

9 新型コロナウイルス感染症と食生活について

(1) 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

現在の食生活が新型コロナウイルス感染症の拡大前に比べて変わったかについて13の内容を挙げ、それぞれについて聞いた。

「増えた・広がった」と回答した人の割合が最も高いのは、「③自宅で食事を食べる回数」(35.5%)で、続いて「②自宅で料理を作る回数」(26.5%)、「④家族と食事を食べる回数」(20.0%)となっている。

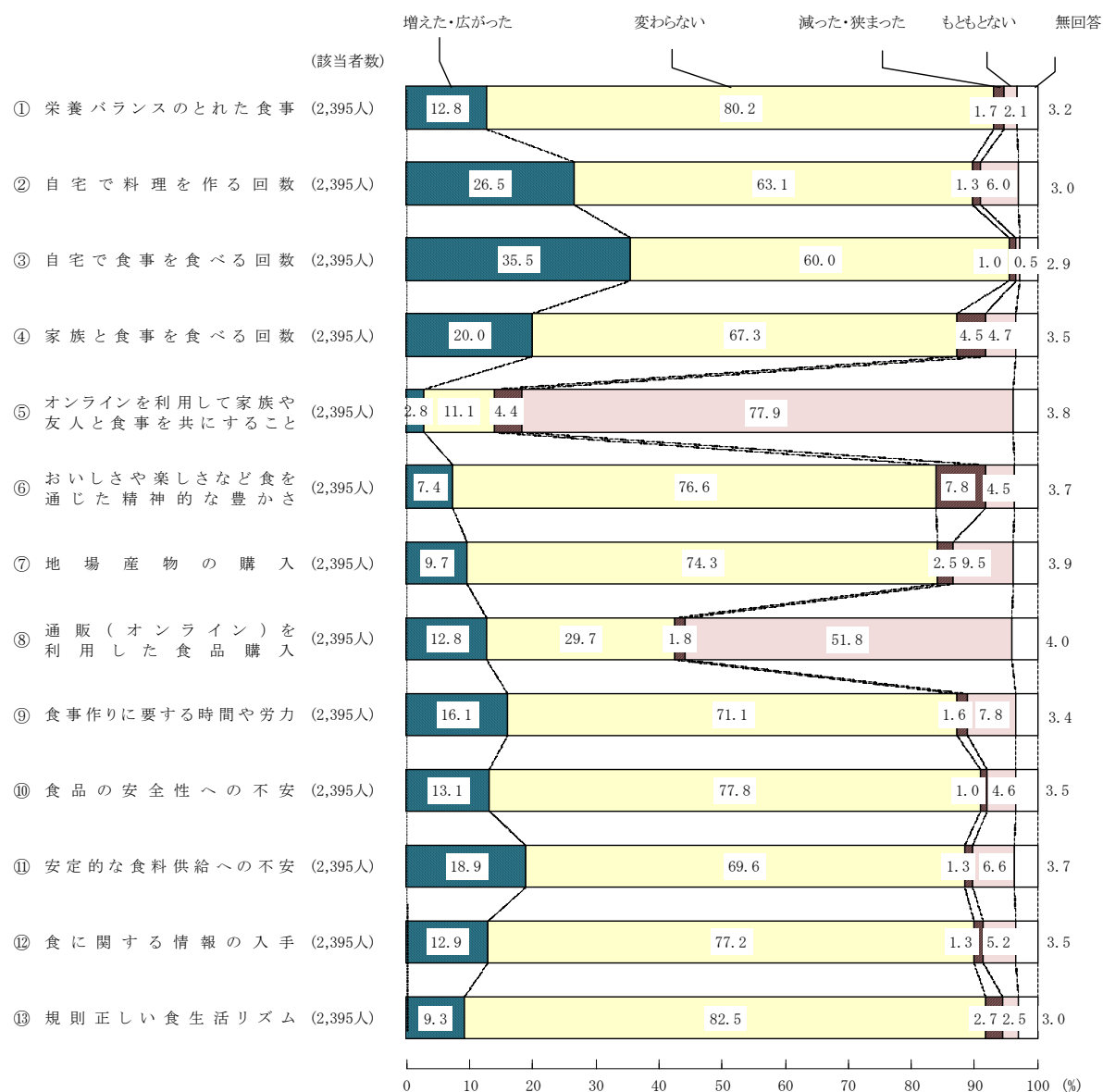
「減った・狭まった」と回答した人の割合が最も高いのは、「⑥おいしさや楽しさなど食を通じた精神的な豊かさ」(7.8%)で、次いで「④家族と食事を食べる回数」(4.5%)となっている。

「変わらない」と回答した人の割合が最も高いのは、「⑬規則正しい食生活リズム」(82.5%)で、次いで「①栄養バランスのとれた食事」(80.2%)となっている。

「もともとない」と回答した人の割合が最も高いのは、「⑤オンラインを利用して家族や友人と食事を共にすること」(77.9%)で、次いで「⑧通販(オンライン)を利用した食品購入」(51.8%)となっている。(図9-1)

問 23 あなたご自身の現在の食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前に比べて変わりましたか。①～⑬のそれぞれについて、あてはまるものを1つずつ選んで○をつけてください。

