

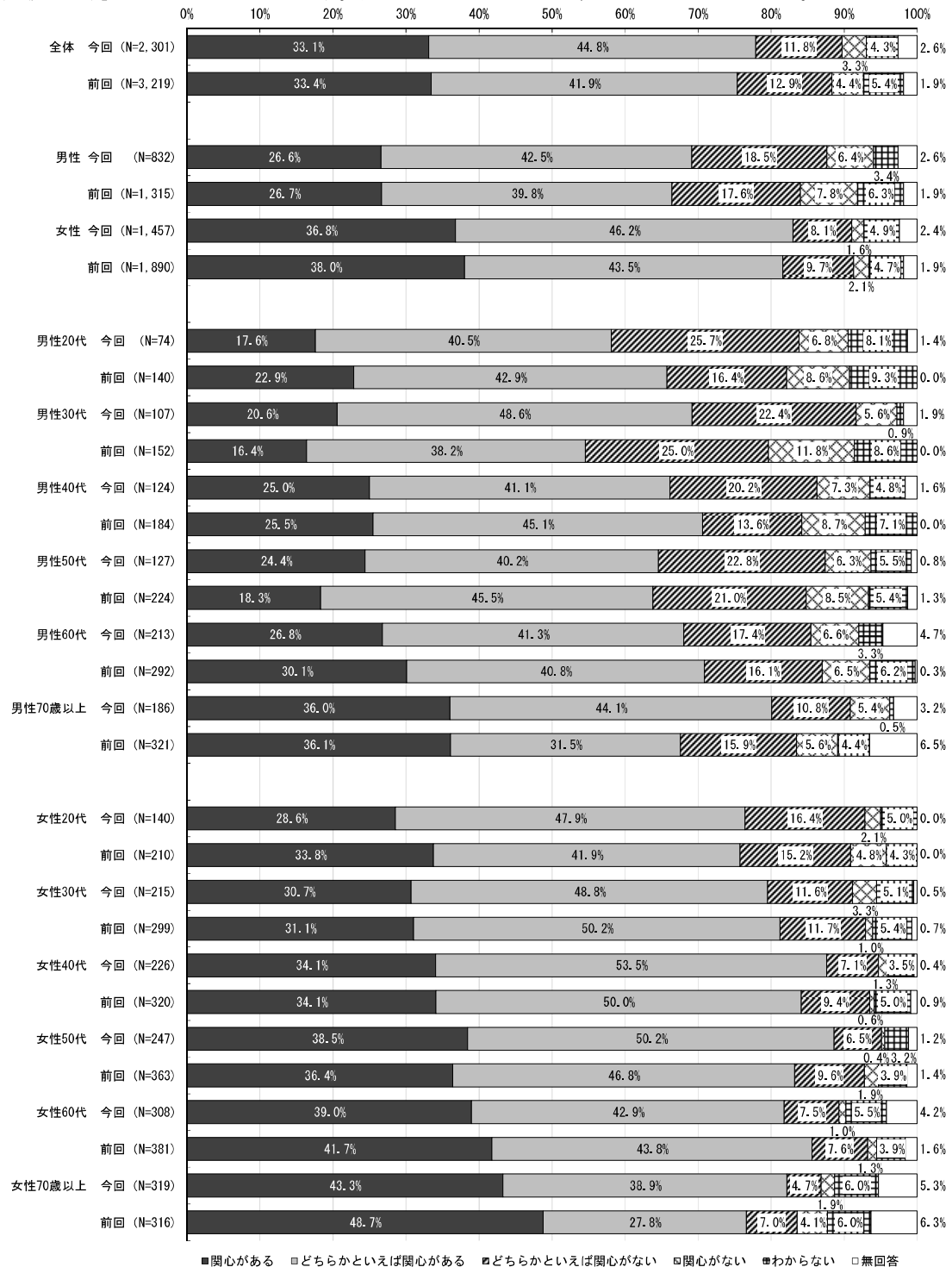
第2章 調査結果

1. 食育について

(1) 食育についての関心度

問1 あなたは「食育」について関心がありますか。(〇は1つ)

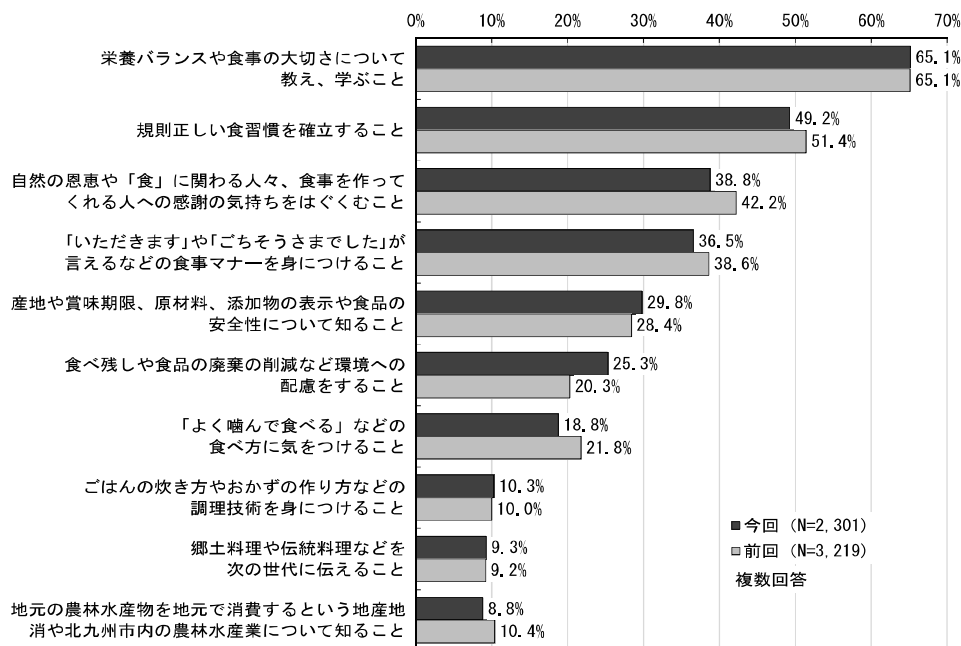
食育に「関心がある」が33.1%、「どちらかといえば関心がある」が44.8%と、これらを合わせた「関心がある割合（関心度）」は77.9%となっています。前回は75.3%で大きな変化はみられませんでした。



(2) 食育を推進するうえで重要なこと

問2 次に書いてあることは食育を推進するうえで重要なことがらです。この中で、あなたが特に大切だと思うことを教えてください。(〇は3つまで)

食育を推進する上で重要なことは、「栄養バランスや食事の大切さについて教え、学ぶこと」が65.1%、次いで「規則正しい食習慣を確立すること」が49.2%、「自然の恩恵や『食』に関わる人々、食事を作ってくれる人への感謝の気持ちを育むこと」が38.8%となっています。上位3項目の順位は前回同様でした。



