

調査名 食育に関する意識調査, 2022

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下さい。

N=2,370

## 令和4年度 食育に関する意識調査

調査票

令和4年11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。いずれかの方法で令和4年11月28日(月)までにご回答いただけ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」をご覧ください。

◎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。

QRコード→

調査用ページURL:

https://

- 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4年11月28日(月)までに回答完了してください。

◆ 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4年11月28日(月)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。
  - ・ 「その他」を選ばれた場合は、かっこ内に具体的に記入してください。
  - ・ 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4年12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」という言葉やその意味を知っていましたか。 (○は1つだけ)

- (47.1) 1 言葉も意味も知っていた  
(35.8) 2 言葉は知っていたが、意味は知らなかった  
(7.8) 3 言葉も意味も知らなかった → 次ページの**問2**へ

(9.3) 無回答

【問1で「1 言葉も意味も知っていた」、「2 言葉は知っていたが、意味は知らなかった」と答えた方に】

**問1-1** あなたは、「食育」という言葉をどこで知りましたか。 (○はいくつでも)

(N=1,965)

- |                                   |                              |
|-----------------------------------|------------------------------|
| (23.2) 1 学校                       | (13.2) 11 家族とのやりとり           |
| (49.2) 2 新聞・雑誌                    | (5.2) 12 ネット上を含めた友人、知人とのやりとり |
| (16.0) 3 本                        | (6.3) 13 同僚とのやりとり            |
| (71.7) 4 テレビ                      | (11.0) 14 スーパーマーケットなど食品の購入場所 |
| (8.3) 5 ラジオ                       | (2.8) 15 町中(電車等)の広告          |
| (19.7) 6 インターネット上のニュースサイト         | (7.2) 16 イベントやシンポジウム         |
| (2.7) 7 YouTube等の動画サイト            | (3.8) 17 その他                 |
| (3.5) 8 ブログ、SNS                   | 【具体的に：                       |
| (13.7) 9 生産者や食品企業・販売業者のウェブサイトや広報物 |                              |
| (17.2) 10 行政機関のウェブサイトや広報物         | 】                            |

(0.3) 無回答

(MT=275.2)

【全員の方に】

**問2** 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。 (○は1つだけ)

(25.9)	(53.0)	(16.6)	(3.1)
1 関心がある	2 どちらかといえば 関心がある	3 どちらかといえば 関心がない	4 関心がない

( 1.3) 無回答

**問3** 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。 (○はいくつでも)

(33.2) 1 家族や友人と食卓を囲む機会を増やしたい	(68.0) 9 栄養バランスのとれた食生活を 実践したい
(17.5) 2 食事の正しい作法を習得したい	(59.2) 10 健康に留意した食生活を実践したい
(44.5) 3 地域性や季節感のある食事を とりたい	(19.7) 11 自分で調理する機会を増やしたい
(34.5) 4 地場産物を購入したい	(12.1) 12 家族と調理する機会を増やしたい
(55.1) 5 食べ残しや食品の廃棄を削減したい	(24.7) 13 調理方法・保存方法を習得したい
(10.1) 6 生産から消費までのプロセスを 理解したい	(37.5) 14 おいしさや楽しさなど食の 豊かさを大切にしたい
(38.8) 7 食品の安全性について理解したい	(14.8) 15 食文化を伝承していきたい
(43.4) 8 規則正しい食生活を実践したい	( 1.8) 16 その他 【具体的に：

( 0.5) 無回答

(MT=515.3)

現在の食生活・生活習慣についておたずねします。

**問4** 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。 (○は1つだけ)

(13.8)	(62.2)	(22.5)	( 1.3)
1 常に 心掛けている	2 心掛けている	3 あまり 心掛けていない	4 まったく 心掛けていない

( 0.3) 無回答

[資料2] を読んで問5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、主としてたんぱく質や脂質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  
具だくさんのみそ汁

