

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』

2017 年 5 月

農林中央金庫

# 目次

■調査企画	1
■調査結果の内容	5

## I 東京近郊の高校生 400 人に聞く 三食の摂取の実態と意識

1. 朝ごはん	7
---------	---

家で、朝ごはんを「毎日」食べる人が7割強(73.3%)を占めるが、残りの4人に1人強は“家で毎日は食べない”(26.8%)。中には朝ごはんを「食べない」(3.5%)という人も。平均は、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」(78.5%)が突出して多く、次いで「食欲がない」(21.5%)。

一緒に食べる人は「きょうだい」(41.5%)や「母親」(33.7%)が多いが、「ひとりで」(50.5%)がそれ以上の割合。「父親」(15.0%)は母親の半分以下の割合。

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」(50.8%)が最も多く、以下「いつもみんな好きな時に食べているから」(27.2%)、「家を出るのが家族より遅いから」(23.1%)など、“家族と生活時間が違う”という理由が主。

朝ごはんに食べているものは、「ごはん」(71.5%)と「パン」(70.7%)が拮抗。以下「卵料理」(50.3%)、「牛乳・ヨーグルト」(46.4%)、「味噌汁」(44.6%)、「ハム・ベーコン」(40.9%)の順で、朝ごはんは“和洋折衷”。

●《男子》は「ごはん」(74.2%)、《女子》は「パン」(73.5%)がトップ。

朝ごはんのメニューは、家族と“同じ” (65.5%)という人が過半数を占めるが、“違う”(19.7%)という人が5人に1人の割合。

2. 昼ごはん	13
---------	----

学校での昼食は、「弁当を親に作ってもらう」(91.8%)が圧倒的だが、「コンビニなど校外の店で買う」(27.3%)、「学校の売店で買う」(24.5%)といった“買い食い派”や、「学校の食堂、カフェテリアなどを利用する」(15.5%)人もみられる。

よく食べるものは、「ごはんとおかず」(95.0%)が断然多く、以下「おにぎり」(37.1%)、「パン」(34.3%)、「サンドイッチ」(16.8%)、「うどん・そば」(11.0%)などの順で、洋食系よりも和食系の方が優位。

### 3. タごはん..... 15

家で、夕食を「毎日」食べるという人が8割弱(77.8%)を占めるが、2割強は“家で毎日は食べない”(22.3%)。

タごはんを家で食べない日がある理由は、「外で食べる」(62.9%)が最も多く、次いで「塾や習い事がある」(29.2%)、「太りたくない」(7.9%)など。

一緒にタごはんを食べることが多い人は、「母親」(80.4%)が最も多く、次いで「きょうだい」(69.0%)、やや差があつて「父親」(39.8%)、「ひとりで」も2割強(23.7%)。

「ひとりで」食べる理由は、「部活やスポーツクラブでおそくなるから」(53.2%)、「塾や習い事に行くから」(36.2%)、「家族が帰ってくるのがおそいので」(12.8%)と“時間が合わない”という理由が多い。

よく出てくる料理は、「味噌汁」(79.1%)、「サラダ」(72.0%)、「野菜などの炒め物」(70.8%)、「チキンなどの揚げ物」(70.0%)、「シチュー・カレー」(65.0%)、「焼き魚」(59.9%)、「野菜・魚などの煮物」(56.4%)、「ギョウザ・シューマイ」(53.4%)など、和洋・中華系を問わずさまざま。

タごはんで好きな料理は、「唐揚げ」(92件)、「ハンバーグ」(89件)、「カレーライス」(84件)がトップ3。

「買ったおかず」など手作り以外のものが出る頻度は、「1～2回」(37.8%)、「3～4回」(12.6%)など“出る”(56.9%)という家庭が過半数を占め、「出ない」家庭は2割強(21.2%)。

### 4. 1日、何膳くらい「ごはん」を食べるか..... 22

「2～3膳未満」(23.8%)や「3～4膳未満」(41.5%)が多く、“2～4膳未満”(65.3%)という人が約3人に2人の割合。平均は、1日あたり「3.2膳」。

●平均は、《男子》(3.8膳)の方が《女子》(2.6膳)より「1.2膳」多い。

## II 東京近郊の高校生400人に聞く 食事や料理に対する意識

### 1. 家で食事の時にしていること..... 23

「家族と話をする」(84.5%)、「テレビを見る」(84.3%)が多いが、「スマホや携帯電話で話す、メールをする」(11.3%)や「だまって食べているだけ」(9.8%)という高校生も。

### 2. 家で食事の時、家族と話していること..... 24

「学校で起きたできごと」(69.0%)、「友だちのこと」(54.8%)、「家族や親戚のこと」(29.0%)、「クラブ活動」(28.8%)、「勉強のこと」(24.0%)など“子どもの身の回りの話題”や、「テレビ番組やタレントのこと」(47.8%)、「ニュース」(29.0%)、「スポーツ」(20.8%)などを話題にしている。

●「学校で起きたできごと」「友だちのこと」「テレビ番組やタレントのこと」など、全般的に《女子》の方が高い割合の項目が多いが、「ニュース」「スポーツ」は《男子》の方がよく話題にしている。

### 3. 毎日の食事で好きな食材..... 26

「肉類」(84.5%)が突出して多く、以下「ごはん・パンなど穀類」(54.8%)、「くだもの」(43.3%)、「卵」(39.8%)、「魚類」(37.0%)、「いも類」(32.3%)、「淡色野菜」(30.8%)などの順。

●《男子》は「肉類」、《女子》は「くだもの」「いも類」「淡色野菜」「わかめ・昆布など藻類」が高く、《女子》の方が健康バランス志向が強い。

4. 主食で好きなもの ..... 27

「ごはん」(87.3%)が最も好きで、以下「ラーメン」(55.8%)、「パン」(53.5%)、「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」(47.8%)、「パスタ」(45.3%)、「うどん」(41.3%)、「もち」(27.5%)など。

●朝ごはんで食べている「パン」(70.7%)は「ごはん」(71.5%)と同程度だが、好きな主食では「ごはん」が 30 ポイント以上の差で断然リード。

5. 「ごはん」をどのようにして食べるのが好きか ..... 28

「白いごはんのままで」(67.8%)が最も多く、以下「チャーハン」(47.5%)、「納豆や卵をかける」(43.8%)、「味付けご飯」(30.3%)などの順。

6. 嫌いな食べ物 ..... 29

「トマト」(38件)、「ピーマン」(37件)、「魚」(35件)、「セロリ」(30件)、「なす」(29件)がワースト5。次いで「きのこ類」「野菜全般」(各25件)、「にんじん」(23件)、「ゴーヤ」(21件)、「納豆」(18件)が続き、ワースト10には“野菜類”が目立つ。

●《男子》では「トマト」(20件)、《女子》は「ピーマン」(22件)が1位。

7. 好きな料理のタイプ ..... 30

「洋食」(73.5%)と「和食」(72.3%)が同程度で群を抜いており、以下「中華」(49.5%)、「イタリアン」(40.0%)、「韓国」(18.3%)などの順。

●「イタリアン」は《男子》(34.0%)よりも《女子》(46.0%)の方が好き。

8. 好きな飲み物 ..... 31

「コーラなど炭酸飲料」(52.3%)、「日本茶」(50.3%)、「ジュース(果汁 100%)」(48.0%)、「果汁飲料」(42.0%)、「紅茶」(38.0%)、「ウーロン茶」(34.8%)、「乳酸・乳酸菌飲料」(30.3%)など、さまざまな飲料があげられている。

9. 食事を残すことがあるか ..... 32

3人に1人強(34.3%)が“残す”。

●《男子》(31.0%)よりも《女子》(37.5%)の方が“残す”割合がやや高い。

10. 食事を残すことについて、どう思うか ..... 33

「もったいない」(69.5%)、「作ってくれた人に悪い」(54.3%)と“罪恶感を抱く”人が多く、「食べきれない時は仕方がない」(30.8%)、「きれいなもの時は仕方がない」(17.5%)など“仕方がない”という意見はあまり多くない。

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 ..... 34

間食を“食べる” (93.8%)人が大半で、時間帯としては「帰宅後、家で」(67.8%)が断然多く、以下「放課後、帰宅途中」(34.8%)、「午前中の授業の合間」(22.0%)、「塾や習い事に行く前」(14.8%)、「夜食」(14.8%)など。

●間食を食べる回数は、1日「1回くらい」(37.6%)、「2回くらい」(37.1%)が多く、平均「1.5回」。

12. 食事を誰と一緒に食べるときが楽しいか ..... 36

「友だち」(86.5%)と食べるときが最も楽しいが、以下「母親」(66.5%)、「父親」(47.5%)、「兄弟」(37.5%)、「姉妹」(25.8%)、「祖母」(20.3%)、「祖父」(17.8%)の“家族”が続く。中には「ひとりで」(11.5%)食べるのが楽しいという人も。

### III 東京近郊の高校生 400 人に聞く コンビニや外食に関する意識と実態

#### 1. 「コンビニ」の利用状況 ..... 37

「ほとんど利用しない」(7.8%)という人は少なく、利用率は9割強(92.3%)。頻度は「週に2~3回」(32.3%)、「週に1回くらい」(27.8%)、「月に1、2回」(20.0%)くらいが多く、平均週に「1.8回」。

コンビニへ一緒に行く人は、「一人で」(68.0%)、もしくは「友人と」(67.2%)が多い。

よく購入する飲食物は、「パン」(53.7%)、「おにぎり・おすし」(50.4%)、「スナック菓子類」(43.6%)、「コーラ等の炭酸飲料」(35.5%)、「アイスクリーム」(34.4%)、「お茶(麦茶・ウーロン茶を含む)」(33.9%)、「チョコレート、キャンディなど」(30.1%)などの順で、おやつや軽食類が多い。

コンビニで買った食べ物を食べる場所は、「家で」(52.2%)、「学校で、昼食に」(34.8%)、「歩きながら」(32.6%)、「学校で、昼食以外に」(27.7%)など、屋内屋外を問わずいろいろな場所で食べている。

#### 2. 「ファストフード店」の利用状況 ..... 41

利用率は8割強(82.3%)で、「月に1、2回」(56.5%)の頻度が最も多い。平均は週に「0.6回」。

一緒に行く人は、「友人と」(86.6%)が圧倒的に多く、以下「家族と」(29.5%)、「一人で」(16.1%)、「彼氏・彼女と」(9.1%)など。

よく購入するファストフードは、「ハンバーガー」(81.8%)が最も多く、以下「フライドポテト」(73.3%)、「ドリンク」(48.9%)、「牛丼・豚丼」(19.1%)、「フライドチキン」(17.9%)、「デザート」(17.6%)など。

#### 3. 「飲食店(ファストフード店以外)」の利用状況 ..... 44

利用率は8割弱(76.8%)で、「月に1、2回」(56.8%)の頻度が多く、平均は週に「0.5回」。ファストフード店よりやや低め。

一緒に行く人は、「友人と」(73.9%)に次いで「家族と」(67.4%)行くケースも多く、「ファストフード店」とはかなり異なる。

よく利用する飲食店は、「ファミリーレストラン」(75.9%)が突出して多く、以下「すし・回転寿司」(54.1%)、「ラーメン、中華料理」(47.2%)、「焼肉店」(33.6%)、「パスタ、イタリアン」(27.0%)、「うどん・そば屋」(20.2%)などの順。

### IV 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 ..... 47

第一に「母親」(92.3%)、次いで「父親」(54.8%)と“両親”の教えが大きい。以下、「学校の授業(調理実習)」(49.8%)、「祖母」(30.8%)、「テレビ番組」(29.5%)、「祖父」(16.8%)など。

#### 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 ..... 49

「食卓に肘をつかない」(73.5%)をはじめ、「好き嫌いをしない」(63.8%)、「食べ物を粗末にしない」(63.3%)、「はしを正しく持つ」(58.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(58.0%)、「食事中に電話やメールをしない」(56.0%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(50.8%)などをしつけられてきた。

●《女子》の方がしつけられてきたことは多い。

3. 食事中にスマホや携帯電話を使用することについて、どのように感じるか..... 52

「行儀が悪いと思う」(55.3%)、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」(37.0%)、「一緒に食事している相手が使用していたら残念に思う」(24.0%)とマイナスのイメージを持つ人が多いが、「一人のときなら良いと思う」(50.5%)と条件付きでよしとする意見も半数を超える。無条件で「特に問題はないと思う」(7.3%)という意見は少ない。

●《女子》の方がマイナス意見が多く、スマホや携帯電話のマナーに厳しい。

4. おはしを正しく持っているか..... 54

「正しく持っている」(76.5%)人が多いものの、「正しく持っていない」人も2割強(23.5%)と少なくない。

5. ナイフとフォークをきちんと使って食事ができるか..... 55

「できる」(75.5%)という人が主になっており、「できない」(4.5%)人はわずか。

6. 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..... 56

「ごはんが左、汁物が右」(61.5%)と正しい置き方をしている人が過半数を占めるが、「ごはんが右、汁物が左」(20.3%)や「その時によって違う」(18.0%)とマナーを知らないか、無視している人も合わせて4割近い。

7. 家で、食事の支度をしたり手伝ったりする程度..... 57

4人に1人が「全く行わない」(25.0%)。“行う”(75.0%)人の頻度は「週に2~3回」(21.0%)、「週に1回未満」(17.8%)、「毎日」(15.5%)、「週に1回くらい」(12.0%)などさまざまで、平均週に「2.2回」。

8. 父親は、食べ物や食事についてどんなことをしているか..... 62

7割強(73.0%)は“何らかをしている”父親で、その内容は「食事後の食器を運ぶ」(34.8%)、「食器を洗う」(32.7%)、「食品の買い物」(31.2%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(24.9%)といった簡単な手伝いのほか、「料理を作る」(30.4%)という父親も3割。

V 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..... 64

「料理の作り方」(63.5%)、「おいしい食品・店」(47.5%)、「からだに良い食べ物」(34.5%)、「カロリー・ダイエット」(34.3%)、「栄養」(25.8%)、「正しい食べ方、マナー」(25.0%)、「安全性」(19.3%)など、関心の幅は広い。「特にない」(10.8%)という人は少なく、大半の人は何らかの関心のあることをあげている。

●総じて《女子》の方が関心は高い。

2. 「食の安全」への関心度..... 66

“関心がある”人が6割近く(57.0%)を占めるが、“関心がない”(36.0%)人も少なくない。

具体的な関心の内容は、「食品添加物」(51.8%)、「保存期間」(40.8%)、「輸入食品」(35.5%)、「農薬」(30.3%)、「ファストフードやインスタント食品」(30.3%)など。

3. 郷土料理や行事食の作り方を知りたいと思うか ..... 68

「すでに知っている」(4.8%)や「習っているところ」(2.5%)という人は少ないが、「これから習いたい」(31.3%)と意欲を示す人が3割を超える。

●《女子》では「これから習いたい」(45.0%)という人が半数近くに達しているが、《男子》(17.5%)では少ない。

4. 好きな郷土料理・行事食 ..... 69

「雑煮」(80件)が最も多く、以下「ちらし寿司」(62件)、「おせち料理」(54件)、「栗きんとん」(30件)、「恵方巻」(29件)、「伊達巻」(28件)の順で、総じて正月料理が多い。郷土料理として最も多いのは「ほうとう」(20件)。

5. 農業や食物の収穫で、行ってみたいこと ..... 70

「野菜やくだものを収穫する」(39.5%)、「魚つり」(36.8%)、「野菜やくだものを育てる」(30.0%)、「いもや竹の子を掘る」(17.3%)、「きのこ狩り」(10.3%)などをしてみたい割合が高いが、「どれもしたいと思わない」もほぼ3割(29.5%)。

●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」は《男子》(44.5%)の方が《女子》(29.0%)よりもかなり多い。

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 ..... 71

「地元でとれたもの」(47.3%)という人の方が「遠い産地から運んできたもの」(6.3%)よりもはるかに多い。

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 ..... 73

「安い輸入食材」(25.8%)と「高い国産食材」(28.0%)はほぼ同率。

8. 現在、日本の食料自給率はどれくらいだと思うか ..... 74

「40%(正解)」は約4人に1人(24.3%)にとどまり、「30%」(25.0%)、「50%」(10.3%)、「20%」(8.8%)や「わからない」(14.5%)など、4人に3人は不正解。

9. 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか ..... 75

「3分の2くらい」(44.5%)、「半分くらい」(36.8%)が多く、「100%」(4.8%)はわずか。

10. 食に関する生活習慣について、どの程度当てはまるか ..... 76

育ち盛り的高校生らしく、【④おなかいっぱい食べるのが好きだ】(73.3%)の同意率が高いが、【②今よりも痩せたいと思っている】(55.0%)は半数を超えるなど、現代日本ならではの特徴も。

●【②今よりも痩せたいと思っている】は、《男子》(27.5%)に比べ、《女子》(82.5%)で多いのが目立つ。

11. 食べるものを写真に撮って自分自身のソーシャルメディアにアップすることはあるか... 78

“したことがある” (46.5%)という人は半数弱で、「たまにアップする」(21.3%)、「以前アップしたことはある」(17.3%)くらいの人が多い。

●アップ“したことがある”割合は、《男子》(33.5%)よりも《女子》(59.5%)の方がはるかに高い。

12. 友人のソーシャルメディアで友人の食事がアップされているのを見たことはあるか ..... 79

「よく見る」が4割(40.0%)を占め、「たまに見る」(31.8%)、「以前見たことはある」(9.0%)を合わせると、8割強(80.8%)が“見たことがある”。

●《男子》では「よく見る」(26.5%)は2割台にとどまるが、《女子》(53.5%)では半数を超える。



# 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、2012年3月に高校生を対象に行った調査「現代高校生の食生活 家族で育む『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

2017年3月23日～31日

## 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. 学 年

サンプル数	高校1年生	高校2年生	高校3年生
400	133	134	133
100.0	33.3	33.5	33.3

### 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	364	9	3	10	14
100.0	91.0	2.3	0.8	2.5	3.5

F4. 同居している家族(MA)

サンプル数	父親	母親	兄	姉	弟	妹	祖父	祖母	そのほかの人
400	385	399	105	105	140	115	21	33	1
100.0	96.3	99.8	26.3	26.3	35.0	28.8	5.3	8.3	0.3

F5. 同居家族人数(自分自身も含む)(平均:4.4人)

サンプル数	2人	3人	4人	5人	6人以上
400	5	40	209	106	40
100.0	1.3	10.0	52.3	26.5	10.0

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	104	296
100.0	26.0	74.0

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	57	82	67	69	77	33	12	3	164.0
	100.0	14.3	20.5	16.8	17.3	19.3	8.3	3.0	0.8	
男子	200	1	2	17	57	75	33	12	3	170.7
	100.0	0.5	1.0	8.5	28.5	37.5	16.5	6.0	1.5	
女子	200	56	80	50	12	2	0	0	0	157.2
	100.0	28.0	40.0	25.0	6.0	1.0	0.0	0.0	0.0	

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	3	26	81	101	73	65	20	15	7	9	55.4
	100.0	0.8	6.5	20.3	25.3	18.3	16.3	5.0	3.8	1.8	2.3	
男子	200	1	0	14	38	39	58	19	15	7	9	60.9
	100.0	0.5	0.0	7.0	19.0	19.5	29.0	9.5	7.5	3.5	4.5	
女子	200	2	26	67	63	34	7	1	0	0	0	50.0
	100.0	1.0	13.0	33.5	31.5	17.0	3.5	0.5	0.0	0.0	0.0	

F7. 身長と体重<肥満度>

	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	6 1.5	74 18.5	277 69.3	22 5.5	21 5.3
男子	200 100.0	1 0.5	39 19.5	130 65.0	12 6.0	18 9.0
女子	200 100.0	5 2.5	35 17.5	147 73.5	10 5.0	3 1.5

※「肥満度」は、平成18年度から「児童生徒の健康診断マニュアル」（財団法人日本学校保健会作成、文部科学省監修）に定められた方法により、性別・年齢・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／太り気味」
- 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	26	374
100.0	6.5	93.5

F8-2. アレルギー反応が出たのは何歳くらいからか（平均:8.4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	無回答
26	4	0	5	3	6	6	2
100.0	15.4	0.0	19.2	11.5	23.1	23.1	7.7



## 調査結果の内容



## 1. 朝ごはん

家で、朝ごはんを「毎日」食べる人が7割強(73.3%)を占めるが、残りの4人に1人強は“家で毎日は食べない”(26.8%)。中には朝ごはんを「食べない」(3.5%)という人も。平均は、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」(78.5%)が突出して多く、次いで「食欲がない」(21.5%)。

一緒に食べる人は「きょうだい」(41.5%)や「母親」(33.7%)が多いが、「ひとりで」(50.5%)がそれ以上の割合。「父親」(15.0%)は母親の半分以下の割合。

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」(50.8%)が最も多く、以下「いつもみんな好きな時に食べているから」(27.2%)、「家を出るのが家族より遅いから」(23.1%)など、“家族と生活時間が違う”という理由が主。

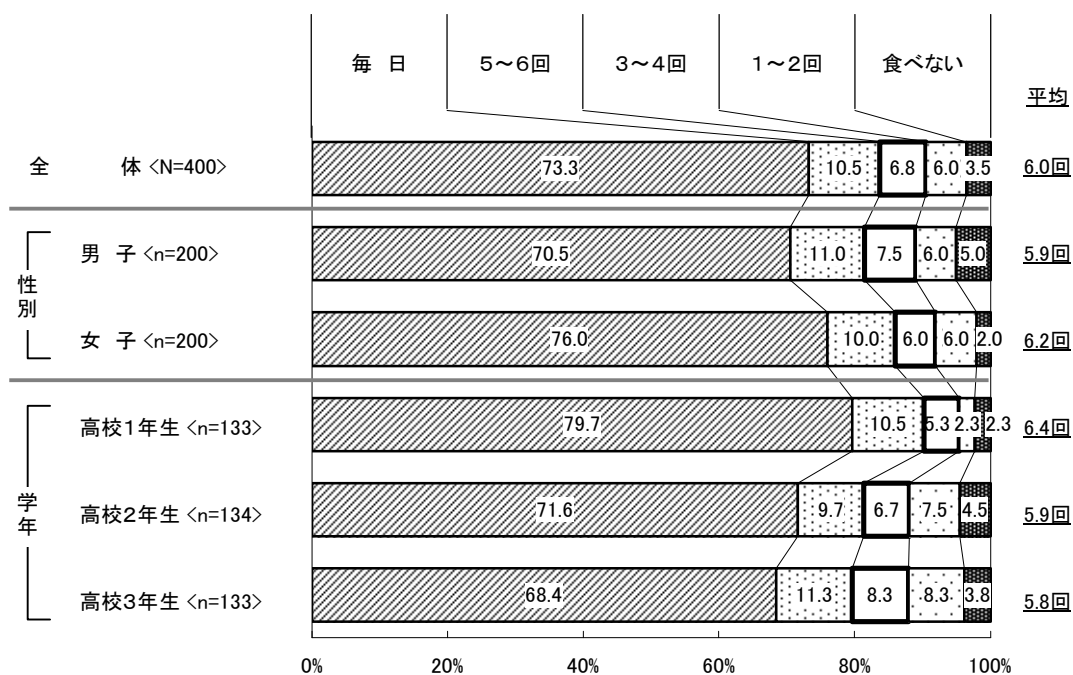
朝ごはんに食べているものは、「ごはん」(71.5%)と「パン」(70.7%)が拮抗。以下「卵料理」(50.3%)、「牛乳・ヨーグルト」(46.4%)、「味噌汁」(44.6%)、「ハム・ベーコン」(40.9%)の順で、朝ごはんは“和洋折衷”。

●《男子》は「ごはん」(74.2%)、《女子》は「パン」(73.5%)がトップ。

朝ごはんのメニューは、家族と“同じ”(65.5%)という人が過半数を占めるが、“違う”(19.7%)という人が5人に1人の割合。

## 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」という人が7割強(73.3%)と多数を占めていますが、逆に言えば4人に1人強(26.8%)は毎日食べておらず、「5~6回」(10.5%)、「3~4回」(6.8%)、

「1～2回」(6.0%)、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、三食の中でも特に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。

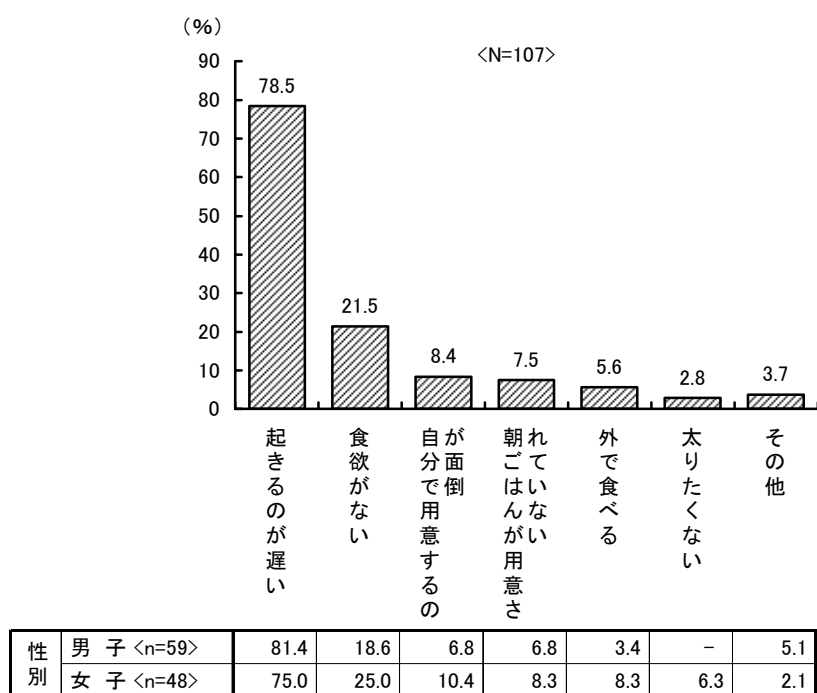
性別にみると、男女とも「毎日」が多数を占めていますが、《男子》(70.5%)よりも《女子》(76.0%)の方がより高い割合です。

学年別にみると、「毎日」食べる割合は学年が低いほど高く、《高校1年生》(79.7%)では《高校3年生》(68.4%)よりも11ポイントほど高くなっています。特に、《男子》がその傾向が強く、《女子》ではいずれの学年も7割台を示しています。

### 【前回調査との比較】

2012年に同じく高校生を対象に実施した調査と比較してみると、「毎日」食べている割合は前回72.5%→今回73.3%と横ばい傾向、平均も「5.9回」→「6.0回」と、大きな変化はありません。

図 2. 朝ごはんを家で食べない日がある理由 (複数回答)



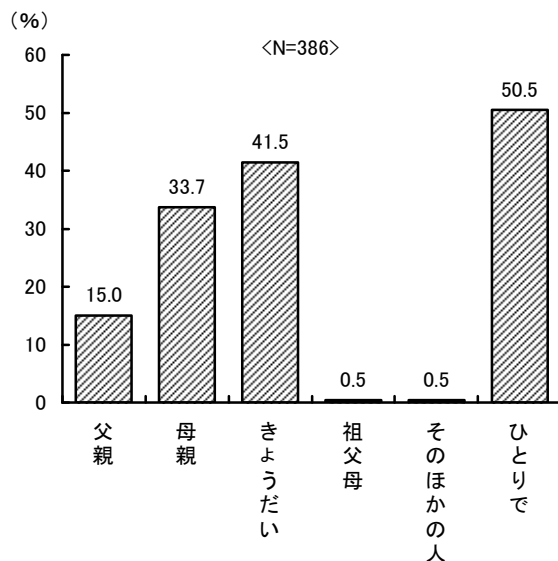
朝ごはんを家で食べない日がある人 (N=107) に、その理由を聞いてみたところ、「起きるのが遅い」(78.5%)が群を抜いており、勉強あるいはそれ以外の理由で、遅寝遅起きの高校生が多いようです。そのほかでは「食欲がない」(21.5%)、「自分で用意するのが面倒」(8.4%)、「朝ごはんが用意されていない」(7.5%)、「外で食べる」(5.6%)などが続いています。

性別にみると、いずれも「起きるのが遅い」が最も多くなっていますが、《女子》(75.0%)よりも《男子》(81.4%)の方が一層高率です。



## 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=190>	16.8	33.2	38.9	0.5	0.5	51.1
	女子 <n=196>	13.3	34.2	43.9	0.5	0.5	50.0
学年	高校1年生 <n=130>	13.8	33.1	40.8	0.8	-	52.3
	高校2年生 <n=128>	17.2	35.2	43.0	0.8	-	46.9
	高校3年生 <n=128>	14.1	32.8	40.6	-	1.6	52.3

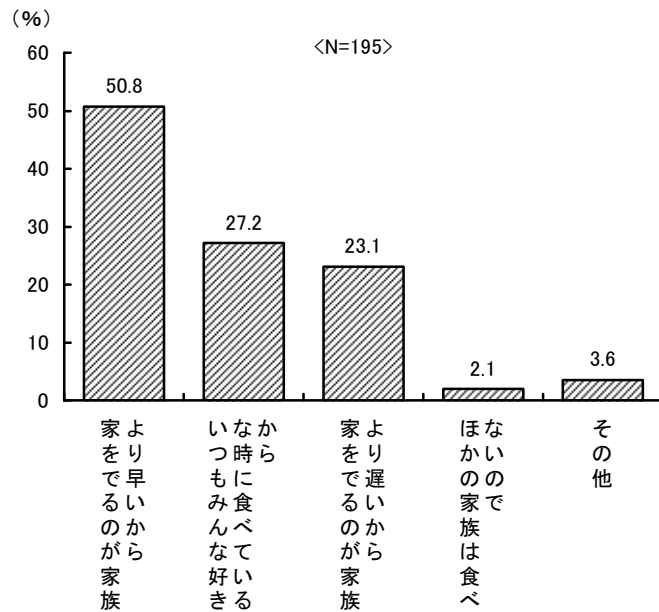
誰と一緒に朝ごはんを食べることが多いかをみると、「きょうだい」(41.5%)や「母親」(33.7%)が多くなっていますが、「ひとりで」(50.5%)食べるケースは、それ以上の割合を示しているのが目立ちます。また、「父親」(15.0%)は「母親」の半分以下の割合になっています。家族に朝食を食べない人がいたり、時間が合わなかったりして、家族そろって食べられないことが少なくないことがうかがえます。

