

東京近郊の高校生 400 人に聞く

現代高校生の食生活

家族で育む『食』

2006 年 3 月

農林中央金庫

調査結果の要約

三食の摂取の実態と意識

1. 朝ごはん

朝ごはんを「毎日」(68.8%)家で食べる高校生が7割近くいますが、「食べない」(3.5%)という人もみられます。平均は、週に「6.0回」。朝ごはんを家で食べない日があるのは、「起きるのが遅い」(67.2%)が主な理由。朝ごはんをひとりで食べる(37.8%)ことがあるのは、「家を出るのが家族より早いから」(65.1%)。献立は《女子》が“洋食”、《男子》は“和食”志向が強くなっています。

2. 昼ごはん

学校での昼食は、「弁当を親に作ってもらう」(65.5%)が主になっていますが、「学校の売店で買う」(40.5%)、「コンビニなど校外の店で買う」(29.0%)、「ファストフード店で買う・食べる」(5.3%)の“買い食い派”や、「学校の食堂、カフェテリアなどを利用する」(24.8%)人も多くみられます。

3. 夕ごはん

8割強の高校生は「毎日」(81.0%)家で夕食をとっていますが、「塾や習い事がある」「外で食べる」などの理由で、家で食べないことがある高校生も2割ほどみられます。夕ごはんは家族と一緒に多いものの、「塾や習い事に行くから」などの理由で「ひとりで」(27.3%)食べることがある人も少なくありません。

夕ごはんによく出てくる料理は「シチュー・カレー」(65.0%)、「野菜などの炒め物」(58.5%)、「チキンなどの揚げ物」(57.3%)、「焼き肉・ステーキ」(57.0%)など、ボリュームがある洋食系が中心です。

好きな料理(自由回答)も「カレーライス」(75件)をトップに、「シチュー」(42件)、「からあげ」(42件)、「焼き肉」(40件)、「ギョウザ」(35件)、「ハンバーグ」(34件)、「パスタ・スパゲティ」(31件)などが続き、子どもの好きなメニューが並んでいます。

食事の好みについての意識

1. 食卓で

食事の時、「家族と話をする」(70.3%)、「テレビを見る」(65.3%)という高校生が多いのですが、「だまって食べているだけ」(16.3%)や「携帯電話で話す、メールをする」(9.3%)という人もみられます。家族との会話の内容は、「学校で起きたできごと」(48.5%)、「テレビ番組やタレントのこと」(46.8%)、「友だちのこと」(35.0%)などで、《女子》のほうが家族とよく話しています。

食事は、「友だち」(75.0%)と食べるのが楽しいという高校生が断然多く、以下、「母親」(46.5%)、「父親」(36.3%)などの“家族”が続きますが、中には「ひとりで」(8.0%)という人もみられます。

2. 食べ物の好み

好きな食材は「肉類」(78.0%)に集中し、《男子》(91.5%)は一層高率です。《女子》は「肉類」(64.5%)の他「淡色野菜」「くだもの」「緑黄色野菜」などもあげ、比較的バランス志向です。

好きな主食は圧倒的に「ごはん」(74.3%)で、他に《男子》は「ラーメン」、《女子》は「パスタ」「ピザ」、お好み焼きなど小麦粉も好んでいます。

嫌いな食べ物(自由回答)は「ピーマン」(40件)がトップで、以下「魚」(31件)、「セロリ」(23件)、「野菜全般」(21件)、「納豆」(17件)、「レバー」(17件)、「にんじん」(15件)、「牡蠣」(15件)などで、“野菜”嫌いが目立っています。

3. 食事を残すということ

「いつも残す」(4.8%)、「時々残す」(41.0%)を合わせて“残す”(45.8%)人が半数近くを占め、《女子》では59.5%です。食事を残すことについて、「食べきれない時は仕方がない」(43.0%)、「嫌いなものの時は

仕方がない」(20.0%)の“仕方がない”という人と、「もったいない」(37.0%)、「作ってくれた人に悪い」(34.3%)と“罪悪感を抱く”人がみられます。

コンビニや外食に関する意識と実態

1. コンビニの利用率は97.5%で、「週に2～3回」(42.5%)くらい、「友人と」(72.8%)、もしくは「一人で」(63.8%)行く高校生が多く、「パン」や「お茶」などよく買う飲食物は主に学校で食べています。
2. ファストフード店は83.0%が利用し、「月に1、2回」(49.8%)、「友人と」(93.1%)行き、主に「ハンバーガー」(89.2%)を購入しています。
3. 「ファミリーレストラン」などの飲食店の利用率は73.8%で、「月に1、2回」(51.3%)、「友人と」(69.5%)や「家族と」(58.0%)行っています。

食に関するしつけの実態

1. 「母親」(79.0%)、「父親」(50.3%)から、食について学び、「はしを正しく持つ」(49.0%)、「食卓に肘をつかない」(47.3%)、「食べ物を粗末にしない」(45.8%)、「好き嫌いをしない」(43.0%)などのしつけを受けています。
2. おはしを「正しく持っている」高校生は65.0%で、《男子》(60.0%)より《女子》(70.0%)のほうが高く、ナイフとフォークをきちんと使って食事が「できる」のも《男子》(49.0%)より《女子》(64.0%)のほうが高くなっています。
3. 食事の支度や手伝いを“行う”高校生は60.5%ですが、《男子》(38.0%)と《女子》(83.0%)では大きな差があります。手伝いは、「食器を並べる、料理を運ぶ」(72.7%)、「食事後の食器を運ぶ」(61.6%)が中心です。
4. 父親の半数強は、「料理を作る」(26.2%)、「食品の買い物」(24.1%)など家庭の食生活に協力しており、参加度の高い父親がいる家庭は、料理がバラエティに富み、話題も豊富です。食事を残す子どもが少なく、「もったいない」「作ってくれた人に悪い」という意識も高くなっています。また、マナーなどについても言われており、食事の支度や手伝いへの参加度、食への関心も高くなっています。

食に関する意識

1. 食についての関心事は、「料理の作り方」(36.3%)、「カロリー・ダイエット」(29.3%)、「からだに良い食べ物」(26.3%)、「栄養」(25.5%)などですが、《男子》は「特にない」が55.0%で、《女子》(22.0%)と大きな差があります。
『食の安全』へ関心が“ある”高校生は52.5%ですが、《男子》(38.0%)と《女子》(67.0%)の差は大きいものがあります。関心事は、「鳥インフルエンザ」(68.1%)、「BSE(狂牛病)」(66.7%)、「農薬」(43.8%)などです。
2. 郷土料理や行事食の作り方を「知りたいと思わない」(48.8%)高校生が半数近くを占めており、また、「魚つり」(23.0%)、「野菜やくだものを収穫する」(22.3%)、「野菜やくだものを育てる」(20.5%)など農業や収穫などをしてみたい人半数弱で、いずれも《男子》の関心が低くなっています。
3. 地産地消については、「地元でとれたもの」(38.8%)を利用したいという率が「遠い産地から運んできたもの」(25.5%)を幾分上まわっていますが、「高い国産食材」(23.3%)よりは「安い輸入食材」(33.8%)の方を選ぶという高校生が多く、価格を優先する意識がうかがえます。
4. 日本の食料自給率を「40%(正解)」(13.8%)と答えた人は少なく、「30%」(35.5%)、「20%」(19.0%)など低めにとらえている高校生が多くなっています。一方、どの程度自給すべきだと思うかの問いには、「半分くらい」(43.3%)、「3分の2くらい」(40.5%)との回答が多くなっています。

目次

調査企画	1
調査結果の内容	5

東京近郊の高校生 400 人に聞く 三食の摂取の実態と意識

1 . 朝ごはん 7

朝ごはんを「毎日」(68.8%)家で食べる人が7割近いが、「食べない」(3.5%)という人もみられる。家で朝ごはんを食べる平均回数は、週に 6.0 回

朝ごはんを家で食べない日がある理由は、「起きるのが遅い」(67.2%)が突出して多く、次いで、「食欲がない」(42.4%)一緒に食べる人は「母親」(47.4%)、きょうだい」(43.3%)が多く、次いで「父親」(29.5%)。「ひとりで」(37.8%)食べるという高校生も4割近く

朝ごはんをひとりで食べるのは、「家を出るのが家族より早いから」(65.1%)が圧倒的に多く、次いで「家を出るのが家族より遅いから」(19.2%)と、「家族と生活時間が違う」という理由が大半

「パン」(67.1%)の方が「ごはん」(51.0%)よりも多く、「朝はパン食」という傾向が強い。以下、「卵料理」(65.2%)、「牛乳・ヨーグルト」(49.5%)、「火腿・ベーコン」(42.2%)など

《女子》の方が「洋食」、《男子》の方が「和食」志向

7割強の人が家族と「同じ」(71.8%)朝ごはんを食べており、「違う」(13.2%)という人は少ない

2 . 昼ごはん 13

学校での昼食は、「弁当を親に作ってもらう」(65.5%)人が主だが、「学校の売店で買う」(40.5%)、「コンビニなど校外の店で買う」(29.0%)、「ファストフード店で買う・食べる」(5.3%)の「買い食い派」や、「学校の食堂、カフェテリアなどを利用する」(24.8%)人も多い

よく食べるものは、「ごはんとおかず」(67.9%)が断然トップ、以下「パン」(42.6%)、「おにぎり」(32.6%)、「サンドイッチ」(27.8%)、「カレーライス」(17.8%)、「カップラーメン・スープ」(17.5%)、「うどん・そば」(17.3%)などの順

「朝食」の場合と同じく、《女子》は「洋食」、《男子》は「和食」志向が強い

3 . 夕ごはん 15

8割強は「毎日」(81.0%)家で夕食を食べるが、「家で毎日は食べない」(19.0%)高校生も

夕ごはんを家で食べない日がある理由は、「塾や習い事がある」(51.3%)と「外で食べる」(47.4%)が主で、学年が上がるほど「塾や習い事がある」が増える

夕ごはんを「母親」(82.8%)、「きょうだい」(67.3%)、「父親」(42.0%)などと食べている高校生が多いが、「ひとりで」(27.3%)食べることがある人も3割弱

「ひとりで」食べる理由は、「塾や習い事に行くから」(58.7%)が断然多く、以下「部活やスポーツクラブでおそくなるから」(31.2%)、「家族が帰ってくるのがおそいので」(18.3%)、「いつもみんな好きな時に食べているから」(10.1%)など

よく出てくる料理は「シチュー・カレー」(65.0%)、「野菜などの炒め物」(58.5%)、「チキンなどの揚げ物」(57.3%)、「焼き肉・ステーキ」(57.0%)と、ボリュームがある洋食系が中心。以下「焼き魚」(50.5%)、「ギョウザ・シューマイ」(48.0%)、「サラダ」(46.5%)、「野菜・魚などの煮物」(44.5%)、「味噌汁」(40.0%)が続く

好きな料理は「カレーライス」(75件)が断然トップで、以下、「シチュー」(42件)、「からあげ」(42件)、「焼き肉」(40件)、「ギョウザ」(35件)、「ハンバーグ」(34件)、「パスタ・スパゲティ」(31件)などの順

買ったおかずなど手作り以外のものが週に「1・2回」(41.0%)、「3・4回」(14.3%)など「出る」(60.8%)という家庭が多く、「出ない」(17.3%)家庭は少数

東京近郊の高校生 400 人に聞く 食事の好みについての意識

1 . 家で食事の時にしていること 22

「家族と話をする」(70.3%)と「テレビを見る」(65.3%)が多いが、「だまって食べているだけ」(16.3%)や「携帯電話で話す、メールをする」(9.3%)高校生も

2 . 家で食事の時、家族と話していること 23

「学校で起きたできごと」(48.5%)、「テレビ番組やタレントのこと」(46.8%)、「友だちのこと」(35.0%)、「勉強のこと」(22.8%)、「スポーツ」(22.8%)、「ニュース」(22.3%)、「クラブ活動」(20.5%)、「受験・進学のこと」(19.3%)などの順で、どちらかという自身の周りの事柄を話題にすることが多い

男子より女子の方が、「学校で起きたできごと」「友だちのこと」など、自分の身の回りの話題が多い

3 . 毎日の食事で好きな食材 24

「肉類」(78.0%)に圧倒的な人気があり、以下「くだもの」(28.8%)、「魚類」(27.3%)、「淡色野菜」(27.3%)、「ごはん・パンなど穀類」(26.0%)、「卵」(23.8%)、「緑黄色野菜」(23.5%)などの順

《男子》は「肉類」、《女子》は「淡色野菜」「緑黄色野菜」「くだもの」「いも類」が高く、《女子》の方がバランス志向

4 . 主食で好きなもの 25

「ごはん」(74.3%)に人気集中。以下、「ラーメン」(36.0%)、「パスタ」(35.8%)、「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」(28.3%)、「うどん」(23.5%)、「パン」(21.3%)などの順

《男子》は「ごはん」「ラーメン」、《女子》は「パスタ」「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」「うどん」「もち」が好み

5 . 「ごはん」をどのようにして食べるのが好きか 26

「白いごはんのままで」(65.0%)が圧倒的に多く、以下「チャーハン」(37.5%)、納豆や卵をかける」(21.3%)、味付けご飯」(21.0%)、ピラフ」(20.8%)、ふりかけをかける」(15.8%)が続く

6 . 嫌いな食べ物..... 27

「ピーマン」(40件)、魚」(31件)、セロリ」(23件)、野菜全般」(21件)、納豆」(17件)、レバー」(17件)、「こんにゃく」(15件)、牡蠣」(15件)などの順で、「野菜嫌い」が目立つ

7 . 好きな料理のタイプ..... 28

和食」(68.3%)と洋食」(64.5%)が並んで高く、以下「中華」(35.5%)、「イタリアン」(23.0%)の順
男子」は「洋食」、女子」は「イタリアン」を好む

8 . 好きな飲み物..... 29

「ウーロン茶」(42.3%)、「日本茶」(32.8%)、「紅茶」(30.8%)の茶系飲料がベスト3。以下「コーラなど炭酸飲料」(30.5%)、「スポーツドリンク」(27.8%)、「ジュース(果汁100%)」(26.5%)、「果汁飲料」(22.0%)、「水」(20.8%)と続く

9 . 食事を残すことがあるか 30

「残す」(45.8%)ことのある人が半数近くに達する

10 . 食事を残すことについて、どう思うか 31

「食べきれない時は仕方がない」(43.0%)、「きれいなものは仕方がない」(20.0%)の「仕方がない」という人と、「もったいない」(37.0%)、「作ってくれた人に悪い」(34.3%)と「罪悪感を抱く」人に分かれる

11 . 毎日の食事の他に、おやつなどの間食をいつ食べているか 32

間食を「食べる」(92.3%)人が大半で、時間帯としては「帰宅後、家で」(68.5%)が断然多く、ほかに「放課後、帰宅途中」(22.8%)、「夜食」(21.8%)、「塾や習い事に行く前」(20.3%)など

間食を食べる回数は、1日に「2回くらい」(40.9%)が最も多く、以下「1回くらい」(35.2%)、「1回未満」(12.7%)、「3回以上」(11.1%)の順で、平均「1.7回」

12 . 食事を誰と一緒に食べる時が楽しいか 34

「友だち」(75.0%)が断然多い。以下、「母親」(46.5%)、「父親」(36.3%)、「兄弟」(21.3%)、「姉妹」(17.5%)と「家族」が続く。中には「ひとりで」(8.0%)食べるのが楽しいという人も

1 . 「コンビニ」の利用状況 35

「ほとんど利用しない」(2.5%)という人はごくわずかで、利用率は97.5%。「週に2~3回」(42.5%)が最も多い

《女子》よりも《男子》の方が利用頻度は高い

コンビニへは「友人と」(72.8%)、もしくは「一人で」(63.8%)行くことが多い

よく購入するものは「パン」(50.0%)、お茶(麦茶・ウーロン茶を含む) (45.9%)、おにぎり・おすし(34.1%)の食事用や、「スナック菓子類」(33.1%)、「コーラ等の炭酸飲料」(28.2%)、「アイスクリーム」(25.4%)、「チョコレート、キャンディなど」(25.1%)のおやつも

買った飲食物を食べる場所は「学校で、昼食に」(46.2%)、「学校で、昼食以外に」(40.3%)と「学校」が多い。そのほか「家で」(35.2%)、「塾で」(23.1%)、「歩きながら」(21.0%)食べることも

2 . 「ファストフード店」の利用状況 39

利用率は8割強(83.0%)で、「月に1、2回」(49.8%)の頻度が最も多い

一緒に行く人は「友人と」(93.1%)が圧倒的に多く、「一人で」(13.3%)、「家族と」(11.1%)などは少ない

購入するものは「ハンバーガー」(89.2%)が断然トップ。以下「フライドポテト」(50.6%)、「ドリンク」(33.7%)、「フライドチキン」(18.7%)、「丼・豚丼」(13.6%)の順で、それら以外は1割未満

3 . 「飲食店(ファストフード店以外)」の利用状況 42

利用率は73.8%で、「月に1、2回」(51.3%)の頻度で行く人が多く、ファストフード店よりやや低め

一緒に行く人は「友人と」(69.5%)に次いで「家族と」(58.0%)行くケースも多く、「ファストフード店」とはかなり異なる

よく利用する店は「ファミリーレストラン」(80.3%)が断然トップ。以下、「ラーメン、中華料理」(35.3%)、「すし・回転寿司」(29.5%)、「焼肉店」(26.8%)、「パスタ イタリアン」(19.0%)、「うどん・そば屋」(11.2%)などの順

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 45

「母親」(79.0%)、「父親」(50.3%)と「両親」の教えが第一。以下、「学校の授業(調理実習)」(21.8%)、「テレビ番組」(17.3%)、「祖母」(16.3%)、「友人」(13.8%)などの順

2 . 子どもの頃から家で食事のマナーについて守るように言われてきたこと 46

「はしを正しく持つ」(49.0%)をはじめ、「食卓に肘をつかない」(47.3%)、「食べ物を粗末にしない」(45.8%)、「好き嫌いをしない」(43.0%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(39.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(38.8%)、「食事中に電話やメールをしない」(24.0%)ことなどをしつけられてきたが、「特にない」も11.3%

《女子》の方がしつけられてきたことは多い

3. おはしを正しく持っているか..... 49

「正しく持っている」(65.0%)人が多数派を占めるものの、「正しく持っていない」(35.0%)人も少なくない

男子》(60.0%)よりも《女子》(70.0%)の方が「正しく持っている」という人は多い

4. ナイフとフォークをきちんと使って食事ができるか..... 50

「はしの持ち方」と同様、「できる」(66.5%)人が多いものの、「できない」(30.5%)人も3割

男子》(49.0%)よりも《女子》(64.0%)の方に「できる」人が多い

5. ごはんと汁物がある食事の時、どのように置いて食事をする人が多いか..... 51

「ごはんが左、汁物が右」(69.5%)と正解の置き方をしている人がほぼ6割を占めるが、「その時によって違う」(20.8%)や「ごはんが右、汁物が左」(19.8%)など、マナー無視も合わせて4割(40.5%)

正解は、ここでも男子》(54.5%)より《女子》(64.5%)に多い

6. 家で、食事の支度をしたり手伝ったりする程度..... 52

ほぼ4割の人は「全く行わない」(39.5%)。「行う」(60.5%)人の頻度は、「週に2~3回」(21.3%)が最も多く、平均は週に1.5回

手伝いを「行う」割合は《男子》の4割弱(38.0%)に対し、《女子》では8割強(83.0%)と大差

7. 父親は、食べ物や食事についてどんなことをしているか..... 55

半数強は「何らかをしている」(64.9%)父親で、そのうち最も多いのは「料理を作る」(26.2%)。以下、「食品の買い物」(24.1%)、「食事後の食器を運ぶ」(16.6%)、「なべ物やプレート料理の係り」(15.0%)、「食器を洗う」(13.7%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(11.9%)の順

東京近郊の高校生400人に聞く 食に関する意識

1. 食について、関心があること..... 57

料理の作り方」(36.3%)、「カロリー・ダイエット」(29.3%)、「からだに良い食べ物」(26.3%)、「栄養」(25.5%)、「おいしい食品・店」(21.8%)、「安全性」(17.3%)、「正しい食べ方、マナー」(12.5%)など、関心の幅は広いが、一方、「特にない」(38.5%)と全く関心を示さない高校生も多い

総じて《女子》の方が関心は高い

2. 「食の安全」への関心度..... 58

「関心がある」(52.5%)人の方が多数派だが、「関心がない」(41.8%)人も4割を超える

具体的な関心の内容は、報道が多い「鳥インフルエンザ」(68.1%)と「BSE(狂牛病)」(66.7%)が特に高く、以下「農薬」(43.8%)、「保存期間」(40.5%)、「食品添加物」(28.1%)、「遺伝子組換え食品」(24.3%)、「輸入食品」(23.8%)

3. 郷土料理や行事食の作り方を知りたいと思うか..... 60

特に知りたいと思わない」(48.8%)が半数弱を占め、「すでに知っている」(1.5%)や「習っているところ」(0.8%)はほとんどいないが、「これから習いたい」(30.8%)と意欲を示す人は3割

4 . 好きな郷土料理・行事食 61

雑煮」(70件)が断然トップで、以下「ちらし寿司」(38件)、栗きんとん」(35件)、お節料理」(28件)などの順

5 . 農業や食物の収穫で、行ってみたいこと 62

魚つり」(23.0%)、野菜やくだものを収穫する」(22.3%)、野菜やくだものを育てる」(20.5%)など“何らかを試してみたい”(46.3%)人は半数弱にとどまり、「どれもしたいと思わない」(53.8%)という人が半数強

総じて《男子》よりも《女子》の方が行ってみたいことは多いが、「魚つり」だけは《女子》(16.0%)よりも《男子》(30.0%)の方がかなり高い

6 . 遠い産地から運んできた野菜や果物と、地元でとれたもののどちらを利用したいか 63

地元でとれたもの」(38.8%)の方が「遠い産地から運んできたもの」(25.5%)を利用したい人よりも多い

7 . 野菜や果物などの農産物を購入する時、安い輸入食材と高い国産食材のどちらを選ぶか 65

安い輸入食材」(33.8%)の方が「高い国産食材」(23.3%)を選ぶ人よりも多く、「低価格優先」という意識が強い

学年が上がるほど「高い国産食材」が幾分増加

8 . 現在、日本の食料自給率はどれくらいだと思うか 66

40% (正解)」(13.8%)を答えた人は1割程度にとどまり、「30%」(35.5%)、「20%」(19.0%)と、実際よりもっと少ないと考えている人が多い

9 . 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか 67

半分くらい」(43.3%)と「3分の2くらい」(40.5%)が多く、「100%」(7.0%)という人は少ない

東京近郊の高校生 400 人の 食と家族、肥満度とのかかわり

きょうだいのいる家庭で育った高校生は、食卓におけるコミュニケーションが盛んで、食事のマナーについても言われた事柄が多い。食について関心のある事柄も多く、「もったいない」という気持ちが強め

《いない(一人っ子)》場合、食について母親との結びつきが強く、食の安全への関心の高さや、おはしを正しく持つ率の高さ、食事の支度、手伝いの回数に反映

きょうだいの有無以上に、父親の食参加度が家庭の食卓に影響。参加度が高い父親がいると、料理がバラエティに富み、話題も豊富。食事を残す子どもが少なくなり、人と一緒に食べるのは楽しいという思いが育つ

<肥満度> 別による違いはあまり明確ではないが、《やせ》の人は、「食が細い」タイプで、食についての関心が全般的に低め。《太り気味・肥満》の人は、ごはんに手作りの温かい料理を家族と一緒に食べ、残すことが少ない

調査企画

1.調査目的

この調査は、東京近郊に住む高校生を対象に“食”をとりまく状況について聞き、現代高校生の“食”に関する意識と実態を探ることを目的に実施しました。

なお、2004年11月～12月に行った小学4年生～中学3年生の男女を対象に行った調査「親から継ぐ『食』、育てる『食』」との比較も一部試みていきます。

2.調査対象

首都20km～50kmのドーナツ圏に居住する男女高校生

3.調査対象の抽出方法

調査地点を無作為に抽出し、地点内に居住する高校生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

2005年12月1日～12日

6.標本構成

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

F1.学 年

サンプル数	高校1年生	高校2年生	高校3年生
400	135	135	130
100.0	33.8	33.8	32.5

F2.性 別

サンプル数	男子	女子
400	200	200
100.0	50.0	50.0

F3.高校の種類

サンプル数	普通科	商業科	農業科	工業科	その他
400	326	43	3	23	5
100.0	81.5	10.8	0.8	5.8	1.3

F4.同居している家族 (複数回答)

サンプル数	父親	母親	兄	姉	弟	妹	祖父	祖母	そのほかの人
400	386	399	85	97	123	111	32	49	2
100.0	96.5	99.8	21.3	24.3	30.8	27.8	8.0	12.3	0.5

F5.同居家族人数 (自分も含む) (平均 4.2人)

サンプル数	2人	3人	4人	5人	6人以上
400	9	46	218	95	32
100.0	2.3	11.5	54.5	23.8	8.0

F6.塾に通っているか

サンプル数	通っている	通っていない
400	173	227
100.0	43.3	56.8

F7.身長と体重 【1】身長】

	サンプル数	155cm未満	155～160cm未満	160～165cm未満	165～170cm未満	170～175cm未満	175～180cm未満	180～185cm未満	185cm以上	平均 (cm)
全体	400 100.0	22 5.5	102 25.5	85 21.3	65 16.3	86 21.5	34 8.5	6 1.5	0 0.0	164.5
男子	200 100.0	0 0.0	3 1.5	21 10.5	56 28.0	81 40.5	33 16.5	6 3.0	0 0.0	170.2
女子	200 100.0	22 11.0	99 49.5	64 32.0	9 4.5	5 2.5	1 0.5	0 0.0	0 0.0	158.7

F7.身長と体重 【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	60～65kg未満	65～70kg未満	70～75kg未満	75～80kg未満	80kg以上	平均 (kg)
全体	400 100.0	3 0.8	17 4.3	74 18.5	114 28.5	74 18.5	75 18.8	24 6.0	12 3.0	4 1.0	3 0.8	55.0
男子	200 100.0	0 0.0	1 0.5	3 1.5	31 15.5	56 28.0	69 34.5	21 10.5	12 6.0	4 2.0	3 1.5	60.2
女子	200 100.0	3 1.5	16 8.0	71 35.5	83 41.5	18 9.0	6 3.0	3 1.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	49.8

F7.身長と体重 < 肥満度 (日比式)>

	サンプル数	やせすぎ	やせ気味	普通/標準	過体重/太り気味	肥満
全体	400 100.0	8 2.0	75 18.8	289 72.3	18 4.5	10 2.5
男子	200 100.0	6 3.0	41 20.5	141 70.5	7 3.5	5 2.5
女子	200 100.0	2 1.0	34 17.0	148 74.0	11 5.5	5 2.5

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

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

- 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」

F8.食物アレルギーの有無

サンプル数	ある	ない
400	22	378
100.0	5.5	94.5

F8-1.アレルギー反応が出たのは何歳くらいか (平均 6.0歳)

サンプル数	0~1歳	2~3歳	4~5歳	6~8歳	9~12歳	13歳以降
22	2	3	6	6	3	2
100.0	9.1	13.6	27.3	27.3	13.6	9.1

調査結果の内容

1. 朝ごはん

朝ごはんを「毎日」(68.8%)家で食べる人が7割近いが、「食べない」(3.5%)という人もみられる。家で朝ごはんを食べる平均回数は、週に6.0回

朝ごはんを家で食べない日がある理由は、「起きるのが遅い」(67.2%)が突出して多く、次いで、「食欲がない」(42.4%)と一緒に食べる人は「母親」(47.4%)、「きょうだい」(43.3%)が多く、次いで「父親」(29.5%)。「ひとりで」(37.8%)食べるという高校生も4割近く

朝ごはんをひとりで食べるのは、「家を出るのが家族より早いから」(65.1%)が圧倒的に多く、次いで「家を出るのが家族より遅いから」(19.2%)と、「家族と生活時間が違う」という理由が大半

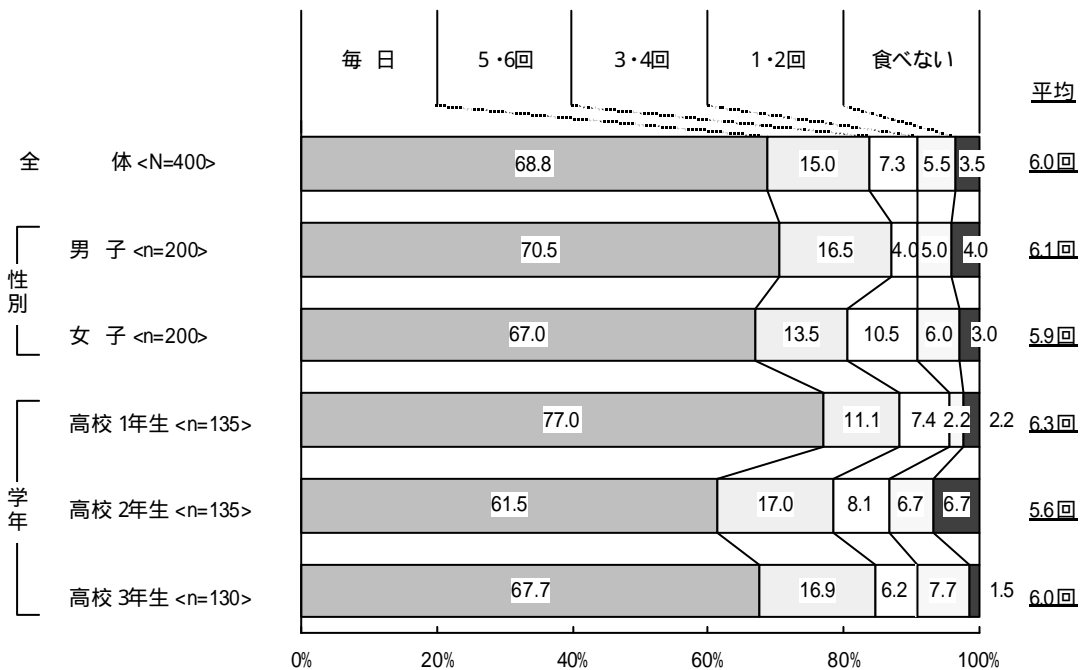
「パン」(67.1%)の方が「ごはん」(51.0%)よりも多く、「朝はパン食」という傾向が強い。以下、「卵料理」(55.2%)、「牛乳・ヨーグルト」(49.5%)、「火腿・ベーコン」(42.2%)など

