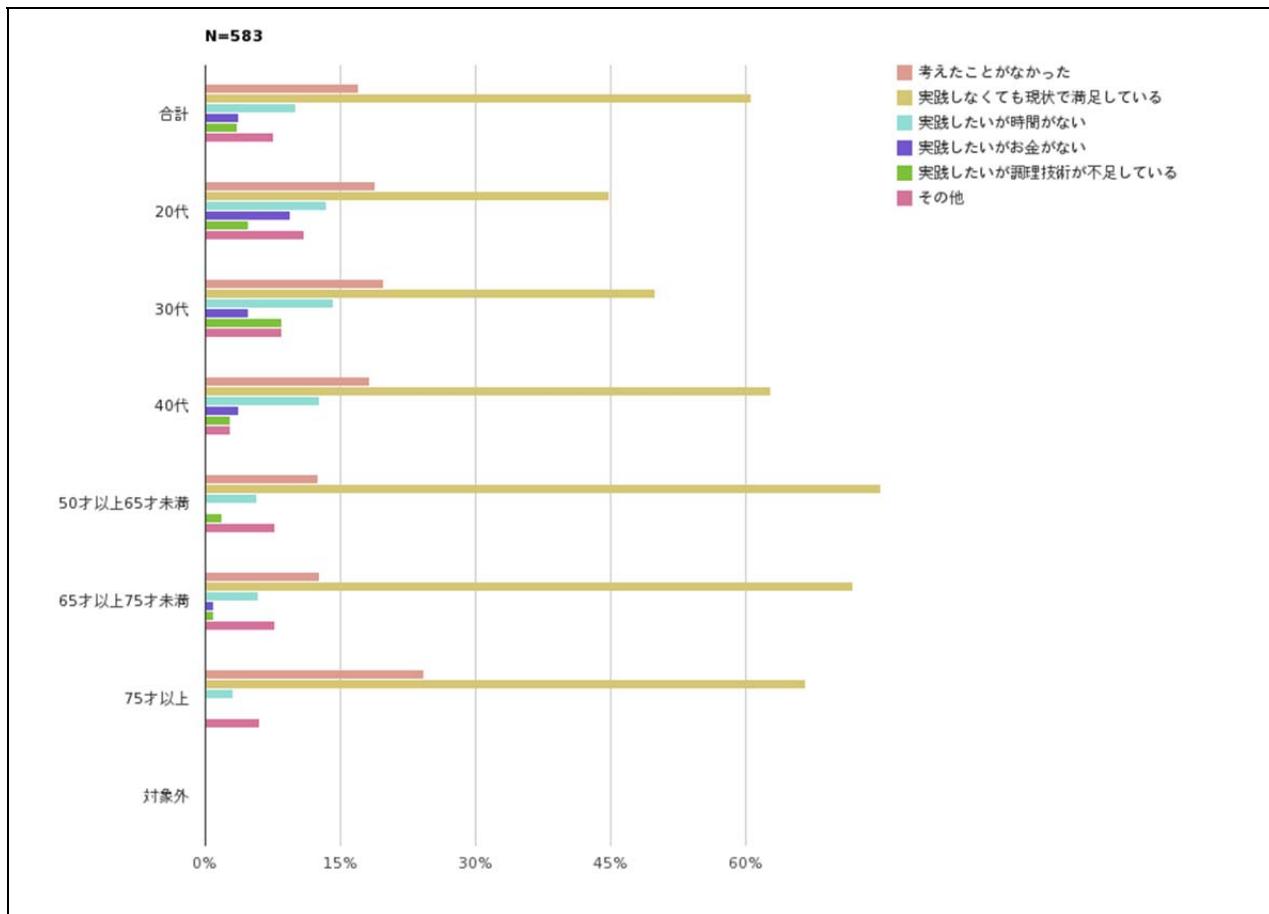


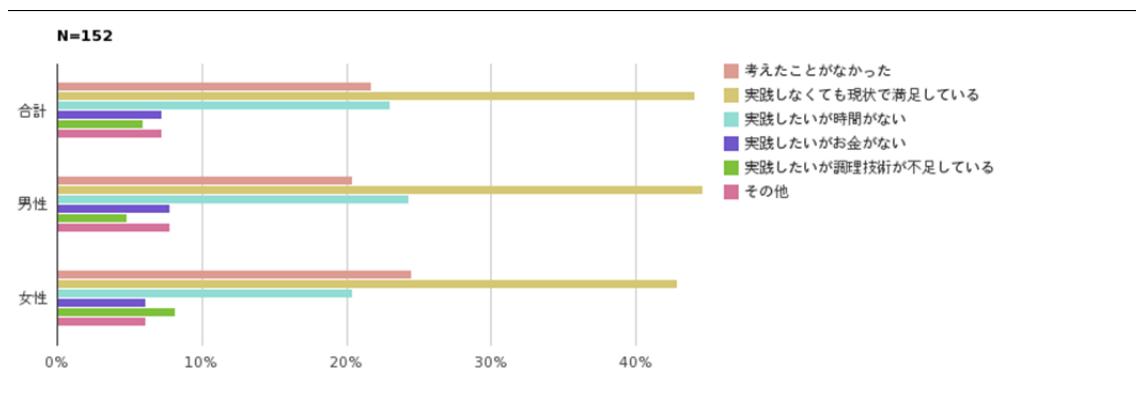
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 54 「ごはんを中心とした食事をとる」を実践していない理由(男性)



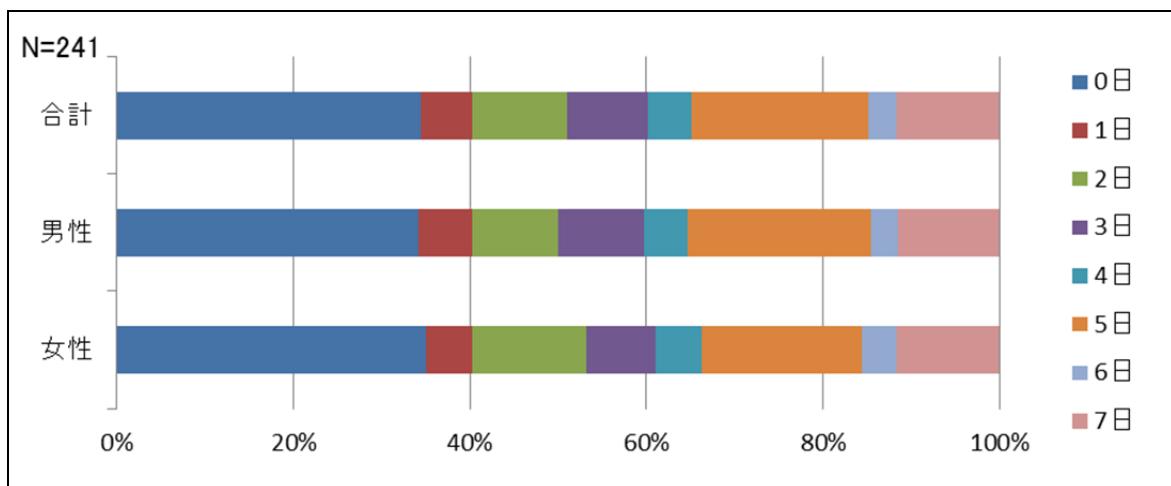
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 55 「ごはんを中心とした食事をとる」を実践していない理由(女性)



