

5 調査結果の詳細

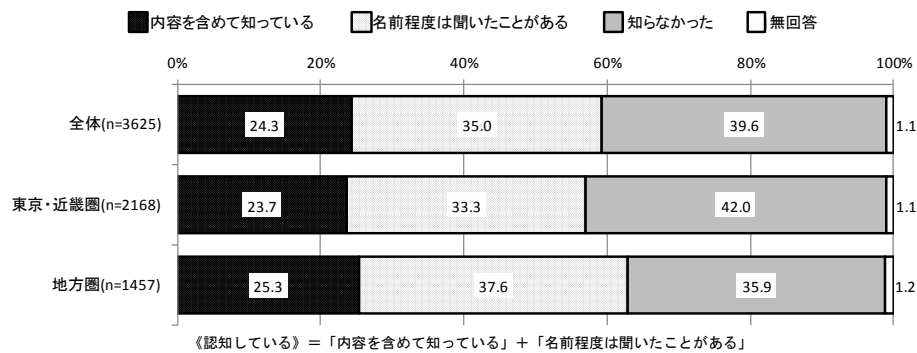
(1) 「食事バランスガイド」について

(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。

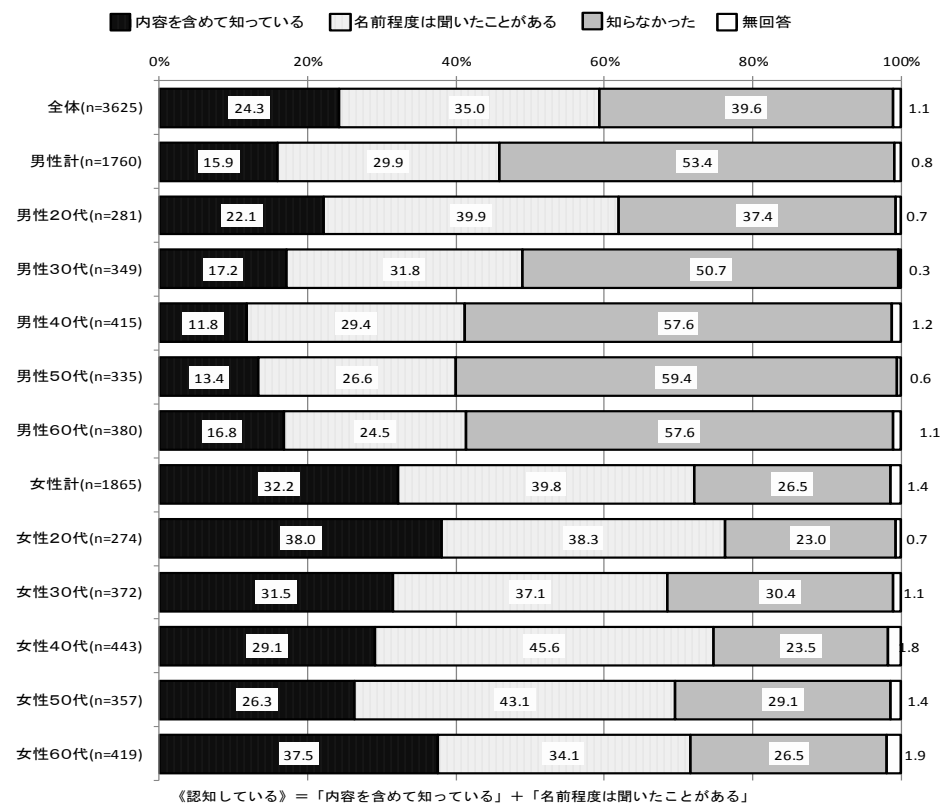
問1.「食事バランスガイド」の認知度（地域別）



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32.2%に対し、男性で15.9%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(72.0%)と男性(45.9%)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）

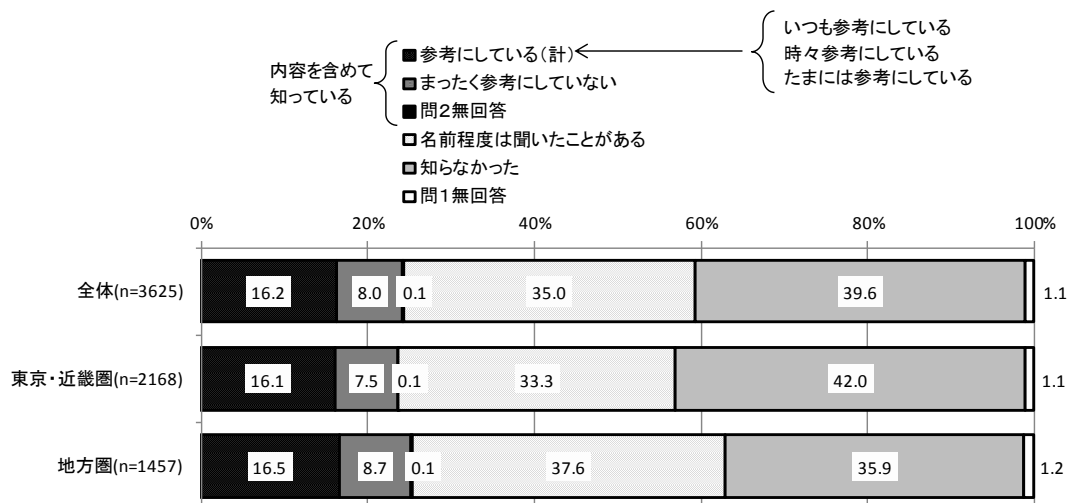


(1.2) 「食事バランスガイド」を参考に食生活を送っている人の割合

「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16.2%である。

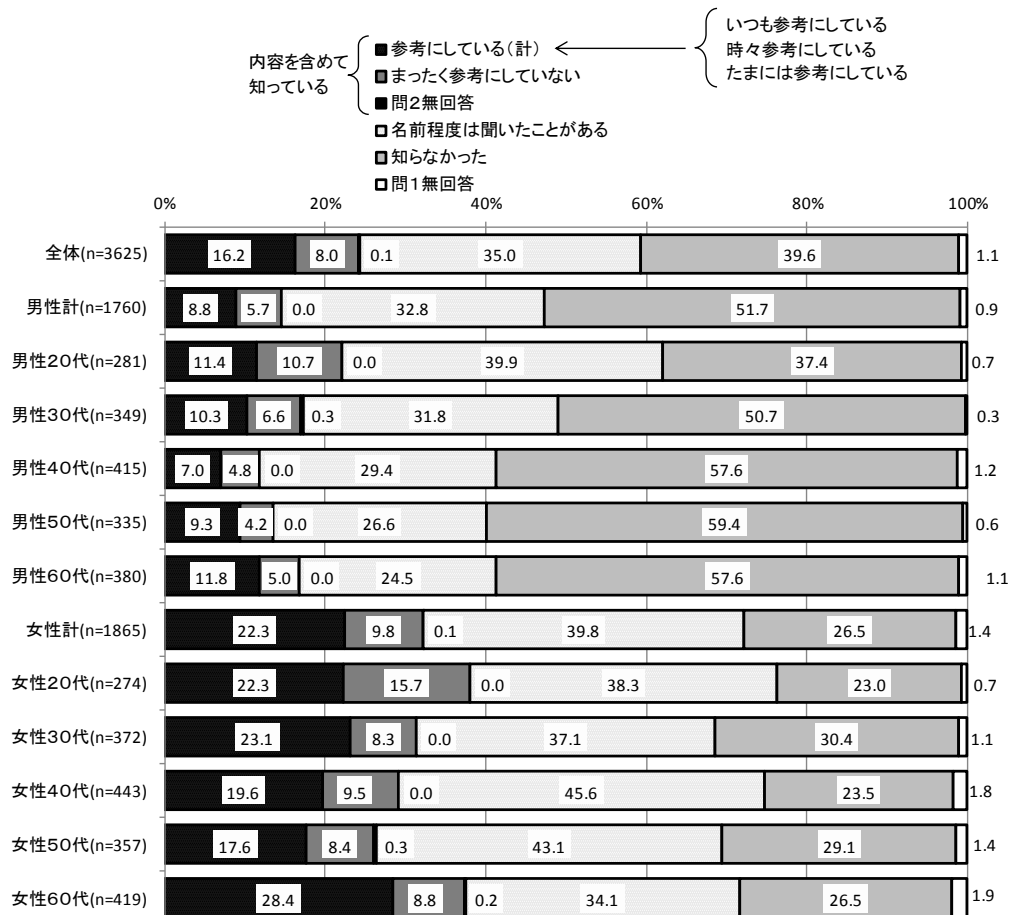
地域別にみた《参考にしている》は、東京・近畿圏で16.1%、地方圏で16.5%となっている。

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(22.3%)が男性(8.8%)を大きく上回っている。性・年代別では、女性60代で《参考にしている》割合が高い。

