

大型連休後の実施で学生の生活習慣立て直しを応援！ 「学生の食生活応援プロジェクト」を実施

今年で3年目の取り組み、朝食提供は初

2019年5月7(火)～9日(木)昼食／14(火)～16日(木)朝食を配布 於・本郷キャンパス1号館1階

東洋学園大学では、学生に朝食・昼食を無料で提供する「学生の食生活応援プロジェクト2019」を春学期(5月)と秋学期(9月)に実施します。本取り組みは、新入生を含む学生の新生活応援と、学生が自分の食生活を見直し、改善する機会に寄与することを目的としています。3年目となる今年度は、5月および9月の計12日間にわたり実施。うち6日間は、本プロジェクト初となる朝食の提供を行います。提供総数は780食を予定しています。

大型連休・長期休暇後の学生生活を食から応援

本プロジェクトの春学期実施日は、大型連休後の5月7日(火)～9日(木)と14日(火)～16日(木)です。

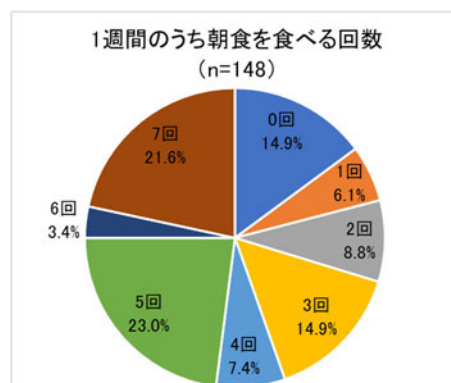
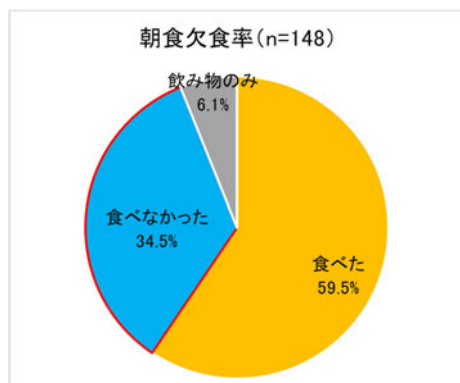
大型連休や長期休暇は食生活を含め、生活習慣が乱れやすくなります。特に新入生は新しい人間関係や授業、サークル活動、アルバイトなどの疲労から五月病になってしまうケースもあり、規則正しい生活を心がけることが重要です。本プロジェクトはこれまで秋学期に実施していましたが、大型連休後に実施することで、学生生活の立て直しや、食生活を見直す機会となるよう、今年度は5月にも実施することとなりました。

本学学生の朝食欠食率は3割

5月14日(火)～16日(木)は、本プロジェクト初となる朝食の提供を予定しています。

本学では、2018年10月に1年生(148名)を対象に普段の食生活について調査を実施。「調査当日に朝食を食べたかどうか」について聞いたところ、3割以上が「食べなかった」と回答。また、1週間のうち朝食回数が4回以下の学生が過半数であることも明らかになりました。

朝食を食べないと、疲れやすい・太りやすい・集中力が続かないといったことや、生活習慣病の引き金のひとつになると指摘されています。特に心身が成長過程にある大学生にとって、朝食は健やかな学生生活を送るために必要なエネルギー源です。本学は、朝食を欠食しがちな学生に向けて、「規則正しく毎日朝食を摂る」という生活習慣の定着を支援するため、朝食の提供も実施することにしました。



調査概要: 2018年10月30日(火)に東洋学園大学現代経営学部の1年生を対象にインターネットによるアンケート形式で実施。
回答者数 148名。(うち男子91名、女子57名)

* 本リリースに関するお問い合わせ、取材のお申し込み先 *

東洋学園大学 広報室 (担当: 木村・大竹・清水)

電話 03-3811-1783 FAX 03-3811-5176 e-mail: koho@of.tyg.jp <https://www.tyg.jp/>

「学生の食生活応援プロジェクト 2019」開催概要

【日時】 5月7日(火)・8日(水)・9日(木) 12:10～12:30 (昼食) ※各回ともなくなり次第終了
5月14日(火)・15日(水)・16日(木) 8:30～8:50 (朝食)
9月17日(火)・18日(水)・19日(木) 12:10～12:30 (昼食)
9月24日(火)・25日(水)・26日(木) 8:30～8:50 (朝食)

【メニュー】

朝食(1日50食限定) : おむすび弁当・スープセット、サンドイッチ・スープセット
昼食(1日80食限定) : 惣菜パン・スープセット

【場所】 東洋学園大学 本郷キャンパス 1号館1階エントランスホール

【アクセス】

東洋学園大学 本郷キャンパス (東京都文京区本郷 1-26-3)

- ・東京メトロ「本郷三丁目」駅 徒歩4分
- ・JR「水道橋」駅 徒歩7分
- ・都営三田線「水道橋」駅 徒歩3分
- ・東京メトロ南北線「後樂園」駅 徒歩7分



本リリースに関するお問い合わせ、取材のお申し込み先

東洋学園大学 広報室 (担当: 木村・大竹・清水)

電話 03-3811-1783 FAX 03-3811-5176 e-mail: koho@of.tyg.jp <https://www.tyg.jp/>