

2 調査結果概要

食事内容

《問2 あなたの食事内容についてお聞きます》

朝食内容《問2-1》 *すべてに○

・主食を食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	14	87.5%
	30歳代	21	72.4% *果物(1)
	40歳代	23	85.2%
	50歳代	36	92.3%
	60歳代	49	90.7% *バナナ(1)
	70歳代	66	93.0%
	男性計	211	89.4%
女性	20歳代	21	65.6%
	30歳代	38	82.6%
	40歳代	36	83.7%
	50歳代	38	90.5%
	60歳代	62	92.5%
	70歳代	53	98.1%
	女性計	248	87.3%
総計	20-70歳代	459	88.3%

★食べない人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	4	25.0%
	30歳代	4	13.8%
	40歳代	4	14.8% *バナナ(1)
	50歳代	1	2.6%
	60歳代	1	1.9%
	70歳代	2	2.8%
	男性計	17	7.2%
女性	20歳代	8	25.0%
	30歳代	5	10.9%
	40歳代	4	9.3%
	50歳代	1	2.4% *カフェオレ、バナナ(1)
	60歳代	3	4.5%
	70歳代	1	1.9%
	女性計	23	8.1%
総計	20-70歳代	40	7.7%

・汁ものを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	7	43.8%
	30歳代	10	34.5%
	40歳代	13	48.1%
	50歳代	30	76.9%
	60歳代	35	64.8%
	70歳代	51	71.8%
	男性計	146	61.9%
女性	20歳代	13	40.6%
	30歳代	26	56.5%
	40歳代	20	46.5%
	50歳代	30	71.4%
	60歳代	48	71.6%
	70歳代	40	74.1%
	女性計	177	62.3%
総計	20-70歳代	323	62.1%

・おかずを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	9	56.3%
	30歳代	12	41.4%
	40歳代	19	70.4%
	50歳代	31	79.5%
	60歳代	37	68.5%
	70歳代	50	70.4%
	男性計	158	66.9%
女性	20歳代	14	43.8%
	30歳代	29	63.0%
	40歳代	26	60.5%
	50歳代	32	76.2%
	60歳代	54	80.6%
	70歳代	45	83.3%
	女性計	200	70.4%
総計	20-70歳代	358	68.8%

・菓子パンを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	1	6.3%
	30歳代	4	13.8%
	40歳代	2	7.4%
	50歳代	1	2.6%
	60歳代	4	7.4%
	70歳代	1	1.4%
	男性計	13	5.5%
女性	20歳代	6	18.8%
	30歳代	7	15.2%
	40歳代	5	11.6%
	50歳代	1	2.4%
	60歳代	4	6.0%
	70歳代	4	7.4%
	女性計	27	9.5%
総計	20-70歳代	40	7.7%

・惣菜パンを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	1	6.3%
	30歳代	1	3.4%
	40歳代	0	0.0%
	50歳代	0	0.0%
	60歳代	1	1.9%
	70歳代	1	1.4%
	男性計	7	3.0%
女性	20歳代	1	3.1%
	30歳代	1	2.2%
	40歳代	0	0.0%
	50歳代	1	2.4%
	60歳代	1	1.5%
	70歳代	1	1.9%
	女性計	9	3.2%
総計	20-70歳代	16	3.1%

昼食内容《問2-1》*すべてに○

・主食を食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	15	93.8%
	30歳代	28	96.6%
	40歳代	26	96.3%
	50歳代	39	100.0%
	60歳代	54	100.0%
	70歳代	64	90.1%
	男性計	226	95.8%
女性	20歳代	31	96.9%
	30歳代	43	93.5%
	40歳代	42	97.7%
	50歳代	42	100.0%
	60歳代	64	95.5%
	70歳代	51	94.4%
	女性計	273	96.1%
総計	20-70歳代	499	96.0%

★食べない人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	1	6.3%
	30歳代		0.0%
	40歳代		0.0%
	50歳代		0.0%
	60歳代		0.0%
	70歳代	3	4.2%
	男性計	4	1.7%
女性	20歳代		0.0%
	30歳代	1	2.2%
	40歳代	1	2.3%
	50歳代		0.0%
	60歳代	1	1.5%
	70歳代		0.0%
	女性計	3	1.1%
総計	20-70歳代	7	1.3%

