

### 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。

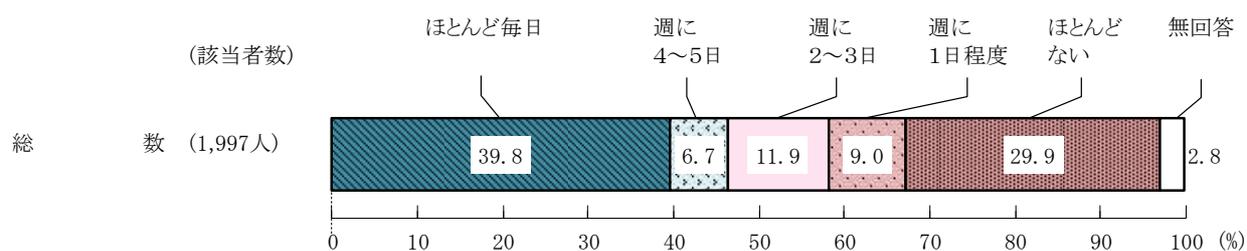
朝食を家族と一緒に食べる頻度について、「ほとんど毎日」と回答した人の割合が39.8%、「週に4～5日」と回答した人の割合が6.7%、「週に2～3日」と回答した人の割合が11.9%、「週に1日程度」と回答した人の割合が9.0%、「ほとんどない」と回答した人の割合が29.9%となっている。

(図3-1)