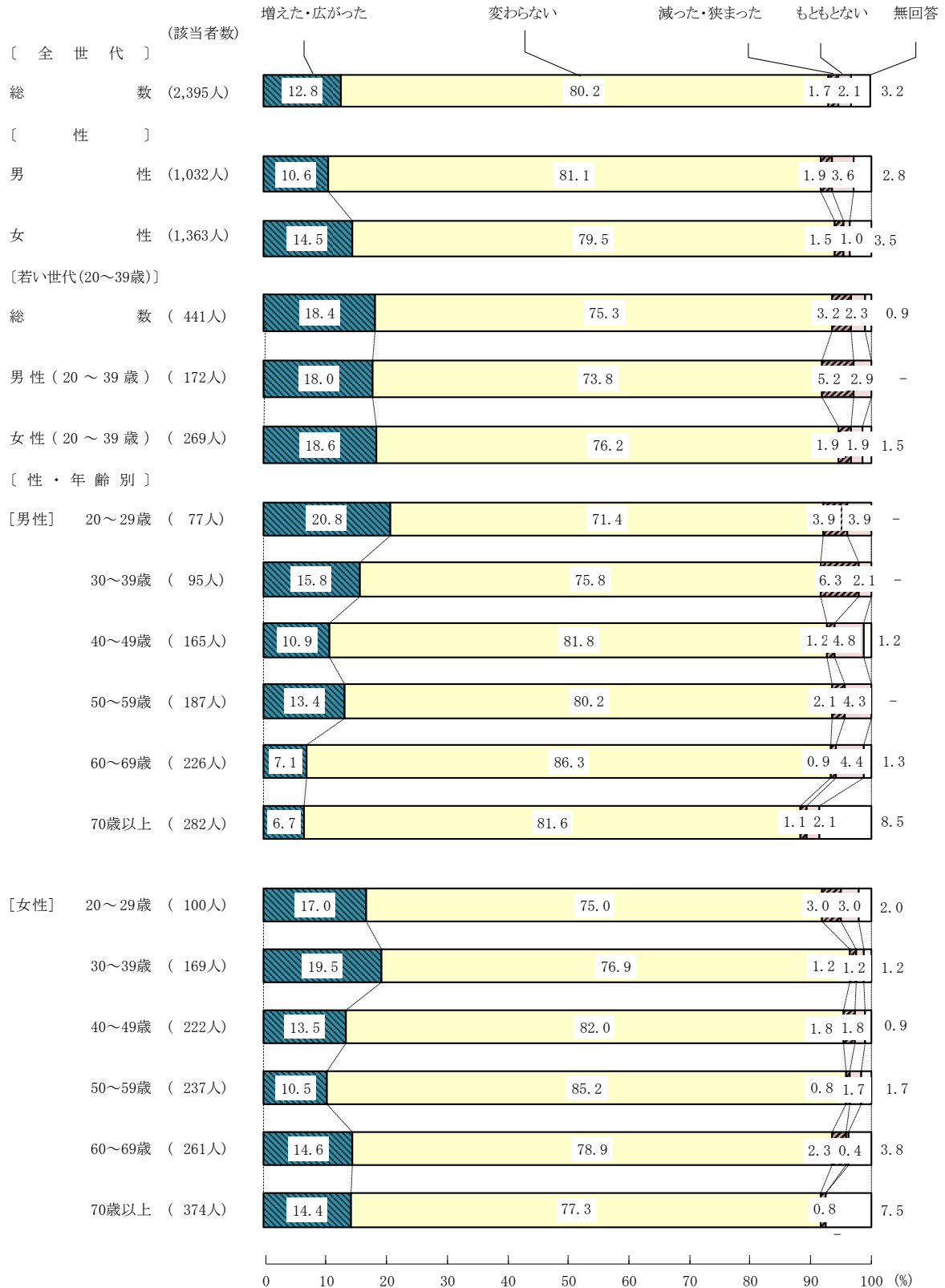
図 9 - 1 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化



栄養バランスのとれた食事について、若い世代（20～39歳）の男性では、「増えた・広がった」、「減った・狭まった」と回答した人の割合がいずれも高い。
 性・年齢別にみると、全ての性・年齢で「変わらない」と回答した人の割合が最も高い。

図9-1-1 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

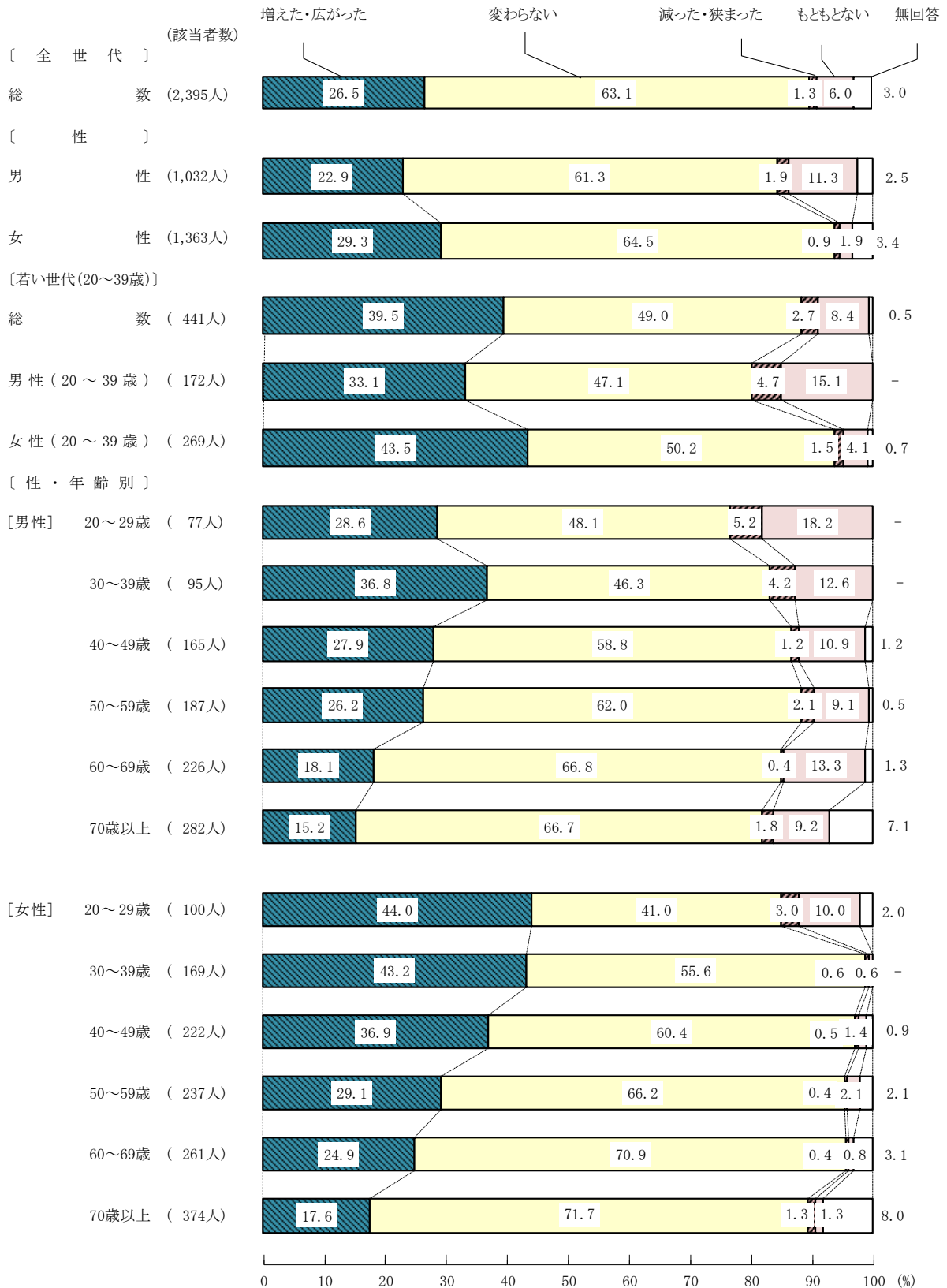
① 栄養バランスのとれた食事



自宅で料理を作る回数について、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高く、およそ4割となっている。

