

第3期生駒市食育推進計画
生駒市民の食生活に関するアンケート調査
調査報告書

平成 29 年 10 月 26 日

目 次

I 調査の概要	1
1 調査の目的	1
2 調査対象者、調査方法	1
3 配布数、回収率	1
II 乳幼児	2
1 対象乳幼児について	2
・食習慣について	6
3 食育などの意識について	24
4 食生活に関する行動・意識の変化	29
III 小学生	33
1 対象児童について	33
2 食習慣について	36
IV 中・高校生	48
1 対象者について	48
2 食習慣について	51
3 食育などの意識について	72
4 食生活に関する行動・意識の変化	78
V 成人	82
1 対象者について	82
2 食習慣について	87
3 健康づくりのための食生活への意識について	109
4 食品の破棄について	119
5 食育などの意識について	123
6 食生活に関する行動・意識の変化	133
VI 前回調査との比較	137
1 乳幼児	137
2 小学生	142
3 中・高校生	146
4 成人	151

I 調査の概要

1. 調査の目的

生駒市民の食習慣や食生活、食育への認知状況等を把握し、「生駒市食育推進計画」の見直しのための基礎資料とすることを目的に実施したものです。

2. 調査対象者、調査方法

調査対象、調査方法は下記の通りです。

対象者区分	対象者	調査方法	調査時期
乳幼児	市内に在住の就学前の子どもの保護者	郵送配布・ 郵送回収	平成 29 年 8 月 10 日 ～ 9 月 6 日
小学生	市内に在住の小学 5 年生の子ども		
中高校生	市内に在住の中学生・高校生		
成人（18 歳以上）	市内に在住の 18 歳以上の市民		

3. 配布数、回収率

配布数、回収率は下記の通りです。

対象者区分	配布数		回収数 (b)	回収率 (b÷a)
	配布総数	宛名不明分を 除く (a)		
乳幼児	800	800	394	49.3%
小学生	400	400	195	48.8%
中高校生	800	799	276	34.5%
成人（18 歳以上）	2,000	1,993	754	37.8%

II 乳幼児

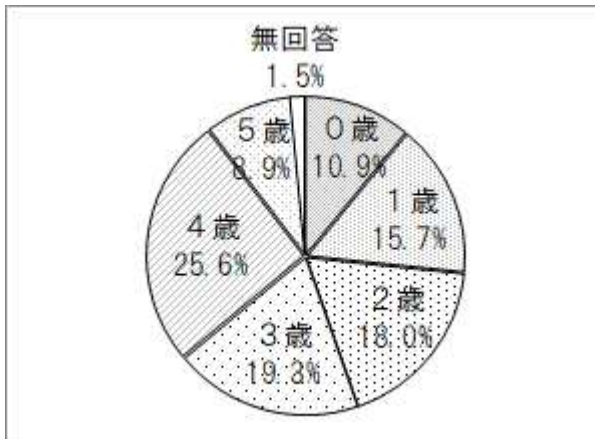
1. 対象乳幼児について

(1) 年齢・性別

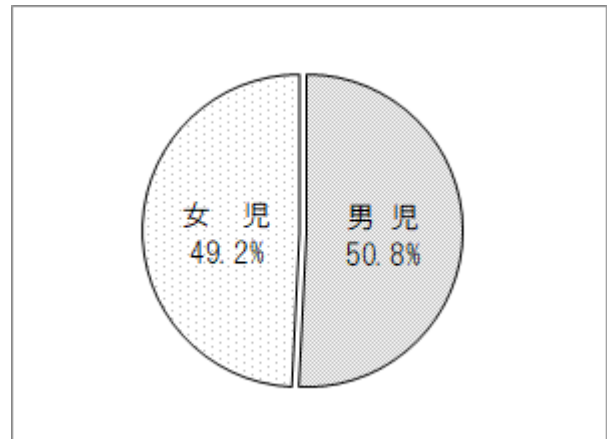
対象者の年齢は、「4歳」が最も高く25.6%、次いで「3歳」が19.3%となっています。

性別は、「男児」が50.8%、「女児」が49.2%となっています。

図表 1-1 年齢 [N=394]



図表 1-2 性別 [N=394]

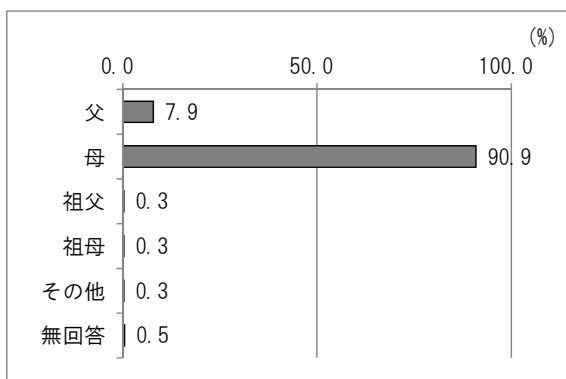


(2) 回答者の続き柄・年齢

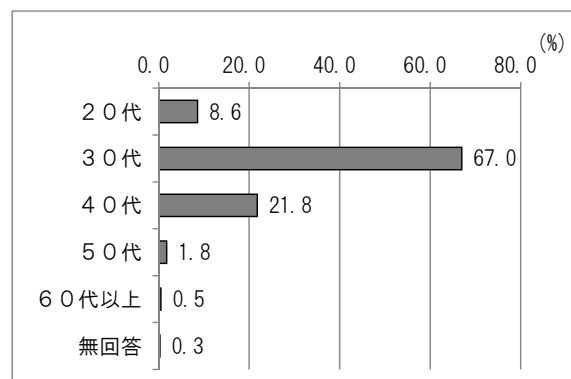
回答者の続き柄は、大半が「母親」(90.9%)となっています。

回答者の年齢は、大半が「30代」(67.0%)となっています。

図表 1-3 回答者の続き柄 [N=394]



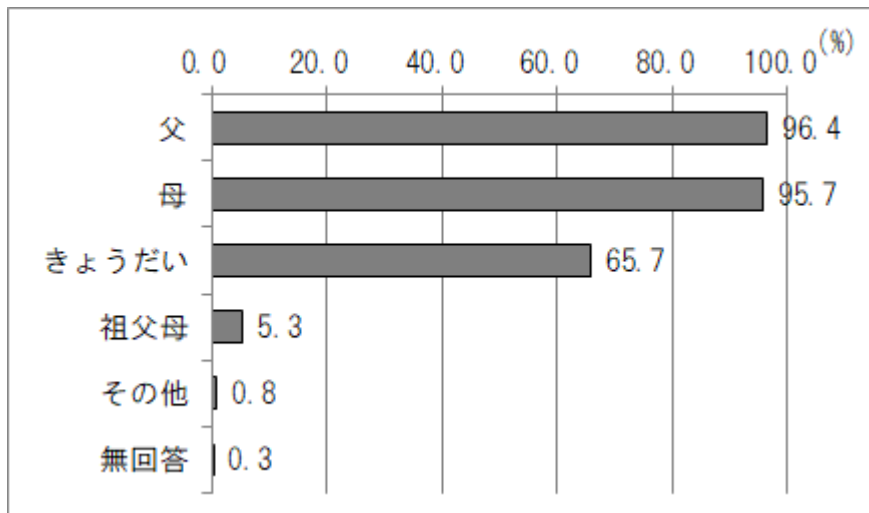
図表 1-4 回答者の年齢 [N=394]



(3) 家族構成

家族構成をみると、大半が「父」（96.4%）と「母」（95.7%）、「きょうだい」（65.7%）となっています。

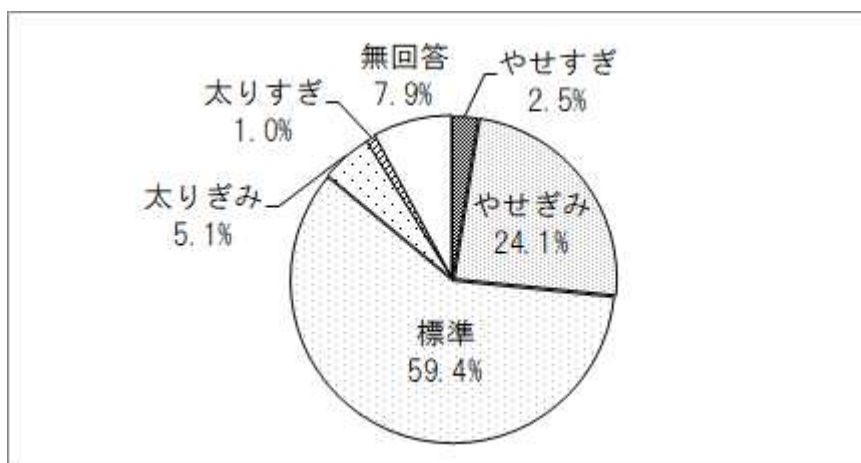
図表 1-5 家族構成 [N=394;複数回答]



(4) カウプ指数

カウプ指数をみると、「やせすぎ」（2.5%）、「やせぎみ」（24.1%）といった、やせている乳幼児が約 27%、「標準」が 59.4%、「太りぎみ」（5.1%）「太りすぎ」（1.0%）といった、太っている乳幼児が約 6%となっています。

図表 1-6 肥満度 [N=394]



カウプ指数を男女別にみると、男児で「太りぎみ」（7.5%）がやや多く、女児で「やせぎみ」（25.8%）がやや多くなっています。

年齢別には、「0歳児」の 20.9%が「太りぎみ」としており、一方、「3歳～5歳」に「やせぎみ」（31.1%）が多く、年齢が高いほど「やせぎみ」の傾向にあります。

図表 1-7 男女別・年齢別カウブ指数

上段：人数 下段：%

		肥満度						
		合計	やせすぎ	やせぎみ	標準	太りぎみ	太りすぎ	無回答
男女別	合計	394	10	95	234	20	4	31
		100	2.5	24.1	59.4	5.1	1.0	7.9
	男	200	5	45	120	15	2	13
		100	2.5	22.5	60.0	7.5	1.0	6.5
	女	194	5	50	114	5	2	18
		100	2.6	25.8	58.8	2.6	1.0	9.3
無回答		-	-	-	-	-	-	
		-	-	-	-	-	-	
年齢別 6区分	合計	394	10	95	234	20	4	31
		100	2.5	24.1	59.4	5.1	1.0	7.9
	0歳	43	1	3	20	9	1	9
		100	2.3	7.0	46.5	20.9	2.3	20.9
	1歳	62	1	9	37	5	1	9
		100	1.6	14.5	59.7	8.1	1.6	14.5
	2歳	71	3	15	43	4	1	5
		100	4.2	21.1	60.6	5.6	1.4	7.0
	3歳	76	-	19	55	-	-	2
		100	-	25.0	72.4	-	-	2.6
	4歳	101	4	32	57	2	1	5
		100	4.0	31.7	56.4	2.0	1.0	5.0
	5歳	35	1	15	19	-	-	-
		100	2.9	42.9	54.3	-	-	-
無回答		6	-	2	3	-	1	
		100	-	33.3	50.0	-	16.7	
年齢別 2区分	合計	394	10	95	234	20	4	31
		100	2.5	24.1	59.4	5.1	1.0	7.9
	0歳 ～2歳	176	5	27	100	18	3	23
		100	2.8	15.3	56.8	10.2	1.7	13.1
	3歳 ～5歳	212	5	66	131	2	1	7
		100	2.4	31.1	61.8	0.9	0.5	3.3
無回答		6	-	2	3	-	1	
		100	-	33.3	50.0	-	16.7	

カウブ指数：

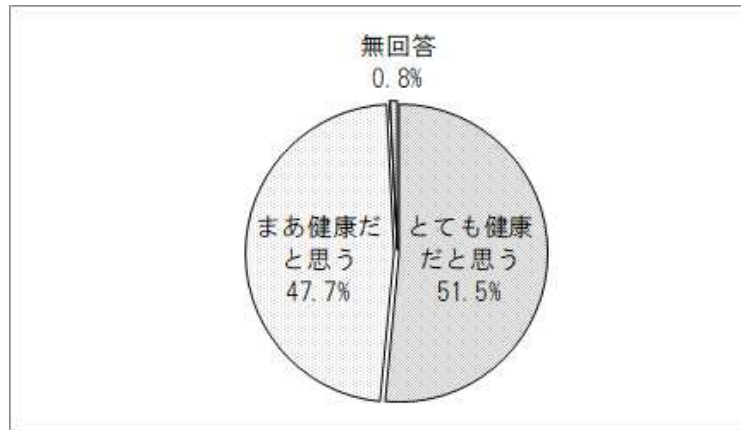
乳幼児の体格の評価に使われる指標。体重(g)÷(身長(cm))×10 で計算する。

- ・13 未満 やせすぎ
- ・13～15 未満 やせぎみ
- ・15～18 未満 標準
- ・18～20 未満 太りぎみ
- ・20 以上 太りすぎ

(5) 子どもの健康状態

子どもの健康状態は、「とても健康だと思う」が51.5%、「まあ健康だと思う」が47.7%と、大半が健康としています。

図表 1-8 子どもの健康状態 [N=394]



男女別、年齢別にみると、女兒に「とても健康だと思う」とする保護者がやや多く、年齢別には、「0歳～2歳」に「とても健康だと思う」とする保護者がやや多くなっています。

図表 1-9 男女別・年齢別 子どもの健康状態 [N=394]

上段：人数 下段：%

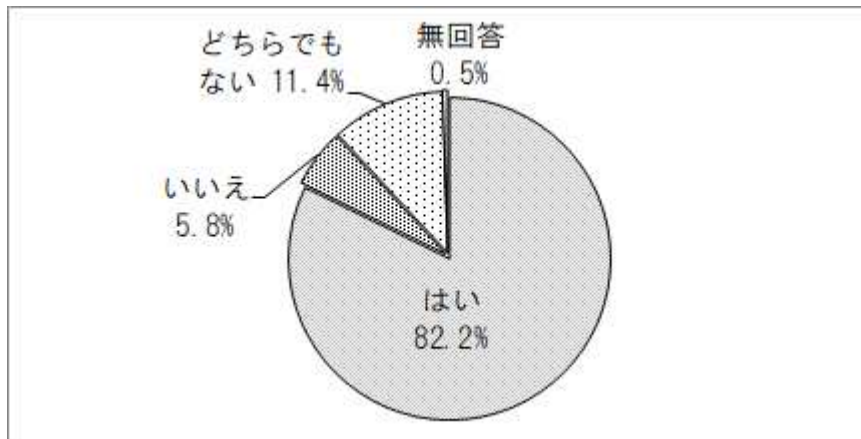
		子どもは健康だと思うか					
		合計	とても健康 だと思う	まあ健康 だと思う	あまり健 康でない	健康で ない	無回答
男女別	合計	394	203	188	-	-	3
		100	51.5	47.7	-	-	0.8
	男	200	87	111	-	-	2
		100	43.5	55.5	-	-	1.0
	女	194	116	77	-	-	1
	100	59.8	39.7	-	-	0.5	
	無回答	-	-	-	-	-	-
年齢別 6区分	合計	394	203	188	-	-	3
		100	51.5	47.7	-	-	0.8
	0歳	43	27	16	-	-	-
		100	62.8	37.2	-	-	-
	1歳	62	31	30	-	-	1
		100	50.0	48.4	-	-	1.6
	2歳	71	39	32	-	-	-
		100	54.9	45.1	-	-	-
	3歳	76	36	40	-	-	-
		100	47.4	52.6	-	-	-
4歳	101	50	49	-	-	2	
	100	49.5	48.5	-	-	2.0	
5歳	35	18	17	-	-	-	
	100	51.4	48.6	-	-	-	
無回答	6	2	4	-	-	-	
	100	33.3	66.7	-	-	-	
年齢別 2区分	合計	394	203	188	-	-	3
		100	51.5	47.7	-	-	0.8
	0歳 ～2歳	176	97	78	-	-	1
		100	55.1	44.3	-	-	0.6
	3歳 ～5歳	212	104	106	-	-	2
	100	49.1	50.0	-	-	0.9	
無回答	6	2	4	-	-	-	
	100	33.3	66.7	-	-	-	

2. 食習慣について

(1) 離乳食の状況

離乳食の状況については、大半が「はい（離乳食は順調に進んだ）」（82.2%）と
しています。「いいえ（離乳食は順調に進まなかった）」は5.8%となっています。

図表 1-10 離乳食の状況 [N=394]

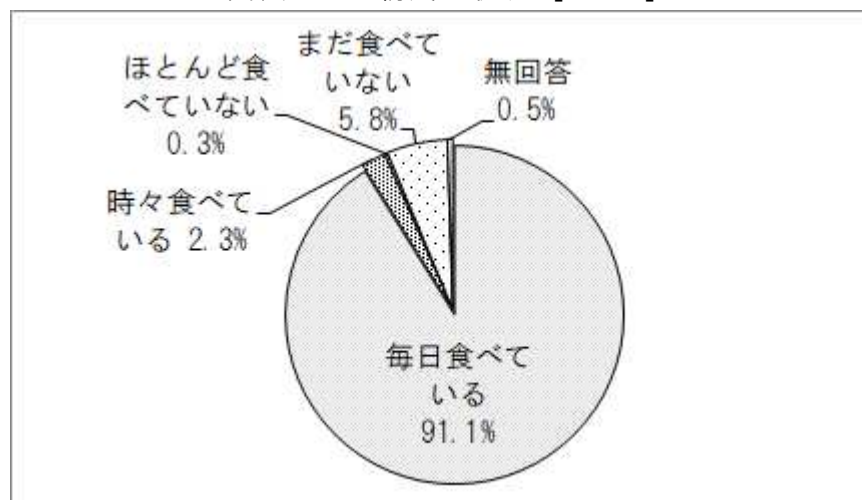


(2) 朝食の状況

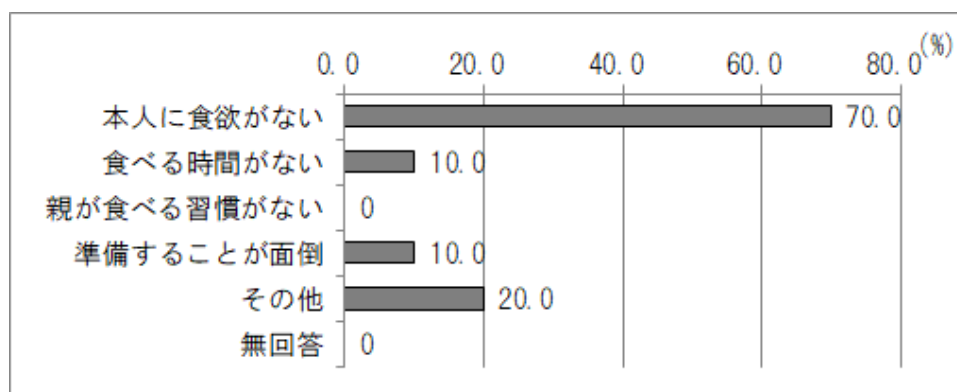
朝食の状況については、大半が「毎日食べている」（91.1%）としています。一方、
「時々食べている」（2.3%）、「ほとんど食べていない」（0.3%）といった、朝食
を食べていない乳幼児も3%弱います。

朝食を食べていない理由としては、「本人に食欲がない」が多くなっています。

図表 1-11 朝食の状況 [N=394]



図表 1-12 朝食を食べていない理由 [N=10]



男女別、年齢別にみると、男女別では相違はないものの、年齢では、「0歳」児の51.2%は「まだ食べていない」となっており、「3歳～5歳」児では、大半が「毎日食べている」となっています。

図表 1-13 男女別・年齢別 朝食摂取の状況 [N=394]

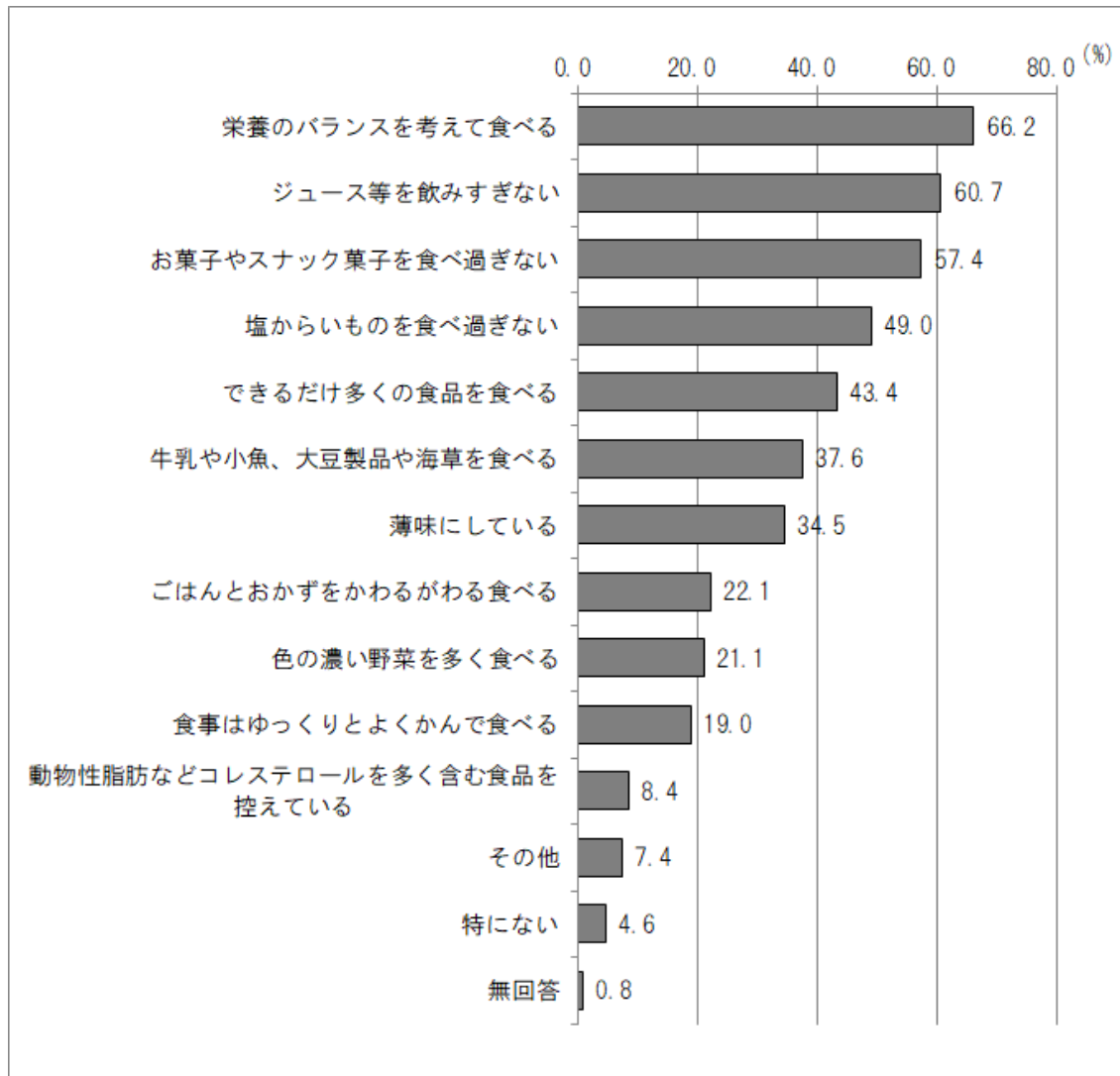
上段：人数 下段：%

		朝食を食べているか					
		合計	毎日食べている	時々食べている	ほとんど食べていない	まだ食べていない	無回答
男女別	合計	394	359	9	1	23	2
		100	91.1	2.3	0.3	5.8	0.5
	男	200	185	2	1	12	-
		100	92.5	1.0	0.5	6.0	-
	女	194	174	7	-	11	2
		100	89.7	3.6	-	5.7	1.0
	無回答	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-
年齢別 6区分	合計	394	359	9	1	23	2
		100	91.1	2.3	0.3	5.8	0.5
	0歳	43	18	2	-	22	1
		100	41.9	4.7	-	51.2	2.3
	1歳	62	60	1	-	1	-
		100	96.8	1.6	-	1.6	-
	2歳	71	69	1	-	-	1
		100	97.2	1.4	-	-	1.4
	3歳	76	76	-	-	-	-
		100	100.0	-	-	-	-
	4歳	101	96	4	1	-	-
	100	95.0	4.0	1.0	-	-	
5歳	35	35	-	-	-	-	
	100	100.0	-	-	-	-	
	無回答	6	5	1	-	-	-
		100	83.3	16.7	-	-	-
年齢別 2区分	合計	394	359	9	1	23	2
		100	91.1	2.3	0.3	5.8	0.5
	0歳 ～2歳	176	147	4	-	23	2
		100	83.5	2.3	-	13.1	1.1
	3歳 ～5歳	212	207	4	1	-	-
		100	97.6	1.9	0.5	-	-
	無回答	6	5	1	-	-	-
		100	83.3	16.7	-	-	-

(3) 子どもの食事できをつけていること

子どもの食事できをつけていることについては、「栄養のバランスを考えて食べる」が66.2%と最も高く、次いで「ジュース等を飲みすぎない」が60.7%、「お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない」が57.4%となっており、栄養のバランスや間食などに気をつけている保護者が多くいます。

図表 1-14 子どもの食事できをつけていること [N=394; 複数回答]



男女別、年齢別にみると上位にあげているものに相違はないものの、男児で、「できるだけ多くの食品を食べる」ことを、「0歳～2歳」で「薄味にしている」ことを、「3歳～5歳」では、「ジュース等を飲みすぎない」、「お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない」ことに気をつけている保護者が多くなっています。

図表 1-15 男女別・年齢別 子どもの食事できをつけていること

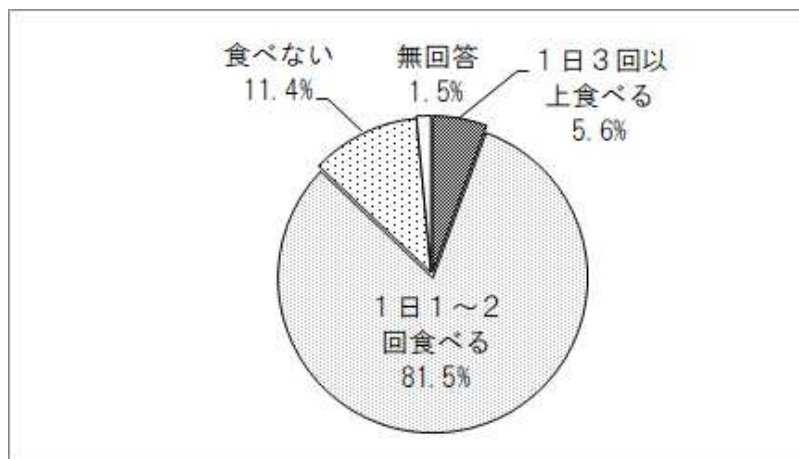
[N=394; 複数回答]

		子どもの食事できをつけていること														
		合計	食事はゆつくりとよくかんで食べる	栄養のバランスを考えて食べる	できるだけ多くの食品を食べる	ジュース等を飲みすぎない	お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない	塩辛いものを食べ過ぎない	牛乳や小魚、大豆製品や海藻を食べる	色の濃い野菜を多く食べる	ごはんとおかずをかわるがわる食べる	薄味にしている	動物性脂肪などコレステロールを多く含む食品を控えている	その他	特にない	無回答
男女別	合計	394	75	261	171	239	226	193	148	83	87	136	33	29	18	3
		100	19.0	66.2	43.4	60.7	57.4	49.0	37.6	21.1	22.1	34.5	8.4	7.4	4.6	0.8
	男	200	36	137	95	127	119	96	78	39	47	66	15	14	8	2
		100	18.0	68.5	47.5	63.5	59.5	48.0	39.0	19.5	23.5	33.0	7.5	7.0	4.0	1.0
	女	194	39	124	76	112	107	97	70	44	40	70	18	15	10	1
		100	20.1	63.9	39.2	57.7	55.2	50.0	36.1	22.7	20.6	36.1	9.3	7.7	5.2	0.5
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
年齢別6区分	合計	394	75	261	171	239	226	193	148	83	87	136	33	29	18	3
		100	19.0	66.2	43.4	60.7	57.4	49.0	37.6	21.1	22.1	34.5	8.4	7.4	4.6	0.8
	0歳	43	8	23	14	13	14	14	8	4	10	15	3	10	5	-
		100	18.6	53.5	32.6	30.2	32.6	32.6	18.6	9.3	23.3	34.9	7.0	23.3	11.6	-
	1歳	62	9	43	29	39	38	44	31	21	18	30	7	3	4	1
		100	14.5	69.4	46.8	62.9	61.3	71.0	50.0	33.9	29.0	48.4	11.3	4.8	6.5	1.6
	2歳	71	13	49	32	47	39	39	24	16	9	24	6	3	1	-
		100	18.3	69.0	45.1	66.2	54.9	54.9	33.8	22.5	12.7	33.8	8.5	4.2	1.4	-
	3歳	76	21	52	33	45	45	29	31	16	12	22	7	5	3	1
		100	27.6	68.4	43.4	59.2	59.2	38.2	40.8	21.1	15.8	28.9	9.2	6.6	3.9	1.3
	4歳	101	17	65	45	69	68	55	42	23	28	35	5	5	3	1
		100	16.8	64.4	44.6	68.3	67.3	54.5	41.6	22.8	27.7	34.7	5.0	5.0	3.0	1.0
	5歳	35	6	26	15	22	20	11	9	3	8	7	4	3	2	-
		100	17.1	74.3	42.9	62.9	57.1	31.4	25.7	8.6	22.9	20.0	11.4	8.6	5.7	-
無回答	6	1	3	3	4	2	1	3	-	2	3	1	-	-	-	
	100	16.7	50.0	50.0	66.7	33.3	16.7	50.0	-	33.3	50.0	16.7	-	-	-	
年齢別2区分	合計	394	75	261	171	239	226	193	148	83	87	136	33	29	18	3
		100	19.0	66.2	43.4	60.7	57.4	49.0	37.6	21.1	22.1	34.5	8.4	7.4	4.6	0.8
	0歳～2歳	176	30	115	75	99	91	97	63	41	37	69	16	16	10	1
		100	17.0	65.3	42.6	56.3	51.7	55.1	35.8	23.3	21.0	39.2	9.1	9.1	5.7	0.6
	3歳～5歳	212	44	143	93	136	133	95	82	42	48	64	16	13	8	2
		100	20.8	67.5	43.9	64.2	62.7	44.8	38.7	19.8	22.6	30.2	7.5	6.1	3.8	0.9
無回答	6	1	3	3	4	2	1	3	-	2	3	1	-	-	-	
	100	16.7	50.0	50.0	66.7	33.3	16.7	50.0	-	33.3	50.0	16.7	-	-	-	

(4) おやつ頻度

おやつ頻度は、大半が「1日1～2回食べる」(81.5%)としています。一方「食べない」が11.4%となっています。

図表 1-16 おやつ頻度 [N=394]



男女別、年齢別にみると、女児の方がやや高頻度になっており、年齢別には、「0歳児」の約7割は、おやつを食べていません。

図表 1-17 性別・年齢区分別 おやつ頻度 [N=394]

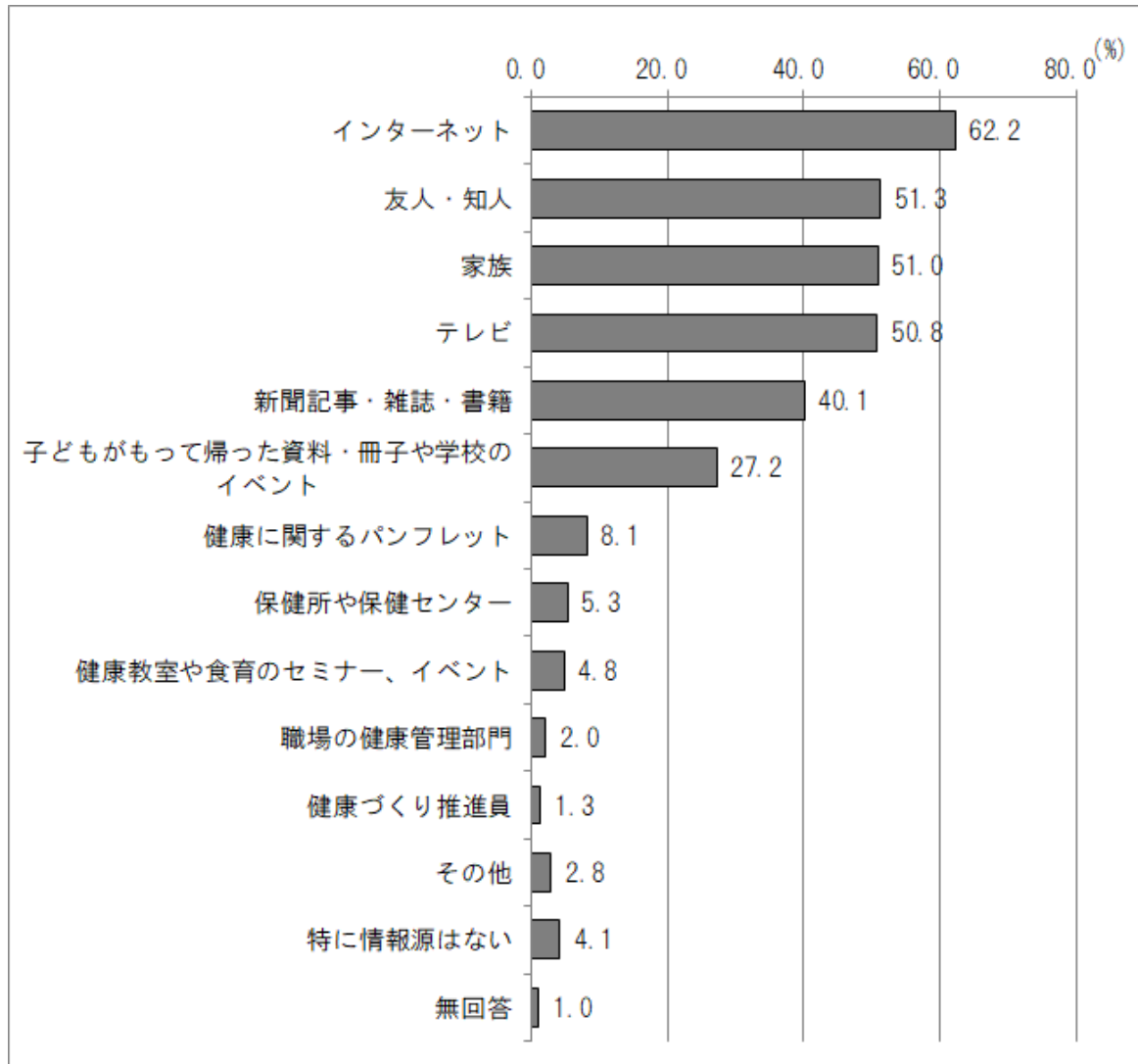
上段：人数 下段：%

		1日に食べるおやつ回数				
		合計	1日3回以上食べる	1日1～2回食べる	食べない	無回答
男女別	合計	394	22	321	45	6
		100	5.6	81.5	11.4	1.5
	男	200	8	167	22	3
		100	4.0	83.5	11.0	1.5
	女	194	14	154	23	3
	100	7.2	79.4	11.9	1.5	
	無回答	-	-	-	-	-
年齢別 6区分	合計	394	22	321	45	6
		100	5.6	81.5	11.4	1.5
	0歳	43	1	9	30	3
		100	2.3	20.9	69.8	7.0
	1歳	62	1	54	6	1
		100	1.6	87.1	9.7	1.6
	2歳	71	8	60	3	-
		100	11.3	84.5	4.2	-
	3歳	76	4	70	1	1
		100	5.3	92.1	1.3	1.3
4歳	101	4	92	4	1	
	100	4.0	91.1	4.0	1.0	
5歳	35	3	32	-	-	
	100	8.6	91.4	-	-	
	無回答	6	1	4	1	-
	100	16.7	66.7	16.7	-	
年齢別 2区分	合計	394	22	321	45	6
		100	5.6	81.5	11.4	1.5
	0歳～2歳	176	10	123	39	4
		100	5.7	69.9	22.2	2.3
	3歳～5歳	212	11	194	5	2
	100	5.2	91.5	2.4	0.9	
	無回答	6	1	4	1	-
	100	16.7	66.7	16.7	-	

(5) 食生活に関する情報の入手先

食生活に関する情報の入手先については、「インターネット」が62.2%と最も高く、次いで「友人・知人」(51.3%)、「家族」(51.0%)、「テレビ」(50.8%)となっており、インターネットや身近な相談事のできる友人・知人や家族から情報を得ている保護者が多くなっています。

図表 1-18 食生活に関する情報の入手先 [N=394;複数回答]



男女別、年齢別にみると、女兒の方が「友人・知人」からの情報入手がやや高くなっており、年齢別には「0歳～2歳」が「家族」からの情報入手がやや高くなっています。

図表 1-19 男女別・年齢別食生活に関する情報の入手先 [N=394;複数回答]

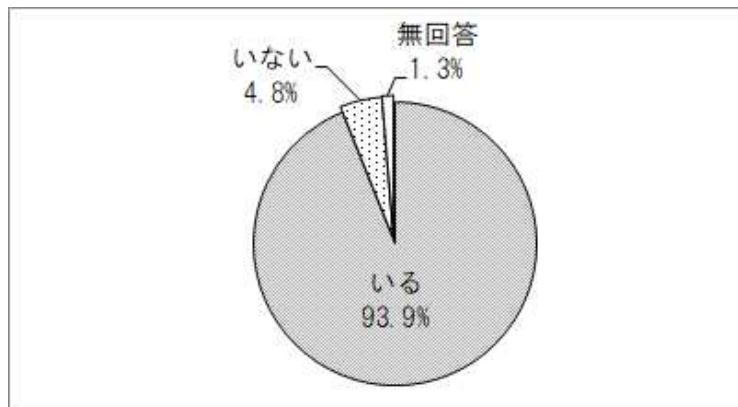
上段:人数 下段:%

		健康や食生活に関する情報の入手先														
		合計	家族	友人・知人	健康づくり推進員	新聞記事・雑誌・書籍	テレビ	インターネット	健康に関するパンフレット	子どもがもって帰った資料・冊子や学校のイベント	職場の健康管理部門	健康教室や食育のセミナー、イベント	保健所や保健センター	その他	特に情報源はない	無回答
男女別	合計	394	201	202	5	158	200	245	32	107	8	19	21	11	16	4
		100	51.0	51.3	1.3	40.1	50.8	62.2	8.1	27.2	2.0	4.8	5.3	2.8	4.1	1.0
	男	200	99	90	1	88	101	125	10	56	3	13	12	6	7	3
		100	49.5	45.0	0.5	44.0	50.5	62.5	5.0	28.0	1.5	6.5	6.0	3.0	3.5	1.5
	女	194	102	112	4	70	99	120	22	51	5	6	9	5	9	1
		100	52.6	57.7	2.1	36.1	51.0	61.9	11.3	26.3	2.6	3.1	4.6	2.6	4.6	0.5
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
年齢別6区分	合計	394	201	202	5	158	200	245	32	107	8	19	21	11	16	4
		100	51.0	51.3	1.3	40.1	50.8	62.2	8.1	27.2	2.0	4.8	5.3	2.8	4.1	1.0
	0歳	43	26	18	1	20	18	32	4	5	-	4	2	1	1	-
		100	60.5	41.9	2.3	46.5	41.9	74.4	9.3	11.6	-	9.3	4.7	2.3	2.3	-
	1歳	62	29	32	-	29	23	42	6	11	1	3	6	3	3	1
		100	46.8	51.6	-	46.8	37.1	67.7	9.7	17.7	1.6	4.8	9.7	4.8	4.8	1.6
	2歳	71	41	39	2	29	41	40	7	14	3	4	4	2	2	2
		100	57.7	54.9	2.8	40.8	57.7	56.3	9.9	19.7	4.2	5.6	5.6	2.8	2.8	2.8
	3歳	76	37	39	1	28	42	47	5	25	1	2	4	2	2	-
		100	48.7	51.3	1.3	36.8	55.3	61.8	6.6	32.9	1.3	2.6	5.3	2.6	2.6	-
	4歳	101	49	56	1	42	53	62	8	40	2	5	4	3	6	1
		100	48.5	55.4	1.0	41.6	52.5	61.4	7.9	39.6	2.0	5.0	4.0	3.0	5.9	1.0
	5歳	35	15	14	-	10	21	19	1	10	1	1	-	-	2	-
		100	42.9	40.0	-	28.6	60.0	54.3	2.9	28.6	2.9	2.9	-	-	5.7	-
無回答	6	4	4	-	-	2	3	1	2	-	-	1	-	-	-	
	100	66.7	66.7	-	-	33.3	50.0	16.7	33.3	-	-	16.7	-	-	-	
年齢別2区分	合計	394	201	202	5	158	200	245	32	107	8	19	21	11	16	4
		100	51.0	51.3	1.3	40.1	50.8	62.2	8.1	27.2	2.0	4.8	5.3	2.8	4.1	1.0
	0歳～2歳	176	96	89	3	78	82	114	17	30	4	11	12	6	6	3
		100	54.5	50.6	1.7	44.3	46.6	64.8	9.7	17.0	2.3	6.3	6.8	3.4	3.4	1.7
	3歳～5歳	212	101	109	2	80	116	128	14	75	4	8	8	5	10	1
		100	47.6	51.4	0.9	37.7	54.7	60.4	6.6	35.4	1.9	3.8	3.8	2.4	4.7	0.5
無回答	6	4	4	-	-	2	3	1	2	-	-	1	-	-	-	
100	66.7	66.7	-	-	-	33.3	50.0	16.7	33.3	-	-	16.7	-	-	-	

(6) 子どもの食事のことで相談できる人の有無

子どもの食事のことで相談できる人の有無については、大半が「いる」(93.9%)とされていますが、「いない」とする保護者も4.8%います。

図表 1-20 子どもの食事のことで相談できる人の有無 [N=394]



男女別では女兒の方が、年齢別には「0歳～2歳」が「相談できる人」がいるとする保護者がやや多くなっています。

図表 1-21 男女別・年齢別子どもの食事のことで相談できる人の有無 [N=394]

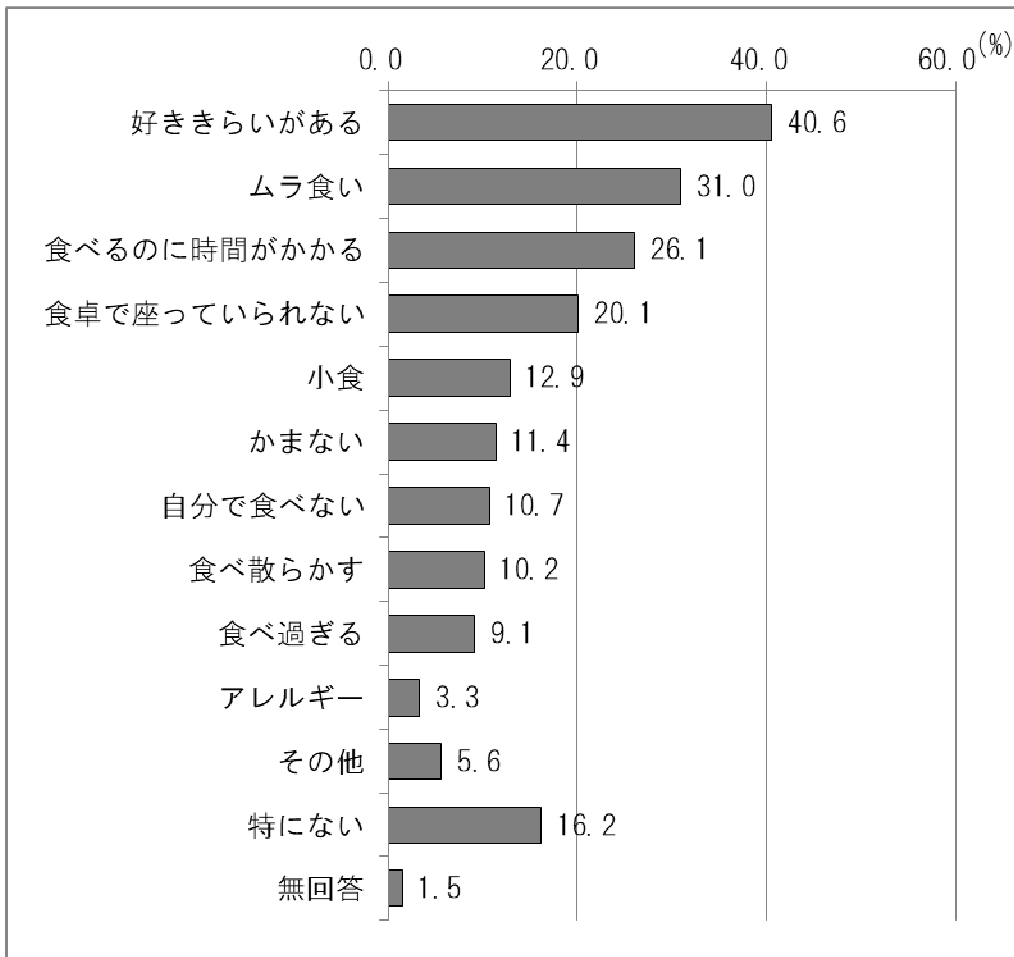
上段:人数 下段:%

		食事のことで身近に相談できる人の有無			
		合計	いる	いない	無回答
男女別	合計	394	370	19	5
		100	93.9	4.8	1.3
	男	200	185	12	3
		100	92.5	6.0	1.5
	女	194	185	7	2
	100	95.4	3.6	1.0	
	無回答	-	-	-	-
年齢別 6区分	合計	394	370	19	5
		100	93.9	4.8	1.3
	0歳	43	41	1	1
		100	95.3	2.3	2.3
	1歳	62	59	2	1
		100	95.2	3.2	1.6
	2歳	71	70	1	-
		100	98.6	1.4	-
	3歳	76	70	6	-
		100	92.1	7.9	-
4歳	101	94	5	2	
	100	93.1	5.0	2.0	
5歳	35	31	3	1	
	100	88.6	8.6	2.9	
	無回答	6	5	1	-
	100	83.3	16.7	-	
年齢別 2区分	合計	394	370	19	5
		100	93.9	4.8	1.3
	0歳 ～2歳	176	170	4	2
		100	96.6	2.3	1.1
	3歳 ～5歳	212	195	14	3
	100	92.0	6.6	1.4	
	無回答	6	5	1	-
	100	83.3	16.7	-	

(7) 子どもの食事で困っていること

子どもの食事で困っていることについてきいたところ、「好ききらいがある」が40.6%と最も高く、次いで「ムラ食い」(31.0%)、「食べるのに時間がかかる」(26.1%)、「食卓で座ってられない」(20.1%)となっています。一方、「特にない」とする保護者も16.2%います。

図表 1-22 子どもの食事で困っていること [N=394;複数回答]



男女別にみると、男児で「食卓で座ってられない」、女児で「食べるのに時間がかかる」とする保護者が多くなっています。

年齢別では、「3歳～5歳」が「好ききらいがある」、「食べるのに時間がかかる」ことを多くあげており、一方、「0歳」児の保護者の約63%が困りごとは特にないとしています。

図表 1-23 男女別・年齢別子どもの食事のことで相談できる人の有無

[N=394; 複数回答]

上段:人数 下段:%

		食事のことで困っていること													
		合計	小食	食べ過ぎる	食べるのに時間がかかる	ムラ食い	好ききらいがある	食べ散らかす	食卓で座ってられない	かまない	自分で食べない	アレルギー	その他	特にない	無回答
男女別	合計	394	51	36	103	122	160	40	79	45	42	13	22	64	6
		100	12.9	9.1	26.1	31.0	40.6	10.2	20.1	11.4	10.7	3.3	5.6	16.2	1.5
	男	200	23	20	44	61	78	23	50	27	25	7	11	29	2
		100	11.5	10.0	22.0	30.5	39.0	11.5	25.0	13.5	12.5	3.5	5.5	14.5	1.0
	女	194	28	16	59	61	82	17	29	18	17	6	11	35	4
		100	14.4	8.2	30.4	31.4	42.3	8.8	14.9	9.3	8.8	3.1	5.7	18.0	2.1
無回答		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
年齢別6区分	合計	394	51	36	103	122	160	40	79	45	42	13	22	64	6
		100	12.9	9.1	26.1	31.0	40.6	10.2	20.1	11.4	10.7	3.3	5.6	16.2	1.5
	0歳	43	2	-	-	2	2	1	4	1	1	2	4	27	2
		100	4.7	-	-	4.7	4.7	2.3	9.3	2.3	2.3	4.7	9.3	62.8	4.7
	1歳	62	4	16	3	16	16	15	16	19	4	1	5	7	1
		100	6.5	25.8	4.8	25.8	25.8	24.2	25.8	30.6	6.5	1.6	8.1	11.3	1.6
	2歳	71	7	7	18	35	36	10	21	15	11	2	5	4	-
		100	9.9	9.9	25.4	49.3	50.7	14.1	29.6	21.1	15.5	2.8	7.0	5.6	-
	3歳	76	10	5	32	33	38	8	16	2	13	3	1	6	-
		100	13.2	6.6	42.1	43.4	50.0	10.5	21.1	2.6	17.1	3.9	1.3	7.9	-
	4歳	101	17	7	33	24	44	4	16	7	11	4	6	15	3
		100	16.8	6.9	32.7	23.8	43.6	4.0	15.8	6.9	10.9	4.0	5.9	14.9	3.0
	5歳	35	10	1	13	11	19	2	6	1	1	-	1	5	-
		100	28.6	2.9	37.1	31.4	54.3	5.7	17.1	2.9	2.9	-	2.9	14.3	-
無回答		6	1	-	4	1	5	-	-	-	1	1	-	-	-
		100	16.7	-	66.7	16.7	83.3	-	-	-	16.7	16.7	-	-	-
年齢別2区分	合計	394	51	36	103	122	160	40	79	45	42	13	22	64	6
		100	12.9	9.1	26.1	31.0	40.6	10.2	20.1	11.4	10.7	3.3	5.6	16.2	1.5
	0歳～2歳	176	13	23	21	53	54	26	41	35	16	5	14	38	3
		100	7.4	13.1	11.9	30.1	30.7	14.8	23.3	19.9	9.1	2.8	8.0	21.6	1.7
	3歳～5歳	212	37	13	78	68	101	14	38	10	25	7	8	26	3
		100	17.5	6.1	36.8	32.1	47.6	6.6	17.9	4.7	11.8	3.3	3.8	12.3	1.4
無回答		6	1	-	4	1	5	-	-	-	1	1	-	-	-
		100	16.7	-	66.7	16.7	83.3	-	-	-	16.7	16.7	-	-	-

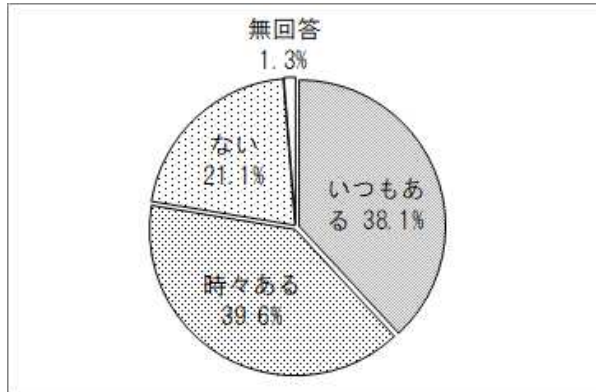
(8) 食事の感想

「おいしかった」など食事の感想をいうことがあるかについては、「いつもある」が38.1%、「時々ある」(39.6%)と、約78%が感想をいうとしています。一方、「ない」乳幼児も21.1%います。

男女別では、女兒の方が「いつもおいしかった」という感想をいっています。

年齢別には、まだ感想を言葉にできない0歳児をはじめ「0歳～2歳」の約44%が「ない」とし、「3歳～5歳」の大半は、いつもないし時々「おいしかった」など食事の感想をいっています。

図表 1-24 食事の感想 [N=394]



図表 1-25 男女別・年齢別食事の感想 [N=394]

上段:人数 下段:%

		「おいしかった」など食事の感想をいうことがあるか				
		合計	いつもある	時々ある	ない	無回答
男女別	合計	394	150	156	83	5
		100	38.1	39.6	21.1	1.3
	男	200	60	91	45	4
		100	30.0	45.5	22.5	2.0
	女	194	90	65	38	1
	100	46.4	33.5	19.6	0.5	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-
年齢別 6区分	合計	394	150	156	83	5
		100	38.1	39.6	21.1	1.3
	0歳	43	3	1	36	3
		100	7.0	2.3	83.7	7.0
	1歳	62	8	20	33	1
		100	12.9	32.3	53.2	1.6
	2歳	71	32	31	8	-
		100	45.1	43.7	11.3	-
	3歳	76	39	32	5	-
		100	51.3	42.1	6.6	-
4歳	101	51	48	1	1	
	100	50.5	47.5	1.0	1.0	
5歳	35	13	22	-	-	
	100	37.1	62.9	-	-	
	無回答	6	4	2	-	-
		100	66.7	33.3	-	-
年齢別 2区分	合計	394	150	156	83	5
		100	38.1	39.6	21.1	1.3
	0歳 ～2歳	176	43	52	77	4
		100	24.4	29.5	43.8	2.3
	3歳 ～5歳	212	103	102	6	1
	100	48.6	48.1	2.8	0.5	
	無回答	6	4	2	-	-
		100	66.7	33.3	-	-

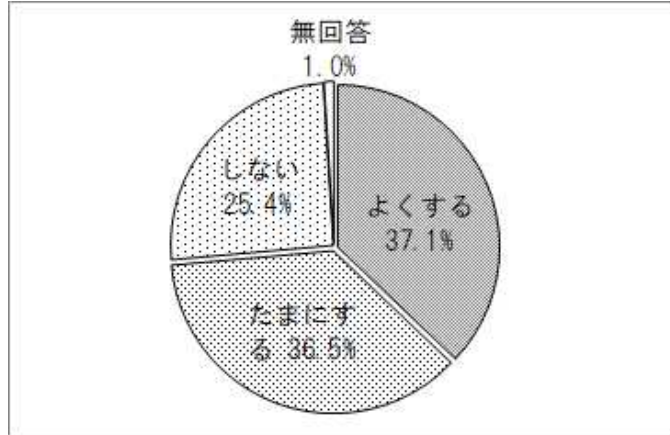
(9) 食事の手伝いの有無

食事の手伝いの有無については、「よくする」が37.1%、「たまにする」(36.5%)と、約74%が食事の手伝いをしています。一方「しない」人も25.4%います。

男女別では、女兒の方が「よくする」ことが多くなっています。

年齢別には、「しない」乳幼児の多くは、「0歳～2歳」であり、「3歳～5歳」の大半は、食事の手伝いをしています。

図表 1-25 食事の手伝いの有無 [N=394]



図表 1-26 男女別・年齢別食事の手伝いの有無 [N=394]

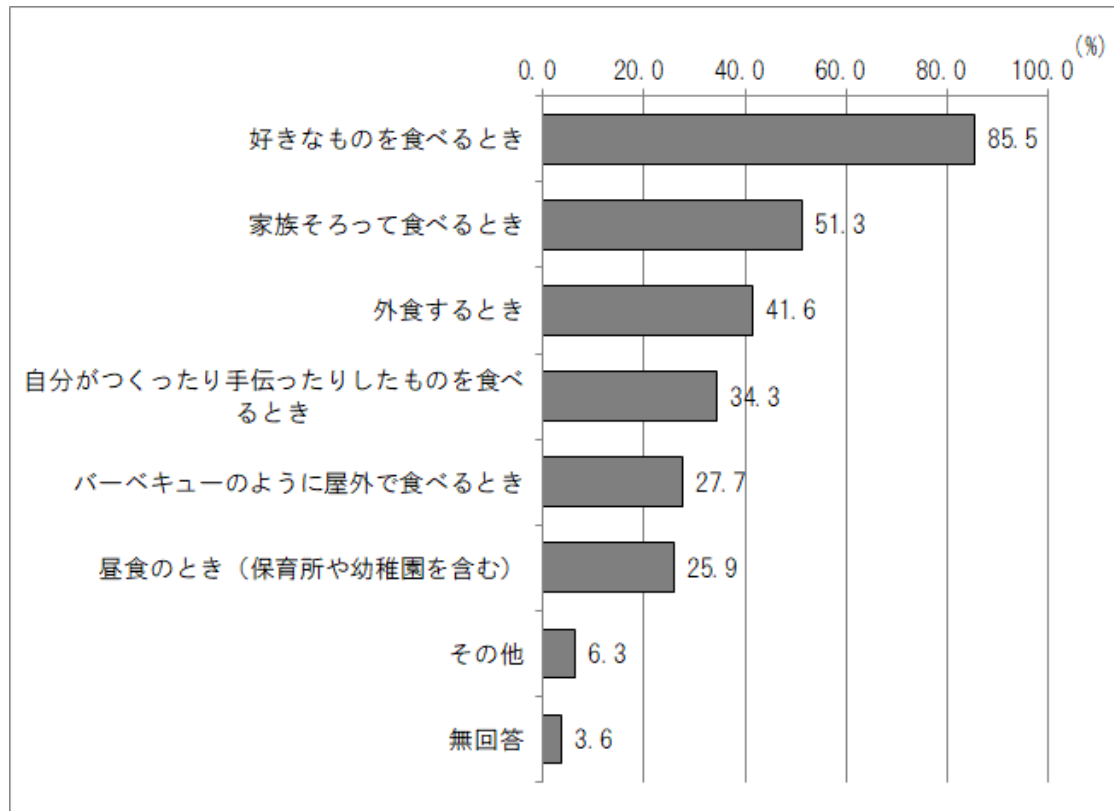
上段:人数 下段:%

		食事の手伝い(お皿を並べる、机を拭く、一緒に買い物に行く、一緒に調理をする等)をするか				
		合計	よくする	たまにする	しない	無回答
男女別	合計	394	146	144	100	4
		100	37.1	36.5	25.4	1.0
	男	200	54	84	59	3
		100	27.0	42.0	29.5	1.5
	女	194	92	60	41	1
	100	47.4	30.9	21.1	0.5	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-
年齢別 6区分	合計	394	146	144	100	4
		100	37.1	36.5	25.4	1.0
	0歳	43	1	3	37	2
		100	2.3	7.0	86.0	4.7
	1歳	62	13	13	35	1
		100	21.0	21.0	56.5	1.6
	2歳	71	21	35	15	-
		100	29.6	49.3	21.1	-
	3歳	76	40	31	5	-
		100	52.6	40.8	6.6	-
	4歳	101	51	45	4	1
	100	50.5	44.6	4.0	1.0	
5歳	35	17	15	3	-	
	100	48.6	42.9	8.6	-	
	無回答	6	3	2	1	-
		100	50.0	33.3	16.7	-
年齢別 2区分	合計	394	146	144	100	4
		100	37.1	36.5	25.4	1.0
	0歳～2歳	176	35	51	87	3
		100	19.9	29.0	49.4	1.7
	3歳～5歳	212	108	91	12	1
	100	50.9	42.9	5.7	0.5	
	無回答	6	3	2	1	-
		100	50.0	33.3	16.7	-

(10) 子どもが食事を楽しんでいるとき

子どもが食事を楽しんでいるときについてきいたところ、「好きなものを食べるとき」が85.5%と最も高く、次いで「家族そろって食べるとき」(51.3%)となっています。

図表 1-27 子どもが食事を楽しんでいるとき [N=394;複数回答]



男女別には、大きな差はなく、年齢別にみると「3歳～5歳」に「外食するとき」と「自分がつくったり手伝ったりしたものを食べる時」が多くなっています。

図表 1-28 男女別・年齢別子どもが食事を楽しんでいるとき [N=394;複数回答]

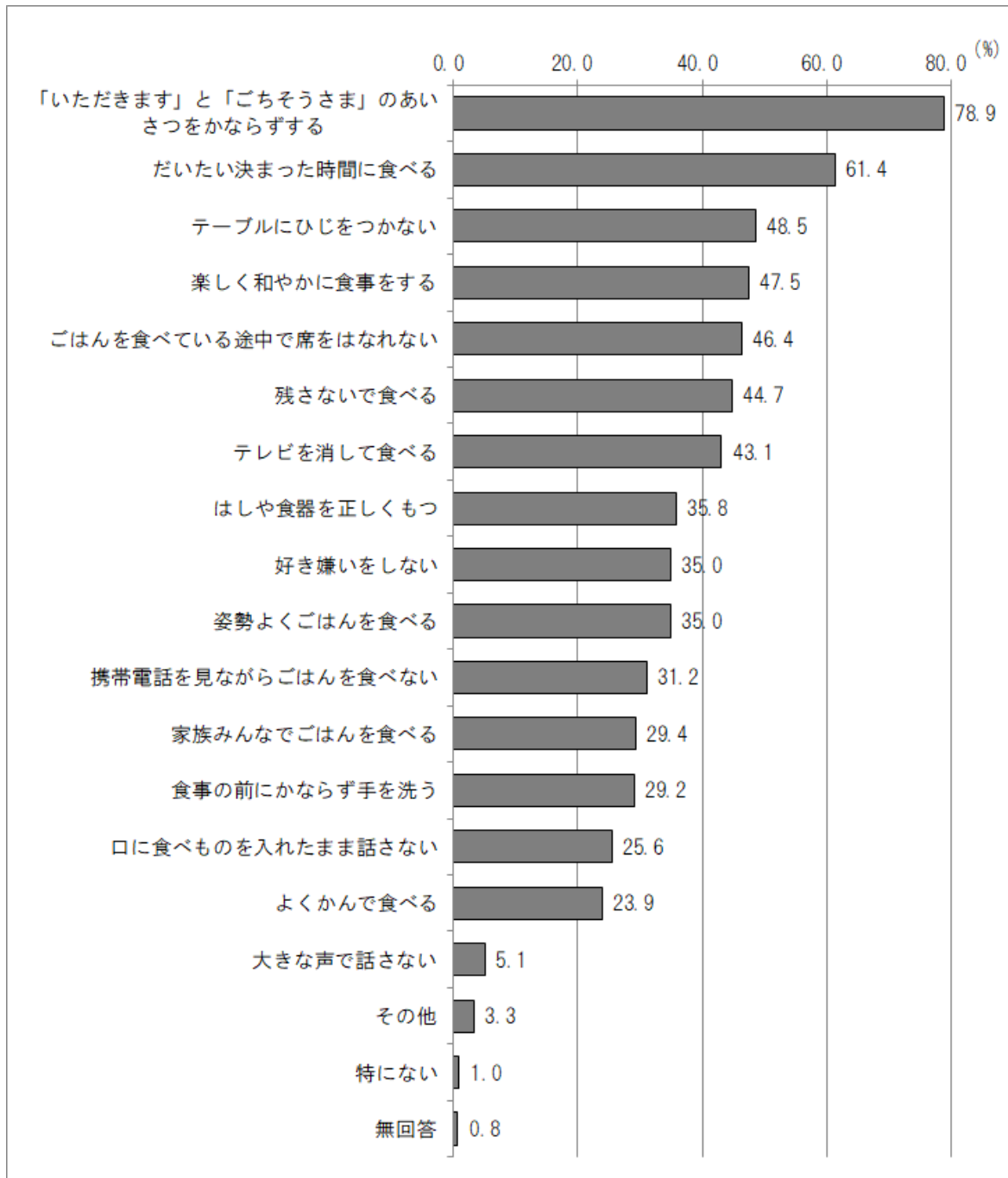
上段:人数 下段:%

		どんな時に食事を楽しんでいるか								
		合計	好きなものを食べる時	昼食のとき(保育所や幼稚園を含む)	外食するとき	家族そろって食べる時	自分がつくったり手伝ったりしたものを食べる時	バーベキューのように屋外で食べる時	その他	無回答
男女別	合計	394	337	102	164	202	135	109	25	14
		100	85.5	25.9	41.6	51.3	34.3	27.7	6.3	3.6
	男	200	176	53	82	101	65	54	9	7
		100	88.0	26.5	41.0	50.5	32.5	27.0	4.5	3.5
	女	194	161	49	82	101	70	55	16	7
		100	83.0	25.3	42.3	52.1	36.1	28.4	8.2	3.6
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
		-	-	-	-	-	-	-	-	
年齢別 6区分	合計	394	337	102	164	202	135	109	25	14
		100	85.5	25.9	41.6	51.3	34.3	27.7	6.3	3.6
	0歳	43	10	1	3	15	1	2	12	10
		100	23.3	2.3	7.0	34.9	2.3	4.7	27.9	23.3
	1歳	62	54	14	13	29	4	4	3	2
		100	87.1	22.6	21.0	46.8	6.5	6.5	4.8	3.2
	2歳	71	66	12	23	40	9	9	6	-
		100	93.0	16.9	32.4	56.3	12.7	12.7	8.5	-
	3歳	76	74	25	36	41	28	26	1	1
		100	97.4	32.9	47.4	53.9	36.8	34.2	1.3	1.3
	4歳	101	93	37	63	59	69	51	3	1
		100	92.1	36.6	62.4	58.4	68.3	50.5	3.0	1.0
5歳	35	35	13	25	15	22	16	-	-	
	100	100.0	37.1	71.4	42.9	62.9	45.7	-	-	
無回答	6	5	-	1	3	2	1	-	-	
		100	83.3	-	16.7	50.0	33.3	16.7	-	
年齢別 2区分	合計	394	337	102	164	202	135	109	25	14
		100	85.5	25.9	41.6	51.3	34.3	27.7	6.3	3.6
	0歳 ~2歳	176	130	27	39	84	14	15	21	12
		100	73.9	15.3	22.2	47.7	8.0	8.5	11.9	6.8
	3歳 ~5歳	212	202	75	124	115	119	93	4	2
		100	95.3	35.4	58.5	54.2	56.1	43.9	1.9	0.9
無回答	6	5	-	1	3	2	1	-	-	
		100	83.3	-	16.7	50.0	33.3	16.7	-	

(11) 食習慣・マナーなどで気を使っていること

食習慣・マナーなどで気を使っていることについては、「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをかならずする」が78.9%と最も高く、次いで「だいたい決まった時間に食べる」(61.4%)、「テーブルにひじをつかない」(48.5%)、「楽しく和やかに食事をする」(47.5%)、「ごはんを食べている途中で席をはなれない」(46.4%)などとなっています。

図表 1-29 食習慣・マナーなどで気を使っていること [N=394;複数回答]



男女別には、「テーブルにひじをつかない」「携帯電話を見ながらごはんを食べない」については女児が多く、年齢別にみると、食習慣・マナーなどの各事項において、「3歳～5歳」の方がやや多くなっています。

図表 1-30 男女別・年齢別食習慣・マナーなどで気を使っていること

[N=394; 複数回答]