性別や学年別にみても、大きな傾向の差はみられません。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べると、「きょうだい」(前回47.9%→今回41.5%)、「母親」(同37.2%→33.7%)、「父親」(同20.6%→15.0%)の割合が減り、「ひとりで」(同44.7%→50.5%)の割合が増えています。5年前と比べ、家族と朝ごはんを食べる機会は減っているようです。

図 4. 朝ごはんをひとりで食べる理由（複数回答）



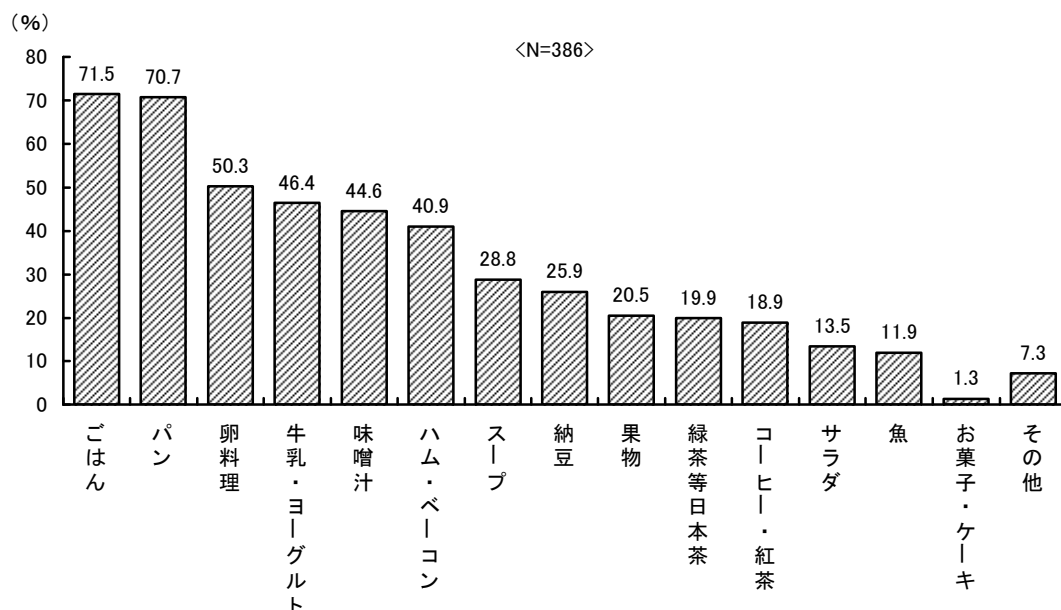
性別	男子 <n=97>	48.5	23.7	28.9	3.1	3.1
女子 <n=98>	53.1	30.6	17.3	1.0	4.1	

朝ごはんをひとりで食べる理由 (N=195) は、「家を出るのが家族より早いから」(50.8%) が最も多く、以下「いつもみんな好きな時に食べているから」(27.2%)、「家を出るのが家族より遅いから」(23.1%) が続き、“家族と生活時間が違う”ことが主たる理由となっています。

性別でみると、「家を出るのが家族より早いから」は《男子》(48.5%) より《女子》(53.1%)の方が高めです。逆に「家を出るのが家族より遅いから」は《女子》(17.3%)より《男子》(28.9%)の方が高くなっています。

### 1-3. ふだん、朝ごはんには食べているもの

図 5. ふだん、朝ごはんには食べているもの（複数回答）



性別	男子 <n=190>	74.2	67.9	54.7	51.6	45.8	44.7	25.3	30.0	18.9	15.8	17.9	14.2	12.1	1.1	5.3
	女子 <n=196>	68.9	73.5	45.9	41.3	43.4	37.2	32.1	21.9	21.9	24.0	19.9	12.8	11.7	1.5	9.2
学年	高校1年生 <n=130>	69.2	74.6	51.5	45.4	38.5	40.8	35.4	18.5	26.9	23.1	23.1	18.5	11.5	2.3	9.2
	高校2年生 <n=128>	72.7	66.4	47.7	45.3	44.5	41.4	23.4	25.0	18.8	18.0	15.6	13.3	6.3	-	7.8
	高校3年生 <n=128>	72.7	71.1	51.6	48.4	50.8	40.6	27.3	34.4	15.6	18.8	18.0	8.6	18.0	1.6	4.7

ふだん、朝ごはんには食べているものは、「ごはん」(71.5%)と「パン」(70.7%)が同程度で、主食としてはいずれかを食べているようです。以下「卵料理」(50.3%)、「牛乳・ヨーグルト」(46.4%)、「味噌汁」(44.6%)、「ハム・ベーコン」(40.9%)、「スープ」(28.8%)、「納豆」(25.9%)、「果物」(20.5%)などが続いています。やはり、上位にあげられている食べ物は“ごはんには・・・”、“パンには・・・”と、主食によって出るメニューが決まっているようです。

性別にみると、《男子》では「ごはん」(74.2%)、《女子》は「パン」(73.5%)がそれぞれトップですが、いずれも主食は「ごはん」か「パン」のいずれかです。

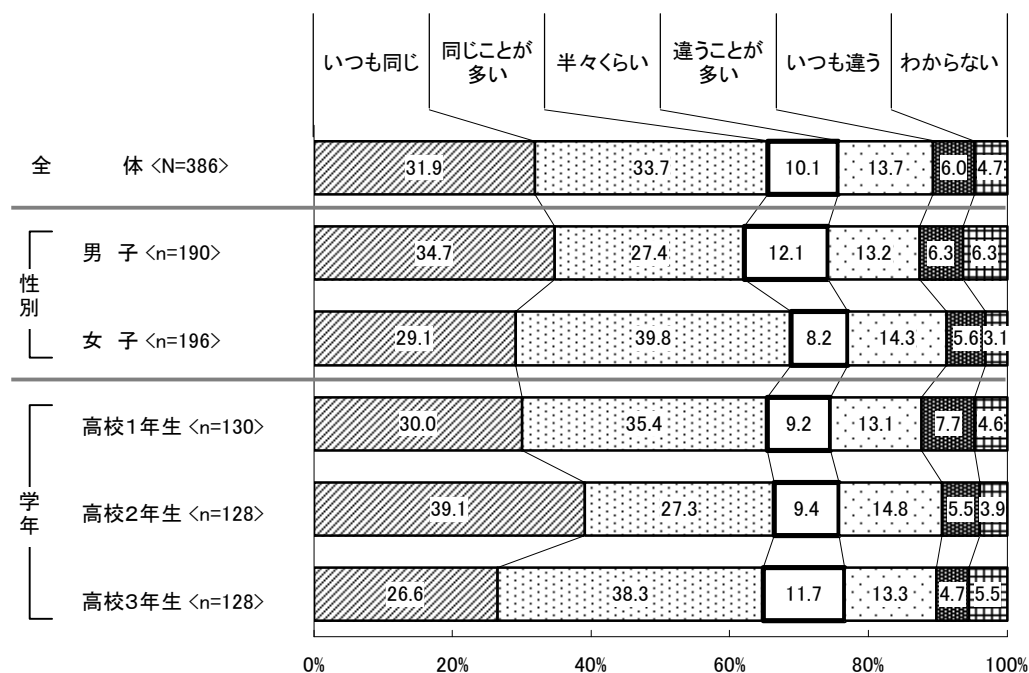
学年別にみると、高学年ほど「ごはん」をあげる割合が高くなっており、その影響か、「味噌汁」と「納豆」も同様の傾向がみられます。

#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べ、「ごはん」(前回 67.4%→今回 71.5%)がやや増え、「パン」(同 73.5%→70.7%)がやや減少しています。前回、今回とも《男子》は「パン」(前回 69.2%、今回 67.9%)より「ごはん」(同 72.0%、74.2%)の方が、逆に《女子》は「ごはん」(同 63.0%、68.9%)より「パン」(同 77.6%、73.5%)の方が高くなっています。

## 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、「いつも同じ」が3割強（31.9%）、「同じことが多い」（33.7%）、合わせて“同じ”という人が65.5%と過半数を占め、家族と同じごはんを食べているケースが主になっています。一方、「違うことが多い」（13.7%）や「いつも違う」（6.0%）を合わせた“違う”（19.7%）という人が5人に1人の割合で見られます。

性別にみると、男女とも“同じ”という人が過半数を占めていますが、その割合は《女子》（68.9%）の方が《男子》（62.1%）よりも高くなっています。

学年別にみると、いずれも“同じ”が6割台で過半数を占めています。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べると、“同じ”という人が前回68.4%→今回65.5%と、いずれも過半数を占め、家族と同じごはんを食べているケースが主になっています。

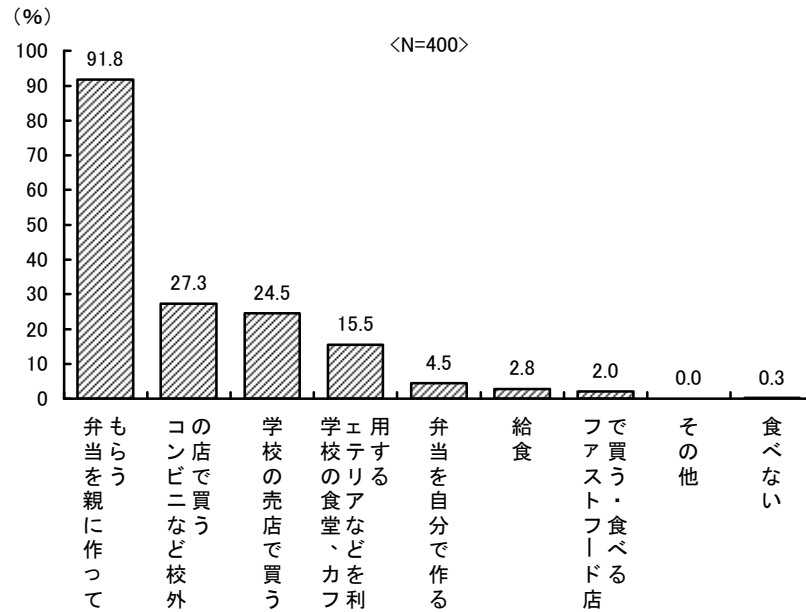
## 2. 昼ごはん

学校での昼食は、「弁当を親に作ってもらう」(91.8%)が圧倒的だが、「コンビニなど校外の店で買う」(27.3%)、「学校の売店で買う」(24.5%)といった“買い食い派”や、「学校の食堂、カフェテリアなどを利用する」(15.5%)人もみられる。

よく食べるものは、「ごはんとおかず」(95.0%)が断然多く、以下「おにぎり」(37.1%)、「パン」(34.3%)、「サンドイッチ」(16.8%)、「うどん・そば」(11.0%)などの順で、洋食系よりも和食系の方が優位。

### 2-1. 普段、学校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>	92.5	22.0	26.0	17.0	4.0	3.0	2.5	-	0.5
	女子 <n=200>	91.0	32.5	23.0	14.0	5.0	2.5	1.5	-	-
学年	高校1年生 <n=133>	91.0	23.3	20.3	11.3	3.8	4.5	-	-	-
	高校2年生 <n=134>	92.5	26.9	23.9	18.7	3.7	2.2	1.5	-	-
	高校3年生 <n=133>	91.7	31.6	29.3	16.5	6.0	1.5	4.5	-	0.8

普段、学校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」(91.8%)が9割強を占めて圧倒的に多くなっています。そのほかでは「コンビニなど校外の店で買う」(27.3%)、「学校の売店で買う」(24.5%)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」(15.5%)人も少なくありません。なお、学校で昼食を「食べない」という人が1人(高校3年生男子)いました。

性別にみると、いずれも「弁当を親に作ってもらう」が9割強と圧倒的ですが、「コンビニなど校外の店で買う」は《男子》(22.0%)よりも《女子》(32.5%)の方が10ポイントほど多くなっています。

学年別にみると、いずれも「弁当を親に作ってもらう」が9割台を占めていますが、高学年ほど「コンビニなど校外の店で買う」「学校の売店で買う」といった“買い食い派”の割合が高くなっています。

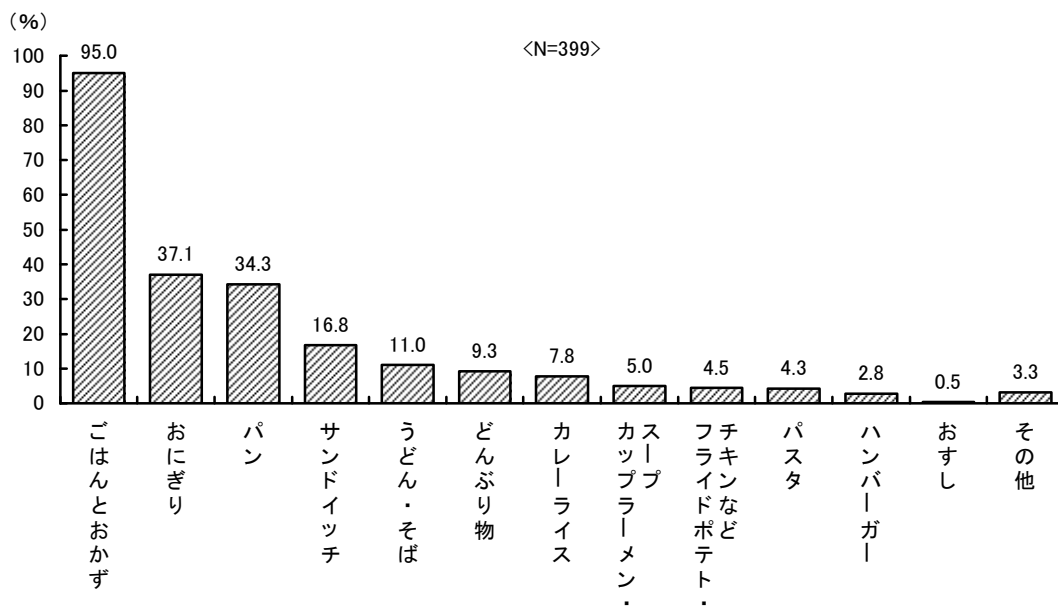
#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較してみると、「弁当を親に作ってもらう」(前回 88.8%→今回 91.8%)が依然圧倒的に多くなっています。一方、「コンビニなど校外の店で買う」(同 38.5%→27.3%)、「学校の売店で買う」

(同 30.3%→24.5%)、「学校の食堂、カフェテリアなどを利用する」(同 20.0%→15.5%)などは、いずれも減少傾向を示しています。

## 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=199>	95.0	37.7	32.7	15.6	14.1	13.6	9.0	4.5	4.5	2.5	3.5	0.5	2.0
女子 <n=200>	95.0	36.5	36.0	18.0	8.0	5.0	6.5	5.5	4.5	6.0	2.0	0.5	4.5	
学年	高校1年生 <n=133>	97.7	32.3	32.3	12.0	11.3	6.0	7.5	7.5	4.5	5.3	3.8	0.8	1.5
	高校2年生 <n=134>	92.5	35.1	32.1	14.9	9.7	12.7	9.7	3.7	3.7	3.0	0.7	-	4.5
	高校3年生 <n=132>	94.7	43.9	38.6	23.5	12.1	9.1	6.1	3.8	5.3	4.5	3.8	0.8	3.8

学校の昼食時によく食べるものは、「ごはんとおかず」(95.0%)が9割を超えて断然多くなっています。前述のように“お弁当派”が圧倒的に多いことから当然の結果といえます。以下「おにぎり」(37.1%)、「パン」(34.3%)、「サンドイッチ」(16.8%)、「うどん・そば」(11.0%)が続いています。このように、学校の昼食は洋食系よりも和食系の方がやや優位なようです。

性別にみると、男女とも「ごはんとおかず」が圧倒的に多い点は変わりませんが、「パン」(男子 32.7%、女子 36.0%)、「サンドイッチ」(同 15.6%、18.0%)は《女子》の方が多めです。反対に、「うどん・そば」(男子 14.1%、女子 8.0%)、「どんぶり物」(同 13.6%、5.0%)は《男子》の方が多くなっています。

学年別にみると、いずれも「ごはんとおかず」が9割台と圧倒的に多くなっていますが、“買い食い派”の割合が高くなる高学年ほど「おにぎり」「パン」「サンドイッチ」「うどん・そば」をあげる割合が高い傾向がみられます。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べ、「ごはんとおかず」(前回 91.3%→今回 95.0%)が依然圧倒的に多くなっていますが、以下上位にあげられている「おにぎり」(前回 42.0%→今回 37.1%)、「パン」(同 41.3%→34.3%)、「サンドイッチ」(同 23.3%→16.8%)は、いずれも減少傾向を示しています。

### 3. タごはん

家で、夕食を「毎日」食べるという人が8割弱(77.8%)を占めるが、2割強は“家で毎日は食べない”(22.3%)。

タごはんを家で食べない日がある理由は、「外で食べる」(62.9%)が最も多く、次いで「塾や習い事がある」(29.2%)、「太りたくない」(7.9%)など。

一緒にタごはんを食べることが多い人は、「母親」(80.4%)が最も多く、次いで「きょうだい」(69.0%)、やや差があつて「父親」(39.8%)、「ひとりで」も2割強(23.7%)。

「ひとりで」食べる理由は、「部活やスポーツクラブでおそくなるから」(53.2%)、「塾や習い事に行くから」(36.2%)、「家族が帰ってくるのがおそいので」(12.8%)と“時間が合わない”という理由が多い。

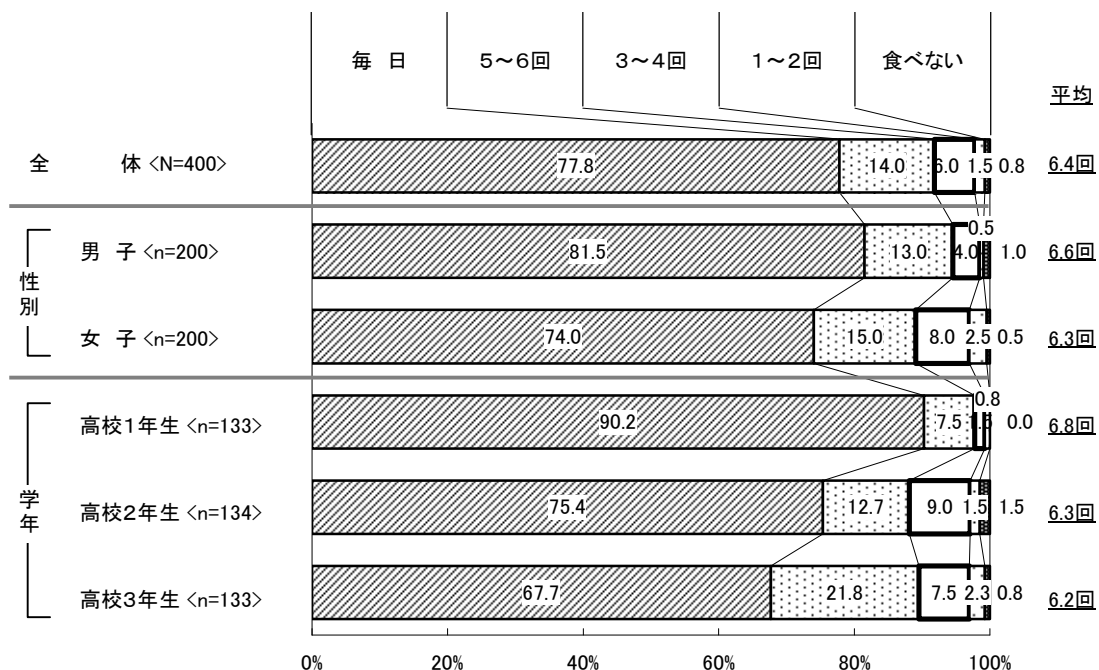
よく出てくる料理は、「味噌汁」(79.1%)、「サラダ」(72.0%)、「野菜などの炒め物」(70.8%)、「チキンなどの揚げ物」(70.0%)、「シチュー・カレー」(65.0%)、「焼き魚」(59.9%)、「野菜・魚などの煮物」(56.4%)、「ギョウザ・シューマイ」(53.4%)など、和洋・中華系を問わずさまざま。

タごはんで好きな料理は、「唐揚げ」(92件)、「ハンバーグ」(89件)、「カレーライス」(84件)がトップ3。

「買ったおかず」など手作り以外のものが出る頻度は、「1～2回」(37.8%)、「3～4回」(12.6%)など“出る”(56.9%)という家庭が過半数を占め、「出ない」家庭は2割強(21.2%)。

#### 3-1. 家で週に何回くらい「タごはん」を食べているか

図 9. 家で週に何回くらい「タごはん」を食べているか



家で週に何回くらい「タごはん」を食べているかをみると、「毎日」が8割近く(77.8%)を占めていますが、残りの2割強は「食べない日がある」(22.3%)人で、具体的には「5～6回」(14.0%)、「3～4回」(6.0%)、「1～2回」(1.5%)となっています。平均は、週に「6.4回」です。

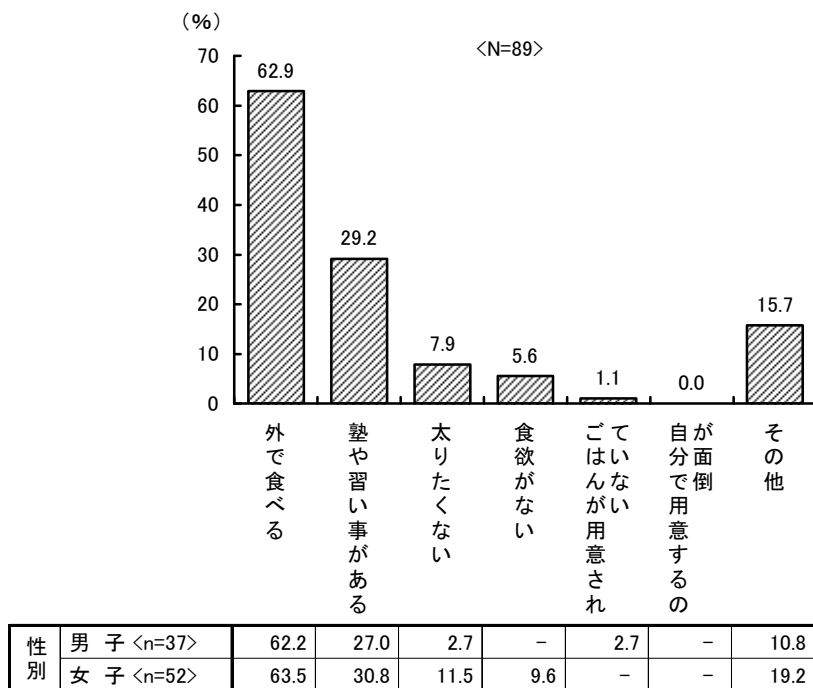
性別にみると、いずれも「毎日」が圧倒的に多くなっていますが、その割合は《女子》(74.0%)よりも《男子》(81.5%)の方が一層高率です。平均は《男子》が週に「6.6回」、《女子》が「6.3回」です。

学年別にみると、高学年ほど「毎日」食べる割合が低くなっており、《高校1年生》では9割（90.2%）と高率で、《高校2年生》が75.4%、《高校3年生》になると7割弱（67.7%）と、大きな差がみられます。特に、《女子》でその傾向が強く、《高校1年生の女子》の9割強（92.4%）に対して、《高校3年生の女子》では6割弱（58.2%）と大差が生じています。

**【前回調査との比較】**

2012年に実施した前回の調査と比べると、「毎日」の割合は前回、今回とも同率（77.8%）で変化はなく、週平均の回数も「6.4回」→「6.4回」と変化はありません。

図 10. タごはんを家で食べない日がある理由（複数回答）



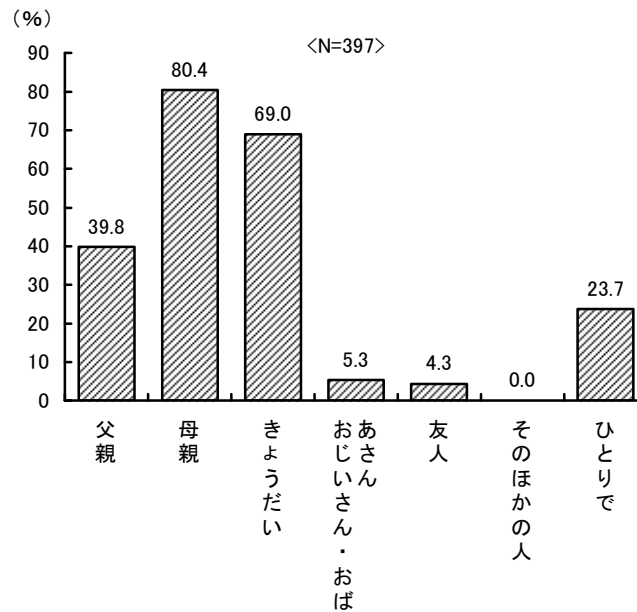
「毎日」以外の回答をした人（N=89）に対し、タごはんを家で食べない日がある理由を聞いたところ、「外で食べる」（62.9%）を半数以上があげて最も多く、次いで「塾や習い事がある」（29.2%）、「太りたくない」（7.9%）などが続いています。

性別にみると、サンプル数は少数ですが、《女子》では「太りたくない」（11.5%）、「食欲がない」（9.6%）が《男子》（順に2.7%、0.0%）に比べて目立ちます。



### 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=198>	47.0	79.8	66.7	6.6	3.5	-	27.3
	女子 <n=199>	32.7	80.9	71.4	4.0	5.0	-	20.1
学年	高校1年生 <n=133>	36.8	83.5	71.4	9.0	3.0	-	17.3
	高校2年生 <n=132>	43.2	79.5	68.9	3.8	1.5	-	26.5
	高校3年生 <n=132>	39.4	78.0	66.7	3.0	8.3	-	27.3
祖母父	同居 <n=38>	47.4	84.2	63.2	44.7	5.3	-	23.7
	非同居 <n=359>	39.0	79.9	69.6	1.1	4.2	-	23.7
塾	通っている <n=103>	33.0	75.7	63.1	3.9	5.8	-	36.9
	通っていない <n=294>	42.2	82.0	71.1	5.8	3.7	-	19.0

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」が8割（80.4%）で最も多く、以下「きょうだい」（69.0%）、「父親」（39.8%）などの順で、家族と食べるが多くなっていますが、「ひとりで」食べるケースも2割強（23.7%）みられます。「夕ごはん」は家族団らんの場合と言われることが多いのですが、高校生がひとりで夕食を食べることも少なくないのが現実のようです。

性別にみても、いずれも「母親」や「きょうだい」が主ですが、「父親」と食べる割合は《女子》（32.7%）より《男子》（47.0%）の方が高くなっています。同様に「ひとりで」食べる割合も《男子》（27.3%）の方が《女子》（20.1%）より高めです。

学年別にみると、高学年ほど「ひとりで」食べる割合が高くなっています。

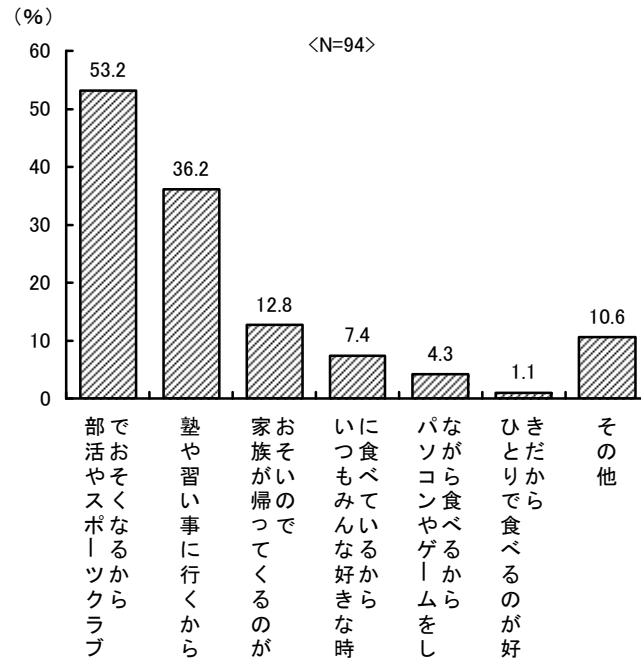
なお、祖母父が《同居》している人（N=38）では、「おじいさん・おばあさん」と食べるという割合が44.7%で、「父親」（47.4%）と同程度になっています。

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36.9%、19.0%）食べるという割合が高くなっています。

【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較すると、「母親」(82.5%→80.4%)、「きょうだい」(68.0%→69.0%)、「父親」(45.8%→39.8%)、「ひとりで」(20.3%→23.7%)と、「父親」が6ポイント減少しているのが目につくだけです。

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=54>	55.6	37.0	13.0	9.3	5.6	1.9	9.3
	女子 <n=40>	50.0	35.0	12.5	5.0	2.5	-	12.5
学年	高校1年生 <n=23>	73.9	34.8	13.0	-	8.7	-	8.7
	高校2年生 <n=35>	51.4	34.3	11.4	8.6	5.7	-	5.7
	高校3年生 <n=36>	41.7	38.9	13.9	11.1	-	2.8	16.7
塾	通っている <n=38>	42.1	76.3	7.9	2.6	2.6	2.6	2.6
	通っていない <n=56>	60.7	8.9	16.1	10.7	5.4	-	16.1

タごはんを「ひとりで」食べると答えた人 (N=94) の理由をみると、「部活やスポーツクラブでおそくなるから」(53.2%)、「塾や習い事に行くから」(36.2%)といった“用事があって時間が合わない”という理由が主です。そのほかでは「家族が帰ってくるのがおそいので」(12.8%)、「いつもみんな好きな時に食べているから」(7.4%)などがあげられています。