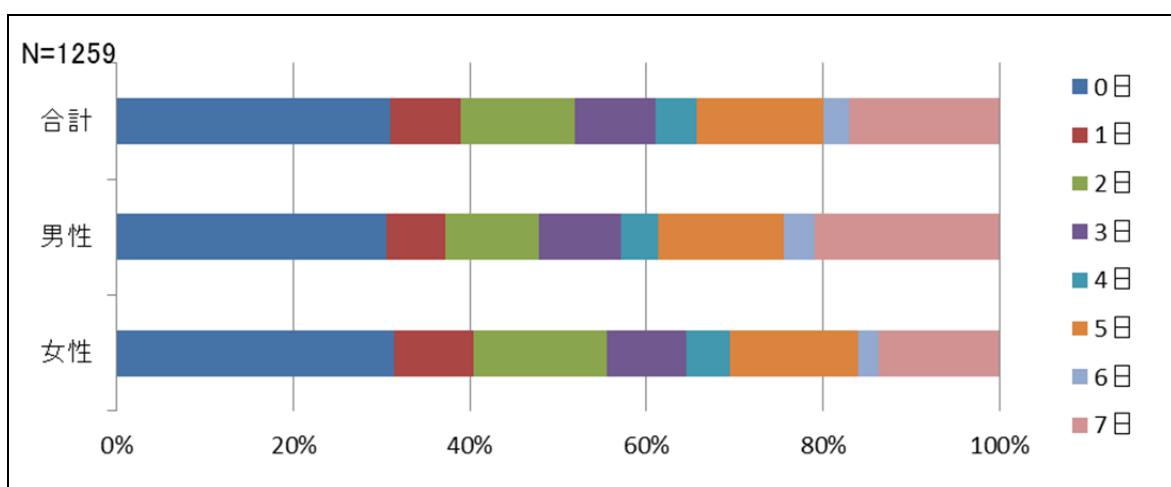
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 56 「1日3食の食事を欠食せずにとる」を実践していない理由(単独世帯・仕事をしている)



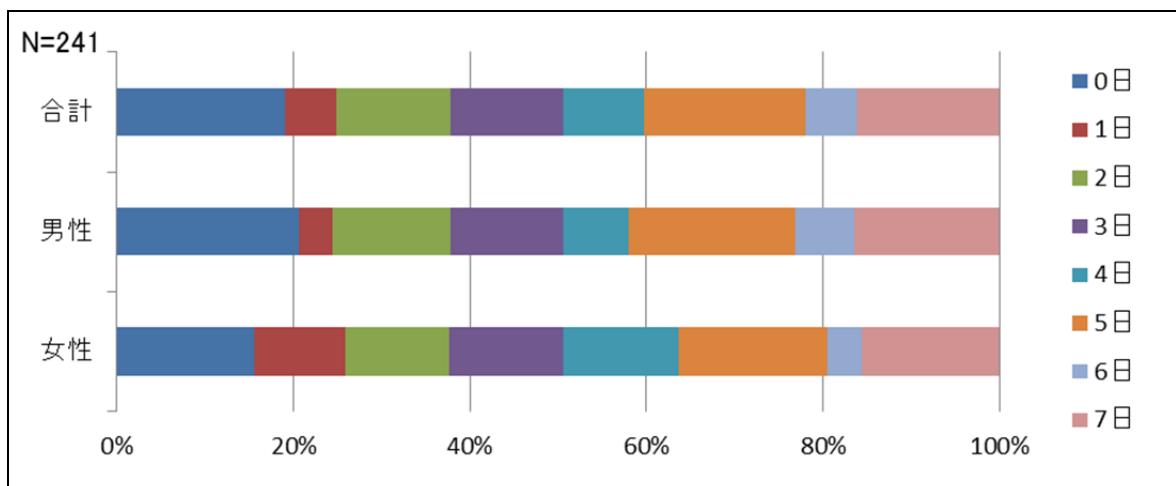
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 57 20~40代の単独世帯・有職者の「主食・主菜・副菜」揃えて食べている回数(昼食)
(性別クロス集計)



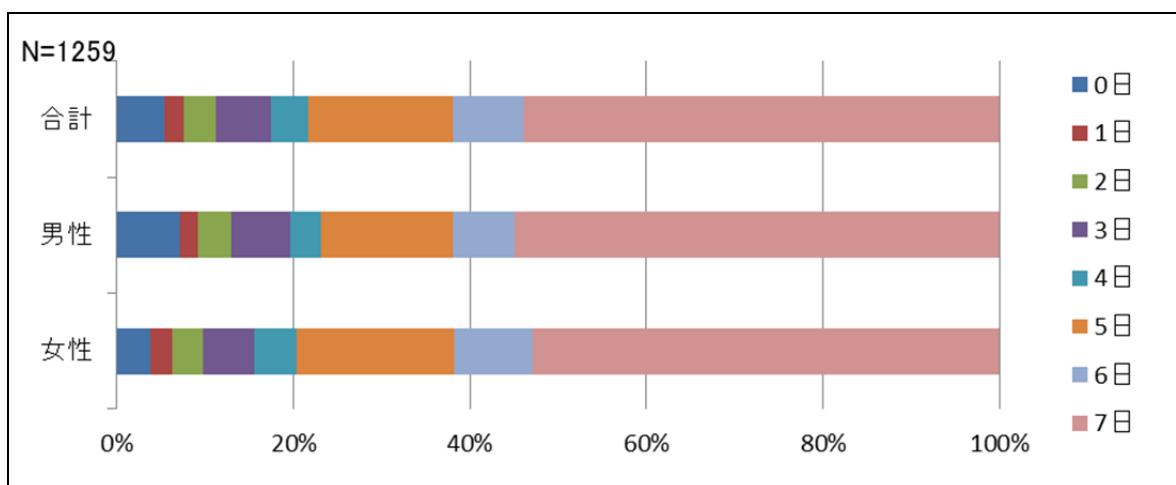
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 58 20~40代のうち単独世帯・有職者を除く者の「主食・主菜・副菜」揃えて食べている回数(昼食)(性別クロス集計)



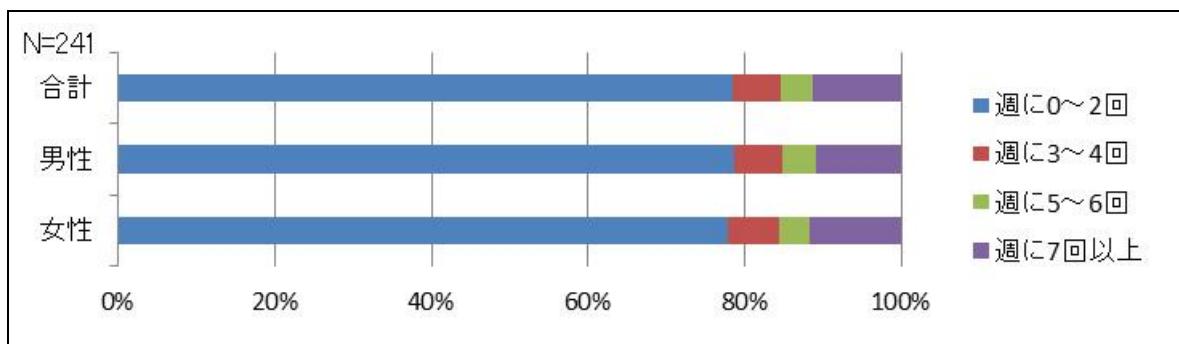
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 59 20~40 代の単独世帯・有職者の「主食・主菜・副菜」揃えて食べている回数(夕食)
(性別クロス集計)



