

1433

東京大学社会科学研究所附属社会調査・データアーカイブ研究センターSSJデータアーカイブ

調査名 食育に関する意識調査, 2020

寄託者(寄託時) 農林水産省 消費・安全局 消費者行政・食育課

本調査票を引用する際には出典を明記して下さい。最新の寄託者名は概要にてご確認ください。

N=2, 395

令和2年度 食育に関する意識調査

調査票

令和2年12月

(調査主体) 農林水産省 消費・安全局 消費者行政・食育課

◎この調査は、必ず封筒のあて名のご本人様が、ご本人様のお考えで回答してください。

◎この調査のご回答方法は、インターネットでの回答・郵送での回答の2通りをご用意しています。いずれかの方法で12月23日(水)までにご回答いただきますようお願い申し上げます。

◎詳しい回答方法は、2ページの「回答方法のご案内」をごらんください。

◎調査についてのお問い合わせ先はこちらです。

(調査実施機関) 一般社団法人 中央調査社 管理部



一般社団法人中央調査社は、一般財団法人日本情報経済社会推進協会より「プライバシーマーク」の付与認定を受けております。

調査の実施にあたりましては、個人情報保護方針にしたがい、情報の管理を徹底いたします。

回答方法のご案内

1. インターネット、2. 郵送のいずれかの方法でご回答ください。

1. インターネットでの回答方法

◆ ①～④の手順でご回答ください。

- ① パソコン・スマートフォン・タブレット端末で
右のQRコードを読み取るか、
下記URLにアクセスしてください。

※ パソコンでのご回答の場合

推奨ブラウザ

Microsoft Internet Explorer 11

Firefox 14.0 以降

Google Chrome 21.0 以降

推奨 OS

Windows10

Windows8

QRコード

調査用ページURL:

- ② この調査票の表紙右上に印刷されている“ID”と“パスワード”を入力し、ログインして回答を開始してください。
- ③ 質問のページでは、画面の案内に従ってお答えください。
- ④ 最後の質問まで回答したら<完了>ボタンを押し、お礼の画面が表示されたら回答完了となります。令和2年12月23日(水)までに回答完了してください。なお、令和2年12月23日(水)までは、再度ログインして回答を修正していただけます。

◆ 郵送で回答された方は、インターネットでの回答は不要です。

2. 郵送での回答方法

- ◆ この調査票に直接ご記入のうえ、同封の専用封筒に入れて、令和2年12月23日(水)までにポストにご投函ください(切手は不要です)。
- ◆ インターネットでご回答された方は、郵送での回答は不要です。
- ◆ ご回答いただいたかどうかは調査票の表紙にある“ID”番号で管理していますので、お名前やご住所は書かずに返送してください。
- ◆ 回答の記入は次のようにしてください。
- ・ 3ページの問1から質問番号順にお答えください。
 - ・ 質問文末の(○は1つだけ)、(○はいくつでも)等にあわせて、あてはまる選択肢の番号を○で囲んでください。
 - ・ お答えの内容によって、次にお答えいただく質問が異なる場合がございますので、案内に従ってお進みください。
 - ・ 同封のリーフレット(別紙1「食事バランスガイド」、別紙2『「日本型食生活」について』)を見てお答えいただく質問がございます。質問の案内に従ってお答えください。
 - ・ 各質問の右側などに記してある⑪⑫…などの数字は、データ処理上のマークですので、気になさらないでご回答ください。

◎ご協力いただいた方への謝礼品の発送は、令和3年1月末頃を予定しています。締切日までにご回答完了、またはご投函いただけなかった方は、謝礼品付与の対象外となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

◎発送、返送、回答方法についてのお問い合わせは、表紙に記載のお問い合わせ先(調査実施機関の一般社団法人 中央調査社)までお願いいたします。

「食育」への関心についておたずねします。

まず、[資料1]を読んで**問1**にお答えください。

[資料1]

「食育」は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

問1 あなたは、「食育」に関心がありますか、それとも関心がありませんか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(35.7)	(47.5)	(13.4)	(2.5)
関心がある	どちらかといえば 関心がある	どちらかといえば 関心がない	関心がない

(0.9) 無回答

問2 今後1年間、あなたはどのようなことを食育として実践したいと思いますか。この中からいくつでも選んで○をつけてください。

「16 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。

(○はいくつでも)

(38.6) 家族や友人と食卓を囲む機会を増やしたい	(70.8) 栄養バランスのとれた食生活を実践したい
(19.1) 食事の正しい作法を習得したい	(62.5) 健康に留意した食生活を実践したい
(43.5) 地域性や季節感のある食事をとりた	(22.9) 自分で調理する機会を増やしたい
(35.8) 地場産物を購入したい	(13.4) 家族と調理する機会を増やしたい
(59.9) 食べ残しや食品の廃棄を削減したい	(32.2) 調理方法・保存方法を習得したい
(9.8) 生産から消費までのプロセスを理解したい	(41.9) おいしさや楽しさなど食の豊かさを大切にしたい
(45.0) 食品の安全性について理解したい	(15.3) 食文化を伝承していきたい
(52.1) 規則正しい食生活を実践したい	(1.8) その他 (具体的に：)

(0.3) 無回答

(MT=564.8)

次ページ**問3**へお進みください

現在の食生活・生活習慣についておたずねします。

問3 あなたは、日頃から健全な食生活を実践することを心掛けていますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(14.5)	(61.1)	(21.8)	(1.8)
常に 心掛けている	心掛けている	あまり 心掛けていない	まったく 心掛けていない

