

-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』

2018 年 6 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」(48.8%) 食べるという人がほぼ半数を占めるが、週に「1・2回」(20.3%)、「3・4回」(9.3%)など“食べるが毎日ではない”(35.5%)人も相当数みられ、「食べない」人も1割台(15.8%)。

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」(42.9%)、「食欲がない」(27.8%)、「習慣」(25.9%)、「外で食べる」(16.6%)など。

一緒に食べる人は、「子ども」(45.7%)、あるいは「妻」(43.3%)が多いものの、「ひとりで」(51.9%)が半数を超える。

「ひとりで」食べる理由は、「家をでるのが家族より早いから」(77.7%)が圧倒的に多く、次いで「家をでるのが家族より遅いから」(12.0%)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」という人も1割強(12.0%)。

朝ごはんに食べているものは、「パン」(67.7%)、「ごはん」(60.5%)と、“パン派”が“ごはん派”を上回る。以下「コーヒー・紅茶」(49.6%)、「卵料理」(46.3%)、「味噌汁」(43.0%)、「ハム・ベーコン」(38.3%)、「牛乳・ヨーグルト」(35.9%)、「納豆」(35.6%)など、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」(38.8%)が最も多く、「パン、おにぎり、インスタントラーメンなどファストフードを買う」(34.8%)、「市販弁当を買う」(32.5%)も3割台で続くが、「家で弁当を作ってもらう」(37.0%)と昼食代を節約しようという気持ちも強い。

“昼食を買って食べる”人の平均的な予算は、「646 円」。

昼食時によく食べるものは、「ごはんとおかず(定食)」(72.4%)が突出して多く、以下「うどん・そば」(41.6%)、「ラーメン」(41.3%)、「おにぎり」(33.4%)、「どんぶり物」(30.9%)などの順。

3. タごはん..... 15

家で週に「タごはん」を食べる回数は、「毎日」が 33.0%と3人に1人の割合で、「5・6回」(44.5%)、「3・4回」(14.8%)など“食べるが毎日ではない”(66.3%)人が3人に2人の割合。平均は週に「5.4回」。

家で食べない日がある理由は、「職場のつきあいがある」(79.9%)が断然多く、次いで「仕事がある」(40.7%)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」(52.3%)、「1～2回未満」(27.1%)、「2～3回未満」(15.4%)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」(55.7%)、「子ども」(49.6%)が5割前後を占めるが、「ひとりで」(56.9%)も半数を超える。【b】休日】では「妻」(97.5%)、「子ども」(95.0%)が断然多く、「ひとりで」(3.8%)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、「サラダ」(72.3%)、「野菜などの炒め物」(71.0%)、「味噌汁」(70.0%)、「シチュー・カレー」(69.0%)、「チキンなどの揚げ物」(68.3%)がトップ5。

家庭の食事で好きな料理、おかずは、「カレー」(118件)が最も多く、以下「唐揚げ」(80件)、「ギョウザ」(65件)、「ハンバーグ」(56件)、「煮物」(55件)、「焼き肉、ステーキ」(44件)など、嫌いな食べ物は、「トマト」(17件)、「酢の物」(16件)、「納豆」(15件)、「野菜」(14件)、「セロリ」(13件)などで、野菜嫌いが目立つ。

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、「出ない」(18.9%)は2割弱にとどまり、週に「1・2回」(43.6%)、「3・4回」(14.6%)など、6割強(61.7%)が“出る”(「わからない」19.4%)。平均は週に「1.7回」。

4. ふだん好んでよく飲むお酒..... 24

「ビール(発泡酒なども含む)」(66.8%)が最も多く、次いで「焼酎」(38.8%)。「ワイン」(13.3%)、「ウイスキー」(13.0%)、「日本酒」(9.0%)は1割前後。

5. 家で晩酌をするか..... 25

「いつもしている」が3割(30.0%)。「時々している」(20.0%)、「たまにしている」(20.8%)を含め、約7割(70.8%)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..... 26

ほぼ3人に2人(66.0%)の父親が“努力している”。

している努力は、「週末は一緒に食べるようにしている」(64.4%)、「夕食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(54.9%)など。

2. 家族が全員そろって食事をとる回数..... 28

「週に7回以上」(30.3%)が最も多く、以下「週に6～3回くらい」(33.8%)、「週に1、2回くらい」(27.3%)などの順。

3. 家で食事の時にしていること..... 30

「家族と話をする」(88.3%)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」(75.8%)。

4. 家で食事の時、家族と話していること ..... 31

「子どもの友だちのことや出来事」(79.3%)、「家庭であったこと」(63.5%)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」(40.8%)、「仕事や職場のこと」(35.3%)、「ニュース」(27.8%)、「子どもの勉強や受験のこと」(25.8%)、「妻の仕事や友人のこと」(23.8%)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 ..... 33

「食品の買い物」(79.0%)をはじめ、「料理を作る」(60.8%)、「食事後の食器を運ぶ」(49.8%)、「食器を洗う」(39.3%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(26.5%)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、「ふつう」(58.3%)が6割近くを占めるほかは、「高い」(32.3%)が「低い」(9.5%)を大きく上回る。

「食品の買い物」に参加する頻度は、平均月に「3.9回」、「料理を作る」頻度は平均「3.1回」。

家でよく作る料理は、「チャーハン」(48件)、「カレー」(38件)、「パスタ」(36件)、「ラーメン」(32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 ..... 40

「ある」という父親は4割弱(36.3%)。

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 ..... 41

平均「75.0点」で、「100点」(10.5%)と非常に自信がある人も1割。

8. 自分が一家の大黒柱だと感じているか ..... 44

「感じる」(67.0%)という人が多いが、「感じない」と自信のない父親も1割強(11.5%)。

### 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 ..... 45

「おいしい食品・店」(55.8%)をはじめ、「からだに良い食べ物」(44.5%)、「栄養」(35.3%)、「安全性」(30.3%)などがあげられ、“おいしい”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 ..... 47

「妻」(46.5%)、「母親」(45.0%)、「テレビ」(37.3%)、「インターネット」(23.0%)、「父親」(14.0%)、「新聞」(9.0%)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 ..... 48

「ある」(59.5%)という人が多いが、「ない」(40.5%)という人も4割。

具体的な料理名は、「煮物」(60件)、「味噌汁」(36件)、「カレー」(21件)、「肉じゃが」(12件)、「漬物」(10件)など“和食系”が多い。

4. 自分自身の故郷、ふるさとをどのように応援したいと思うか ..... 50

自分の故郷、ふるさとと思うような地域が「ある」(47.3%)人と「ない」(52.8%)人にほぼ二分されている。

どのように応援したいと思うかは、「頻繁に帰省する」(39.2%)、「周囲の人に良さをアピールする」(28.0%)、「ふるさとの名産、特産品をお取り寄せする」(14.8%)、「ふるさと納税を利用する」(9.0%)などの順。

5. 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”(73.3%)という父親が7割を超える。

好きな郷土料理・行事食は、「雑煮」(55件)、「おせち」(29件)、「ちらし寿司」(25件)といった“行事食”や、「ほうとう」(17件)の“郷土料理”。

6. 食べ物や食事について、子どもに教えてきたこと ..... 54

「食べ物を粗末にしない」(71.3%)、「好き嫌いをしない」(66.5%)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」(66.5%)、「食卓に肘をつかない」(60.8%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(42.5%)といった“食事の際の礼儀”を伝えてきた。

7. 食事中にスマホや携帯電話を使用することについて、どのように感じるか ..... 56

「行儀が悪いと思う」(60.3%)、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」(45.3%)、「一緒に食事している相手を使用していたら残念に思う」(30.8%)とマイナスの印象を持つ人が多いが、「一人のときなら良いと思う」(44.3%)との条件付きで容認する意見も少なくない。「特に問題はないと思う」(3.0%)と完全に容認する意見はごくわずか。

8. 家の食事や外食で、食べるものや一緒に食事している家族の写真を撮って、自分自身のソーシャルメディアにアップすることはあるか ..... 58

「アップすることはない」(85.3%)が多数を占め、“アップしたことがある”という人は14.8%。その中では「以前アップしたことはあるが今はしない」(7.0%)が最も多く、次いで「食事をアップする」(4.5%)。

9. おはしの持ち方 ..... 59

8割以上(84.8%)がおはしを正しく「持っている」。

10. 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... 60

「食事後の食器を運ぶ」(71.5%)、「食卓の支度」(45.8%)、「食事の準備」(37.5%)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」(25.5%)、「食器を洗う」(18.0%)などの順で、中には「収穫など農作業体験」(10.0%)、「魚釣り」(9.5%)、「家庭菜園などで農作物を育てる」(9.0%)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 ..... 61

7割強(72.3%)の父親が“関心がある”。

2. 現在、日本の食料自給率はどれくらいだと思うか ..... 62

正解である「40%」(22.5%)は2割程度にとどまり、それより低い(48.5%)と見ている人が多い。

3. 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか ..... 63

「3分の2くらい」(42.8%)が最も多く、次いで「半分くらい」(40.8%)、「100%」(7.0%)と現在よりも自給率をアップすべきと考えている人が大半で、現在よりも低い「3分の1くらい」(5.3%)という回答はごくわずか。

4. 子どもの世代にとって望ましいと思う食の環境とは..... 64

「安全、安心な食品の普及」(52件)が最も多く“食の安全”に対する関心が高い。以下、「家族そろって楽しく食事をする」(44件)、「食べ残しをなくす／食料廃棄を減らす」(42件)、「食料自給率を上げる／国内産の食品を食べる」(40件)、「無添加、無農薬」(30件)、「冷凍食品、コンビニ弁当、ジャンクフードをなるべく避ける」(30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、5年前の 2013 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どもを持つ 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ども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

2018 年 3 月 17 日（土）～3 月 31 日（土）

## 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	100	100	99	101
100.0	25.0	25.0	24.8	25.3

### 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	330	20	11	35	4	0	0
100.0	82.5	5.0	2.8	8.8	1.0	0.0	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	75	191	3	130	1
100.0	18.8	47.8	0.8	32.5	0.3

F4. 同居家族人数(自分も含む) (平均:4.1人)

サンプル数	2人	3人	4人	5人	6人以上
400	0	94	201	82	23
100.0	0.0	23.5	50.3	20.5	5.8

F5. 子どもの人数 (平均:2.0人)

サンプル数	1人	2人	3人	4人以上
400	102	210	76	12
100.0	25.5	52.5	19.0	3.0

F6. 子どもの学齢(複数回答)

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	161	212	120	85	27	10
100.0	40.3	53.0	30.0	21.3	6.8	2.5

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	178	121	101
100.0	44.5	30.3	25.3

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	33	367
100.0	8.3	91.8

F9. 住居形態

サンプル数	戸建	集合住宅
400	237	163
100.0	59.3	40.8

F10. 喫煙の有無

サンプル数	吸う	吸わない
400	150	250
100.0	37.5	62.5

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
150	9	23	57	33	28
100.0	6.0	15.3	38.0	22.0	18.7

F11. 飲酒程度 (平均:3.3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	133	103	80	84
100.0	33.3	25.8	20.0	21.0



## 調査結果の内容



## 1. 朝ごはん

朝ごはんを家で「毎日」(48.8%) 食べるという人がほぼ半数を占めるが、週に「1・2回」(20.3%)、「3・4回」(9.3%)など“食べるが毎日ではない”(35.5%)人も相当数みられ、「食べない」人も1割台(15.8%)。

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」(42.9%)、「食欲がない」(27.8%)、「習慣」(25.9%)、「外で食べる」(16.6%)など。

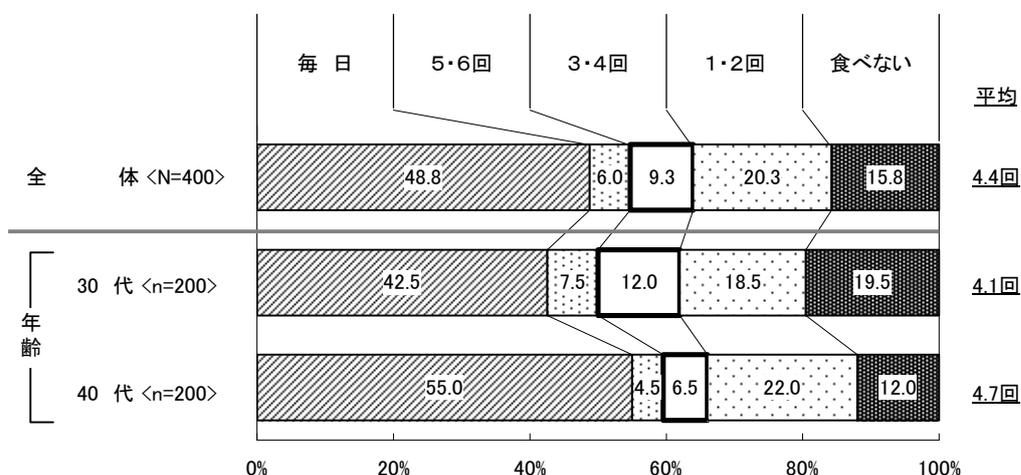
一緒に食べる人は、「子ども」(45.7%)、あるいは「妻」(43.3%)が多いものの、「ひとりで」(51.9%)が半数を超える。

「ひとりで」食べる理由は、「家をでるのが家族より早いから」(77.7%)が圧倒的に多く、次いで「家をでるのが家族より遅いから」(12.0%)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」という人も1割強(12.0%)。

朝ごはんに食べているものは、「パン」(67.7%)、「ごはん」(60.5%)と、“パン派”が“ごはん派”を上回る。以下「コーヒー・紅茶」(49.6%)、「卵料理」(46.3%)、「味噌汁」(43.0%)、「ハム・ベーコン」(38.3%)、「牛乳・ヨーグルト」(35.9%)、「納豆」(35.6%)など、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



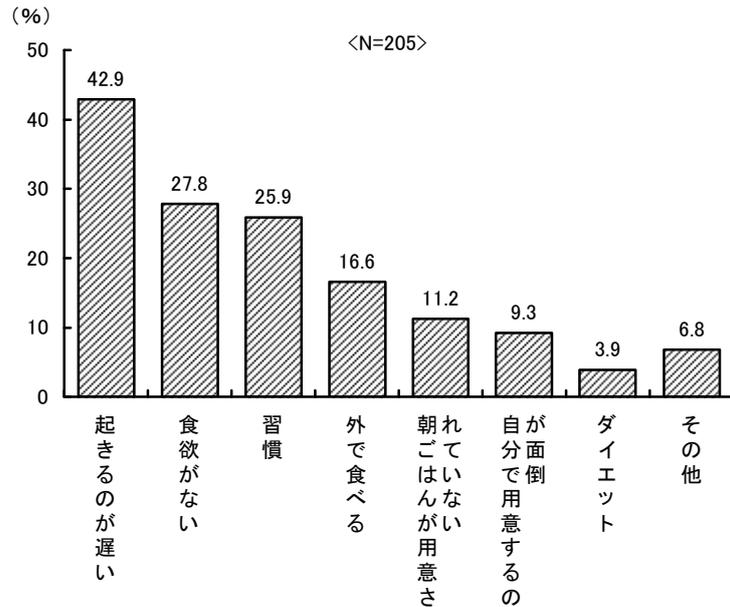
家で週に何回くらい「朝ごはん」を食べているかをみると、「毎日」(48.8%)という人がほぼ半数を占めていますが、「1・2回」(20.3%)、「3・4回」(9.3%)など“食べるが毎日ではない”という人も35.5%と少なくなく、また「食べない」も15.8%みられます。平均は週に「4.4回」です。

年齢別にみると、「毎日」食べる割合は《30代》(42.5%)よりも《40代》(55.0%)の方が13ポイントほど高く、平均の回数も《40代》(4.7回)が《30代》(4.1回)をやや上回っています。

**【前回調査との比較】**

2013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 56.3%→今回 48.8%）の割合が8ポイントほど減り、「1・2回」（同 16.0%→20.3%）や「食べない」（同 12.5%→15.8%）割合がやや増えています。平均も前回「4.8回」→今回「4.4回」とやや減っています。前回調査は東日本大震災発生（2011年3月）の約2年後に実施しており、「家族の絆」の大切さが何かと話題になっており、2006年に実施した同様の調査に比べ、「毎日」の割合（49.3%→56.3%）が増えていましたが、今回は2013年のレベルになっており、「朝ごはん」の点では「家族の絆」は弱まってきているようです。

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=115>	40代 <n=90>	有職主婦 <n=128>	専業主婦 <n=76>	起きるのが遅い	食欲がない	習慣	外で食べる	朝ごはんが用意されていない	自分面で用意するの	ダイエット	その他
30代 <n=115>	45.2	25.2	24.3	15.7	10.4	7.8	3.5	6.1				
40代 <n=90>	40.0	31.1	27.8	17.8	12.2	11.1	4.4	7.8				
有職主婦 <n=128>	39.8	32.0	27.3	13.3	12.5	10.9	4.7	8.6				
専業主婦 <n=76>	48.7	21.1	22.4	22.4	9.2	6.6	2.6	3.9				

朝ごはんを、家で食べない日がある人（N=205名）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」（42.9%）が最も多く、以下「食欲がない」（27.8%）、「習慣」（25.9%）、「外で食べる」（16.6%）、「朝ごはんが用意されていない」（11.2%）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》（45.2%）の方が《40代》（40.0%）より高めですが、「食欲がない」（30代 25.2%、40代 31.1%）は《40代》の方が高めです。

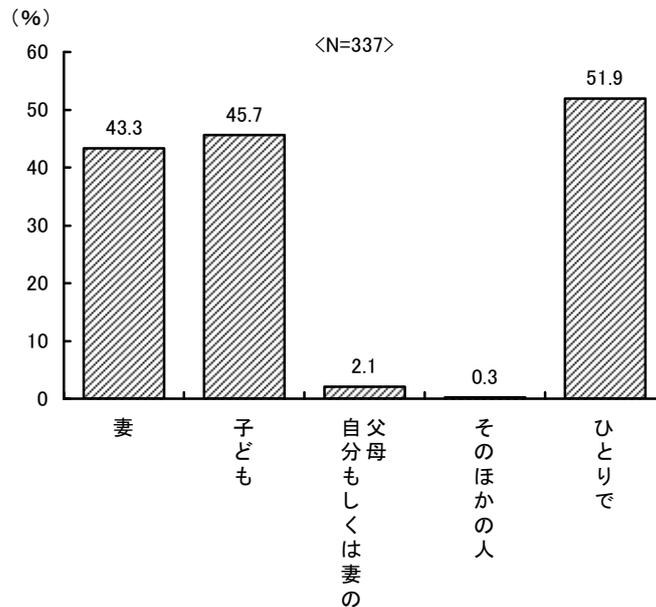
妻の職業の有無別にみると、「朝ごはんが用意されていない」をあげる割合は妻が《専業主婦》（9.2%）の場合よりも《有職主婦》（12.5%）の方が高めで、妻が働いていると朝ごはんにも影響することがあるようです。

**【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 28.6%→今回 42.9%）が14ポイントほど増えているのが目立ちます。

## 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=161>	43.5	44.7	1.9	0.6	55.3
	40代 <n=176>	43.2	46.6	2.3	-	48.9
妻	有職主婦 <n=232>	44.0	44.8	2.6	-	52.6
	専業主婦 <n=104>	42.3	47.1	1.0	1.0	51.0
同居家族数	2~3人 <n=78>	46.2	47.4	-	-	48.7
	4人 <n=175>	37.7	41.1	-	0.6	57.1
	5人以上 <n=84>	52.4	53.6	8.3	-	44.0

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」（45.7%）、あるいは「妻」（43.3%）が4割台で多くなっていますが、「ひとりで」も5割強（51.9%）と、それ以上の割合となっています。

年齢別にみると、「ひとりで」の割合は《30代》（55.3%）の方が《40代》（48.9%）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。

