

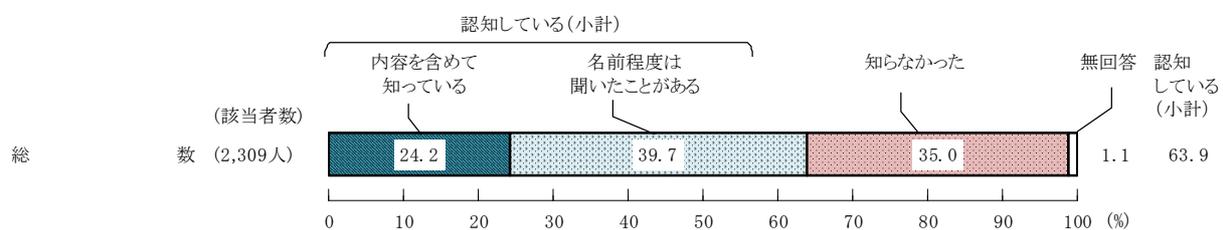
## 11 「食事バランスガイド」について

### (1) 「食事バランスガイド」の認知度

「食事バランスガイド」を知っているか聞いたところ、『認知している』と回答した人の割合が63.9%（「内容を含めて知っている」24.2%+「名前程度は聞いたことがある」39.7%）、「知らなかった」と回答した人の割合が35.0%となっている。（図11-1）

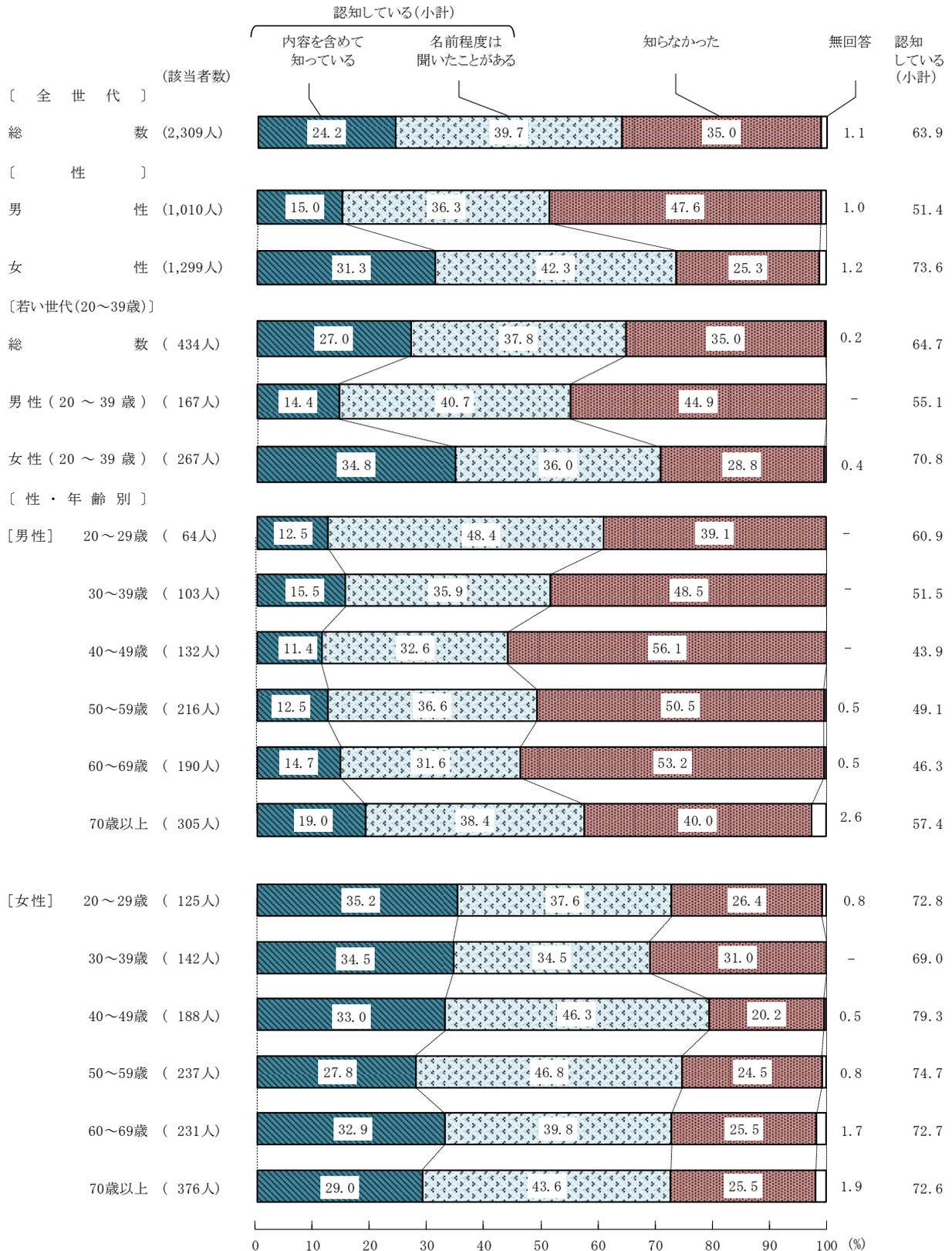
問25 あなたは、「食事バランスガイド」をご存じですか。

図11-1 「食事バランスガイド」の認知度



「食事バランスガイド」の認知度について性別にみると、「食事バランスガイド」を『認知している』と回答した人の割合は女性で高く、「知らなかった」と回答した人の割合は男性で高い。

図 11-1-1 「食事バランスガイド」の認知度



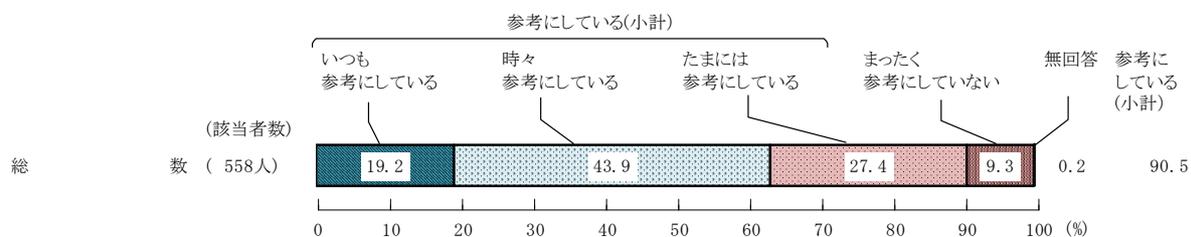
## (2) 「食事バランスガイド」の参考度

「食事バランスガイド」を「内容を含めて知っている」と回答した人に、「食事バランスガイド」をどの程度参考に行っているか聞いたところ、『参考に行っている』と回答した人の割合が90.5%（「いつも参考に行っている」19.2%+「時々参考に行っている」43.9%+「たまには参考に行っている」27.4%）、「まったく参考に行っていない」と回答した人の割合が9.3%となっている。（図11-2）

【問25で「1 内容を含めて知っている」と答えた方に】

問25-1 あなたは食事や買物の際、「食事バランスガイド」をどの程度参考に行っていますか。

図11-2 「食事バランスガイド」の参考度



「食事バランスガイド」の参考度について、性別にみると、大きな差異は見られない。  
 性・年齢別にみると、男性・女性ともに70歳以上で「いつも参考にしている」と回答した人の割合が高い。

図 11-2-1 「食事バランスガイド」の参考度