(0.8) 無回答

[資料2] を読んで**問4**にお答えください。

[資料2]

「主食」とは、米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となるものです。



ごはん



おにぎり



パン



うどん

「主菜」とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源となるものです。



焼き魚



肉じゃが



ハンバーグ



目玉焼き

「副菜」とは、野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う重要な役割を果たしています。



ほうれん草の
おひたし



野菜サラダ



ひじきの
煮物



野菜たっぷり等
具たくさんのみそしる

問4 主食 (ごはん、パン、麺など)・主菜 (肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理)・副菜 (野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理) を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(36.4)	(26.3)	(24.5)	(12.2)
ほぼ毎日	週に4～5日	週に2～3日	ほとんどない

(0.6) 無回答

次ページ**問5**へお進みください

[資料3] を読んで問5にお答えください。

[資料3]

「朝食を食べる」とは、エネルギー源となる食べ物、飲み物を飲食した場合のことをいい、砂糖・ミルクを加えないお茶類（日本茶・コーヒー・紅茶など）、水及び錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラルしか取らない場合は、「朝食を食べた」ことにはなりません。

問5 あなたは、ふだん朝食を食べますか。

この中から1つ選んで○をつけてください。

(○は1つだけ)

(81.3)	(5.7)	(4.4)	(8.3)
ほとんど毎日 食べる	週に4～5日 食べる	週に2～3日 食べる	ほとんど 食べない

(0.3) 無回答

問6 あなたは、普段の食事を自分で準備していますか。

この中から1つ選んで○をつけてください。

(○は1つだけ)

※「食事を準備する」とは、調理だけでなく、温めたり、お皿に盛り付けたりすることを含みます。弁当を買ってくるだけというのは含みません。

※「市販食品」とは、惣菜、冷凍食品、レトルト食品等、そのままもしくは温めるだけでよいものことです。

- (29.5) ほとんどのものを食材から調理して、食事を準備している
- (42.1) 一部市販食品を取り入れて、食事を準備している
- (8.4) ほとんどのものに市販食品を利用して、食事を準備している
- (19.6) 自分で食事を準備していない

(0.4) 無回答

次ページ問7へお進みください

問7

あなたは、食に関する情報をどこから入手していますか。

よく入手する情報源を、この中からいくつでも選んで○をつけてください。

「16 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。

(○はいくつでも)

(45.1) 新聞・雑誌	(4.8) 行政機関のウェブサイトや広報物
(24.7) 本	(38.4) 家族とのやりとり
(74.9) テレビ	(15.6) ネット上を含めた友人、知人とのやりとり
(7.0) ラジオ	(14.1) 同僚とのやりとり
(35.4) インターネット上のニュースサイト	(48.9) スーパーマーケットなど食品の購入場所
(15.5) YouTube等の動画サイト	(1.8) 町中（電車等）の広告
(15.3) ブログ、SNS	(2.7) イベントやシンポジウム
(16.0) 生産者や食品企業・販売業者のウェブサイトや広報物	(2.5) その他
	具体的には：

(0.8) 無回答
(MT=363.4)



問7-1

問7で○をつけた情報源のうち、最もよく入手するものを1つ選んで番号を記入してください。

(N=2,376)

最もよく情報を入手する情報源 (1~16の番号1つ) ...

- (7.9) 新聞・雑誌
- (3.5) 本
- (30.5) テレビ
- (0.7) ラジオ
- (11.7) インターネット上のニュースサイト
- (3.4) YouTube等の動画サイト
- (5.6) ブログ、SNS
- (2.9) 生産者や食品企業・販売業者のウェブサイトや広報物
- (0.4) 行政機関のウェブサイトや広報物
- (5.9) 家族とのやりとり
- (1.9) ネット上を含めた友人、知人とのやりとり
- (0.9) 同僚とのやりとり
- (10.4) スーパーマーケットなど食品の購入場所
- (-) 町中（電車等）の広告
- (0.1) イベントやシンポジウム
- (1.3) その他

(13.0) 無回答

次ページ**問8**へお進みください

問8 新型コロナウイルス感染症の感染防止対策が十分にとられているという前提でお伺いします。地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等の機会があれば、あなたは参加したいと思いませんか。この中から1つ選んで○をつけてください。

※「地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等の機会」とは、職場でのランチ会や、地域の栄養士や食生活改善推進員の協力のもとで行われる、料理教室や共食会等を指します。

(○は1つだけ)

(5.7)	(25.1)	(22.1)	(29.0)	(16.7)
とても そう思う	そう思う	どちらとも いけない	あまり そう思わない	まったく そう思わない

(1.3) 無回答

「3 どちらともいけない」、「4 あまりそう思わない」、「5 まったくそう思わない」と答えた方は、**問10**へお進みください。

【問9は、問8で「1 とてもそう思う」または「2 そう思う」と答えた方におたずねします。】

問9 あなたは、過去1年間に、地域や所属コミュニティでの食事会等に参加しましたか。この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(N=738)

(70.7)	(28.7)
参加した	参加していない

(0.5) 無回答

問10へお進みください

【ここからはふたたび、全員の方におたずねします。】

問10 生活習慣病の予防や改善のために、あなたは、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していますか。この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(11.7)	(52.5)	(32.2)	(2.9)
いつも気をつけて 実践している	気をつけて 実践している	あまり気をつけて 実践していない	まったく気をつけて 実践していない

