

大学食堂の利用状況及びサラダバーの有用性について

兼子 一・北出 かおる

About usage status of the university cafeteria by
students and usefulness of the salad bar

Hajime KANEKO, Kaoru KITADE

神戸医療未来大学紀要 第24巻 第1号

(令和5年12月)

<研究ノート>

大学食堂の利用状況及びサラダバーの有用性について

兼子 一¹⁾・北出 かおる²⁾

About usage status of the university cafeteria by students and usefulness of the salad bar

Hajime KANEKO¹⁾, Kaoru KITADE²⁾

In January 2020, we conducted a questionnaire survey of students at KUFHS (Kobe University of Future Health Sciences) on the relationship between menus and meal prices. From this survey, we considered the usage situation of our university cafeteria and the usefulness of the salad bar. As a result, they could consume vegetables in the salad bar, but nutritional benefit could not be assessed.

1. はじめに

大学生の生活は、発育期の最終段階から成人になる時期と重なる。大半の人間は成長発育の前半過程を家庭で過ごし、食をはじめとする生活習慣をそこで形成する。その後、後半過程から徐々に個人として主体的に食生活を行うようになる。家庭や賄い付きの寮などで食事ができていた子どもが、成人として、一個人として主体的に日々の一食一食を食生活として編制していく初めての場面が、大学生活での食行動である。

大学に所属する研究者としては、指導する学生たちの食行動の実態を把握し、学生の健康増進と生活の質の向上に科学的認識から注意を払っていくことは重要な責務といえる。この2020年調査では、今後も継続的な調査が実施されることを見込み、データ比較ができるように本学学生の食行動の実態を把握し、よりよい食生活のための注意喚起、啓蒙活動、

そして食堂機能の改善の指針となるように論点を整理したい。

2. 調査目的

大学生本人は無自覚な場合が多いが、実際には自分自身が健康を維持する上でどのように食事を意識しつつ日々の行動を決めるかが問われている毎日である。そして、発育期の家庭での経験や高校時代に培われた食習慣がその行動に端的に現れる。例えば、昼食時の本学食堂での大学生の行動を定点観察すると、定食メニューを購入する学生が多く見受けられる。その一方で、食堂での購入はせずに弁当持参で無料の飲料のみを利用する学生を発見できる。学生達の弁当は、自家製のものから、売店（サルビアショップ）で購入したもの、コンビニエンスストアやスーパーマーケットで購入したものであった。さらに、食堂の単品（白飯・味噌汁）メニューと組み

1) 神戸医療未来大学 (Kobe University of Future Health Sciences) 〒679-2217 兵庫県神崎郡福崎町高岡1966-5
2) 名古屋文理大学 (Nagoya Bunri University Science) 〒492-8520 愛知県稲沢市稲沢町前田365

合わせる調理済み食品・インスタント食品等の持ち込みも含めると様々である。食堂外からの食品の持ち込みによる食堂メニューのハイブリッド化の進展は、大学が想定していなかった学生の食堂利用である。このような食堂利用の背景にある学生たちの食に対する意識を調査し、若者の食行動を理解することは、食堂の質の向上や持続可能な運営状態を作り出していくうえで重要である。

もう一つこの調査をする目的は、本学食堂のサラダバーの利用状況について明らかにすることである。昼食時のサラダバー提供に関する学生の意識と行動との関連、野菜摂取の手段であるサラダバーへのニーズを明らかにすることにより、学生の健康志向と価格との関わりについて考察したい。

第2次世界大戦以後、日本人の食生活は著しく変化したといわれる。その大きな要因の一つとなっているのが、ライフスタイルの変化である¹⁾。戦後の食糧難を乗り越えるため、連合軍主導の食料援助から小麦粉と脱脂粉乳を使った新しい食文化が拡大し、食生活の洋風化が決定的となった。さらに高度成長期に入ると都市部の家族から核家族化が進行し、年輩者と同居する機会が減ったことで、伝統的な日本食文化の継承が難しくなっていく。そして夫婦共働きの核家族が多数派を占めるようになった1990年代には、家事の簡便化が重視され外食や中食と呼ばれる家庭外で作られた食事の利用が一般化する。その結果、日本人の食生活を約30年前のそれと比較すると、主食であった米、重要な栄養素を供給する野菜、重要な不飽和脂肪酸を供給する魚類の摂取が減少し、洋食に典型的な牛肉・豚肉・鳥肉等の肉類によるタンパク質と飽和脂肪酸の摂取が増加傾向にある。このことは厚生労働省の「国民健康・栄養調査」²⁾の時系列データにも現れている。

野菜は、今では肉食と呼ばれる家庭食が、家族内の家事専業者によって十二分に維持されていれば、食の多様化の中で「漬ける、焼く、炒める、煮る、揚げる」といった調理方法の工夫から、いろいろなメニューが展開でき、バリエーションの広がりを見せることができる。しかしながら、そのようなことが時間管理上可能な家庭が少数派になれば、つまり家庭を維持する時間の制限が多い共働き夫婦が多数派になれば、肉食の準備や片付けが大きな負担になり、外食・中食を多用することが普通の選択になる。これが野菜不足になりやすい原因の一つであると考えられている³⁾。

このような夫婦共働き家庭や近年増加傾向にある一人親家庭で育った今の大学生は、野菜の重要性を高校までの教育で理解していたとしても、生活習慣として野菜の摂取が定着していないという想定がある。その想定の下で食堂では野菜摂取を奨励するためにサラダバーを設置している（2020年4月から始まった新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言以降、2023年10月までサラダバーの提供は中止となっている）。このサラダバー設置の効用を評価できるように調査の質問項目を準備した。