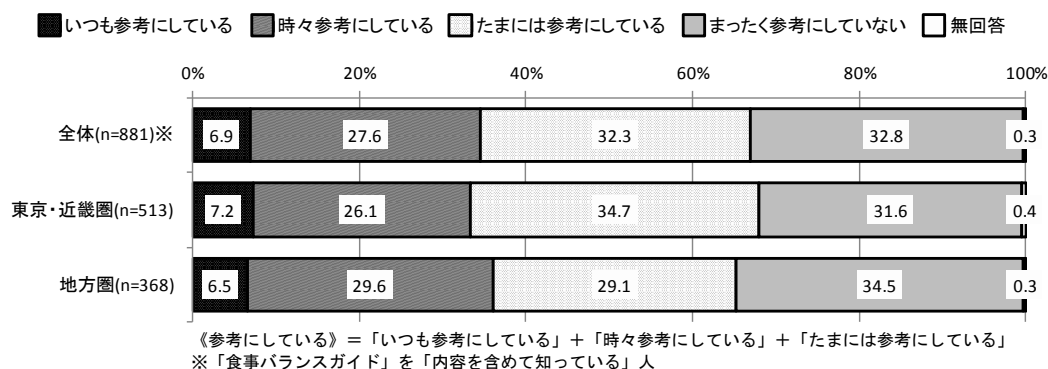
問1+問2.「食事バランスガイド」の認知・参考度（性・年代別）



(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。

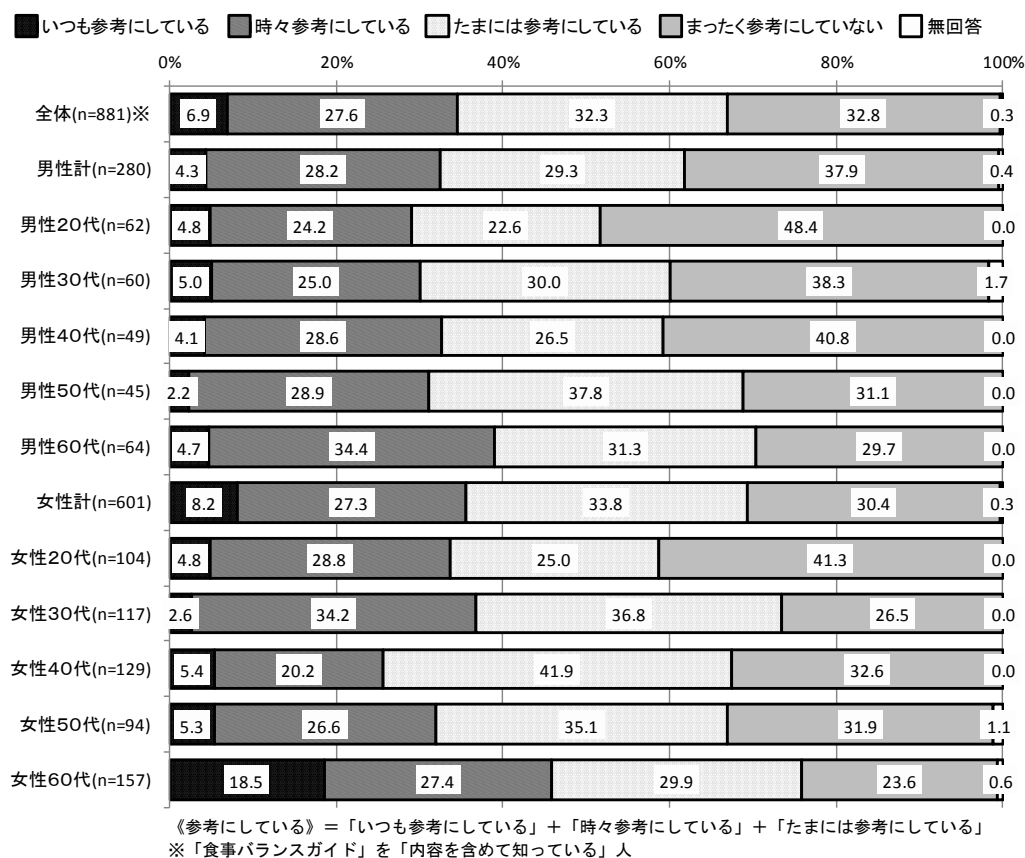
問2.「食事バランスガイド」の参考度（地域別）



男女別にみた《参考にしている》は、女性(69.2%)が男性(61.8%)より高くなっている。

年代別には、男女とも60代で《参考にしている》割合が最も高い。

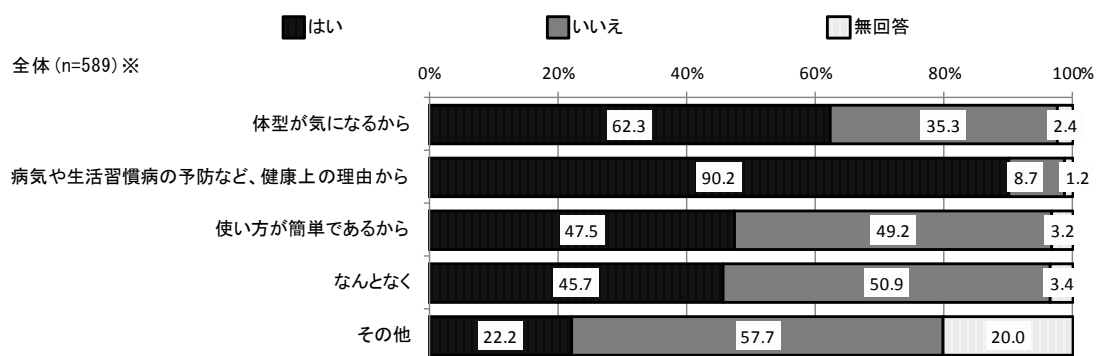
問2.「食事バランスガイド」の参考度（性・年代別）



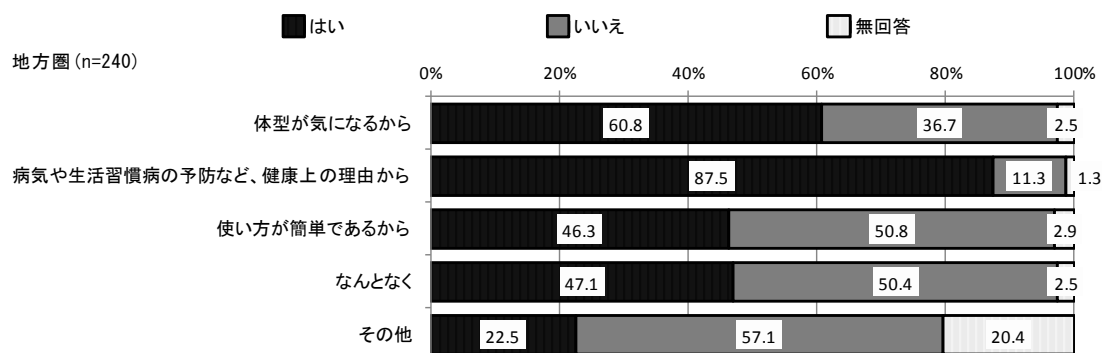
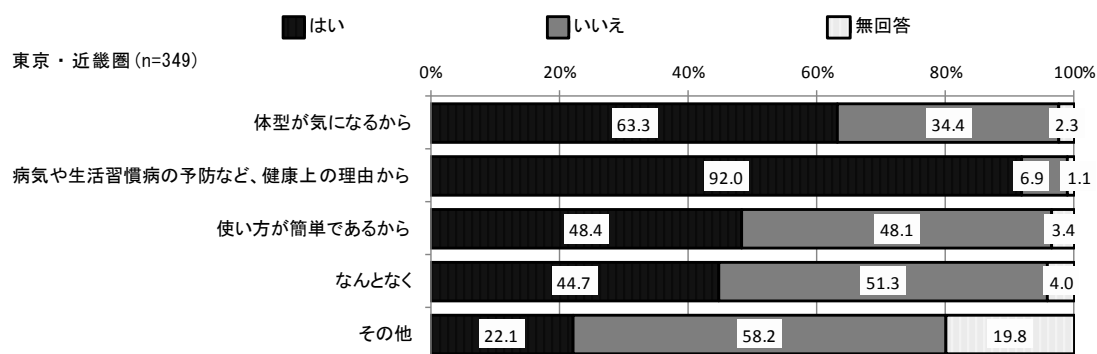
(1.4) 「食事バランスガイド」を参考にしている理由

「食事バランスガイド」を《参考にしている》人の参考になっている理由は、「病気や生活習慣病の予防など、健康上の理由から」が90.2%と最も高く、続いて、「体型が気になるから」が62.3%、「使い方が簡単であるから」が47.5%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）



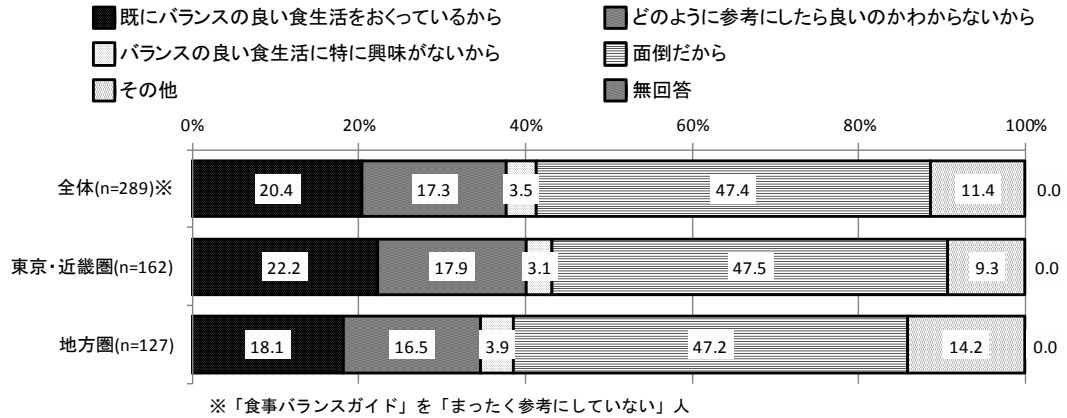
※「食事バランスガイド」を《参考にしている》人



(1.5) 「食事バランスガイド」を参考にしていない理由

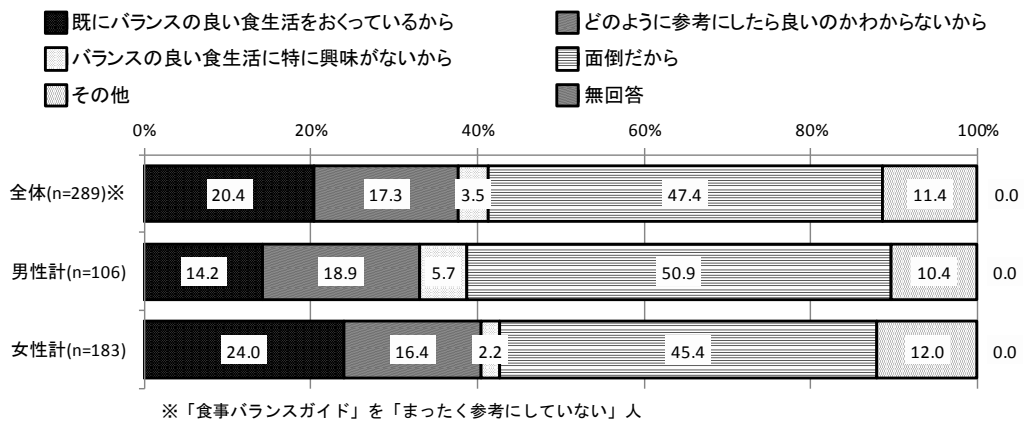
「食事バランスガイド」を「まったく参考にしていない」人の参考にしていない理由は、「面倒だから」が47.4%と最も高く、続いて、「既にバランスの良い食生活をおくっているから」が20.4%、「どのように参考にしたら良いのかわからないから」が17.3%となっている。

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、「既にバランスの良い食生活をおくっているから」は女性が24.0%と男性(14.2%)を9.8ポイント上回っている。

問4.「食事バランスガイド」を参考にしていない理由（性別）



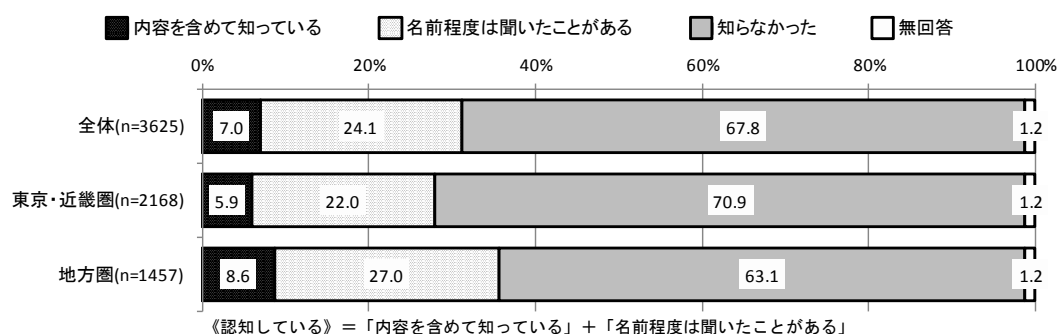
(2) 「食生活指針」について

(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 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。