(0.7) 無回答

問11 あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(8.7)	(38.7)	(42.0)	(10.1)
ゆっくりよく噛んで食べている	どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	ゆっくりよく噛んで食べていない

(0.5) 無回答

次ページ**問12**へお進みください

食文化についておたずねします。

[資料4] を読んで問12以降にお答えください。

[資料4]

「郷土料理や伝統料理」は、その地域に特有の料理や、年越しそばなど古くから受け継がれ伝えられている料理ですが、いわゆる「おふくろの味」など、その家庭で受け継がれてきた家庭料理も含まれます。

「食べ方・作法」は、「お椀を手に持つ」、「迷い箸をしない」、「音をたてない」など、日常の食事の際のマナーや、食事の際の挨拶である「いただきます」や「ごちそうさまでした」など、料理を作ってくれた人や自然の恵みへの感謝などの気持ちの表現等も含まれます。

問12 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継ぐことは大切だと思いますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(36.1)	(51.4)	(9.5)	(2.6)	(0.3)
とても そう思う	そう思う	どちらとも いけない	あまり そう思わない	まったく そう思わない

(0.1) 無回答

問13 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(65.9)	(34.0)
受け継いでいる	受け継いでいない

(0.0) 無回答

次ページ**問13-1**へお進みください

問13-1

あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継ぐためには、どのようなことが必要だと思いますか。

この中からいくつでも選んで○をつけてください。

「8 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。

(○はいくつでも)

- (92.4) 親等から家庭で教わること
- (41.6) 子供の頃に学校で教わること
- (23.5) 地域コミュニティで教わること
- (17.0) 食に関するイベント等で教わること
- (24.5) 出版物やテレビ、ウェブサイト等のメディアで教わること
- (16.9) 結婚、出産等の人生の節目で教わること
- (40.9) ふだん食べているもののうち、どれが郷土料理や伝統料理かを知る機会を増やすこと
- (1.6) その他 (具体的に: _____)
- (1.4) 受け継ぐ必要はない

(0.3) 無回答

(MT=260.0)

次に答えていただく質問は、8ページ問13でのお答えによって異なります。

8ページ問13で、	
「1 受け継いでいる」と答えた方は 下の 問13-2 へお進みください。	「2 受け継いでいない」と答えた方は、 11ページの 問14 へお進みください。



【問13-2から問13-5は、8ページ問13で「1 受け継いでいる」と答えた方におたずねします。】

問13-2

あなたは、どのようなことを受け継いでいますか。

この中からいくつでも選んで○をつけてください。

「5 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。

(○はいくつでも)

(N=1,579)

- (76.2) その家庭で受け継がれてきた家庭料理
- (22.5) その地域に特有の料理や古くから受け継がれ伝えられている料理 (家庭料理除く)
- (85.2) 「お椀を手に持つ」、「迷い箸をしない」、「音をたてない」など、
日常の食事の際のマナー
- (86.2) 「いただきます」や「ごちそうさまでした」など、料理を作ってくれた人や
自然の恵みへの感謝などの気持ちの表現
- (1.5) その他 (具体的に: _____)

(0.5) 無回答

(MT=272.2)

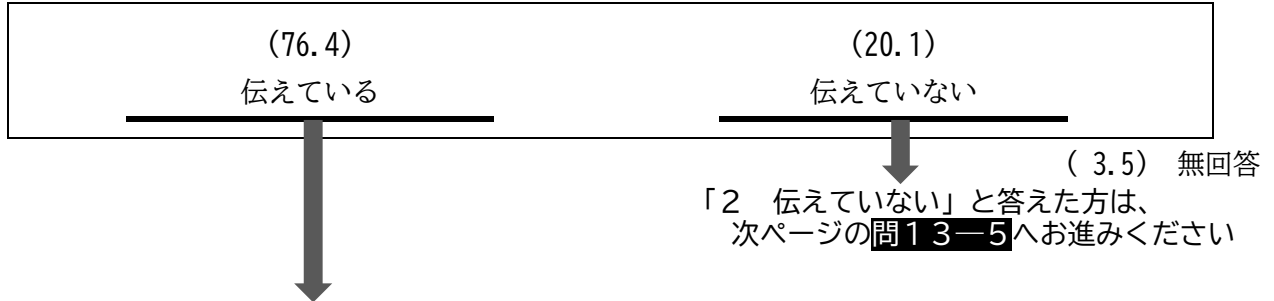
問13-2に答えた方は、次ページ**問13-3**へお進みください

【引き続き、問13で「1 受け継いでいる」と答えた方におたずねします。】

問13-3 あなたが郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を、地域や次世代（子供やお孫さんを含む）に対し伝えていきますか。

この中から1つ選んで○をつけてください。 (○は1つだけ)

(N=1,579)



【問13-4は、問13-3で「1 伝えている」と答えた方におたずねします。】

問13-4 あなたは、どのようなことを伝えていますか。

この中からいくつでも選んで○をつけてください。

「5 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。

(○はいくつでも)

(N=1,206)

- (61.8) その家庭で受け継がれてきた家庭料理
- (18.9) その地域に特有の料理や古くから受け継がれ伝えられている料理（家庭料理除く）
- (88.1) 「お椀を手に持つ」、「迷い箸をしない」、「音をたてない」など、日常の食事の際のマナー
- (89.5) 「いただきます」や「ごちそうさまでした」など、料理を作ってくれた人や自然の恵みへの感謝などの気持ちの表現
- (1.1) その他（具体的に： _____ ）

