

## 第Ⅲ部 調査結果の詳細

### 【報告書を読む際の注意】

- (注1) 小数第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が全体の計に一致しないことがある。
- (注2) 「n」は「number of case」の略で、質問に対する回答者の総数を表す。
- (注3) 図中「0」、表中「-」は皆無を示す。
- (注4) 図表中の選択肢は、回答率の高い順に並び替えている場合がある。また、表記の語句を短縮・簡略化している場合がある。
- (注5) 《 》は、2つ以上の選択肢を合わせて分析する場合に用いる。また、この場合の比率は実際の回答者数の合計から算出しているため、個々の比率の単純な合計とは値が異なる場合がある。
- (注6) 男女の18～29歳などのサンプル数の少ない属性については参考値であり、グラフ上で数値が高いものでも有意差がない場合がある。
- (注7) 【地域別の状況】【性・年代別の状況】の図表では、地域や性・年代が不詳の者がいるため、内訳の合計が全体の回答者数と異なっている。



# 第1章 食・食育【問1～問9】

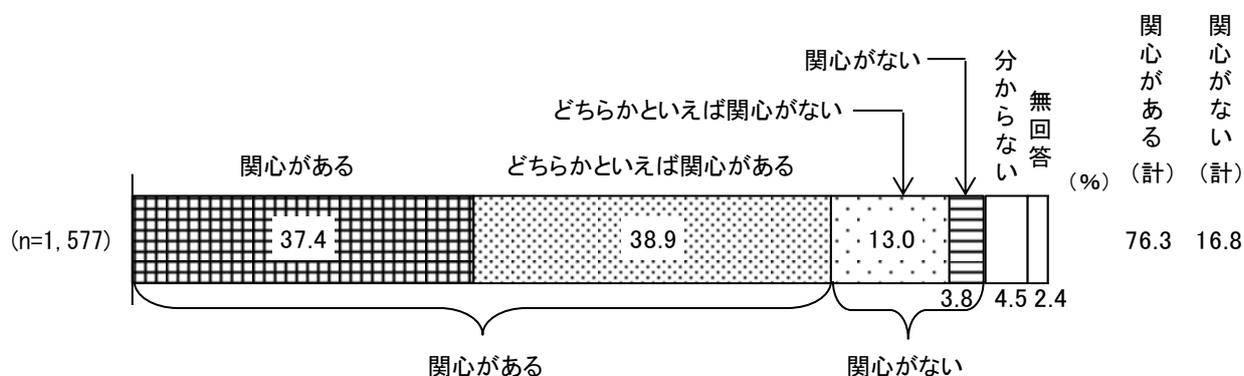
## 1 「食育」への関心【問1】

### 【全体の状況】

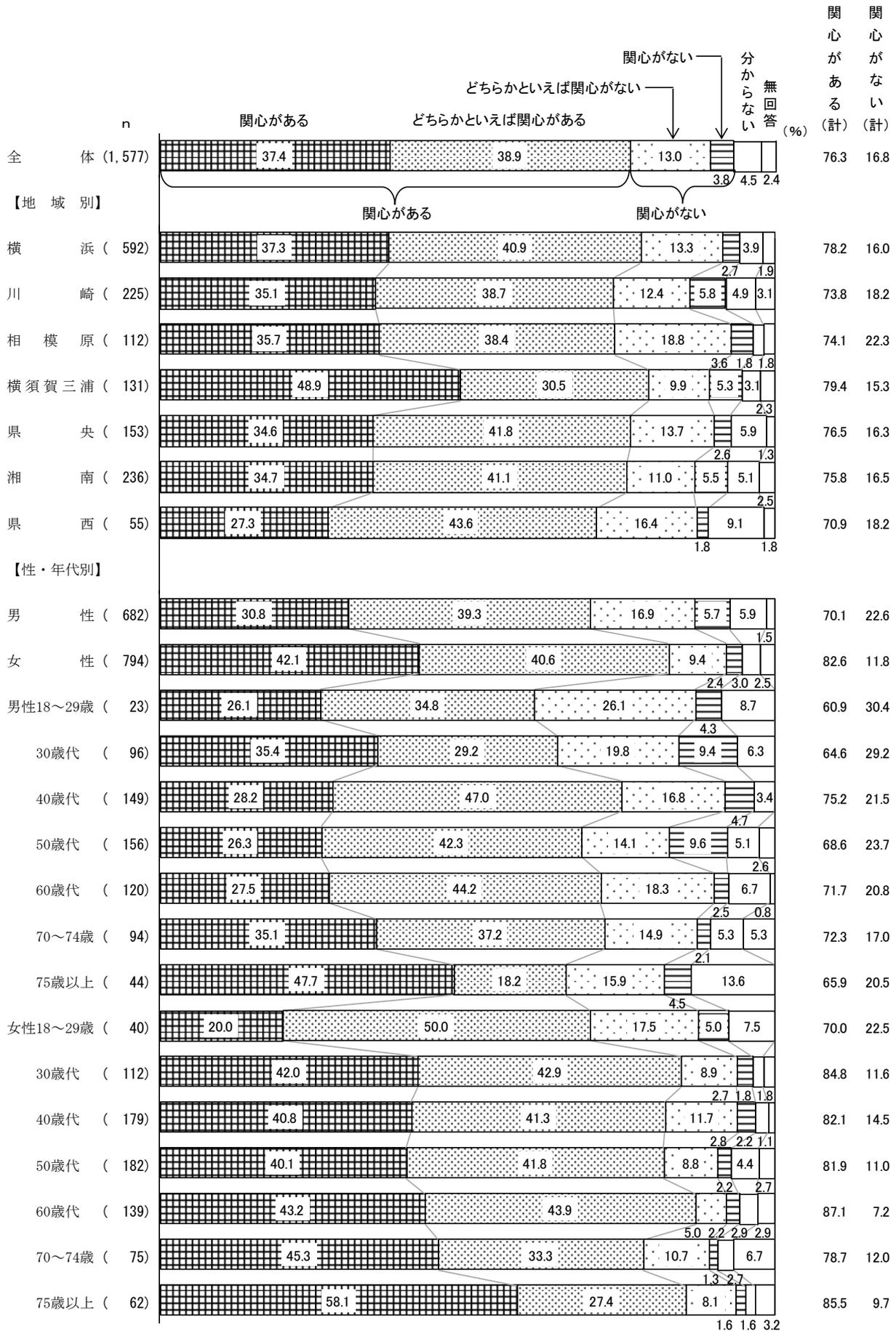
「食育」に関心があるか尋ねたところ、「関心がある」(37.4%)と「どちらかといえば関心がある」(38.9%)を合わせた《関心がある》は76.3%であった。

一方、「関心がない」(3.8%)と「どちらかといえば関心がない」(13.0%)を合わせた《関心がない》は16.8%であった。(図表1-1-1)

