

令和5年度ネットリサーチ「食に関する意識」に関する調査結果報告書

■結果のポイント

- 日頃の食生活や食育において、関心のあるものは「食品の安全性」が60.5%で最も高く、次いで「肥満や生活習慣病の予防」が49.1%と続く。
- 普段、家族とどれくらい一緒に食事をするかについては、【朝食】【夕食】ともに「週に6日以上」が最も高く、【朝食】が38.2%、【夕食】が57.3%となっている。一方で、「ほとんどない・まったくない」は【朝食】が35.7%、【夕食】が18.2%であった。
- 普段の食事で心がけていることについては、「野菜を食べること」が63.4%で最も高く、次いで「朝食をとること」が48.3%、「塩分を控えること」が33.3%などとなっている。

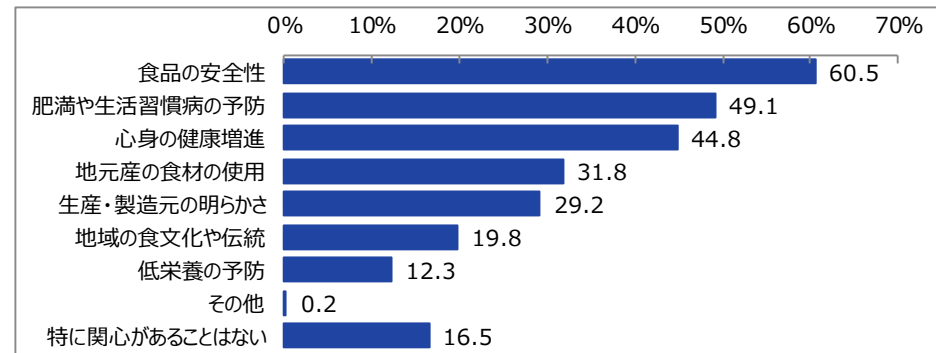
■調査結果の概要

1 食生活や食育における関心

◇ 「食品の安全性」が60.5%で最も高く、次いで「肥満や生活習慣病の予防」が49.1%と続く。

Q1.あなたが日頃の食生活や食育において、関心のあるものはなんですか。次の中からあてはまるものを全て選んでください。

	%	n
全体	100.0	1000
食品の安全性	60.5	605
肥満や生活習慣病の予防	49.1	491
心身の健康増進	44.8	448
地元産の食材の使用	31.8	318
生産・製造元の明らかなさ	29.2	292
地域の食文化や伝統	19.8	198
低栄養の予防	12.3	123
その他	0.2	2
特に関心があることはない	16.5	165

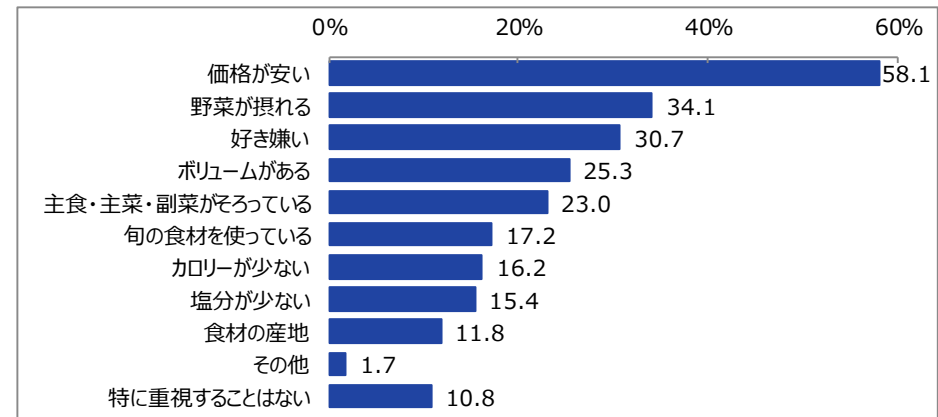


2 外食・中食を選ぶ際に重視すること

◇ 「価格が安い」が58.1%で最も高く、次いで「野菜が摂れる」が34.1%となっている。

Q2.あなたが外食や中食（コンビニ弁当やお惣菜など）を選ぶ際に、重視することはなんですか。次の中からあてはまるものを全て選んでください。

	%	n
全体	100.0	1000
価格が安い	58.1	581
野菜が摂れる	34.1	341
好き嫌い	30.7	307
ボリュームがある	25.3	253
主食・主菜・副菜がそろっている	23.0	230
旬の食材を使っている	17.2	172
カロリーが少ない	16.2	162
塩分が少ない	15.4	154
食材の産地	11.8	118
その他	1.7	17
特に重視することはない	10.8	108