図9-1-2 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

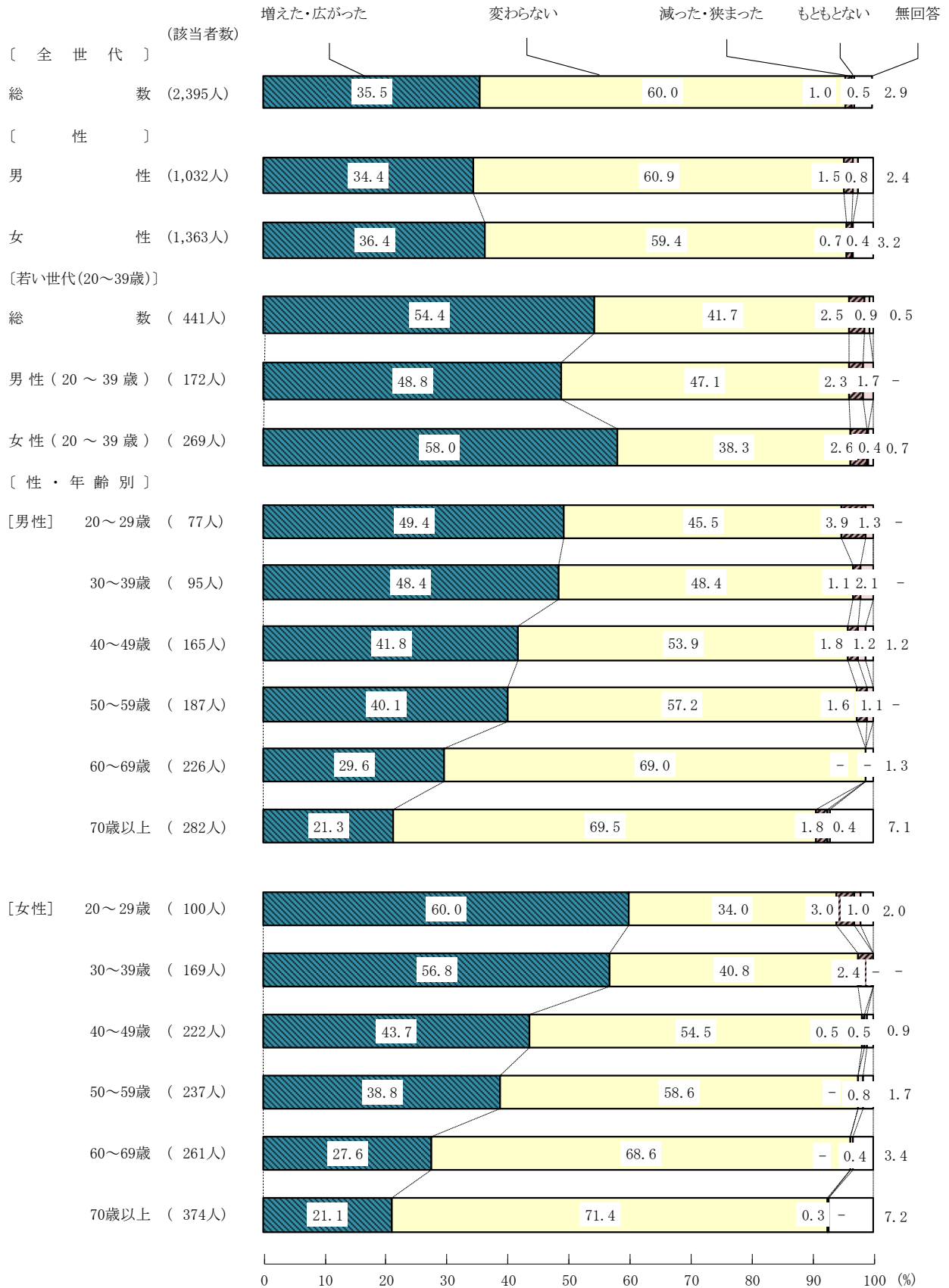
② 自宅で料理を作る回数



自宅で食事を食べる回数について、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高く、特に女性ではおよそ6割が「増えた・広がった」と回答している。