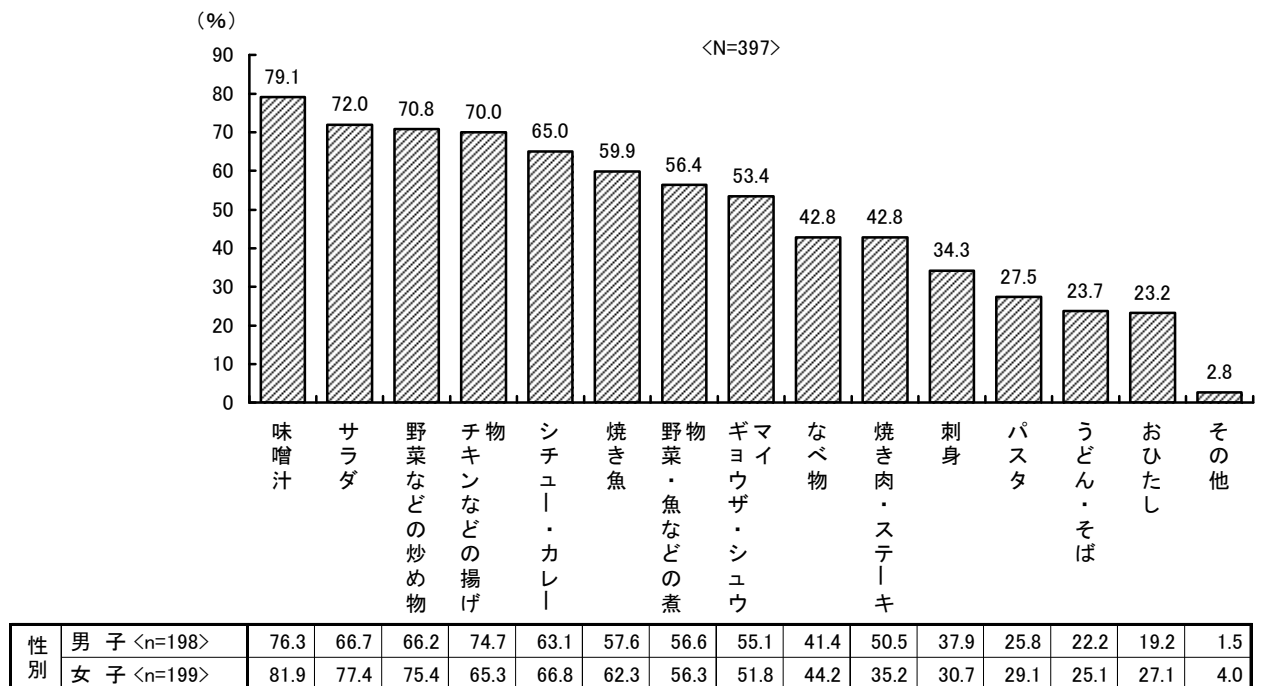
性別にみると、いずれも「部活やスポーツクラブでおそくなるから」が第一の理由ですが、その割合は《男子》(55.6%)の方が《女子》(50.0%)より一層高くなっています。

学年別にみると、低学年ほど「部活やスポーツクラブでおそくなるから」をあげる割合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」(76.3%)が第一の理由ですが、《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」(60.7%)が最も多くなっています。

### 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）



家の夕ごはんによく出てくる料理・食品は、「味増汁」（79.1%）が最も多く、「サラダ」（72.0%）、「野菜などの炒め物」（70.8%）、「チキンなどの揚げ物」（70.0%）も7割台で続き、以下「シチュー・カレー」（65.0%）、「焼き魚」（59.9%）、「野菜・魚などの煮物」（56.4%）、「ギョウザ・シュウマイ」（53.4%）などの順となっており、和洋・中華系を問わずさまざまな料理が出てきているようです。

性別にみると、いずれも「味増汁」が最も多くなっていますが、《男子》では「チキンなどの揚げ物」（74.7%）が《女子》（65.3%）より高く、第2位になっているのが目につきます。「チキンなどの揚げ物」以外の上位にあげられている料理・食品は《男子》より《女子》の方が高くなっています。また、「焼き肉・ステーキ」は《男子》（50.5%）の方が《女子》（35.2%）より15ポイントほど高くなっているのが目につきます。

#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較すると、今回上位にあげられている「味増汁」（前回68.8%→今回79.1%）、「サラダ」（同66.8%→72.0%）、「チキンなどの揚げ物」（同66.9%→70.0%）、「シチュー・カレー」（同62.8%→65.0%）、「ギョウザ・シュウマイ」（同49.8%→53.4%）、「焼き肉・ステーキ」（37.8%→42.8%）は前回より増加傾向にあります。反対に、「野菜などの炒め物」（同73.0%→70.8%）、「焼き魚」（同64.0%→59.9%）、「野菜・魚などの煮物」（同62.0%→56.4%）は減少傾向を示しています。

### 3-4. 家の夕ごはんでは好きな料理・おかず

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	唐揚げ	92	49	43
2	ハンバーグ	89	42	47
3	カレーライス	84	48	36
4	ギョウザ	72	34	38
5	シチュー	39	12	27
6	オムライス	29	10	19
7	焼き肉	26	20	6
8	刺身	25	14	11
9	サラダ	24	4	20
	スパゲティ、パスタ	24	12	12
	肉じゃが	24	12	12

ここでは、家の夕ごはんでは好きな料理・おかずを自由回答であげてもらいました。

その結果、「唐揚げ」（92件）がトップ、以下「ハンバーグ」（89件）、「カレーライス」（84件）、「ギョウザ」（72件）、「シチュー」（39件）、「オムライス」（29件）、「焼き肉」（26件）、「刺身」（25件）などが続いています。

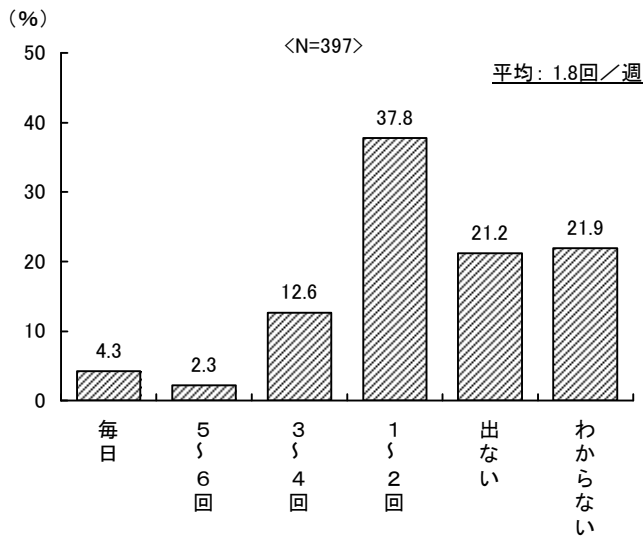
性別にみると、《男子》では「唐揚げ」（49件）、「カレーライス」（48件）、「ハンバーグ」（42件）、《女子》は「ハンバーグ」（47件）、「唐揚げ」（43件）、「ギョウザ」（38件）が、それぞれトップ3です。

#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較すると、前回は「カレーライス」（92件）、「ハンバーグ」（88件）、「唐揚げ」（66件）がトップ3で、今回も順位こそ違いますが、同じ料理がトップ3にあげられています。

### 3-5. 家の夕ごはん「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「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「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」という人が2割強（21.9%）と相当数いますが、それ以外では、「出ない」（21.2%）という回答は2割強にとどまり、「1～2回」（37.8%）、「3～4回」（12.6%）など“出る”（56.9%）ことがあるという回答が過半数を占めています。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「1.8回」です。“出る”家庭に限った平均は週に「2.5回」です。

#### 【前回調査との比較】

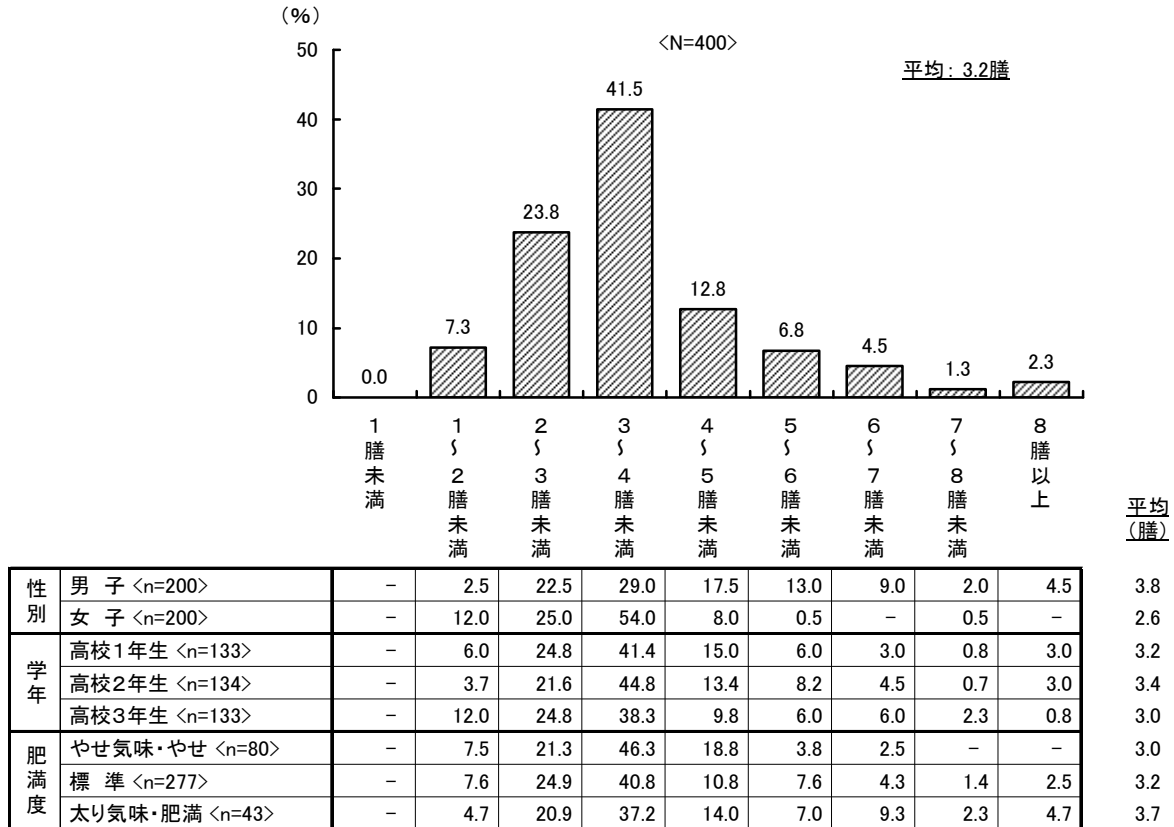
2012年に実施した前回の調査と比較すると、“出る”割合は前回58.3%→今回56.9%と大きな変化はなく、平均も前回、今回とも週に「1.8回」です。

#### 4. 1日、何膳くらい「ごはん」を食べるか

「2～3膳未満」(23.8%)や「3～4膳未満」(41.5%)が多く、“2～4膳未満”(65.3%)という人が約3人に2人の割合。平均は、1日あたり「3.2膳」。

●平均は、《男子》(3.8膳)の方が《女子》(2.6膳)より「1.2膳」多い。

図 15. 1日、何膳くらいごはんを食べるか



1日、何膳くらい「ごはん」を食べるか聞いたところ、「3～4膳未満」(41.5%)が最も多く、続く「2～3膳未満」(23.8%)を合わせて、“2～4膳未満”という人が65.3%と、ほぼ3人に2人の割合となっています。平均は、1日「3.2膳」です。若者の“ごはん離れ”が叫ばれ、また現代の若者は食が細くなったなどと言われますが、平均して1日3膳以上はごはんを食べています。なお、今回の調査における最高値は「12膳」(1人：高校1年生男子)でした。

性別にみると、いずれも「3～4膳未満」が最も多くなっていますが、その割合は《女子》では5割強(54.0%)と《男子》(29.0%)よりかなり多く、《男子》では「4～5膳未満」(17.5%)や「5～6膳未満」(13.0%)が《女子》(順に8.0%、0.5%)に比べ多くなっています。平均は、《男子》が1日「3.8膳」と、《女子》(2.6膳)より「1.2膳」多くなっています。

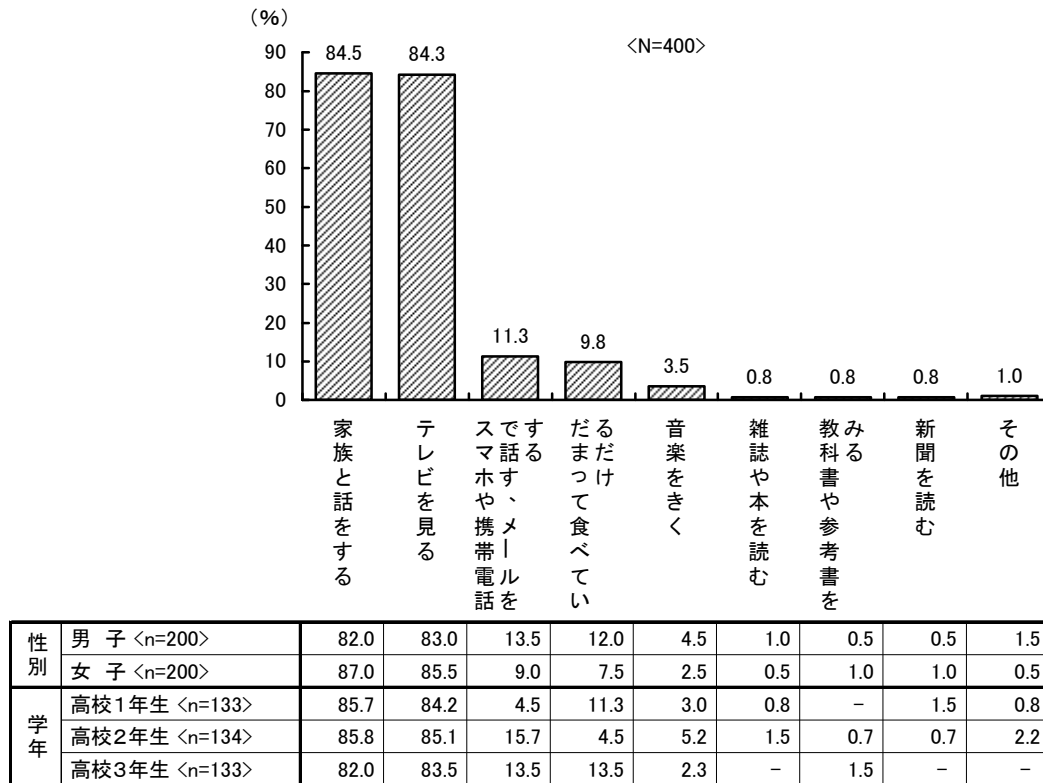
学年別に平均をみると、《高校2年生》(3.4膳)が最も多くなっていますが、あまり大きな差はみられません。

また、肥満度別にみると、やはり肥満度の高い人ほど食べているごはんの量は多く、《太り気味・肥満》の人では「3.7膳」となっています。

## 1. 家で食事の時にしていること

「家族と話をする」(84.5%)、「テレビを見る」(84.3%)が多いが、「スマホや携帯電話で話す、メールをする」(11.3%)や「だまって食べているだけ」(9.8%)という高校生も。

図 16. 家で食事の時にしていること (複数回答)



家で食事の時にしていることはどんなことでしょうか。「家族と話をする」(84.5%)、「テレビを見る」(84.3%)の2項目がともに8割台で多くなっています。そのほかの項目はいずれもあまり多くありませんが、「スマホや携帯電話で話す、メールをする」(11.3%)や「だまって食べているだけ」(9.8%)などがみられます。

性別にみると、あまり大きな差はありませんが、「家族と話をする」の割合は《男子》(82.0%)よりも《女子》(87.0%)の方がより高率です。反対に、「スマホや携帯電話で話す、メールをする」(男子13.5%、女子9.0%)や「だまって食べているだけ」(同12.0%、7.5%)は《男子》の方が高めです。

学年別でも、いずれも「家族と話をする」、「テレビを見る」が主で、あまり大きな差はみられません。

## 【前回調査との比較】

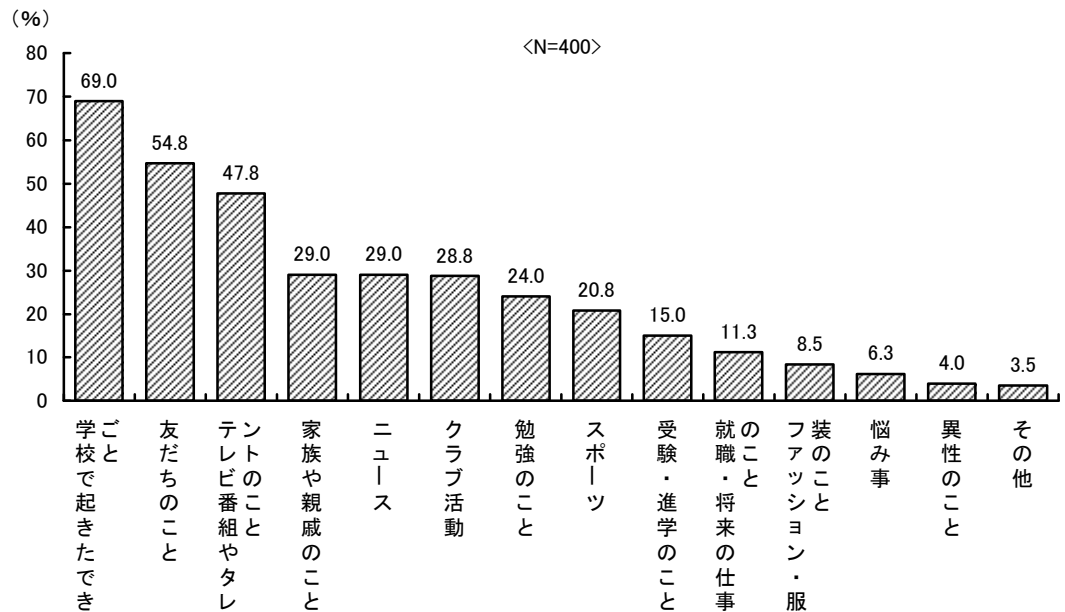
2012年に実施した前回の調査と比べると、前回、今回とも「家族と話をする」(前回85.0%→今回84.5%)と「テレビを見る」(同84.3%→84.3%)が主となっており、大きな変化はみられません。

## 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」(69.0%)、「友だちのこと」(54.8%)、「家族や親戚のこと」(29.0%)、「クラブ活動」(28.8%)、「勉強のこと」(24.0%)など“子どもの身の回りの話題”や、「テレビ番組やタレントのこと」(47.8%)、「ニュース」(29.0%)、「スポーツ」(20.8%)などを話題にしている。

●「学校で起きたできごと」「友だちのこと」「テレビ番組やタレントのこと」など、全般的に《女子》の方が高い割合の項目が多いが、「ニュース」「スポーツ」は《男子》の方がよく話題にしている。

図 17. 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>	60.0	47.5	41.5	28.0	34.0	27.0	23.0	27.0	16.0	10.0	6.0	4.5	3.0	5.5
	女子 <n=200>	78.0	62.0	54.0	30.0	24.0	30.5	25.0	14.5	14.0	12.5	11.0	8.0	5.0	1.5
学年	高校1年生 <n=133>	74.4	60.2	47.4	26.3	33.1	33.1	28.6	20.3	9.8	9.0	9.8	9.0	3.0	4.5
	高校2年生 <n=134>	67.9	50.7	49.3	33.6	28.4	29.1	22.4	21.6	16.4	7.5	6.7	6.0	3.0	1.5
	高校3年生 <n=133>	64.7	53.4	46.6	27.1	25.6	24.1	21.1	20.3	18.8	17.3	9.0	3.8	6.0	4.5

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」(69.0%)が最も多く、以下「友だちのこと」(54.8%)、「テレビ番組やタレントのこと」(47.8%)、「家族や親戚のこと」(29.0%)、「ニュース」(29.0%)、「クラブ活動」(28.8%)、「勉強のこと」(24.0%)、「スポーツ」(20.8%)などが続いています。やはり“子どもの身の回りの話題”について話すことが多いようです。

性別にみると、「学校で起きたできごと」(男子 60.0%、女子 78.0%)、「友だちのこと」(同 47.5%、62.0%)、「テレビ番組やタレントのこと」(同 41.5%、54.0%)など、全般的に《女子》の方が高い割合の項目が多く、《女子》の方がいろいろなことを話題にしていることがうかがえますが、「ニュース」(同 34.0%、24.0%)、「スポーツ」(同 27.0%、14.5%)は《女子》よりも《男子》の方が高い割合となっています。

学年別にみると、低学年ほど「学校で起きたできごと」「ニュース」「クラブ活動」「勉強のこと」の割合が高くなっています。反対に、高学年ほど「受験・進学のこと」「就職・将来の仕事のこと」の割合が高い傾向がみられます。



### 【前回調査との比較】

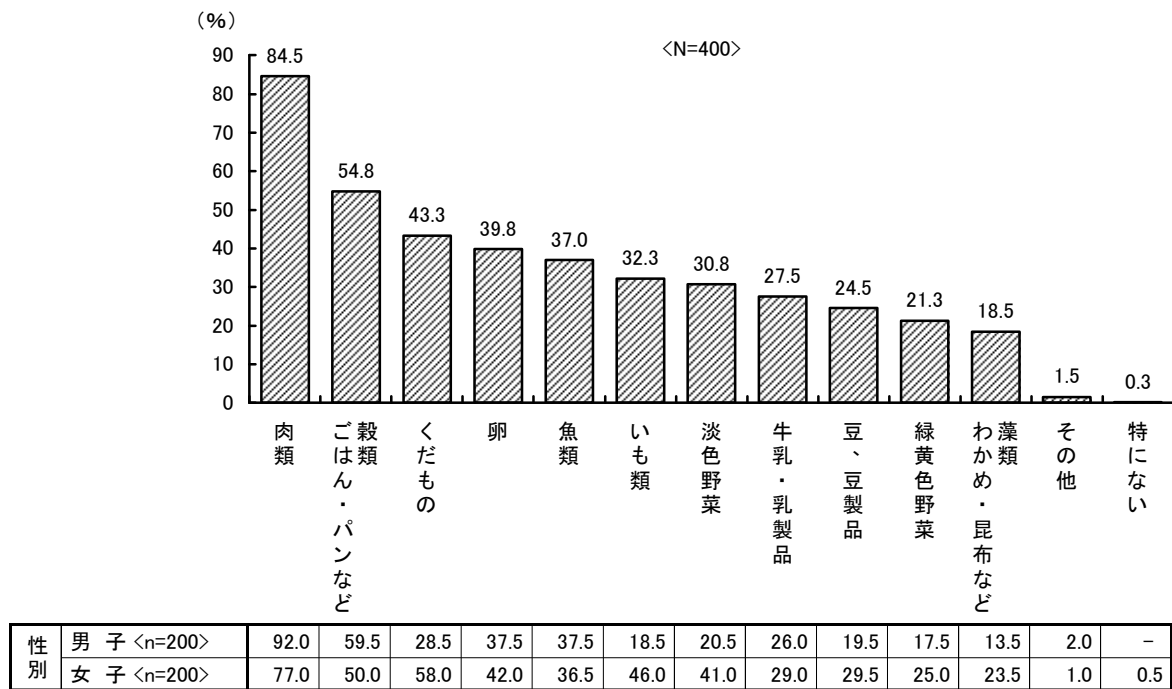
2012年に実施した前回の調査と比べると、前回、今回とも「学校で起きたできごと」（前回 62.5%→今回 69.0%）、「友だちのこと」（同 56.5%→54.8%）、「テレビ番組やタレントのこと」（同 50.5%→47.8%）が比率の増減はみられますが、いずれもトップ3です。

### 3. 毎日の食事で好きな食材

「肉類」(84.5%)が突出して多く、以下「ごはん・パンなど穀類」(54.8%)、「くだもの」(43.3%)、「卵」(39.8%)、「魚類」(37.0%)、「いも類」(32.3%)、「淡色野菜」(30.8%)などの順。

●《男子》は「肉類」、《女子》は「くだもの」「いも類」「淡色野菜」「わかめ・昆布など藻類」が高く、《女子》の方が健康バランス志向が強い。

図 18. 毎日の食事で好きな食材（複数回答）



毎日の食事で好きな食材をみると、「肉類」を8割強(84.5%)があげて、突出して多くなっています。以下「ごはん・パンなど穀類」(54.8%)、「くだもの」(43.3%)、「卵」(39.8%)、「魚類」(37.0%)、「いも類」(32.3%)、「淡色野菜」(30.8%)などが続いています。

性別にみると、いずれも「肉類」が最も多くなっていますが、その割合は《女子》(77.0%)よりも《男子》(92.0%)の方がかなり高くなっています。一方、「くだもの」(男子28.5%、女子58.0%)、「いも類」(同18.5%、46.0%)、「淡色野菜」(同20.5%、41.0%)、「わかめ・昆布など藻類」(同13.5%、23.5%)など、全般的に《女子》の方が高い割合のものが多く、《女子》の好みの方が健康バランスはとれているようです。

#### 【前回調査との比較】

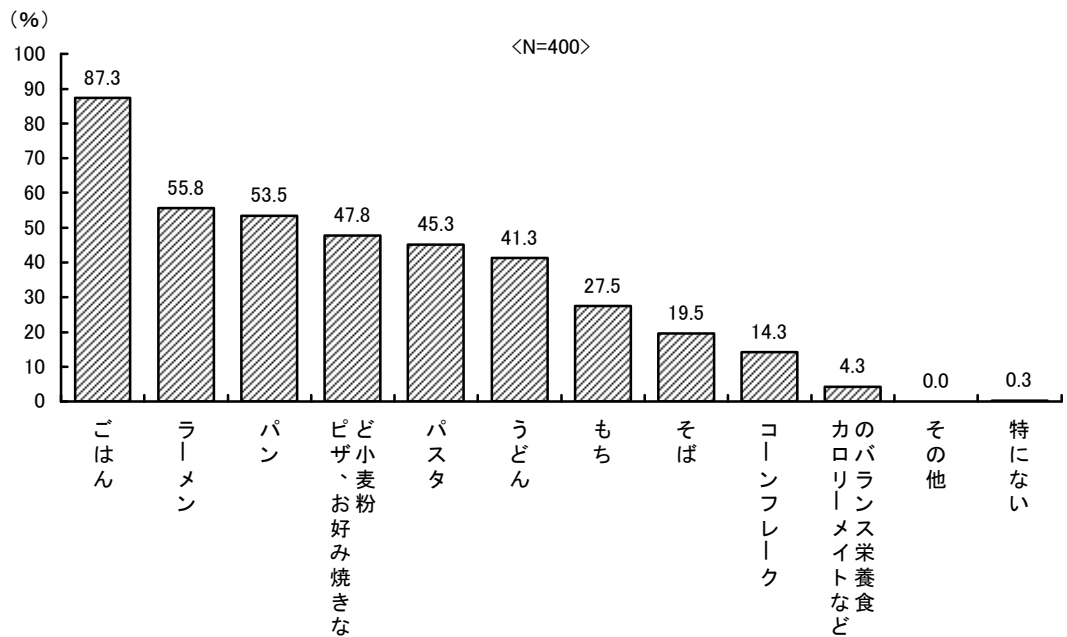
2012年に実施した前回の調査と比べると、前回、今回とも「肉類」(前回83.5%→今回84.5%)が最も多く、以下「ごはん・パンなど穀類」(同53.3%→54.8%)、「くだもの」(同43.0%→43.3%)、「卵」(同42.5%→39.8%)、「魚類」(同42.5%→37.0%)が続き、トップ5は同じ食材があげられていますが、全般的に比率をやや下げている食材が目につきます。

#### 4. 主食で好きなもの

「ごはん」(87.3%)が最も好きで、以下「ラーメン」(55.8%)、「パン」(53.5%)、「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」(47.8%)、「パスタ」(45.3%)、「うどん」(41.3%)、「もち」(27.5%)など。

●朝ごはん食べている「パン」(70.7%)は「ごはん」(71.5%)と同程度だが、好きな主食では「ごはん」が 30 ポイント以上の差で断然リード。

図 19. 主食で好きなもの（複数回答）



性別	男子 <n=200>	88.5	67.5	47.5	47.5	39.5	42.5	24.0	24.5	12.5	5.5	-	-
女子 <n=200>	86.0	44.0	59.5	48.0	51.0	40.0	31.0	14.5	16.0	3.0	-	-	0.5

主食で好きなものは、「ごはん」(87.3%)が突出して多くなっており、以下「ラーメン」(55.8%)、「パン」(53.5%)、「ピザ、お好み焼きなど小麦粉」(47.8%)、「パスタ」(45.3%)、「うどん」(41.3%)、「もち」(27.5%)などが続いています。先にみたように、朝ごはん食べるものでは、「ごはん」(71.5%)と「パン」(70.7%)は同程度でしたが、ここでは「パン」が大きく引き離されています。

性別にみると、いずれも「ごはん」(男子 88.5%、女子 86.0%)が8割台で突出していますが、「ラーメン」(同 67.5%、44.0%)、「そば」(同 24.5%、14.5%)は《男子》の方が、「パン」(男子 47.5%、女子 59.5%)、「パスタ」(同 39.5%、51.0%)、「もち」(同 24.0%、31.0%)などは《女子》の方が高く、男女で好みはかなり違うようです。

