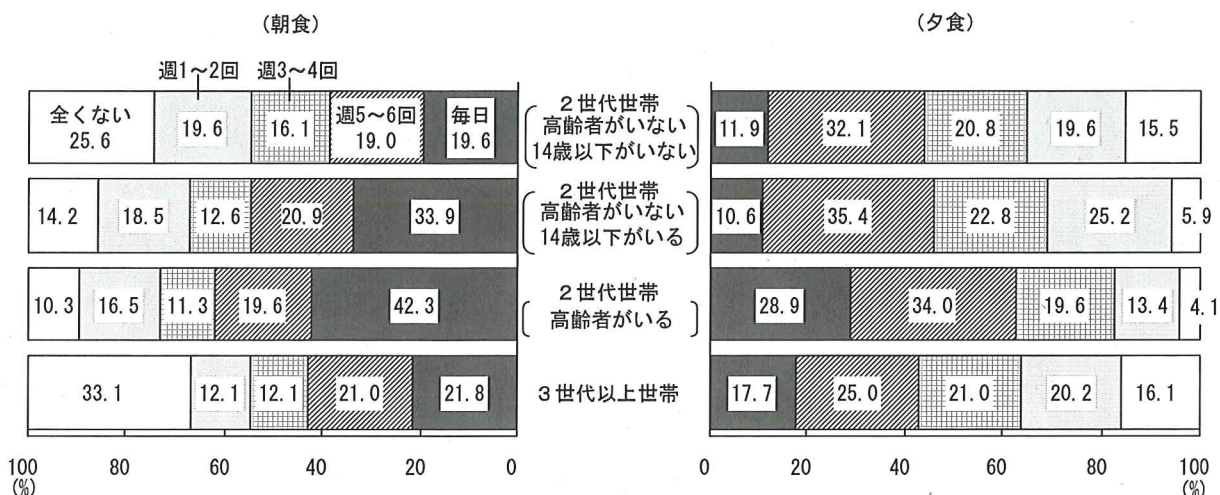


図10 世帯員全員で食事した割合（2世代以上世帯）

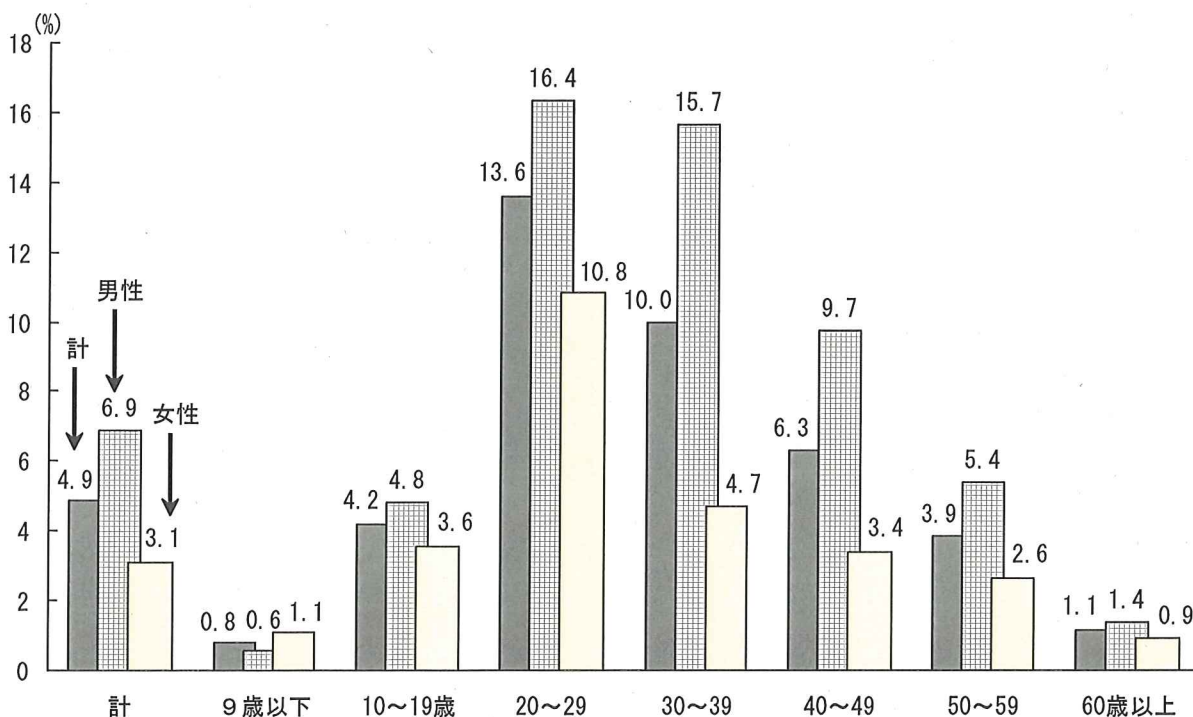


(3) 世帯員の朝食欠食状況

調査期間1週間において朝食を4回以上欠食している世帯員の割合を年齢階層別に見ると、「20~29歳」階層が13.6%と最も高く、次いで「30~39歳」階層が10.0%、「40~49歳」階層が6.3%となっている。

また、性別で見ると男女とも「20~29歳」階層が最も高く、それぞれ16.4%、10.8%となっている。なお、9歳以下を除きいずれの年齢階層においても男性の方が高くなっている。

図11 週4回以上朝食を欠食している世帯員の年齢階層別割合



注：「週4回以上朝食を欠食している」とは、朝食を、「全く摂っていない」、「週1回」摂取、「週2~3回」摂取を合わせたものをいう。

### 3 世帯において料理、飲食した食品の出現回数

調査期間1週間において料理、飲食した食品の出現回数は以下のようにになっている。

表1 料理、飲食した食品数

単位：回/1週間

料理区分	料理・食品類	朝食時	昼食時	夕食時
主食	米が主体の料理、加工品	4.72	2.66	5.70
	うち、ごはん(白飯)	3.99	1.96	4.92
	パン類	3.41	0.93	0.13
	めん類	0.16	1.57	0.78
副菜	野菜類が主体の料理、加工品	4.63	2.73	7.58
	いもが主体の料理	0.18	0.16	0.49
	きのこ類が主体の料理	0.03	0.01	0.06
