

—東京近郊の子どもを持つ母親 400 人に聞く—

食生活の実態と“食”への意識

2021 年 4 月

目次

■調査企画	1
■調査結果の内容	3

I 子どものいる主婦 400 人に聞く 食生活の実態

1. 普段食事の支度にかかる時間 5

- 【朝食】の支度にかかる時間は、「10～20 分未満」(46.8%)、「30～40 分未満」(24.5%)、「20～30 分未満」(21.5%)などが多く、平均「19.7 分」。
- 【夕食】の支度にかかる時間は、「60～70 分未満」(46.3%)が最も多く、平均「57.7 分」と、かけている時間は【朝食】よりもかなり長い。

2. 家族全員が揃って食事をとる回数 7

- 【朝食】は、「ほとんどない」(47.0%)が半数近くを占め、以下「2～3回」(21.3%)、「1回」(14.8%)などの順で、平均は「1.6 回」。
- 【夕食】では、「ほとんどない」(6.3%)は少なく、「2～3回」(39.0%)、「4～5回」(22.5%)、「6～7回」(18.0%)、「1回」(14.3%)の順。平均は「3.3 回」。

3. 家庭で、普段家族全員が揃って食事を食べる時の所要時間 9

- 【朝食】は、「10～20 分未満」(46.8%)、「30～40 分未満」(24.5%)、「20～30 分未満」(21.5%)が多く、平均「19.7 分」。
- 【夕食】は、「60～70 分未満」(46.3%)、「40～50 分未満」(16.3%)、「30～40 分未満」(11.8%)、「90～120 分未満」(12.8%)などの順で、平均「57.7 分」。コロナ禍の影響か、前回(45.3 分)よりも 10 分以上増える。

4. 食品を選ぶ時、特に気をつけている点 11

- 【生鮮食品】については、「価格」(71.0%)、「賞味期限・消費期限」(69.5%)、「見た目の新鮮さ」(68.5%)、「原産地」(44.0%)、「旬」(19.3%)、「添加物・農薬」(14.5%)などに気をつけている。
- 【加工食品】も、「賞味期限・消費期限」(61.3%)、「価格」(57.3%)が多いが、【生鮮食品】と比べると低い。以下、「おいしさ」(48.8%)、「添加物」(34.5%)、「材料の原産地」(31.8%)、「原材料」(29.0%)などの順。

5. 料理・食品は、購入することが多いか、自分で作ることが多いか 13

- 「購入することが多い」が多いのは【a】だし(83.8%)と【c】ドレッシング(79.5%)が多く、次いで【b】漬物(49.0%)。
- そのほかの料理・食品はいずれも「作ることが多い」の方が多く、【l】みそ汁(90.8%)では9割を超え、以下【d】カレー(83.0%)、【k】おにぎり(80.3%)、【e】ハンバーグ(75.0%)、【j】きんぴらごぼう(73.5%)、【m】おでん(71.0%)などの順。

6. “我が家の味” といえばどんな料理か 16

- 「カレー」(9.8%)、「ハンバーグ」(9.8%)、「肉じゃが」(9.3%)、「鶏の唐揚げ」(9.0%)、「ギョウザ」(8.8%)、「豚汁」(5.8%)、「味噌汁」(4.5%)など、さまざまな“我が家の味”がある。

7. 食材を購入して使い切れなかったり、食べ残したりして、食品を捨てる量..... 17

“少ない”(63.0%)が多数を占め、“多い”(14.0%)は1割台。

8. 食品を捨てることについて、どのように感じているか..... 18

「もったいない」(92.8%)をはじめ、「もっと計画的に購入したい」(62.3%)、「作った人に申し訳ない」(44.8%)など、捨てることに“後ろめたさ”を感じている人や、「肥料などに加工できるとよい」(21.0%)、「家畜の飼料に利用できるとよい」(14.5%)、「堆肥などに利用したい」(9.8%)など“再利用”を期待する声も多いが、「健康や安全のために仕方がない」(16.3%)と、やむを得ないこととして受け入れている人も。

9. 家族揃って外食する頻度..... 19

「月に1回くらい」(30.3%)、「2、3カ月に1回くらい」(25.3%)、「月に2~3回くらい」(16.8%)などが多いが、「ほとんどない」(14.5%)や「週に1回以上」(7.3%)もあり、家庭による差は大きい。平均は「月に1.2回」。

10. 家庭の野菜などの自家生産は、一カ月に大体いくらくらいか..... 20

“野菜など自家生産”しているのは1割強(11.0%)で、その額を市価に換算した一カ月の平均は「1,232円」。

11. 食品ロス削減のために、どのような工夫をしているか..... 21

「残っている食材から使う」(73.3%)、「賞味期限・消費期限の短い食品から使用する」(70.0%)、「冷凍保存を活用する」(70.0%)、「食材を買い過ぎない」(68.0%)、「買い物前に食品の在庫を確認する」(57.5%)など、多くの工夫をしている。

12. コロナ禍で、家庭での食事にはどのような変化があったか..... 22

【3】外食の機会】は「短くなった・減った」(82.3%)が圧倒的に多い。そのほかの項目では「長くなった・増えた」が多く、【2】家族全員での食事の機会】(43.5%)、【4】テイクアウトの機会】(42.3%)、【1】食事時間】(32.3%)、【9】家族の調理への参加】(31.5%)、【10】料理のレパートリー】(26.8%)などの順。

Ⅱ 子どものいる主婦400人に聞く “食”に関する意識

1. 毎日の食生活で、特に重視していること..... 24

「家族の好み」(73.3%)、「おいしさ」(68.5%)、「栄養」(64.8%)が特に多く、家族を喜ばせることや家族の健康が重要視されている。以下、「経済性」(27.8%)、「安全性」(17.5%)、「簡便性」(15.0%)、「食材の活用」(12.0%)などを重視している。

2. “食”について、関心があること..... 26

「献立・レシピ」(86.8%)が最も多く、献立を考える苦労がうかがえる。以下、「調理の技術・コツ」(62.8%)、「からだに良い食べ物」(58.0%)、「おいしい食品・店」(53.3%)、「栄養」(51.5%)など、家族のために“食”に関するさまざまな情報に関心を持っている。

3. “食”に関する感謝の気持ちを持っているか 27

ほぼ全員が感謝の気持ちが“ある”(99.0%)。

●感謝の気持ちを持っていることは、「農業・漁業従事者に対して」(65.9%)、「おいしいものがおいしく食べられることに対して」(65.9%)、「食べ物のいのちを食べることに対して」(62.6%)、「自然の恩恵に対して」(58.1%)などで、自然や生産者に対して感謝の気持ちが強く、また前回よりも増えている項目が多い。

4. “食の安全”について、どの程度関心を持っているか 29

関心が“ある”(95.3%)人が9割を超える。

5. “食の安全”のための対応や、生活習慣として実行していること 30

「原産地を確認する」(73.8%)、「なるべく手作りする」(55.0%)、「食品の表示をよく読む」(50.5%)、「気になる添加物を使っている食品は利用しない」(37.8%)、「地元でとれた野菜・果物やその加工品を利用する」(27.5%)、「なるべく加工度の低い食品を利用する」(27.0%)など、できるだけ安全な食品を利用することを心掛けているが、前回と比べると総じて低い割合。

6. 出来合いの惣菜について、どう考えているか 31

「すぐ食べられて便利」(87.0%)、「自分では作り難い料理が食べられる」(60.5%)、「少量欲しい時によい」(36.0%)、「おいしい」(32.5%)、「いろいろな味が楽しめる」(31.3%)といった“肯定的意見”が多く、また前回よりも増加している。“否定的意見”としては、「価格が高い」(45.3%)、「味が濃い」(33.8%)、「カロリーが高い」(20.3%)などがみられる。

7. 自分自身や家庭の「食生活」について望んでいること、実現していること 33

●“望んでいること”は、「料理のレパートリーが多い」(86.8%)、「なるべく手作りする」(81.3%)、「料理が上手」(79.0%)といった“料理の技術向上”を望む声のほか、「食事の支度にあまり時間をかけない」(71.8%)といった“時短”、「安全な食品を利用する」(68.0%)といった“安全”や、「子どもに教えたり伝えたりする」(63.8%)、「家族が揃って食事をする」(62.0%)、「ゆっくり味わいながら食事をする」(61.5%)など、さまざまなことを望んでいる。

●“実現していること”は、「なるべく手作りする」(67.8%)、「食事の支度にあまり時間をかけない」(48.5%)、「夫や子どもの弁当を作る」(46.3%)、「食事時の会話が多い」(40.5%)などが多いが、“望んでいること”で上位だった「料理のレパートリーが多い」(7.0%)、「料理が上手」(7.3%)はあまり実現できていない。

Ⅲ 子どものいる主婦 400 人に聞く “食育”に関する意識と実態

1. これまで料理や食についての知識を、主に誰から教わったり、何かからとり入れてきたか 37

「母親」(85.5%)と並んで「インターネット」(78.3%)が多く、特に「インターネット」は前回からの伸びが極めて大きい。以下、「テレビ番組」(54.3%)、「本」(45.8%)、「雑誌」(35.0%)といったメディアやネット情報、「友人」(33.5%)、「祖母」(20.8%)の口コミ、「外食して」(20.8%)などが続く。

●「インターネット」で見ると「レシピサイト(アプリ含む)」(94.6%)が突出して多く、以下「動画・ライブ配信サイト」(32.6%)、「ソーシャルメディア」(20.4%)、「記事サイト(ニュース、特集など)」(13.4%)など。

2. 子育てをする中で、食べ物や食事について、言い聞かせたり、守らせようとしたこと... 39

「食べ物を粗末にしない」(79.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(78.0%)、「食卓に肘をつかない」(71.8%)、「好き嫌いをしない」(66.3%)、「食事中に携帯電話・スマートフォンを使わない」(62.5%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(51.3%)など、“食”についてきちんと教えようという母親の意識は強いが、前回に比べると総じて低く、前回より伸びているのは「食事中に携帯電話・スマートフォンを使わない」(前回 51.0%→今回 62.5%)。

3. 子育ての中で、食べ物や食事について、参加・実行させるようにしてきたこと..... 40

「食事後の食器を運ぶ」(82.8%)、「食卓の準備」(67.8%)、「食事の支度」(64.3%)、「食品の買い物」(48.3%)、「食器を洗う」(36.5%)などを子どもに参加・実行させている。

●“食事の支度”の具体的な内容は、「野菜などの皮をむく、切る」(69.3%)、「料理を作る」(68.1%)、「お米をとぐ」(63.8%)、「野菜などを洗う」(59.1%)、「ご飯を炊く」(44.7%)など。

●第一子が一番はじめに作った料理は、「カレー」(18.9%)、「卵焼き、だし巻き卵」(16.6%)、「味噌汁」(9.7%)、「目玉焼き」(5.1%)などの順。

●“食事の支度”を第一子に参加させるようになった年齢は、「4～6歳」(43.6%)が最も多く、「3歳以下」(17.9%)を合わせた“小学校入学前までに”が6割強(61.5%)で、平均は「6.3歳」。

4. 「おはし」を正しく持っているか..... 44

「正しく持っている」(83.0%)が多数を占めるが、「正しく持っていない」(17.0%)人も少なくない。

IV 子どものいる主婦 400 人に聞く “日本の農業や食”に関する意識と実態

1. 現在、日本の「食料自給率」はどれくらいだと思うか..... 45

正解の「40%」は4人に1人の割合にとどまり、“30%以下”と思っている人が約4割(39.5%)、“50%以上”と思っている人が2割台(24.5%)。

2. 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか..... 46

「3分の2くらい」がほぼ半数(49.0%)を占め、次いで「半分くらい」(37.3%)が続く。

3. これからの“農畜水産物”に対する要望..... 47

「安全な」(95.8%)をはじめ、「おいしい」(81.0%)、「安い」(53.3%)、「価格変動の少ない」(50.5%)、「抗生物質を使っていない」(49.8%)、「減農薬の」(45.3%)、「無農薬の」(36.8%)、「作った人が分かる」(31.5%)、「有機栽培の」(29.5%)などがあげられ、総じて“食の安全”に対する要望が極めて高い。

4. 食に関する社会的課題や取り組みで関心のあるもの..... 49

「食品ロス」(74.3%)と「食の安全」(66.3%)がともに7割前後で多く、以下「子ども食堂」(42.0%)、「廃プラ(使い捨てプラスチック容器)」(40.8%)、「食品リサイクル」(36.0%)、「フードバンク」(19.0%)などの順。

5. 食に関する社会課題に対して、取り組んでいることや心掛けていること 50

「エコバッグを使用する」(94.3%)、「ごみの分別は自治体の指定を守る」(82.8%)、「食品は使い切る」(77.8%)の実施率が特に高い。以下、「コロナ禍で打撃を受けている農畜水産物生産者の応援」(22.0%)、「コロナ禍で打撃を受けている飲食従事者の応援」(18.8%)、「マイカップ・マイ箸を使用する」(18.5%)、「使い捨て容器を使用しない」(15.3%)などを実行している。

調査企画

1. 調査目的

この調査は、東京近郊に住む30～59歳の母親を対象に、“食”をとりまく状況について聞き、現代家庭の“食”の実態と、母親の食に対する意識を明らかにすることを目的に実施しました。

なお、6年前の2015年に行った調査「－東京近郊の子どもを持つ母親400人に聞く－食生活の実態と“食”への意識」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30～59歳の母親

3. 調査方法

調査地点を無作為に抽出し、地点内に居住する該当条件の母親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

2021年3月18日（木）～3月28日（日）

6. 標本構成

有効回収サンプル400人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：44.9歳）

サンプル数	30～ 34歳	35～ 39歳	40～ 44歳	45～ 49歳	50～ 54歳	55～ 59歳
400	38	95	61	72	73	61
100.0	9.5	23.8	15.3	18.0	18.3	15.3

F2. 職業

サンプル数	常勤	パート・ アルバイト	家業 従事	その他 有職	無職 (専業主婦)
400	46	232	15	9	98
100.0	11.5	58.0	3.8	2.3	24.5

F3. 同居家族人数(自身を含む)（平均：4.0人）

サンプル数	2人	3人	4人	5人	6人 以上
400	20	100	176	84	20
100.0	5.0	25.0	44.0	21.0	5.0

F4. 子どもの人数(非同居を含む)(平均:2.1人)

サンプル数	1人	2人	3人	4人以上
400	73	224	93	10
100.0	18.3	56.0	23.3	2.5

F4-1. 子どもの学齢(複数回答)

サンプル数	未就学児	小学校1~3年生	小学校4~6年生	中学生	高校生	大学・専門学校など生	社会人
400	89	94	105	94	102	90	107
100.0	22.3	23.5	26.3	23.5	25.5	22.5	26.8

F4-2. 第一子の性別

サンプル数	男子	女子
400	212	188
100.0	53.0	47.0

F5. 親世帯との同居の有無

サンプル数	している	していない
400	37	363
100.0	9.3	90.8

F6. 住居形態

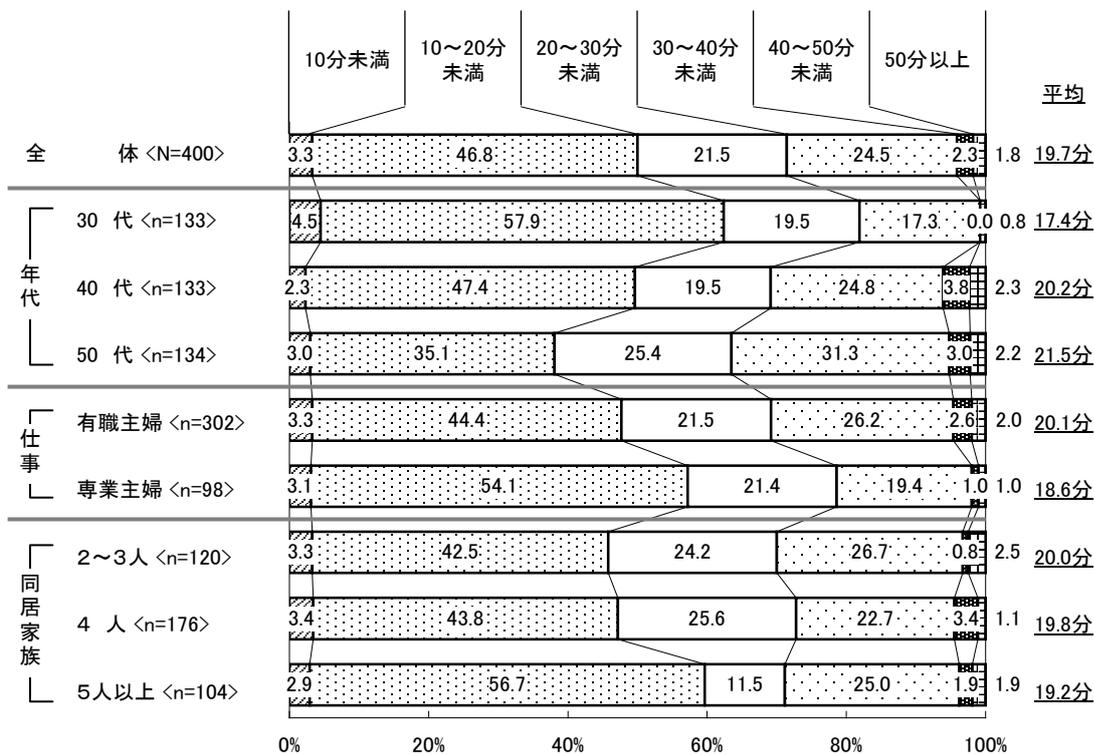
サンプル数	戸建	集合住宅
400	257	143
100.0	64.3	35.8

調査結果の内容

1. 普段食事の支度にかかる時間

- 【朝食】の支度にかかる時間は、「10～20分未満」(46.8%)、「30～40分未満」(24.5%)、「20～30分未満」(21.5%)などが多く、平均「19.7分」。
- 【夕食】の支度にかかる時間は、「60～70分未満」(46.3%)が最も多く、平均「57.7分」と、かけている時間は【朝食】よりもかなり長い。

図 1. 普段食事の支度にかかる時間【a）朝食】



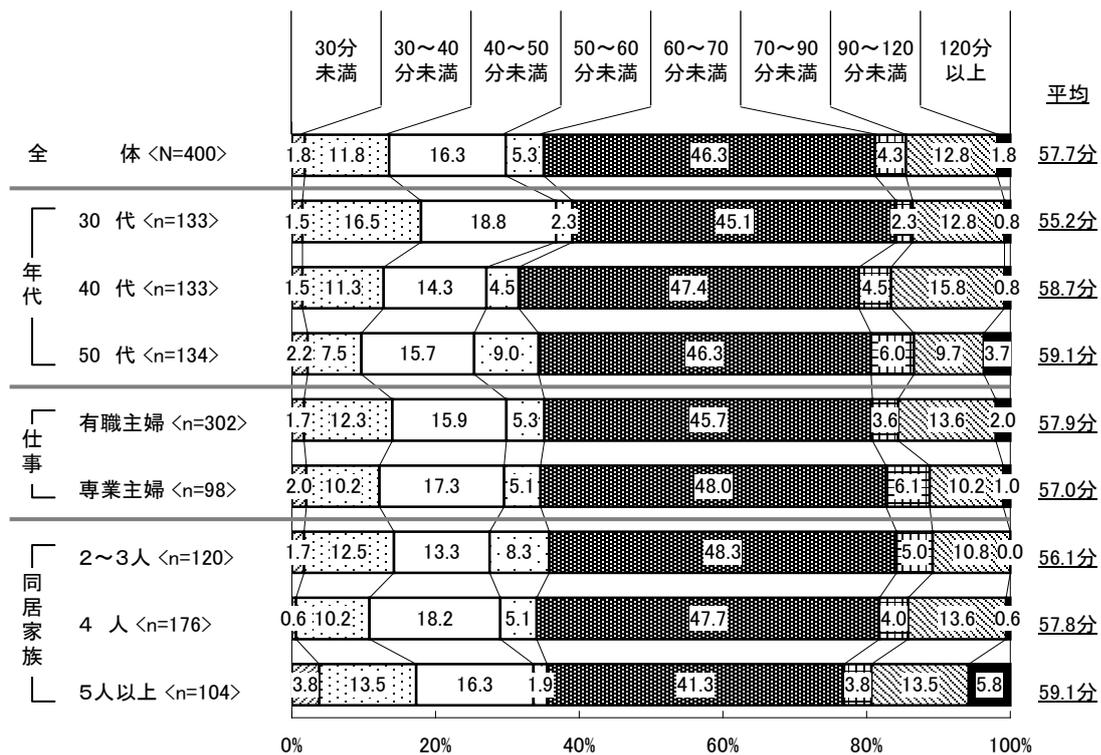
普段食事の支度にかかる時間はどのくらいか、朝食と夕食の場合に分けて聞いてみたところ、まず【a）朝食】については、「10～20分未満」(46.8%)が半数近くを占めて最も多く、次いで「30～40分未満」(24.5%)、「20～30分未満」(21.5%)が2割台で続き、平均「19.7分」となっています。

年代別にみると、年代が上がるほど朝食の支度にかけている時間は長く、例えば「30～40分未満」の割合は、《30代》(17.3%)では1割台、《40代》(24.8%)では2割台、《50代》(31.3%)では3割台となっています。

仕事の有無別では、《専業主婦》よりも《有職主婦》の方が朝食の支度にかかる時間は若干長めです。

同居家族数別では、あまり差はありません。

図 2. 普段食事の支度にかかる時間【b）夕食】



次いで、【b）夕食】にかかる時間をみると、「60～70分未満」（46.3%）が半数近くを占めて最も多く、次いで「40～50分未満」（16.3%）、「90～120分未満」（12.8%）、「30～40分未満」（11.8%）などの順で、総じてあまり時間をかけていなかった【a）朝食】の場合に比べてバラツキの多い結果となっています。平均は「57.7分」で、【a）朝食】（19.7分）よりも40分近く長い時間をかけています。

年代別にみると、【a）朝食】ほどではありませんが、年代が上がるほどかけている時間は長く、平均は《30代》（55.2分）に比べ、《50代》（59.1分）では4分ほど長くなっています。

仕事の有無別ではあまり大きな差はみられません。

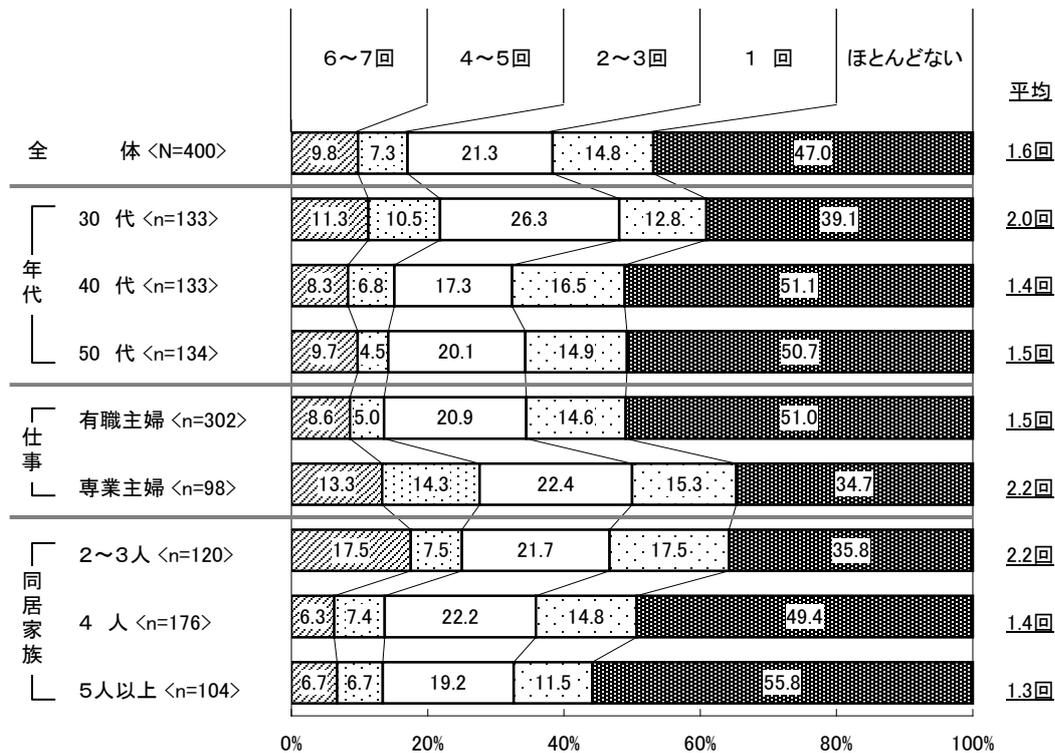
同居家族数別にみると、同居家族が多いほど夕食の支度にかけている時間も長く、平均は《5人以上》（59.1分）では《2～3人》（56.1分）よりも3分ほど長くなっています。