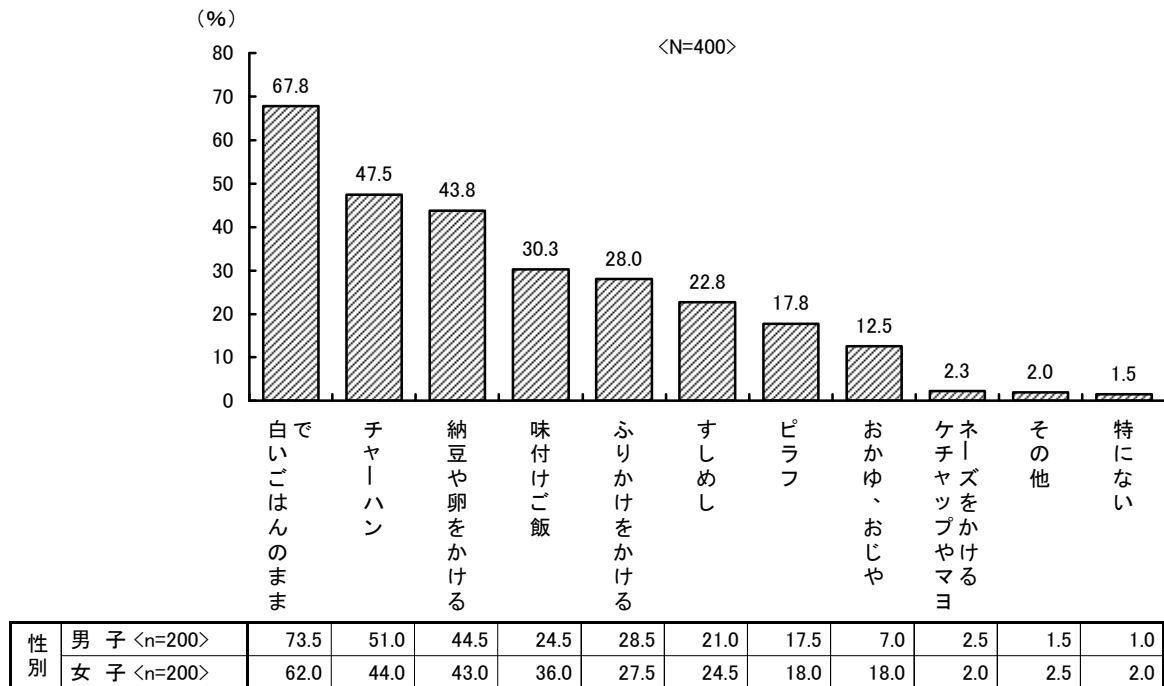
#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べてみると、「ごはん」(前回 82.5%→今回 87.3%)が好きという人が一層増えています。そのほかでは、「ラーメン」(同 62.8%→55.8%)、「パスタ」(同 58.8%→45.3%)、「もち」(同 35.3%→27.5%)、「そば」(同 30.5%→19.5%)など、前回より比率を下げているものが目立ちます。

## 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」(67.8%)が最も多く、以下「チャーハン」(47.5%)、「納豆や卵をかける」(43.8%)、「味付けご飯」(30.3%)などの順。

図 20. 「ごはん」をどのようにして食べるのが好きか（複数回答）



前述のように「ごはん」は好きな主食でトップでしたが、ここでは「ごはん」をどのようにして食べるのが好きか聞いてみました。

「白いごはんのままで」(67.8%)が最も多く、以下「チャーハン」(47.5%)、「納豆や卵をかける」(43.8%)、「味付けご飯」(30.3%)、「ふりかけをかける」(28.0%)、「すしめし」(22.8%)などの順となっています。やはり“炊きたての白米が一番おいしい”と思っている人が多いようです。

性別にみると、いずれも「白いごはんのままで」がトップになっていますが、その割合は《女子》(62.0%)よりも《男子》(73.5%)の方が11ポイントほど高くなっています。また、「チャーハン」(男子51.0%、女子44.0%)も《男子》の方が高めです。反対に、「味付けご飯」(同24.5%、36.0%)、「おかゆ、おじや」(同7.0%、18.0%)などは《女子》の方が高くなっています。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べてみると、前回、今回とも「白いごはんのままで」(前回69.3%→今回67.8%)、「チャーハン」(同53.8%→47.5%)、「納豆や卵をかける」(同45.5%→43.8%)がトップ3になっているなど、大きな変動はみられません。

## 6. 嫌いな食べ物

「トマト」(38件)、「ピーマン」(37件)、「魚」(35件)、「セロリ」(30件)、「なす」(29件)がワースト5。次いで「きのこ類」「野菜全般」(各25件)、「にんじん」(23件)、「ゴーヤ」(21件)、「納豆」(18件)が続き、ワースト10には“野菜類”が目立つ。

●《男子》では「トマト」(20件)、《女子》は「ピーマン」(22件)が1位。

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	トマト	38	20	18
2	ピーマン	37	15	22
3	魚	35	17	18
4	セロリ	30	13	17
5	なす	29	14	15
6	きのこ類	25	16	9
	野菜全般	25	17	8
8	にんじん	23	8	15
9	ゴーヤ	21	7	14
10	納豆	18	9	9

嫌いな食べ物を自由回答であげてもらったところ、「トマト」(38件)が最も多く、以下「ピーマン」(37件)、「魚」(35件)、「セロリ」(30件)、「なす」(29件)、「きのこ類」「野菜全般」(各25件)、「にんじん」(23件)、「ゴーヤ」(21件)、「納豆」(18件)が続いています。“野菜類”がワースト10に多くあげられています。

性別にみると、《男子》では「トマト」(20件)、《女子》は「ピーマン」(22件)が最も多くなっているなど、いずれもワースト10には“野菜類”が多くあげられています。

### 【前回調査との比較】

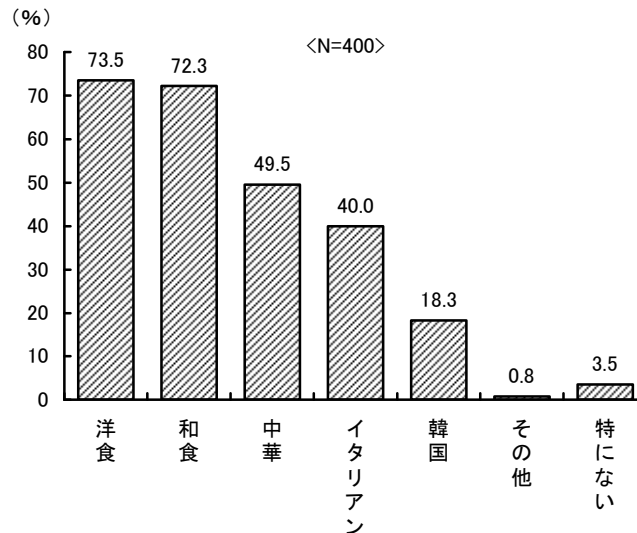
2012年に実施した前回の調査と比べてみると、前回は「野菜全般」「ピーマン」「果物(アボカド、柿、バナナなど)」「トマト」「魚」などの順で、今回もおおむね同じような食べ物が上位になっており、依然“野菜嫌い”が多いようです。

## 7. 好きな料理のタイプ

「洋食」(73.5%)と「和食」(72.3%)が同程度で群を抜いており、以下「中華」(49.5%)、「イタリアン」(40.0%)、「韓国」(18.3%)などの順。

●「イタリアン」は《男子》(34.0%)よりも《女子》(46.0%)の方が好き。

図 21. 好きな料理のタイプ (複数回答)



性別	男子 <n=200>	71.5	69.5	50.5	34.0	15.5	0.5	4.5
	女子 <n=200>	75.5	75.0	48.5	46.0	21.0	1.0	2.5

「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、「洋食」(73.5%)が最も多く、次いで「和食」(72.3%)が同程度、以下「中華」(49.5%)、「イタリアン」(40.0%)、「韓国」(18.3%)などの順となっています。

性別にみると、いずれも「洋食」と「和食」が多くなっていますが、「イタリアン」は《男子》(34.0%)よりも《女子》(46.0%)の方が好きな割合が高くなっています。

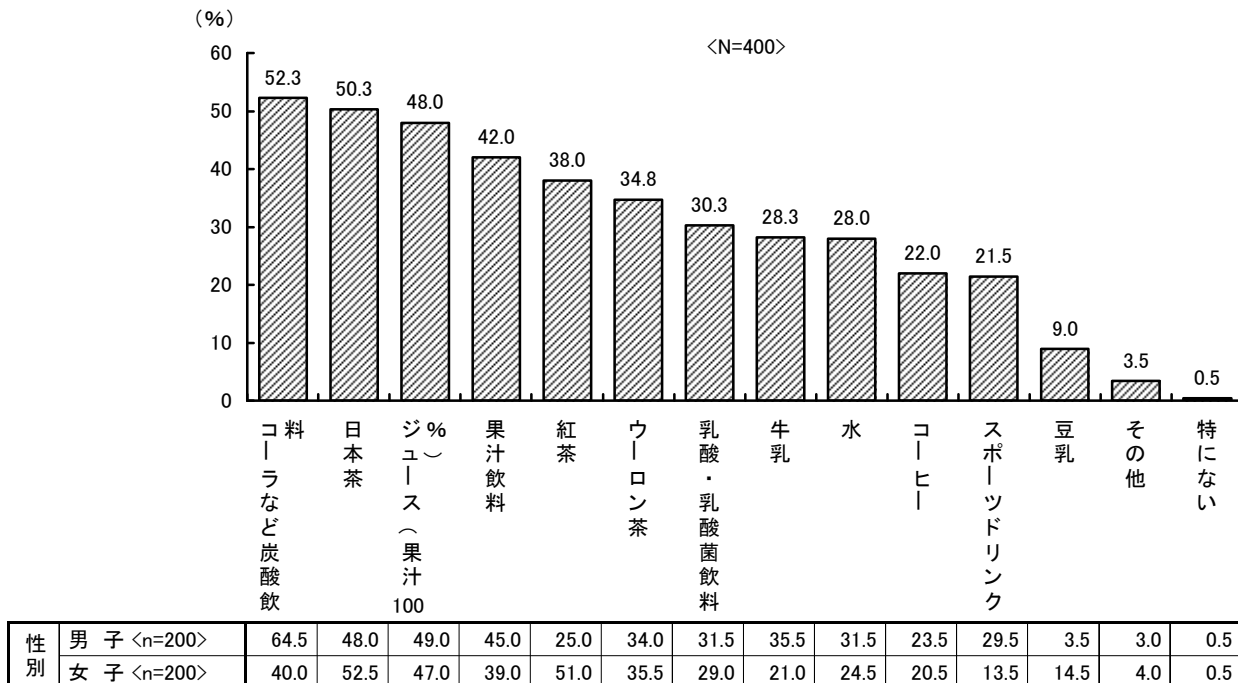
### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較すると、「和食」のみ前回65.0%→今回72.3%と増加傾向ですが、そのほかの料理は比率を下げています。特に「イタリアン」(前回47.5%→今回40.0%)の減少が目につきます。

## 8. 好きな飲み物

「コーラなど炭酸飲料」(52.3%)、「日本茶」(50.3%)、「ジュース(果汁 100%)」(48.0%)、「果汁飲料」(42.0%)、「紅茶」(38.0%)、「ウーロン茶」(34.8%)、「乳酸・乳酸菌飲料」(30.3%)など、さまざまな飲料があげられている。

図 22. 好きな飲み物（複数回答）



好きな飲み物は、「コーラなど炭酸飲料」(52.3%)と「日本茶」(50.3%)の2つが5割台、以下「ジュース(果汁 100%)」(48.0%)、「果汁飲料」(42.0%)、「紅茶」(38.0%)、「ウーロン茶」(34.8%)、「乳酸・乳酸菌飲料」(30.3%)、「牛乳」(28.3%)、「水」(28.0%)などが続き、清涼飲料から茶系飲料、乳製品などさまざまな飲料があげられています。

性別にみると、《男子》では「コーラなど炭酸飲料」(64.5%)が圧倒的に多く、以下「ジュース(果汁 100%)」(49.0%)、「日本茶」(48.0%)、「果汁飲料」(45.0%)が上位にあげられています。一方、《女子》では「コーラなど炭酸飲料」(40.0%)が《男子》(64.5%)より25ポイントほど低く、第4位にランクを下げ、「日本茶」(52.5%)がトップ、以下「紅茶」(51.0%)、「ジュース(果汁 100%)」(47.0%)がトップ3です。また、「コーラなど炭酸飲料」以外の「果汁飲料」(男子45.0%、女子39.0%)、「牛乳」(同35.5%、21.0%)、「水」(同31.5%、24.5%)、「スポーツドリンク」(同29.5%、13.5%)も《男子》の方が好きな割合は高めになっています。反対に、「紅茶」(男子25.0%、女子51.0%)は《女子》の方が高くなっています。

### 【前回調査との比較】

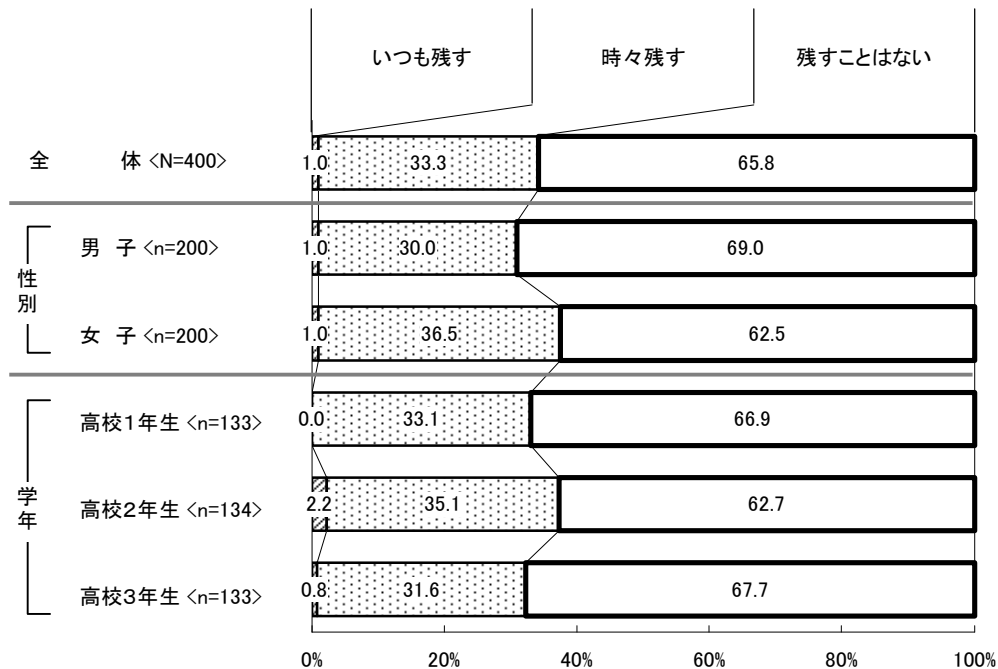
2012年に実施した前回の調査と比べると、前回は「コーラなど炭酸飲料」(54.3%)に次いで第2位の「紅茶」が49.8%→今回38.0%と12ポイントほど比率を下げ、今回第5位に順位を下げているのが目につきます。なお、「日本茶」(44.0%→50.3%)、「ジュース(果汁 100%)」(41.0%→48.0%)、「果汁飲料」(33.8%→42.0%)などは増加傾向を示しています。

## 9. 食事を残すことがあるか

3人に1人強(34.3%)が“残す”。

●《男子》(31.0%)よりも《女子》(37.5%)の方が“残す”割合がやや高い。

図 23. 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」(1.0%)という人はわずかですが、「時々残す」(33.3%)人はかなりおり、合わせて“残す”(34.3%)という人は3人に1人強の割合に達しています。「残すことはない」(65.8%)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、“残す(いつも+時々)”(男子31.0%、女子37.5%)の割合は《女子》の方が高くなっています。《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。

学年別ではあまり差はありません。

### 【前回調査との比較】

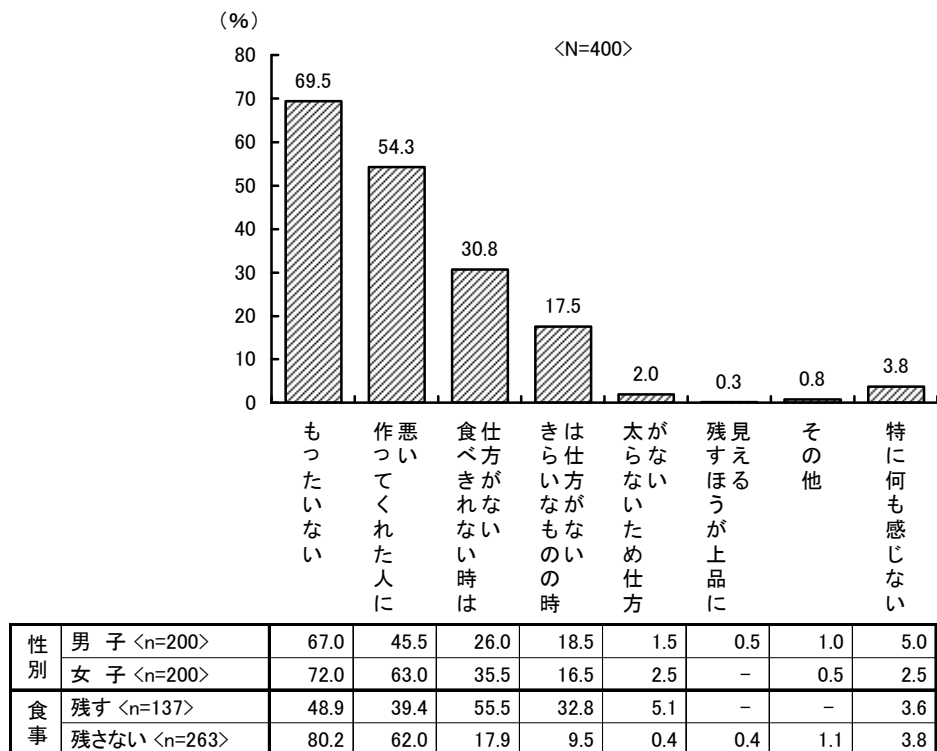
2012年に実施した前回の調査と比べ、“残す(前回39.3%→今回34.3%)”がやや減り、「残すことはない」(同60.8%→65.8%)がやや増えており、わずかに改善されているようです。



## 10. 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」(54.3%)と“罪悪感を抱く”人が多く、「食べきれない時は仕方がない」(30.8%)、「きれいなもの時は仕方がない」(17.5%)など“仕方がない”という意見はあまり多くない。

図 24. 食事を残すことについて、どう思うか（複数回答）



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」(54.3%)と“罪悪感を抱く”人が多く、「食べきれない時は仕方がない」(30.8%)、「きれいなもの時は仕方がない」(17.5%)、「太らないため仕方がない」(2.0%)など“仕方がない”という意見はあまり多くありません。

性別にみると、「作ってくれた人に悪い」(男子 45.5%、女子 63.0%)など“罪悪感を抱く”割合は《女子》の方が高いのですが、「食べきれない時は仕方がない」(同 26.0%、35.5%)も同様に《女子》の方が高い割合となっています。女子の方が食べきれないことが多いことによるのでしょう。

また、食事を《残す》人は「食べきれない時は仕方がない」(55.5%)という回答が《残さない》(17.9%)人に比べてかなり多く、また「きれいなもの時は仕方がない」(残す 32.8%、残さない 9.5%)も同様です。一方、《残さない》という人は「もったいない」(80.2%)という意識が《残す》(48.9%)人に比べてはるかに高くなっています。

### 【前回調査との比較】

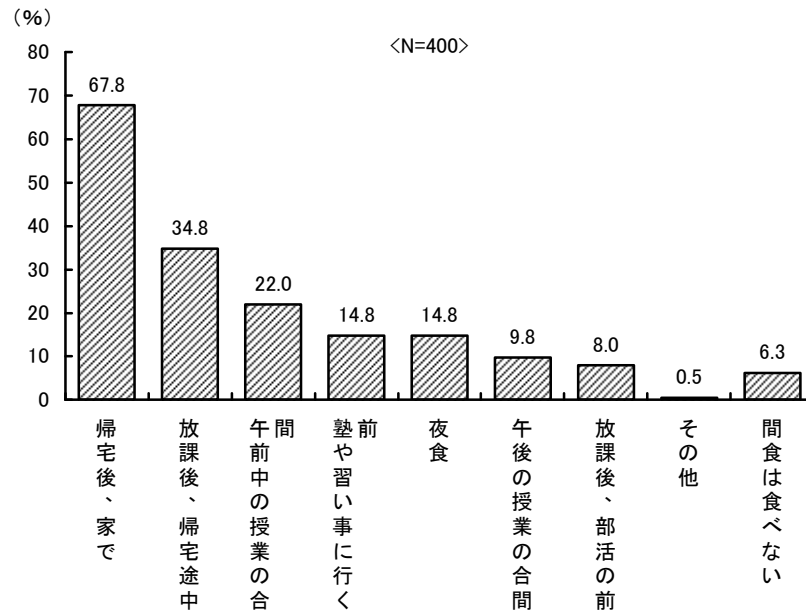
2012年に実施した前回の調査と比べると、「もったいない」(前回 73.5%→今回 69.5%)、「作ってくれた人に悪い」(同 59.0%→54.3%)がやや減り、「食べきれない時は仕方がない」(前回 27.5%→今回 30.8%)、「きれいなもの時は仕方がない」(同 13.8%→17.5%)がやや増えており、わずかながら、“罪悪感を覚える”よりも“仕方がない”という意識の方が強くなってきています。

## 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”(93.8%)人が大半で、時間帯としては「帰宅後、家で」(67.8%)が断然多く、以下「放課後、帰宅途中」(34.8%)、「午前中の授業の合間」(22.0%)、「塾や習い事に行く前」(14.8%)、「夜食」(14.8%)など。

●間食を食べる回数は、1日「1回くらい」(37.6%)、「2回くらい」(37.1%)が多く、平均「1.5回」。

図 25. 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>	64.5	34.5	14.5	14.5	20.5	8.0	9.0	-	9.0
	女子 <n=200>	71.0	35.0	29.5	15.0	9.0	11.5	7.0	1.0	3.5
学年	高校1年生 <n=133>	75.9	36.1	20.3	13.5	15.8	7.5	11.3	-	5.3
	高校2年生 <n=134>	58.2	38.1	27.6	15.7	11.9	10.4	6.7	0.7	8.2
	高校3年生 <n=133>	69.2	30.1	18.0	15.0	16.5	11.3	6.0	0.8	5.3

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」(6.3%)という人はごくわずかで、大半の人は間食を“食べる”(93.8%)と答えています。間食の時間帯としては、「帰宅後、家で」(67.8%)が断然多く、6割を超えています。以下、「放課後、帰宅途中」(34.8%)、「午前中の授業の合間」(22.0%)、「塾や習い事に行く前」(14.8%)、「夜食」(14.8%)、「午後の授業の合間」(9.8%)、「放課後、部活の前」(8.0%)など、さまざまな時間帯に間食をとっています。

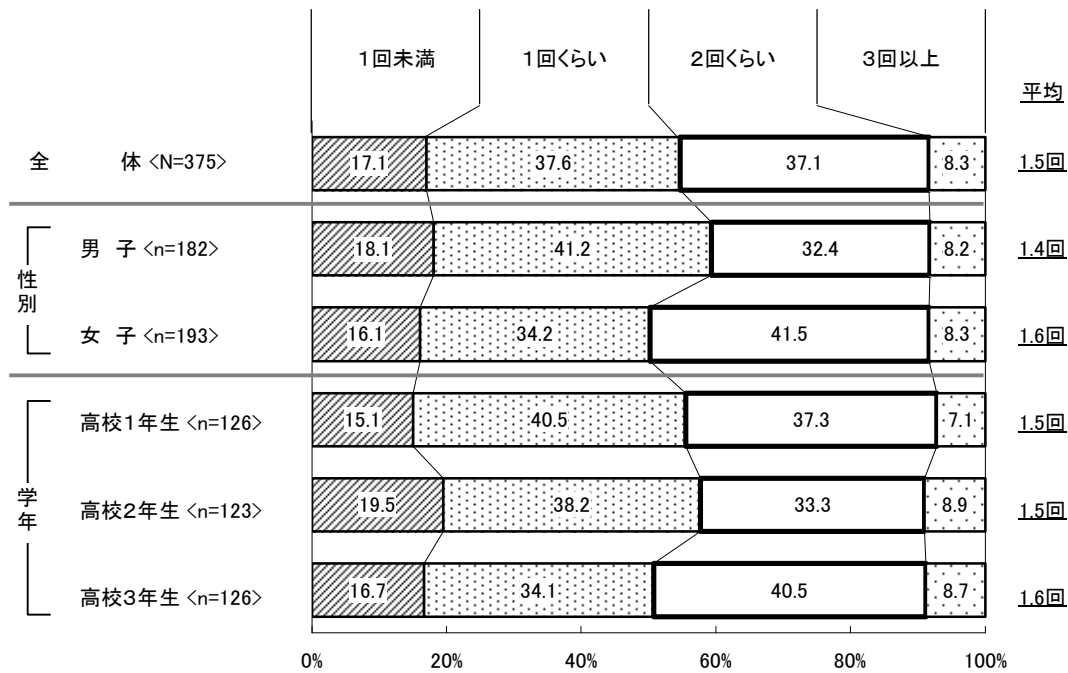
性別にみると、「午前中の授業の合間」は《女子》(29.5%)が《男子》(14.5%)の約2倍の割合です。一方、「夜食」は《男子》(20.5%)が《女子》(9.0%)を10ポイント以上上回っています。

学年別ではあまり大きな差はみられません。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べると、「帰宅後、家で」(前回 62.3%→今回 67.8%)がやや増えているのが最も大きな変化で、全般的な傾向は変わりません。

図 26. 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、「1回くらい」(37.6%)、「2回くらい」(37.1%)がともに3割台で多く、以下「1回未満」(17.1%)、「3回以上」(8.3%)の順で、平均「1.5回」となっています。

性別にみると、平均は《男子》(1.4回)よりも《女子》(1.6回)の方がやや多くなっています。

学年別ではあまり大きな差はありません。

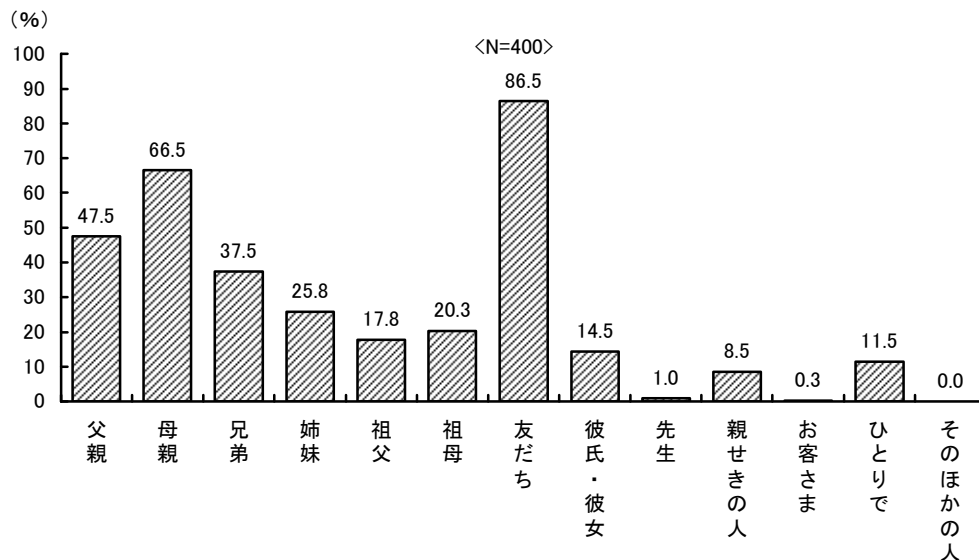
#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べ、平均は前回「1.6回」→今回「1.5回」とあまり変わっていません。

## 12. 食事を誰と一緒に食べるときが楽しいか

「友だち」(86.5%)と食べるときが最も楽しいが、以下「母親」(66.5%)、「父親」(47.5%)、「兄弟」(37.5%)、「姉妹」(25.8%)、「祖母」(20.3%)、「祖父」(17.8%)の“家族”が続く。中には「ひとりで」(11.5%)食べるのが楽しいという人も。

図 27. 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>	47.0	60.0	42.0	18.0	16.5	18.5	85.5	14.0	-	8.0	0.5	15.0	-
	女子 <n=200>	48.0	73.0	33.0	33.5	19.0	22.0	87.5	15.0	2.0	9.0	-	8.0	-
学年	高校1年生 <n=133>	54.1	69.2	38.3	29.3	24.1	27.1	87.2	9.8	-	7.5	0.8	10.5	-
	高校2年生 <n=134>	48.5	67.9	42.5	23.1	16.4	20.1	84.3	13.4	1.5	11.2	-	10.4	-
	高校3年生 <n=133>	39.8	62.4	31.6	24.8	12.8	13.5	88.0	20.3	1.5	6.8	-	13.5	-

食事を誰と一緒に食べるときが楽しいか聞いたところ、「友だち」(86.5%)が8割を超えており、圧倒的に多くなっています。以下、「母親」(66.5%)、「父親」(47.5%)、「兄弟」(37.5%)、「姉妹」(25.8%)、「祖母」(20.3%)、「祖父」(17.8%)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」(11.5%)食べるのが楽しいという人も1割ほどいます。

性別にみると、男女とも「友だち」が第一ですが、《女子》は「母親」(男子 60.0%、女子 73.0%)、「姉妹」(同 18.0%、33.5%)の割合が《男子》よりかなり高く、《男子》に比べて家族(特に同姓の)と食べる時も楽しいと感じる傾向が強くなっています。一方、「兄弟」をあげる割合は、《男子》(42.0%)の方が《女子》(33.0%)より10ポイント近く高くなっています。

学年別にみると、「父親」(1年生 54.1%、2年生 48.5%、3年生 39.8%)、「祖父」(同 24.1%、16.4%、12.8%)、「祖母」(同 27.1%、20.1%、13.5%)などの割合は低学年ほど高くなっていますが、「彼氏・彼女」(1年生 9.8%、2年生 13.4%、3年生 20.3%)と食べると楽しいとする割合は逆に学年が上がるほど高率です。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べてみると、「母親」(前回 57.5%→今回 66.5%)をはじめ、前回よりも高い割合の項目が多く、人と一緒に食べるのが楽しいという意識が強まっているようです。「ひとりで」(前回 8.3%→今回 11.5%)をあげる割合は前回とあまり変わっていません。

1. 「コンビニ」の利用状況

「ほとんど利用しない」(7.8%)という人は少なく、利用率は9割強(92.3%)。頻度は「週に2~3回」(32.3%)、「週に1回くらい」(27.8%)、「月に1、2回」(20.0%)くらいが多く、平均週に「1.8回」。

