

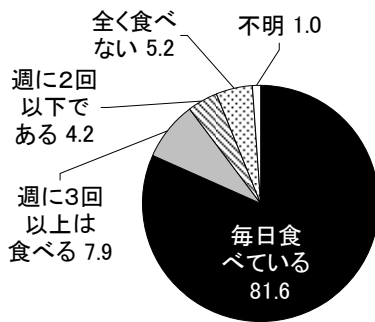
## B 栄養・食生活について

### B1. 朝食をきちんととっているか

#### [設問]

Q 1 あなたは、朝食をきちんと食べていますか。(○は1つ)

#### [回答結果(全体)]



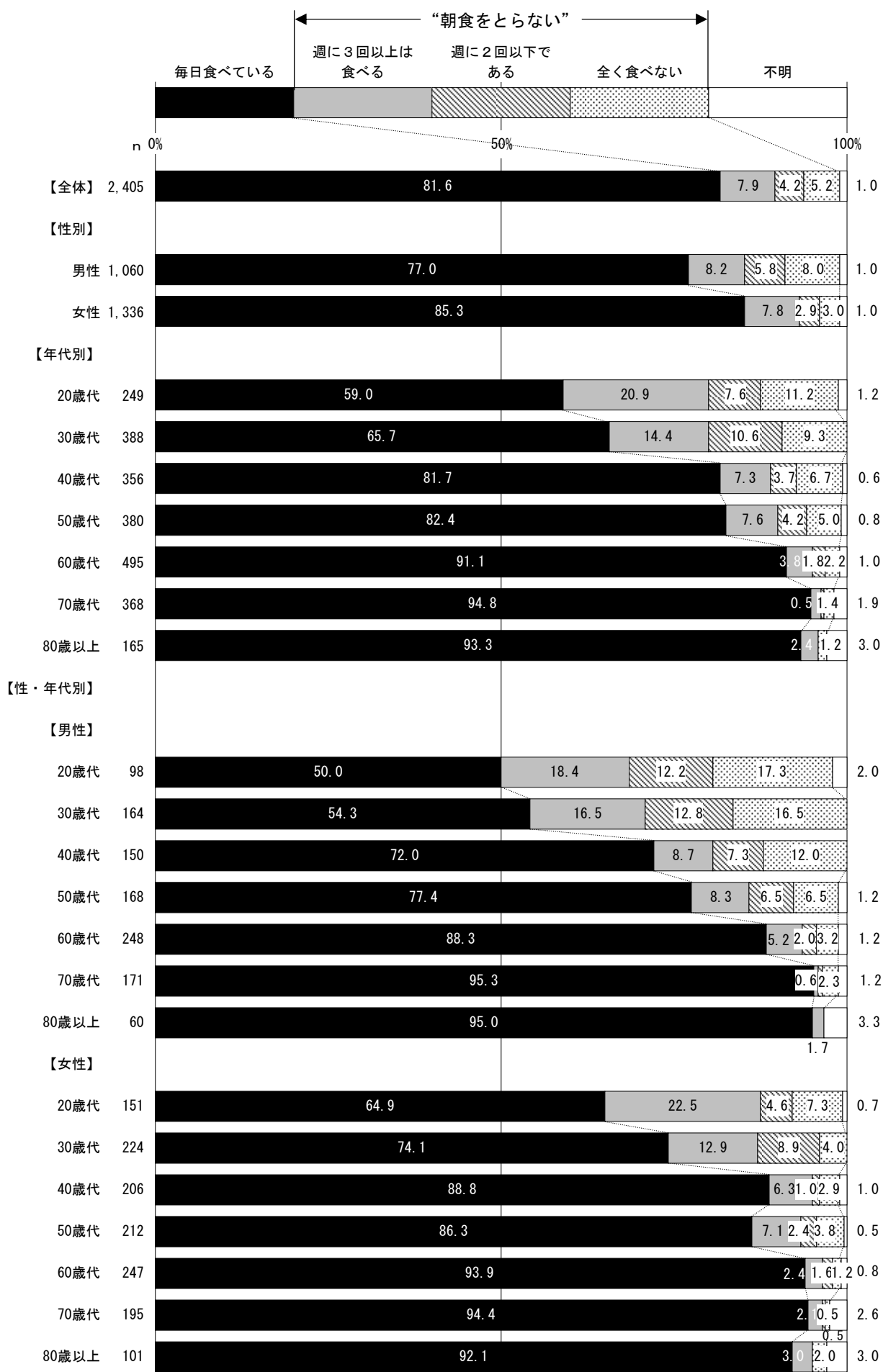
N=2,405人

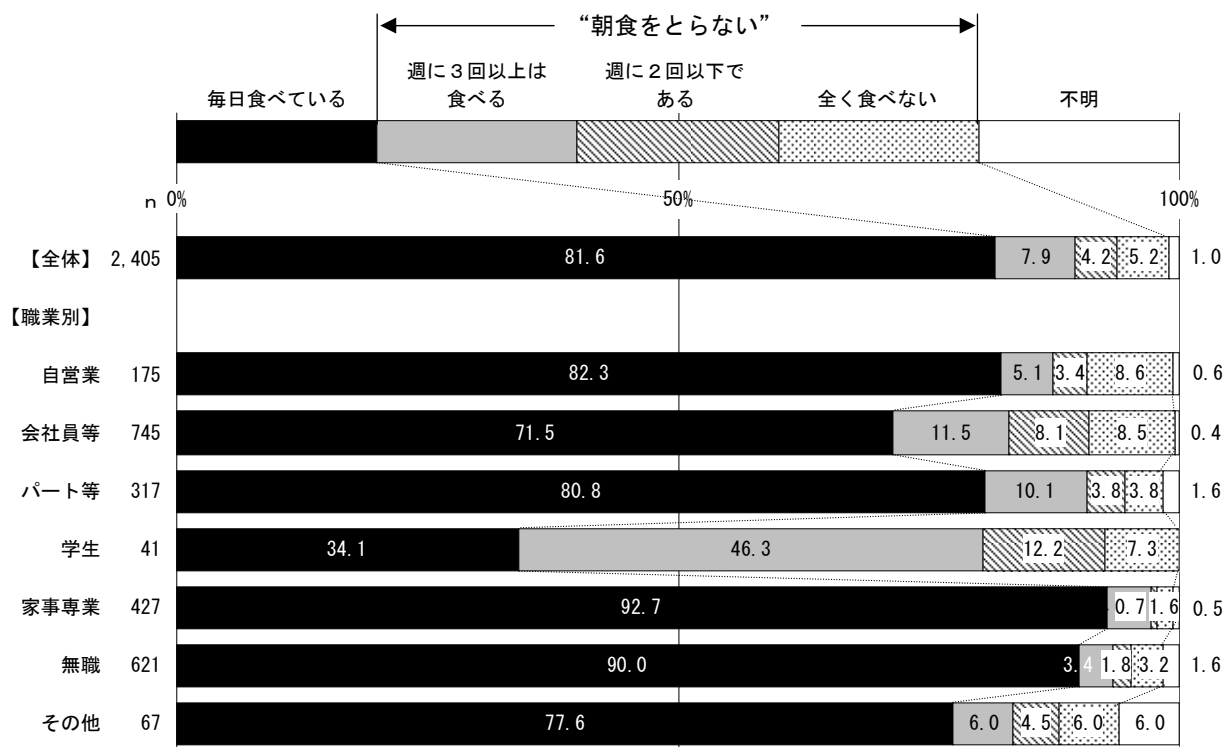
回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
毎日食べている	1,963	81.6	1,990	81.7	1,883	82.3
週に3回以上は食べる	191	7.9	179	7.3	180	7.9
週に2回以下である	101	4.2	123	5.0	114	5.0
全く食べない	125	5.2	122	5.0	102	4.5
不明	25	1.0	23	0.9	9	0.4
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

#### [回答結果(詳細)]

朝食を食べているかどうか、あるいはその頻度について伺ったものである。

- ▶ 「毎日食べている」が8割を超えている。一方、「全く食べない」は5.2%となっている。  
前回調査と比較すると、割合にほとんど差はない。
- ▶ 男女別に見ると、「毎日食べている」は女性が男性よりも8.3ポイント高い。逆に“朝食をとらない”（「週に3回以上は食べる」＋「週に2回以下である」＋「全く食べない」）は男性に多く、「全く食べない」も男性が女性よりも5.0ポイント高い。
- ▶ 年代別に見ると、「毎日食べている」は年代が高くなるほどその割合が多くなる傾向にあり、60歳代以上では9割を超える。一方「全く食べない」は年代が若いほどその割合が多くなる傾向にあり、最も多い20歳代では1割以上を占めている。
- ▶ 性別・年代別に見ると、男性20・30歳代では「全く食べない」が2割近くに達している。  
前回調査と比較すると、男性30歳代で「毎日食べている」が12.2ポイント減少、「朝食をとらない」が12.2ポイント増加している。
- ▶ 職業別に見ると、「毎日食べている」は『学生』（34.1%）を除いてはいずれも7割を超えており、特に『家事専業』、『無職』で9割を超えている。





#### 【「毎日食べている」／経年比較】

##### 【性・年代別】

	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
全体	1,963	81.6	1,990	81.7	1,883	82.3
20歳代	147	59.0	156	55.7	212	60.1
30歳代	255	65.7	304	73.1	256	70.1
40歳代	291	81.7	277	79.1	314	83.3
50歳代	313	82.4	403	84.5	408	89.7
60歳代	451	91.1	400	91.7	352	94.6
70歳代	349	94.8	314	94.9	262	92.9
80歳以上	154	93.3	132	93.6	79	94.0
男性	816	77.0	801	77.9	756	79.2
20歳代	49	50.0	54	47.8	64	50.4
30歳代	89	54.3	105	66.5	78	55.3
40歳代	108	72.0	104	71.7	120	79.5
50歳代	130	77.4	181	79.0	170	88.5
60歳代	219	88.3	181	90.5	152	94.4
70歳代	163	95.3	133	96.4	129	93.5
80歳以上	57	95.0	43	95.6	43	97.7
女性	1,139	85.3	1,177	84.5	1,119	84.4
20歳代	98	64.9	102	61.1	148	65.5
30歳代	166	74.1	199	77.1	178	79.5
40歳代	183	88.8	173	84.8	194	85.8
50歳代	183	86.3	221	89.5	237	90.5
60歳代	232	93.9	219	92.8	198	94.7
70歳代	184	94.4	176	93.6	132	92.3
80歳以上	93	92.1	84	93.3	32	88.9

【“朝食をとらない”(「週に3回以上は食べる」+「週に2回以下である」+「全く食べない」)／経年比較】

【性・年代別】

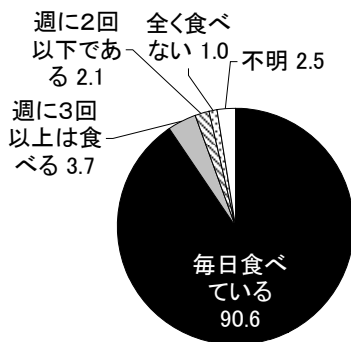
	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
全体	417	17.3	422	17.3	396	17.3
20歳代	99	39.8	121	43.2	140	39.7
30歳代	133	34.3	110	26.4	108	29.6
40歳代	63	17.7	72	20.6	63	16.7
50歳代	64	16.8	70	14.7	47	10.3
60歳代	39	7.9	32	7.3	19	5.1
70歳代	12	3.3	13	3.9	16	5.7
80歳以上	6	3.6	6	4.3	3	3.6
男性	233	22.0	222	21.6	191	20.0
20歳代	47	48.0	59	52.2	62	48.8
30歳代	75	45.7	53	33.5	62	44.0
40歳代	42	28.0	41	28.3	31	20.5
50歳代	36	21.4	47	20.5	22	11.5
60歳代	26	10.5	17	8.5	9	5.6
70歳代	6	3.5	5	3.6	5	3.6
80歳以上	1	1.7	0	0.0	0	0.0
女性	183	13.7	200	14.4	205	15.5
20歳代	52	34.4	62	37.1	78	34.5
30歳代	58	25.9	57	22.1	46	20.5
40歳代	21	10.2	30	14.7	32	14.2
50歳代	28	13.2	23	9.3	25	9.5
60歳代	13	5.3	15	6.4	10	4.8
70歳代	6	3.1	8	4.3	11	7.7
80歳以上	5	5.0	5	5.6	3	8.3

## B2. 子供（小・中・高校生）が朝食をとっているか

### [設問]

Q 2 ご家族に、小学生・中学生・高校生のいる方の方に伺います。お子さんは、朝食をきちんと食べていますか。お子さんすべてについて、一人ずつお答えください。  
(○は一人につき1つずつ)

### [回答結果(全体)]



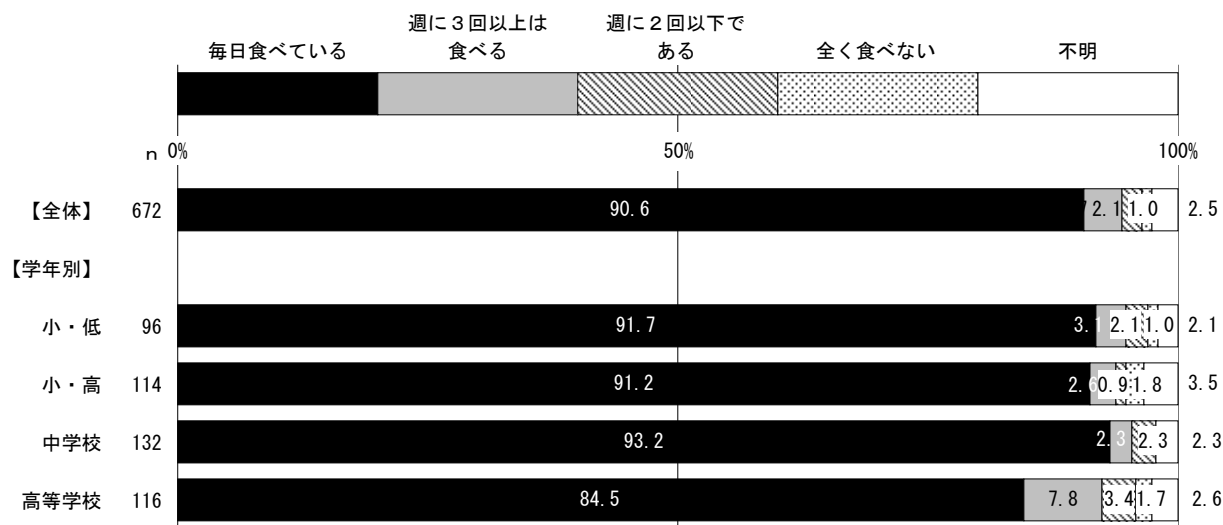
N=672人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
毎日食べている	609	90.6	732	90.5	740	90.4
週に3回以上は食べる	25	3.7	43	5.3	41	5.0
週に2回以下である	14	2.1	17	2.1	13	1.6
全く食べない	7	1.0	6	0.7	9	1.1
不明	17	2.5	11	1.4	16	2.0
回答数	672	100.0	809	100.0	819	100.0

