

# 食育に関する意識調査報告書

令和4年3月

農林水産省 消費・安全局



## 目 次

本報告書を読む際の注意	1
I 調査の概要	2
II 調査結果の概要	3
III 調査結果の詳細	5
1 食育への関心について	6
(1) 食育の認知度	6
(2) 食育という言葉はどこで知ったか	8
(3) 食育への関心度	10
(4) 今後1年間食育として実践したいこと	12
2 現在の食生活について	14
(1) 健全な食生活の心掛け	14
(2) 栄養バランスに配慮した食生活	16
(3) 栄養バランスに配慮した食事を増やすために必要なこと	18
(4) 朝食を食べる頻度	20
(5) 朝食を食べるために必要なこと	22
(6) 普段の食事の準備	24
3 共食の状況について	26
(1) 家族と一緒に食べる頻度	26
(2) 地域等での共食に対する意識	29
(3) 地域等での共食経験	31
4 生活習慣病の予防や改善に関する実践状況について	33
(1) 生活習慣病の予防や改善に関する実践	33
(2) ふだんゆっくりよく噛んで食べているか	35
5 食文化について	37
(1) 食文化を受け継ぐことの意識	37
(2) 食文化を受け継いでいるか	39
(3) 食文化を受け継ぐために必要なこと	41
(4) 食文化を伝えているか	43
(5) 食文化を伝えるために必要なこと	45
(6) 郷土料理や伝統料理を食べる頻度	47

6	農林漁業体験について	49
(1)	農林漁業体験への参加	49
(2)	農林漁業体験に参加して変化したこと	51
(3)	農林漁業体験に参加するための工夫	53
7	環境への配慮や産地・生産者を意識することについて	55
(1)	地球環境問題への関心度	55
(2)	環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶことの意識	57
(3)	環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるか	59
(4)	選んでいる環境に配慮した農林水産物・食品	61
(5)	最もよく選んでいる環境に配慮した農林水産物・食品	63
(6)	環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいる理由	65
(7)	環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶきっかけ	67
(8)	環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいない理由	69
(9)	環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいない最もあてはまる理由	71
(10)	産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいるか	73
8	食品の安全性について	75
(1)	食品の安全性に関する知識	75
(2)	食品の安全性に対する判断	77
9	「食事バランスガイド」について	79
(1)	「食事バランスガイド」の認知度	79
(2)	「食事バランスガイド」の参考度	81
10	「日本型食生活」について	83
(1)	「日本型食生活」の認知度	83
(2)	「日本型食生活」の実践度	85
(3)	ごはんを食べる頻度	87
IV	調査票	89
V	集計表	113
VI	標本抽出方法	203