

5 調査結果の詳細

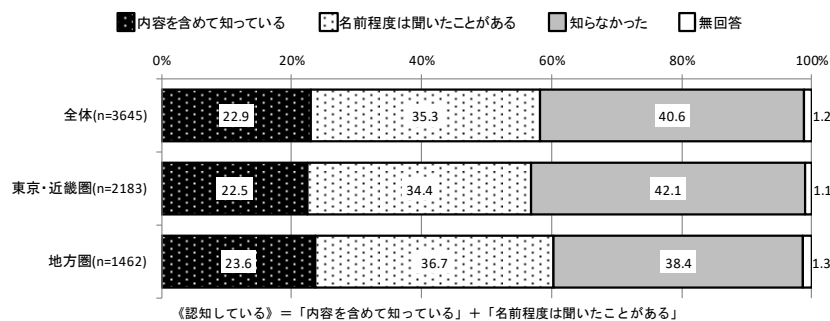
(1) 「食事バランスガイド」について

(1.1) 「食事バランスガイド」の認知度

「食事バランスガイド」を「内容を含めて知っている」は22.9%、「名前程度は聞いたことがある」が35.3%となっており、これらを合わせた《認知している》は58.2%となっている。

地域別にみた《認知している》は、地方圏（60.3%）が東京・近畿圏（56.8%）を3.5ポイント上回っている。

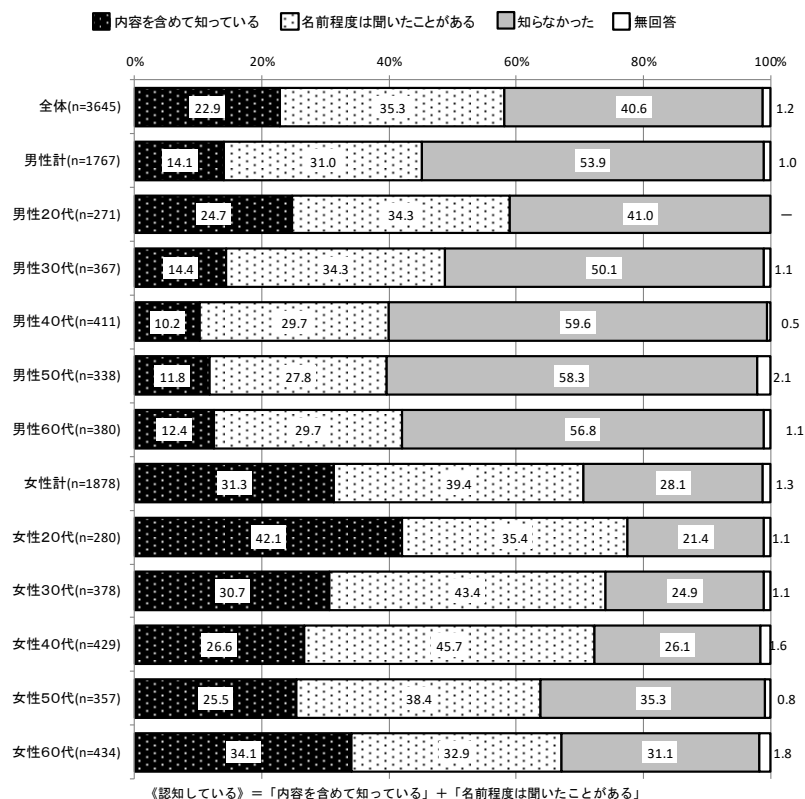
問1. 「食事バランスガイド」の認知度（地域別）



男女別にみると、「食事バランスガイド」を「内容を含めて知っている」は女性の31.3%に対し、男性で14.1%と、女性の半分以下に止まっており、《認知している》でも女性(70.6%)と男性(45.1%)の間で、大きな開きがみられる。

年代別では、「内容を含めて知っている」割合は、すべての年代で女性の方が高くなっている。

問1. 「食事バランスガイド」の認知度（性・年代別）

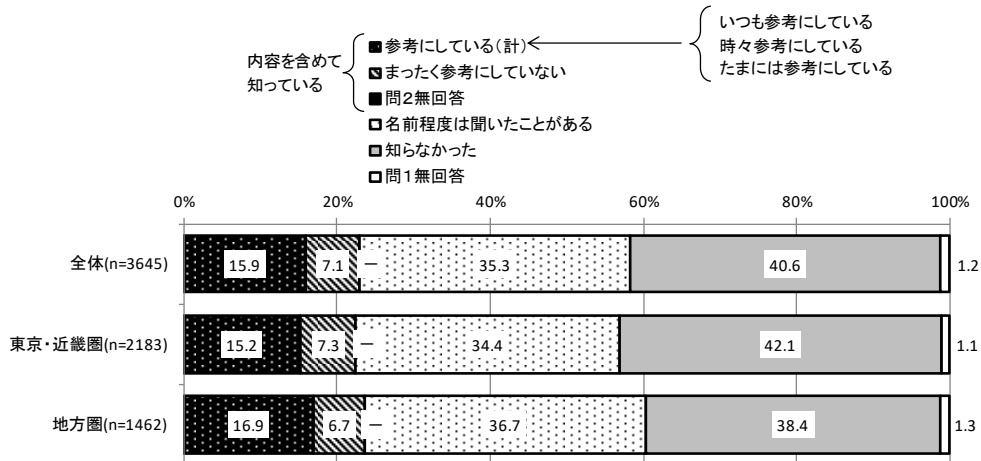


(1.2) 「食事バランスガイド」を参考に食生活を送っている人の割合

「食事バランスガイド」を「内容を含めて知っている」かつ、「いつも参考にしている」「時々参考にしている」「たまには参考にしている」のいずれかに回答した《参考にしている》は全体で 15.9%である。

地域別にみた《参考にしている》は、東京・近畿圏で 15.2%、地方圏で 16.9%となっている。

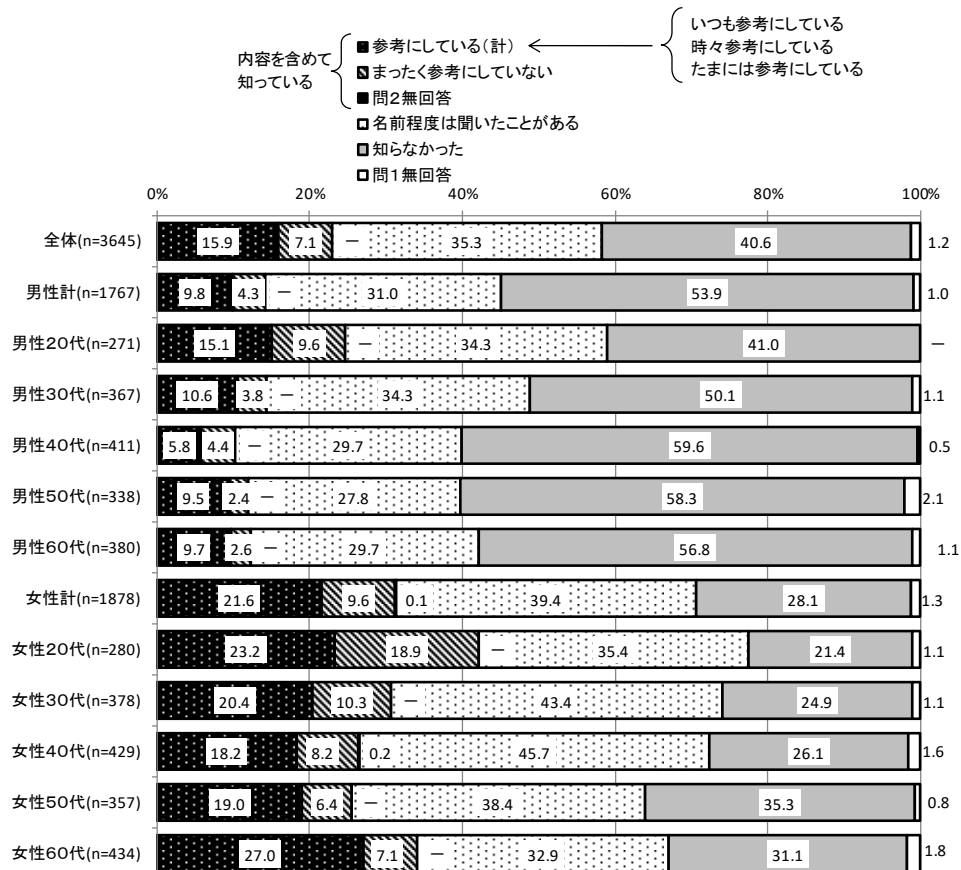
問 1+問 2.「食事バランスガイド」の認知・参考度（地域別）



男女別にみた《参考にしている》は、女性（21.6%）が男性（9.8%）を大きく上回っている。

性・年代別では、女性 20 代、30 代、60 代で《参考にしている》割合が高い。

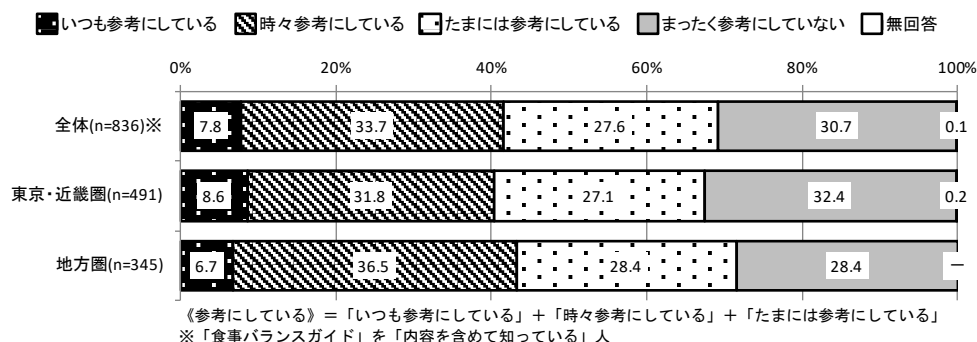
問 1+問 2.「食事バランスガイド」の認知・参考度（性・年代別）



(1.3) 「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」人のうち、「食事バランスガイド」を「いつも参考に使っている」は7.8%、これに「時々参考に使っている」(33.7%)、「たまには参考に使っている」(27.6%)を合わせた《参考に使っている》は69.1%となっている。