図9-1-3 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

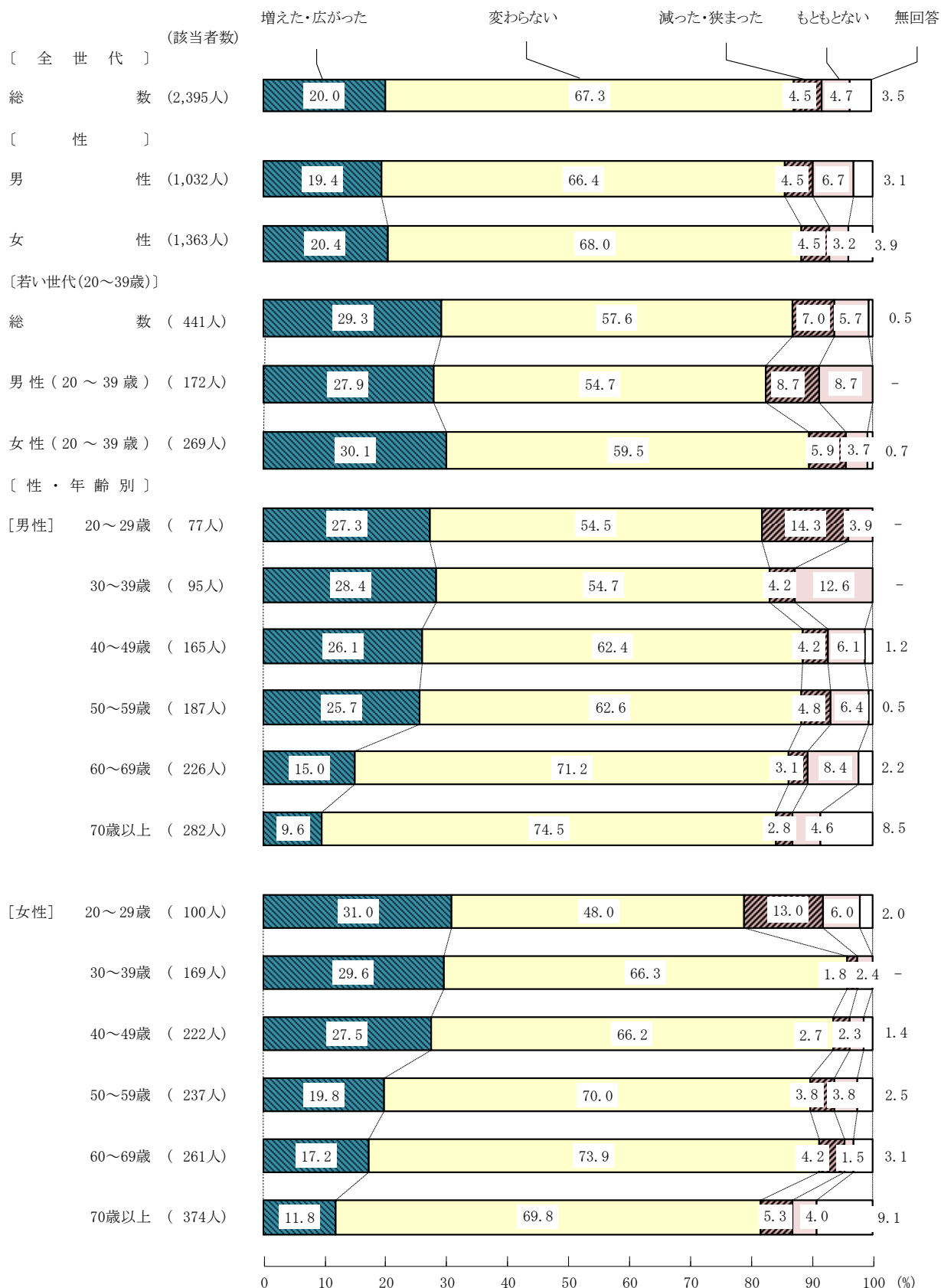
③ 自宅で食事を食べる回数



家族と食事を食べる回数について、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高い。

図9-1-4 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

④ 家族と食事を食べる回数

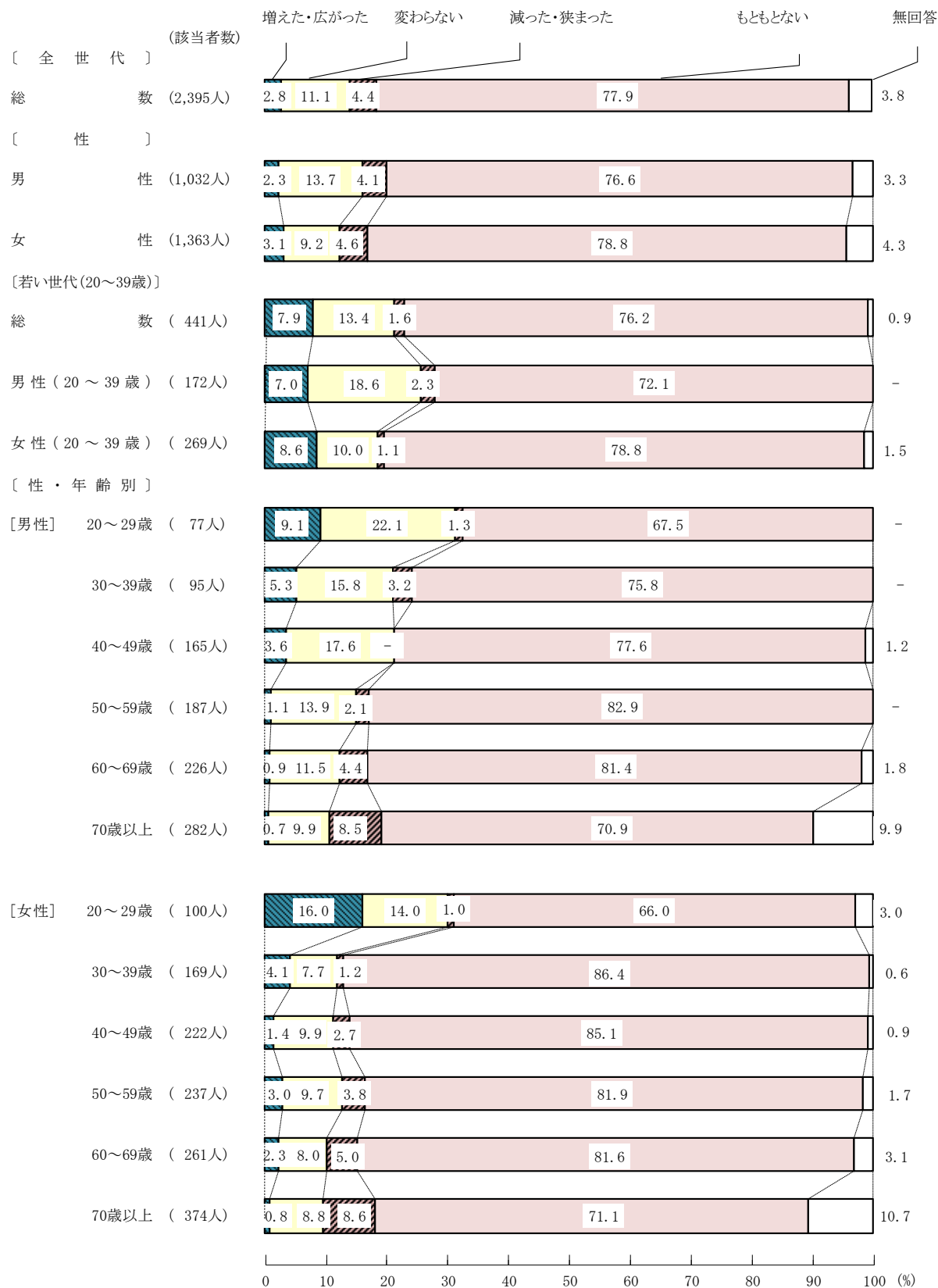


オンラインを利用して家族や友人と食事を共にすることについて、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高い。