現在、各大学で運営されている食堂は、カロリーコントロールを意識した健康志向メニューやイスラム教徒のハラールフードなどを提供する国際指向メニューなど、様々な食への要望を実現するために多様化が進んでいる。価格が安く、若者の満腹感を満たしてくれる一昔前の大学食堂から大きく変化している。そのような変化の中で大学食堂に求められる機能も変化していると考えられる。この点についても言及したい。

3. 調査方法

本学の学生を対象として、2020年1月に無記名式の調査票を用いたアンケート調査を実施した。調査票の各質問項目は選択式で構成し、最後に「要望」として自由回答欄を設けた。調査は大学教員の協力のもと、授業内で調査用紙を配布し、学生の記入後、教員が回収した。この時期は、新型コロナウイルス感染症が日本で拡がる直前のまだ平穏な時期であった。

調査対象は神戸医療福祉大学（現、神戸医療未来大学）姫路キャンパスの学生である。母集団は551名で全数調査を目標として、調査票が配布可能な学生たちに配布、回答を依頼した。その結果、150名から回答を得ることができた。学科別では社会福祉学科287名に対し119名（41.5%）、健康スポーツコミュニケーション学科264名に対し31名（11.7%）の回答となった。全体での調査票回収数は150名となり、回収率は27.2%だった。回答に協力してくれた学生の人数を学年・学科別で集計すると表1のようになる。（ ）内は学科学年別の各総人数を示している。回答者を学科学年別で見ると社会福祉学科（現、未来社会学科）1年生が53名と多い。しかし、2学科を合わせると3年生の回答者が66名で最も多かった。4年生になると減少し、社会福祉学科（現、未来社会学科）は8名、健康スポーツコミュニケーション学科は3名であった。なお学科・学年の記入漏れがあった

アンケートが9票あったが、学科・学年以外は記入されていたので集計に含めている。

この調査では回収できた調査票が学科学年によって偏りが大きくあるため、学科学年別の傾向の違いを把握することはできなかった。特に健康スポーツコミュニケーション学科の学生から調査票をほとんど回収できなかったため、社会福祉学科（現、未来社会学科）に所属する学生の利用傾向が強く出ていることに留意する必要がある。もう一つ残念ながら、内食つまり自炊行動に関しては今回調査をしていない。

4. 結果・分析

（1）大学食堂の利用について

食堂の利用者数を図1に示す。2020年の時点では、アンケート回答者150名のうち朝食利用者は8名（5.3%）と少ない。食堂での利用者数が一番多い昼食時に98名（65.3%）の学生が利用していた。夕食利用者は28名（18.6%）であった。「学食を利用しない」と答えた学生の自由回答からは、「朝食は大学寮自室」での内食や中食で済ます。「夕食はアルバイトの賄いで食べる」など学外での外食で済ませていると答えてくれた。

調査票の回収率が低く、学科に偏りがあるため、特に夜の利用については食堂が記録するデータとの差が大きくなっている。食堂のデータでは20～25%の範囲で喫食率が出ているが、アンケートでは夕食の利用率は18%程

表1 アンケート回答者の所属学科・学年別度数分布表（ ）は総人数 [単位：人]

	1年生	2年生	3年生	4年生	無回答	学生数
社会福祉学科（現、未来社会学科）	53 (73)	11 (79)	41 (70)	8 (65)	6	119 (287)
健康スポーツコミュニケーション学科	0 (76)	0 (77)	25 (53)	3 (58)	3	31 (264)
合計	53 (149)	11 (159)	66 (123)	11 (120)	9	150 (551)

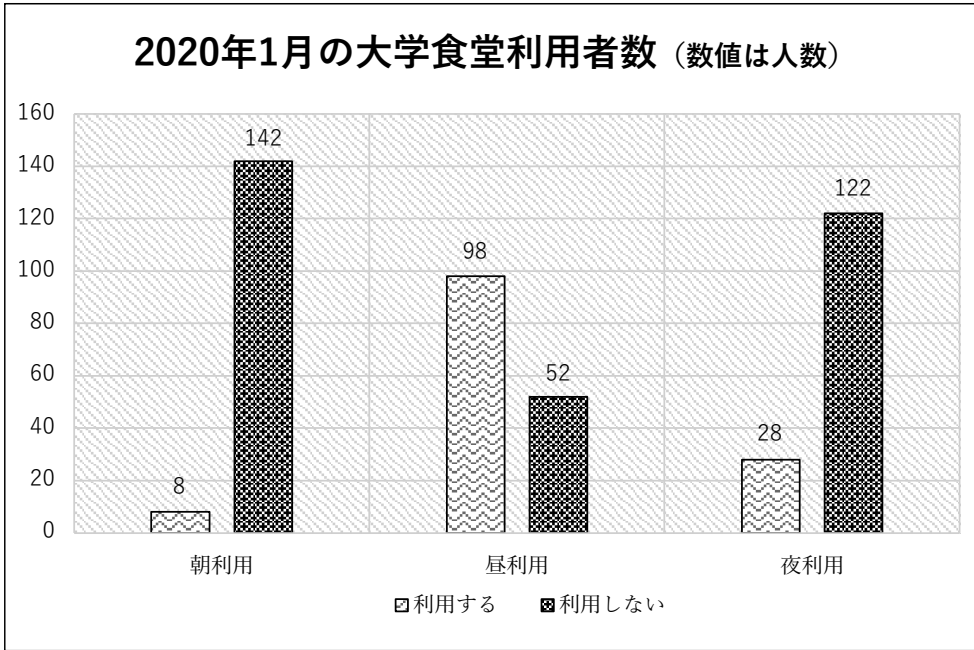


図1 2020年1月の大学食堂利用者数

度である。これは学科学年別で健康スポーツコミュニケーション学科の1年生と2年生の調査票が回収できていないことによるだろう。この属性に該当する寮生を中心に部活動後の夕食利用で食堂の利用率を上げていることが推察できる。