上段：今回 下段：前回		サンプル数	栄養バランスや食事の大切さについて教え、学ぶこと	規則正しい食習慣を確立すること	自然の恩恵や「食」に関わる人々、食事を作ってくれる人への感謝の気持ちを育むこと	「いただきます」や「ごちそうさまでした」が言えるなどの食事マナーを身につけること	産地や賞味期限、原材料、添加物の表示や食品の安全性について知ること	食べ残しや食品の廃棄の削減など環境への配慮をすること	「よく噛んで食べる」などの食べ方に気をつけること	ごはんの炊き方やおかずの作り方などの調理技術を身につけること	郷土料理や伝統料理などを次の世代に伝えること	地元の農林水産物を地元で消費するという地産地消や北九州市内の農林水産業について知ること
全 体		2,301	65.1%	49.2%	38.8%	36.5%	29.8%	25.3%	18.8%	10.3%	9.3%	8.8%
性・年代	男 性	3,219	65.1%	51.4%	42.2%	38.6%	28.4%	20.3%	21.8%	10.0%	9.2%	10.4%
		832	57.9%	52.3%	36.5%	34.7%	26.4%	29.0%	21.6%	11.1%	9.1%	9.4%
	女 性	1,315	60.9%	54.4%	39.5%	37.9%	24.6%	21.8%	27.2%	11.4%	8.9%	9.5%
		1,457	69.2%	47.3%	40.4%	37.7%	31.9%	23.2%	17.1%	10.0%	9.3%	8.4%
	男 性 20 代	1,890	68.3%	49.4%	44.3%	39.0%	31.1%	19.0%	17.9%	8.9%	9.4%	11.0%
		74	70.3%	45.9%	35.1%	41.9%	24.3%	27.0%	17.6%	9.5%	10.8%	1.4%
	男 性 30 代	140	65.0%	45.0%	38.6%	46.4%	26.4%	24.3%	17.1%	18.6%	12.9%	8.6%
		107	57.9%	44.9%	38.3%	56.1%	16.8%	25.2%	23.4%	9.3%	7.5%	13.1%
	男 性 40 代	152	63.2%	45.4%	48.7%	50.7%	19.1%	22.4%	16.4%	11.8%	11.8%	7.9%
		124	64.5%	41.9%	41.1%	48.4%	27.4%	29.0%	15.3%	8.9%	10.5%	7.3%
	男 性 50 代	184	67.9%	47.3%	51.6%	45.7%	16.3%	22.8%	23.4%	9.8%	8.7%	4.9%
		127	63.0%	47.2%	42.5%	36.2%	24.4%	28.3%	9.4%	13.4%	11.8%	7.1%
	男 性 60 代	224	58.5%	55.8%	43.3%	39.3%	25.9%	25.9%	19.2%	9.8%	8.0%	8.0%
		213	50.7%	58.7%	33.8%	22.5%	30.0%	33.3%	22.1%	11.3%	10.3%	11.7%
	男 性 70 歳以上	292	59.9%	61.0%	33.9%	33.2%	30.5%	20.2%	25.7%	8.2%	9.2%	12.7%
		186	53.2%	62.4%	32.3%	23.7%	29.0%	27.4%	34.4%	11.8%	5.4%	10.8%
	女 性 20 代	321	56.7%	60.1%	31.5%	26.8%	24.6%	18.7%	46.1%	13.1%	6.2%	11.5%
		140	60.0%	45.0%	41.4%	55.0%	21.4%	26.4%	16.4%	14.3%	12.1%	3.6%
	女 性 30 代	210	65.2%	48.6%	49.5%	50.0%	21.0%	19.5%	11.9%	13.8%	15.7%	7.6%
		215	67.0%	41.4%	51.6%	52.6%	28.8%	18.6%	12.1%	10.2%	10.2%	5.6%
	女 性 40 代	299	69.6%	44.8%	57.2%	47.5%	20.7%	20.7%	11.4%	8.7%	10.4%	8.0%
		226	74.8%	42.9%	44.2%	42.9%	25.7%	23.5%	8.4%	10.2%	11.1%	8.8%
	女 性 50 代	320	74.4%	46.9%	49.1%	45.9%	25.6%	18.1%	11.6%	6.3%	11.3%	8.4%
		247	73.7%	43.7%	47.8%	40.1%	28.7%	24.7%	9.3%	9.3%	11.7%	6.9%
	女 性 60 代	363	70.0%	53.7%	47.7%	34.7%	36.4%	19.8%	12.7%	9.1%	6.6%	12.1%
		308	73.7%	50.6%	35.1%	26.9%	39.9%	26.6%	16.9%	10.4%	7.1%	10.4%
	女 性 70 歳以上	381	69.0%	50.1%	33.9%	32.8%	37.3%	17.8%	17.6%	9.2%	9.4%	17.3%
		319	63.3%	55.2%	29.2%	25.1%	37.9%	20.4%	33.2%	7.5%	6.3%	11.6%
		316	60.4%	51.3%	32.9%	29.4%	39.6%	18.7%	40.8%	7.9%	5.4%	9.8%

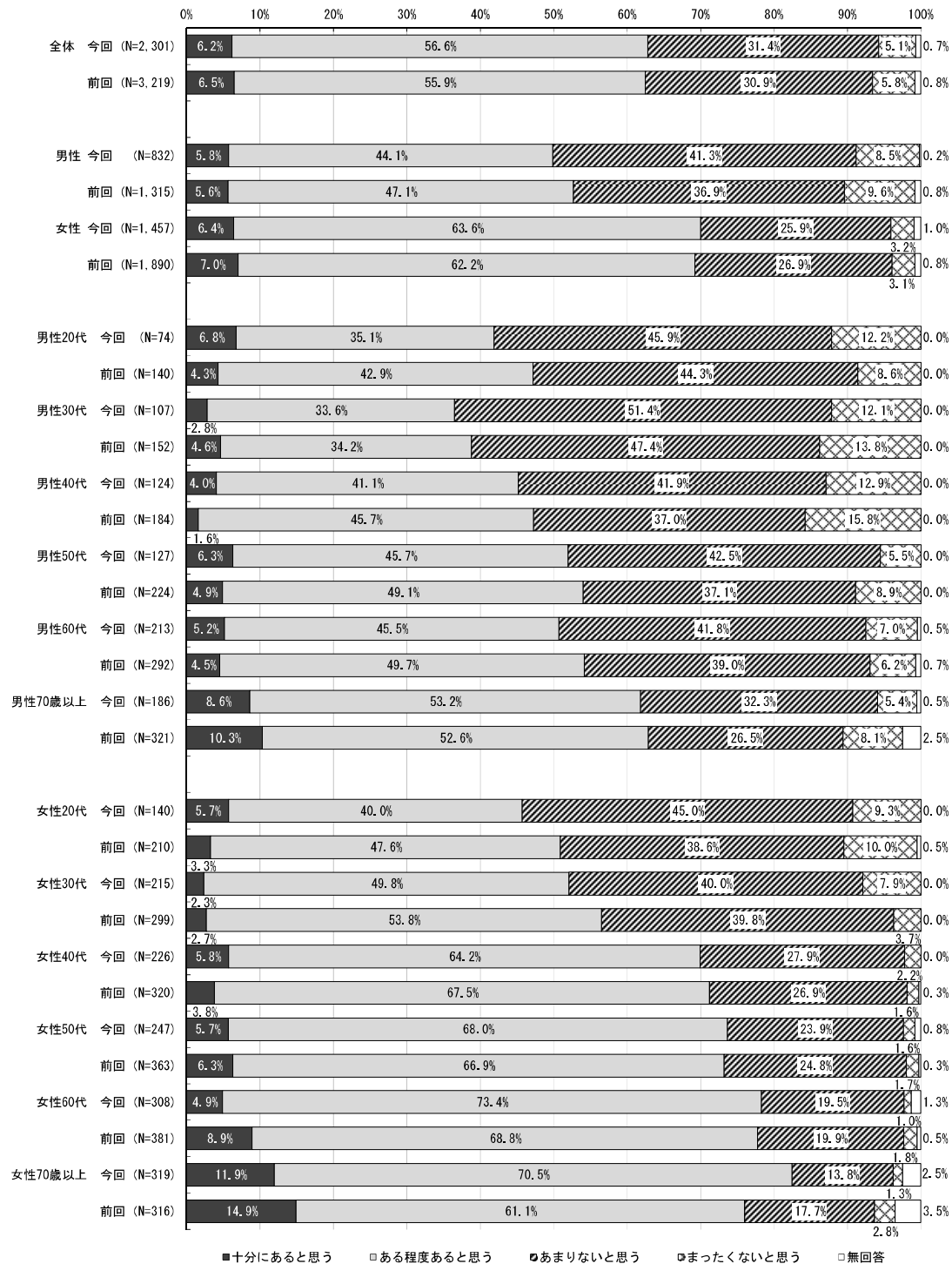
2. 知識や情報について

(1) 健康に悪影響を与えない食品の選び方や調理についての知識

問5 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだ方が良いかや、どのような調理が必要かについての知識があると思いますか。(○は1つ)

食品の選び方や調理についての知識が「十分にある」が6.2%、「ある程度ある」が56.6%と、これらを合わせた62.8%が「知識がある」と回答しています。前回と比較し、大きな差は見られませんでした。

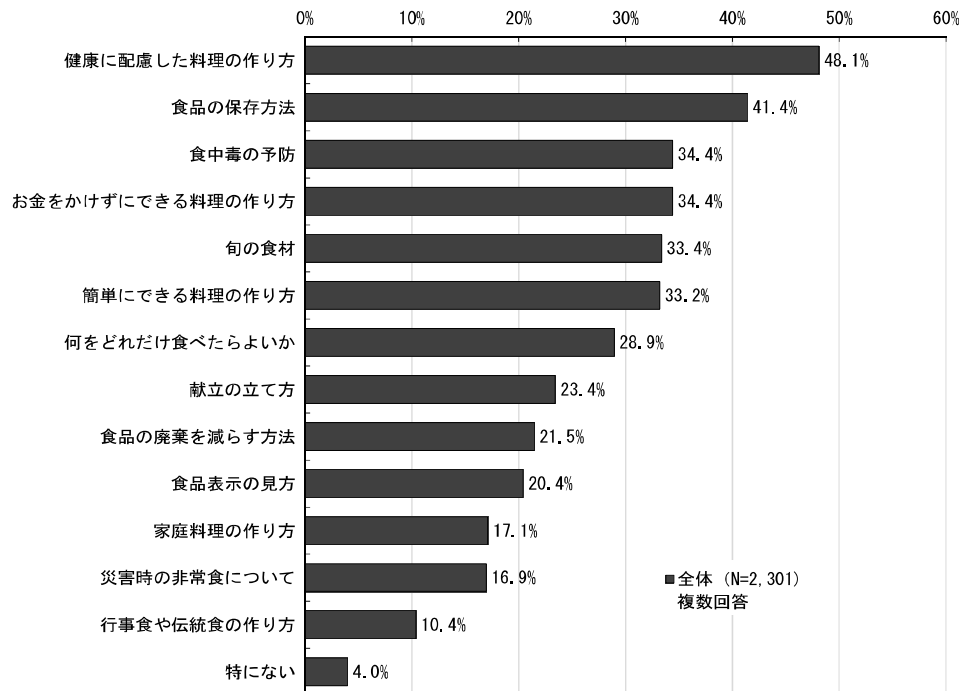
性別でみると、男性よりも女性の方が「知識がある」という人が多く、男性30代では36.4%と他世代に比べて少なくなっています。



(2) 食品の選択や調理で習得したい知識

問6 食品の選択や調理について、今後どのような知識を身につけたいと思いますか。
(〇はいくつでも)