【問32で「1」～「8」に○をつけた方（同居している人がいる方）に】

問34 あなたは、朝食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。

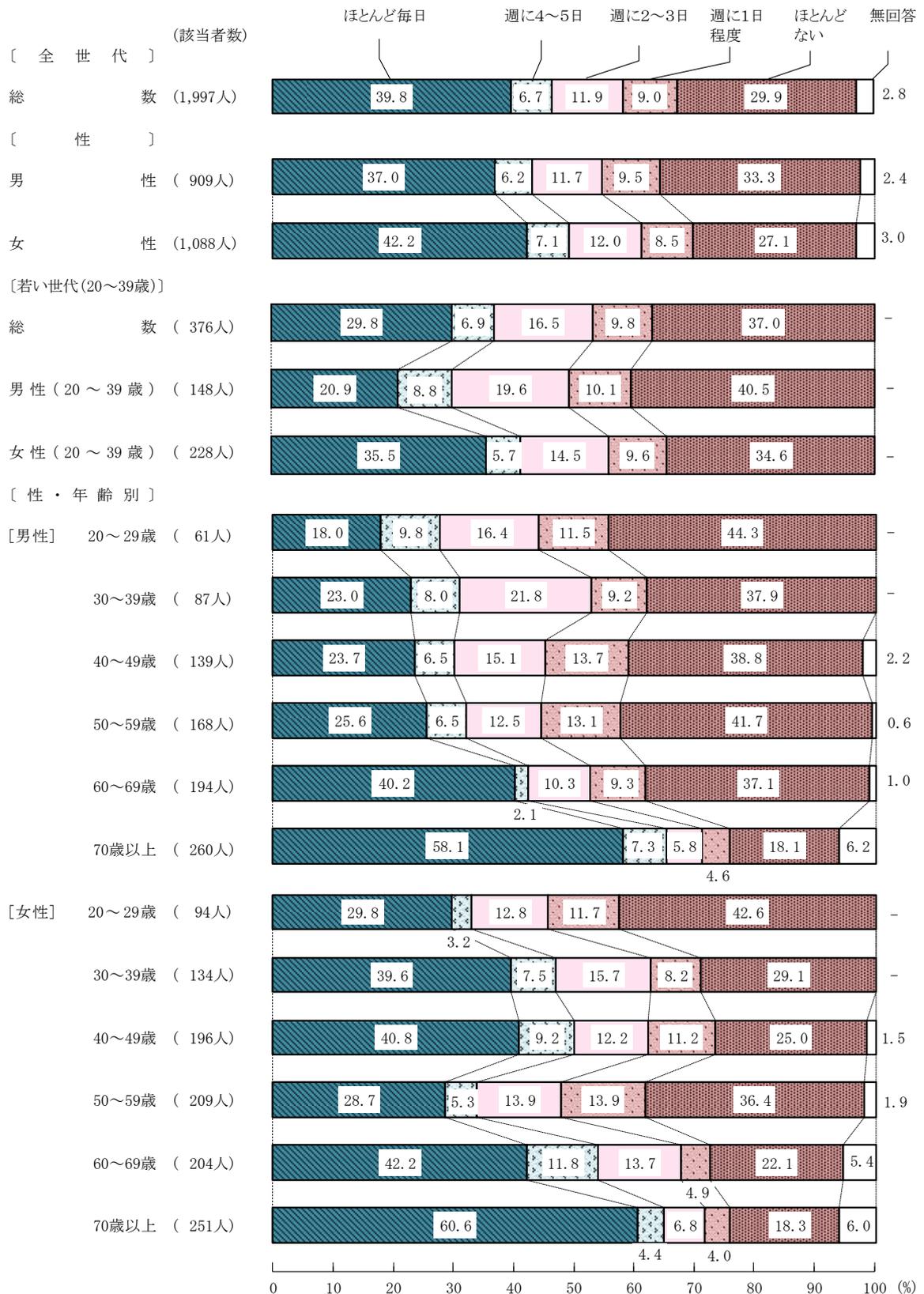
図3-1 朝食を家族と一緒に食べる頻度



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



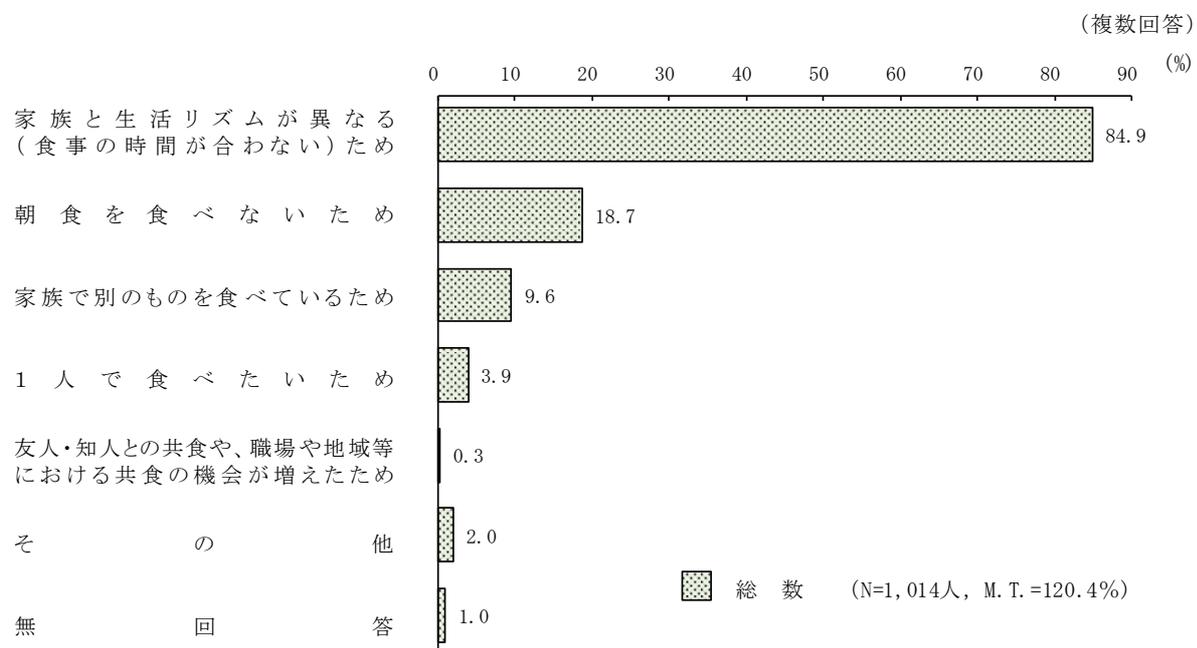
(2) 朝食を家族と一緒にとらない理由

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84.9%と最も高く、次いで、「朝食を食べないため」（18.7%）となっている。（複数回答、上位2項目）（図3-2）

【問34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34-1 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・年齢別にみると、「朝食を食べないため」を挙げた人の割合は女性の20歳代で高い。

表3-2 朝食を家族と一緒にとらない理由

(複数回答)