図表1-1-1 「食育」への関心



図表1-1-2 「食育」への関心—地域別、性・年代別



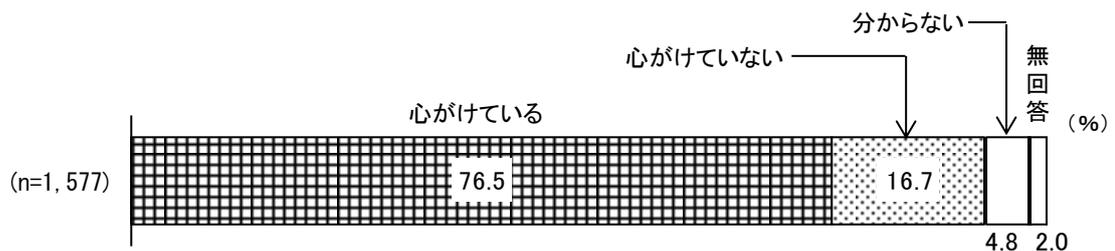
## 2 健康的な食事内容の心がけ【問2】

### 【全体の状況】

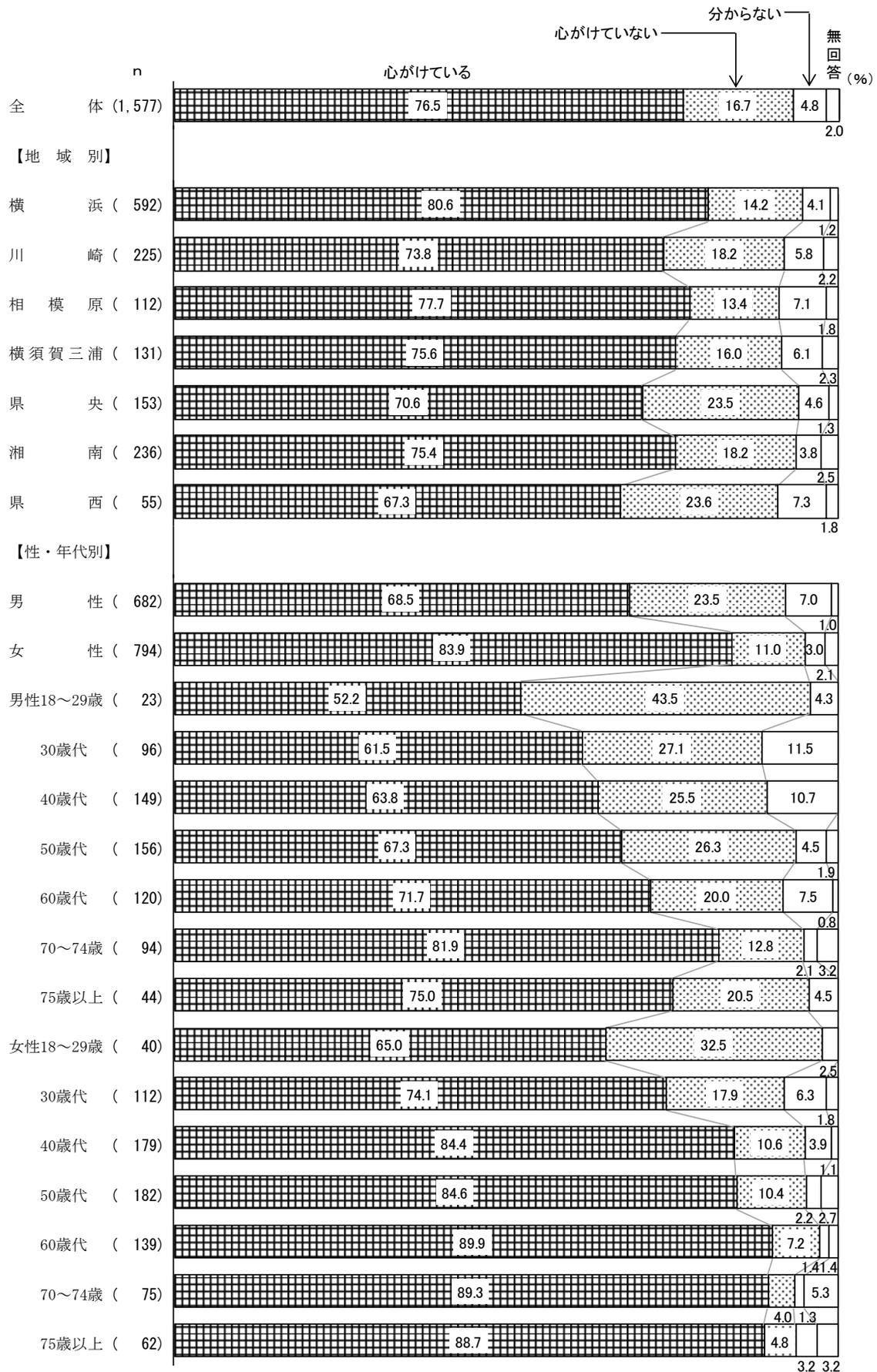
毎日の食生活で、主食・主菜・副菜を組み合わせた健康的な食事内容を心がけているか尋ねたところ、「心がけている」が76.5%であった。

一方、「心がけていない」は、16.7%であった。(図表1-2-1)