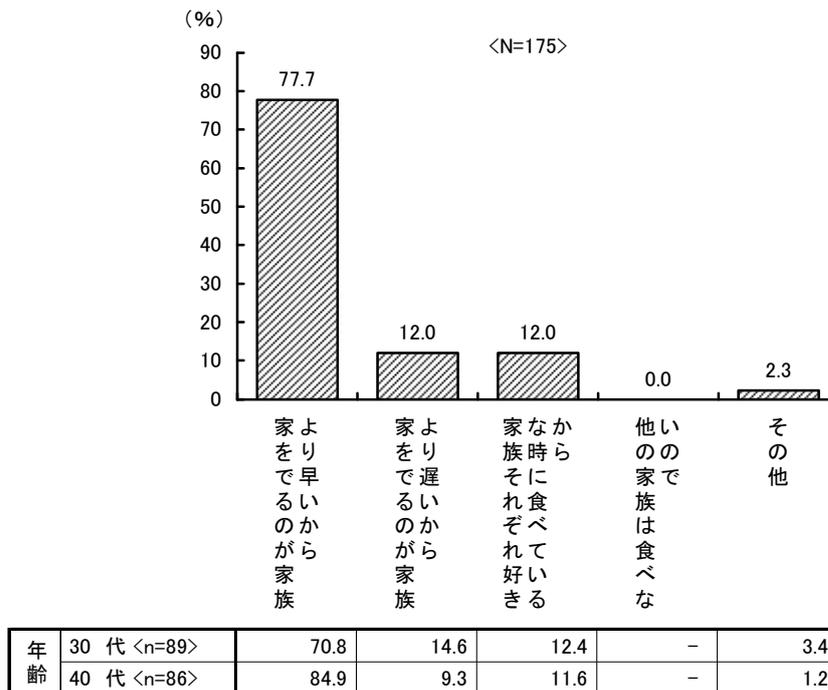
妻の職業の有無別でもあまり差はありません。

同居家族数別にみると、家族人数が多い《5人以上》で「子ども」（53.6%）、「妻」（52.4%）の割合がそれぞれ半数を超えているのが目につきます。

### 【前回調査との比較】

前回の調査と比べてみると、「子ども」（前回 54.0%→今回 45.7%）や「妻」（同 47.1%→43.3%）と一緒に食べる割合が減り、「ひとりで」（同 43.1%→51.9%）が増えています。

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 (N=175名) 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割弱 (77.7%) に達し、圧倒的に多くなっています。そのほかの理由としては「家をでるのが家族より遅いから」、「家族それぞれ好きな時に食べているから」がともに1割強 (12.0%) あげられています。

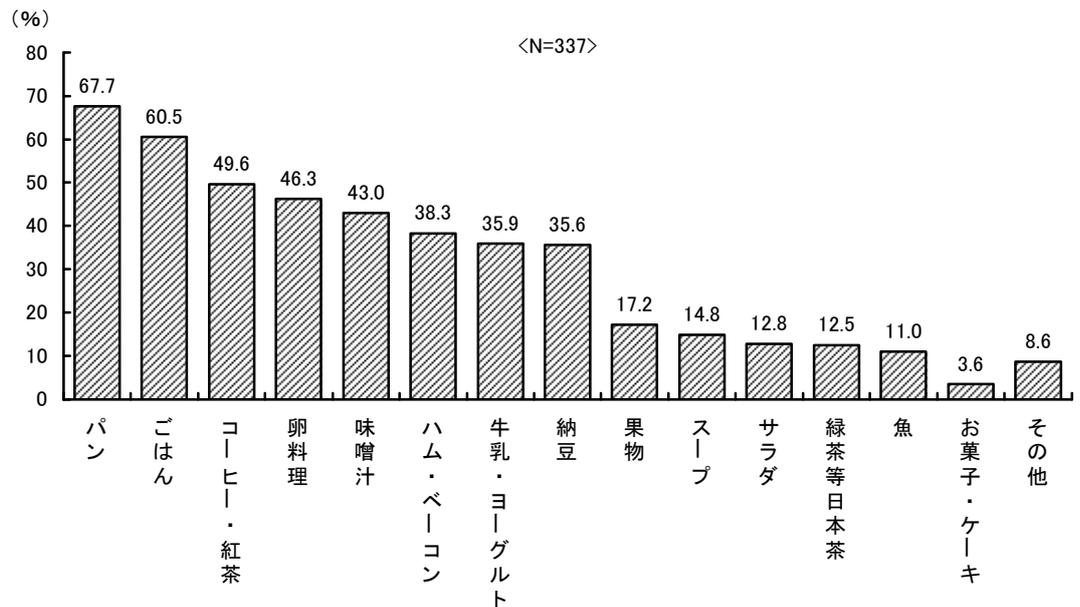
年齢別にみると、「家をでるのが家族より早いから」は《30代》(70.8%) よりも《40代》(84.9%) の方が一層高率です。

#### 【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 80.1%→今回 77.7%) の割合は若干比率を下げっていますが、第一の理由であることは変わりありません。

### 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=161>	40代 <n=176>	パン	ごはん	コーヒー・紅茶	卵料理	味噌汁	ハム・ベーコン	牛乳・ヨーグルト	納豆	果物	スープ	サラダ	緑茶等日本茶	魚	お菓子・ケーキ	その他
30代 <n=161>	66.5	56.5	44.1	42.2	40.4	32.3	36.0	31.1	13.0	11.8	11.8	10.6	8.7	3.7	9.3		
40代 <n=176>	68.8	64.2	54.5	50.0	45.5	43.8	35.8	39.8	21.0	17.6	13.6	14.2	13.1	3.4	8.0		

ふだん、朝ごはんに食べているものは、「パン」(67.7%)と「ごはん」(60.5%)がともに6割台で多くなっていますが、「パン派」が「ごはん派」をわずかに上回っています。以下「コーヒー・紅茶」(49.6%)、「卵料理」(46.3%)、「味噌汁」(43.3%)、「ハム・ベーコン」(38.3%)、「牛乳・ヨーグルト」(35.9%)、「納豆」(35.6%)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、《30代》では「パン」(66.5%)と「ごはん」(56.5%)は10ポイント近く差がありますが、《40代》になると、その割合は順に68.8%、64.2%と拮抗しています。そのほか「コーヒー・紅茶」(30代44.1%、40代54.5%)、「ハム・ベーコン」(同32.3%、43.8%)は両者に10ポイント強の差があるなど、全般的に《30代》より《40代》の方が高率を示しているものが多く、《40代》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、前回は「ごはん」(66.9%)と「パン」(65.4%)の割合が拮抗していましたが、今回は「パン」(67.7%)が前回と同程度で、「ごはん」(60.5%)を7ポイントほど上回っています。そのほかでは「卵料理」(59.4%→46.3%)、「魚」(20.9%→11.0%)など、全般的に比率が下げている項目が多くなっており、前回より朝ごはんのレパートリーが少なくなっていることがうかがえます。

## 2. 昼ごはん

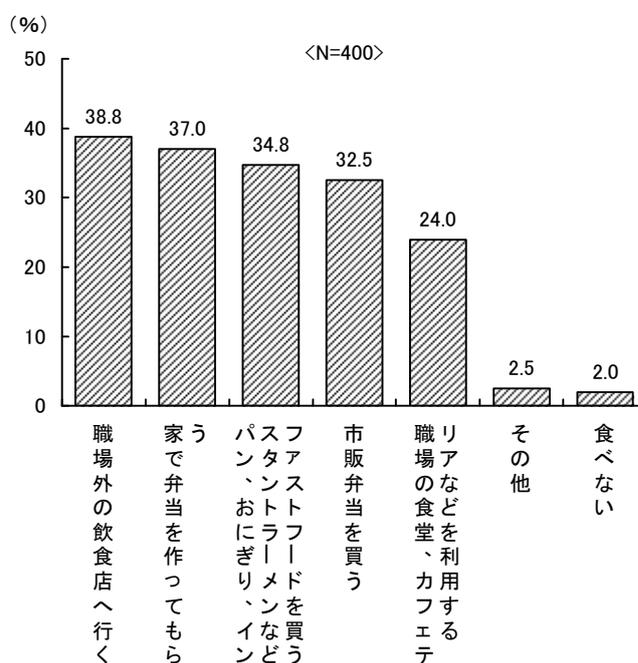
「職場外の飲食店へ行く」(38.8%)が最も多く、「パン、おにぎり、インスタントラーメンなどファストフードを買う」(34.8%)、「市販弁当を買う」(32.5%)も3割台で続くが、「家で弁当を作ってもらう」(37.0%)と昼食代を節約しようという気持ちも強い。

“昼食を買って食べる”人の平均的な予算は、「646円」。

昼食時によく食べるものは、「ごはんとおかず(定食)」(72.4%)が突出して多く、以下「うどん・そば」(41.6%)、「ラーメン」(41.3%)、「おにぎり」(33.4%)、「どんぶり物」(30.9%)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>							
30代 <n=200>	36.5	38.5	36.5	38.5	23.0	1.0	2.0	
40代 <n=200>	41.0	35.5	33.0	26.5	25.0	4.0	2.0	

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」(38.8%)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う」も4割弱(37.0%)みられ、昼食代を節約しようという気持ちも強いようです。以下「パン、おにぎり、インスタントラーメンなどファストフードを買う」(34.8%)、「市販弁当を買う」(32.5%)、「職場の食堂、カフェテリアなどを利用する」(24.0%)などの順となっています。

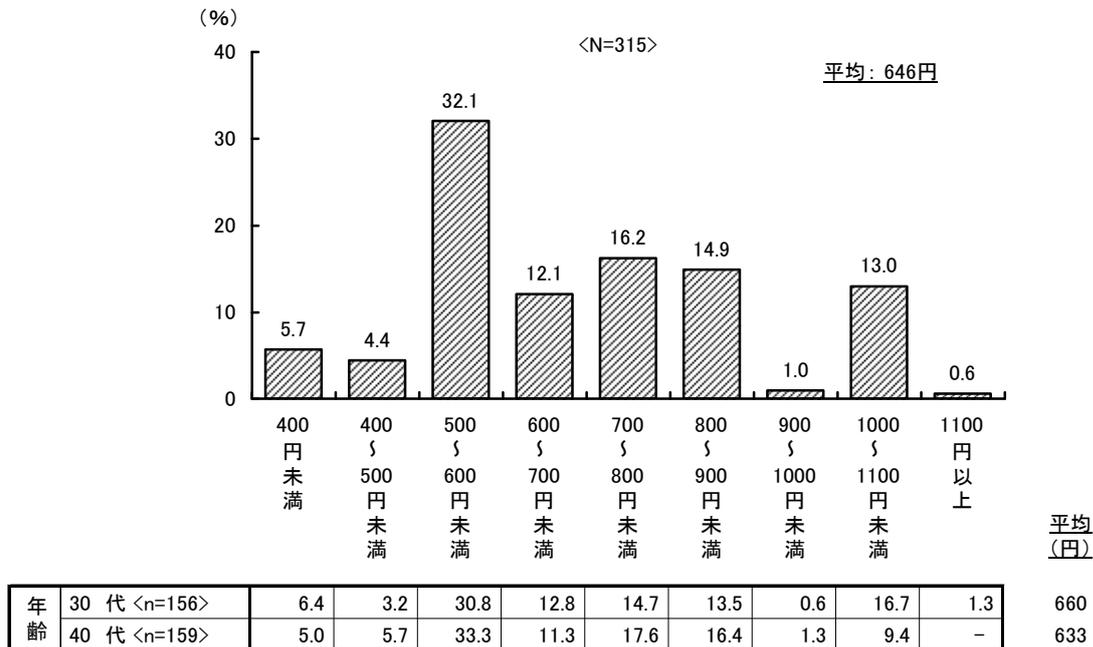
年齢別でみると、「30代」では「家で弁当を作ってもらう」と「市販の弁当を買う」(各38.5%)で同率トップですが、「40代」は「職場外の飲食店へ行く」(41.0%)が最も多くなっています。

#### 【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べてみると、「パン、おにぎり、インスタントラーメンなどファストフードを買う」(前回29.0%→今回34.8%)と6ポイントほど増えているのが目につきます。それ以外の「職場外の飲食店へ行く」(42.3%→38.8%)、「家で弁当を作ってもらう」(41.3%→37.0%)などはやや減少傾向にあります。

## 2-2. 昼食の平均的な予算

図 7. 昼食の平均的な予算



「職場外の飲食店へ行く」など昼食を“買って食べる”人 (N=315名) の平均的な予算をみると、「500～600円未満」(32.1%) が最も多く、以下「700～800円未満」(16.2%)、「800～900円未満」(14.9%)、「1000～1100円未満」(13.0%)、「600～700円未満」(12.1%) が1割台が続いています。平均は「646円」です。ちなみに、具体的な金額をみると、“ワンコイン”の「500円」(31.7%) が最も多く、以下「700円」(15.6%)、「800円」(14.3%)、「1000円」(13.0%) が続いています。

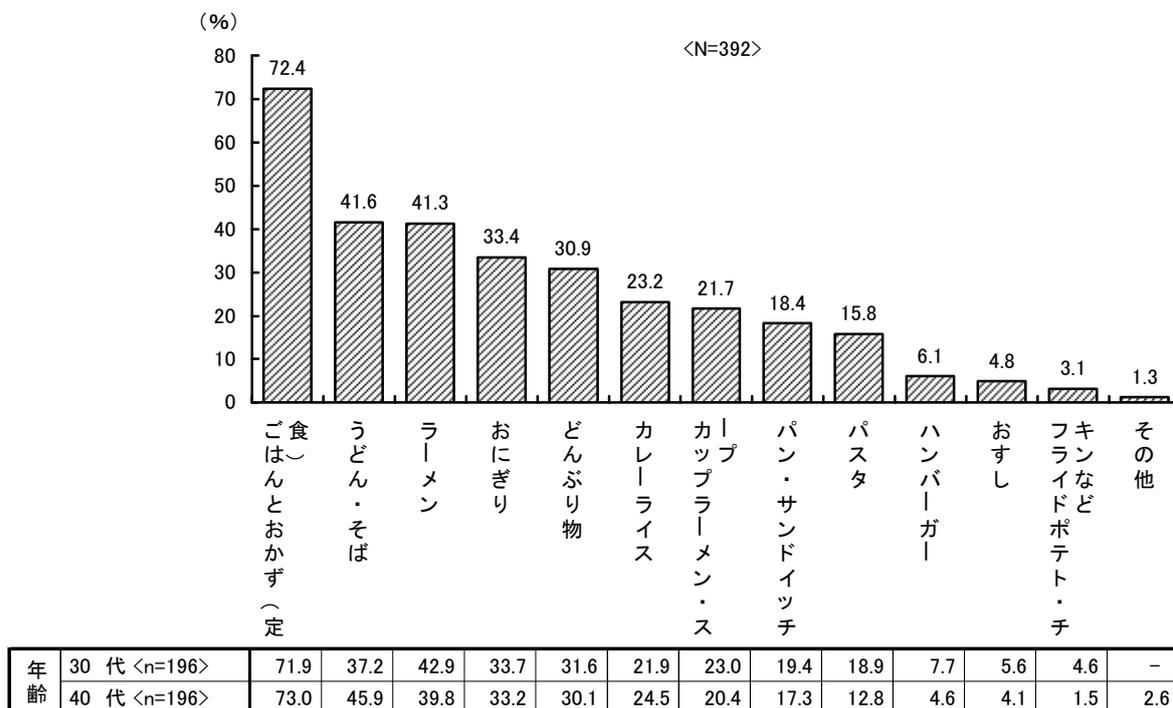
年齢別に平均をみると、平均も《30代》が「660円」、《40代》が「633円」と、いずれも“600円台”です。

### 【前回調査との比較】

前回調査と比べてみると、「1000～1100円未満」(前回 6.7%→今回 13.0%)、「800～900円未満」(同 11.7%→14.9%) など高い金額ゾーンで増えており、平均も前回「591円」→今回「646円」と、「55円」アップしています。

## 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7割強（72.4%）と突出して多くなっています。以下「うどん・そば」（41.6%）、「ラーメン」（41.3%）が同程度、「おにぎり」（33.4%）、「どんぶり物」（30.9%）、「カレーライス」（23.2%）、「カップラーメン・スープ」（21.7%）、「パン・サンドイッチ」（18.4%）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、いずれも「ごはんとおかず（定食）」が7割強で圧倒的に多くなっています。なお、「うどん・そば」をあげる割合は《30代》（37.2%）よりも《40代》（45.9%）の方が9ポイントほど高く、逆に「パスタ」は《30代》（18.9%）の方が《40代》（12.8%）より6ポイントほど高くなっています。

### 【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べ、最も多い「ごはんとおかず（定食）」（前回 82.9%→今回 72.4%）は率を下げっていますが、そのほかはすべて増えており、前回より昼食のレパートリーが増えていることがうかがえます。先にみたように“朝食”のレパートリーが総じて減っているのと対照的です。

### 3. タごはん

家で週に「タごはん」を食べる回数は、「毎日」が 33.0%と3人に1人の割合で、「5・6回」(44.5%)、「3・4回」(14.8%)など“食べるが毎日ではない”(66.3%)人が3人に2人の割合。平均は週に「5.4回」。

家で食べない日がある理由は、「職場のつきあいがある」(79.9%)が断然多く、次いで「仕事がある」(40.7%)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」(52.3%)、「1～2回未満」(27.1%)、「2～3回未満」(15.4%)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」(55.7%)、「子ども」(49.6%)が5割前後を占めるが、「ひとりで」(56.9%)も半数を超える。【b】休日】では「妻」(97.5%)、「子ども」(95.0%)が断然多く、「ひとりで」(3.8%)はごくわずか。

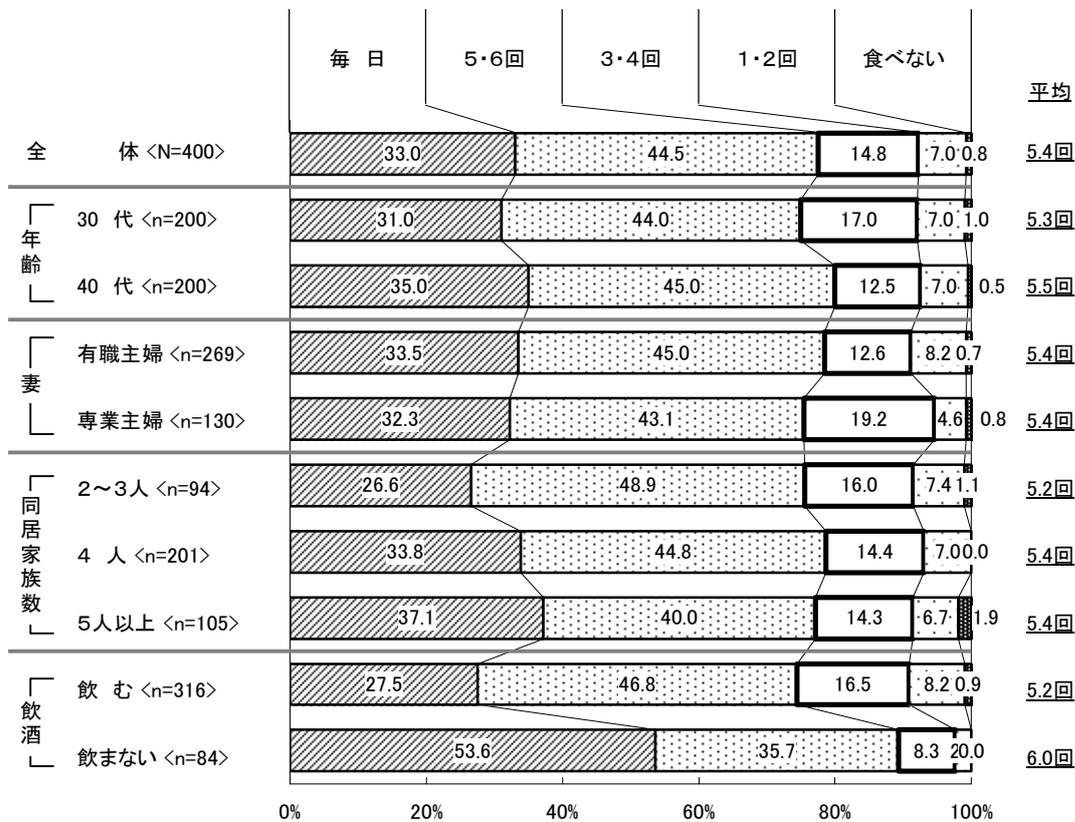
家庭のタごはんによく出てくる料理・食品は、「サラダ」(72.3%)、「野菜などの炒め物」(71.0%)、「味噌汁」(70.0%)、「シチュー・カレー」(69.0%)、「チキンなどの揚げ物」(68.3%)がトップ5。

家庭の食事で好きな料理、おかずは、「カレー」(118件)が最も多く、以下「唐揚げ」(80件)、「ギョウザ」(65件)、「ハンバーグ」(56件)、「煮物」(55件)、「焼き肉、ステーキ」(44件)など、嫌いな食べ物は、「トマト」(17件)、「酢の物」(16件)、「納豆」(15件)、「野菜」(14件)、「セロリ」(13件)などで、野菜嫌いが目立つ。

