小麦食品にかかわる生活者調査

〔調査報告書〕ヴィジュアル編

2012年12月18日
コムギケーション倶楽部

調査概要

1.調査目的

①生活者の食の現状を明らかにすることで、小麦製品の普及拡大に資する。
②同時に、調査時のアップトレンドな課題を調査し、小麦製品の取り巻く環境を浮き彫りにする。
③夏と冬を調査することで季節間の違いも抽出する。

2.調査対象

20歳～69歳の男女
［サンプル数］夏調査: 14,784人　冬調査:18,859人

3.調査地域

夏調査:東京・大阪・愛知・福岡
冬調査:東京・大阪・愛知・福岡・北海道

4.調査手法

アンケート法によるインターネット調査

5.調査内容

■夏冬共通
①一週間の食事と摂取メニューの実態
②食への意識
■夏調査
①好きなメニューと調理して楽しいメニュー
②食材とごはんのイメージ
③パンの消費実態
④所有調理器具
⑤小麦粉の利用実態
⑥国産・外国産小麦のイメージ
⑦小麦の輸入先国認知
■冬調査
①小麦と小麦製品の価値・小麦食材に対する意識とイメージ

6.標本抽出

各地域、配信日別に以下の割り付けを回収数で満たせるように、調査依頼メールを配信する

	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	参考値 60～69歳	計
男性	50	50	50	50	50	250
女性	50	50	50	50	50	250
計	100	100	100	100	100	500

各地域、配信日別に以下の割り付けを回収数で満たせるように、調査依頼メールを配信する
60代のフレッシュサンプル確保が難しいため、60代はひとり2回までの調査でサンプルを確保する
メール配信は、7日間連続で午前11時を目処に行い、上記回収数が満たされるまで実施する(各日ごとの、実施期間は最大2日間を目処; 2日以上経過すると記憶が曖昧になると考えられるため)
食事行動については、メール配信日の前日のことを回答させる

7.調査期間

夏調査:2010年09月04日・土～09月10日・金
冬調査:2011年02月19日・土～02月25日・金

目次

1.まとめ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2頁

2.全体・平日・土日・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8頁

3.性・年代別・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・18頁

男性20代
男性30代
男性40代
男性50代

女性20代
女性30代
女性40代
女性50代

男性60代（参考値）
女性60代（参考値）

4.クラスター・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・62頁

クラスター1：健食優等生派
クラスター2：食生活アウトロー派
クラスター3：健食の教科書派
クラスター4：ついつい間食お楽しみ派
クラスター5：おひとりさまテキトー食派
クラスター6：大食漢王道派
クラスター7：わかっちゃいるけど不規則食派

5.末子年齢による家族類型・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・80頁

子育て世帯
やりくり前期
やりくり後期
学費卒業世帯
パートナーズ①
パートナーズ②
シングル
自分が子供

１．まとめ

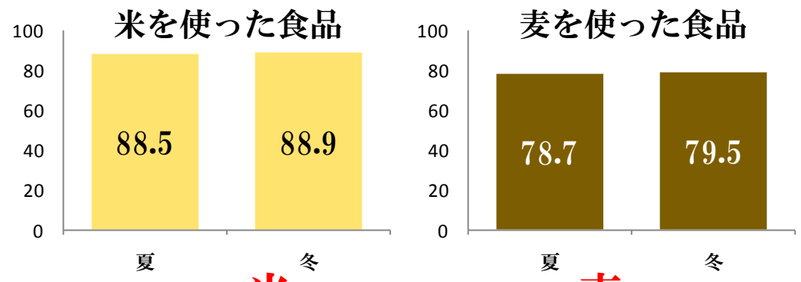
小麦はもはや

日本の主食かもしれない。

●米麦食品摂取率

一日一回以上米麦食品を食べた率

※単位：%



米 9 : 麦 8

●摂取メニュー

摂取メニューランキングTOP40（全体平均）

※単位：% 赤字：小麦系 青字ごはん系

夏

1	ごはん	70.6
2	サラダ	41.0
3	みそ汁	37.7
4	食パン、ロールパン	32.9
5	たまご料理	18.5
6	その他の肉料理	16.8
7	魚介の焼き物	16.5
8	野菜いため	16.3
9	漬物	16.0
10	菓子パン	14.1
11	おにぎり	14.0
12	納豆	13.2
13	野菜の煮物	13.0
14	豆腐・豆腐料理	12.3
15	その他の野菜料理	12.3
16	ラーメン	11.5
17	とり唐揚げ	10.0
18	ハム、ソーセージ	9.6
19	パスタ料理	9.5
20	うどん、きしめん	9.4
21	カレー（ライス）	8.5
22	丼物	8.3
23	蒸し野菜・ゆで野菜	8.2
24	刺身	8.2
25	スープ	7.9
26	サンドイッチ	7.4
27	酢の物・あえ物	6.4
28	惣菜パン	6.0
29	ハンバーグ	6.0
30	焼そば	5.6
31	チャーハン	5.6
32	ぎょうざ・シュウマイ	5.5
33	そうめん、ひやむぎ	5.4
34	コロッケ	5.3
35	しょうが焼き	5.2
36	焼肉	5.1
37	そば	5.1
38	その他の魚介料理	5.1
39	寿司	4.9
40	魚介の煮物	4.7

冬

1	ごはん	72.3
2	みそ汁	43.6
3	サラダ	37.7
4	食パン、ロールパン	34.1
5	たまご料理	17.9
6	魚介の焼き物	16.0
7	漬物	15.8
8	その他の肉料理	15.6
9	野菜いため	14.9
10	菓子パン	14.8
11	ラーメン	14.1
12	納豆	13.6
13	野菜の煮物	13.1
14	おにぎり	12.7
15	うどん、きしめん	11.3
16	その他の野菜料理	11.2
17	スープ	11.0
18	とり唐揚げ	9.7
19	蒸し野菜・ゆで野菜	9.4
20	パスタ料理	8.7
21	ハム、ソーセージ	8.5
22	丼物	8.0
23	刺身	7.8
24	カレー（ライス）	7.7
25	豆腐・豆腐料理	7.5
26	サンドイッチ	6.9
27	鍋もの・おでん	6.9
28	惣菜パン	6.4
29	焼そば	6.1
30	ハンバーグ	5.8
31	ぎょうざ・シュウマイ	5.6
32	寿司	5.3
33	肉の煮込み料理	5.1
34	コロッケ	5.0
35	その他の魚介料理	5.0
36	チャーハン	5.0
37	その他の揚げもの	4.9
38	魚介の煮物	4.9
39	しょうが焼き	4.7
40	酢の物・あえ物	4.6

●好きなメニュー

好きなメニューランキング
TOP60 （全体平均）

※単位：% 赤字：小麦系 青字ごはん系

1	寿司	75.9
2	ごはん	70.2
3	焼肉	66.9
4	刺身	66.5
5	ラーメン	63.9
6	カレー（ライス）	63.9
7	パスタ料理	63.7
8	サラダ	62.1
9	とり唐揚げ	61.8
10	うどん、きしめん	61.6
11	みそ汁	57.3
12	ハンバーグ	57.1
13	ぎょうざ・シュウマイ	57.0
14	焼き鳥	56.5
15	お好み焼	56.5
16	しょうが焼き	56.3
17	サンドイッチ	54.4
18	天ぷら	54.4
19	ステーキ	53.9
20	すき焼・しゃぶしゃぶ	53.2
21	とんかつ	53.1
22	たこ焼き	53.1
23	魚介の焼き物	52.9
24	そば	52.7
25	チャーハン	51.9
26	ピザ	51.9
27	丼物	51.4
28	焼そば	51.4
29	豆腐・豆腐料理	50.3
30	グラタン	49.1
31	おにぎり	48.6
32	たまご料理	48.4
33	野菜いため	48.3
34	鍋もの・おでん	48.2
35	ハンバーガー	47.6
36	コロッケ	47.5
37	肉の煮込み料理	47.1
38	シチュー	45.7
39	納豆	45.5
40	スープ	44.9
41	ハム、ソーセージ	43.8
42	まぜごはん・炊込みごはん	43.7
43	フライドポテト・オニオンリング	43.3
44	肉まん・あんまん	42.4
45	ピラフ・オムライス	41.9
46	漬物	41.8
47	菓子パン	41.4
48	惣菜パン	40.7
49	串揚げ	40.7
50	そうめん、ひやむぎ	40.4
51	野菜の煮物	39.3
52	魚介の煮物	37.5
53	ドリア・リゾット	36.6
54	ドーナツ	35.6
55	ハヤシライス	34.5
56	蒸し野菜・ゆで野菜	34.5
57	酢の物・あえ物	34.5
58	食パン、ロールパン	34.4
59	カレー（ナンなど）	32.8
60	魚介の揚げ物	30.3

楽しくつくれる、

みんなでつくれる、

それが小麦料理。

●つくるのが楽しいメニュー

つくるのが楽しいメニューランキング　TOP50

※単位：%　赤字：小麦系メニュー
「みんなでつくれる」のマーク（○）は、一般的にみんなでつくれるメニューにつけた。

	全体		みんなでつくれる	男性		みんなでつくれる	女性		みんなでつくれる
1	カレー	33.6		カレー	31.3		パスタ料理	36.5	
2	パスタ料理	28.2		チャーハン	25.5		カレー	35.9	
3	チャーハン	23.1		パスタ料理	20.3		お好み焼	25.3	○
4	お好み焼	21.8	○	お好み焼	18.4	○	ハンバーグ	25.3	
5	シチュー	17.5		焼肉	16.8	○	シチュー	24.8	
6	ハンバーグ	18.1		ラーメン	16.4		サラダ	22.6	
7	焼そば	16.4	○	焼そば	16.4	○	まぜごはん・炊込みごはん	20.8	
8	野菜いため	15.5		野菜いため	13.2		チャーハン	20.7	
9	サラダ	15.5		たこ焼き	13.0	○	サンドイッチ	20.0	
10	焼肉	15.3	○	うどん、きしめん	11.4		ぎょうざ・シュウマイ	19.3	○
11	しょうが焼き	14.4		丼物	11.2		肉の煮込み料理	19.3	
12	たこ焼き	15.2	○	しょうが焼き	11.0		鍋もの・おでん	18.4	○
13	丼物	14.3		ハンバーグ	11.0		野菜の煮物	18.2	
14	まぜごはん・炊込みごはん	13.4		ステーキ	10.8		しょうが焼き	17.9	
15	ぎょうざ・シュウマイ	14.3	○	シチュー	10.4		みそ汁	17.9	
16	鍋もの・おでん	14.2	○	すき焼・しゃぶしゃぶ	10.4	○	ピラフ・オムライス	17.8	
17	みそ汁	13.2		鍋もの・おでん	10.0	○	野菜いため	17.8	
18	たまご料理	13.7		たまご料理	9.8		グラタン	17.6	
19	サンドイッチ	13.6		ぎょうざ・シュウマイ	9.4	○	たまご料理	17.6	
20	肉の煮込み料理	14.0		ごはん	9.4		たこ焼き	17.5	○
21	ピラフ・オムライス	12.9		そば	9.0		丼物	17.5	
22	ラーメン	12.6		肉の煮込み料理	8.8		とり唐揚げ	17.2	
23	うどん、きしめん	12.0		サラダ	8.6		焼そば	16.4	○
24	とり唐揚げ	12.3		みそ汁	8.5		パンケーキ	15.1	
25	すき焼・しゃぶしゃぶ	12.2	○	ピラフ・オムライス	8.1		ハヤシライス	14.3	
26	グラタン	11.0		とり唐揚げ	7.6		すき焼・しゃぶしゃぶ	14.1	○
27	ハヤシライス	10.5		サンドイッチ	7.5		焼肉	13.7	○
28	野菜の煮物	11.2		魚介の焼き物	7.0		おにぎり	13.6	
29	ごはん	10.6		ハヤシライス	6.8		スープ	13.6	
30	ステーキ	9.9		そうめん、ひやむぎ	6.5		うどん、きしめん	12.6	
31	おにぎり	9.8		刺身	6.3		蒸し野菜・ゆで野菜	12.6	
32	パンケーキ	9.1		まぜごはん・炊込みごはん	6.2		魚介の煮物	12.0	
33	スープ	8.9		天ぷら	6.1		ごはん	11.8	
34	魚介の焼き物	8.5		おにぎり	6.0		ドリア・リゾット	11.7	
35	豆腐・豆腐料理	7.9		とんかつ	5.4		豆腐・豆腐料理	11.7	
36	魚介の煮物	8.7		魚介の煮物	5.4		ピザ	11.1	○
37	蒸し野菜・ゆで野菜	7.7		寿司	5.0		魚介の焼き物	10.1	
38	天ぷら	7.4		ピザ	4.9	○	パン	10.0	
39	そうめん、ひやむぎ	7.3		グラタン	4.6		コロッケ	9.5	
40	ピザ	7.9	○	スープ	4.4		酢の物・あえ物	9.4	
41	そば	7.6		野菜の煮物	4.3		ステーキ	9.0	
42	ドリア・リゾット	7.4		豆腐・豆腐料理	4.1		天ぷら	8.8	
43	とんかつ	6.7		コロッケ	3.6		ラーメン	8.7	
44	コロッケ	6.5		ドリア・リゾット	3.3		そうめん、ひやむぎ	8.2	
45	寿司	5.5		串揚げ	3.3		とんかつ	8.1	
46	酢の物・あえ物	5.9		パンケーキ	3.2		そば	6.2	
47	パン	6.0		蒸し野菜・ゆで野菜	2.9		寿司	6.1	
48	刺身	5.0		その他の肉料理	2.8		その他の野菜料理	5.5	
49	串揚げ	3.8		ハンバーガー	2.8		ドーナツ	5.3	○
50	その他の野菜料理	3.5		酢の物・あえ物	2.4		その他の肉料理	5.1	
51	ハンバーガー	3.5		おかゆ・おじや	2.3		マフィン	5.1	
52	漬物	3.3		ハム、ソーセージ	2.1		漬物	4.7	
53	その他の肉料理	3.9		パン	2.1		おかゆ・おじや	4.6	
54	おかゆ・おじや	3.4		魚介の蒸し物	2.0		ハンバーガー	4.2	
55	ドーナツ	3.2	○	魚介の揚げ物	2.0		魚介の蒸し物	4.2	
56	魚介の蒸し物	3.1		漬物	2.0		串揚げ	4.2	
57	魚介の揚げ物	2.9		フライドポテト・オニオンリング	1.9		魚介の揚げ物	3.7	
58	マフィン	2.8		納豆	1.8		刺身	3.7	
59	フライドポテト・オニオンリング	2.6		その他の野菜料理	1.5		ビーフン・フォー	3.4	
60	ビーフン・フォー	2.4		その他の揚げもの	1.5		惣菜パン	3.4	

フィ

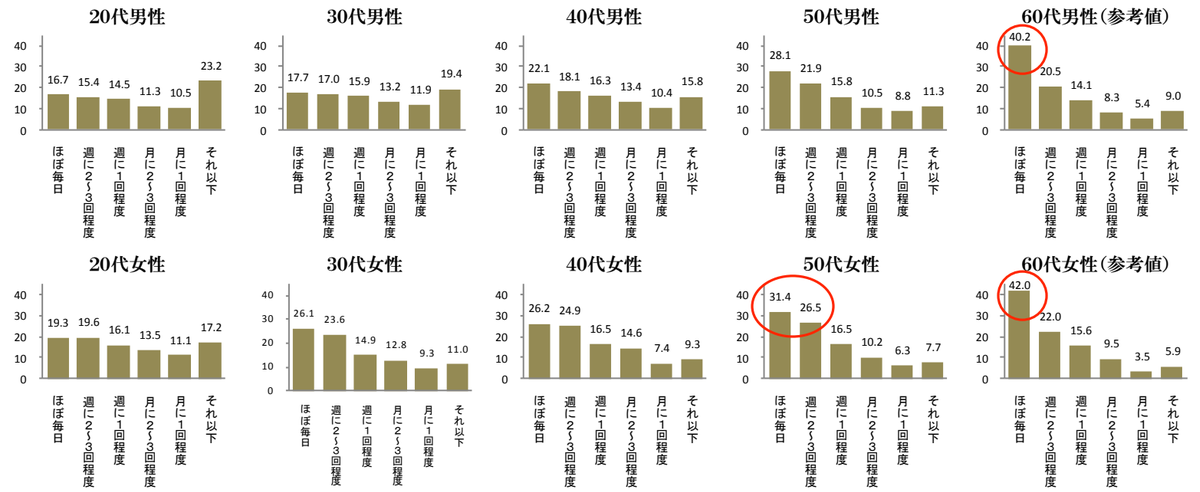
アラ50は

“パンがお好き”。

●食パンの消費頻度

［性・年齢別］食パンの消費頻度

※単位：%



●主食メニューランキング

［性・年齢別］主食メニューランキング TOP4

※単位：%　（　）内は全体平均との差

平均より5%以上高い項目　平均より10%以上高い項目　平均より5%以上低い項目

全時間帯

	20代男性	30代男性	40代男性	50代男性	60代男性（参考値）
男	①ごはん　71.8（-0.5）	①ごはん　71.6（-0.7）	①ごはん　74.4（+2.1）	①ごはん　76.9（+4.6）	①ごはん　80.5（+8.2）*
	②食パン、ロールパン 22.2（-11.9）*	②食パン、ロールパン 24.1（-10.0）*	②食パン、ロールパン 29.4（-4.7）	②食パン、ロールパン 39.2（+5.1）*	②食パン、ロールパン 49.8（+15.7）*
	③ラーメン　19.3（+5.2）*	③ラーメン　16.7（+2.6）	③ラーメン　17.1（+3.0）	③ラーメン　15.8（+1.7）	③うどん、きしめん 17.2（+5.9）*
	④菓子パン17.0（+2.2）	④菓子パン16.5（+1.7）	④菓子パン13.9（-0.9）	④おにぎり　12.0（-0.7）	④ラーメン　11.2（-2.9）

	20代女性	30代女性	40代女性	50代女性	60代女性（参考値）
女	①ごはん　66.8（-5.5）*	①ごはん　69.1（-3.2）	①ごはん　73.8（+1.5）	①ごはん　74.0（+1.7）	①ごはん　82.3（+10.0）*
	②食パン、ロールパン 28.5（-5.6）*	②食パン、ロールパン 38.5（+4.4）	②食パン、ロールパン 42.5（+8.4）*	②食パン、ロールパン 48.8（+14.7）*	②食パン、ロールパン 56.1（+22.0）*
	③菓子パン　18.1（+3.3）	③おにぎり　14.9（+2.2）	③菓子パン　14.9（+0.1）	③菓子パン　13.2（-1.6）	③うどん、きしめん 15.0（+3.7）
	④おにぎり 11.8（-0.9）	④菓子パン 13.9（-0.9）	④うどん、きしめん 11.9（+0.6）	④うどん、きしめん 11.8（+0.5）	④菓子パン 8.2（-6.6）*

朝食（5～10時台）

	20代男性	30代男性	40代男性	50代男性	60代男性（参考値）
男	①ごはん　30.9（+3.4）	①ごはん　29.4（+1.9）	①食パン、ロールパン 33.6（-2.7）	①食パン、ロールパン 40.8（+4.5）	①食パン、ロールパン 47.5（+11.2）*
	②食パン、ロールパン 26.5（-9.8）*	②食パン、ロールパン 27.3（-9.0）*	②ごはん　31.3（+3.8）	②ごはん　29.9（+2.4）	②ごはん　33.2（+5.7）*
	③菓子パン　15.1（+3.8）	③菓子パン　12.6（+1.3）	③菓子パン　12.2（+0.9）	③菓子パン　8.4（-2.9）	③菓子パン　5.2（-6.1）*
	④おにぎり　7.2（+2.0）	④おにぎり　6.7（+1.5）	④おにぎり　5.7（+0.5）	④サンドイッチ　4.6（+1.0）	④サンドイッチ　4.2（+0.6）

	20代女性	30代女性	40代女性	50代女性	60代女性（参考値）
女	①食パン、ロールパン 28.7（-7.6）*	①食パン、ロールパン 39.7（+3.4）	①食パン、ロールパン 41.9（+5.6）*	①食パン、ロールパン 47.5（+11.2）*	①食パン、ロールパン 51.1（+14.8）*
	②ごはん　27.7（+0.2）	②ごはん　25.4（-2.1）	②ごはん　25.3（-2.2）	②ごはん　21.7（-5.8）*	②ごはん　28.6（+1.1）
	③菓子パン　13.4（+2.1）	③菓子パン　10.4（-0.9）	③菓子パン　10.5（-0.8）	③菓子パン　9.1（-2.2）	③サンドイッチ　4.2（+0.6）
	④おにぎり　5.0（-0.2）	④おにぎり　6.5（+1.3）	④おにぎり　4.0（-1.2）	④サンドイッチ　4.0（+0.4）	④菓子パン　4.0（-7.3）*

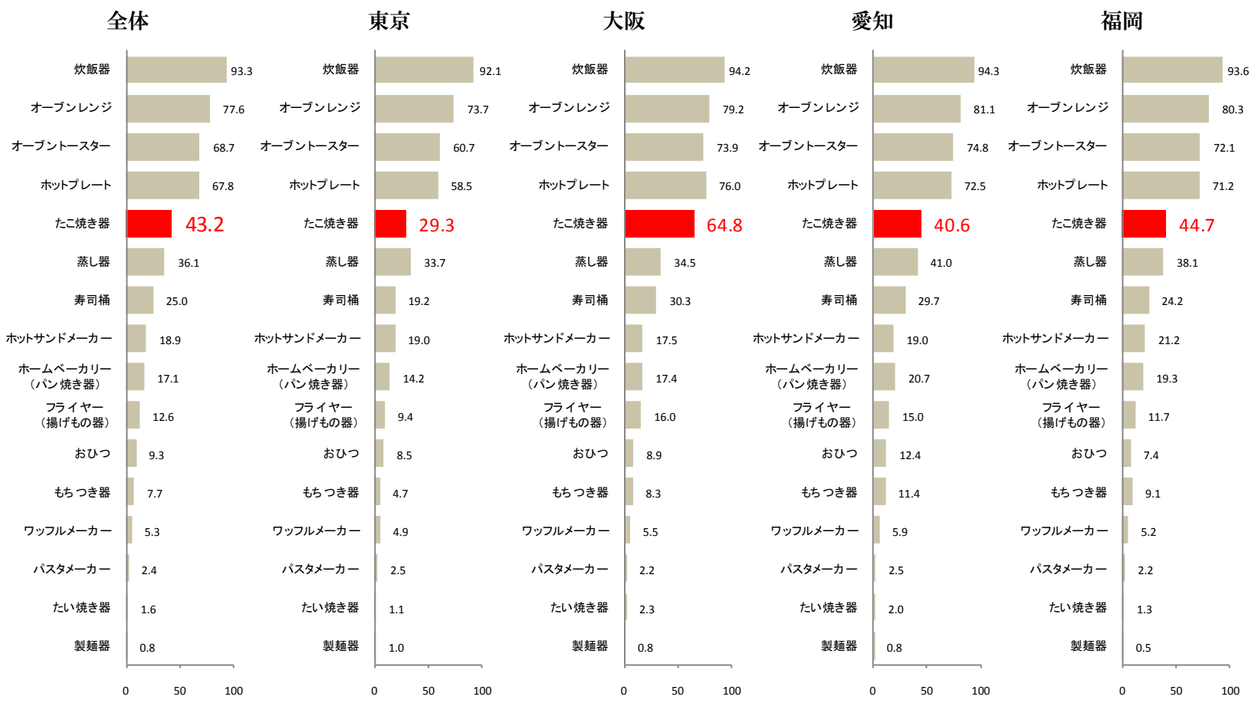
たこ焼き器、

世帯普及率43.2%。

●所有調理器具

［地域別］所有調理器具

※単位：%



国産は好感度大、

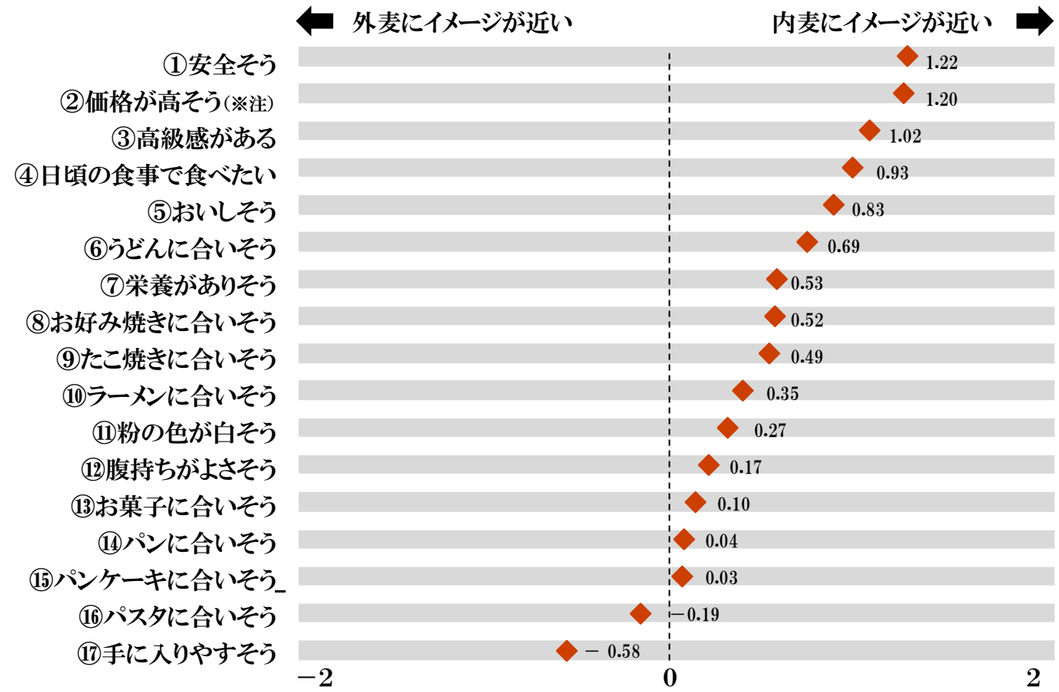
内麦のイメージよし。

●外麦と内麦のイメージ

内麦のイメージランキング

単位：指数

指数：各項目のそれぞれのイメージ内容が外麦と内麦のどちらに近いかを質問。外麦に近い（－2）、外麦にやや近い（－1）、どちらでもない（0）、内麦にやや近い（1）、内麦に近い（2）として加重平均を出したもの。－2は外麦に、2は内麦にイメージが近いことを示している。0は中間値である。



