

食育に関する意識調査報告書

令和 6 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）食育に関心がない理由	12
（5）今後1年間食育として実践したいこと	14
2 現在の食生活について	16
（1）健全な食生活の心掛け	16
（2）栄養バランスに配慮した食生活	18
（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	20
（4）朝食を食べる頻度	22
（5）朝食を食べるために必要なこと	24
（6）食品の選択や調理についての知識	26
（7）普段の食事の準備	28
（8）普段の食事について	30
（9）食品や料理を選択する際に重視すること	32
（10）経済的理由により食料が購入できなかった経験	34
（11）過去1年間のフードバンクの利用の有無	36
（12）フードバンクを利用した感想	37
（13）フードバンクを利用しない理由	38
（14）過去1年間のこども食堂の利用の有無	39
（15）こども食堂を利用した感想	40
（16）こども食堂を利用しない理由	41
（17）現在の食生活	42
3 共食の状況について	54
（1）家族と一緒に食べる頻度	54
（2）地域等での共食に対する意識	57
（3）地域等での共食経験	59
4 生活習慣病の予防や改善に関する実践状況について	61
（1）生活習慣病の予防や改善に関する実践	61
（2）ふだんゆっくりよく噛んで食べているか	63

5 過去の食生活について	65
（1）小学生のころの食生活	66
（2）中学生のころの食生活	68
（3）16～18歳のころの食生活	70
6 食育の推進に関わるボランティア活動について	72
（1）食育の推進に関わるボランティア活動の参加	72
（2）食育の推進に関わるボランティア活動に参加していない理由	74
7 食文化について	76
（1）食文化を受け継ぐことの意識	76
（2）食文化を受け継いでいるか	78
（3）食文化を受け継ぐために必要なこと	80
（4）食文化を伝えているか	82
（5）食文化を伝えるために必要なこと	84
（6）郷土料理や伝統料理を食べている頻度	86
8 農林漁業体験について	88
（1）農林漁業体験への参加	88
（2）農林漁業体験に参加して変化したこと	90
（3）農林漁業体験に参加するための工夫	92
9 環境への配慮や産地・生産者を意識することについて	94
（1）環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるか	94
（2）選んでいる環境に配慮した農林水産物・食品	96
（3）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	98
10 食品の安全性について	100
（1）食品の安全性に関する知識	100
（2）食品の安全性に対する判断	102
11 「食事バランスガイド」について	104
（1）「食事バランスガイド」の認知度	104
（2）「食事バランスガイド」の参考度	106
12 「日本型食生活」について	108
（1）「日本型食生活」の実践度	108
（2）ごはんを食べる頻度	110

IV 調査票 113

V 集計表 139

VI 標本抽出方法 255