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、「出ない」(18.9%)は2割弱にとどまり、週に「1・2回」(43.6%)、「3・4回」(14.6%)など、6割強(61.7%)が“出る”(「わからない」19.4%)。平均は週に「1.7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をみると、「毎日」という人は 33.0%と 3人に1人の割合で、「5・6回」(44.5%)、「3・4回」(14.8%) など、“食べるが毎日ではない”(66.3%) という人が3人に2人の割合を占めています。平均は週に「5.4回」です。

年齢別にみると、平均は《30代》(5.3回)より《40代》(5.5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、家族数が多い家庭ほど「毎日」の割合が高く、家族数《2~3人》(26.6%)と《5人以上》(37.1%)の間に10ポイントほどの開きが生じています。

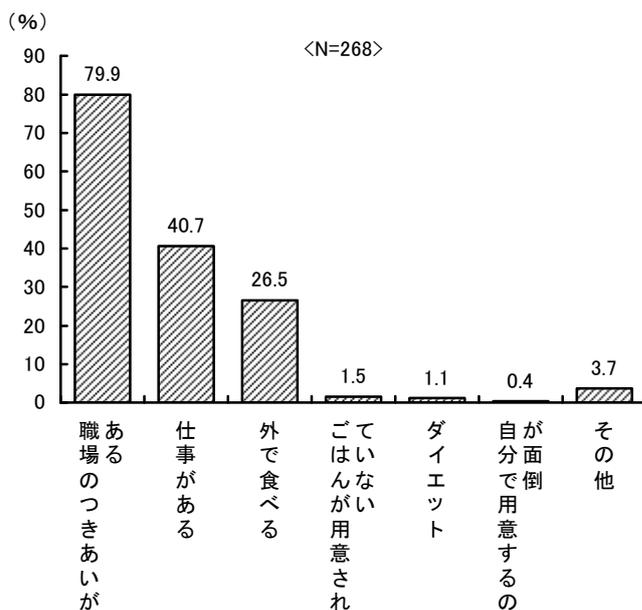
飲酒の有無別にみると、《飲まない》人では「毎日」食べる割合が53.6%と半数を超えているのに対し、《飲む》人では3割弱(27.5%)と大差がみられます。やはり、お酒を飲む人は、仕事の帰りなどに飲んでしまい、家で夕食を食べないケースが多いようです。

#### 【前回調査との比較】

前回調査と比較すると、「毎日」(前回48.8%→今回33.0%)が16ポイントほど減り、「5・6回」(同33.5%→44.5%)が11ポイント増えています。平均は前回「5.8回」から今回「5.4回」とわずかに減っています。東日本大震災から7年経過した今、お酒のつきあいが増えたのか、あるいは単純に家族の団らんが減っているということ

でしょうか。

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=138>	79.0	42.0	22.5	1.4	0.7	0.7	3.6
	40代 <n=130>	80.8	39.2	30.8	1.5	1.5	-	3.8
飲酒	飲む <n=229>	82.1	42.4	24.5	0.4	0.9	0.4	3.9
	飲まない <n=39>	66.7	30.8	38.5	7.7	2.6	-	2.6

「夕ごはん」を家で食べない日がある人 (N=268名)に、「夕ごはん」を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」(79.9%)が断然多く、次いで「仕事がある」(40.7%)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」(26.5%)が続いています。

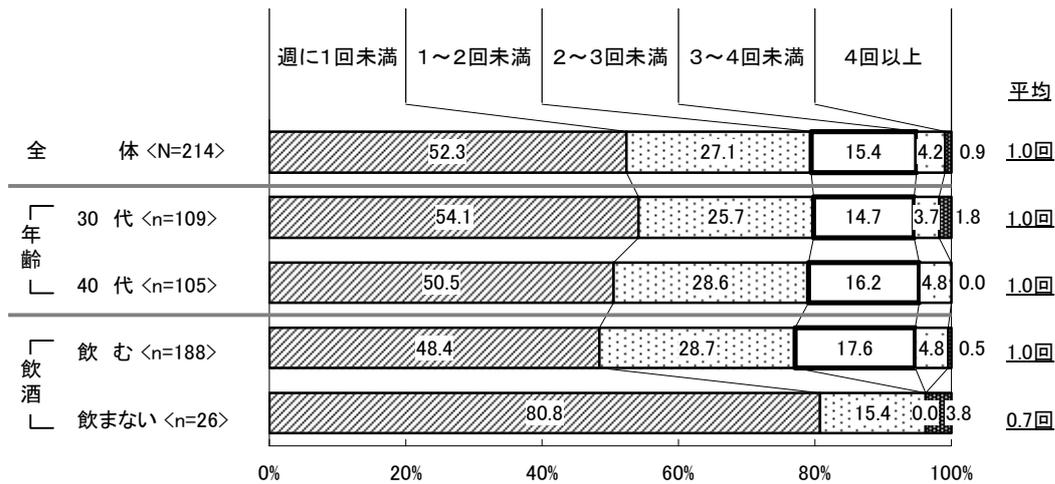
年齢別にみると、いずれも「職場のつきあいがある」が8割前後で断然多くなっていますが、「外で食べる」が《30代》(22.5%)より《40代》(30.8%)の方が高めなのが目につきます。

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》(82.1%)という人の方が15ポイントほど高くなっています。反対に、「外で食べる」は《飲む》(24.5%)人よりも《飲まない》(38.5%)人の方が14ポイント高くなっています。

#### 【前回調査との比較】

前回調査と比べ、前回、今回とも「職場のつきあいがある」(前回 82.0%→今回 79.9%)が第一の理由、次いで「仕事がある」(同 48.8%→40.7%)が続いています。

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 (N=214 名) に、その頻度がどの程度か聞いたところ、週に「1回未満」(52.3%) が最も多く、以下「1~2回未満」(27.1%)、「2~3回未満」(15.4%) 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》(50.5%) よりも《30代》(54.1%) の方が高めですが、平均はともに週に「1.0回」です。

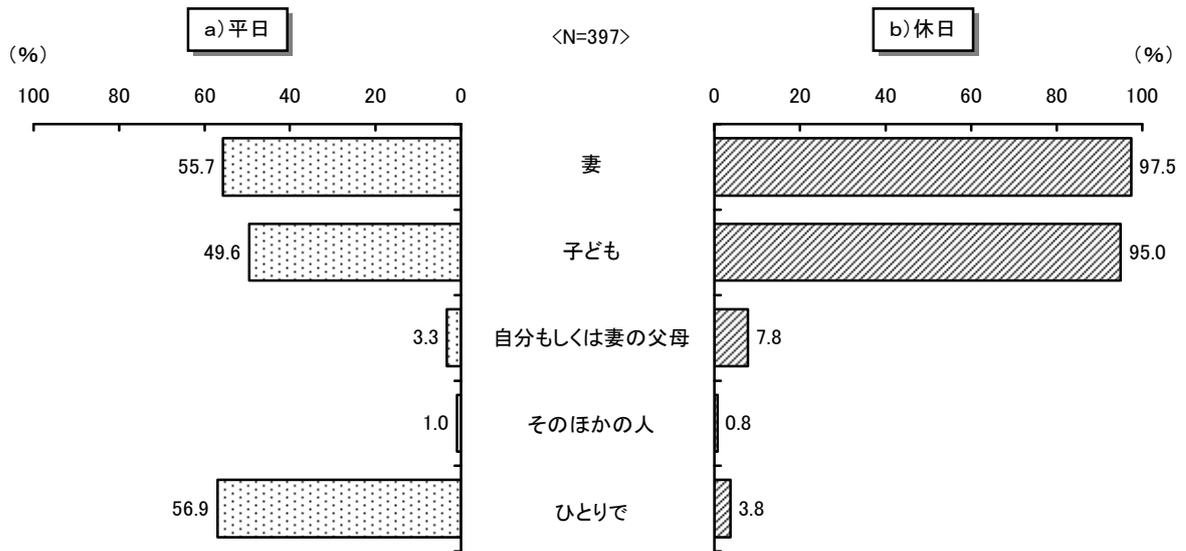
飲酒の有無別にみると、「1回未満」という人は、お酒を《飲む》(48.4%) 人よりも《飲まない》(80.8%) の方がかなり多くなっています。

#### 【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 47.6%→今回 52.3%) がやや増え、「1~2回未満」(同 36.9%→27.1%) が10ポイント近く減っていますが、平均は、ともに週に「1.0回」と変化なしです。

### 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」(55.7%)、「子ども」(49.6%) と食べる人が多いという回答がそれぞれ半数前後を占めていますが、「ひとりで」(56.9%) 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」(97.5%)、「子ども」(95.0%) が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」(7.8%) 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」(3.8%) 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	自父母もしくは妻の	そのほかの人	ひとりで	妻	子ども	自父母もしくは妻の	そのほかの人	ひとりで	
全 体	397	55.7	49.6	3.3	1.0	56.9	97.5	95.0	7.8	0.8	3.8	
年 齢	30 代	198	60.6	55.6	5.1	1.5	49.5	98.0	97.5	10.1	1.0	2.0
	40 代	199	50.8	43.7	1.5	0.5	64.3	97.0	92.5	5.5	0.5	5.5
妻	有職主婦	267	58.1	51.3	3.4	0.7	56.6	97.8	95.1	8.6	0.4	4.1
	専業主婦	129	51.2	45.7	3.1	1.6	58.1	97.7	94.6	6.2	1.6	3.1
親	同 居	33	60.6	51.5	30.3	3.0	48.5	90.9	87.9	48.5	6.1	9.1
	非同居	364	55.2	49.5	0.8	0.8	57.7	98.1	95.6	4.1	0.3	3.3
子 数 の	1 人	101	62.4	49.5	4.0	1.0	49.5	97.0	89.1	6.9	-	4.0
	2 人	210	51.9	48.1	2.4	1.0	60.5	98.6	96.7	7.1	1.0	2.4
	3人以上	86	57.0	53.5	4.7	1.2	57.0	95.3	97.7	10.5	1.2	7.0

属性別の違いをみていくと、まず年齢別では、【a）平日】に「妻」や「子ども」と食べる割合は、《30代》（妻 60.6%、子ども 55.6%）の方が《40代》（同 50.8%、43.7%）より高くなっています。逆に、「ひとりで」食べる割合は《40代》（64.3%）の方が《30代》（49.5%）より15ポイント近く高くなっています。

妻の職業の有無別にみると、【a）平日】に「妻」や「子ども」と食べる割合は、《有職主婦》（妻 58.1%、子ども 51.3%）の方が《専業主婦》（同 51.2%、45.7%）より高めです。

親との同居の有無別では、《同居》の人が「自父母もしくは妻の父母」と食べる割合は、【a）平日】では3割（30.3%）、【b）休日】ではほぼ半数（48.5%）の割合となっています。

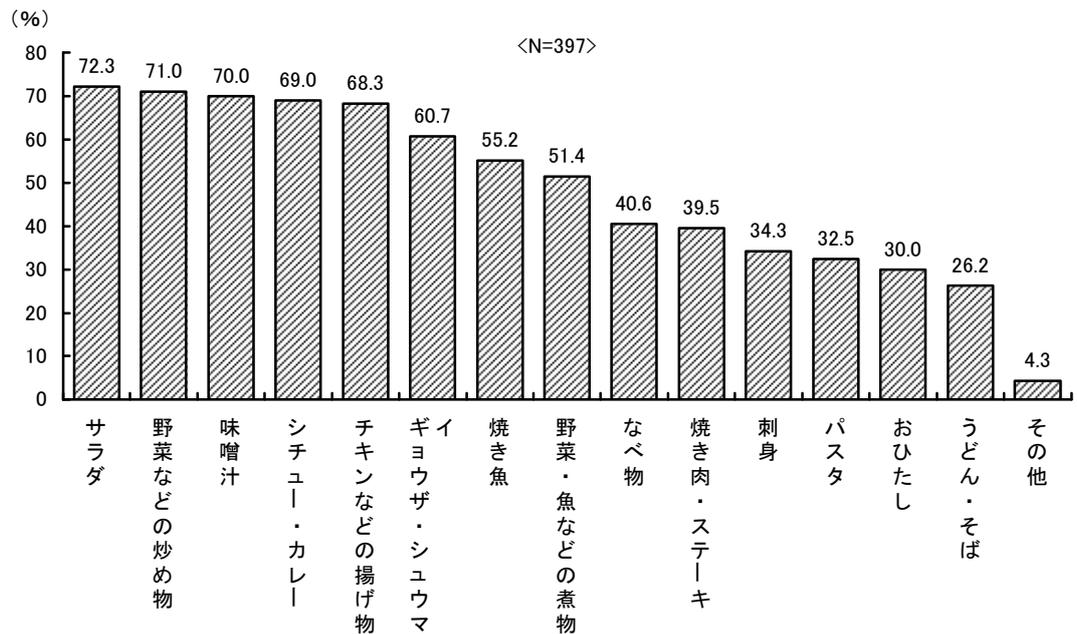
子どもの数別にみると、【a）平日】、【b）休日】とも子どもの数が多い家庭ほど「子ども」と食べる割合が高い傾向がみられます。

#### 【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 54.8%→今回 55.7%）、「子ども」（同 45.7%→49.6%）、「ひとりで」（同 55.3%→56.9%）、【b）休日】については「妻」（前回 98.2%→今回 97.5%）、「子ども」（同 98.0%→95.0%）となっており、前回と同じ傾向で推移しています。

### 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=198>														
30代 <n=198>	69.7	70.2	68.7	69.2	66.2	62.6	51.5	48.5	40.4	38.9	36.4	35.4	32.8	31.3	4.5
40代 <n=199>	74.9	71.9	71.4	68.8	70.4	58.8	58.8	54.3	40.7	40.2	32.2	29.6	27.1	21.1	4.0

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、「サラダ」(72.3%)、「野菜などの炒め物」(71.0%)、「味噌汁」(70.0%)が7割台でトップ3、以下「シチュー・カレー」(69.0%)、「チキンなどの揚げ物」(68.3%)、「ギョウザ・シュウマイ」(60.7%)、「焼き魚」(55.2%)、「野菜・魚などの煮物」(51.4%)、「なべ物」(40.6%)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いる料理・食品が目につき、《40代》の方が、いろいろな種類の料理・食品が出てくるようです。なお、「うどん・そば」(30代31.3%、40代21.1%)は《30代》の方が10ポイントほど《40代》を上回っているのが目につきます。

#### 【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べ、前回トップの「野菜などの炒め物」(前回77.9%→今回71.0%)が比率を下げ、「サラダ」(同75.6%→72.3%)が、比率を下げているもののトップになっています。また、「焼き魚」(同68.6%→55.2%)が13ポイントほど減っているのが目につきます。

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	118
2	唐揚げ	80
3	ギョウザ	65
4	ハンバーグ	56
5	煮物	55
6	焼き肉、ステーキ	44
7	揚げもの(フライ、カツなど)	36
8	焼き魚	32
9	炒めもの(野菜炒め、回鍋肉など)	31
10	サラダ	28

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、もはや日本の“国民食”とも言える「カレー」(118件)が最も多く、以下「唐揚げ」(80件)、「ギョウザ」(65件)、「ハンバーグ」(56件)、「煮物」(55件)、「焼き肉、ステーキ」(44件)などの順で、和・洋・中のいずれも好まれているようです。

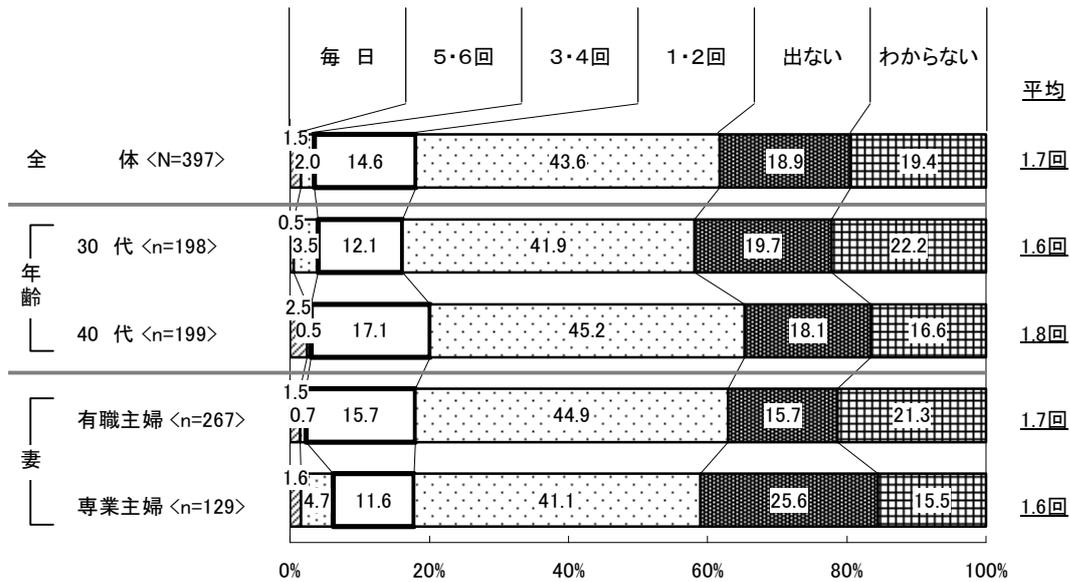
表 3. 嫌いな食べ物・ベスト 10 (自由回答 : 件)

順位		件数
1	トマト	17
2	酢の物	16
3	納豆	15
4	野菜	14
5	セロリ	13
6	なす	12
	煮魚	12
8	煮物	10
	きのこ類	10
10	梅干し	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、「トマト」(17件)、「酢の物」(16件)、「納豆」(15件)、「野菜」(14件)、「セロリ」(13件)、「なす」(12件)、「煮魚」(12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、「わからない」人が2割（19.4%）いますが、「出ない」（18.9%）という人は2割弱にとどまり、週に「1・2回」（43.6%）、「3・4回」（14.6%）など“出る”（61.7%）という人が過半数を占めています。平均は週に「1.7回」となっています。

年齢別でみると、“出る”という割合は《30代》（58.1%）より《40代》（65.3%）の方が高めです。

妻の職業の有無別では、“出る”割合は《専業主婦》（59.0%）より《有職主婦》（62.9%）の方が高めで、《専業主婦》では「出ない」（25.6%）が4人に1人の割合となっています。

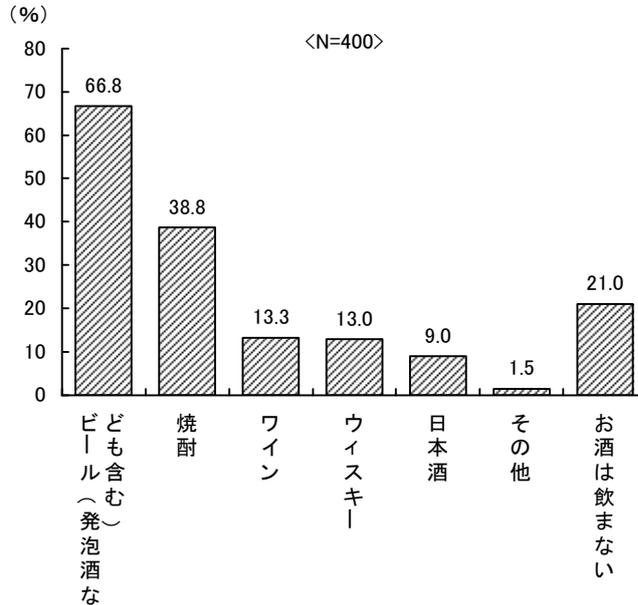
#### 【前回調査との比較】

前回の調査と比べ、「出ない」（前回28.6%→今回18.9%）が減り、その結果、平均の頻度も前回「1.3回」→今回「1.7回」とわずかですが増えています。

#### 4. ふだん好んでよく飲むお酒

「ビール(発泡酒なども含む)」(66.8%)が最も多く、次いで「焼酎」(38.8%)。「ワイン」(13.3%)、「ウイスキー」(13.0%)、「日本酒」(9.0%)は1割前後。

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>	65.5	33.5	9.0	15.0	4.0	1.5	20.5
40代 <n=200>	68.0	44.0	17.5	11.0	14.0	1.5	21.5	

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3人に2人(66.8%)があげて最も多くなっています。次いで、「焼酎」(38.8%)がほぼ4割で続き、以下「ワイン」(13.3%)、「ウイスキー」(13.0%)、「日本酒」(9.0%)が1割前後となっています。なお、「お酒は飲まない」という人も2割強(21.0%)と少なくありません。

年齢別にみると、「焼酎」(30代33.5%、40代44.0%)、「ワイン」(同9.0%、17.5%)、「日本酒」(同4.0%、14.0%)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。