※注：「②価格が高そう」のみネガティブイメージ

小麦食の印象は、
6つの基本印象から形成されている。

①男性的な ――― 女性的な

②和風な ――― 洋風な

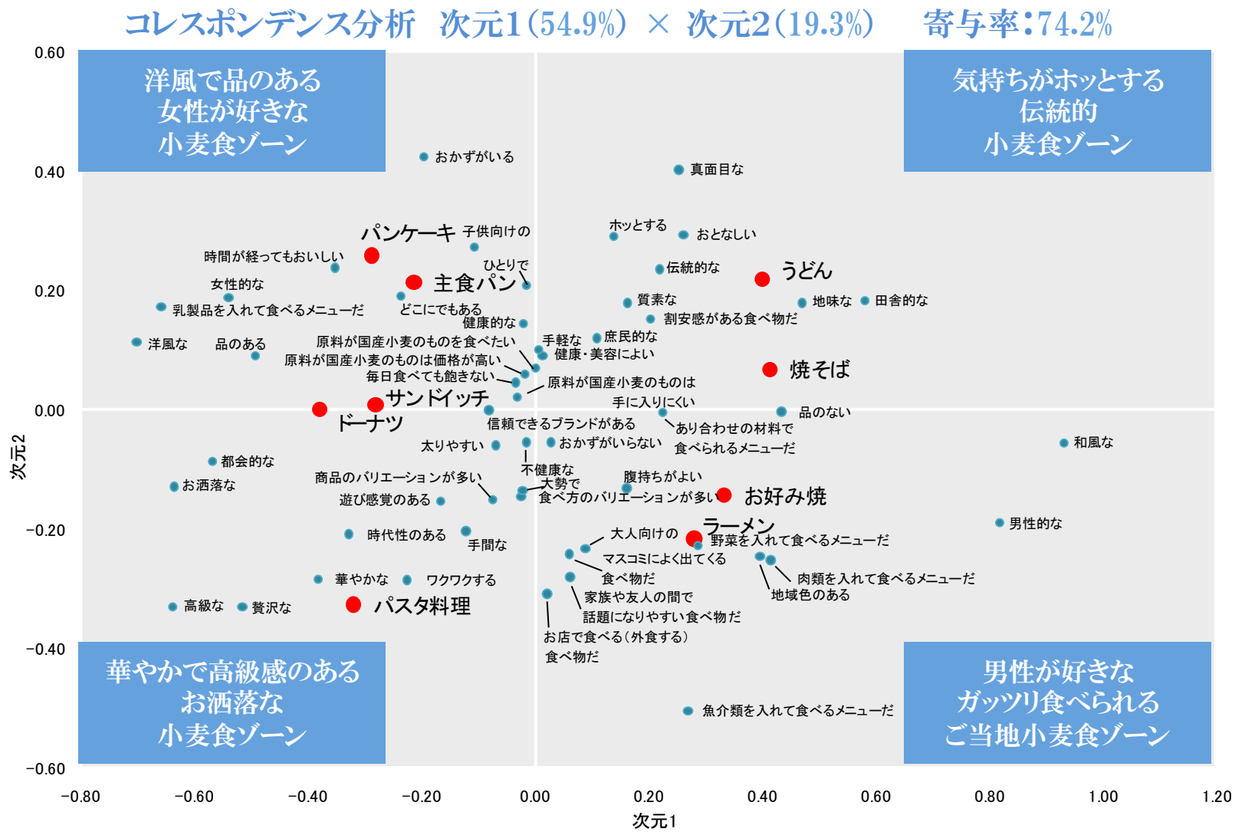
③ワクワクする ―― ホッとする

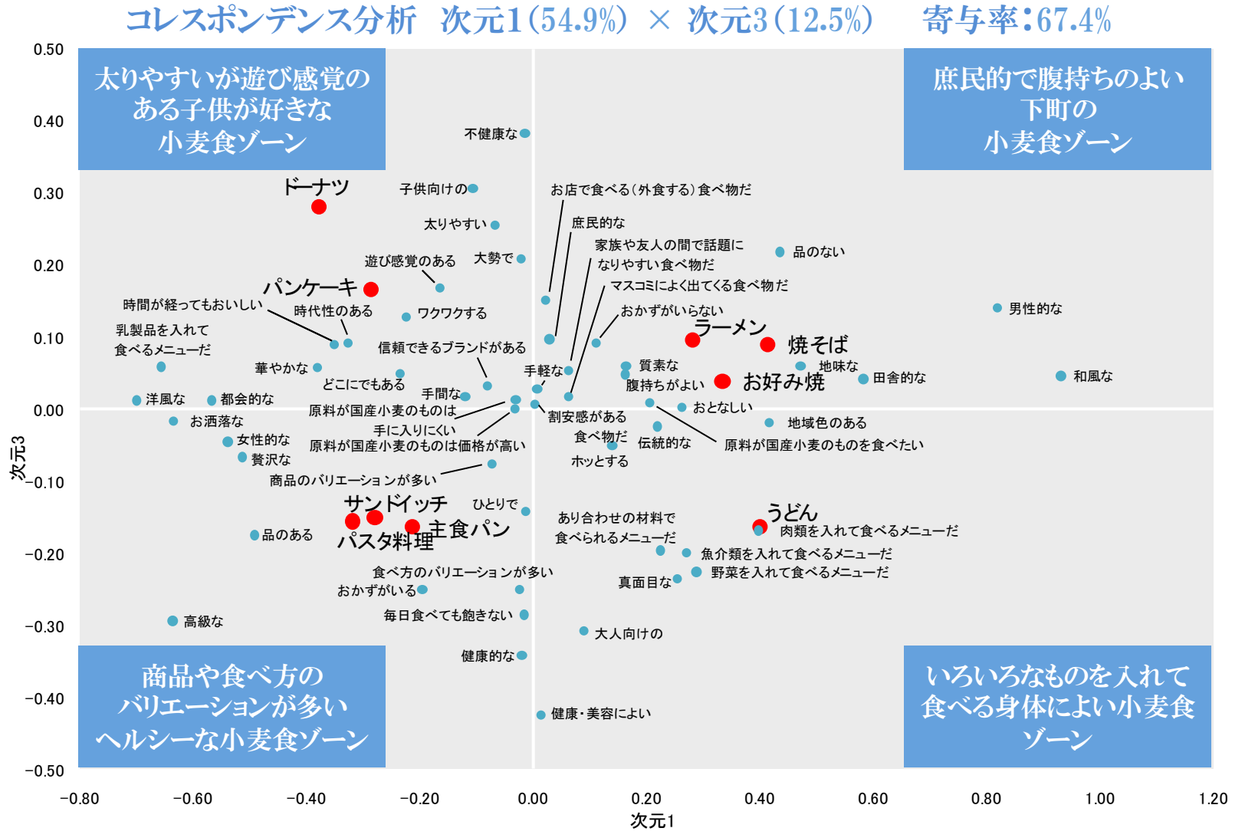
④健康的な ――― 不健康な

⑤話題になっているか ―― 否か

⑥時間が経ってもおいしいか ―― 否か

※コレスポンデンス分析（対応分析法・correspondence analysis）
多次元集計されたデータを多次元空間にマッピングして、データ要素同士の関係性を視覚的に表現する多変量解析の1つ。類似度・関係性の強い要素同士は近くに、弱い要素同士は遠くにプロットされる（ただし、相対的な関係である）。このとき、軸がクロスする原点付近にプロットされる要素は比較的特徴が薄いと解釈できる。また、軸には因子分析のような意味はなく、それぞれにプロットされる要素間の集まりや距離などから近似性や意味を読み取り、4つの象限を意味づけることで全体の把握を行う。直観的・感覚的にデータの傾向を把握できることもあって、ブランドポジショニング分析や消費者特性分析、パーセプションマップの作成など、マーケティング分野でよく用いられる。
※引用：情報マネジメント http://www.atmarkit.co.jp/aig/04biz/ca2.html 加筆・博報堂





2. 全体・平日・土日

まとめ〔全体・平日・土日〕

■摂取率

〔全体・平日・土日〕 冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割。夏も大きな差はなし。
〔土日〕朝食摂取率が全体より4％低い。

■調理した人は？

〔全体・平日・土日〕朝食は平日、土日の差なく、内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割。
〔全体・平日〕夕食は内食が3/4、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。
〔土日〕夕食は内食が7割、中食・外食が各15％前後(全体に比べ、夏は内食がやや少なく、外食が多い)。
昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割強(全体に比べ、内食がやや多い)。

■一緒に食べた人は？

〔全体・平日〕夕食の3割、昼食の5割弱、朝食の6割弱は「ひとりで」食べられている。
〔土日〕夕食の1/4、昼食の4割弱、朝食の5割は一人で食べられている(全体に比べると少ない＝家族と一緒に食べた率が高い)。

■主食は？　※カッコ内の値は(全体:平日:土日)

・朝食では、〔全体・平日・土日〕共通してパン類の摂取率が6割弱と高く、摂取率約1／3のごはん系を上回る。
・昼食はごはん系(5割強 ： 6割弱 ： 4割強)の摂取率が高いが、土日はやや数字が下がる。次点のめん類は(3割 ： 3割弱 ： 4割弱)反対に土日で少し摂取率が高い。(平日に比べ土日は、ごはん系が少なく、めん類が多い)。
・夕食はごはん系の摂取率が高い(2/3 ： 2/3 ： 6割弱)。ただし、土日は平日よりも摂取率がやや少ない。

■メニューランキング

〔全体・平日・土日〕 摂取率が夏＞冬のメニューは、そうめん・ひやむぎ、豆腐(料理)、サラダ。冬＞夏はみそ汁、鍋物・おでん。

■お酒

〔全体〕食事と一緒にお酒を飲む率は3割前後。夏＞冬であるが、年配層ほど、同年代では男性の方が高い点は共通である。20-30代男性ではビール／発泡酒、40-50代男性では焼酎、30-40代女性ではサワー類、50代女性ではワインが全体に比べ高めになっている。
〔平日〕食事と一緒にお酒を飲む率は夏が冬を5％上回る。〔土日〕冬の飲酒率が少し高いが、夏冬差は少ない。

■パンの消費頻度

・月に2～3回以上の摂取率でみると、食パンは4割強だが、その他のパンは5％に満たない。

■パンの消費頻度

・週に2～3回以上の摂取率でみると、食パンは4割強だが、その他のパンは5％に満たない。

■食スタイル

・食スタイルで肯定率の高いのは、「好き嫌いなくなんでも食べるほうだ」「毎日必ず3食きちんととる」「つい満腹になるまで食べてしまうほうだ」「手間のかからない食事をすることが多い」で、いずれも6割を超える。

■好きな食べもの

・小麦メニューで、好きな食べもののTOP10に入っているのは、ラーメン、パスタ料理、うどんといった麺類。作るのが楽しい食べものでは、パスタ料理、お好み焼き、焼そばがTOP10入り。

■所有している調理器具

・小麦系器具では、オーブンレンジが8割、オーブントースター、ホットプレートが7割、たこ焼き器が4割の所有率。

■小麦粉の利用頻度

・月に1回以上の利用率は、薄力粉が5割、ホットケーキミックス粉、天ぷら粉、からあげ粉が3割で続く。

■小麦粉の利用用途

・薄力粉は各種揚げ物、天ぷら、お好み焼き等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパンによく使われている。

■国産小麦粉vs外国産小麦粉

・価格が高そう(でない)、手に入りそう、パスタに合いそう以外は、国産の評価が外国産より高い。

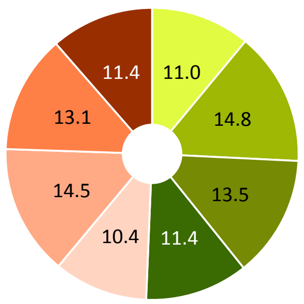
全体

・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割。夏も大きな差はなし。(A)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割。夕食も内食が3/4、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。(B)
・夕食の3割、昼食の5割弱、朝食の6割弱は一人で食べられている。(C)
・朝食はパン類が6割弱でごはん系(1/3)を上回る。昼食はごはん系が5割強で、3割のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。(D)
・摂取率が夏＞冬のメニューはそうめん・ひやむぎ、豆腐(料理)、サラダ。冬＞夏はみそ汁、鍋物・おでん。(E)
・小麦メニューで、好きな食べもののTOP10に入っているのは、ラーメン、パスタ料理、うどんといった麺類。作るのが楽しい食べものでは、パスタ料理、お好み焼き、焼そばがTOP10入り。(F)
・小麦系器具では、オーブンレンジが8割、オーブントースター、ホットプレートが7割、たこ焼き器が4割の所有率。(G)
・月に1回以上の利用率は、薄力粉が5割、ホットケーキミックス粉、天ぷら粉、からあげ粉が3割で続く。(H)
・薄力粉は各種揚げ物、天ぷら、お好み焼き等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパンによく使われている。(I)

プロファイル
（冬調査時）

性・年代

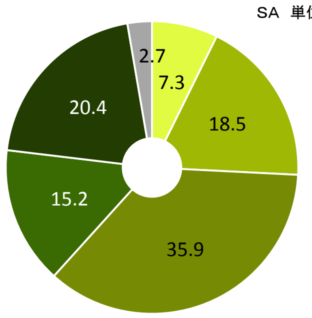
SA 単位：%



20代男性　30代男性　40代男性　50代男性
20代女性　30代女性　40代女性　50代女性

家族構成

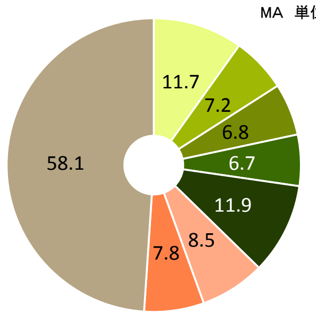
SA 単位：%



三世代同居　未婚二世代同居
既婚二世代同居　一世代同居
単身者　その他

同居している子供

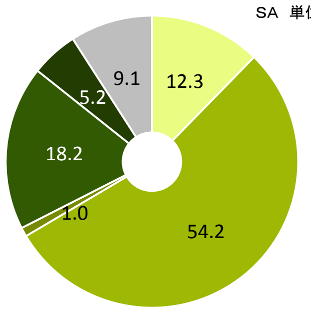
MA 単位：%



社会人　大学・大学院・高専・専門学校生
高校生・浪人生　中学生
小学生　未就学児（3～6歳）
乳幼児　同居している子供はいない

職業

SA 単位：%



自由業・経営者　勤め人
家業　専業主婦／主夫
学生　無職・その他

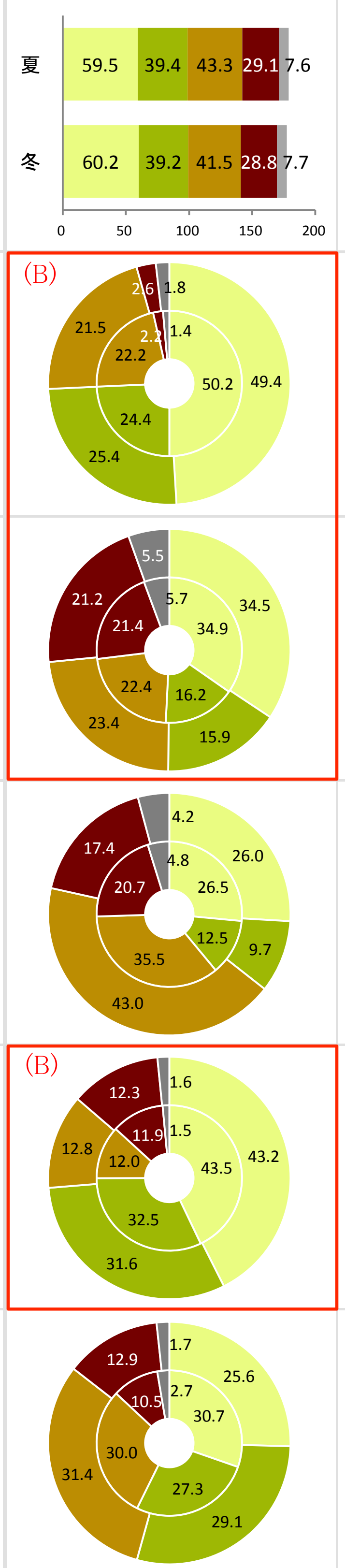
食生活の実態

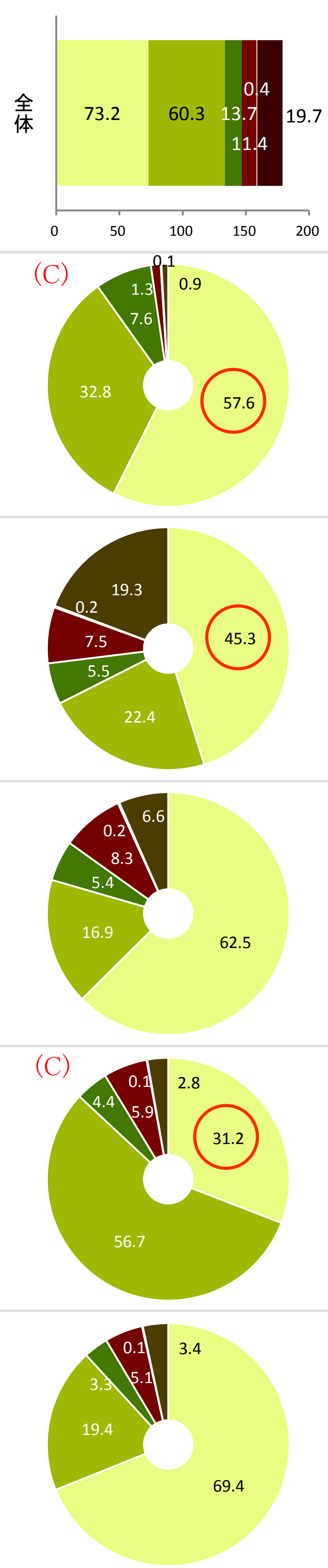
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

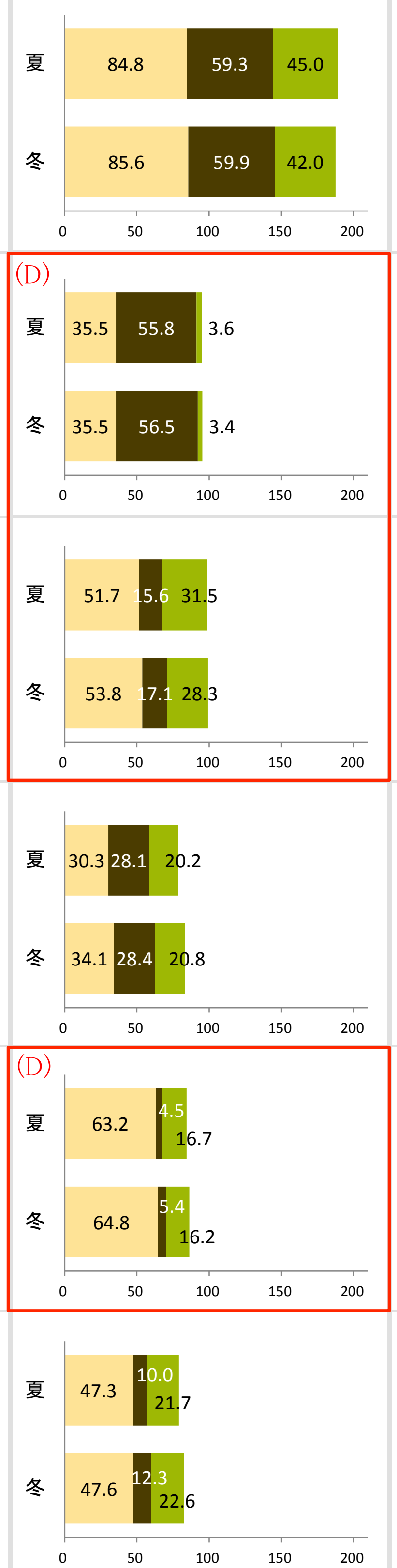
調理した人は？（夏・冬比較）
自分が家で調理
自分以外の家族が調理
買ってきたもの
お店で食べた（外食）
その他
SA 単位：%
円グラフ外側／棒グラフ上側：夏調査
円グラフ内側／棒グラフ下側：冬調査

一緒に食べた人は？
ひとりで
家族と一緒に（同じメニュー）
家族と一緒に（違うメニュー）
友人や知人と一緒に
近所・地域の人たちと一緒
勤め先などの同僚と一緒
データ：冬調査 SA 単位：%

主食は？（夏・冬比較）
ごはん系　パン類　めん類
MA 単位：%







メニューランキング

TOP５ — MA 単位：%

夏メニュー／冬メニュー TOP３ — MA 単位：%　（ ）内は夏冬差（当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」）＊は夏冬差が5ポイント以上

お酒 食事と一緒に飲む 夏の酒／冬の酒 — MA 単位：%　飲酒率：食事をした人ベース　お酒メニュー：飲酒した人ベース　※焼酎は冬調査のみ

全時間帯 — 摂取率：（平均 2.9 回／日）

主食		副食	
①ごはん	72.3	①みそ汁	43.6
②食パン、ロールパン	34.1	②サラダ	37.7
③菓子パン	14.8	③たまご料理	17.9
④ラーメン	14.1	④魚介の焼き物	16.0
⑤おにぎり	12.7	⑤漬物	15.8

(E) 夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 5.4 (+5.0)＊
②豆腐・豆腐料理 12.3 (+4.8)
③サラダ 41.0 (+3.3)
冬メニュー
①みそ汁 37.7 (−5.9)＊
②鍋物・おでん 1.9 (−5.0)＊
③スープ 7.9 (−3.1)

夏の飲酒率：32.4%
①ビール／発泡酒 76.3
②サワー類 14.5
冬の飲酒率：28.5%
①ビール／発泡酒 65.8
〔焼酎 22.4〕
②ワイン 13.1

朝食（5～10時台） — 摂取率 (A) 80％

主食		副食	
①食パン、ロールパン	36.3	①みそ汁	19.7
②ごはん	27.5	②たまご料理	12.0
③菓子パン	11.3	③サラダ	10.3
④おにぎり	5.2	④納豆	8.0
⑤サンドイッチ	3.6	⑤ハム、ソーセージ	6.2

