

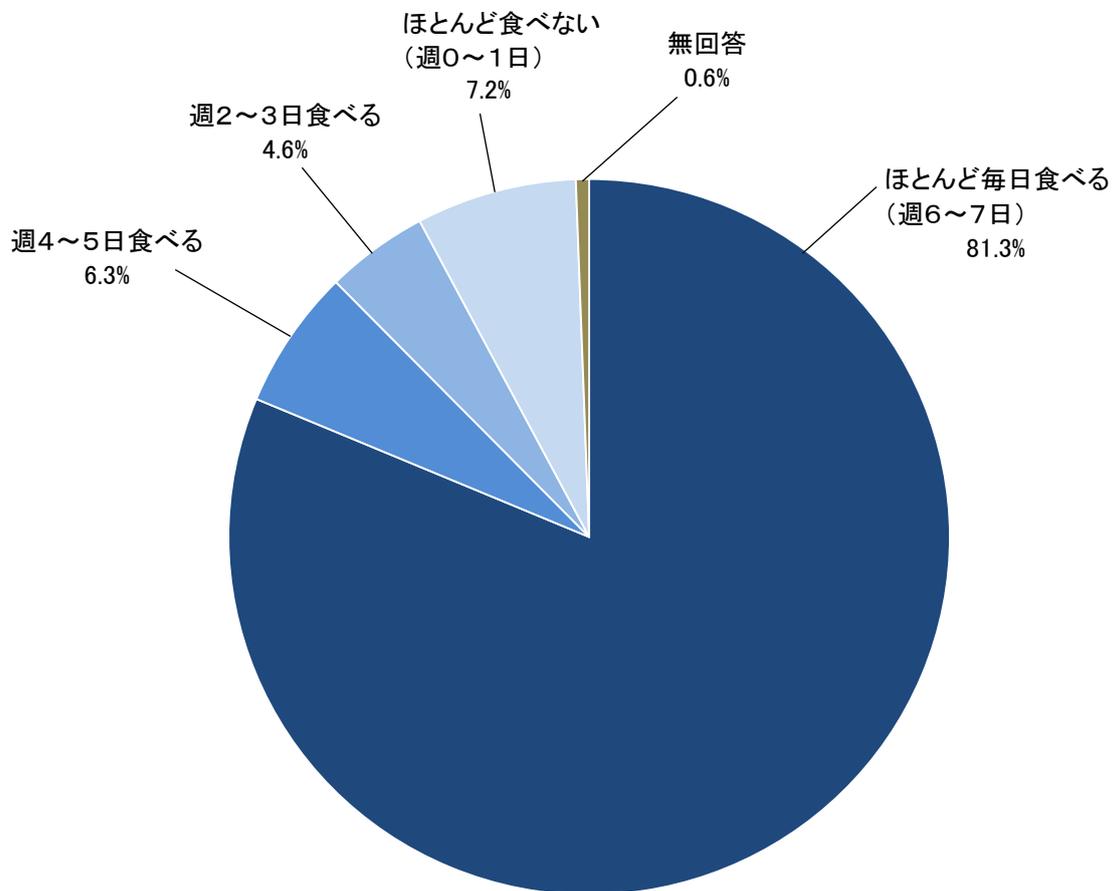
調查結果

1 食育に関する意識について

(1)朝食の摂取状況

「ほとんど毎日食べる(週6~7日)」が 81.3%

問1 あなたは、朝食を食べますか。【〇は1つ】