食品の選択や調理で習得したい知識は、「健康に配慮した料理の作り方」が48.1%、次いで「食品の保存方法」が41.4%、「食中毒の予防」「お金をかけずにできる料理の作り方」が34.4%、「旬の食材」が33.4%、「簡単にできる料理の作り方」が33.2%となっています。



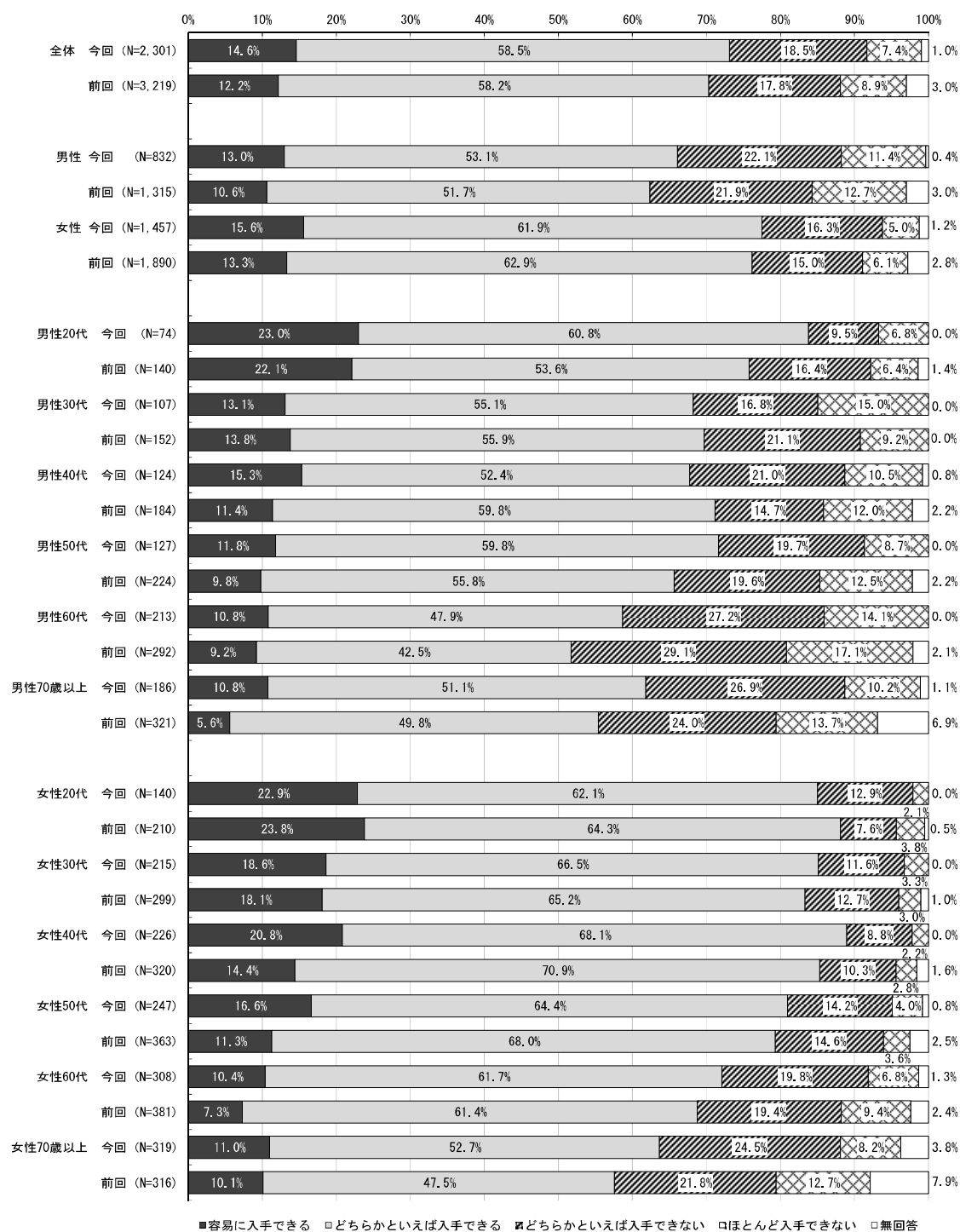
		サンプル数	健康に配慮した料理の作り方	食品の保存方法	食中毒の予防	お金をかけずにできる料理の作り方	旬の食材	簡単にできる料理の作り方	何をどれだけ食べたらよいか	献立の立て方	食品の廃棄を減らす方法	食品表示の見方	家庭料理の作り方	災害時の非常食について	行事食や伝統食の作り方	特にない
全 体		2,301	48.1%	41.4%	34.4%	34.4%	33.4%	33.2%	28.9%	23.4%	21.5%	20.4%	17.1%	16.9%	10.4%	4.0%
性・年代	男 性	832	40.1%	34.3%	33.2%	26.1%	28.1%	28.5%	34.5%	15.9%	19.4%	21.5%	14.9%	11.2%	4.6%	7.6%
	女 性	1,457	52.6%	45.6%	35.1%	39.3%	36.4%	36.1%	25.7%	27.8%	22.6%	19.8%	18.5%	20.3%	13.7%	1.9%
	男 性 20 代	74	29.7%	35.1%	29.7%	37.8%	32.4%	33.8%	18.9%	33.8%	17.6%	20.3%	23.0%	13.5%	1.4%	4.1%
	男 性 30 代	107	35.5%	29.9%	36.4%	26.2%	32.7%	33.6%	37.4%	19.6%	22.4%	14.0%	14.0%	21.5%	13.1%	5.6%
	男 性 40 代	124	36.3%	34.7%	31.5%	29.0%	27.4%	28.2%	34.7%	17.7%	21.0%	24.2%	16.9%	19.4%	4.8%	8.9%
	男 性 50 代	127	41.7%	31.5%	29.1%	20.5%	19.7%	27.6%	39.4%	16.5%	18.9%	21.3%	16.5%	9.4%	3.1%	5.5%
	男 性 60 代	213	43.2%	38.0%	36.2%	25.4%	28.6%	31.0%	31.0%	9.4%	18.3%	23.9%	12.2%	5.6%	5.2%	8.5%
	男 性 70 歳以上	186	45.2%	33.9%	33.3%	24.2%	29.6%	21.5%	39.8%	12.4%	18.8%	22.0%	12.9%	6.5%	1.1%	9.1%
	女 性 20 代	140	47.1%	58.6%	37.9%	47.9%	40.0%	37.1%	30.7%	48.6%	22.9%	24.3%	40.0%	22.9%	25.7%	1.4%
	女 性 30 代	215	49.8%	62.3%	44.2%	43.3%	42.3%	43.3%	18.6%	42.3%	19.5%	24.7%	20.9%	26.0%	26.0%	0.5%
	女 性 40 代	226	51.8%	37.2%	32.3%	37.2%	36.7%	30.5%	25.7%	24.8%	20.8%	15.0%	20.4%	21.7%	16.4%	0.9%
	女 性 50 代	247	61.1%	40.5%	25.1%	33.6%	30.4%	31.6%	26.3%	24.7%	23.1%	17.4%	11.7%	23.9%	11.7%	1.2%
	女 性 60 代	308	54.5%	40.3%	34.1%	39.3%	32.1%	37.3%	26.3%	21.4%	26.6%	15.9%	10.4%	16.6%	8.1%	1.6%
	女 性 70 歳以上	319	49.2%	44.2%	38.6%	39.2%	39.8%	37.0%	27.3%	19.7%	21.9%	23.8%	19.4%	15.4%	5.3%	4.4%

(3) 食生活に関する情報の入手状況

問7 日頃の食生活で、知りたい情報を入手できますか。(〇は1つ)

日頃の食生活で知りたい情報は、「容易に入手できる」が14.6%、「どちらかといえば入手できる」が58.5%と、これらを合わせた73.1%が「知りたい情報を入手できる」と回答しています。前回と比較し大きな差は見られませんでした。

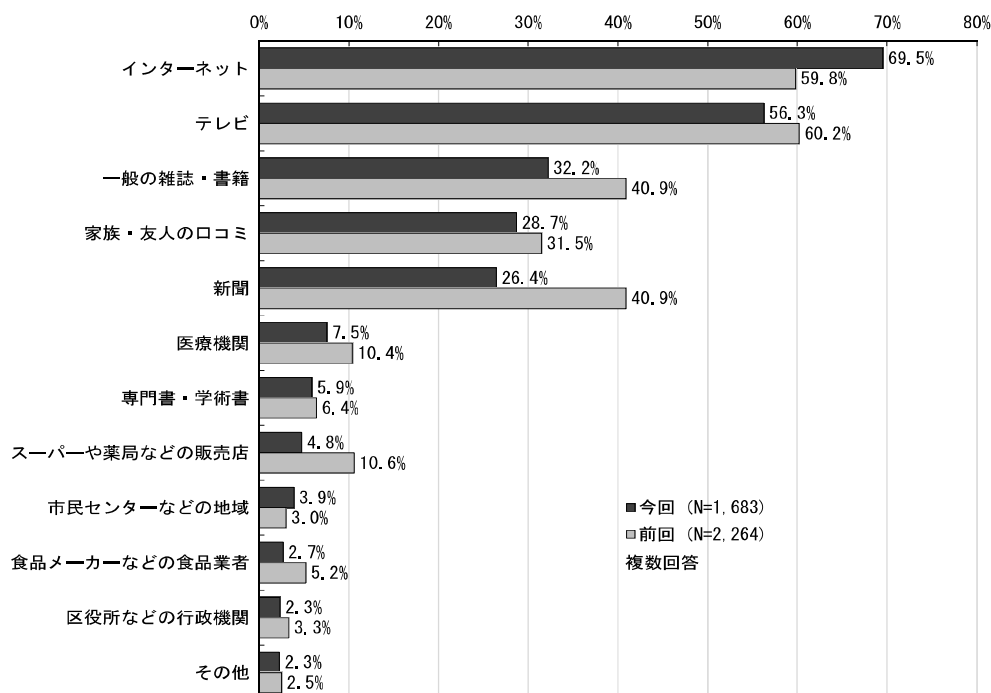
性別でみると男性よりも女性の方が情報を入手できるという人が多く、男性60歳以上や女性70歳以上では「どちらかといえば入手できない」や「ほとんど入手できない」と回答した人が他の年代に比べ多くなっています。



