

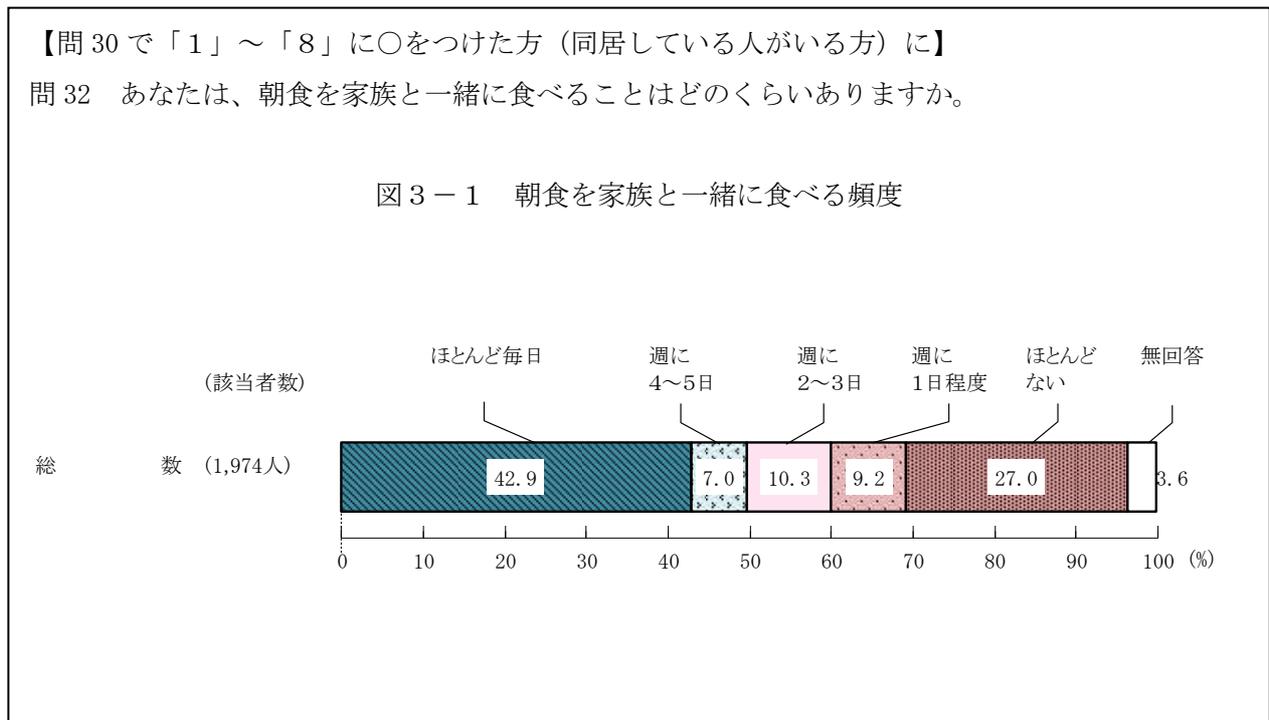
3 共食の状況について

(1) 朝食を家族と一緒に食べる頻度

家族と同居している人に、朝食を家族と一緒に食べる頻度について聞いた。

朝食を家族と一緒に食べる頻度について、「ほとんど毎日」と回答した人の割合が42.9%、「週に4～5日」と回答した人の割合が7.0%、「週に2～3日」と回答した人の割合が10.3%、「週に1日程度」と回答した人の割合が9.2%、「ほとんどない」と回答した人の割合が27.0%となっている。