**問5** 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。（○は1つだけ）

- |        |          |          |
|--------|----------|----------|
| (40.6) | 1 ほぼ毎日   | 次ページの問6へ |
| (20.2) | 2 週に4～5日 |          |
| (25.0) | 3 週に2～3日 |          |
| (11.9) | 4 ほとんどない |          |

(2.4) 無回答

【問5で「2週に4～5日」、「3週に2～3日」、「4ほとんどない」と答えた方に】

**問5-1** 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる回数を増やすためには、どのようなことが必要だと思いますか。（○は3つまで）

(N=1,351)

- |        |                         |        |                               |
|--------|-------------------------|--------|-------------------------------|
| (62.8) | 1 手間がかからないこと            | (14.4) | 7 家に用意されていること                 |
| (52.3) | 2 時間があること               | (14.1) | 8 外食やコンビニ等で手軽に取ることができる環境があること |
| (42.1) | 3 食費に余裕があること            | (3.0)  | 9 その他                         |
| (27.3) | 4 自分で用意することができること       | 具体的に：  |                               |
| (17.8) | 5 食欲があること               |        |                               |
| (16.4) | 6 3つそろえて食べるメリットを知っていること |        |                               |

(0.5) 無回答 (MT=250.7)



**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すか。（〇は1つだけ）

※「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。

( 8.6) 1 とてもそう思う

(28.3) 2 そう思う

(25.9) 3 どちらともいえない

(23.8) 4 あまりそう思わない

(10.8) 5 まったくそう思わない

問9へ

( 2.5) 無回答

【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】

**問8-1** あなたは、過去1年間に、地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等に参加しましたか。（〇は1つだけ）

(N=875)

(57.8) 1 参加した

(41.6) 2 参加していない

( 0.6) 無回答

【全員の方に】

**問9** 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。（〇は1つだけ）

(12.6)

(53.8)

(30.0)

( 3.2)

1 いつも気をつけて実践している

2 気をつけて実践している

3 あまり気をつけて実践していない

4 まったく気をつけて実践していない

( 0.3) 無回答

**問10** あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。（〇は1つだけ）

( 9.4) 1 ゆっくりよく噛んで食べている

(37.5) 2 どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている

(42.4) 3 どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない

(10.4) 4 ゆっくりよく噛んで食べていない

(0.3) 無回答

# 食文化についておたずねします。

[資料4] を読んで問11～問13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11** 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。 (○は1つだけ)

(33.8)	(52.6)	(10.0)	( 2.6)	( 0.8)
1 とても そう思う	2 そう思う	3 どちらとも いえない	4 あまり そう思わない	5 まったく そう思わない

( 0.2) 無回答

**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・作法を受け継いでいますか。 (○は1つだけ)

(64.2) 1 受け継いでいる	(35.6) 2 受け継いでいない
------------------	-------------------

( 0.2) 無回答

**問12-1** 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。 (○はいくつでも)

(89.2) 1 親等から家庭で教わること	(47.7) 7 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
(43.7) 2 子供の頃に学校で教わること	( 1.4) 8 その他 【具体的に：
(21.2) 3 地域コミュニティで教わること	
(16.7) 4 食に関するイベント等で教わること	】
(18.7) 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	
(13.3) 6 結婚、出産等の人生の節目で教わること	( 1.2) 9 受け継ぐ必要はない

( 0.8) 無回答  
(MT=253.9)



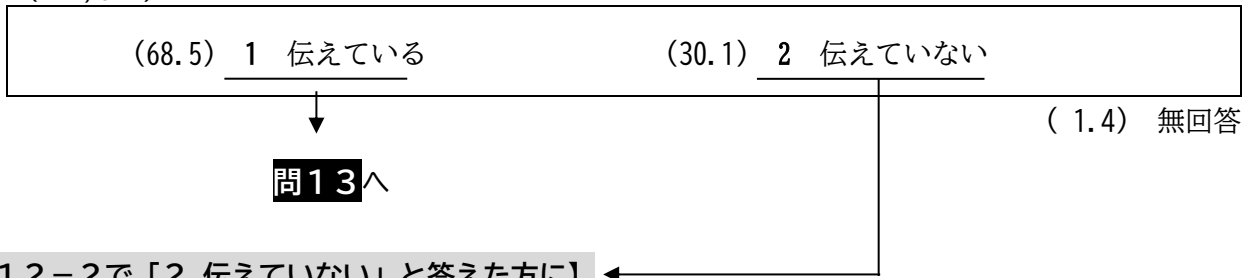
**問12**で「1 受け継いでいる」と答えた方 → 次ページ**問12-2**へ  
「2 受け継いでいない」と答えた方 → 次ページ**問13**へ