(4) 食生活に関する情報源

問7-1 情報はどこ（何）から入手しますか。（○はいくつでも）

日頃の食生活で知りたい情報を「容易に入手できる」または「どちらかといえば入手できる」と回答した人に、情報源についてたずねたところ、「インターネット」が69.5%で最多、次いで「テレビ」が56.3%、以下「一般の雑誌・書籍」が32.2%、「家族・友人の口コミ」が28.7%、「新聞」が26.4%となっています。前回と比較し「インターネット」が多くなり、「新聞」や「一般の雑誌・書籍」が減少しています。



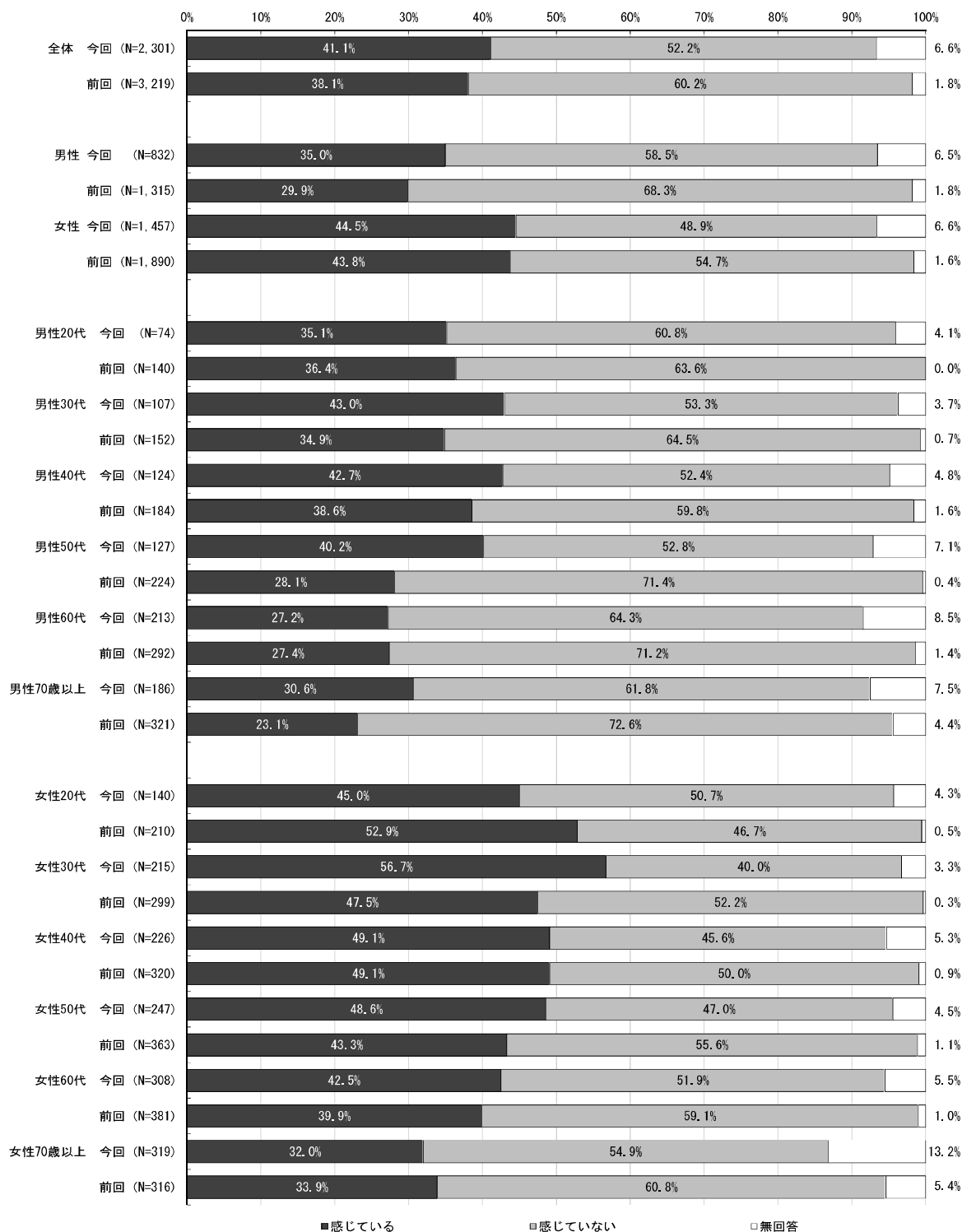
		サンプル数	インターネット	テレビ	一般の雑誌・書籍	家族・友人の口コミ	新聞	医療機関	専門書・学術書	スーパーや薬局などの販売店	市民センターなどの地域	食品メーカーなどの食品業者	区役所などの行政機関	その他
上段：今回 下段：前回														
性・年代	全体	1,683	69.5%	56.3%	32.2%	28.7%	26.4%	7.5%	5.9%	4.8%	3.9%	2.7%	2.3%	2.3%
		2,264	59.8%	60.2%	40.9%	31.5%	40.9%	10.4%	6.4%	10.6%	3.0%	5.2%	3.3%	2.5%
	男性	550	72.5%	51.1%	23.3%	22.7%	23.5%	6.2%	3.6%	3.5%	3.1%	2.4%	1.6%	1.3%
		820	57.8%	54.3%	30.4%	25.2%	36.2%	11.8%	5.6%	7.9%	1.5%	6.3%	3.9%	2.6%
	女性	1,129	68.3%	58.7%	36.5%	31.5%	27.8%	8.2%	7.0%	5.3%	4.3%	2.8%	2.7%	2.7%
		1,439	61.0%	63.4%	46.8%	35.1%	43.6%	9.6%	6.9%	12.2%	3.9%	4.5%	2.8%	2.4%
	男性 20代	62	88.7%	37.1%	12.9%	17.7%	6.5%	3.2%	6.5%	3.2%	0.0%	0.0%	1.6%	0.0%
		106	82.1%	36.8%	24.5%	38.7%	12.3%	1.9%	2.8%	7.5%	0.0%	2.8%	0.0%	1.9%
	男性 30代	73	93.2%	42.5%	16.4%	21.9%	9.6%	2.7%	2.7%	4.1%	1.4%	1.4%	0.0%	1.4%
		106	79.2%	37.7%	27.4%	16.0%	19.8%	6.6%	5.7%	6.6%	2.8%	4.7%	2.8%	3.8%
	男性 40代	84	96.4%	39.3%	15.5%	22.6%	9.5%	1.2%	3.6%	1.2%	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%
		131	76.3%	50.4%	27.5%	16.8%	22.9%	9.2%	8.4%	8.4%	0.0%	3.8%	1.5%	1.5%
	男性 50代	91	87.9%	48.4%	14.3%	15.4%	18.7%	4.4%	2.2%	4.4%	0.0%	1.1%	1.1%	0.0%
		147	72.1%	56.5%	34.7%	17.0%	34.0%	14.3%	4.1%	6.1%	0.0%	7.5%	3.4%	2.7%
	男性 60代	125	64.8%	53.6%	33.6%	16.0%	27.2%	7.2%	4.8%	2.4%	1.6%	4.0%	2.4%	2.4%
		151	47.0%	59.6%	37.7%	29.8%	55.0%	17.9%	5.3%	6.6%	1.3%	6.6%	6.6%	2.6%
	男性 70歳以上	115	29.6%	72.2%	34.8%	39.1%	51.3%	13.9%	2.6%	5.2%	12.2%	5.2%	2.6%	2.6%
		178	14.6%	70.8%	27.5%	32.0%	56.2%	15.7%	6.7%	11.2%	3.9%	10.1%	6.7%	2.8%
	女性 20代	119	93.3%	45.4%	18.5%	29.4%	4.2%	3.4%	7.6%	5.9%	0.0%	1.7%	0.8%	3.4%
		185	88.1%	60.0%	37.3%	29.2%	15.7%	7.6%	12.4%	15.7%	0.5%	3.8%	0.5%	2.7%
	女性 30代	183	95.1%	42.6%	30.6%	22.4%	8.7%	3.3%	7.1%	4.4%	2.2%	1.6%	0.5%	1.6%
		249	88.4%	51.4%	37.8%	28.1%	25.7%	4.8%	4.0%	9.2%	4.0%	2.0%	2.4%	2.4%
	女性 40代	201	89.6%	43.3%	32.3%	23.4%	11.9%	5.5%	9.5%	4.0%	2.0%	1.0%	2.0%	4.5%
		273	78.0%	57.1%	45.1%	27.8%	33.3%	4.8%	7.0%	11.7%	1.1%	3.3%	1.8%	1.5%
	女性 50代	200	82.5%	60.0%	42.5%	32.0%	29.5%	9.5%	6.0%	8.5%	1.5%	3.0%	0.5%	2.0%
		288	62.5%	70.8%	54.5%	31.3%	54.2%	13.9%	6.6%	9.0%	2.1%	3.1%	3.1%	3.5%
	女性 60代	222	49.1%	71.6%	46.4%	35.1%	48.2%	11.7%	8.1%	4.1%	7.2%	3.6%	5.9%	2.3%
		262	32.8%	70.6%	55.7%	45.8%	67.2%	14.5%	7.3%	12.6%	6.5%	6.5%	3.8%	2.3%
	女性 70歳以上	203	15.8%	80.8%	39.9%	44.8%	50.7%	13.3%	3.9%	5.4%	10.3%	5.4%	4.9%	2.5%
		182	8.8%	70.9%	46.7%	52.2%	61.0%	11.5%	5.5%	18.1%	10.4%	9.9%	5.5%	2.2%