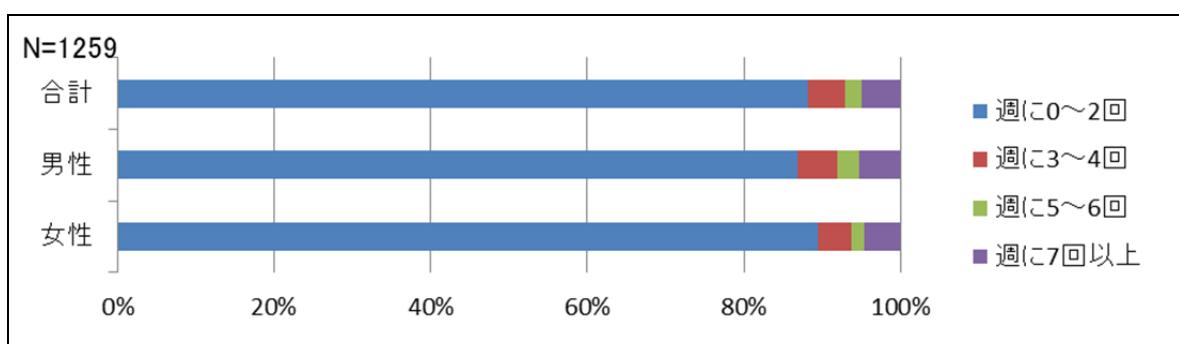
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 60 20~40 代のうち単独世帯・有職者を除く者の「主食・主菜・副菜」揃えて食べている回数(夕食)(性別クロス集計)



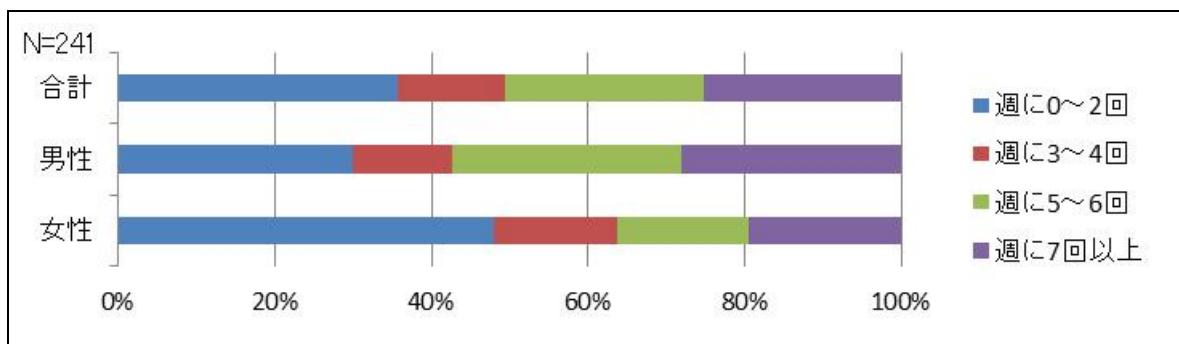
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 61 20~40代の単独世帯・有職者の「家庭食以外(外食・中食・冷凍レトルト)」の利用頻度(朝食)(性別クロス集計)



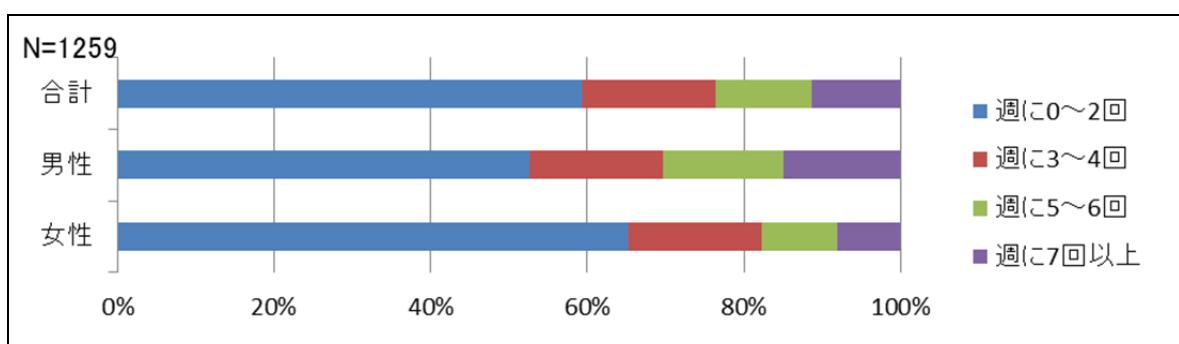
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 62 20~40代のうち単独世帯・有職者を除く者の「家庭食以外(外食・中食・冷凍レトルト)」の利用頻度(朝食)(性別クロス集計)



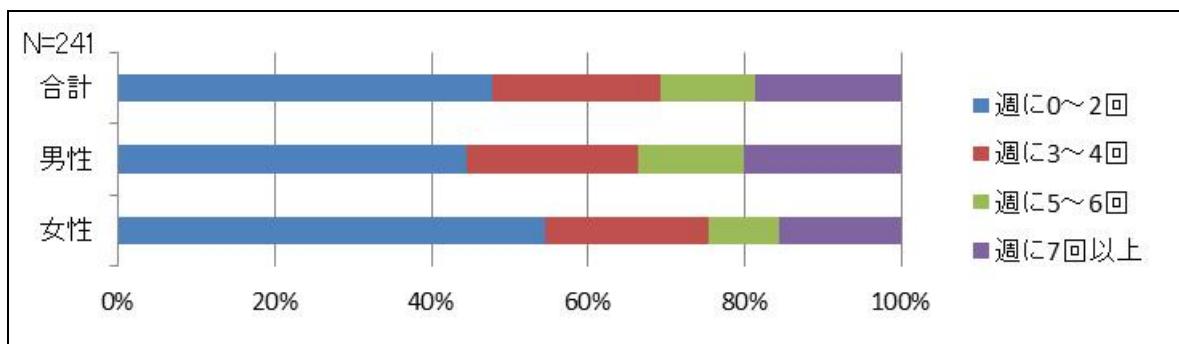
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 63 20~40代の単独世帯・有職者の「家庭食以外(外食・中食・冷凍レトルト)」の利用頻度(昼食)(性別クロス集計)



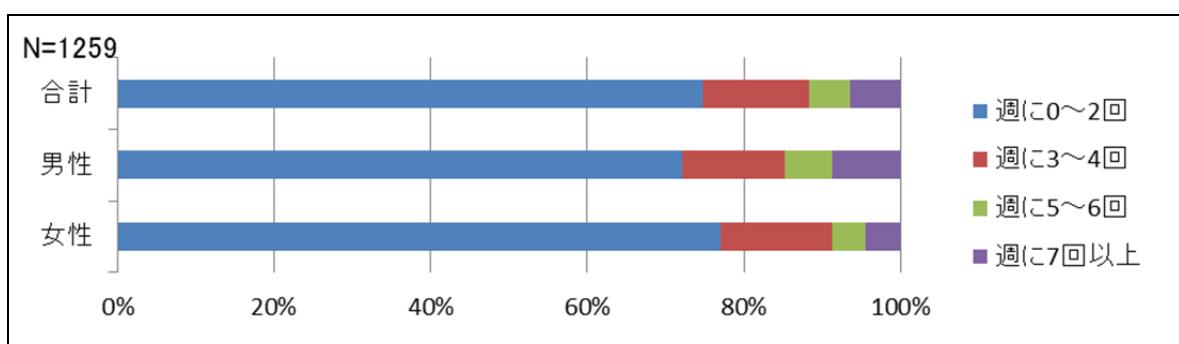
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 64 20~40代のうち単独世帯・有職者を除く者の「家庭食以外(外食・中食・冷凍レトルト)」の利用頻度(昼食)(性別クロス集計)



