

実践『ペルソナ』通信 Side-*Be* (No.B-68)  
「女子大生のお昼ご飯」に関する調査結果

実践女子大学人間社会学部 実践「ペルソナ」研究会は、実践女子大学生を対象に、「女子大生のお昼ご飯」について写真観察を実施しました。

※実践「ペルソナ」研究会は、実践女子大学人間社会学部における「統計学科（担当：竹内光悦）」、「経営学（担当：篠崎香織）」、「マーケティング（担当：斉藤明）」の3つの分野のゼミ生を中心に組織され、実践女子大学生が「自分たち自身」の消費活動、ライフスタイル等を科学する研究会です。

※実践『ペルソナ』通信 Side-*Be* とは、写真観察を行い、実態を考察した調査レポートです。

#### 総括

コンビニで購入するものとして多いものは、おにぎり、パンといった炭水化物のものが多く、持参のお弁当ではパンを持ってくる人はおらず、皆ご飯やおにぎりの米が大多数であった。学食では、学生大会ランチを購入する人が多く、栄養バランスやワンコインの値段が評価を得ていた。外食では、普段より金額を掛け、ボリュームのある食事をしていった。

#### 調査結果のポイント

(1) 持参したお弁当は、色合いや栄養のバランスが考えられている

A面にて、持参する弁当は親に作ってもらっている生徒が多かったが、実践女子大生のお弁当は、食品や色合いに偏りは見られず、栄養バランスが整っていて、色合いも鮮やかだった。また、持参するお弁当の主食は主におにぎりや炊いたご飯であり、パンを作ったり家に置いてあったものを持参したりする人は見られなかった。

(2) 主食となる炭水化物と併せて食べるものは、カップ麺類が大多数

コンビニで購入する人の中で、多く購入されているのはおにぎり、菓子パンであったが、それに加えてカップ麺を併せて食べる生徒が多く見られた。100～200円以内で購入できるカップ麺は、おにぎりやパンと購入して、合計約500円以内に収めることができ、ワンコインで満足感を得られるのである。

(3) 学食では、ランチセットを購入する人が多い

学食ではランチセットを食べる人が多かった。理由として、栄養のバランスが取れていることや、量が丁度良い、値段が420円と460円の2種類あり、どちらにしてもワンコインで買ってしまうことなどの便利さにある。ただ、列に並ぶことによる時間のロ

ス、学食の席が少ないために、自分が利用する教室まで運ぶことの面倒さ、といった理由で学食を使用しない学生も多くいた。

(4) 外食では普段よりボリュームに

普段学校でお昼ご飯を食べるときは、お金をかけずに持参したお弁当や、ワンコインに収めたおにぎり、パン、カップ麺類といったものだが、外食に関しては、金額も普段より2、3倍ほど掛け、量もボリュームなものを食べる人が多いようだ。外食は、学校付近、学校から10分ほどの場所、遠くても渋谷内で食事する人が多い。渋谷から出て外食する人は、3時限目が空きの場合が多い。

(5) コンビニでお弁当を購入する人は少ない。

コンビニでおにぎりやパンを購入する人が多いが、コンビニで販売されているお弁当類を購入する人はあまり見られなかった。購入しない人の理由として、「値段の割には量が少ない」ことや、「ワンコインで満足するお弁当がない、高い」という声があった。

### 調査概要

- ・調査対象：実践女子大学の1～3年生
- ・調査方法：フィールドワークによる写真撮影および対象者観察
- ・調査期間：2018年6月18日～6月30日
- ・調査場所：実践女子大学
- ・回答者の属性：実践女子大学生

### 本件調査担当

実践『ペルソナ』研究会

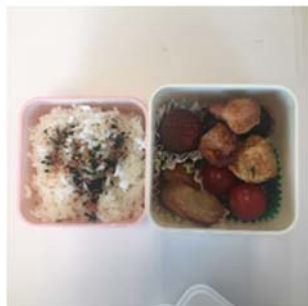
3年 齋藤 梨佐子

酒井 愛実

榊原 由里絵

### 写真

【お弁当】





【購入したもの】

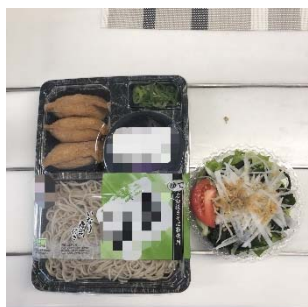
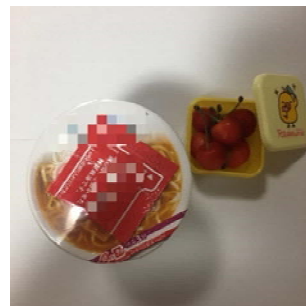
① おにぎりやパンが主食となる人







② 麺類が主食の人

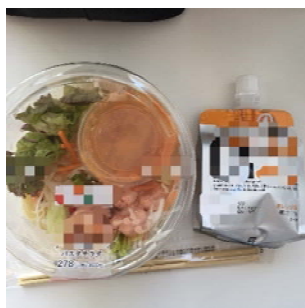




③ 購入したお弁当の人



④ サラダやスープしか摂取しない人



⑤ お菓子が含まれている人



【学食】



【外食】





