山形大学紀要（農学）第18巻　第４号：193-216. 令和３年２月
Bull. Yamagata Univ., Agr. Sci., 18(4)：193-216 Feb. 2021

原著論文

食文化創造都市における農学系大学生の食生活の実態と課題

小川三四郎・高橋　悠*
山形大学農学部食料生命環境学科エコサイエンスコース
*現在：株式会社アート・システム
（令和２年９月４日受付・令和２年11月17日受理）

Actual Condition and Problems of Eating Habits Among University Students of Agriculture in Tsuruoka, a Creative City of Gastronomy

Sanshiro OGAWA and Haruka TAKAHASHI*
Course of Ecoscience,
Department of Food, Life, and Environmental Sciences,
Faculty of Agriculture, Yamagata University, Tsuruoka 997-0037, Japan
*Art System Corporation, Sendai 980-0811, Japan
(Received September 4, 2020・Accepted November 17, 2020)

Summary

Tsuruoka City in Yamagata Prefecture was certified as a UNESCO Creative City of Gastronomy in 2014. The Faculty of Agriculture, Yamagata University(FAYU), located in the same city, provides practical training that is integrated with agricultural production at the University Farm. The purpose of this study was to understand the actual eating habits of students at FAYU and to discuss future issues that FAYU should consider in order to support the independence of students' eating habits. As a result of a questionnaire survey using the Internet, 153 out of the 463 selected students provided answers. The results were as follows: 92.2% of the students live alone; 24.5% skip breakfast (which is higher than the national average); only 32.2% prepared food at home daily with 67.5% using local ingredients.; 95.4% used the university shop and even though their frequency of use was high, 43.8% of students would prefer improvements in the variety of food offer and finally only 33.6% of students used the university cafeteria and they would like to see improvements in the variety of menu types (including the use local ingredients in its menu), prices, and more flexible business hours. In the future, it is necessary for FAYU to hold cooking classes for students, to assist students with training programs on how to cook by themselves, and to support the independence of their eating habits. The university shop needs to sell food that is considered to have a good nutritional balance and the university cafeteria needs to review its menu and price, taking into consideration the nutritional balance.

Key words：UNESCO, Creative city of gastronomy, Faculty of Agriculture, University student, Eating habit

Ⅰ　はじめに

１．課題の所在

2005年６月に食育基本法が制定され，“現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的”[1] として食育が推進されてきた．

しかし，2020年３月に公表された厚生労働省「2018年国民健康・栄養調査」によると，20歳以上の各年代別での朝食欠食率は20代が46.4％であり，全世代の中でも最も高い割合にある[2]．

将来の国民生活を主軸となって支える現代の若年層が，若年期に健康的で豊かな食生活を送ることは，今後の社会全般の食生活の向上のためには重要な課題である

キーワード：ユネスコ，食文化創造都市，大学農学部，大学生，食生活

と考えられる．とりわけ，若年層の中でも大学生は，親元を離れ，賃貸住宅で一人暮らしをする場合が多い．大学生は初めての一人暮らしによる自由な食事内容が，その後の自身の食生活の標準となる場合もあることから，健康管理にもとづいた食生活の自立が求められる．

2009年9月に内閣府食育推進室によって公表された「大学生の食に関する実態・意識調査報告書」によると，大学生の朝食欠食率は，13.3%であり，女性よりも男性が高く，自宅生よりも下宿生が高い傾向にあった[3]．

大学生の食生活の実態把握と改善に向けた課題に関する学術研究は，家政学分野や栄養学分野[4) 5) 6) 7)]において主に行われてきた．近年では，特に食育基本法制定後，大学生の食育に関する研究[8) 9) 10) 11) 12) 13)]が報告され，さらに，教育学分野[14) 15) 16) 17)]，健康科学分野[18) 19) 20)]の観点からの大学生の食生活に関する研究も各地の大学における紀要として報告されている場合が多い．

一方，食生活を支える食料生産に関する専門的な教育研究を担う農学分野においては，大学の食生活に関する研究の報告[21)]は多くみられない．

そこで，本研究では，農学の観点から大学生の食生活の実態を把握し，今後の課題について検討した．調査対象には山形大学農学部学生を設定した．その理由は次の通りである．第1に，同大学農学部の学生は農学に関心があり農学を体系的に履修し，将来的にも食品・食料・農業部門などの農学分野に関係した職種に就業する機会が多いこと．第2に，同大学農学部では附属農場（24ha）を所有し，稲作，野菜・果樹栽培，畜産などの農業生産と一体の実習教育が行われ，地域で伝統的に栽培されてきた在来作物に関する研究も行われていること．第3に，2004年にユネスコ創造都市ネットワーク（UCCN）[22)]が創設され，7つの創造分野のうち，食文化分野では山形県鶴岡市がわが国で初めて，ユネスコ食文化創造都市として，2014年12月に認定[23) 24)]されている．つまり同大学農学部が所在する地域の自治体において地元の食文化の継承と発展を主要な政策としていることである．

2．研究方法

研究方法について，本稿構成にもとづく論理展開にしたがって全5章を章毎に順を追って示すと，はじめに，Ⅰ章では，若年層の朝食欠食率が高い傾向にある中において，大学生の食生活の実態把握と改善に向けた課題を論究した既存研究について分野別観点から検証し，本稿の研究目的と調査対象を明確にする．次に，Ⅱ章では，近年の大学生における居住形態別の生活費と食費および大学学生支援の利用状況に関する全国的動向について，独立行政法人日本学生支援機構の学生生活調査を用いた時系列分析によって傾向を把握する．続いて，Ⅲ章においては，山形大学学生の居住状況と食生活の動向について，山形大学の学生生活実態調査の時系列分析にもとづいて傾向を把握する．これらの統計的傾向を把握した上で，Ⅳ章においては，山形大学農学部学生を対象として2019年8月～9月に実施したアンケート調査の集計結果にもとづいて，食生活の実態と課題について分析する．特に，調査項目に応じて，回答者の属性，月平均の支出入と食費の状況，食事摂取と健康管理の状況，山形大学農学部の購買書籍店の利用状況，山形大学農学部の食堂の利用状況，鶴岡市の食文化と食材に関する認識状況について，各節に整理して分析を行う．最後に，Ⅴ章として，山形大学農学部学生における食生活の実態を総括し，問題の要点を整理した上で，今後の課題について考察を行う．

Ⅱ　大学生における居住形態別の生活費と食費および大学学生支援の利用状況の全国的動向

1．居住形態別の生活費と食費に関する統計的傾向

独立行政法人日本学生支援機構は，全国の学生を対象に学生生活の状況を把握するための「学生生活調査」を隔年で実施している．この調査結果を利用して，表－1に2008年度から2018年度にかけての過去10年間における全国の大学生の居住形態別の生活費と食費の推移について示した．

同表によると，2008年度から2018年度にかけての各年度の全てにおいて，居住形態別の生活費・食費の大きさの関係は，自宅＜学寮＜下宿・アパート・その他の構造となっている．生活費に占める住居・光熱費のウェイトと食費においても自宅と一人暮らしとの学生の費用負担の差異が明らかである．また，自宅，学寮，下宿・アパート・その他の全てに共通して，生活費は，2008年度から2012年度にかけて増加傾向にあったが，2014年度には減少し，その後2018年度にかけて再び増加傾向にある．一方，食費は，2008年度から2018年度にかけての動向は居住形態別に違いがみられる．

自宅の学生は，生活費は2008年度の38万7,600円から2010年度に37万1,400円と減少したが，2012年度には過去10年間で最大の43万4,200円となっている．2014年度

表－1　全国の大学生の居住形態別の生活費と食費の推移

単位：円，％

年度	区分	自宅		学寮		下宿・アパート・その他	
		生活費	食費	生活費	食費	生活費	食費
2008	金額	387,600	102,400	752,000	230,000	1,047,400	268,000
	割合	100.0	26.4	100.0	30.6	100.0	25.6
2010	金額	371,400	97,400	799,900	231,900	1,047,500	266,200
	割合	100.0	26.2	100.0	29.0	100.0	25.4
2012	金額	434,200	100,200	831,300	218,300	1,095,000	260,300
	割合	100.0	23.1	100.0	26.3	100.0	23.8
2014	金額	398,000	97,500	821,300	245,200	1,039,000	263,700
	割合	100.0	24.5	100.0	29.9	100.0	25.4
2016	金額	412,800	102,000	856,500	238,200	1,095,100	276,000
	割合	100.0	24.7	100.0	27.8	100.0	25.2
2018	金額	434,100	104,900	888,400	259,600	1,111,400	284,600
	割合	100.0	24.2	100.0	29.2	100.0	25.6

資料：独立行政法人日本学生支援機構「学生生活調査」（各年度版）より作成
注：1）大学昼間部であり，国立，公立，私立の平均である．
2）生活費は，食費，住居・光熱費，保健衛生費，娯楽・し好費，その他の日常費で構成され，それらを集計した金額である．
3）食費の割合は各年度の居住形態別の生活費を100％とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100％にならない場合もある．

には39万8,000円へと再び減少しているが，その後，2016年度は41万2,800円となり，2018年度には43万4,100円へと増加傾向にある．こうした中で，食費は，2008年度の10万2,400円から2018年度の10万4,900円にかけて，過去10年間での金額の増減の変化は1万円未満内にとどまっており，ある程度一定している．したがって，生活費に占める食費の割合の変化は，食費よりも食費以外の生活費の変動に規定されている．つまり，自宅の学生は，過去10年間で食費の支出は一定に抑えられており，食費以外の生活費に支出があてられている．

学寮の学生については，生活費は2008年度の75万2,000円から2010年度は79万9,900円となり，2012年度には83万1,300円へと増加した．その後も，2014年度は82万1,300円と1万円のみ減少したが，2016年度は85万6,500円となり，2018年度には過去10年間で最大の88万8,400円となって総じて増加傾向にある．食費は，2008年度の23万円から2010年度は23万1,900円となり，大きな変化はなかったが，2012年度には最小の21万8,300円へと減少しており，この期間の生活費の増加とは反比例している．その後，2014年度は24万5,200円へと増加し，2016年度は23万8,200円へと再び若干の減少があったものの，2018年度は最大の25万9,600円へと増加している．このように食費は，過去10年間で増減を繰り返しながらも最近では金額では増加傾向にあるが，生活費に占める割合では，2008年度の最大の30.6％から2018年度には29.2％であり，大きく変化していない．したがって，学寮の学生は，過去10年間で生活費が増加する中でも，食費を削減して切り詰めることや，必要以上に食費を支出しない傾向にあることが考えられる．

下宿・アパート・その他の学生は，生活費は2008年度の104万7,400円から2010年度は104万7,500円となり，ほぼ変化はないが，2012年度には109万5,000円へと増加している．その後，2014年度は103万9,000円に減少したが，2016年度は109万5,100円となり，2018年度には111万1,400円となって増加傾向にある．食費をみると，2008年度の26万8,000円から2010年度は26万6,200円と若干減少し，2012年度には26万300円へと減少しており，この期間の食費の減少傾向は生活費の増加と反比例し，割合でも，2008年度の25.6％から2012年度の23.8％へと縮小している．その後は，2014年度の26万3,700円から2016年度は27万6,000円となり，2018年度には28万4,600円となって金額では増加傾向にある．しかし食費の割合では，2014年度は25.4％，2016年度は25.2％であり，2018年度は25.6％となっており，ほぼ変化していない．つまり，下宿・アパート・その他の学生は，過去10年間での生活費と食費の支出傾向は，学寮の学生とほぼ同様であり，生活費が増加する中において，食費を節約している傾向がみられる．

以上から，自宅の学生は，食費は一定に抑えられている傾向にあるが，学寮や下宿・アパート・その他などの一人暮らしの学生は，食費を切り詰めることや必要以上に支出しないように節約し，食費以外の生活の支出を優先し食費で調整する傾向にあることがうかがえる．

2．大学学生支援の学生利用状況に関する統計的傾向

表－2に2014年度から2018年度にかけての全国の大学における学生支援の学生の利用状況の推移について示した．4種類別の大学の学生支援について，最も利用されている支援は，図書館・自習室などの学習支援施設であり，利用ありが2014年度の96.4％から2018年度は95.6％となり，若干の減少傾向にあるものの，9割以上の学生において利用されており，就学上，必要不可欠な施設となっている．次に多いのは，奨学金等の経済的支援に関する情報提供であり，利用ありが2014年度の60.1％から2018年度の57.4％にかけて，前者と同様に若干の減少傾向にあるが，約6割の学生が学費等の支援を受けるために利用している．その次に多いのは，キャリアセンターなどでの就職・進路への支援である．利用ありは2014年度の53.3％から2018年度の50.8％であり，この支援においても，前者および前々者と同様に，若干の減少傾向にあるが，半数以上の学生が就職・進路の支援のために利用している．最後に最も低いのは，学習・生活面でのカウンセリングである．利用ありは2014年度の40.9％から2018年度は40.1％であり，利用状況は半数以下で横ばいの状況である．