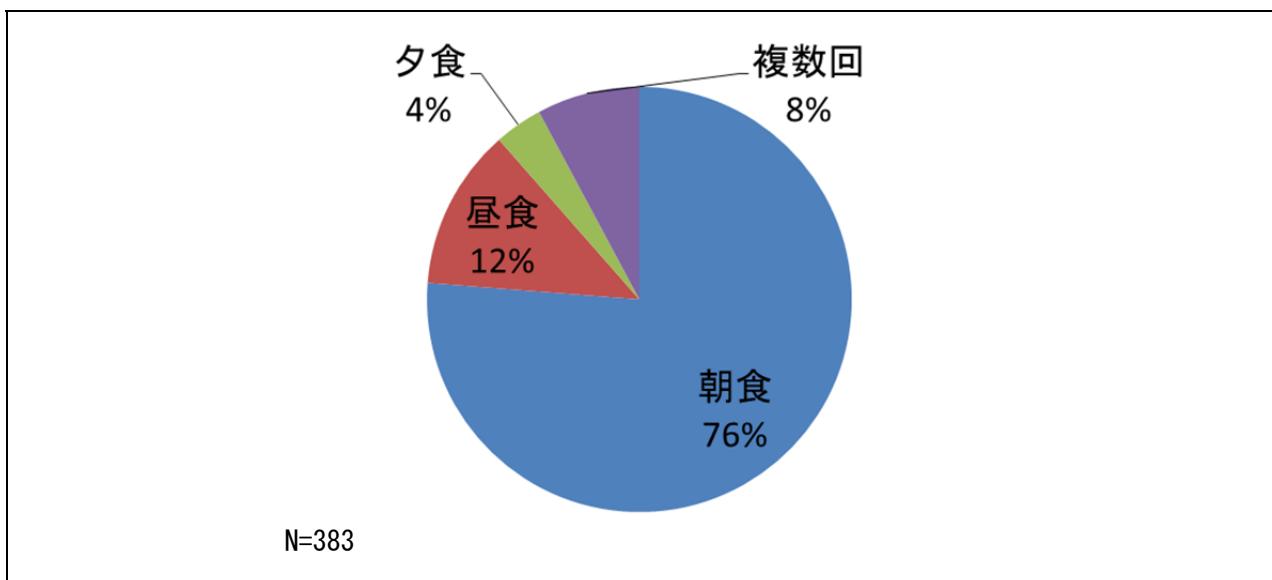
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 65 20~40 代の単独世帯・有職者の「家庭食以外(外食・中食・冷凍レトルト)」の利用頻度(夕食)(性別クロス集計)



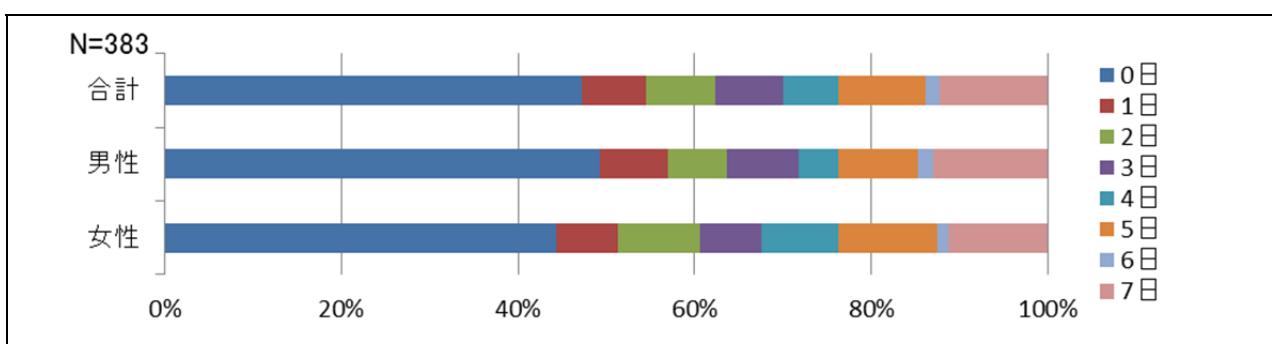
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 66 20~40 代のうち単独世帯・有職者を除く者の「家庭食以外(外食・中食・冷凍レトルト)」の利用頻度(夕食)(性別クロス集計)



出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

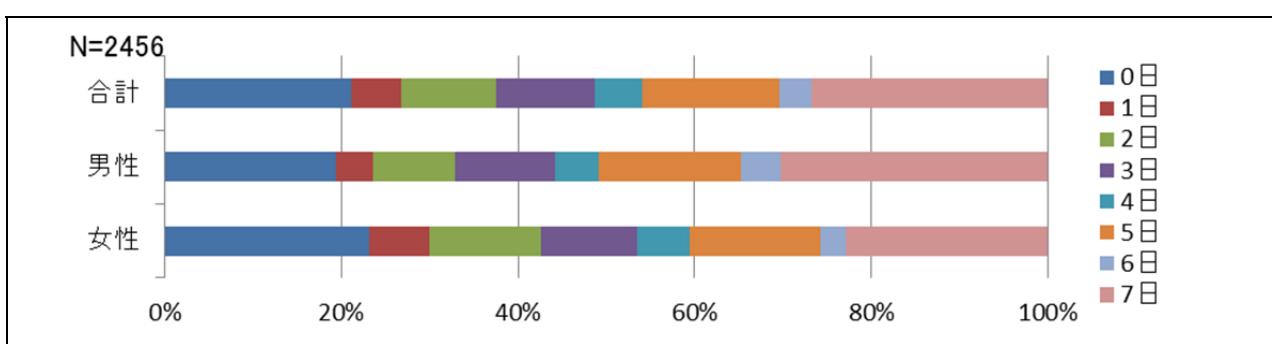
図 67 欠食者の内訳(全体・構成比)



出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 68 欠食者の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(昼食)

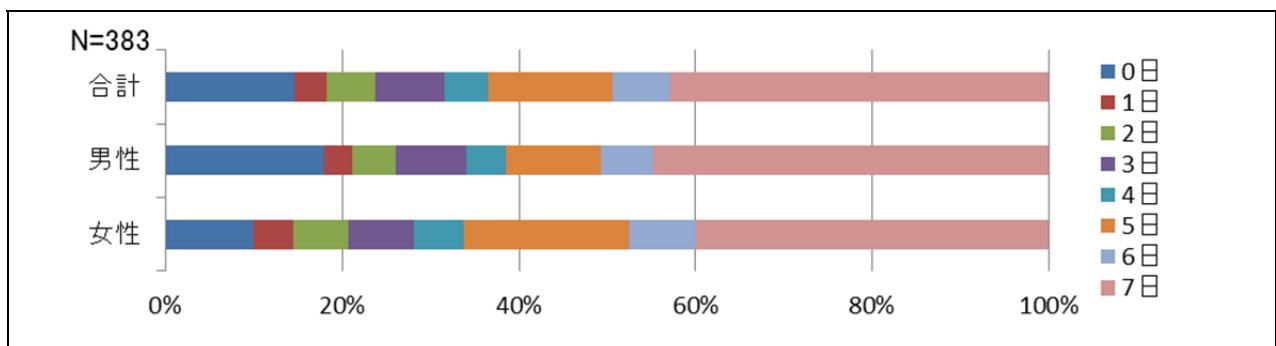
(性別クロス集計)