図表1-2-1 健康的な食事内容の心がけ



図表1-2-2 健康的な食事内容の心がけ—地域別、性・年代別



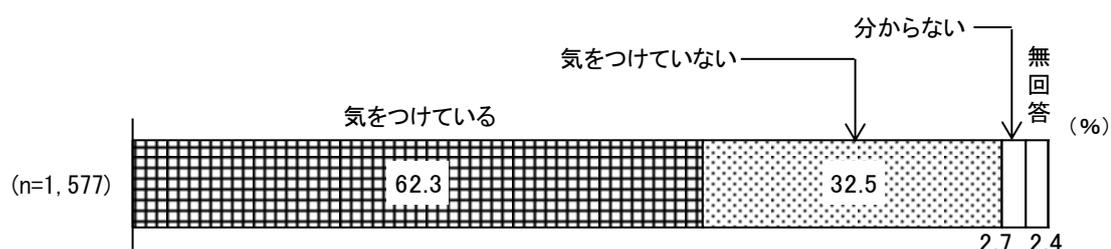
### 3 就寝前の食事を控えているか【問3】

#### 【全体の状況】

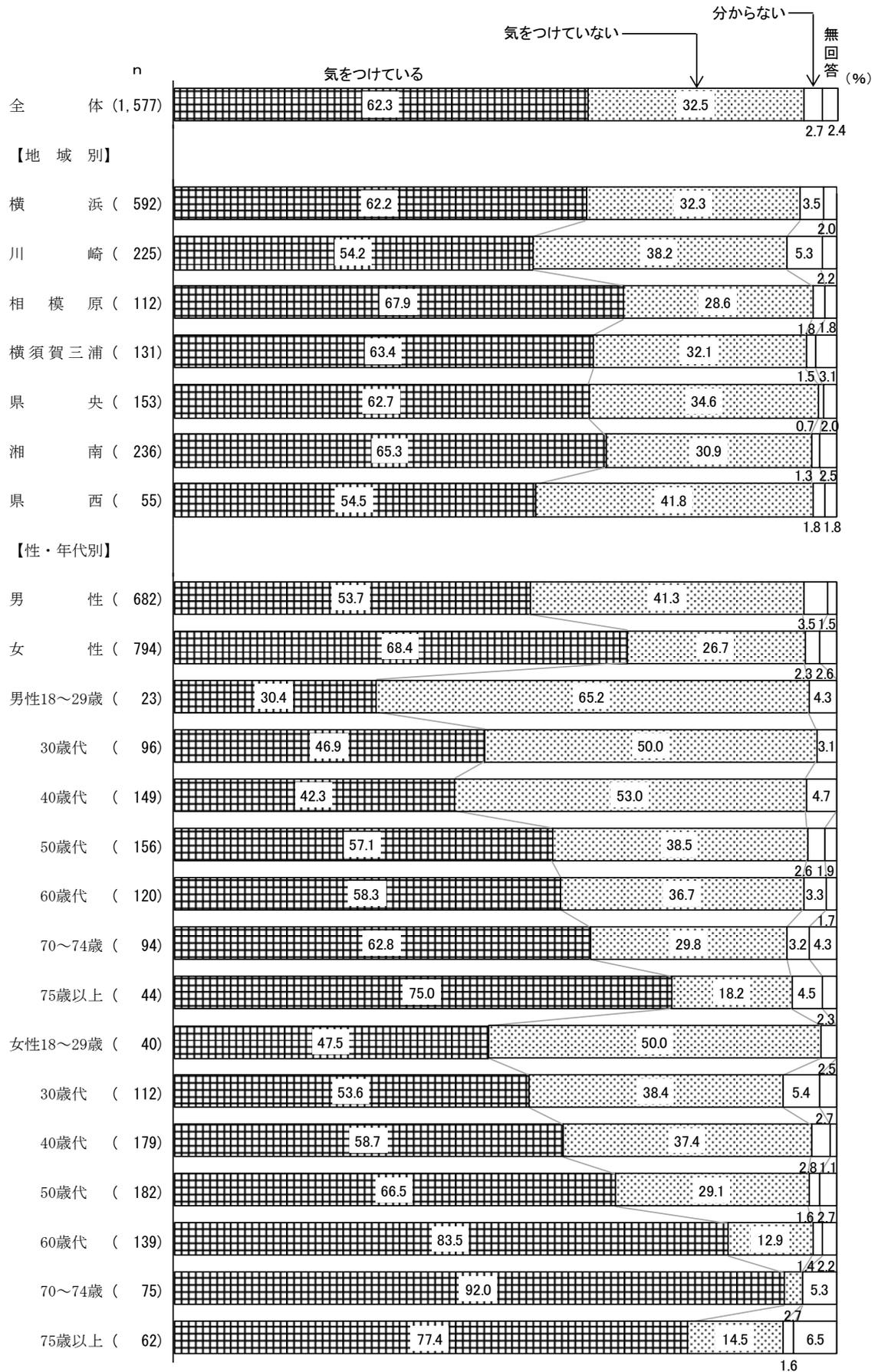
就寝前2時間以内に食事をとらないよう気をつけているか尋ねたところ、「気をつけている」が62.3%であった。

一方、「気をつけていない」は、32.5%であった。(図表1-3-1)

図表1-3-1 就寝前の食事を控えているか



図表1-3-2 就寝前の食事を控えているかー地域別、性・年代別

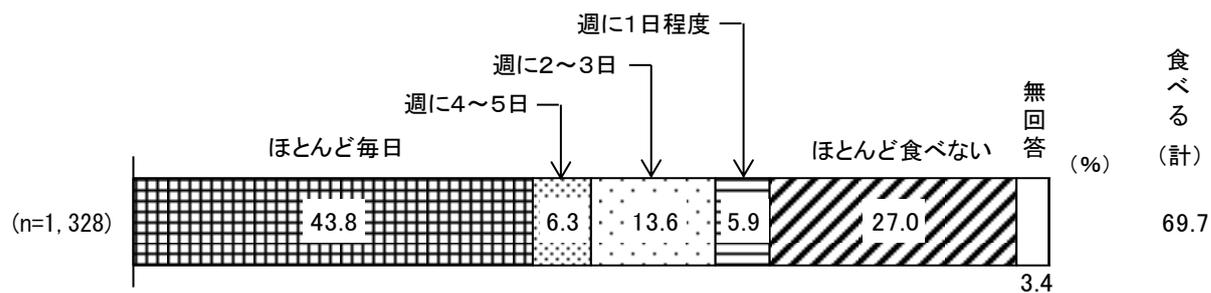


#### 4 朝食を同居の方と食べる頻度【問4-1】

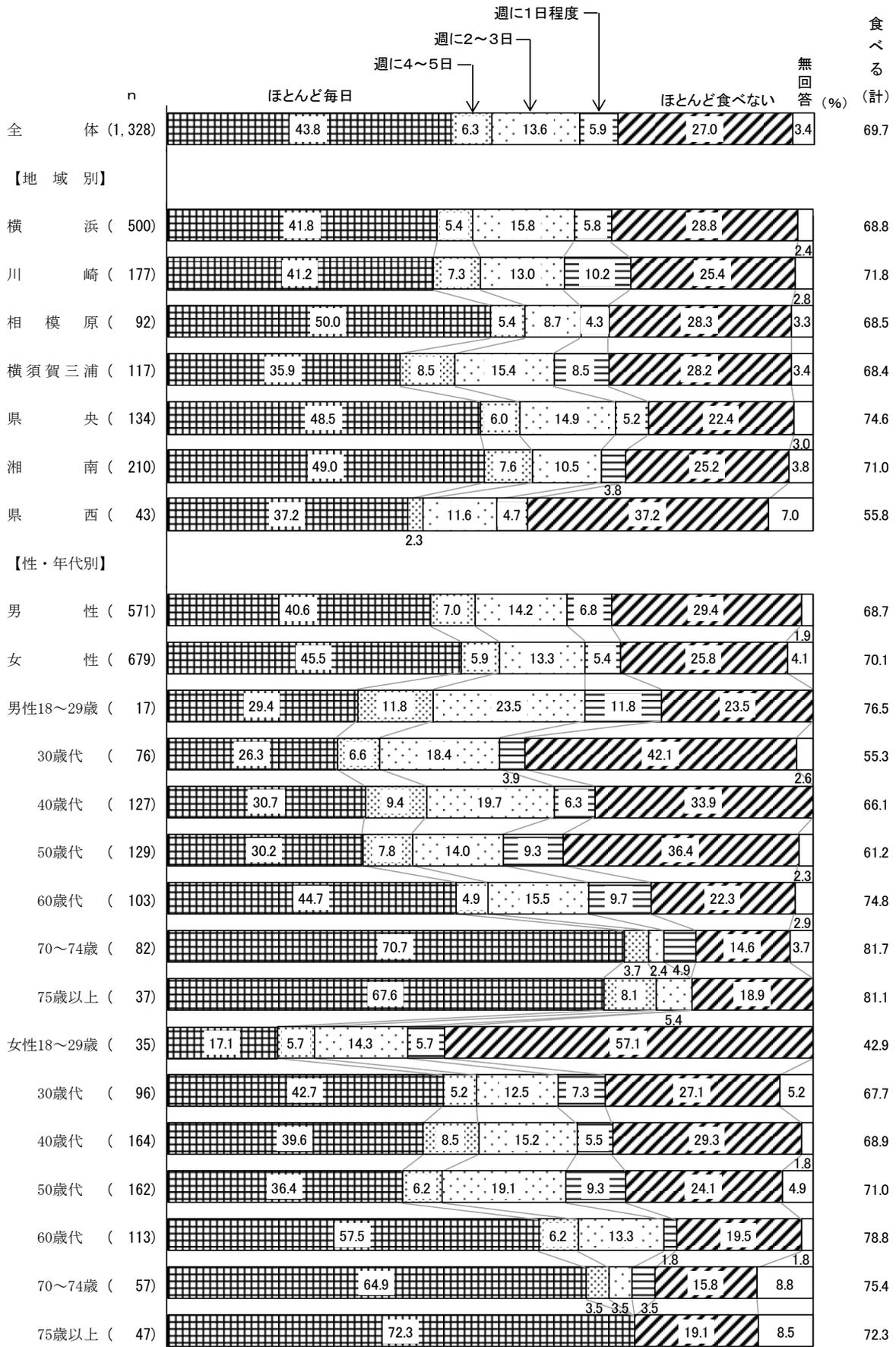
##### 【全体の状況】

複数人でお住まいの1,328人に、朝食を同居の方と食べる頻度を尋ねたところ、「ほとんど毎日」が43.8%で最も多く、次いで「ほとんど食べない」が27.0%であった。(図表1-4-1)