夏メニュー
①サラダ 12.2 (+1.9)
②シリアル 3.0 (+1.1)
③サンドイッチ 4.4 (+0.8)
冬メニュー
①みそ汁 17.1 (−2.6)
②食パン、ロールパン 34.5 (−1.8)
③スープ 2.0 (−1.7)

夏の飲酒率：1.8%
①ビール／発泡酒 63.1
②サワー類 8.0
冬の飲酒率：1.8%
①ビール／発泡酒 61.1
〔焼酎 19.3〕
②ワイン 14.4

昼食（11～14時台） — 摂取率 91％

主食		副食	
①ごはん	34.9	①みそ汁	14.1
②ラーメン	9.7	②サラダ	12.9
③おにぎり	7.5	③たまご料理	6.3
④うどん、きしめん	7.1	④漬物	5.4
⑤パスタ料理	4.9	⑤その他の肉料理	5.3

夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 3.7 (+3.5)
②そば 3.7 (+1.2)
③その他の麺 1.8 (+0.9)
冬メニュー
①みそ汁 11.4 (−2.7)
②ラーメン 7.7 (−2.0)
③ごはん 33.0 (−1.9)

夏の飲酒率：2.3%
①ビール／発泡酒 72.7
②ワイン 9.4
冬の飲酒率：1.7%
①ビール／発泡酒 59.7
〔焼酎 13.3〕
②ワイン 11.4

間食（15～16時台） — 摂取率 7％

主食		副食	
①ごはん	20.5	①サラダ	7.2
②菓子パン	8.4	②みそ汁	7.2
③ラーメン	7.2	③その他の肉料理	4.3
④サンドイッチ	5.0	④とり唐揚げ	3.1
⑤おにぎり	4.9	⑤漬物	3.1

夏メニュー
①ドーナツ 4.4 (+2.2)
②おにぎり 6.2 (+1.3)
③そうめん、ひやむぎ 1.2 (+1.1)
冬メニュー
①ごはん 16.8 (−3.7)
②みそ汁 4.7 (−2.5)
③ハンバーガー 2.0 (−2.0)

夏の飲酒率：7.6%
①ビール／発泡酒 63.6
②サワー類 18.6
冬の飲酒率：4.2%
①ビール／発泡酒 59.1
②ワイン 28.5

夕食（17～21時台） — 摂取率 (A) 90％

主食		副食	
①ごはん	53.6	①みそ汁	26.9
②うどん、きしめん	4.0	②サラダ	26.8
③パスタ	3.7	③その他の肉料理	10.9
④ラーメン	3.5	④魚介の焼き物	10.4
⑤丼物	3.1	⑤漬物	9.9

夏メニュー
①豆腐・豆腐料理 10.0 (+4.1)
②サラダ 29.1 (+2.3)
③その他の肉料理 12.5 (+1.6)
冬メニュー
①鍋物・おでん 1.5 (−4.8)
②みそ汁 22.2 (−4.7)
③ごはん 51.6 (−2.0)

夏の飲酒率：30.6%
①ビール／発泡酒 76.1
②サワー類 14.8
冬の飲酒率：27.2%
①ビール／発泡酒 65.5
〔焼酎 22.7〕
②ワイン 12.9

夜食（22～翌朝4時台） — 摂取率 12％

主食		副食	
①ごはん	32.5	①みそ汁	14.7
②ラーメン	9.4	②サラダ	14.5
③菓子パン	4.8	③魚介の焼き物	6.3
④丼物	4.6	④その他の肉料理	6.2
⑤おにぎり	4.2	⑤野菜いため	5.5

夏メニュー
①サラダ 17.9 (+3.4)
②その他の野菜料理 5.9 (+2.0)
③豆腐・豆腐料理 5.2 (+1.7)
冬メニュー
①蒸し野菜・ゆで野菜 1.9 (−1.6)
②ラーメン 7.8 (−1.6)
③野菜の煮物 3.8 (−1.5)

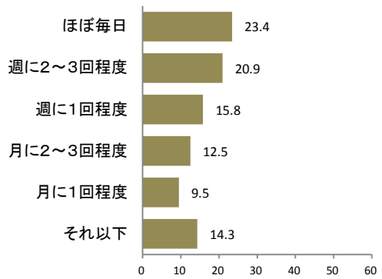
夏の飲酒率：32.3%
①ビール／発泡酒 72.7
②サワー類 12.1
冬の飲酒率：28.2%
①ビール／発泡酒 65.0
〔焼酎 22.0〕
②サワー類 11.2

パンの利用実態

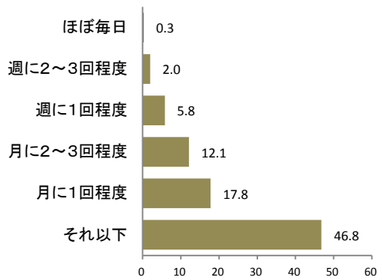
パンの消費頻度

SA 単位：%

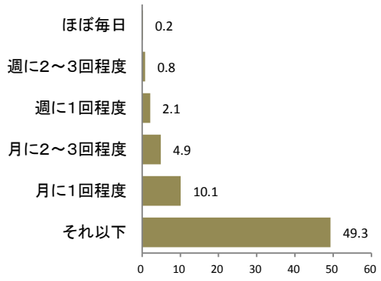
食パン



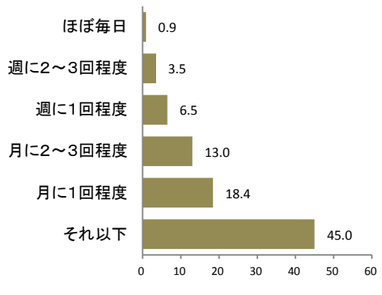
フランスパン



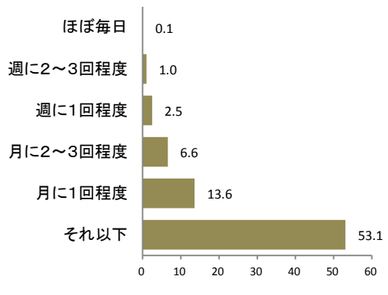
ベーグル



ロールパン



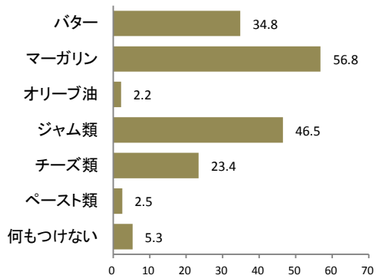
マフィン



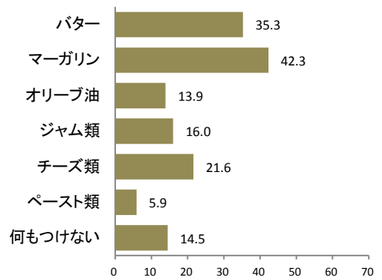
パンにつけるもの

SA 単位：%

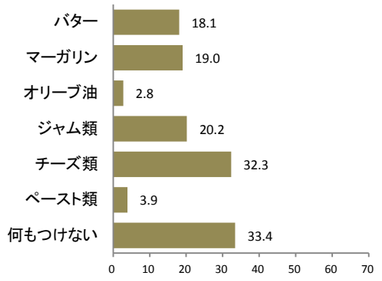
食パン



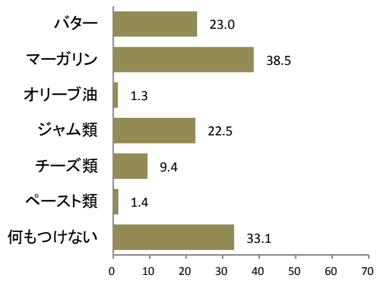
フランスパン



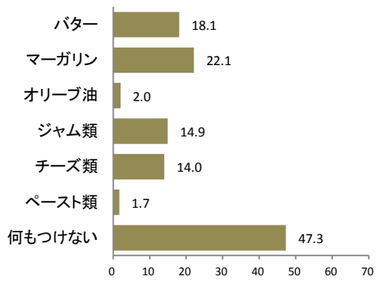
ベーグル



ロールパン



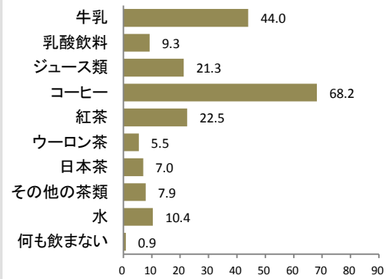
マフィン



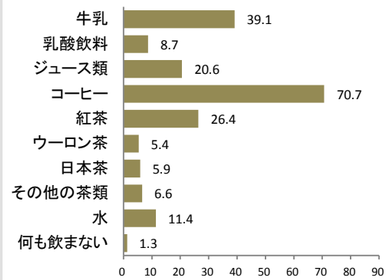
パンと一緒に飲む飲み物

SA 単位：%

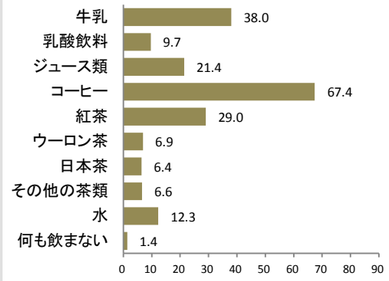
食パン



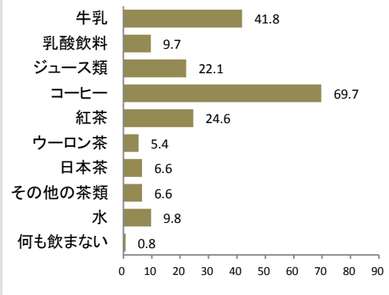
フランスパン



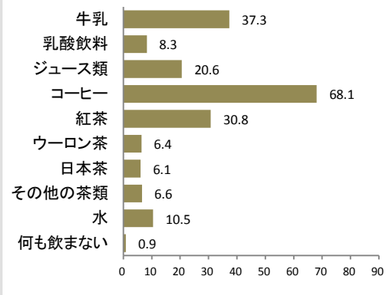
ベーグル



ロールパン



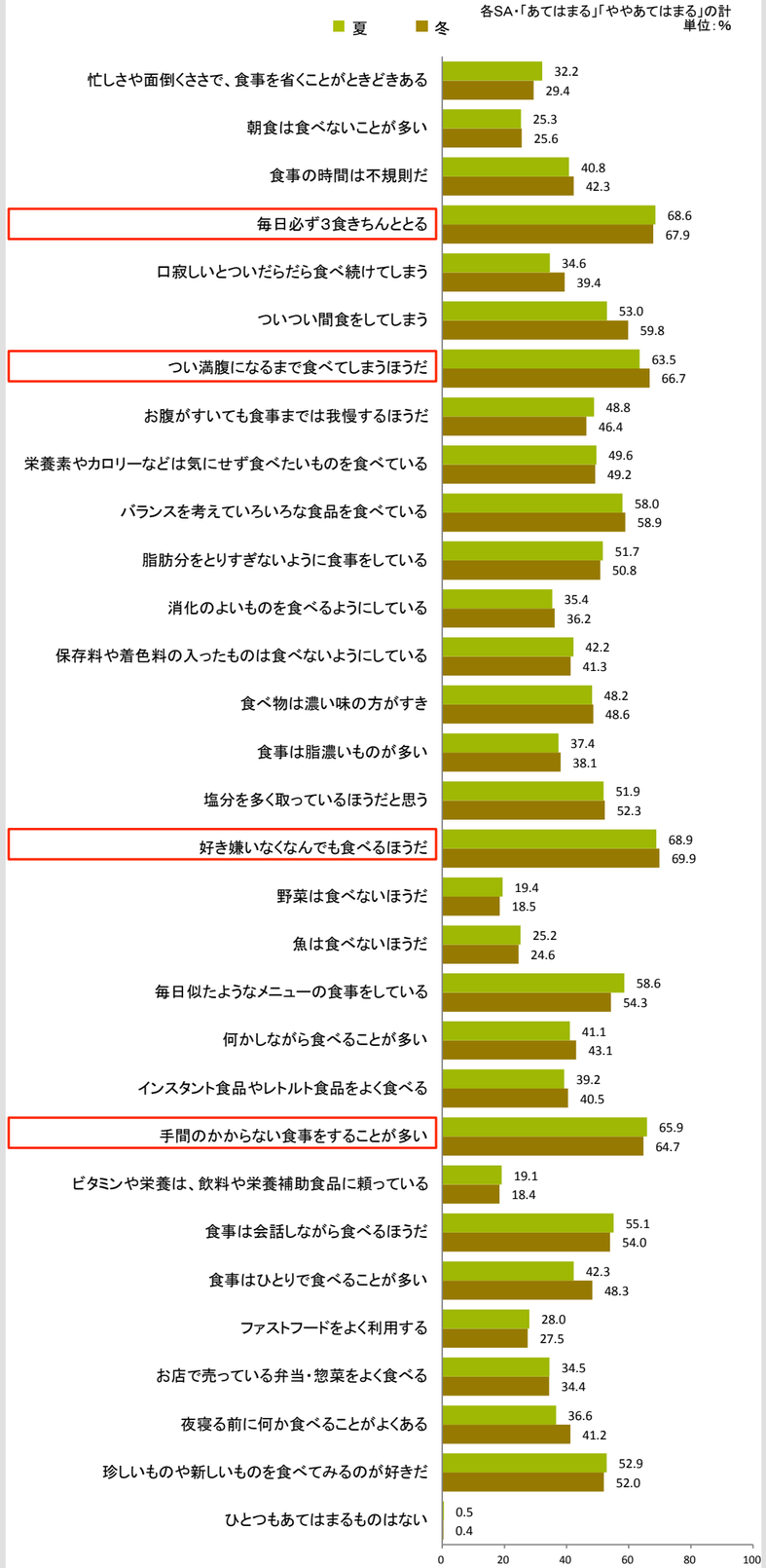
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(F) 好きな食べもの TOP25

MA 単位：%

(1)寿司	75.9
(2)ごはん	70.2
(3)焼肉	66.9
(4)刺身	66.5
(5)ラーメン	63.9
(6)カレー(ライス)	63.9
(7)パスタ料理	63.7
(8)サラダ	62.1
(9)とり唐揚げ	61.8
(10)うどん、きしめん	61.6
(11)みそ汁	57.3
(12)ハンバーグ	57.1
(13)ぎょうざ・シュウマイ	57.0
(14)焼き鳥	56.5
(15)お好み焼	56.5
(16)しょうが焼き	56.3
(17)サンドイッチ	54.4
(18)天ぷら	54.4
(19)ステーキ	53.9
(20)すき焼・しゃぶしゃぶ	53.2
(21)とんかつ	53.1
(22)たこ焼き	53.1
(23)魚介の焼き物	52.9
(24)そば	52.7
(25)チャーハン	51.9

(F) 作るのが楽しい食べもの TOP25

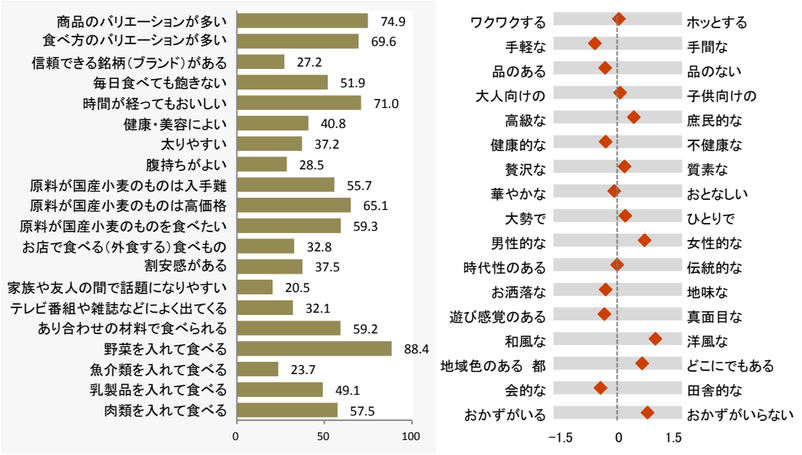
SA 単位：%

(1)カレー	33.6
(2)パスタ料理	28.2
(3)チャーハン	23.1
(4)お好み焼	21.8
(5)ハンバーグ	18.1
(6)シチュー	17.5
(7)焼そば	16.4
(8)サラダ	15.5
(9)野菜いため	15.5
(10)焼肉	15.3
(11)たこ焼き	15.2
(12)しょうが焼き	14.4
(13)丼物	14.3
(14)ぎょうざ・シュウマイ	14.3
(15)鍋もの・おでん	14.2
(16)肉の煮込み料理	14.0
(17)たまご料理	13.7
(18)サンドイッチ	13.6
(19)まぜごはん・炊込みごはん	13.2
(21)ピラフ・オムライス	12.9
(22)ラーメン	12.6
(23)とり唐揚げ	12.3
(24)すき焼・しゃぶしゃぶ	12.2
(25)うどん、きしめん	12.0

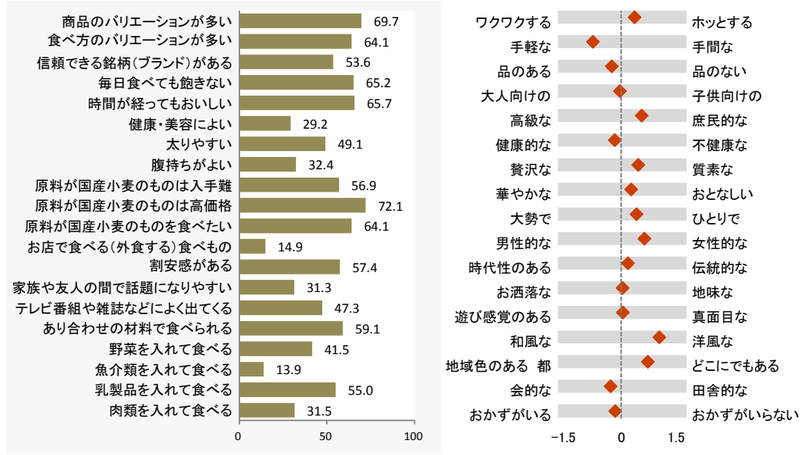
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