### [回答結果(詳細)]

家族に小学生・中学生・高校生がいる方（回答者は計 672 人）に、子供たちが朝食をとっているかどうかについて伺ったものである。

- ▶ 「毎日食べている」が9割を超えており、他の項目はすべて1割に満たない。なお、前回調査と比較すると、割合にほとんど変化はない。  
Q 1（30 ページ）にて大人の世代に全く同じ質問をした結果「毎日食べている」は 81.6%であり、子供の世代は 9.0 ポイント上回っている。
- ▶ 就学段階別（学年別）に見ると、『小・低』・『小・高』・『中学校』では、「毎日食べている」が9割を超えているのに対し、『高等学校』では 84.5%にとどまっている。



※小・低＝小学校低学年

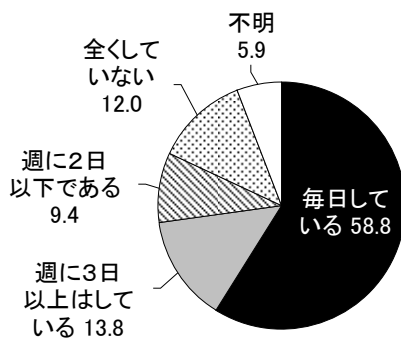
※小・高＝小学校高学年

### B3. 1日に1食は家族等と時間をかけて食事をしているか

#### [設問]

Q 3 あなたは、1日最低1食は家族等2人以上でゆっくり時間をかけて食事をして  
いますか。(○は1つ)

#### [回答結果(全体)]



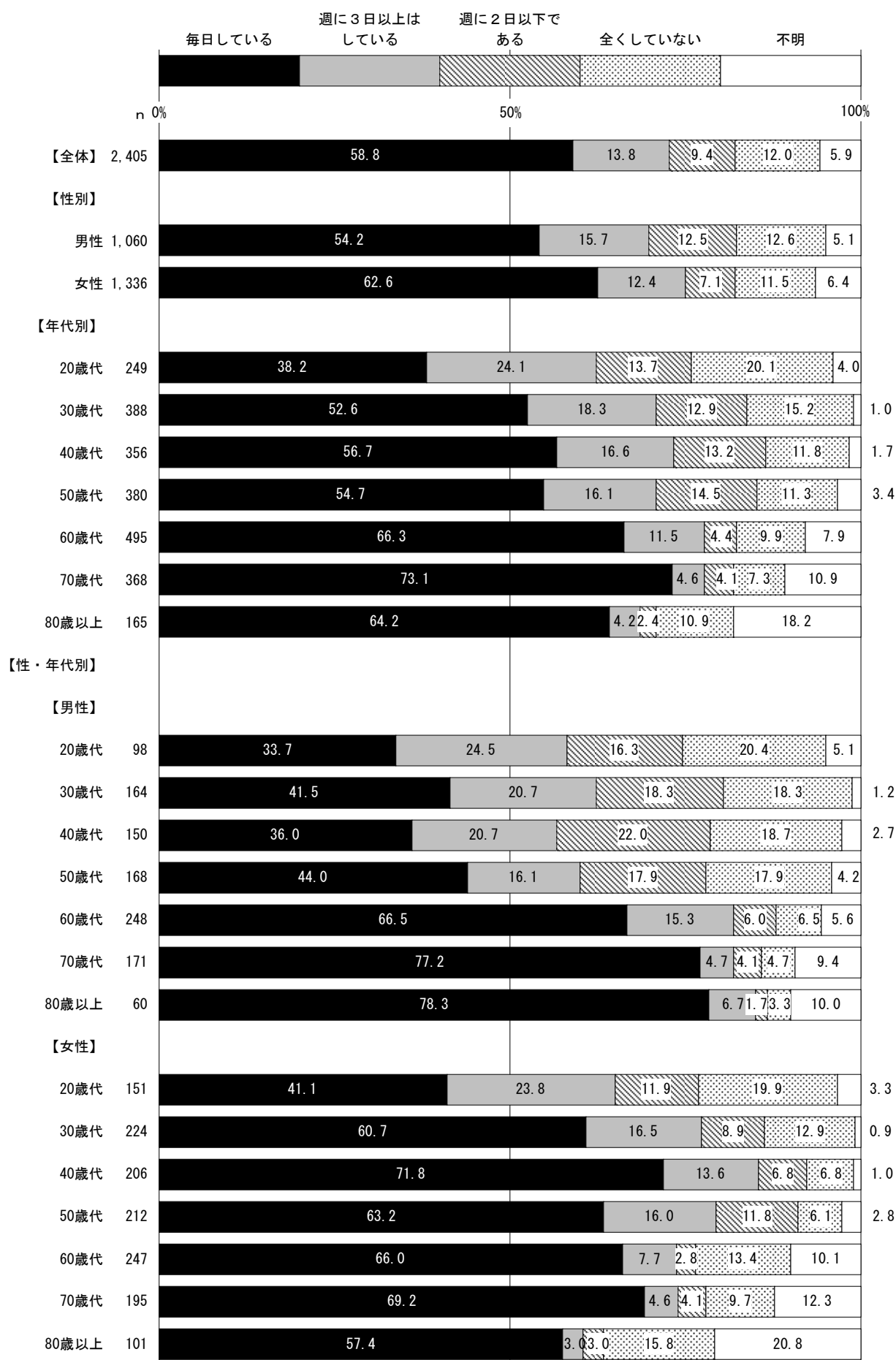
N=2,405人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
毎日している	1,415	58.8	1,450	59.5	1,333	58.3
週に3日以上はしている	332	13.8	343	14.1	396	17.3
週に2日以下である	227	9.4	231	9.5	286	12.5
全くしていない	288	12.0	265	10.9	224	9.8
不明	143	5.9	148	6.1	49	2.1
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

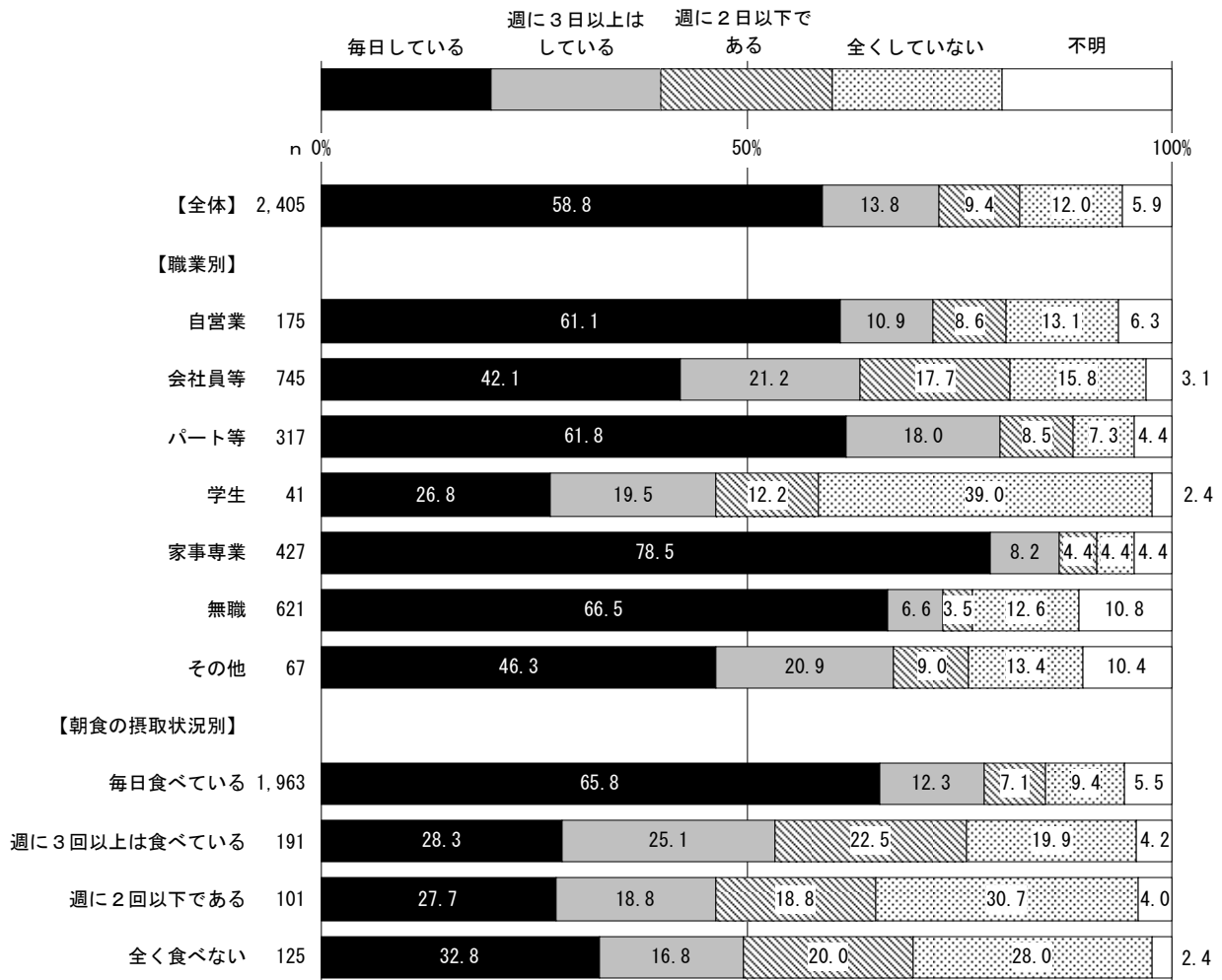
#### [回答結果(詳細)]

1日最低1食は家族等2人以上でゆっくり時間をかけて食事をしているかどうかについて伺ったものである。

- ▶ 最も多いのは「毎日している」で6割近くであるが、一方「全くしていない」も1割を超えている。前回調査と比較すると、「毎日している」、「週に3日以上はしている」、「週に2日以下である」がそれぞれ微減、「全くしていない」は微増となっている。
- ▶ 男女別に見ると、「毎日している」は、女性が男性よりも8.4ポイント高くなっている。
- ▶ 年代別に見ると、80歳以上を除いて、年代が上がるにつれて「毎日している」割合が高い傾向にあり、最も多い70歳代では73.1%となっている。一方、20歳代では「毎日している」が38.2%にとどまり、「全くしていない」の割合が全年代中最も高い20.1%となっている。
- ▶ 性別・年代別に見ると、「毎日している」は50歳代までは女性の方が多いが、それ以降の年代では男性の方で多くなる傾向にある。男性20歳代では「毎日している」割合が最も低く、33.7%にとどまっている。「全くしていない」は男女共に20歳代で高く、2割前後となっている。
- ▶ 職業別に見ると、「毎日している」は『学生』で26.8%であり、最も多い『家事専業』(78.5%)の3分の1程度にとどまっている。また、『学生』では「全くしていない」が39.0%となっている。
- ▶ 朝食の摂取頻度別に見ると、『毎日食べている』では「毎日している」が65.8%となっている。一方、朝食を『週に2回以下である』と『全く食べない』方では「全くしていない」が3割前後存在する。





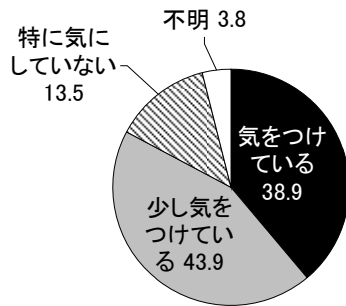


## B4. 食事は栄養のバランスに気をつけているか

### [設問]

Q 4 あなたは、食事を食べたり、作ったりするとき、栄養のバランスに気をつけていますか。  
(○は1つ)

### [回答結果(全体)]



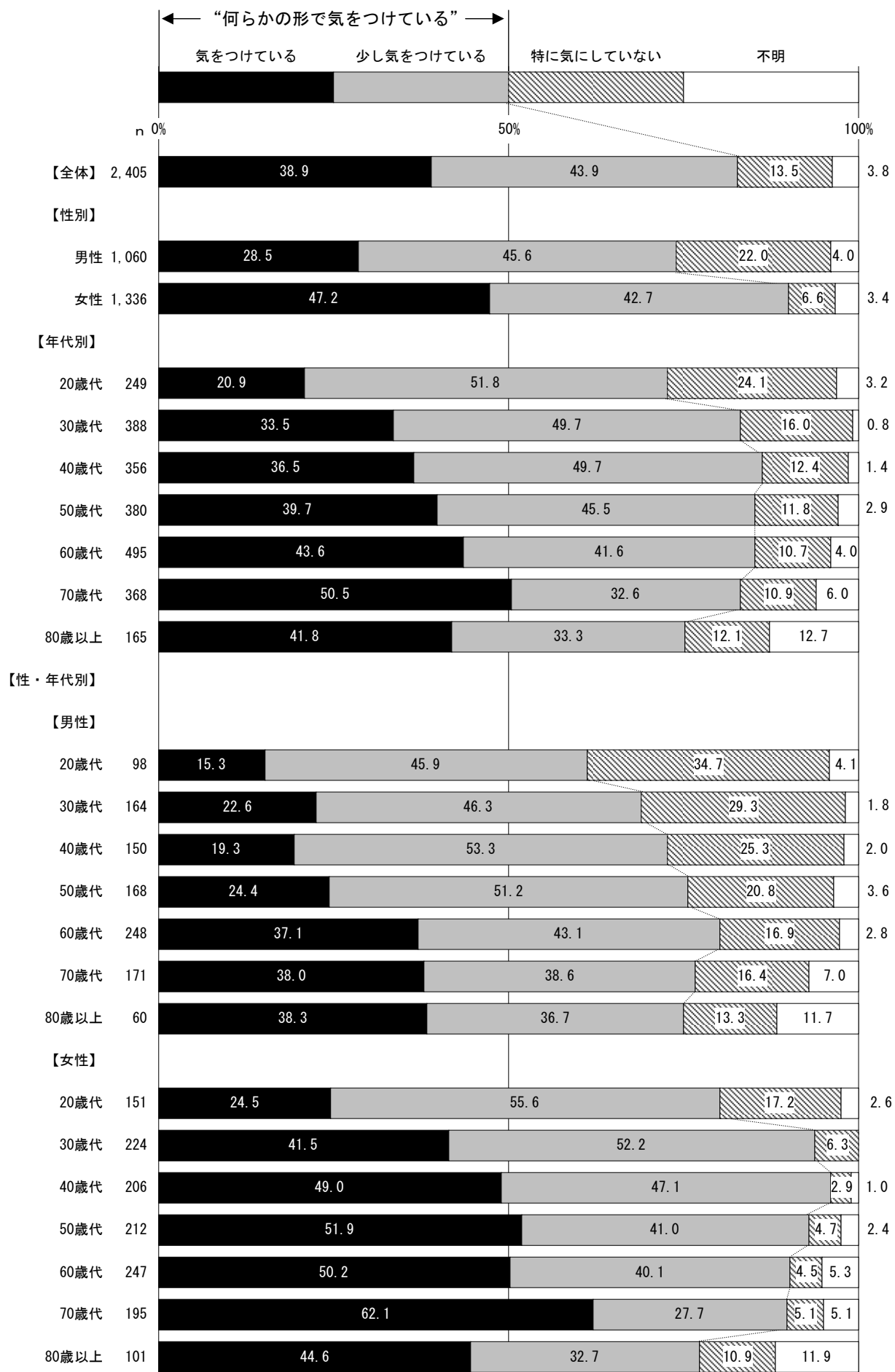
回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
気をつけている	935	38.9	957	39.3	992	43.4
少し気をつけている	1,055	43.9	1,070	43.9	972	42.5
特に気にしていない	324	13.5	320	13.1	293	12.8
不明	91	3.8	90	3.7	31	1.4
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