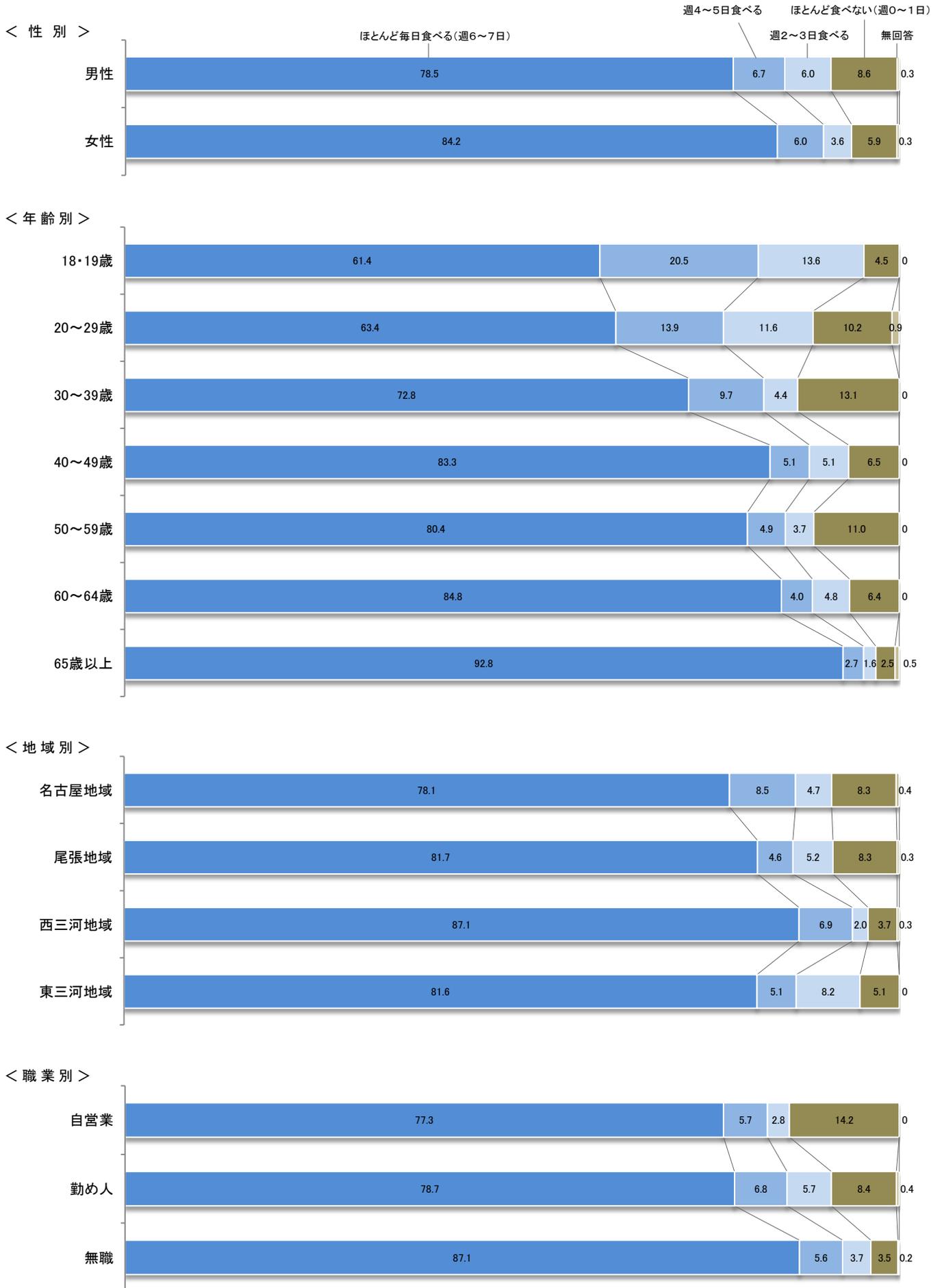
件数=1,695

朝食の摂取状況について、「ほとんど毎日食べる(週6~7日)」と答えた人の割合が 81.3%と最も高く、続いて「週4~5日食べる」(6.3%)、「週2~3日食べる」(4.6%)の順となっている。