出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

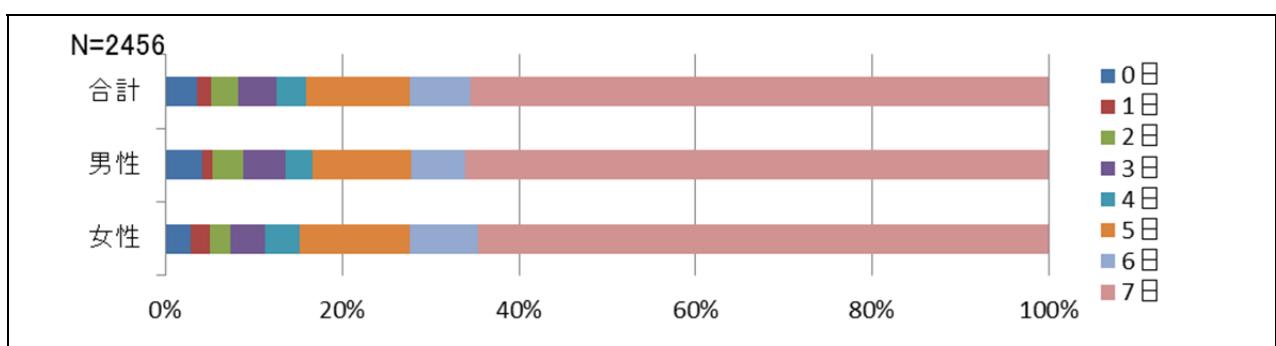
図 69 欠食者を除く者の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(昼食)

(性別クロス集計)



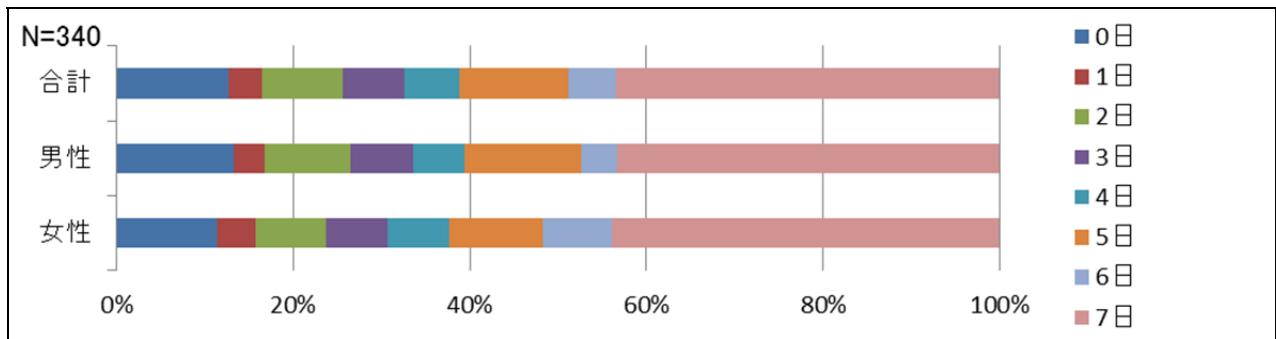
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 70 欠食者の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(夕食)
(性別クロス集計)



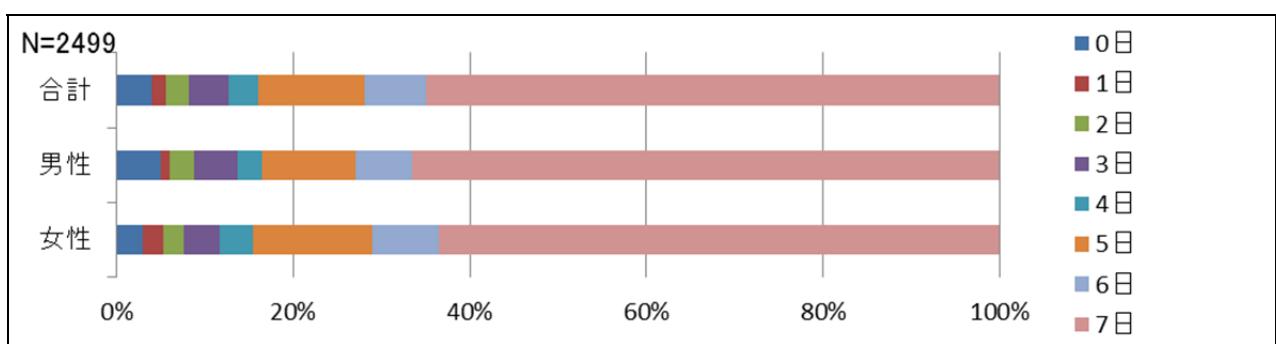
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 71 欠食者を除く者の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(夕食)
(性別クロス集計)



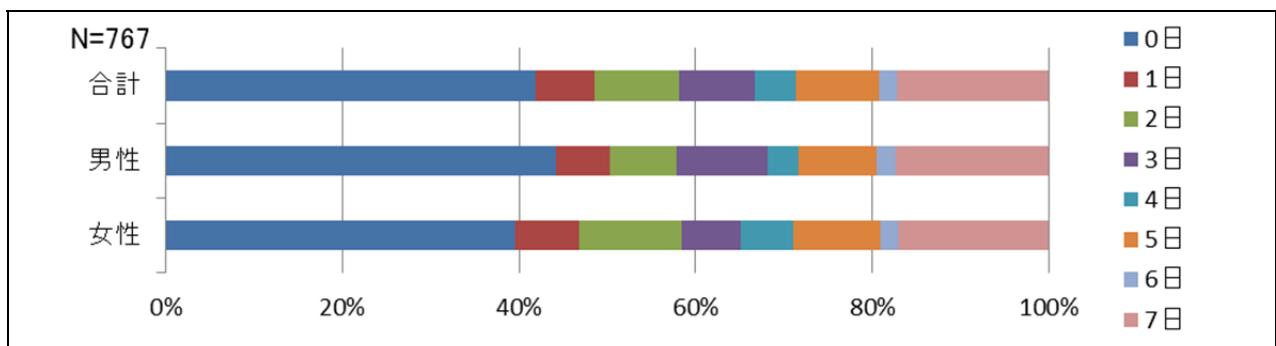
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 72 家庭食以外の利用が週5回以上の人「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(夕食)
(性別クロス集計)



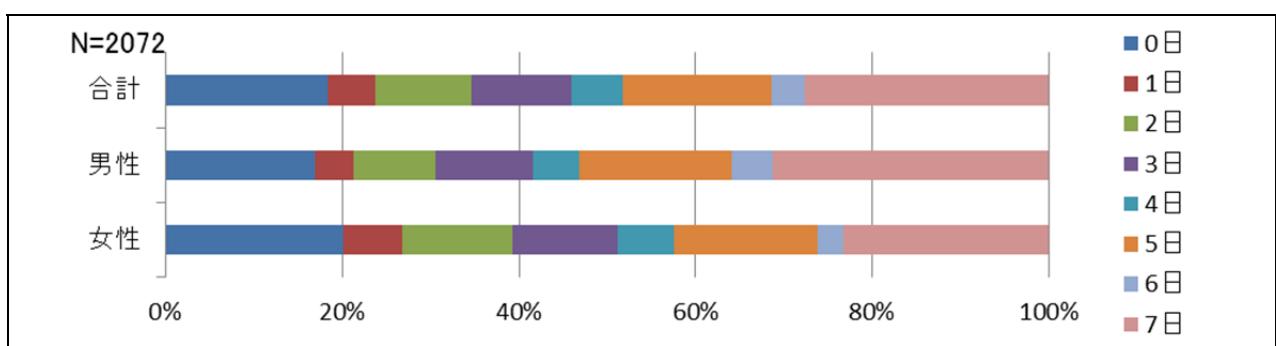
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 73 家庭食以外の利用が週5回未満の人「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(夕食)
(性別クロス集計)



