

大学生の飲み物に関する調査

－飲み物の種類と時間帯の分析－

五島淑子・角田祐亮*

A Survey on University Students' Dietary Habits of Beverages

Yoshiko GOTO, Yusuke KADOTA*

(Received October 1, 2004)

I. 緒言

飲み物は生活をする上で欠かせないが、日常的な飲み物も時代の変化に応じて変わってきている。1957年（昭和32年）に日本でコココーラの製造が始まり、1980年にはポカリスエット、1981年には缶入りウーロン茶が発売され、その後茶系飲料の販売量は急激に伸びている。

2002年度（平成14年度）の清涼飲料生産量¹⁾は1620万 kl で、1人当たりの消費量は127 l である。シェアは、炭酸飲料16.1%、果実飲料12.9%、コーヒー飲料17.0%、茶系飲料29.6%、スポーツドリンク9.5%、ミネラルウォーター6.9%を占めている。

本田ら²⁾は、緑茶がのどの渇きをいやす飲み物であると同時に、家族団らんとも密接な飲みものであることを報告している。染谷ら³⁾は、昼食時に売店や自動販売機を利用し、ジュースや炭酸飲料を飲むものが多いこと、原田ら⁴⁾は、女子学生では両親に比べると、多種類の飲料を食事中に摂取する傾向にあることを明らかにしている。

最近の傾向として、井海ら⁵⁾は男女の学生が茶系飲料を日常よく飲むと意識していること、早川ら⁶⁾は1988年と2000年の飲み物を比較し、茶の飲料が増え牛乳やコーヒーの飲料が減少したことを指摘している。

筆者はこれまで、大学生の食生活実態について調査研究を行っており、大学生の食生活の改善のために役立つ目的で、学生食堂の利用⁷⁾と朝食の実態⁸⁾を明らかにしてきた。本稿では、大学生の飲み物に対する食行動を、飲み物と飲む時間帯、摂取頻度などから明らかにしたので報告する。

II. 調査目的および方法

本調査の目的は、大学生を対象として、飲み物の種類と飲む時間帯を明らかにし、性別、学年別、健康意識、運動の有無別に、飲み物の種類別の摂取頻度を明らかにすること、飲む行動から飲み物を特徴づけて分類することである。

調査は、山口大学の学生を対象とし、質問紙を配布しその場で記入させ回収した。回収率100%で、有効回答数417（98.6%）であった。調査時期は2003年5月21日から5月30日。

調査内容は、いつ何を飲むのか、飲み物を購入するときに優先する条件、飲み物の摂取量、

*平成15年度教育学部卒業生

健康意識、運動の有無など、最近の1ヶ月を思い出して記入してもらった。

対象とした飲み物は、コーヒー、缶コーヒー、インスタントコーヒー、ココア、緑茶、麦茶、紅茶、牛乳、乳飲料、果実飲料100%、果汁飲料、炭酸飲料、スポーツ飲料、水、その他の15種類である。果実飲料100%とは、トマトジュース、野菜ジュース、100%オレンジジュースなどであり、果汁飲料とは100%以外のジュースを示している。

飲む時間帯は、起床後、朝食の代わり、朝食中、朝食後、授業の合間、昼食代わり、昼食中、昼食後、授業の合間、運動前、運動中、運動後、帰宅後、夕食前、夕食中、夕食後、入浴前、入浴後、就寝前である。この分類は早川ら⁵⁾の調査を参考にした。運動とは、部活、サークル、運動、アルバイトなどの体を動かすことを意味している。

分析には、ExcelおよびSPSS11.0Jを使用した。

Ⅲ. 結果および考察

1 調査対象者の概要

調査対象者は417人で、その内訳は、男子200人、女子217人である。学部は全学部にわたり、工学部107人、教育学部97人、経済学部73人、農学部51人、人文学部42人、理学部25人、医学部9人、その他13人であった。

学年別にみると、1年生が最も多く230人、2年生64人、3年生77人、4年生31人、それ以外が15人であった。「1年生」230人(55.2%)と「2年生以上」187人(44.8%)に分類した。

「健康に気をつけて生活をしているか」(図1-a)は、「かなり気をつけている」20人(4.8%)「気をつけている」171人(41.1%)、「たまに気をつけている」43.5%、「気にしていない」が44人(10.6%)であった。男女別にみると女子学生の方が、男子学生よりも健康に気をつけていた。

「汗をかく運動をしているか」は、汗をかく運動をしていると答えた人は230人(55.2%)、汗をかく運動をしていないと答えた人は187人(44.8%)であった。男女別にみると、男子学生の方が運動をしていた(図1-b)。「汗をかく運動をしている」と回答したうち、「ほとんど毎日」が11.8%、「4～5日」が20.5%、「2～3日」49.3%、「1日以下」18.3%であった。

自炊については、自炊をしていると答えた人は306人(73.6%)、自炊をしていないと答えた人は111人(26.6%)である。男女別にみると自炊をしていると回答したのは、男子学生で139人(男子学生の69.5%)女子学生で165人(女子学生の76.0%)であった。自炊すると回答した学生に1週間に何食自炊するかを質問すると、女子学生の方が14食以上自炊している学生が多く、1日2回は自炊していることがわかる(図1-c)。また学年別にみると1年生の方が14食以上自炊している人が多かった(図1-d)。

住居形態は、アパート337人(80.8%)、自宅45人(10.8%)寮26人(6.2%)、その他9人(2.2%)であった。

2 飲み物の種類と摂取する時間帯

1) 全体の傾向

それぞれの飲み物について、飲まれている時間帯を表1に示した。数字は、その時間帯に飲むと回答した人数を、全体の417人で除したものである。

回答が多かったのは、麦茶(のべ299.8%)、緑茶(284.9%)、水(180.3%)、スポーツ飲料(149.4%)、牛乳(118.5%)であった。麦茶は1日に3ヶ所の時間帯で飲まれ、牛乳は1日1

大学生の飲み物に関する調査

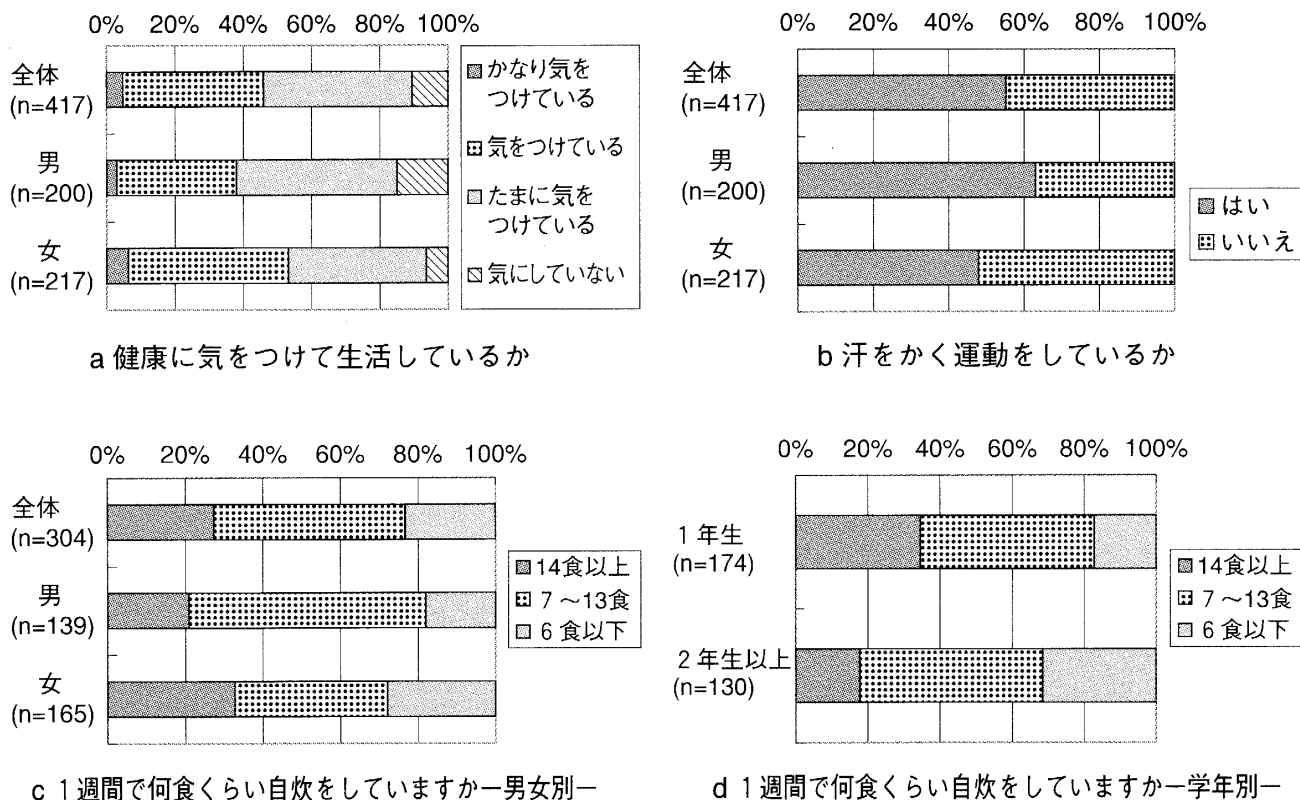


図1 調査対象者の概要ー健康への関心、運動、自炊の状況ー

表1 時間帯別にみた飲み物の摂取状況 (n=417に対する比率)

