

2007 年度 量的社会調査実習報告書

成城大生の食生活に関する調査

2008 年 3 月

成城大学文芸学部
社会調査士資格課程運営委員会

本報告書は、「成城大生の食生活に関する調査」（2007 年 11 月実施）に協力していただいた皆様に調査結果を公表するため、2007 年度成城大学文芸学部の量的社会調査実習を履修した学生が作成したものである。量的社会調査実習は、社会調査士資格認定科目の G 科目として位置づけられており、週 1 コマの一年間にわたる実習である。

この科目の目的は、従来の知見をふまえた調査計画の立案、調査票の作成・実施、データの分析と解釈、新たな知見の提言と調査協力者への結果の公表を実際に経験することにより実践能力を習得することである。2007 年度の調査状況は以下の通りである。

実習への取り組みと調査日程

2007 年 5 月上旬に、学生自身が関心のあるテーマについて、何が問題なのか、その問題を明らかにするにはどのような方法があるのかなど、一人一人がこれまでの研究や調査を踏まえて整理しテーマを持ち寄った。集まったテーマを全員で検討したところ、調査テーマとして食生活調査が選ばれた。そこで、食生活についての現状や、今の食生活の何が問題なのかについて議論を重ねて、「大学生の健康的な食生活を支えるものは何か」を明らかにするため、調査を実施することになった。一例として「きちんとした食生活をしている人は小さい頃から家できちんとした食生活を送ってきた人である」、「両親がバランスの取れた食事を準備する家に育ったからといって自分の食生活が健康的とは限らない」、「規則正しい食事をとるのか、不規則でもよいと考えるのかは、食事について何を重視するのかにより考えが異なるのではないか」などである。10 月上旬より、食生活を支えるさまざまな要因を説明するために、計画的行動理論を仮説の枠組みとして 2 つの仮説をもとに調査項目ならびに質問文を作成した。質問文及び回答形式について、全員で数回の吟味を行ったのち調査票を完成させ、対象を成城大学学生として 10 月下旬から調査を実施した。調査票は無記名であるが、回答者の個人情報の保護、及び集計のみにデータを使用するとした原則に則り調査票原本は施錠できる部屋で管理した。また、データファイルは大学のネットワークセンターが管理するフォルダに保存して、データの入力・集計作業は大学構内で実施した。11 月中旬以降、仮説に基づいて分析を行なう一方で、学生が関心のある視点（個人属性による食生活行動の違い、食事と健康との関連など）について教員が助言して分析を行い、それぞれの結果に対してどのような解釈ができるのか検討した。12 月、2008 年 1 月の 2 ヶ月間で報告書を作成した。量的調査を実施した場合の報告書の形式として社会心理学の研究論文を見本として示したのち、学生間で執筆担当箇所を決めて学生が執筆したものを教員と T A で添削した。必要に応じて引用する文献の提示や追加の記述内容などを助言し、各担当箇所について 3 校まで校正作業を実施して校了とした。

2008 年 2 月 鈴木 靖子

目 次

はしがき	2
成城大生の食生活に関する調査	4
西谷和加子・李 敏・矢野麻実・山本敏博	
1 問題の背景と従来の研究	4
2 方法	5
3 結果と考察	7
引用文献	13
資料	14

執筆者一覧

執筆者

西谷和加子	成城大学文芸学部文化史学科 4 年
李 敏	成城大学大学院文学研究科 コミュニケーション学専攻博士課程前期
矢野 麻実	成城大学文芸学部マスコミュニケーション学科 3 年
山本 敏博	成城大学文芸学部マスコミュニケーション学科 3 年

実習及び執筆指導

鈴木 靖子	成城大学文芸学部非常勤講師
榎木 一矢	成城大学大学院文学研究科 コミュニケーション学専攻博士課程前期

成城大生の食生活に関する調査

西谷和加子 李 敏
矢野麻実 山本敏博

1 問題の背景と従来の研究

近年、健康に対する問題意識が大きく取り沙汰され、国による指導が始まった。2004 年(平成 16 年)に行われた厚生労働省の国民健康・栄養調査によれば、20 歳以上においてメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)が強く疑われる者の割合は、男性 23.0%、女性 8.9%。予備群と考えられる者の割合は、男性 22.6%、女性 7.8%と発表(厚生労働省, 2004)され、各メディアで話題を呼んだ。テレビでは健康番組やワイドショーで、胴回りの長さから内臓脂肪量を見分ける方法を紹介し、雑誌でも「さらばメタボリック症候群 パソコンで健康管理」(日経PC, 2006. 10. 23)、「メタボリックシンドローム研究の最前線—肥満・糖尿病の予防と治療を目指して」(細胞工学, 2005. 5)を始め、たくさんの特集記事が組まれた。佐川県知事・古川康は、自身のホームページで現在の胴回りの長さをレポートしており、更に選挙公約でも医療費負担の軽減を目指し、県民にメタボリックシンドロームの予防を始めとする健康運動を呼びかけている。ここまで上げたように、一人ひとりが健康に対する態度を意識的に見直すような風潮になってきている。

一方で、偏食、間食、スナック菓子やファストフードなどの多食が原因とされている「現代型栄養失調」が社会的な問題となっている。現代型栄養失調とは、カロリーは十分に取られているが、ビタミンやミネラルといった微量栄養素が不足している状態である。これらの栄養素が不足すると、集中力の低下・イライラする・無気力になるといった症状が表れる。生活と食事は、健康にとって切っても切り離せない存在なのだ。健康を意識するということは、食べることを意識する、ということに繋がっている。

ところが、2002 年に雪印での牛肉の偽装が発覚し、その後に食品偽装が相次いで判明した。これに対して政府は、法的処置に加え、国民の食品に対しての意識を高めていくよう、2002 年 11 月に「食育調査会」を発足した。その後、2005 年(平成 17 年)には食育基本法が制定され、家庭だけでなく、地域・学校など、より広い社会に食育が推進されるようになった。食育基本法によると、食育とは「①生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの。②様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること」と定義している。また、J・J・ルソーは、『エミール』の中で、「教育の原点は、食べることを通じて自己保存できる知恵を学ぶこと」と述べている。このように、日本でも、教育の基礎の基礎として、食育が大事なものと認識され始めている。

全国的にも、小中学校を始め、各地方自治体、食品企業などにより、食育に対するイベントやフォーラムを開催しており、国もこれに対して積極的に支援を行っている。全国に店舗を持つ A E O N (イオン) では、2001 年 12 月より食育体験学習会を開催しており、現在までに 70 回超開催されている。香川県高松市では、2007 年 11 月より乳児期からの食育を推進する「フードスタート運動」を開始し行政と地域が一体となって取り組んでいる。

