

小学4年生～中学3年生 400人に聞く  
“食事”の実態と“食”とのかかわり

2022年4月

農林中央金庫

# 目次

■調査企画	1
■調査結果の内容	5

## I 「朝ごはん」の摂取実態

1. 家で「朝ごはん」を食べる回数	7
-------------------	---

8割強(83.8%)は「毎日」食べているが、週に、「5・6回」(9.3%)、「3・4回」(3.0%)、「食べない」(2.5%)、「1・2回」(1.5%)など、2割弱(16.3%)は“食べない日がある”。平均は、週に「6.5回」。

●朝ごはんを“食べない日がある”のは、「起きるのがおそいから」(81.5%)が第一の原因。

2. 誰と一緒に「朝ごはん」を食べることが多いか	9
--------------------------	---

「きょうだい」(60.3%)、あるいは「母親」(50.0%)と一緒に食べる人が多いが、「父親」(26.4%)は2割台。また、「ひとりで」食べることも3割近く(27.2%)。

●「朝ごはん」を“ひとりで”食べる理由は、「いつもみんな好きな時に食べているから」(37.7%)、「家を出るのが家族より早いから」(33.0%)、「家を出るのが家族よりおそいから」(27.4%)など。

3. 「朝ごはん」にどのようなものを食べているか	11
--------------------------	----

「パン」(79.5%)の方が「ごはん」(67.4%)よりも多い。

●女子と小学生では“パン派”(順に83.1%、85.4%)が多め。

4. 「朝ごはん」を食べるのにどのくらいの時間をかけるか	12
------------------------------	----

「5～10分くらい」(40.8%)、あるいは「10～20分くらい」(39.5%)が多く、平均は「13.0分」。

●平均は、《男子》が「12.2分」、《女子》は「13.8分」。

## II 「夕ごはん」の摂取実態

1. 家で「夕ごはん」を食べる回数	13
-------------------	----

大半の人が「毎日」(93.0%)食べているが、“食べない日がある”(7.0%)人も。平均は、週に「6.9回」。

●夕ごはんを“食べない日がある”理由は、「外で食べるから」(46.4%)、あるいは「塾や習い事があるから」(42.9%)が主。

2. 誰と一緒に「夕ごはん」を食べることが多いか	15
--------------------------	----

「母親」(88.8%)、あるいは「きょうだい」(80.8%)が主。「父親」(58.0%)は半数強、「ひとりで」(13.8%)食べる時も。

●夕ごはんを“ひとりで”食べる理由は、「塾や習い事に行くから」(74.5%)が第一で、その時の気持ちは、「何とも思わない」(60.0%)、もしくは「気楽」(20.0%)。

3. 家の「夕ごはん」で好きな料理、おかず ..... 17

「ハンバーグ」(74件)、「唐揚げ」(47件)、「カレー」(44件)がトップ3。

●その料理、おかずは「母親」(90.5%)が作ったものが断然。

4. 家の「夕ごはん」に“手作り以外のもの”は、週に何回くらい出るか..... 19

週に「1・2回」(43.3%)、「3・4回」(11.3%)など、“出る”という人が6割強(61.3%)。平均は、週に「1.8回」。

5. ふだん何時くらいに「夕ごはん」を食べはじめるか..... 20

「7時くらい」(28.3%)、「7時30分くらい」(22.3%)など、半数以上が“7時台”(50.5%)。

6. 「夕ごはん」を食べるのにどのくらいの時間をかけるか ..... 21

「20～30分くらい」(40.0%)が最も多く、次いで「10～20分くらい」(24.3%)、「30～40分くらい」(23.3%)がほぼ同率。平均は「26.5分」で、“朝ごはん”(平均13.0分)のほぼ2倍。

### Ⅲ 食事や料理に対する意識と実態

1. 家で食事の時、どんなことをしているか ..... 22

「家族と話をする」(86.0%)、あるいは「テレビを見る」(75.8%)が主。

●少数派では「携帯電話・スマホで話す、メールをする」(6.0%)や「だまって食べているだけ」(7.5%)も。

2. 家で食事の時、家族と話しているのはどんなことか..... 23

「学校で起きたできごと」(75.8%)、「友だちのこと」(52.8%)、「テレビ番組やタレントのこと」(45.3%)がトップ3。

●学校別では、「クラブ活動」(小学生13.0%、中学生32.5%)をはじめ《中学生》の方が高い割合の項目が多く、幅広い話題を話している。

3. ふだん、「食事」をどのように食べているか ..... 24

マナー通り「おかずとご飯を交互に食べる」(77.3%)ことが断然多いが、「おかずだけ先に食べる」(13.5%)、「おかずを一種類ずつ食べる」(13.0%)、「おかずから嫌いなものを選び分ける」(8.0%)などのケースも。

●《女子》よりも《男子》の方が、《小学生》よりも《中学生》の方が、マナー通りに食べている傾向が若干ある。

4. 食事を残すことがあるか ..... 25

「いつも残す」(1.8%)、「時々残す」(42.0%)など、4割強(43.8%)が“残すことがある”。

●“残すことがある”割合は、性別では《男子》(41.0%)より《女子》(46.5%)の方が、学校別では《中学生》(39.0%)より《小学生》(48.5%)の方が、それぞれ高い。

5. 食事を残すことについてどう思うか ..... 26

「もったいない」(69.5%)、「作ってくれた人に悪い」(61.5%)など“罪悪感”を持っている人が多い反面、「食べきれない時は仕方がない」(26.3%)、「きれいなもの時は仕方がない」(16.8%)など“仕方がない”という見解も少なからずみられる。

6. 毎日の食事のほかに、おやつなど「間食」をいつ食べているか..... 28

間食を“食べる”(95.8%)人が大半で、時間帯としては「家で、おやつや夕食までのつなぎに」(87.3%)が断然多い。

7. 食事を誰と一緒に食べるのが楽しいか ..... 29

「母親」(77.0%)がトップ。次いで「兄弟」「姉妹」を合わせた“兄弟・姉妹”(68.0%)、「友だち」(65.3%)、「父親」(63.5%)が続く。

## IV “食”に関するしつけの意識と実態

1. これまで、料理や食べ物、食べ方について、どのような人や方法から学んできたか ..... 30

「母親」(92.5%)がトップで、第2位に「父親」(60.5%)と、“両親の教え”が第一。以下、「先生」(37.8%)、「学校の栄養士」(21.8%)、「テレビ番組」(19.8%)の順。

2. 家で食べ物や食事について、守るように言われていること ..... 31

「食卓に肘をつかない」(72.8%)、「好き嫌いをしない」(61.8%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(56.3%)、「食べ物を粗末にしない」(53.0%)、「食事中に電話やメールをしない」(52.0%)、「はしを正しく持つ」(50.8%)など、“しつけられた”ことは多岐にわたる。

3. 『おはし』を正しく持っているか..... 32

自己判断の結果、4人に3人強(76.0%)が「正しく持っている」。

●「正しく持っている」割合は、《男子》が76.5%、《女子》は75.5%とほとんど変わらない。

4. 食べ物や食事について、行ってきたこと ..... 33

「食器をならべる、料理を運ぶ」(71.8%)、「食事後の食器を運ぶ」(65.3%)の2項目が7割前後で多く、次いで「食事のしたく」(49.8%)。

●「食器をならべる、料理を運ぶ」など“食卓(食事)まわり”のことは、《女子》の方が経験率はかなり高い。

4-1. 『食事のしたく』でしていること ..... 34

「お米をとぐ」(63.3%)、「ご飯を炊く」(62.8%)、「野菜などの皮をむく、切る」(42.2%)、「料理を作る」(35.2%)、「野菜などを洗う」(33.7%)など、“食事のしたく”はいろいろ。

●“作る料理”は、「カレー」(21件)が突出して多く、以下「味噌汁」(11件)、「卵焼き」(8件)、「チャーハン」(7件)、「野菜炒め」(7件)、「オムライス」(5件)など。

5. 食べ物や食事について、父親はどんなことをしているか..... 36

大半の父親が、「食事後の食器を運ぶ」(50.1%)、「食器を洗う」(48.0%)、「食品の買い物」(47.2%)、「料理を作る」(43.5%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(36.9%)、「なべ物やプレート(鉄板)料理の係」(23.0%)などを行っている。

6. 食に関する問題に対して、ふだん取り組んでいることや心がけていること ..... 38

「料理は残さず食べる」(70.5%)、「ごみをきちんと分別して捨てる」(57.8%)、「エコバッグを使用する」(52.0%)に取り組んでいる割合が特に高い。

## V “食”に関する意識と実態

### 1. “食”について、知りたいと思っていること・関心があること ..... 39

「料理の作り方」(66.5%)が第一。以下「おいしい食品・店」(42.5%)、「からだに良い食べ物」(34.5%)、「栄養」(29.8%)、「正しい食べ方、マナー」(24.8%)、「安全性」(22.0%)などに関心がある。

●《女子》の4人に3人(75.0%)が「料理の作り方」に関心があり、総じて食に対する関心は高い。

### 2. “食の安全”への関心度 ..... 41

「とても関心がある」(14.8%)、「まあ関心がある」(47.5%)を合わせて、6割強(62.3%)が“関心がある”。

●“関心がある”ことは、「保存期間」(41.4%)、「産地や材料」(36.5%)、「食品添加物」(34.9%)がトップ3。

### 3. ふだん“安心して食べられる”のは、どんな食べ物・食事が ..... 43

「家の食事」(97.8%)は当然だが、以下「給食」(76.5%)、「外食」(34.8%)、「スナック菓子」(27.8%)、「外で買った惣菜やお弁当」(24.5%)、「インスタント食品」(24.0%)、「ファストフード」(23.5%)が続く。

### 4. 食べ物や食事が“安心して食べられない”と思うのは、どんなときか ..... 44

「家族が安心ではないと言うとき」(57.0%)が最も多く、以下「先生が安心ではないと言うとき」(34.8%)、「原材料がわからないとき」(23.5%)、「不正・偽装などが心配なとき」(23.3%)などは“安心して食べられない”と思う。

●総じて《女子》の方が高めで、“安心して食べられない”ときが多い。

### 5. ここ1年間の“食”に関するニュースで、印象に残っていること ..... 45

「コロナ禍で大変な飲食店」(57.8%)と「食品ロス」(57.5%)が特に印象に残っており、以下「食料品の値上げ」(30.5%)、「マリトッツオの流行」(23.0%)、「子ども食堂」(19.5%)、「牛乳の大量廃棄危機」(16.3%)、「大豆ミートなどの肉の代替食品」(15.8%)、「食品企業・団体のSDGsへの取り組み」(14.0%)、「昆虫食への注目」(13.8%)など、多岐にわたるニュースがあげられる。

## VI 学校生活における“食”とのかかわり

### 1. 『学校給食』が好きか ..... 46

『学校給食』が「ある」人(90.3%:小学校 97.5%、中学校 83.0%)のうち、7割強(71.2%)が「好き」で、「嫌い」(7.8%)な人は1割未満。

●《小学生》の4人に3人が「好き」(75.4%)。

### 1-1. 学校給食について、どのように感じているか ..... 48

「おいしい」(73.7%)が最も多く、以下「家で食べないメニューを食べることができる」(49.3%)、「みんなで食べると楽しい」(45.2%)、「バラエティに富んでいる」(18.6%)など、“良いイメージ”が上位。

1-2. 給食のメニューで、好きな料理、嫌いな料理..... 50

“好きな料理”は、日本人の“国民食”とも言える「カレー」(78件)、そして「揚げパン」(75件)がほぼ同数で多く、以下「スープ」(14件)、「唐揚げ」(13件)、「ハンバーグ」(10件)など。

“嫌いな料理”は、「特になし」(81件)が多いが、料理としては「魚料理」(34件)が最も多く、以下「サラダ」(22件)、「野菜全般」(15件)、「パン(揚げパン、ぶどうパンなど)」(12件)、「トマト、トマト味のもの」(11件)、「きのこ(しめじ、なめこなど)」(10件)、「ゴーヤチャンプルー」(10件)、「豆が入っている料理」(10件)など。

1-3. 給食に地元(自分が住んでいる地域)の食べ物や材料が出てくるか..... 52

「わからない」という人が4割強(41.6%)を占めるが、6割近くが「出る」(57.3%)。

●地元の材料は、「にんじん」(41件)、「小松菜」(35件)、「野菜」(34件)といった“野菜”がトップ3で、以下「お米」(20件)、「ブルーベリー」(16件)、「くわい」(13件)、「ほうれん草」(12件)、「キャベツ」(10件)、「トマト」(10件)、「大根」(10件)などがあげられる。

2. 学校で、“食”について教わったこと..... 54

大半の人が、「栄養」(62.0%)、「食べ物の旬」(43.8%)、「食事を食べる順や三角食べ」(42.5%)、「食の安全」(42.3%)などについて“教わった” (93.5%)。

3. 学校でお米や野菜を育てたこと..... 55

8割強が「ある」(83.3%)。

●育てたものは、「トマト、ミニトマト」(143件)が最も多く、また「お米」(113件)も多い。以下、「なす」(34件)、「さつまいも」(28件)、「きゅうり」(27件)、「大根」(24件)などを育てている。

●学校でお米や野菜を育てたことが“ない”人のうち、約半数が育ててみたいと「思う」(49.3%)。

3-1. お米や野菜を育ててみて、どう思ったか..... 58

「楽しい」(59.8%)、「面白い」(29.1%)と肯定的にとらえている人が多いが、「むずかしい」(40.5%)、「たいへん」(40.5%)という感想も多い。

# 調査企画

## 1. 調査目的

この調査は、東京近郊に住む小・中学生を対象に食事の実態や“食”にかかわる意識と実態を探ることを目的に実施しました。

なお一部、6年前(2016年2月20日～3月4日)に実施した調査「小学4年生～中学3年生400人に聞く“食事”の実態と“食”とのかかわり」との結果と比較し、その変遷をみていきます。

## 2. 調査対象

首都20km～50kmのドーナツ圏に居住する小学4年生～中学3年生の男女

## 3. 調査対象の抽出方法

調査地点を無作為に抽出し、地点内に居住する小・中学生を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

2022年3月11日(金)～3月22日(火)

## 6. 標本構成

有効回収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. 性別

	サンプル数	男子	女子
全体	400 100.0	200 50.0	200 50.0
小学生	200 100.0	100 50.0	100 50.0
中学生	200 100.0	100 50.0	100 50.0

F2. 学年

	サンプル数	小学4年生	小学5年生	小学6年生	中学1年生	中学2年生	中学3年生
全 体	400 100.0	66 16.5	67 16.8	67 16.8	67 16.8	66 16.5	67 16.8
男 子	200 100.0	34 17.0	33 16.5	33 16.5	34 17.0	33 16.5	33 16.5
女 子	200 100.0	32 16.0	34 17.0	34 17.0	33 16.5	33 16.5	34 17.0

F3. 同居している家族

	サンプル数	父親	母親	兄	姉	弟	妹	祖父	祖母	その他の人
全 体	400 100.0	379 94.8	396 99.0	123 30.8	116 29.0	128 32.0	99 24.8	23 5.8	32 8.0	0 0.0
男 子	200 100.0	186 93.0	196 98.0	58 29.0	54 27.0	71 35.5	54 27.0	14 7.0	19 9.5	0 0.0
女 子	200 100.0	193 96.5	200 100.0	65 32.5	62 31.0	57 28.5	45 22.5	9 4.5	13 6.5	0 0.0

F4. 同居家族人数(自分もふくむ)

	サンプル数	2 人	3 人	4 人	5 人	6人 以上	平均 (人)
全 体	400 100.0	1 0.3	38 9.5	204 51.0	123 30.8	34 8.5	4.4
男 子	200 100.0	0 0.0	19 9.5	97 48.5	66 33.0	18 9.0	4.4
女 子	200 100.0	1 0.5	19 9.5	107 53.5	57 28.5	16 8.0	4.4

F5. 塾に通っているか

	サンプル数	通って いる	通って いない
全 体	400 100.0	216 54.0	184 46.0
男 子	200 100.0	117 58.5	83 41.5
女 子	200 100.0	99 49.5	101 50.5

F6-1. 身長

	サンプル数	140cm未満	140～145cm未満	145～150cm未満	150～155cm未満	155～160cm未満	160～165cm未満	165～170cm未満	170cm以上	平均(cm)
全体	400 100.0	49 12.3	38 9.5	44 11.0	83 20.8	61 15.3	52 13.0	42 10.5	31 7.8	153.3
男子	200 100.0	25 12.5	22 11.0	18 9.0	30 15.0	21 10.5	23 11.5	30 15.0	31 15.5	155.0
女子	200 100.0	24 12.0	16 8.0	26 13.0	53 26.5	40 20.0	29 14.5	12 6.0	0 0.0	151.5

F6-2. 体重

	サンプル数	40Kg未満	40～45Kg未満	45～50Kg未満	50～55Kg未満	55～60Kg未満	60Kg以上	平均(kg)
全体	400 100.0	72 18.0	62 15.5	77 19.3	72 18.0	60 15.0	57 14.3	44.1
男子	200 100.0	41 20.5	27 13.5	36 18.0	22 11.0	31 15.5	43 21.5	45.3
女子	200 100.0	31 15.5	35 17.5	41 20.5	50 25.0	29 14.5	14 7.0	42.8

F6-3. 肥満度(日比式)

	サンプル数	やせすぎ	やせ気味	ふつう	太り気味	肥満
全体	400 100.0	27 6.8	81 20.3	245 61.3	24 6.0	23 5.8
男子	200 100.0	17 8.5	44 22.0	111 55.5	14 7.0	14 7.0
女子	200 100.0	10 5.0	37 18.5	134 67.0	10 5.0	9 4.5

※日比式は体重と身長別に算出した標準体重から肥満度を判定

$$\text{肥満度} = (\text{体重(kg)} - \text{標準体重(kg)}) \div \text{標準体重(kg)} \times 100$$

－20%未満「やせすぎ」、－20～－10%未満「やせ気味」、－10～10%未満「普通／標準」、10～20%未満「過体重／ふとり気味」、20%以上「肥満」



## 調査結果の内容



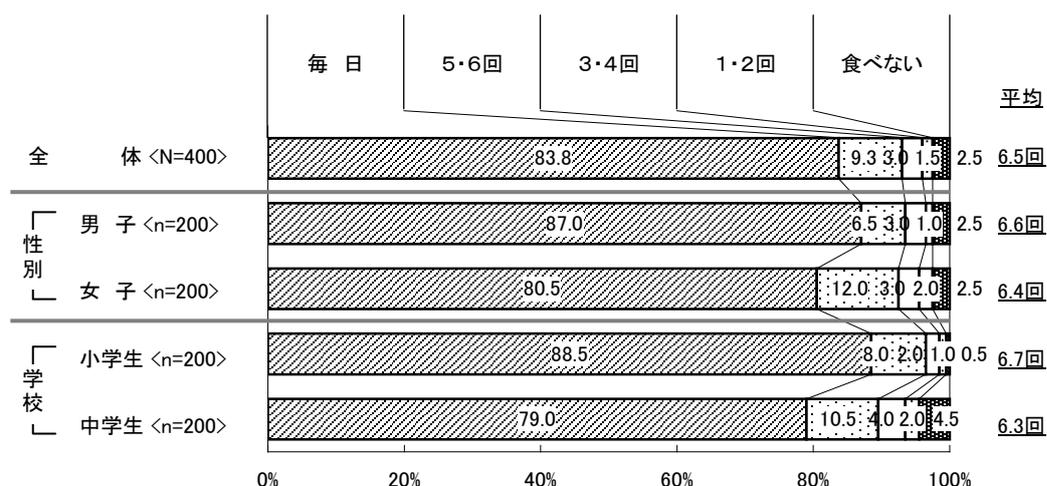
# I 「朝ごはん」の摂取実態

## 1. 家で「朝ごはん」を食べる回数

8割強(83.8%)は「毎日」食べているが、週に、「5・6回」(9.3%)、「3・4回」(3.0%)、「食べない」(2.5%)、「1・2回」(1.5%)など、2割弱(16.3%)は“食べない日がある”。平均は、週に「6.5回」。