【問12で「1 受け継いでいる」と答えた方に】

**問12-2** 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）に対し伝えていま  
すか。（○は1つだけ）

(N=1,522)



【問12-2で「2 伝えていない」と答えた方に】

**問12-3** 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。

(N=458)

(○はいくつでも)

(81.9) 1 家庭で伝える機会を持つこと	(4.6) 6 その他
(43.7) 2 学校で伝える機会があること	[ 具体的に： ]
(32.5) 3 地域で伝える機会があること	
(21.0) 4 一緒に活動する仲間がいること	
(7.9) 5 教材等が整っていること	
	(1.5) 7 伝える必要はない

(1.5) 無回答

(MT=194.5)

【全員の方に】

**問13** 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。

(○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。

(4.7) 1 ほぼ毎日	(15.0) 5 月に1日程度
(8.6) 2 週に3~5日程度	(13.2) 6 2~3ヶ月に1日程度
(14.8) 3 週に1~2日程度	(15.7) 7 それ以下
(20.0) 4 月に2~3日程度	(6.5) 8 まったく食べない

(1.5) 無回答



## 環境への配慮についておたずねします。

### 【全員の方に】

**問15** あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいますか。 (○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。

(16.5) 1 いつも選んでいる

(45.3) 2 時々選んでいる

(28.7) 3 あまり選んでいない

(5.8) 4 まったく選んでいない

問16へ

(3.8) 無回答

### 【問15で「1 いつも選んでいる」、「2 時々選んでいる」と答えた方に】

**問15-1** あなたは、どのような環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいますか。

(N=1,463)

(○はいくつでも)

(30.1) 1 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

(17.2) 2 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

(59.8) 3 近隣の地域で生産・加工されたもの

(81.5) 4 国産のもの

(44.1) 5 小分け商品、少量パック商品、バラ売り等食べ切れる量のもの

(31.6) 6 消費期限が近いなど、廃棄等される可能性があるもの

(27.6) 7 過剰包装でないもの

(1.6) 8 その他 (具体的に: )

(0.7) 無回答

(MT=294.1)

## 産地や生産者を意識することについておたずねします。

### 【全員の方に】

**問16** あなたは、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいますか。 (○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。

(21.6) 1 いつも選んでいる

(48.2) 2 時々選んでいる

(22.4) 3 あまり選んでいない

(5.3) 4 まったく選んでいない

(2.4) 無回答

## 食品の安全性についておたずねします。

[資料5] を読んで問17～問18にお答えください。

### [資料5]

- 安全な食生活を送るためのポイントとしては、例えば、以下のようなものがあります。
- ・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
  - ・「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
  - ・食品に表示されている「保存方法」や「使用方法」を守ること
  - ・生肉や生魚を扱った包丁、まな板、トング、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
  - ・料理は、長時間、室温で放置しないこと
  - ・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
  - ・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することがあるため病気の治療目的で利用しないこと
  - ・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
  - ・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

**問17** 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。（○は1つだけ）

( 8.3)	(68.4)	(20.2)	( 2.0)
1 十分にあると思う	2 ある程度あると思う	3 あまりないと思う	4 まったくないと思う

(1.2) 無回答

**問18** 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。（○は1つだけ）

(14.6)	(62.8)	(20.1)	( 1.1)
1 いつも判断している	2 判断している	3 あまり判断していない	4 まったく判断していない

(1.4) 無回答

## 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19** あなたご自身の食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前（2019年11月頃）と現在を比較して、変化がありましたか。次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。

