

-東京近郊の父親 400 人に聞く-

現代の父親の食生活

家族で育む『食』

2013 年 4 月

農林中央金庫

目次

■ 調査企画	1
■ 調査結果の内容	5

I 東京近郊の父親 400 人に聞く 家族との食事の実態と意識

1. 朝ごはん	7
---------	---

朝ごはんを家で「毎日」(56.3%) 食べるという人が半数を超えているが、以下「1・2回」(16.0%)、「3・4回」(10.3%)の順で、「食べない」も1割強(12.5%)。

朝ごはんを家で食べない日がある理由は、「起きるのが遅い」(28.6%)、「習慣」(26.9%)、「食欲がない」(26.3%)、「外で食べる」(21.7%)など。

一緒に食べる人は、「子ども」(54.0%)、あるいは「妻」(47.1%)が多いものの、「ひとりで」(43.1%)も4割を超える。

「ひとりで」食べる理由は、「家をでるのが家族より早いから」(80.1%)が圧倒的に多く、次いで「家をでるのが家族より遅いから」(9.3%)と“家族と時間が合わない”ことが最も大きい。「家族それぞれ好きな時に食べているから」(9.3%)という人も。

朝ごはんに食べているものは、「ごはん」(66.9%)、「パン」(65.4%)と“ごはん派”と“パン派”が拮抗しており、以下「卵料理」(59.4%)、「味噌汁」(51.7%)、「コーヒー・紅茶」(50.3%)、「ハム・ベーコン」(45.4%)、「納豆」(42.0%)と洋食系と和食系が混在。

2. 昼ごはん	12
---------	----

「職場外の飲食店へ行く」(42.3%)が最も多いが、次いで「家で弁当を作ってもらう」(41.3%)と昼食代を節約しようという気持ちも強い。

昼食の平均的な予算は、平均「591 円」。

昼食時によく食べるものは、「ごはんとおかず(定食)」(82.9%)が突出して多く、以下「ラーメン」(39.2%)、「うどん・そば」(38.2%)、「どんぶり物」(28.4%)、「おにぎり」(26.9%)などの順。

3. タごはん..... 16

家で週に「タごはん」を食べる回数は、「毎日」がほぼ半数(48.8%)を占めているが、以下「5・6回」(33.5%)、「3・4回」(14.0%)などの順で、平均「5.8回」。

家で食べない日がある理由は、「職場のつきあいがある」(82.0%)が断然多く、次いで「仕事がある」(48.8%)と、勤め先の事情が大きい。

職場のつきあいの頻度は、週に「1回未満」(47.6%)、「1～2回未満」(36.9%)、「2～3回未満」(12.5%)などが多く、平均週に「1.0回」。

家庭で一緒にタごはんを食べることが多い人は、【a】平日】では「妻」(54.8%)、「子ども」(45.7%)がそれぞれ5割前後を占めるが、「ひとりで」(55.3%)も半数を超える。【b】休日】では「妻」(98.2%)、「子ども」(98.0%)が100%に近く、「ひとりで」(1.5%)はごくわずか。

家庭のタごはんによく出てくる料理・食品は、「野菜などの炒め物」(77.9%)、「サラダ」(75.6%)、「味噌汁」(71.6%)、「シチュー・カレー」(70.4%)、「焼き魚」(68.6%)、「チキンなどの揚げ物」(62.8%)、「野菜・魚などの煮物」(59.0%)、「ギョウザ・シューマイ」(56.8%)、「なべ物」(51.0%)などさまざま。

家庭の食事で好きな料理、おかずは、「カレー」(110件)、「唐揚げ」(67件)、「ギョウザ」(66件)、「ハンバーグ」(60件)など、嫌いな食べ物は、「酢の物」(20件)、「セロリ」(15件)、「トマト」(15件)、「納豆」(14件)など。

家のタごはんに「買ったおかず」や「冷凍食品」など手作り以外のものが出る頻度は、週に「1・2回」(43.7%)が多いが、「出ない」(28.6%)も少なくない。平均は週に「1.3回」。

4. ふだん好んでよく飲むお酒..... 25

「ビール(発泡酒なども含む)」(75.5%)が最も多く、次いで「焼酎」(45.3%)。「ワイン」(14.3%)、「日本酒」(12.8%)、「ウイスキー」(10.0%)は1割台。

5. 家で晩酌をするか..... 26

「いつもしている」が4割強(42.5%)。「時々している」(22.0%)、「たまにしている」(14.8%)を含め、ほぼ8割(79.3%)が晩酌を“している”。

II 東京近郊の父親400人に聞く 食事の実態

1. 家族と一緒にごはんを食べるように努力しているか..... 27

6割以上の父親が“努力している”(64.0%)。

している努力は、「週末は一緒に食べるようにしている」(69.1%)、「夕食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(55.1%)など。

2. 家族が全員そろって食事をとる回数..... 29

「週に7回以上」(35.0%)が最も多く、以下「週に6～3回くらい」(34.3%)、「週に1、2回くらい」(25.5%)などの順。

東日本大震災以後の、家族が全員そろって食事をとる回数の変化は、「変わらない」(89.8%)が大半を占めるが、そのほかでは“増えた”(8.5%)が多く、“減った”(1.8%)はほとんどいない。

3. 家で食事の時にしていること 31

「家族と話をする」(95.0%)とコミュニケーションを最も大事にしており、次いで「テレビを見る」(71.8%)。

4. 家で食事の時、家族と話していること 32

「子どもの友だちのことや出来事」(79.0%)、「家庭であったこと」(71.3%)と家庭や子どものことを話していることが多い。以下、「テレビ番組やタレントのこと」(41.3%)、「仕事や職場のこと」(39.5%)、「ニュース」(35.5%)、「スポーツ」(28.8%)、「妻の仕事や友人のこと」(28.8%)、「子どもの勉強や受験のこと」(28.3%)などについて話している。

5. 家庭の食生活で参加をしていること 34

「食品の買い物」(70.8%)をはじめ、「食事後の食器を運ぶ」(53.3%)、「料理を作る」(52.5%)、「食器を洗う」(40.3%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(36.0%)、「なべ物やプレート(鉄板)料理の係」(22.5%)などさまざまな食事の手伝いをしている。

参加している項目数から算出した父親の家事参加度は、「普通」が約半数(50.3%)を占めるほかは、「高い」(38.3%)が「低い」(11.5%)を大きく上回り、7年前の調査に比べて大幅にアップ。

「食品の買い物」に参加する頻度は、平均月に「4.5回」、「料理を作る」頻度は平均「3.4回」。

家でよく作る料理は、「カレー」(67件)、「チャーハン」(43件)、「パスタ」(39件)、「ラーメン」(33件)など。

6. 子どものごはんやお弁当を作ったことがあるか 41

「ある」という父親は4割弱(38.0%)。

7. 日頃の食生活についての満足度を採点すると、100点満点で何点になるか 43

平均「77.8点」で、「100点」(12.0%)と非常に自信がある人も1割以上。

8. 自分が一家の大黒柱だと感じているか 46

「感じる」(66.8%)という人が多いが、「感じない」と自信のない父親も1割弱(9.3%)。

Ⅲ 東京近郊の父親400人に聞く 家族が伝える食

1. 食について、どんなことに関心があるか 47

「おいしい食品・店」(51.3%)をはじめ、「からだに良い食べ物」(44.3%)、「栄養」(41.0%)、「安全性」(39.5%)などがあげられ、「おいしさ」と「健康」の両方への関心が高い。

2. “食とのかかわり”について、影響が大きいと思うこと、人 49

「妻」(48.0%)、「テレビ」(44.5%)、「母親」(41.0%)、「新聞」(23.0%)、「インターネット」(15.3%)、「父親」(13.8%)などがあげられ、「家族」と「メディア」の双方から影響を受けている。

3. 「おふくろの味」というものがあるか 50

「ある」(61.8%)という人が多いが、「ない」(38.3%)という人も4割近く。

具体的な料理名は、「煮物」(74件)、「味噌汁」(42件)と“和食系”が上位だが、「カレー」(18件)、「ギョウザ」(13件)、「ハンバーグ」(12件)など、洋食や中華も「おふくろの味」として認識されている。

4. 郷土料理や行事食を子どもの世代に伝えていきたいと思うか..... 52

“伝えたい”(86.3%)という父親が8割以上を占める。

好きな郷土料理・行事食は、「雑煮」(102件)、「ちらし寿司」(39件)、「おせち」(36件)、「赤飯」(24件)、「おはぎ」(20件)、「栗きんとん」(15件)といった“行事食”や、「きりたんぼ(秋田県)」(21件)、「ほうとう(山梨県)」(11件)などの“郷土料理”。

5. 食べ物や食事について、子供に教えてきたこと..... 54

「食べ物を粗末にしない」(76.5%)、「好き嫌いをしない」(73.5%)といった“食べ物の大切さ”や、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(73.3%)、「食卓にひじ肘をつかない」(66.5%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(46.0%)といった“食事の際の礼儀”を伝えてきた。

6. おはしの持ち方..... 55

8割強(82.3%)がおはしを正しく「持っている」。

7. 子育ての中で、食物や食事について、子どもに参加・実行させるようにしてきたこと... 56

「食事後の食器を運ぶ」(67.8%)、「食卓の支度」(49.0%)、「食事の準備」(41.3%)など、食事の前後の手伝いをさせることが多い。以下、「食品の買い物」(29.5%)、「食器を洗う」(16.5%)などの順で、中には「魚釣り」(11.8%)、「収穫など農作業体験」(9.8%)、「家庭菜園などで農作物を育てる」(9.3%)などの生産体験も。

IV 東京近郊の父親 400 人に聞く 次世代へ繋ぐ食

1. 「食の安全」への関心度..... 57

7割強(73.8%)の父親が“関心がある”。

関心がある事柄は、「輸入食品」(55.9%)、「食品添加物」(55.3%)が半数を超えているのをはじめ、「残留農薬」(48.8%)、「保存期間」(40.0%)、「BSE(狂牛病)」(34.2%)、「遺伝子組換え食品」(30.5%)、「鳥インフルエンザ」(25.4%)など。

2. 日頃から食べている、あるいは食べてもかまわないと思っているもの..... 59

「アメリカ産牛肉」は4人に3人強(76.8%)、「輸入野菜」(57.5%)も半数以上が許容しているが、「遺伝子組換え食品」(15.0%)には抵抗が強い。

4. 子どもの世代にとって望ましいと思う食の環境とは..... 60

「安全、安心な食品の普及」(120件)が最も多く、食の安全性が特に気になる。以下、「食料自給率を上げる」(67件)、「家族そろって楽しく食事をする」(42件)、「無添加、無農薬」(34件)、「米、和食中心の食事」(22件)、「食べ残しや廃棄をしない」(22件)などの順。

調査企画

1. 調査目的

この調査は、東京近郊に住む 30～40 代の父親を対象に、“食”をとりまく状況についてたずね、現代の父親の“食”に関する意識と実態を探ることを目的に実施しました。

なお、7年前の 2006 年に行った調査「-東京近郊の父親 400 人に聞く- 現代の父親の食生活 家族で育む『食』」との比較もみていきます（比較できる設問のみ）。

2. 調査対象

首都 20km～50km のドーナツ圏に居住する子供を持つ 30 歳～49 歳の男性

3. 調査対象の抽出方法

調査地点を無作為に抽出し、地点内に居住する子供を持つ男性を調査対象とするエリアサンプリング法

4. 調査方法

調査票を用いた自記式留置法

5. 調査期間

2013 年 3 月 16 日（土）～3 月 24 日（日）

6. 標本構成

有効回収 400 名の標本構成は以下の通りです（上段：サンプル数、下段：構成比）

F1. 年齢（平均：39.5 歳）

サンプル数	30～ 34 歳	35～ 39 歳	40～ 44 歳	45～ 49 歳
400	98	102	100	100
100.0	24.5	25.5	25.0	25.0

F2. 職業

サンプル数	会社 員、団 体職員	公務員	商工農 自営	自由 業、経 営	パート、 アルバ イト、派 遣	その他 有職	無職
400	346	21	5	25	2	1	0
100.0	86.5	5.3	1.3	6.3	0.5	0.3	0.0

F3. 妻の就業形態

サンプル数	常勤	パート、 アルバ イト	その他 有職	無職 (専業 主婦)	妻は いない
400	30	205	4	160	1
100.0	7.5	51.3	1.0	40.0	0.3

F4. 同居家族人数(自分も含む) (平均:4.2人)

サンプル数	2人	3人	4人	5人	6人以上
400	0	79	205	81	35
100.0	0.0	19.8	51.3	20.3	8.8

F5. 子どもの人数 (平均:2.1人)

サンプル数	1人	2人	3人	4人以上
400	83	230	76	11
100.0	20.8	57.5	19.0	2.8

F6. 子どもの学齢

サンプル数	未就学児	小学生	中学生	高校生	大学、 専門学校など 学生	社会人
400	178	239	99	62	35	17
100.0	44.5	59.8	24.8	15.5	8.8	4.3

F7. 子どもの性別

サンプル数	男女 両方	男子 のみ	女子 のみ
400	189	114	97
100.0	47.3	28.5	24.3

F8. 親世帯との(三世代)同居の有無

サンプル数	同居 している	同居 していない
400	46	354
100.0	11.5	88.5

F9. 住居形態

サンプル数	戸建	集合 住宅
400	267	133
100.0	66.8	33.3

F10. 喫煙の有無

サンプル数	吸う	吸わ ない
400	154	246
100.0	38.5	61.5

F10-1. 1日の喫煙本数

サンプル数	4本以下	5～9本	10～14本	15～19本	20本以上
154	5	23	47	47	32
100.0	3.2	14.9	30.5	30.5	20.8

F11. 飲酒 (平均:4.0回/週)

サンプル数	ほぼ毎日飲む	週に2～5日くらい飲む	週に1日以下	飲まない
400	172	105	58	65
100.0	43.0	26.3	14.5	16.3

調査結果の内容

1. 朝ごはん

朝ごはんを家で「毎日」(56.3%)食べるという人が半数を超えているが、以下「1・2回」(16.0%)、「3・4回」(10.3%)の順で、「食べない」も1割強(12.5%)。

朝ごはんを家で食べない日がある理由は、「起きるのが遅い」(28.6%)、「習慣」(26.9%)、「食欲がない」(26.3%)、「外で食べる」(21.7%)など。

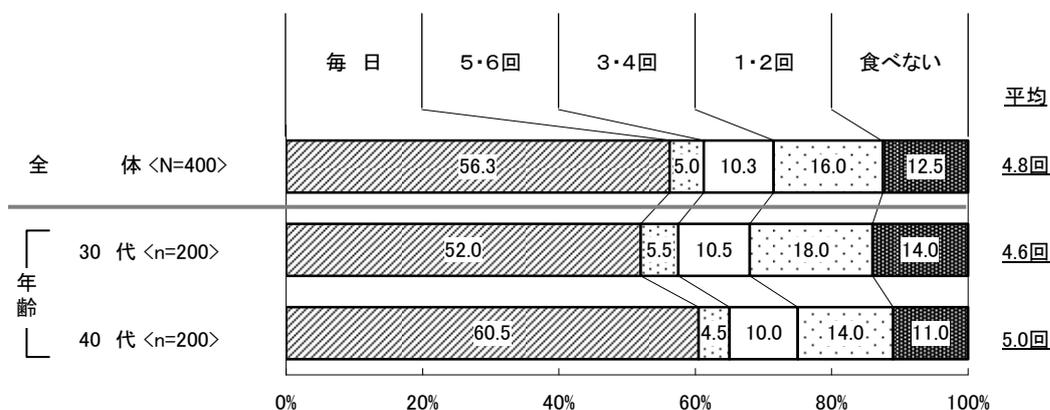
一緒に食べる人は、「子ども」(54.0%)、あるいは「妻」(47.1%)が多いものの、「ひとりで」(43.1%)も4割を超える。

「ひとりで」食べる理由は、「家をでるのが家族より早いから」(80.1%)が圧倒的に多く、次いで「家をでるのが家族より遅いから」(9.3%)と“家族と時間が合わない”ことが最も大きい。「家族それぞれ好きな時に食べているから」(9.3%)という人も。

朝ごはんに食べているものは、「ごはん」(66.9%)、「パン」(65.4%)と“ごはん派”と“パン派”が拮抗しており、以下「卵料理」(59.4%)、「味噌汁」(51.7%)、「コーヒー・紅茶」(50.3%)、「ハム・ベーコン」(45.4%)、「納豆」(42.0%)と洋食系と和食系が混在。

1-1. 家で朝ごはんを食べる回数

図 1. 家で週に何回くらい「朝ごはん」を食べているか



家で週に何回くらい「朝ごはん」を食べているか尋ねたところ、「毎日」(56.3%)という人が半数を超えています。が、「1・2回」(16.0%)、「3・4回」(10.3%)など“食べるが毎日ではない”という人も3割強(31.3%)と少なくなく、また「食べない」も1割強(12.5%)みられます。平均は週に「4.8回」です。

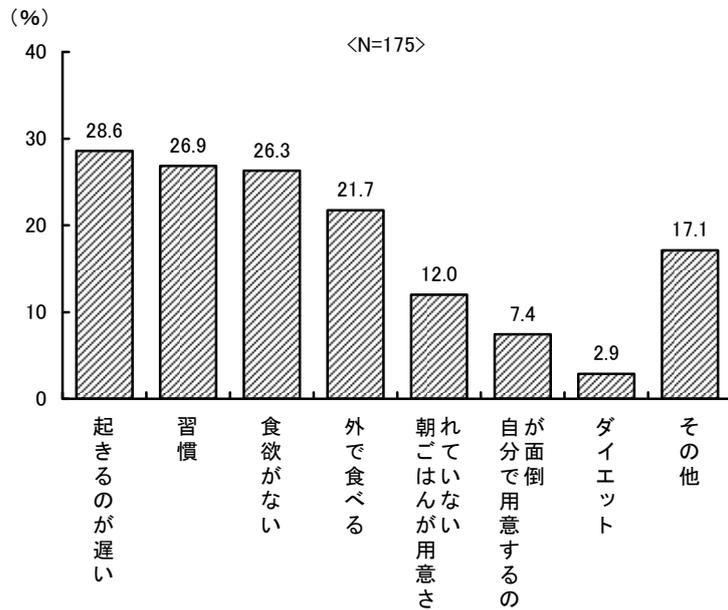
年齢別にみると、「毎日」食べる割合は《30代》(52.0%)よりも《40代》(60.5%)の方がやや高く、平均の回数も《40代》(5.0回)が《30代》(4.6回)をやや上回っています。

【前回調査との比較】

2006年に同じく父親を対象に実施した調査と比較してみると、「毎日」(前回49.3%→今回56.3%)が若干増え

ていますが、「1・2回」(同 10.8%→16.0%)も増えており、その結果平均は前回「4.8回」→今回「4.8回」と変わっていません。

図 2. 朝ごはんを、家で食べない日がある理由(複数回答)



年齢	30代 <n=96>	35.4	24.0	27.1	21.9	13.5	8.3	3.1	16.7
	40代 <n=79>	20.3	30.4	25.3	21.5	10.1	6.3	2.5	17.7
妻	有職主婦 <n=101>	25.7	27.7	24.8	23.8	15.8	7.9	4.0	14.9
	専業主婦 <n=74>	32.4	25.7	28.4	18.9	6.8	6.8	1.4	20.3

朝ごはんを、家で食べない日がある人に対して、その理由を複数回答で尋ねたところ、「起きるのが遅い」(28.6%)、「習慣」(26.9%)、「食欲がない」(26.3%)、「外で食べる」(21.7%)の4項目が2割台で多く、次いで「朝ごはんが用意されていない」(12.0%)が続いています。

年齢別にみると、「起きるのが遅い」の割合は《30代》(35.4%)の方が《40代》(20.3%)よりも15ポイントも高くなっています。

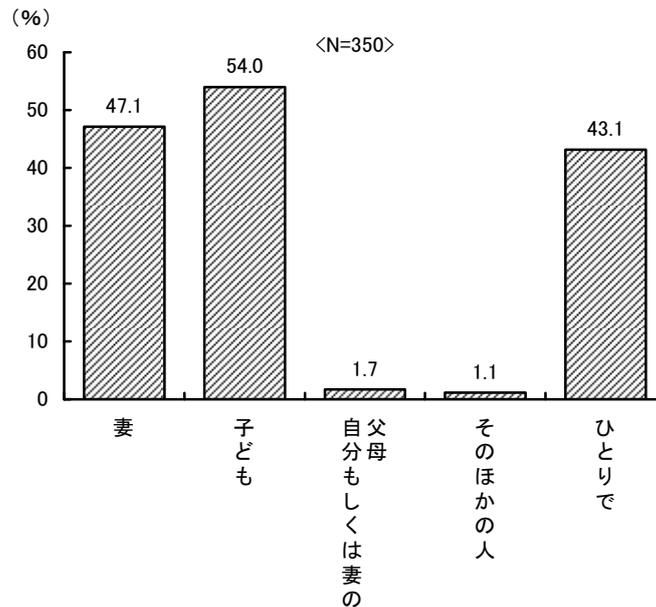
妻の職業の有無別にみると、「朝ごはんが用意されていない」をあげる割合は妻が《専業主婦》(6.8%)の場合よりも《有職主婦》(15.8%)の方が高く、妻が働いていると朝ごはんにも影響することがあるようです。

【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べ、「起きるのが遅い」(前回 41.9%→今回 28.6%)、「食欲がない」(同 36.9%→26.3%)が10ポイント以上減っている一方、「外で食べる」(同 12.8%→21.7%)などは増えています。