(5) 食生活での悩みや不安

問8 日頃の食生活で、悩みや不安を感じていますか。(〇は1つ)

日頃の食生活で悩みや不安を「感じている」が41.1%、「感じていない」が52.2%となっています。前回と比較し「感じている」が増え、「感じていない」が減っています。

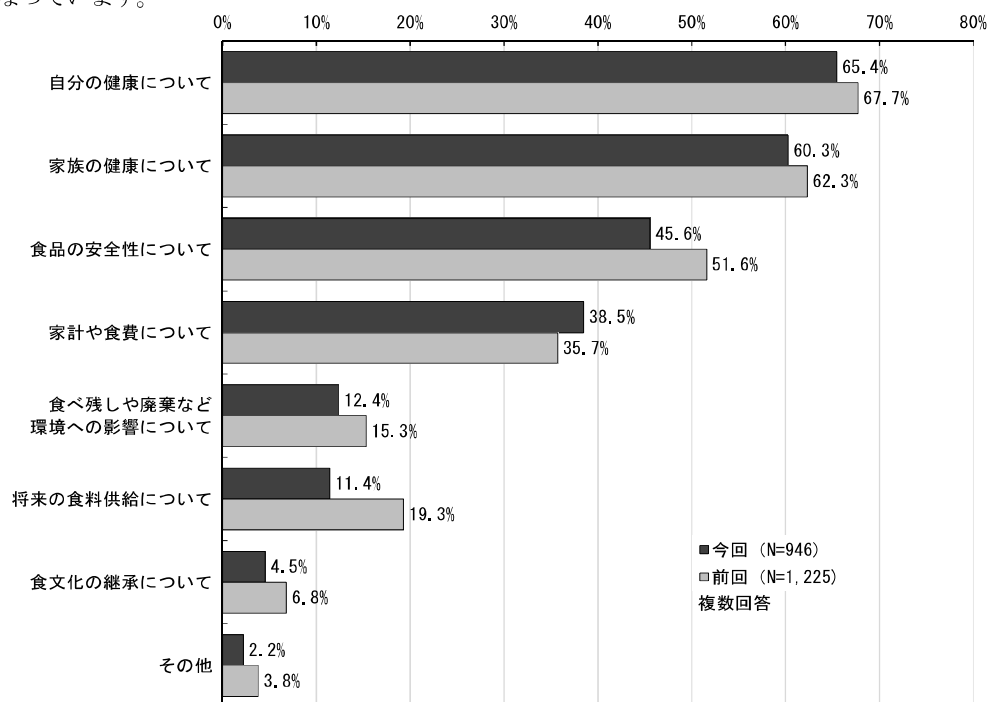
性別でみると、男性よりも女性で多く、女性20～50代では約半数が悩みや不安を感じています。前回と比較し男女とも30代で増えています。



(6) 食生活での悩みや不安の内容

問8-1 どのようなことについて悩みや不安を感じていますか。(〇はいくつでも)

日頃の食生活で悩みや不安を「感じている」と回答した人に、その内容についてたずねたところ、「自分の健康について」がもっとも多く65.4%、次いで「家族の健康について」が60.3%、「食品の安全性について」が45.6%となっています。前回と比較し上位項目順位は変わりませんが、「家計や食費について」悩みや不安を感じている人が多くなっています。



		サンプル数	自分の健康について	家族の健康について	食品の安全性について	家計や食費について	食べ残しや廃棄など環境への影響について	将来の食料供給について	食文化の継承について	その他
上段：今回 下段：前回										
全体		946	65.4%	60.3%	45.6%	38.5%	12.4%	11.4%	4.5%	2.2%
		1,225	67.7%	62.3%	51.6%	35.7%	15.3%	19.3%	6.8%	3.8%
性・年代	男	291	79.4%	41.6%	38.5%	31.6%	13.1%	9.3%	4.1%	1.4%
	女	649	59.2%	68.7%	48.5%	41.8%	12.2%	12.2%	4.8%	2.6%
		827	62.4%	70.1%	55.7%	37.4%	13.5%	19.6%	5.9%	3.7%
	男 20代	26	96.2%	11.5%	15.4%	26.9%	15.4%	7.7%	3.8%	0.0%
		51	86.3%	15.7%	31.4%	41.2%	17.6%	21.6%	5.9%	5.9%
	男 30代	46	76.1%	47.8%	30.4%	37.0%	19.6%	8.7%	4.3%	4.3%
		53	64.2%	67.9%	47.2%	41.5%	9.4%	15.1%	13.2%	3.8%
	男 40代	53	66.0%	49.1%	47.2%	34.0%	22.6%	11.3%	9.4%	1.9%
		71	78.9%	63.4%	46.5%	25.4%	22.5%	15.5%	12.7%	8.5%
	男 50代	51	84.3%	43.1%	37.3%	27.5%	11.8%	9.8%	0.0%	0.0%
		63	87.3%	33.3%	42.9%	27.0%	12.7%	19.0%	1.6%	3.2%
	男 60代	58	82.8%	37.9%	39.7%	31.0%	8.6%	10.3%	3.4%	1.7%
		80	78.8%	43.8%	45.0%	35.0%	27.5%	23.8%	11.3%	1.3%
	男 70歳以上	57	78.9%	45.6%	47.4%	31.6%	3.5%	7.0%	3.5%	0.0%
		74	74.3%	45.9%	44.6%	24.3%	20.3%	18.9%	6.8%	1.4%
	女 20代	63	68.3%	68.3%	31.7%	44.4%	7.9%	7.9%	1.6%	1.6%
		111	72.1%	58.6%	45.9%	47.7%	12.6%	9.0%	4.5%	4.5%
	女 30代	122	56.6%	72.1%	51.6%	47.5%	13.1%	9.0%	6.6%	3.3%
		142	47.9%	73.9%	50.0%	43.0%	9.2%	14.1%	8.5%	4.9%
	女 40代	111	48.6%	77.5%	50.5%	45.9%	8.1%	7.2%	9.0%	2.7%
		157	49.0%	80.3%	51.6%	35.0%	12.1%	18.5%	7.0%	5.7%
	女 50代	120	61.7%	73.3%	44.2%	37.5%	17.5%	13.3%	4.2%	1.7%
		157	69.4%	79.6%	60.5%	29.9%	15.3%	26.1%	7.0%	1.9%
	女 60代	131	55.7%	64.9%	55.0%	39.7%	13.7%	17.6%	4.6%	3.1%
		152	66.4%	61.8%	63.8%	35.5%	19.7%	27.0%	3.9%	3.3%
	女 70歳以上	102	69.6%	54.9%	50.0%	36.3%	9.8%	15.7%	1.0%	2.9%
		107	74.8%	60.7%	61.7%	36.4%	11.2%	19.6%	3.7%	1.9%