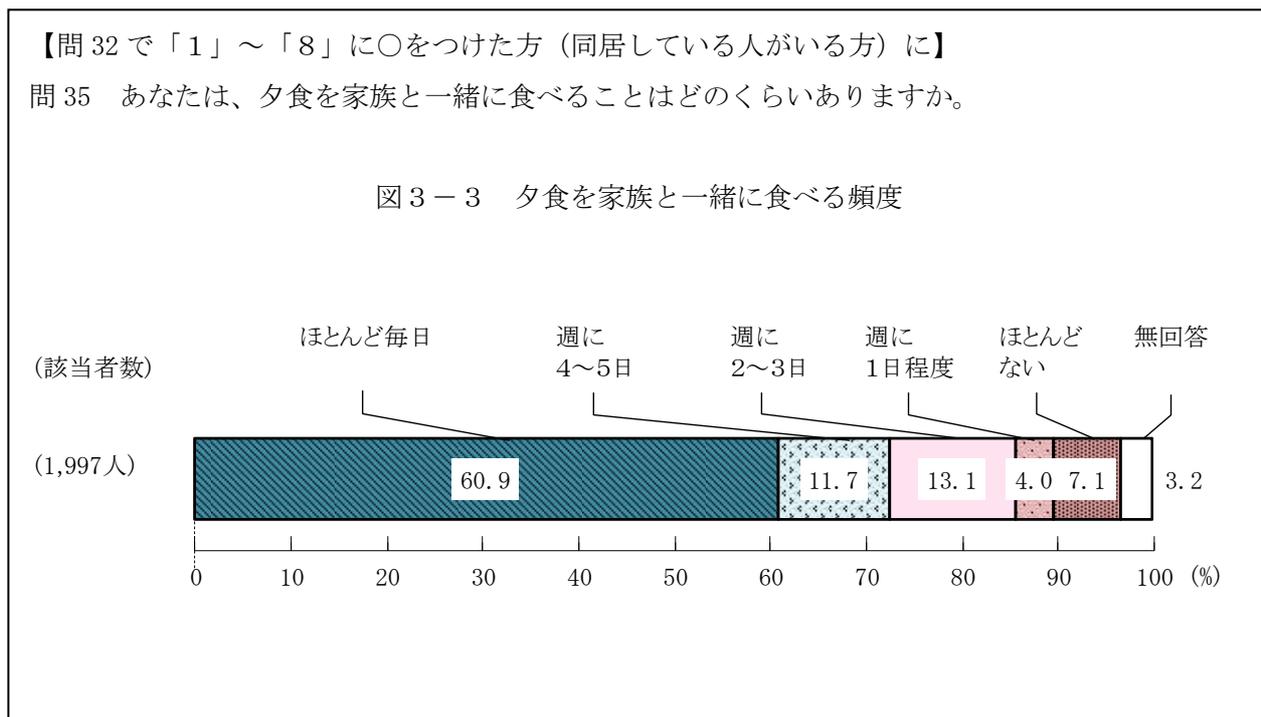
	該 当 者 数	(家 族 と 生 活 リ ズ ム が 合 わ な い た め な る )	朝 食 を 食 べ な い た め	家 族 で 別 の も の を 食 べ て い る た め	1 人 で 食 べ た い た め	に 友 人 ・ 知 人 と の 共 食 の 機 会 が 増 え た た め 等	そ の 他	無 回 答	計 (M.T.)
	人	%	%	%	%	%	%	%	%
[ 全 世 代 ]									
総 数	1,014	84.9	18.7	9.6	3.9	0.3	2.0	1.0	120.4
[ 性 ]									
男 性	495	85.5	19.8	9.3	2.6	0.6	1.6	1.2	120.6
女 性	519	84.4	17.7	9.8	5.2	-	2.3	0.8	120.2
[ 若い世代(20~39歳) ]									
総 数	238	80.7	26.5	8.0	7.1	0.8	1.3	0.4	124.8
男 性 ( 20 ~ 39 歳 )	104	83.7	23.1	6.7	6.7	1.9	1.9	-	124.0
女 性 ( 20 ~ 39 歳 )	134	78.4	29.1	9.0	7.5	-	0.7	0.7	125.4
[ 性 ・ 年 齢 ]									
( 男 性 )									
20 ~ 29 歳	44	86.4	27.3	11.4	4.5	-	-	-	129.5
30 ~ 39 歳	60	81.7	20.0	3.3	8.3	3.3	3.3	-	120.0
40 ~ 49 歳	94	89.4	24.5	7.4	-	1.1	-	-	122.3
50 ~ 59 歳	113	88.5	20.4	6.2	1.8	-	0.9	1.8	119.5
60 ~ 69 歳	110	80.0	18.2	10.9	0.9	-	2.7	1.8	114.5
70 歳 以 上	74	86.5	10.8	17.6	4.1	-	2.7	2.7	124.3
( 女 性 )									
20 ~ 29 歳	63	87.3	33.3	4.8	6.3	-	-	1.6	133.3
30 ~ 39 歳	71	70.4	25.4	12.7	8.5	-	1.4	-	118.3
40 ~ 49 歳	95	88.4	14.7	3.2	3.2	-	1.1	1.1	111.6
50 ~ 59 歳	134	88.8	13.4	11.9	5.2	-	3.0	-	122.4
60 ~ 69 歳	83	85.5	12.0	8.4	2.4	-	6.0	-	114.5
70 歳 以 上	73	80.8	15.1	17.8	6.8	-	1.4	2.7	124.7