◆前回調査（2015年4月実施）と比較すると、【a）朝食】（前回21.2分→今回19.7分）はやや減っています。【b）夕食】（同57.9分→57.7分）はほぼ横ばいです。

2. 家族全員が揃って食事をとる回数

- 【朝食】は、「ほとんどない」(47.0%)が半数近くを占め、以下「2～3回」(21.3%)、「1回」(14.8%)などの順で、平均は「1.6回」。
- 【夕食】では、「ほとんどない」(6.3%)は少なく、「2～3回」(39.0%)、「4～5回」(22.5%)、「6～7回」(18.0%)、「1回」(14.3%)の順。平均は「3.3回」。

図 3. 家族全員が揃って食事をとる回数は週に何回くらいか【a）朝食】



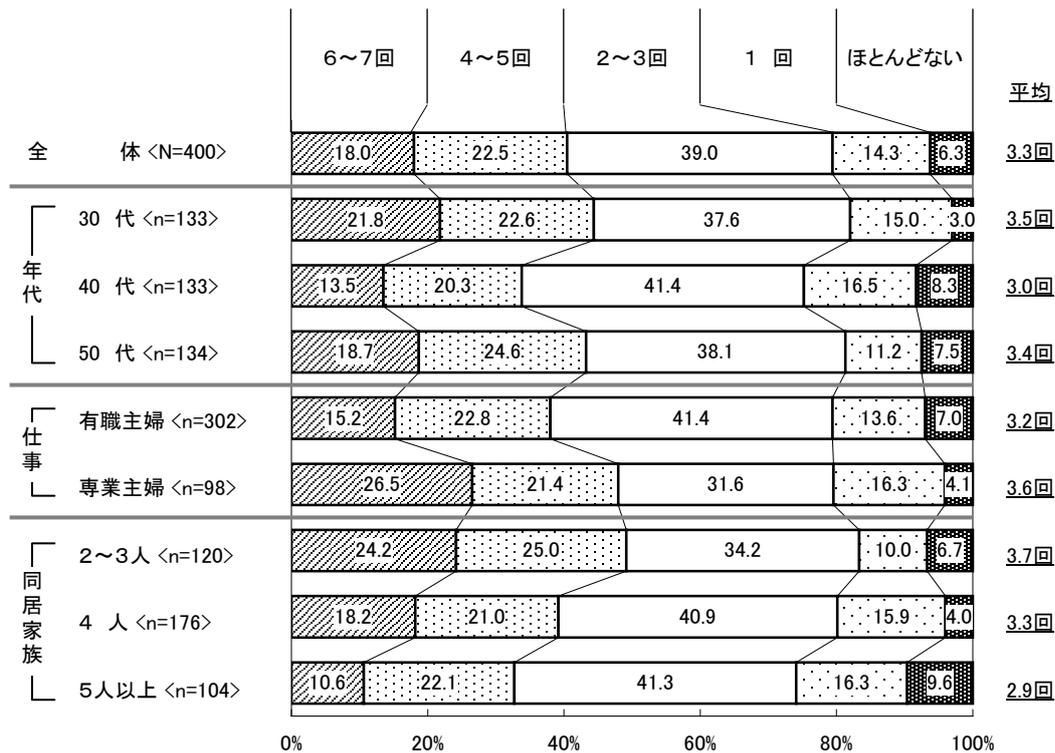
家族全員が揃って食事をとる回数は週に何回くらいか、朝食と夕食の場合に分けてみると、まず【a）朝食】については、「ほとんどない」(47.0%)が半数近くを占めており、家族揃って朝食をとることの難しさがうかがわれます。週に1回以上とっている場合では、「2～3回」(21.3%)、「1回」(14.8%)などの順で、平均は「1.6回」となっています。なお、「ほとんどない」を除いた、週に1回以上とっているという人における平均は「3.1回」です。

年代別にみると、「ほとんどない」の割合は《30代》(39.1%)では低く、《40代》(51.1%)、《50代》(50.7%)に比べ10ポイント以上下回っています。《30代》では子どもがまだ小さく、一緒に朝食をとりやすいのかもしれませんが。

仕事の有無別にみると、「ほとんどない」の割合は《専業主婦》(34.7%)よりも《有職主婦》(51.0%)の方が15ポイント近く高くなっており、やはり仕事を持っていると揃って朝食をとることは難しくなるようです。

同居家族数別にみると、同居家族が増えるほど「ほとんどない」の割合は高く、《2～3人》(35.8%)では3割台、《4人》(49.4%)では半数に近くなり、《5人以上》(55.8%)では半数を超えています。家族が多いほど、全員揃うのは難しくなるようです。

図 4. 家族全員が揃って食事をとる回数は週に何回くらいか【b）夕食】



次いで、【b）夕食】を家族揃ってとる回数は、「ほとんどない」(6.3%)は1割以下で、半数近く(47.0%)を占めていた【a）朝食】のケースとは大きく異なります。最も多いのは「2~3回」(39.0%)で、以下「4~5回」(22.5%)、「6~7回」(18.0%)、「1回」(14.3%)の順です。平均は「3.3回」、「ほとんどない」を除いた、週に1回以上とっているという人における平均は「3.5回」となっています。

年代別にみると、平均は《30代》(3.5回)、《50代》(3.4回)に比べ、《40代》(3.0回)ではやや低めです。

仕事の有無別にみると、やはり【a）朝食】と同じように、揃って夕食をとる頻度は《有職主婦》よりも《専業主婦》の方がやや高くなっています。

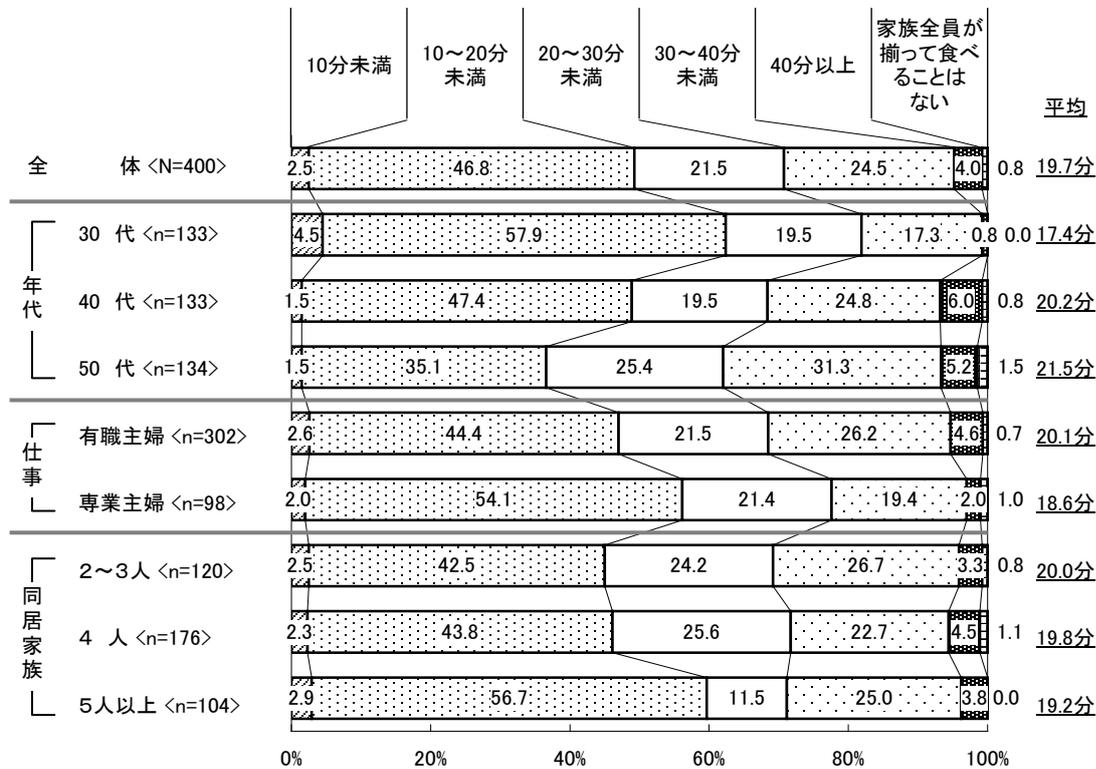
同居家族数別にみると、やはり【a）朝食】同様、同居家族が増えるほど回数は少なく、平均は《2~3人》3.7回、《4人》3.3回、《5人以上》2.9回となっています。

◆前回調査と比較すると、【a）朝食】については、「ほとんどない」(前回42.3%→今回47.0%)が5ポイントほど増え、週に1回以上とっている割合はいずれも少しずつ減っており、家族揃ってとる頻度は減少傾向にあります。平均も前回「1.8回」→今回「1.6回」とやや減っています。一方、【b）夕食】は逆に頻度が増えており、例えば「6~7回」(前回12.8%→今回18.0%)は5ポイントほど増えています。平均も前回「2.9回」→今回「3.3回」とやや増えています。

3. 家庭で、普段家族全員が揃って食事を食べる時の所要時間

- 【朝食】は、「10～20分未満」(46.8%)、「30～40分未満」(24.5%)、「20～30分未満」(21.5%)が多く、平均「19.7分」。
- 【夕食】は、「60～70分未満」(46.3%)、「40～50分未満」(16.3%)、「30～40分未満」(11.8%)、「90～120分未満」(12.8%)などの順で、平均「57.7分」。コロナ禍の影響か、前回(45.3分)よりも10分以上増える。

図 5. 家庭で、普段家族全員が揃って食事を食べる時の所要時間【a）朝食】



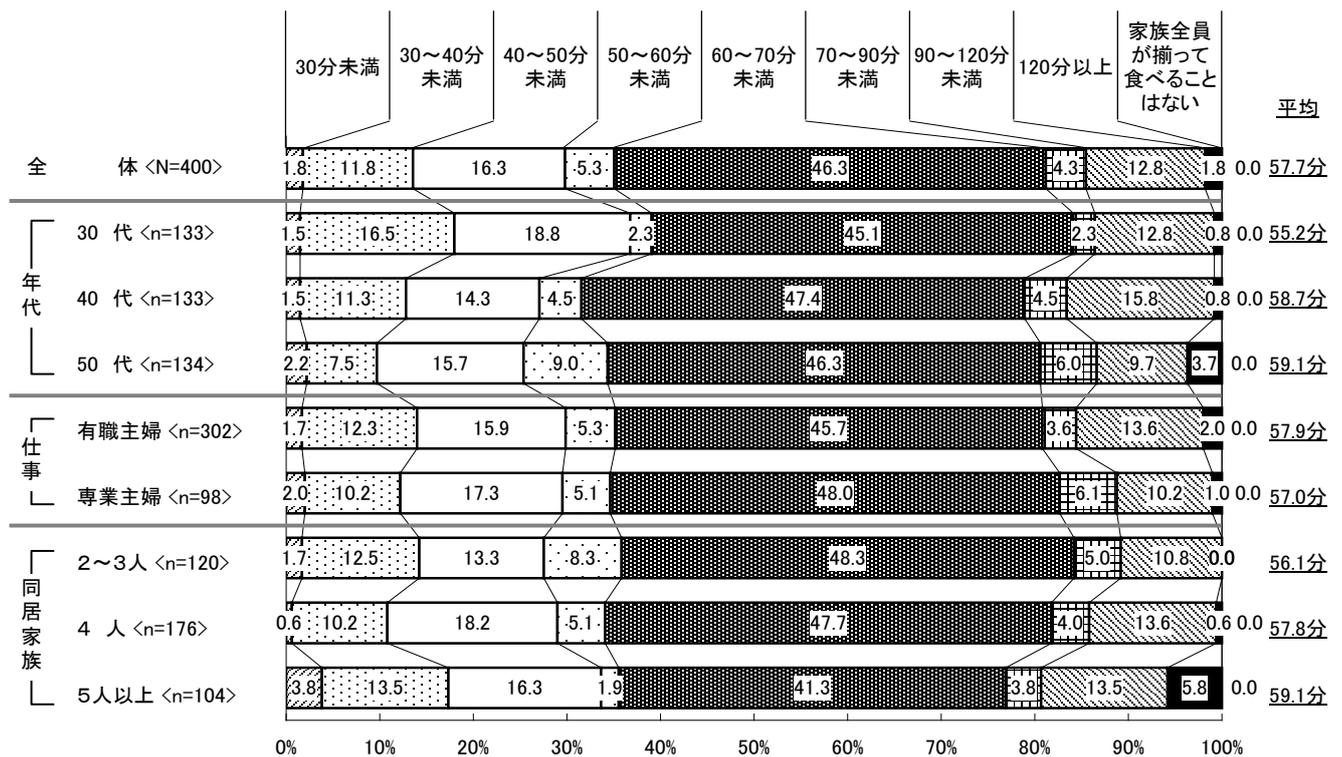
普段家族全員が揃って食事を食べる時間はどのくらいか、ここでも朝食と夕食の場合に分けてみると、まず【a）朝食】については、「家族全員が揃って食べることはない」(0.8%)はごくわずかで、最も多いのは「10～20分未満」(46.8%)で、半数近くに達しています。次いで、「30～40分未満」(24.5%)、「20～30分未満」(21.5%)がともに2割台で続き、平均「19.7分」となっています。

年代別にみると、平均は《40代》(20.2分)、《50代》(21.5分)に比べ、《30代》(17.4分)ではやや短めです。

仕事の有無別にみると、平均は《有職主婦》(20.1分)の方が《専業主婦》(18.6分)よりもやや長い時間となっています。

同居家族数別では、あまり差はありません。

図 6. 家庭で、普段家族全員が揃って食事を食べる時の所要時間【b）夕食】



次いで、【b）夕食】を揃って食べる時の所要時間は、「60～70分未満」（46.3%）が半数近くで最も多くなっていますが、そのほかの項目は高くても1割台で、「40～50分未満」（16.3%）、「30～40分未満」（11.8%）、「90～120分未満」（12.8%）などの順です。平均は「57.7分」で、【a）朝食】（19.7分）の3倍近い時間となっています。

年代別にみると、《30代》（平均55.2分）での所要時間が、《40代》（58.7分）、《50代》（59.1分）に比べてやや短めです。

仕事の有無別ではあまり大きな差はありません。

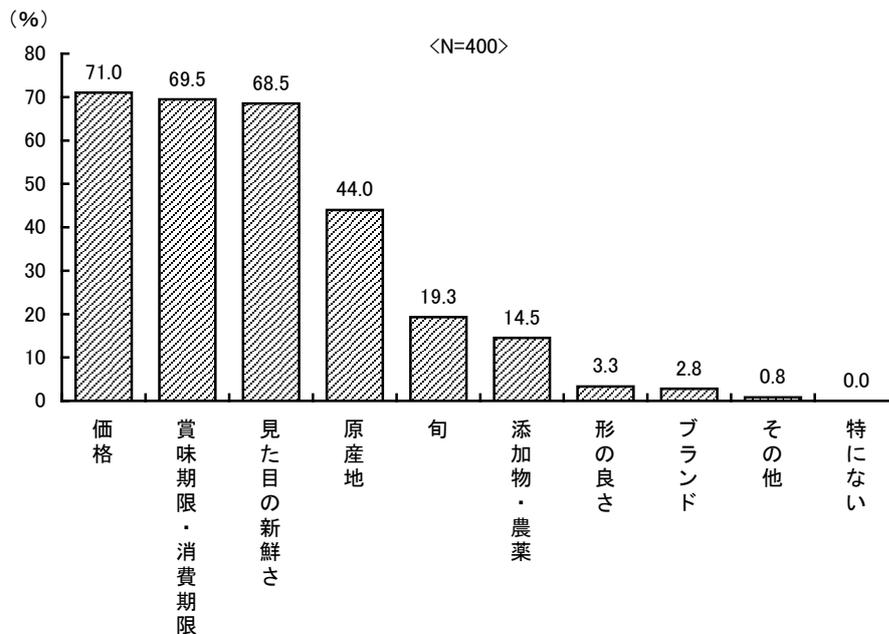
同居家族数別にみると、同居家族が多いほど時間は長く、平均は同居家族が《2～3人》56.1分、《4人》57.8分、《5人以上》59.1分となっています。家族が多いほど夕食はにぎやかに楽しくとっている様子がうかがえます。

◆前回調査と比べてみると、【a）朝食】（前回平均22.3分→今回19.7分）はやや減っている程度ですが、【b）夕食】（同45.3分→57.7分）は10分以上増えています。今回のコロナ禍で自宅にいる時間が増えたことによる影響が、特に夕食に強く出ているようです。

4. 食品を選ぶ時、特に気をつけている点

- 【**生鮮食品**】については、「価格」(71.0%)、「賞味期限・消費期限」(69.5%)、「見た目の新鮮さ」(68.5%)、「原産地」(44.0%)、「旬」(19.3%)、「添加物・農薬」(14.5%)などに気をつけている。
- 【**加工食品**】も、「賞味期限・消費期限」(61.3%)、「価格」(57.3%)が多いが、【**生鮮食品**】と比べると低い。以下、「おいしさ」(48.8%)、「添加物」(34.5%)、「材料の原産地」(31.8%)、「原材料」(29.0%)などの順。

図 7. “生鮮食品”を選ぶ時、特に気をつけている点 (回答は3つまで)



年代	30代 <n=133>	71.4	63.9	63.9	48.9	18.0	18.0	3.8	2.3	0.8	-
40代 <n=133>	77.4	65.4	70.7	43.6	19.5	9.8	2.3	3.0	0.8	-	
50代 <n=134>	64.2	79.1	70.9	39.6	20.1	15.7	3.7	3.0	0.7	-	
同居家族	2~3人 <n=120>	62.5	77.5	70.0	42.5	20.0	16.7	4.2	1.7	0.8	-
4人 <n=176>	72.7	65.9	70.5	48.3	17.6	15.3	2.3	3.4	0.6	-	
5人以上 <n=104>	77.9	66.3	63.5	38.5	21.2	10.6	3.8	2.9	1.0	-	

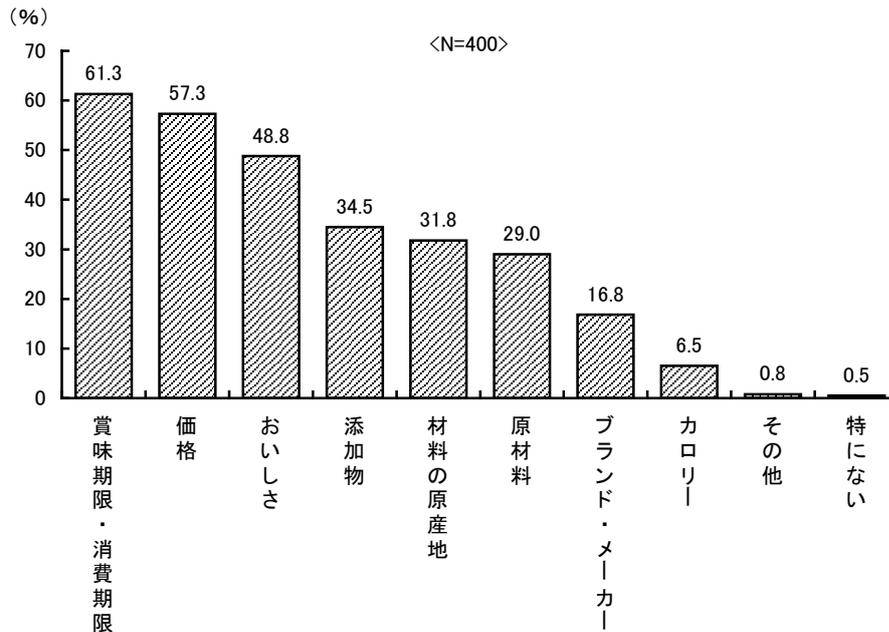
食品を選ぶ時、特に気をつけているのはどんな点か、まず野菜、魚介類、精肉など“生鮮食品”を選ぶ時に気をつけている点をみると、「価格」(71.0%)、「賞味期限・消費期限」(69.5%)、「見た目の新鮮さ」(68.5%)の3項目が7割前後で多く、次いで「原産地」(44.0%)も4割台で続いています。次いで、「旬」(19.3%)、「添加物・農薬」(14.5%)は1割台です。

年代別にみると、「賞味期限・消費期限」は年代が上がるほど高い割合で、「見た目の新鮮さ」もほぼ同様の傾向がみられます。一方、「原産地」は若い人ほど多くあげています。

同居家族数との関連をみると、同居家族が多い人ほど「価格」をあげる割合が高く、《5人以上》(77.9%)の人では《2~3人》(62.5%)の人よりも15ポイント以上も上回っています。一方、「見た目の新鮮さ」などは逆に同居家族が少ない人が高くなっています。

- ◆前回調査と比較すると、「原産地」(前回 56.5%→今回 44.0%)をあげる割合は10ポイント以上減っています。一方、「価格」(同 63.8%→71.0%)はやや増えています。

図 8. “加工食品”を選ぶ時、特に気をつけている点（回答は3つまで）



年代	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>
賞味期限・消費期限	53.4	57.1	73.1
価格	63.9	60.9	47.0
おいしさ	47.4	52.6	46.3
添加物	39.1	31.6	32.8
材料の原産地	27.8	31.6	35.8
原材料	31.6	24.1	31.3
ブランド・メーカー	15.8	16.5	17.9
カロリー	5.3	6.8	7.5
その他	0.8	0.8	0.7
特にない	0.8	0.8	-

同居家族	2~3人 <n=120>	4人 <n=176>	5人以上 <n=104>
賞味期限・消費期限	65.8	61.4	55.8
価格	52.5	57.4	62.5
おいしさ	40.8	54.0	49.0
添加物	35.0	36.4	30.8
材料の原産地	36.7	31.3	26.9
原材料	32.5	25.0	31.7
ブランド・メーカー	15.8	17.6	16.3
カロリー	10.0	4.5	5.8
その他	-	0.6	1.9
特にない	-	0.6	1.0

次いで、“加工食品”を選ぶ時に気をつけている点は、「賞味期限・消費期限」（61.3%）、「価格」（57.3%）の2項目を半数以上があげています。以下、「おいしさ」（48.8%）、「添加物」（34.5%）、「材料の原産地」（31.8%）、「原材料」（29.0%）などの順となっています。前ページの【生鮮食品】とは項目が違うので正確な比較はできませんが、「賞味期限・消費期限」（生鮮食品 69.5%、加工食品 61.3%）、「価格」（同 71.0%、57.3%）はいずれも【生鮮食品】と比べて低くなっています。