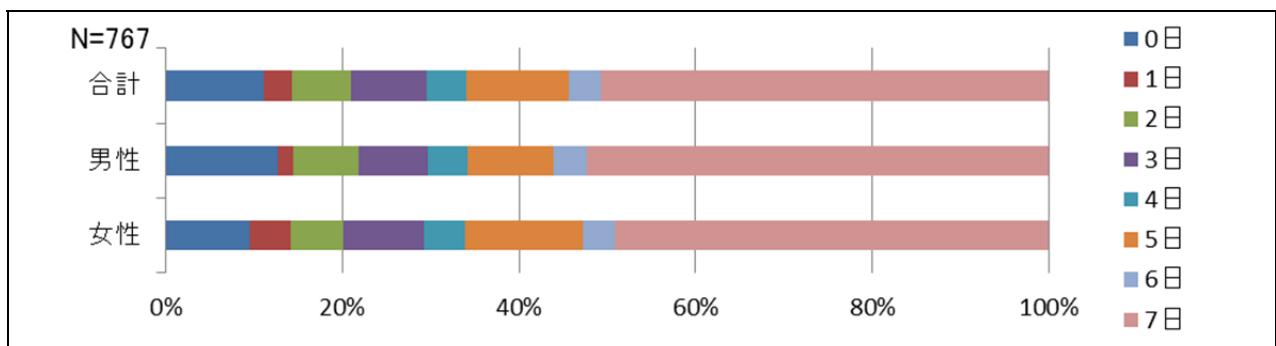
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 74 ごはん食回数が7回以下の人の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(昼食)
(性別クロス集計)



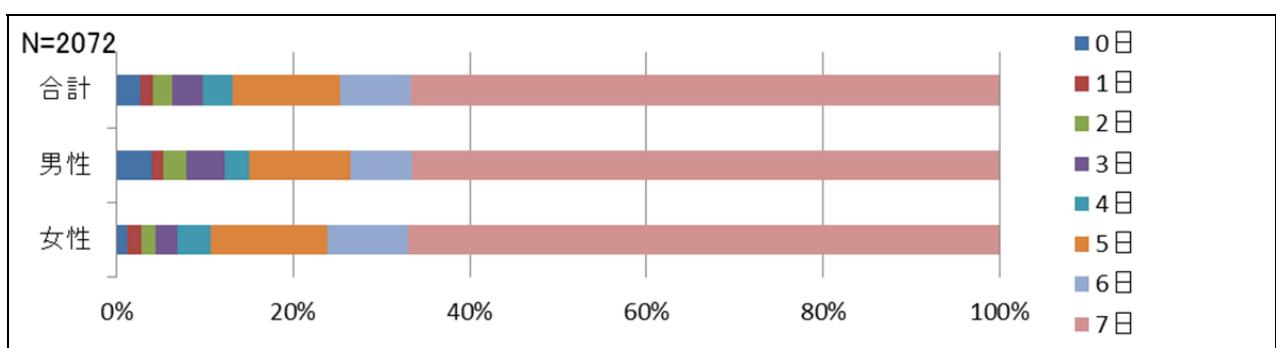
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 75 ごはん食回数が8回以上の人の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(昼食)
(性別クロス集計)



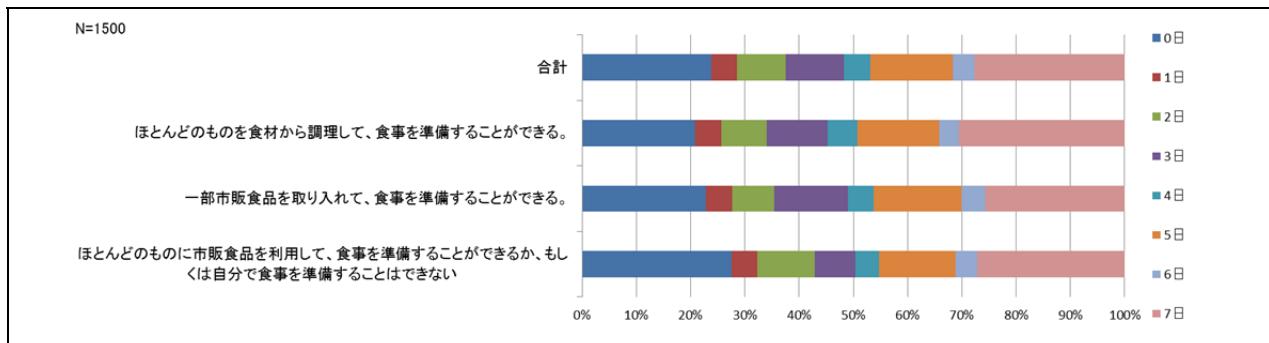
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 76 ごはん食回数が7回以下の人の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(夕食)
(性別クロス集計)



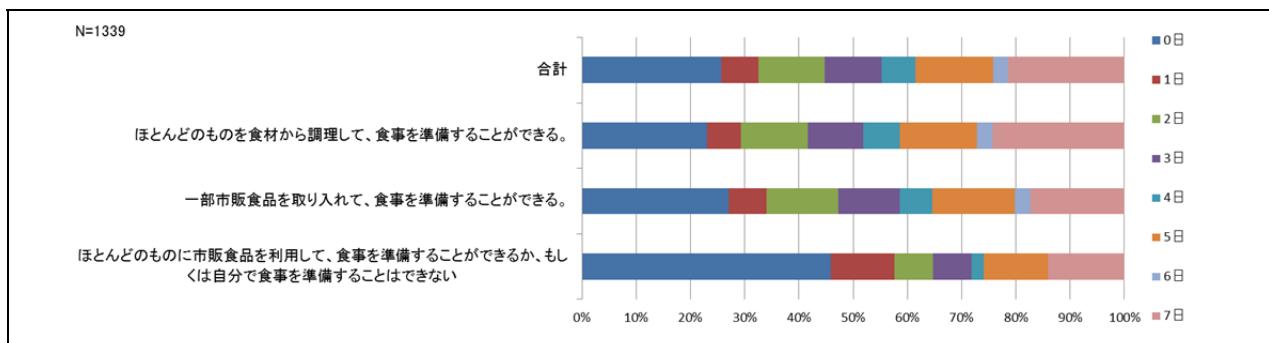
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 77 ごはん食回数が8回以上の人の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(夕食)
(性別クロス集計)



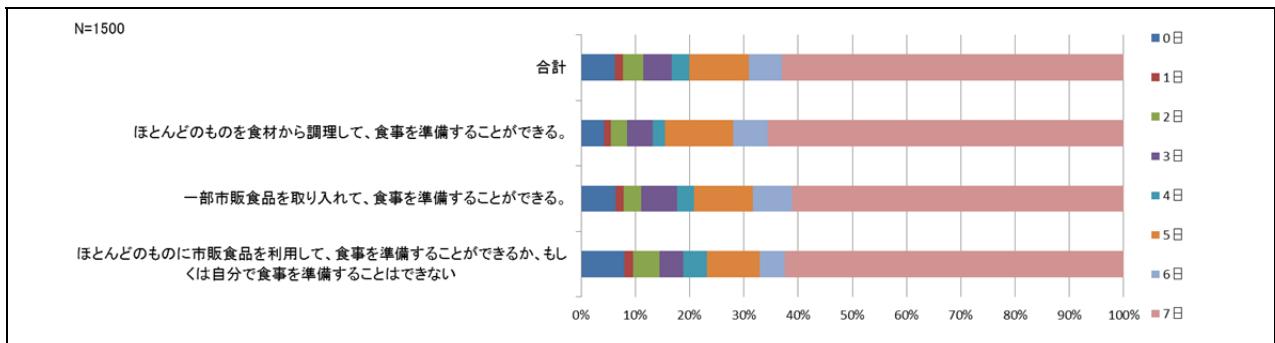
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 78 調理能力別の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(昼食)(男性)