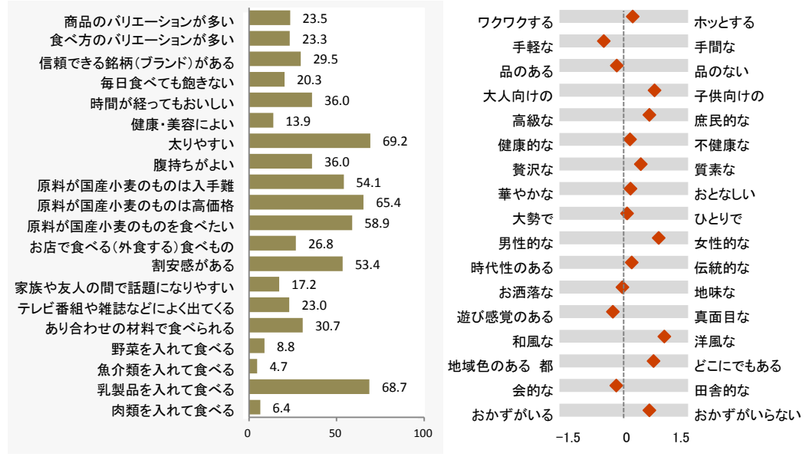
サンドイッチ



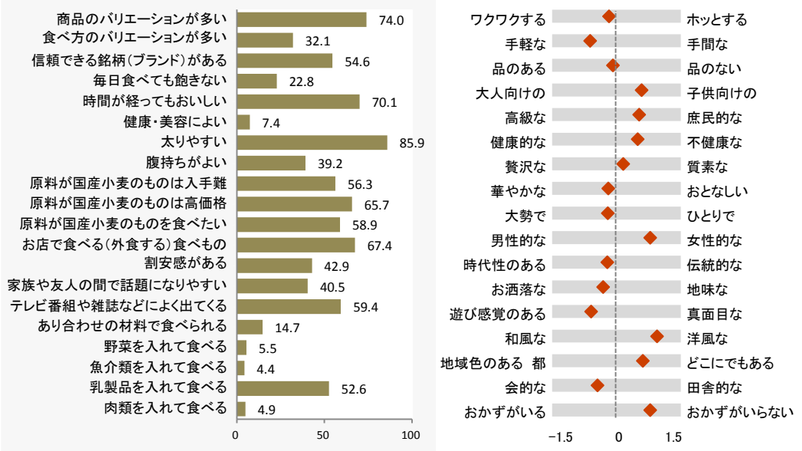
主食パン



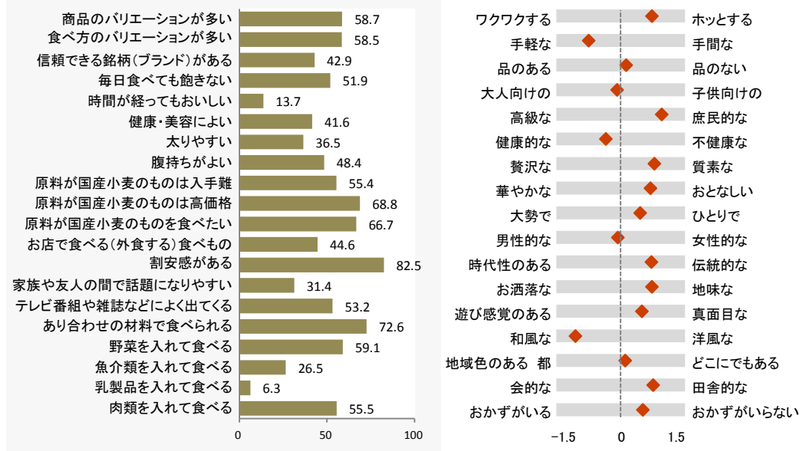
パンケーキ



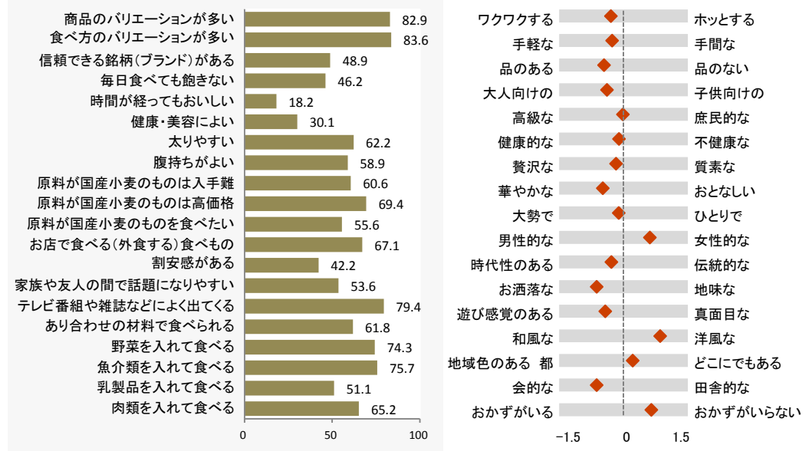
ドーナツ



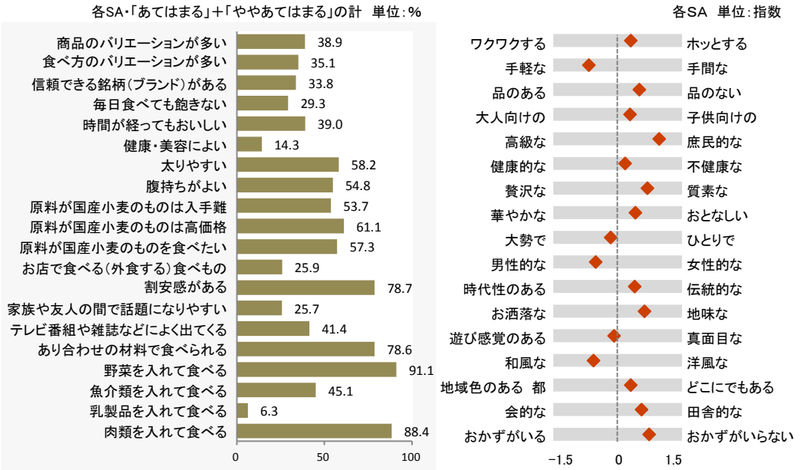
うどん



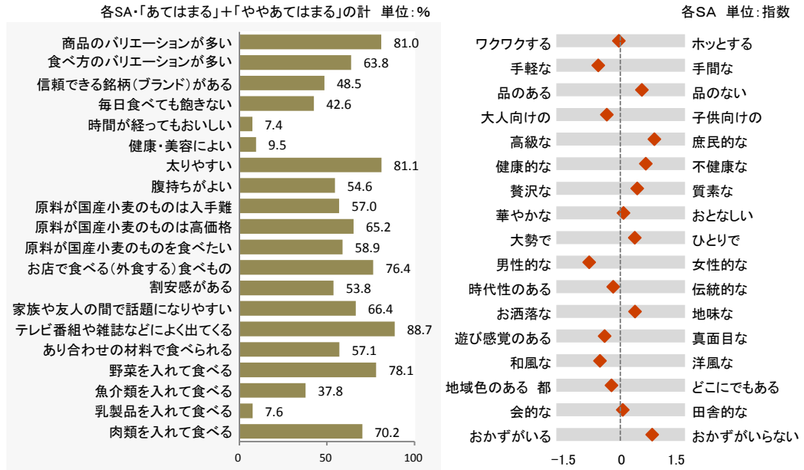
パスタ料理



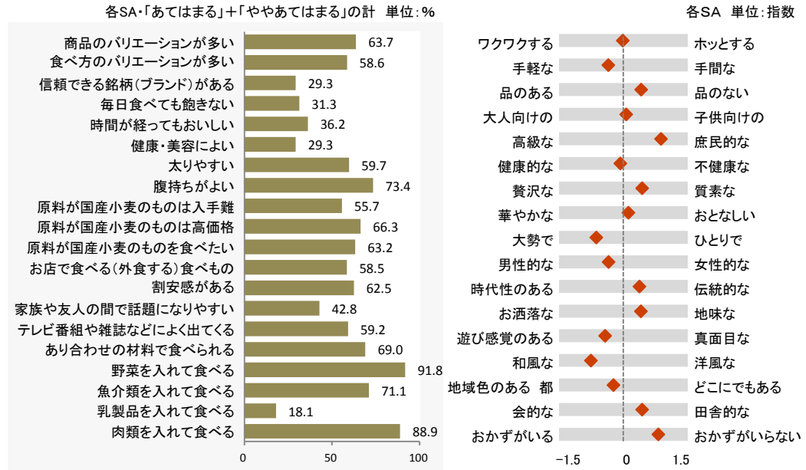
焼そば



ラーメン



お好み焼

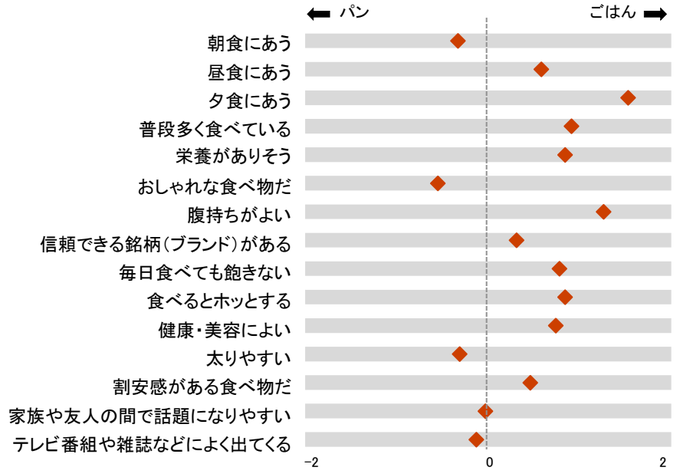


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

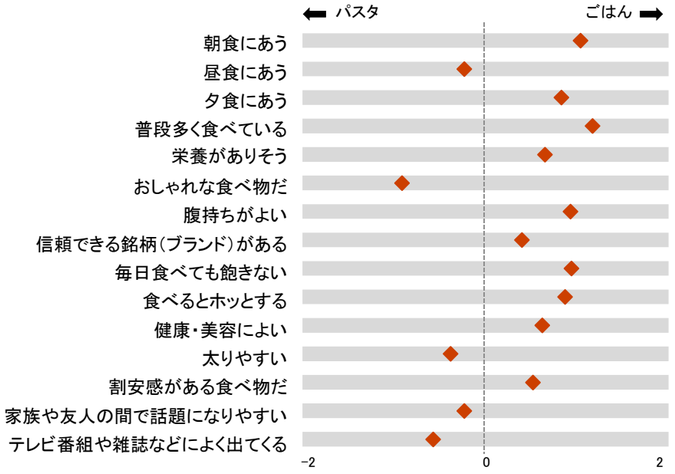
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



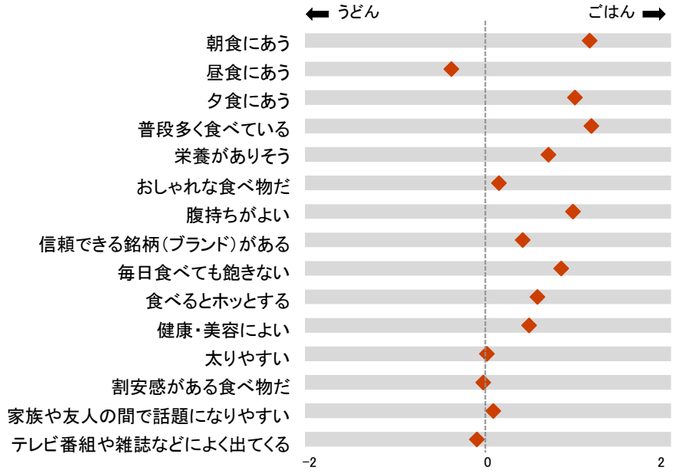
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



うどん vs ごはん

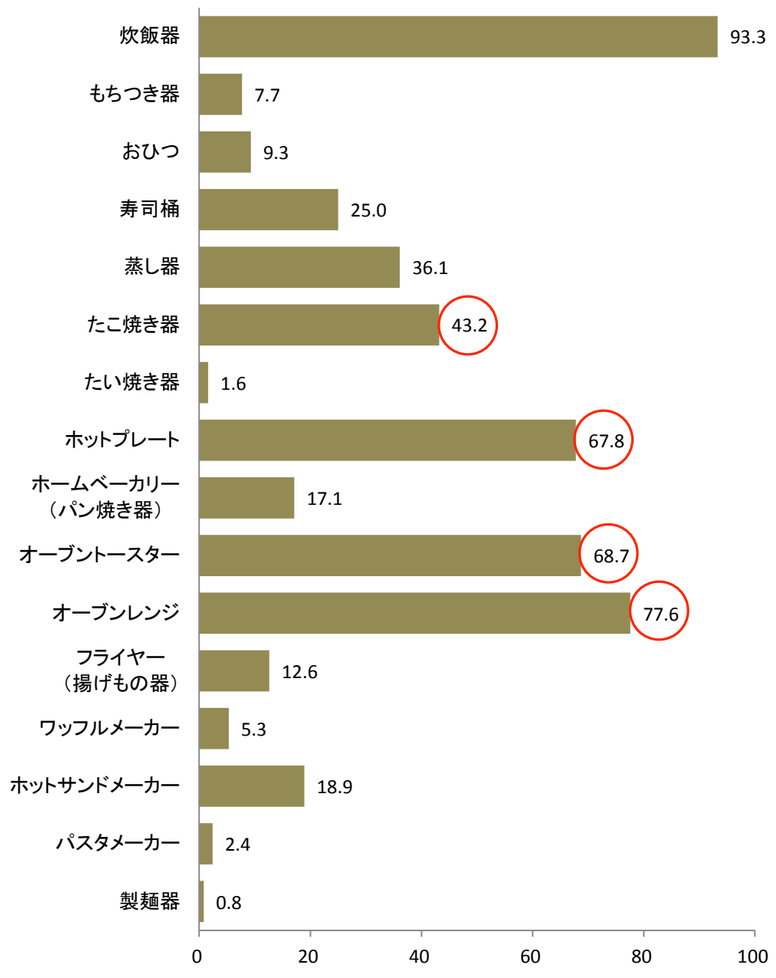
各SA　単位：指数



所有している調理器具

(G)

MA　単位：%

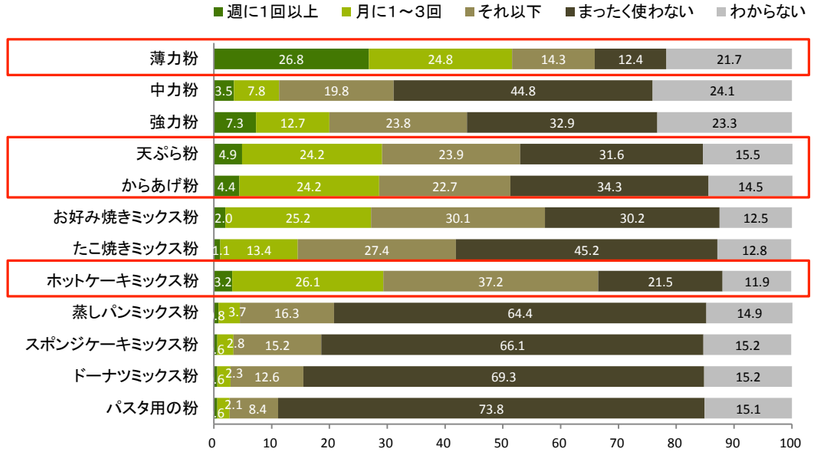


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

(H)

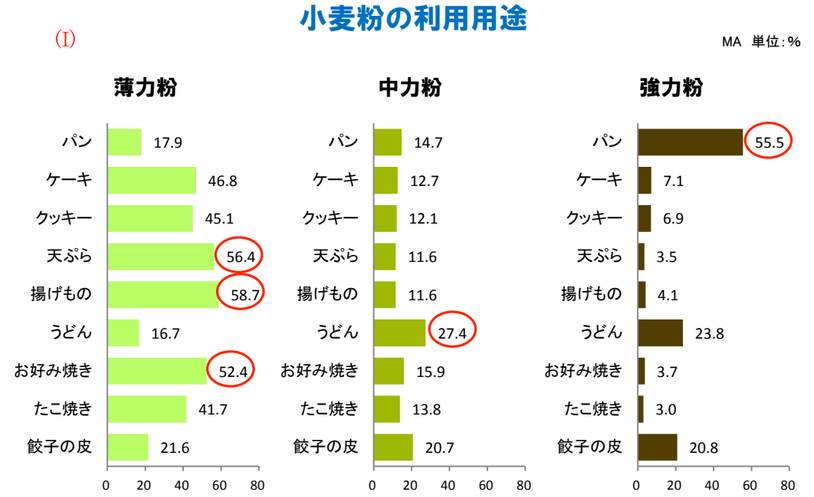
各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

(I)

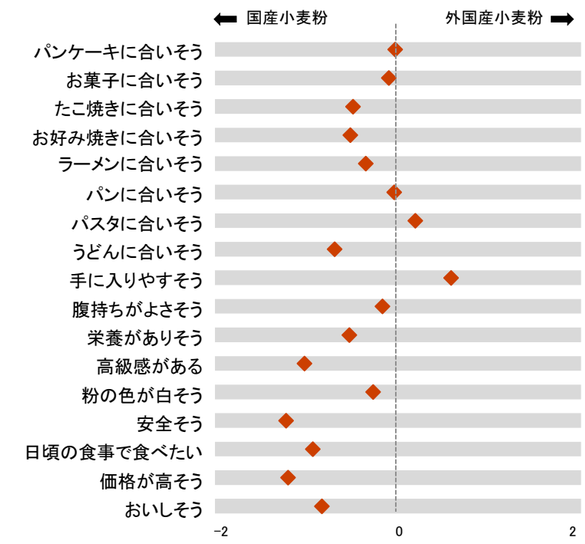
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

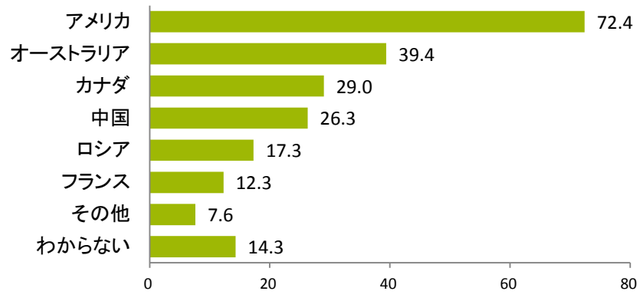
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%

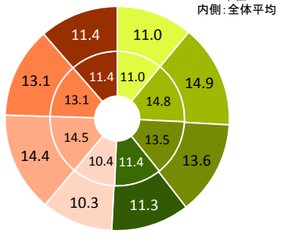


平日

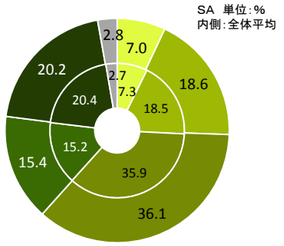
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割で全体と変わらず。(A)
・朝食は内食(自分か家族が調理)が3/4、中食(買ってきたもの)が2割。夕食も内食が3/4、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。全体と変わらず。(B)
・夕食の3割、昼食の5割弱、朝食の6割弱は一人で食べられている。全体と変わらず。(C)
・朝食はパン類が6割弱でごはん系(1/3強)を上回る。昼食はごはん系が6割弱で、3割弱のめん類が続く(全体に比べ、ごはん系がやや多く、めん類がやや少ない)。夕食は2/3がごはん系。(D)
・摂取率が夏＞冬のメニューは、豆腐(料理)、そうめん・ひやむぎ。冬＞夏は、みそ汁、鍋物・おでん。(E)
・食事と一緒にお酒を飲む率は3割前後。夏が冬を5%上回るが、ビール／発泡酒の飲酒率が1割高いのが影響しているため。全体と比べると夏も冬も昼食でのビール／発泡酒の飲酒率が低い。(F)

プロファイル（冬調査時）

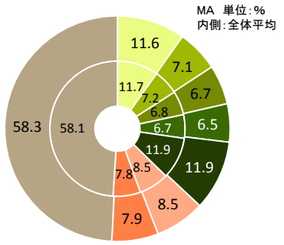
性・年代



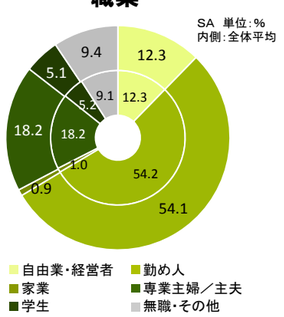
家族構成



同居している子供



職業

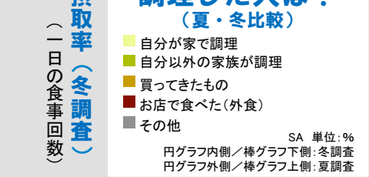


食生活の実態

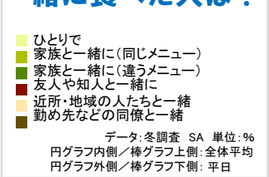
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	摂取率
全時間帯（平均2.9回／日）	100%
朝食（5～10時台）	82%
昼食（11～14時台）	92%
間食（15～16時台）	6%
夕食（17～21時台）	90%
夜食（22～翌4時台）	13%

調理した人は？（夏・冬比較）

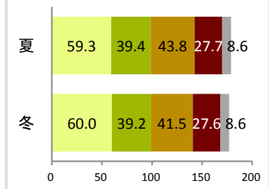


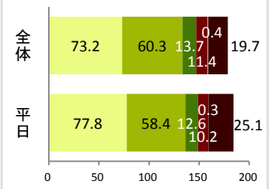
一緒に食べた人は？（夏・冬比較）

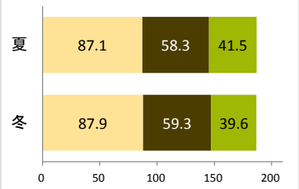


主食は？（夏・冬比較）

全時間帯（平均2.9回／日）

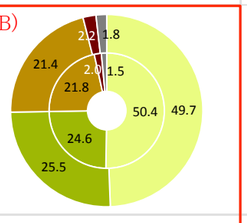


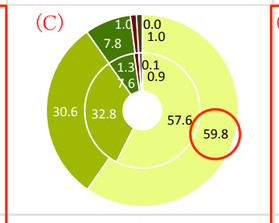


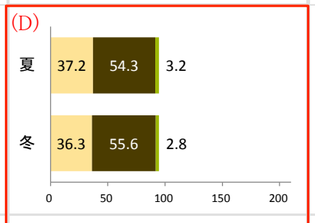


朝食（5～10時台）

(A) 82%

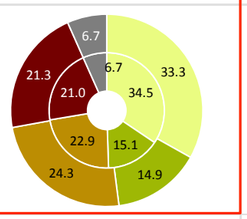


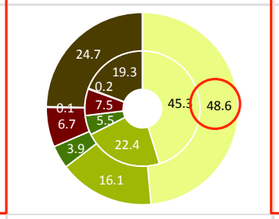


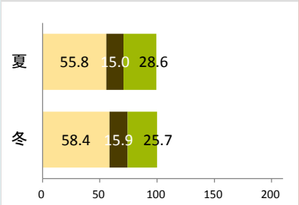


昼食（11～14時台）

92%

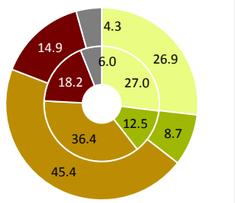


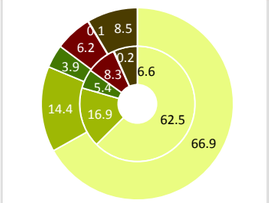


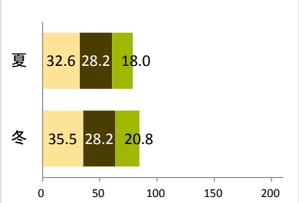


間食（15～16時台）

6%

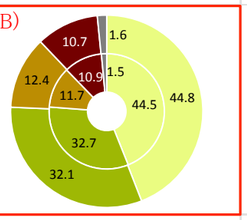


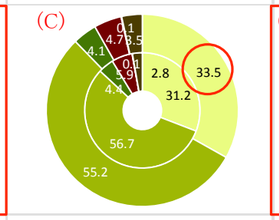


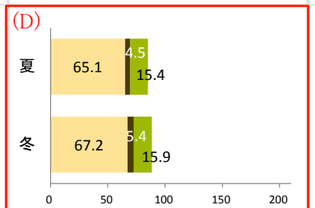


夕食（17～21時台）

(A) 90%

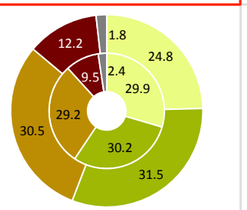


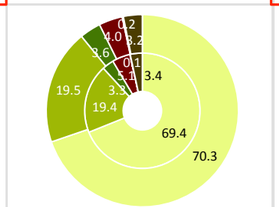


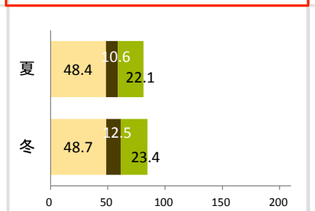


夜食（22～翌4時台）

13%







メニューランキング TOP5（冬調査）

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差

朝食		昼食		夕食		夜食	
主食		主食		主食		主食	
①食パン、ロールパン	36.5 (+0.2)	①ごはん	39.1 (+4.2)	①ごはん	56.4 (+2.8)	①ごはん	33.8 (+1.3)
②ごはん	28.3 (+0.8)	②ラーメン	8.9 (−0.8)	②うどん、きしめん	3.8 (−0.2)	②ラーメン	9.7 (+0.3)
③菓子パン	11.0 (−0.3)	③おにぎり	8.0 (+0.5)	③パスタ料理	3.5 (−0.2)	③菓子パン	5.3 (+0.5)
④おにぎり	5.4 (+0.2)	④うどん、きしめん	6.3 (−0.8)	④ラーメン	3.4 (−0.1)	④丼物	4.5 (−0.1)
⑤サンドイッチ	3.3 (−0.3)	⑤パスタ料理	4.5 (−0.4)	⑤丼物	3.2 (+0.1)	⑤おにぎり	3.8 (−0.4)
副食		副食		副食		副食	
①みそ汁	20.3 (+0.6)	①みそ汁	46.3 (+2.7)	①みそ汁	28.7 (+1.8)	①みそ汁	16.6 (+1.9)
②たまご料理	12.1 (+0.1)	②サラダ	39.4 (+1.7)	②サラダ	28.2 (+1.4)	②サラダ	15.3 (+0.8)
③サラダ	10.5 (+0.2)	③たまご料理	18.6 (+0.7)	③その他の肉料理	11.6 (+0.7)	③魚介の焼き物	6.9 (+0.6)
④ハム、ソーセージ	8.2 (+0.2)	④漬物	17.2 (+1.1)	④魚介の焼き物	11.3 (+0.9)	④その他の肉料理	6.5 (+0.3)
⑤漬物	6.1 (+0.1)	⑤その他の肉料理	16.7 (+1.1)	⑤野菜いため	10.4 (+0.8)	⑤野菜の煮物	6.3 (+1.0)

夏メニュー／冬メニュー TOP3

MA 単位:%
( )内は夏冬差
(当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」)
＊は夏冬差が5ポイント以上

朝食		昼食		夕食		夜食	
(E) 夏メニュー		夏メニュー		夏メニュー		夏メニュー	
①豆腐・豆腐料理	12.8 (+4.6)	①そうめん、ひやむぎ	2.5 (+2.3)	①豆腐・豆腐料理	10.5 (+39)	①サラダ	17.5 (+2.2)
②そうめん、ひやむぎ	4.0 (+3.7)	②そば	3.4 (+1.1)	②サラダ	30.4 (+2.2)	②その他の野菜料理	6.3 (+1.6)
③サラダ	42.1 (+2.7)	③豆腐・豆腐料理	2.2 (+0.9)	③野菜いため	11.9 (+1.5)	③ハンバーグ	3.2 (+1.5)
冬メニュー		冬メニュー		冬メニュー		冬メニュー	
①みそ汁	40.5 (−5.8)*	①みそ汁	13.0 (−2.5)	①みそ汁	23.7 (−5.0)*	①野菜の煮物	3.5 (−2.8)
②鍋もの・おでん	1.7 (−4.3)	②ごはん	37.2 (−1.9)	②鍋もの・おでん	1.3 (−4.0)	②みそ汁	14.1 (−2.5)
③スープ	8.1 (−3.2)	③ラーメン	7.2 (−1.7)	③ごはん	54.0 (−2.4)	③蒸し野菜・ゆで野菜	1.9 (−1.8)
(F) 夏の飲酒率： 31.4%		夏の飲酒率： 1.8%		夏の飲酒率： 1.4%		夏の飲酒率： 32.7%	
①ビール／発泡酒	75.4 (−0.9)	①ビール／発泡酒	61.3 (−1.8)	①ビール／発泡酒	66.8 (−5.9)	①ビール／発泡酒	72.0 (−0.7)
②サワー類	13.9 (−0.6)	②サワー類	10.4 (+2.4)	②サワー類	6.9 (−0.2)	②サワー類	10.0 (−2.1)
冬の飲酒率： 26.8%		冬の飲酒率： 1.8%		冬の飲酒率： 1.0%		冬の飲酒率： 27.1%	
①ビール／発泡酒	65.8 (±0.0)	①ビール／発泡酒	61.3 (+0.2)	①ビール／発泡酒	54.7 (−5.5)*	①ビール／発泡酒	66.2 (+1.2)
〔焼酎	23.0 (+0.6)〕	〔焼酎	19.6 (+0.3)〕	②日本酒	13.6 (+3.8)	〔焼酎	22.3 (+0.3)〕
②ワイン	12.4 (−0.7)	②ワイン	16.9 (+2.5)			②サワー類	9.3 (−1.9)
		夏メニュー		夏メニュー		夏メニュー	
		①食パン、ロールパン	33.7 (−2.8)	①ごはん	12.8 (+4.6)	①ごはん	12.8 (+4.6)
		②みそ汁	17.9 (−2.4)	②菓子パン	4.0 (+3.7)	②菓子パン	4.0 (+3.7)
		③スープ	1.8 (−1.7)	③ラーメン	42.1 (+2.7)	③ラーメン	42.1 (+2.7)
		冬メニュー		冬メニュー		冬メニュー	
		①みそ汁	13.0 (−2.5)	①ハヤシライス	40.5 (−5.8)*	①ハヤシライス	40.5 (−5.8)*
		②ごはん	37.2 (−1.9)	②カレー(ナンなど)	1.7 (−4.3)	②カレー(ナンなど)	1.7 (−4.3)
		③ラーメン	7.2 (−1.7)	③魚介の蒸し物	8.1 (−3.2)	③魚介の蒸し物	8.1 (−3.2)
		夏の飲酒率： 1.8%		夏の飲酒率： 5.1%		夏の飲酒率： 29.8%	
		①ビール／発泡酒	61.3 (−1.8)	①ビール／発泡酒	66.3 (−2.3)	①ビール／発泡酒	75.5 (−0.6)
		②サワー類	10.4 (+2.4)	②ワイン	17.2 (+0.9)	②サワー類	14.6 (−0.2)
		冬の飲酒率： 1.8%		冬の飲酒率： 2.5%		冬の飲酒率： 25.6%	
		①ビール／発泡酒	61.3 (+0.2)	①ビール／発泡酒	54.7 (−4.4)	①ビール／発泡酒	65.6 (+0.1)
		〔焼酎	19.6 (+0.3)〕	②ワイン	32.9 (+4.4)	〔焼酎	23.4 (+0.7)〕
		②ワイン	16.9 (+2.5)			②ワイン	12.4 (−0.5)
		夏の飲酒率： 1.4%					
		①ビール／発泡酒	66.8 (−5.9)				
		②サワー類	6.9 (−0.2)				
		冬の飲酒率： 1.0%					
		①ビール／発泡酒	54.7 (−5.5)*				
		②日本酒	13.6 (+3.8)				