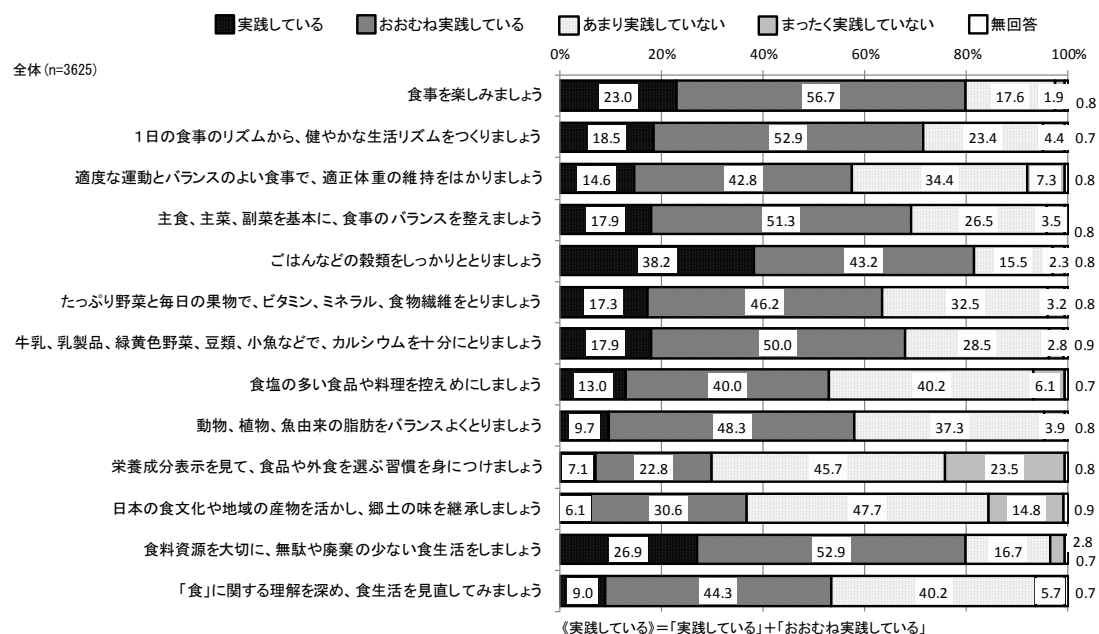
問 5. 「食生活指針」の認知度（地域別）

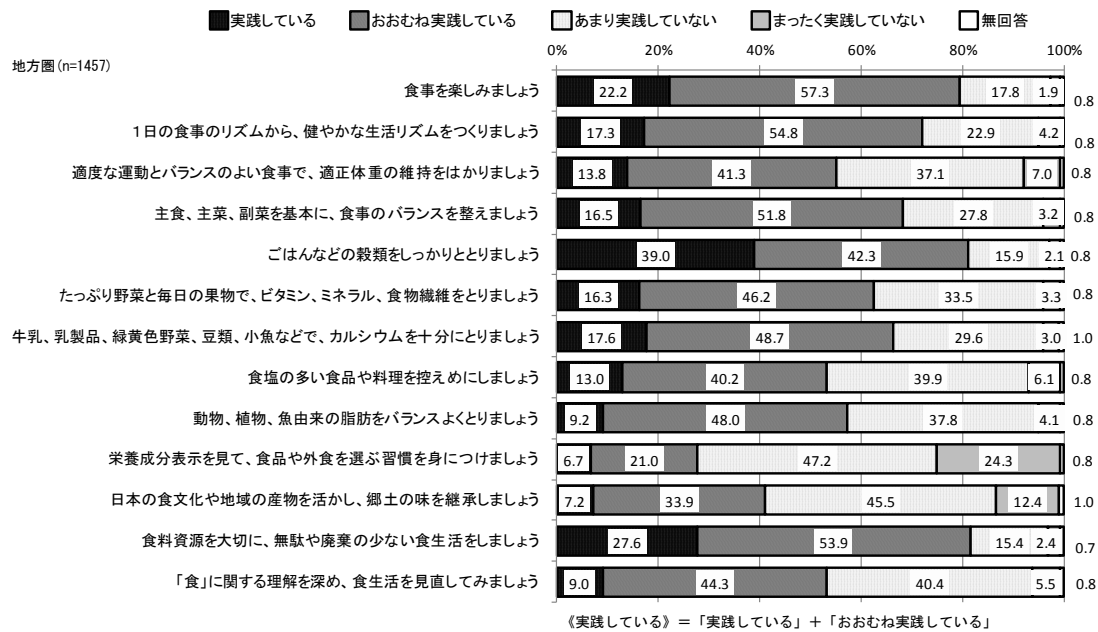
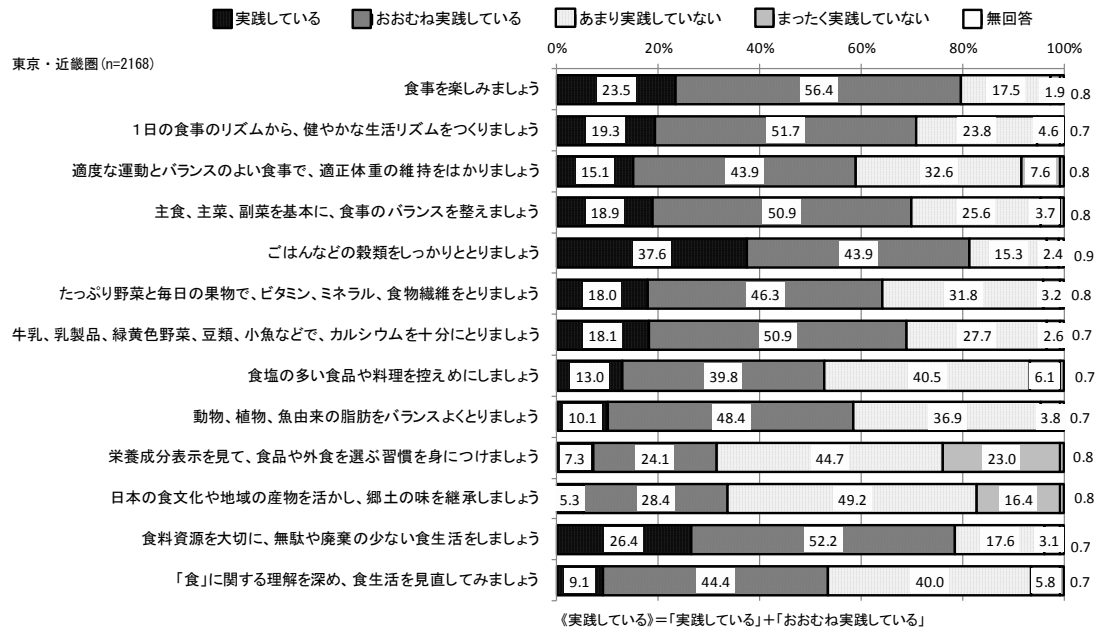


(2.2) 「食生活指針」の実践度

「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」(81.4%)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。

問 6. 「食生活指針」の実践度（地域別）



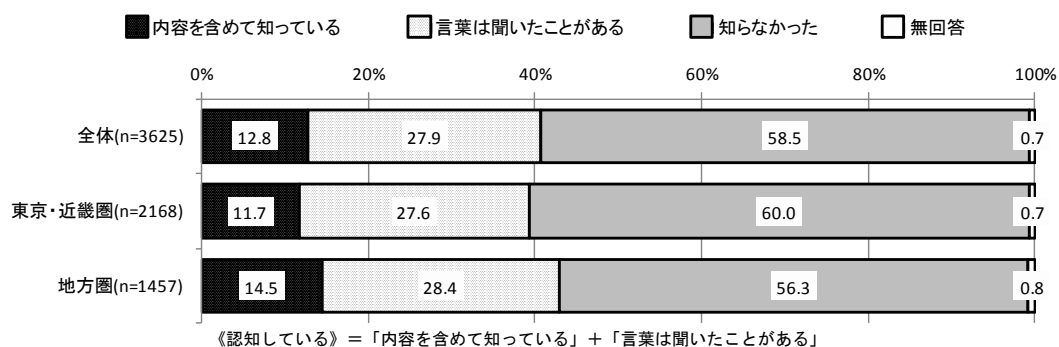


(3) 「日本型食生活」と普段の食生活について

(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 12.8%、これに「言葉は聞いたことがある」(27.9%)を加えた《認知している》は 40.8%となっている。

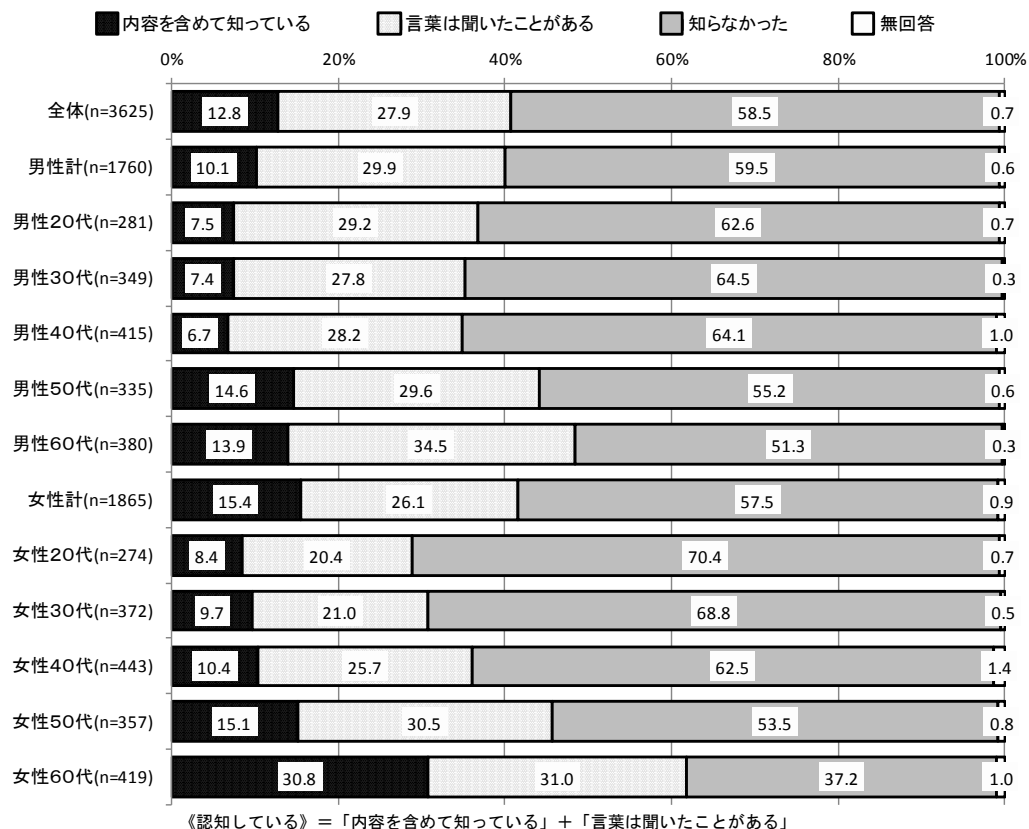
問 7. 「日本型食生活」の認知度 (地域別)



男女別では、「日本型食生活」を「内容を含めて知っている」は、女性(15.4%)が男性(10.1%)を 5.3 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。

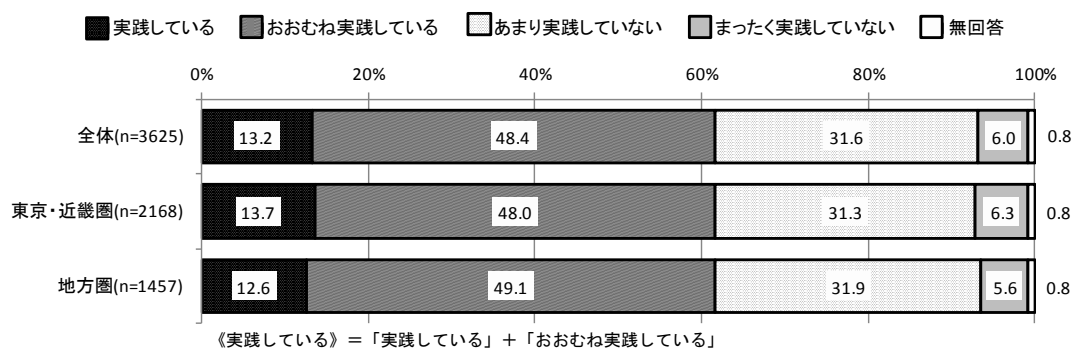
問 7. 「日本型食生活」の認知度 (性・年代別)



(3.2) 「日本型食生活」の実践度

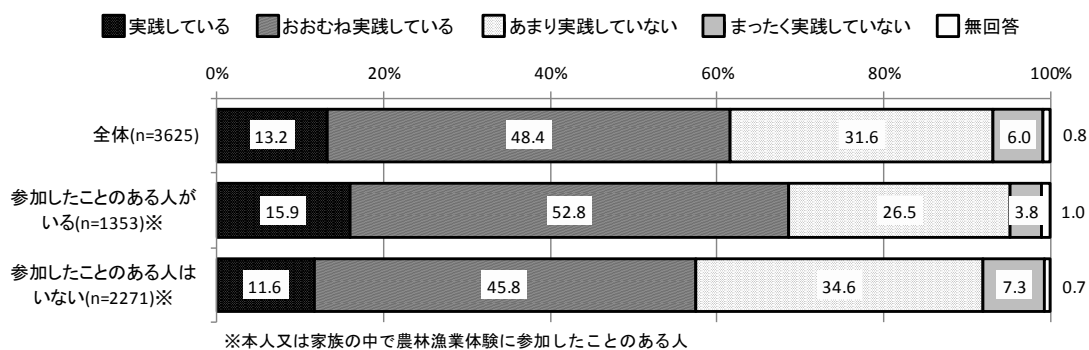
日本型食生活の実践度は、「実践している」は13.2%で、「おおむね実践している」(48.4%)を合わせた《実践している》の割合は61.7%となっている。

