

実践『ペルソナ』通信 (No.113)

「軽食の持ち歩き」に関する調査

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、女子大学生の「軽食の持ち歩き」についてアンケート調査を実施しました。

※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）」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研究する研究会です。

はじめに

コロナの規制緩和により大学へ通学する機会が多くなった今、軽食を持参する人が増えていると考えました。「軽食」と一言で言っても持ち歩くもの、目的、包装方法、食べる時間帯などさまざまです。そこで、本調査では実践女子大生の「軽食の持ち歩き」について調べていきます。

総括

今回の調査を通して、実践女子大学生の8割以上は軽食を持ち歩いた経験があることが分かりました。軽食を持ち歩く理由としては、「手軽」「コスパ」「腹持ち」「眠気覚まし」など様々な回答が見られました。学校がある日は軽食をとる時間帯や用途に合わせてお菓子、主食、清涼菓子、健康食品などの軽食を持ち歩いていました。一方、学校がない日は軽食を持ち歩いていない学生が大半という結果になりました。また、包装は個包装やチャック付きが多く、季節によって持ち歩く軽食を変えたり、手頃な値段で購入したりしていました。

Topics

- (1) 軽食を持ち歩いたことのある人は8割以上
- (2) 軽食を持ち運ぶ理由は持ち歩きやすく、手軽に食べられること
- (3) 学校がある日の軽食には洋菓子（ケーキ、クッキー、チョコ、アメ）
- (4) 学校がない日には軽食は持ち運ばない
- (5) 主な軽食の包装は個包装かチャック付き
- (6) 季節による持ち歩く軽食は変化する
- (7) 軽食の入手方法は「買う」が9割以上、ワンコイン以内の予算

調査担当者

実践『ペルソナ』研究会 田地美月・伊藤杏莉・廣瀬萌奈・中島鈴

調査概要

- 調査対象：実践女子大学生 1 ～ 4 年生
- 調査方法：Google フォームによるインターネット調査
- 調査期間：2023 年 6 月 5 日（月）～2023 年 6 月 11 日（日）
- 有効回答者数：129 名
- 回答者の属性：1 年生（86.0%）、2 年生（4.7%）、3 年生（9.3%）、4 年生（0%）

調査結果

（1）軽食を持ち歩いたことのある人は 8 割以上

大学に通い始めてから軽食を持ち歩いた経験を調査したところ、「はい」と回答した人は 86%（111 人）、「いいえ」と回答した人は 14%（18 人）でした（図 1）。このことから実践女子大学に通う約 8 割以上の学生は軽食を持ち歩いた経験がありました。

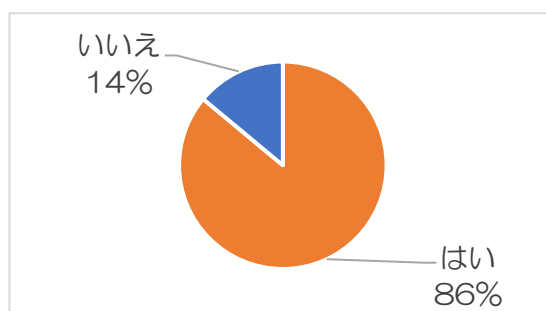


図 1. 大学生になってからの軽食の持ち歩きの有無（N=129）

（2）軽食を持ち運ぶ理由は持ち歩きやすく、手軽に食べられること

軽食を選ぶときの条件を自由回答で尋ね、テキストマイニングで分析をしたところ、手軽、コスパ、腹持ち、眠気覚まし、といった言葉が多く選出されました（図 2）。この結果から、特に持ち歩きやすく、手軽に食べられる軽食が人気だと考えられます。そして、安価な値段であること、お腹にたまること、講義の合間にリフレッシュできることなど、軽食を選ぶうえで様々な理由がありました。以上のことから、個人のニーズによって軽食の需要が変わるといえます。