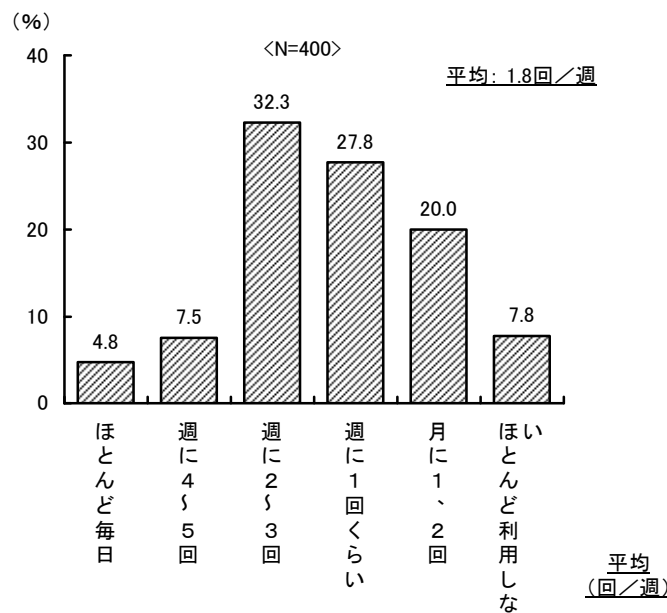
コンビニへ一緒に行く人は、「一人で」(68.0%)、もしくは「友人と」(67.2%)が多い。

よく購入する飲食物は、「パン」(53.7%)、「おにぎり・おすし」(50.4%)、「スナック菓子類」(43.6%)、「コーラ等の炭酸飲料」(35.5%)、「アイスクリーム」(34.4%)、「お茶(麦茶・ウーロン茶を含む)」(33.9%)、「チョコレート、キャンディなど」(30.1%)などの順で、おやつや軽食類が多い。

コンビニで買った食べ物を食べる場所は、「家で」(52.2%)、「学校で、昼食に」(34.8%)、「歩きながら」(32.6%)、「学校で、昼食以外に」(27.7%)など、屋内屋外を問わずいろいろな場所で食べている。

1-1. コンビニの利用頻度

図 28. コンビニの利用頻度



性別	男子 <n=200>	5.5	9.0	35.0	25.5	16.5	8.5	平均 (回/週)
	女子 <n=200>	4.0	6.0	29.5	30.0	23.5	7.0	
学年	高校1年生 <n=133>	3.0	6.8	26.3	26.3	26.3	11.3	1.5
	高校2年生 <n=134>	5.2	5.2	37.3	29.1	16.4	6.7	1.9
	高校3年生 <n=133>	6.0	10.5	33.1	27.8	17.3	5.3	2.1

コンビニの利用頻度をみると、まず「ほとんど利用しない」(7.8%)という人は1割未満で、“利用する”(92.3%)人が大半を占めています。頻度としては、「週に2~3回」(32.3%)、「週に1回くらい」(27.8%)、「月に1、2回」(20.0%)くらいが多く、平均は週に「1.8回」となっています。

性別にみると、総じて《男子》の方が利用頻度は高く、平均も《男子》(2.0回)の方が《女子》(1.7回)よりも高めです。

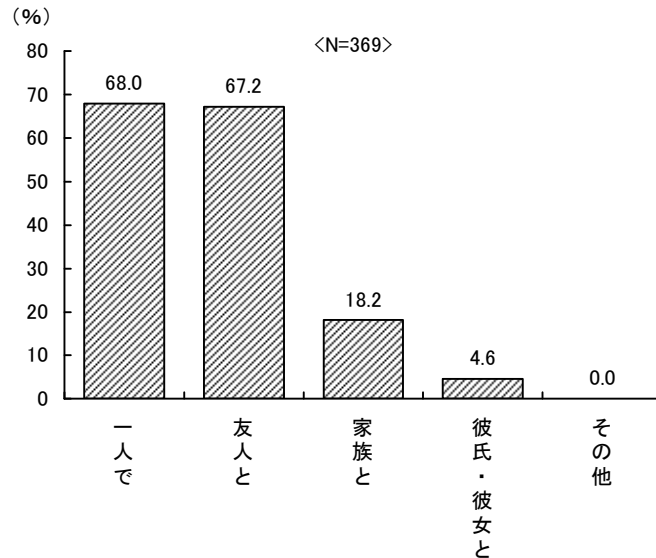
学年別にみると、学年が上がるほど利用頻度は高く、平均は《高校1年生》(1.5回/週)、《高校2年生》(1.9回/週)、《高校3年生》(2.1回/週)となっています。

**【前回調査との比較】**

2012年に実施した前回の調査と比べてみると、平均は前回「2.2回」→今回「1.8回」と減っています。

**1-2. コンビニへ一緒に行く人**

図 29. コンビニへ一緒に行く人 (複数回答)



性別	男子 <n=183>	65.6	64.5	12.0	2.7	-
	女子 <n=186>	70.4	69.9	24.2	6.5	-
学年	高校1年生 <n=118>	62.7	74.6	20.3	0.8	-
	高校2年生 <n=125>	66.4	68.8	20.0	6.4	-
	高校3年生 <n=126>	74.6	58.7	14.3	6.3	-

コンビニへ一緒に行く人は誰かをみると、「一人で」(68.0%)と「友人と」(67.2%)がともに7割近くで多くなっています。そのほかの人と一緒にいくことはあまりなく、「家族と」(18.2%)、「彼氏・彼女と」(4.6%)の順となっています。

性別にみると、「家族と」(男子12.0%、女子24.2%)をはじめ、《女子》の方が高い割合の項目が多く、いろいろな人とコンビニへ行くことが多いことがうかがえますが、「一人で」(70.4%)の割合も《男子》(65.6%)より高くなっています。

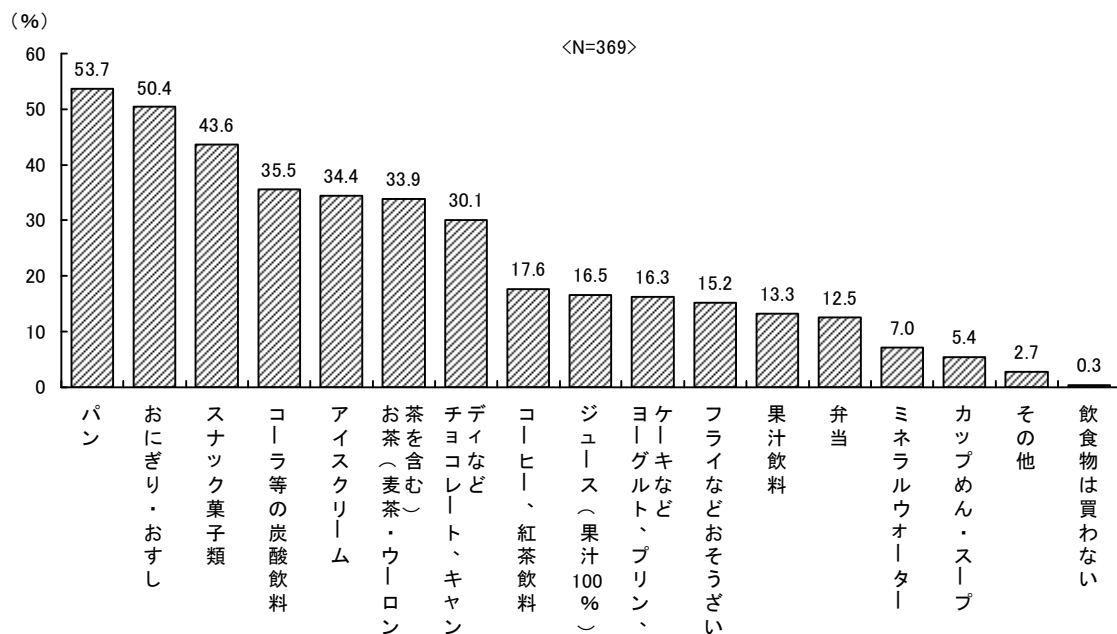
学年別にみると、高学年の人ほど「一人で」、低学年ほど「友人と」や「家族と」行く割合が高く、学年が上がるとともに単独行動が多くなっています。

**【前回調査との比較】**

2012年に実施した前回の調査と比べ、「友人と」(前回77.2%→今回67.2%)行く割合が10ポイント減っているのが目立ちます。

### 1-3. コンビニでよく購入する飲食物

図 30. コンビニでよく購入する飲食物（複数回答）



性別	男子 <n=183>	54.1	52.5	41.5	51.4	26.8	32.8	18.6	19.7	16.9	8.7	20.2	13.7	18.0	4.4	8.2	2.2	-
女子 <n=186>	53.2	48.4	45.7	19.9	41.9	34.9	41.4	15.6	16.1	23.7	10.2	12.9	7.0	9.7	2.7	3.2	0.5	
学年	高校1年生 <n=118>	58.5	51.7	44.9	40.7	40.7	29.7	28.8	14.4	18.6	16.1	15.3	21.2	11.9	5.1	2.5	2.5	-
	高校2年生 <n=125>	54.4	50.4	48.0	32.0	30.4	39.2	32.0	17.6	14.4	14.4	17.6	10.4	10.4	7.2	6.4	3.2	-
	高校3年生 <n=126>	48.4	49.2	38.1	34.1	32.5	32.5	29.4	20.6	16.7	18.3	12.7	8.7	15.1	8.7	7.1	2.4	0.8

コンビニでよく購入する飲食物は、「パン」(53.7%)、「おにぎり・おすし」(50.4%)、「スナック菓子類」(43.6%)、「コーラ等の炭酸飲料」(35.5%)、「アイスクリーム」(34.4%)、「お茶（麦茶・ウーロン茶を含む）」(33.9%)、「チョコレート、キャンディなど」(30.1%)などの順で、おやつや軽食類が多くなっています。

性別にみると、「コーラ等の炭酸飲料」は《男子》(51.4%)では半数を超えているのに対し、《女子》では2割弱(19.9%)と大きな差が生じています。また、「フライなどおそうざい」(男子20.2%、女子10.2%)、「弁当」(同18.0%、7.0%)も《男子》の方が10ポイント以上高くなっていますが、「アイスクリーム」(男子26.8%、女子41.9%)、「チョコレート、キャンディなど」(同18.6%、41.4%)、「ヨーグルト、プリン、ケーキなど」(同8.7%、23.7%)などスイーツ系は《女子》の方がかなり多くなっています。

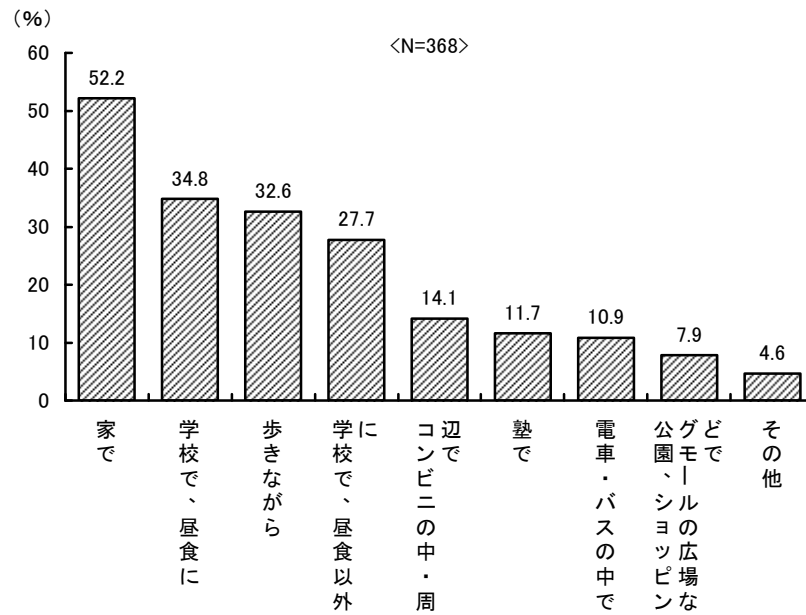
学年別にみると、総じて低学年ほど高い割合の項目が多くなっており、特に「パン」「果汁飲料」などで差が大きくなっています。

#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べ、「カップめん・スープ」(前回16.9%→今回5.4%)など、率を減らしている項目が多くなっていますが、「フライなどおそうざい」(同8.2%→15.2%)は今回やや増えています。

## 1-4. コンビニで買った食べ物を食べる場所

図 31. 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=183>	51.9	26.8	39.9	23.0	18.0	12.6	11.5	10.4	3.3
	女子 <n=185>	52.4	42.7	25.4	32.4	10.3	10.8	10.3	5.4	5.9
学年	高校1年生 <n=118>	53.4	28.8	35.6	28.8	12.7	7.6	9.3	11.0	2.5
	高校2年生 <n=125>	47.2	35.2	35.2	28.0	16.8	13.6	11.2	6.4	5.6
	高校3年生 <n=125>	56.0	40.0	27.2	26.4	12.8	13.6	12.0	6.4	5.6

コンビニで買った食べ物を食べる場所は、「家で」(52.2%)、「学校で、昼食に」(34.8%)、「歩きながら」(32.6%)、「学校で、昼食以外に」(27.7%)、「コンビニの中・周辺で」(14.1%)、「塾で」(11.7%)、「電車・バスの中で」(10.9%)など、屋内屋外を問わずいろいろな場所で食べているようです。

性別にみると、「歩きながら」(男子 39.9%、女子 25.4%)、「コンビニの中・周辺で」(同 18.0%、10.3%)といった“屋外”は《男子》の方が、反対に「学校で、昼食に」(男子 26.8%、女子 42.7%)、「学校で、昼食以外に」(男子 23.0%、女子 32.4%)といった“学校内”は《女子》の方が、それぞれ高い割合となっています。

学年別にみると、「学校で、昼食に」食べる割合は高学年ほど、「歩きながら」食べる割合は逆に低学年ほど高い傾向がみられます。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べると、「学校で、昼食に」(前回 47.3%→今回 34.8%)など、総じて前回より減っている項目が多くなっています。



## 2. 「ファストフード店」の利用状況

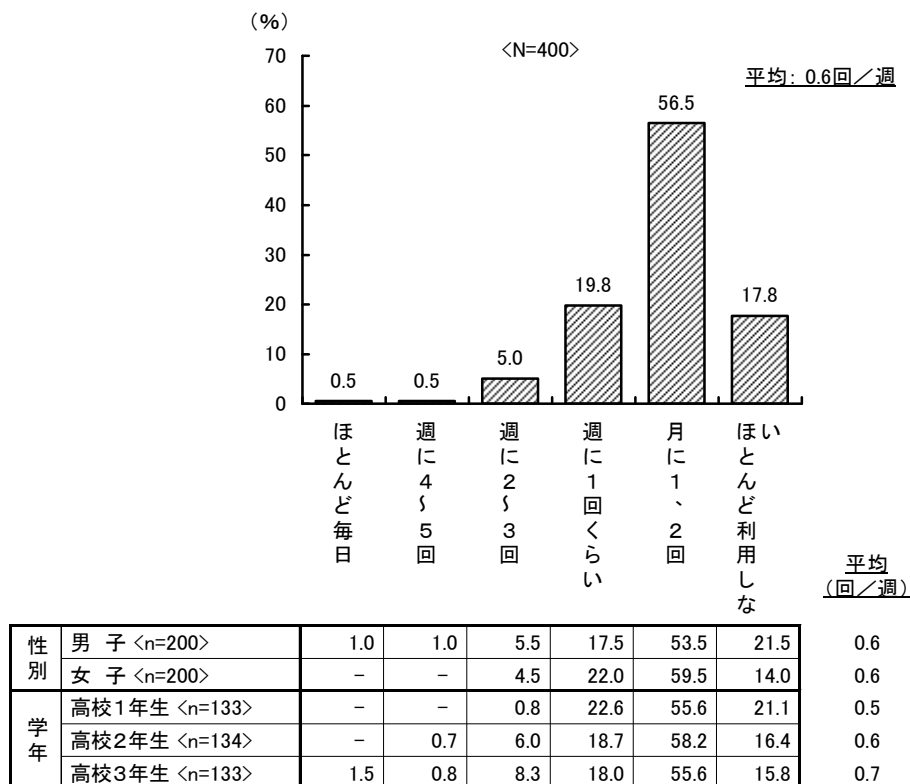
利用率は8割強(82.3%)で、「月に1、2回」(56.5%)の頻度が最も多い。平均は週に「0.6回」。

一緒に行く人は、「友人と」(86.6%)が圧倒的に多く、以下「家族と」(29.5%)、「一人で」(16.1%)、「彼氏・彼女と」(9.1%)など。

よく購入するファストフードは、「ハンバーガー」(81.8%)が最も多く、以下「フライドポテト」(73.3%)、「ドリンク」(48.9%)、「牛丼・豚丼」(19.1%)、「フライドチキン」(17.9%)、「デザート」(17.6%)など。

### 2-1. ファストフード店の利用頻度

図 32. ファストフード店の利用頻度



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」(17.8%)という人が2割弱おり、「利用する」人は8割強(82.3%)となっています。頻度としては、「月に1、2回」(56.5%)が半数を超えて最も多く、次いで「週に1回くらい」が2割弱(19.8%)で続き、それ以上の頻度は少なくなっています。平均は週に「0.6回」で、「コンビニ」の利用頻度(1.8回)に比べるとかなり低めです。

性別にみると、「利用する」割合は《女子》(86.0%)の方が《男子》(78.5%)よりもやや多くなっていますが、平均は男女とも「0.6回」と変わりません。

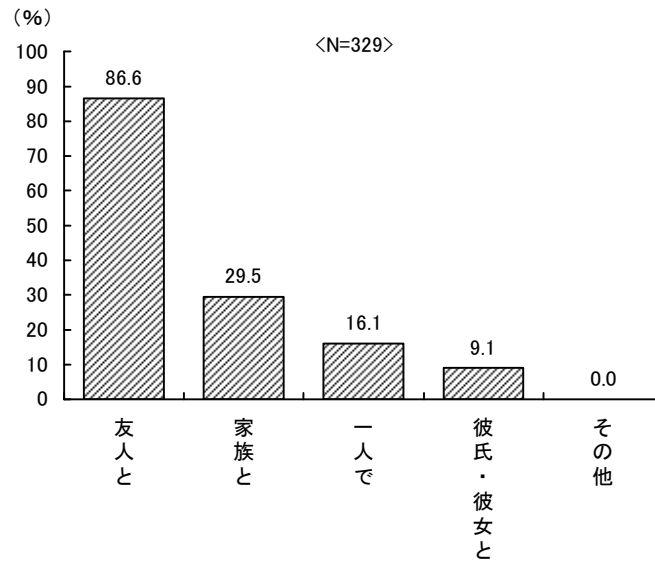
学年別にみると、平均は学年が上がるほど少しずつ高くなっており、高学年ほどよく利用しています。

#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較してみると、「利用する」割合は前回「88.3%」→今回「82.3%」、平均も前回「0.8回」→今回「0.6回」と若干減っています。

## 2-2. ファストフード店へ一緒に行く人

図 33. ファストフード店へ一緒に行く人（複数回答）



性別	男子 <n=157>	84.1	24.2	19.7	7.6	-
	女子 <n=172>	89.0	34.3	12.8	10.5	-
学年	高校1年生 <n=105>	90.5	30.5	13.3	1.9	-
	高校2年生 <n=112>	82.1	34.8	16.1	8.9	-
	高校3年生 <n=112>	87.5	23.2	18.8	16.1	-

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」（86.6%）を9割近くの方があげて圧倒的に多くなっています。そのほかはかなり少なくなりますが、「家族と」（29.5%）、「一人で」（16.1%）、「彼氏・彼女と」（9.1%）が続いています。

性別にみると、「家族と」（男子 24.2%、女子 34.3%）をはじめ、人と行く割合はいずれも《女子》の方が高く、「一人で」行く割合は《女子》（12.8%）よりも《男子》（19.7%）の方が高くなっています。

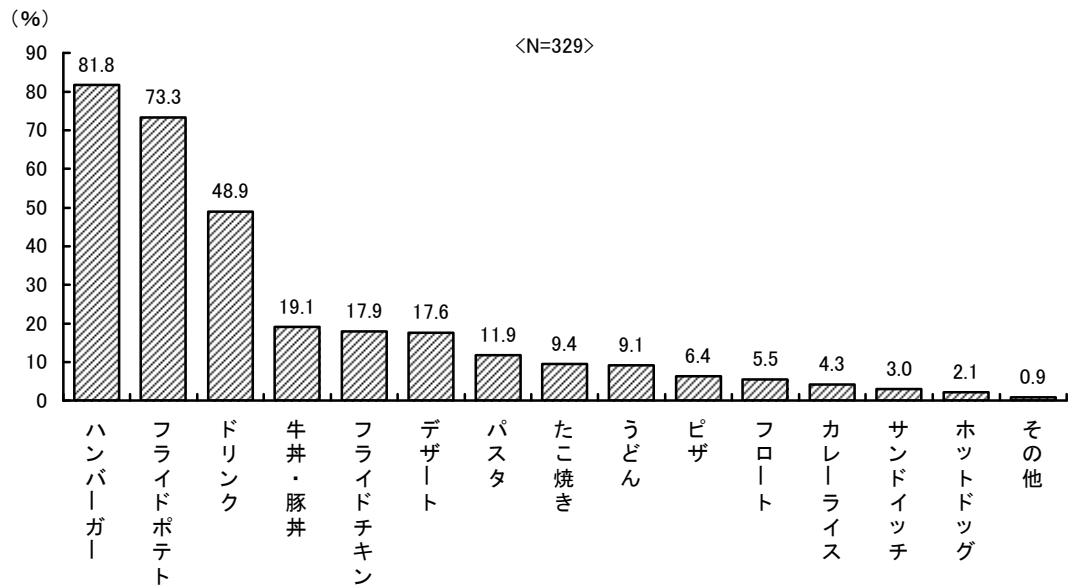
学年別にみると、「彼氏・彼女と」は、学年が上がるほど高い割合です。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較してみると、「友人と」（前回 91.5%→今回 86.6%）がやや減っているのが最も大きな変化で、総じて大きな動きはありません。

## 2-3. よく購入するファストフード

図 34. よく購入するファストフード（複数回答）



性別	男子 <n=157>	89.2	68.8	44.6	32.5	22.9	8.9	8.3	7.6	8.9	7.6	1.3	7.6	1.9	1.9	-
	女子 <n=172>	75.0	77.3	52.9	7.0	13.4	25.6	15.1	11.0	9.3	5.2	9.3	1.2	4.1	2.3	1.7
学年	高校1年生 <n=105>	84.8	75.2	45.7	16.2	20.0	19.0	9.5	7.6	9.5	5.7	3.8	5.7	3.8	2.9	1.0
	高校2年生 <n=112>	81.3	73.2	53.6	17.9	15.2	15.2	9.8	8.9	8.0	4.5	8.0	0.9	1.8	0.9	0.9
	高校3年生 <n=112>	79.5	71.4	47.3	23.2	18.8	18.8	16.1	11.6	9.8	8.9	4.5	6.3	3.6	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」(81.8%)が最も多く、次いで「フライドポテト」も7割強(73.3%)、以下「ドリンク」(48.9%)、「牛丼・豚丼」(19.1%)、「フライドチキン」(17.9%)、「デザート」(17.6%)、「パスタ」(11.9%)などの順となっています。

性別にみると、「牛丼・豚丼」は《男子》は3割強(32.5%)を占めていますが、《女子》(7.0%)ではわずかです。また、「ハンバーガー」(男子89.2%、女子75.0%)、「フライドチキン」(同22.9%、13.4%)も《男子》の方がかなり高い割合ですが、「デザート」(男子8.9%、女子25.6%)、「フライドポテト」(同68.8%、77.3%)、「ドリンク」(同44.6%、52.9%)、「フロート」(同1.3%、9.3%)などは《女子》の方が高くなっています。

学年別ではあまり差はありません。

### 【前回調査との比較】

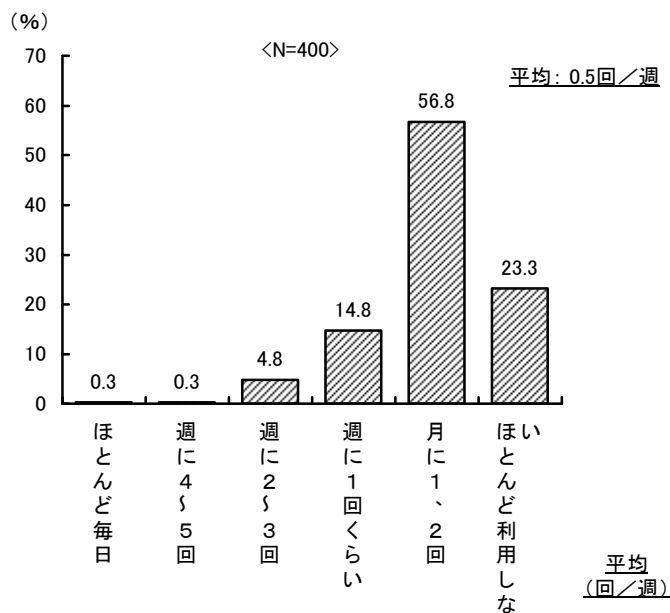
2012年に実施した前回の調査と比較しても、大きな変化はありません。

### 3. 「飲食店（ファストフード店以外）」の利用状況

利用率は8割弱(76.8%)で、「月に1、2回」(56.8%)の頻度が多く、平均は週に「0.5回」。ファストフード店よりやや低め。  
 一緒に行く人は、「友人と」(73.9%)に次いで「家族と」(67.4%)行くケースも多く、“ファストフード店”とはかなり異なる。  
 よく利用する飲食店は、「ファミリーレストラン」(75.9%)が突出して多く、以下「すし・回転寿司」(54.1%)、「ラーメン、中華料理」(47.2%)、「焼肉店」(33.6%)、「パスタ、イタリアン」(27.0%)、「うどん・そば屋」(20.2%)などの順。

#### 3-1. 飲食店（ファストフード店以外）の利用頻度

図 35. 飲食店（ファストフード店以外）の利用頻度



性別	男子 <n=200>	女子 <n=200>	平均 (回/週)				
男性	0.5	-	3.5				
女性	-	0.5	6.0				
平均	16.5	13.0	58.0				
全体	55.5	24.0	0.5				
学年	高校1年生 <n=133>	高校2年生 <n=134>	高校3年生 <n=133>	平均 (回/週)			
高校1年生	-	-	4.5	15.8	55.6	24.1	0.5
高校2年生	-	-	3.7	10.4	63.4	22.4	0.4
高校3年生	0.8	0.8	6.0	18.0	51.1	23.3	0.6

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」という人は2割強（23.3%）で、“利用する”人が8割弱（76.8%）を占めています。頻度としては、「月に1、2回」（56.8%）が半数を超えており、次いで「週に1回くらい」（14.8%）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 82.3%、飲食店 76.8%）、平均頻度（同 0.6回、0.5回）ともにやや低めです。

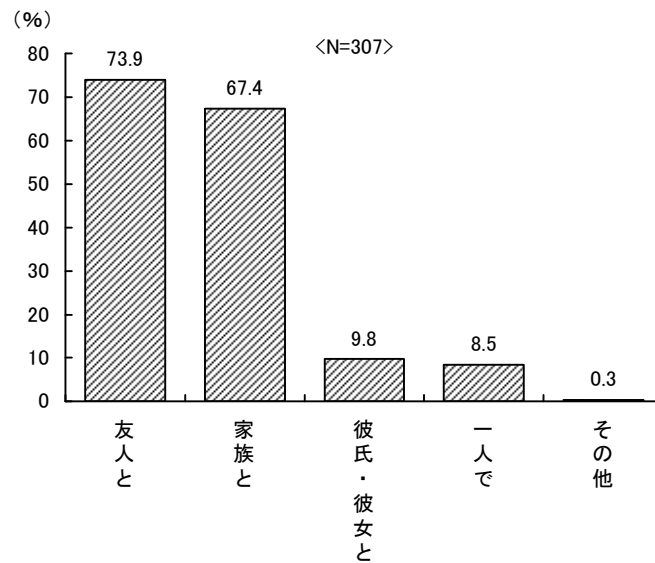
性別や学年別にみても、大きな差はみられません。

#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較すると、利用率は前回「80.5%」→今回「76.8%」、平均も前回「0.6回」→今回「0.5回」と、いずれも少し減っており、これまでにみてきた“コンビニ”“ファストフード”と同様の傾向となっています。

### 3-2. 飲食店（ファストフード店以外）へ一緒に行く人

図 36. 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=152>	71.1	65.8	9.2	12.5	0.7
	女子 <n=155>	76.8	69.0	10.3	4.5	-
学年	高校1年生 <n=101>	71.3	77.2	4.0	4.0	-
	高校2年生 <n=104>	66.3	66.3	9.6	11.5	-
	高校3年生 <n=102>	84.3	58.8	15.7	9.8	1.0

飲食店（ファストフード店以外）へ一緒に行く人は、「友人と」（73.9%）、または「家族と」（67.4%）が多く、「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。以下はかなり少なくなりますが、「彼氏・彼女と」（9.8%）、「一人で」（8.5%）などが続いています。

性別にみると、「友人と」「家族と」「彼氏・彼女と」行く割合は《女子》の方が少しずつ高く、一方「一人で」行く割合は《女子》（4.5%）よりも《男子》（12.5%）の方が8ポイント高くなっており、前項の“ファストフード店”と同じ傾向がみられます。

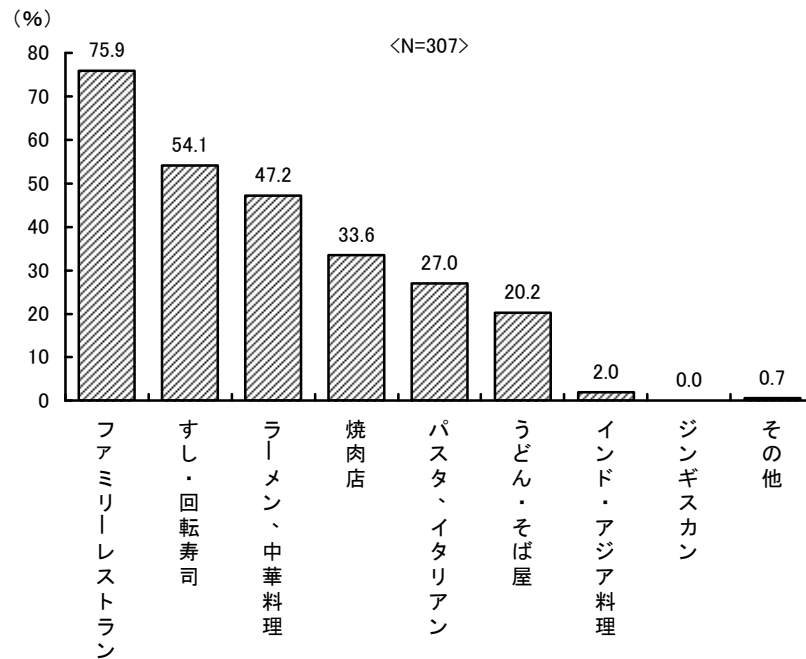
学年別にみると、学年が上がるほど「友人と」や「彼氏・彼女と」、低学年の人ほど「家族と」行く傾向が強くなっています。

