

(2) 世帯員全員での食事状況

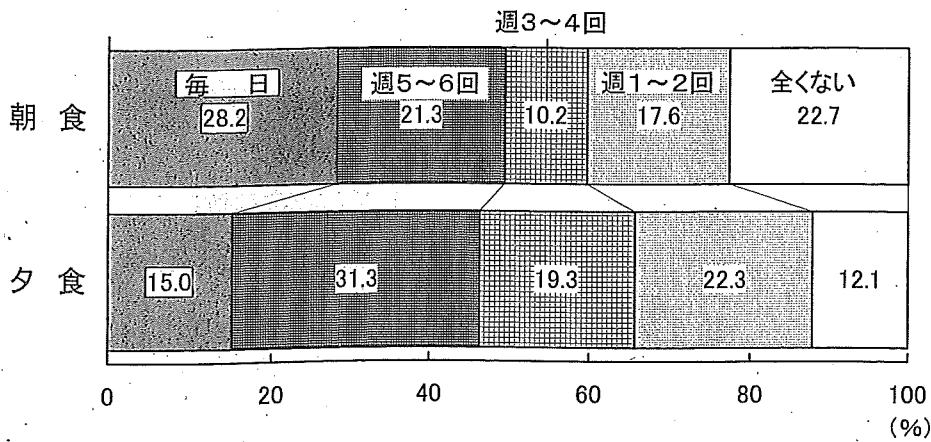
調査期間1週間のうち、自宅において世帯員全員で食事した回数をみると、以下のようにになっている。

ア 3人以上世帯

朝食を「週5回以上」全員で摂った世帯の割合は49.5%、全員で食事を摂ることが「全くない」世帯は22.7%であった。

また、夕食では、「週5回以上」の世帯は46.3%、「全くない」世帯は12.1%であった。

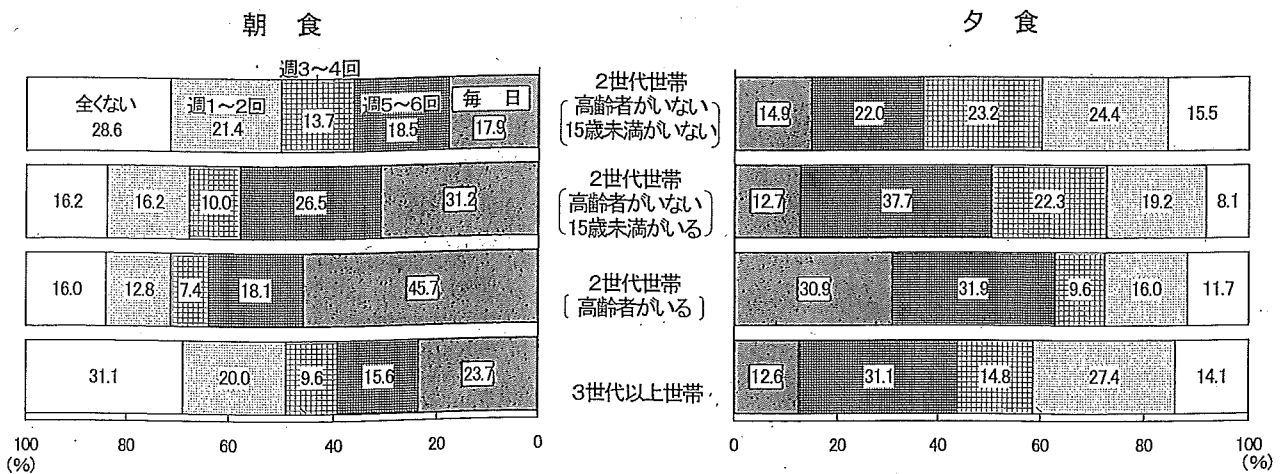
図10 世帯員全員で食事した割合（3人以上世帯）



イ 2世代以上の世帯

2世代世帯（高齢者も15歳未満の世帯員もいない）及び3世代以上世帯では、朝食を全員で摂る回数が「週2回以下」の世帯が約半数を占めている。また2世代世帯（高齢者がいる）では、朝食、夕食ともに、「週5回以上」全員で摂る世帯が6割を超えている。