	コーヒ	缶コーヒ	インスタント	ココア	緑茶	麦茶	紅茶	牛乳	乳飲料	果汁飲料	炭酸飲料	スポーツ飲料	水	その他	合計	
起床後	3.6	1.7	1.4	0.2	12.5	15.3	2.2	10.8	1.4	5.8	3.1	1.2	8.4	13.4	2.4	83.5
朝食の代わり	2.6	1.7	1.0	1.2	3.1	2.9	0.2	11.5	4.1	9.4	1.7	0.2	2.9	1.2	1.2	44.8
朝食中	4.8	1.4	4.3	3.8	18.0	22.8	8.2	30.0	4.6	11.0	5.3	0.5	4.1	7.7	2.9	129.3
朝食後	3.6	1.9	0.7	0.5	11.8	15.3	2.6	8.2	1.7	4.8	3.1	0.5	3.6	5.0	2.6	65.9
授業の合間	1.9	8.2	0.7	1.4	13.7	7.7	5.5	0.0	3.4	6.0	7.9	6.2	5.5	3.4	1.9	73.4
昼食代わり	0.7	1.2	0.0	0.2	3.8	3.1	1.4	0.7	0.7	3.8	1.9	1.2	1.7	3.1	1.0	24.7
昼食中	1.9	3.1	1.0	1.7	41.7	25.4	7.2	4.8	4.6	9.1	9.6	4.1	3.8	23.0	2.4	143.4
昼食後	1.7	3.4	0.7	1.2	21.3	12.9	4.6	1.4	2.4	4.8	4.8	2.2	4.1	11.5	1.7	78.7
授業の合間	1.9	8.2	1.0	1.4	11.8	7.0	4.8	0.2	3.6	6.2	7.9	6.5	4.3	3.1	1.9	69.8
運動前	0.2	0.5	0.5	0.0	6.7	9.6	0.7	0.7	1.2	1.7	2.4	1.4	8.9	8.6	1.4	44.6
運動中	1.2	0.5	0.5	1.0	8.6	11.8	2.4	0.2	0.0	1.9	2.4	3.1	20.6	16.1	1.2	71.5
運動後	1.0	1.0	0.5	0.2	12.2	18.2	1.7	1.9	1.7	3.1	5.3	7.4	32.4	13.7	2.6	102.9
帰宅後	2.6	1.4	0.5	0.7	18.7	25.2	4.6	8.2	2.9	7.7	8.6	6.0	10.8	10.3	3.1	111.3
夕食前	0.5	0.5	0.5	0.2	10.6	11.8	1.0	3.1	0.5	2.6	2.4	1.7	2.6	5.5	2.4	45.8
夕食中	0.2	0.0	1.0	0.2	32.6	39.8	2.2	9.4	0.7	7.0	3.8	2.2	3.8	12.9	3.6	119.4
夕食後	3.8	1.7	2.6	1.7	22.3	20.1	5.0	5.0	1.7	4.1	4.6	2.6	5.8	7.9	2.9	91.8
入浴前	0.0	0.0	0.0	0.0	7.0	9.8	1.4	2.2	0.2	2.9	1.9	1.0	5.0	6.0	1.9	39.3
入浴後	0.7	1.0	0.2	0.0	15.8	24.0	3.4	11.3	2.6	7.9	5.5	5.8	13.2	13.4	3.8	108.6
就寝前	1.4	0.2	0.7	1.0	12.7	17.0	4.1	8.9	3.1	5.3	3.6	1.0	7.9	14.4	2.2	83.5
合計	34.5	37.4	17.7	16.8	284.9	299.8	63.1	118.5	41.0	105.0	85.9	54.7	149.4	180.3	43.2	1532.1

回は飲まれていた。

コーヒーが、最もよく飲まれているのは朝食中で、全体（417人）の4.8%である。ついで夕食後、起床後、朝食後であった。缶コーヒーは、午前と午後の授業の合間（8.2%）が多かった。これは自動販売機や売店などで購入するものと思われる。インスタントコーヒーは、コーヒーと同じ時間帯に多く飲まれていた。

ココアを飲んでいる人は少なく、朝食中で3.8%、それ以外の時間帯は2%以下であった。アンケート時期が5月末で暖かい気候が影響していると思われる。

緑茶は、昼食中が最も多く（41.7%）、次いで夕食中（32.6%）で、食事の時によく飲まれていた。昼食中の学食では緑茶を無料で飲めることにも関連していると思われる。麦茶は、緑茶と同様の傾向であり、夕食中に39.8%と最もよく飲まれていた。紅茶は、朝食中が8.2%と最も多く、次いで昼食中で7.2%であった。

牛乳は朝食中に飲む人がとても多く30.0%である。外出しているときはほとんど飲まれておらず、家で飲む飲み物といえる。乳飲料はほとんど飲まれていなかった。

果実飲料100%は食事のときに飲まれており、朝食中で11.0%、昼食中で9.1%である。果汁飲料は、最もよく飲まれている昼食中で9.6%、次いで帰宅後の8.6%で、自宅よりも大学でよく飲まれていることがわかる。炭酸飲料は運動後に7.4%で最もよく飲まれており、授業の合間や帰宅後、入浴後にもよく飲まれていた。スポーツ飲料は、運動時によく飲まれており、運動後で32.4%の人に飲まれていた。

水は、昼食中が最も多く23.0%、次いで運動中の16.1%であった。これは学食に冷水器があることによると考えられる。

「その他」は、入浴後が最も多く3.8%、次いで夕食中の3.6%となっている。その他は学校にいるときよりも、自宅にいるときによく飲まれていた。

2) 男女別にみた飲み物の種類と摂取する時間帯

飲み物の種類と時間帯を男女別に表2に示した。

男子学生の方が女子学生よりよく飲んでいたものは、炭酸飲料（午後の授業の合間、帰宅後、夕食後、入浴後）、スポーツ飲料（起床後、運動後、入浴後、就寝前、朝食後、午前の授業の合間、帰宅後、夕食後）であった。

一方、女子の方がよく飲んでいるのは、緑茶（朝食中、昼食中、昼食後、運動後、帰宅後、夕食中、入浴後）、麦茶（朝食中、午前午後の授業の合間、運動後、帰宅後、昼食中、昼食後、運動前、夕食中）、紅茶（昼食中、夕食後）、果実飲料100%（昼食代わり）であった。

男女間に差が見られなかったものは、コーヒー、缶コーヒー、インスタントコーヒー、ココア、牛乳、乳飲料、果汁飲料、水、その他である。

このことより、男子学生の方が、炭酸飲料、スポーツ飲料をよく飲んでおり、女子学生の方が、緑茶、麦茶、紅茶、果実飲料100%をよく飲んでいることがわかる。

3) 学年別にみた飲み物の種類と摂取する時間帯

飲み物の種類と時間帯を学年別に表3に示した。

1年生の方がよく飲んでいるのは、牛乳（朝食中）、乳飲料（夕食後）であった。

一方、2年生の方がよく飲んでいるのは、缶コーヒー（朝食代わり、朝食後、午前午後の授業の合間、朝食中、昼食代わり、昼食中、昼食後）、緑茶（朝食中）、麦茶（夕食前、入浴前、

表2 男女別にみた飲み物の種類と摂取する時間帯
(男子200人、女子217人に対する比率)

(%)