年代別にみると、《50代》では「賞味期限・消費期限」（73.1%）、「材料の原産地」（35.8%）が下の年代に比べて多く、「価格」（47.0%）が少なくなっており、「価格」以外の項目をより重視しています。

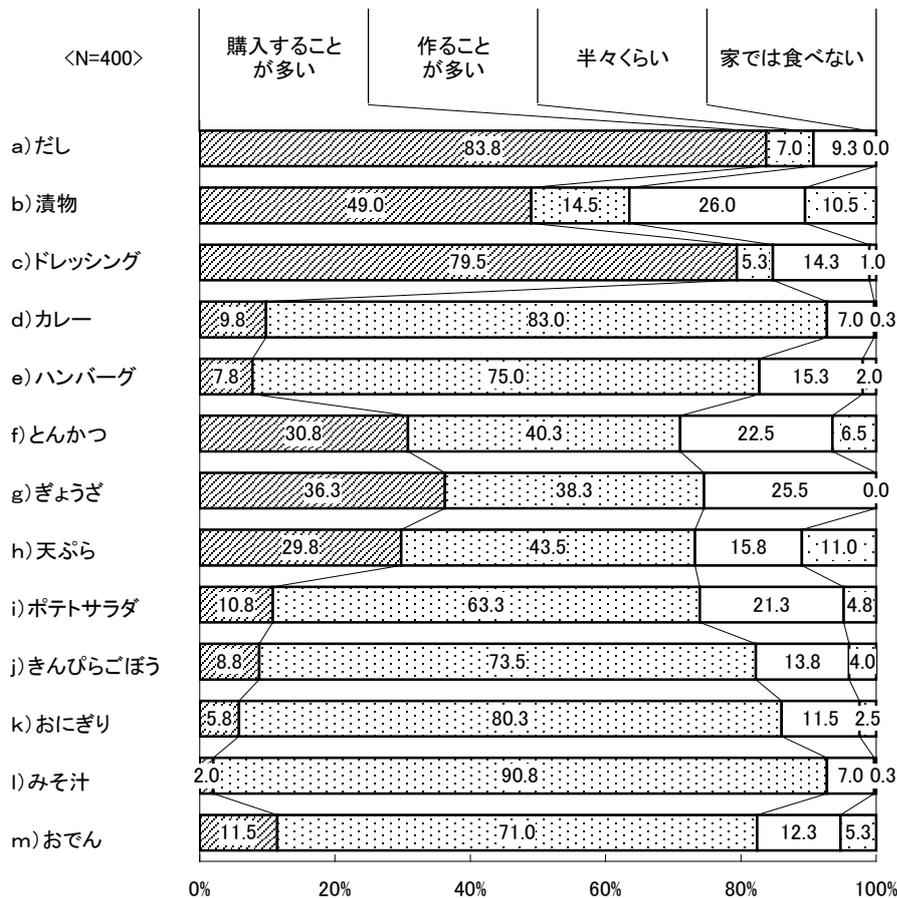
同居家族数別にみると、「賞味期限・消費期限」は同居家族が少ないほど、逆に「価格」は同居家族が多いほど、それぞれ高い割合となっています。

◆前回調査と比べ、「おいしさ」（前回 36.5%→今回 48.8%）が10ポイント以上増えており、また「価格」（同 50.5%→57.3%）も増えていますが、「賞味期限・消費期限」（同 71.8%→61.3%）、「原材料」（同 39.0%→29.0%）、「材料の原産地」（同 43.5%→31.8%）は10ポイント以上減っています。

5. 料理・食品は、購入することが多いか、自分で作ることが多いか

- 「購入することが多い」が多いのは【a）だし】(83.8%)と【c）ドレッシング】(79.5%)が多く、次いで【b）漬物】(49.0%)。
- そのほかの料理・食品はいずれも「作ることが多い」の方が多く、【l）みそ汁】(90.8%)では9割を超え、以下【d）カレー】(83.0%)、【k）おにぎり】(80.3%)、【e）ハンバーグ】(75.0%)、【j）きんぴらごぼう】(73.5%)、【m）おでん】(71.0%)などの順。

図 9. 料理・食品は、購入することが多いか、自分で作ることが多いか



【a）だし】～【m）おでん】の13種類の料理・食品について、それぞれ普段購入することが多いか、それとも自分で作ることが多いかを聞いてみたところ、「購入することが多い」が多いのは【a）だし】(83.8%)と【c）ドレッシング】(79.5%)が目立ち、ともに8割前後に達しています。次いで、【b）漬物】(49.0%)も半数近くを占め、この3種類では「作ることが多い」よりも「購入することが多い」という方が多くなっています。

しかし、そのほかの料理・食品では、いずれも「作ることが多い」の方が多数を占めており、特に【l）みそ汁】(90.8%)では9割を超えて最も多く、以下【d）カレー】(83.0%)、【k）おにぎり】(80.3%)では8割台、【e）ハンバーグ】(75.0%)、【j）きんぴらごぼう】(73.5%)、【m）おでん】(71.0%)では7割台を示しています。

表 1. 「購入することが多い」「作ることが多い」「半々くらい」の割合（属性別）

(%)

		サンプル数	a) だし	b) 漬物	c) ドレッシング	d) カレー	e) ハンバーグ	f) とんかつ	g) ぎょうざ	h) 天ぷら	i) ポテトサラダ	j) きんぴらごぼう	k) おにぎり	l) みそ汁	m) おでん
「購入することが多い」割合(%)															
全 体		400	83.8	49.0	79.5	9.8	7.8	30.8	36.3	29.8	10.8	8.8	5.8	2.0	11.5
年代	30代	133	86.5	41.4	76.7	11.3	8.3	36.8	35.3	33.8	12.8	7.5	7.5	3.0	12.0
	40代	133	84.2	45.9	82.0	9.0	4.5	24.8	36.8	26.3	6.8	6.8	3.0	-	9.8
	50代	134	80.6	59.7	79.9	9.0	10.4	30.6	36.6	29.1	12.7	11.9	6.7	3.0	12.7
仕事	有職主婦	302	84.1	51.7	81.1	8.3	7.6	27.8	37.4	30.8	10.9	8.9	6.3	2.3	12.9
	専業主婦	98	82.7	40.8	74.5	14.3	8.2	39.8	32.7	26.5	10.2	8.2	4.1	1.0	7.1
同居家族	2～3人	120	85.8	54.2	75.8	9.2	7.5	31.7	40.0	31.7	13.3	15.0	6.7	3.3	16.7
	4人	176	81.8	50.6	82.4	6.8	5.7	30.7	35.2	31.8	7.4	6.8	3.4	0.6	8.5
	5人以上	104	84.6	40.4	78.8	15.4	11.5	29.8	33.7	24.0	13.5	4.8	8.7	2.9	10.6
「作ることが多い」割合(%)															
全 体		400	7.0	14.5	5.3	83.0	75.0	40.3	38.3	43.5	63.3	73.5	80.3	90.8	71.0
年代	30代	133	6.8	13.5	6.8	78.9	71.4	35.3	36.1	34.6	58.6	68.4	78.9	91.7	60.9
	40代	133	8.3	18.0	5.3	85.0	83.5	44.4	40.6	49.6	72.2	80.5	84.2	91.7	79.7
	50代	134	6.0	11.9	3.7	85.1	70.1	41.0	38.1	46.3	59.0	71.6	77.6	88.8	72.4
仕事	有職主婦	302	6.3	12.9	4.3	85.4	76.5	43.7	38.1	45.4	62.9	72.8	79.1	89.7	69.9
	専業主婦	98	9.2	19.4	8.2	75.5	70.4	29.6	38.8	37.8	64.3	75.5	83.7	93.9	74.5
同居家族	2～3人	120	5.0	10.0	7.5	83.3	68.3	37.5	35.0	41.7	60.0	67.5	75.0	87.5	63.3
	4人	176	8.5	15.3	4.0	85.2	76.1	42.6	38.6	39.8	62.5	75.6	83.5	93.2	75.6
	5人以上	104	6.7	18.3	4.8	78.8	80.8	39.4	41.3	51.9	68.3	76.9	80.8	90.4	72.1
「半々くらい」の割合(%)															
全 体		400	9.3	26.0	14.3	7.0	15.3	22.5	25.5	15.8	21.3	13.8	11.5	7.0	12.3
年代	30代	133	6.8	31.6	15.8	9.8	18.0	18.8	28.6	15.0	19.5	17.3	11.3	4.5	17.3
	40代	133	7.5	24.1	12.0	5.3	11.3	25.6	22.6	15.0	18.8	10.5	12.0	8.3	6.8
	50代	134	13.4	22.4	14.9	6.0	16.4	23.1	25.4	17.2	25.4	13.4	11.2	8.2	12.7
仕事	有職主婦	302	9.6	26.2	13.6	6.0	14.2	23.2	24.5	14.2	21.2	15.6	11.9	7.9	11.3
	専業主婦	98	8.2	25.5	16.3	10.2	18.4	20.4	28.6	20.4	21.4	8.2	10.2	4.1	15.3
同居家族	2～3人	120	9.2	25.8	14.2	7.5	20.8	20.8	25.0	18.3	20.0	10.8	14.2	9.2	15.0
	4人	176	9.7	24.4	13.1	7.4	16.5	21.0	26.1	14.8	25.0	16.5	11.9	5.7	10.8
	5人以上	104	8.7	28.8	16.3	5.8	6.7	26.9	25.0	14.4	16.3	12.5	7.7	6.7	11.5

属性別に「購入することが多い」と「作ることが多い」の割合をみていくと、まず年代別では、【a）だし】を「購入することが多い」割合は若い人ほど高くなっていますが、【b）漬物】を「購入することが多い」は逆に年齢が上がるほど高い割合です。また、《40代》では多くの項目で「作ることが多い」の割合が高くなっているのも目立ちます。

仕事の有無別にみると、【b）漬物】を「購入することが多い」割合は《専業主婦》（40.8%）よりも《有職主婦》（51.7%）の方が、【f）とんかつ】を「購入することが多い」割合は逆に《有職主婦》（27.8%）よりも《専業主婦》（39.8%）の方が高い割合です。

同居家族数別にみると、【b）漬物】は同居家族が少ないほど「購入することが多い」が多くなっています。また、【e）ハンバーグ】【g）ぎょうざ】は、同居家族が多いほど「作ることが多い」の割合が高くなっています。

表 2. 「購入することが多い」「作ることが多い」「半々くらい」の割合（前回比較）

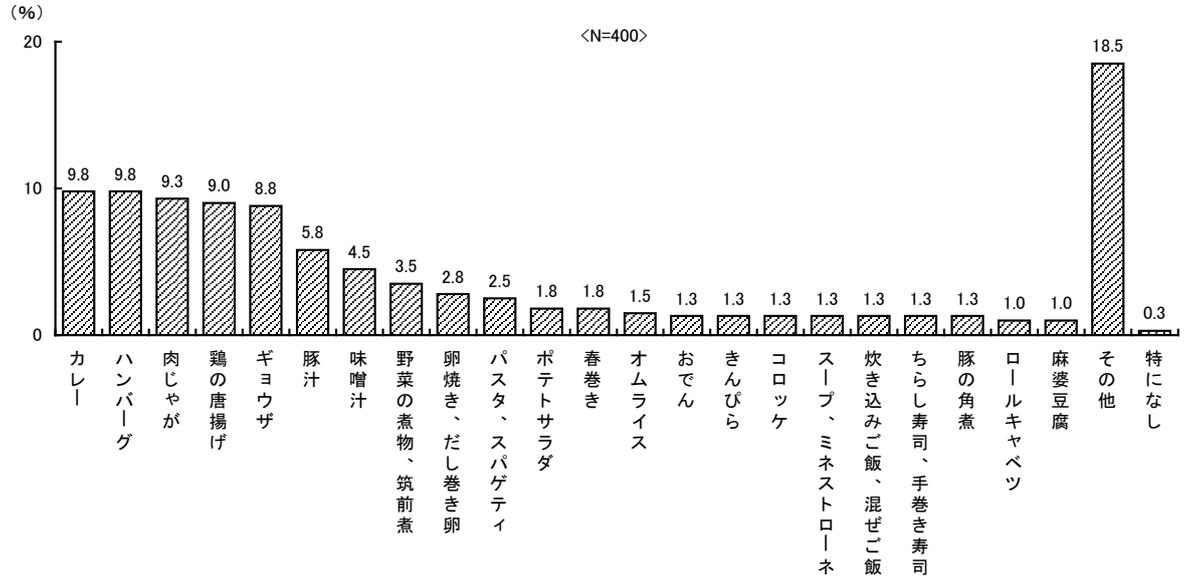
	サンプル数	a)	b)	c)	d)	e)	f)	g)	h)	i)	j)	k)	l)	m)
		だし	漬物	ドレッシング	カレー	ハンバーグ	とんかつ	ぎょうぎ	天ぷら	ポテトサラダ	きんぴらごぼう	おにぎり	みそ汁	おでん
「購入することが多い」割合(%)														
今回(a)	400	83.8	49.0	79.5	9.8	7.8	30.8	36.3	29.8	10.8	8.8	5.8	2.0	11.5
前回(b)	400	77.5	46.0	79.0	30.3	4.3	19.5	25.3	19.5	5.0	5.3	2.3	0.8	6.3
差(a-b)		6.3	3.0	0.5	▲20.5	3.5	11.3	11.0	10.3	5.8	3.5	3.5	1.2	5.2
「作ることが多い」割合(%)														
今回(a)	400	7.0	14.5	5.3	83.0	75.0	40.3	38.3	43.5	63.3	73.5	80.3	90.8	71.0
前回(b)	400	9.8	15.5	5.3	52.5	81.0	48.8	49.0	50.5	72.3	81.5	83.5	92.3	81.5
差(a-b)		▲2.8	▲1.0	-	30.5	▲6.0	▲8.5	▲10.7	▲7.0	▲9.0	▲8.0	▲3.2	▲1.5	▲10.5
「半々くらい」の割合(%)														
今回(a)	400	9.3	26.0	14.3	7.0	15.3	22.5	25.5	15.8	21.3	13.8	11.5	7.0	12.3
前回(b)	400	12.5	28.3	15.0	9.8	13.5	25.5	25.0	17.5	19.5	10.8	13.5	7.0	8.0
差(a-b)		▲3.2	▲2.3	▲0.7	▲2.8	1.8	▲3.0	0.5	▲1.7	1.8	3.0	▲2.0	-	4.3

◆比較可能な項目について、前回調査と比較してみると、総じて「購入することが多い」が増えており、【f）とんかつ】（前回 19.5%→今回 30.8%）、【g）ぎょうぎ】（同 25.3%→36.3%）、【h）天ぷら】（同 19.5%→29.8%）は 10 ポイント以上増えています。【d）カレー】については、前回【d）カレー（レトルト）】との表現だったため、解釈の違いが生じているかもしれません。

6. “我が家の味” といえばどんな料理か

「カレー」(9.8%)、「ハンバーグ」(9.8%)、「肉じゃが」(9.3%)、「鶏の唐揚げ」(9.0%)、「ギョウザ」(8.8%)、「豚汁」(5.8%)、「味噌汁」(4.5%)など、さまざまな“我が家の味”がある。

図 10. “我が家の味” といえばどんな料理か



年代	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>	2~3人 <n=120>	4人 <n=176>	5人以上 <n=104>	カレー	ハンバーグ	肉じゃが	鶏の唐揚げ	ギョウザ	豚汁	味噌汁	野菜の煮物、筑前煮	卵焼き、だし巻き卵	パスタ、スパゲティ	ポテトサラダ	春巻き	オムライス	おでん	きんぴら	コロッケ	スープ、ミネストローネ	炊き込みご飯、混ぜご飯	ちらし寿司、手巻き寿司	豚の角煮	ロールキャベツ	麻婆豆腐	その他	特になし
30代 <n=133>	9.8	9.8	7.5	10.5	7.5	3.0	4.5	3.8	4.5	3.0	0.8	1.5	3.0	0.8	0.8	-	3.0	2.3	1.5	0.8	0.8	0.8	0.8	0.8	0.8	1.5	19.5	-		
40代 <n=133>	9.8	11.3	5.3	9.8	7.5	6.8	6.8	3.0	3.0	2.3	-	3.0	0.8	1.5	0.8	3.8	-	1.5	-	2.3	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	17.3	0.8		
50代 <n=134>	9.7	8.2	14.9	6.7	11.2	7.5	2.2	3.7	0.7	2.2	4.5	0.7	0.7	1.5	2.2	-	0.7	-	2.2	0.7	0.7	-	18.7	-						
同居家族	11.7	5.8	10.0	5.8	8.3	2.5	5.0	3.3	0.8	3.3	1.7	-	2.5	1.7	2.5	-	1.7	1.7	3.3	0.8	1.7	1.7	0.6	0.6	1.1	15.9	-			
2~3人 <n=120>	9.1	14.8	8.5	10.2	8.0	8.5	3.4	4.0	4.0	1.7	2.3	2.3	-	1.7	-	2.3	1.1	-	-	0.6	0.6	1.1	15.9	-						
4人 <n=176>	8.7	5.8	9.6	10.6	10.6	4.8	5.8	2.9	2.9	1.0	2.9	2.9	-	1.9	1.0	1.0	1.0	2.9	1.0	2.9	1.0	2.9	1.0	1.0	16.3	1.0				

“我が家の味” といえばどんな料理か、自由回答で答えてもらった結果をみると、さまざまな料理があげられており、バラつきの多い結果となっていますが、「カレー」(9.8%)、「ハンバーグ」(9.8%)、「肉じゃが」(9.3%)、「鶏の唐揚げ」(9.0%)、「ギョウザ」(8.8%)、「豚汁」(5.8%)、「味噌汁」(4.5%)、「野菜の煮物、筑前煮」(3.5%)、「卵焼き、だし巻き卵」(2.8%)、「パスタ、スパゲティ」(2.5%)、「ポテトサラダ」(1.8%)、「春巻き」(1.8%)などの順で、“中華”、“和食”、“洋食”と多種多様な料理があげられています。

年代別にみると、回答にバラつきがあるため、あまり大きな差は生じていませんが、「肉じゃが」「ギョウザ」「豚汁」などは年代が上がるほど、逆に「鶏の唐揚げ」「卵焼き、だし巻き卵」などは若い人ほど多くあげています。

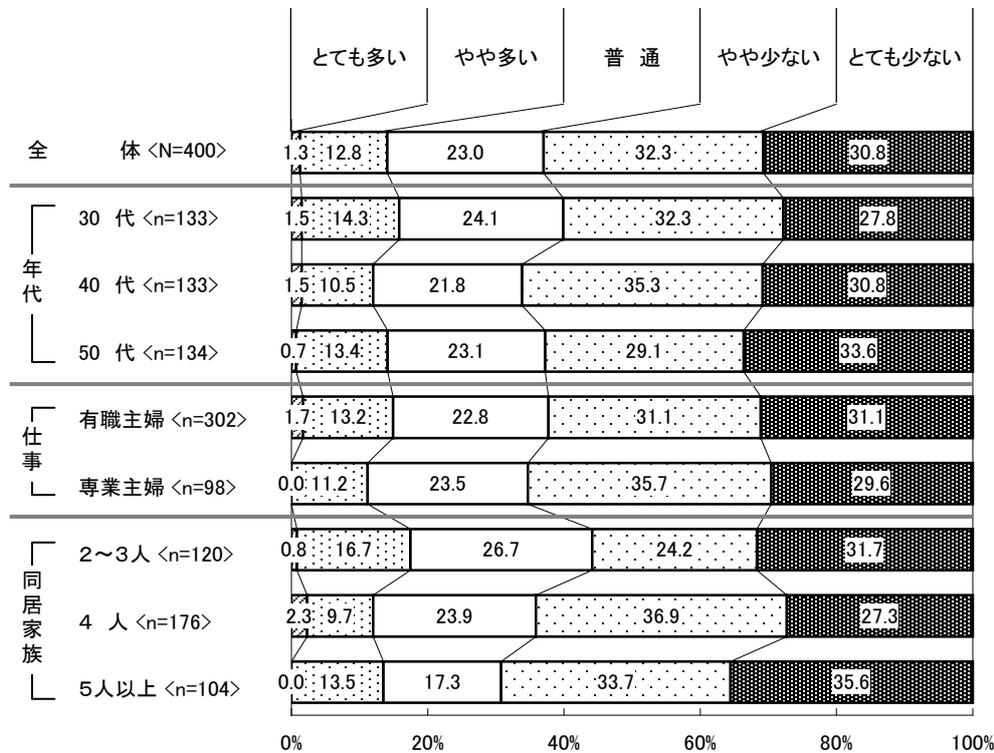
同居家族数別では、同居家族が多いほど「鶏の唐揚げ」が多くなっていますが、総じて大きな差はみられません。

◆前回調査と比べてみると、前回のトップ3は「ギョウザ」(13.8%)、「ハンバーグ」(10.0%)、「カレー」(8.8%)で、今回は「ギョウザ」(前回 13.8%→今回 8.8%)が率・順位を下げています。

7. 食材を購入して使い切れなかったり、食べ残したりして、食品を捨てる量

“少ない”(63.0%)が多数を占め、“多い”(14.0%)は1割台。

図 11. 食材を購入して使い切れなかったり、食べ残したりして、食品を捨てる量は、多い方だと思うか



食材を購入して使い切れなかったり、食べ残したりして、食品を捨てる量は、多い方だと思うか、それとも少ない方だと思うか聞いてみたところ、「やや少ない」(32.3%)、「とても少ない」(30.8%)がともに3割台を占め、合わせて“少ない”(63.0%)という人が多数を占めています。そのほかは、「普通」(23.0%)が多く、「とても多い」(1.3%)、「やや多い」(12.8%)を合わせた“多い”(14.0%)という回答は1割台にとどまっています。

年代別や仕事の有無別では、あまり差はありません。

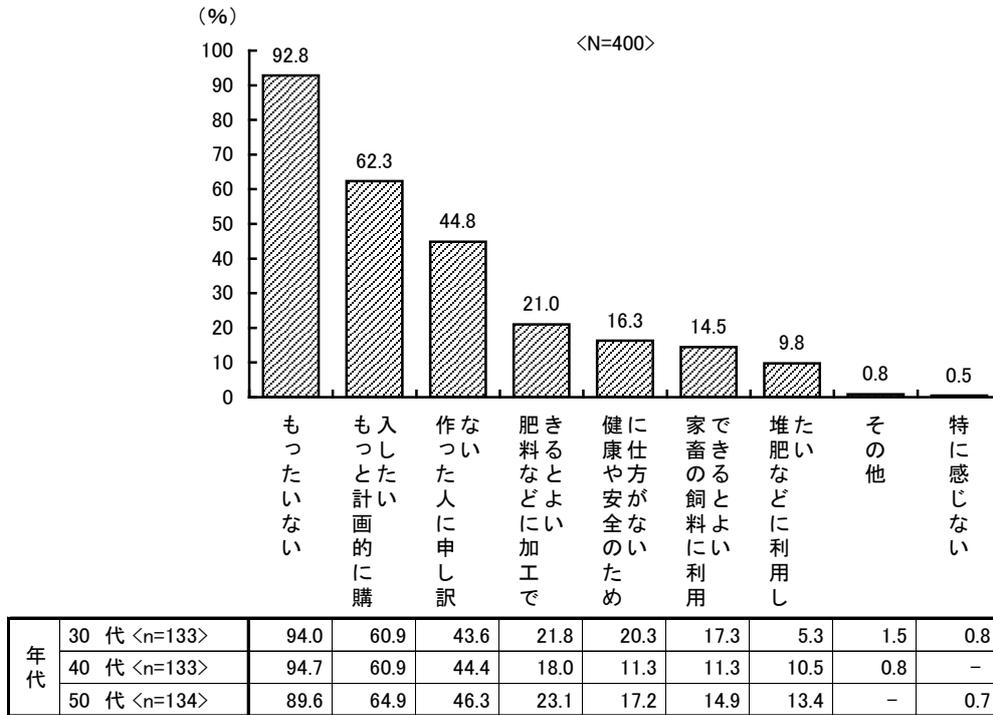
同居家族数別にみると、同居家族が多いほど“少ない”の割合は高く、「2~3人」(55.8%)では5割台、「4人」(64.2%)、「5人以上」(69.2%)では6割台となっています。