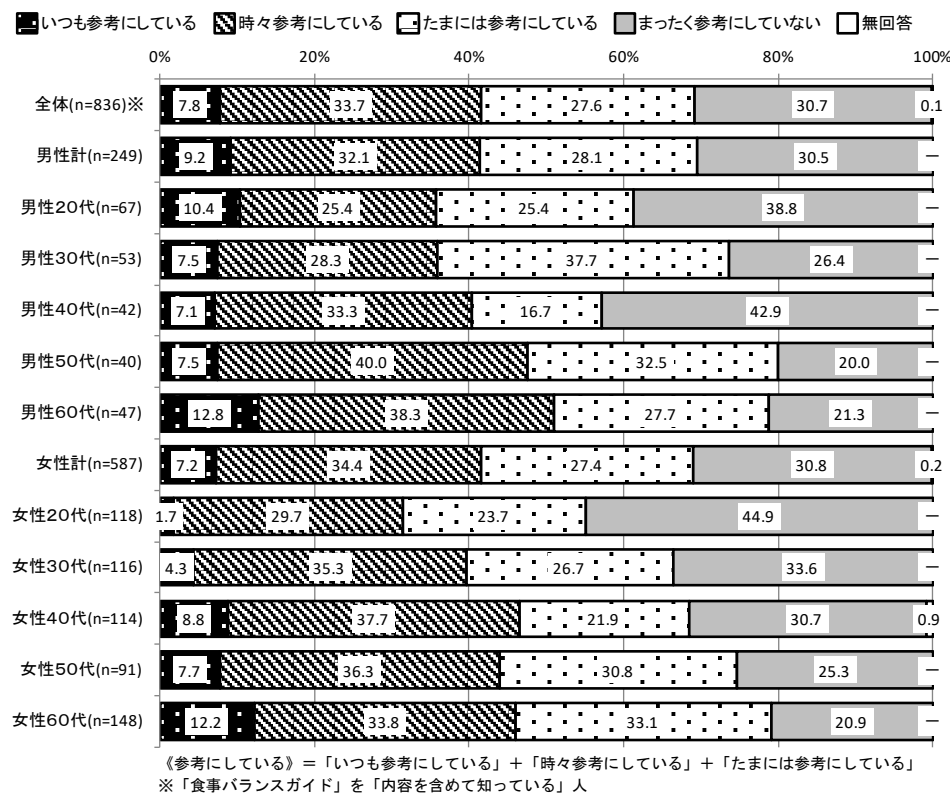
問2.「食事バランスガイド」の参考度（地域別）



男女別にみた《参考に使っている》は、男性で69.5%、女性で69.0%と、ほぼ同じ割合である。

年代別には、男女とも60代で《参考に使っている》割合が最も高い。

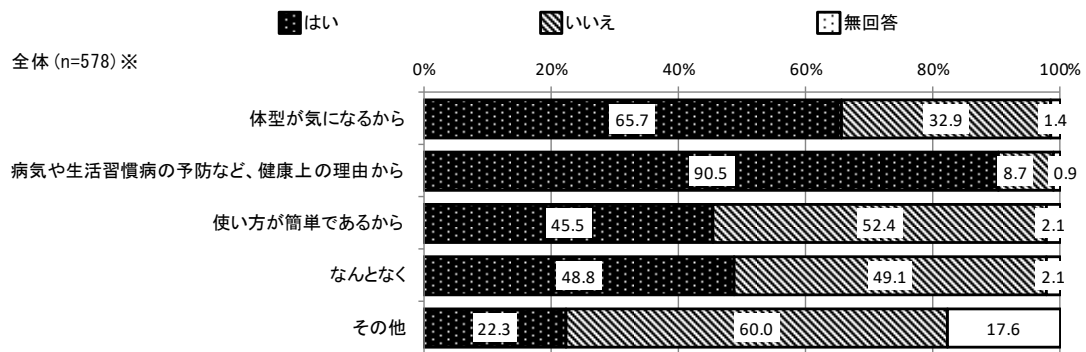
問2.「食事バランスガイド」の参考度（性・年代別）



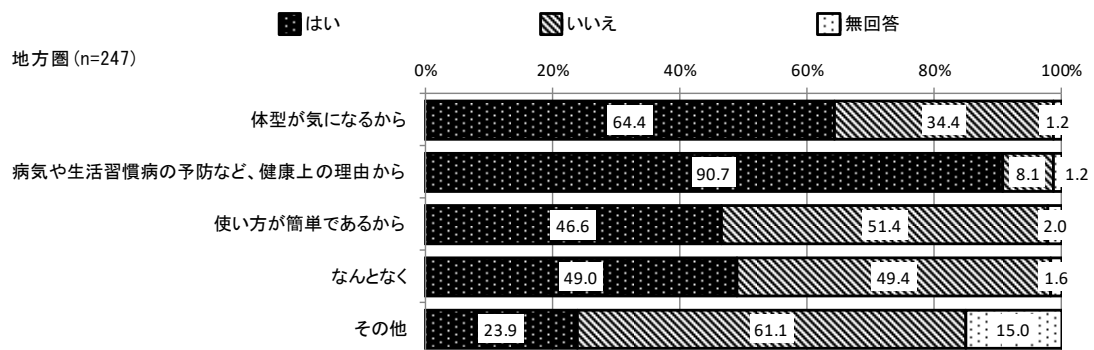
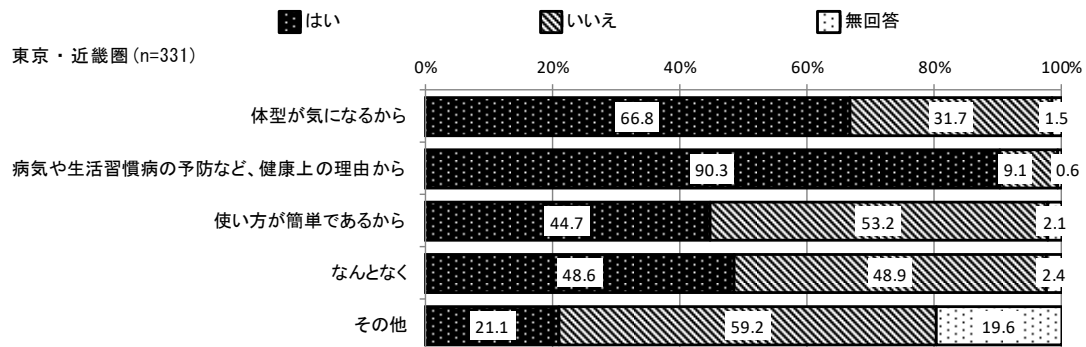
(1.4) 「食事バランスガイド」を参考にしている理由

「食事バランスガイド」を《参考にしている》人の参考にしている理由は、「病気や生活習慣病の予防など、健康上の理由から」が90.5%と最も高く、続いて、「体型が気になるから」が65.7%、「なんとなく」が48.8%、「使い方が簡単であるから」が45.5%となっている。

問3.「食事バランスガイド」を参考にする理由（地域別）



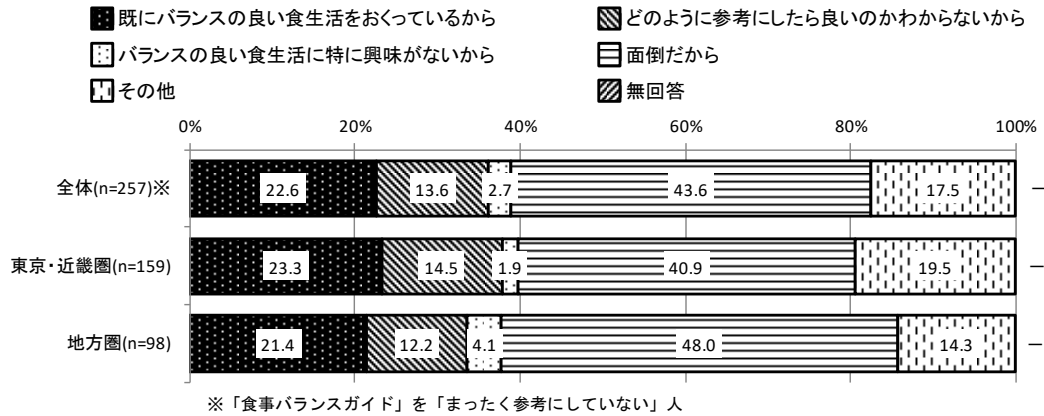
※「食事バランスガイド」を《参考にしている》人



(1.5) 「食事バランスガイド」を参考にしていない理由

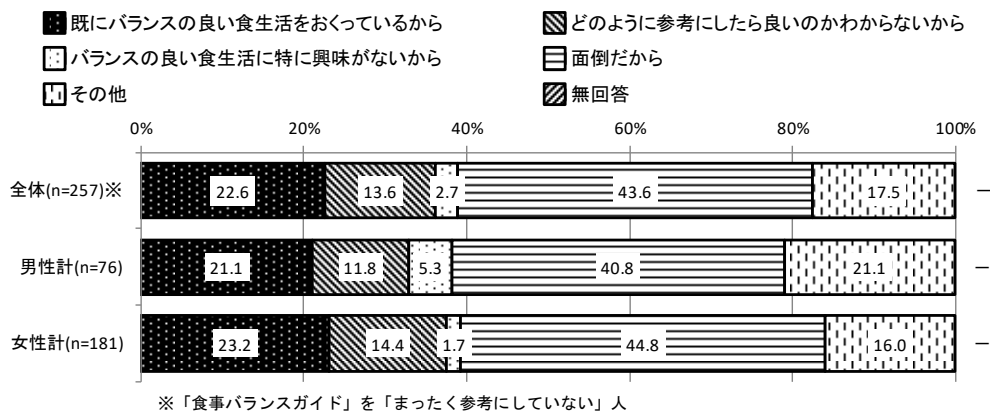
「食事バランスガイド」を「まったく参考にしていない」人の参考にしていない理由は、「面倒だから」が43.6%と最も高く、続いて、「既にバランスの良い食生活をおくっているから」が22.6%、「どのように参考にしたら良いかわからないから」が13.6%となっている。

問4.「食事バランスガイド」を参考にしていない理由（地域別）



男女別では、回答の内訳はほぼ同様となっている。

問4.「食事バランスガイド」を参考にしていない理由（性別）



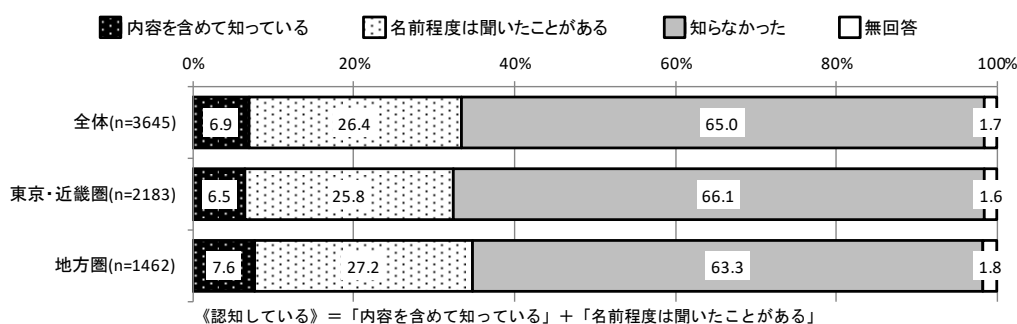
(2) 「食生活指針」について

(2.1)「食生活指針」の認知度

「食生活指針」を「内容を含めて知っている」は 6.9%、「名前程度は聞いたことがある」が 26.4%となっており、これらを合わせた《認知している》は 33.3%である。

地域別にみた《認知している》は、東京・近畿圏 (32.2%) と地方圏 (34.8%) でほぼ同等である。

問 5.「食生活指針」の認知度 (地域別)