### (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 60.9%、「週に 4～5 日」と回答した人の割合が 11.7%、「週に 2～3 日」と回答した人の割合が 13.1%、「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 7.1%となっている。

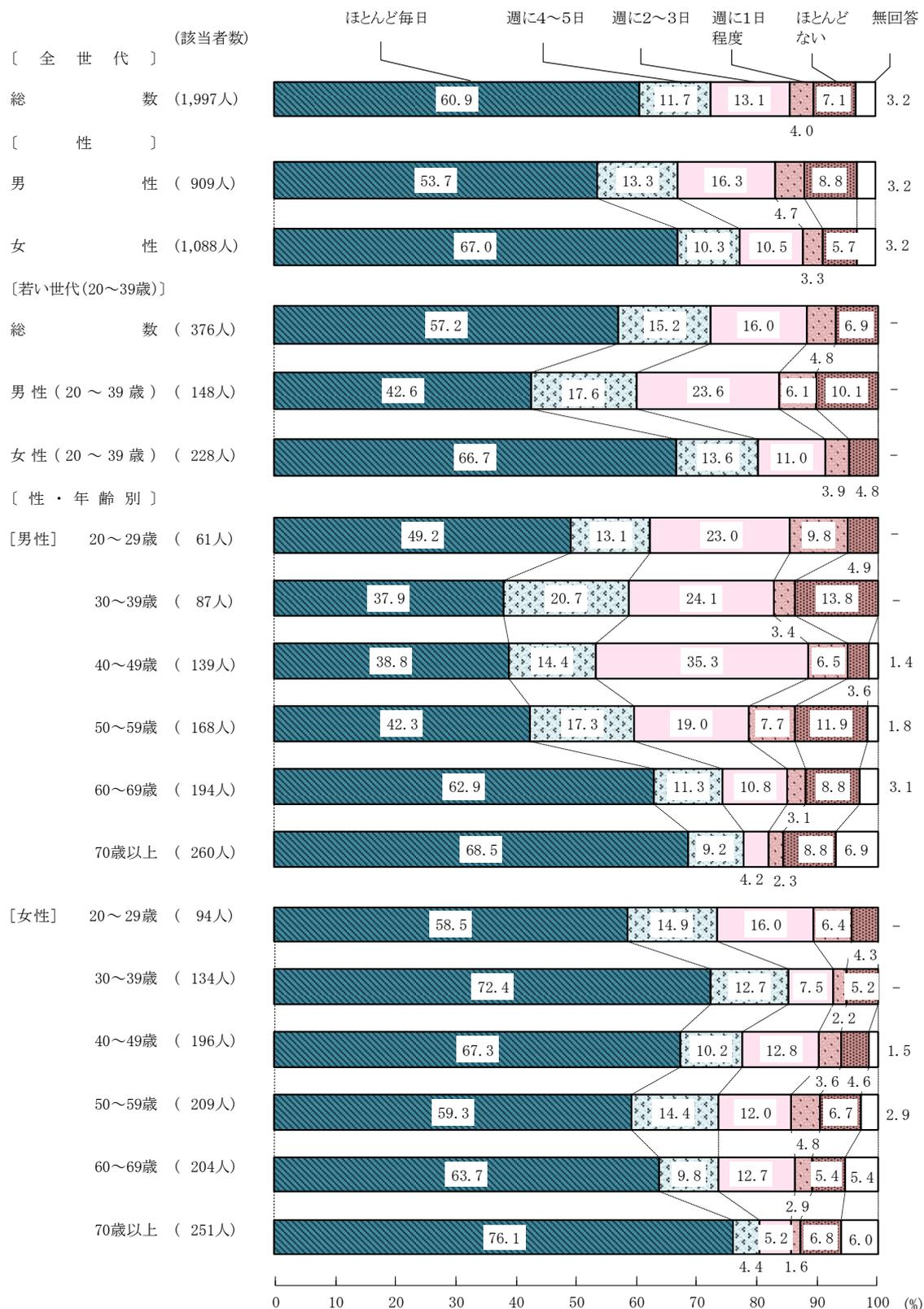
(図 3-3)