しかし、現実にはまだまだ食育が浸透しているとはいえない。朝食欠損率において、20 代は 34.3%、30 代は 25.9%であり、30 年前に比べ、倍以上の数値になっている(厚生労働省, 2004)。また、一人での食事(孤食)も進んでおり、小中学生であっても 40%超の児童が親のいない状況で朝食を摂ると回答している。田村らの研究によれば、食卓で会話がない家庭の児童は、会話のある家庭の児童と比べて、叱られた時に「怒りすぎる」傾向があることがわかっている(田村・石

川, 1998)。また、辻の研究でも、母親の食事の摂取状況が良ければ、娘の食事摂取状況も良い(辻, 1996)という結果が出ている。更に、自宅で自炊している人の食生活の満足度は高い(五島, 2004)ということもわかっている。

現在の大学生は、食育を意識した教育が始まる前に義務教育を終えてしまっている。更に、家族構成や生活習慣、環境の多様化により、昔と同じような食育がなされてきたとは言い難い。例えば、20代の人々では、夕食の外出率は30%を超えており、家で食事をする人は約半数しかいない(厚生労働省, 2004)。東京都足立区立足立入谷小学校では、朝食を食べなかった児童が、学校の保健室に常備してあるスティックシュガーを飲んで糖分を補うという現象があり、多いときには1日に4～5人程度がこれを利用するという報告がある(YOMIURI ONLINE, 2006年)。こうした変化の結果として、冒頭に上げたメタボリックシンドロームや現代型栄養失調などの健康障害が表面化してきたと考えられる。

メディアでは、多くの食と健康に関する情報があふれている。しかし、体に良いと分かっているにもかかわらず実行に移せないものが多い。シフターとアイゼンの計画的行動理論では、行動に対する態度・主観的規範・知覚された行動コントロールの3つの要因が意図に働きかけ行動に影響を与えるという理論モデルが提唱されており、食行動についてもこの理論が当てはまるのではないかと私たちは考えた。行動に対する態度とは、行動に対して想定される益となる結果と損になる結果を統合して、その行動に対してどのような評価をするかのことである。主観的規範は、行動を遂行することに対する社会的プレッシャーのことである。知覚された行動コントロールとは、過去の経験、利用可能な資源・金銭や予想される障害物の認知に基づく行動の難易度評価である。

食行動において、「バランスの取れた食事」「朝食をキッチンと取る」「外食・冷凍食品・レトルト食品を控える」と言った、一般的に良いとされる行動がある。それらについて、どう思っているか(態度)、どのように思われていると思うか(主観的規範)、それらの食行動をするにあたって時間や金銭の問題があるか(知覚された行動コントロール)といった項目に加え、居住形態、アルバイトをしているかどうか、どのような食事がバランスを取れていると思うか、といった生活習慣や食に対する意識も行動に影響を及ぼしていると考えた。また、辻(1996)や五島(2004)らの調査結果から、家族内での食事に対する意識や食生活のあり方の違いも、その成因に影響を及ぼすと推測して調査を計画した。そこで計画的行動理論モデルに基づき、今回の調査では大学生の食生活行動を以下のように仮定した。

仮説1「食行動は主観的規範よりも知覚された行動コントロールと関連する」

仮説2「主観的規範の得点の高い人は規則正しい食行動をとる」

本調査は、現在の大学生の食生活像を捉えると同時に、そこから浮かび上がる問題を明らかにすることを目的とする。

2 方法

2.1 調査手続き

1) 調査手続き

本研究では、以下の手続きで質問紙調査を実施した。

調査実施期間：2007年10月25日～11月7日

調査対象者：成城大学の学生。ただし、大学院生は対象外とした。

2) 調査方法

層化抽出法により層化の基準を「学部」と「性別」として全学生数に対する各層の構成比

を求めた。それに比例した調査数を各層に割り当て、合計 301 名を対象に留置調査法（自記式）による回答を依頼した。回収数は 149、有効集計数は 148 であり、回収率は 49.2%である（調査票配布数と層別回収数については資料 1 を参照）。

2.2 分析項目

本研究に用いられた調査項目は次の通りである。

1) 食事形式（食行動）

回答者の食生活について、普段の食事の形式や内容がどのようなものか、調理済みの食品をどの程度利用しているのかなど 11 項目である。それぞれの項目に対して「週 4 日以上」「週 2 ～ 3 日」「月に数回」「ほとんどない」の 4 件法で回答を求めた。「週 4 日以上」を 4 点、「ほとんどない」を 1 点として得点化した。

2) 食行動に対する態度

普段の生活の中でどれくらい食事を意識して行動しているか、食行動の各項目に対して回答者自身はどう評価するのかなど 13 項目である。「肯定的」「どちらかといえば肯定的」「どちらかといえば否定的」「否定的」の 4 件法で回答を求めた。「肯定的」を 4 点、「否定的」を 1 点として得点化した。

3) 主観的規範

（1）食に対する意識

食に対する事柄について多くの人々は一般的にどう評価しているのかなど 13 項目である。「肯定的」「どちらかといえば肯定的」「どちらかといえば否定的」「否定的」の 4 件法で回答を求めた。「肯定的」を 4 点、「否定的」を 1 点として得点化した。

（2）健康に対する意識

回答者の自分の健康への配慮や状態把握がどれくらいなのかを測定する質問項目である。健康状態についての質問項目は「すぐれている」「良好」「まあまあ」「悪い」の 4 件法で回答を求めた。「すぐれている」を 4 点、「悪い」を 1 点として得点化した。健康への配慮についての 3 項目は、「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」「どちらかといえばあてはまらない」「あてはまらない」の 4 件法で回答を求めた。「あてはまる」を 4 点、「あてはまらない」を 1 点として得点化した。さらに、「健康によいと言われていることを実践している」の項目で「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」と回答した人に具体的な実践内容の記述を求めた。

4) 食行動を左右する要因

（1）普段の生活行動の重要度

回答者の普段の日常生活の行動 8 項目の重要度を測定する項目である。「大変重要」「ある程度重要」「若干重要」「重要ではない」の 4 件法で回答を求めた。「大変重要」を 4 点、「重要ではない」を 1 点として得点化した。

（2）食事において重視する内容

回答者が、食事をするときに一番重視することを測定する質問項目で、NHK 放送文化研究所（2006）が「食生活に関する世論調査」で作成した項目を利用した。「空腹が満たされる」「栄養がとれる」「簡単にすませる」「おいしく食べる」「楽しく食べる」の 5 つの選択肢から一つを選んで回答を求めた。

（3）日常生活と食事形式

回答者の日常生活や食事形式など 4 項目である。それぞれの項目に対して「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」「どちらかといえばあてはまらない」「あてはまらない」の 4 件法

で回答を求めた。「あてはまる」を4点、「あてはまらない」を1点として得点化した。

(4) 食に関する知識

回答者がどれくらい食に関する知識があるのかを測定する質問項目で、「食生活アドバイザー検定3級問題集」(2002)から引用した。食事メニューの組み合わせ5点の中から、最も栄養バランスのよいものを一つ選んで回答を求めた。