◆前回調査と比べ、“多い”(前回 10.3%→今回 14.0%)がやや増え、“少ない”(同 64.8%→63.0%)がやや減っており、前回よりも食材を無駄にする傾向はわずかに高まっているようです。

8. 食品を捨てることについて、どのように感じているか

「もったいない」(92.8%)をはじめ、「もっと計画的に購入したい」(62.3%)、「作った人に申し訳ない」(44.8%)など、捨てることに“後ろめたさ”を感じている人や、「肥料などに加工できるとよい」(21.0%)、「家畜の飼料に利用できるとよい」(14.5%)、「堆肥などに利用したい」(9.8%)など“再利用”を期待する声も多いが、「健康や安全のために仕方がない」(16.3%)と、やむを得ないこととして受け入れている人も。

図 12. 食品を捨てることについて、どのように感じているか（複数回答）



では、食品を捨てることについて、どのように感じているのでしょうか。

「もったいない」(92.8%)が9割を超えて特に多くなっており、以下「もっと計画的に購入したい」(62.3%)、「作った人に申し訳ない」(44.8%)など、食品を捨てることに“後ろめたさ”を感じている人が多くなっています。加えて、「肥料などに加工できるとよい」(21.0%)、「家畜の飼料に利用できるとよい」(14.5%)、「堆肥などに利用したい」(9.8%)など、近年のエコブームを反映してか、“再利用を”という人も少なからずみられます。一方、「健康や安全のために仕方がない」(16.3%)と、やむを得ないこととして受け入れている人もみられます。

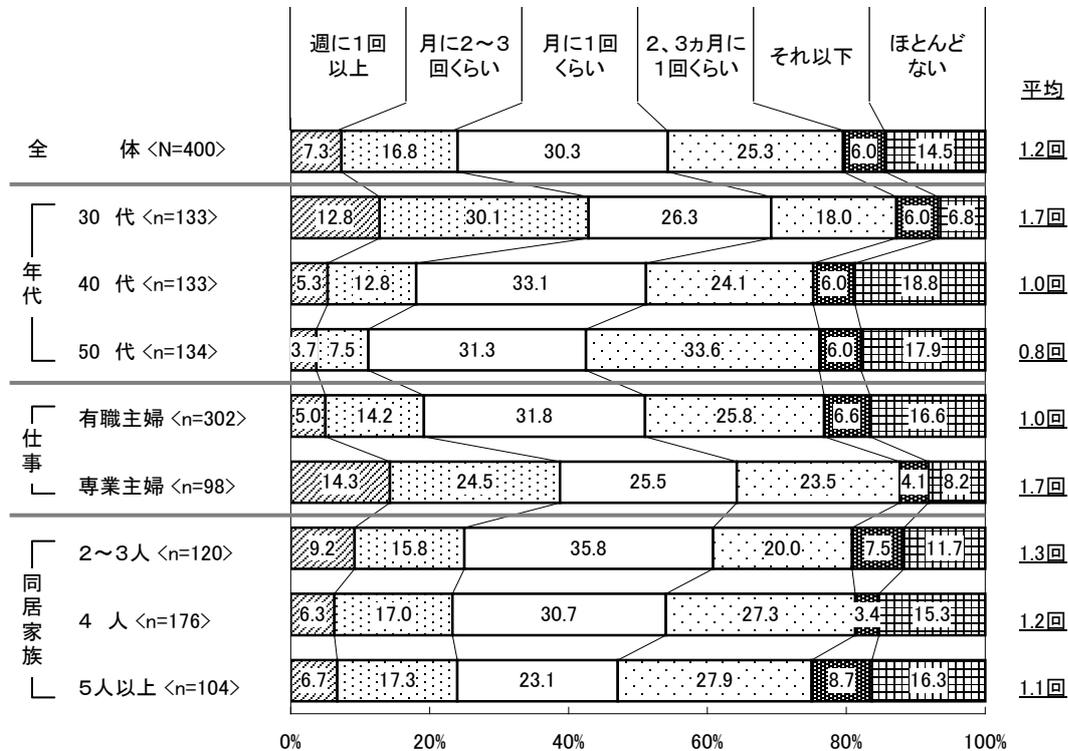
年代別にみると、《50代》では「もったいない」(89.6%)が少なめ、「もっと計画的に購入したい」(64.9%)が多めとなっていますが、全般的な傾向にあまり大きな差はありません。

◆前回調査と比べると、「もっと計画的に購入したい」(前回 53.8%→今回 62.3%)、「作った人に申し訳ない」(同 38.0%→44.8%)など全般的に増加しており、「健康や安全のために仕方がない」(同 19.5%→今回 16.3%)は逆にわずかながら減っており、食品を捨てることへの抵抗は大きくなってきているようです。

9. 家族揃って外食する頻度

「月に1回くらい」(30.3%)、「2、3カ月に1回くらい」(25.3%)、「月に2～3回くらい」(16.8%)などが多いが、「ほとんどない」(14.5%)や「週に1回以上」(7.3%)もあり、家庭による差は大きい。平均は「月に1.2回」。

図 13. 家族揃って外食する頻度



家族揃って外食する頻度は、「月に1回くらい」(30.3%)、「2、3カ月に1回くらい」(25.3%)、「月に2～3回くらい」(16.8%)などが多くなっていますが、「ほとんどない」(14.5%)や「週に1回以上」(7.3%)も少数ながらもおり、家庭によって差は大きいようです。平均は「月に1.2回」となっています。

年代別にみると、若い人ほど外食する頻度は高く、特に《30代》では「週に1回以上」(12.8%)、「月に2～3回くらい」(30.1%)がともに他の年代に比べてはるかに多くなっています。月当たりの平均も《40代》(1.0回)、《50代》(0.8回)の1回前後に比べ、《30代》(1.7回)ではかなり高めです。

仕事の有無別にみると、《有職主婦》よりも《専業主婦》の方が頻度は高く、主婦が働いている場合は外食の時間がとりにくいことがうかがえます。

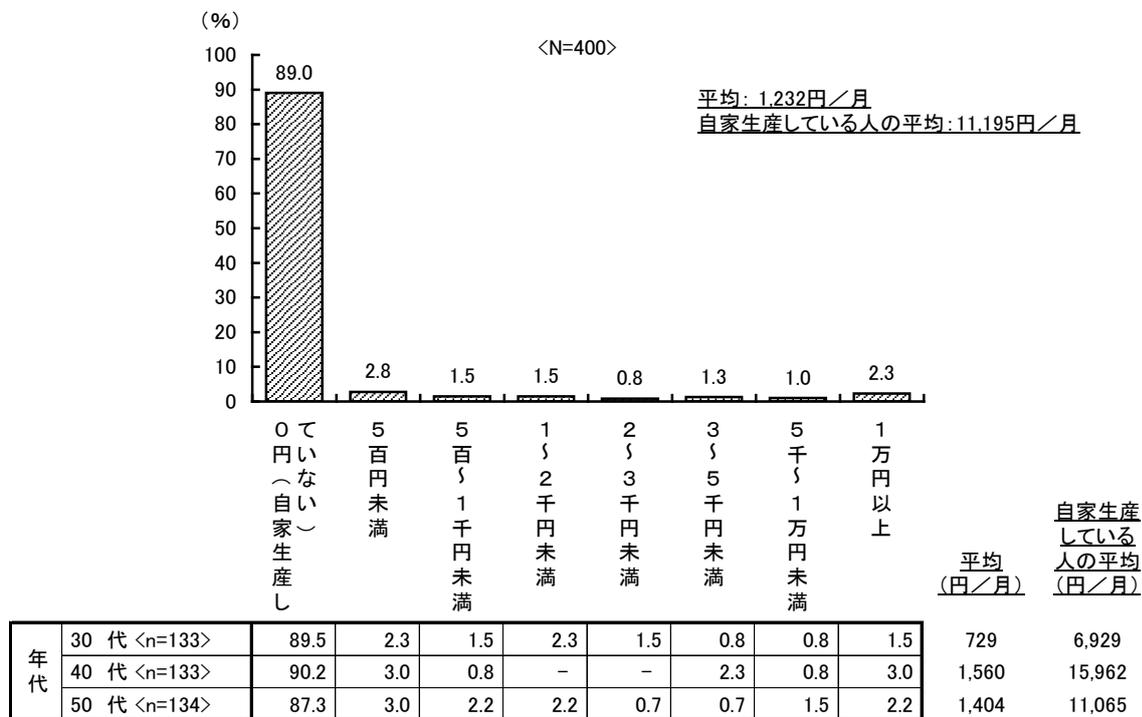
同居家族数別にみると、同居家族が少ない人ほど高い頻度で、同居家族が多いほど、揃って外食するのは難しくなるようです。

◆前回調査と比べてみると、「月に2～3回くらい」(前回27.3%→今回16.8%)が10ポイント以上減っており、平均も前回「1.4回」→今回「1.2回」と減っています。ここでも、コロナ禍の影響が表れているようです。

10. 家庭の野菜などの自家生産は、一カ月に大体いくらくらいか

“野菜など自家生産”しているのは1割強(11.0%)で、その額を市価に換算した一カ月の平均は「1,232円」。

図 14. 自家生産食品を市価に換算した場合、一カ月に大体いくらくらいか



野菜など自家で生産して食べているものがあれば、市価に換算して、一カ月平均いくらくらいか聞いてみました。

まず、“自家生産”の有無をみると、「0円(自家生産していない)」(89.0%)が9割近くを占めており、“自家生産をしている”のは1割強(11.0%)となっています。“自家生産をしている”家庭の換算額をみると、「500円未満」(2.8%)から「1万円以上」(2.3%)とバラつきがみられます。平均は、「0円(自家生産していない)」を含めると「1,232円」、 “自家生産をしている” 人に限ると「11,195円」となっています。

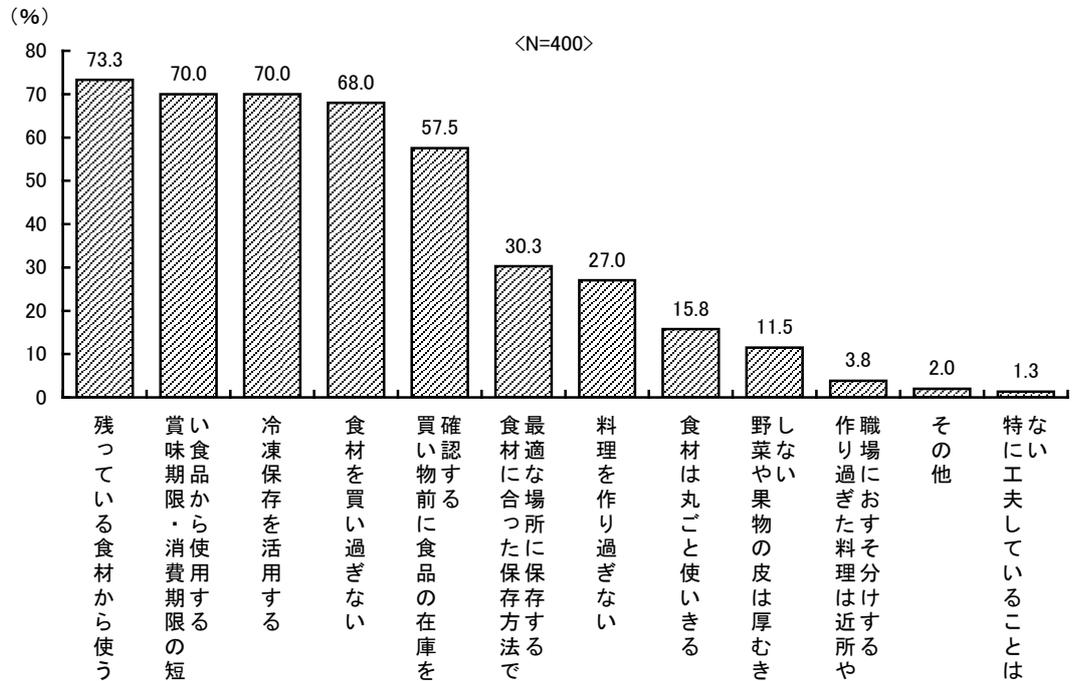
年代別にみると、平均は《40代》(1,560円)、《50代》(1,404円)に比べ、《30代》(729円)では少なくなっています。

◆前回調査と比較すると、“自家生産をしている”割合は、前回 10.5%→今回 11.0%とほぼ横ばいです。“自家生産している”家庭の換算額は、前回「3,784円」→今回「11,195円」と大幅に増えています。

11. 食品ロス削減のために、どのような工夫をしているか

「残っている食材から使う」(73.3%)、「賞味期限・消費期限の短い食品から使用する」(70.0%)、「冷凍保存を活用する」(70.0%)、「食材を買い過ぎない」(68.0%)、「買い物前に食品の在庫を確認する」(57.5%)など、多くの工夫をしている。

図 15. 食品ロス削減のために、どのような工夫をしているか（複数回答）



年代	30代 <n=133>	75.9	71.4	66.9	68.4	52.6	35.3	27.1	13.5	9.0	3.0	3.0	1.5
40代 <n=133>	76.7	66.2	75.9	63.2	66.9	26.3	18.8	15.8	11.3	2.3	0.8	0.8	
50代 <n=134>	67.2	72.4	67.2	72.4	53.0	29.1	35.1	17.9	14.2	6.0	2.2	1.5	
仕事	有職主婦 <n=302>	73.2	68.2	69.2	66.6	57.3	29.8	27.2	16.2	10.9	4.0	2.3	1.7
	専業主婦 <n=98>	73.5	75.5	72.4	72.4	58.2	31.6	26.5	14.3	13.3	3.1	1.0	-
同居家族	2~3人 <n=120>	65.8	69.2	67.5	79.2	46.7	25.0	37.5	15.8	12.5	5.0	0.8	1.7
	4人 <n=176>	77.3	75.0	72.7	65.3	62.5	31.3	23.9	13.6	11.4	2.8	2.3	1.7
	5人以上 <n=104>	75.0	62.5	68.3	59.6	61.5	34.6	20.2	19.2	10.6	3.8	2.9	-

食品ロス削減のために、どのような工夫をしているかをみると、「残っている食材から使う」(73.3%)、「賞味期限・消費期限の短い食品から使用する」(70.0%)、「冷凍保存を活用する」(70.0%)、「食材を買い過ぎない」(68.0%)、「買い物前に食品の在庫を確認する」(57.5%)までの5項目を半数以上があげているほか、「食材に合った保存方法で最適な場所に保存する」(30.3%)、「料理を作り過ぎない」(27.0%)、「食材は丸ごと使いきる」(15.8%)、「野菜や果物の皮は厚むきしない」(11.5%)など、多くの工夫が行われています。

年代別にみると、「40代」では「買い物前に食品の在庫を確認する」(66.9%)が他の年代に比べて高め、「料理を作り過ぎない」(18.8%)が少なめとなっていますが、総じて大きな年代差はみられません。

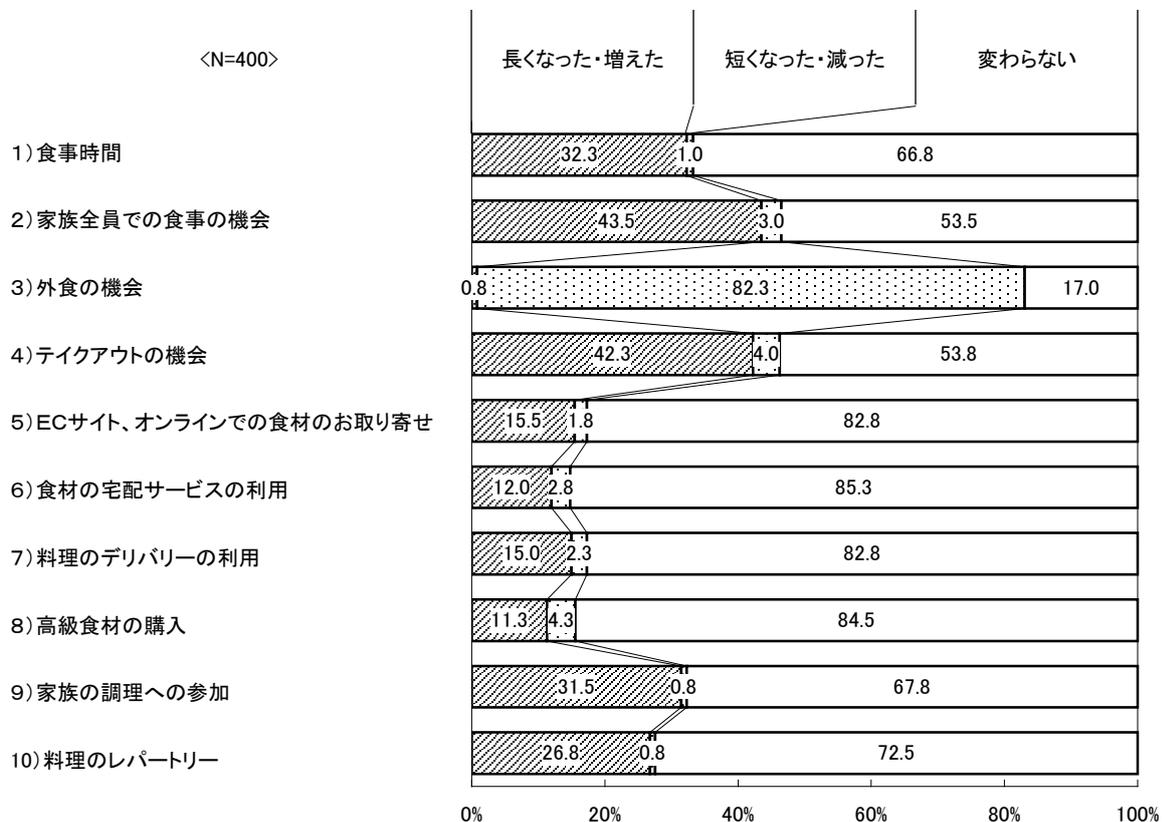
仕事の有無別にみると、10ポイント以上差のある項目はありませんが、総じて《有職主婦》よりも《専業主婦》の方が高い割合の項目が多く、《専業主婦》の方が多くの工夫をしています。

同居家族数別にみると、「残っている食材から使う」「買い物前に食品の在庫を確認する」は同居家族が多いほど高い割合ですが、「食材を買い過ぎない」は逆に同居家族が少ないほど多くなっています。

12. コロナ禍で、家庭での食事にはどのような変化があったか

【3】**外食の機会**は「短くなった・減った」(82.3%)が圧倒的に多い。そのほかの項目では「長くなった・増えた」が多く、【2】**家族全員での食事の機会**(43.5%)、【4】**テイクアウトの機会**(42.3%)、【1】**食事時間**(32.3%)、【9】**家族の調理への参加**(31.5%)、【10】**料理のレパートリー**(26.8%)などの順。

図 16. 新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言下で、家庭での食事にはどのような変化があったか



新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言下で、家庭での食事にはどのような変化があったかをみると、「短くなった・減った」のは【3】**外食の機会**が 82.3%で圧倒的に多く、他の項目ではほとんどみられません。「長くなった・増えた」が多いのは【2】**家族全員での食事の機会**(43.5%)、【4】**テイクアウトの機会**(42.3%)、【1】**食事時間**(32.3%)、【9】**家族の調理への参加**(31.5%)、【10】**料理のレパートリー**(26.8%)などとなっています。

表 3. 属性別「長くなった・増えた」「短くなった・減った」の割合

(%)

		サンプル数	1) 食事時間	2) 家族全員での食事の機会	3) 外食の機会	4) テイクアウトの機会	5) Eの食材のお取り寄せ オンラインで	6) 食材の宅配サービスの利用	7) 料理のデリバリーの利用	8) 高級食材の購入	9) 家族の調理への参加	10) 料理のレパトリー
「長くなった・増えた」割合 (%)												
全 体		400	32.3	43.5	0.8	42.3	15.5	12.0	15.0	11.3	31.5	26.8
年代	30代	133	34.6	48.9	1.5	47.4	15.8	15.0	18.0	7.5	36.8	25.6
	40代	133	35.3	45.9	0.8	45.9	15.0	9.0	13.5	14.3	31.6	30.8
	50代	134	26.9	35.8	-	33.6	15.7	11.9	13.4	11.9	26.1	23.9
仕事	有職主婦	302	33.4	43.4	0.7	39.4	13.9	9.9	13.9	12.3	28.8	24.8
	専業主婦	98	28.6	43.9	1.0	51.0	20.4	18.4	18.4	8.2	39.8	32.7
同居家族	2~3人	120	27.5	42.5	-	40.0	18.3	12.5	15.8	7.5	22.5	26.7
	4人	176	35.2	45.5	1.7	43.2	14.2	11.4	13.6	11.9	33.5	27.8
	5人以上	104	32.7	41.3	-	43.3	14.4	12.5	16.3	14.4	38.5	25.0
「短くなった・減った」割合 (%)												
全 体		400	1.0	3.0	82.3	4.0	1.8	2.8	2.3	4.3	0.8	0.8
年代	30代	133	0.8	1.5	80.5	3.0	2.3	3.8	2.3	4.5	1.5	0.8
	40代	133	-	2.3	82.7	3.8	2.3	3.0	2.3	4.5	-	-
	50代	134	2.2	5.2	83.6	5.2	0.7	1.5	2.2	3.7	0.7	1.5
仕事	有職主婦	302	1.3	3.0	81.1	4.3	1.3	2.3	2.3	3.6	1.0	0.7
	専業主婦	98	-	3.1	85.7	3.1	3.1	4.1	2.0	6.1	-	1.0
同居家族	2~3人	120	0.8	5.0	77.5	2.5	2.5	3.3	3.3	5.0	0.8	2.5
	4人	176	1.7	2.8	85.8	5.1	1.1	1.7	1.1	4.0	0.6	-
	5人以上	104	-	1.0	81.7	3.8	1.9	3.8	2.9	3.8	1.0	-

年代別にみると、【1）食事時間】【2）家族全員での食事の機会】【4）テイクアウトの機会】が「長くなった・増えた」割合は《50代》で低いのが目立ちます。

仕事の有無別にみると、【4）テイクアウトの機会】【6）食材の宅配サービスの利用】【9）家族の調理への参加】が「長くなった・増えた」割合は、《有職主婦》よりも《専業主婦》の方が高くなっています。