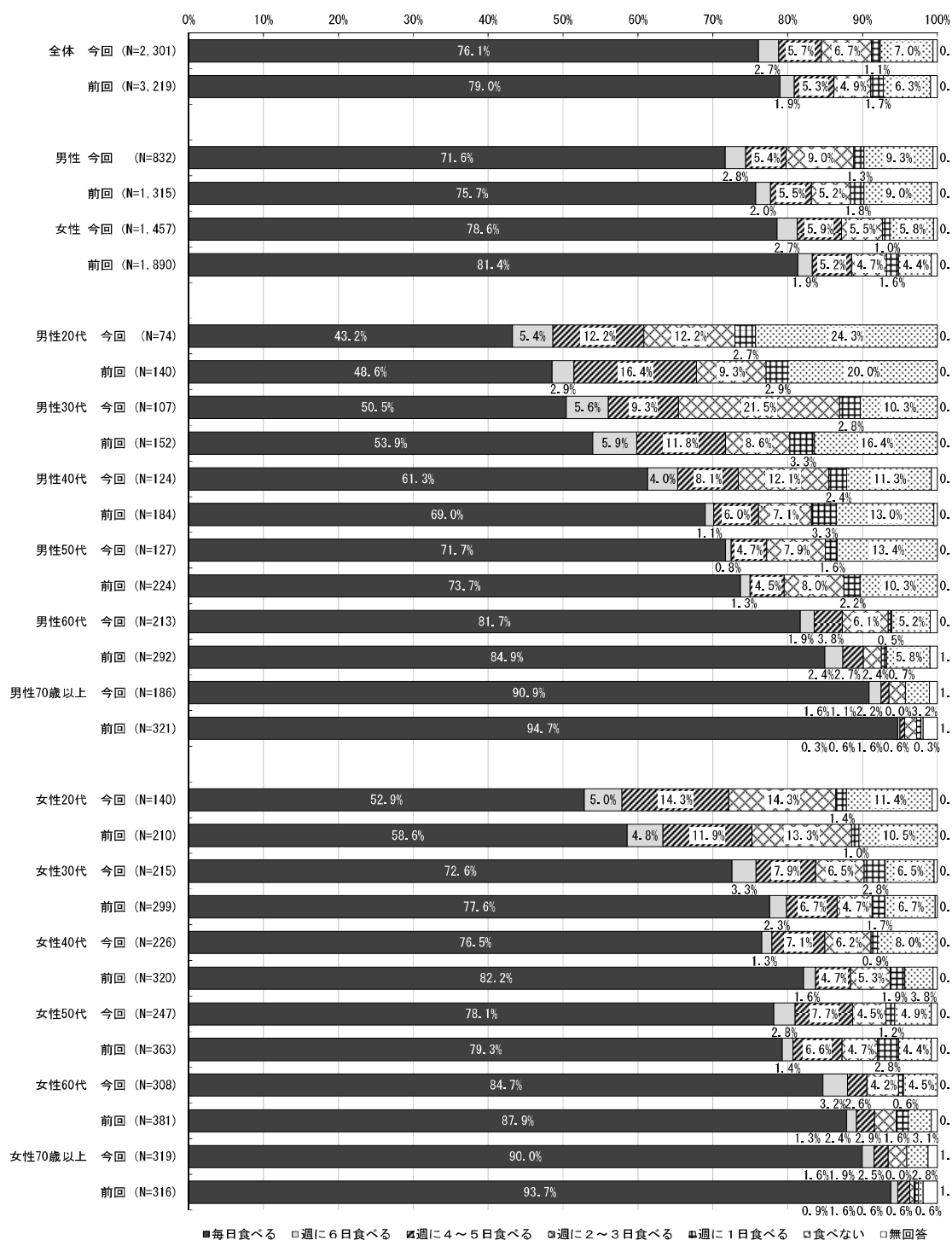
3. 食事の内容について

(1) 朝食の摂取状況

問9 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。(○は1つ)

朝食は、「毎日食べる」が76.1%、「週に6日食べる」が2.7%と、「ほぼ毎日朝食を食べる」が78.8%となっています。前回と比較し大きな変化はみられませんでした。

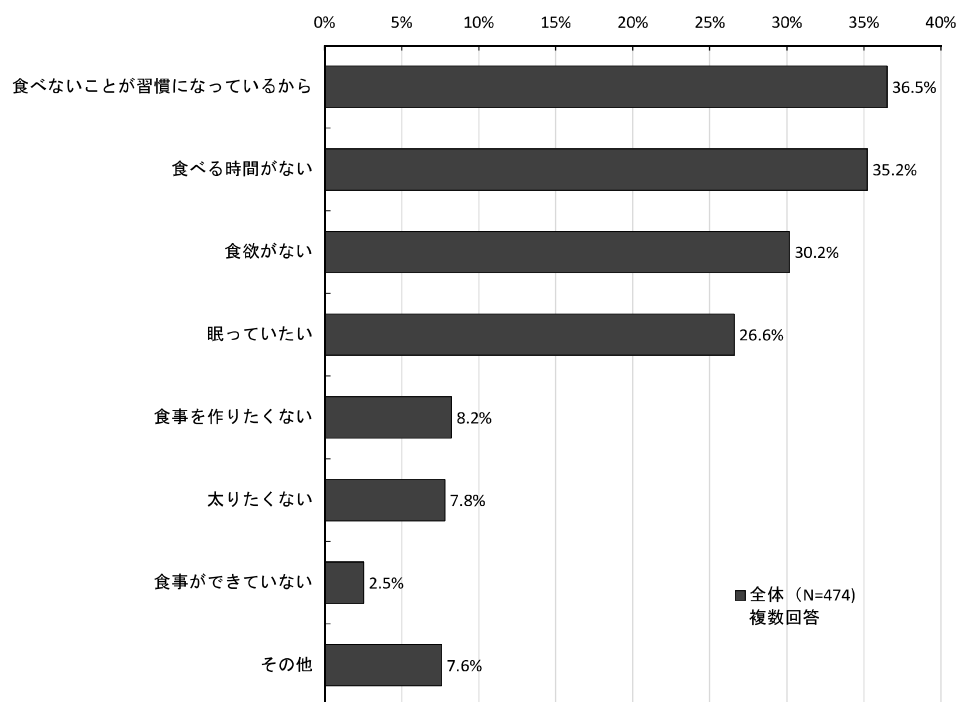
性別でみると、男性よりも女性の方が「毎日食べる」が多く、78.6%となっています。前回と比較し、男女ともどの世代も「毎日食べる」が減少しています。



(2) 朝食を毎日食べない理由

問9-1 朝食を毎日食べない理由は何ですか。(〇はいくつでも)

朝食を「毎日食べる」「週に6日食べる」と回答した人以外に、朝食を食べない理由についてたずねたところ、「食べないことが習慣になっているから」が36.5%、次いで「食べる時間がない」が35.2%、「食欲がない」が30.2%、「眠っていたいから」が26.6%となっています。

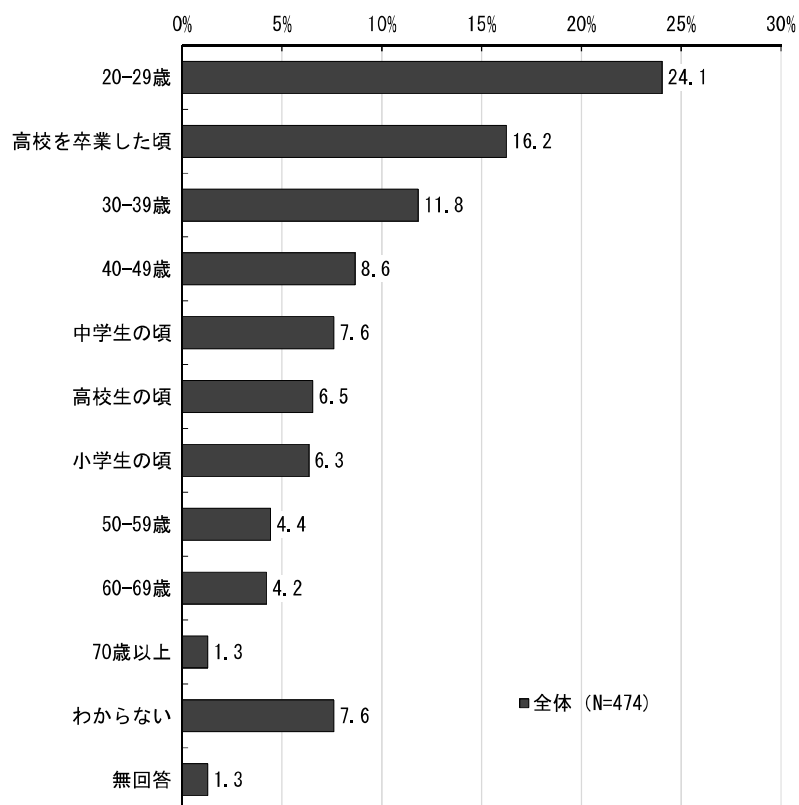


		サンプル数	食べないことが習慣になっている	食べる時間がない	食欲がない	眠っていたい	食事を作りにたくない	太りにたくない	食事ができていない	その他
全 体		474	36.5%	35.2%	30.2%	26.6%	8.2%	7.8%	2.5%	7.6%
性・年代	男 性	208	39.9%	35.1%	26.9%	26.0%	8.2%	7.2%	3.4%	5.3%
	女 性	265	33.6%	35.5%	32.8%	27.2%	8.3%	8.3%	1.9%	9.4%
	男 性 20 代	38	21.1%	42.1%	28.9%	44.7%	13.2%	0.0%	2.6%	5.3%
	男 性 30 代	47	25.5%	51.1%	29.8%	19.1%	2.1%	6.4%	0.0%	6.4%
	男 性 40 代	42	45.2%	38.1%	16.7%	33.3%	7.1%	14.3%	4.8%	2.4%
	男 性 50 代	35	51.4%	31.4%	28.6%	14.3%	11.4%	5.7%	5.7%	5.7%
	男 性 60 代	33	54.5%	15.2%	24.2%	18.2%	12.1%	9.1%	6.1%	9.1%
	男性 70 歳以上	12	66.7%	8.3%	50.0%	16.7%	0.0%	8.3%	0.0%	0.0%
	女 性 20 代	58	31.0%	39.7%	25.9%	51.7%	13.8%	8.6%	1.7%	10.3%
	女 性 30 代	51	23.5%	49.0%	41.2%	35.3%	9.8%	9.8%	2.0%	7.8%
	女 性 40 代	50	30.0%	42.0%	30.0%	26.0%	10.0%	10.0%	2.0%	10.0%
	女 性 50 代	45	33.3%	26.7%	40.0%	11.1%	2.2%	8.9%	0.0%	8.9%
	女 性 60 代	37	48.6%	27.0%	32.4%	8.1%	2.7%	2.7%	5.4%	5.4%
	女性 70 歳以上	23	43.5%	13.0%	26.1%	13.0%	8.7%	4.3%	0.0%	13.0%