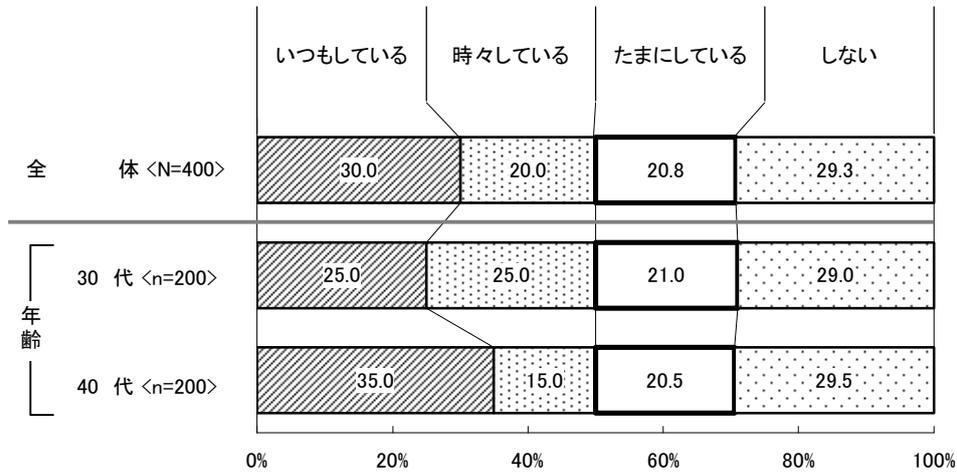
#### 【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「ビール(発泡酒なども含む)」(前回75.5%→今回66.8%)、「焼酎」(同45.3%→38.8%)など、5年前に比べて率を減らしているお酒が多くなっています。一方、「お酒は飲まない」(同16.3%→21.0%)はやや増えています。

## 5. 家で晩酌をするか

「いつもしている」が3割(30.0%)。「時々している」(20.0%)、「たまにしている」(20.8%)を含め、約7割(70.8%)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3割(30.0%)を占めています。「時々している」(20.0%)、「たまにしている」(20.8%)を合わせると、晩酌を“している”人は約7割(70.8%)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》(25.0%)よりも《40代》(35.0%)の方が10ポイント高く、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】

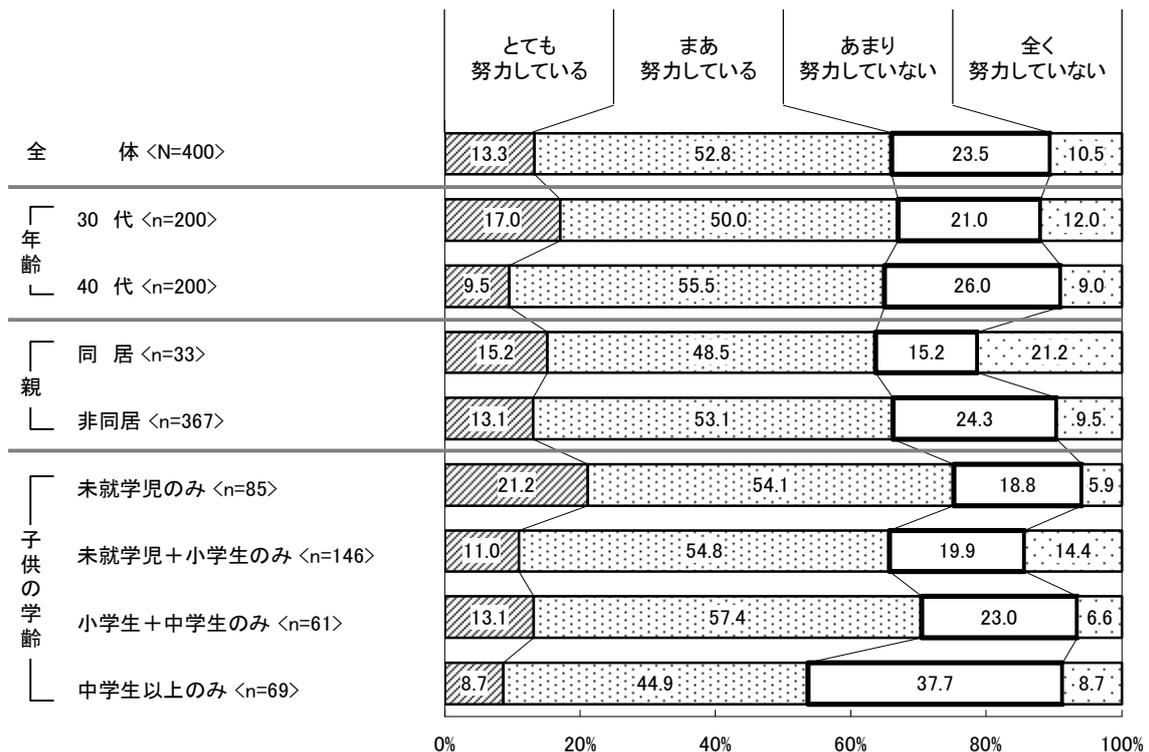
前回調査と比べると、「いつもしている」(前回 42.5%→今回 30.0%)が10ポイント以上減り、「たまにしている」(同 14.8%→20.8%)や「しない」(同 20.8%→29.3%)が増えており、晩酌の頻度は5年前に比べてかなり減っています。

## 1. 家族と一緒にごはんを食べるように努力しているか

ほぼ3人に2人(66.0%)の父親が“努力している”。

している努力は、「週末は一緒に食べるようにしている」(64.4%)、「夕食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(54.9%)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」(13.3%)という人はあまり多くありませんが、「まあ努力している」は半数強(52.8%)を占め、合わせて“努力している”という人がほぼ3人に2人(66.0%)の割合に達しています。

年齢別にみると、「とても努力している」割合は、《40代》(9.5%)よりも《30代》(17.0%)の方が高く、若い父親の方が努力しています。

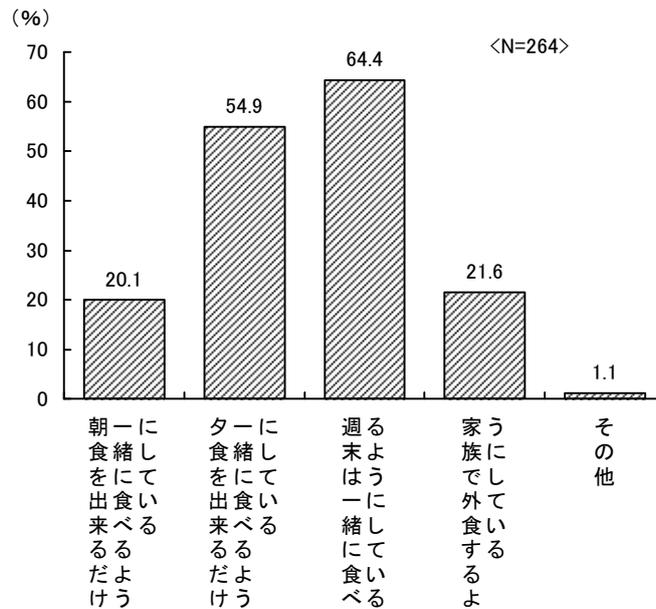
親との同居の有無別では、親と《同居》している人では「全く努力していない」(21.2%)とする割合が《非同居》(9.5%)の人に比べてかなり高く、《非同居》の人の方が努力している傾向がみられます。

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(とても+まあ)”という割合も高く、《未就学児のみ》(75.3%)の父親は《中学生以上のみ》(53.6%)の父親に比べて20ポイント以上も高くなっています。

## 【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べ、“努力している”(前回64.0%→今回66.0%)がやや増えている程度で、あまり大きな差はありません。

図 18. どんな努力をしているか（複数回答）



年齢	30代 <n=134>	17.9	63.4	64.9	22.4	0.7
	40代 <n=130>	22.3	46.2	63.8	20.8	1.5
親	同居 <n=21>	19.0	61.9	52.4	19.0	-
	非同居 <n=243>	20.2	54.3	65.4	21.8	1.2
子供の学齢	未就学児のみ <n=64>	20.3	62.5	68.8	18.8	-
	未就学児+小学生のみ <n=96>	24.0	53.1	62.5	21.9	-
	小学生+中学生のみ <n=43>	18.6	46.5	62.8	27.9	2.3
	中学生以上のみ <n=37>	18.9	56.8	70.3	13.5	2.7

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」(64.4%)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」(54.9%)も半数を超えています。以下、「家族で外食するようになっている」(21.6%)、「朝食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(20.1%)の順です。

年齢別にみると、「夕食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」は《30代》(63.4%)の父親の方が、《40代》(46.2%)よりも20ポイント近くも高い割合で、若い父親ほど努力しています。

親との同居の有無別にみると、「週末は一緒に食べるようにしている」は《非同居》(65.4%)の人の方が《同居》(52.4%)の人よりもかなり高い割合です。一方、「夕食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」は逆に、《同居》(61.9%)の人の方が《非同居》(54.3%)よりも高くなっています。

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。

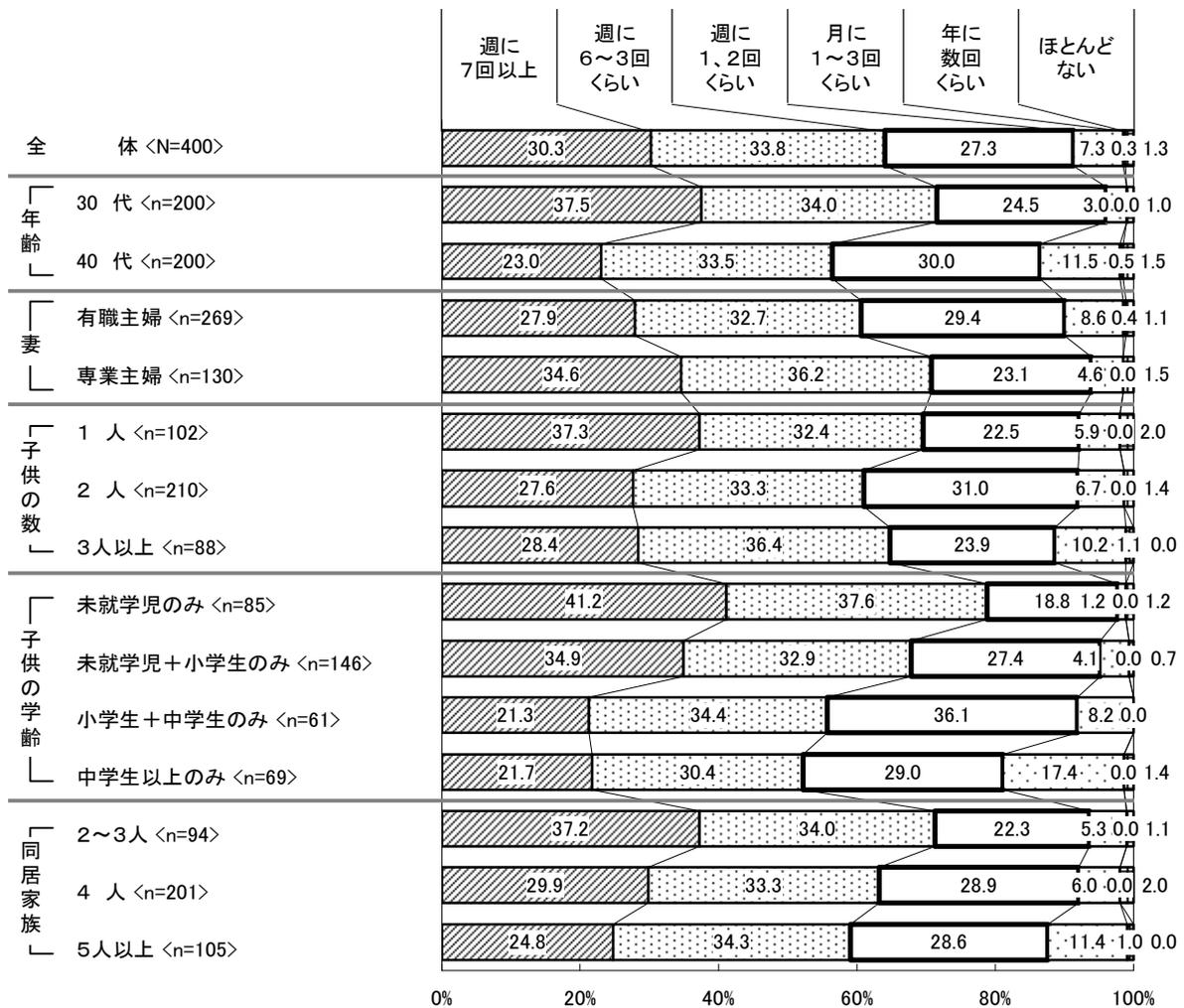
#### 【前回調査との比較】

前回の調査と比べると、「朝食を出来るだけ一緒に食べるようにしている」(前回28.1%→今回20.1%)がやや減り、「家族で外食するようになっている」(同14.8%→21.6%)がやや増えるといった若干の変動はありますが、全般的な傾向はあまり変わっていません。

## 2. 家族が全員そろって食事をとる回数

「週に7回以上」(30.3%)が最も多く、以下「週に6～3回くらい」(33.8%)、「週に1、2回くらい」(27.3%)などの順。

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」(30.3%)が最も多く、3人に1人近くの方は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」(33.8%)、「週に1、2回くらい」(27.3%)などの順です。

年齢別にみると、「週に7回以上」の割合は《40代》(23.0%)よりも《30代》(37.5%)の方が10ポイント以上高いなど、総じて若い人ほど家族が全員そろって食事をとる回数は多い傾向がはっきりみられます。

妻の職業の有無別にみると、《有職主婦》よりも《専業主婦》の場合の方が家族そろって食事をする回数は多めです。

子どもの数別にみると、子どもの数が《1人》の場合に、家族そろって食事をする回数は多くなっています。

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。

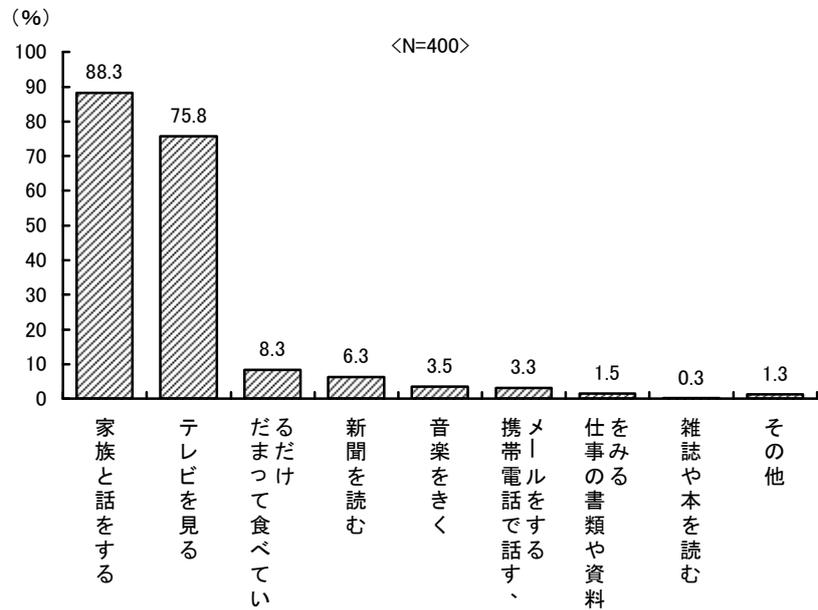
### **【前回調査との比較】**

前回調査と比べると、「週に7回以上」(前回 35.0%→今回 30.3%) がやや減り、「月に1～3回くらい」(同 4.0%→7.3%) がやや増えており、頻度はわずかながら減る方向に向かっています。

### 3. 家で食事の時にしていること

「家族と話をする」(88.3%)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」(75.8%)。

図 20. 家で食事の時、どんなことをしているか（複数回答）



属性	年齢	家族と話をする (%)	テレビを見る (%)	だまだけ食べている (%)	新聞を読む (%)	音楽をきく (%)	携帯電話で話す、メールをする (%)	仕事の書類や資料をみる (%)	雑誌や本を読む (%)	その他 (%)
年齢	30代 <n=200>	88.0	71.0	10.5	4.0	3.5	3.5	1.5	-	2.5
	40代 <n=200>	88.5	80.5	6.0	8.5	3.5	3.0	1.5	0.5	-
妻	有職主婦 <n=269>	87.4	80.7	7.1	6.3	3.0	2.6	1.1	0.4	0.7
	専業主婦 <n=130>	90.0	66.2	10.8	6.2	4.6	4.6	2.3	-	2.3
子供の学齢	未就学児のみ <n=85>	89.4	70.6	10.6	3.5	3.5	3.5	2.4	-	3.5
	未就学児+小学生のみ <n=146>	90.4	71.2	7.5	6.2	4.1	2.7	0.7	0.7	1.4
	小学生+中学生のみ <n=61>	88.5	68.9	9.8	9.8	3.3	6.6	4.9	-	-
	中学生以上のみ <n=69>	84.1	92.8	5.8	7.2	1.4	-	-	-	-

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」(88.3%)を9割近くの方があげており、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4人に3人強(75.8%)の割合に達し、この2項目が突出しています。一方、「だまって食べているだけ」(8.3%)、「新聞を読む」(6.3%)、「音楽をきく」(3.5%)、「携帯電話で話す、メールをする」(3.3%)などという人も少数ながらみられます。

属性別にみると、「テレビを見る」の割合は、年齢別では《30代》(71.0%)よりも《40代》(80.5%)の方が、妻の職業の有無では《専業主婦》(66.2%)よりも《有職主婦》(80.7%)の方が、子どもの学齢別では、子どもが《未就学児のみ》(70.6%)、《未就学児+小学生のみ》(71.2%)、《小学生+中学生のみ》(68.9%)の場合に比べ、《中学生以上のみ》(92.8%)で極めて高い割合となっています。

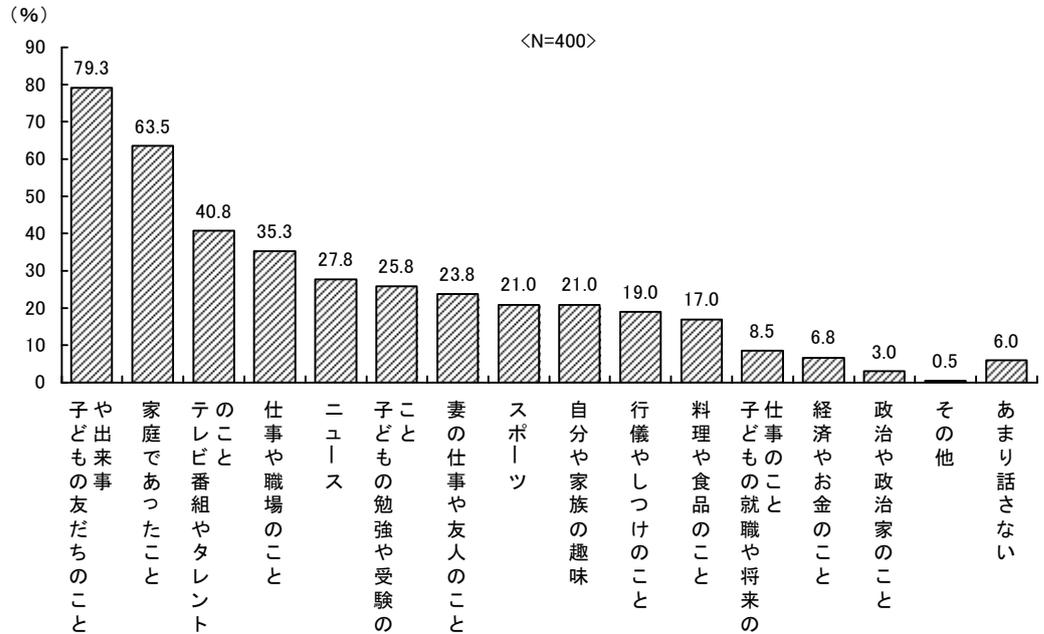
#### 【前回調査との比較】

前回調査と比べると、「家族と話をする」(前回 95.0%→今回 88.3%)がやや減り、「テレビを見る」(同 71.8%→75.8%)がやや増えるといった若干の動きがあるだけで、全般的な傾向は前回とほとんど変わりません。

#### 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」(79.3%)、「家庭であったこと」(63.5%)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」(40.8%)、「仕事や職場のこと」(35.3%)、「ニュース」(27.8%)、「子どもの勉強や受験のこと」(25.8%)、「妻の仕事や友人のこと」(23.8%)などについて話している。