上段:人数 下段:%

		食習慣やマナーなどで、気をつかっていること、こだわっていること、 家庭の決まりごとなど									
		合計	家族みんなでごはんを食べる	だいたい決まった時間に食べる	楽しく和やかに食事をすすめる	テレビを消して食べる	残さないうで食べる	好き嫌いをしない	食事の前にならず手を洗う	口に食べものを入れたまま話さない	「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをかからずする
男女別	合計	394	116	242	187	170	176	138	115	101	311
		100	29.4	61.4	47.5	43.1	44.7	35.0	29.2	25.6	78.9
	男	200	50	119	90	91	90	70	61	51	156
		100	25.0	59.5	45.0	45.5	45.0	35.0	30.5	25.5	78.0
	女	194	66	123	97	79	86	68	54	50	155
		100	34.0	63.4	50.0	40.7	44.3	35.1	27.8	25.8	79.9
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
年齢別6区分	合計	394	116	242	187	170	176	138	115	101	311
		100	29.4	61.4	47.5	43.1	44.7	35.0	29.2	25.6	78.9
	0歳	43	10	25	26	15	17	16	9	11	33
		100	23.3	58.1	60.5	34.9	39.5	37.2	20.9	25.6	76.7
	1歳	62	14	41	26	26	25	18	21	10	49
		100	22.6	66.1	41.9	41.9	40.3	29.0	33.9	16.1	79.0
	2歳	71	18	43	33	31	23	19	26	11	61
		100	25.4	60.6	46.5	43.7	32.4	26.8	36.6	15.5	85.9
	3歳	76	22	49	32	33	35	26	16	23	57
		100	28.9	64.5	42.1	43.4	46.1	34.2	21.1	30.3	75.0
	4歳	101	36	60	51	43	51	42	31	34	78
		100	35.6	59.4	50.5	42.6	50.5	41.6	30.7	33.7	77.2
5歳	35	14	21	16	19	22	14	11	11	27	
	100	40.0	60.0	45.7	54.3	62.9	40.0	31.4	31.4	77.1	
無回答	6	2	3	3	3	3	3	1	1	6	
	100	33.3	50.0	50.0	50.0	50.0	50.0	16.7	16.7	100.0	
年齢別2区分	合計	394	116	242	187	170	176	138	115	101	311
		100	29.4	61.4	47.5	43.1	44.7	35.0	29.2	25.6	78.9
	0歳～2歳	176	42	109	85	72	65	53	56	32	143
		100	23.9	61.9	48.3	40.9	36.9	30.1	31.8	18.2	81.3
	3歳～5歳	212	72	130	99	95	108	82	58	68	162
		100	34.0	61.3	46.7	44.8	50.9	38.7	27.4	32.1	76.4
無回答	6	2	3	3	3	3	3	1	1	6	
	100	33.3	50.0	50.0	50.0	50.0	50.0	16.7	16.7	100.0	

図表 1-30 男女別・年齢別食習慣・マナーなどで気を使っていること

～続き～ [N=394; 複数回答]

上段:人数 下段:%

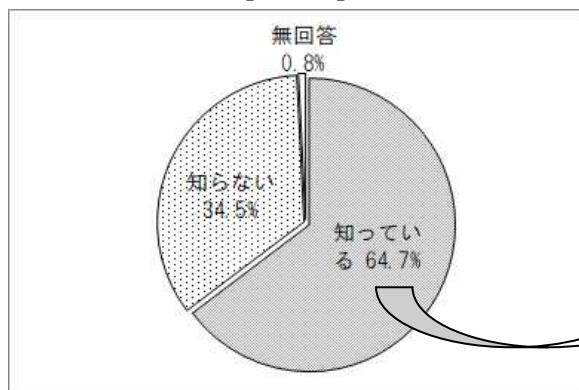
		食習慣やマナーなどで、気を使っていること、こだわっていること、 家庭の決まりごとなど(続き)									
		大きな声で話さない	姿勢よくごはんを食べる	はしや食器を正しくもつ	テーブルにひしをつかない	よくかんで食べる	ごはんを食べている途中で席をはなれない	携帯電話を見ながらごはんを食べない	その他	特にない	無回答
男女別	合計	20	138	141	191	94	183	123	13	4	3
		5.1	35.0	35.8	48.5	23.9	46.4	31.2	3.3	1.0	0.8
	男	6	69	70	88	40	94	55	6	1	3
		3.0	34.5	35.0	44.0	20.0	47.0	27.5	3.0	0.5	1.5
	女	14	69	71	103	54	89	68	7	3	-
		7.2	35.6	36.6	53.1	27.8	45.9	35.1	3.6	1.5	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
年齢別6区分	合計	20	138	141	191	94	183	123	13	4	3
		5.1	35.0	35.8	48.5	23.9	46.4	31.2	3.3	1.0	0.8
	0歳	3	17	16	22	10	15	16	2	2	1
		7.0	39.5	37.2	51.2	23.3	34.9	37.2	4.7	4.7	2.3
	1歳	-	16	12	19	11	17	17	1	1	1
		-	25.8	19.4	30.6	17.7	27.4	27.4	1.6	1.6	1.6
	2歳	3	14	16	20	15	28	20	2	-	-
		4.2	19.7	22.5	28.2	21.1	39.4	28.2	2.8	-	-
	3歳	5	31	29	42	25	43	24	3	-	-
		6.6	40.8	38.2	55.3	32.9	56.6	31.6	3.9	-	-
	4歳	4	42	48	56	21	55	33	3	1	1
		4.0	41.6	47.5	55.4	20.8	54.5	32.7	3.0	1.0	1.0
5歳	3	16	18	26	9	22	11	2	-	-	
	8.6	45.7	51.4	74.3	25.7	62.9	31.4	5.7	-	-	
無回答	2	2	2	6	3	3	2	-	-	-	
	33.3	33.3	33.3	100.0	50.0	50.0	33.3	-	-	-	
年齢別2区分	合計	20	138	141	191	94	183	123	13	4	3
		5.1	35.0	35.8	48.5	23.9	46.4	31.2	3.3	1.0	0.8
	0歳～2歳	6	47	44	61	36	60	53	5	3	2
		3.4	26.7	25.0	34.7	20.5	34.1	30.1	2.8	1.7	1.1
	3歳～5歳	12	89	95	124	55	120	68	8	1	1
		5.7	42.0	44.8	58.5	25.9	56.6	32.1	3.8	0.5	0.5
無回答	2	2	2	6	3	3	2	-	-	-	
	33.3	33.3	33.3	100.0	50.0	50.0	33.3	-	-	-	

(12) 奈良県内の農産物について

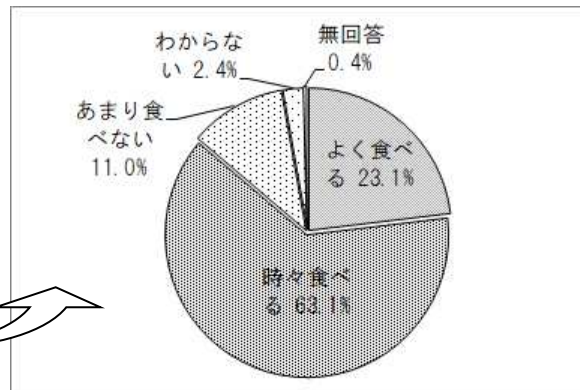
奈良県内の農産物の認知度については、「知っている」が64.7%、「知らない」が34.5%となっています。

知っている人の奈良県内の農産物を意識して食べているかについては、「よく食べる」が23.1%、「時々食べる」が63.1%と、奈良県内の農産物を意識して食べている人は約86%、「あまり食べない」人は11%となっています。

図表 1-31 奈良県内の農産物の認知度
[N=394]



図表 1-32 奈良県内の農産物を意識して食べているか [N=255]



図表 1-33 男女別・年齢別奈良県内の農産物の認知度と利用頻度

上段:人数 下段:%

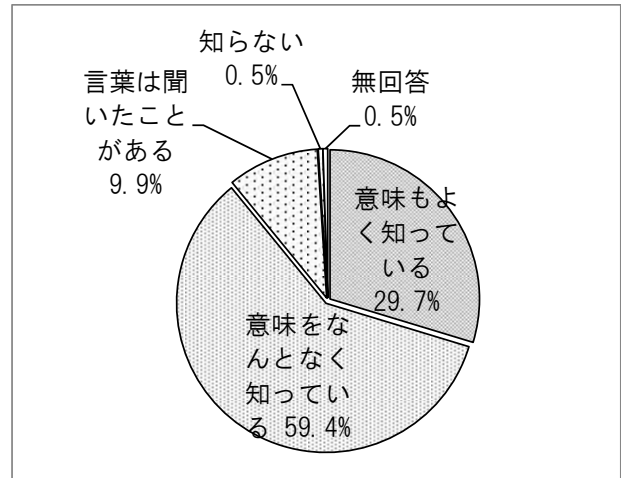
		奈良県内で収穫される農産物を知っているか [N=394]				奈良県内で収穫される農産物を意識して食べるか [N=255]					
		合計	知っている	知らない	無回答	合計	よく食べる	時々食べる	あまり食べない	わからない	無回答
男女別	合計	394	255	136	3	255	59	161	28	6	1
		100	64.7	34.5	0.8	100	23.1	63.1	11.0	2.4	0.4
	男	200	134	64	2	134	26	89	16	2	1
		100	67.0	32.0	1.0	100	19.4	66.4	11.9	1.5	0.7
	女	194	121	72	1	121	33	72	12	4	-
	100	62.4	37.1	0.5	100	27.3	59.5	9.9	3.3	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
年齢別 6区分	合計	394	255	136	3	255	59	161	28	6	1
		100	64.7	34.5	0.8	100	23.1	63.1	11.0	2.4	0.4
	0歳	43	28	15	-	28	4	20	4	-	-
		100	65.1	34.9	-	100	14.3	71.4	14.3	-	-
	1歳	62	40	21	1	40	12	22	4	2	-
		100	64.5	33.9	1.6	100	30.0	55.0	10.0	5.0	-
	2歳	71	44	27	-	44	10	26	7	1	-
		100	62.0	38.0	-	100	22.7	59.1	15.9	2.3	-
	3歳	76	50	26	-	50	10	34	4	2	-
		100	65.8	34.2	-	100	20.0	68.0	8.0	4.0	-
4歳	101	70	29	2	70	17	46	5	1	1	
	100	69.3	28.7	2.0	100	24.3	65.7	7.1	1.4	1.4	
5歳	35	20	15	-	20	5	12	3	-	-	
	100	57.1	42.9	-	100	25.0	60.0	15.0	-	-	
	無回答	6	3	3	-	3	1	1	1	-	-
	100	50.0	50.0	-	100	33.3	33.3	33.3	-	-	
年齢別 2区分	合計	394	255	136	3	255	59	161	28	6	1
		100	64.7	34.5	0.8	100	23.1	63.1	11.0	2.4	0.4
	0歳 ~2歳	176	112	63	1	112	26	68	15	3	-
		100	63.6	35.8	0.6	100	23.2	60.7	13.4	2.7	-
	3歳 ~5歳	212	140	70	2	140	32	92	12	3	1
	100	66.0	33.0	0.9	100	22.9	65.7	8.6	2.1	0.7	
	無回答	6	3	3	-	3	1	1	1	-	-
	100	50.0	50.0	-	100	33.3	33.3	33.3	-	-	

3. 食育などの意識について

(1) 食育の認知度

「食育」への認知については、「意味もよく知っている」(29.7%)、「意味をなんとなく知っている」(59.4%)と、ある程度知っている人は約89%います。一方、「言葉は聞いたことがある」(9.9%)、「知らない」(0.5%)と、あまり知らない人も約10%います。

図表 1-34 食育の認知度 [N=394]



図表 1-35 男女別・年齢別食育の認知度 [N=394]

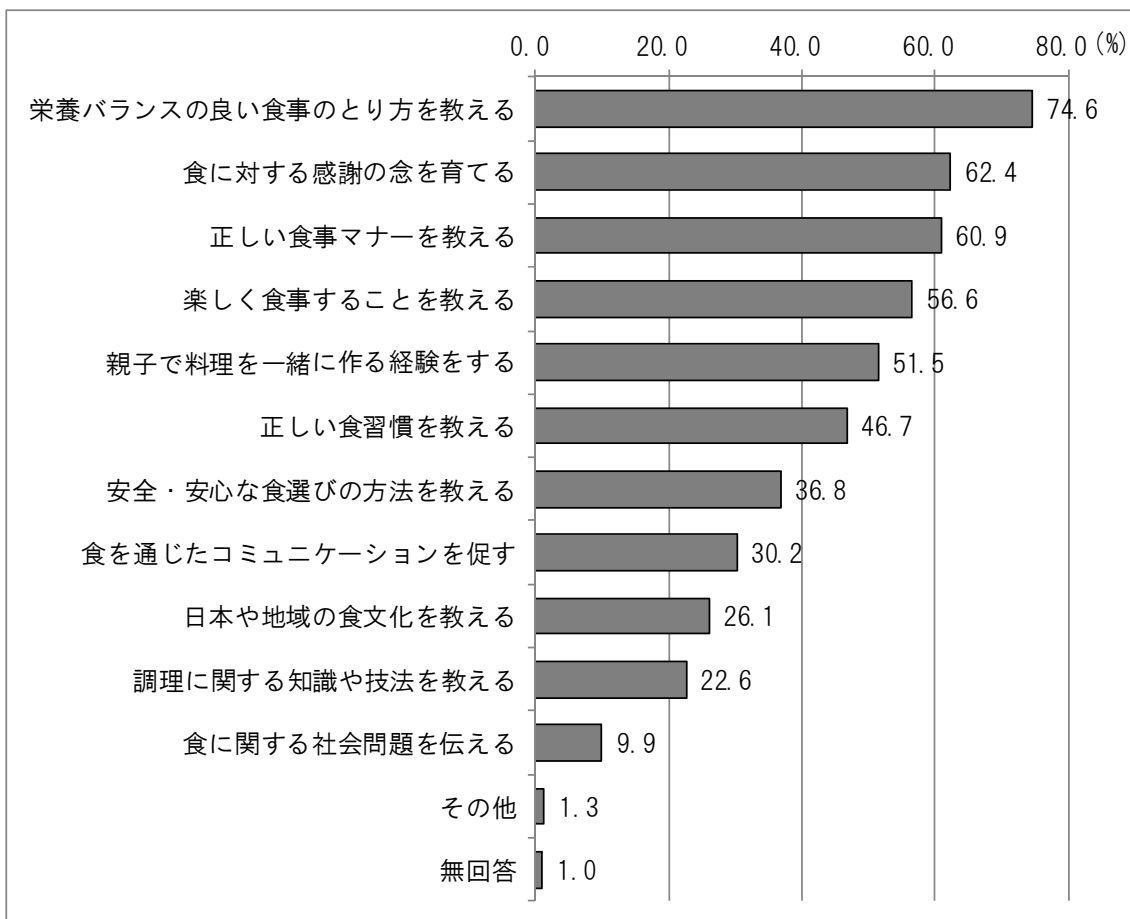
上段:人数 下段:%

		「食育」という言葉を知っているか					
		合計	意味もよく知っている	意味をなんとなく知っている	言葉は聞いたことがある	知らない	無回答
男女別	合計	394	117	234	39	2	2
		100	29.7	59.4	9.9	0.5	0.5
	男	200	63	112	23	-	2
		100	31.5	56.0	11.5	-	1.0
	女	194	54	122	16	2	-
	100	27.8	62.9	8.2	1.0	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
年齢別6区分	合計	394	117	234	39	2	2
		100	29.7	59.4	9.9	0.5	0.5
	0歳	43	16	22	4	1	-
		100	37.2	51.2	9.3	2.3	-
	1歳	62	14	37	10	-	1
		100	22.6	59.7	16.1	-	1.6
	2歳	71	20	44	7	-	-
		100	28.2	62.0	9.9	-	-
	3歳	76	19	45	12	-	-
		100	25.0	59.2	15.8	-	-
4歳	101	40	56	3	1	1	
	100	39.6	55.4	3.0	1.0	1.0	
5歳	35	5	27	3	-	-	
	100	14.3	77.1	8.6	-	-	
	無回答	6	3	3	-	-	-
		100	50.0	50.0	-	-	-
年齢別2区分	合計	394	117	234	39	2	2
		100	29.7	59.4	9.9	0.5	0.5
	0歳~2歳	176	50	103	21	1	1
		100	28.4	58.5	11.9	0.6	0.6
	3歳~5歳	212	64	128	18	1	1
	100	30.2	60.4	8.5	0.5	0.5	
	無回答	6	3	3	-	-	-
		100	50.0	50.0	-	-	-

(2) 子どもに行いたい食育

子どもに行いたい「食育」についてきいたところ、「栄養バランスの良い食事のとり方を教える」が74.6%と最も高く、次いで「食に対する感謝の念を育てる」(62.4%)、「正しい食事マナーを教える」(60.9%)などとなっています。

図表 1-36 子どもに行いたい食育 [N=394;複数回答]



図表 1-37 男女別・年齢別子どもに行いたい食育 [N=394;複数回答]

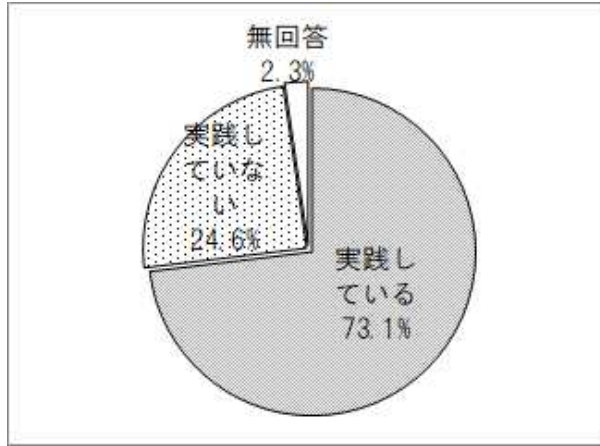
上段:人数 下段:%

		子どもに行いたい「食育」													
		合計	栄養バランスの良い食事のとり方を教える	安全・安心な食選びの方法を教える	調理に関する知識や技法を教える	親子で料理を一緒に作る経験をさせる	食を通じたコミュニケーションを促す	日本や地域の食文化を教える	正しい食事マナーを教える	食に対する感謝の念を育てる	食に関する社会問題を伝える	正しい食習慣を教える	楽しく食事することを教える	その他	無回答
男女別	合計	394	294	145	89	203	119	103	240	246	39	184	223	5	4
		100	74.6	36.8	22.6	51.5	30.2	26.1	60.9	62.4	9.9	46.7	56.6	1.3	1.0
	男	200	148	72	42	104	65	53	118	131	20	93	105	2	4
		100	74.0	36.0	21.0	52.0	32.5	26.5	59.0	65.5	10.0	46.5	52.5	1.0	2.0
	女	194	146	73	47	99	54	50	122	115	19	91	118	3	-
100	75.3	37.6	24.2	51.0	27.8	25.8	62.9	59.3	9.8	46.9	60.8	1.5	-		
年齢別6区分	合計	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	0歳	43	28	11	10	23	16	10	25	26	4	21	27	2	1
		100	65.1	25.6	23.3	53.5	37.2	23.3	58.1	60.5	9.3	48.8	62.8	4.7	2.3
	1歳	62	43	23	11	33	22	19	39	38	7	33	40	-	1
		100	69.4	37.1	17.7	53.2	35.5	30.6	62.9	61.3	11.3	53.2	64.5	-	1.6
	2歳	71	56	27	22	34	22	11	44	43	4	33	40	-	-
		100	78.9	38.0	31.0	47.9	31.0	15.5	62.0	60.6	5.6	46.5	56.3	-	-
	3歳	76	63	29	14	32	23	22	44	46	12	39	44	1	1
		100	82.9	38.2	18.4	42.1	30.3	28.9	57.9	60.5	15.8	51.3	57.9	1.3	1.3
4歳	101	77	37	24	56	26	33	61	69	7	35	52	2	1	
	100	76.2	36.6	23.8	55.4	25.7	32.7	60.4	68.3	6.9	34.7	51.5	2.0	1.0	
5歳	35	25	16	7	21	8	8	23	22	5	21	17	-	-	
	100	71.4	45.7	20.0	60.0	22.9	22.9	65.7	62.9	14.3	60.0	48.6	-	-	
年齢別2区分	合計	6	2	2	1	4	2	-	4	2	-	2	3	-	-
		100	33.3	33.3	16.7	66.7	33.3	-	66.7	33.3	-	33.3	50.0	-	-
	0歳~2歳	176	127	61	43	90	60	40	108	107	15	87	107	2	2
		100	72.2	34.7	24.4	51.1	34.1	22.7	61.4	60.8	8.5	49.4	60.8	1.1	1.1
	3歳~5歳	212	165	82	45	109	57	63	128	137	24	95	113	3	2
		100	77.8	38.7	21.2	51.4	26.9	29.7	60.4	64.6	11.3	44.8	53.3	1.4	0.9
	無回答	6	2	2	1	4	2	-	4	2	-	2	3	-	-
		100	33.3	33.3	16.7	66.7	33.3	-	66.7	33.3	-	33.3	50.0	-	-

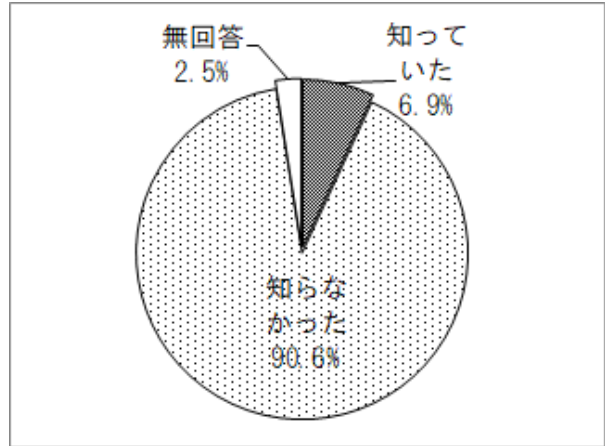
(3) 「わ食」の実践状況、「わ食の日」の認知

「わ食」の実践状況は、「実践している」が73.1%、「実践していない」が24.6%となっています。また、「わ食の日」の認知については、「知っていた」が6.9%、「知らなかった」が90.6%となっています。

図表 1-38 「わ食」の実践状況 [N=394]



図表 1-39 「わ食の日」の認知度 [N=394]



図表 1-40 男女別・年齢別「わ食」の実践と「わ食の日」の認知度 [N=394]

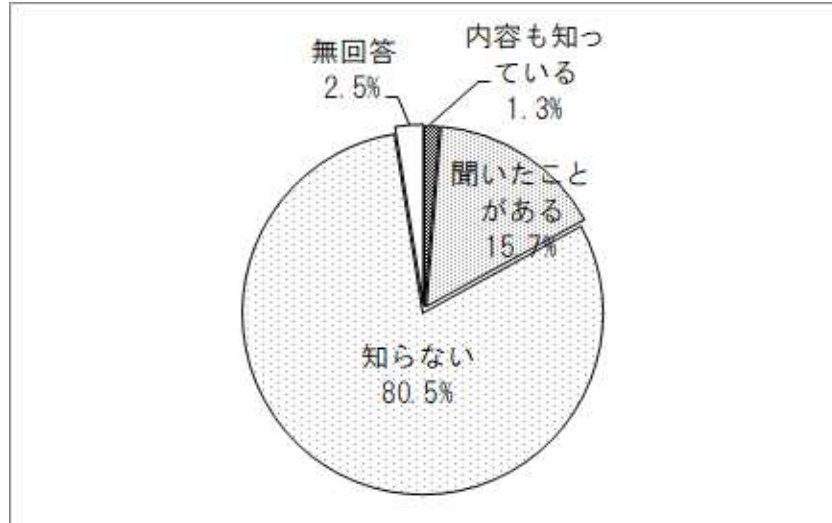
上段:人数 下段:%

		家族や仲間と和やかに食事をしたり、体によい食事をとるなど、「わ食」を実践しているか				生駒市では毎月19日の食育の日を「わ食の日」としているが、知っていたか			
		合計	実践している	実践していない	無回答	合計	知っていた	知らなかった	無回答
男女別	合計	394	288	97	9	394	27	357	10
		100	73.1	24.6	2.3	100	6.9	90.6	2.5
	男	200	132	59	9	200	16	174	10
		100	66.0	29.5	4.5	100	8.0	87.0	5.0
	女	194	156	38	-	194	11	183	-
	100	80.4	19.6	-	100	5.7	94.3	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
年齢別6区分	合計	394	288	97	9	394	27	357	10
		100	73.1	24.6	2.3	100	6.9	90.6	2.5
	0歳	43	35	8	-	43	2	41	-
		100	81.4	18.6	-	100	4.7	95.3	-
	1歳	62	44	16	2	62	3	58	1
		100	71.0	25.8	3.2	100	4.8	93.5	1.6
	2歳	71	53	17	1	71	2	66	3
		100	74.6	23.9	1.4	100	2.8	93.0	4.2
	3歳	76	54	21	1	76	4	71	1
		100	71.1	27.6	1.3	100	5.3	93.4	1.3
4歳	101	74	24	3	101	14	84	3	
	100	73.3	23.8	3.0	100	13.9	83.2	3.0	
5歳	35	22	11	2	35	2	31	2	
	100	62.9	31.4	5.7	100	5.7	88.6	5.7	
	無回答	6	6	-	6	-	6	-	
	100	100.0	-	-	100	-	100.0	-	
年齢別2区分	合計	394	288	97	9	394	27	357	10
		100	73.1	24.6	2.3	100	6.9	90.6	2.5
	0歳~2歳	176	132	41	3	176	7	165	4
		100	75.0	23.3	1.7	100	4.0	93.8	2.3
	3歳~5歳	212	150	56	6	212	20	186	6
	100	70.8	26.4	2.8	100	9.4	87.7	2.8	
	無回答	6	6	-	6	-	6	-	
	100	100.0	-	-	100	-	100.0	-	

(4) 生駒市食育推進計画の認知

生駒市食育推進計画の認知は、「内容も知っている」が1.3%、「聞いたことがある」が15.7%、「知らない」が80.5%となっています。

図表 1-41 生駒市食育推進計画の認知度 [N=394]



図表 1-42 男女別・年齢別生駒市食育推進計画の認知度 [N=394]

上段:人数 下段:%

		「生駒市食育推進計画」を知っているか				
		合計	内容も知っている	聞いたことがある	知らない	無回答
男女別	合計	394	5	62	317	10
		100	1.3	15.7	80.5	2.5
	男	200	4	28	160	8
		100	2.0	14.0	80.0	4.0
	女	194	1	34	157	2
	100	0.5	17.5	80.9	1.0	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-
年齢歳別 6区分	合計	394	5	62	317	10
		100	1.3	15.7	80.5	2.5
	0歳	43	1	5	37	-
		100	2.3	11.6	86.0	-
	1歳	62	-	8	53	1
		100	-	12.9	85.5	1.6
	2歳	71	1	12	57	1
		100	1.4	16.9	80.3	1.4
	3歳	76	-	9	65	2
		100	-	11.8	85.5	2.6
4歳	101	3	24	71	3	
	100	3.0	23.8	70.3	3.0	
5歳	35	-	3	29	3	
	100	-	8.6	82.9	8.6	
	無回答	6	-	1	5	-
		100	-	16.7	83.3	-
年齢2区分	合計	394	5	62	317	10
		100	1.3	15.7	80.5	2.5
	0歳～ 2歳	176	2	25	147	2
		100	1.1	14.2	83.5	1.1
	3歳～ 5歳	212	3	36	165	8
	100	1.4	17.0	77.8	3.8	
	無回答	6	-	1	5	-
		100	-	16.7	83.3	-

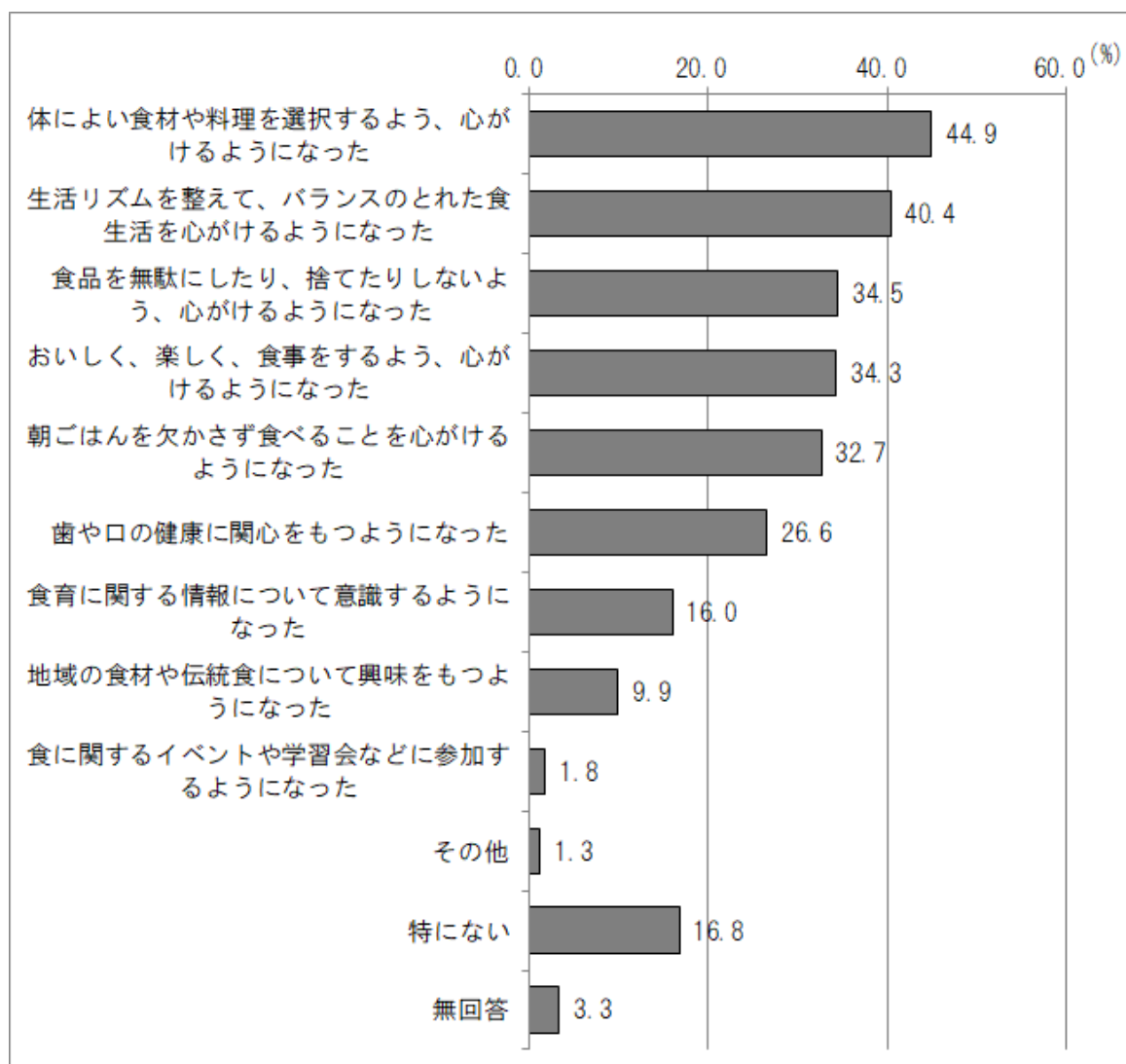
4. 食生活に関する行動・意識の変化

(1) 食生活での行動や意識の変化

ここ5年ほどの食生活における行動や意識の変化については、「体により食材や料理を選択するよう、心がけるようになった」が44.9%と最も高く、次いで「生活リズムを整えて、バランスのとれた食生活を心がけるようになった」(40.4%)、「食品を無駄にしたり、捨てたりしないよう、心がけるようになった」(34.5%)、「おいしく、楽しく、食事をするよう、心がけるようになった」(34.3%)などとなっています。

一方「特にない」とする人も16.8%います。

図表 1-43 食生活での行動や意識の変化 [N=394; 複数回答]



図表 1-44 男女別・年齢別食生活での行動や意識の変化 [N=394;複数回答]

上段:人数 下段:%

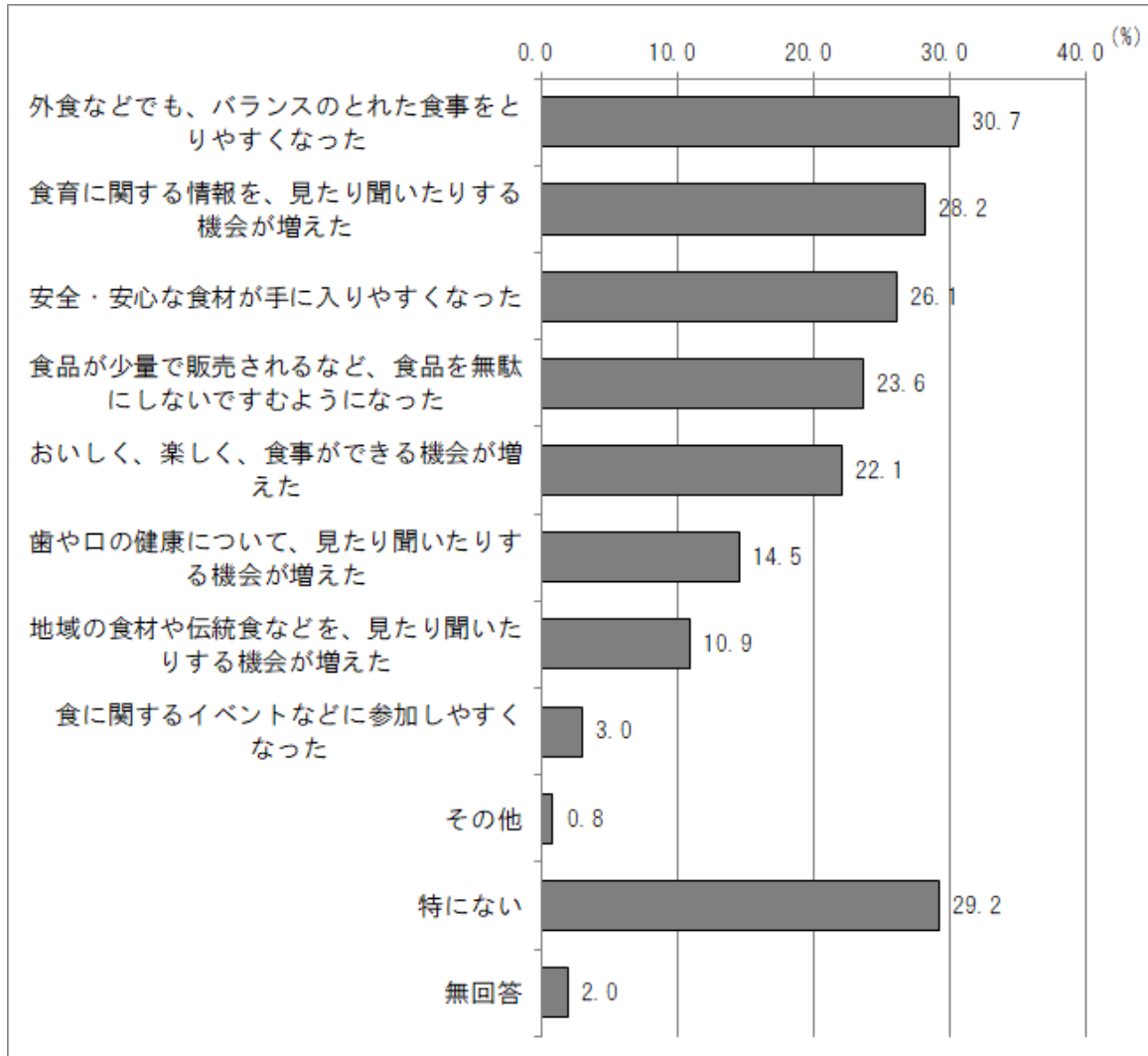
		この5年で食生活に関して、行動や意識に変化があったか												
		合計	朝ごはんを欠かさず食べることを心がけるようになった	食育に関する情報について意識するようになった	生活リズムを整えて、バランスのとれた食生活を心がけるようになった	体によい食材や料理を選択するようになった	おいしく、楽しく、食事をしよう、心がけるようになった	食品を無駄にしたり、捨てたりしないように心がけるようになった	歯や口の健康に関心をもつようになった	地域の食材や伝統食について興味をもつようになった	食に関するイベントや学習会などに参加するようになった	その他	特にない	無回答
男女別	合計	394	129	63	159	177	135	136	105	39	7	5	66	13
		100	32.7	16.0	40.4	44.9	34.3	34.5	26.6	9.9	1.8	1.3	16.8	3.3
	男	200	55	30	71	84	59	63	51	16	5	3	38	9
		100	27.5	15.0	35.5	42.0	29.5	31.5	25.5	8.0	2.5	1.5	19.0	4.5
	女	194	74	33	88	93	76	73	54	23	2	2	28	4
		100	38.1	17.0	45.4	47.9	39.2	37.6	27.8	11.9	1.0	1.0	14.4	2.1
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
年齢別6区分	合計	394	129	63	159	177	135	136	105	39	7	5	66	13
		100	32.7	16.0	40.4	44.9	34.3	34.5	26.6	9.9	1.8	1.3	16.8	3.3
	0歳	43	18	10	25	22	18	22	9	4	-	-	5	-
		100	41.9	23.3	58.1	51.2	41.9	51.2	20.9	9.3	-	-	11.6	-
	1歳	62	20	11	23	25	19	22	21	3	1	1	9	1
		100	32.3	17.7	37.1	40.3	30.6	35.5	33.9	4.8	1.6	1.6	14.5	1.6
	2歳	71	19	6	27	34	23	20	16	3	2	-	18	1
		100	26.8	8.5	38.0	47.9	32.4	28.2	22.5	4.2	2.8	-	25.4	1.4
	3歳	76	26	12	28	37	28	23	24	13	1	1	11	2
		100	34.2	15.8	36.8	48.7	36.8	30.3	31.6	17.1	1.3	1.3	14.5	2.6
	4歳	101	35	17	39	45	32	34	23	13	3	2	20	5
		100	34.7	16.8	38.6	44.6	31.7	33.7	22.8	12.9	3.0	2.0	19.8	5.0
	5歳	35	11	7	15	14	14	15	10	3	-	1	2	3
		100	31.4	20.0	42.9	40.0	40.0	42.9	28.6	8.6	-	2.9	5.7	8.6
無回答	6	-	-	2	-	1	-	2	-	-	-	1	1	
	100	-	-	33.3	-	16.7	-	33.3	-	-	-	16.7	16.7	
年齢別2区分	合計	394	129	63	159	177	135	136	105	39	7	5	66	13
		100	32.7	16.0	40.4	44.9	34.3	34.5	26.6	9.9	1.8	1.3	16.8	3.3
	0歳~2歳	176	57	27	75	81	60	64	46	10	3	1	32	2
		100	32.4	15.3	42.6	46.0	34.1	36.4	26.1	5.7	1.7	0.6	18.2	1.1
	3歳~5歳	212	72	36	82	96	74	72	57	29	4	4	33	10
		100	34.0	17.0	38.7	45.3	34.9	34.0	26.9	13.7	1.9	1.9	15.6	4.7
	無回答	6	-	-	2	-	1	-	2	-	-	-	1	1
		100	-	-	33.3	-	16.7	-	33.3	-	-	-	16.7	16.7

(2) 食生活上の環境の変化

ここ5年ほどの食生活での周囲環境の変化については、「外食などでも、バランスのとれた食事をとりやすくなった」が30.7%と最も高く、次いで「食育に関する情報を、見たり聞いたりする機会が増えた」(28.2%)、「安全・安心な食材が手に入りやすくなった」(26.1%)などとなっています。

一方「特にない」とする人も29.2%います。

図表 1-45 食生活での環境の変化 [N=394;複数回答]



図表 1-46 男女別・年齢別食生活での環境の変化 [N=394;複数回答]

上段:人数 下段:%

		この5年で食生活に関して、周囲に変化があったか											
		合計	食育に関する情報を、見たたり聞いたりする機会が増えた	外食などでも、バランスのとれた食事をとりやすくなった	安全・安心な食材が手に入りやすくなった	おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた	食品が少量で販売されるなど、食品を無駄にしないですむようになった	歯や口の健康について、見たたり聞いたりする機会が増えた	地域の食材や伝統食などを、見たたり聞いたりする機会が増えた	食に関するイベントなどに参加しやすくなった	その他	特にない	無回答
男女別	合計	394	111	121	103	87	93	57	43	12	3	115	8
		100	28.2	30.7	26.1	22.1	23.6	14.5	10.9	3.0	0.8	29.2	2.0
	男	200	52	62	51	40	46	24	23	8	2	62	4
		100	26.0	31.0	25.5	20.0	23.0	12.0	11.5	4.0	1.0	31.0	2.0
	女	194	59	59	52	47	47	33	20	4	1	53	4
		100	30.4	30.4	26.8	24.2	24.2	17.0	10.3	2.1	0.5	27.3	2.1
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
年齢別6区分	合計	394	111	121	103	87	93	57	43	12	3	115	8
		100	28.2	30.7	26.1	22.1	23.6	14.5	10.9	3.0	0.8	29.2	2.0
	0歳	43	13	15	10	12	8	3	3	1	-	12	1
		100	30.2	34.9	23.3	27.9	18.6	7.0	7.0	2.3	-	27.9	2.3
	1歳	62	15	14	15	14	20	7	9	2	-	17	1
		100	24.2	22.6	24.2	22.6	32.3	11.3	14.5	3.2	-	27.4	1.6
	2歳	71	21	26	17	20	12	13	6	3	-	24	1
		100	29.6	36.6	23.9	28.2	16.9	18.3	8.5	4.2	-	33.8	1.4
	3歳	76	22	22	19	12	18	14	12	1	1	21	1
		100	28.9	28.9	25.0	15.8	23.7	18.4	15.8	1.3	1.3	27.6	1.3
	4歳	101	29	34	35	20	25	14	9	4	2	31	2
		100	28.7	33.7	34.7	19.8	24.8	13.9	8.9	4.0	2.0	30.7	2.0
	5歳	35	11	10	7	7	9	5	4	1	-	9	1
		100	31.4	28.6	20.0	20.0	25.7	14.3	11.4	2.9	-	25.7	2.9
無回答	6	-	-	-	2	1	1	-	-	-	1	1	
	100	-	-	-	33.3	16.7	16.7	-	-	-	16.7	16.7	
年齢別2区分	合計	394	111	121	103	87	93	57	43	12	3	115	8
		100	28.2	30.7	26.1	22.1	23.6	14.5	10.9	3.0	0.8	29.2	2.0
	0歳～2歳	176	49	55	42	46	40	23	18	6	-	53	3
		100	27.8	31.3	23.9	26.1	22.7	13.1	10.2	3.4	-	30.1	1.7
	3歳～5歳	212	62	66	61	39	52	33	25	6	3	61	4
		100	29.2	31.1	28.8	18.4	24.5	15.6	11.8	2.8	1.4	28.8	1.9
無回答	6	-	-	-	2	1	1	-	-	-	1	1	
	100	-	-	-	33.3	16.7	16.7	-	-	-	16.7	16.7	

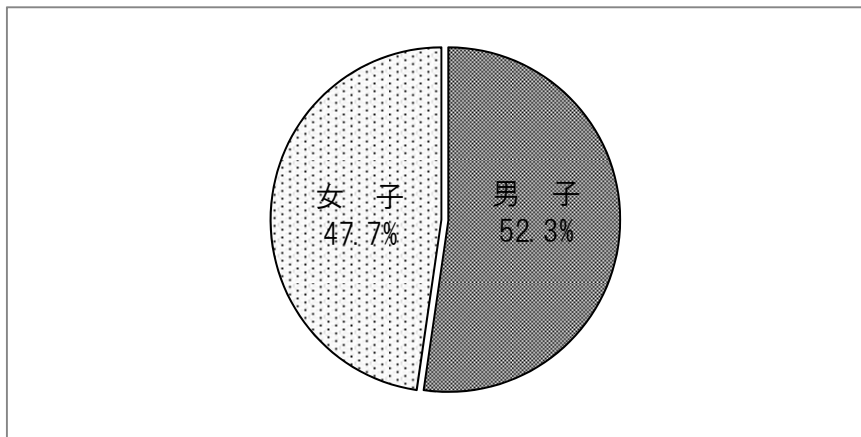
III 小学生

1. 対象児童について

(1) 性別

対象者の性別は、「男子」が52.3%、「女子」が47.7%となっています。

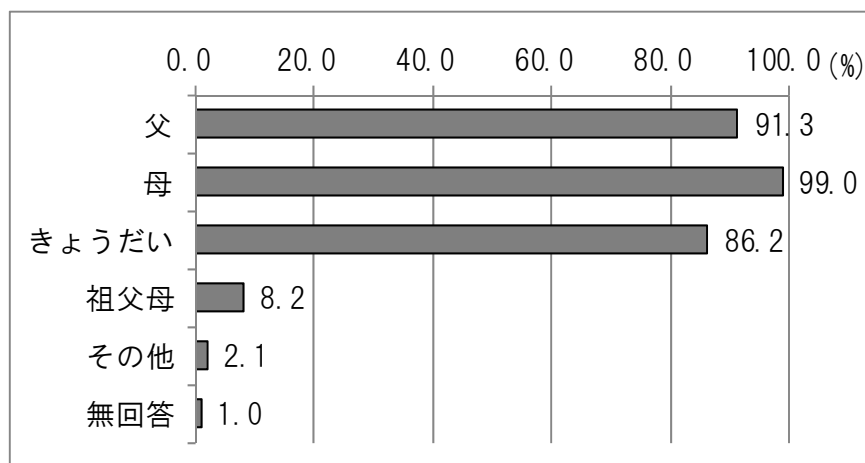
図表 2-1 性別 [N=195]



(2) 同居の家族

同居の家族は、大半が「父」(91.3%)、「母」(99.0%)、「きょうだい」(86.2%)となっています。

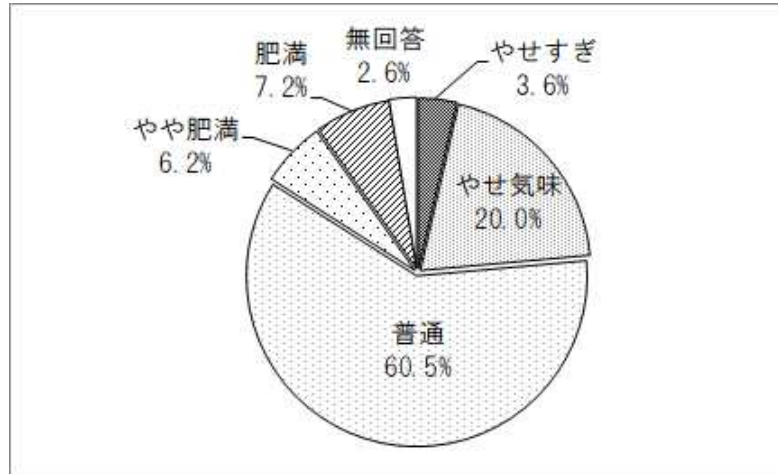
図表 2-2 同居の家族 [N=195; 複数回答]



(3) 日比式肥満度

対象者の日比式肥満度をみると、「やせすぎ」(3.6%)、「やせ気味」(20.0%)といった、やせている人が約24%、「普通」が60.5%、「やや肥満」(6.2%)、「肥満」(7.2%)といった、肥満の人が約13%となっています。

図表 2-3 日比式肥満度 [N=195]



男女別にみると、「男子」は「女子」に比べ「やや肥満」の割合が高く、「女子」は「男子」に比べて「やせ気味」の割合が高くなっています。

図表 2-4 男女別日比式肥満度

上段:人数 下段:%

		肥満度区分						
		合計	やせすぎ	やせ気味	普通	やや肥満	肥満	無回答
男女別	合計	195	7	39	118	12	14	5
		100	3.6	20.0	60.5	6.2	7.2	2.6
	男子	102	4	13	66	9	8	2
		100	3.9	12.7	64.7	8.8	7.8	2.0
	女子	93	3	26	52	3	6	3
		100	3.2	28.0	55.9	3.2	6.5	3.2

日比式肥満度:

児童・生徒の肥満傾向の判定方法の1つ。

肥満度(%)=(実測体重(kg)-標準体重(kg))÷標準体重(kg)×100で求められる。

(判定)やせすぎ-20%未満 やせぎみ-20%以上-10%未満

普通-10%以上 10%未満

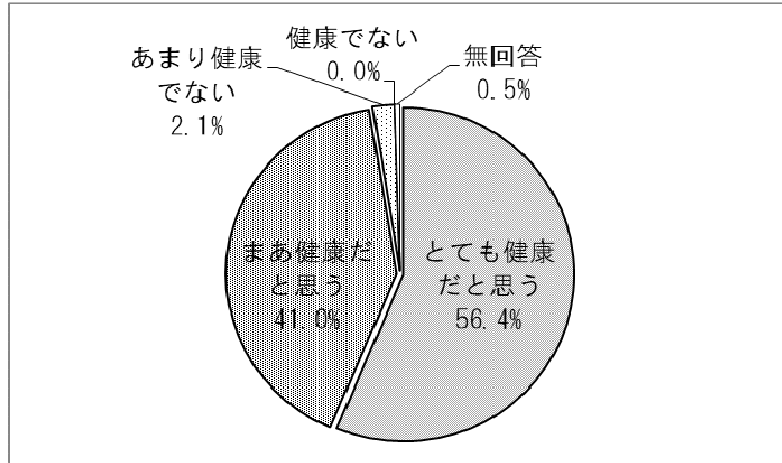
太りぎみ 10%以上 20%未満 肥満 20%以上

(4) 健康状態

健康状態については、「とても健康だと思う」が56.4%、「まあ健康だと思う」が41.0%と大半が健康としています。

一方、「あまり健康でない」とする人が2.1%います。

図表 2-5 健康状態 [N=195]



男女別にみると、「女子」は「男子」に比べて「とても健康だと思う」割合が高くなっています。

図表 2-6 男女別健康状態 [N=195]

上段:人数 下段:%

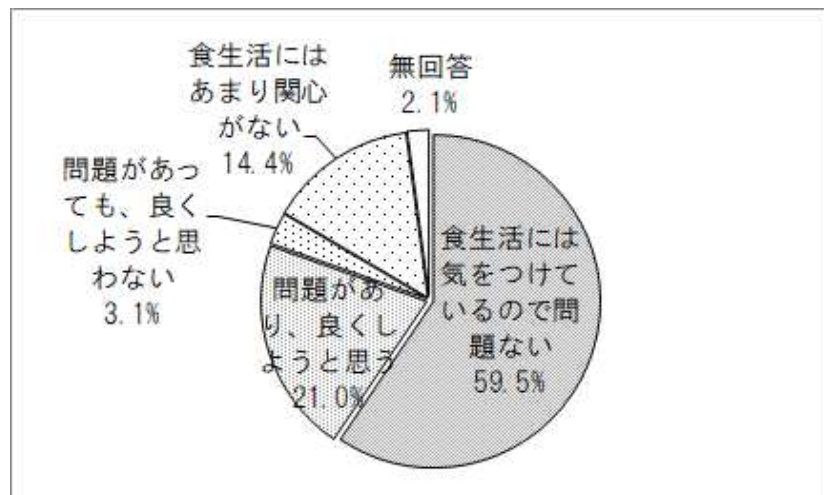
		健康状態					
		合計	とても健康 だと思う	まあ健康 だと思う	あまり健 康でない	健康でな い	無回答
男女別	合計	195	110	80	4	-	1
		100	56.4	41.0	2.1	-	0.5
	男子	102	54	46	2	-	-
		100	52.9	45.1	2.0	-	-
	女子	93	56	34	2	-	1
		100	60.2	36.6	2.2	-	1.1

2. 食習慣について

(1) 自分の食生活の問題の有無、問題点

自分の食生活（食べるもの、食べる時間、食べ方など）の問題については、「食生活には気をつけているので問題ない」が59.5%、「問題があり、良くしようと思う」（21.0%）、「問題があっても、良くしようと思わない」（3.1%）といったなんらかの問題があるとしているのは約24%、「食生活にはあまり関心がない」が14.4%となっています。

図表 2-7 自分の食生活の問題の有無 [N=195]



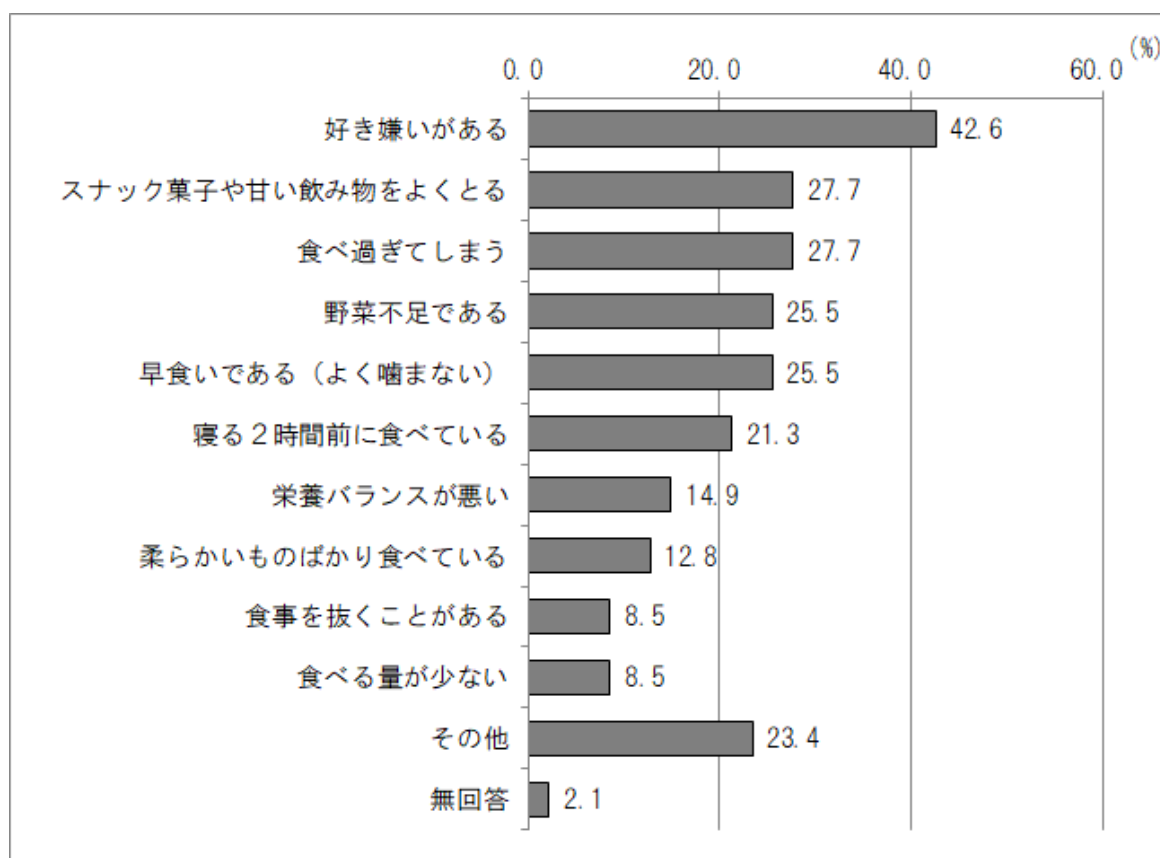
図表 2-8 男女別健康状態 [N=195]

上段:人数 下段:%

		食生活(食べるもの、食べる時間、食べ方など)に問題があるか					
		合計	食生活には気をつけているので問題ない	問題があり、良くしようと思う	問題があっても、良くしようと思わない	食生活にはあまり関心がない	無回答
男女別	合計	195	116	41	6	28	4
		100	59.5	21.0	3.1	14.4	2.1
	男子	102	60	23	3	16	-
		100	58.8	22.5	2.9	15.7	-
	女子	93	56	18	3	12	4
		100	60.2	19.4	3.2	12.9	4.3

問題があると回答した児童の問題点としては、「好き嫌いがある」が42.6%と最も高く、次いで「スナック菓子や甘い飲み物をよくとる」、「食べ過ぎてしまう」（ともに27.7%）となっています。

図表 2-9 自分の食生活の問題点 [N=47;複数回答]



男女別にみると、「男子」は「女子」に比べ「柔らかいものばかり食べている」「食べる量が少ない」とする割合が高く、「女子」は「男子」に比べて「野菜不足である」「スナック菓子や甘い飲み物をよくとる」の割合が高くなっています。

図表 2-10 男女別食生活の問題点 [N=195]

上段:人数 下段:%

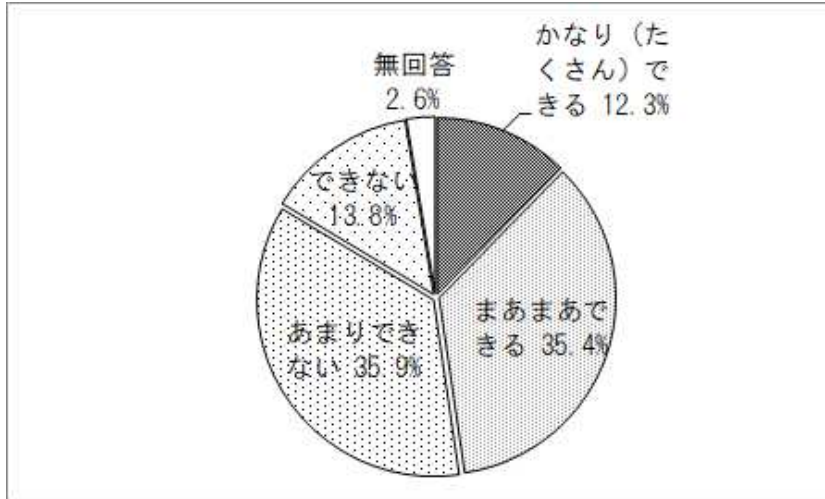
		食生活の問題点												
		合計	食事を抜く ことがある	野菜不足 である	寝る2時間 前に食べて いる	スナック菓子 や甘い飲み 物をよくとる	早食いである (よく噛ま ない)	柔らかいもの ばかり食べて いる	食べる量が少 ない	食べ過ぎてし まう	好き嫌いがあ る	栄養バラン スが悪い	その他	無回答
男女別	合計	47	4	12	10	13	12	6	4	13	20	7	11	1
		100	8.5	25.5	21.3	27.7	25.5	12.8	8.5	27.7	42.6	14.9	23.4	2.1
	男子	26	3	5	5	5	6	4	3	5	11	3	8	1
		100	11.5	19.2	19.2	19.2	23.1	15.4	11.5	19.2	42.3	11.5	30.8	3.8
女子	21	1	7	5	8	6	2	1	8	9	4	3	-	
	100	4.8	33.3	23.8	38.1	28.6	9.5	4.8	38.1	42.9	19.0	14.3	-	

(2) 自分で食事をつくることの有無

自分で食事をつくること（カップラーメンや冷凍食品をレンジで温めるものは除く）については、「かなり（たくさん）できる」が12.3%、「まあまあできる」が35.4%と、ある程度できる人が約48%います。

一方、「あまりできない」（35.9%）、「できない」（13.8%）と、あまりできない人が約50%います。

図表 2-11 自分で食事をつくることの有無 [N=195]



なお、女子の方が、自分で食事をつくることのできる割合が高くなっています。

図表 2-12 男女別自分で食事をつくることの有無 [N=195]

上段:人数 下段:%

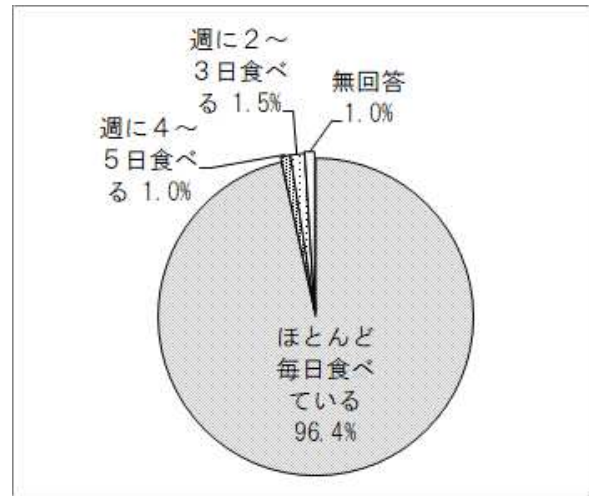
		自分で食事を作ることができるか (カップラーメンや冷凍食品を温めるのはのぞく)					
		合計	かなり(たくさん)できる	まあまあできる	あまりできない	できない	無回答
男女別	合計	195	24	69	70	27	5
		100	12.3	35.4	35.9	13.8	2.6
	男子	102	10	31	40	18	3
		100	9.8	30.4	39.2	17.6	2.9
	女子	93	14	38	30	9	2
		100	15.1	40.9	32.3	9.7	2.2

(3) 朝食の状況、朝食を食べていない理由

朝食の状況については、大半が「ほとんど毎日食べている」（96.4%）、「週に4～5日食べる」（1.0%）としています。

一方、「週に2～3日食べる」が1.5%となっています。

図表 2-13 朝食の状況 [N=195]



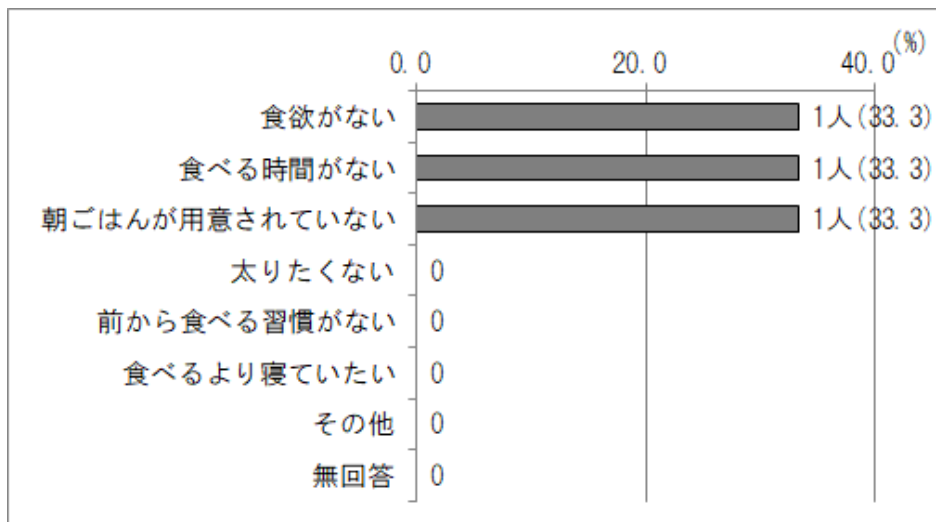
図表 2-14 男女別自分で食事をつくることの有無 [N=195]

上段:人数 下段:%

		朝ごはんを食べているか						
		合計	ほとんど毎日食べている	週に4～5日食べる	週に2～3日食べる	ほとんど食べない	わからない	無回答
男女別	合計	195	188	2	3	-	-	2
		100	96.4	1.0	1.5	-	-	1.0
	男	102	99	1	2	-	-	-
		100	97.1	1.0	2.0	-	-	-
	女	93	89	1	1	-	-	2
		100	95.7	1.1	1.1	-	-	2.2

朝食を食べていない理由としては、「食欲がない」、「食べる時間がない」、「朝ごはんが用意されていない」（ともに 33.3%）が多くなっています。

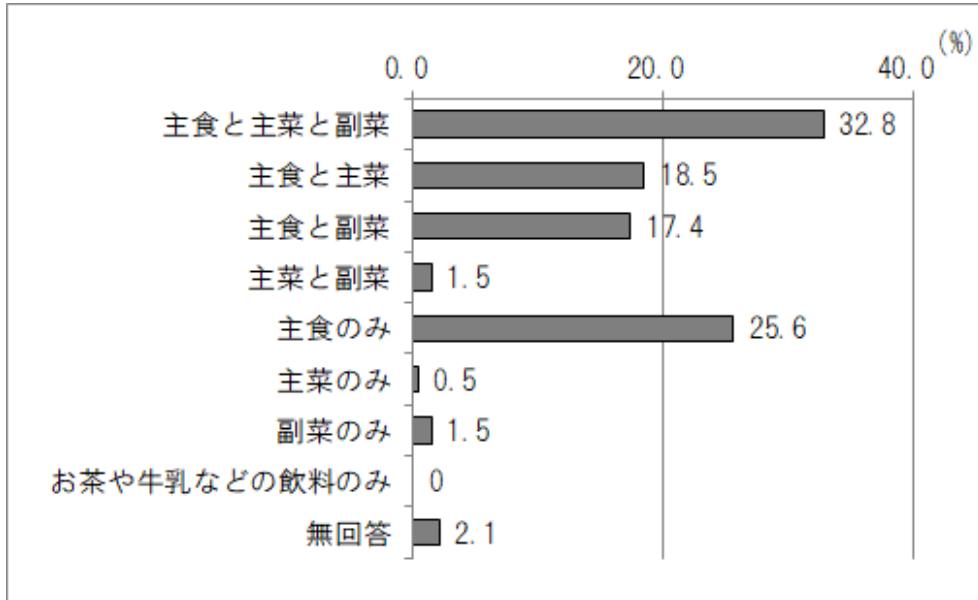
図表 2-15 朝食をあまり食べていない理由 [N=3]



(4) 朝食の種類

普段どのような朝ごはんを食べているかについては、「主食と主菜と副菜」が32.8%と最も高く、次いで「主食のみ」(25.6%)、「主食と主菜」(18.5%)、「主食と副菜」(17.4%)となっています。

図表 2-16 朝食の種類 [N=195]



男女別にみると、「男子」は「女子」に比べ「主食と主菜」とする割合が高く、「女子」は「男子」に比べて「主食と副菜」の割合が高くなっています。

図表 2-17 男女別朝食の種類 [N=195]

上段:人数 下段:%

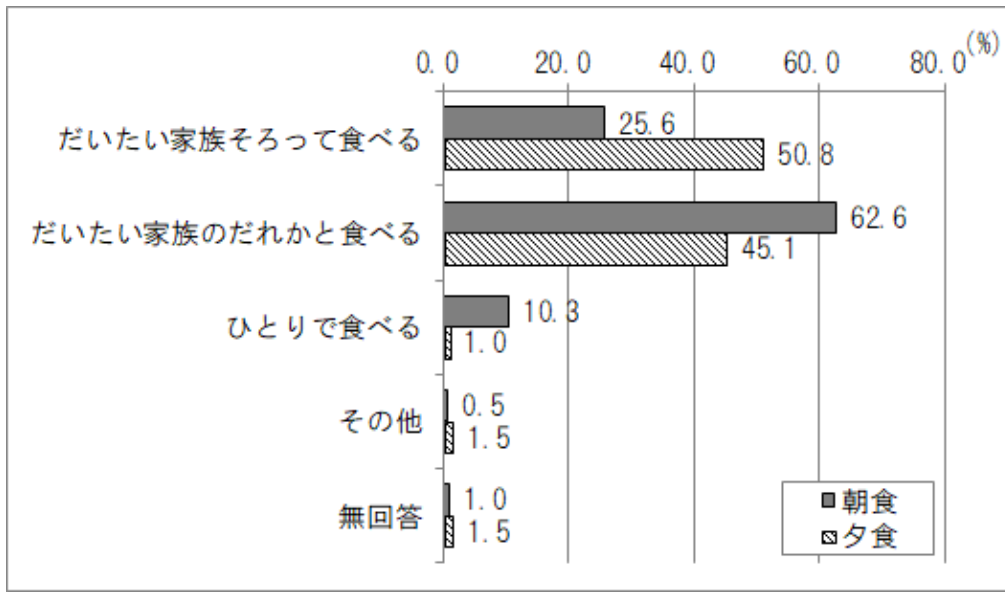
		朝ごはんの内容									
		合計	主食と副菜と主菜と	主食と主菜	主食と副菜	主菜と副菜	主食のみ	主菜のみ	副菜のみ	お茶や牛乳などの飲料のみ	無回答
男女別	合計	195	64	36	34	3	50	1	3	-	4
		100	32.8	18.5	17.4	1.5	25.6	0.5	1.5	-	2.1
	男子	102	36	22	14	-	26	1	2	-	1
		100	35.3	21.6	13.7	-	25.5	1.0	2.0	-	1.0
	女子	93	28	14	20	3	24	-	1	-	3
		100	30.1	15.1	21.5	3.2	25.8	-	1.1	-	3.2