性・年齢別にみると、全ての性・年齢で「もともとない」と回答した人の割合が最も高い。

図9-1-5 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

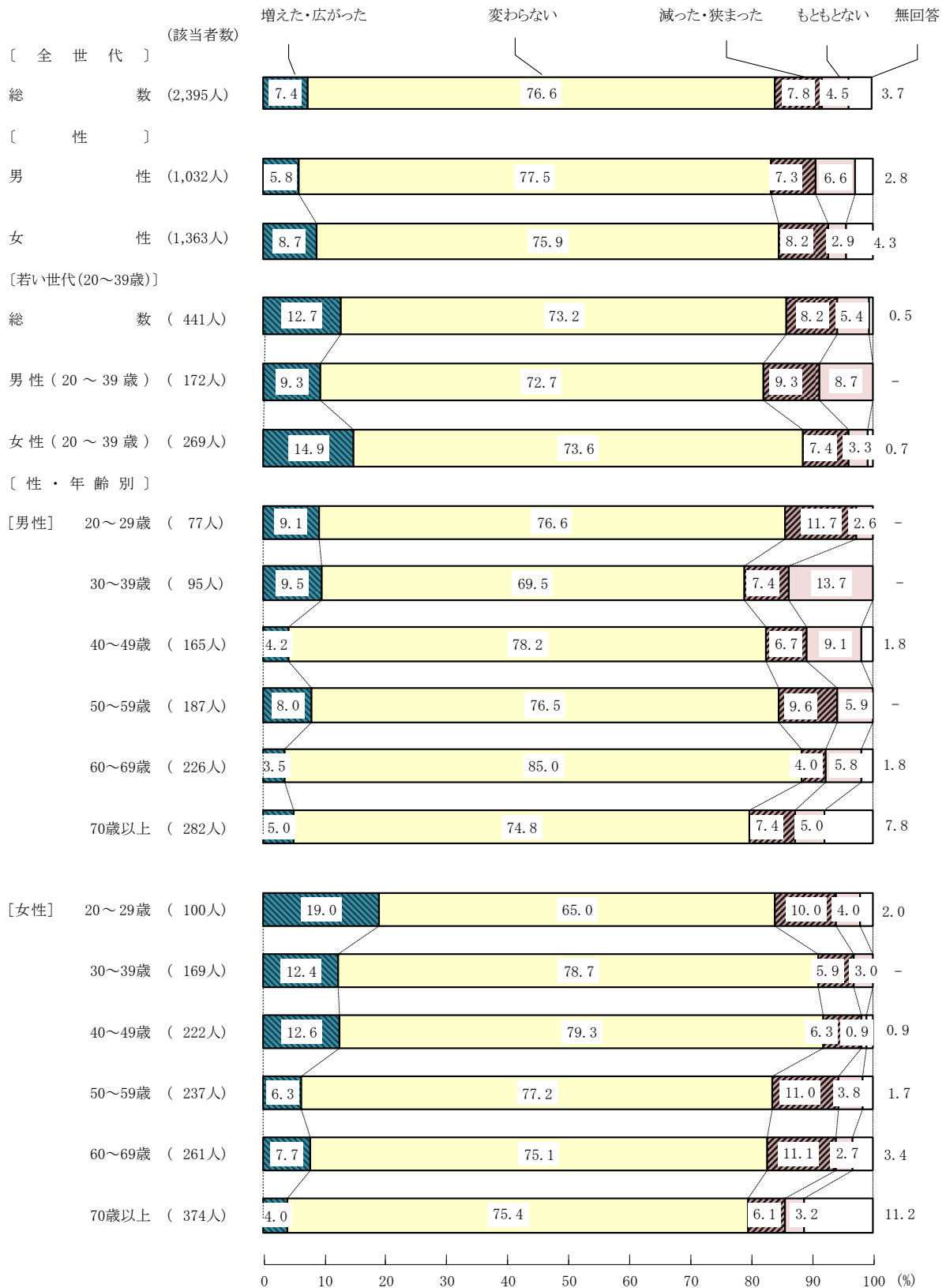
⑤ オンラインを利用して家族や友人と食事を共にすること



おいしさや楽しさなど食を通じた精神的な豊かさについて、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高い。