5) 食ライフスタイル

回答者の食との関わり方にはどのような傾向があるのかを測定する項目で、飽戸(1992)が作成した項目を利用した。「料理好き」「グルメ」「酒嗜好」「食健全」「食質素」の下位尺度で構成される19項目に対して、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」「どちらかといえばそう思わない」「そう思わない」の4件法で回答を求めた。「そう思う」を4点、「そう思わない」を1点として得点化した。

6) 社会的望ましき尺度

クラウンとマーローによる「社会的望ましき尺度(M-C SD)」(末永、1987)を利用し、「あてはまる」「あてはまらない」の2件法で回答を求めた。「あてはまる」を2点、「あてはまらない」を1点として得点化した。

7) 個人属性

回答者個人の基本的属性として、「性別」「学部」「学年」「アルバイトの有無」「同居者の有無」を質問項目とした。

3 結果と考察

1) 食環境と食事の傾向

食事の内容や形式にはどのような傾向があるのかを明らかにするため相関分析を行なった(表1)。「お弁当やおにぎりを買って食べる」では、「レストランなどで外食する」($r=.270$)、「お惣菜類を買っておかずにする」($r=.301$)、「冷凍食品・レトルト食品を利用する」($r=.179$)と有意な正の相関がみられた。「一人で食事する」では、「一日3回食事をする」($r=-.302$)、「一回の食事におかずに3品以上ある」($r=-.400$)と有意な負の相関、「就寝前に飲食をする」($r=.201$)、「栄養補助食品で食事を済ませる」($r=.178$)と有意な正の相関がみられた。「一日3回食事をする」と「一回の食事におかずに3品以上ある」では有意な正の相関がみられた($r=.471$)。「就寝前に飲食をする」では「食事と食事の間に飲食する」($r=.365$)、「特定の食品ばかりを食べる」($r=.259$)と有意な正の相関がみられた。

表1 食行動間の相関

	一人で食事	外食	お弁当・おにぎり	お惣菜類	冷凍・レトルト食品	一日3回食事	栄養補助食品	おかずに3品	就寝前飲食	食間の飲食	特定の食品
一人で食事をする	1.000	.138	.154	.159	.026	-.302 ***	.178 *	-.400 ***	.201 *	.028	.146
レストランなどで外食する		1.000	.270 ***	.072	.113	-.061	.003	-.077	.004	.036	.073
お弁当やおにぎりを買って食べる			1.000	.301 ***	.179 *	.020	.093	-.132	.031	.144	.270 ***
お惣菜類を買っておかずにする				1.000	.386 ***	-.006	.214 **	-.052	.002	.020	.131
冷凍食品・レトルト食品を利用する					1.000	.092	.177 *	-.067	-.062	.077	.130
一日3回食事をする						1.000	-.047	.471 ***	-.094	.045	-.057
栄養補助食品で食事を済ませる							1.000	-.057	.064	-.117	.104
一回の食事におかずに3品以上ある								1.000	-.051	-.097	-.298 ***
就寝前に飲食をする									1.000	.365 ***	.259 **
食事と食事の間に飲食をする										1.000	.267 **
特定の食品(好きなもの)ばかり食べる											1.000

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

「お弁当やおにぎりを買って食べる」、「お惣菜類を買っておかずにする」、「冷凍食品・レトルト食品を利用する」、「栄養補助食品で食事を済ませる」の間に有意な相関がみられたことから、外食する人は、食事としてお弁当やお惣菜を購入し、冷凍食品や栄養補助食品を利用する傾向があることがわかる。これは昔のように全て手作りではなく、時代とともに便利で、早く、簡単に食べられる既製品の量が増加していることから、それらを利用する傾向がうかがえる。すなわち、サービス産業の普及により、コンビニエンスストアやファストフード、冷凍食品などが充実して利用しやすくなっている。

「気になる数字で読む日本人の食生活」（2003）での調べでは冷凍食品の使用回数は、専業主婦の29%が2週間で14回以上利用しているという結果が出ている。また、日本冷凍食品協会による冷凍食品の生産量は1980年は562トン、1990年は1025トン、2001年では1508トンと年々増加し続けている。冷凍食品の利用者が増え、生産量も増加したこと、それに加えて流通産業の発展が、調理済みの食品の利用を容易にしている。大学生の食生活は、これらの状況を反映した結果を示している。

2) 食事の重要性と食行動の比較

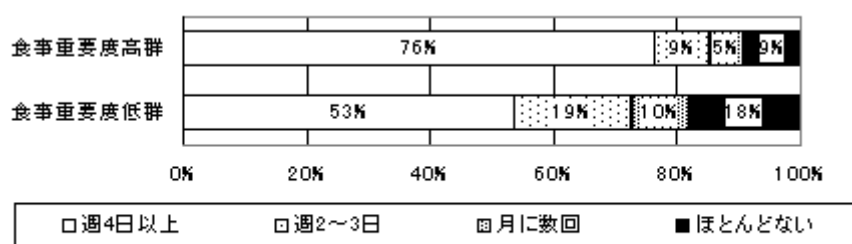


図1 一日3回食事をする

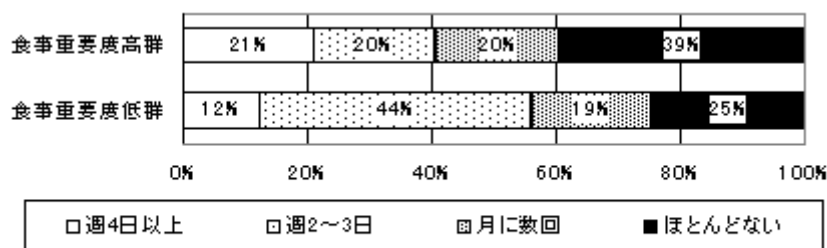


図2 特定の食品(好きなもの)ばかりを食べる

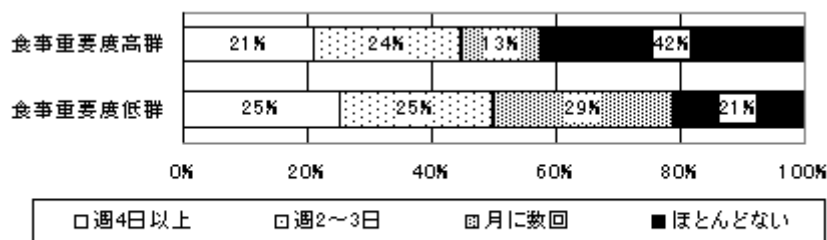


図3 就寝前に飲食をする

表2 食事の重要度別食事・健康意識項目得点平均値

	重要高群	重要低群
あなたの健康状態(のよさ)	2.831	2.408 *
新聞やパソコンなどの健康に関する情報に関心がある	2.724	2.425 *
今の健康状態に満足している	2.697	2.603
健康によいといわれていることを実践している	2.461	2.055 **
食事のとき意識的に咀嚼回数を増やすことについて一般の肯定的評価	3.513	3.194 *