ちなみに2021（令和3）年4月からは、朝食と夕食は寮生を対象として無償提供されるようになった。寮費の中に食費が含まれているため、寮生を母集団とすれば喫食率はより正確に計測できるようになっている。これは、朝食・夕食が無償提供されていなかった2021（令和3）年4月以前よりもそれぞれ喫食率が高くなると予想される。

そのため、食堂が報告するデータから2023（令和5）年7月の寮生の朝食と夕食の喫食率を算出した。寮生345名に対し26営業日で計算した場合、喫食率は朝食が月平均で21.3%、夕食が40.1%であった、寮生の朝食・夕食の喫食率は朝食が20～30%の範囲で推移

し、夕食が40～45%で推移している。利用率と喫食率を同じに扱うことはできないが、食堂利用の変化について参考値になる。

このことから、食堂が現在直面している問題は、昼食よりも食事代が予め寮費に含まれている寮生の朝食と夕食の喫食率が低い点にある。利用率と喫食率を単純比較できないが、2020年の5.3%の利用率に対して格段に向上していると考えられる。しかし寮生への朝食・夕食の無償提供サービスがあるならば、喫食率は90～100%で推移するのが理想的である。食事を無駄にしている寮生が朝食時には70～80%いること、夕食時には55～60%いることを考えると大学側の食に対する啓蒙活動や喫食率を向上させる対策に何らかの問題があると言わざるをえない。学生が好んで欠食したり、他所で喫食したりすることで食費の無駄使いをしているとは考えられないからである。また、入学後1年経過した未来社会学科2年生（23名）に授業時に簡単な聞き取

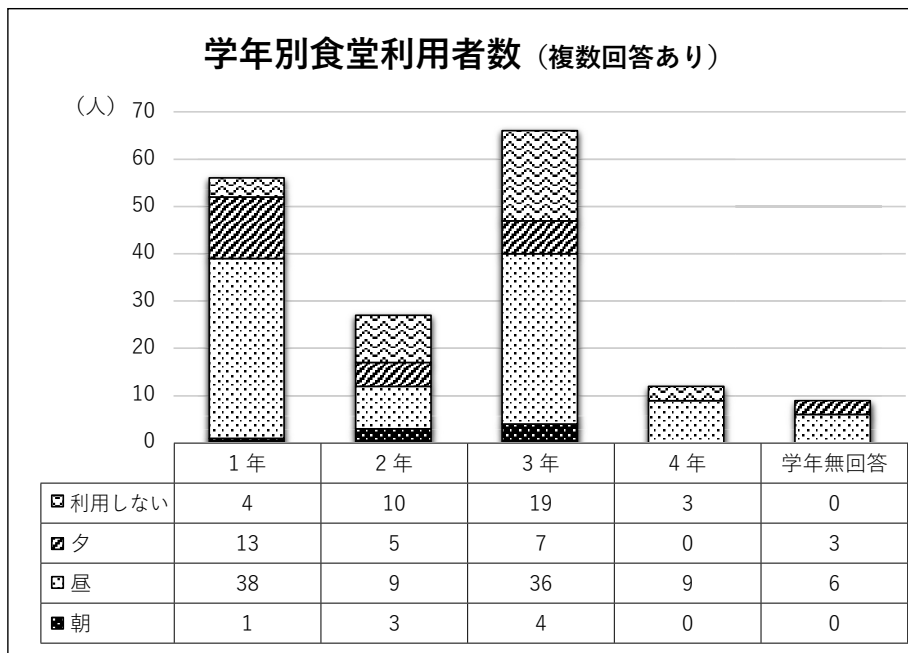


図2 学年別食堂利用者数

りを実施したところ「利用できない分の食費がもったいない」という意識が強く感じられた。

図2の学年別食堂利用者数だが、2年生のデータが少ないため、2年生については明確な指摘はできない。昼食利用がどの学年でも多いが、3学年になるにつれ「全く利用しない」と明確に回答する者が増えている。夕食については、1年生から学年が上がるにつれ減少傾向である。

この傾向の理由として交通手段の変化が考えられる。自転車・原付・自動車など、学年が上がるにつれて新たな交通手段を所有する学生が増えることで、午後から授業がない場合は、友人同士で学外での外食を選ぶ場合も多くなる。そのため、大学食堂を利用する頻度は減ると考えられる。原付・自動車は移動手段としてきわめて有効であるが、経済的理由から低学年での所有は上級学年に比べて難しい。また、初めての下宿生活ということも

含め自炊生活に慣れてない1年生が比較的多く食堂を利用していると思われる。さらに、4学年になるとカリキュラムに余裕が出てきて昼休みを挟む2限、3限に授業がない場合や就活で学外活動が多くなっている場合があり、学食以外の施設を利用することが多くなることも、学生食堂の利用頻度が少なくなる要因の一つとして考えられる。