(5) 朝食や夕食を一緒に食べる人の有無

朝食や夕食をだれと食べるかについては、朝食は半数以上が「だいたい家族のだれかと食べる」(62.6%)となっています。一方「ひとりで食べる」人も10.3%います。

また、夕食は「だいたい家族そろって食べる」が(50.8%)、「だいたい家族のだれかと食べる」が(45.1%)となっています。

図表 2-18 朝食・夕食を誰と食べるか [N=195]



図表 2-19 男女別朝食・夕食を誰と食べるか [N=195]

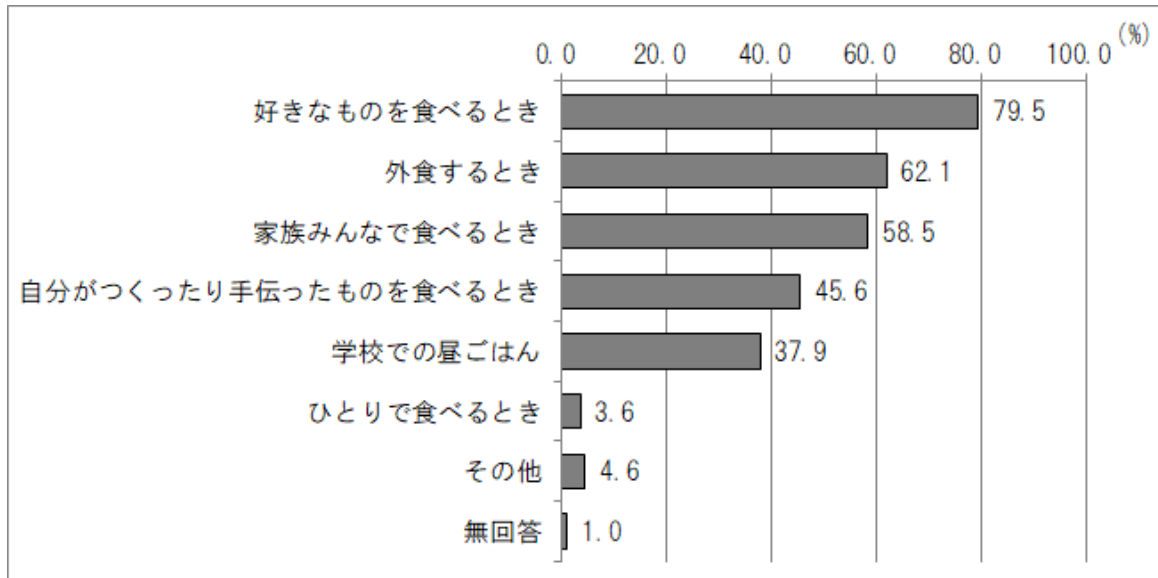
上段:人数 下段:%

		朝ごはんを食べる相手					夕ごはんを食べる相手					
		合計	だいたい家族そろって食べる	だいたい家族のだれかと食べる	ひとりで食べる	その他	無回答	だいたい家族そろって食べる	だいたい家族のだれかと食べる	ひとりで食べる	その他	無回答
男女別	合計	195	50	122	20	1	2	99	88	2	3	3
		100	25.6	62.6	10.3	0.5	1.0	50.8	45.1	1.0	1.5	1.5
	男子	102	27	64	10	1	-	48	50	1	3	-
		100	26.5	62.7	9.8	1.0	-	47.1	49.0	1.0	2.9	-
	女子	93	23	58	10	-	2	51	38	1	-	3
		100	24.7	62.4	10.8	-	2.2	54.8	40.9	1.1	-	3.2

(6) ごはんの時間を楽しいと感じるとき

ごはんの時間を楽しいと感じるのはどのようなときかについては、「好きなものを食べる時」が79.5%で最も高く、次いで「外食するとき」(62.1%)、「家族みんなで食べる時」(58.5%)、「自分がつくったり、手伝ったものを食べる時」(45.6%)などとなっています。

図表 2-20 ごはんの時間を楽しいと感じるとき [N=195;複数回答]



男女別にみると、「男子」は「女子」に比べ「好きなものを食べる時」とする割合が高く、「女子」は「男子」に比べて「自分がつくったり、手伝ったものを食べる時」の割合が高くなっています。

図表 2-21 男女別ごはんの時間を楽しいと感じるとき [N=195;複数回答]

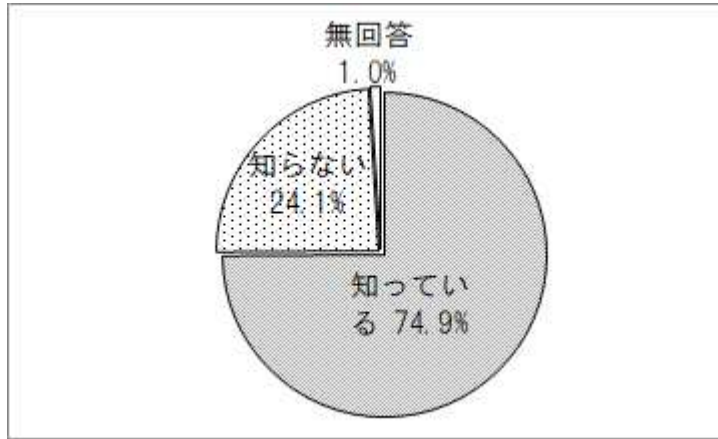
上段:人数 下段:%

		どんなとき、ごはんの時間が楽しいか								
		合計	好きなものを食べる時	学校での昼ごはん	外食するとき	家族みんなで食べる時	ひとりで食べる時	自分がつくったり手伝ったものを食べる時	その他	無回答
男女別	合計	195	155	74	121	114	7	89	9	2
		100	79.5	37.9	62.1	58.5	3.6	45.6	4.6	1.0
	男子	102	84	44	64	61	4	37	3	-
		100	82.4	43.1	62.7	59.8	3.9	36.3	2.9	-
	女子	93	71	30	57	53	3	52	6	2
		100	76.3	32.3	61.3	57.0	3.2	55.9	6.5	2.2

(7) 奈良県内の農産物について

奈良県内の農産物の認知度については、「知っている」が74.9%、「知らない」が24.1%となっています。

図表 2-22 奈良県内の農産物の認知度 [N=195]



図表 2-23 男女別奈良県内の農産物の認知度 [N=195]

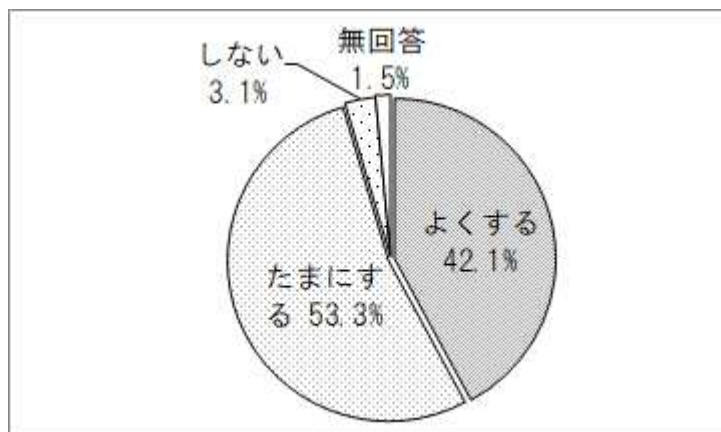
上段:人数 下段:%

		奈良県内で収穫される農産物を知っているか			
		合計	知っている	知らない	無回答
男女別	合計	195	146	47	2
		100	74.9	24.1	1.0
	男	102	75	27	-
		100	73.5	26.5	-
	女	93	71	20	2
		100	76.3	21.5	2.2

(8) 食事の手伝いの有無

食事の手伝いの有無については、「よくする」が42.1%、「たまにする」が53.3%と、約95%が食事の手伝いをしています。一方、「しない」人も3.1%います。

図表 2-24 食事の手伝いの有無 [N=195]



なお、女子の方が、食事の手伝いをよくする割合が高くなっています。

図表 2-25 男女別食事の手伝いの有無 [N=195]

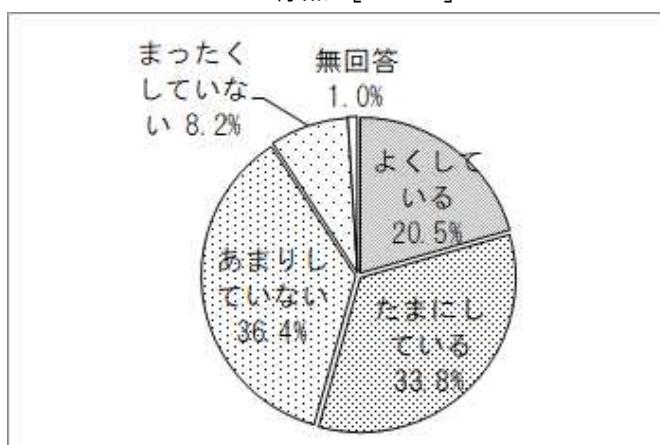
上段：人数 下段：%

		食事のお手伝い(お皿を並べる、机をふく、買い物に行く、調理をするなど)をするか				
		合計	よくする	たまにする	しない	無回答
男女別	合計	195	82	104	6	3
		100	42.1	53.3	3.1	1.5
	男	102	36	60	5	1
		100	35.3	58.8	4.9	1.0
	女	93	46	44	1	2
		100	49.5	47.3	1.1	2.2

(9) ゆっくりよくかんで食べることの有無

ふだんゆっくりよくかんで(20~30回)食べているかについては、「よくしている」が20.5%、「たまにしている」が33.8%と、約54%がある程度ゆっくりよくかんでいっています。一方、「あまりしていない」(36.4%)、「まったくしていない」(8.2%)と、ゆっくりよくかんで食べていない人も約45%います。

図表 2-26 ゆっくりよくかんで食べることの有無 [N=195]



なお、女子の方が、ゆっくりよくかんで食べることをよくしている割合が高くなっています。

図表 2-27 男女別ゆっくりよくかんで食べることの有無 [N=195]

上段：人数 下段：%

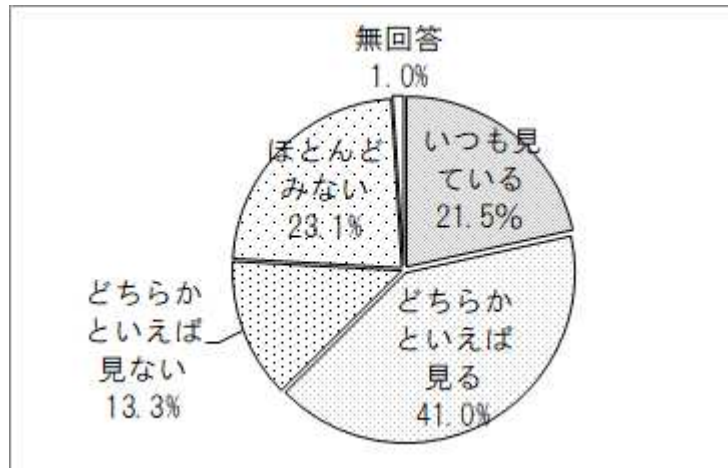
		ゆっくりよくかんで(20~30回)食べているか					
		合計	よくしている	たまにしている	あまりしていない	まったくしていない	無回答
男女別	合計	195	40	66	71	16	2
		100	20.5	33.8	36.4	8.2	1.0
	男	102	14	37	42	9	-
		100	13.7	36.3	41.2	8.8	-
	女	93	26	29	29	7	2
		100	28.0	31.2	31.2	7.5	2.2

(10) 食品の賞味期限やカロリー、原産地などの意識

食品の賞味期限やカロリー、原産地などを見ているかについては、「いつも見ている」が21.5%、「どちらかといえば見る」が41.0%と、ある程度見ている人は約63%います。

一方、「どちらかといえば見ない」(13.3%)、「ほとんどみない」(23.1%)と、見ていない人も約36%います。

図表 2-28 食品の賞味期限やカロリー、原産地などの意識 [N=195]



なお、女子に比べて、男子の方が「ほとんどみない」とする割合が高くなっています。

図表 2-29 男女別 食品の賞味期限やカロリー、原産地などの意識 [N=195]

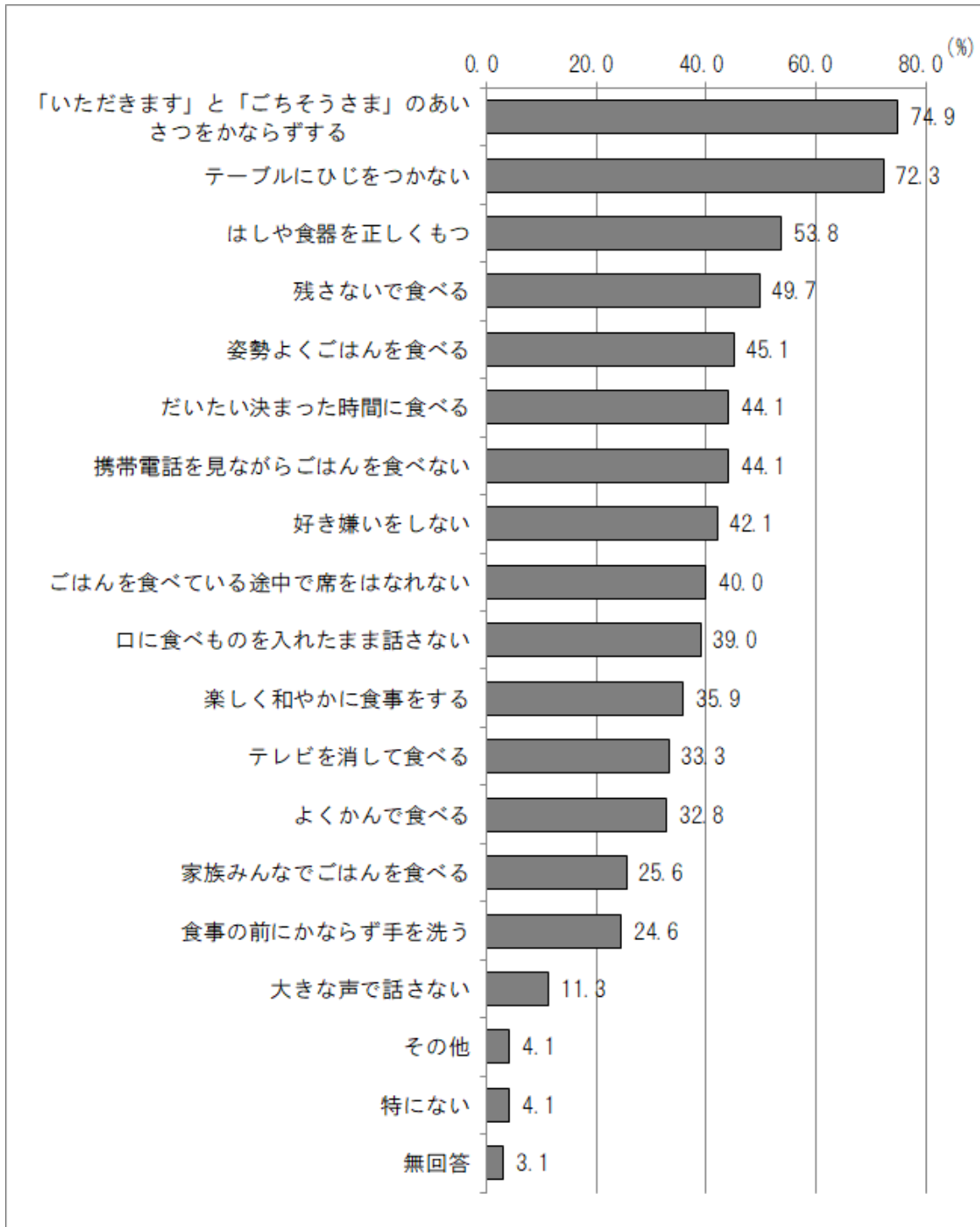
上段：人数 下段：%

		買ったとき、賞味期限、カロリー、原産地などの表示を見るか					
		合計	いつも見ている	どちらかといえば見る	どちらかといえば見ない	ほとんどみない	無回答
男女別	合計	195	42	80	26	45	2
		100	21.5	41.0	13.3	23.1	1.0
	男	102	20	40	14	28	-
		100	19.6	39.2	13.7	27.5	-
	女	93	22	40	12	17	2
		100	23.7	43.0	12.9	18.3	2.2

(11) 食習慣・マナーなどで気を使っていること

食習慣・マナーなどで気を使っていることについては、「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをかならずする」が74.9%、と最も高く、次いで「テーブルにひじをつかない」（72.3%）、「はしや食器を正しくもつ」（53.8%）などとなっています。

図表 2-30 食習慣・マナーなどで気を使っていること [N=195;複数回答]



男女別にみると、「男子」は「女子」に比べ「残さないで食べる」「だいたい決まった時間に食べる」とする割合が高く、「女子」は「男子」に比べて「テーブルにひじをつかない」「携帯電話を見ながらごはんを食べない」「口に食べものを入れたまま話さない」「テレビを消して食べる」の割合が高くなっています。

図表 2-31 男女別食習慣・マナーなどで気を使っていること

[N=195;複数回答]

上段:人数 下段:%

		食習慣やマナーなどで、気を使っていること、こだわっていること、 家庭の決まりごとなど									
		合計	家族みんなでごはんを食べる	だいたい決まった時間に食べる	楽しく和やかに食事をすすめる	テレビを消して食べる	残さないで食べる	好き嫌いをしない	食事の前にならず手を洗う	口に食べものを入れたまま話さない	「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをかならずする
男女別	合計	195	50	86	70	65	97	82	48	76	146
		100	25.6	44.1	35.9	33.3	49.7	42.1	24.6	39.0	74.9
	男	102	26	49	36	28	55	40	22	34	75
		100	25.5	48.0	35.3	27.5	53.9	39.2	21.6	33.3	73.5
女	93	24	37	34	37	42	42	26	42	71	
	100	25.8	39.8	36.6	39.8	45.2	45.2	28.0	45.2	76.3	

		食習慣やマナーなどで、気を使っていること、こだわっていること、 家庭の決まりごとなど(続き)									
		大きな声で話さない	姿勢よくごはんを食べる	はしや食器を正しくもつ	テーブルにひじをつかない	よくかんで食べる	ごはんを食べている途中で席をはなれない	携帯電話を見ながらごはんを食べない	その他	特にない	無回答
男女別	合計	22	88	105	141	64	78	86	8	8	6
		11.3	45.1	53.8	72.3	32.8	40.0	44.1	4.1	4.1	3.1
	男	10	43	56	71	30	40	35	5	4	3
		9.8	42.2	54.9	69.6	29.4	39.2	34.3	4.9	3.9	2.9
女	12	45	49	70	34	38	51	3	4	3	
	12.9	48.4	52.7	75.3	36.6	40.9	54.8	3.2	4.3	3.2	

IV 中・高校生

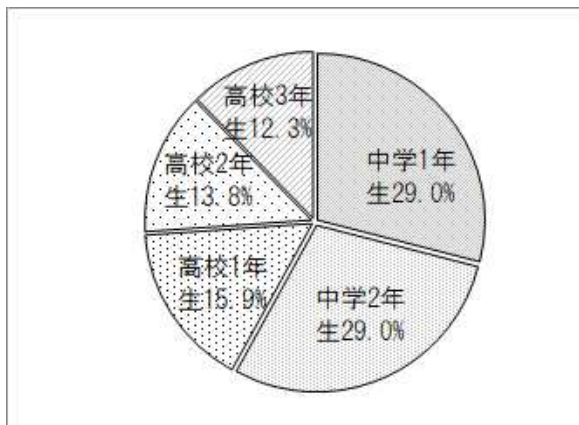
1. 対象者について

(1) 年齢・性別

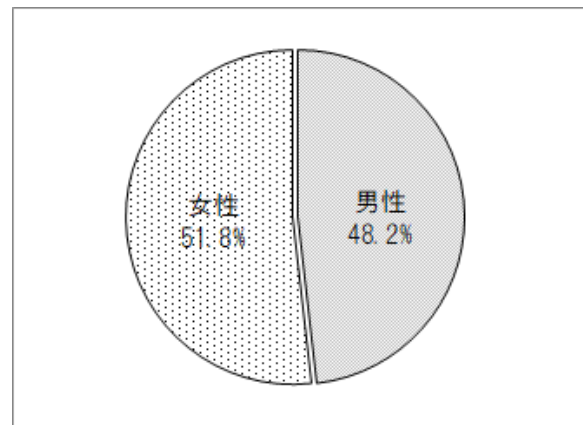
対象者の年齢は「中学1年生」と「中学2年生」がともに29.0%と最も高くなっています。

性別は、「男性」が48.2%、「女性」が51.8%となっています。

図表 3-1 年 齢 [N=276]



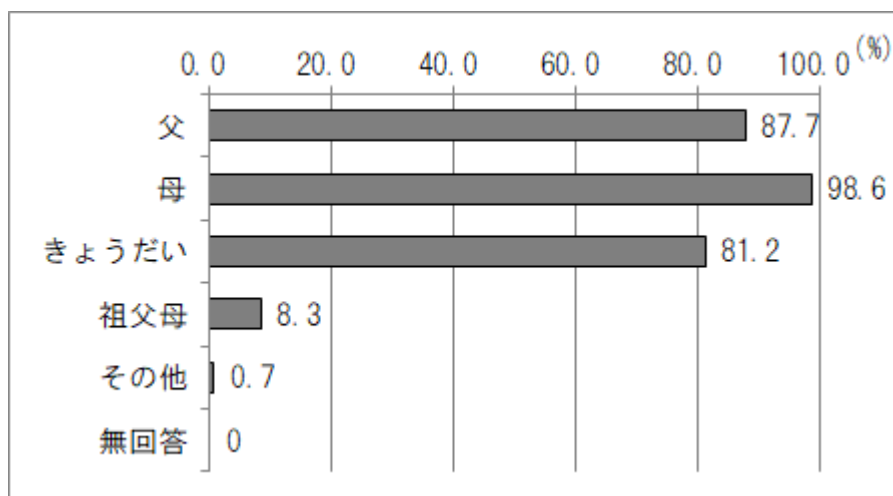
図表 3-2 性 別 [N=276]



(2) 同居の家族

同居の家族をみると、大半が「父」(87.7%)、「母」(98.6%)、きょうだい(81.2%)となっています。

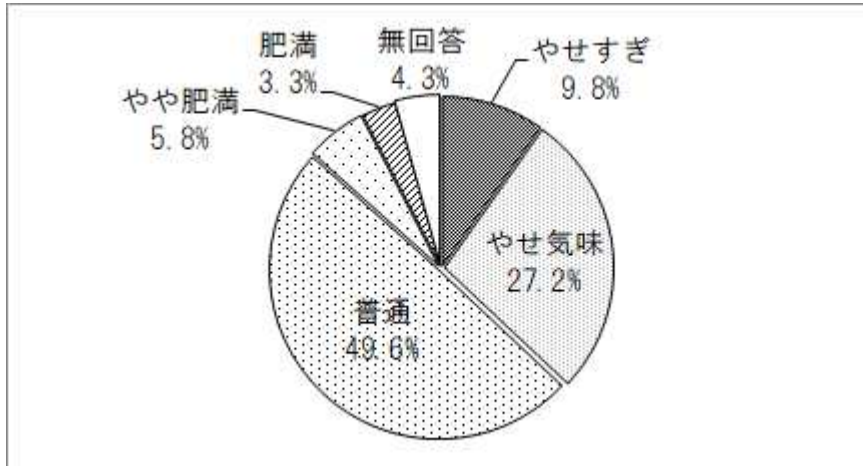
図表 3-3 同居の家族 [N=276; 複数回答]



(3) 日比式肥満度

対象者の日比式肥満度をみると、「やせすぎ」(9.8%)、「やせ気味」(27.2%)といった、やせている人が約37%、「普通」が49.6%、「やや肥満」(5.8%)、「肥満」(3.3%)といった、肥満の人が約9%となっています。

図表 3-4 日比式肥満度 [N=276]



男女別にみると男性に、学齢別では、中学生に「やせ気味」の割合が高くなっています。

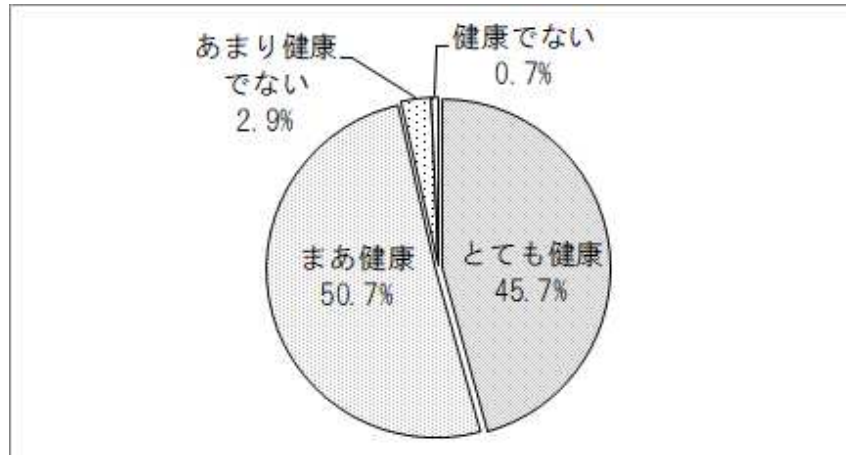
図表 3-5 男女別・学齢別日比式肥満度 [N=276]

		肥満度区分						
		合計	やせすぎ	やせ気味	普通	やや肥満	肥満	無回答
男女別	合計	276	27	75	137	16	9	12
		100	9.8	27.2	49.6	5.8	3.3	4.3
	男性	133	16	47	56	5	4	5
		100	12.0	35.3	42.1	3.8	3.0	3.8
女性	143	11	28	81	11	5	7	
	100	7.7	19.6	56.6	7.7	3.5	4.9	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	
学年区分	合計	276	27	75	137	16	9	12
		100	9.8	27.2	49.6	5.8	3.3	4.3
	中学1年生	80	7	23	44	4	1	1
		100	8.8	28.8	55.0	5.0	1.3	1.3
	中学2年生	80	10	28	26	4	4	8
		100	12.5	35.0	32.5	5.0	5.0	10.0
	16歳 (高校1年生)	44	5	9	24	3	2	1
		100	11.4	20.5	54.5	6.8	4.5	2.3
	17歳 (高校2年生)	38	4	7	21	2	2	2
	100	10.5	18.4	55.3	5.3	5.3	5.3	
18歳 (高校3年生)	34	1	8	22	3	-	-	
	100	2.9	23.5	64.7	8.8	-	-	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	
学齢区分	回答者数	276	27	75	137	16	9	12
		100	9.8	27.2	49.6	5.8	3.3	4.3
	中学生	160	17	51	70	8	5	9
		100	10.6	31.9	43.8	5.0	3.1	5.6
	高校生	116	10	24	67	8	4	3
	100	8.6	20.7	57.8	6.9	3.4	2.6	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	

(4) 健康状態

健康状態については、「とても健康」が45.7%、「まあ健康」が50.7%と、大半が健康としています。一方「あまり健康でない」が2.9%、「健康でない」が0.7%と、健康でない人が3.6%います。

図表 3-6 健康状態 [N=276]



男女別にみると女性に、学齢別では、中学生に「とても健康」の割合が高くなっています。

図表 3-7 男女別・学齢別健康状態 [N=276]

上段:人数 下段:%

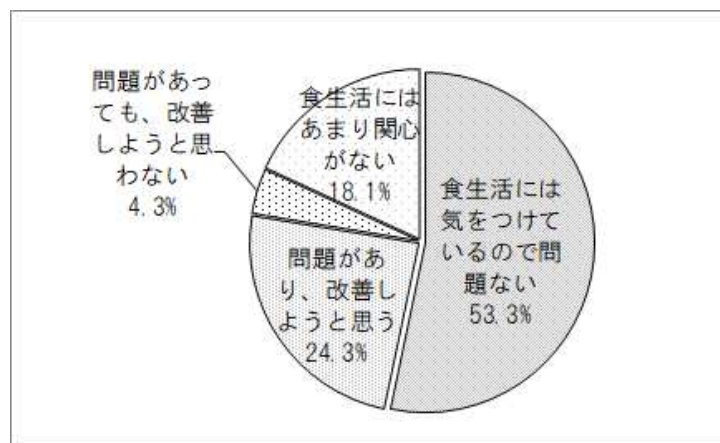
		自分の健康状態					
		合計	とても健康	まあ健康	あまり健康でない	健康でない	無回答
男女別	合計	276	126	140	8	2	-
		100	45.7	50.7	2.9	0.7	-
	男性	133	50	77	4	2	-
		100	37.6	57.9	3.0	1.5	-
	女性	143	76	63	4	-	-
	100	53.1	44.1	2.8	-	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	126	140	8	2	-
		100	45.7	50.7	2.9	0.7	-
	中学1年生	80	51	27	2	-	-
		100	63.8	33.8	2.5	-	-
	中学2年生	80	34	44	2	-	-
		100	42.5	55.0	2.5	-	-
	16歳 (高校1年生)	44	17	25	2	-	-
		100	38.6	56.8	4.5	-	-
	17歳 (高校2年生)	38	11	23	2	2	-
		100	28.9	60.5	5.3	5.3	-
18歳 (高校3年生)	34	13	21	-	-	-	
	100	38.2	61.8	-	-	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	126	140	8	2	-
		100	45.7	50.7	2.9	0.7	-
	中学生	160	85	71	4	-	-
		100	53.1	44.4	2.5	-	-
	高校生	116	41	69	4	2	-
	100	35.3	59.5	3.4	1.7	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-

2. 食習慣について

(1) 自分の食生活の問題の有無、問題点

自分の食生活（食べるもの、食べる時間、食べ方など）への問題については、「食生活には気をつけているので問題ない」が53.3%、「問題があり、改善しようと思う」（24.3%）、「問題があっても、改善しようと思わない」（4.3%）といった、なんらかの問題があるとしているのは約29%、「食生活にはあまり関心がない」が18.1%となっています。

図表 3-8 自分の食生活の問題の有無 [N=276]



男女別にみると、男性よりも女性の方が「食生活には気をつけているので問題ない」とするものがやや多く、また、男性に「食生活にはあまり関心がない」とする割合が高くなっています。

学齢別では、高校生よりも中学生に「食生活には気をつけているので問題ない」とする割合が高くなっており、一方で、中学生よりも高校生に「食生活にはあまり関心がない」とする割合が高くなっています。

また、問題があるとするものの問題点としては、「スナック菓子や甘い飲み物をよくとる」が41.8%と最も高く、次いで「好き嫌いがある」（40.5%）、「野菜不足である」（38.0%）などとなっています。

問題があるとするものの男女別では、男性の方が「野菜不足である」「バランスが悪い」ことの割合が高く、一方、女性に「スナック菓子や甘い飲み物をよくとる」ことを問題とする割合が高くなっています。

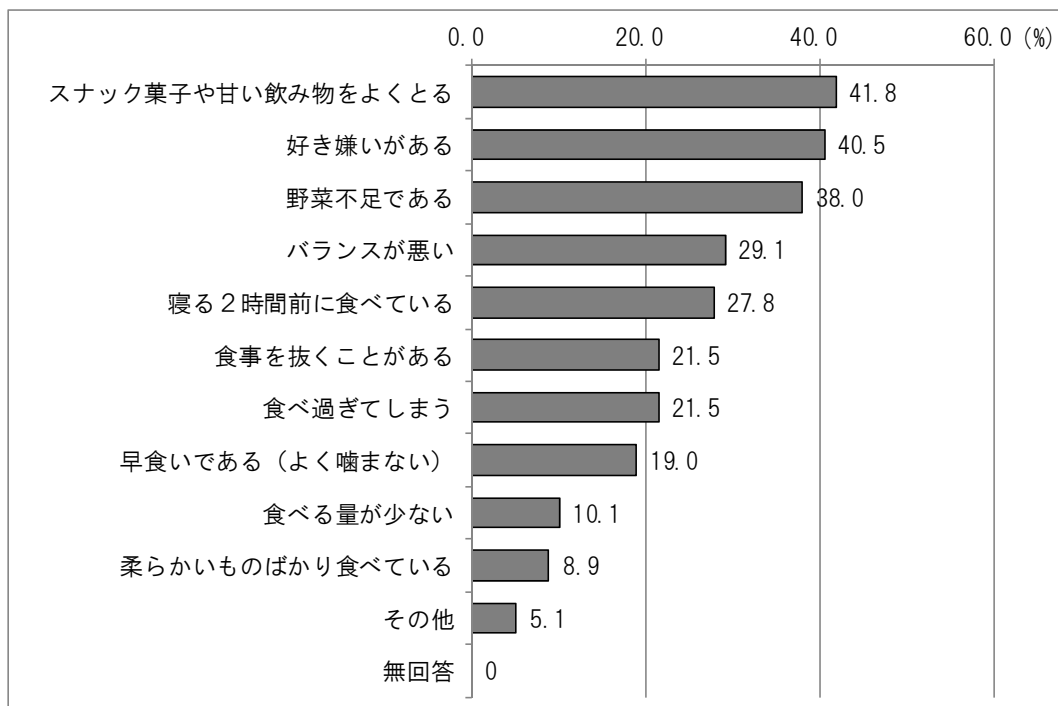
また、学齢別では、中学生の方が「好き嫌いがある」「スナック菓子や甘い飲み物をよくとる」ことの割合が高く、一方、高校生に「野菜不足である」「食べ過ぎてしまう」ことを問題とする割合が高くなっています。

図表 3-9 男女別・学齢別自分の食生活の問題の有無

上段:人数 下段:%

		食生活に問題があるか					
		合計	食生活には気をつけているので問題ない	問題があり、改善しようと思う	問題があっても、改善しようと思わない	食生活にはあまり関心がない	無回答
男女別	合計	276	147	67	12	50	-
		100	53.3	24.3	4.3	18.1	-
	男性	133	67	30	5	31	-
		100	50.4	22.6	3.8	23.3	-
	女性	143	80	37	7	19	-
	100	55.9	25.9	4.9	13.3	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	147	67	12	50	-
		100	53.3	24.3	4.3	18.1	-
	中学1年生	80	53	13	2	12	-
		100	66.3	16.3	2.5	15.0	-
	中学2年生	80	41	24	4	11	-
		100	51.3	30.0	5.0	13.8	-
	16歳 (高校1年生)	44	19	11	2	12	-
		100	43.2	25.0	4.5	27.3	-
17歳 (高校2年生)	38	17	11	1	9	-	
	100	44.7	28.9	2.6	23.7	-	
18歳 (高校3年生)	34	17	8	3	6	-	
	100	50.0	23.5	8.8	17.6	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	147	67	12	50	-
		100	53.3	24.3	4.3	18.1	-
	中学生	160	94	37	6	23	-
		100	58.8	23.1	3.8	14.4	-
	高校生	116	53	30	6	27	-
	100	45.7	25.9	5.2	23.3	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-

図表 3-10 自分の食生活の問題点 [N=276;複数回答]



図表 3-11 男女別・学齢別自分の食生活の問題点 [N=79;複数回答]

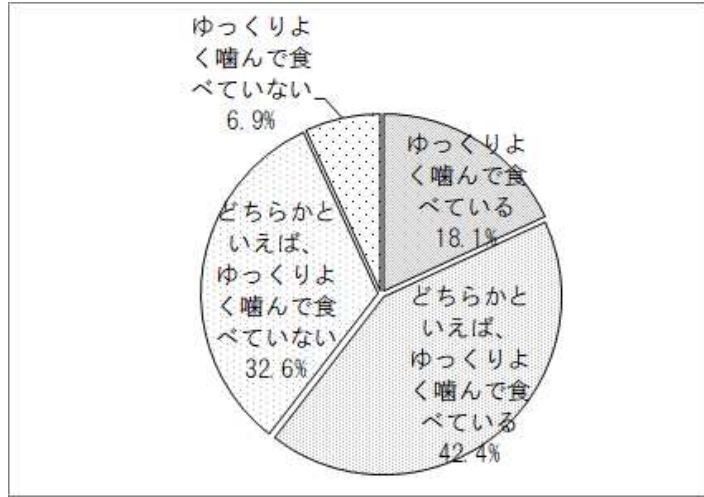
上段:人数 下段:%

		食生活の問題点												
		合計	食事を抜くことがある	野菜不足である	寝る2時間前に食べている	スナック菓子や甘い飲み物をよくとる	早食いである(よく噛まない)	柔らかいものばかり食べている	食べる量が少ない	食べ過ぎてしまう	好き嫌いがある	バランスが悪い	その他	無回答
男女別	合計	79	17	30	22	33	15	7	8	17	32	23	4	-
		100	21.5	38.0	27.8	41.8	19.0	8.9	10.1	21.5	40.5	29.1	5.1	-
	男性	35	6	16	9	10	8	2	4	6	15	13	1	-
		100	17.1	45.7	25.7	28.6	22.9	5.7	11.4	17.1	42.9	37.1	2.9	-
	女性	44	11	14	13	23	7	5	4	11	17	10	3	-
		100	25.0	31.8	29.5	52.3	15.9	11.4	9.1	25.0	38.6	22.7	6.8	-
無回答		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学年区分	合計	79	17	30	22	33	15	7	8	17	32	23	4	-
		100	21.5	38.0	27.8	41.8	19.0	8.9	10.1	21.5	40.5	29.1	5.1	-
	中学1年生	15	2	3	4	9	4	2	2	2	7	5	1	-
		100	13.3	20.0	26.7	60.0	26.7	13.3	13.3	13.3	46.7	33.3	6.7	-
	中学2年生	28	5	9	5	13	4	1	2	4	16	6	1	-
		100	17.9	32.1	17.9	46.4	14.3	3.6	7.1	14.3	57.1	21.4	3.6	-
	16歳 (高校1年生)	13	3	3	6	3	1	1	-	6	2	4	1	-
		100	23.1	23.1	46.2	23.1	7.7	7.7	-	46.2	15.4	30.8	7.7	-
	17歳 (高校2年生)	12	4	7	2	4	3	1	1	3	2	4	1	-
		100	33.3	58.3	16.7	33.3	25.0	8.3	8.3	25.0	16.7	33.3	8.3	-
18歳 (高校3年生)	11	3	8	5	4	3	2	3	2	5	4	-	-	
	100	27.3	72.7	45.5	36.4	27.3	18.2	27.3	18.2	45.5	36.4	-	-	
無回答		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学齢区分	回答者数	79	17	30	22	33	15	7	8	17	32	23	4	-
		100	21.5	38.0	27.8	41.8	19.0	8.9	10.1	21.5	40.5	29.1	5.1	-
	中学生	43	7	12	9	22	8	3	4	6	23	11	2	-
		100	16.3	27.9	20.9	51.2	18.6	7.0	9.3	14.0	53.5	25.6	4.7	-
	高校生	36	10	18	13	11	7	4	4	11	9	12	2	-
		100	27.8	50.0	36.1	30.6	19.4	11.1	11.1	30.6	25.0	33.3	5.6	-
無回答		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

(2) ゆっくりよく噛んで食べることの有無

ふだんゆっくりよく噛んで食べているかについては、「ゆっくりよく噛んで食べている」が18.1%、「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている」が42.4%と、約61%がある程度ゆっくりよくかんでいるとしています。一方、「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べていない」(32.6%)、「ゆっくりよく噛んで食べていない」(6.9%)と、ゆっくりよくかんで食べていない人も約40%います。

図表 3-12 ゆっくりよく噛んで食べることの有無 [N=276]



図表 3-13 男女別・学齢別ゆっくりよく噛んで食べることの有無 [N=276]

上段:人数 下段:%

		ゆっくりよく噛んで食べているか					
		合計	ゆっくりよく噛んで食べている	どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている	どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べていない	ゆっくりよく噛んで食べていない	無回答
男女別	合計	276	50	117	90	19	-
		100	18.1	42.4	32.6	6.9	-
	男性	133	20	52	52	9	-
		100	15.0	39.1	39.1	6.8	-
	女性	143	30	65	38	10	-
	100	21.0	45.5	26.6	7.0	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	50	117	90	19	-
		100	18.1	42.4	32.6	6.9	-
	中学1年生	80	15	39	19	7	-
		100	18.8	48.8	23.8	8.8	-
	中学2年生	80	13	38	24	5	-
		100	16.3	47.5	30.0	6.3	-
	16歳(高校1年生)	44	11	13	17	3	-
		100	25.0	29.5	38.6	6.8	-
	17歳(高校2年生)	38	5	15	15	3	-
	100	13.2	39.5	39.5	7.9	-	
18歳(高校3年生)	34	6	12	15	1	-	
	100	17.6	35.3	44.1	2.9	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	50	117	90	19	-
		100	18.1	42.4	32.6	6.9	-
	中学生	160	28	77	43	12	-
		100	17.5	48.1	26.9	7.5	-
	高校生	116	22	40	47	7	-
	100	19.0	34.5	40.5	6.0	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-

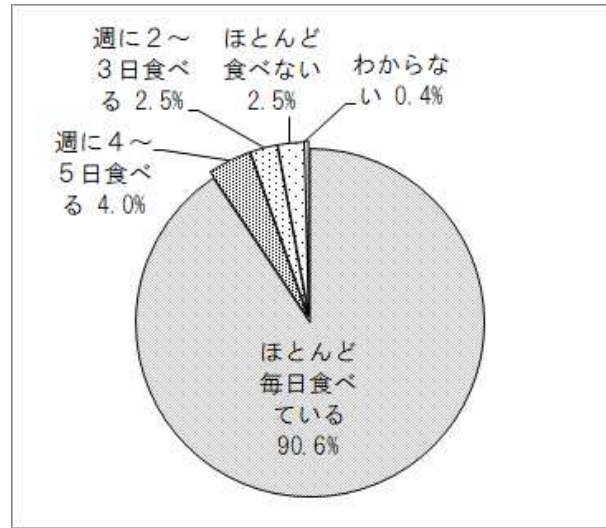
(3) 朝食の状況、朝食を食べていない理由

朝食の状況については、大半が「ほとんど毎日食べている」(90.6%)、「週に4～5日食べる」(4.0%)としています。

学齢別には、高校生よりも中学生の方が、「ほとんど毎日食べている」割合が高くなっています。

一方で「週に2～3日食べる」(2.5%)、「ほとんど食べない」(2.5%)といった朝食を食べていない人が約5%います。朝食を食べていない理由としては、「食べる時間がない」、「食べるより寝ていたい」「食欲がない」が多くなっています。

図表 3-14 朝食の状況 [N=276]

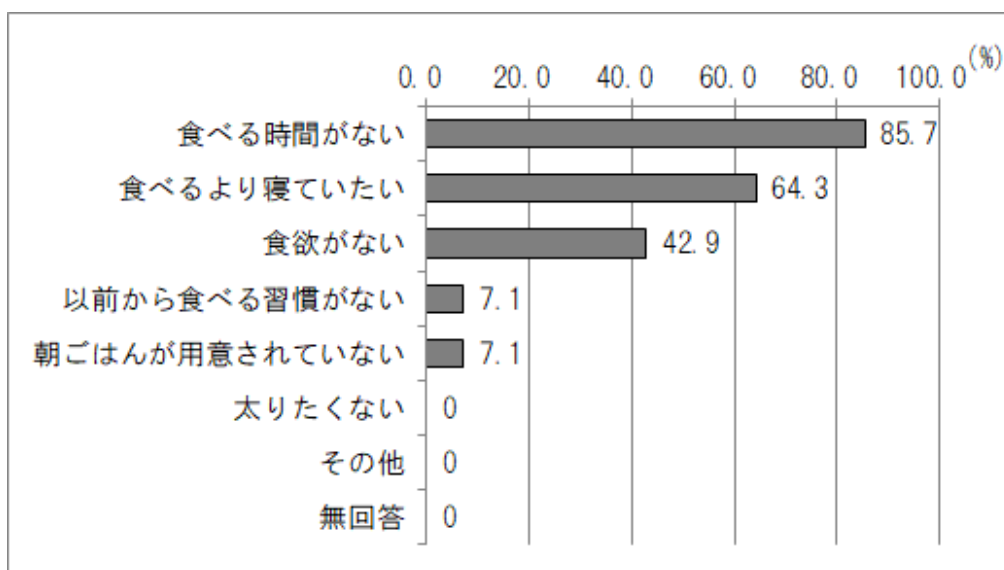


図表 3-15 男女別・学齢別朝食の状況 [N=276]

上段:人数 下段:%

		朝食を食べているか						
		合計	ほとんど毎日食べている	週に4～5日食べる	週に2～3日食べる	ほとんど食べない	わからない	無回答
男女別	合計	276	250	11	7	7	1	-
		100	90.6	4.0	2.5	2.5	0.4	-
	男性	133	120	4	4	4	1	-
		100	90.2	3.0	3.0	3.0	0.8	-
	女性	143	130	7	3	3	-	-
	100	90.9	4.9	2.1	2.1	-	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	250	11	7	7	1	-
		100	90.6	4.0	2.5	2.5	0.4	-
	中学1年生	80	77	2	-	1	-	-
		100	96.3	2.5	-	1.3	-	-
	中学2年生	80	74	2	2	1	1	-
		100	92.5	2.5	2.5	1.3	1.3	-
	16歳 (高校1年生)	44	36	5	2	1	-	-
		100	81.8	11.4	4.5	2.3	-	-
	17歳 (高校2年生)	38	32	1	3	2	-	-
		100	84.2	2.6	7.9	5.3	-	-
18歳 (高校3年生)	34	31	1	-	2	-	-	
	100	91.2	2.9	-	5.9	-	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	250	11	7	7	1	-
		100	90.6	4.0	2.5	2.5	0.4	-
	中学生	160	151	4	2	2	1	-
		100	94.4	2.5	1.3	1.3	0.6	-
	高校生	116	99	7	5	5	-	-
	100	85.3	6.0	4.3	4.3	-	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-

図表 3-16 朝食を食べていない理由 [N=14]



図表 3-17 男女別・学齢別朝食を食べていない理由 [N=14]

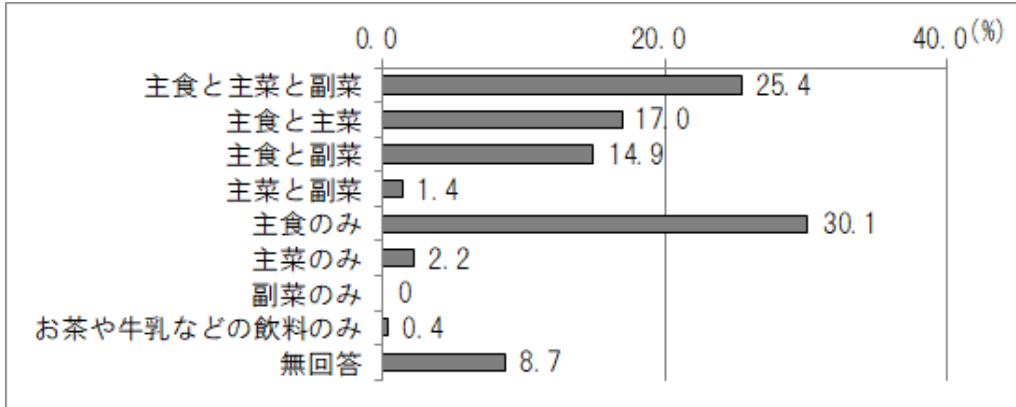
上段:人数 下段:%

		朝食をあまり食べない理由								
		合計	食欲がない	太りたくない	食べる時間がない	以前から食べる習慣がない	朝ごはんが用意されていない	食べるより寝ていたい	その他	無回答
男女別	合計	14	6	-	12	1	1	9	-	-
		100	42.9	-	85.7	7.1	7.1	64.3	-	-
	男性	8	4	-	6	1	-	6	-	-
		100	50.0	-	75.0	12.5	-	75.0	-	-
	女性	6	2	-	6	-	1	3	-	-
	100	33.3	-	100.0	-	16.7	50.0	-	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	14	6	-	12	1	1	9	-	-
		100	42.9	-	85.7	7.1	7.1	64.3	-	-
	中学1年生	1	-	-	1	-	-	-	-	-
		100	-	-	100.0	-	-	-	-	-
	中学2年生	3	1	-	2	-	-	3	-	-
		100	33.3	-	66.7	-	-	100.0	-	-
	16歳 (高校1年生)	3	2	-	2	-	-	2	-	-
		100	66.7	-	66.7	-	-	66.7	-	-
17歳 (高校2年生)	5	2	-	5	-	1	2	-	-	
	100	40.0	-	100.0	-	20.0	40.0	-	-	
18歳 (高校3年生)	2	1	-	2	1	-	2	-	-	
	100	50.0	-	100.0	50.0	-	100.0	-	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	14	6	-	12	1	1	9	-	-
		100	42.9	-	85.7	7.1	7.1	64.3	-	-
	中学生	4	1	-	3	-	-	3	-	-
		100	25.0	-	75.0	-	-	75.0	-	-
	高校生	10	5	-	9	1	1	6	-	-
	100	50.0	-	90.0	10.0	10.0	60.0	-	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-	-

(4) 朝食の種類

朝食の種類は、「主食のみ」が30.1%と最も高く、次いで「主食と主菜と副菜」(25.4%)、「主食と主菜」(17.0%)「主食と副菜」(14.9%)となっています。

図表 3-18 朝食の種類 [N=276]



図表 3-19 性別・学齢別朝食の種類 [N=276]

上段:人数 下段:%

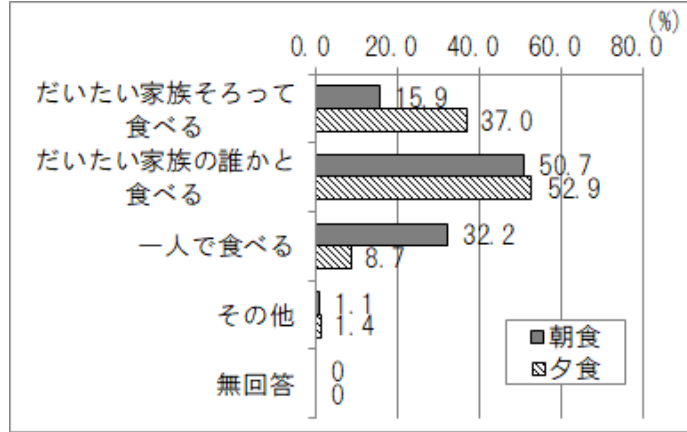
		朝食の内容									
		合計	主食と副菜と	主食と主菜	主食と副菜	主菜と副菜	主食のみ	主菜のみ	副菜のみ	お茶や牛乳などの飲料のみ	無回答
男女別	合計	276	70	47	41	4	83	6	-	1	24
		100	25.4	17.0	14.9	1.4	30.1	2.2	-	0.4	8.7
	男性	133	40	17	16	3	40	5	-	-	12
		100	30.1	12.8	12.0	2.3	30.1	3.8	-	-	9.0
	女性	143	30	30	25	1	43	1	-	1	12
100		21.0	21.0	17.5	0.7	30.1	0.7	-	0.7	8.4	
無回答		-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学年区分	合計	276	70	47	41	4	83	6	-	1	24
		100	25.4	17.0	14.9	1.4	30.1	2.2	-	0.4	8.7
	中学1年生	80	23	15	18	1	17	2	-	-	4
		100	28.8	18.8	22.5	1.3	21.3	2.5	-	-	5.0
	中学2年生	80	20	14	13	1	23	1	-	1	7
		100	25.0	17.5	16.3	1.3	28.8	1.3	-	1.3	8.8
	16歳 (高校1年生)	44	10	8	2	-	17	2	-	-	5
		100	22.7	18.2	4.5	-	38.6	4.5	-	-	11.4
	17歳 (高校2年生)	38	10	3	5	1	16	-	-	-	3
100		26.3	7.9	13.2	2.6	42.1	-	-	-	7.9	
18歳 (高校3年生)	34	7	7	3	1	10	1	-	-	5	
	100	20.6	20.6	8.8	2.9	29.4	2.9	-	-	14.7	
無回答		-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学齢区分	回答者数	276	70	47	41	4	83	6	-	1	24
		100	25.4	17.0	14.9	1.4	30.1	2.2	-	0.4	8.7
	中学生	160	43	29	31	2	40	3	-	1	11
		100	26.9	18.1	19.4	1.3	25.0	1.9	-	0.6	6.9
	高校生	116	27	18	10	2	43	3	-	-	13
100		23.3	15.5	8.6	1.7	37.1	2.6	-	-	11.2	
無回答		-	-	-	-	-	-	-	-	-	

(5) 朝食や夕食を一緒に食べる人の有無

朝食や夕食を一緒に食べる人は、朝食、夕食ともに約半数が「だいたい家族の誰かと食べる」（それぞれ 50.7%、52.9%）となっています。次いで朝食は「一人で食べる」が 32.2%、夕食は「だいたい家族そろって食べる」が 37.0%となっています。

なお、高校生に「一人で食べる」割合が高くなっています。

図表 3-20 朝食や夕食を一緒に食べる人の有無 [N=276]



図表 3-21 男女別・学齢別朝食や夕食を一緒に食べる人の有無 [N=276]

上段:人数 下段:%

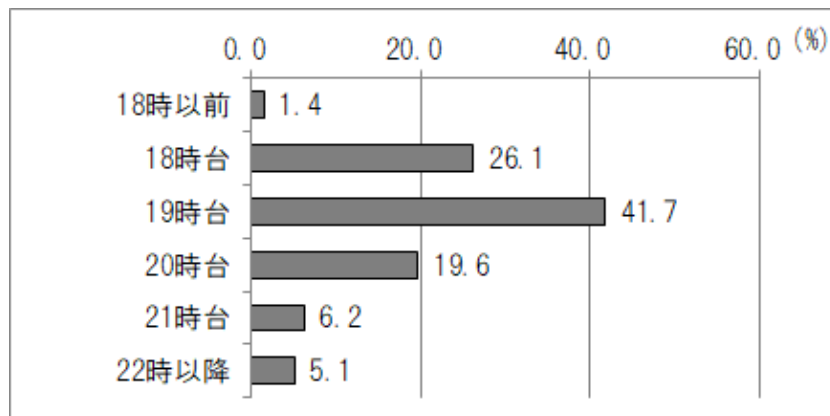
		合計	朝食を食べる相手					夕食を食べる相手				
			だいたい家族そろって食べる	だいたい家族の誰かと食べる	一人で食べる	その他	無回答	だいたい家族そろって食べる	だいたい家族の誰かと食べる	一人で食べる	その他	無回答
男女別	合計	276	44	140	89	3	-	102	146	24	4	-
		100	15.9	50.7	32.2	1.1	-	37.0	52.9	8.7	1.4	-
	男性	133	23	68	40	2	-	47	70	14	2	-
		100	17.3	51.1	30.1	1.5	-	35.3	52.6	10.5	1.5	-
	女性	143	21	72	49	1	-	55	76	10	2	-
	100	14.7	50.3	34.3	0.7	-	38.5	53.1	7.0	1.4	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	44	140	89	3	-	102	146	24	4	-
		100	15.9	50.7	32.2	1.1	-	37.0	52.9	8.7	1.4	-
	中学1年生	80	15	52	13	-	-	35	40	3	2	-
		100	18.8	65.0	16.3	-	-	43.8	50.0	3.8	2.5	-
	中学2年生	80	17	40	23	-	-	32	43	5	-	-
		100	21.3	50.0	28.8	-	-	40.0	53.8	6.3	-	-
	16歳 (高校1年生)	44	7	11	25	1	-	14	26	4	-	-
		100	15.9	25.0	56.8	2.3	-	31.8	59.1	9.1	-	-
17歳 (高校2年生)	38	3	18	16	1	-	13	19	5	1	-	
	100	7.9	47.4	42.1	2.6	-	34.2	50.0	13.2	2.6	-	
18歳 (高校3年生)	34	2	19	12	1	-	8	18	7	1	-	
	100	5.9	55.9	35.3	2.9	-	23.5	52.9	20.6	2.9	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	44	140	89	3	-	102	146	24	4	-
		100	15.9	50.7	32.2	1.1	-	37.0	52.9	8.7	1.4	-
	中学生	160	32	92	36	-	-	67	83	8	2	-
		100	20.0	57.5	22.5	-	-	41.9	51.9	5.0	1.3	-
	高校生	116	12	48	53	3	-	35	63	16	2	-
	100	10.3	41.4	45.7	2.6	-	30.2	54.3	13.8	1.7	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

(6) 夕食の時間

夕食の時間は、「19時台」が41.7%と最も高く、次いで「18時台」（26.1%）、「20時台」（19.6%）となっています。

なお、約1割の高校生は、「22時以降」の遅い時間に夕食をとっています。

図表 3-22 夕食の時間 [N=276]



図表 3-23 男女別・学齢別夕食の時間 [N=276]

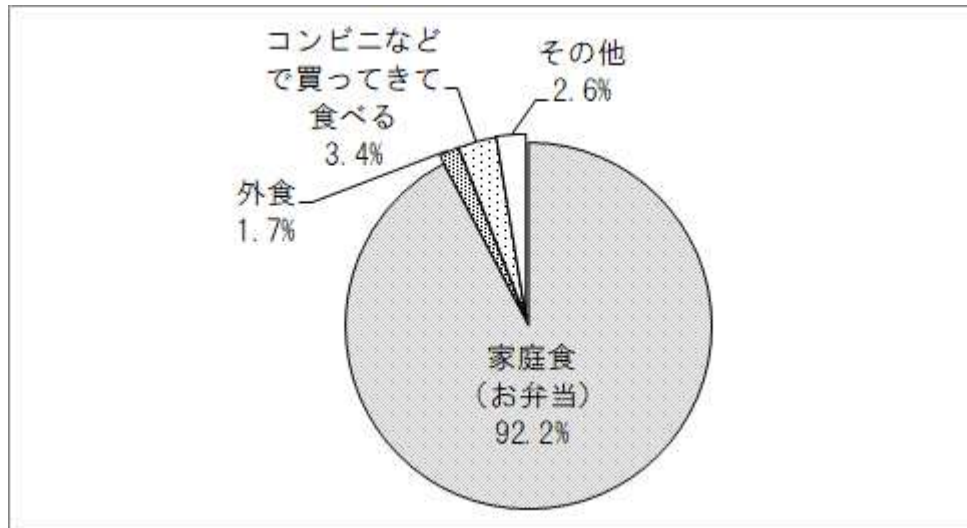
上段：人数 下段：%

		夕食時間区分							
		合計	18時以前	18時台	19時台	20時台	21時台	22時以降	無回答
男女別	合計	276	4	72	115	54	17	14	-
		100	1.4	26.1	41.7	19.6	6.2	5.1	-
	男性	133	1	33	57	26	5	11	-
		100	0.8	24.8	42.9	19.5	3.8	8.3	-
	女性	143	3	39	58	28	12	3	-
	100	2.1	27.3	40.6	19.6	8.4	2.1	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	4	72	115	54	17	14	-
		100	1.4	26.1	41.7	19.6	6.2	5.1	-
	中学1年生	80	1	19	43	13	4	-	-
		100	1.3	23.8	53.8	16.3	5.0	-	-
	中学2年生	80	1	34	27	11	5	2	-
		100	1.3	42.5	33.8	13.8	6.3	2.5	-
	16歳 (高校1年生)	44	2	4	20	13	4	1	-
		100	4.5	9.1	45.5	29.5	9.1	2.3	-
17歳 (高校2年生)	38	-	7	14	11	4	2	-	
	100	-	18.4	36.8	28.9	10.5	5.3	-	
18歳 (高校3年生)	34	-	8	11	6	-	9	-	
	100	-	23.5	32.4	17.6	-	26.5	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	4	72	115	54	17	14	-
		100	1.4	26.1	41.7	19.6	6.2	5.1	-
	中学生	160	2	53	70	24	9	2	-
		100	1.3	33.1	43.8	15.0	5.6	1.3	-
	高校生	116	2	19	45	30	8	12	-
	100	1.7	16.4	38.8	25.9	6.9	10.3	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-

(7) 高校生の昼食の状況

高校生の昼食の状況は、大半が「家庭食（お弁当）」（92.2%）となっています。

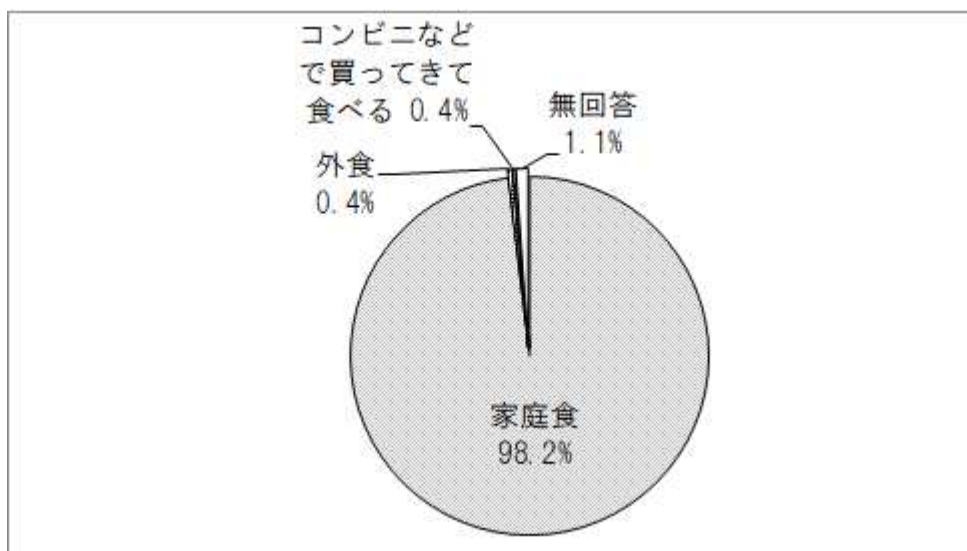
図表 3-24 高校生の昼食の状況 [N=116]



(8) 夕食の状況

夕食の状況は、大半が「家庭食」（98.2%）となっています。

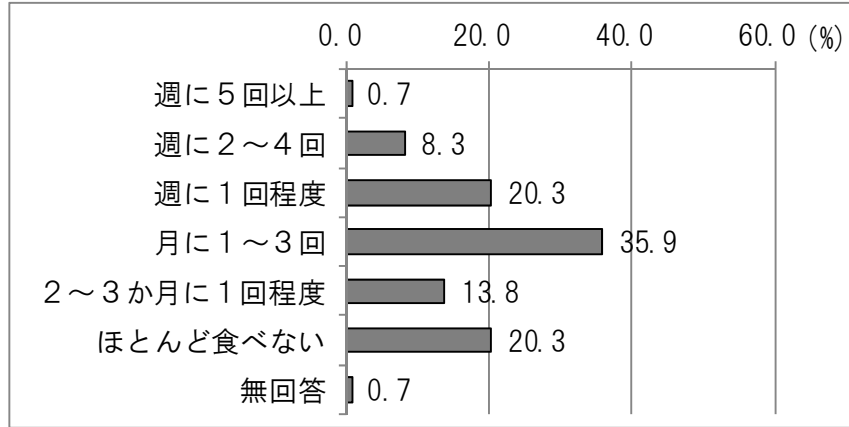
図表 3-25 夕食の状況 [N=276]



(9) インスタント食品の利用頻度

インスタント食品の利用頻度は、「月に1～3回」が35.9%と最も高く、次いで「週に1回程度」、「ほとんど食べない」（ともに20.3%）となっています。

図表 3-26 インスタント食品の利用頻度 [N=276]



図表 3-27 男女別・学齢別インスタント食品の利用頻度 [N=276]

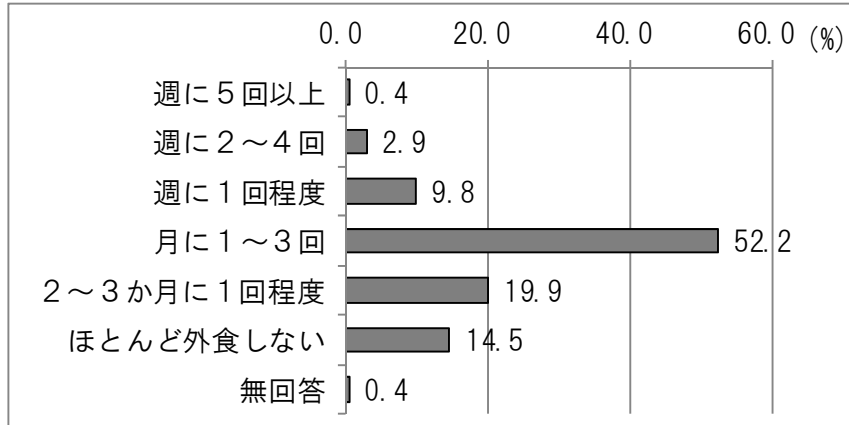
上段：人数 下段：%

		カップラーメンなどのインスタント食品を食べる頻度							
		合計	週に5回以上	週に2～4回	週に1回程度	月に1～3回	2～3か月に1回程度	ほとんど食べない	無回答
男女別	合計	276	2	23	56	99	38	56	2
		100	0.7	8.3	20.3	35.9	13.8	20.3	0.7
	男性	133	2	18	33	51	11	17	1
		100	1.5	13.5	24.8	38.3	8.3	12.8	0.8
	女性	143	-	5	23	48	27	39	1
	100	-	3.5	16.1	33.6	18.9	27.3	0.7	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	2	23	56	99	38	56	2
		100	0.7	8.3	20.3	35.9	13.8	20.3	0.7
	中学1年生	80	-	6	21	24	9	20	-
		100	-	7.5	26.3	30.0	11.3	25.0	-
	中学2年生	80	-	8	17	25	15	14	1
		100	-	10.0	21.3	31.3	18.8	17.5	1.3
	16歳 (高校1年生)	44	-	1	7	24	4	8	-
		100	-	2.3	15.9	54.5	9.1	18.2	-
	17歳 (高校2年生)	38	2	6	5	14	6	5	-
	100	5.3	15.8	13.2	36.8	15.8	13.2	-	
18歳 (高校3年生)	34	-	2	6	12	4	9	1	
	100	-	5.9	17.6	35.3	11.8	26.5	2.9	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	2	23	56	99	38	56	2
		100	0.7	8.3	20.3	35.9	13.8	20.3	0.7
	中学生	160	-	14	38	49	24	34	1
		100	-	8.8	23.8	30.6	15.0	21.3	0.6
	高校生	116	2	9	18	50	14	22	1
	100	1.7	7.8	15.5	43.1	12.1	19.0	0.9	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-

(10) 外食の頻度

外食の頻度は、「月に1～3回」が52.2%と最も高く、次いで「2～3ヶ月に1回程度」（19.9%）、「ほとんど外食しない」（14.5%）となっています。

図表 3-28 外食の頻度 [N=276]



図表 3-29 男女別・学齢別外食の頻度 [N=276]

