

# 平成 28 年度食育活動の全国展開委託事業 報告書

---

(食生活及び農林漁業体験に関する調査)

平成 29 年 1 月



## 目次

### 食生活及び農林漁業体験に関する調査

1 調査目的 .....	1
2 調査設計 .....	1
3 対象者の基本データ .....	2
4 調査結果の要約 .....	4
5 調査結果の詳細 .....	7
付録 アンケート調査票 .....	37

## 1 調査目的

「食事バランスガイド」の認知度及び参考度、「食生活指針」の実践度、農林漁業体験への参加経験割合等について全国を対象に確認し、今後の施策展開に向けての基礎資料とする。

## 2 調査設計

(1) 調査方法 : 郵送配布・郵送回収

(2) 調査エリア は以下の通り

### 【東京・近畿圏】

東京圏 : 東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県

近畿圏 : 大阪府、京都府、兵庫県、奈良県、和歌山県

### 【地方圏】

地方都市 : 札幌市、仙台市、名古屋市、広島市、福岡市

郡部・小都市 : 東北地方、北陸地方、九州地方

(3) 調査対象者

(2)に挙げた調査エリアに居住する 20～69 歳の男女

※上記 4 エリアごとに全体の標本数に占める割合を設定し、各エリアについて平成 22 年国勢調査の人口構成比率に合わせた性・年代・世帯構成割合別割付を実施。

(4) 抽出方法

: 楽天リサーチ株式会社の調査モニターから割付に沿って無作為抽出。

(5) 標本構成・回収数

発送数 計 4,000人

	東京圏		近畿圏		地方都市		郡部・小都市	
	男	女	男	女	男	女	男	女
20代	145	137	65	67	91	95	43	43
30代	192	181	86	89	114	116	58	58
40代	176	164	79	83	101	104	55	58
50代	141	139	72	75	91	95	70	72
60代	158	168	87	96	92	103	68	73
計	812	789	389	410	489	513	294	304

回収数 計 3,630人

	東京圏		近畿圏		地方都市		郡部・小都市	
	男	女	男	女	男	女	男	女
20代	129	132	53	62	83	86	37	39
30代	173	170	73	85	103	114	48	57
40代	152	158	63	81	78	94	46	56
50代	123	126	59	70	85	86	62	70
60代	137	158	76	93	80	100	61	72
計	714	744	324	391	429	480	254	294

(6) 調査期間

平成 28 年 10 月 14 日~平成 28 年 11 月 18 日

(7) その他

割合は小数点以下第 2 位を四捨五入し、小数点以下第 1 位までを表記している。そのため、各割合を合計しても、100.0%にならない場合がある。

3 対象者の基本データ

(%)

	F1. 性別		F2. 年齢				
	男性	女性	20代	30代	40代	50代	60代
全 体 (n=3630)	47.4	52.6	17.1	22.7	20.1	18.8	21.4
東京・近畿圏 (n=2173)	47.8	52.2	17.3	23.1	20.9	17.4	21.4
地 方 圏 (n=1457)	46.9	53.1	16.8	22.1	18.8	20.8	21.5

(%)

	居住地方							
	北海道地方	東北地方	関東地方	北陸地方	東海地方	近畿地方	中国・四国地方	九州・沖縄地方
全 体 (n=3630)	5.9	9.5	40.2	3.7	7.5	19.7	2.8	10.7
東京・近畿圏 (n=2173)	-	-	67.1	-	-	32.9	-	-
地 方 圏 (n=1457)	14.6	23.7		9.2	18.7		7.1	26.7

(%)

	F3. 未既婚			F4. 世帯構成					
	未婚	既婚	無回答	一人暮らし	夫婦のみ（事実婚を含む）	親と子の二世帯	親と子と孫の三世帯	その他	無回答
全体 (n=3630)	30.3	69.2	0.5	14.2	14.8	62.3	7.5	0.7	0.4
東京・近畿圏 (n=2173)	30.5	69.2	0.3	14.1	15.0	64.5	5.4	0.7	0.3
地方圏 (n=1457)	30.1	69.3	0.7	14.4	14.4	59.0	10.8	0.7	0.7

#### 4 調査結果の要約

##### (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23.5%、「名前程度は聞いたことがある」が37.3%となっており、これらを合わせた《認知している》は60.8%となっている。

地域別にみた《認知している》は、地方圏（64.9%）が東京・近畿圏（58.1%）を6.8ポイント上回っている。

(%)