図3の食堂の利用度では、食堂を「毎日利用する」「よく利用する」を合わせると22.7%である。「たまに利用する」は29.2%となり、「ほとんど利用しない」は13%となった。食堂を利用しない理由としては、「値段と量が妥当ではない」「席の数が少ない」「学生が多く利用する気になれない」等の意見があった。その他に「量が少なく値段が高い」という声もあった。おそらく部活動を行っている学生の意見であろう。食堂を利用する理由としては、「値段が妥当」が多いことから、価格の妥当性は食堂を利用するか否かについて

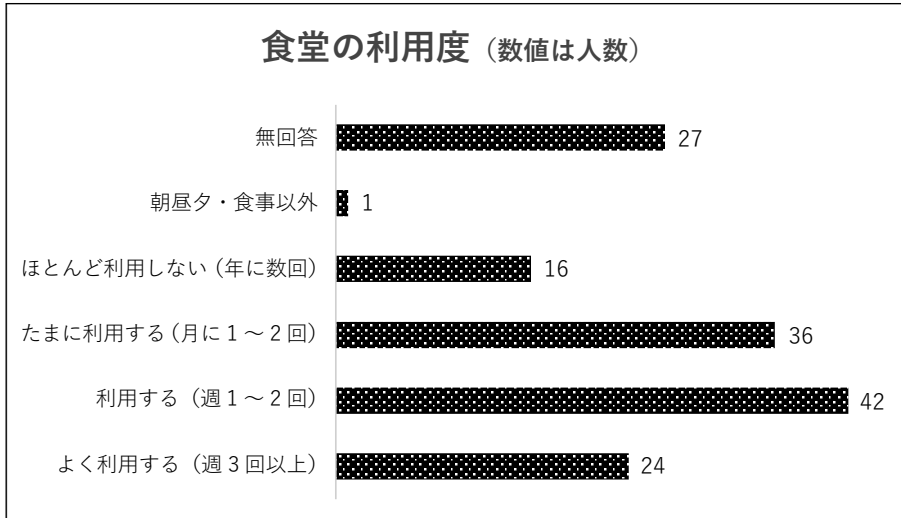


図3 食堂の利用度

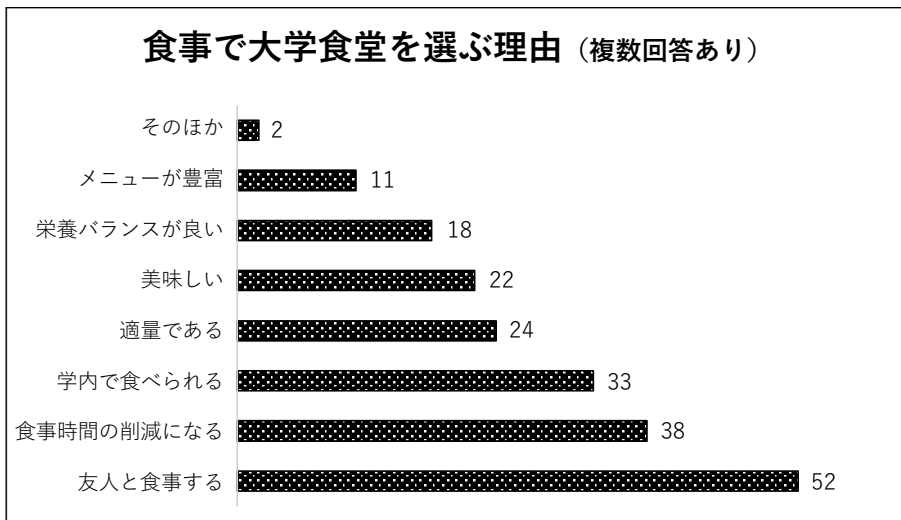


図4 食事で大学食堂を選ぶ理由

の判断基準になると考える。

食事をする目的で大学食堂を選ぶ理由として、図4に示すように「友人と食事する」が一番多い。続いて「食事時間の削減になる」「学内で食べられる」「適量である」「美味しい」「栄養バランスが良い」の順であった。大学から徒歩圏内に飲食店がないこと、価格も量も適量であるために食堂を利用しているようであ

る。

また食事を提供する機能以外の食堂の重要な機能も明確になった。「友人と食事する」という項目が第一位を占めているが、食堂の観察結果も含めると、これは学生間の情報交換、友人・知人とのおしゃべり、社交を楽しむ場になっていることの表れと理解できる。

(2) 利用されるメニューについて

食堂を利用すると答えた学生に対して、どのようなメニューを好むのか調査した。昼食時の8品目の利用について、結果を図5にまとめた。昼利用学生は98人である。複数回答可能で、定食が68人、丼ぶり52人、麺類33人、単品（白飯・味噌汁）6人、小鉢2人、シフォンケーキ2、サラダバー20人、その他13人であった。定食、丼ぶり、麺類の購入が多かった。定食が多く利用される理由は、追加料金なしでサラダや味噌汁がついてくる点で、購入価格と栄養バランス、ボリュームに妥当性があると判断したからと推定される。

男女別では、男子の方が定食を注文する割合が高い。カロリーを多く必要とする年齢から考えて、炭水化物を中心とするメニューが多く利用されると考えられる。女子は麺類、

丼ぶりの他、サラダバーなど簡単に食べられるメニューを選ぶ傾向にある。単品（白飯・味噌汁）と小鉢の利用は少ないため図5で“単品・小鉢”でまとめている。参与観察の結果、女子の場合は主菜を持ち込み単品（白飯・味噌汁）メニューと組み合わせるという利用の仕方が顕著である。