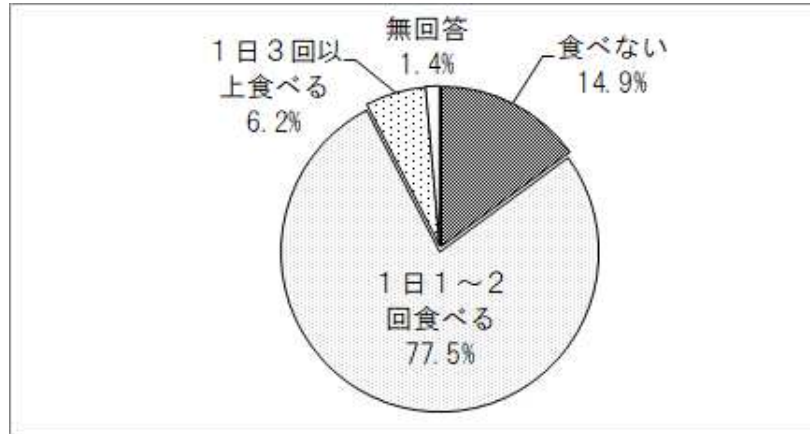
上段:人数 下段:%

		外食の頻度							
		合計	週に5回以上	週に2～4回	週に1回程度	月に1～3回	2～3か月に1回程度	ほとんど外食しない	無回答
男女別	合計	276	1	8	27	144	55	40	1
		100	0.4	2.9	9.8	52.2	19.9	14.5	0.4
	男性	133	1	4	16	73	23	16	-
		100	0.8	3.0	12.0	54.9	17.3	12.0	-
	女性	143	-	4	11	71	32	24	1
	100	-	2.8	7.7	49.7	22.4	16.8	0.7	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	1	8	27	144	55	40	1
		100	0.4	2.9	9.8	52.2	19.9	14.5	0.4
	中学1年生	80	-	1	6	42	20	11	-
		100	-	1.3	7.5	52.5	25.0	13.8	-
	中学2年生	80	-	4	8	39	15	13	1
		100	-	5.0	10.0	48.8	18.8	16.3	1.3
	16歳 (高校1年生)	44	-	-	4	28	5	7	-
		100	-	-	9.1	63.6	11.4	15.9	-
17歳 (高校2年生)	38	1	1	7	19	8	2	-	
	100	2.6	2.6	18.4	50.0	21.1	5.3	-	
18歳 (高校3年生)	34	-	2	2	16	7	7	-	
	100	-	5.9	5.9	47.1	20.6	20.6	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	
学齢区分	回答者数	276	1	8	27	144	55	40	1
		100	0.4	2.9	9.8	52.2	19.9	14.5	0.4
	中学生	160	-	5	14	81	35	24	1
		100	-	3.1	8.8	50.6	21.9	15.0	0.6
	高校生	116	1	3	13	63	20	16	-
	100	0.9	2.6	11.2	54.3	17.2	13.8	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	
		-	-	-	-	-	-	-	

(11) 間食の状況

間食の状況は、大半が「1日1～2回食べる」(77.5%)としています。一方、「食べない」が14.9%となっています。

図表 3-30 間食の状況 [N=276]



間食を「1日1～2回食べる」割合は、中学生がやや高く、一方、「間食を食べない」割合は、高校生がやや高くなっています。

図表 3-31 男女別・学齢別間食の状況 [N=276]

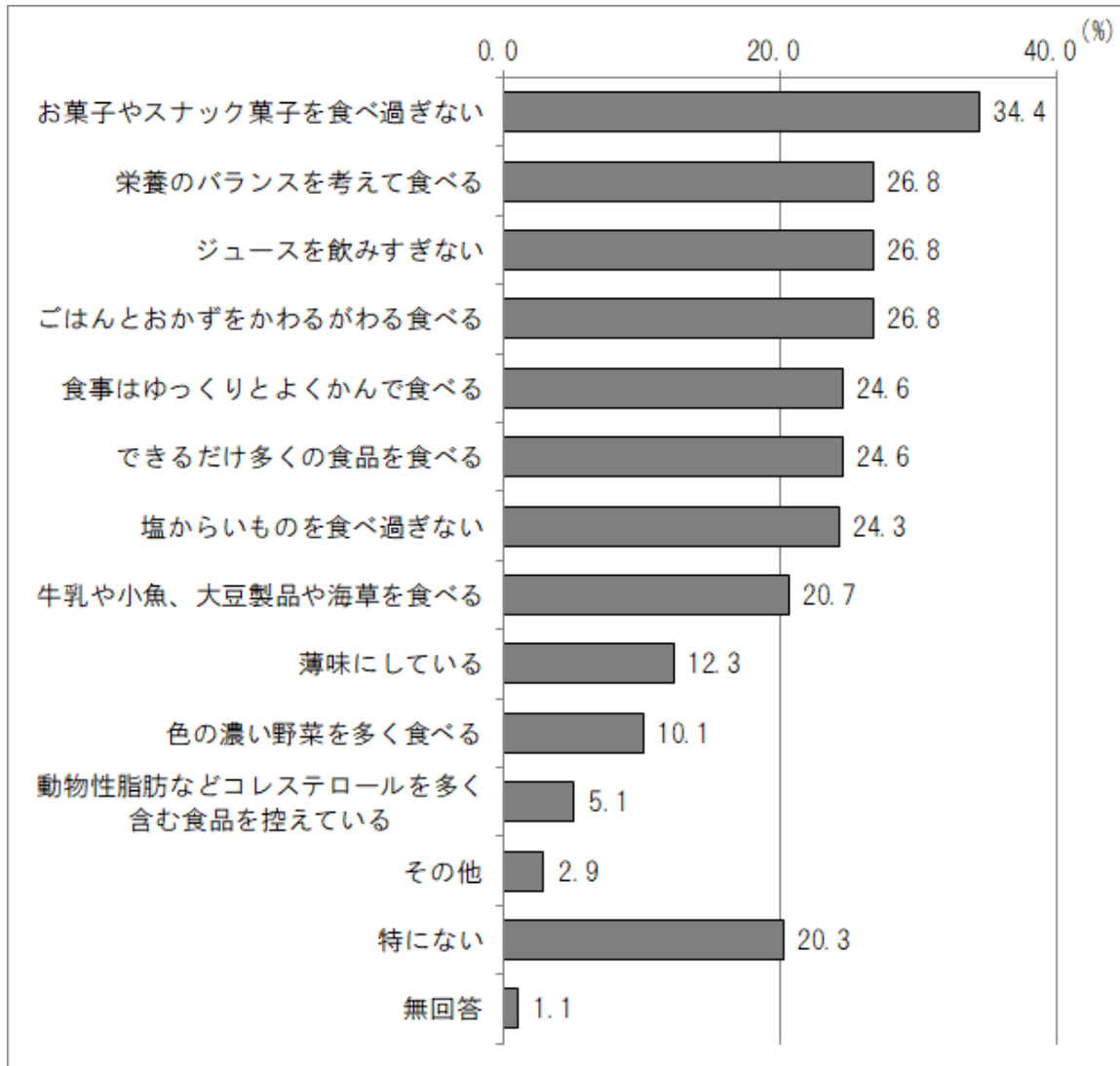
上段:人数 下段:%

		夜食を含め、おやつを一日に何回食べるか				
		合計	食べない	1日1～2回 食べる	1日3回以上 食べる	無回答
男女別	合計	276	41	214	17	4
		100	14.9	77.5	6.2	1.4
	男性	133	21	101	8	3
		100	15.8	75.9	6.0	2.3
	女性	143	20	113	9	1
	100	14.0	79.0	6.3	0.7	
	無回答	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	41	214	17	4
		100	14.9	77.5	6.2	1.4
	中学1年生	80	10	66	4	-
		100	12.5	82.5	5.0	-
	中学2年生	80	9	63	5	3
		100	11.3	78.8	6.3	3.8
	16歳 (高校1年生)	44	6	36	2	-
		100	13.6	81.8	4.5	-
17歳 (高校2年生)	38	7	26	4	1	
	100	18.4	68.4	10.5	2.6	
18歳 (高校3年生)	34	9	23	2	-	
	100	26.5	67.6	5.9	-	
	無回答	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	41	214	17	4
		100	14.9	77.5	6.2	1.4
	中学生	160	19	129	9	3
		100	11.9	80.6	5.6	1.9
	高校生	116	22	85	8	1
	100	19.0	73.3	6.9	0.9	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-

(12) 食事で気を使っていること

食事で気を使っていることは、「お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない」が34.4%と最も高く、次いで「栄養のバランスを考えて食べる」「ジュースを飲みすぎない」「ごはんとおかずをかわるがわる食べる」（ともに26.8%）などとなっています。

図表 3-32 食事で気を使っていること [N=276;複数回答]



男女別にみると、男性に比べ女性の方が、「お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない」「食事はゆっくりとよくかんで食べる」「塩からいものを食べ過ぎない」とする割合が高くなっています。

また、高校生に比べて、中学生の方が、「できるだけ多くの食品を食べる」「塩からいものを食べ過ぎない」「牛乳や小魚、大豆製品や海草を食べる」とする割合が高くなっています。

なお、「特にない」とするものは、女性に比べ男性の方に、中学生に比べ高校生にその割合が高くなっています。

図表 3-33 男女別・学齢別食事で気を使っていること [N=276;複数回答]

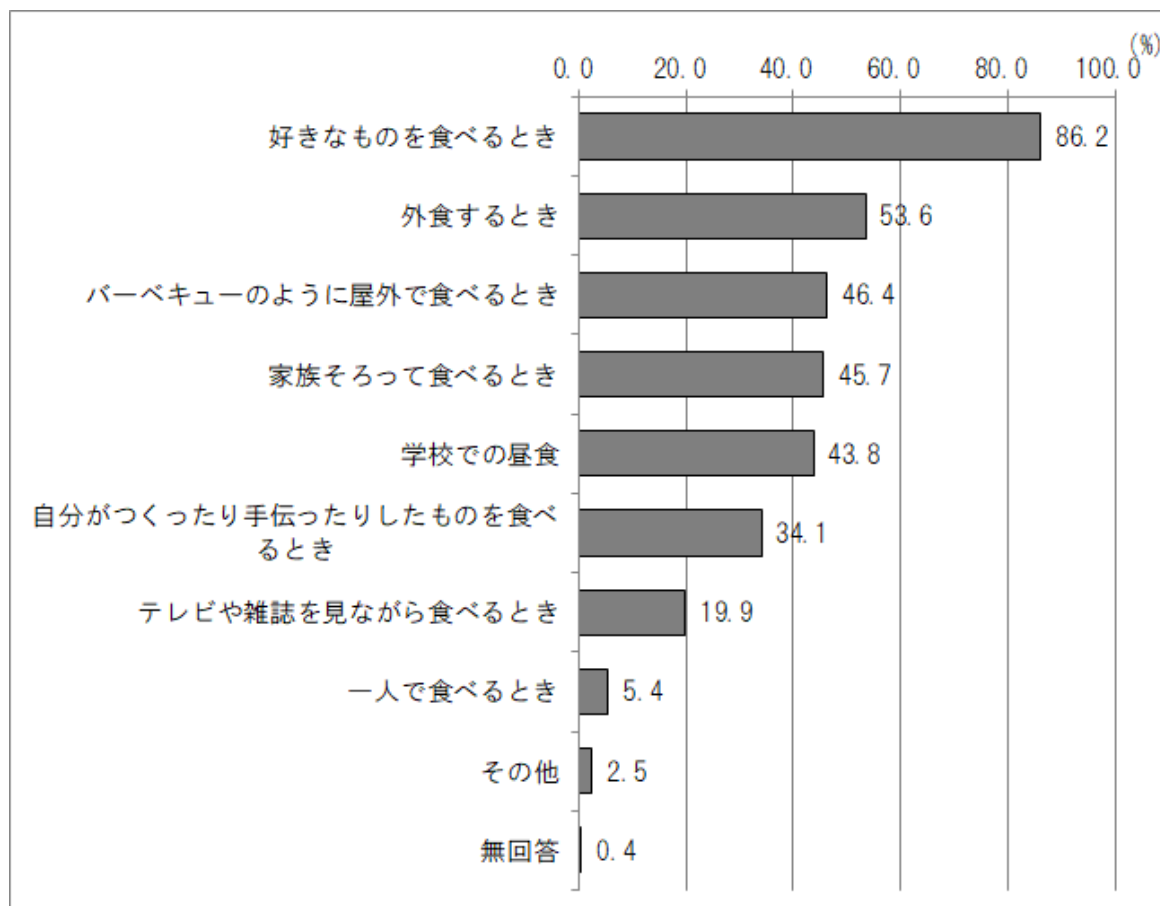
上段：人数 下段：%

		食事で気をつけていること														
		合計	食事はゆつくりとよく かんで食べる	栄養のバランスを 考えて食べる	できるだけ多くの食品 を食べる	ジュースを飲みすぎない	お菓子やスナック菓子 を食べ過ぎない	塩からいものを食べ過 ぎない	牛乳や小魚、大豆製品 や海藻を食べる	色の濃い野菜を多く食 べる	ごはんとおかずをかわ るがわる食べる	薄味にしている	動物性脂肪などコレス テロールを多く含む食 品を控えている	その他	特にない	無回答
男女別	合計	276	68	74	68	74	95	67	57	28	74	34	14	8	56	3
		100	24.6	26.8	24.6	26.8	34.4	24.3	20.7	10.1	26.8	12.3	5.1	2.9	20.3	1.1
	男性	133	21	34	31	26	29	21	24	13	26	10	3	2	36	1
		100	15.8	25.6	23.3	19.5	21.8	15.8	18.0	9.8	19.5	7.5	2.3	1.5	27.1	0.8
	女性	143	47	40	37	48	66	46	33	15	48	24	11	6	20	2
100		32.9	28.0	25.9	33.6	46.2	32.2	23.1	10.5	33.6	16.8	7.7	4.2	14.0	1.4	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学年区分	合計	276	68	74	68	74	95	67	57	28	74	34	14	8	56	3
		100	24.6	26.8	24.6	26.8	34.4	24.3	20.7	10.1	26.8	12.3	5.1	2.9	20.3	1.1
	中学1年生	80	25	28	27	24	27	27	22	10	20	14	2	4	15	-
		100	31.3	35.0	33.8	30.0	33.8	33.8	27.5	12.5	25.0	17.5	2.5	5.0	18.8	-
	中学2年生	80	16	21	23	25	32	21	18	9	27	7	3	2	11	1
		100	20.0	26.3	28.8	31.3	40.0	26.3	22.5	11.3	33.8	8.8	3.8	2.5	13.8	1.3
	16歳 (高校1年生)	44	12	6	6	6	13	6	6	3	9	2	5	2	11	1
		100	27.3	13.6	13.6	13.6	29.5	13.6	13.6	6.8	20.5	4.5	11.4	4.5	25.0	2.3
	17歳 (高校2年生)	38	6	5	6	9	14	7	4	2	6	5	-	-	12	1
		100	15.8	13.2	15.8	23.7	36.8	18.4	10.5	5.3	15.8	13.2	-	-	31.6	2.6
18歳 (高校3年生)	34	9	14	6	10	9	6	7	4	12	6	4	-	7	-	
	100	26.5	41.2	17.6	29.4	26.5	17.6	20.6	11.8	35.3	17.6	11.8	-	20.6	-	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学齢区分	回答者数	276	68	74	68	74	95	67	57	28	74	34	14	8	56	3
		100	24.6	26.8	24.6	26.8	34.4	24.3	20.7	10.1	26.8	12.3	5.1	2.9	20.3	1.1
	中学生	160	41	49	50	49	59	48	40	19	47	21	5	6	26	1
		100	25.6	30.6	31.3	30.6	36.9	30.0	25.0	11.9	29.4	13.1	3.1	3.8	16.3	0.6
	高校生	116	27	25	18	25	36	19	17	9	27	13	9	2	30	2
100		23.3	21.6	15.5	21.6	31.0	16.4	14.7	7.8	23.3	11.2	7.8	1.7	25.9	1.7	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

(13) 食事の時間を楽しいと感じるとき

食事の時間を楽しいと感じるのは、「好きなものを食べる時」が86.2%と最も高く、次いで「外食するとき」(53.6%)、「バーベキューのように屋外で食べる時」(46.4%)などとなっています。

図表 3-34 食事の時間を楽しいと感じるとき [N=276;複数回答]



男女別にみると、男性に比べ女性の方が、「外食するとき」「バーベキューのように屋外で食べる時」「家族そろって食べる時」「自分がつくったり手伝ったりしたものを食べる時」などの割合が高くなっています。

また、高校生に比べて、中学生の方が、「外食するとき」「バーベキューのように屋外で食べる時」「自分がつくったり手伝ったりしたものを食べる時」などの割合が高くなっています。

図表 3-35 男女別・学齢別食事の時間を楽しいと感じるとき [N=276;複数回答]

上段：人数 下段：%

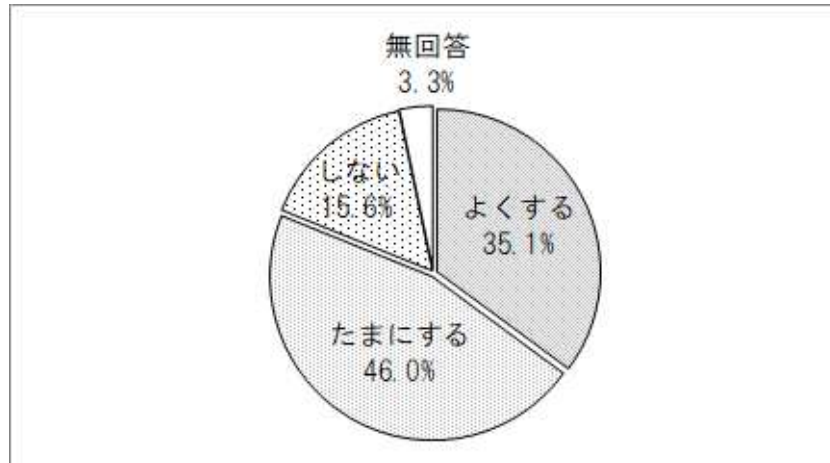
		どんな時に食事を楽しいと感じるか										
		合計	好きなものを食べる時	学校での昼食	外食するとき	家族そろって食べる時	一人で食べる時	自分がつくったり手伝ったりしたものを食べる時	バーベキューのように屋外で食べる時	テレビや雑誌を見ながら食べる時	その他	無回答
男女別	合計	276	238	121	148	126	15	94	128	55	7	1
		100	86.2	43.8	53.6	45.7	5.4	34.1	46.4	19.9	2.5	0.4
	男性	133	107	54	64	50	7	31	51	25	3	-
		100	80.5	40.6	48.1	37.6	5.3	23.3	38.3	18.8	2.3	-
	女性	143	131	67	84	76	8	63	77	30	4	1
		100	91.6	46.9	58.7	53.1	5.6	44.1	53.8	21.0	2.8	0.7
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学年区分	合計	276	238	121	148	126	15	94	128	55	7	1
		100	86.2	43.8	53.6	45.7	5.4	34.1	46.4	19.9	2.5	0.4
	中学1年生	80	66	33	42	44	2	41	40	13	2	-
		100	82.5	41.3	52.5	55.0	2.5	51.3	50.0	16.3	2.5	-
	中学2年生	80	77	33	51	36	4	26	44	19	2	1
		100	96.3	41.3	63.8	45.0	5.0	32.5	55.0	23.8	2.5	1.3
	16歳 (高校1年生)	44	37	21	21	17	4	12	14	9	2	-
		100	84.1	47.7	47.7	38.6	9.1	27.3	31.8	20.5	4.5	-
	17歳 (高校2年生)	38	28	19	20	14	4	8	12	9	1	-
		100	73.7	50.0	52.6	36.8	10.5	21.1	31.6	23.7	2.6	-
	18歳 (高校3年生)	34	30	15	14	15	1	7	18	5	-	-
		100	88.2	44.1	41.2	44.1	2.9	20.6	52.9	14.7	-	-
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	238	121	148	126	15	94	128	55	7	1
		100	86.2	43.8	53.6	45.7	5.4	34.1	46.4	19.9	2.5	0.4
	中学生	160	143	66	93	80	6	67	84	32	4	1
		100	89.4	41.3	58.1	50.0	3.8	41.9	52.5	20.0	2.5	0.6
	高校生	116	95	55	55	46	9	27	44	23	3	-
		100	81.9	47.4	47.4	39.7	7.8	23.3	37.9	19.8	2.6	-
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

(14) 食事の手伝いの有無

食事の手伝いについては、「よくする」が35.1%、「たまにする」が46.0%と約81%が食事の手伝いをしています。一方「しない」人も15.6%います。

なお、女性の方に食事の手伝いをよくする割合が高くなっており、一方、「しないとする」割合は、高校生が高くなっています。

図表 3-36 食事の手伝いの有無 [N=276]



図表 3-37 男女別・学齢別食事の手伝いの有無 [N=276]

上段：人数 下段：%

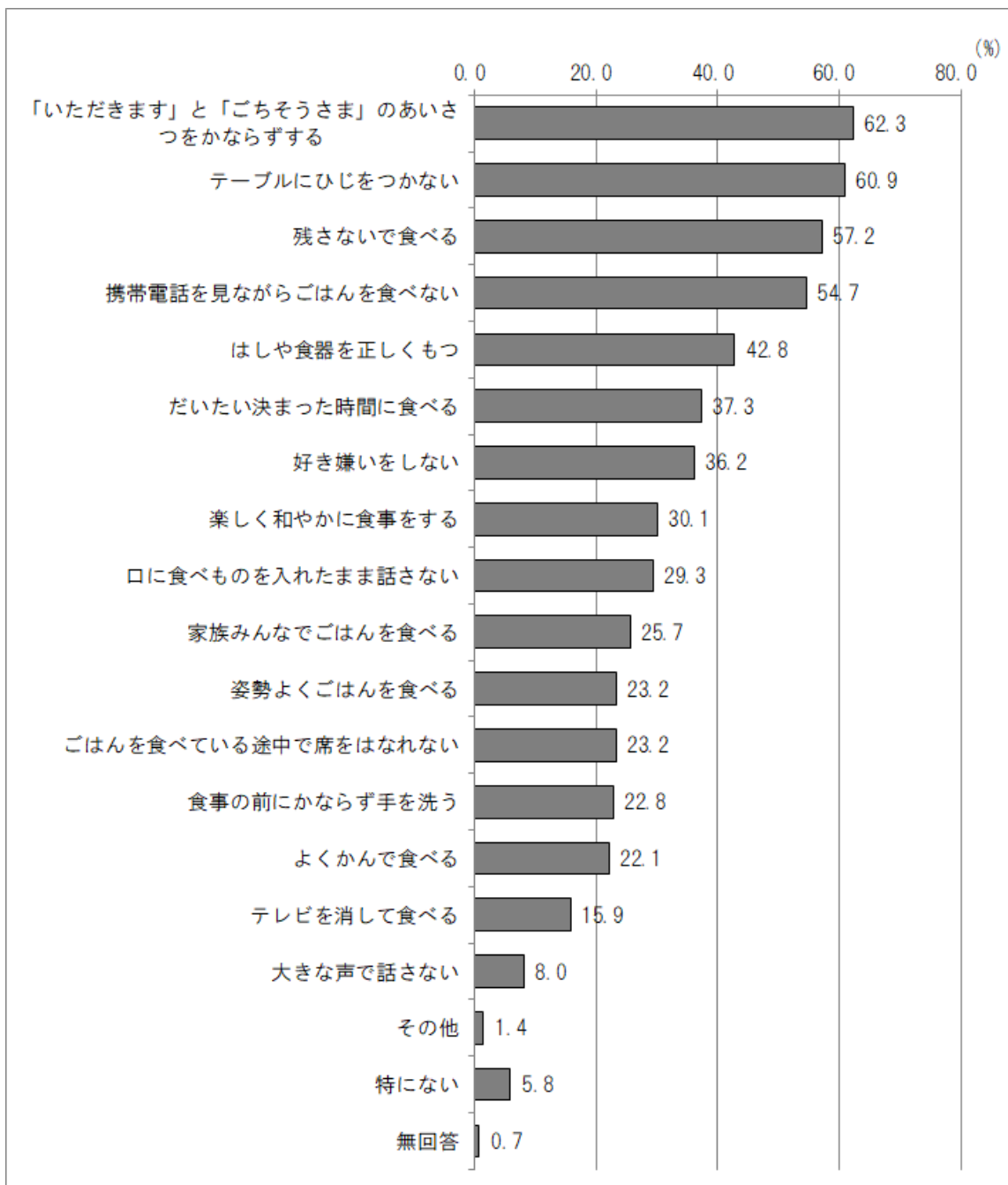
		食事の手伝い(お皿を並べる、机を拭く、買い物に行く、調理をする等)をするか				
		合計	よくする	たまにする	しない	無回答
男女別	合計	276	97	127	43	9
		100	35.1	46.0	15.6	3.3
	男性	133	32	68	28	5
		100	24.1	51.1	21.1	3.8
	女性	143	65	59	15	4
	100	45.5	41.3	10.5	2.8	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	97	127	43	9
		100	35.1	46.0	15.6	3.3
	中学1年生	80	33	39	7	1
		100	41.3	48.8	8.8	1.3
	中学2年生	80	29	40	9	2
		100	36.3	50.0	11.3	2.5
	16歳 (高校1年生)	44	13	19	11	1
		100	29.5	43.2	25.0	2.3
17歳 (高校2年生)	38	10	20	7	1	
	100	26.3	52.6	18.4	2.6	
18歳 (高校3年生)	34	12	9	9	4	
	100	35.3	26.5	26.5	11.8	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	97	127	43	9
		100	35.1	46.0	15.6	3.3
	中学生	160	62	79	16	3
		100	38.8	49.4	10.0	1.9
	高校生	116	35	48	27	6
	100	30.2	41.4	23.3	5.2	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-

(15) 食習慣、マナーなどで気を使っていること

食習慣・マナーなどで気を使っていることについては、「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをかならずする」が62.3%と最も高く、次いで「テーブルにひじをつかない」(60.9%)、「残さないで食べる」(57.2%)などとなっています。

なお、男性に比べて、女性の方が、各事項(「大きな声で話さない」を除き)ともにその割合は高くなっています。また、高校生に比べて、中学生の方が、各事項ともにその割合は高くなっています。

図表 3-38 食習慣、マナーなどで気を使っていること [N=276;複数回答]



図表 3-39 男女別・学齢別食習慣、マナーなどで気を使っていること

[N=276; 複数回答]

上段：人数 下段：%

		家庭で、食習慣やマナーに関して、気をつかっていること、こだわっていること、 家庭の決まりごと									
		合計	家族みんなでごはんを 食べる	だいたい決まった時間に 食べる	楽しく和やかに食事を する	テレビを消して食べる	残さずに食べる	好き嫌いをしない	食事の前にならず手 を洗う	口に食べものを入れた まま話さない	「いただきます」と「ごち そうさま」のあいさつを かならずする
男女別	合計	276	71	103	83	44	158	100	63	81	172
		100	25.7	37.3	30.1	15.9	57.2	36.2	22.8	29.3	62.3
	男性	133	30	45	30	21	75	45	25	33	75
		100	22.6	33.8	22.6	15.8	56.4	33.8	18.8	24.8	56.4
	女性	143	41	58	53	23	83	55	38	48	97
100		28.7	40.6	37.1	16.1	58.0	38.5	26.6	33.6	67.8	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学年区分	合計	276	71	103	83	44	158	100	63	81	172
		100	25.7	37.3	30.1	15.9	57.2	36.2	22.8	29.3	62.3
	中学1年生	80	19	30	25	20	52	32	23	31	58
		100	23.8	37.5	31.3	25.0	65.0	40.0	28.8	38.8	72.5
	中学2年生	80	27	35	29	15	45	36	17	21	56
		100	33.8	43.8	36.3	18.8	56.3	45.0	21.3	26.3	70.0
	16歳 (高校1年生)	44	9	12	10	4	23	8	9	11	22
		100	20.5	27.3	22.7	9.1	52.3	18.2	20.5	25.0	50.0
	17歳 (高校2年生)	38	10	14	12	3	19	8	8	6	21
		100	26.3	36.8	31.6	7.9	50.0	21.1	21.1	15.8	55.3
18歳 (高校3年生)	34	6	12	7	2	19	16	6	12	15	
	100	17.6	35.3	20.6	5.9	55.9	47.1	17.6	35.3	44.1	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学齢区分	回答者数	276	71	103	83	44	158	100	63	81	172
		100	25.7	37.3	30.1	15.9	57.2	36.2	22.8	29.3	62.3
	中学生	160	46	65	54	35	97	68	40	52	114
		100	28.8	40.6	33.8	21.9	60.6	42.5	25.0	32.5	71.3
	高校生	116	25	38	29	9	61	32	23	29	58
		100	21.6	32.8	25.0	7.8	52.6	27.6	19.8	25.0	50.0
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

図表 3-39 男女別・学齢別食習慣、マナーなどで気を使っていること（続き）

[N=276; 複数回答]

上段：人数 下段：%

		家庭で、食習慣やマナーに関して、気を使っていること、 こだわっていること、家庭の決まりごと(続き)									
		大きな声で話さない	姿勢よくごはんを食べる	はしや食器を正しくもつ	テーブルにひじをつかない	よくかんで食べる	ごはんを食べている途中で席をはなれない	携帯電話を見ながらごはんを食べない	その他	特にない	無回答
男女別	合計	22	64	118	168	61	64	151	4	16	2
		8.0	23.2	42.8	60.9	22.1	23.2	54.7	1.4	5.8	0.7
	男性	14	32	47	73	25	26	64	1	10	1
		10.5	24.1	35.3	54.9	18.8	19.5	48.1	0.8	7.5	0.8
	女性	8	32	71	95	36	38	87	3	6	1
		5.6	22.4	49.7	66.4	25.2	26.6	60.8	2.1	4.2	0.7
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学年区分	合計	22	64	118	168	61	64	151	4	16	2
		8.0	23.2	42.8	60.9	22.1	23.2	54.7	1.4	5.8	0.7
	中学1年生	8	26	35	51	22	28	41	2	4	-
		10.0	32.5	43.8	63.8	27.5	35.0	51.3	2.5	5.0	-
	中学2年生	6	20	42	52	21	15	47	1	1	1
		7.5	25.0	52.5	65.0	26.3	18.8	58.8	1.3	1.3	1.3
	16歳 (高校1年生)	3	10	17	25	5	8	20	1	8	-
		6.8	22.7	38.6	56.8	11.4	18.2	45.5	2.3	18.2	-
	17歳 (高校2年生)	2	4	10	18	6	6	22	-	1	-
		5.3	10.5	26.3	47.4	15.8	15.8	57.9	-	2.6	-
	18歳 (高校3年生)	3	4	14	22	7	7	21	-	2	1
		8.8	11.8	41.2	64.7	20.6	20.6	61.8	-	5.9	2.9
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	22	64	118	168	61	64	151	4	16	2
		8.0	23.2	42.8	60.9	22.1	23.2	54.7	1.4	5.8	0.7
	中学生	14	46	77	103	43	43	88	3	5	1
		8.8	28.8	48.1	64.4	26.9	26.9	55.0	1.9	3.1	0.6
	高校生	8	18	41	65	18	21	63	1	11	1
		6.9	15.5	35.3	56.0	15.5	18.1	54.3	0.9	9.5	0.9
	無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

3. 食育などの意識について

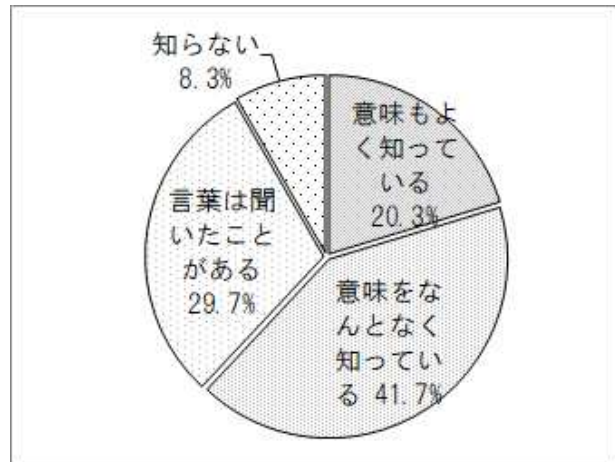
(1) 食育の認知

「食育」の言葉への認知については、「意味もよく知っている」が20.3%、「意味をなんとなく知っている」が41.7%と、ある程度知っている人は約62%います。

一方「言葉は聞いたことがある」が29.7%、「知らない」が8.3%と、あまり知らない人も約38%います。

なお、学齢別には、高校生に比べて、中学生の方が、「意味もよく知っている」とする割合が高くなっています。

図表 3-40 食育の認知 [N=276]



図表 3-41 男女別・学齢別食育の認知 [N=276]

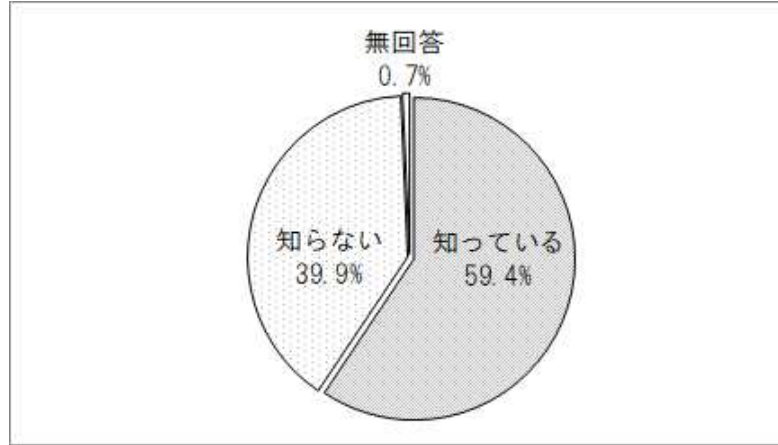
上段：人数 下段：%

		「食育」という言葉を知っているか					
		合計	意味もよく知っている	意味をなんとなく知っている	言葉は聞いたことがある	知らない	無回答
男女別	合計	276	56	115	82	23	-
		100	20.3	41.7	29.7	8.3	-
	男性	133	26	56	40	11	-
		100	19.5	42.1	30.1	8.3	-
	女性	143	30	59	42	12	-
	100	21.0	41.3	29.4	8.4	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	56	115	82	23	-
		100	20.3	41.7	29.7	8.3	-
	中学1年生	80	23	33	18	6	-
		100	28.8	41.3	22.5	7.5	-
	中学2年生	80	17	35	25	3	-
		100	21.3	43.8	31.3	3.8	-
	16歳 (高校1年生)	44	6	16	15	7	-
		100	13.6	36.4	34.1	15.9	-
	17歳 (高校2年生)	38	4	19	13	2	-
	100	10.5	50.0	34.2	5.3	-	
18歳 (高校3年生)	34	6	12	11	5	-	
	100	17.6	35.3	32.4	14.7	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	56	115	82	23	-
		100	20.3	41.7	29.7	8.3	-
	中学生	160	40	68	43	9	-
		100	25.0	42.5	26.9	5.6	-
	高校生	116	16	47	39	14	-
	100	13.8	40.5	33.6	12.1	-	
	無回答	-	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-	-

(2) 奈良県内の農産物について

奈良県内の農産物の認知は、「知っている」が59.4%、「知らない」が39.9%となっています。

図表 3-42 奈良県内の農産物の認知度 [N=276]



図表 3-43 男女別・学齢別奈良県内の農産物の認知度 [N=276]

上段：人数 下段：%

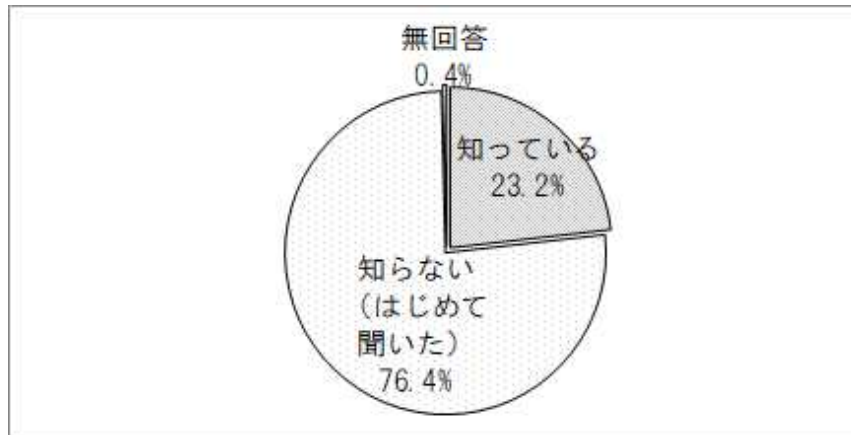
		奈良県内で収穫される農産物を知っているか			
		合計	知っている	知らない	無回答
男女別	合計	276	164	110	2
		100	59.4	39.9	0.7
	男性	133	76	56	1
		100	57.1	42.1	0.8
	女性	143	88	54	1
	100	61.5	37.8	0.7	
	無回答	-	-	-	-
		-	-	-	-
学年区分	合計	276	164	110	2
		100	59.4	39.9	0.7
	中学1年生	80	47	32	1
		100	58.8	40.0	1.3
	中学2年生	80	52	27	1
		100	65.0	33.8	1.3
	16歳 (高校1年生)	44	27	17	-
		100	61.4	38.6	-
	17歳 (高校2年生)	38	23	15	-
	100	60.5	39.5	-	
18歳 (高校3年生)	34	15	19	-	
	100	44.1	55.9	-	
	無回答	-	-	-	
		-	-	-	
学齢区分	回答者数	276	164	110	2
		100	59.4	39.9	0.7
	中学生	160	99	59	2
		100	61.9	36.9	1.3
	高校生	116	65	51	-
	100	56.0	44.0	-	
	無回答	-	-	-	
		-	-	-	

(3) 食塩摂取目標量の認知

1日の食塩摂取目標量（男性8g未満、女性7g未満）の認知度をきいたところ、「知っている」が23.2%、「知らない（はじめて聞いた）」が76.4%となっています。

なお、男女別での認知割合に差異はないが、学齢別には、高校生の認知割合が高くなっています。

図表 3-45 食塩摂取目標量の認知 [N=276]



図表 3-46 男女別・学齢別食塩摂取目標量の認知 [N=276]

上段:人数 下段:%

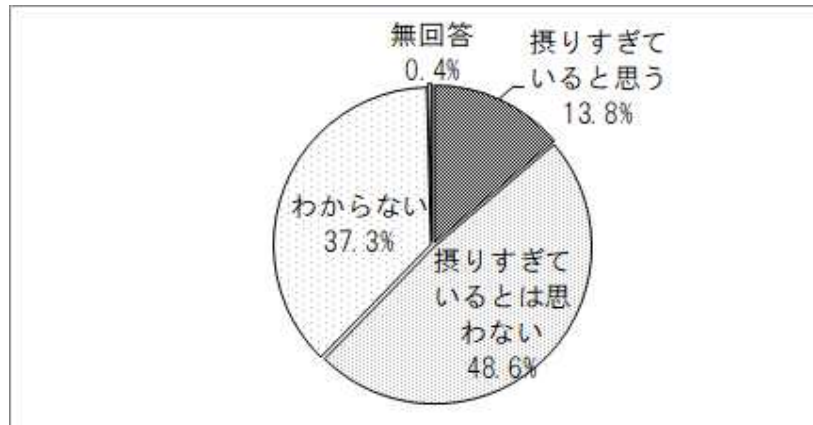
		1日の食塩摂取目標量(男性8g未満、女性7g未満)を知っているか			
		合計	知っている	知らない (はじめて聞いた)	無回答
男女別	合計	276	64	211	1
		100	23.2	76.4	0.4
	男性	133	29	104	-
		100	21.8	78.2	-
	女性	143	35	107	1
	100	24.5	74.8	0.7	
	無回答	-	-	-	-
		-	-	-	-
学年区分	合計	276	64	211	1
		100	23.2	76.4	0.4
	中学1年生	80	15	65	-
		100	18.8	81.3	-
	中学2年生	80	15	64	1
		100	18.8	80.0	1.3
	16歳 (高校1年生)	44	8	36	-
		100	18.2	81.8	-
	17歳 (高校2年生)	38	12	26	-
	100	31.6	68.4	-	
18歳 (高校3年生)	34	14	20	-	
	100	41.2	58.8	-	
	無回答	-	-	-	-
		-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	64	211	1
		100	23.2	76.4	0.4
	中学生	160	30	129	1
		100	18.8	80.6	0.6
	高校生	116	34	82	-
	100	29.3	70.7	-	
	無回答	-	-	-	-
		-	-	-	-

(4) 食事の中で塩分への意識

日頃の食事の中で、食塩を「摂りすぎていると思う」が13.8%、「摂りすぎているとは思わない」が48.6%、「わからない」が37.3%となっています。

これを男女別にみると、男性の方が「摂りすぎていると思う」とする割合が高く、学齢別には、高校生の割合が高くなっています。

図表 3-47 食事の中で塩分への意識 [N=276]



図表 3-48 男女別・学齢別食事の中で塩分への意識 [N=276; 複数回答]

上段：人数 下段：%

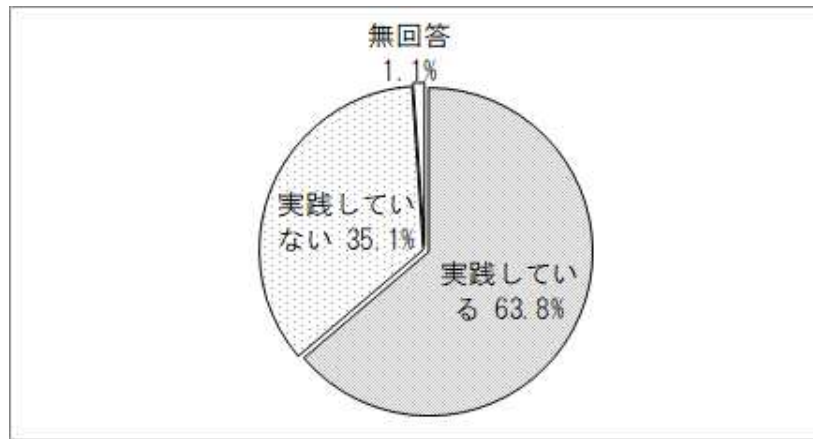
		日頃の食事で食塩を摂りすぎていると思うか				
		合計	摂りすぎている と思う	摂りすぎている とは思わない	わからない	無回答
男女別	合計	276	38	134	103	1
		100	13.8	48.6	37.3	0.4
	男性	133	28	54	51	-
		100	21.1	40.6	38.3	-
	女性	143	10	80	52	1
	100	7.0	55.9	36.4	0.7	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	38	134	103	1
		100	13.8	48.6	37.3	0.4
	中学1年生	80	6	42	32	-
		100	7.5	52.5	40.0	-
	中学2年生	80	11	40	28	1
		100	13.8	50.0	35.0	1.3
	16歳 (高校1年生)	44	9	19	16	-
		100	20.5	43.2	36.4	-
17歳 (高校2年生)	38	7	15	16	-	
	100	18.4	39.5	42.1	-	
18歳 (高校3年生)	34	5	18	11	-	
	100	14.7	52.9	32.4	-	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	38	134	103	1
		100	13.8	48.6	37.3	0.4
	中学生	160	17	82	60	1
		100	10.6	51.3	37.5	0.6
	高校生	116	21	52	43	-
	100	18.1	44.8	37.1	-	
	無回答	-	-	-	-	-
		-	-	-	-	-

(5) 「わ食」の実践状況、「わ食の日」の認知

「わ食」の実践状況は、「実践している」が63.8%、「実践していない」が35.1%となっています。

これを男女別にみると、女性の方が「実践している」割合が高く、学齢別には、中学生の割合が高くなっています。

図表 3-49 「わ食」の実践状況 [N=276]



図表 3-50 男女別・学齢別「わ食」の実践状況 [N=276]

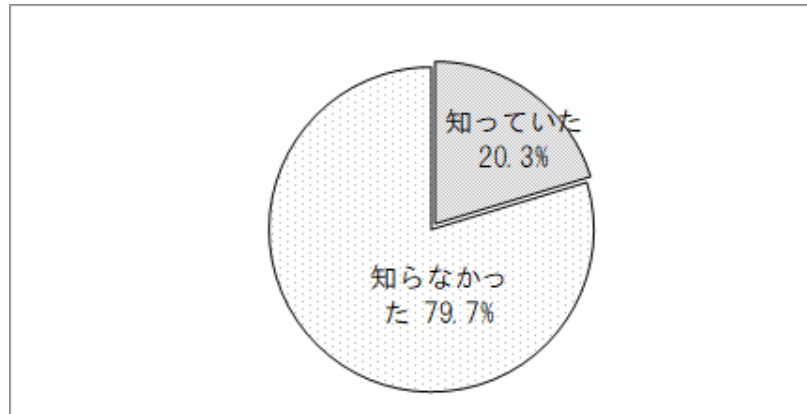
上段：人数 下段：%

		家族や仲間と和やかに食事をしたり、体によい食事をとる「わ食」を実践しているか			
		合計	実践している	実践していない	無回答
男女別	合計	276	176	97	3
		100	63.8	35.1	1.1
	男性	133	74	56	3
		100	55.6	42.1	2.3
	女性	143	102	41	-
	100	71.3	28.7	-	
	無回答	-	-	-	-
学年区分	合計	276	176	97	3
		100	63.8	35.1	1.1
	中学1年生	80	58	20	2
		100	72.5	25.0	2.5
	中学2年生	80	55	25	-
		100	68.8	31.3	-
	16歳 (高校1年生)	44	21	23	-
		100	47.7	52.3	-
17歳 (高校2年生)	38	23	14	1	
	100	60.5	36.8	2.6	
18歳 (高校3年生)	34	19	15	-	
	100	55.9	44.1	-	
	無回答	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	176	97	3
		100	63.8	35.1	1.1
	中学生	160	113	45	2
		100	70.6	28.1	1.3
	高校生	116	63	52	1
	100	54.3	44.8	0.9	
	無回答	-	-	-	-
		-	-	-	-

「わ食の日」の認知については、「知っていた」が20.3%、「知らなかった」が79.7%となっています。

なお、男女別での認知割合は、女性の方がやや高く、学齢別には、中学生の認知割合が高くなっています。

図表 3-51 「わ食の日の認知 [N=276]



図表 3-52 男女別・学齢別「わ食の日の認知 [N=276]

上段：人数 下段：%

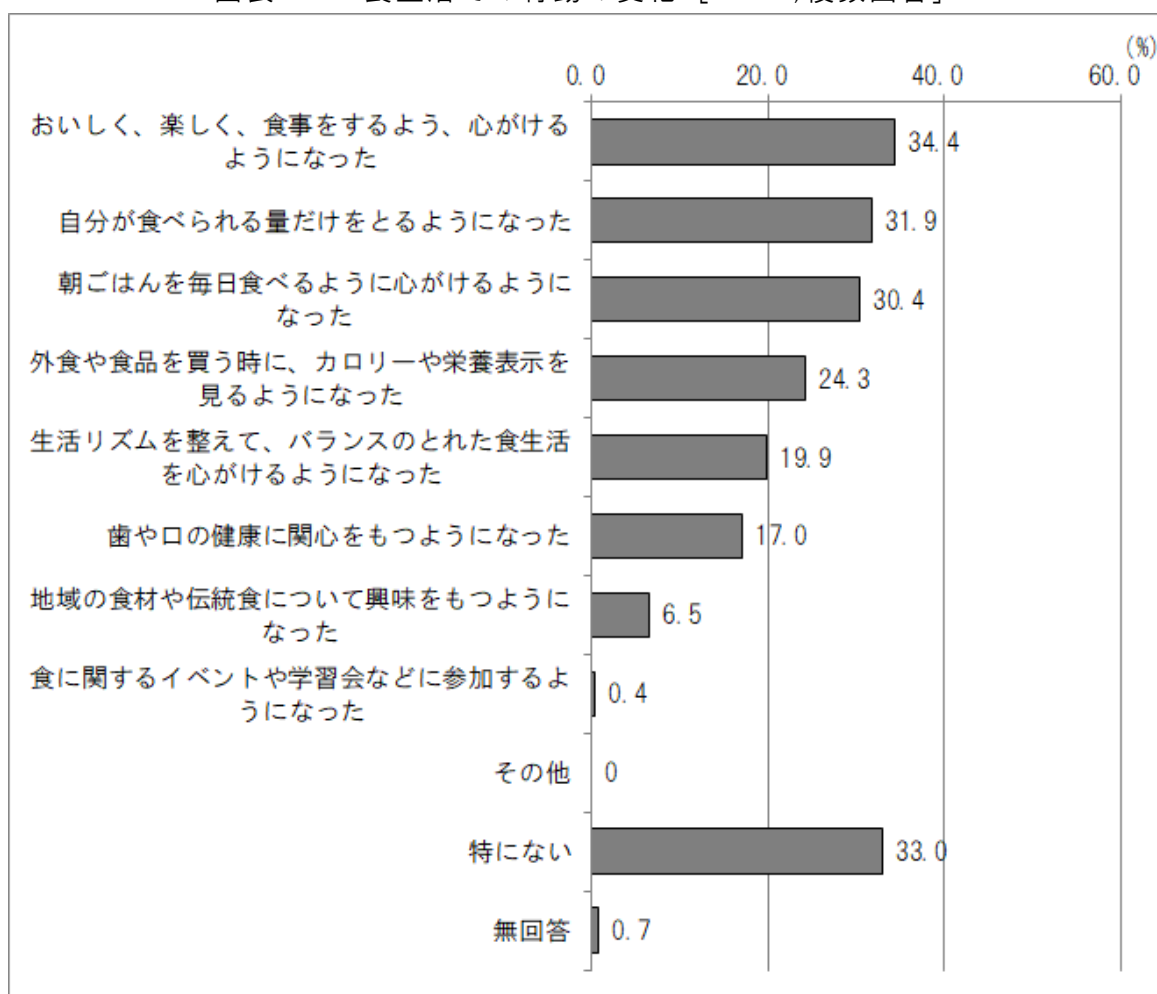
		生駒市では毎月19日の食育の日を「わ食の日」としているが、知っていたか			
		合計	知っていた	知らなかった	無回答
男女別	合計	276	56	220	-
		100	20.3	79.7	-
	男性	133	23	110	-
		100	17.3	82.7	-
	女性	143	33	110	-
	100	23.1	76.9	-	
	無回答	-	-	-	-
		-	-	-	-
学年区分	合計	276	56	220	-
		100	20.3	79.7	-
	中学1年生	80	23	57	-
		100	28.8	71.3	-
	中学2年生	80	20	60	-
		100	25.0	75.0	-
	16歳 (高校1年生)	44	9	35	-
		100	20.5	79.5	-
17歳 (高校2年生)	38	2	36	-	
	100	5.3	94.7	-	
18歳 (高校3年生)	34	2	32	-	
	100	5.9	94.1	-	
	無回答	-	-	-	-
		-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	56	220	-
		100	20.3	79.7	-
	中学生	160	43	117	-
		100	26.9	73.1	-
	高校生	116	13	103	-
	100	11.2	88.8	-	
	無回答	-	-	-	-
		-	-	-	-

4. 食生活に関する行動・意識の変化

(1) 食生活での行動や意識の変化

この5年ほどの食生活における行動や意識の変化については、「おいしく、楽しく、食事をするよう、心がけるようになった」(34.4%)、「自分が食べられる量だけをとるようになった」(31.9%)、「朝ごはんを毎日食べるように心がけるようになった」(30.4%)、「外食や食品を買う時に、カロリーや栄養表示を見るようになった」(24.3%)などとなっています。一方、「特にない」とする人も33.0%います。

図表 3-53 食生活での行動の変化 [N=276;複数回答]



これを男女別にみると、男性に比べて、女性の方が、各事項ともにその割合は高くなっており、一方で「特にない」とする割合は、男性が高くなっています。

また、学齢別にみると、「外食や食品を買う時に、カロリーや栄養表示を見るようになった」とする割合は高校生が高いものの、他の事項については、中学生の方がその割合は高くなっています。

図表 3-54 男女別・学齢別食生活での行動の変化 [N=276;複数回答]

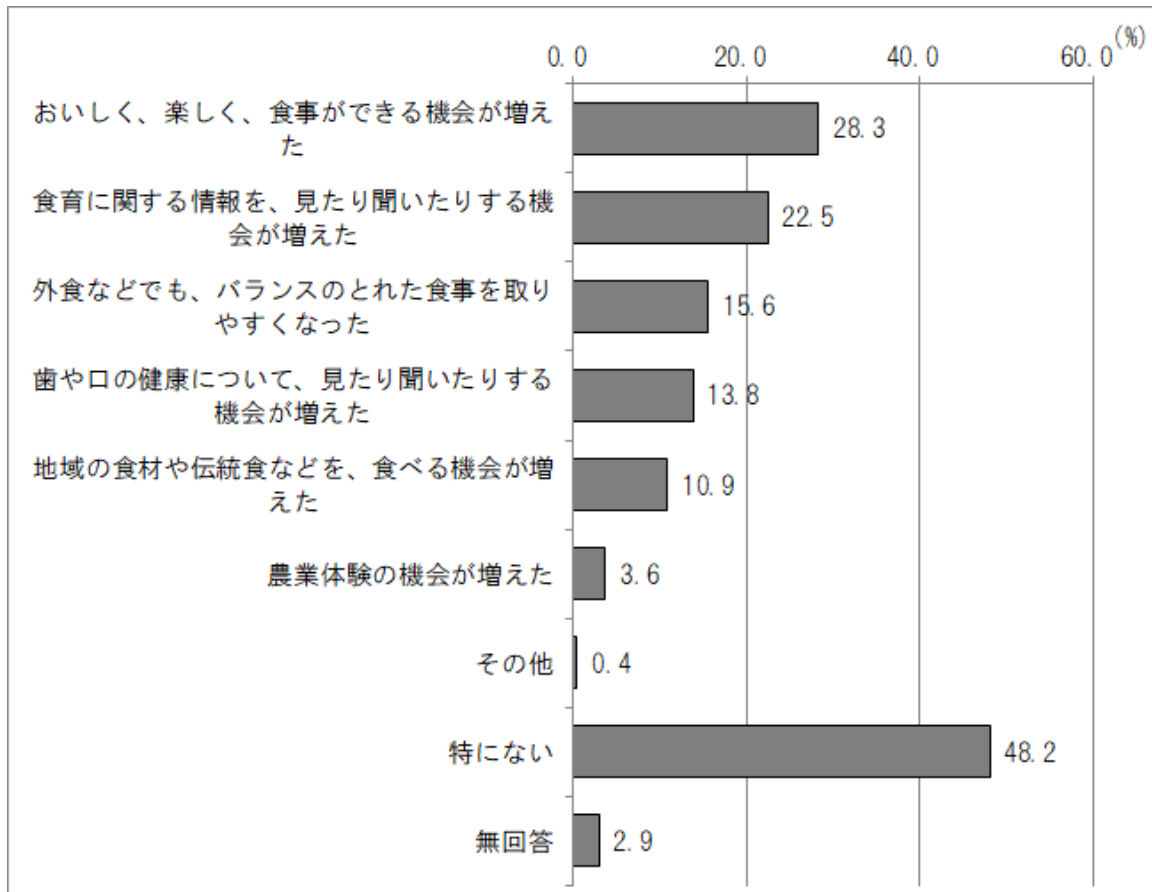
上段：人数 下段：%

		この5年で食生活に関して行動や意識に変化があったか												
		合計	朝ごはんを毎日食べるように心がけるようになった	生活リズムを整えて、バランスのとれた食生活を心がけるようになった	外食や食品を買う時に、カロリーや栄養表示を見るようになった	おいしく、楽しく、食事をしよう、心がけるようになった	自分が食べられる量だけをとるようになった	歯や口の健康に関心をもつようになった	地域の食材や伝統食について興味をもつようになった	朝ごはんを毎日食べるように心がけるようになった	生活リズムを整えて、バランスのとれた食生活を心がけるようになった	その他	特にない	無回答
男女別	合計	276	84	55	67	95	88	47	18	84	55	-	91	2
		100	30.4	19.9	24.3	34.4	31.9	17.0	6.5	30.4	19.9	-	33.0	0.7
	男性	133	37	22	19	35	30	17	4	37	22	-	62	-
		100	27.8	16.5	14.3	26.3	22.6	12.8	3.0	27.8	16.5	-	46.6	-
	女性	143	47	33	48	60	58	30	14	47	33	-	29	2
100		32.9	23.1	33.6	42.0	40.6	21.0	9.8	32.9	23.1	-	20.3	1.4	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
学年区分	合計	276	84	55	67	95	88	47	18	84	55	-	91	2
		100	30.4	19.9	24.3	34.4	31.9	17.0	6.5	30.4	19.9	-	33.0	0.7
	中学1年生	80	32	24	16	36	37	20	7	32	24	-	22	1
		100	40.0	30.0	20.0	45.0	46.3	25.0	8.8	40.0	30.0	-	27.5	1.3
	中学2年生	80	26	15	18	30	24	19	9	26	15	-	26	-
		100	32.5	18.8	22.5	37.5	30.0	23.8	11.3	32.5	18.8	-	32.5	-
	16歳 (高校1年生)	44	7	7	15	8	12	3	-	7	7	-	17	1
		100	15.9	15.9	34.1	18.2	27.3	6.8	-	15.9	15.9	-	38.6	2.3
	17歳 (高校2年生)	38	10	4	9	10	9	3	2	10	4	-	14	-
		100	26.3	10.5	23.7	26.3	23.7	7.9	5.3	26.3	10.5	-	36.8	-
18歳 (高校3年生)	34	9	5	9	11	6	2	-	9	5	-	12	-	
	100	26.5	14.7	26.5	32.4	17.6	5.9	-	26.5	14.7	-	35.3	-	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
学齢区分	回答者数	276	84	55	67	95	88	47	18	84	55	-	91	2
		100	30.4	19.9	24.3	34.4	31.9	17.0	6.5	30.4	19.9	-	33.0	0.7
	中学生	160	58	39	34	66	61	39	16	58	39	-	48	1
		100	36.3	24.4	21.3	41.3	38.1	24.4	10.0	36.3	24.4	-	30.0	0.6
	高校生	116	26	16	33	29	27	8	2	26	16	-	43	1
		100	22.4	13.8	28.4	25.0	23.3	6.9	1.7	22.4	13.8	-	37.1	0.9
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

(2) 食生活上の環境変化

この5年ほどで、食生活で周囲の環境に何か変化があったかきいたところ、「おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた」(28.3%)、「食育に関する情報を、見たり聞いたりする機会が増えた」(22.5%)などとなっています。一方、「特にない」とする人も48.2%います。

図表 3-55 食生活での環境の変化 [N=276;複数回答]



これを男女別にみると、男性に比べて、女性の方が、各事項ともにその割合は高くなっており、一方で「特にない」とする割合は、男性が高くなっています。

また、学齢別にみると、中学生の方が、各事項ともにその割合は高くなっており、一方で「特にない」とする割合は、高校生が高くなっています。

図表 3-56 男女別・学齢別食生活での環境の変化 [N=276;複数回答]

上段：人数 下段：%

		この5年で食生活に関して周囲に何か変化があったか									
		合計	食育に関する情報を見たり聞いたりする機会が増えた	外食などでも、バランスのとれた食事を取りやすくなった	おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた	歯や口の健康について、見たり聞いたりする機会が増えた	地域の食材や伝統食などを、食べる機会が増えた	農業体験の機会が増えた	その他	特にない	無回答
男女別	合計	276	62	43	78	38	30	10	1	133	8
		100	22.5	15.6	28.3	13.8	10.9	3.6	0.4	48.2	2.9
	男性	133	23	17	33	13	11	3	-	74	3
		100	17.3	12.8	24.8	9.8	8.3	2.3	-	55.6	2.3
	女性	143	39	26	45	25	19	7	1	59	5
		100	27.3	18.2	31.5	17.5	13.3	4.9	0.7	41.3	3.5
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学年区分	合計	276	62	43	78	38	30	10	1	133	8
		100	22.5	15.6	28.3	13.8	10.9	3.6	0.4	48.2	2.9
	中学1年生	80	22	14	27	13	12	4	1	36	2
		100	27.5	17.5	33.8	16.3	15.0	5.0	1.3	45.0	2.5
	中学2年生	80	25	14	29	15	14	3	-	29	2
		100	31.3	17.5	36.3	18.8	17.5	3.8	-	36.3	2.5
	16歳 (高校1年生)	44	8	5	7	5	2	1	-	26	2
		100	18.2	11.4	15.9	11.4	4.5	2.3	-	59.1	4.5
	17歳 (高校2年生)	38	5	6	7	2	2	1	-	23	-
		100	13.2	15.8	18.4	5.3	5.3	2.6	-	60.5	-
18歳 (高校3年生)	34	2	4	8	3	-	1	-	19	2	
	100	5.9	11.8	23.5	8.8	-	2.9	-	55.9	5.9	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
学齢区分	回答者数	276	62	43	78	38	30	10	1	133	8
		100	22.5	15.6	28.3	13.8	10.9	3.6	0.4	48.2	2.9
	中学生	160	47	28	56	28	26	7	1	65	4
		100	29.4	17.5	35.0	17.5	16.3	4.4	0.6	40.6	2.5
	高校生	116	15	15	22	10	4	3	-	68	4
		100	12.9	12.9	19.0	8.6	3.4	2.6	-	58.6	3.4
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

V 成人

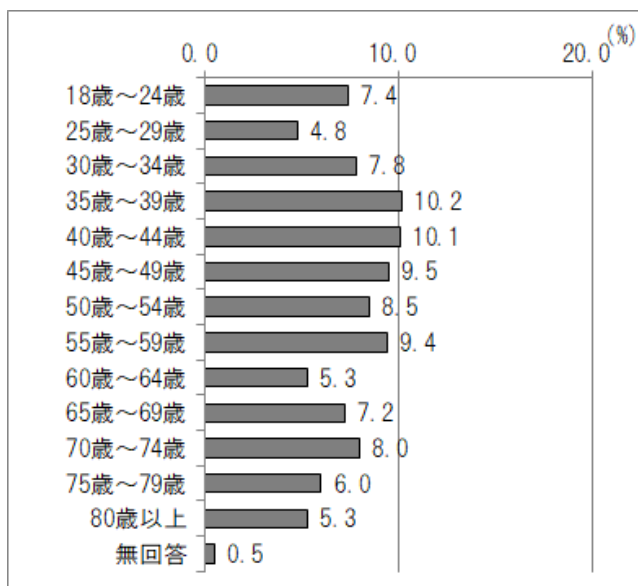
1. 対象者について

(1) 年齢・性別

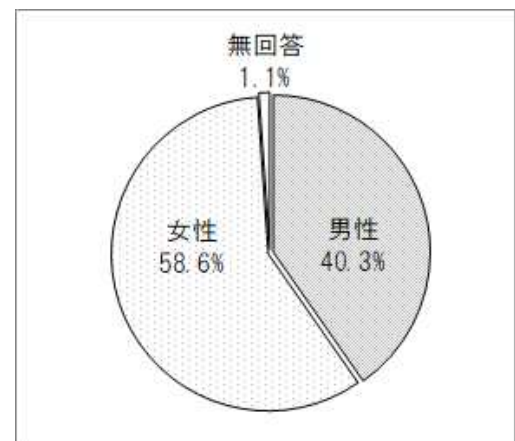
対象者の年齢は、「35歳～39歳」が10.2%と最も高く、次いで「40歳～44歳」(10.1%)、「45歳～49歳」(9.5%)となっています。

性別は「男性」が40.3%、「女性」が58.6%となっています。

図表 4-1 年 齢 [N=754]



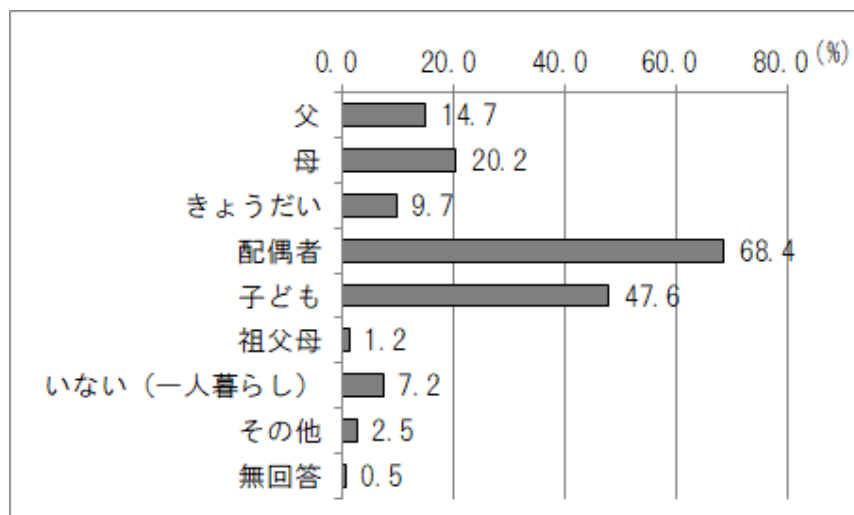
図表 4-2 性 別 [N=754]



(2) 同居の家族

同居の家族は、大半が「配偶者」(68.4%)と「子ども」(47.6%)となっています。

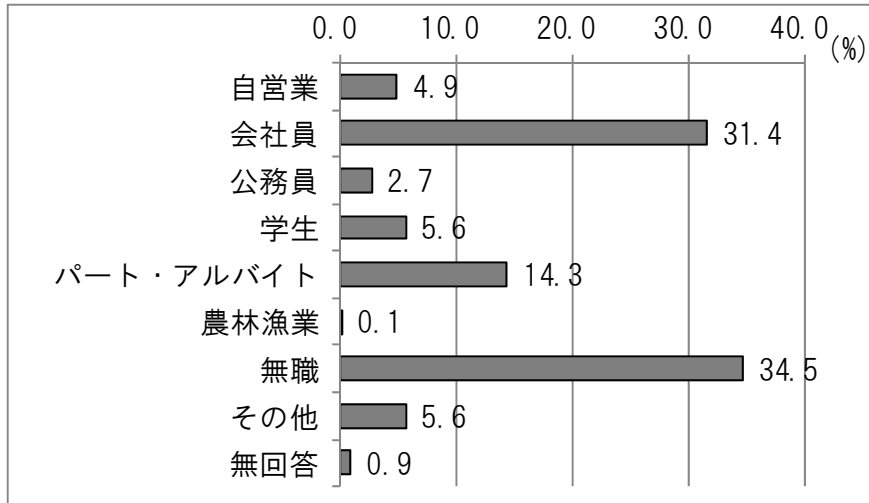
図表 4-3 同居の家族 [N=754; 複数回答]



(3) 職業

職業は、「無職」が34.5%と最も高く、次いで「会社員」(31.4%)、「パート・アルバイト」(14.3%)となっています。

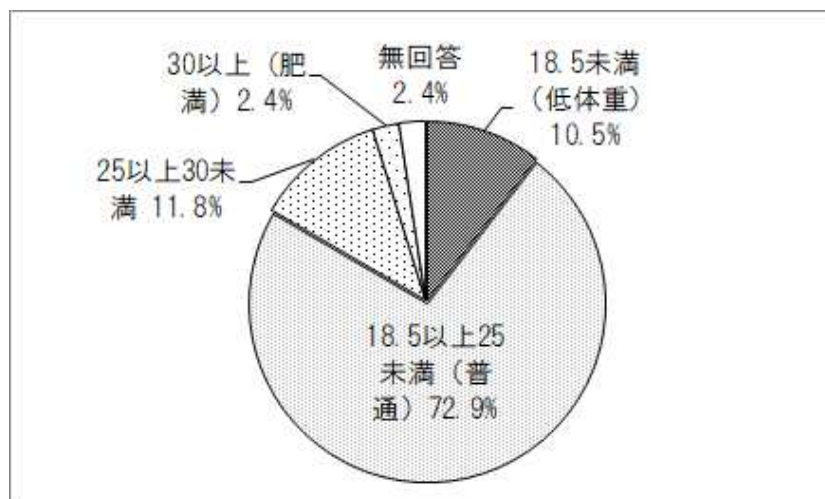
図表 4-4 職業 [N=754]