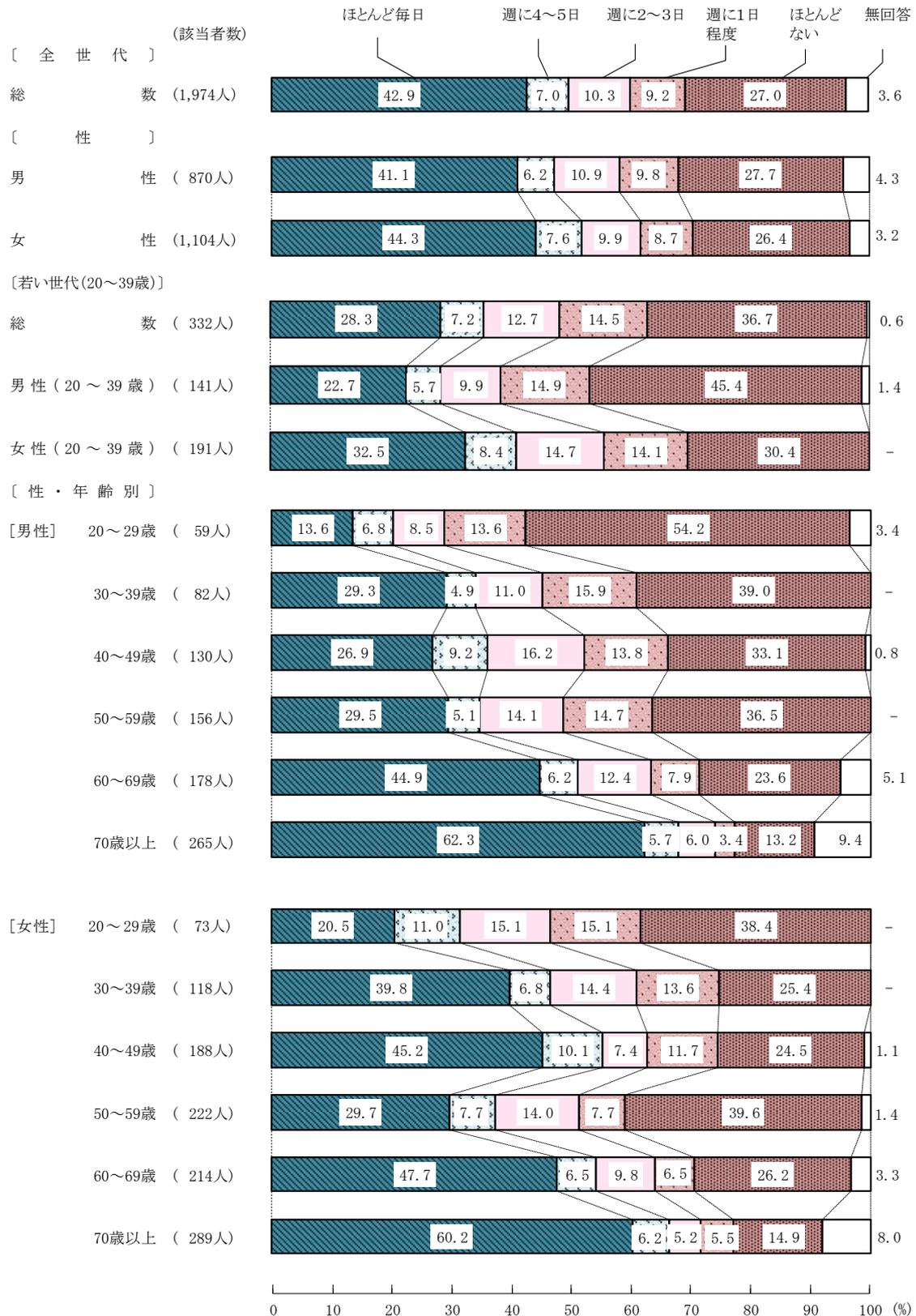
(図3-1)



