え方に關する設問で、「はい」と回答した人の割合が最も高いのは、「食べる」とは大切なことと考えている(97・8%)であつた。一方、「食事はとりあえず空腹が満たされれば良い」(33・8%)、「菓子など甘いものを食事代わりにしても平気」(27・5%)という若者もいた。

「普段、野菜を十分に食べている」の回答に、男女差はなく、他の項目でも大きな開きはみられなかった。生活環境別でみると、「普段、野菜を十分に食べている」人は、「家族と同居」(56・8%)が半数を超え、一方、「独り暮らし(下宿を含む)」(37・2%)の割合は低かった。また、「食べない」割合を合わせると、「独り暮らし(下宿を含む)」(42・2%)が「家族と同居」(25・4%)よりも高かった。独り暮らしの学生の4割が、野菜を食べないことが明らかになった。

このうち、「野菜をよく食べるようにしている」は51・9%。「野菜をよく食べる」が47・2%、「果物をよく食べる」が42・6%となつた。

「果物をよく食べる」については、女子(44・1%)が男子(36・6%)よりも高く、家族と同居している学生(46・0%)の方が独り暮らし(31・3%)よりも15%以上高かった。また、「果物をよく食べる」に「いいえ」と回答した人のうち、「食費はできるだけ切り詰めた」と回答した人は62・8%であつた。