

食育、若年層の現状に課題

～「朝食なし」は20歳代で2割弱、地場産物の認知も低め～
全国1万人の意識調査

株式会社インテージリサーチ(本社:東京都東久留米市、代表取締役:小田切俊夫)は、自主企画「朝食の摂取、地産地消への関心に関する意識調査」を実施しました。全国の16～79歳の男女1万802人を対象にしたインターネット調査で、朝食の摂取状況や内容、地産地消への関心など、食育に関して尋ねたものです。

<調査結果のポイント>

1. 約9割の人が普段から朝食を取っており、多くの人が朝食を意識していることが明らかに
2. 「朝食を取らない」人は20歳代の男女で2割弱。さらに、30～50歳代の男性においても同じく2割弱となっており、「朝食を取らない」ことが多くの世代に広がっている状況が浮き彫りに
3. 10・20歳代の男女では、地域の地場産物の認知度も4割程度と低くなっており、若年層の食育の現状に課題

【考察】

農林水産省の「第3次食育推進基本計画」は2016年3月からスタートし、「若い世代を中心とした食育の推進」を重点課題の一つとして位置付けています※。

そこで今回、若い世代の食育に関する現状を把握するために調査しました。その結果、20歳代の女性と20～50歳代の男性で、「朝食は取らない」と回答した人が2割弱。男女共に20歳代に課題があること、男性では「朝食なし」が若い年代に限った問題ではないことが明らかになりました。

また、朝食の内容を性年代別に見ると、ごはん、パン、麺などの「主食のみ」と回答する男性がいずれの年代においても25%超に。年代に加えて、性別でも朝食に対する意識の差が垣間見える結果となりました。

さらに、同じく食育という観点から、現在住んでいる地域の地場産物(郷土料理や伝統料理など)の認知についても聴取。地域の地場産物を知っている割合は、全体で54.9%と半数を超えているものの、性年代別に見ると、男女共に10・20歳代で4割程度と低くなっていました。このことから、若い世代の地域の地場産物の認知度には、依然として課題があることが分かりました。

これらの結果から、家庭や教育の場などを通じて、朝食を取ることやバランスよく食べることの重要性について、若い世代への啓発を図ることが必要であると考えられます。さらに、地場産物を含め、地域そのものに関心を持ってもらえるような働きかけを、今後も継続的に行っていくことが重要であるといえるのではないのでしょうか。

※ 「朝食を欠食する割合を15%以下」「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を一日2回以上ほぼ毎日食べている割合を55%以上」「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法などを継承している割合を60%以上」「食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する割合を65%以上」を、2020年度までの若い世代の数値目標として掲げている

分析者:手嶋 まりや(ソーシャル事業推進部)

【調査に関するお問い合わせ先】

■株式会社インテージリサーチ 広報担当:田守、和泉、錫木(すずき)