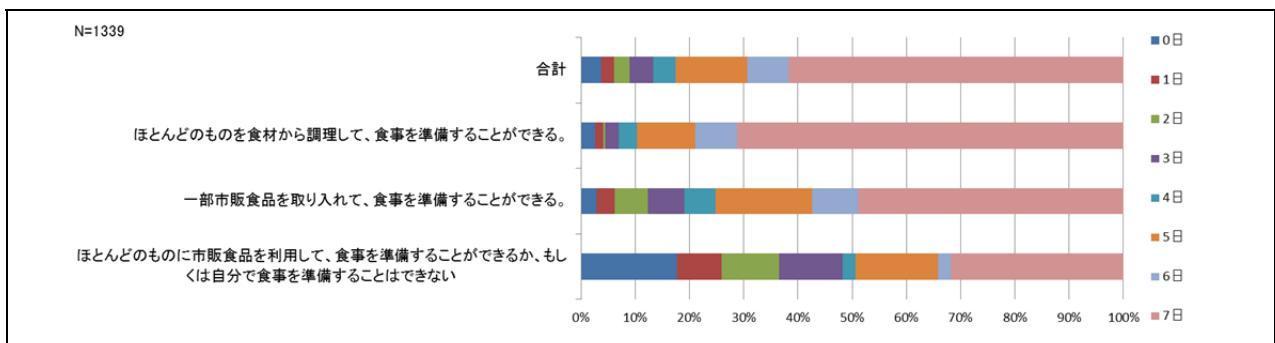
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 79 調理能力別の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(昼食)(女性)



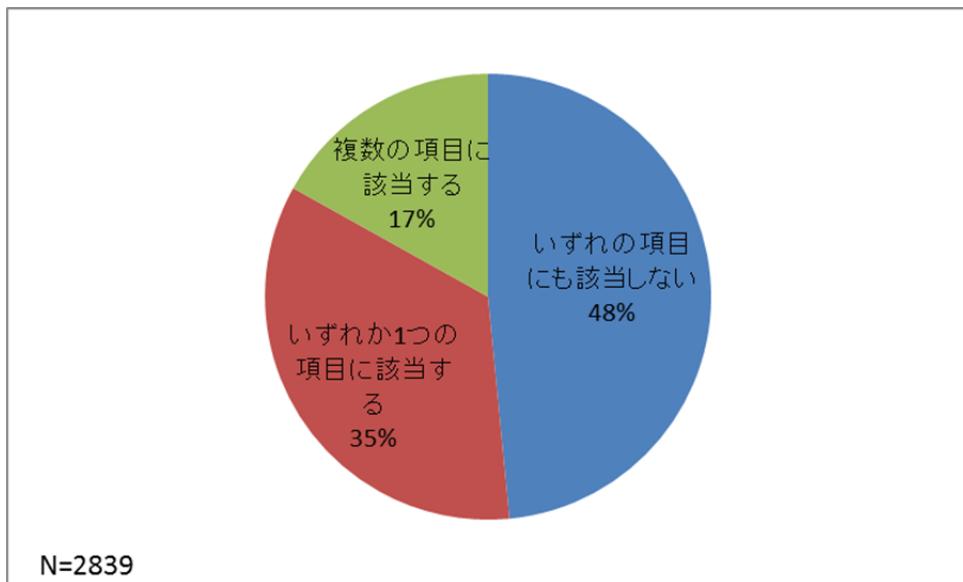
出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 80 調理能力別の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(夕食)(男性)



出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 81 調理能力別の「主食・主菜・副菜」3つそろう日数(夕食)(女性)

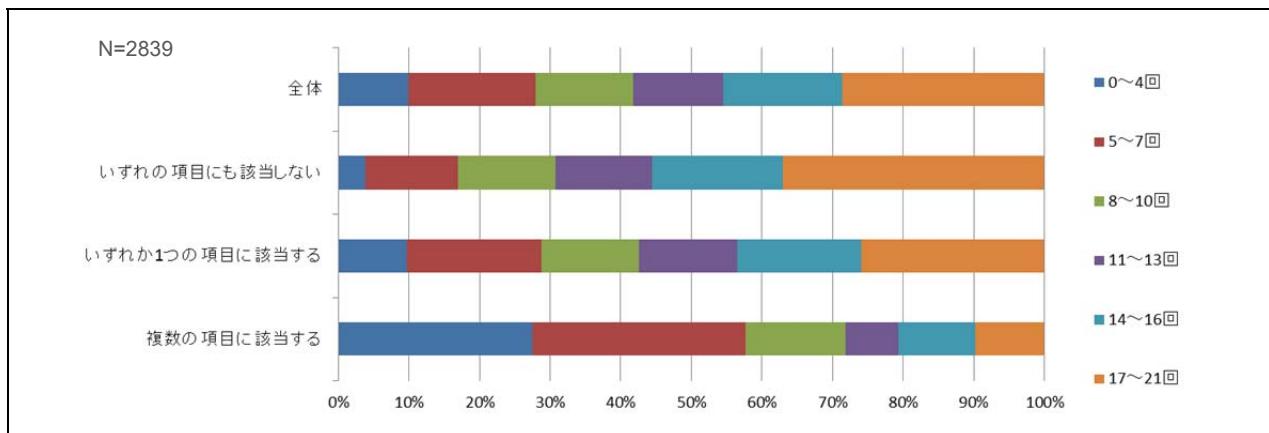


出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

図 82 栄養バランスの観点から注意が必要な4つの食習慣*の該当数構成

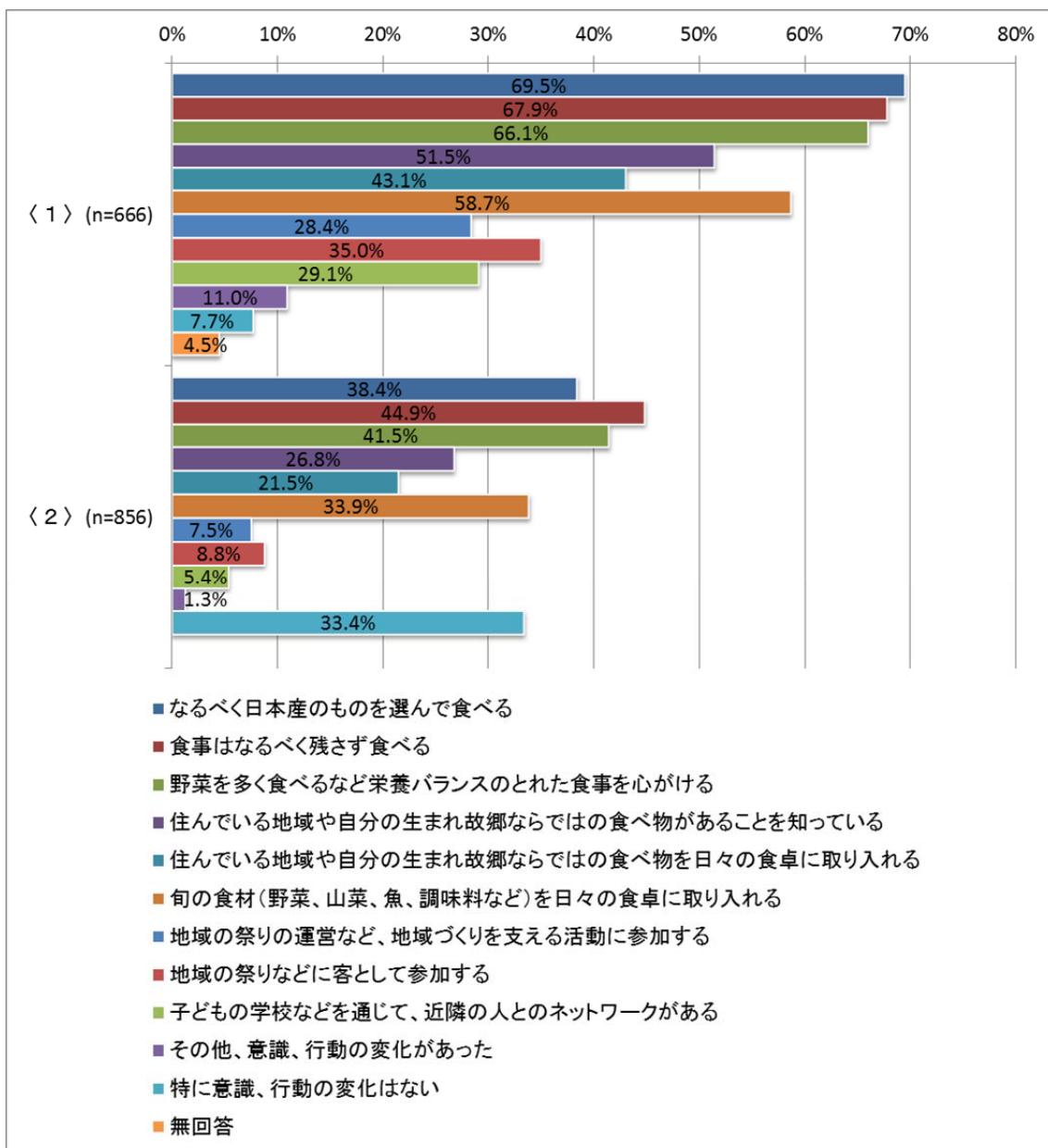
* 栄養バランスの観点から注意が必要な4つの食習慣とは以下のとおりで、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べていない割合が高まる。