1-2. 一緒に朝ごはんを食べる人

図 3. 誰と一緒に朝ごはんを食べることが多いか（複数回答）



年齢	30代 <n=172>	46.5	51.2	1.2	2.3	46.5
	40代 <n=178>	47.8	56.7	2.2	-	39.9
妻	有職主婦 <n=211>	45.5	55.0	1.9	0.5	42.7
	専業主婦 <n=138>	50.0	52.2	1.4	2.2	44.2
同居家族数	2~3人 <n=73>	53.4	53.4	-	-	47.9
	4人 <n=182>	43.4	53.8	-	0.5	44.5
	5人以上 <n=95>	49.5	54.7	6.3	3.2	36.8

誰と一緒に朝ごはんを食べることが多いかをみると、「子ども」（54.0%）、あるいは「妻」（47.1%）が半数前後で多くなっていますが、「ひとりで」も4割強（43.1%）とかなりの割合に達しています。

年齢別にみると、「ひとりで」の割合は《30代》（46.5%）の方が《40代》（39.9%）より若干高くなっていますが、総じてあまり大きな差はみられません。

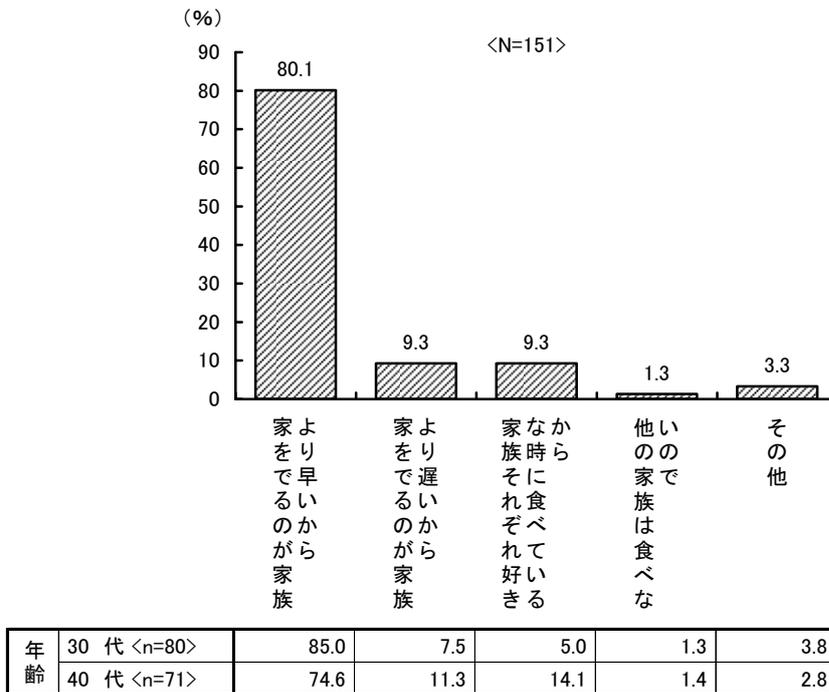
妻の職業の有無別でもあまり差はありません。

同居家族数別にみると、家族人数が少ないほど「ひとりで」の割合は高く、《5人以上》（36.8%）の場合は3割台ですが、《2~3人》（47.9%）では半数に近くなっています。

【前回調査との比較】

前回の調査と比べても、ほとんど変化はありません。

図 4. 朝ごはんをひとりで食べるのはなぜか（複数回答）



「ひとりで」と回答した人に、ひとりで食べる理由を聞いたところ、「家をでるのが家族より早いから」が8割（80.1%）に達し、圧倒的に多くなっています。そのほかはいずれも1割以下と少なくなりますが、「家をでるのが家族より遅いから」（9.3%）が続き、“家族と時間が合わない”ことが最も大きな理由と言えます。そのほか、「家族それぞれ好きな時に食べているから」（9.3%）という回答も1割近くいます。

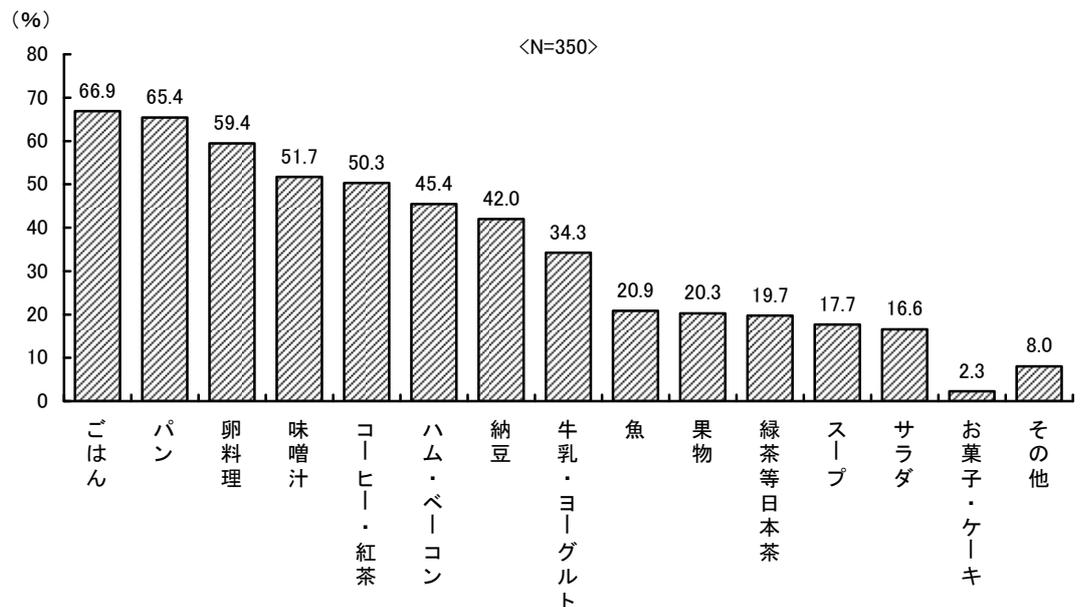
年齢別にみると、「家をでるのが家族より早いから」は《40代》（74.6%）よりも《30代》（85.0%）の方が、逆に「家族それぞれ好きな時に食べているから」は《30代》（5.0%）ではほとんどいないのに対し、《40代》（14.1%）では1割以上みられます。

【前回調査との比較】

前回の調査と比べ、「家をでるのが家族より早いから」（前回 75.6%→今回 80.1%）が増え、「家をでるのが家族より遅いから」（同 17.1%→9.3%）が減っていますが、あまり大きな差ではありません。

1-3. ふだん、朝ごはんに食べているもの

図 5. ふだん、朝ごはんに食べているもの（複数回答）



年齢	30代 <n=172>															
30代 <n=172>	65.1	67.4	52.3	48.3	47.7	37.8	36.6	34.9	16.3	17.4	15.1	18.6	17.4	4.1	5.2	
40代 <n=178>	68.5	63.5	66.3	55.1	52.8	52.8	47.2	33.7	25.3	23.0	24.2	16.9	15.7	0.6	10.7	

ふだん、朝ごはんに食べているものは、「ごはん」（66.9%）と「パン」（65.4%）がともに6割台で多く、“ごはん派”と“パン派”が拮抗しているようです。以下、「卵料理」（59.4%）、「味噌汁」（51.7%）、「コーヒー・紅茶」（50.3%）、「ハム・ベーコン」（45.4%）、「納豆」（42.0%）、「牛乳・ヨーグルト」（34.3%）、「魚」（20.9%）、「果物」（20.3%）などの順で、やはり洋食系と和食系がともに上位にあげられています。

年齢別にみると、「卵料理」（30代 52.3%、40代 66.3%）、「ハム・ベーコン」（同 37.8%、52.8%）、「納豆」（同 36.6%、47.2%）など、《30代》よりも《40代》の方が高い割合となっている項目が多く、《40代》の人の方がバラエティに富んだ朝ごはんを食べているようです。

【前回調査との比較】

前回調査と比較して、「ごはん」（前回 55.7%→今回 66.9%）、「味噌汁」（同 42.6%→51.7%）、「納豆」（同 33.8%→42.0%）、「果物」（同 12.5%→20.3%）など、率が増えている項目が多くなっており、朝ごはんのバラエティが豊かになってきていることがうかがえます。

2. 昼ごはん

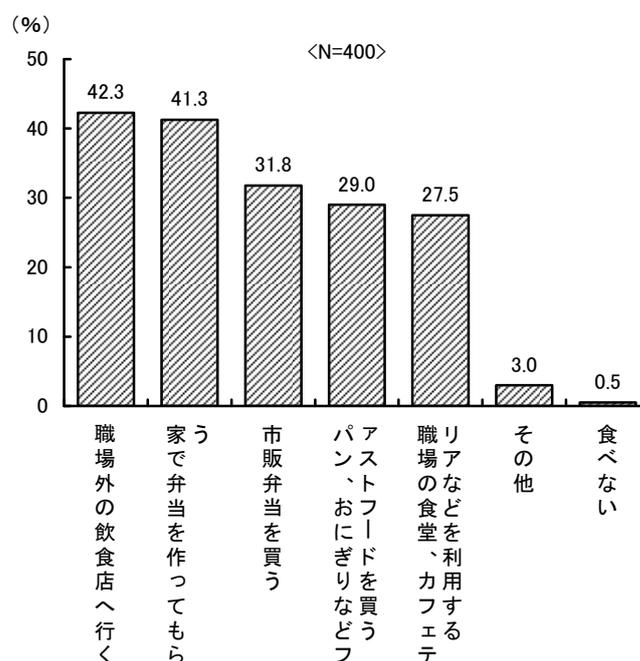
「職場外の飲食店へ行く」(42.3%)が最も多いが、次いで「家で弁当を作ってもら」(41.3%)と昼食代を節約しようという気持ちも強い。

昼食の平均的な予算は、平均「591円」。

昼食時によく食べるものは、「ごはんとおかず(定食)」(82.9%)が突出して多く、以下「ラーメン」(39.2%)、「うどん・そば」(38.2%)、「どんぶり物」(28.4%)、「おにぎり」(26.9%)などの順。

2-1. 平日の昼食をどのように用意したり、購入したりしているか

図 6. 平日の昼食をどのように用意したり、購入したりしているか（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	40代 <n=200>	2~3人 <n=79>	4人 <n=205>	5人以上 <n=116>	その他	食べない
30代 <n=200>	42.0	40.5	43.0	44.4	37.9	3.0	1.0
40代 <n=200>	42.5	42.0	29.1	42.4	47.4	3.0	-
同居家族数	31.0	32.5	34.2	32.7	28.4	3.8	2.5
2~3人 <n=79>	30.0	28.0	30.4	28.8	28.4	2.4	-
4人 <n=205>	30.0	25.0	31.6	26.8	25.9	3.4	-
5人以上 <n=116>	3.0	3.0	3.8	2.4	3.4	-	-

平日の昼食をどのように用意したり、購入したりしているかを聞いたところ、「職場外の飲食店へ行く」(42.3%)が最も多くなっていますが、次いで「家で弁当を作ってもら」(41.3%)も4割台で、昼食代を節約しようという気持ちも強いようです。以下、「市販弁当を買う」(31.8%)、「パン、おにぎりなどファストフードを買う」(29.0%)、「職場の食堂、カフェテリアなどを利用する」(27.5%)などの順となっています。

年齢別ではあまり大きな差はありません。

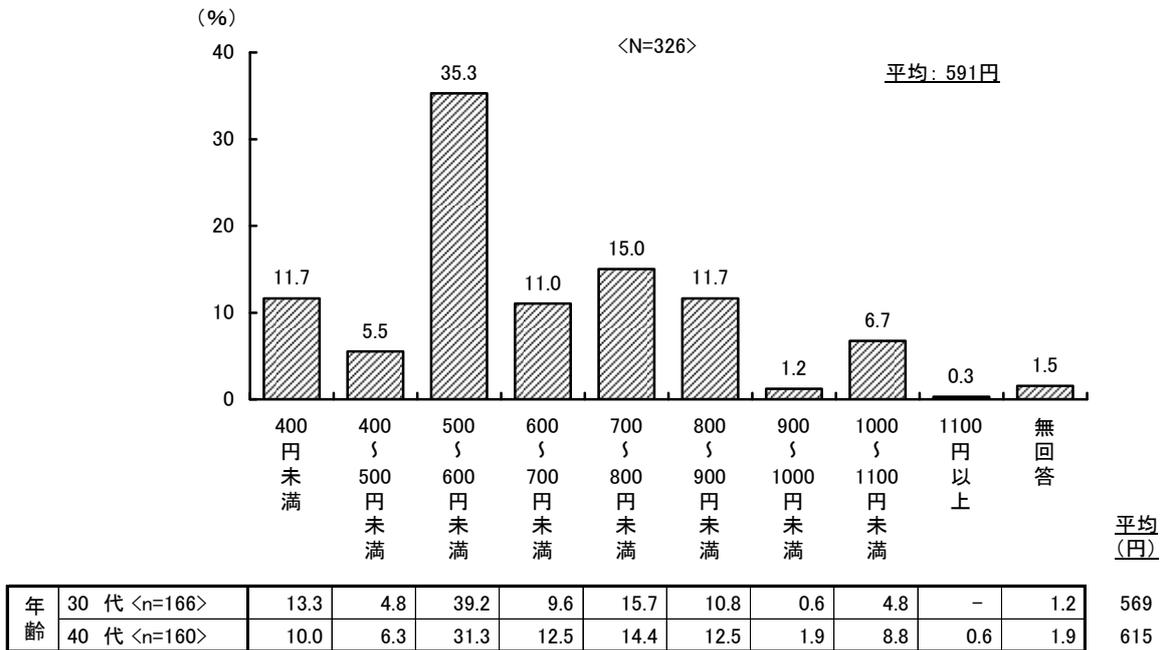
同居家族数別にみると、同居家族が多くなるほど「家で弁当を作ってもら」が多くなっており、同居家族が《2~3人》(29.1%)の人に比べ、《5人以上》(47.4%)では20ポイント近くも高い割合です。家族数が多いほど、弁当を数人分いっぺんに作れて効率がよいからかも知れません。

【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べてみると、「家で弁当を作ってもらう」が前回 25.5%→今回 41.3%と大きく増えているのが目立ちます。一方、「職場外の飲食店へ行く」（前回 45.8%→今回 42.3%）はわずかながら減っており、7年前と比べて父親の節約意識はより強くなっていることがうかがえます。

2-2. 昼食の平均的な予算

図 7. 昼食の平均的な予算



昼食の平均的な予算をみると、「500～600円未満」（35.3%）が3割を超えて最も多く、以下「700～800円未満」（15.0%）、「400円未満」（11.7%）、「800～900円未満」（11.7%）、「600～700円未満」（11.0%）などの順となっています。平均は「591円」です。

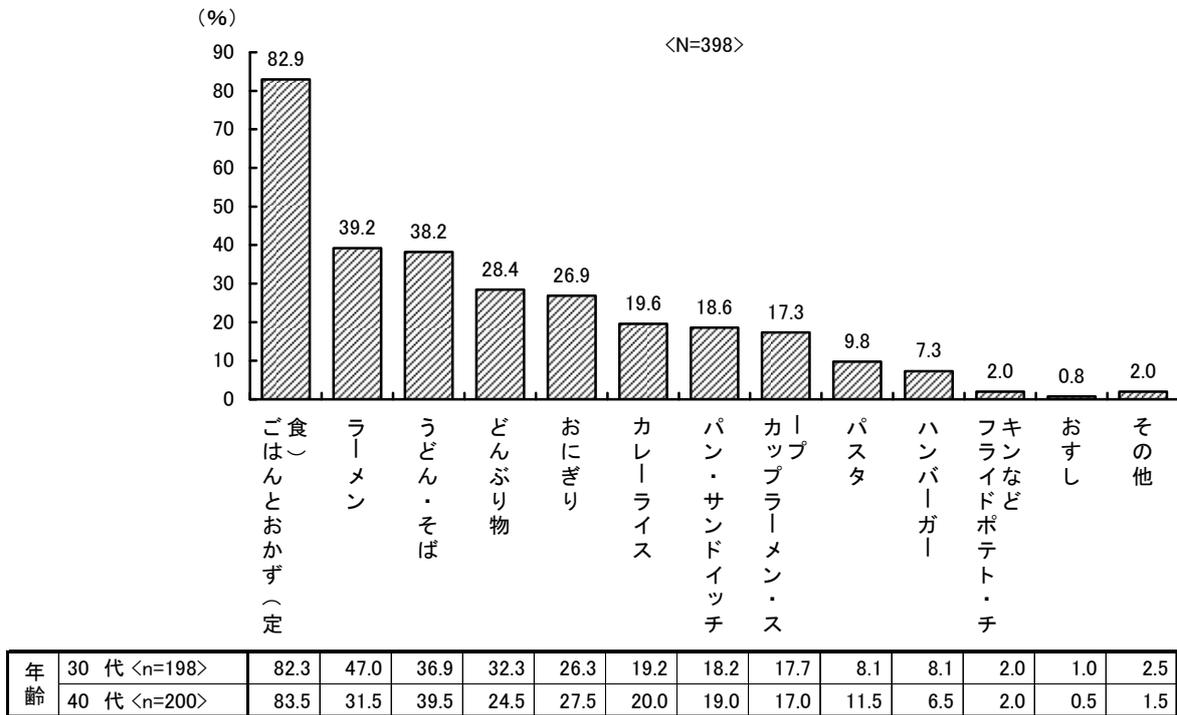
年齢別にみると、全般的に少しずつ《40代》の方が高い金額をあげており、平均も《30代》569円に対し、《40代》は615円と、50円近く高くなっています。

【前回調査との比較】

前回調査と比べてみると、平均は前回「608円」→今回「591円」と、わずかですが下がっています。

2-3. 平日の昼食時によく食べるもの

図 8. 平日の昼食時に、何を食えることが多いか（複数回答）



平日の昼食時に、何を食えることが多いかをみると、「ごはんとおかず（定食）」が8割強（82.9%）と突出して多くなっています。以下、「ラーメン」（39.2%）、「うどん・そば」（38.2%）、「どんぶり物」（28.4%）、「おにぎり」（26.9%）、「カレーライス」（19.6%）、「パン・サンドイッチ」（18.6%）、「カップラーメン・スープ」（17.3%）などの順で、朝食に比べ“パン食”が少なく、“ごはん類”や“めん類”が多くなっています。

年齢別にみると、「ラーメン」をあげる割合は《40代》（31.5%）よりも《30代》（47.0%）の方がかなり高くなっています。

【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べ、「カレーライス」（前回 33.2%→今回 19.6%）、「どんぶり物」（同 40.6%→28.4%）、「うどん・そば」（同 47.9%→38.2%）などの割合が減っており、昼食の選択肢が減ってきているようです。

3. タごはん

家で週に「タごはん」を食べる回数は、「毎日」がほぼ半数(48.8%)を占めているが、以下「5・6回」(33.5%)、「3・4回」(14.0%)などの順で、平均「5.8回」。

家で食べない日がある理由は、「職場のつきあいがある」(82.0%)が断然多く、次いで「仕事がある」(48.8%)と、勤め先の事情が大きい。

職場のつきあいの頻度は、週に「1回未満」(47.6%)、「1～2回未満」(36.9%)、「2～3回未満」(12.5%)などが多く、平均週に「1.0回」。

家庭で一緒にタごはんを食べることが多い人は、【a】平日】では「妻」(54.8%)、「子ども」(45.7%)がそれぞれ5割前後を占めるが、「ひとりで」(55.3%)も半数を超える。【b】休日】では「妻」(98.2%)、「子ども」(98.0%)が100%に近く、「ひとりで」(1.5%)はごくわずか。

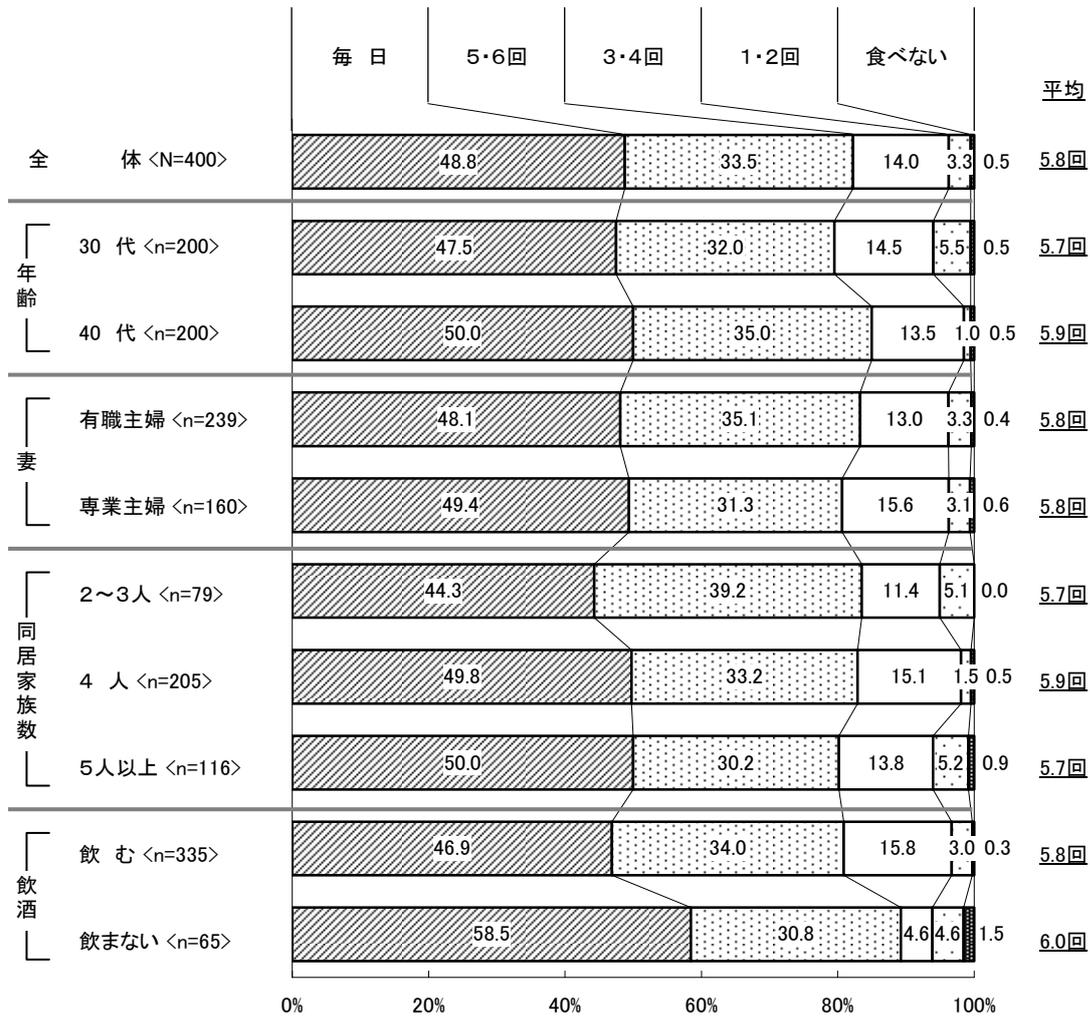
家庭のタごはんによく出てくる料理・食品は、「野菜などの炒め物」(77.9%)、「サラダ」(75.6%)、「味噌汁」(71.6%)、「シチュー・カレー」(70.4%)、「焼き魚」(68.6%)、「チキンなどの揚げ物」(62.8%)、「野菜・魚などの煮物」(59.0%)、「ギョウザ・シュウマイ」(56.8%)、「なべ物」(51.0%)などさまざま。