*** p<.001, ** p<.01, * p<.05

食事の重要度が高い人と低い人を比較するため、「食事(日常における重要度の高さ)」への回答の平均値をもとに、得点の高い群を「食事重要度高群」、得点の低い群を「昇治重要度低群」とした。そして、各群の食行動の頻度比率を図1-3に示した。図1を見ると、週4日以上「一日3回食事をする」と回答したのは、食事重要度高群では76%、食事重要度低群では53%であった($\chi^2(3)=8.616$, $p<.05$)。図2に示したように、「特定の食品ばかりを食べる」について、食事重要度高群では「ほとんどない」への回答が39%、食事重要度低群では「週2日以上(週4日以上と週2,3日の合計)」への回答が56%であった($\chi^2(3)=11.088$, $p<.05$)。図3に示したように、「就寝前に飲食をする」について、食事重要度高群では「ほとんどない」への回答が42%、食事重要度低群では21%であった($\chi^2(3)=10.069$, $p<.05$)。

食事の重要度が高い人と低い人の食意識や健康意識の違いを調べるためt検定を行なった。表2に示したように、「新聞やパソコンなどの健康に関する情報に関心がある」と「健康によいといわれていることを実践している」の項目と「あなたの健康状態(のよさ)」の間では、食事を重要と考える人の方が得点が高く有意で高かった。また、食行動の頻度をみると、「一日3回食事をする」では、食事を重要と考える人の76%が週4日以上と回答したのに対して、食事をあまり重要視しない人では53%であった。また、「就寝前に飲食をする」「特定の食品ばかりを食べる」では、食事を重要と考える人ではほとんどないと回答する人が40%程度なのに対して、食事をあまり重要視しない人では、週2日以上と回答する人が5割以上であった。

これらの結果より、食事を重要と考える人は健康に関心があり、食事の仕方にも配慮している。一方、食事をあまり重要視しない人はこれらの意識に乏しいことがうかがえる。

3) 食行動を規定する要因

食事スタイルは、どのような要因の影響を受けるのかを明らかにするため、「一日3回食事をする」と「一人で食事をする」を従属変数、食行動を左右する要因、食行動への態度、食行動に対する多くの人々の肯定的評価、健康状態、健康意識、食事を準備する人、個人属性などの各変数を独立変数にして、変数を強制投入する形の重回帰分析を行った。

なお、「アルバイトの有無」についてはアルバイトをしている＝「1」、アルバイトをしていない＝「2」、「居住形態」については同居者あり＝「1」、一人暮らし＝「2」、「性別」については男性＝「1」、女性＝「2」として得点化した。さらに、食事を準備する人については該当する人が準備をする＝「1」、該当する人以外の人が準備をする＝「0」として得点化した。

表3 食事スタイル別に見た食行動影響要因の重回帰分析

	一日3回食事をする	一人で食事をする
家では自分で料理をつくる	.000	-.011
食事のための時間を確保するようにしている	-.072	.103
帰宅が遅いときは外食や中食を利用する	-.086	.100
今の食生活に満足している	.166	-.133
一人で食事することについて自分の肯定的評価	.102	.481 ***
一人で食事することについて一般の肯定的評価	-.101	-.278 **
一日3回食事をするについて自分の肯定的評価	.146	-.043
一日3回食事をするについて一般の肯定的評価	-.123	-.089
あなたの健康状態(のよさ)	-.021	-.151
新聞やパソコンなどの健康に関する情報に関心がある	.145	.025
今の健康状態に満足している	-.008	.056
健康によいといわれていることを実践している	.059	-.034
アルバイトの有無(1:している、2:していない)	.116	.139
居住形態(1:同居者あり、2:一人暮らし)	.060	.147
性別(1:男性、2:女性)	.170	-.196 *
食事の準備は家族	.179 *	.077
食事の準備は自分	-.009	.191 *
食事の準備は家族・自分以外	.045	.103
食事(日常における重要度の高さ)	.080	.132
R ²	.366	.561

表中の値は偏相関係数

*** p<.001, ** p<.01, * p<.05

結果を表3に示した。表3を見ると、「一人で食事をする」では、「一人で食事することについての自分の肯定的評価」(.481)、自分で食事の準備をする(.191)と有意な正の偏相関、「一人で食事することについて多くの人々の肯定的評価」(-.278)、性別(-.196)と有意な負の偏相関を示した。次に、「一日3回食事をする」では家族が食事の準備をする(.179)と有意な正の偏相関を示した。「一人で食事をする」に影響力を及ぼしているのは、一人で食事することについての自分の肯定的評価であり、男性が自分で食事を準備する状況である。一人で食事することについての多くの人々の肯定的評価は、行動を低める要因として指摘できる。これに対し、「一日3回食事をする」に影響力を及ぼしているのは、家族が食事の準備をする状況となっている。これらのことから、規則正しい食生活には家族の存在が重要であることがわかる。

表4 男女別食行動項目得点平均値

	男性	女性
一人で食事をする	3.125	2.543 **
レストランなどで外食する	2.607	2.163 **
お弁当やおにぎりを買って食べる	2.500	2.728
惣菜類を買っておかずにする	1.786	2.044
冷凍食品・レトルト食品を利用する	2.250	2.283
一日3回食事をする	2.964	3.522 **
栄養補助食品で食事を済ませる	1.429	1.380
一回の食事におかずが3品以上ある	2.714	2.946
就寝前に飲食をする	2.571	2.264
食事と食事の間に飲食をする	2.818	3.110
特定の食品(好きなもの)ばかりを食べる	2.393	2.293

*** p<.001, ** p<.01, * p<.05

表5 男女別食行動を左右する項目得点平均値

	男性	女性
家では自分で料理をつくる	1.911	1.946
食事のための時間を確保するようにしている	2.589	3.272 ***
帰宅が遅いときは外食や中食を利用する	2.714	2.652
今の食生活に満足している	2.857	3.011
学業(日常における重要度の高さ)	3.107	3.163
クラブ・サークル活動(重要度の高さ)	3.036	2.815
アルバイト・仕事(重要度の高さ)	2.607	2.804
食事(重要度の高さ)	3.143	3.478 *
おしゃべり(重要度の高さ)	2.482	3.033 **
趣味(重要度の高さ)	3.446	3.457
睡眠(重要度の高さ)	3.500	3.714

*** p<.001, ** p<.01, * p<.05

4) 個人属性による食行動の比較

①性別

性別による食行動の違いについて t 検定を行った結果を表 4 に示した。その結果、「一人で食事をする」では、女性(2.543)より男性(3.125)の方が得点が有意に高いことが示された($t=3.029$, $p<.01$)。「レストランなどで外食する」についても、女性(2.163)より男性(2.607)の方が得点が有意に高いことが示された($t=3.233$, $p<.01$)。「一日 3 回食事をする」では、男性(2.964)より女性(3.522)の方が得点が有意に高いことが示された($t=-2.927$, $p<.01$)。

