

平成 30 年度食育活動の全国展開委託事業 報告書

(食生活と農林漁業体験に関する調査)

平成 31 年 2 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	34

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 27 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

楽天インサイト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	135	129	62	64	83	88	40	38
30代	171	162	74	78	102	106	55	54
40代	201	191	94	97	115	118	61	61
50代	151	143	74	77	91	95	63	66
60代	155	162	86	94	96	106	80	82
計	813	787	390	410	487	513	299	301

回収数 計 3,625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	121	111	52	53	71	75	37	35
30代	143	151	65	74	93	97	48	50
40代	177	181	85	89	98	116	55	57
50代	130	134	65	72	83	89	57	62
60代	142	154	84	85	86	102	68	78
計	713	731	351	373	431	479	265	282

(6) 調査期間

平成 30 年 11 月 29 日~平成 30 年 12 月 26 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=3,625)	48.6	51.4	15.3	19.9	23.7	19.1	22.0
東京・近畿圏 (n=2,168)	49.1	50.9	15.5	20.0	24.5	18.5	21.4
地 方 圏 (n=1,457)	47.8	52.2	15.0	19.8	22.4	20.0	22.9

(%)

	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=3,625)	6.6	9.5	39.8	3.5	7.6	20.0	3.4	9.6
東京・近畿圏 (n=2,168)	0.0	0.0	66.6	0.0	0.0	33.4	0.0	0.0
地 方 圏 (n=1,457)	16.4	23.7	0.0	8.8	18.8	0.0	8.4	23.9

(%)

	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=3, 625)	30.8	69.1	0.1	15.5	19.1	57.4	6.1	1.6	0.2
東京・近畿圏 (n=2, 168)	30.0	69.9	0.1	15.1	19.2	59.2	4.8	1.5	0.2
地 方 圏 (n=1, 457)	32.1	67.9	0.1	16.1	18.9	54.8	8.1	1.9	0.2

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24.3%、「名前程度は聞いたことがある」が35.0%となっており、これらを合わせた《認知している》は59.3%となっている。

地域別にみた《認知している》は、地方圏（62.9%）が東京・近畿圏（56.9%）を6.0ポイント上回っている。

(%)

	全 体 (n=3625)	東京・近畿圏 (n=2168)	地方圏 (n=1457)
内容を含めて知っている	24.3	23.7	25.3
名前程度は聞いたことがある	35.0	33.3	37.6
知らなかった	39.6	42.0	35.9
無回答	1.1	1.1	1.2
《認知している》	59.3	56.9	62.9

《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6.9%、これに「時々参考にしている」（27.6%）、「たまには参考にしている」（32.3%）を合わせた《参考にしている》は66.9%となっている。

(%)

	全 体 (n=881)※	東京・近畿圏 (n=513)	地方圏 (n=368)
いつも参考にしている	6.9	7.2	6.5
時々参考にしている	27.6	26.1	29.6
たまには参考にしている	32.3	34.7	29.1
まったく参考にしていない	32.8	31.6	34.5
無回答	0.3	0.4	0.3
《参考にしている》	66.9	68.0	65.2

《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7.0%、「名前程度は聞いたことがある」が24.1%となっており、これらを合わせた《認知している》は31.0%である。

地域別にみた《認知している》は、地方圏（35.6%）が東京・近畿圏（27.9%）を7.7ポイント上回っている。

	(%)		
	全 体 (n=3625)	東京・近畿圏 (n=2168)	地方圏 (n=1457)
内容を含めて知っている	7.0	5.9	8.6
名前程度は聞いたことがある	24.1	22.0	27.0
知らなかった	67.8	70.9	63.1
無回答	1.2	1.2	1.2
《認知している》	31.0	27.9	35.6

《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」(81.4%)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」(79.8%)、「食事を楽しみましょう」(79.7%)、「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」(71.4%)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29.9%と最も低い。

全体 (n=3625)	(%)
《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	81.4
(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	79.8
(1) 食事を楽しみましょう	79.7
(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	71.4
(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	69.2
(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	67.9
(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	63.5
(9) 動物、植物、魚由来の脂肪をバランスよくとりましょう	58.0
(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	57.4
(13) 「食」に関する理解を深め、食生活を見直してみよう	53.4
(8) 食塩の多い食品や料理を控えめにしましょう	53.0
(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	36.7
(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	29.9

《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 59.8%、「ない」が 40.1%となっている。

(%)

	全 体 (n=3625)	東京・近畿圏 (n=2168)	地方圏 (n=1457)
ある	59.8	58.8	61.4
ない	40.1	41.2	38.4
無回答	0.1	—	0.2

(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、参加したことのある人が「いる」は 37.3%、「いない」は 62.6%となっている。

地域別にみた「いる」は、地方圏（41.6%）が東京・近畿圏（34.5%）を 7.1 ポイント上回っている。

(%)

	全 体 (n=3625)	東京・近畿圏 (n=2168)	地方圏 (n=1457)
いる	37.3	34.5	41.6
いない	62.6	65.5	58.3
無回答	—	—	0.1

(7) 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」は 12.7%、「内容によっては参加したいと思う」が 70.8%となっており、これらを合わせた《参加したい》は 83.5%である。

(%)

	全 体 (n=3625)	東京・近畿圏 (n=2168)	地方圏 (n=1457)
ぜひ参加したいと思う	12.7	12.4	13.2
内容によっては参加したいと思う	70.8	71.3	70.1
参加したいと思わない	15.5	15.5	15.6
その他	0.8	0.7	0.8
無回答	0.2	0.1	0.3