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、農林漁業体験に本人又は家族が参加した人では、日本型食生活を《実践している》と回答した人の割合が68.7%で、参加していない人の57.4%に比べて11.3ポイント高い。

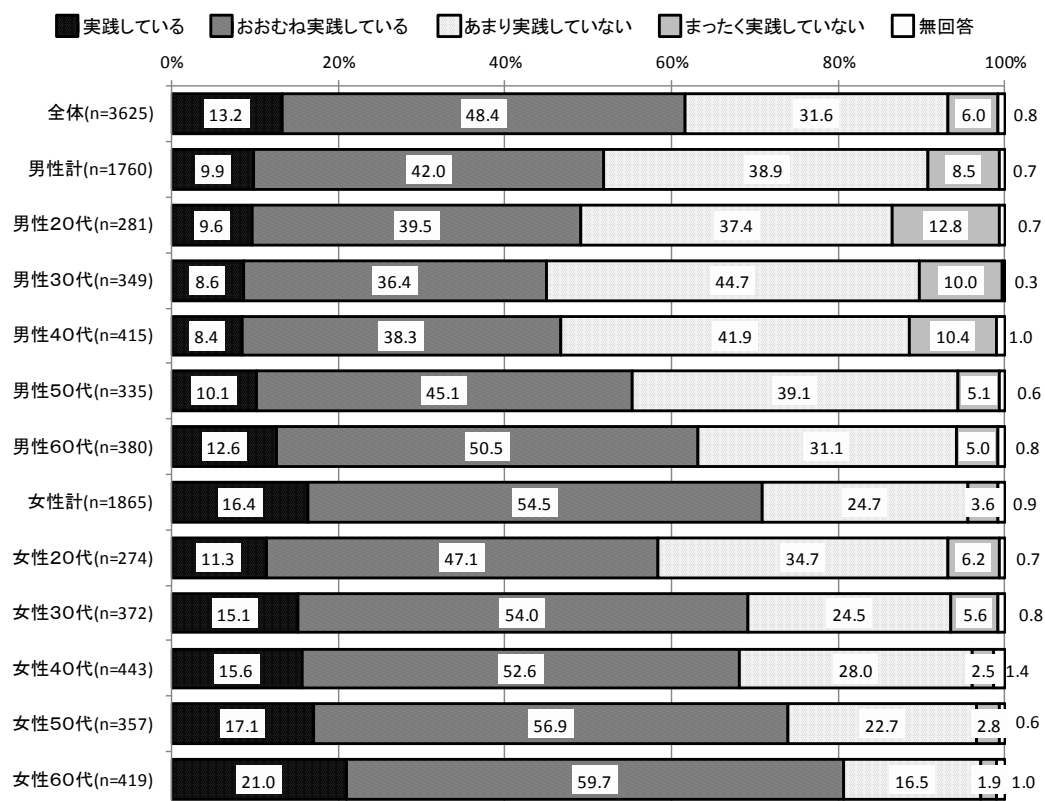
問 8. 「日本型食生活」の実践度（農林漁業体験の有無別）



男女別にみた《実践している》は、女性(70.8%)が男性(51.9%)を18.9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)

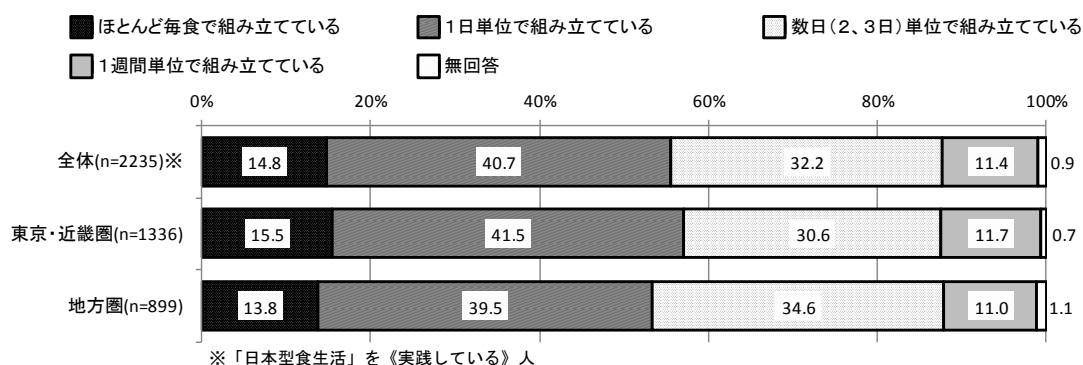


《実践している》 = 「実践している」 + 「おおむね実践している」

(3.3) 「日本型食生活」の組み立て期間

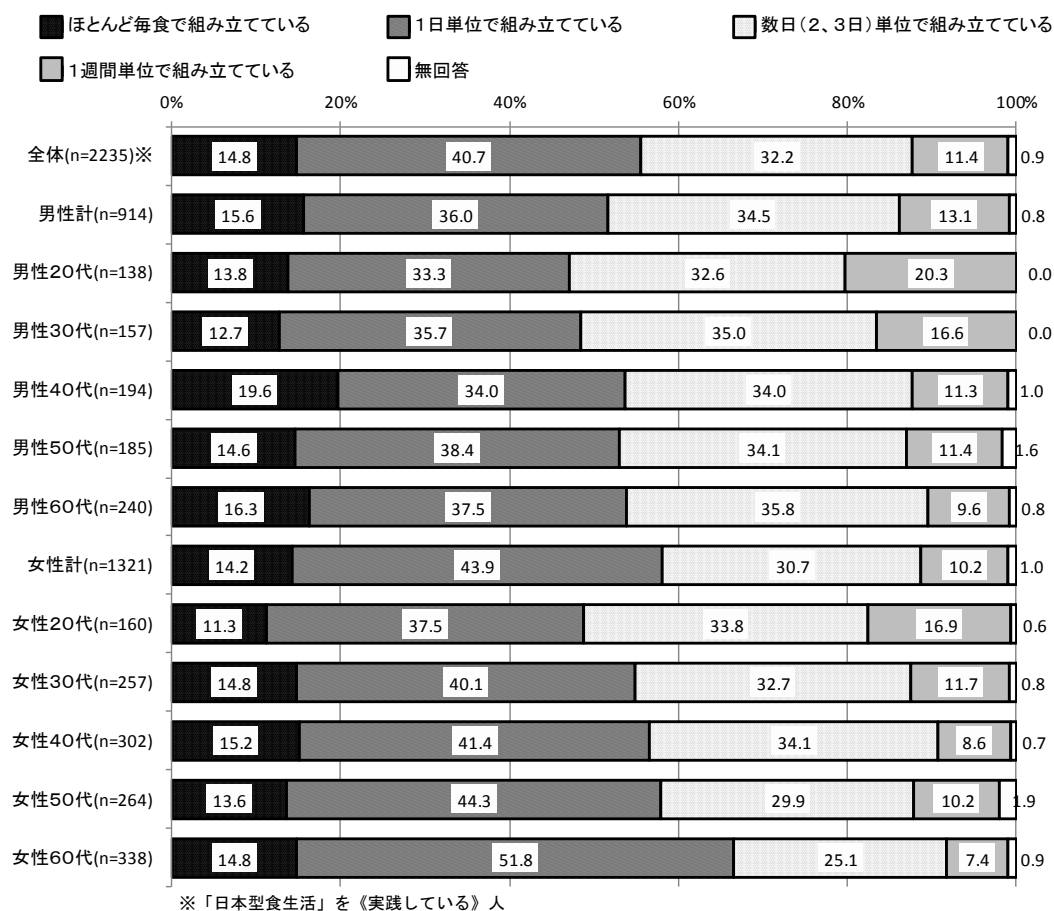
「日本型食生活」を《実践している》人の日本型食生活の組み立て期間は、「1日単位で組み立てている」(40.7%)が最も高く、続いて、「数日(2、3日)単位で組み立てている」(32.2%)、「ほとんど毎食で組み立てている」(14.8%)となっている。

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(43.9%)が男性(36.0%)を7.9ポイント上回っている。特に、女性60代で高くなっている。

問9. 「日本型食生活」の組み立て期間(性・年代別)

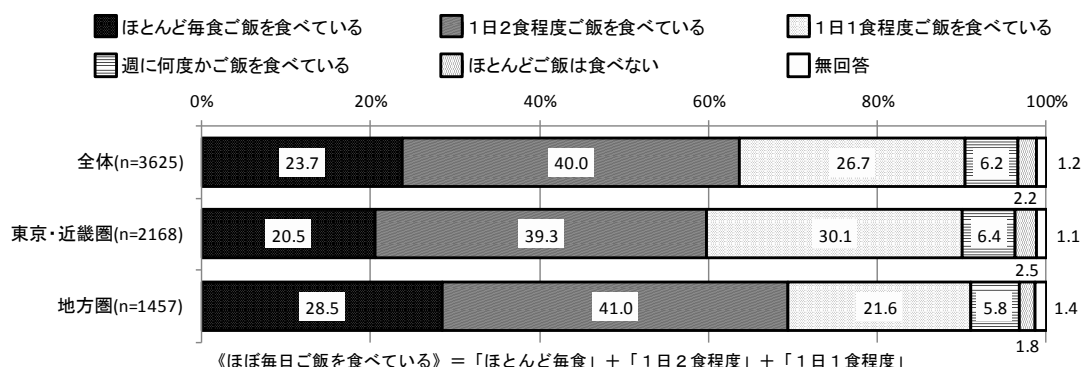


(3.4) ごはんを食べる頻度

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」(40.0%)が最も高く、続いて、「1日1食程度ごはんを食べている」(26.7%)、「ほとんど毎食ごはんを食べている」(23.7%)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90.4%となっている。

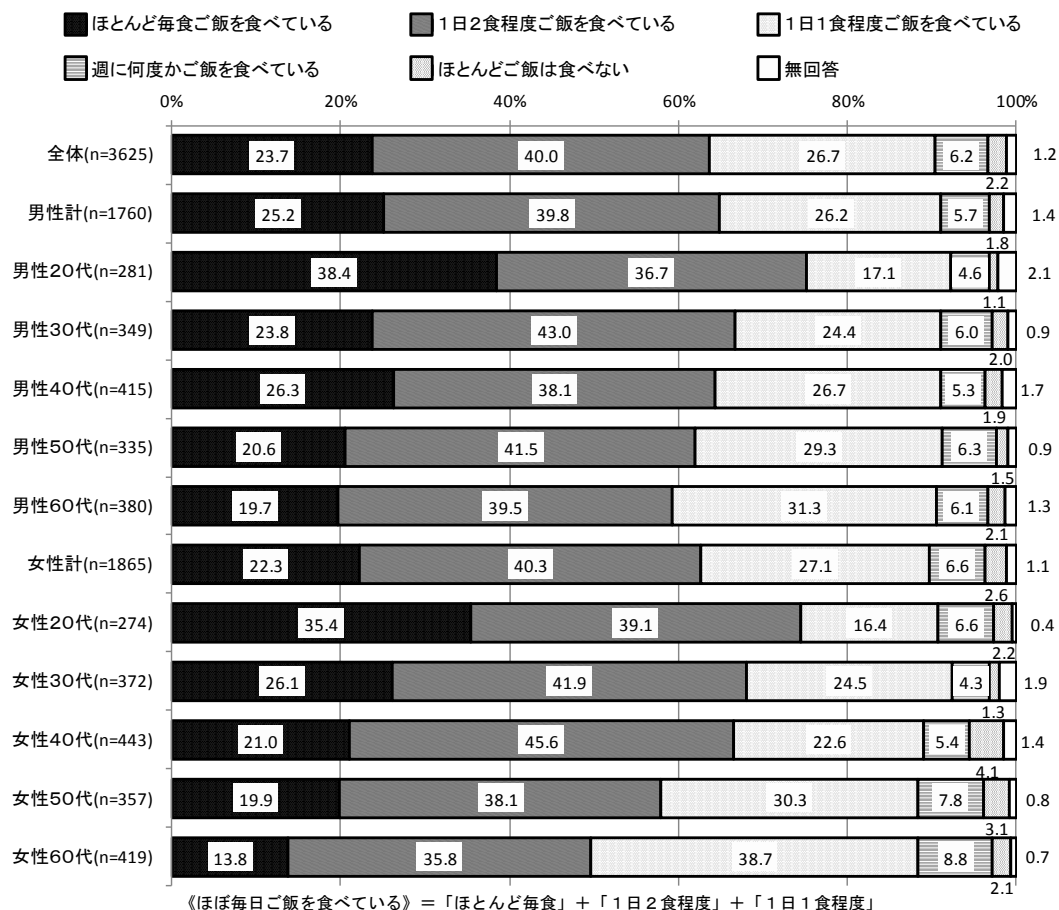
地域別では、「ほとんど毎食ごはんを食べている」は、地方圏(28.5%)が東京・近畿圏(20.5%)を8.0ポイント上回っている。