・汁ものを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	8	50.0%
	30歳代	7	24.1%
	40歳代	16	59.3%
	50歳代	17	43.6%
	60歳代	23	42.6%
	70歳代	37	52.1%
	男性計	109	46.2%
女性	20歳代	14	43.8%
	30歳代	20	43.5%
	40歳代	14	32.6%
	50歳代	23	54.8%
	60歳代	23	34.3%
	70歳代	25	46.3%
	女性計	119	41.9%
総計	20-70歳代	228	43.8%

・おかずを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	14	87.5%
	30歳代	19	65.5%
	40歳代	25	92.6%
	50歳代	26	66.7%
	60歳代	37	68.5%
	70歳代	46	64.8%
	男性計	167	70.8%
女性	20歳代	27	84.4%
	30歳代	31	67.4%
	40歳代	31	72.1%
	50歳代	35	83.3%
	60歳代	46	68.7%
	70歳代	37	68.5%
	女性計	208	73.2%
総計	20-70歳代	375	72.1%

*ヨーグルト

・菓子パンを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	2	12.5%
	30歳代	3	10.3%
	40歳代	1	3.7%
	50歳代		0.0%
	60歳代	2	3.7%
	70歳代	2	2.8%
	男性計	10	4.2%
女性	20歳代	2	6.3%
	30歳代	6	13.0%
	40歳代	3	7.0%
	50歳代	5	11.9%
	60歳代	7	10.4%
	70歳代	7	13.0%
	女性計	30	10.6%
総計	20-70歳代	40	7.7%

・惣菜パンを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	2	12.5%
	30歳代	1	3.4%
	40歳代	0	0.0%
	50歳代	2	5.1%
	60歳代	1	1.9%
	70歳代	2	2.8%
	男性計	8	3.4%
女性	20歳代	2	6.3%
	30歳代	5	10.9%
	40歳代	5	11.6%
	50歳代	4	9.5%
	60歳代	1	1.5%
	70歳代	3	5.6%
	女性計	20	7.0%
総計	20-70歳代	28	5.4%

夕食内容《問2-1》*すべてに○

・主食を食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	15	93.8%
	30歳代	28	96.6%
	40歳代	26	96.3%
	50歳代	36	92.3%
	60歳代	47	87.0%
	70歳代	67	94.4%
	男性計	219	92.8%
女性	20歳代	30	93.8%
	30歳代	39	84.8%
	40歳代	38	88.4%
	50歳代	37	88.1%
	60歳代	60	89.6%
	70歳代	52	96.3%
	女性計	256	90.1%
総計	20-70歳代	475	91.3%

★食べない人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代		0.0%
	30歳代		0.0%
	40歳代		0.0%
	50歳代		0.0%
	60歳代		0.0%
	70歳代	1	1.4%
	男性計		0.0%
	女性	20歳代	
30歳代		1	2.2%
40歳代			0.0%
50歳代			0.0%
60歳代			0.0%
70歳代		1	1.9%
女性計			0.0%
総計	20-70歳代	3	0.6%

・汁ものを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	11	68.8%
	30歳代	22	75.9%
	40歳代	19	70.4%
	50歳代	33	84.6%
	60歳代	38	70.4%
	70歳代	47	66.2%
	男性計	170	72.0%
女性	20歳代	24	75.0%
	30歳代	36	78.3%
	40歳代	28	65.1%
	50歳代	33	78.6%
	60歳代	44	65.7%
	70歳代	44	81.5%
	女性計	209	73.6%
総計	20-70歳代	379	72.9%

・おかずを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	14	87.5%
	30歳代	23	79.3%
	40歳代	23	85.2%
	50歳代	37	94.9%
	60歳代	47	87.0%
	70歳代	56	78.9%
	男性計	200	84.7%
女性	20歳代	30	93.8%
	30歳代	44	95.7%
	40歳代	39	90.7%
	50歳代	41	97.6%
	60歳代	61	91.0%
	70歳代	48	88.9%
	女性計	263	92.6%
総計	20-70歳代	463	89.0%