《女子》の方が「洋食」、《男子》の方が「和食」志向

7割強の人が家族と「同じ」(71.8%)朝ごはんを食べており、「違う」(13.2%)という人は少ない

1-1. 家で朝ごはんを食べる回数

図 1. 家で週に何回くらい「朝ごはん」を食べているか



家で週に何回くらい「朝ごはん」を食べているかをみると、「毎日」(68.8%)という人がほぼ7割と多数を占めていますが、逆に言えば3割以上の方は毎日食べておらず、「5・6回」(15.0%)、「3・4回」(7.3%)、「1・2

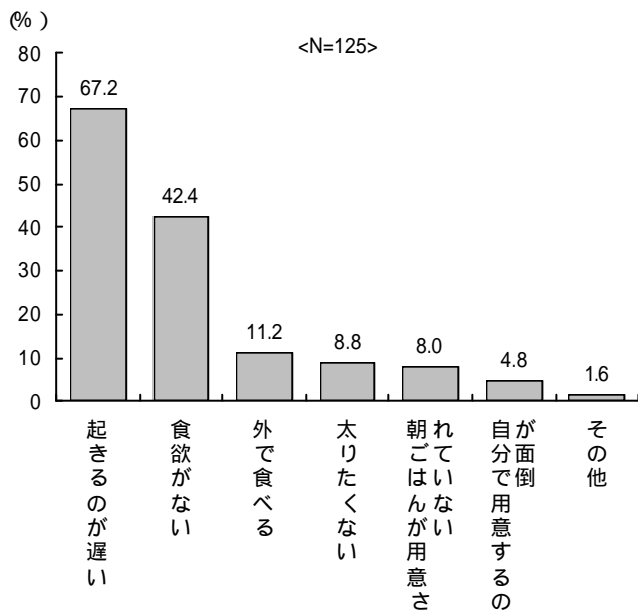
回」(5.5%)、そして中には「食べない」(3.5%)という人も少数ながらみられます。朝ごはんは、三食の中でも大切とされていますが、全員が毎日摂取しているというわけではないようです。なお、平均は週に「6.0回」となっています。

性別にみると、いずれも「毎日」が7割前後を占め、あまり大きな差はありませんが、《男子》の方が若干朝ごはんを食べる頻度は高くなっています。

学年別にみると、「毎日」食べる割合は《高校1年生》(77.0%)が最も高く、《高校2年生》(61.5%)が最も低くなっています。

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、小中学生は「毎日」(83.8%)が8割以上を占めており、今回の高校生の結果(68.8%)は15ポイントも低くなっています。高校生になると朝食の欠食傾向が高まるようです。



性別	男子 <n=59>	78.0	22.0	15.3	3.4	6.8	1.7	-
女子 <n=66>	57.6	60.6	7.6	13.6	9.1	7.6	3.0	

図 2. 朝ごはんを家で食べない日がある理由 (複数回答)

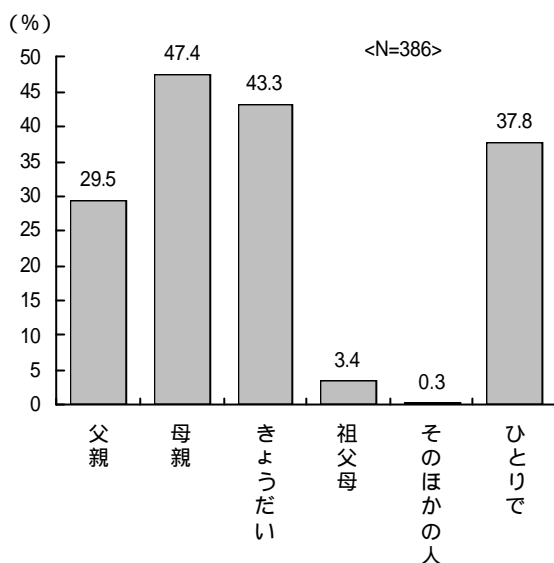
朝ごはんを家で食べない日がある人に対して、その理由を聞いてみたところ、「起きるのが遅い」(67.2%)を3人に2人強の人があげており、勉強あるいはそれ以外の理由で、遅寝遅起きの高校生が多いようです。次いで、「食欲がない」(42.4%)が4割強で続き、この2つの理由が目立っています。そのほかの回答はいずれも少数で、「外で食べる」(11.2%)、「太りたくない」(8.8%)、「朝ごはんが用意されていない」(8.0%)などが続いています。

性別にみると、《男子》は「起きるのが遅い」(78.0%)が圧倒的に多く、「食欲がない」(22.0%)を大きく上回っています。《女子》は「起きるのが遅い」(57.6%)よりも「食欲がない」(60.6%)の方が多数を占めており、理由は男女でかなり違いがあるようです。また、《男子》では「太りたくない」(3.4%)がごく少数であるのに対し、

《女子》(13.6%)では10ポイント以上高くなっています。

1-2 . 誰と一緒に朝ごはんを食べることが多いか

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=192>	29.2	45.8	47.9	3.6	0.5	34.9
	女子 <n=194>	29.9	49.0	38.7	3.1	-	40.7
学年	高校 1年生 <n=132>	29.5	46.2	48.5	4.5	-	36.4
	高校 2年生 <n=126>	27.0	46.0	38.1	2.4	-	40.5
	高校 3年生 <n=128>	32.0	50.0	43.0	3.1	0.8	36.7

誰と一緒に朝ごはんを食べることが多いかをみると、「母親」(47.4%)、もしくは「きょうだい」(43.3%)がともに4割台で多く、次いで「父親」(29.5%)が3割弱となっています。一方、「ひとりで」(37.8%)食べるという高校生も4割近くおり、家族全員で食べる機会はなかなかないようです。

性別にみると、全般的な傾向は男女であまり変わりませんが、「男子」は「きょうだい」(47.9%)が「女子」(38.7%)を10ポイント近く上回っています。

学年別でも、あまり大きな差はみられません。

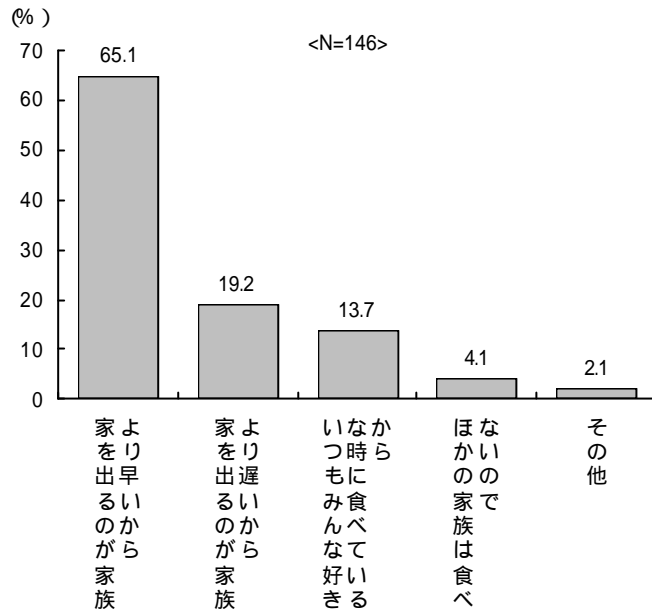
【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「父親」(前回 25.6% 今回 29.5%)、「母親」(同 49.7% 47.4%)の割合はあまり変わりませんが、「きょうだい」(同 56.0% 43.3%)はかなり減り、代わりに「ひとりで」(同 25.1% 37.8%)が増えています。高校生になると、「家族揃っての朝食」からますます遠くなるようです。

朝ごはんをひとりで食べる理由は、「家を出るのが家族より早いから」(65.1%)が圧倒的に多く、次いで「家を出るのが家族より遅いから」(19.2%)と、「家族と生活時間が違う」ことが大半を占めています。そのほかの理由はいずれもあまり多くありませんが、「いつもみんな好きな時に食べているから」(13.7%)、「ほかの家族は食べないので」(4.1%)などとなっています。

性別にみると、《女子》は「家を出るのが家族より早いから」(67.1%)が《男子》(62.7%)よりもやや多く、逆に、《男子》は「家を出るのが家族より遅いから」(25.4%)が《女子》(13.9%)より多くなっています。《男子》の方が家を出るのが遅いという実態がありそうです。

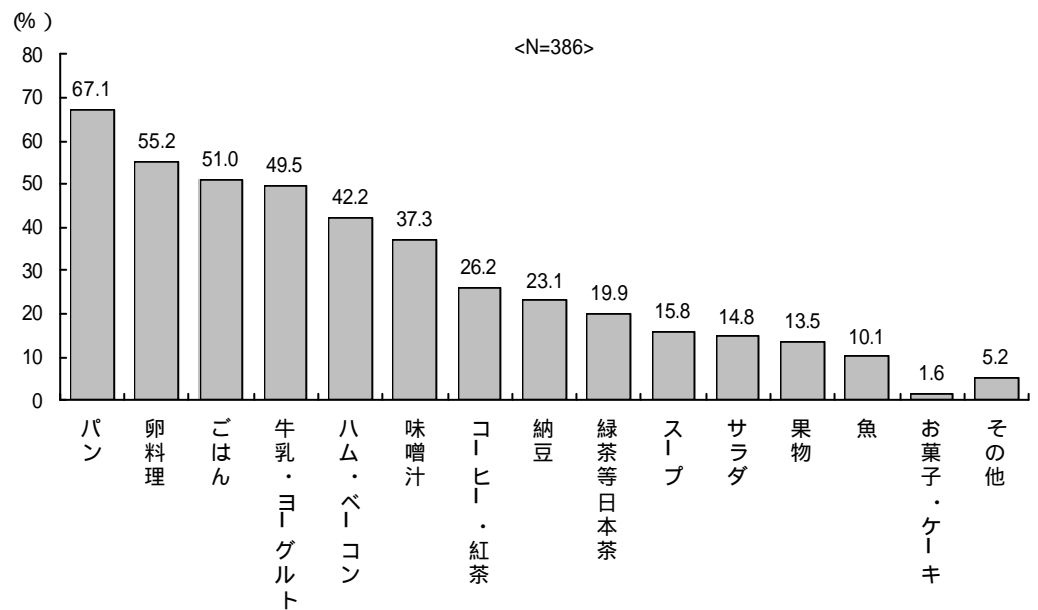
図 4. 朝ごはんをひとりで食べる理由 (複数回答)



性別	男子 <n=67>	62.7	25.4	13.4	3.0	1.5
女子 <n=79>	67.1	13.9	13.9	5.1	2.5	

1-3. ふだん、朝ごはんに食べているもの

図 5. ふだん、朝ごはんに食べているもの (複数回答)



性別	男子 <n=192>	63.0	55.7	55.7	50.0	41.7	42.2	27.1	26.0	19.3	13.0	13.0	12.5	12.5	-	4.2
女子 <n=194>	71.1	54.6	46.4	49.0	42.8	32.5	25.3	20.1	20.6	18.6	16.5	14.4	7.7	3.1	6.2	
学年	高校1年生 <n=132>	65.9	53.0	53.8	42.4	40.2	39.4	18.2	19.7	20.5	18.2	12.9	13.6	13.6	1.5	6.8
	高校2年生 <n=126>	66.7	50.0	50.0	51.6	46.0	36.5	27.8	27.0	18.3	15.1	14.3	10.3	6.3	2.4	4.8
	高校3年生 <n=128>	68.8	62.5	49.2	54.7	40.6	35.9	32.8	22.7	21.1	14.1	17.2	16.4	10.2	0.8	3.9

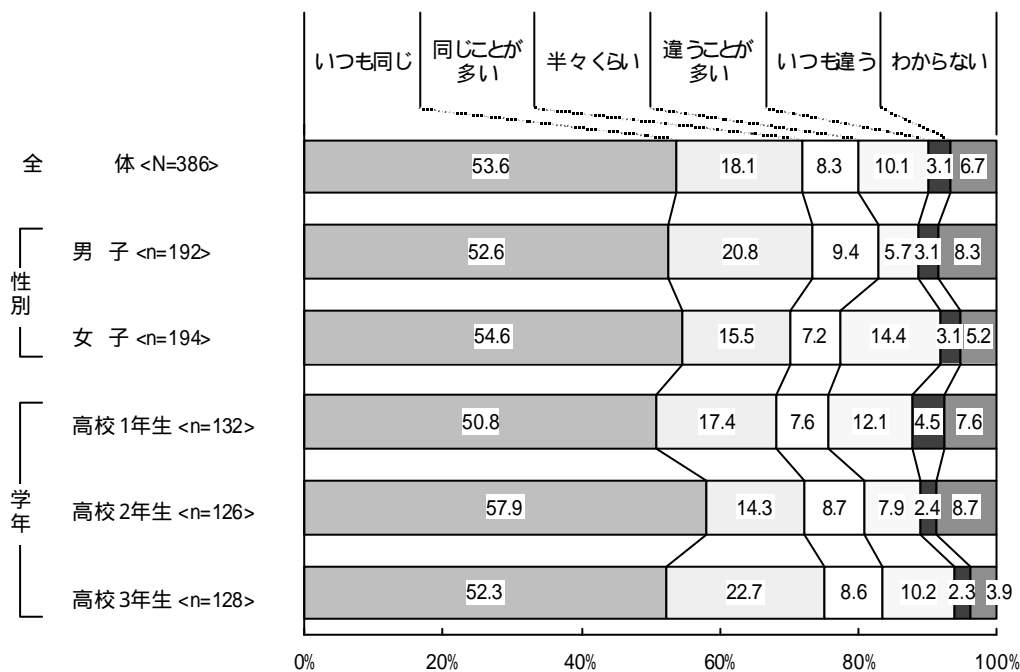
ふだん、朝ごはん食べているものは、「パン」(67.1%)の方が「ごはん」(51.0%)よりも多く、“朝はパン食”という傾向がうかがえます。以下、「卵料理」(55.2%)、「牛乳・ヨーグルト」(49.5%)、「ハム・ベーコン」(42.2%)、「味噌汁」(37.3%)、「コーヒー・紅茶」(26.2%)、「納豆」(23.1%)などの順で、どちらかという洋食系が多くなっています。

性別にみると、《男子》は「ごはん」(男子 55.7%、女子 46.4%)、「味噌汁」(同 42.2%、32.5%)が高く、《女子》は「パン」(同 63.0%、71.1%)が高いなど、《女子》は“洋食”、《男子》は“和食”志向が強いようです。

学年別による大きな差はありませんが、学年が上になるほど「コーヒー・紅茶」や「牛乳・ヨーグルト」の率がやや高くなっています。

1-4 . 自分が食べる朝ごはんは、家族の朝ごはんと同じか

図 6 . 自分が食べる朝ごはんは、家族の朝ごはんと同じか



自分が食べる朝ごはんは、家族の朝ごはんと同じかどうかをみると、半数強の人が「いつも同じ」(53.6%)としており、続く「同じことが多い」(18.1%)を合わせ7割強の人が“同じ”(71.8%)と答えています。「違うことが多い」(10.1%)と「いつも違う」(3.1%)を合わせた“違う”(13.2%)という人は1割程度で、家族と同じごはんを食べているケースが大半を占めています。

性別にみると、“違う”とする割合は《男子》(8.9%)よりも《女子》(17.5%)の方が10ポイント近く高くなっています。

学年別では、学年が上がるほど“同じ”との率が若干高い傾向がみられます。

2. 昼ごはん

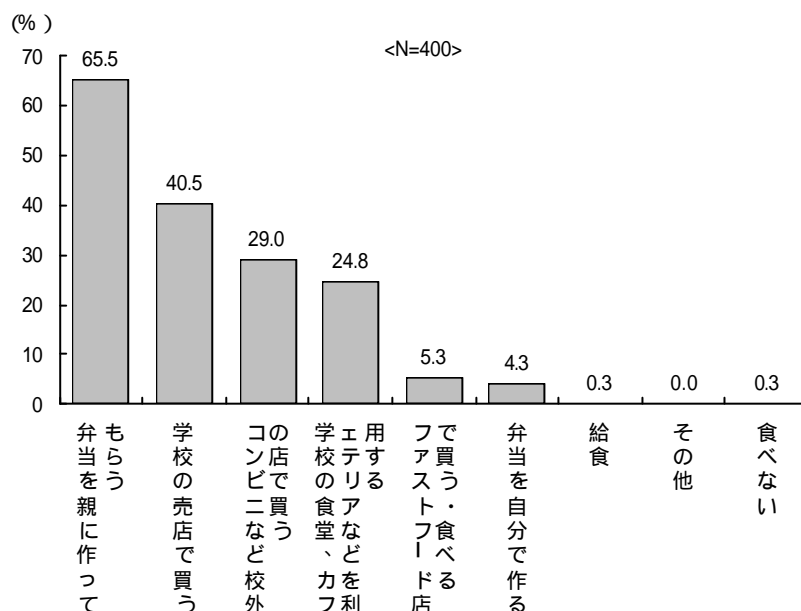
学校での昼食は、「弁当を親に作ってもらう」(65.5%)人が主だが、「学校の売店で買う」(40.5%)、「コンビニなど校外の店で買う」(29.0%)、「ファストフード店で買う・食べる」(5.3%)の“買い食い派”や、「学校の食堂、カフェテリアなどを利用する」(24.8%)人も多い

よく食べるものは、「ごはんとおかず」(67.9%)が断然トップ、以下「パン」(42.6%)、「おにぎり」(32.6%)、「サンドイッチ」(27.8%)、「カレーライス」(17.8%)、「カップラーメン・スープ」(17.5%)、「うどん・そば」(17.3%)などの順

「朝食」の場合と同じく、《女子》は「洋食」、《男子》は「和食」志向が強い

2-1. 普段、学校での昼食をどのように用意したり購入したりしているか

図 7. 普段、学校での昼食をどのように用意したり購入したりしているか（複数回答）



性別	男子 <n=200>	64.0	45.0	27.0	27.5	5.5	-	0.5	-	-
	女子 <n=200>	67.0	36.0	31.0	22.0	5.0	8.5	-	-	0.5
学年	高校 1年生 <n=135>	74.8	37.0	23.7	23.0	5.2	3.0	-	-	-
	高校 2年生 <n=135>	66.7	43.0	29.6	22.2	6.7	4.4	0.7	-	0.7
	高校 3年生 <n=130>	54.6	41.5	33.8	29.2	3.8	5.4	-	-	-

普段、学校での昼食をどのように用意したり購入したりしているかをみると、「弁当を親に作ってもらう」(65.5%)が3人に2人の割合で、圧倒的に多くなっていますが、そのほか「学校の売店で買う」(40.5%)、「コンビニなど校外の店で買う」(29.0%)、「ファストフード店で買う・食べる」(5.3%)の“買い食い派”や、「学校の食堂、カフェテリアなどを利用する」(24.8%)人も少なくありません。

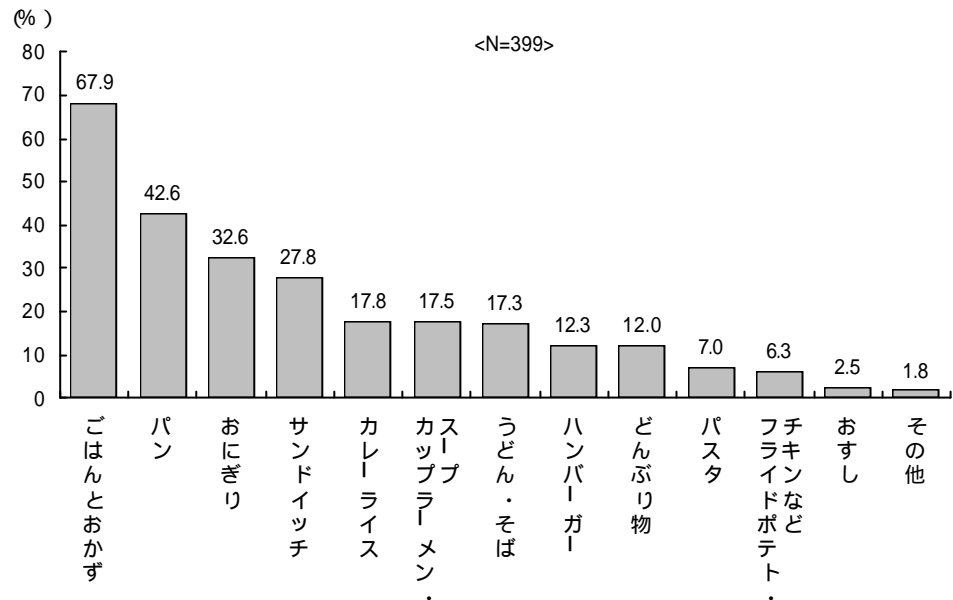
性別にみると、いずれも「弁当を親に作ってもらう」が中心ですが、《男子》は「学校の売店で買う」(45.0%)が《女子》(36.0%)よりも多くなっています。一方、《女子》は「弁当を自分で作る」(8.5%)が1割弱みられますが、《男子》(0.0%)では皆無です。

学年別にみると、低学年ほど「弁当を親に作ってもらう」が多く、《高校1年生》(74.8%)では4人に3人を占

めていますが、《高校2年生》(66.7%)では3人に2人、《高校3年生》(54.6%)では半数をやや上回る程度と減っていきます。逆に、学年が上になると、「コンビニなど校外の店で買う」「学校の食堂、カフェテリアなどを利用する」などが増えてきます。

2-2 . 学校の昼食時によく食べるもの

図 8 . 学校の昼食時によく食べるもの (複数回答)



性別	男子 <n=200>	67.0	44.0	36.5	20.0	22.5	21.5	21.0	12.5	19.5	2.5	4.5	1.0	1.5
	女子 <n=199>	68.8	41.2	28.6	35.7	13.1	13.6	13.6	12.1	4.5	11.6	8.0	4.0	2.0
学年	高校1年生 <n=135>	76.3	37.0	25.9	18.5	17.0	13.3	12.6	11.1	8.9	5.9	5.9	0.7	0.7
	高校2年生 <n=134>	67.2	43.3	34.3	32.1	17.2	20.9	17.9	11.2	9.7	8.2	7.5	3.7	0.7
	高校3年生 <n=130>	60.0	47.7	37.7	33.1	19.2	18.5	21.5	14.6	17.7	6.9	5.4	3.1	3.8

学校の昼食時によく食べるものは、「ごはんとおかず」(67.9%)が断然トップで、以下「パン」(42.6%)、「おにぎり」(32.6%)、「サンドイッチ」(27.8%)、「カレーライス」(17.8%)、「カップラーメン・スープ」(17.5%)、「うどん・そば」(17.3%)、「ハンバーガー」(12.3%)、「どんぶり物」(12.0%)などの順となっています。先にみた“朝食”の場合と違い、洋食系よりも和食系の方がどちらかというと優位なようです。

性別にみると、《男子》は「おにぎり」(男子36.5%、女子28.6%)、「カレーライス」(同22.5%、13.1%)、「カップラーメン・スープ」(同21.5%、13.6%)、「うどん・そば」(同21.0%、13.6%)、「どんぶり物」(同19.5%、4.5%)などが《女子》に比べて高く、《女子》は「サンドイッチ」(同20.0%、35.7%)、「パスタ」(同2.5%、11.6%)が高率です。言い換えると、《男子》は“和食系”、《女子》は“洋食系”をよく食べており、これは“朝食”でみられた傾向と同様です。

学年別にみると、いずれも「ごはんとおかず」が最も多くなっていますが、その率は低学年ほど高く、《高校1年生》(76.3%)では《高校3年生》(60.0%)よりも15ポイント以上も高くなっています。一方、学年が上がるほど「おにぎり」「サンドイッチ」「パン」「うどん・そば」「どんぶり物」など、そのほかの食べ物が総じて高くなっており、購入や外食の広がりがうかがえます。

3 . 夕ごはん

8割強は「毎日」(81.0%)家で夕食を食べるが、「家で毎日は食べない」(19.0%)高校生も

夕ごはんを家で食べない日がある理由は、「塾や習い事がある」(51.3%)と「外で食べる」(47.4%)が主で、学年が上がるほど「塾や習い事がある」が増える

夕ごはんを「母親」(82.8%)、「きょうだい」(67.3%)、「父親」(42.0%)などと食べている高校生が多いが、「ひとりで」(27.3%)食べることがある人も3割弱

「ひとりで」食べる理由は、「塾や習い事に行くから」(58.7%)が断然多く、以下「部活やスポーツクラブでおそくなるから」(31.2%)、「家族が帰ってくるのがおそいので」(18.3%)、「いつもみんな好きな時に食べているから」(10.1%)など

よく出てくる料理は「シチュー・カレー」(65.0%)、「野菜などの炒め物」(58.5%)、「チキンなどの揚げ物」(57.3%)、「焼き肉・ステーキ」(57.0%)と、ボリュームがある洋食系が中心。以下、「焼き魚」(50.5%)、「ギョウザ・シューマイ」(48.0%)、「サラダ」(46.5%)、「野菜・魚などの煮物」(44.5%)、「味噌汁」(40.0%)が続く

好きな料理は「カレーライス」(75件)が断然トップで、以下、「シチュー」(42件)、「からあげ」(42件)、「焼き肉」(40件)、「ギョウザ」(35件)、「ハンバーグ」(34件)、「パスタ・スパゲティ」(31件)などの順

買ったおかずなど手作り以外のものが週に「1・2回」(41.0%)、「3・4回」(14.3%)など「出る」(60.8%)という家庭が多く、「出ない」(17.3%)家庭は少数

3-1.家で週に何回くらい「夕ごはん」を食べているか

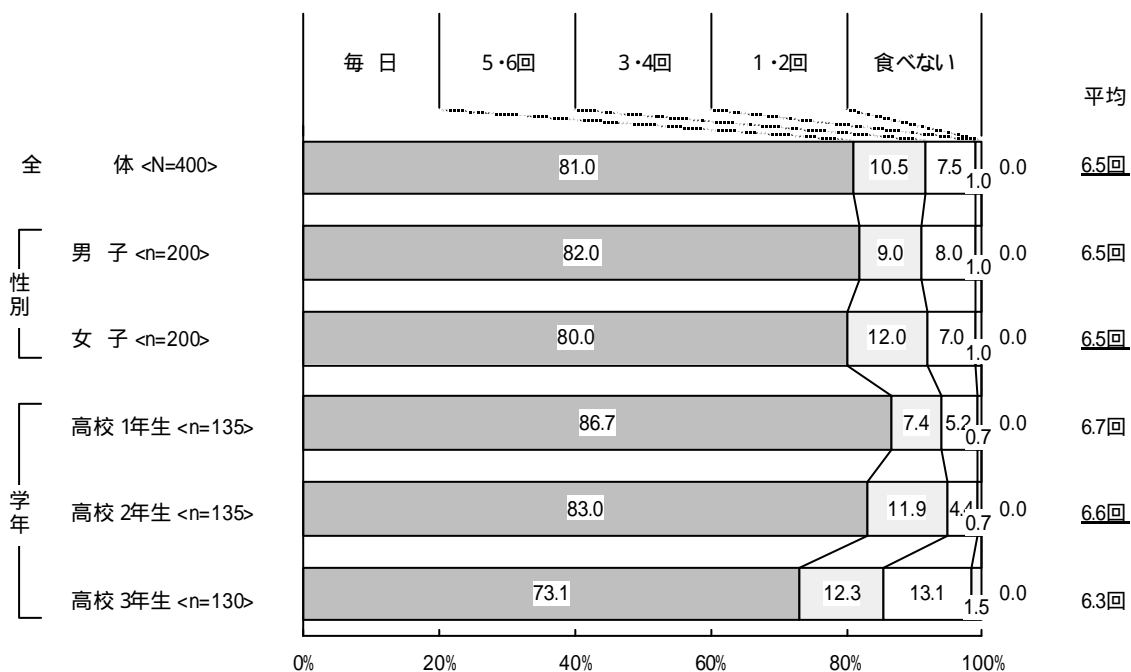


図 9. 家で週に何回くらい「夕ごはん」を食べているか

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」(81.0%)という人が8割強を占めています

が、残りの2割近くの人には“家で毎日食べない”(19.0%)人で、具体的には「5・6回」(10.5%)「3・4回」(7.5%)「1・2回」(1.0%)などとなっています。平均は、週に「6.5回」です。

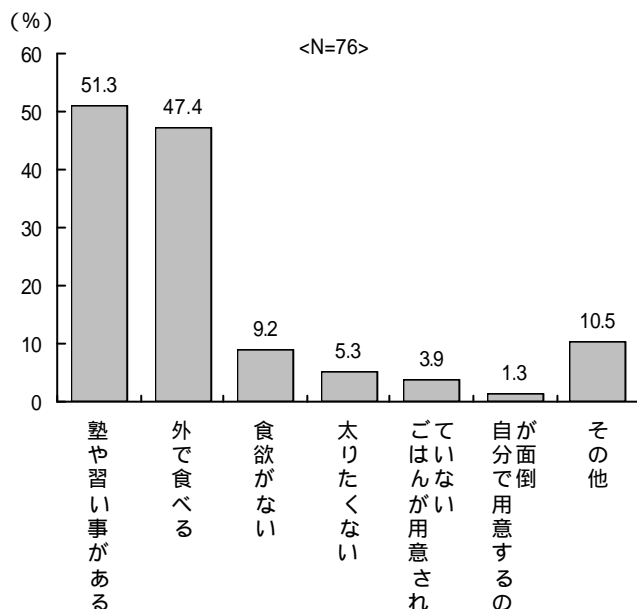
性別ではあまり差はみられません。

学年別にみると、学年が上がるほど「毎日」食べる割合が低くなっており、《高校1年生》(86.7%)《高校2年生》(83.0%)に比べ、《高校3年生》(73.1%)では急に低下します。受験などの影響でしょうか。