シフォンケーキの利用については、女子の方が男子よりも多いことが分かった。女子学生の自由回答に「食後にもう一品、別腹で甘いものが食べたい」という回答があったが、「別腹」というところがポイントと思われる。食後のおしゃべりに、食事とは別に仲間との親密なコミュニケーションや社交に必要な一品として利用されているようだ。

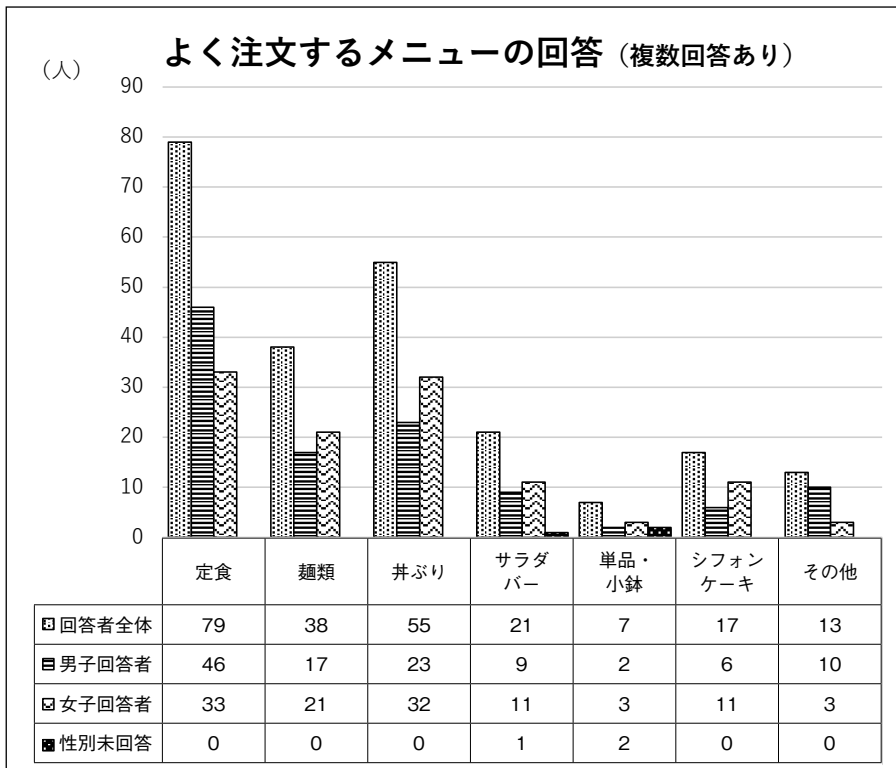


図5 食堂でよく注文するメニューの回答

(3) サラダバーについて

サラダバーが利用される背景として、丼ぶり及び麺類だけでは野菜が不足しがちとなるため、それを補おうとする傾向が見て取れる。また、サラダバーを利用する割合は男子より女子のほうが大きい。野菜だけではなくマカロニサラダなど主食を担えるメニューもあり、サラダバーを利用することで昼食として事足りると考えている女子学生もいるようだ。状況を把握するため食堂で参与観察とインタビューを実施したところ、小鉢、サラダバーに関しては、通学生から「持参する弁当の副菜として補っている」という回答があった。

サラダバーを利用していると答えた学生は、全体で21人、男子9人、女子11人であり、回答者全体の14%しかいないことになる。サラダバーを利用する学生が少ないにも関わらず、サラダバーによる野菜提供だけで野菜の種類が必要となり、運営経費は赤字になると見込まれる。

サラダバー及び学食に使用される野菜について加工の仕方による安全性と栄養素の損失についても考慮が必要となる。生野菜の場合は食堂厨房内でスライサーによって流水で洗いながらカットするため一定数の細菌は減少するが、浸水時間が長くても細菌数は減少し

ないと報告されている⁴⁾。また細菌数だけでなく野菜中に含まれるビタミン、ミネラルの損失についても無視することはできない。野菜及び果物の衛生的処理の基準により生のまま提供される野菜については、保健所から次亜塩素酸ナトリウムに一定時間浸すように指示がある⁵⁾。この結果、流水で洗いながらカットされた生野菜をさらに次亜塩素酸ナトリウムに浸すとなればサラダバーに使用される生野菜のビタミン、ミネラル等の栄養価が低下することは明らかであろう。一般にサラダバーに使用される野菜は冷凍野菜の場合が多い。大学食堂でも、冷凍野菜が多く使用されていた。冷凍野菜は解凍時の処理の仕方によっては野菜の水分と一緒にビタミン、ミネラルが損なわれることもある。また、図6の野菜価格から分かるように冷凍野菜を使えば原価が上がる。また、使用される冷凍野菜の原価は季節ごとに入荷する野菜よりも高価であるため、大皿200円・小皿120円で販売していたサラダバーは、注文があればあるほど、皿いっぱい盛るほど、原価率が上がりコストが上昇する。

(4) 食堂のメニューへの要望とその対応について

メニューへの学生の改善要望として、圧倒

野菜品目	グラム	価格
ブロッコリー	500	¥150
インゲン	500	¥140
ほうれん草	1000	¥288
チンゲン菜	500	¥113
アスパラ	500	¥375
里芋	500	¥180
オクラ	500	¥170
小松菜	500	¥120