朝食を家族と一緒に食べる頻度について、性別にみると、「ほとんど毎日」と回答した人の割合は女性で高く、「ほとんどない」と回答した人の割合は男性で高い。

若い世代（20～39歳）では、「ほとんどない」と回答した人の割合が高い。

図3-1-1 朝食を家族と一緒に食べる頻度



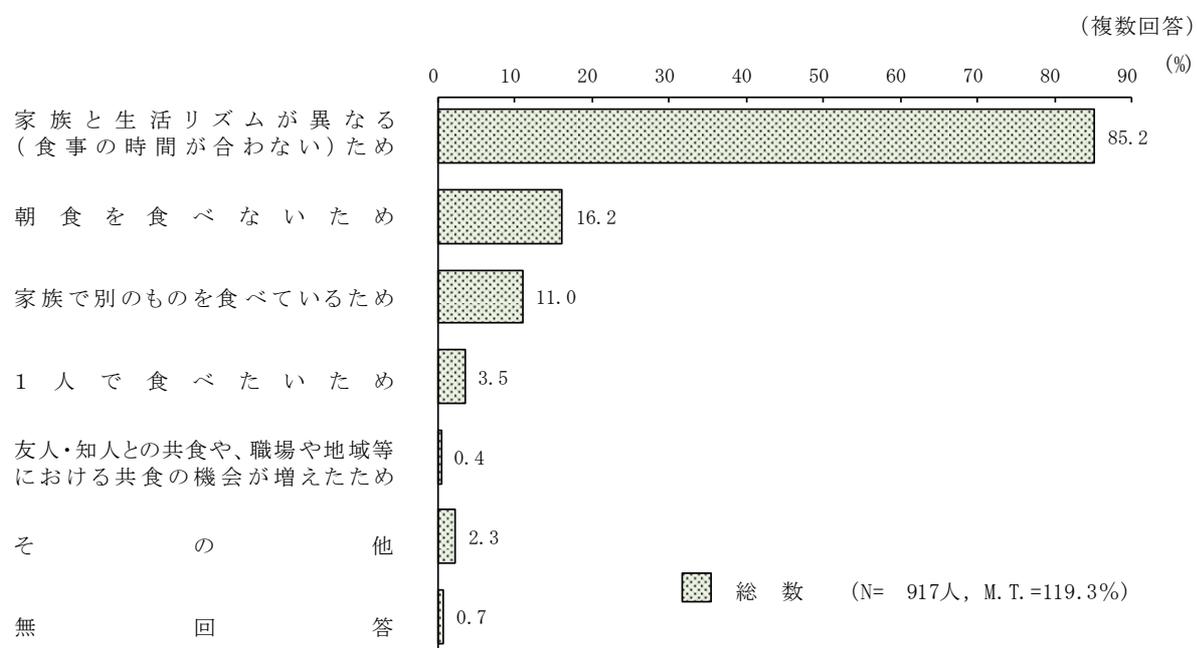
(2) 朝食を家族と一緒にとらない理由

家族との朝食の共食の頻度が週に2～3回以下の人に、朝食を家族と一緒にとらない理由を聞いたところ、「家族と生活リズムが異なる（食事の時間が合わない）ため」を挙げた人の割合が85.2%と最も高く、次いで、「朝食を食べないため」（16.2%）、「家族で別のものを食べているため」（11.0%）の順となっている。（複数回答、上位3項目）（図3-2）

【問32で「3」～「5」に○をつけた方（共食の頻度が週に2～3回以下の方）に】

問32-1 あなたが家族と一緒に朝食をとらない理由は何ですか。（M.A.）

図3-2 朝食を家族と一緒にとらない理由



朝食を家族と一緒にとらない理由について、性・年代別にみると、「朝食を食べないため」を挙げた人の割合は男性30代、40代と女性40代で高い。

表3-2 朝食を家族と一緒にとらない理由

(複数回答)