家庭の食事で好きな料理、おかずは、「カレー」(110件)、「唐揚げ」(67件)、「ギョウザ」(66件)、「ハンバーグ」(60件)など、嫌いな食べ物は、「酢の物」(20件)、「セロリ」(15件)、「トマト」(15件)、「納豆」(14件)など。

家のタごはんに「買ったおかず」や「冷凍食品」など手作り以外のものが出る頻度は、週に「1・2回」(43.7%)が多いが、「出ない」(28.6%)も少なくない。平均は週に「1.3回」。

3-1. 家で週に「夕ごはん」を食べる回数

図 9. 家で週に何回くらい「夕ごはん」を食べているか



「夕ごはん」を家で週に何回くらい食べているか尋ねたところ、「毎日」がほぼ半数（48.8%）を占めていますが、以下「5・6回」（33.5%）、「3・4回」（14.0%）など、毎日ではない人も合わせて約半数を占めています。平均は週に「5.8回」です。

年齢別にみると、平均は《30代》（5.7回）より《40代》（5.9回）の方がやや多くなっていますが、あまり大きな差ではありません。

妻の職業の有無別でもあまり差はありません。

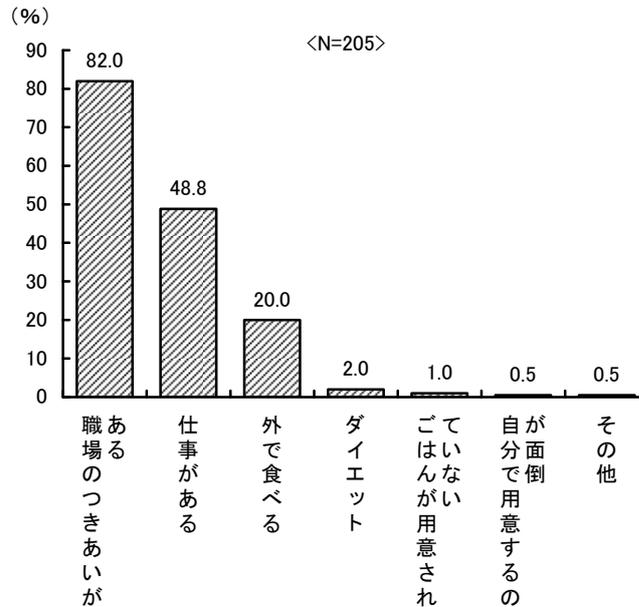
同居家族数別にみると、家族数が《2～3人》の人では「毎日」（44.3%）の割合がやや低めです。

飲酒の有無別にみると、「毎日」食べる割合は、《飲まない》（58.5%）人の方が《飲む》（46.9%）人よりも10ポイント以上高く、お酒を飲む人は、仕事の帰りなどに飲んでしまい、家で夕食を食べないことが少なくないと思われます。

【前回調査との比較】

前回調査と比較すると、「毎日」（前回 47.5%→今回 48.8%）、「5・6回」（同 22.0%→33.5%）が前回より増え、「3・4回」（前回 21.8%→今回 14.0%）、「1・2回」（前回 8.5%→今回 3.3%）が前回より減っており、前回より家で夕ごはんを食べる頻度は増えています。平均も前回「5.4回」から今回「5.8回」と0.4回増えています。7年前に比べてお酒のつきあいが減ったのか、あるいは単純に家族の団らんが増えているのかも知れません。

図 10. 「夕ごはん」を家で食べない日があるのはなぜか（複数回答）



年齢	30代 <n=105>	77.1	56.2	18.1	2.9	1.9	-	1.0
	40代 <n=100>	87.0	41.0	22.0	1.0	-	1.0	-
飲酒	飲む <n=178>	84.3	46.1	19.1	1.7	1.1	-	0.6
	飲まない <n=27>	66.7	66.7	25.9	3.7	-	3.7	-

「夕ごはん」を家で食べない日がある理由を聞いたところ、「職場のつきあいがある」（82.0%）が8割を超えて断然多く、次いで「仕事がある」（48.8%）と、勤めているとなかなか夕食の時間に帰宅できない事情がうかがえます。次いで、「外で食べる」が2割（20.0%）で続いています。

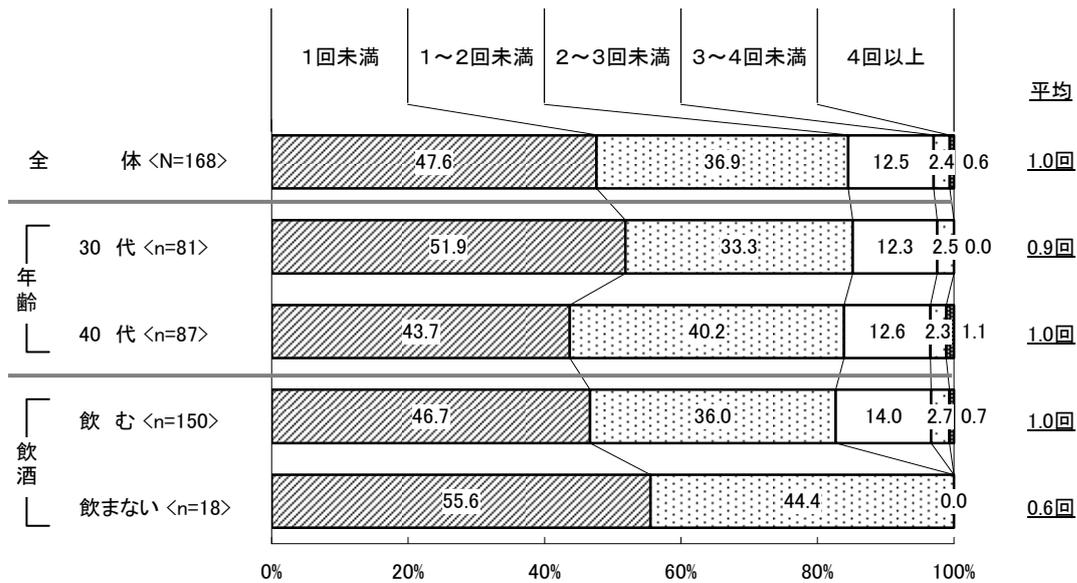
年齢別にみると、「職場のつきあいがある」は《30代》（77.1%）より《40代》（87.0%）の方が、「仕事がある」は逆に《40代》（41.0%）より《30代》（56.2%）の方が、それぞれ10ポイント以上高くなっています。

飲酒の有無別にみると、「職場のつきあいがある」とする割合は《飲まない》（66.7%）人よりも《飲む》（84.3%）という人の方が20ポイント近くも高く、反対に「仕事がある」は《飲む》（46.1%）人よりも《飲まない》（66.7%）の方が高い割合です。

【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「職場のつきあいがある」（前回 72.4%→今回 82.0%）が増え、「仕事がある」（同 61.0%→48.8%）が減っています。

図 11. 「職場のつきあい」はどの程度あるか



夕ごはんを家で食べない日がある理由として「職場のつきあい」をあげた人に、その頻度がどの程度か聞いたところ、週に「1回未満」(47.6%)が最も多く、以下「1~2回未満」(36.9%)、「2~3回未満」(12.5%)などの順で、平均週に「1.0回」となっています。

年齢別にみると、「1回未満」の割合は《40代》(43.7%)よりも《30代》(51.9%)の方が高く、《40代》の方が頻度は多くなっています。

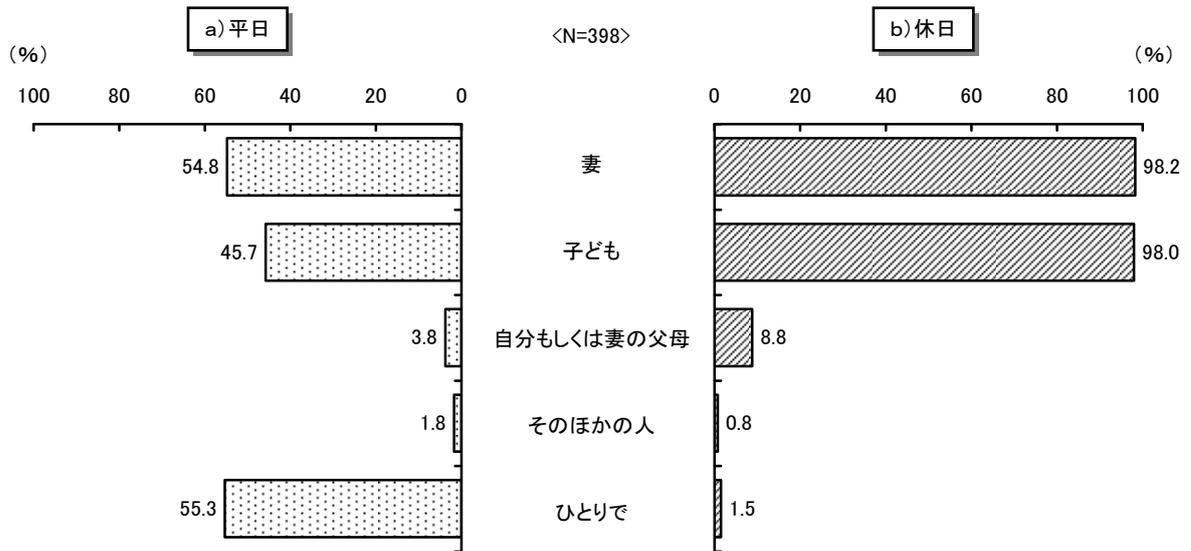
飲酒の有無別にみると、「1回未満」という人は、お酒を《飲む》(46.7%)人よりも《飲まない》(55.6%)の方が多く、やはりお酒を飲むの方が職場のつきあいの回数は多くなっています。

【前回調査との比較】

前回の調査結果と比較してみると、「週に1回未満」(前回 27.0%→今回 47.6%)が大幅に増え、「2~3回未満」(同 27.0%→12.5%)、「3~4回未満」(同 9.9%→2.4%)などがかなり減っており、職場のつきあいは7年前と比べてかなり減っているようです。平均も前回「1.5回」に対し、今回は「1.0回」となっています。

3-2. 家庭で、誰と一緒に夕ごはんを食べることが多いか

図 12. 家庭で、誰と一緒に夕ごはんを食べることが多いか（複数回答）



次に、家庭で誰と一緒に夕ごはんを食べることが多いか尋ねました。

まず【a) 平日】についてみると、「妻」(54.8%)、「子ども」(45.7%) と食べる人が多いという回答がそれぞれ5割前後を占めていますが、「ひとりで」(55.3%)が多いという回答も5割を超えています。

次いで、【b) 休日】については、「妻」(98.2%)、「子ども」(98.0%) とともにほとんどの人があげており、次いで「自分もしくは妻の父母」(8.8%)が続き、家族全員で食卓を囲む家庭が平日より格段に多いようです。「ひとりで」(1.5%)という回答は極めてわずかです。

表 1. 家庭で、誰と一緒に夕ごはんを食べることが多いか（各複数回答）

(%)

	サンプル数	a) 平日					b) 休日					
		妻	子ども	自分もしくは妻の	自父母 もしくは妻の	そのほかの人	ひとり	妻	子ども	自分もしくは妻の	自父母 もしくは妻の	そのほかの人
全 体	398	54.8	45.7	3.8	1.8	55.3	98.2	98.0	8.8	0.8	1.5	
年 齢	30 代	199	53.8	41.7	3.0	2.0	57.8	98.0	98.5	9.0	0.5	1.5
	40 代	199	55.8	49.7	4.5	1.5	52.8	98.5	97.5	8.5	1.0	1.5
妻	有職主婦	238	55.5	46.2	3.4	1.3	55.9	98.3	97.1	9.2	0.8	2.1
	専業主婦	159	54.1	44.7	3.8	2.5	54.7	98.7	99.4	7.5	0.6	0.6
親	同 居	45	51.1	46.7	33.3	2.2	46.7	97.8	97.8	55.6	2.2	-
	非同居	353	55.2	45.6	-	1.7	56.4	98.3	98.0	2.8	0.6	1.7
子 数 供 の	1 人	83	67.5	50.6	4.8	3.6	44.6	95.2	94.0	12.0	1.2	3.6
	2 人	229	51.1	43.7	2.6	0.9	60.3	100.0	98.7	7.4	0.4	0.9
	3人以上	86	52.3	46.5	5.8	2.3	52.3	96.5	100.0	9.3	1.2	1.2

属性別の違いをみていくと、まず年齢別や妻の職業の有無別ではあまり差はありません。

親との同居の有無別では、《同居》の人が「自分もしくは妻の父母」と食べる割合は、【a）平日】では3人に1人（33.3%）、【b）休日】（55.6%）では半数を超えています。

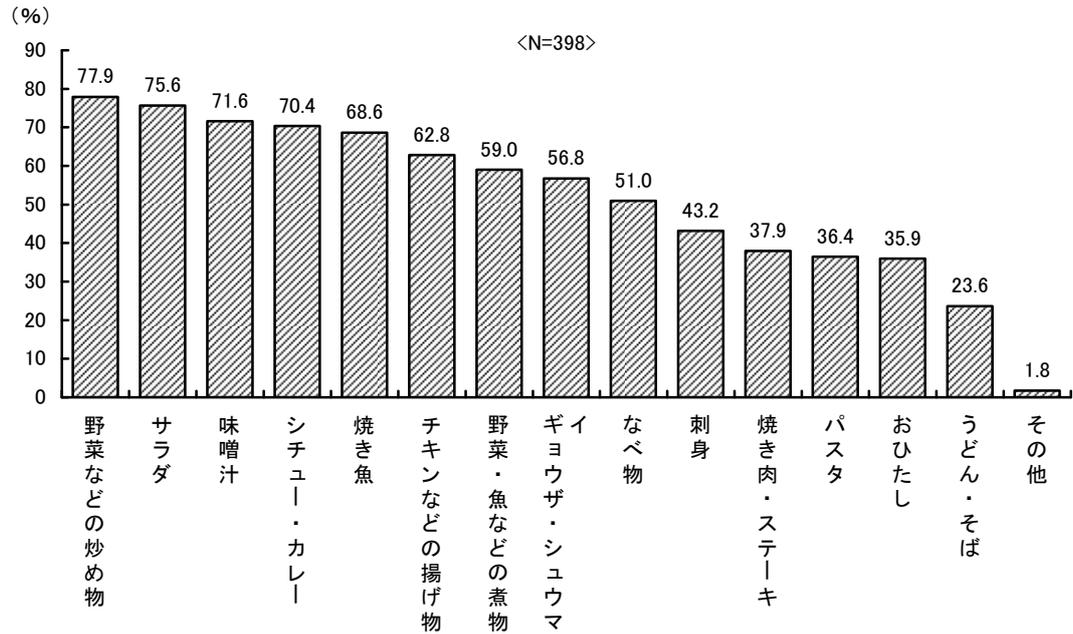
子どもの数別にみると、【b）休日】ではほとんど差はありませんが、【a）平日】では、子どもの数が《1人》の場合に「妻」（67.5%）や「子ども」（50.6%）と食べる割合が高く、「ひとり」（44.6%）食べる割合が低くなっています。

【前回調査との比較】

前回調査と比べてみると、【a）平日】については「妻」（前回 62.9%→今回 54.8%）、「子ども」（同 56.4%→45.7%）の割合が10ポイント前後減っています。【b）休日】については前回とほとんど変わりません。

3-3. 家庭の夕ごはんによく出てくる料理・食品

図 13. 家庭の夕ごはんによく出てくるのは、どんな料理・食品か（複数回答）



年齢	30代 <n=199>	78.4	71.4	70.9	64.8	65.3	59.8	56.8	48.2	39.2	36.7	25.1	37.7	32.7	25.6	1.5
40代 <n=199>	77.4	79.9	72.4	75.9	71.9	65.8	61.3	65.3	62.8	49.7	50.8	35.2	39.2	21.6	2.0	

家庭の夕ごはんによく出てくる料理・食品をあげてもらったところ、「野菜などの炒め物」(77.9%)、「サラダ」(75.6%)、「味噌汁」(71.6%)、「シチュー・カレー」(70.4%)、「焼き魚」(68.6%)、「チキンなどの揚げ物」(62.8%)、「野菜・魚などの煮物」(59.0%)、「ギョウザ・シュウマイ」(56.8%)、「なべ物」(51.0%)などの順で、和食・洋食・中華を問わずさまざまな料理・食品があげられています。

年齢別にみると、ほとんどの項目で《40代》の方が高い割合となっており、いろいろな種類の料理・食品が出てくるようです。特に、「シチュー・カレー」(30代 64.8%、40代 75.9%)、「ギョウザ・シュウマイ」(同 48.2%、65.3%)、「なべ物」(同 39.2%、62.8%)、「刺身」(同 36.7%、49.7%)、「焼き肉・ステーキ」(同 25.1%、50.8%)などにおける差が大きくなっています。夫の年齢が高いほど妻の年齢も高いと思われるので、妻の料理の幅が年齢とともに広がってきていることがうかがえます。

【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べ、「野菜などの炒め物」(前回 63.4%→今回 77.9%)、「サラダ」(同 58.9%→75.6%)、「味噌汁」(同 52.6%→71.6%)、「なべ物」(同 41.9%→51.0%)などが増えていますが、「焼き肉・ステーキ」(前回 54.6%→今回 37.9%)は大幅に減っています。

表 2. 家庭の食事で好きな料理、おかず・ベスト 10 (自由回答 : 件)

順位		件数
1	カレー	110
2	唐揚げ	67
3	ギョウザ	66
4	ハンバーグ	60
5	なべ物	50
6	刺身	47
7	パスタ	39
8	煮物	38
9	焼き肉	35
10	焼き魚	34

家庭の食事で好きな料理、おかずを自由回答であげてもらったところ、「カレー」(110件)が最も多く、以下「唐揚げ」(67件)、「ギョウザ」(66件)、「ハンバーグ」(60件)、「なべ物」(50件)、「刺身」(47件)などの順となっています。

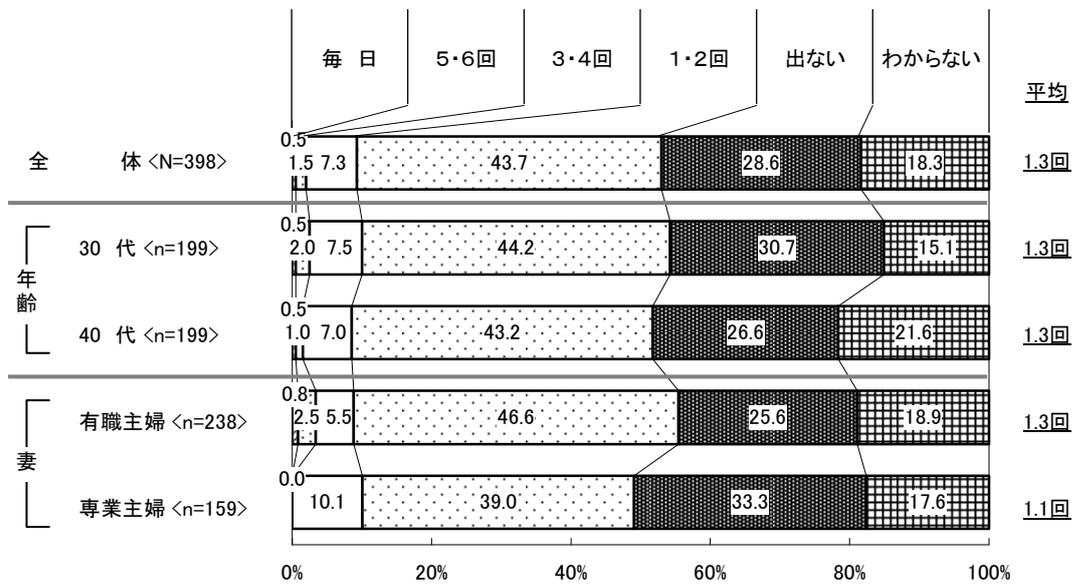
表 3. 嫌いな食べ物・ベスト 10 (自由回答 : 件)

順位		件数
1	酢の物	20
2	セロリ	15
	トマト	15
4	納豆	14
5	しいたけ	13
6	煮物	10
	にんじん	10
	ピーマン	10
9	きのこ類	9
	なす	9
	煮魚	9
	ブロッコリー	9