一方で、「ほとんど食べない(週0~1日)」と答えた人の割合は 7.2%となっている。

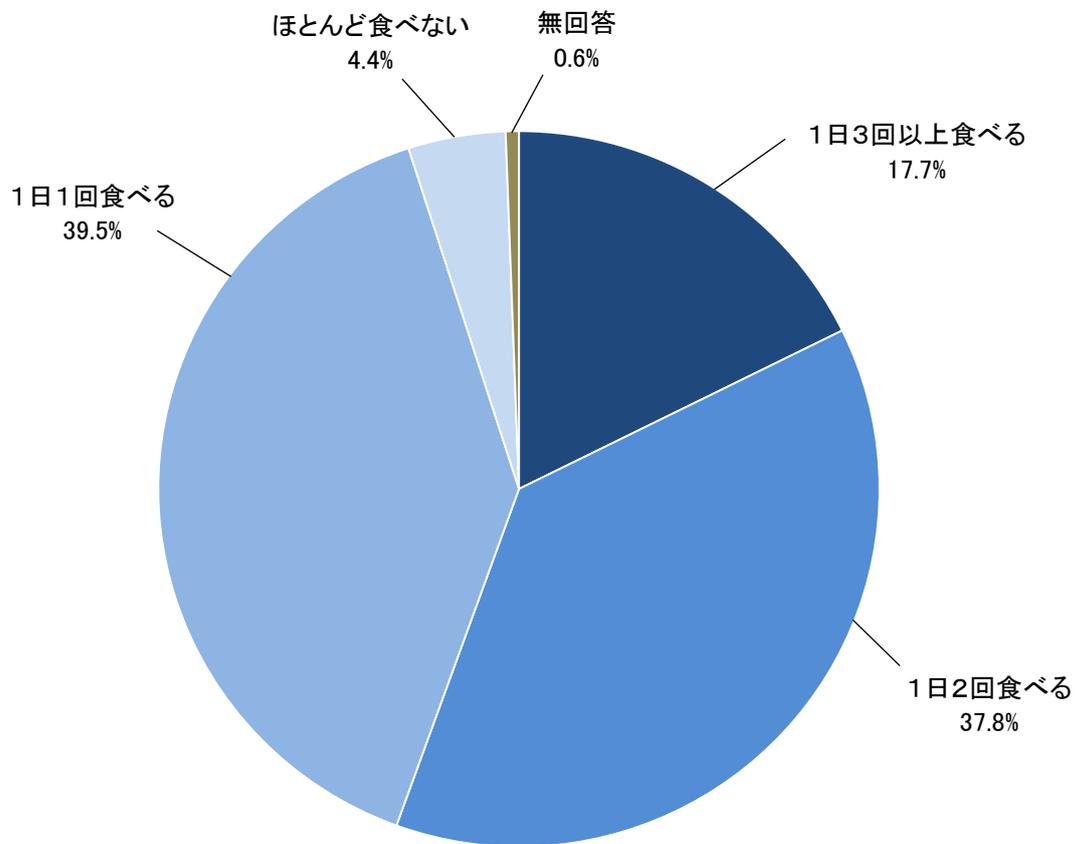
朝食の摂取状況(性別、年齢別、地域別、職業別)

(%)



(2) 野菜を食べる頻度
「1日1回食べる」が 39.5%

問2 あなたは、どのくらいの頻度で野菜を食べますか。【〇は1つ】



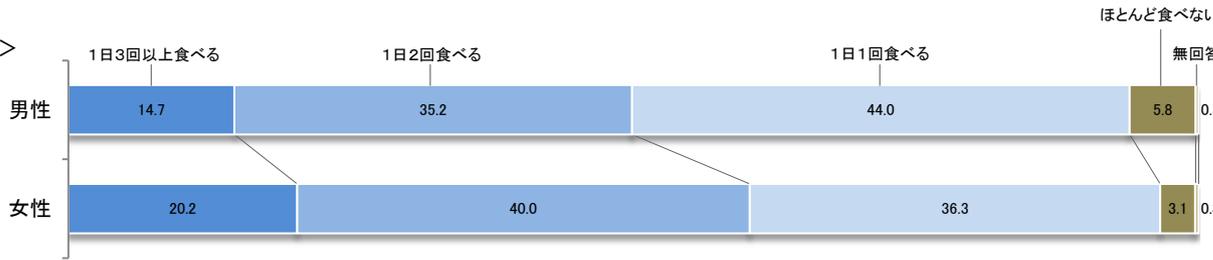
件数=1,695

野菜を食べる頻度について、「1日1回食べる」と答えた人の割合が 39.5%と最も高く、続いて「1日2回食べる」(37.8%)、「1日3回以上食べる」(17.7%)の順となっている。