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、年齢が高ま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)

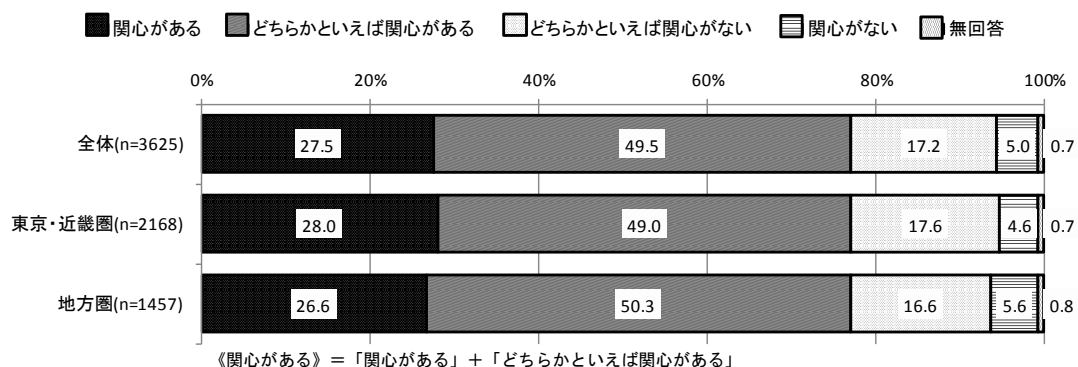


(4) 食育について

(4.1) 食育への関心度

食育への関心度は、「関心がある」は 27.5%で、これに「どちらかといえば関心がある」(49.5%) を合わせた《関心がある》の割合は 77.0%となっている。

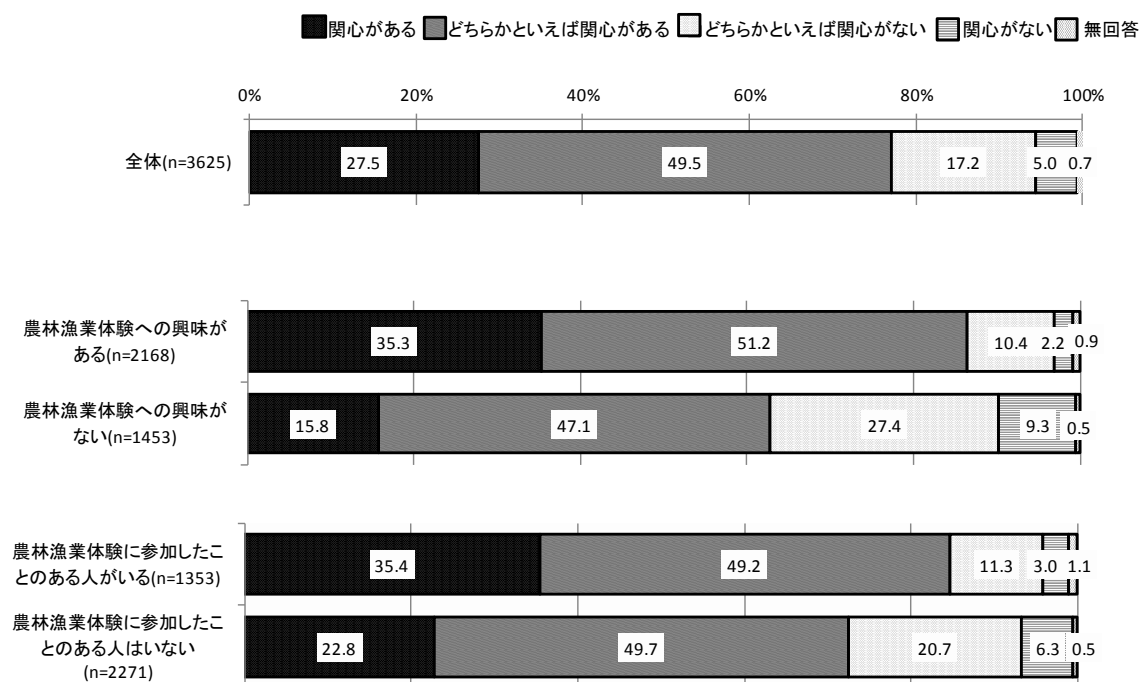
問 11.食育への関心度 (地域別)



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 86.5%、「農林漁業体験に興味が無い」人で 62.8%となっており、23.7 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のある人がいる」人で《関心がある》の割合は 84.6%、「農林漁業体験に参加したことのある人はいない」人で 72.5%となっており、12.1 ポイントの差がある。

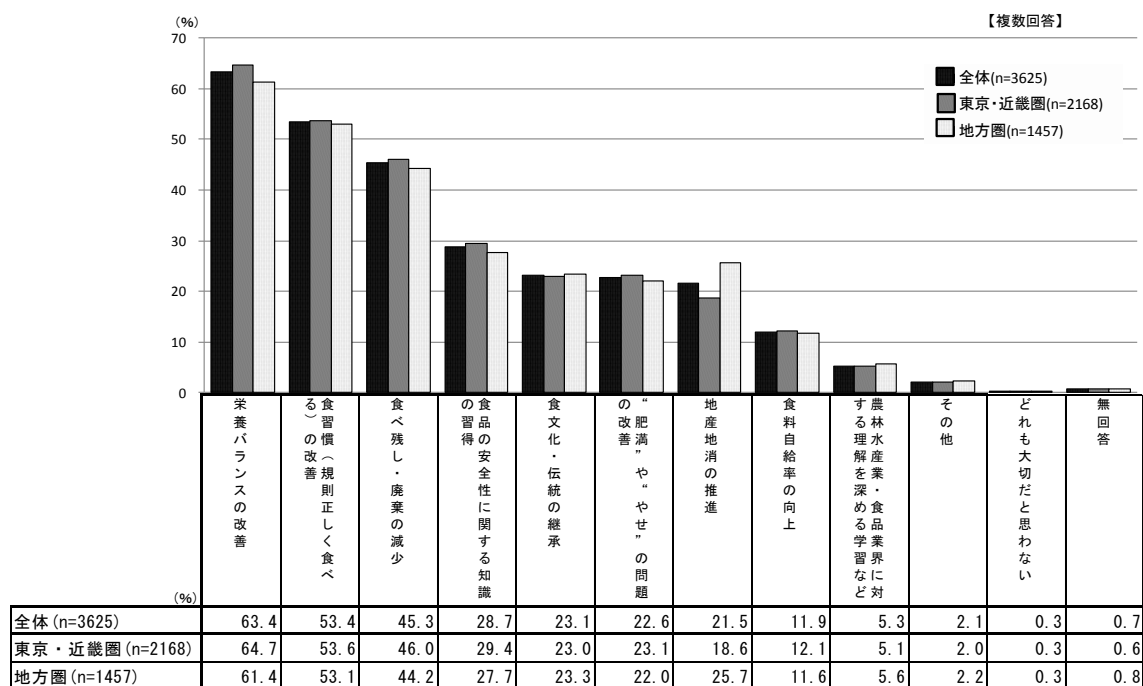
問 11.食育への関心度(問 14 農林漁業体験への興味別・問 15 農林漁業体験への参加有無別)



(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63.4%で最も高く、続いて、「食習慣（規則正しく食べる）の改善」（53.4%）、「食べ残し・廃棄の減少」（45.3%）、「食品の安全性に関する知識の習得」（28.7%）、「食文化・伝統の継承」（23.1%）となっている。

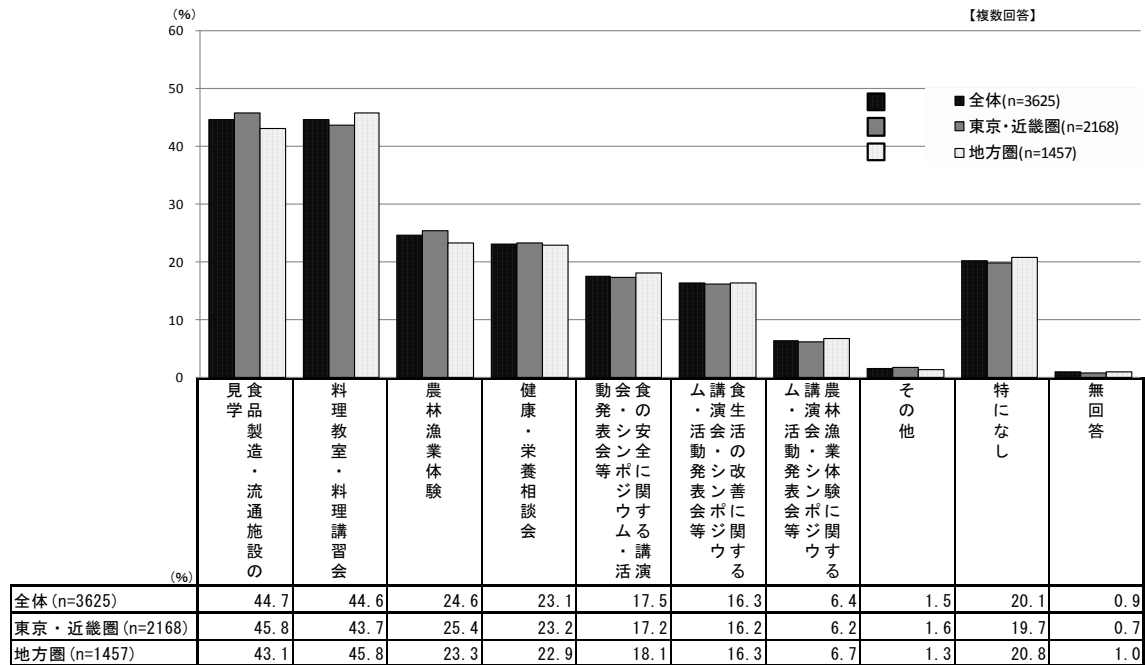
問12.食育に大切な取組（地域別）



(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」(44.7%)が最も高く、続いて「料理教室・料理講習会」(44.6%)が4割台、「農林漁業体験」(24.6%)、「健康・栄養相談会」(23.1%)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)