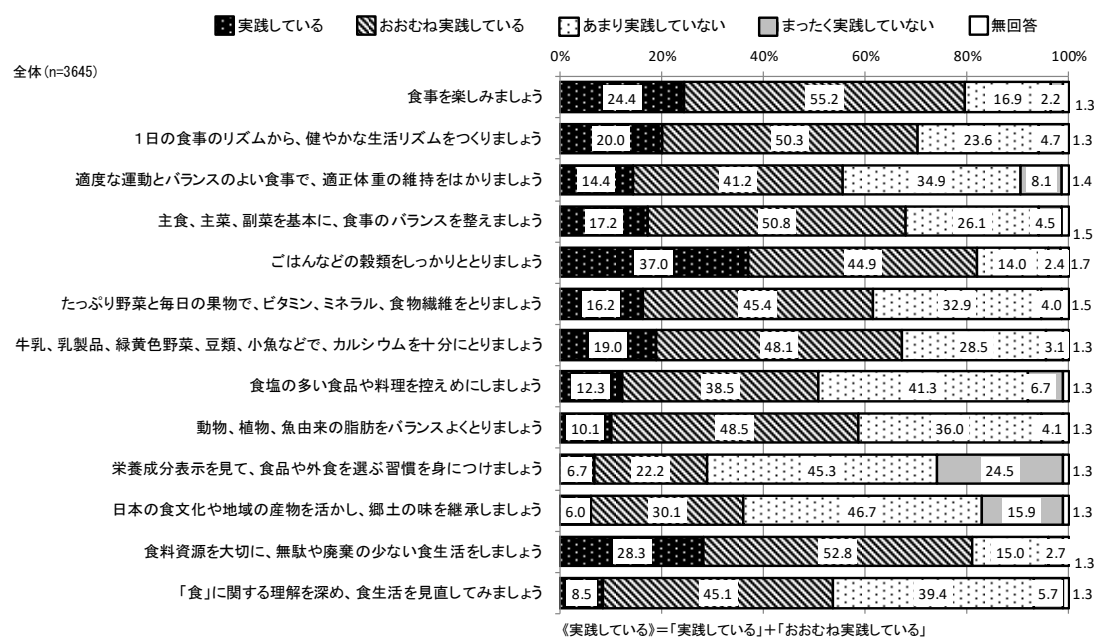


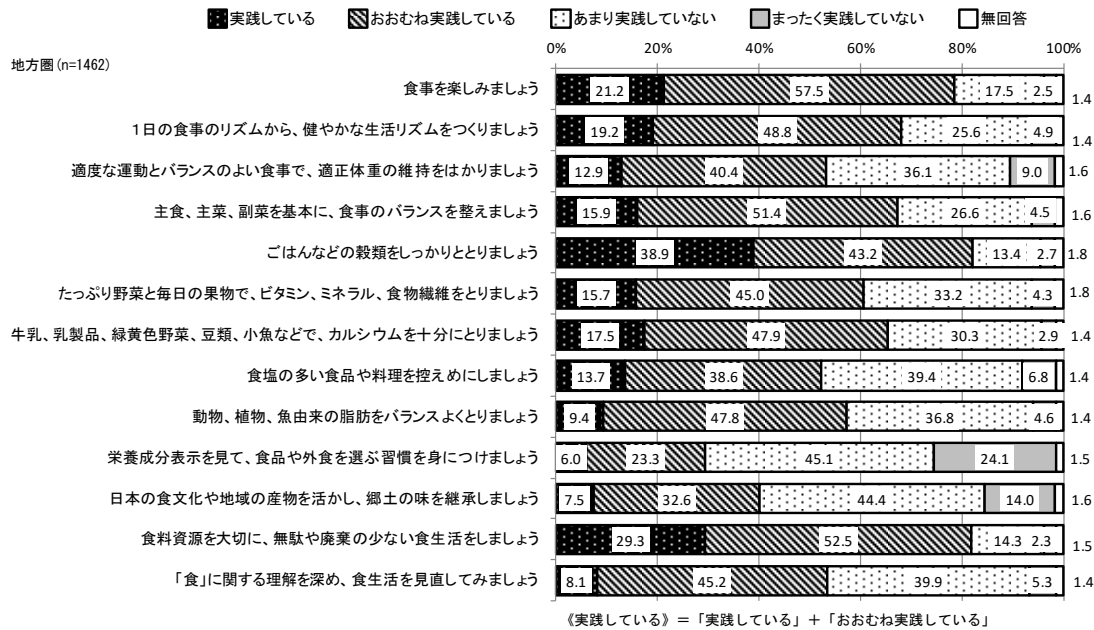
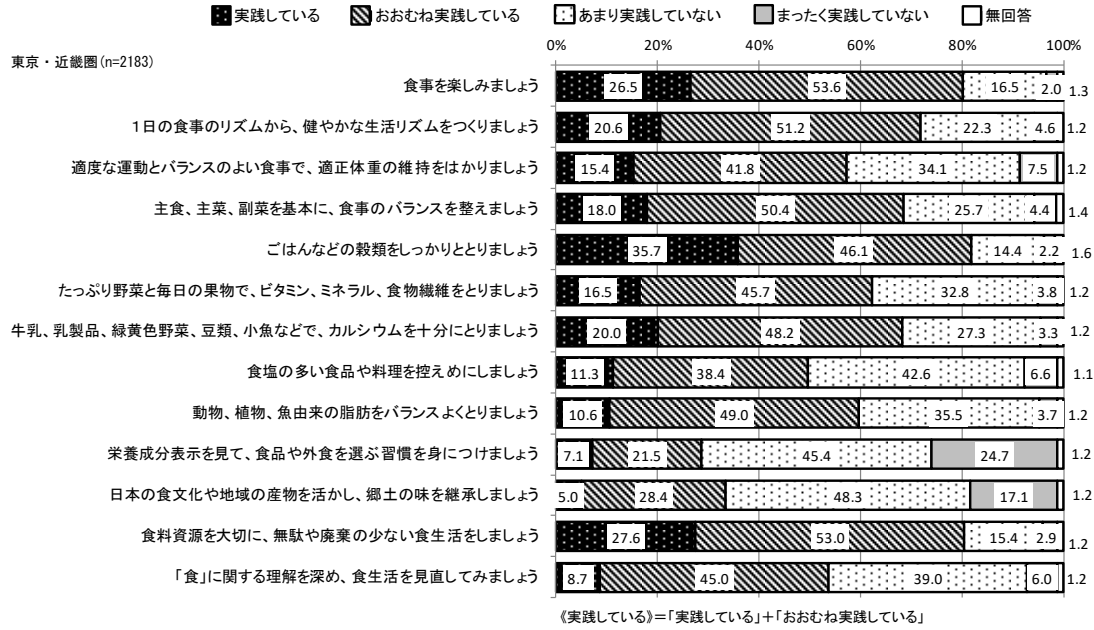
(2.2) 「食生活指針」の実践度

「食生活指針」の実践度で、《実践している》(「実践している」と「おおむね実践している」の合計)が最も高いのは「ごはんなどの穀類をしっかりととりましょう」(81.9%)で、続いて、「食料資源を大切に、無駄や廃棄の少ない食生活をしましょう」(81.1%)、「食事を楽しみましょう」(79.6%)、「1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムをつくりましょう」(70.3%)が7割以上となっている。

地域別にみた《実践している》は、東京・近畿圏、地方圏ともに「ごはんなどの穀類をしっかりととりましょう」が最も高く、「食料資源を大切に、無駄や廃棄の少ない食生活をしましょう」、「食事を楽しみましょう」が続いている。

問 6.「食生活指針」の実践度 (地域別)





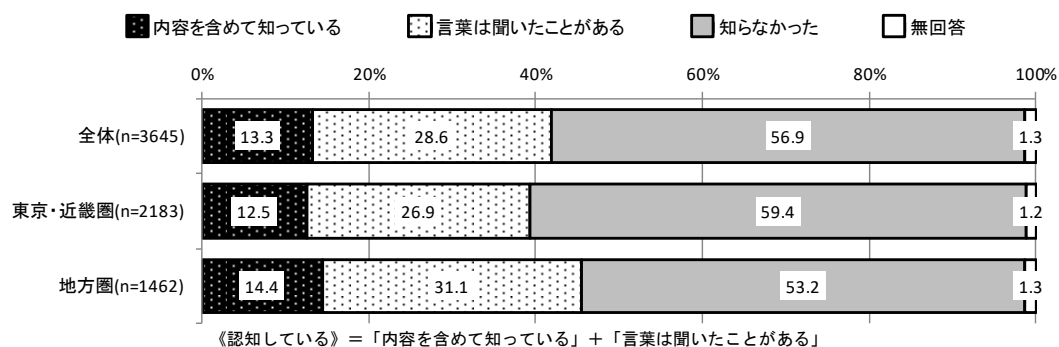
(3) 「日本型食生活」と普段の食生活について

(3.1) 「日本型食生活」の認知度

「日本型食生活」を「内容を含めて知っている」は 13.3%、これに「言葉は聞いたことがある」(28.6%)を加えた《認知している》は 41.8%となっている。

地域別にみた《認知している》は、地方圏 (45.5%) が東京・近畿圏 (39.3%) を 6.2 ポイント上回っている。

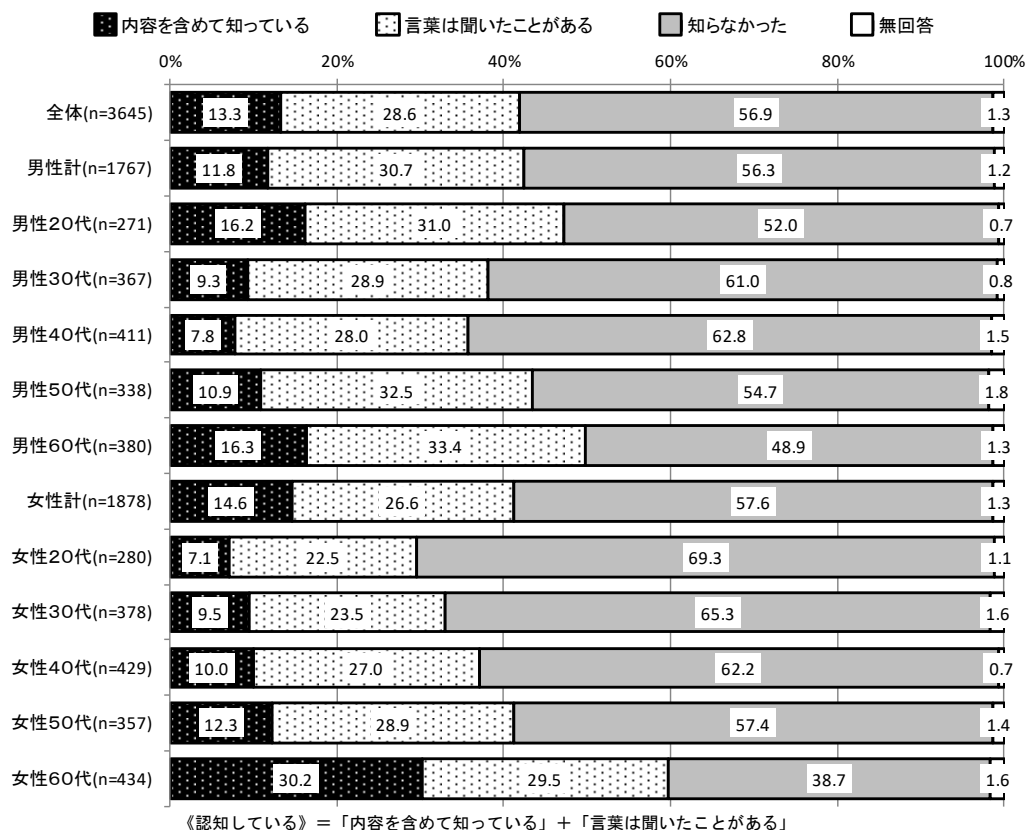
問 7. 「日本型食生活」の認知度 (地域別)



男女別では、「日本型食生活」を《認知している》は、男性 42.5%、女性で 41.2%とほぼ同等だが、「内容を含めて知っている」は、女性 (14.6%) が男性 (11.8%) を 2.8 ポイント上回っている。

性・年代別にみた《認知している》は、男女とも年代が高くなるほど割合がおおむね高くなる傾向にある。なかでも女性 60 代では「内容を含めて知っている」が約 3 割と高くなっている。

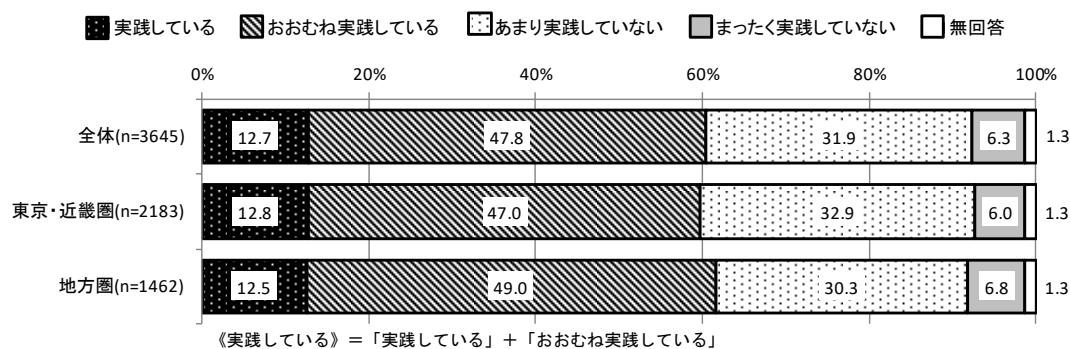
問 7. 「日本型食生活」の認知度 (性・年代別)



(3.2) 「日本型食生活」の実践度

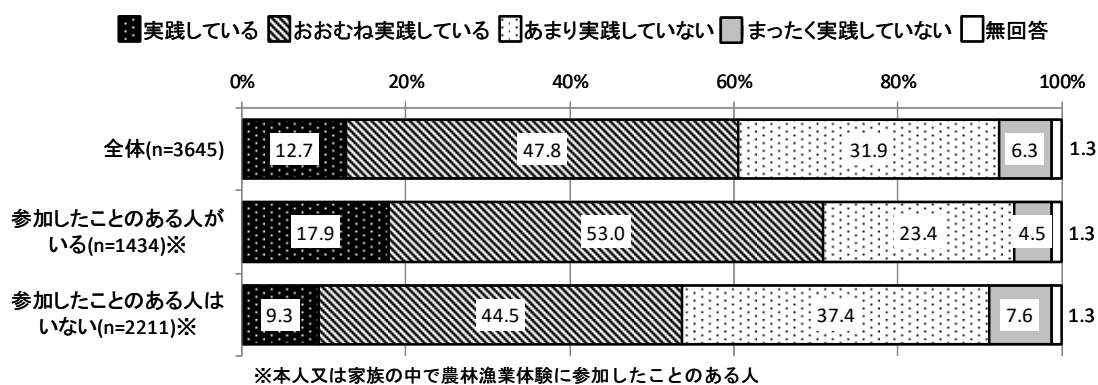
日本型食生活の実践度は、「実践している」は12.7%で、「おおむね実践している」(47.8%)を合わせた《実践している》の割合は60.5%となっている。

問 8. 「日本型食生活」の実践度（地域別）



農林漁業体験の有無別では、本人又は家族で「農林漁業体験に参加したことのある人がいる」人で日本型食生活を《実践している》と回答した人の割合が70.9%で、「農林漁業体験に参加したことのある人はいない」の53.8%に比べて17.1ポイント高い。