以上から，全国の大学の学生における学生支援体制の近年の利用状況は，図書館・自習室などの学習支援施設＞奨学金等の経済的支援に関する情報提供＞キャリアセンターなどでの就職・進路への支援＞学習・生活面でのカウンセリング，となっており，学習・生活面の支援の利用が最も少ない状況にある．各大学において，支援の体制や施設の整備状況は一様ではないと考えられるが，学生の生活面でも重要な柱となる食生活に関して，大学による食育の普及に関する支援体制の充実と学生への啓発活動は今後必要とされる課題である．

Ⅲ　山形大学学生の居住状況と食生活の動向

山形大学では，“学生の生活実態を把握し，学生の修学，福利厚生・課外活動等の充実や改善に役立てるための基礎資料を得ることを目的”[25] として，正規学生全体の30％を対象に1994年から学生生活実態調査を実施している．1994年から2009年にかけては5年間に一度のペースで実施されてきたが，2009年には3年間に1度の実施に方針が変更され，その後は2012年，2016年[26]，2019年に実施されている．本章では直近過去3回に実施報告された本調査結果の統計を利用して，山形大学学生の居住状況，生活費・食費，食生活に関して統計的傾向を把握する．

1．居住状況および生活費と食費に関する統計的傾向

表－3に2012年度から2019年度にかけての山形大学学生の居住状況の推移について示した．居住状況について，最も多いのが一人暮らしであり，割合をみると，2012年度78.4％，2016年度75.9％，2019年度81.9％となっており，7割以上から約8割を占める状態で推移している．次に，親と同居が多く，割合では2012年度17.6％，2016

表－2　全国の大学における学生支援の学生の利用状況の推移

単位：％

項　目	年度	利用状況			
		計	利用あり	利用なし	無回答
図書館・自習室などの学習支援施設	2014	100.0	96.4	3.5	0.1
	2016	100.0	96.2	3.8	0.0
	2018	100.0	95.6	4.4	0.1
キャリアセンターなどでの就職・進路への支援	2014	100.0	53.3	46.6	0.1
	2016	100.0	52.8	47.0	0.1
	2018	100.0	50.8	49.1	0.1
学習・生活面でのカウンセリング	2014	100.0	40.9	59.0	0.1
	2016	100.0	40.8	59.1	0.1
	2018	100.0	40.1	59.8	0.1
奨学金等の経済的支援に関する情報提供	2014	100.0	60.1	39.7	0.2
	2016	100.0	58.1	41.9	0.1
	2018	100.0	57.4	42.5	0.1

資料：独立行政法人日本学生支援機構「学生生活調査」（各年度版）より作成
注：1）大学昼間部であり，国立，公立，私立の平均である．
2）経年比較の整合性確保のため，大学の学生支援体制に関する質問内容が同じである2014年度以降のみを集計した．
3）利用状況のうち“利用あり”は，元資料の“利用したことがある”の不満，やや不満，やや満足，満足を合計した．
4）割合は各年度の利用状況の計を100％とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100％にならない場合もある．

年度18.3%，2019年度12.2%で推移しており，1割以上2割未満を占めている状態である．その他を除くと，次いで，兄弟姉妹・友達と共同生活であり，2012年度1.4%，2016年度3.1%，2019年度3.2%と推移し，全体に占める割合では小さいながらも微増しており，近年では，ルームシェアなどが普及していることも考えられる．

住居形態では，アパート・マンションが最も多く，割合では，2012年度75.4%，2016年度70.8%，2019年度75.1%と推移し，7割以上を占める状態にあり，居住状況で最も多い一人暮らしの住居形態を裏付けている．続いて多いのは，一戸建てであり，割合では2012年度16.4%，2016年度16.2%，2019年度12.2%と微減して推移しているが1割以上を占めており，この次に多い山形大学学生寮よりも多い割合である．近年では学生専用のシェアハウス[27]の整備と入居が進展していることが考えられる．続いて，山形大学学生寮であり，2012年度5.7%，2016年度8.8%，2019年度8.5%であって1割未満の割合で推移しており，前述したとおり一戸建てよりも少ない．外国人留学生のための宿舎である国際交流会館とその他を除いて，下宿（食事付）は，2012年度0.9%，2016年度0.8%，2019年度1.3%と1%前後での割合で推移しており，現在では食事付きの賃貸物件の供給と学生の入居希望の需要の両方ともに以前よりも減少していることが考えられる．

次に，表－4に2012年度から2019年度にかけての山形大学学生の生活費と食費の推移について示した．月平均生活費は，2012年度から2019年度にかけて，2～6万円未満の支出者が最も多く学生の半数を占めるが，微減傾向にあり，2万円未満の支出者も微減傾向にある．その一方で，6万円以上の支出者が増加傾向にあった．つまり，月平均生活費は，6万円を境にして，6万円未満の支出者が減少し，6万円以上の支出者が増加している傾向にある．

こうした中で，月平均食費は，1～3万円未満の支出者が最も多く，学生の6割以上7割未満を占めてきたが，最近は減少傾向にあり，1万円未満の支出者も減少傾向にある．これに対して，3万円以上が増加傾向にある．これらから，月平均食費は，3万円を境にして，3万円未満の支出者が減少し，3万円以上の支出者が増加している傾向にある．

表－3　山形大学学生の居住状況の推移

単位：人，%

年度	区分	居住状況					住居形態						
		計	一人暮らし	親と同居	兄弟姉妹・友達と共同生活	その他	計	一戸建て	山形大学学生寮	下宿（食事付）	アパート・マンション	国際交流会館	その他
2012	人数	1,316	1,033	232	19	32	1,318	216	75	12	995	17	3
	割合	100.0	78.4	17.6	1.4	2.4	100.0	16.4	5.7	0.9	75.4	1.3	0.2
2016	人数	1,211	920	222	37	32	1,211	196	107	10	858	34	6
	割合	100.0	75.9	18.3	3.1	2.6	100.0	16.2	8.8	0.8	70.8	2.8	0.5
2019	人数	1,294	1,060	158	42	34	1,294	158	110	17	972	33	4
	割合	100.0	81.9	12.2	3.2	2.6	100.0	12.2	8.5	1.3	75.1	2.6	0.3

資料：山形大学「学生生活実態調査」（各年度版）より作成
注：割合は各年度の各項目の人数の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

表－4　山形大学学生の生活費と食費の推移

単位：人，%

年度	区分	月平均生活費									月平均食費					
		計	2万円未満	2～4万円未満	4～6万円未満	6～8万円未満	8～10万円未満	10～12万円未満	12～15万円未満	15万円以上	計	1万円未満	1～3万円未満	3～5万円未満	5～7万円未満	7万円以上
2012	人数	1,308	111	305	363	208	181	84	32	24	1,306	207	911	155	26	7
	割合	100.0	8.4	23.1	27.5	15.8	13.7	6.4	2.4	1.8	100.0	15.7	69.1	11.8	2.0	0.5
2016	人数	1,205	100	298	310	218	171	67	28	13	1,204	184	815	184	19	2
	割合	100.0	8.3	24.6	25.6	18.0	14.1	5.5	2.3	1.1	100.0	15.2	67.2	15.2	1.6	0.2
2019	人数	1,286	88	304	331	259	190	59	35	20	1,288	163	848	250	22	5
	割合	100.0	6.8	23.6	25.7	20.1	14.8	4.6	2.7	1.6	100.0	12.7	65.8	19.4	1.7	0.4

資料：山形大学「学生生活実態調査」（各年度版）より作成
注：割合は各年度の各項目の人数の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

２．食生活に関する統計的傾向

表－5に2012年度から2019年度にかけての山形大学学生の朝食の摂取状況の推移について示した．朝食摂取の頻度は，この期間において各年度共通して毎日の摂取が最も多く，割合では40％台の水準で推移しているが，過半数に満たない学生数である．毎日に続いて比較的多い週4，5日程度の割合は，20％前後で推移しているが微減傾向にある．続いて，週の半数以下である週2，3日程度では10％台で推移し，微増傾向にある．ほとんど食べないは，年度によってばらつきがみられるが，直近の2019年度では，24.7％を占めており，約4分の1の学生が朝食を欠食している．

朝食摂取の主な場所は，各年度共通して自宅・下宿等が最も多く，割合は86％前後で推移し大きく変化していない．登校前に居住場所で朝食を摂取している学生が圧倒的に多い．続いて，その他を除くと，学内食堂が多く，年度によってばらつきがあるが，1割未満の学生は朝食が提供される学内食堂を利用している．ただし山形大学の学内食堂はキャンパスによって朝食提供の有無の違いがある．

次に，表－6に2016年度から2019年度にかけての山形大学学生の食事の摂取状況の変化について示した．毎日3食の食事摂取状況（平均）について，この期間に各年度共通して最も多いのは，朝・昼・晩食べているであるが，割合は2016年度69.1％，2019年度61.5％へと過去3年間で約7割から約6割へと減少している．一方，次に多いのが，昼・晩食べているであり，2016年度23.4％，2019年度30.5％へと過去3年間で2割強から約3割へ増加し，朝食を欠食する学生が増加している．また，全学生に占める割合では少ないが，朝・昼食べているは，2016年度3.2％，2019年度2.6％と微減しており，朝・晩食べているは，2016年度2.6％，2019年度4.0％と微増し，少ない割合ではあるが昼食を欠食する学生が微増している．さらに，1日1食程度は，2016年度0.9％，2019年度0.8％であり，1％未満の割合でごく少数ではあるが，食事回数が1日1食程度の学生も存在している．

次に，1日3食食べない主な理由について，この期間において各年度共通して最も多いのは，時間がないであり，割合は2016年度50.1％，2019年度49.6％と約半数を占める状態で大きな変化はなく，食事をする時間的余裕が少ない生活環境にある．次に，作る手間が面倒くさいが，2016年度21.1％，2019年度18.2％と減少したが2割前後

表－5　山形大学学生の朝食の摂取状況の推移

単位：人，％

年度	区分	朝食摂取の頻度					朝食摂取の主な場所				
		計	毎日	週4, 5日程度	週2, 3日程度	ほとんど食べない	計	自宅・下宿等	学外食堂	学内食堂	その他
2012	人数	1,314	553	287	163	311	1,042	905	10	71	56
	割合	100.0	41.9	21.8	12.4	23.6	100.0	86.9	1.0	6.8	5.4
2016	人数	1,197	589	244	158	206	1,029	878	8	81	62
	割合	100.0	48.6	20.1	13.0	17.0	100.0	85.3	0.8	7.9	6.0
2019	人数	1,286	530	250	188	318	1,017	875	13	51	78
	割合	100.0	41.2	19.4	14.6	24.7	100.0	86.0	1.3	5.0	7.7

資料：山形大学「学生生活実態調査」（各年度版）より作成
注：割合は各年度の各項目の人数の計を100％とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100％にならない場合もある．

表－6　山形大学学生の食事の摂取状況の変化

単位：人，％

年度	区分	毎日3食の食事摂取状況（平均）							1日3食食べない主な理由								大学の食堂利用					
		計	朝･昼･晩食べている	朝･昼食べている	朝･晩食べている	昼･晩食べている	1日1食程度	その他	計	時間がない	作る手間が面倒くさい	金銭的に苦しい	ダイエットのため	必要ない	食欲がない	その他	計	朝食	昼食	夕食	利用しない	その他
2016	人数	1,062	734	34	28	249	10	7	417	209	88	16	19	27	48	10	1,216	45	664	51	411	45
	割合	100.0	69.1	3.2	2.6	23.4	0.9	0.7	100.0	50.1	21.1	3.8	4.6	6.5	11.5	2.4	100.0	3.7	54.6	4.2	33.8	3.7
2019	人数	1,067	656	28	43	325	9	6	565	280	103	24	24	44	65	25	1,484	43	716	206	519	—
	割合	100.0	61.5	2.6	4.0	30.5	0.8	0.6	100.0	49.6	18.2	4.2	4.2	7.8	11.5	4.4	100.0	2.9	48.2	13.9	35.0	—

資料：山形大学「学生生活実態調査」（各年度版）より作成
注：1）“1日3食食べない主な理由”について，“必要ない”の回答項目には“食べない方が勉強に集中できる”ことが括弧で補足されている．
2）“大学の食堂利用”について，2019年度は“その他”の項目はなく，複数回答である．
3）割合は各年度の各項目の人数の計を100％とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100％にならない場合もある．