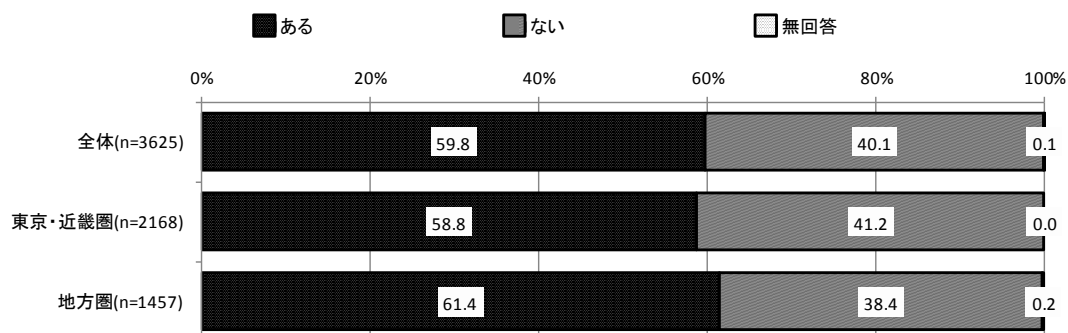


(5) 農林漁業体験について

(5.1) 農林漁業体験への興味の有無

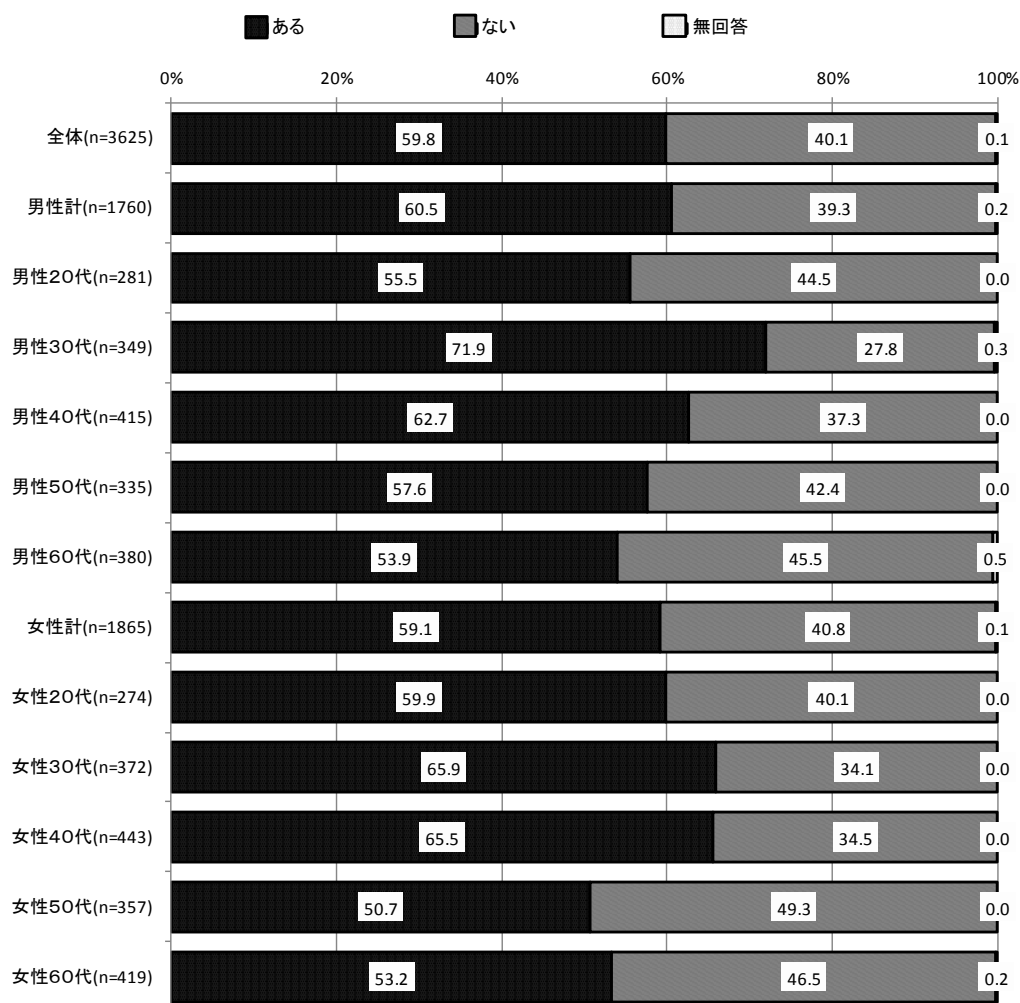
田植え、収穫、家畜の世話などの農林漁業体験について、興味が「ある」は59.8%となっている。

問14 農林漁業体験への興味（地域別）



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」は男性30代で71.9%と最も高くなっている。

問14 農林漁業体験への興味（性・年代別）



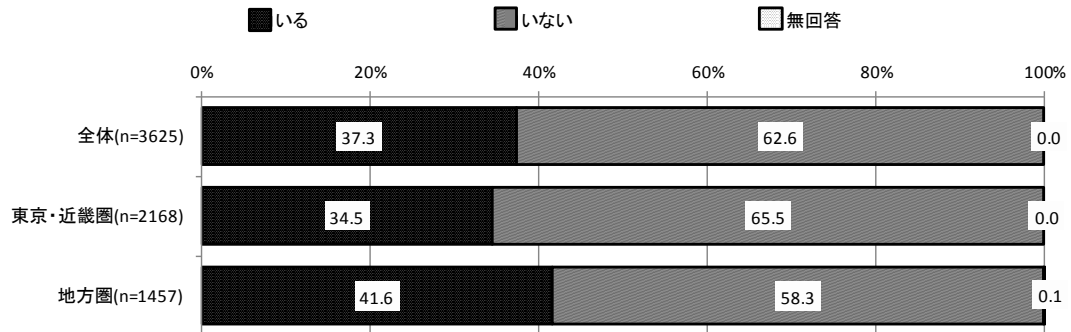
(6) あなた又は家族の農林漁業体験について

(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37.3%、「いない」は62.6%となっている。

地域別では、「いる」の割合は地方圏（41.6%）が東京・近畿圏（34.5%）を7.1ポイント上回っている。

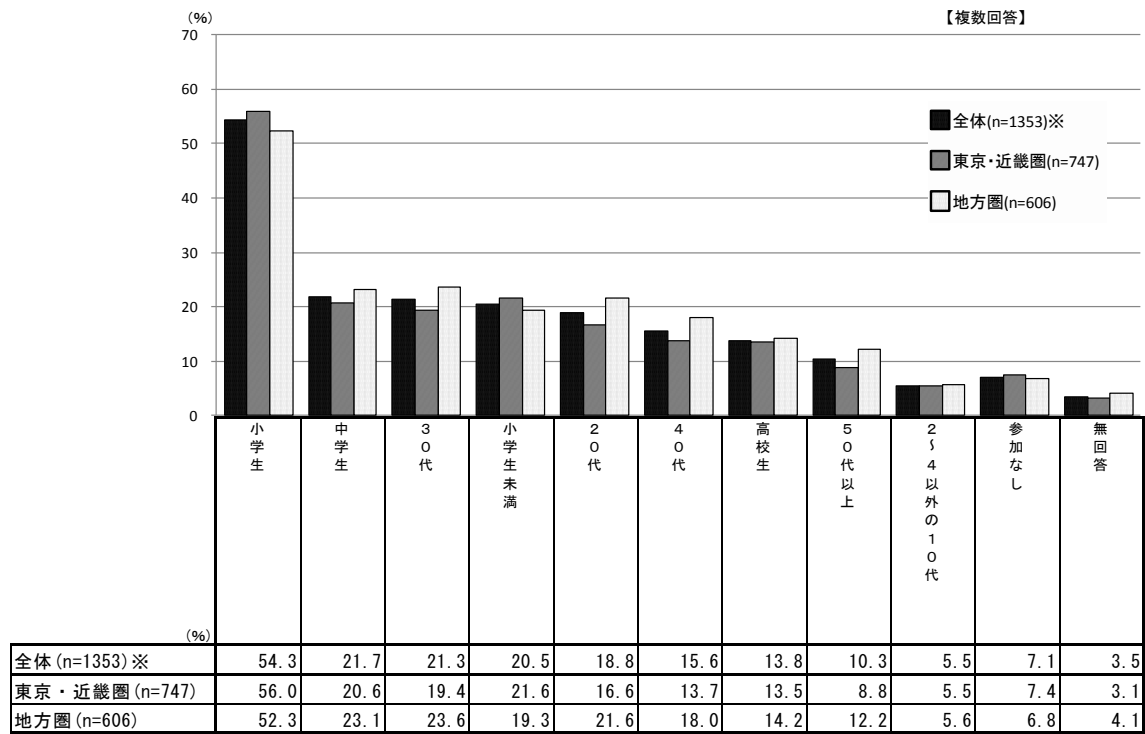
問 15.農林漁業体験への参加経験者の有無（地域別）



(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54.3%と最も高く、続いて「中学生」(21.7%)、「30代」(21.3%)、「小学生未満」(20.5%)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89.4%、「参加なし」7.1%となっている。

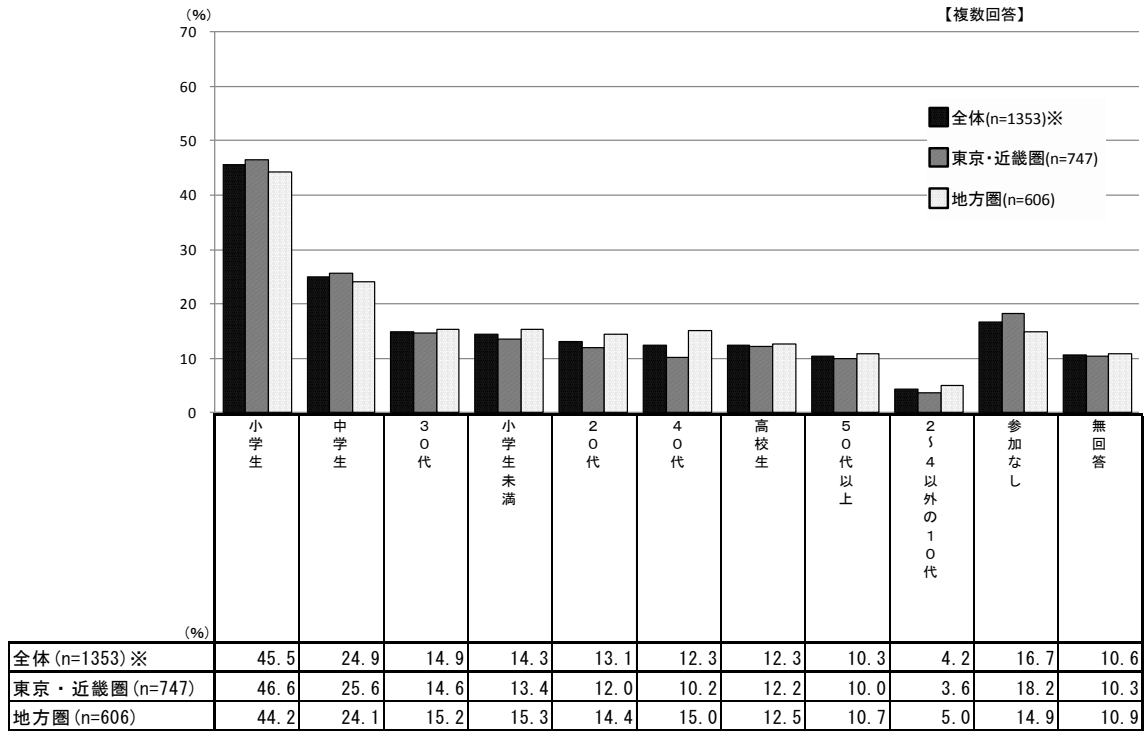
問 16.本人が参加した時の年代 (地域別)



※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人口

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45.5%と最も高く、続いて「中学生」(24.9%)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72.7%、「参加なし」16.7%となっている。

問 16.家族が参加した時の年代 (地域別)