(0.2) 無回答

(MT=259.5)

問13-4に答えた方は、次ページの**問14**へお進みください

【問13-5は、問13-3で「2 伝えていない」と答えた方におたずねします。】

問13-5 あなたが今後、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を伝えるためには、どのようなことが必要だと思いますか。この中からいくつでも選んで○をつけてください。

「6 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。

(○はいくつでも)

(N=317)

(85.5) 家庭で伝える機会を持つこと	(9.1) 教材等が整っていること
(44.8) 学校で伝える機会があること	(3.2) その他
(31.2) 地域で伝える機会があること	〔具体的に：〕
(18.6) 一緒に活動する仲間がいること	
	(0.9) 伝える必要はない

(0.9) 無回答

(MT=194.3)

問14へお進みください

【ここからはふたたび、全員の方におたずねします。】

問14 あなたは、ご自身が生まれ育った地域の郷土料理や伝統料理について知っていますか。この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(52.7) よく知っていて、食べたことがある
(4.2) 知っているが、食べたことはない
(31.9) 知らないが(認識したことはないが)、食べたことはあるかもしれない
(9.4) 知らない

(1.7) 無回答

問15 あなたは、いわゆる郷土料理や伝統料理をどのくらいの頻度で食べていますか。この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

※この設問でお尋ねする「郷土料理や伝統料理」は、ご自身の生まれ育った地域や現在住んでいる地域に限定せず、旅先や外食先など日本全国の郷土料理や伝統料理を含みます。

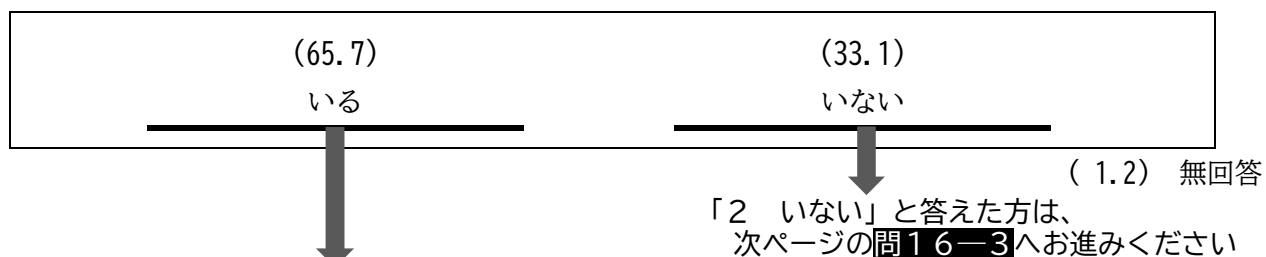
(1.3) ほぼ毎日	(15.7) 月に1日程度
(3.1) 週に3~5日程度	(17.9) 2~3ヶ月に1日程度
(7.8) 週に1~2日程度	(26.6) それ以下
(16.7) 月に2~3日程度	(8.6) まったく食べない

(2.3) 無回答

次ページ**問16**へお進みください

農林漁業体験についておたずねします。

問16 これまで、あなた又はあなたの家族の中で、田植え（種まき）、稲刈り、野菜の収穫、家畜の世話など農林漁業体験に参加したことがある人はいますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。（○は1つだけ）



【問16-1から問16-2は、問16で「1 いる」と答えた方におたずねします。】

問16-1 あなた又はあなたの家族が参加した農林漁業体験は、どのような取組でしたか。
この中からいくつでも選んで○をつけてください。
「5 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。
(○はいくつでも)

(N=1,574)

- | |
|-------------------------|
| (4.4) 民間のツアーなど |
| (8.9) 地方自治体や地域の取組 |
| (33.9) 学校の取組 |
| (73.4) 実家、親戚、知人の手伝い |
| (11.0) その他（具体的に： _____） |
- (0.2) 無回答
(MT=131.8)

問16-2 農林漁業体験に参加して何か変化したことがありますか。
この中からいくつでも選んで○をつけてください。
「5 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。
(○はいくつでも)

(N=1,574)

- | |
|----------------------------------|
| (65.4) 自然の恩恵や生産者への感謝を感じられるようになった |
| (41.7) 地元産や国産の食材を積極的に選ぶようになった |
| (13.4) 食べられなかった野菜などが食べられるようになった |
| (11.1) 地元の生産者等との交流が増えた |
| (5.5) その他（具体的に： _____） |
| (15.5) 変化はなかった |
- (1.8) 無回答
(MT=154.4)

問16-2に答えた方は、14ページの問17へお進みください

【問16-3から問16-4は、問16で「2 いない」と答えた方におたずねします。】

問16-3 これまで農林漁業体験に参加していない理由は何ですか。
この中からいくつでも選んで○をつけてください。

「5 その他」を選んだ方は、カッコ内に具体的に記入してください。

(○はいくつでも)

(N=793)

- (34.3) 関心がないから
- (42.5) 体験に参加する方法がわからないから
- (20.6) 体験する自信がないから
- (6.4) 参加費用がかかるから
- (15.3) その他 (具体的に:)

(1.5) 無回答

(MT=120.6)

問16-4 農林漁業体験にどんな工夫があれば参加したいと思いますか。

この中からいくつでも選んで○をつけてください。

「7 その他」を選んだ方は、カッコ内に具体的に記入してください。

(○はいくつでも)