価格は2020年の仕入価格

サラダバーの主要構成品目	
缶詰コーン	オレンジ
ささみのボイル	パイナップル
カイワレダイコン	ポテトサラダ
ゆで卵	ワカメ・海藻
インゲン	マカロニ
キャベツの刻み	もち麦
レタスの刻み	プチトマト
オクラ	ブロッコリー
アスパラ	パプリカスライス
ニンジンの刻み	カボチャスライス

図6 サラダバーの食材単価と主要構成品目組み合わせ

的に多かったのは「メニューを増やしてほしい」であり、自由回答の50件のうち8割を占めていた。具体的には「以前あったメニューを復活してほしい」というもので、特に「もち麦御膳」への言及が多かった。その他、「減量メニューを増やしてほしい」という回答も複数ある。おそらく女子学生やダイエット中の学生の意見である。学生が希望するメニューとしてデザート類も多い。デザートが好まれるのは、食堂が昼食を取る場だけではなく、学生同士の絆を深める社交の場、つまりコミュニケーションを形成する場であることが推察できる。

アンケート結果と情報補足のための聞き取りから、日替わり定食の種類を増やす、丼ぶり及び麺類注文時に小皿のサラダバーを付けると安くなる割引セットメニューにするなど野菜を摂取する機会を増やすことも必要と考える。また「学食を利用する」学生が25%以下と低いものの、学生食堂を利用する理由として「栄養バランスが良い」「メニューが豊富」「美味しい」が挙がっている。この点をどのように改善するかがポイントになるだろう。例えば、女子学生をターゲットにした、少量でバランス良く、お財布にも優しい日替わりヘルシー定食をメニュー加えると良いかもしれない。

5. 補足—購買部（サルビアショップ）を利用した中食について—

この調査では食堂2階の購買部（サルビアショップ）の利用についても、中食利用を把握するため調査した。満足度から見ると、「満足している」が2割を下回っており、購買部に対し満足しているとはいえない状況である。利用度では、「利用したことがある」という回答を含めて回答者の約91%が購買部を

利用している。購買部の利用頻度については、約60%の利用者が「必ず週1回以上利用」している。また、「週2～3回利用」と答えた学生の多くは、決まった曜日の空きコマでの待機場所や、部活動・サークル・ゼミ前の待機場所として利用していると理由を答えていた。購買部の学生利用時間は、昼時（12～13時台）、昼過ぎ（14～16時台）、夕方（17～19時台）が多く、全体の約68%を占めており空きコマ時間に利用している学生が多いことが分かった。

購買部で学生が購入する商品は表2の通りである。お菓子・スナック類、飲み物の購入が半数以上であった。その他、切手やレポート用紙等の購入もされていた。これらの購入状況から購買部で購入する弁当系・惣菜系食品が食堂の単品（白飯・味噌汁）メニューと組み合わせられて利用されている可能性が高いことがよく分かる。

アンケートから見えてきた課題には、商品の価格、商品の多様化、利便性、支払い方法などがあつた。

表2 購買部で購入したことのある商品
(複数回答可・有効回答136件)

品目	購入経験割合
お弁当・おにぎり・パン	55.1%
飲み物	11.0%
お惣菜、おつまみ、カップ麺	58.8%
お菓子・スナック類	17.6%
デザート(アイス等も含む)	5.1%
文房具	2.2%
生活用品	2.9%
その他	37.5%

特に購買部で増やしてほしい商品は、お弁当、おにぎり、パン、飲み物などの食品である。食堂のメニューを補う形で購買部での品揃えを増やし欲しいという要望があると考えられる。その他、雑誌販売や医薬品等の種類

を増やしてほしいという要望も寄せられた。

満足度の詳細については、「満足している」が17.3%と低い。一方で「満足していない」も16%で低い。「どちらとも言えない」という回答が56.6%で圧倒的に多かった。おそらく、本来コンビニが成立しにくい立地環境で、何とかコンビニ型の運営をしている購買部を見て、閉鎖されると不便だが、購入するには福崎町内のスーパーやドラッグストアと比べて商品単価が高すぎるというジレンマに陥り、回答者の56.6%が「どちらとも言えない」と答えていると思われる。

購買部の問題は、学生の利用頻度が低いことである。全体の約60%の利用者が「週1回以上利用している」が、約40%は「月に2～3回利用している」である。利用が少ない理由は、図7のように値段が高い、品数が少ない、利便性に欠ける点にある。購買部の営業環境改善意見では、平日の営業時間の延長、休日の営業時間の改善を求めている。その他、ATM 設置、品数の増加、ホットスナック（揚げ物等）の販売等の意見が寄せられている。

学生による購買部の利用時間は、アンケートの回答より12～19時が多く（現在は15時までの短縮営業）、この一定時間に学生が集中

し、午前中の利用は少ないことが分かった。購買部の利用時間が集中することで利用しにくいという意見もあった。購買部の利用時間の分散を図ることで、利用しやすくなるだろう。例えば、時間限定の値引き商品販売や“おにぎり+お茶”、“サンドイッチ+コーヒー”等の飲み物とのセット販売による割引価格の設定である。

この「月に2～3回利用している」学生への対応については、キャッシュレス決済化が重要である。現金を常に準備して買い物に行くというのは、そもそも買い物という行動自体のハードルを上げてしまう。コンビニエンスストアはATM 設置やキャッシュレス化により利用者購入機会を増やすことで利益を上げている。キャッシュレス化については、高価機器の設置・管理が不要なため導入が簡易である。電子マネーとして使われる PayPay や LINE Pay の導入で現金を持たずに決済ができる利便性は重要である。授業の合間などに購買部を利用する学生は多いため、購買部で購入する商品が増えることは確かである。