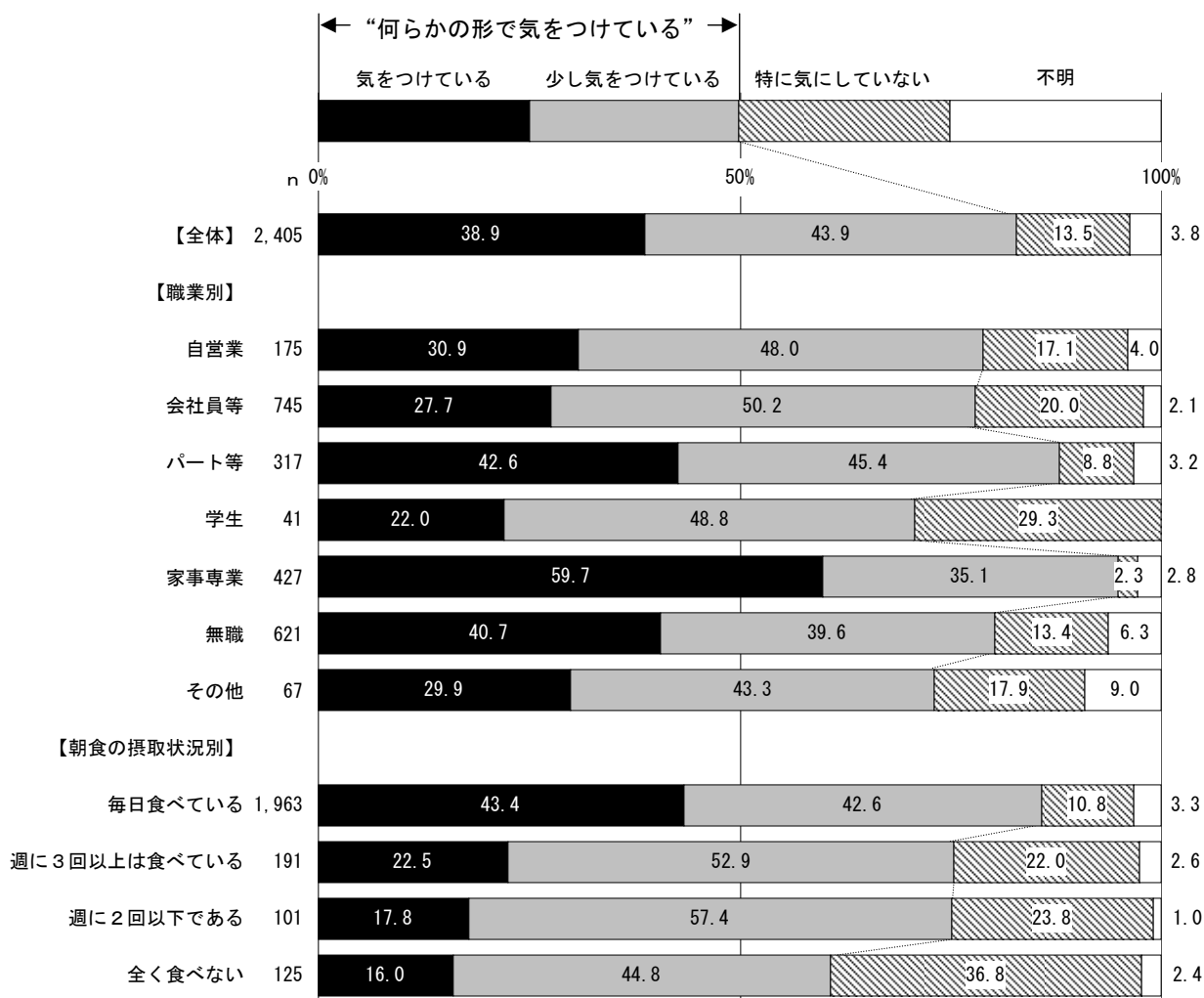
N=2,405人

### [回答結果(詳細)]

食事を食べたり作ったりするとき、栄養のバランスに気をつけているかどうか伺ったものである。

- ▶ “何らかの形で気をつけている”（「気をつけている」＋「少し気をつけている」）方が8割を超えている。  
前回調査と比較すると、割合にほとんど差はない。
- ▶ 男女別で見ると、「気をつけている」は女性が男性より 18.7 ポイント高くなっている。「特に気にしていない」が男性は 22.0%と、女性（6.6%）の3倍以上となっている。
- ▶ 年代別に見ると、80歳以上を除くすべての年代で、年代が上がるほど「気をつけている」割合が高くなる傾向にある。20歳代では「特に気にしていない」が 24.1%と最も多く、「気をつけている」(20.9%)を若干ながら上回っている。
- ▶ 性別・年代別に見ると、「気をつけている」ではすべての年代で女性が男性より高い傾向にある。一方、男性 20歳代では「気をつけている」が 15.3%であり、「特に気にしていない」が3割半ばを占めている。
- ▶ 職業別に見ると、「気をつけている」は特に『家事専業』で高く、6割近くに達している。
- ▶ 朝食の摂取頻度別に見ると、摂取頻度が多い人ほど留意の度合いが高くなる傾向にあり、『毎日食べている』方では「気をつけている」が4割を超えている。一方、『全く食べない』方では「特に気にしていない」が 36.8%となっている。



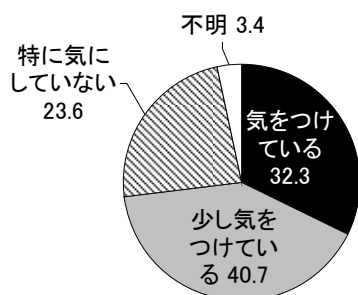


## B5. 食事は薄味に気をつけているか

### [設問]

Q 5 あなたは、食事を食べたり、作ったりするとき、薄味に気をつけていますか。  
(○は1つ)

### [回答結果(全体)]



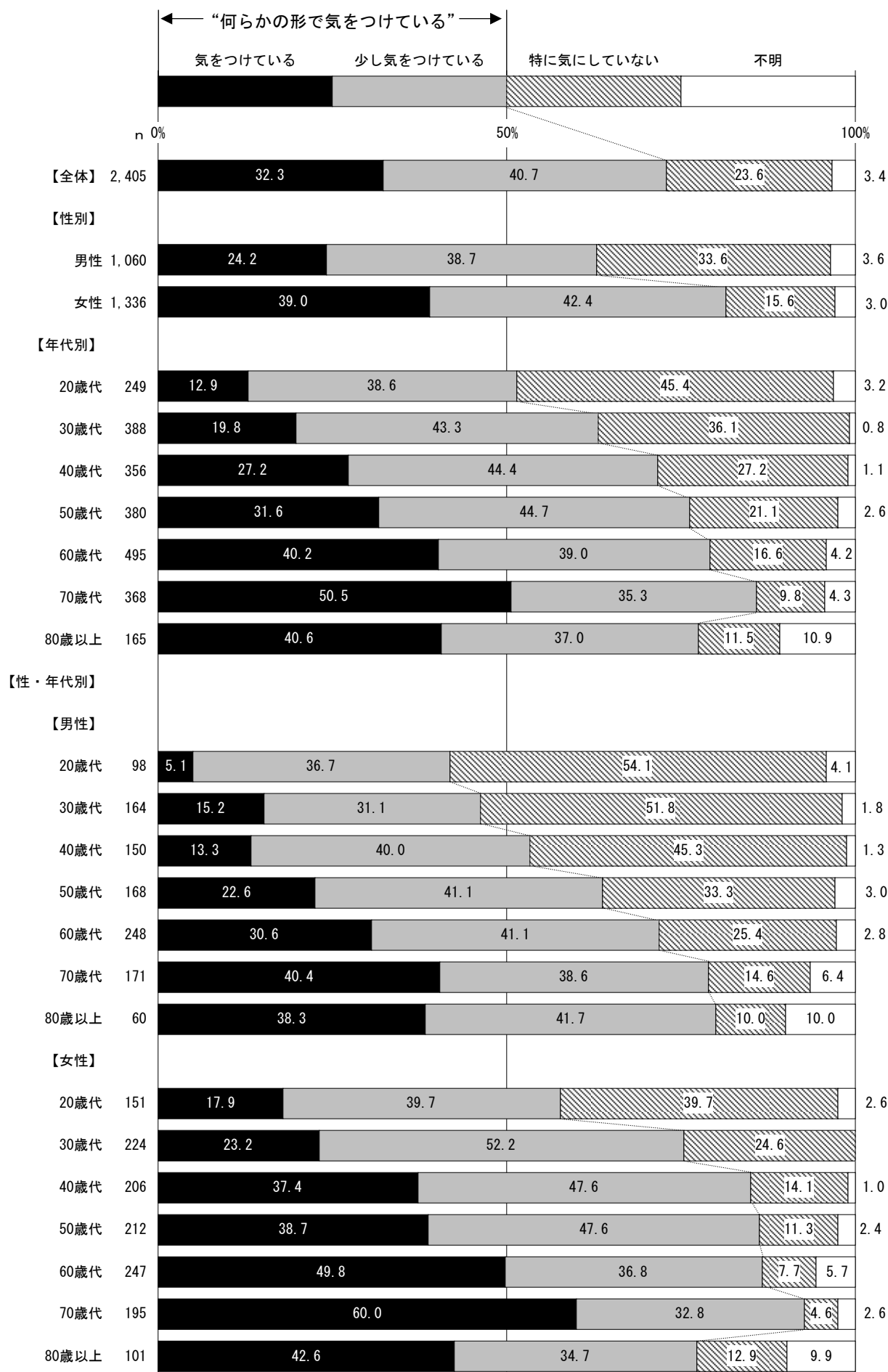
N=2,405人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
気をつけている	778	32.3	826	33.9	795	34.7
少し気をつけている	978	40.7	949	38.9	909	39.7
特に気にしていない	568	23.6	583	23.9	561	24.5
不明	81	3.4	79	3.2	23	1.0
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

### [回答結果(詳細)]

食事を食べたり作ったりするとき、薄味に気をつけているかどうかについて伺ったものである。

- ▶ 「気をつけている」が 32.3%、「少し気をつけている」が 40.7%、「特に気にしていない」が 23.6% となっている。  
前回調査と比較すると、割合にほとんど差はない。  
また、前問『栄養のバランス』に比べると、“何らかの形で気をつけている”（「気をつけている」＋「少し気をつけている」）が 9.8 ポイント少なく、「特に気にしていない」が 10.1 ポイント多い。
- ▶ 男女別で見ると、『栄養のバランス』同様、女性が男性よりも「気をつけている」割合が高く、女性で約 4 割となっている。一方、男性では「特に気にしていない」が 33.6%と女性（15.6%）の倍以上となっている。
- ▶ 年代別に見ると、「気をつけている」は 80 歳以上を除いて、年代が上がるにつれて高くなり、最も多い 70 歳代では半数を超えている。逆に「特に気にしていない」は、年代が若くなるにつれて高くなる傾向にあり、20 歳代では 45.4%となっている。
- ▶ 性別・年代別に見ると、男女共に年代が若くなるにつれ「気をつけている」割合が低くなる傾向にあり、特に男性 20 歳代では 5.1%で、「特に気にしていない」が半数以上を占めている。また、男女共に 60 歳代以上で「気をつけている」割合が高く、最も高い 70 歳代女性で 6 割となっている。
- ▶ 職業別に見ると、「気をつけている」は『会社員等』が最も低く 20.9%となっており、最も多い『家事専業』（46.1%）の 2 分の 1 以下の割合となっている。
- ▶ 朝食の摂取頻度別に見ると、前 Q 4 の『栄養バランス』同様、摂取頻度が多い方ほど留意度合いも高くなる傾向にあり、『毎日食べている』方は「気をつけている」が 3 割半ばを占めており、一方、『全く食べない』方では「特に気にしていない」が 46.4%となっている。



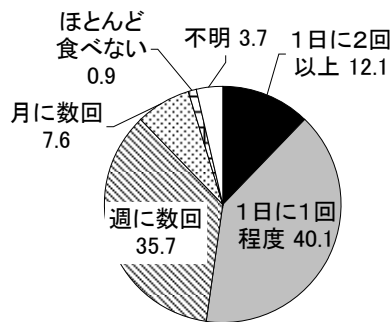


## B6(1) 大豆食品(豆腐、納豆、枝豆等)を食べる頻度

### [設問]

Q 6(1) あなたは、大豆食品(豆腐、納豆、枝豆等)をどのくらいの頻度で食べますか。  
(○は1つ)