図表1-4-1 朝食を同居の方と食べる頻度



図表1-4-2 朝食を同居の方と食べる頻度—地域別、性・年代別

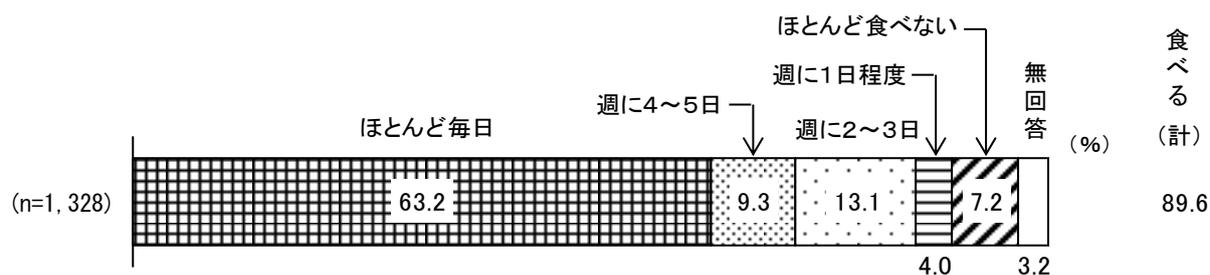


## 5 夕食を同居の方と食べる頻度【問4-2】

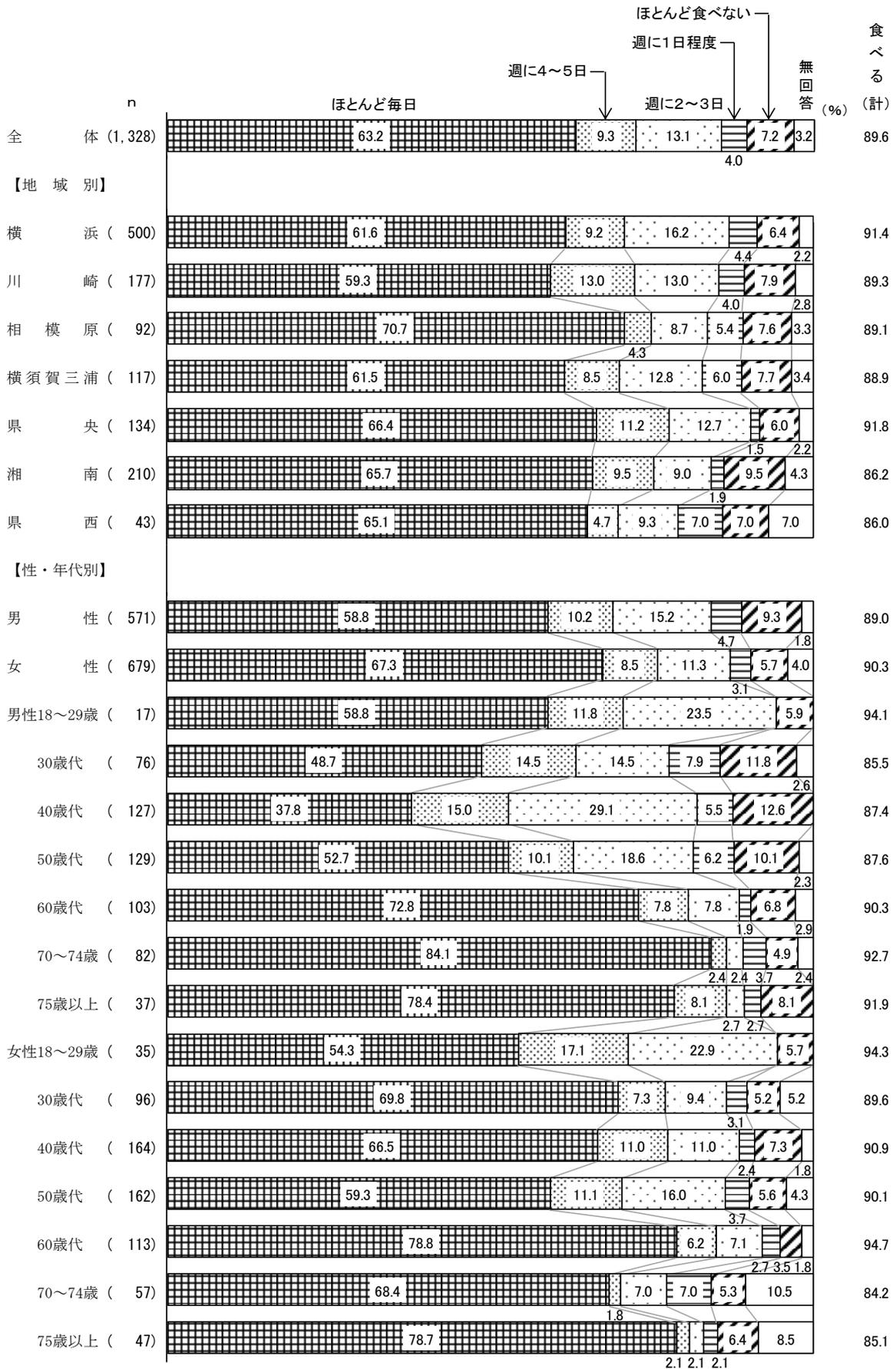
### 【全体の状況】

複数人でお住まいの1,328人に、夕食を同居の方と食べる頻度を尋ねたところ、「ほとんど毎日」が63.2%で最も多く、次いで「週に2～3日」が13.1%であった。(図表1-5-1)