性別による食行動を左右する要因の違いについて t 検定を行なった結果を表 5 に示した。その結果、「食事のための時間を確保するようにしている」では、女性(3.272)より男性(2.589)の方が得点が有意に低いことが示された($t=-3.718$, $p<.001$)。「食事(日常における重要度の高さ)」では、男性(3.143)より女性(3.478)の方が得点が有意に高いことが示された($t=-2.552$, $p<.05$)。「一人で食事をする」「レストランなどで外食する」では、男性の方が得点が有意に高く、「一日 3 回食事をする」「食事のための時間を確保するようにしている」「食事(日常における重要度の高さ)」や「おしゃれ(日常における重要度の高さ)」では、女性の方が得点が有意で高かった。よって、女性は食に対し関心が高いことがわかる。一方、男性は外食や一人で食べることが女性より多いこと、食事に対する重要性が低いことなどから、食に対する関心は女性ほどではないことがうかがえる。

「気になる数字で読む日本人の食生活」(2003)の調査で「自分の健康づくりのために栄養や食事について考えることがある」と回答したのは男性 7 割であったのに対し、女性は 9 割近くであった。このことから女性の方が男性よりも食に気を遣う傾向があると指摘できる。

②同居者の有無

表6 居住形態別食行動項目得点平均値

	一人暮らし	同居者有
一人で食事をする	3.763	2.418 ***
レストランなどで外食する	2.316	2.336
お弁当やおにぎりを買って食べる	2.605	2.655
惣菜類を買っておかずにする	2.053	1.908
冷凍食品・レトルト食品を利用する	2.211	2.291
一日3回食事をする	2.579	3.564 ***
栄養補助食品で食事を済ませる	1.395	1.400
一回の食事におかずが3品以上ある	1.921	3.182 ***
就寝前に飲食をする	2.432	2.364
食事と食事の間に飲食をする	2.921	3.028
特定の食品(好きなもの)ばかりを食べる	2.500	2.273

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

表7 居住形態別食行動を左右する項目得点平均値

	一人暮らし	同居者有
家では自分で料理をつくる	2.868	1.609 ***
食事のための時間を確保するようにしている	2.868	3.064
帰宅が遅いときは外食や中食を利用する	3.026	2.555 *
今の食生活に満足している	2.316	3.173 ***
学業(日常における重要度の高さ)	3.132	3.145
クラブ・サークル活動(重要度の高さ)	2.974	2.873
アルバイト・仕事(重要度の高さ)	2.763	2.718
食事(重要度の高さ)	3.105	3.436 *
おしゃれ(重要度の高さ)	2.632	2.891
趣味(重要度の高さ)	3.579	3.409
睡眠(重要度の高さ)	3.632	3.633

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

居住形態による食行動および食行動を左右する要因の違いについて、t 検定を行なった結果を表 6、7 に示した。t 検定の結果、「一日 3 回食事をする」では、一人暮らし(2.579)より同居者あり(3.564)の方が得点が有意に高く($t=4.221$, $p<.001$)、「一回の食事におかずが 3 品以上ある」でも、一人暮らし(1.921)より同居者あり(3.182)の方が得点が有意に高いことが示された($t=7.070$, $p<.001$)。また、「今の食生活に満足している」についても、一人暮らし(2.316)より同居者あり

(3.173)の方が得点が有意に高かった($t=4.407$, $p<.001$)。

一方、「一人で食事をする」は、同居者あり(2.418)より一人暮らし(3.763)の方が($t=-9.004$, $p<.001$)、「家では自分で料理をつくる」でも、同居者あり(1.609)より一人暮らし(2.868)の方が($t=-5.914$, $p<.001$)得点が有意に高かった。

「一人で食事をする」「一日3回食事をする」「一回の食事におかずが3品以上ある」では、同居者がある人の方が得点が有意で高かった。また、「今の食生活に満足している」「食事(日常における重要度の高さ)」の項目でも同居者がある人の方が得点が有意で高かった。よって、同居している人は規則正しい食生活を送り、その状況に満足しているといえる。つまり、食事を用意してくれる人がいると自分の健康状態に満足する上に、規則正しく、バランスのよい食事を取ることができるのである。

厚生省(現厚生労働省)人口問題研究所の調査(1985)によれば、一日3食のうち一回食事を抜く割合は、両親または片親と子どもで構成される家庭では5%未満なのに対し、一人暮らしでは16.5%という結果が出ている。一人暮らしで自分で食事を準備する環境では、欠食する割合が10ポイント以上高くなっていることがわかる。

私たちの生活は時代とともに変化をしている。女性の働く機会が増え、電子機器の発達、冷凍食品、外食産業の展開により家族の食事の仕方は多種多様となっている。1985年当時と現代とでは、食をとりまく環境は利用者にとって格段に便利になっているにもかかわらず、一日3回食事をするのは家族に頼る傾向が大きい。規則正しい食生活を支えるのが家族の存在であるとするならば、家族が担う役割として、今後われわれが食事の大切さを次世代に伝えていくことが重要だと考える。食事の重要性を再確認するべきであるといえる。

本研究では計画的行動理論を仮説の枠組みとして、1. 食行動は主観的規範よりも知覚された行動コントロールと関連する、2. 主観的規範の得点の高い人は規則正しい食行動をとる、と予測した。この2点について検討する。

規則正しい食行動の指標となるのは「一日3回食事をする」「一回の食事におかずが3品以上ある」である。食事を左右する要因のうち、これらの2項目と関連の高いものとして、「食事のための時間を確保するようにしている」「今の食生活に満足している」「食事(日常における重要度の高さ)」などがあり、いずれも有意な正の相関を示している。すなわち、食事を重要と考え食事の時間を確保する人は一日3回のバランスを考慮した食事に満足していると思われる。一方不規則な食行動として「栄養補助食品で食事を済ませる」「就寝前に飲食をする」「特定の食品ばかりを食べる」を指標とすると、これらの項目は、「食事のための時間を確保するようにしている」「今の食生活に満足している」「食事(日常における重要度の高さ)」などと有意な負の相関を示している。すなわち、食事をあまり重要視せず、食事に対する満足感は十分ではないが自分の都合に合わせて好きなものを食べる傾向が見られる。規則正しい食行動、不規則な食行動いずれも、食行動を左右する要因とは関連が高いものの、食行動についての多くの人々の評価とは有意な関連がみられなかった。また健康意識については、規則正しい食行動間、不規則な食行動間で共通して関連する項目が少ない。これらのことから、食行動には行動を統制する要因が影響すると指摘できる。

主観的規範の測定項目として、食行動について多くの人々の肯定的評価、健康意識を用いている。これらの項目と規則正しい食行動との関連をみると、健康意識とは有意な正の相関を示すものの、食行動についての多くの人々の肯定的評価とは有意な関連がみられなかった。食事の重要度が高い人と低い人では、高い人の方が健康状態が良好で健康に関心があり、よく噛んで食事を