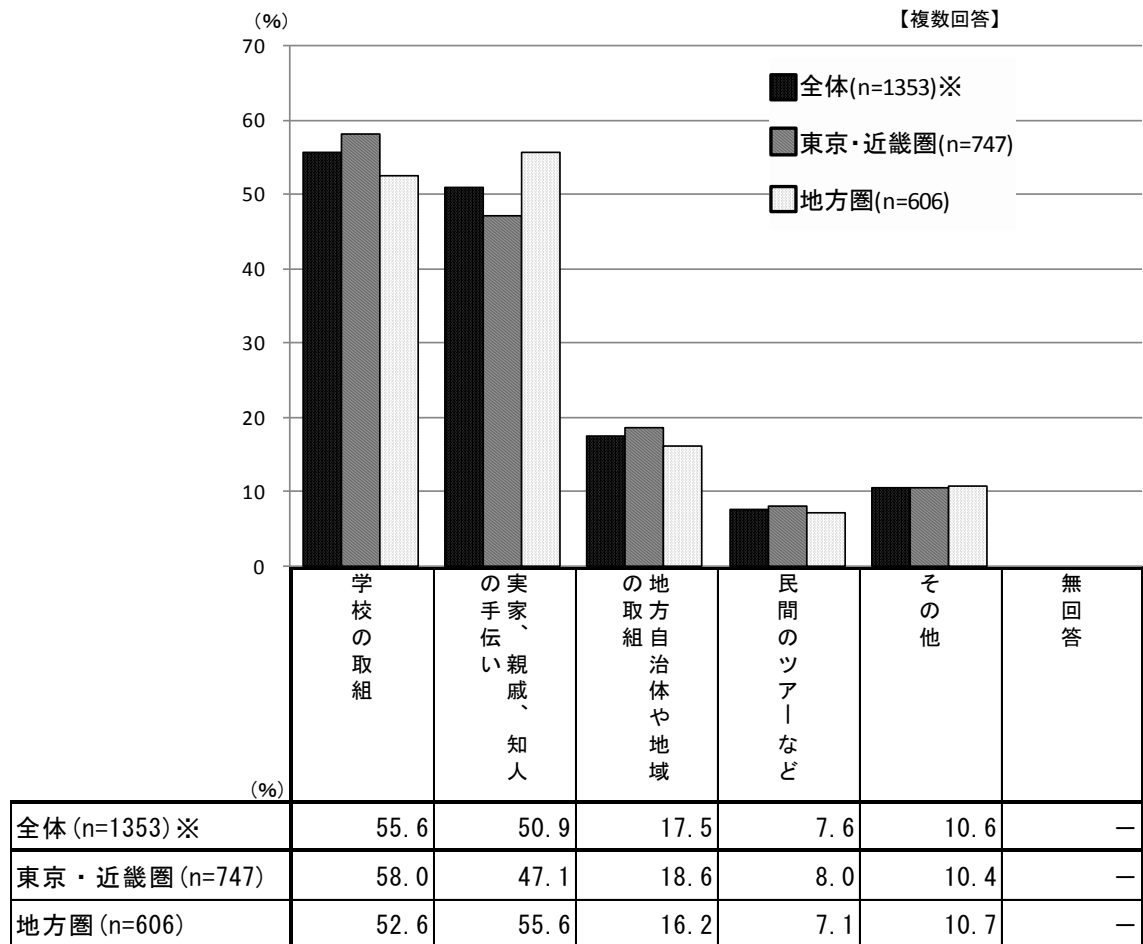


※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人口

(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55.6%と最も高く、続いて、「実家、親戚、知人の手伝い」(50.9%)、「地方自治体や地域の取組」(17.5%)、「民間のツアーなど」(7.6%)となっている。

問 17.参加した農林漁業体験（地域別）

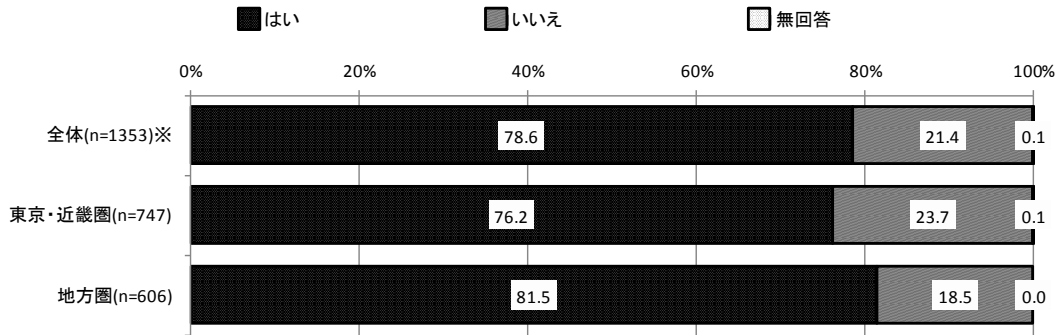


※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人口

(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78.6%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）

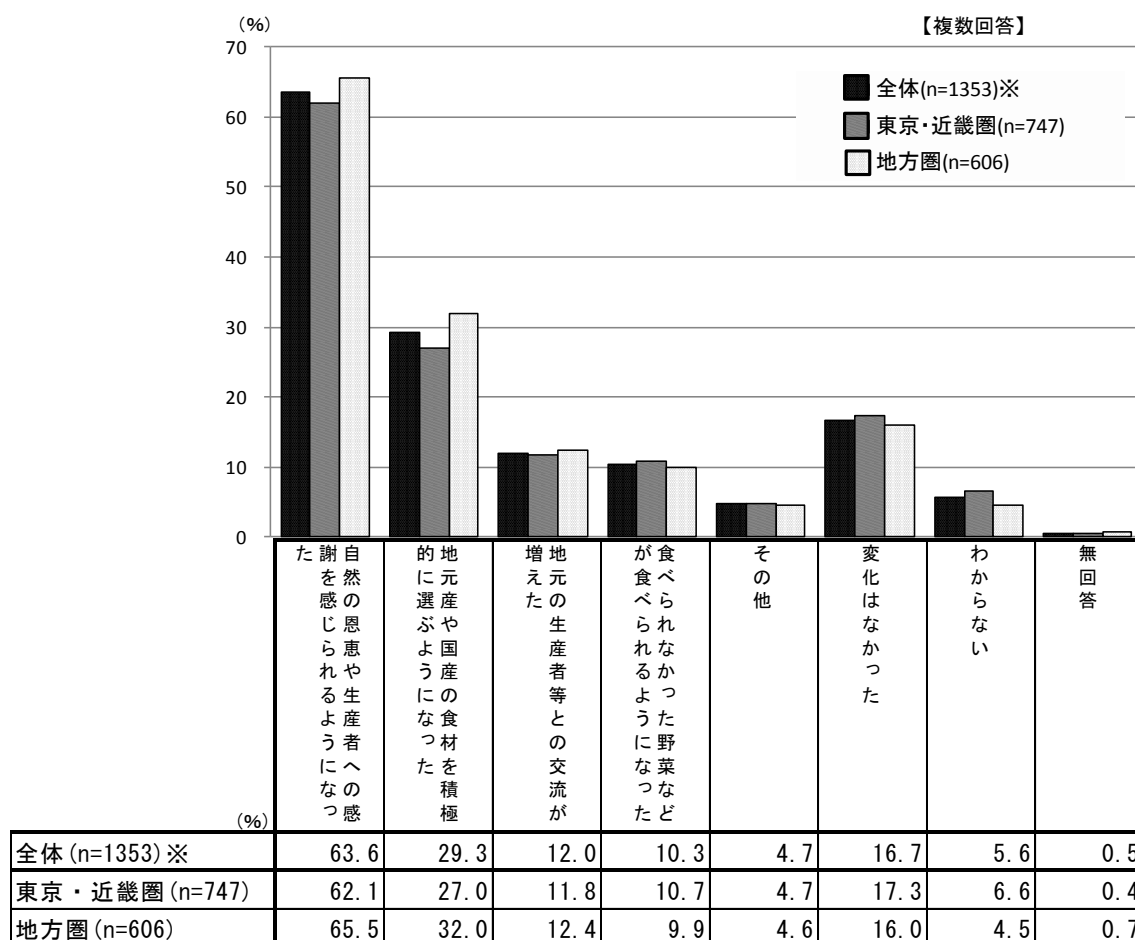


※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人

(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63.6%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」(29.3%)、「地元の生産者等との交流が増えた」(12.0%)、「食べられなかった野菜などが食べられるようになった」(10.3%)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)

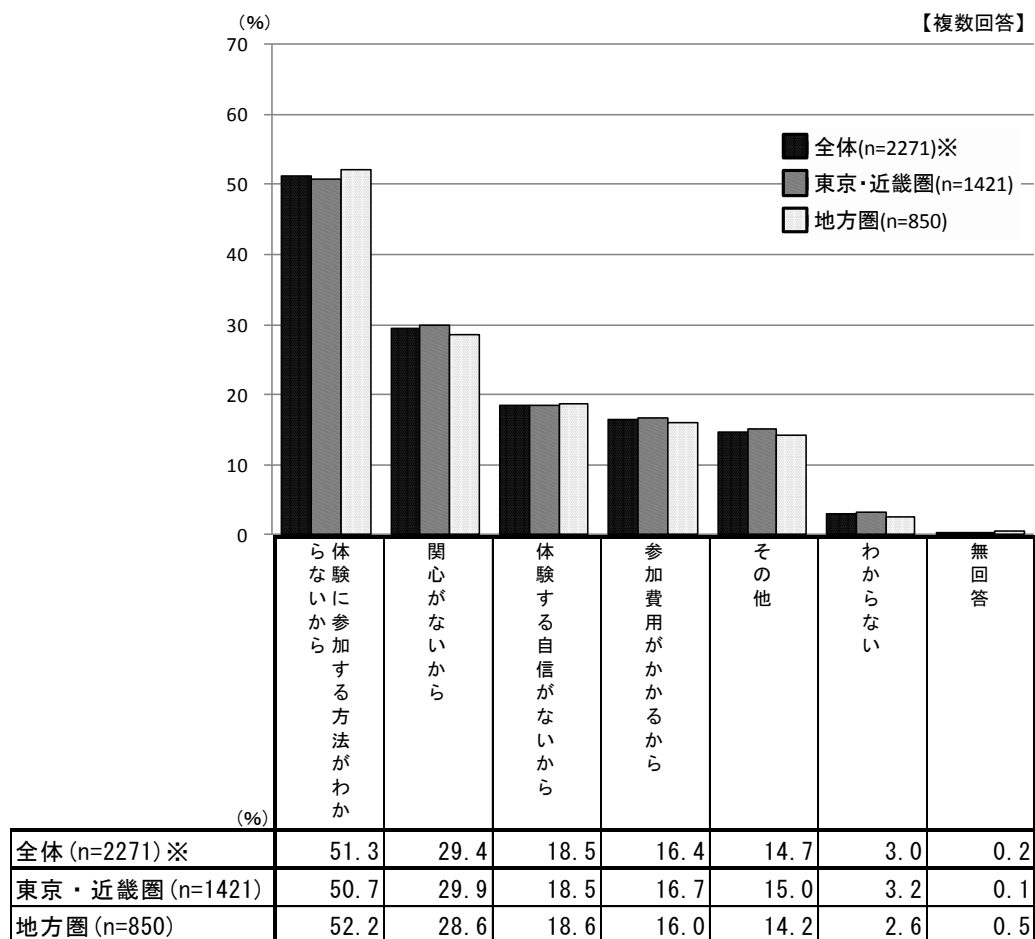


※農林漁業体験に本人又は家族が参加したことがある人

(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51.3%と最も高く、続いて「関心がないから」(29.4%)、「体験する自信がないから」(18.5%)、「参加費用がかかるから」(16.4%)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）