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「毎日」の割合は小中学生 84.8% 高校生 81.0%で、あまり大きな違いは生じていません。

図 10 . 夕ごはんを家で食べない日がある理由 (複数回答)



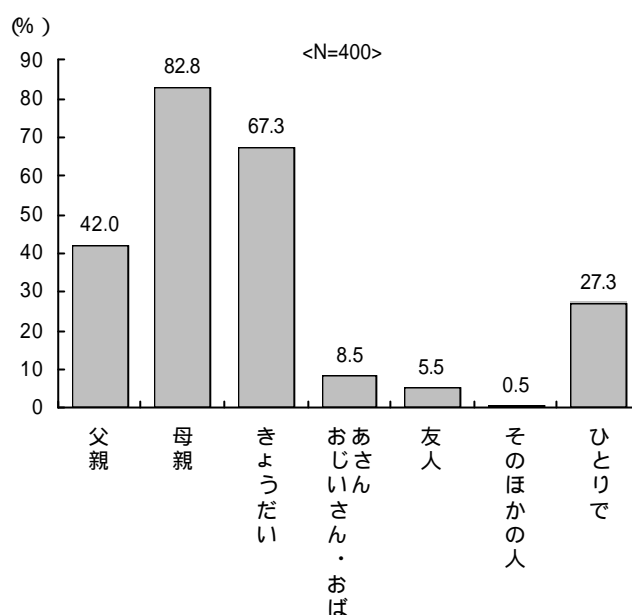
性別	男子 <n=36>	女子 <n=40>	塾や習い事がある	外で食べる	食欲がない	太りたくない	ごはんが用意されない	自分面で用意するの	その他
男子 <n=36>	50.0	44.4	2.8	-	8.3	2.8	11.1		
女子 <n=40>	52.5	50.0	15.0	10.0	-	-	10.0		
学年	高校1年生 <n=18>	38.9	55.6	27.8	-	11.1	5.6	11.1	
高校2年生 <n=23>	43.5	47.8	8.7	8.7	4.3	-	8.7		
高校3年生 <n=35>	62.9	42.9	-	5.7	-	-	11.4		

「毎日」以外の回答をした人に対し、夕ごはんを家で食べない日がある理由を聞いたところ、「塾や習い事がある」(51.3%)と「外で食べる」(47.4%)をともに半数前後があげ、主な理由となっています。そのほかはいずれもわずかで、「食欲がない」(9.2%)「太りたくない」(5.3%)などとなっています。

学年別にみると、学年が上がるほど「塾や習い事がある」が急増しており、《高校1年生》(38.9%)《高校2年生》(43.5%)では4割前後ですが、《高校3年生》(62.9%)ではそれより20ポイント前後高率になっています。大学受験を控えて、塾や予備校に通うことが多くなるためでしょう。

3-2 . 誰と一緒に夕ごはんを食べることが多いか

図 11 . 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>	38.0	80.0	67.0	7.0	5.5	-	31.0
	女子 <n=200>	46.0	85.5	67.5	10.0	5.5	1.0	23.5
学年	高校 1年生 <n=135>	47.4	84.4	73.3	11.1	5.9	0.7	17.8
	高校 2年生 <n=135>	37.8	84.4	58.5	9.6	5.9	0.7	28.9
	高校 3年生 <n=130>	40.8	79.2	70.0	4.6	4.6	-	35.4
祖母 父	同居 <n=55>	41.8	85.5	67.3	61.8	5.5	1.8	29.1
	非同居 <n=345>	42.0	82.3	67.2	-	5.5	0.3	27.0
塾	通っている <n=173>	42.8	85.5	67.1	9.2	6.4	-	37.0
	通っていない <n=227>	41.4	80.6	67.4	7.9	4.8	0.9	19.8

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」(82.8%)が8割強と最も多く、以下「きょうだい」(67.3%)、「父親」(42.0%)などの順で、家族と食べるが多くなっていますが、中には「ひとりで」(27.3%)という回答も3割弱に達しています。“夕ごはん”は家族団らんの場と言われることが多いのですが、高校生が一人で夕食を食べるもことも少なくないのが現実のようです。

性別にみると、10ポイント以上差のある項目はなく、全般的な傾向はあまり変わりませんが、《男子》は「ひとりで」(31.0%)食べることのある人が《女子》(23.5%)よりもやや多くなっています。

学年別にみると、学年が上がるほど「ひとりで」食べる率が高く、《高校3年生》(35.4%)では《高校1年生》(17.8%)のほぼ2倍になっています。大学受験が近づくにつれ、塾や予備校通いが増えるためでしょう。

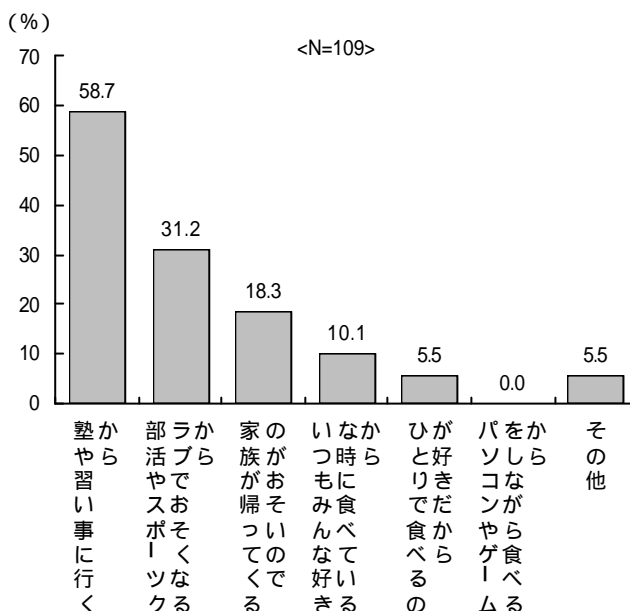
なお、祖父母が《同居》している人では、「おじいさん・おばあさん」(61.8%)と食べるという人もかなり多くなっています。

また、塾に《通っている》人は、《通っていない》人に比べて「ひとりで」(順に37.0%、19.8%)がかなり高率です。

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「父親」(前回 51.8% 今回 42.0%)、「母親」(同 94.3% 82.8%)、「きょうだい」(同 75.3% 67.3%)がいずれも減っており、その代わり「ひとりで」(同 19.8% 27.3%)が増えています。先にみた「朝食」のケースと同様に、高校生になると、家族と一緒に食事をする機会が減ってくるようです。

図 12 . タごはんをひとりで食べる理由 (複数回答)



性別	男子 <n=62>	53.2	33.9	19.4	9.7	4.8	-	4.8
女子 <n=47>	66.0	27.7	17.0	10.6	6.4	-	-	6.4
学年	高校 1年生 <n=24>	20.8	45.8	12.5	16.7	12.5	-	12.5
	高校 2年生 <n=39>	48.7	35.9	28.2	12.8	7.7	-	5.1
	高校 3年生 <n=46>	87.0	19.6	13.0	4.3	-	-	2.2
塾	通っている <n=64>	95.3	20.3	10.9	3.1	-	-	-
	通っていない <n=45>	6.7	46.7	28.9	20.0	13.3	-	13.3

タごはんを「ひとりで」食べると答えた人の理由をみると、「塾や習い事に行くから」(58.7%)が断然多く、以下「部活やスポーツクラブでおそくなるから」(31.2%)、「家族が帰ってくるのがおそいので」(18.3%)、「いつもみんな好きな時に食べているから」(10.1%)などの順となっています。

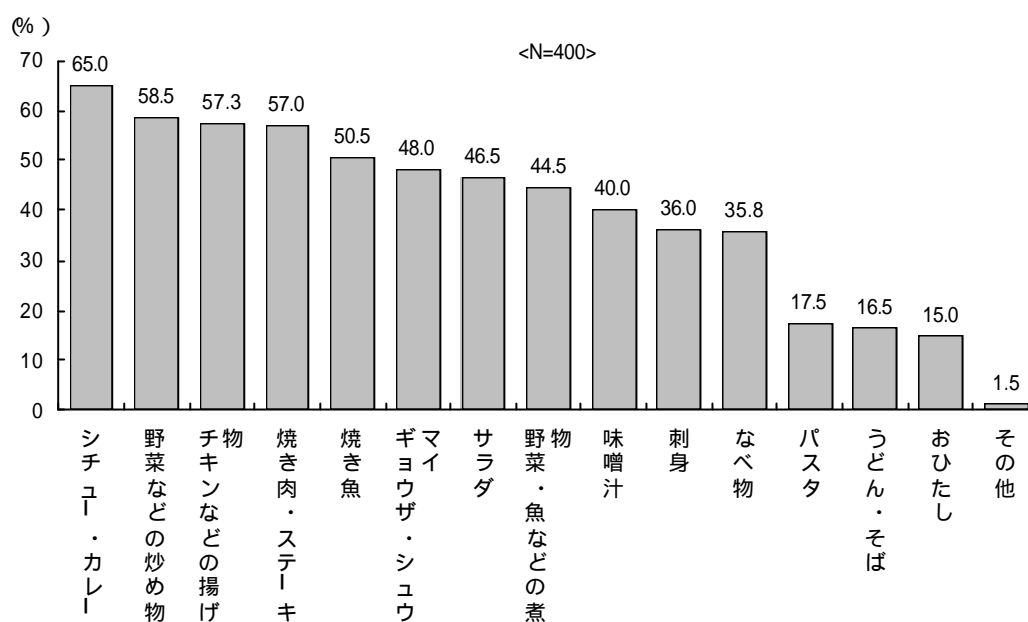
性別にみると、いずれも「塾や習い事に行くから」が第一ですが、《男子》(53.2%)よりも《女子》(66.0%)の方がより高率です。

学年別にみると、学年が上がるほど「塾や習い事に行くから」が高く、《高校3年生》(87.0%)では9割近くに達していますが、《高校1年生》(20.8%)では2割にとどまり、「部活やスポーツクラブでおそくなるから」(45.8%)の方が高くなっています。

また、塾に《通っている》人では「塾や習い事に行くから」(95.3%)が理由の大半を占めていますが、《通っていない》人では「部活やスポーツクラブでおそくなるから」(46.7%)、「家族が帰ってくるのがおそいので」(28.9%)、「いつもみんな好きな時に食べているから」(20.0%)など、理由は様々です。

3-3 . 家の夕ごはんによく出てくる料理・食品

図 13 . 家の夕ごはんによく出てくる料理・食品（複数回答）



性別	男子 <n=200>	61.0	47.5	65.5	68.5	47.5	47.5	41.5	36.5	37.5	34.0	36.5	14.0	14.5	13.5	1.0
	女子 <n=200>	69.0	69.5	49.0	45.5	53.5	48.5	51.5	52.5	42.5	38.0	35.0	21.0	18.5	16.5	2.0

家の夕ごはんによく出てくる料理・食品として、「シチュー・カレー」(65.0%)をあげる高校生が最も多く、「野菜などの炒め物」(58.5%)「チキンなどの揚げ物」(57.3%)「焼き肉・ステーキ」(57.0%)「焼き魚」(50.5%)「ギョウザ・シューマイ」(48.0%)「サラダ」(46.5%)が続いています。ボリュームのありそうな洋食系が中心になっており、「野菜・魚などの煮物」(44.5%)「味噌汁」(40.0%)「刺身」(36.0%)「なべ物」(35.8%)「おひたし」(15.0%)などの和食系は低めです。

性別に見ると、《男子》は「チキンなどの揚げ物」(男子65.5%、女子49.0%)「焼き肉・ステーキ」(同68.5%、45.5%)などが一層高率で、《女子》は「野菜・魚などの煮物」(男子36.5%、女子52.5%)「野菜などの炒め物」(同47.5%、69.5%)「サラダ」(同41.5%、51.5%)など“野菜”を多くあげており、高校生がいる家庭の夕食の献立は、子どもの性別によってかなり異なってくるようです。

3-3 . 家の夕ごはんでき好きな料理・おかず

家の夕ごはんでき好きな料理・おかずを自由回答であげてもらったところ、「カレーライス」(75件)が断然トップで、以下、「シチュー」(42件)「からあげ」(42件)「焼き肉」(40件)「ギョウザ」(35件)「ハンバーグ」(34件)「パスタ・スパゲティ」(31件)などの順となっています。

性別にみると、《男子》では「カレーライス」(48件)がトップ、次いで「焼き肉」(30件)が2位となっていますが、《女子》では「シチュー」(29件)のトップに続いて「カレーライス」(27件)「パスタ・スパゲティ」(23件)と、男女でランキングがかなり異なっています。

表 1 . 家の夕ごはんでは好きな料理・おかず（自由回答：ベスト10）

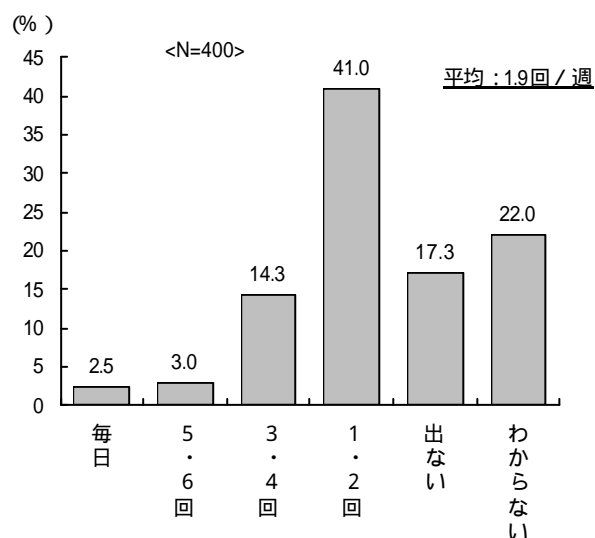
順位		件数	男子	女子
1	カレーライス	75	48	27
2	シチュー	42	13	29
	からあげ	42	22	20
4	焼き肉	40	30	10
5	ギョウザ	35	14	21
6	ハンバーグ	34	17	17
7	パスタ・スパゲティ	31	8	23
8	ステーキ	19	16	3
9	刺身	17	9	8
10	肉じゃが	16	6	10
	すき焼き	16	8	8

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査のランキングでは、1位「ハンバーグ」、2位「カレーライス」、3位「ギョウザ」、4位「スパゲティ」、5位「からあげ」の順で、高校生になると「ハンバーグ」人気が落ち、「シチュー」人気が上がっています。

3-4 . 家の夕ごはんに「買ったおかず」など手作り以外のものは週に何回くらい出るか

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



家の夕ごはんに「買ったおかず」など手作り以外のものが週に何回くらい出るか聞いたところ、「わからない」

(22.0%)が2割強いますが、それ以外では、「出ない」(17.3%)という回答は比較的少数で、「1・2回」(41.0%)、「3・4回」(14.3%)など“出る”(60.8%)ことがあるという回答が6割を占めています。便利さゆえか、週に何度かは利用する家庭が多く、平均は週に「1.9回」です。

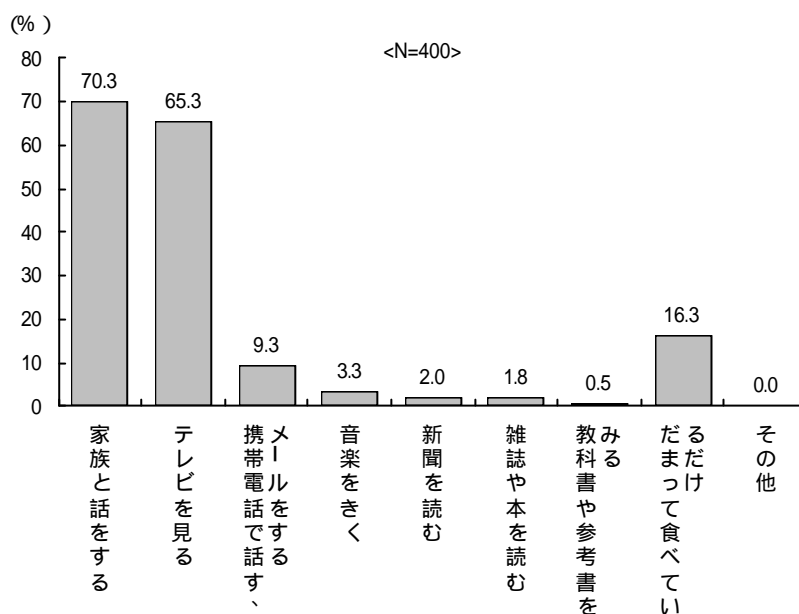
【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査の結果と比べてみると、平均は前回1.6回 今回1.9回となっています。子どもが大きくなるにつれ、出来合いの料理利用が増えるのか、あるいは子どもが「買ったおかず」と分かるケースが増えるのでしょうか。

1. 家で食事の時にしていること

「家族と話をする」(70.3%)と「テレビを見る」(65.3%)が多いが、「だまって食べているだけ」(16.3%)や「携帯電話で話す、メールをする」(9.3%)高校生も

図 15. 家で食事の時にしていること (複数回答)



性別	男子 <n=200>	女子 <n=200>	家族と話をする	テレビを見る	携帯電話で話す、メールをする	音楽をきく	新聞を読む	雑誌や本を読む	教科書や参考書をみる	だまって食べている	その他
男子 <n=200>	58.0	75.5	7.5	4.0	2.0	2.0	0.5	21.5	-		
女子 <n=200>	82.5	55.0	11.0	2.5	2.0	1.5	0.5	11.0	-		
学年	高校 1年生 <n=135>	73.3	68.1	8.9	3.0	0.7	1.5	-	14.8	-	
高校 2年生 <n=135>	68.1	63.7	10.4	3.7	1.5	1.5	0.7	18.5	-		
高校 3年生 <n=130>	69.2	63.8	8.5	3.1	3.8	2.3	0.8	15.4	-		

家で食事の時にしているのはどんなことでしょうか。「家族と話をする」(70.3%)と「テレビを見る」(65.3%)の2項目が特に多くなっています。そのほか「だまって食べているだけ」(16.3%)や「携帯電話で話す、メールをする」(9.3%)もみられます。

性別でみると、《女子》は「家族と話をする」(82.5%)が《男子》(58.0%)より大幅に高く、「携帯電話で話す、メールをする」(男子7.5%、女子11.0%)もやや高くなっています。一方《男子》は「テレビを見る」(同75.5%、55.0%)、「だまって食べているだけ」(同21.5%、11.0%)が《女子》より高く、《女子》はおしゃべり好きなのです。

学年別による違いはほとんどありません。

【前回調査との比較】

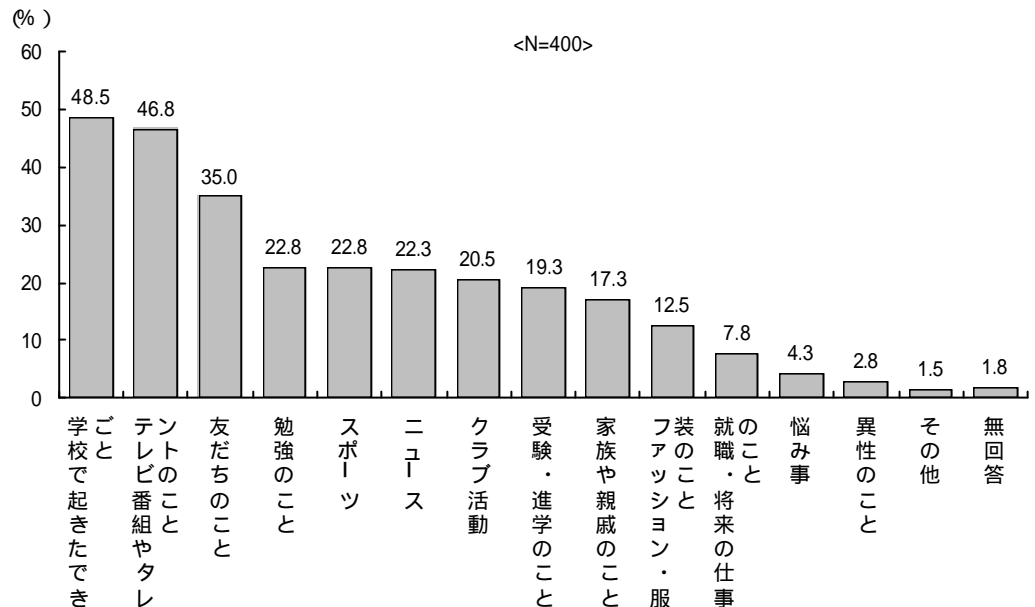
小中学生を対象にした前回調査の結果と比べてみると、「家族と話をする」(前回80.3% 今回70.3%)が減り、「だまって食べているだけ」(同10.8% 16.3%)が増えています。高校生は家族と一緒に食事をする率が低いことも影響しているのでしょう。

2. 家で食事の時、家族と話していること

「学校で起きたできごと」(48.5%)、「テレビ番組やタレントのこと」(46.8%)、「友だちのこと」(35.0%)、「勉強のこと」(22.8%)、「スポーツ」(22.8%)、「ニュース」(22.3%)、「クラブ活動」(20.5%)、「受験・進学のこと」(19.3%)などの順で、どちらかという自身の周りの事柄を話題にすることが多い

男子より女子の方が、「学校で起きたできごと」「友だちのこと」など、自分の身の回りの話題が多い

図 16. 家で食事の時、家族と話していること（複数回答）



性別	男子 <n=200>	女子 <n=200>	学校で起きたできごと	テレビ番組やタレントのこと	友だちのこと	勉強のこと	スポーツ	ニュース	クラブ活動	受験・進学のこと	家族や親戚のこと	ファッション・服装のこと	就職・将来の仕事	悩み事	異性のこと	その他	無回答
男子 <n=200>	35.0	47.5	21.5	21.5	35.0	21.5	22.5	18.0	16.0	6.0	5.5	3.0	2.5	1.5	2.5		
女子 <n=200>	62.0	46.0	48.5	24.0	10.5	23.0	18.5	20.5	18.5	19.0	10.0	5.5	3.0	1.5	1.0		
学年	高校1年生 <n=135>	48.1	52.6	39.3	23.0	18.5	17.8	23.0	8.1	15.6	13.3	2.2	3.7	2.2	0.7	3.0	
	高校2年生 <n=135>	52.6	40.7	31.9	20.0	21.5	22.2	19.3	16.3	17.0	8.9	12.6	5.2	3.7	0.7	2.2	
	高校3年生 <n=130>	44.6	46.9	33.8	25.4	28.5	26.9	19.2	33.8	19.2	15.4	8.5	3.8	2.3	3.1	-	

家で食事の時、家族と話していることは、「学校で起きたできごと」(48.5%)と「テレビ番組やタレントのこと」(46.8%)の2項目が4割台で多く、以下「友だちのこと」(35.0%)、「勉強のこと」(22.8%)、「スポーツ」(22.8%)、「ニュース」(22.3%)、「クラブ活動」(20.5%)、「受験・進学のこと」(19.3%)、「家族や親戚のこと」(17.3%)、「ファッション・服装のこと」(12.5%)などの話題が続いています。高校生自身の周りの話題が多いようです。

性別にみると、「女子」は「学校で起きたできごと」(男子35.0%、女子62.0%)など多くの項目で高く、「男子」の方が高率なのは「スポーツ」(同35.0%、10.5%)、「クラブ活動」(同22.5%、18.5%)などです。

学年別にみても上位の話題は同じですが、学年が上がるほど「受験・進学のこと」が高くなり、「高校1年生」(8.1%)の1割未満に対し、「高校2年生」(16.3%)ではその2倍、「高校3年生」(33.8%)ではさらにその2倍と、大学受験が近づくとつれて急速に関心が高まる様子が見えます。

【前回調査との比較】

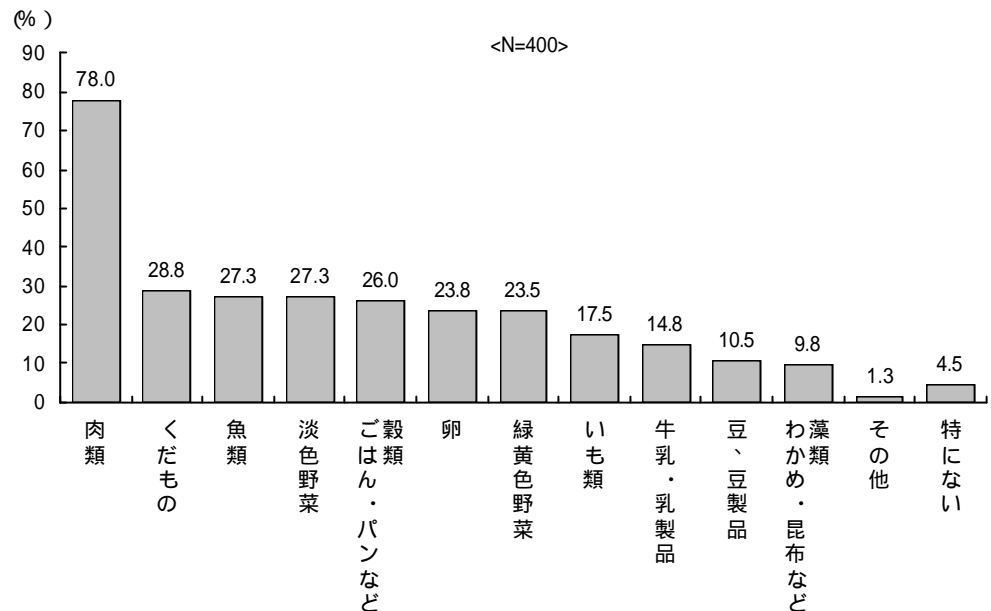
小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「学校で起きたできごと」(前回74.5% 今回48.5%)が大幅に減っており、また「ニュース」(同32.8% 22.3%)も減るなど、高校生になると話題が少なくなるようです。

3. 毎日の食事で好きな食材

「肉類」(78.0%)に圧倒的な人気があり、以下「くだもの」(28.8%)、「魚類」(27.3%)、「淡色野菜」(27.3%)、「ごはん・パンなど穀類」(26.0%)、「卵」(23.8%)、「緑黄色野菜」(23.5%)などの順

《男子》は「肉類」、《女子》は「淡色野菜」「緑黄色野菜」「くだもの」「いも類」が高く、《女子》の方がバランス志向

図 17. 毎日の食事で好きな食材（複数回答）



性別	男子 <n=200>	91.5	21.0	25.0	13.5	24.0	22.0	11.5	10.0	13.5	9.0	7.0	1.0	2.5
	女子 <n=200>	64.5	36.5	29.5	41.0	28.0	25.5	35.5	25.0	16.0	12.0	12.5	1.5	6.5

毎日の食事で好きな食材をみると、「肉類」(78.0%)が圧倒的に高い人気を得ています。そのほかでは、「くだもの」(28.8%)、「魚類」(27.3%)、「淡色野菜」(27.3%)、「ごはん・パンなど穀類」(26.0%)、「卵」(23.8%)、「緑黄色野菜」(23.5%)が2割台で続いています。

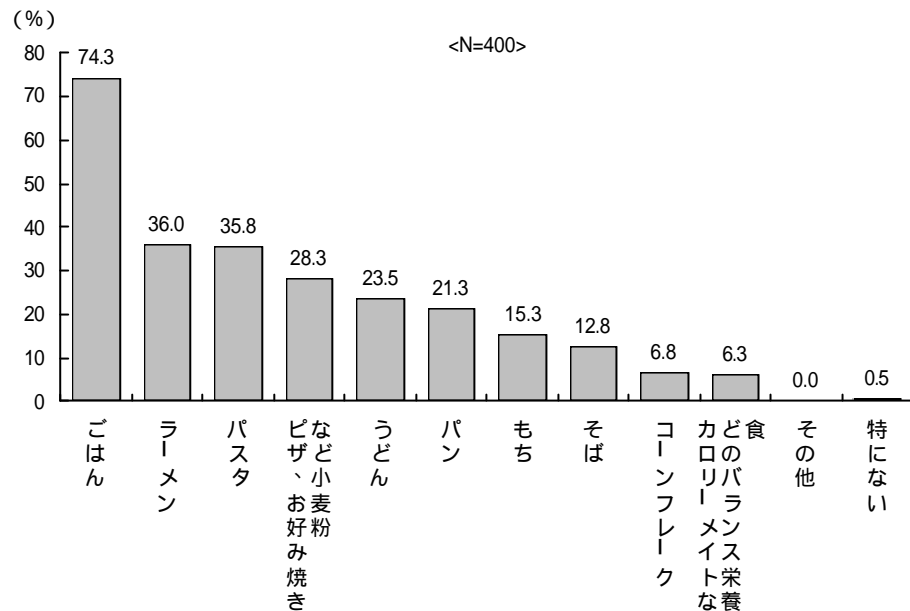
性別にみると、男女とも「肉類」がトップですが、その率は《女子》(64.5%)よりも《男子》(91.5%)の方が大幅に高くなっています。一方《女子》は、「淡色野菜」(男子 13.5%、女子 41.0%)、「緑黄色野菜」(同 11.5%、35.5%)、「くだもの」(同 21.0%、36.5%)、「いも類」(同 10.0%、25.0%)などが《男子》より高くなっており、《女子》の好みの方がバランスはとれているようです。

4. 主食で好きなもの

「ごはん」(74.3%)に人気集中。以下、「ラーメン」(36.0%)、「パスタ」(35.8%)、「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」(28.3%)、「うどん」(23.5%)、「パン」(21.3%)などの順