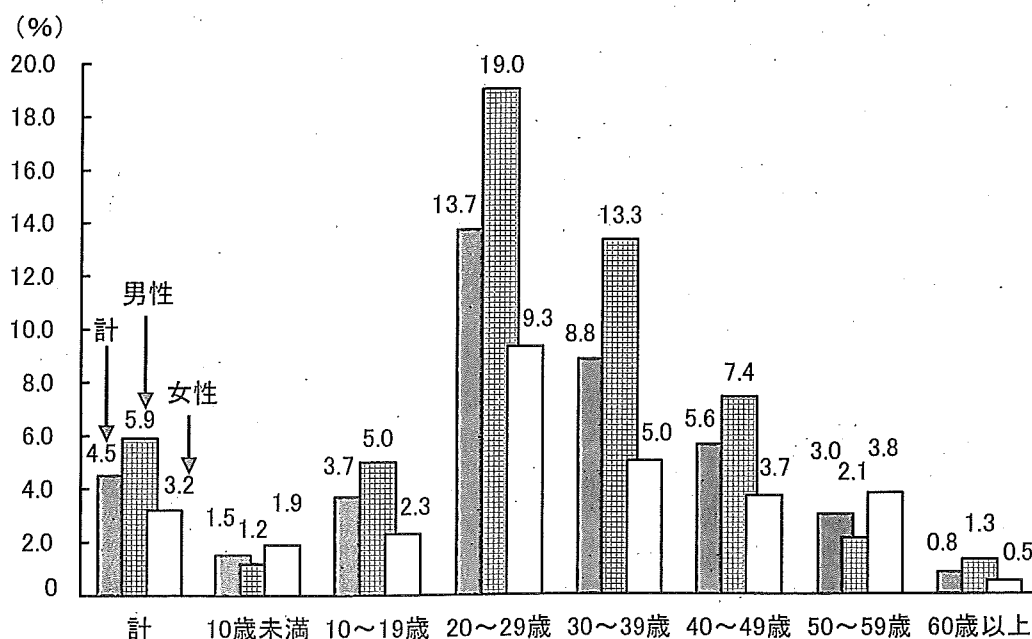
図11 世帯員全員で食事した割合（2世代以上世帯）



(3) 世帯員の朝食欠食状況

調査期間1週間において、朝食を週4回以上欠食している割合を世帯員の年齢階層別にみると、「20～29歳」階層が13.7%と最も高く、次いで「30～39歳」階層が8.8%、「40～49歳」階層が5.6%となっている。また、10歳以上49歳以下の各階層及び「60歳以上」の階層では、いずれも男性が女性の2倍以上高くなっており、男性の朝食の欠食状況が際立っている。

図12 週4回以上朝食を欠食している世帯員割合



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、飲食した食品数

調査期間1週間において世帯で料理、飲食された食品数をみると、朝食が40.86品、昼食が20.73品、夕食が36.68品となり、昼食は外食が多いことから少なくなっている。これを1日当たりで見ると、朝食時が5.84品、昼食時が2.96品、夕食時が5.24品となっている。

表1 料理、飲食した食品数

単位:品/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	4.85	3.09	5.86
	うち、ごはん(白飯)	4.17	2.18	5.04
	パン類	3.53	0.91	0.15
	めん類	0.16	1.47	0.79
副菜	野菜類が主体の料理、加工品	5.00	3.23	7.87
	いもが主体の料理	0.19	0.15	0.47
	きのこ類が主体の料理	0.06	0.03	0.08
	海藻類が主体の料理、加工品	0.85	0.32	0.49
	みそ汁・スープ類	3.41	1.20	2.68
主菜	豆が主体の料理、加工品	1.43	0.45	1.31
	肉類が主体の料理、加工品	1.05	0.46	1.92
	卵類が主体の料理、加工品	2.34	0.46	0.42
	魚介類が主体の料理、加工品	1.55	1.06	3.30
	主体となる食材のない料理	1.77	0.60	1.48
牛乳・乳製品	牛乳・乳製品が主体の料理、加工品	3.70	1.06	0.95
果物	果実類、加工品	3.10	1.42	1.57
その他	菓子類	0.40	0.41	0.41
	お茶	3.19	2.42	3.14
	コーヒー	2.42	0.75	0.23
	その他飲料類	1.39	0.49	2.79
	その他食品、加工品	0.49	0.75	0.79
—	計(延べ数)	40.86	20.73	36.68