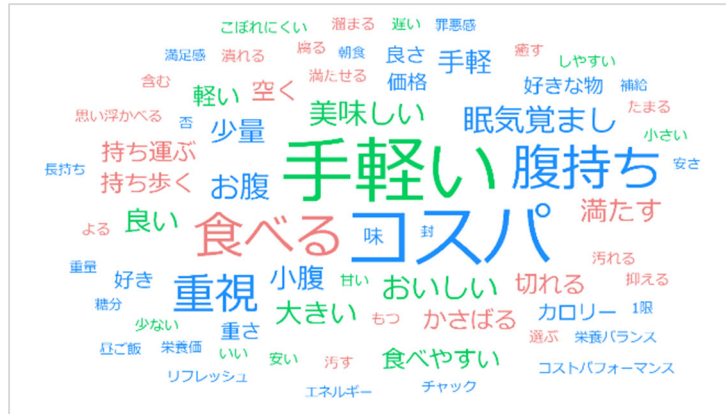


図2. 軽食を選ぶ際に重視していること (N=129)

(3) 学校がある日の軽食には洋菓子（ケーキ、クッキー、チョコ、アメ）

学校がある日に持ち歩いている軽食を複数回答可で調査したところ、「洋菓子（ケーキ、クッキー、チョコ、アメ）」が55人、「米、パン」が27人、「清涼菓子（フリスク、ガム）」が19人、「健康食品（カロリーメイト、ゼリー飲料）」が13人という結果になりました（図3）。また「持ち歩いていない」と回答した人が2人であることから、ほとんどの人が学校で軽食を持ち歩いていました。

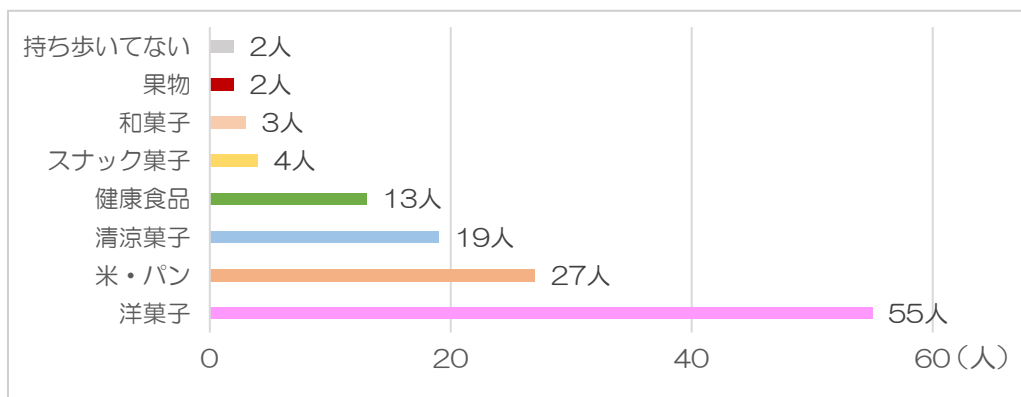


図3. 学校がある日に持ってくる軽食 (N=111)

軽食を持ち歩く理由を複数回答可で調査したところ、「持ち運びしやすいから」が81人、「食べやすいから」が73人、「腹持ちがいいから」が37人、「コスパがいいから」が34人という結果になりました（図4）。

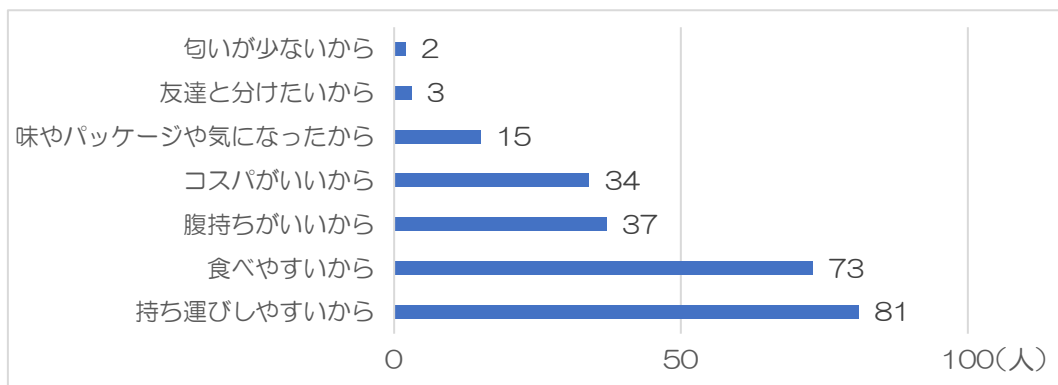


図4. 学校がある日の軽食を選ぶときの基準 (N=107)