購買部については自由回答の記述と調査データの集計に協力してくれた学生の意見からいくつかの改善案が出てきた。

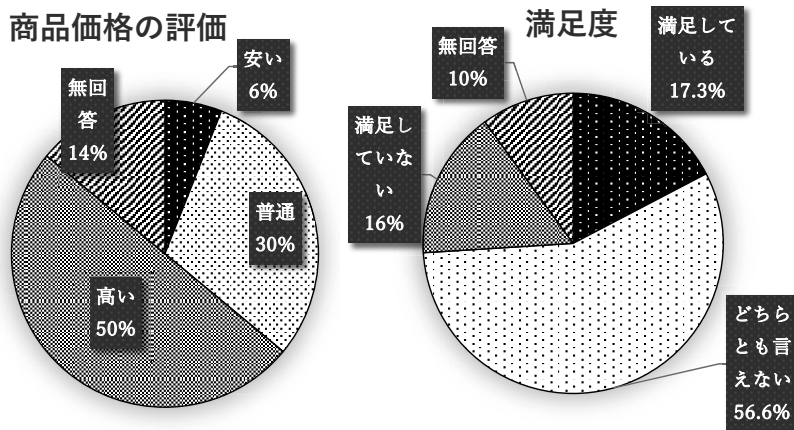


図7 購買部の商品価格に対する評価と満足度

一つは、大学専用スマホアプリや大学 SNS を利用して購買部のオススメ商品及び特売品を紹介することである。また、教学情報通知システム「Active Academy Advance」と連携し、食堂や購買部の情報を受け取れるようにすることで活用してもらうこともできるだろう。

もう一つは、荷物の発送代行サービスである。大学の立地やバスの時間を考えると、自家用車を持っていない学生は荷物の発送に不便を感じている。例えば、寮生が依頼して宅配業者が大学に発送荷物を受け取りにくる場合、寮生ではその引き渡し時間の調整が難しくなりやすい。ネットが普及した昨今、フリマアプリなどを活用し、自分の持ち物を売却するために荷物を発送する寮生は大学内にも一定数いると予想でき、そのほとんどが学外のコンビニエンスストアを利用しているようである。しかし、大学バスの運行状況から容易に学外に行ける状況ではない。そのため荷物発送代行サービスは、早急に解決すべき課題である。

6. 考察—まとめ—

大学生活において、学生が滞在する環境の快適性が担保されることは極めて重要である。大学食堂の機能は、食事の場であるとともに、学生がリラクセスし、コミュニケーションを図るための場所でもある。アンケート調査からその機能とその機能を下支えする施設の充実が重要であることが確認できた。食事とは別にデザートなどを食べながら、学生自身がゆっくりできる時間と交流の場を求めていることも、アンケートの自由回答や補足の聞き取り作業から把握することができた。必ずしも3限に授業があるわけではないので、ゆっくり食事をしたい、あるいは談話・自習

などの用途に使いたいという学生の需要がある。

このことから、食堂の営業時間について検討が必要である。食事という機能だけでなく交流の場、コミュニケーションの場としての機能を充実させるには、食事以外でも自由に利用することができる場とし、朝から夜まで連続して開店し続ける方が良い。閉店の時間帯を設定している現状の営業時間を見直し、閉店の時間帯が無くなるように食堂スタッフの勤務形態を整えば、軽食やデザート類を授業の空き時間、つまり待機時間に楽しめ、居場所が確保できるようになる。

アンケートの自由回答では、メニュー変更を望む声も多かった。メニュー変更には一定の制約が発生すると思われる。特に食材の廃棄率を含んだコスト面に問題があれば難しいだろう。そこでメニューの自由度を上げるために、一定の収益が事前に見込める制度を導入するのが望ましい。一案として昼食代を学費と一緒に徴収し、学食を毎日どの時間帯でも利用できるシステムにすることを考えたい。

毎月25日前後食堂営業日に対して、2割の営業日（1ヶ月あたり5日程度）分の大学食堂の定食代を事前に徴収することでバランスの取れた食事を定期的に摂取できるように方向付けをしたい。現在の若者は、食に対し栄養よりも嗜好を重視する傾向が強く、ファーストフードに代表されるような栄養学的に好ましくない食生活を送ることが多い⁶⁾。健康的な食事を促進するために日替わり定食の種類を増やし、栄養バランスの保証を前提に地産地消を活かした国産食品など厳選された食品を使用した昼定食にすることが肝要かと考える。2割の営業日はそのような流れを定着させること、未利用による無駄を極力減らすことから必要な日数と考えている。

食材の見直しについては、兵庫県の中山間地に位置する大学という立地をもっと生かすべきである。丹波・但馬・美作と隣接する播磨北部は豆類、野菜類、米、もち麦に至るまで美味しい食材が手に入りやすい条件が揃っている。無農薬・有機農法の作物を安く入手できる立地である。複数の地元農家と直接購入契約を結ぶことでサラダバーにも使える新鮮な野菜を常に定量確保できるようにすることが必要と思われる。

恵まれた食材を使った食事を毎日摂ることで、学生自身の体調改善に繋げることができる。アレルギーなど体調がすぐれない、心が落ち着かない現代の若者を癒すための生活を整える条件に当てはまるのではないだろうか。大学食堂で日替わり定食を毎日食べることで、学生自身が体調の変化に気づくことができ、乱れがちな学生の食生活の改善にも好ましい影響を与えることを期待したい。