●朝ごはんを“食べない日がある”のは、「起きるのがおそいから」(81.5%)が第一の原因。

図 1. 家で週に何回くらい「朝ごはん」を食べているか



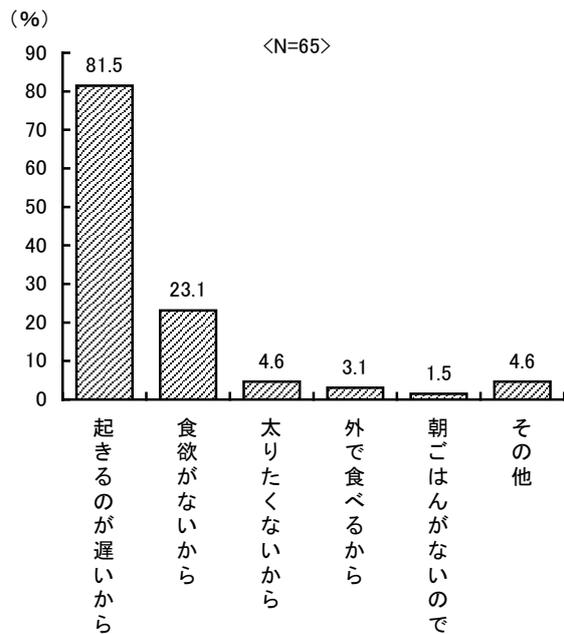
家で週に何回くらい「朝ごはん」を食べているかをみると、「毎日」という人が8割強(83.8%)と多数を占めていますが、「5・6回」(9.3%)、「3・4回」(3.0%)、「食べない」(2.5%)、「1・2回」(1.5%)など、“食べない日がある”という人も2割弱(16.3%)みられます。平均は、週に「6.5回」となっています。

性別にみると、いずれも「毎日」食べる人が多数を占めていますが、《女子》(80.5%)よりも《男子》(87.0%)の方がより高い割合です。

学校別にみると、やはりいずれも「毎日」が圧倒的に多くなっていますが、《中学生》(79.0%)よりも《小学生》(88.5%)の方が10ポイント近く高くなっています。

◆前回の調査(2016年3月実施)と比較すると、「毎日」食べている割合は、前回88.0%→今回83.8%とやや下がっています。

図 2. 「朝ごはん」を、家で食べない日がある理由（複数回答）



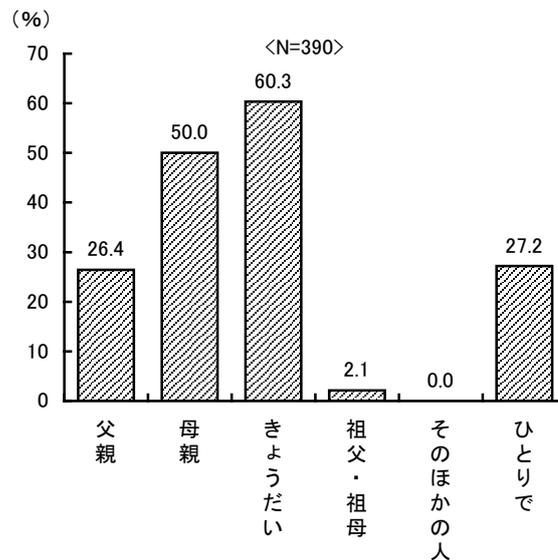
朝ごはんを家で“食べない日がある”人（65人）の理由をみると、「起きるのが遅いから」（81.5%）が8割を超えて圧倒的です。次いで、「食欲がないから」も2割強（23.1%）があげていますが、そのほかの理由はいずれも少数です。

## 2. 誰と一緒に「朝ごはん」を食べることが多いか

「きょうだい」(60.3%)、あるいは「母親」(50.0%)と一緒に食べる人が多いが、「父親」(26.4%)は2割台。また、「ひとりで」食べることも3割近く(27.2%)。

●「朝ごはん」を“ひとりで”食べる理由は、「いつもみんな好きな時に食べているから」(37.7%)、「家を出るのが家族より早いから」(33.0%)、「家を出るのが家族よりおそいから」(27.4%)など。

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）



性別	男子 <n=195>	27.7	48.7	60.0	2.6	-	24.6
	女子 <n=195>	25.1	51.3	60.5	1.5	-	29.7
学校	小学生 <n=199>	30.2	56.3	69.3	2.0	-	18.1
	中学生 <n=191>	22.5	43.5	50.8	2.1	-	36.6
兄弟	同居 <n=355>	25.6	47.9	66.2	2.0	-	27.0
	非同居・いない <n=35>	34.3	71.4	-	2.9	-	28.6

誰と一緒に「朝ごはん」を食べることが多いかをみると、「きょうだい」(60.3%)、もしくは「母親」(50.0%)が5割以上と多く、「父親」(26.4%)は2割台にとどまっています。また、「ひとりで」(27.2%)食べることも少なくないようです。

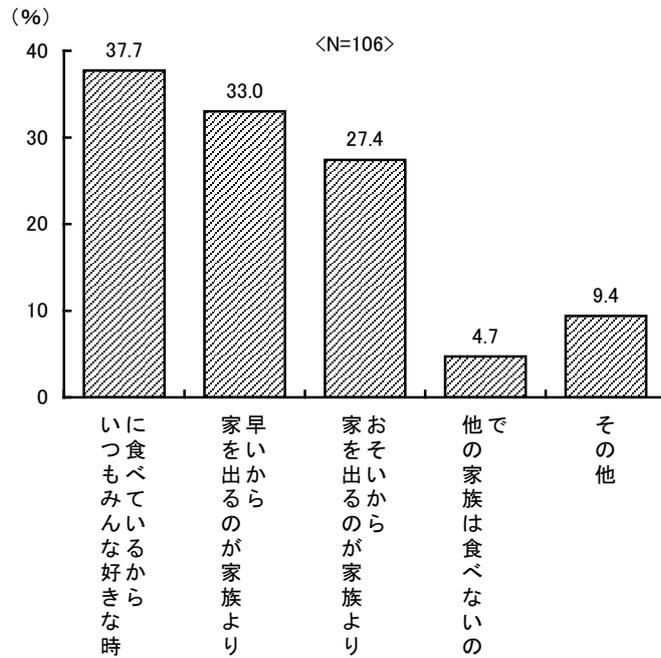
性別にみても大きな差はなく、男女とも「きょうだい」(男子 60.0%、女子 60.5%)が約6割、「母親」(同 48.7%、51.3%)は約5割などとなっています。

学校別にみると、いずれも「きょうだい」が最も多くなっていますが、《小学生》(69.3%)の方が《中学生》(50.8%)よりも20ポイント近くも高く、また「母親」(小学生 56.3%、中学生 43.5%)も《小学生》の方が高い割合です。《中学生》では、「ひとりで」(36.6%)食べる割合が《小学生》(18.1%)よりもかなり高くなっています。

また、「きょうだい」と一緒に食べる割合を、きょうだいが“いる人”(355人)に限ってみると、66.2%となっています。

◆前回の調査と比較すると、「きょうだい」(前回 67.7%→今回 60.3%)がやや減っていますが、全般的な傾向はあまり変わっていません。

図 4. 朝ごはんをひとりで食べる理由（複数回答）



性別	男子 <n=48>	33.3	37.5	35.4	2.1	4.2
女子 <n=58>	41.4	29.3	20.7	6.9	13.8	

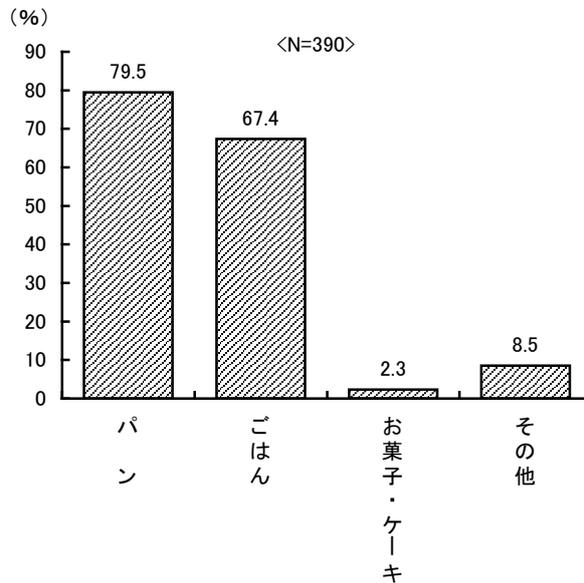
「朝ごはん」を“ひとりで”食べることがある人（106人）に、その理由を聞いてみたところ、「いつもみんな好きな時に食べているから」（37.7%）が最も多く、以下「家を出るのが家族より早いから」（33.0%）、「家を出るのが家族よりおそいから」（27.4%）が続いています。

### 3. 「朝ごはん」にどのようなものを食べているか

「パン」(79.5%)の方が「ごはん」(67.4%)よりも多い。

●女子と小学生では“パン派”(順に83.1%、85.4%)が多め。

図 5. 「朝ごはん」にどのようなものを食べているか (複数回答)



性別	男子 <n=195>	75.9	71.3	2.6	10.8
	女子 <n=195>	83.1	63.6	2.1	6.2
学校	小学生 <n=199>	85.4	65.8	2.5	9.5
	中学生 <n=191>	73.3	69.1	2.1	7.3

朝ごはん食べる主食をみると、「パン」(79.5%)と「ごはん」(67.4%)が多くなっていますが、「パン」の方が10ポイント以上高い割合です。

性別にみると、男女とも「パン」の方が「ごはん」よりも多くなっていますが、特に《女子》でその傾向が強く、「パン」(83.1%)が「ごはん」(63.6%)を20ポイント近くも上回っています。

学校別にみると、いずれも「パン」の方が多くなっていますが、特に《小学生》では「パン」(85.4%)が「ごはん」(65.8%)をほぼ20ポイント上回っています。

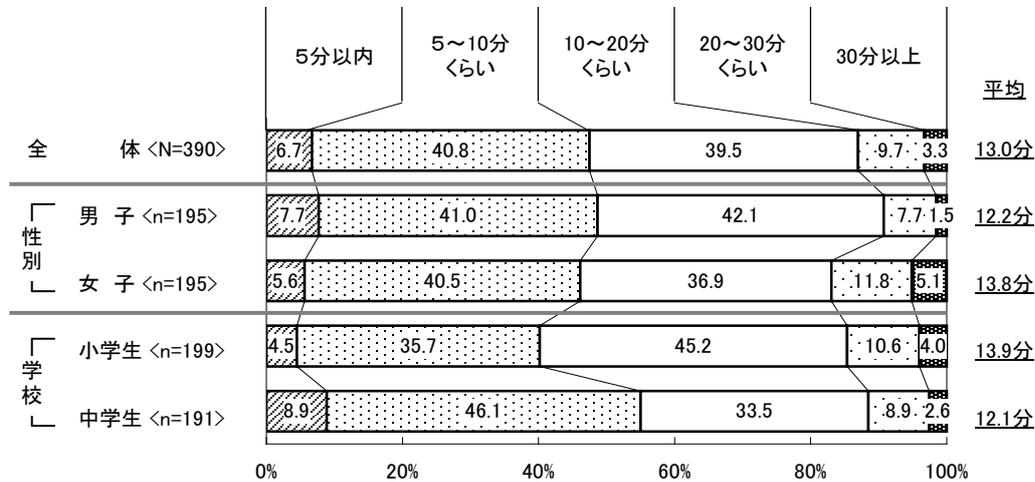
◆前回の調査と比較すると、「パン」(前回72.0%→今回79.5%)がやや増加、「ごはん」(同70.5%→67.4%)がやや減少となっています。

#### 4. 「朝ごはん」を食べるのにどのくらいの時間をかけるか

「5～10分くらい」(40.8%)、あるいは「10～20分くらい」(39.5%)が多く、平均は「13.0分」。

●平均は、《男子》が「12.2分」、《女子》は「13.8分」。

図 6. 「朝ごはん」を食べるのにかける時間



朝ごはんはどのくらいの時間をかけて食べているのかをみると、「5～10分くらい」(40.8%)という人が最も多く、次いで「10～20分くらい」(39.5%)で、この“5～20分くらい”の時間という人が8割(80.3%)を占めています。平均は、「13.0分」となっています。小・中学生でも勤め人同様、“朝ごはん”は落ち着いて食べられないのが現実のようです。

性別にみると、いずれも“5～20分くらい”の時間が中心ですが、その割合は《男子》(83.1%)の方が《女子》(77.4%)より若干高めです。平均は、《男子》が「12.2分」、《女子》は「13.8分」です。

学校別にみると、《小学生》の方がより長い時間をかける傾向がみられ、平均も《小学生》(13.9分)の方が《中学生》(12.1分)よりも2分近く長くなっています。

◆前回の調査と比較すると、前回も「5～10分くらい」(40.9%)、「10～20分くらい」(38.9%)が中心で、平均も前回「12.8分」→「今回13.0分」とほとんど変わりません。

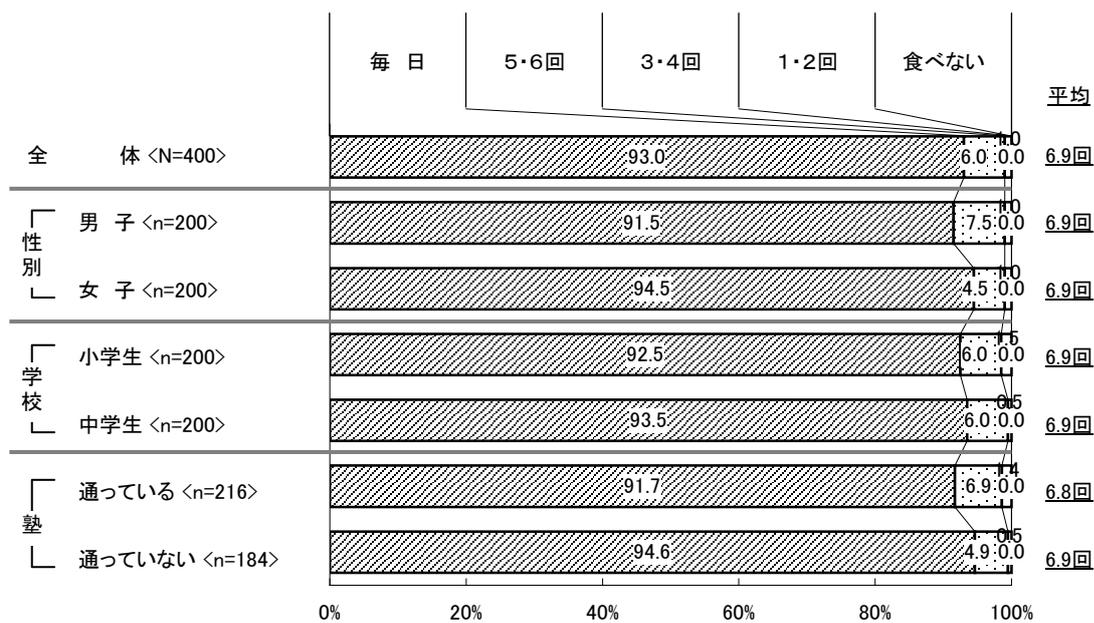
## Ⅱ 「夕ごはん」の摂取実態

### 1. 家で「夕ごはん」を食べる回数

大半の人が「毎日」(93.0%)食べているが、“食べない日がある”(7.0%)人も。平均は、週に「6.9回」。

●夕ごはんを“食べない日がある”理由は、「外で食べるから」(46.4%)、あるいは「塾や習い事があるから」(42.9%)が主。

図 7. 家で週に何回くらい「夕ごはん」を食べているか



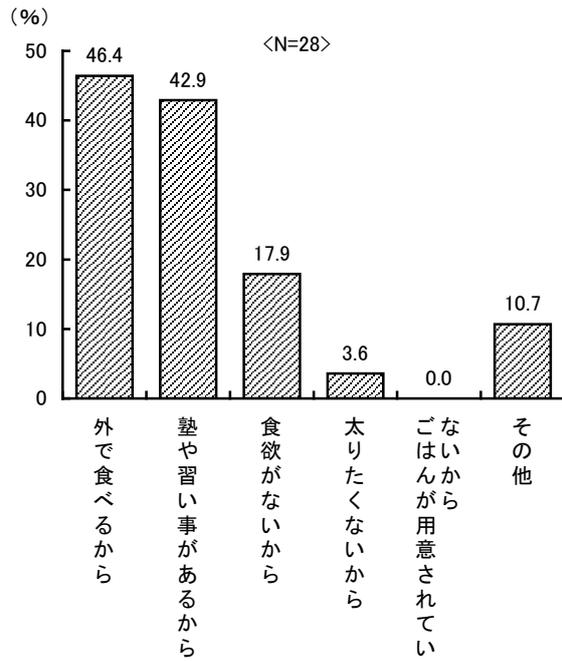
家で週に何回くらい「夕ごはん」を食べているかをみると、「毎日」(93.0%)という人が9割を超えていますが、「5・6回」(6.0%)、「3・4回」(1.0%)など“食べない日がある”(7.0%)という人も若干います。平均は、週に「6.9回」です。

性別や学校別にみても、いずれも「毎日」が9割を超えており、大きな差はありません。

塾に通っているか否かでもやはり差はあまりありません。

◆前回の調査と比較すると、「毎日」(前回 91.3%→今回 93.0%) 食べている割合が引き続き高くなっています。

図 8. 「夕ごはん」を家で食べない日がある理由（複数回答）



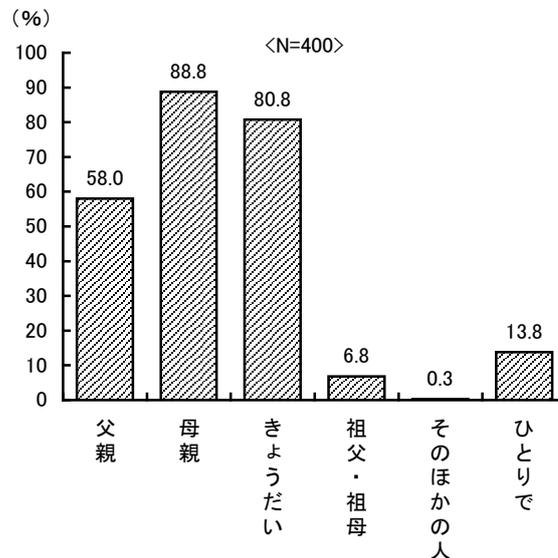
家で夕ごはんを“食べない日がある”人（28人）の理由は、「外で食べるから」（46.4%）、あるいは「塾や習い事があるから」（42.9%）が主となっています。

## 2. 誰と一緒に「夕ごはん」を食べることが多いか

「母親」(88.8%)、あるいは「きょうだい」(80.8%)が主。「父親」(58.0%)は半数強、「ひとりで」(13.8%)食べる時も。

●夕ごはんを“ひとりで”食べる理由は、「塾や習い事に行くから」(74.5%)が第一で、その時の気持ちは、「何とも思わない」(60.0%)、もしくは「気楽」(20.0%)。

図 9. 誰と一緒に「夕ごはん」を食べることが多いか（複数回答）



性別	男子 <n=200>	女子 <n=200>	父親	母親	きょうだい	祖父・祖母	そのほかの人	ひとりで
男子 <n=200>	57.5	86.5	80.0	7.5	0.5	14.0		
女子 <n=200>	58.5	91.0	81.5	6.0	-	13.5		
学校	小学生 <n=200>	58.5	92.5	81.5	6.5	-	6.0	
中学生 <n=200>	57.5	85.0	80.0	7.0	0.5	21.5		
兄弟	同居 <n=364>	58.0	88.7	88.7	6.0	0.3	14.3	
非同居・いない <n=36>	58.3	88.9	-	13.9	-	8.3		

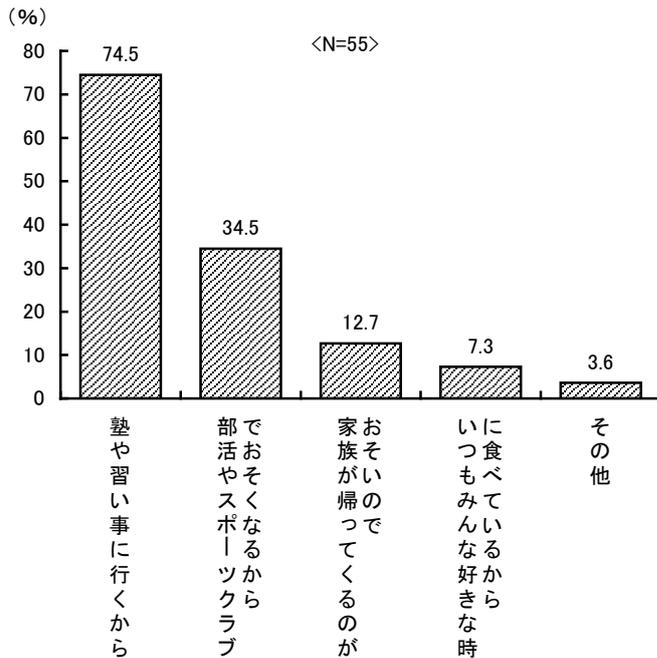
誰と一緒に夕ごはんを食べることが多いかをみると、「母親」(88.8%)、それに「きょうだい」(80.8%)がともに8割台で多くなっています。「父親」(58.0%)は半数強、「ひとりで」(13.8%)食べるというケースもみられます。なお、「父親」の割合は「母親」「きょうだい」と比べて低いものの、“朝ごはん”に比べて26.4%→58.0%と20ポイント以上増えています。