	コーヒー		缶コーヒー		インスタントコーヒー		ココア		緑茶		麦茶		紅茶	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
起床後	5.0	2.3	2.5	0.9	1.5	1.4	0.5	0.0	11.0	13.8	15.0	15.7	3.5	0.9
朝食の代わり	3.5	1.8	2.5	0.9	0.5	1.4	0.5	1.8	4.5	1.8	2.5	3.2	0.0	0.5
朝食中	3.0	6.5	2.5	0.5	4.0	4.6	3.5	4.1	12.0	23.5	16.0	29.0	5.5	10.6
朝食後	2.0	5.1	2.0	1.8	0.0	1.4	0.5	0.5	7.0	16.1	12.5	18.0	3.0	2.3
授業の合間	2.5	1.4	10.5	6.0	0.5	0.9	0.5	2.3	10.5	16.6	3.0	12.0	4.0	6.9
昼食代わり	1.0	0.5	1.0	1.4	0.0	0.0	0.0	0.5	2.0	5.5	2.5	3.7	0.5	2.3
昼食中	1.5	2.3	2.5	3.7	0.0	1.8	1.5	1.8	33.5	49.3	19.5	30.9	3.5	10.6
昼食後	2.0	1.4	5.0	1.8	0.0	1.4	1.0	1.4	16.0	26.3	8.5	17.1	3.0	6.0
授業の合間	1.0	2.8	9.0	7.4	0.5	1.4	1.0	1.8	8.5	14.7	2.0	11.5	3.0	6.5
運動前	0.0	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.0	0.0	4.5	8.8	5.5	13.4	1.0	0.5
運動中	0.0	2.3	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	1.4	7.0	10.1	8.5	14.7	1.5	3.2
運動後	0.5	1.4	1.0	0.9	0.5	0.5	0.0	0.5	7.0	17.1	10.0	25.8	1.0	2.3
帰宅後	1.5	3.7	2.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.9	13.0	24.0	18.5	31.3	5.0	4.1
夕食前	0.5	0.5	0.5	0.5	1.0	0.0	0.5	0.0	8.5	12.4	9.0	14.3	1.0	0.9
夕食中	0.5	0.0	0.0	0.0	1.0	0.9	0.0	0.5	26.5	38.2	34.0	45.2	2.0	2.3
夕食後	3.5	4.1	3.0	0.5	1.5	3.7	1.0	2.3	19.0	25.3	17.5	22.6	2.5	7.4
入浴前	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.0	8.8	7.5	12.0	1.0	1.8
入浴後	0.0	1.4	1.5	0.5	0.5	0.0	0.0	0.0	10.0	21.2	19.5	28.1	3.0	3.7
就寝前	0.5	2.3	0.5	0.0	1.0	0.5	0.5	1.4	11.0	14.3	16.0	18.0	4.0	4.1
合計	28.5	40.1	47.5	28.1	14.0	21.2	12.0	21.2	216.5	347.9	227.5	366.4	48.0	77.0

(%)

	牛乳		乳飲料		果実飲料 100%		果汁飲料		炭酸飲料		スポーツ飲料		水	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
起床後	11.5	10.1	2.0	0.9	6.5	5.1	5.0	1.4	2.0	0.5	13.5	3.7	15.0	12.0
朝食の代わり	10.0	12.9	2.0	6.0	9.0	9.7	1.0	2.3	0.5	0.0	4.0	1.8	1.5	0.9
朝食中	26.5	33.2	2.5	6.5	8.5	13.4	4.0	6.5	1.0	0.0	6.0	2.3	8.5	6.9
朝食後	8.5	7.8	2.5	0.9	5.5	4.1	4.0	2.3	0.5	0.5	6.0	1.4	4.5	5.5
授業の合間	0.0	0.0	3.5	3.2	5.0	6.9	6.5	9.2	9.5	3.2	9.0	2.3	3.5	3.2
昼食代わり	1.0	0.5	1.0	0.5	1.0	6.5	1.0	2.8	1.5	0.9	2.0	1.4	3.5	2.8
昼食中	4.5	5.1	4.5	4.6	6.0	12.0	8.5	10.6	5.0	3.2	4.5	3.2	27.0	19.4
昼食後	1.5	1.4	2.5	2.3	4.0	5.5	5.0	4.6	2.0	2.3	6.0	2.3	14.0	9.2
授業の合間	0.0	0.5	2.5	4.6	5.0	7.4	7.0	8.8	10.0	3.2	6.5	2.3	3.0	3.2
運動前	1.0	0.5	1.5	0.9	3.0	0.5	3.5	1.4	2.5	0.5	8.0	9.7	7.5	9.7
運動中	0.5	0.0	0.0	0.0	2.5	1.4	2.5	2.3	4.5	1.8	21.5	19.8	14.0	18.0
運動後	2.5	1.4	1.5	1.8	3.5	2.8	6.0	4.6	11.0	4.1	42.0	23.5	11.0	16.1
帰宅後	7.5	8.8	2.5	3.2	8.5	6.9	8.5	8.8	9.5	2.8	15.0	6.9	10.0	10.6
夕食前	1.5	4.6	0.0	0.9	2.0	3.2	2.0	2.8	3.0	0.5	4.5	0.9	6.0	5.1
夕食中	10.5	8.3	0.5	0.9	8.0	6.0	4.5	3.2	2.0	2.3	5.5	2.3	14.0	12.0
夕食後	5.5	4.6	2.0	1.4	6.0	2.3	5.0	4.1	4.5	0.9	8.5	3.2	10.0	6.0
入浴前	2.0	2.3	0.0	0.5	3.5	2.3	1.0	2.8	1.5	0.5	7.0	3.2	5.5	6.5
入浴後	14.0	8.8	4.0	1.4	9.0	6.9	7.0	4.1	8.5	3.2	19.5	7.4	11.0	15.7
就寝前	10.5	7.4	3.0	3.2	7.5	3.2	5.0	2.3	1.5	0.5	12.5	3.7	14.5	14.3
合計	119.0	118.0	38.0	43.8	104.0	106.0	87.0	84.8	80.5	30.9	201.5	101.4	184.0	177.0

表3 学年別にみた飲み物の種類と摂取する時間帯
(1年生230人、2年生以上187人に対する比率)

(%)

	コーヒー		缶コーヒー		インスタントコーヒー		ココア		緑茶		麦茶		紅茶	
	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上
起床後	2.2	5.3	0.4	3.2	1.3	1.6	0.4	0.0	11.3	13.9	13.5	17.6	0.9	3.7
朝食の代わり	1.3	4.3	0.0	3.7	0.9	1.1	0.4	2.1	2.2	4.3	2.6	3.2	0.4	0.0
朝食中	5.2	4.3	0.0	3.2	4.8	3.7	4.3	3.2	13.5	23.5	22.2	23.5	9.6	6.4
朝食後	3.5	3.7	0.0	4.3	0.4	1.1	0.4	0.5	10.4	13.4	13.9	17.1	2.6	2.7
授業の合間	1.3	2.7	3.0	14.4	0.0	1.6	0.9	2.1	13.0	14.4	8.3	7.0	4.8	6.4
昼食代わり	0.0	1.6	0.0	2.7	0.0	0.0	0.0	0.5	3.5	4.3	2.2	4.3	0.4	2.7
昼食中	1.7	2.1	1.3	5.3	1.3	0.5	1.3	2.1	38.3	46.0	27.4	23.0	6.5	8.0
昼食後	1.7	1.6	0.4	7.0	0.0	1.6	1.3	1.1	20.9	21.9	10.9	15.5	3.5	5.9
授業の合間	1.3	2.7	1.7	16.0	0.4	1.6	1.3	1.6	13.0	10.2	8.3	5.3	3.0	7.0
運動前	0.0	0.5	0.0	1.1	0.0	1.1	0.0	0.0	5.7	8.0	7.4	12.3	0.4	1.1
運動中	0.0	2.7	0.0	1.1	0.0	1.1	0.9	1.1	7.0	10.7	9.6	14.4	1.3	3.7
運動後	0.0	2.1	0.0	2.1	0.0	1.1	0.0	0.5	10.0	15.0	17.0	19.8	1.3	2.1
帰宅後	1.7	3.7	0.9	2.1	0.4	0.5	0.9	0.5	15.7	22.5	22.6	28.3	3.5	5.9
夕食前	0.4	0.5	0.9	0.0	0.9	0.0	0.4	0.0	8.7	12.8	8.7	15.5	0.4	1.6
夕食中	0.0	0.5	0.0	0.0	1.3	0.5	0.4	0.0	29.1	36.9	38.7	41.2	2.2	2.1
夕食後	2.2	5.9	1.7	1.6	3.5	1.6	1.3	2.1	21.3	23.5	18.7	21.9	3.5	7.0
入浴前	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.2	9.1	7.0	13.4	0.9	2.1
入浴後	0.9	0.5	1.3	0.5	0.4	0.0	0.0	0.0	13.5	18.7	19.6	29.4	2.2	4.8
就寝前	1.7	1.1	0.0	0.5	1.3	0.0	1.3	0.5	12.2	13.4	17.0	17.1	3.0	5.3
合計	25.2	46.0	11.7	69.0	17.0	18.7	15.7	18.2	254.3	322.5	275.2	329.9	50.4	78.6