注:1 料理、飲食した食品数(出現回数)について、品目ごとに計上したものである。例えば、朝食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品ずつ計上している。

2 料理・食品数には、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・乳製品」、「果物」、「その他」と便宜的に分類したものである。ただし、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。

これを、料理区分別にみると、以下のようにになっている。

(1) 主食

主食では、朝食、昼食及び夕食時ともに「米が主体の料理、加工品」が1週間当たりで、それぞれ4.85品、3.09品、5.86品と最も多くなっている。

また、「パン類」は朝食時(3.53品)、「めん類」は昼食時(1.47品)が他の調理時に比べて多くなっている。

(2) 副菜

副菜では、朝食、昼食及び夕食時ともに「野菜類が主体の料理、加工品」が1週間当たりで、それぞれ5.00品、3.23品、7.87品と最も多くなっている。

また、「みそ汁・スープ類」は朝食時(3.41品)が他の調理時に比べて多くなっている。

(3) 主菜

主菜では、朝食時は「卵類が主体の料理、加工品」(以下「卵類」という。)が1週間当たり2.34品と最も多く、昼食及び夕食時は「魚介類が主体の料理、加工品」(以下「魚介類」という。)が、それぞれ1.06品、3.30品と最も多くなっている。

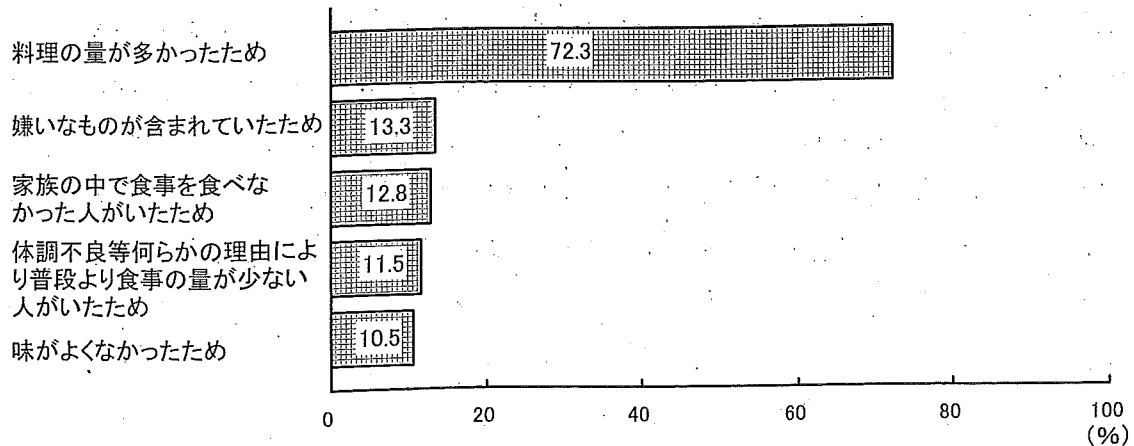
また、「卵類」は朝食時(2.34品)が、「肉類が主体の料理、加工品」及び「魚介類」は夕食時(それぞれ1.92品及び3.30品)が他の調理時に比べて多くなっている。

4 世帯における食べ残し、廃棄した理由及び食べ残しや廃棄を少なくするため注意していること
(アンケート結果)

(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」は、「料理の量が多かったため」と回答した世帯の割合が72.3%と最も高くなっている。