《男子》は「ごはん」「ラーメン」、《女子》は「パスタ」「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」「うどん」「もち」が好み

図 18. 主食で好きなもの（複数回答）



性別	男子 <n=200>	79.5	43.5	21.0	22.5	15.0	17.0	10.5	13.0	5.0	4.5	-	1.0
女子 <n=200>	69.0	28.5	50.5	34.0	32.0	25.5	20.0	12.5	8.5	8.0	-	-	

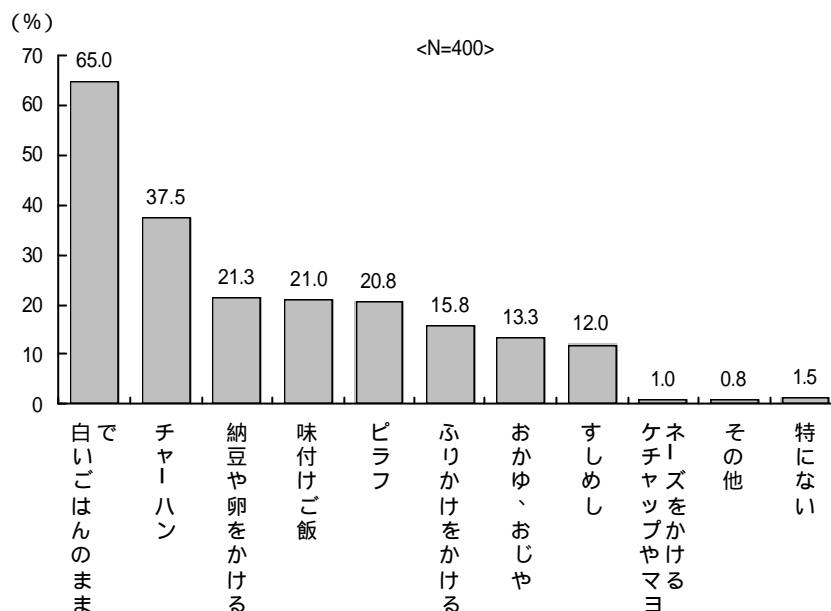
主食で好きなものとして、「ごはん」(74.3%)が圧倒的に高い人気で、以下「ラーメン」(36.0%)、「パスタ」(35.8%)、「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」(28.3%)、「うどん」(23.5%)、「パン」(21.3%)、「もち」(15.3%)、「そば」(12.8%)などが続いています。

性別にみると、男女ともトップは「ごはん」ですが、《女子》(69.0%)よりも《男子》(79.5%)の方が高く、また「ラーメン」(男子 43.5%、女子 28.5%)も《男子》の方がより高率になっています。一方《女子》は、「パスタ」(男子 21.0%、女子 50.5%)、「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」(同 22.5%、34.0%)、「うどん」(同 15.0%、32.0%)、「もち」(同 10.5%、20.0%)などが《男子》より高率です。

5. 「ごはん」をどのようにして食べるのが好きか

「白いごはんのままで」(65.0%)が圧倒的に多く、以下「チャーハン」(37.5%)、納豆や卵をかける」(21.3%)、味付けご飯」(21.0%)、ピラフ」(20.8%)、ふりかけをかける」(15.8%)が続く

図 19. 「ごはん」をどのようにして食べるのが好きか（複数回答）



性別	割合 (%)										
	男子 <n=200>	67.5	39.5	22.5	14.0	18.5	16.0	6.0	12.0	1.0	1.5
女子 <n=200>	62.5	35.5	20.0	28.0	23.0	15.5	20.5	12.0	1.0	-	2.0

「ごはん」をどのようにして食べるのが好きかについて、「白いごはんのままで」(65.0%)を3人に2人があげ、突出して多くなっています。次いで「チャーハン」(37.5%)が3割台で続き、以下「納豆や卵をかける」(21.3%)、「味付けご飯」(21.0%)、「ピラフ」(20.8%)、「ふりかけをかける」(15.8%)、「おかゆ、おじや」(13.3%)、「すしめし」(12.0%)などの順となっています。

性別にみると、いずれも「白いごはんのままで」が6割台で最も高くなっている点は同じですが、《女子》は「おかゆ、おじや」(男子6.0%、女子20.5%)、「味付けご飯」(同14.0%、28.0%)、「ピラフ」(同18.5%、23.0%)が《男子》に比べて高く、《女子》はご飯料理が好みようです。

6. 嫌いな食べ物

「ピーマン」(40件)、魚」(31件)、セロリ」(23件)、野菜全般」(21件)、納豆」(17件)、レバー」(17件)、にんじん」(15件)、牡蠣」(15件)などの順で、「野菜嫌い」が目立つ

表 2. 嫌いな食べ物 (自由回答: ベスト 10)

順位		件数	男子	女子
1	ピーマン	40	22	18
2	魚	31	13	18
3	セロリ	23	11	12
4	野菜全般	21	16	5
5	納豆	17	6	11
	レバー	17	5	12
7	にんじん	15	8	7
	牡蠣	15	10	5
9	トマト	14	9	5
10	ねぎ	13	4	9

嫌いな食べ物を自由回答であげてもらったところ、「ピーマン」(40件)がトップで、以下「魚」(31件)、「セロリ」(23件)、「野菜全般」(21件)、「納豆」(17件)、「レバー」(17件)、「にんじん」(15件)、「牡蠣」(15件)などの順となっています。総じて「野菜」が多いのが目立ち、「野菜嫌い」が多い現代っ子の状況がかいま見られます。

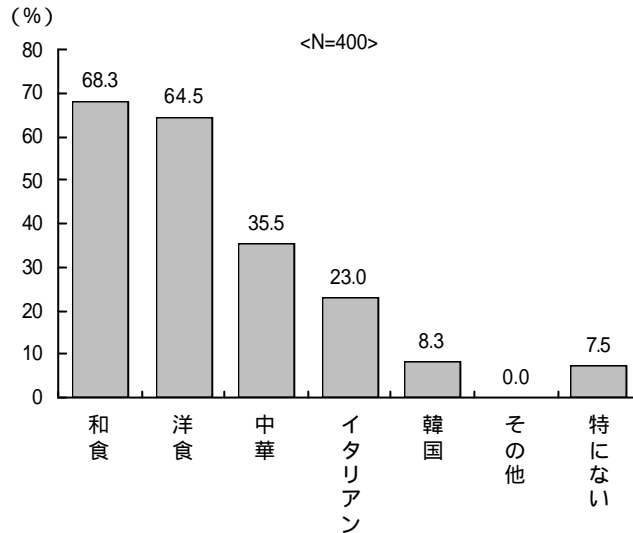
性別にみると、《男子》で「野菜全般」(16件)が多くなっています。

7.好きな料理のタイプ

和食」(68.3%)と「洋食」(64.5%)が並んで高く、以下「中華」(35.5%)、「イタリアン」(23.0%)の順

《男子》は「洋食」、《女子》は「イタリアン」を好む

図 20.好きな料理のタイプ(複数回答)



性別	男子 <n=200>	洋食 (%)	中華 (%)	イタリアン (%)	韓国 (%)	その他 (%)	特にない (%)
男子 <n=200>	67.5	71.0	36.0	15.0	6.5	-	7.5
女子 <n=200>	69.0	58.0	35.0	31.0	10.0	-	7.5

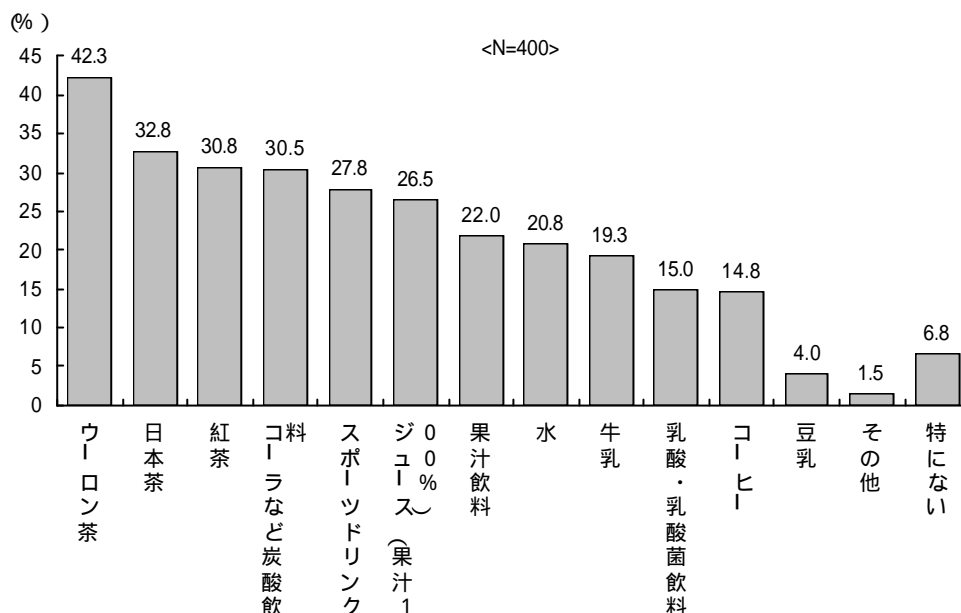
「和食」「洋食」などの中から好きな料理のタイプを選んでもらったところ、「和食」(68.3%)と「洋食」(64.5%)がともに6割台で拮抗しており、次いで「中華」(35.5%)が3割台、「イタリアン」(23.0%)が2割台が続いています。最近人気が高まってきている「韓国」(8.3%)は、まだ1割に達していません。

性別にみると、《男子》は「洋食」(71.0%)が《女子》(58.0%)よりも高くトップですが、「イタリアン」(15.0%)は《女子》(31.0%)に比べて低くなっています。

8 . 好きな飲み物

「ウーロン茶」(42.3%)、「日本茶」(32.8%)、「紅茶」(30.8%)の茶系飲料がベスト3。以下「コーラなど炭酸飲料」(30.5%)、「スポーツドリンク」(27.8%)、「ジュース(果汁100%)」(26.5%)、「果汁飲料」(22.0%)、「水」(20.8%)、「牛乳」(19.3%)、「乳酸・乳酸菌飲料」(15.0%)、「コーヒー」(14.8%)と続く

図 21 . 好きな飲み物 (複数回答)



性別	男子 <n=200>	39.5	27.5	25.5	36.0	39.0	23.0	21.0	24.0	22.0	17.5	16.0	3.0	1.0	7.5
	女子 <n=200>	45.0	38.0	36.0	25.0	16.5	30.0	23.0	17.5	16.5	12.5	13.5	5.0	2.0	6.0

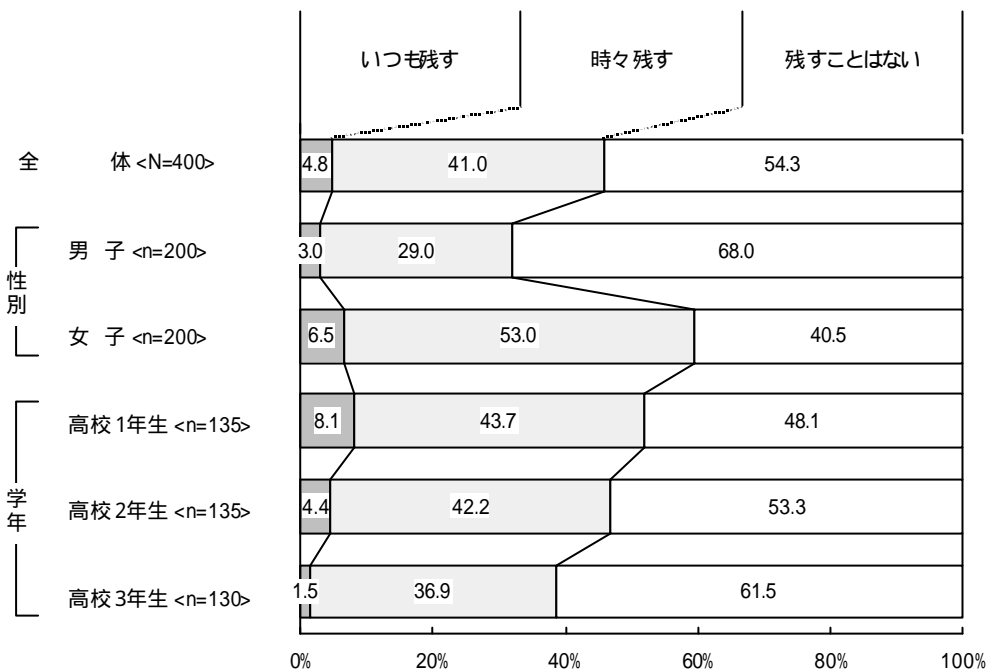
好きな飲み物として、「ウーロン茶」(42.3%)の人气が最も高く、続く「日本茶」(32.8%)、「紅茶」(30.8%)とベスト3は茶系飲料が占めています。以下「コーラなど炭酸飲料」(30.5%)、「スポーツドリンク」(27.8%)、「ジュース(果汁100%)」(26.5%)、「果汁飲料」(22.0%)、「水」(20.8%)、「牛乳」(19.3%)、「乳酸・乳酸菌飲料」(15.0%)、「コーヒー」(14.8%)の順です。

性別にみると、《女子》は「日本茶」(男子27.5%、女子38.0%)、「紅茶」(同25.5%、36.0%)など茶系が一層高く、《男子》は「コーラなど炭酸飲料」(男子36.0%、女子25.0%)、「スポーツドリンク」(同39.0%、16.5%)などが《女子》に比べて高率です。

9. 食事を残すことがあるか

“残す” (45.8%) ことのある人が半数近くに達する

図 22. 食事を残すことがあるか



食事を残すことがあるかどうかをみると、「いつも残す」(4.8%)という人はごくわずかですが、「時々残す」(41.0%)人はかなりおり、合わせて“残す”(45.8%)という人が半数近くに達しています。「残すことはない」(54.3%)の方が過半数を占めていますが、“残さず食べる”ことがあたりまえではないようです。

性別にみると、《男子》では「残すことはない」(68.0%)が7割近くを占めていますが、《女子》は「残すことはない」(40.5%)よりも“残す(いつも+時々)”(59.5%)の方が多くなっています。《女子》は《男子》に比べて食べる量が少ないことも影響しているのでしょうか。

学年別にみると、“残す”割合は、《高校1年生》(51.9%)《高校2年生》(46.7%)に比べ、《高校3年生》(38.5%)になると急に少なくなり、「残すことはない」(61.5%)が6割以上を占めています。

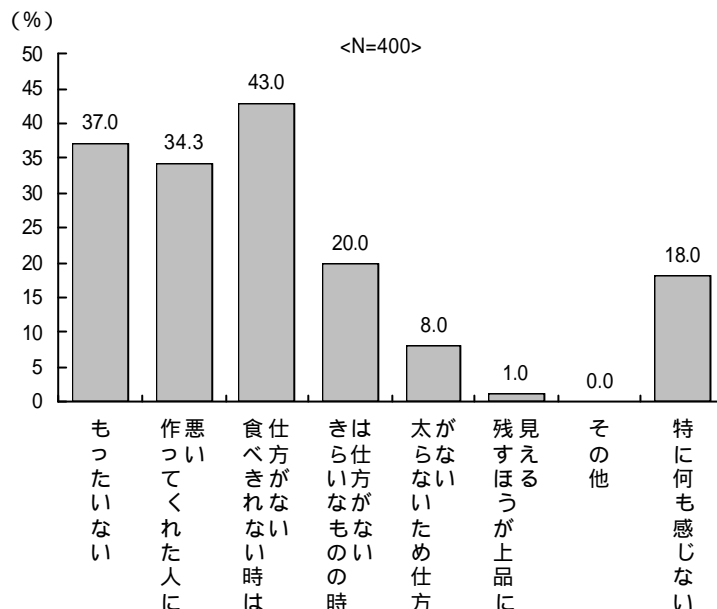
【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、前回は「いつも残す」3.5%、「時々残す」44.8%、「残すことはない」51.8%という結果で、今回の高校生とあまり変わりません。

10. 食事を残すことについて、どう思うか

「食べきれない時は仕方がない」(43.0%)、「きれいなもの時は仕方がない」(20.0%)の“仕方がない”という人と「もったいない」(37.0%)、「作ってくれた人に悪い」(34.3%)と“罪悪感を抱く”人に分かれる

図 23. 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>	36.0	26.0	29.0	18.0	1.5	0.5	-	29.5
	女子 <n=200>	38.0	42.5	57.0	22.0	14.5	1.5	-	6.5
食事	残す <n=183>	29.0	31.7	71.6	32.2	17.5	2.2	-	2.2
	残さない <n=217>	43.8	36.4	18.9	9.7	-	-	-	31.3

食事を残すことについて、どう思っているでしょうか。「食べきれない時は仕方がない」(43.0%)、「きれいなもの時は仕方がない」(20.0%)、「太らないため仕方がない」(8.0%)の“仕方がない”という人と、「もったいない」(37.0%)、「作ってくれた人に悪い」(34.3%)と“罪悪感を抱く”人がともに多く、意見の分かれるところとなっています。また、「特に何も感じない」(18.0%)という人も2割弱みられます。

性別にみると、《女子》は「食べきれない時は仕方がない」(男子29.0%、女子57.0%)、「太らないため仕方がない」(同1.5%、14.5%)、「作ってくれた人に悪い」(同26.0%、42.5%)と何らかの考えを示していますが、《男子》は食べ物を残すことが少ないためか、「特に何も感じない」(29.5%)が、《女子》(6.5%)より大幅に高率です。

また、食事を《残す》人は「食べきれない時は仕方がない」(71.6%)、「きれいなもの時は仕方がない」(32.2%)、「太らないため仕方がない」(17.5%)の“仕方がない”という意識を強く持っていますが、《残さない》人は、「もったいない」(43.8%)、「作ってくれた人に悪い」(36.4%)と“罪悪感を抱く”ほか、「特に何も感じない」(31.3%)もかなり高くなっています。特に意識せず、普段残さずに食べている高校生も少なくないようです。

【前回調査との比較】

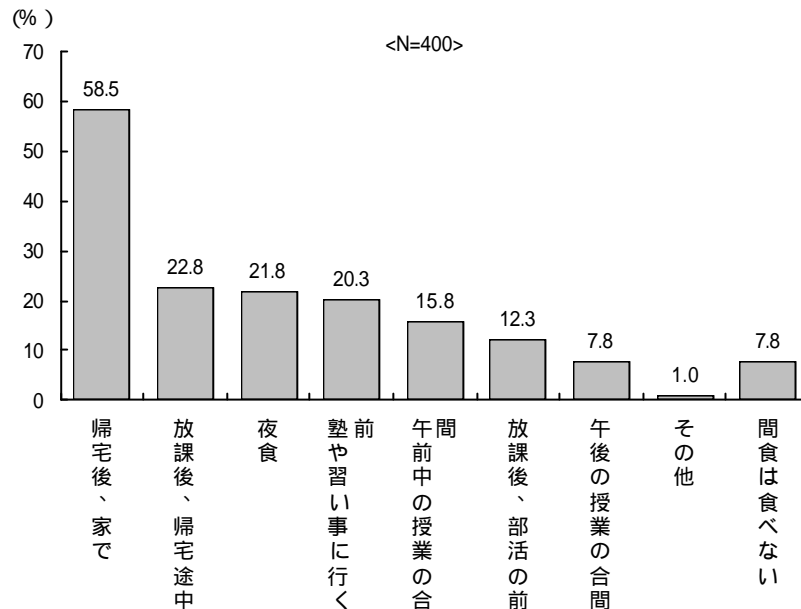
小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「作ってくれた人に悪い」(前回44.3% 今回34.3%)と罪悪感を抱く人が減り、「食べきれない時は仕方がない」(同34.3% 43.0%)や「特に何も感じない」(同9.8% 18.0%)が増えています。高校生になると、親もあまり言わなくなるのか、自己中心になってくるようです。

11. 毎日の食事の他に、おやつなどの間食をいつ食べているか

間食を“食べる”(92.3%)人が大半で、時間帯としては「帰宅後、家で」(58.5%)が断然多く、ほかに「放課後、帰宅途中」(22.8%)、「夜食」(21.8%)、「塾や習い事に行く前」(20.3%)など

間食を食べる回数は、1日に「2回くらい」(40.9%)が最も多く、以下「1回くらい」(35.2%)、「1回未満」(12.7%)、「3回以上」(11.1%)の順で、平均「1.7回」

図 24. 毎日の食事の他に、おやつなどの間食をいつ食べているか (複数回答)



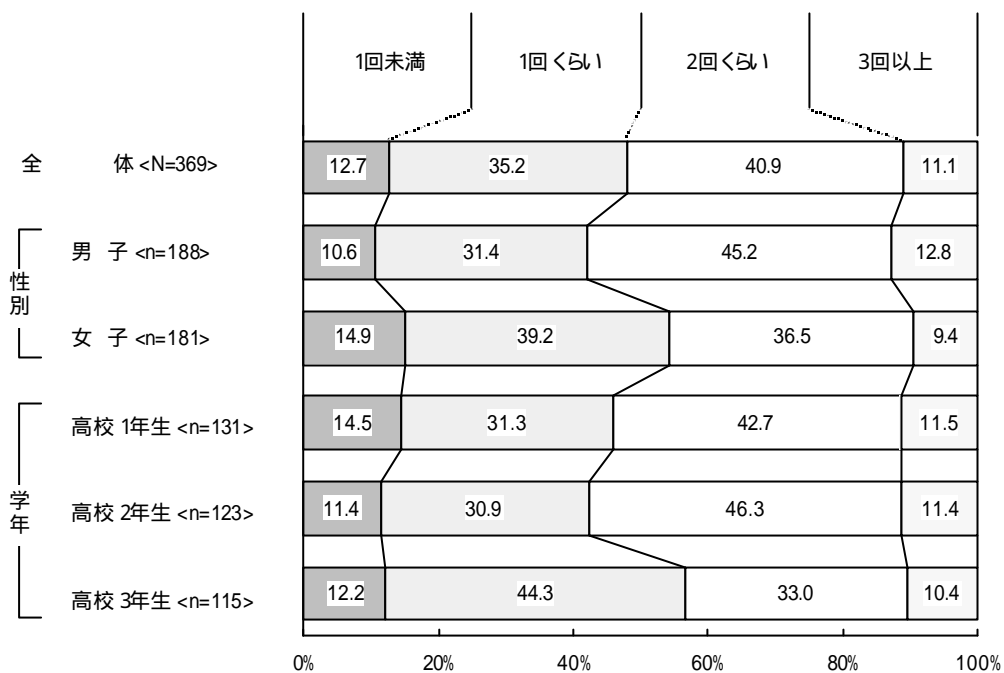
性別	男子 <n=200>	59.0	21.5	25.5	22.5	11.5	14.0	8.5	1.0	6.0
	女子 <n=200>	58.0	24.0	18.0	18.0	20.0	10.5	7.0	1.0	9.5
学年	高校 1年生 <n=135>	74.8	25.2	14.8	9.6	15.6	11.9	8.1	1.5	3.0
	高校 2年生 <n=135>	60.0	21.5	20.7	20.7	17.8	13.3	8.1	0.7	8.9
	高校 3年生 <n=130>	40.0	21.5	30.0	30.8	13.8	11.5	6.9	0.8	11.5

毎日の食事の他に、おやつなどの間食をいつ食べているかをみると、まず「間食は食べない」(7.8%)という人はごくわずかで、大半の人は間食を“食べる”(92.3%)と答えています。その時間帯としては、「帰宅後、家で」(58.5%)が断然多く、6割近くに達しています。以下、「放課後、帰宅途中」(22.8%)、「夜食」(21.8%)、「塾や習い事に行く前」(20.3%)、「午前中の授業の合間」(15.8%)、「放課後、部活の前」(12.3%)などの順となっています。

性別にみると、10ポイント以上差のある項目はなく、男女同じような傾向を示しています。

学年別にみると、低学年の人ほど間食を“食べる”割合が高く、「高校1年生」(97.0%)では100%近くですが、「高校3年生」(88.5%)では9割弱とやや低くなります。時間帯としては、低学年の人ほど「帰宅後、家で」、高学年の人ほど「塾や習い事に行く前」「夜食」が多くなっています。

図 25 . 間食を食べる回数は、平均して1日に何回くらいか



間食を食べる回数は、平均して1日に何回くらいかをみると、「2回くらい」(40.9%)が最も多く、以下「1回くらい」(35.2%)、「1回未満」(12.7%)、「3回以上」(11.1%)の順で、平均「1.7回」となっています。

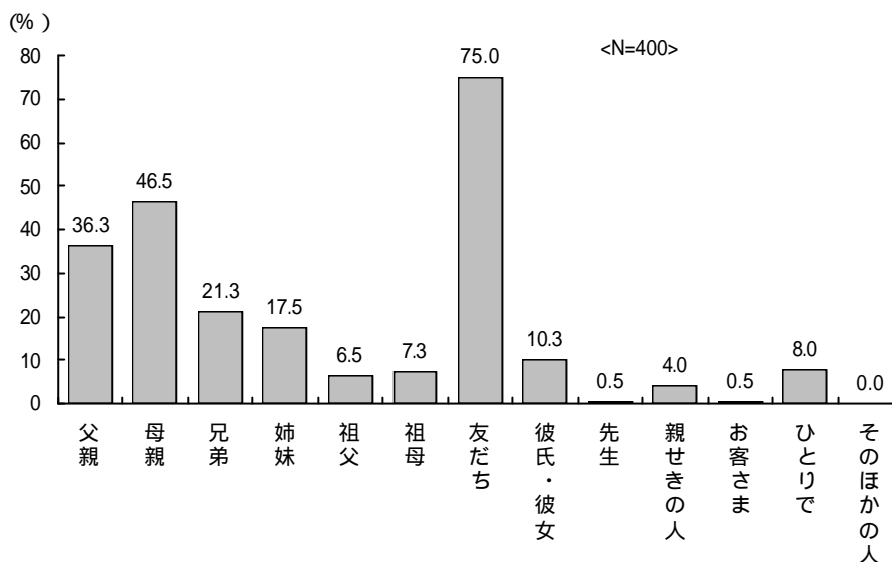
性別にみると、《女子》は「1回未満」「1回くらい」が《男子》に比べて多く、《男子》は「2回くらい」「3回以上」と《女子》より間食の回数が多くなっています。

学年別にみると、《高校3年生》になると「2回くらい」(33.0%)が減って「1回くらい」(44.3%)が増えており、間食を食べる頻度は少なくなっています。

12. 食事を誰と一緒に食べる時が楽しいか

「友だち」(75.0%)が断然多い。以下、「母親」(46.5%)、「父親」(36.3%)、「兄弟」(21.3%)、「姉妹」(17.5%)と「家族」が続く。中には「ひとりで」(8.0%)食べるのが楽しいという人も

図 26. 食事を誰と一緒に食べる時が楽しいか (複数回答)



性別	男子 <n=200>	28.0	34.0	22.5	9.5	5.0	5.5	78.5	9.0	-	3.5	0.5	9.5	-
	女子 <n=200>	44.5	59.0	20.0	25.5	8.0	9.0	71.5	11.5	1.0	4.5	0.5	6.5	-
学年	高校 1年生 <n=135>	34.8	43.0	17.8	16.3	8.1	8.9	80.0	8.9	0.7	3.7	0.7	11.1	-
	高校 2年生 <n=135>	31.9	45.9	22.2	16.3	5.9	5.9	72.6	8.1	0.7	3.7	0.7	6.7	-
	高校 3年生 <n=130>	42.3	50.8	23.8	20.0	5.4	6.9	72.3	13.8	-	4.6	-	6.2	-

食事を誰と一緒に食べる時が楽しいか聞いたところ、4人に3人が「友だち」(75.0%)をあげ、圧倒的に多くなっています。以下、「母親」(46.5%)、「父親」(36.3%)、「兄弟」(21.3%)、「姉妹」(17.5%)の“家族”が続いていますが、それよりも気の置けない「友だち」と一緒に食べる方が楽しいと考えているようです。また、「ひとりで」(8.0%)食べるのが楽しいという人も少数ながらみられます。

性別にみると、男女とも「友だち」が第一ですが、《女子》は「父親」(男子 28.0%、女子 44.5%)、「母親」(同 34.0%、59.0%)、「姉妹」(同 9.5%、25.5%)などがかなり高く、《男子》に比べて家族と食べる時も楽しいと感じる傾向が強くなっています。

学年別による大きな差はありません。

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「父親」(前回 76.8% 今回 36.3%)、「母親」(同 83.3% 46.5%)、「兄弟」(同 33.8% 21.3%)、「姉妹」(同 32.8% 17.5%)の“家族”が軒並み低下し、「友だち」(同 33.8% 75.0%)が大幅に上がっています。高校生になると、急に家族離れが進み、友だちとの時間の方が大切になっていくようです。

1. 「コンビニ」の利用状況

「ほとんど利用しない」(2.5%)という人はごくわずかで、利用率は97.5%。「週に2~3回」(42.5%)が最も多い

《女子》よりも《男子》の方が利用頻度は高い

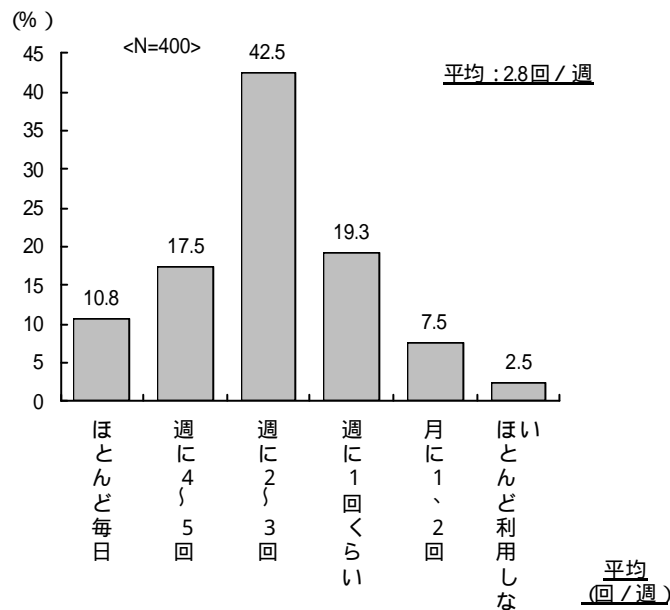
コンビニへは「友人と」(72.8%)もしくは「一人で」(63.8%)行くことが多い