### [回答結果(全体)]



回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
1日に2回以上	290	12.1	349	14.3	218	9.5
1日に1回程度	965	40.1	986	40.5	1,002	43.8
週に数回	859	35.7	866	35.5	871	38.1
月に数回	182	7.6	144	5.9	133	5.8
ほとんど食べない	21	0.9	21	0.9	13	0.6
不明	88	3.7	71	2.9	51	2.2
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

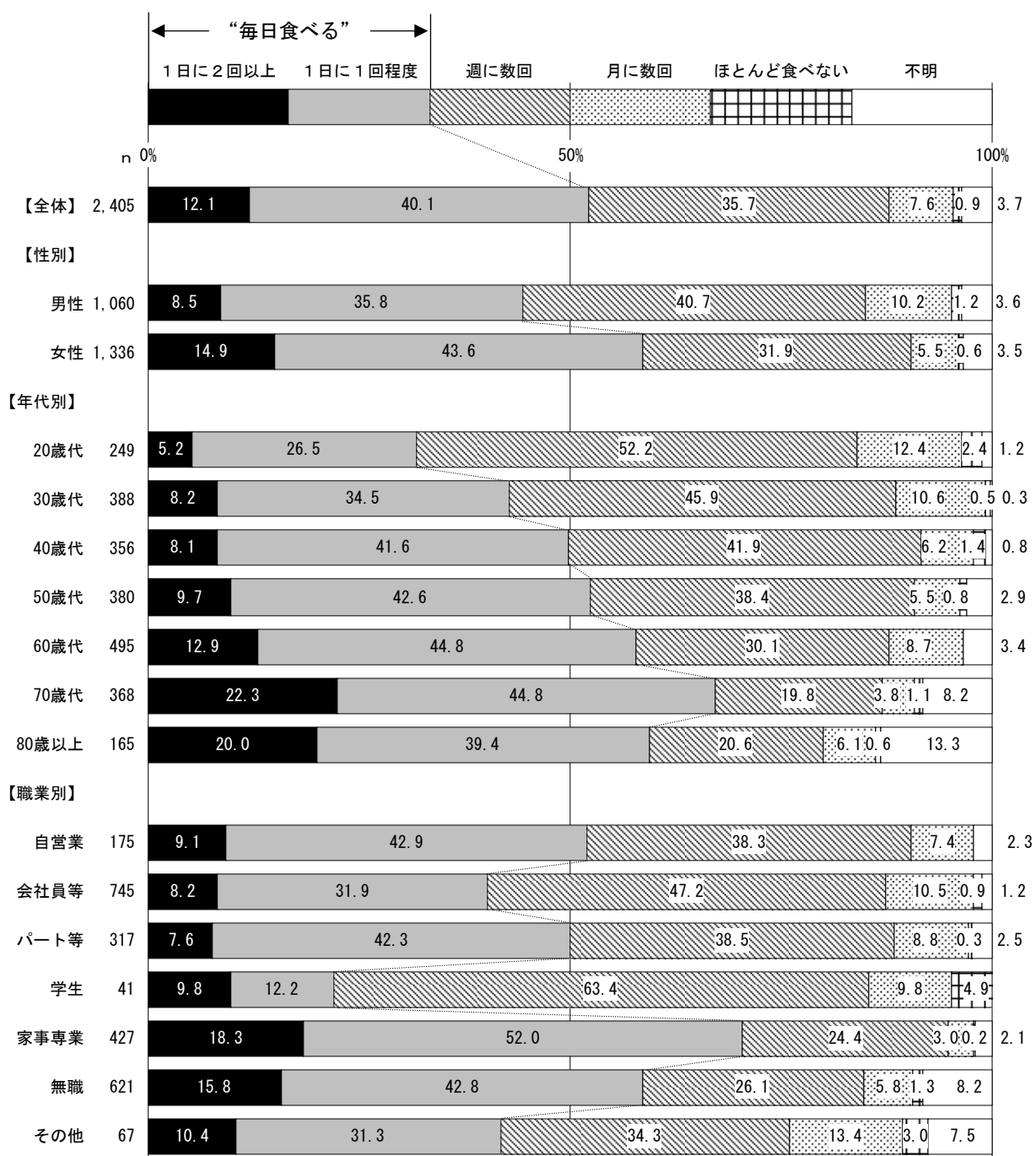
N=2,405人

### [回答結果(詳細)]

大豆食品(豆腐、納豆、枝豆等)の摂取頻度について伺ったものである。

- ▶ “毎日食べる”(「1日に2回以上」+「1日に1回程度」)が52.2%と半数を超えている。  
前回調査と比較すると、「1日に2回以上」、「1日に1回程度」で微減しており、「週に数回」、「月に数回」が増えている。
- ▶ 男女別に見ると、“毎日食べる”は女性が男性よりも14.2ポイント高い。
- ▶ 年代別に見ると、80歳以上を除いて、年代が上がるにつれて“毎日食べる”が多くなる傾向にあり、最も多い70歳代では7割近くを占めている。
- ▶ 職業別に見ると、“毎日食べている”割合は、『家事専業』で7割を超えて最も高くなっており、最も低い『学生』では22.0%にとどまっている。



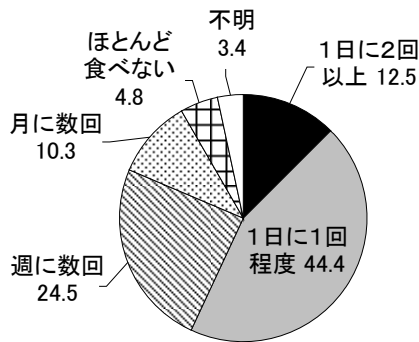


B6 (2) 牛乳・乳製品(チーズ、ヨーグルト等)を食べる頻度

[設問]

Q 6 (2) あなたは、牛乳・乳製品 (チーズ、ヨーグルト等) をどのぐらいの頻度で食べますか。  
(○は1つ)

[回答結果(全体)]



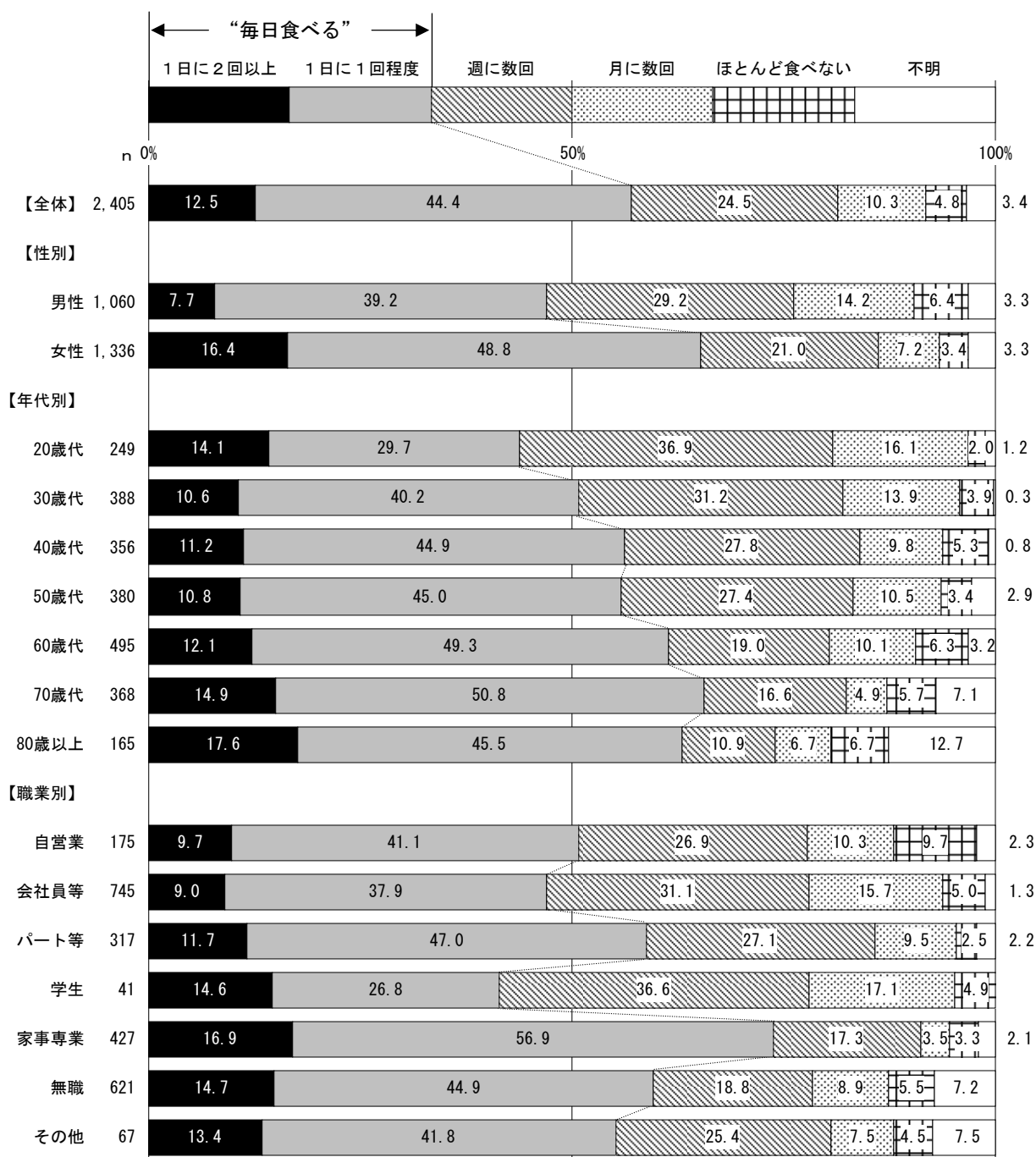
N=2,405人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
1日に2回以上	301	12.5	342	14.0	305	13.3
1日に1回程度	1,069	44.4	1,099	45.1	1,082	47.3
週に数回	589	24.5	606	24.9	577	25.2
月に数回	248	10.3	214	8.8	199	8.7
ほとんど食べない	116	4.8	93	3.8	72	3.1
不明	82	3.4	83	3.4	53	2.3
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

[回答結果(詳細)]

牛乳・乳製品 (チーズ・ヨーグルト等) の摂取頻度について伺ったものである。

- ▶ “毎日食べる” (「1日に2回以上」+「1日に1回程度」) が 56.9%と全体の5割以上となっている。前回調査と比較すると、“毎日食べる”、「週に数回」は微減、「月に数回」、「ほとんど食べない」は微増している。
- ▶ 男女別に見ると、“毎日食べる” 割合は女性の方が高く、特に「1日に2回以上」は男性の倍以上となっている。
- ▶ 年代別に見ると、“毎日食べる” は60歳代以上で6割を超えて高い傾向にある。
- ▶ 職業別に見ると、“毎日食べる” は『家事専業』で最も高く7割を超える。また『自営業』では、「ほとんど食べない」が1割近くを占めている。

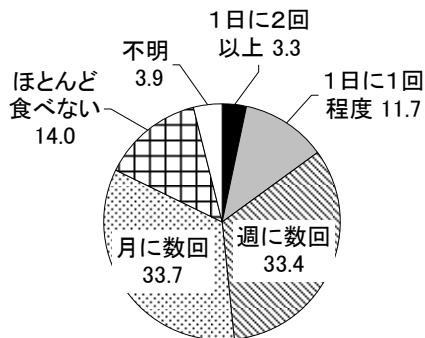


## B6(3) 骨ごと食べられる小魚類(しらす干し等)を食べる頻度

### [設問]

Q 6(3) あなたは、骨ごと食べられる小魚類(しらす干し等)をどのぐらいの頻度で食べますか。  
(○は1つ)

### [回答結果(全体)]



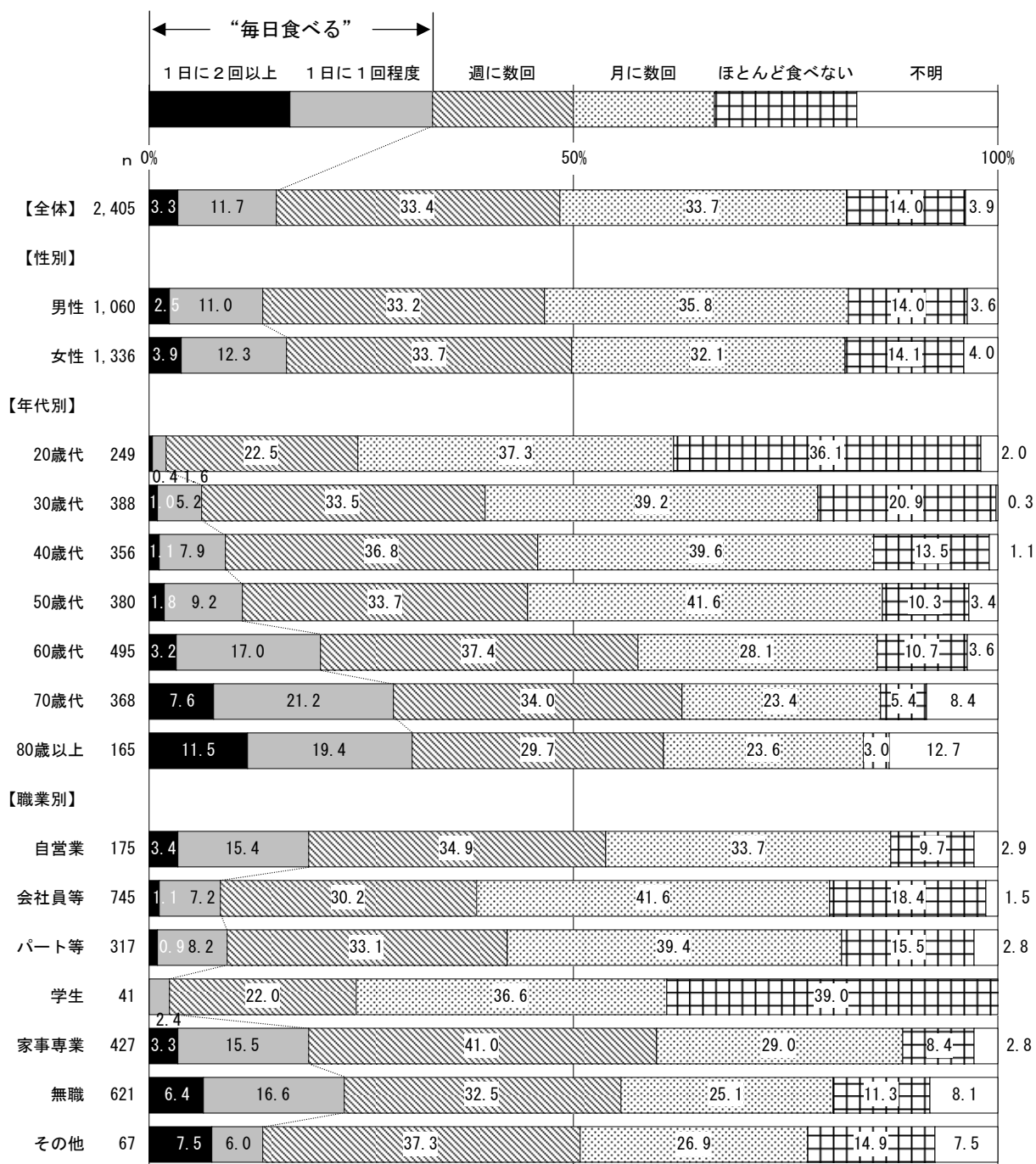
N=2,405人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
1日に2回以上	79	3.3	74	3.0	40	1.7
1日に1回程度	281	11.7	289	11.9	295	12.9
週に数回	804	33.4	871	35.7	940	41.1
月に数回	810	33.7	810	33.2	739	32.3
ほとんど食べない	337	14.0	301	12.4	218	9.5
不明	94	3.9	92	3.8	56	2.4
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