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

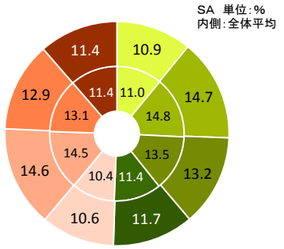
MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
( )内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

土日

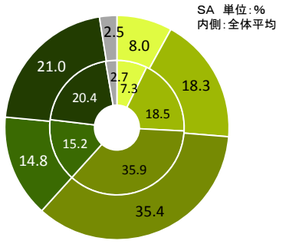
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割で全体と変わらず。但し、朝食は全体より4%低い。(A)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割。夕食は内食が7割、中食・外食が各15%前後(全体に比べ、夏は内食がやや少なく、外食が多い)。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割強(全体に比べ、内食がやや多い)。(B)
・夕食の1/4、昼食の4割弱、朝食の5割は一人で食べられている(全体に比べると少ない＝家族と一緒に食べた率が高い)。(C)
・朝食はパン類が6割弱でごはん系(1/3)を上回る。昼食はごはん系が4割強で、4割弱のめん類が続く。全体と比べ、ごはん系が少なく、めん類が多い。夕食は6割弱がごはん系(全体と比べ、やや少ない)。(D)
・摂取率が夏＞冬のメニューは、そうめん・ひやむぎ、豆腐(料理)、サラダ。冬＞夏は、みそ汁、鍋物・おでん、ラーメン。(E)
・食事と一緒にお酒を飲む率は3割前後。全体に比べ、冬の飲酒率が4%高いため、夏冬の飲酒率の差はない。(F)

プロファイル（冬調査時）

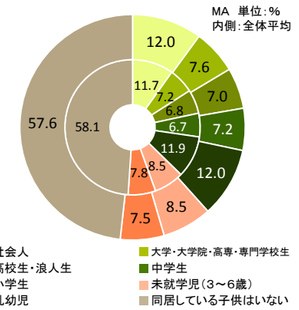
性・年代



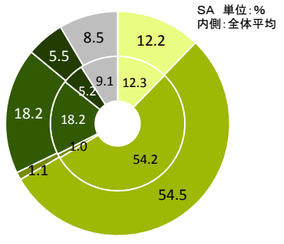
家族構成



同居している子供

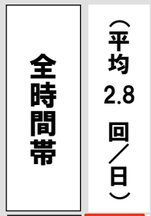


職業

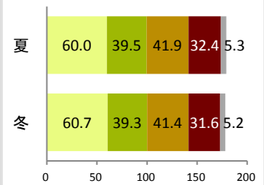


食生活の実態

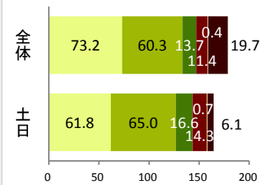
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）



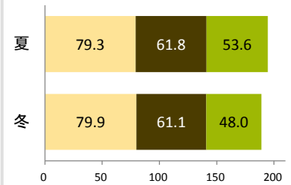
調理した人は？（夏・冬比較）



一緒に食べた人は？（夏・冬比較）



主食は？（夏・冬比較）



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差

全時間帯

主食		副食	
①ごはん	64.3 (−8.0)*	①みそ汁	37.1 (−6.5)*
②食パン、ロールパン	33.6 (−0.5)	②サラダ	33.5 (−4.2)
③菓子パン	14.3 (−0.5)	③魚介の焼き物	16.1 (−1.8)
④ラーメン	16.8 (+2.7)	④その他の肉料理	14.0 (−1.8)
⑤おにぎり	11.2 (−1.5)	⑤たまご料理	13.2 (−2.8)

(A) 朝食 5～10時台 76%

主食		副食	
①食パン、ロールパン	35.8 (−0.5)	①みそ汁	46.3 (+2.7)
②ごはん	25.4 (−2.1)	②たまご料理	39.4 (+1.7)
③菓子パン	12.0 (+0.7)	③納豆	18.6 (+0.7)
④おにぎり	4.6 (−0.6)	④サラダ	17.1 (+1.1)
⑤サンドイッチ	4.3 (+0.7)	⑤ハム、ソーセージ	16.7 (+1.1)

昼食 11～14時台 88%

主食		副食	
①ごはん	23.8 (−11.1)*	①サラダ	10.5 (−2.4)
②ラーメン	12.0 (+2.3)	②みそ汁	10.3 (−3.8)
③おにぎり	6.1 (−1.4)	③たまご料理	4.5 (−1.8)
④うどん、きしめん	9.0 (+1.9)	④漬物	4.1 (−1.3)
⑤パスタ料理	5.8 (+0.9)	⑤スープ	4.0 (−0.1)

間食 15～16時台 10%

主食		副食	
①ごはん	18.6 (−1.9)	①みそ汁	7.4 (+0.2)
②菓子パン	6.3 (−2.1)	②サラダ	7.1 (−0.1)
③ラーメン	8.3 (+1.1)	③その他の肉料理	5.4 (+1.1)
④サンドイッチ	5.8 (+0.8)	④カレー(ライス)	3.6 (+0.9)
⑤おにぎり	4.8 (−0.1)	⑤漬物	3.3 (+0.2)

夕食 17～21時台 92%

主食		副食	
①ごはん	46.8 (−6.8)*	①サラダ	23.5 (−3.3)
②うどん、きしめん	4.5 (+0.5)	②みそ汁	22.6 (−4.3)
③パスタ料理	3.9 (+0.2)	③漬物	9.5 (−0.4)
④ラーメン	3.8 (+0.3)	④その他の肉料理	9.3 (−1.6)
⑤丼物	3.1 (±0.0)	⑤鍋もの・おでん	8.6 (+2.3)

夜食 22～翌朝4時台 10%

主食		副食	
①ごはん	27.9 (−4.6)	①サラダ	12.0 (−2.5)
②ラーメン	8.1 (−1.3)	②みそ汁	8.6 (−6.1)*
③菓子パン	3.2 (−1.6)	③とり唐揚げ	6.5 (+1.8)
④丼物	5.0 (+0.4)	④その他の肉料理	5.3 (−0.9)
⑤おにぎり	5.4 (+1.2)	⑤納豆	5.0 (+0.2)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
( )内は夏冬差
(当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」)
＊は夏冬差が5ポイント以上

全時間帯

(E) 夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	8.8 (+8.3)*
②豆腐・豆腐料理	11.2 (+5.6)*
③サラダ	38.3 (+4.8)

冬メニュー

①鍋もの・おでん	2.5 (−6.6)*
②みそ汁	30.8 (−6.3)*
③ラーメン	13.2 (−3.6)

朝食

夏メニュー

①サラダ	12.7 (+2.7)
②シリアル	3.1 (+1.4)
③サンドイッチ	5.6 (+1.3)

冬メニュー

①みそ汁	14.9 (−3.1)
②スープ	2.8 (−1.5)
③ごはん	24.0 (−1.4)

昼食

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	6.6 (+6.3)*
②そば	4.5 (+1.6)
③サラダ	12.0 (+1.5)

冬メニュー

①みそ汁	7.1 (−3.2)
②ラーメン	8.9 (−3.1)
③うどん、きしめん	6.7 (−2.3)

間食

夏メニュー

①うどん、きしめん	5.5 (+2.4)
②ドーナツ	4.8 (+2.2)
③惣菜パン	5.8 (+1.7)

冬メニュー

①ごはん	13.1 (−5.5)*
②みそ汁	3.4 (−4.0)
③その他の肉料理	2.3 (−3.1)

夕食

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理	8.7 (+4.7)
②サラダ	26.2 (+2.7)
③その他の肉料理	11.7 (+2.4)

冬メニュー

①鍋もの・おでん	2.1 (−6.5)*
②みそ汁	18.6 (−4.0)
③すき焼き・しゃぶしゃぶ	1.2 (−1.1)

夜食

夏メニュー

①サラダ	19.0 (+7.0)*
②豆腐・豆腐料理	7.1 (+5.2)*
③刺身	7.3 (+4.0)

冬メニュー

①肉の煮込み料理	0.4 (−2.2)
②スープ	2.4 (−1.8)
③ラーメン	6.3 (−1.8)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
( )内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯

(F) 夏の飲酒率： 31.4%

①ビール／発泡酒	78.3 (+2.0)
②サワー類	15.7 (+1.2)

冬の飲酒率： 32.6%

①ビール／発泡酒	65.8 (±0.0)
〔焼酎	21.2 (−1.2) 〕
②ワイン	14.7 (+1.6)

朝食

夏の飲酒率： 1.9%

①ビール／発泡酒	67.5 (+4.4)
②ウィスキー／ブランデー	8.3 (+2.6)

冬の飲酒率： 1.9%

①ビール／発泡酒	60.5 (−0.6)
〔焼酎	18.4 (−0.9) 〕
②日本酒	12.8 (+5.0)*

昼食

夏の飲酒率： 4.6%

①ビール／発泡酒	77.4 (+4.7)
②ワイン	12.3 (+2.9)

冬の飲酒率： 3.5%

①ビール／発泡酒	63.9 (+4.2)
〔焼酎	15.3 (+2.0) 〕
②ワイン	14.6 (+3.2)

間食

夏の飲酒率： 12.0%

①ビール／発泡酒	70.3 (+1.7)
②サワー類	25.5 (+2.9)

冬の飲酒率： 6.6%

①ビール／発泡酒	61.7 (+2.6)
②ワイン	25.9 (−2.6)

夕食

夏の飲酒率： 32.6%

①ビール／発泡酒	77.4 (+1.3)
②サワー類	15.4 (+0.6)

冬の飲酒率： 30.8%

①ビール／発泡酒	65.1 (−0.4)
〔焼酎	21.1 (−1.6) 〕
②ワイン	14.0 (+1.1)

夜食

夏の飲酒率： 30.8%

①ビール／発泡酒	75.3 (+2.6)
②サワー類	19.0 (+6.9)*

冬の飲酒率： 31.6%

①ビール／発泡酒	61.7 (−3.3)
〔焼酎	21.1 (−0.9) 〕
②サワー類	16.5 (+5.3)*

３．性・年代別

まとめ〔性・年代別〕

■摂取率

朝食の摂取率は年配層ほど高く、同年代では女性が高めである。

最も低い20代男性の7割に対して最も高い50代女性は9割となっている。

昼食・夕食も同様の傾向はあるが、どの性年代も9割前後で朝食ほどの差はない。

20-30代男性は逆に夜食が高いのが特徴。

■調理した人は？

朝食の内食(自分か家族が調理)の比率は年配層ほど高く、同年代では女性が高めである。最も低い20代男性の2/3に対して最も高い50代女性は8割強となっている。逆に中食(買ってきたもの)の比率は若いほど、男性の方が高い。

夕食も同様の傾向で、年配層ほど、男性の方が内食の比率が高く(数値も朝食とほぼ同様)、逆に中食・外食は若いほど、男性の方が多い。昼食は年代による差は弱まり、中食の比率は男性で4割台、女性で5割強～6割強である。内食の場合、どの食機会でも、40-50代女性ではほとんど自分で調理している。

■一緒に食べた人は？

一人で食べた率は、若いほど、男性の方が高い。最も多い20代男性では、夕食の4割、昼食の5割、朝食の7割が一人で食べられている。最も少ないのは40代女性で、それぞれ2割、4割強、5割弱となっている。男性では昼食を同僚と一緒に食べる率が2割以上と高い。

■主食は？

朝食はどの層でもパン類が最も多いが、年配層ほど、同年代では女性が多い。ごはん系は逆の傾向。50代女性ではパン類6割強、ごはん系3割なのに対して、20代男性では5割弱、4割である。

昼食で最も多いのはごはん系だが、男性の6割前後に対して、女性は5割前後と差がある。めん類が3割で続くのはどの層でも共通。夕食はどの層でも2/3がごはん系である(20代女性のみ6割弱と少なめ)。

■メニューランキング

主食では、食パン・ロールパンが年配層ほど、同年代では女性が多い。副食では、みそ汁が年配層ほど多くなっている。それに加え、50代男性では漬物、魚介の焼き物、50代女性では漬物、サラダ、野菜の煮物が多い。

■お酒

食事と一緒にお酒を飲む率は夏＞冬であるが、年配層ほど、同年代では男性の方が高い点は共通である。20-30代男性ではビール／発泡酒、40-50代男性では焼酎、30-40代女性ではサワー類、50代女性ではワインが全体に比べ高めになっている。

■パンの消費頻度

食パンの週に2～3回以上の摂取率をみると、年配層ほど高く、同年代では女性が高めである。20代男性の3割強に対して、50代女性では6割弱となっている。

■食スタイル

食スタイルで肯定率をみると、年配層ほど、同年代では女性の方が健康志向が高い。50代女性では「毎日必ず3食きちんととる」「バランスを考えていろいろな食品を食べている」「好き嫌いなくなんでも食べるほうだ」が7割を超える。一方、20代男性では「手間のかからない食事をすることが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「栄養素やカロリー等は気にせず食べたいものを食べている」「毎日似たようなメニューの食事をしている」等が上位(6割以上)に挙がる。「ついつい間食をしてしまう」「食事は会話しながら食べるほうだ」は女性で高い項目。

■好きな食べもの

全般に30-40代女性、40代男性の数値が高め。逆に20代男性は低めである。小麦メニューで全体より高いのは、40代男性のラーメン、40-50代男性の焼そば、女性全般でのパスタ料理（20-30代では最も好きなメニュー）、20-30代女性のピザ、30-40代女性のお好み焼き、30-50代女性のサンドイッチ等が挙げられる。

小麦メニューで作るのが楽しい食べものを見ると、40-50代男性のラーメン、50代男性の焼そば、女性全般でのパスタ料理(20,40,50代で1位)、20-40代女性のパンケーキ、30-50代女性のサンドイッチ等が全体より高い。

■所有している調理器具

小麦系器具に絞ってみると、所有率は年配層ほど、同年代では女性が高い。女性の場合、オーブンレンジが8割台(この商品のみ50代でやや低め)、オーブントースター、ホットプレートが6～8割、たこ焼き器が4～5割である。

■小麦粉の利用頻度

月に1回以上の利用率をみると、最も高い薄力粉で、男性が3割前後、女性が7割前後である。それに続く小麦粉としては、30代女性が最も高いホットケーキミックス粉、50代女性で最も高い天ぷら粉等が挙げられる。

■小麦粉の利用用途

使用率は女性と男性で差があるが、薄力粉は揚げ物、天ぷら、お好み焼き等(女性ではクッキー、ケーキも)多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパン、うどんによく使われている点は共通。

20代男性

・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、**朝食の摂取率は7割**。全体に比べ昼食・夕食は4%、朝**食は1割以上低い。逆に夜食が2割で全体より1割高い。**
・**朝食は内食が2/3、中食が3割。**夕食も内食が2/3、中食・外食が各2割弱。昼食は内食が4割、中食・外食が各3割弱。**全体に比べ、どの食機会でも内食が少なく、中食・外食が多い。**
・**夕食の4割、昼食の5割、朝食の7割は「一人」で、全体に比べ1割程度高い。昼食の2割は同僚と。**
・**朝食はパン類が5割弱でごはん系の4割を上回る(全体に比べパン類が少なく、ごはん系が多い)。**昼食はごはん系が6割弱(全体よりやや多い)で、3割のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。
・全般に主食の食パン・ロールパンが少なく、ラーメン、丼物が全体より多い。また、副食のみそ汁、サラダが全体より少ないのが特徴。
・好きな食べものは、全体に比べ数値は全般に低い。小麦メニューでは、うどん・きしめん、パスタ料理、たこ焼き、お好み焼き、ぎょうざ・シュウマイ、ピザがいずれも5%以上低い。作るのが楽しい食べものも全般に数値が低く、小麦メニューではパスタ料理、焼そば、ぎょうざ・シュウマイが5%以上低い。
・小麦粉の利用頻度は、全体に比べ、全般に数値は低い。月に1回以上の利用率は、薄力粉が3割弱、からあげ粉、天ぷら粉、お好み焼きミックス粉が2割で続く。

20代女性

・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割弱。全体に比べ朝食は4%低い。
・朝食は内食が7割強、中食が1/4。夕食も内食が7割強、中食・外食が各15%前後。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割前後。全体に比べ、どの食機会でも内食はやや多め。
・夕食の3割、昼食の4割(全体よりやや低め)、朝食の6割は一人で食べられている。
・朝食はパン類が5割強でごはん系の約35%を上回る(全体に比べパン類がやや少ない)。昼食はごはん系が5割で、3割弱のめん類が続く。**夕食は6割弱がごはん系(全体よりやや少ない)。**
・全般に主食のごはん、食パン・ロールパン、副食のみそ汁が全体より少ないのが特徴。
・ **好きな食べものは、小麦メニューでは、パスタ料理(1位)、ピザが全体より5%以上高い。**作るのが楽しい食べものもパスタ料理が1位、小麦メニューでは、たこ焼き、パンケーキが5%以上高い。
・ 小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が2/3、ホットケーキミックス粉が1/3強で、全体に比べ高い。
・薄力粉はクッキー、ケーキ、揚げ物等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパン、うどんによく使われている。**薄力粉のクッキーやケーキが全体に比べて高いのが特徴。**

30代男性

・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、**朝食の摂取率は75%。全体に比べ朝食は5%、夕食は4%低い。逆に夜食が2割で全体より6%高い。**
・**朝食は内食が2/3、中食が3割。**夕食は内食が7割、中食・外食が各15%。昼食は内食が4割、中食・外食が各3割弱。**全体に比べ、どの食機会でも内食が少なく、中食・外食が多い。**
・**夕食の4割、昼食の5割、朝食の2/3は一人で、夕食と朝食は全体より1割程高い。昼食の1/4は同僚と。**
・**朝食はパン類が5割弱でごはん系の4割を上回る(全体に比べパン類が少なく、ごはん系が多い)。**昼食はごはん系が6割（全体よりやや多い）で、3割のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。
・全般に主食の食パン・ロールパン、副食のサラダが全体より少ないのが特徴。
・好きな食べものは、小麦メニューでは、パスタ料理が全体に比べ低い。全体に比べ高いのは、焼き肉、ステーキ、とんかつ等、主に肉料理。作るのが楽しい食べものは全般に数値が低く、小麦メニューではパスタ料理、ぎょうざ・シュウマイが5%以上低い。
・　小麦粉の利用頻度は、全体に比べ、全般に数値は低い。月に1回以上の利用率は、薄力粉が3割強、からあげ粉、お好み焼きミックス粉、ホットケーキミックス粉、天ぷら粉が2割台で続く。

30代女性

・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割で、全体と同様の傾向。
・朝食は内食が8割(7割は自分で調理)、中食(買ってきたもの)が2割前後。夕食も内食が8割強(7割弱は自分で調理)、中食・外食が各1割。昼食は内食が6割(5割強は自分で調理)、中食2割、外食が15%前後。全体に比べ、どの食機会でも内食が多め。
・夕食の1/4、昼食の4割強、朝食の5割弱は一人で食べられている(全般に全体よりやや低め)。
・朝食はパン類が6割弱でごはん系(1/3)を上回る(全体と同様の傾向)。昼食はごはん系が5割弱で、3割前後のめん類が続く。夕食は6割強がごはん系。
・メニューランキングは、全般に全体と同様の傾向。
・　好きな食べものは、全般に全体より数値が高い。**小麦メニューは人気があり、パスタ料理(1位)、ぎょうざ・シュウマイ、お好み焼き、サンドイッチ、たこ焼き、ピザが全体より5%以上高い。**作るのが楽しい食べものでも、小麦メニューは、パスタ料理、ぎょうざ・シュウマイ、サンドイッチ、パンケーキが5%以上高い。
・　**小麦粉の月に1回以上の利用率は薄力粉が3/4、ホットケーキミックス粉が4割強で、非常に高い。**
・薄力粉は揚げ物、天ぷら、お好み焼き等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパンによく使われている。**薄力粉のクッキーやケーキは20代女性と同様、全体に比べて高い。**

40代男性

・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割で、全体と同様の傾向。
・朝食は内食が7割、中食が25%程度。夕食は内食が7割(冬＞夏)、中食・外食が各15%程度。昼食は内食が4割、中食・外食が25%前後。全体に比べどの食機会でも内食がやや少なく、中食・外食がやや多い。
・夕食の4割弱(全体よりやや高い)、昼食の5割弱、朝食の6割弱は一人で食べられている。昼食の1/4は同僚と食べている。
・朝食はパン類が55%前後でごはん系の4割弱を上回る。昼食はごはん系が6割弱で、3割のめん類が続く。夕食は冬は2/3がごはん系(夏は6割弱と低い)。
・昼食のごはんが全体より多い。
・食事と一緒にお酒を飲む率は夏が44%、冬が37%で全体より1割前後高い。冬の焼酎の高さが目立つ
・　好きな食べものは、全体に比べ数値は全般に高い。**小麦メニューでは、ラーメン、焼そばが全体に比べ高い。**肉料理に加え、そばの高さが目立つ。作るのが楽しい食べものは、小麦メニューでは全体に比べラーメンがやや高く、パスタ料理がやや低い。
・小麦粉の利用頻度は、全体に比べ、全般に数値は低い。月に1回以上の利用率は、薄力粉が3割強、からあげ粉、天ぷら粉、お好み焼きミックス粉が2割台で続く。

40代女性

・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割強、朝食の摂取率は85%で、昼食・朝食は全体よりやや高め。
・朝食は内食が8割(75%前後は自分で調理)、中食が2割弱。夕食も内食が8割強(自分7割強)、中食・外食が各1割。昼食は内食が6割(自分55%)、中食2割、外食が15%。どの食機会でも内食が全体より多め。
・**夕食の2割、昼食の4割強、朝食の5割は一人で食べられている(全般に全体より低め)。**
・**朝食はパン類が6割でごはん系(1/3)を上回る。**昼食はごはん系が5割弱で、3割前後のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。（全体とほぼ同様の傾向）
・メニューランキングは、全般に全体と同様の傾向。
・　好きな食べものは、全般に全体より数値が高い。小麦メニューでは、パスタ料理、サンドイッチ、お好み焼きが全体より5%以上高い。逆にラーメンは5%以上低い。作るのが楽しい食べものでは、小麦メニューで、パスタ料理(1位)、サンドイッチ、パンケーキが5%以上高く挙げられている。
・　**小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が7割強、**ホットケーキミックス粉、天ぷら粉、からあげ粉、お好み焼きミックス粉が3割台で続く。全体に比べ高い。
・薄力粉は揚げ物、天ぷら、お好み焼き等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパンによく使われている。薄力粉のクッキーやケーキは、全体に比べて高い。