TEL:03-5295-2432

サイト「お問い合わせフォーム」 <https://www.intage-research.co.jp/contact/index.php/input>

<調査結果の詳細>

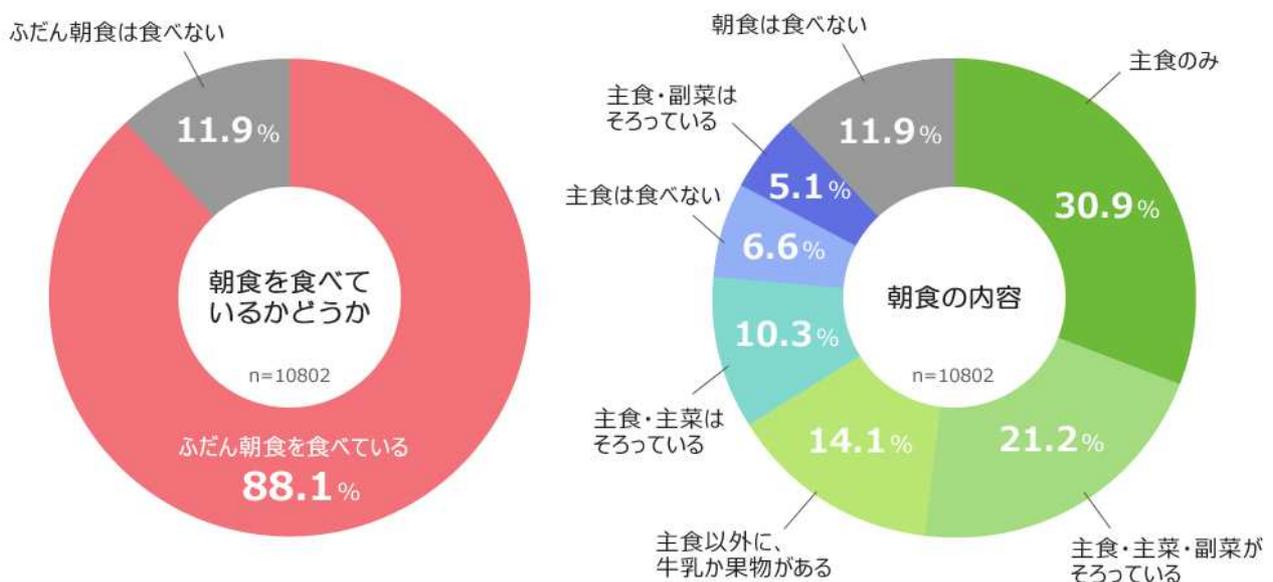
朝食を取っている人は約 9 割、ただし内容には偏りも

朝食を普段から取っているかどうかを聞いたところ、「食べている」割合が 88.1%。大半の人が意識して朝食を取っていることが分かりました。

次に、朝食の内容を聴取したところ、ごはん、パン、麺などの「主食のみ」が 30.9%と最も高く、次いで「主食・主菜・副菜がそろっている」が 21.2%となっています。これらの結果から、朝食をバランスよく食べている人とそうでない人に二極化していることがうかがえます。

問 あなたは普段朝食を取っていますか。食べている場合は、具体的に食べている物をすべてお答えください。

図表 1：朝食を食べているかどうかとその内容



※日によって食べている物が異なる場合は、最も頻度が高い内容を回答

※主食（ごはん、パン、麺）、主菜（肉、魚、卵、大豆料理）、副菜（野菜、きのこ、イモ、海藻料理）とそれぞれ例示して聴取

© INTAGE GROUP

地域の地場産物の認知度は約 5 割

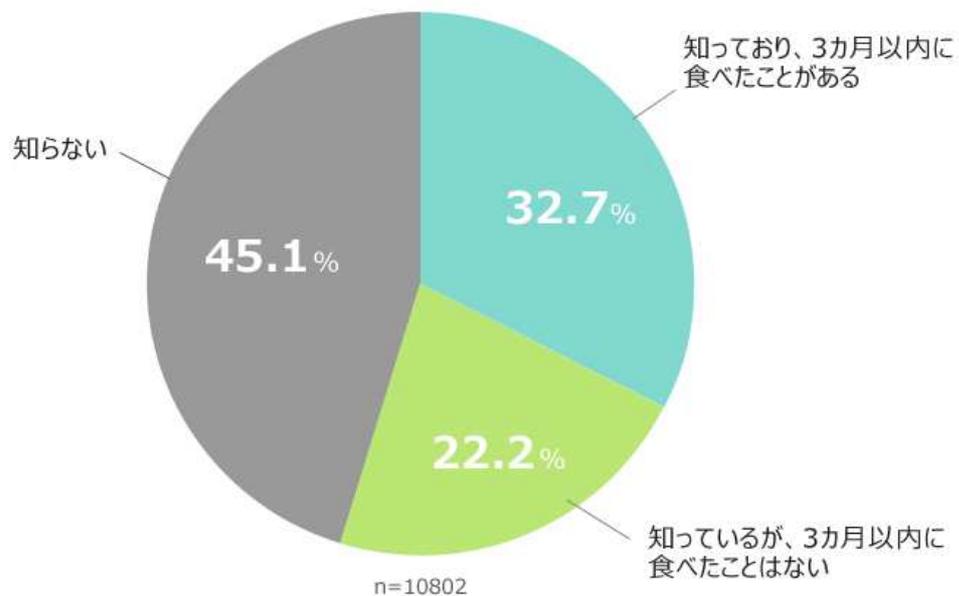
「第 3 次食育推進基本計画」では、若い世代に関連する目標として「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法などを継承している割合を 2020 年度までに 60%以上とすること」が掲げられています。