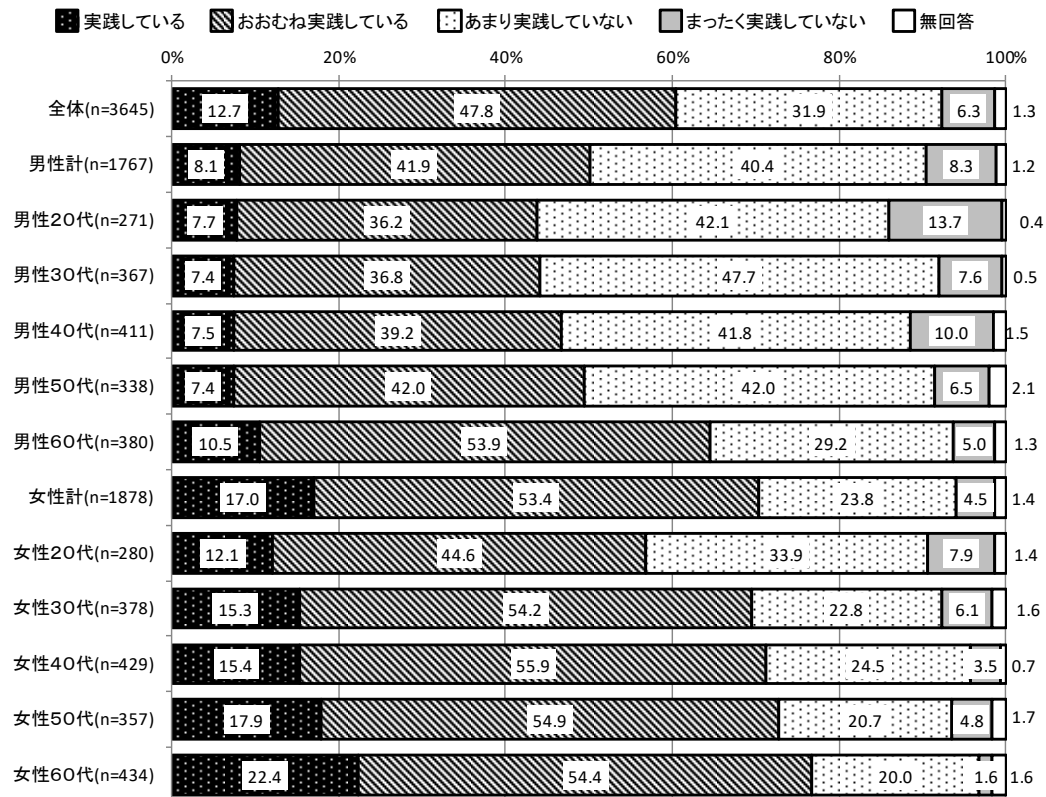
問 8. 「日本型食生活」の実践度（農林漁業体験の有無別）



男女別にみた《実践している》は、女性(70.3%)が男性(50.1%)を20.2ポイント上回っている。

年代別では、男女とも年代が高くなるほど《実践している》割合が高くなる傾向にある。

問8. 「日本型食生活」の実践度(性・年代別)

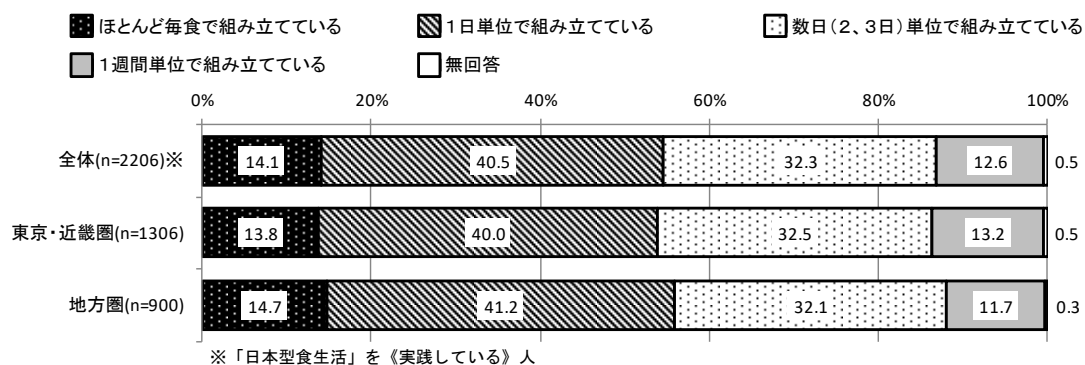


《実践している》 = 「実践している」 + 「おおむね実践している」

(3.3) 「日本型食生活」の組み立て期間

「日本型食生活」を《実践している》人の日本型食生活の組み立て期間は、「1日単位で組み立てている」(40.5%)が最も高く、続いて、「数日(2、3日)単位で組み立てている」(32.3%)、「ほとんど毎食で組み立てている」(14.1%)となっている。

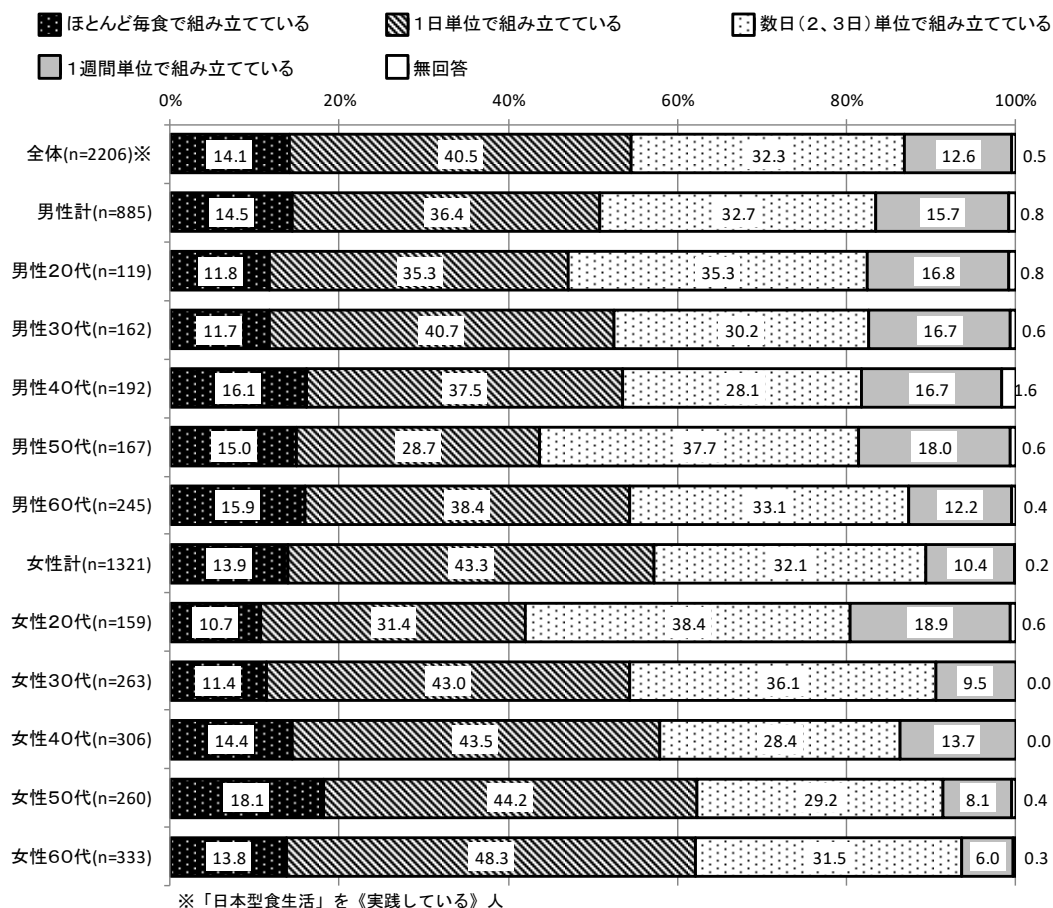
問9. 「日本型食生活」の組み立て期間(地域別)



男女別では、「1日単位で組み立てている」は、女性(43.3%)が男性(36.4%)を6.9ポイント上回っている。

年代別では、特に、女性60代で「1日単位で組み立てている」が高くなっている。

問9. 「日本型食生活」の組み立て期間(性・年代別)

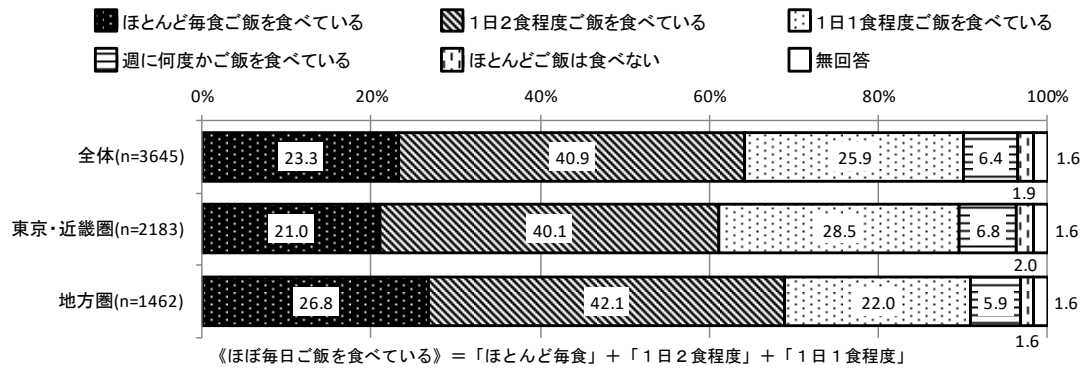


(3.4) ごはんを食べる頻度

日常の食生活でごはんを食べる頻度は、「1日2食程度ごはんを食べている」(40.9%)が最も高く、続いて、「1日1食程度ごはんを食べている」(25.9%)、「ほとんど毎食ごはんを食べている」(23.3%)となっており、これらを合わせた《ほぼ毎日ごはんを食べている》は90.2%となっている。

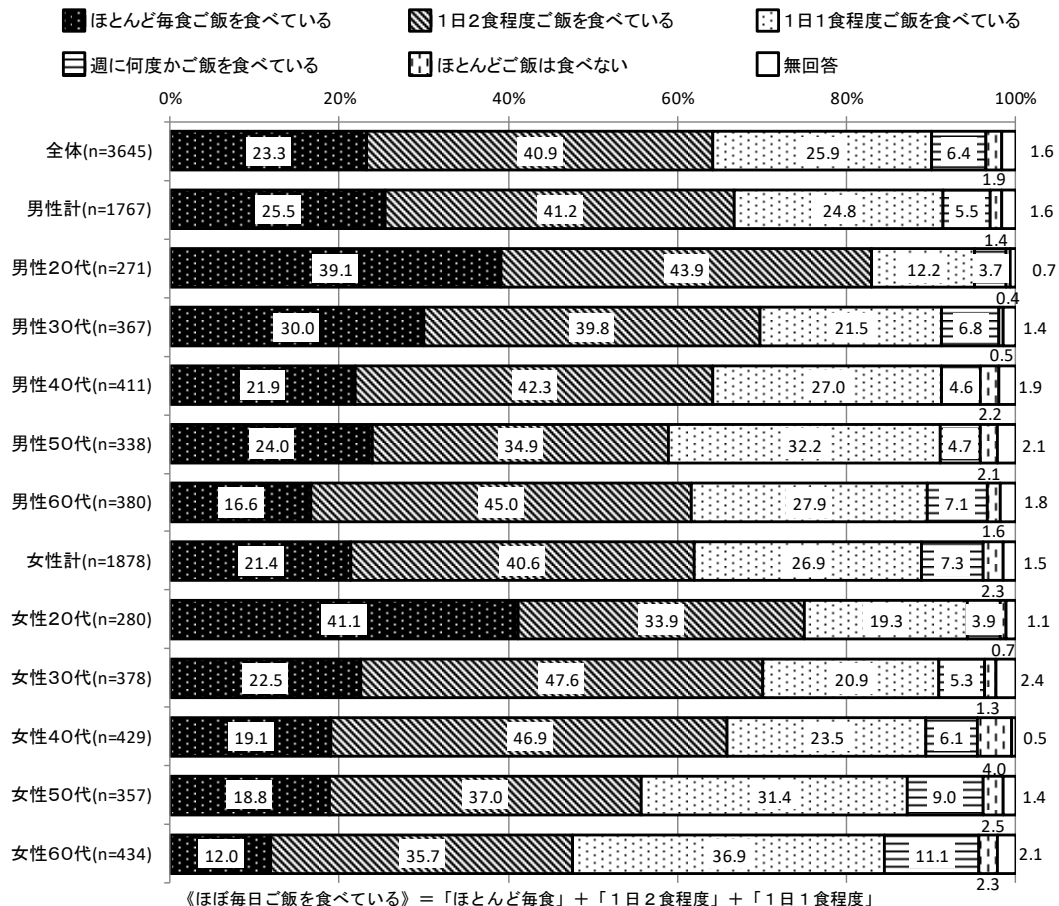
地域別では、「ほとんど毎食ごはんを食べている」は、地方圏(26.8%)が東京・近畿圏(21.0%)を5.8ポイント上回っている。

問10.ごはんを食べる頻度(地域別)



年代別でみると、20代では「ほとんど毎食ごはんを食べている」割合が男女ともに高く、年齢が高くなるにつれて低くなる傾向がある。

問10.ごはんを食べる頻度(性・年代別)