50代男性

・冬調査では、朝食・昼食・夕食の摂取率はいずれも9割で、朝食は全体より1割高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割。夕食も内食が3/4(冬＞夏)、中食・外食が各1割前後。昼食は内食が5割弱、中食が2割、外食が25%前後。全体とほぼ同様の傾向。
・夕食の3割、昼食の5割弱、朝食の6割は一人で食べられている。昼食の2割は同僚と食べている。
・朝食はパン類が6割弱でごはん系(1/3)を上回る。昼食はごはん系が6割弱で、3割のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。
・全般に**主食の食パン・ロールパン、副食のみそ汁、**漬物、魚介の焼き物が全体より多いのが特徴。
・食事と一緒にお酒を飲む率は夏が51%、冬が45%で、全体より2割前後高い。冬の焼酎の飲酒率の高さが目立つ。
・　**好きな食べもの小麦メニューでは、焼そばが全体に比べ高い。そばの高さが目立つ。**作るのが楽しい食べものは、小麦メニューでは焼そば、ラーメン、そばがやや高く、パスタ料理がやや低い。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、天ぷら粉、からあげ粉、薄力粉が3割台で多い。

50代女性

・**冬調査では、朝食・昼食・夕食の摂取率いずれも9割を超え、全性年代で最も高い。**
・**朝食は内食が8割強、中食が15%前後。**夕食も内食が8割強、中食が1割前後。昼食は内食が6割強、中食2割弱、外食が1割強。**全体に比べ、どの食機会でも内食(ほとんど自分で調理)が多い。**
・夕食の1/4、昼食の4割強、朝食の5割強は一人で（全般に全体より低め＝家族と食べた率が高い）。
・**朝食はパン類が6割強でごはん系の3割を上回る(パン類が多めで、ごはん系が少なめ)。**昼食はごはん系が5割弱で、3割前後のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。
・全般に全体と比べて、**主食の食パン・ロールパン、副食のみそ汁、**サラダ、漬物、野菜の煮物が多い。全体と比較すると朝食は食パン・ロールパンが多くごはんが少ないが、夕食ではごはんが多くなっている。
・　好きな食べものは小麦系ではサンドイッチが全体より5%以上高い。ラーメンは10%以上低い。作るのが楽しい食べものは全般に数値が高く、小麦系はパスタ料理(1位)、お好み焼き、サンドイッチが5%以上。
・　**小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が8割弱、天ぷら粉が4割台で、全体に比べ非常に高い。**からあげ粉、ホットケーキミックス粉が3割台で続く。
・薄力粉は天ぷら、揚げ物等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパンによく使われている。薄力粉のクッキーやケーキは、全体に比べて高い。

60代男性（参考値）

・冬調査では、朝食の摂取率は93%、昼食・夕食の摂取率は95%で、朝食が50代以下全体(以下、全体と表記)より1割高い他、全体を上回る。
・朝食は内食が85%前後、中食が1割強。夕食も内食が85%前後、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が6割強(冬＞夏)、中食が15%前後、外食が2割弱。全体に比べ内食の比率が高い。
・一人で食べた率は、夕食の2割、昼食の4割、朝食の4割強で、全体より家族と食べた率が高い。
・朝食はパン類が6割弱でごはん系4割弱を上回る。昼食はごはん系が5割、めん類が4割弱(全体より高い)。夕食は7割前後がごはん系。
・全般に主食のごはん、食パン・ロールパン、うどん・きしめん、副食のみそ汁、サラダ、漬物、魚介の焼き物、たまご料理が全体より多い。
・食事と一緒にお酒を飲む率は夏が56%、冬が51%で、全体より2割前後高い。焼酎や日本酒の飲酒率の高さが目立つ。
・　好きな食べものはほぼ全体と同傾向で際立った特徴はない。作るのが楽しい食べものでも同傾向。
・　小麦粉の月に1回以上の利用率は、月に1回以上の利用率は、天ぷら粉が5割と高く、からあげ粉、薄力粉が4割強で続く。(H)

60代女性（参考値）

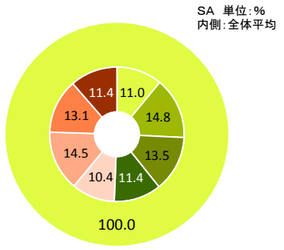
・冬調査では、朝食・昼食・夕食の摂取率いずれも95%前後で、全性年代で最も高い。
・朝食・夕食は内食が9割（ほとんど自分で調理）。昼食は内食が7割（ほとんど自分で調理）、中食・外食が各1割強。全体に比べ、どの食機会でも内食が非常に多い。
・一人で食べた率は、夕食の2割、昼食の4割、朝食の4割強で、全体より家族と食べた率が高い。
・朝食はパン類が6割強でごはん系の3割を上回る(パン類が多めで、ごはん系が少なめ)。昼食はごはん系が4割台(冬＞夏)で、1/3前後のめん類が続く。夕食は3/4がごはん系で全体より1割多い。
・全般に主食のごはん、食パン・ロールパン、うどん・きしめん、副食のみそ汁、サラダ、漬物、野菜の煮物、魚介の焼き物が全体より多い。主食の菓子パン、ラーメンは全体より少ない。
・　好きな食べもの、作るのが楽しい食べもの、ともに全体と同傾向で際立った特徴はない。
・　小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が8割弱、天ぷら粉が5割で、全体に比べ非常に高い。からあげ粉、ホットケーキミックス粉が3割台で続く。
・薄力粉は天ぷら、揚げ物等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパン、うどん、餃子の皮によく使われている。

２０代男性

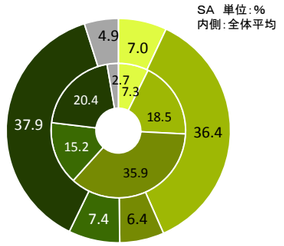
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は7割。全体に比べ昼食・夕食は4%、朝食は1割以上低い。逆に夜食が2割で全体より1割高い。(A)
・朝食は内食が2/3、中食が3割。夕食も内食が2/3、中食・外食が各2割弱。昼食は内食が4割、中食・外食が各3割弱。全体に比べ、どの食機会でも内食が少なく、中食・外食が多い。(B)
・夕食の4割、昼食の5割、朝食の7割は「一人」で、全体に比べ1割程度高い。昼食の2割は同僚と。(C)
・朝食はパン類が5割弱でごはん系の4割を上回る(全体に比べパン類が少なく、ごはん系が多い)。昼食はごはん系が6割弱(全体よりやや多い)で、3割のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。(D)
・全般に主食の食パン・ロールパンが少なく、ラーメン、丼物が全体より多い。また、副食のみそ汁、サラダが全体より少ないのが特徴。(E)
・好きな食べものは、全体に比べ数値は全般に低い。小麦メニューでは、うどん・きしめん、パスタ料理、たこ焼き、お好み焼き、ぎょうざ・シュウマイ、ピザがいずれも5%以上低い。作るのが楽しい食べものも全般に数値が低く、小麦メニューではパスタ料理、焼そば、ぎょうざ・シュウマイが5%以上低い。(F)
・小麦粉の利用頻度は、全体に比べ、全般に数値は低い。月に1回以上の利用率は、薄力粉が3割弱、からあげ粉、天ぷら粉、お好み焼きミックス粉が2割で続く。(G)

プロファイル（冬調査時）

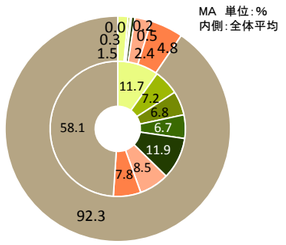
性・年代



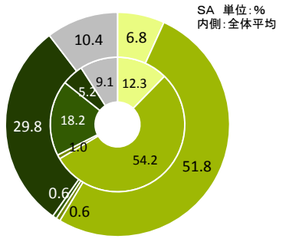
家族構成



同居している子供



職業

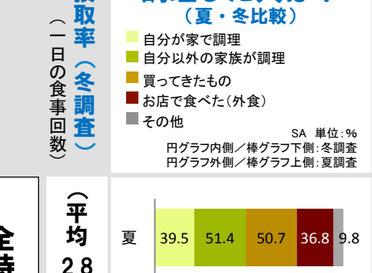


食生活の実態

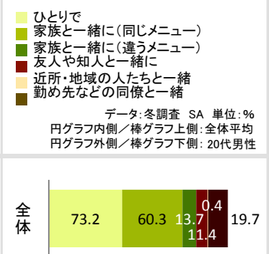
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	摂取率	平均回／日
全時間帯		2.8
朝食（5～10時台）	68%	1.0
昼食（11～14時台）	87%	1.0
間食（15～16時台）	10%	0.1
夕食（17～21時台）	86%	1.0
夜食（22～翌朝4時台）	21%	0.2

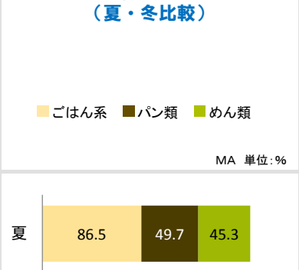
調理した人は？（夏・冬比較）



一緒に食べた人は？（夏・冬比較）



主食は？（夏・冬比較）



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
(　)内は冬調査の全体平均との差

(E) 主食

①ごはん	71.8 (−0.5)
②食パン、ロールパン	22.2 (−11.9)*
③ラーメン	19.3 (+5.2)*
④菓子パン	17.0 (+2.2)
⑤丼物	14.4 (+6.4)*

副食

①みそ汁	36.0 (−7.6)*
②サラダ	31.6 (−6.1)*
③その他の肉料理	14.1 (−1.5)
④とり唐揚げ	12.5 (+2.8)
⑤魚介の焼き物	12.3 (−3.7)

主食

①ごはん	30.9 (+3.4)
②食パン、ロールパン	26.5 (−9.8)*
③菓子パン	15.1 (+3.8)
④おにぎり	7.2 (+2.0)
⑤惣菜パン	4.9 (+1.5)

副食

①みそ汁	18.3 (−1.4)
②たまご料理	8.6 (−3.4)
③納豆	7.8 (−0.2)
④サラダ	7.6 (−2.7)
⑤ハム、ソーセージ	5.2 (−1.0)

主食

①ごはん	33.7 (−1.2)
②ラーメン	12.2 (+2.5)
③丼物	8.6 (+3.9)
④おにぎり	8.0 (+0.5)
⑤菓子パン	5.7 (+1.1)

副食

①みそ汁	11.8 (−2.3)
②サラダ	11.6 (−1.3)
③とり唐揚げ	5.6 (+1.1)
④その他の肉料理	5.0 (−0.3)
⑤たまご料理	4.3 (−2.0)
⑤野菜いため	4.3 (−0.8)

主食

①ごはん	23.3 (+2.8)
②ラーメン	11.4 (+4.2)
③菓子パン	9.1 (+0.7)
④惣菜パン	8.6 (+3.9)
⑤丼物	6.5 (+2.8)

副食

①とり唐揚げ	5.9 (+2.8)
②サラダ	5.4 (−1.8)
③その他の肉料理	4.9 (+0.6)
④みそ汁	3.3 (−3.9)
⑤カレー(ライス)	2.9 (+0.2)

主食

①ごはん	51.7 (−1.9)
②丼物	5.6 (+2.5)
③ラーメン	5.5 (+2.0)
④うどん、きしめん	4.4 (+0.4)
⑤パスタ料理	3.5 (−0.2)

副食

①サラダ	22.1 (−4.7)
②みそ汁	20.3 (−6.6)*
③その他の肉料理	9.6 (−1.3)
④野菜いため	8.6 (−1.0)
⑤魚介の焼き物	8.2 (−2.2)

主食

①ごはん	33.8 (+1.3)
②ラーメン	12.3 (+2.9)
③丼物	9.2 (+4.6)
④パスタ料理	5.2 (+1.1)
⑤菓子パン	3.8 (−1.0)

副食

①みそ汁	16.7 (+2.0)
②サラダ	10.4 (−4.1)
③その他の肉料理	7.6 (+1.4)
④とり唐揚げ	6.1 (+1.4)
⑤魚介の焼き物	5.2 (−1.1)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
(　)内は夏冬差
(当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」)
＊は夏冬差が5ポイント以上

夏メニュー

①おにぎり	17.4 (+3.2)
②そば	5.4 (+2.8)
③そうめん、ひやむぎ	3.3 (+2.6)

冬メニュー

①ごはん	71.8 (−4.3)
②鍋もの・おでん	5.0 (−3.7)
③みそ汁	36.0 (−3.4)
③ラーメン	19.3 (−3.4)

夏メニュー

①その他の肉料理	2.4 (+1.5)
②たまご料理	9.7 (+1.1)
②惣菜パン	6.0 (+1.1)

冬メニュー

①食パン、ロールパン	26.5 (−2.4)
②みそ汁	18.3 (−1.9)
③ハム、ソーセージ	5.2 (−1.8)

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	2.2 (+1.9)
②そば	3.5 (+1.7)
③おにぎり	9.4 (+1.4)

冬メニュー

①菓子パン	5.7 (−1.8)
②ラーメン	12.2 (−1.7)
③丼物	8.6 (−1.4)

夏メニュー

①そば	6.6 (+5.8)*
②ドーナツ	5.1 (+3.6)
③漬物	4.7 (+3.2)

冬メニュー

①ごはん	23.3 (−5.0)*
②ハンバーガー	6.4 (−4.6)
③とり唐揚げ	5.9 (−3.6)
③惣菜パン	8.6 (−3.6)

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理	5.8 (+2.1)
②その他の野菜料理	5.8 (+1.8)
③パスタ料理	4.9 (+1.4)

冬メニュー

①鍋もの・おでん	5.0 (−4.1)
②ごはん	51.7 (−2.9)
③みそ汁	20.3 (−1.8)

夏メニュー

①サラダ	16.9 (+6.5)*
②ハンバーグ	3.6 (+2.8)
③野菜いため	7.3 (+2.6)

冬メニュー

①みそ汁	16.7 (−6.6)*
②ごはん	33.8 (−4.4)
③その他の肉料理	7.6 (−2.9)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
(　)内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

夏の飲酒率：26.0%	
①ビール／発泡酒	78.8 (+2.5)
②サワー類	17.0 (+2.5)
冬の飲酒率：21.6%	
①ビール／発泡酒	75.2 (+9.4)*
②サワー類	16.1 (+4.9)

夏の飲酒率：2.0%	
①ビール／発泡酒	77.8 (+14.7)*
②ウィスキー／ブランデー	12.4 (+6.7)*
冬の飲酒率：1.3%	
①ビール／発泡酒	92.5 (+31.4)*
②ウィスキー／ブランデー	19.0 (+13.9)*
②ワイン	19.0 (+4.6)

夏の飲酒率：1.2%	
①ビール／発泡酒	75.9 (+3.2)
②ウィスキー／ブランデー	13.0 (+9.7)*
冬の飲酒率：0.9%	
①ビール／発泡酒	75.0 (+15.3)*
②ワイン	21.0 (+9.6)*

夏の飲酒率：6.0%	
①ビール／発泡酒	45.4 (−23.2)*
②カクテル	26.3 (+22.3)*
冬の飲酒率：1.9%	
①ビール／発泡酒	77.9 (+18.8)*
〔焼酎	22.1 (+11.5)*〕
②ワイン	22.1 (−6.4)*

夏の飲酒率：23.9%	
①ビール／発泡酒	78.9 (+2.8)
②サワー類	18.3 (+3.5)
冬の飲酒率：20.4%	
①ビール／発泡酒	75.0 (+9.5)*
②サワー類	16.0 (+5.0)*

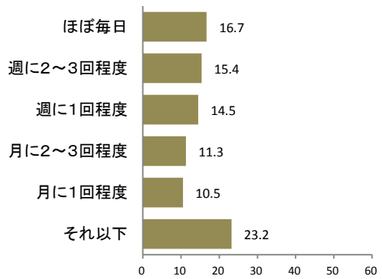
夏の飲酒率：26.2%	
①ビール／発泡酒	70.1 (−2.6)
②カクテル	12.5 (+5.0)*
冬の飲酒率：20.7%	
①ビール／発泡酒	69.3 (+4.3)
②サワー類	19.2 (+8.0)*

パンの利用実態

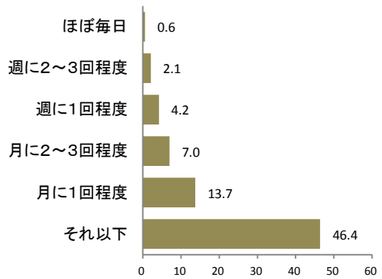
パンの消費頻度

SA 単位：%

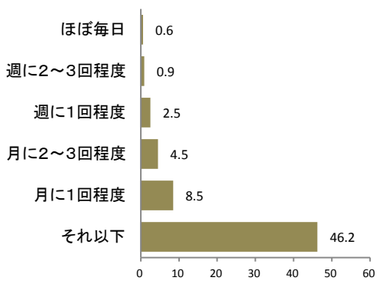
食パン



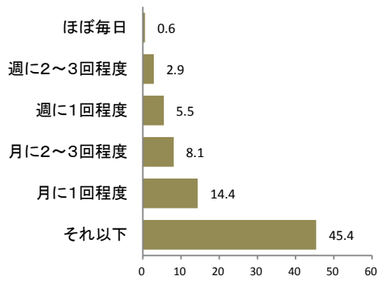
フランスパン



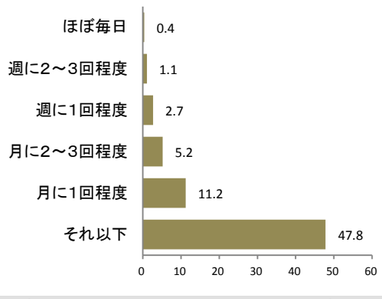
ベーグル



ロールパン



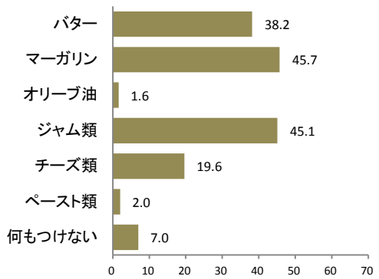
マフィン



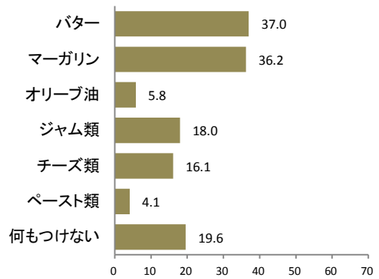
パンにつけるもの

SA 単位：%

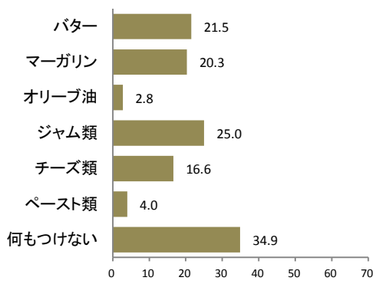
食パン



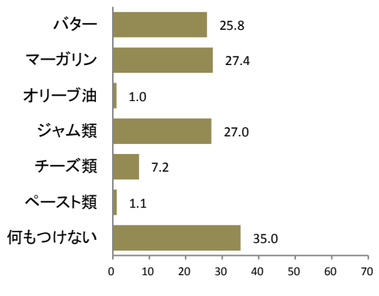
フランスパン



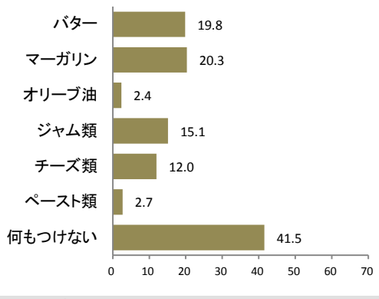
ベーグル



ロールパン



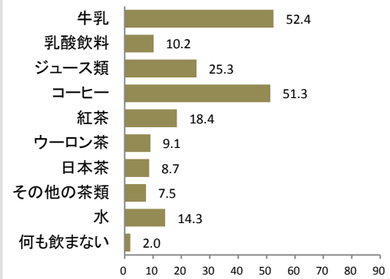
マフィン



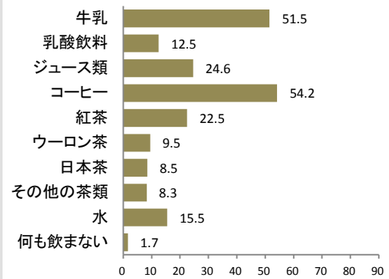
パンと一緒に飲む飲み物

SA 単位：%

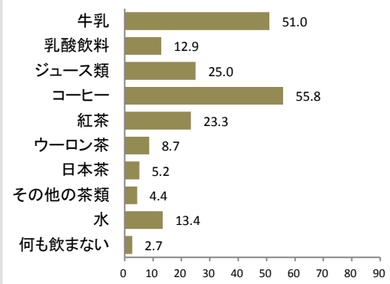
食パン



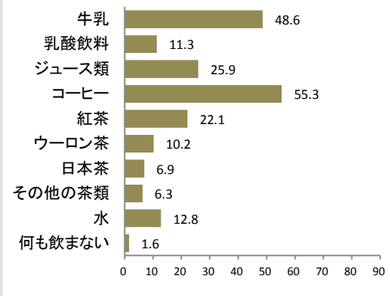
フランスパン



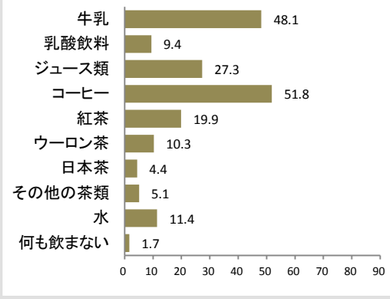
ベーグル



ロールパン



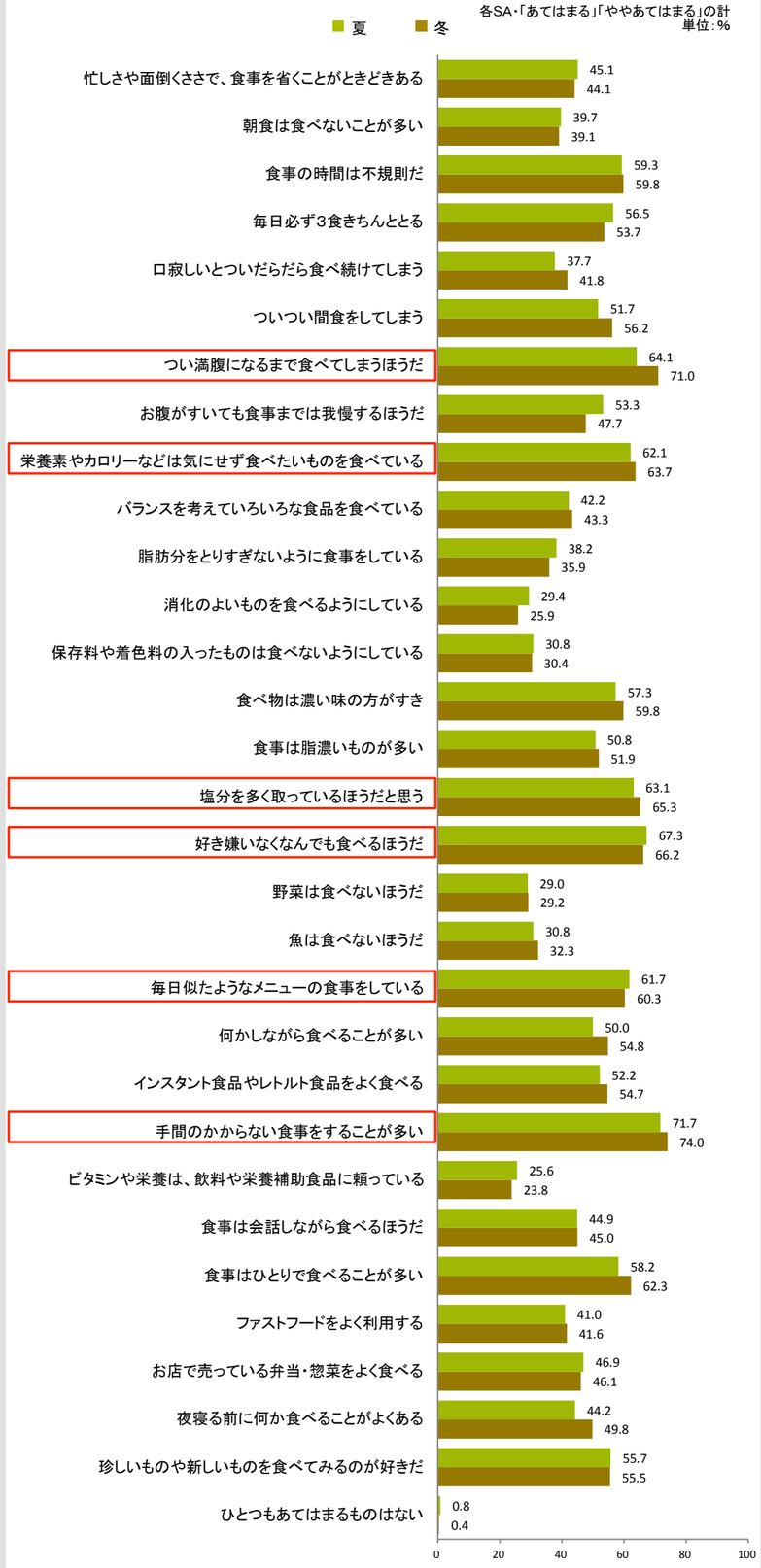
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(F) 好きな食べもの TOP25