(N=793)

- (27.9) 作物の生長に合わせて種まき、収穫など複数の作業が体験できること
- (31.5) 収穫物の調理体験ができること
- (28.6) 地域の伝統行事などのイベントに合わせて参加できること
- (24.2) 地元の生産者等との交流があること
- (36.6) 親子や友人など、いろいろな参加の仕方ができること
- (7.1) オンラインで、体験前に試したり、体験後も関係が続けられること
- (7.3) その他 (具体的に:)

(7.4) 無回答

(MT=170.6)

次ページの**問17**へお進みください

環境への配慮についておたずねします。

【ここからはふたたび、全員の方におたずねします。】

問17 あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいきますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。
(○は1つだけ)

※環境に配慮した農林水産物・食品とは、農薬や化学肥料に頼らず生産された有機農産物や、過剰包装でなくごみが少ない商品など、環境への負荷をなるべく低減した農林水産物・食品のことです。

(17.9)	(49.1)	(25.9)	(5.1)
いつも	時々	あまり	まったく
選んでいる	選んでいる	選んでいない	選んでいない

(1.9) 無回答

「3 あまり選んでいない」、
「4 まったく選んでいない」と答えた方は、
次ページの**問18**へお進みください

【問17-1は、問17で「1 いつも選んでいる」、「2 時々選んでいる」と答えた方におたずねします。】

問17-1 あなたは、どのような環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいきますか。
この中からいくつでも選んで○をつけてください。
「7 その他」を選んだ方は、カッコ内に具体的に記入してください。
(○はいくつでも)

(N=1,606)

- (45.5) 環境に配慮していることに関する表示（有機 JAS マーク、水産エコラベル等）のあるもの
- (25.1) 1のような具体的な表示はないが、生き物とその生息環境の保全（土壌や水質保全含む）や化石燃料の使用を減らす等温暖化防止に配慮して生産されたことが分かるもの
- (73.7) 近隣の地域で生産・加工されたもの
- (34.7) 消費期限が近いなど、廃棄等される可能性があるもの
- (36.9) 過剰包装でないもの
- (6.7) 容器がプラスチックでないもの
- (2.1) その他（具体的に： _____)

(0.4) 無回答

(MT=225.2)

次ページ**問18**へお進みください

産地や生産者を意識することについておたずねします。

【ここからはふたたび、全員の方におたずねします。】

問18 あなたは、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいきますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。
(○は1つだけ)

※「産地や生産者を意識」とは、地元産品や、被災地の産品など自分が応援したい地域の産品や、応援したい生産者を意識する場合のことをいいます。

(21.0)	(52.6)	(20.4)	(4.9)
いつも	時々	あまり	まったく
選んでいる	選んでいる	選んでいない	選んでいない

(1.2) 無回答

食品の廃棄についておたずねします。

問19 あなたは、購入した食品を食べないまま、捨ててしまうことがありますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(1.1)	(39.7)	(46.7)	(11.7)
よくある	時々ある	ほとんどない	まったくない

(0.8) 無回答

「3 ほとんどない」、「4 まったくない」と答えた方は、次ページの**問20**へお進みください

【問19-1は、問19で「1 よくある」、「2 時々ある」と答えた方におたずねします。】

問19-1 捨ててしまった原因は何だと思えますか。
この中からいくつでも選んで○をつけてください。
「5 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。
(○はいくつでも)

(N=977)

(35.0)	必要以上に買いすぎてしまった
(75.1)	消費・賞味期限内に食べられなかった
(65.6)	購入後、冷蔵庫や保管場所に入れたまま存在を忘れてしまった
(3.6)	購入したものの、調理の仕方や食べ方が分からなかった
(2.1)	その他 (具体的に:)

(0.1) 無回答

(MT=181.6)

次ページ**問20**へお進みください

食品の安全性についておたずねします。

【ここからはふたたび、全員の方におたずねします。】

問20 あなたは、安全な食生活を送るためのポイントとして、以下の項目をどの程度意識し、判断していますか。

①～⑨それぞれについて、あてはまるものを1つずつ選んで○をつけてください。

		(○はそれぞれ1つ)					無回答
		非常にあてはまる	あてはまる	どちらでもない	あてはまらない	まったくあてはまらない	
①	食品を買うときや食べるときに「消費期限」、「アレルギー表示」など容器包装に記載されている表示を確認すること	(38.0)	(47.6)	(8.1)	(3.5)	(1.9)	(1.0)
②	「賞味期限」を過ぎた食品であっても、必ずしもすぐに食べられなくなるわけではないため、においや見た目など食品の状態に応じて判断すること	(28.1)	(51.2)	(8.4)	(7.6)	(3.6)	(1.1)
③	食品に表示されている「保存方法」や「使用方法」を守ること	(30.9)	(56.3)	(9.6)	(1.9)	(0.6)	(0.7)
④	生肉や生魚を扱った包丁、まな板、トンゴ、箸などの器具は、専用のものを使うか、他の調理に使用する場合には熱湯をかける（またはよく洗う）こと	(38.2)	(37.7)	(14.0)	(6.8)	(2.5)	(0.8)
⑤	料理は、長時間、室温で放置しないこと	(34.7)	(49.8)	(11.4)	(2.6)	(0.6)	(0.9)
⑥	生の状態（生食用として販売されているものは除く）や加熱が不十分な状態で肉を食べないこと	(62.8)	(31.1)	(3.4)	(1.1)	(0.7)	(0.9)
⑦	健康食品は医薬品とは違うので、薬と同じように使用すると病気の治癒が遅れたり症状が悪化したりすることがあるため病気の治療目的で利用しないこと	(37.4)	(38.2)	(18.0)	(3.3)	(1.8)	(1.3)
⑧	病者、小児、妊産婦、高齢者などでは健康被害を起こしやすいため、健康食品の利用にあたっては注意が必要であること	(40.7)	(41.0)	(13.6)	(2.1)	(1.4)	(1.3)
⑨	健康食品を選ぶ場合は、成分名、含有量、使用上の注意、問い合わせ先、品質保証に関するマークなど表示されている内容をよく読んで自分に必要かどうか検討してから購入すること	(32.1)	(40.0)	(19.1)	(5.4)	(2.3)	(1.2)