	海藻類が主体の料理、加工品	0.78	0.23	0.45
主菜	豆が主体の料理、加工品	1.35	0.42	1.28
	肉類が主体の料理、加工品	1.02	0.42	1.94
	卵類が主体の料理、加工品	2.41	0.44	0.41
	魚介類が主体の料理、加工品	1.58	0.89	3.21
	主体となる食材のない料理	1.85	0.51	1.28
牛乳及び乳製品	牛乳及び乳製品が主体の料理、加工品	3.47	1.04	0.63
果物	果実類、加工品	2.77	1.38	1.36
汁物	みそ汁・スープ類	3.19	1.03	2.66
その他	菓子類	0.39	0.38	0.33
	お茶	2.89	2.12	2.85
	コーヒー	2.23	0.58	0.16
	その他飲料類	1.20	0.40	2.06
	その他食品、加工品	0.42	0.69	0.82
—	計(延べ数)	38.65	18.57	34.18

注：1 調理、飲食した食品・料理について、品目ごとの出現回数を計上したものである。  
例えば、朝炊いたごはんを昼食時に持ち越して食べた場合は、朝食と昼食の両方に1回ずつ計上している。

2 料理・食品の出現回数には、外食によるものは含まれない。

3 料理区分は、主体によって料理・食品を「主食」、「副菜」、「主菜」、「牛乳及び乳製品」、「果物」、「汁物」、「その他」と便宜的に分類したものである。なお、料理によっては主食と主菜、主食と副菜といった組み合わせによる複合的料理も多くあり、この表では目安として料理・食品類を区分けしているため、利用に当たっては注意されたい。