MA 単位：%

(1)焼肉	68.9 (+2.0)
(2)ごはん	67.1 (−3.1)
(3)寿司	66.9 (−9.0)*
(4)ラーメン	65.6 (+1.7)
(5)カレー(ライス)	60.0 (−3.9)
(6)とり唐揚げ	59.5 (−2.3)
(7)刺身	59.2 (−7.3)*
(8)焼き鳥	56.9 (+0.4)
(9)ステーキ	55.8 (+1.9)
(10)ハンバーグ	53.9 (−3.2)
(11)とんかつ	53.2 (+0.1)
(12)丼物	53.0 (+1.6)
(13)しょうが焼き	52.7 (−3.6)
(14)うどん、きしめん	52.1 (−9.5)*
(15)すき焼・しゃぶしゃぶ 50.8 (−2.4)	
(15)チャーハン	50.8 (−1.1)
(17)パスタ料理	49.8 (−13.9)*
(18)ハンバーガー	48.8 (+1.2)
(19)みそ汁	48.2 (−9.1)*
(20)たこ焼き	47.3 (−5.8)*
(21)お好み焼	46.1 (−10.4)*
(22)サラダ	45.9 (−16.2)*
(22)天ぷら	45.9 (−8.5)*
(24)ぎょうざ・シュウマイ	44.9 (−12.1)*
(25)ピザ	44.8 (−7.1)*

(F) 作るのが楽しい食べもの TOP25

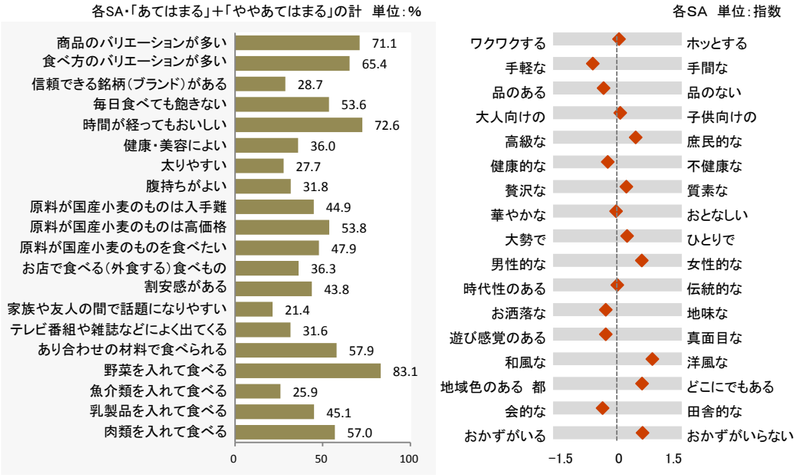
SA 単位：%

(1)カレー	27.8 (−5.8)*
(2)チャーハン	23.4 (+0.3)
(3)パスタ料理	18.2 (−10.0)*
(4)お好み焼	17.3 (−4.5)
(5)ハンバーグ	14.4 (−3.7)
(6)たこ焼き	13.2 (−2.0)
(7)焼肉	12.2 (−3.1)
(8)野菜いため	11.4 (−4.1)
(9)丼物	11.2 (−3.1)
(10)しょうが焼き	10.9 (−3.5)
(11)シチュー	10.1 (−7.4)*
(12)ごはん	9.7 (−0.9)
(13)焼そば	9.5 (−6.9)*
(13)肉の煮込み料理	9.5 (−4.5)
(15)ラーメン	9.4 (−3.2)
(16)ぎょうざ・シュウマイ	8.3 (−6.0)*
(17)ハヤシライス	8.2 (−2.3)
(18)たまご料理	7.8 (−5.9)*
(19)うどん、きしめん	7.7 (−4.3)
(20)ピラフ・オムライス	7.5 (−5.4)*
(21)とり唐揚げ	7.3 (−5.0)*
(22)ステーキ	6.9 (−3.0)
(23)サラダ	6.8 (−8.7)*
(23)すき焼・しゃぶしゃぶ	6.8 (−5.4)*
(25)みそ汁	6.6 (−6.6)*

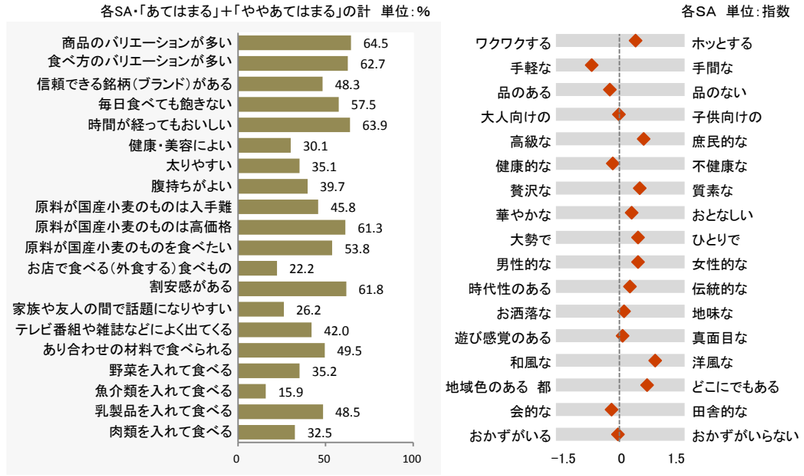
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A：ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

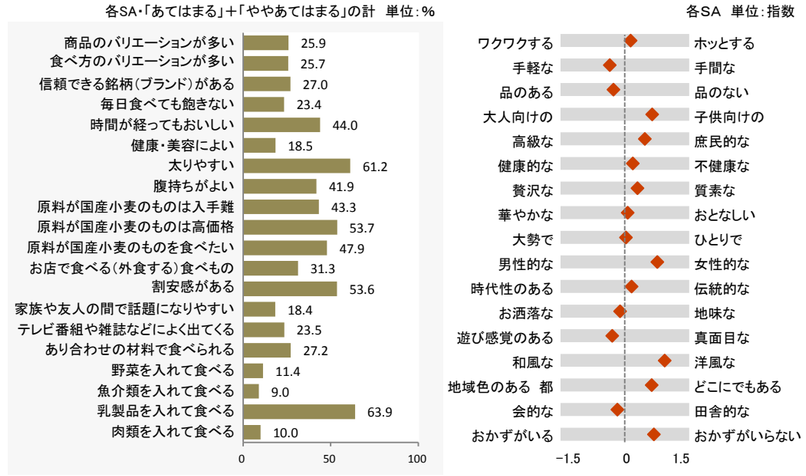
サンドイッチ



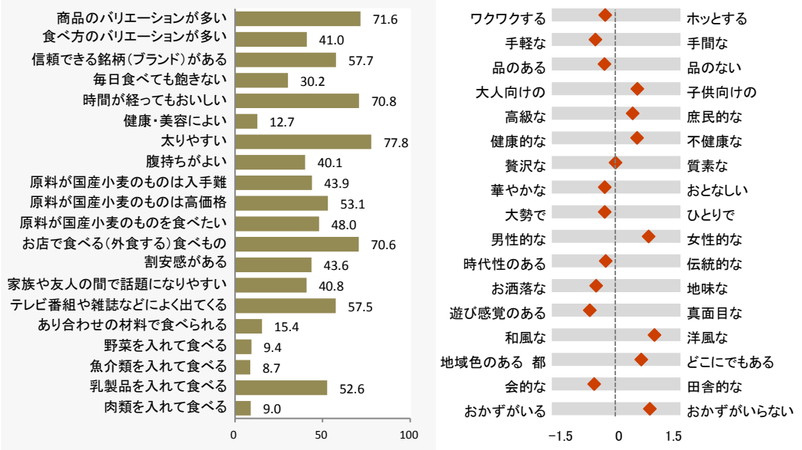
主食パン



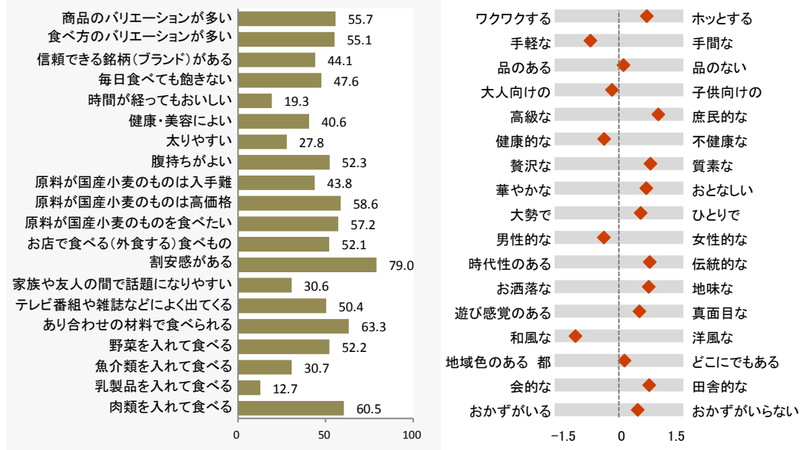
パンケーキ



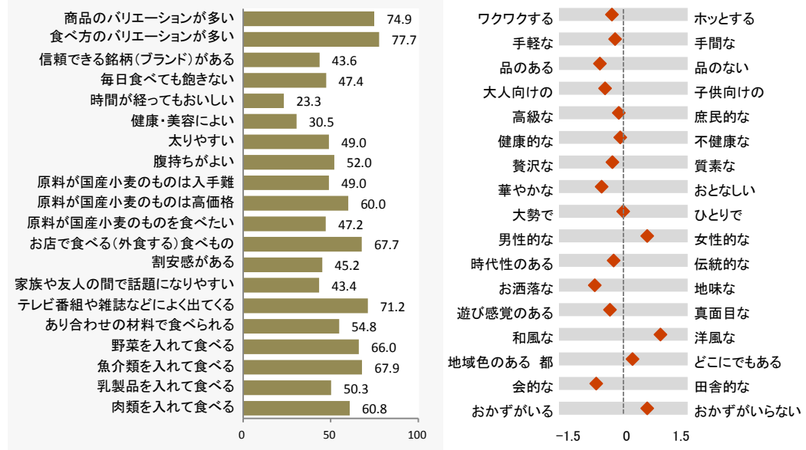
ドーナツ



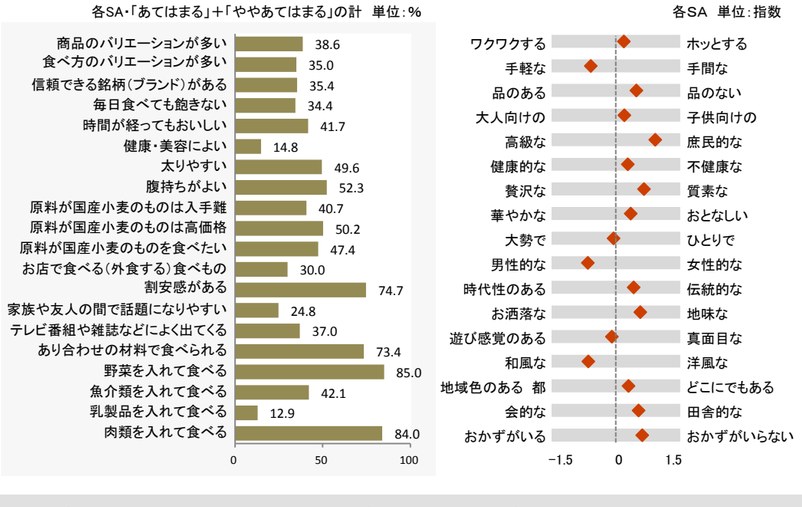
うどん



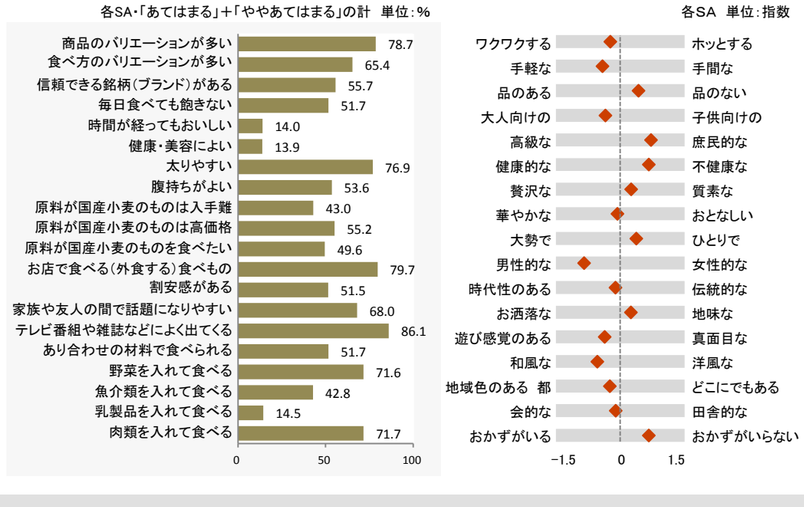
パスタ料理



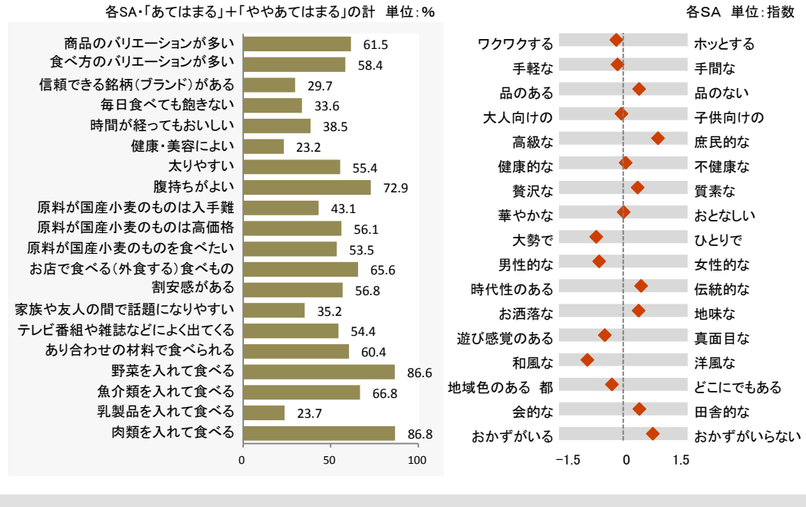
焼そば



ラーメン



お好み焼

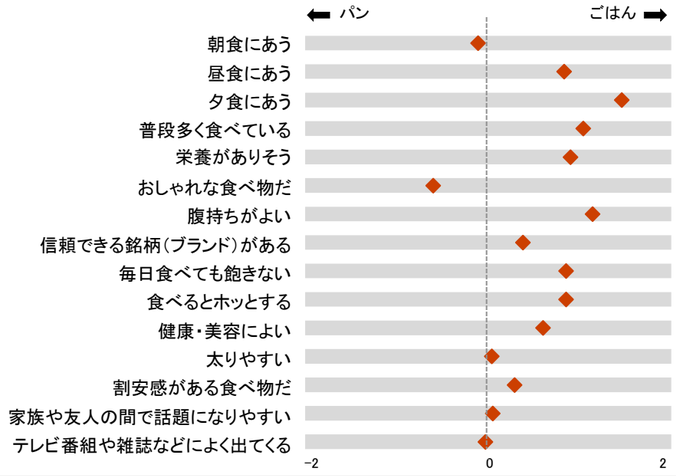


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

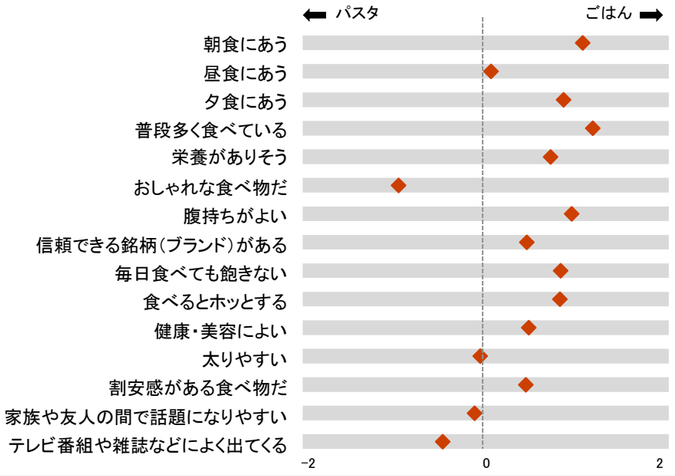
パン vs ごはん

各SA 単位：指数



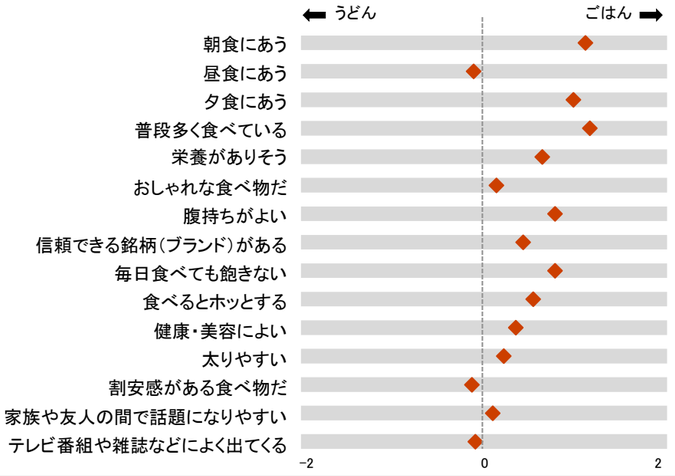
パスタ vs ごはん

各SA 単位：指数



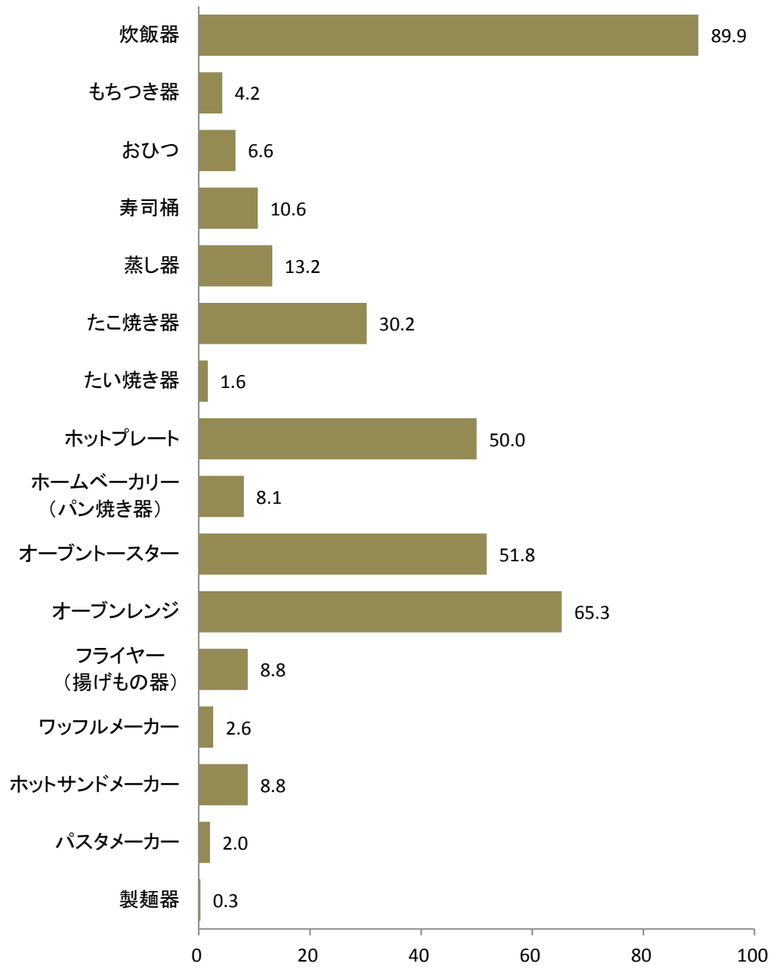
うどん vs ごはん

各SA 単位：指数



所有している調理器具

MA 単位：%

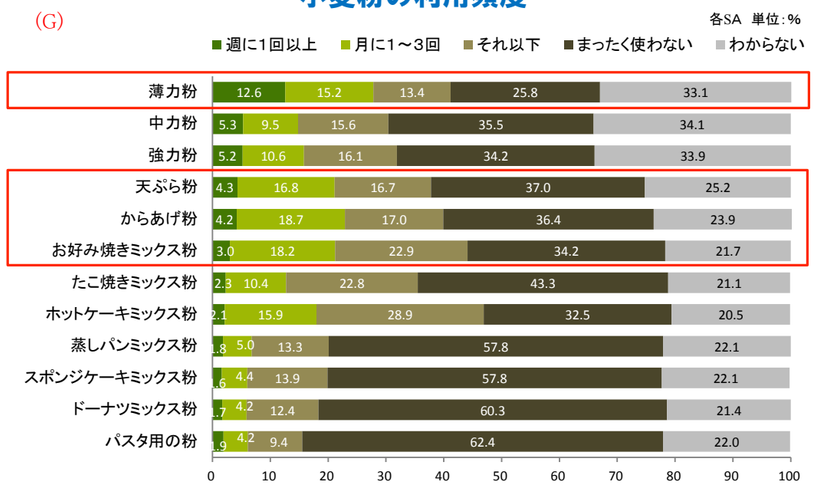


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

(G)

各SA 単位：%



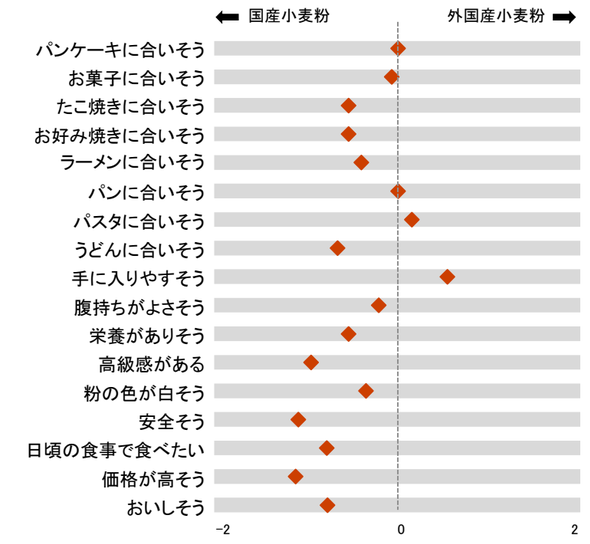
小麦粉の利用用途

MA 単位：%

国産・外国産小麦粉のイメージ比較

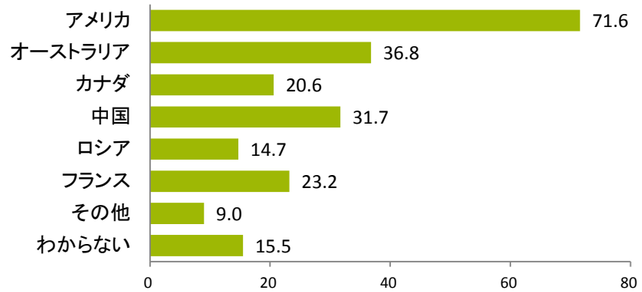
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA 単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA 単位：%