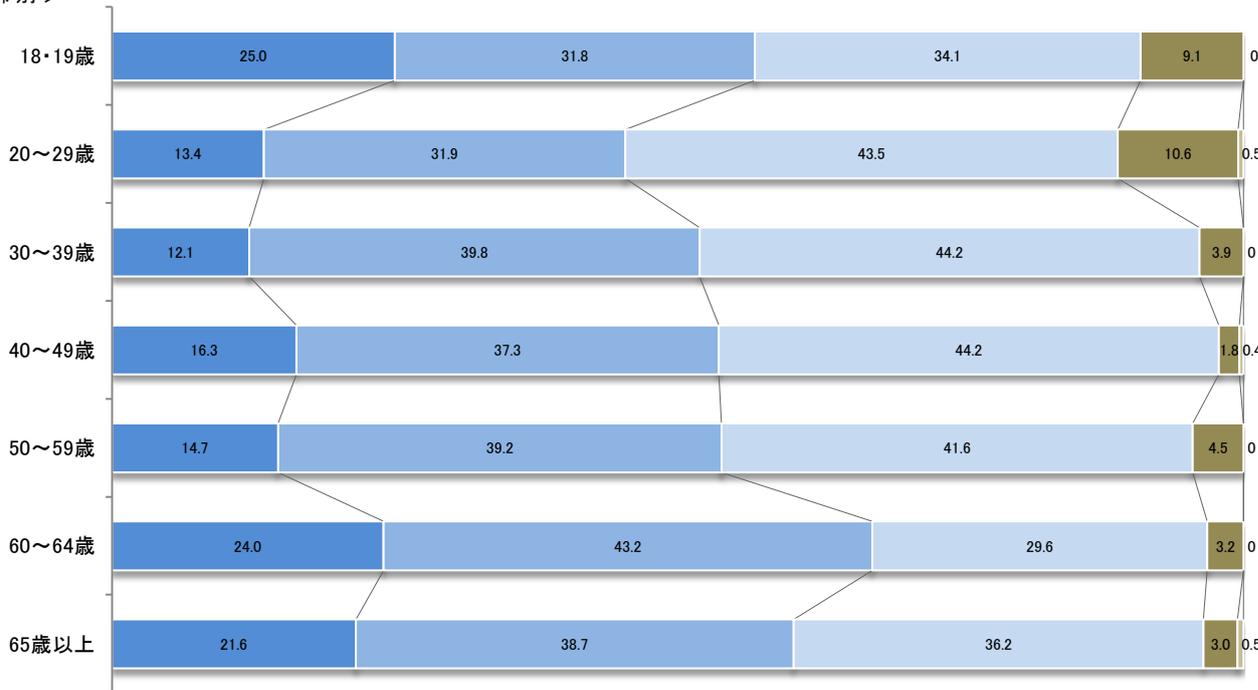
野菜を食べる頻度(性別、年齢別、地域別、職業別)

(%)