次に、嫌いな食べ物を聞いたところ、好きな食べ物に比べてあげられている件数自体が少ないのですが、「酢の物」(20件)、「セロリ」(15件)、「トマト」(15件)、「納豆」(14件)、「しいたけ」(13件)、「煮物」(10件)、「にんじん」(10件)、「ピーマン」(10件)などがあげられ、野菜嫌いが目立っています。

3-4. 家の夕ごはん「買ったおかず」や「冷凍食品」など手作り以外のものが出る頻度

図 14. 家の夕ごはん「買ったおかず」や「冷凍食品」など手作り以外のものは、週に何回くらい出るか



家の夕ごはん「スーパー・デパートなどで買ったおかず」や「冷凍食品」など手作り以外のものが出る頻度を聞いたところ、週に「1・2回」が4割強（43.7%）を占めていますが、「出ない」（28.6%）も3割近くと少なくありません。平均は週に「1.3回」となっています。

年齢別ではあまり大きな差はありません。

妻の職業の有無別では、「1・2回」の割合は《専業主婦》（39.0%）よりも《有職主婦》（46.6%）の方が高く、逆に「出ない」は《有職主婦》（25.6%）よりも《専業主婦》（33.3%）の方がやや高い割合で、若干の差ではありますが《有職主婦》の方が手作り以外のものを出す機会が多いようです。

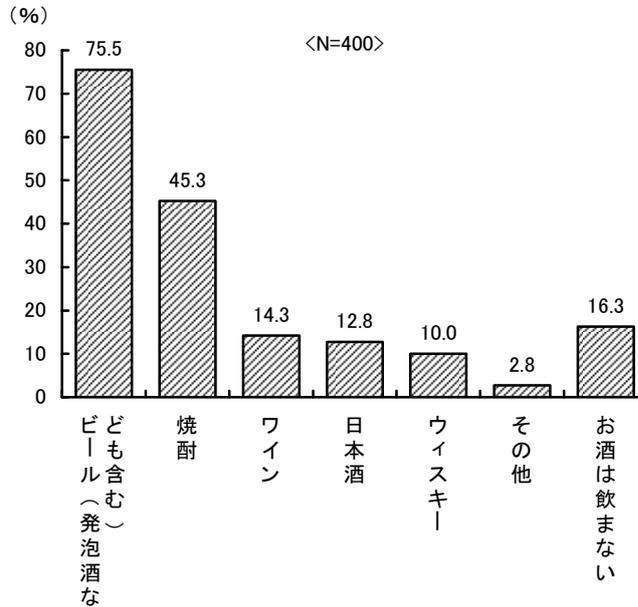
【前回調査との比較】

前回の調査と比べ、「1・2回」（前回 50.6%→今回 43.7%）がやや減り、「出ない」（同 22.8%→28.6%）がやや増えており、その結果、平均の頻度も前回「1.4回」→今回「1.3回」とわずかですが減っています。

4. ふだん好んでよく飲むお酒

「ビール(発泡酒なども含む)」(75.5%)が最も多く、次いで「焼酎」(45.3%)。「ワイン」(14.3%)、「日本酒」(12.8%)、「ウイスキー」(10.0%)は1割台。

図 15. ふだん好んでよく飲むお酒は何か (複数回答)



年齢	30代 <n=200>	78.0	38.5	12.5	8.0	9.5	3.0	17.5
40代 <n=200>	73.0	52.0	16.0	17.5	10.5	2.5	15.0	

ふだん、好んでよく飲むお酒は何か尋ねたところ、「ビール(発泡酒なども含む)」を4人に3人(75.5%)があげて最も多くなっています。次いで、「焼酎」(45.3%)が半数近くで続き、「ワイン」(14.3%)、「日本酒」(12.8%)、「ウイスキー」(10.0%)が1割台となっています。なお、「お酒は飲まない」という人も約6人に1人(16.3%)みられます。

年齢別にみると、「焼酎」(30代38.5%、40代52.0%)、「日本酒」(同8.0%、17.5%)など、「40代」の方が高い割合の項目が多く、いろいろな種類のお酒を飲んでいます。

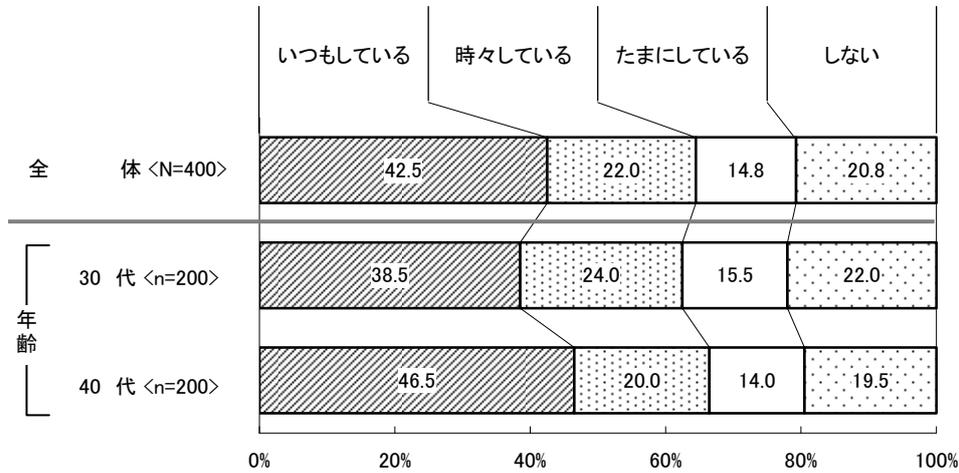
【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「ビール(発泡酒なども含む)」(前回61.0%→今回75.5%)が10ポイント以上増えているほか、「ワイン」(同7.3%→14.3%)、「ウイスキー」(同4.3%→10.0%)などもやや増えており、総じて飲むお酒の種類は増えていますが、「焼酎」(前回52.0%→今回45.3%)は逆に今回の方が率を下げています。

5. 家で晩酌をするか

「いつもしている」が4割強(42.5%)。「時々している」(22.0%)、「たまにしている」(14.8%)を含め、ほぼ8割(79.3%)が晩酌を“している”。

図 16. 家で晩酌をするか



家で晩酌をするかどうかをみると、「いつもしている」が4割強(42.5%)を占めています。「時々している」(22.0%)、「たまにしている」(14.8%)を合わせると、晩酌を“している”人はほぼ8割(79.3%)に達しています。

年齢別にみると、「いつもしている」割合は《30代》(38.5%)よりも《40代》(46.5%)の方が若干高くなっており、年代が上がるほどよく晩酌をしています。

【前回調査との比較】

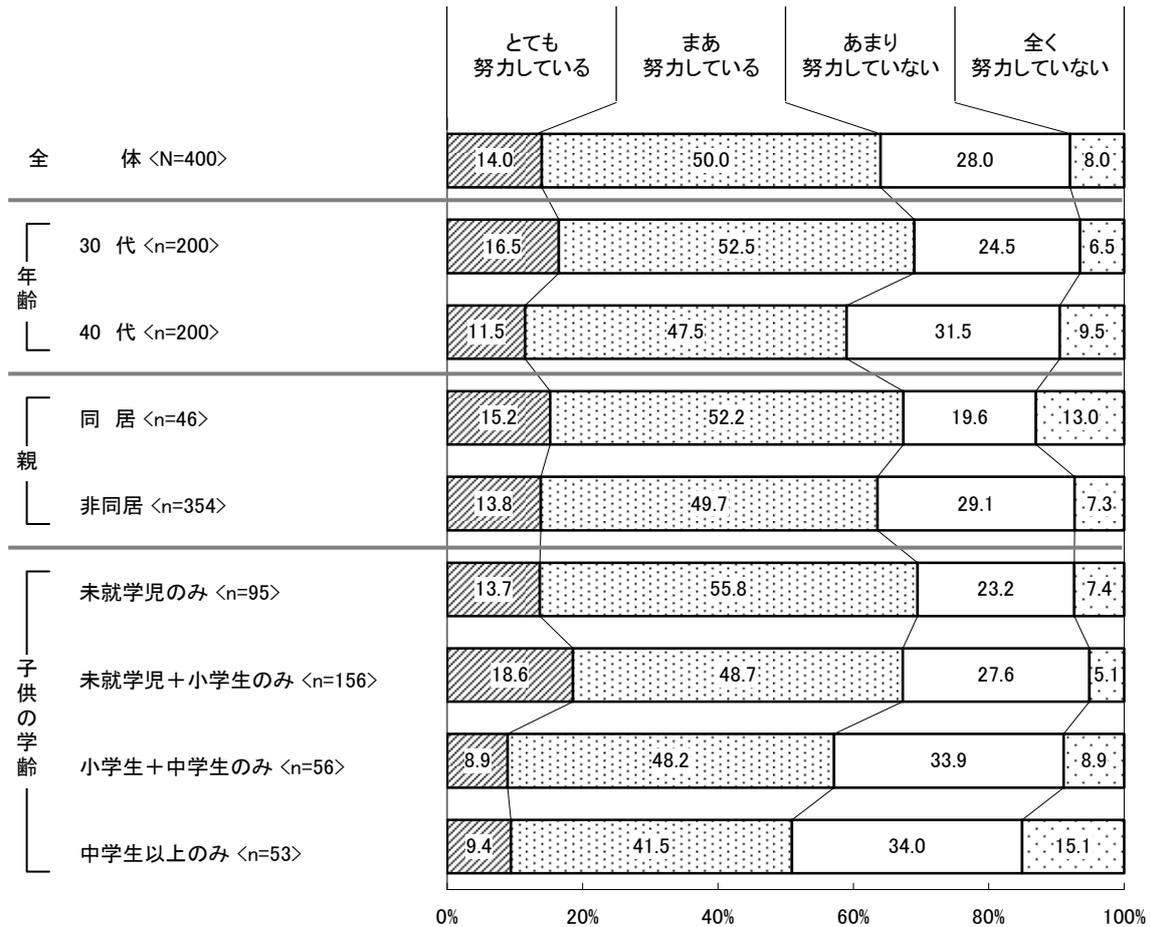
前回調査と比べると、「いつもしている」(前回 35.8%→今回 42.5%)がやや増え、「たまにしている」(同 20.0%→14.8%)がやや減っており、大きな変化ではないものの晩酌の頻度は増えています。

1. 家族と一緒にごはんを食べるように努力しているか

6割以上の父親が“努力している”(64.0%)。

している努力は、「週末は一緒に食べるようにしている」(69.1%)、「夕食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(55.1%)など。

図 17. 家族と一緒にごはんを食べるように努力しているか



家族と一緒にごはんを食べるように努力しているかどうか聞いてみたところ、「とても努力している」(14.0%)という人はあまり多くありませんが、「まあ努力している」はちょうど半数(50.0%)で、合わせて“努力している”(64.0%)という人が6割を超えています。

年齢別にみると、“努力している(とても+まあ)”という割合は、《40代》(59.0%)よりも《30代》(69.0%)の方が高く、若い父親の方が努力しています。

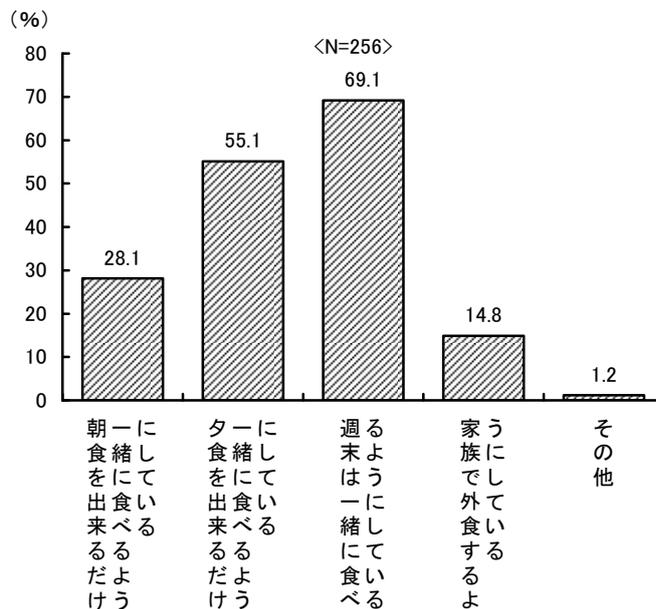
親との同居の有無別では、親と《同居》している人の方が努力している割合はわずかに高い傾向がみられます。

子どもの学齢別にみると、子どもが小さいほど“努力している”という割合も高く、《未就学児のみ》(69.5%)の父親は《中学生以上のみ》(50.9%)の父親に比べて約20ポイントも高くなっています。

【前回調査との比較】

前回の調査結果とはあまり大きな違いはありませんが、“努力している”（前回 59.5%→今回 64.0%）がやや増え、“努力していない”（同 40.5%→36.0%）がやや減っています。

図 18. どんな努力をしているか（複数回答）



年齢	30代 <n=138>	24.6	56.5	73.9	15.9	1.4
	40代 <n=118>	32.2	53.4	63.6	13.6	0.8
親	同居 <n=31>	48.4	48.4	64.5	9.7	-
	非同居 <n=225>	25.3	56.0	69.8	15.6	1.3
子供の学齢	未就学児のみ <n=66>	22.7	69.7	74.2	13.6	-
	未就学児+小学生のみ <n=105>	31.4	45.7	72.4	19.0	2.9
	小学生+中学生のみ <n=32>	37.5	53.1	68.8	3.1	-
	中学生以上のみ <n=27>	7.4	55.6	59.3	11.1	-

家族とごはんを食べるように“努力している”と答えた人に、どんな努力をしているか聞いたところ、「週末は一緒に食べるようにしている」(69.1%)が最も多く、次いで「夕食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(55.1%)も半数を超えています。以下、「朝食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(28.1%)、「家族で外出するようになっている」(14.8%)の順です。

年齢別にみると、「週末は一緒に食べるようにしている」(30代 73.9%、40代 63.6%)は《30代》の方が、「朝食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(同 24.6%、32.2%)は《40代》の方が、それぞれ高い割合です。

親との同居の有無別にみると、「朝食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」とする割合は《同居》(48.4%)している人の方が《非同居》(25.3%)の人よりも20ポイント以上も高く、大きな差が生じています。

子どもの学齢別にみると、総じて子どもが小さいほど高い割合の項目が多くなっています。

【前回調査との比較】

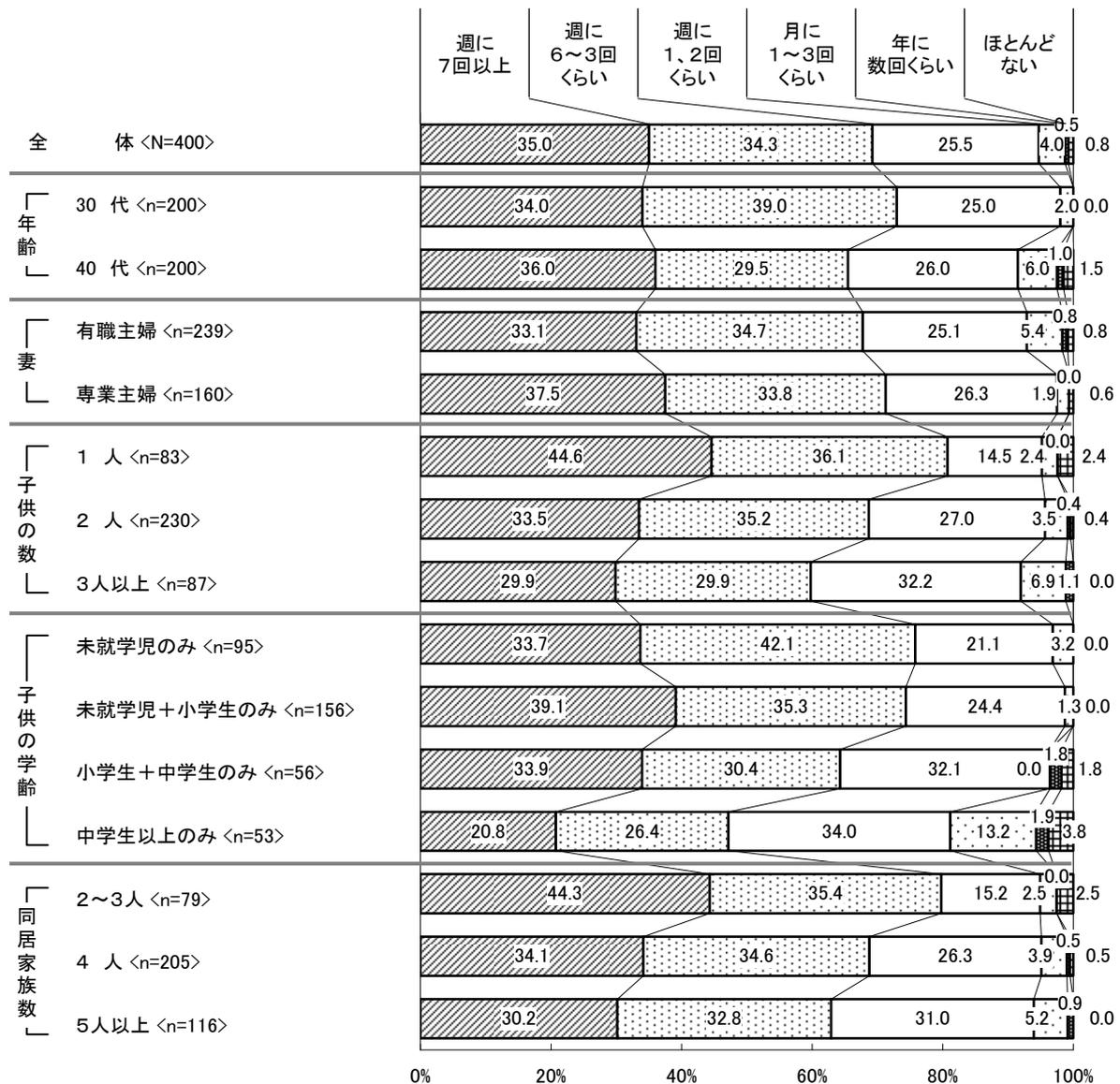
前回の調査と比べても、あまり大きな違いはありません。

2. 家族が全員そろって食事をとる回数

「週に7回以上」(35.0%)が最も多く、以下「週に6～3回くらい」(34.3%)、「週に1、2回くらい」(25.5%)などの順。

東日本大震災以後の、家族が全員そろって食事をとる回数の変化は、「変わらない」(89.8%)が大半を占めるが、そのほかでは“増えた”(8.5%)が多く、“減った”(1.8%)はほとんどいない。

図 19. 家族が全員そろって食事をとる回数



家族が全員そろって食事をとる回数を聞いたところ、「週に7回以上」(35.0%)が最も多く、3人に1人以上の人は1日に1回以上家族そろって食事をしています。以下、「週に6～3回くらい」(34.3%)、「週に1、2回くらい」(25.5%)などの順です。

年齢別では明確な傾向の差はみられません。

妻の職業の有無別にみると、「有職主婦」よりも「専業主婦」の方が家族そろって食事をする回数は多めですが、こちらもあまり大きな差ではありません。

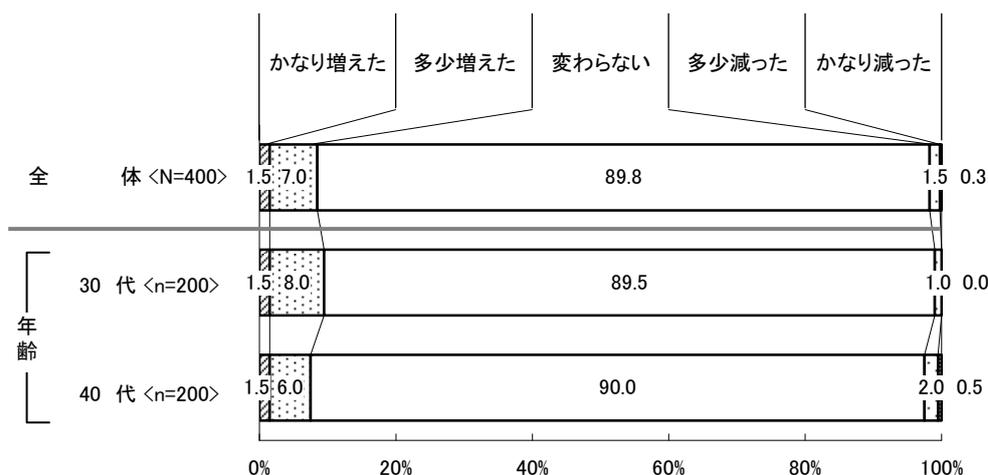
子どもの数別にみると、子どもの数が少ないほど家族そろって食事をする回数は多い傾向があります。

同様に、子どもの学齢は小さいほど、同居家族数は少ないほど、家族そろっての食事の頻度は高く、子どもが大きくなったり数が増えたりすると、なかなか食事の時間に集まりにくくなるのかも知れません。

【前回調査との比較】

前回調査と比べると、「週に7回以上」(前回 39.5%→今回 35.0%) がやや減り、「週に1、2回くらい」(同 21.5%→25.5%) がやや増えて、頻度はわずかながら減る方向に向かっています。