### [回答結果(詳細)]

骨ごと食べられる小魚類(しらす干し等)の摂取頻度について伺ったものである。

- ▶ “毎日食べる”(「1日に2回以上」+「1日に1回程度」)は15.0%で、「週に数回」、「月に数回」がそれぞれ3割台となっている。  
前回調査と比較すると、割合による差は見られないが、「ほとんど食べない」が微増しており、全体的な摂取頻度の減少が見られる。
- ▶ 男女別に見ると、「毎日食べる」は、男女共に1割台だが、女性の方が若干多い。
- ▶ 年代別に見ると、「毎日食べる」は60歳代以上で多くなっており、最も多い80歳以上では3割を超えている。一方、「ほとんど食べない」は年代が若くなるにつれて多く、20歳代では36.1%となっている。
- ▶ 職業別で見ると、『無職』、『家事専業』、『自営業』では“毎日食べる”が2割前後と比較的高いが、『学生』では2.4%と低い。また、『学生』では「ほとんど食べない」が約4割を占めている。

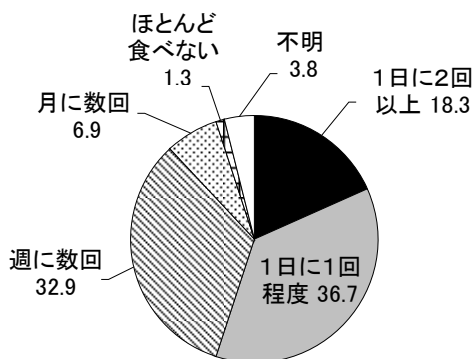


## B6(4) 緑黄色野菜（ほうれん草等の青菜類）を食べる頻度

### 〔設問〕

Q 6(4) あなたは、緑黄色野菜（ほうれん草や小松菜等の青菜類）をどのぐらいの頻度で食べますか。（○は1つ）

### 〔回答結果(全体)〕



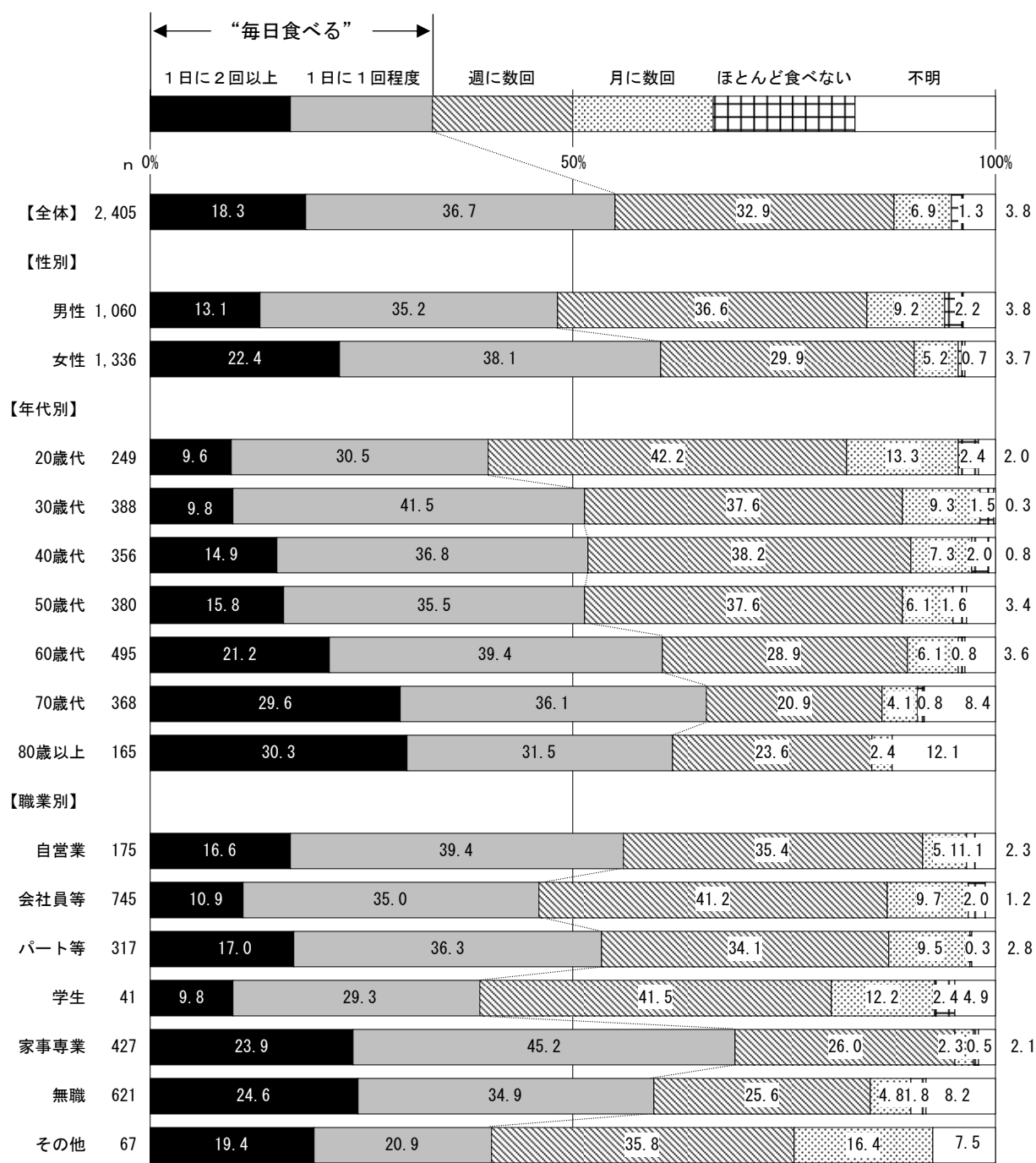
N=2,405人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
1日に2回以上	439	18.3	494	20.3	344	15.0
1日に1回程度	883	36.7	965	39.6	950	41.5
週に数回	792	32.9	715	29.3	804	35.1
月に数回	167	6.9	161	6.6	135	5.9
ほとんど食べない	32	1.3	20	0.8	14	0.6
不明	92	3.8	82	3.4	41	1.8
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

### 〔回答結果(詳細)〕

緑黄色野菜（ほうれん草等の青菜類）の摂取頻度について伺ったものである。

- ▶ “毎日食べる”（「1日に2回以上」＋「1日に1回程度」）は55.0%を占めている。  
前回調査と比較すると、「週に数回」は3.6ポイント増加、“毎日食べる”は4.9ポイント減少している。
- ▶ 男女別に見ると、“毎日食べる”は女性が男性よりも12.2ポイント多く、6割を超えている。
- ▶ 年代別に見ると、概ね年代が上がるほど“毎日食べる”が多くなる傾向にあり、特に60歳以上の高齢者層では6割を超えている。
- ▶ 職業別に見ると、“毎日食べる”は『家事専業』で特に高く、7割近くとなっている。

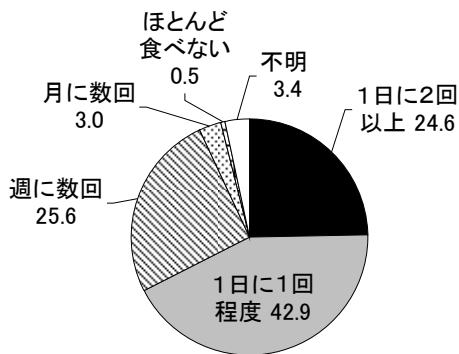


B6(5) その他の野菜（きゅうり、大根、キャベツ等）を食べる頻度

〔設問〕

Q 6(5) あなたは、その他の野菜（きゅうり、大根、キャベツ等）をどのぐらいの頻度で食べますか。（○は1つ）

〔回答結果(全体)〕



N=2,405人

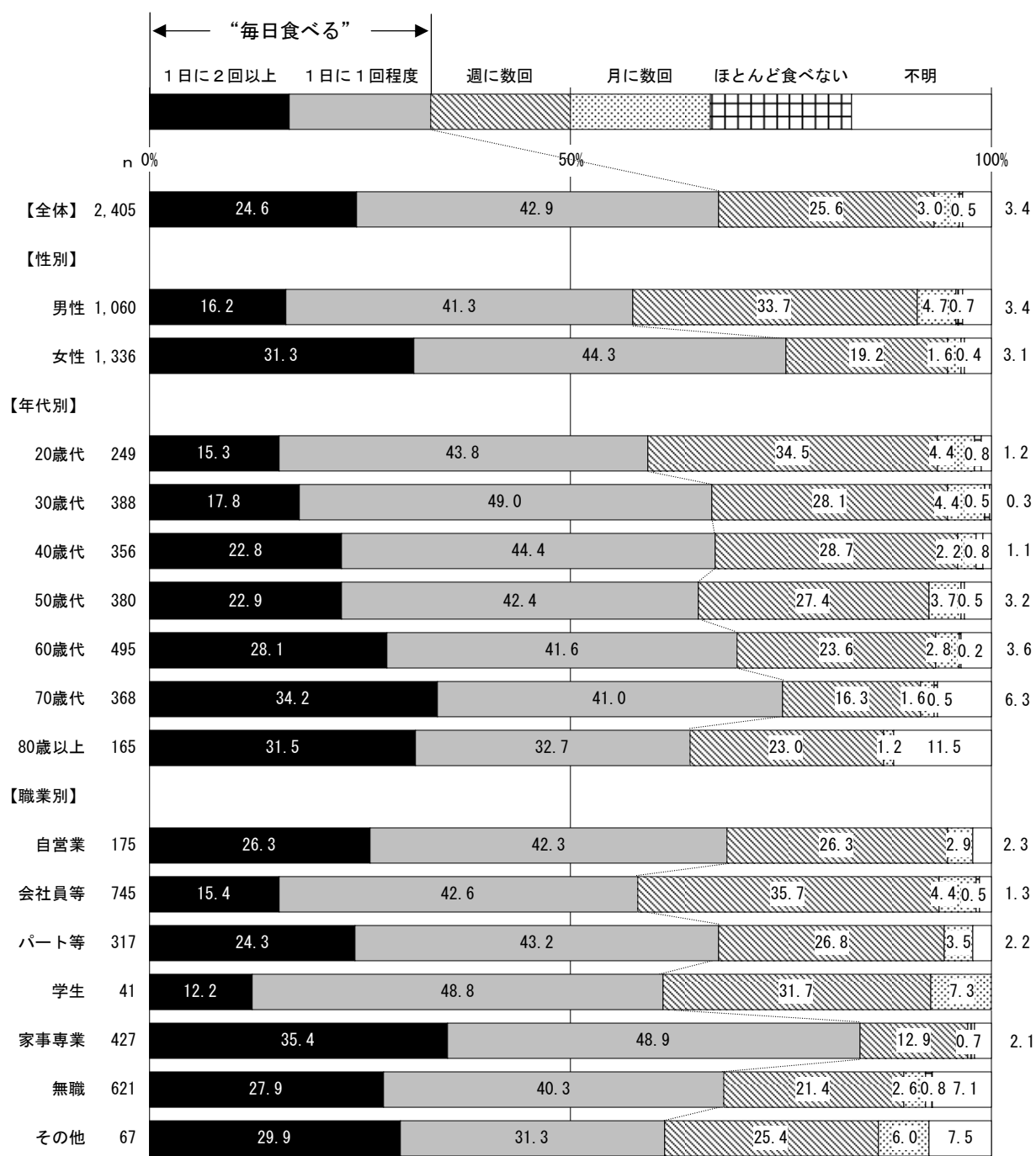
回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
1日に2回以上	592	24.6	573	23.5	455	19.9
1日に1回程度	1,031	42.9	1,049	43.0	1,036	45.3
週に数回	616	25.6	638	26.2	659	28.8
月に数回	73	3.0	92	3.8	89	3.9
ほとんど食べない	12	0.5	13	0.5	9	0.4
不明	81	3.4	72	3.0	40	1.7
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

〔回答結果(詳細)〕

その他の野菜（きゅうり、大根、キャベツ等）の摂取頻度について伺ったものである。

- ▶ “毎日食べる”（「1日に2回以上」＋「1日に1回程度」）は67.5%となっており、この割合はQ 6の全6品目中最もその割合が多い。  
前回調査と比較すると、“毎日食べる”は微増となっている。
- ▶ 男女別に見ると、“毎日食べる”は女性が男性よりも18.1ポイント高く、特に「1日に2回以上」では、男性の倍近くの割合となっている。
- ▶ 年代別に見ると、20歳代を除くすべての年代で“毎日食べる”割合は6割を超えており、最も多い70歳代では7割半ばを占めている。
- ▶ 職業別に見ると、“毎日食べる”は『家事専業』で8割を超えている。



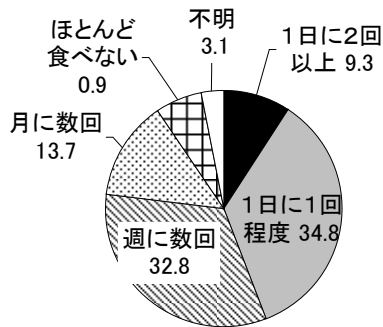


## B6(6) 果物（りんご、みかん、バナナ等）を食べる頻度

### [設問]

Q 6(6) あなたは、果物（りんご、みかん、バナナ等）をどのぐらいの頻度で食べますか。  
(○は1つ)