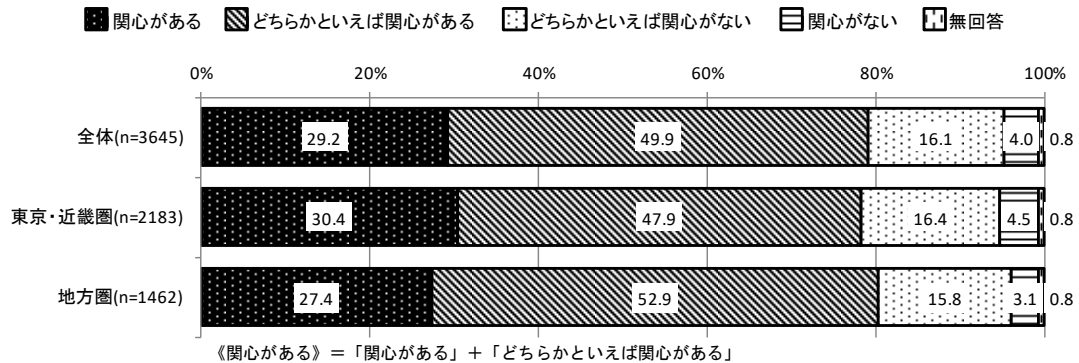


(4) 食育について

(4.1) 食育への関心度

食育への関心度は、「関心がある」は 29.2%で、これに「どちらかといえば関心がある」(49.9%) を合わせた《関心がある》の割合は 79.1%となっている。

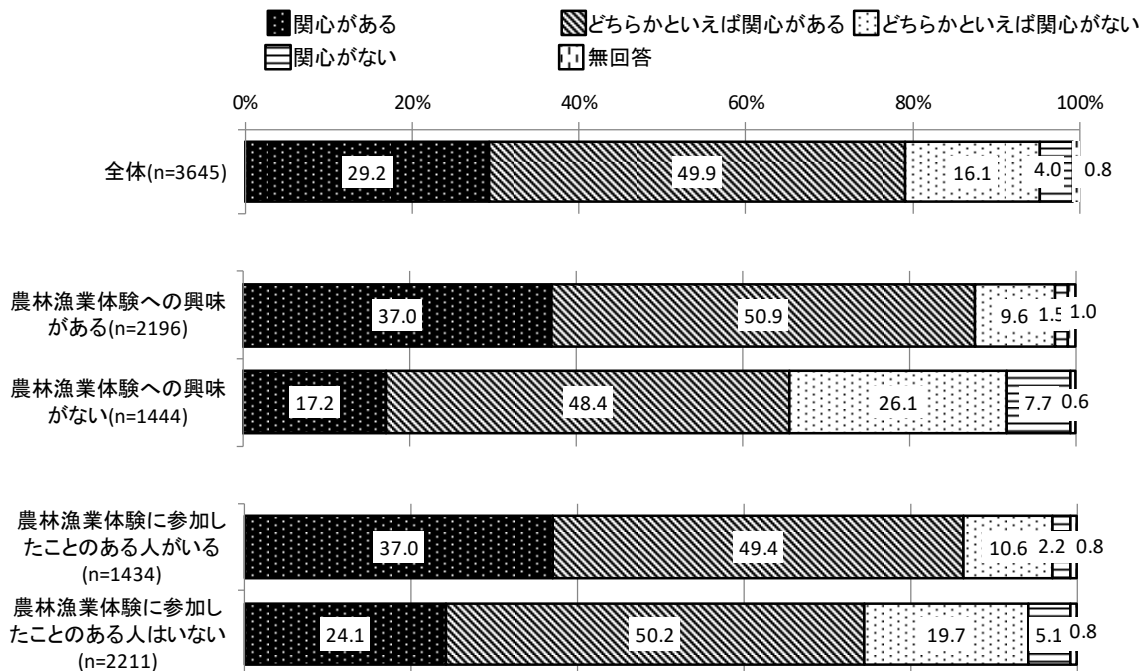
問 11.食育への関心度 (地域別)



食育への関心度は、「農林漁業体験への興味がある」人で《関心がある》の割合は 87.9%、「農林漁業体験に興味がない」人で 65.7%となっており、22.2 ポイントの差がある。

本人又は家族で「農林漁業体験に参加したことがある人がある人」人で《関心がある》の割合は 86.4%、「農林漁業体験に参加したことがある人はいない」人で 74.4%となっており、12 ポイントの差がある。

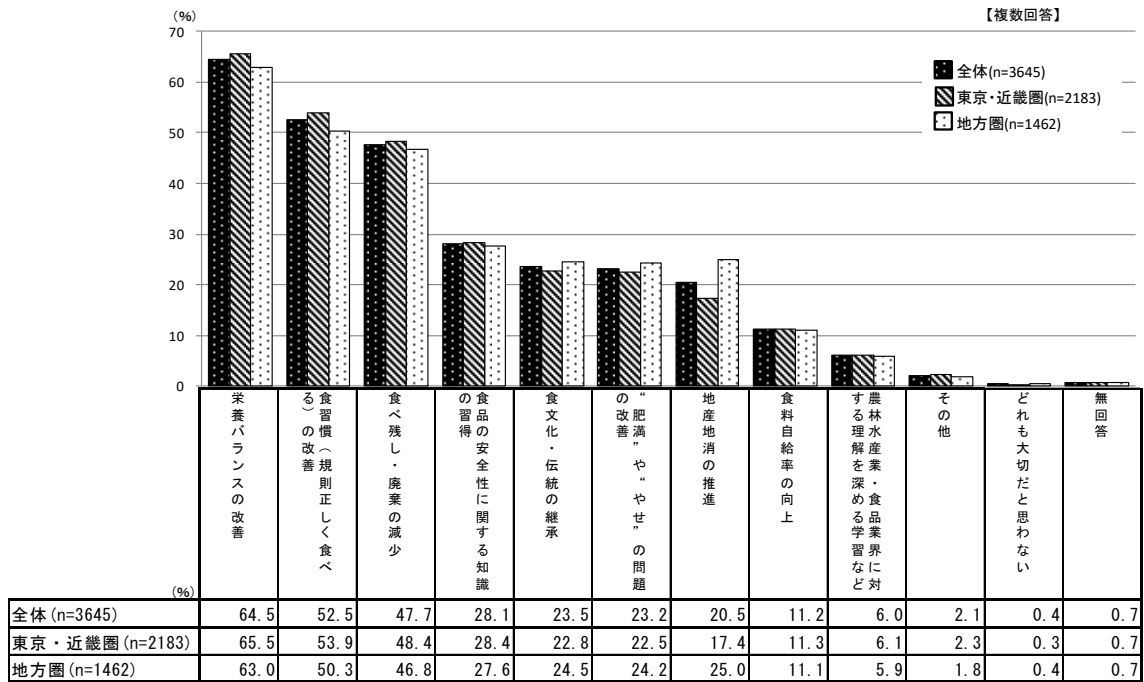
問 11.食育への関心度(問 14 農林漁業体験への興味別・問 15 農林漁業体験への参加有無別)



(4.2) 食育に大切な取組

食育のために大切な取組としては、「栄養バランスの改善」が64.5%で最も高く、続いて、「食習慣（規則正しく食べる）の改善」（52.5%）、「食べ残し・廃棄の減少」（47.7%）、「食品の安全性に関する知識の習得」（28.1%）、「食文化・伝統の継承」（23.5%）となっている。

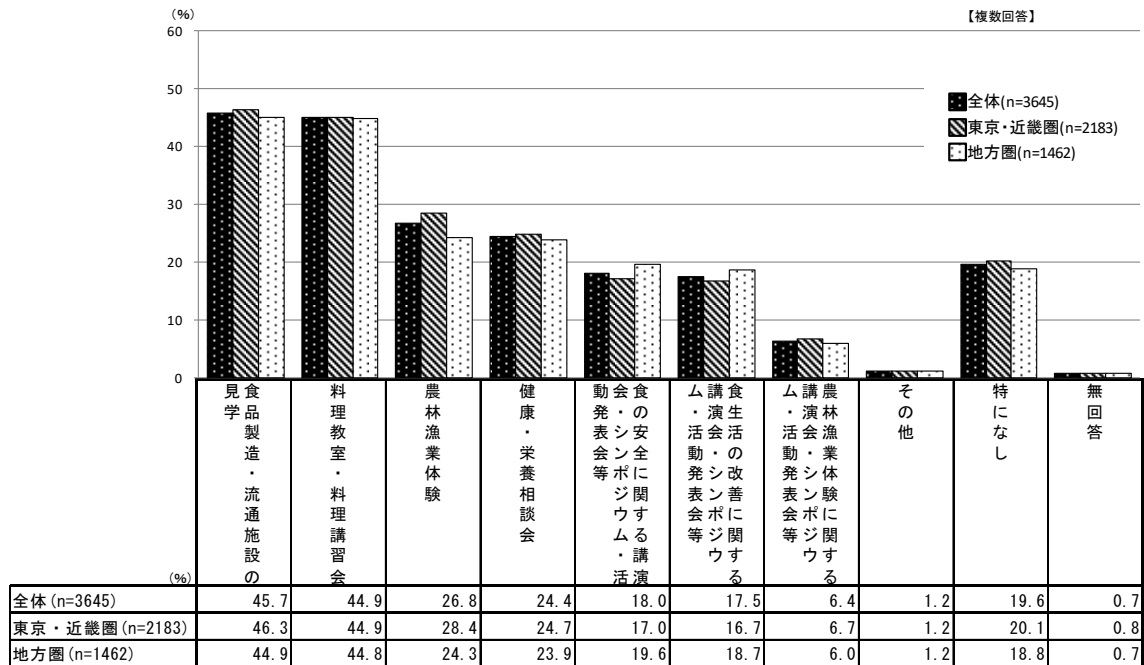
問 12.食育に大切な取組（地域別）



(4.3) 参加したい食育に関するイベント

食育に関する催しで参加したいものは、「食品製造・流通施設の見学」(45.7%)が最も高く、続いて「料理教室・料理講習会」(44.9%)が4割台、「農林漁業体験」(26.8%)、「健康・栄養相談会」(24.4%)が2割台となっている。

問 13.参加したい食育に関するイベント (地域別)

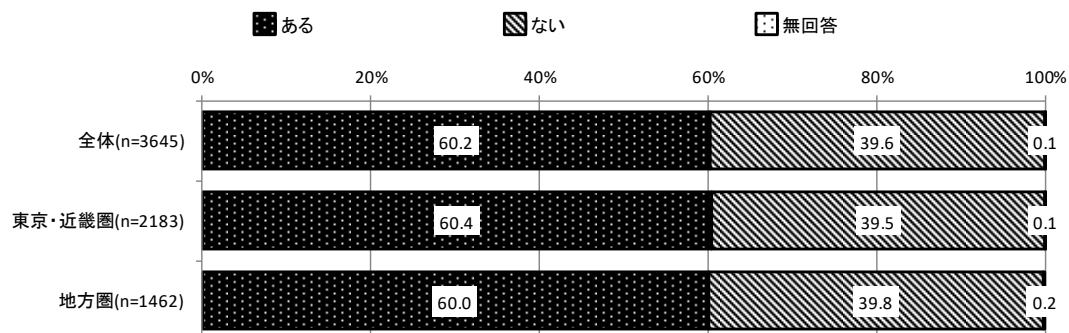


(5) 農林漁業体験について

(5.1) 農林漁業体験への興味の有無

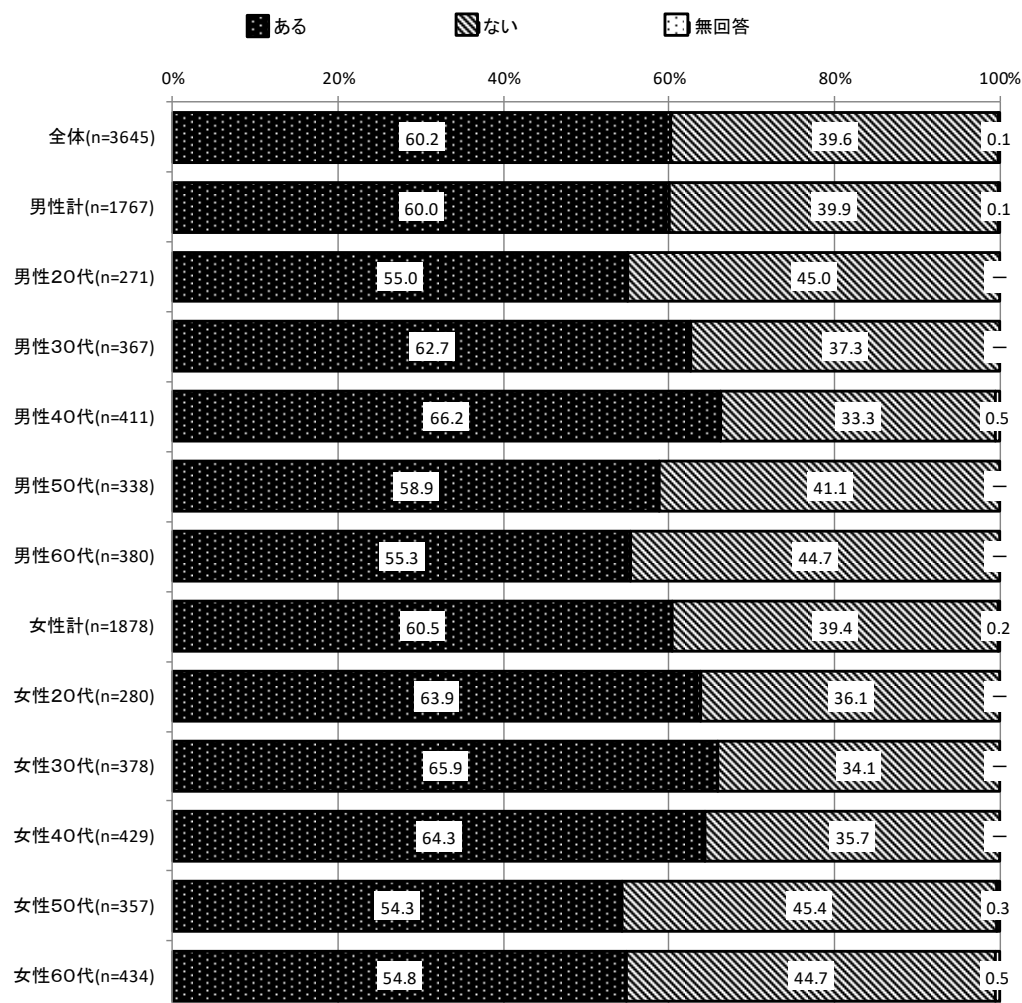
田植え、収穫、家畜の世話などの農林漁業体験について、興味が「ある」は60.2%となっている。