(3) 朝食を食べなくなった時期

問9-2 いつ頃から朝食を食べないようになりましたか。(○は1つ)

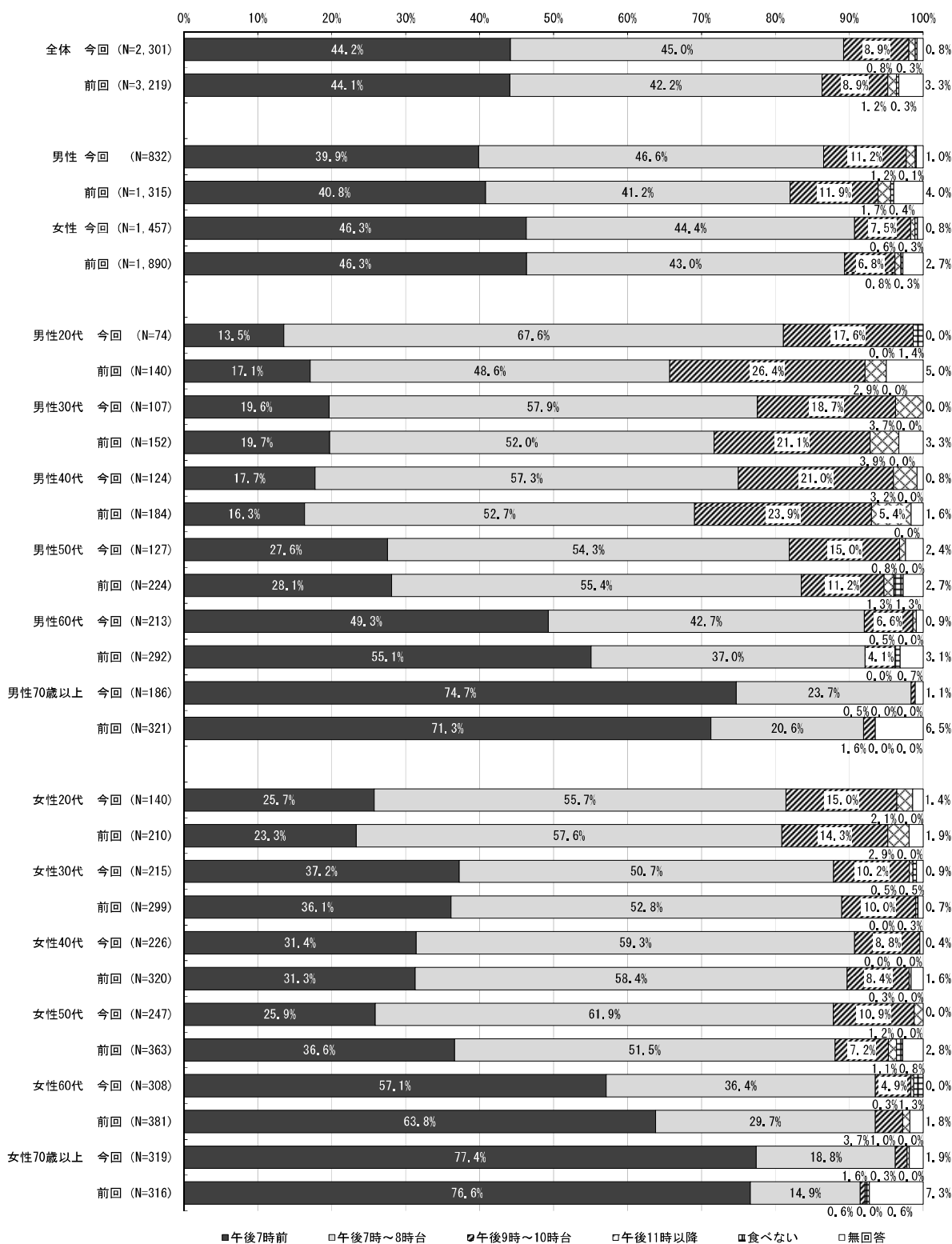
朝食を食べなくなった時期についてたずねたところ、「20-29歳」が24.1%で最多、次いで「高校を卒業したころ」が16.2%、「30-39歳」が11.8%となっています。



(4) 夕食の時間帯

問 10 あなたは、ふだん何時ごろに夕食を食べていますか。(〇は1つ)

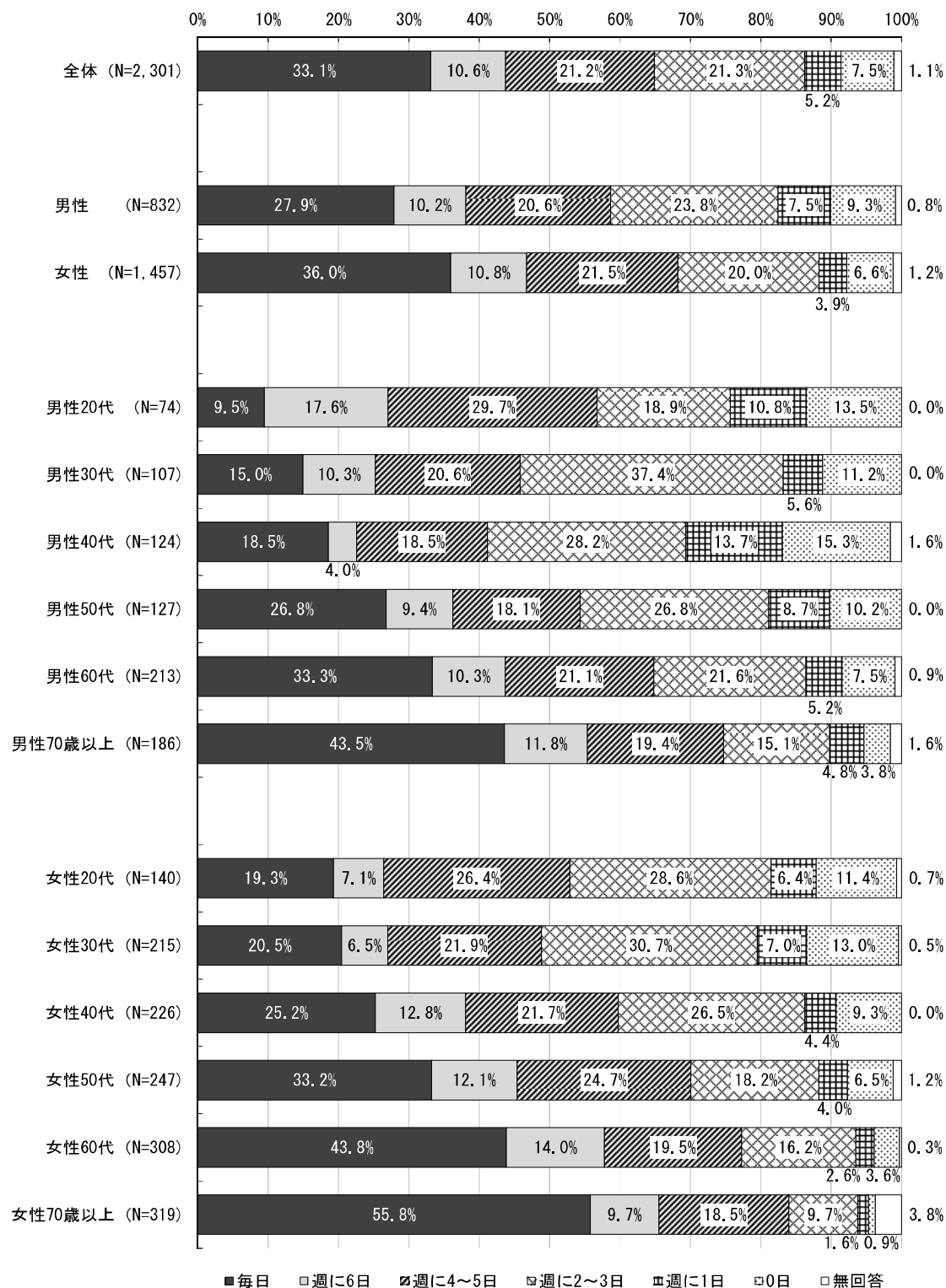
夕食の時間帯は、「午後7時～8時台」が45.0%、「午後7時前」が44.2%と、午後9時前に夕食を食べる人が89.2%となっています。前回は86.3%で大きな変化は見られませんでした。



(5) 主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日に2回以上ある日

問 11 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。
(○は1つ)