よく購入するものは「パン」(50.0%)、お茶(麦茶・ウーロン茶を含む) (45.9%)、おにぎり・お寿司(34.1%)の食事用や、「スナック菓子類」(33.1%)、「コーラ等の炭酸飲料」(28.2%)、「アイスクリーム」(25.4%)、「チョコレート、キャンディなど」(25.1%)のおやつも

買った飲食物を食べる場所は「学校で、昼食に」(46.2%)、「学校で、昼食以外に」(40.3%)と「学校で」が多い。そのほか「家で」(35.2%)、「塾で」(23.1%)、「歩きながら」(21.0%)食べることも

a) コンビニの利用頻度

図 27. コンビニの利用頻度



性別	男子 <n=200>	12.0	19.5	47.5	15.0	4.5	1.5	平均 (回/週)
	女子 <n=200>	9.5	15.5	37.5	23.5	10.5	3.5	
学年	高校1年生 <n=135>	12.6	14.8	40.0	18.5	8.9	5.2	2.8
	高校2年生 <n=135>	11.1	17.8	43.7	22.2	5.2	-	2.9
	高校3年生 <n=130>	8.5	20.0	43.8	16.9	8.5	2.3	2.8

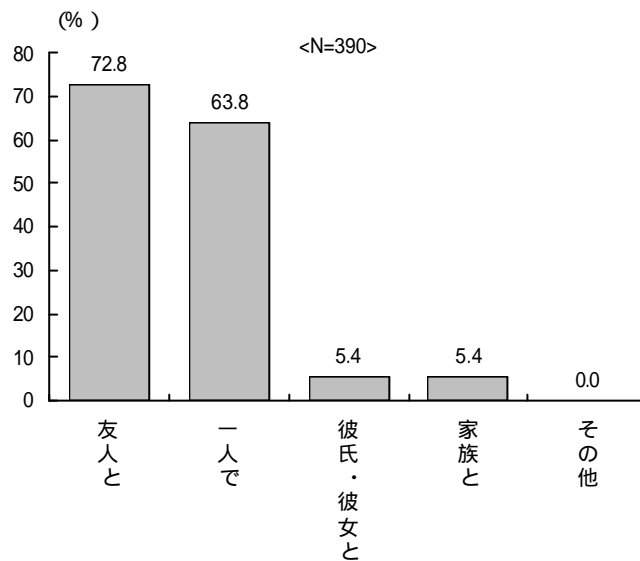
コンビニの利用頻度をみると、まず「ほとんど利用しない」(2.5%)という人はごくわずかで、「利用する」(97.5%)人が大半です。頻度としては、「週に2~3回」(42.5%)が最も多く、以下「週に1回くらい」(19.3%)、「週に4~5回」(17.5%)、「ほとんど毎日」(10.8%)、「月に1、2回」(7.5%)の順となっています。平均は週に「2.8回」です。

性別にみると、《男子》の方が利用頻度は高く、平均も《男子》(3.1回)が《女子》(2.6回)を0.5回上回っています。

学年別による大きな差はみられません。

b) コンビニへ一緒に行く人

図 28 . コンビニへ一緒に行く人 (複数回答)



性別	男子 <n=197>	73.1	67.5	3.6	3.6	-
	女子 <n=193>	72.5	60.1	7.3	7.3	-
学年	高校 1年生 <n=128>	80.5	52.3	4.7	7.0	-
	高校 2年生 <n=135>	71.9	66.7	5.2	5.2	-
	高校 3年生 <n=127>	66.1	72.4	6.3	3.9	-

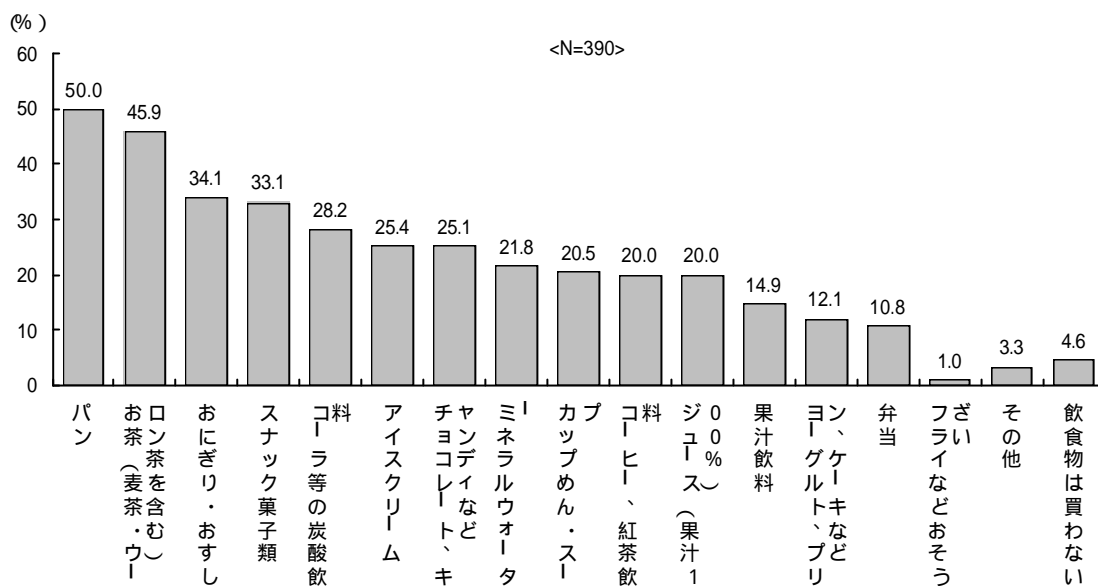
コンビニへ一緒に行く人は誰かをみると、「友人と」(72.8%)が最も多く、「一人で」(63.8%)が続いています。そのほかの人と一緒にコンビニへ行くことはほとんどないようです。

性別による違いはあまりありませんが、《男子》は「一人で」(67.5%)が《女子》(60.1%)よりもやや高めです。

学年別にみると、学年が上がるほど「一人で」行く人が多くなっていきます。《高校1年生》では「一人で」(52.3%)よりも「友人と」(80.5%)が中心ですが、《高校2年生》では「一人で」(66.7%)と「友人と」(71.9%)の差があまりなくなり、《高校3年生》になると逆に「一人で」(72.4%)の方が「友人と」(66.1%)よりも多くなっていきます。

c) コンビニでよく購入する飲食物

図 29. コンビニでよく購入する飲食物 (複数回答)



性別	男子 <n=197>	54.8	45.7	37.1	36.0	41.1	14.7	13.7	25.4	32.0	23.4	19.8	12.2	8.1	16.2	1.5	1.5	3.0
女子 <n=193>	45.1	46.1	31.1	30.1	15.0	36.3	36.8	18.1	8.8	16.6	20.2	17.6	16.1	5.2	0.5	5.2	6.2	
学年	高校1年生 <n=128>	46.1	33.6	31.3	35.9	33.6	29.7	23.4	14.8	14.8	25.0	22.7	19.5	13.3	10.9	0.8	1.6	3.9
	高校2年生 <n=135>	45.2	46.7	34.1	36.3	26.7	25.9	25.2	23.0	25.9	17.0	18.5	11.1	11.9	10.4	0.7	4.4	5.2
	高校3年生 <n=127>	59.1	57.5	37.0	26.8	24.4	20.5	26.8	27.6	20.5	18.1	18.9	14.2	11.0	11.0	1.6	3.9	4.7

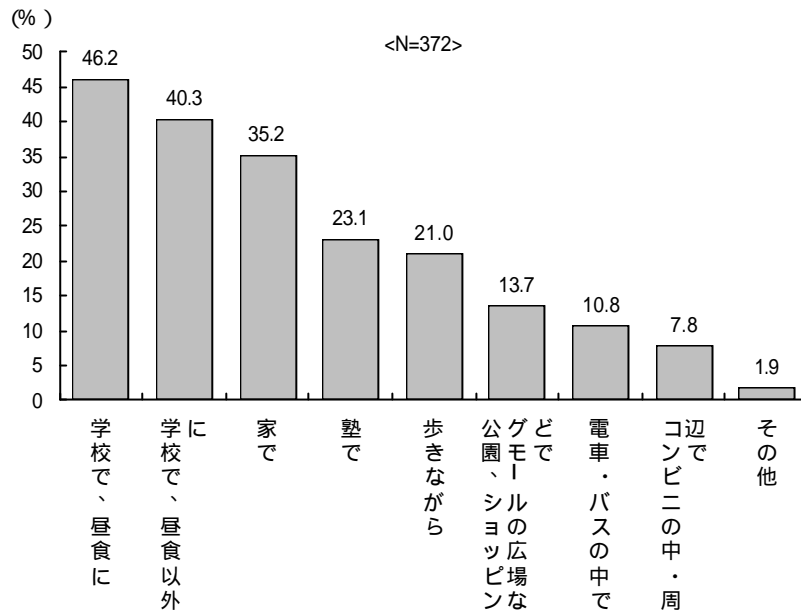
コンビニでよく購入する飲食物は、「パン」(50.0%)、「お茶(麦茶・ウーロン茶を含む)」(45.9%)、「おにぎり・おすし」(34.1%)の昼食・軽食用のほか、「スナック菓子類」(33.1%)、「コーラ等の炭酸飲料」(28.2%)、「アイスクリーム」(25.4%)、「チョコレート、キャンディなど」(25.1%)などのおやつ・間食用も少なくありません。以下、「ミネラルウォーター」(21.8%)、「カップめん・スープ」(20.5%)、「コーヒー、紅茶飲料」(20.0%)、「ジュース(果汁100%)」(20.0%)などがあげられています。

性別では、先にみたように《男子》はコンビニに行く頻度が高いせいも、全般に各項目が高く、特に「カップめん・スープ」(男子32.0%、女子8.8%)、「コーラ等の炭酸飲料」(同41.1%、15.0%)における差が大きくなっています。一方《女子》は、「チョコレート、キャンディなど」(男子13.7%、女子36.8%)、「アイスクリーム」(同14.7%、36.3%)などをよく購入しています。

学年別にみると、高学年になるほど「お茶(麦茶・ウーロン茶を含む)」や「ミネラルウォーター」が高くなっています。

d) コンビニで買った食べ物を食べる場所

図 30 . コンビニで買った食べ物を食べる場所 (複数回答)



性別	男子 <n=191>	40.8	33.5	37.2	21.5	24.6	17.3	8.9	11.5	1.6
	女子 <n=181>	51.9	47.5	33.1	24.9	17.1	9.9	12.7	3.9	2.2
学年	高校 1年生 <n=123>	42.3	39.0	32.5	10.6	26.8	16.3	11.4	8.1	3.3
	高校 2年生 <n=128>	51.6	43.0	39.8	20.3	21.1	12.5	13.3	6.3	0.8
	高校 3年生 <n=121>	44.6	38.8	33.1	38.8	14.9	12.4	7.4	9.1	1.7

コンビニで買った食べ物を食べる場所は、「学校で、昼食に」(46.2%)、「学校で、昼食以外に」(40.3%)と“学校で”食べるケースが多いのが目につきます。そのほか、「家で」(35.2%)、「塾で」(23.1%)、「歩きながら」(21.0%)、「公園、ショッピングモールの広場などで」(13.7%)、「電車・バスの中で」(10.8%)と、屋内屋外を問わずいろいろな場で食べることもあるようです。

性別にみると、《女子》は「学校で、昼食に」(男子 40.8%、女子 51.9%)、「学校で、昼食以外に」(同 33.5%、47.5%)と“学校で”食べるケースが一層多く、《男子》は「歩きながら」(同 24.6%、17.1%)、「公園、ショッピングモールの広場などで」(同 17.3%、9.9%)のアウトドア派が、《女子》に比べて多くなっています。

学年別にみても、いずれも“学校で”が中心ですが、学年が上がるほど「塾で」が高くなっており、《高校 1年生》(10.6%)の約 1 割に対し、《高校 3年生》(38.8%)では 4 割近くと、大きな差が生じています。受験期が近づくとつれ、塾に通う率が高くなるからなのでしょう。一方、低学年ほど「歩きながら」などアウトドア派がやや多めです。

2. 「ファストフード店」の利用状況

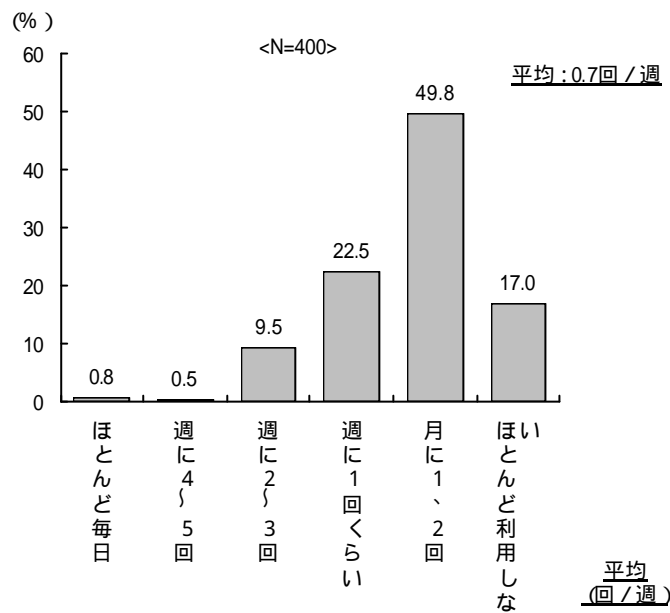
利用率は8割強 (83.0%) で、「月に1、2回」(49.8%) の頻度が最も多い

一緒に行く人は「友人と」(93.1%) が圧倒的に多く、「一人で」(13.3%)、「家族と」(11.1%)などは少ない

購入するものは「ハンバーガー」(89.2%) が断然トップ。以下「フライドポテト」(50.6%)、「ドリンク」(33.7%)、「フライドチキン」(18.7%)、「丼・豚丼」(13.6%)の順で、それら以外は1割未満

a) ファストフード店の利用頻度

図 31 . ファストフード店の利用頻度



性別	男子 <n=200>	1.0	0.5	11.0	28.0	44.0	15.5	0.8
	女子 <n=200>	0.5	0.5	8.0	17.0	55.5	18.5	0.6
学年	高校1年生 <n=135>	0.7	0.7	9.6	26.7	42.2	20.0	0.8
	高校2年生 <n=135>	1.5	0.7	10.4	19.3	51.9	16.3	0.8
	高校3年生 <n=130>	-	-	8.5	21.5	55.4	14.6	0.6

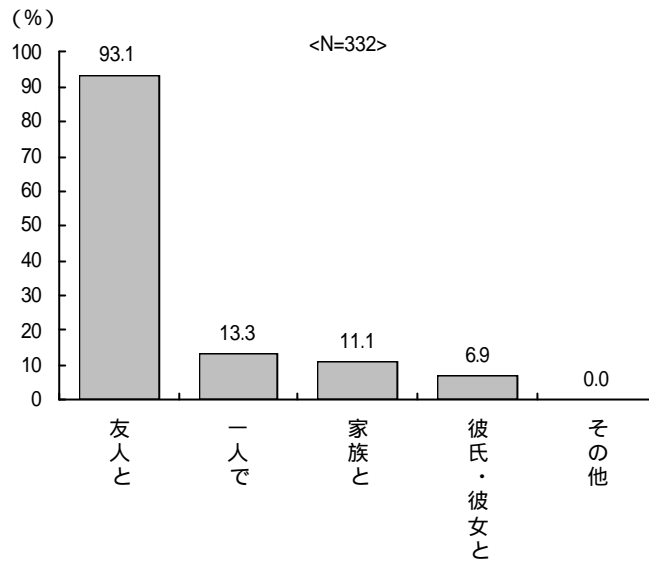
ファストフード店の利用頻度をみると、「ほとんど利用しない」(17.0%) という人が2割弱おり、「利用する」人は8割強 (83.0%) となっています。頻度としては、「月に1、2回」(49.8%) がほぼ半数を占めて最も多く、以下「週に1回くらい」(22.5%)、「週に2~3回」(9.5%) などとなっています。平均は週に「0.7回」で、「コンビニ」の利用頻度(2.8回)に比べるとかなり低めです。

性別にみると、「男子」の方が利用頻度は高く、平均も《男子》(0.8回)の方が《女子》(0.6回)をやや上回っています。

学年別にみると、学年が上がるほど利用頻度は低くなる傾向が若干みられますが、あまり大きな差ではありません。

b) ファストフード店へ一緒に行く人

図 32 . ファストフード店へ一緒に行く人 (複数回答)



性別	男子 <n=169>	89.9	19.5	7.7	5.3	-
	女子 <n=163>	96.3	6.7	14.7	8.6	-
学年	高校 1年生 <n=108>	95.4	10.2	13.0	7.4	-
	高校 2年生 <n=113>	86.7	15.0	12.4	6.2	-
	高校 3年生 <n=111>	97.3	14.4	8.1	7.2	-

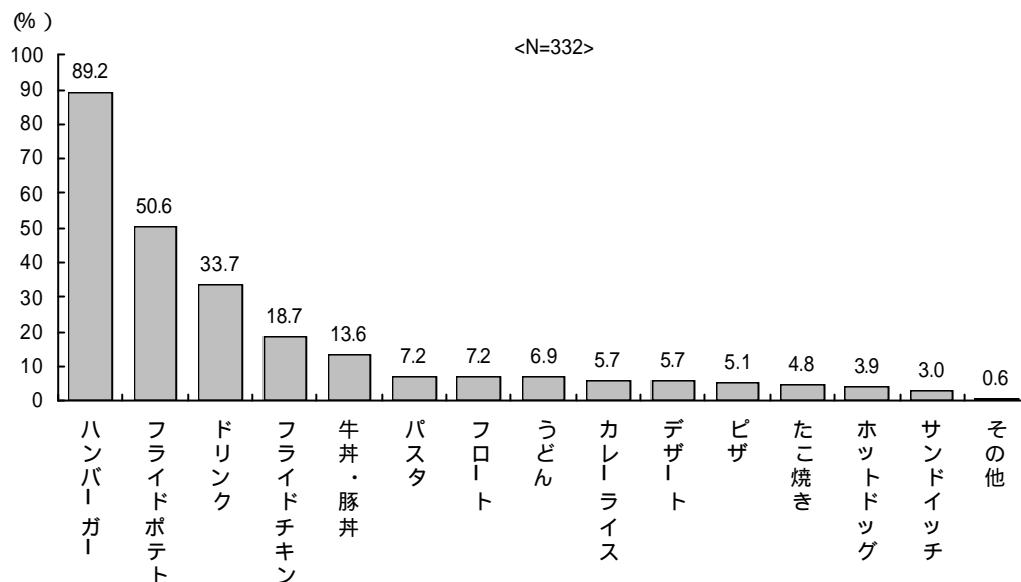
ファストフード店へ一緒に行く人は誰かをみると、「友人と」(93.1%)を9割以上があげて圧倒的に多くなっています。そのほかは、「一人で」(13.3%)、「家族と」(11.1%)が1割台と低く、「ファストフード店は友人と一緒にいく場所」という意識が強いようです。

性別にみると、男女とも「友人と」が圧倒的に多くなっている点に変わりはありませんが、《男子》(89.9%)よりも《女子》(96.3%)の方がやや高く、《男子》は「一人で」(19.5%)が《女子》(6.7%)より高くなっています。

学年別にみると、《高校2年生》で「友人と」(86.7%)がやや低めですが、全般的な傾向はあまり変わりません。

c) よく購入するファストフード

図 33 . よく購入するファストフード（複数回答）



性別	男子 <n=169>	95.3	45.6	32.0	17.8	26.0	3.6	3.6	10.1	9.5	1.8	1.8	6.5	3.6	3.0	-
	女子 <n=163>	82.8	55.8	35.6	19.6	0.6	11.0	11.0	3.7	1.8	9.8	8.6	3.1	4.3	3.1	1.2
学年	高校1年生 <n=108>	92.6	50.9	38.0	24.1	11.1	7.4	4.6	5.6	0.9	5.6	4.6	5.6	0.9	0.9	0.9
	高校2年生 <n=113>	85.8	51.3	30.1	16.8	15.0	4.4	8.0	6.2	7.1	5.3	3.5	5.3	6.2	5.3	-
	高校3年生 <n=111>	89.2	49.5	33.3	15.3	14.4	9.9	9.0	9.0	9.0	6.3	7.2	3.6	4.5	2.7	0.9

よく購入するファストフードの内容をみると、「ハンバーガー」(89.2%)をほぼ9割の人があげて断然トップとなっています。次いで、「フライドポテト」(50.6%)が半数強、そして「ドリンク」(33.7%)、「フライドチキン」(18.7%)、「牛井・豚丼」(13.6%)が続き、それら以外は10%未満です。利用するファストフードはいくつかの決まった種類に片寄っていると見えそうです。

性別にみると、いずれも「ハンバーガー」が断然トップですが、《女子》(82.8%)よりも《男子》(95.3%)の方がより高率で、《男子》は「牛井・豚丼」(男子26.0%、女子0.6%)も大幅に高くなっています。一方、《女子》は「フライドポテト」(同45.6%、55.8%)が《男子》を約10ポイント上回り、「パスタ」(同3.6%、11.0%)、「フロート」(同3.6%、11.0%)、「デザート」(同1.8%、9.8%)なども高めです。

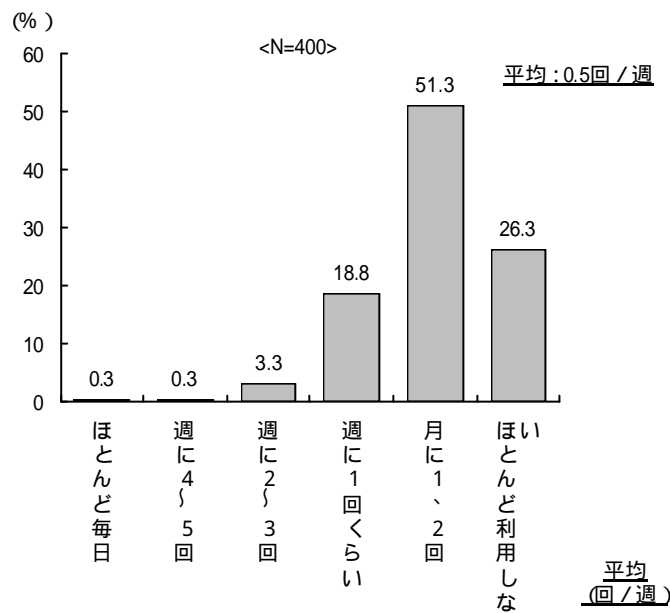
学年別による傾向の違いはありませんが、低学年ほど「フライドチキン」がやや高くなっています。

3. 「飲食店（ファストフード店以外）」の利用状況

利用率は73.8%で、「月に1、2回」(51.3%)の頻度で行く人が多く、ファストフード店よりやや低め
 一緒に行く人は「友人と」(69.5%)に次いで「家族と」(58.0%)も多く、「ファストフード店」とはかなり異なる
 よく利用する店は「ファミリーレストラン」(80.3%)が断然トップ。以下、「ラーメン、中華料理」(35.3%)、「すし・回転寿司」
 (29.5%)、「焼肉店」(26.8%)、「パスタ、イタリアン」(19.0%)、「うどん・そば屋」(11.2%)などの順

a) 飲食店（ファストフード店以外）の利用頻度

図 34. 飲食店（ファストフード店以外）の利用頻度



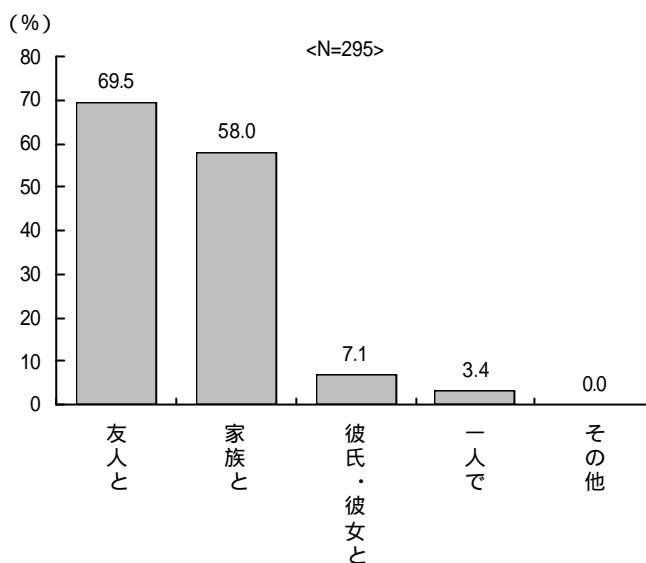
性別	男子 <n=200>	0.5	0.5	4.0	21.0	46.5	27.5	0.5
	女子 <n=200>	-	-	2.5	16.5	56.0	25.0	0.4
学年	高校1年生 <n=135>	-	-	2.2	19.3	51.1	27.4	0.4
	高校2年生 <n=135>	0.7	0.7	3.7	18.5	50.4	25.9	0.6
	高校3年生 <n=130>	-	-	3.8	18.5	52.3	25.4	0.5

飲食店（ファストフード店以外）の利用頻度をみると、「ほとんど利用しない」(26.3%)という人が4人に1人強おり、「利用する」(73.8%)という人は4人に3人弱です。頻度としては、「月に1、2回」(51.3%)が半数強を占めて多く、「週に1回くらい」(18.8%)が続いています。平均は週に「0.5回」で、前項の「ファストフード店」に比べ飲食店は、利用率(ファストフード店 83.0%、飲食店 73.8%)、平均頻度(同 0.7回、0.5回)ともにやや低めです。

性別にみると、「ファストフード店」の場合と同じく、「男子」の方が若干利用頻度は高くなっています。

b) 飲食店（ファストフード店以外）へ一緒に行く人

図 35 . 飲食店（ファストフード店以外）へ一緒に行く人（複数回答）



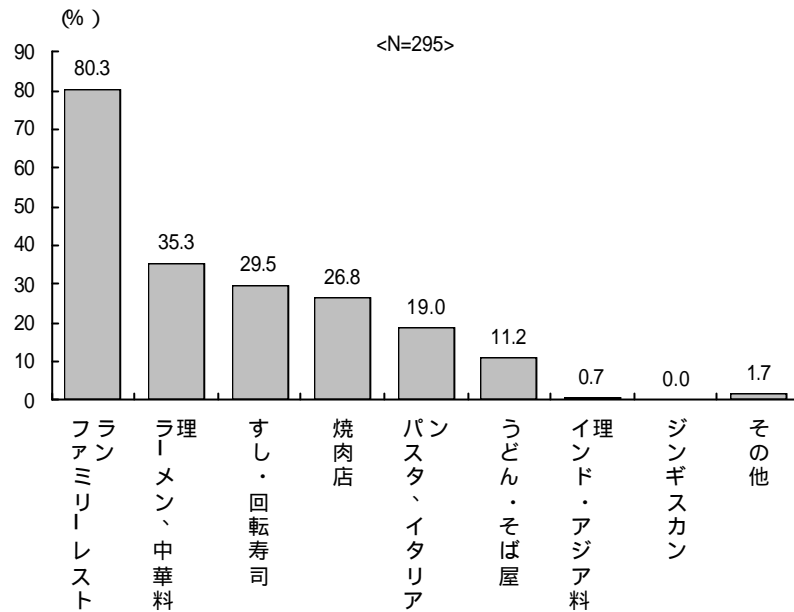
性別	男子 <n=145>	72.4	57.2	3.4	4.8	-
	女子 <n=150>	66.7	58.7	10.7	2.0	-
学年	高校 1年生 <n=98>	67.3	67.3	5.1	2.0	-
	高校 2年生 <n=100>	66.0	56.0	5.0	5.0	-
	高校 3年生 <n=97>	75.3	50.5	11.3	3.1	-

飲食店（ファストフード店以外）へ一緒に行く人は、「友人と」（69.5%）が最も多いものの、「家族と」（58.0%）も半数以上の方があげています。「友人と」に回答が集中していた“ファストフード店”と違い、家族と行くことも多くなっています。

学年別にみると、低学年の人ほど「家族と」行く割合が高く、「高校3年生」は「友人と」（75.3%）がより高くなっています。

c) よく利用する飲食店(ファストフード店以外)の種類

図 36 . よく利用する飲食店(ファストフード店以外)の種類(複数回答)



性別	男子 <n=145>	77.2	44.8	35.9	35.2	4.8	13.8	0.7	-	-
	女子 <n=150>	83.3	26.0	23.3	18.7	32.7	8.7	0.7	-	-
学年	高校 1年生 <n=98>	78.6	38.8	28.6	33.7	17.3	9.2	-	-	1.0
	高校 2年生 <n=100>	81.0	32.0	31.0	24.0	18.0	11.0	2.0	-	3.0
	高校 3年生 <n=97>	81.4	35.1	28.9	22.7	21.6	13.4	-	-	1.0

よく利用する飲食店(ファストフード店以外)は、「ファミリーレストラン」(80.3%)が断然多くなっています。以下は大分低くなって、「ラーメン、中華料理」(35.3%)、「すし・回転寿司」(29.5%)、「焼肉店」(26.8%)、「パスタ、イタリアン」(19.0%)、「うどん・そば屋」(11.2%)などが続いています。