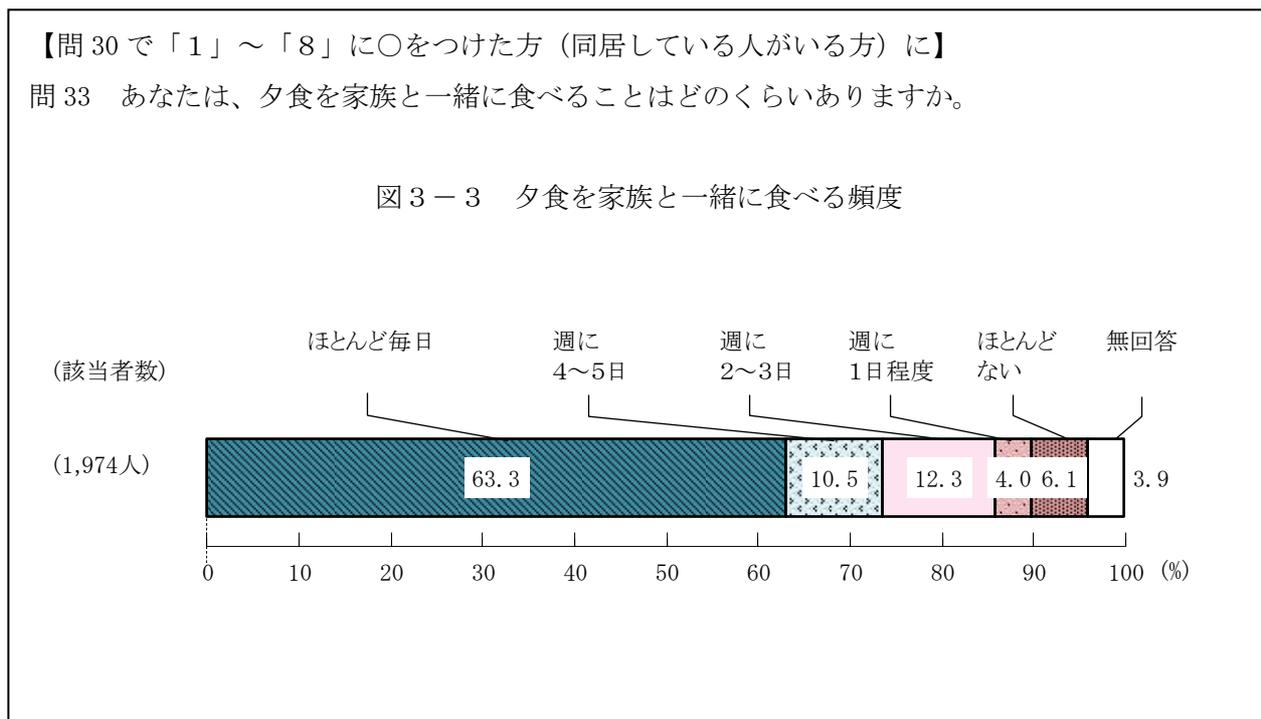
	該 当 者 数	(家 族 と 食 事 の 時 間 が 合 わ な い た め な る	朝 食 を 食 べ な い た め	家 族 で 別 の も の を 食 べ て い る た め	1 人 で 食 べ た い た め	に 友 人 ・ 知 人 と の 共 食 の 機 会 が 増 え た た め 等	そ の 他	無 回 答	計 (M.T.)
	人	%	%	%	%	%	%	%	%
[全 世 代]									
総 数	917	85.2	16.2	11.0	3.5	0.4	2.3	0.7	119.3
[性 別]									
男 性	421	83.6	17.3	11.2	3.8	0.7	2.1	0.7	119.5
女 性	496	86.5	15.3	10.9	3.2	0.2	2.4	0.6	119.2
[若い世代(20~39歳)]									
総 数	212	78.3	22.6	12.7	4.2	1.4	3.3	0.5	123.1
男 性 (20 ~ 39 歳)	99	73.7	26.3	8.1	5.1	3.0	2.0	1.0	119.2
女 性 (20 ~ 39 歳)	113	82.3	19.5	16.8	3.5	-	4.4	-	126.5
[性 ・ 年 齢]									
(男 性)									
20 ~ 29 歳	45	77.8	22.2	6.7	4.4	6.7	2.2	2.2	122.2
30 ~ 39 歳	54	70.4	29.6	9.3	5.6	-	1.9	-	116.7
40 ~ 49 歳	82	81.7	28.0	7.3	1.2	-	-	-	118.3
50 ~ 59 歳	102	83.3	19.6	8.8	3.9	-	2.9	-	118.6
60 ~ 69 歳	78	93.6	3.8	15.4	3.8	-	2.6	-	119.2
70 歳 以 上	60	90.0	1.7	20.0	5.0	-	3.3	3.3	123.3
(女 性)									
20 ~ 29 歳	50	84.0	20.0	12.0	2.0	-	2.0	-	120.0
30 ~ 39 歳	63	81.0	19.0	20.6	4.8	-	6.3	-	131.7
40 ~ 49 歳	82	87.8	24.4	9.8	3.7	-	1.2	1.2	128.0
50 ~ 59 歳	136	91.9	13.2	6.6	4.4	-	1.5	-	117.6
60 ~ 69 歳	91	82.4	13.2	9.9	3.3	-	2.2	1.1	112.1
70 歳 以 上	74	86.5	5.4	12.2	-	1.4	2.7	1.4	109.5

(3) 夕食を家族と一緒に食べる頻度

家族と同居している人に、夕食を家族と一緒に食べる頻度について聞いた。

夕食を家族と一緒に食べる頻度について、「ほとんど毎日」と回答した人の割合が63.3%、「週に4～5日」と回答した人の割合が10.5%、「週に2～3日」と回答した人の割合が12.3%、「週に1日程度」と回答した人の割合が4.0%、「ほとんどない」と回答した人の割合が6.1%となっている。