	新型コロナウイルス感染症の拡大前（2019年11月頃）と比較して、現在は… (○はそれぞれ1つ)				無回答
	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない	
① 栄養バランスのとれた食事	(10.8)	(82.5)	( 2.7)	( 2.5)	( 1.5)
② 自宅で料理を作る回数	(27.9)	(61.4)	( 2.4)	( 6.9)	( 1.4)
③ 自宅で食事を食べる回数	(38.5)	(58.2)	( 1.1)	( 0.5)	( 1.7)
④ 家族と食事を食べる回数	(20.8)	(66.5)	( 4.8)	( 5.8)	( 2.1)
⑤ 家族以外の誰かと食事を食べる回数	( 2.0)	(20.4)	(67.0)	( 8.6)	( 2.0)
⑥ 朝食を食べる回数	( 4.8)	(87.0)	( 1.6)	( 4.5)	( 2.0)
⑦ 持ち帰りの弁当や惣菜の利用	(21.1)	(50.2)	(11.4)	(15.6)	( 1.7)
⑧ フードデリバリーサービスの利用 ※	( 8.6)	(23.2)	( 4.4)	(61.8)	( 2.1)
⑨ 経済的な理由で食物（菓子、嗜好飲料を除く）の購入を控えた、または購入できなかった回数	( 9.7)	(68.5)	( 5.9)	(14.5)	( 1.4)
⑩ 食事作りに要する時間や労力	(16.8)	(70.5)	( 3.4)	( 8.0)	( 1.4)
⑪ 食に関する情報の入手	(13.8)	(75.1)	( 2.4)	( 7.2)	( 1.6)
⑫ 規則正しい食生活リズム	( 8.2)	(84.9)	( 3.0)	( 2.6)	( 1.3)
⑬ 在宅勤務の時間	(10.3)	(35.5)	( 1.3)	(50.5)	( 2.5)

※ フードデリバリーサービス……料理を注文し、配達を受けるサービス

**問20** あなたご自身の食生活は、緊急事態宣言中<sup>※1</sup>と現在を比較して、変化がありましたか。次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。

	緊急事態宣言中と比較して、現在は… (○はそれぞれ1つ)				無回答
	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとなない	
① 栄養バランスのとれた食事	( 7.7)	(87.0)	( 2.3)	( 2.6)	( 0.4)
② 自宅で料理を作る回数	(20.1)	(68.4)	( 3.5)	( 7.7)	( 0.2)
③ 自宅で食事を食べる回数	(25.8)	(69.8)	( 3.5)	( 0.6)	( 0.3)
④ 家族と食事を食べる回数	(14.3)	(73.1)	( 5.4)	( 6.0)	( 1.1)
⑤ 家族以外の誰かと食事を食べる回数	( 8.5)	(27.0)	(53.1)	(10.6)	( 0.8)
⑥ 朝食を食べる回数	( 4.1)	(88.9)	( 1.4)	( 5.0)	( 0.5)
⑦ 持ち帰りの弁当や惣菜の利用	(16.3)	(54.0)	(10.6)	(18.4)	( 0.7)
⑧ フードデリバリーサービスの利用 <sup>※2</sup>	( 6.3)	(26.1)	( 5.0)	(61.8)	( 0.8)
⑨ 経済的な理由で食物(菓子、嗜好飲料を除く)の購入を控えた、または購入できなかった回数	( 8.0)	(71.0)	( 5.2)	(15.2)	( 0.6)
⑩ 食事作りに要する時間や労力	(12.9)	(73.5)	( 4.9)	( 8.2)	( 0.5)
⑪ 食に関する情報の入手	(11.3)	(78.0)	( 2.4)	( 7.6)	( 0.6)
⑫ 規則正しい食生活リズム	( 6.0)	(88.5)	( 2.6)	( 2.6)	( 0.3)
⑬ 在宅勤務の時間	( 7.1)	(36.2)	( 3.7)	(51.1)	( 2.0)