学校がある日に軽食を持ち歩いている人（105人）の中で、最も多かった軽食をとる時間帯は「お昼休み中」41%（43人）、次いで「1限と2限の間」29.5%（31人）となり、多くの人々が正午までに軽食を取り、正午以降に軽食を取る人は少ない結果になりました（図5）。

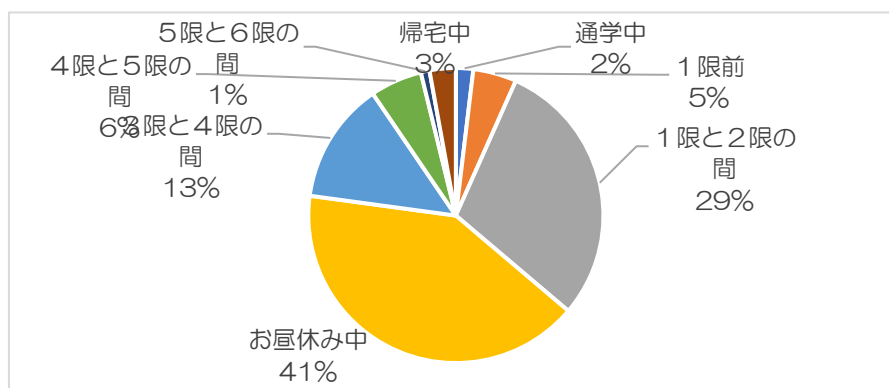


図5. 学校がある日に軽食を食べる時間帯 (N=105)

（4）学校がない日には軽食は持ち運ばない

学校がない日に持ち歩いている軽食を複数回答可で調査したところ、「持ち歩いていない」が64人、「健康食品」と「米、パン」が4人、「スナック菓子」と「和菓子」が3人という結果になりました（図6）。この結果から、学校がない日は過半数が軽食を持ち歩いていませんでした。

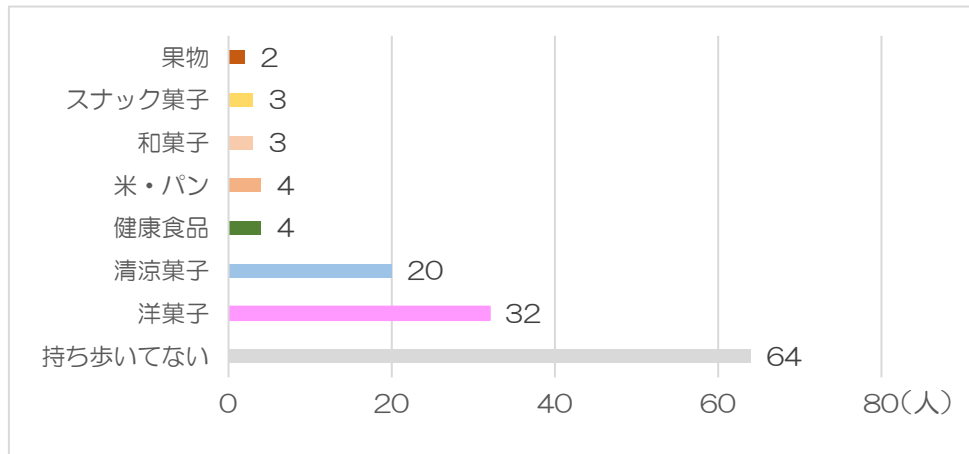


図6. 学校がない日に持ってくる軽食 (N=111)

また軽食を持ち歩く理由を複数回答可で調査したところ、「持ち運びしやすいから」36人、「食べやすいから」22人、「味やパッケージが気になったから」9人、「腹持ちがいいから」7人で、上位を占めていました（図7）。「持ち運びしやすいから」と「食べやすいから」などが上位を占めたことから、軽食を持ち歩く理由は学校がある日とあまり変わりませんでした。