性別にみると、いずれも「ファミリーレストラン」が断然多い点に変わりはありませんが、次いで《女子》では「パスタ、イタリアン」(32.7%)が2位になっているのに対し、《男子》(4.8%)ではごくわずかです。一方、《男子》は「焼肉店」(男子35.2%、女子18.7%)、「ラーメン、中華料理」(同44.8%、26.0%)、「すし・回転寿司」(同35.9%、23.3%)が《女子》に比べてかなり高く、男女で飲食店の好みに大きな違いが生じています。

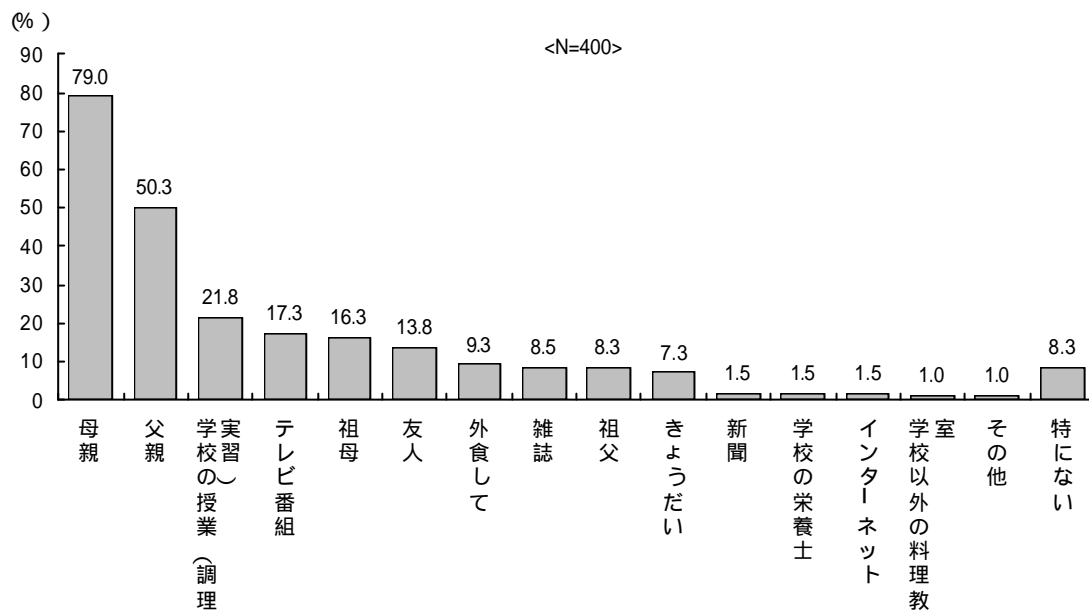
学年別にみると、大きな傾向の違いはありませんが、低学年ほど「焼肉店」が高いのは、家族と一緒にいることが多いためでしょうか。

東京近郊の高校生 400 人に聞く 食に関するしつけの実態

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

「母親」(79.0%)、「父親」(50.3%)と、「両親」の教えが第一。以下、学校の授業(調理実習) (21.8%)、テレビ番組 (17.3%)、祖母 (16.3%)、友人 (13.8%)などの順

図 37. 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 (複数回答)



性別	男子 <n=200>	71.5	48.5	16.5	14.0	15.0	10.5	7.5	4.5	9.0	7.5	1.0	2.0	1.0	1.0	1.5	10.5
女子 <n=200>	86.5	52.0	27.0	20.5	17.5	17.0	11.0	12.5	7.5	7.0	2.0	1.0	2.0	1.0	0.5	6.0	
学年	高校 1年生 <n=135>	74.8	52.6	23.7	14.1	16.3	9.6	7.4	5.9	7.4	9.6	0.7	1.5	1.5	1.5	0.7	7.4
	高校 2年生 <n=135>	75.6	48.1	23.0	17.8	14.1	14.1	11.1	8.9	7.4	4.4	0.7	0.7	2.2	0.7	0.7	8.9
	高校 3年生 <n=130>	86.9	50.0	18.5	20.0	18.5	17.7	9.2	10.8	10.0	7.7	3.1	2.3	0.8	0.8	1.5	8.5

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でしょうか。

「母親」(79.0%)が8割弱で最も多く、次いで「父親」(50.3%)と、「両親」の教えが第一にあげられています。そのほか、「学校の授業(調理実習)」(21.8%)、「テレビ番組」(17.3%)、「祖母」(16.3%)、「友人」(13.8%)、「外食して」(9.3%)などの順となっています。

性別にみると、総じて《女子》で高率の項目が多くなっており、《女子》の方がいろいろな場面で料理や食べ物、食べ方について学んできていることがうかがえます。特に、「母親」(男子71.5%、女子86.5%)、「学校の授業(調理実習)」(同16.5%、27.0%)は10ポイント以上《女子》が高くなっています。

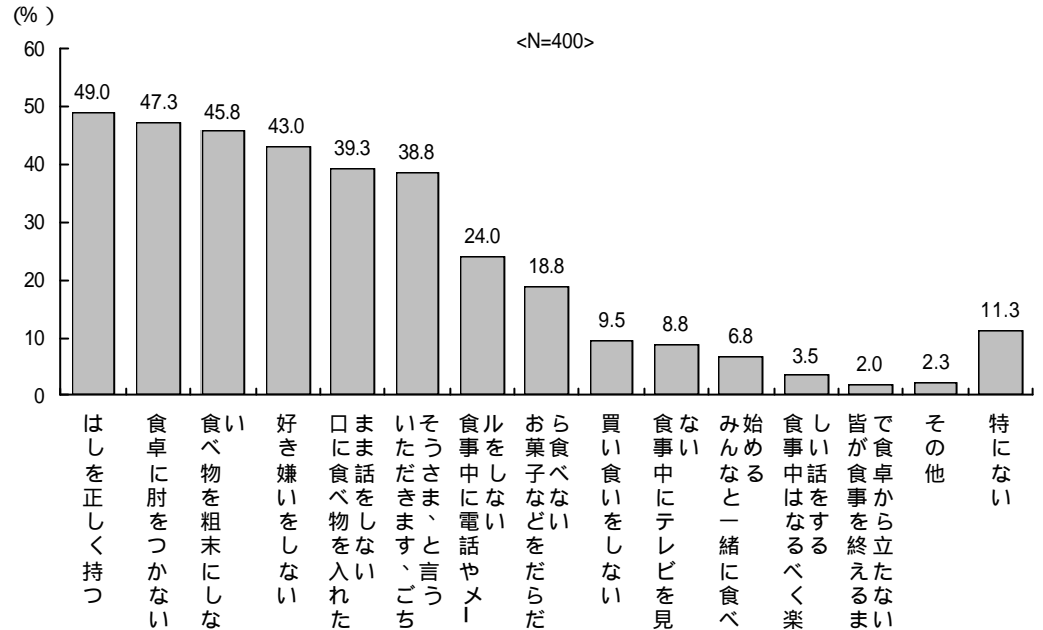
学年別にみると、高学年になるほど高率の項目が多く、《高校3年生》では、「母親」(86.9%)が他の学年の75%前後に比べて高めです。ただ、低学年ほど「学校の授業(調理実習)」はやや高くなっています。

2. 子どもの頃から家で食事のマナーについて守るように言われてきたこと

「はしを正しく持つ」(49.0%)をはじめ、「食卓に肘をつかない」(47.3%)、「食べ物を粗末にしない」(45.8%)、「好き嫌いをしない」(43.0%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(39.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(38.8%)、「食事中に電話やメールをしない」(24.0%)ことなどをしつけられてきたが、「特にない」も11.3%

《女子》の方がしつけられてきたことは多い

図 38. 子どもの頃から家で食事のマナーについて守るように言われてきたこと（複数回答）



性別	男子 <n=200>	47.0	42.5	42.5	45.0	37.0	32.0	15.5	15.0	8.0	8.0	5.0	3.0	1.5	1.0	12.5
	女子 <n=200>	51.0	52.0	49.0	41.0	41.5	45.5	32.5	22.5	11.0	9.5	8.5	4.0	2.5	3.5	10.0
学年	高校1年生 <n=135>	49.6	48.1	45.9	41.5	34.8	37.8	23.7	21.5	11.9	8.9	5.2	1.5	0.7	-	13.3
	高校2年生 <n=135>	48.1	50.4	40.7	45.2	38.5	36.3	23.0	17.0	6.7	5.9	8.1	5.9	3.0	3.0	10.4
	高校3年生 <n=130>	49.2	43.1	50.8	42.3	44.6	42.3	25.4	17.7	10.0	11.5	6.9	3.1	2.3	3.8	10.0
きょうだい	いない(一人っ子) <n=61>	42.6	36.1	32.8	34.4	29.5	37.7	14.8	9.8	8.2	8.2	1.6	1.6	1.6	1.6	19.7
	いる <n=339>	50.1	49.3	48.1	44.5	41.0	38.9	25.7	20.4	9.7	8.8	7.7	3.8	2.1	2.4	9.7

子どもの頃から家で食事のマナーについて守るように言われてきたのは、どのようなことでしょうか。

「はしを正しく持つ」(49.0%)をはじめ、「食卓に肘をつかない」(47.3%)、「食べ物を粗末にしない」(45.8%)、「好き嫌いをしない」(43.0%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(39.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(38.8%)、「食事中に電話やメールをしない」(24.0%)、「お菓子などをだらだら食べない」(18.8%)などがあげられていますが、最も多い「はしを正しく持つ」も半数弱にとどまっています。また、「何らかのことをしつけられた」(88.8%)人が大半ですが、「特にない」(11.3%)という人も1割強みられます。

性別にみると、《女子》は「食卓に肘をつかない」(男子 42.5%、女子 52.0%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(同 32.0%、45.5%)、「食事中に電話やメールをしない」(同 15.5%、32.5%)など、全般に《男子》に比べて高率の項目が多く、食事のマナーに関するしつけは女子に対して厳しく行われてきたようです。しかし「好き嫌いをしない」(同 45.0%、41.0%)は《男子》のほうが高くなっています。

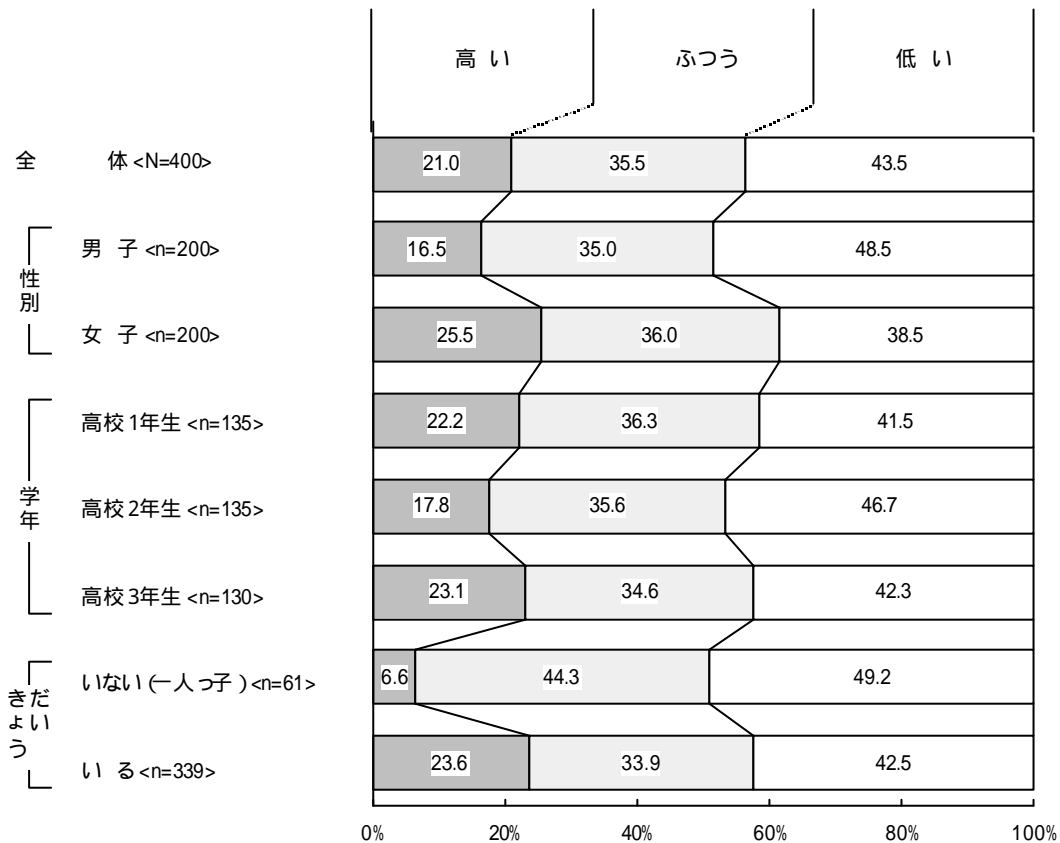
きょうだいの有無別にみると、きょうだいの《いる》人の方が、《いない(一人っ子)》の人に比べてほとんどの

項目で高率となっており、子どもが多い家庭で育つと、マナーについて聞く機会も多くなるようです。

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較すると、「食べ物を粗末にしない」(前回 58.3% 今回 45.8%)、「お菓子などをだらだら食べない」(同 32.8% 18.8%)などは今回の方が低くなっていますが、「はしを正しく持つ」(同 35.0% 49.0%)は逆に今回の方が高率です。

図 39 . <しつけ度>



ちなみに、“子どもの頃から家で食事のマナーについて守るように言われてきたこと”としてあげている項目の個数によって、<しつけ度>を分けてみました(「高い」= 6個以上、「ふつう」= 3～5個、「低い」= 0～2個)。その結果は、「高い」(21.0%)、「ふつう」(35.5%)、「低い」(43.5%)で、「低い」が「高い」の2倍強になっています。

性別にみると、《女子》は《男子》に比べて「高い」が多く、「低い」は少なくなっており、ここでも《女子》の方が厳しくしつけられてきたことが分かります。

きょうだいの有無別にみると、きょうだいがない《一人っ子》のしつけ度が「高い」(6.6%)率に比べ、《いる》(23.6%)場合は大幅に高く、家庭における食事のマナーについての教育の機会が大きく異なっているようです。

表 3 .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（複数回答：しつけ度別）

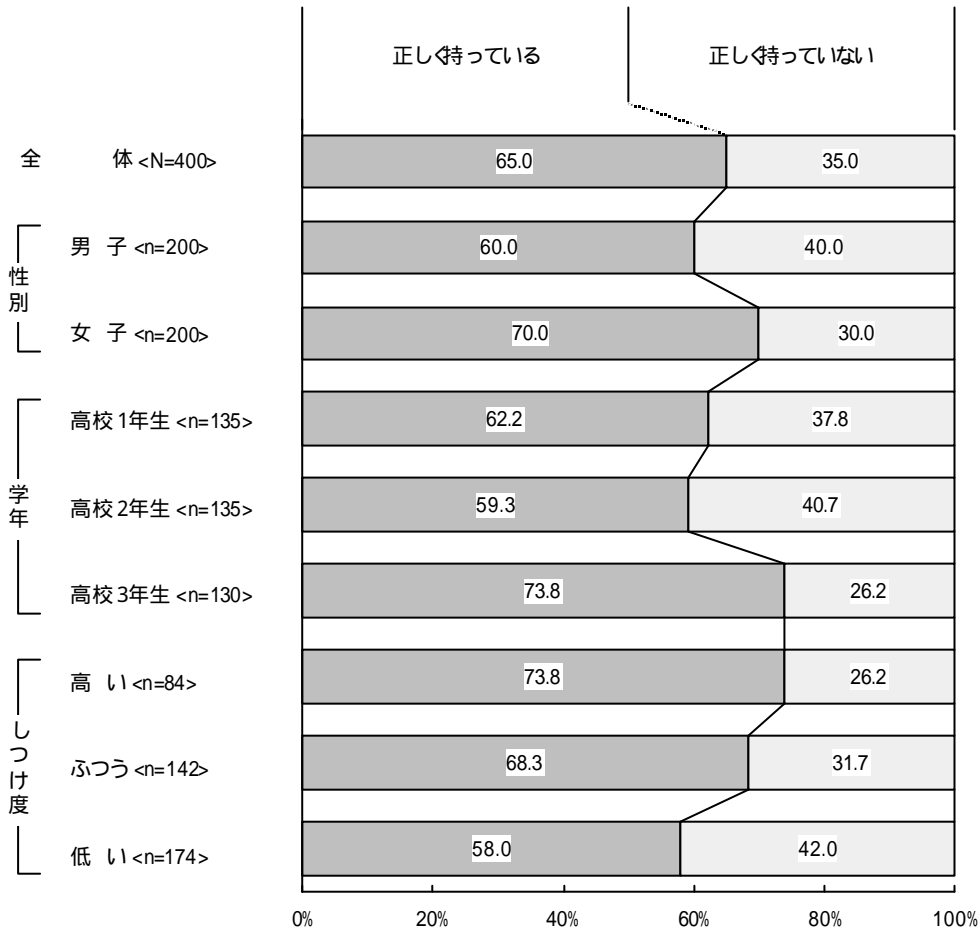
		母親	父親	学校の実習 （調理）	テレビ番組	祖母	友人	外食して	雑誌	祖父	きょうだい	新聞	学校の栄養士	インターネット	学校以外の料理教	その他	特にな
し 度 つ け	高 い <n=84>	95.2	72.6	40.5	29.8	32.1	26.2	20.2	16.7	16.7	16.7	4.8	1.2	2.4	1.2	3.6	1.2
	ふつう <n=142>	81.0	52.8	21.1	22.5	19.0	12.0	7.0	9.9	10.6	7.7	1.4	2.1	1.4	-	-	4.2
	低 い <n=174>	69.5	37.4	13.2	6.9	6.3	9.2	5.7	3.4	2.3	2.3	-	1.1	1.1	1.7	0.6	14.9

なお、この<しつけ度>別に、前項の“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”の結果をみると、しつけ度が高い人ほど「母親」「父親」「学校の実習（調理実習）」「祖母」などほとんどの項目で高い割合となっています。

3. おはしを正しく持っているか

「正しく持っている」(65.0%)人が多数派を占めるものの、「正しく持っていない」(35.0%)人も少なくない
 《男子》(60.0%)よりも《女子》(70.0%)の方が「正しく持っている」という人は多い

図 40. 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どうか、イラストを提示して聞いたところ、「正しく持っている」(65.0%)人は3人に2人の割合で、多数派ではあるものの、「正しく持っていない」(35.0%)人も少なくありません。

性別にみると、《女子》は「正しく持っている」(70.0%)率が《男子》(60.0%)よりも高くなっています。

学年別にみると、「正しく持っている」人は、《高校1年生》(62.2%)《高校2年生》(59.3%)に比べ、《高校3年生》(73.8%)で高くなっています。高校生も、年齢とともにはしの使い方が習熟していく過程にあるようです。

また、食事マナーしつけ度別にみると、しつけ度が高い人ほど「正しく持っている」率が高く、しつけ度が《低い》(58.0%)人に比べ、《高い》(73.8%)人では15ポイントも高くなっています。

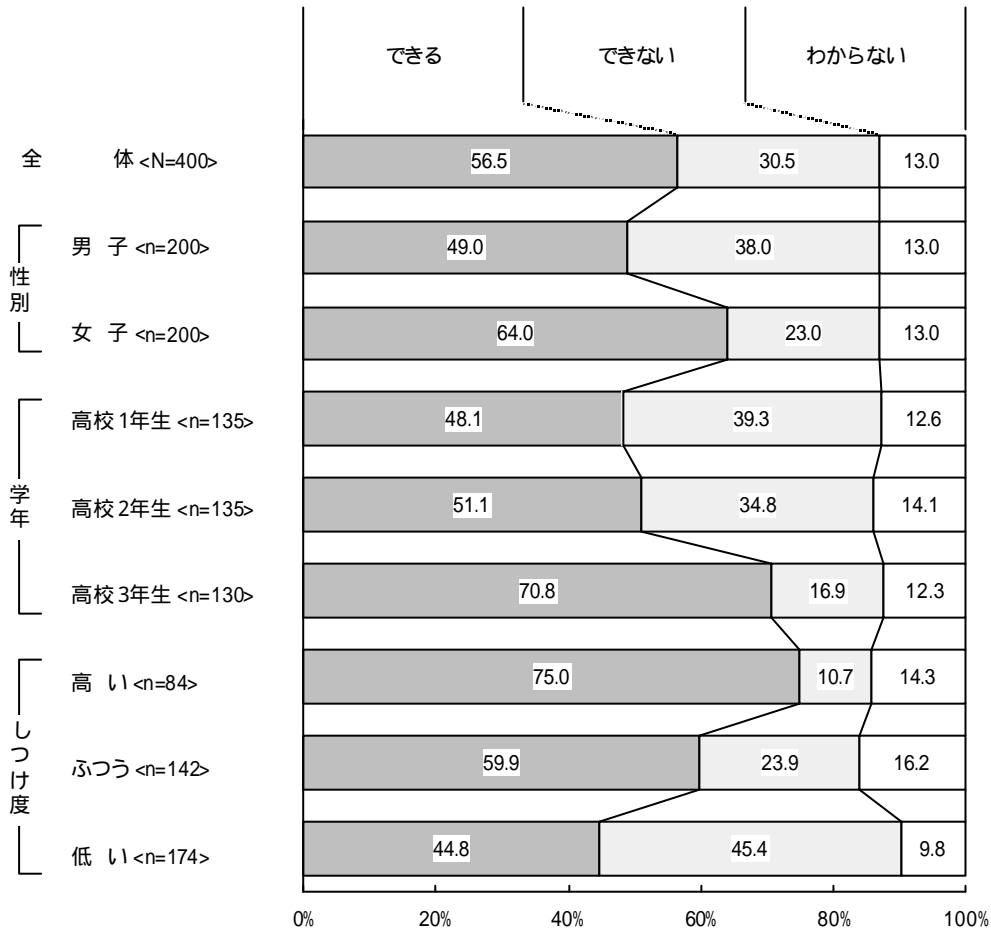
【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「正しく持っている」率は前回 58.0% 今回 65.0%とアップしており、小中学生よりは高校生の方が正しい使い方の習熟が進んでいるようです。

4. ナイフとフォークをきちんと使って食事ができるか

“はしの持ち方”と同様、「できる」(56.5%)人が多いものの、「できない」(30.5%)人も3割
 《男子》(49.0%)よりも《女子》(64.0%)の方に「できる」人が多い

図 41. ナイフとフォークをきちんと使って食事ができるか



ナイフとフォークをきちんと使って食事ができるかどうかについても聞いてみました。「できる」(56.5%)という人が半数を超えているものの、「できない」(30.5%)も約3割を占めています。そのほか、「わからない」(13.0%)という人が若干みられますが、できる人の率は前項の“はしの持ち方”と同程度ようです。

性別にみると、前項の“はしの持ち方”のケースと同じく、《女子》は「できる」(64.0%)が《男子》(49.0%)よりも高くなっています。

学年別にみると、「できる」率が、《高校1年生》(48.1%)と《高校2年生》(51.1%)の5割前後に比べ、《高校3年生》(70.8%)で急に高くなっており、前項の“はしの持ち方”のケースと同様です。

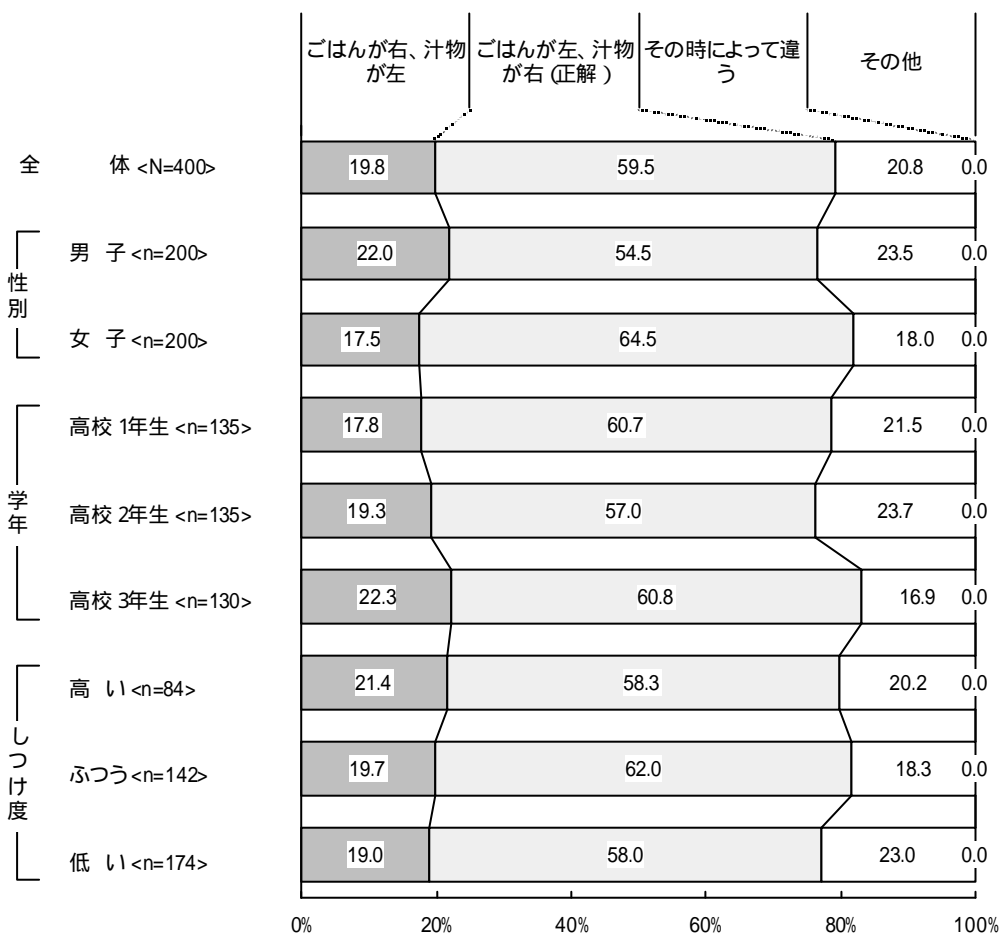
食事マナーしつけ度別にみると、しつけ度の高い人ほど「できる」率がはっきりと高くなっています。

5. ごはんと汁物がある食事の時、どのように置いて食事をする人が多いか

「ごはんが左、汁物が右」(59.5%)と正解の置き方をしている人がほぼ6割を占めるが、「その時によって違う」(20.8%)や「ごはんが右、汁物が左」(19.8%)など、マナー無視も合わせて4割(40.5%)

正解は、ここでも《男子》(54.5%)より《女子》(64.5%)に多い

図 42. ごはんと汁物がある食事の時、どのように置いて食事をする人が多いか



ごはんと汁物がある食事の時、「ごはんが左、汁物が右」と置くのが正しいマナーですが、実際にはどのように置いて食事をする人が多いか聞いてみたところ、「ごはんが左、汁物が右」(59.5%)と正しい置き方をしている人がほぼ6割と多数を占めていますが、「その時によって違う」(20.8%)や「ごはんが右、汁物が左」(19.8%)など、マナーを知らないか、無視している人も合わせて4割(40.5%)に達しています。

性別にみると、《女子》は、正しい「ごはんが左、汁物が右」(64.5%)が、《男子》(54.5%)より高く、《女子》のマナーの身に付き方が表れています。

学年別にみると、いずれも「ごはんが左、汁物が右」が6割前後で、大きな差はありません。

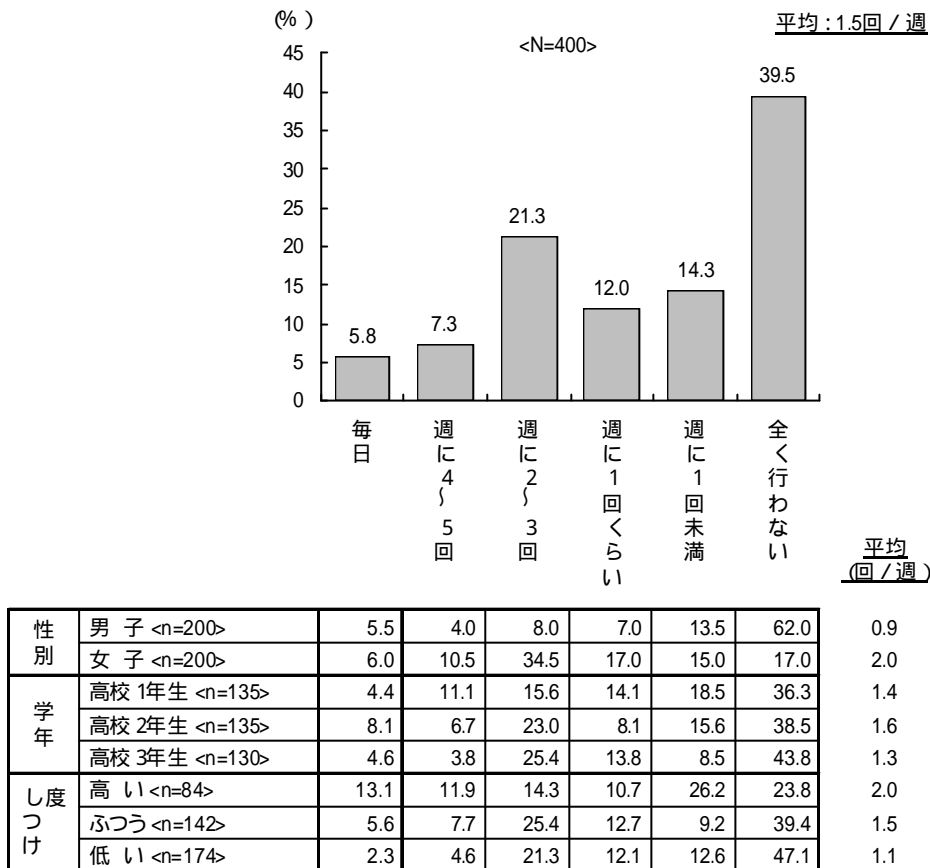
食事マナーしつけ度別にみると、しつけ度の高い人ほど正解が多いというわけではなく、しつけというより、家庭の生活習慣が影響するのかもしれない。