図 20. 2011 年の東日本大震災以後、家族が全員そろって食事をとる回数に変化はあったか



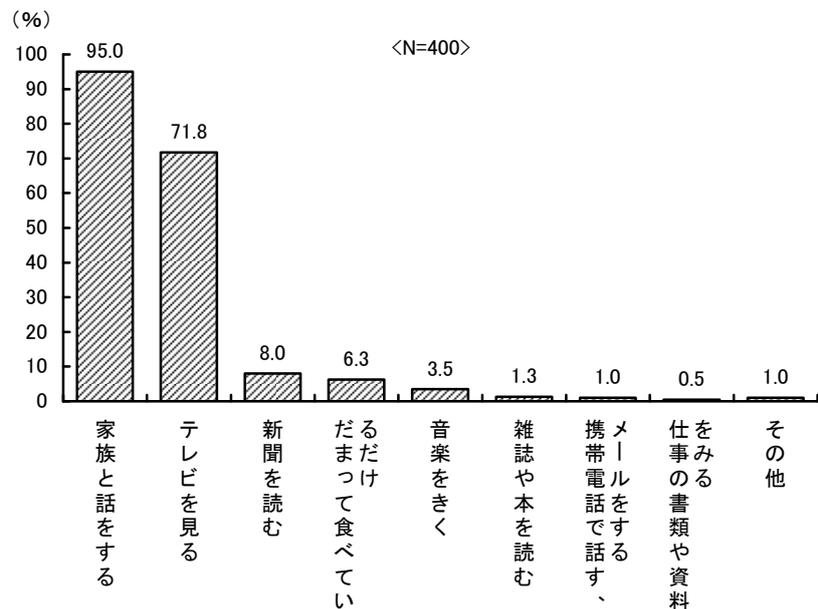
2011 年の東日本大震災以後、家族が全員そろって食事をとる回数は「変わらない」(89.8%) という人が大半を占めていますが、「かなり増えた」(1.5%)、「多少増えた」(7.0%) を合わせた“増えた” (8.5%) という人は1割近くおり、「多少減った」(1.5%)、「かなり減った」(0.3%) を合わせた“減った” (1.8%) という人はほとんどいません。「変わらない」がほとんどで、食生活への影響は限定的ではありますが、家族団らんへの回帰を促すという影響はあったと言えそうです。

年齢別にみてもほとんど差はなく、「変わらない」がいずれも9割前後を占めています。

3. 家で食事の時にしていること

「家族と話をする」(95.0%)とコミュニケーションを最も大事にしており、次いで「テレビを見る」(71.8%)。

図 21. 家で食事の時、どんなことをしているか（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	96.5	68.0	4.5	5.0	3.5	1.5	1.5	1.0	1.5
	40代 <n=200>	93.5	75.5	11.5	7.5	3.5	1.0	0.5	-	0.5
妻	有職主婦 <n=239>	92.9	74.1	9.2	7.5	3.3	0.8	1.3	0.4	0.4
	専業主婦 <n=160>	98.1	68.8	6.3	4.4	3.8	1.9	0.6	0.6	1.9
子供の学齢	未就学児のみ <n=95>	96.8	62.1	3.2	6.3	5.3	2.1	3.2	2.1	2.1
	未就学児+小学生のみ <n=156>	96.8	66.0	5.8	5.8	3.2	1.3	-	-	0.6
	小学生+中学生のみ <n=56>	89.3	87.5	21.4	10.7	1.8	-	-	-	1.8
	中学生以上のみ <n=53>	92.5	86.8	7.5	5.7	1.9	-	-	-	-

家で食事の時にしていることはどんなことでしょうか。

「家族と話をする」(95.0%)をほとんどの人があげており、コミュニケーションを大事にしている人がほとんどです。次いで、「テレビを見る」が7割強(71.8%)に達し、この2項目が突出しています。一方、「新聞を読む」(8.0%)、「だまって食べているだけ」(6.3%)、「音楽をきく」(3.5%)などという人も少数ながらみられます。

年齢別や妻の職業の有無ではあまり傾向の差はありませんが、子どもの学齢別にみると、「テレビを見る」割合は、子どもが《未就学児のみ》(62.1%)、《未就学児+小学生のみ》(66.0%)と小さい場合は6割台ですが、《小学生+中学生のみ》(87.5%)、《中学生以上のみ》(86.8%)と大きくなると8割台となっており、子どもが大きくなると一緒にテレビを見ながら食事をするが増えるようです。

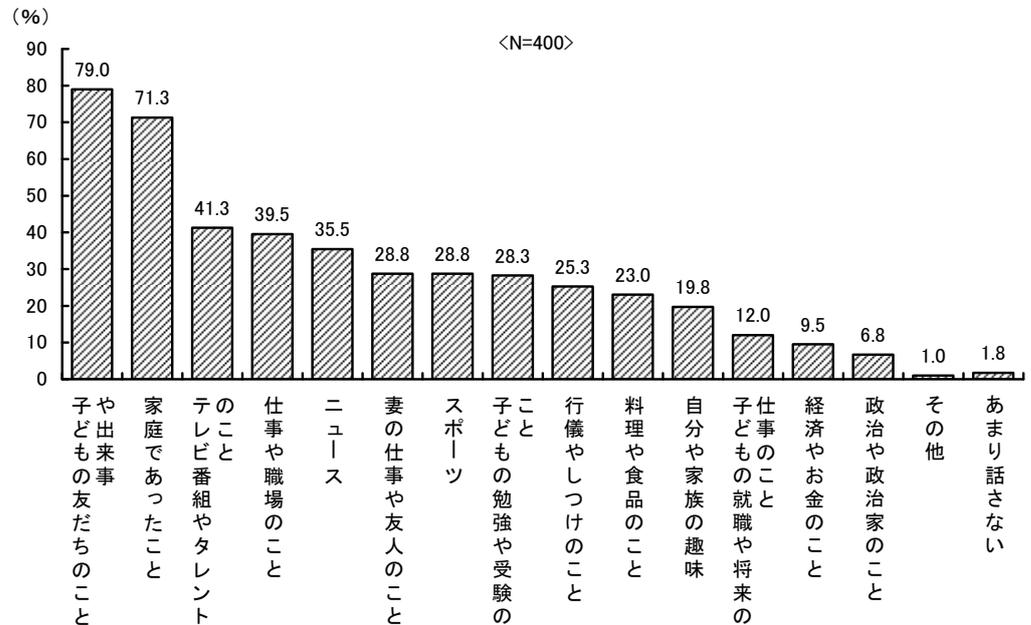
【前回調査との比較】

前回調査と比べても総じて大きな動きはありませんが、「テレビを見る」(前回 63.0%→今回 71.8%)だけは若干増えています。

4. 家で食事の時、家族と話していること

「子どもの友だちのことや出来事」(79.0%)、「家庭であったこと」(71.3%)と家庭や子どものことを話していることが多い。以下、「テレビ番組やタレントのこと」(41.3%)、「仕事や職場のこと」(39.5%)、「ニュース」(35.5%)、「スポーツ」(28.8%)、「妻の仕事や友人のこと」(28.8%)、「子どもの勉強や受験のこと」(28.3%)などについて話している。

図 22. 家で食事の時、家族と話しているのはどんなことか（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	40代 <n=200>	有職主婦 <n=239>	専業主婦 <n=160>	未就学児のみ <n=95>	未就学児+小学生のみ <n=156>	小学生+中学生のみ <n=56>	中学生以上のみ <n=53>	子どもや出来事	家庭であったこと	テレビ番組やタレントのこと	仕事や職場のこと	ニュース	妻の仕事や友人のこと	スポーツ	子どもの勉強や受験のこと	行儀やしつけのこと	料理や食品のこと	自分や家族の趣味	子どもの就職や将来のこと	経済やお金のこと	政治や政治家のこと	その他	あまり話さない	
30代 <n=200>	84.0	75.5	76.6	82.5	80.0	86.5	83.9	45.3	79.0	71.3	41.3	39.5	35.5	28.8	28.8	28.3	25.3	23.0	19.8	12.0	9.5	6.8	1.0	1.8	
40代 <n=200>	74.0	67.0	66.9	77.5	80.0	75.0	62.5	54.7	71.3	71.3	41.3	39.5	35.5	28.8	28.8	28.3	25.3	23.0	19.8	12.0	9.5	6.8	1.0	1.8	
妻																									
有職主婦 <n=239>	76.6	66.9	76.6	82.5	80.0	86.5	83.9	45.3	79.0	71.3	41.3	39.5	35.5	28.8	28.8	28.3	25.3	23.0	19.8	12.0	9.5	6.8	1.0	1.8	
専業主婦 <n=160>	82.5	77.5	66.9	82.5	80.0	86.5	83.9	54.7	79.0	71.3	41.3	39.5	35.5	28.8	28.8	28.3	25.3	23.0	19.8	12.0	9.5	6.8	1.0	1.8	
子供の年齢																									
未就学児のみ <n=95>	80.0	80.0	76.6	82.5	80.0	86.5	83.9	45.3	79.0	71.3	41.3	39.5	35.5	28.8	28.8	28.3	25.3	23.0	19.8	12.0	9.5	6.8	1.0	1.8	
未就学児+小学生のみ <n=156>	86.5	75.0	66.9	77.5	80.0	75.0	62.5	54.7	79.0	71.3	41.3	39.5	35.5	28.8	28.8	28.3	25.3	23.0	19.8	12.0	9.5	6.8	1.0	1.8	
小学生+中学生のみ <n=56>	83.9	62.5	66.9	77.5	80.0	75.0	62.5	54.7	79.0	71.3	41.3	39.5	35.5	28.8	28.8	28.3	25.3	23.0	19.8	12.0	9.5	6.8	1.0	1.8	
中学生以上のみ <n=53>	45.3	54.7	66.9	77.5	80.0	86.5	83.9	54.7	79.0	71.3	41.3	39.5	35.5	28.8	28.8	28.3	25.3	23.0	19.8	12.0	9.5	6.8	1.0	1.8	

家で食事の時、家族とどのようなことを話しているかを尋ねたところ、「子どもの友だちのことや出来事」(79.0%)、「家庭であったこと」(71.3%)がともに7割台で多く、家庭や子どものことを話していることが多くなっています。以下、「テレビ番組やタレントのこと」(41.3%)、「仕事や職場のこと」(39.5%)、「ニュース」(35.5%)、「スポーツ」(28.8%)、「妻の仕事や友人のこと」(28.8%)、「子どもの勉強や受験のこと」(28.3%)、「行儀やしつけのこと」(25.3%)、「料理や食品のこと」(23.0%)など、さまざまなことを話しています。

年齢別にみると、「子どもの友だちのことや出来事」(30代 84.0%、40代 74.0%)、「仕事や職場のこと」(同 44.5%、34.5%)などは《30代》の方が高い割合ですが、「スポーツ」(30代 22.5%、40代 35.0%)、「子どもの勉強や受験のこと」(同 20.0%、36.5%)などは《40代》の方が多くなっています。

妻の職業の有無別にみると、「家庭であったこと」をあげる割合は《専業主婦》(77.5%)の方が《有職主婦》(66.9%)よりも10ポイント以上高くなっていますが、そのほかの項目は「テレビ番組やタレントのこと」(有職主婦 45.2%、専業主婦 35.6%)をはじめ、《有職主婦》の場合の方が高い割合の項目が多くなっています。

子どもの学齢別にみると、子どもが小さいほど「子どもの友だちのことや出来事」「家庭であったこと」「仕事や職場のこと」など家族についての話が多く、子どもが大きくなると「テレビ番組やタレントのこと」「ニュース」といった一般的な話題が多くなる傾向がみられます。また、「子どもの勉強や受験のこと」も子どもの学齢が上がるるとともに高くなっています。

【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「仕事や職場のこと」(前回 25.8%→今回 39.5%)、「妻の仕事や友人のこと」(同 20.8%→28.8%)、「料理や食品のこと」(同 15.0%→23.0%) など、率が増えている項目が多くなっていますが、「ニュース」(前回 45.5%→今回 35.5%) は前回より下がっています。

5. 家庭の食生活で参加をしていること

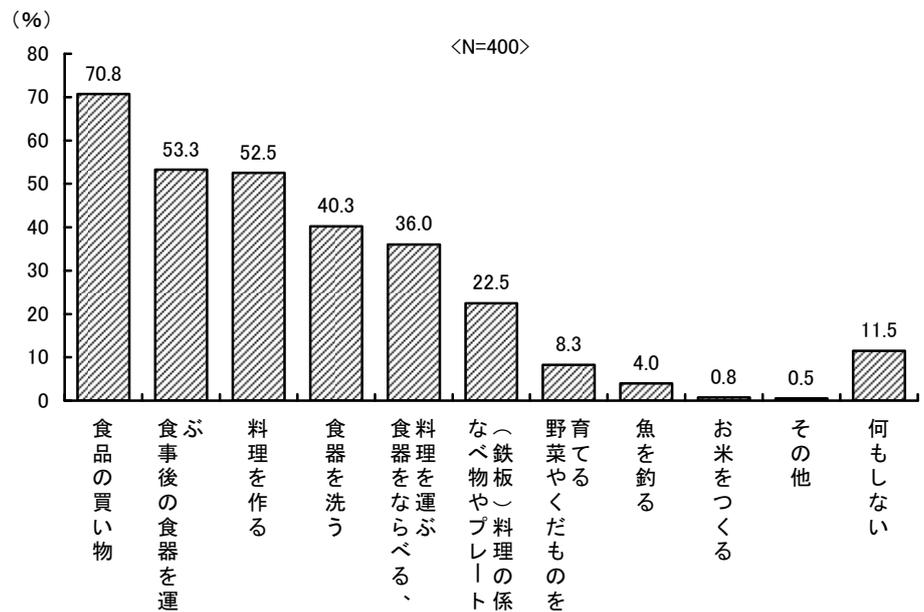
「食品の買い物」(70.8%)をはじめ、「食事後の食器を運ぶ」(53.3%)、「料理を作る」(52.5%)、「食器を洗う」(40.3%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(36.0%)、「なべ物やプレート(鉄板)料理の係」(22.5%)などさまざまな食事の手伝いをしている。

参加している項目数から算出した父親の家事参加度は、「普通」が約半数(50.3%)を占めるほかは、「高い」(38.3%)が「低い」(11.5%)を大きく上回り、7年前の調査に比べて大幅にアップ。

「食品の買い物」に参加する頻度は、平均月に「4.5回」、「料理を作る」頻度は平均「3.4回」。

家でよく作る料理は、「カレー」(67件)、「チャーハン」(43件)、「パスタ」(39件)、「ラーメン」(33件)など。

図 23. 家庭の食生活で参加をしているのはどんなことか (複数回答)



属性	項目	食品の買い物	食事後の食器を運ぶ	料理を作る	食器を洗う	食器をならべる、料理を運ぶ	なべ物やプレート(鉄板)料理の係	野菜やくだものを育てる	魚を釣る	お米をつくる	その他	何もしない
年齢	30代 <n=200>	72.5	55.5	54.0	43.5	35.5	18.5	7.5	3.5	0.5	-	8.5
	40代 <n=200>	69.0	51.0	51.0	37.0	36.5	26.5	9.0	4.5	1.0	1.0	14.5
妻	有職主婦 <n=239>	69.5	49.4	54.4	39.3	34.7	23.4	8.8	4.6	0.8	0.8	12.1
	専業主婦 <n=160>	72.5	58.8	49.4	41.3	37.5	20.6	6.9	3.1	0.6	-	10.6
子供の人数	1人 <n=83>	83.1	63.9	59.0	51.8	45.8	18.1	14.5	3.6	-	-	7.2
	2人 <n=230>	67.0	50.0	47.0	35.2	31.7	19.6	6.5	4.3	1.3	0.9	14.3
	3人以上 <n=87>	69.0	51.7	60.9	42.5	37.9	34.5	6.9	3.4	-	-	8.0
子供の年齢	未就学児のみ <n=95>	77.9	62.1	51.6	50.5	36.8	20.0	9.5	4.2	-	-	6.3
	未就学児+小学生のみ <n=156>	71.8	53.8	57.1	41.7	38.5	19.2	8.3	3.2	1.9	0.6	7.7
	小学生+中学生のみ <n=56>	66.1	57.1	50.0	37.5	35.7	21.4	7.1	5.4	-	-	14.3
	中学生以上のみ <n=53>	60.4	30.2	41.5	24.5	24.5	28.3	5.7	3.8	-	1.9	30.2

家庭の食生活で父親が参加をしていることは、「食品の買い物」に7割(70.8%)の父親が参加しているほか、「食事後の食器を運ぶ」(53.3%)、「料理を作る」(52.5%)、「食器を洗う」(40.3%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(36.0%)、「なべ物やプレート(鉄板)料理の係」(22.5%)といったさまざまな食事の手伝いをしています。さらに、「野菜やくだものを育てる」(8.3%)、「魚を釣る」(4.0%)、「お米をつくる」(0.8%)など、生産に関わる父親も少数ながらみられます。一方、「何もしない」(11.5%)という父親も1割程度います。

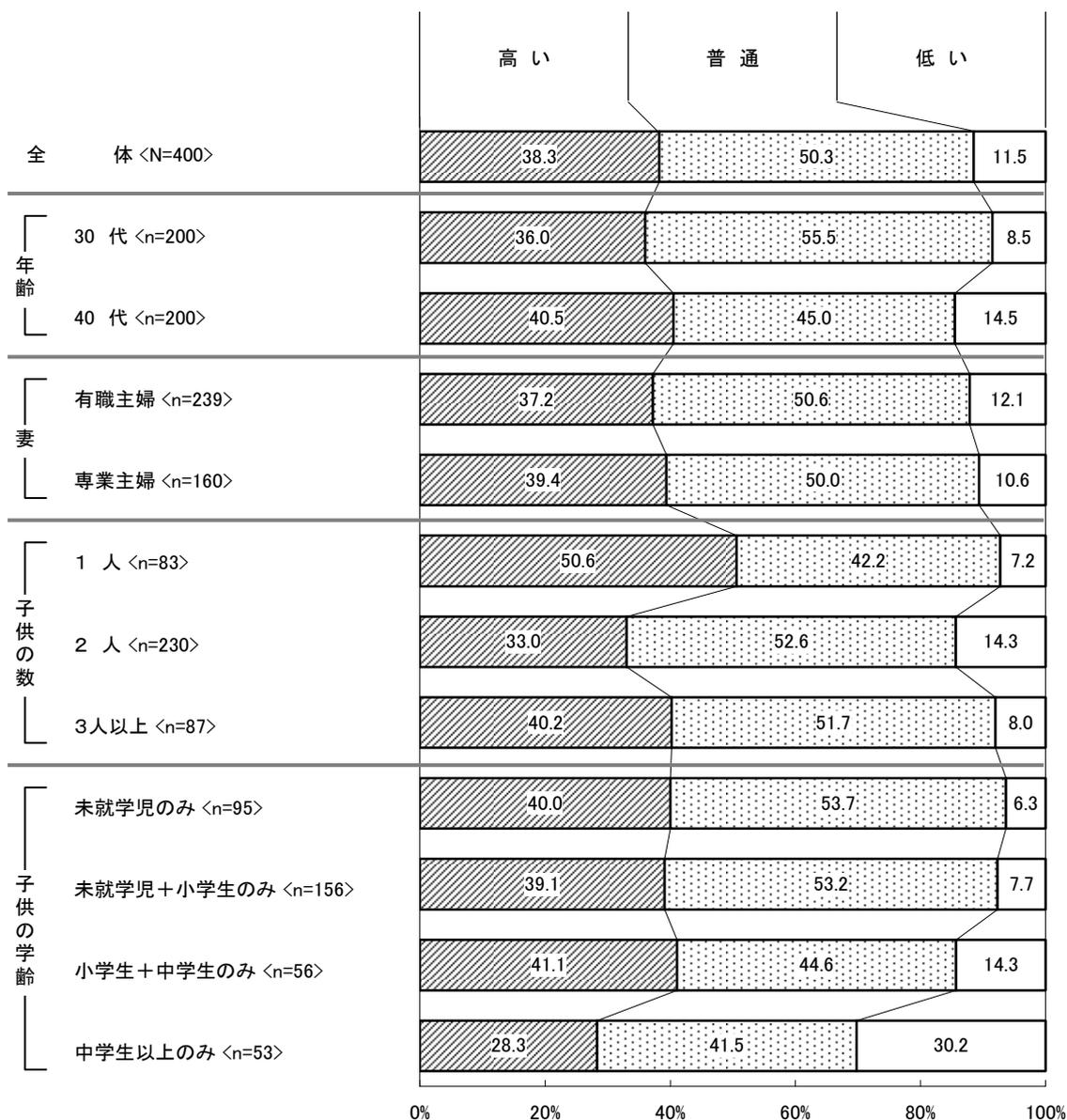
年齢別や妻の職業別ではあまり差はありません。

子どもの数別にみると、「食品の買い物」「食事後の食器を運ぶ」「食器を洗う」「食器をならべる、料理を運ぶ」など、子どもの数が少ないほど高い割合の項目が多く、また子どもの学齢別にみると、子どもが小さいほど高い割合の項目が多くなっています。子どもが大きくなると、子どもを食事の手伝いに参加させ、父親は手伝いから手を引くということがあるのかも知れません。

【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べると、「食品の買い物」（前回 53.5%→今回 70.8%）、「食事後の食器を運ぶ」（同 34.5%→53.3%）、「料理を作る」（同 29.8%→52.5%）、「食器を洗う」（同 25.5%→40.3%）、「食器をならべる、料理を運ぶ」（同 21.5%→36.0%）など、ほとんどの項目で率は大きく増えており、「何もしない」（同 28.8%→11.5%）割合は大きく減っています。父親の参加度は、7年前に比べて大幅にアップしています。

図 24. 父親の家事参加度



『家庭の食生活で参加をしていること』において、参加している事柄が4個以上の場合を参加度が「高い」、1～3個の場合を「普通」、0個の場合を「低い」とし、回答者の“家事参加度”を分類したところ、「普通」が約半数（50.3%）を占めていますが、「高い」（38.3%）と「低い」（11.5%）とでは「高い」という方がかなり高くなっています。

年齢別にみると、「普通」は《40代》（45.0%）よりも《30代》（55.5%）の方が高くなっていますが、「高い」（30代 36.0%、40代 40.5%）、「低い」（同 8.5%、14.5%）はともに《40代》の方が高く、総合的にみると年齢別による家事参加度には差がないと言えます。