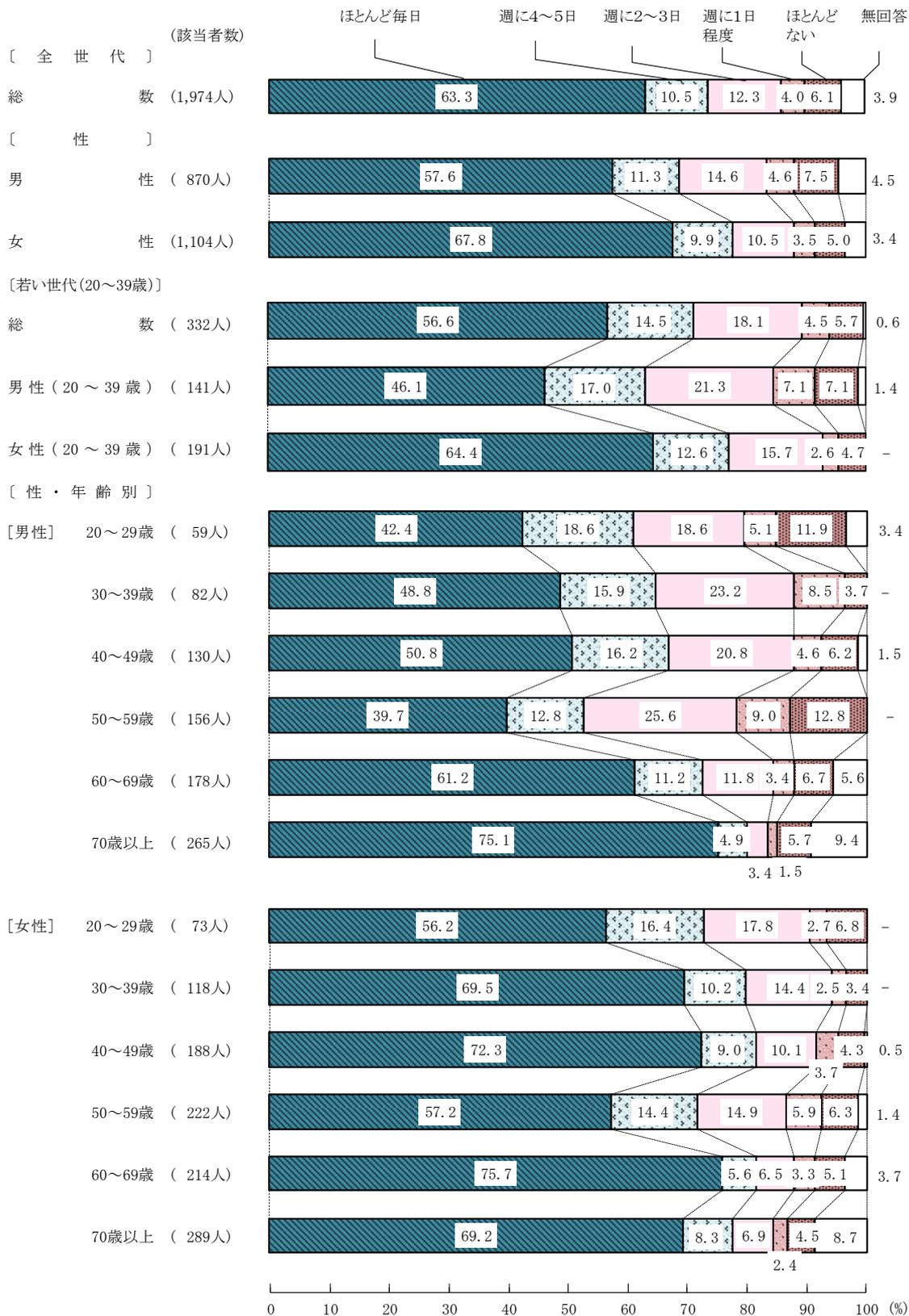
(図3-3)