(4) BMI、自分の体型に対する考え

BMIをみると、「18.5未満(低体重)」が10.5%、「18.5以上25未満(普通)」が72.9%、「25以上30未満」(11.8%)、「30以上(肥満)」(2.4%)といった、太っている人が約14%となっています。

図表 4-5 BMI [N=754]



男女別にみると、女性よりも男性の方が、太っている割合が高く、一方、女性の方が、低体重の人の割合が高くなっています。

年齢別には、65歳以上の人に太っている割合が高く、一方、18歳～39歳の人に低体重の割合が高くなっています。

図表 4-6 男女別・年齢別BMI

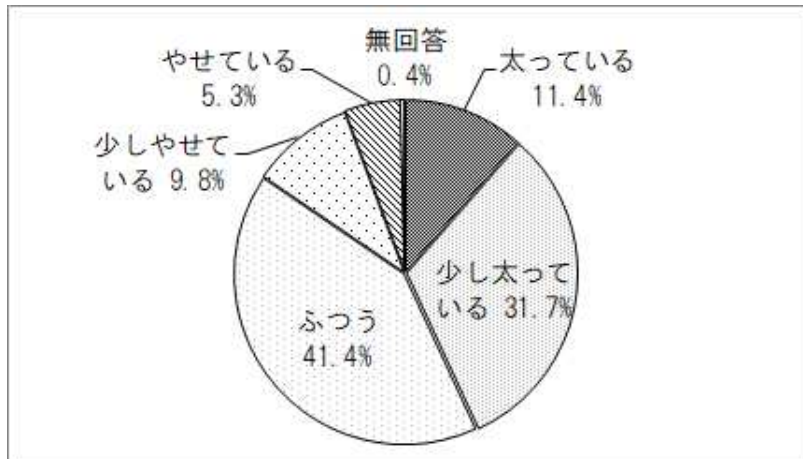
上段:人数 下段:%

		BMI区分					
		合計	18.5未満 (低体重)	18.5以上 25未満 (普通)	25以上 30未満	30以上 (肥満)	無回答
男女別	合計	754	79	550	89	18	18
		100	10.5	72.9	11.8	2.4	2.4
	男性	304	18	210	58	13	5
		100	5.9	69.1	19.1	4.3	1.6
	女性	442	61	338	29	4	10
		100	13.8	76.5	6.6	0.9	2.3
無回答	8	-	2	2	1	3	
	100	-	25.0	25.0	12.5	37.5	
年齢6区分	合計	754	79	550	89	18	18
		100	10.5	72.9	11.8	2.4	2.4
	18歳～29歳	92	14	65	9	3	1
		100	15.2	70.7	9.8	3.3	1.1
	30歳～39歳	136	14	102	12	4	4
		100	10.3	75.0	8.8	2.9	2.9
	40歳～49歳	148	15	114	10	5	4
		100	10.1	77.0	6.8	3.4	2.7
	50歳～59歳	135	13	98	19	2	3
		100	9.6	72.6	14.1	1.5	2.2
	60歳～69歳	94	6	67	19	2	-
		100	6.4	71.3	20.2	2.1	-
	70歳以上	145	17	104	19	2	3
		100	11.7	71.7	13.1	1.4	2.1
無回答	4	-	-	1	-	3	
	100	-	-	25.0	-	75.0	
年齢3区分	合計	754	79	550	89	18	18
		100	10.5	72.9	11.8	2.4	2.4
	18歳～39歳	228	28	167	21	7	5
		100	12.3	73.2	9.2	3.1	2.2
	40歳～64歳	323	29	242	36	9	7
		100	9.0	74.9	11.1	2.8	2.2
	65歳以上	199	22	141	31	2	3
		100	11.1	70.9	15.6	1.0	1.5
無回答	4	-	-	1	-	3	
	100	-	-	25.0	-	75.0	

また、自分の体型については、「ふつう」が41.4%と最も高く、次いで「少し太っている」(31.7%)となっています。

男女別にみると、女性に「太っている」と思う割合が高くなっています。年齢別には、40歳～64歳の人に「太っている」と思う割合がやや高くなっています。

図表 4-7 自分の体型に対する考え [N=754]



図表 4-8 男女別・年齢別 自分の体型に対する考え [N=754]

上段:人数 下段:%

		太っていると思うか、やせていると思うか						
		合計	太っている	少し太っている	ふつう	少しやせている	やせている	無回答
男女別	合計	754	86	239	312	74	40	3
		100	11.4	31.7	41.4	9.8	5.3	0.4
	男性	304	29	95	131	33	16	-
		100	9.5	31.3	43.1	10.9	5.3	-
	女性	442	56	143	177	41	24	1
100		12.7	32.4	40.0	9.3	5.4	0.2	
無回答	8	1	1	4	-	-	2	
		100	12.5	12.5	50.0	-	-	25.0
年齢6区分	合計	754	86	239	312	74	40	3
		100	11.4	31.7	41.4	9.8	5.3	0.4
	18歳～29歳	92	11	28	36	11	6	-
		100	12.0	30.4	39.1	12.0	6.5	-
	30歳～39歳	136	18	46	52	12	7	1
		100	13.2	33.8	38.2	8.8	5.1	0.7
	40歳～49歳	148	22	45	62	16	3	-
		100	14.9	30.4	41.9	10.8	2.0	-
	50歳～59歳	135	15	47	52	12	9	-
		100	11.1	34.8	38.5	8.9	6.7	-
60歳～69歳	94	9	35	40	7	3	-	
	100	9.6	37.2	42.6	7.4	3.2	-	
70歳以上	145	11	38	68	16	12	-	
	100	7.6	26.2	46.9	11.0	8.3	-	
無回答	4	-	-	2	-	-	2	
		100	-	-	50.0	-	-	50.0
年齢3区分	合計	754	86	239	312	74	40	3
		100	11.4	31.7	41.4	9.8	5.3	0.4
	18歳～39歳	228	29	74	88	23	13	1
		100	12.7	32.5	38.6	10.1	5.7	0.4
	40歳～64歳	323	42	109	129	31	12	-
		100	13.0	33.7	39.9	9.6	3.7	-
65歳以上	199	15	56	93	20	15	-	
	100	7.5	28.1	46.7	10.1	7.5	-	
無回答	4	-	-	2	-	-	2	
		100	-	-	50.0	-	-	50.0

(5) 健康状態

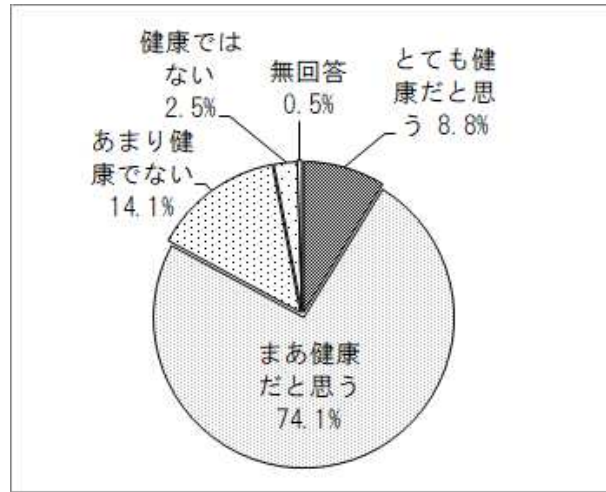
健康状態については、「とても健康だと思う」が8.8%、「まあ健康だと思う」が74.1%と、大半が健康としています。

一方、「あまり健康でない」が14.1%、「健康ではない」が2.5%と、健康でない人が約17%います。

男女別にみると、女性よりも男性に「あまり健康でない」とする割合がやや高くなっています。

年齢別には、「65歳以上」に「あまり健康でない」とする割合がやや高くなっています。

図表 4-9 健康状態 [N=754]



図表 4-10 男女別・年齢別 健康状態 [N=754]

上段:人数 下段:%

		自分は健康だと思うか					
		合計	とても健康 だと思う	まあ健康 だと思う	あまり健康 でない	健康では ない	無回答
男女別	合計	754	66	559	106	19	4
		100	8.8	74.1	14.1	2.5	0.5
	男性	304	22	221	53	8	-
		100	7.2	72.7	17.4	2.6	-
	女性	442	43	335	51	11	2
	100	9.7	75.8	11.5	2.5	0.5	
年齢6区分	無回答	8	1	3	2	-	2
		100	12.5	37.5	25.0	-	25.0
	合計	754	66	559	106	19	4
		100	8.8	74.1	14.1	2.5	0.5
	18歳～29歳	92	14	64	14	-	-
		100	15.2	69.6	15.2	-	-
	30歳～39歳	136	13	103	17	3	-
		100	9.6	75.7	12.5	2.2	-
	40歳～49歳	148	7	124	15	2	-
		100	4.7	83.8	10.1	1.4	-
50歳～59歳	135	12	104	17	2	-	
	100	8.9	77.0	12.6	1.5	-	
60歳～69歳	94	5	67	17	4	1	
	100	5.3	71.3	18.1	4.3	1.1	
70歳以上	145	15	96	25	8	1	
	100	10.3	66.2	17.2	5.5	0.7	
無回答	4	-	1	1	-	2	
	100	-	25.0	25.0	-	50.0	
年齢3区分	合計	754	66	559	106	19	4
		100	8.8	74.1	14.1	2.5	0.5
	18歳～39歳	228	27	167	31	3	-
		100	11.8	73.2	13.6	1.3	-
	40歳～64歳	323	20	259	38	6	-
		100	6.2	80.2	11.8	1.9	-
65歳以上	199	19	132	36	10	2	
	100	9.5	66.3	18.1	5.0	1.0	
無回答	4	-	1	1	-	2	
	100	-	25.0	25.0	-	50.0	

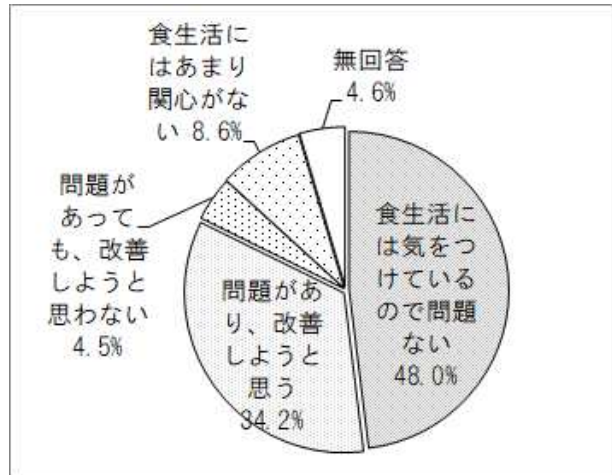
2. 食習慣について

(1) 自分の食生活上の問題の有無、問題点

自分の食生活（食べるもの、食べる時間、食べ方など）上の問題については、「食生活には気をつけているので問題ない」が48.0%、「問題があり、改善しようと思う」（34.2%）、「問題があっても、改善しようと思わない」（4.5%）といった、なんらかの問題があるとしているのは約39%、「食生活にはあまり関心がない」が8.6%となっています。

男女別にみると、男性の方が「食生活にはあまり関心がない」とする割合がやや高くなっています。

図表 4-11 自分の食生活上の問題の有無 [N=754]



図表 4-12 男女別・年齢別 自分の食生活上の問題の有無 [N=754]

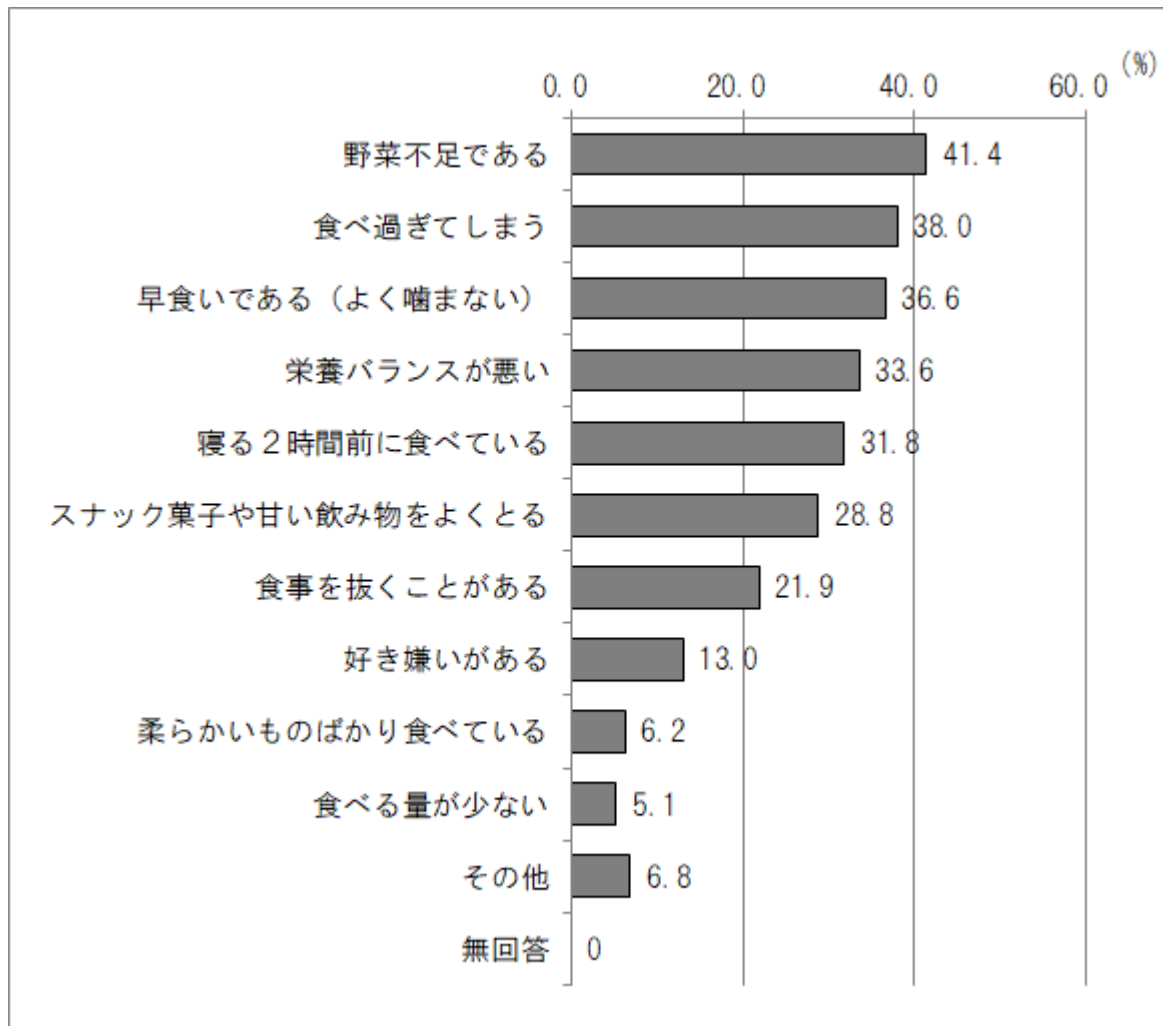
上段:人数 下段:%

		食生活に問題があると思うか					
		合計	食生活には気をつけているので問題ない	問題があり、改善しようと思う	問題があっても、改善しようと思わない	食生活にはあまり関心がない	無回答
男女別	合計	754	362	258	34	65	35
		100	48.0	34.2	4.5	8.6	4.6
	男性	304	144	97	18	38	7
		100	47.4	31.9	5.9	12.5	2.3
	女性	442	215	159	16	26	26
	100	48.6	36.0	3.6	5.9	5.9	
	無回答	8	3	2	-	1	2
		100	37.5	25.0	-	12.5	25.0
年齢6区分	合計	754	362	258	34	65	35
		100	48.0	34.2	4.5	8.6	4.6
	18歳～29歳	92	36	38	5	11	2
		100	39.1	41.3	5.4	12.0	2.2
	30歳～39歳	136	43	62	9	15	7
		100	31.6	45.6	6.6	11.0	5.1
	40歳～49歳	148	71	50	7	13	7
		100	48.0	33.8	4.7	8.8	4.7
	50歳～59歳	135	69	50	6	5	5
	100	51.1	37.0	4.4	3.7	3.7	
60歳～69歳	94	44	33	5	10	2	
	100	46.8	35.1	5.3	10.6	2.1	
70歳以上	145	98	25	2	10	10	
	100	67.6	17.2	1.4	6.9	6.9	
	無回答	4	1	-	-	1	2
		100	25.0	-	-	25.0	50.0
年齢3区分	合計	754	362	258	34	65	35
		100	48.0	34.2	4.5	8.6	4.6
	18歳～39歳	228	79	100	14	26	9
		100	34.6	43.9	6.1	11.4	3.9
	40歳～64歳	323	156	116	15	24	12
		100	48.3	35.9	4.6	7.4	3.7
65歳以上	199	126	42	5	14	12	
	100	63.3	21.1	2.5	7.0	6.0	
	無回答	4	1	-	-	1	2
		100	25.0	-	-	25.0	50.0

また、年齢の高いほど「食生活には気をつけているので問題ない」とする割合がやや高くなっています。

問題がある人に問題点をきいたところ、「野菜不足である」が41.4%と最も多く、次いで「食べ過ぎてしまう」(38.0%)、「早食いである(よく噛まない)」(36.6%)となっています。

図表 4-13 自分の食生活の問題点 [N=292;複数回答]



男女別にみると、女性に比べ男性に「食べ過ぎてしまう」「寝る2時間前に食べている」とする割合が高くなっています。

年齢別には、「18歳～39歳」に「野菜不足である」「栄養バランスが悪い」「スナック菓子や甘い飲み物をよくとる」とする割合が高くなっています。

図表 4-14 男女別・年齢別 自分の食生活の問題点 [N=292;複数回答]

上段:人数 下段:%

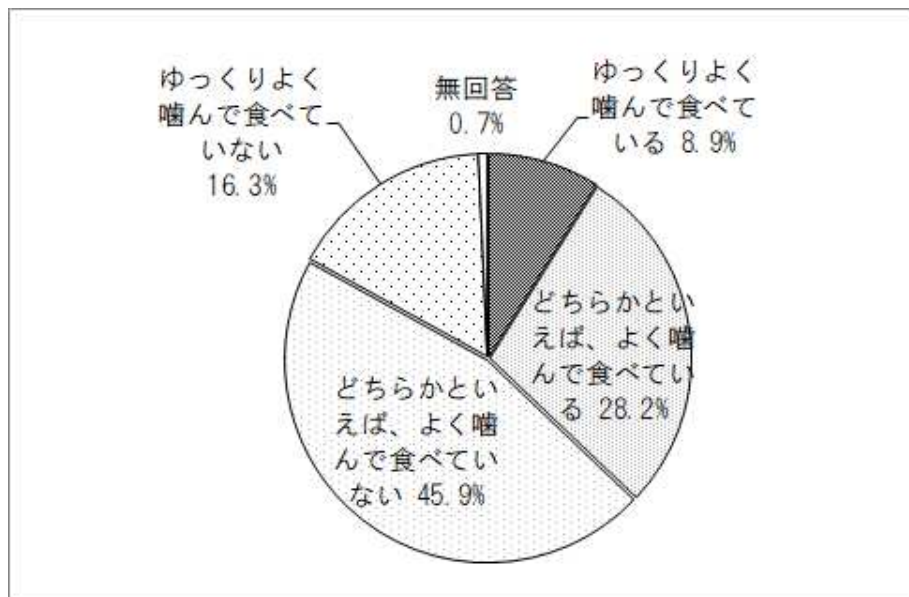
		食生活の問題点												
		合計	食事を抜くことがある	野菜不足である	寝る2時間前に食べている	スナック菓子や甘い飲み物をよくとる	早食いである(よく噛まない)	柔らかいものばかり食べている	食べる量が少ない	食べ過ぎてしまう	好き嫌いがある	栄養バランスが悪い	その他	無回答
男女別	合計	292	64	121	93	84	107	18	15	111	38	98	20	-
		100	21.9	41.4	31.8	28.8	36.6	6.2	5.1	38.0	13.0	33.6	6.8	-
	男性	115	29	45	45	33	47	3	1	50	10	34	8	-
		100	25.2	39.1	39.1	28.7	40.9	2.6	0.9	43.5	8.7	29.6	7.0	-
	女性	175	35	74	48	50	60	15	14	61	27	64	12	-
		100	20.0	42.3	27.4	28.6	34.3	8.6	8.0	34.9	15.4	36.6	6.9	-
無回答	2	-	2	-	1	-	-	-	-	1	-	-	-	
	100	-	100.0	-	50.0	-	-	-	-	50.0	-	-	-	
年齢6区分	合計	292	64	121	93	84	107	18	15	111	38	98	20	-
		100	21.9	41.4	31.8	28.8	36.6	6.2	5.1	38.0	13.0	33.6	6.8	-
	18歳～29歳	43	18	23	17	18	17	5	4	14	8	20	2	-
		100	41.9	53.5	39.5	41.9	39.5	11.6	9.3	32.6	18.6	46.5	4.7	-
	30歳～39歳	71	22	36	24	23	24	3	3	29	8	27	2	-
		100	31.0	50.7	33.8	32.4	33.8	4.2	4.2	40.8	11.3	38.0	2.8	-
	40歳～49歳	57	12	24	21	21	25	4	1	20	7	16	3	-
		100	21.1	42.1	36.8	36.8	43.9	7.0	1.8	35.1	12.3	28.1	5.3	-
	50歳～59歳	56	7	17	19	12	23	2	3	25	7	18	4	-
		100	12.5	30.4	33.9	21.4	41.1	3.6	5.4	44.6	12.5	32.1	7.1	-
	60歳～69歳	38	4	10	10	7	11	1	1	18	5	9	5	-
100		10.5	26.3	26.3	18.4	28.9	2.6	2.6	47.4	13.2	23.7	13.2	-	
70歳以上	27	1	11	2	3	7	3	3	5	3	8	4	-	
	100	3.7	40.7	7.4	11.1	25.9	11.1	11.1	18.5	11.1	29.6	14.8	-	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
年齢3区分	合計	292	64	121	93	84	107	18	15	111	38	98	20	-
		100	21.9	41.4	31.8	28.8	36.6	6.2	5.1	38.0	13.0	33.6	6.8	-
	18歳～39歳	114	40	59	41	41	41	8	7	43	16	47	4	-
		100	35.1	51.8	36.0	36.0	36.0	7.0	6.1	37.7	14.0	41.2	3.5	-
	40歳～64歳	131	23	47	46	35	52	6	4	56	16	38	8	-
		100	17.6	35.9	35.1	26.7	39.7	4.6	3.1	42.7	12.2	29.0	6.1	-
	65歳以上	47	1	15	6	8	14	4	4	12	6	13	8	-
100		2.1	31.9	12.8	17.0	29.8	8.5	8.5	25.5	12.8	27.7	17.0	-	
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

(2) ゆっくりよく噛んで食べていることの有無

ふだんゆっくりよく噛んで食べているについては、「ゆっくりよく噛んで食べている」(8.9%)、「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べている」(28.2%)とゆっくりよく噛んで食べている人は約37%となっています。

一方「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べていない」(45.9%)、「ゆっくりよく噛んで食べていない」(16.3%)と、ゆっくりよく噛んで食べていない人は約62%と多くなっています。

図表 4-15 ゆっくりよく噛んで食べていることの有無 [N=754]



男女別には、大差はないものの、年齢別にみると「65歳以上」に「ゆっくりよく噛んで食べている」とする割合が高くなっています。

一方「18歳～39歳」では「ゆっくりよく噛んで食べていない」割合が高く、「40歳～64歳」では「どちらかといえば、ゆっくりよく噛んで食べていない」とする割合が高くなっています。

図表 4-16 男女別・年齢別 ゆっくりよく噛んで食べていることの有無 [N=754]

上段:人数 下段:%

		ゆっくりよく噛んで食べているか					
		合計	ゆっくりよく 噛んで食 べている	どちらかとい えば、ゆっく りよく噛んで 食べている	どちらかといえ ば、ゆっくりよ く噛んで食べ ていない	ゆっくりよく 噛んで食べ ていない	無回答
男女別	合計	754	67	213	346	123	5
		100	8.9	28.2	45.9	16.3	0.7
	男性	304	23	82	139	58	2
		100	7.6	27.0	45.7	19.1	0.7
	女性	442	44	128	205	64	1
		100	10.0	29.0	46.4	14.5	0.2
無回答	8	-	3	2	1	2	
	100	-	37.5	25.0	12.5	25.0	
年齢6区分	合計	754	67	213	346	123	5
		100	8.9	28.2	45.9	16.3	0.7
	18歳～29歳	92	9	25	41	17	-
		100	9.8	27.2	44.6	18.5	-
	30歳～39歳	136	5	36	65	30	-
		100	3.7	26.5	47.8	22.1	-
	40歳～49歳	148	11	34	76	27	-
		100	7.4	23.0	51.4	18.2	-
	50歳～59歳	135	8	29	72	25	1
		100	5.9	21.5	53.3	18.5	0.7
	60歳～69歳	94	8	29	47	10	-
		100	8.5	30.9	50.0	10.6	-
	70歳以上	145	26	58	45	14	2
		100	17.9	40.0	31.0	9.7	1.4
無回答	4	-	2	-	-	2	
	100	-	50.0	-	-	50.0	
年齢3区分	合計	754	67	213	346	123	5
		100	8.9	28.2	45.9	16.3	0.7
	18歳～39歳	228	14	61	106	47	-
		100	6.1	26.8	46.5	20.6	-
	40歳～64歳	323	21	73	170	58	1
		100	6.5	22.6	52.6	18.0	0.3
	65歳以上	199	32	77	70	18	2
		100	16.1	38.7	35.2	9.0	1.0
無回答	4	-	2	-	-	2	
	100	-	50.0	-	-	50.0	

(3) 朝食の状況、朝食を食べていない理由

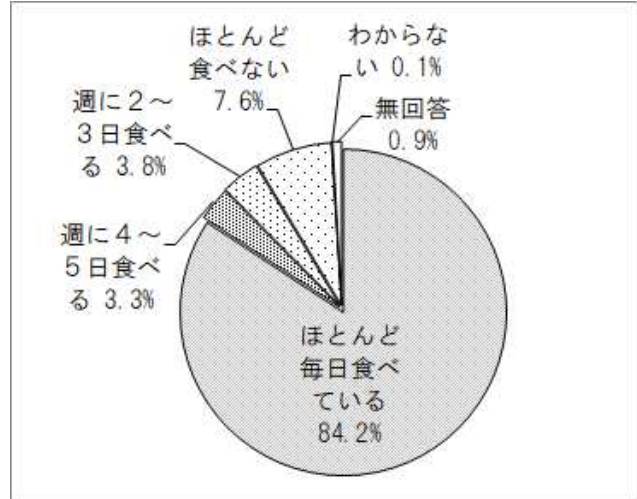
朝食の状況については、大半が「ほとんど毎日食べている」(84.2%)としています。

一方、「週に2～3日食べる」(3.8%)、「ほとんど食べない」(7.6%)といった、ほとんど食べていない人も約11%います。

男女別では、女性の方が「ほとんど毎日食べている」割合が高くなっています。

年齢別には、年齢が高いほど「ほとんど毎日食べている」割合が高くなっており、一方、「18歳～39歳」では「ほとんど食べない」とする割合が高くなっています。

図表 4-17 朝食の状況 [N=754]



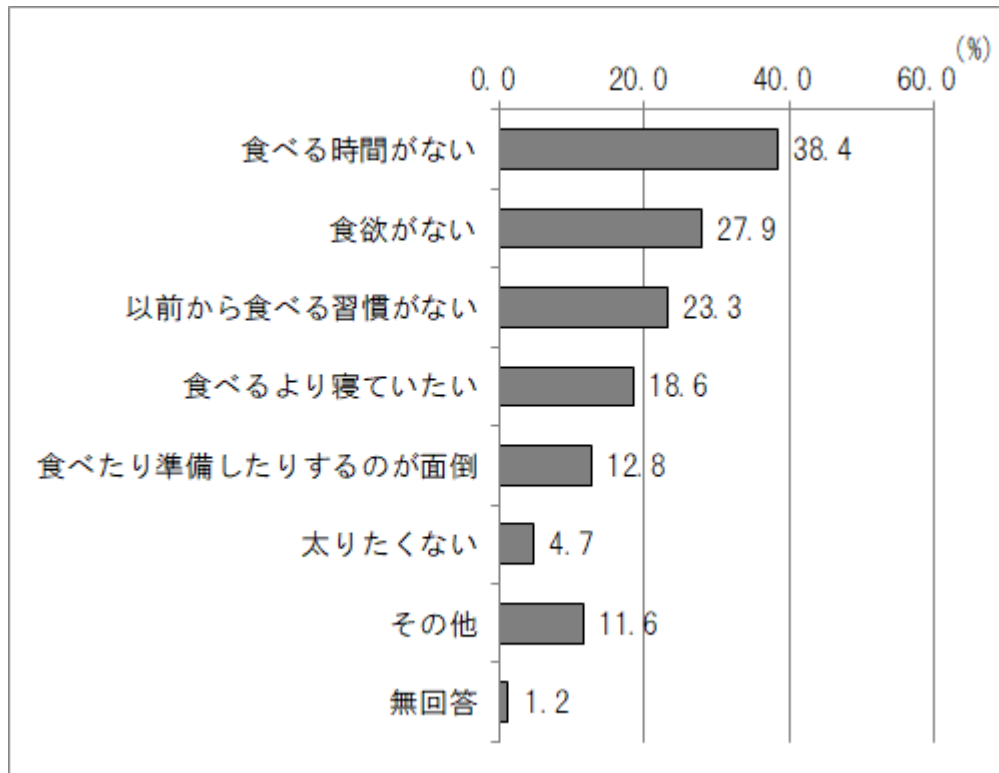
図表 4-18 男女別・年齢別 朝食の状況 [N=754]

上段:人数 下段:%

		朝食を食べているか						
		合計	ほとんど毎日食べている	週に4～5日食べる	週に2～3日食べる	ほとんど食べない	わからない	無回答
男女別	合計	754	635	25	29	57	1	7
		100	84.2	3.3	3.8	7.6	0.1	0.9
	男性	304	240	15	12	36	-	1
		100	78.9	4.9	3.9	11.8	-	0.3
	女性	442	391	10	17	19	1	4
	100	88.5	2.3	3.8	4.3	0.2	0.9	
	無回答	8	4	-	-	2	-	2
		100	50.0	-	-	25.0	-	25.0
年齢6区分	合計	754	635	25	29	57	1	7
		100	84.2	3.3	3.8	7.6	0.1	0.9
	18歳～29歳	92	63	9	6	14	-	-
		100	68.5	9.8	6.5	15.2	-	-
	30歳～39歳	136	107	6	7	15	-	1
		100	78.7	4.4	5.1	11.0	-	0.7
	40歳～49歳	148	122	4	8	14	-	-
		100	82.4	2.7	5.4	9.5	-	-
	50歳～59歳	135	120	2	3	9	1	-
		100	88.9	1.5	2.2	6.7	0.7	-
60歳～69歳	94	84	1	4	4	-	1	
	100	89.4	1.1	4.3	4.3	-	1.1	
70歳以上	145	138	3	1	-	-	3	
	100	95.2	2.1	0.7	-	-	2.1	
	無回答	4	1	-	-	1	-	2
		100	25.0	-	-	25.0	-	50.0
年齢3区分	合計	754	635	25	29	57	1	7
		100	84.2	3.3	3.8	7.6	0.1	0.9
	18歳～39歳	228	170	15	13	29	-	1
		100	74.6	6.6	5.7	12.7	-	0.4
	40歳～64歳	323	277	7	13	25	1	-
		100	85.8	2.2	4.0	7.7	0.3	-
65歳以上	199	187	3	3	2	-	4	
	100	94.0	1.5	1.5	1.0	-	2.0	
	無回答	4	1	-	-	1	-	2
		100	25.0	-	-	25.0	-	50.0

朝食を食べていない理由としては、「食べる時間がない」「食欲がない」が多くなっています。

図表 4-19 朝食を食べていない理由 [N=86;複数回答]



男女別では、男性の方が「食べる時間がない」「以前から食べる習慣がない」とする割合が高く、一方、女性の方が「食欲がない」とする割合が高くなっています。

年齢別には、「18歳～39歳」に「食べる時間がない」とする割合が高くなっており、「40歳～64歳」に「食欲がない」とする割合が高くなっています。

図表 4-20 男女別・年齢別朝食を食べていない理由 [N=86;複数回答]

上段:人数 下段:%

		朝食をあまり食べない理由								
		合計	食欲がない	太りたくない	食べる時間がない	以前から食べる習慣がない	しがたりするの面倒	食べたりの準備	食べるより寝ていたい	その他
男女別	合計	86	24	4	33	20	11	16	10	1
		100	27.9	4.7	38.4	23.3	12.8	18.6	11.6	1.2
	男性	48	10	2	21	15	4	8	3	1
		100	20.8	4.2	43.8	31.3	8.3	16.7	6.3	2.1
	女性	36	13	2	12	5	7	8	6	-
無回答	2	1	-	-	-	-	-	1	-	
		100	50.0	-	-	-	-	50.0	-	
年齢6区分	合計	86	24	4	33	20	11	16	10	1
		100	27.9	4.7	38.4	23.3	12.8	18.6	11.6	1.2
	18歳～29歳	20	7	-	7	6	4	6	1	-
		100	35.0	-	35.0	30.0	20.0	30.0	5.0	-
	30歳～39歳	22	3	-	14	2	3	6	2	1
		100	13.6	-	63.6	9.1	13.6	27.3	9.1	4.5
	40歳～49歳	22	8	2	8	3	1	2	4	-
		100	36.4	9.1	36.4	13.6	4.5	9.1	18.2	-
	50歳～59歳	12	2	1	3	4	2	-	2	-
		100	16.7	8.3	25.0	33.3	16.7	-	16.7	-
60歳～69歳	8	3	1	1	4	1	2	1	-	
	100	37.5	12.5	12.5	50.0	12.5	25.0	12.5	-	
70歳以上	1	-	-	-	1	-	-	-	-	
	100	-	-	-	100.0	-	-	-	-	
無回答	1	1	-	-	-	-	-	-	-	
	100	100.0	-	-	-	-	-	-	-	
年齢3区分	合計	86	24	4	33	20	11	16	10	1
		100	27.9	4.7	38.4	23.3	12.8	18.6	11.6	1.2
	18歳～39歳	42	10	-	21	8	7	12	3	1
		100	23.8	-	50.0	19.0	16.7	28.6	7.1	2.4
	40歳～64歳	38	12	4	11	8	3	3	6	-
		100	31.6	10.5	28.9	21.1	7.9	7.9	15.8	-
	65歳以上	5	1	-	1	4	1	1	1	-
100		20.0	-	20.0	80.0	20.0	20.0	20.0	-	
無回答	1	1	-	-	-	-	-	-	-	
	100	100.0	-	-	-	-	-	-	-	

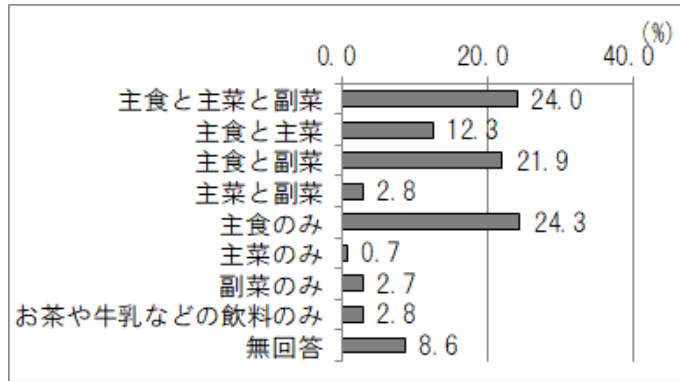
(4) 朝食の種類

朝食の種類は、「主食のみ」が24.3%と最も高く、次いで「主食と主菜と副菜」(24.0%)、「主食と副菜」(21.9%)となっており、「お茶や牛乳などの飲料のみ」は2.8%となっています。

男女別をみると、女性の方が「主食と主菜と副菜」「主食と副菜」とする割合が高くなっています。

年齢別には、「65歳以上」に「主食と主菜と副菜」の割合が高く、「18歳～39歳」に「主食のみ」の割合が高くなっています。

図表 4-21 朝食の種類 [N=754]



図表 4-22 男女別・年齢別朝食の種類 [N=754]

上段:人数 下段:%

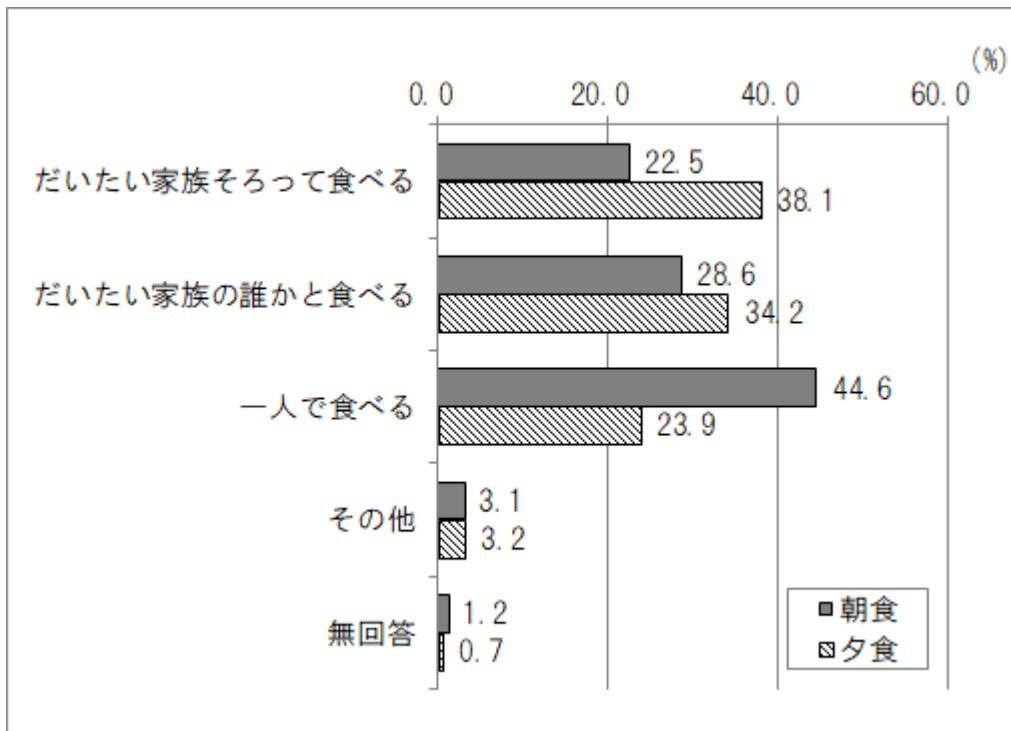
		朝ご飯の内容									
		合計	主食と副菜と主菜と	主食と主菜	主食と副菜	主菜と副菜	主食のみ	主菜のみ	副菜のみ	お茶や牛乳などの飲料のみ	無回答
男女別	合計	754	181	93	165	21	183	5	20	21	65
		100	24.0	12.3	21.9	2.8	24.3	0.7	2.7	2.8	8.6
	男性	304	60	40	54	10	80	5	12	10	33
		100	19.7	13.2	17.8	3.3	26.3	1.6	3.9	3.3	10.9
	女性	442	121	53	111	10	100	-	8	11	28
	100	27.4	12.0	25.1	2.3	22.6	-	1.8	2.5	6.3	
	無回答	8	-	-	-	1	3	-	-	-	4
		100	-	-	-	12.5	37.5	-	-	-	50.0
年齢6区分	合計	754	181	93	165	21	183	5	20	21	65
		100	24.0	12.3	21.9	2.8	24.3	0.7	2.7	2.8	8.6
	18歳～29歳	92	18	11	12	1	32	1	2	4	11
		100	19.6	12.0	13.0	1.1	34.8	1.1	2.2	4.3	12.0
	30歳～39歳	136	23	15	24	3	49	-	2	5	15
		100	16.9	11.0	17.6	2.2	36.0	-	1.5	3.7	11.0
	40歳～49歳	148	29	12	34	3	45	1	6	7	11
		100	19.6	8.1	23.0	2.0	30.4	0.7	4.1	4.7	7.4
	50歳～59歳	135	25	21	25	6	36	2	6	2	12
	100	18.5	15.6	18.5	4.4	26.7	1.5	4.4	1.5	8.9	
60歳～69歳	94	27	14	26	3	13	1	2	1	7	
	100	28.7	14.9	27.7	3.2	13.8	1.1	2.1	1.1	7.4	
70歳以上	145	59	20	44	4	8	-	2	2	6	
	100	40.7	13.8	30.3	2.8	5.5	-	1.4	1.4	4.1	
	無回答	4	-	-	-	1	-	-	-	-	3
		100	-	-	-	25.0	-	-	-	-	75.0
年齢3区分	合計	754	181	93	165	21	183	5	20	21	65
		100	24.0	12.3	21.9	2.8	24.3	0.7	2.7	2.8	8.6
	18歳～39歳	228	41	26	36	4	81	1	4	9	26
		100	18.0	11.4	15.8	1.8	35.5	0.4	1.8	3.9	11.4
	40歳～64歳	323	63	39	70	9	88	4	12	10	28
		100	19.5	12.1	21.7	2.8	27.2	1.2	3.7	3.1	8.7
65歳以上	199	77	28	59	7	14	-	4	2	8	
	100	38.7	14.1	29.6	3.5	7.0	-	2.0	1.0	4.0	
	無回答	4	-	-	-	1	-	-	-	-	3
		100	-	-	-	25.0	-	-	-	-	75.0

(5) 朝食や夕食を一緒に食べる人の有無

朝食や夕食を誰と食べるかについては、朝食は「一人で食べる」が44.6%と最も高く、次いで「だいたい家族の誰かと食べる」(28.6%)となっています。

夕食は「だいたい家族そろって食べる」が38.1%、「だいたい家族の誰かと食べる」が34.2%となっています。

図表 4-23 朝食や夕食を一緒に食べる人の有無 [N=754]



男女別にみると、女性の方が朝食、夕食ともに「だいたい家族の誰かと食べる」とする割合が高くなっています。

一方、男性に「一人で食べる」とする割合が、朝食、夕食ともに、やや高くなっています。

年齢別にみると、「65歳以上」の人は、朝食、夕食ともに「だいたい家族そろって食べる」とする割合が高くなっています。

また、朝食では「40歳～64歳」の人に「一人で食べる」割合が高く、夕食では「18歳～39歳」に「だいたい家族の誰かと食べる」とする割合が高くなっています。

図表 4-24 男女別・年齢別 朝食や夕食を一緒に食べる人の有無 [N=754]

上段:人数 下段:%

		合計	朝食をとる相手					夕食をとる相手				
			そだいたい家族 そろって食べる	だいたい家族の 誰かと食べる	一人で食べる	その他	無回答	そだいたい家族 そろって食べる	だいたい家族の 誰かと食べる	一人で食べる	その他	無回答
男女別	合計	754	170	216	336	23	9	287	258	180	24	5
		100	22.5	28.6	44.6	3.1	1.2	38.1	34.2	23.9	3.2	0.7
	男性	304	76	66	143	15	4	122	82	88	11	1
		100	25.0	21.7	47.0	4.9	1.3	40.1	27.0	28.9	3.6	0.3
	女性	442	93	148	190	8	3	162	175	90	13	2
		100	21.0	33.5	43.0	1.8	0.7	36.7	39.6	20.4	2.9	0.5
無回答	8	1	2	3	-	2	3	1	2	-	2	
	100	12.5	25.0	37.5	-	25.0	37.5	12.5	25.0	-	25.0	
年齢6区分	合計	754	170	216	336	23	9	287	258	180	24	5
		100	22.5	28.6	44.6	3.1	1.2	38.1	34.2	23.9	3.2	0.7
	18歳 ~29歳	92	10	22	54	4	2	28	30	27	7	-
		100	10.9	23.9	58.7	4.3	2.2	30.4	32.6	29.3	7.6	-
	30歳 ~39歳	136	25	56	48	6	1	37	68	27	4	-
		100	18.4	41.2	35.3	4.4	0.7	27.2	50.0	19.9	2.9	-
	40歳 ~49歳	148	24	57	59	6	2	47	60	38	3	-
		100	16.2	38.5	39.9	4.1	1.4	31.8	40.5	25.7	2.0	-
	50歳 ~59歳	135	21	34	75	3	2	43	49	40	3	-
		100	15.6	25.2	55.6	2.2	1.5	31.9	36.3	29.6	2.2	-
	60歳 ~69歳	94	25	20	48	1	-	47	24	20	3	-
		100	26.6	21.3	51.1	1.1	-	50.0	25.5	21.3	3.2	-
	70歳以上	145	64	26	52	3	-	83	27	28	4	3
		100	44.1	17.9	35.9	2.1	-	57.2	18.6	19.3	2.8	2.1
無回答	4	1	1	-	-	2	2	-	-	-	2	
	100	25.0	25.0	-	-	50.0	50.0	-	-	-	50.0	
年齢3区分	合計	754	170	216	336	23	9	287	258	180	24	5
		100	22.5	28.6	44.6	3.1	1.2	38.1	34.2	23.9	3.2	0.7
	18歳 ~39歳	228	35	78	102	10	3	65	98	54	11	-
		100	15.4	34.2	44.7	4.4	1.3	28.5	43.0	23.7	4.8	-
	40歳 ~64歳	323	51	101	157	10	4	107	124	84	8	-
		100	15.8	31.3	48.6	3.1	1.2	33.1	38.4	26.0	2.5	-
	65歳以上	199	83	36	77	3	-	113	36	42	5	3
		100	41.7	18.1	38.7	1.5	-	56.8	18.1	21.1	2.5	1.5
無回答	4	1	1	-	-	2	2	-	-	-	2	
	100	25.0	25.0	-	-	50.0	50.0	-	-	-	50.0	

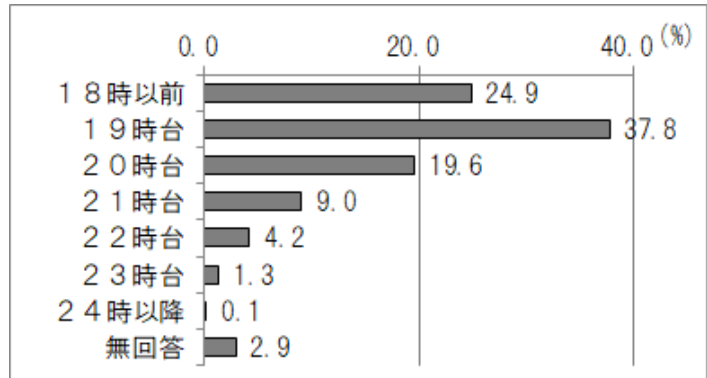
(6) 夕食の時間

夕食の時間についてきいたところ、「19時台」が37.8%と最も高く、次いで「18時以前」（24.9%）となっています。

男女別にみると、女性に「19時台」の割合が高く、男性に「20時台」「21時台」の割合が高くなっています。

年齢別には、「65歳以上」に「18時台以前」の割合が高く、「40歳～64歳」の人に「19時台」、「18歳～39歳」に「21時台」の割合が高くなっています。

図表 4-25 夕食の時間 [N=754]



図表 4-26 男女別・年齢別 夕食の時間 [N=754]

上段:人数 下段:%

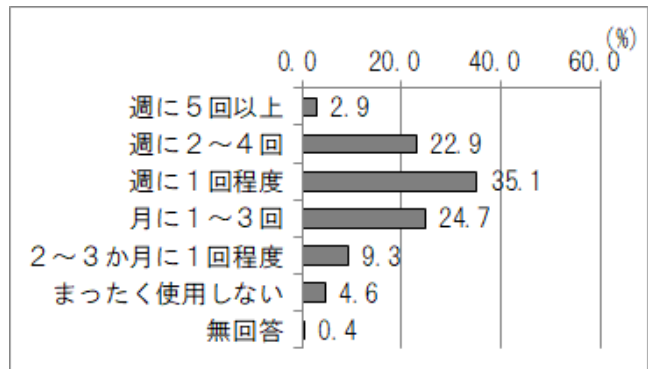
		夕食時間区分								
		合計	18時台以前	19時台	20時台	21時台	22時台	23時台	24時以降	無回答
男女別	合計	754	188	285	148	68	32	10	1	22
		100	24.9	37.8	19.6	9.0	4.2	1.3	0.1	2.9
	男性	304	58	86	76	44	16	9	1	14
		100	19.1	28.3	25.0	14.5	5.3	3.0	0.3	4.6
	女性	442	129	198	69	23	16	1	-	6
	100	29.2	44.8	15.6	5.2	3.6	0.2	-	1.4	
	無回答	8	1	1	3	1	-	-	-	2
		100	12.5	12.5	37.5	12.5	-	-	-	25.0
年齢6区分	合計	754	188	285	148	68	32	10	1	22
		100	24.9	37.8	19.6	9.0	4.2	1.3	0.1	2.9
	18歳～29歳	92	9	30	30	14	5	2	-	2
		100	9.8	32.6	32.6	15.2	5.4	2.2	-	2.2
	30歳～39歳	136	32	46	26	18	7	4	-	3
		100	23.5	33.8	19.1	13.2	5.1	2.9	-	2.2
	40歳～49歳	148	23	63	35	15	7	3	-	2
		100	15.5	42.6	23.6	10.1	4.7	2.0	-	1.4
	50歳～59歳	135	13	50	38	17	12	1	-	4
		100	9.6	37.0	28.1	12.6	8.9	0.7	-	3.0
60歳～69歳	94	34	43	12	2	1	-	-	2	
	100	36.2	45.7	12.8	2.1	1.1	-	-	2.1	
70歳以上	145	77	52	6	2	-	-	1	7	
	100	53.1	35.9	4.1	1.4	-	-	0.7	4.8	
	無回答	4	-	1	1	-	-	-	-	2
		100	-	25.0	25.0	-	-	-	-	50.0
年齢3区分	合計	754	188	285	148	68	32	10	1	22
		100	24.9	37.8	19.6	9.0	4.2	1.3	0.1	2.9
	18歳～39歳	228	41	76	56	32	12	6	-	5
		100	18.0	33.3	24.6	14.0	5.3	2.6	-	2.2
	40歳～64歳	323	44	134	81	34	20	4	-	6
		100	13.6	41.5	25.1	10.5	6.2	1.2	-	1.9
	65歳以上	199	103	74	10	2	-	-	1	9
	100	51.8	37.2	5.0	1.0	-	-	0.5	4.5	
	無回答	4	-	1	1	-	-	-	-	2
		100	-	25.0	25.0	-	-	-	-	50.0

(7) 調理済の食品やインスタント食品の利用頻度と利用理由

調理済の食品やインスタント食品の利用頻度は、「週に1回程度」が35.1%と最も高く、次いで「月に1～3回」(24.7%)となっています。

男女別にも、年齢別にもさほどの大差はないものの、「65歳以上」の人に「まったく使用しない割合が高くなっています。

図表 4-27 調理済の食品やインスタント食品の利用頻度 [N=754]



図表 4-28 男女別・年齢別 調理済の食品やインスタント食品の利用頻度 [N=754]

上段:人数 下段:%

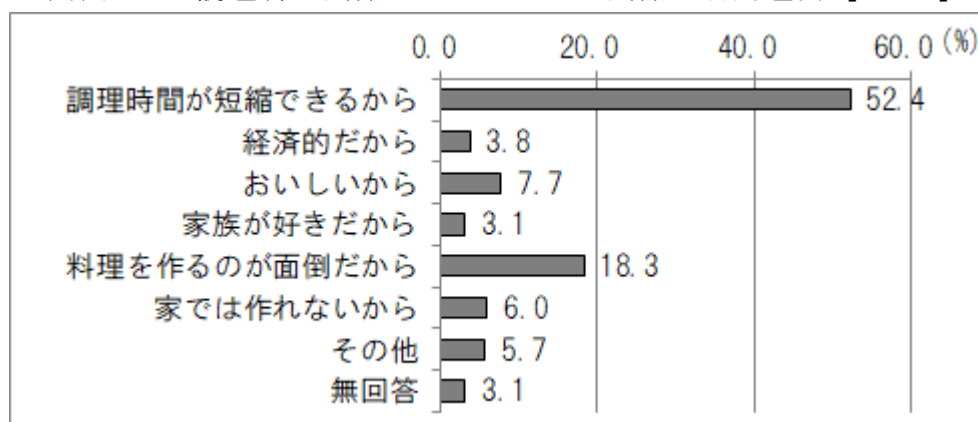
		調理済みの食品やインスタント食品を使用する頻度							
		合計	週に5回以上	週に2~4回	週に1回程度	月に1~3回	2~3か月に1回程度	まったく使用しない	無回答
男女別	合計	754	22	173	265	186	70	35	3
		100	2.9	22.9	35.1	24.7	9.3	4.6	0.4
	男性	304	11	76	108	65	28	14	2
		100	3.6	25.0	35.5	21.4	9.2	4.6	0.7
	女性	442	11	93	155	120	42	21	-
	100	2.5	21.0	35.1	27.1	9.5	4.8	-	
	無回答	8	-	4	2	1	-	-	1
		100	-	50.0	25.0	12.5	-	-	12.5
年齢6区分	合計	754	22	173	265	186	70	35	3
		100	2.9	22.9	35.1	24.7	9.3	4.6	0.4
	18歳~29歳	92	6	27	29	18	10	1	1
		100	6.5	29.3	31.5	19.6	10.9	1.1	1.1
	30歳~39歳	136	5	38	47	38	6	2	-
		100	3.7	27.9	34.6	27.9	4.4	1.5	-
	40歳~49歳	148	3	38	52	37	15	3	-
		100	2.0	25.7	35.1	25.0	10.1	2.0	-
	50歳~59歳	135	3	33	47	37	12	3	-
		100	2.2	24.4	34.8	27.4	8.9	2.2	-
60歳~69歳	94	2	12	40	22	11	6	1	
	100	2.1	12.8	42.6	23.4	11.7	6.4	1.1	
70歳以上	145	3	23	49	34	16	20	-	
	100	2.1	15.9	33.8	23.4	11.0	13.8	-	
	無回答	4	-	2	1	-	-	-	1
		100	-	50.0	25.0	-	-	-	25.0
年齢3区分	合計	754	22	173	265	186	70	35	3
		100	2.9	22.9	35.1	24.7	9.3	4.6	0.4
	18歳~39歳	228	11	65	76	56	16	3	1
		100	4.8	28.5	33.3	24.6	7.0	1.3	0.4
	40歳~64歳	323	6	77	116	82	34	7	1
		100	1.9	23.8	35.9	25.4	10.5	2.2	0.3
65歳以上	199	5	29	72	48	20	25	-	
	100	2.5	14.6	36.2	24.1	10.1	12.6	-	
	無回答	4	-	2	1	-	-	-	1
		100	-	50.0	25.0	-	-	-	25.0

また、利用している主な理由は、半数が「調理時間が短縮できるから」(52.4%)としています。

男女別にみると、女性に「調理時間が短縮できるから」とする割合が高く、男性に「おいしいから」とする割合がやや高くなっています。

年齢別には、大差はみられないものの、「65歳以上」の人に「家では作れないから」とする割合がやや高くなっています。

図表 4-29 調理済の食品やインスタント食品の利用理由 [N=754]



図表 4-30 男女別・年齢別 調理済の食品やインスタント食品の利用理由 [N=716]

上段:人数 下段:%

		調理済み食品やインスタント食品を使用する理由								
		合計	調理時間が短縮できるから	経済的だから	おいしいから	家族が好きだから	料理を作るのが面倒だから	家では作れないから	その他	無回答
男女別	合計	716	375	27	55	22	131	43	41	22
		100	52.4	3.8	7.7	3.1	18.3	6.0	5.7	3.1
	男性	288	131	16	35	8	57	14	18	9
		100	45.5	5.6	12.2	2.8	19.8	4.9	6.3	3.1
男女別	女性	421	240	10	20	14	73	28	23	13
		100	57.0	2.4	4.8	3.3	17.3	6.7	5.5	3.1
	無回答	7	4	1	-	-	1	1	-	-
		100	57.1	14.3	-	-	14.3	14.3	-	-
年齢6区分	合計	716	375	27	55	22	131	43	41	22
		100	52.4	3.8	7.7	3.1	18.3	6.0	5.7	3.1
	18歳～29歳	90	45	4	10	2	20	3	5	1
		100	50.0	4.4	11.1	2.2	22.2	3.3	5.6	1.1
	30歳～39歳	134	88	1	8	2	24	5	5	1
		100	65.7	0.7	6.0	1.5	17.9	3.7	3.7	0.7
	40歳～49歳	145	81	6	8	5	28	7	7	3
		100	55.9	4.1	5.5	3.4	19.3	4.8	4.8	2.1
	50歳～59歳	132	71	8	7	5	22	7	8	4
	100	53.8	6.1	5.3	3.8	16.7	5.3	6.1	3.0	
年齢6区分	60歳～69歳	87	40	2	10	1	18	9	3	4
		100	46.0	2.3	11.5	1.1	20.7	10.3	3.4	4.6
	70歳以上	125	47	6	12	7	19	12	13	9
年齢6区分		100	37.6	4.8	9.6	5.6	15.2	9.6	10.4	7.2
	無回答	3	3	-	-	-	-	-	-	-
		100	100.0	-	-	-	-	-	-	-
年齢3区分	合計	716	375	27	55	22	131	43	41	22
		100	52.4	3.8	7.7	3.1	18.3	6.0	5.7	3.1
	18歳～39歳	224	133	5	18	4	44	8	10	2
		100	59.4	2.2	8.0	1.8	19.6	3.6	4.5	0.9
	40歳～64歳	315	171	15	19	11	57	19	15	8
		100	54.3	4.8	6.0	3.5	18.1	6.0	4.8	2.5
年齢3区分	65歳以上	174	68	7	18	7	30	16	16	12
		100	39.1	4.0	10.3	4.0	17.2	9.2	9.2	6.9
	無回答	3	3	-	-	-	-	-	-	-
	100	100.0	-	-	-	-	-	-	-	

(8) 外食の頻度

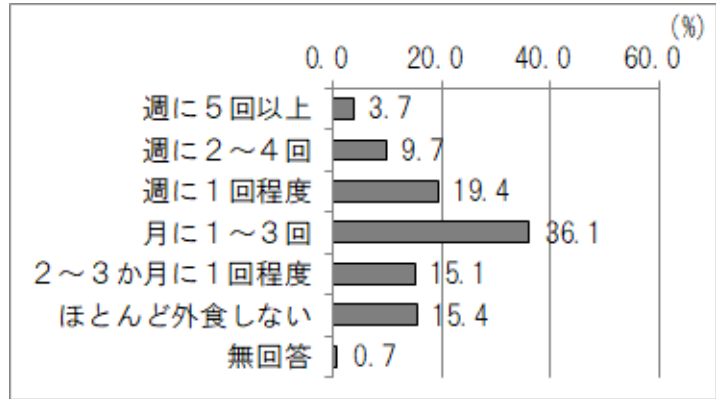
外食頻度は、「月に1～3回」が36.1%と最も高く、次いで「週に1回程度」(19.4%)となっています。

男女別にみると、男性の方が「週に1回程度」とする割合が高く、女性は「月に1～3回」の割合が高くなっていますが、全体的にも男性の方が外食頻度が高くなっています。

年齢別には「18歳～39歳」に「週に2～4回」の割合が高く、「40歳～64歳」に「月に1～3回」の割合がやや高くなっています。

なお、「65歳以上」に「ほとんど外食しない」とする割合が高くなっています。

図表 4-31 外食の頻度 [N=754]



図表 4-32 男女別・年齢別 外食の頻度 [N=754]

上段:人数 下段:%

		外食の頻度							
		合計	週に5回以上	週に2～4回	週に1回程度	月に1～3回	2～3か月に1回程度	ほとんど外食しない	無回答
男女別	合計	754	28	73	146	272	114	116	5
		100	3.7	9.7	19.4	36.1	15.1	15.4	0.7
	男性	304	23	41	71	89	38	39	3
		100	7.6	13.5	23.4	29.3	12.5	12.8	1.0
	女性	442	5	31	71	181	76	77	1
	100	1.1	7.0	16.1	41.0	17.2	17.4	0.2	
年齢6区分	無回答	8	-	1	4	2	-	-	1
		100	-	12.5	50.0	25.0	-	-	12.5
	合計	754	28	73	146	272	114	116	5
		100	3.7	9.7	19.4	36.1	15.1	15.4	0.7
	18歳～29歳	92	5	22	19	26	7	12	1
		100	5.4	23.9	20.7	28.3	7.6	13.0	1.1
	30歳～39歳	136	4	17	35	54	18	8	-
		100	2.9	12.5	25.7	39.7	13.2	5.9	-
	40歳～49歳	148	4	15	36	60	17	16	-
	100	2.7	10.1	24.3	40.5	11.5	10.8	-	
50歳～59歳	135	8	7	25	52	22	20	1	
	100	5.9	5.2	18.5	38.5	16.3	14.8	0.7	
60歳～69歳	94	4	5	13	39	20	13	-	
	100	4.3	5.3	13.8	41.5	21.3	13.8	-	
70歳以上	145	3	6	17	40	30	47	2	
	100	2.1	4.1	11.7	27.6	20.7	32.4	1.4	
無回答	4	-	1	1	1	-	-	1	
	100	-	25.0	25.0	25.0	-	-	25.0	
年齢3区分	合計	754	28	73	146	272	114	116	5
		100	3.7	9.7	19.4	36.1	15.1	15.4	0.7
	18歳～39歳	228	9	39	54	80	25	20	1
		100	3.9	17.1	23.7	35.1	11.0	8.8	0.4
	40歳～64歳	323	13	24	68	125	50	42	1
		100	4.0	7.4	21.1	38.7	15.5	13.0	0.3
65歳以上	199	6	9	23	66	39	54	2	
	100	3.0	4.5	11.6	33.2	19.6	27.1	1.0	
無回答	4	-	1	1	1	-	-	1	
	100	-	25.0	25.0	25.0	-	-	25.0	

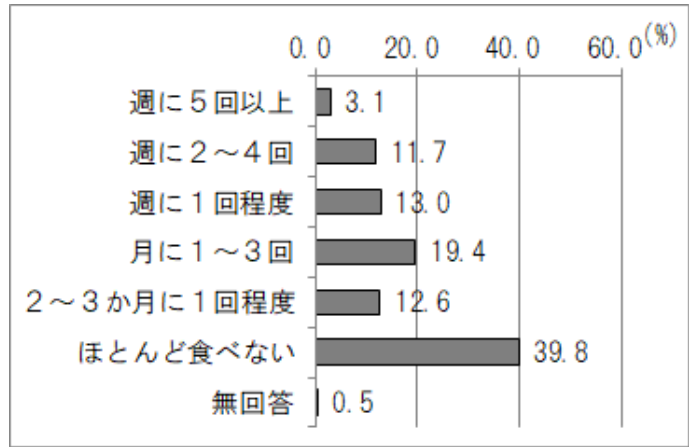
(9) コンビニエンスストアのお弁当の利用頻度

コンビニエンスストアのお弁当（おにぎりやパンを含む）の利用頻度は、「ほとんど食べない」が39.8%と最も高く、次いで「月に1～3回」（19.4%）となっています。

男女別にみると、男性に「週に2～4回」とする割合が高く、女性は「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。

年齢別には「18歳～39歳」に「週に2～4回」の割合が高く、「65歳以上」に「ほとんど食べない」とする割合が高くなっています。

図表 4-33 コンビニエンスストアのお弁当の利用頻度 [N=754]



図表 4-34 男女別・年齢別 コンビニエンスストアのお弁当の利用頻度 [N=754]

上段:人数 下段:%

		コンビニエンスストアのお弁当(おにぎりやパンを含む)を食べることはあるか							
		合計	週に5回以上	週に2～4回	週に1回程度	月に1～3回	2～3か月に1回程度	ほとんど食べない	無回答
男女別	合計	754	23	88	98	146	95	300	4
		100	3.1	11.7	13.0	19.4	12.6	39.8	0.5
	男性	304	14	50	44	60	41	94	1
		100	4.6	16.4	14.5	19.7	13.5	30.9	0.3
	女性	442	8	37	52	83	54	206	2
	100	1.8	8.4	11.8	18.8	12.2	46.6	0.5	
年齢6区分	無回答	8	1	1	2	3	-	-	1
		100	12.5	12.5	25.0	37.5	-	-	12.5
	合計	754	23	88	98	146	95	300	4
		100	3.1	11.7	13.0	19.4	12.6	39.8	0.5
	18歳～29歳	92	3	25	16	18	9	20	1
		100	3.3	27.2	17.4	19.6	9.8	21.7	1.1
	30歳～39歳	136	6	23	23	35	16	33	-
		100	4.4	16.9	16.9	25.7	11.8	24.3	-
	40歳～49歳	148	3	18	30	29	20	48	-
	100	2.0	12.2	20.3	19.6	13.5	32.4	-	
50歳～59歳	135	6	16	14	29	17	53	-	
	100	4.4	11.9	10.4	21.5	12.6	39.3	-	
60歳～69歳	94	3	4	7	20	13	47	-	
	100	3.2	4.3	7.4	21.3	13.8	50.0	-	
70歳以上	145	2	2	7	13	20	99	2	
	100	1.4	1.4	4.8	9.0	13.8	68.3	1.4	
無回答	4	-	-	1	2	-	-	1	
	100	-	-	25.0	50.0	-	-	25.0	
年齢3区分	合計	754	23	88	98	146	95	300	4
		100	3.1	11.7	13.0	19.4	12.6	39.8	0.5
	18歳～39歳	228	9	48	39	53	25	53	1
		100	3.9	21.1	17.1	23.2	11.0	23.2	0.4
	40歳～64歳	323	10	35	47	67	45	119	-
		100	3.1	10.8	14.6	20.7	13.9	36.8	-
65歳以上	199	4	5	11	24	25	128	2	
	100	2.0	2.5	5.5	12.1	12.6	64.3	1.0	
無回答	4	-	-	1	2	-	-	1	
	100	-	-	25.0	50.0	-	-	25.0	

(10) 間食の状況

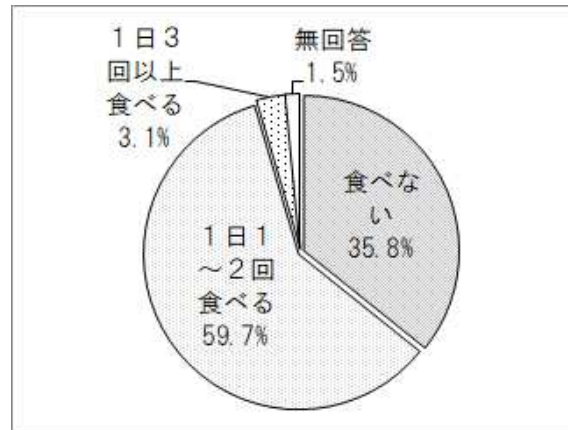
間食（夜食を含む）の状況は、半数強が「1日1～2回食べる」（59.7%）として
います。