妻の職業の有無別でもやはり差はありません。

子どもの数別では、参加度が「高い」割合は、子どもが《1人》（50.6%）の場合で高く、また子どもの学齢別では《中学生以上のみ》になると「高い」（28.3%）が減り、「低い」（30.2%）が増えています。

また、“家事参加度”別に、これまでにみてきた項目の中で差のある項目をみてみると、

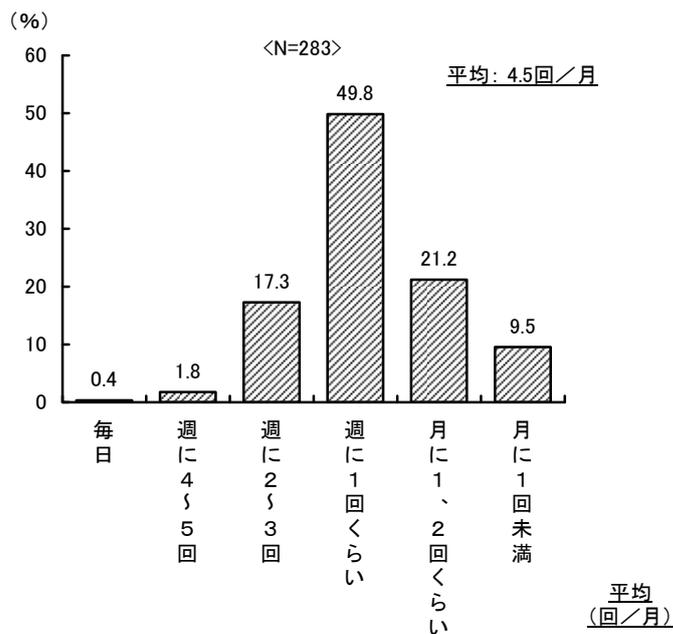
	《高い》	《普通》	《低い》
●朝ごはんを食べる頻度			
・「毎日」	58.8%	56.2%	47.8%
●朝ごはんを一緒に食べる人			
・妻	52.6%	42.9%	47.4%
・子ども	63.5%	49.1%	42.1%
・ひとりで	40.1%	44.0%	50.0%
●職場のつきあいの頻度			
・週に1回未満	52.8%	46.2%	33.3%
・2～3回未満	9.7%	12.8%	22.2%
●家族と一緒にごはんを食べるように努力しているか			
・努力している	76.5%	61.2%	34.8%
●家族が全員そろって食事をとる頻度			
・週に7回以上	36.6%	34.8%	30.4%
・週に6～3回くらい	38.6%	31.8%	30.4%
●家で食事の時、家族と話していること			
・仕事や職場のこと	43.1%	38.3%	32.6%
・家庭であったこと	78.4%	68.2%	60.9%
・子どもの友だちのことや出来事	86.3%	77.1%	63.0%
・妻の仕事や友人のこと	35.3%	29.4%	4.3%
・ニュース	43.8%	31.3%	26.1%
・自分や家族の趣味	24.8%	19.9%	2.2%
・料理や食品のこと	34.6%	17.4%	8.7%
・行儀やしつけのこと	36.6%	19.9%	10.9%

家事参加度の高い人ほど、朝ごはんを「毎日」食べ、朝ごはんを「妻」や「子ども」と一緒に食べるが多く、「ひとりで」食べる数が少なくなっています。また、職場のつきあいの頻度は家事参加度の高い人ほど少なく、家族と一緒にごはんを食べるように努力しており、また実際に家族が全員そろって食事をとる頻度も高くなっています。さらに、家で食事の時、家族と話していることも、「仕事や職場のこと」「家庭であったこと」など、さまざまな話題を話すことが多くなっており、家事参加度の高い人ほど充実した家族団らんの時間を過ごしていることがうかがえます。

【前回調査との比較】

前回の調査では、「高い」(20.5%)よりも「低い」(28.8%)の方が多かったのですが、今回は「高い」(38.3%)の方が「低い」(11.5%)よりもはるかに多くなっており、父親の家事参加度は大幅に向上しています。

図 25. 「食品の買い物」をする頻度



年齢	n	頻度 (%)						平均 (回/月)	
		毎日	週に4~5回	週に2~3回	週に1回くらい	月に1、2回くらい	月に1回未満		
30代	145	-	2.1	13.1	51.7	22.1	11.0	4.1	
40代	138	0.7	1.4	21.7	47.8	20.3	8.0	4.9	
妻	有職主婦	166	0.6	2.4	17.5	49.4	21.1	9.0	4.7
	専業主婦	116	-	0.9	16.4	50.9	21.6	10.3	4.2

家庭の食生活で参加をしていることとして「食品の買い物」と回答した人に、その頻度はどのくらいか聞いてみたところ、「週に1回くらい」が約半数（49.8%）で最も多く、以下「月に1、2回くらい」（21.2%）、「週に2～3回」（17.3%）、「月に1回未満」（9.5%）などの順で、平均して月に「4.5回」となっています。

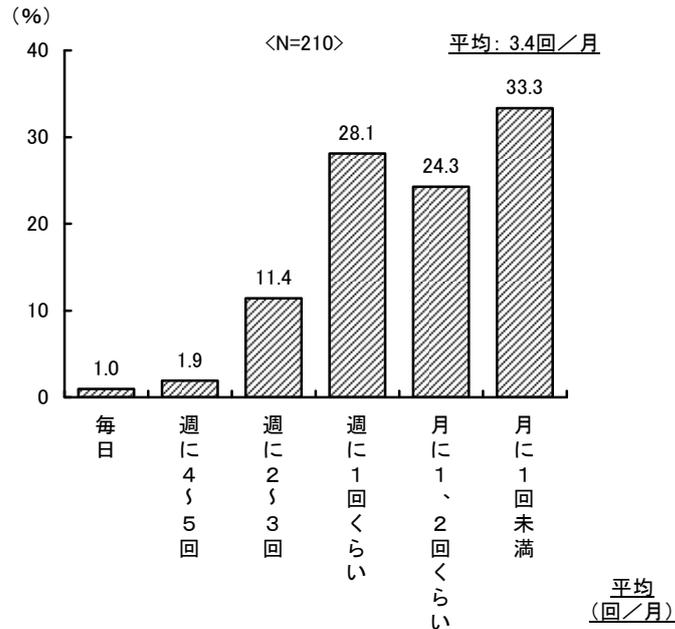
年齢別にみると、平均は《30代》（4.1回）よりも《40代》（4.9回）の方が少し多くなっています。

妻の職業の有無別では、妻が《有職主婦》（4.7回）の場合の方が、《専業主婦》（4.2回）の場合よりも買い物の回数は多くなっており、仕事で忙しい妻をフォローしようとする意識がうかがえます。

【前回調査との比較】

前回調査と比べ、平均は前回「4.9回」→今回「4.5回」と少し減っています。

図 26. 家で料理を作る頻度



年齢	n	頻度						平均 (回/月)	
		毎日	週に4~5回	週に2~3回	週に1回くらい	月に1、2回くらい	月に1回未満		
30代	108	-	1.9	10.2	30.6	22.2	35.2	3.1	
40代	102	2.0	2.0	12.7	25.5	26.5	31.4	3.8	
妻	有職主婦	130	0.8	2.3	13.1	30.8	20.8	32.3	3.7
	専業主婦	79	-	1.3	8.9	24.1	30.4	35.4	2.7

家庭の食生活で参加をしていることとして「料理を作る」と答えた人に、その頻度を聞いたところ、「月に1回未満」(33.3%)、「週に1回くらい」(28.1%)、「月に1、2回くらい」(24.3%) くらいが多くなっています。平均は月に「3.4回」となっています。

年齢別にみると、前ページの“「食品の買い物」をする頻度”と同じく、《30代》より《40代》の方が総じて少しずつ高い頻度となっており、平均も《30代》3.1回に対し、《40代》3.8回となっています。

妻の職業の有無別にみると、やはり“「食品の買い物」をする頻度”と同様の傾向がみられ、家で料理を作る頻度は《有職主婦》(3.7回) の場合の方が《専業主婦》(2.7回) をちょうど1回上回っており、妻が勤めていると夫が食事作りを手伝う強い動機になるようです。

【前回調査との比較】

前回調査に比べ、家で料理を作る頻度の平均は月に「4.4回」から、今回の「3.4回」と、今回は1回減っています。

表 4. 家でよく作る料理名・ベスト 10 (自由回答：件)

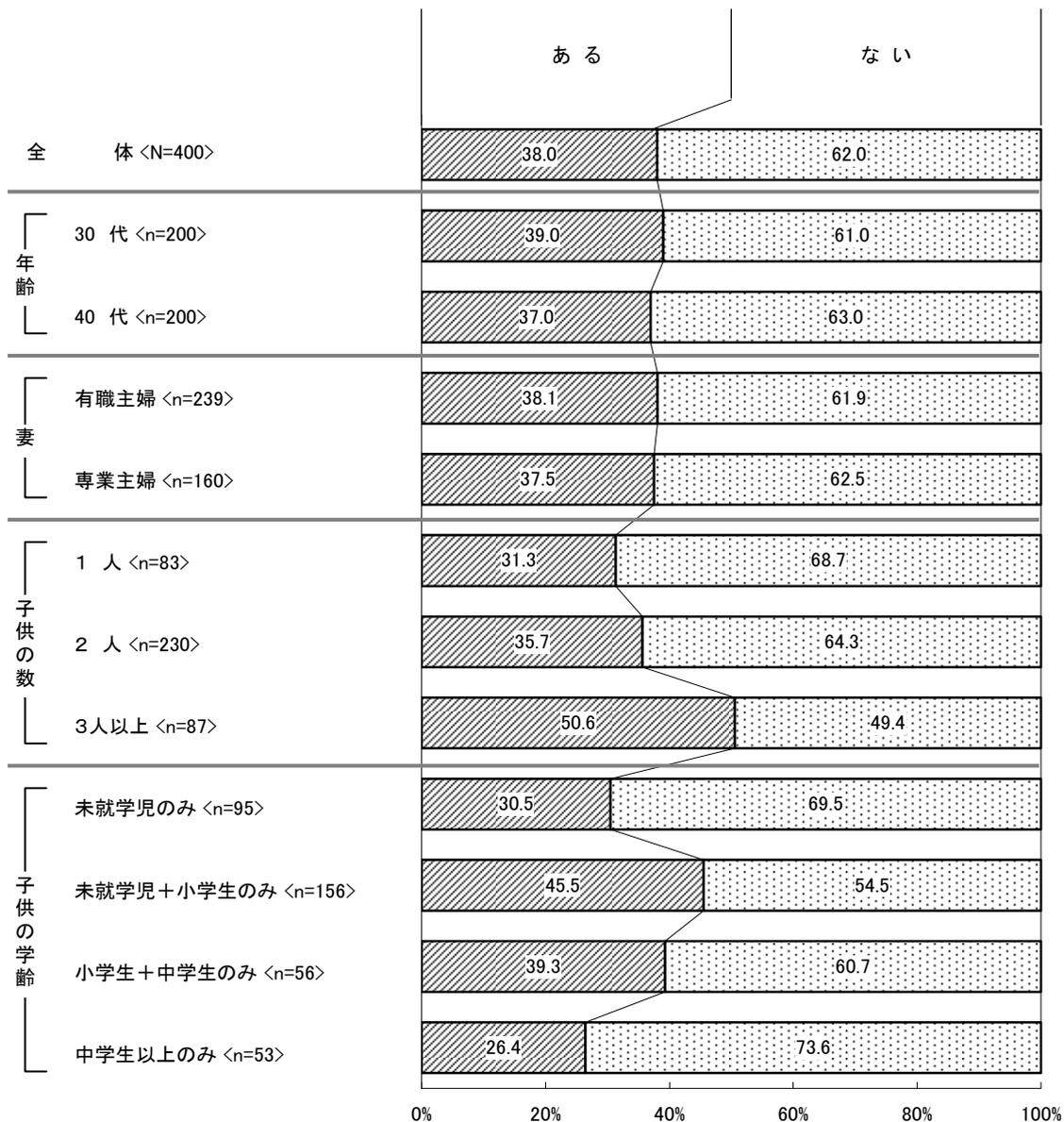
順位		件数
1	カレー	67
2	チャーハン	43
3	パスタ	39
4	ラーメン	33
5	なべ物	20
6	焼きそば	19
7	野菜炒め	15
	お好み焼き・もんじゃ焼き・たこ焼き	15
9	ギョウザ	12
10	うどん・そば	10

家で料理を作ることがある人に、どのような料理を作るかを自由回答で聞いたところ、「カレー」(67件)が最も多く、以下「チャーハン」(43件)、「パスタ」(39件)、「ラーメン」(33件)、「なべ物」(20件)などが続いています。

6. 子どものごはんやお弁当を作ったことがあるか

「ある」という父親は4割弱(38.0%)。

図 27. 子どものごはんやお弁当を作ったことがあるか



父親は、子どものごはんやお弁当を作ったことがあるでしょうか。

「ある」という割合は4割弱(38.0%)で、「ない」(62.0%)という方が多数を占めています。

年齢別や妻の職業の有無別ではほとんど傾向の差はありません。

子どもの数別にみると、子どもの数が多いほど「ある」の割合は高く、特に《3人以上》(50.6%)になると急に高くなっています。

子どもの学齢別にみると、子どもが小さいほど、「ある」という割合は高い傾向がありますが、《未就学児のみ》(30.5%)になると逆に低くなっています。

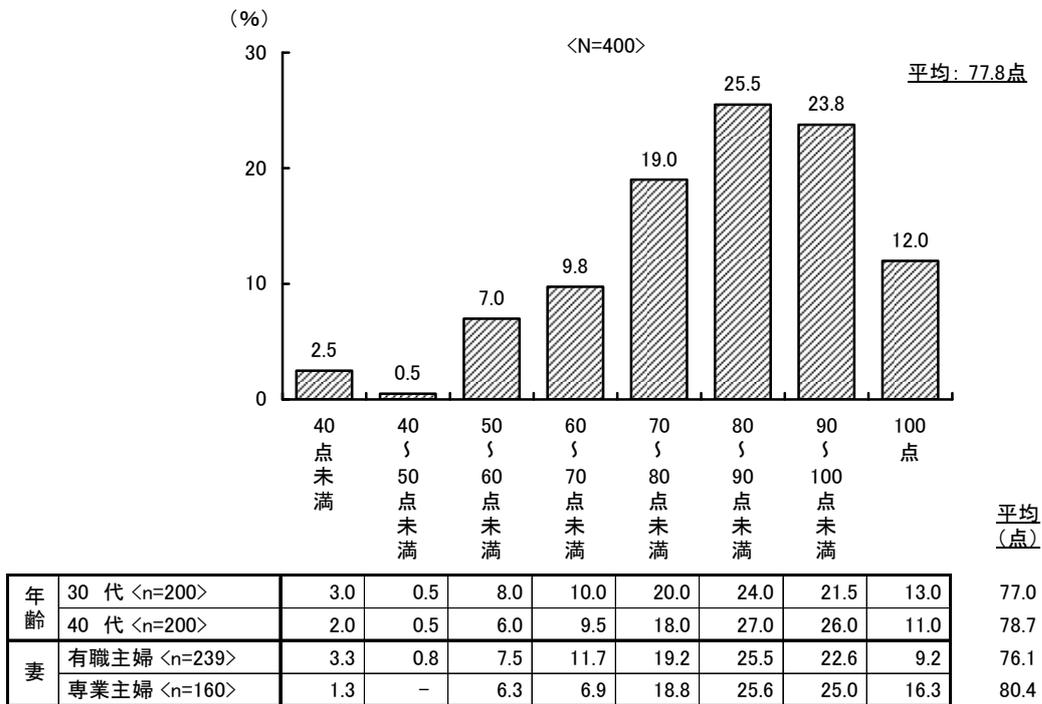
【前回調査との比較】

前回の調査と比較してみると、子どものごはんやお弁当を作ったことが「ある」割合は、前回「28.0%」→今回「38.0%」と10ポイント増えています。前項でみたように、“家庭の食生活で参加をしていること”は前回に比べてかなり増えており、ここでも同様の傾向が現れています。

7. 日頃の食生活についての満足度を採点すると、100点満点で何点になるか

平均「77.8点」で、「100点」(12.0%)と非常に自信がある人も1割以上。

図 28. 日頃の食生活についての満足度を採点すると、100点満点で何点になるか



日頃の食生活にどの程度満足しているかを100点満点で採点してもらいました。

「80～90未満」(25.5%)、「90～100未満」(23.8%)、「70～80未満」(19.0%) くらいが多く、平均「77.8点」となっています。中には「100点」(12.0%)と非常に自信がある人も1割以上います。

年齢別にみると、平均は《30代》77.0点、《40代》78.7点とほとんど変わりません。

妻の職業の有無別にみると、妻が《専業主婦》(80.4点)の場合の方が《有職主婦》(76.1点)の場合よりもやや高くなっていますが、こちらもあまり大きな差ではありません。

【前回調査との比較】

前回調査と比べても、平均は前回「77.8点」→今回「77.8点」と全く変わっていません。

食生活の満足度が「90点以上」を《高い》(35.8%)、「70～90点未満」を《普通》(44.5%)、「70点未満」を《低い》(19.8%)として、満足度別に関わりのある項目をみてみました。

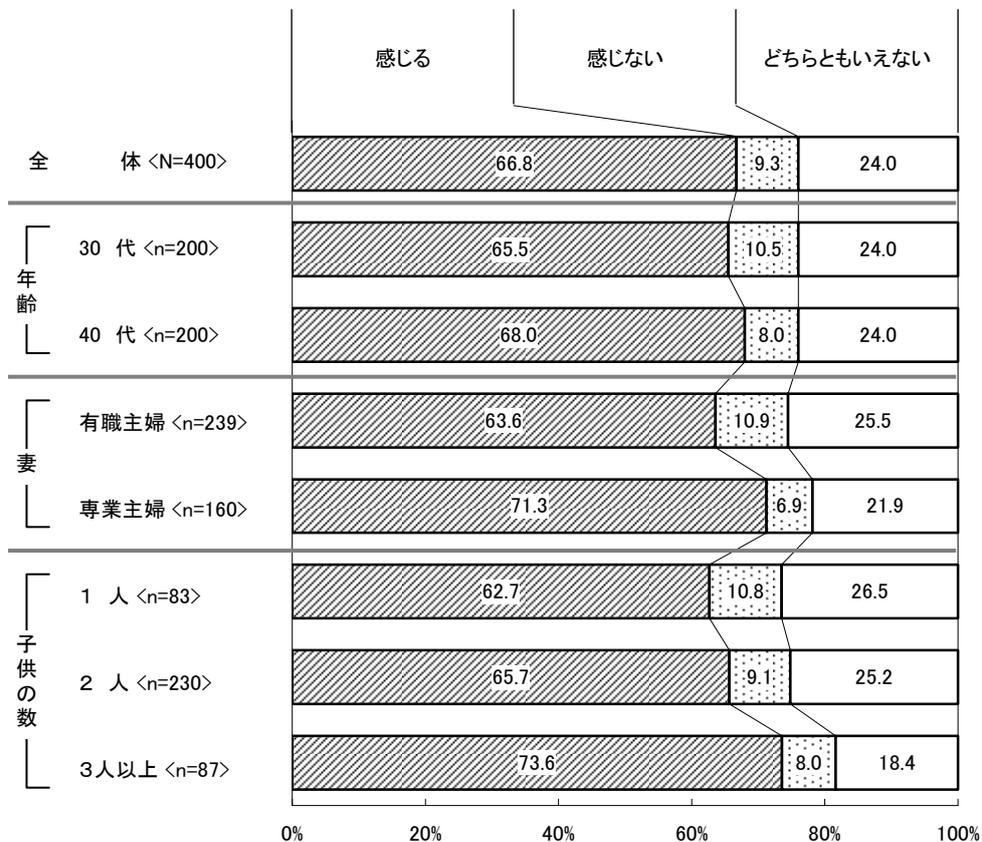
	《高い》	《普通》	《低い》
●朝ごはんを食べる頻度			
・「毎日」	69.2%	56.2%	32.9%
●朝ごはんを一緒に食べる人			
・妻	52.7%	49.7%	30.3%
・子ども	58.0%	54.2%	45.5%
・ひとりで	37.4%	40.5%	60.6%
●朝ごはんに食べているもの			
・味噌汁	59.5%	52.9%	33.3%
・卵料理	67.2%	60.8%	40.9%
・魚	27.5%	19.0%	12.1%
●夕ごはん食べているもの			
・野菜・魚などの煮物	71.1%	58.2%	39.2%
・野菜などの炒め物	82.4%	78.5%	68.4%
・焼き魚	71.8%	72.3%	54.4%
・サラダ	83.1%	77.4%	58.2%
・ギョウザ・シュウマイ	62.0%	56.5%	48.1%
●職場のつきあいの頻度			
・週に1回未満	49.2%	47.9%	44.4%
・2～3回未満	9.8%	9.9%	22.2%
●夕ごはんの手作り度			
・高	36.9%	24.3%	24.1%
●家族が全員そろって食事をとる頻度			
・週に7回以上	39.9%	34.8%	26.6%
・週に1、2回くらい	25.2%	21.3%	35.4%
●家で食事の時、家族と話していること			
・仕事や職場のこと	44.1%	38.8%	32.9%
・家庭であったこと	76.9%	73.6%	55.7%
・妻の仕事や友人のこと	32.9%	29.2%	20.3%
・ニュース	41.3%	36.0%	24.1%
・スポーツ	38.5%	26.4%	16.5%
・自分や家族の趣味	25.9%	17.4%	13.9%
・料理や食品のこと	27.3%	24.2%	12.7%

