

京都大学記者クラブ加盟各社 各位
草津市政記者クラブ加盟各社 各位

立命館大学広報課

大学生の生活リズム改善・健康増進に効果大！大好評につき

「100円朝食」提供を12月から前倒しで全面導入！

立命館大学は、父母教育後援会（ ）の支援を受け、2013年10月21日～11月1日に実験的に導入した「100円朝食」が、大変好評であったことを受け、当初2014年4月から全面導入する予定だったのを、前倒しして2013年12月から京都・滋賀の両キャンパスで全面的に導入することにしました。なお、今後も継続して父母教育後援会の支援を受けます。

本学では、約半数の学生が一人暮らしをしており、朝食を摂らないことで生活リズムが乱れたり、不規則な食生活が原因で体調を崩してしまうケースが心配されています。本学の調査によると、「朝食を摂りますか」という設問に対し、全回答者（28,340名）のうち「いいえ」が9.3%、「時々」が31.5%と約4割の学生が毎朝朝食を摂っていないと回答しました（別紙グラフ）。男子学生の場合、1回生では77%の学生が朝食を摂っていますが、2回生以上になると50%以下に低下しています（別紙グラフ）。父母から寄せられるアンケートでも、子どもの健康面への不安の声や要望が多く寄せられています。

このような状況を鑑み、学生にきちんと朝食をとる習慣を身につけさせ、健康管理や生活習慣の見直しにつなげていく契機とするため、「100円朝食」の提供を実験的に実施し、それまで260円だった朝定食を、100円で提供しました。（実験期間：2013年10月21日～11月1日、場所：びわこ・くさつキャンパス〔以下、BKC〕の食堂、差額は、父母教育後援会から支援）

BKCでの実験では、1日約300名前後が利用し、導入前から約2.3倍増えました（別紙グラフ）。また、「なぜ今日生協に朝食を食べにきたか」というアンケートを取ったところ、普段朝食をとっていない学生（1週間に3回以下しか朝食をとっていない層）の64.7%が、「100円定食が始まったから」という回答が得られ、この取り組みが当初期待した「しっかり朝食を摂る習慣をつける」という成果につながっていることが確認されました。（グラフ）この「100円朝食」を全面導入することを機に、さらなる学生たちの健康増進と、勉学に励む意欲の後押しを進めていきたいと考えています。