を占めている．続いて，食欲がないが，2016年度11.5%，2019年度11.5%と変化はなく約1割を占め，必要ないが，2016年度6.5%，2019年度7.8%と微増しており，食事をする意志がない学生も一定の割合で存在している．さらに，ダイエットのためが，2016年度4.6%，2019年度4.2%と微減しているが，金銭的に苦しいは，2016年度3.8%，2019年度4.2%へと微増しており，ダイエットなどの意志と目的があって食事回数を減らすのではなく，経済的に逼迫して食事ができない状況にある学生の微増には注視する必要がある．

最後に，大学の食堂利用について，この期間に各年度共通して，利用する場合に最も多いのは，昼食であり，割合は2016年度54.6%，2019年度48.2%と減少しているが，学生の約半数は昼食で利用する場合が多い．続いて，夕食が2016年度4.2%，2019年度13.9%と大きく増加し，朝食は2016年度3.7%，2019年度2.9%と微減している．一方，大学の食堂を利用しない学生は2016年度33.8%，2019年度35.0%と微増しており，3割強を占めている．

以上から，山形大学の学生は，過去3年間で，毎日3食を摂取している者は，約7割から約6割へと減少し，一方，朝食を欠食する者が2割強から約3割へと増加している．そして，1日3食食べない主な理由は，過去3年間で時間がないが約半数を占める状態が続き，作る手間が面倒くさいが2割前後で推移している．生活時間そのものの利用の工夫，休日の料理の作り置きや手軽な調理のレシピと洗い物を少なくする調理器具・食器の利用方法の習得などが必要である．また，大学の食堂利用については，過去3年間において，昼食を利用する学生が最も多いが5割強から5割弱へと減少し，夕食を利用する学生は1割未満から1割強へと増加している．朝食を利用する学生は1割に満たない割合で推移している．その一方で，食堂を利用しない学生は，3割強で推移している．山形大学ではキャンパスによって食堂の営業時間に違いがあるが，今後は，学生が利用しやすい営業時間の検討と提供料理の充実が求められると考えられる．

Ⅳ　山形大学農学部学生の食生活の実態

1．調査の方法と実施概要

本研究では，山形大学農学部に在籍する学生で，小白川キャンパス（山形市）から鶴岡キャンパス（鶴岡市）への移行後の学部学生である2年生，3年生，4年生を対象にして，学生の食生活の実態を把握することを目的として調査を実施した．調査の期間と方法は，2019年8月28日から9月11日までの2週間において，インターネット（Googleフォーム・LINEアプリ）を利用したアンケート調査によって実施した．調査の対象者数・回答者数は，2年生161人対象・44人回答，3年生152人対象・53人回答，4年生150人対象・56人回答であり，計463人対象・153人回答（回答率33.0%）であった．

2．回答者の属性

アンケート調査の結果にもとづいて，表－7に回答者属性について示した．性別の割合では，男42.8%，女57.2%であり女性の回答数が上回った．

表－7　山形大学農学部学生調査の回答者属性

単位：人，%

項　目	人数	割合
学年（n=153）		
2年生	44	28.8
3年生	53	34.6
4年生	56	36.6
計	153	100.0
性別（n=152）		
男	65	42.8
女	87	57.2
計	152	100.0
居住状況（n=153）		
一人暮らし	141	92.2
親と同居	7	4.6
兄弟姉妹・友達と共同生活	1	0.7
その他	4	2.6
計	153	100.0
住居形態（n=152）		
一戸建て	10	6.6
山形大学学生寮	16	10.5
下宿（食事付き）	0	0.0
アパート・マンション	125	82.2
その他	1	0.7
計	152	100.0
部・サークル活動有無（n=153）		
あり	126	82.4
なし	27	17.6
計	153	100.0
アルバイト有無（n=153）		
あり	128	83.7
なし	25	16.3
計	153	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成
注：割合は各項目の人数の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

居住状況は，多い割合の順に，一人暮らしが圧倒的に多く92.2%，続いて，親と同居4.6%，兄弟姉妹・友達と共同生活0.7%である．

住居形態は，アパート・マンション82.2%，山形大学学生寮10.5%，一戸建て6.6%，下宿（食事付き）0.0%である．したがって，居住状況の一人暮らし92.2%は，居住形態でのアパート・マンションと寮との合計である92.7%を裏付けるものであり，かつ下宿（食事付き）が0.0%であることから，山形大学農学部学生の食生活の実情は，若年層の学生単身世帯による食の自立化に相当する問題であると考えられる．

部・サークル活動有無は，ありが82.4%と多いが，なしは17.6%と一定の割合で存在しており，鶴岡キャンパスが単独学部設置のために学生数が限定され活動にも制約があることが考えられる．なお，本研究の調査では，部・サークル活動に関する調査項目は，運動系と文化系とを分類して照会していない．

アルバイト有無は，ありが83.7%と多くを占めており，なしは16.3%である．多くの学生がアルバイトをしているが，その雇用先が飲食店の場合には，賄い付きであることも多く，現金収入と同時に食生活の一助としている学生も存在している．

3．月平均の支出入と食費の状況

本節では，学生の経済状況と食費との関係について把握する．まず，表－8に月平均収入の状況について示した．月平均全体収入は，全体的にばらつきがみられるが，10.0%以上を占める割合の層は，1万円未満13.2%，5～6万円未満11.2%，9万円以上28.3%であり，金額別に低額層，中額層，高額層において一定の偏りが確認できる．

月平均仕送りについても，仕送りがある学生は，同様に10.0%以上を占める割合の層では，2～3万円未満10.5%，3～4万円未満11.1%，4～5万円未満11.8%，5～6万円未満12.4%，9万円以上11.1%であり，金額別に2～6万円未満の範囲にまたがる低中額層と9万円以上の高額層とで一定の偏りがみられる．一方，仕送りのない学生が割合では23.5%と最も多く，自活を強いられている学生も少なくない．

月平均奨学金は，受給している学生が全体の約4割存在する．奨学金制度の種類と審査に応じて，受給金額は様々であるが，最も多い金額は，4～5万円未満で全学生の15.7%を占めている．

表－8　山形大学農学部学生の月平均収入の状況

単位：人，%

収入項目	区分	計	1万円未満	1～2万円未満	2～3万円未満	3～4万円未満	4～5万円未満	5～6万円未満	6～7万円未満	7～8万円未満	8～9万円未満	9万円以上	なし
月平均全体収入（n=152）	人数	152	20	6	6	11	12	17	7	15	15	43	—
	割合	100.0	13.2	3.9	3.9	7.2	7.9	11.2	4.6	9.9	9.9	28.3	—
月平均仕送り（n=153）	人数	153	2	10	16	17	18	19	7	9	2	17	36
	割合	100.0	1.3	6.5	10.5	11.1	11.8	12.4	4.6	5.9	1.3	11.1	23.5
月平均奨学金（n=153）	人数	153	0	0	8	6	24	8	0	9	2	6	90
	割合	100.0	0.0	0.0	5.2	3.9	15.7	5.2	0.0	5.9	1.3	3.9	58.8
月平均アルバイト収入（n=153）	人数	153	7	13	18	19	28	21	8	6	3	5	25
	割合	100.0	4.6	8.5	11.8	12.4	18.3	13.7	5.2	3.9	2.0	3.3	16.3

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成
注：割合は各項目の人数の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

表－9　山形大学農学部学生の月平均の支出と食費の状況

単位：人，%

支出項目	区分	計	2万円未満	2～3万円未満	3～4万円未満	4～5万円未満	5～6万円未満	6～7万円未満	7～8万円未満	8～9万円未満	9万円以上
月平均支出（n=153）	人数	153	7	15	18	26	21	18	16	7	25
	割合	100.0	4.6	9.8	11.8	17.0	13.7	11.8	10.5	4.6	16.3
月平均食費（n=152）	人数	152	66	53	23	8	1	0	0	0	1
	割合	100.0	43.4	34.9	15.1	5.3	0.7	0.0	0.0	0.0	0.7

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成
注：割合は各項目の人数の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

月平均アルバイト収入についてみると，アルバイトは8割以上の学生が行っており，割合では，最も多い4～5万円未満18.3％を頂点として，高額層よりも低額層の割合が若干多い正規分布に近い形状で分布している．

次に，表－9に月平均の支出と食費の状況について示した．月平均支出は，最も多い割合が，4～5万円未満17.0％であり，この中額層が頂点をなしている一方，次に多い割合は9万円以上16.3％であり，この高額層が二次ピークとなっている．したがって，月平均支出は，4～5万円未満を中心とする学生と9万円以上の学生との二極化の傾向にある．

月平均食費について，1％以上の層をみると，最少額の層から順に，2万円未満43.4％，2～3万円未満34.9％，3～4万円未満15.1％，4～5万円未満5.3％である[28]．食費を低額で支出している学生が多く，8割弱の学生が3万円未満の支出金額である．

4．食事摂取と健康管理の状況

学生の食事摂取の詳細と健康管理の状況について本節で把握する．表－10に食事摂取の実感と状況について性別による割合を示した．現在と大学進学前との食生活の乱れの実感は，感じるとやや感じるとの合計が，男78.5％，女84.9％であり，あまり感じないと感じないとの合計では，男18.5％，女7.0％であることから，女の方が高い割合で食生活の乱れを実感している．

しかし，次の朝食摂取の頻度では，毎日が，男27.2％，女34.9％，ほとんど食べないが，男29.2％，女20.9％であるため，男よりも女の方が朝食摂取の頻度が高く，朝食欠食率の割合も低い．このため，現在と大学進学前との食生活の乱れの実感については，あくまでも主観的な意識の回答であるため，自身に対する厳しさの度合いが性差で表れている可能性も否定できない．この点は後述するが，毎日3食の食事摂取状況については男よりも女の方が3食摂取の割合が高いことからも裏付けられる．なお，週に4，5日程度と週に2，3日程度とは，性別で大きな差はみられない．

朝食摂取の場所は，自宅・下宿等が男女ともに8割以上と多いが，大学が2割弱と一定数で存在している．山形大学農学部の食堂は早朝営業を行っていないことから，大学内に朝食を持参または購買書籍店で購入して摂取している状況が考えられる．

朝食欠食の理由については，その内容に男女差がみら

表－10　山形大学農学部学生の食事摂取の実感と状況

単位：％

項　目	男 (n=65)	女 (n=86)	計
現在の大学進学前との食生活の乱れの実感（n=151）			
感じる	55.4	53.5	54.3
やや感じる	23.1	31.4	27.8
変わらない	3.1	8.1	6.0
あまり感じない	6.2	4.7	5.3
感じない	12.3	2.3	6.6
計	100.0	100.0	100.0
朝食摂取の頻度（n=151）			
項　目	男 (n=65)	女 (n=86)	計
毎日	27.7	34.9	31.8
週に4, 5日程度	24.6	25.6	25.2
週に2, 3日程度	18.5	18.6	18.5
ほとんど食べない	29.2	20.9	24.5
計	100.0	100.0	100.0
朝食摂取の場所（n=140）			
項　目	男 (n=57)	女 (n=83)	計
自宅・下宿等	80.7	86.7	84.3
大学	19.3	13.3	15.7
計	100.0	100.0	100.0
朝食欠食の理由（n=115）			
項　目	男 (n=53)	女 (n=62)	計
起きられない	30.2	21.0	25.2
時間がない	28.3	58.1	44.3
作る手間がかかる	7.5	0.0	3.5
食べる習慣がない	9.4	3.2	6.1
食欲がない	11.3	14.5	13.0
必要がない	13.2	3.2	7.8
計	100.0	100.0	100.0
毎日3食の食事摂取状況（n=150）			
項　目	男 (n=65)	女 (n=85)	計
朝・昼・晩食べている	33.8	42.4	38.7
朝・昼食べている	6.2	1.2	3.3
朝・晩食べている	1.5	2.4	2.0
昼・晩食べている	56.9	48.2	52.0
1日1食程度	1.5	1.2	1.3
その日による	0.0	4.7	2.7
計	100.0	100.0	100.0
昼食摂取の主な方法（n=150）			
項　目	男 (n=64)	女 (n=86)	計
大学の購買書籍店での購入	40.6	64.0	54.0
大学の食堂	18.8	4.7	10.7
自宅で食べる	20.3	9.3	14.0
弁当持参（手作り）	9.4	17.4	14.0
大学以外の飲食店	6.3	1.2	3.3
事前学外購入品の持参	4.7	3.5	4.0
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：割合は男女別に項目の計を100％とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100％にならない場合もある．

れた．割合が高かった回答では，男は，起きられない30.2％，時間がない28.3％であるのに対して，女は，時間がない58.1％，起きられない21.0％であり，登校までの時間は朝食摂取よりも睡眠時間かそれ以外のことを優先しているなどの性差がみられる．作る手間がかかるは，男7.5％，女0.0％であり，朝食の調理を面倒とするのは男であり，女は皆無である．食べる習慣がないは，男9.4％，女3.2％であり，また，必要がないも，男13.3％，女3.2％であるから，女よりも男において，朝食欠食が既に習慣化されている場合が多い．食欲がないは，男11.3％，女14.5％であり，最も性差が小さい理由であった．