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。

性・年齢別にみると、「ほとんど毎日」と回答した人の割合は男性の70歳以上、女性の30歳代、70歳以上で高い。

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

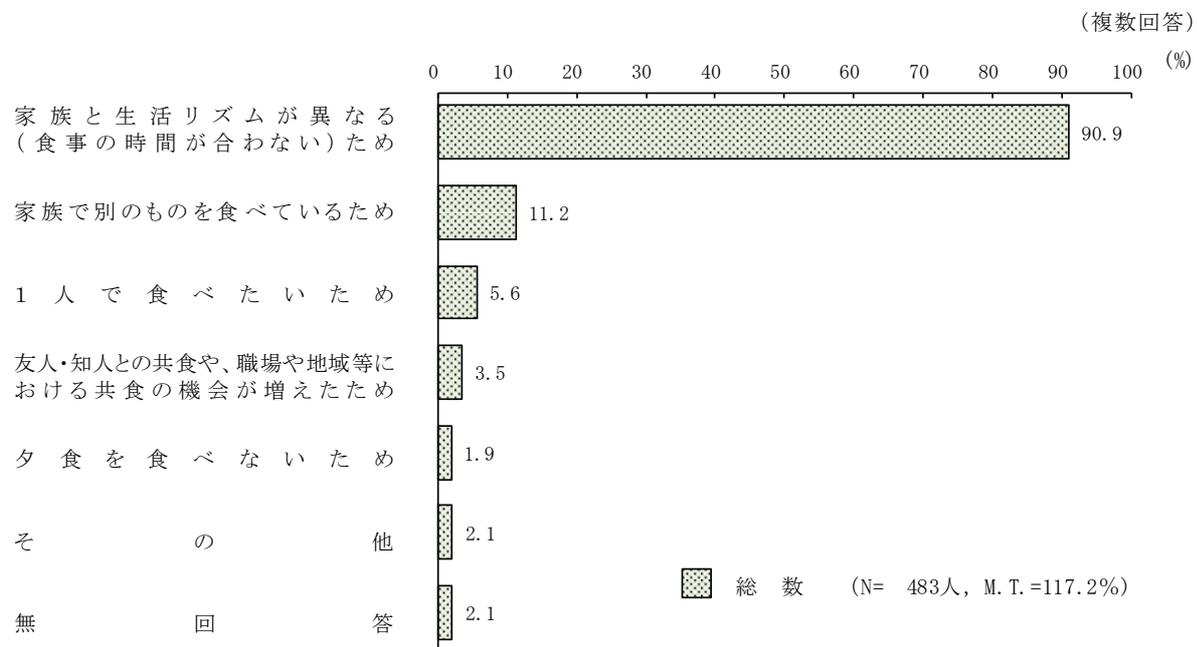
家族との夕食の共食の頻度が週に2～3回以下の人に、夕食を家族と一緒にとらない理由を聞いたところ、「家族と生活リズムが異なる（食事の時間が合わない）ため」を挙げた人の割合が90.9%と最も高く、次いで、「家族で別のものを食べているため」（11.2%）となっている。

（複数回答、上位2項目）（図3-4）

【問35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35-1 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