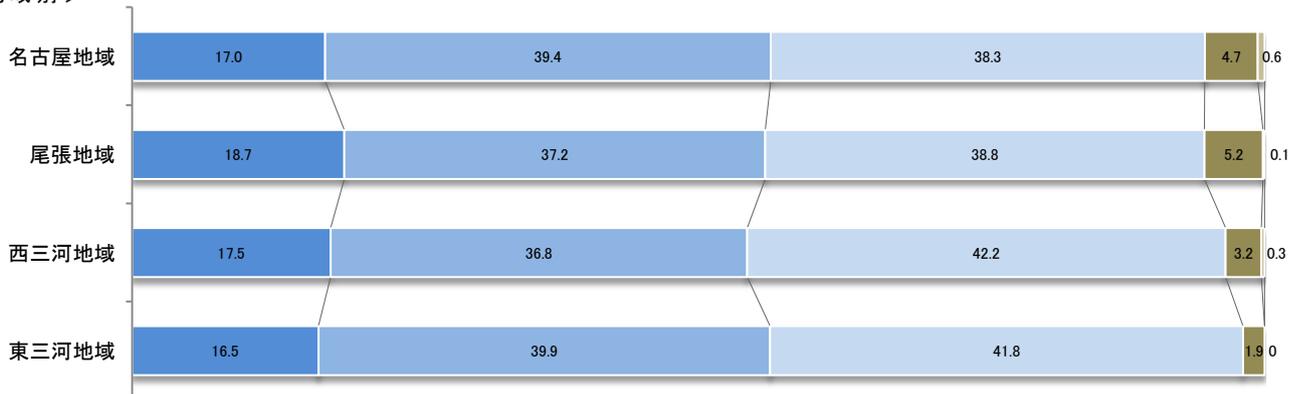
< 性別 >



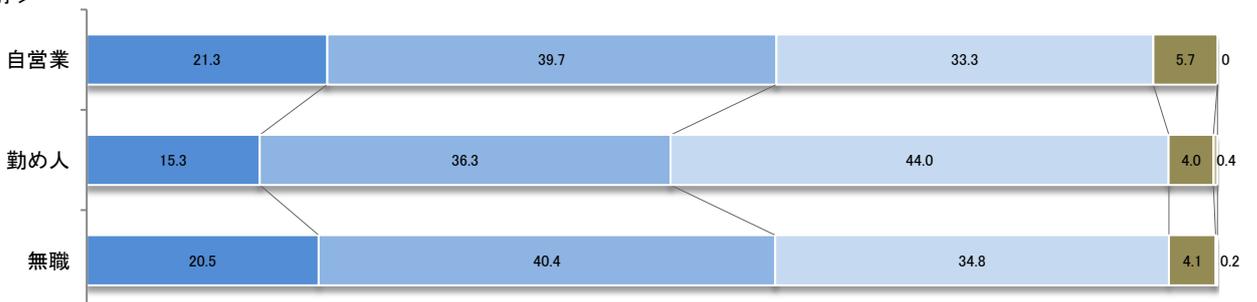
< 年齢別 >



< 地域別 >



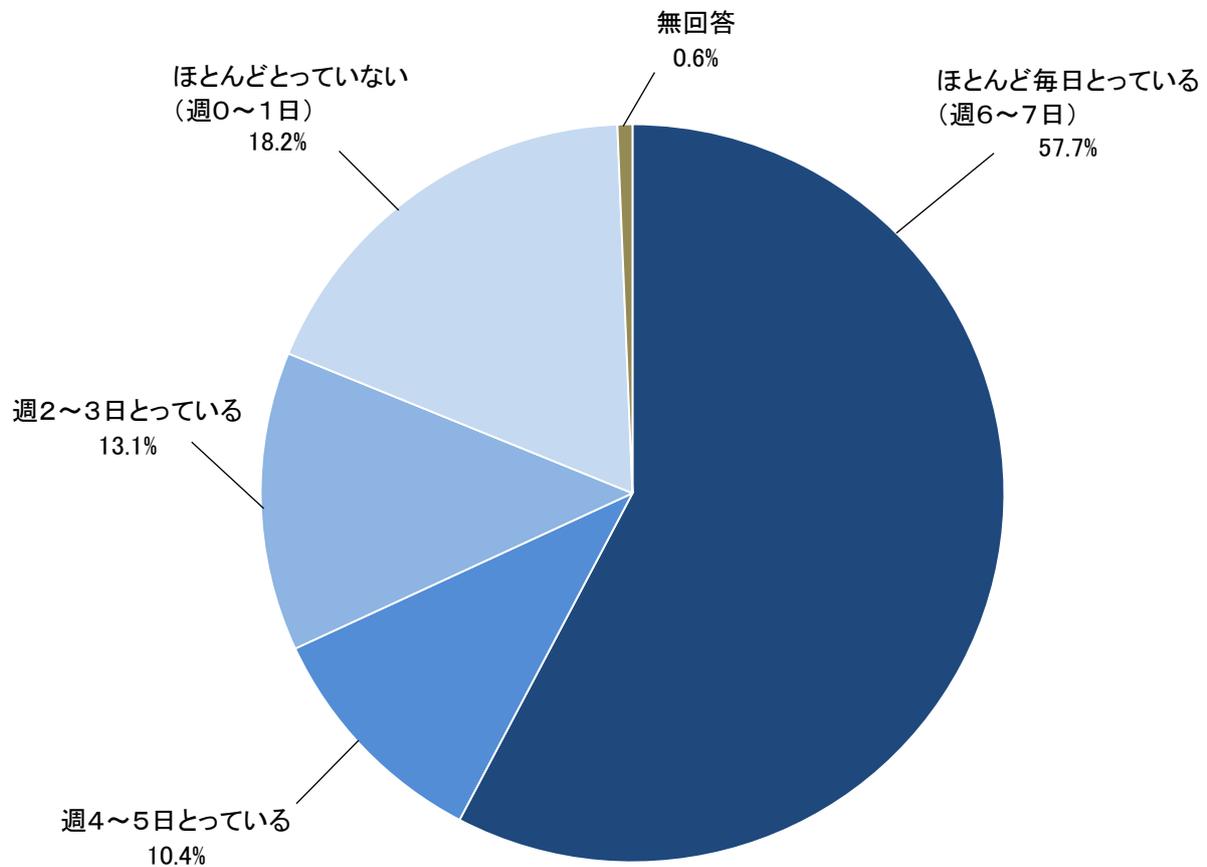