図9-1-6 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

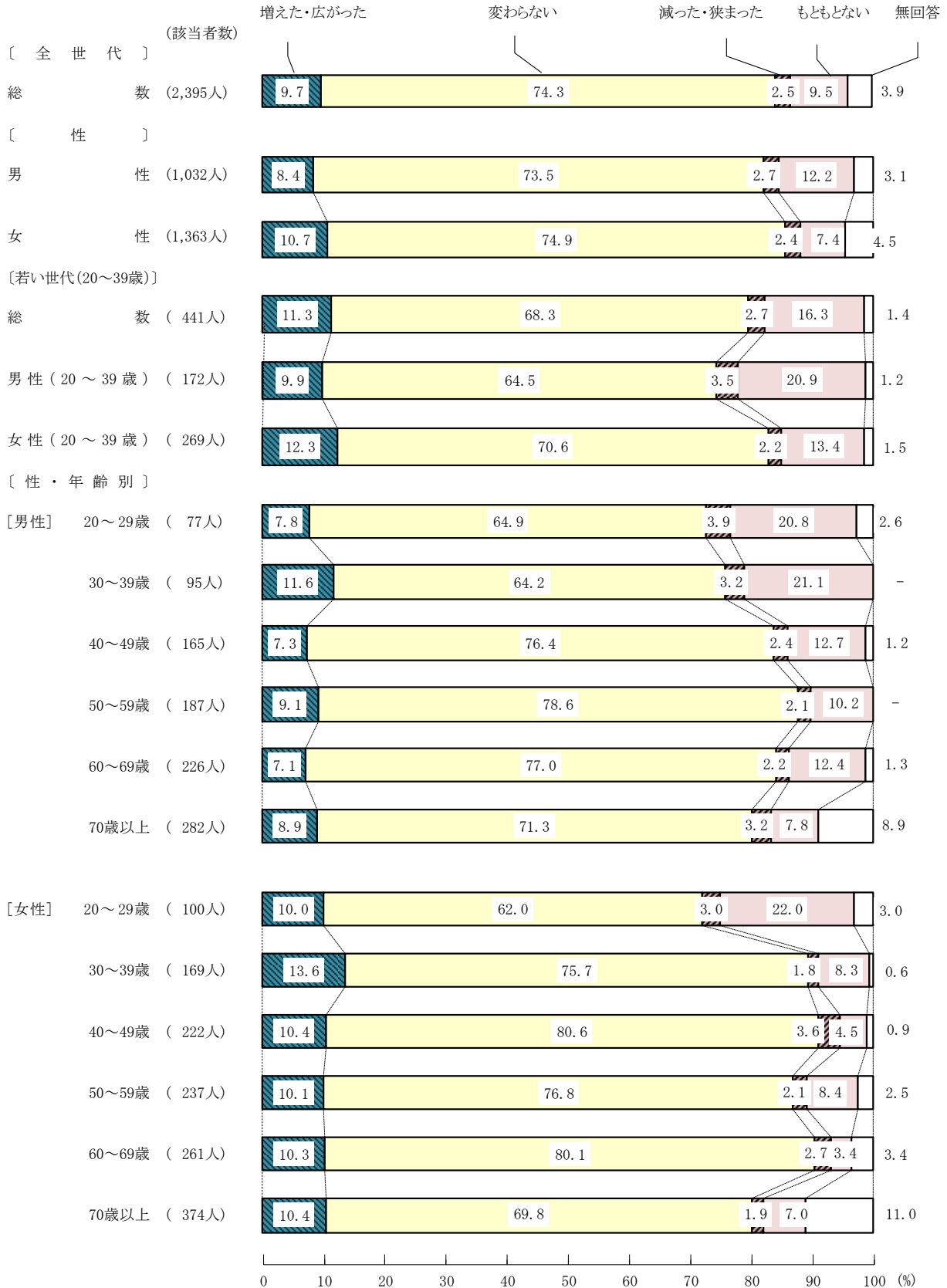
⑥ おいしさや楽しさなど食を通じた精神的な豊かさ



地場産物の購入について、若い世代（20～39歳）では、「もともとない」と回答した人の割合が高い。

図9-1-7 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

⑦ 地場産物の購入

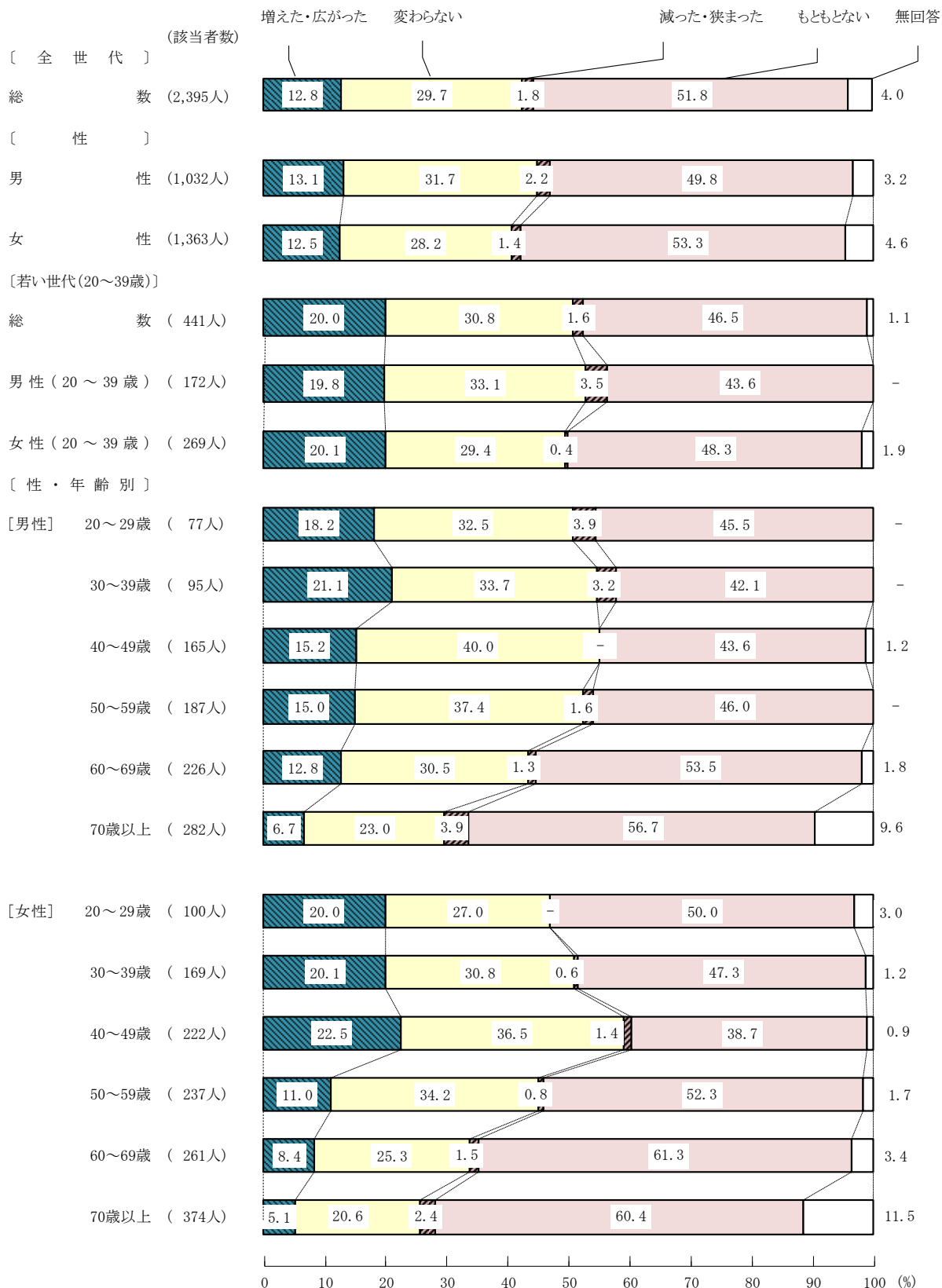


通販（オンライン）を利用した食品購入について、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高い。

性・年齢別にみると、全ての性・年齢で「もともとない」と回答した人の割合が最も高い。

図9-1-8 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

⑧ 通販（オンライン）を利用した食品購入

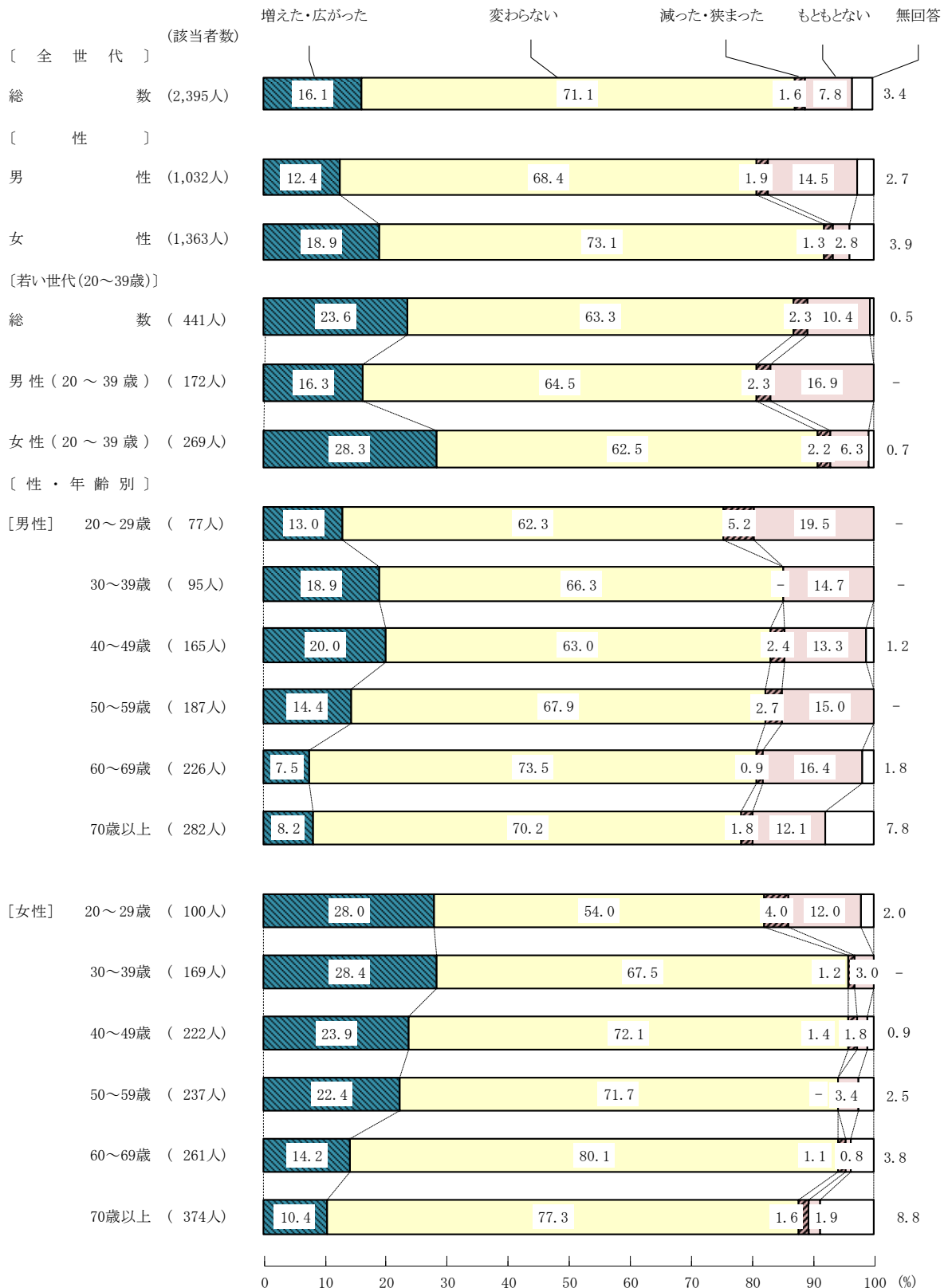


食事作りに要する時間や労力について、性別にみると、「増えた・広がった」と回答した人の割合は女性で高い。

若い世代（20～39歳）の女性では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高く、およそ3割となっている。