そこで、本調査においても、地域の地場産物の認知について調査しました。

その結果、地域の地場産物の認知度（「知っており、3カ月以内に食べたことがある」と「知っているが、3カ月以内に食べたことはない」の合計）は半数を超えているものの、45.1%の人が「知らない」と回答しています。

問 あなたは現在住んでいる地域の地場産物について知っていますか。

図表 3：地域の地場産物の認知度



© INTAGE GROUP

10・20 歳代の地場産物の認知度は 4 割にとどまる

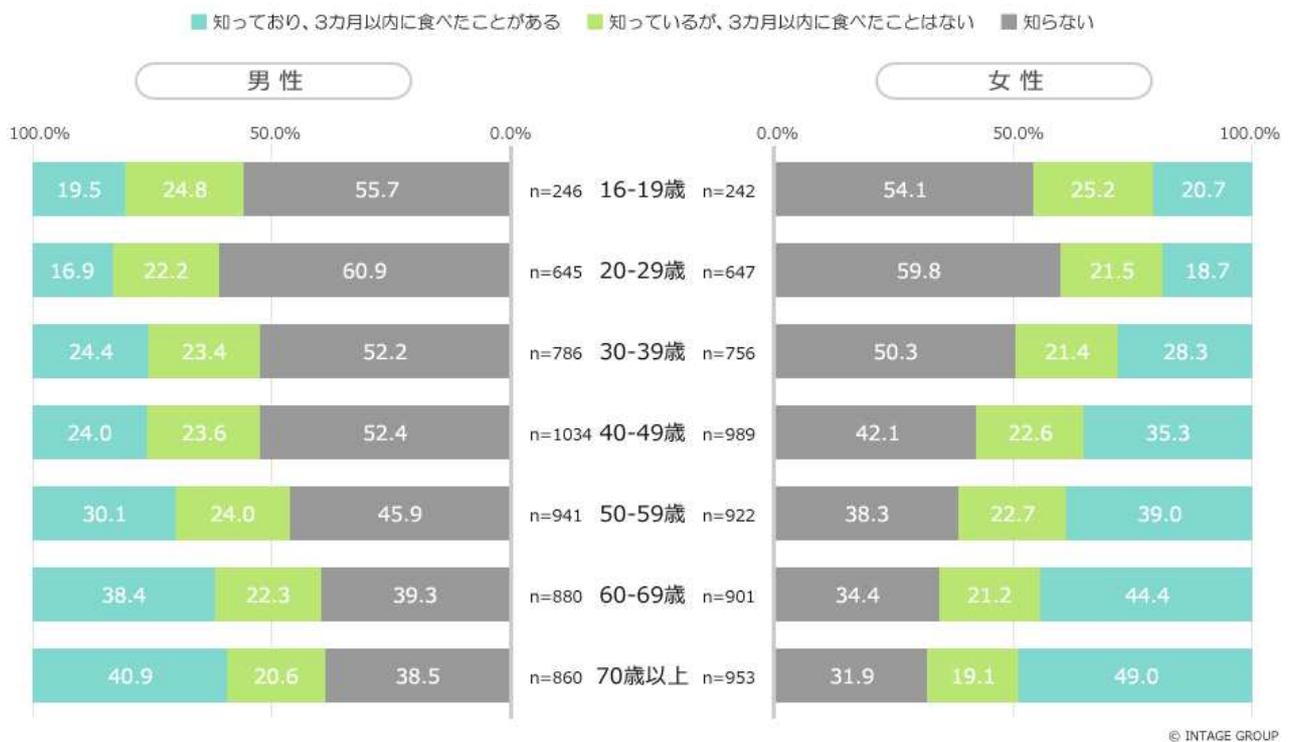
地域の地場産物の認知について、性年代別に見ると、年齢が上がるにつれて、地域の地場産物への関心が高くなる傾向に。しかし、10・20 歳代は男女共に、地場産物の認知度（「知っており、3 カ月以内に食べたことがある」と「知っているが、3 カ月以内に食べたことはない」の合計）が 4 割程度と、半数を下回っています。