・菓子パンを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	2	12.5%
	30歳代		0.0%
	40歳代		0.0%
	50歳代		0.0%
	60歳代		0.0%
	70歳代	2	2.8%
	男性計	4	1.7%
女性	20歳代	1	3.1%
	30歳代	1	2.2%
	40歳代		0.0%
	50歳代	1	2.4%
	60歳代	2	3.0%
	70歳代	2	3.7%
	女性計	7	2.5%
総計	20-70歳代	11	2.1%

・惣菜パンを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代		0.0%
	30歳代		0.0%
	40歳代		0.0%
	50歳代		0.0%
	60歳代	1	1.9%
	70歳代	2	2.8%
	男性計	3	1.3%
	女性	20歳代	1
30歳代			0.0%
40歳代		1	2.3%
50歳代		1	2.4%
60歳代			0.0%
70歳代		3	5.6%
女性計		6	2.1%
総計	20-70歳代	9	1.7%

※朝・昼・夕食において主食+おかずを食べる人《問2-1》 *クロス集計

・朝食で主食+おかずを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	9	56.3%
	30歳代	12	41.4%
	40歳代	19	70.4%
	50歳代	30	76.9%
	60歳代	36	66.7%
	70歳代	48	67.6%
	男性計	154	65.3%
女性	20歳代	12	37.5%
	30歳代	28	60.9%
	40歳代	24	55.8%
	50歳代	32	76.2%
	60歳代	53	79.1%
	70歳代	44	81.5%
	女性計	193	68.0%
総計	20-70歳代	347	66.7%

★朝・昼・夕食において主食+おかずを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	8	50.0%
	30歳代	9	31.0%
	40歳代	16	59.3%
	50歳代	19	48.7%
	60歳代	26	48.1%
	70歳代	40	56.3%
	男性計	118	50.0%
女性	20歳代	10	31.3%
	30歳代	21	45.7%
	40歳代	20	46.5%
	50歳代	25	59.5%
	60歳代	38	56.7%
	70歳代	31	57.4%
	女性計	145	51.1%
総計	20-70歳代	263	50.6%

・昼食で主食+おかずを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	14	87.5%
	30歳代	18	62.1%
	40歳代	24	88.9%
	50歳代	26	66.7%
	60歳代	37	68.5%
	70歳代	46	64.8%
	男性計	165	69.9%
女性	20歳代	27	84.4%
	30歳代	30	65.2%
	40歳代	32	74.4%
	50歳代	35	83.3%
	60歳代	45	67.2%
	70歳代	37	68.5%
	女性計	206	72.5%
総計	20-70歳代	371	71.3%

・夕食で主食+おかずを食べる人

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	13	81.3%
	30歳代	22	75.9%
	40歳代	22	81.5%
	50歳代	34	87.2%
	60歳代	40	74.1%
	70歳代	53	74.6%
	男性計	184	78.0%
女性	20歳代	28	87.5%
	30歳代	37	80.4%
	40歳代	35	81.4%
	50歳代	36	85.7%
	60歳代	56	83.6%
	70歳代	46	85.2%
	女性計	238	83.8%
総計	20-70歳代	422	81.2%

おやつ・間食(朝・昼・夕食以外)内容で1週間に3日以上のもの《問2-2》 *すべてに○

性別	1位	2位	3位
20歳代	スナック菓子 37.5%	菓子パン 31.3% せんべい 31.3%	
30歳代	スナック菓子 27.6% せんべい 27.6%		チョコレート 24.1%
40歳代	スナック菓子 37.0%	菓子パン 14.8% せんべい 14.8%	せんべい 11.1%
50歳代	せんべい 56.4%	スナック菓子 20.5%	菓子パン 15.4%
60歳代	せんべい 37.0%	菓子パン 14.8% せんべい 14.8%	チョコレート 13.0%
70歳代	せんべい 50.7%	クッキー・ビスケット 19.7%	チョコレート 15.5%
女性			
20歳代	スナック菓子 43.8%	チョコレート 37.5%	菓子パン 18.8%
30歳代	チョコレート 65.2%	スナック菓子 37.0%	せんべい 34.8%
40歳代	せんべい 53.5%	チョコレート 32.6%	スナック菓子 25.6%
50歳代	せんべい 57.1%	クッキー・ビスケット 35.7%	チョコレート 33.3%
60歳代	せんべい 67.0%	クッキー・ビスケット 23.9%	菓子パン 16.4%
70歳代	せんべい 50.7%	クッキー・ビスケット 27.8%	菓子パン 18.5%