図9-1-9 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

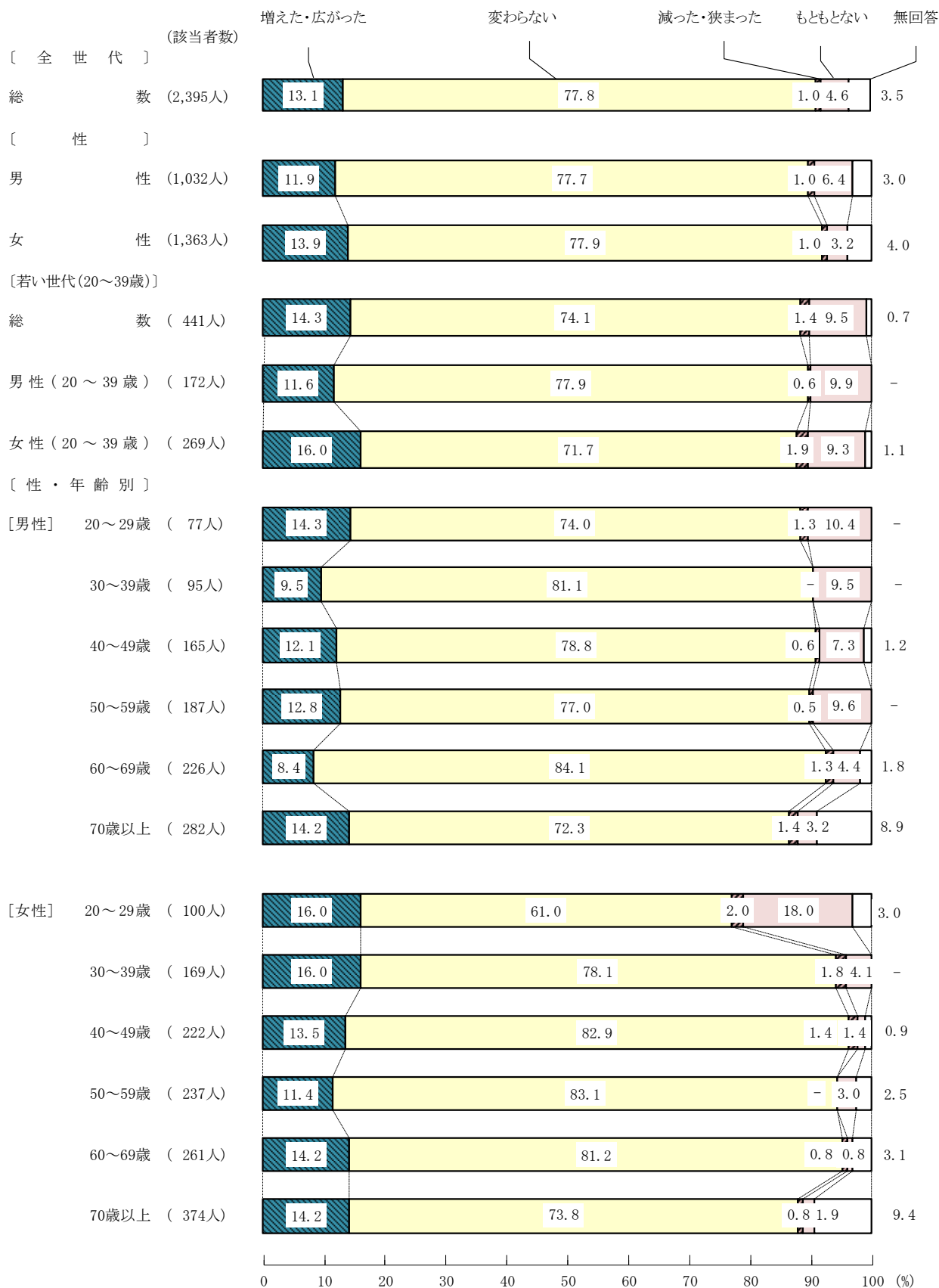
⑨ 食事作りに要する時間や労力



食品の安全性への不安について、性・年齢別にみると、全ての性・年齢で「変わらない」と回答した人の割合が最も高い。

図9-1-10 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

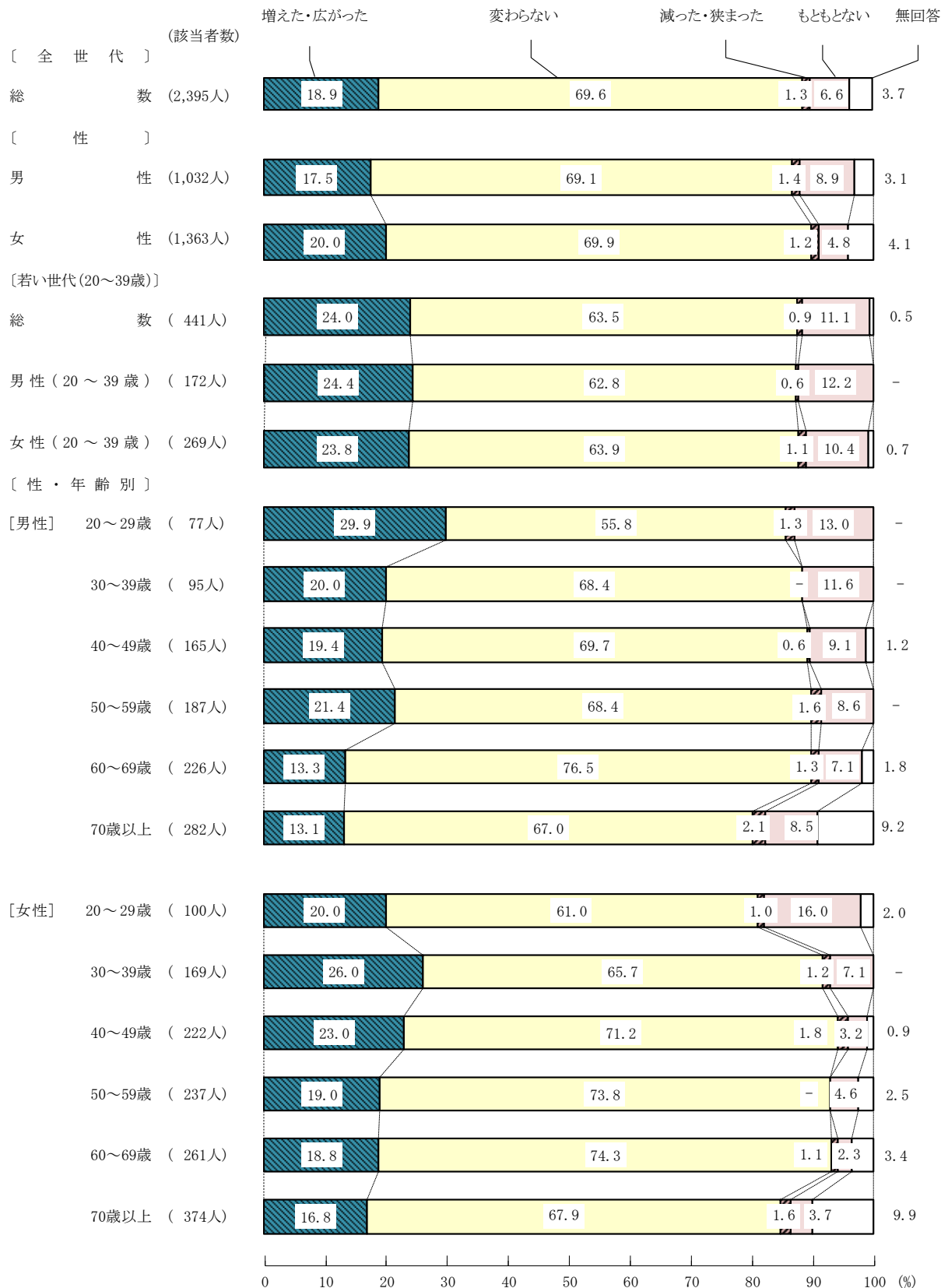
⑩ 食品の安全性への不安



安定的な食料供給への不安について、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高い。

図9-1-11 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