問14 農林漁業体験への興味（地域別）



年代別では、田植え、収穫、家畜の世話などの農林漁業体験について、興味が「ある」は30代、40代で高くなっている。

問14 農林漁業体験への興味（性・年代別）



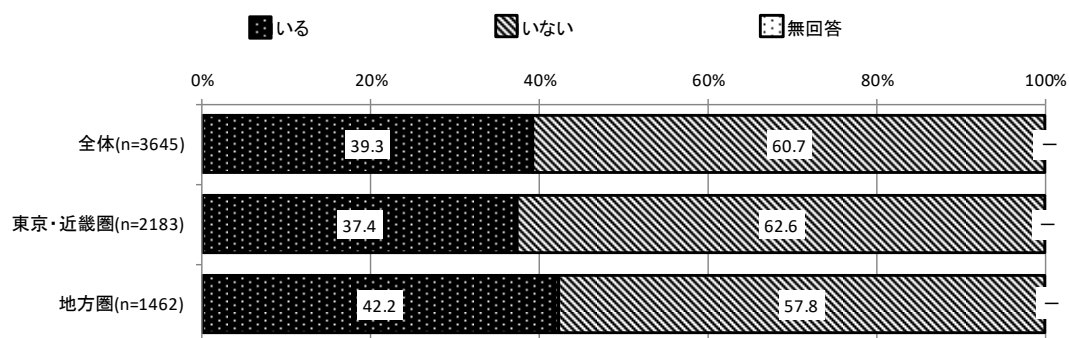
(6) あなた又は家族の農林漁業体験について

(6.1) 農林漁業体験への参加経験者の有無

家族の中での農林漁業体験への参加について、参加したことのある人が「いる」が39.3%、「いない」は60.7%となっている。

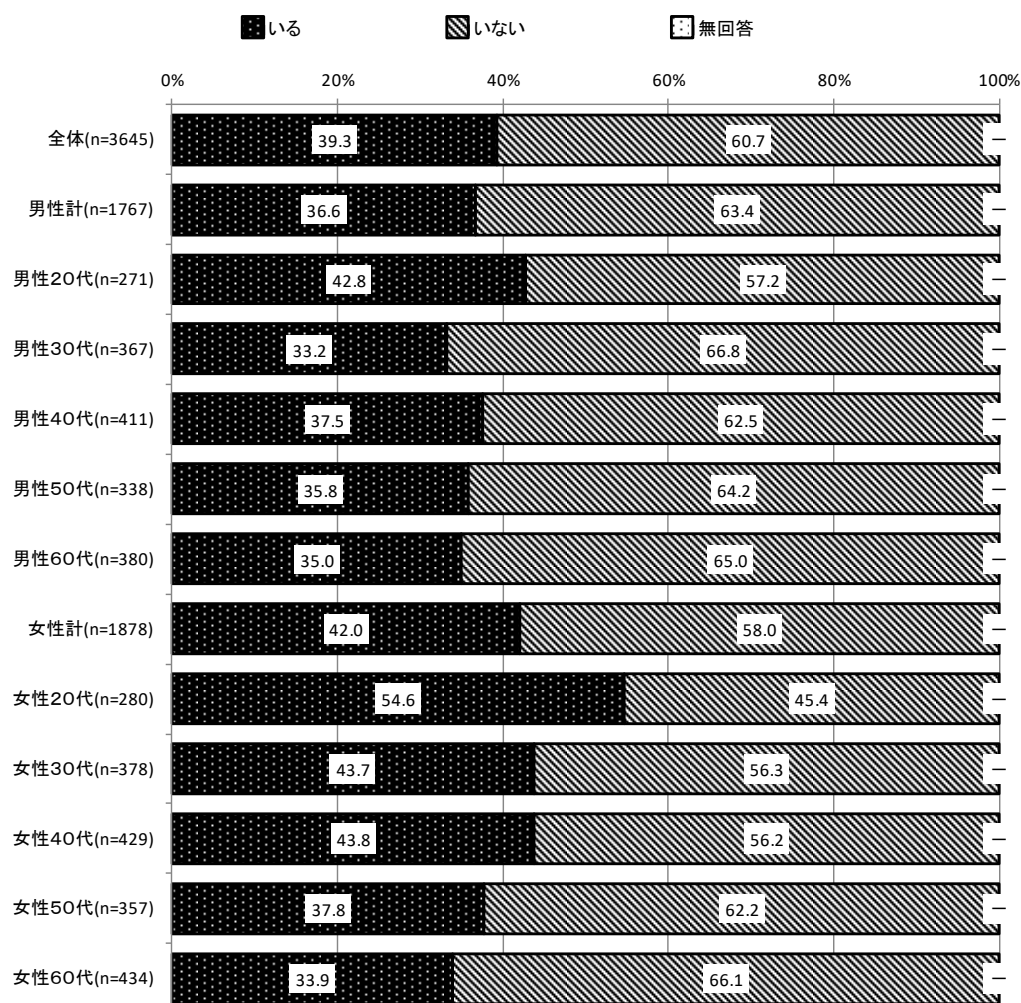
地域別では、「いる」の割合は地方圏（42.2%）が東京・近畿圏（37.4%）を7.1ポイント上回っている。

問 15.農林漁業体験への参加経験者の有無（地域別）



問 15.農林漁業体験への参加経験者の有無（性・年代別）

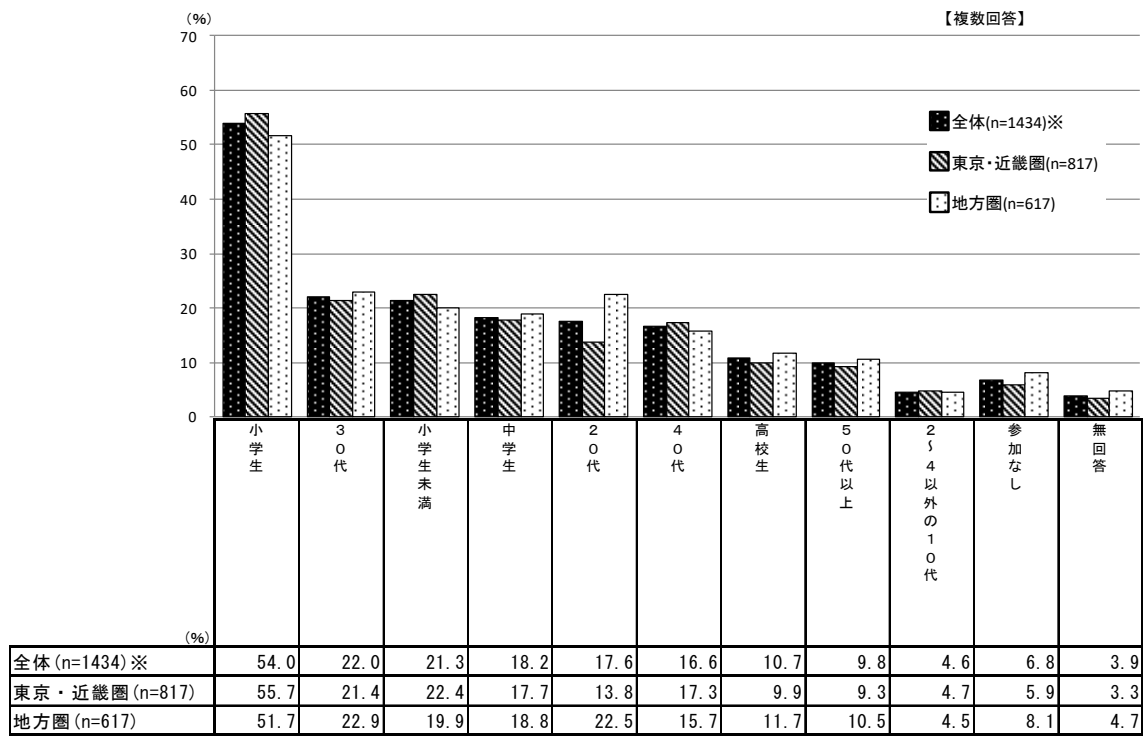
性・年代別では、「いる」の割合は女性20代で54.6%と最も高い。



(6.2) 参加した時の年代

家族の中で農林漁業体験に参加したことがある人が「いる」人のうち、本人が参加した年代は「小学生」が54.0%と最も高く、続いて「30代」(22.0%)、「小学生未満」(21.3%)が2割台となっている。本人が《参加した》(参加した時の年代に「参加なし」以外の具体的回答がある)割合は89.3%、「参加なし」6.8%となっている。

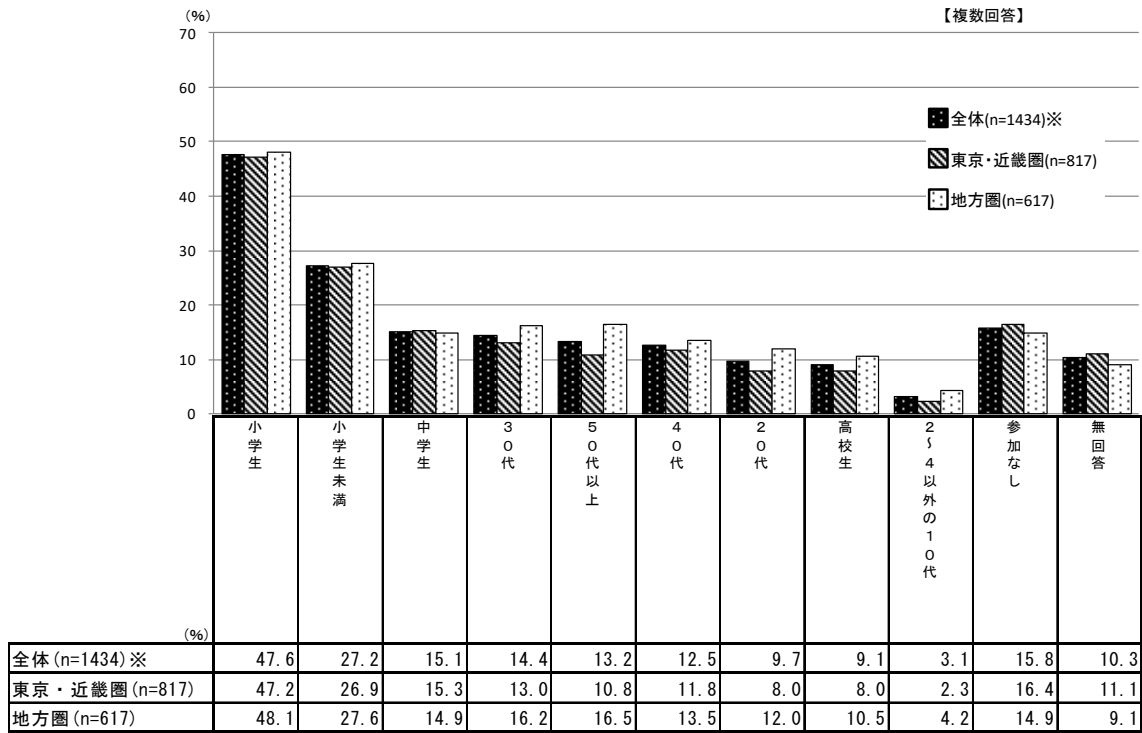
問 16.本人が参加した時の年代 (地域別)



※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人

家族の中で農林漁業体験に参加したことがある人が「いる」人のうち、家族が参加した年代は「小学生」が47.6%と最も高く、続いて「小学生未満」(27.2%)が2割台となっている。家族が《参加した》(参加した時の年代に「参加なし」以外の具体的回答がある)割合は73.9%、「参加なし」15.8%となっている。

問 16.家族が参加した時の年代 (地域別)

