

食育に関する意識調査報告書

令和8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) 食育という言葉をどこで知ったか	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) 主食、主菜、副菜のうち食べられていないもの	20
(4) 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	22
(5) 朝食を食べる頻度	24
(6) 朝食を食べるために必要なこと	26
(7) 朝食を食べないことがあるようになった時期	28
(8) ふだんの食事の準備	30
(9) 経済的理由により食料が購入できなかった経験	32
(10) 過去1年間のフードパントリー等の利用の有無	34
(11) 過去1年間のこども食堂の利用の有無	35
(12) 食への活動で重要だと考えること	36
3 共食の状況について	38
(1) 朝食を家族と一緒に食べる頻度	38
(2) 朝食を家族と一緒にとらない理由	40
(3) 夕食を家族と一緒に食べる頻度	42
(4) 夕食を家族と一緒にとらない理由	44
(5) 地域等での共食に対する意識	46
(6) 地域等での共食経験	48
4 生活習慣病の予防や改善に関する実践状況について	50
(1) 生活習慣病の予防や改善に関する実践	50
(2) ふだんゆっくりよく噛んで食べているか	52

5 食育の推進に関わるボランティア活動について	54
(1) 食育の推進に関わるボランティア活動の参加	54
(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	56
6 食文化について	58
(1) 食文化を受け継ぐこと意識	58
(2) 食文化を受け継いでいるか	60
(3) 食文化を受け継ぐために必要なこと	62
(4) 食文化に関して受け継いでいること	64
(5) 食文化を受け継ぐとき	66
(6) 食文化を伝えているか	68
(7) 食文化に関して伝えていること	70
(8) 食文化を伝えるとき	72
(9) 食文化を伝えるために必要なこと	74
(10) 郷土料理や伝統料理を食べている頻度	76
(11) 郷土料理や伝統料理を食べない理由	78
7 農林漁業体験について	80
(1) 農林漁業体験への参加	80
(2) 農林漁業体験に参加して変化したこと	82
(3) 参加した農林漁業体験	84
(4) 誰が農林漁業体験に参加したか	86
(5) 農林漁業体験への参加時期	88
(6) 農林漁業体験に参加していない理由	90
(7) 農林漁業体験に参加するための工夫	92
(8) 農林漁業体験以外の生産者と直接つながる活動への参加	94
(9) 参加した農林漁業体験以外の生産者と直接つながる活動	96
8 環境への配慮や産地・生産者を意識することについて	97
(1) 環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいるか	97
(2) 選んでいる環境に配慮した農林水産物・食品	99
(3) 環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいない理由	101
(4) 調理をする際の環境への配慮	103
(5) 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	105
(6) 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶようになったきっかけ	107
9 非常食の用意について	109
(1) 非常食の用意	109

10	食品の安全性について	111
(1)	食品の安全性に関する知識	111
(2)	食品の安全性に対する判断	113
(3)	安全な食生活を送るためのポイント	115
11	「食事バランスガイド」について	122
(1)	「食事バランスガイド」の認知度	122
(2)	「食事バランスガイド」の参考度	124
12	「日本型食生活」について	126
(1)	「日本型食生活」の実践度	126
(2)	ごはんを食べる頻度	128
IV	調査票	131
V	集計表	157
VI	標本抽出方法	275