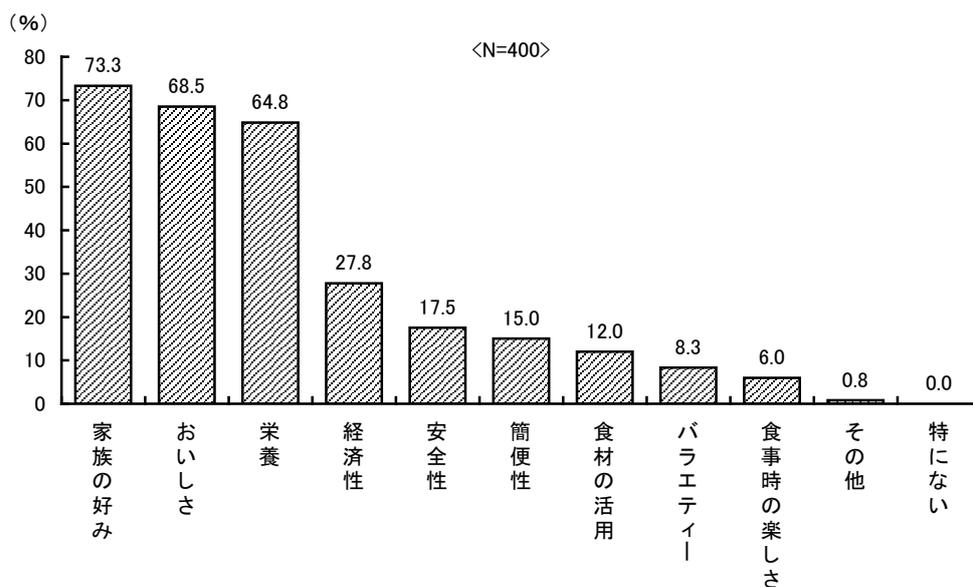
同居家族数別にみると、【9）家族の調理への参加】が「長くなった・増えた」は、同居家族が多いほど高い割合です。

Ⅱ 子どものいる主婦 400 人に聞く “食” に関する意識

1. 毎日の食生活で、特に重視していること

「家族の好み」(73.3%)、「おいしさ」(68.5%)、「栄養」(64.8%)が特に多く、家族を喜ばせることや家族の健康が重要視されている。以下、「経済性」(27.8%)、「安全性」(17.5%)、「簡便性」(15.0%)、「食材の活用」(12.0%)などを重視している。

図 17. 毎日の食生活で、特に重視していること（回答は3つまで）



年代	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>	有職主婦 <n=302>	専業主婦 <n=98>	同居家族 2~3人 <n=120>	同居家族 4人 <n=176>	同居家族 5人以上 <n=104>	家族の好み	おいしさ	栄養	経済性	安全性	簡便性	食材の活用	バリエーティー	食事時の楽しさ	その他	特にない
30代 <n=133>	80.5	68.4	63.2	30.1	14.3	12.8	9.8	11.3	5.3	-	-								
40代 <n=133>	72.9	64.7	70.7	25.6	15.8	18.0	12.8	5.3	6.0	0.8	-								
50代 <n=134>	66.4	72.4	60.4	27.6	22.4	14.2	13.4	8.2	6.7	1.5	-								
有職主婦 <n=302>	73.8	66.6	65.2	28.8	18.2	14.9	10.9	7.3	6.0	1.0	-								
専業主婦 <n=98>	71.4	74.5	63.3	24.5	15.3	15.3	15.3	11.2	6.1	-	-								
同居家族 2~3人 <n=120>	72.5	70.8	54.2	29.2	16.7	15.8	15.0	9.2	5.0	0.8	-								
同居家族 4人 <n=176>	75.6	66.5	72.2	21.6	19.9	15.3	8.5	6.3	8.0	1.1	-								
同居家族 5人以上 <n=104>	70.2	69.2	64.4	36.5	14.4	13.5	14.4	10.6	3.8	-	-								

毎日の食生活で、特に重視していることは、「家族の好み」(73.3%)、「おいしさ」(68.5%)、「栄養」(64.8%)の3項目を6割以上があげて多くっており、家族を喜ばせることや家族の健康が重要視されています。以下、「経済性」(27.8%)、「安全性」(17.5%)、「簡便性」(15.0%)、「食材の活用」(12.0%)などの順となっています。

年代別にみると、「家族の好み」をあげる割合は若い人ほど高く、《50代》(66.4%)では6割台ですが、《30代》(80.5%)では8割に達しています。

仕事の有無別にみると、「おいしさ」をあげる割合は《有職主婦》(66.6%)よりも《専業主婦》(74.5%)の方がやや高めですが、全般的な傾向はあまり変わりません。

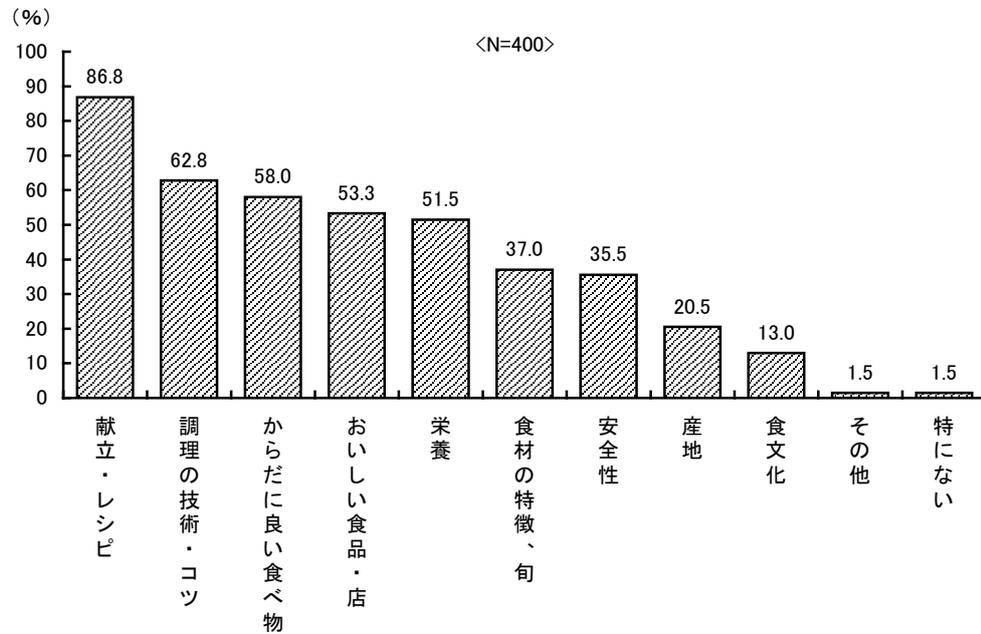
同居家族数別にみると、《5人以上》の家庭では「経済性」(36.5%)を重視する割合が高くなっています。

◆前回調査と比べると、「家族の好み」(前回 63.8%→今回 73.3%)が 10 ポイント近く増えている一方、「栄養」(同 73.8%→64.8%)が 10 ポイント近く減っています。

2. “食”について、関心があること

「献立・レシピ」(86.8%)が最も多く、献立を考える苦勞がうかがえる。以下、「調理の技術・コツ」(62.8%)、「からだに良い食べ物」(58.0%)、「おいしい食品・店」(53.3%)、「栄養」(51.5%)など、家族のために“食”に関するさまざまな情報に関心を持っている。

図 18. “食”について、関心があること（複数回答）



年代	30代 <n=133>											
30代 <n=133>	89.5	63.9	54.1	51.1	53.4	33.8	33.1	21.8	12.0	0.8	1.5	
40代 <n=133>	85.7	65.4	62.4	51.9	51.9	35.3	30.8	18.0	14.3	1.5	1.5	
50代 <n=134>	85.1	59.0	57.5	56.7	49.3	41.8	42.5	21.6	12.7	2.2	1.5	

“食”について、関心があることは、「献立・レシピ」(86.8%)がやや抜きん出て多く、毎日の献立を考えるのに苦勞している人が多いことがうかがえます。以下、「調理の技術・コツ」(62.8%)、「からだに良い食べ物」(58.0%)、「おいしい食品・店」(53.3%)、「栄養」(51.5%)、「食材の特徴、旬」(37.0%)、「安全性」(35.5%)、「産地」(20.5%)などの順で、家族のために“食”に関するさまざまな情報に関心を持っているようです。

年代別にみると、《50代》では「食材の特徴、旬」(41.8%)、「安全性」(42.5%)をあげる割合が、下の年代に比べて高くなっています。

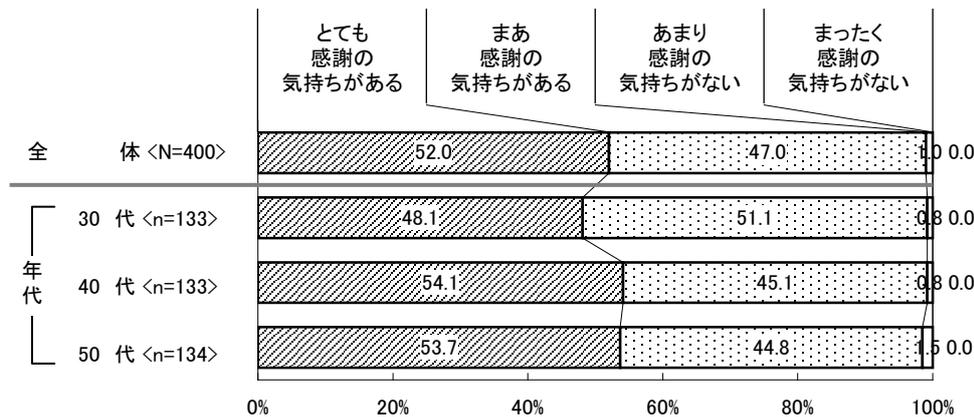
◆前回調査と比較してみると、「安全性」(前回 44.3%→今回 35.5%)が10ポイント近く減っていますが、そのほかの項目はあまり変わっていません。

3. “食”に関する感謝の気持ちを持っているか

ほぼ全員が感謝の気持ちがある(99.0%)。

●感謝の気持ちを持っていることは、「農業・漁業従事者に対して」(65.9%)、「おいしいものがおいしく食べられることに対して」(65.9%)、「食べ物のいのちを食べることに対して」(62.6%)、「自然の恩恵に対して」(58.1%)などで、自然や生産者に対して感謝の気持ちが強く、また前回よりも増えている項目が多い。

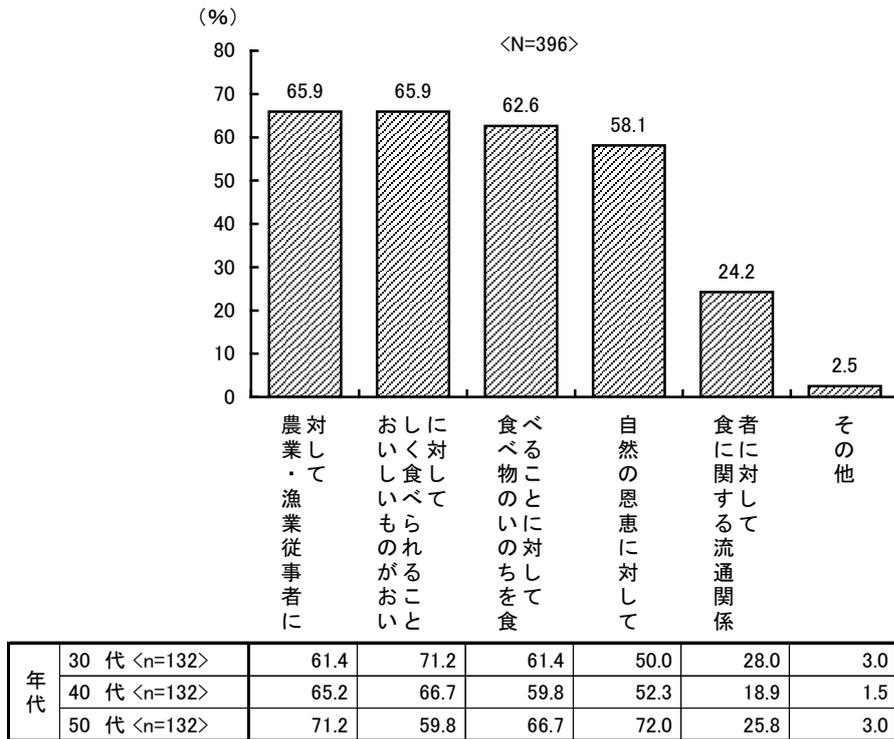
図 19. “食”に関する感謝の気持ちを持っているか



“食”に関する感謝の気持ちを持っているか聞いてみたところ、「とても感謝の気持ちがある」(52.0%)が半数を超え、「まあ感謝の気持ちがある」(47.0%)を合わせると、“ある”(99.0%)という回答がほぼ100%に近い割合となっています。感謝の気持ちが“ない”(1.0%)という人はごくわずかです。

年代別にみると、あまり大きな差はありませんが、「とても感謝の気持ちがある」という割合は《40代》(54.1%)、《50代》(53.7%)に比べ、《30代》(48.1%)ではやや低めです。

図 20. どんなことに感謝の気持ちがあるか（複数回答）



では、どんなことに感謝の気持ちを持っているのかをみると、「農業・漁業従事者に対して」（65.9%）、「おいしいものがおいしく食べられることに対して」（65.9%）、「食べ物のいのちを食することに対して」（62.6%）、「自然の恩恵に対して」（58.1%）までの4点を半数以上の人があげしており、自然や生産者に対して感謝の気持ちが強いです。また、「食に関する流通関係者に対して」（24.2%）もほぼ4人に1人があげています。

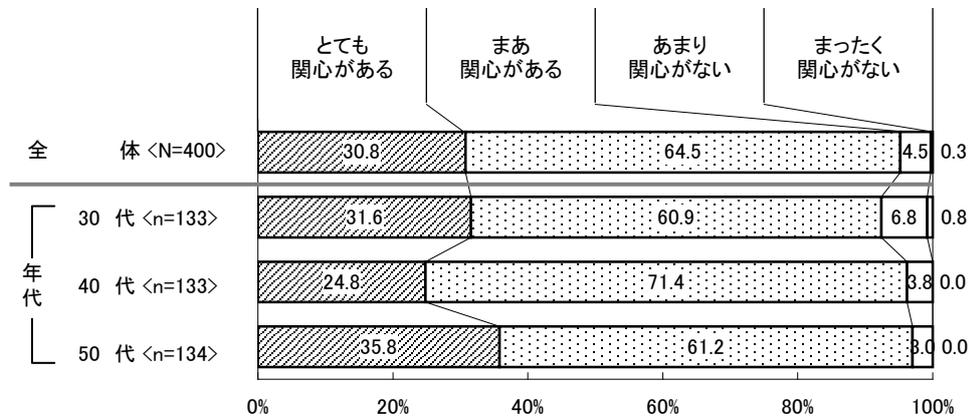
年代別にみると、「農業・漁業従事者に対して」「自然の恩恵に対して」は年代が上がるほど、「おいしいものがおいしく食べられることに対して」は若い人ほど、それぞれ高い割合です。

◆前回調査と比べても、前回・今回ともに、感謝の気持ちが“ある”（前回 97.3%→今回 99.0%）は100%に近づいていますが、今回さらに100%に近づいています。また、「とても感謝の気持ちがある」（同 44.5%→52.0%）が増えているのも注目されます。どんなことに感謝の気持ちを持っているのかについても、「食べ物のいのちを食することに対して」（前回 54.2%→今回 62.6%）、「農業・漁業従事者に対して」（同 58.1%→65.9%）、「食に関する流通関係者に対して」（同 14.9%→24.2%）など、前回より率を増やしている項目が多く、感謝の気持ちが強くなってきています。今回のコロナ禍による心理的な影響もあるのかもしれませんが。

4. “食の安全”について、どの程度関心を持っているか

関心が“ある”(95.3%)人が9割を超える。

図 21. “食の安全”について、どの程度関心を持っているか



“食の安全”について、どの程度関心を持っているかをみると、「とても関心がある」(30.8%)が3割で、「まあ関心がある」(64.5%)を合わせると、関心が“ある”(95.3%)という人が9割を超えています。

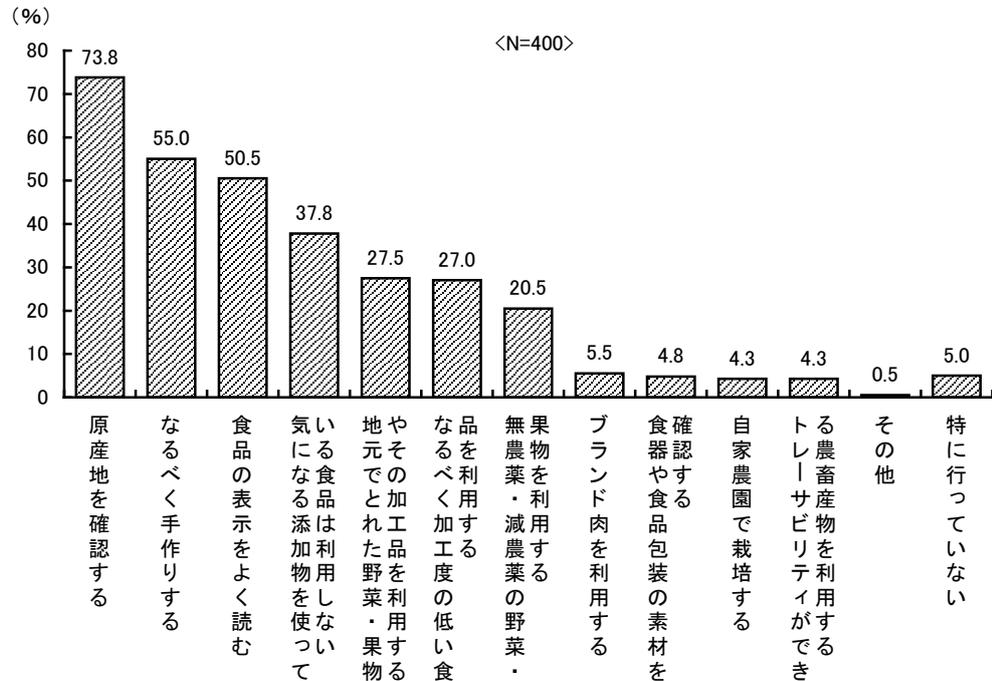
年代別にみると、《40代》で「とても関心がある」(24.8%)の割合が低めですが、総じて大きな年代差はみられません。

◆前回調査と比べると、「とても関心がある」(前回 35.0%→今回 30.8%)がやや減り、「まあ関心がある」(同 59.8%→64.5%)がやや増えており、関心はやや薄らいでいるようですが、両者を合わせた“ある”(同 94.8%→95.3%)の割合はほとんど変わっていません。

5. “食の安全”のための対応や、生活習慣として実行していること

「原産地を確認する」(73.8%)、「なるべく手作りする」(55.0%)、「食品の表示をよく読む」(50.5%)、「気になる添加物を使っている食品は利用しない」(37.8%)、「地元でとれた野菜・果物やその加工品を利用する」(27.5%)、「なるべく加工度の低い食品を利用する」(27.0%)など、できるだけ安全な食品を利用することを心掛けているが、前回と比べると総じて低い割合。

図 22. “食の安全”のための対応や、生活習慣として実行していること（複数回答）



年代	30代 <n=133>	64.7	50.4	48.9	41.4	21.1	28.6	21.8	3.0	6.0	3.8	3.0	-	9.0
40代 <n=133>	75.9	60.2	46.6	31.6	31.6	24.1	13.5	5.3	6.0	3.8	3.8	-	4.5	
50代 <n=134>	80.6	54.5	56.0	40.3	29.9	28.4	26.1	8.2	2.2	5.2	6.0	1.5	1.5	

“食の安全”のための対応や、生活習慣として実行していることをみると、「原産地を確認する」(73.8%)が最も多く、以下「なるべく手作りする」(55.0%)、「食品の表示をよく読む」(50.5%)、「気になる添加物を使っている食品は利用しない」(37.8%)、「地元でとれた野菜・果物やその加工品を利用する」(27.5%)、「なるべく加工度の低い食品を利用する」(27.0%)、「無農薬・減農薬の野菜・果物を利用する」(20.5%)などの順で、できるだけ安全な食品を利用することを心掛けているようです。

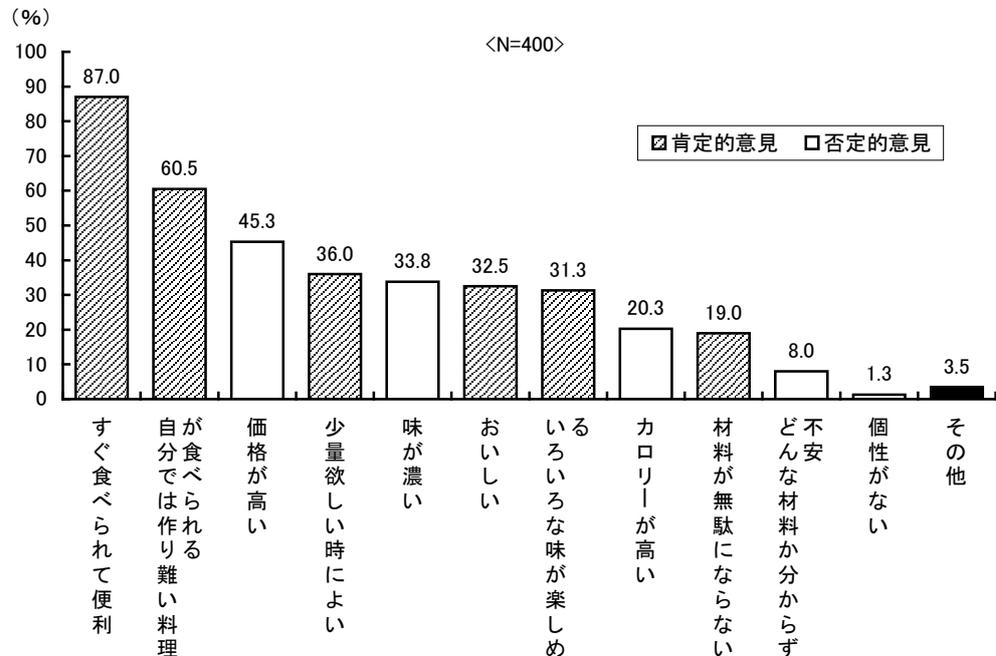
年代別にみると、いずれも「原産地を確認する」が最も多くなっていますが、年代が上がるほどその割合は高く、《30代》(64.7%)と《50代》(80.6%)の間には15ポイント以上の差があります。また、「食品の表示をよく読む」も《50代》(56.0%)で高い割合です。

◆前回調査と比べ、「食品の表示をよく読む」(前回66.8%→今回50.5%)が15ポイント以上減っており、そのほか「気になる添加物を使っている食品は利用しない」(同46.8%→37.8%)、「原産地を確認する」(同79.3%→73.8%)など、割合を下げている項目がほとんどとなっています。“食の安全”のための行動は少なくなっているようです。

6. 出来合いの惣菜について、どう考えているか

「すぐ食べられて便利」(87.0%)、「自分では作り難い料理が食べられる」(60.5%)、「少量欲しい時によい」(36.0%)、「おいしい」(32.5%)、「いろいろな味が楽しめる」(31.3%)といった“肯定的意見”が多く、また前回よりも増加している。“否定的意見”としては、「価格が高い」(45.3%)、「味が濃い」(33.8%)、「カロリーが高い」(20.3%)などがみられる。

図 23. 出来合いの惣菜について、どう考えているか（複数回答）



年代	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>
仕事	有職主婦 <n=302>	専業主婦 <n=98>	
同居家族	2~3人 <n=120>	4人 <n=176>	5人以上 <n=104>