#### (1) 朝食時

主食では、「米が主体の料理、加工品」(以下「米」という。)が4.72回と最も多く、次いで「パン類」が3.41回となっている。

副菜では、「野菜類が主体の料理、加工品」(以下「野菜類」という。)が4.63回と最も多くなっている。

主菜では、「卵類が主体の料理、加工品」(以下「卵類」という。)が2.41回と最も多く、次いで「主体となる食材のない料理」<sup>(注)</sup>が1.85回、「魚介類が主体の料理、加工品」(以下「魚介類」という。)が1.58回となっている。

また、「牛乳及び乳製品が主体の料理、加工品」が3.47回、「果実類、加工品」が2.77回、「コーヒー」が2.23回と昼食時、夕食時に比べ多くなっている。

(注) 「主体となる食材のない料理」とは、複数の食材を使用しているカレー、シチュー等をいう。

## (2) 昼食時

主食では、「米」が2.66回と最も多く、次いで「めん類」が1.57回と朝食時、夕食時に比べ多くなっている。

副菜では、「野菜類」が2.73回と最も多くなっているが、朝食時、夕食時に比べ少なくなっている。

主菜では「魚介類」が0.89回と最も多く、次いで「主体となる食材のない料理」が0.51回となっており、副菜と同様に主菜の出現回数は朝食時、夕食時に比べ少なくなっている。

## (3) 夕食時

主食では、「米」が5.70回と最も多く、「パン類」は0.13回と朝食時、昼食時に比べ最も少なくなっている。

副菜では「野菜類」が朝食時、昼食時を大きく上回る7.58回と最も多くなっている。

主菜では「魚介類」が3.21回と最も多く、次いで「肉類が主体の料理、加工品」が1.94回となっている。

#### (4) 食事管理者の年齢階層別にみた朝食のメニュー

##### ア 主食（ごはん（白飯）、パン類）

調査期間1週間において朝食時にごはん（白飯）が出された回数は、1世帯当たり平均3.99回であった。

これを食事管理者の年齢階層別にみると、「29歳以下」階層が最も少なく3.41回、「60歳以上」階層が最も多く4.39回となっている。

また、パン類については、1世帯当たり平均は3.41回で、これを年齢階層別にみると、「60歳以上」階層が最も少なく2.60回、「40～49歳」階層が最も多く3.97回となっている。

表2 朝食時に出了された主要メニューの出現回数  
(食事管理者の年齢階層別)

単位：回/1週間

食品類	世帯計	29歳以下	30～39	40～49	50～59	60歳以上
ごはん(白飯)	3.99	3.41	3.47	4.11	3.93	4.39
パン類	3.41	2.96	3.69	3.97	3.71	2.60
果実類	2.05	1.07	1.51	1.72	2.49	2.55
牛乳	1.89	2.26	2.27	2.18	1.77	1.43

##### イ 果実類

調査期間1週間において朝食時に果実が出了された回数は、1世帯当たり平均2.05回であった。

これを食事管理者の年齢階層別にみると、「29歳以下」階層が最も少なく1.07回、「60歳以上」階層が最も多く2.55回となっている。

##### ウ 牛乳

調査期間1週間において朝食時に牛乳が出了された回数は、1世帯当たり平均1.89回であった。

これを食事管理者の年齢階層別にみると、「60歳以上」階層が最も少なく1.43回、「30～39歳」階層が最も多く2.27回となっている。

##### エ 主要な主菜・副菜

調査期間1週間において朝食時に野菜類が主体の料理、加工品が出了された回数は、1世帯当たり平均4.63回で、これを食事管理者の年齢階層別にみると、「60歳以上」階層が最も多く6.45回となっている。