一方で、寮生の朝食と夕食の喫食率を高める必要がある。利用できない朝食と夕食について一定の割合で代替させられる昼食券を発行するなどの対応が必要であろう。大学による無償提供という建前があっても、寮生人数分の食材確保が毎回必要なため、このような工夫で学生視点・大学視点の相互から食事・食材の無駄をなくすることができるだろう。

サラダバーの運営にはいくつかの問題が予想できる。冷凍野菜を使えば原価が上がること、季節ごとに安価に入荷する野菜が異なり価格変動があること、廃棄野菜が必ず一定量出ること、野菜の栄養価が低下すること、及びコロナ禍での衛生管理が難しいことである。しかし、これらの問題は全て提供者側が抱える問題点であり、利用者側の問題ではない。

利用者、つまり学生に係わる問題は、野菜摂取にサラダバーを利用しない点である。野菜摂取の環境が脆弱な現状では、サラダバー

にさまざまな問題があったとしても、利用者に野菜摂取の機会を提供できた方がまだ良い。しかし、実際のサラダバー利用率は低い。アンケートや聞き取りでは野菜食による健康志向も学生から確認できなかった。むしろ、食堂でお金を使わずに過ごす点が目に付いた。このような食費の節約傾向を克服して、サラダバーの利用率を高める方策が必要である。

例えば、定食に付きもののキャベツを中心とした添え物野菜を取り除き、すべてサラダバーで野菜を盛れるように切り替える方法である。添え物野菜を除いた定食500円とサラダバー小皿120円のセット（単品合計金額620円）を500～550円の価格帯で販売することでサラダバーの利用率向上と食費節約の両立が可能になる。

サラダバーは、食堂にカフェテリア風の現代的な雰囲気を生み出すことができる。その一方でコストも高くなる。コストが増えても必要があるものなのか、その必要性と改善案が常に問われなければならない。なお、サラダバーの営業は2023年11月から昼食時のみ再開されている。これから学生の利用率向上が問われることになるだろう。

大学としては朝食、夕食も含めて、昼食時のサラダバー以外でも野菜を提供する手段の開発、改善策も常に考えなければならない。例えば、学生たちの食意識を高めるために地域連携事業として食育や農作物の地産地消と係わる場合、大学周辺で栽培する有機野菜を食堂で提供することになるだろう。その場合、季節ごとの野菜の特性を活かす煮物、汁物の調理が求められるかもしれない⁷⁾。有機野菜や無農薬野菜を取り扱うことになれば、食堂に係わる栄養士、調理スタッフは、これまで以上に野菜の取り扱い方法を深く学ぶ必要がある。定食メニューの原価を高くしないため

に、余すところなく食材が活かせるように野菜加工、惣菜開発の知識向上が必要となるだろう。購買部での弁当、惣菜、デザート、菓子、及び飲料などの販売、学内の飲料自販機の内容についても、食堂と連携して学生の体調を考慮した品物にするなど野菜中心に食環境の充実を図る必要がある。

食環境の観点から学生が授業に集中できるように、大学として栄養管理を積極的にすることも必要だろう。学生を対象とした食育を計画的に推進していくことで、現代的課題である「生きて生活する」生活力を学生自身が身に付けられようように大学全体での食の改善計画が必要である。食堂の評価は大学教育の評価につながることを忘れてはならない。

謝辞

この論文は、2021年卒の北出かおるゼミの学生、内田祐輝、萩尾颯希、前田憲伸、長尾勇輝による調査及び集計結果に基づいている。この調査に協力してくれた当時の学生諸子に感謝いたします。

附記

この論文は2名の研究者による共同執筆である。分担内容は第一著者：兼子一が本論の論旨構成と掲載データの統括、及び補足分析を担当した。第二著者：北出かおるが主調査のデータ集計と栄養学的観点からのデータ分析、及び調査員（ゼミ生）への指導を担当した。なお、それぞれの分担において、2名共に責任著者である。

引用文献

- 1) 野口潤子：現代日本における食の環境と食卓の変化－子どもと家族に焦点を当てて－、佛教大学大学院紀要（社会学研究科篇）第38号、37－54、2010
- 2) 厚生労働省編：国民健康・栄養調査、厚生労働統計一覧／統計情報・白書、<https://www.mhlw.go.jp/toukei/itiran/gaiyo/k-eisei.html>、2023（最終閲覧日2023年8月31日）
- 3) 山本淳子、大浦裕二、玉木志穂、八木浩：女性の就業時間及び子供の存在が食の簡便化に及ぼす影響、農業経営研、71－76、2017
- 4) 大西大喜、綾部園子、松村芳多子：学校給食における生野菜提供を想定した殺菌・保存による微生物の消長、日本家政学会、71（6）、382－391、2020
- 5) 厚生労働省編：大量調理施設衛生管理マニュアル、衛食第85号（最終改正版）：平成29年6月16日付、生食発0616第1号、2023
- 6) 浅野真智子、深蔵紀子、尾立純子、瓦家千代子、難波敦子、安田直子、山本悦子：児童から大学生にいたる若年者層のファーストフードの利用実態調査、栄養学雑誌、61（1）、47－54、2003
- 7) 松本範子、藪田望：ドリンクの違いによる運動中の体重と汗中ミネラル濃度の変化、東北女子大学紀要第57号、26－31、2018