するなど健康によいことを実践する傾向がある。規則正しい食行動には健康意識が重要であり、食に対する規範の効果はさらに検討する必要がある。

6) 本調査の問題点と今後の課題

本調査では、規則正しい食生活を支えるのは家族の存在だとする結果が示されたが、その関連の値は強いとはいえない。また、食行動に関連する予測した要因の一つに主観的規範がある。規範とは人の行いを定めるこころの働きであり、その測定項目として食行動に対する多くの人々の肯定的評価を用いるには、多くの問題が残されている。加えて、学科、男女ごとに全学生数に対する比率を求めて調査票を配布したが、その回収率は学科によりかなり異なっており、成城大学の学生の傾向とするには十分とはいえない。また、質問項目については、食事の行動の中で自ら料理をするかどうか、出来るかどうかといった、調理技術を問う設問がなく、具体的行動の指標となるものが曖昧になり、説得性に欠いたと思われる。今後はこれらの問題点を解決し、回答者の現状を把握できるよう食事に関連する調査項目をさらに検討することが重要である。

引用文献

- 飽戸弘 1994 消費者行動の社会心理学 福村出版.
- 飽戸弘・東京ガス都市生活研究所編 1992 食文化の国際比較 日本経済新聞社.
- 足立蓉子 1993 女子学生の食生活満足度及ばす要因 日本家政学会誌, 41(4), 303-311.
- 江上いすず・長谷川昇・板津みどり 1995 肥満傾向の女子学生のライフスタイルについて(第2報) ―食生活の型と食行動との関係― 名古屋文理短期大学紀要, 20, 87-91.
- 五島 淑子 2004 大学生の食生活満足度に関する調査 山口大学教育学部研究論叢 第1部・第2部 人文科学・社会科学・自然科学, 54, 31-43.
- 平成16年 国民健康・栄養調査結果の概要について
<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/05/h0508-1.html> 2007/12/20 現在.
- 平成17年国民健康・栄養調査 <http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/61-17.html>
2007/12/20 現在.
- 今田純雄 1997 食行動の心理学 培風館.
- A.W. ローグ 1994 食の心理 青土社.
- 牧田恵美子・木倉綾子・飯淵貞明・吉田勉 1996 スナック菓子の流通所要日数 和洋女子大学紀要家政系編, 36, 41-53.
- 森脇弘子・岸田典子・上村芳枝・武田範子・佐久間章子・寺岡千恵子・梯正之 2007 女子学生の健康状況・生活習慣・食生活と小学生時の食事の楽しい会話との関連 日本家政学会誌, 58(6), 327-336.
- 中尾弘之・田代信維編 1998 快の行動科学 朝倉書店.
- NHK 放送文化研究所世論調査部編 2006 崩食と放食 NHK 日本人の食生活調査から NHK 出版.
- 野々山久也・袖井考子・篠崎正美 1996 家族社会学シリーズ① 今家族に何が起きているのか ―家族社会学のパラダイム転換をめぐって― ミネルヴァ書房
- ルソー 今野一雄訳 1962 エミール 上 岩波書店.

- 齊藤勇・川名好裕編 1999 対人社会心理学重要研究集 7—社会心理学の応用と展開
誠信書房.
- 四国新聞ニュース 2007/11/15『乳児期からの食育訴え「フードスタート運動」』
http://www.shikoku-np.co.jp/kagawa_news/administration/article.aspx?id=20071115000101 2008/01/24 現在.
- 末永俊郎編 1987 社会心理学研究法入門 東京大学出版会.
- 食生活アドバイザー検定問題傾向研究会 2002 食生活アドバイザー検定3級問題集
中経出版 P.85.
- 食品産業センター 1984 家族関係の変貌と食生活加工食品の消費動向調査報告
食品産業センター.
- 田村毅・石川洋子 1998 ほめられ体験・叱られ体験 モノグラフ・小学生ナウ, 18(3),
ベネッセコーポレーション.
- 豊川裕之 1999 講座 食の文化 第6巻 食の思想と行動 味の素食の文化センター.
- 豊川裕之 1999 講座 食の文化 第7巻 食のゆくえ 味の素食の文化センター.
- 辻とみ子 1996 同一家族内における栄養摂取の類似性と母親の役割 名古屋文理大学 紀要, 4,
95-105.

資料1 各層別調査票配布数と回答数

		学生数	調査票配布数	有効回答数
経済学部	男	1095	62	29
	女	555	30	2
文芸学部	男	475	27	14
	女	1213	71	71
法学部	男	631	36	7
	女	473	26	0
社会 イノベーション学部	男	349	20	6
	女	521	29	19
合計		5312	301	148

(学生数は2007年10月末現在)

資料 2 各設問への回答比率

成城大生の食生活に関する調査

食生活調査ご協力をお願い

私達は、量的社会調査実習の授業の一環として、食生活に関する調査を行なっています。食生活が多様化する中で、成城大学学生の食生活を取りまく状況や行動を明らかにしたいと考えています。成城大学の学生の特徴をできるだけ正確に表わせるように、調査数の比率が各学部の男子学生、女子学生の比率と同じになるように設定して調査をお願いしています。回答していただいた結果は、全体的な傾向を調べるための統計分析のみに使用し、個人のデータをそのほかの目的に流用することはいっさいありません。また、調査結果は来春以降に公表を予定しています。結果の公表についての詳細は、後日学内掲示でお知らせいたします。ぜひともご協力をお願いいたします。

お答えいただきました回答用紙は、**11月7日(水)**までに、

4号館4階 コミュニケーション学研究室前の調査票回収ボックスまでお持ちください。
どうぞよろしくお願いいたします。

文芸学部文化史学科	森山 靖子
文芸学部文化史学科	西谷和加子
文学研究科コミュニケーション学専攻	李 敏
文芸学部マスコミュニケーション学科	矢野 麻実
文芸学部マスコミュニケーション学科	山本 敏博
量的社会調査実習TA	榎木 一矢
量的社会調査実習担当	鈴木 靖子

ysuzuki@seijo.ac.jp

調査票の中の用語について、以下のような内容を意味しています。

外食とは、飲食店など家庭の外でとる食事

中食とは、外食と内食（家庭の中で調理してとる食事）の中間に位置づけされたもの
持ち帰りの惣菜など

以下にさまざまな食事に関する事柄が述べられています。あなた自身にどれくらいあてはまりますか。次の a、b、c、d のうちから一つを選んで○をつけてください。

- a : 週 4 日以上
b : 週 2 ～ 3 日
c : 月に数回
d : ほとんどない

	アルファベットの下の数値は回答比率(%)				
	a	b	c	d	無回答
1) 一人で食事をする	37.6	25.5	13.4	23.5	0.0
2) レストランなどで外食する	8.7	30.2	46.3	14.8	0.0
3) お弁当やおにぎりを買って食べる	26.2	27.5	30.9	15.4	0.0
4) お惣菜類を買っておかず（主菜や副菜）にする	8.1	18.8	32.9	39.6	0.7
5) 冷凍食品・レトルト食品を利用する	12.1	28.2	34.9	24.8	0.0
6) 一日 3 回食事をする	65.1	14.1	7.4	13.4	0.0
7) 栄養補助食品で食事を済ませる	2.0	8.1	18.1	71.8	0.0
8) 一回の食事におかずが 3 品以上ある	38.3	23.5	22.8	15.4	0.0
9) 就寝前に飲食をする	22.8	24.2	20.8	31.5	0.7
10) 食事と食事の間に飲食をする	43.0	27.5	14.1	14.1	1.3
11) 特定の食品（好きなもの）ばかりを食べる	16.8	31.5	19.5	32.2	0.0