また、「3 カ月以内に食べたことがある」と回答した人を性年代別に見ると、男女共に 10・20 歳代で 2 割弱と低くなっています。しかし、こちらも認知と同じく、年齢が上がるにつれて「食べたことがある」割合が高くなり、60 歳以上で 4 割程度になっています。

これらの結果から、若い世代の地域の地場産物の認知には、依然として課題があることがうかがえます。

問 あなたは現在住んでいる地域の地場産物について知っていますか。

図表 4：性年代別に見た、地域の地場産物の認知度



【調査概要】

調査方法：インターネット調査

調査地域：全国

調査対象者：マイティモニター 全国 16 歳以上 79 歳までの男女個人

サンプル構成：平成 27 年国勢調査ベース（性別 × 年代別 × 居住エリア × 未既婚）母集団準拠

設計数：10,802 サンプル

調査期間：2020 年 7 月 31 日（金）～8 月 3 日（月）

調査内容：朝食の摂取内容（状況）、地産地消の認知・摂取状況について

調査実施機関：株式会社インテージリサーチ

【株式会社インテージリサーチ】 <https://www.intage-research.co.jp/>

株式会社インテージリサーチ（本社：東京都東久留米市、代表取締役：小田切俊夫）は、インテージグループの一員として、社会・公共領域をテーマとした調査研究、公的統計調査の受託や民間の市場調査のデータ収集を行っています。

<資料編>

本編内に掲載できなかった集計表を資料編としてご紹介します。

セルの色分けは TOTAL と比較し、5%ポイント、10%ポイント、20%ポイントの差異がみられる選択肢を3段階に分けて色付けしています。色とポイント差の関係は下記の凡例をご覧ください。

<凡例>

	+5%ポイント以上		+10%ポイント以上		+20%ポイント以上
	-5%ポイント以下		-10%ポイント以下		-20%ポイント以下

(朝食の内容)【性年代別】

	TOTAL	主食・主菜・副菜がそろっている	主食・主菜はそろっている	主食・副菜はそろっている	主食以外に、牛乳か果物がある	主食のみ	主食は食べない	朝食は食べない
TOTAL	10802 100.0	2294 21.2	1111 10.3	546 5.1	1526 14.1	3336 30.9	708 6.6	1281 11.9
男性16-19歳	246 100.0	35 14.2	35 14.2	8 3.3	32 13.0	91 37.0	11 4.5	34 13.8
男性20-29歳	645 100.0	79 12.2	76 11.8	10 1.6	58 9.0	254 39.4	44 6.8	124 19.2
男性30-39歳	786 100.0	111 14.1	79 10.1	14 1.8	89 11.3	311 39.6	42 5.3	140 17.8
男性40-49歳	1034 100.0	142 13.7	88 8.5	29 2.8	94 9.1	401 38.8	72 7.0	208 20.1
男性50-59歳	941 100.0	158 16.8	74 7.9	30 3.2	94 10.0	371 39.4	60 6.4	154 16.4
男性60-69歳	880 100.0	187 21.3	94 10.7	59 6.7	132 15.0	283 32.2	61 6.9	64 7.3
男性70歳以上	860 100.0	266 30.9	91 10.6	104 12.1	122 14.2	220 25.6	35 4.1	22 2.6
女性16-19歳	242 100.0	34 14.0	28 11.6	7 2.9	27 11.2	91 37.6	21 8.7	34 14.0
女性20-29歳	647 100.0	101 15.6	69 10.7	19 2.9	77 11.9	205 31.7	55 8.5	121 18.7
女性30-39歳	756 100.0	130 17.2	99 13.1	13 1.7	148 19.6	225 29.8	46 6.1	95 12.6
女性40-49歳	989 100.0	186 18.8	98 9.9	34 3.4	180 18.2	307 31.0	70 7.1	114 11.5
女性50-59歳	922 100.0	193 20.9	101 11.0	49 5.3	162 17.6	254 27.5	68 7.4	95 10.3
女性60-69歳	901 100.0	277 30.7	87 9.7	73 8.1	167 18.5	179 19.9	68 7.5	50 5.5
女性70歳以上	953 100.0	395 41.4	92 9.7	97 10.2	144 15.1	144 15.1	55 5.8	26 2.7