・スナック菓子

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	6	37.5%
	30歳代	8	27.6%
	40歳代	10	37.0%
	50歳代	8	20.5%
	60歳代	7	13.0%
	70歳代	5	7.0%
	男性計	44	18.6%
女性	20歳代	14	43.8%
	30歳代	17	37.0%
	40歳代	11	25.6%
	50歳代	5	11.9%
	60歳代	7	10.4%
	70歳代	8	14.8%
	女性計	62	21.8%
総計	20-70歳代	106	20.4%

・チョコレート

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	4	25.0%
	30歳代	7	24.1%
	40歳代	3	11.1%
	50歳代	4	10.3%
	60歳代	7	13.0%
	70歳代	11	15.5%
	男性計	36	15.3%
女性	20歳代	12	37.5%
	30歳代	30	65.2%
	40歳代	14	32.6%
	50歳代	14	33.3%
	60歳代	8	11.9%
	70歳代	8	14.8%
	女性計	86	30.3%
総計	20-70歳代	122	23.5%

・アイスクリーム

・菓子パン

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	1	6.3%
	30歳代	3	10.3%
	40歳代	3	11.1%
	50歳代	1	2.6%
	60歳代	3	5.6%
	70歳代	3	4.2%
	男性計	14	5.9%
女性	20歳代		0.0%
	30歳代	3	6.5%
	40歳代	2	4.7%
	50歳代	4	9.5%
	60歳代	8	11.9%
	70歳代	3	5.6%
	女性計	20	7.0%
総計	20-70歳代	34	6.5%

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	5	31.3%
	30歳代	4	13.8%
	40歳代	4	14.8%
	50歳代	6	15.4%
	60歳代	8	14.8%
	70歳代	8	11.3%
	男性計	35	14.8%
女性	20歳代	6	18.8%
	30歳代	8	17.4%
	40歳代	6	14.0%
	50歳代	7	16.7%
	60歳代	11	16.4%
	70歳代	10	18.5%
	女性計	48	16.9%
総計	20-70歳代	83	16.0%

・ケーキ

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代		0.0%
	30歳代		0.0%
	40歳代		0.0%
	50歳代	1	2.6%
	60歳代	2	3.7%
	70歳代	1	1.4%
	男性計	4	1.7%
女性	20歳代	1	3.1%
	30歳代	2	4.3%
	40歳代	1	2.3%
	50歳代	4	9.5%
	60歳代	2	3.0%
	70歳代	3	5.6%
	女性計	13	4.6%
総計	20-70歳代	17	3.3%

・せんべい

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	5	31.3%
	30歳代	8	27.6%
	40歳代	3	11.1%
	50歳代	22	56.4%
	60歳代	20	37.0%
	70歳代	36	50.7%
	男性計	94	39.8%
女性	20歳代	8	25.0%
	30歳代	16	34.8%
	40歳代	23	53.5%
	50歳代	24	57.1%
	60歳代	45	67.2%
	70歳代	34	63.0%
	女性計	150	52.8%
総計	20-70歳代	244	46.9%

・クッキー・ビスケット

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	1	6.3%
	30歳代	1	3.4%
	40歳代	1	3.7%
	50歳代	3	7.7%
	60歳代	6	11.1%
	70歳代	14	19.7%
	男性計	26	11.0%
女性	20歳代	6	18.8%
	30歳代	14	30.4%
	40歳代	14	32.6%
	50歳代	15	35.7%
	60歳代	16	23.9%
	70歳代	15	27.8%
	女性計	80	28.2%
総計	20-70歳代	106	20.4%

・ゼリー

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	1	6.3%
	30歳代	1	3.4%
	40歳代	1	3.7%
	50歳代		0.0%
	60歳代	2	3.7%
	70歳代	4	5.6%
	男性計	9	3.8%
女性	20歳代	2	6.3%
	30歳代	1	2.2%
	40歳代	1	2.3%
	50歳代	1	2.4%
	60歳代	7	10.4%
	70歳代	6	11.1%
	女性計	18	6.3%
総計	20-70歳代	27	5.2%