図 21. 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=269>	専業主婦 <n=130>	未就学児のみ <n=85>	未就学児+小学生のみ <n=146>	小学生+中学生のみ <n=61>	中学生以上のみ <n=69>
子どもや出来事	79.5	79.0	79.6	78.5	77.6	86.3	73.8	71.0
家庭であったこと	64.0	63.0	58.7	73.8	70.6	64.4	50.8	65.2
テレビ番組やタレント	40.0	41.5	43.1	36.2	41.2	34.2	44.3	46.4
仕事や職場のこと	38.5	32.0	34.6	36.9	49.4	30.8	36.1	27.5
ニュース	26.5	29.0	28.6	26.2	27.1	22.6	31.1	29.0
子どもの勉強や受験のこと	22.5	29.0	27.9	21.5	14.1	26.0	42.6	26.1
妻の仕事や友人のこと	27.0	20.5	27.1	16.9	40.0	21.2	23.0	17.4
スポーツ	19.5	22.5	23.4	16.2	14.1	21.9	23.0	24.6
自分や家族の趣味	21.5	20.5	20.4	22.3	21.2	21.9	23.0	15.9
行儀やしつけのこと	26.5	11.5	18.2	20.8	22.4	21.9	21.3	2.9
料理や食品のこと	19.5	14.5	15.2	20.8	24.7	16.4	16.4	10.1
子どもの就職や将来のこと	7.0	10.0	8.2	9.2	5.9	6.8	8.2	14.5
仕事やお金のこと	7.0	6.5	7.4	4.6	8.2	4.8	4.9	5.8
政治や政治家のこと	3.0	3.0	4.1	0.8	3.5	1.4	3.3	-
その他	1.0	-	0.4	0.8	-	1.4	-	-
あまり話さない	5.5	6.5	7.1	3.8	9.4	2.7	3.3	11.6

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」(79.3%)、「家庭であったこと」(63.5%)がともに過半数を占め、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」(40.8%)、「仕事や職場のこと」(35.3%)、「ニュース」(27.8%)、「子どもの勉強や受験のこと」(25.8%)、「妻の仕事や友人のこと」(23.8%)、「自分や家族の趣味」(21.0%)、「スポーツ」(21.0%)など、さまざまなことを話しています。

年齢別にみると、「行儀やしつけのこと」をあげる割合は、《40代》(11.5%)よりも《30代》(26.5%)の父親の方がかなり高くなっていますが、そのほかの項目ではあまり大きな差はありません。

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》(73.8%)の方が《有職主婦》(58.7%)よりも15ポイントほど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43.1%、専業主婦36.2%)、「妻の仕事や友人のこと」(同27.1%、16.9%)、「スポーツ」(同23.4%、16.2%)など、《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「家庭であったこと」「仕事や職場のこと」「妻の仕事や友人のこと」など家族についての話が多くなっています。子どもが大きいほど高い割合となる項目はあまりありませんが、「スポーツ」や「子どもの勉強や受験のこと」ではその傾向がみられます。

#### **【前回調査との比較】**

前回調査と比べ、「家庭であったこと」（前回 71.3%→今回 63.5%）、「ニュース」（同 35.5%→27.8%）、「スポーツ」（同 28.8%→21.0%）など、前回より低い割合の項目がほとんどで、増えている項目はほとんどみられません。食事の時に話す内容は、5年前と比べて乏しくなっているようです。

## 5. 家庭の食生活で参加をしていること

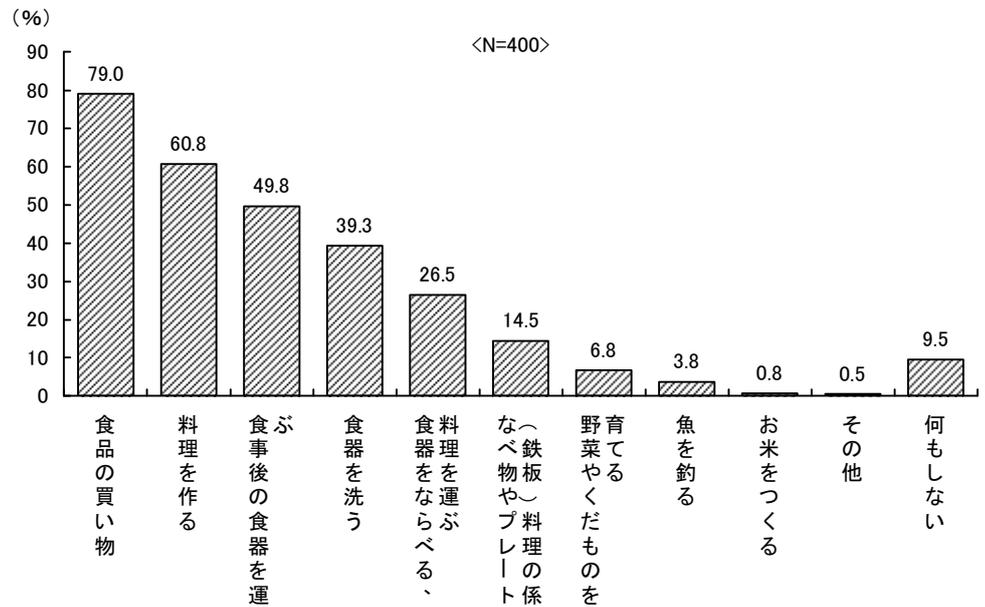
「食品の買い物」(79.0%)をはじめ、「料理を作る」(60.8%)、「食事後の食器を運ぶ」(49.8%)、「食器を洗う」(39.3%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(26.5%)などさまざまな食事の手伝いをしている。

参加している項目数から算出した父親の家事参加度は、「ふつう」(58.3%)が6割近くを占めるほかは、「高い」(32.3%)が「低い」(9.5%)を大きく上回る。

「食品の買い物」に参加する頻度は、平均月に「3.9回」、「料理を作る」頻度は平均「3.1回」。

家でよく作る料理は、「チャーハン」(48件)、「カレー」(38件)、「パスタ」(36件)、「ラーメン」(32件)など。

図 22. 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	料理を作る	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>	76.5	56.5	45.5	39.0	25.5	14.0	4.5	2.5	1.0	1.0	10.0
	40代 <n=200>	81.5	65.0	54.0	39.5	27.5	15.0	9.0	5.0	0.5	-	9.0
妻	有職主婦 <n=269>	77.0	63.6	49.1	37.5	26.4	16.4	6.3	4.1	0.7	-	10.4
	専業主婦 <n=130>	83.1	54.6	51.5	42.3	26.9	10.0	7.7	3.1	0.8	1.5	7.7
子供の人数	1人 <n=102>	78.4	52.0	41.2	29.4	20.6	9.8	4.9	2.0	-	1.0	13.7
	2人 <n=210>	79.0	63.3	52.9	41.9	25.7	15.7	7.1	3.8	1.4	0.5	7.6
	3人以上 <n=88>	79.5	64.8	52.3	44.3	35.2	17.0	8.0	5.7	-	-	9.1
子供の年齢	未就学児のみ <n=85>	81.2	57.6	45.9	45.9	23.5	8.2	2.4	1.2	1.2	2.4	8.2
	未就学児+小学生のみ <n=146>	78.8	60.3	54.1	41.8	29.5	15.8	10.3	4.8	-	-	8.2
	小学生+中学生のみ <n=61>	82.0	60.7	49.2	37.7	27.9	19.7	3.3	3.3	1.6	-	11.5
	中学生以上のみ <n=69>	73.9	60.9	43.5	31.9	23.2	15.9	7.2	4.3	1.4	-	11.6

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」に約8割（79.0%）の父親が参加しているほか、「料理を作る」（60.8%）、「食事後の食器を運ぶ」（49.8%）、「食器を洗う」（39.3%）、「食器をならべる、料理を運ぶ」（26.5%）、「なべ物やプレート（鉄板）料理の係」（14.5%）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」（6.8%）、「魚を釣る」（3.8%）、「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」（9.5%）という父親も1割程度います。

年齢別にみると、「料理を作る」（30代 56.5%、40代 65.0%）、「食事後の食器を運ぶ」（同 45.5%、54.0%）など、「40代」の方が高い割合の項目が多くなっています。

妻の職業別では、「料理を作る」の割合は《専業主婦》(54.6%)の場合よりも《有職主婦》(63.6%)の場合の方が高い割合です。

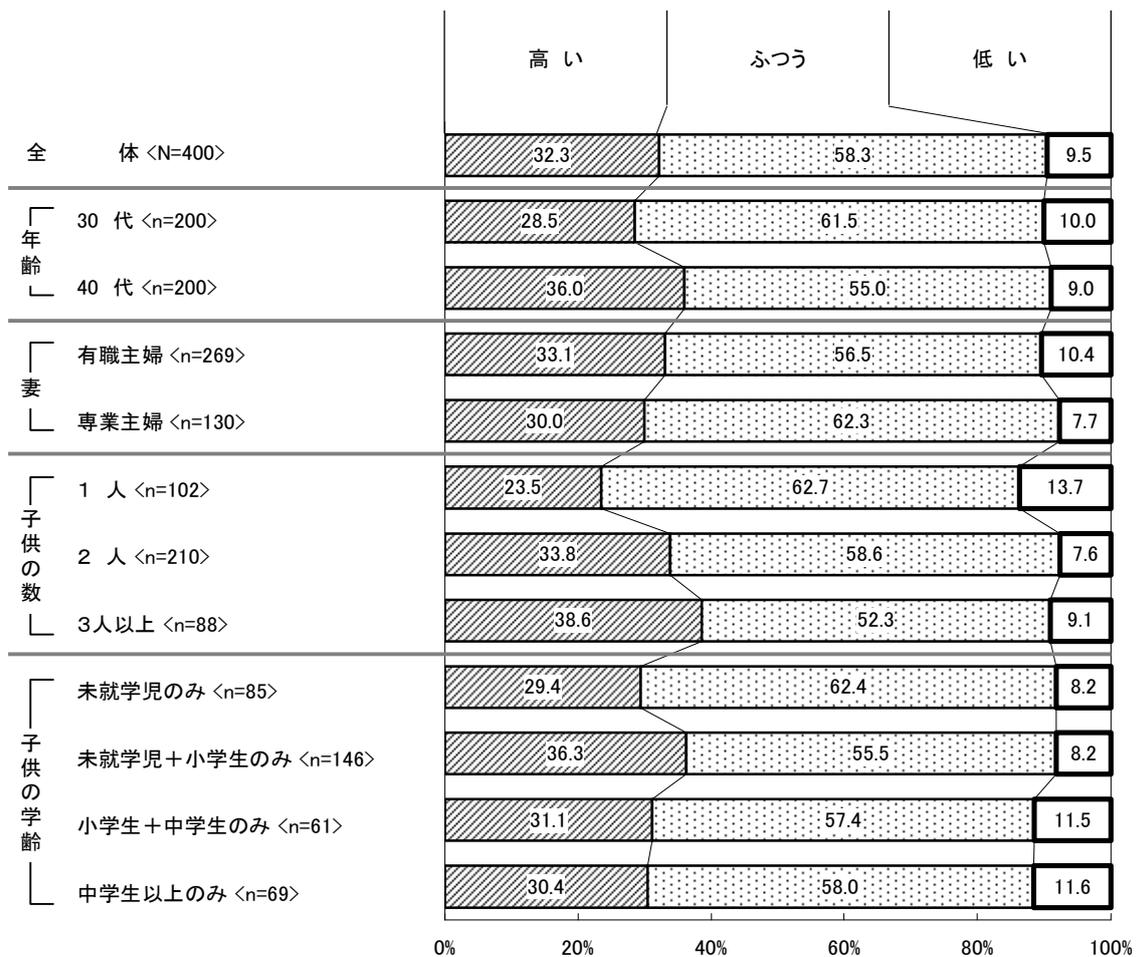
子どもの数別にみると、「料理を作る」「食事後の食器を運ぶ」「食器を洗う」「食器をならべる、料理を運ぶ」「なべ物やプレート(鉄板)料理の係」など、多くの項目で子どもの数が多いほど高い割合となっています。

また子どもの学齢別にみると、「食器を洗う」は子どもが小さいほど高くなっていますが、そのほかの項目ではあまり差はありません。

#### **【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70.8%→今回79.0%)、「料理を作る」(同52.5%→60.8%)が10ポイント近く増えている一方、「食器をならべる、料理を運ぶ」(前回36.0%→今回26.5%)、「なべ物やプレート(鉄板)料理の係」(同22.5%→14.5%)は10ポイント近く減っています。

図 23. 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「ふつう」、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、「ふつう」が約半数（58.3%）を占めていますが、「高い」（32.3%）と「低い」（9.5%）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、「ふつう」は《40代》（55.0%）よりも《30代》（61.5%）の方が、「高い」は逆に《30代》（28.5%）よりも《40代》（36.0%）の方が多くなっており、年齢が高い父親の方が参加度は高くなっています。

妻の職業の有無別ではあまり大きな差はありません。

子どもの数別では、参加度が「高い」割合は、子どもの数が多いほど高く、子どもが《1人》（23.5%）の場合に比べ、《3人以上》（38.6%）の場合では15ポイント以上高くなっています。

子どもの学齢別では、「高い」の割合は、《未就学児+小学生のみ》（36.3%）でやや高めです。

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、

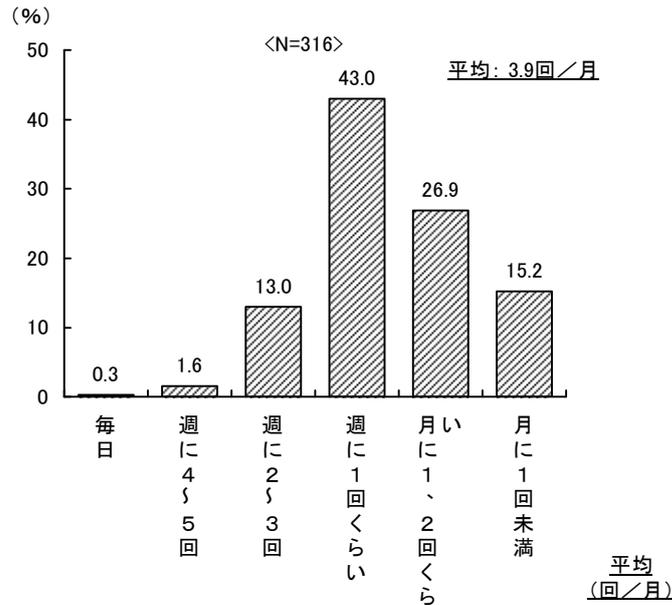
	《高い》	《普通》	《低い》
<b>●朝ごはんを食べる頻度</b>			
・「毎日」	50.4%	49.4%	39.5%
<b>●朝ごはんを一緒に食べる人</b>			
・妻	47.4%	40.7%	44.4%
・子ども	55.2%	41.8%	33.3%
・ひとりで	47.4%	54.6%	51.9%
<b>●職場のつきあいの頻度</b>			
・週に1回未満	50.0%	57.5%	23.5%
・1～2回未満	30.0%	22.0%	52.9%
・2～3回未満	11.4%	17.3%	17.6%
<b>●家族と一緒にごはんを食べるように努力しているか</b>			
・努力している	78.3%	61.8%	50.0%
<b>●家族が全員そろって食事をとる頻度</b>			
・週に7回以上	30.2%	32.2%	18.4%
・週に6～3回くらい	38.8%	31.3%	31.6%
・月に1～3回くらい	2.3%	8.6%	15.8%
<b>●家で食事の時、家族と話していること</b>			
・仕事や職場のこと	41.1%	34.8%	18.4%
・家庭であったこと	73.6%	62.2%	36.8%
・子どもの友だちのことや出来事	89.1%	77.3%	57.9%
・妻の仕事や友人のこと	33.3%	21.9%	2.6%
・ニュース	37.2%	24.0%	18.4%
・料理や食品のこと	27.1%	14.2%	0.0%
・行儀やしつけのこと	31.8%	15.0%	0.0%

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」と一緒に食べることが多く、「ひとりで」食べるもの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」（前回 38.3%→今回 32.3%）がやや減り、「ふつう」（同 50.3%→58.3%）がやや増えている程度で、大きな変化はみられません。

図 24. 「食品の買い物」をする頻度



年齢	30代 <n=153>	40代 <n=163>	有職主婦 <n=207>	専業主婦 <n=108>	平均 (回/月)		
30代 <n=153>	-	2.0	15.7	45.1	24.2	13.1	4.2
40代 <n=163>	0.6	1.2	10.4	41.1	29.4	17.2	3.6
有職主婦 <n=207>	0.5	1.9	11.1	42.0	30.0	14.5	3.8
専業主婦 <n=108>	-	0.9	16.7	44.4	21.3	16.7	4.0

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4割強（43.0%）で最も多く、以下「月に1、2回くらい」（26.9%）、「月に1回未満」（15.2%）、「週に2～3回」（13.0%）などの順で、平均して月に「3.9回」となっています。

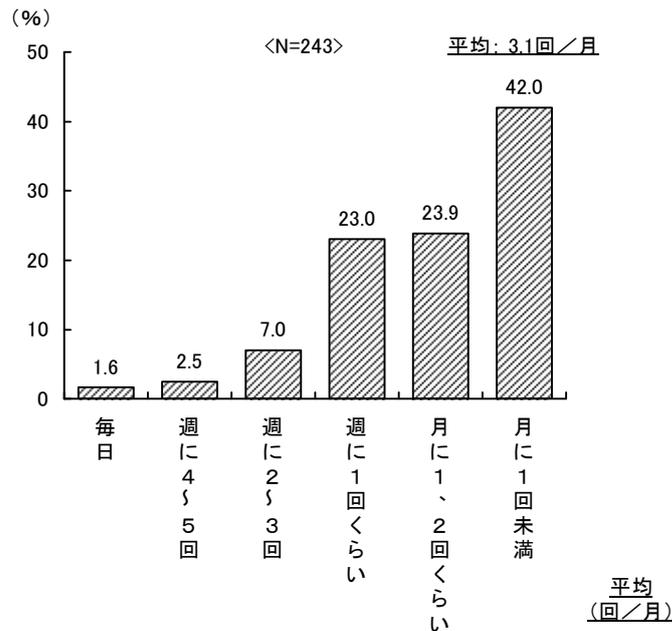
年齢別にみると、平均は《40代》（3.6回）よりも《30代》（4.2回）の方が少し多くなっています。

妻の職業の有無別では、妻が《有職主婦》（3.8回）の場合と《専業主婦》（4.0回）の場合の間であまり大きな差はありません。

**【前回調査との比較】**

前回調査と比べ、平均は前回「4.5回」→今回「3.9回」と少し減っています。

図 25. 家で料理を作る頻度



年齢	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 <n=113>	0.9	0.9	8.8	24.8	18.6	46.0	2.8	
40代 <n=130>	2.3	3.8	5.4	21.5	28.5	38.5	3.4	
妻	有職主婦 <n=171>	1.8	3.5	7.6	23.4	24.0	39.8	3.4
	専業主婦 <n=71>	1.4	-	5.6	21.1	23.9	47.9	2.4

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」(42.0%)、「月に1、2回くらい」(23.9%)、「週に1回くらい」(23.0%) くらいが多くなっています。平均は月に「3.1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”とは逆に、《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》2.8回に対し、《40代》3.4回となっています。

妻の職業の有無別にみると、家で料理を作る頻度は《有職主婦》(3.4回) の場合の方が《専業主婦》(2.4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「3.4回」→「3.1回」とやや減っています。

表 4. 家でよく作る料理名・ベスト 10 (自由回答：件)