3 家族と朝食・夕食をとる頻度

◇ 【朝食】【夕食】ともに「週に6日以上」が最も高く、【朝食】が38.2%、【夕食】が57.3%となっている。

◇ 一方で、「ほとんどない・まったくない」は【朝食】が35.7%、【夕食】が18.2%であった。

Q3.あなたは普段、家族とどれくらい一緒に食事をとりますか。【朝食】と【夕食】について、あてはまるものをそれぞれ選んでください。



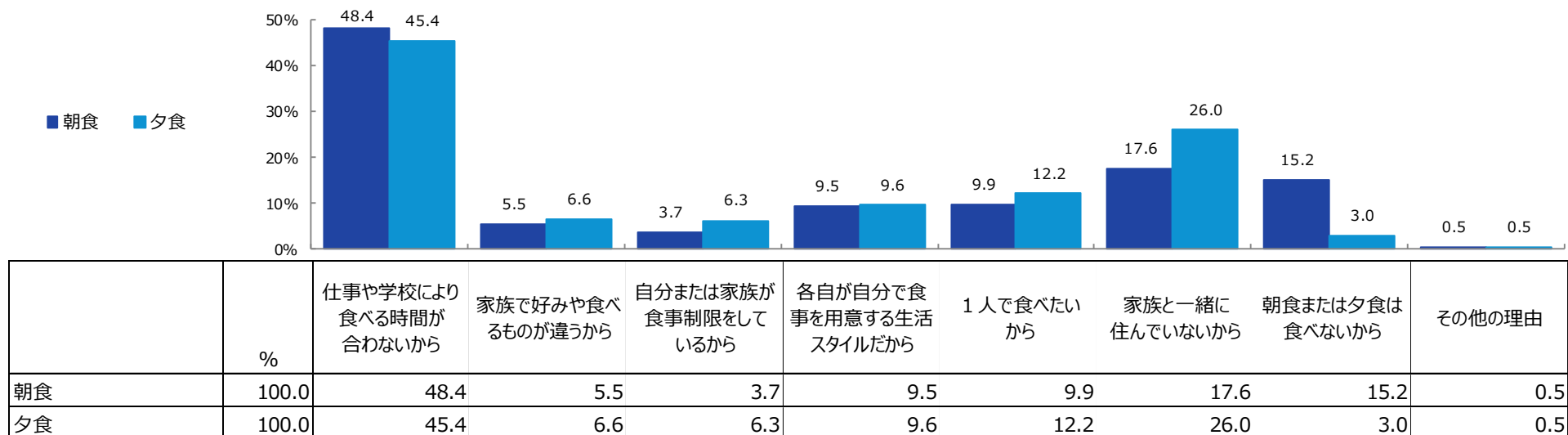
	%	週に6日以上	週に3～5日	週に1～2日	ほとんどない・まったくない
朝食	100.0	38.2	10.0	16.1	35.7
夕食	100.0	57.3	15.7	8.8	18.2

4 家族と朝食・夕食をとらない理由

◇ 前問で【朝食】または【夕食】において「週に3～5日」、「週に1～2日」、「ほとんどない・まったくない」を選択した方に対して、家族と【朝食】または【夕食】をとらない理由を聞いたところ、【朝食】【夕食】ともに「仕事や学校により食べる時間が合わないから」が最も高く、【朝食】が48.4%、【夕食】が45.4%であった。

(Q3で【朝食】または【夕食】において「週に3～5日」「週に1～2日」「ほとんどない・まったくない」を選択した方へ)