(複数回答)

	該 当 者 数	(家族と生活リズムが異なるため 食事の時間が合わない)	家族で別のものを食べているため	1 人 で 食 べ た い た め	友人・知人との共食や、職場や地域等 における共食の機会が増えたため	夕 食 を 食 べ な い た め	そ の 他	回 答 計	計 (M.T.)
	人	%	%	%	%	%	%	%	%
[全世代] 総数	483	90.9	11.2	5.6	3.5	1.9	2.1	2.1	117.2
[性別] 男性	271	90.4	8.9	3.7	3.7	1.5	2.2	3.3	113.7
女性	212	91.5	14.2	8.0	3.3	2.4	1.9	0.5	121.7
[若い世代(20~39歳)] 総数	104	91.3	11.5	10.6	7.7	2.9	1.9	1.0	126.9
男性(20~39歳)	59	91.5	8.5	10.2	6.8	5.1	1.7	1.7	125.4
女性(20~39歳)	45	91.1	15.6	11.1	8.9	-	2.2	-	128.9
[性・年齢] (男性)									
20~29歳	23	91.3	8.7	8.7	13.0	8.7	-	-	130.4
30~39歳	36	91.7	8.3	11.1	2.8	2.8	2.8	2.8	122.2
40~49歳	63	95.2	6.3	-	6.3	-	-	-	107.9
50~59歳	65	95.4	3.1	1.5	1.5	-	1.5	3.1	106.2
60~69歳	44	81.8	9.1	-	-	-	6.8	4.5	102.3
70歳以上	40	82.5	22.5	7.5	2.5	2.5	2.5	10.0	130.0
(女性)									
20~29歳	25	96.0	16.0	12.0	16.0	-	-	-	140.0
30~39歳	20	85.0	15.0	10.0	-	-	5.0	-	115.0
40~49歳	41	97.6	9.8	7.3	2.4	-	-	-	117.1
50~59歳	49	91.8	10.2	6.1	-	8.2	4.1	-	120.4
60~69歳	43	90.7	7.0	7.0	4.7	-	2.3	-	111.6
70歳以上	34	85.3	32.4	8.8	-	2.9	-	2.9	132.4

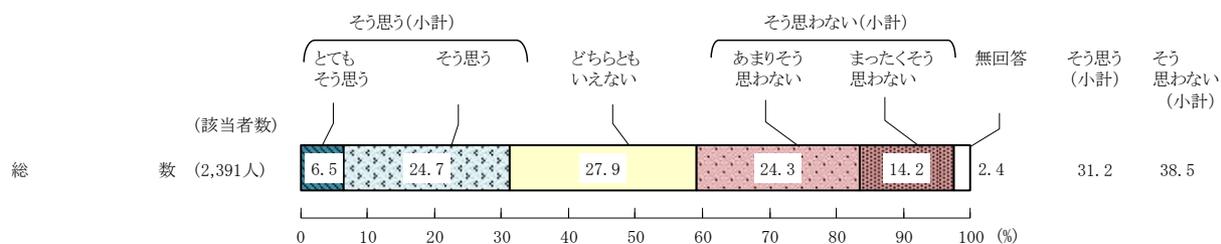
(5) 地域等での共食に対する意識

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31.2%（「とてもそう思う」6.5%+「そう思う」24.7%）、「どちらともいえない」と回答した人の割合が27.9%、『そう思わない』と回答した人の割合が38.5%（「あまりそう思わない」24.3%+「まったくそう思わない」14.2%）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。