夕食を家族と一緒に食べる頻度について、性別にみると、「ほとんど毎日」と回答した人の割合は女性で高い。

若い世代（20～39歳）の男性では、「ほとんど毎日」と回答した人の割合が低い。

図3-3-1 夕食を家族と一緒に食べる頻度



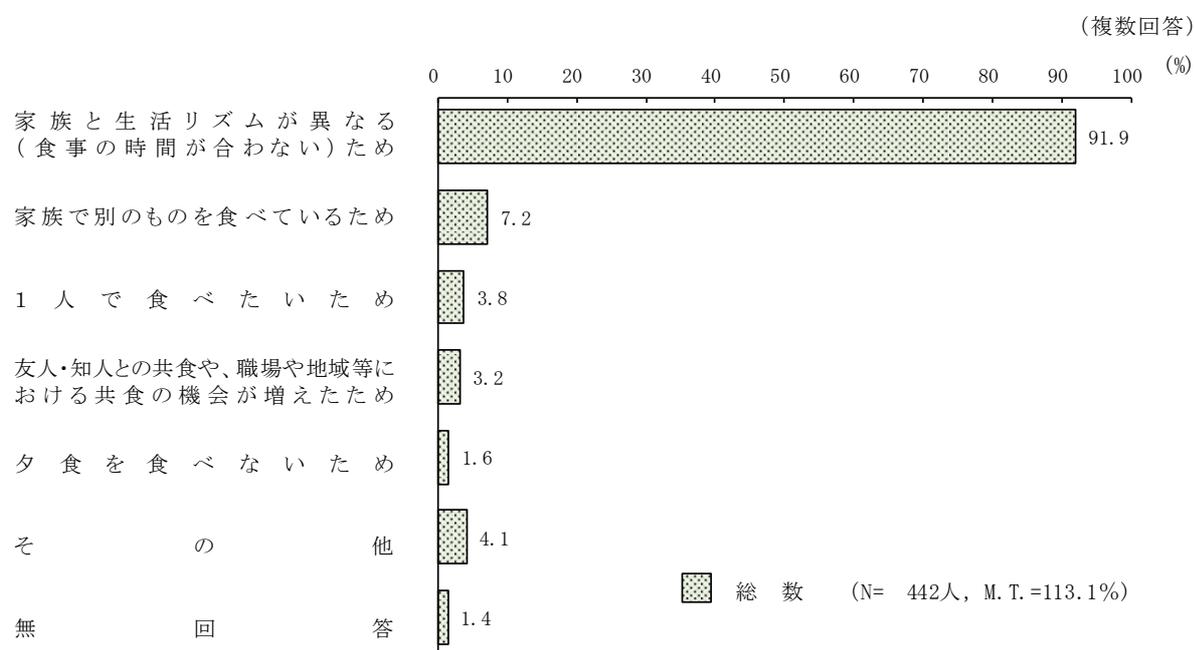
(4) 夕食を家族と一緒にとらない理由

家族との夕食の共食の頻度が週に2～3回以下の人に、夕食を家族と一緒にとらない理由を聞いたところ、「家族と生活リズムが異なる（食事の時間が合わない）ため」を挙げた人の割合が91.9%と最も高く、次いで、「家族で別のものを食べているため」（7.2%）、「1人で食べたいため」（3.8%）の順となっている。（複数回答、上位3項目）（図3-4）