父母教育後援会...立命館大学に在籍する学部生の保護者が加盟する組織。大学の教育方針に則り、学生の教育・学生生活・学園づくりを支援する。

記

<100円朝定食に関する概要>

開始日：2013年12月2日(月) 月～金、長期休暇中は除く

場 所：立命館大学 衣笠キャンパス（京都）以学館1階 食堂

立命館大学 BKC（滋賀） ユニオンスクエア2階 フードコート

対 象：立命館大学生・大学院生

（衣笠）8:00～8:40にレジで精算を済ませた人

（BKC）8:15～8:40にレジで精算を済ませた人

内 容：（衣笠）ご飯Sサイズ、おかず150g以内（グラムパー方式）、味噌汁

（BKC）ご飯Sサイズ、おかず3品、味噌汁

なお、2014年4月からは、開始時間・メニューについて統一されます。

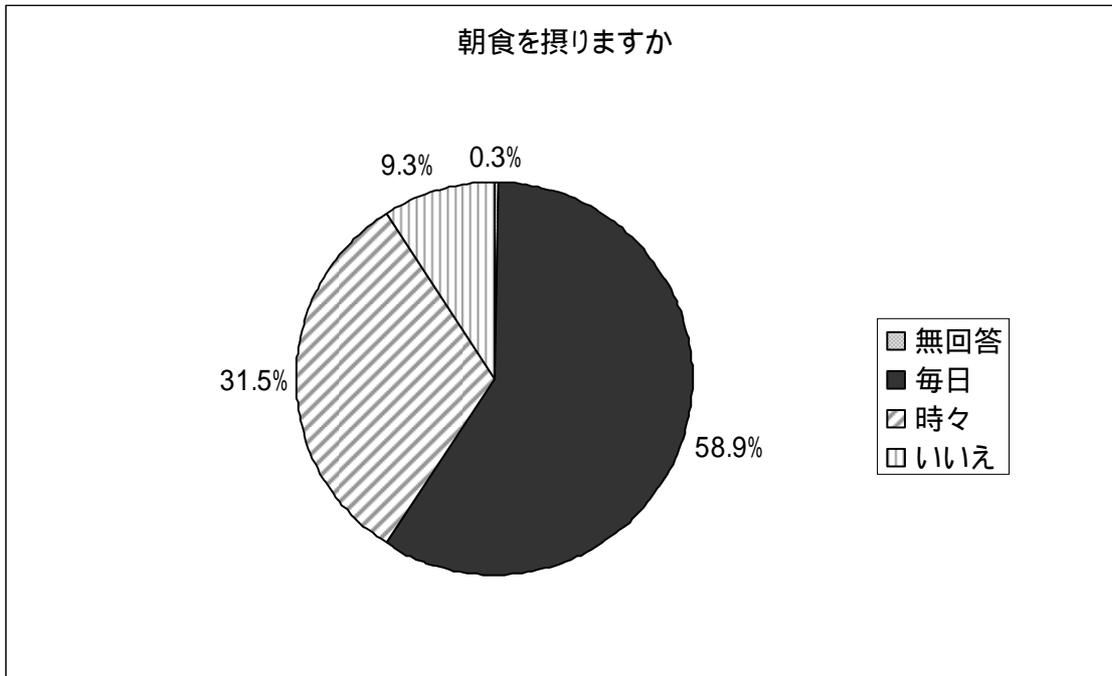
以上

取材・内容についてのお問い合わせ先