また、卵類が主体の料理、加工品は1世帯当たり平均2.41回で、食事管理者の年齢階層別にみると、「40～49歳」階層が最も多く2.74回となっている。

表3 朝食時に出された主要な主菜・副菜の出現回数（食事管理者の年齢階層別）

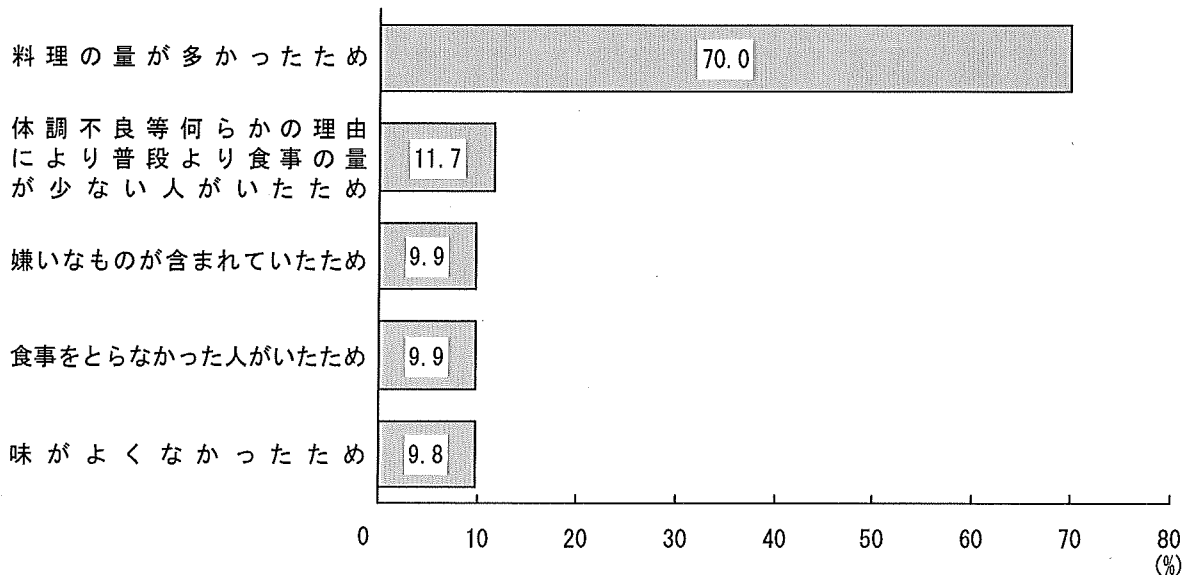
料 理	単位：回/1週間					
	世帯計	29歳以下	30～39	40～49	50～59	60歳以上
野菜類が主体の料理、加工品	4.63	1.67	2.76	4.02	5.31	6.45
肉類が主体の料理、加工品	1.02	0.61	1.40	1.51	0.87	0.50
卵類が主体の料理、加工品	2.41	1.91	2.56	2.74	2.55	2.00
魚介類が主体の料理、加工品	1.58	0.76	1.00	1.53	1.86	1.97