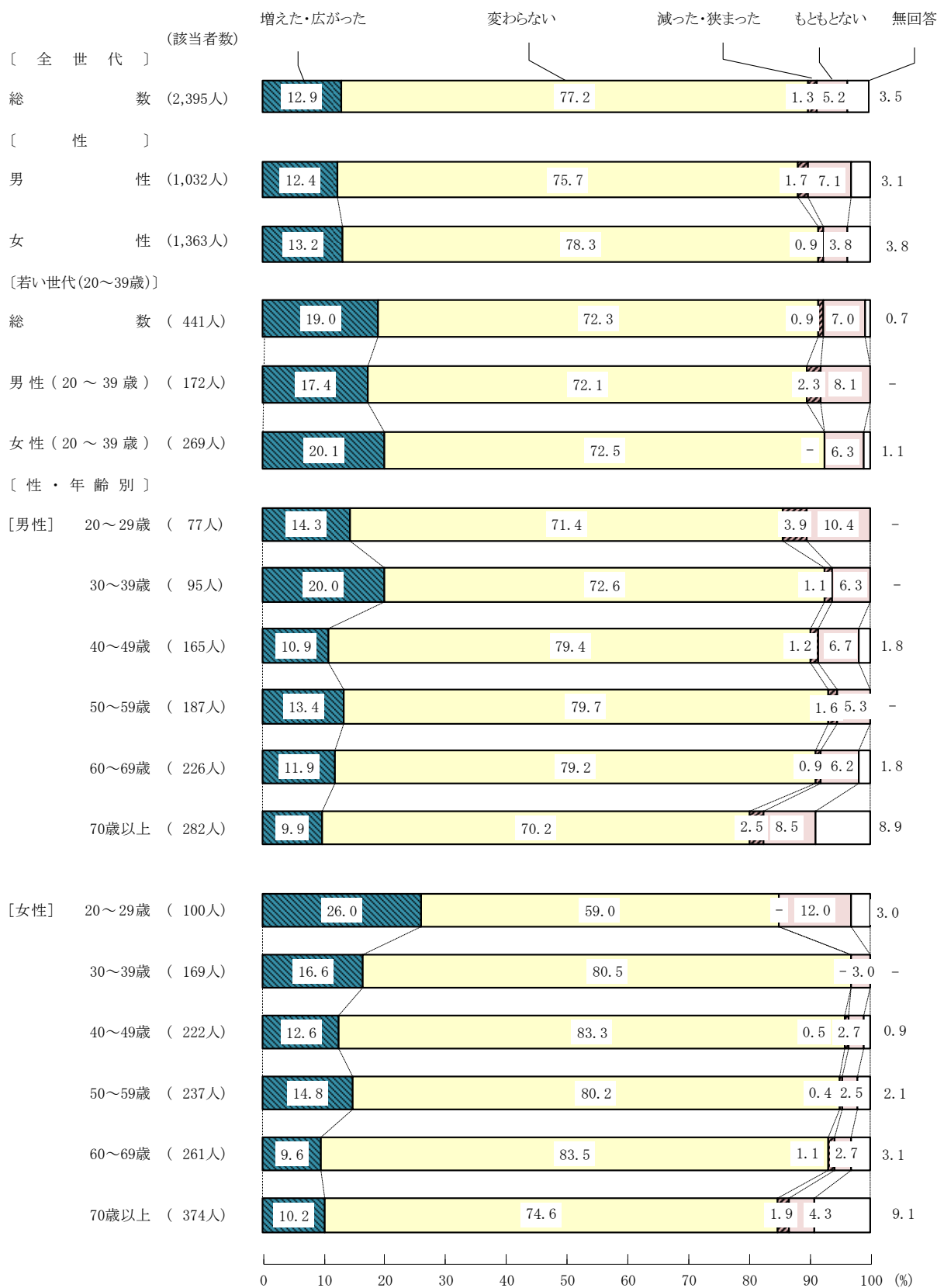
① 安定的な食料供給への不安



食に関する情報の入手について、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」と回答した人の割合が高い。

図9-1-12 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

⑫ 食に関する情報の入手



規則正しい食生活リズムについて、若い世代（20～39歳）では、「増えた・広がった」、「減った・狭まった」と回答した人の割合が高い。

性・年齢別にみると、全ての性・年齢で「変わらない」と回答した人の割合が最も高い。

図9-1-13 新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化

⑬ 規則正しい食生活リズム