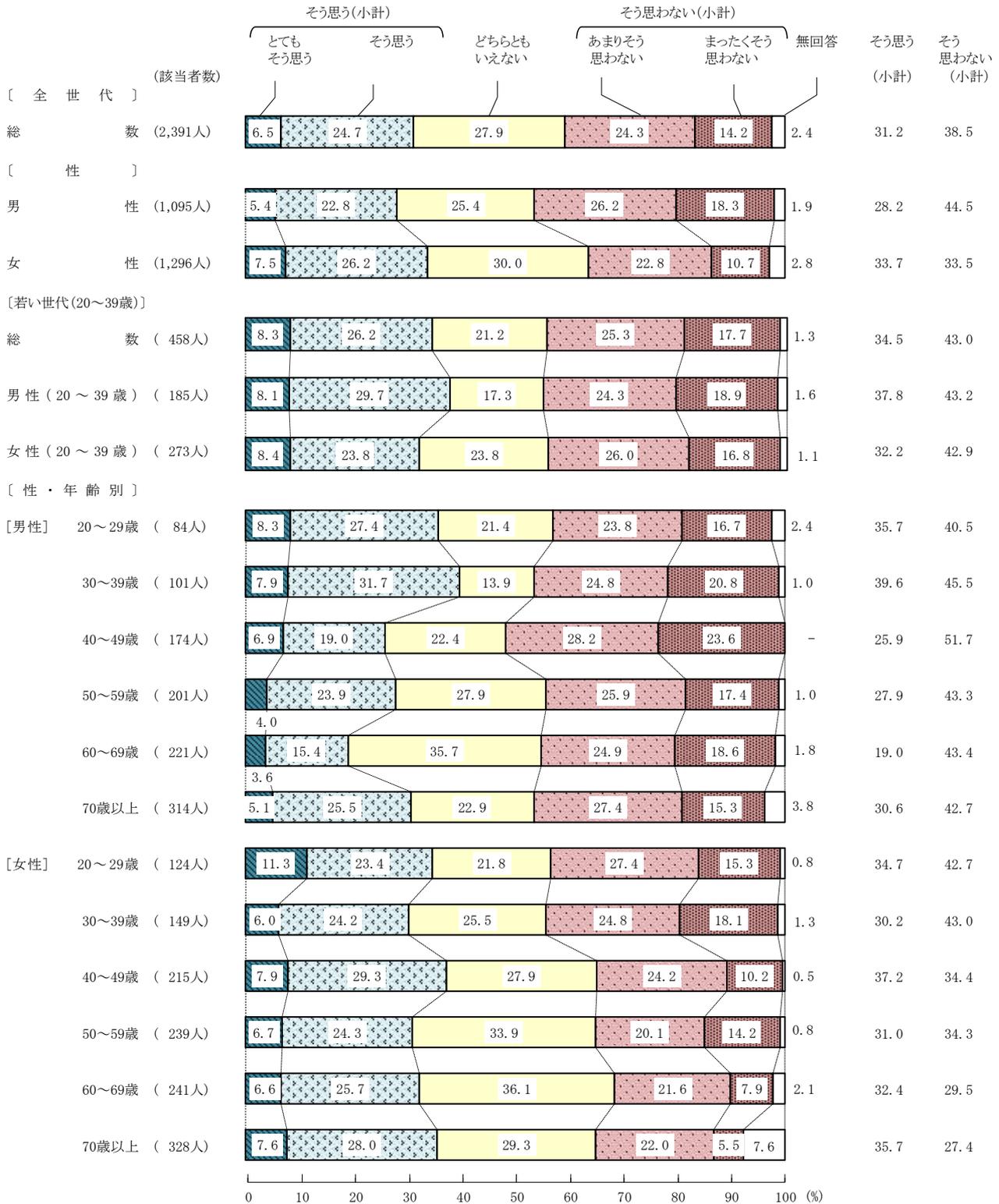
図3-5 地域等での共食に対する意識



地域等での共食に対する意識について、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。

若い世代（20～39歳）の男性では、『そう思う』と回答した人の割合が高い。

図3-5-1 地域等での共食に対する意識



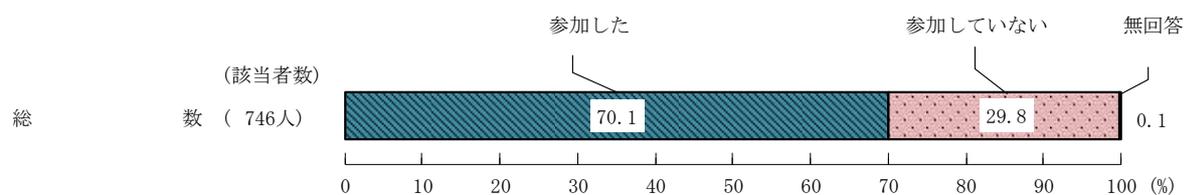
## (6) 地域等での共食経験

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70.1%、「参加していない」と回答した人の割合が29.8%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