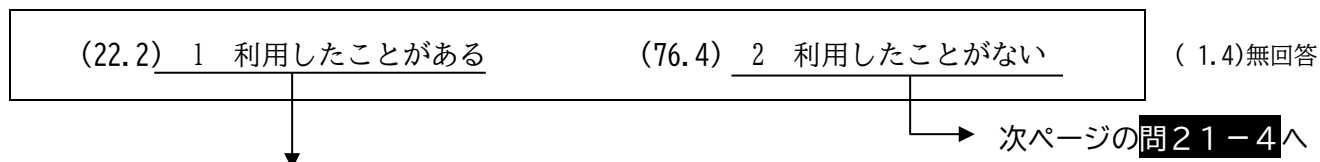
※1 緊急事態宣言中……2020年4～5月、2021年1～3月、4～9月

※2 フードデリバリーサービス……料理を注文し、配達を受けるサービス

## デジタル技術を活用した食育についておたずねします。

**問21** あなた又はあなたのご家族は、これまでにデジタル技術を活用した食育(インターネットを通じた食育に関する情報や体験など)を利用したことがありますか。(〇は1つだけ)

※ 本調査において「デジタル技術を活用した食育」とは、インターネット等を通して食育に関する情報などを収集、視聴、活用、学習、体験することをいいます。  
(具体的には、次の問21-1の①~⑫のようなものがあります。)



【問21で「1 利用したことがある」に〇をつけた方に】

**問21-1** 次の①~⑫の中で、あなた又はあなたのご家族が利用したことがあるものに〇をつけてください。

**問21-2** 問21-1で〇をつけたものについて、新型コロナウイルス感染症の拡大前(2019年11月頃)と現在を比べて、利用する回数は変わりましたか。

**問21-1** ⇒  
(〇は  
いくつでも)  
(N=527)

**問21-2**  
(問21-1で〇をつけた  
ものについて、〇は  
それぞれ1つずつ)

		1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	無回答
① 食に関するオンラインセミナーの動画の視聴	(11.4)	(N=60) (36.7)	(53.3)	(3.3)	(6.7)
② 料理レシピ動画など、調理に関する動画の視聴	(88.8)	(N=468) (49.6)	(45.5)	(0.4)	(4.5)
③ 食品工場見学の動画など、食品加工に関する動画の視聴	(16.7)	(N=88) (27.3)	(68.2)	(2.3)	(2.3)
④ 収穫体験など、農林水産業の生産現場に関する動画の視聴	(13.5)	(N=71) (35.2)	(60.6)	(1.4)	(2.8)
⑤ SNS等での料理レシピ等、食に関する情報の入手や収集	(61.9)	(N=326) (52.5)	(43.3)	(0.6)	(3.7)
⑥ SNS等での農林水産業に関する情報の入手や収集	(8.2)	(N=43) (53.5)	(44.2)	(2.3)	(-)
⑦ 食育に関するアプリ(料理レシピ、栄養バランス、フードロス削減など)の利用	(34.3)	(N=181) (45.9)	(47.0)	(1.1)	(6.1)
⑧ 食に関するオンラインセミナーへのリアルタイムでの参加	(1.9)	(N=10) (50.0)	(30.0)	(10.0)	(10.0)
⑨ オンライン料理教室へのリアルタイムでの参加	(0.9)	(N=5) (60.0)	(20.0)	(20.0)	(-)
⑩ オンライン食品工場見学へのリアルタイムでの参加	(0.8)	(N=4) (50.0)	(25.0)	(25.0)	(-)
⑪ オンラインで生産現場(農場等)とつないだ農林漁業体験への参加	(0.6)	(N=3) (-)	(66.7)	(33.3)	(-)
⑫ その他 (具体的に: )	(1.3)	(N=7) (57.1)	(28.6)	(14.3)	(-)

(0.2) 無回答 (MT=240.4)

【引き続き、問21で「1 利用したことがある」に○をつけた方に】

**問21-3** **問21-1**で○をつけたものを経験してよかった点は何でしたか。（○はいくつでも）

(N=527)