性別や学校別にみても、いずれも「母親」と「きょうだい」が主となっています。

なお、「きょうだい」の割合をきょうだいが“いる人”(364人)に限ってみると9割弱(88.7%)で、「母親」(88.7%)と同率です。

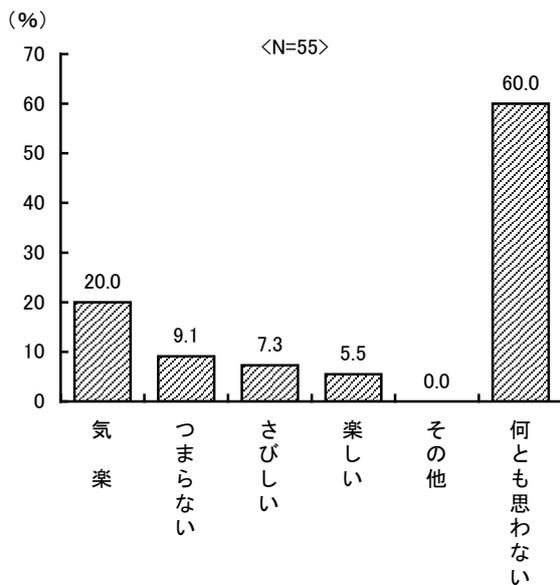
◆前回の調査と比較すると、「母親」「きょうだい」が主であるのは変わりありませんが、「父親」(前回44.8%→今回58.0%)の割合が今回大きく増えています。

図 10. 「タごはん」をひとりで食べる理由（複数回答）



タごはんを“ひとりで”食べる人（55人）の理由は、「塾や習い事に行くから」（74.5%）が断然多く、そのほか「部活やスポーツクラブでおそくなるから」（34.5%）、「家族が帰ってくるのがおそいので」（12.7%）などとなっています。なお、《塾に通っている》人（20人）では「塾や習い事に行くから」（87.5%）が一層高率です。

図 11. 「タごはん」をひとりで食べる時の気持ち（複数回答）



タごはんを“ひとりで”食べる時、どういう気持ちか聞いてみたところ、「何とも思わない」（60.0%）という人が圧倒的に多くなっていますが、「気楽」（20.0%）と感じている人も少なくありません。

### 3. 家の「夕ごはん」で好きな料理、おかず

「ハンバーグ」(74件)、「唐揚げ」(47件)、「カレー」(44件)がトップ3。

●その料理、おかずは「母親」(90.5%)が作ったものが断然。

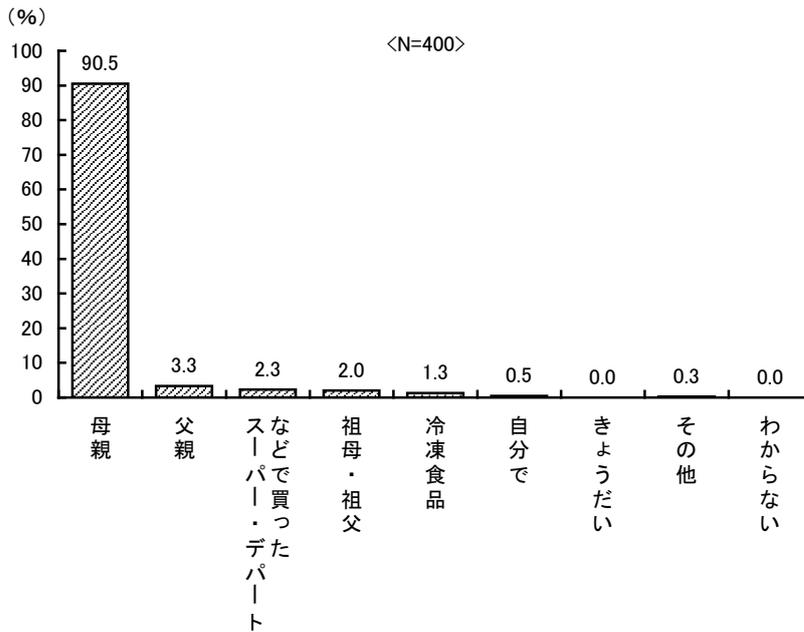
表 1. 家の夕ごはんでは好きな料理、おかず（自由回答：複数回答）

順位		件数	男子	女子
1	ハンバーグ	74	37	37
2	唐揚げ	47	29	18
3	カレー	44	31	13
4	ギョウザ	22	10	12
5	オムライス	20	8	12
6	シチュー	12	4	8
7	肉じゃが	11	5	6
8	グラタン	8	2	6
	味噌汁	8	2	6
10	サラダ	7	1	6
11	コロッケ	6	3	3
	スパゲティ、パスタ	6	3	3
	チャーハン	6	2	4
	煮魚、焼き魚	6	2	4
	豚のしょうが焼き	6	1	5
16	お寿司	4	2	2
	オムレツ	4	2	2
	チキン南蛮	4	2	2
	とんかつ	4	4	0
	麻婆豆腐	4	4	0
	その他	96	46	50

家の夕ごはんでは好きな料理、おかずを一品、具体的にあげてもらったところ、「ハンバーグ」(74件)が最も多く、以下「唐揚げ」(47件)、「カレー」(44件)、「ギョウザ」(22件)、「オムライス」(20件)、「シチュー」(12件)、「肉じゃが」(11件)などの順となっています。

性別にみると、男女とも「ハンバーグ」が37件でトップですが、「唐揚げ」「カレー」は《男子》(順に29件、31件)の方が多くあげています。そのほかの項目は《女子》の方が少しずつ多いものが多く、《女子》の方が多彩な内容となっています。

図 12. 好きな料理、おかずを作った人



前述の好きな料理、おかずは誰が作ったものか聞いてみたところ、「母親」(90.5%)が断然多くなっています。

なお、母親以外をあげた人の好きな料理、おかずをみると、

- 《父親》 ..... 「カレー」(2件)、「オムライス」~~▽~~「お寿司」~~▽~~「たまごチャーハン」~~▽~~  
「ハンバーグ」~~▽~~「唐揚げ」~~▽~~「肉じゃが」
- 《祖母・祖父》 ..... 「カレー」(2件)、「ギョウザ」~~▽~~「骨付きチキン」~~▽~~「イナゴの佃煮」
- 《自分で》 ..... 「うどん(たまご)」~~▽~~「チキン南蛮」
- 《スーパーなどで買った》 ..... 「お寿司」(2件)、「サラダ」~~▽~~「シュウマイ」~~▽~~「ハンバーグ」~~▽~~  
「水ギョウザ」
- 《冷凍食品》 ..... 「ハンバーグ」(2件)、「ギョウザ」~~▽~~「グラタン」~~▽~~「ユーリンチー」

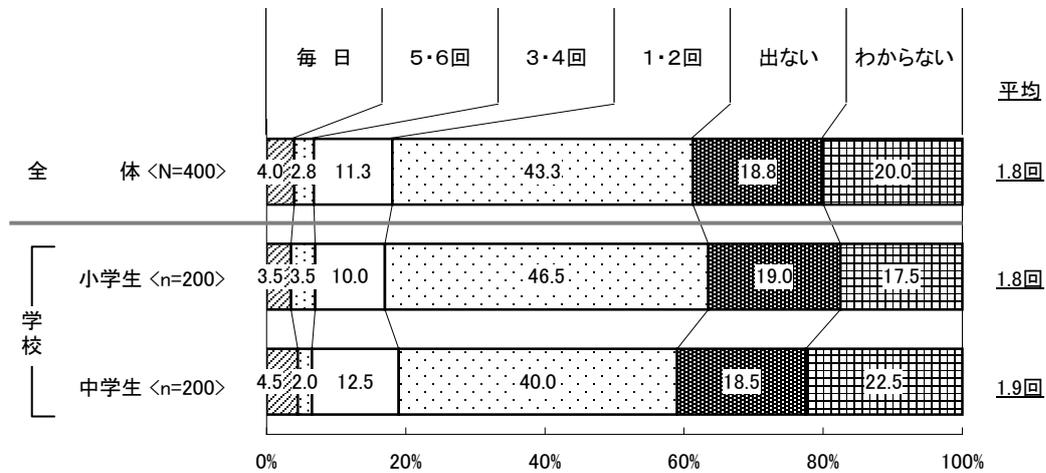
などがあげられています。

◆前回の調査と比較すると、前回も「母親」(94.0%)が断然多くなっていました。

#### 4. 家の「夕ごはん」に“手作り以外のもの”は、週に何回くらい出るか

週に「1・2回」(43.3%)、「3・4回」(11.3%)など、“出る”という人が6割強(61.3%)。平均は、週に「1.8回」。

図 13. 家の「夕ごはん」に“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」に、「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”は、週に何回くらい出るか聞いてみたところ、「わからない」という人も2割(20.0%)みられますが、週に「1・2回」(43.3%)、「3・4回」(11.3%)など、“出る”という人が6割強(61.3%)を占めています。「出ない」と“手作り度が高い”家庭は2割弱(18.8%)です。平均は週に「1.8回」です。

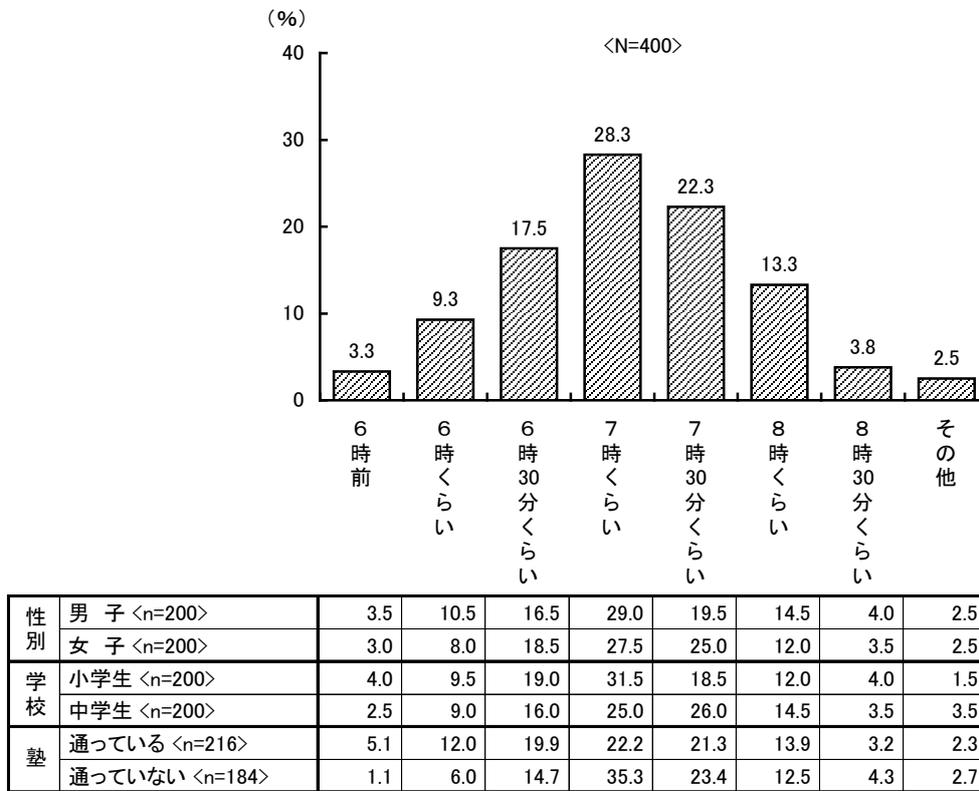
学校別にみると、いずれの家庭も「1・2回」が最も多くなっており、総じて大きな差はありません。平均も、《小学生》(1.8回)、《中学生》(1.9回)の間に大きな差はみられません。

◆前回の調査と比較すると、“出る”割合が53.5%→61.3%、平均も、週に「1.5回」→「1.8回」と、出る頻度はやや増えています。

## 5. ふだん何時くらいに「夕ごはん」を食べはじめるか

「7時くらい」(28.3%)、「7時30分くらい」(22.3%)など、半数以上が“7時台”(50.5%)。

図 14. ふだん何時くらいに「夕ごはん」を食べはじめるか（週のうち多い日）



ふだん何時くらいに夕ごはんを食べはじめるか、週のうち多い日をみると、「7時くらい」(28.3%)が最も多く、次いで「7時30分くらい」(22.3%)が多く、“7時台”に食べはじめている人が半数強(50.5%)を占めています。そのほかでは“6時台”が2割台(26.8%)、“8時台”が1割台(17.0%)となっています。

性別にみても、男女とも“7時台”(男子48.5%、52.5%)が半数程度を占め、傾向は変わりません。

学校別にみると、「7時くらい」より早い時間帯は《小学生》の方が、「7時30分くらい」より遅い時間帯は《中学生》の方が高い割合となる傾向があり、《中学生》の方が遅い時間帯に夕食を食べています。

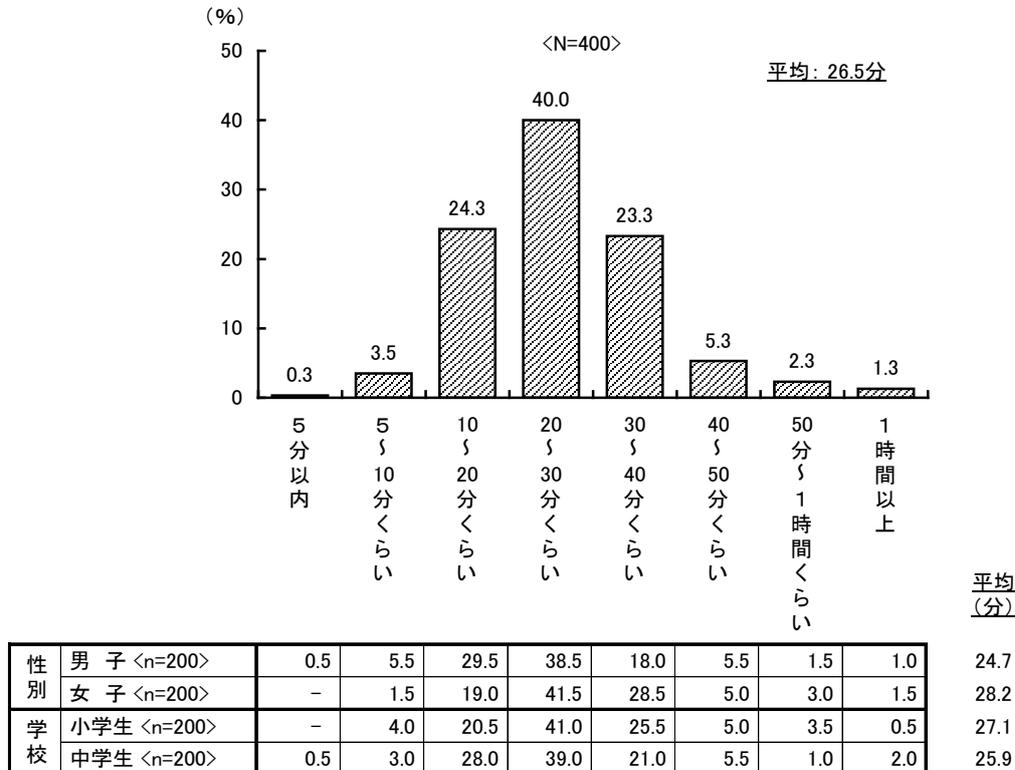
なお、塾に《通っている》人では“6時台”(31.9%)が《通っていない》人(20.7%)より10ポイント強も高く、早い時間帯に夕食をとっています。

◆前回の調査と比較すると、「7時くらい」(前回35.8%→今回28.3%)が減り、「8時くらい」(同8.8%→13.3%)などが増えており、前回よりも夕食の時間帯は遅くなっています。

## 6. 「夕ごはん」を食べるのにどのくらいの時間をかけるか

「20～30分くらい」(40.0%)が最も多く、次いで「10～20分くらい」(24.3%)、「30～40分くらい」(23.3%)がほぼ同率。平均は「26.5分」で、「朝ごはん」(平均13.0分)のほぼ2倍。

図 15. 「夕ごはん」を食べるのにかける時間



夕ごはんを食べるのにどのくらいの時間をかけるか聞いてみたところ、「20～30分くらい」(40.0%)が最も多く、以下「10～20分くらい」(24.3%)、「30～40分くらい」(23.3%)がほぼ同率で続いています。平均は「26.5分」で、前述した「朝ごはん」(平均13.0分)のほぼ2倍の時間をかけています。

性別にみると、20分以下の時間は《男子》の方が、20分以上の時間は《女子》の方が高い割合で、《女子》の方が夕食に時間をかけています。平均も、《女子》(28.2分)の方が《男子》(24.7分)よりも長めです。

学校別ではあまり大きな差はありませんが、平均は《小学生》(27.1分)の方が《中学生》(25.9分)よりもやや長めです。

◆**前回の調査と比較すると**、前回も「20～30分くらい」(37.3%)が最も多く、次いで「10～20分くらい」(25.8%)、「30～40分くらい」(25.8%)が同率と、今回と同様の傾向でした。平均も、前回「26.3分」→今回「26.5分」と横ばいです。

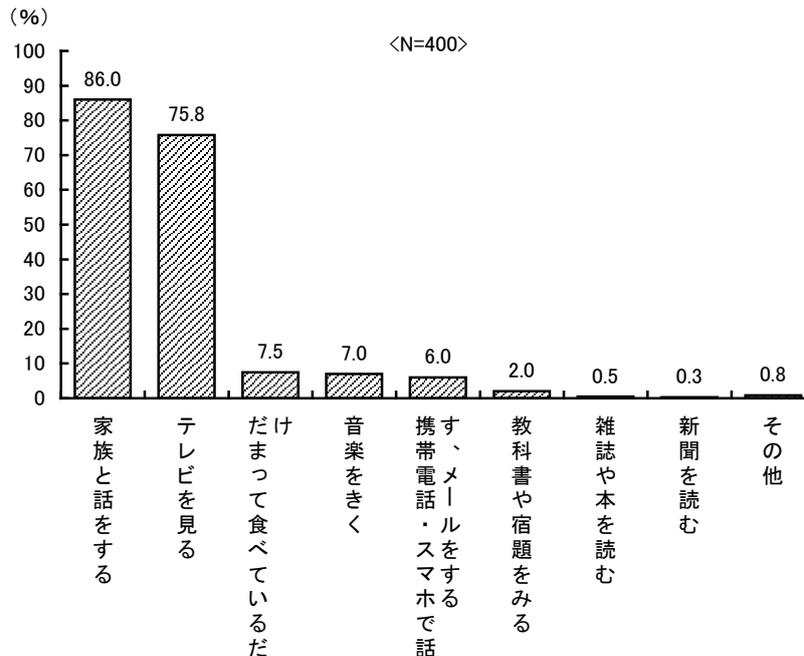
### Ⅲ 食事や料理に対する意識と実態

#### 1. 家で食事の時、どんなことをしているか

「家族と話をする」(86.0%)、あるいは「テレビを見る」(75.8%)が主。

●少数派では「携帯電話・スマホで話す、メールをする」(6.0%)や「だまって食べているだけ」(7.5%)も。

図 16. 家で食事の時どんなことをしているか（複数回答）



性別	男子 <n=200>	86.5	72.5	6.5	6.0	7.0	1.5	1.0	0.5	1.0
	女子 <n=200>	85.5	79.0	8.5	8.0	5.0	2.5	-	-	0.5
学校	小学生 <n=200>	89.0	73.0	6.0	7.5	4.5	1.0	0.5	0.5	-
	中学生 <n=200>	83.0	78.5	9.0	6.5	7.5	3.0	0.5	-	1.5

家で食事の時、どんなことをしているか聞いてみたところ、「家族と話をする」(86.0%)、そして「テレビを見る」(75.8%)が突出して多くなっています。家族団らんは“テレビを見たり話をしながら”というのが依然主流のようです。そのほか、少数派ですが、「だまって食べているだけ」(7.5%)、「音楽をきく」(7.0%)、「携帯電話・スマホで話す、メールをする」(6.0%)といった人もみられます。

性別にみると、「テレビを見る」(男子 72.5%、女子 79.0%)は《女子》の方がやや高い割合ですが、そのほかの項目ではほとんど差はありません。

学校別にみると、「家族と話をする」は《中学生》(83.0%)よりも《小学生》(89.0%)の方が、「テレビを見る」は《小学生》(73.0%)よりも《中学生》(78.5%)の方が、それぞれ若干高い割合ですが、あまり大きな差ではありません。