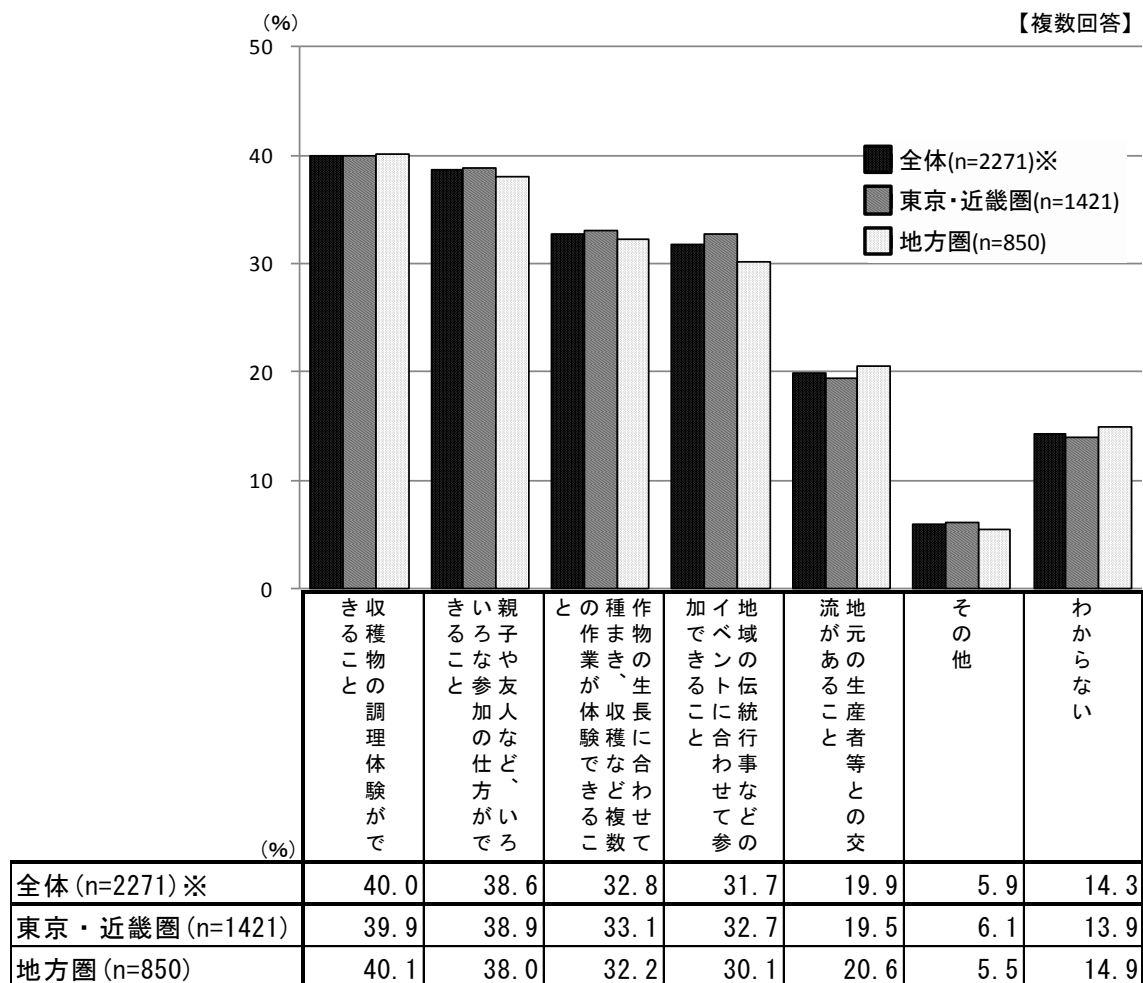


※農林漁業体験に本人又は家族が参加していない人

(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、「収穫物の調理体験ができること」が40.0%と最も高く、続いて「親子や友人など、いろいろな参加の仕方ができること」(38.6%)、「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」(32.8%)、「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」(31.7%)、「地元の生産者等との交流があること」(19.9%)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)



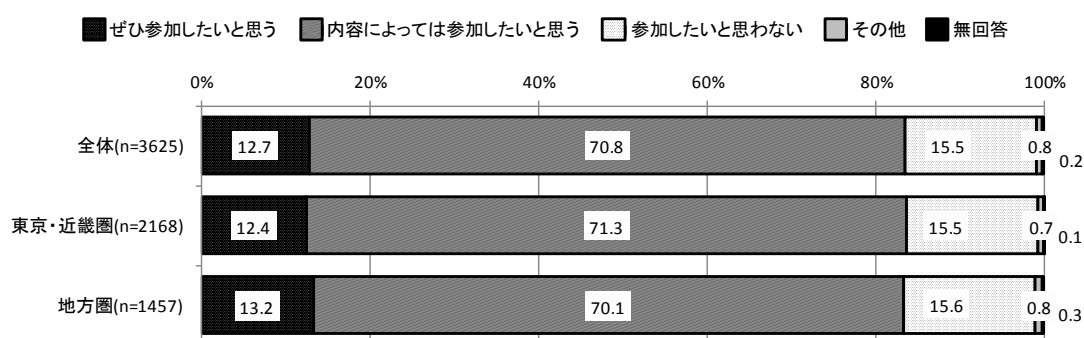
※農林漁業体験に本人又は家族が参加していない人

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

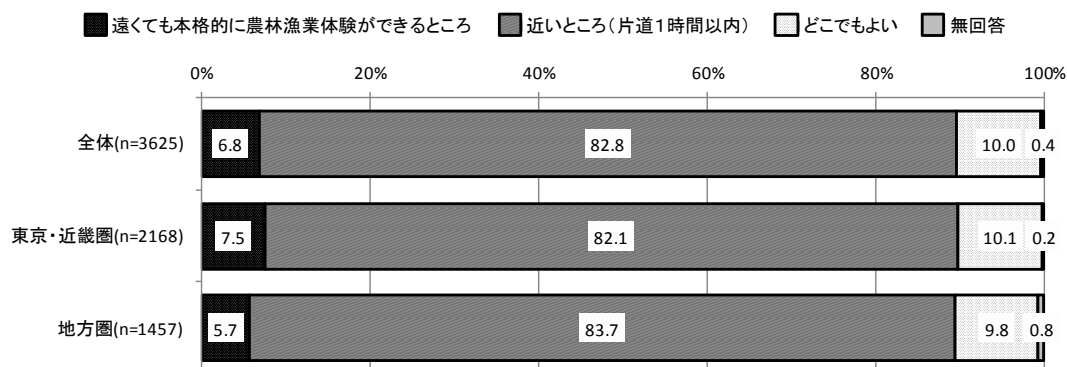
問 22.農林漁業体験への参加意向（地域別）



(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82.8%で最も高く、続いて「どこでもよい」(10.0%)、「遠くても本格的に農林漁業体験ができる場所」(6.8%)となっている。

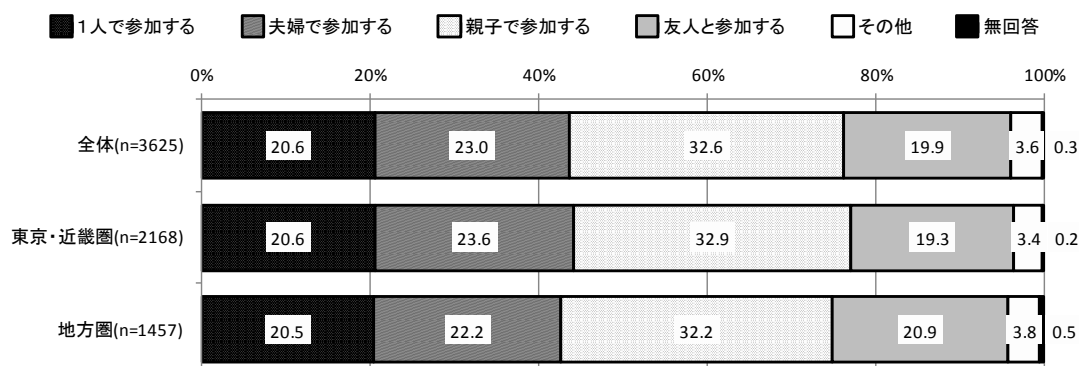
問 23.農林漁業体験の参加希望場所（地域別）



(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 32.6%と最も高く、続いて、「夫婦で参加する」(23.6%)、「1人で参加する」(20.6%)、「友人と参加する」(19.9%)となっている。

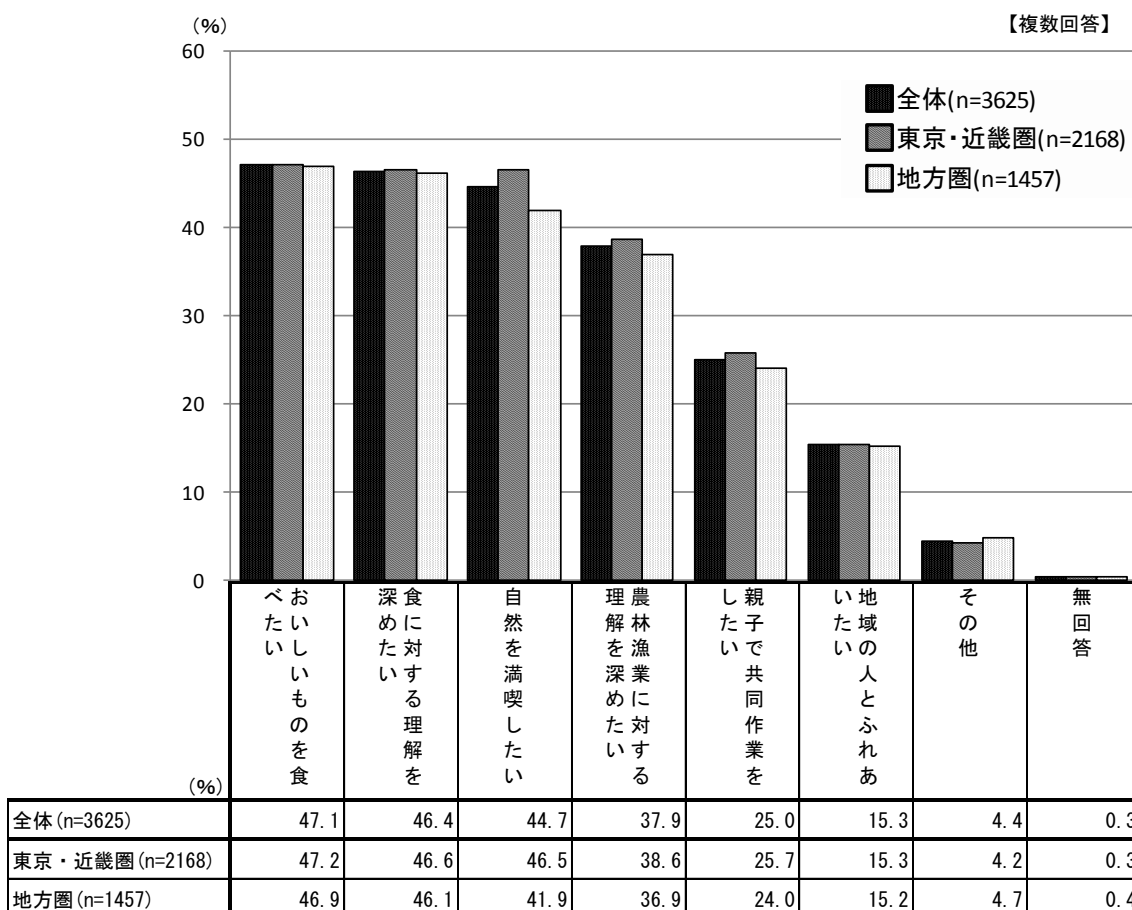
問 24.農林漁業体験と一緒に参加する人（地域別）



(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」(47.1%)、「食に対する理解を深めたい」(46.4%)、「自然を満喫したい」(44.7%)、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」(37.9%)、「親子で共同作業をしたい」(25.0%)、「地域の人とふれあいたい」(15.3%)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38.2%と最も多く、続いて、「収穫のみ」(29.0%)、「家畜の世話や搾乳体験」(19.4%)、「田植え(種まき)などの植え付け」(8.8%)となっている。

問 26.参加したい農林漁業体験(地域別)