図表1-5-1 夕食を同居の方と食べる頻度



図表1-5-2 夕食を同居の方と食べる頻度—地域別、性・年代別

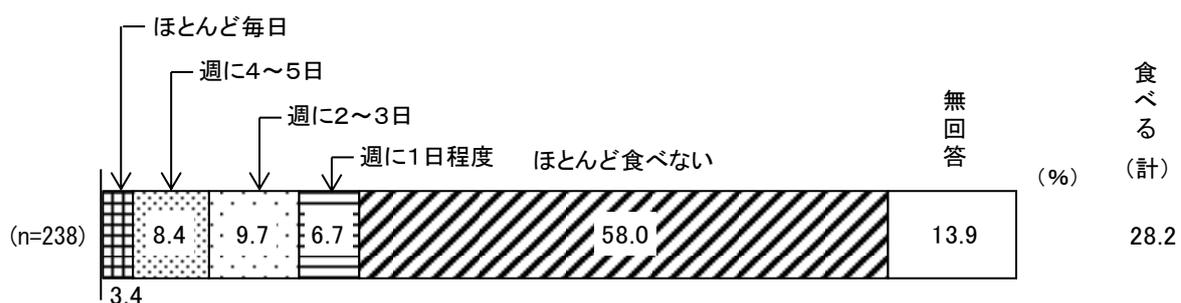


## 6 昼食を仲間や友人など複数人で食べる頻度【問5-1】

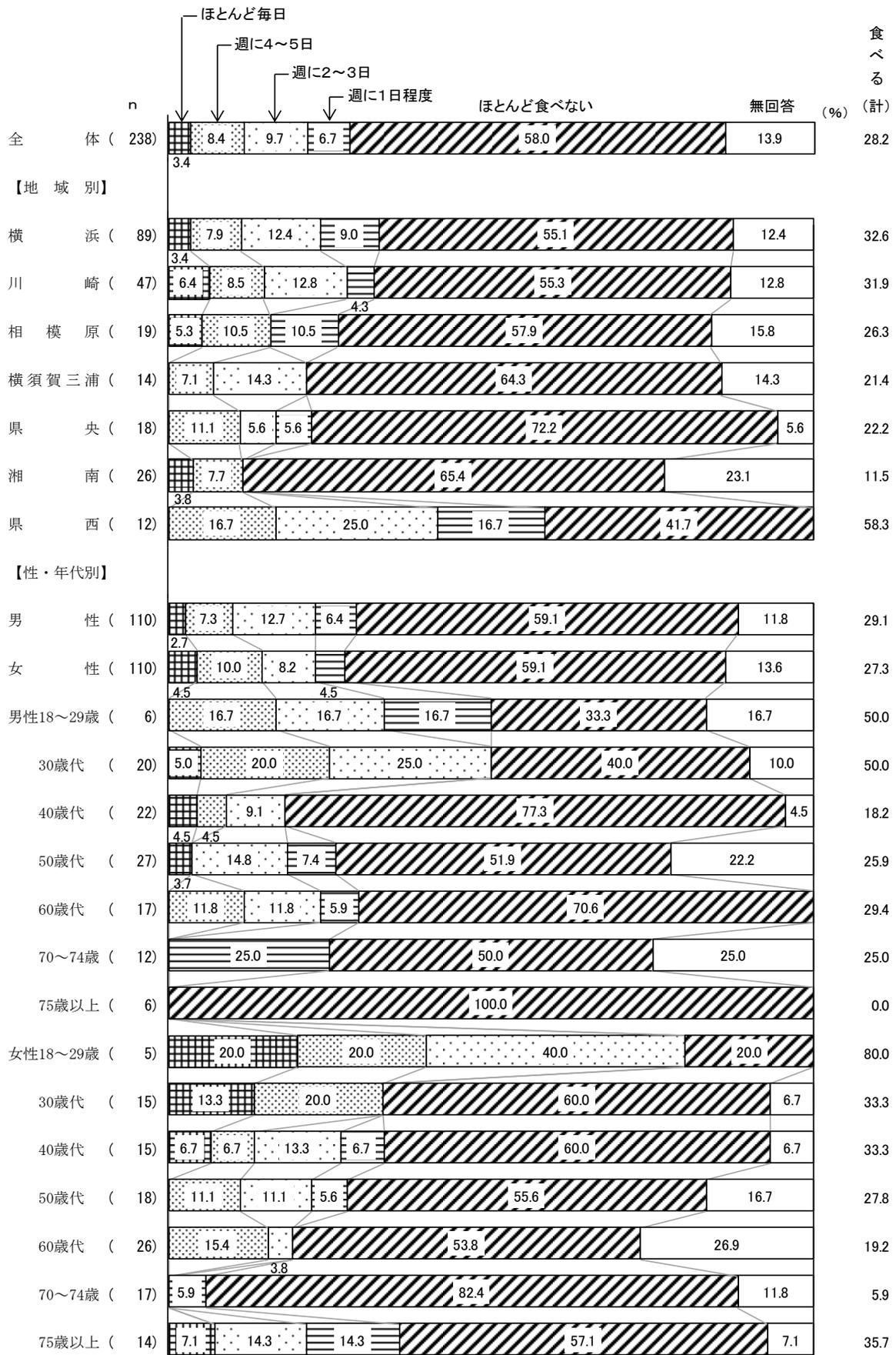
### 【全体の状況】

一人暮らしの238人に、昼食を仲間や友人など、複数人で食べる頻度を尋ねたところ、「ほとんど食べない」が58.0%で最も多く、次いで「週に2～3日」が9.7%であった。(図表1-6-1)

図表1-6-1 昼食を仲間や友人など複数人で食べる頻度



図表1-6-2 昼食を仲間や友人など複数人で食べる頻度—地域別、性・年代別  
(サンプル数が少ないため参考)