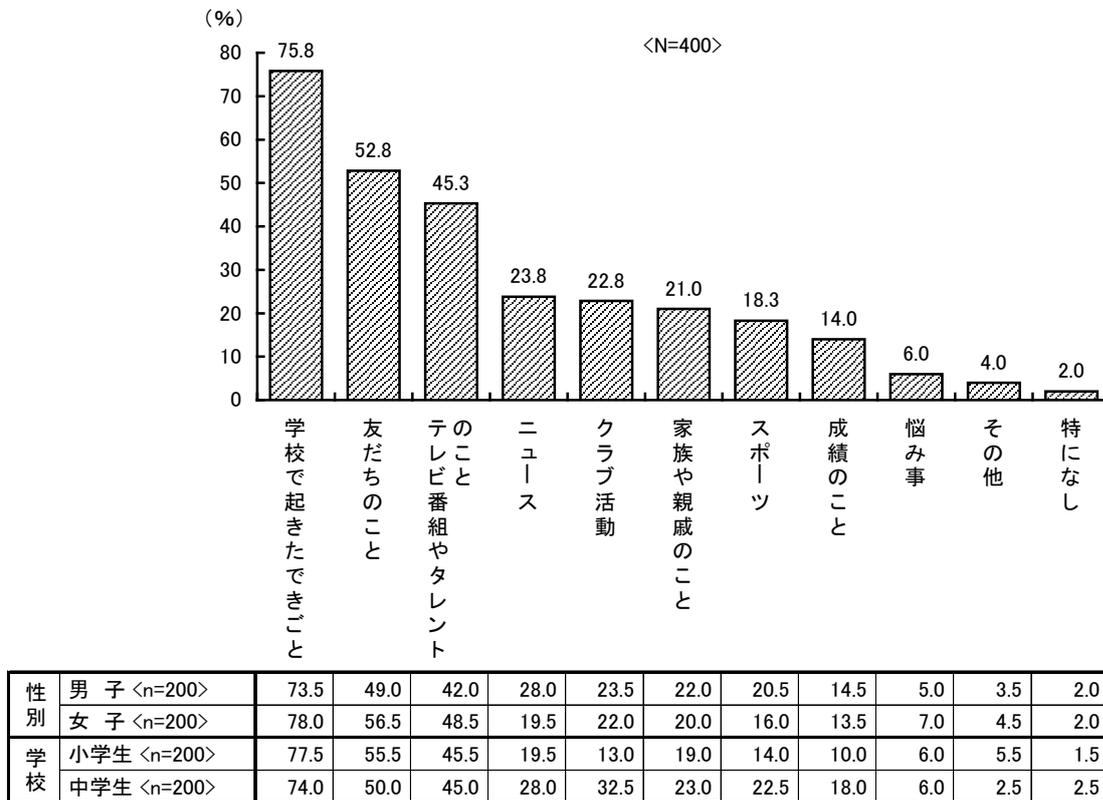
◆前回の調査と比較すると、「テレビを見る」(前回 79.8%→今回 75.8%)が4ポイント減っているのが最も大きな変化で、総じて大きな差はみられません。

## 2. 家で食事の時、家族と話しているのはどんなことか

「学校で起きたできごと」(75.8%)、「友だちのこと」(52.8%)、「テレビ番組やタレントのこと」(45.3%)がトップ3。

●学校別では、「クラブ活動」(小学生 13.0%、中学生 32.5%)をはじめ《中学生》の方が高い割合の項目が多く、幅広い話題を話している。

図 17. 家で食事の時、家族と話している内容（複数回答）



前述のように食事の時は“テレビを見たり家族と話をする”という人が断然多くなっていましたが、ここでは、その話の内容を聞いてみました。

その結果、「学校で起きたできごと」(75.8%)が最も多く、以下「友だちのこと」(52.8%)、「テレビ番組やタレントのこと」(45.3%)、やや差があつて「ニュース」(23.8%)、「クラブ活動」(22.8%)、「家族や親戚のこと」(21.0%)、「スポーツ」(18.3%)、「成績のこと」(14.0%)が続いています。

性別にみると、「学校で起きたできごと」(男子 73.5%、女子 78.0%)、「友だちのこと」(同 49.0%、56.5%)、「テレビ番組やタレントのこと」(同 42.0%、48.5%)の上位3項目は《女子》の方がやや高い割合となっています。一方、「ニュース」(男子 28.0%、女子 19.5%)は《男子》の方が10ポイント近く高くなっています。

学校別にみると、《中学生》の方が高い割合となっている項目が目立ち、特に「クラブ活動」(小学生 13.0%、中学生 32.5%)は20ポイント近い差が生じています。《中学生》の方が幅広い内容の話題を話しています。

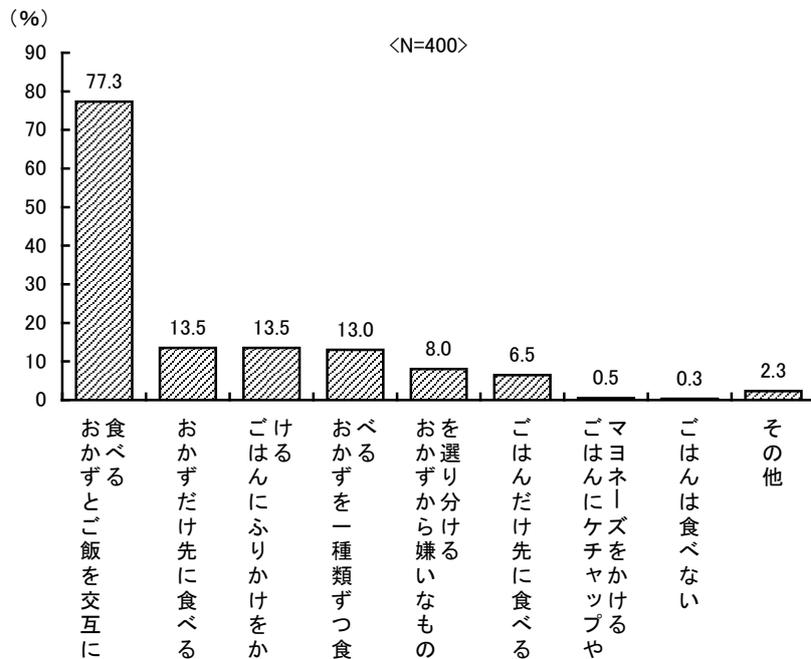
◆前回の調査と比較すると、あまり大きな変化はありませんが、「友だちのこと」(前回 59.8%→今回 52.8%)は7ポイント減っています。

### 3. ふだん、「食事」をどのように食べているか

マナー通り「おかずとご飯を交互に食べる」(77.3%)ことが断然多いが、「おかずだけ先に食べる」(13.5%)、「おかずを一種類ずつ食べる」(13.0%)、「おかずから嫌いなものを選び分ける」(8.0%)などのケースも。

●《女子》よりも《男子》の方が、《小学生》よりも《中学生》の方が、マナー通りに食べている傾向が若干ある。

図 18. ふだん、「食事」をどのように食べているか（複数回答）



性別	男子 <n=200>	80.5	12.5	14.0	11.0	6.5	5.0	0.5	-	2.0
	女子 <n=200>	74.0	14.5	13.0	15.0	9.5	8.0	0.5	0.5	2.5
学校	小学生 <n=200>	76.5	17.0	17.5	13.0	8.5	9.5	-	-	2.0
	中学生 <n=200>	78.0	10.0	9.5	13.0	7.5	3.5	1.0	0.5	2.5

ふだん、「食事」をどのように食べているか聞いてみたところ、「おかずとご飯を交互に食べる」(77.3%)と、マナー通り食べているケースが断然多くなっていますが、「おかずだけ先に食べる」(13.5%)、「おかずを一種類ずつ食べる」(13.0%)、「おかずから嫌いなものを選び分ける」(8.0%)、「ごはんだけ先に食べる」(6.5%)といったマナーに従っていないケースも少なからずみられます。また、「ごはんにふりかけをかける」も1割強(13.5%)みられます。

性別にみると、いずれも「おかずとご飯を交互に食べる」(男子 80.5%、女子 74.0%)が突出して多くなっていますが、《男子》の方がやや高い割合で、マナーをより守っています。

学校別にみると、いずれも「おかずとご飯を交互に食べる」が断然多くなっていますが、そのほかの項目は総じて《小学生》の方が少しずつ高く、《中学生》の方がマナー通りに食べている傾向がややみられます。また、「ごはんにふりかけをかける」は、《小学生》(17.5%)の方が《中学生》(9.5%)よりもやや高い割合です。

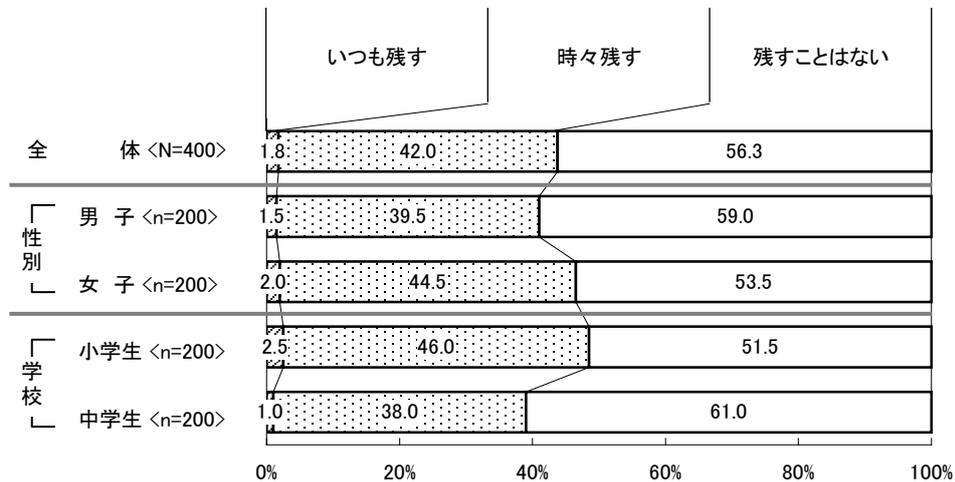
◆前回の調査と比較すると、「おかずとご飯を交互に食べる」(前回 82.0%→今回 77.3%)と、マナー通り食べている割合は5ポイントほど下がっています。

#### 4. 食事を残すことがあるか

「いつも残す」(1.8%)、「時々残す」(42.0%)など、4割強(43.8%)が“残すことがある”。

●“残すことがある”割合は、性別では《男子》(41.0%)より《女子》(46.5%)の方が、学校別では《中学生》(39.0%)より《小学生》(48.5%)の方が、それぞれ高い。

図 19. 食事を残すこと



食事を「いつも残す」(1.8%)という人はまれですが、「時々残す」(42.0%)という人が相当数みられ、合わせて4割強(43.8%)が“残すことがある”と答えています。

性別にみると、「時々残す」(男子 39.5%、女子 44.5%)は《女子》の方が、「残すことはない」(同 59.0%、53.5%)は《男子》の方が、それぞれ高い割合です。《男子》の方が大食いの傾向があるのかも知れません。

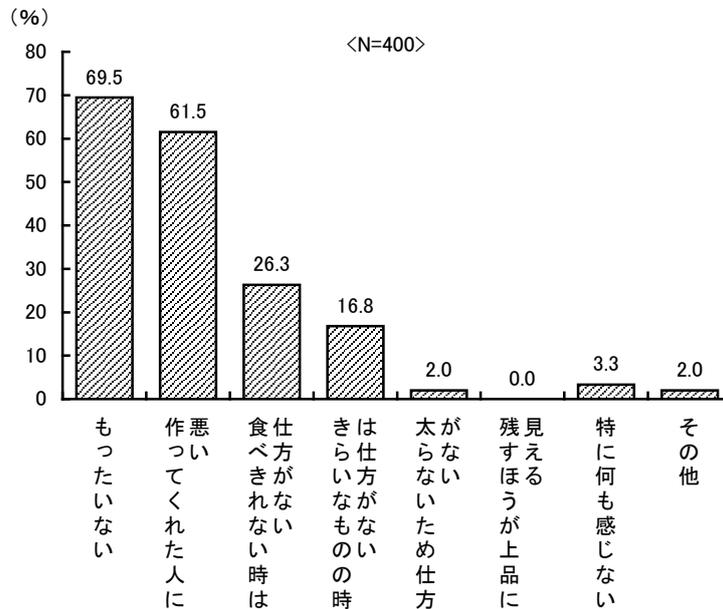
学校別にみると、「時々残す」(小学生 46.0%、中学生 38.0%)は《小学生》の方が、「残すことはない」(同 51.5%、61.0%)は《中学生》の方が、それぞれ高い割合で、年齢が上がるほど食事を残さなくなるようです。

◆前回の調査と比較すると、「時々残す」(前回 38.3%→今回 42.0%)が少し増え、「残すことはない」(同 60.5%→56.3%)が少し減っています。

## 5. 食事を残すことについてどう思うか

「もったいない」(69.5%)、「作ってくれた人に悪い」(61.5%)など“罪悪感”を持っている人が多い反面、「食べきれない時は仕方がない」(26.3%)、「きれいなもの時は仕方がない」(16.8%)など“仕方がない”という見解も少なからずみられる。

図 20. 食事を残すことについてどう思うか（複数回答）



性別	男子 <n=200>	74.0	57.5	21.0	13.5	1.0	-	4.5	2.5
	女子 <n=200>	65.0	65.5	31.5	20.0	3.0	-	2.0	1.5
学校	小学生 <n=200>	68.5	65.0	29.5	21.0	2.0	-	4.0	3.0
	中学生 <n=200>	70.5	58.0	23.0	12.5	2.0	-	2.5	1.0
残すこと	ある <n=175>	53.7	48.6	33.7	29.7	3.4	-	4.0	2.3
	<いつも> <n=7>	71.4	57.1	28.6	42.9	-	-	-	-
	<時々> <n=168>	53.0	48.2	33.9	29.2	3.6	-	4.2	2.4
	ない <n=225>	81.8	71.6	20.4	6.7	0.9	-	2.7	1.8

では、食事を残すことについてどう思っているのでしょうか。

「もったいない」(69.5%)、「作ってくれた人に悪い」(61.5%)と、残すことに“罪悪感”を抱いている人が多くなっていますが、反面「食べきれない時は仕方がない」(26.3%)、「きれいなもの時は仕方がない」(16.8%)など、“仕方がない”という人も少なからずみられます。中には「特に何も感じない」(3.3%)という人も少数います。

性別にみると、「もったいない」(男子 74.0%、女子 65.0%)は《男子》の方が高い割合ですが、「食べきれない時は仕方がない」(同 21.0%、31.5%)、「きれいなもの時は仕方がない」(同 13.5%、20.0%)などは《女子》の方が高くなっており、“仕方がない”という気持ちが強いようです。

学校別に見ると、「食べきれない時は仕方がない」(小学生 29.5%、中学生 23.0%)、「きれいなもの時は仕方がない」(同 21.0%、12.5%)などは《小学生》の方が高い割合です。

また、前項で食事を“残すことはない”人では「もったいない」(81.8%)、あるいは「作ってくれた人に悪い」(71.6%)という割合がいずれも7割以上を占めていますが、“残すことがある”人(順に 53.7%、48.6%)では

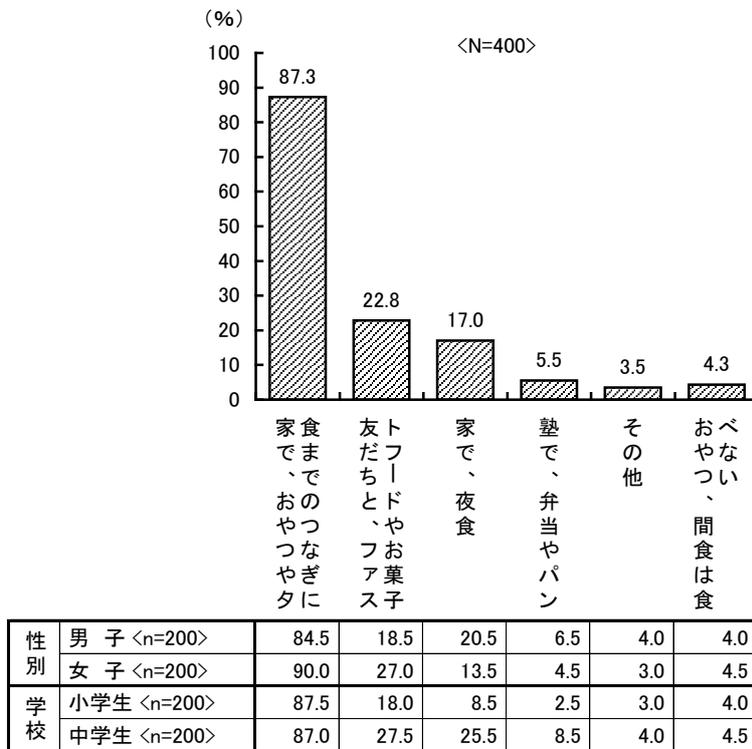
いずれも半数前後にとどまっています。

◆前回の調査と比較すると、「もったいない」（前回 67.8%→今回 69.5%）、「作ってくれた人に悪い」（同 59.8%→61.5%）ともにわずかに増えていますが、全般的な傾向はほとんど変わっていません。

## 6. 毎日の食事のほかに、おやつなど「間食」をいつ食べているか

間食を“食べる”(95.8%)人が大半で、時間帯としては「家で、おやつや夕食までのつなぎに」(87.3%)が断然多い。

図 21. 毎日の食事のほかに、おやつなど「間食」を、どんな時に食べているか（複数回答）



毎日の食事のほかに、おやつなど「間食」をいつ食べているかをみると、「おやつ、間食は食べない」(4.3%)という人は少数派で、大半の人は“食べる”(95.8%)と答えています。その時間帯としては、「家で、おやつや夕食までのつなぎに」(87.3%)が断然多くなっています。そのほかでは、「友だちと、ファストフードやお菓子」(22.8%)、「家で、夜食」(17.0%)、「塾で、弁当やパン」(5.5%)があげられています。

なお、「塾で、弁当やパン」を《塾に通っている》人(216人)に限ってみた割合は1割弱(9.7%)です。

性別にみると、「家で、おやつや夕食までのつなぎに」(男子84.5%、女子90.0%)、「友だちと、ファストフードやお菓子」(同18.5%、27.0%)は《女子》の方が、「家で、夜食」(同20.5%、13.5%)は《男子》の方が高めです。

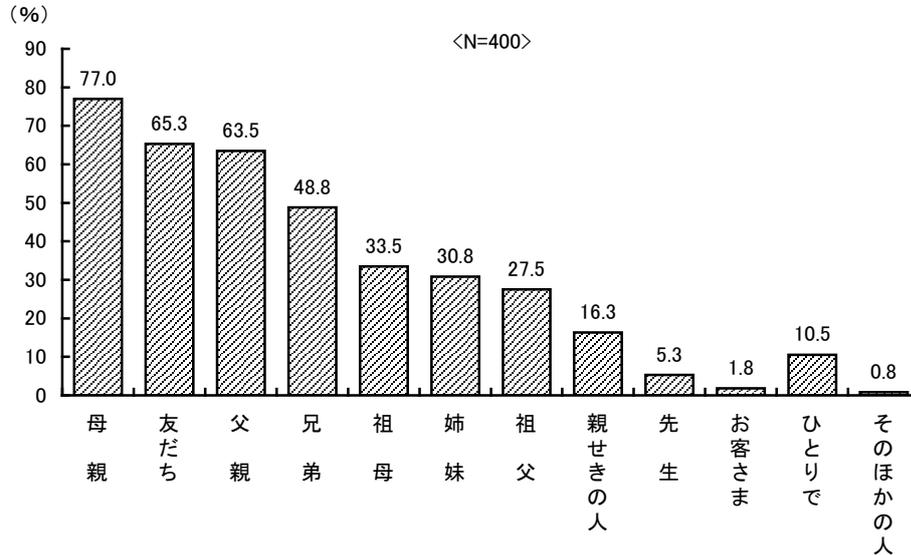
学校別にみると、「友だちと、ファストフードやお菓子」(小学生18.0%、中学生27.5%)、「家で、夜食」(同8.5%、25.5%)、「塾で、弁当やパン」(同2.5%、8.5%)など、多くの項目で、《中学生》の方が高い割合を示しています。

◆前回の調査と比較すると、「家で、夜食」(前回10.3%→今回17.0%)、「家で、おやつや夕食までのつなぎに」(同82.8%→87.3%)などがやや増えています。

## 7. 食事を誰と一緒に食べるときが楽しいか

「母親」(77.0%)がトップ。次いで「兄弟」「姉妹」を合わせた“兄弟・姉妹”(68.0%)、「友だち」(65.3%)、「父親」(63.5%)が続く。

図 22. 食事を誰と一緒に食べるときが楽しいか (複数回答)