(%)

	牛乳		乳飲料		果実飲料 100%		果汁飲料		炭酸飲料		スポーツ 飲料		水	
	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上	1年生	2年生以上
起床後	9.6	12.3	1.7	1.1	4.8	7.0	3.0	3.2	0.9	1.6	6.1	11.2	10.9	16.6
朝食の代わり	9.6	13.9	2.2	6.4	6.5	12.8	1.3	2.1	0.0	0.5	1.7	4.3	1.3	1.1
朝食中	34.3	24.6	5.7	3.2	10.9	11.2	5.2	5.3	0.0	1.1	4.3	3.7	7.0	8.6
朝食後	10.0	5.9	2.2	1.1	5.7	3.7	3.5	2.7	0.4	0.5	3.9	3.2	5.2	4.8
授業の合間	0.0	0.0	2.2	4.8	2.6	10.2	4.8	11.8	4.8	8.0	4.3	7.0	3.0	3.7
昼食代わり	0.0	1.6	0.9	0.5	0.4	8.0	0.9	3.2	0.4	2.1	0.9	2.7	3.0	3.2
昼食中	4.3	5.3	3.9	5.3	6.5	12.3	9.1	10.2	4.3	3.7	3.9	3.7	26.1	19.3
昼食後	1.7	1.1	1.7	3.2	3.9	5.9	6.1	3.2	1.3	3.2	4.8	3.2	13.0	9.6
授業の合間	0.4	0.0	2.2	5.3	4.3	8.6	6.1	10.2	5.7	7.5	3.5	5.3	1.7	4.8
運動前	0.4	1.1	1.7	0.5	1.3	2.1	3.0	1.6	1.3	1.6	7.8	10.2	7.0	10.7
運動中	0.4	0.0	0.0	0.0	0.4	3.7	1.7	3.2	2.6	3.7	18.7	23.0	12.2	20.9
運動後	1.7	2.1	1.3	2.1	2.6	3.7	4.8	5.9	4.8	10.7	32.2	32.6	10.9	17.1
帰宅後	10.0	5.9	2.2	3.7	6.1	9.6	8.7	8.6	7.4	4.3	12.6	8.6	10.9	9.6
夕食前	3.0	3.2	0.4	0.5	1.3	4.3	2.6	2.1	0.9	2.7	1.3	4.3	5.2	5.9
夕食中	10.9	7.5	1.3	0.0	6.1	8.0	2.6	5.3	1.3	3.2	3.5	4.3	12.6	13.4
夕食後	4.8	5.3	3.0	0.0	3.5	4.8	6.1	2.7	2.2	3.2	6.5	4.8	7.4	8.6
入浴前	2.2	2.1	0.4	0.0	2.2	3.7	2.6	1.1	0.4	1.6	2.6	8.0	3.9	8.6
入浴後	11.7	10.7	2.2	3.2	6.1	10.2	5.7	5.3	5.2	6.4	11.3	15.5	10.4	17.1
就寝前	7.8	10.2	3.9	2.1	5.2	5.3	3.9	3.2	0.0	2.1	7.0	9.1	12.2	17.1
合計	123.0	112.8	39.1	43.3	80.4	135.3	81.7	90.9	43.9	67.9	137.0	164.7	163.9	200.5

入浴後)、果実飲料100% (午前の授業の合間、昼食代わり、朝食代わり、運動中)、果汁飲料 (午前の授業の合間)、炭酸飲料 (運動後)、スポーツ飲料 (入浴前)、水 (運動中) であった。

学年による差が認められなかったのは、インスタントコーヒー、ココア、紅茶、その他であった。

1年生は牛乳をよく飲み、2年生以上はコーヒーをはじめ多種類の飲み物を飲んでいった。

4) 健康意識別にみた飲み物の種類と摂取する時間帯

健康に「かなり気をつけている」と「気をつけている」をあわせた「健康に気をつけている」群 (n=191) と、「たまに気をつけている」と「気をつけていない」をあわせた「気にしていない」群 (n=225) で比較を行い、表4に示した。

健康に気をつけている群に飲まれているのは、牛乳 (帰宅後) であった。

健康を気にしていない群で多かったのは、缶コーヒー (帰宅後)、牛乳 (運動後)、果汁飲料 (入浴後、夕食前)、炭酸飲料 (帰宅後、昼食中、入浴後)、スポーツ飲料 (朝食中、昼食代わり、昼食中、夕食中、夕食後) である。

健康意識で差は見られなかったのは、コーヒー、インスタントコーヒー、ココア、緑茶、麦茶、紅茶、乳飲料、果実飲料100%、水、その他であった。

健康に気をつけていない群が、炭酸飲料、スポーツ飲料をよく飲んでいった。

5) 運動の有無別にみた飲み物の種類と摂取する時間帯

「汗をかく運動をしている」 (n=230) と「汗をかく運動をしていない」 (n=187) について比較を表5に示した。

運動をしている群によく飲まれていたのは、緑茶 (運動前、運動中、運動後)、麦茶 (運動後)、牛乳 (就寝前)、果汁飲料 (運動前、運動後、入浴後)、炭酸飲料 (運動後)、スポーツ飲料 (運動中、運動後)、水 (運動中、運動後、午後の授業の合間、夕食前、夕食後) であった。

一方、運動をしていない群の方がよく飲んでいるのは、インスタントコーヒー (夕食中)、ココア (運動中)、紅茶 (就寝前) であった。

運動の有無による違いが見られなかったのは、コーヒー、缶コーヒー、乳飲料、果実飲料100%であった。

運動をしている人に、緑茶、果汁飲料、スポーツ飲料、水を飲んでいることが多く、飲み物の種類が多かった。

6) 自炊状況からみた飲み物の種類と摂取する時間帯

「自炊をしている」 (n=306) 「自炊をしていない」 (n=111) に差があるかどうかを比較した結果、「自炊をしている」群がよく飲むのは、麦茶 (運動中)、牛乳 (朝食中)、果実飲料100% (朝食後)、スポーツ飲料 (昼食中) であった。

一方、「自炊をしていない」群がよく飲むのは、コーヒー (夕食後)、缶コーヒー (起床後)、緑茶 (運動中)、果実飲料100% (午前の授業の合間) 炭酸飲料 (入浴後)、水 (朝食中) であった。

自炊の有無による差は見られなかったものは、インスタントコーヒー、ココア、紅茶、乳飲料、果汁飲料、その他であった。

自炊していない群のほうが、コーヒー、缶コーヒーなど多種類の飲み物を飲んでいった。

表4 健康意識別にみた飲み物の種類と摂取する時間帯
(健康に気をつけている191人、気にしていない225人に対する比率)

(%)