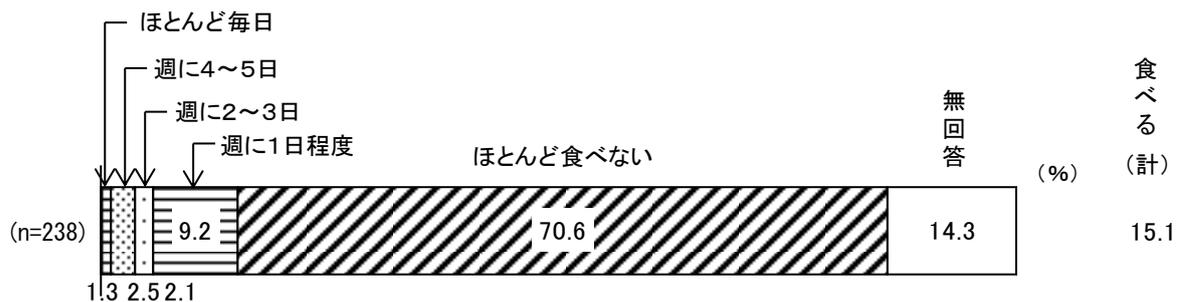


## 7 夕食を仲間や友人など複数人で食べる頻度【問5-2】

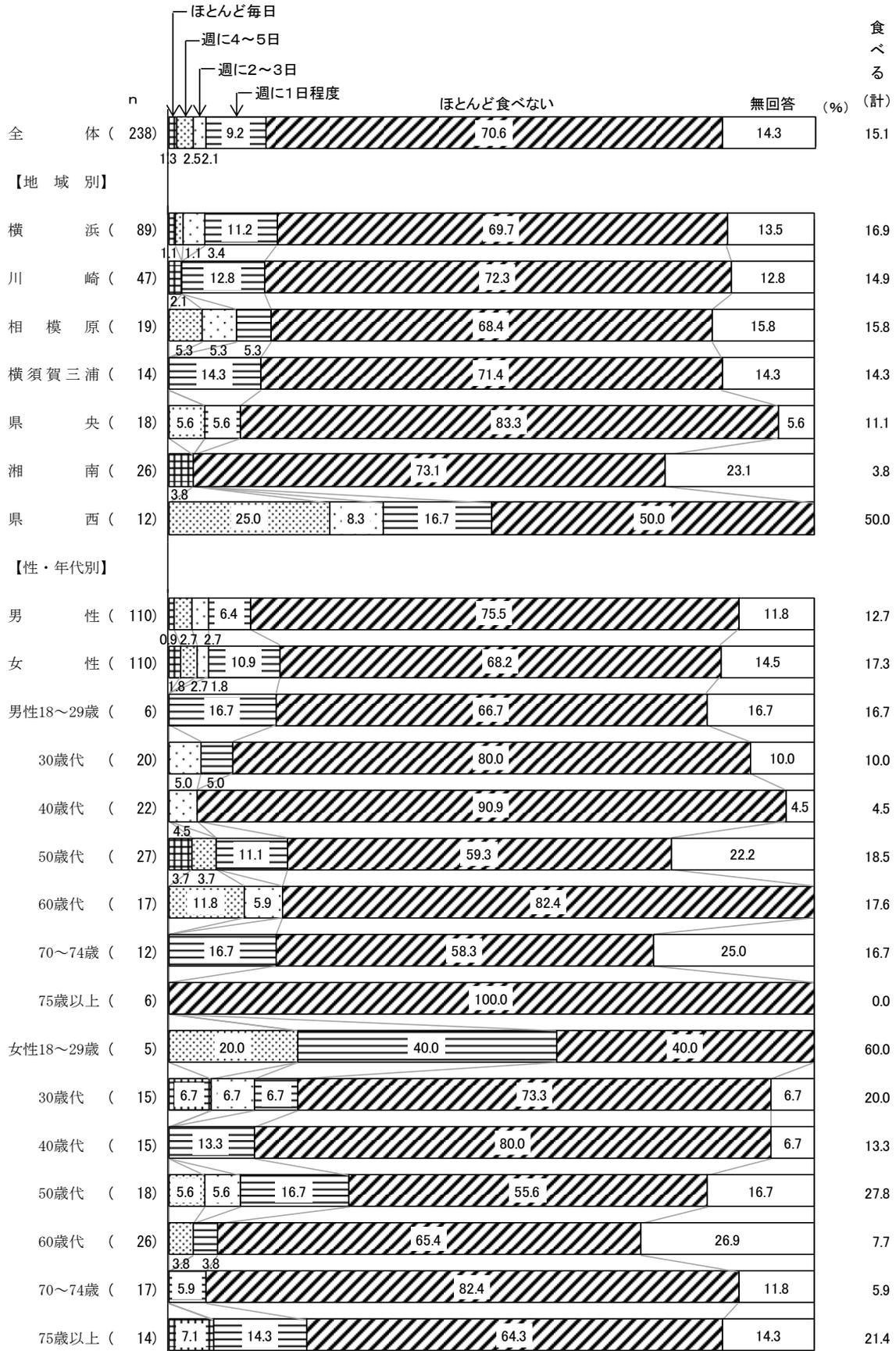
### 【全体の状況】

一人暮らしの238人に、夕食を仲間や友人など、複数人で食べる頻度を尋ねたところ、「ほとんど食べない」が70.6%で最も多く、次いで「週に1日程度」が9.2%であった。(図表1-7-1)

図表1-7-1 夕食を仲間や友人など複数人で食べる頻度



図表1-7-2 夕食を仲間や友人など複数人で食べる頻度—地域別、性・年代別  
(サンプル数が少ないため参考)



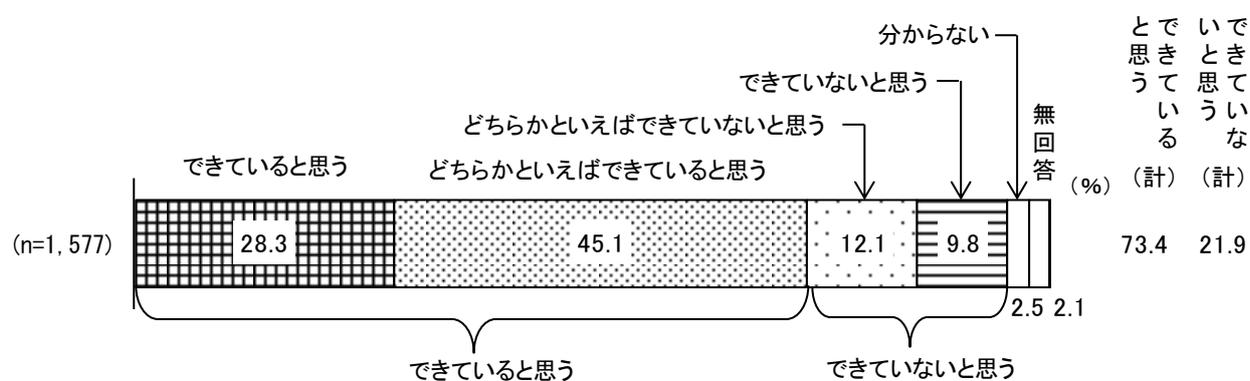
## 8 食事のマナーを正しくできていることへの意識【問6】

### 【全体の状況】

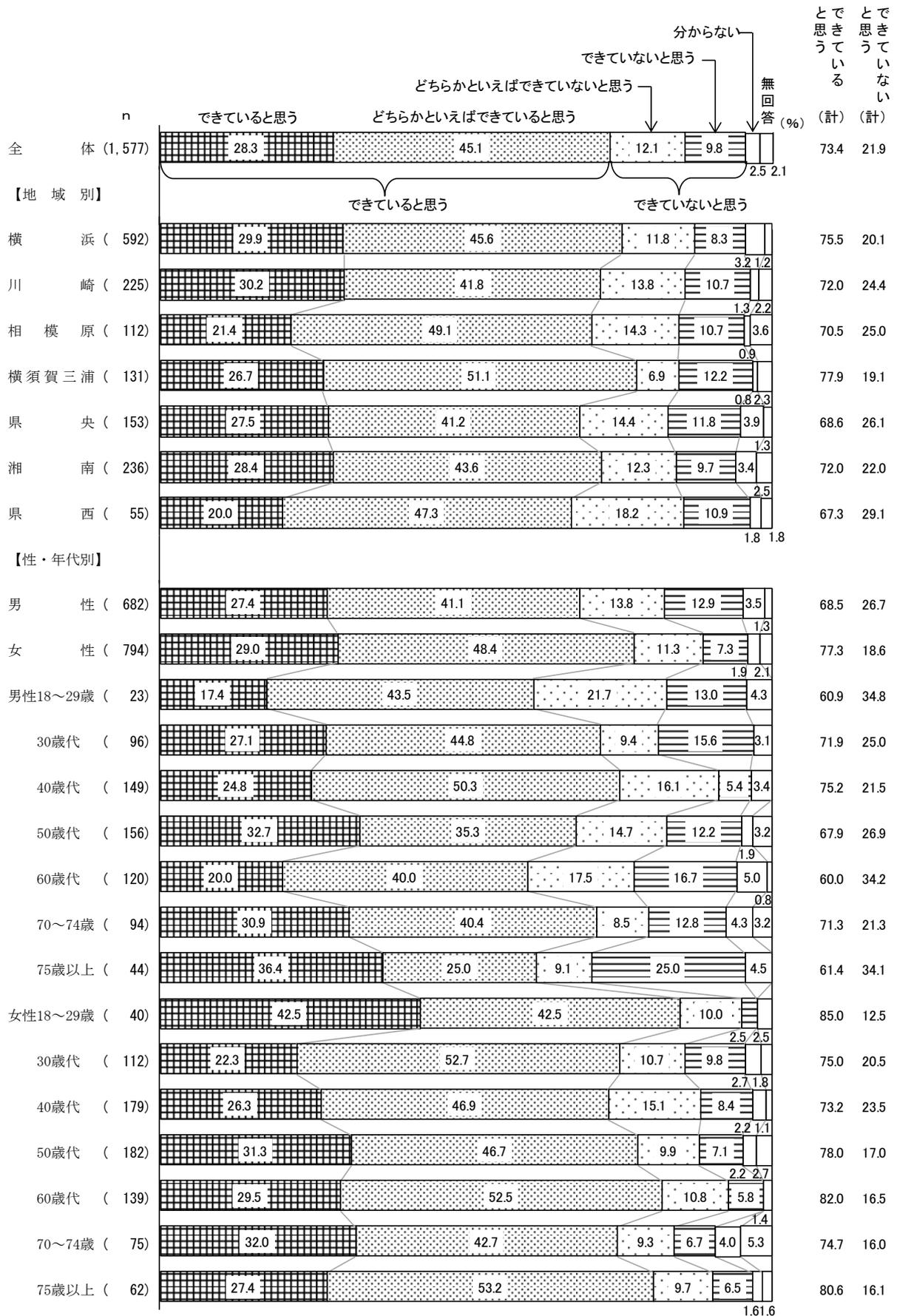
いただきます・ごちそうさまのあいさつ、はしの持ち方、料理の並べ方など食事のマナーを正しくできていると思うか尋ねたところ、「できていると思う」(28.3%)と「どちらかといえばできていると思う」(45.1%)を合わせた《できていると思う》は73.4%であった。