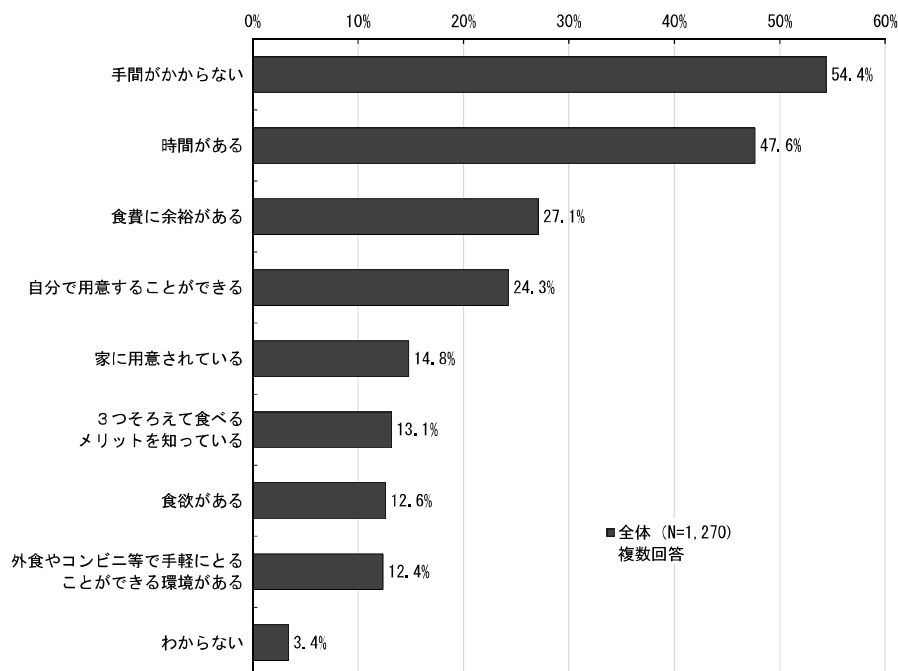
主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、「毎日」が33.1%、「週に6日」が10.6%
となっています。性別でみると男性より女性の方が多く、年代別では20～40歳代では少なくなっています。



(6) 主食・主菜・副菜をそろえて食べる回数を増やすために必要なこと

問 11-1 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる回数を増やすためには、どのようなことが必要だと思いますか。(〇は3つまで)

主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日に2回以上ある日が「週に0~5回」と答えた人に、主食・主菜・副菜をそろえて食べる回数を増やすために必要なことについてたずねたところ、「手間がかからない」が54.4%、次いで「時間がある」47.6%、「食費に余裕がある」27.1%となっています。

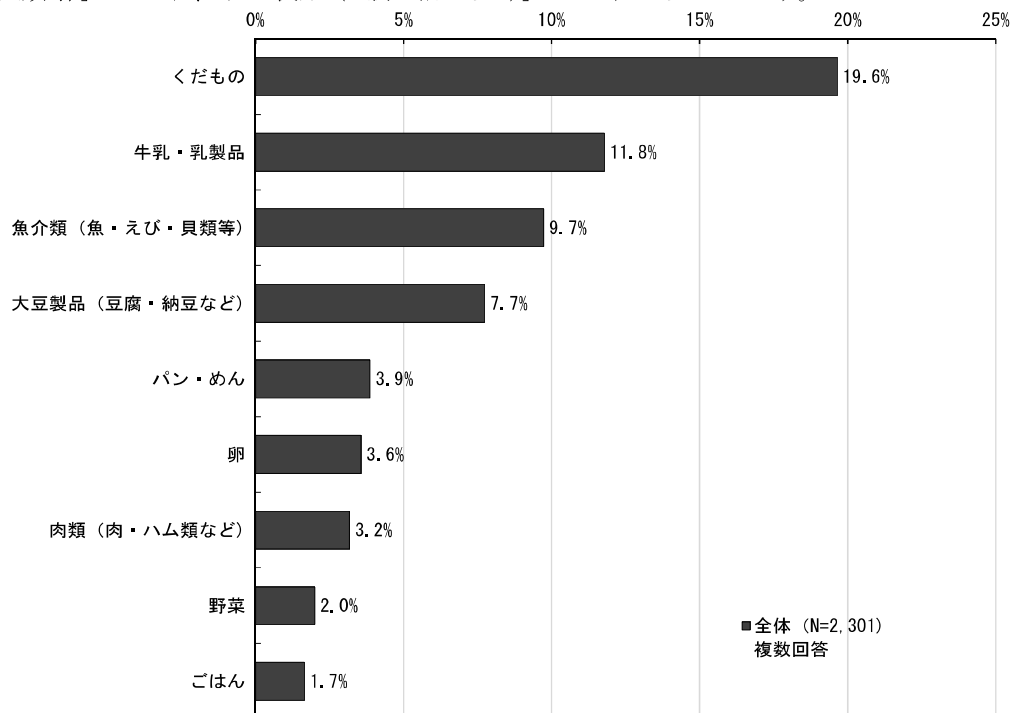


		サンプル数	手間がかからない	時間がある	食費に余裕がある	自分で用意することができる	家に用意されている	3つそろえて食べるメリットを知っている	食欲がある	外食やコンビニ等で手軽にとることができる環境がある	わからない
全 体		1,270	54.4%	47.6%	27.1%	24.3%	14.8%	13.1%	12.6%	12.4%	3.4%
性・年代	男 性	508	45.9%	38.0%	25.4%	20.9%	24.2%	12.0%	11.6%	18.1%	6.3%
	女 性	758	60.4%	54.2%	28.4%	26.4%	8.6%	13.9%	13.2%	8.6%	1.3%
	男 性 20 代	54	55.6%	44.4%	35.2%	22.2%	16.7%	13.0%	7.4%	22.2%	0.0%
	男 性 30 代	80	50.0%	48.8%	26.3%	17.5%	25.0%	10.0%	7.5%	26.3%	6.3%
	男 性 40 代	94	50.0%	56.4%	36.2%	17.0%	21.3%	9.6%	6.4%	16.0%	6.4%
	男 性 50 代	81	45.7%	38.3%	25.9%	21.0%	22.2%	8.6%	12.3%	16.0%	8.6%
	男 性 60 代	118	44.9%	25.4%	20.3%	17.8%	26.3%	11.9%	14.4%	16.9%	6.8%
	男 性 70 歳以上	80	32.5%	20.0%	11.3%	32.5%	30.0%	20.0%	20.0%	13.8%	7.5%
	女 性 20 代	102	69.6%	59.8%	40.2%	19.6%	10.8%	6.9%	13.7%	6.9%	1.0%
	女 性 30 代	156	71.2%	69.2%	37.2%	18.6%	8.3%	9.0%	10.3%	9.0%	0.6%
	女 性 40 代	140	60.0%	69.3%	35.0%	17.1%	8.6%	8.6%	9.3%	5.7%	0.0%
	女 性 50 代	132	57.6%	62.1%	23.5%	28.8%	3.8%	11.4%	14.4%	9.8%	0.0%
	女 性 60 代	129	61.2%	33.3%	19.4%	34.1%	9.3%	24.8%	17.8%	9.3%	1.6%
	女 性 70 歳以上	98	37.8%	20.4%	11.2%	45.9%	12.2%	25.5%	15.3%	11.2%	5.1%

(7) この1週間で食べなかった食品

問12 この1週間で食べなかった食品は何ですか。(○はいくつでも)

この1週間で食べなかった食品は、「くだもの」が19.6%、次いで「牛乳・乳製品」が11.8%、「魚介類（魚・えび・貝類等）」が9.7%、「大豆製品（豆腐・納豆など）」が7.7%となっています。



		サンプル数	くだもの	牛乳・乳製品	魚介類 (魚・えび・貝類等)	大豆製品 (豆腐・納豆など)	パン・めん	卵	肉類・ハム類など	野菜	ごはん
全 体		2,301	19.6%	11.8%	9.7%	7.7%	3.9%	3.6%	3.2%	2.0%	1.7%
性・年代	男 性	832	27.3%	16.9%	10.2%	10.6%	3.4%	4.8%	3.0%	2.3%	1.4%
	女 性	1,457	15.2%	8.9%	9.3%	6.1%	4.0%	2.8%	3.2%	1.7%	1.7%
	男 性 20 代	74	47.3%	14.9%	24.3%	16.2%	4.1%	1.4%	0.0%	2.7%	0.0%
	男 性 30 代	107	43.0%	12.1%	9.3%	15.0%	0.9%	3.7%	0.9%	0.9%	0.0%
	男 性 40 代	124	33.9%	16.1%	14.5%	8.9%	2.4%	4.8%	2.4%	1.6%	1.6%
	男 性 50 代	127	26.0%	21.3%	6.3%	13.4%	1.6%	5.5%	0.0%	3.1%	0.8%
	男 性 60 代	213	20.7%	18.8%	9.4%	6.6%	1.4%	5.6%	2.8%	1.9%	1.4%
	男 性 70 歳 以上	186	14.5%	16.1%	5.4%	9.7%	8.6%	5.4%	8.1%	3.2%	3.2%
	女 性 20 代	140	25.0%	14.3%	16.4%	12.1%	5.0%	1.4%	0.0%	1.4%	1.4%
	女 性 30 代	215	21.4%	7.9%	8.4%	4.7%	3.7%	2.8%	0.5%	2.3%	0.5%
	女 性 40 代	226	19.0%	5.8%	8.0%	5.3%	2.7%	1.3%	1.3%	0.4%	0.9%
	女 性 50 代	247	15.0%	10.5%	9.3%	5.3%	2.4%	1.6%	2.0%	0.4%	0.4%
	女 性 60 代	308	10.7%	4.9%	7.8%	5.5%	3.2%	2.6%	3.2%	1.6%	2.6%
	女 性 70 歳 以上	319	8.5%	11.9%	9.1%	6.0%	6.9%	5.6%	8.8%	3.4%	3.4%