意見	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>	有職主婦 <n=302>	専業主婦 <n=98>	2~3人 <n=120>	4人 <n=176>	5人以上 <n=104>
すぐ食べられて便利	88.0	90.2	82.8	87.1	86.7	86.7	88.1	85.6
自分では作り難い料理が食べられる	61.7	57.1	62.7	59.9	62.2	65.8	59.1	56.7
価格が高い	55.6	45.1	35.1	42.1	55.1	40.8	44.9	51.0
少量欲しい時によい	22.6	36.8	48.5	35.8	36.7	52.5	30.7	26.0
味が濃い	36.1	30.1	35.1	31.1	41.8	32.5	35.8	31.7
おいしい	34.6	32.3	30.6	32.1	33.7	34.2	27.8	38.5
いろいろな味が楽しめる	33.8	32.3	27.6	30.8	32.7	32.5	28.4	34.6
カロリーが高い	24.1	17.3	19.4	21.2	17.3	19.2	20.5	21.2
材料が無駄にならない	18.0	13.5	25.4	18.2	21.4	27.5	13.1	19.2
どんな材料か分からない	9.0	7.5	7.5	7.6	9.2	7.5	9.7	5.8
個性がない	0.8	1.5	1.5	1.7	-	0.8	0.6	2.9
その他	5.3	2.3	3.0	4.3	1.0	1.7	4.0	4.8

出来合いの惣菜について、どう考えているか、その評価をみると、「すぐ食べられて便利」(87.0%)、「自分では作り難い料理が食べられる」(60.5%)、「少量欲しい時によい」(36.0%)、「おいしい」(32.5%)、「いろいろな味が楽しめる」(31.3%)といった“肯定的意見”の方が多くあげられています。一方、“否定的意見”としては、「価格が高い」(45.3%)、「味が濃い」(33.8%)「カロリーが高い」(20.3%)などがみられます。

年代別にみると、「価格が高い」は若い人ほど高く、経済力のない若い世代ほど価格に敏感なようです。一方、「少量欲しい時によい」は年代が上がるほど高い割合で、こちらは年代とともにあまり多く食べられなくなってくるものが影響していると考えられます。

仕事の有無別にみると、「価格が高い」(有職主婦 42.1%、専業主婦 55.1%)、「味が濃い」(同 31.1%、41.8%)といった“否定的意見”は《専業主婦》の方が高い割合となっています。

同居家族数別にみると、当然かもしれませんが、同居家族が少ないほど「少量欲しい時によい」や「材料が無駄にならない」が多くなっています。また、「価格が高い」は同居家族が多いほど高く、同居家族が増えると価格が重

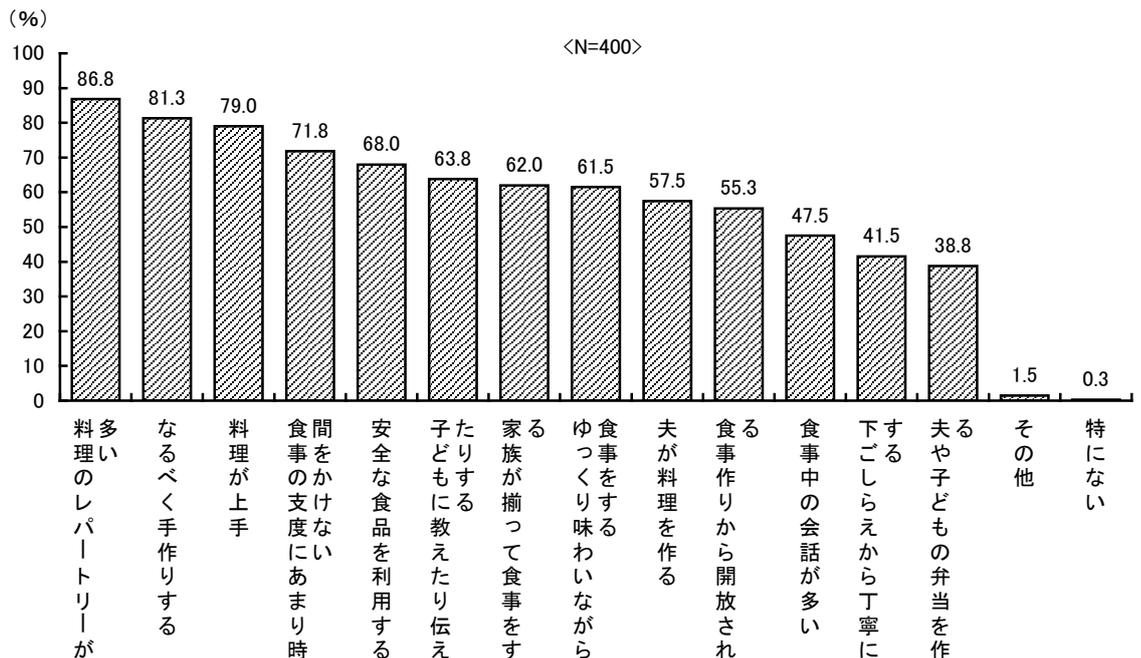
要な問題になってくることがうかがえます。

◆前回調査と比べると、「おいしい」(前回 21.5%→今回 32.5%)、「自分では作り難い料理が食べられる」(同 52.5%→60.5%)、「いろいろな味が楽しめる」(同 23.8%→31.3%)といった“肯定的意見”が増えているのが目立ちます。これもコロナ禍によって自宅にいることが増えたことの影響かもしれません。

7. 自分自身や家庭の「食生活」について望んでいること、実現していること

- “望んでいること”は、「料理のレパートリーが多い」(86.8%)、「なるべく手作りする」(81.3%)、「料理が上手」(79.0%)といった“料理の技術向上”を望む声のほか、「食事の支度にあまり時間をかけない」(71.8%)といった“時短”、「安全な食品を利用する」(68.0%)といった“安全”や、「子どもに教えたり伝えたりする」(63.8%)、「家族が揃って食事をする」(62.0%)、「ゆっくり味わいながら食事をする」(61.5%)など、さまざまなことを望んでいる。
- “実現していること”は、「なるべく手作りする」(67.8%)、「食事の支度にあまり時間をかけない」(48.5%)、「夫や子どもの弁当を作る」(46.3%)、「食事の会話が多い」(40.5%)などが多いが、“望んでいること”で上位だった「料理のレパートリーが多い」(7.0%)、「料理が上手」(7.3%)はあまり実現できていない。

図 24. 自分自身や家庭の食生活について望んでいること（複数回答）



属性	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>	有職主婦 <n=302>	専業主婦 <n=98>	同居家族 2~3人 <n=120>	同居家族 4人 <n=176>	同居家族 5人以上 <n=104>	料理のレパートリーが多い	なるべく手作りする	料理が上手	食事の支度にあまり時間をかけない	安全な食品を利用する	子どもに教えたり伝えたりする	家族が揃って食事をする	ゆっくり味わいながら食事をする	夫が料理を作る	食事作りから開放される	食事の会話が多い	下ごしらえから丁寧にする	夫や子どもの弁当を作る	その他	特にない
年代	88.0	88.0	84.3	85.4	90.8	88.3	85.8	86.5	88.0	81.3	79.0	71.8	68.0	64.7	62.4	63.2	62.4	53.4	45.9	41.4	39.1	1.5	-
仕事	88.0	77.4	84.3	83.4	90.8	88.3	85.8	86.5	88.0	77.4	77.6	72.2	66.6	67.7	65.4	55.6	56.4	60.9	51.9	42.1	42.9	2.3	0.8
同居家族	84.3	85.1	84.3	76.5	90.8	88.3	83.0	86.5	84.3	85.1	77.6	64.2	69.4	59.0	58.2	65.7	53.7	51.5	44.8	41.0	34.3	0.7	-
	85.4	83.4	84.3	70.9	90.8	88.3	83.0	86.5	85.4	83.4	76.5	70.9	66.6	61.6	60.9	60.9	57.3	54.6	48.7	41.4	38.7	1.0	0.3
	90.8	74.5	84.3	74.5	90.8	88.3	83.0	86.5	90.8	74.5	86.7	74.5	72.4	70.4	65.3	63.3	58.2	57.1	43.9	41.8	38.8	3.1	-
	88.3	78.3	84.3	65.0	90.8	88.3	83.0	86.5	88.3	78.3	77.5	65.0	72.5	58.3	60.8	61.7	60.0	48.3	49.2	39.2	37.5	-	-
	85.8	83.0	84.3	70.5	90.8	85.8	83.0	86.5	85.8	83.0	82.4	70.5	67.0	65.9	64.2	59.7	58.5	55.1	46.6	40.3	36.4	1.7	-
	86.5	81.7	84.3	64.4	90.8	86.5	81.7	86.5	86.5	81.7	75.0	81.7	64.4	66.3	59.6	64.4	52.9	63.5	47.1	46.2	44.2	2.9	1.0

まず、自分自身や家庭の食生活について望んでいることをみると、「料理のレパートリーが多い」(86.8%)をはじめ、「なるべく手作りする」(81.3%)、「料理が上手」(79.0%)といった“料理の技術向上”を望む声や、「食事の支度にあまり時間をかけない」(71.8%)といった“時短”、「安全な食品を利用する」(68.0%)といった“安全”や、「子どもに教えたり伝えたりする」(63.8%)、「家族が揃って食事をする」(62.0%)、「ゆっくり味わいながら食事をする」(61.5%)、「夫が料理を作る」(57.5%)、「食事作りから開放される」(55.3%)など、さまざまなことを望んでいます。

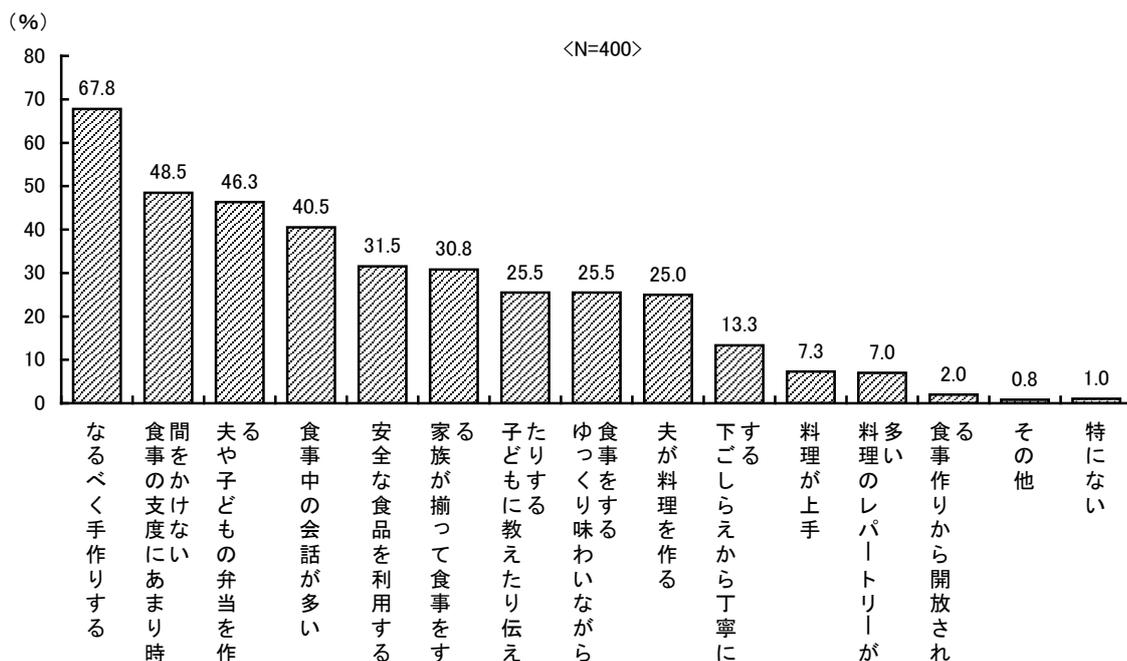
年齢別にみても、いずれもトップ3は、順位の違いはあるものの「料理のレパートリーが多い」「なるべく手作りする」「料理が上手」があげられています。また、「食事の支度にあまり時間をかけない」の割合は若い人ほど多く、30

代》(78.9%)では《50代》(64.2%)よりも15ポイント近くも高率です。

仕事の有無別にみると、総じて《有職主婦》よりも《専業主婦》の方が高い割合で、多くのことを望んでいます。特に「料理が上手」は《専業主婦》(86.7%)が《有職主婦》(76.5%)を10ポイント以上上回っています。

同居家族数別にみると、「食事の支度にあまり時間をかけない」「食事作りから開放される」などは同居家族が多いほど高い割合で、同居家族が多いと、それだけ食事の準備も大変であることがうかがえます。また、「子どもに教えたり伝えたりする」も同居家族が多いほど高く、子どもが多いことによる楽しみもあることが察せられます。

図 25. 自分自身や家庭の食生活について、すでに実現していること（複数回答）



属性	年代	なるべく手作りする	食事の支度にあまり時間をかけない	夫や子どもの弁当を作る	食事の中の会話が多い	安全な食品を利用する	家族が揃って食事をする	子どもに教えたり伝えたりする	ゆっくり味わいながら食事をする	夫が料理を作る	下ごしらえから丁寧に	料理が上手	料理のレパートリーが多い	食事作りから開放される	その他	特になし
年代	30代 <n=133>	64.7	45.9	47.4	48.1	30.1	38.3	30.8	15.0	28.6	10.5	8.3	7.5	0.8	-	-
	40代 <n=133>	70.7	44.4	49.6	38.3	27.8	27.1	22.6	27.1	24.1	17.3	5.3	7.5	3.0	0.8	1.5
	50代 <n=134>	67.9	55.2	41.8	35.1	36.6	26.9	23.1	34.3	22.4	11.9	8.2	6.0	2.2	1.5	1.5
仕事	有職主婦 <n=302>	68.2	49.0	44.7	40.1	30.1	29.1	24.2	26.8	26.2	13.9	7.6	7.3	2.0	0.7	1.3
	専業主婦 <n=98>	66.3	46.9	51.0	41.8	35.7	35.7	29.6	21.4	21.4	11.2	6.1	6.1	2.0	1.0	-
同居家族	2~3人 <n=120>	62.5	56.7	35.0	36.7	36.7	29.2	20.8	32.5	26.7	12.5	10.0	5.0	1.7	0.8	0.8
	4人 <n=176>	68.2	40.9	48.9	40.9	29.5	33.5	27.8	28.4	28.4	13.6	4.5	8.5	1.1	-	-
	5人以上 <n=104>	73.1	51.9	54.8	44.2	28.8	27.9	26.9	12.5	17.3	13.5	8.7	6.7	3.8	1.9	2.9

次に、自分自身や家庭の食生活についてすでに実現していることを、望む、望まないにかかわらずあげてもらった結果、“望んでいること”で第2位にあげられていた「なるべく手作りする」(67.8%)が最も多く、以下「食事の支度にあまり時間をかけない」(48.5%)、「夫や子どもの弁当を作る」(46.3%)、「食事の中の会話が多い」(40.5%)、「安全な食品を利用する」(31.5%)、「家族が揃って食事をする」(30.8%)、「子どもに教えたり伝えたりする」(25.5%)、「ゆっくり味わいながら食事をする」(25.5%)、「夫が料理を作る」(25.0%)が続いています。また、“望んでいること”で第1位の「料理のレパートリーが多い」(7.0%)、第3位の「料理が上手」(7.3%)は1割前後にとどまっており、強く望んでいてもなかなか実現できないことと言えます。

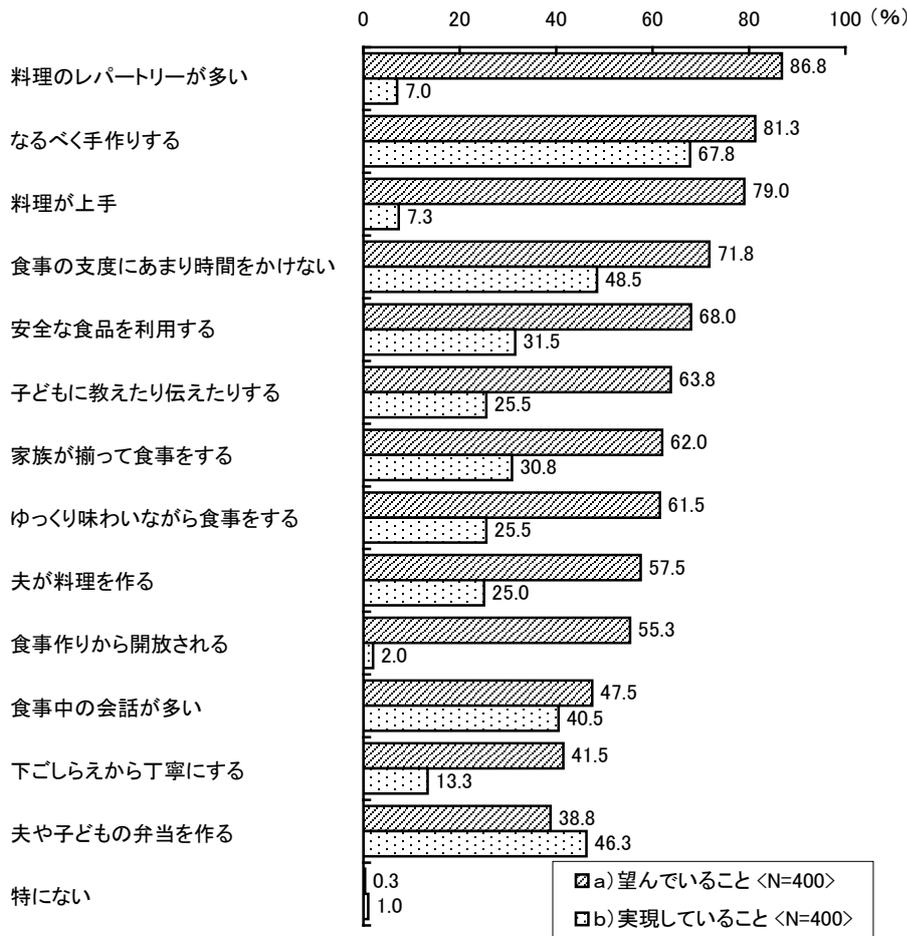
年代別にみると、「食事の中の会話が多い」「家族が揃って食事をする」は若い人ほど多く、子どもが小さいから実現できていることが多いのでしょう。一方、「食事の支度にあまり時間をかけない」「ゆっくり味わいながら食事

する」は50代で高く、子どもの手が離れた人が多いことによって実現していることが多いと思われます。

仕事の有無別にみると、「夫や子どもの弁当を作る」（有職主婦 44.7%、専業主婦 51.0%）や「家族が揃って食事をする」（同 29.1%、35.7%）などは《専業主婦》の方が実現していることが多くなっています。

同居家族数別にみると、「なるべく手作りする」「夫や子どもの弁当を作る」は同居家族が多いほど高くなっています。一方、「ゆっくり味わいながら食事をする」は反対に同居家族が少ないほど高い割合です。

図 26. 自分自身や家庭の食生活について望んでいること、すでに実現していること（各複数回答）



なお、【望んでいること】と【すでに実現していること】の差をみると、「なるべく手作りする」は【望んでいること】と【すでに実現していること】の差が小さく、かなり実現率が高くなっていますが、「料理のレパートリーが多い」「料理が上手」は、【望んでいる】割合が非常に高かったにもかかわらず、【すでに実現している】割合が極めて低くなっています。総じて、十分に実現している項目よりも、実現率がかなり低い項目の方が目立ちます。

◆前回調査と比較すると、「望んでいること」については、「夫が料理を作る」（前回 47.5%→今回 57.5%）、「食事の支度にあまり時間をかけない」（同 62.3%→71.8%）、「食事作りから開放される」（同 47.0%→55.3%）など、前回より増えている項目が多く、望むことは増えています。

「実現していること」については、「望んでいること」ほどの差はなく、「子どもに教えたり伝えたりする」（前回 34.5%→今回 25.5%）が 10 ポイント近く減っているのが最も大きな変化です。

表 4. 願望達成度

	(a)	(b)	(b/a)
	望んでいること (名)	実現していること (名)	願望達成度 (%)
なるべく手作りする	325	230	70.8
夫や子どもの弁当を作る	155	100	64.5
食事の支度にあまり時間をかけない	287	149	51.9
食事中の会話がが多い	190	95	50.0
安全な食品を利用する	272	99	36.4
夫が料理を作る	230	72	31.3
家族が揃って食事をする	248	74	29.8
子どもに教えたり伝えたりする	255	72	28.2
ゆっくり味わいながら食事をする	246	64	26.0
下ごしらえから丁寧にする	166	35	21.1
その他	6	1	16.7
料理のレパートリーが多い	347	23	6.6
料理が上手	316	20	6.3
食事作りから開放される	221	6	2.7

ちなみに、“願望達成度（望んでいる人のうち、どれくらいが実現しているかの割合）をみると、「なるべく手作りする」（70.8%）、「夫や子どもの弁当を作る」（64.5%）、「食事の支度にあまり時間をかけない」（51.9%）、「食事中の会話がが多い」（50.0%）の4項目が“望んでいる”人の半数以上が実現しています。また、“望んでいること”でトップの「料理のレパートリーが多い」（6.6%）や第3位の「料理が上手」（6.3%）は1割にも達していません。

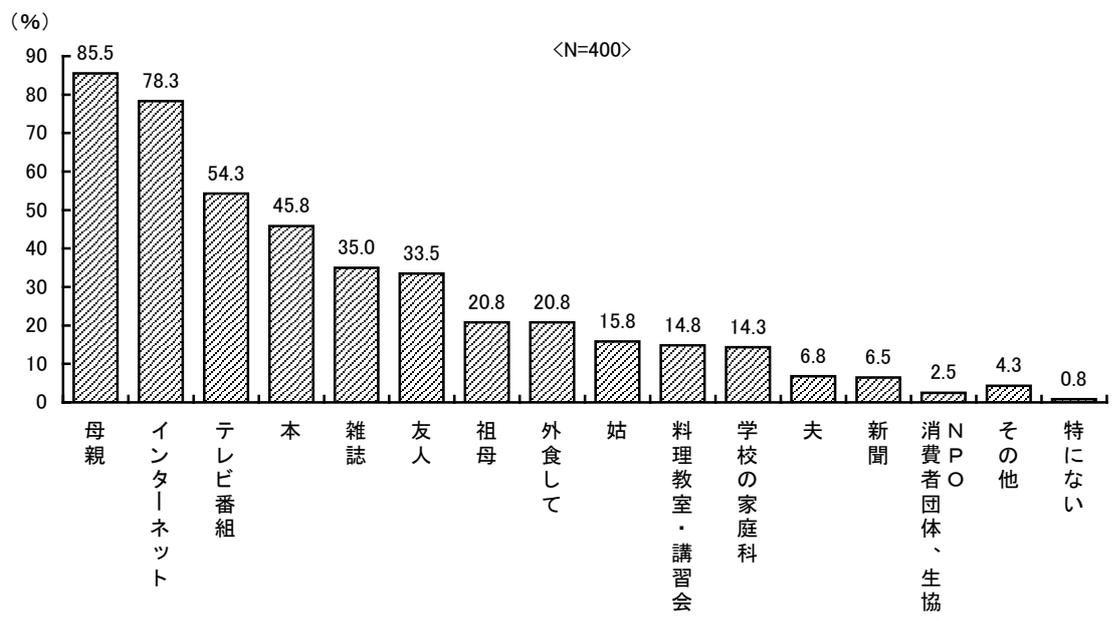
◆前回調査と比較すると、総じてあまり変わっていませんが、「食事の支度にあまり時間をかけない」（前回 42.6% → 51.9%）は10ポイント近く増え、「子どもに教えたり伝えたりする」（同 37.5% → 28.2%）は10ポイント近く減っています。