- (37.0) 1 距離や場所を気にせず経験できる
- (80.6) 2 好きな時間や短時間に利用できる
- (20.3) 3 移動に伴う負担（費用、時間）を軽減できる
- ( 3.0) 4 家族や友人と時間を合わせやすい
- (66.6) 5 繰り返して利用できる
- ( 2.8) 6 その他（具体的に： )
- ( 1.3) 7 よかった点はとくにない

( 2.7) 無回答 (MT=214.4)

→**問21-5**へ

【問21で「2 利用したことがない」に○をつけた方に】

**問21-4** デジタル技術を活用した食育（インターネットを通じた食育に関する情報や体験など）を利用する場合に、どのような課題や障壁があると考えますか。（○はいくつでも）

(N=1,810)

- (37.8) 1 嗅覚や味覚等の五感を活かした体験が難しい
- (20.2) 2 実施者、参加者とのコミュニケーションが難しい
- (24.2) 3 情報通信機器やインターネット回線等通信環境が整っていない
- (42.2) 4 利用方法がわからない
- (45.5) 5 どのような情報や体験があるかわからない
- (23.2) 6 必要性がない
- ( 2.5) 7 その他（具体的に： )

( 1.2) 無回答 (MT=196.8)

【全員の方に】

**問21-5** あなたは、今後、新型コロナウイルス感染症の拡大が収まった後、どのようなデジタル技術を活用した食育（インターネットを通じた食育に関する情報や体験など）を利用したいと思いますか。（○はいくつでも）

- ( 8.4) 1 食に関するオンラインセミナーの動画の視聴
- (52.4) 2 料理レシピ動画など、調理に関する動画の視聴
- (16.6) 3 食品工場見学の動画など、食品加工に関する動画の視聴
- (11.8) 4 収穫体験など、農林水産業の生産現場に関する動画の視聴
- (30.7) 5 SNS等での料理レシピ等、食に関する情報の入手や収集
- ( 6.3) 6 SNS等での農林水産業に関する情報の入手や収集
- (27.8) 7 食育に関するアプリ（料理レシピ、栄養バランス、フードロス削減など）の利用
- ( 1.8) 8 食に関するオンラインセミナーへのリアルタイムでの参加
- ( 4.5) 9 オンライン料理教室へのリアルタイムでの参加
- ( 4.9) 10 オンライン食品工場見学へのリアルタイムでの参加
- ( 3.6) 11 オンラインで生産現場（農場等）とつないだ農林漁業体験への参加
- ( 1.7) 12 その他（具体的に： )
- (25.2) 13 利用したいものはない

( 2.4) 無回答 (MT=198.2)



「食事バランスガイド」についておたずねします。

※問22及び問22-1は、同封の別紙1「食事バランスガイド」をご覧ください。

**問22** あなたは、「食事バランスガイド」をご存じですか。 (○は1つだけ)

(24.2) 1 内容を含めて 知っている	(36.4) 2 名前程度は 聞いたことがある	(38.3) 3 知らなかった	(1.1) 無回答
↓		↓	
		<b>問23</b> へ	

問22で「1 内容を含めて知っている」と答えた方に】

**問22-1** 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。

(N=573)

(○は1つだけ)

(16.4) 1 いつも 参考になっている	(38.6) 2 時々 参考になっている	(32.1) 3 たまには 参考になっている	(12.7) 4 まったく 参考にしていない	(0.2) 無回答
-----------------------------	----------------------------	------------------------------	------------------------------	-----------

「日本型食生活」についておたずねします。

【全員の方に】

※問23及び問24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23** あなたは、「日本型食生活」を実践していますか。 (○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。

(14.9) 1 実践している	(57.9) 2 おおむね 実践している	(21.9) 3 あまり 実践していない	(4.7) 4 まったく 実践していない	(0.6) 無回答
--------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	-----------

**問24** 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。 (○は1つだけ)

(34.1) 1 ほとんど毎食ごはんを食べている	(38.5) 2 1日2食程度ごはんを食べている	(21.1) 3 1日1食程度ごはんを食べている	(4.7) 4 週に何度かごはんを食べている	(1.1) 5 ほとんどごはんは食べない
--------------------------	--------------------------	--------------------------	------------------------	----------------------