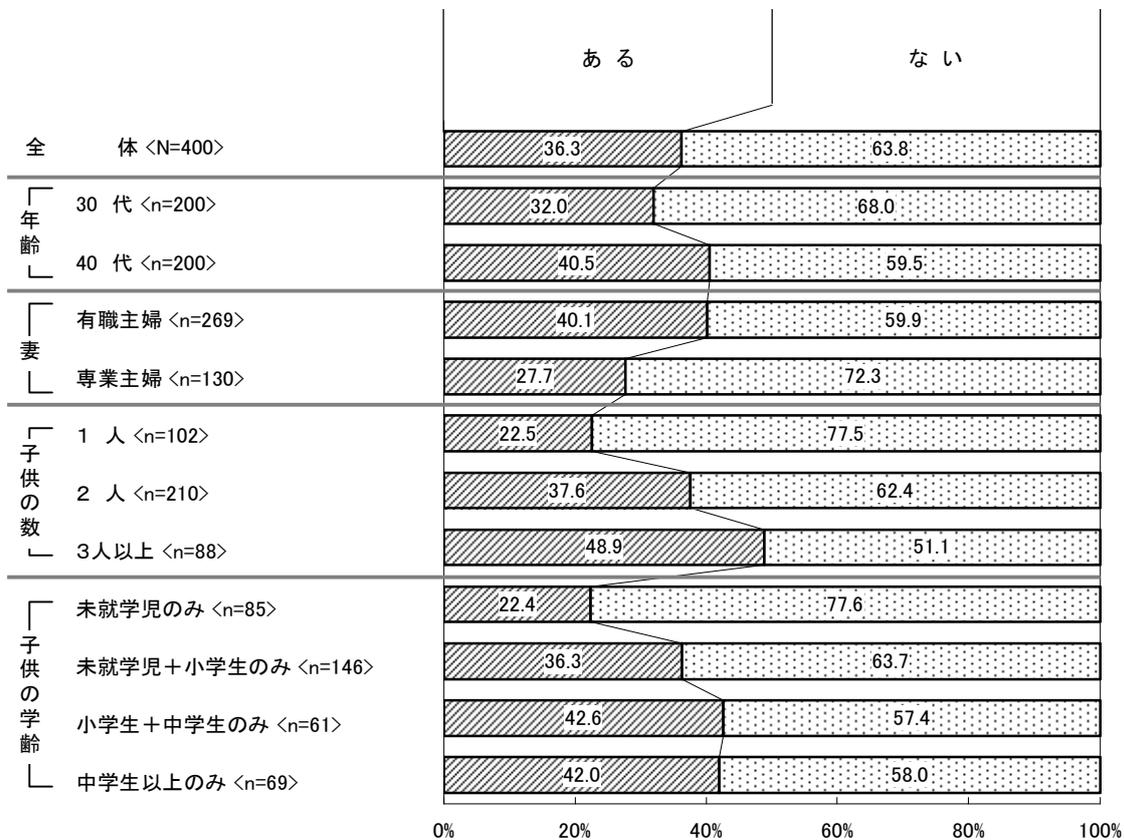
順位		件数
1	チャーハン	48
2	カレー	38
3	パスタ	36
4	ラーメン	32
5	炒めもの(野菜炒めなど)	28
6	鍋もの	21
7	焼きそば	17
8	うどん、そば	15
9	お好み焼き、もんじゃ焼き、たこ焼き	12
10	ギョウザ	11
	焼き肉、ステーキ	11

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、「チャーハン」(48件)が最も多く、以下「カレー」(38件)、「パスタ」(36件)、「ラーメン」(32件)、「炒めもの(野菜炒めなど)」(28件)、「鍋もの」(21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(36.3%)。

図 26. 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(36.3%)で、「ない」(63.8%)という方が多数を占めています。

年齢別にみると、「ある」の割合は《30代》(32.0%)よりも《40代》(40.5%)の方がやや高くなっています。

妻の職業の有無別では、「ある」の割合は《専業主婦》(27.7%)よりも《有職主婦》(40.1%)の方が10ポイント以上高く、忙しい有職主婦である妻のために子どもの食事作りを手伝っている父親像がうかがえます。

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、《1人》(22.5%)の場合は2割程度なのに対し、《3人以上》(48.9%)になると半数近くに達しています。

子どもの学齢別にみると、子どもが大きいほど、「ある」という割合は高い傾向があり、《未就学児のみ》(22.4%)では2割程度にとどまっています。

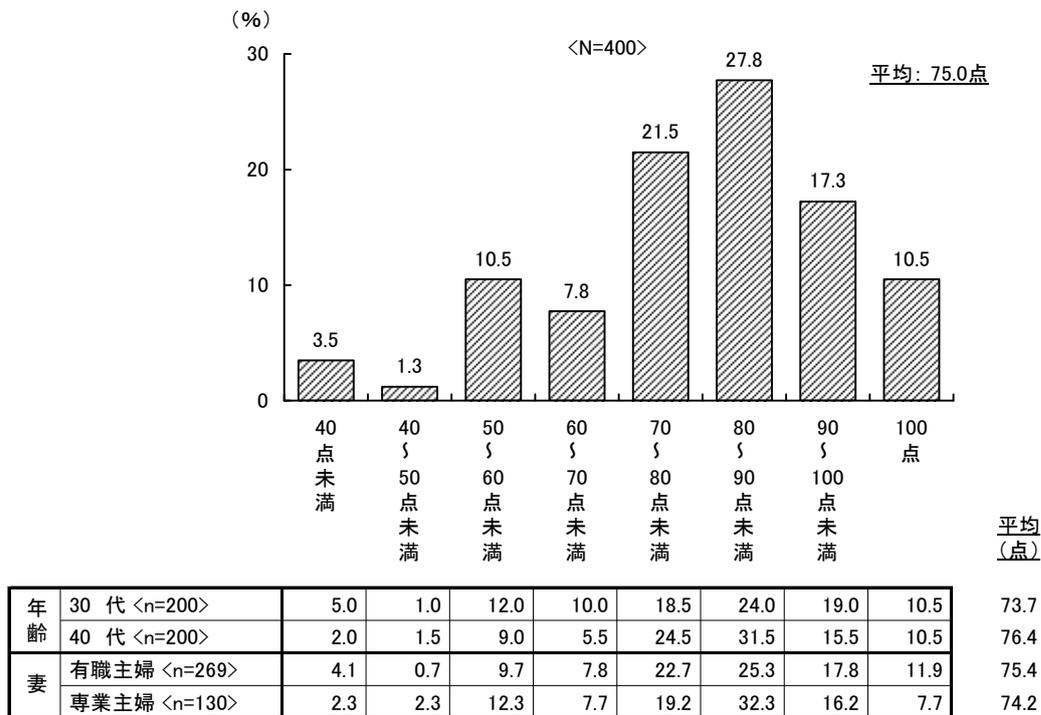
### 【前回調査との比較】

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「38.0%」→今回「36.3%」とわずかに減っているだけで、大きな変動はありません。

## 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「75.0点」で、「100点」(10.5%)と非常に自信がある人も1割。

図 27. 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点未満」(27.8%)、「70～80点未満」(21.5%)、「90～100点未満」(17.3%)くらいが多く、平均「75.0点」となっています。中には「100点」(10.5%)と非常に自信がある人も1割程度います。

年齢別にみると、平均は《30代》(73.7点)よりも《40代》(76.4点)の方が若干高めです。

妻の職業の有無別にみると、平均は妻が《有職主婦》(75.4点)の場合と《専業主婦》(74.2点)の場合でほとんど変わりません。

### 【前回調査との比較】

前回調査と比べると、平均は前回「77.8点」→今回「75.0点」とやや下がり、満足度はわずかながら減退しています。

食生活の満足度が「90点以上」を《高い》(27.8%)、「70～90点未満」を《普通》(49.3%)、「70点未満」を《低い》(23.0%)として、満足度別に関わりのある項目をみてみました。

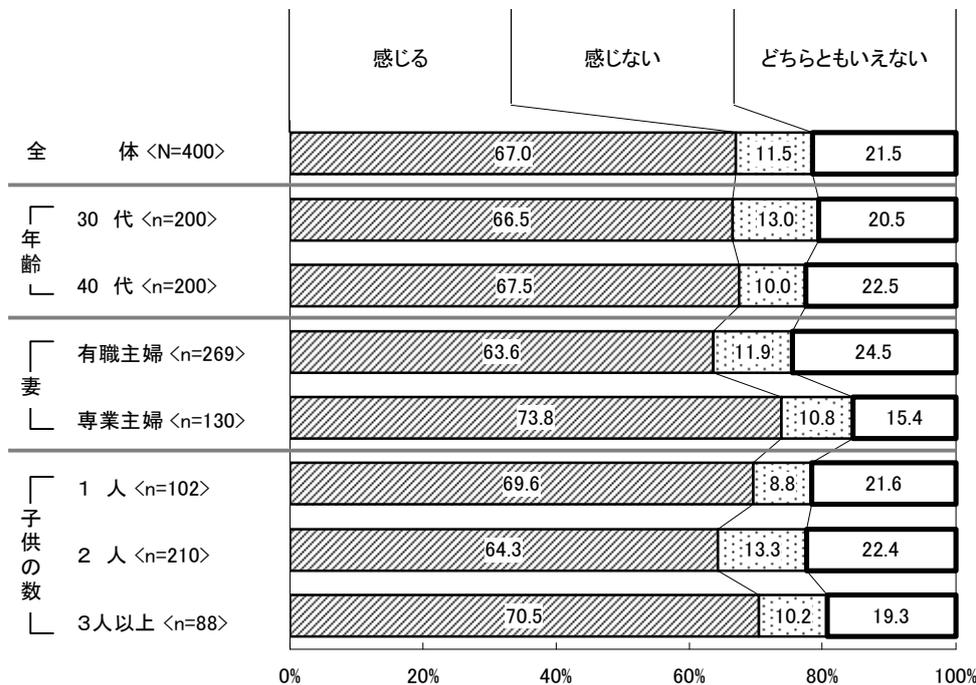
	<u>《高い》</u>	<u>《普通》</u>	<u>《低い》</u>
<b>●朝ごはんを食べる頻度</b>			
・「毎日」	56.8%	51.8%	32.6%
<b>●朝ごはんを一緒に食べる人</b>			
・妻	50.5%	40.8%	39.1%
<b>●朝ごはんに食べているもの</b>			
・味噌汁	47.5%	41.4%	40.6%
・卵料理	52.5%	43.8%	43.5%
・ハム・ベーコン	41.4%	39.1%	31.9%
<b>●夕ごはんに食べているもの</b>			
・野菜・魚などの煮物	62.2%	50.0%	41.1%
・野菜などの炒め物	81.1%	68.4%	64.4%
・刺身	43.2%	33.7%	24.4%
・焼き魚	66.7%	55.1%	41.1%
・なべ物	50.5%	40.8%	27.8%
・サラダ	77.5%	73.5%	63.3%
<b>●職場のつきあいの頻度</b>			
・週に1回未満	59.2%	55.2%	38.8%
<b>●夕ごはんの手作り度</b>			
・高	20.7%	16.9%	21.1%
<b>●家族が全員そろって食事をとる頻度</b>			
・週に7回以上	40.5%	27.9%	22.8%
・週に1、2回くらい	19.8%	25.9%	39.1%
<b>●家で食事の時、していること</b>			
・家族と話をする	94.6%	88.3%	80.4%
・携帯電話で話す、メールをする	0.9%	1.5%	9.8%
・だまって食べているだけ	3.6%	7.6%	15.2%
<b>●家で食事の時、家族と話していること</b>			
・家庭であったこと	68.5%	66.5%	51.1%
・子どもの友だちのことや出来事	83.8%	79.7%	72.8%
・子どもの勉強や受験のこと	27.9%	27.4%	19.6%
・自分や家族の趣味	27.0%	21.8%	12.0%
・行儀やしつけのこと	27.9%	15.7%	15.2%

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」と一緒に食べるが多くなっています。朝ごはんに食べているものとして「味噌汁」「卵料理」「ハム・ベーコン」、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」「刺身」「焼き魚」「なべ物」「サラダ」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すが、夕ごはんの手作り度はあまり関係していません。また、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、「家族と話をする」ことが多い一方、「携帯電話で話す、メールをする」ことや「だまって食べているだけ」は少なくなっています。家族と話す内容は、「家庭であったこと」「子どもの友だちのことや出来事」「行儀やしつけのこと」など、家庭や子どもに関する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」(67.0%)という人が多いが、「感じない」と自信のない父親も1割強(11.5%)。

図 28. 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」(67.0%)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」(21.5%)が多くなっていますが、「感じない」と自信のない父親も1割強(11.5%)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》(73.8%)の場合の方が10ポイント以上高く、家庭の経済力を一手に担っているという自負が影響しているようです。

子どもの数別にみると、「感じる」という割合は、子どもの数が《2人》(64.3%)の場合にやや低めで、《1人》(69.6%)、《3人以上》(70.5%)の父親では7割前後となっています。

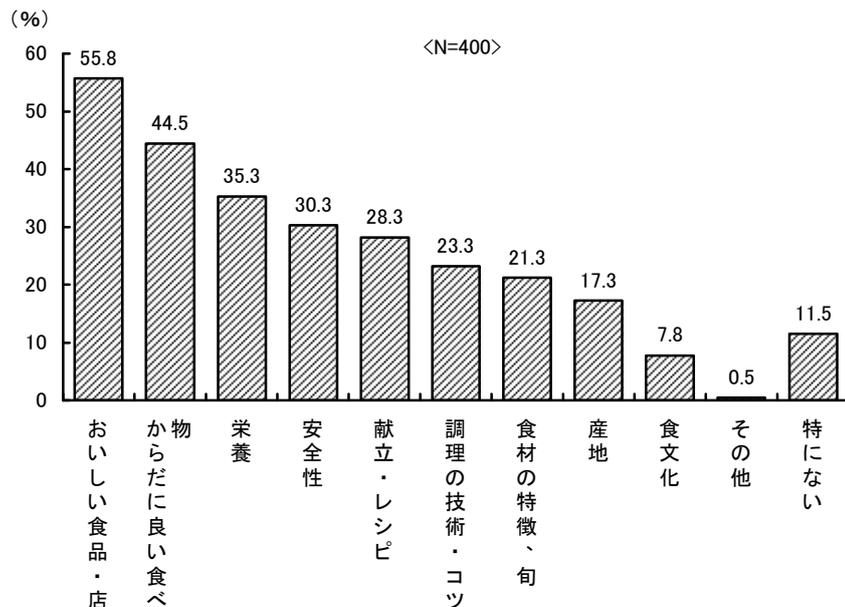
### 【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「感じる」(前回 66.8%→今回 67.0%)、「感じない」(同 9.3%→11.5%)ともにわずかな変化で、前回と傾向はあまり変わりません。

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」(55.8%)をはじめ、「からだに良い食べ物」(44.5%)、「栄養」(35.3%)、「安全性」(30.3%)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 29. 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>	53.5	45.5	38.0	32.5	27.5	22.5	20.5	20.0	8.5	0.5	15.0
	40代 <n=200>	58.0	43.5	32.5	28.0	29.0	24.0	22.0	14.5	7.0	0.5	8.0
子供の学齢	未就学児のみ <n=85>	57.6	42.4	37.6	35.3	31.8	30.6	24.7	21.2	14.1	1.2	14.1
	未就学児+小学生のみ <n=146>	52.7	47.9	39.7	30.8	27.4	21.2	21.2	19.2	5.5	-	13.0
	小学生+中学生のみ <n=61>	55.7	44.3	32.8	24.6	27.9	19.7	13.1	9.8	8.2	-	9.8
	中学生以上のみ <n=69>	58.0	42.0	24.6	30.4	29.0	23.2	21.7	13.0	7.2	1.4	8.7

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」(55.8%)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」(44.5%)、「栄養」(35.3%)、「安全性」(30.3%)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」(28.3%)、「調理の技術・コツ」(23.3%)、「食材の特徴、旬」(21.3%)、「産地」(17.3%)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(11.5%)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少しずつ高い項目が多く、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。

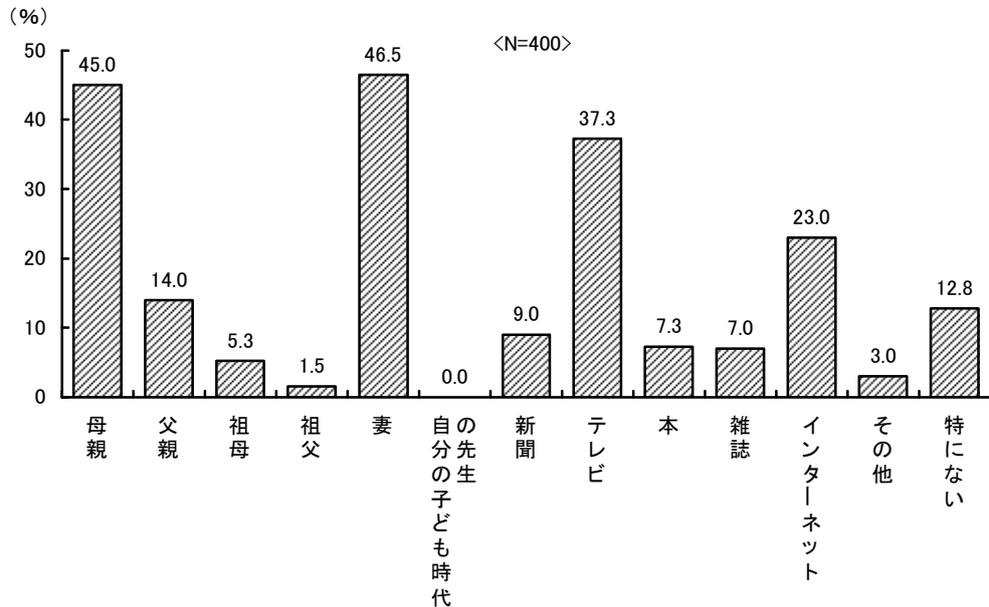
### **【前回調査との比較】**

前回の調査結果と比べてみると、「安全性」（前回 39.5%→今回 30.3%）、「栄養」（同 41.0%→35.3%）など、前回より率を下げている項目が多く、総じて関心度は下がる方向に向かっているようです。

## 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」(46.5%)、「母親」(45.0%)、「テレビ」(37.3%)、「インターネット」(23.0%)、「父親」(14.0%)、「新聞」(9.0%)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 30. “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>	45.5	13.0	6.5	1.5	45.5	-	9.5	37.0	7.0	6.5	26.0	3.0	13.0
40代 <n=200>	44.5	15.0	4.0	1.5	47.5	-	8.5	37.5	7.5	7.5	20.0	3.0	12.5	

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」(46.5%)が最も多くなっていますが、以下「母親」(45.0%)、「テレビ」(37.3%)、「インターネット」(23.0%)、「父親」(14.0%)、「新聞」(9.0%)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」と「妻」の影響が同程度に大きくなっています。

年齢別では大きな差はみられません。

### 【前回調査との比較】

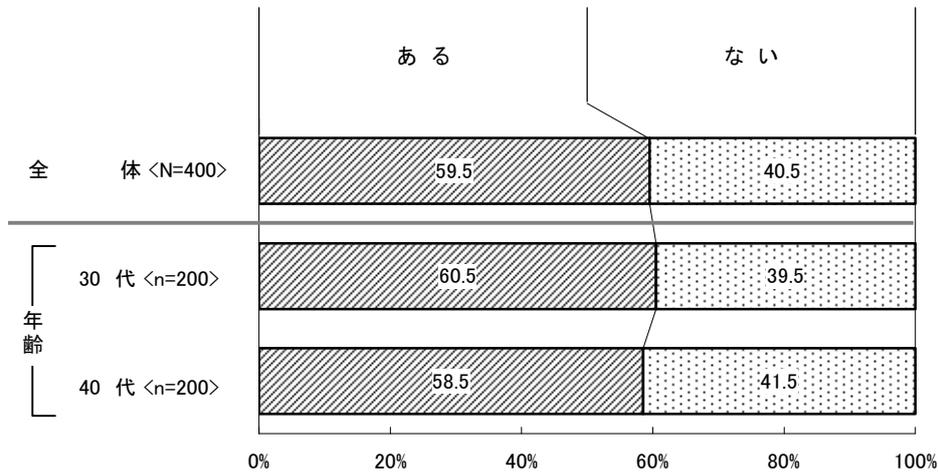
前回調査と比べると、「新聞」(前回 23.0%→今回 9.0%)、「テレビ」(同 44.5%→37.3%)の“メディア”が大きく下がっている一方、「インターネット」(前回 15.3%→今回 23.0%)はやや増えています。

### 3. 「おふくろの味」というものがあるか

「ある」(59.5%)という人が多いが、「ない」(40.5%)という人も4割。

具体的な料理名は、「煮物」(60件)、「味噌汁」(36件)、「カレー」(21件)、「肉じゃが」(12件)、「漬物」(10件)など“和食系”が多い。

図 31. 「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、ほぼ6割(59.5%)が「ある」と答えて主になっていますが、「ない」(40.5%)という人も4割と少なくありません。

年齢別にみると、「ある」という割合は《30代》(60.5%)の方が《40代》(58.5%)よりやや高い程度で、あまり変わりません。

#### 【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「ある」の割合は前回「61.8%」→今回「59.5%」とやや減っています。

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	60
2	味噌汁	36
3	カレー	21
4	肉じゃが	12
5	漬物	10
6	雑煮	9
	炊き込みご飯、混ぜご飯	9
	卵焼き	9
9	ギョウザ	8
	唐揚げ	8
	豚汁	8