一方、「できていないと思う」(9.8%)と「どちらかといえばできていないと思う」(12.1%)を合わせた《できていないと思う》は21.9%であった。(図表1-8-1)

図表1-8-1 食事のマナーを正しくできていることへの意識



図表1-8-2 食事のマナーを正しくできていることへの意識—地域別、性・年代別



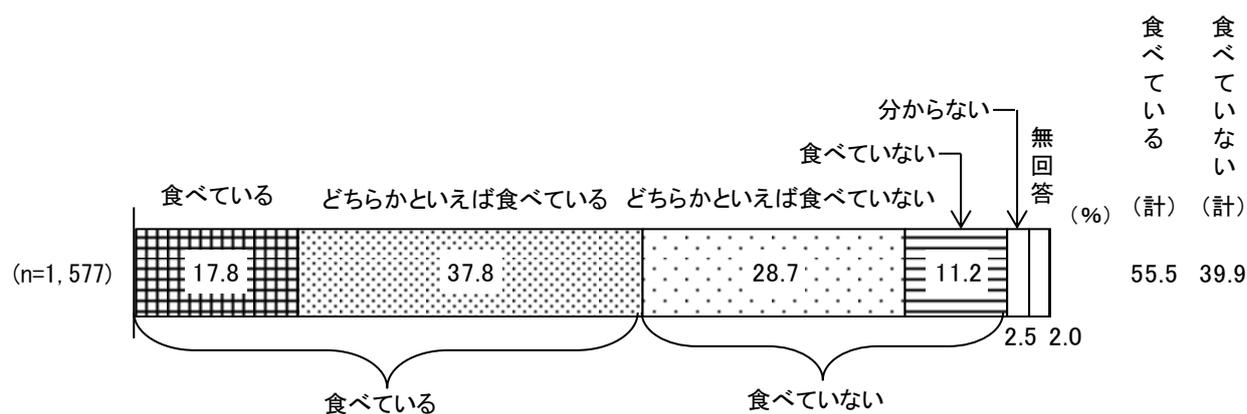
## 9 ゆっくりよく噛んで食べているか【問7】

### 【全体の状況】

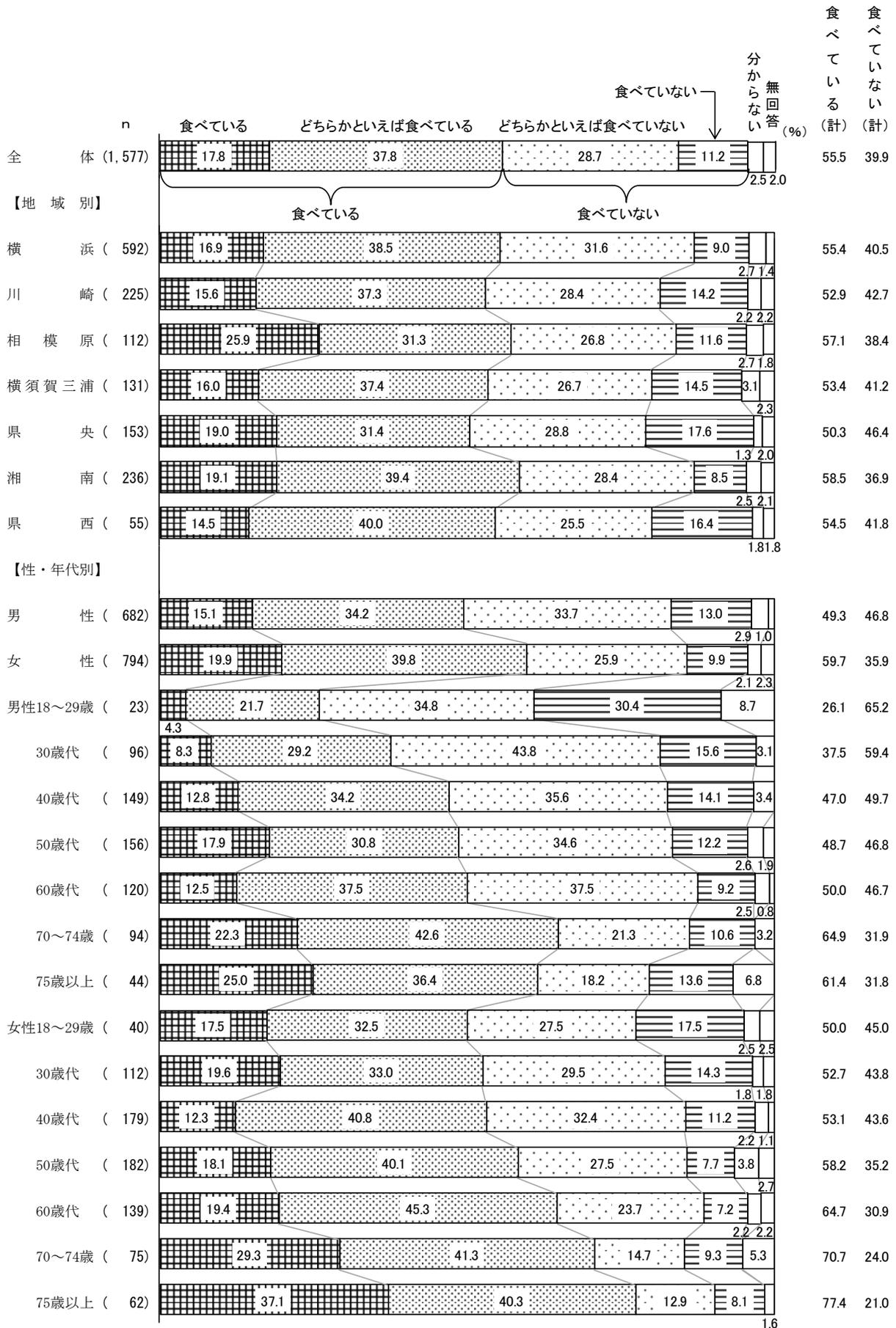
ゆっくりよく噛んで食べているか尋ねたところ、「食べている」(17.8%)と「どちらかといえば食べている」(37.8%)を合わせた《食べている》は55.5%であった。