性別	男子 <n=200>	71.5	59.0	60.5	53.0	32.5	23.5	28.5	17.5	4.5	3.0	12.0	0.5
	女子 <n=200>	82.5	71.5	66.5	44.5	34.5	38.0	26.5	15.0	6.0	0.5	9.0	1.0
学校	小学生 <n=200>	82.0	65.5	71.0	48.5	37.0	30.5	31.0	19.5	7.0	2.0	5.0	1.0
	中学生 <n=200>	72.0	65.0	56.0	49.0	30.0	31.0	24.0	13.0	3.5	1.5	16.0	0.5

食事を誰と一緒に食べるときが楽しいか聞いてみたところ、「母親」(77.0%)が最も多く、以下「兄弟」(48.8%)、「姉妹」(30.8%)の「兄弟・姉妹」(68.0%)、「友だち」(65.3%)、「父親」(63.5%)、「祖母」(33.5%)、「祖父」(27.5%)、「親せきの人」(16.3%)などとなっています。

性別にみると、「母親」(男子71.5%、女子82.5%)、「友だち」(同59.0%、71.5%)、「姉妹」(同23.5%、38.0%)など、《女子》の方が高い割合の項目が多くなっています。一方、「兄弟」(男子53.0%、女子44.5%)は《男子》の方が高い割合です。

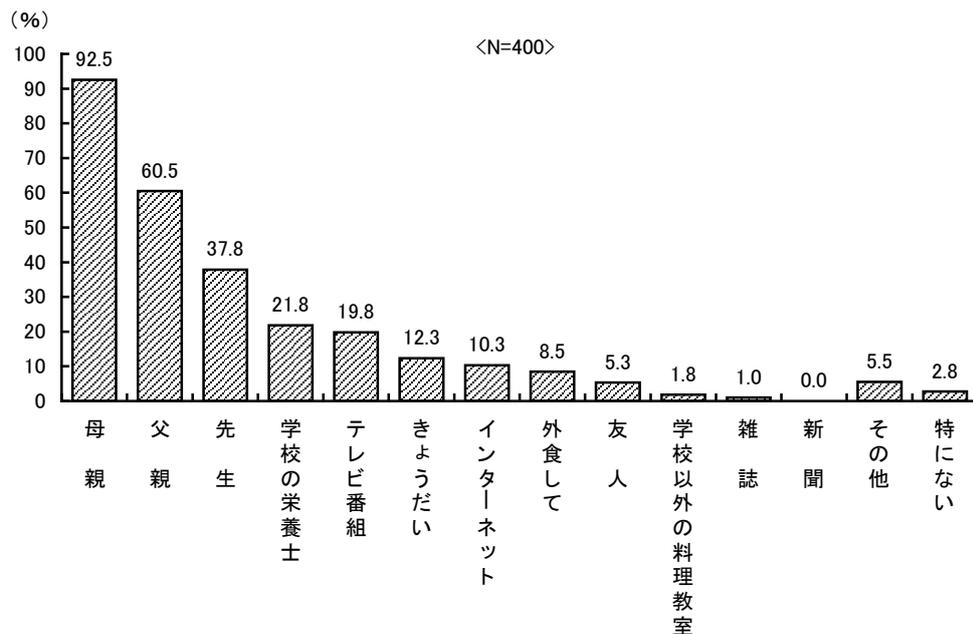
学校別にみると、いずれも「母親」(小学生82.0%、中学生72.0%)がトップですが、全般的に《中学生》より《小学生》の方が高率を示している項目が目立ちます。最も差が大きいのは「父親」で、《小学生》(71.0%)が《中学生》(56.0%)を15ポイント上回っています。

◆前回の調査と比較すると、「兄弟」(前回43.8%→今回48.8%)、「祖母」(同29.3%→33.5%)、「祖父」(同23.5%→27.5%)、「親せきの人」(同11.8%→16.3%)など、大幅な変化ではありませんが前回は上回る項目が多くなっています。

## 1. これまで、料理や食べ物、食べ方について、どのような人や方法から学んできたか

「母親」(92.5%)がトップで、第2位に「父親」(60.5%)と、“両親の教え”が第一。以下、「先生」(37.8%)、「学校の栄養士」(21.8%)、「テレビ番組」(19.8%)の順。

図 23. 料理や食べ物、食べ方について、どのような人や方法から学んできたか（複数回答）



性別	男子 <n=200>	88.5	67.0	37.0	23.0	16.5	12.0	9.0	9.5	3.0	1.5	-	-	4.0	4.5
女子 <n=200>	96.5	54.0	38.5	20.5	23.0	12.5	11.5	7.5	7.5	7.5	2.0	2.0	-	7.0	1.0

これまで、料理や食べ物、食べ方について、どのような人やどんな方法から学んできたかをみると、「母親」(92.5%)からが断然多く、次いで「父親」(60.5%)が続き、“両親”から学んできた人が圧倒的に多くなっています。以下、「先生」(37.8%)、「学校の栄養士」(21.8%)、「テレビ番組」(19.8%)、「きょうだい」(12.3%)、「インターネット」(10.3%)が続いています。

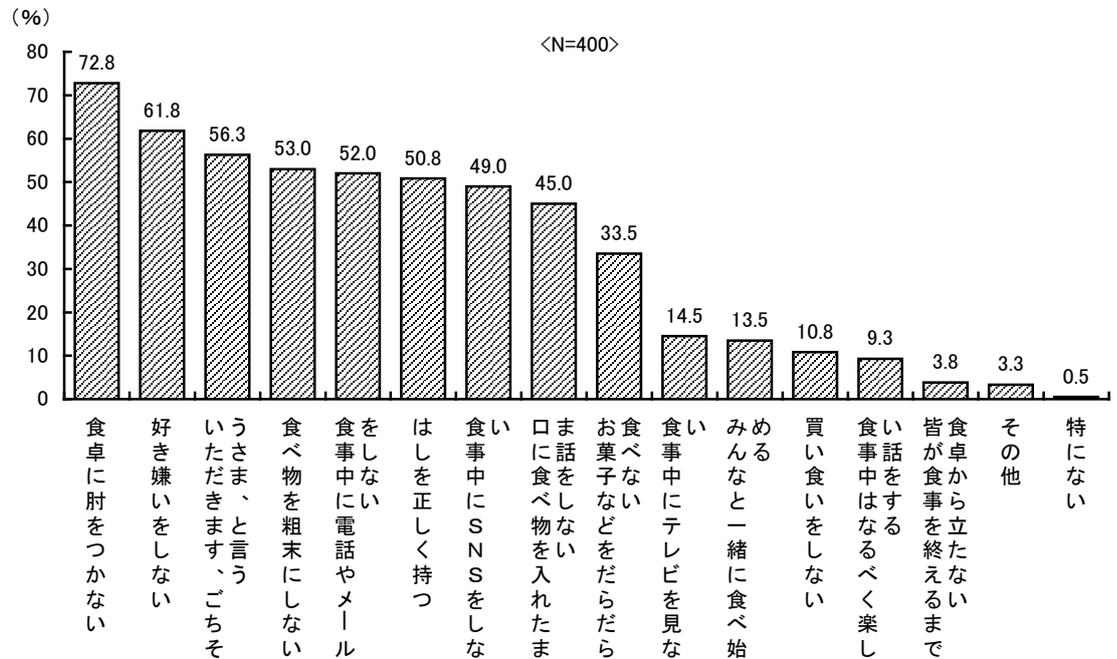
性別にみると、いずれも「母親」が最も多くなっていますが、《男子》(88.5%)よりも《女子》(96.5%)の方がさらに高くなっています。総じて《女子》の方が高い割合を示している項目が多く、《女子》の方がいろいろな人や方法から学んでいることがうかがえます。一方、「父親」(男子 67.0%、女子 54.0%)は《男子》の方が10ポイント以上高い割合です。

◆前回の調査と比較すると、「テレビ番組」(前回 25.5%→今回 19.8%)が5ポイント強減っているのが最も大きな変化で、全般的な傾向はあまり変わっていません。

## 2. 家で食べ物や食事について、守るように言われていること

「食卓に肘をつかない」(72.8%)、「好き嫌いをしない」(61.8%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(56.3%)、「食べ物を粗末にしない」(53.0%)、「食事中に電話やメールをしない」(52.0%)、「はしを正しく持つ」(50.8%)など、“しつけられた”ことは多岐にわたる。

図 24. 家で食べ物や食事について、守るように言われていること（複数回答）



性別	男子 <n=200>	69.0	62.5	56.5	56.5	47.5	50.5	46.0	42.5	32.5	16.5	12.0	10.0	10.5	5.0	3.0	0.5
女子 <n=200>	76.5	61.0	56.0	49.5	56.5	51.0	52.0	47.5	34.5	12.5	15.0	11.5	8.0	2.5	3.5	0.5	
学校	小学生 <n=200>	70.0	62.5	55.5	52.5	45.0	52.0	39.5	44.5	36.5	18.0	17.0	15.0	9.5	4.5	4.0	-
	中学生 <n=200>	75.5	61.0	57.0	53.5	59.0	49.5	58.5	45.5	30.5	11.0	10.0	6.5	9.0	3.0	2.5	1.0

食べ物や食事について、家で“しつけ面”から守るように言われていることは、「食卓に肘をつかない」が7割強(72.8%)を占めて最も多く、以下「好き嫌いをしない」(61.8%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(56.3%)、「食べ物を粗末にしない」(53.0%)、「食事中に電話やメールをしない」(52.0%)、「はしを正しく持つ」(50.8%)までの6項目が半数以上の割合となっています。「特になし」(0.5%)という回答はごくわずかで、大半の人が、いろいろなことを守るように言われています。

性別にみると、「食事中に電話やメールをしない」(男子 47.5%、女子 56.5%)をはじめ、《女子》の方が高い割合の項目が総じて多くなっています。一方、「食べ物を粗末にしない」は《男子》(56.5%)の方が《女子》(49.5%)よりもやや高くなっています。

学校別にみると、「食事中にSNSをしない」(小学生 39.5%、中学生 58.5%)や「食事中に電話やメールをしない」(同 45.0%、59.0%)は《中学生》の方が10ポイント以上高い割合です。一方、「買い食いをしない」(同 15.0%、6.5%)などは《小学生》の方が高率です。

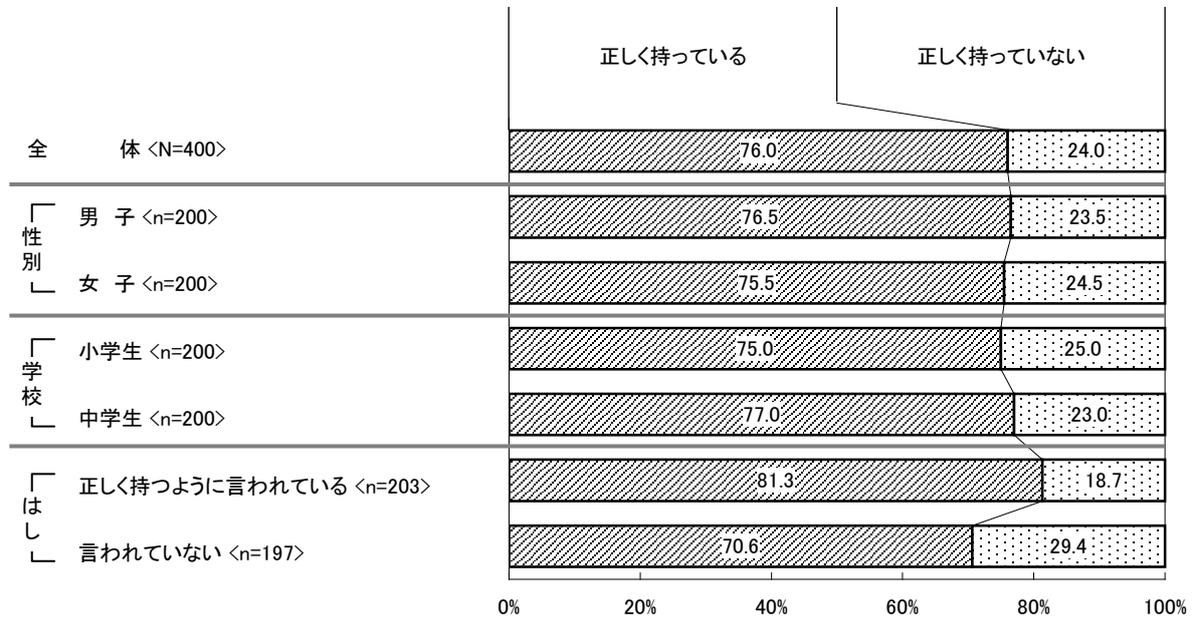
◆前回の調査と比較すると、「好き嫌いをしない」(前回 72.5%→今回 61.8%)、「食べ物を粗末にしない」(同 62.0%→53.0%)など、前回よりも低い割合の項目が多く、守るように言われていることは減ってきているようです。

### 3. 『おはし』を正しく持っているか

自己判断の結果、4人に3人強(76.0%)が「正しく持っている」。

●「正しく持っている」割合は、《男子》が76.5%、《女子》は75.5%とほとんど変わらない。

図 25. 『おはし』を正しく持っているか【イラスト参照】



『おはし』を正しく持っているか、【イラスト参照】を参照して自己判断してもらいました。

その結果、「正しく持っている」という人は4人に3人強(76.0%)の割合です。

性別にみると、「正しく持っている」という割合は、《男子》76.5%、《女子》75.5%とほとんど変わりません。

学校別でも、《小学生》(75.0%)と《中学生》(77.0%)の間に大きな差はありません。

また、前項で“はしを正しく持つ”ように《言われている人》は「正しく持っている」(81.3%)が8割を超え、《言われていない》(70.6%)よりも10ポイント以上高くなっています。

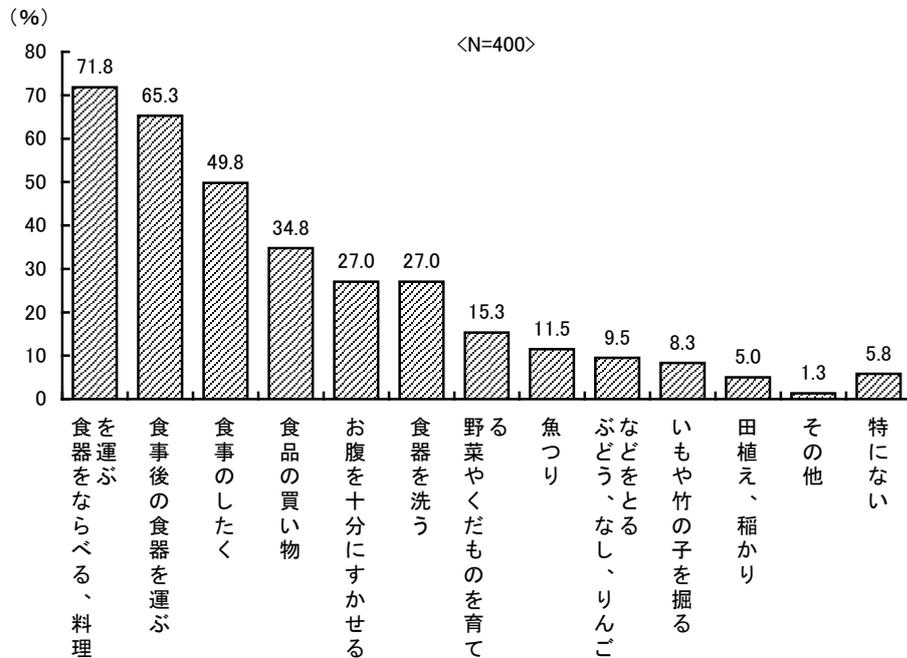
◆前回の調査と比較すると、「正しく持っている」割合は前回76.3%→今回76.0%とほとんど変化はありません。

#### 4. 食べ物や食事について、行ってきたこと

「食器をならべる、料理を運ぶ」(71.8%)、「食事後の食器を運ぶ」(65.3%)の2項目が7割前後で多く、次いで「食事のしたく」(49.8%)。

●「食器をならべる、料理を運ぶ」など“食卓(食事)まわり”のことは、《女子》の方が経験率はかなり高い。

図 26. 食べ物や食事について、行ってきたこと (複数回答)



性別	男子 <n=200>	64.5	59.5	42.5	29.5	31.0	19.0	13.5	14.0	7.5	7.0	3.5	1.0	8.5
	女子 <n=200>	79.0	71.0	57.0	40.0	23.0	35.0	17.0	9.0	11.5	9.5	6.5	1.5	3.0
学校	小学生 <n=200>	74.0	63.5	51.0	37.0	27.5	21.5	20.0	12.0	12.0	9.5	5.5	1.0	5.5
	中学生 <n=200>	69.5	67.0	48.5	32.5	26.5	32.5	10.5	11.0	7.0	7.0	4.5	1.5	6.0

食べ物や食事について、これまで行ってきたこと聞いたところ、「食器をならべる、料理を運ぶ」(71.8%)、「食事後の食器を運ぶ」(65.3%)の2項目が7割前後で多く、以下「食事のしたく」(49.8%)、「食品の買い物」(34.8%)、「食器を洗う」(27.0%)など、“食卓(食事)まわり”のことが上位にあげられています。そのほか、「お腹を十分にすかせる」(27.0%)、「野菜やくだものを育てる」(15.3%)、「魚つり」(11.5%)、「ぶどう、なし、りんごなどをとる」(9.5%)など、いろいろなことを経験しているようです。

性別にみると、「食器をならべる、料理を運ぶ」(男子64.5%、女子79.0%)、「食事後の食器を運ぶ」(同59.5%、71.0%)、「食事のしたく」(同42.5%、57.0%)、「食品の買い物」(同29.5%、40.0%)、「食器を洗う」(同19.0%、35.0%)など、“食卓(食事)まわり”のことは《男子》より《女子》の方が高率を示している項目が多く、《女子》の方がいろいろな“食卓(食事)まわり”のことを経験していることがうかがえます。

学校別にみると、「食器を洗う」の割合は《中学生》(32.5%)の方が《小学生》(21.5%)よりも10ポイント以上高くなっています。

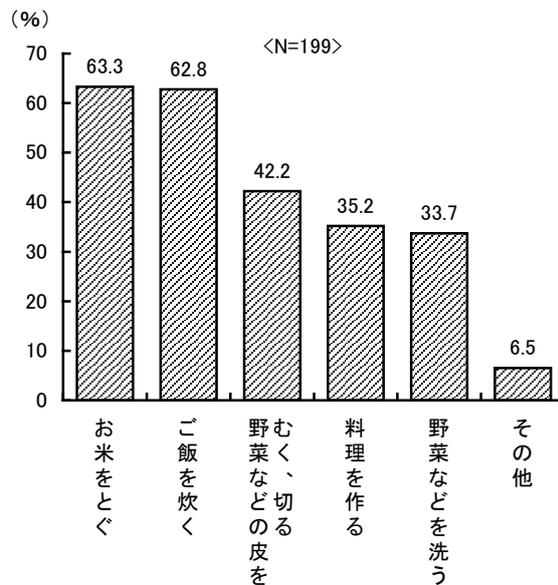
◆前回の調査と比較すると、「田植え、稲かり」(前回13.3%→今回5.0%)など、前回よりも減っている項目が多くなっていますが、「食事のしたく」(同41.8%→49.8%)は前回よりも10ポイント近く増えています。

#### 4-1. 『食事のしたく』でしていること

「お米をとぐ」(63.3%)、「ご飯を炊く」(62.8%)、「野菜などの皮をむく、切る」(42.2%)、「料理を作る」(35.2%)、「野菜などを洗う」(33.7%)など、“食事のしたく”はいろいろ。

●“作る料理”は、「カレー」(21件)が突出して多く、以下「味噌汁」(11件)、「卵焼き」(8件)、「チャーハン」(7件)、「野菜炒め」(7件)、「オムライス」(5件)など。

図 27. 『食事のしたく』でしていること (複数回答)



性別	男子 <n=85>	58.8	55.3	36.5	28.2	21.2	10.6
女子 <n=114>	66.7	68.4	46.5	40.4	43.0	3.5	
学校	小学生 <n=102>	63.7	55.9	48.0	41.2	32.4	6.9
中学生 <n=97>	62.9	70.1	36.1	28.9	35.1	6.2	

“食事のしたく”をする人(199人)に、どんなことをしているか聞いてみたところ、「お米をとぐ」(63.3%)と「ご飯を炊く」(62.8%)がほぼ同率で多く、以下「野菜などの皮をむく、切る」(42.2%)、「料理を作る」(35.2%)、「野菜などを洗う」(33.7%)が続いています。

性別にみると、ほとんどの項目で《女子》の方が高い割合で、特に「野菜などを洗う」は《女子》(43.0%)が《男子》(21.2%)を20ポイント以上上回っています。

学校別にみると、「野菜などの皮をむく、切る」(小学生48.0%、中学生36.1%)、「料理を作る」(同41.2%、28.9%)は《小学生》の方が10ポイント以上高いのに対し、「ご飯を炊く」(同55.9%、70.1%)は逆に《中学生》の方が高い割合です。