一方で「食べない」が35.8%となっ
ています。

男女別にみると、男性の方が「食べ
ない」とする割合が高く、女性は「1日1
～2回食べる」の割合が高くなっ
ています。

年齢別には「18歳～39歳」に「1日1
～2回食べる」の割合が高く、「65歳以
上」に「食べない」とする割合が高くな
っています。

図表 4-35 間食の状況 [N=754]



図表 4-36 男女別・年齢別 間食の状況 [N=754]

上段:人数 下段:%

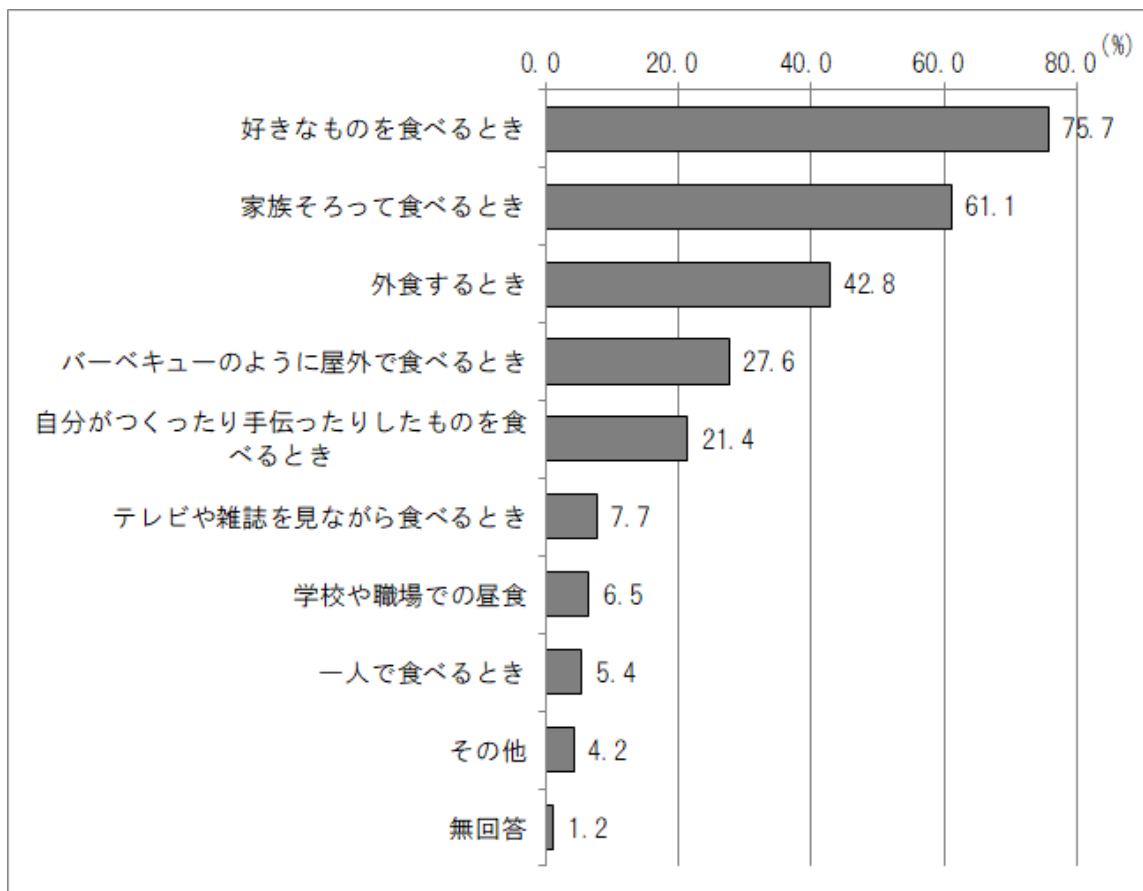
		夜食を含め、間食を1日に何回食べるか				
		合計	食べない	1日1～2回 食べる	1日3回以 上食べる	無回答
男女別	合計	754	270	450	23	11
		100	35.8	59.7	3.1	1.5
	男性	304	161	130	6	7
		100	53.0	42.8	2.0	2.3
	女性	442	107	316	16	3
	100	24.2	71.5	3.6	0.7	
	無回答	8	2	4	1	1
		100	25.0	50.0	12.5	12.5
年齢 6区分	合計	754	270	450	23	11
		100	35.8	59.7	3.1	1.5
	18歳～29歳	92	25	59	7	1
		100	27.2	64.1	7.6	1.1
	30歳～39歳	136	35	95	5	1
		100	25.7	69.9	3.7	0.7
	40歳～49歳	148	47	99	1	1
		100	31.8	66.9	0.7	0.7
	50歳～59歳	135	49	78	3	5
	100	36.3	57.8	2.2	3.7	
	60歳～69歳	94	38	55	-	1
		100	40.4	58.5	-	1.1
	70歳以上	145	76	62	6	1
		100	52.4	42.8	4.1	0.7
	無回答	4	-	2	1	1
		100	-	50.0	25.0	25.0
年齢 3区分	合計	754	270	450	23	11
		100	35.8	59.7	3.1	1.5
	18歳～39歳	228	60	154	12	2
		100	26.3	67.5	5.3	0.9
	40歳～64歳	323	111	202	4	6
		100	34.4	62.5	1.2	1.9
	65歳以上	199	99	92	6	2
		100	49.7	46.2	3.0	1.0
	無回答	4	-	2	1	1
		100	-	50.0	25.0	25.0

(11) 食事の時間を楽しいと感じるとき

食事の時間を楽しいと感じるのはどのようなときかきいたところ、「好きなものを食べる時」が75.7%と最も高く、次いで「家族そろって食べる時」(61.1%)、「外食をする時」(42.8%)となっています。

年齢別では、「18歳～39歳」に「バーベキューのように屋外で食べる時」とする割合が高くなっており、「65歳以上」に「テレビや雑誌を見ながら食べる時」とする割合が高くなっています。

図表 4-37 食事の時間を楽しいと感じるとき [N=754; 複数回答]



図表 4-38 男女別・年齢別食事の時間を楽しいと感じるとき [N=754;複数回答]

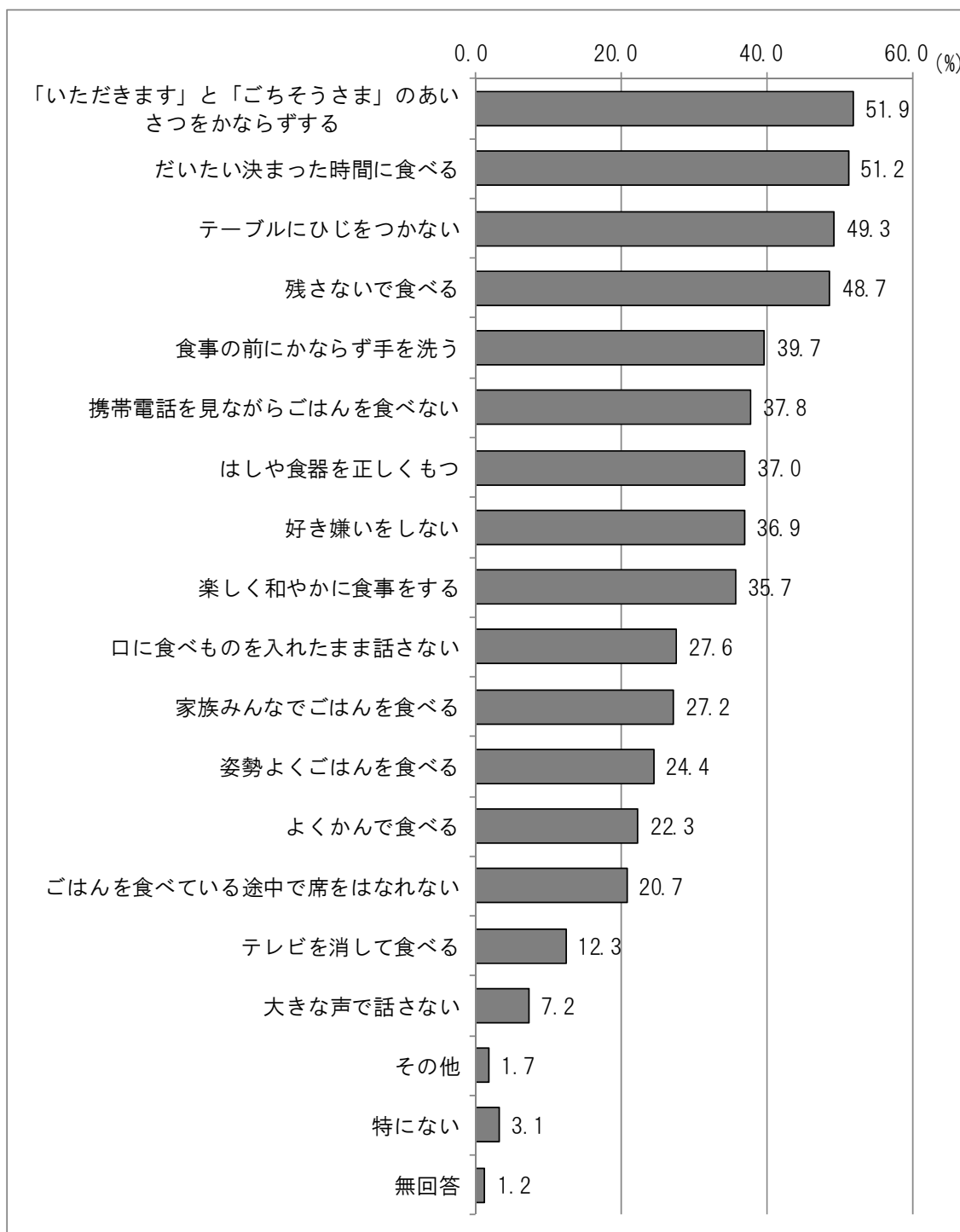
上段:人数 下段:%

		どのような時に食事を楽しんでいるか										
		合計	好きなものを食べる とき	学校や職場での屋 食	外食するとき	家族そろって食べる とき	一人で食べるとき	自分がつくったり手 伝ったりしたものを 食べるとき	バーベキューのよう に屋外で食べるとき	テレビや雑誌を見 ながら食べるとき	その他	無回答
男女別	合計	754	571	49	323	461	41	161	208	58	32	9
		100	75.7	6.5	42.8	61.1	5.4	21.4	27.6	7.7	4.2	1.2
	男性	304	228	16	102	182	17	50	90	30	9	2
		100	75.0	5.3	33.6	59.9	5.6	16.4	29.6	9.9	3.0	0.7
	女性	442	338	33	221	275	24	109	117	28	23	5
		100	76.5	7.5	50.0	62.2	5.4	24.7	26.5	6.3	5.2	1.1
無回答	8	5	-	-	4	-	2	1	-	-	2	
	100	62.5	-	-	50.0	-	25.0	12.5	-	-	25.0	
年齢6区分	合計	754	571	49	323	461	41	161	208	58	32	9
		100	75.7	6.5	42.8	61.1	5.4	21.4	27.6	7.7	4.2	1.2
	18歳 ~29歳	92	70	19	49	51	9	25	35	9	-	-
		100	76.1	20.7	53.3	55.4	9.8	27.2	38.0	9.8	-	-
	30歳 ~39歳	136	112	13	63	89	12	26	59	6	8	2
		100	82.4	9.6	46.3	65.4	8.8	19.1	43.4	4.4	5.9	1.5
	40歳 ~49歳	148	120	8	75	93	10	28	48	8	7	-
		100	81.1	5.4	50.7	62.8	6.8	18.9	32.4	5.4	4.7	-
	50歳 ~59歳	135	100	6	54	97	6	30	41	11	8	1
		100	74.1	4.4	40.0	71.9	4.4	22.2	30.4	8.1	5.9	0.7
	60歳 ~69歳	94	73	1	35	53	2	20	14	6	6	-
		100	77.7	1.1	37.2	56.4	2.1	21.3	14.9	6.4	6.4	-
70歳 以上	145	95	2	47	77	2	32	11	18	3	4	
	100	65.5	1.4	32.4	53.1	1.4	22.1	7.6	12.4	2.1	2.8	
無回答	4	1	-	-	1	-	-	-	-	-	2	
	100	25.0	-	-	25.0	-	-	-	-	-	50.0	
年齢3区分	合計	754	571	49	323	461	41	161	208	58	32	9
		100	75.7	6.5	42.8	61.1	5.4	21.4	27.6	7.7	4.2	1.2
	18歳 ~39歳	228	182	32	112	140	21	51	94	15	8	2
		100	79.8	14.0	49.1	61.4	9.2	22.4	41.2	6.6	3.5	0.9
	40歳 ~64歳	323	250	15	140	213	17	65	94	20	17	1
		100	77.4	4.6	43.3	65.9	5.3	20.1	29.1	6.2	5.3	0.3
	65歳 以上	199	138	2	71	107	3	45	20	23	7	4
100		69.3	1.0	35.7	53.8	1.5	22.6	10.1	11.6	3.5	2.0	
無回答	4	1	-	-	1	-	-	-	-	-	2	
	100	25.0	-	-	25.0	-	-	-	-	-	50.0	

(12) 食習慣・マナーなどで気を使っていること

食習慣・マナーなどで気を使っていることについてきいたところ、「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをかならずする」が51.9%で最も高く、次いで「だいたい決まった時間に食べる」(51.2%)、「テーブルにひじをつかない」(49.3%)、「残さないで食べる」(48.7%)となっています。

図表 食習慣・マナーなどで気を使っていること [N=754; 複数回答]



図表 男女別・年齢別食習慣・マナーなどで気を使っていること

[N=754; 複数回答]

上段:人数 下段:%

		食習慣やマナーに関して、気をつかっていること、こだわっていること、家庭の決まりなど									
		合計	家族みんなでごはんを食べる	だいたい決まった時間に食べる	楽しく和やかに食事をする	テレビを消して食べる	残さずに食べる	好き嫌いをしない	食事の前にならず手を洗う	口に食べものを入れたまま話さない	「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをかならずする
男女別	合計	754	205	386	269	93	367	278	299	208	391
		100	27.2	51.2	35.7	12.3	48.7	36.9	39.7	27.6	51.9
	男性	304	87	134	97	31	163	111	117	78	135
		100	28.6	44.1	31.9	10.2	53.6	36.5	38.5	25.7	44.4
	女性	442	118	249	172	61	201	167	178	129	250
		100	26.7	56.3	38.9	13.8	45.5	37.8	40.3	29.2	56.6
無回答	8	-	3	-	1	3	-	4	1	6	
	100	-	37.5	-	12.5	37.5	-	50.0	12.5	75.0	
年齢6区分	合計	754	205	386	269	93	367	278	299	208	391
		100	27.2	51.2	35.7	12.3	48.7	36.9	39.7	27.6	51.9
	18歳～29歳	92	21	28	22	7	38	34	22	32	42
		100	22.8	30.4	23.9	7.6	41.3	37.0	23.9	34.8	45.7
	30歳～39歳	136	34	62	52	33	64	44	53	40	86
		100	25.0	45.6	38.2	24.3	47.1	32.4	39.0	29.4	63.2
	40歳～49歳	148	36	54	52	28	74	60	58	36	83
		100	24.3	36.5	35.1	18.9	50.0	40.5	39.2	24.3	56.1
	50歳～59歳	135	35	55	54	8	65	44	56	35	62
		100	25.9	40.7	40.0	5.9	48.1	32.6	41.5	25.9	45.9
	60歳～69歳	94	27	67	35	9	48	33	36	25	45
		100	28.7	71.3	37.2	9.6	51.1	35.1	38.3	26.6	47.9
	70歳以上	145	52	118	54	8	76	63	73	40	71
		100	35.9	81.4	37.2	5.5	52.4	43.4	50.3	27.6	49.0
無回答	4	-	2	-	-	2	-	1	-	2	
	100	-	50.0	-	-	50.0	-	25.0	-	50.0	
年齢3区分	合計	754	205	386	269	93	367	278	299	208	391
		100	27.2	51.2	35.7	12.3	48.7	36.9	39.7	27.6	51.9
	18歳～39歳	228	55	90	74	40	102	78	75	72	128
		100	24.1	39.5	32.5	17.5	44.7	34.2	32.9	31.6	56.1
	40歳～64歳	323	80	131	118	37	157	115	127	81	165
		100	24.8	40.6	36.5	11.5	48.6	35.6	39.3	25.1	51.1
	65歳以上	199	70	163	77	16	106	85	96	55	96
		100	35.2	81.9	38.7	8.0	53.3	42.7	48.2	27.6	48.2
	無回答	4	-	2	-	-	2	-	1	-	2
		100	-	50.0	-	-	50.0	-	25.0	-	50.0

図表 男女別・年齢別食習慣・マナーなどで気を使っていること（続き）

[N=754; 複数回答]

上段:人数 下段:%

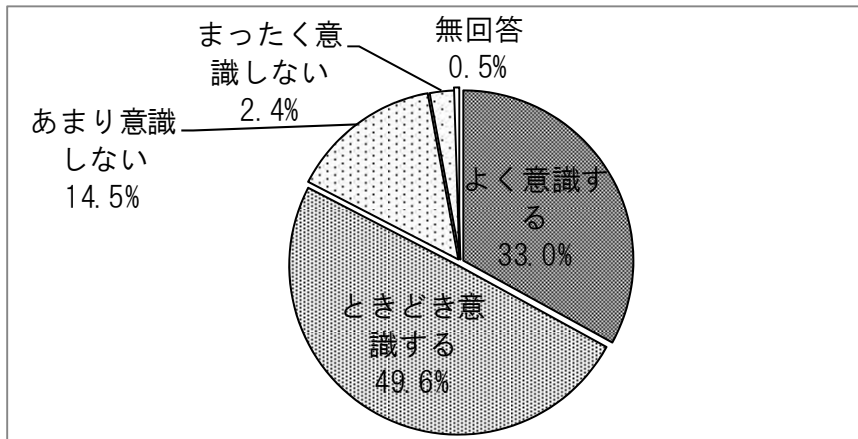
		食習慣やマナーに関して、気をつかっていること、こだわっていること、家庭の決まりなど(続き)									
		大きな声で話さない	姿勢よくごはんを食べる	はしや食器を正しくもつ	テーブルにひじをつかない	よくかんで食べる	ごはんを食べながら携帯電話を見ながらごはんを食べない	その他	特にない	無回答	
男女別	合計	54	184	279	372	168	156	285	13	23	9
		7.2	24.4	37.0	49.3	22.3	20.7	37.8	1.7	3.1	1.2
	男性	26	68	99	135	63	57	103	2	13	1
		8.6	22.4	32.6	44.4	20.7	18.8	33.9	0.7	4.3	0.3
	女性	28	115	178	233	103	99	178	11	10	7
		6.3	26.0	40.3	52.7	23.3	22.4	40.3	2.5	2.3	1.6
無回答	-	1	2	4	2	-	4	-	-	1	
	-	12.5	25.0	50.0	25.0	-	50.0	-	-	12.5	
年齢6区分	合計	54	184	279	372	168	156	285	13	23	9
		7.2	24.4	37.0	49.3	22.3	20.7	37.8	1.7	3.1	1.2
	18歳～29歳	5	14	35	46	16	11	37	2	2	-
		5.4	15.2	38.0	50.0	17.4	12.0	40.2	2.2	2.2	-
	30歳～39歳	12	41	56	68	18	35	50	1	4	2
		8.8	30.1	41.2	50.0	13.2	25.7	36.8	0.7	2.9	1.5
	40歳～49歳	9	42	58	88	24	36	60	2	7	1
		6.1	28.4	39.2	59.5	16.2	24.3	40.5	1.4	4.7	0.7
	50歳～59歳	3	35	43	65	28	27	66	1	7	1
		2.2	25.9	31.9	48.1	20.7	20.0	48.9	0.7	5.2	0.7
	60歳～69歳	7	16	30	44	25	16	32	4	3	1
		7.4	17.0	31.9	46.8	26.6	17.0	34.0	4.3	3.2	1.1
	70歳以上	18	36	57	60	57	31	39	3	-	3
		12.4	24.8	39.3	41.4	39.3	21.4	26.9	2.1	-	2.1
無回答	-	-	-	1	-	-	1	-	-	1	
	-	-	-	25.0	-	-	25.0	-	-	25.0	
年齢3区分	合計	54	184	279	372	168	156	285	13	23	9
		7.2	24.4	37.0	49.3	22.3	20.7	37.8	1.7	3.1	1.2
	18歳～39歳	17	55	91	114	34	46	87	3	6	2
		7.5	24.1	39.9	50.0	14.9	20.2	38.2	1.3	2.6	0.9
	40歳～64歳	13	81	111	174	58	69	138	5	17	2
		4.0	25.1	34.4	53.9	18.0	21.4	42.7	1.5	5.3	0.6
	65歳以上	24	48	77	83	76	41	59	5	-	4
		12.1	24.1	38.7	41.7	38.2	20.6	29.6	2.5	-	2.0
	無回答	-	-	-	1	-	-	1	-	-	1
		-	-	-	25.0	-	-	25.0	-	-	25.0

3. 健康づくりのための食生活への意識について

(1) 健康づくりのための栄養や食事への意識

健康づくりのための栄養や食事への意識についてきいたところ、「よく意識する」(33.0%)、「ときどき意識する」(49.6%)といった、意識する人は約83%となっています。一方、「あまり意識しない」(14.5%)、「まったく意識しない」(2.4%)といった、意識しない人も約17%います。

図表 健康づくりのための栄養や食事への意識 [N=754]



図表 男女別・年齢別健康づくりのための栄養や食事への意識 [N=754]

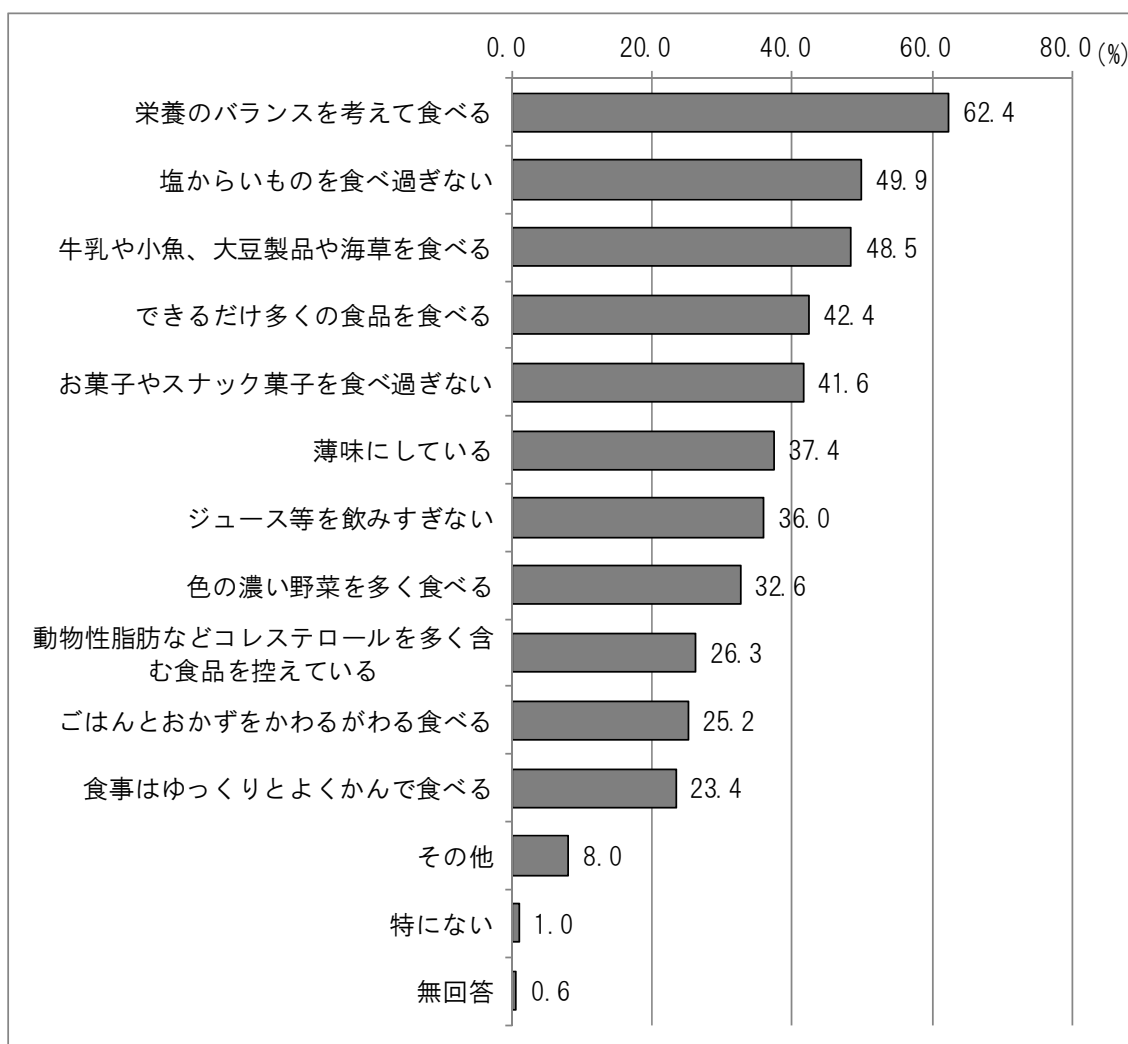
上段:人数 下段:%

		健康づくりのために、栄養や食事を意識しているか					
		合計	よく意識する	ときどき意識する	あまり意識しない	まったく意識しない	無回答
男女別	合計	754	249	374	109	18	4
		100	33.0	49.6	14.5	2.4	0.5
	男性	304	71	151	69	12	1
		100	23.4	49.7	22.7	3.9	0.3
	女性	442	177	220	37	6	2
	100	40.0	49.8	8.4	1.4	0.5	
	無回答	8	1	3	3	-	1
		100	12.5	37.5	37.5	-	12.5
年齢6区分	合計	754	249	374	109	18	4
		100	33.0	49.6	14.5	2.4	0.5
	18歳～29歳	92	12	51	23	4	2
		100	13.0	55.4	25.0	4.3	2.2
	30歳～39歳	136	19	91	20	6	-
		100	14.0	66.9	14.7	4.4	-
	40歳～49歳	148	43	81	22	2	-
		100	29.1	54.7	14.9	1.4	-
	50歳～59歳	135	51	65	18	1	-
	100	37.8	48.1	13.3	0.7	-	
60歳～69歳	94	53	28	11	2	-	
	100	56.4	29.8	11.7	2.1	-	
70歳以上	145	71	55	15	3	1	
	100	49.0	37.9	10.3	2.1	0.7	
	無回答	4	-	3	-	-	1
		100	-	75.0	-	-	25.0
年齢3区分	合計	754	249	374	109	18	4
		100	33.0	49.6	14.5	2.4	0.5
	18歳～39歳	228	31	142	43	10	2
		100	13.6	62.3	18.9	4.4	0.9
	40歳～64歳	323	110	164	45	4	-
		100	34.1	50.8	13.9	1.2	-
65歳以上	199	108	65	21	4	1	
	100	54.3	32.7	10.6	2.0	0.5	
	無回答	4	-	3	-	-	1
		100	-	75.0	-	-	25.0

(2) 食事で気をつけていること

健康づくりのために栄養や食事に気をつけていることとしては、「栄養のバランスを考えて食べる」が62.4%と最も高く、次いで「塩からいものを食べ過ぎない」(49.9%)、「牛乳や小魚、大豆製品や海草を食べる」(48.5%)と、栄養のバランスなどに気をつけている人が多くいます。

図表 食事で気をつけていること [N=623; 複数回答]



図表 男女別・年齢別食事で気をつけていること [N=623;複数回答]

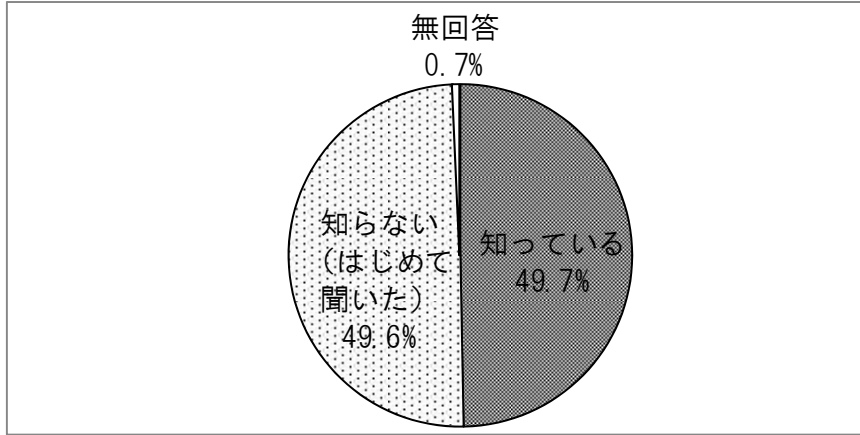
上段:人数 下段:%

		食事について気をつけていること														
		合計	食事はゆつくりとよ くかんで食べる	栄養のバランスを考 えて食べる	できるだけ多くの食 品を食べる	ジュース等を飲みすぎ ない	お菓子やスナック菓 子を食べ過ぎない	塩からいものを食べ過 ぎない	牛乳や小魚、大豆製 品や海藻を食べる	色の濃い野菜を多く 食べる	ごはんとおかずをか わるがわる食べる	薄味にしている	動物性脂肪などコレ ステロールを多く含む 食品を控えている	その他	特にな い	無回 答
男女別	合計	623	146	389	264	224	259	311	302	203	157	233	164	50	6	4
		100	23.4	62.4	42.4	36.0	41.6	49.9	48.5	32.6	25.2	37.4	26.3	8.0	1.0	0.6
	男性	222	48	124	75	64	86	91	88	65	56	62	51	17	3	1
		100	21.6	55.9	33.8	28.8	38.7	41.0	39.6	29.3	25.2	27.9	23.0	7.7	1.4	0.5
	女性	397	97	262	189	160	171	217	213	138	100	171	112	32	3	3
100		24.4	66.0	47.6	40.3	43.1	54.7	53.7	34.8	25.2	43.1	28.2	8.1	0.8	0.8	
無回答	4	1	3	-	-	2	3	1	-	1	-	1	1	-	-	
	100	25.0	75.0	-	-	50.0	75.0	25.0	-	25.0	-	25.0	25.0	-	-	
年齢6区分	合計	623	146	389	264	224	259	311	302	203	157	233	164	50	6	4
		100	23.4	62.4	42.4	36.0	41.6	49.9	48.5	32.6	25.2	37.4	26.3	8.0	1.0	0.6
	18歳 ~29歳	63	11	31	19	19	31	22	13	11	15	14	7	6	-	1
		100	17.5	49.2	30.2	30.2	49.2	34.9	20.6	17.5	23.8	22.2	11.1	9.5	-	1.6
	30歳 ~39歳	110	18	71	37	48	48	40	52	32	18	32	14	12	-	1
		100	16.4	64.5	33.6	43.6	43.6	36.4	47.3	29.1	16.4	29.1	12.7	10.9	-	0.9
	40歳 ~49歳	124	19	76	49	44	58	54	57	38	21	36	31	11	1	1
		100	15.3	61.3	39.5	35.5	46.8	43.5	46.0	30.6	16.9	29.0	25.0	8.9	0.8	0.8
	50歳 ~59歳	116	25	78	48	48	43	53	48	39	19	41	33	9	3	-
		100	21.6	67.2	41.4	41.4	37.1	45.7	41.4	33.6	16.4	35.3	28.4	7.8	2.6	-
	60歳 ~69歳	81	24	53	42	31	37	54	46	29	23	44	28	7	1	1
		100	29.6	65.4	51.9	38.3	45.7	66.7	56.8	35.8	28.4	54.3	34.6	8.6	1.2	1.2
	70歳 以上	126	49	78	69	34	41	85	85	54	60	66	50	5	1	-
100		38.9	61.9	54.8	27.0	32.5	67.5	67.5	42.9	47.6	52.4	39.7	4.0	0.8	-	
無回答	3	-	2	-	-	1	3	1	-	1	-	1	-	-	-	
	100	-	66.7	-	-	33.3	100.0	33.3	-	33.3	-	33.3	-	-	-	
年齢3区分	合計	623	146	389	264	224	259	311	302	203	157	233	164	50	6	4
		100	23.4	62.4	42.4	36.0	41.6	49.9	48.5	32.6	25.2	37.4	26.3	8.0	1.0	0.6
	18歳 ~39歳	173	29	102	56	67	79	62	65	43	33	46	21	18	-	2
		100	16.8	59.0	32.4	38.7	45.7	35.8	37.6	24.9	19.1	26.6	12.1	10.4	-	1.2
	40歳 ~64歳	274	51	176	113	107	115	128	124	87	51	95	74	22	4	2
		100	18.6	64.2	41.2	39.1	42.0	46.7	45.3	31.8	18.6	34.7	27.0	8.0	1.5	0.7
	65歳 以上	173	66	109	95	50	64	118	112	73	72	92	68	10	2	-
100		38.2	63.0	54.9	28.9	37.0	68.2	64.7	42.2	41.6	53.2	39.3	5.8	1.2	-	
無回答	3	-	2	-	-	1	3	1	-	1	-	1	-	-	-	
	100	-	66.7	-	-	33.3	100.0	33.3	-	33.3	-	33.3	-	-	-	

(3) 食塩摂取目標量の認知度

1日の食塩摂取目標量（男性8g未満、女性7g未満）を知っているかきいたところ、「知っている」が49.7%、「知らない（はじめて聞いた）」が49.6%とほぼ同数となっています。

図表 食塩摂取目標量の認知度 [N=754]



図表 男女別・年齢別食塩摂取目標量の認知度 [N=754]

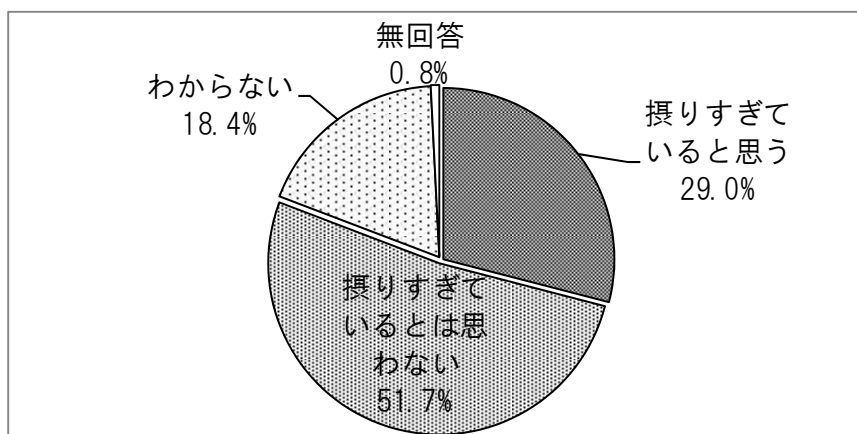
上段:人数 下段:%

		1日の食塩摂取目標量(男性8g未満、女性7g未満)を知っているか			
		合計	知っている	知らない (はじめて聞いた)	無回答
男女別	合計	754	375	374	5
		100	49.7	49.6	0.7
	男性	304	120	181	3
		100	39.5	59.5	1.0
	女性	442	252	189	1
	100	57.0	42.8	0.2	
	無回答	8	3	4	1
		100	37.5	50.0	12.5
年齢 6区分	合計	754	375	374	5
		100	49.7	49.6	0.7
	18歳～29歳	92	42	49	1
		100	45.7	53.3	1.1
	30歳～39歳	136	52	83	1
		100	38.2	61.0	0.7
	40歳～49歳	148	60	88	-
		100	40.5	59.5	-
	50歳～59歳	135	67	68	-
		100	49.6	50.4	-
60歳～69歳	94	61	33	-	
	100	64.9	35.1	-	
70歳以上	145	92	51	2	
	100	63.4	35.2	1.4	
	無回答	4	1	2	1
		100	25.0	50.0	25.0
年齢 3区分	合計	754	375	374	5
		100	49.7	49.6	0.7
	18歳～39歳	228	94	132	2
		100	41.2	57.9	0.9
	40歳～64歳	323	150	173	-
		100	46.4	53.6	-
65歳以上	199	130	67	2	
	100	65.3	33.7	1.0	
	無回答	4	1	2	1
		100	25.0	50.0	25.0

(4) 食事の中で塩分への意識

日頃の食事の中で、食塩を摂りすぎていると思うかきいたところ、「摂りすぎていると思」が29.0%、「摂りすぎているとは思わない」が51.7%となっています。

図表 食事の食塩への意識 [N=754]



図表 男女別・年齢別食塩摂取目標量の認知度 [N=754]

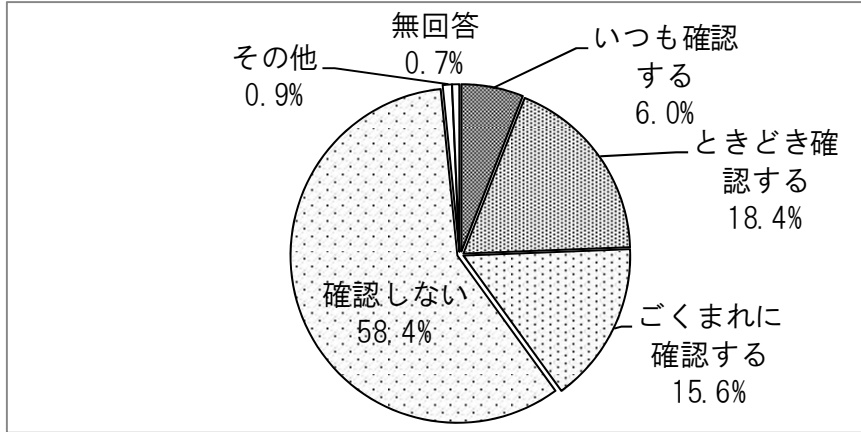
上段:人数 下段:%

		日頃の食事の中で、食塩を摂りすぎていると思うか				
		合計	摂りすぎている と思う	摂りすぎている とは思わない	わからない	無回答
男女別	合計	754	219	390	139	6
		100	29.0	51.7	18.4	0.8
	男性	304	95	137	68	4
		100	31.3	45.1	22.4	1.3
	女性	442	122	250	69	1
	100	27.6	56.6	15.6	0.2	
	無回答	8	2	3	2	1
		100	25.0	37.5	25.0	12.5
年齢 6区分	合計	754	219	390	139	6
		100	29.0	51.7	18.4	0.8
	18歳～29歳	92	32	33	26	1
		100	34.8	35.9	28.3	1.1
	30歳～39歳	136	54	59	22	1
		100	39.7	43.4	16.2	0.7
	40歳～49歳	148	53	66	29	-
		100	35.8	44.6	19.6	-
	50歳～59歳	135	36	75	24	-
	100	26.7	55.6	17.8	-	
60歳～69歳	94	22	57	15	-	
	100	23.4	60.6	16.0	-	
70歳以上	145	21	99	22	3	
	100	14.5	68.3	15.2	2.1	
	無回答	4	1	1	1	1
		100	25.0	25.0	25.0	25.0
年齢 3区分	合計	754	219	390	139	6
		100	29.0	51.7	18.4	0.8
	18歳～39歳	228	86	92	48	2
		100	37.7	40.4	21.1	0.9
	40歳～64歳	323	93	165	65	-
		100	28.8	51.1	20.1	-
65歳以上	199	39	132	25	3	
	100	19.6	66.3	12.6	1.5	
	無回答	4	1	1	1	1
		100	25.0	25.0	25.0	25.0

(5) 食品の食塩・ナトリウムの表示確認の意識

食品を買ったり食べたりするときに、食塩・ナトリウムの表示を確認するかきいたところ、「いつも確認する」が6.0%、「ときどき確認する」(18.4%)と、確認する人が約24%となっています。一方、「ごくまれに確認する」(15.6%)、「確認しない」(58.4%)と確認しない人が74%となっています。

図表 食品の食塩・ナトリウムの表示確認の意識 [N=754]



図表 男女別・年齢別食品の食塩・ナトリウムの表示確認の意識 [N=754]

上段:人数 下段:%

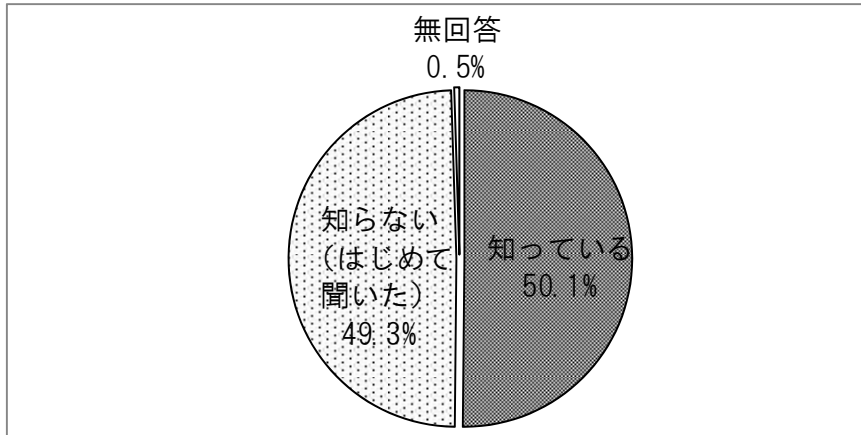
		食品を買うときや食べるときに、食塩、ナトリウムの表示を確認するか						
		合計	いつも確認する	ときどき確認する	ごくまれに確認する	確認しない	その他	無回答
男女別	合計	754	45	139	118	440	7	5
		100	6.0	18.4	15.6	58.4	0.9	0.7
	男性	304	12	46	42	198	3	3
		100	3.9	15.1	13.8	65.1	1.0	1.0
	女性	442	33	91	76	237	4	1
	100	7.5	20.6	17.2	53.6	0.9	0.2	
	無回答	8	-	2	-	5	-	1
		100	-	25.0	-	62.5	-	12.5
年齢 6区分	合計	754	45	139	118	440	7	5
		100	6.0	18.4	15.6	58.4	0.9	0.7
	18歳 ~29歳	92	2	8	10	71	-	1
		100	2.2	8.7	10.9	77.2	-	1.1
	30歳 ~39歳	136	8	21	20	86	-	1
		100	5.9	15.4	14.7	63.2	-	0.7
	40歳 ~49歳	148	6	19	18	104	1	-
		100	4.1	12.8	12.2	70.3	0.7	-
	50歳 ~59歳	135	4	27	31	73	-	-
		100	3.0	20.0	23.0	54.1	-	-
60歳 ~69歳	94	13	19	16	46	-	-	
	100	13.8	20.2	17.0	48.9	-	-	
70歳 以上	145	12	44	23	58	6	2	
	100	8.3	30.3	15.9	40.0	4.1	1.4	
	無回答	4	-	1	-	2	-	1
		100	-	25.0	-	50.0	-	25.0
年齢 3区分	合計	754	45	139	118	440	7	5
		100	6.0	18.4	15.6	58.4	0.9	0.7
	18歳 ~39歳	228	10	29	30	157	-	2
		100	4.4	12.7	13.2	68.9	-	0.9
	40歳 ~64歳	323	12	52	60	198	1	-
		100	3.7	16.1	18.6	61.3	0.3	-
	65歳 以上	199	23	57	28	83	6	2
	100	11.6	28.6	14.1	41.7	3.0	1.0	
	無回答	4	-	1	-	2	-	1
		100	-	25.0	-	50.0	-	25.0

(6) 1日の野菜摂取目標量の認知度

1日の野菜摂取目標量（男女とも 350g 以上）を知っているかきいたところ、「知っている」が 50.1%、「知らない（はじめて聞いた）」が 49.3%となっています。

男女別では、女性の方が「知っている」割合が高くなっています。

図表 1日の野菜摂取目標量の認知度 [N=754]



図表 男女別・年齢別 1日の野菜摂取目標量の認知度 [N=754]

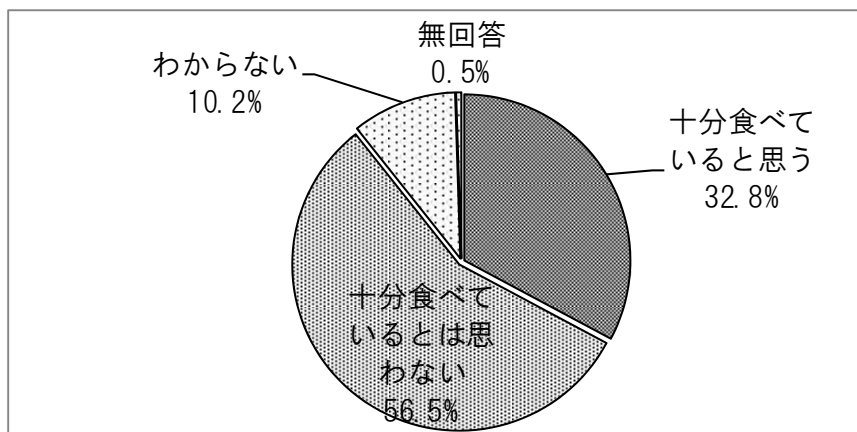
上段:人数 下段:%

		1日の野菜摂取目標量(男女とも 350g 以上)を知っているか			
		合計	知っている	知らない (はじめて聞いた)	無回答
男女別	合計	754	378	372	4
		100	50.1	49.3	0.5
	男性	304	123	179	2
		100	40.5	58.9	0.7
	女性	442	252	189	1
	100	57.0	42.8	0.2	
	無回答	8	3	4	1
		100	37.5	50.0	12.5
年齢 6区分	合計	754	378	372	4
		100	50.1	49.3	0.5
	18歳～29歳	92	47	44	1
		100	51.1	47.8	1.1
	30歳～39歳	136	61	74	1
		100	44.9	54.4	0.7
	40歳～49歳	148	58	90	-
		100	39.2	60.8	-
	50歳～59歳	135	66	69	-
		100	48.9	51.1	-
60歳～69歳	94	61	32	1	
	100	64.9	34.0	1.1	
70歳以上	145	83	62	-	
	100	57.2	42.8	-	
無回答	4	2	1	1	
	100	50.0	25.0	25.0	
年齢 3区分	合計	754	378	372	4
		100	50.1	49.3	0.5
	18歳～39歳	228	108	118	2
		100	47.4	51.8	0.9
	40歳～64歳	323	146	177	-
		100	45.2	54.8	-
	65歳以上	199	122	76	1
	100	61.3	38.2	0.5	
無回答	4	2	1	1	
	100	50.0	25.0	25.0	

(7) 食事の中で野菜摂取の認識

日頃の食事の中で、野菜を十分食べていると思うかきいたところ、「十分食べていると思う」が32.8%、「十分食べているとは思わない」が56.5%となっています。

図表 食事の中で野菜摂取の認識 [N=754]



図表 男女別・年齢別食事の中で野菜摂取の認識 [N=754]

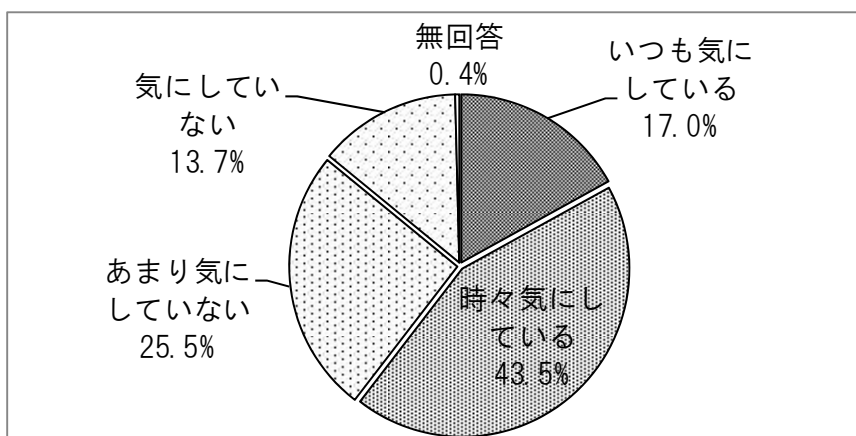
上段:人数 下段:%

		日頃の食事の中で、野菜を十分食べていると思うか				
		合計	十分食べていると思う	十分食べているとは思わない	わからない	無回答
男女別	合計	754	247	426	77	4
		100	32.8	56.5	10.2	0.5
	男性	304	99	170	32	3
		100	32.6	55.9	10.5	1.0
	女性	442	147	250	45	-
	100	33.3	56.6	10.2	-	
	無回答	8	1	6	-	1
		100	12.5	75.0	-	12.5
年齢 6区分	合計	754	247	426	77	4
		100	32.8	56.5	10.2	0.5
	18歳～29歳	92	20	55	16	1
		100	21.7	59.8	17.4	1.1
	30歳～39歳	136	28	93	13	2
		100	20.6	68.4	9.6	1.5
	40歳～49歳	148	43	88	17	-
		100	29.1	59.5	11.5	-
	50歳～59歳	135	46	77	12	-
		100	34.1	57.0	8.9	-
60歳～69歳	94	36	49	9	-	
	100	38.3	52.1	9.6	-	
70歳以上	145	74	61	10	-	
	100	51.0	42.1	6.9	-	
	無回答	4	-	3	-	1
		100	-	75.0	-	25.0
年齢 3区分	合計	754	247	426	77	4
		100	32.8	56.5	10.2	0.5
	18歳～39歳	228	48	148	29	3
		100	21.1	64.9	12.7	1.3
	40歳～64歳	323	101	189	33	-
		100	31.3	58.5	10.2	-
65歳以上	199	98	86	15	-	
	100	49.2	43.2	7.5	-	
	無回答	4	-	3	-	1
		100	-	75.0	-	25.0

(8) 食事のエネルギー量（カロリー）への意識

食事のエネルギー量（カロリー）を気にしているかきいたところ、「いつも気にしている」（17.0%）、「時々気にしている」（43.5%）と、ある程度気にしている人は約61%います。一方、「あまり気にしていない」（25.5%）、「気にしていない」（13.7%）と、気にしていない人も約39%います。

図表 食事のエネルギー量（カロリー）への意識 [N=754]



図表 男女別・年齢別食事のエネルギー量（カロリー）への意識 [N=754]

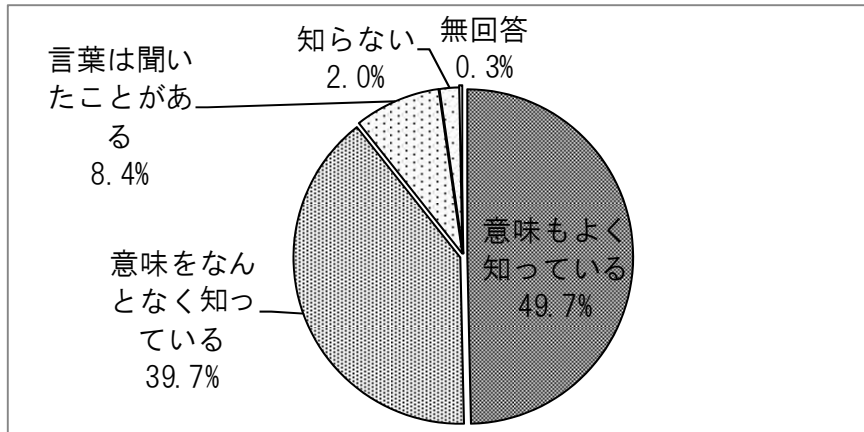
上段:人数 下段:%

		食事のエネルギー量(カロリー)を気にしているか					
		合計	いつも気にしている	時々気にしている	あまり気にしていない	気にしていない	無回答
男女別	合計	754	128	328	192	103	3
		100	17.0	43.5	25.5	13.7	0.4
	男性	304	34	114	92	62	2
		100	11.2	37.5	30.3	20.4	0.7
	女性	442	93	211	99	39	-
	100	21.0	47.7	22.4	8.8	-	
年齢 6区分	無回答	8	1	3	1	2	1
		100	12.5	37.5	12.5	25.0	12.5
	合計	754	128	328	192	103	3
		100	17.0	43.5	25.5	13.7	0.4
	18歳～29歳	92	14	38	22	16	2
		100	15.2	41.3	23.9	17.4	2.2
	30歳～39歳	136	15	72	32	17	-
		100	11.0	52.9	23.5	12.5	-
	40歳～49歳	148	23	68	38	19	-
		100	15.5	45.9	25.7	12.8	-
50歳～59歳	135	28	70	27	10	-	
	100	20.7	51.9	20.0	7.4	-	
60歳～69歳	94	21	32	29	12	-	
	100	22.3	34.0	30.9	12.8	-	
70歳以上	145	27	46	44	28	-	
	100	18.6	31.7	30.3	19.3	-	
無回答	4	-	2	-	1	1	
	100	-	50.0	-	25.0	25.0	
年齢 3区分	合計	754	128	328	192	103	3
		100	17.0	43.5	25.5	13.7	0.4
	18歳～39歳	228	29	110	54	33	2
		100	12.7	48.2	23.7	14.5	0.9
	40歳～64歳	323	56	154	79	34	-
		100	17.3	47.7	24.5	10.5	-
	65歳以上	199	43	62	59	35	-
	100	21.6	31.2	29.6	17.6	-	
無回答	4	-	2	-	1	1	
	100	-	50.0	-	25.0	25.0	

(9) 内蔵脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の認知度

内蔵脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の認知度についてきいたところ、「意味もよく知っている」（49.7%）、「意味をなんとなく知っている」（39.7%）と、ある程度知っている人は約 89%います。一方、「言葉は聞いたことがある」（8.4%）、「知らない」（2.0%）と、あまり知らない人も約 10%います。

図表 内蔵脂肪症候群の認知度 [N=754]



図表 男女別・年齢別内蔵脂肪症候群の認知度 [N=754]

上段:人数 下段:%

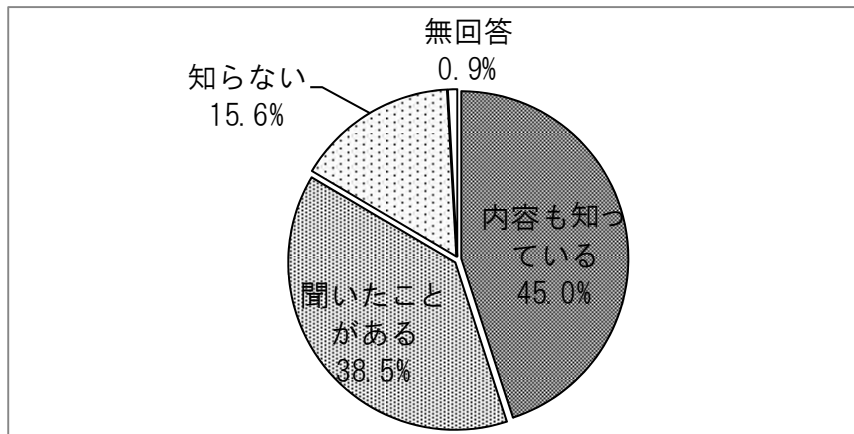
		内蔵脂肪症候群（メタボリックシンドローム）という言葉を知っているか					
		合計	意味もよく知っている	意味をなんとなく知っている	言葉は聞いたことがある	知らない	無回答
男女別	合計	754	375	299	63	15	2
		100	49.7	39.7	8.4	2.0	0.3
	男性	304	153	117	23	10	1
		100	50.3	38.5	7.6	3.3	0.3
	女性	442	219	179	39	5	-
	100	49.5	40.5	8.8	1.1	-	
年齢6区分	無回答	8	3	3	1	-	1
		100	37.5	37.5	12.5	-	12.5
	合計	754	375	299	63	15	2
		100	49.7	39.7	8.4	2.0	0.3
	18歳～29歳	92	44	29	17	1	1
		100	47.8	31.5	18.5	1.1	1.1
	30歳～39歳	136	50	71	13	2	-
		100	36.8	52.2	9.6	1.5	-
	40歳～49歳	148	69	66	10	3	-
		100	46.6	44.6	6.8	2.0	-
50歳～59歳	135	82	45	6	2	-	
	100	60.7	33.3	4.4	1.5	-	
60歳～69歳	94	57	34	3	-	-	
	100	60.6	36.2	3.2	-	-	
70歳以上	145	73	52	13	7	-	
	100	50.3	35.9	9.0	4.8	-	
無回答	4	-	2	1	-	1	
	100	-	50.0	25.0	-	25.0	
年齢3区分	合計	754	375	299	63	15	2
		100	49.7	39.7	8.4	2.0	0.3
	18歳～39歳	228	94	100	30	3	1
		100	41.2	43.9	13.2	1.3	0.4
	40歳～64歳	323	172	128	18	5	-
		100	53.3	39.6	5.6	1.5	-
	65歳以上	199	109	69	14	7	-
	100	54.8	34.7	7.0	3.5	-	
無回答	4	-	2	1	-	1	
	100	-	50.0	25.0	-	25.0	

4. 食品の破棄について

(1) 食品ロスの認知度

「食品ロス」という言葉を知っているかきいたところ、「内容も知っている」(45.0%)、「聞いたことがある」(38.5%)とある程度知っている人は約84%います。一方、「知らない」人は15.6%います。

図表 食品ロスの認知度 [N=754]



図表 男女別・年齢別食品ロスの認知度 [N=754]

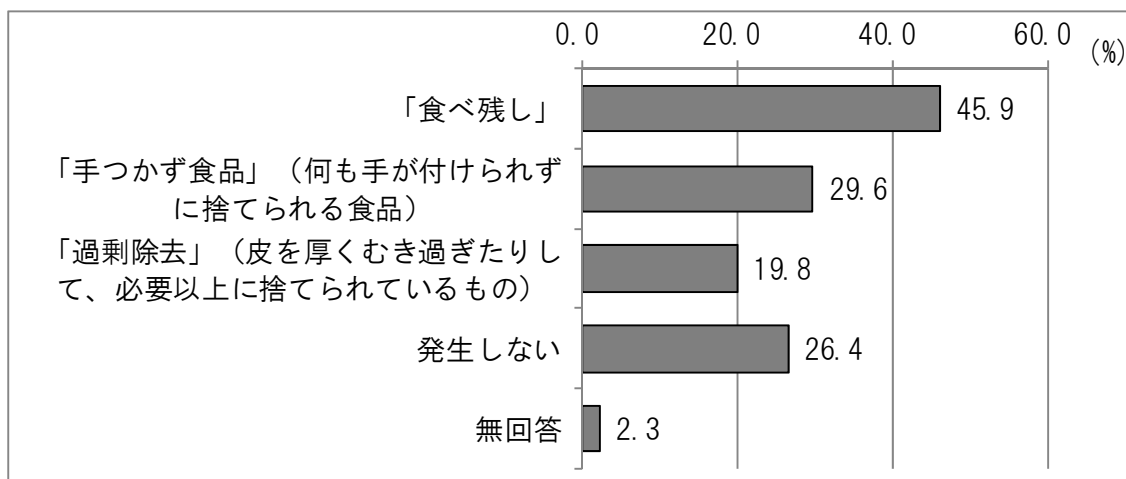
上段:人数 下段:%

		「食品ロス」という言葉を知っているか				
		合計	内容も知っている	聞いたことがある	知らない	無回答
男女別	合計	754	339	290	118	7
		100	45.0	38.5	15.6	0.9
	男性	304	132	120	51	1
		100	43.4	39.5	16.8	0.3
	女性	442	205	166	66	5
	100	46.4	37.6	14.9	1.1	
年齢6区分	無回答	8	2	4	1	1
		100	25.0	50.0	12.5	12.5
	合計	754	339	290	118	7
		100	45.0	38.5	15.6	0.9
	18歳～29歳	92	36	27	29	-
		100	39.1	29.3	31.5	-
	30歳～39歳	136	50	49	35	2
		100	36.8	36.0	25.7	1.5
	40歳～49歳	148	60	69	19	-
	100	40.5	46.6	12.8	-	
50歳～59歳	135	57	64	13	1	
	100	42.2	47.4	9.6	0.7	
60歳～69歳	94	55	31	7	1	
	100	58.5	33.0	7.4	1.1	
70歳以上	145	81	47	15	2	
	100	55.9	32.4	10.3	1.4	
無回答	4	-	3	-	1	
	100	-	75.0	-	25.0	
年齢3区分	合計	754	339	290	118	7
		100	45.0	38.5	15.6	0.9
	18歳～39歳	228	86	76	64	2
		100	37.7	33.3	28.1	0.9
	40歳～64歳	323	137	150	35	1
		100	42.4	46.4	10.8	0.3
65歳以上	199	116	61	19	3	
	100	58.3	30.7	9.5	1.5	
無回答	4	-	3	-	1	
	100	-	75.0	-	25.0	

(2) 家庭で発生している食品ロス

家庭でどのような「食品ロス」が発生しているかきいたところ、「食べ残し」が45.9%と最も高く、次いで「手つかず食品」(何も手が付けられずに捨てられる食品)が29.6%となっています。また「発生しない」家庭も26.4%あります。

図表 家庭で発生している食品ロス [N=754; 複数回答]



図表 男女別・年齢別家庭で発生している食品ロス [N=754; 複数回答]

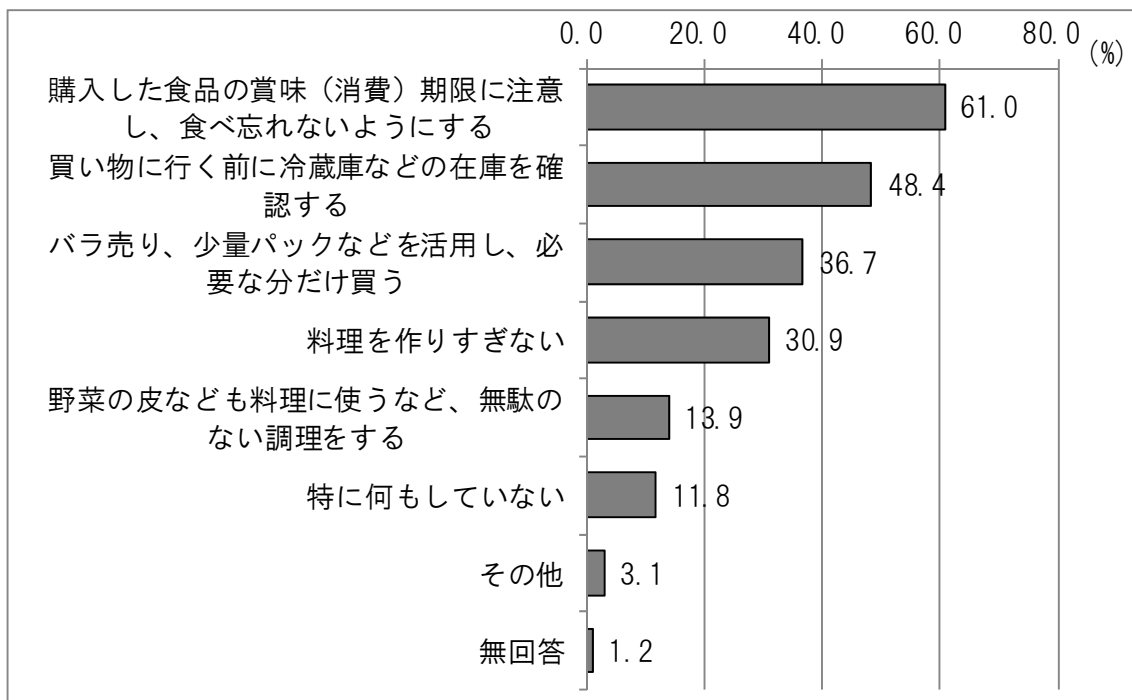
上段:人数 下段:%

		家庭で発生している「食品ロス」					
		合計	「手つかず食品」	「食べ残し」	「過剰除去」	発生しない	無回答
男女別	合計	754	223	346	149	199	17
		100	29.6	45.9	19.8	26.4	2.3
	男性	304	78	139	43	96	8
		100	25.7	45.7	14.1	31.6	2.6
	女性	442	141	205	105	102	8
	100	31.9	46.4	23.8	23.1	1.8	
	無回答	8	4	2	1	1	1
		100	50.0	25.0	12.5	12.5	12.5
年齢 6区分	合計	754	223	346	149	199	17
		100	29.6	45.9	19.8	26.4	2.3
	18歳～29歳	92	27	41	18	31	1
		100	29.3	44.6	19.6	33.7	1.1
	30歳～39歳	136	49	74	30	24	2
		100	36.0	54.4	22.1	17.6	1.5
	40歳～49歳	148	47	77	26	34	1
		100	31.8	52.0	17.6	23.0	0.7
	50歳～59歳	135	39	52	35	35	1
	100	28.9	38.5	25.9	25.9	0.7	
60歳～69歳	94	28	38	16	29	1	
	100	29.8	40.4	17.0	30.9	1.1	
70歳以上	145	31	63	24	46	10	
	100	21.4	43.4	16.6	31.7	6.9	
	無回答	4	2	1	-	-	1
		100	50.0	25.0	-	-	25.0
年齢 3区分	合計	754	223	346	149	199	17
		100	29.6	45.9	19.8	26.4	2.3
	18歳～39歳	228	76	115	48	55	3
		100	33.3	50.4	21.1	24.1	1.3
	40歳～64歳	323	98	144	66	82	2
		100	30.3	44.6	20.4	25.4	0.6
65歳以上	199	47	86	35	62	11	
	100	23.6	43.2	17.6	31.2	5.5	
	無回答	4	2	1	-	-	1
		100	50.0	25.0	-	-	25.0

(3) 食品ロスを減らすためにしていること

家庭で「食品ロス」を減らすためにしていることをきいたところ、「購入した食品の賞味（消費）期限に注意し、食べ忘れないようにする」が61.0%と最も高く、次いで「買い物に行く前に冷蔵庫などの在庫を確認する」（48.4%）、「バラ売り、少量パックなどを活用し、必要な分だけ買う」（36.7%）となっています。

図表 食品ロスを減らすためにしていること [N=754;複数回答]



図表 男女別・年齢別食品ロスを減らすためにしていること [N=754;複数回答]