毎日3食の食事摂取状況について，朝・昼・晩食べている学生は，男33.8％，女42.4％であり，男よりも女の方が3食摂取の割合が多いが，両者ともに半数に満たない．最も多い割合は，昼・晩食べているの男56.9％，女48.2％であって，朝食を欠食し1日に昼と晩の2食での食事摂取が男女ともに最も多い．朝を含む1日2食の食事摂取である朝・昼食べている学生と朝・晩食べている学生とは，男女ともにそれぞれ数％である．

昼食摂取の主な方法は，項目別の割合において性差がみられた．両者に共通して割合で最も多いのが，大学の購買書籍店での購入であり，男40.6％，女64.0％を占め，男は過半数未満であるものの，女は過半数以上の割合であり，大学内の店舗を利用する女子学生が多くみられる．一方，大学の食堂は，男18.8％，女4.7％であり，男の利用が多く，女の利用は少ない．自宅で食べるは，男20.3％，女9.3％であり，男は2番目に多く，女は3番目に多い割合であり，近年，一般的に増加傾向にある大学生の孤食化が懸念される[29]．弁当持参（手作り）は，男9.4％，女17.4％であり，男は割合の多さでは4番目ではあるが約1割存在し，女は2番目に多い．大学以外の飲食店は，男6.3％，女1.2％であり，割合としては低く，大学近隣に学生向けの安価で良心的な飲食店が少ないことも要因として考えられる．事前学外購入品の持参は，男4.7％，女3.5％である．

次に，表－11に自炊と外食の状況について示した．自炊の頻度は，毎日するが，男30.8％，女33.3％であり，日常的に自炊生活を送っているのは，男女ともに同程度の割合の約3割にとどまっている．たまにするは，男56.9％，女57.5％を占め，これも男女ともに同程度であるが，割合としては最も多く，6割弱の多くが低い頻度で自炊を行っている．ほとんどしないは，男9.2％，女5.7％であり，男の割合が若干高く，しないは，男3.1％，女3.4％であり，自炊を行っていない学生は男女ともにごく少数である．

加工品の摂取の頻度は，毎日食べるが，男6.2％，女10.3％であり，男よりも女の割合が多く，約1割を占めている．たまに食べるは，男76.9％，女63.2％であり，男女ともに最も多い割合を占めており，全体的に加工品への依存度は低い傾向にあることが考えられる．また，ほとんど食べないと食べないとの両項目の男女別合計は，

表－11　山形大学農学部学生の自炊と外食の状況

単位：％

自炊の頻度（n=152）			
項　目	男（n=65）	女（n=87）	計
毎日する	30.8	33.3	32.2
たまにする	56.9	57.5	57.2
ほとんどしない	9.2	5.7	7.2
しない	3.1	3.4	3.3
計	100.0	100.0	100.0
加工品の摂取の頻度（n=152）			
項　目	男（n=65）	女（n=87）	計
毎日食べる	6.2	10.3	8.6
たまに食べる	76.9	63.2	69.1
ほとんど食べない	15.4	23.0	19.7
食べない	1.5	3.4	2.6
計	100.0	100.0	100.0
外食の頻度（n=152）			
項　目	男（n=65）	女（n=87）	計
毎日	1.5	0.0	0.7
週に5, 6日	3.1	2.3	2.6
週に3, 4日	24.6	5.7	13.8
週に1, 2日	50.8	47.1	48.7
ほとんどしない	20.0	44.8	34.2
計	100.0	100.0	100.0
主な外食先（n=141）			
項　目	男（n=64）	女（n=77）	計
定食店	21.9	18.2	19.9
ラーメン店	48.4	29.9	38.3
牛丼チェーン店	7.8	1.3	4.3
ファーストフード店	17.2	16.9	17.0
ファミリーレストランチェーン店	1.6	27.3	15.6
居酒屋	1.6	1.3	1.4
その他	1.6	5.2	3.5
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：1）割合は男女別に項目の計を100％とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100％にならない場合もある．
2）加工品の摂取の頻度の“加工品”は，総菜・冷凍食品・カップ麺などである．
3）主な外食先の“その他”は，イタリアン，カフェ，特定なしとする選択肢外の回答である．

男16.9%，女26.4%であり，女の方が多い．一般的に食品添加物や塩分含有量も多い加工品をほとんど摂取しない健康意識の高い学生が男女ともに少なくない割合で存在している．

外食の頻度は，毎日と週に5，6日との両項目の男女別合計では，男4.6%，女2.3%であり，ほとんどの食事を外食で済ませている学生は男女ともに少ない．週に3，4日は，男24.6%，女5.7%であり，男女差が大きく，週に半数の日を外食するのは，男では2割強と多いが，女は1割弱と少ない．週に1，2日は，男50.8%，女47.1%であり，男女ともに最も多い割合であって，両者ともに過半数に近い割合を占めている．ほとんどしないは，男20.0%，女44.8%であることから，女は外食について，週に1，2日かまたはほとんどしないかの両極に近い状況にあると考えられる．

主な外食先は，部分的に男女差がみられた．定食店は，男21.9%，女18.2%であり，男女ともに2割前後を占めており低い水準である．ラーメン店は，男48.4%，女29.9%であり，男女ともに最も多い割合であるが，男女差がみられ，男は主な外食先の約過半数がラーメン店であり，栄養の偏りが懸念される．牛丼チェーン店も，男7.8%，女1.3%であり，女よりも男が多い割合であって，丼物だけを中心とした摂食では栄養バランスが心配される．ファーストフード店は，男17.2%，女16.9%であり，男女ともに同程度の2割弱の低い割合である．ファミリーレストランチェーン店は，男1.6%，女27.3%であり，女は2番目に多い割合である．ファミリーレストランチェーン店は，飲食店の中では一般的に品数が多く，長時間滞在も可能であるが，食材には加工品の利用が多い場合もある．居酒屋は，男1.6%，女1.3%とごく少数である．

表－12に食料の調達状況を示した．食料の主な調達先と種類は，コンビニエンスストアでの総菜・弁当が，男女ともに3%台の割合であり，非常に少ない．スーパーマーケットでの野菜・肉・魚などの食材の調達が，男68.3%，女81.4%の割合であり，男女ともに最も多く，女の方が男よりも多い．一方，同様にスーパーマーケットでの総菜・弁当の調達は，男23.8%，女11.6%の割合であり，男の方が女よりも多い．また，カップ麺の調達は，男1.6%，女2.3%とごくわずかである．したがって，スーパーマーケットでの主な調達食料として，生鮮食品と加工品との調達の割合に一定の男女差がみられ，女が男よりも生鮮食品を調達する割合が1割強高く，男が女よりも加工品を調達する割合が1割強高い．しかし，男は約7割，女は約8割で男女ともに大半は生鮮食品を主に調達している．また，産地直売所での野菜・肉・魚などの食材の調達は，男1.6%，女0.0%であり，男女ともに少ない．地域のJAによる産地直売所は鶴岡市市街地での設置は少なく，鶴岡市郊外に設置されている店舗が多いために，自動車ではなく徒歩や自転車が主な交通手段[30]である学生にとっては日常的に利用することは困難であり，学生の利用が極めて少ない状況にあると考えられる．

実家からの食料の仕送りによる野菜・肉・魚などの食材の調達は，男1.6%，女1.2%と少なく，ほとんどの学生が地域で自主的に食材を調達している．

食料購入時の地元食材の意識の状況については，意識しているとやや意識しているとの合計が，男26.1%，女44.8%であり，女の方が男よりも意識が高いものの半数に満たない．

次に，表－13に食事と健康管理の状況を示した．食事

表－12　山形大学農学部学生の食料の調達状況

単位：%

食料の主な調達先と種類（n=149）				
項　目		男（n=63）	女（n=86）	計
コンビニエンスストア				
	総菜・弁当	3.2	3.5	3.4
	計	3.2	3.5	3.4
スーパーマーケット				
	野菜・肉・魚などの食材	68.3	81.4	75.8
	総菜・弁当	23.8	11.6	16.8
	カップ麺	1.6	2.3	2.0
	計	93.7	95.3	94.6
産地直売所				
	野菜・肉・魚などの食材	1.6	0.0	0.7
	計	1.6	0.0	0.7
実家からの食料の仕送り				
	野菜・肉・魚などの食材	1.6	1.2	1.3
	計	1.6	1.2	1.3
合計		100.0	100.0	100.0
食料購入時の地元食材の意識の状況（n=152）				
項　目		男（n=65）	女（n=87）	計
意識している		9.2	12.6	11.2
やや意識している		16.9	32.2	25.7
あまり意識していない		29.2	27.6	28.3
意識していない		44.6	27.6	34.9
計		100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：1）割合は男女別に項目の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

2）食料購入時の地元食材の意識の状況の地元食材には加工品を含む．

時の健康面の意識の状況について，意識しているとやや意識しているとの合計は，男69.2%，女72.4%であり，男女差は小さく，男女ともに約7割と高い割合を占めている．しかし，あまり意識していないと意識していないとの合計は，男30.7%，女27.5%であり，男女ともに約3割は食事時の健康面の意識が希薄である．

食事時の五大栄養素に関する意識の状況は，意識しているとやや意識しているとの合計が，男40.0%，女35.6%であり，男の方が女よりも高い割合であるが，半数に満たず4割にとどまっている．あまり意識していないと意識していないとの合計は，男60.0%，女64.4%であり，男女ともに半数以上は食事時の五大栄養素に関する意識が乏しい状況にあった．

表－13　山形大学農学部学生の食事と健康管理の状況

単位：%

食事時の健康面の意識の状況（n=152）			
項　目	男（n=65）	女（n=87）	計
意識している	20.0	18.4	19.1
やや意識している	49.2	54.0	52.0
あまり意識していない	21.5	17.2	19.1
意識していない	9.2	10.3	9.9
計	100.0	100.0	100.0
食事時の五大栄養素に関する意識の状況（n=152）			
項　目	男（n=65）	女（n=87）	計
意識している	12.3	12.6	12.5
やや意識している	27.7	23.0	25.0
あまり意識していない	35.4	39.1	37.5
意識していない	24.6	25.3	25.0
計	100.0	100.0	100.0
ダイエットの実施状況（n=152）			
項　目	男（n=65）	女（n=87）	計
している	24.6	26.4	25.7
していない	75.4	73.6	74.3
計	100.0	100.0	100.0
ダイエット実施の場合の方法（n=39）			
項　目	男（n=16）	女（n=23）	計
筋トレやランニング等の運動	68.8	26.1	43.6
筋トレと間食を減らす	6.3	0.0	2.6
糖質制限（低炭水化物摂取）	12.5	4.3	7.7
夕食時に炭水化物をとらない	6.3	0.0	2.6
間食を減らす	0.0	21.7	12.8
食事の量を減らす	0.0	43.5	25.6
1日の食事回数を減らす	0.0	4.3	2.6
その他	6.3	0.0	2.6
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：1）割合は男女別に項目の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

2）食事時の健康面の意識の状況は，食品や料理のバランスや組み合わせなどを尋ねた．

ダイエットの実施状況は，しているが，男24.6%，女26.4%であり，していないは，男75.4%，女73.6%であって，男女ともに実施有無は同程度である．両者ともに約4分の1程度がダイエットを行っている．

一方，ダイエット実施の場合の方法では，男女差がみられた．男女いずれかが10%以上を占める割合の項目をみると，筋トレやランニング等の運動は，男68.8%，女26.1%であり，男が最も多く半数以上の高い割合であるが，女は2番目に多い割合である．糖質制限（低炭水化物摂取）は，男12.5%，女4.3%であり，男は2番目に多い．間食を減らすは，男0.0%，女21.7%であり，女は3番目に多く，食事の量を減らすは，男0.0%，女43.5%であって，女が最も多い割合である．つまり，ダイエット実施者の方法は，男は運動を中心とする者が7割弱であるが，女は食事を中心とする者が7割強（1日の食事回数を減らすの女4.3%を含む）を占めており，女は運動ではなく過度な食事制限によるダイエットが懸念される．

5．購買書籍店の利用状況

本節では，山形大学農学部内に設置され山形大学生活協同組合が運営する購買書籍店（通称：Vertヴェール）における学生の利用実態について把握する．表－14に購買書籍店の利用状況について示した．同表の平日の利用頻度をみると，項目全体を通して男女差は小さい状況にある．毎日は，男29.2%，女32.2%，週に3，4日が，男43.1%，女41.4%であり，両項目を合計すると，男72.3%，女73.6%である．男女ともに7割強の学生が平日週の半数日以上は店舗を訪問しており，頻繁に利用している学生が多い．週に1，2日は，男21.5%，女23.0%であり，これらも前述した合計値に合算すると，男93.8%，女96.6%となるから，男女ともに9割強の学生が平日週の1日以上は利用している．

