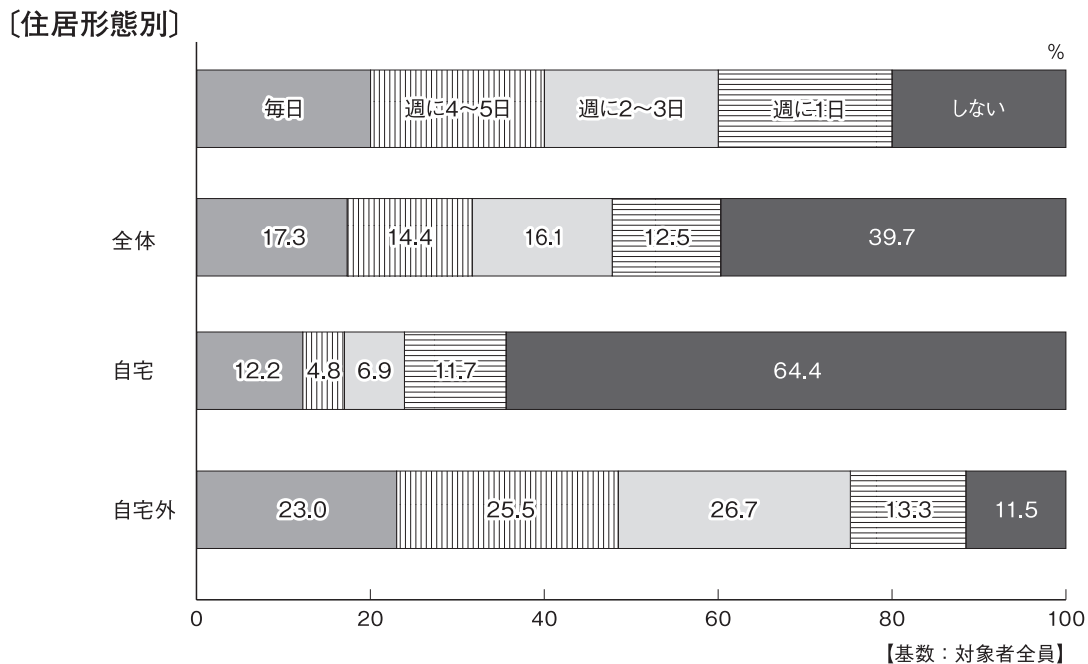


自炊する頻度

問31 あなたはどの程度自炊していますか？



※「住居形態」について大学学生寮、マンション、アパート、その他を選択した者を「自宅外」として集約

自宅外生のおよそ半数が週4日以上自炊している

自宅外生のうち「自炊しない」と回答した大学院生は11.5%という結果であった。また、およそ半数にあたる48.5%の大学院生は週4日以上自炊していることがわかった。

一方、自宅生は、「自炊しない」と回答した大学院生の割合が64.4%であり、概ね学部生の調査結果とほぼ同じような回答結果であった。

なお、本設問への回答結果について、学部生の場合は男女共にほぼ同じような回答結果であったが、大学院生については、「自炊しない」と回答した割合が男子学生は47.3%、女子学生は22.7%であり、女子学生の方が総じて自炊している頻度が高いという結果となった。

日夜研究活動に勤しむ大学院生にとって、毎日の「食事」はその精度や効率を高める意味でも非常に重要である。特に自宅外生には、偏りがちな食事バランスに注意し、健康的で栄養バランスの良い食事を心がけてもらいたい。