問21

あなたは、安全な食生活を送るための、食品の安全性に関する基礎的な知識があると思いますか。

この中から1つ選んで○をつけてください。

(○は1つだけ)

(5.5)	(64.1)	(27.6)	(2.2)
十分に あると思う	ある程度 あると思う	あまり ないと思う	まったく ないと思う

(0.6) 無回答

問22

あなたは、安全な食生活を送ることについてどの程度判断していますか。

この中から1つ選んで○をつけてください。

(○は1つだけ)

(11.1)	(64.1)	(22.9)	(1.4)
いつも 判断している	判断している	あまり 判断していない	まったく 判断していない

(0.5) 無回答

次ページ**問23**へお進みください

新型コロナウイルス感染症と食生活についておたずねします。

問23

あなたご自身の現在の食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前に比べて変わりましたか。

①～⑬のそれぞれについて、あてはまるものを1つずつ選んで○をつけてください。

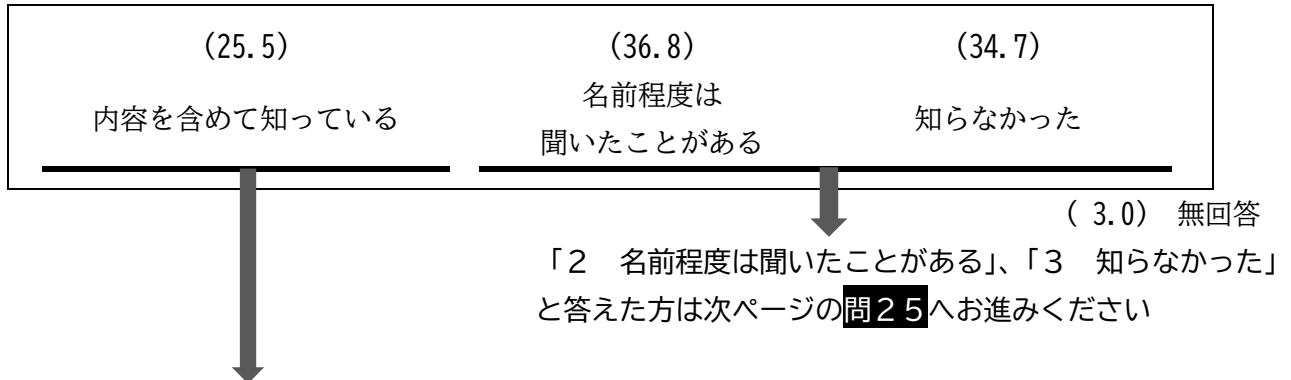
	(○はそれぞれ1つ)				無回答
	増えた・広がった	変わらない	減った・狭まった	もともとな	
① 栄養バランスのとれた食事	(12.8)	(80.2)	(1.7)	(2.1)	(3.2)
② 自宅で料理を作る回数	(26.5)	(63.1)	(1.3)	(6.0)	(3.0)
③ 自宅で食事を食べる回数	(35.5)	(60.0)	(1.0)	(0.5)	(2.9)
④ 家族と食事を食べる回数	(20.0)	(67.3)	(4.5)	(4.7)	(3.5)
⑤ オンラインを利用して家族や友人と食事を共にすること	(2.8)	(11.1)	(4.4)	(77.9)	(3.8)
⑥ おいしさや楽しさなど食を通じた精神的な豊かさ	(7.4)	(76.6)	(7.8)	(4.5)	(3.7)
⑦ 地場産物の購入	(9.7)	(74.3)	(2.5)	(9.5)	(3.9)
⑧ 通販（オンライン）を利用した食品購入	(12.8)	(29.7)	(1.8)	(51.8)	(4.0)
⑨ 食事作りに要する時間や労力	(16.1)	(71.1)	(1.6)	(7.8)	(3.4)
⑩ 食品の安全性への不安	(13.1)	(77.8)	(1.0)	(4.6)	(3.5)
⑪ 安定的な食料供給への不安	(18.9)	(69.6)	(1.3)	(6.6)	(3.7)
⑫ 食に関する情報の入手	(12.9)	(77.2)	(1.3)	(5.2)	(3.5)
⑬ 規則正しい食生活リズム	(9.3)	(82.5)	(2.7)	(2.5)	(3.0)