以下に日常生活と食事に関する事柄が述べられています。あなた自身にどれくらいあてはまりますか。次の a、b、c、d のうちから一つを選んで○をつけてください。

- a : あてはまる
b : どちらかといえばあてはまる
c : どちらかといえばあてはまらない
d : あてはまらない

	アルファベットの下の数値は回答比率(%)				
	a	b	c	d	無回答
12) 家では自分で料理をつくる	13.4	17.4	18.8	50.3	0.0
13) 食事のための時間を確保するようにしている	45.6	22.1	18.8	13.4	0.0
14) 帰宅が遅いときは外食や中食を利用する	28.2	27.5	27.5	16.8	0.0
15) 今の食生活に満足している	42.3	24.8	17.4	15.4	0.0

以下の項目はあなたにとってどの程度重要でしょうか。次の a、b、c、d のうちから最も近いと思うもの一つを選んで○をつけてください。

- a : 大変重要
b : ある程度重要
c : 若干重要
d : 重要ではない

	アルファベットの下の数値は回答比率(%)					無回答
16) 学業	35.6	45.6	16.8	2.0	0.0	
17) クラブ・サークル活動	30.2	41.6	15.4	12.8	0.0	
18) アルバイト・仕事	25.5	38.3	18.8	17.4	0.0	
19) 食事	51.0	36.2	9.4	3.4	0.0	
20) おしゃれ	27.5	36.9	25.5	10.1	0.0	
21) 趣味	57.7	32.2	8.1	2.0	0.0	
22) 睡眠	70.5	22.8	4.0	2.0	0.7	
23) その他 ()						

- 24 次のメニューの中で、最も栄養バランスが取れていると思うものを一つ選んで、
a、b、c、d、e のいずれかに○をつけてください。 回答比率(%)

きつねうどん、野菜サラダ、野菜ジュース	1.3
ごはん、納豆、豆腐の味噌汁、漬物	14.1
ごはん、焼き魚、ニラ玉、大根おろし、ワカメの味噌汁	83.2
トースト、バター、コーヒー、スクランブルエッグ	0.7
ハンバーガー、フライドポテト、炭酸飲料、フライドチキン	0.7
無回答	0.0

- 25 あなたが食事をするとき、いちばん重視することは何ですか。

a、b、c、d、e のうちから最も近いと思うものを一つ選んで○をつけてください。

空腹が満たされる	栄養がとれる	簡単にすませる	おいしく食べる	楽しく食べる	無回答
17.4%	13.4%	7.4%	50.3%	10.1%	1.3%

以下にさまざまな食事に関する事柄が述べられています。各項目について、「あなた自身」「世間の多くの人々」はどのように評価するでしょうか。次の a、b、c、d のうちから一つを選んで○をつけてください。

a：肯定的

b：どちらかといえば肯定的

c：どちらかといえば否定的

d：否定的

	アルファベットの下の数値は回答比率(%)					無回答
一人で食事をすることについて	26) あなた自身は	37.6	26.2	22.1	14.1	0.0
	27) 多くの人々は	6.7	24.8	47.0	21.5	0.0
レストランなどで外食することについて	28) あなた自身は	28.2	45.0	20.1	6.0	0.7
	29) 多くの人々は	16.8	43.0	34.2	5.4	0.7
お弁当やおにぎりを買って食べることにについて	30) あなた自身は	22.1	36.2	29.5	11.4	0.7
	31) 多くの人々は	16.1	29.5	43.0	10.7	0.7
お惣菜類を買っておかず（主菜や副菜）にするのを	32) あなた自身は	24.8	35.6	28.2	11.4	0.0
	33) 多くの人々は	21.5	40.3	30.9	7.4	0.0

冷凍食品・レトルト食品を利用することについて	34) あなた自身は	17.4	34.2	27.5	20.8	0.0
	35) 多くの人は	9.4	27.5	42.3	20.8	0.0
一日 3 回食事をすることについて	36) あなた自身は	80.5	15.4	3.4	0.7	0.0
	37) 多くの人は	81.2	15.4	2.7	0.7	0.0
栄養補助食品で食事を済ませることについて	38) あなた自身は	7.4	22.8	27.5	42.3	0.0
	39) 多くの人は	4.7	18.1	42.3	34.9	0.0
一回の食事におかずが 3 品以上あることについて	40) あなた自身は	70.5	24.2	2.7	2.0	0.7
	41) 多くの人は	69.1	22.8	6.7	0.7	0.7
就寝前に飲食をすることについて	42) あなた自身は	9.4	26.2	30.9	33.6	0.0
	43) 多くの人は	2.0	13.4	44.3	40.3	0.0
食事と食事の間に飲食をすることについて	44) あなた自身は	15.4	41.6	26.8	16.1	0.0
	45) 多くの人は	5.4	29.5	43.0	21.5	0.7
特定の食品（好きなもの）ばかりを食べることについて	46) あなた自身は	5.4	22.8	36.2	35.6	0.0
	47) 多くの人は	0.7	11.4	40.3	47.7	0.0
食品添加物など表示に注意して食品を購入することに	48) あなた自身は	44.3	30.9	16.8	8.1	0.0
	49) 多くの人は	52.3	27.5	12.8	7.4	0.0
食事のとき意識的に咀嚼(噛む)回数を増やすことに	50) あなた自身は	47.0	34.2	12.1	6.0	0.7
	51) 多くの人は	53.0	32.2	10.7	3.4	0.7

52 あなたの健康状態はいかがですか。次の a、b、c、d のうちからあてはまるものに○をつけてください。

すぐれている	良好	まあまあ	悪い	無回答
13.4%	37.6%	38.9%	5.4%	4.7%

以下に健康に関する事柄が述べられています。あなた自身にどれくらいあてはまりますか。次の a、b、c、d のうちから一つを選んで○をつけてください。

- a：あてはまる
b：どちらかといえばあてはまる
c：どちらかといえばあてはまらない
d：あてはまらない

アルファベットの下の数値は回答比率(%)	a	b	c	d	無回答
53) 新聞やパソコンなどの健康に関する情報に関心がある	16.1	38.3	32.9	12.8	0.0
54) 今の健康状態に満足している	22.8	31.5	33.6	12.1	0.0
55) 健康によいと言われていることを実践している	10.7	22.8	48.3	18.1	0.0