#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べても、あまり大きな変化はありません。

### 3-3. よく利用する飲食店（ファストフード店以外）

図 37. よく利用する飲食店（ファストフード店以外）（複数回答）



性別	男子 <n=152>	71.7	52.6	57.9	37.5	21.7	19.1	1.3	-	-
	女子 <n=155>	80.0	55.5	36.8	29.7	32.3	21.3	2.6	-	1.3
学年	高校1年生 <n=101>	79.2	55.4	41.6	34.7	25.7	16.8	2.0	-	1.0
	高校2年生 <n=104>	72.1	52.9	52.9	30.8	31.7	23.1	2.9	-	-
	高校3年生 <n=102>	76.5	53.9	47.1	35.3	23.5	20.6	1.0	-	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」（75.9%）が突出して多くなっています。以下、「すし・回転寿司」（54.1%）、「ラーメン、中華料理」（47.2%）、「焼肉店」（33.6%）、「パスタ、イタリアン」（27.0%）、「うどん・そば屋」（20.2%）などの順となっています。

性別にみると、「ラーメン、中華料理」は《男子》（57.9%）が《女子》（36.8%）を20ポイント以上も上回っているのが目立ちます。一方、「ファミリーレストラン」（男子71.7%、女子80.0%）、「パスタ、イタリアン」（同21.7%、32.3%）などは《女子》の方が10ポイント前後高い割合です。

学年別では大きな傾向の違いはみられません。

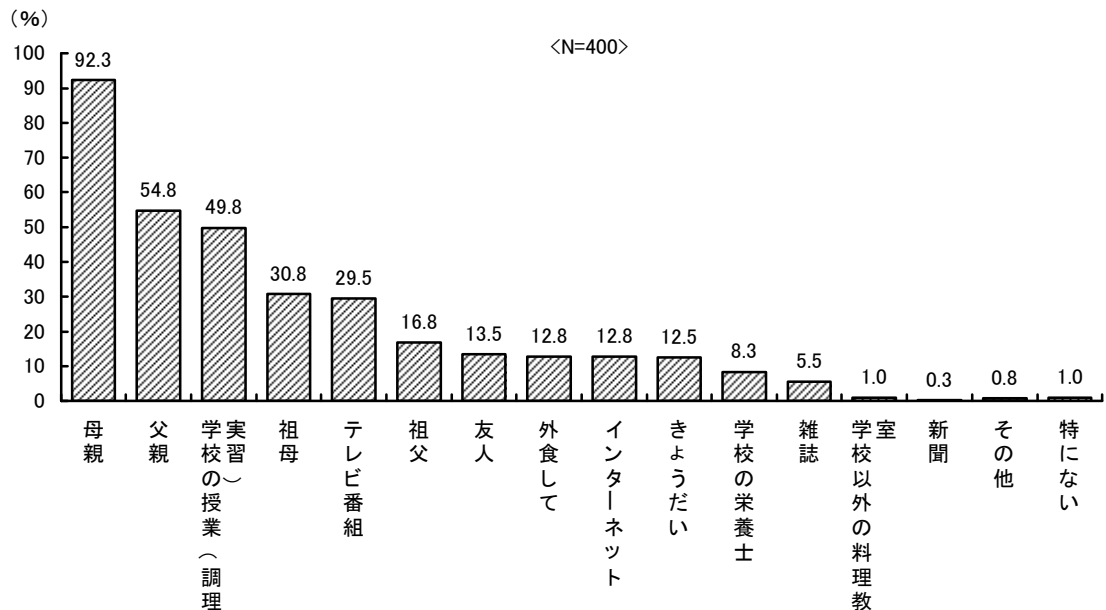
#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べてみると、「ファミリーレストラン」（前回87.9%→今回75.9%）が10ポイント以上減っているのが最も大きな変化で、また「パスタ、イタリアン」（同34.8%→27.0%）も減っています。一方、「すし・回転寿司」（前回46.9%→今回54.1%）、「ラーメン、中華料理」（前回41.0%→今回47.2%）などはやや増えています。

## 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

第一に「母親」(92.3%)、次いで「父親」(54.8%)と“両親”の教えが大きい。以下、「学校の授業(調理実習)」(49.8%)、「祖母」(30.8%)、「テレビ番組」(29.5%)、「祖父」(16.8%)など。

図 38. 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>	89.5	63.0	45.0	28.5	24.0	18.0	13.0	14.5	9.5	13.0	4.5	1.0	0.5	-	0.5	1.5
	女子 <n=200>	95.0	46.5	54.5	33.0	35.0	15.5	14.0	11.0	16.0	12.0	12.0	10.0	1.5	0.5	1.0	0.5
学年	高校1年生 <n=133>	95.5	62.4	51.1	31.6	37.6	18.0	9.8	12.0	13.5	15.8	7.5	5.3	-	0.8	-	0.8
	高校2年生 <n=134>	88.1	53.7	53.7	29.9	28.4	15.7	11.2	12.7	13.4	10.4	12.7	6.7	1.5	-	0.7	1.5
	高校3年生 <n=133>	93.2	48.1	44.4	30.8	22.6	16.5	19.5	13.5	11.3	11.3	4.5	4.5	1.5	-	1.5	0.8

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」(92.3%)が9割を超えて最も多く、次いで「父親」(54.8%)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)」(49.8%)、「祖母」(30.8%)、「テレビ番組」(29.5%)、「祖父」(16.8%)、「友人」(13.5%)、「インターネット」(12.8%)、「外食して」(12.8%)、「きょうだい」(12.5%)などの順となっています。

性別にみると、「学校の授業(調理実習)」(男子45.0%、女子54.5%)、「テレビ番組」(同24.0%、35.0%)、「雑誌」(同1.0%、10.0%)など、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が、「父親」だけは《女子》(46.5%)に比べ《男子》(63.0%)の方がはるかに多くなっています。

学年別にみると、「父親」「テレビ番組」などは学年が低いほど高いのに対し、「友人」は高学年ほど高い割合です。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べると、「学校の授業（調理）」（前回 40.0%→今回 49.8%）が 10 ポイント近く増えているのが最も大きな動きです。

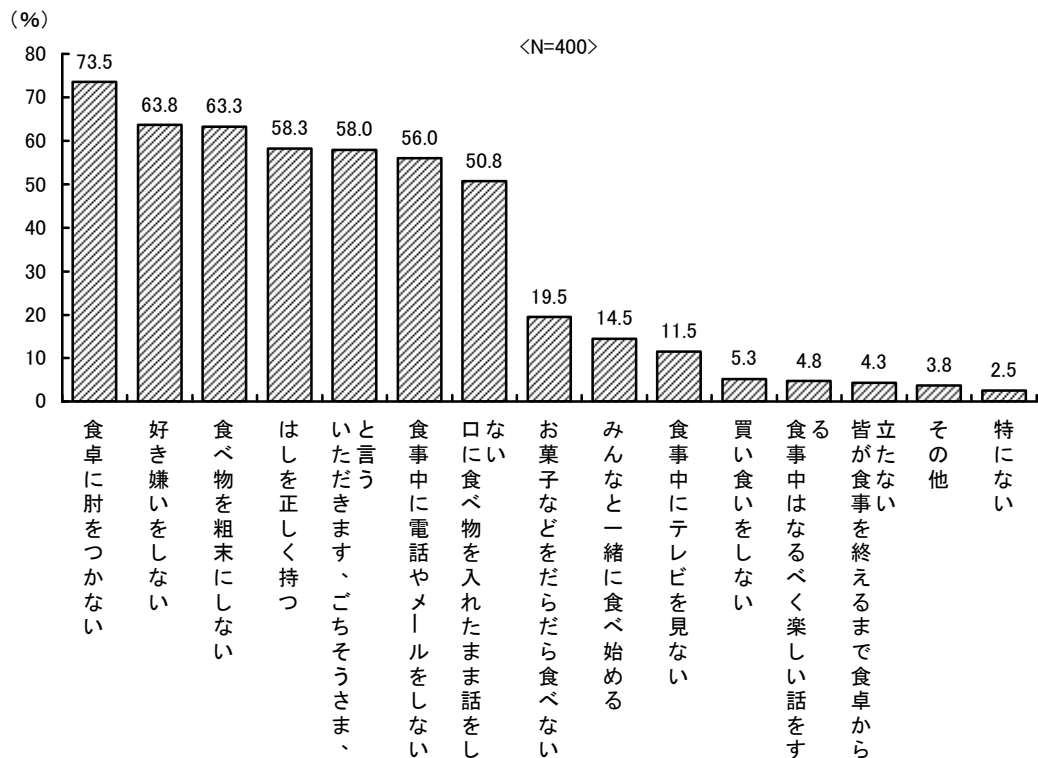


## 2. 子どもの頃から家で食事のマナーについて守るように言われてきたこと

「食卓に肘をつかない」(73.5%)をはじめ、「好き嫌いをしない」(63.8%)、「食べ物を粗末にしない」(63.3%)、「はしを正しく持つ」(58.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(58.0%)、「食事中に電話やメールをしない」(56.0%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(50.8%)などをしつけられてきた。

●《女子》の方がしつけられてきたことは多い。

図 39. 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>	70.0	65.0	67.0	55.5	59.0	53.5	49.5	17.0	13.5	10.0	6.0	4.5	2.5	4.5	2.0
	女子 <n=200>	77.0	62.5	59.5	61.0	57.0	58.5	52.0	22.0	15.5	13.0	4.5	5.0	6.0	3.0	3.0
学年	高校1年生 <n=133>	79.7	64.7	61.7	55.6	60.2	57.9	51.1	18.0	16.5	10.5	0.8	5.3	3.0	2.3	2.3
	高校2年生 <n=134>	73.1	64.2	63.4	59.7	62.7	54.5	51.5	20.9	13.4	8.2	9.0	6.0	3.7	3.0	1.5
	高校3年生 <n=133>	67.7	62.4	64.7	59.4	51.1	55.6	49.6	19.5	13.5	15.8	6.0	3.0	6.0	6.0	3.8

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。

「食卓に肘をつかない」(73.5%)をはじめ、「好き嫌いをしない」(63.8%)、「食べ物を粗末にしない」(63.3%)、「はしを正しく持つ」(58.3%)、「いただきます、ごちそうさま、と言う」(58.0%)、「食事中に電話やメールをしない」(56.0%)、「口に食べ物を入れたまま話をしない」(50.8%)など、さまざまなことを教えられてきています。「特にない」(2.5%)という人はほとんどおらず、「何らかのことをしつけられた」(97.5%)人が大半となっています。

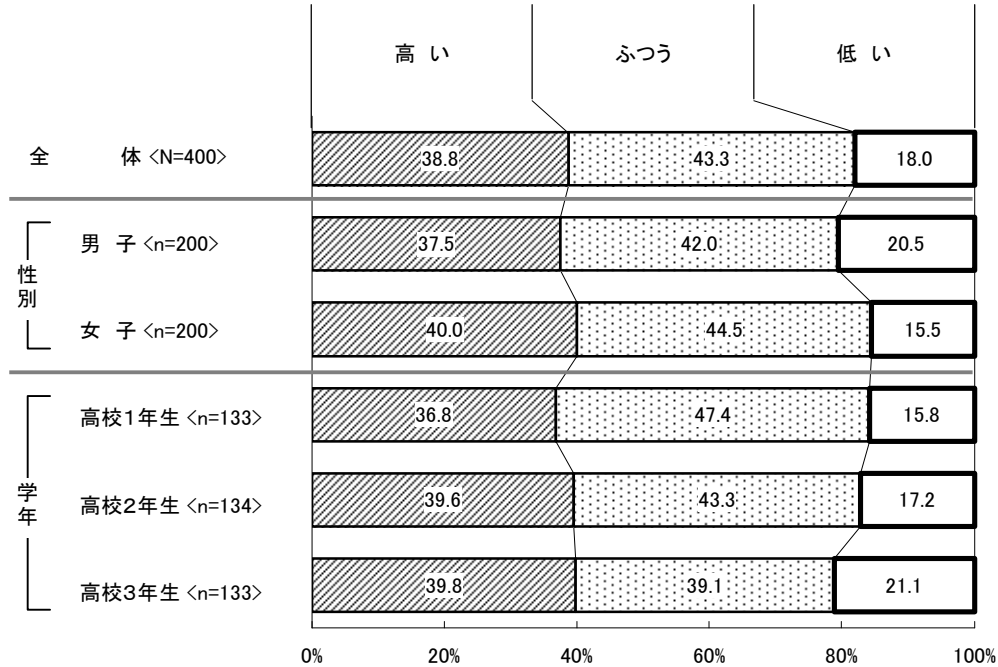
性別にみると、「食卓に肘をつかない」(男子70.0%、女子77.0%)など、《女子》で高い割合となっている項目が多く、《女子》の方がより厳しくしつけられてきたようですが、「食べ物を粗末にしない」(同67.0%、59.5%)などは《男子》の方が高くなっています。

学年別にみると、「食卓に肘をつかない」をはじめ、低学年ほど高い割合の項目が多くなっています。

【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べると、「食事中に電話やメールをしない」（前回 47.3%→今回 56.0%）がやや増えていますが、全般に大きな変動はありません。

図 40. <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」（38.8%）、「ふつう」（43.3%）、「低い」（18.0%）となっており、「高い」が「低い」の2倍以上の割合となっています。

性別にみると、《女子》は《男子》に比べて「高い」がやや多く、「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。

学年別にみると、「高い」の割合は学年が上がるほど高くなっていますが、「低い」の割合も学年とともに高くなっています。

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	きょうだい	祖母	祖父	テレビ番組	雑誌	新聞	実習（学校の授業（調理））	学校の栄養士	学室外の料理教室	友人	外食して	インターネット	その他	特にない
しつけ度	高い<n=155>	92.3	60.0	15.5	40.0	23.9	36.1	8.4	-	59.4	11.0	1.3	18.1	16.1	12.9	1.3	0.6
	ふつう<n=173>	94.8	55.5	9.2	30.1	15.6	27.2	4.0	0.6	46.2	8.1	1.2	12.1	10.4	12.7	-	0.6
	低い<n=72>	86.1	41.7	13.9	12.5	4.2	20.8	2.8	-	37.5	2.8	-	6.9	11.1	12.5	1.4	2.8

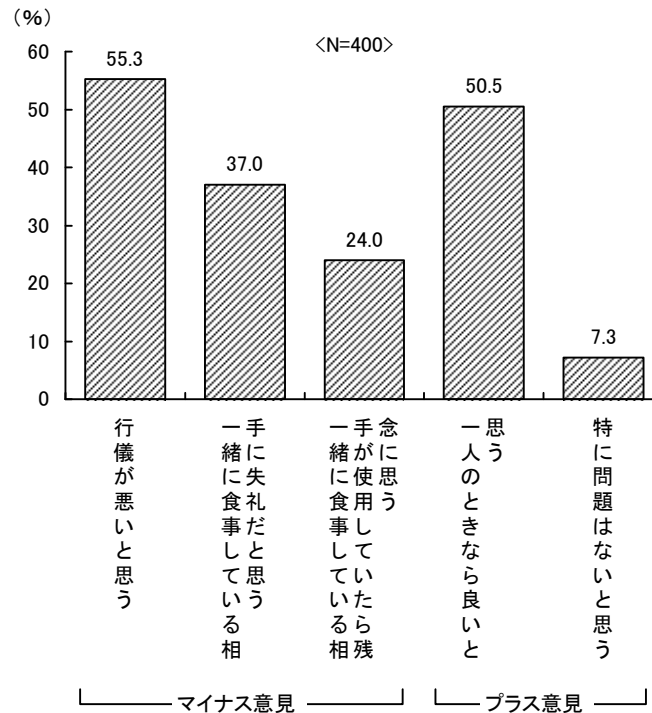
なお、この<しつけ度>別に、前項の“これまで、料理や食べ物、食べ方について、どのような人や方法から学んできたか”の結果をみると、しつけ度が高い人ほど「母親」「父親」「祖母」「祖父」「テレビ番組」「学校の授業（調理実習）」「友人」などほとんどの項目で高い割合となっており、多くの人や手段を通して学ぶことの大切さが分かります。

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

「行儀が悪いと思う」(55.3%)、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」(37.0%)、「一緒に食事している相手如果使用していたら残念に思う」(24.0%)とマイナスのイメージを持つ人が多いが、「一人のときなら良いと思う」(50.5%)と条件付きでよしとする意見も半数を超える。無条件で「特に問題はないと思う」(7.3%)という意見は少ない。

●《女子》の方がマイナス意見が多く、スマホや携帯電話のマナーに厳しい。

図 41. 食事中にスマホや携帯電話を使用することについて、どのように感じるか（複数回答）



性別	マイナス意見			プラス意見		
	行儀が悪いと思う	一緒に食事している相手に失礼だと思う	一緒に食事している相手如果使用していたら残念に思う	一人のときなら良いと思う	特に問題はないと思う	
男子 <n=200>	47.0	31.5	18.5	48.5	12.5	
女子 <n=200>	63.5	42.5	29.5	52.5	2.0	
学年	高校1年生 <n=133>	59.4	33.8	22.6	51.1	6.8
	高校2年生 <n=134>	50.0	43.3	23.9	45.5	9.7
	高校3年生 <n=133>	56.4	33.8	25.6	54.9	5.3
しつけ度	高い <n=155>	64.5	50.3	31.6	52.3	2.6
	ふつう <n=173>	54.3	35.3	22.5	48.0	6.9
	低い <n=72>	37.5	12.5	11.1	52.8	18.1

食事中にスマホや携帯電話を使用することについて、どのように感じるかをみると、「行儀が悪いと思う」(55.3%)、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」(37.0%)、「一緒に食事している相手如果使用していたら残念に思う」(24.0%)とマイナスのイメージを持つ人が多く、特に“人と一緒に食事をしている時”にはふさわしくないと考える人が多くなっています。

一方、「一人のときなら良いと思う」(50.5%)と条件付きでよしとする意見も半数を超えています。「特に問題はないと思う」(7.3%)と無条件に良いと考える人は少数にとどまっています。

性別にみると、「行儀が悪いと思う」(男子 47.0%、女子 63.5%)、「一緒に食事している相手に失礼だと思う」(同 31.5%、42.5%)、「一緒に食事している相手如果使用していたら残念に思う」(同 18.5%、29.5%)といった“マイナスイメージ”は《女子》の方が10ポイント以上高く、「特に問題はないと思う」と思う割合は《男子》(12.5%)では1割以上いるのに対し、《女子》(2.0%)ではほとんどみられません。《女子》の方がスマホや携帯電話のマナー

一に厳しいという結果がはっきりと出ています。

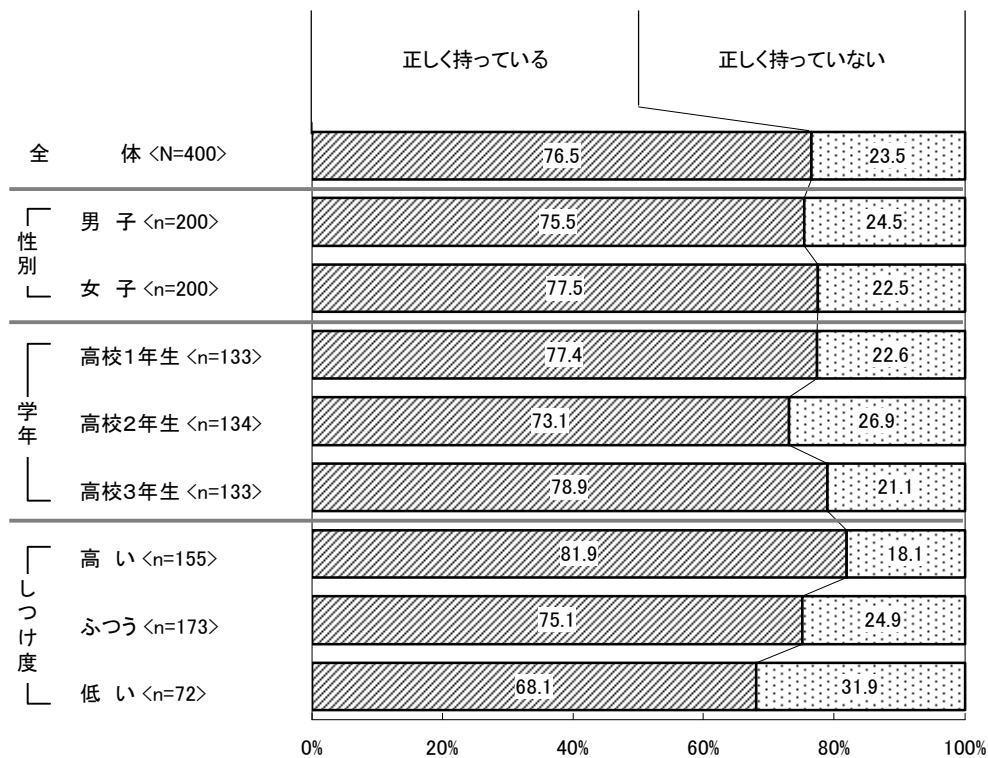
学年別では大きな傾向の差はみられません。

前項で算出した<食事マナーしつけ度>別にみると、「行儀が悪いと思う」「一緒に食事している相手に失礼だと思う」「一緒に食事している相手を使用していたら残念に思う」の“マイナスイメージ”は<しつけ度>が高い人ほど多く、逆に「特に問題はないと思う」は<しつけ度>が低い人ほど多いという傾向が顕著で、<しつけ度>の高い人ほどスマホや携帯電話のマナーに厳しくなっています。

#### 4. おはしを正しく持っているか

「正しく持っている」(76.5%)人が多いものの、「正しく持っていない」人も2割強(23.5%)と少なくない。

図 42. 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聞いたところ、「正しく持っている」は8割近く(76.5%)に及び、多数派にはなっているものの、「正しく持っていない」人も2割強(23.5%)と少なくありません。

性別や学年別ではあまり差はなく、いずれも7割台の人が「正しく持っている」としています。

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》(68.1%)人に比べ、《高い》(81.9%)人では10ポイント以上高くなっています。

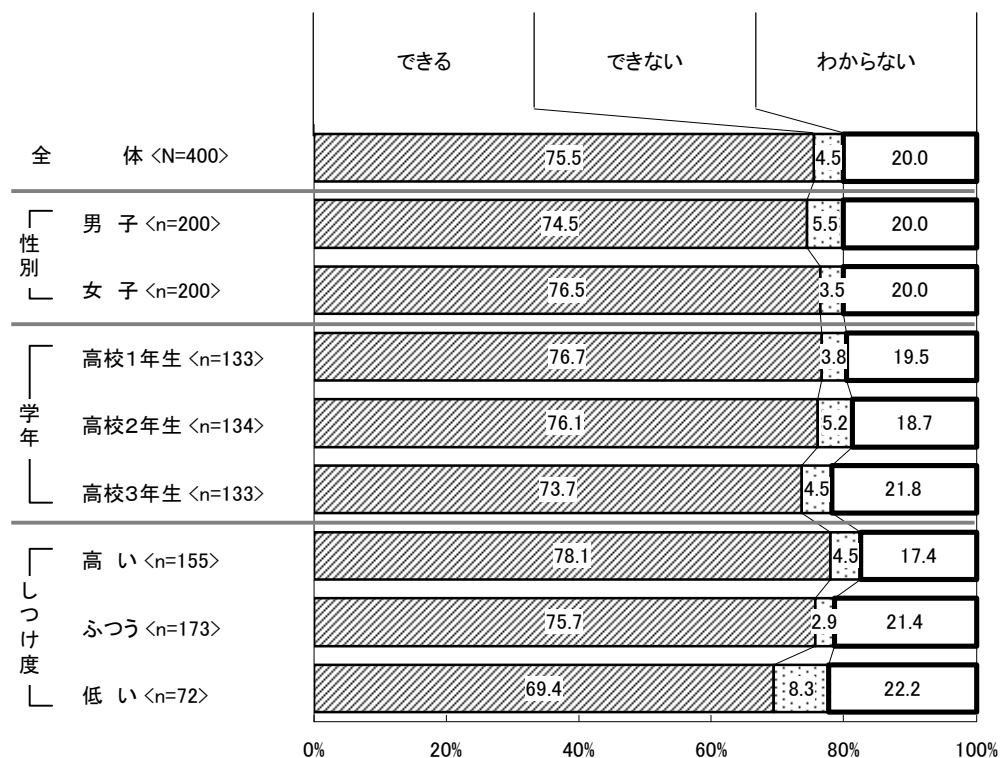
#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べると、「正しく持っている」割合は前回「78.5%」→今回「76.5%」とやや減っています。

## 5. ナイフとフォークをきちんと使って食事ができるか

「できる」(75.5%)という人が主になっており、「できない」(4.5%)人はわずか。

図 43. 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」という人が4人に3人(75.5%)の割合に達しており、「できない」(4.5%)はわずかとなっています。なお、「わからない」という人も2割(20.0%)みられます。

性別にみると、「できる」とする割合は、《男子》(74.5%)よりも《女子》(76.5%)の方がわずかに高い程度で、あまり差はありません。

学年別では、ほとんど差はありません。

食事マナーしつけ度別にみると、しつけ度の高い人ほど「できる」割合は少しずつ高くなっています。前項の“おはしの使い方”ほどではありませんが、ナイフとフォークについてもしつけの効果が表れているようです。

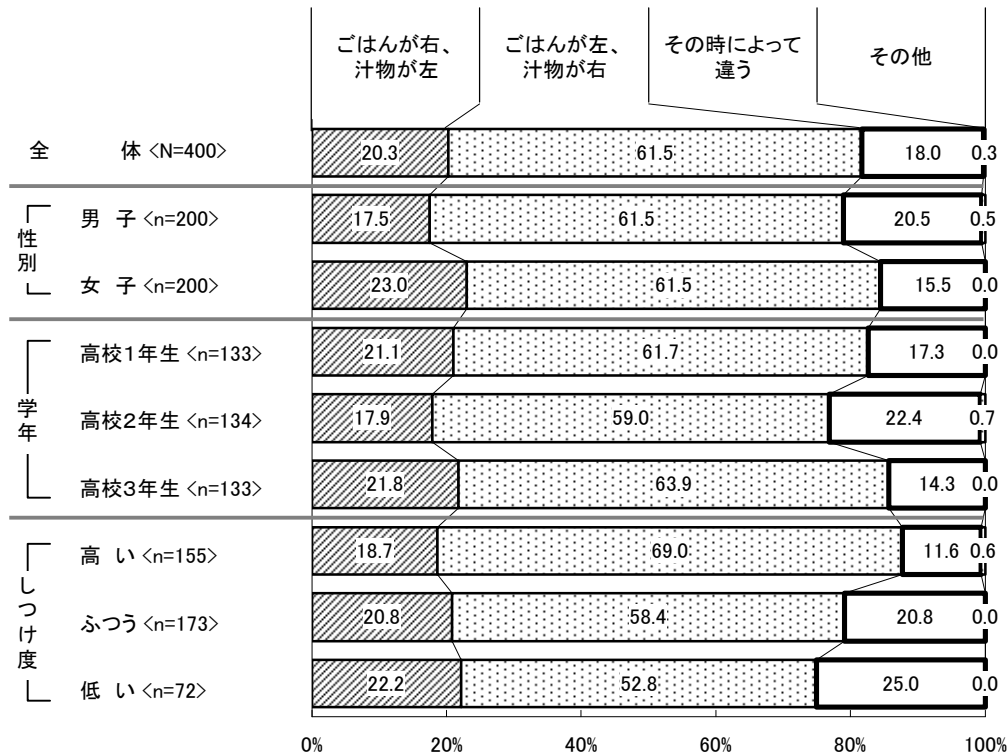
### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べ、「できる」(前回64.0%→今回75.5%)割合が10ポイント近く増えており、ナイフとフォークの使用が一般化してきているのかもしれませんが。「できない」(同5.8%→4.5%)は前回と変わらずわずかですが、「わからない」(同30.3%→20.0%)という人が大きく減っています。

## 6. 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ことが多いか

「ごはんが左、汁物が右」(61.5%)と正しい置き方をしている人が過半数を占めるが、「ごはんが右、汁物が左」(20.3%)や「その時によって違う」(18.0%)とマナーを知らないか、無視している人も合わせて4割近い。

図 44. 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ことが多いか



ごはん和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（その方が食べやすいため）ですが、実際にはどのように置いて食事をすることが多いか聞いてみたところ、「ごはんが左、汁物が右」（61.5%）と正しい置き方をしている人が過半数を占めていますが、「ごはんが右、汁物が左」（20.3%）や「その時によって違う」（18.0%）と、マナーを知らないか、無視している人も合わせて4割近くと少なくありません。

性別にみると、「ごはんが左、汁物が右」と正しい置き方をしている割合は、男女とも61.5%と変わりありません。

学年別でも、正解である「ごはんが左、汁物が右」の割合はいずれの学年でも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、「ごはんが左、汁物が右」の割合は、しつけ度が《高い》人（69.0%）で7割近くに達し、《ふつう》（58.4%）、《低い》（52.8%）の5割台に比べて格段に高く、やはり家庭での教育が大きく影響しているようです。