・プリン

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	1	6.3%
	30歳代	2	6.9%
	40歳代		0.0%
	50歳代	1	2.6%
	60歳代		0.0%
	70歳代	3	4.2%
	男性計	7	3.0%
女性	20歳代	1	3.1%
	30歳代	2	4.3%
	40歳代	1	2.3%
	50歳代		0.0%
	60歳代	2	3.0%
	70歳代	9	16.7%
	女性計	15	5.3%
総計	20-70歳代	22	4.2%

・惣菜パン

性別	年代	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	3	18.8%
	30歳代	3	10.3%
	40歳代		0.0%
	50歳代	1	2.6%
	60歳代	2	3.7%
	70歳代	2	2.8%
	男性計	11	4.7%
女性	20歳代		0.0%
	30歳代		0.0%
	40歳代	1	2.3%
	50歳代	2	4.8%
	60歳代	1	1.5%
	70歳代	3	5.6%
	女性計	7	2.5%
総計	20-70歳代	18	3.5%

・その他

性別	年代	(その他)食べるもの	人数(人)	割合(%)
男性	20歳代	ジュース	1	6.3%
		ヨーグルト	1	3.7%
	40歳代	果物	1	3.7%
		ピーナッツ	1	2.6%
	50歳代	ヨーグルト	2	5.1%
		果物	1	2.6%
	60歳代	かりんとう	1	1.9%
		のどあめ	1	1.9%
		バナナ、柿	1	1.9%
		フルーツ	1	1.9%
		ヨーグルト	2	3.7%
		果物	3	5.6%
		果物 ヨーグルト チーズ	1	1.9%
		果物 和菓子	1	1.9%
		茶菓子	1	1.9%
	70歳代	かまぼこ	1	1.4%
		バナナ、りんご、ロールパン	1	1.4%
		ピーナッツ	2	2.8%
		ヨーグルト	3	4.2%
		ヨーグルト、どら焼き	1	1.4%
		飴	1	1.4%
果物		1	1.4%	
果物 和菓子		1	1.4%	
漬物		1	1.4%	
様々		1	1.4%	
トーナツ、ようかん、まんじゅう		1	3.1%	
女性	20歳代	ヨーグルト	1	3.1%
		飴	1	3.1%
		果物	2	6.3%
		大福、まんじゅう	1	3.1%
		アメ	1	2.2%
	30歳代	のど飴	1	2.2%
		ヨーグルト	1	2.2%
		ヨーグルト、果物	1	2.2%
		果物	1	2.2%
	40歳代	アイスは夏場よく食べますが、冬場はたまに	1	2.3%
		ヨーグルト	2	4.7%
	50歳代	3日以上も食べていないかもしれない	1	2.4%
		あめ	1	2.4%
		お茶、コーヒー	1	2.4%
		お土産の菓子など	1	2.4%
		まんじゅう	1	2.4%
		まんじゅう、どら焼き	1	2.4%
		ヨーグルト	5	11.9%
		ヨーグルト、牛乳	1	2.4%
		果物	1	2.4%
		果物(リンゴ、柿など毎朝食べる)	1	2.4%
60歳代	アメ、和菓子	1	1.5%	
	あんこ類	1	1.5%	
	イカ類、豆類	1	1.5%	
	ピーナッツなど	1	1.5%	
	ミックスナッツ	1	1.5%	
	ヨーグルト	2	3.0%	
	ヨーグルト、バナナ、リンゴ	1	1.5%	
	ヨーグルト、果物	2	3.0%	
	ヨーグルト、果物、大福	1	1.5%	
	ヨーグルト、果物、和菓子	1	1.5%	
	果物	5	7.5%	
	果物、コーヒー	1	1.5%	
	果物(りんご、バナナ、みかん)	1	1.5%	
果物、ヨーグルト	2	3.0%		
70歳代	和菓子	2	3.0%	
	10時茶菓子を食す	1	1.9%	
	まんじゅう大福	1	1.9%	
	ヨーグルト	1	1.9%	
	ヨーグルト、果物	1	1.9%	
	ヨーグルト、果物	1	1.9%	
	ヨーグルトを毎日食べる	1	1.9%	
	リンゴ、ミカン、アボカド	1	1.9%	
	果物	6	11.1%	
	果物、和菓子	1	1.9%	
和菓子類	1	1.9%		