- ・ 日常的な欠食がある（平日に、朝食・昼食・夕食のいずれかひとつ以上を欠食している）
- ・ 夕食で家庭食以外が多い（夕食の外食・中食・冷凍・レトルト食品の利用回数が週に5回以上）
- ・ ごはん食の頻度が少ない（一週間で21回の食事のうち、ごはん食が7回以下）
- ・ 調理能力が低い（普段の食事を自分で準備する場合に、「ほとんどのものに市販食品を利用」もしくは「自分で食事を準備することはできない」と回答）



出典:「生活者アンケート調査」(三菱総研、2014年6月)

**図 83 4つの食習慣*の該当数別、一週間で「主食・主菜・副菜」3つそろう回数
(朝食・昼食・夕食の合計回数)**



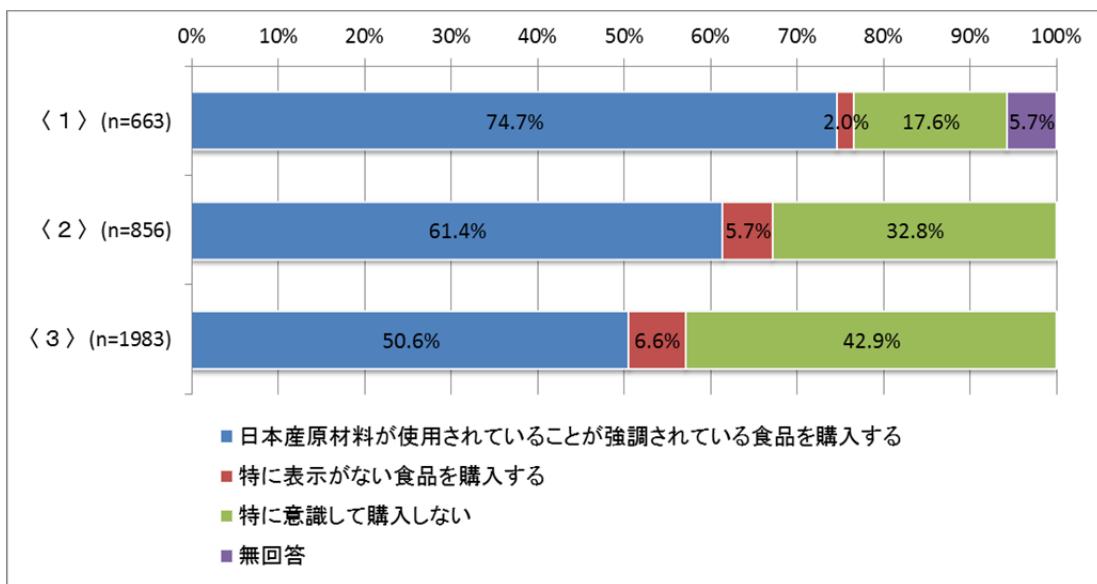
出典:「教育ファームアンケート調査」(三菱総研、2014年6月～10月)

※ 〈1〉教育ファーム体験あり(紙アンケート)

〈2〉教育ファームを含め、何らかの農林漁業体験あり

〈3〉農林漁業体験が全くない

図 84 普段の意識や行動、状況について



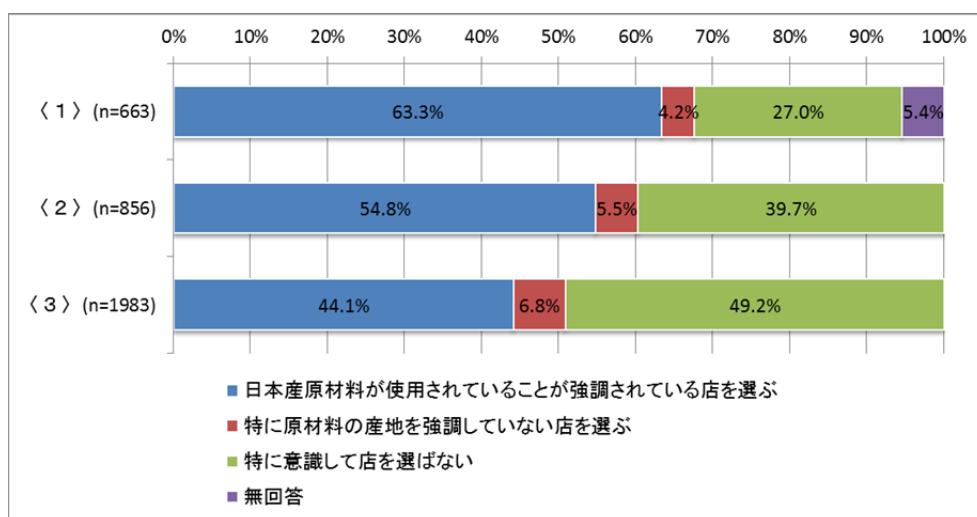
出典:「教育ファームアンケート調査」(三菱総研、2014年6月～10月)

※ 〈1〉教育ファーム体験あり(紙アンケート)

〈2〉教育ファームを含め、何らかの農林漁業体験あり

〈3〉農林漁業体験が全くない

図 85 スーパーやコンビニでお弁当やお総菜などの調理済み食品を購入するとき、同じ価格で、日本産原材料が使用されていることが強調されているものと、特に表示のないもので迷った場合の購入について



出典:「教育ファームアンケート調査」(三菱総研、2014年6月～10月)

※ 〈1〉教育ファーム体験あり(紙アンケート)

〈2〉教育ファームを含め、何らかの農林漁業体験あり

〈3〉農林漁業体験が全くない

図 86 外食をするときに、同じ価格帯で、日本産や日本国内の特定の地域の原材料が使用されていることが強調されている店と、特に原材料の産地を強調していない店で迷った場合の選択について