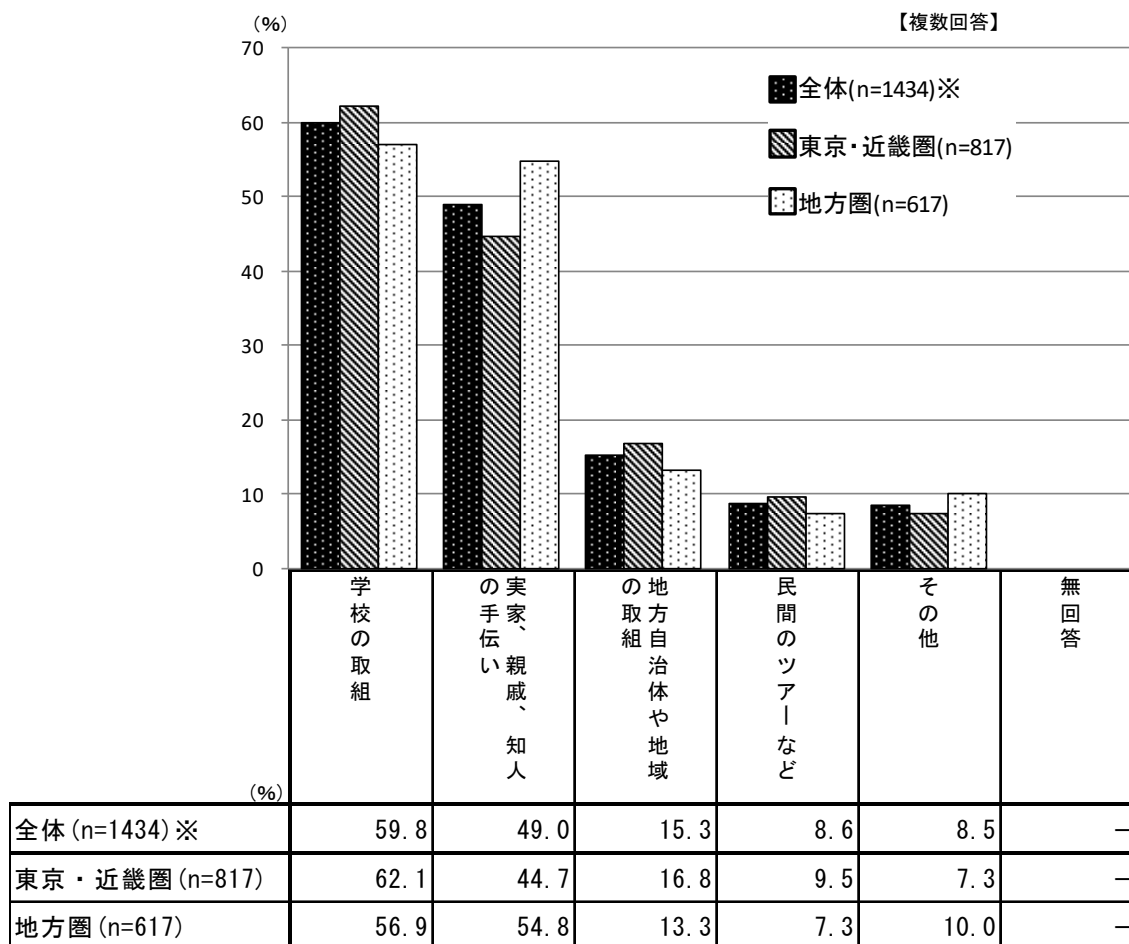


※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人

(6.3) 参加した農林漁業体験

本人又は家族が参加した農林漁業体験の内容は、「学校の取組」が 59.8%と最も高く、続いて、「実家、親戚、知人の手伝い」(49.0%)、「地方自治体や地域の取組」(15.3%)、「民間のツアーなど」(8.6%)となっている。

問 17.参加した農林漁業体験（地域別）

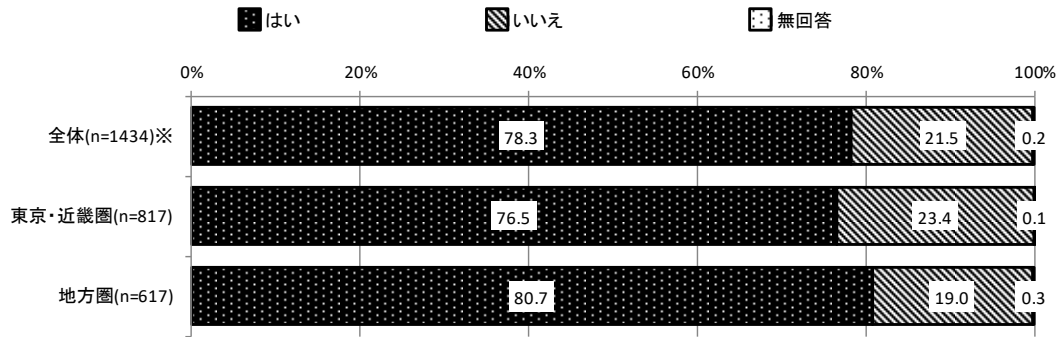


※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人

(6.4) 農林漁業に携わる者の指導を受けての体験の有無

本人又は家族が参加した農林漁業体験で、農林漁業に携わる者の指導を受けての体験の有無は、「はい」が78.3%となっている。

問 18.農林漁業に携わる者の指導を受けた体験の有無（地域別）

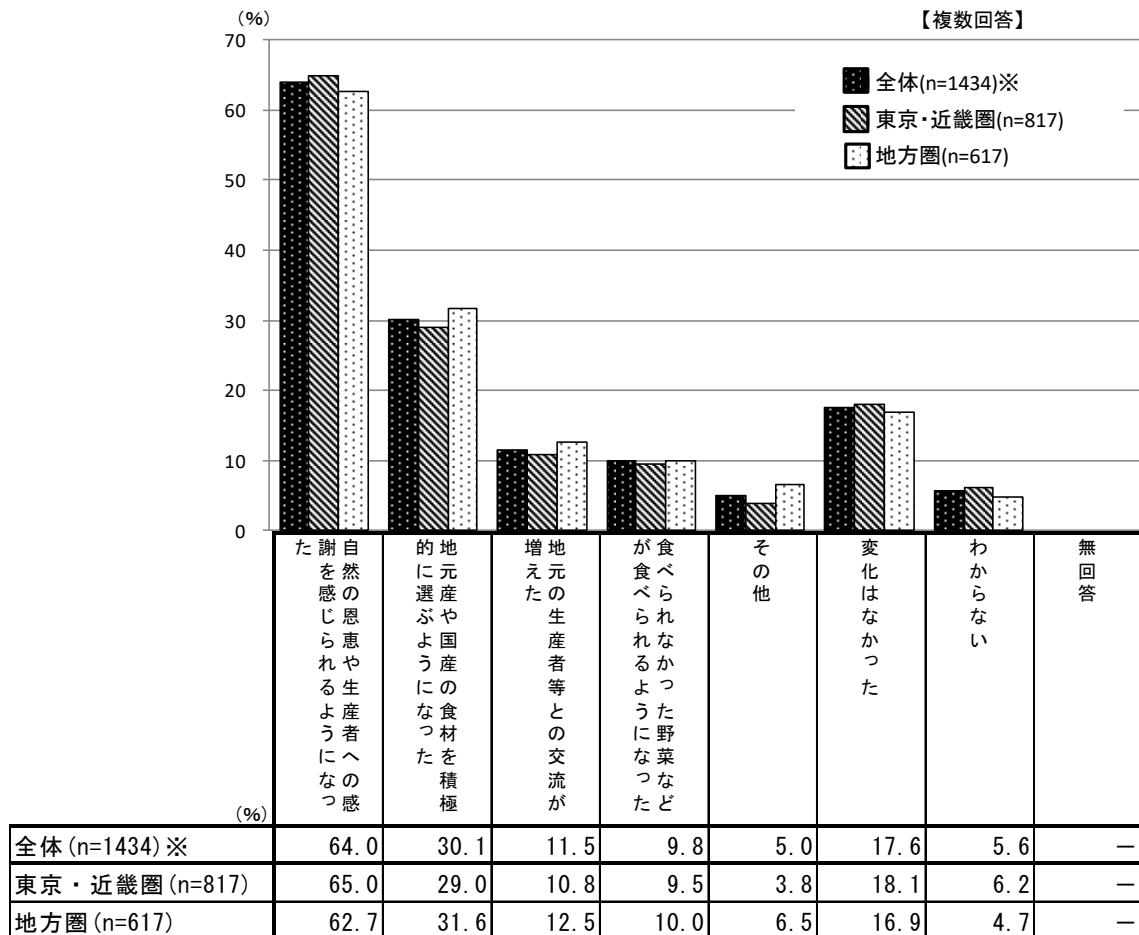


※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人

(6.5) 農林漁業体験による変化

農林漁業体験に参加して変化したことは、「自然の恩恵や生産者への感謝を感じられるようになった」が64.0%と最も高く、続いて「地元産や国産の食材を積極的に選ぶようになった」(30.1%)、「地元の生産者等との交流が増えた」(11.5%)、「食べられなかった野菜などが食べられるようになった」(9.8%)となっている。

問19.農林漁業体験による関心の変化(地域別)

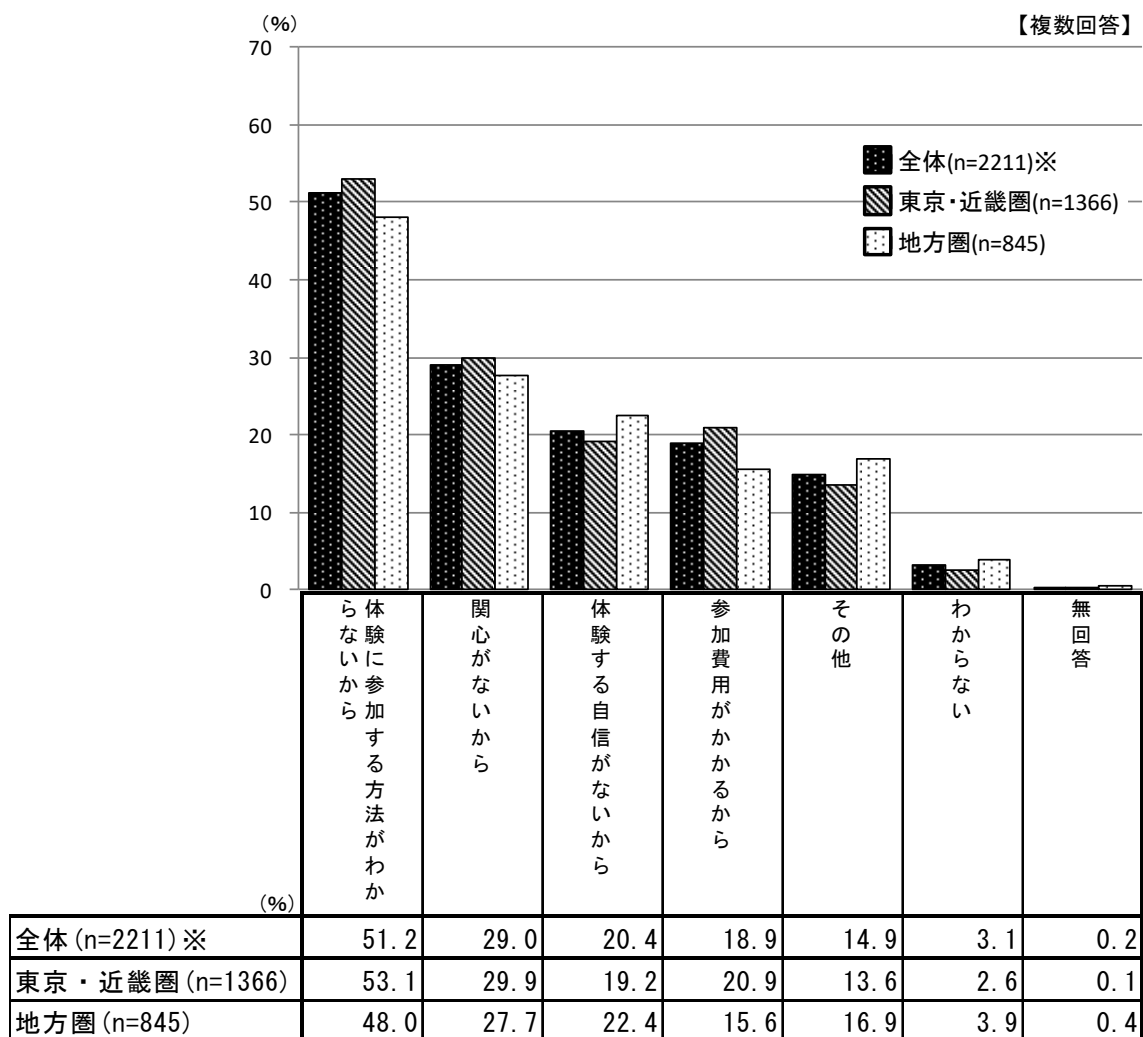


※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人

(6.6) 農林漁業体験に参加したことがない理由

これまで農林漁業体験に「参加していない人」の参加していない理由は、「体験に参加する方法がわからないから」が51.2%と最も高く、続いて「関心がないから」(29.0%)、「体験する自信がないから」(20.4%)、「参加費用がかかるから」(18.9%)となっている。