### [回答結果(全体)]



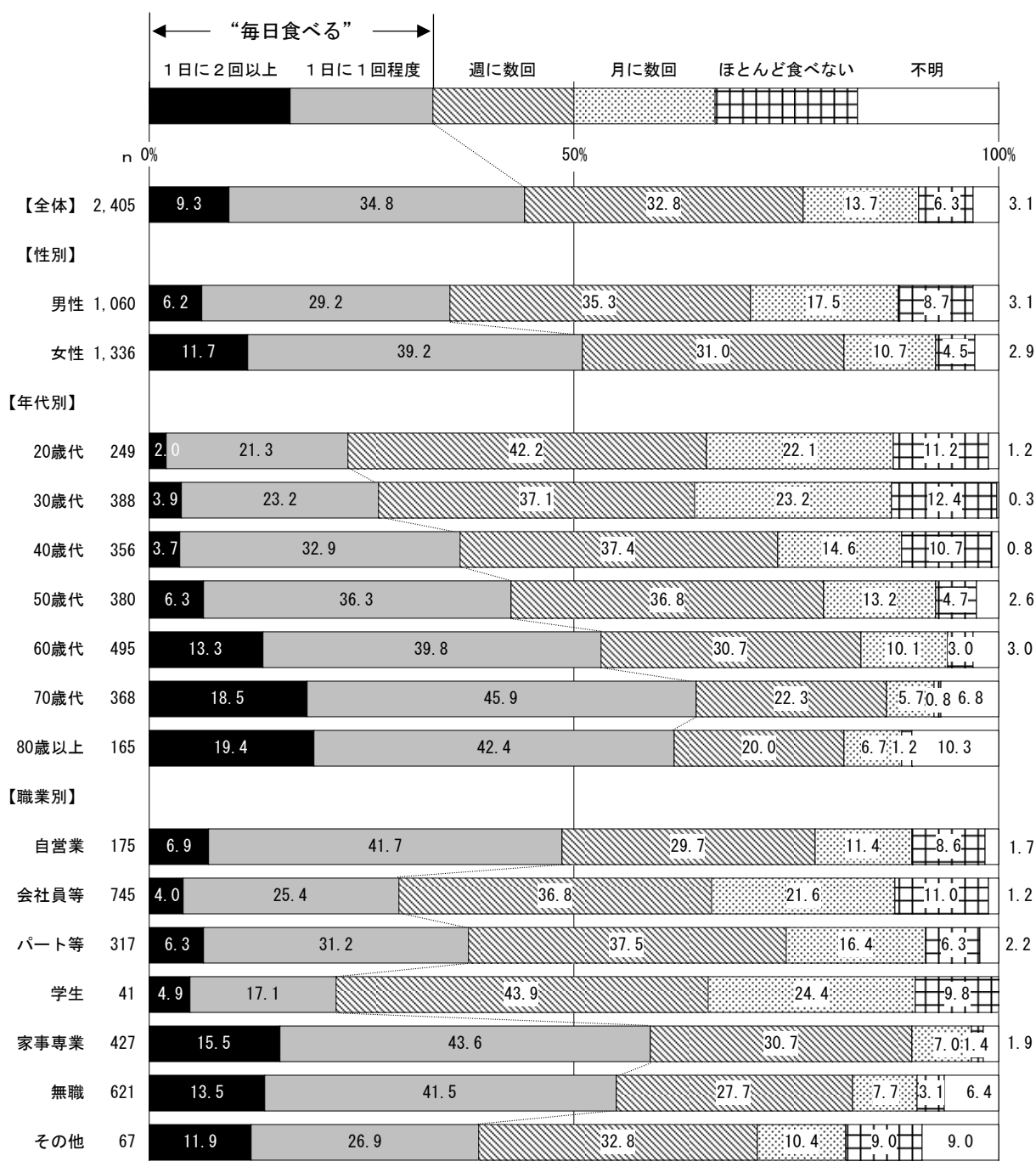
N=2,405人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
1日に2回以上	223	9.3	346	14.2	288	12.6
1日に1回程度	836	34.8	942	38.7	951	41.6
週に数回	790	32.8	681	27.9	707	30.9
月に数回	329	13.7	304	12.5	235	10.3
ほとんど食べない	152	6.3	94	3.9	64	2.8
不明	75	3.1	70	2.9	43	1.9
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

### [回答結果(詳細)]

果物（りんご、みかん、バナナ等）の摂取頻度について伺ったものである。

- ▶ “毎日食べる”（「1日に2回以上」＋「1日に1回程度」）が44.1%となっている。  
前回調査と比較すると、“毎日食べる”は8.8ポイントの減少となっている。
- ▶ 男女別で見ると、“毎日食べる”は女性が男性よりも15.5ポイント高く、特に「1日に2回以上」では男性の倍近くの割合となっている。
- ▶ 年代別で見ると、“毎日食べる”は80歳以上を除いて、年代が上がるにつれて高くなる傾向にあり、最も低い20歳代では23.3%、最も多い70歳代では64.4%となっており、41.1ポイントの差が出ている。
- ▶ 職業別で見ると、“毎日食べる”は『家事専業』で最も多く59.1%となっているが、最も少ない『学生』では22.0%にとどまっている。また、「ほとんど食べない」は、『会社員等』、『学生』、『自営業』で1割前後を占めている。

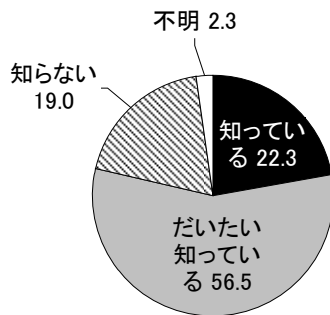


## B7. 自分に見合った食事の量を知っているか

### [設問]

Q 7 あなたは、ご自分に見合った食事の量を知っていますか。(○は1つ)

### [回答結果(全体)]



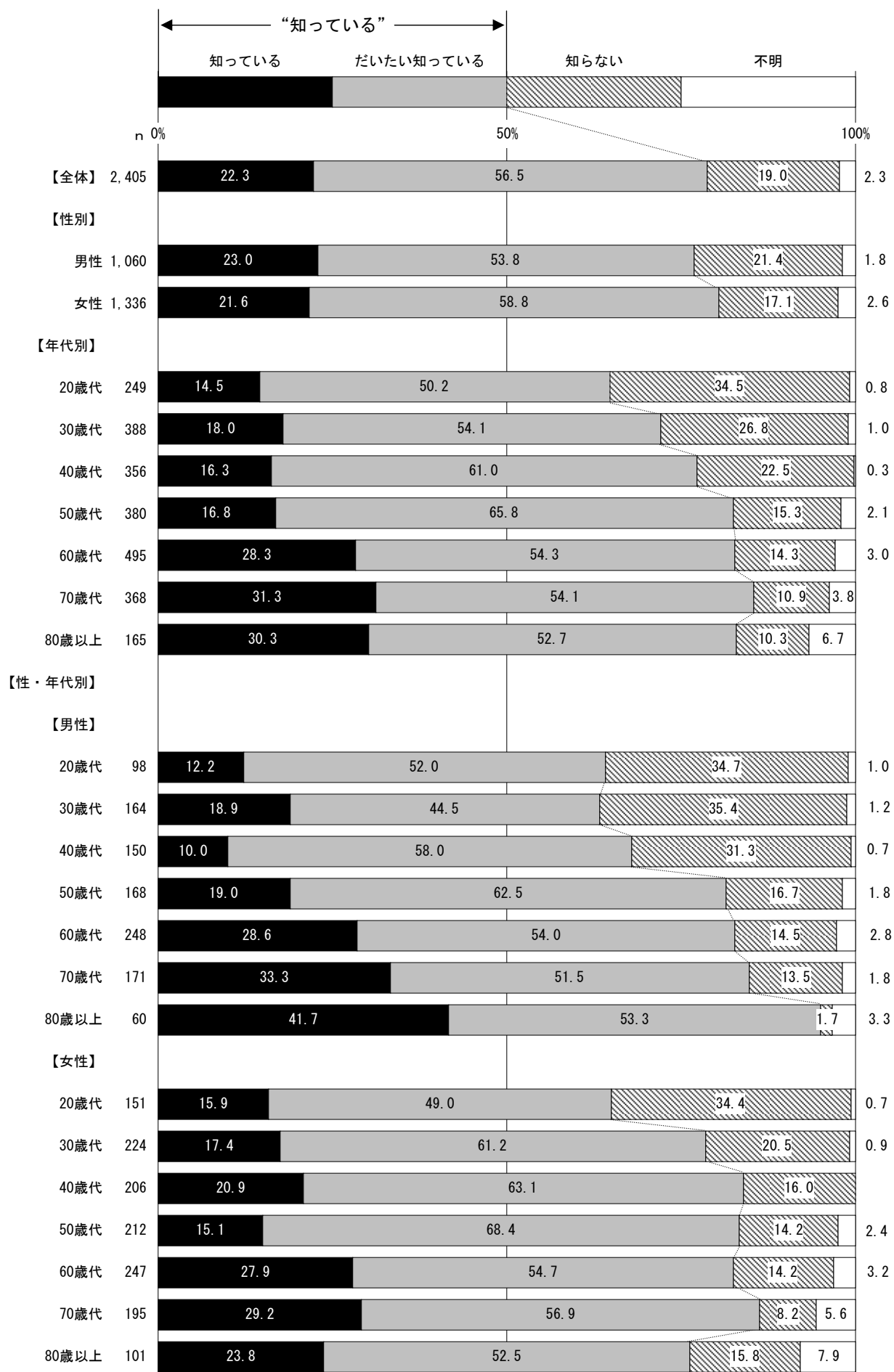
N=2,405人

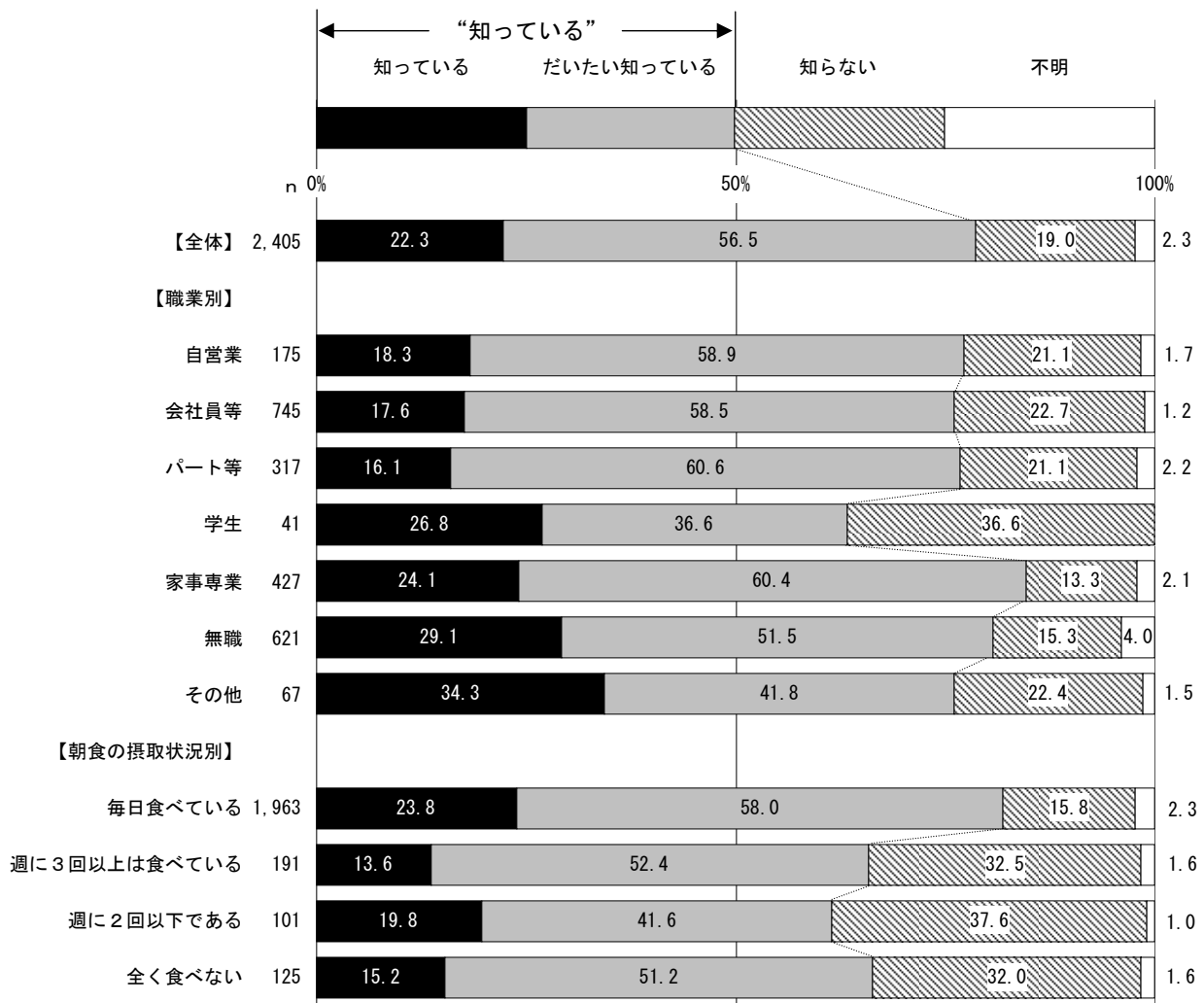
回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
知っている	536	22.3	488	20.0	544	23.8
だいたい知っている	1,358	56.5	1,292	53.0	1,253	54.8
知らない	456	19.0	479	19.7	452	19.8
不明	55	2.3	178	7.3	39	1.7
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

### [回答結果(詳細)]

自分に見合った食事の量を知っているかどうか伺ったものである。

- ▶ “知っている”（「知っている」＋「だいたい知っている」）が8割近くを占めている。  
前回調査と比較すると、「知らない」の割合はほぼ同じであるが、“知っている”が5.8ポイント増化している。
- ▶ 男女別に見ると、“知っている”は男女共に高くなっており、女性で8割を超えている。
- ▶ 年代別に見ると、“知っている”は概ね年代が上がるにつれて高くなり、最も多い70歳代では85.4%を占めている。
- ▶ 性別・年代別に見ると、“知っている”は男性20～40歳代、女性の20歳代で低く、いずれも6割台となっている。最も高いのは男性の80歳以上で9割半ばを占めている。
- ▶ 職業別に見ると、“知っている”は『学生』以外のすべての職業で7割を超えて高く、『無職』、『家事専業』では8割以上を占めている。一方、「知らない」は『学生』で高く36.6%となっている。
- ▶ 朝食の摂取頻度別に見ると、概ね摂取頻度が多い人ほど“知っている”割合が高い傾向にあり、「毎日朝食を食べている」人では81.8%を占めている。