次ページ問24へお進みください

「食事バランスガイド」についておたずねします。

※問24及び問24-1は、同封の別紙1「食事バランスガイド」をご覧になってお答えください。

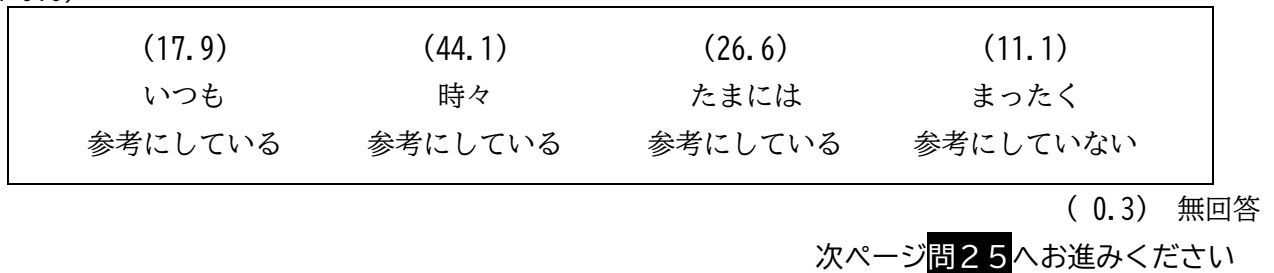
問24 あなたは、「食事バランスガイド」をご存じですか。
この中から1つ選んで○をつけてください。 (○は1つだけ)



【問24-1は、問24で「1 内容を含めて知っている」と答えた方におたずねします。】

問24-1 あなたは食事や買物の際、「食事バランスガイド」をどの程度参考にしていますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。 (○は1つだけ)

(N=610)



「日本型食生活」についておたずねします。

【ここからはふたたび、全員の方におたずねします。】

※問25から問27は、同封の別紙2『「日本型食生活」について』をご覧ください。

問25 あなたは、「日本型食生活」をご存じですか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(24.2) 内容を含めて 知っている	(34.4) 言葉は 聞いたことがある	(40.3) 知らなかった
---------------------------	---------------------------	------------------

(1.2) 無回答

問26 あなたは、「日本型食生活」を実践して
いますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。
(○は1つだけ)

※「日本型食生活」とは、ごはんを中心に、魚、肉、牛乳・乳製品、野菜、海藻、豆類、果物、茶など多様な副食などを組み合わせた食生活であり、一食、一日単位でなくとも、数日から一週間の中で組み立てるものです。惣菜などの中食、パックごはんなどのレトルト食品や冷凍食品などの活用や外食との組合せも可能です。

(11.9) 実践している	(56.8) おおむね 実践している	(23.3) あまり 実践していない	(7.5) まったく 実践していない
------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

(0.5) 無回答

問27 あなたの食生活のうち、ごはんを食べる頻度はどのくらいですか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(33.6) ほとんど毎食ごはんを食べている
(38.4) 1日2食程度ごはんを食べている
(22.1) 1日1食程度ごはんを食べている
(4.6) 週に何度かごはんを食べている
(1.2) ほとんどごはんは食べない

(0.2) 無回答

次ページ**問28**へお進みください

最後に、あなたご自身についておたずねします。

問28 あなたの性別をお答えください。 (○は1つだけ)

(43.1)	(56.9)
男性	女性

問29 あなたの年齢（令和2年11月30日現在）をお答えください。

令和2年11月30日現在、満 歳

(3.5)20～24 歳 (3.9)25～29 歳 (4.7)30～34 歳 (6.3)35～39 歳
(7.5)40～44 歳 (8.6)45～49 歳 (8.4)50～54 歳 (9.4)55～59 歳
(9.1)60～64 歳 (11.3)65～69 歳 (27.4)70 歳以上

問30 あなたには現在、配偶者がいますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。 (○は1つだけ)

(68.1)	(31.8)
いる	いない

(0.1) 無回答

問31 あなたが現在同居されている方を1～8の中からすべて選んで○をつけてください。
「8 その他」を選んだ方は、かっこ内に具体的に記入してください。
同居している人がいない場合は、「9」に○をつけてください。

(○はいくつでも)

(65.4) 配偶者	(42.1) 子供	(3.6) 子供の 配偶者	(4.3) 孫
(18.2) 父母 (あなた又は 配偶者の)	(1.8) 祖父母 (あなた又は 配偶者の)	(5.2) 兄弟姉妹 (あなた又は 配偶者の)	(1.3) その他 【具体的に： 】
(13.6) 同居している人はいない			

(1.3) 無回答
(MT=156.7)

「9 同居している人はいない」と
答えた方は、
23 ページの**問34**へお進みください

「1」～「8」に○をつけた方（同居している人が
いる方）は、次ページの**問32**へお進みください

【問32から問33は、問30で「1」～「8」に○をつけた方（同居している人がいる方）におたずねします。】

問32 あなたが同居している方で、18歳未満の方がいらっしゃいますか。
1～6の成長段階それぞれについて、「1 いる」、「2 いない」のどちらかに○をつけてください。「いる」場合はその人数をカッコに記入してください。

(○はそれぞれ1つ)

(N=2,039)

1.	乳児（1歳に満たない子供・孫など）	(2.0)	いる () 人	(83.6)	いない	(14.4) 無回答
2.	幼児（満1歳から小学校就学前の子供・孫など）	(10.3)	いる () 人	(76.9)	いない	(12.8) 無回答
3.	小学生	(11.4)	いる () 人	(76.2)	いない	(12.5) 無回答
4.	中学生	(6.7)	いる () 人	(79.5)	いない	(13.8) 無回答
5.	高校生・高等専門学校生	(8.0)	いる () 人	(78.4)	いない	(13.6) 無回答
6.	1～5以外の18歳未満の方	(0.9)	いる () 人	(82.2)	いない	(16.9) 無回答