Q4.あなたが家族と一緒に【朝食】または【夕食】をとらないことがある場合、その理由は何ですか。あてはまるものを全て選んでください。

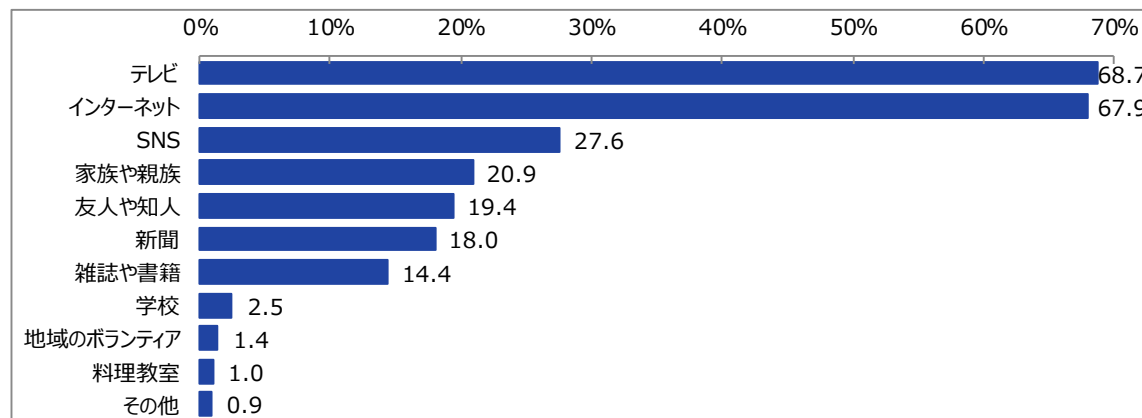


5 食生活や食育に関する知識・情報の入手先

◇ 「テレビ」が68.7%、「インターネット」が67.9%と高くなっている。

Q5.あなたは、食生活や食育に関する知識や情報をどこで得ていますか。次の中からあてはまるものを全て選んでください。

	%	n
全体	100.0	1000
テレビ	68.7	687
インターネット	67.9	679
SNS	27.6	276
家族や親族	20.9	209
友人や知人	19.4	194
新聞	18.0	180
雑誌や書籍	14.4	144
学校	2.5	25
地域のボランティア	1.4	14
料理教室	1.0	10
その他	0.9	9

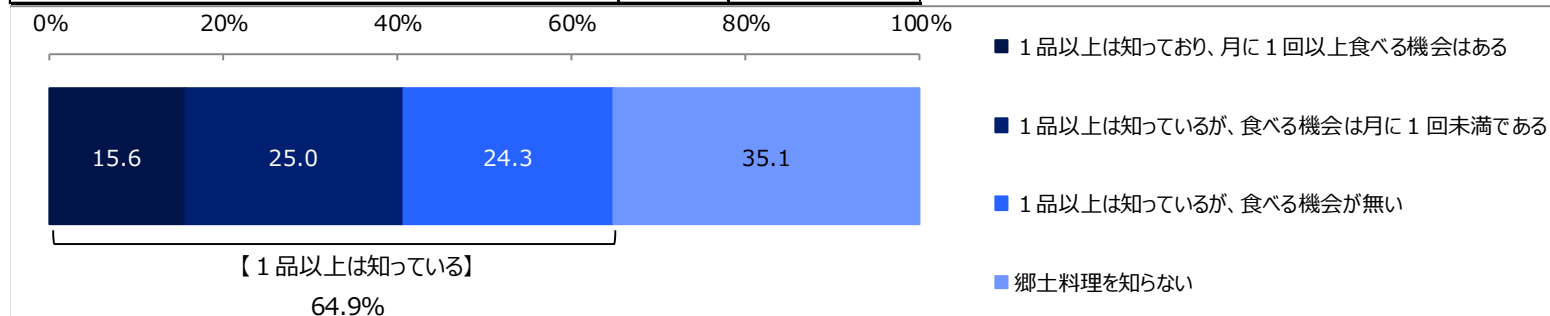


6 郷土料理の認知状況

- ◇ 「1品以上は知っており、月に1回以上食べる機会はある」、「1品以上は知っているが、食べる機会は月に1回未満である」、「1品以上は知っているが、食べる機会が無い」を合わせた「1品以上は知っている」は64.9%であった。

Q6.あなたは、茨城県の郷土料理（地域でとれる産物を使用して、その土地の風土に適した調理方法で作られ食べられてきた料理）を知っていますか。
次の中からあてはまるものを一つ選んでください。

	%	n
全体	100.0	1000
1品以上は知っており、月に1回以上食べる機会はある	15.6	156
1品以上は知っているが、食べる機会は月に1回未満である	25.0	250
1品以上は知っているが、食べる機会が無い	24.3	243
郷土料理を知らない	35.1	351