上段:人数 下段:%

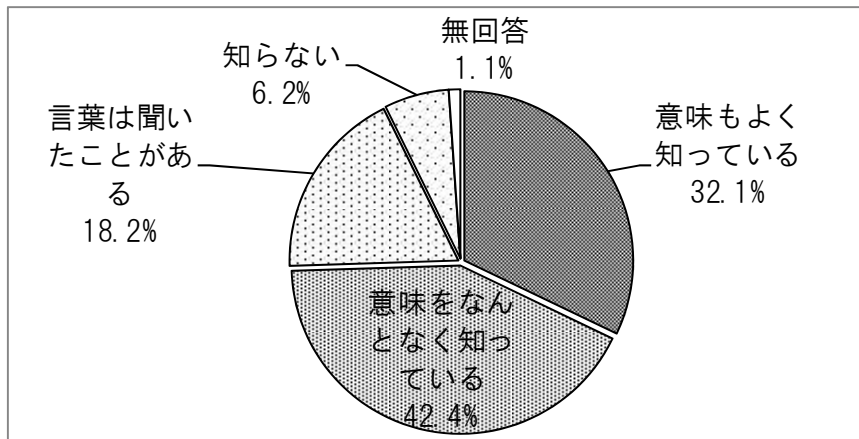
		「食品ロス」を減らすためにしていること								
		合計	バラ売り、少量パック などを活用し、必要 な分だけ買う	買い物に行く前に冷 蔵庫などの在庫を確 認する	購入した食品の賞味 (消費)期限に注意 し、食べ忘れないよう にする	料理を作りすぎない	野菜の皮なども料理 に使うなど、無駄のな い調理をする	特に何もしていない	その他	無回答
男女別	合計	754	277	365	460	233	105	89	23	9
		100	36.7	48.4	61.0	30.9	13.9	11.8	3.1	1.2
	男性	304	89	118	161	85	37	55	6	2
		100	29.3	38.8	53.0	28.0	12.2	18.1	2.0	0.7
	女性	442	186	243	293	148	68	34	17	6
		100	42.1	55.0	66.3	33.5	15.4	7.7	3.8	1.4
無回答	8	2	4	6	-	-	-	-	1	
	100	25.0	50.0	75.0	-	-	-	-	12.5	
年齢6区分	合計	754	277	365	460	233	105	89	23	9
		100	36.7	48.4	61.0	30.9	13.9	11.8	3.1	1.2
	18歳 ~29歳	92	24	38	34	15	9	27	1	-
		100	26.1	41.3	37.0	16.3	9.8	29.3	1.1	-
	30歳 ~39歳	136	53	68	84	30	13	10	6	3
		100	39.0	50.0	61.8	22.1	9.6	7.4	4.4	2.2
	40歳 ~49歳	148	44	74	95	39	14	20	5	-
		100	29.7	50.0	64.2	26.4	9.5	13.5	3.4	-
	50歳 ~59歳	135	50	71	87	46	29	15	1	1
		100	37.0	52.6	64.4	34.1	21.5	11.1	0.7	0.7
	60歳 ~69歳	94	41	45	57	41	19	8	7	-
		100	43.6	47.9	60.6	43.6	20.2	8.5	7.4	-
	70歳以上	145	65	68	100	62	21	9	3	4
		100	44.8	46.9	69.0	42.8	14.5	6.2	2.1	2.8
無回答	4	-	1	3	-	-	-	-	1	
	100	-	25.0	75.0	-	-	-	-	25.0	
年齢3区分	合計	754	277	365	460	233	105	89	23	9
		100	36.7	48.4	61.0	30.9	13.9	11.8	3.1	1.2
	18歳 ~39歳	228	77	106	118	45	22	37	7	3
		100	33.8	46.5	51.8	19.7	9.6	16.2	3.1	1.3
	40歳 ~64歳	323	107	162	209	101	48	38	7	1
		100	33.1	50.2	64.7	31.3	14.9	11.8	2.2	0.3
	65歳以上	199	93	96	130	87	35	14	9	4
100		46.7	48.2	65.3	43.7	17.6	7.0	4.5	2.0	
無回答	4	-	1	3	-	-	-	-	1	
	100	-	25.0	75.0	-	-	-	-	25.0	

5. 食育に対する意識

(1) 食育の認知度

「食育」の言葉を知っているかきいたところ、「意味もよく知っている」(32.1%)、「意味をなんとなく知っている」(42.4%)と、ある程度知っている人は約75%います。一方「言葉は聞いたことがある」(18.2%)、「知らない」(6.2%)と、あまり知らない人も約24%います。

図表 食育の認知度 [N=754]



図表 男女別・年齢別食育の認知度 [N=754]

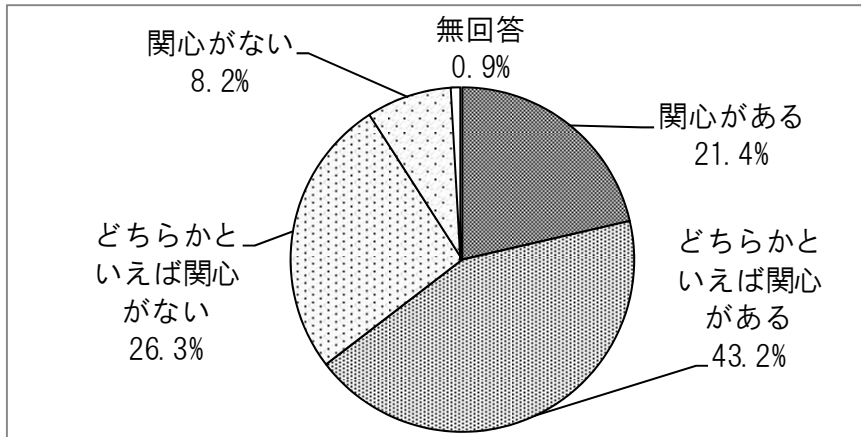
上段:人数 下段:%

		「食育」という言葉を知っているか					
		合計	意味もよく知っている	意味をなんとなく知っている	言葉は聞いたことがある	知らない	無回答
男女別	合計	754	242	320	137	47	8
		100	32.1	42.4	18.2	6.2	1.1
	男性	304	69	129	74	31	1
		100	22.7	42.4	24.3	10.2	0.3
	女性	442	172	187	61	16	6
	100	38.9	42.3	13.8	3.6	1.4	
	無回答	8	1	4	2	-	1
		100	12.5	50.0	25.0	-	12.5
年齢6区分	合計	754	242	320	137	47	8
		100	32.1	42.4	18.2	6.2	1.1
	18歳～29歳	92	31	36	24	1	-
		100	33.7	39.1	26.1	1.1	-
	30歳～39歳	136	41	57	26	10	2
		100	30.1	41.9	19.1	7.4	1.5
	40歳～49歳	148	51	74	18	5	-
		100	34.5	50.0	12.2	3.4	-
	50歳～59歳	135	48	54	24	8	1
		100	35.6	40.0	17.8	5.9	0.7
60歳～69歳	94	32	36	14	12	-	
	100	34.0	38.3	14.9	12.8	-	
70歳以上	145	39	61	30	11	4	
	100	26.9	42.1	20.7	7.6	2.8	
	無回答	4	-	2	1	-	1
		100	-	50.0	25.0	-	25.0
年齢3区分	合計	754	242	320	137	47	8
		100	32.1	42.4	18.2	6.2	1.1
	18歳～39歳	228	72	93	50	11	2
		100	31.6	40.8	21.9	4.8	0.9
	40歳～64歳	323	112	143	48	19	1
		100	34.7	44.3	14.9	5.9	0.3
65歳以上	199	58	82	38	17	4	
	100	29.1	41.2	19.1	8.5	2.0	
	無回答	4	-	2	1	-	1
		100	-	50.0	25.0	-	25.0

(2) 食育の関心度

「食育」に関心があるかきいたところ、「関心がある」(21.4%)、「どちらかといえば関心がある」(43.2%)と、ある程度関心のある人は約65%います。一方、「どちらかといえば関心がない」(26.3%)、「関心がない」(8.2%)と、あまり関心がない人も約35%います。

図表 食育の関心度 [N=754]



図表 男女別・年齢別食育の関心度 [N=754]

上段:人数 下段:%

		「食育」に関心があるか					
		合計	関心がある	どちらかといえば関心がある	どちらかといえば関心がない	関心がない	無回答
男女別	合計	754	161	326	198	62	7
		100	21.4	43.2	26.3	8.2	0.9
	男性	304	48	107	111	37	1
		100	15.8	35.2	36.5	12.2	0.3
	女性	442	113	214	86	24	5
	100	25.6	48.4	19.5	5.4	1.1	
	無回答	8	-	5	1	1	1
		100	-	62.5	12.5	12.5	12.5
年齢6区分	合計	754	161	326	198	62	7
		100	21.4	43.2	26.3	8.2	0.9
	18歳～29歳	92	20	29	35	8	-
		100	21.7	31.5	38.0	8.7	-
	30歳～39歳	136	32	58	30	14	2
		100	23.5	42.6	22.1	10.3	1.5
	40歳～49歳	148	28	67	41	12	-
		100	18.9	45.3	27.7	8.1	-
	50歳～59歳	135	28	71	26	9	1
	100	20.7	52.6	19.3	6.7	0.7	
60歳～69歳	94	21	38	26	9	-	
	100	22.3	40.4	27.7	9.6	-	
70歳以上	145	32	61	39	10	3	
	100	22.1	42.1	26.9	6.9	2.1	
	無回答	4	-	2	1	-	1
		100	-	50.0	25.0	-	25.0
年齢3区分	合計	754	161	326	198	62	7
		100	21.4	43.2	26.3	8.2	0.9
	18歳～39歳	228	52	87	65	22	2
		100	22.8	38.2	28.5	9.6	0.9
	40歳～64歳	323	64	152	79	27	1
		100	19.8	47.1	24.5	8.4	0.3
65歳以上	199	45	85	53	13	3	
	100	22.6	42.7	26.6	6.5	1.5	
	無回答	4	-	2	1	-	1
		100	-	50.0	25.0	-	25.0

(3) ほしいと思う食育に関する情報

ほしいと思う「食育」に関する情報についてきいたところ、「栄養バランスの良い食事のとり方」が55.4%と最も高く、次いで「安全・安心な食選びの方法」(48.9%)、「食品添加物についての知識」(46.6%)となっています。

図表 ほしいと思う食育に関する情報[N=754;複数回答]



図表 男女別・年齢別ほしいと思う「食育」に関する情報 [N=754]

上段:人数 下段:%

		ほしいと思う「食育」に関する情報									
		合計	栄養バランスの良い食事のとり方	食品の栄養やその働き	安全・安心な食選びの方法	食品添加物についての知識	食品表示の読み方やその内容	調理に関する知識や技法	食を通じたコミュニケーション	正しい食習慣	正しい食事マナー
男女別	合計	754	418	271	369	351	165	211	84	200	184
		100	55.4	35.9	48.9	46.6	21.9	28.0	11.1	26.5	24.4
	男性	304	167	85	134	116	55	60	33	92	71
		100	54.9	28.0	44.1	38.2	18.1	19.7	10.9	30.3	23.4
	女性	442	249	184	231	233	107	150	50	106	111
無回答	8	2	2	4	2	3	1	1	2	2	
		100	25.0	25.0	50.0	25.0	37.5	12.5	12.5	25.0	25.0
年齢6区分	合計	754	418	271	369	351	165	211	84	200	184
		100	55.4	35.9	48.9	46.6	21.9	28.0	11.1	26.5	24.4
	18歳～29歳	92	51	33	34	38	18	34	12	28	30
		100	55.4	35.9	37.0	41.3	19.6	37.0	13.0	30.4	32.6
	30歳～39歳	136	78	47	62	57	34	50	25	38	57
		100	57.4	34.6	45.6	41.9	25.0	36.8	18.4	27.9	41.9
	40歳～49歳	148	71	53	70	71	30	35	17	25	29
		100	48.0	35.8	47.3	48.0	20.3	23.6	11.5	16.9	19.6
	50歳～59歳	135	72	56	70	64	25	34	14	32	28
		100	53.3	41.5	51.9	47.4	18.5	25.2	10.4	23.7	20.7
	60歳～69歳	94	58	27	54	48	21	22	5	24	14
		100	61.7	28.7	57.4	51.1	22.3	23.4	5.3	25.5	14.9
	70歳以上	145	88	54	76	71	35	36	11	52	26
100		60.7	37.2	52.4	49.0	24.1	24.8	7.6	35.9	17.9	
無回答	4	-	1	3	2	2	-	-	1	-	
	100	-	25.0	75.0	50.0	50.0	-	-	25.0	-	
年齢3区分	合計	754	418	271	369	351	165	211	84	200	184
		100	55.4	35.9	48.9	46.6	21.9	28.0	11.1	26.5	24.4
	18歳～39歳	228	129	80	96	95	52	84	37	66	87
		100	56.6	35.1	42.1	41.7	22.8	36.8	16.2	28.9	38.2
	40歳～64歳	323	167	117	160	153	63	77	33	69	63
		100	51.7	36.2	49.5	47.4	19.5	23.8	10.2	21.4	19.5
	65歳以上	199	122	73	110	101	48	50	14	64	34
100		61.3	36.7	55.3	50.8	24.1	25.1	7.0	32.2	17.1	
無回答	4	-	1	3	2	2	-	-	1	-	
	100	-	25.0	75.0	50.0	50.0	-	-	25.0	-	

図表 男女別・年齢別ほしいと思う「食育」に関する情報（続き） [N=754]

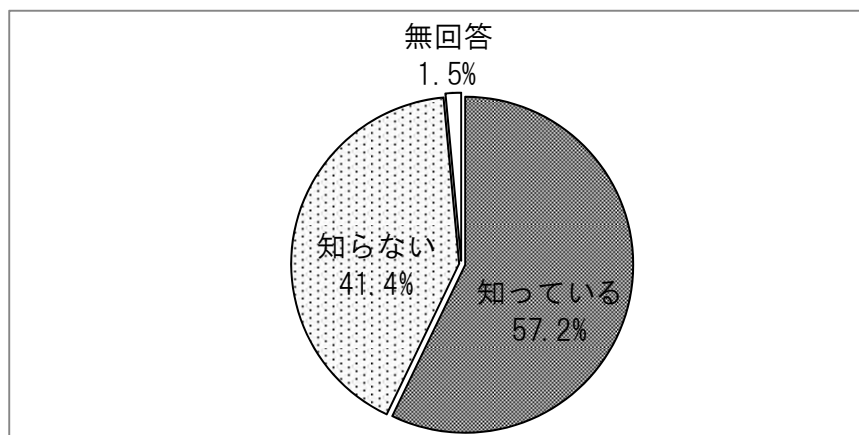
上段：人数 下段：%

		ほしいと思う「食育」に関する情報（続き）							
		日本や地域の食文化	食品の生産地や流通過程	農業や漁業などを体験する方法	食に関するイベント	食に関する社会問題	その他	特にない	無回答
男女別	合計	119	144	59	57	96	12	70	9
		15.8	19.1	7.8	7.6	12.7	1.6	9.3	1.2
	男性	48	54	25	20	37	7	37	2
		15.8	17.8	8.2	6.6	12.2	2.3	12.2	0.7
	女性	69	90	34	36	58	5	32	6
		15.6	20.4	7.7	8.1	13.1	1.1	7.2	1.4
無回答	2	-	-	1	1	-	1	1	
	25.0	-	-	12.5	12.5	-	12.5	12.5	
年齢6区分	合計	119	144	59	57	96	12	70	9
		15.8	19.1	7.8	7.6	12.7	1.6	9.3	1.2
	18歳～29歳	18	14	8	11	11	2	11	-
		19.6	15.2	8.7	12.0	12.0	2.2	12.0	-
	30歳～39歳	35	28	24	18	13	3	8	3
		25.7	20.6	17.6	13.2	9.6	2.2	5.9	2.2
	40歳～49歳	26	22	12	10	19	3	15	-
		17.6	14.9	8.1	6.8	12.8	2.0	10.1	-
	50歳～59歳	19	22	8	10	18	-	16	1
		14.1	16.3	5.9	7.4	13.3	-	11.9	0.7
	60歳～69歳	4	21	1	3	11	2	9	-
		4.3	22.3	1.1	3.2	11.7	2.1	9.6	-
	70歳以上	16	37	6	5	23	2	11	4
		11.0	25.5	4.1	3.4	15.9	1.4	7.6	2.8
無回答	1	-	-	-	1	-	-	1	
	25.0	-	-	-	25.0	-	-	25.0	
年齢3区分	合計	119	144	59	57	96	12	70	9
		15.8	19.1	7.8	7.6	12.7	1.6	9.3	1.2
	18歳～39歳	53	42	32	29	24	5	19	3
		23.2	18.4	14.0	12.7	10.5	2.2	8.3	1.3
	40歳～64歳	47	51	20	21	42	4	36	1
		14.6	15.8	6.2	6.5	13.0	1.2	11.1	0.3
	65歳以上	18	51	7	7	29	3	15	4
9.0		25.6	3.5	3.5	14.6	1.5	7.5	2.0	
無回答	1	-	-	-	1	-	-	1	
	25.0	-	-	-	25.0	-	-	25.0	

(4) 奈良県内の農産物について

奈良県内の農産物の認知度についてきいたところ、「知っている」が57.2%、「知らない」が41.4%となっています。

図表 奈良県内の農産物の認知度 [N=754]



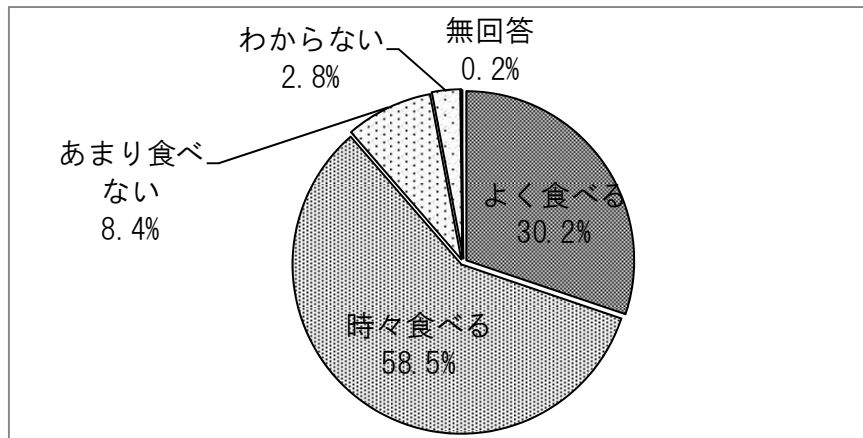
図表 男女別・年齢別奈良県内の農産物の認知度 [N=754]

上段:人数 下段:%

		奈良県内で収穫される農産物を知っているか			
		合計	知っている	知らない	無回答
男女別	合計	754	431	312	11
		100	57.2	41.4	1.5
	男性	304	159	141	4
		100	52.3	46.4	1.3
	女性	442	269	167	6
	100	60.9	37.8	1.4	
	無回答	8	3	4	1
		100	37.5	50.0	12.5
年齢 6区分	合計	754	431	312	11
		100	57.2	41.4	1.5
	18歳～29歳	92	46	46	-
		100	50.0	50.0	-
	30歳～39歳	136	72	64	-
		100	52.9	47.1	-
	40歳～49歳	148	77	70	1
		100	52.0	47.3	0.7
	50歳～59歳	135	82	53	-
	100	60.7	39.3	-	
60歳～69歳	94	64	28	2	
	100	68.1	29.8	2.1	
70歳以上	145	89	49	7	
	100	61.4	33.8	4.8	
	無回答	4	1	2	1
		100	25.0	50.0	25.0
年齢 3区分	合計	754	431	312	11
		100	57.2	41.4	1.5
	18歳～39歳	228	118	110	-
		100	51.8	48.2	-
	40歳～64歳	323	184	136	3
		100	57.0	42.1	0.9
65歳以上	199	128	64	7	
	100	64.3	32.2	3.5	
	無回答	4	1	2	1
		100	25.0	50.0	25.0

知っている人に奈良県内の農産物を意識して食べているかきいたところ、「よく食べる」(30.2%)、「時々食べる」(58.5%)と、奈良県内の農産物を意識して食べている人は約89%、「あまり食べない」人は8.4%います。

図表 奈良県内の農産物を意識して食べているか [N=431]



図表 男女別・年齢別奈良県内の農産物を意識して食べているか [N=754]

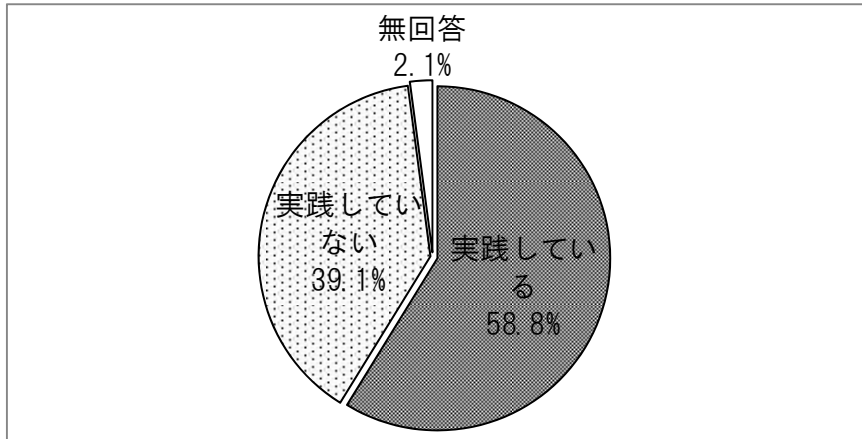
上段:人数 下段:%

		奈良県内で収穫される農産物を意識して食べることがあるか					
		合計	よく食べる	時々食べる	あまり食べない	わからない	無回答
男女別	合計	431	130	252	36	12	1
		100	30.2	58.5	8.4	2.8	0.2
	男性	159	28	95	26	9	1
		100	17.6	59.7	16.4	5.7	0.6
	女性	269	102	154	10	3	-
	100	37.9	57.2	3.7	1.1	-	
	無回答	3	-	3	-	-	-
		100	-	100.0	-	-	-
年齢6区分	合計	431	130	252	36	12	1
		100	30.2	58.5	8.4	2.8	0.2
	18歳～29歳	46	7	27	10	2	-
		100	15.2	58.7	21.7	4.3	-
	30歳～39歳	72	21	43	5	3	-
		100	29.2	59.7	6.9	4.2	-
	40歳～49歳	77	21	46	5	4	1
		100	27.3	59.7	6.5	5.2	1.3
	50歳～59歳	82	25	48	8	1	-
	100	30.5	58.5	9.8	1.2	-	
60歳～69歳	64	20	41	3	-	-	
	100	31.3	64.1	4.7	-	-	
70歳以上	89	36	46	5	2	-	
	100	40.4	51.7	5.6	2.2	-	
	無回答	1	-	1	-	-	-
		100	-	100.0	-	-	-
年齢3区分	合計	431	130	252	36	12	1
		100	30.2	58.5	8.4	2.8	0.2
	18歳～39歳	118	28	70	15	5	-
		100	23.7	59.3	12.7	4.2	-
	40歳～64歳	184	53	111	14	5	1
		100	28.8	60.3	7.6	2.7	0.5
65歳以上	128	49	70	7	2	-	
	100	38.3	54.7	5.5	1.6	-	
	無回答	1	-	1	-	-	-
		100	-	100.0	-	-	-

(5) 「わ食」の実践状況、「わ食の日」の認知度

「わ食」の実践状況をきいたところ、「実践している」が58.8%、「実践していない」が39.1%となっています。

図表 「わ食」の実践状況 [N=754]



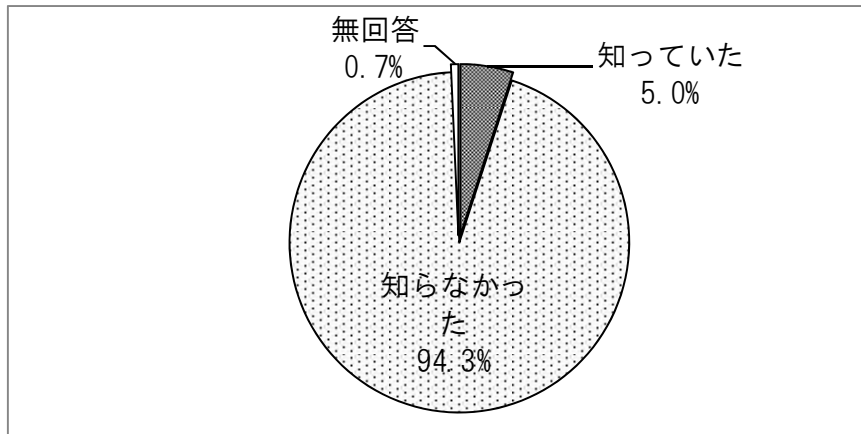
図表 男女別・年齢別「わ食」の実践状況 [N=754]

上段:人数 下段:%

		家族や仲間と和やかに食事をしたり、体によい食事など「わ食」を実践しているか			
		合計	実践している	実践していない	無回答
男女別	合計	754	443	295	16
		100	58.8	39.1	2.1
	男性	304	159	140	5
		100	52.3	46.1	1.6
	女性	442	279	153	10
	100	63.1	34.6	2.3	
年齢6区分	無回答	8	5	2	1
		100	62.5	25.0	12.5
	合計	754	443	295	16
		100	58.8	39.1	2.1
	18歳～29歳	92	51	41	-
		100	55.4	44.6	-
	30歳～39歳	136	81	55	-
		100	59.6	40.4	-
	40歳～49歳	148	74	73	1
	100	50.0	49.3	0.7	
50歳～59歳	135	84	51	-	
	100	62.2	37.8	-	
60歳～69歳	94	55	37	2	
	100	58.5	39.4	2.1	
70歳以上	145	96	37	12	
	100	66.2	25.5	8.3	
無回答	4	2	1	1	
	100	50.0	25.0	25.0	
年齢3区分	合計	754	443	295	16
		100	58.8	39.1	2.1
	18歳～39歳	228	132	96	-
		100	57.9	42.1	-
	40歳～64歳	323	177	145	1
		100	54.8	44.9	0.3
65歳以上	199	132	53	14	
	100	66.3	26.6	7.0	
無回答	4	2	1	1	
	100	50.0	25.0	25.0	

また、「わ食の日」の認知度をきいたところ、「知っていた」が5.0%、「知らなかった」が94.3%となっています。

図表 「わ食の日」の認知度 [N=754]



図表 男女別・年齢別「わ食の日」の認知度 [N=754]

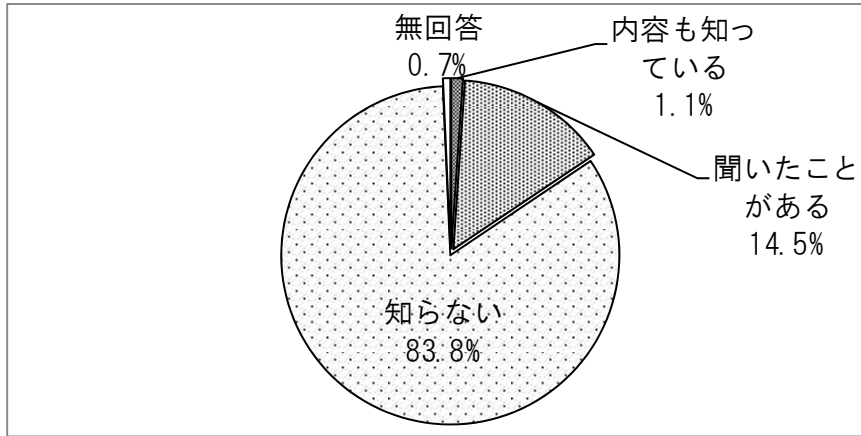
上段:人数 下段:%

		生駒市では毎月19日の食育の日を「わ食の日」としているが、知っていたか			
		合計	知っていた	知らなかった	無回答
男女別	合計	754	38	711	5
		100	5.0	94.3	0.7
	男性	304	6	297	1
		100	2.0	97.7	0.3
	女性	442	32	407	3
	100	7.2	92.1	0.7	
	無回答	8	-	7	1
		100	-	87.5	12.5
年齢6区分	合計	754	38	711	5
		100	5.0	94.3	0.7
	18歳～29歳	92	1	91	-
		100	1.1	98.9	-
	30歳～39歳	136	10	126	-
		100	7.4	92.6	-
	40歳～49歳	148	8	140	-
		100	5.4	94.6	-
	50歳～59歳	135	7	128	-
	100	5.2	94.8	-	
60歳～69歳	94	5	88	1	
	100	5.3	93.6	1.1	
70歳以上	145	7	135	3	
	100	4.8	93.1	2.1	
	無回答	4	-	3	1
		100	-	75.0	25.0
年齢3区分	合計	754	38	711	5
		100	5.0	94.3	0.7
	18歳～39歳	228	11	217	-
		100	4.8	95.2	-
	40歳～64歳	323	17	306	-
		100	5.3	94.7	-
65歳以上	199	10	185	4	
	100	5.0	93.0	2.0	
	無回答	4	-	3	1
		100	-	75.0	25.0

(6) 生駒市食育推進計画の認知度

生駒市食育推進計画の認知度についてきいたところ、「内容も知っている」が1.1%、「聞いたことがある」が14.5%、「知らない」が83.8%となっています。

図表 生駒市食育推進計画の認知度 [N=754]



図表 男女別・年齢別生駒市食育推進計画の認知度 [N=754]

上段:人数 下段:%

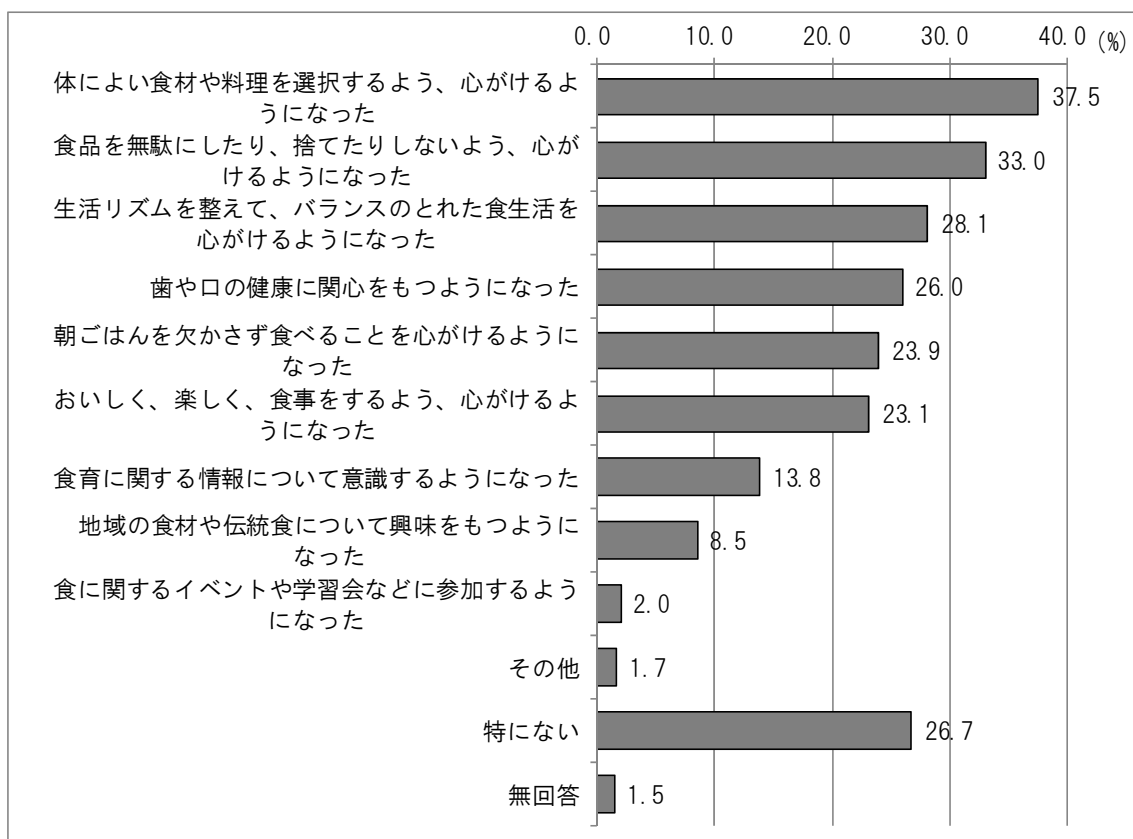
		「生駒市食育指針計画」を知っているか				
		合計	内容も知 っている	聞いたこと がある	知らない	無回答
男女別	合計	754	8	109	632	5
		100	1.1	14.5	83.8	0.7
	男性	304	2	31	271	-
		100	0.7	10.2	89.1	-
	女性	442	6	76	356	4
	100	1.4	17.2	80.5	0.9	
年齢6区分	無回答	8	-	2	5	1
		100	-	25.0	62.5	12.5
	合計	754	8	109	632	5
		100	1.1	14.5	83.8	0.7
	18歳～29歳	92	2	8	82	-
		100	2.2	8.7	89.1	-
	30歳～39歳	136	2	15	119	-
		100	1.5	11.0	87.5	-
	40歳～49歳	148	-	22	125	1
	100	-	14.9	84.5	0.7	
50歳～59歳	135	-	18	117	-	
	100	-	13.3	86.7	-	
60歳～69歳	94	1	21	72	-	
	100	1.1	22.3	76.6	-	
70歳以上	145	3	24	115	3	
	100	2.1	16.6	79.3	2.1	
無回答	4	-	1	2	1	
	100	-	25.0	50.0	25.0	
年齢3区分	合計	754	8	109	632	5
		100	1.1	14.5	83.8	0.7
	18歳～39歳	228	4	23	201	-
		100	1.8	10.1	88.2	-
	40歳～64歳	323	-	48	274	1
		100	-	14.9	84.8	0.3
65歳以上	199	4	37	155	3	
	100	2.0	18.6	77.9	1.5	
無回答	4	-	1	2	1	
	100	-	25.0	50.0	25.0	

6. 食生活に関する行動・意識の変化

(1) 食生活での行動や意識の変化

この5年ほどで、食生活で行動や意識に何か変化があったかきいたところ、「体によい食材や料理を選択するよう、心がけるようになった」が37.5%と最も高く、次いで「食品を無駄にしたり、捨てたりしないよう、心がけるようになった」(33.0%)、「生活リズムを整えて、バランスのとれた食生活を心がけるようになった」(28.1%)となっています。一方「特にない」とする人も26.7%います。

図表 食生活での行動の変化 [N=754;複数回答]



図表 男女別・年齢別 食生活での行動の変化 [N=754;複数回答]

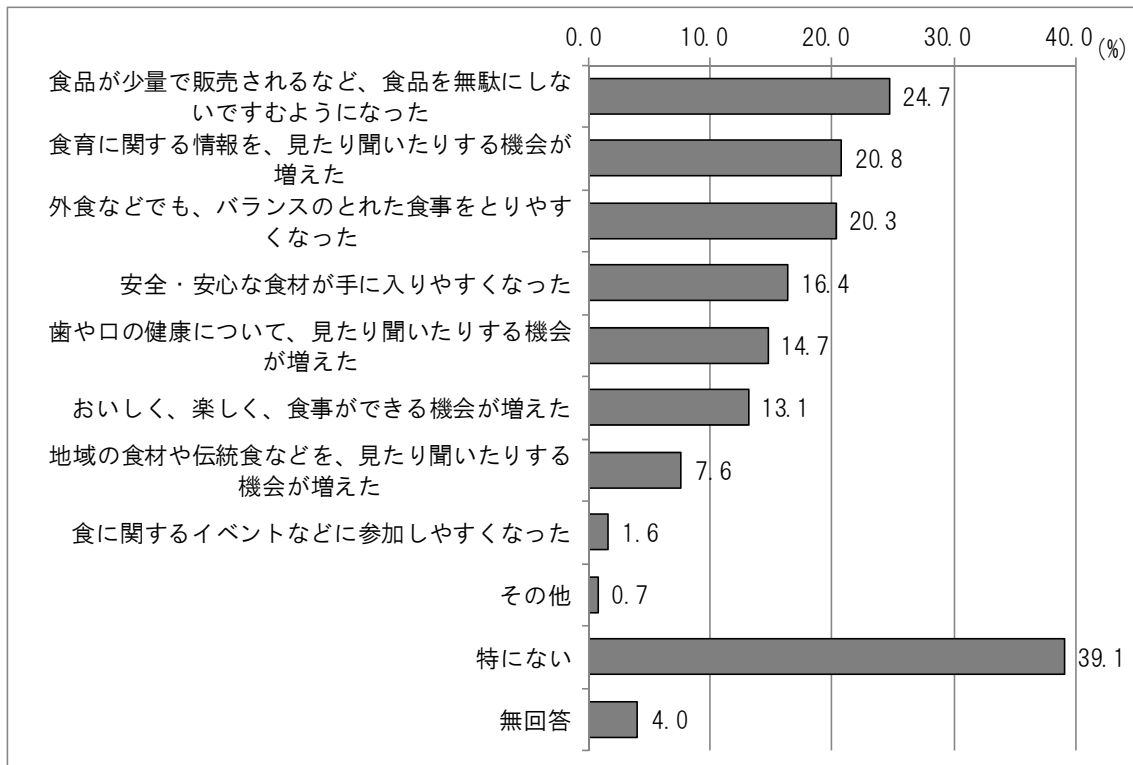
上段:人数 下段:%

		5年で食生活に関して、行動や意識に変化があったか												
		合計	朝ごはんを欠かさず食べることを心がけるようになった	食育に関する情報について意識するようになった	生活リズムを整えて、バランスのとれた食生活を心がけるようになった	体によい食材や料理を選択するようになった	おいしく、楽しく、食事をしよう、心がけるようになった	食品を無駄にしたり、捨てるようになった	歯や口の健康に関心をもつようになった	地域の食材や伝統食について興味をもつようになった	食に関するイベントや学習会などに参加するようになった	その他	特にない	無回答
男女別	合計	754	180	104	212	283	174	249	196	64	15	13	201	11
		100	23.9	13.8	28.1	37.5	23.1	33.0	26.0	8.5	2.0	1.7	26.7	1.5
	男性	304	63	27	65	87	61	58	71	13	2	5	114	4
		100	20.7	8.9	21.4	28.6	20.1	19.1	23.4	4.3	0.7	1.6	37.5	1.3
	女性	442	116	77	146	194	112	189	125	51	13	8	84	6
100		26.2	17.4	33.0	43.9	25.3	42.8	28.3	11.5	2.9	1.8	19.0	1.4	
無回答	8	1	-	1	2	1	2	-	-	-	-	3	1	
	100	12.5	-	12.5	25.0	12.5	25.0	-	-	-	-	37.5	12.5	
年齢6区分	合計	754	180	104	212	283	174	249	196	64	15	13	201	11
		100	23.9	13.8	28.1	37.5	23.1	33.0	26.0	8.5	2.0	1.7	26.7	1.5
	18歳～29歳	92	19	9	16	24	19	26	10	5	-	3	30	-
		100	20.7	9.8	17.4	26.1	20.7	28.3	10.9	5.4	-	3.3	32.6	-
	30歳～39歳	136	36	20	45	58	37	43	28	15	4	2	37	1
		100	26.5	14.7	33.1	42.6	27.2	31.6	20.6	11.0	2.9	1.5	27.2	0.7
	40歳～49歳	148	28	18	36	49	28	37	29	7	4	2	46	1
		100	18.9	12.2	24.3	33.1	18.9	25.0	19.6	4.7	2.7	1.4	31.1	0.7
	50歳～59歳	135	25	18	40	48	23	42	34	10	-	1	35	2
		100	18.5	13.3	29.6	35.6	17.0	31.1	25.2	7.4	-	0.7	25.9	1.5
	60歳～69歳	94	20	14	28	41	22	31	32	10	2	-	24	1
		100	21.3	14.9	29.8	43.6	23.4	33.0	34.0	10.6	2.1	-	25.5	1.1
	70歳以上	145	52	25	47	62	45	69	63	17	5	5	27	5
100		35.9	17.2	32.4	42.8	31.0	47.6	43.4	11.7	3.4	3.4	18.6	3.4	
無回答	4	-	-	-	1	-	1	-	-	-	-	2	1	
	100	-	-	-	25.0	-	25.0	-	-	-	-	50.0	25.0	
年齢3区分	合計	754	180	104	212	283	174	249	196	64	15	13	201	11
		100	23.9	13.8	28.1	37.5	23.1	33.0	26.0	8.5	2.0	1.7	26.7	1.5
	18歳～39歳	228	55	29	61	82	56	69	38	20	4	5	67	1
		100	24.1	12.7	26.8	36.0	24.6	30.3	16.7	8.8	1.8	2.2	29.4	0.4
	40歳～64歳	323	58	42	89	111	58	90	74	20	4	3	93	3
		100	18.0	13.0	27.6	34.4	18.0	27.9	22.9	6.2	1.2	0.9	28.8	0.9
	65歳以上	199	67	33	62	89	60	89	84	24	7	5	39	6
100		33.7	16.6	31.2	44.7	30.2	44.7	42.2	12.1	3.5	2.5	19.6	3.0	
無回答	4	-	-	-	1	-	1	-	-	-	-	2	1	
	100	-	-	-	25.0	-	25.0	-	-	-	-	50.0	25.0	

(2) 食生活上の環境変化

この5年ほどで、食生活で周囲の環境に何か変化があったかきいたところ、「食品が少量で販売されるなど、食品を無駄にしないですむようになった」が24.7%と最も高く、次いで「食育に関する情報を、見たり聞いたりする機会が増えた」(20.8%)、「外食などでも、バランスのとれた食事をとりやすくなった」(20.3%)となっています。一方、「特にない」とする人も39.1%います。

図表 食生活での環境の変化 [N=754;複数回答]



図表 男女別・年齢別食生活での環境の変化 [N=754; 複数回答]

上段:人数 下段:%

		5年で食生活に関して、周囲で変化があったか											
		合計	食育に関する情報を見たり聞いたりする機会が増えた	外食などでも、バランスのとれた食事をとりやすくなった	安全・安心な食材が手に入りやすくなった	おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた	食品が少量で販売されるなど、食品を無駄にしないうですむようになった	歯や口の健康について、見たり聞いたりする機会が増えた	地域の食材や伝統食などを、見たり聞いたりする機会が増えた	食に関するイベントなどに参加しやすくなった	その他	特にない	無回答
男女別	合計	754	157	153	124	99	186	111	57	12	5	295	30
		100	20.8	20.3	16.4	13.1	24.7	14.7	7.6	1.6	0.7	39.1	4.0
	男性	304	61	42	39	39	38	33	10	2	2	151	15
		100	20.1	13.8	12.8	12.8	12.5	10.9	3.3	0.7	0.7	49.7	4.9
	女性	442	95	111	85	60	146	78	47	10	3	139	14
	100	21.5	25.1	19.2	13.6	33.0	17.6	10.6	2.3	0.7	31.4	3.2	
	無回答	8	1	-	-	-	2	-	-	-	-	5	1
		100	12.5	-	-	-	25.0	-	-	-	-	62.5	12.5
年齢6区分	合計	754	157	153	124	99	186	111	57	12	5	295	30
		100	20.8	20.3	16.4	13.1	24.7	14.7	7.6	1.6	0.7	39.1	4.0
	18歳~29歳	92	20	18	10	16	16	3	7	1	1	41	-
		100	21.7	19.6	10.9	17.4	17.4	3.3	7.6	1.1	1.1	44.6	-
	30歳~39歳	136	27	26	27	21	29	21	11	3	-	56	2
		100	19.9	19.1	19.9	15.4	21.3	15.4	8.1	2.2	-	41.2	1.5
	40歳~49歳	148	34	29	23	11	34	12	8	2	1	63	4
		100	23.0	19.6	15.5	7.4	23.0	8.1	5.4	1.4	0.7	42.6	2.7
	50歳~59歳	135	24	32	20	15	36	18	12	1	-	59	1
		100	17.8	23.7	14.8	11.1	26.7	13.3	8.9	0.7	-	43.7	0.7
60歳~69歳	94	19	21	22	15	28	17	7	2	-	30	5	
	100	20.2	22.3	23.4	16.0	29.8	18.1	7.4	2.1	-	31.9	5.3	
70歳以上	145	33	27	22	21	43	40	12	3	3	43	17	
	100	22.8	18.6	15.2	14.5	29.7	27.6	8.3	2.1	2.1	29.7	11.7	
	無回答	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	1
		100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	75.0	25.0
年齢3区分	合計	754	157	153	124	99	186	111	57	12	5	295	30
		100	20.8	20.3	16.4	13.1	24.7	14.7	7.6	1.6	0.7	39.1	4.0
	18歳~39歳	228	47	44	37	37	45	24	18	4	1	97	2
		100	20.6	19.3	16.2	16.2	19.7	10.5	7.9	1.8	0.4	42.5	0.9
	40歳~64歳	323	65	71	51	32	78	33	23	4	1	138	6
		100	20.1	22.0	15.8	9.9	24.1	10.2	7.1	1.2	0.3	42.7	1.9
65歳以上	199	45	38	36	30	63	54	16	4	3	57	21	
	100	22.6	19.1	18.1	15.1	31.7	27.1	8.0	2.0	1.5	28.6	10.6	
	無回答	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	1
		100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	75.0	25.0

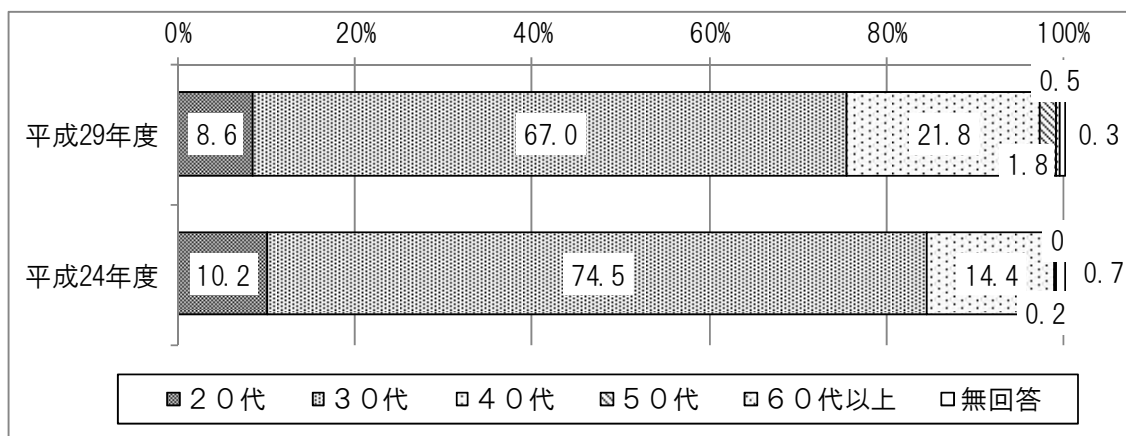
VI 前回調査との比較

1. 乳幼児

(1) 回答者の年齢

回答者の年齢をみると、平成24年度（以降「前回調査」）に比べて30代が約8ポイント減少し、40代が約7ポイント増加しています。

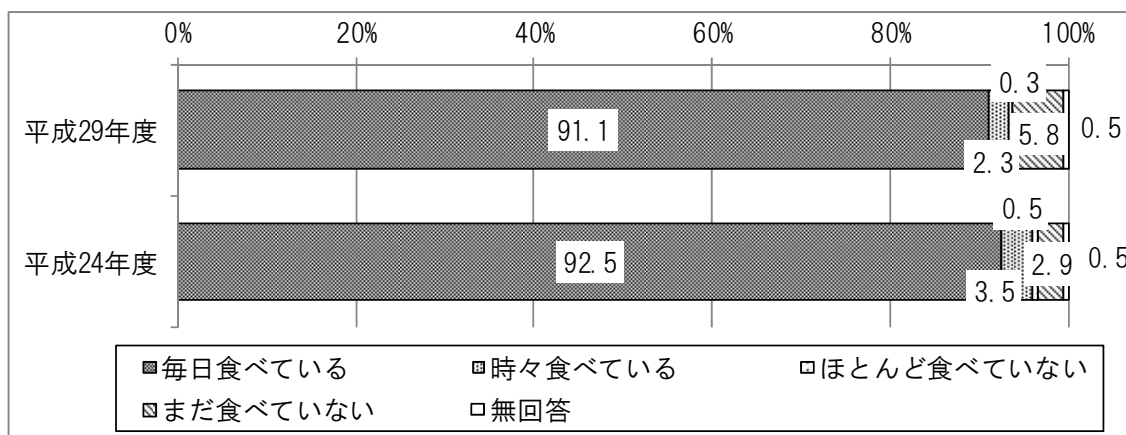
図表 5-1 回答者の年齢 [平成29年度:N=394、平成24年度:N=550]



(2) 朝食の状況

朝食の状況をみると、前回調査と同様の傾向になっています。

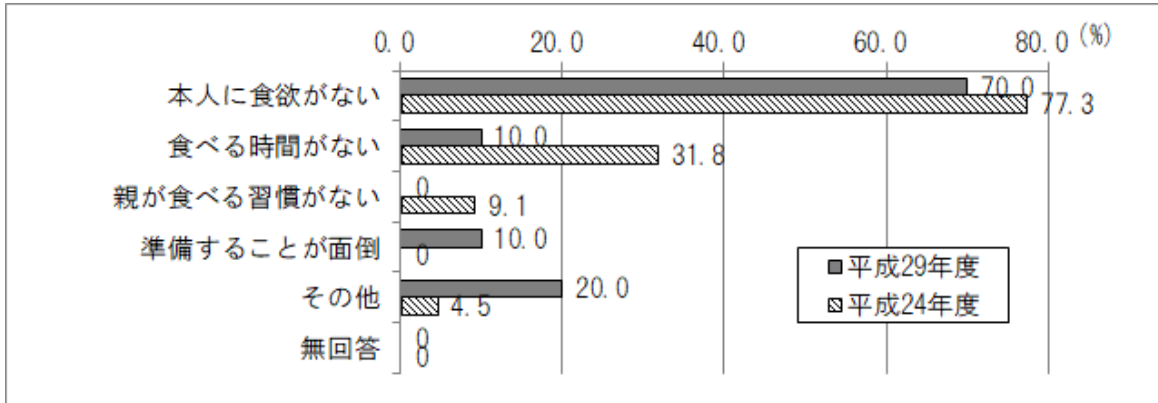
図表 5-2 朝食の状況 [平成29年度:N=394、平成24年度:N=550]



(3) 朝食を食べていない理由

朝食を食べていない理由については、「本人に食欲がない」は前回、今回とも最も高くなっていますが、前回に比べて「食べる時間がない」が大幅に減っています。

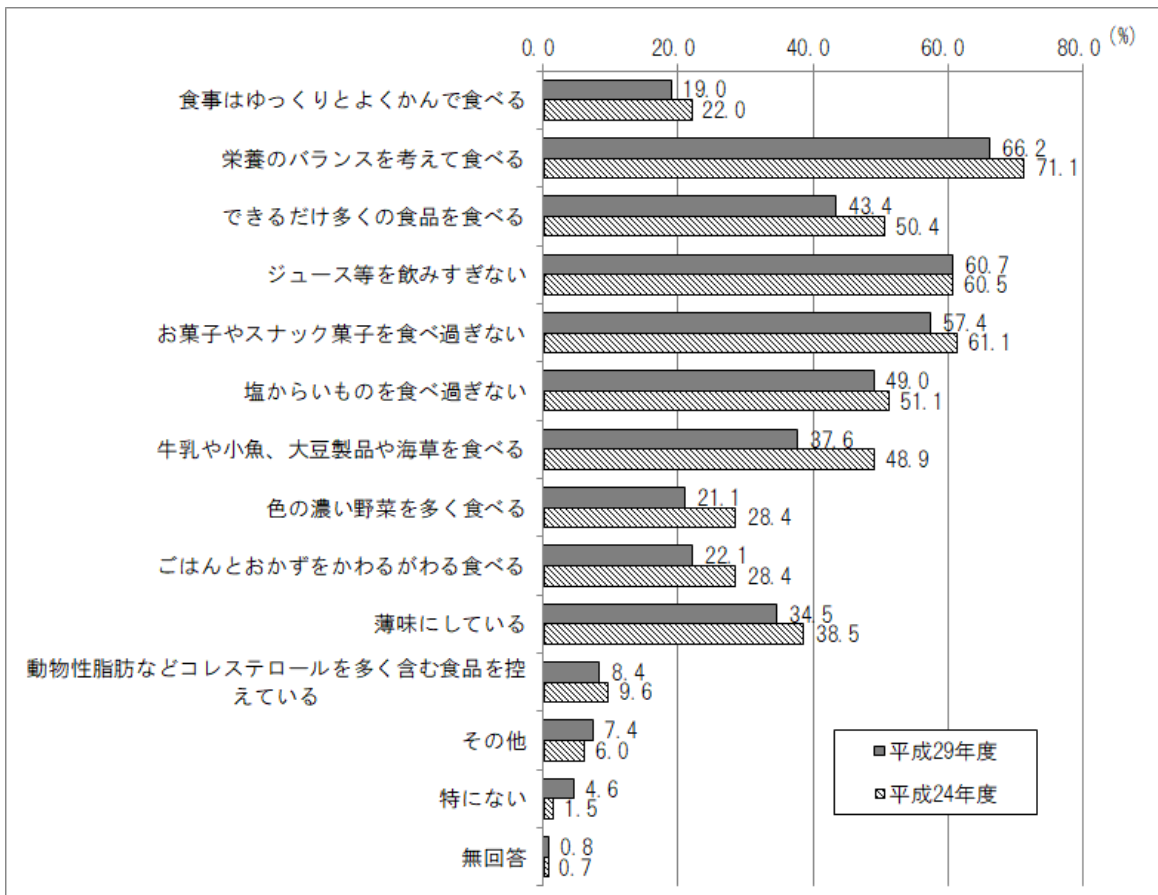
図表 5-3 朝食を食べていない理由 [平成 29 年度:N=10、平成 24 年度:N=22]



(4) 子どもの食事で気をつけていること

子どもの食事で気をつけていることについては、上位にあがっているものは前回調査と同様ですが、「牛乳や小魚、大豆製品や海草を食べる」をあげる人の割合が低くなっています。

図表 5-4 子どもの食事で気をつけていること
[平成 29 年度:N=394、平成 24 年度:N=550;複数回答]

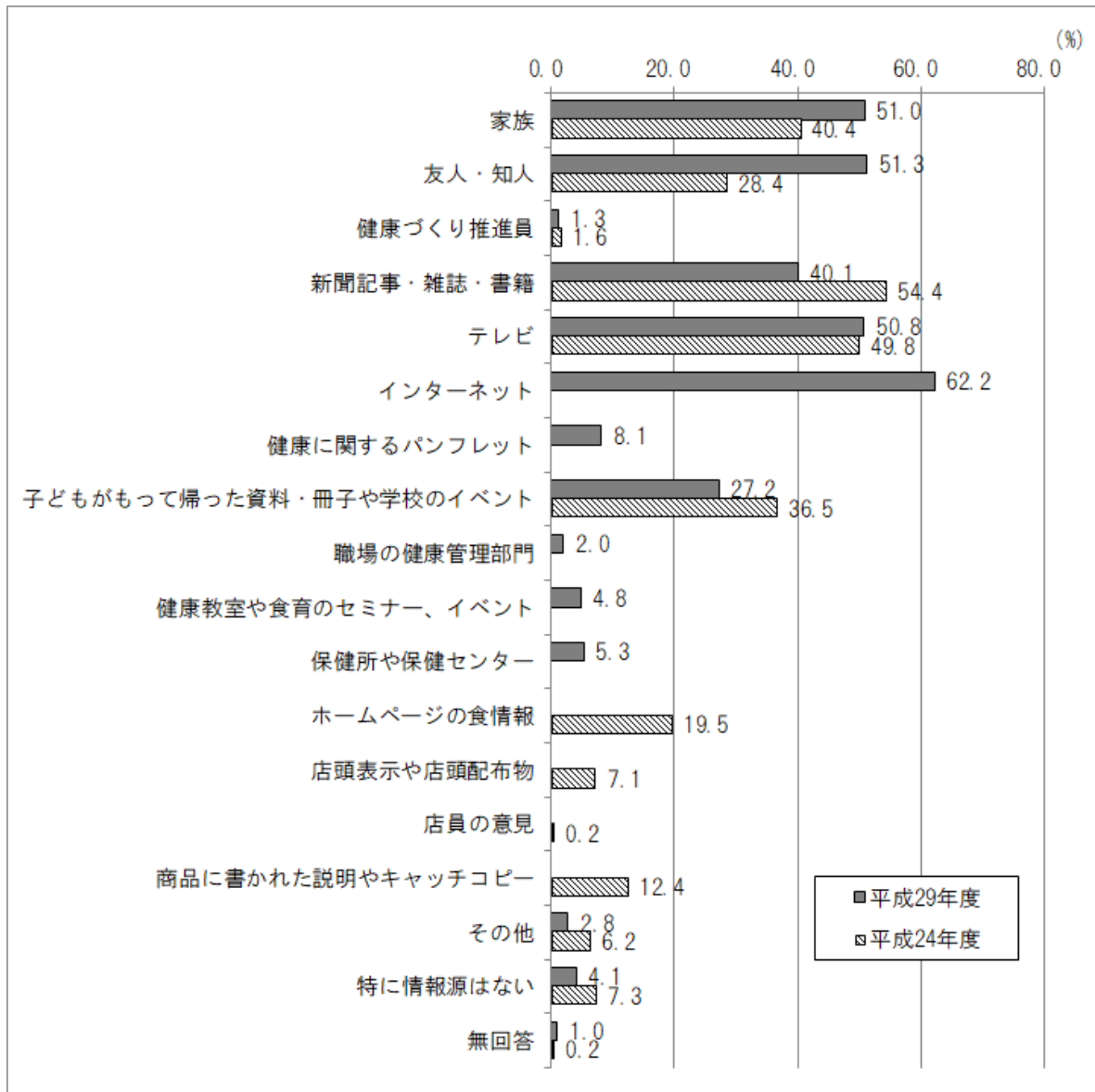


(5) 食生活に関する情報の入手先

食生活に関する情報の入手先については、前回調査ではなかった「インターネット」が最も高くなっています。

また「家族」が約11ポイント、「友人・知人」が約23ポイント増加している一方、「新聞記事・雑誌・書籍」が約14ポイント、「子どもがもって帰った資料・冊子や学校のイベント」が約9ポイント減少しています。

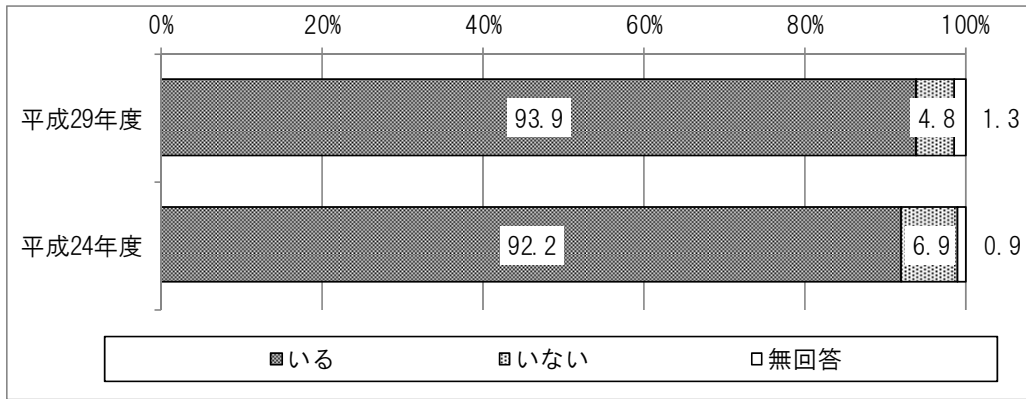
図表 5-5 食生活に関する情報の入手先
[平成29年度:N=394、平成24年度:N=550;複数回答]



(6) 子どもの食事のことで相談できる人の有無

子どもの食事のことで相談できる人の有無については、前回調査に比べて、「いる」人の割合がわずかに増加しています。

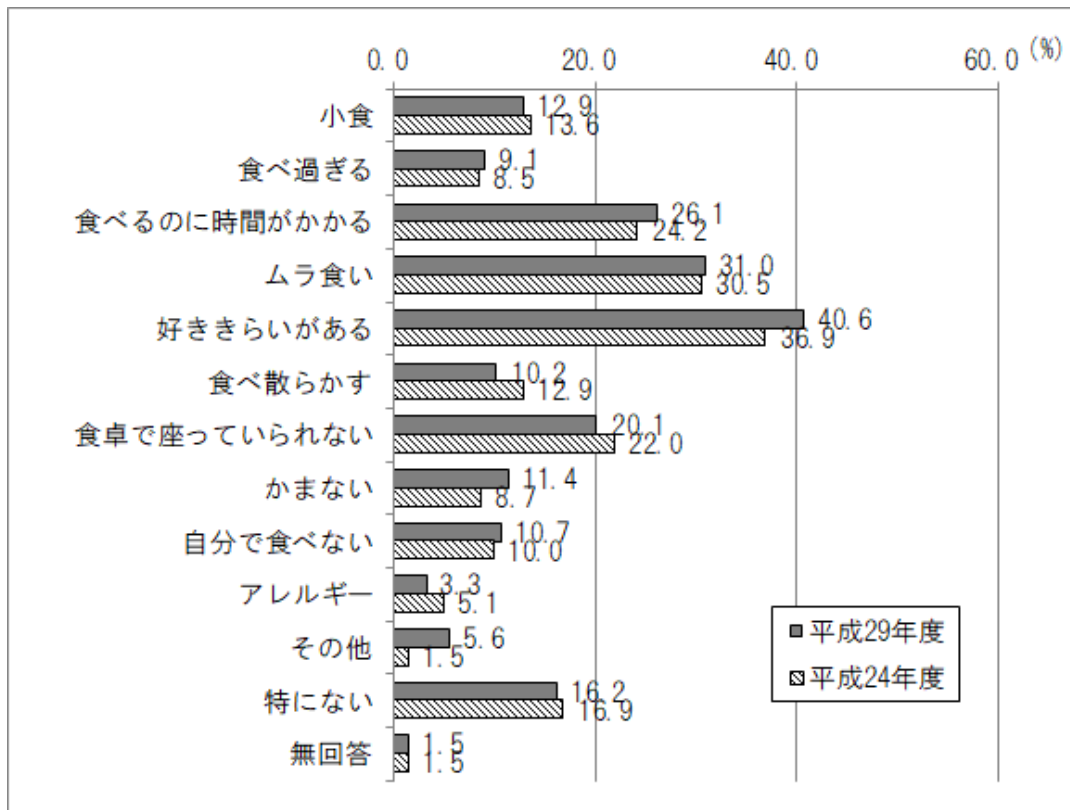
図表 5-6 子どもの食事のことで相談できる人の有無
[平成 29 年度 :N=394、平成 24 年度 :N=550]



(7) 子どもの食事で困っていること

子どもの食事で困っていることについては、上位にあがっているものは前回調査と同様ですが、前回調査に比べて「好ききらいがある」をあげる人が増加しています。

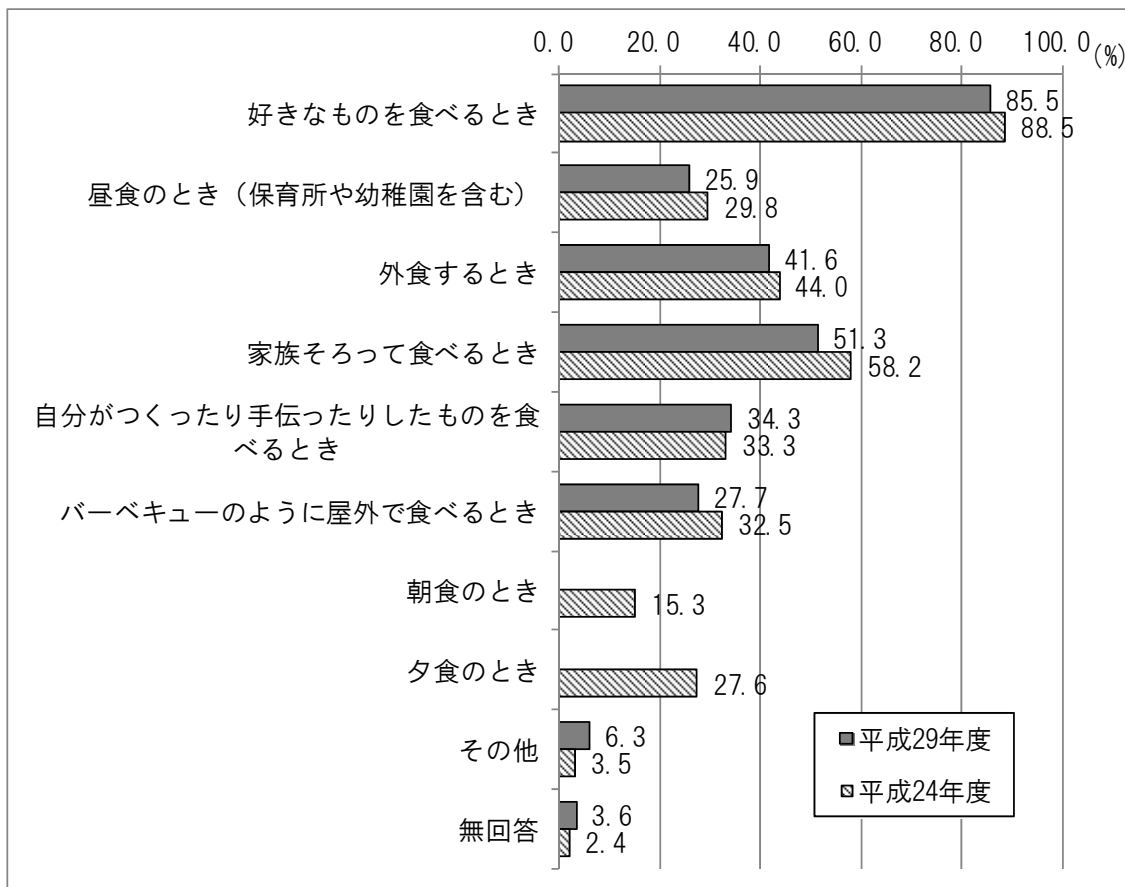
図表 5-7 子どもの食事で困っていること
[平成 29 年度 :N=394、平成 24 年度 :N=550;複数回答]



(8) 食事を楽しんでいるとき

食事を楽しんでいるときについては、前回調査と同様の傾向となっています。

図表 5-8 食事を楽しんでいるとき
 [平成 29 年度 :N=394、平成 24 年度 :N=550 ;複数回答]

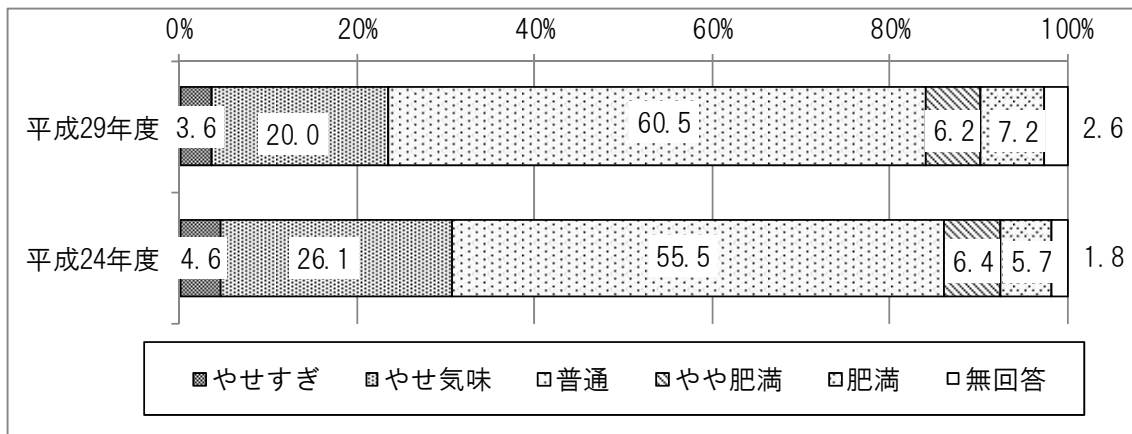


2. 小学生

(1) 日比式肥満度

日比式肥満度をみると、前回調査に比べて「普通」が5ポイント増加し、「やせ気味」が約6ポイント減少しています。一方「肥満」が約2ポイント増加しています。

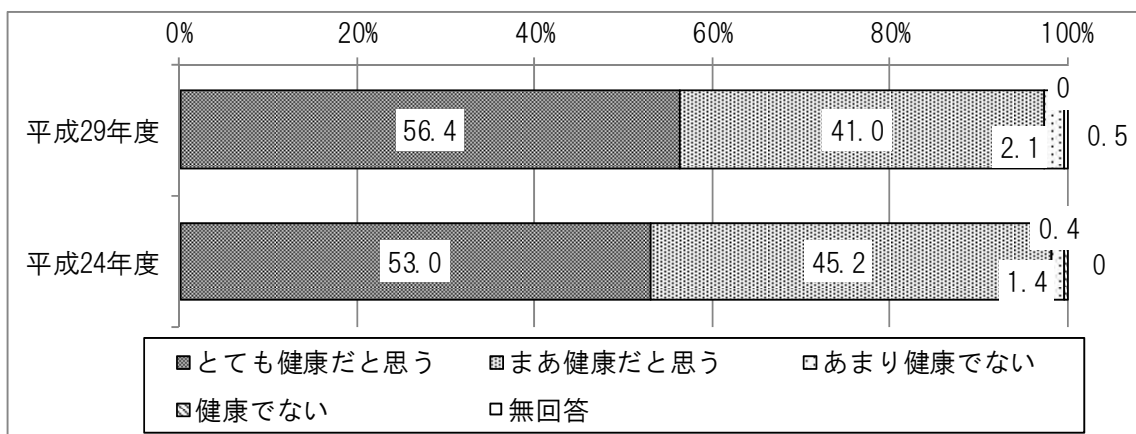
図表 5-9 日比式肥満度[平成 29 年度:N=195、平成 24 年度:N=283]