◆前回の調査と比較すると、「野菜などの皮をむく、切る」(前回56.3%→今回42.2%)、「野菜などを洗う」(同50.3%→33.7%)など、前回よりも減っている項目が多くなっています。

表 2. 食事のしたくで作った料理（自由回答：複数回答）

順位		件数	男子	女子
1	カレー	21	6	15
2	味噌汁	11	4	7
3	卵焼き	8	2	6
4	チャーハン	7	3	4
	野菜炒め	7	2	5
6	オムライス	5	0	5
7	スクランブルエッグ	4	1	3
	目玉焼き	4	3	1
9	シチュー	3	1	2
	スパゲティ、パスタ	3	0	3
	ハンバーグ	3	0	3
	ホットケーキ	3	1	2
	その他	27	7	20

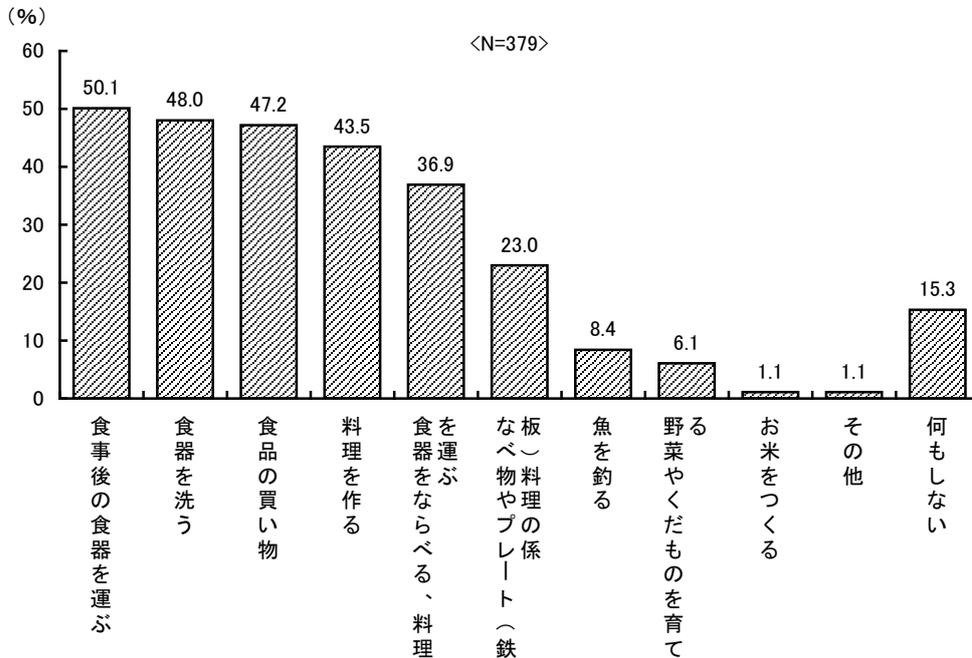
“料理を作る”という人（70人）に、どんな料理を作っているのかをみると、「カレー」（21件）が突出して多くなっています。以下、「味噌汁」（11件）、「卵焼き」（8件）、「チャーハン」（7件）、「野菜炒め」（7件）、「オムライス」（5件）などがあげられています。

性別にみると、「カレー」（男子6件、女子15件）、「味噌汁」（同4件、7件）、「卵焼き」（同6件、6件）、「野菜炒め」（同2件、5件）、「オムライス」（同0件、5件）など、全般的に《女子》の方が多くあげている項目が多くなっています。

## 5. 食べ物や食事について、父親はどんなことをしているか

大半の父親が、「食事後の食器を運ぶ」(50.1%)、「食器を洗う」(48.0%)、「食品の買い物」(47.2%)、「料理を作る」(43.5%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(36.9%)、「なべ物やプレート(鉄板)料理の係」(23.0%)などを行っている。

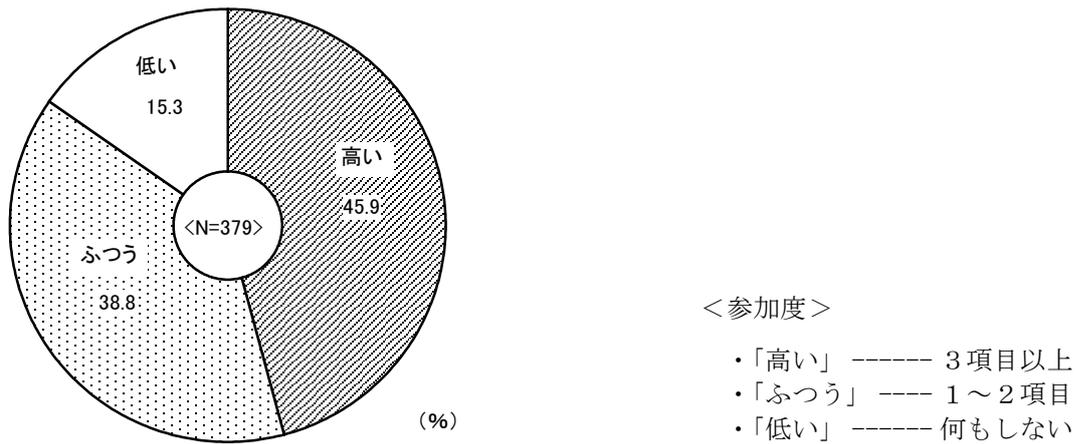
図 28. 食べ物や食事について、父親がしていること（父親がいる家庭：複数回答）



父親のいる子ども（379人）に、食べ物や食事について父親はどんなことをしているか聞いてみたところ、「何もしない」（15.3%）という人は1割台で、大半の人は何らかのことをしているとみています。

その内容は、「食事後の食器を運ぶ」（50.1%）がトップ、以下「食器を洗う」（48.0%）、「食品の買い物」（47.2%）、「料理を作る」（43.5%）、「食器をならべる、料理を運ぶ」（36.9%）、「なべ物やプレート（鉄板）料理の係」（23.0%）が続いています。少数派としては、「魚を釣る」（8.4%）、「野菜やくだものを育てる」（6.1%）、「お米をつくる」（1.1%）があげられています。

図 29. 父親の家事参加度



上記で父親がしていることの数から“家事参加度”をみると、10項目中3項目以上している「高い」にランクされる父親は45.9%と半数近くに達しています。

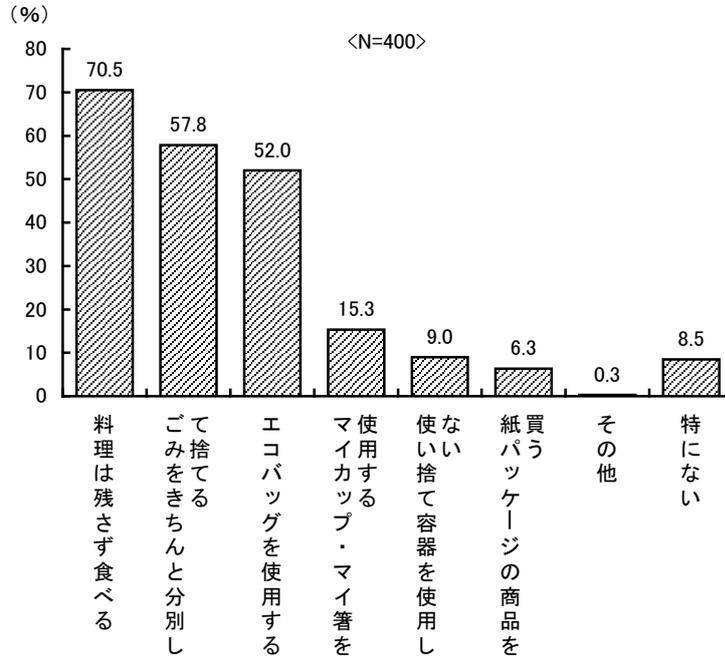
ランクが「高い」父親の6割以上は、「食器を洗う」(82.8%)、「食品の買い物」(80.5%)、「食事後の食器を運ぶ」(76.4%)、「料理を作る」(74.1%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(67.2%)をしています。

◆前回の調査と比較すると、「食器を洗う」(前回36.5%→今回48.0%)をはじめ、ほとんどの項目で前回を上回っており、「何もしない」(同21.2%→15.3%)の割合は減っています。父親の“家事参加度”は確実に高まっているようです。

## 6. 食に関する問題に対して、ふだん取り組んでいることや心がけていること

「料理は残さず食べる」(70.5%)、「ごみをきちんと分別して捨てる」(57.8%)、「エコバッグを使用する」(52.0%)に取り組んでいる割合が特に高い。

図 30. 食に関する問題に対して、ふだん取り組んでいることや心がけていること（複数回答）



性別	男子 <n=200>	72.5	54.0	40.5	14.5	8.5	5.0	0.5	11.5
	女子 <n=200>	68.5	61.5	63.5	16.0	9.5	7.5	-	5.5
学校	小学生 <n=200>	70.0	59.5	55.0	14.5	10.5	6.0	0.5	6.5
	中学生 <n=200>	71.0	56.0	49.0	16.0	7.5	6.5	-	10.5

食に関する問題に対して、ふだん取り組んでいることや心がけていることは、「料理は残さず食べる」(70.5%)が最も多く、次いで「ごみをきちんと分別して捨てる」(57.8%)、「エコバッグを使用する」(52.0%)までの3項目は半数以上があげています。そのほかはかなり少なくなりますが、「マイカップ・マイ箸を使用する」(15.3%)、「使い捨て容器を使用しない」(9.0%)などの順となっています。

性別にみると、総じて《女子》の方が高い割合で、さまざまなことに取り組んだり心がけており、特に「エコバッグを使用する」は、《男子》の4割(40.5%)に対して、《女子》(63.5%)では6割を超え、「料理は残さず食べる」(68.5%)に次いで2番目に多くなっています。

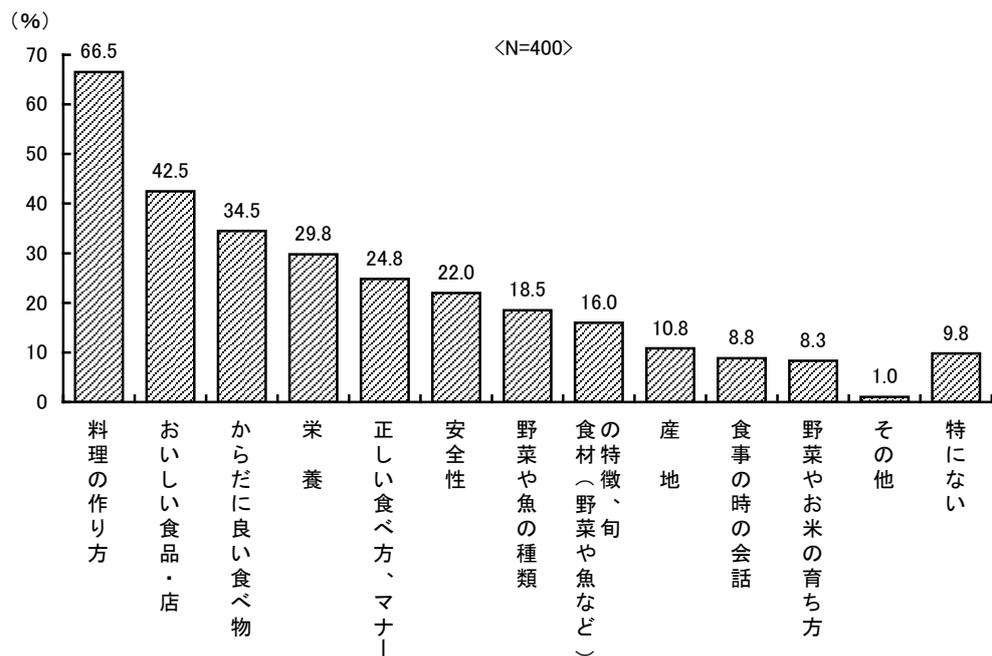
学校別にみると、いずれも「料理は残さず食べる」「ごみをきちんと分別して捨てる」「エコバッグを使用する」がトップ3で、大きな傾向の差はみられません。

## 1. “食”について、知りたいと思っていること・関心があること

「料理の作り方」(66.5%)が第一。以下「おいしい食品・店」(42.5%)、「からだに良い食べ物」(34.5%)、「栄養」(29.8%)、「正しい食べ方、マナー」(24.8%)、「安全性」(22.0%)などに関心がある。

●《女子》の4人に3人(75.0%)が「料理の作り方」に関心があり、総じて食に対する関心は高い。

図 31. 料理や食べ物、食べ方について、知りたいと思っていること・関心をもっていること（複数回答）



性別	男子 <n=200>	58.0	42.0	30.5	24.0	18.0	21.5	22.0	17.5	10.0	7.5	8.5	1.5	13.5
	女子 <n=200>	75.0	43.0	38.5	35.5	31.5	22.5	15.0	14.5	11.5	10.0	8.0	0.5	6.0
学校	小学生 <n=200>	66.5	38.5	35.5	29.5	27.0	23.5	17.5	15.5	14.0	12.5	11.5	1.5	9.0
	中学生 <n=200>	66.5	46.5	33.5	30.0	22.5	20.5	19.5	16.5	7.5	5.0	5.0	0.5	10.5

料理や食べ物、食べ方など“食”について、日頃から知りたいと思っていることや、関心をもって見聞きしていることはどんなことか聞いてみたところ、「特にない」(9.8%)という人もいますが、残りの9割(90.3%)は“何らかに関心がある”と答えており、“食”に関する関心の高さがうかがわれます。

関心があるのはどんなことかをみると、「料理の作り方」(66.5%)をあげる人が群を抜いて多く、以下「おいしい食品・店」(42.5%)、「からだに良い食べ物」(34.5%)、「栄養」(29.8%)、「正しい食べ方、マナー」(24.8%)、「安全性」(22.0%)、「野菜や魚の種類」(18.5%)、「食材(野菜や魚など)の特徴、旬」(16.0%)、「産地」(10.8%)などが続いています。

性別にみると、男女とも「料理の作り方」が最も多くなっていますが、《男子》(58.0%)に比べて《女子》(75.0%)の方が20ポイント近く高くなっています。そのほか、「栄養」(男子24.0%、女子35.5%)、「正しい食べ方、マナー」(同18.0%、31.5%)も10ポイント以上の差で《女子》の方が高い割合です。

学校別にみると、総じてあまり大きな差はありませんが、「おいしい食品・店」（小学生 38.5%、中学生 46.5%）などは《中学生》の方が、「食事の時の会話」（同 12.5%、5.0%）などは《小学生》の方が高い割合となっています。

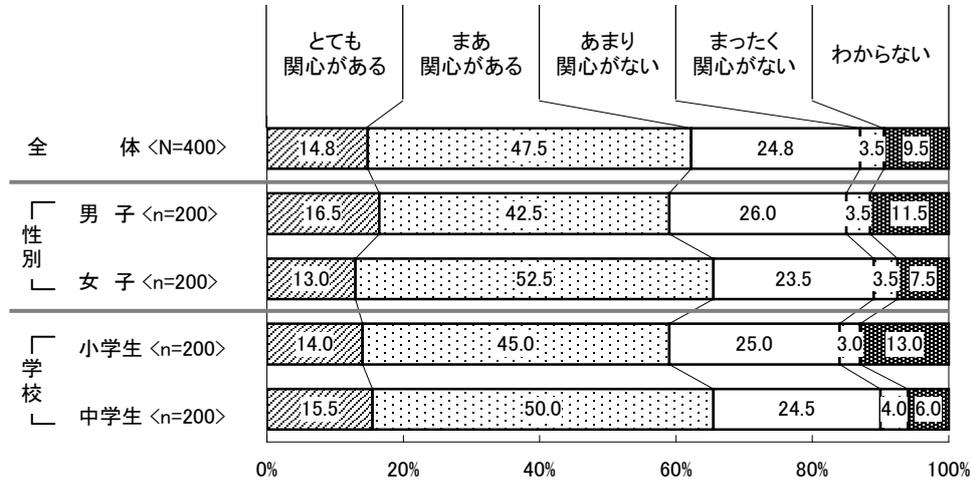
◆前回の調査と比較すると、ほとんどの項目で前回より低い割合となっており、関心は弱まっているようですが、最も大きな差のある「からだに良い食べ物」（前回 39.8%→今回 34.5%）でも 5 ポイントほどの差で、あまり大きな変化ではありません。

## 2. “食の安全” への関心度

「とても関心がある」(14.8%)、「まあ関心がある」(47.5%)を合わせて、6割強(62.3%)が“関心がある”。

●“関心がある”ことは、「保存期間」(41.4%)、「産地や材料」(36.5%)、「食品添加物」(34.9%)がトップ3。

図 32. “食の安全” ということに、どのくらい関心があるか



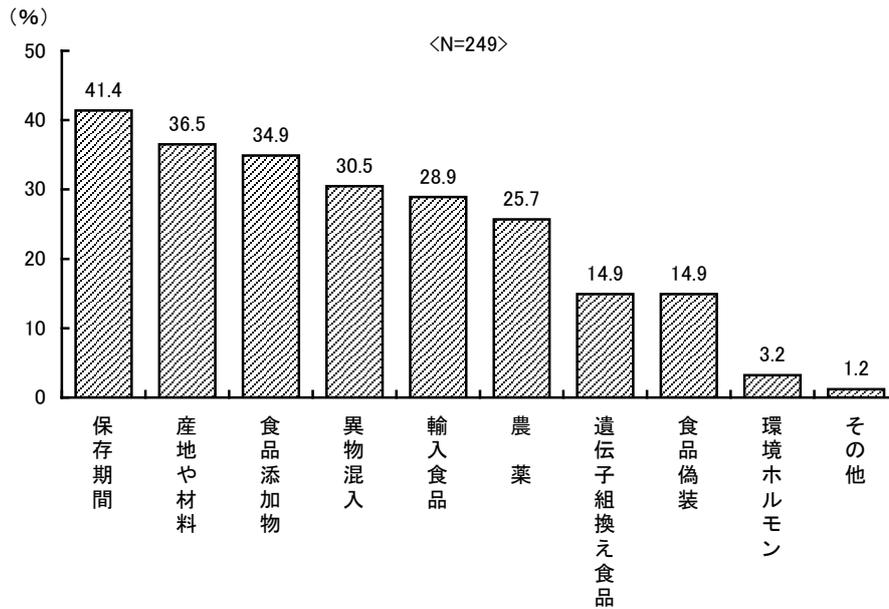
“食の安全” ということに、どのくらい関心があるか聞いてみたところ、「とても関心がある」(14.8%) という人は1割台にとどまっていますが、「まあ関心がある」(47.5%) は半数近くおり、合わせて“関心がある” という人が6割強(62.3%)を占めています。

性別にみると、“関心がある(とても+まあ)”とする割合は、《男子》(59.0%)よりも《女子》(65.5%)の方がやや高めです。

学校別では、《小学生》(59.0%)よりも《中学生》(65.5%)の方が高めとなっています。

◆前回の調査と比較すると、“関心がある”割合は60.5%→62.3%と若干ながら増えており、“食の安全”に対する関心度は高まる傾向が続いています。

図 33. 関心があるのはどんなことか（複数回答）



性別	男子 <n=118>	35.6	33.9	28.0	40.7	29.7	25.4	17.8	21.2	1.7	0.8
女子 <n=131>	46.6	38.9	41.2	21.4	28.2	26.0	12.2	9.2	4.6	1.5	
学校	小学生 <n=118>	50.8	37.3	22.0	29.7	32.2	29.7	11.9	12.7	4.2	1.7
	中学生 <n=131>	32.8	35.9	46.6	31.3	26.0	22.1	17.6	16.8	2.3	0.8

“関心派” (249 人) がどんなことに関心があるのかをみると、「保存期間」(41.4%) が4割を超えて最も多く、以下「産地や材料」(36.5%)、「食品添加物」(34.9%)、「異物混入」(30.5%)、「輸入食品」(28.9%)、「農薬」(25.7%)などが続いています。

性別にみると、「保存期間」(男子 35.6%、女子 46.6%)、「食品添加物」(同 28.0%、41.2%)などは《女子》の方が、「異物混入」(同 40.7%、21.4%)、「食品偽装」(同 21.2%、9.2%)などは《男子》の方が、それぞれ10ポイント以上高い割合です。