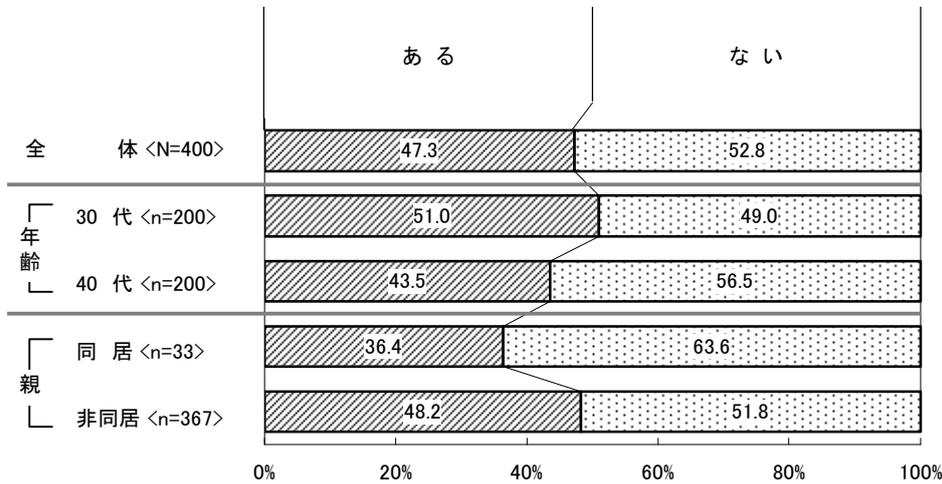
おふくろの味が「ある」と答えた人に、具体的な料理をあげてもらったところ、「煮物」(60 件)、「味噌汁」(36 件)、「カレー」(21 件)、「肉じゃが」(12 件)、「漬物」(10 件)、「雑煮」(9 件)、「炊き込みご飯、混ぜご飯」(9 件)、「卵焼き」(9 件)などの順となっており、“和食系”が多くなっています。

#### 4. 自分自身の故郷、ふるさとをどのように応援したいと思うか

自分の故郷、ふるさとと思うような地域が「ある」(47.3%)人と「ない」(52.8%)人にほぼ二分されている。

どのように応援したいと思うかは、「頻繁に帰省する」(39.2%)、「周囲の人に良さをアピールする」(28.0%)、「ふるさとの名産、特産品をお取り寄せする」(14.8%)、「ふるさと納税を利用する」(9.0%)などの順。

図 32. 自分の故郷、ふるさとと思うような地域はあるか

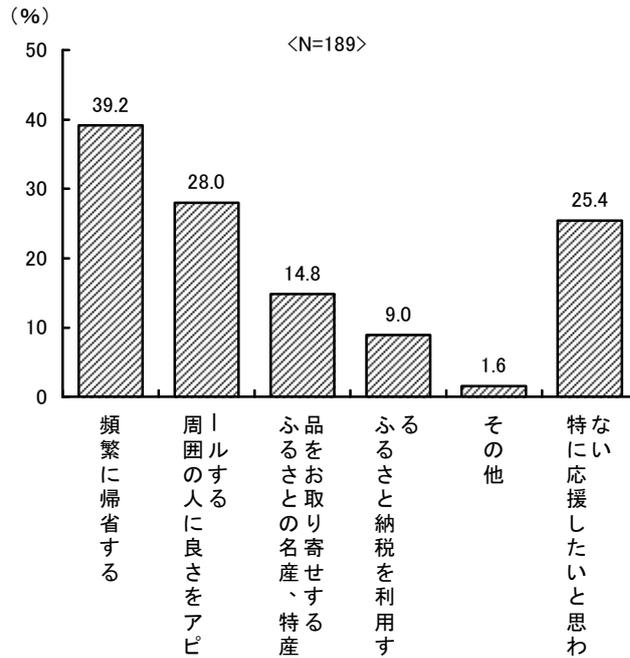


自分の故郷、ふるさとと思うような地域が「ある」人は半数弱（47.3%）で、「ない」（52.8%）とほぼ二分された結果となっています。

年齢別にみると、「ある」という割合は《30代》（51.0%）の方が《40代》（43.5%）よりもやや高めですが、あまり大きな差ではありません。

親との同居の有無別では、「ある」の割合は《同居》（36.4%）の人よりも《非同居》（48.2%）の人の方が10ポイント以上高くなっています。《非同居》の人では、地方に親を残して上京してきたケースなどが多いためと思われます。

図 33. 自分自身の故郷、ふるさとをどのように応援したいと思うか（複数回答）



年齢	30代 <n=102>	38.2	25.5	13.7	10.8	2.0	30.4
	40代 <n=87>	40.2	31.0	16.1	6.9	1.1	19.5
親	同居 <n=12>	16.7	25.0	25.0	8.3	-	41.7
	非同居 <n=177>	40.7	28.2	14.1	9.0	1.7	24.3

自分の故郷、ふるさとと思うような地域が「ある」という人に、どのように応援したいと思うかを聞いたところ、「頻繁に帰省する」(39.2%)が最も多く、以下「周囲の人に良さをアピールする」(28.0%)、「ふるさとの名産、特産品をお取り寄せする」(14.8%)、「ふるさと納税を利用する」(9.0%)などの順となっています。

年齢別にみると、あまり大きな差ではないものの、総じて《30代》よりも《40代》の方が少しずつ高い項目が多い一方、「特に応援したいと思わない」の割合は、《30代》(30.4%)が《40代》(19.5%)を10ポイント以上上回っています。

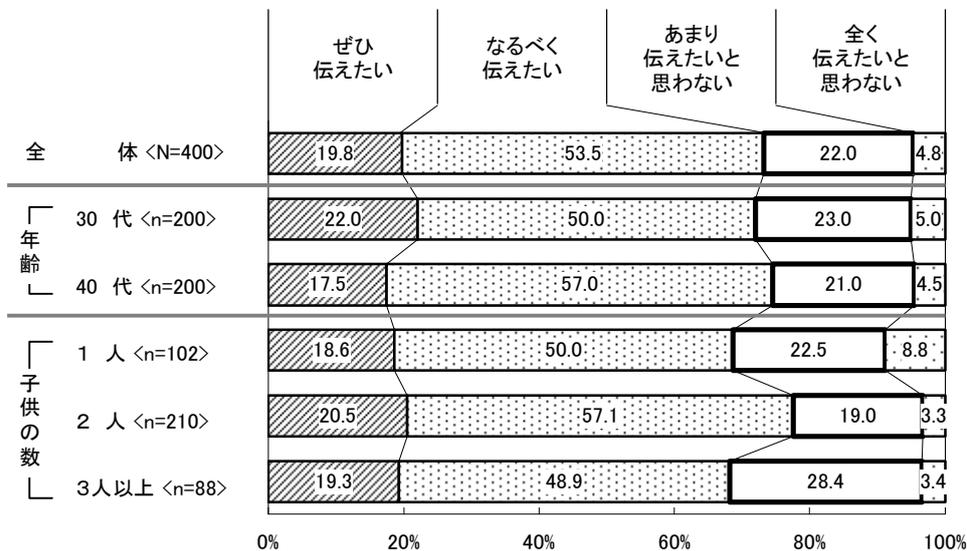
親との同居の有無別にみると、「頻繁に帰省する」は《非同居》(40.7%)の人の方が《同居》(16.7%)の人の2倍以上と大きな差が生じています。一方、「ふるさとの名産、特産品をお取り寄せする」は《同居》(25.0%)の人が《非同居》(14.1%)を10ポイント以上上回っています。また、「特に応援したいと思わない」(同居41.7%、非同居24.3%)の割合も、《同居》の人の方がかなり高い割合です。

## 5. 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”(73.3%)という父親が7割を超える。

好きな郷土料理・行事食は、「雑煮」(55件)、「おせち」(29件)、「ちらし寿司」(25件)といった“行事食”や、「ほうとう」(17件)の“郷土料理”。

図 34. 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」（19.8%）、「なるべく伝えたい」（53.5%）と“伝えたい”（73.3%）という回答が7割以上を占め、“伝えたいと思わない（あまり+全く）”（26.8%）は4人に1人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》（72.0%）よりも《40代》（74.5%）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、“伝えたい（ぜひ+なるべく）”の割合は、《2人》（77.6%）の場合に最も高く、《1人》（68.6%）、《3人以上》（68.2%）では7割弱と少なめです。

### 【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 86.3%→今回 73.3%）が10ポイント以上減り、“伝えたいと思わない（あまり+全く）”（同 13.8%→26.8%）が10ポイント以上増えています。前々項でみたように、「おふくろの味」がある率は前回よりやや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それ以上に減退しているようです。

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	55
2	おせち	29
3	ちらし寿司	25
4	赤飯	18
5	ほうとう	17
6	もち	14
7	伊達巻き	13
8	芋煮	11
9	おはぎ	10
	そば、年越しそば	10

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」(55件)が突出して多くなっています。以下、「おせち」(29件)、「ちらし寿司」(25件)、「赤飯」(18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「ほうとう(山梨県)」(17件)があげられています。

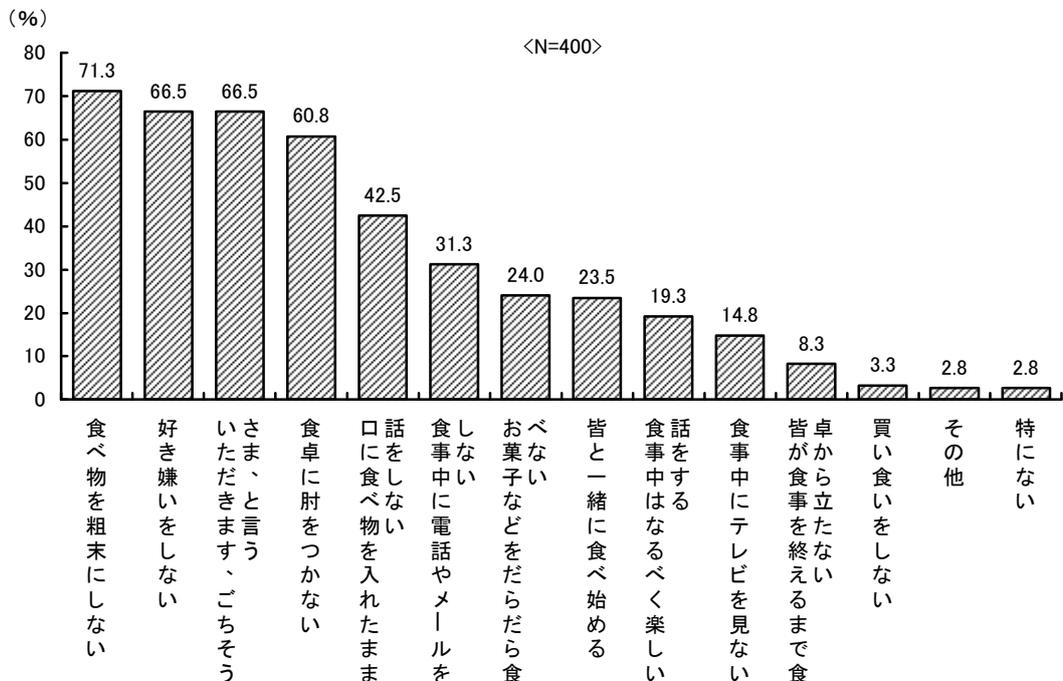
なお、そのほかの“郷土料理”として目立つものとしては、以下のような料理があげられています。

- ・三平汁(北海道)
- ・棒鱈(北海道)
- ・じゃっば汁(青森県)
- ・せんべい汁(青森県)
- ・もやしそば(青森県)
- ・けの汁(青森県、秋田県)
- ・きりたんぼ(秋田県)
- ・いかにんじん(福島県)
- ・こづゆ(福島県)
- ・つゆもち(福島県)
- ・ざっこ煮(茨城県)
- ・たがねもち(茨城県)
- ・いわしのごま漬(千葉県)
- ・建長汁(神奈川県)
- ・かぶら寿司(石川県、富山県)
- ・出石そば(兵庫県)
- ・がめ煮(九州北部)
- ・ソーキそば(沖縄県)
- ・のっぺい汁(日本各地)

## 6. 食べ物や食事について、子どもに教えてきたこと

「食べ物を粗末にしない」(71.3%)、「好き嫌いをしない」(66.5%)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」(66.5%)、「食卓に肘をつかない」(60.8%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(42.5%)といった“食事の際の礼儀”を教えてきた。

図 35. 食べ物や食事について、子どもに教えてきたのはどんなことか（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	67.0	68.5	71.5	60.0	44.0	25.0	28.0	27.0	20.0	18.5	10.5	3.0	1.5	3.0
	40代 <n=200>	75.5	64.5	61.5	61.5	41.0	37.5	20.0	20.0	18.5	11.0	6.0	3.5	4.0	2.5
子供の数	1人 <n=102>	60.8	64.7	57.8	52.9	37.3	18.6	23.5	20.6	19.6	16.7	6.9	2.9	1.0	5.9
	2人 <n=210>	71.9	65.7	66.7	60.0	42.4	37.1	22.9	21.4	17.6	11.9	7.1	3.3	2.4	1.9
	3人以上 <n=88>	81.8	70.5	76.1	71.6	48.9	31.8	27.3	31.8	22.7	19.3	12.5	3.4	5.7	1.1

食べ物や食事について子ども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」(71.3%)、「好き嫌いをしない」(66.5%)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」(66.5%)、「食卓に肘をつかない」(60.8%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(42.5%)、「食事中に電話やメールをしない」(31.3%)、「お菓子などをだらだら食べない」(24.0%)、「皆と一緒に食べ始める」(23.5%)、「食事中はなるべく楽しい話をする」(19.3%)、「食事中にテレビを見ない」(14.8%)といった“食事の際の礼儀”が多くあげられています。

年齢別にみると、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(30代 71.5%、40代 61.5%)などは《30代》の方が、「食事中に電話やメールをしない」(同 25.0%、37.5%)などは《40代》の方が、それぞれ高い割合となっています。

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く、特に「食べ物を粗末にしない」「いただきます、ごちそうさま、と言う」「食卓に肘をつかない」などにおける差が目立ちます。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。

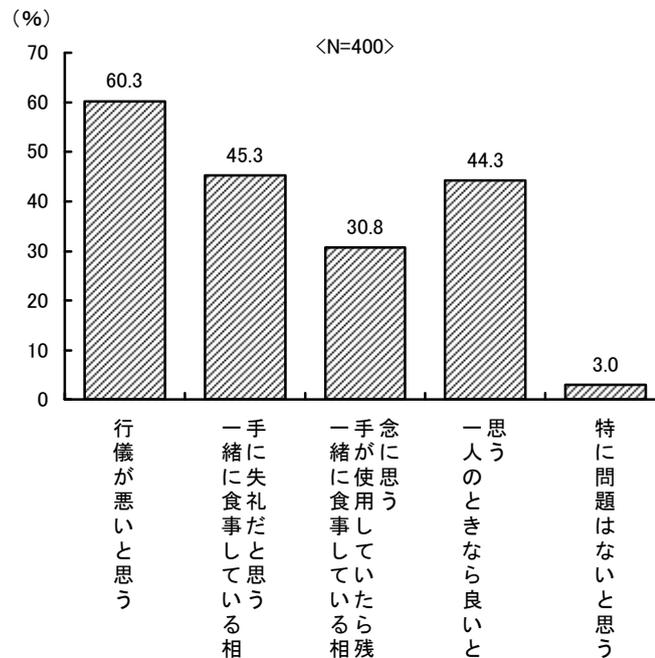
### **【前回調査との比較】**

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 73.5%→今回 66.5%）、「いただきます、ごちそうさま、と言う」（同 73.3%→66.5%）、「食卓に肘をつかない」（同 66.5%→60.8%）、「食べ物を粗末にしない」（同 76.5%→71.3%）など、少しずつですが前回より率を減らしている項目が多くなっています。一方、「食事中に電話やメールをしない」（同 27.5%→31.3%）は、前回よりやや増えています。

## 7. 食事中にスマホや携帯電話を使用することについて、どのように感じるか

「行儀が悪いと思う」(60.3%)、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」(45.3%)、「一緒に食事している相手如果使用していたら残念に思う」(30.8%)とマイナスの印象を持つ人が多いが、「一人のときなら良いと思う」(44.3%)との条件付きで容認する意見も少なくない。「特に問題はないと思う」(3.0%)と完全に容認する意見はごくわずか。

図 36. 食事中にスマホや携帯電話を使用することについて、どのように感じるか（複数回答）



年齢	30代 <n=200>	55.5	40.0	28.5	51.0	3.0
	40代 <n=200>	65.0	50.5	33.0	37.5	3.0
子供の人数	1人 <n=102>	55.9	35.3	34.3	37.3	3.9
	2人 <n=210>	62.4	47.6	28.1	45.2	1.9
	3人以上 <n=88>	60.2	51.1	33.0	50.0	4.5
子供の学齢	未就学児のみ <n=85>	48.2	36.5	36.5	50.6	2.4
	未就学児+小学生のみ <n=146>	61.0	45.9	23.3	52.1	2.1
	小学生+中学生のみ <n=61>	65.6	49.2	32.8	42.6	3.3
	中学生以上のみ <n=69>	71.0	44.9	31.9	23.2	2.9

食事中にスマホや携帯電話を使用することについて、どのように感じるかをみると、「行儀が悪いと思う」(60.3%)、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」(45.3%)、「一緒に食事している相手如果使用していたら残念に思う」(30.8%)とマイナスの印象を持つ人が多くなっていますが、「一人のときなら良いと思う」(44.3%)との条件付きで容認する意見も少なくありません。しかし、「特に問題はないと思う」(3.0%)と完全に容認する意見はごくまれです。

年齢別にみると、「行儀が悪いと思う」(30代 55.5%、40代 65.0%)、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」(同 40.0%、50.5%)などは《40代》の方が、「一人のときなら良いと思う」(同 51.0%、37.5%)は逆に《30代》の方が、それぞれ10ポイント以上高い割合となっており、若い父親ほど容認する傾向が強くなっています。

子どもの数別にみると、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」は子どもの数が多いほど高い割合ですが、「一人のときなら良いと思う」も同様に子どもの数が多いほど高率を示しています。

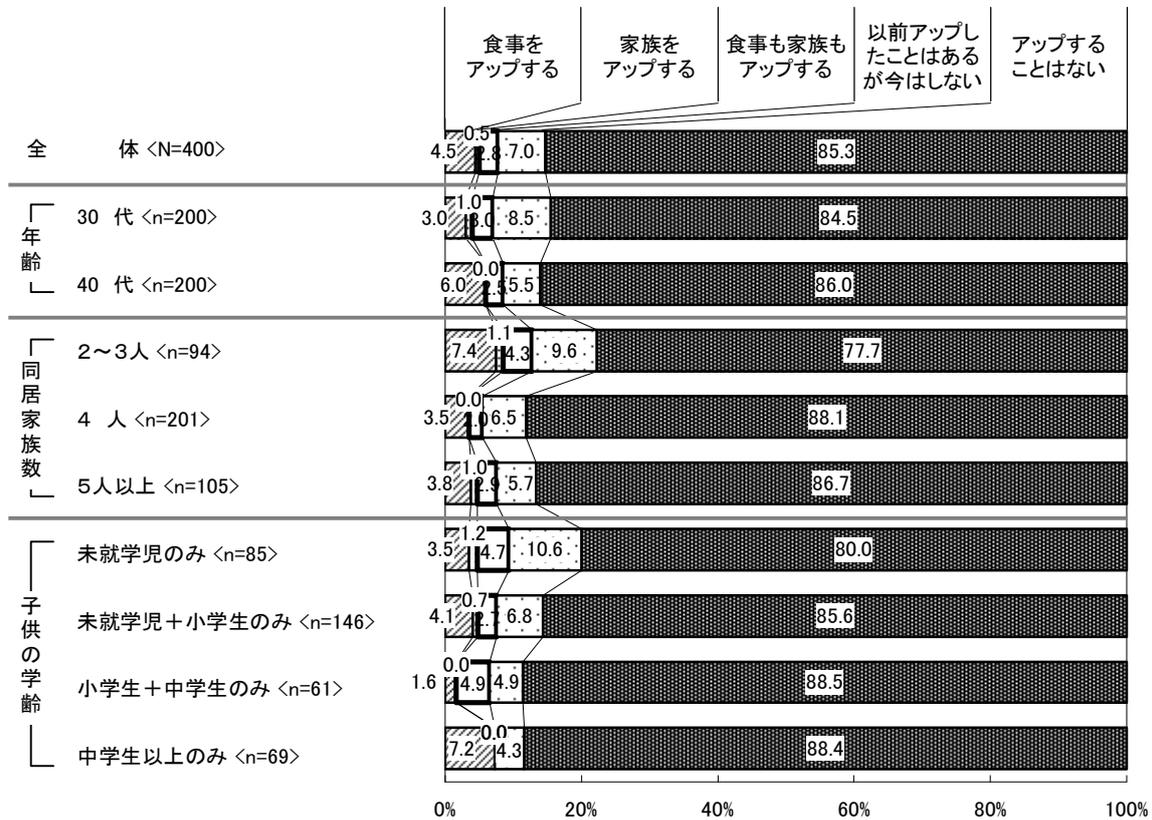
子どもの学齢別にみると、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」は子どもの学齢が高いほど、「一人のとき