6. 家で、食事の支度をしたり手伝ったりする程度

ほぼ4割の人は「全く行わない」(39.5%)、「行う」(60.5%)人の頻度は、「週に2~3回」(21.3%)が最も多く、平均は週に1.5回」

手伝いを「行う」割合は《男子》の4割弱(38.0%)に対し、《女子》では8割強(83.0%)と大差

図 43. 家で、食事の支度をしたり手伝ったりする程度



家で、どの程度食事の支度をしたり手伝ったりしているかをみると、ほぼ4割の人は「全く行わない」(39.5%)と答えています。何らかの手伝いを「行う」(60.5%)人は6割で、その頻度は「週に2~3回」(21.3%)、「週に1回未満」(14.3%)、「週に1回くらい」(12.0%)とさまざまです。平均は週に「1.5回」で、食事の手伝いをすとしてもごくたまにというのが実情のようです。

性別にみると、《女子》は手伝いを「行う」(83.0%)が8割強なのに対し、《男子》(38.0%)では4割弱と大きな差があります。平均の頻度も、《女子》(2.0回)が《男子》(0.9回)の2倍以上に達しています。

学年別にみると、《高校3年生》の手伝う割合が低めですが、あまり大きな差ではありません。

食事マナーしつけ度別にみると、しつけ度が高い人ほど手伝う頻度も高く、平均はしつけ度が《高い》(2.0回)人が、《低い》(1.1回)人の2倍近い頻度となっています。

以下、手伝いを「行う」という人を対象に、その詳細を聞いた結果をみていきます。

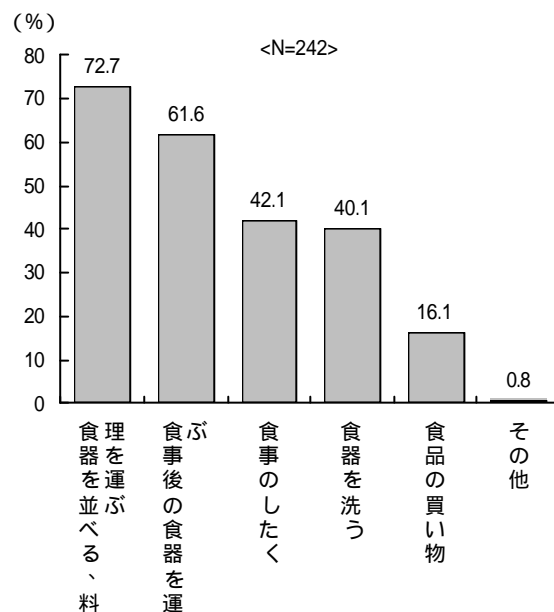
「食器を並べる、料理を運ぶ」(72.7%)、「食事後の食器を運ぶ」(61.6%)、「食器を洗う」(40.1%)、「食品の買い物」(16.1%)といった食前・食後の手伝いが多いが、「食事のしたく」(42.1%)をしている人も4割強

「食事のしたく」は「お米をとぐ」(77.5%)、「ご飯を炊く」(69.6%)、野菜などの皮をむく・切る」(57.8%)、野菜などを洗う」(52.0%)など、下ごしらえが多いものの、「料理を作る」(35.3%)という人も

「食事のしたく」に参加するようになったのは平均「10.9歳」

a) 食事の支度をしたり、手伝ったりしていること

図 44 . 食事の支度をしたり、手伝ったりしていること (複数回答)



性別	男子 <n=76>	72.7	61.6	42.1	40.1	16.1	0.8
	女子 <n=166>	75.3	66.3	44.6	45.8	15.7	1.2
学年	高校1年生 <n=86>	68.6	57.0	40.7	38.4	17.4	1.2
	高校2年生 <n=83>	78.3	57.8	42.2	34.9	13.3	-
	高校3年生 <n=73>	71.2	71.2	43.8	47.9	17.8	1.4

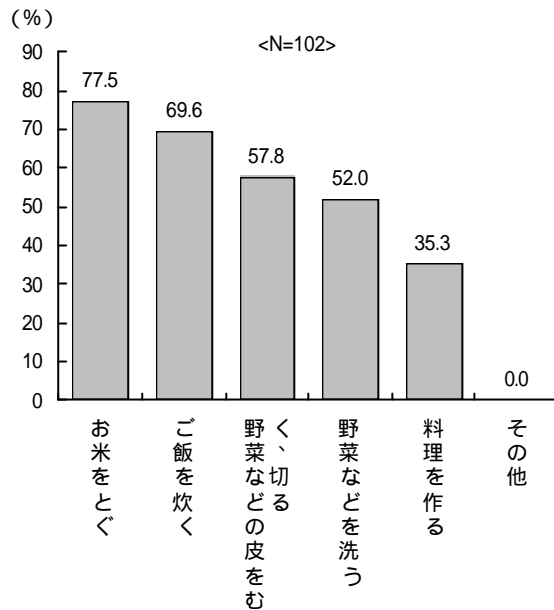
食事の支度をしたり、手伝ったりしていることの内容をみると、「食器を並べる、料理を運ぶ」(72.7%)、「食事後の食器を運ぶ」(61.6%)、「食器を洗う」(40.1%)、「食品の買い物」(16.1%)といった食前・食後の手伝いが多くなっていますが、実際の調理を含む「食事のしたく」(42.1%)をしている人も4割強とかなりみられます。

性別にみると、《女子》の方がほとんどの項目で高率を示しており、全般的によく手伝っています。しかし、《男子》も「食事のしたく」(36.8%)をしている人が4割近くになっています。

学年別にみると、《高校3年生》で「食事後の食器を運ぶ」(71.2%)、「食器を洗う」(47.9%)が高めです。

b)「食事のしたく」では、どんなことをしているか

図 45 .「食事のしたく」では、どんなことをしているか（複数回答）



性別	男子 <n=28>	78.6	57.1	25.0	14.3	28.6	-
	女子 <n=74>	77.0	74.3	70.3	66.2	37.8	-

「食事のしたく」をしていると答えた人に、具体的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」（77.5%）、「ご飯を炊く」（69.6%）、「野菜などの皮をむく、切る」（57.8%）、「野菜などを洗う」（52.0%）など、下ごしらえが上位を占めていますが、「料理を作る」（35.3%）という人も3人に1人以上みられます。

性別にみると、《女子》はほとんどの項目が《男子》より高く、特に野菜の下ごしらえについては差が大きくなっています。しかし、「お米をとぐ」だけは、わずかながら《男子》のほうが高率です。

なお、「料理を作る」という人の、よく作る料理名（自由回答）は以下の通りです（単位：件）。

- ・カレーライス …… 7
- ・サラダ …………… 4
- ・餃子 …………… 3
- ・チャーハン …… 3
- ・野菜炒め ……… 3

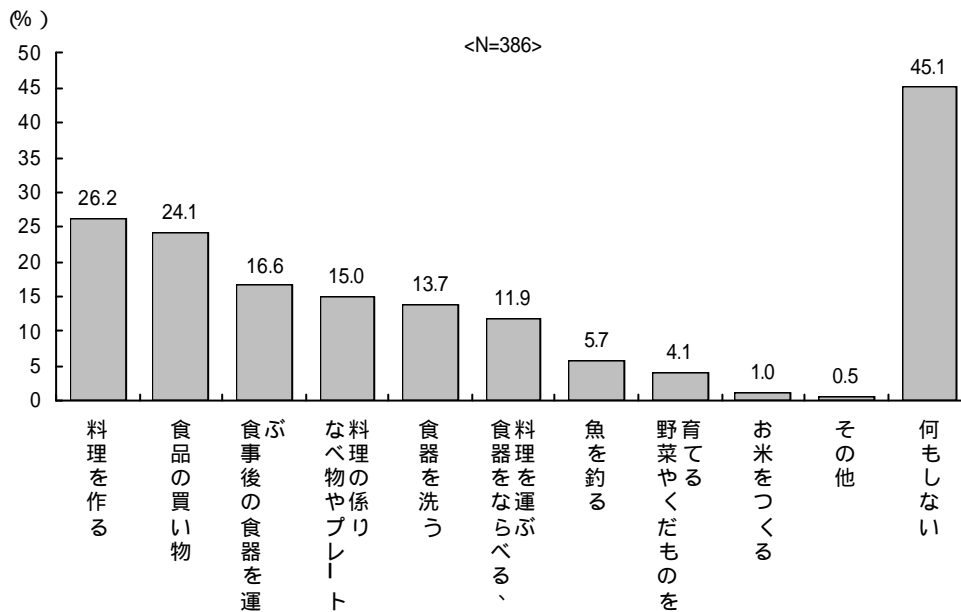
c)「食事のしたく」に参加するようになった年齢

「食事のしたく」に参加するようになった年齢は、「覚えていない」（27.5%）という人もいますが、「13～15歳」（30.4%）、「10～12歳」（21.6%）、「7～9歳」（11.8%）、「4～6歳」（8.8%）の順で、平均「10.9歳」となっています。

7. 父親は、食べ物や食事についてどんなことをしているか

半数強は“何らかをしている”(54.9%)父親で、そのうち最も多いのは「料理を作る」(26.2%)。以下、「食品の買い物」(24.1%)、「食事後の食器を運ぶ」(16.6%)、「なべ物やプレート料理の係り」(15.0%)、「食器を洗う」(13.7%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(11.9%)の順

図 46. 父親は、食べ物や食事についてどんなことをしているか（父親が同居の世帯）(複数回答)



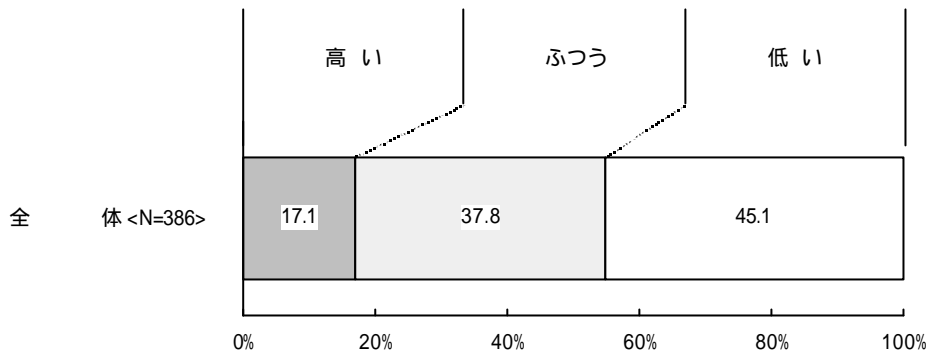
父親は、食べ物や食事についてどんなことをしているのでしょうか。

「何もしない」(45.1%)という回答が半数近くで、残りの半数強が“何らかをしている”(54.9%)と回答しています。その内容としては、「料理を作る」(26.2%)がトップで、“男の料理”を披露する父親が少なくありません。以下、「食品の買い物」(24.1%)、「食事後の食器を運ぶ」(16.6%)、「なべ物やプレート料理の係り」(15.0%)、「食器を洗う」(13.7%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(11.9%)など家庭の食に係わっています。

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「料理を作る」(前回 33.6% 今回 26.2%)、「なべ物やプレート料理の係り」(同 25.8% 15.0%)が減り、「何もしない」(同 33.3% 45.1%)が増えています。子どもが大きくなると、父親の参加度は低くなるのか、父親の年齢による違いもあるのでしょうか。

図 47 . <参加度>



ちなみに、父親が食べ物や食事に関して行っていることの個数にしたがって、父親の<参加度>を「高い」= 3個以上、「ふつう」= 1～2個、「低い」= 0個に分類してみたところ、「高い」(17.1%)、「ふつう」(37.8%)、「低い」(45.1%)という率になりました。

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査との比較では、「高い」(前回 17.7% 今回 17.1%)人の率はほとんど変わりませんが、「ふつう」(同 49.0% 37.8%)が減り、「低い」(同 33.3% 45.1%)が増えています。

表 4 . 家で、子どもが食事の支度をしたり手伝ったりする程度 (父親の参加度別)

		%							平均 (回/週)
		毎日	週に 4 回	週に 2 回	週に 1 回 くらい	週に 1 回 未満	全く 行 わ な い		
父参 親加 の度	高い <n=66>	7.6	13.6	25.8	16.7	18.2	18.2	2.0	
	ふつう <n=146>	9.6	8.2	23.3	15.8	15.8	27.4	1.9	
	低い <n=174>	1.7	3.4	18.4	6.9	11.5	58.0	0.9	

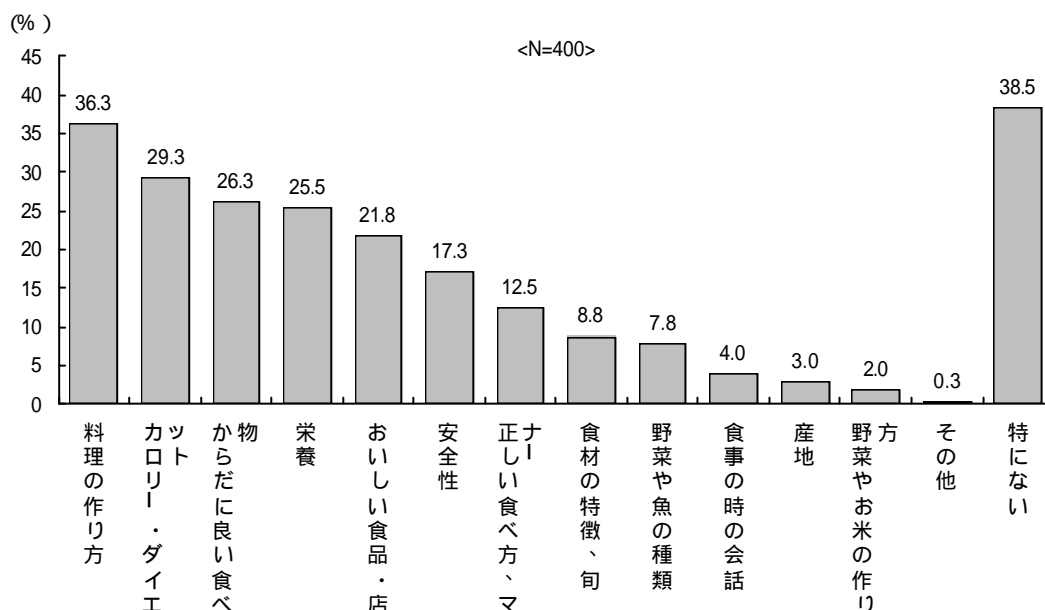
なお、父親の参加度別に、先にみた、子ども自身が“家で、食事の支度をしたり手伝ったりする程度”の違いをみると、父親の参加度が《高い》または《ふつう》の家庭に比べ、《低い》父親の家庭では子ども自身が手伝うことも少なくなっています。父親の食への参加度が、子どもにも大きな影響を与えていることがうかがえます。

1. 食について、関心があること

料理の作り方(36.3%)、カロリー・ダイエット(29.3%)、からだに良い食べ物(26.3%)、栄養(25.5%)、おいしい食品・店(21.8%)、安全性(17.3%)、正しい食べ方、マナー(12.5%)など、関心の幅は広いが、一方、「特にない」(38.5%)と全く関心を示さない高校生も多い

総じて《女子》の方が関心は高い

図 48. 食について、関心があること(複数回答)



性別	男子 <n=200>	女子 <n=200>	料理の作り方	カロリー・ダイエット	からだに良い食べ物	栄養	おいしい食品・店	安全性	正しい食べ方、マナー	食材の特徴、旬	野菜や魚の種類	食事の時の会話	産地	野菜やお米の作り	その他	特にない
男子 <n=200>	26.5	8.5	15.5	18.0	17.5	14.0	9.5	7.5	9.0	4.0	3.5	1.5	0.5	55.0		
女子 <n=200>	46.0	50.0	37.0	33.0	26.0	20.5	15.5	10.0	6.5	4.0	2.5	2.5	-	22.0		
学年	高校 1年生 <n=135>	34.1	23.7	22.2	23.7	20.0	11.9	10.4	5.9	3.7	3.7	1.5	-	-	43.7	
高校 2年生 <n=135>	34.1	28.9	25.9	23.0	19.3	18.5	12.6	8.1	10.4	4.4	3.0	2.2	-	38.5		
高校 3年生 <n=130>	40.8	35.4	30.8	30.0	26.2	21.5	14.6	12.3	9.2	3.8	4.6	3.8	0.8	33.1		

食について、関心があるのはどんなことでしょうか。「料理の作り方(36.3%)」「カロリー・ダイエット(29.3%)」「からだに良い食べ物(26.3%)」「栄養(25.5%)」「おいしい食品・店(21.8%)」「安全性(17.3%)」「正しい食べ方、マナー(12.5%)」などの順となっており、関心を示す範囲は幅広いものとなっています。しかし、一方「特にない(38.5%)」と関心を示さない人も4割弱とかなりの多数にのぼっています。

性別にみると、《女子》は「カロリー・ダイエット」(男子 8.5%、女子 50.0%)、「からだに良い食べ物」(同 15.5%、37.0%)、「料理の作り方」(同 26.5%、46.0%)など、《男子》に比べて高率を示す項目がほとんどで、《女子》の食に対する関心の高さがうかがえます。《男子》では「特にない」(55.0%)が半数を超えており、《女子》(22.0%)より30ポイント以上も高くなっています。

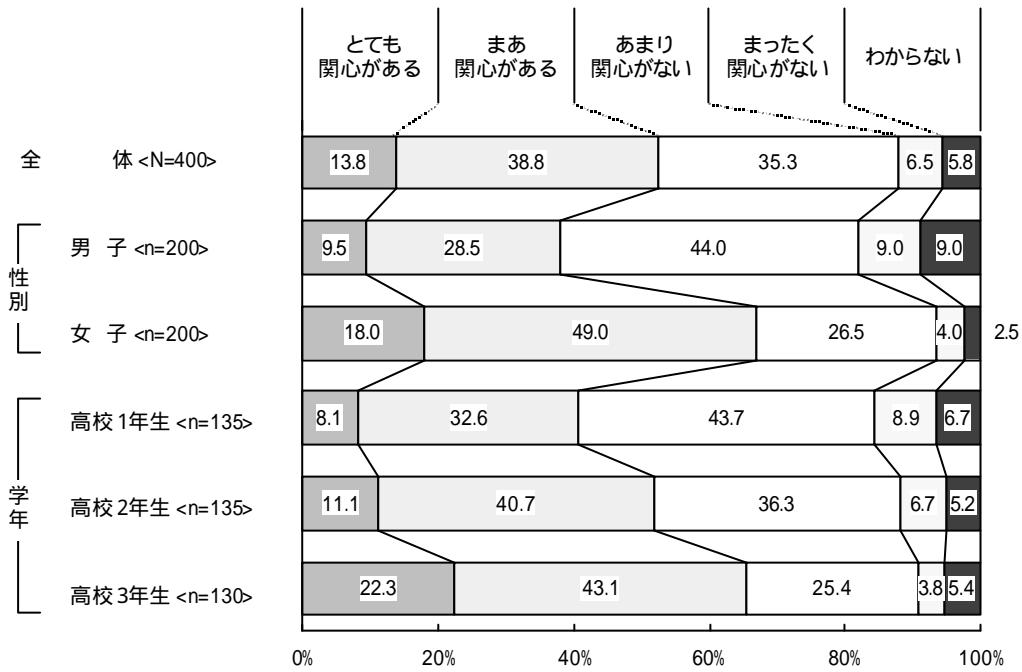
学年別にみると、高学年ほど「カロリー・ダイエット」や「からだに良い食べ物」「安全性」への関心度が高く、逆に低学年ほど「特にない」が高くなっています。

2. 「食の安全」への関心度

「関心がある」(52.5%)の方が多数派だが、「関心がない」(41.8%)人も4割を超える

具体的な関心の内容は、報道が多い「鳥インフルエンザ」(68.1%)と「BSE(狂牛病)」(66.7%)が特に高く、以下「農薬」(43.8%)、「保存期間」(40.5%)、「食品添加物」(28.1%)、「遺伝子組換え食品」(24.3%)、「輸入食品」(23.8%)

図 49. 「食の安全」への関心度



「食の安全」にどの程度の関心があるかをみると、「とても関心がある」(13.8%)の人が1割強おり、「まあ関心がある」(38.8%)を合わせて半数強(52.5%)の人が「関心がある」としています。「あまり関心がない」(35.3%)、「まったく関心がない」(6.5%)を合わせた「関心がない」(41.8%)という人は4割ほどで、「関心がある」人の方が多数派にはなっているものの、関心のない人も少なくはありません。

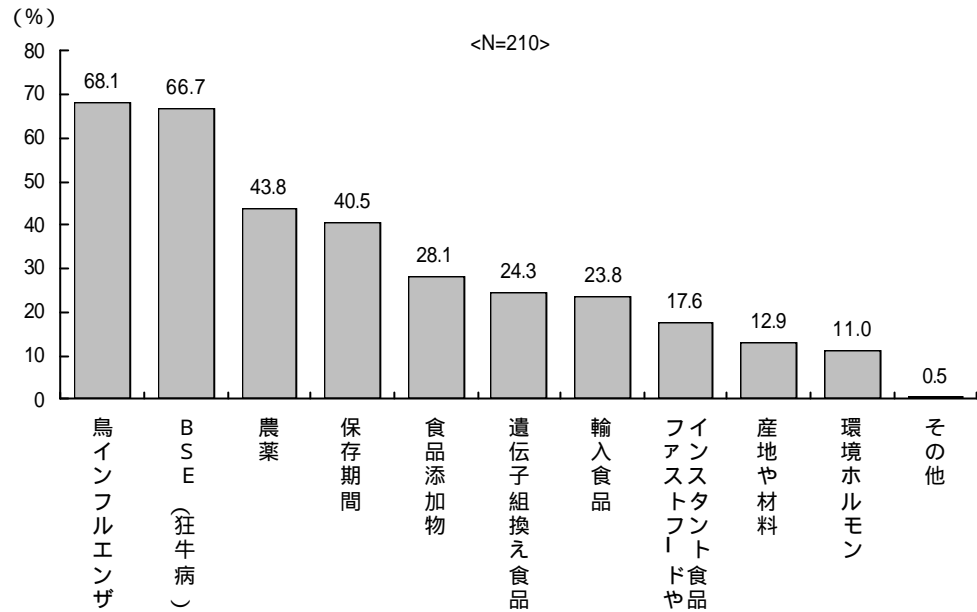
性別にみると、《男子》は「関心がある」(38.0%)の人が4割弱で、「関心がない」(53.0%)という人の方が多いですが、《女子》で「関心がない」(30.5%)人は3割にとどまり、「関心がある」(67.0%)人の方が圧倒的に多くなっています。《女子》の方が大幅に高い関心度を示しています。

学年別にみると、学年が上がるほど急速に関心度も高くなっており、《高校1年生》では「関心がある」(40.7%)より「関心がない」(52.6%)の方が多くなっていますが、《高校2年生》では逆に「関心がある」(51.9%)の方が「関心がない」(43.0%)よりも多数派になっています。《高校3年生》になると、「関心がある」(65.4%)が6割を超え、「関心がない」(29.2%)人は3割を下回っています。

【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「関心がある」(前回 51.5% 今回 52.5%)、「関心がない」(同 38.3% 41.8%)ともあまり変わらず、小中学生から高校生になっても、安全性に対する関心度はあまり変化しないようです。

図 50 . 関心のあること (複数回答)



性別	男子 <n=76>	55.3	57.9	34.2	38.2	32.9	23.7	22.4	11.8	13.2	9.2	1.3
	女子 <n=134>	75.4	71.6	49.3	41.8	25.4	24.6	24.6	20.9	12.7	11.9	-
学年	高校 1年生 <n=55>	60.0	58.2	43.6	45.5	27.3	25.5	23.6	12.7	12.7	7.3	-
	高校 2年生 <n=70>	67.1	64.3	44.3	37.1	24.3	18.6	24.3	17.1	8.6	7.1	-
	高校 3年生 <n=85>	74.1	74.1	43.5	40.0	31.8	28.2	23.5	21.2	16.5	16.5	1.2

“関心がある”と答えた人の、具体的な関心の内容をみると、ニュースなどでこの冬の流行が懸念されている「鳥インフルエンザ」(68.1%)と、アメリカ産牛肉が解禁された(調査実施時)ためか「BSE(狂牛病)」(66.7%)が6割台で多く、以下「農薬」(43.8%)「保存期間」(40.5%)「食品添加物」(28.1%)「遺伝子組換え食品」(24.3%)「輸入食品」(23.8%)「ファーストフードやインスタント食品」(17.6%)「産地や材料」(12.9%)「環境ホルモン」(11.0%)などの順となっています。

性別にみると、《女子》は「鳥インフルエンザ」(男子 55.3%、女子 75.4%)「BSE(狂牛病)」(同 57.9%、71.6%)「農薬」(同 34.2%、49.3%)など、《男子》に比べて高率な項目が多く、ここでも《女子》の関心の高さが表れています。

学年別にみると、学年が上がるほど「BSE(狂牛病)」「鳥インフルエンザ」が高くなっています。学年が上がるにつれ、時事問題への関心が高まるようです。

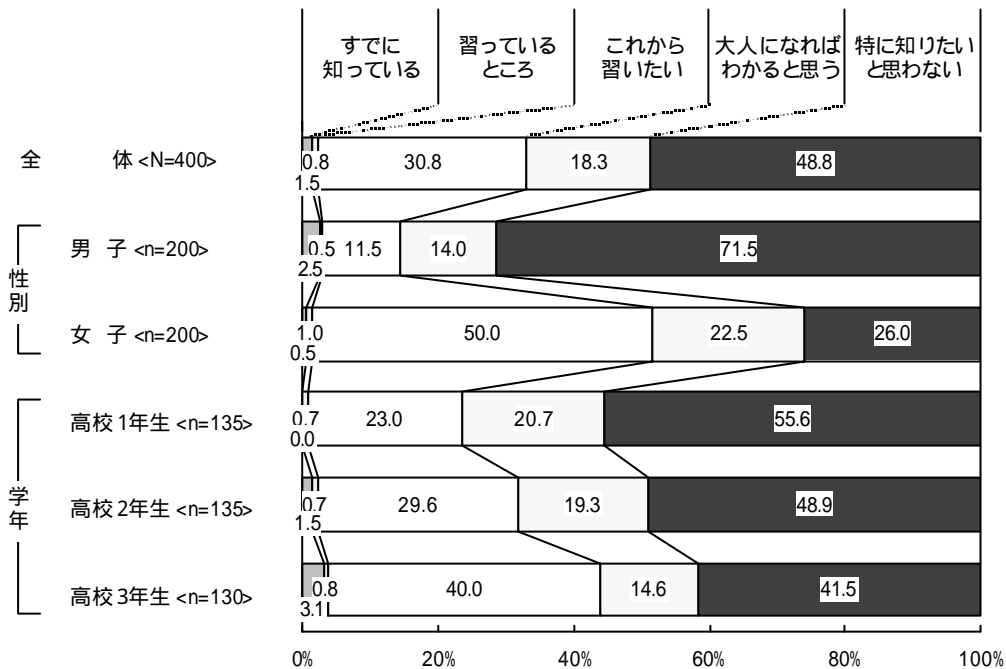
【前回調査との比較】

小中学生を対象にした前回調査と比較してみると、「鳥インフルエンザ」(前回 57.3% 今回 68.1%)「BSE(狂牛病)」(同 54.9% 66.7%)「農薬」(同 21.8% 43.8%)「輸入食品」(同 12.6% 23.8%)「遺伝子組換え食品」(同 11.7% 24.3%)など、今回の方が高率な項目が多いのが目につきます。「食の安全」に関して関心を持っている割合は前回と今回で変わりはありませんでしたが、具体的には、高校生の方が多くの事柄に関心を持っています。あるいは、高校生になって知識が増え、問題点がよく分かるようになったからかも知れません。

3. 郷土料理や行事食の作り方を知りたいと思うか

「特に知りたいと思わない」(48.8%)が半数弱を占め、「すでに知っている」(1.5%)や「習っているところ」(0.8%)はほとんどいないが、「これから習いたい」(30.8%)と意欲を示す人は3割

図 51. 郷土料理や行事食の作り方を知りたいと思うか



郷土料理や行事食の作り方を知りたいと思うかどうか聞いたところ、「すでに知っている」(1.5%)や「習っているところ」(0.8%)という人はごくわずかですが、「これから習いたい」(30.8%)という人が3割みられます。「大人になればわかると思う」(18.3%)人は2割弱で、「特に知りたいと思わない」(48.8%)が半数弱となっています。

性別にみると、《女子》では「これから習いたい」(50.0%)という人が半数に達し、《男子》(11.5%)を大きく上回っているのが目立ちます。《男子》では「特に知りたいと思わない」(71.5%)が多数を占めており、興味がある《男子》はまれなようですが、「すでに知っている」(2.5%)は《女子》(0.5%)を上回っています。

学年別にみると、高学年の人ほど「特に知りたいと思わない」や「大人になればわかると思う」が減り、「これから習いたい」が増えており、学年が上がるにつれて郷土料理や行事食への関心が徐々に高まっています。

4.好きな郷土料理・行事食

「雑煮」(70件)が断然トップで、以下「ちらし寿司」(38件)、栗きんとん」(35件)、お節料理」(28件)などの順

表 5 .好きな郷土料理・行事食(自由回答:ベスト10)

順位		件数	男子	女子
1	雑煮	70	34	36
2	ちらし寿司	38	14	24
3	栗きんとん	35	6	29
4	お節料理	28	12	16
5	おはぎ	18	6	12
6	伊達巻	17	3	14
7	もち	14	7	7
8	数の子	13	6	7
9	赤飯	10	7	3
	煮しめ	10	3	7