55-b 55) であてはまる、どちらかといえばあてはまると答えた方にお聞きします。
具体的にどのようなことを実践していますか。

以下にさまざまな食事に対する内容が述べられています。あなた自身にどれくらいあてはまりますか。次の a、b、c、d のうちから一つを選んで○をつけてください。

- a : そう思う
b : どちらかといえばそう思う
c : どちらかといえばそう思わない
d : そう思わない

	アルファベットの下の数値は回答比率(%)					無回答
	a	b	c	d		
56) 人の知らないおいしいお店を探すのが好きだ	32.2	28.9	27.5	11.4		0.0
57) レストランなどで新しい料理や珍しい料理を見つけて注文することが多い	20.8	30.2	35.6	13.4		0.0
58) 新聞や雑誌でレストランの記事を見て実際に食べに行くことがよくある	14.8	20.8	36.2	28.2		0.0
59) 外で食べておいしかった料理を自分で作ってみることがある	12.1	14.1	26.2	47.7		0.0
60) 料理を作るのは楽しみの一つである	18.8	26.2	24.2	30.9		0.0
61) 食べたいと思うものは人に任せるより自分で作りたい	12.1	16.1	43.6	28.2		0.0
62) 食事を楽しむことを生きがいの一つにしている	40.9	29.5	21.5	8.1		0.0
63) 食事にお金をかけるより他の事に使いたい	22.8	31.5	32.9	12.8		0.0
64) 食べもので贅沢をするのは後ろめたい	8.7	18.8	34.9	37.6		0.0
65) 食事のときにはその料理にあわせてお酒を選ぶほうだ	13.4	17.4	24.8	43.6		0.7
66) いろいろなお酒で食事を楽しみたいものになりたい	28.9	22.8	18.8	28.9		0.7
67) お酒さえあれば、食事にはあまりこだわらないほうだ	5.4	4.0	26.8	62.4		1.3
68) 出来るだけ家族と一緒に食事をするようにしたい	35.6	34.9	20.1	8.7		0.7
69) 食事は三度三度きちんと食べたい	60.4	20.8	12.8	5.4		0.7
70) ダイエットのために食べたいものを我慢することがよくある	7.4	14.8	30.9	47.0		0.0
71) たまにはちょっとしゃれたレストランでおいしいものを食べたい	55.7	28.2	9.4	6.7		0.0
72) 食料品を購入するときは添加物や品質表示に注意している	18.8	22.1	40.9	18.1		0.0
73) デザートを食べないと食事が終わったような気がしない	16.8	14.1	33.6	35.6		0.0
74) デザートまで食べられるように食事の量を制限することがよくある	8.7	8.1	32.2	51.0		0.0

以下に社会に関するさまざまな内容が述べられています。あなた自身にどれくらいあてはまりますか。次の a、b のうちから一つを選んで○をつけてください。

- a : あてはまる
b : あてはまらない

	アルファベットの下の数値は回答比率(%)			無回答
	a	b		
75) 選挙の前にはどの候補者が投票に値するかを十分に調べる	29.5	68.5		2.0
76) 困っている人がいたら、ちゅうちょせずに助けに行く	40.3	58.4		1.3
77) だれかに励まされなければ仕事を続ける気がしなくなることが時々ある	46.3	53.7		0.0
78) 特別だれかを大嫌いになったことはない	30.2	69.8		0.0
79) 人生をうまくやっていけるかどうか、疑問に思うことがしばしばある	76.5	23.5		0.0
80) 自分の思い通りにならないと腹を立てることがある	70.5	29.5		0.0
81) 身だしなみには、いつも注意している	59.1	40.9		0.0
82) 家で食事をするときも、レストランでの場合と同じようにテーブルマナーを守る	40.3	59.7		0.0

83) 料金を払わないで映画館に入っても絶対に見つからないことがわかっていれば、 おそらくそう思う	34.2	65.8	0.0
84) 自分にできるはずがないと思って何かを途中で諦めてしまったことが何回かある	71.1	28.9	0.0
85) うわさ話が好きだ	52.3	47.7	0.0
86) 彼らが正しいことは知っていても、権威ある人に逆らってみたくなることがある	43.6	55.7	0.7
87) だれと話をするときでも、常に聞き上手でいる	56.4	43.6	0.0
88) 仕事（勉強）をさぼるために仮病を使ったことがある	67.1	32.9	0.0
89) （自分の利益のために）だれかを利用したことがある	64.4	35.6	0.0
90) ミスをしたときには、すぐにそれを認める	63.8	36.2	0.0
91) 自分の説くところを常に実践しようとしている	49.7	50.3	0.0
92) やかましくて不愉快な人とでも、何とかつきあっている	67.1	32.9	0.0
93) 不愉快なことをされたら、そのことを忘れたり相手を許したりせずに、 仕返しをしようとすることがある	41.6	58.4	0.0
94) 自分が知らないことについては、知らないとはっきり言う	69.1	30.9	0.0
95) 気に入らない相手に対しても、常に礼儀正しく振るまう	58.4	41.6	0.0
96) 自分の思い通りにすることを強く主張したことがある	57.0	43.0	0.0
97) 何か物をぶち壊したいと思ったことがある	79.2	20.8	0.0
98) 自分の失敗に対して他の人が責めを追究ことは、私には耐えられない	68.5	30.2	1.3
99) 恩を返すように言われて、腹を立てたことはない	46.3	52.3	1.3
100) 自分と全く異なる考えを誰かが述べても、いらだたしさを感じることはない	59.1	40.3	0.7
101) 他の人の幸運をねたましく思ったことが何度かある	63.1	36.2	0.7
102) 誰かをしかりつけたいと思ったことはほとんどない	34.2	65.1	0.7
103) 自分に頼みごとをしてくる人に、腹立たしさを感じる事がときどきある	51.0	48.3	0.7
104) 何の理由もないのに罰を受けた、と感じたことはない	35.6	63.8	0.7
105) 誰かが不幸な目にあっても、それは何かの報いだと思うことがときどきある	54.4	45.0	0.7
106) わざと相手の感情を傷つけることを言ったことはない	31.5	67.8	0.7

最後にあなたご自身のことにお答えください。

107 ふだんあなたの食事を準備するのはどなたですか。

108 現在、アルバイトなどの仕事をしていますか。

（している 69.1% していない 28.9% 無回答 2.0%）

109 現在、あなたは家族と一緒に住んでいますか。次の a、b、c、d のうちから
あてはまるものを一つ選んで○をつけてください。

家族と住んでいる	家族以外の人と 住んでいる	一人暮らし	その他 ()	無回答
71.1%	2.0%	25.5%	0.7%	0.7%

110 あなたの性別を教えてください。（男性 37.6% 女性 61.7% 無回答 0.7%）

111 あなたの所属と学年を教えてください。（ 学部 年）

ご協力ありがとうございました。