(0.5) 無回答

最後に、あなたご自身についておたずねします。

**問25** あなたの性別をお答えください。（○は1つだけ）

(44.5) 1 男性	(55.5) 2 女性
-------------	-------------

**問26** あなたの年齢をお答えください。

令和4年10月31日現在、満 \_\_\_\_\_ 歳

( 3.0)20～24 歳 ( 3.9)25～29 歳 ( 4.5)30～34 歳 ( 6.1)35～39 歳  
 ( 7.2)40～44 歳 ( 9.1)45～49 歳 ( 8.9)50～54 歳 ( 8.6)55～59 歳  
 ( 9.7)60～64 歳 ( 9.8)65～69 歳 (29.2)70 歳以上

**問27** あなたには現在、配偶者がいますか。（○は1つだけ）

(69.3) 1 いる	(30.7) 2 いない
-------------	--------------

( 0.0) 無回答

**問28** あなたが現在同居されている方を次の中からすべて選んでください。（○はいくつでも）同居している人がいない場合は、「9」に○をつけてください。

(66.9) 1 配偶者	( 5.2) 7 兄弟姉妹（あなた又は配偶者の）
(42.6) 2 子供	( 1.2) 8 その他
( 3.5) 3 子供の配偶者	【具体的に：】
( 4.8) 4 孫	
(17.1) 5 父母（あなた又は配偶者の）	(13.5) 9 同居している人はいない
( 1.3) 6 祖父母（あなた又は配偶者の）	( 0.3) 無回答 (MT=156.4)

→ 20 ページの **問32** へ

**【問28で「1」～「8」に○をつけた方（同居している人がいる方）に】**

**問29** 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( )に記入してください。（○はそれぞれ1つ）

(N=2,042)

1. 乳児（1歳に満たない子供・孫など）	( 1.6) 1 いる( )人 (83.1) 2 いない	(15.3)無回答
2. 幼児（満1歳から小学校就学前の子供・孫など）	( 8.5) 1 いる( )人 (77.7) 2 いない	(13.8)無回答
3. 小学生	(12.1) 1 いる( )人 (75.3) 2 いない	(12.6)無回答
4. 中学生	( 8.1) 1 いる( )人 (78.1) 2 いない	(13.8)無回答
5. 高校生・高等専門学校生	( 8.5) 1 いる( )人 (77.1) 2 いない	(14.4)無回答
6. 1～5以外の18歳未満の方	( 0.9) 1 いる( )人 (82.8) 2 いない	(16.4)無回答

【問28で「1」～「8」に○をつけた方（同居している人がいる方）に】

**問30** 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。（○は朝食、夕食それぞれ1つ）

(N=2,042)	1 ほとんど毎日	2 週に4～5日	3 週に2～3日	4 週に1日程度	5 ほとんどない	無回答
1. 朝食	(48.1)	( 5.7)	(11.0)	( 7.8)	(26.1)	(1.3)
2. 夕食	(68.7)	(11.6)	(10.5)	( 2.7)	( 5.2)	(1.2)

**問31** 新型コロナウイルス感染症の拡大前と現在を比べて、家族と一緒に食事をする回数は変わりましたか。（○は朝食、夕食それぞれ1つ）

(N=2,042)	1 増えた	2 変わらない	3 減った	4 もともとない	無回答
1. 朝食	( 3.9)	(82.7)	( 1.1)	(11.3)	(0.9)
2. 夕食	(12.9)	(81.4)	( 2.0)	( 2.9)	(0.8)