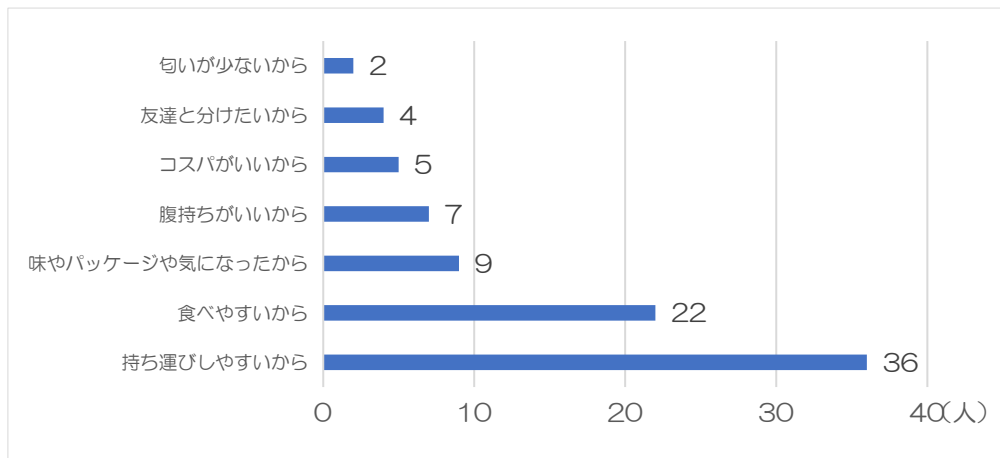


図7. 学校がない日に持ち歩く軽食を選ぶ理由 (N=47)

さらに学校がない日は、午前に軽食をとっている人が6%（3人）、午後に軽食をとっている人が73%（39人）、夕方以降が21%（11人）でした（図8）。このことから、学校がない日は午後に軽食を食べている人が大半という結果になりました。

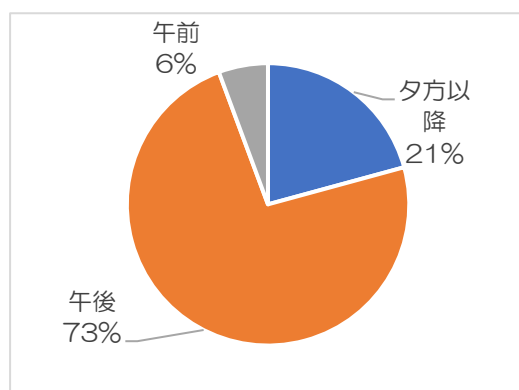


図8. 学校がない日に軽食を食べる時間帯 (N=53)

(5) 主な軽食の包装は個包装かチャック付き

持ち歩いたことのある軽食の包装について調査したところ、個包装が49.5% (55人)、チャック付き包装が45% (50人)、ミニバッグが2.7% (3人) という結果になりました (図9)。持ち運びがしやすく、好きな量だけ食べられる個包装やチャック付きの軽食が持ち歩かれていました。

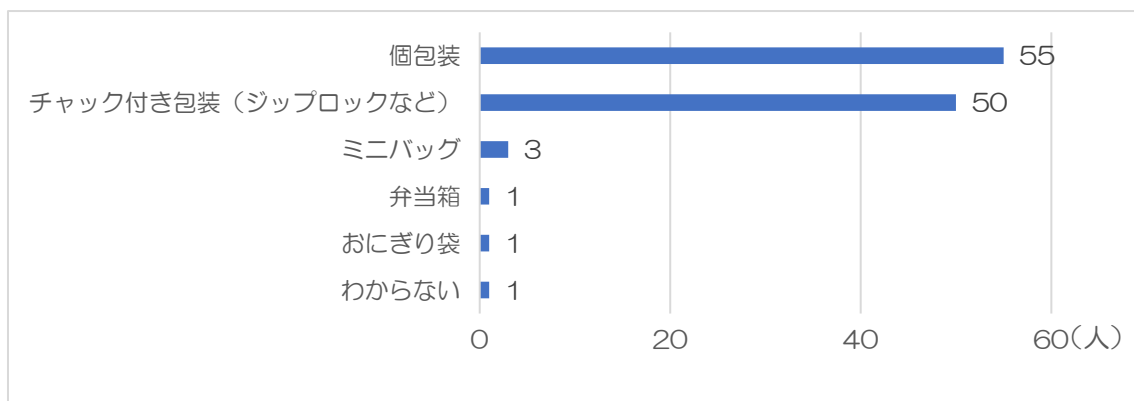


図9. 軽食を持ち歩くときの主な包装 (N=111)