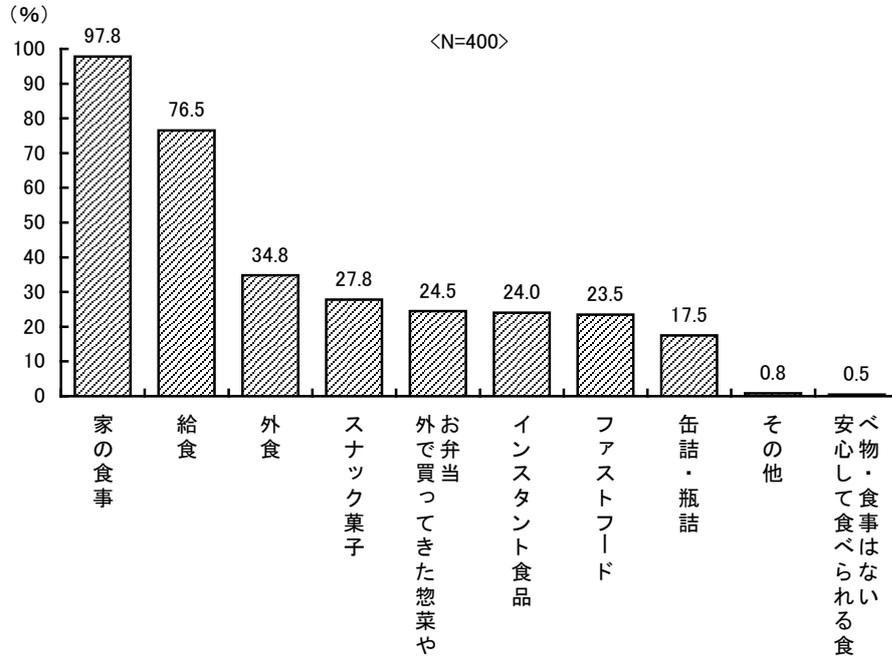
学校別にみると、「食品添加物」をあげる割合は、《中学生》(46.6%)の方が《小学生》(22.0%)の2倍以上の割合となっている一方、「保存期間」は《小学生》(50.8%)では《中学生》(32.8%)より20ポイント近く高い割合です。

◆前回の調査と比較すると、「異物混入」(前回 50.0%→今回 30.5%)、「食品偽装」(同 28.1%→14.9%)など、前回より下がっている項目が多くなっています。

### 3. ふだん“安心して食べられる”のは、どんな食べ物・食事が

「家の食事」(97.8%)は当然だが、以下「給食」(76.5%)、「外食」(34.8%)、「スナック菓子」(27.8%)、「外で買ってきた惣菜やお弁当」(24.5%)、「インスタント食品」(24.0%)、「ファストフード」(23.5%)が続く。

図 34. ふだん安心して食べられる食べ物・食事（複数回答）



性別	男子 <n=200>	97.5	78.0	39.5	28.0	27.0	26.5	27.5	19.0	1.0	-
	女子 <n=200>	98.0	75.0	30.0	27.5	22.0	21.5	19.5	16.0	0.5	1.0
学校	小学生 <n=200>	98.5	84.5	32.5	29.0	22.5	20.5	20.0	15.5	0.5	-
	中学生 <n=200>	97.0	68.5	37.0	26.5	26.5	27.5	27.0	19.5	1.0	1.0

ふだん“安心して食べられる”のは、どんな食べ物・食事が聞いてみたところ、大半の人は「家の食事」(97.8%)をあげています。ただ、どういう理由からか分かりませんが全員(100.0%)はあげていませんでした。次いで、「給食」(76.5%)があげられ、この2つが半数以上の支持を得ています。以下、「外食」(34.8%)、「スナック菓子」(27.8%)、「外で買ってきた惣菜やお弁当」(24.5%)、「インスタント食品」(24.0%)、「ファストフード」(23.5%)、「缶詰・瓶詰」(17.5%)が続いています。

性別にみると、全般的に《男子》の方が《女子》より高率を示している項目が多く、特に「外食」(男子 39.5%、女子 30.0%)は10ポイント近い差が生じています。

学校別にみると、「給食」をあげる割合は《小学生》(84.5%)の方が《中学生》(68.5%)よりも15ポイント以上高いのが目立ちます。一方、「インスタント食品」(同 20.5%、27.5%)、「ファストフード」(同 20.0%、27.0%)などは《中学生》の方が高めです。

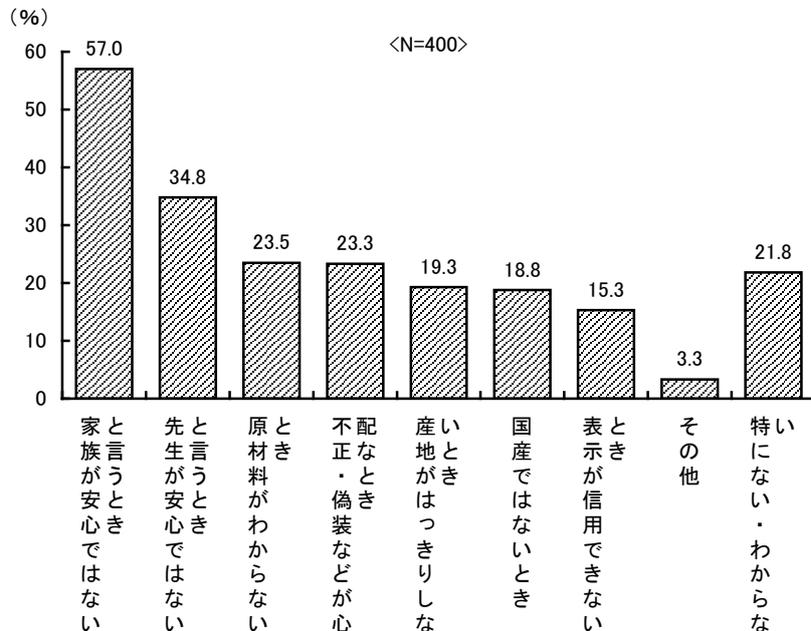
◆前回の調査と比較すると、ほとんどの項目で前回より高い割合となっており、特に「給食」(前回 65.3%→今回 76.5%)、「インスタント食品」(同 14.0%→24.0%)の2項目は10ポイント以上の伸びとなっています。

#### 4. 食べ物や食事が“安心して食べられない”と思うのは、どんなときか

「家族が安心ではないと言うとき」(57.0%)が最も多く、以下「先生が安心ではないと言うとき」(34.8%)、「原材料がわからないとき」(23.5%)、「不正・偽装などが心配なとき」(23.3%)などは“安心して食べられない”と思う。

●総じて《女子》の方が高めで、“安心して食べられない”ときが多い。

図 35. 食べ物や食事が安心して食べられないと、思うのはどんなときか（複数回答）



性別	男子 <n=200>	52.0	34.0	20.0	22.5	20.0	19.5	15.0	3.5	23.5
	女子 <n=200>	62.0	35.5	27.0	24.0	18.5	18.0	15.5	3.0	20.0
学校	小学生 <n=200>	59.5	41.0	19.0	19.5	16.0	21.0	13.5	3.0	24.0
	中学生 <n=200>	54.5	28.5	28.0	27.0	22.5	16.5	17.0	3.5	19.5

次に、食べ物や食事が“安心して食べられない”と思うのは、どんなときか聞いてみたところ、「特にない・わからない」という人が2割強（21.8%）いますが、残りの8割弱（78.3%）は“安心して食べられない”と思うときが“ある”と答えています。どんなときかをみると、「家族が安心ではないと言うとき」(57.0%)が過半数を占め最も多く、以下「先生が安心ではないと言うとき」(34.8%)、「原材料がわからないとき」(23.5%)、「不正・偽装などが心配なとき」(23.3%)、「産地がはっきりしないとき」(19.3%)、「国産ではないとき」(18.8%)、「表示が信用できないとき」(15.3%)などが続いています。親など家族や先生の言うときはもちろん、マスコミなどで話題になるニュース・不祥事などもかなり影響しているようです。

性別にみると、「家族が安心ではないと言うとき」(男子 52.0%、女子 62.0%)、「原材料がわからないとき」(同 20.0%、27.0%)など、《女子》の方が高い割合の項目が多くなっています。

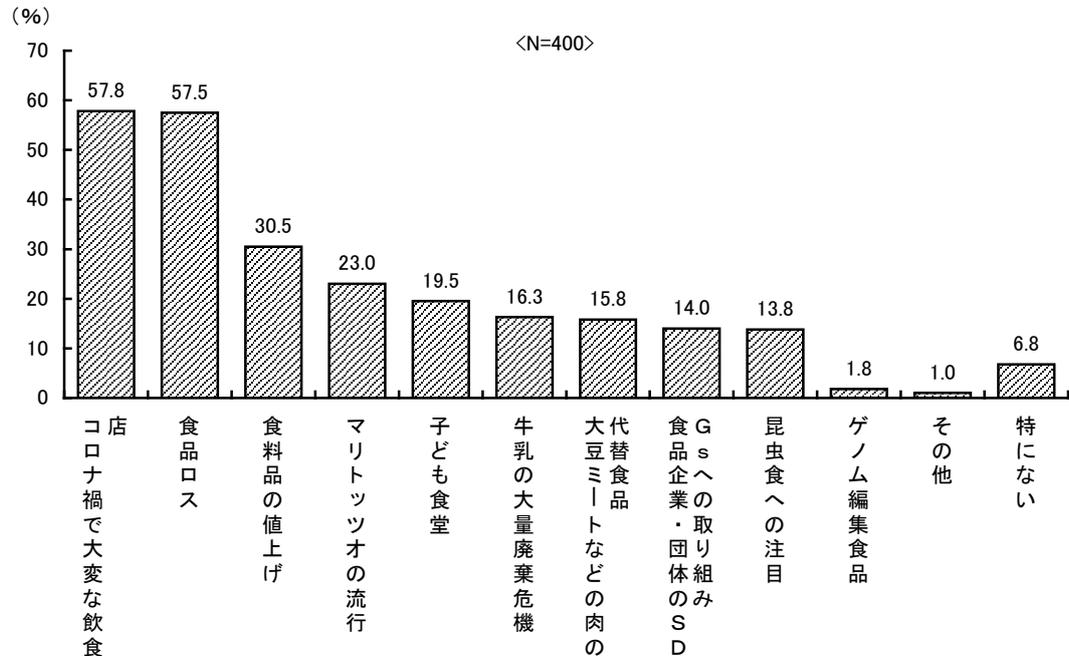
学校別にみると、「先生が安心ではないと言うとき」(小学生 41.0%、中学生 28.5%)などは《小学生》の方が、「原材料がわからないとき」(同 19.0%、28.0%)などは《中学生》の方が、それぞれ多くなっています。

◆前回の調査と比較すると、「不正・偽装などが心配なとき」(前回 36.0%→今回 23.3%)、「国産ではないとき」(同 27.0%→18.8%)など、前回より下がっている項目が多くなっています。前項でみたように、“安心して食べられる”ときは総じて増えていたので、本項と併せて、食に対する安心感は確実に高まっていると考えられます。

## 5. ここ1年間の“食”に関するニュースで、印象に残っていること

「コロナ禍で大変な飲食店」(57.8%)と「食品ロス」(57.5%)が特に印象に残っており、以下「食料品の値上げ」(30.5%)、「マリトッツオの流行」(23.0%)、「子ども食堂」(19.5%)、「牛乳の大量廃棄危機」(16.3%)、「大豆ミートなどの肉の代替食品」(15.8%)、「食品企業・団体のSDGsへの取り組み」(14.0%)、「昆虫食への注目」(13.8%)など、多岐にわたるニュースがあげられる。

図 36. ここ1年間の“食”に関するニュースで、印象に残っていること（3つまで）



性別	男子 <n=200>	女子 <n=200>
小学生 <n=200>	57.5	63.0
中学生 <n=200>	58.0	52.0

ここ1年間の“食”に関するニュースやキーワードで、印象に残っていることを3つまであげてもらったところ、「コロナ禍で大変な飲食店」(57.8%)と「食品ロス」(57.5%)の2項目が過半数を占めているのが目立ちます。以下、「食料品の値上げ」(30.5%)、「マリトッツオの流行」(23.0%)、「子ども食堂」(19.5%)、「牛乳の大量廃棄危機」(16.3%)、「大豆ミートなどの肉の代替食品」(15.8%)、「食品企業・団体のSDGsへの取り組み」(14.0%)、「昆虫食への注目」(13.8%)など、多岐にわたるニュースが印象に残っています。

性別にみると、「マリトッツオの流行」は《男子》(17.0%)よりも《女子》(29.0%)の方が10ポイント以上高い割合です。

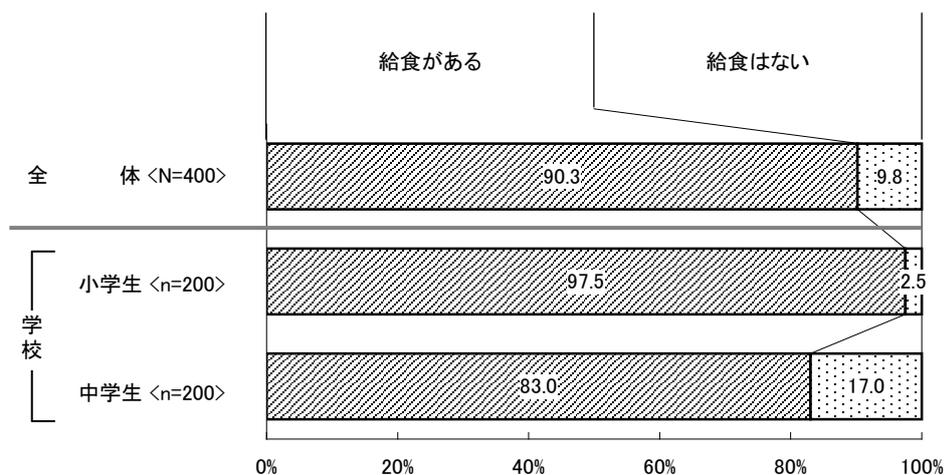
学校別にみると、「食品ロス」(小学生63.0%、中学生52.0%)、「食料品の値上げ」(同34.5%、26.5%)などは《小学生》の方が、「昆虫食への注目」(同8.5%、19.0%)などは逆に《中学生》の方が、それぞれ高い割合を示しています。

# VI 学校生活における“食”とのかかわり

## 1. 『学校給食』が好きか

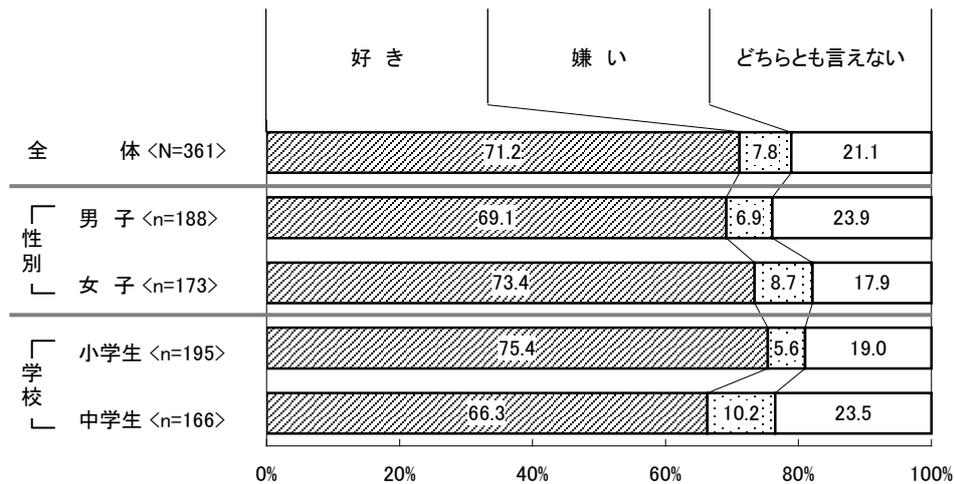
『学校給食』が「ある」人(90.3%:小学校 97.5%、中学校 83.0%)のうち、7割強(71.2%)が「好き」で、「嫌い」(7.8%)な人は1割未満。  
 ●《小学生》の4人に3人が「好き」(75.4%)。

図 37. 『学校給食』の有無



学校給食の有無をみると、「給食がある」、すなわち“給食を食べている”人は、《小学生》がほぼ全員(97.5%)、《中学生》(83.0%)も8割を超えています。全体では9割強(90.3%)です。

図 38. 『学校給食』が好きか



“給食を食べている”人（361人）に、その好き嫌いを聞いてみたところ、「好き」という人が7割強（71.2%）と多数を占めています。そのほかの回答も「どちらとも言えない」（21.1%）が多く、「嫌い」（7.8%）という人は1割を切っています。

性別にみると、「好き」という割合は《男子》（69.1%）よりも《女子》（73.4%）の方がやや多い程度で、あまり違いはありません。

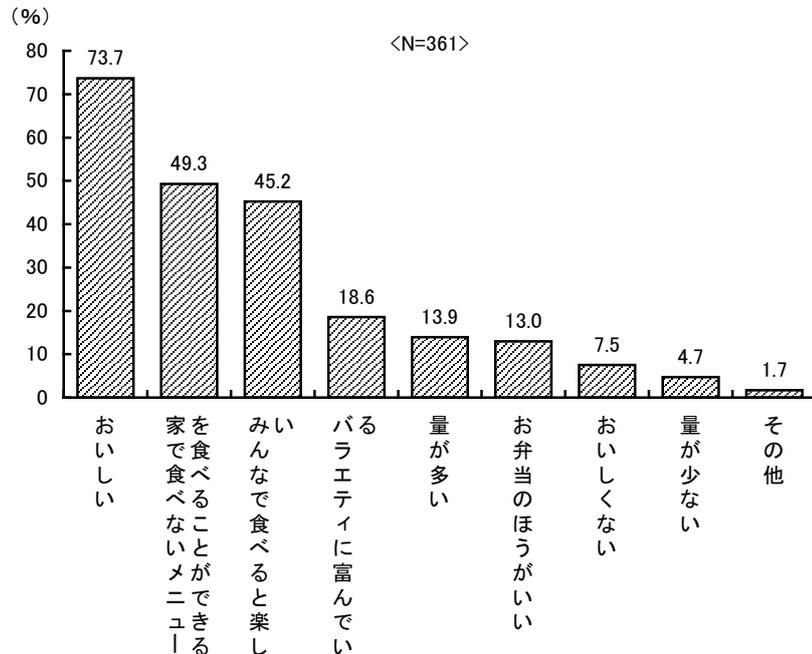
学校別にみると、《小学生》では4人に3人が「好き」（75.4%）と答えていますが、《中学生》（66.3%）では少なめで、《小学生》を10ポイントほど下回っています。

◆前回の調査と比較すると、「給食がある」、すなわち給食を食べている人の割合は74.8%→90.3%と大きく伸びています。“給食を食べている”人の、その好き嫌いをみると、「好き」が66.6%→71.2%とやや増え、「嫌い」が10.0%→7.8%とやや減っています。

## 1-1. 学校給食について、どのように感じているか

「おいしい」(73.7%)が最も多く、以下「家で食べないメニューを食べることができる」(49.3%)、「みんなで食べると楽しい」(45.2%)、「バラエティに富んでいる」(18.6%)など、“良いイメージ”が上位。

図 39. 学校給食について、どのように感じているか



性別	男子 <n=188>	73.4	42.0	41.5	17.0	9.6	10.1	8.5	6.4	2.1
	女子 <n=173>	74.0	57.2	49.1	20.2	18.5	16.2	6.4	2.9	1.2
学校	小学生 <n=195>	81.5	54.4	52.3	19.5	15.9	11.8	5.1	5.1	1.5
	中学生 <n=166>	64.5	43.4	36.7	17.5	11.4	14.5	10.2	4.2	1.8
学校給食	好き <n=257>	91.8	53.7	51.8	21.4	9.7	4.3	0.8	4.7	0.8
	嫌い <n=28>	3.6	14.3	3.6	-	39.3	46.4	60.7	7.1	7.1
	どちらとも言えない <n=76>	38.2	47.4	38.2	15.8	18.4	30.3	10.5	3.9	2.6

次に、学校給食が“ある（食べている）”人に、学校給食について、どのように感じているか聞いてみたところ、「おいしい」(73.7%)が最も多く、以下「家で食べないメニューを食べることができる」(49.3%)、「みんなで食べると楽しい」(45.2%)、「バラエティに富んでいる」(18.6%)といった“良いイメージ”が続いています。反面、「量が多い」(13.9%)、「お弁当のほうがいい」(13.0%)、「おいしくない」(7.5%)、「量が少ない」(4.7%)と感じている人もいます。

性別にみると、「おいしい」の割合は男女とも7割強で変わりませんが、「家で食べないメニューを食べることができる」(男子 42.0%、女子 57.2%)、「みんなで食べると楽しい」(同 41.5%、49.1%)など、総じて“良いイメージ”は《女子》の方が多くあげており、そのほか「量が多い」(同 9.6%、18.5%)も《女子》の方が高い割合となっています。

なお、「量が少ない」という評価は、《女子》(2.9%)よりも《男子》(6.4%)の方が、「量が多い」は《男子》(9.6%)よりも《女子》(18.5%)の方が、それぞれ高くなっています。