【問33で「3」～「5」に○をつけた方（共食の頻度が週に2～3回以下の方）に】

問33-1 あなたが家族と一緒に夕食をとらない理由は何ですか。（M.A.）

図3-4 夕食を家族と一緒にとらない理由



夕食を家族と一緒にとらない理由について、性別、性・年齢別にみると、特に大きな差はみられなかった。

表3-4 夕食を家族と一緒にとらない理由

	該 当 者 数	（家族 と食事 の時間 が合わ ない） た る	家 族 で 別 の も の を 食 べ て い る た め	1 人 で 食 べ た い た め	に 友 人 ・ 知 人 と の 共 食 の 機 会 が 増 え た た め 等	夕 食 を 食 べ な い た め	そ の 他	回 答 計	計 (M.T.)
	人	%	%	%	%	%	%	%	%
[全 世 代]									
総 数	442	91.9	7.2	3.8	3.2	1.6	4.1	1.4	113.1
[性]									
男 性	232	90.1	6.5	3.9	3.9	1.7	3.4	1.7	111.2
女 性	210	93.8	8.1	3.8	2.4	1.4	4.8	1.0	115.2
[若い世代(20～39歳)]									
総 数	94	93.6	9.6	6.4	8.5	3.2	2.1	1.1	124.5
男 性 (20 ～ 39 歳)	50	90.0	8.0	6.0	12.0	2.0	2.0	2.0	122.0
女 性 (20 ～ 39 歳)	44	97.7	11.4	6.8	4.5	4.5	2.3	-	127.3
[性 ・ 年 齢]									
(男 性)									
20 ～ 29 歳	21	90.5	4.8	4.8	23.8	-	-	4.8	128.6
30 ～ 39 歳	29	89.7	10.3	6.9	3.4	3.4	3.4	-	117.2
40 ～ 49 歳	41	92.7	-	-	2.4	-	4.9	-	100.0
50 ～ 59 歳	74	93.2	4.1	5.4	1.4	1.4	2.7	-	108.1
60 ～ 69 歳	39	84.6	2.6	2.6	2.6	5.1	5.1	5.1	107.7
70 歳 以 上	28	85.7	25.0	3.6	-	-	3.6	3.6	121.4
(女 性)									
20 ～ 29 歳	20	100.0	20.0	5.0	10.0	-	-	-	135.0
30 ～ 39 歳	24	95.8	4.2	8.3	-	8.3	4.2	-	120.8
40 ～ 49 歳	34	100.0	8.8	5.9	-	2.9	-	-	117.6
50 ～ 59 歳	60	100.0	3.3	1.7	1.7	-	-	-	106.7
60 ～ 69 歳	32	78.1	6.3	6.3	3.1	-	9.4	-	103.1
70 歳 以 上	40	87.5	12.5	-	2.5	-	15.0	5.0	122.5

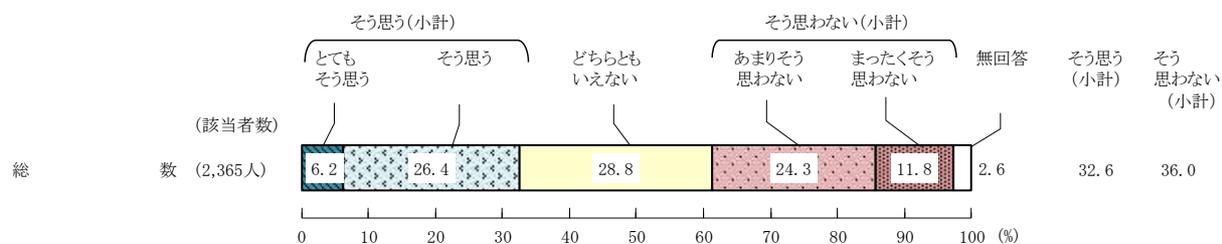
(5) 地域等での共食に対する意識

地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等の機会があれば、参加したいと思うか聞いたところ、『そう思う』と回答した人の割合が32.6%（「とてもそう思う」6.2%+「そう思う」26.4%）、「どちらともいえない」と回答した人の割合が28.8%、『そう思わない』と回答した人の割合が36.0%（「あまりそう思わない」24.3%+「まったくそう思わない」11.8%）となっている。

(図3-5)

問8 地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等の機会があれば、あなたは参加したいと思いますか。