(6) 季節による持ち歩く軽食は変化する

季節によって持ち歩くものを変えるか尋ねたところ、「はい」と回答した人は37% (41人) と4割を下回る結果になりました (図10)。また、どのように変えているかを自由記述で尋ね、テキストマイニングで分析をしたところ、夏、暑い、持ち歩く、溶けるなどの言葉が多く選出されました (図11)。特に夏場の軽食の持ち歩きに気を使っていることが読み取れます。

この結果から季節によって持ち歩く軽食を変えている人もいました。特にチョコ、アメ、グミといった溶けやすいお菓子は持ち歩かないという理由から、夏に持ち歩く軽食を意識する女子大生が多いといえます。

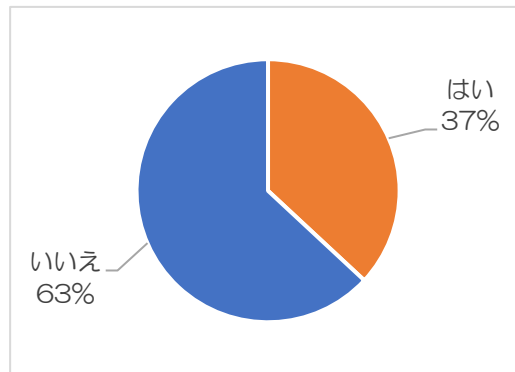


図 10. 季節ごとで持ち歩く軽食を変えているか否か (N=111)

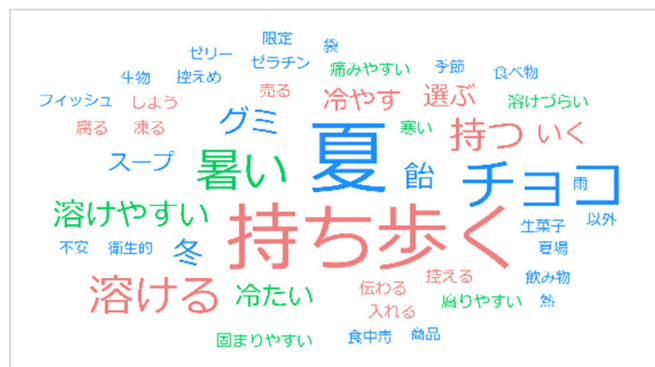


図 11. 季節ごとで持ち歩く軽食をどのように変える基準 (N=40)

(7) 軽食の入手方法は「買う」が 9 割以上、ワンコイン以内の予算

軽食の入手方法を調査したところ、作る人が 4.5% (5 人) と一定数いるものの、買う人が 93.7% (104 人) と圧倒的でした (図 12)。また、1 回の軽食にかける予算を調査したところ、201 円～400 円と回答した人が 53 人と最も多く、次いで 0 円～200 円が 45 人、401 円～600 円が 9 人、601 円～800 円が 3 人、1,001 円以上が 1 人という結果になり、軽食にはあまりお金をかけていませんでした (図 13)。

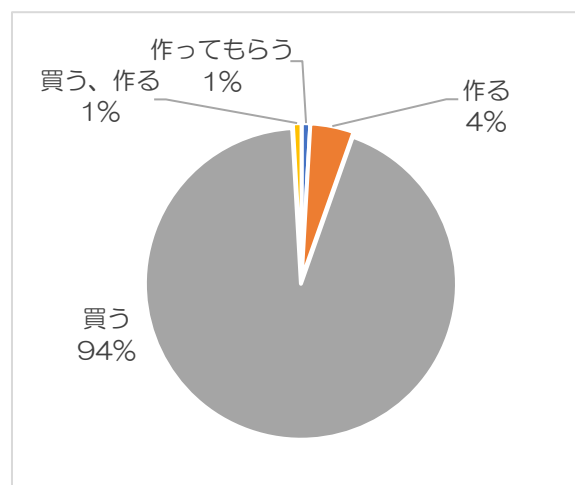


図 12. 軽食の入手方法 (N=111)