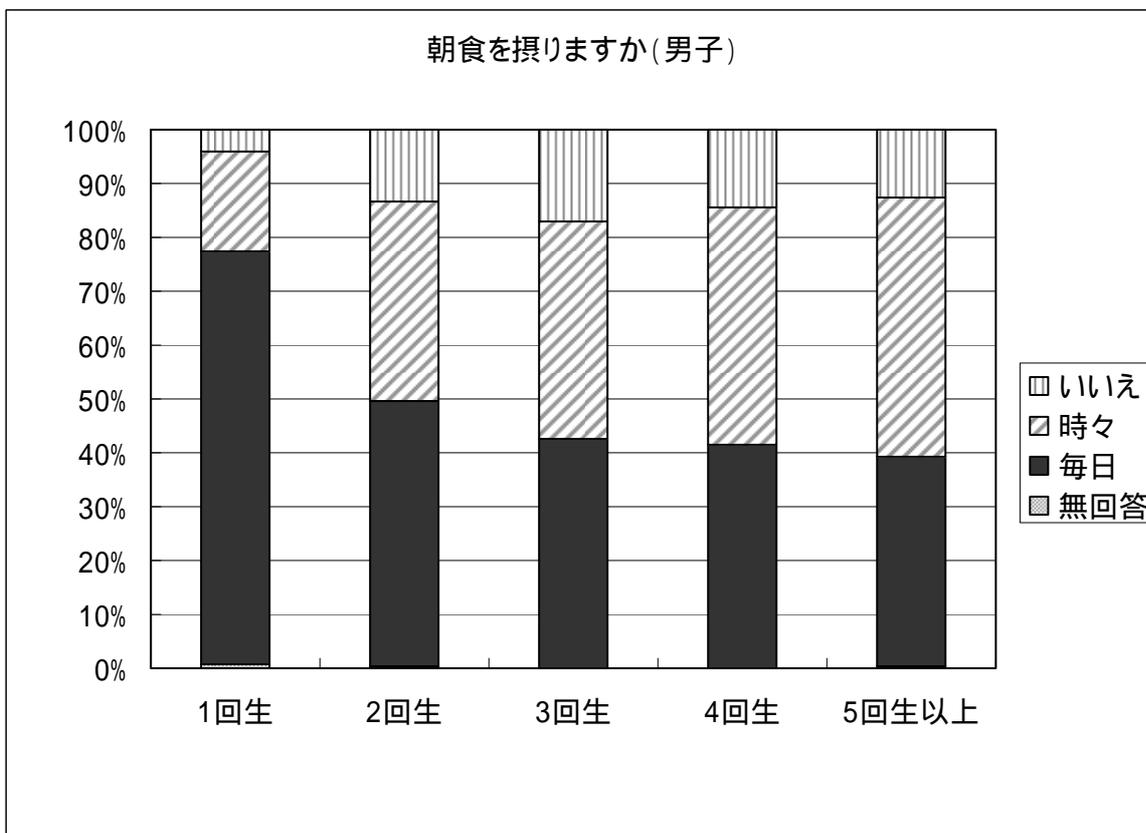
立命館大学広報課 担当：河口 TEL.075-813-8300

< 2012 年度学生定期健康診断問診表 結果 > 回答者数 28,340 名

グラフ 「朝食を摂りますか」



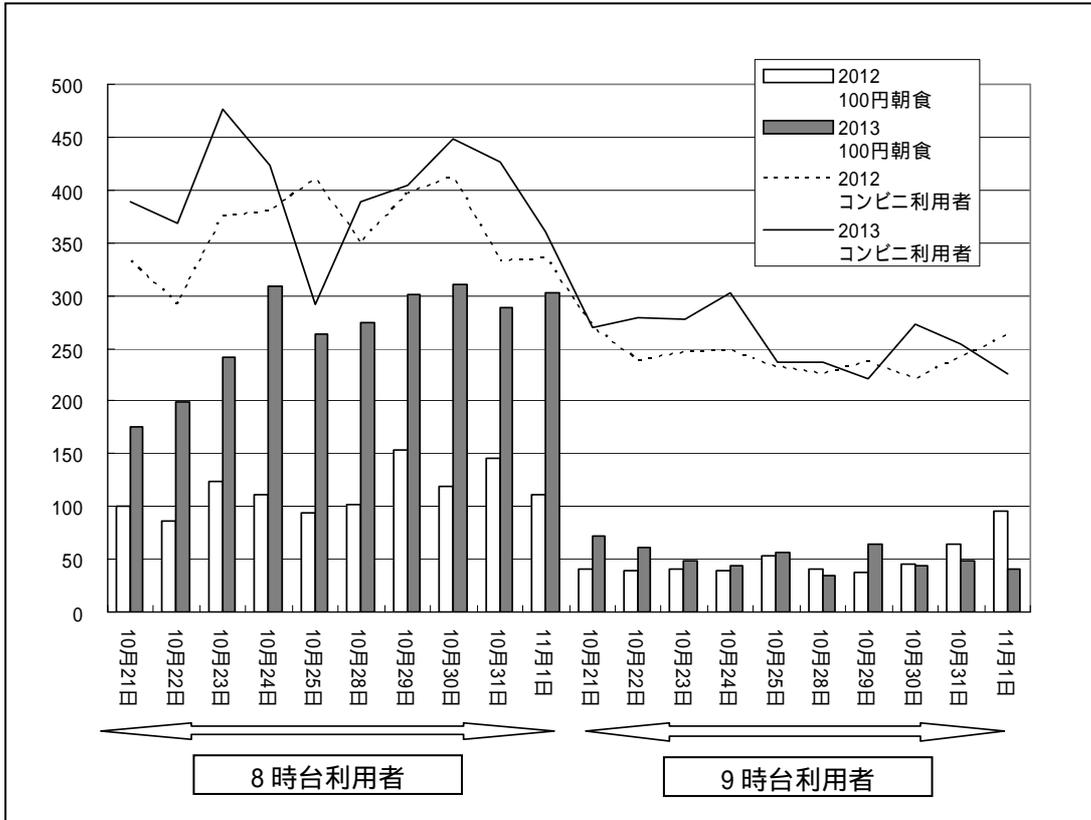
グラフ 「朝食を摂りますか (男子回答)」



別紙 2

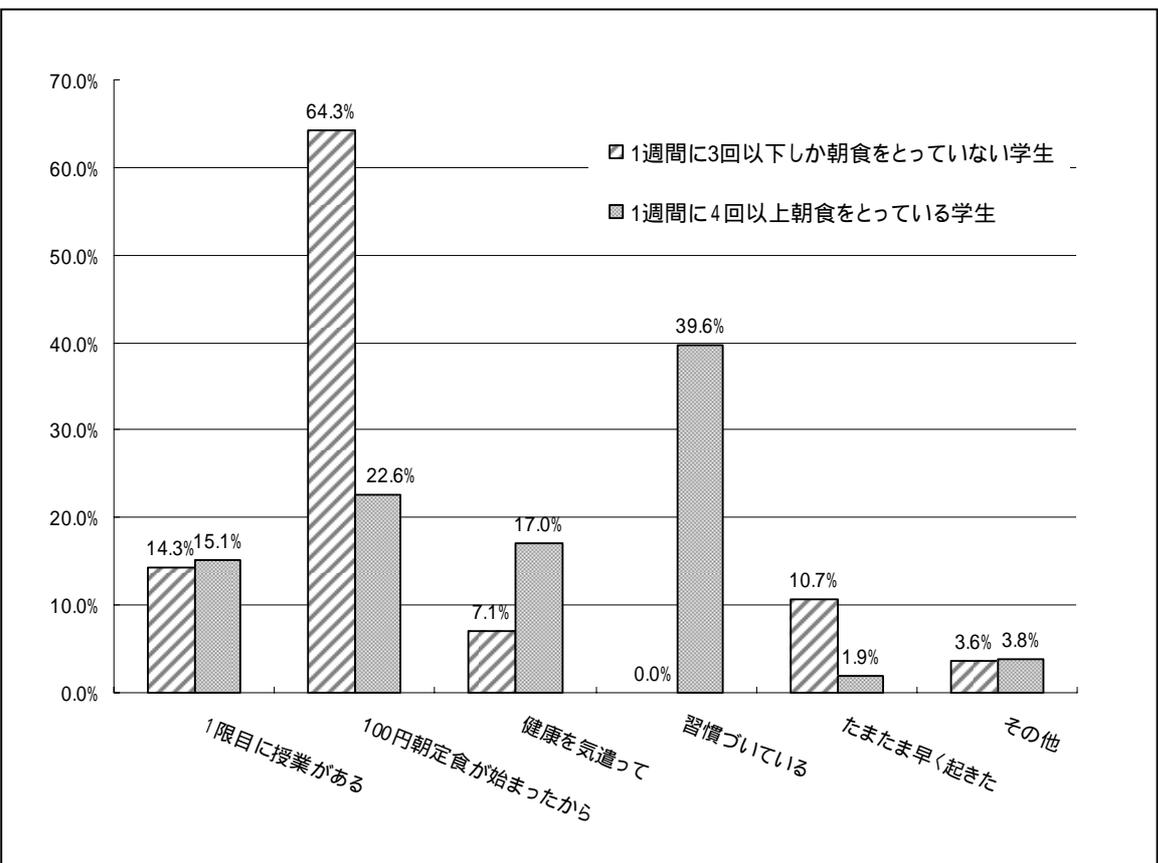
< BKC実験導入期間 利用者アンケート > 回答者数 10/22 : 74 名、11/1 : 79 名
 回答者内訳 自宅 (26.1%)、下宿 (73.9%)
 1 回生 (32.9%)、2 回生 (16.8%)、3 回生 (19.6%)、4 回生以上 (30.8%)

グラフ BKC で実験的に実施した 100 円朝食の利用者数



通常の倍以上数の学生が利用した。逆に9時以降の利用者は昨年よりも減少しており、9時台に利用していた学生が8時台にシフトしたと思われる。同じ時間帯の生協のコンビニ利用者数は昨年と変化がなく、100円朝食利用者の増加は、これまで朝食をとっていなかった学生が増えたことがわかる。

グラフ 「1週間にどれくらい朝食を摂りますか」「なぜ朝食を食べにきたか」 クロス集計



普段から朝食をとっている学生(1週間に4回以上とっている層)は、「朝食を食べる習慣がある」という回答が40%と最も高くなっているが、朝食をとっていない学生(1週間に3回以下しかとっていない層)は、「100円定食が始まったから」という回答が64.3%と最も高くなり、この取り組みが当初期待した成果をあげていることが確認された。また、自宅生も3割程度利用していることがわかり、「自宅を出る時間が早く、まだお腹が空いてなくて朝食が食べられないから」というのが理由で、下宿生だけでなく、自宅生についても朝食が取れていない実態と、それを補完する効果があることがわかった。