食生活満足度が高い人ほど、朝ごはんを「毎日」食べており、また「妻」「子ども」と一緒に食べるが多く、「ひとりで」食べるものが少なくなっています。朝ごはんに食べているものとして「味噌汁」「卵料理」「魚」、夕ごはんに食べているものとして「野菜・魚などの煮物」「野菜などの炒め物」「焼き魚」「サラダ」「ギョウザ・シュウマイ」などが多く、食生活満足度が低い人に比べて食事のバラエティが豊かです。また、食生活満足度が高い人ほど職場のつきあいの頻度は低めで、夕ごはんの手作り度は高く、家族が全員そろって食事をとる頻度は高く、家で食事の時、家族と「仕事や職場のこと」「家庭であったこと」など、多くの事柄を話題にしています。家族と一緒に食事をし、食事の手作り度が高いとともに種類がバラエティに富み、話題豊富な食卓の場であることなどが、食生活の満足度の向上につながっているようです。

8. 自分が一家の大黒柱だと感じているか

「感じる」(66.8%)という人が多いが、「感じない」と自信のない父親も1割弱(9.3%)。

図 29. 自分が一家の大黒柱だと感じているか



自分が一家の大黒柱だと感じているかどうか尋ねてみたところ、「感じる」(66.8%)という人が3人に2人以上の割合を占めて主になっています。そのほかは、「どちらともいえない」(24.0%)が多くなっていますが、「感じない」と自信のない父親も1割弱(9.3%)みられます。

年齢別では、傾向の違いはほとんどみられません。

妻の職業の有無別では、「感じる」という割合は、妻が《有職主婦》(63.6%)の場合よりも《専業主婦》(71.3%)の場合の方がやや高くなっています。

子どもの数別にみると、子どもの数が増えるほど「感じる」という割合は少しずつ高くなっています。

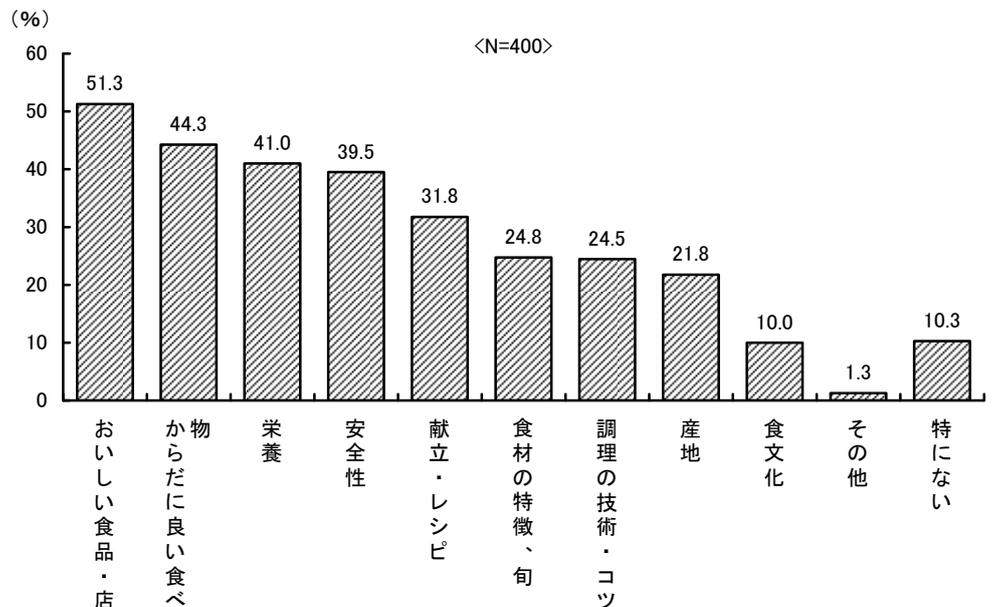
【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「感じる」(前回 73.3%→今回 66.8%)割合がやや減り、「感じない」(同 3.3%→9.3%)が増えており、父親としての自信は7年前に比べて少し減退しているようです。

1. 食について、どんなことに関心があるか

「おいしい食品・店」(51.3%)をはじめ、「からだに良い食べ物」(44.3%)、「栄養」(41.0%)、「安全性」(39.5%)などがあげられ、“おいしさ”と“健康”の両方への関心が高い。

図 30. 食について、どんなことに関心があるか（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	40代 <n=200>	未就学児のみ <n=95>	未就学児+小学生のみ <n=156>	小学生+中学生のみ <n=56>	中学生以上のみ <n=53>
おいしい食品・店	53.0	49.5	48.4	54.5	51.8	45.3
からだに良い食べ物	45.5	43.0	44.2	46.8	48.2	35.8
栄養	42.5	39.5	41.1	42.3	41.1	32.1
安全性	41.0	38.0	44.2	37.8	42.9	34.0
献立・レシピ	31.0	32.5	28.4	32.1	32.1	32.1
食材の特徴、旬	22.5	27.0	23.2	27.6	26.8	20.8
調理の技術・コツ	25.0	24.0	23.2	26.9	21.4	18.9
産地	24.5	19.0	31.6	18.6	14.3	18.9
食文化	9.5	10.5	10.5	12.2	7.1	11.3
その他	1.5	1.0	2.1	1.3	-	-
特にない	8.0	12.5	8.4	7.7	14.3	18.9

食（料理や食べ物、食べ方など）について、どのようなことに関心があるか尋ねたところ、「おいしい食品・店」(51.3%)が最も多く、グルメ志向がうかがえますが、次いで「からだに良い食べ物」(44.3%)、「栄養」(41.0%)、「安全性」(39.5%)が続いており、“おいしさ”と“健康”の両方への関心が高くなっています。以下、「献立・レシピ」(31.8%)、「食材の特徴、旬」(24.8%)、「調理の技術・コツ」(24.5%)、「産地」(21.8%)などの順となっています。一方、「特にない」という人も1割強(10.3%)みられます。

年齢別による差はあまりありません。

子どもの学齢別でもあまり目立った差はありませんが、全般的に子どもの学齢が低いほど高い項目が多く、逆に「特にない」の割合は子どもの学齢が高いほど高い割合となっています。子どもが小さいほど、安全性など食に関するさまざまなことが気になるようです。

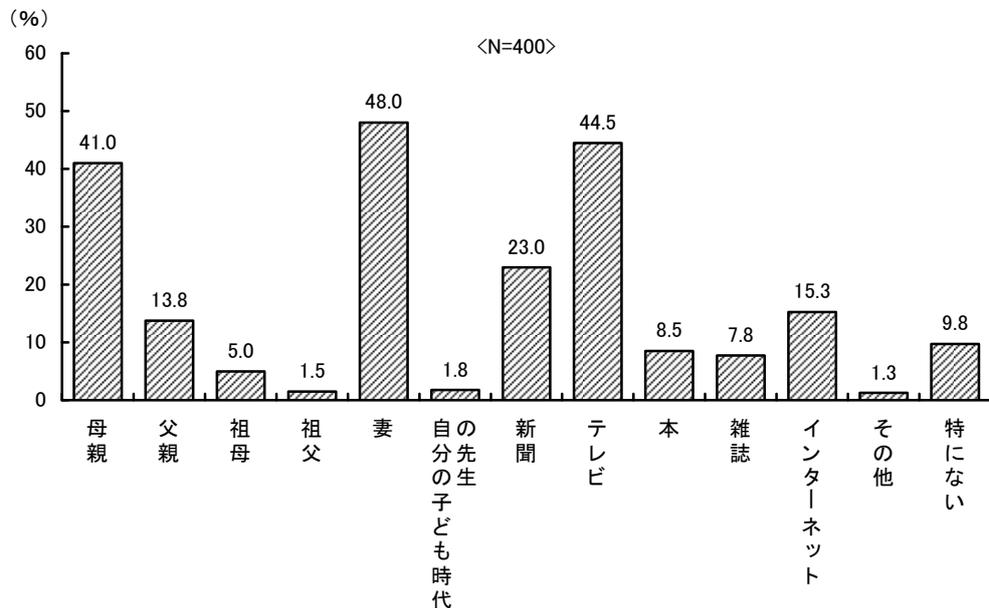
【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べてみると、「おいしい食品・店」(前回 36.8%→今回 51.3%)、「栄養」(同 30.3%→41.0%)、「献立・レシピ」(同 16.8%→31.8%)、「産地」(同 8.8%→21.8%) など、ほとんどの項目で前回より高い割合となっており、一方「特にない」(前回 22.5%→今回 10.3%) という割合は前回より 10 ポイント以上低く、食についての関心は前回 7 年前より確実に高まっています。

2. “食とのかかわり”について、影響が大きいと思うこと、人

「妻」(48.0%)、「テレビ」(44.5%)、「母親」(41.0%)、「新聞」(23.0%)、「インターネット」(15.3%)、「父親」(13.8%)などがあげられ、“家族”と“メディア”の双方から影響を受けている。

図 31. “食とのかかわり”について、何、もしくは誰の影響が大きいと思うか（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	40代 <n=200>	母親	父親	祖母	祖父	妻	自分の先の子どもの時代	新聞	テレビ	本	雑誌	インターネット	その他	特にない
30代 <n=200>	46.0	13.0	5.5	2.5	53.0	2.0	16.0	42.5	6.5	5.5	13.5	1.0	8.5		
40代 <n=200>	36.0	14.5	4.5	0.5	43.0	1.5	30.0	46.5	10.5	10.0	17.0	1.5	11.0		

食への関心や食生活の参加程度など“食とのかかわり”について、何、もしくは誰の影響が大きいと思うか、複数回答で尋ねてみると、「妻」(48.0%)が最も多くなっていますが、以下「テレビ」(44.5%)、「母親」(41.0%)、「新聞」(23.0%)、「インターネット」(15.3%)、「父親」(13.8%)などの順で、“家族”と“メディア”双方から影響を受けているようです。家族では「母親」より「妻」の影響を受けている人が多くなっています。

年齢別にみると、「母親」(30代 46.0%、40代 36.0%)、「妻」(同 53.0%、43.0%)の影響が大きいとする割合は《30代》の方が高いのに対し、「新聞」は《30代》(16.0%)よりも《40代》(30.0%)の方がかなり多くなっており、《40代》ではメディアの影響が大きくなっています。

【前回調査との比較】

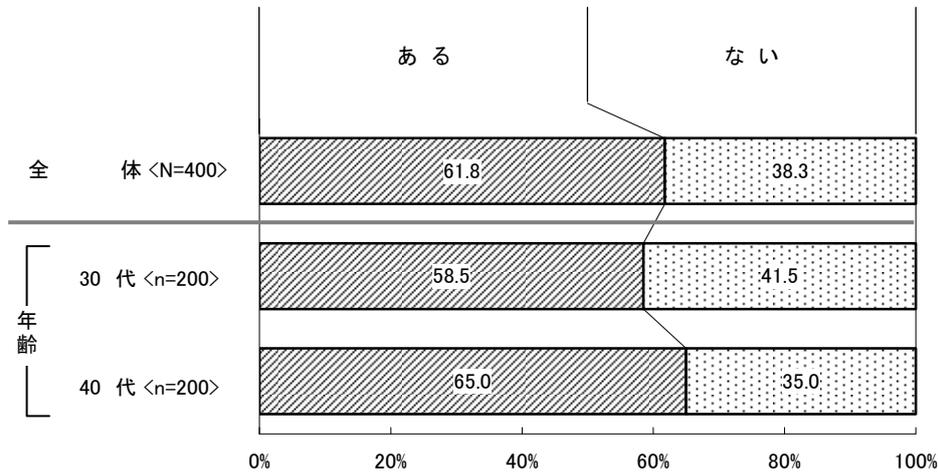
前回調査と比べると、「母親」(前回 32.0%→今回 41.0%)など増えている項目もありますが、「新聞」(前回 40.3%→今回 23.0%)、「テレビ」(同 51.8%→44.5%)の“メディア”は今回大きく下がっています。

3. 「おふくろの味」というものがあるか

「ある」(61.8%)という人が多いが、「ない」(38.3%)という人も4割近く。

具体的な料理名は、「煮物」(74 件)、「味噌汁」(42 件)と“和食系”が上位だが、「カレー」(18 件)、「ギョウザ」(13 件)、「ハンバーグ」(12 件)など、洋食や中華も「おふくろの味」として認識されている。

図 32. 「おふくろの味」というものがあるか



「おふくろの味」というものがあるかどうか聞いてみたところ、6割強(61.8%)が「ある」と答えて主になっていますが、「ない」(38.3%)という人も4割近くと少なくありません。

年齢別にみると、あまり大きな差ではないものの、「ある」という割合は《30代》(58.5%)よりも《40代》(65.0%)の方が高めとなっています。

【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「ある」の割合は前回「71.0%」→今回「61.8%」とほぼ10ポイント減っており、「おふくろの味」の認識が少なくなっているようです。

表 5. 「おふくろの味」とは具体的にどういうものか・ベスト 10 (自由回答 : 件)

順位		件数
1	煮物	74
2	味噌汁	42
3	カレー	18
4	ギョウザ	13
5	ハンバーグ	12
6	コロッケ	11
	雑煮	11
	漬け物	11
9	炊き込みご飯	9
	煮魚	9

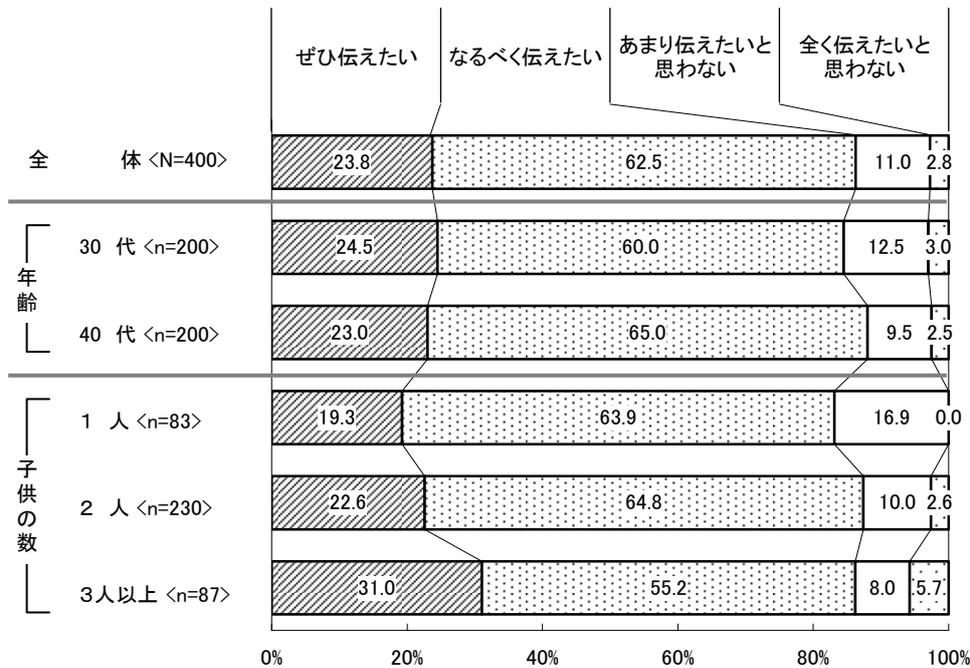
おふくろの味が「ある」と答えた人に、具体的な料理をあげてもらったところ、「煮物」(74 件)、「味噌汁」(42 件)と“和食系”が1位、2位を占めていますが、以下「カレー」(18 件)、「ギョウザ」(13 件)、「ハンバーグ」(12 件)など、洋食や中華も「おふくろの味」として認識されているようです。

4. 郷土料理や行事食を子どもの世代に伝えていきたいと思うか

“伝えたい”(86.3%)という父親が8割以上を占める。

好きな郷土料理・行事食は、「雑煮」(102件)、「ちらし寿司」(39件)、「おせち」(36件)、「赤飯」(24件)、「おはぎ」(20件)、「栗きんとん」(15件)といった“行事食”や、「きりたんぼ(秋田県)」(21件)、「ほうとう(山梨県)」(11件)などの“郷土料理”。

図 33. 郷土料理や行事食を子どもの世代に伝えていきたいと思うか



郷土料理や行事食（お節料理や節句、お盆の料理）を子どもの世代に伝えていきたいと思うかどうかをみると、「ぜひ伝えたい」(23.8%)、「なるべく伝えたい」(62.5%)と“伝えたい”(86.3%)という回答が8割以上を占め、“伝えたいと思わない(あまり+全く)”(13.8%)は1割程度にとどまっています。

年齢別にみると、“伝えたい(ぜひ+なるべく)”とする割合は《30代》(84.5%)よりも《40代》(88.0%)の方がやや高い程度で、あまり変わりません。

子どもの数別にみると、「ぜひ伝えたい」の割合は子どもの数が増えるほど高く、《1人》(19.3%)、《2人》(22.6%)では2割前後ですが、《3人以上》(31.0%)になると3割を超えています。

【前回調査との比較】

前回調査と比べ、“伝えたい(ぜひ+なるべく)”(前回79.5%→今回86.3%)がやや増え、“伝えたいと思わない(あまり+全く)”(同20.5%→13.8%)がやや減っています。前項でみたように、「おふくろの味」がある率は下がっていましたが、郷土料理や行事食を伝えていきたいという意欲はむしろ前回より高くなっています。

表 6. 好きな郷土料理・行事食は何か・ベスト 10 (自由回答 : 件)

順位		件数
1	雑煮	102
2	ちらし寿司	39
3	おせち	36
4	赤飯	24
5	きりたんぼ	21
6	おはぎ	20
7	栗きんとん	15
8	ほうとう	11
9	数の子	8
	もち	8

好きな郷土料理・行事食を具体的にあげてもらったところ、「雑煮」(102 件)が突出して多くなっています。以下、「ちらし寿司」(39 件)、「おせち」(36 件)、「赤飯」(24 件)、「おはぎ」(20 件)、「栗きんとん」(15 件)など、“行事食”が総じて多くなっていますが、“郷土料理”としては「きりたんぼ(秋田県)」(21 件)、「ほうとう(山梨県)」(11 件)などがあげられています。

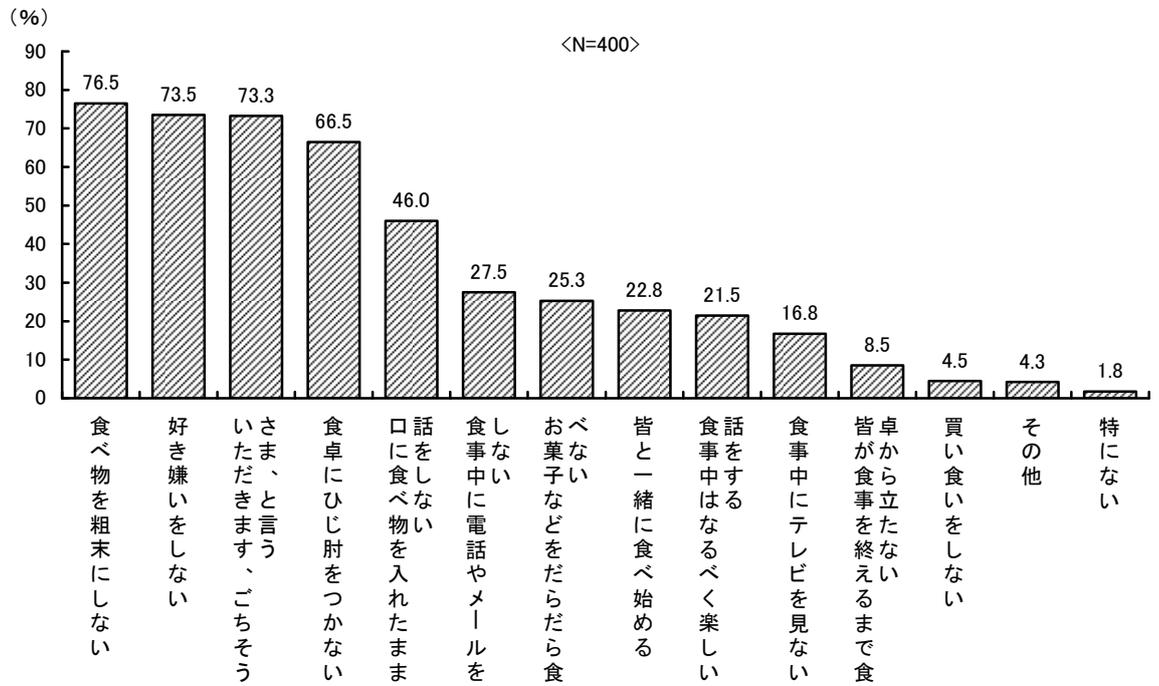
なお、そのほかの“郷土料理”として目立つものとしては、以下のような料理があげられています。

- ・ちゃんちゃん焼き(北海道)
- ・じゃっば汁(青森県)
- ・せんべい汁(青森県)
- ・ひつつみ(岩手県)
- ・こづゆ(福島県)
- ・しもつかれ(北関東)
- ・さんが焼き(千葉県)
- ・サンマーメン(神奈川県)
- ・瓦そば(山口県)
- ・呉汁(ごじる)(日本各地)

5. 食べ物や食事について、子供に教えてきたこと

「食べ物を粗末にしない」(76.5%)、「好き嫌いをしない」(73.5%)といった“食べ物の大切さ”や、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(73.3%)、「食卓にひじ肘をつかない」(66.5%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(46.0%)といった“食事の際の礼儀”を教えてきた。

図 34. 食べ物や食事について、子供に教えてきたのはどんなことか（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	77.5	73.0	77.0	63.5	48.5	24.5	26.0	23.0	20.0	18.5	9.0	4.5	3.5	2.0
	40代 <n=200>	75.5	74.0	69.5	69.5	43.5	30.5	24.5	22.5	23.0	15.0	8.0	4.5	5.0	1.5
子供の人数	1人 <n=83>	66.3	63.9	71.1	48.2	33.7	16.9	22.9	12.0	20.5	18.1	6.0	3.6	2.4	6.0
	2人 <n=230>	77.4	75.7	73.5	70.0	45.7	27.0	24.8	24.8	19.6	14.3	8.3	3.5	4.8	0.9
	3人以上 <n=87>	83.9	77.0	74.7	74.7	58.6	39.1	28.7	27.6	27.6	21.8	11.5	8.0	4.6	-