	コーヒー		缶コーヒー		インスタントコーヒー		ココア		緑茶		麦茶		紅茶	
	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない
起床後	5.2	2.2	0.5	2.7	1.6	1.3	0.5	0.0	10.5	14.2	14.1	16.4	2.1	2.2
朝食の代わり	1.0	4.0	0.5	2.7	1.0	0.9	1.6	0.9	1.0	4.9	1.6	4.0	0.5	0.0
朝食中	6.3	3.6	1.0	1.8	5.2	3.6	4.2	3.6	19.4	16.4	26.2	19.6	8.4	8.0
朝食後	3.1	3.6	0.5	3.1	1.0	0.4	0.0	0.9	13.6	10.2	18.8	12.4	3.1	2.2
授業の合間	2.1	1.8	5.2	10.7	0.5	0.9	1.6	1.3	13.6	13.8	7.9	7.6	3.7	7.1
昼食代わり	0.0	1.3	0.0	2.2	0.0	0.0	0.0	0.4	4.2	3.6	2.6	3.6	1.6	1.3
昼食中	1.6	2.2	3.1	3.1	1.0	0.9	1.6	1.8	42.9	40.4	26.7	24.4	6.3	8.0
昼食後	1.6	1.8	2.1	4.0	0.5	0.9	1.6	0.9	23.6	19.6	13.1	12.9	4.2	4.9
授業の合間	2.1	1.8	6.3	9.8	1.6	0.4	2.6	0.4	11.5	12.0	5.8	8.0	3.7	5.8
運動前	0.0	0.4	0.5	0.4	1.0	0.0	0.0	0.0	7.3	6.2	9.9	9.3	0.0	1.3
運動中	1.0	1.3	0.5	0.4	1.0	0.0	1.0	0.9	8.4	8.9	12.0	11.6	2.1	2.7
運動後	1.0	0.9	0.5	1.3	1.0	0.0	0.0	0.4	12.0	12.4	19.9	16.4	0.5	2.7
帰宅後	1.6	3.1	0.0	2.7	0.5	0.4	0.5	0.9	19.4	18.2	27.7	23.1	5.8	3.6
夕食前	0.5	0.4	0.0	0.9	0.5	0.4	0.0	0.4	11.0	10.2	12.0	11.6	1.0	0.9
夕食中	0.0	0.4	0.0	0.0	1.0	0.9	0.5	0.0	33.0	32.0	39.8	39.6	2.1	2.2
夕食後	2.6	4.9	0.5	2.7	3.7	1.8	3.1	0.4	23.0	21.3	22.0	18.2	5.2	4.9
入浴前	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	8.4	5.8	11.5	8.4	0.5	2.2
入浴後	0.5	0.9	0.0	1.8	0.0	0.4	0.0	0.0	15.2	16.4	25.1	22.7	3.7	3.1
就寝前	1.6	1.3	0.0	0.4	0.5	0.9	1.0	0.9	12.6	12.9	16.8	17.3	4.2	4.0
合計	31.9	36.0	21.5	50.7	22.0	14.2	19.9	14.2	290.6	279.6	313.6	287.1	58.6	67.1

(%)

	牛乳		乳飲料		果実飲料100%		果汁飲料		炭酸飲料		スポーツ飲料		水	
	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない	気をつける	気をつけない
起床後	11.5	10.2	1.0	1.8	6.3	5.3	1.6	4.4	0.5	1.8	4.7	11.6	14.7	12.4
朝食の代わり	12.6	10.7	5.2	3.1	7.9	10.7	1.6	1.8	0.0	0.4	1.6	4.0	0.5	1.8
朝食中	32.5	28.0	4.7	4.4	8.4	13.3	4.2	6.2	0.0	0.9	0.5	7.1	9.4	6.2
朝食後	7.9	8.0	1.6	1.8	5.8	4.0	2.6	3.6	0.0	0.9	1.6	5.3	5.2	4.9
授業の合間	0.0	0.0	3.1	3.6	6.8	5.3	8.4	7.6	5.2	7.1	3.7	7.1	4.2	2.7
昼食代わり	1.0	0.4	0.0	1.3	3.1	4.4	1.6	2.2	0.5	1.8	0.0	3.1	4.2	2.2
昼食中	6.3	3.6	5.2	4.0	7.9	10.2	6.8	12.0	1.6	6.2	1.0	6.2	23.6	22.7
昼食後	1.6	0.9	3.7	1.3	4.2	5.3	3.7	5.8	2.6	1.8	3.1	4.9	14.7	8.9
授業の合間	0.0	0.4	3.7	3.6	8.4	4.4	8.9	7.1	5.8	7.1	2.6	5.8	4.2	2.2
運動前	1.0	0.4	1.0	1.3	1.6	1.8	1.0	3.6	0.5	2.2	10.5	7.6	8.9	8.4
運動中	0.5	0.0	0.0	0.0	2.6	1.3	1.6	3.1	1.6	4.4	22.5	19.1	16.8	15.6
運動後	0.0	3.6	0.5	2.7	2.1	4.0	4.2	6.2	4.7	9.8	30.9	33.8	16.2	11.6
帰宅後	11.5	5.3	4.2	1.8	5.2	9.8	6.8	10.2	2.6	8.9	8.4	12.9	11.5	9.3
夕食前	4.2	2.2	0.5	0.4	1.0	4.0	0.5	4.0	1.6	1.8	1.0	4.0	5.8	5.3
夕食中	10.5	8.4	1.0	0.4	6.8	7.1	2.1	5.3	2.1	2.2	0.5	6.7	13.1	12.9
夕食後	4.2	5.8	1.6	1.8	3.7	4.4	1.6	7.1	2.6	2.7	3.1	8.0	7.9	8.0
入浴前	2.6	1.8	0.0	0.4	2.1	3.6	1.0	2.7	1.0	0.9	4.7	5.3	7.3	4.9
入浴後	11.5	11.1	2.6	2.7	7.3	8.4	3.7	7.1	3.1	8.0	11.5	14.7	15.7	11.6
就寝前	9.9	8.0	3.7	2.7	4.7	5.8	2.1	4.9	0.5	1.3	6.8	8.9	14.1	14.7
合計	129.3	108.9	43.5	39.1	95.8	113.3	63.9	104.9	36.6	70.2	118.8	176.0	197.9	166.2

表5 運動の有無別にみた飲み物の種類と摂取する時間帯
(汗をかく運動をしている230人、汗をかく運動をしていない187人対する比率)

(%)

	コーヒー		缶コーヒー		インスタントコーヒー		ココア		緑茶		麦茶		紅茶	
	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない
起床後	2.6	4.8	2.2	1.1	1.3	1.6	0.4	0.0	13.0	11.8	14.8	16.0	1.7	2.7
朝食の代わり	2.2	3.2	2.6	0.5	0.9	1.1	1.7	0.5	4.3	1.6	2.2	3.7	0.0	0.5
朝食中	5.7	3.7	0.9	2.1	3.5	5.3	3.9	3.7	18.7	17.1	22.2	23.5	9.1	7.0
朝食後	3.9	3.2	1.3	2.7	0.9	0.5	0.9	0.0	13.0	10.2	15.2	15.5	2.6	2.7
授業の合間	2.6	1.1	7.8	8.6	1.3	0.0	1.7	1.1	14.8	12.3	9.6	5.3	3.9	7.5
昼食代わり	0.4	1.1	1.3	1.1	0.0	0.0	0.0	0.5	4.3	3.2	2.2	4.3	0.9	2.1
昼食中	2.6	1.1	4.3	1.6	1.3	0.5	1.7	1.6	40.0	43.9	24.3	26.7	6.5	8.0
昼食後	1.3	2.1	3.5	3.2	0.9	0.5	0.9	1.6	22.2	20.3	11.3	15.0	3.0	6.4
授業の合間	2.2	1.6	7.4	9.1	0.9	1.1	1.7	1.1	12.6	10.7	7.4	6.4	3.5	6.4
運動前	0.4	0.0	0.4	0.5	0.4	0.5	0.0	0.0	9.6	3.2	10.9	8.0	0.9	0.5
運動中	0.9	1.6	0.4	0.5	0.4	0.5	0.0	2.1	11.3	5.3	13.9	9.1	2.6	2.1
運動後	1.7	0.0	1.3	0.5	0.4	0.5	0.0	0.5	16.5	7.0	21.7	13.9	1.7	1.6
帰宅後	1.7	3.7	1.3	1.6	0.4	0.5	0.4	1.1	19.6	17.6	22.6	28.3	3.9	5.3
夕食前	0.4	0.5	0.4	0.5	0.0	1.1	0.4	0.0	11.3	9.6	12.6	10.7	0.4	1.6
夕食中	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	2.1	0.4	0.0	32.2	33.2	38.7	41.2	2.2	2.1
夕食後	3.5	4.3	1.3	2.1	1.7	3.7	1.7	1.6	23.0	21.4	17.0	24.1	3.5	7.0
入浴前	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	9.1	4.3	10.9	8.6	0.4	2.7
入浴後	0.4	1.1	1.3	0.5	0.4	0.0	0.0	0.0	17.0	14.4	20.9	27.8	2.2	4.8
就寝前	0.9	2.1	0.0	0.5	0.4	1.1	1.3	0.5	15.7	9.1	18.3	15.5	2.2	6.4
合計	33.5	35.8	37.8	36.9	15.2	20.9	17.4	16.0	308.3	256.1	296.5	303.7	51.3	77.5