< 職業別 >



(3) 家族や友人などと食事をとる頻度

「ほとんど毎日とっている(週6~7日)」が 57.7%

問3 あなたは、1日1食以上の食事を、家族や友人などと2人以上で30分以上かけてとっていますか。【○は1つ】

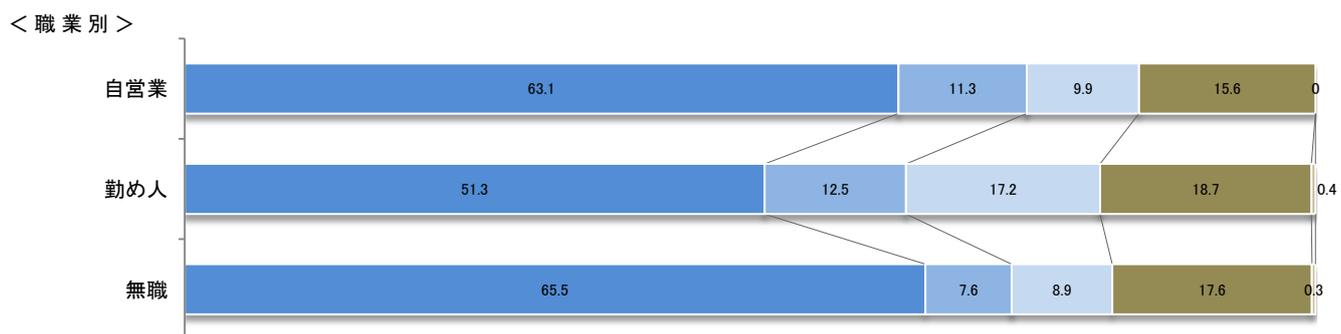
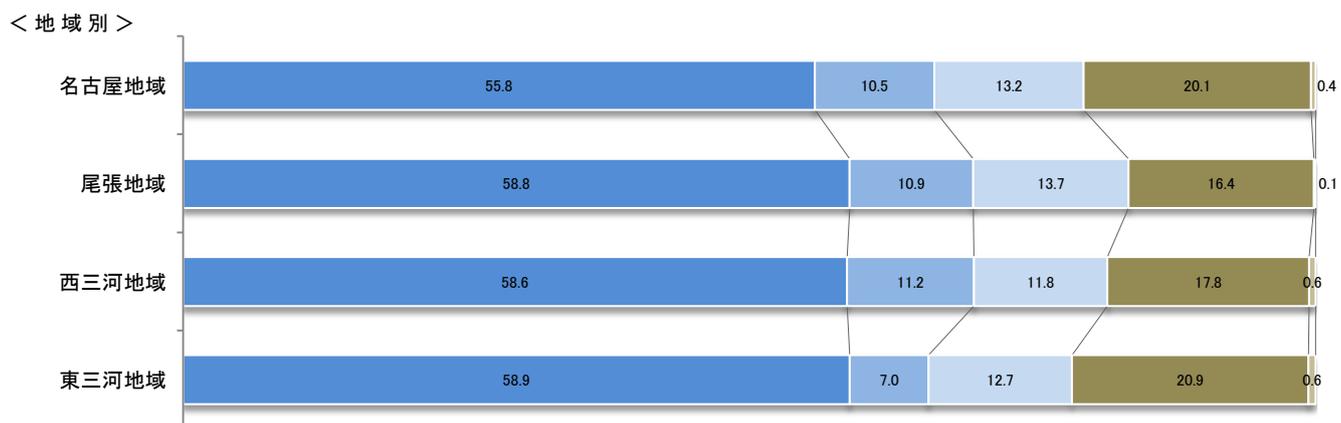
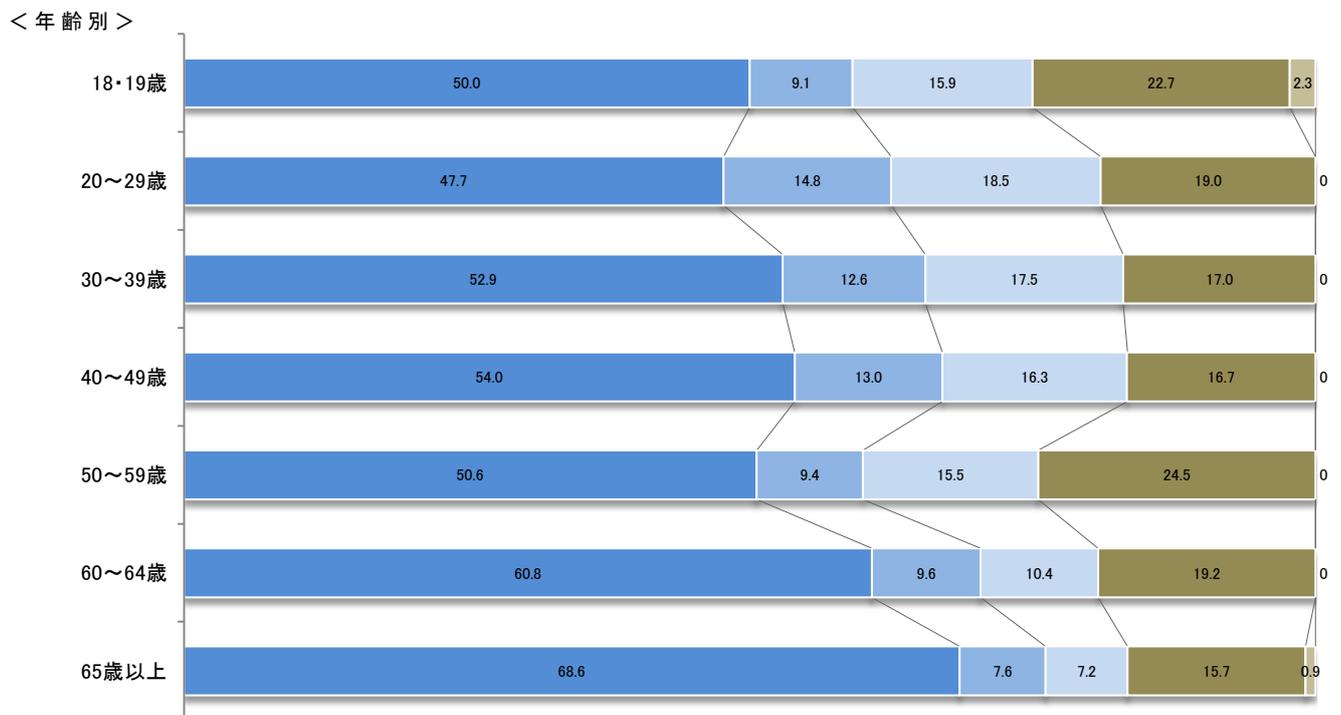
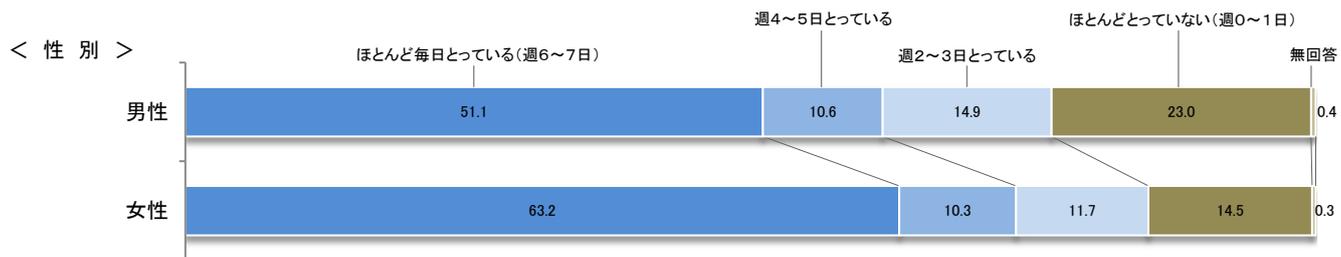