【問31で、「1 増えた」「3 減った」のどちらにも1つも○をつけなかった方は、次ページの問32へ】

【問31で1つ以上「1 増えた」に○をつけた方に】

**問31-1** 新型コロナウイルス感染症の拡大前と現在を比べて、家族と一緒に食事を食べる回数が増えた理由は何ですか。（N=272）（○はいくつでも）

- (52.9) 1 自分が家にいる時間が増えたため
- (13.6) 2 自分の労働・学習時間帯が調整できるようになったため
- (44.5) 3 家族が家にいる時間が増えたため
- ( 9.2) 4 家族が労働・学習時間帯を調整できるようになったため
- (47.8) 5 家族以外との食事の機会が減ったため
- ( 9.6) 6 生活環境が変化したため（同居等）
- ( 3.3) 7 その他

〔具体的に： 〕

( -) 無回答  
(MT=180.9)

【問31で1つ以上「3 減った」に○をつけた方に】

**問31-2** 新型コロナウイルス感染症の拡大前と現在を比べて、家族と一緒に食事を食べる回数が減った理由は何ですか。（N=52）（○はいくつでも）

- (38.5) 1 自分が家にいる時間減ったため
- (28.8) 2 自分の労働・学習時間が長くなったため
- (13.5) 3 家族が家にいる時間が減ったため
- (17.3) 4 家族の労働・学習時間が長くなったため
- (23.1) 5 家庭内での感染リスクを減らすため
- (15.4) 6 生活環境が変化したため（別居等）
- (15.4) 7 その他

〔具体的に： 〕

( -) 無回答  
(MT=151.9)

【全員の方に】

問32 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。（○は1つだけ）

		(○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) 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。)	
	(7.3) 2 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。)	
	(19.2) 3 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。)	
	(19.4) 4 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・ウェイトレス、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	(1.1) 5 農林漁業		
	(3.2) 6 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。	
	(2.5) 7 自由業	医学・法律・会計・宗教・芸能・教育などの分野の自営者を指します。(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	(0.8) 8 農林漁業		
	(0.9) 9 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。	
	(0.7) 10 自由業	医学・法律・会計・宗教・芸能・教育などの分野の自営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	(20.8) 11 主婦・主夫		
	(1.3) 12 学生		
	(13.3) 13 その他	(4.4) 無回答	

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。

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33** 現在のあなたの暮らし向きはいかがですか。 (○は1つだけ)

( 7.0)	(27.1)	(33.2)	(24.2)	( 7.0)
1 ゆとりがある	2 ややゆとりがある	3 どちらともいえない	4 あまりゆとりはない	5 まったくゆとりはない

( 1.5) 無回答

**問34** 新型コロナウイルス感染症の拡大前と現在を比べて、暮らし向きは変わりましたか。 (○は1つだけ)

( 2.1)	(73.6)	(22.7)
1 良くなった	2 変わらない	3 悪くなった

( 1.5) 無回答

**問35** あなたは日々の生活に時間的なゆとりを感じますか。 (○は1つだけ)

(17.6)	1 時間的なゆとりを感じる
(24.5)	2 やや時間的なゆとりを感じる
(26.1)	3 どちらともいえない
(24.0)	4 あまり時間的なゆとりを感じない
( 6.2)	5 まったく時間的なゆとりを感じない

( 1.6) 無回答

**問36** 新型コロナウイルス感染症の拡大前と現在を比べて、日々の生活の時間的なゆとりは変わりましたか。 (○は1つだけ)

( 6.9)	(79.5)	(12.2)
1 良くなった	2 変わらない	3 悪くなった

( 1.4) 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。 (○は1つだけ)

( 4.9)	(46.0)	(28.4)	(16.0)	( 3.2)
1 とても良い	2 まあ良い	3 どちらともいえない	4 あまり良くない	5 良くない

( 1.5) 無回答

**問38** この調査にご協力いただいた方の中から一部の方に、追加で1月頃に食育に関する調査へのご回答をお願いする可能性があります。あなたが対象になった場合、追加調査にご協力いただけますか。 (○は1つだけ)

追加調査について：追加調査の対象となった方には、令和5年1月上旬に調査票をお送りし、1月下旬までにご回答いただきます。質問数は10問程度を予定しています。

(63.2)	1 追加調査に協力してもよい
(34.2)	2 追加調査には協力しない

( 2.6) 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4年11月28日（月）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。