(%)

	牛乳		乳飲料		果実飲料100%		果汁飲料		炭酸飲料		スポーツ飲料		水	
	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない	運動する	運動しない
起床後	11.7	9.6	2.2	0.5	6.5	4.8	4.3	1.6	1.3	1.1	10.4	5.9	14.8	11.8
朝食の代わり	11.7	11.2	5.2	2.7	8.3	10.7	1.7	1.6	0.0	0.5	3.5	2.1	1.7	0.5
朝食中	30.9	28.9	5.7	3.2	9.1	13.4	6.5	3.7	0.4	0.5	3.9	4.3	8.3	7.0
朝食後	7.8	8.6	1.3	2.1	5.2	4.3	3.0	3.2	0.0	1.1	3.5	3.7	5.7	4.3
授業の合間	0.0	0.0	3.5	3.2	6.1	5.9	8.3	7.5	6.1	6.4	6.1	4.8	4.3	2.1
昼食代わり	0.4	1.1	0.9	0.5	2.2	5.9	1.7	2.1	1.3	1.1	2.2	1.1	3.9	2.1
昼食中	3.9	5.9	5.2	3.7	7.8	10.7	9.1	10.2	3.9	4.3	4.3	3.2	25.2	20.3
昼食後	1.7	1.1	2.2	2.7	3.5	6.4	3.9	5.9	1.3	3.2	2.6	5.9	10.9	12.3
授業の合間	0.4	0.0	2.6	4.8	6.1	6.4	7.4	8.6	6.1	7.0	4.3	4.3	4.8	1.1
運動前	0.9	0.5	0.9	1.6	1.7	1.6	3.9	0.5	1.7	1.1	10.4	7.0	10.9	5.9
運動中	0.4	0.0	0.0	0.0	1.3	2.7	1.7	3.2	3.5	2.7	26.5	13.4	20.9	10.2
運動後	2.6	1.1	2.2	1.1	4.3	1.6	7.8	2.1	11.3	2.7	43.0	19.3	18.7	7.5
帰宅後	9.1	7.0	3.9	1.6	6.1	9.6	9.1	8.0	6.5	5.3	10.0	11.8	12.2	8.0
夕食前	2.6	3.7	0.4	0.5	1.3	4.3	2.2	2.7	2.2	1.1	2.2	3.2	7.8	2.7
夕食中	9.6	9.1	0.9	0.5	4.8	9.6	3.9	3.7	2.6	1.6	3.9	3.7	14.3	11.2
夕食後	5.7	4.3	1.7	1.6	3.0	5.3	4.8	4.3	3.0	2.1	3.9	8.0	10.4	4.8
入浴前	2.2	2.1	0.4	0.0	2.2	3.7	2.6	1.1	1.3	0.5	6.1	3.7	7.0	4.8
入浴後	11.3	11.2	3.9	1.1	7.0	9.1	7.8	2.7	5.7	5.9	13.5	12.8	12.2	15.0
就寝前	11.7	5.3	3.9	2.1	5.2	5.3	4.8	2.1	1.3	0.5	8.3	7.5	13.9	15.0
合計	124.8	110.7	47.0	33.7	91.7	121.4	94.8	74.9	59.6	48.7	168.7	125.7	207.8	146.5

3. 飲み物を購入するときに優先すること

飲み物を購入するときに優先することがあると答えた人が244人、ないと答えた人が173人であり、58.5%の人がなんらかの要因を優先して飲み物を購入していた。

飲み物を購入するときに優先することを男女別と学年別に図2に示した。最も優先されていることは価格であった。1年生に価格を優先しているのが多いのは、アンケート調査を5月下旬に行ったため、初めての1人暮らしで金銭面に気をつけているからであると思われる。

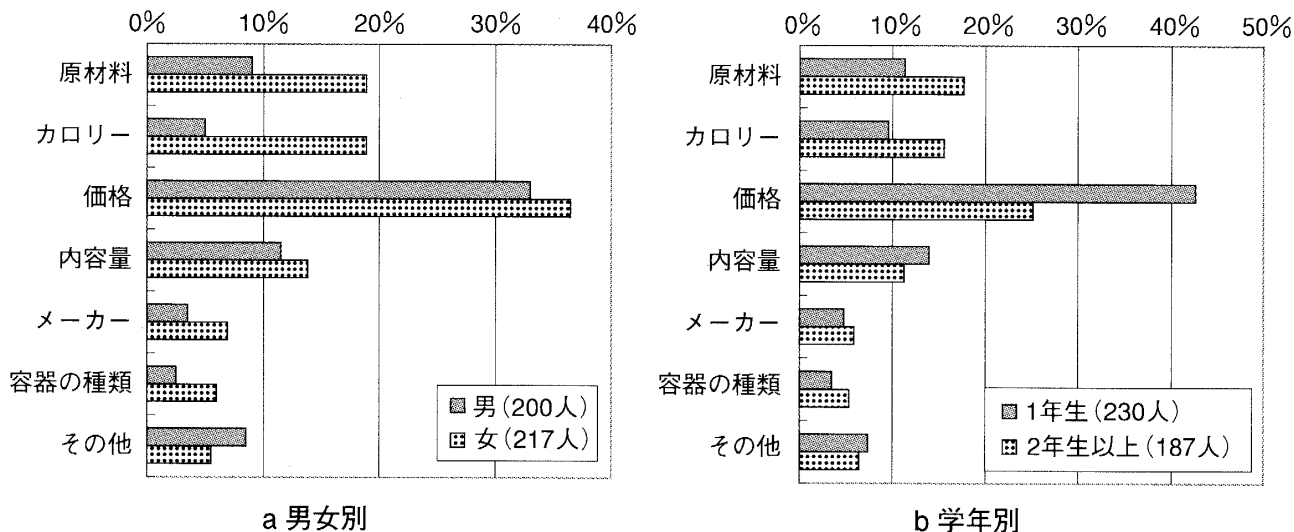


図2 購入時に優先すること

4. 飲み物の種類別摂取量

飲み物の摂取量を、「自動販売機・売店・コンビニなどで購入した飲み物」と「買い置きしている飲み物」について、図3に示した。

「自動販売機・売店・コンビニなどで購入した飲み物」は、缶やペットボトル500mlまでのものを1本とした。飲むと回答していた人が50%以上の飲み物は、緑茶、果実飲料100%、果汁飲料、炭酸飲料、スポーツ飲料であり、これらの飲み物が、自動販売機・売店・コンビニなどで購入され、よく飲まれていることがわかる。

一方、「買い置きしている飲み物」では、飲むと回答した人が50%以上の飲み物は、麦茶、緑茶、牛乳であり、この3種類の飲み物が、買い置きされてよく飲まれているものであった。