(2) 健康状態

健康状態をみると、前回調査に比べて「とても健康だと思う」が約3ポイント増加しています。

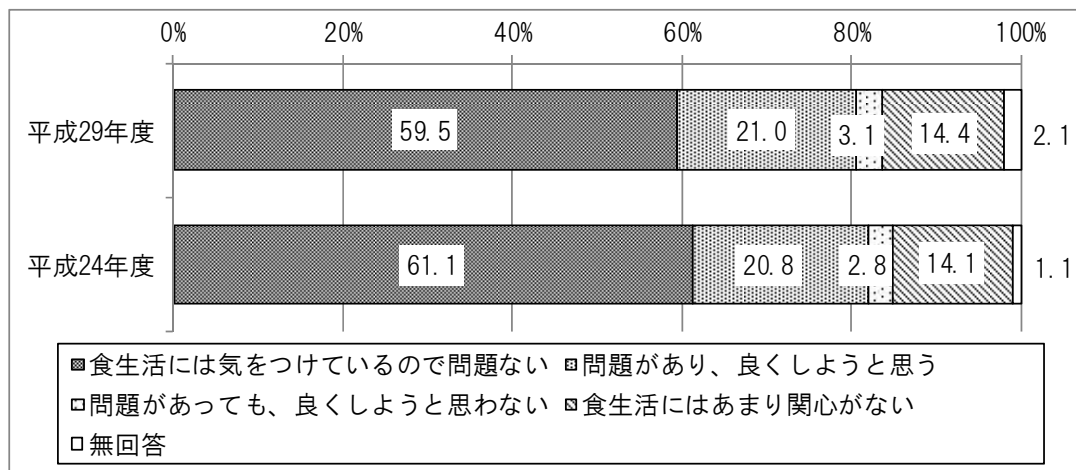
図表 5-10 健康状態[平成 29 年度:N=195、平成 24 年度:N=283]



(3) 自分の食生活の問題点の有無

自分の食生活の問題点の有無については、前回調査と同様の傾向にあります。

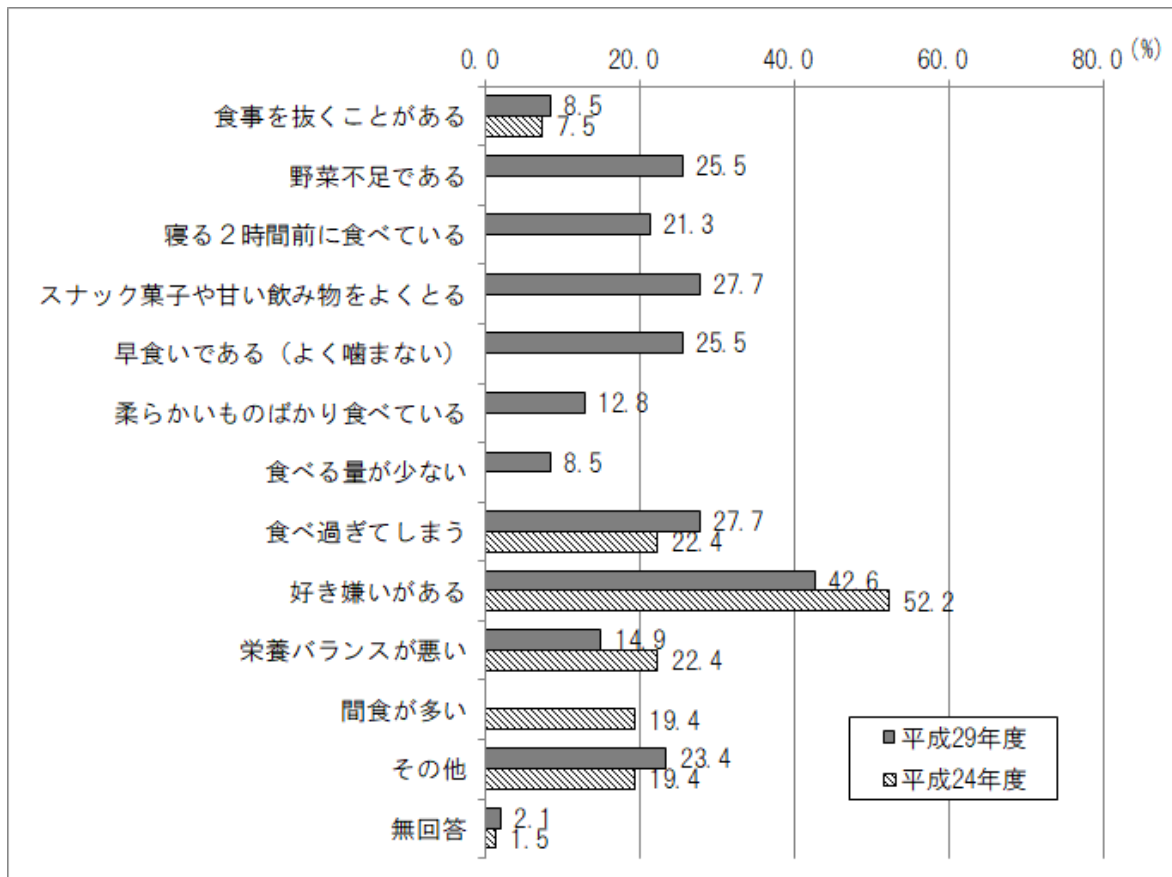
図表 5-11 自分の食生活の問題点の有無[平成 29 年度:N=195、平成 24 年度:N=283]



(4) 自分の食生活の問題点

自分の食生活の問題点をみると、「好き嫌いがある」「栄養バランスが悪い」が減少していますが、「食べ過ぎてしまう」が増加しています。

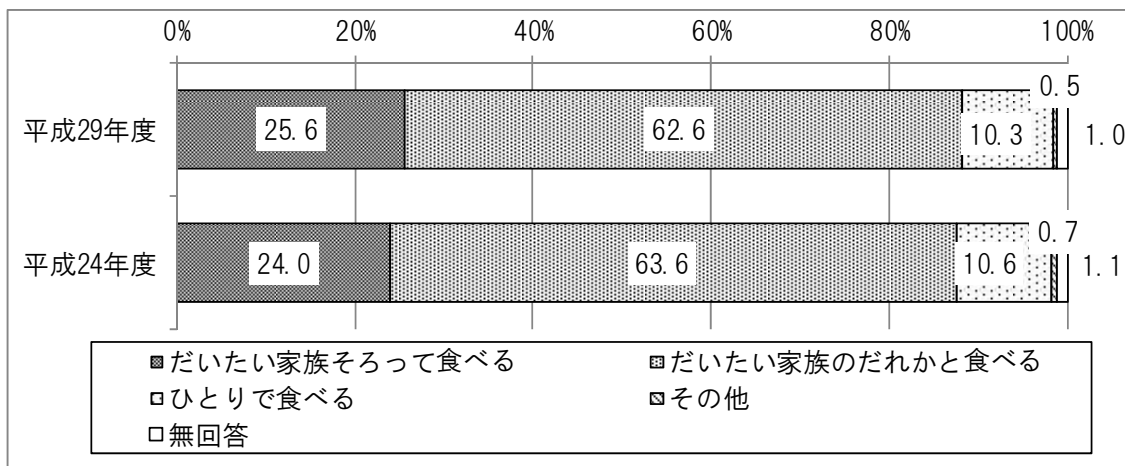
図表 5-12 自分の食生活の問題点[平成 29 年度:N=47、平成 24 年度:N=67;複数回答]



(5) 朝食を食べるときの状況

朝食を食べるときの状況については、前回調査と同様の傾向にあります。

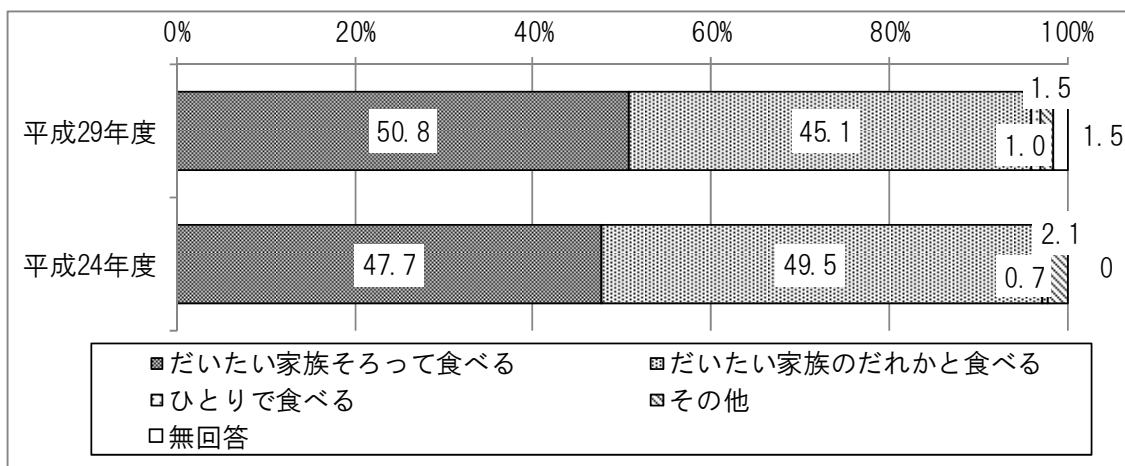
図表 5-13 朝食を食べるときの状況 [平成 29 年度 :N=195、平成 24 年度 :N=283]



(6) 夕食を食べるときの状況

夕食を食べるときの状況をみると、前回調査とくらべて「だいたい家族そろって食べる」が約3ポイント増加しています。

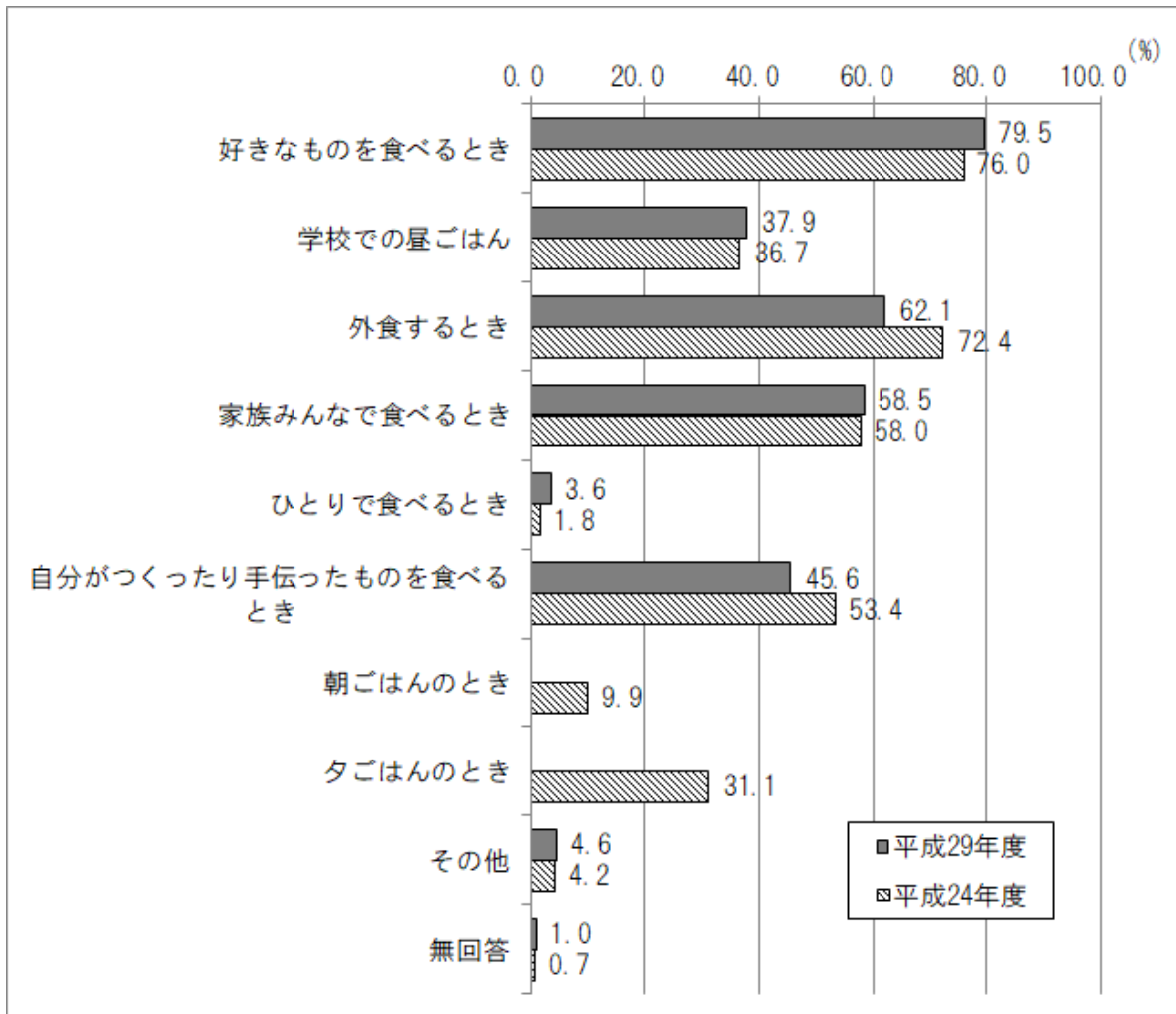
図表 5-14 夕食を食べるときの状況 [平成 29 年度 :N=195、平成 24 年度 :N=283]



(7) ごはんの時間を楽しいと感じるとき

ごはんの時間を楽しいと感じるときをみると、上位にあがっているものは前回調査と同様ですが、前回に比べて「外食するとき」が約10ポイント、「自分がつくったり手伝ったものを食べる時」が約8ポイント減少しています。

図表 5-15 ごはんの時間を楽しいと感じるとき
[平成29年度:N=195、平成24年度:N=283;複数回答]

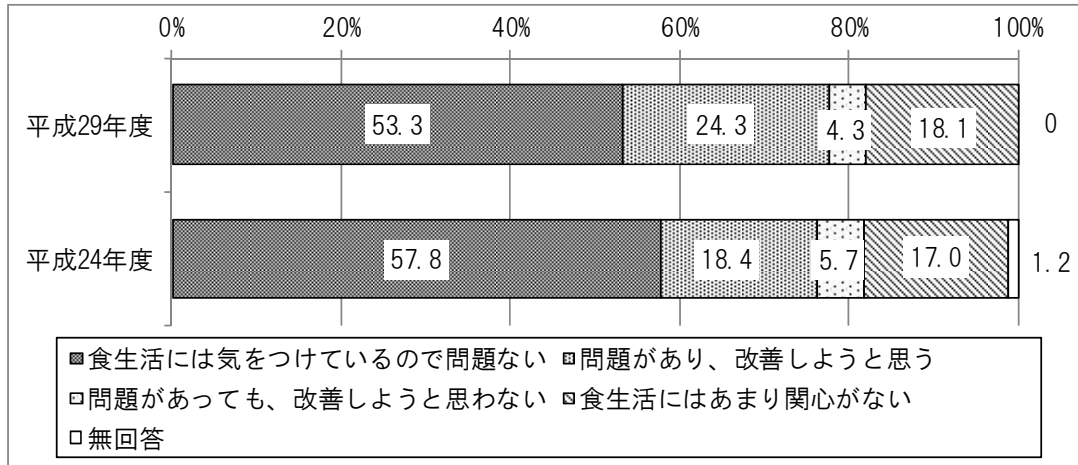


3. 中・高校生

(1) 自分の食生活の問題点の有無

自分の食生活の問題点の有無をみると、前回調査に比べて「食生活には気をつけているので問題ない」が約5ポイント減少していますが、「問題があり、改善しようと思う」が約6ポイント増加しています。

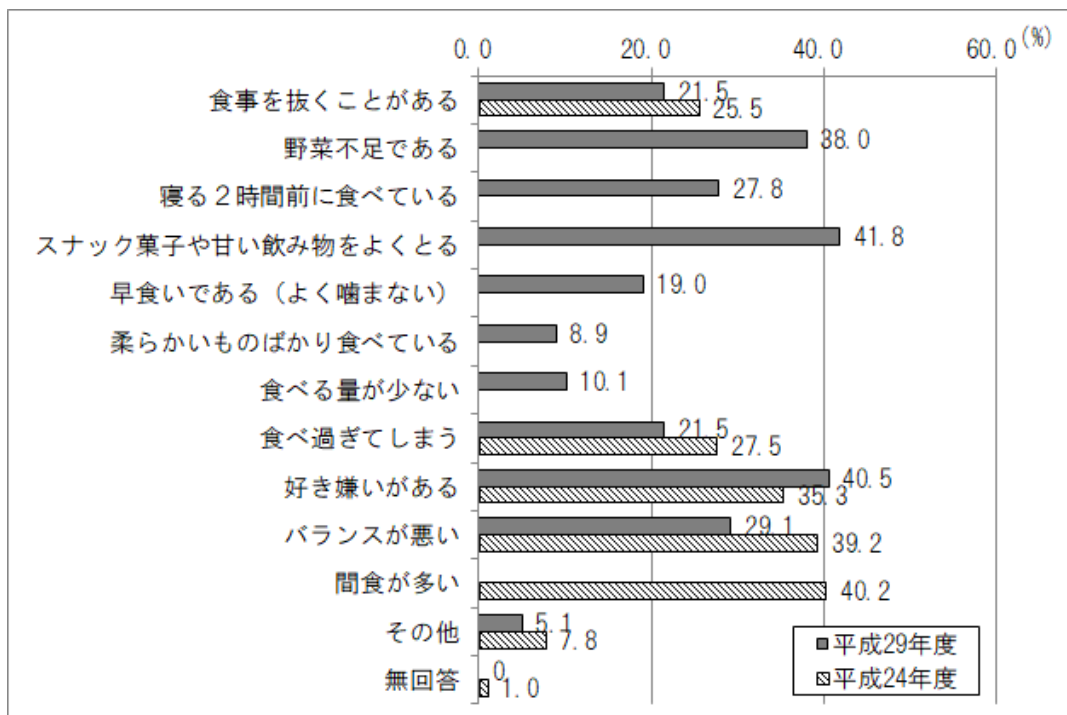
図表 5-16 自分の食生活の問題点の有無 [平成 29 年度 :N=276、平成 24 年度 :N=424]



(2) 自分の食生活の問題点

自分の食生活の問題点をみると、前回調査に比べて「バランスが悪い」をあげる人が最も減少しています。

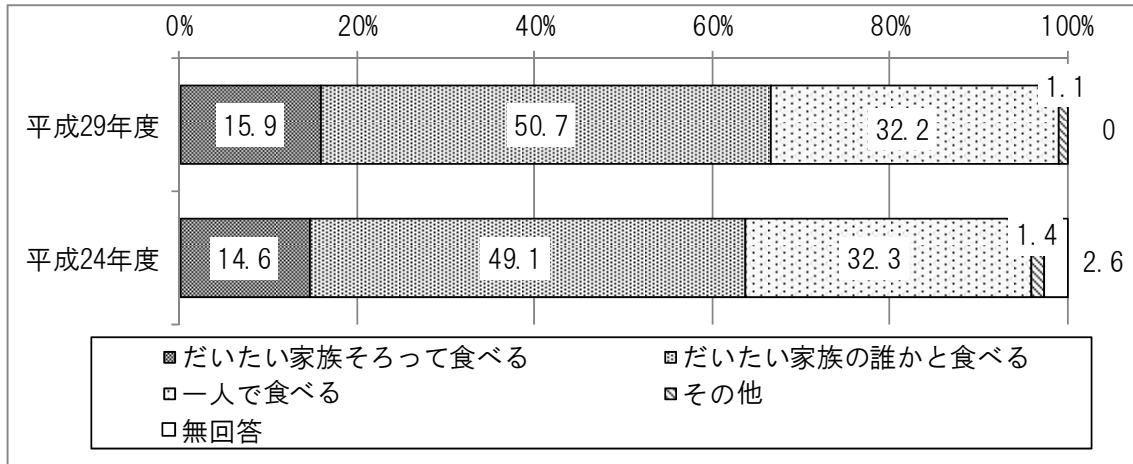
図表 5-17 自分の食生活の問題点 [平成 29 年度 :N=79、平成 24 年度 :N=102; 複数回答]



(3) 朝食を食べるときの状況

朝食を食べるときの状況をみると、前回調査に比べて「だいたい家族そろって食べる」が約1ポイント、「だいたい家族の誰かと食べる」が約2ポイント増加しています。

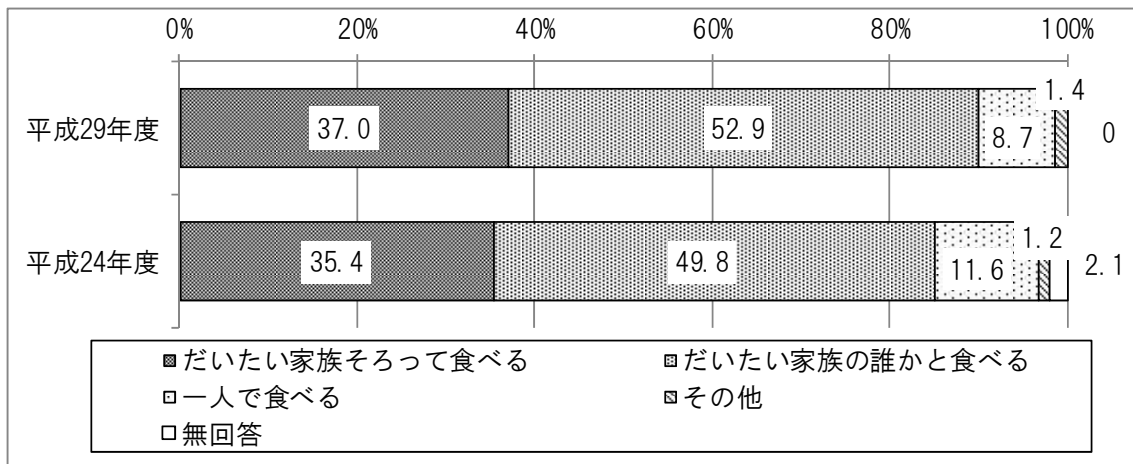
図表 5-18 朝食を食べるときの状況 [平成 29 年度 :N=276、平成 24 年度 :N=424]



(4) 夕食を食べるときの状況

夕食を食べるときの状況をみると、前回調査に比べて「だいたい家族の誰かと食べる」が約2ポイント増加し、「一人で食べる」が約3ポイント減少しています。

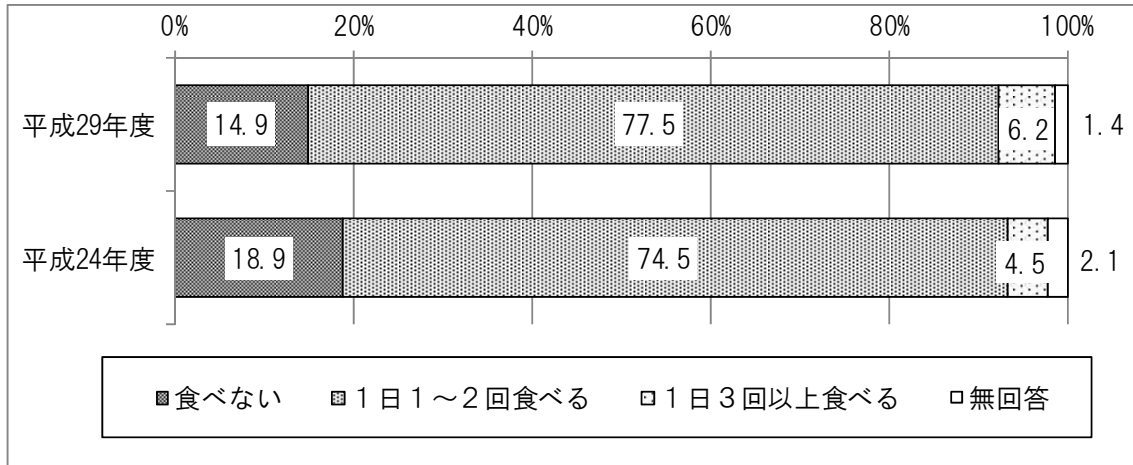
図表 5-19 夕食を食べるときの状況 [平成 29 年度 :N=276、平成 24 年度 :N=424]



(5) 間食の状況

間食の状況を見ると、前回調査に比べて「食べない」が約4ポイント減少しています。

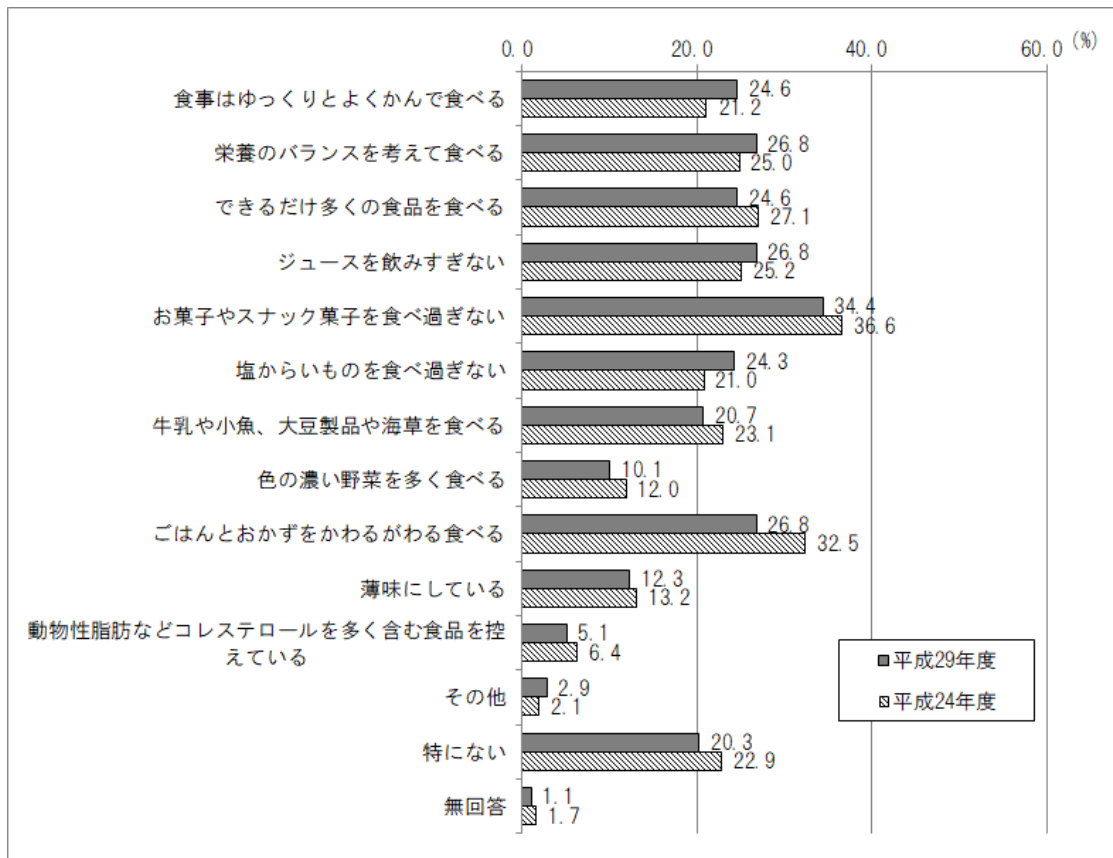
図表 5-20 間食の状況 [平成 29 年度 :N=276、平成 24 年度 :N=424]



(6) 食生活などで気をつけていること

食生活などで気をつけていることをみると、上位にあがっているものは前回調査と同様ですが、「ごはんとおかずをかわるがわる食べる」をあげる人が減少しています。

図表 5-21 食生活などで気をつけていること

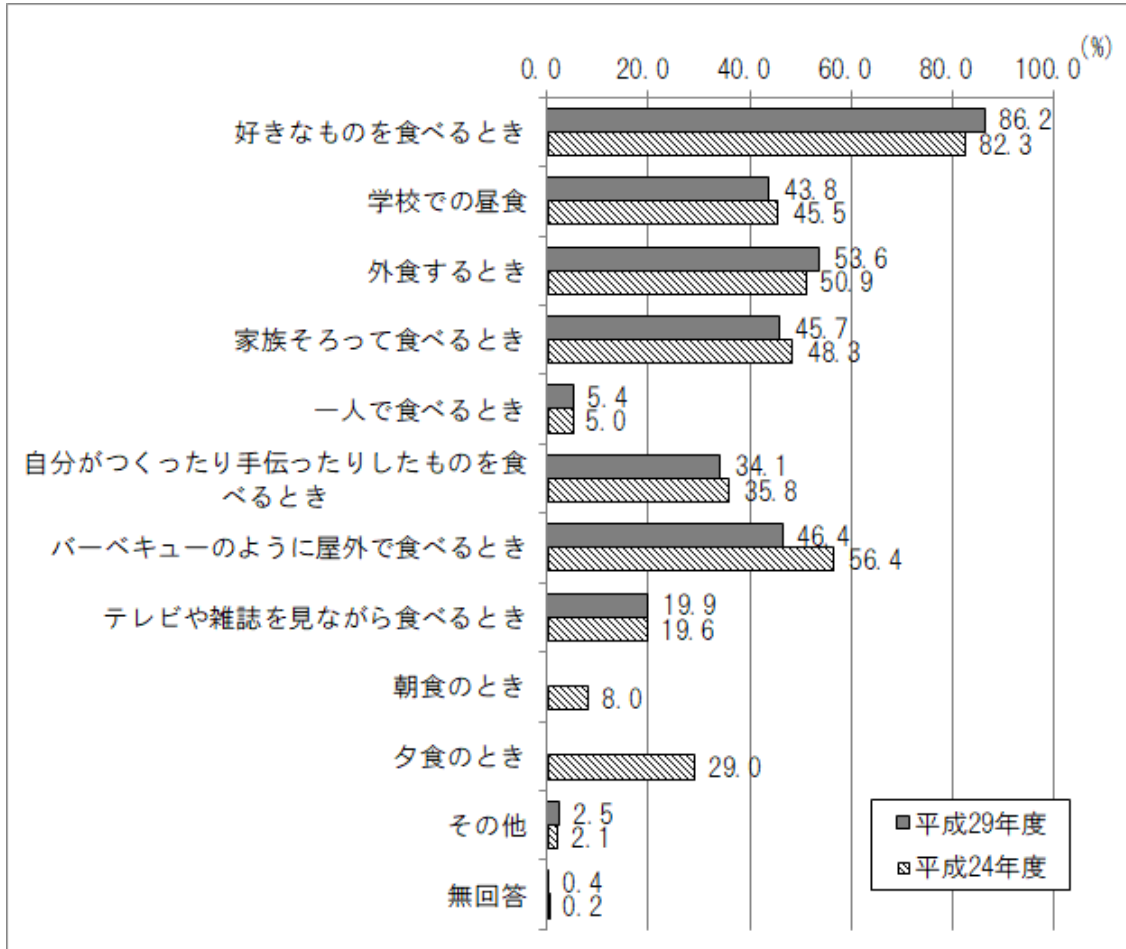


(7) 食事の時間を楽しんでいると感じるとき

食事の時間を楽しんでいると感じるときをみると、上位にあがっているものは前回調査とほぼ同様ですが、「バーベキューのように屋外で食べる時」をあげる人が10ポイント減少しています。

図表 5-22 食事の時間を楽しんでいると感じるとき

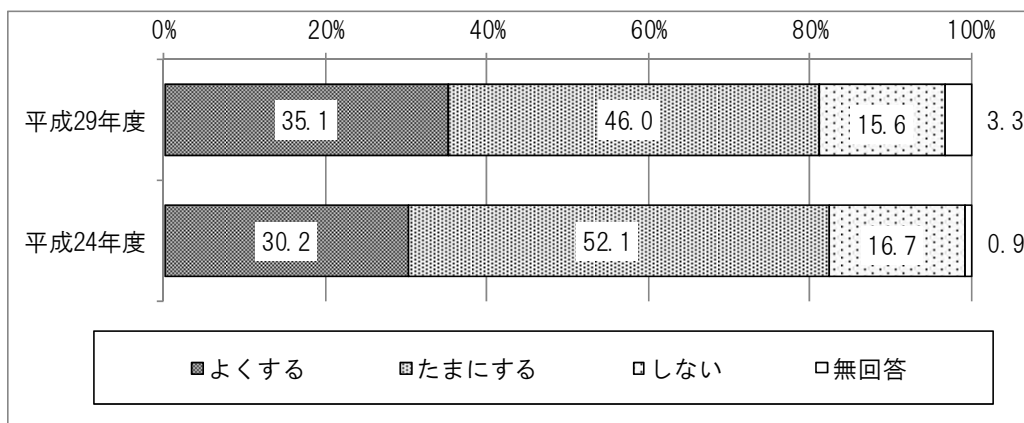
[平成 29 年度 :N=276、平成 24 年度 :N=424;複数回答]



(8) 食事の手伝いの有無

食事の手伝いの有無をみると、「よくする」が前回調査に比べて約5ポイント増加しています。

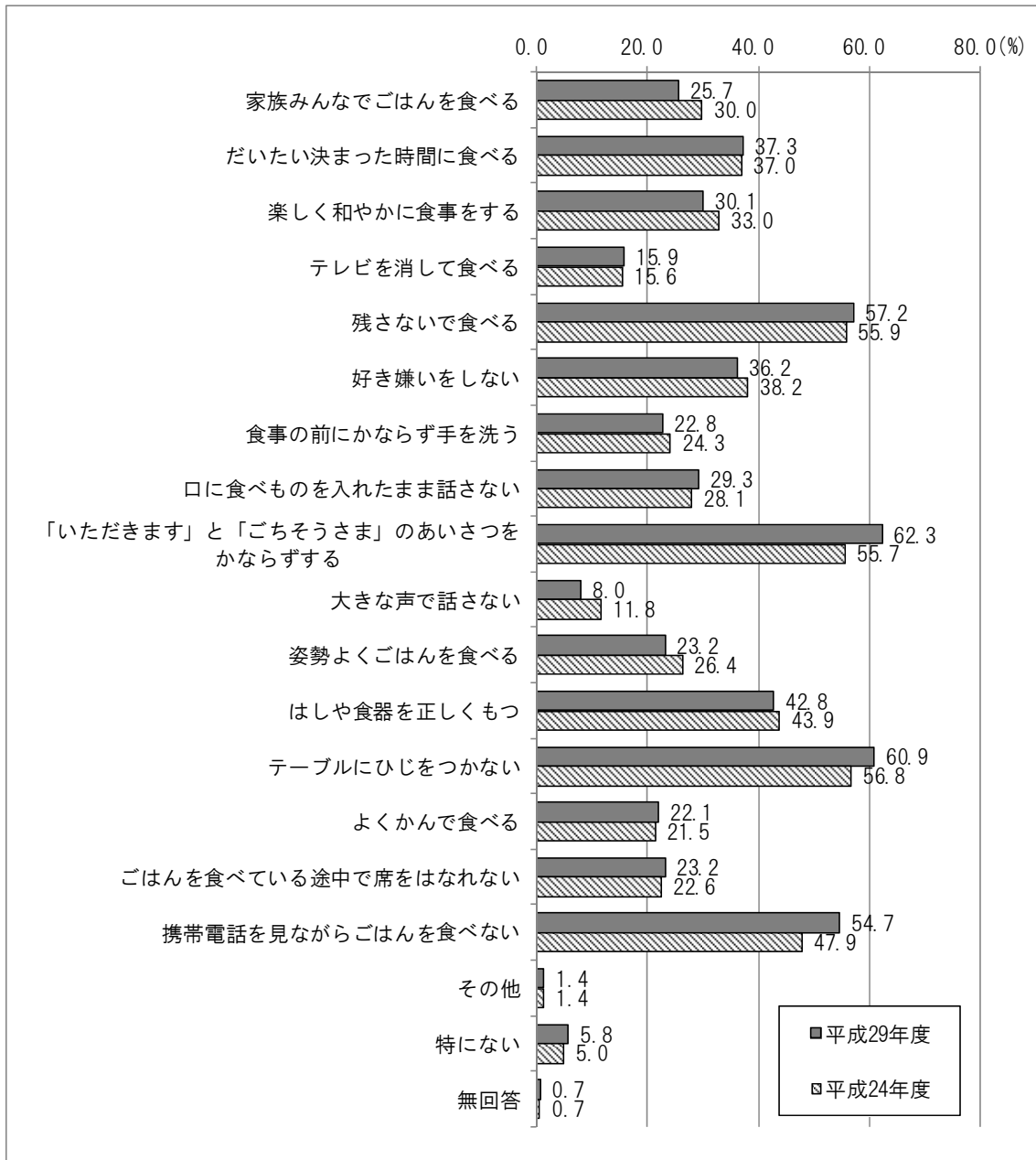
図表 5-23 食事の手伝いの有無 [平成 29 年度 :N=276、平成 24 年度 :N=424]



(9) 食習慣・マナーなどで気を使っていること

食習慣・マナーなどで気を使っていることをみると、上位にあがっているものは前回調査と同様ですが、「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをかならずする」や「携帯電話を見ながらごはんを食べない」をあげる人が約7ポイント増加しています。

図表 5-24 食習慣・マナーなどで気を使っていること
[平成 29 年度 :N=276、平成 24 年度 :N=424;複数回答]

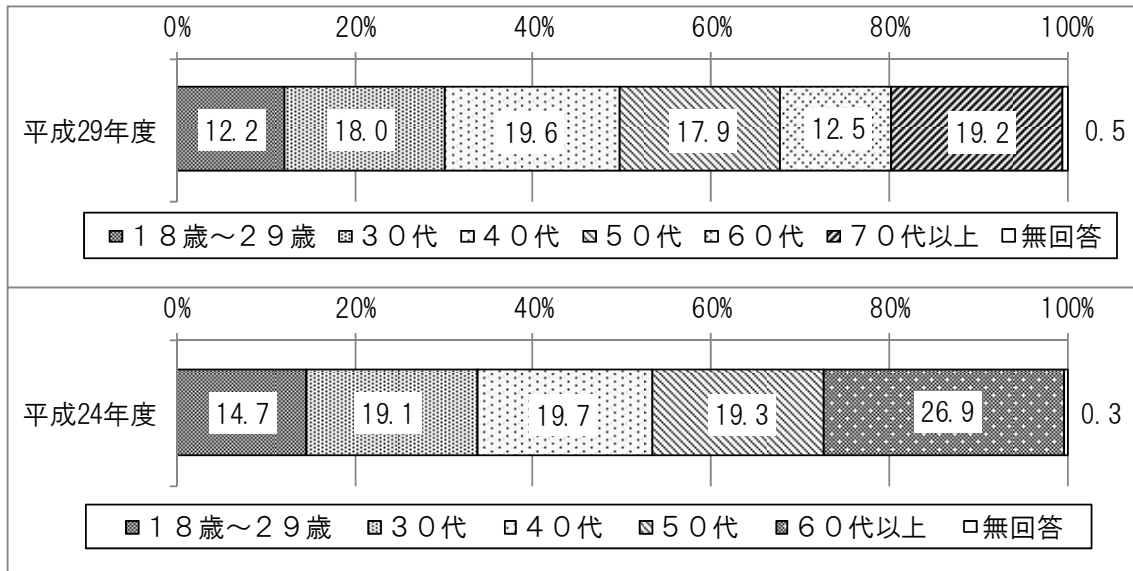


4. 成人

(1) 年齢

回答者の年齢をみると、前回調査に比べて60代以上の割合が増加しています。

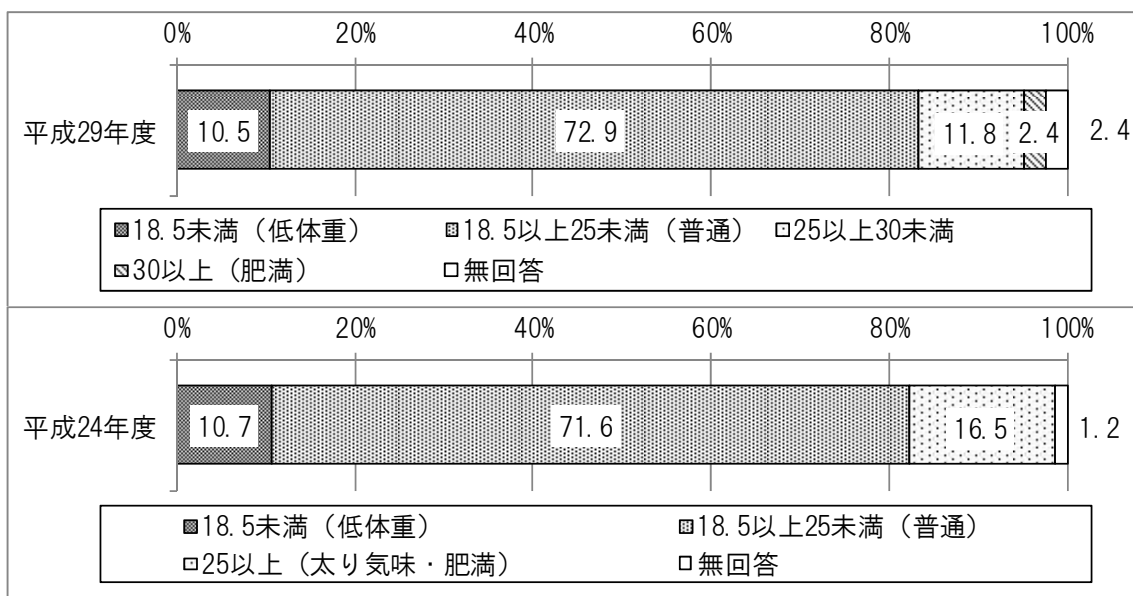
図表 5-25 年齢 [平成 29 年度 :N=754、平成 24 年度 :N=1,121]



(2) BMI

BMIをみると、前回調査に比べて「18.5以上25未満（普通）」がやや増加し、「25以上（太り気味・肥満）」がやや減少しています。

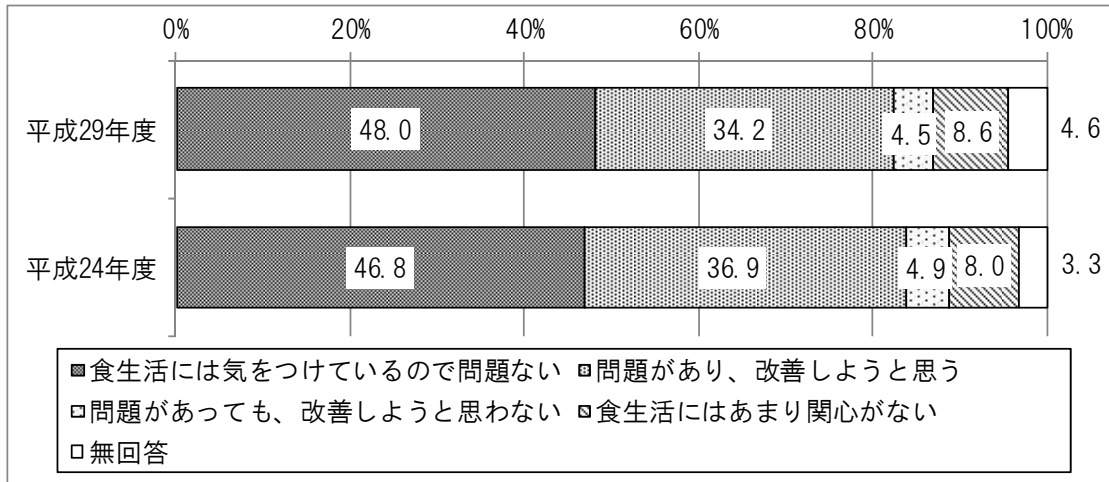
図表 5-26 BMI [平成 29 年度 :N=754、平成 24 年度 :N=1,121]



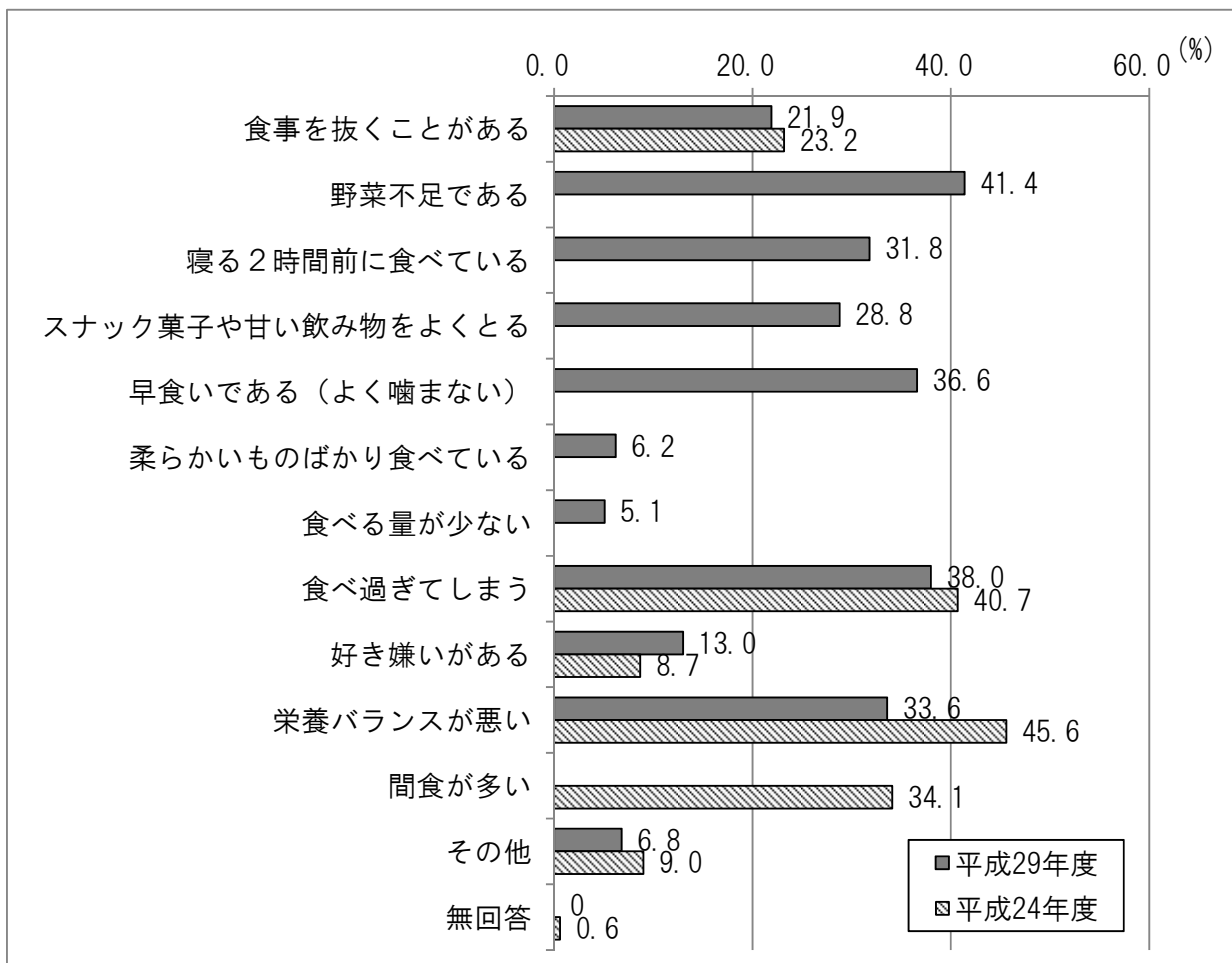
(3) 自分の食生活の問題の有無、問題点

自分の食生活の問題の有無をみると、前回調査とほぼ同様の結果となっています。自分の食生活の問題点については、「栄養バランスが悪い」をあげる人が12ポイント減少しています。

図表 5-27 自分の食生活の問題の有無 [平成 29 年度 :N=754、平成 24 年度 :N=1,121]



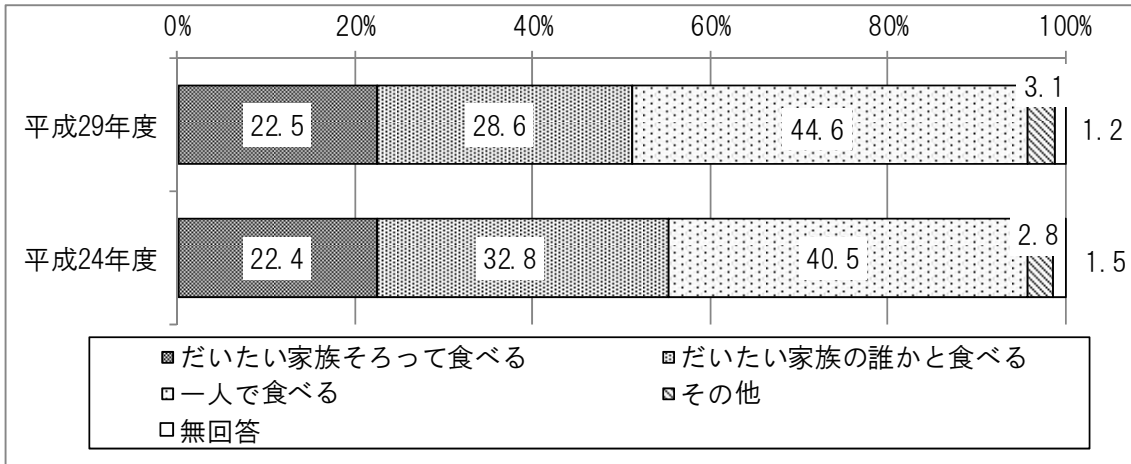
図表 5-28 自分の食生活の問題点 [平成 29 年度 :N=292、平成 24 年度 :N=469; 複数回答]



(5) 朝食を食べるときの状況

朝食を食べるときの状況を見ると、前回調査に比べて「だいたい家族の誰かと食べる」が約4ポイント減少している一方で、「一人で食べる」が約4ポイント増加しています。

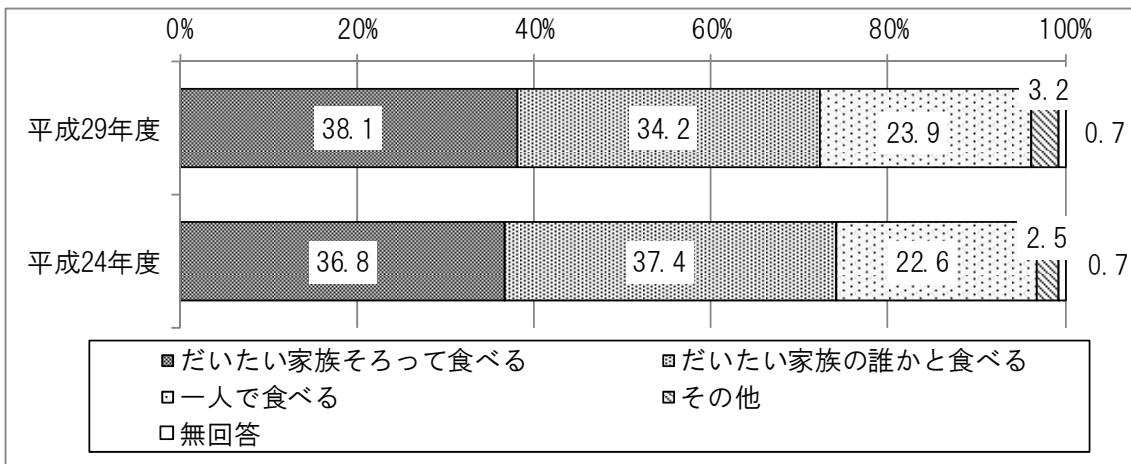
図表 5-29 朝食を食べるときの状況 [平成 29 年度 : N=754、平成 24 年度 : N=1,121]



(6) 夕食を食べるときの状況

夕食を食べるときの状況を見ると、前回調査に比べて「だいたい家族の誰かと食べる」が約3ポイント減少しています。

図表 5-30 夕食を食べるときの状況 [平成 29 年度 : N=754、平成 24 年度 : N=1,121]



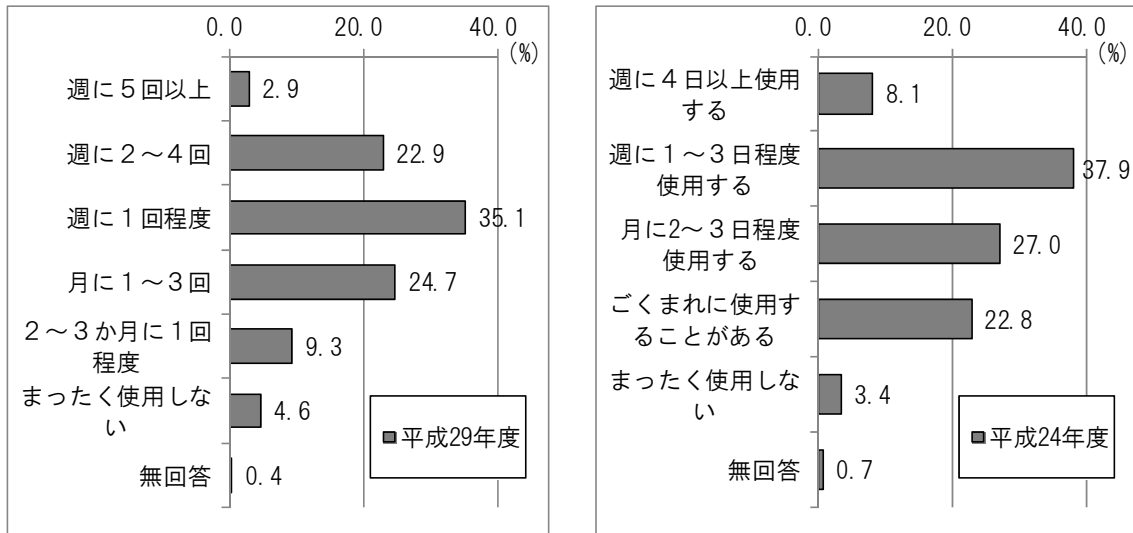
(7) 調理済の食品やインスタント食品の利用頻度

調理済みの食品やインスタント食品の利用頻度をみると、前回調査に比べて減少しています。

調理済みの食品やインスタント食品の利用の主な理由として、「調理時間が短縮できるから」をあげる人がやや減少し、「料理を作るのが面倒だから」をあげる人がやや増加しています。

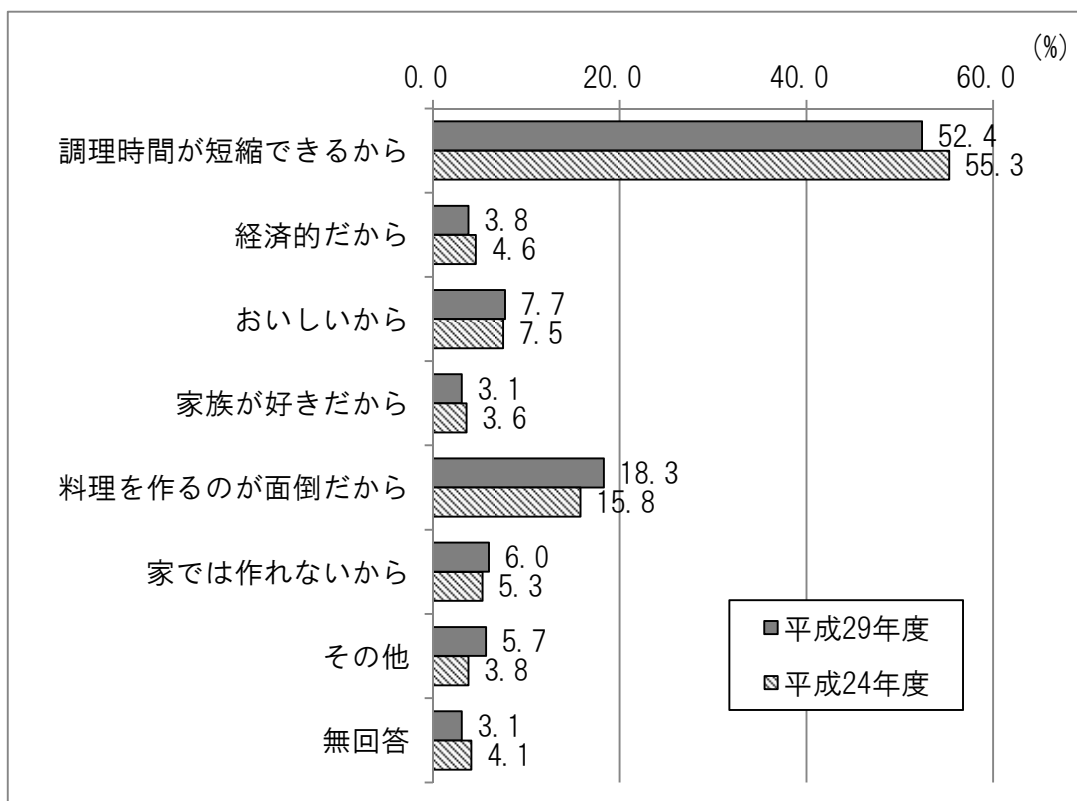
図表 5-31 調理済の食品やインスタント食品の利用頻度

[平成 29 年度 :N=754、平成 24 年度 :N=1,121]



図表 5-32 調理済みの食品やインスタント食品の利用の主な理由

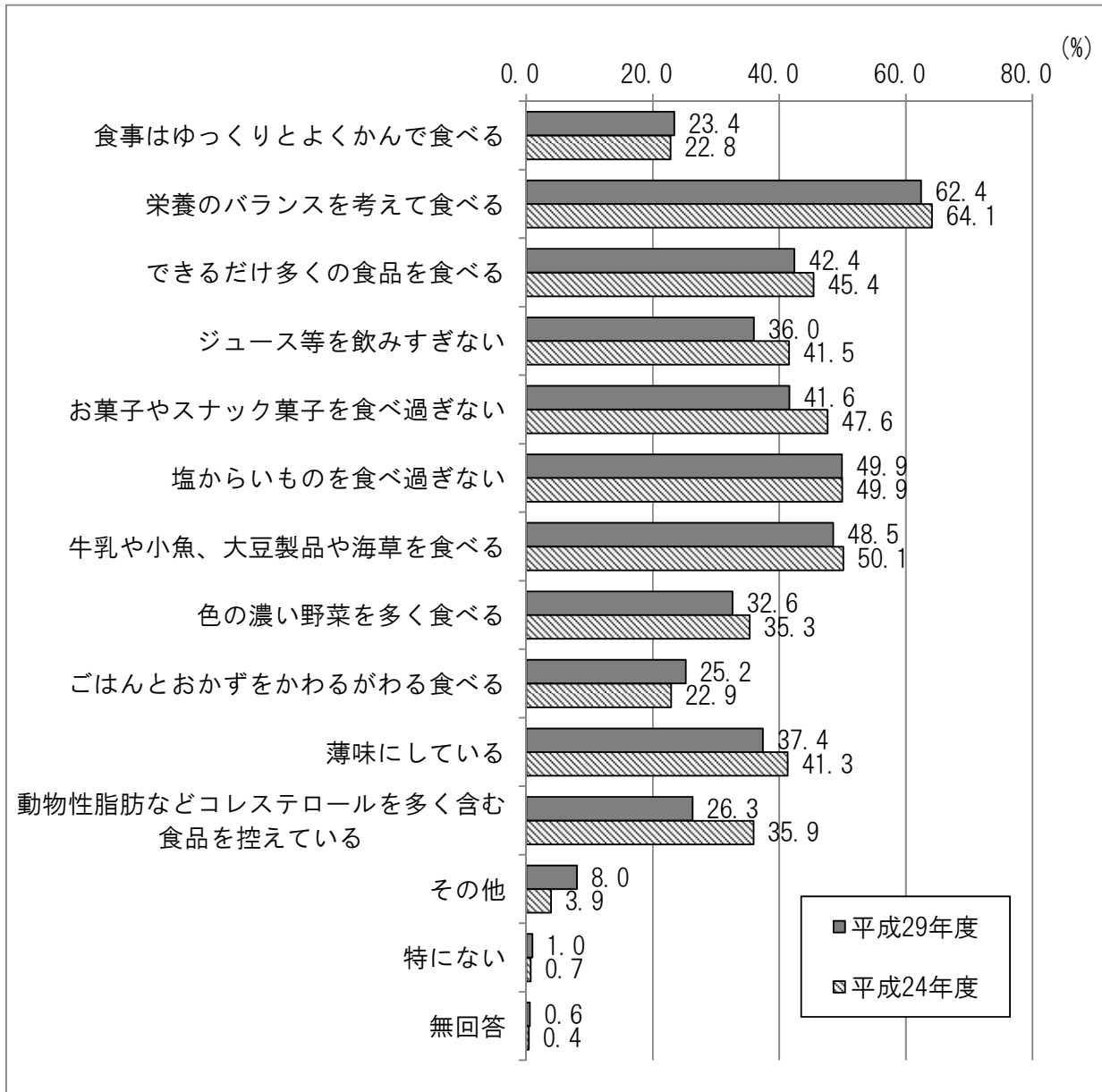
[平成 29 年度 :N=716、平成 24 年度 :N=1,075]



(8) 食事で気をつけていること

食事で気をつけていることをみると、上位にあがっているものは前回調査と同様となっていますが、前回調査と比べて「食事はゆっくりとよくかんで食べる」、「塩からいものを食べ過ぎない」、「ごはんとおかずをかわるがわる食べる」を除いて、他の項目では気をつけていることとしてあげる人が減っています。

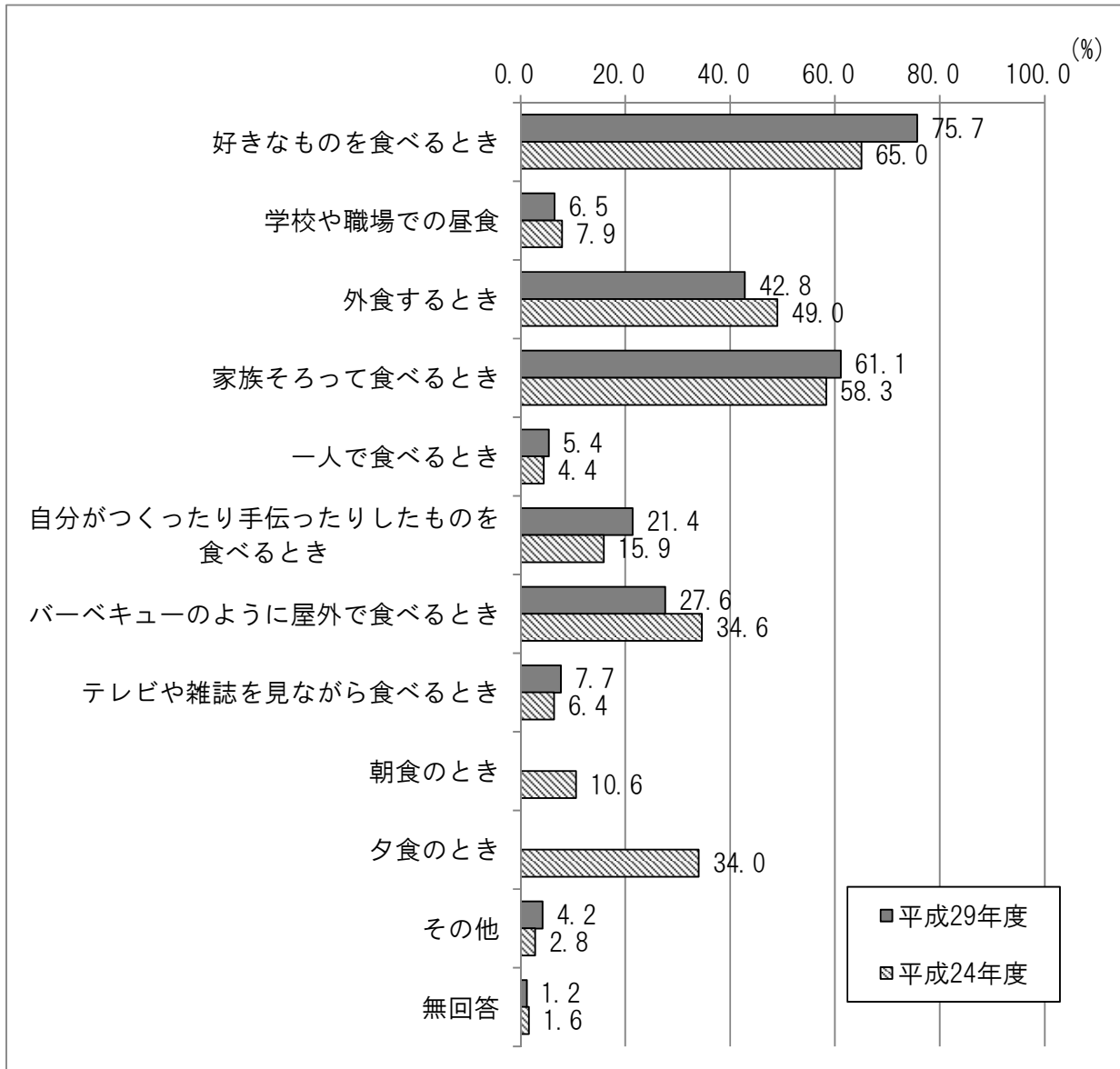
図表 5-33 食事で気をつけていること [平成 29 年度 :N=623、平成 24 年度 :N=895;複数回答]



(9) 食事の時間を楽しいと感じるとき

食事の時間を楽しいと感じるときをみると、上位にあがっているものは前回調査と同様となっていますが、「好きなものを食べるとき」をあげる人が増加している一方、「バーベキューのように屋外で食べるとき」をあげる人が減少しています。

図表 5-34 食事の時間を楽しいと感じるとき
[平成 29 年度 :N=754、平成 24 年度 :N=1,121;複数回答]



(10) 食習慣・マナーなどで気を使っていること

食習慣・マナーなどで気を使っていることをみると、上位にあがっているものは前回調査と同様ですが、前回調査と比べて「携帯電話を見ながらごはんを食べない」をあげる人が増加している一方、「好き嫌いをしない」をあげる人が減少しています。

図表 5-35 食習慣・マナーなどで気を使っていること
 [平成 29 年度 :N=754、平成 24 年度 :N=1,121;複数回答]