主な購入食品について，男女いずれかが10%以上となる割合の項目を順にみると，まず，お茶・ミネラルウォーターが，男23.4%，女23.7%であり，男女差が小さく男女ともに最も多く購入されている．清涼飲料水は，男11.4%，女7.3%であり，男の方が多い割合である．清涼飲料水はお茶・ミネラルウォーターとは異なり，多くの糖分や香料，酸味料，保存料，甘味料などの食品添加物が含まれているものも多く，かつ固体ではなく液体であることから，摂取後の体内への吸収が早く血糖値が急上昇するため，日常的な多飲は生活習慣病等に繋がる恐れもあ

る．弁当類は，男12.0%，女14.2%であり，男で4番目，女で2番目に多く購入されている．後述する表－15での店舗利用の満足の理由には，弁当がおいしいとする回答[31]もみられている．おにぎりは，男14.3%，女14.2%であり，男女ともに2番目に多く購入されている．菓子パンは，男12.6%，女9.1%であり，男の割合が多い．菓子パンは固体ではあるが，前述した清涼飲料水と同様に，多くの糖分や食品添加物を含んだ市販品が多いため，常食による健康被害が懸念される．アイス・菓子類は，男7.4%，女12.9%であり，女が多く，間食などとしての購入が考えられる．次に，10%未満の割合を占める食品についてみると，サラダ類が，男2.9%，女3.4%であり，男女ともに低い割合であるため野菜不足が懸念される[32]．スープは，男0.6%，女4.3%であり，関連して，春雨ヌードルは，男0.6%，女2.2%，味噌汁は，男0.0%，女0.4%であって，これら3食品ともに，女の割合が高く，汁物類は女が購入する場合が多くみられる．体を冷やさず代謝を高めるためにも汁物類の摂取は重要である．インスタントラーメンは，男9.7%，女4.7%であり，男が女に比べて加工品を摂取する割合が多い．焼きそば・パスタは，男2.9%，女0.0%であり，男が購入しており，サンドウィッチは，男0.6%，女1.7%であり，女の購入が若干多く，栄養補助食品は，男1.7%，女1.7%であって，男女ともに同程度で購入されている．

表－14　山形大学農学部学生の購買書籍店の利用状況

単位：%

平日の利用頻度（n=152）			
項　目	男（n=65）	女（n=87）	計
毎日	29.2	32.2	30.9
週に3, 4日	43.1	41.4	42.1
週に1, 2日	21.5	23.0	22.4
利用しない	6.2	3.4	4.6
計	100.0	100.0	100.0
主な購入食品（n=148）			
項　目	男（n=64）	女（n=84）	計
お茶・ミネラルウォーター	23.4	23.7	23.6
清涼飲料水	11.4	7.3	9.1
弁当類	12.0	14.2	13.3
サラダ類	2.9	3.4	3.2
おにぎり	14.3	14.2	14.3
焼きそば・パスタ	2.9	0.0	1.2
サンドウィッチ	0.6	1.7	1.2
春雨ヌードル	0.6	2.2	1.5
味噌汁	0.0	0.4	0.2
スープ	0.6	4.3	2.7
菓子パン	12.6	9.1	10.6
インスタントラーメン	9.7	4.7	6.9
栄養補助食品	1.7	1.7	1.7
アイス・菓子類	7.4	12.9	10.6
その他	0.0	0.0	0.0
計	100.0	100.0	100.0
購入食品選択時の健康面の意識の状況（n=149）			
項　目	男（n=64）	女（n=85）	計
意識している	25.0	22.4	23.5
やや意識している	39.1	37.6	38.3
あまり意識していない	15.6	30.6	24.2
意識していない	20.3	9.4	14.1
計	100.0	100.0	100.0
購入食品の摂取場所（n=149）			
項　目	男（n=64）	女（n=85）	計
併設の飲食スペース	21.9	21.2	21.5
食堂	1.6	0.0	0.7
学生ホール	6.3	5.9	6.0
教室・研究室	60.9	65.9	63.8
自宅	9.4	7.1	8.1
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：1）割合は男女別に項目の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

2）主な購入食品は，複数回答であり，男はn＝64，175品目，女はn=84，232品目の回答である．

購入食品選択時の健康面の意識の状況は，意識しているとやや意識しているとの合計は，男64.1%，女60.0%であり，男女ともに多い割合で健康面を意識した食品を購入しているが，男が女よりも若干多い回答であった．しかし，前述した主な購入食品でみた通り，清涼飲料水，菓子パン，インスタントラーメンの3食品は，男の方が女よりも若干多い割合で実際に購入されていたため，食品を購入する際の健康面への理解について，男は女よりも総じて乏しい状況にある可能性も否定できない．

購入食品の摂取場所は，項目全体を通して，大きな男女差がみられなく，最も多いのが教室・研究室の男60.9%，女65.9%であり，男女ともに6割以上を占めている．次いで，併設の飲食スペースが男21.9%，女21.2%であるが，同スペースの面積は約42㎡であり，テーブル大小9台と椅子25席程度の設置（2019年9月時点）であり，広さに限りがあるため，低い割合となっている．次いで，自宅が，男9.4%，女7.1%であり，大学で購入した食品を自宅で摂取している学生も少なくない割合で存在する．続いて，学生ホールが，男6.3%，女5.9%であり，同ホールも併設の飲食スペースと同程度の面積であり，テーブル大小7台と椅子24席程度の設置（2019年9月時点）で広さに限りがあるために低い割合である．最後に，食堂が，男1.6%，女0.0%となっており，食堂は校舎とは別棟にあり，離れているために不便であることなどから，

極めて低い割合であると考えられる．

次に，表－15に購買書籍店の評価について示した．店舗利用の満足度は，満足しているが，男15.4%，女8.1%であり，男の方が女よりも，完全な満足度は高い割合にあり，男女差がみられるが，やや満足しているは，男43.1%，女50.0%であり，これらを合計すると，男58.5%，女58.1%である．男女ともに同程度の6割弱において，総じて満足していると回答している．一方，あまり満足していないと満足していないとを合計すると，男41.6%，女41.9%であり，男女ともに同程度の4割強において，総じて不満足であると回答している．

表－15　山形大学農学部学生の購買書籍店の評価

単位：%

店舗利用の満足度（n=151）			
項　目	男（n=65）	女（n=86）	計
満足している	15.4	8.1	11.3
やや満足している	43.1	50.0	47.0
あまり満足していない	30.8	34.9	33.1
満足していない	10.8	7.0	8.6
計	100.0	100.0	100.0
店舗利用の満足の理由（n=68）			
項　目	男（n=32）	女（n=36）	計
品揃えが良い	25.0	25.0	25.0
手軽で最低限のものがある	28.1	13.9	20.6
自分に必要なものがある	12.5	16.7	14.7
特に困らない	6.3	22.2	14.7
弁当がおいしい	3.1	8.3	5.9
意見が反映される	9.4	0.0	4.4
その他	15.6	13.9	14.7
計	100.0	100.0	100.0
店舗利用の不満足の理由（n=57）			
項　目	男（n=25）	女（n=32）	計
品揃えが悪く種類が少ない	48.1	72.7	61.7
価格が高い	37.0	18.2	26.7
営業時間が短い	7.4	3.0	5.0
その他	7.4	6.1	6.7
計	100.0	100.0	100.0
最も希望する改善点（n=144）			
項　目	男（n=64）	女（n=80）	計
食品の種類	43.8	43.8	43.8
店舗の広さ	14.1	11.3	12.5
営業時間（早朝営業）	3.1	3.8	3.5
営業時間（終業時間延長）	28.1	36.3	32.6
商品の低価格化	7.8	2.5	4.9
その他	3.1	2.5	2.8
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：1）割合は男女別に項目の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

2）店舗利用の満足の理由は，店舗利用の満足度で“満足している”，“やや満足している”の回答者により自由記述された理由の主旨を項目別に分類して集計した．nは回答者数である．

3）店舗利用の不満足の理由は，店舗利用の満足度で“あまり満足していない”，“満足していない”の回答者により自由記述された理由の主旨を項目別に分類して集計した（1人の回答内容に項目が複数ある場合には内容を項目別に分けて集計）．nは回答者数である．

満足と不満足とのそれぞれの理由について，まず，店舗利用の満足の理由をみると，品揃えが良いが男25.0%，女25.0%であり，男女ともに同割合で回答数の4分の1は品揃えに満足している．手軽で最低限のものがあるは，男28.1%，女13.9%であり，男は最も多い割合である．自分に必要なものがあるは，男12.5%，女16.7%であり，特に困らないが，男6.3%，女22.2%と女は2番目に多い．以上の4項目を合計すると男女ともに7割強を占める割合であり，利便性や必要性などを満たしていることを満足の理由として挙げている．また，具体的な回答として，弁当がおいしいが，男3.1%，女8.3%であり，表－14で言及した通り，一定の需要のある弁当への満足度が評価されている．さらに，意見が反映されるが，男9.4%，女0.0%であり，店舗内に意見箱が設置され，利用者の意見を柔軟に取り入れる協同組合原則にもとづく経営が男の満足度として評価されている．

一方，後者の店舗利用の不満足の理由は，品揃えが悪く種類が少ないが，男48.1%，女72.7%であり，男女ともに最も多いが，特に女は男よりも多く7割強が不満足の理由として挙げている．しかし，前述した店舗利用の満足の理由には，品揃えが良いとする回答が一定割合でみられたことから，品揃えの是非についてはある程度拮抗している．続いて，価格が高いは，男37.0%，女18.2%であり，営業時間が短いは，男7.4%，女3.0%であって，いずれも男が女よりも多い．この価格と営業時間の2点に関しては，前述した店舗利用の満足の理由には挙げられていない内容である．

最も希望する改善点は，食品の種類が，男43.8%，女43.8%であり，男女ともに最も多く指摘されている．店舗の広さは，男14.1%，女11.3%である．食品の種類を増やすためには陳列するスペースが必要であり，店舗の広さにも規定されることから，これらは関係した内容でもある．営業時間（早朝営業）は，男3.1%，女3.8%であり，営業時間（終業時間延長）は，男28.1%，女36.3%である[33]．早朝よりも終業の時間延長の希望が多くみられ，最終講義が終了する前に閉店する現状について改善を求めた指摘とされる．商品の低価格化は，男7.8%，

女2.5％であり，学生が購入しやすい商品価格への要望も一部の学生においてみられた．

6．食堂の利用状況

本節では，山形大学農学部敷地内に立地する農学部会館内に設置され，山形大学生活協同組合が運営する食堂における学生の利用状況について把握する．表－16に食堂の利用状況とメニューの実感について示した．平日の利用頻度は，毎日が，男1.5％，女2.3％と極めて小さく，週に3，4日は，男13.8％，女4.6％であり，両項目を合計すると，男15.3％，女6.9％となり，平日週の半数日以上で食堂を利用する学生は，男が1割強で女では1割にも満たない．週に1，2日においても，男12.3％，女5.7％と低い割合であり，これらも前述した合計値に合算すると，男27.7％，女12.6％となり，平日週の1日以上を利用している学生は，男は2割強，女では1割強でしかなく，購買書籍店の利用頻度とは大きな差がみられる．月に1，2回程度においても，男12.3％，女16.1％と低い割合にある．利用しないは，男49.2％，女59.8％であり，男女ともに最も多く，さらに，一度も利用したことがないは，男10.8％，女11.5％であり，これらを合計した食堂を利用する意思のない学生は，男60.0％，女71.3％に達している．

メニューの満足度については，満足しているとやや満足しているとの合計では，男22.5％，女25.3％であり，男女ともに2割強が満足と回答している．一方，あまり満足していないと満足していないとの合計では，男77.4％，女74.7％であり，男女ともに7割強が不満足としていた．

メニューの不満足の理由についてみると，メニューが少なく偏っているが，男29.5％，女46.2％であり，男女ともに最も多い割合である．価格が高いが，男9.1％，女11.5％であり，メニューに変化がなく飽きるは，男13.6％，女5.8％であった．こうした指摘が生じる背景には，1年次に利用していた小白川キャンパスの食堂との比較による場合も多いことが考えられる．続いて，男女ともに10％未満の小さい割合であるが，メニューの不満足の理由として，魅力が無い，揚げ物が多い，麺類が少ない，野菜が少ない，コスパ（価格と質）が悪いとした具体的な内容がみられた．