食べ物や食事について子供に教えてきたのはどんなことか、複数回答であげてもらったところ、「食べ物を粗末にしない」(76.5%)、「好き嫌いをしない」(73.5%)といった“食べ物の大切さ”や、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(73.3%)、「食卓にひじ肘をつかない」(66.5%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(46.0%)、「食事中に電話やメールをしない」(27.5%)、「お菓子などをだらだら食べない」(25.3%)、「皆と一緒に食べ始める」(22.8%)、「食事中はなるべく楽しい話をする」(21.5%)といった“食事の際の礼儀”が多くあげられています。

年齢別ではあまり差はありません。

子どもの数別にみると、全般的に子どもの数が多いほど高い割合となっている項目が多いのが目立ち、子どもが多い家庭ほど食べ物や食事について厳しく教えているようです。

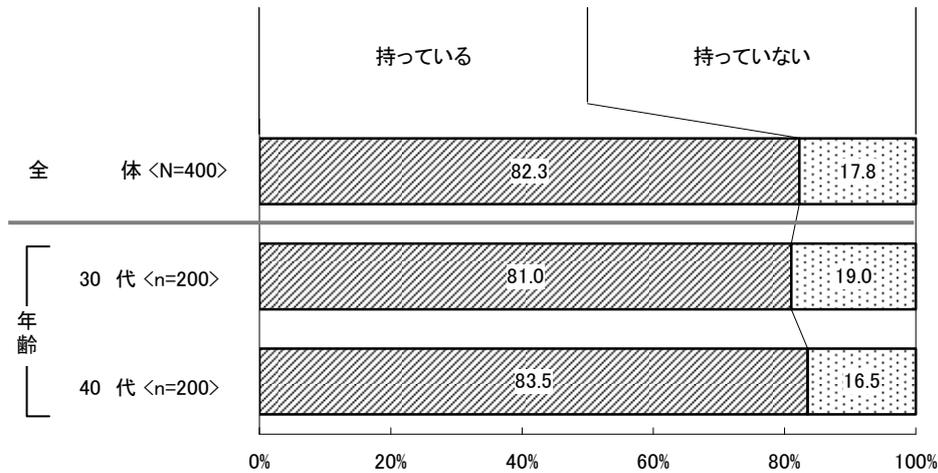
【前回調査との比較】

前回の調査結果と比較してみると、「好き嫌いをしない」(前回 60.0%→今回 73.5%)、「食卓にひじ肘をつかない」(同 44.3%→66.5%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(同 32.5%→46.0%)など、前回より率を増やしている項目が多く、7年前に比べて厳しく教えるようになってきているようです。

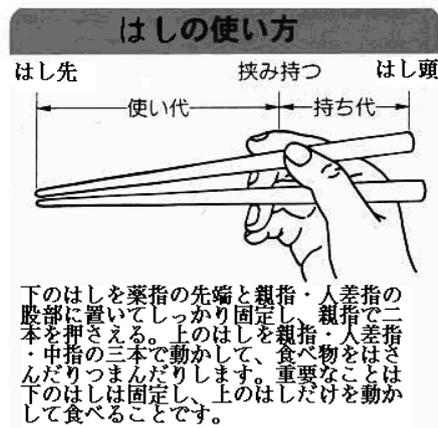
6. おはしの持ち方

8割強(82.3%)がおはしを正しく「持っている」。

図 35. おはしの持ち方



<参考図>



父親自身は、おはしを参考図のように持っているかどうかを聞いたところ、「持っている」という人が8割強(82.3%)を占めていますが、「持っていない」(17.8%)人も2割近くみられます。

年齢別では、「持っている」割合は《30代》81.0%、《40代》83.5%とほぼ同じです。

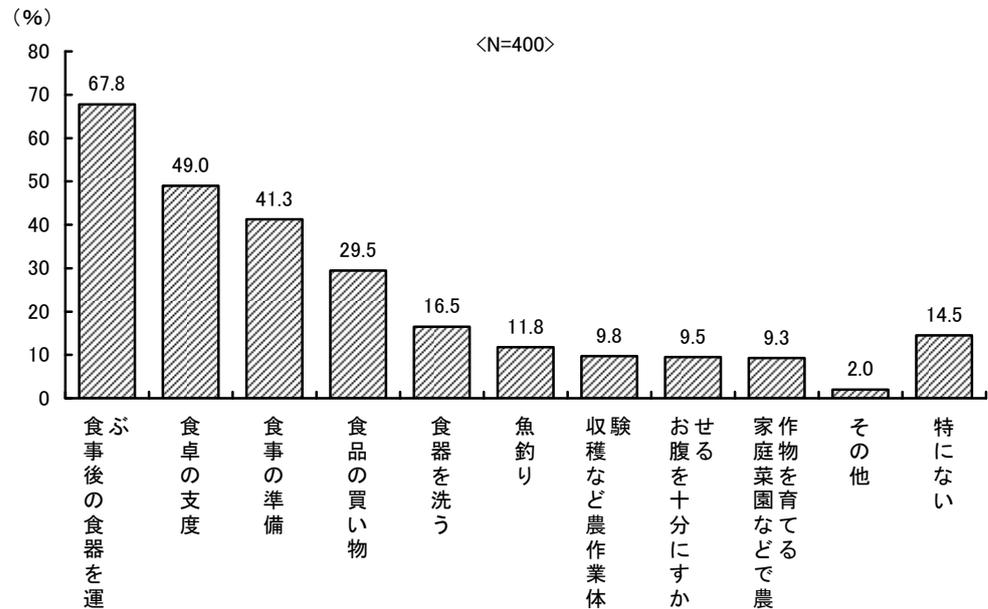
【前回調査との比較】

前回調査からの変化をみると、おはしを参考図のように「持っている」割合は前回「76.3%」→今回「82.3%」とやや増えています。

7. 子育ての中で、食物や食事について、子どもに参加・実行させるようにしてきたこと

「食事後の食器を運ぶ」(67.8%)、「食卓の支度」(49.0%)、「食事の準備」(41.3%)など、食事の前後の手伝いをさせることが多い。以下、「食品の買い物」(29.5%)、「食器を洗う」(16.5%)などの順で、中には「魚釣り」(11.8%)、「収穫など農作業体験」(9.8%)、「家庭菜園などで農作物を育てる」(9.3%)などの生産体験も。

図 36. 子育ての中で、食物や食事について、子どもに参加・実行させるようにしてきたこと（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	61.5	47.5	41.5	28.5	14.5	10.5	8.0	9.5	10.0	2.0	17.0
	40代 <n=200>	74.0	50.5	41.0	30.5	18.5	13.0	11.5	9.5	8.5	2.0	12.0
性別別の	男女両方 <n=189>	74.1	51.9	45.5	24.9	14.8	12.2	7.9	9.0	6.3	1.6	10.1
	男子のみ <n=114>	64.9	49.1	36.0	39.5	17.5	12.3	13.2	15.8	15.8	2.6	15.8
女子のみ <n=97>	58.8	43.3	39.2	26.8	18.6	10.3	9.3	3.1	7.2	2.1	21.6	

子育ての中で、食物や食事について、子どもに参加・実行させるようにしてきたことをみると、「食事後の食器を運ぶ」(67.8%)が最も多く、次いで「食卓の支度」(49.0%)、「食事の準備」(41.3%)が続き、食事の前後の手伝いをさせている家庭が多くなっています。以下、「食品の買い物」(29.5%)、「食器を洗う」(16.5%)などの順ですが、中には「魚釣り」(11.8%)、「収穫など農作業体験」(9.8%)、「家庭菜園などで農作物を育てる」(9.3%)といった生産に関わる体験をさせてきたという回答もそれぞれ1割程度みられます。

年齢別にみると、「食事後の食器を運ぶ」をあげる割合は《40代》(74.0%)の方が《30代》(61.5%)を10ポイント以上上回っています。

子どもの性別でみると、総じてあまり大きな差はありませんが、「食品の買い物」は子どもが《男子のみ》(39.5%)の場合に多くなっています。

【前回調査との比較】

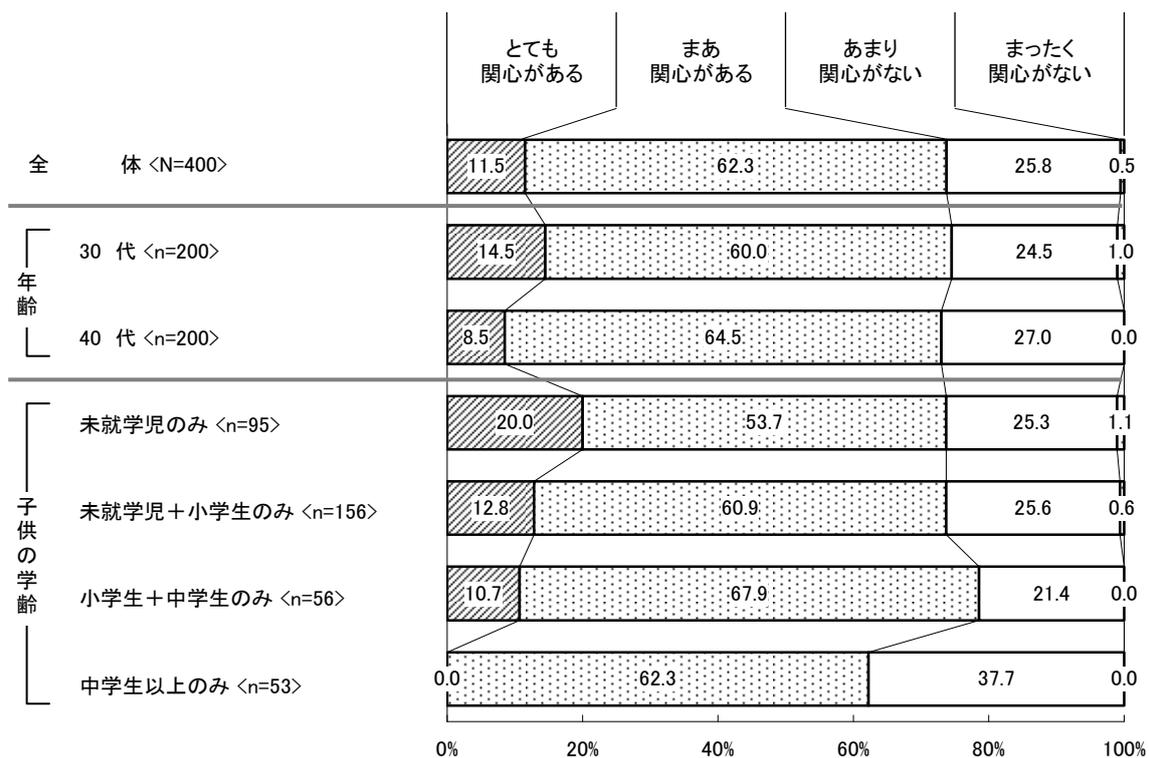
前回の調査と比べると、「食事後の食器を運ぶ」(前回 58.3%→今回 67.8%)、「食事の準備」(同 30.0%→41.3%)、「食品の買い物」(同 20.0%→29.5%)など、すべての項目で前回は上回っており、逆に「特にない」の割合は前回(28.0%)に比べ今回(14.5%)は半減しています。先にみた“食べ物や食事について、子供に教えてきたこと(マナーなど)”と同様、食事の手伝いなども7年前よりよく教えるようになってきています。

1. 「食の安全」への関心度

7割強(73.8%)の父親が“関心がある”。

関心がある事柄は、「輸入食品」(55.9%)、「食品添加物」(55.3%)が半数を超えているのをはじめ、「残留農薬」(48.8%)、「保存期間」(40.0%)、「BSE(狂牛病)」(34.2%)、「遺伝子組換え食品」(30.5%)、「鳥インフルエンザ」(25.4%)など。

図 37. 「食の安全」ということに、どのくらい関心があるか



「食の安全」ということに、どのくらい関心があるか尋ねたところ、「とても関心がある」(11.5%)はあまり多くありませんが、「まあ関心がある」(62.3%)は6割を超え、合わせて“関心がある”という人が7割強(73.8%)を占めています。

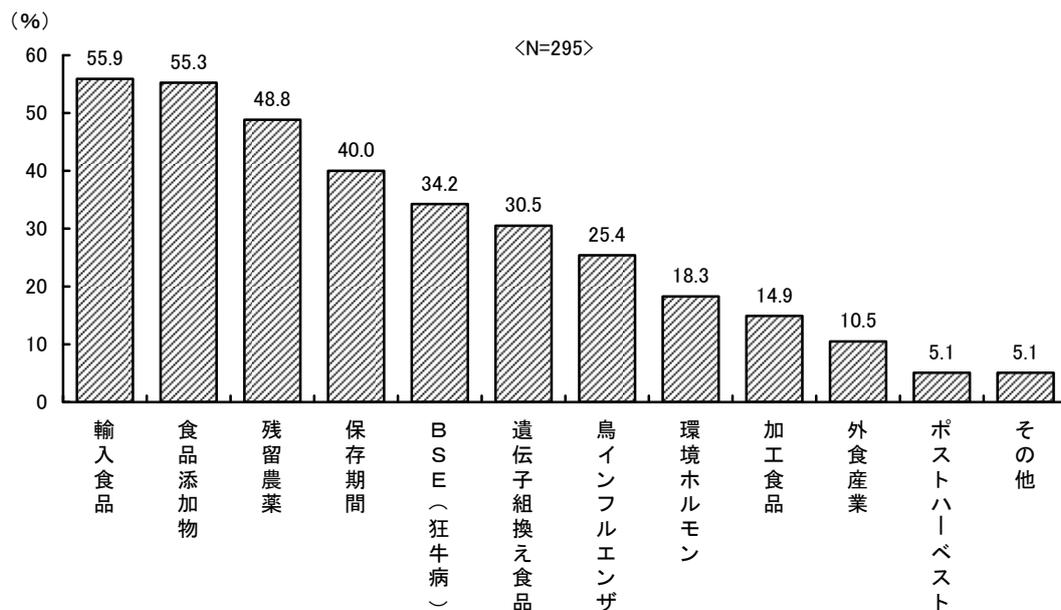
年齢別ではあまり差はありません。

子どもの学齢別にみると、子どもが小さいほど「とても関心がある」という割合は高く、「中学生以上のみ」(0.0%)では皆無ですが、「小学生+中学生のみ」(10.7%)、「未就学児+小学生のみ」(12.8%)では1割程度、「未就学児のみ」ではちょうど2割(20.0%)に達しています。

【前回調査との比較】

前回の調査と比べてさほど違いはありませんが、“関心がある(とても+まあ)”(前回 67.5%→今回 73.8%)がやや増え、“関心がない(あまり+まったく)”(同 32.5%→26.3%)がやや減っており、わずかながら関心度は増しています。

図 38. 関心があるのはどんなことか（複数回答）



年齢	30代 <n=149>	40代 <n=146>	輸入食品	食品添加物	残留農薬	保存期間	BSE (狂牛病)	遺伝子組換え食品	鳥インフルエンザ	環境ホルモン	加工食品	外食産業	ポストハーベスト	その他
30代 <n=149>	55.0	49.7	45.6	34.2	32.9	32.2	22.1	18.1	11.4	13.4	4.0	6.7		
40代 <n=146>	56.8	61.0	52.1	45.9	35.6	28.8	28.8	18.5	18.5	7.5	6.2	3.4		

「食の安全」に「とても関心がある」「まあ関心がある」と答えた人に、どのような事柄に関心を持っているか聞いたところ、「輸入食品」(55.9%)、「食品添加物」(55.3%) がともに5割台で多く、以下「残留農薬」(48.8%)、「保存期間」(40.0%)、「BSE (狂牛病)」(34.2%)、「遺伝子組換え食品」(30.5%)、「鳥インフルエンザ」(25.4%) などの順となっています。

年齢別にみると、「食品添加物」(30代 49.7%、40代 61.0%)、「保存期間」(同 34.2%、45.9%) など、多くの項目で《30代》よりも《40代》の方が高い割合で、多くの事柄に関心を持っています。

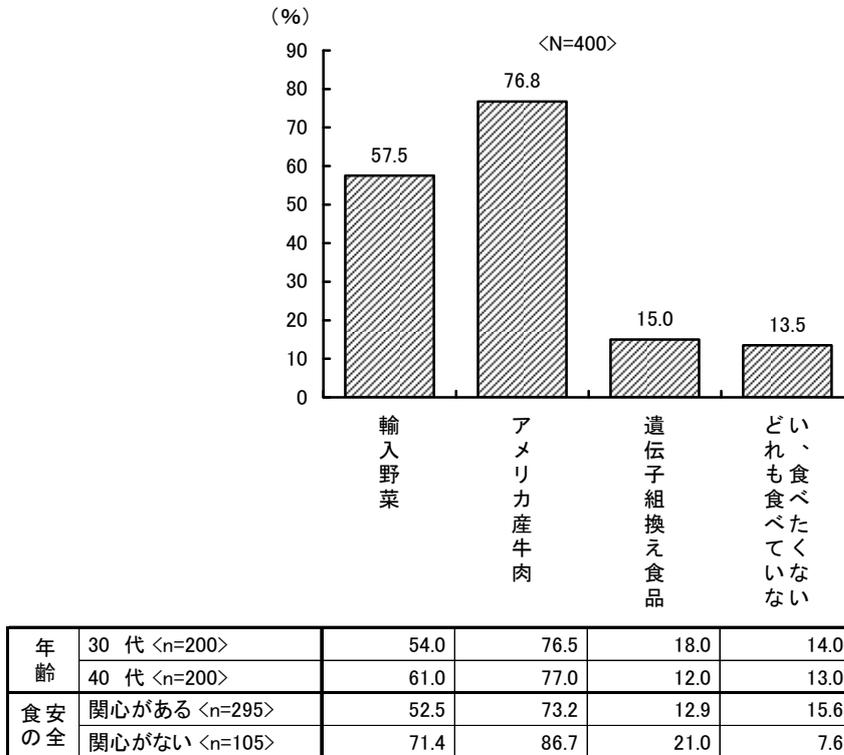
【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べ、「BSE (狂牛病)」(前回 63.7%→今回 34.2%)、「鳥インフルエンザ」(同 60.7%→25.4%) は大きく率を減らしており、関心が薄らいできています。また、「ポストハーベスト」(同 19.3%→5.1%) も前回より10ポイント以上減っています。今回大きく増えたのは「輸入食品」(同 34.4%→55.9%) で、20ポイント以上増えています。

2. 日頃から食べている、あるいは食べてもかまわないと思っているもの

「アメリカ産牛肉」は4人に3人強(76.8%)、「輸入野菜」(57.5%)も半数以上が許容しているが、「遺伝子組換え食品」(15.0%)には抵抗が強い。

図 39. 日頃から食べている、あるいは食べてもかまわないと思っているのはどれか（複数回答）



次に、最近安全性について話題になっている「輸入野菜」「アメリカ産牛肉」「遺伝子組換え食品」の3種類の食品について、日頃から食べている、あるいは食べてもかまわないと思っているものを複数回答で選んでもらったところ、「アメリカ産牛肉」が4人に3人強(76.8%)の割合で最も高く、次いで「輸入野菜」(57.5%)も半数以上があげています。しかし、「遺伝子組換え食品」(15.0%)は1割台で、抵抗が強いようです。また、「どれも食べていない、食べたくない」(13.5%)という人も1割以上います。

年齢別による目立った差はありません。

食の安全への関心度別にみると、《関心がある》層の方が各食品とも「食べてもかまわない」とする割合が低く、特に「輸入野菜」は《関心がある》(52.5%)人と《関心がない》(71.4%)人の差が大きくなっています。

【前回調査との比較】

前回調査と比べると、「輸入野菜」(前回 36.5%→今回 57.5%)、「アメリカ産牛肉」(同 42.8%→76.8%)が大幅に増え、「どれも食べていない、食べたくない」(同 35.3%→13.5%)が減っており、これらの食品に対する抵抗は少なくなってきました。ただし、「遺伝子組換え食品」(前回 15.8%→今回 15.0%)は前回とほとんど変わらず、7年前と同様に敬遠する気持ちが強くなっています。

3. 子どもの世代にとって望ましいと思う食の環境とは

「安全、安心な食品の普及」(120 件)が最も多く、食の安全性が特に気になる。以下、「食料自給率を上げる」(67 件)、「家族そろって楽しく食事をする」(42 件)、「無添加、無農薬」(34 件)、「米、和食中心の食事」(22 件)、「食べ残しや廃棄をしない」(22 件)などの順。

表 7. 子どもの世代にとって望ましいと思う食の環境とは (自由回答：件)

順位		件数
1	安全、安心な食品の普及	120
2	食料自給率を上げる	67
3	家族そろって楽しく食事をする	42
4	無添加、無農薬	34
5	米、和食中心の食事	22
	食べ残しや廃棄をしない	22
7	旬の食材を食べる	19
	地産地消	19
9	栄養バランスがよく、体によい食事	18
10	自給自足	16

最後に、自分の子どもの世代にとって望ましいと思う食の環境はどのようなものかを尋ねたところ、「安全、安心な食品の普及」(120 件)が最も多くなっています。食の安全を脅かすようなニュースが多い昨今、親としては安全性は特に気になる事柄のようです。以下、「食料自給率を上げる」(67 件)、「家族そろって楽しく食事をする」(42 件)、「無添加、無農薬」(34 件)、「米、和食中心の食事」(22 件)、「食べ残しや廃棄をしない」(22 件)、「旬の食材を食べる」(19 件)、「地産地消」(19 件)などの順で、食の安全とともに豊かで健康・健全な食生活も目指しているようです。