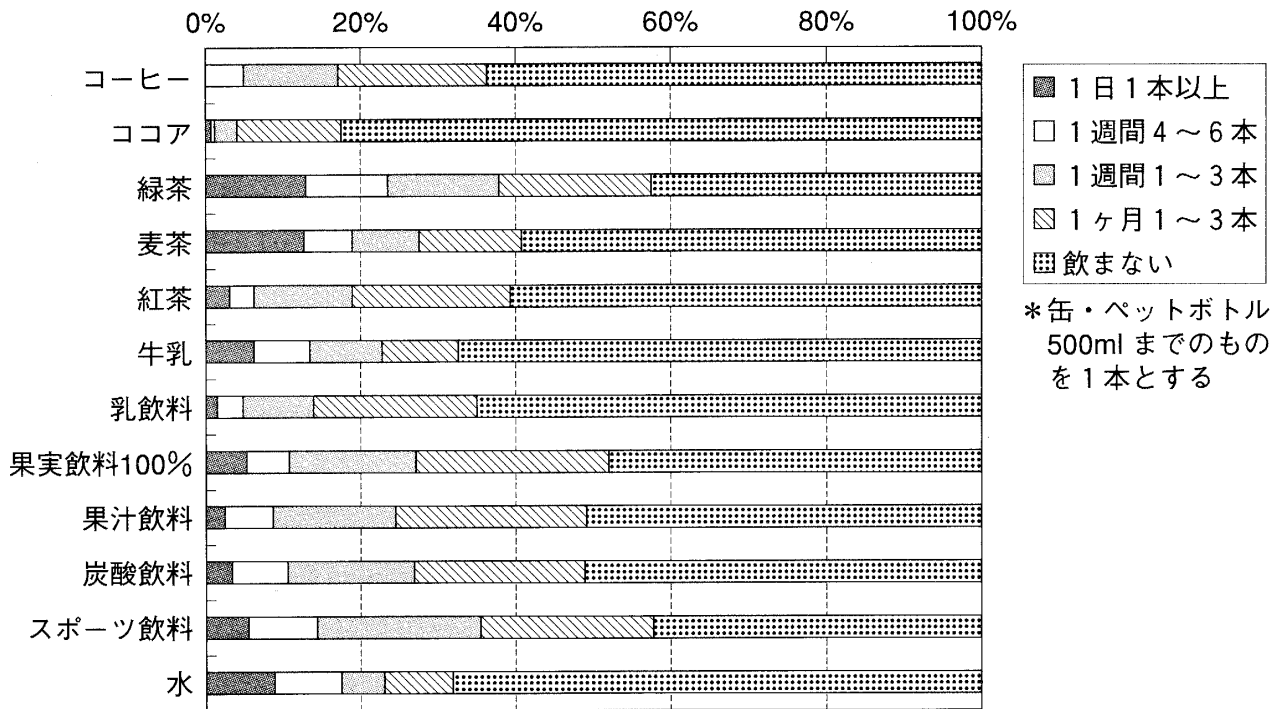
5. 飲み物の種類と摂取する時間帯の主成分分析

飲み物の特徴を明らかにするために、飲み物の種類と摂取する時間帯のデータ（表1の数値を人数で表したもの）をもとに、主成分分析を行った。

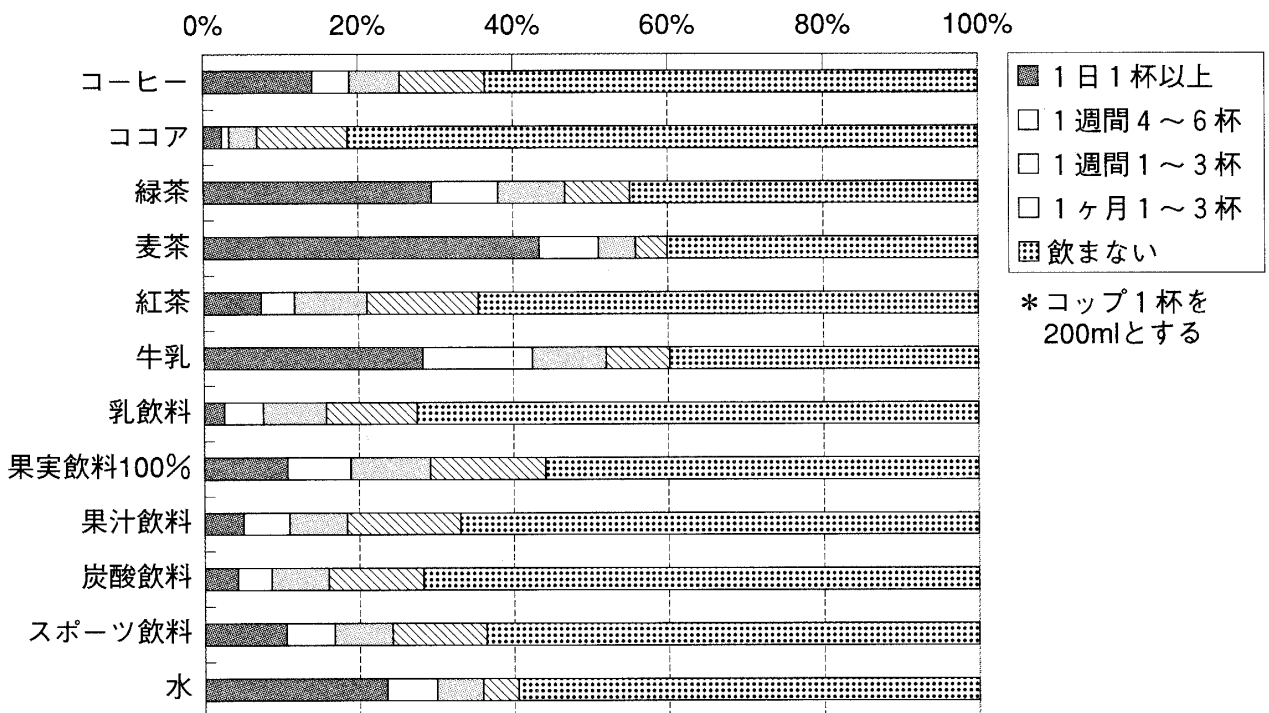
その結果、固有値1以上であるのは第3主成分までで、上位3主成分で91.5%の情報量が集められていた（表6）。

因子負荷量より、第1主成分はすべての数値が正の値をとっていることから、19の評価要素の総合的な評価点の大きさを示していると解釈できる。第2主成分は、朝食代わり、朝食中が大きく正の値を示しており、午前、午後の授業の合間が大きく負の値を示していることから、第2主成分は正の値が自宅での飲み物、負の値は学校などの外出していることを示していると

大学生の飲み物に関する調査



a 自動販売機・売店・コンビニなどで購入した飲み物



b 買い置きしている飲み物

図3 大学生の飲み物の摂取量

表6 飲み物の種類と時間帯の主成分分析

全体 (n=417)	第1因子	第2因子	第3因子	共通性
起床後	0.9154	0.3094	-0.1531	0.9572
朝食代わり	0.1501	0.7669	0.2367	0.6667
朝食中	0.6267	0.6985	0.2602	0.9485
朝食後	0.9068	0.3021	0.1889	0.9493
授業の合間	0.6199	-0.6091	0.3995	0.9150
昼食代わり	0.8178	-0.1765	0.1787	0.7319
昼食中	0.9004	-0.1611	0.2557	0.9021
昼食後	0.9026	-0.2413	0.2158	0.9195
授業の合間	0.5536	-0.6158	0.4590	0.8964
運動前	0.8690	-0.1446	-0.4618	0.9893
運動中	0.6832	-0.2021	-0.6770	0.9659
運動後	0.6627	-0.2007	-0.6405	0.8897
帰宅後	0.9722	0.0380	0.0079	0.9466
夕食前	0.9692	0.0337	0.1100	0.9526
夕食中	0.9432	0.0924	0.1777	0.9297
夕食後	0.9394	-0.0419	0.1893	0.9200
入浴前	0.9731	0.0212	-0.1766	0.9785
入浴後	0.9532	0.1716	-0.1631	0.9646
就寝前	0.9390	0.2243	-0.1565	0.9566
固有値	13.1154	2.3238	1.9409	
寄与率 (%)	69.0	12.2	10.2	

読みとることができる。第3主成分は、午前、午後の授業の合間、各種の食事が正の値を示し、運動中、運動後が大きく負の値を示していることから、正の値は身体が休んでいるとき（休養時）、負の値が身体を動かしているとき（運動時）であることを示していると読みとれる。

以上のことから、第1主成分は「量の多さ」を、第2主成分は「自宅と外出時」の飲み物の対比を、第3主成分は「休養時と運動時」の飲み物の対比を示す主成分であるといえる。