### 【前回調査との比較】

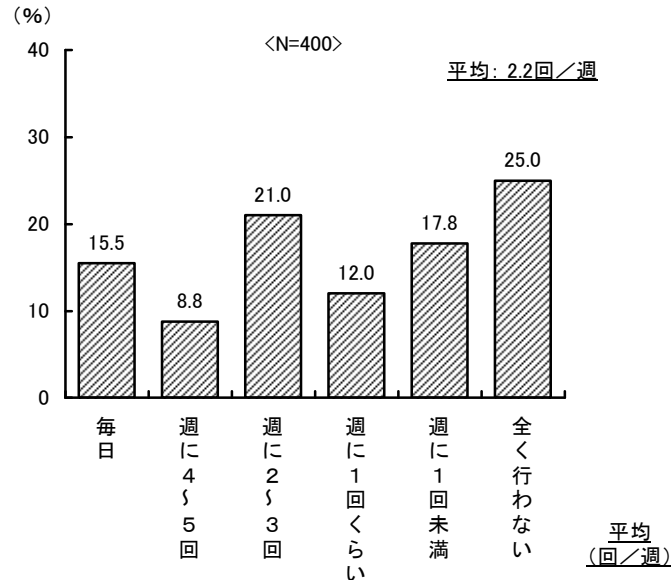
2012年に実施した前回の調査と比べてみると、正解である「ごはんが左、汁物が右」の割合は、前回57.0%→今回61.5%とやや増えています。



## 7. 家で、食事の支度をしたり手伝ったりする程度

4人に1人が「全く行わない」(25.0%)。「行う」(75.0%)人の頻度は「週に2～3回」(21.0%)、「週に1回未満」(17.8%)、「毎日」(15.5%)、「週に1回くらい」(12.0%)などさまざまで、平均週に「2.2回」。

図 45. 家で、食事の支度をしたり手伝ったりする程度



性別	男子 <n=200>	20.5	6.0	12.5	9.5	16.5	35.0	平均 (回/週)
	女子 <n=200>	10.5	11.5	29.5	14.5	19.0	15.0	
学年	高校1年生 <n=133>	16.5	8.3	23.3	8.3	16.5	27.1	2.3
	高校2年生 <n=134>	16.4	8.2	20.1	10.4	19.4	25.4	2.2
	高校3年生 <n=133>	13.5	9.8	19.5	17.3	17.3	22.6	2.1
しつけ度	高い <n=155>	16.8	11.6	22.6	7.1	17.4	24.5	2.4
	ふつう <n=173>	16.2	6.9	21.4	15.6	15.6	24.3	2.2
	低い <n=72>	11.1	6.9	16.7	13.9	23.6	27.8	1.8

家では、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、4人に1人が「全く行わない」(25.0%)としており、「行う」人が4人に3人(75.0%)の割合に達しています。頻度としては、「週に2～3回」(21.0%)、「週に1回未満」(17.8%)、「毎日」(15.5%)、「週に1回くらい」(12.0%)、「週に4～5回」(8.8%)などさまざまです。平均は週に「2.2回」となっています。

性別にみると、《男子》は「全く行わない」(35.0%)が3割を超えているのに対し、《女子》(15.0%)はそれより20ポイントも低い割合で、《女子》ではほとんどの人が手伝っていますが、「毎日」手伝う割合は逆に《男子》(20.5%)の方が《女子》(10.5%)より10ポイントも高くなっています。その結果、平均は、《男子》《女子》ともに「2.2回」と同じになっています。

学年別ではあまり変わりません。

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》人が「2.4回」、《低い》人が「1.8回」となっています。

### **【前回調査との比較】**

2012年に実施した前回の調査と比べてみると、「全く行わない」が前回20.8%→今回25.0%とやや増え、平均も前回「2.4回」→今回「2.2回」とやや減っており、手伝うことは減る傾向となっています。

---

■ 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。

---

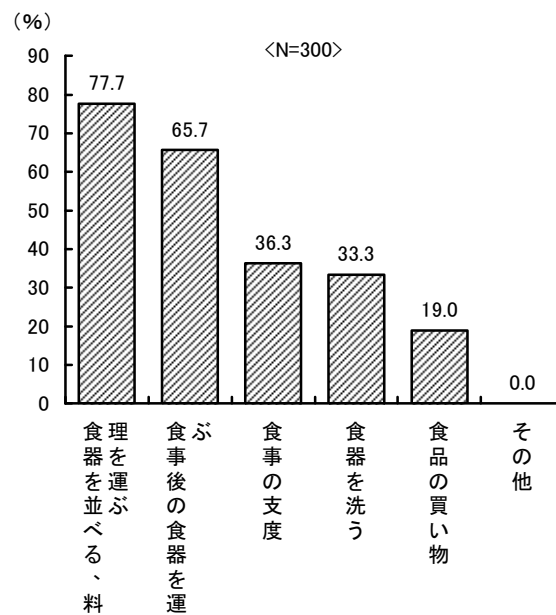
「食器を並べる、料理を運ぶ」(77.7%)、「食事後の食器を運ぶ」(65.7%)、「食器を洗う」(33.3%)、「食品の買い物」(19.0%)などの食前・食後の手伝いが多いが、「食事の支度」(36.3%)をしている人も4割近く。

「食事の支度」は「お米をとぐ」(68.8%)、「ご飯を炊く」(53.2%)、「野菜などの皮をむく、切る」(32.1%)、「野菜などを洗う」(28.4%)など、下ごしらえが多いものの、「料理を作る」(36.7%)という人も。

「食事の支度」に参加するようになった年齢は、平均「9.8歳」。

## 7-1. 食事の支度をしたり、手伝ったりしていること

図 46. 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=130>	72.3	64.6	33.8	27.7	17.7	-
	女子 <n=170>	81.8	66.5	38.2	37.6	20.0	-
学年	高校1年生 <n=97>	82.5	64.9	36.1	32.0	17.5	-
	高校2年生 <n=100>	77.0	68.0	34.0	26.0	19.0	-
	高校3年生 <n=103>	73.8	64.1	38.8	41.7	20.4	-

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」(77.7%)、「食事後の食器を運ぶ」(65.7%)、「食器を洗う」(33.3%)、「食品の買い物」(19.0%)と食前・食後の手伝いが多くなっていますが、「食事の支度」(36.3%)を手伝っている人も4割近くとかなりの割合です。

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「食事の支度」を3割強(33.8%)が行っています。

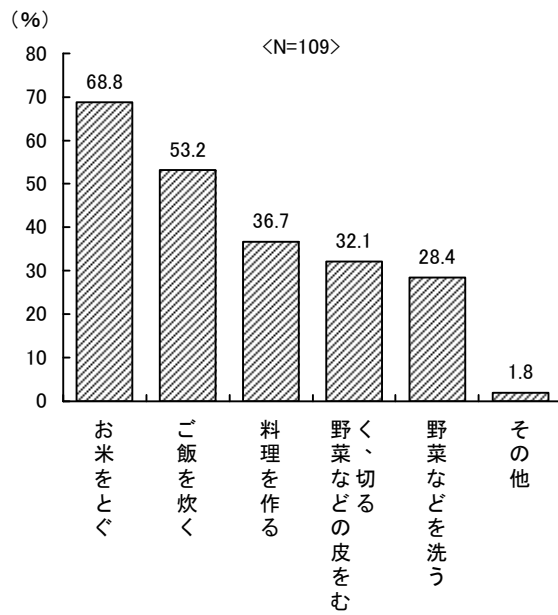
学年別にみると、学年が低いほど「食器を並べる、料理を運ぶ」の割合が高くなっています。また、「高校3年生」で「食器を洗う」(41.7%)が多くなっています。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較すると、「食品の買い物」(前回26.2%→今回19.0%)が減っているのが最も大きな変化です。

## 7-2. 「食事の支度」では、どんなことをしているか

図 47. 「食事の支度」では、どんなことをしているか（複数回答）



性別	男子 <n=44>	63.6	47.7	40.9	18.2	20.5	2.3
女子 <n=65>	72.3	56.9	33.8	41.5	33.8	1.5	

「食事の支度」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」(68.8%)、「ご飯を炊く」(53.2%)、「野菜などの皮をむく、切る」(32.1%)、「野菜などを洗う」(28.4%) など、下ごしらえが上位を占めていますが、「料理を作る」(36.7%) も4割近くの人が行っています。

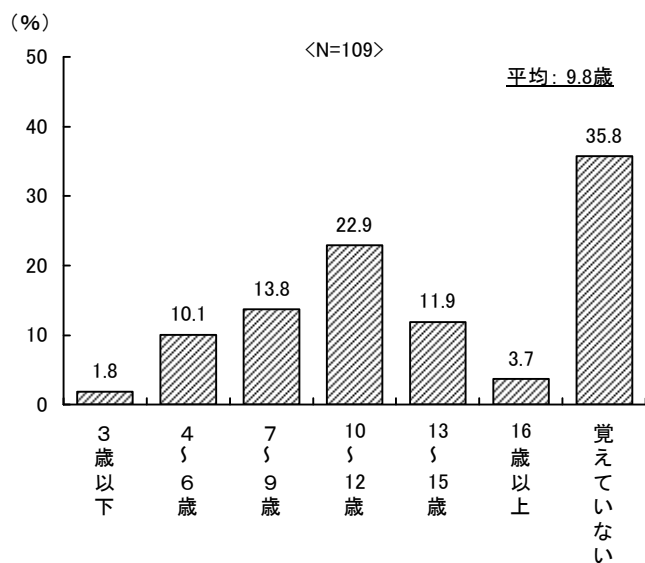
性別にみると、ほとんどの項目で《女子》の方が《男子》よりも高くなっており、特に「野菜などの皮をむく、切る」(男子 18.2%、女子 41.5%) では20ポイント以上、「野菜などを洗う」(同 20.5%、33.8%) でも10ポイント以上の差が生じています。一方、「料理を作る」はむしろ《男子》(40.9%)の方が《女子》(33.8%)よりも高い割合です。

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
- 「チャーハン」..... 6
- 「野菜炒め」..... 5
- 「パスタ」..... 4
- 「オムライス」..... 3
- 「ギョウザ」..... 3
- 「味噌汁」..... 3
- 「卵焼き」..... 3

### 7-3. 「食事の支度」に参加するようになった年齢

図 48. 「食事の支度」に参加するようになった年齢

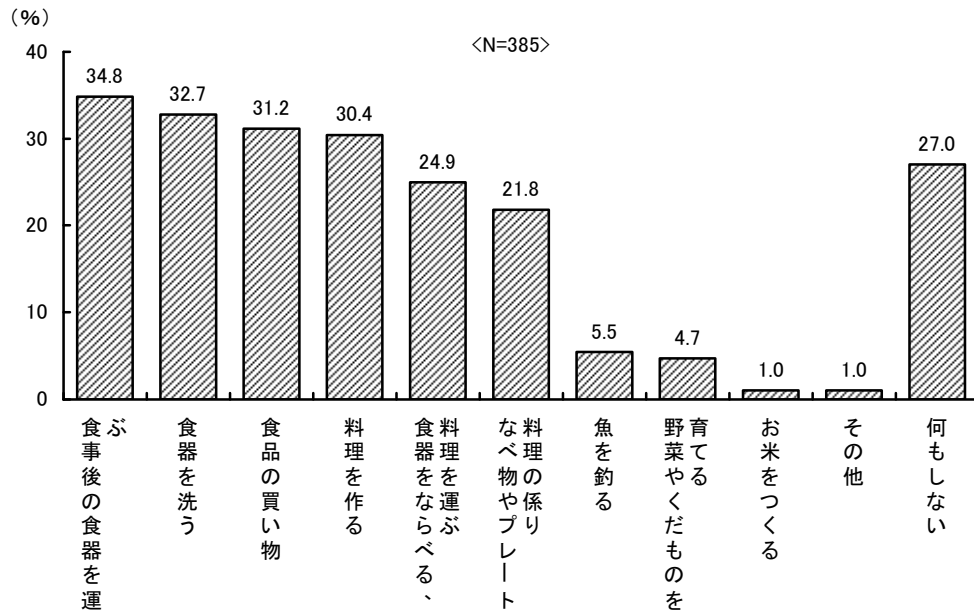


「食事の支度」に参加するようになった年齢は、「覚えていない」(35.8%)という人が3割台を占めています。覚えている人では、「10～12歳」(22.9%)、「7～9歳」(13.8%)、「13～15歳」(11.9%)、「4～6歳」(10.1%)などの順で、平均「9.8歳」となっています。

## 8. 父親は、食べ物や食事についてどんなことをしているか

7割強(73.0%)は“何らかをしている”父親で、その内容は「食事後の食器を運ぶ」(34.8%)、「食器を洗う」(32.7%)、「食品の買い物」(31.2%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(24.9%)といった簡単な手伝いのほか、「料理を作る」(30.4%)という父親も3割。

図 49. 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）



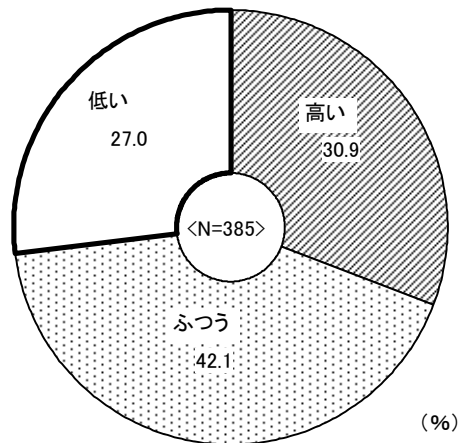
父親は、食べ物や食事についてどんなことをしているでしょうか。

「何もしない」という回答は3割弱(27.0%)で、残りの7割強(73.0%)は“何らかをしている”と回答しています。その内容としては、「食事後の食器を運ぶ」(34.8%)、「食器を洗う」(32.7%)、「食品の買い物」(31.2%)、「食器をならべる、料理を運ぶ」(24.9%)、「なべ物やプレート料理の係り」(21.8%)といった簡単な手伝いのほか、「料理を作る」(30.4%)という父親も約3割います。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比較してみると、「なべ物やプレート料理の係り」(前回 16.8%→今回 21.8%)が5ポイント増えているのが最も大きな変化で、前回とあまり変わっていません。

図 50. <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」(30.9%)、「ふつう」(42.1%)、「低い」(27.0%) という分布になりました。

**【前回調査との比較】**

2012 年に実施した前回の調査と比較してみると、「ふつう」(前回 39.6%→今回 42.1%) がやや増え、「低い」(同 30.5%→27.0%) がやや減っていますが、あまり大きな変化ではありません。

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)

		(%)						
		毎日	週に 4 5 回	週に 2 3 回	週に 1 回くらい	週に 1 回未満	全く行わない	平均 (回/週)
全 体		15.5	8.8	21.0	12.0	17.8	25.0	2.2
父参 親加 の度	高 い <=119>	21.0	11.8	26.9	10.1	15.1	15.1	2.8
	ふつう <=162>	14.8	9.9	16.7	11.7	21.6	25.3	2.1
	低 い <=104>	9.6	4.8	21.2	15.4	14.4	34.6	1.6

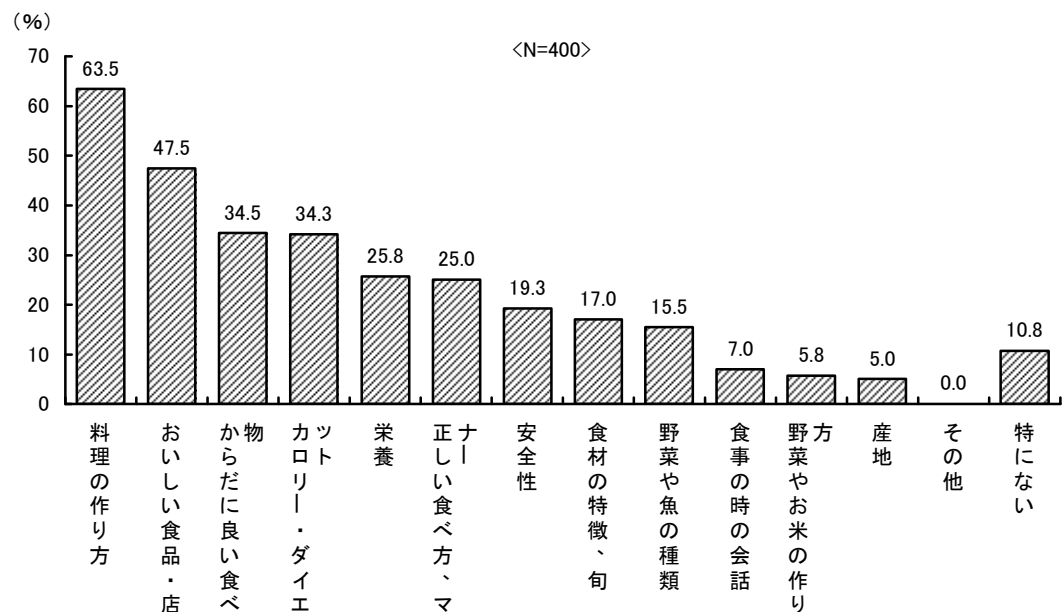
なお、父親の参加度別に、子ども自身が“家で、食事の支度をしたり手伝ったりする程度”の違いをみると、父親の参加度が高くなるにつれ、子どもが手伝う割合が高くなっています。父親の家事に対する態度が、子どもにも大きな影響を与えていることがうかがえます。

## 1. 食について、関心があること

「料理の作り方」(63.5%)、「おいしい食品・店」(47.5%)、「からだに良い食べ物」(34.5%)、「カロリー・ダイエット」(34.3%)、「栄養」(25.8%)、「正しい食べ方、マナー」(25.0%)、「安全性」(19.3%)など、関心の幅は広い。「特にない」(10.8%)という人は少なく、大半の人は何らかの関心のあることをあげている。

●総じて《女子》の方が関心は高い。

図 51. 食について、関心があること（複数回答）



性別	男子 <n=200>	50.5	41.5	27.5	15.5	24.0	22.5	17.0	18.0	15.0	6.5	6.5	5.5	-	18.0
女子 <n=200>	76.5	53.5	41.5	53.0	27.5	27.5	21.5	16.0	16.0	16.0	7.5	5.0	4.5	-	3.5
学年	高校1年生 <n=133>	61.7	48.1	37.6	32.3	26.3	24.1	16.5	15.0	14.3	11.3	4.5	5.3	-	15.0
	高校2年生 <n=134>	58.2	43.3	32.8	32.1	23.9	22.4	22.4	17.9	16.4	4.5	8.2	6.0	-	11.9
	高校3年生 <n=133>	70.7	51.1	33.1	38.3	27.1	28.6	18.8	18.0	15.8	5.3	4.5	3.8	-	5.3

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」(63.5%)、「おいしい食品・店」(47.5%)、「からだに良い食べ物」(34.5%)、「カロリー・ダイエット」(34.3%)、「栄養」(25.8%)、「正しい食べ方、マナー」(25.0%)、「安全性」(19.3%)などの順となり、幅広くいろいろなことに関心を持っているようです。「特にない」(10.8%)という人は1割程度にとどまり、大半の高校生は何らかの関心のあることをあげています。

性別にみると、「カロリー・ダイエット」は《女子》(53.0%)では過半数が関心を持っているのに対し、《男子》(15.5%)では1割台です。そのほかの項目も、「料理の作り方」(男子50.5%、女子76.5%)、「おいしい食品・店」(同41.5%、53.5%)、「からだに良い食べ物」(同27.5%、41.5%)など、ほとんどの項目で《女子》の方が高い割合で、《女子》の食に対する関心の高さがうかがえます。

学年別にみると、「料理の作り方」「おいしい食品・店」は《高校3年生》で高い割合を示しています。



### 【前回調査との比較】

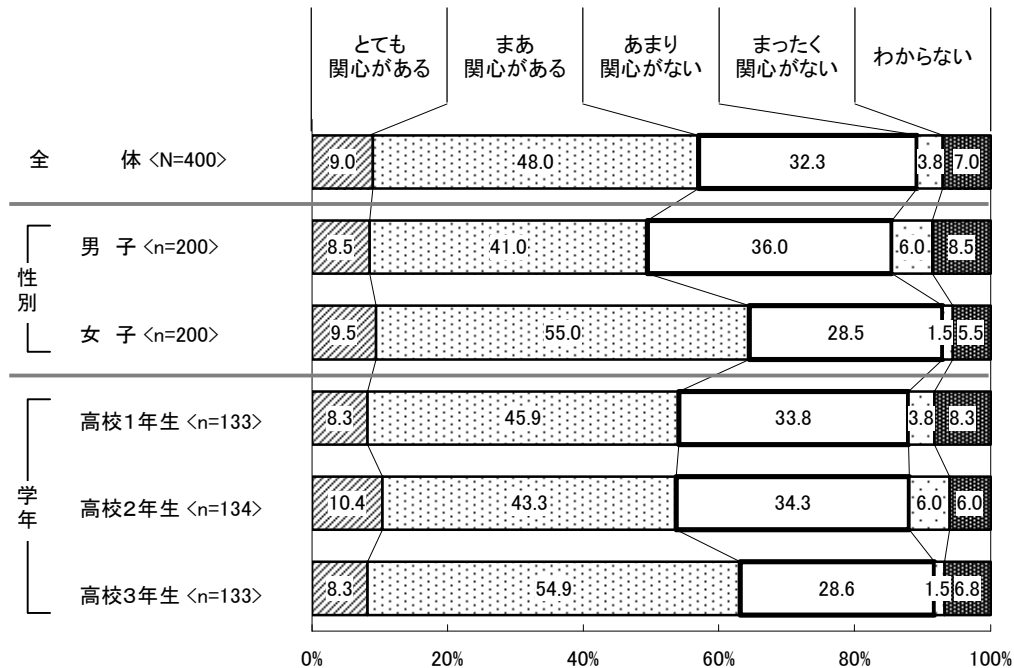
2012年に実施した前回の調査と比べ、「栄養」（前回 33.8%→今回 25.8%）の割合がやや減っていますが、総じて大きな傾向は変わっていません。

## 2. 「食の安全」への関心度

“関心がある”人が6割近く(57.0%)を占めるが、“関心がない”(36.0%)人も少なくない。

具体的な関心の内容は、「食品添加物」(51.8%)、「保存期間」(40.8%)、「輸入食品」(35.5%)、「農薬」(30.3%)、「ファーストフードやインスタント食品」(30.3%)など。

図 52. 「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」が1割弱(9.0%)おり、「まあ関心がある」(48.0%)を合わせると6割近くの方が「関心がある」(57.0%)としています。「あまり関心がない」(32.3%)、「まったく関心がない」(3.8%)を合わせた「関心がない」(36.0%)人は3割台で、「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。

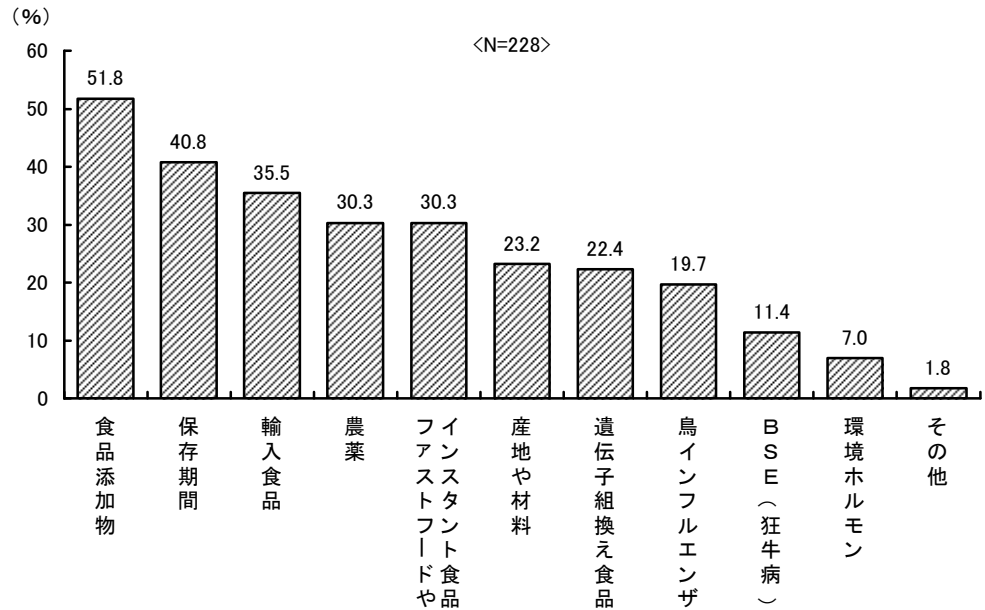
性別にみると、「とても関心がある」「まあ関心がある」を合わせた「関心がある」割合は、《男子》(49.5%)では半数を下回っているのに対し、《女子》(64.5%)では6割台に達しており、《女子》の方が高い関心を示しています。

学年別では、「関心がある(とても+まあ)」の割合は、《高校1年生》(54.1%)、《高校2年生》(53.7%)の5割台に比べ、《高校3年生》(63.2%)では6割台と高くなっています。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査との比較では、「関心がある」(同59.3%→57.0%)がやや減り、「関心がない」(前回32.8%→今回36.0%)がやや増えており、関心度は5年前よりもやや減っています。

図 53. 関心のあること（複数回答）



性別	男子 <n=99>	49.5	41.4	34.3	31.3	24.2	22.2	25.3	22.2	14.1	10.1	2.0
	女子 <n=129>	53.5	40.3	36.4	29.5	34.9	24.0	20.2	17.8	9.3	4.7	1.6
学年	高校1年生 <n=72>	48.6	45.8	40.3	23.6	37.5	16.7	20.8	18.1	11.1	8.3	1.4
	高校2年生 <n=72>	58.3	37.5	37.5	34.7	27.8	27.8	26.4	16.7	13.9	5.6	4.2
	高校3年生 <n=84>	48.8	39.3	29.8	32.1	26.2	25.0	20.2	23.8	9.5	7.1	-

“関心がある”と答えた人の、具体的な関心の内容をみると、「食品添加物」（51.8%）を半数以上があげて最も多く、以下「保存期間」（40.8%）、「輸入食品」（35.5%）、「農薬」（30.3%）、「ファーストフードやインスタント食品」（30.3%）、「産地や材料」（23.2%）、「遺伝子組換え食品」（22.4%）、「鳥インフルエンザ」（19.7%）などの順となっています。

性別にみると、「ファーストフードやインスタント食品」は《男子》（24.2%）よりも《女子》（34.9%）の方が多くあげています。

学年別では、「輸入食品」「ファーストフードやインスタント食品」は学年が低いほど高い割合です。

#### 【前回調査との比較】

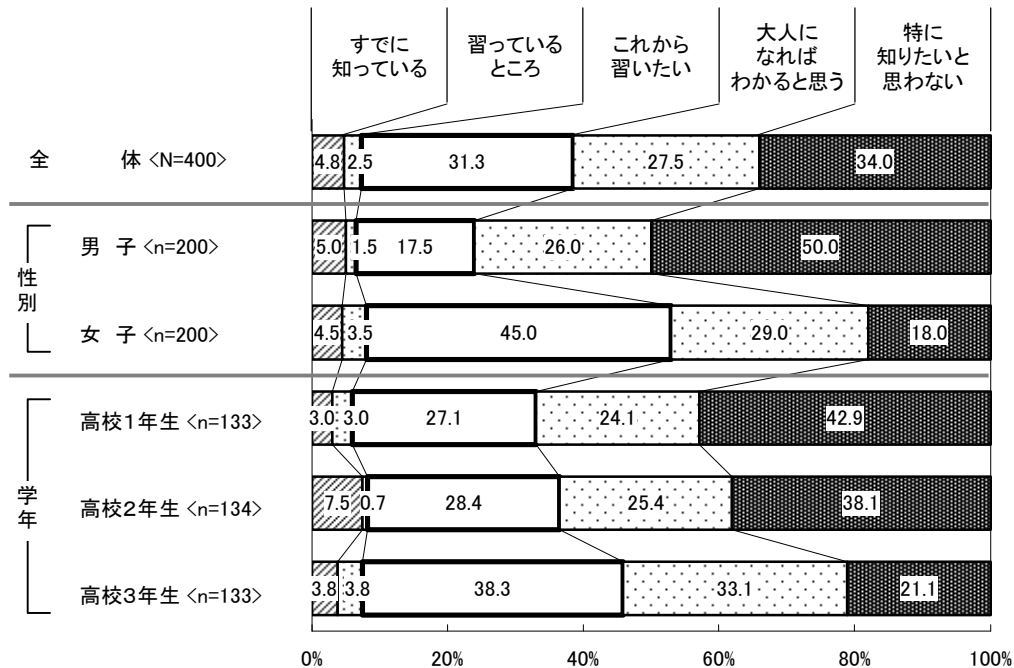
2012年に実施した前回の調査と比べると、「農薬」（前回 46.8%→今回 30.3%）の割合が15ポイント以上もダウンしているのが目立ちます。そのほかには10ポイント以上変動している項目はありません。

### 3. 郷土料理や行事食の作り方を知りたいと思うか

「すでに知っている」(4.8%)や「習っているところ」(2.5%)という人は少ないが、「これから習いたい」(31.3%)と意欲を示す人が3割を超える。

●《女子》では「これから習いたい」(45.0%)という人が半数近くに達しているが、《男子》(17.5%)では少ない。

図 54. 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」(4.8%)や「習っているところ」(2.5%)という人はごくわずかですが、「これから習いたい」(31.3%)と意欲を示す人が3割を超えています。そのほかの人は知りたいという意欲はあまりなく、「大人になればわかると思う」(27.5%)と自然に任せる人や、「特に知りたいと思わない」(34.0%)と興味を示さない人となっています。

性別にみると、「これから習いたい」とする割合は、《女子》(45.0%)では半数近くに達していますが、《男子》(17.5%)でははるかに低い割合にとどまり、「特に知りたいと思わない」(50.0%)の方が半数に達しています。

学年別にみると、「これから習いたい」とする割合は学年が上がるほど高く、年齢とともに意欲を示すようになっていくようです。

#### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べると、「これから習いたい」(同 35.3%→31.3%)がやや減り、「すでに知っている」(前回 1.5%→今回 4.8%)、「習っているところ」(同 1.8%→2.5%)はわずかながら増えています。郷土料理や行事食の作り方は少しずつ身近なものになってきているのかもしれませんが。

#### 4. 好きな郷土料理・行事食

「雑煮」(80件)が最も多く、以下「ちらし寿司」(62件)、「おせち料理」(54件)、「栗きんとん」(30件)、「恵方巻」(29件)、「伊達巻」(28件)の順で、総じて正月料理が多い。郷土料理として最も多いのは「ほうとう」(20件)。

