

# スポーツ系大学の食堂利用率とその内容の改善について

馬淵 亜紀子 (競技スポーツ学科 トレーニング・健康コース)  
指導教員 中村 亜紀

キーワード：学生食堂 スポーツ系大学 栄養バランス

## 1. 緒言

近年若い世代の食生活の乱れや健康意識の低下は特に問題となっている。スポーツ学を学ぶ本学の学生も例外ではない。このような状況をふまえ、本学においても次代を担う学生の食生活の改善を試みることは重要であると考えた。

学生食堂は大学構内にあり、多くの学生が利用機会のある最も身近な食事提供場所となり得る。そのため、学生食堂の内容を充実させることは食生活の改善にも繋がると考えた。しかしこれまでの学生食堂に関する報告は、学生食堂を利用することによる食教育の効果についてなどが多く、学生からの要望を活かすものは少ない。これには学校、学生、食堂業者との組織的な取り組みが必要であり、その連携の難しさから改善しにくい現状も考えられる。

そこで本研究では食堂の満足度や食堂に対する要望を多面的に把握し、学生の意見や要望をまとめることで学生のニーズに沿った学生食堂のあり方を考えることを目的とした。また、その結果に基づき食堂業者や大学と意見交換を行い、学生食堂のあり方を具体的に検討、改善していくことを目指した。

## 2. 研究方法

### 1) アンケート調査

食事の栄養バランスに対する意識や現在の食堂について、本学に所属する1～4年生の男性683名、女性241名、計924名に協力を依頼して回答を得た。また、「SPSS17.0J for Windows」(SPSS社)を用いて分析を行った。

### 2) 食堂へのアプローチ

アンケート結果をもとに食堂に対する満足度や要望などをまとめ、食堂のあり方を具体的に検討した。また、食堂業者や大学と話し合いを重ね、改善についてのアプローチを行った。

## 3. 結果と考察

栄養バランスに気をつけようと思う学生は75.9%であったが、実際に気をつけることの出来ていた学生は51.6%であった。つまり、食事に気をつけようと思っている学生は多いが、行動が伴っていない学生は少なくないと考えられた。このように個人で気をつけられることには限りがあるため、食堂は学生が食生活を整える場の1つとして重要であると考えられた。

一方、食堂に対し「満足」または「やや満足」と回答した学生は合わせて43.1%と少なかった。また、食堂の営業時間を把握していない学生も多く、事前に定食のメニューを知りたい学生は56.9%であった(表1)。

表1 「事前に定食のメニューを知りたいか」に対する回答

回答	度数(人)	割合(%)
知りたい	209	23.2
出来れば知りたい	304	33.7
どちらでもいい	374	41.5
知りたくない	14	1.6
合計	901	100.0

改善策の1つとして、看板で営業時間と定食メニューの表示を行った。また、行列の緩和対策の1つとして値段カードの作り直しも行った。目安箱の設置にも許可を貰えたため、学生の声を直接食堂に伝えることが可能となった。

## 4. まとめ

今回改善出来たことは要望の一部であった。しかし、食堂改善を業者のみに任せるのではなく、大学と一体になって行う道筋がつけられた。今後は、スポーツ大学として栄養バランスのとれたメニューの提案などを進める必要があると考える。

## 5. 参考文献

森脇弘子ら(2010)「学生食堂におけるヘルシー定食提供の試み」日本調理科学会誌 359-365