1. これまで料理や食についての知識を、主に誰から教わったり、何かからとり入れてきたか

「母親」(85.5%)と並んで「インターネット」(78.3%)が多く、特に「インターネット」は前回からの伸びが極めて大きい。以下、「テレビ番組」(54.3%)、「本」(45.8%)、「雑誌」(35.0%)といったメディアやネット情報、「友人」(33.5%)、「祖母」(20.8%)の口コミ、「外食して」(20.8%)などが続く。

●「インターネット」で見ると、「レシピサイト(アプリ含む)」(94.6%)が突出して多く、以下「動画・ライブ配信サイト」(32.6%)、「ソーシャルメディア」(20.4%)、「記事サイト(ニュース、特集など)」(13.4%)など。

図 27. これまで料理や食についての知識を、主に誰から教わったり、何かからとり入れてきたか (複数回答)



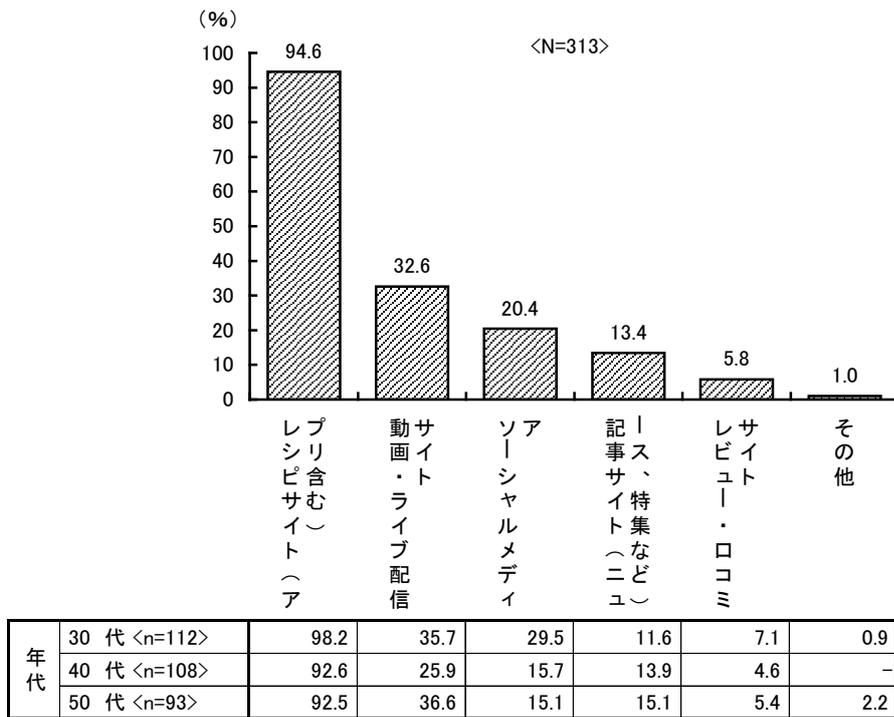
年代	30代 <n=133>	母親	インターネット	テレビ番組	本	雑誌	友人	祖母	外食して	姑	料理教室・講習会	学校の家庭科	夫	新聞	消費者団体、生協、NPO	その他	特にない
30代 <n=133>	83.5	84.2	45.1	37.6	25.6	27.1	27.1	15.0	15.0	9.0	15.8	6.8	1.5	3.0	6.8	0.8	
40代 <n=133>	83.5	81.2	56.4	54.1	37.6	36.8	19.5	17.3	19.5	16.5	17.3	7.5	6.8	0.8	2.3	1.5	
50代 <n=134>	89.6	69.4	61.2	45.5	41.8	36.6	15.7	29.9	12.7	18.7	9.7	6.0	11.2	3.7	3.7	-	

これまで料理や食についての知識を、主に誰から教わったり、何かからとり入れてきたかをみると、「母親」(85.5%)と「インターネット」(78.3%)が8割前後で特に多くなっています。次いで、「テレビ番組」(54.3%)、「本」(45.8%)、「雑誌」(35.0%)といったメディアやネット情報、そして「友人」(33.5%)、「祖母」(20.8%)の口コミ、「外食して」(20.8%)などが続いています。

年代別にみると、いずれの年代でも「母親」が最も多くなっていますが、「インターネット」とする割合は《30代》(84.2%)、《40代》(81.2%)の8割台に比べ、《50代》(69.4%)では7割弱と低めです。また、「祖母」の割合は《30代》(27.1%)で高めである一方、「テレビ番組」「雑誌」「外食して」などの割合は年代が上がるほど高くなっています。

◆前回調査と比べると、「インターネット」（前回 51.0%→今回 78.3%）が大幅に伸びているほかは、「雑誌」（同 51.8%→35.0%）、「テレビ番組」（同 69.3%→54.3%）、「友人」（同 46.5%→33.5%）、「本」（同 55.8%→45.8%）、「外食して」（同 32.0%→20.8%）など、ほとんどの項目で前回は下回っています（トップの「母親」の割合はあまり変わっていません）。インターネットの普及が始まってからかなりの年数が経ちますが、2015 年と比べてもインターネットの利用度は大幅に上がっていることが分かります。

図 28. どのようなサイトで料理や食についての情報を見るか（複数回答）



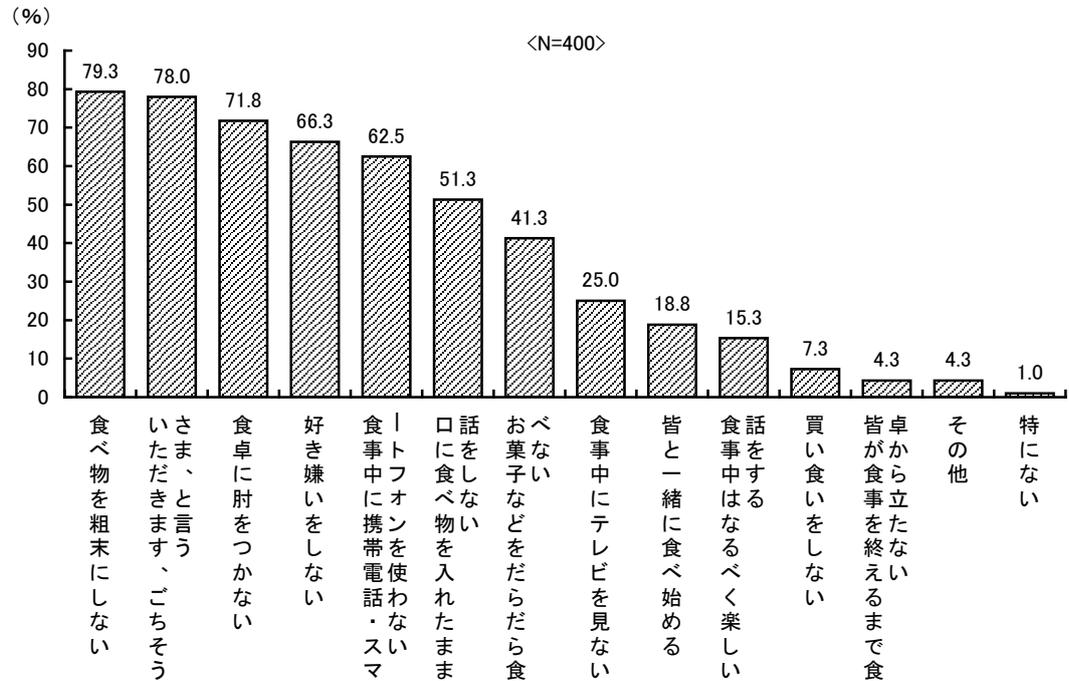
「インターネット」と回答した人に、どのようなサイトで料理や食についての情報を見るか聞いたところ、「レシピサイト（アプリ含む）」（94.6%）が9割を超えて最も多く、以下「動画・ライブ配信サイト」（32.6%）、「ソーシャルメディア」（20.4%）、「記事サイト（ニュース、特集など）」（13.4%）などの順となっています。

年代別にみると、いずれも「レシピサイト（アプリ含む）」が9割以上で断然多くなっていますが、「ソーシャルメディア」をあげる割合は《40代》（15.7%）、《50代》（15.1%）に比べ、《30代》（29.5%）では2倍近い割合です。

2. 子育てをする中で、食べ物や食事について、言い聞かせたり、守らせようとしたこと

「食べ物を粗末にしない」(79.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(78.0%)、「食卓に肘をつかない」(71.8%)、「好き嫌いをしない」(66.3%)、「食事中に携帯電話・スマートフォンを使わない」(62.5%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(51.3%)など、“食”についてきちんと教えようという母親の意識は強いが、前回に比べると総じて低く、前回より伸びているのは「食事中に携帯電話・スマートフォンを使わない」(前回 51.0%→今回 62.5%)。

図 29. 子育てをする中で、食べ物や食事について、言い聞かせたり、守らせようとしたこと（複数回答）



年代	30代 <n=133>													
30代 <n=133>	82.0	85.7	72.9	69.2	59.4	58.6	48.9	39.1	21.8	16.5	8.3	4.5	6.0	-
40代 <n=133>	78.2	80.5	75.9	66.9	64.7	46.6	42.9	19.5	17.3	15.0	8.3	4.5	3.0	0.8
50代 <n=134>	77.6	67.9	66.4	62.7	63.4	48.5	32.1	16.4	17.2	14.2	5.2	3.7	3.7	2.2

子育てをする中で、食べ物や食事について、子どもに言い聞かせたり、守らせようとしたのはどんなことでしょうか。

「食べ物を粗末にしない」(79.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(78.0%)、「食卓に肘をつかない」(71.8%)、「好き嫌いをしない」(66.3%)、「食事中に携帯電話・スマートフォンを使わない」(62.5%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(51.3%)、「お菓子などをだらだら食べない」(41.3%)、「食事中にテレビを見ない」(25.0%)、「皆と一緒に食べ始める」(18.8%)などの順となっています。

年代別にみると、「いただきます、ごちそうさま、と言う」「お菓子などをだらだら食べない」「食事中にテレビを見ない」などは若い母親ほど多くあげています。

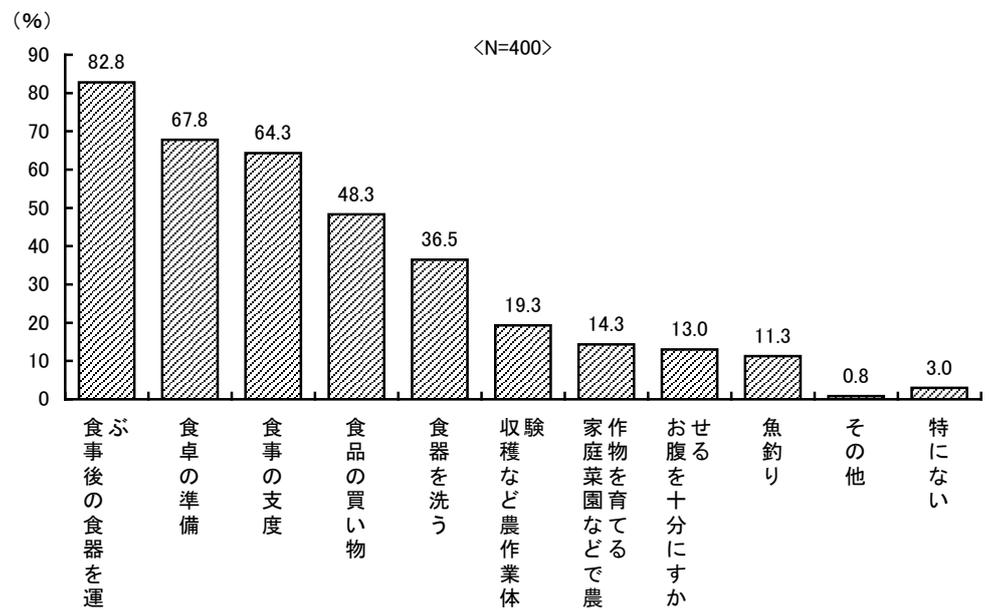
◆前回調査と比べると、ほとんどの項目で前回より低い割合で、特に「好き嫌いをしない」(前回 79.8%→今回 66.3%)、「皆と一緒に食べ始める」(同 28.8%→18.8%)は10ポイント以上減っています。逆に前回に比べて大きく伸びたのは「食事中に携帯電話・スマートフォンを使わない」(前回 51.0%→今回 62.5%)です。

3. 子育ての中で、食べ物や食事について、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」(82.8%)、「食卓の準備」(67.8%)、「食事の支度」(64.3%)、「食品の買い物」(48.3%)、「食器を洗う」(36.5%)などを子どもに参加・実行させている。

- “食事の支度”の具体的な内容は、「野菜などの皮をむく、切る」(69.3%)、「料理を作る」(68.1%)、「お米をとぐ」(63.8%)、「野菜などを洗う」(59.1%)、「ご飯を炊く」(44.7%)など。
- 第一子が一番はじめに作った料理は、「カレー」(18.9%)、「卵焼き、だし巻き卵」(16.6%)、「味噌汁」(9.7%)、「目玉焼き」(5.1%)などの順。
- “食事の支度”を第一子に参加させるようになった年齢は、「4～6歳」(43.6%)が最も多く、「3歳以下」(17.9%)を合わせた“小学校入学前までに”が6割強(61.5%)で、平均は「6.3歳」。

図 30. 子育ての中で、食べ物や食事について、子どもに参加・実行させるようにしてきたこと（複数回答）



年代	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>	小学校低学年以下のみ <n=77>	小学校高学年、中学生がいる <n=157>	高校生以上のみ <n=159>
食事後の食器を運ぶ	82.0	86.5	79.9	76.6	88.5	79.9
食卓の準備	66.9	73.7	62.7	55.8	79.0	62.9
食事の支度	68.4	66.9	57.5	63.6	71.3	56.6
食品の買い物	54.1	45.9	44.8	50.6	51.6	44.0
食器を洗う	30.8	41.4	37.3	18.2	40.8	42.1
収穫など農作業体	16.5	19.5	21.6	19.5	19.7	18.2
家庭菜園などで農作物を育てる	18.8	12.8	11.2	15.6	19.1	8.8
お腹を十分にすか	18.0	9.8	11.2	14.3	16.6	9.4
魚釣り	12.8	12.0	9.0	9.1	13.4	10.7
その他	0.8	0.8	0.7	2.6	-	0.6
特になし	2.3	3.0	3.7	5.2	1.3	3.8

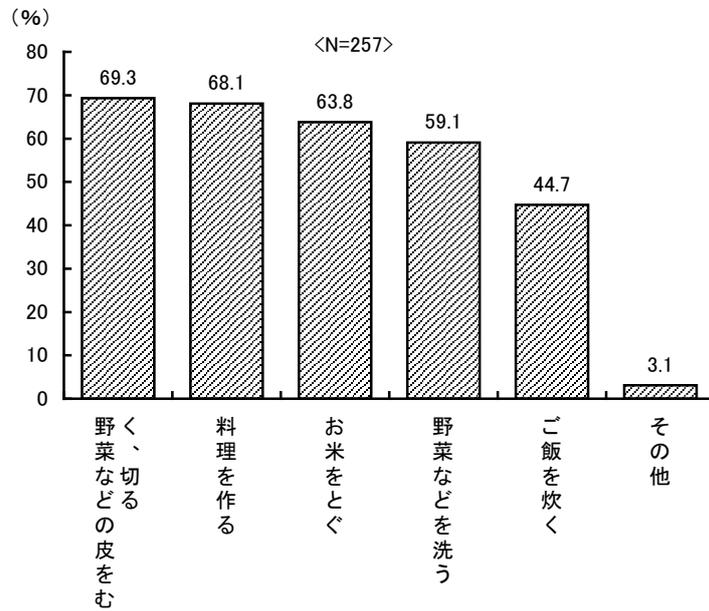
子育ての中で、食べ物や食事について、子どもにはどんなことに参加・実行させてきたのかをみると、トップは「食事後の食器を運ぶ」(82.8%)で、以下「食卓の準備」(67.8%)、「食事の支度」(64.3%)、「食品の買い物」(48.3%)、「食器を洗う」(36.5%)などが続いています。

年代別にみると、いずれも「食事後の食器を運ぶ」が最も多く、上位にあげられている項目は全体と変わりませんが、若い人ほど「食事の支度」「食品の買い物」「家庭菜園などで農作物を育てる」などをあげる割合は高くなっています。

これは子どもの年齢との関連が強いと思われ、これらの項目では《高校生以上のみ》の家庭では低い割合となっています。

◆前回調査と比較すると、「お腹を十分にすかせる」（前回 21.0%→今回 13.0%）が今回やや減っていますが、そのほかの項目はあまり変わっていません。

図 31. “食事の支度” は、具体的にはどんなことをさせたか【第一子の場合】（複数回答）



年代	30代 <n=91>	75.8	67.0	60.4	71.4	47.3	2.2
	40代 <n=89>	71.9	73.0	68.5	53.9	43.8	3.4
50代 <n=77>	58.4	63.6	62.3	50.6	42.9	3.9	
第一子の性別	男子 <n=128>	62.5	64.8	63.3	53.1	43.0	4.7
	女子 <n=129>	76.0	71.3	64.3	65.1	46.5	1.6

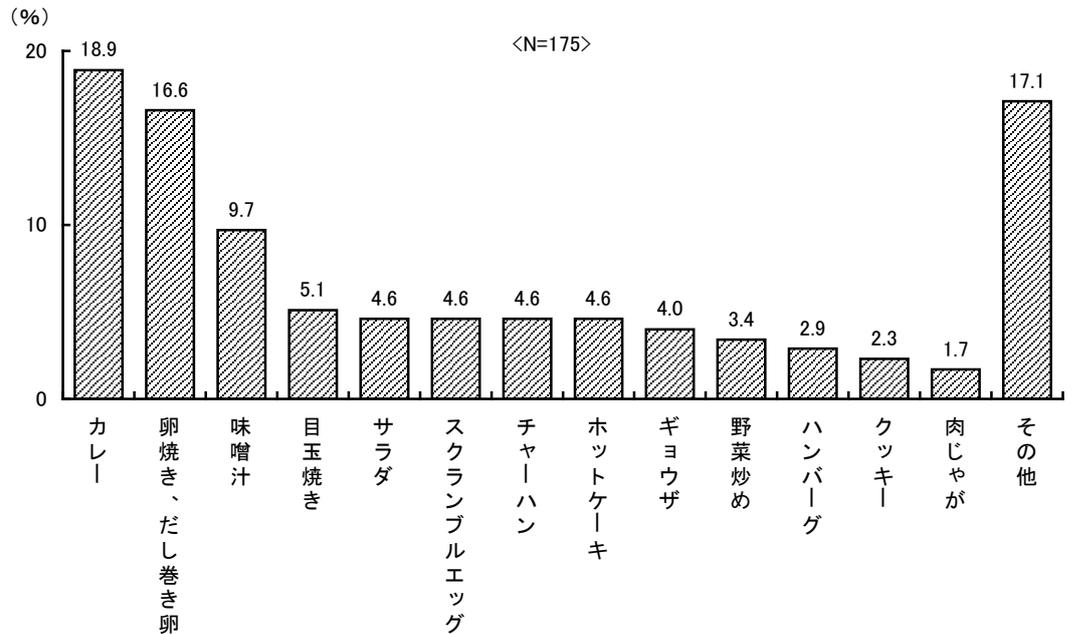
“食事の支度” をさせたという人に、第一子にはどんなことをさせたのか聞いてみたところ、「野菜などの皮をむく、切る」（69.3%）、「料理を作る」（68.1%）、「お米をとぐ」（63.8%）の3つが6割台で多く、次いで「野菜などを洗う」（59.1%）、「ご飯を炊く」（44.7%）が続いています。

年代別にみると、「野菜などの皮をむく、切る」「野菜などを洗う」の割合は若い人ほど高くなっています。

第一子の性別でみると、「野菜などの皮をむく、切る」（男子 62.5%、女子 76.0%）、「料理を作る」（同 64.8%、71.3%）、「野菜などを洗う」（同 53.1%、65.1%）など、全般に女子の方が高率を示しており、女子の方がいろいろな“食事の支度”をさせられていることがうかがえます。

◆前回調査と比較すると、全般的な傾向は変わりませんが、「お米をとぐ」（前回 70.4%→今回 63.8%）はやや減り、「料理を作る」（同 63.0%→68.1%）、「ご飯を炊く」（同 38.9%→44.7%）はやや増えています。

図 32. 第一子が一番はじめに作った料理名（自由回答）



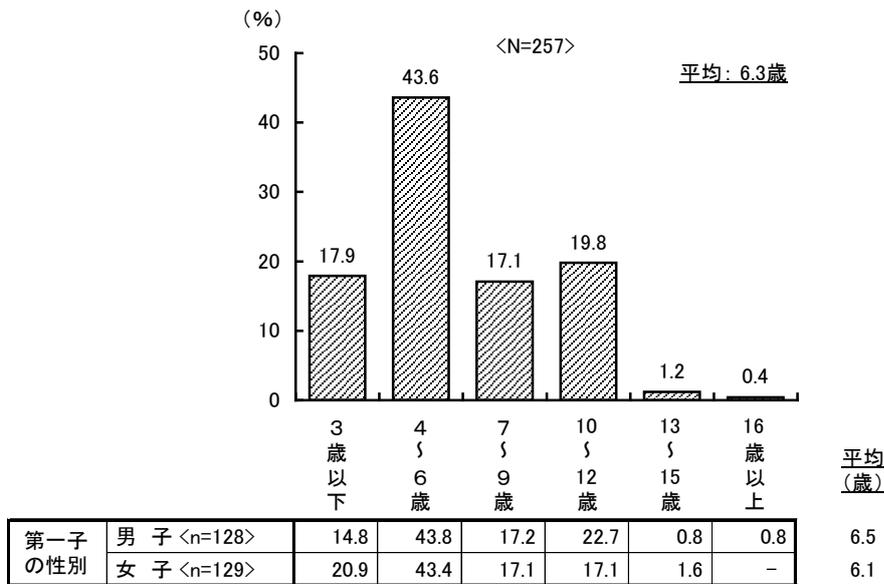
第一子の性別	男子 <n=83>	18.1	20.5	3.6	6.0	3.6	3.6	7.2	2.4	7.2	2.4	2.4	2.4	1.2	19.3
	女子 <n=92>	19.6	13.0	15.2	4.3	5.4	5.4	2.2	6.5	1.1	4.3	3.3	2.2	2.2	2.2

次に、“料理を作る”ことをあげた人に、第一子が一番はじめに作った料理名を具体的にあげてもらったところ、「カレー」(18.9%)が最も多く、以下「卵焼き、だし巻き卵」(16.6%)、「味噌汁」(9.7%)、「目玉焼き」(5.1%)、「サラダ」(4.6%)、「スクランブルエッグ」(4.6%)、「チャーハン」(4.6%)、「ホットケーキ」(4.6%)などが続いています。

第一子の性別にみると、《男子》では「卵焼き、だし巻き卵」(20.5%)、「カレー」(18.1%)、「チャーハン」「ギョウザ」(ともに7.2%)がトップ3ですが、《女子》では「カレー」(19.6%)、「味噌汁」(15.2%)、「卵焼き、だし巻き卵」(13.0%)と若干異なっています。

◆前回調査と比較すると、前回は「カレーライス」(22.2%)、「オムレツ・卵焼き」(11.1%)、「目玉焼き」「味噌汁」(ともに10.5%)がトップ3で、今回と顔ぶれはあまり変わっていませんが、「卵焼き、だし巻き卵」(前回は「オムレツ・卵焼き」)(前回11.1%→今回16.6%)が増え、「目玉焼き」(同10.5%→5.1%)が減っています。