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	80	35	45
2	ちらし寿司	62	12	50
3	おせち料理	54	18	36
4	栗きんとん	30	11	19
5	恵方巻	29	14	15
6	伊達巻	28	16	12
7	黒豆	22	6	16
8	ほうとう	20	8	12
9	赤飯	19	11	8
10	おはぎ	15	6	9

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」(80件)が最も多く、以下「ちらし寿司」(62件)、「おせち料理」(54件)、「栗きんとん」(30件)、「恵方巻」(29件)、「伊達巻」(28件)、「黒豆」(22件)、「ほうとう」(20件)、「赤飯」(19件)、「おはぎ」(15件)の順となっています。総じて正月料理が多いのが目立ちます。郷土料理としては「ほうとう」(20件)が唯一ベスト10に入っています。

性別にみると、「雑煮」(男子35件、女子45件)、「ちらし寿司」(同12件、50件)、「おせち料理」(同18件、36件)、「栗きんとん」(同11件、19件)など、上位項目は《女子》の方が多くあげている項目が多くなっています。

#### 【前回調査との比較】

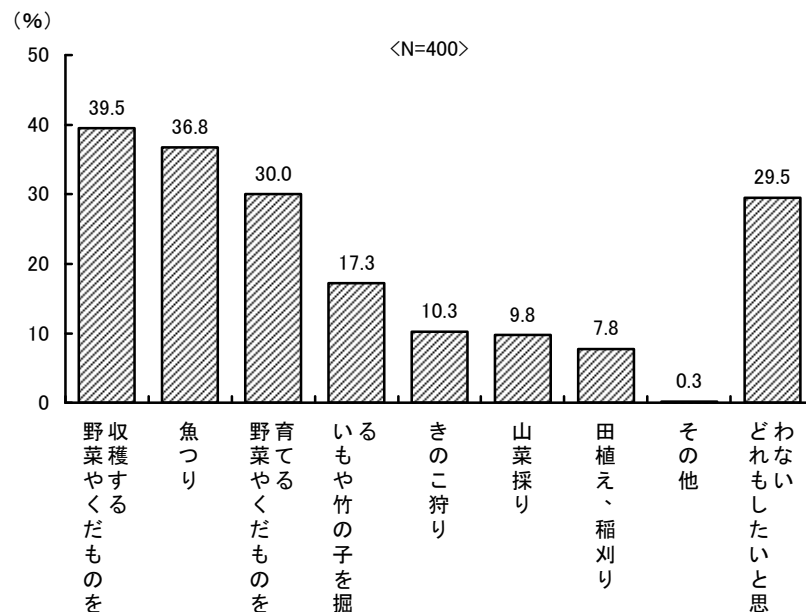
2012年に実施した前回の調査でも、「雑煮」が最も多く、以下「ちらし寿司」「おせち料理」「栗きんとん」「伊達巻」「餅」「恵方巻」などの順で、今回と大きくは変わっていません。

## 5. 農業や食物の収穫で、行ってみたいこと

「野菜やくだものを収穫する」(39.5%)、「魚つり」(36.8%)、「野菜やくだものを育てる」(30.0%)、「いもや竹の子を掘る」(17.3%)、「きのこ狩り」(10.3%)などをしてみたい割合が高いが、「どれもしたいと思わない」もほぼ3割(29.5%)。

●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」は《男子》(44.5%)の方が《女子》(29.0%)よりもかなり多い。

図 55. 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>	25.0	44.5	24.0	13.0	8.0	8.0	7.0	0.5	35.0
	女子 <n=200>	54.0	29.0	36.0	21.5	12.5	11.5	8.5	-	24.0
学年	高校1年生 <n=133>	45.1	42.9	31.6	17.3	10.5	9.8	4.5	-	26.3
	高校2年生 <n=134>	35.8	32.1	26.1	14.9	13.4	11.9	8.2	0.7	35.1
	高校3年生 <n=133>	37.6	35.3	32.3	19.5	6.8	7.5	10.5	-	27.1

農業や食物の収穫で、行ってみたいことを聞いたところ、「野菜やくだものを収穫する」(39.5%)、「魚つり」(36.8%)、「野菜やくだものを育てる」(30.0%)の3つは3割以上の方が行ってみたいとしています。以下、「いもや竹の子を掘る」(17.3%)、「きのこ狩り」(10.3%)、「山菜採り」(9.8%)などの順となっていますが、「どれもしたいと思わない」(29.5%)という人も3割近くを占めています。

性別にみると、《女子》の方が高い割合を示す項目が多く、特に「野菜やくだものを収穫する」では《女子》(54.0%)が《男子》(25.0%)を20ポイント以上も上回っており、「野菜やくだものを育てる」(男子24.0%、女子36.0%)も《女子》の方が10ポイント以上高くなっています。一方、「魚つり」は《男子》(44.5%)の方が《女子》(29.0%)よりもかなり多くなっています。

学年別にみると、「高校1年生」で「野菜やくだものを収穫する」(45.1%)、「魚つり」(42.9%)の割合が高くなっています。

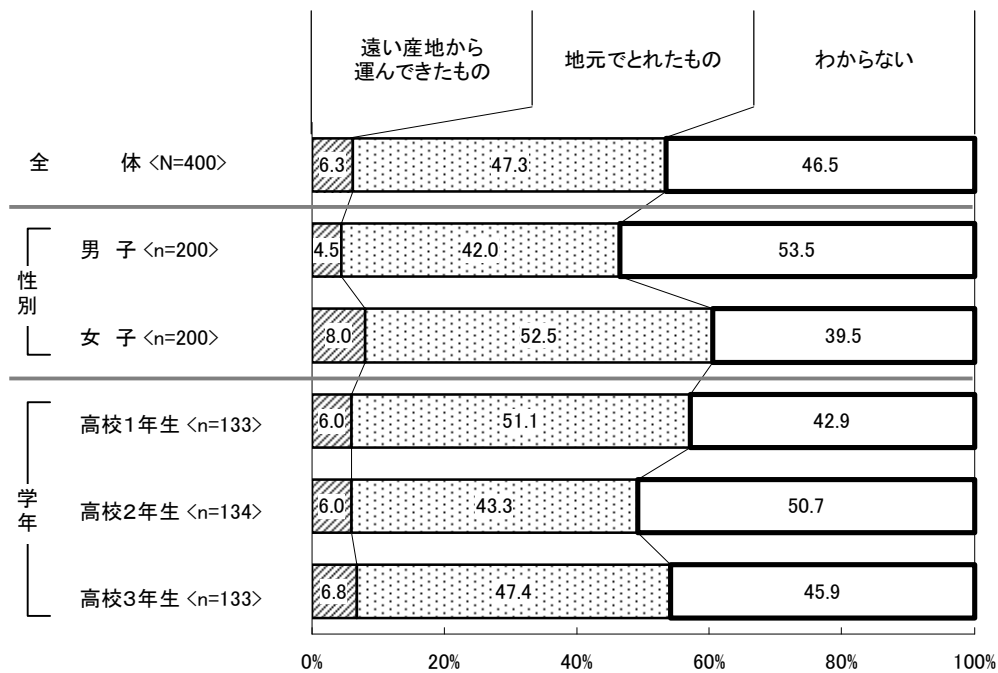
### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べてみると、「野菜やくだものを育てる」(前回35.8%→今回30.0%)がやや減っていますが、全体的な傾向に変わりはありません。

## 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」(47.3%)という人の方が「遠い産地から運んできたもの」(6.3%)よりもはるかに多い。

図 56. 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」(46.5%)という人が半数近くを占めていますが、それ以外では、「地元でとれたもの」(47.3%)の方が「遠い産地から運んできたもの」(6.3%)よりもはるかに多くなっており、「地産地消」の意識を多くの高校生が持っていることが分かります。

性別にみると、「地元でとれたもの」は《男子》(42.0%)よりも《女子》(52.5%)の方が多く、《男子》では「わからない」(53.5%)が《女子》(39.5%)よりも多くなっています。

学年別では大きな傾向の違いはみられません。

### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べてみると、「遠い産地から運んできたもの」(前回10.5%→今回6.3%)がやや減り、「地元でとれたもの」(同43.3%→47.3%)がやや増えており、「地産地消」の意識がさらに高まっていることがうかがえます。

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」 ..... 10  
「珍しいもの、地元にはないものを食べたいから」 .. 7  
「その他」 ..... 7

といった結果になっています。

次いで、「地元でとれたもの」を利用したい理由をみると、

「新鮮だから」 ..... 83  
「安心だから」 ..... 42  
「地元のためになるから」 ..... 34  
「おいしいから」 ..... 12  
「価格が安いから」 ..... 12  
「親近感があるから」 ..... 7  
「生産者がわかるから」 ..... 4  
「その他」 ..... 22

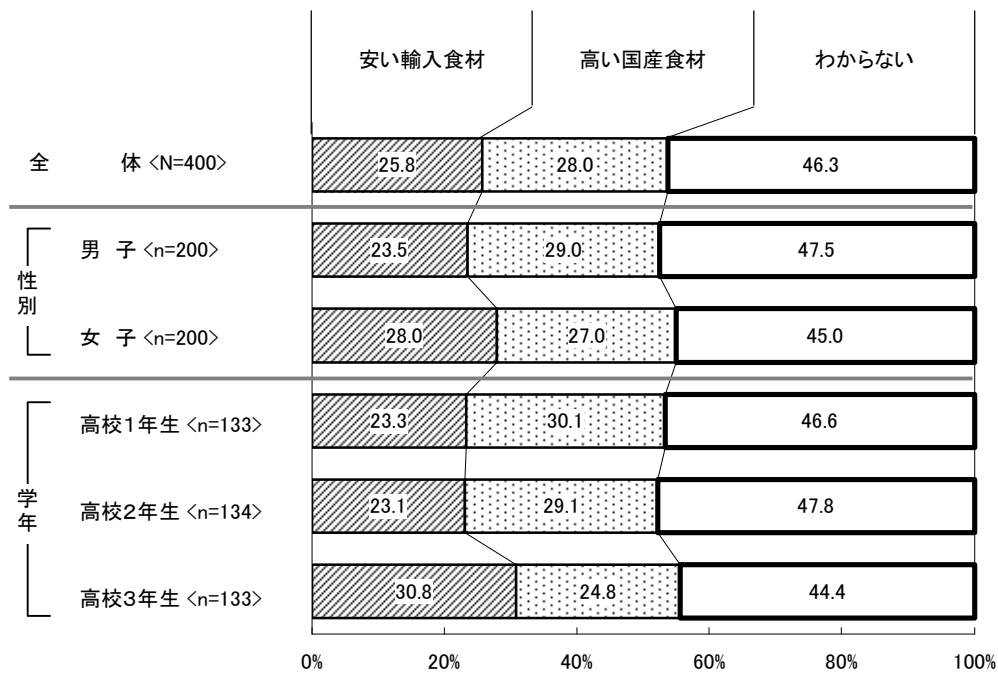
などとなっており、「新鮮だから」「安心だから」「おいしいから」「価格が安いから」といった自分にとってのメリットだけではなく、「地元のためになるから」と“地元を応援する気持ち”もかなり大きな理由となっているようです。



## 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」(25.8%)と「高い国産食材」(28.0%)はほぼ同率。

図 57. 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」(46.3%)という人が多く、それ以外の「安い輸入食材」(25.8%)と「高い国産食材」(28.0%)は同じくらいの割合となっています。

性別にみると、大きな傾向の差はありませんが、「安い輸入食材」(男子 23.5%、女子 28.0%)は《女子》の方が、「高い国産食材」(同 29.0%、27.0%)は《男子》の方が、それぞれやや高い割合となっています。

学年別でもあまり差はありませんが、《高校3年生》では「高い国産食材」(24.8%)より「安い輸入食材」(30.8%)の方が多くなっています。

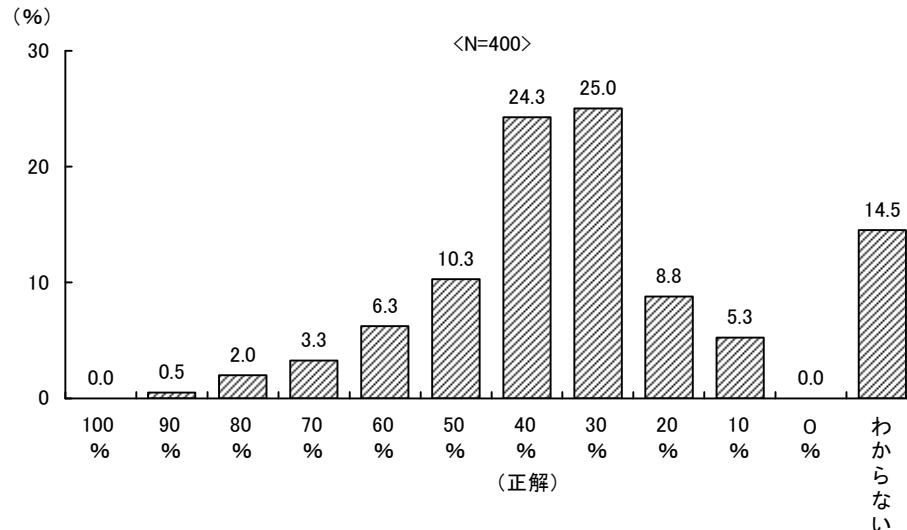
### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査との比較をみると、「安い輸入食材」(前回 29.5%→今回 25.8%)がやや減り、「高い国産食材」(同 26.0%→28.0%)がやや増えています。

## 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）」は約4人に1人（24.3%）にとどまり、「30%」（25.0%）、「50%」（10.3%）、「20%」（8.8%）や「わからない」（14.5%）など、4人に3人は不正解。

図 58. 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>	女子 <n=200>
100%	-	-
90%	1.0	-
80%	2.5	1.5
70%	3.0	3.5
60%	5.5	7.0
50%	9.0	11.5
40%	22.0	26.5
30%	25.0	25.0
20%	10.5	7.0
10%	5.5	5.0
0%	-	-
わからない	16.0	13.0

学年	高校1年生 <n=133>	高校2年生 <n=134>	高校3年生 <n=133>
100%	-	-	-
90%	0.8	0.7	-
80%	1.5	2.2	2.3
70%	2.3	6.0	1.5
60%	3.0	4.5	11.3
50%	9.0	9.7	12.0
40%	24.8	23.9	24.1
30%	27.8	28.4	18.8
20%	8.3	6.0	12.0
10%	5.3	4.5	6.0
0%	-	-	-
わからない	17.3	14.2	12.0

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）」（24.3%）と答えた人は約4人に1人の割合にとどまり、「30%」（25.0%）、「50%」（10.3%）、「20%」（8.8%）などや、「わからない」（14.5%）など、4人に3人は不正解となっています。

性別にみると、「40%（正解）」の割合は《男子》（22.0%）よりも《女子》（26.5%）の方が若干高くなっていますが、あまり大きな差ではありません。

学年別にみると、正解率は《高校1年生》（24.8%）、《高校2年生》（23.9%）、《高校3年生》（24.1%）とほとんど変わりません。

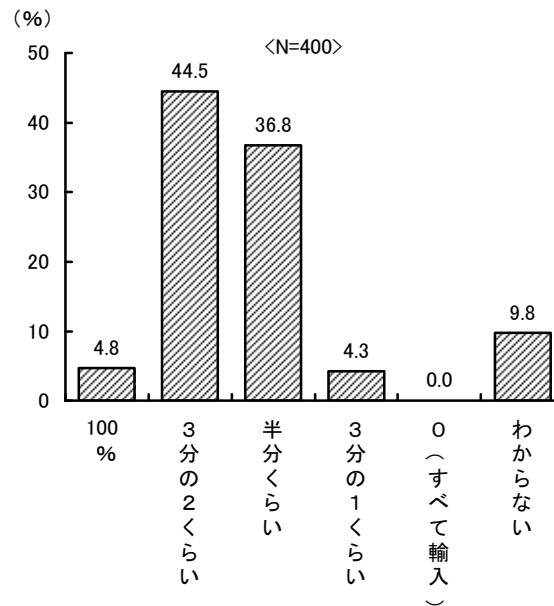
### 【前回調査との比較】

2012年に実施した前回の調査と比べ、「40%（正解）」（前回26.5%→今回24.3%）の割合はわずかに減っていますが、ほぼ同様の結果と言えます。

## 9. 日本は、どの程度食料を自給すべきだと思うか

「3分の2くらい」(44.5%)、「半分くらい」(36.8%)が多く、「100%」(4.8%)はわずか。

図 59. 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>	7.5	41.5	38.0	2.0	-	11.0
	女子 <n=200>	2.0	47.5	35.5	6.5	-	8.5
学年	高校1年生 <n=133>	4.5	40.6	36.8	3.8	-	14.3
	高校2年生 <n=134>	5.2	46.3	38.8	2.2	-	7.5
	高校3年生 <n=133>	4.5	46.6	34.6	6.8	-	7.5

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。

「3分の2くらい」(44.5%)が最も多く、次いで「半分くらい」(36.8%)も多くなっています。「100%」(4.8%)という回答は少なく、先進国では食料自給率が100%を超える国も多いのですが、そこまで必要と考える高校生は少ないようです。

性別ではあまり大きな差はありません。

学年別でもあまり差はありませんが、「高校1年生」では「わからない」(14.3%)の割合がやや高めです。

### 【前回調査との比較】

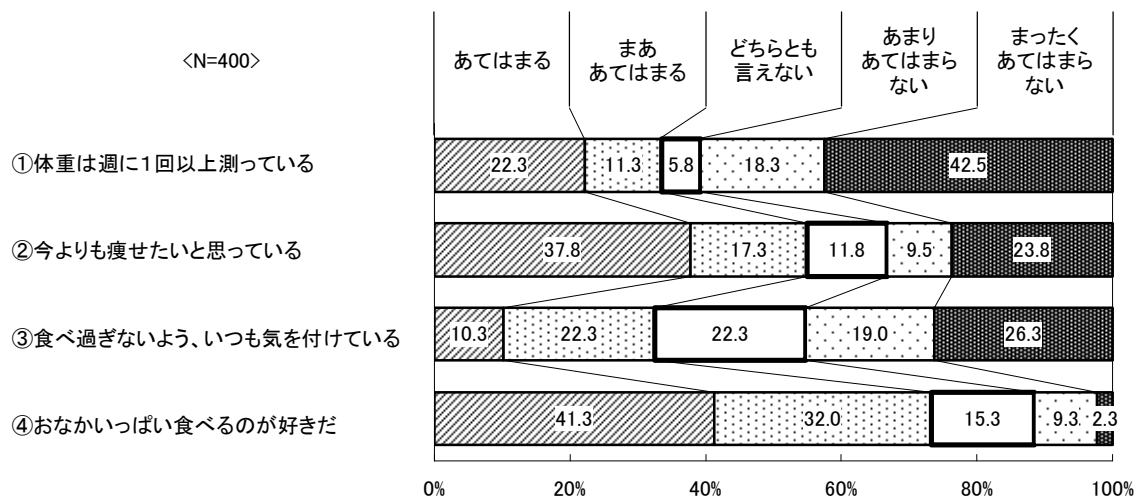
2012年に実施した前回の調査と比べ、「100%」(前回11.8%→今回4.8%)が減り、「半分くらい」(同30.5%→36.8%)が増えています。5年前に比べ、必要と思う自給率は低くなっているようです。

### 10. 食に関する生活習慣について、どの程度当てはまるか

育ち盛りの高校生らしく、【④おなかいっぱい食べるのが好きだ】(73.3%)の同意率が高いが、【②今よりも痩せたいと思っている】(55.0%)は半数を超えるなど、現代日本ならではの特徴も。

●【②今よりも痩せたいと思っている】は、《男子》(27.5%)に比べ、《女子》(82.5%)で多いのが目立つ。

図 60. 食に関する生活習慣について、どの程度当てはまるか



食生活に関する【①体重は週に1回以上測っている】～【④おなかいっぱい食べるのが好きだ】の4項目について、それぞれどの程度当てはまるか聞いてみたところ、もっとも当てはまる割合が高いのは【④おなかいっぱい食べるのが好きだ】で、「あてはまる」(41.3%)が4割を超え、「まああてはまる」(32.0%)を合わせると、7割強(73.3%)が“あてはまる”としています。

以下、“あてはまる(「あてはまる」+「まああてはまる」)”の割合の高い順に、【②今よりも痩せたいと思っている】(55.0%)は半数を超えていますが、【①体重は週に1回以上測っている】(33.5%)、【③食べ過ぎないように、いつも気を付けている】(32.5%)は3割台にとどまっています。育ち盛りの高校生らしく【④おなかいっぱい食べるのが好きだ】の同意率が高いのは理解できるのですが、【②今よりも痩せたいと思っている】の同意率も高いのは現代ならではの傾向と言えるかもしれません。

表 6. 「あてはまる」+「まああてはまる」の割合（属性別）

(%)

		サンプル数	① 体 重 は 週 に 1 回 以 上 測	② 今 よ り も 瘦 せ た い と 思	③ 食 つ べ 過 ぎ な い よ う 、 い つ も 気 を 付 け て い る	④ お の な が か 好 き だ い っ ぱ い 食 べ る
全 体		400	33.5	55.0	32.5	73.3
性 別	男 子	200	24.5	27.5	20.0	70.0
	女 子	200	42.5	82.5	45.0	76.5
学 年	高校1年生	133	30.1	51.1	22.6	71.4
	高校2年生	134	35.1	56.0	38.1	77.6
	高校3年生	133	35.3	57.9	36.8	70.7

“あてはまる（「あてはまる」+「まああてはまる」）”の割合を属性別にみていくと、まず性別では、いずれの項目も《女子》の方が高い割合で、特に【②今よりも痩せたいと思っている】は、《男子》（27.5%）では2割台と少ないのに対し、《女子》（82.5%）では大半を占めています。また、【①体重は週に1回以上測っている】（男子24.5%、女子42.5%）、【③食べ過ぎないように、いつも気を付けている】（同20.0%、45.0%）も《女子》の方がかなり高率です。一方、【④おなかいっぱい食べるのが好きだ】（男子70.0%、女子76.5%）は男女間に大きな差はなく、“おなかいっぱい食べたい”という気持ちにあまり変わりはないようです。

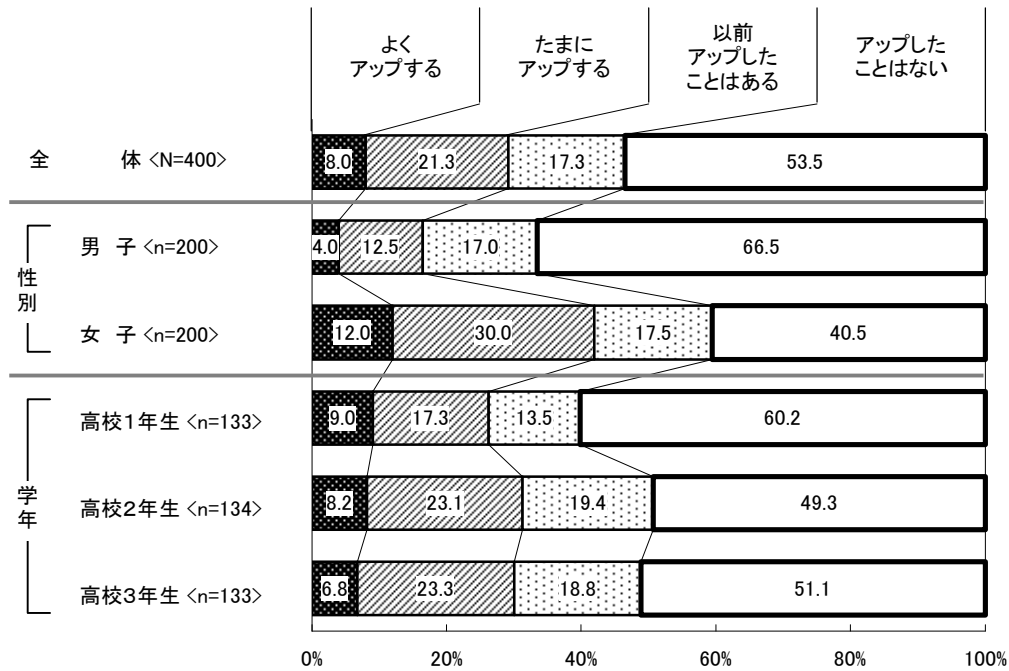
学年別にみると、総じて学年が上がるほど高い割合となっている項目が多く、特に【③食べ過ぎないように、いつも気を付けている】は、《高校1年生》（22.6%）の2割台に比べ、《高校2年生》（38.1%）、《高校3年生》（36.8%）では3割台となっています。

## 11. 食べるものを写真に撮って自分自身のソーシャルメディアにアップすることはあるか

“したことがある”(46.5%)という人は半数弱で、「たまにアップする」(21.3%)、「以前アップしたことはある」(17.3%)くらいの人が多い。

●アップ“したことがある”割合は、《男子》(33.5%)よりも《女子》(59.5%)の方がはるかに高い。

図 61. 家の食事や外食で、食べるものを写真に撮って自分自身のソーシャルメディアにアップすることはあるか



家の食事や外食で、食べるものを写真に撮って自分自身のソーシャルメディアにアップすることが特に若者の間で流行してきていますが、高校生ではそのようなことはあるでしょうか。

「アップしたことはない」という人は半数強 (53.5%) で、“したことがある” (46.5%) という人は半数弱となっています。その内訳は、「よくアップする」(8.0%) は1割未満と多くなく、「たまにアップする」(21.3%)、「以前アップしたことはある」(17.3%) くらいの人が多くなっています。

性別にみると、アップ“したことがある”割合は、《男子》(33.5%) に比べ、《女子》(59.5%) では2倍近い割合となっているのが目立ちます。

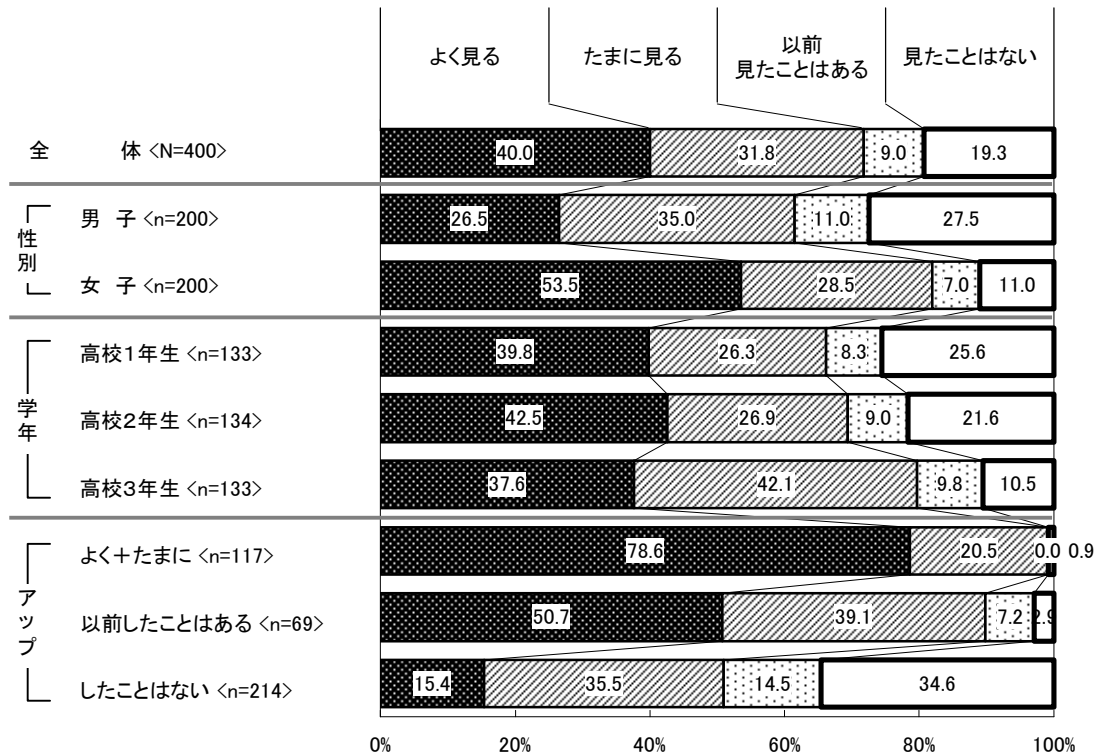
学年別にみると、アップ“したことがある”割合は、《高校2年生》(50.7%)、《高校3年生》(48.9%) の半数前後に比べ、《高校1年生》(39.8%) では4割弱とやや低めです。

## 12. 友人のソーシャルメディアで友人の食事がアップされているのを見たことはあるか

「よく見る」が4割(40.0%)を占め、「たまに見る」(31.8%)、「以前見たことはある」(9.0%)を合わせると、8割強(80.8%)が“見たことがある”。

●《男子》では「よく見る」(26.5%)は2割台にとどまるが、《女子》(53.5%)では半数を超える。

図 62. 友人のソーシャルメディアで友人の食事がアップされているのを見たことはあるか



友人のソーシャルメディアで友人の食事がアップされているのを見たことはあるかどうかをみると、「よく見る」が4割(40.0%)を占めており、「たまに見る」(31.8%)、「以前見たことはある」(9.0%)を合わせると、8割強(80.8%)が“見たことがある”としています。「見たことはない」という人は2割弱(19.3%)にとどまっています。

性別にみると、《女子》の方が見る機会が多く、《男子》では「よく見る」(26.5%)は2割台にとどまるのに対し、《女子》(53.5%)では半数を超えています。また、《男子》では「見たことはない」(27.5%)が3割近くいるのに対し、《女子》(11.0%)では1割程度です。

学年別にみると、「見たことはない」という割合は低学年ほど高く、《高校3年生》(10.5%)では1割程度ですが、《高校1年生》(25.6%)、《高校2年生》(21.6%)では2割台となっています。前項の“自分がアップする頻度”でもみられたように、学年が上がるほど、食に関してソーシャルメディアと関わるが多くなるようです。

自分がアップすることの有無別にみると、当然かもしれませんが、自分がアップする人ほど友人の食事がアップされているのを見ることは多く、《よく+たまに》アップするという人では「よく見る」(78.6%)が8割近くにも達しているのに対し、《したことはない》(15.4%)人では1割台にとどまっています。