#### 4 世帯における調査期間において食べ残しや廃棄をした理由

##### (1) 食卓に出した料理を食べ残した理由（複数回答）

調査期間1週間において「食卓に出した料理を食べ残した理由」について聞いたところ、「料理の量が多かったため」と回答した世帯の割合が70.0%と最も高くなっている。

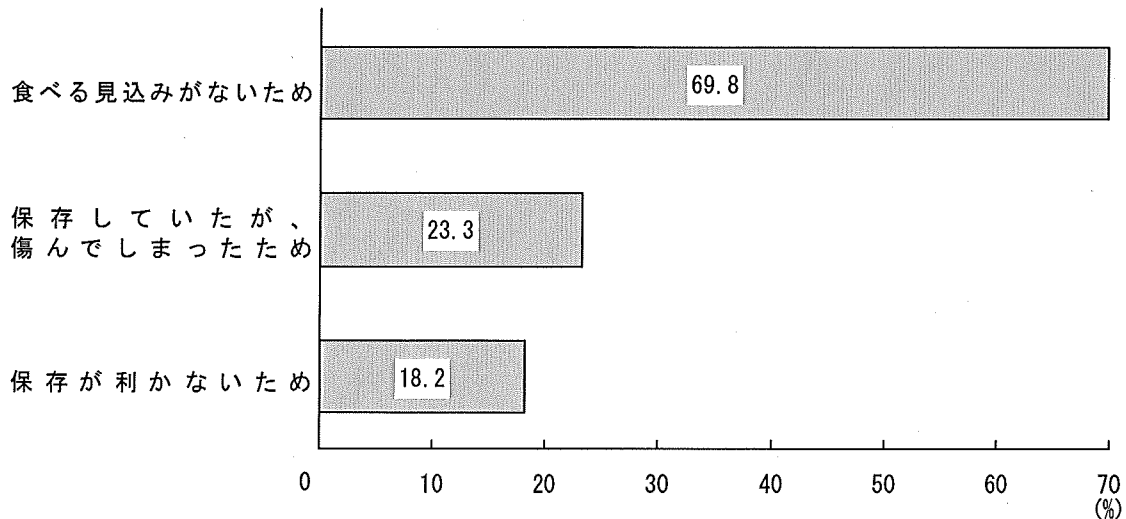
図12 食卓に出した料理を食べ残した理由（複数回答）



(2) 食べ残した料理を廃棄した理由（複数回答）

調査期間1週間において「食べ残した料理を廃棄した理由」について聞いたところ、「食べる見込みがないため」と回答した世帯の割合が69.8%と最も高くなっている。

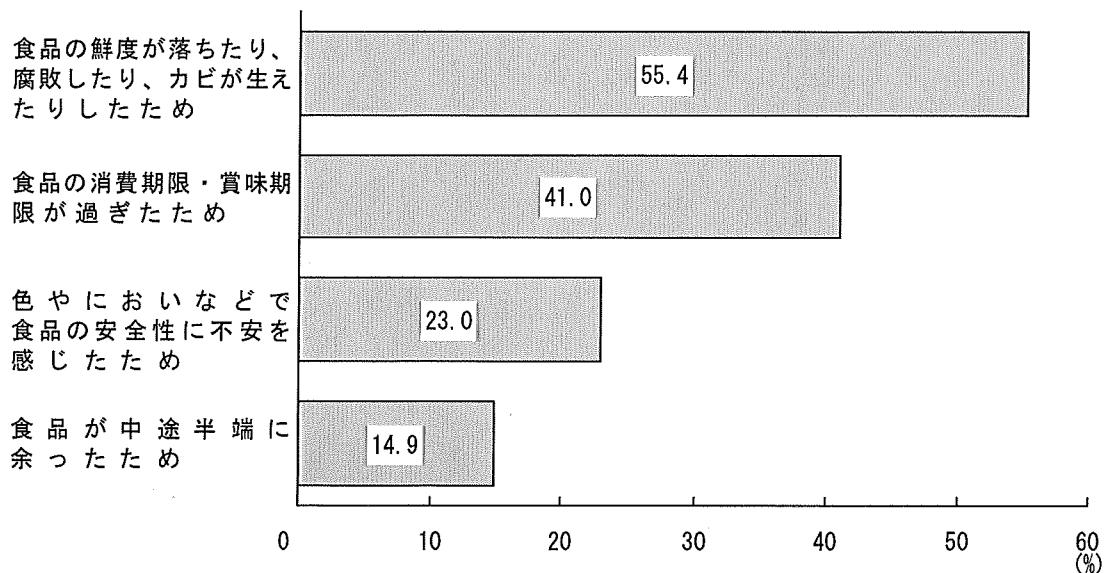
図13 食べ残した料理を廃棄した理由（複数回答）



(3) 食品を使用せずに廃棄した理由（複数回答）

調査期間1週間において「食品を使用せずに廃棄した理由」について聞いたところ、「食品の鮮度が落ちたり、腐敗したり、カビが生えたりしたため」と回答した世帯の割合が55.4%と最も高く、次いで「食品の消費期限・賞味期限が過ぎたため」が41.0%となっている。