件数=1,695

1日1食以上の食事を、家族や友人などと2人以上で30分以上かけてとる頻度について、「ほとんど毎日とっている(週6~7日)」と答えた人の割合が57.7%と最も高く、続いて「ほとんどとっていない(週0~1日)」(18.2%)、「週2~3日とっている」(13.1%)の順となっている。

家族や友人などと食事をとる頻度(性別、年齢別、地域別、職業別)

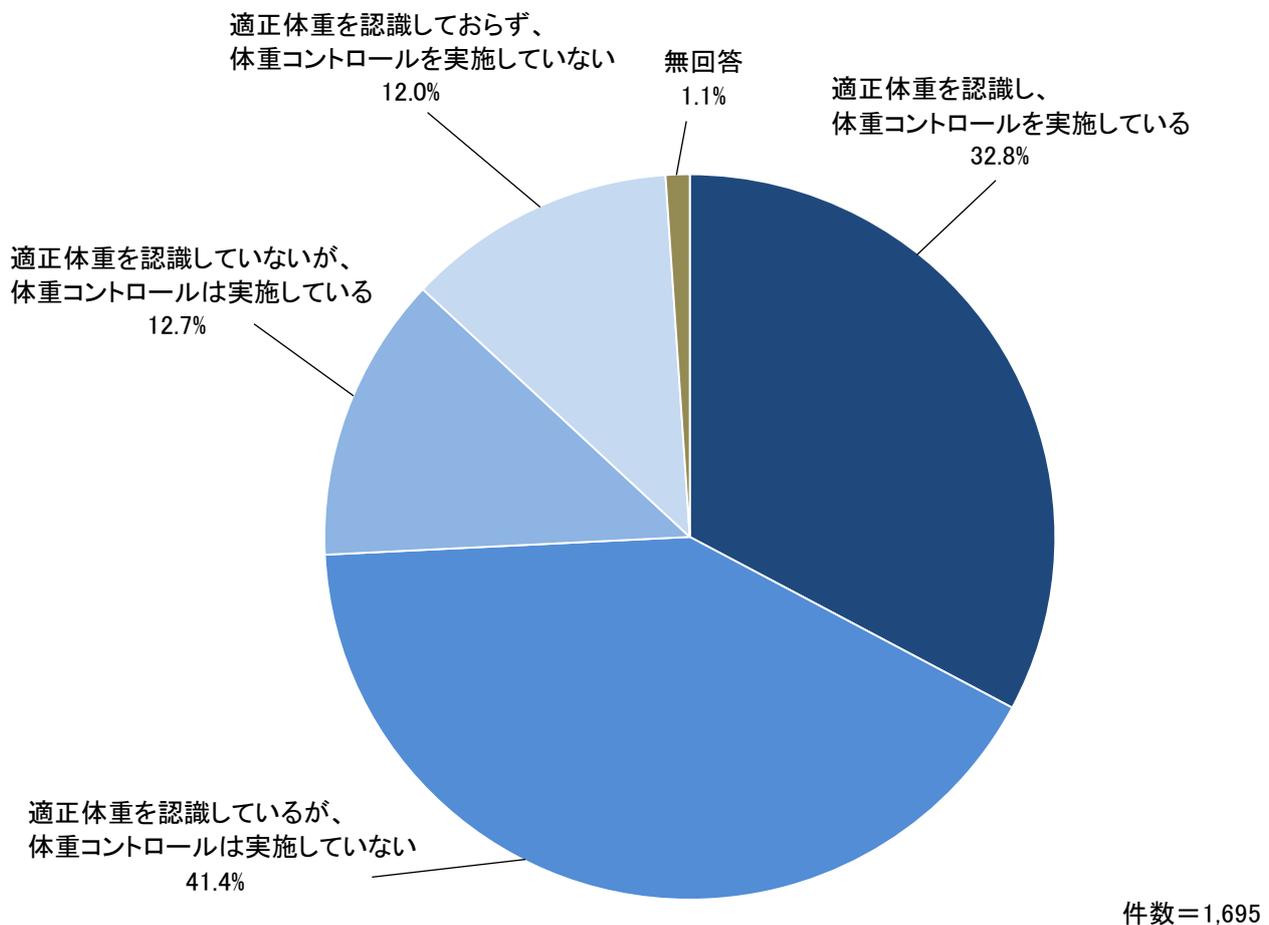
(%)



(4) 適正体重の認識と体重コントロールの実施

「適正体重を認識しているが、体重コントロールは実施していない」が 41.4%

問4 あなたは、自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実施していますか。【〇は1つ】



適正体重の認識と体重コントロールの実施について、「適正体重を認識しているが、体重コントロールは実施していない」と答えた人の割合が 41.4%と最も高く、続いて「適正体重を認識し、体重コントロールを実施している」(32.8%)、「適正体重を認識していないが、体重コントロールは実施している」(12.7%)の順となっている。

適正体重の認識と体重コントロールの実施(性別、年齢別、地域別、職業別)