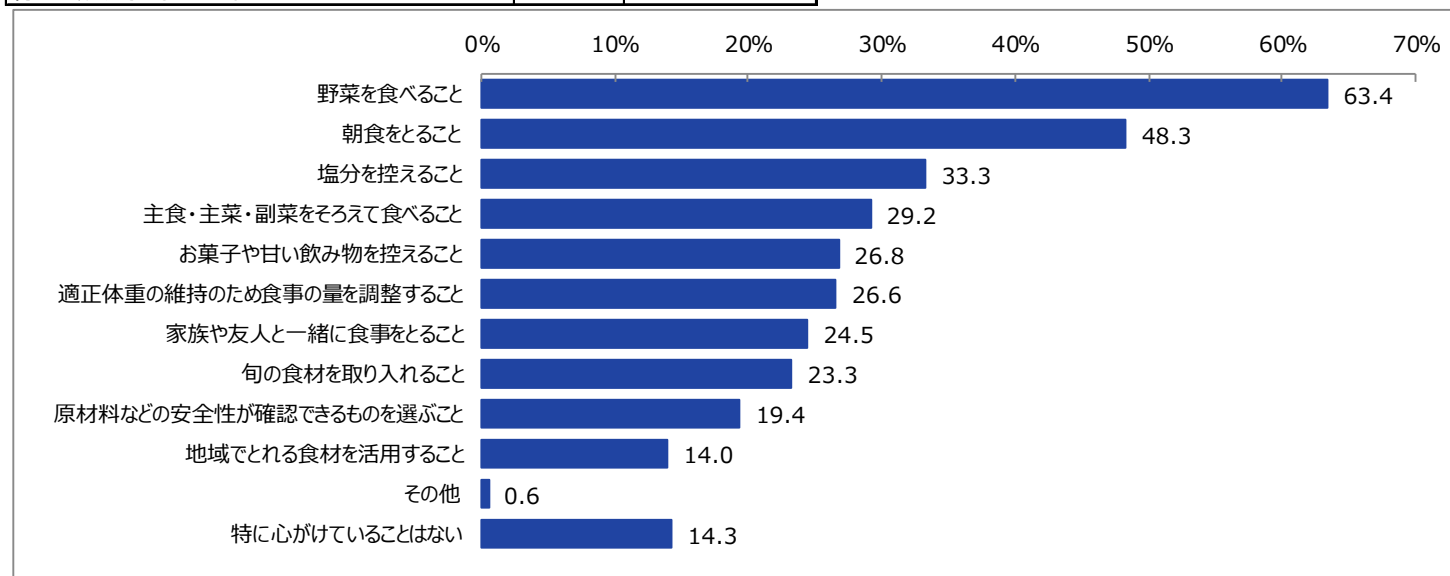


7 普段の食事で心掛けていること

◇ 「野菜を食べること」が63.4%で最も高く、次いで「朝食をとること」が48.3%、「塩分を控えること」が33.3%などとなっている。

Q7.あなたが、普段の食事で心掛けていることはなんですか。次の中からあてはまるものを全て選んでください。

	%	n
全体	100.0	1000
野菜を食べること	63.4	634
朝食をとること	48.3	483
塩分を控えること	33.3	333
主食・主菜・副菜をそろえて食べる	29.2	292
お菓子や甘い飲み物を控えること	26.8	268
適正体重の維持のため食事の量を調整すること	26.6	266
家族や友人と一緒に食事をとること	24.5	245
旬の食材を取り入れること	23.3	233
原材料などの安全性が確認できるものを選ぶこと	19.4	194
地域でとれる食材を活用すること	14.0	140
その他	0.6	6
特に心がけていることはない	14.3	143



■調査の目的

県では、食育基本法及び茨城県食育推進計画（第3次健康いばらき21プラン 第6章「食育の推進」）に基づき、「食育を通じて生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」を基本理念に、食育の担い手となる方々との連携により、県民の食育を推進している。

令和5年度末を以て現行計画が終了となることから、県民の食生活及び食に関する意識を把握し、次期計画策定の基礎資料とすることを目的として実施する。

■実施概要

・実施期間：令和5年9月8日～9月15日

・サンプル数：茨城県常住人口調査（令和5年4月1日現在）に基づく性別・年代・居住地（5地域）の割合で割り付けた18歳以上の県民1,000サンプル
回答者数（人）

		県北	県央	鹿行	県南	県西	計
全体		114	245	94	359	188	1,000
性別	男性	59	125	50	185	99	518
	女性	55	120	44	174	89	482
年代別	18～29歳	18	41	16	68	33	176
	30歳代	17	42	16	62	30	167
	40歳代	23	55	21	83	41	223
	50歳代	28	57	21	79	42	227
	60歳代	28	50	20	67	42	207

県北：日立市、常陸太田市、高萩市、北茨城市、常陸大宮市、久慈郡

県央：水戸市、笠間市、ひたちなか市、那珂市、小美玉市、東茨城郡、那珂郡

鹿行：鹿嶋市、潮来市、神栖市、行方市、鉾田市

県南：土浦市、石岡市、龍ヶ崎市、取手市、牛久市、つくば市、守谷市、稲敷市、かすみがうら市、つくばみらい市、稲敷郡、北相馬郡

県西：古河市、結城市、下妻市、常総市、筑西市、坂東市、桜川市、結城郡、猿島郡

(注)

1. 「ネットリサーチ」の回答者は、民間調査会社のインターネットリサーチモニターであり、無作為抽出された調査対象者ではない。
2. 割合を百分率で表示する場合は、小数点第2位を四捨五入した。四捨五入の結果、個々の比率の合計と全体を示す数値とが一致しないことがある。
3. 図表中の表記の語句は、短縮・簡略化している場合がある。