問 20.農林漁業体験に参加したことがない理由（地域別）

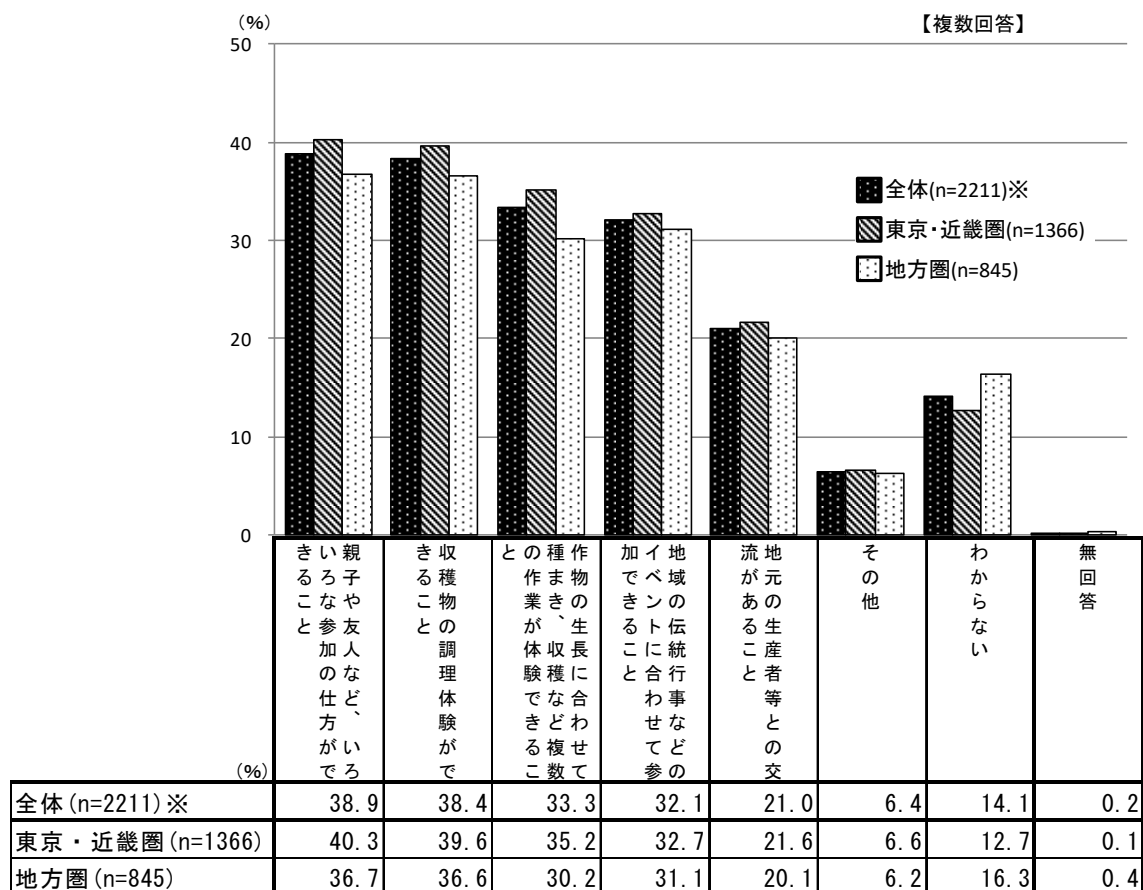


※農林漁業体験に本人又は家族が参加していない人

(6.7) 農林漁業体験に参加するための工夫

これまで農林漁業体験に「参加していない人」にどんな工夫があれば参加したいと思うか聞いたところ、「親子や友人など、いろいろな参加の仕方ができること」が38.9%と最も高く、続いて「収穫物の調理体験ができること」(38.4%)、「作物の生長に合わせて種まき、収穫など複数の作業が体験できること」(33.3%)、「地域の伝統行事などのイベントに合わせて参加できること」(32.1%)、「地元の生産者等との交流があること」(21.0%)となっている。

問 21.農林漁業体験に参加するための工夫 (地域別)

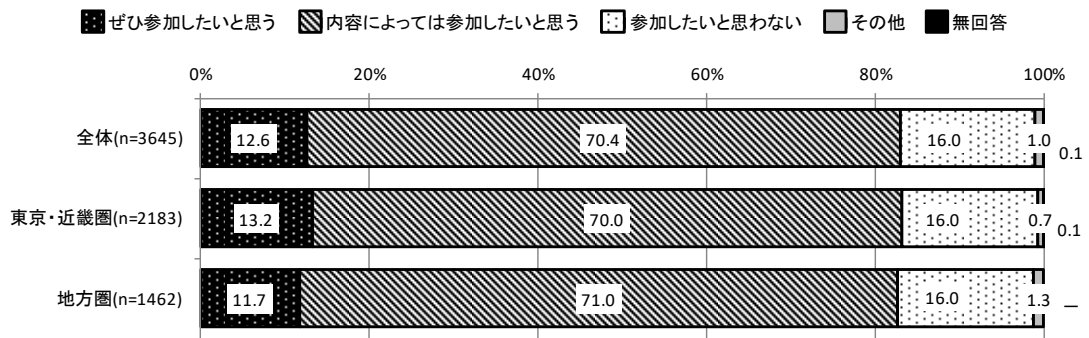


(7) 今後の農林漁業体験の参加について

(7.1) 農林漁業体験への参加意向

今後の農林漁業体験への参加意向は、「ぜひ参加したいと思う」が12.6%となっており、これに「内容によっては参加したいと思う」(70.4%)を合わせた《参加したい》は83.0%となっている。

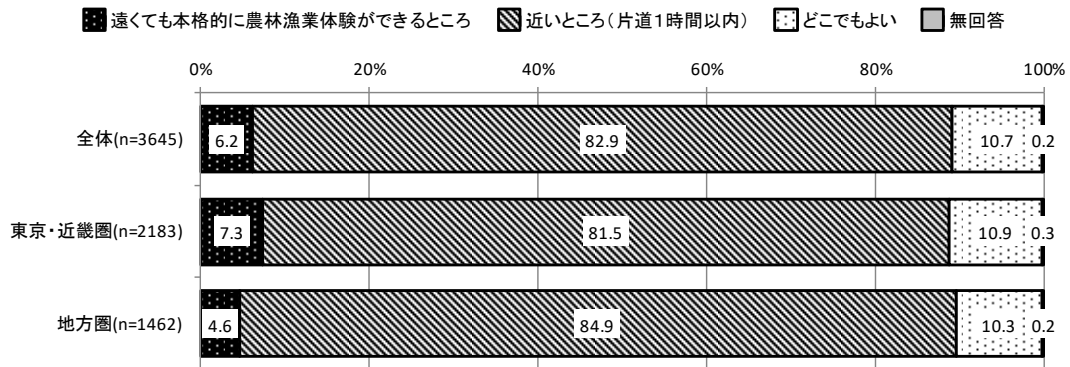
問 22.農林漁業体験への参加意向（地域別）



(7.2) 農林漁業体験の参加希望場所

農林漁業体験の参加希望場所は、「近いところ（片道1時間以内）」が82.9%で最も高く、続いて「どこでもよい」(10.7%)、「遠くても本格的に農林漁業体験ができる場所」(6.2%)となっている。

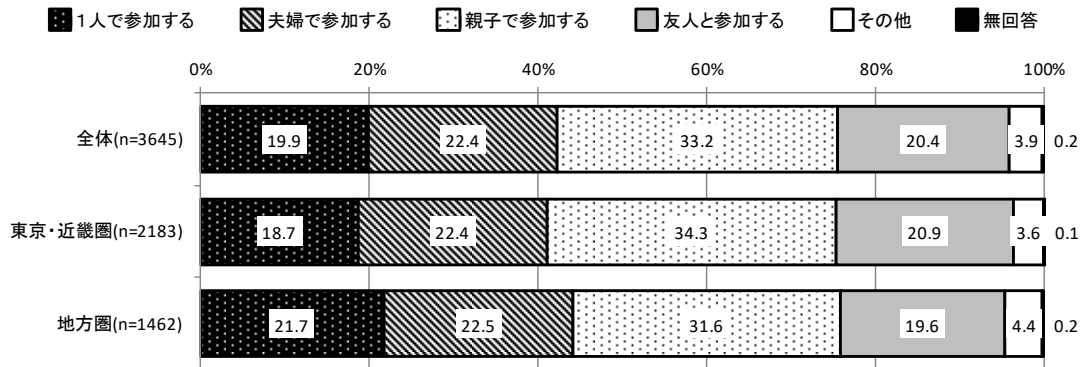
問 23.農林漁業体験の参加希望場所（地域別）



(7.3) 農林漁業体験と一緒に参加する人

農林漁業体験について、「親子で参加する」が33.2%と最も高く、続いて、「夫婦で参加する」(22.4%)、「1人で参加する」(19.9%)、「友人と参加する」(20.4%)となっている。

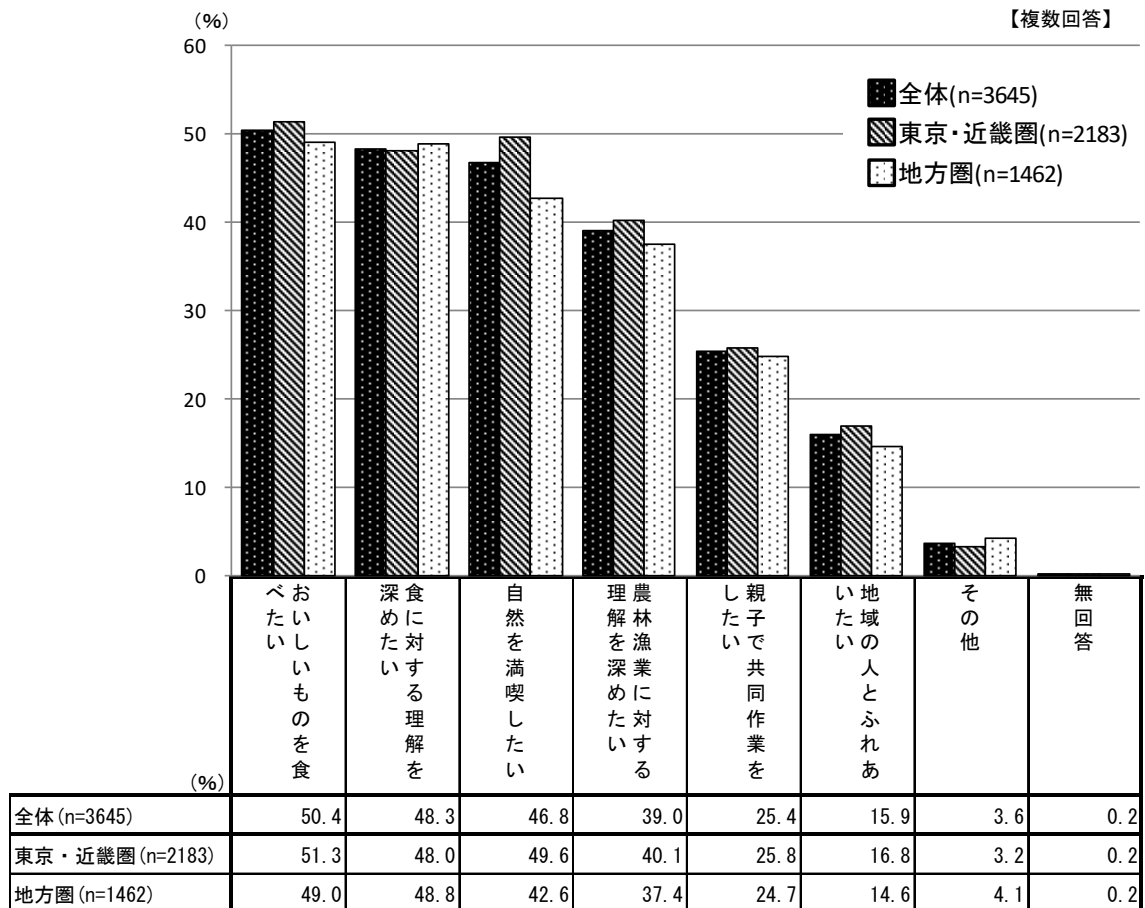
問 24.農林漁業体験と一緒に参加する人（地域別）



(7.4) 農林漁業体験に参加する目的

農林漁業体験に参加する目的は、「おいしいものを食べたい」(50.4%)、「食に対する理解を深めたい」(48.3%)、「自然を満喫したい」(46.8%)、がいずれも4割台で、続いて「農林漁業に対する理解を深めたい」(39.0%)、「親子で共同作業をしたい」(25.4%)、「地域の人とふれあいたい」(15.9%)となっている。

問 25.農林漁業体験に参加する目的（地域別）



(7.5) 参加したい農林漁業体験

農林漁業体験の中で参加したい作業としては、「植え付けから収穫までの一連の作業」が39.0%と最も多く、続いて、「収穫のみ」(26.9%)、「家畜の世話や搾乳体験」(21.2%)、「田植え(種まき)などの植え付け」(8.7%)となっている。

問 26.参加したい農林漁業体験(地域別)

