

健康づくりと食育に関するアンケート 調査報告書 (H27.3)

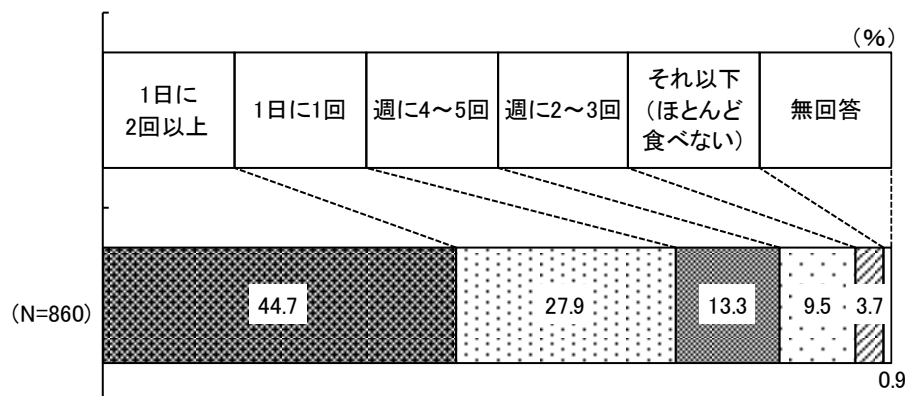
Ⅲ 調査結果

2. 食生活について

(4) バランスのとれた食事の摂取状況

主食・主菜・副菜のそろった食事を、「1日に2回以上」とっている人は 44.7%と最も多いが半数を切っている。ついで多いのは、「1日に1回」で27.9%となっている。

問14 あなたは、主食(ごはん、パン、めん類等)・主菜(卵、肉、魚、大豆、大豆製品等が主体のおかず)・副菜(野菜、海藻、いも類等が主体のおかず)のそろった食事を食べていますか。
(1つ選択)



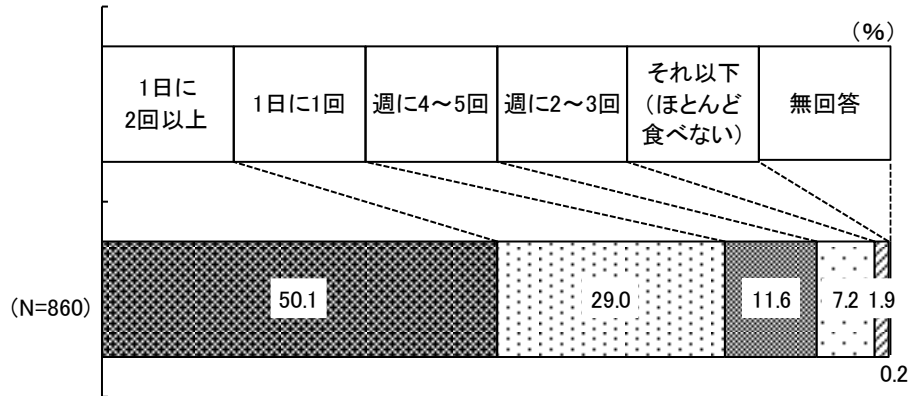
年齢別にみると、40代以下では「1日に2回以上」は35%前後と少なくなっている。性・年齢別にみると、女性30代以下では「1日に2回以上」は30%弱と少なくなっている。

	合計	1日に2回以上	1日に1回	週に4~5回	週に2~3回	それ以下(ほとんど食べない)	無回答
【全体】	860	44.7	27.9	13.3	9.5	3.7	0.9
【性別】							
男性	397	45.3	27.2	11.3	11.8	3.3	1.0
女性	429	44.3	28.7	14.7	7.5	4.2	0.7
【年齢別】							
20代	56	35.7	30.4	10.7	14.3	8.9	0.0
30代	107	▲ 32.7	28.0	19.6	11.2	8.4	0.0
40代	103	▲ 34.0	35.0	12.6	7.8	9.7	1.0
50代	134	38.1	32.8	14.9	10.4	3.7	0.0
60代	226	51.3	25.7	14.2	8.8	0.0	0.0
70代以上	231	54.5	23.8	9.5	8.7	0.9	2.6
【性・年齢別】							
男性 20~30代	70	35.7	28.6	8.6	△ 20.0	7.1	0.0
男性 40~50代	109	34.9	33.9	12.8	11.0	6.4	0.9
男性 60代	108	50.9	25.9	12.0	11.1	0.0	0.0
男性 70代以上	109	△ 56.0	21.1	11.0	8.3	0.9	2.8
女性 20~30代	89	▲ 29.2	30.3	△ 23.6	6.7	10.1	0.0
女性 40~50代	121	38.8	33.9	13.2	8.3	5.8	0.0
女性 60代	111	53.2	23.4	17.1	6.3	0.0	0.0
女性 70代以上	107	54.2	27.1	6.5	8.4	0.9	2.8

(5) 野菜の摂取状況

野菜の入った料理を、「1日に2回以上」とっている人は50.1%と半数である。ついで、「1日に1回」が29.0%が続いている。

問15 あなたは、どのくらいの頻度で野菜の入った料理を食べますか。(1つ選択)



年齢別にみると、30代以下や50代では「1日に2回以上」は30%台と少なくなっている。性・年齢別にみると、男性50代以下や女性30代以下では「1日に2回以上」は30%台と少なくなっている。

	合計	1日に2回以上	1日に1回	週に4~5回	週に2~3回	それ以下(ほとんど食べない)	無回答
【全体】	860	50.1	29.0	11.6	7.2	1.9	0.2
【性別】							
男性	397	45.1	29.5	13.9	10.1	1.3	0.3
女性	429	53.8	28.7	10.0	4.9	2.6	0.0
【年齢別】							
20代	56	▲ 37.5	30.4	10.7	14.3	5.4	1.8
30代	107	▲ 38.3	37.4	13.1	7.5	3.7	0.0
40代	103	47.6	30.1	10.7	5.8	5.8	0.0
50代	134	▲ 39.6	38.8	11.9	9.0	0.7	0.0
60代	226	54.4	24.3	13.3	8.0	0.0	0.0
70代以上	231	△ 61.9	22.9	10.0	4.3	0.9	0.0
【性・年齢別】							
男性 20~30代	70	▲ 34.3	32.9	12.9	15.7	2.9	1.4
男性 40~50代	109	▲ 33.0	△ 39.4	13.8	11.9	1.8	0.0
男性 60代	108	49.1	25.9	15.7	9.3	0.0	0.0
男性 70代以上	109	59.6	21.1	12.8	5.5	0.9	0.0
女性 20~30代	89	▲ 38.2	38.2	12.4	5.6	5.6	0.0
女性 40~50代	121	51.2	30.6	9.9	4.1	4.1	0.0
女性 60代	111	59.5	22.5	11.7	6.3	0.0	0.0
女性 70代以上	107	△ 64.5	24.3	6.5	3.7	0.9	0.0