なら良いと思う」は子どもの学齢が低いほど、それぞれ高い割合となる傾向があり、子どもが大きくなるほど父親はスマホや携帯電話のマナーを気にするようになるようです。

## 8. 家の食事や外食で、食べるものや一緒に食事している家族の写真を撮って、自分自身のソーシャルメディアにアップすることはあるか

「アップすることはない」(85.3%)が多数を占め、「アップしたことがある」という人は14.8%。その中では「以前アップしたことはあるが今はしない」(7.0%)が最も多く、次いで「食事をアップする」(4.5%)。

図 37. 家の食事や外食で、食べるものや一緒に食事している家族の写真を撮って、自分自身のソーシャルメディアにアップすることはあるか



家の食事や外食で、食べるものや一緒に食事している家族の写真を撮って、自分自身のソーシャルメディアにアップすることはないかどうかをみると、「アップすることはない」(85.3%)が8割以上の多数を占めています。「アップしたことがある」という人は14.8%ですが、その中では「以前アップしたことはあるが今はしない」(7.0%)が最も多く、次いで「食事をアップする」(4.5%)などとなっています。

年齢別ではほとんど差はありません。

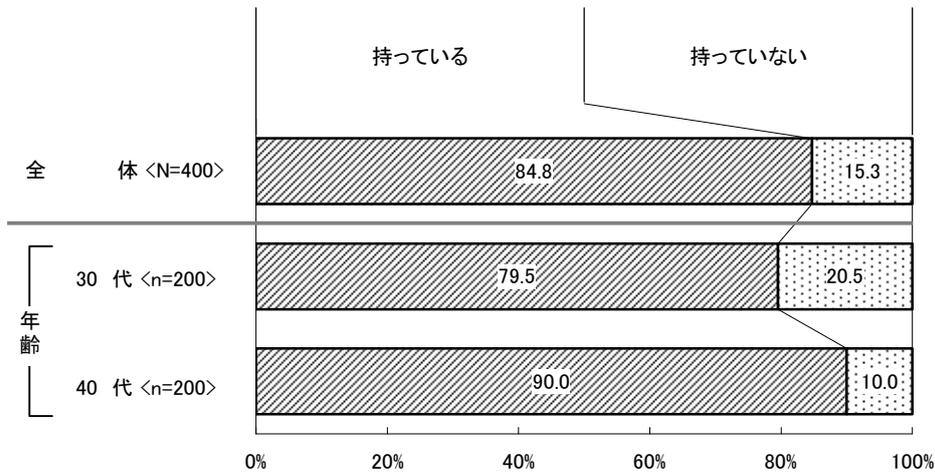
同居家族数別にみると、「アップしたことがある」という割合は、「4人」(11.9%)、「5人以上」(13.3%)の人に比べ、「2~3人」(22.3%)の人の方が多くなっています。

子どもの学齢別にみると、「アップしたことがある」割合は、子どもの学齢が小さいほど少しずつ多くなっています。

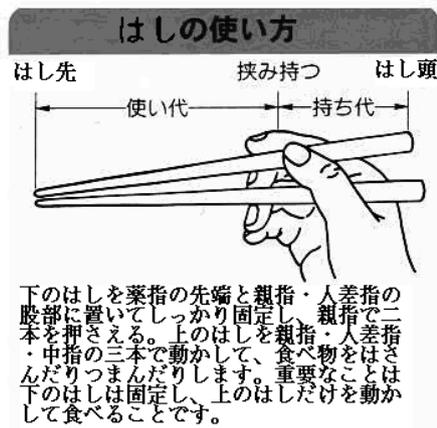
## 9. おはしの持ち方

8割以上(84.8%)がおはしを正しく「持っている」。

図 38. 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割以上(84.8%)を占めていますが、「持っていない」(15.3%)人も1割以上みられます。

年齢別にみると、「持っている」割合は《40代》では9割(90.0%)に達し、《30代》(79.5%)より10ポイント以上高くなっています。

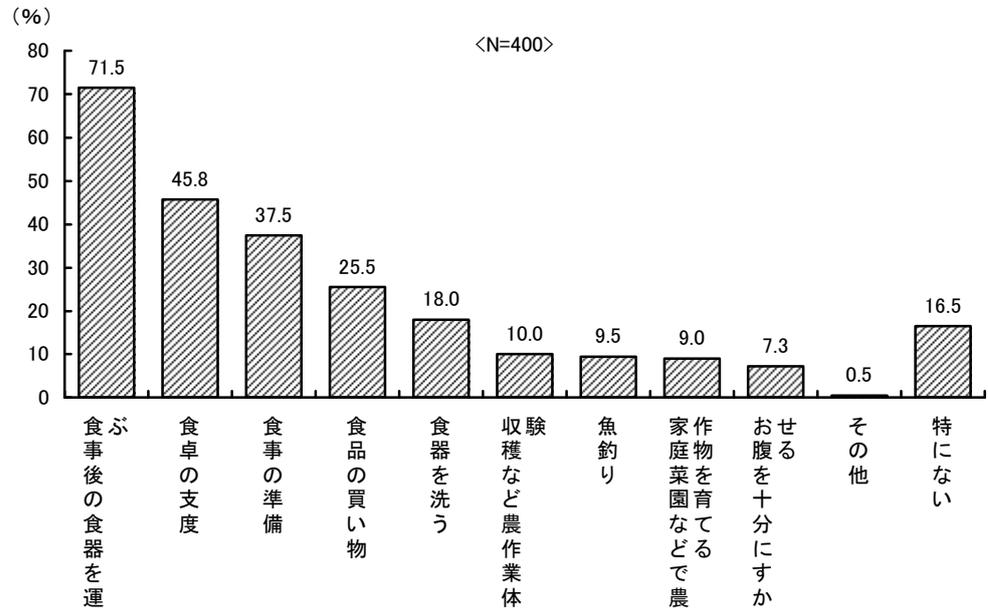
### 【前回調査との比較】

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「82.3%」→今回「84.8%」とわずかながら増えています。

## 10. 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」(71.5%)、「食卓の支度」(45.8%)、「食事の準備」(37.5%)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」(25.5%)、「食器を洗う」(18.0%)などの順で、中には「収穫など農作業体験」(10.0%)、「魚釣り」(9.5%)、「家庭菜園などで農作物を育てる」(9.0%)などの生産体験も。

図 39. 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>	64.5	43.0	37.5	31.0	16.0	10.5	10.0	10.5	9.0	1.0	21.5
	40代 <n=200>	78.5	48.5	37.5	20.0	20.0	9.5	9.0	7.5	5.5	-	11.5
性別別の	男女両方 <n=178>	73.6	53.9	39.9	29.8	19.7	10.7	13.5	12.9	8.4	-	11.8
	男子のみ <n=121>	67.8	33.9	33.1	22.3	11.6	11.6	9.9	8.3	8.3	0.8	22.3
	女子のみ <n=101>	72.3	45.5	38.6	21.8	22.8	6.9	2.0	3.0	4.0	1.0	17.8

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」(71.5%)が最も多く、次いで「食卓の支度」(45.8%)、「食事の準備」(37.5%)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」(25.5%)、「食器を洗う」(18.0%)などの順ですが、中には「収穫など農作業体験」(10.0%)、「魚釣り」(9.5%)、「家庭菜園などで農作物を育てる」(9.0%)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《30代》(64.5%)よりも《40代》(78.5%)の方が、反対に「食品の買い物」は《40代》(20.0%)よりも《30代》(31.0%)の方が、それぞれ10ポイント以上高い割合となっています。

子どもの性別でみると、総じて《男女両方》いる家庭で高い割合となる項目が多く、一方「特にな」は《男女両方》(11.8%)で最も少なく、《男子のみ》(22.3%)の家庭で最も多くなっています。

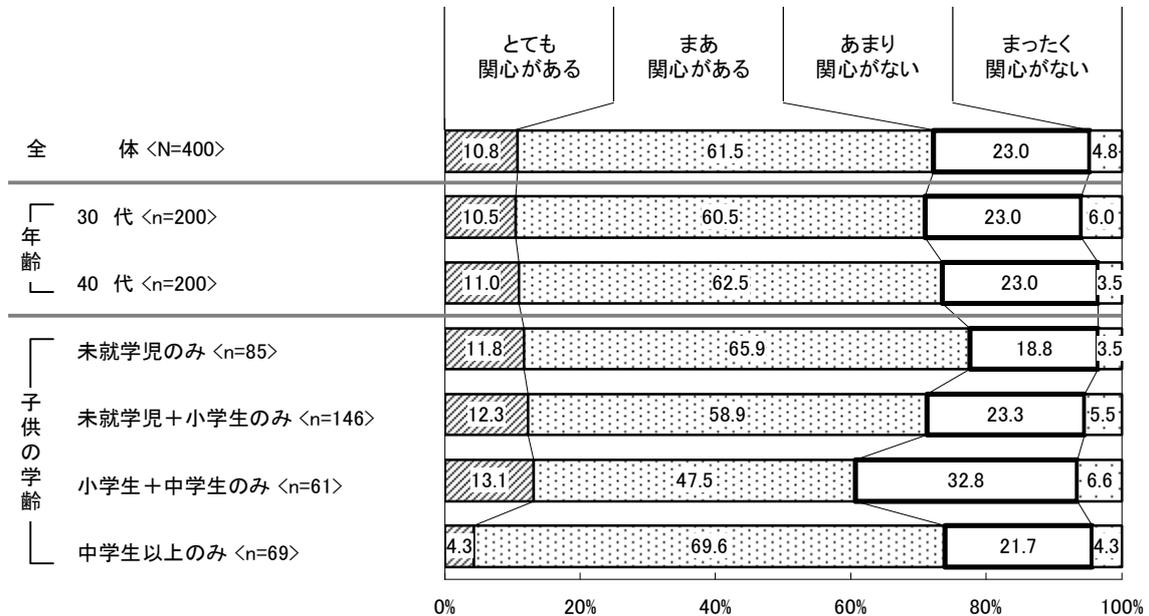
### 【前回調査との比較】

前回の調査と比べると、「食品の買い物」(前回 29.5%→今回 25.5%)が4ポイント減っているのが最も大きな変化で、総じて前回とあまり大きな差はありません。

## 1. 「食の安全」への関心度

7割強(72.3%)の父親が“関心がある”。

図 40. 「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」(10.8%)はあまり多くありませんが、「まあ関心がある」(61.5%)は6割を超え、合わせて“関心がある”という人が7割強(72.3%)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、“関心がある(とても+まあ)”の割合は、《小学生+中学生のみ》よりも学齢が下の場合は、学齢が低いほど高く、《小学生+中学生のみ》では6割(60.7%)、《未就学児+小学生のみ》(71.2%)では7割強、《未就学児のみ》では8割弱(77.6%)となっていますが、最も学齢の高い《中学生以上のみ》(73.9%)も比較的高くなっています。

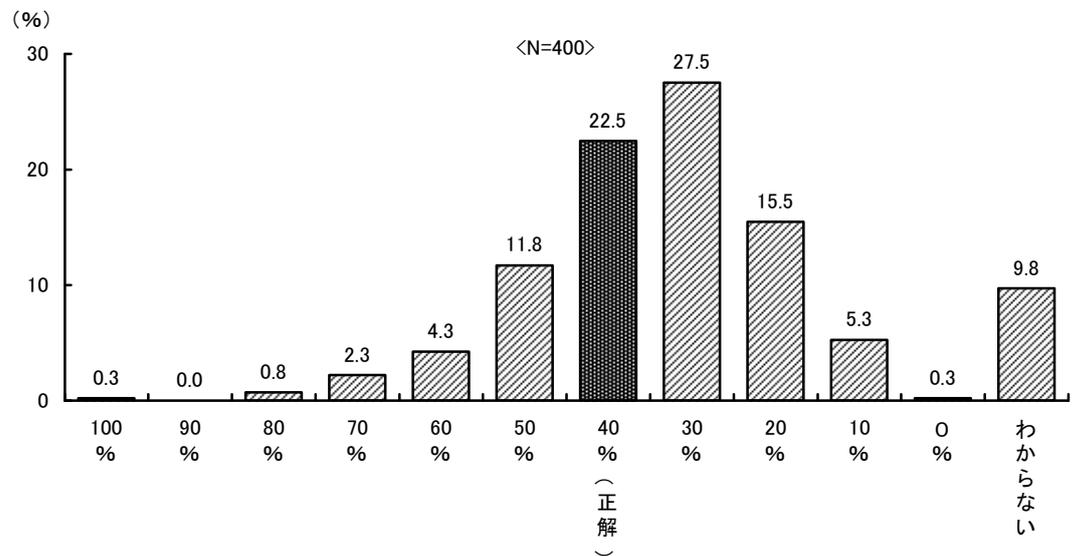
## 【前回調査との比較】

前回の調査と比べ、“関心がある(とても+まあ)”(前回73.8%→今回72.3%)、“関心がない(あまり+まったく)”(同26.3%→27.8%)ともに前回と大きく変わっていません。

## 2. 現在、日本の食料自給率はどれくらいだと思うか

正解である「40%」(22.5%)は2割程度にとどまり、それより低い(48.5%)と見ている人が多い。

図 41. 現在、日本の食料自給率はどれくらいだと思うか



年齢	30代 <n=200>	0.5	-	-	3.0	3.0	8.0	24.0	27.0	14.5	6.5	0.5	13.0
	40代 <n=200>	-	-	1.5	1.5	5.5	15.5	21.0	28.0	16.5	4.0	-	6.5
食安の全	関心がある <n=289>	0.3	-	1.0	2.4	5.2	8.3	24.2	30.8	16.3	4.5	0.3	6.6
	関心がない <n=111>	-	-	-	1.8	1.8	20.7	18.0	18.9	13.5	7.2	-	18.0

現在、日本の食料自給率はどれくらいだと思うか尋ねたところ、「30%」(27.5%)が最も多く、正解である「40%」(22.5%)は2割程度にとどまっています。以下、「20%」(15.5%)、「50%」(11.8%)などが続き、実際より低いと見ている“30%以下”の人が半数近く(48.5%)を占めています。また、「わからない」(9.8%)も1割近くみられます。

年齢別にみると、正解である「40%」の割合は《30代》(24.0%)と《40代》(21.0%)の間にあまり差はありませんが、それより高いパーセンテージをあげる割合は《30代》(14.5%)よりも《40代》(24.0%)の方が高く、《30代》では「わからない」(13.0%)の割合が《40代》(6.5%)よりも高めです。

食の安全への関心度別にみると、《関心がある》層の正解率は24.2%で、《関心がない》(18.0%)層を若干上回っています。《関心がない》層では、「わからない」(18.0%)が《関心がある》層(6.6%)に比べて多く、《関心がある》層では“30%以下”(51.9%)の割合が半数を超え、《関心がない》層(39.6%)よりかなり多くなっています。

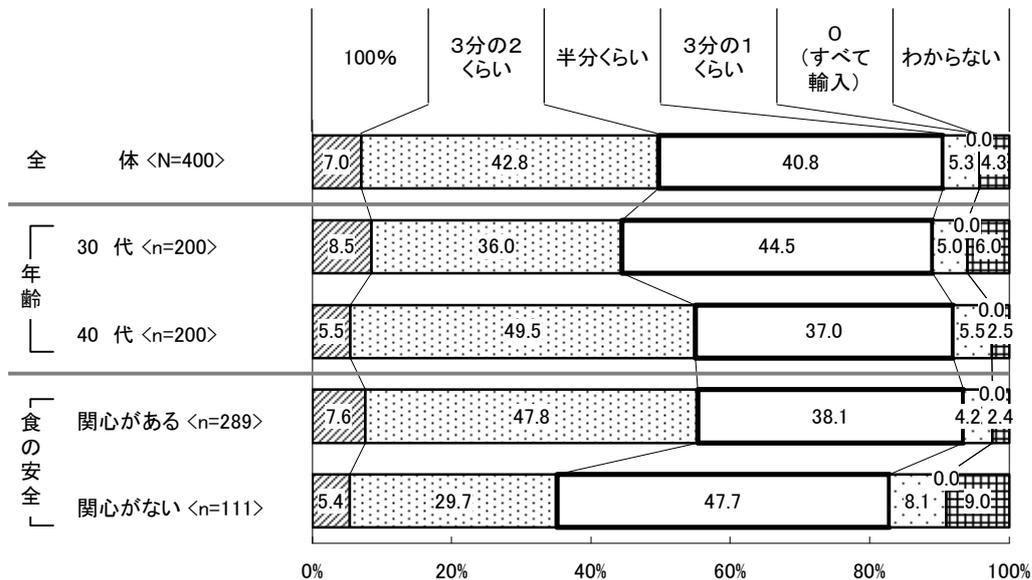
### 【前回調査との比較】

前回調査と比べ、「40% (正解)」(前回 21.5%→今回 22.5%)の割合はあまり変わりませんが、“30%以下”(同 57.0%→48.5%)の割合が減り、「わからない」(同 6.5%→9.8%)、“50%以上”(同 15.0%→19.3%)などが増えています。

### 3. 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか

「3分の2くらい」(42.8%)が最も多く、次いで「半分くらい」(40.8%)、「100%」(7.0%)と現在よりも自給率をアップすべきと考えている人が大半で、現在よりも低い「3分の1くらい」(5.3%)という回答はごくわずか。

図 42. 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか



日本は、どの程度食料を自給すべきだと思っているでしょうか。

「3分の2くらい」(42.8%)、「半分くらい」(40.8%)がともに4割程度で多く、以下はかなり少なくなります。また、「100% (家畜の飼料を含めて輸入品なし)」(7.0%)が続きます。現在よりも自給率をアップすべきと考えている人が大多数を占めています。現在よりも低い「3分の1くらい」(5.3%)はごくわずかです。「0 (すべて輸入)」(0.0%)という人は皆無でした。

年齢別にみると、あまり大きな差はありませんが、「30代」よりも「40代」の方がより高い自給率をあげる傾向があります。

食の安全への関心度別でみると、「関心がない」人の方が「3分の1くらい」(47.7%)や「わからない」(9.0%)とする割合が、「関心がある」人(順に38.1%、2.4%)に比べて高めです。

#### 【前回調査との比較】

前回の調査結果と比べても、大きな変動はありません。

#### 4. 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」(52 件)が最も多く“食の安全”に対する関心が高い。以下、「家族そろって楽しく食事をする」(44 件)、「食べ残しをなくす／食料廃棄を減らす」(42 件)、「食料自給率を上げる／国内産の食品を食べる」(40 件)、「無添加、無農薬」(30 件)、「冷凍食品、コンビニ弁当、ジャンクフードをなるべく避ける」(30 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	52
2	家族そろって楽しく食事をする	44
3	食べ残しをなくす／食料廃棄を減らす	42
4	食料自給率を上げる／国内産の食品を食べる	40
5	無添加、無農薬	30
	冷凍食品、コンビニ弁当、ジャンクフードをなるべく避ける	30
7	栄養バランスに気をつけ、身体によい食事をする	26
8	米、和食中心の食事、調理法	18
9	旬の食材を選んで食べる	15
	地産地消	15
11	自給自足、家庭菜園	14
12	食事のマナー、箸の持ち方などをきちんとする	12
	好き嫌いをしない	12
14	一日三食きちんと食べる	11
15	安定した価格で食品が手に入るように	8
16	農業体験などで農家へのありがたみを教える	6
	農家への国の援助など、国内農業の発展	6
	生産者や食事を作ってくれた人への感謝の気持ち	6
	その他	35

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」(52 件)が最も多く“食の安全”に対する関心が高いことがうかがえます。以下、「家族そろって楽しく食事をする」(44 件)、「食べ残しをなくす／食料廃棄を減らす」(42 件)、「食料自給率を上げる／国内産の食品を食べる」(40 件)、「無添加、無農薬」(30 件)、「冷凍食品、コンビニ弁当、ジャンクフードをなるべく避ける」(30 件)、「栄養バランスに気をつけ、身体によい食事をする」(26 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。