図 33. 第一子を“食事の支度”に参加させるようになった年齢



さらに、“食事の支度”をさせたという人に、参加させるようになった年齢を聞いてみたところ、「4～6歳」（43.6%）が4割台を占めて、突出して多くなっています。「3歳以下」（17.9%）を合わせると、6割強（61.5%）が“小学校入学前までに”参加させています。そのほかは、いずれも高くても1割台で、「10～12歳」（19.8%）、「7～9歳」（17.1%）の順となっています。平均は「6.3歳」となっています。

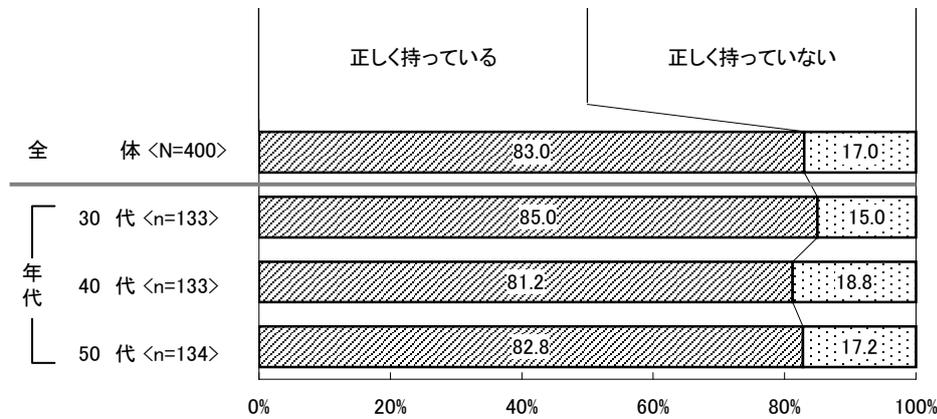
第一子の性別にみると、「3歳以下」の割合は《男子》（14.8%）よりも《女子》（20.9%）、「10～12歳」の割合は《女子》（17.1%）よりも《男子》（22.7%）の方が高くなっており、《男子》よりも《女子》の方を早く参加させています。平均も、《男子》6.5歳、《女子》6.1歳と、《男子》の方がやや高い年齢となっています。

◆前回調査と比較すると、「3歳以下」（前回 24.1%→今回 17.9%）の割合がやや減り、それ以上の年齢が少しずつ増えています。平均も、前回「5.9歳」→今回「6.3歳」と少し上がっています。

4. 「おはし」を正しく持っているか

「正しく持っている」(83.0%)が多数を占めるが、「正しく持っていない」(17.0%)人も少なくない。

図 34. 「おはし」を正しく持っているか



「おはし」を正しく持っているか、【正しい持ち方】のイラストを提示し、自己判断してもらった結果、「正しく持っている」(83.0%)という人が8割強を占めています。しかし、「正しく持っていない」(17.0%)という人も少なからずみられます。

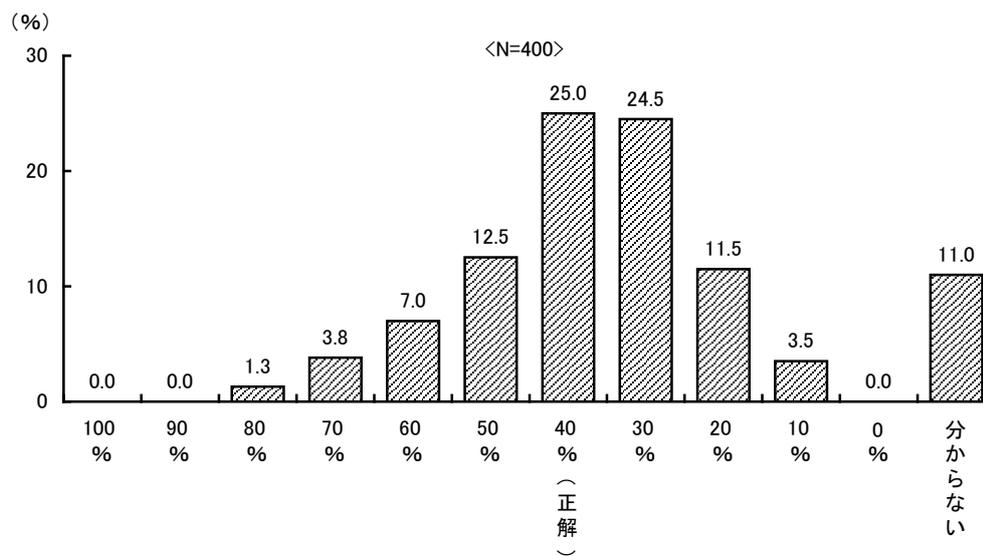
年代別にみると、「正しく持っている」割合は《30代》85.0%、《40代》81.2%、《50代》82.8%と、いずれも8割台で、あまり差はありません。

◆前回調査と比較すると、「正しく持っている」割合は83.3%→83.0%と、横ばい傾向です。

1. 現在、日本の「食料自給率」はどれくらいだと思うか

正解の「40%」は4人に1人の割合にとどまり、“30%以下”と思っている人が約4割(39.5%)、“50%以上”と思っている人が2割台(24.5%)。

図 35. 現在、日本の「食料自給率」はどれくらいだと思うか



年代	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>	100%	90%	80%	70%	60%	50%	40%	30%	20%	10%	0%	分からない
30代 <n=133>	-	-	-	0.0	0.0	1.5	3.8	8.3	14.3	23.3	22.6	9.8	3.8	-	12.8
40代 <n=133>	-	-	-	0.0	0.0	1.5	2.3	7.5	9.8	28.6	24.8	12.8	3.0	-	9.8
50代 <n=134>	-	-	-	0.0	0.0	0.7	5.2	5.2	13.4	23.1	26.1	11.9	3.7	-	10.4

農林水産省「食料需給表」によると、平成29年(2017年)の世界の供給熱量自給率は「カナダ」(255%)が最も高く、以下「オーストラリア」(233%)、「アメリカ」(131%)、「フランス」(130%)の順となっており、「日本」は「38%」で、先進国では下位にランクされています。

ここでは、現在、日本の「食料自給率」はどれくらいだと思うか聞いてみました。

その結果、正解に近い「40% (正解)」(25.0%)は4人に1人の割合にとどまっています。現状より低い“30%以下”の範囲という人が約4割(39.5%)、現状より高い“50%以上”の範囲が2割台(24.5%)となっています。

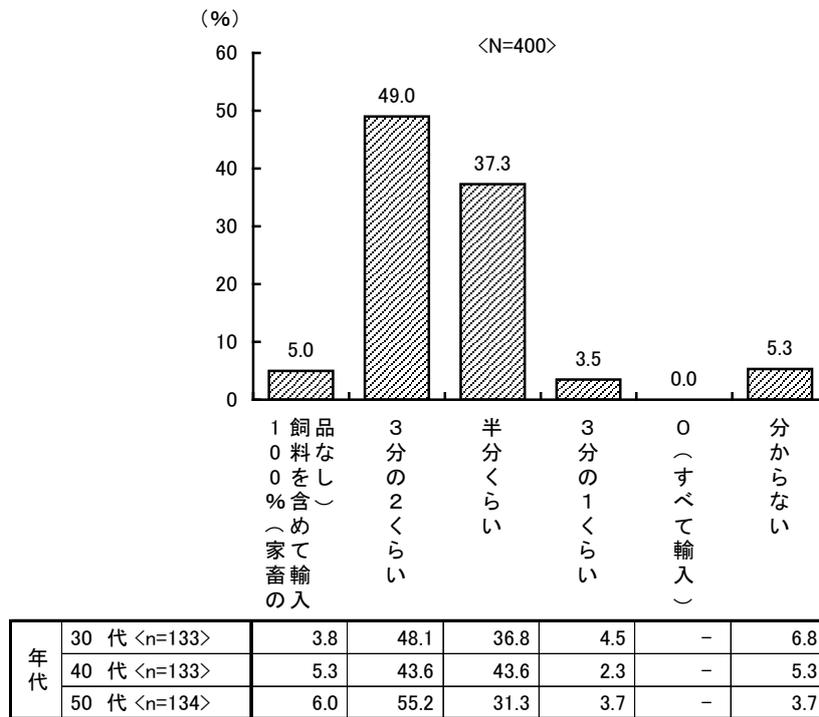
年代別にみると、正解の「40%」をあげる割合は《40代》(28.6%)でやや高めです。

◆前回調査と比較すると、「40%」の正解率は23.8%→25.0%とわずかにアップしていますが、まだ低率です。そのほかでは、“30%以下”(前回48.3%→今回39.5%)が10ポイント近く減り、“50%以上”(同20.0%→24.5%)や「分からない」(同8.0%→11.0%)がやや増えています。

2. 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」がほぼ半数(49.0%)占め、次いで「半分くらい」(37.3%)が続く。

図 36. 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか



次に、日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか聞いてみたところ、「3分の2くらい」という人がほぼ半数(49.0%)を占めて最も多く、次いで「半分くらい」(37.3%)が3割台で続いています。“食料自給率”を現状より上げてほしいと思っている人が圧倒的に多くなっています。そのほか少数派ですが「100% (家畜の飼料を含めて輸入品なし)」(5.0%)、「3分の1くらい」(3.5%)という人もみられます。

年代別にみると、いずれも「3分の2くらい」が多くなっていますが、《50代》(55.2%)で特に多くなっています。

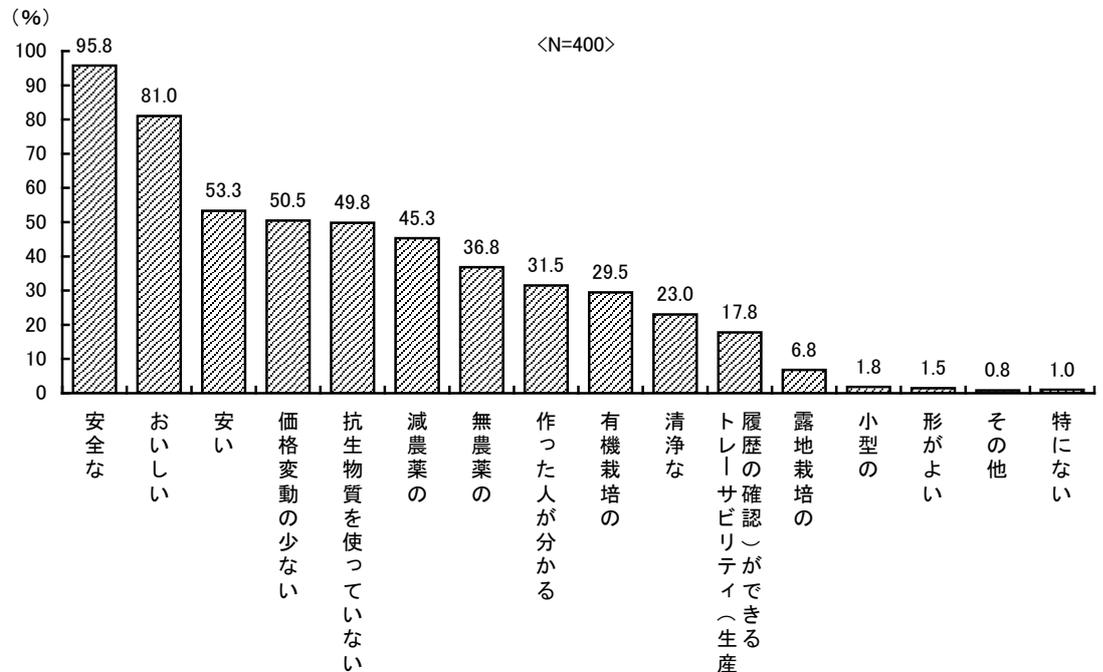
なお、前項で正解の「40%」と答えた人(100人)は、半数強が「3分の2くらい」(52.0%)、4割強が「半分くらい」(42.0%)と答えており、全体の結果とあまり変わりません。

◆前回調査と比較すると、「3分の2くらい」(前回 55.3%→今回 49.0%)がやや減、「半分くらい」(同 31.8%→37.3%)がやや増となっています。

3. これからの“農畜水産物”に対する要望

「安全な」(95.8%)をはじめ、「おいしい」(81.0%)、「安い」(53.3%)、「価格変動の少ない」(50.5%)、「抗生物質を使っていない」(49.8%)、「減農薬の」(45.3%)、「無農薬の」(36.8%)、「作った人が分かる」(31.5%)、「有機栽培の」(29.5%)などがあげられ、総じて“食の安全”に対する要望が極めて高い。

図 37. これからの“農畜水産物”について、どんな要望があるか（複数回答）



年代	30代 <n=133>	40代 <n=133>	50代 <n=134>	とても関心がある <n=123>	まあ関心がある <n=258>	関心がない <n=19>
安全な	94.0	96.2	97.0	97.6	96.5	73.7
おいしい	82.7	81.2	79.1	78.0	82.2	84.2
安い	60.2	46.6	53.0	43.1	56.6	73.7
価格変動の少ない	54.1	43.6	53.7	43.1	56.2	21.1
抗生物質を使っていない	48.9	45.1	55.2	64.2	44.6	26.3
減農薬の	40.6	45.9	49.3	51.2	44.2	21.1
無農薬の	39.1	33.8	37.3	52.8	30.6	15.8
作った人が分かる	30.1	32.3	32.1	35.0	31.0	15.8
有機栽培の	28.6	27.1	32.8	48.0	22.1	10.5
清浄な	23.3	17.3	28.4	22.8	23.6	15.8
履歴の確認(トレーサビリティ)ができる(生産)	15.0	18.8	19.4	25.2	15.1	5.3
露地栽培の	5.3	6.0	9.0	13.0	4.3	-
小型の	0.8	0.8	3.7	1.6	1.9	-
形がよい	0.8	1.5	2.2	2.4	1.2	-
その他	0.8	0.8	0.7	1.6	0.4	-
特にない	1.5	0.8	0.7	0.8	0.4	10.5

これからの“農畜水産物”について、どんな要望があるか聞いてみたところ、ほぼ全員が「安全な」(95.8%)をあげ、続く「おいしい」(81.0%)も8割を超えています。以下、「安い」(53.3%)、「価格変動の少ない」(50.5%)、「抗生物質を使っていない」(49.8%)、「減農薬の」(45.3%)、「無農薬の」(36.8%)、「作った人が分かる」(31.5%)、「有機栽培の」(29.5%)などが続いています。このように“食の安全”に対する要望が極めて高いことが分かります。

年代別にみると、いずれも「安全な」をあげる人が断然多くなっていますが、「安い」は《30代》(60.2%)、「抗生物質を使っていない」「減農薬の」は《50代》(順に55.2%、49.3%)で高い割合となっています。

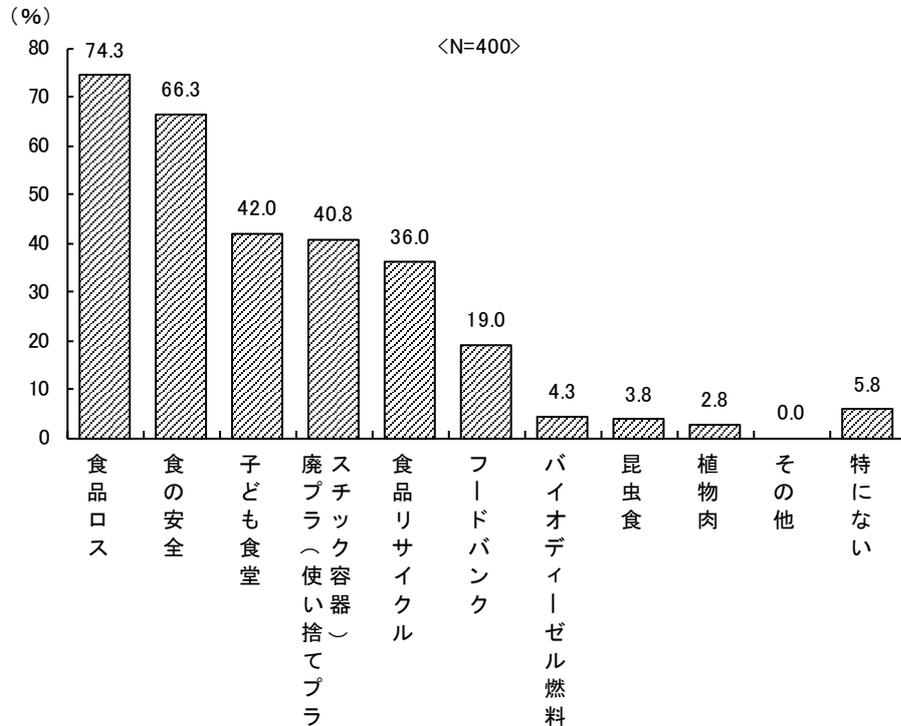
なお、前述した“食の安全”に対する関心度別にみると、関心度が高い人ほど「安全な」「抗生物質を使っていない」「減農薬の」「無農薬の」「有機栽培の」「トレーサビリティ(生産履歴の確認)ができる」など“安全性”にかかわる要望をあげる割合が高くなっています。一方、「安い」は逆に関心度の低い人ほど高い割合です。

◆前回調査と比較すると、あまり大きな変化はありませんが、「おいしい」（前回 76.0%→今回 81.0%）、「抗生物質を使っていない」（同 44.0%→49.8%）は前回よりややアップ、「減農薬の」（同 50.8%→45.3%）、「有機栽培の」（同 34.5%→29.5%）はややダウンとなっています。

4. 食に関する社会的課題や取り組みで関心のあるもの

「食品ロス」(74.3%)と「食の安全」(66.3%)がともに7割前後で多く、以下「子ども食堂」(42.0%)、「廃プラ(使い捨てプラスチック容器)」(40.8%)、「食品リサイクル」(36.0%)、「フードバンク」(19.0%)などの順。

図 38. 食に関する社会的課題や取り組みで関心のあるもの（複数回答）



年代	30代<n=133>	63.2	61.7	44.4	32.3	32.3	20.3	3.8	3.8	3.8	-	9.8
40代<n=133>	78.9	66.2	38.3	42.1	33.8	18.0	2.3	4.5	3.8	-	5.3	
50代<n=134>	80.6	70.9	43.3	47.8	41.8	18.7	6.7	3.0	0.7	-	2.2	

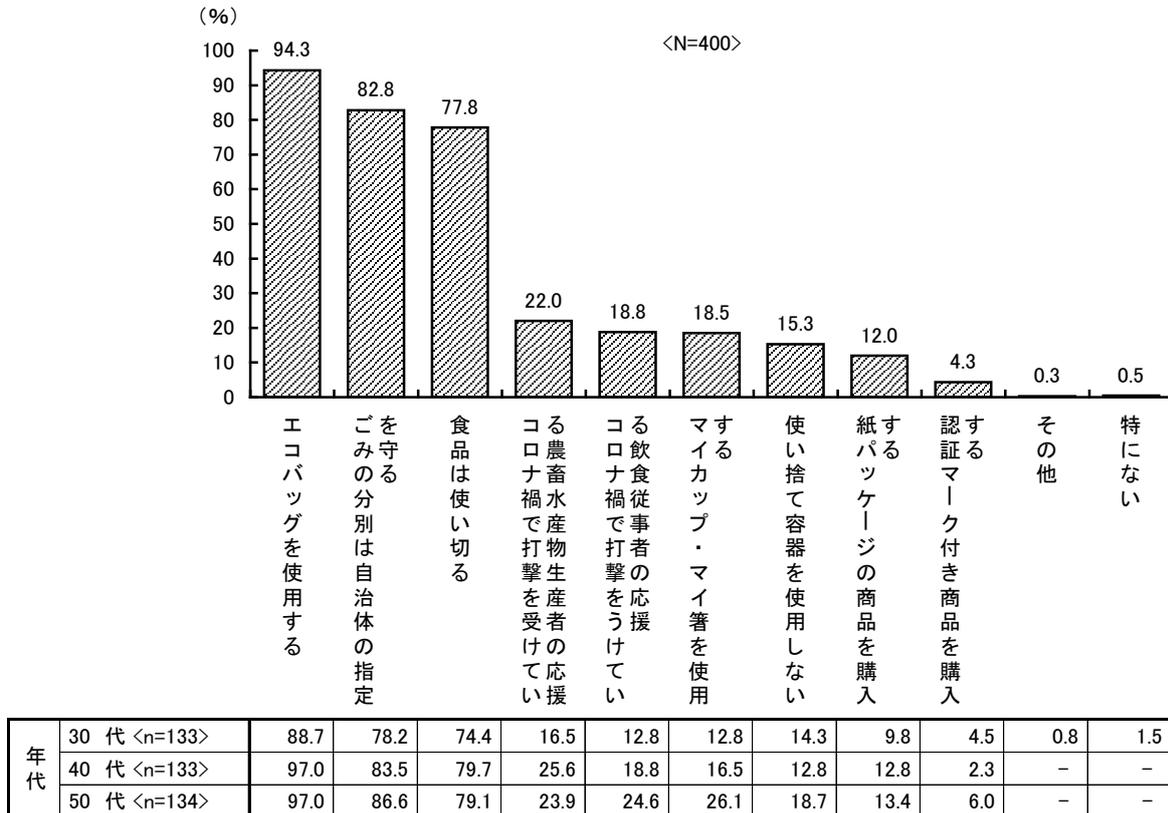
食に関する社会的課題や取り組みで関心のあるものは、「食品ロス」(74.3%)と「食の安全」(66.3%)がともに7割前後で多くなっています。以下、「子ども食堂」(42.0%)、「廃プラ(使い捨てプラスチック容器)」(40.8%)、「食品リサイクル」(36.0%)、「フードバンク」(19.0%)などの順となっています。

年代別にみると、「食品ロス」「食の安全」「廃プラ(使い捨てプラスチック容器)」「食品リサイクル」など、年代が上がるほど高い割合となっている項目が多く、いろいろな事柄に関心を持っています。

5. 食に関する社会課題に対して、取り組んでいることや心掛けていること

「エコバッグを使用する」(94.3%)、「ごみの分別は自治体の指定を守る」(82.8%)、「食品は使い切る」(77.8%)の実施率が特に高い。以下、「コロナ禍で打撃を受けている農畜水産物生産者の応援」(22.0%)、「コロナ禍で打撃を受けている飲食従事者の応援」(18.8%)、「マイカップ・マイ箸を使用する」(18.5%)、「使い捨て容器を使用しない」(15.3%)などを実行している。

図 39. 食に関する社会課題に対して、取り組んでいることや心掛けていること（複数回答）



食に関する社会課題に対して、取り組んでいることや心掛けていることは、「エコバッグを使用する」(94.3%)が最も多く、9割台ですが、「ごみの分別は自治体の指定を守る」(82.8%)、「食品は使い切る」(77.8%)も8割前後の人が取り組んでいます。以下は高くても2割程度と少なくなりますが、「コロナ禍で打撃を受けている農畜水産物生産者の応援」(22.0%)、「コロナ禍で打撃を受けている飲食従事者の応援」(18.8%)、「マイカップ・マイ箸を使用する」(18.5%)、「使い捨て容器を使用しない」(15.3%)、「紙パッケージの商品を購入する」(12.0%)といったことを実行しています。

年代別にみると、いずれの年代でも「エコバッグを使用する」が最も多くなっていますが、《30代》(88.7%)では唯一8割台と低めで、他の項目も《30代》では低いものが多く、年代が上がるほど高い割合の項目が多くなっています。