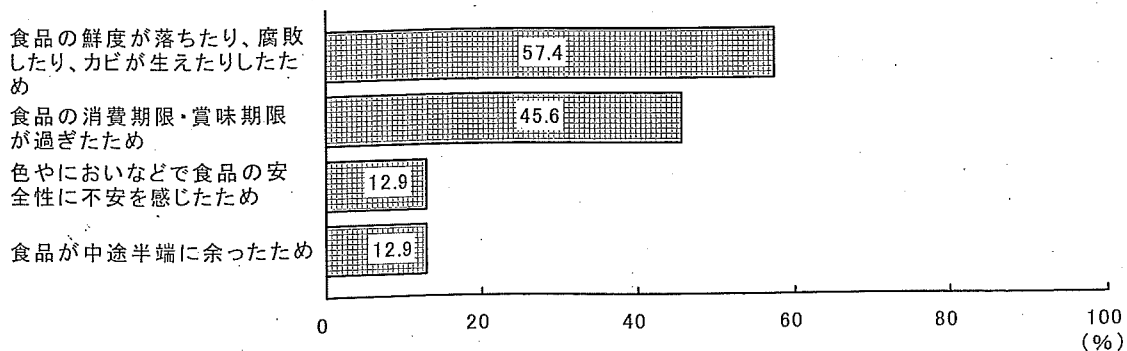
図13 食卓に出した料理を食べ残した理由 (複数回答)



(2) 食品を使用せずに廃棄した理由 (複数回答)

「食品を使用せずに廃棄した理由」は、「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57.4%と最も高くなっている。

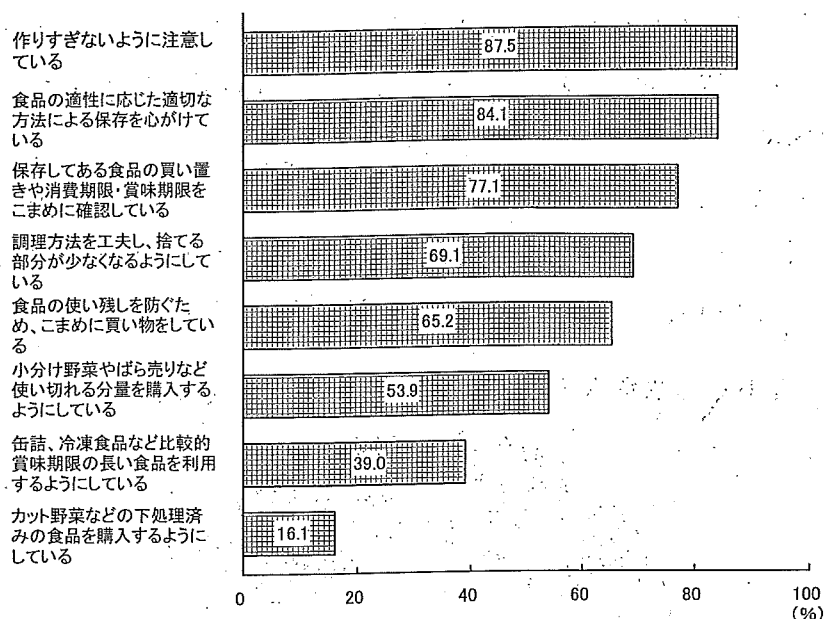
図14 食品を使用せずに廃棄した理由 (複数回答)



(3) 食べ残しや廃棄を少なくするため注意していること (複数回答)

「食品の食べ残しや廃棄を少なくするため注意していること」は、「作りすぎないように注意している」と回答した世帯の割合が87.5%と最も高く、次いで「食品の適性に応じた適切な方法による保存を心がけている」が84.1%、「保存してある食品の買い置きや消費期限・賞味期限をこまめに確認している」が77.1%となっている。