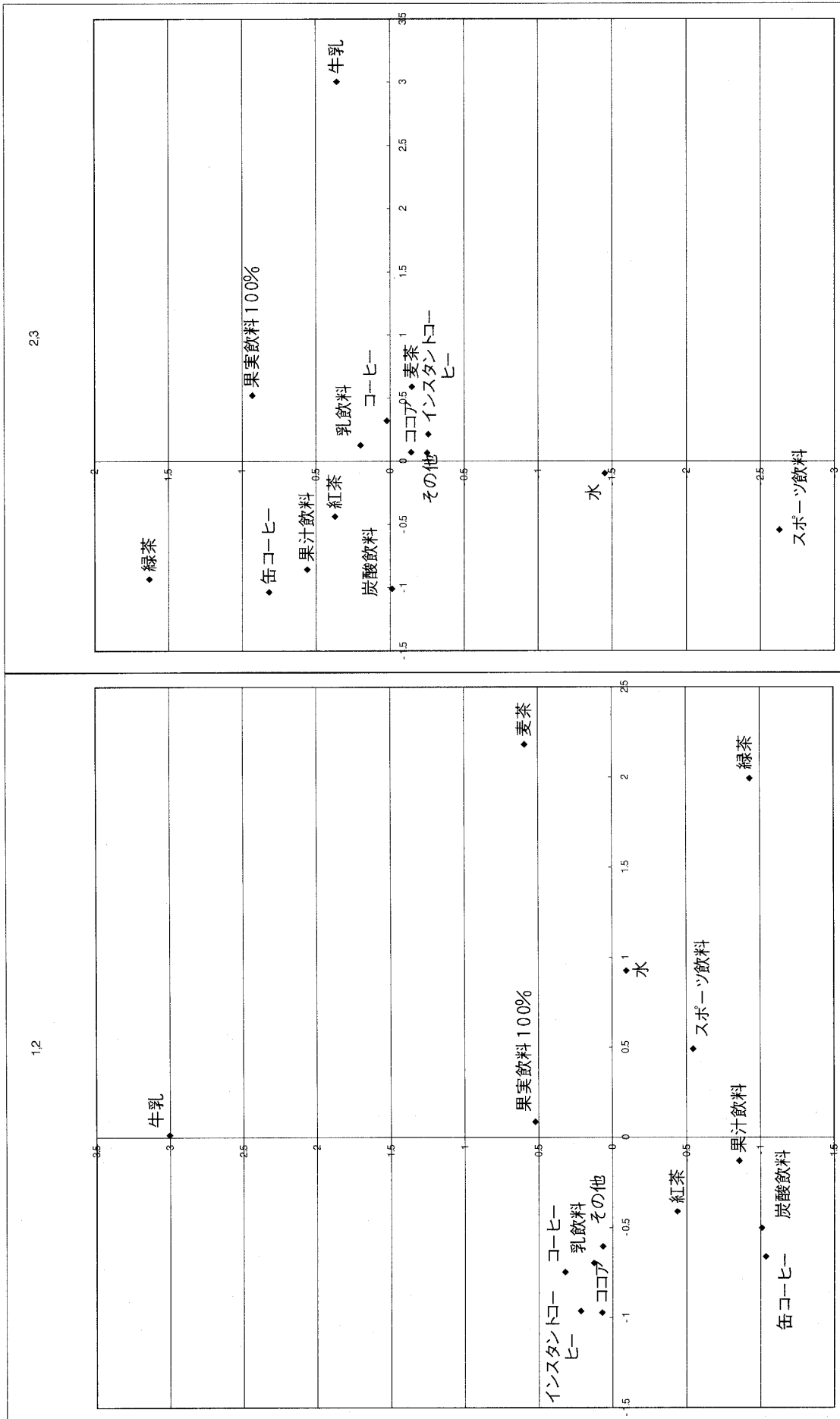
主成分得点を図4 (a 第1主成分と第2主成分) (b 第1主成分と第3主成分) に示した。

第1主成分から、多量に飲まれている飲み物として、麦茶、緑茶、水、スポーツ飲料、対して量の少ない飲み物として、ココア、インスタントコーヒー、コーヒーが位置づけられる。第2主成分は「自宅と外出時」の飲み物の対比を示す主成分であり、自宅で飲まれているものに、牛乳、麦茶、果実飲料100%、外出時の飲み物として、缶コーヒー、炭酸飲料、緑茶、果汁飲料、スポーツ飲料があった。第3主成分は「休養時と運動時」の飲み物の対比を示す主成分である。休養時の飲み物には、緑茶、果実飲料100%、缶コーヒー、果汁飲料、対して運動時の飲み物として、スポーツ飲料、水があった。

IV. 結 語

本研究では、大学生の飲み物について調査分析を行い、14種類の飲み物について、摂取時間帯や摂取量を明らかにした。また、男女別、学年別、健康への留意、運動の有無によって、摂取の仕方に違いがあることを明らかにした。さらに、飲み物の摂取時間をもとに、主成分分析を行った結果、それぞれの飲み物を特徴づけることができた。

今回の調査の課題は、1年生が55.2%と多かったことで、学年に偏りがあったこと。季節が5月下旬と暖かくなり始めた季節であったため、ココアのように冬によく飲まれている飲み物



a 第1、第2主成分得点の散布図 (x ; 第1主成分 y ; 第2主成分) b 第2、第3主成分得点の散布図 (x ; 第2主成分 y ; 第3主成分)

図4 飲み物の種類と時間帯の主成分分析

についての回答が少なかった。季節ごとに調査を行えば、季節による変動が明らかになる。さらに、現在、缶やペットボトルは環境問題とも関連しており、学生がどのように考えているかを明らかにすることも必要である。

今後さらに調査内容の充実、サンプル数の拡大などを加え、大学生活の中における、飲み物と位置づけを明らかにし健康で豊かな食生活の向上を目指す一助にしたい。

V. 要 約

大学生を対象とし、飲み物の種類と飲む時間帯を調査し、さらに主成分分析を行うことによって飲み物を特徴づけた。

- 1) 大学生によく飲まれている飲み物は、麦茶、緑茶であった。男女別に比較すると男子学生の方が、炭酸飲料、スポーツ飲料をよく飲んでおり、女子学生の方が、緑茶、麦茶、紅茶、果実飲料100%をよく飲んでいて、学年別で比較すると、1年生は牛乳をよく飲み、2年生以上はコーヒーをはじめ多種類の飲み物を飲んでいて、健康に気をつけていない群が、炭酸飲料、スポーツ飲料をよく飲んでいて、運動をしている群が、緑茶、果汁飲料、スポーツ飲料、水をよく飲んでおり、飲み物の種類が多かった。
- 2) 飲み物を購入するときに、価格が優先されていた。
- 3) 自動販売機、売店、コンビニで購入し、よく飲まれている飲み物は、緑茶、果実飲料100%、果汁飲料、炭酸飲料、スポーツ飲料であった。一方、買い置きされてよく飲まれている飲み物は、麦茶、緑茶、牛乳であった。
- 4) 主成分分析を行った結果、3個の主成分を認めた。第1主成分は「量の多さ」を、第2主成分は「自宅と外出時」の飲み物の対比を、第3主成分は「休養時と運動時」の飲み物の対比を示す主成分である。

主成分得点から、多量に飲まれている飲み物として、麦茶、緑茶、水、スポーツ飲料、量の少ない飲み物として、ココア、インスタントコーヒー、コーヒーが位置づけられた。自宅で飲まれているものに、牛乳、麦茶、果実飲料100%、外出時の飲み物として、缶コーヒー、炭酸飲料、緑茶、果汁飲料、スポーツ飲料、休養時の飲み物には、緑茶、果実飲料100%、缶コーヒー、果汁飲料、対して運動時の飲み物として、スポーツ飲料、水に分類することができた。

本研究を行うにあたり、平成15年度教育学部研究支援経費を受けた。

VI. 文 献

- 1) 社団法人全国清涼飲料工業会、財団法人日本炭酸飲料検査協会：2002年清涼飲料統計
- 2) 本田真美、足立己幸：日本茶の飲用実態と食事、栄養学雑誌、47、241-249 (1989)
- 3) 染谷理絵、根岸由紀子、水野清子、武藤静子：女子短大生の食生活の実態、栄養学雑誌、47、251-258 (1989)
- 4) 原田まつ子、関口紀子、加藤栄子、東愛子、斉藤禮子、下川千代子、五十嵐益恵、福島敏子、三石禮子、高木廣文：親子の飲行動に関する一考察-女子大生とその両親-、日本食生活学会誌、8 (3)、48-59 (1997)
- 5) 井海公子、中原満子、柴田裕子：大学生の飲茶（緑茶）習慣に関する調査研究-飲物に関する嗜好の男女比較-、日本食生活学会誌、9 (2)、36-44 (1998)

- 6) 早川史子、前田昭子、野呂裕子、南幸、日比喜子、田村義保：女子学生の飲み物の飲用状況と意識の地域別10年間の比較、日本食生活学会誌、**13** (3)、174-182 (2002)
- 7) 五島淑子、藤本美紀子、濱名智美：生協食堂の利用からみた大学生の食生活、山口大学教育学部論叢、**52**、part 1、35-50 (2002)
- 8) 五島淑子、大石奈津美、竹中りえこ、古川和樹：朝食からみた大学生の食行動、山口大学教育学部論叢、**53**、part 1、31-50 (2003)