学校別にみると、《小学生》では「おいしい」(81.5%)が8割を超えていますが、《中学生》(64.5%)ではそれより20ポイント近く低くなっています。また、「家で食べないメニューを食べることができる」(同 54.4%、43.4%)、

「みんなで食べると楽しい」(同 52.3%、36.7%)なども《小学生》の方がかなり高く、《小学生》の方が学校給食に対して良いイメージを持っています。

また、学校給食の好き嫌い別にみると、“好き”な人は「おいしい」(91.8%)、「家で食べないメニューを食べることができる」(53.7%)、「みんなで食べると楽しい」(51.8%)、「バラエティに富んでいる」(21.4%)など、“良いイメージ”が一層高率になっています。

なお、サンプルは少数(28人)ですが、“嫌い”な人では「おいしくない」(60.7%)、「お弁当のほうがいい」(46.4%)が目立ちます。

◆前回の調査と比較すると、前回も「おいしい」(前回 63.9%→今回 73.7%)がトップでしたが、今回はさらに割合を増やしています。一方、「みんなで食べると楽しい」(同 58.5%→45.2%)は今回下がっています。

## 1-2. 給食のメニューで、好きな料理、嫌いな料理

“好きな料理”は、日本人の“国民食”とも言える「カレー」(78件)、そして「揚げパン」(75件)がほぼ同数で多く、以下「スープ」(14件)、「唐揚げ」(13件)、「ハンバーグ」(10件)など。

“嫌いな料理”は、「特になし」(81件)が多いが、料理としては「魚料理」(34件)が最も多く、以下「サラダ」(22件)、「野菜全般」(15件)、「パン(揚げパン、ぶどうパンなど)」(12件)、「トマト、トマト味のもの」(11件)、「きのこ(しめじ、なめこなど)」(10件)、「ゴーヤチャンプルー」(10件)、「豆が入っている料理」(10件)など。

表 3. 給食のメニューで、好きな料理、嫌いな料理 (自由回答：複数回答)

順位	好きな料理	件数	男子	女子	順位	嫌いな料理	件数	男子	女子
1	カレー	78	49	29	1	魚料理	34	13	21
2	揚げパン	75	32	43	2	サラダ	22	12	10
3	スープ	14	6	8	3	野菜全般	15	10	5
4	唐揚げ	13	8	5	4	パン(揚げパン、ぶどうパンなど)	12	8	4
5	ハンバーグ	10	5	5	5	トマト、トマト味のもの	11	9	2
6	焼き魚、煮魚	9	4	5	6	きのこ(しめじ、なめこなど)	10	4	6
7	チャーハン、キムチチャーハン	8	4	4		ゴーヤチャンプルー	10	5	5
8	魚のフライ、揚げもの	7	4	3		豆が入っている料理	10	7	3
	サラダ	7	5	2	9	和え物	9	3	6
	ジャージャー麺	7	3	4	10	サバ	7	1	6
11	シチュー	6	1	5		にんじん	7	5	2
12	パン	5	2	3		煮物	7	5	2
	フルーツポンチ	5	2	3	13	スープ	6	2	4
	ミートソーススパゲティ	5	2	3		なす(なす料理、麻婆なすなど)	6	3	3
	焼きそば	5	3	2		ビーンズサラダ	6	1	5
16	ギョウザ	4	3	1	16	酢の物	5	3	2
	ビビンバ	4	1	3		漬物、ピクルス	5	4	1
	麻婆豆腐	4	1	3		ピーマン	5	5	0
19	ラーメン	3	1	2		海草サラダ	5	3	2
	その他	83	46	37	20	ナムル	4	0	4
						その他	79	51	72
						特になし	81	46	35

ここでは、給食のメニューで、好きな料理、嫌いな料理を具体的にあげてもらいました。

まず、“好きな料理”をみると、日本人の“国民食”とも言える「カレー」(78件)、そして「揚げパン」(75件)がほぼ同数で多くなっています。そのほかはかなり少なくなりますが、「スープ」(14件)、「唐揚げ」(13件)、「ハンバーグ」(10件)、「焼き魚、煮魚」(9件)、「チャーハン、キムチチャーハン」(8件)、「魚のフライ、揚げもの」(7件)、「サラダ」(7件)、「ジャージャー麺」(7件)など、多種多様な料理があげられています。

性別にみると、《男子》では「カレー」(49件)がトップですが、《女子》(29件)ではかなり少なめで、「揚げパン」(43件)の方がトップとなっています。

次に、“嫌いな料理”をみると、「特になし」(81件)という人が多くなっていますが、料理としては「魚料理」(34

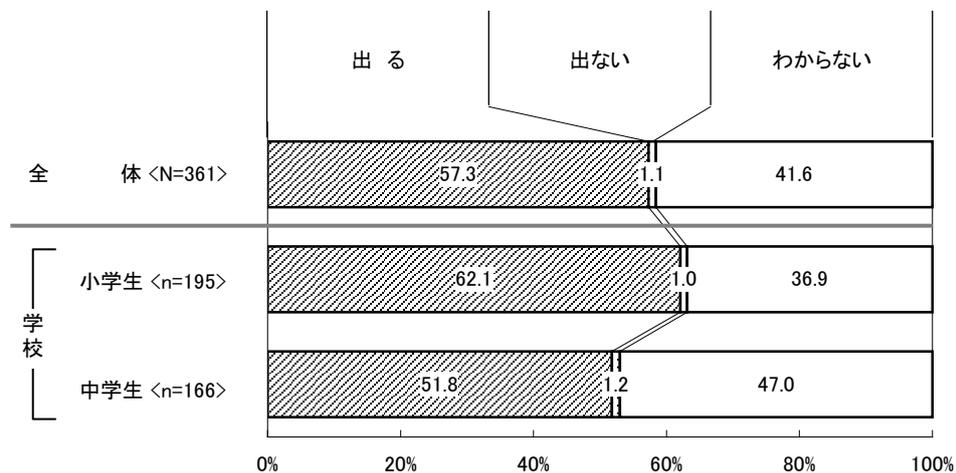
件) が最も多く、以下「サラダ」(22 件)、「野菜全般」(15 件)、「パン (揚げパン、ぶどうパンなど)」(12 件)、「トマト、トマト味のもの」(11 件)、「きのこ (しめじ、なめこなど)」(10 件)、「ゴーヤチャンプルー」(10 件)、「豆が入っている料理」(10 件) などが続いています。

### 1-3. 給食に地元（自分が住んでいる地域）の食べ物や材料が出てくるか

「わからない」という人が4割強(41.6%)を占めるが、6割近くが「出る」(57.3%)。

●地元の材料は、「にんじん」(41件)、「小松菜」(35件)、「野菜」(34件)といった“野菜”がトップ3で、以下「お米」(20件)、「ブルーベリー」(16件)、「くわい」(13件)、「ほうれん草」(12件)、「キャベツ」(10件)、「トマト」(10件)、「大根」(10件)などがあげられる。

図 40. 給食に、地元の食べ物や材料が出てくるか



給食に地元（自分が住んでいる地域）の食べ物や材料が出てくるか聞いてみたところ、「わからない」が4割強(41.6%)を占めていますが、6割近い人が「出る」(57.3%)と答えており、「出ない」(1.1%)はごくわずかとなっています。

学校別に「出る」割合をみると、「小学生」が6割強(62.1%)、「中学生」が5割強(51.8%)で、「小学生」の方が多くなっています。

◆前回の調査と比較すると、「出る」(前回 47.5%→今回 57.3%)が10ポイント近く増えており、学校給食にも食の安全・安心志向のより一層の高まりか、いわゆる“地産地消”は浸透しつつあるようです。

表 4. 給食に出る地元の食材（自由回答：複数回答）

順位		件数	小学校	中学校
1	にんじん	41	25	16
2	小松菜	35	21	14
3	野菜	34	24	10
4	お米	20	11	9
5	ブルーベリー	16	8	8
6	くわい	13	5	8
7	ほうれん草	12	9	3
8	キャベツ	10	7	3
	トマト	10	5	5
	大根	10	6	4
11	さつまいも	8	5	3
12	ねぎ	7	4	3
13	パッションフルーツ	6	4	2
14	玉ねぎ	4	3	1
	ラーメン	4	2	2
16	牛乳	3	2	1
	卵	3	3	0
	ピーナッツ	3	1	2
	その他	39	21	18

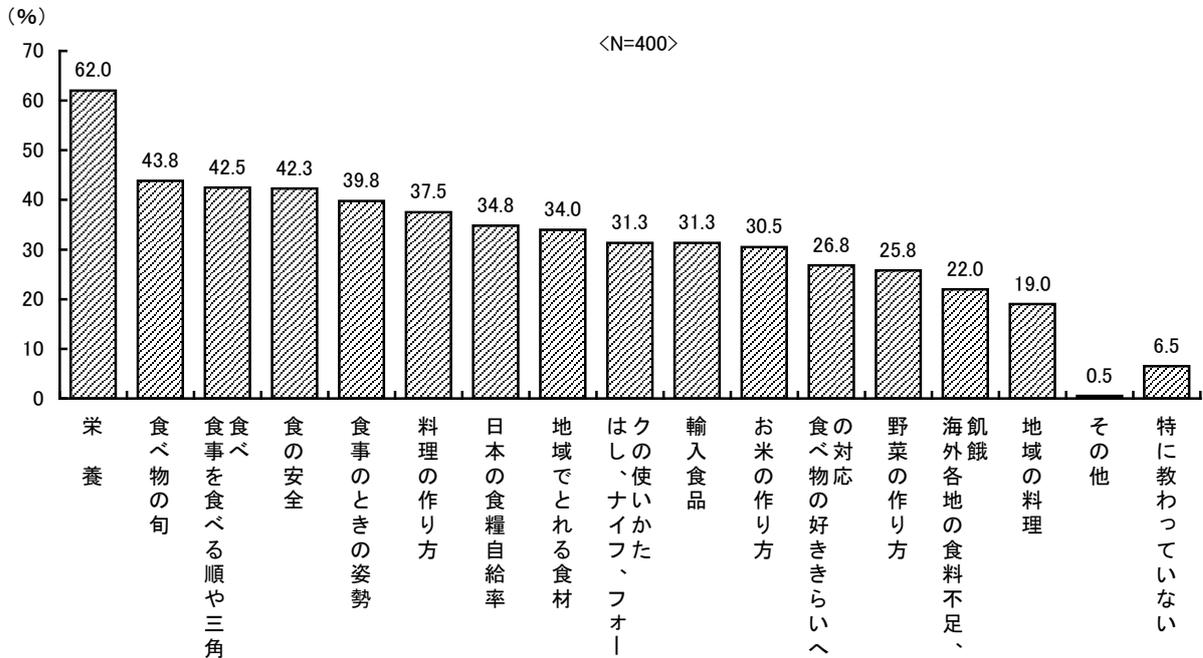
では、どんな地元の食材が出るのか具体的にあげてもらったところ、「にんじん」(41件)、「小松菜」(35件)、「野菜」(34件)といった“野菜”がトップ3となっており、以下「お米」(20件)、「ブルーベリー」(16件)、「くわい」(13件)、「ほうれん草」(12件)、「キャベツ」(10件)、「トマト」(10件)、「大根」(10件)などの順となっています。「小松菜」や「くわい」など、おそらく“地元の名産品”も含まれているとみられます。

また、全般に《中学生》よりも《小学生》の方が多くの食材をあげています。

## 2. 学校で、“食”について教わったこと

大半の人が、「栄養」(62.0%)、食べ物旬(43.8%)、「食事を食べる順や三角食べ」(42.5%)、「食の安全」(42.3%)などについて“教わった”(93.5%)。

図 41. 学校で、“食”についてどんなことを教わったか（複数回答）



学校で、“食”についてどんなことを教わったか聞いてみたところ、「特に教わっていない」(6.5%)という人は少数で、大半の人は“教わった”(93.5%)と答えています。

具体的には、「栄養」(62.0%)が唯一過半数を占めて最も多く、以下「食べ物旬」(43.8%)、「食事を食べる順や三角食べ」(42.5%)、「食の安全」(42.3%)、「食事のときの姿勢」(39.8%)、「料理の作り方」(37.5%)、「日本の食糧自給率」(34.8%)、「地域でとれる食材」(34.0%)、「はし、ナイフ、フォークの使いかた」(31.3%)、「輸入食品」(31.3%)、「お米の作り方」(30.5%)、「食べ物の好き嫌いへの対応」(26.8%)、「野菜の作り方」(25.8%)、「海外各地の食料不足、飢餓」(22.0%)が続いています。学校教育で“食”について、いろいろなことを学んでいるようです。

◆前回の調査と比較して、「お米の作り方」(前回 42.5%→今回 30.5%)が10ポイント以上減っているのが最も大きな変化です。そのほか、「野菜の作り方」(同 33.8%→25.8%)も減っていますが、「日本の食糧自給率」(同 26.0%→34.8%)、「海外各地の食料不足、飢餓」(同 14.5%→22.0%)などはやや増えている、といった変動がみられます。

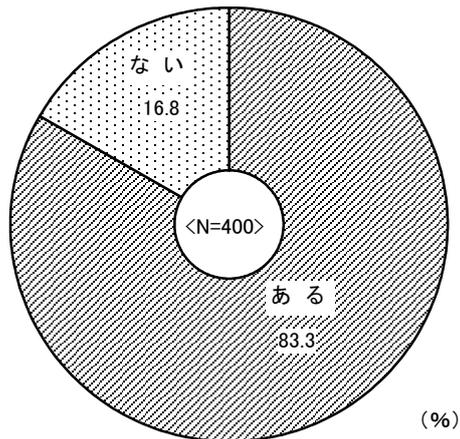
### 3. 学校でお米や野菜を育てたこと

8割強が「ある」(83.3%)。

●育てたものは、「トマト、ミニトマト」(143 件)が最も多く、また「お米」(113 件)も多い。以下、「なす」(34 件)、「さつまいも」(28 件)、「きゅうり」(27 件)、「大根」(24 件)などを育てている。

●学校でお米や野菜を育てたことが“ない”人のうち、約半数が育ててみたいと「思う」(49.3%)。

図 42. 学校でお米や野菜を育てたこと



学校でお米や野菜を育てたことがあるか聞いてみたところ、「ある」(83.3%)という人が圧倒的に多くなっており、お米や野菜を育てることを通じた“食”の教育も盛んのようにです。また、“地産地消”でしょうか、育てたお米や野菜は学校給食にも利用されているのではないのでしょうか。

◆前回の調査と比較すると、「ある」(前回 84.5%→今回 83.3%)の割合はわずかに減っていますが、ほぼ同レベルです。

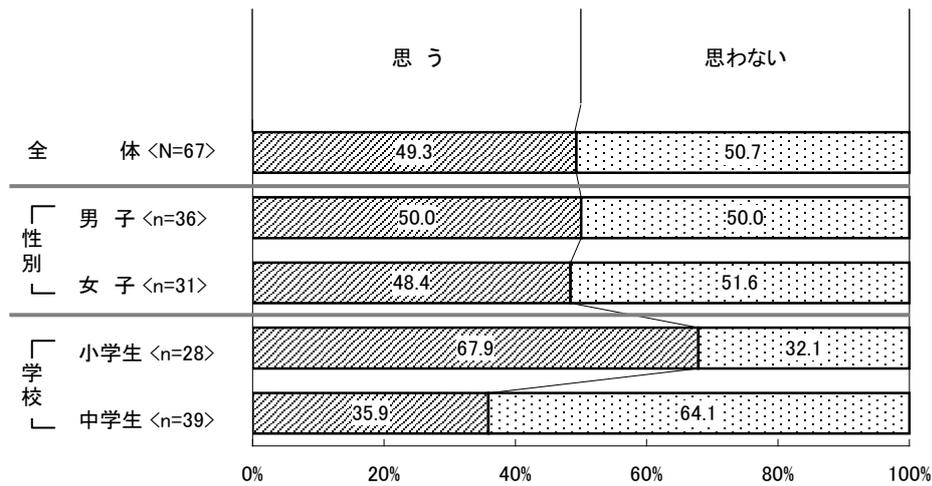
表 5. 学校で育てたもの（自由回答：複数回答）

順位		件数	男子	女子
1	トマト、ミニトマト	143	60	83
2	お米	113	53	60
3	なす	34	12	22
4	さつまいも	28	14	14
5	きゅうり	27	10	17
6	大根	24	12	12
7	ピーマン	19	8	11
8	オクラ	15	8	7
	ゴーヤ	15	4	11
10	枝豆	10	5	5
11	じゃがいも	7	2	5
12	とうもろこし	6	5	1
	にんじん	6	2	4
	小松菜	6	3	3
15	ほうれん草	5	1	4
16	ヘチマ	4	2	2
17	大豆	3	1	2
	水菜	3	2	1
	ラディッシュ	3	1	2
	その他	20	8	12

では、どんなものを育てたのでしょうか。

具体的にあげてもらった結果、「トマト、ミニトマト」(143件)が最も多く、また「お米」(113件)も100件を超えています。以下はかなり少なくなりますが、「なす」(34件)、「さつまいも」(28件)、「きゅうり」(27件)、「大根」(24件)、「ピーマン」(19件)、「オクラ」(15件)、「ゴーヤ」(15件)、「枝豆」(10件)など、さまざまなものを育てています。

図 43. 学校でお米や野菜を育ててみたいと思うか



学校でお米や野菜を育てた経験が“ない”人(67人)に、育ててみたいと思うか聞いてみたところ、「思う」(49.3%)という人がほぼ半数を占めています。

性別にみると、「思う」割合は《男子》(50.0%)、《女子》(48.4%)ともに半数程度で、あまり変わりません。

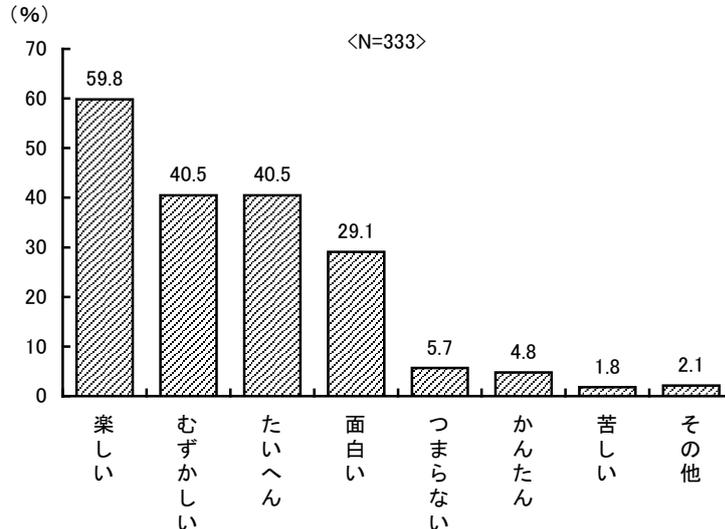
学校別にみると、《小学生》では3人に2人強(67.9%)が「思う」としているのに対し、《中学生》(35.9%)では3割台にとどまっています。

◆前回の調査と比較すると、育ててみたいと「思う」割合は56.5%→49.3%と、今回やや減っています。

### 3-1. お米や野菜を育ててみて、どう思ったか

「楽しい」(59.8%)、「面白い」(29.1%)と肯定的にとらえている人が多いが、「むずかしい」(40.5%)、「たいへん」(40.5%)という感想も多い。

図 44. お米や野菜を育ててみて、どう思ったか（複数回答）



性別	男子 <n=164>	52.4	40.9	39.6	25.6	6.1	4.9	2.4	1.2
女子 <n=169>	66.9	40.2	41.4	32.5	5.3	4.7	1.2	3.0	
学校	小学生 <n=172>	68.6	40.7	38.4	31.4	4.1	7.0	0.6	2.9
	中学生 <n=161>	50.3	40.4	42.9	26.7	7.5	2.5	3.1	1.2

学校でお米や野菜を育てたことが「ある」という人（333人）に、育ててみてどう思ったか聞いてみたところ、「楽しい」（59.8%）という人が最も多くなっていますが、以下「むずかしい」（40.5%）、「たいへん」（40.5%）といった否定的な感想が続いています。また、「面白い」（29.1%）という人も多くみられます。学校でお米や野菜を育てることは、友達と一緒に楽しむこともあるが、農業の大変さや難しさを知るいい機会になっているようです。

性別にみると、「楽しい」（男子 52.4%、女子 66.9%）、「面白い」（同 25.6%、32.5%）という割合は《男子》より《女子》の方が高めで、《女子》の方が肯定的にとらえています。

学校別にみると、いずれも「楽しい」が最も多くなっていますが、《中学生》（50.3%）よりも《小学生》（68.6%）の方がより高率です。

◆前回の調査と比較すると、「たいへん」（前回 50.6%→今回 40.5%）、「むずかしい」（同 49.4%→40.5%）といった否定的な感想が 10 ポイント前後減っており、お米や野菜を育てることに前向きになってきているようです。