問33 あなたは、家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。
朝食、夕食それぞれについて1つずつ選んで○をつけてください。

(○はそれぞれ1つ)

(N=2,039)

	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない	無回答
1. 朝食	(49.7)	(6.3)	(9.6)	(7.3)	(24.9)	(2.2)
2. 夕食	(67.7)	(11.2)	(10.4)	(3.1)	(6.1)	(1.4)

次ページの**問34**へお進みください

【ここからはふたたび、全員の方におたずねします。】

問34 あなたの現在の職業は次の1～13のどれにあてはまりますか。
1つ選んで○をつけてください。

雇用者とは、会社等に雇用されて働いている方です。正規、非正規（派遣、アルバイト、パートなど）を含みます。役員、管理職も含みます。

自営業者とは、ご自分で、または共同で事業を営んでいる方です。

家族従業者とは、家族の誰かが営んでいる事業を継続的に手伝っている方です。給料をもらっているかどうかは問いません。

		(○は1つだけ)	【仕事についての説明】 ご自分のお仕事の分類の目安としてください。
雇用者	(5.1)	管理職	会社・団体局部長以上、役員、官公庁は課長以上の職にある雇用者を指します。(大学学部長、駅長、校長、船長、地方公共団体の市町村長・副市町村長、議員、重役、収入のある団体役員理事。)
	(6.1)	専門技術職	専門的知識を必要とする職種に従事している雇用者を指します。(病院勤務医師、大学講師以上、裁判官、検察官、研究所研究員、食品・機械・建築・情報処理等の技術者など。)
	(17.6)	事務職	事務的、技術的職種に従事している雇用者を指します。(事務系・営業系社員、アナウンサー、新聞記者、小・中・高校教師、保育士、事務機械のオペレーター、事務系公務員、事務系警察官、技術社員、看護師、自衛官の尉官以上など。)
	(19.5)	労務職	肉体労働、単純労働、その他生産工程・販売・サービスに従事している雇用者を指します。(各種工員、店員、運転手、職人、大工、車掌、ウェイター・ウエイトレス、接客、外勤巡査、守衛、美容師、理髪師、保険外交員、各種販売員、調理師、配達員、家事使用人、電話交換手、自衛官の下士官以下など。)
自営業者	(1.0)	農林漁業	
	(4.3)	商工サービス業	小規模(規模は従業員30人程度以下)の商業、工業、サービス業、町工場、土木建築業、飲食店、理美容店、各種の卸・小売店などの自営業者を指します。店の構えをしていなくても、商売を自分でやっている方はこれにあたります。
	(2.8)	自由業	医学・法律・会計・宗教・芸能・教育などの分野の自営業者を指します。(開業医、ハリ灸、弁護士、税理士、司法書士、会計士、牧師、僧侶、神官、プロスポーツ選手、芸人、芸術家、著述業、塾・茶・花・舞踊・編物などの個人教授、翻訳家、代書など。)
家族従業者	(0.7)	農林漁業	
	(1.5)	商工サービス業	小規模(規模は従業員30人程度以下)の商業、工業、サービス業、町工場、土木建築業、飲食店、理美容店、各種の卸・小売店などの自営業者の家族従業者を指します。店の構えをしていなくても、商売を自分でやっている方はこれにあたります。
	(0.8)	自由業	医学・法律・会計・宗教・芸能・教育などの分野の自営業者の家族従業者を指します。(開業医、ハリ灸、弁護士、税理士、司法書士、会計士、牧師、僧侶、神官、プロスポーツ選手、芸人、芸術家、著述業、塾・茶・花・舞踊・編物などの個人教授、翻訳家、代書など。)
その他	(22.9)	主婦・主夫	
	(1.3)	学生	
	(14.2)	その他	(2.2) 無回答

ご自分のお仕事はどれにあてはまるかわからない方は、具体的なお仕事の内容をここにご記入ください。

問35 現在のあなたの暮らし向きはいかがですか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(8.6)	(31.4)	(31.7)	(21.8)	(6.1)
ゆとりがある	やや ゆとりがある	どちらとも いけない	あまり ゆとりはない	まったく ゆとりはない

(0.5) 無回答

問36 あなたは日々の生活に時間的なゆとりを感じますか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(18.8)	時間的なゆとりを感じる
(31.6)	やや時間的なゆとりを感じる
(22.4)	どちらともいけない
(21.5)	あまり時間的なゆとりを感じない
(5.1)	まったく時間的なゆとりを感じない

(0.6) 無回答

問37 あなたは自分の健康状態について、どのようにお感じですか。
この中から1つ選んで○をつけてください。(○は1つだけ)

(7.1)	(50.1)	(23.9)	(15.6)	(2.8)
とても良い	まあ良い	どちらとも いけない	あまり 良くない	良くない

(0.5) 無回答

以上で質問は終わりです。ご協力いただき、誠にありがとうございました。

- ・この調査票に記入された方は、同封の専用封筒に入れて、令和2年12月23日(水)までにポストにご投函ください(切手は不要です)。
- ・インターネットで回答された方は、郵送での回答は不要です。
- ・ご回答いただいたかどうかは調査票の表紙にある“ID”番号で管理していますので、お名前やご住所は書かずに返送してください。