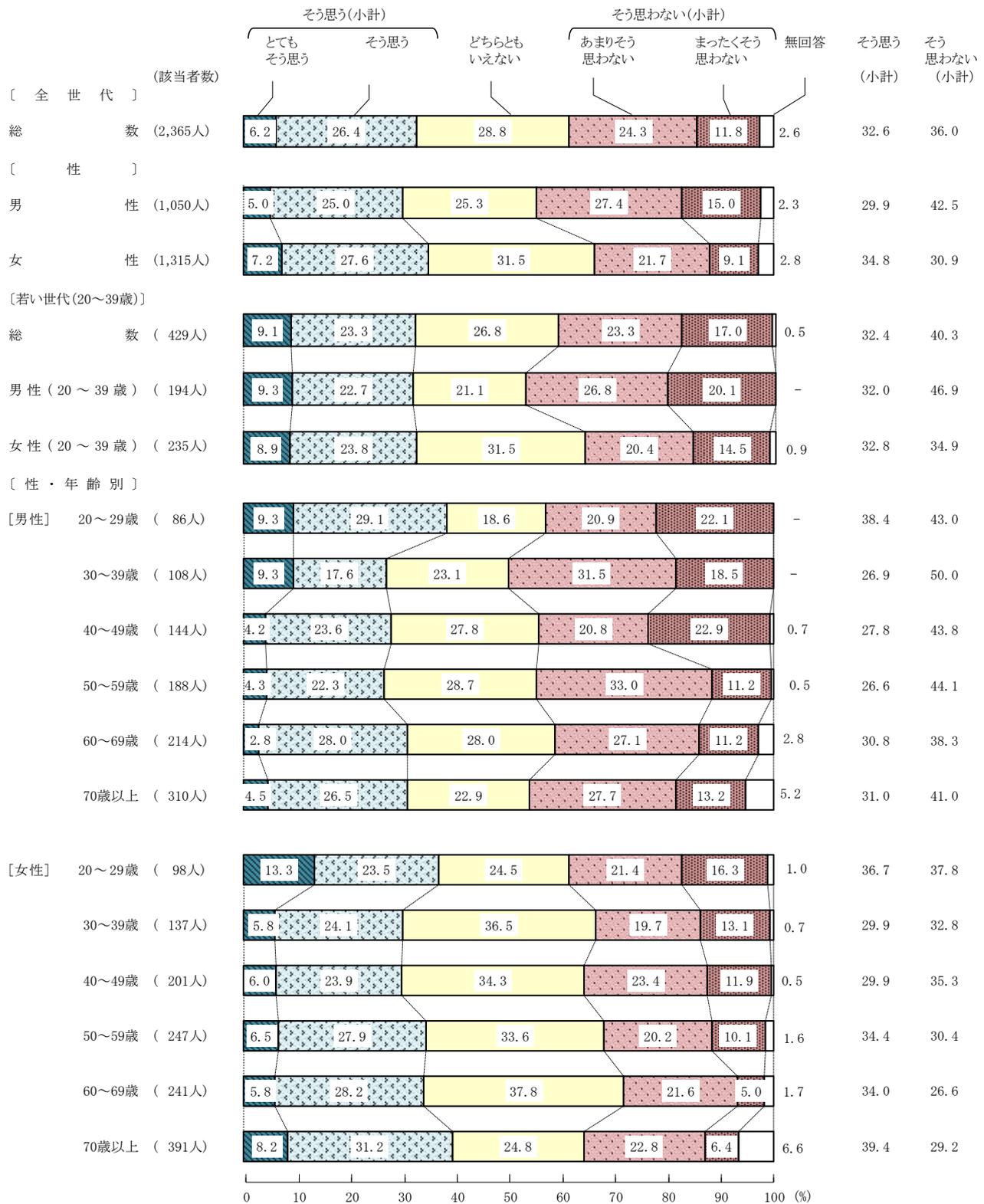
図3-5 地域等での共食に対する意識



地域等での共食に参加したいかについて、性別にみると、『そう思う』と回答した人の割合は女性で高く、『そう思わない』と回答した人の割合は男性で高い。

性・年齢別にみると、『そう思う』と回答した人の割合は女性の70歳以上で高い。

図3-5-1 地域等での共食に対する意識



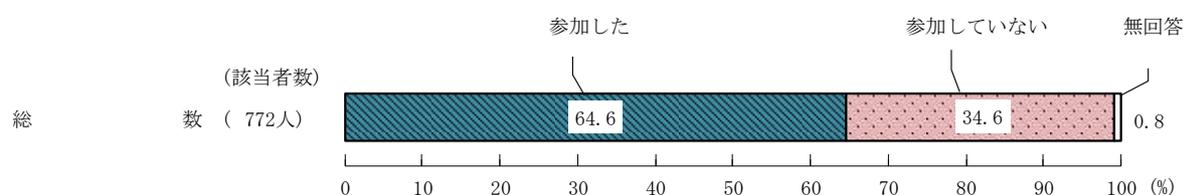
(6) 地域等での共食経験

地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等の機会があれば、参加したいと思うかについて、「とてもそう思う」または「そう思う」と回答した人に、過去1年間の参加経験を聞いたところ、「参加した」と回答した人の割合が64.6%、「参加していない」と回答した人の割合が34.6%となっている。（図3-6）

【問8で「1 とてもそう思う」または「2 そう思う」と答えた方に】

問8-1 あなたは、過去1年間に、地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等に参加しましたか。

図3-6 地域等での共食経験



「第4次食育推進基本計画」の目標
・地域等で共食したいと思う人が共食する割合
目標値（令和7年度）：75%以上

過去1年間の地域等での共食経験について、性別、性・年齢別にみると、特に大きな差はみられなかった。

図3-6-1 地域等での共食経験