メニュー選択時の健康面の意識の状況について，意識しているとやや意識しているとの合計は，男50.0％，女63.5％であり，男は過半数であり，女は6割強と多い．一方，あまり意識していないと意識していないとの合計は，

表－16　山形大学農学部学生の食堂の利用状況とメニューの実感

単位：％

項　目	男 (n=65)	女 (n=87)	計
平日の利用頻度（n=152）			
毎日	1.5	2.3	2.0
週に3, 4日	13.8	4.6	8.6
週に1, 2日	12.3	5.7	8.6
月に1, 2回程度	12.3	16.1	14.5
利用しない	49.2	59.8	55.3
一度も利用したことがない	10.8	11.5	11.2
計	100.0	100.0	100.0
メニューの満足度（n=137）			
満足している	4.8	4.0	4.4
やや満足している	17.7	21.3	19.7
あまり満足していない	37.1	46.7	42.3
満足していない	40.3	28.0	33.6
計	100.0	100.0	100.0
メニューの不満足の理由（n=89）			
メニューが少なく偏っている	29.5	46.2	38.5
価格が高い	9.1	11.5	10.4
メニューに変化がなく飽きる	13.6	5.8	9.4
魅力が無い	4.5	9.6	7.3
揚げ物が多い	9.1	3.8	6.3
麺類が少ない	9.1	0.0	4.2
野菜が少ない	2.3	3.8	3.1
コスパ（価格と質）が悪い	4.5	1.9	3.1
その他	18.2	17.3	17.7
計	100.0	100.0	100.0
メニュー選択時の健康面の意識の状況（n=132）			
意識している	13.8	17.6	15.9
やや意識している	36.2	45.9	41.7
あまり意識していない	22.4	23.0	22.7
意識していない	27.6	13.5	19.7
計	100.0	100.0	100.0
メニュー選択時の重要項目（n=133）			
価格	58.9	45.5	51.1
量	16.1	7.8	11.3
栄養面	17.9	14.3	15.8
見た目（美味しそうなど）	7.1	27.3	18.8
その他	0.0	5.2	3.0
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：1）割合は男女別に項目の計を100％とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100％にならない場合もある．

2）メニューの不満足の理由は，メニューの満足度で“あまり満足していない”，“満足していない”の回答者により自由記述された理由の主旨を項目別に分類して集計した（1人の回答内容に項目が複数ある場合には内容を項目別に分けて集計）．nは回答者数である．

男50.0%，女36.5%であり，男は過半数であるが，女は3割強と低い．したがって，学生の半数以上は，食堂でのメニュー選択時に健康面を意識しており，特に女は男よりも多い．

メニュー選択時の重要項目は，価格が，男58.9%，女45.5%であり，男女ともに最も多いが，男が女よりも価格を重視する割合が多い．量においても，男16.1%，女7.8%であり，男が女よりもボリュームを重視している．栄養面は，男17.9%，女14.3%であり，男女差は比較的小さい．見た目（美味しそうなど）は，男7.1%，女27.3%であり，女は男よりも視覚的情報を重視している．

次に，表－17に食堂のメニューの評価と要望について示した．メニューの種類の豊富さの実感は，豊富であるとやや豊富であるとの合計は，男5.0%，女4.0%と極めて低く，あまり豊富でないと豊富でないとの合計は，男71.7%，女72.0%と男女ともに同程度で学生の多くはメニューが豊富ではないと実感している．

メニューの栄養面の配慮の実感については，感じるとやや感じるとの合計が男43.3%，女42.6%であり，あまり感じないと感じないとの合計が男30.0%，女28.0%であることから，栄養面が配慮されていると実感している学生がやや多い．

地元食材の利用の実感は，感じるとやや感じるとの合計が，男22.9%，女12.2%と女の方が男よりも低く，あまり感じないと感じないとの合計においても，男77.0%，女87.9%であり，女の方が男よりも高いが，男女ともに多くの学生は大学の食堂で地元食材が利用されていないと実感している．鶴岡市は2014年12月にユネスコ食文化創造都市に認定され，地域風土に根ざした在来作物の継承などについて政策の主要な柱として取り組んできたが，地域に所在する大学農学部の食堂では，地元食材がほとんど利用されていないことを学生が実感している状況にある．

地元食材の利用の可否についてみると，もっと利用しても良いが，男35.0%，女50.0%であり，男は3割強であるが，女は半数が利用に肯定的である．どちらでも良いは，男58.3%，女45.9%であり，男が5割強と最も多く，関心を持てずに諦めの傾向があり，女も4割強は明確な意向を示していない．利用しなくても良いが，男6.7%，女4.1%であり，地元食材の利用に否定的な学生は少ない．

提供を希望するメニューは，サラダ・野菜類が，男12.2

表－17　山形大学農学部学生の食堂のメニューの評価と要望

単位：%

メニューの種類の豊富さの実感（n=135）			
項　目	男（n=60）	女（n=75）	計
豊富である	1.7	2.7	2.2
やや豊富である	3.3	1.3	2.2
普通	23.3	24.0	23.7
あまり豊富でない	40.0	44.0	42.2
豊富でない	31.7	28.0	29.6
計	100.0	100.0	100.0
メニューの栄養面の配慮の実感（n=135）			
項　目	男（n=60）	女（n=75）	計
感じる	13.3	13.3	13.3
やや感じる	30.0	29.3	29.6
普通	26.7	29.3	28.1
あまり感じない	18.3	17.3	17.8
感じない	11.7	10.7	11.1
計	100.0	100.0	100.0
地元食材の利用の実感（n=135）			
項　目	男（n=61）	女（n=74）	計
感じる	4.9	0.0	2.2
やや感じる	18.0	12.2	14.8
あまり感じない	39.3	59.5	50.4
感じない	37.7	28.4	32.6
計	100.0	100.0	100.0
地元食材の利用の可否（n=134）			
項　目	男（n=60）	女（n=74）	計
もっと利用しても良い	35.0	50.0	43.3
どちらでも良い	58.3	45.9	51.5
利用しなくても良い	6.7	4.1	5.2
計	100.0	100.0	100.0
提供を希望するメニュー（n=74）			
項　目	男（n=40）	女（n=34）	計
サラダ・野菜類	12.2	19.4	15.6
地元食材のもの・地元料理	9.8	13.9	11.7
ヘルシーなもの	12.2	5.6	9.1
魚・海鮮類	7.3	2.8	5.2
定食	7.3	2.8	5.2
丼類	9.8	0.0	5.2
旬で季節性のあるもの	4.9	2.8	3.9
惣菜	2.4	5.6	3.9
その他	19.5	27.8	23.4
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：1）割合は男女別に項目の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

2）提供を希望するメニューは，自由記述された内容の主旨を項目別に分類して集計した（1人の回答内容に項目が複数ある場合には内容を項目別に分けて集計）．nは回答者数である．“ヘルシーなもの”は，味薄いもの，添加物なし，低カロリー，高タンパク質，低糖質なものも含む．“その他”は，安価なもの，おいしそうなものなどの具体性に乏しい内容を分類した．

%，女19.4%であり，その他を除くと，男女ともに最も多い希望メニューである．現状では，サラダ・野菜類の提供が少ない状況にあるといえる．地元食材のもの・地元料理は，男9.8%，女13.9%であり，男女ともに2番目に多く，女が男よりも多いが，前述した地元食材の利用の可否においても利用に肯定的な学生は女に多い．地域の食文化への理解と食の地産地消を希望する学生も少なくない．ヘルシーなものは，男12.2%，女5.6%であり，男は女よりも多く，健康面に配慮されたメニューの希望が1割強である．続いて，男女のいずれも10%未満の割合では，魚・海鮮類が男7.3%，女2.8%である．鶴岡市は日本海に面し漁業が行われ，鮮魚店が多いために，地域の魚介類を利用したメニューの提供は不可能ではない．次に，定食が，男7.3%，女2.8%，丼類が，男9.8%，女0.0%であり，定番の定食メニューの提供や丼類の充実の希望は男に多くみられた．旬で季節性のあるものは，男4.9%，女2.8%であり，前述した地元食材のもの・地元料理とも一定程度関係し，食材の新鮮さや栄養素の多さを求めるメニューを希望する意見もみられる．惣菜は，男2.4%，女5.6%であり，惣菜の品数を豊富に提供することについて希望する学生も一部にみられた．

次に，表－18に食堂の評価と要望について示した．最も希望する改善点は，メニューの種類が，男41.0%，女56.4%であり，男女ともに最も多い．提供を希望するメニューの具体的内容は，前述の表－17において言及した通りである．メニュー内容に関する項目は，この他に栄養面，地元食材の利用があり，これら3つの項目を合計すると，男54.1%，女64.0%であって，メニューに関係して料理の内容面での改善を求める指摘が男で5割強，女で6割強と多い．次いで，メニューの価格が，男19.7%，女14.1%であり，男女ともに2番目に多い割合である（メニューの価格に関する評価は後述する）．営業時間は，男13.1%，女14.1%であり，営業時間が昼食時に限定されているため，利用する機会に乏しいことが改善を希望する根拠となっていると考えられる（営業時間に関する希望は後述する）．場所は，男4.9%，女3.8%であり，食堂が校舎とは離れた建物に設置されていることから，特に雨雪時などに不便を感じる場合もあるといえる．食堂の広さは，男3.3%，女1.3%であり，割合では最も少ないがスペースの改善を希望する意見もある．

食堂のスペースに関する評価について，食堂の広さをみると，広いとやや広いとの合計は男16.4%，女8.0%と少なく，スペースが広いという評価は低い．普通は，男59.0%，女61.3%であり，男女ともに最も多く，かつ同程度の割合の約6割が問題としていない．やや狭いと狭いとの合計では，男24.6%，女30.6%であり，狭いと評価する学生が一定の割合で存在している．表－16でみた通り，食堂を利用する意思のない学生は男6割，女約7割に達しており，こうした学生は今後も食堂を利用する意思

表－18　山形大学農学部学生の食堂の評価と要望

単位：%

項　目	男 (n=61)	女 (n=78)	計
最も希望する改善点（n=139）			
メニューの種類	41.0	56.4	49.6
メニューの価格	19.7	14.1	16.5
栄養面	4.9	3.8	4.3
地元食材の利用	8.2	3.8	5.8
営業時間	13.1	14.1	13.7
場所	4.9	3.8	4.3
食堂の広さ	3.3	1.3	2.2
その他	4.9	2.6	3.6
計	100.0	100.0	100.0
食堂の広さ（n=136）			
項　目	男 (n=61)	女 (n=75)	計
広い	3.3	2.7	2.9
やや広い	13.1	5.3	8.8
普通	59.0	61.3	60.3
やや狭い	16.4	25.3	21.3
狭い	8.2	5.3	6.6
計	100.0	100.0	100.0
メニューの価格（n=138）			
項　目	男 (n=62)	女 (n=76)	計
高い	19.4	10.5	14.5
やや高い	30.6	31.6	31.2
普通	46.8	52.6	50.0
やや安い	1.6	3.9	2.9
安い	1.6	1.3	1.4
計	100.0	100.0	100.0
朝営業想定時の利用希望（n=142）			
項　目	男 (n=63)	女 (n=79)	計
利用する	17.5	13.9	15.5
利用しない	82.5	86.1	84.5
計	100.0	100.0	100.0
夜営業想定時の利用希望（n=140）			
項　目	男 (n=63)	女 (n=77)	計
利用する	41.3	29.9	35.0
利用しない	58.7	70.1	65.0
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：1）割合は男女別に項目の計を100%とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100%にならない場合もある．

2）最も希望する改善点の“その他”は男が“冷凍食品をやめて欲しい”，“おいしさ”，“食事提供時間”であり，女が“清潔感”，“トイレ設備等”である．

がなく，したがって広さに関心がなく改善にも期待をしないために，普通と回答している状況にあることも考えられる．

メニューの価格は，高いとやや高いとの合計は男50.0％，女42.1％と多いが，普通も，男46.8％，女52.6％と多い．普通とする回答が比較的多いのは，前述したとおり，表－16での食堂を利用する意思のない多くの学生が価格に対しても関心がなく改善へ向けた期待ができないことから生じる諦めの意思表示である可能性も否定できない．やや安いと安いとの合計は男3.2％，女5.2％であり，男女ともに極めて小さい割合である．

調査当時（2019年8月～9月）の食堂の営業時間は11：30～13：30であり，昼営業に限定していることから，食堂が朝営業や夜営業の実施を想定した場合の学生の利用希望の有無について表－18に示した．朝営業想定時の利用希望は，利用するが，男17.5％，女13.9％であり，男女ともに低く，利用しないは，男82.5％，女86.1％であって，男女ともに圧倒的に多い．表－10でみた通り，朝食を毎日摂取するのは男が3割弱，女は3割強であり，朝食欠食率は男が約3割，女が約2割であること，さらに，表－16でみた通り，食堂のメニューの満足度は男女ともに7割強が不満足であることなどが，現状での朝営業の利用希望の低さを裏付けていることが考えられる．