	全体 (n=3630)	東京・近畿圏 (n=2173)	地方圏 (n=1457)
内容を含めて知っている	23.5	22.9	24.4
名前程度は聞いたことがある	37.3	35.2	40.6
知らなかった	38.1	41.0	33.8
無回答	1.1	1.0	1.3
《認知している》	60.8	58.1	64.9

《認知している》＝「内容を含めて知っている」＋「名前程度は聞いたことがある」

##### (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」人のうち、「食事バランスガイド」を「いつも参考にしている」は6.4%、これに「時々参考にしている」（31.1%）、「たまには参考にしている」（33.9%）を合わせた《参考にしている》は71.4%となっている。

(%)

	全体 (n=853)※	東京・近畿圏 (n=498)	地方圏 (n=355)
いつも参考にしている	6.4	6.4	6.5
時々参考にしている	31.1	30.1	32.4
たまには参考にしている	33.9	32.7	35.5
まったく参考にしていない	28.1	29.9	25.6
無回答	0.5	0.8	—
《参考にしている》	71.4	69.3	74.4

《参考にしている》＝「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」

※「食事バランスガイド」を「内容を含めて知っている」人

##### (3)「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6.0%、「名前程度は聞いたことがある」が24.7%となっており、これらを合わせた《認知している》は30.7%である。

地域別にみた《認知している》は、地方圏（34.5%）が東京・近畿圏（28.2%）を6.3ポイント上回っている。

(%)

	全 体 (n=3630)	東京・近畿圏 (n=2173)	地方圏 (n=1457)
内容を含めて知っている	6.0	4.8	7.8
名前程度は聞いたことがある	24.7	23.3	26.6
知らなかった	67.4	70.0	63.3
無回答	2.0	1.8	2.2
《認知している》	30.7	28.2	34.5

《認知している》＝「内容を含めて知っている」＋「名前程度は聞いたことがある」

#### (4)「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」(81.1%)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」(78.6%)、「食事を楽しみましょう」(78.5%)、「1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを整えましょう」(70.9%)が7割以上となっている。

一方、「栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう」は、《実践している》が29.2%と最も低い。

(%)

全体(n=3630)	《実践している》
(5) ごはんなどの穀類をしっかりととりましょう	81.1
(12) 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	78.6
(1) 食事を楽しみましょう	78.5
(2) 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	70.9
(4) 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを整えましょう	68.2
(7) 牛乳、乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などで、カルシウムを十分にとりましょう	66.8
(6) たっぷり野菜と毎日の果物で、ビタミン、ミネラル、食物繊維をとりましょう	62.5
(9) 動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう	58.5
(3) 適度な運動とバランスのよい食事で、適正体重の維持をはかりましょう	56.1
(13) 「食」に関する理解を深め、食生活を見直してみましょう	54.4
(8) 食塩の多い食品や料理を控えめにしましょう	53.9
(11) 日本の食文化や地域の産物を活かし、郷土の味を継承しましょう	39.5
(10) 栄養成分表示を見て、食品や外食を選ぶ習慣を身につけましょう	29.2

《実践している》＝「実践している」＋「おおむね実践している」

#### (5) 農林漁業体験への興味の有無

農林漁業体験への興味は全体で「ある」が50.4%、「ない」が48.3%となっている。

(%)

	全 体 (n=3630)	東京・近畿圏 (n=2173)	地方圏 (n=1457)
ある	50.4	49.6	51.5
ない	48.3	48.6	47.9
無回答	1.3	1.8	0.5

## (6) 農林漁業体験への参加経験の割合

家族の中での農林漁業体験への参加について、全体で「あなたが参加した」は23.6%、「あなたの家族が参加した」は14.5%、「参加していない」は69.0%となっている。

(%)

	全 体 (n=3630)	東京・近畿圏 (n=2173)	地方圏 (n=1457)
あなたが参加した	23.6	21.8	26.1
あなたの家族が参加した	14.5	13.6	15.7
参加していない	69.0	70.6	66.6
無回答	0.4	0.3	0.6

調査票上では『「1 あなたが参加した」「2 あなたの家族が参加した」ともにあてはまる場合には、「1」「2」の2つを選んでください』となっている。(1)と(2)の重複を除き、下記の通り分類しなおしたところ、「あなたのみが参加」は16.1%、「家族のみが参加」は7.0%、「あなたと家族が参加」は7.4%となっている。

(%)

	全 体 (n=3630)	東京・近畿圏 (n=2173)	地方圏 (n=1457)
あなたのみが参加	16.1	15.5	17.1
家族のみが参加	7.0	7.3	6.7
あなたと家族が参加	7.4	6.4	9.1
参加していない	69.0	70.6	66.6
無回答	0.4	0.3	0.6