一方、「食べていない」(11.2%)と「どちらかといえば食べていない」(28.7%)を合わせた《食べていない》は39.9%であった。(図表1-9-1)

図表1-9-1 ゆっくりよく噛んで食べているか



図表1-9-2 ゆっくりよく噛んで食べているかー地域別、性・年代別



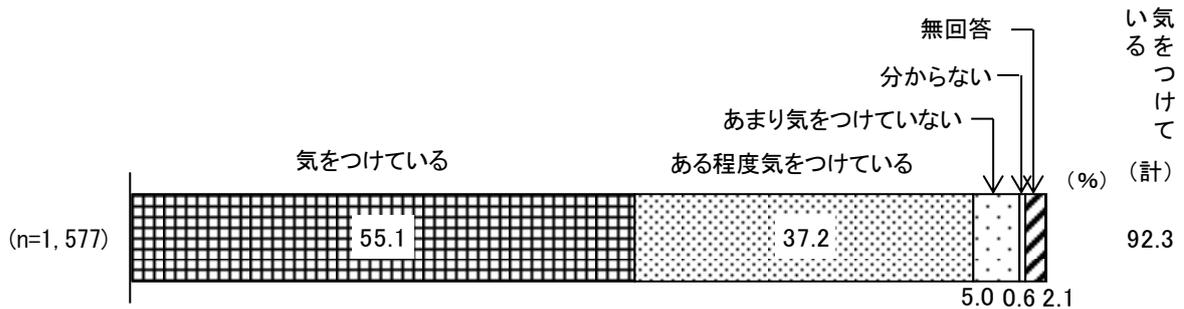
## 10 食べ残しや買いすぎなどに気をつけているか【問8】

### 【全体の状況】

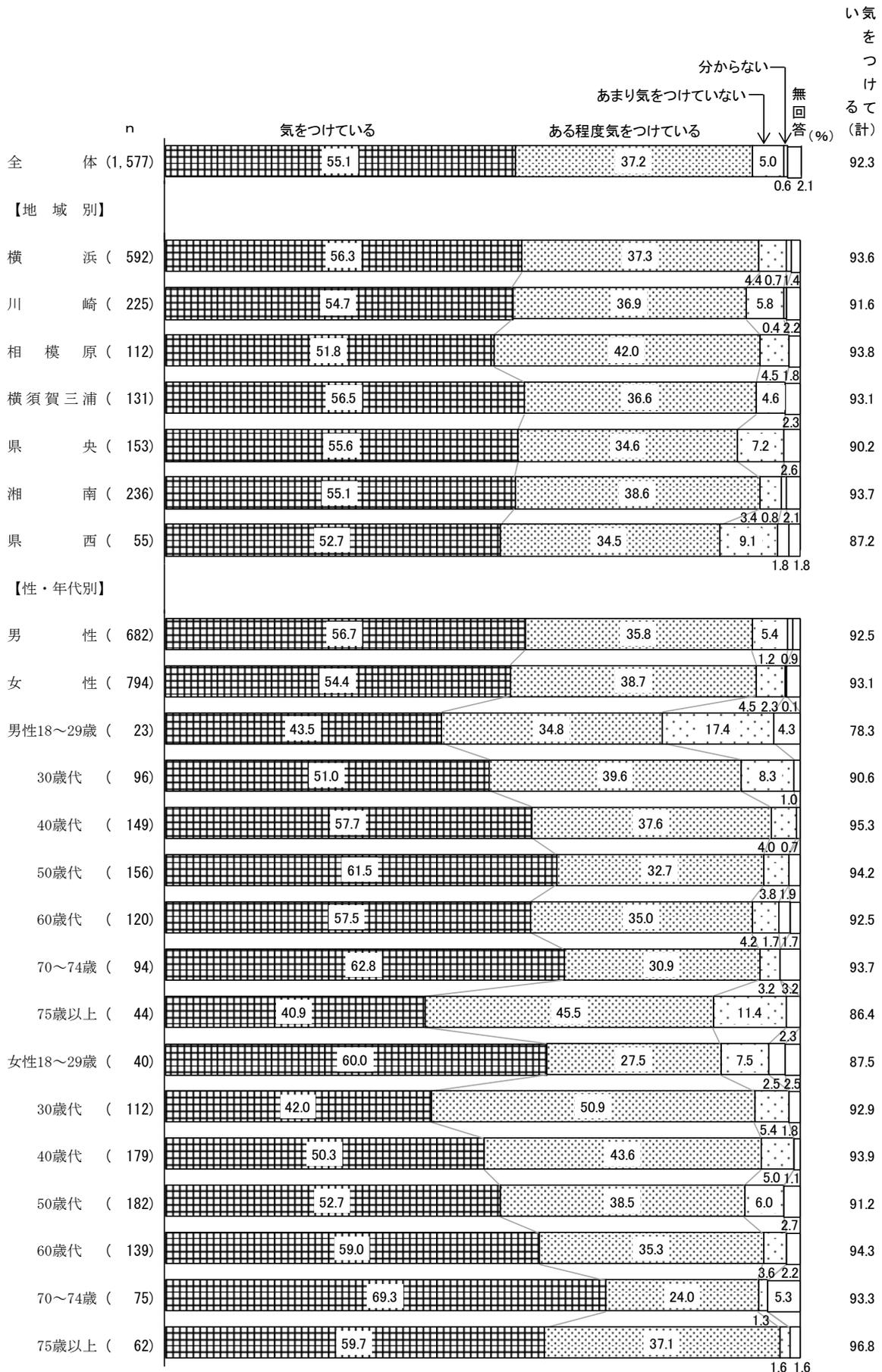
食べ残しや買いすぎなどに気をつけているか尋ねたところ、「気をつけている」が55.1%であった。

一方、「あまり気をつけていない」は、5.0%であった。(図表1-10-1)

図表1-10-1 食べ残しや買いすぎなどに気をつけているか



図表1-10-2 食べ残しや買いすぎなどに気を付けているかー地域別、性・年代別



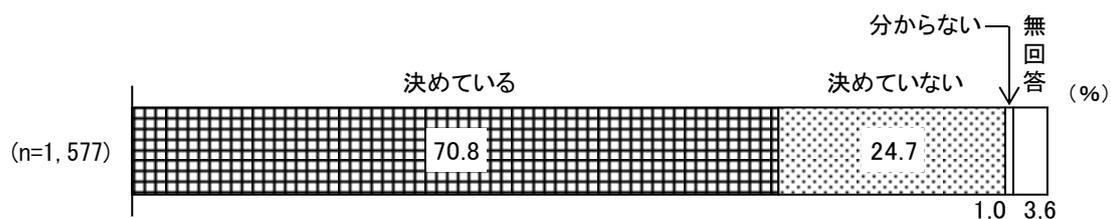
## 11 歯と口の健康を保つためにかかりつけ医を決めているか【問9】

### 【全体の状況】

歯と口の健康を保つためにかかりつけ医を決めているか尋ねたところ、「決めている」が70.8%であった。

一方、「決めていない」は、24.7%であった。(図表1-11-1)

図表1-11-1 歯と口の健康を保つためにかかりつけ医を決めているか



図表1-11-2 歯と口の健康を保つためにかかりつけ医を決めているか—地域別、性・年代別