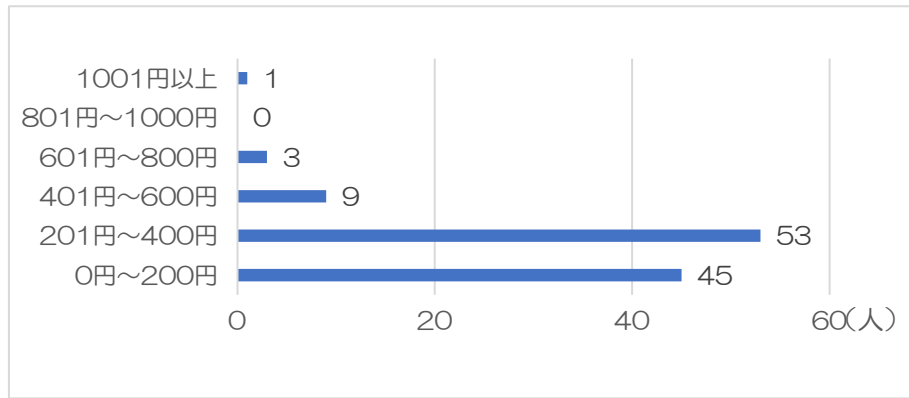


図 13. 軽食1回分の予算 (N=111)

考察

今回の調査から、大学生になってから軽食を持ち歩いた経験がある人 86%と大半でした。持ち歩く理由としては、手軽、コスパ、腹持ちといった意見が目立ちました。

学校がある日の軽食は「洋菓子（ケーキ、クッキー、チョコ、アメ）」、「米・パン」の回答が多く、甘いお菓子や主食にもなるような軽食が人気でした。そして、「清涼菓子（フリスク、ガム）」、「健康食品（カロリーメイト、ゼリー飲料）」も授業の合間にリフレッシュでき、かつ量が少なく短時間で手軽に食べることができる点で人気だと考えられます。軽食をとる時間としては「お昼休み中」が最も多く見られました。お昼休みにしっかり昼食を食べる人もいれば、軽食で食事を済ませる人もいると考えられます。以上のことから、「短時間ですぐに食べられる」「少量で小腹を満たせる」の2つが軽食を持ち歩く理由に繋がっていると考えられます。

学校がない日は、半数以上が軽食を持ち歩いていませんでした。家で食事をとったり、外食を目的として出かけたりするため、軽食が必要ないのではないかと考えました。一方、持ち歩いていると回答した人の軽食は、学校がある日と同様に「洋菓子（ケーキ、クッキー、チョコ、アメ）」、「米・パン」が多く、「清涼菓子（フリスク、ガム）」、「健康食品（カロリーメイト、ゼリー飲料）」も一定数いました。また、軽食をとる時間帯は、午後の時間帯が比較的多く見られました。この結果から、昼食後の少し落ち着いた時間に家や外出先で軽食を楽しむのではないかと推測しました。

軽食の包装については、個包装やチャック付きが好まれていました。これらは持ち運びがしやすい点、友人とシェアしやすい点、食べたい分だけ食べられる点で人気だと考えられます。また、軽食は購入する人がほとんどであることから、コンビニエンスストアやスーパーなどの購入できる場所が身近にあり、かつ、手軽に購入できる値段であることが要因だと考えられます。

以上のことから、ほとんどの女子大生が軽食を持ち歩いたことがありました。「持ち運びがしやすいから」という理由が圧倒的に多く、バッグに入れて持ち歩けるものが軽食としての需要が高いといえます。また、短時間で手軽に食べられ、量を調節できる軽食も好まれる傾向があり、持ち歩きに繋がっていると考えられます。