好きな郷土料理・行事食を自由回答であげてもらった結果をみると、「雑煮」(70件)が断然多く、2位の「ちらし寿司」(38件)の2倍近い件数となっています。以下、「栗きんとん」(35件)「お節料理」(28件)「おはぎ」(18件)「伊達巻」(17件)「もち」(14件)「数の子」(13件)などが続いています。調査時期が12月のためか、お正月料理が中心になりました。

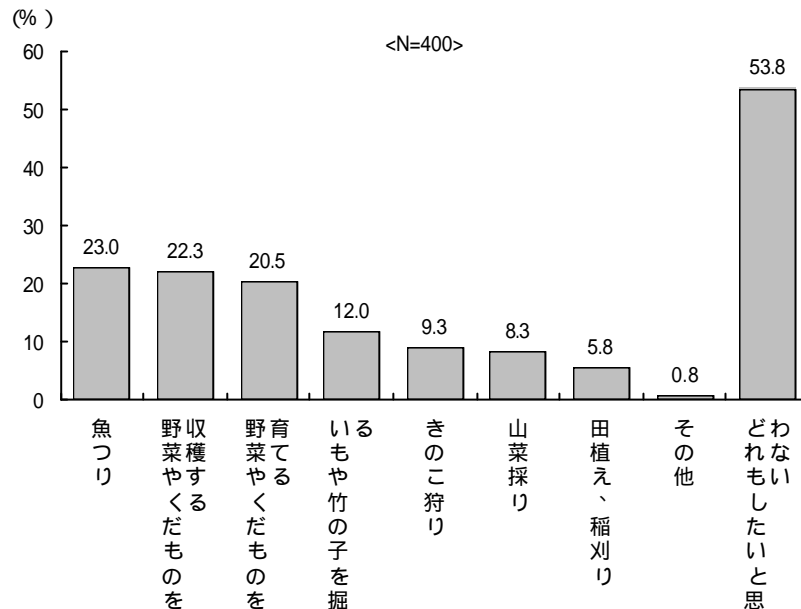
性別にみると、《女子》は「栗きんとん」(男子6件、女子29件)「ちらし寿司」(同14件、24件)「伊達巻」(同3件、14件)など、全般に《男子》より多くあげている項目が多くなっています。

5. 農業や食物の収穫で、行ってみたいこと

「魚つり」(23.0%)、野菜やくだものを収穫する(22.3%)、野菜やくだものを育てる(20.5%)など“何らかをしてみたい”(46.3%)人は半数弱にとどまり、「どれもしたいと思わない」(53.8%)という人が半数強

総じて《男子》よりも《女子》の方が行ってみたいことは多いが、「魚つり」だけは《女子》(16.0%)よりも《男子》(30.0%)の方がかなり高い

図 52. 農業や食物の収穫で、行ってみたいこと(複数回答)



性別	男子 <n=200>	30.0	10.5	12.0	5.5	7.5	7.0	4.5	1.5	60.5
女子 <n=200>	16.0	34.0	29.0	18.5	11.0	9.5	7.0	-	-	47.0
学年	高校 1年生 <n=135>	20.7	16.3	14.8	11.9	7.4	6.7	5.9	0.7	59.3
	高校 2年生 <n=135>	29.6	22.2	19.3	10.4	11.1	8.1	5.2	0.7	49.6
	高校 3年生 <n=130>	18.5	28.5	27.7	13.8	9.2	10.0	6.2	0.8	52.3

農業や食物の収穫で、行ってみたいことを聞いたところ、「魚つり」(23.0%)、「野菜やくだものを収穫する」(22.3%)、「野菜やくだものを育てる」(20.5%)の3つが2割台、そして「いるもや竹の子を掘る」(12.0%)、「きのご狩り」(9.3%)、「山菜採り」(8.3%)が1割前後で続いています。“何らかをしてみたい”(46.3%)人は半数弱にとどまり、「どれもしたいと思わない」(53.8%)という人が半数強で、都市近郊の高校生の“収穫”に対する関心の低さを感じさせる結果となっています。

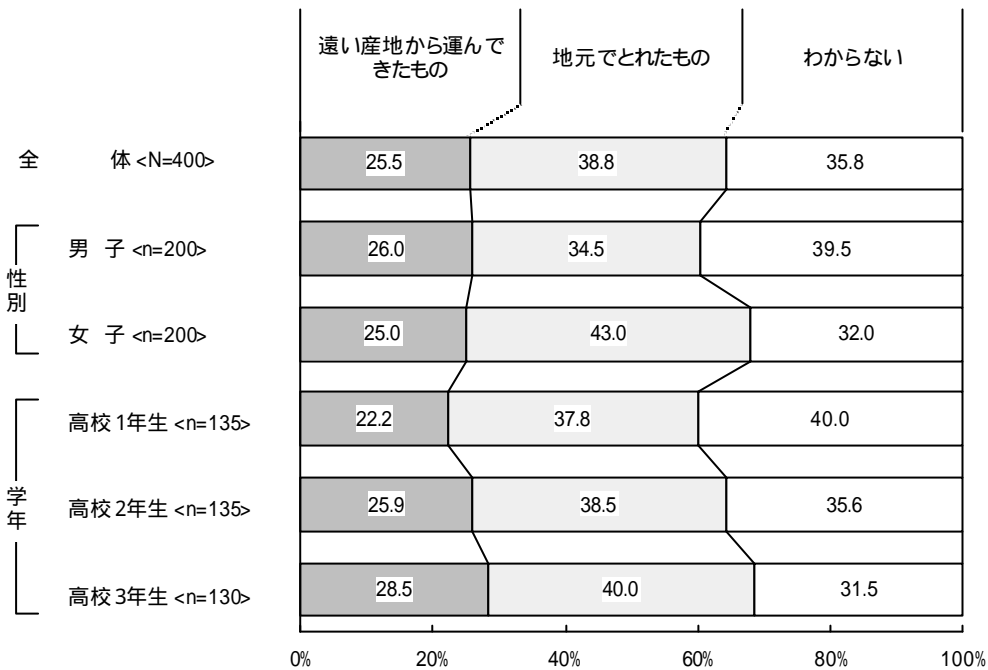
性別にみると、《男子》は「どれもしたいと思わない」(60.5%)が《女子》(47.0%)より10ポイント以上高く、《男子》の関心の低さが目立ちます。《女子》は「野菜やくだものを収穫する」(男子10.5%、女子34.0%)「野菜やくだものを育てる」(同12.0%、29.0%)「いるもや竹の子を掘る」(同5.5%、18.5%)など、ほとんどの項目が《男子》より高率ですが、《男子》は「魚つり」(30.0%)のみ《女子》(16.0%)よりかなり高くなっています。

学年別では、高学年になるほど「野菜やくだものを収穫する」「野菜やくだものを育てる」など“農作業”への関心がやや高まるようです。

6. 遠い産地から運んできた野菜や果物と、地元でとれたもののどちらを利用したいか

「地元でとれたもの」(38.8%)の方が「遠い産地から運んできたもの」(25.5%)を利用したい人よりも多い

図 53. 遠い産地から運んできた野菜や果物と、地元でとれたもののどちらを利用したいか



野菜や果物は、遠い産地から運んできたものと、地元でとれたもののどちらを利用したいと思っているのでしょうか。

「わからない」(35.8%)という人が3分の1以上を占めていますが、それ以外では、「地元でとれたもの」(38.8%)の方が「遠い産地から運んできたもの」(25.5%)を利用したいという人よりも10ポイント以上高くなっています。

性別にみると、「女子」の方が「地元でとれたもの」(43.0%)志向が高く、「男子」(34.5%)より10ポイント近く高率です。

学年別にみると、あまり大きな差ではありませんが、低学年の人ほど「わからない」が多く、学年が上がるほど「遠い産地から運んできたもの」「地元でとれたもの」が共に高くなっています。

なお、それぞれの回答について、そう答えた理由を自由回答であげてもらいました。

まず「遠い産地から運んできたもの」を利用したい理由(単位:件)は、

- ・おいしいから 50
- ・地元にないものがあるから 29
- ・種類が多いから 8
- ・検査に合格しているはずなので安心だから 6
- ・その他 2

といった結果になっており、「味」や「種類」のメリットを感じています。

次いで、「地元でとれたもの」を利用したい理由（単位：件）をみると、

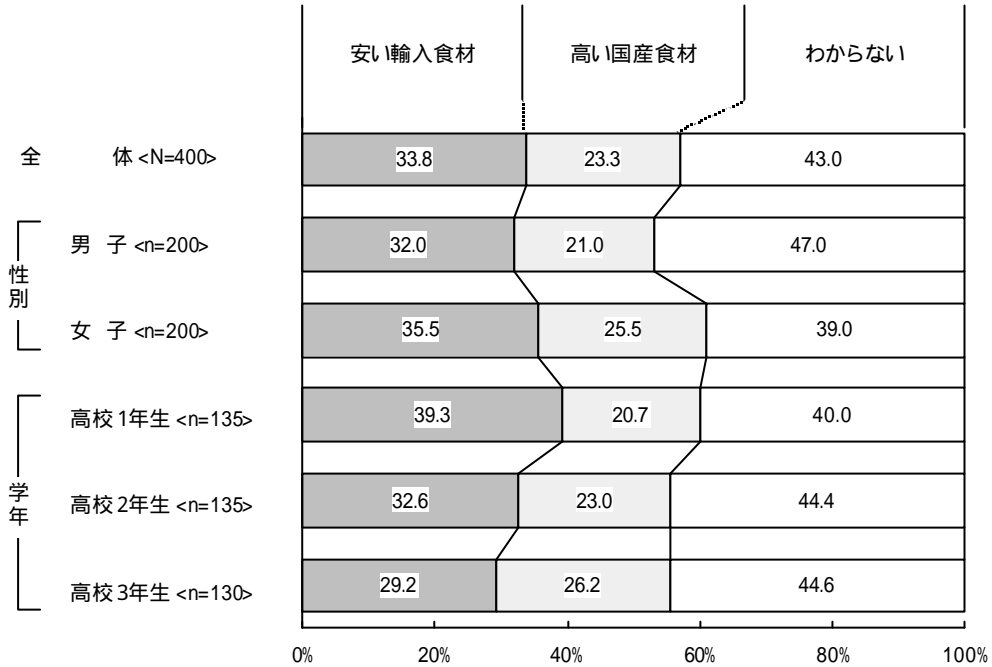
- ・新鮮だから 69
- ・地元のためになるから 33
- ・安全だから 22
- ・価格が安いから 17
- ・おいしいから 14
- ・簡単に手に入るから 12
- ・親近感があるから 4
- ・その他..... 2

などとなっており、とれたてだから新鮮だし、安全性にも信頼が置けること、価格が安いことなどの理由のほかに、「地元のためになるから」と“地元を応援する気持ち”もかなり大きな理由となっているのが目につきます。

7. 野菜や果物などの農産物を購入する時、安い輸入食材と高い国産食材のどちらを選ぶか

「安い輸入食材」(33.8%)の方が「高い国産食材」(23.3%)を選ぶ人より多く、「低価格優先」という意識が強い
 学年が上がるほど「高い国産食材」が幾分増加

図 54. 野菜や果物などの農産物を購入する時、安い輸入食材と高い国産食材のどちらを選ぶか



野菜や果物などの農産物を購入する時、安い輸入食材と高い国産食材のどちらを選びたいでしょうか。

「わからない」(43.0%)が4割強と多くみられますが、それ以外では、「安い輸入食材」(33.8%)の方が「高い国産食材」(23.3%)よりも10ポイント強高く、「低価格優先」という意識のがうかがえます。

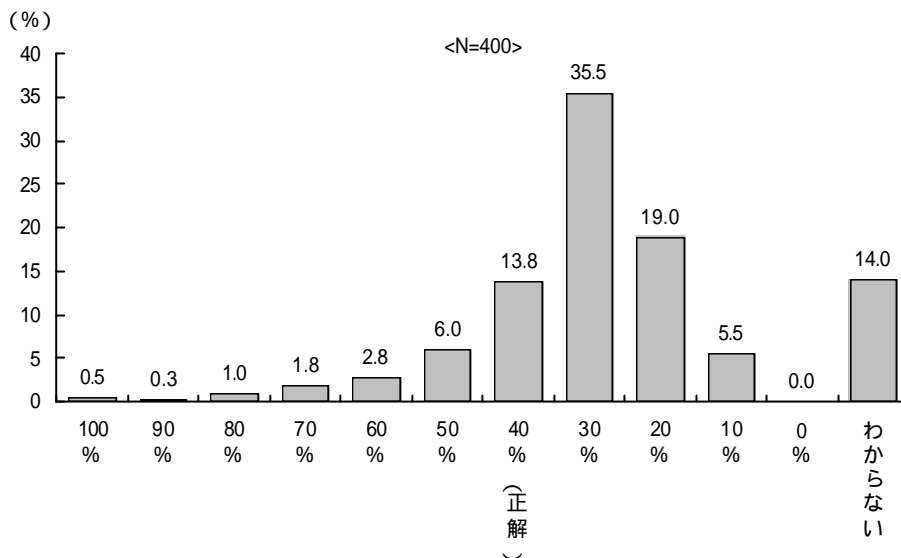
性別によって全体的な傾向は変わりませんが、《男子》は「わからない」(47.0%)がやや高めです。

学年別では、低学年の人ほど「安い輸入食材」、高学年の人ほど「高い国産食材」がやや高くなっています。

8 . 現在、日本の食料自給率はどれくらいだと思うか

「40% (正解)」「(13.8%)」を答えた人は1割程度にとどまり、「30%」(35.5%)、「20%」(19.0%)と、実際よりもっと少ないと考えている人が多い

図 55 . 現在、日本の食料自給率はどれくらいだと思うか



性別	男子 <n=200>	0.5	0.5	2.0	2.0	3.0	6.0	15.0	34.0	18.0	5.5	-	13.5
	女子 <n=200>	0.5	-	-	1.5	2.5	6.0	12.5	37.0	20.0	5.5	-	14.5
学年	高校1年生 <n=135>	-	-	1.5	1.5	3.7	9.6	16.3	28.1	22.2	6.7	-	10.4
	高校2年生 <n=135>	0.7	0.7	1.5	2.2	3.7	4.4	13.3	37.0	11.9	6.7	-	17.8
	高校3年生 <n=130>	0.8	-	-	1.5	0.8	3.8	11.5	41.5	23.1	3.1	-	13.8

現在、日本の食料自給率は40%程度ですが、高校生はどれくらいだと考えているでしょうか。

「40% (正解)」「(13.8%)」と答えた人は1割強にとどまり、「30%」(35.5%)、「20%」(19.0%)と、実際よりもっと少ないと考えている人が多くなっています。また、「わからない」(14.0%)という人もみられ、高校生の認識はかなり不正確と言えます。

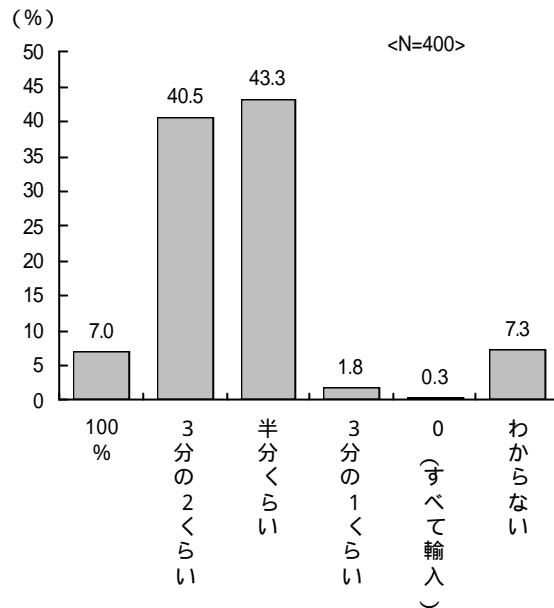
性別による差はほとんどなく、「40% (正解)」との回答も《男子》15.0%、《女子》12.5%とあまり変わりません。

学年別にみると、《高校1年生》で「40% (正解)」と答えた人は16.3%ですが、《高校2年生》(13.3%)《高校3年生》(11.5%)と、高学年になるほどわずかず減っています。教わった時期が影響しているのでしょうか。

9 . 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか

「半分くらい」(43.3%)と「3分の2くらい」(40.5%)が多く、「100%」(7.0%)という人は少ない

図 56 . 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか



性別	男子 <n=200>	6.5	42.0	42.0	1.5	0.5	7.5
	女子 <n=200>	7.5	39.0	44.5	2.0	-	7.0
学年	高校 1年生 <n=135>	7.4	46.7	38.5	1.5	0.7	5.2
	高校 2年生 <n=135>	6.7	38.5	43.0	1.5	-	10.4
	高校 3年生 <n=130>	6.9	36.2	48.5	2.3	-	6.2

では、日本は、どの程度食料を自給すべきだと思っているのでしょうか。

「半分くらい」(43.3%)と「3分の2くらい」(40.5%)がともに4割台で多くなっています。「100%」(7.0%)という人はあまり多くありません。先進国で食料自給率が100%を超える国も多いのですが、高校生はそこまでは期待してはいないようです。

性別による大きな差はありません。

学年別にみると、学年が下の人ほど「3分の2くらい」、学年が上の人ほど「半分くらい」が高くなっており、学年が上がるほど低い自給率でよいと考える傾向がみられます。

東京近郊の高校生 400 人の 食と家族、肥満度とのかかわり

きょうだいのいる家庭で育った高校生は、食卓におけるコミュニケーションが盛んで、食事のマナーについても言われた事柄が多い。食について関心のある事柄も多く、「もったいない」という気持ちが強め

《いない(一人っ子)》場合、食について母親との結びつきが強く、食の安全への関心の高さや、おはしを正しく持つ率の高さ、食事の支度、手伝いの回数に反映

きょうだいの有無以上に、父親の食参加度が家庭の食卓に影響。参加度が高い父親がいると、料理がバラエティに富み、話題も豊富。食を残す子どもが少なくなり、人と一緒に食べるのは楽しいという思いが育つ

<肥満度> 別による違いはあまり明確ではないが、《やせ》の人は、「食が細い」タイプで、食についての関心が全般的に低め。《太り気味・肥満》の人は、ごはんに手作りの温かい料理を家族と一緒に食べ、残すことが少ない

「きょうだいの有無」と、高校生からみた「父親の食参加度」が、高校生の食意識や実態とどのような関わりがあるかみてみました。なお、父親の食参加度による違いは、「食事マナーしつけ度」別の結果とほぼ共通しています。

父親の食参加度(55P)…… 父親が食に参加している事柄として、あてはまる項目が
 3項目以上 《高い》 66 サンプル
 1・2項目 《普通》 146 サンプル
 0(何もしない) 《低い》 174 サンプル

	きょうだいの有無		父親の食参加度		
	《いない》	《いる》	《高い》	《普通》	《低い》
朝ごはんを一緒に食べる人					
「父親」	40.4	27.7	33.3	34.5	26.2
「母親」	73.7	42.9	44.4	45.8	48.8
「きょうだい」		50.8	46.0	42.3	45.2
「ひとりで」	24.6	40.1	44.0	38.0	35.1

きょうだいの《いない》場合のほうが、家族と一緒に朝ごはんを食べる傾向がみられます。

家の夕ごはんに、出来合いのものが出てくる回数

平均(回/週)	1.7	1.9	1.3	1.6	2.2
---------	-----	-----	-----	-----	-----

誰と一緒に夕ごはんを食べることが多いか

「ひとりで」	32.8	26.3	24.2	25.3	31.0
「父親」	45.9	41.3	50.0	47.3	37.9

夕ごはんによく出てくる料理・食品

父親の食参加度が高いほど各料理の率が高く、食卓がバラエティに富んでいます。特に「味噌汁」は差が大きく、例外は「シチュー・カレー」「焼肉・ステーキ」程度です。

食事の時にしていること

「家族と話をする」	70.5	70.2	84.8	78.1	58.0
「テレビをみる」	60.7	66.1	75.8	61.6	62.1
「だまって食べているだけ」	16.4	16.2	15.2	11.6	21.8

食事の時の各話題は、きょうだいの《いる》高校生のほうが、《いない》場合に比べて全般に高くなっています。また、父親の食参加度が高いほど高率になっている話題が多く、低いのは「受験・進学のこと」「ファッション・服装のこと」など少数です。

毎日の食事で好きな食材

きょうだいの有無による好きな食材については、特徴がうかがえません。

父親の食参加度が高いほど、高率になる食材がほとんどで、低くなるのは「肉類」のみです。

好きな主食については、きょうだいの《いる》高校生のほうが、《いない》場合に比べて全般に高く、好みの主食がバラエティに富んでいます。但し「ごはん」の率はほとんど差がありません。

また、父親の食参加度が高いほど高率になる主食がほとんどで、「ごはん」も同様です。

好きな料理のタイプや好きな飲み物についても、上記同様の傾向が見られ、きょうだいがいる家庭や、父親の食参加度が高い家庭は、毎日の食卓が豊かで、嗜好もバラエティに富んでくるようです。

	きょうだいの有無		父親の食参加度		
	《いない》	《いる》	《高い》	《普通》	《低い》
食事を残すことがあるか					
“残す”	41.0	46.6	37.9	46.6	48.3
「残すことはない」	59.0	53.4	62.1	53.4	51.7
食事を残すことについてどう思うか					
「もったいない」	27.9	38.6	66.7	46.6	16.1
「作ってくれた人に悪い」	31.1	34.8	57.6	39.7	18.4
「食べきれない時は仕方がない」	44.3	42.8	43.9	41.1	45.4

おやつ

きょうだいが《いる》場合、おやつを食べる機会が多く、食べる頻度（1日平均1.7回）も《いない》（同1.5回）高校生に比べてやや高くなっています。

父親の食参加度別による明確な違いはありません。

コンビニ、ファストフード

父親の食参加度が《低い》と利用頻度がやや高くなるようです。

飲食店

きょうだいが《いる》ほうが、利用頻度（週平均0.5回）は《いない》（同0.3回）場合より高くなっており、父親の食参加度別では、《ふつう》（同0.6回）が最も高く、《高い》（同0.4回）家庭が最も低くなっています。

一緒に食べると楽しい人

「父親」	44.3	34.8	51.5	48.6	22.4
「母親」	60.7	44.0	59.1	54.8	32.8
「兄弟」		25.1	28.8	26.7	14.4
「姉妹」		20.1	22.7	22.6	11.5
「友だち」	60.7	77.6	89.4	72.6	70.7
「親せきの人」	1.6	4.4	15.2	3.4	0.6

料理や食べ物、食べ方について、学んできた人・方法

きょうだいが《いる》高校生、父親の食参加度が高い家庭の高校生は、学んできた人・方法の各項目が高率で、学ぶ経路が豊富です。特に父親の食参加度が《高い》場合、「父親」（80.3%）から学んだという高校生が、《低

い》(37.9%)家庭に比べて格段に多くなっています。

食について、関心のある事柄

きょうだいの有無別では、《いる》高校生のほうが関心の高い項目が多くなっています。《いない》高校生のほうが高いのは、「からだに良い食べ物」「カロリー・ダイエット」などです。

また、父親の食参加度が高いほど高率の話題がほとんどで、特に「料理の作り方」「からだに良い食べ物」「正しい食べ方、マナー」「野菜や魚の種類」は差が大きくなっています。

	きょうだいの有無		父親の食参加度		
	《いない》	《いる》	《高い》	《普通》	《低い》

「食の安全」への関心度

「関心がある」	59.0	51.3	60.6	65.1	37.5
---------	------	------	------	------	------

ここでは、きょうだい《いない》高校生の関心度のほうがやや高く、父親の食参加度別では《普通》が最も高くなっています。「食の安全」への関心については、母親の影響が強いものと推測されます。

子どもの頃から守るように言われてきたこと

「はしを正しく持つ」	42.9	50.1	66.7	47.3	45.4
「食卓に肘をつかない」	36.1	49.3	69.7	54.8	32.2
「食べ物を粗末にしない」	32.3	48.1	65.2	48.6	37.4
「好き嫌いをしない」	34.4	44.5	60.6	49.3	30.5
「口に食べ物を入れたまま話をしない」	29.5	41.0	50.0	45.2	31.0
「お菓子などをだらだら食べない」	9.8	20.4	22.7	19.9	17.8
「食事中に電話やメールをしない」	14.8	25.7	45.5	27.4	12.6

正しく持っているか、置いているか

おはし「持っている」	67.2	64.6	78.8	63.7	60.9
ナイフとフォーク「きちんと使える」	50.8	57.5	68.2	67.8	41.4
ごはんと汁物					
「ごはんが左、汁物が右」	65.6	58.4	53.0	64.4	58.0

食事の支度、手伝い

「週平均」	1.7回	1.4回	2.0回	1.9回	0.9回
-------	------	------	------	------	------

以上のように、きょうだいのいる家庭で育った高校生は、食卓におけるコミュニケーションが盛んで、食事のマナーについても言われた事柄が多くなっています。きょうだいの人数が多ければ当然とも言える結果ですが、食について関心のある事柄も多く、「もったいない」という気持ちも強めです。《いない(一人っ子)》場合、食について母親との結びつきが強く、食の安全への関心の高さや、おはしを正しく持つ率の高さ、食事の支度、手伝いの回数に反映しているようです。

きょうだいの有無以上に、父親の食参加度が家庭の食卓に影響しているようです。参加度が高い父親がいると、料理がバラエティに富み、話題も豊富です。食事を残す子どもが少なくなり、「もったいない」「作ってくれた人に悪い」という意識も高くなっています。マナーなどについてうるさく言われているようですが、人と一緒に食べるのは楽しいという思いが根底に育っていると言えそうです。父親を参考にしか、食事の支度や手伝いへの参加度や、食への関心も高くなっています。ただ、今回の調査で、父親の食参加度が《高い》とみなしたのは、全体の17.1%にとどまっています。この率が高まれば、高校生の食環境も大きく変化することが推察できます。

また、＜肥満度（日比式）＞別にみると、差のある項目としては以下のようになっています（単位：％）。

	《やせ》	《標準》	《太り気味・肥満》
男子	23.5%	70.5%	6.0%
女子	18.0%	74.0%	8.0%
朝ごはん			
「家で食べる回数（週平均）」	5.7回	6.1回	5.7回
朝ごはん食べているもの			
「ごはん」	61.3	46.1	73.1
「パン」	61.3	70.4	50.0
学校の昼食時によく食べるもの			
「ごはんとおかず」	72.3	64.4	92.6
「おにぎり」	39.8	31.8	18.5
「サンドイッチ」	28.9	29.1	11.1
「パン」	54.2	39.8	37.0
夕ごはん			
「食べる回数（週平均）」	6.3回	6.6回	6.4回
「ひとりで食べる」	34.9	26.0	17.9
出来合いのものが出る回数（週平均）	2.0	1.9	1.6
毎日の食事で好きな食材			
「魚類」	27.7	25.6	42.9
「肉類」	75.9	77.2	92.9
「豆、豆製品」	8.4	10.0	21.4
「卵」	32.5	19.0	46.4
「緑黄色野菜」	19.3	21.5	57.1
「淡色野菜」	24.1	26.6	42.9
「いも類」	15.7	15.9	39.3
「くだもの」	36.1	25.3	42.9
「ごはん・パンなど穀類」	37.3	20.4	50.0
食事の時の話題			
「ファッション・服装のこと」	15.7	11.8	10.7
食事を残すことがあるか			
“残す”	56.6	43.3	39.3
食事を残すことについてどう思うか			
「もったいない」	39.8	33.6	64.3
「作ってくれた人に悪い」	33.7	32.5	53.6
「食べきれない時は仕方がない」	51.8	41.2	35.7

《やせ》 《標準》 《太り気味・肥満》

間食を食べる回数（週平均）1.9回	1.6回	1.8回
コンビニの利用回数（週平均）3.4回	2.6回	3.2回
ファストフード店の利用回数（週平均）0.8回	0.7回	0.7回
飲食店の利用回数（週平均）0.6回	0.5回	0.4回

食について関心のあること

「料理の作り方」41.0	33.2	53.6
「カロリー・ダイエット」22.9	28.7	53.6
「からだに良い食べ物」25.3	23.9	53.6
「栄養」25.3	24.2	39.3
「おいしい食品・店」27.7	17.6	46.4
「安全性」22.9	14.5	28.6
「正しい食べ方、マナー」22.9	9.0	17.9

食の安全について「関心がある」47.0	52.9	64.3
-----------------	-----------	------	------

< 肥満度 > 別による実態・意識の違いはあまり明確ではありませんが、

《やせ》の人は、夕ごはんを「ひとりで食べる」ケースが比較的多く、出来合いのおかずやコンビニ、ファストフードの利用もやや多くなっています。やせたいと思っているというような傾向は特にうかがえませんが、食事の時の話題として「ファッション・服装のこと」がやや高めです。また、好きな食材としてあげている各項目の率が低く、食事を残すことのある人が多くなっています。食事を残すことについて「食べきれない時は仕方がない」と思っている人も多く、“食が細い”タイプなのかもしれません。また、食についての関心が全般的に低めです。

一方、《太り気味・肥満》の人が朝ごはんに食べているのは「パン」よりも「ごはん」の方が多く、昼食も「ごはんとおかず」が多くなっています。また、家のごはんに出てくる回数が出にくく、手作りの温かい食事を食べすぎているのかもしれません。また、夕食を「ひとりで」食べているケースが少ないことから、家族と一緒に食がすすんでいることがうかがえます。毎日の食事で好きな食材としてあげる項目が多く、好き嫌いも少ないようです。さらに、《太り気味・肥満》の人は、食事を残すことが少なく、また食事を残すことに罪悪感を抱く傾向が強くなっています。

なお、食卓のマナーのしつけや、手伝いの実態などについては差がみられません。