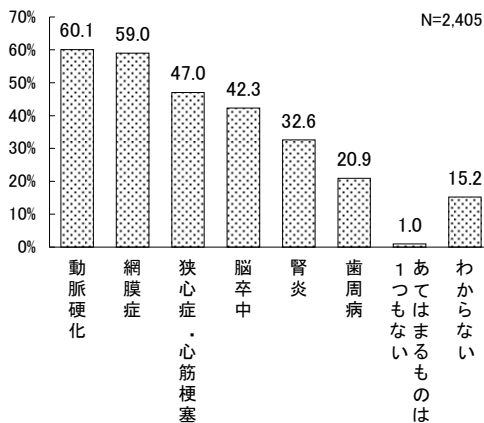


## B8. 糖尿病が引き起こす各合併症についての認知

### [設問]

Q 8 あなたは、糖尿病が引き起こす合併症はどれだと思いますか。あてはまるものをすべて選んでください。(〇はいくつでも(「7 あてはまるものは1つもない」「8 わからない」と回答する場合を除く))

### [回答結果(全体)]



回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
動脈硬化	1,446	60.1	1,379	56.6	1,276	55.8
網膜症	1,420	59.0	1,444	59.3	1,429	62.5
狭心症・心筋梗塞	1,130	47.0	702	28.8	619	27.1
脳卒中	1,017	42.3	973	39.9	790	34.5
腎炎	784	32.6	761	31.2	776	33.9
歯周病	503	20.9	—	—	—	—
あてはまるものは1つもない	24	1.0	29	1.2	25	1.1
わからない	366	15.2	391	16.0	334	14.6
不明	79	3.3	83	3.4	32	1.4
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

※選択項目が異なる。

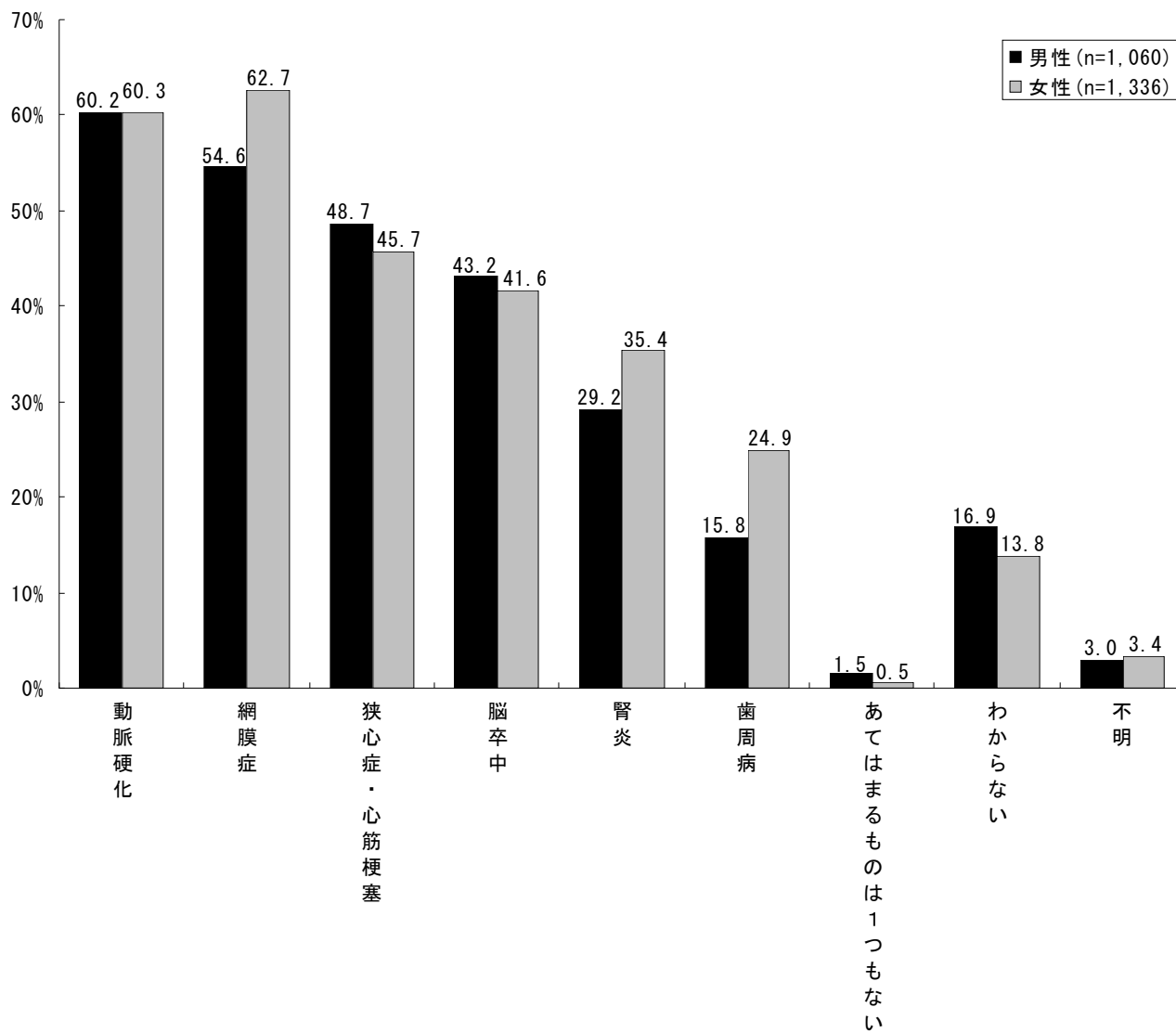
- ・前回、前々回調査では「心筋梗塞」は含まず、「狭心症」のみ
- ・今回調査より「歯周病」が追加

### [回答結果(詳細)]

糖尿病が引き起こす合併症について伺ったものである。

- ▶ 最も多かったのが「動脈硬化」で 60.1%、以下、「網膜症」(59.0%)、「狭心症・心筋梗塞」(47.0%)、「脳卒中」(42.3%)と続いている。  
前回調査と比較すると、選択項目が異なるため単純に比較はできないが、「狭心症・心筋梗塞」が 18.2 ポイント増加している。
- ▶ 男女別に見ると、概ねの項目で男性に比べ、女性の方で認知度が高く、「歯周病」では 9.1 ポイント、「網膜症」では 8.1 ポイント、「腎炎」では 6.2 ポイント上回っている。

【性別】



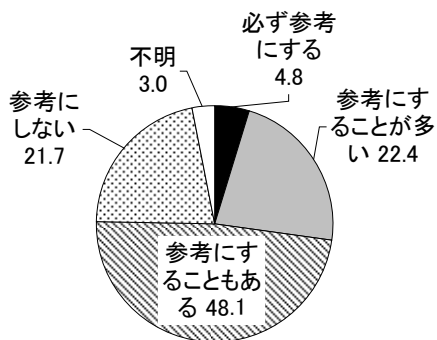


## B9. 食品を買うときに栄養成分の表示を参考にするか

### [設問]

Q 9 あなたは、食品を買うときに、栄養成分の表示を参考にしていますか。(○は1つ)

### [回答結果(全体)]



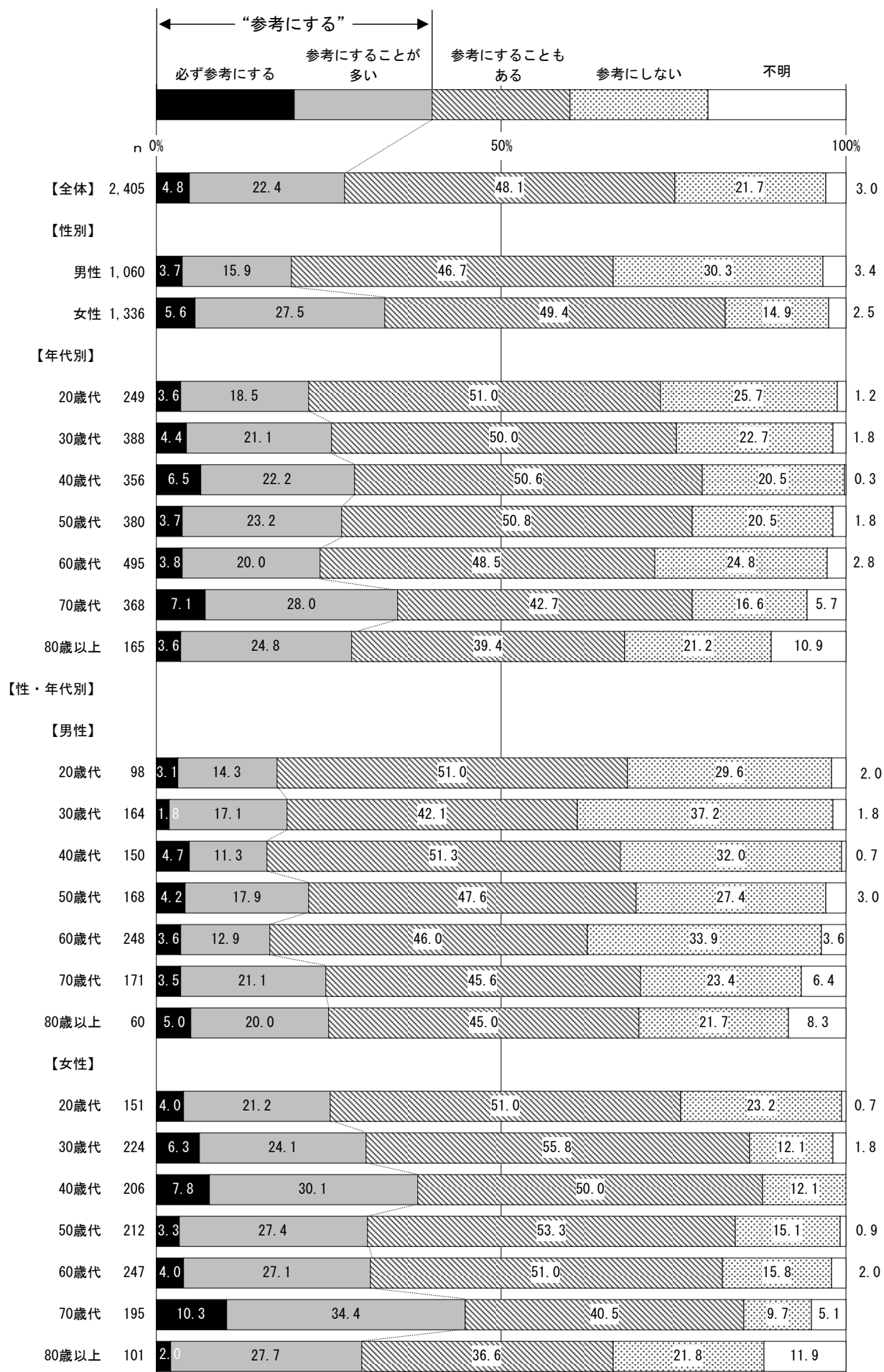
N=2,405人

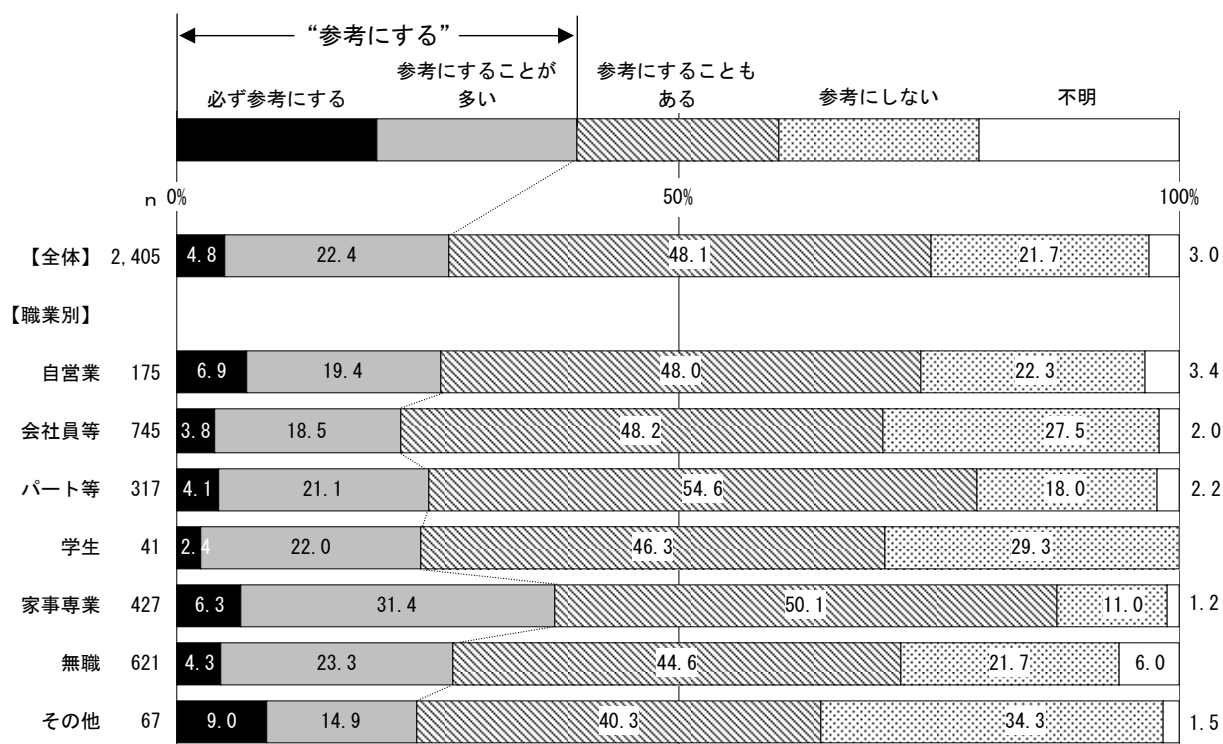
回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
必ず参考にする	115	4.8	113	4.6	110	4.8
参考にすることが多い	538	22.4	523	21.5	463	20.2
参考にすることもある	1,158	48.1	1,180	48.4	1,094	47.8
参考にしない	523	21.7	560	23.0	577	25.2
不明	71	3.0	61	2.5	44	1.9
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