夜営業想定時の利用希望は，利用するが，男41.3％，女29.9％であり，利用しないは，男58.7％，女70.1％である．朝営業よりも利用希望の割合は男女ともに高い傾向にあるが，利用しない学生が男女ともに半数以上占めているのは，前述したように，表－16での食堂のメニューの満足度の低さとも無関係ではないことが考えられる．

7．鶴岡市の食文化と食材に関する認識状況

本節では，地域の食文化と食材に関する認識状況を把握する．表－19に鶴岡市の食文化と食材に関する認識について示した．鶴岡市のユネスコ食文化創造都市認定の認識状況は，よく知っているが，男24.6％，女20.9％であり，男女ともに2割強は地域の食文化に関する市政に強く関心を持ち，認定内容に詳しく，自身の理解にも自信があると回答している．知っているが詳しくは知らないは，男58.5％，女65.1％であり，男女ともに最も多く，学生の半数以上は認定した事実の認識はしている．一方，知らないが，男16.9％，女14.0％であり，男女ともに最も小さい割合であって，知らないとする学生は比較的少ないが1割強存在する．

鶴岡市の食文化に関する関心状況は，興味があるとやや興味があるとの合計は男52.3％，女61.6％であり，男女ともに半数以上は地域の食文化に興味を持っている．普通は，男18.5％，女19.8％であり，男女ともに2割弱は強い興味を持っているわけではない．あまり興味がないと興味がないとの合計は男29.2％，女18.7％であり，男

表－19　山形大学農学部学生の鶴岡市の食文化と食材に関する認識

単位：％

鶴岡市のユネスコ食文化創造都市認定の認識状況（n=151）			
項　目	男（n=65）	女（n=86）	計
よく知っている	24.6	20.9	22.5
知っているが詳しくは知らない	58.5	65.1	62.3
知らない	16.9	14.0	15.2
計	100.0	100.0	100.0
鶴岡市の食文化に関する関心状況（n=151）			
項　目	男（n=65）	女（n=86）	計
興味がある	20.0	27.9	24.5
やや興味がある	32.3	33.7	33.1
普通	18.5	19.8	19.2
あまり興味がない	15.4	14.0	14.6
興味がない	13.8	4.7	8.6
計	100.0	100.0	100.0
鶴岡市の食材の豊富さの実感（n=151）			
項　目	男（n=65）	女（n=86）	計
感じる	36.9	37.2	37.1
やや感じる	41.5	40.7	41.1
普通	10.8	17.4	14.6
あまり感じない	9.2	3.5	6.0
感じない	1.5	1.2	1.3
計	100.0	100.0	100.0
鶴岡市の郷土料理等の料理の豊富さの実感（n=151）			
項　目	男（n=65）	女（n=86）	計
感じる	30.8	27.9	29.1
やや感じる	30.8	37.2	34.4
普通	18.5	22.1	20.5
あまり感じない	13.8	10.5	11.9
感じない	6.2	2.3	4.0
計	100.0	100.0	100.0
鶴岡市の食材の利用状況（n=151）			
項　目	男（n=65）	女（n=86）	計
よく利用する	26.2	14.0	19.2
たまに利用する	40.0	54.7	48.3
あまり利用しない	24.6	25.6	25.2
利用しない	9.2	5.8	7.3
計	100.0	100.0	100.0

資料：「山形大学農学部学生食生活実態調査（2019年8月～9月実施）」より作成

注：割合は男女別に項目の計を100％とした場合の比率である．四捨五入の関係から合計が100％にならない場合もある．

は女よりも興味がない者が約1割多い.

鶴岡市の食材の豊富さの実感は，感じるとやや感じるとの合計は，男78.4%，女77.9%であり，男女ともに同程度の8割弱の多くの学生が地域で生産される食材が豊富であることを実感している．地域の食材の販売に関しては，特に野菜類は，鶴岡市内に点在するほとんどのスーパーマーケットにおいて，入り口付近の一角に直売コーナーが設けられ陳列されている場合が多い（店舗や時期などによっては野菜類の種類と販売量には多寡がある）．普通は，男10.8%，女17.4%であり，食材の豊富さの実感がない学生は女が男よりも多い．また，あまり感じないと感じないとの合計では男10.7%，女4.7%であり，地域の食材が豊富ではないと感じている学生は女よりも男が多い.

鶴岡市の郷土料理等の料理の豊富さの実感は，感じるとやや感じるとの合計が男61.6%，女65.1%であり，男女ともに6割強が実感している．しかし，前述した食材の豊富さの実感よりは低い割合である．普通は，男18.5%，女22.1%であり，男女ともに2割前後を占めている．あまり感じないと感じないとの合計は，男20.0%，女12.8%であり，男が女よりも多いが，郷土料理等の料理の豊富さについて，実感のない学生も男女ともに一定の割合で存在している.

鶴岡市の食材の利用状況は，よく利用するが，男26.2%，女14.0%であり，男の方が女よりも地域の食材を利用している者が多いが，男全体の割合では2番目である．たまに利用するは男40.0%，女54.7%であり，男女ともに最も多い．これらを合計して，利用しているとした場合では男66.2%，女68.7%であり，男女ともに過半数以上の多くの学生は地域の食材を利用している．あまり利用しないは，男24.6%，女25.6%であり，利用しないは，男9.2%，女5.8%であって，これらを合計して，利用していないとする場合では，男33.8%，女31.4%である．男女ともに約3割は地域の食材を利用していない.

V　おわりに

本研究では，近年の大学生における居住形態別の生活費と食費および大学学生支援の利用状況の全国的動向，山形大学学生の居住状況と食生活の動向について時系列分析によって傾向を把握した．その上で，ユネスコ食文化創造都市の認定を受けた山形県鶴岡市に所在する山形大学農学部学生を対象にして，農学の観点から食生活の実態を把握した．以上から，山形大学農学部学生の実態を総括し，問題の要点を整理した上で，今後の課題について考察する.

第1に，山形大学農学部学生の食生活の実態について，朝食を毎日摂取するのは，男が3割弱，女は3割強であり，朝食欠食率は，男が約3割，女が約2割であって，全国平均[34]よりも高い．毎日3食の食事摂取状況は，朝・昼・晩食べている学生は，男が3割強，女が4割強であるが，両者ともに半数に満たず，1日の食事は昼と晩との2食だけの学生が男は5割強，女は5割弱であり最も多い状況にある.

日常的に自炊している学生は，男女ともに約3割にとどまっている．加工品をほとんど食べない学生は，男が2割弱，女は2割強である．また，週半数の日を外食するのは，男は2割強と多いが，女は1割弱と少なく，女は外食について週に1，2日かほとんどしないかの両極に近い状況にあり，外食の頻度は，女よりも男の方が高い傾向にある.

食料の主な調達先と種類は，スーパーマーケットにおいて，生鮮食品は男の約7割，女の約8割が調達し，加工品は男が女よりも調達する割合が1割強多い．また，産地直売所での調達は，男がごく僅かで女は皆無である．食料購入時の地元食材の意識は，男は2割強，女は4割強であり，女は男よりも意識が高いものの半数未満である.

食事時の健康面の意識の状況は，男女ともに約7割が意識しているが，食事時の五大栄養素に関する意識の状況では，男が4割，女は4割弱が意識しているにとどまっている．ダイエット実施者の方法は，男は運動を中心とする者が7割弱であるのに対して，女は食事を中心とする者が7割強であり，過度な食事制限でのダイエットが懸念された.

今後は，山形大学農学部において，管理栄養士や地域の郷土料理家などと連携して学生向けに料理教室を開催し，学生の自炊の支援[35]を行っていくこと，また，学生主体の料理ワークショップの組織化を促し，手軽に作れる地元食材レシピや農学部学生手作り弁当図鑑などを刊行して，学生の食生活の自立を支援することが必要である.

第2に，山形大学農学部内に設置され，山形大学生活協同組合が運営している購買書籍店と食堂についてである．まず，購買書籍店は，男女ともに9割強の学生が平日週の1日以上は利用し，利用頻度は高い．主な購入食

品は，男女ともに，お茶・ミネラルウォーター，おにぎり，弁当類が多く，男は女よりも，清涼飲料水，菓子パン，インスタントラーメンを購入する割合が若干多く，女は男よりも，スープ，アイス・菓子類を購入する割合が若干多い．サラダ類の購入は男女ともにごくわずかな割合でしかないが，店舗でのサラダや野菜類の食品の販売量が少ないという意見もみられた．利用満足度は，男女ともに6割弱において利便性や必要性などが満たされており，満足と回答しているが，改善点では食品の種類を求める意見が男女ともに4割強みられた．

今後は，店舗において，管理栄養士の指導を受けて，栄養バランスに配慮した食品の販売が必要であり，特に手軽に摂取できる野菜類を中心とした惣菜や弁当の販売量を増やす必要がある．さらには，山形大学農学部附属農場で生産された野菜類や果樹類等の農産物[36]などの生鮮食品についても学生向けに店舗において販売することを検討することも重要である．

一方，食堂については，平日週の1日以上を利用している学生は，男は2割強，女では1割強でしかなく，食堂を利用する意思のない学生は男6割，女約7割にも達していた．利用率では，食堂は購買書籍店よりも大きく下回っていた．その主な原因としては，メニューについて，男女ともに7割強が不満足としていたことである．不満足とした学生の回答内容は，メニューが少なく偏っているが約4割を占め，次いで，価格が高いが約1割を占めていた．メニューの地元食材の利用については，男が7割強，女は8割強が利用されていないと感じており，地元食材の今後の利用には，男は3割強，女は5割が肯定的である．提供を希望するメニューは，サラダ・野菜類が男女ともに最も多く，地元食材のもの・地元料理は，男が約1割，女は1割強と一定数を占めていた．食堂に対して最も希望する改善点は，男女合計して，メニューの種類が約5割，メニューの価格が1割強，営業時間が1割強であり，食堂の利用率の低さは，これらに起因していると考えられる．

現状では食堂を運営している非営利事業体である協同組合が，経営維持・拡大に先鋭化した営利事業体が行うコスト削減と中央支配による共通食材利用の経営手法を余儀なくされてきた結果，市場原理優先にもとづく大手企業の外食チェーン店の系列傘下と同様の状態に陥り，そのしわ寄せが学生に生じていると言っても過言ではない．

協同組合研究者の石見は“協同組合は一般営利企業の近代経営手法をそのまま真似できない代わりに，経済と社会の両面にわたるニーズの解決にあたって，インフォーマル領域の価値を統合した第三の観点に立って，二律背反の問題に取り組むことができることが，協同組合の特徴（アイデンティティ）でなければならない．”[37]と言明しており，かつ併せて，協同組合原則にもある“地域社会への関与”[38]についても，今，改めて問われていると言える．

今後，食堂は，一人暮らしの学生に寄り添い[39]，栄養バランスに配慮したメニューの提供に向けて，食材の調達方法や価格の見直しが必要である．例えば，山形大学農学部附属農場で生産された野菜類や果樹類などで規格外の安価な農産物を調達することによって，学生に対して新鮮な地元食材の料理を安価に提供する方法も模索できる．

大学の食堂は，学生が健康的な日常生活を送るために必要な栄養とエネルギーを摂取する場である．同時に，他者との食事や喫茶を通じた交流によって社会性を育み，さらには研究内容を語り合い研究発展にも貢献するアカデミックなコミュニティの場でもある．そのためには，食堂は長い時間で広く開放され，多くの人に自由に利用され，気軽に立ち寄れる環境を整備する必要があろう．

第3に，山形大学農学部学生の地域の食文化と食材についての認識である．鶴岡市のユネスコ食文化創造都市の認定は8割強の学生が認識しているが，鶴岡市の食文化に関心があるのは，男は5割強，女は6割強である．ユネスコ食文化創造都市の認定は多くの学生が認識しているものの，地域の食文化の関心はそれよりも低い．

鶴岡市の食材については，男女ともに7割強もの学生が豊富であると実感しているが，鶴岡市の郷土料理等の料理は，男女ともに6割強が豊富であると実感し，料理の豊富さは食材よりも若干低いという実感にあった．また，鶴岡市の食材については，男女ともに6割強の学生が利用していた．

食育基本法第七条[40]に示されている“伝統のある優れた食文化，地域の特性を生かした食生活，環境と調和のとれた食料の生産とその消費等に配意”し，“食料の生産者と消費者との交流等を図ることにより，農山漁村の活性化と我が国の食料自給率の向上”を目指す食育の推進内容は，大学農学部で体系的に行われる農学教育のあり