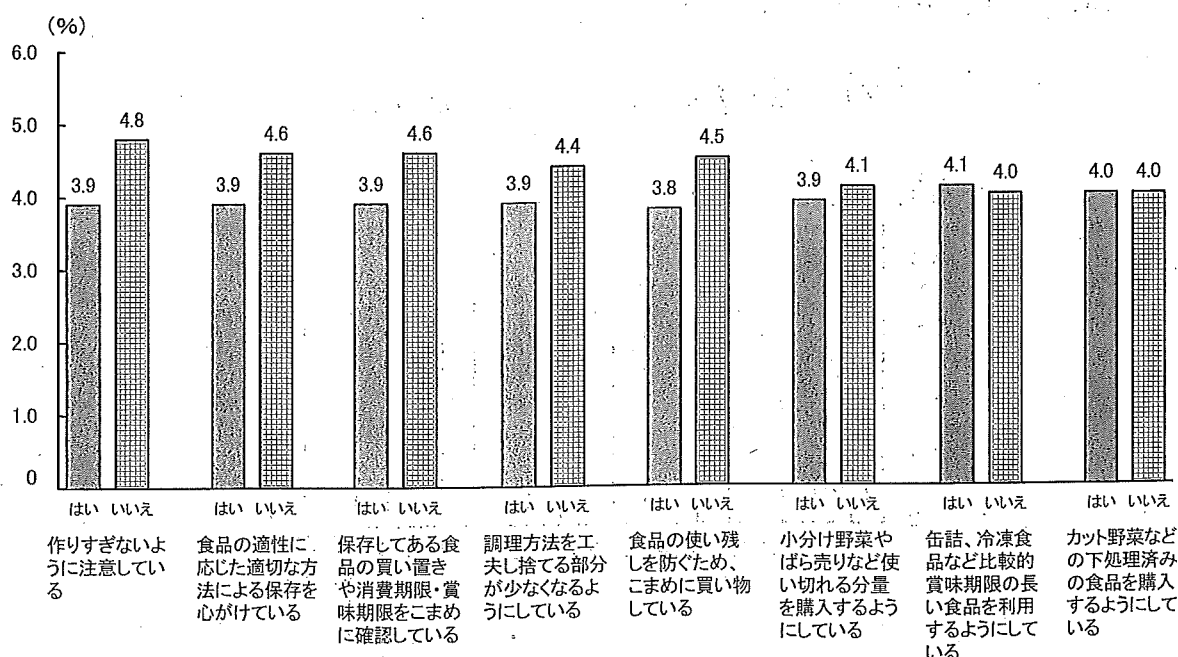
図15 食品の食べ残しや廃棄を少なくするため注意していること（複数回答）



参考

「食べ残しや廃棄を少なくするため注意していること」に対する回答（はい、いいえ）別の食品ロス率

「食べ残しや廃棄を少なくするため注意していること」について、回答（はい、いいえ）別の食品ロス率をみると、「作りすぎないように注意している」では「はい」と答えた世帯が3.9%、「いいえ」と答えた世帯が4.8%となっており、食品ロスの減少に有効であることがうかがえる。

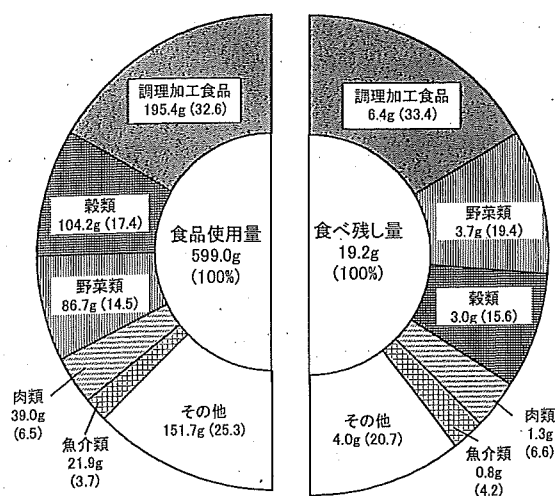


5 外食産業（食堂・レストラン）における昼食時の食品使用量、食べ残し量及び食べ残し量の割合
 外食産業（食堂・レストラン）において、昼食時に提供された1食当たりの食品使用量は599.0g、食べ残し量は19.2g、食べ残し量の割合は3.2%であった。

(1) 主な食品類別

主な食品類別に1食当たりの食べ残し量をみると、「調理加工食品」が6.4g（全体の33.4%）と最も多く、次いで「野菜類」が3.7g（同19.4%）、「穀類」が3.0g（同15.6%）となっており、これらで食べ残し量全体の約7割を占めている。

図16 主な食品類別の食品使用量及び食べ残し量



また、食べ残し量の割合をみると、「野菜類」が4.3%と最も高く、次いで「魚介類」が3.7%、「卵類」が3.5%となっている。

図17 主な食品類別の食べ残し量の割合