図14 食品を使用せずに廃棄した理由（複数回答）



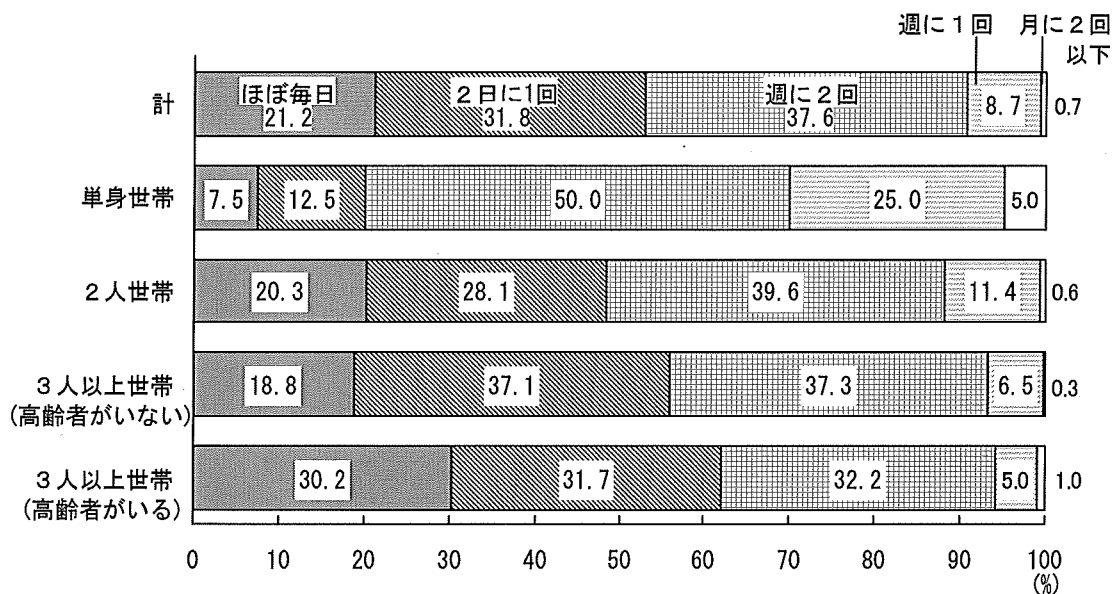
## 5 世帯における食品の購入状況

### (1) 食品の購入頻度

「食品の購入頻度」について聞いたところ、「週に2回」と回答した世帯が37.6%と最も高く、次いで「2日に1回」が31.8%となっている。

これを世帯員構成別にみると、単身世帯では「週に2回」が50.0%と最も高くなっている。それ以外の世帯では「ほぼ毎日」、「2日に1回」と回答した世帯が高く、特に高齢者がいる3人以上世帯では「ほぼ毎日」と回答した世帯が30.2%と他の世帯と比べて高くなっている。

図15 食品の購入頻度



### (2) 食品の無駄を少なくするために購入の際に気をつけていること

「食品の無駄を少なくするために購入の際に気をつけていること」について聞いたところ、「製造年月日が新しいものや賞味期限・消費期限が長いものを選ぶようにしている」と回答した世帯の割合が34.7%と最も高く、次いで「購入する食品を決めてから買い物に行くようにしている」が34.4%となっている。

これを世帯員構成別にみると、単身世帯では「少量パック等の使い切れる分量を購入するようにしている」が52.5%と最も高く、高齢者がいる3人以上世帯では「購入する食品を決めてから買い物に行くようにしている」が41.6%と最も高くなっている。

図16 食品の無駄を少なくするために購入の際に気をつけていること