方にも通じる内容である．さらに，食育基本法第八条[41]には“食育は，食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎である”ことが示されている．近年の国際的な食料の安全保障[42)43)]と農業の持続化[44)]の観点からもわが国の食糧主権にもとづいて，地産地消について名目とすることなく実行に移すことは，改めて刮目に値するべき重要な課題である．

注

1）食育基本法（目的）第一条　この法律は，近年における国民の食生活をめぐる環境の変化に伴い，国民が生涯にわたって健全な心身を培い，豊かな人間性をはぐくむための食育を推進することが緊要な課題となっていることにかんがみ，食育に関し，基本理念を定め，及び国，地方公共団体等の責務を明らかにするとともに，食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより，食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し，もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与することを目的とする．

2）［1］p.98に掲載されている「第1部 栄養素等摂取状況調査の結果」の「第11表 朝，昼，夕別にみた1日の食事状況―朝・昼・夕別，食事状況，年齢階級別，人数，割合―総数・男性・女性，20 歳以上［一人世帯］」において，朝食の欠食は，20-29歳46.4％（男性68.8％，女性16.7％），30-39歳43.5％（男性53.8％，女性30.0％），40-49歳27.5％（男性38.7％，女性10.0％），50-59歳20.5％（男性27.3％，女性9.1％），60-69歳8.2％（男性9.7％，女性6.9％），70歳以上4.5％（男性4.8％，女性4.3％）となっており，年代が高くなると低くなる傾向にある．朝食欠食の内訳は，菓子・果物などのみ，錠剤などのみ，何も食べないの3区分であり，朝食欠食率はこれら3つの割合を合計した割合である．20-29歳は，何も食べないが全世代の中で，総数，男性，女性のいずれにおいても最も高い割合にある．

3）［2］p.2に掲載されている「Ⅱ 調査結果の概要」の「1．大学生の食生活等の実態について」の「図1-1-1 朝食の摂取状況」において，朝食欠食率は，総数13.3％（男性16.5％，女性9.1％），自宅生11.0％，下宿生17.1％となっている．

4）［3］pp.209～216.

5）［4］pp.167～175.

6）［5］pp.13～24.

7）［6］pp.39～48.

8）［7］pp.207～214.

9）［8］pp.131～136.

10）［9］pp.151～158.

11）［10］pp.29～39.

12）［11］pp.197～203.

13）［12］pp.4～56.

14）［13］pp.153～159.

15）［14］pp.55～59.

16）［15］pp.85～91.

17）［16］pp.1～8.

18）［17］pp.227～238.

19）［18］pp.221～229.

20）［19］pp.137～149.

21）［20］pp.41～49.

22）The UNESCO Creative Cities Network’s Mission Statement.

23）Tsuruoka/Unesco Creative Cities Network（https://en.unesco.org/creative-cities/tsuruoka，2020年9月3日最終閲覧）

24）ユネスコ食文化創造都市鶴岡（http://www.creative-tsuruoka.jp/，2020年9月3日最終閲覧）

25）［21］p.1.

26）2016年は，本来は2015年の実施予定であったが，作業部会の都合によって1年後の実施となった．

27）最近では山形市の市街地の空きビルに大学生専用入居の準学生寮の整備が進められている（次の記事参照）．日本経済新聞「準学生寮「山形クラス」開業，市街地の空きビル改装　山形市」2020年3月10日（https://www.nikkei.com/article/DGXMZO56610490Q0A310C2L01000/，2020年9月3日最終閲覧）

28）月平均食費が9万円以上の1人は，居住状況は一人暮らしではなく，兄弟姉妹・友達と共同生活とした回答者である．本調査では詳細について把握しきれていないが，複数人分を合計した食費の支出金額である可能性もある．

29）［22］pp.47～55.

30）山形大学農学部学生の登校時の交通手段について一定の参考になる論文として拙稿［23］pp.258～261を

参照されたい.

31）表-15の店舗利用の満足の理由（n=68）について，アンケートに回答された弁当に関する具体的な記述内容として，「JAの弁当がある」，「余目弁当が安くておいしい」，「弁当が多い」などがみられた.

32）表-15の店舗利用の不満足の理由（n=57）について，アンケートに回答されたサラダ類に関する具体的な記述内容として，「サラダが少ない」，「野菜が少ない」という回答もみられた.

33）山形大学農学部の購買書籍店の2019年当時の営業時間は，講義実施期間は8：30～17：00であり，休業期間は10：00～16：00であった．2019年末に中国湖北省武漢市から発生したとされている新型コロナウイルス感染症［病名：coronavirus disease 2019（COVID-19），ウイルス名：severe acute respiratory syndrome coronavirus 2（SARS-CoV-2）］の世界的拡散の影響によって，2020年以降には山形大学においても各種活動や施設利用の制限が実施された．同店も一定期間において休業や短縮営業（10：30～14：30）が行われていたが，2020年9月30日からは10：00～17：00の営業時間となっている（2020年11月時点）.

34）［2］p.2.

35）青森公立大学では，料理研究家・管理栄養士やジュニア野菜ソムリエ・食育インストラクターを招いて，“若い世代，特に親元を離れての一人暮らしなどで食生活が乱れがちな大学生に，健全な食生活を実践してもらうため，調理の方法や食の知恵などを学ぶ調理実習講座「青森公立大学自炊塾」を新たに開講し，学生生活ではもちろん，社会人になっても食を通じた健康づくりができるよう支援”を行っている．（https://www.pref.aomori.lg.jp/release/2019/63468.html，2020年9月3日最終閲覧）

36）山形大学農学部附属農場で生産された野菜類や果樹類等の農産物を販売する農場市は，鶴岡キャンパスにおいて例年6月から12月にかけて毎週木曜日昼に開催されているが，購入者は地域住民などの一般客が多い.

37）［24］p.213.

38）［25］p.49.

39）岡山大学生活協同組合では，一人暮らしの大学生の食生活を懸念して，ウェブ上で「食生活の重要性と大学生の食事の実態」について分かり易く解説し，食堂が積極的にサポートしている．岡山大学生活協同組合「保護者必見！食生活と生協食堂」（https://vsign.jp/okadai/meal/students_reality#，2020年9月3日最終閲覧）

40）食育基本法（伝統的な食文化，環境と調和した生産等への配意及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献）第七条　食育は，我が国の伝統のある優れた食文化，地域の特性を生かした食生活，環境と調和のとれた食料の生産とその消費等に配意し，我が国の食料の需要及び供給の状況についての国民の理解を深めるとともに，食料の生産者と消費者との交流等を図ることにより，農山漁村の活性化と我が国の食料自給率の向上に資するよう，推進されなければならない.

41）食育基本法（食品の安全性の確保等における食育の役割）第八条　食育は，食品の安全性が確保され安心して消費できることが健全な食生活の基礎であることにかんがみ，食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い情報の提供及びこれについての意見交換が，食に関する知識と理解を深め，国民の適切な食生活の実践に資することを旨として，国際的な連携を図りつつ積極的に行われなければならない.

42）［26］pp.184～189.

43）［27］pp.62～64.

44）［28］の持続可能な開発目標（SDGs）の目標2の原文は次の通りである．Sustainable Development Goals（SDGs）“Goal 2. End hunger, achieve food security and improved nutrition and promote sustainable agriculture”.

引用・参考文献

［1］厚生労働省「平成30年国民健康・栄養調査報告」令和2年3月，pp.1～198.

［2］内閣府食育推進室「大学生の食に関する実態・意識調査報告書」平成21年9月，pp.1～76.

［3］金子佳代子，斉藤優子「大学生の食生活と健康状態―横浜国大学生の実態調査」横浜国立大学，横浜国立大学教育紀要，第29集，1989年10月31日，pp.209～216.

［4］飯田文子，高橋智子，川野亜紀，渡辺敦子，大越ひろ，

三輪里子「大学生の食生活の意識について」日本食生活学会，日本食生活学会誌，Vol.12 No.2，2001年，pp.167～175.

［5］濵口郁枝，安達智子，大喜多祥子，福本タミ子，前田昭子，内田勇人，北元憲利，奥田豊子「大学生の食生活に対する意識と行動の関係について」社団法人日本家政学会，日本家政学会誌，Vol.61 No.1，2010年1月15日，pp.13～24.

［6］並河信太郎，谷脇亜希子，山北人志「大学生の食生活に関する意識・行動と学生食堂におけるメニュー選択等に関する調査」相愛大学人間発達研究所，相愛大学人間発達学研究，創刊号，2010年3月，pp.39～48.

［7］石井英子，藤丸育代「大学生の食育に関する意識についてのインターネット調査」椙山女学園大学，椙山女学園大学研究論集，第42号（社会科学篇），2011年，pp.207～214.

［8］若松法代「大学生の食生活実態と食育の課題」滋賀大学教育学部，滋賀大学大学院教育学研究科論文集，第15号，2012年，pp.131～136.

［9］尚　爾華「大学生の食生活実態と食育の課題～朝食の欠食頻度に焦点を当てて～」愛知東邦大学，東邦学誌，第46巻第2号，2017年12月10日，pp.151～158.

［10］菅野友美，岩瀬朋恵，谷本憂太郎，三宅義明，韓順子「教育系大学生の食生活の課題と食育プログラムの効果」日本食生活学会，日本食生活学会誌，第30巻第1号，2019年，pp.29～39.

［11］丹羽真理，勝部　葵，筧本亜美「本学カフェを利用する大学生に対する食育の検討」比治山大学，比治山大学紀要，第26号，2020年3月，pp.197～203.

［12］「特集 大丈夫か？ 大学生の食生活 ―大学での食育と大学生協の食堂事業の役割」公益財団法人 生協総合研究所，生活協同組合研究，通巻524号，2019年9月5日，pp.4～56.

［13］土岐圭佑，岡田みゆき「大学生の食生活改善の取組」北海道教育大学，北海道教育大学紀要（教育科学編），第66巻第2号，2016年2月，pp.153～159.

［14］築山依果，三木澄代「大学生における生活習慣に関する食意識の検討」環太平洋大学，環太平洋大学研究紀要，第10号，2016年3月30日，pp.55～59.

［15］多々納道子，藤原沙季，植田遥菜「大学1年生の朝食の実態と課題―大学生協食堂利用者について―」島根大学教育学部，島根大学教育学部紀要，第50巻，2016年12月，pp.85～91.

［16］細田耕平，山口智子，渡邊令子「大学生の野菜摂取量と食教育の定着度との関係」新潟大学教育・学生支援機構，新潟大学高等教育研究，第5巻，2018年3月，pp.1～8.

［17］三次　舞，城戸真理子，森脇弘子，前大道教子「大学生における副菜摂取頻度と生活習慣・食生活・健康状況との関連」比治山大学，比治山大学紀要，第24号，2018年3月，pp.227～238.

［18］金塚永華，川村公子，戸塚優衣「大学生の食生活と総合的健康状態との関連について」東京福祉大学東京福祉大学短期大学部，東京福祉大学・大学院紀要，第8巻第2号，2018年3月25日，pp.221～229.

［19］太田はるか「大学生の食行動に関する質的研究」同志社大学政策学会，同志社政策科学研究，第21巻第1号，2019年8月1日，pp.137～149.

［20］海山宏之，綾部明江，鶴見三代子，西出弘美，本村美和，長澤ゆかり，山川百合子，岩本浩二，中村勇，佐藤　斉，宮口右二，沼口知恵子，山口　忍「独り暮らし大学生の食生活行動―茨城大学農学部と茨城県立医療大学の学生協働による地域貢献活動アンケートより―」茨城県立医療大学，茨城県立医療大学紀要，第21巻，2016年3月，pp.41～49.

［21］山形大学学生生活実態調査作業部会「2020学生生活実態調査報告書」山形大学，2020年3月.

［22］堀尾　強，喜多一貴「大学生の孤食と孤独感の関係」関西国際大学，関西国際大学研究紀要，第18号，2017年3月，pp.47～55.

［23］小川三四郎「若年層の居住環境の動向と住宅問題―山形県鶴岡市在住の大学生を対象とする経年調査の比較分析―」山形大学，山形大学紀要（農学），第16巻第4号，2013年2月，pp.249～268.

［24］石見　尚「第四世代の協同組合論―理論と方法」論創社，2002年9月20日，pp.1～229.

［25］Ian MacPherson原著，日本協同組合学会訳編「21世紀の協同組合原則―ICAアイデンティティ声明と宣言」日本経済評論社，2000年12月1日，pp.1～161.

［26］鈴木宣弘「食の戦争 米国の罠に落ちる日本」文藝春秋，2013年8月20日，pp.1～207.

[27] 桝潟俊子，谷口吉光，立川雅司「食と農の社会学：生命と地域の視点から」ミネルヴァ書房，2014年5月20日，pp.1～307.
[28] Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development, United Nations, General Assembly，18 September 2015.