### [回答結果(詳細)]

食品購入時に栄養成分の表示を参考にするかどうか伺ったものである。

- ▶ 「参考にすることもある」が48.1%と最も多く、「参考にする」（「必ず参考にする」＋「参考にすることが多い」）は27.2%にとどまっている。  
前回調査と比較すると、全体的に大きな増減はないが、「参考にしない」がやや減少している。
- ▶ 男女別で見ると、「参考にする」は女性で3割を超え、男性を13.5ポイント上回っている。逆に男性では「参考にしない」が3割以上を占めている。
- ▶ 年代別で見ると、「参考にする」は70歳代で最も多く、3割半ばを占めている。一方、「参考にしない」はすべての年代で2割前後となっている。また、「参考にすることもある」は50歳代以下で半数以上と高い割合になっている。
- ▶ 性別・年代別で見ると、全年代において女性の「参考にする」が男性を上回る傾向にある。「参考にしない」は男性30～40歳代、60歳代で多く3割を超えている。
- ▶ 職業別で見ると、「参考にする」は『家事専業』でのみ3割を超えており、その他の職業ではすべて2割台となっている。



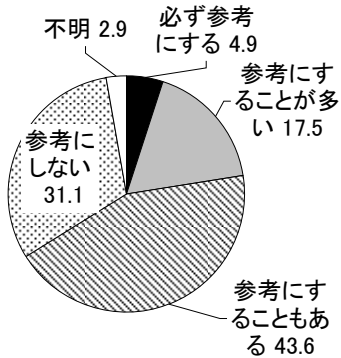


## B10. 外食時、メニューの栄養成分を食事を選ぶときの参考とするか

### [設問]

Q10 あなたは、レストラン等のメニューに栄養成分が表示されている場合、食事を選ぶときの参考としますか。(〇は1つ)

### [回答結果(全体)]



N=2,405人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
必ず参考にする	119	4.9	642	26.3	347	40.6
参考にすることが多い	421	17.5	618	25.4	191	22.4
参考にすることもある	1,049	43.6				
参考にしない	747	31.1	1,107	45.4	314	36.8
不明	69	2.9	70	2.9	2	0.2
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	854	100.0

※前々回調査では『レストラン等のメニューで栄養成分表示を見たことがあるか』の問に対し、“見たことがある”と回答した方のみを対象とした。

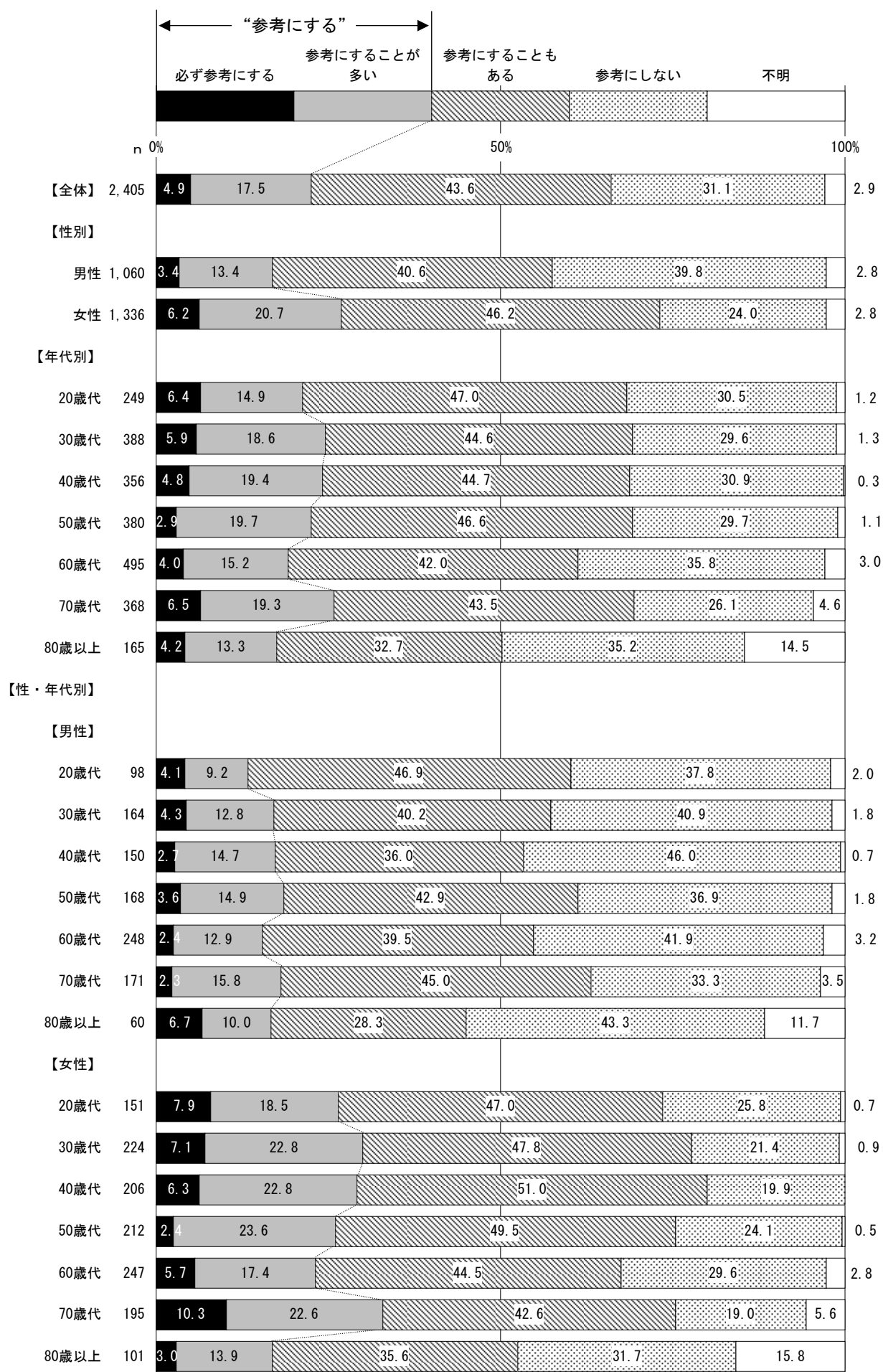
※選択項目が異なる

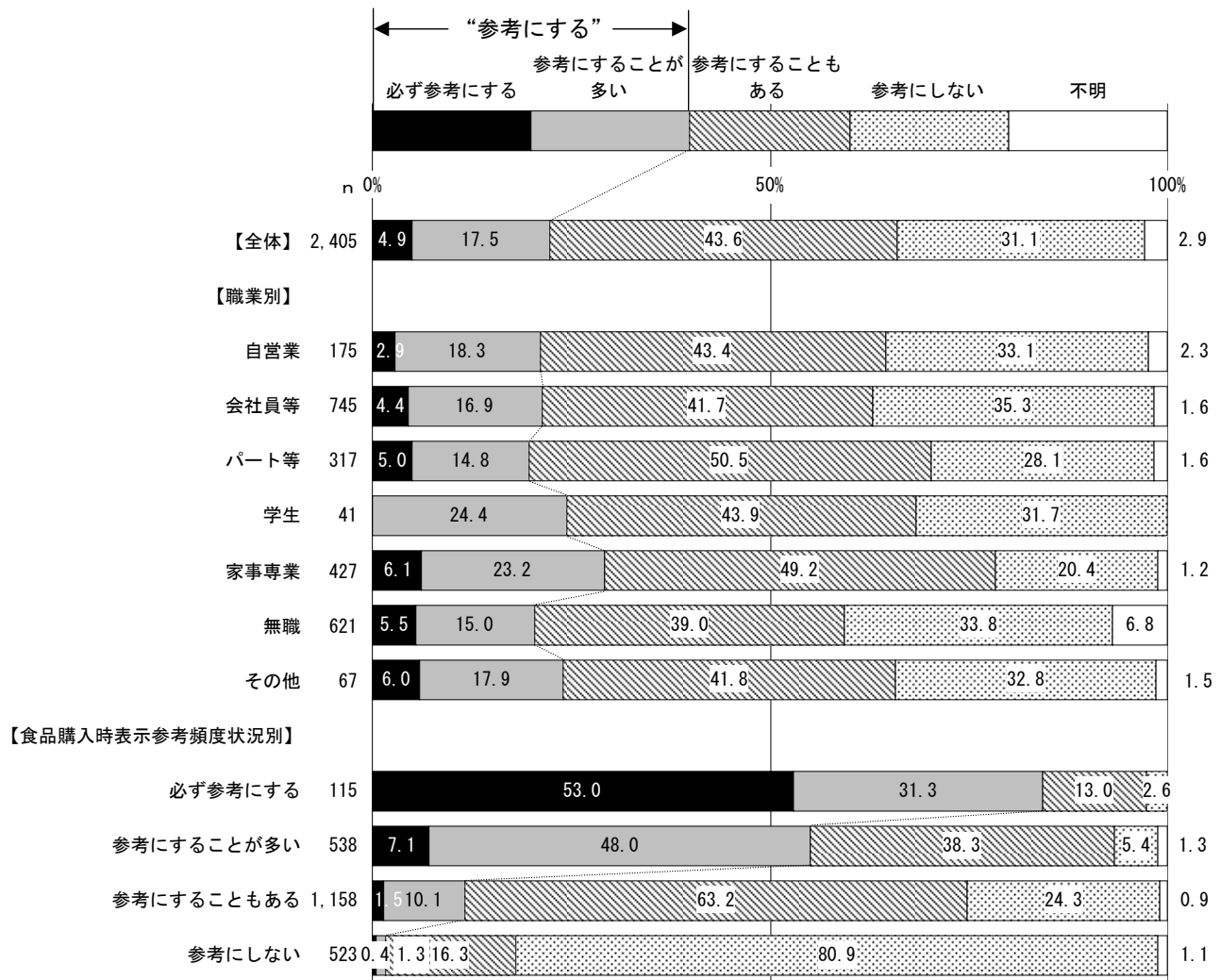
- ・今回調査より「参考にすることが多い」・「参考することもある」が追加
- ・前回、前々回調査の項目にあった「参考にしようと思うが参考にならない」は「参考にすることが多い」・「参考することもある」として表内に算入

### [回答結果(詳細)]

レストラン等のメニューに栄養成分が表示されている場合、食事を選ぶときの参考とすることがあるかどうか伺ったものである。

- ▶ 「参考にすることもある」が 43.6%で最も多く、次いで「参考にしない」(31.1%)となっている。また、“参考にする”(「必ず参考にする」＋「参考にすることが多い」)は 22.5%にとどまっている。前回とは選択項目が異なるため、単純に比較はできないが、「参考にしない」が 14.3 ポイントの減少となっている。
- ▶ 男女別に見ると、“参考にする”は女性が男性よりも 10.1 ポイント高くなっている。逆に男性では「参考にしない」が 4 割近くを占めており、女性より 15.8 ポイント高い。
- ▶ 年代別に見ると、60 歳代と 80 歳以上では“参考にする”が 1 割台にとどまり、「参考にしない」では 3 割半ばを占めている。
- ▶ 性別・年代別に見ると、“参考にする”はすべての年代において女性が男性を上回っている。一方、「参考にしない」は男性で 3～4 割台を占め、高くなっている。
- ▶ 職業別に見ると、『家事専業』では“参考にする”は 29.3%で最も高く、一方で「参考にしない」は最も低く 20.4%にとどまっている。
- ▶ 食品購入時の参考度合別に見ると、食品購入時に『必ず参考にする』方は外食時にも“参考にする”割合が高く、半数を超えている。一方、食品購入時に『参考にしない』方は外食時にも「参考にしない」割合が極めて高く、8 割を超えている。



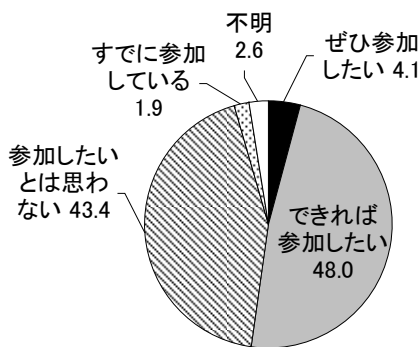


## B11. 健康や栄養に関する学習の場や市民活動に参加してみたいか

### [設問]

Q11 あなたは、健康や栄養に関する学習の場や市民活動に参加してみたいと思いますか。  
(○は1つ)

### [回答結果(全体)]



N=2,405人

回答	今回調査		前回調査 (平成17年)		前々回調査 (平成12年)	
	件数	%	件数	%	件数	%
ぜひ参加したい	99	4.1	184	7.6	147	6.4
できれば参加したい	1,154	48.0	1,145	47.0	1,220	53.3
参加したいとは思わない	1,044	43.4	1,052	43.2	833	36.4
すでに参加している	45	1.9	-	-	34	1.5
不明	63	2.6	56	2.3	54	2.4
回答数	2,405	100.0	2,437	100.0	2,288	100.0

※選択項目が異なる。

・前回調査では「すでに参加している」が削除

### [回答結果(詳細)]

健康や栄養に関する学習の場や市民活動に参加してみたいかを伺ったものである。

- ▶ “参加したい”（「ぜひ参加したい」＋「できれば参加したい」）は半数を超えているが、逆に「参加したいとは思わない」も 43.4%を占めている。また、「すでに参加している」は 1.9%にとどまっている。  
前回調査と比較すると、「参加したいとは思わない」は微増しており、一方の“参加したい”は 2.5ポイント減少している。
- ▶ 男女別に見ると、“参加したい”は女性が男性よりも、12.0ポイント高くなっている。
- ▶ 年代別に見ると、80歳以上を除き、“参加したい”は年代が上がるにつれて高く、70歳代では6割半ばを占めている。一方、「参加したいとは思わない」は年代が若くなるにつれて高く、20歳代では6割近くとなっている。
- ▶ 性別・年代別に見ると、男女共に概ね年代が上がるほど“参加したい”が多くなる傾向にある。特に割合が高い男性70歳代、女性40歳代、60～70歳代では6割を超えているが、最も低い男性20歳代では27.5%にとどまっている。
- ▶ 職業別に見ると、“参加したい”は『家事専業』で最も多く63.0%、一方の「参加したくない」では『学生』が61.0%と高い割合を占めている。
- ▶ 朝食の摂取状況別に見ると、摂取頻度が多い人ほど参加希望が高くなる傾向にあり、『毎日食べている』方では“参加したい”が半数を超えている。