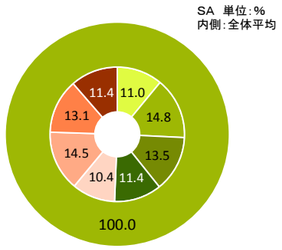


３０代男性

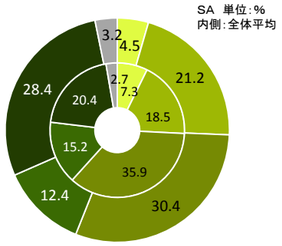
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は75%。全体に比べ朝食は5%、夕食は4%低い。逆に夜食が2割で全体より6%高い。(A)
・朝食は内食が2/3、中食が3割。夕食は内食が7割、中食・外食が各15%。昼食は内食が4割、中食・外食が各3割弱。全体に比べ、どの食機会でも内食が少なく、中食・外食が多い。(B)
・夕食の4割、昼食の5割、朝食の2/3は一人で、夕食と朝食は全体より1割程高い。昼食の1/4は同僚と(C)
・朝食はパン類が5割弱でごはん系の4割を上回る(全体に比べパン類が少なく、ごはん系が多い)。昼食はごはん系が6割（全体よりやや多い)で、3割のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。(D)
・全般に主食の食パン・ロールパン、副食のサラダが全体より少ないのが特徴。(E)
・ 好きな食べものは、小麦メニューでは、パスタ料理が全体に比べ低い。全体に比べ高いのは、焼き肉、ステーキ、とんかつ等、主に肉料理。作るのが楽しい食べものは全般に数値が低く、小麦メニューではパスタ料理、ぎょうざ・シュウマイが5%以上低い。(F)
・ 小麦粉の利用頻度は、全体に比べ、全般に数値は低い。月に1回以上の利用率は、薄力粉が3割強、からあげ粉、お好み焼きミックス粉、ホットケーキミックス粉、天ぷら粉が2割台で続く。(G)

プロファイル（冬調査時）

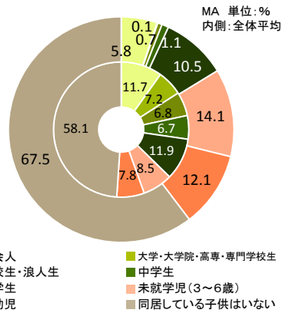
性・年代



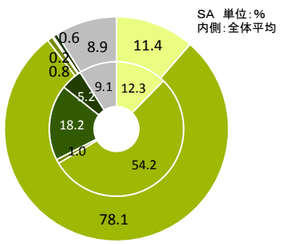
家族構成



同居している子供



職業

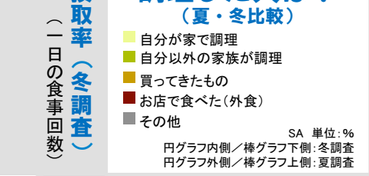


食生活の実態

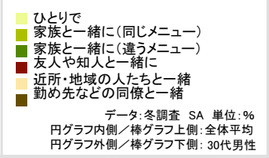
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	摂取率	平均回数
朝食	75%	1.0回
昼食	90%	1.0回
間食	6%	0.1回
夕食	86%	1.0回
夜食	18%	0.2回
全時間帯		2.8回／日

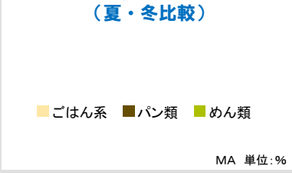
調理した人は？（夏・冬比較）



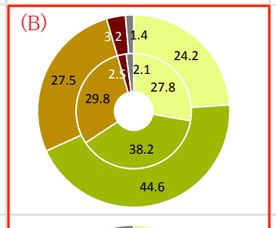
一緒に食べた人は？（夏・冬比較）



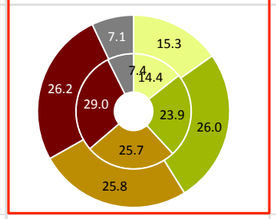
主食は？（夏・冬比較）



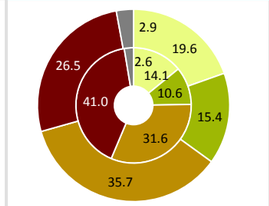
朝食（5～10時台）— 75%



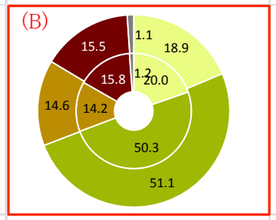
昼食（11～14時台）— 90%



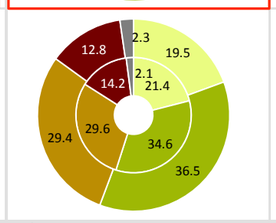
間食（15～16時台）— 6%



夕食（17～21時台）— 86%



夜食（22～翌朝4時台）— 18%



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
（ ）内は冬調査の全体平均との差

(E) 主食

①ごはん	71.6	(−0.7)
②食パン、ロールパン	24.1	(−10.0)*
③ラーメン	16.7	(+2.6)
④菓子パン	16.5	(+1.7)
⑤おにぎり	15.3	(+2.6)

副食

①みそ汁	42.9	(−0.7)
②サラダ	31.7	(−6.0)*
③たまご料理	15.8	(−2.1)
④その他の肉料理	15.0	(−0.6)
④魚介の焼き物	15.0	(−1.0)

主食

①ごはん	29.4	(+1.9)
②食パン、ロールパン	27.3	(−9.0)*
③菓子パン	12.6	(+1.3)
④おにぎり	6.7	(+1.5)
⑤惣菜パン	4.7	(+1.3)

副食

①みそ汁	20.7	(+1.0)
②たまご料理	10.4	(−1.6)
③納豆	8.9	(+0.9)
④サラダ	7.4	(−2.9)
⑤漬物	4.0	(−2.0)

主食

①ごはん	38.5	(+3.6)
②ラーメン	10.5	(+0.8)
③おにぎり	9.2	(+1.7)
④丼物	6.3	(+1.6)
⑤うどん、きしめん	6.0	(−1.1)

副食

①みそ汁	16.7	(+2.6)
②サラダ	12.7	(−0.2)
③その他の肉料理	6.9	(+1.6)
③漬物	6.9	(+1.5)
⑤たまご料理	6.0	(−0.3)

主食

①ごはん	17.2	(−3.3)
②ラーメン	10.4	(+3.2)
③丼物	8.4	(+4.7)
④おにぎり	7.1	(+2.2)
⑤惣菜パン	6.6	(+1.9)

副食

①サラダ	9.8	(+2.6)
②みそ汁	8.1	(+0.9)
③寿司	5.4	(+3.4)
④豆腐・豆腐料理	4.4	(+2.2)
⑤ぎょうざ・シュウマイ	4.0	(+2.4)
⑤その他の肉料理	4.0	(−0.3)

主食

①ごはん	51.8	(−1.8)
②ラーメン	5.1	(+1.6)
③うどん、きしめん	4.8	(+0.8)
④パスタ料理	3.0	(−0.7)
④丼物	3.0	(−0.1)

副食

①みそ汁	24.4	(−2.5)
②サラダ	22.8	(−4.0)
③魚介の焼き物	9.1	(−1.3)
④その他の肉料理	9.0	(−1.9)
⑤鍋もの・おでん	8.2	(+1.9)

主食

①ごはん	34.1	(+1.6)
②ラーメン	10.8	(+1.4)
③菓子パン	5.4	(+0.6)
④丼物	5.3	(+0.7)
⑤うどん、きしめん	4.5	(+0.6)
⑤おにぎり	4.5	(+0.3)

副食

①みそ汁	16.7	(+2.0)
②サラダ	14.1	(−0.4)
③その他の肉料理	7.8	(+1.6)
④魚介の焼き物	6.3	(±0.0)
⑤刺身	5.9	(+1.9)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
（ ）内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	4.0 (+3.9)
②豆腐・豆腐料理	9.6 (+3.4)
③しょうが焼き	7.3 (+2.3)

冬メニュー

①鍋もの・おでん	8.2 (−5.5)*
②みそ汁	42.9 (−5.3)*
③スープ	8.2 (−3.3)

夏メニュー

①ごはん	32.1 (+2.7)
②おにぎり	8.1 (+1.4)
③サンドイッチ	4.1 (+0.9)

冬メニュー

①みそ汁	20.7 (−2.6)
②スープ	2.6 (−1.4)
③たまご料理	10.4 (−1.1)

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	2.1 (+2.1)
②ハム、ソーセージ	3.4 (+1.5)
③その他の麺	1.6 (+1.3)

冬メニュー

①みそ汁	16.7 (−3.7)
②漬物	6.9 (−2.4)
③菓子パン	5.5 (−1.9)

夏メニュー

①うどん、きしめん	6.9 (+5.1)*
①カレー（ライス）	7.9 (+5.1)*
③ドーナツ	4.5 (+4.5)

冬メニュー

①みそ汁	8.1 (−4.5)
②食パン、ロールパン	4.3 (−4.3)
③惣菜パン	6.6 (−4.1)

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理	7.1 (+3.1)
②その他の肉料理	11.2 (+2.2)
③チャーハン	3.4 (+1.8)

冬メニュー

①鍋もの・おでん	8.2 (−6.3)*
②みそ汁	24.4 (−3.3)
③蒸し野菜・ゆで野菜	4.4 (−2.3)

夏メニュー

①ごはん	39.8 (+5.7)*
②おにぎり	6.8 (+2.3)
③豆腐・豆腐料理	5.2 (+2.2)

冬メニュー

①蒸し野菜・ゆで野菜	3.5 (−3.2)
②丼物	5.3 (−2.2)
③魚介の煮物	2.3 (−1.9)
③刺身	5.9 (−1.9)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
（ ）内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

夏の飲酒率： 34.3%

①ビール／発泡酒	83.9 (+7.6)*
②サワー類	12.3 (−2.2)

冬の飲酒率： 31.0%

①ビール／発泡酒	77.5 (+11.7)*
〔焼酎	23.6 (+1.2)〕
②サワー類	12.2 (+1.0)

夏の飲酒率： 1.9%

①ビール／発泡酒	74.5 (+11.4)*
②日本酒	16.8 (+11.6)*

冬の飲酒率： 1.1%

①ビール／発泡酒	69.1 (+8.0)*
〔焼酎	6.8 (−12.5)*〕
②日本酒	6.8 (−1.0)

夏の飲酒率： 2.3%

①ビール／発泡酒	88.0 (+15.3)*
②カクテル	5.4 (+2.4)

冬の飲酒率： 1.4%

①ビール／発泡酒	81.6 (+21.9)*
②日本酒	18.4 (+8.6)*

夏の飲酒率： 10.3%

①ビール／発泡酒	96.3 (+27.7)*
②サワー類	27.9 (+9.3)*

冬の飲酒率： 7.9%

①ビール／発泡酒	65.1 (+6.0)*
②ワイン	45.8 (+17.3)*

夏の飲酒率： 31.7%

①ビール／発泡酒	85.1 (+9.0)*
②サワー類	12.9 (−1.9)

冬の飲酒率： 29.9%

①ビール／発泡酒	77.6 (+12.1)*
〔焼酎	23.2 (+0.5)〕
②サワー類	12.2 (+1.2)

夏の飲酒率： 32.8%

①ビール／発泡酒	75.1 (+2.4)
②サワー類	11.3 (−0.8)

冬の飲酒率： 30.3%

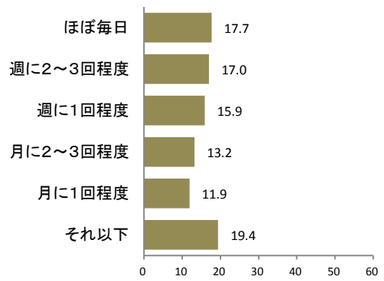
①ビール／発泡酒	72.9 (+7.9)*
〔焼酎	23.5 (+1.5)〕
②サワー類	10.6 (−0.6)

パンの利用実態

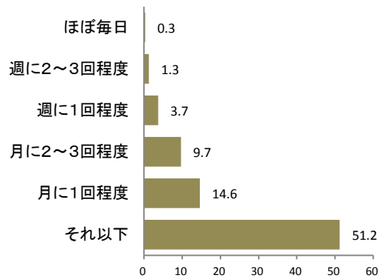
パンの消費頻度

SA　単位：%

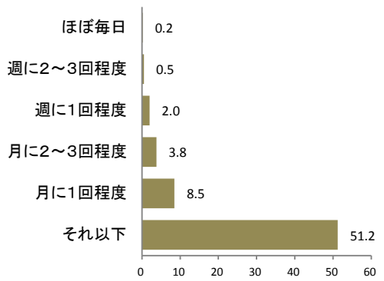
食パン



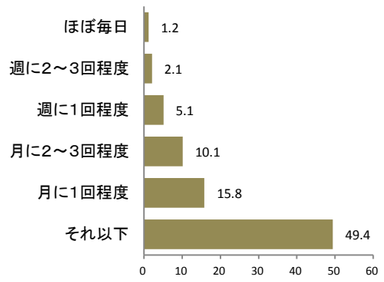
フランスパン



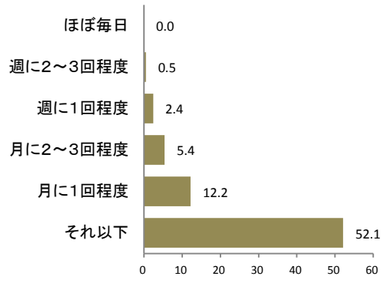
ベーグル



ロールパン



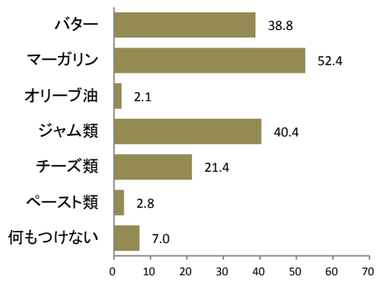
マフィン



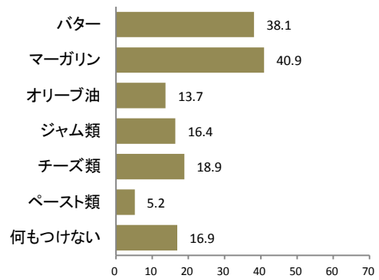
パンにつけるもの

SA　単位：%

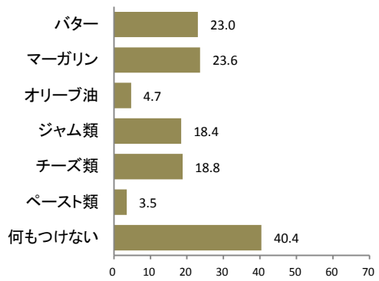
食パン



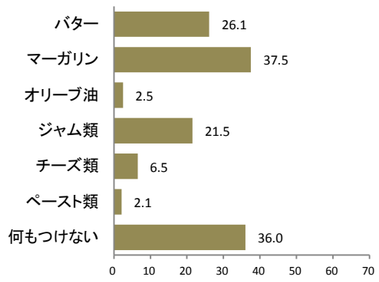
フランスパン



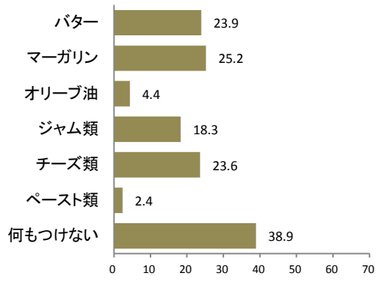
ベーグル



ロールパン



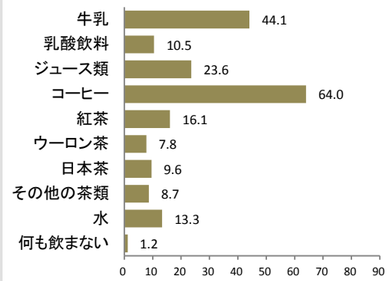
マフィン



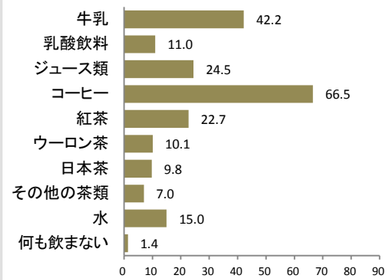
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

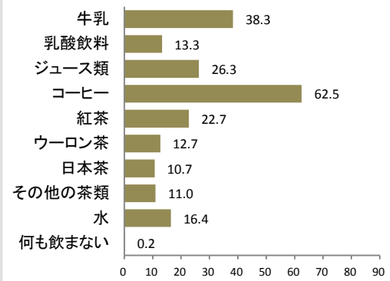
食パン



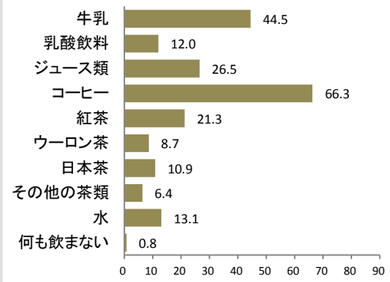
フランスパン



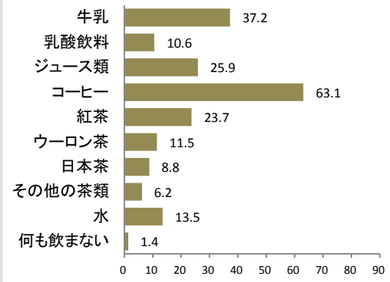
ベーグル



ロールパン



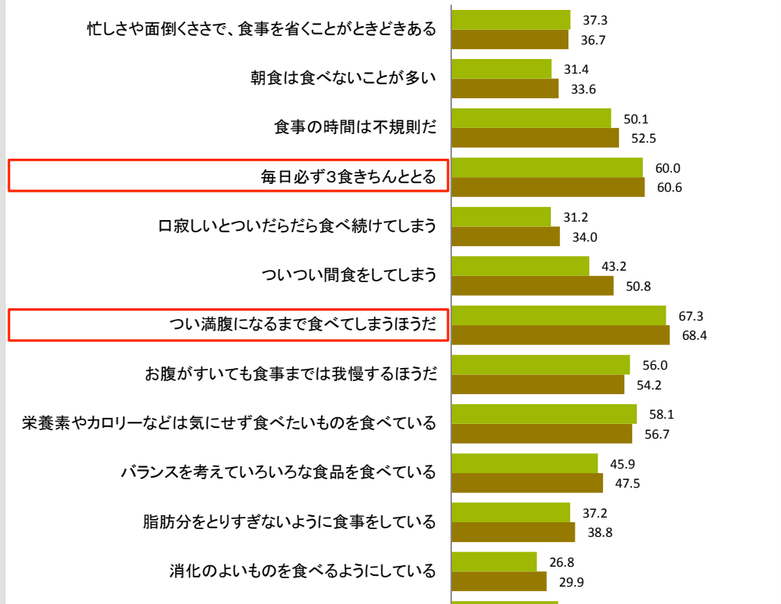
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(F)　好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

(1)寿司	73.9 (−2.0)
(2)焼肉	72.8 (+5.9)*
(3)ごはん	72.6 (+2.4)
(4)カレー(ライス)	68.9 (+5.0)*
(5)ラーメン	67.1 (+3.2)
(6)とり唐揚げ	66.3 (+4.5)
(7)刺身	65.5 (−1.0)
(8)ハンバーグ	59.7 (+2.6)
(9)ステーキ	59.2 (+5.3)*
(10)とんかつ	59.0 (+5.9)*
(11)しょうが焼き	58.7 (+2.4)
(12)うどん、きしめん	58.5 (−3.1)
(12)焼き鳥	58.5 (+2.0)
(14)丼物	57.6 (+6.2)*
(15)パスタ料理	56.4 (−7.3)*
(16)チャーハン	55.2 (+3.3)
(17)みそ汁	55.0 (−2.3)
(18)そば	54.8 (+2.1)
(19)すき焼・しゃぶしゃぶ	54.2 (+1.0)
(20)お好み焼	54.0 (−2.5)
(21)ぎょうざ・シュウマイ	53.4 (−3.6)
(22)天ぷら	52.8 (−1.6)
(23)ハンバーガー	52.7 (+5.1)*
(24)サラダ	51.2 (−10.9)*
(25)たこ焼き	50.0 (−3.1)

(F)　作るのが楽しい食べもの TOP25

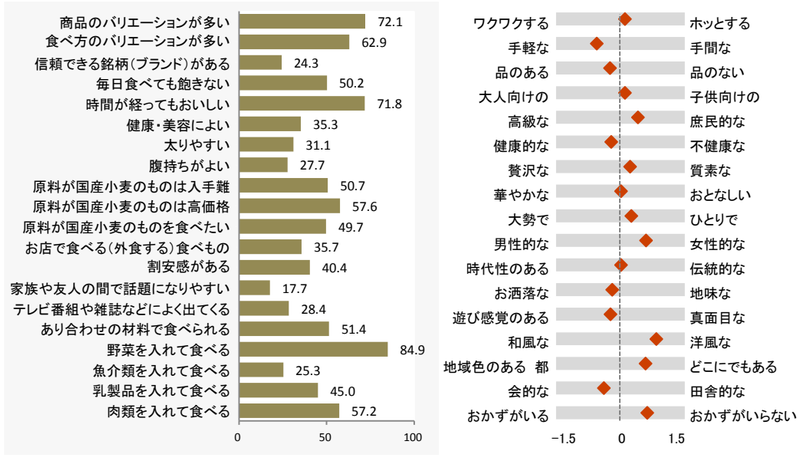
SA　単位：%

(1)カレー	31.4 (−2.2)
(2)チャーハン	23.3 (+0.2)
(3)パスタ料理	20.9 (−7.3)*
(4)焼肉	17.8 (+2.5)
(5)お好み焼	16.9 (−4.9)
(6)ラーメン	14.4 (+1.8)
(7)焼そば	13.7 (−2.7)
(8)たこ焼き	12.5 (−2.7)
(9)野菜いため	11.6 (−3.9)
(10)丼物	11.5 (−2.8)
(11)ハンバーグ	11.2 (−6.9)*
(12)鍋もの・おでん	10.2 (−4.0)
(13)シチュー	10.1 (−7.4)*
(14)うどん、きしめん	9.9 (−2.1)
(14)しょうが焼き	9.9 (−4.5)
(16)ごはん	9.4 (−1.2)
(17)ステーキ	9.2 (−0.7)
(18)たまご料理	9.0 (−4.7)
(19)肉の煮込み料理	8.6 (−5.4)*
(20)ぎょうざ・シュウマイ	8.5 (−5.8)*
(20)すき焼・しゃぶしゃぶ	8.5 (−3.7)
(22)みそ汁	8.3 (−4.9)
(23)とり唐揚げ	7.9 (−4.4)
(24)そば	7.5 (−0.1)
(25)ハヤシライス	7.1 (−3.4)

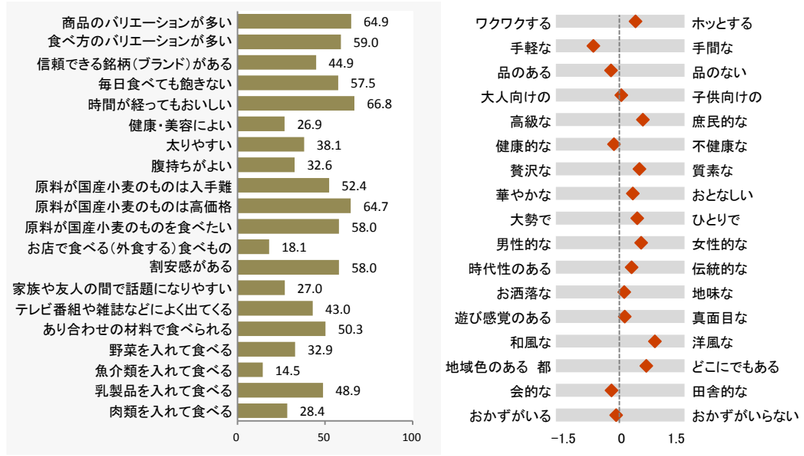
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

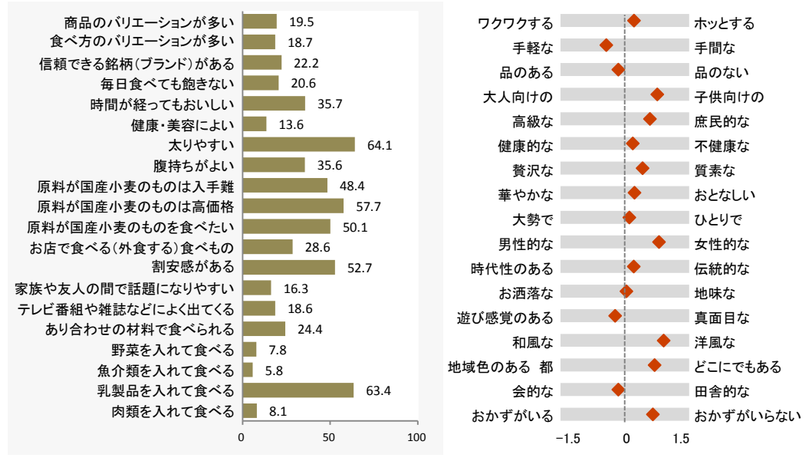
サンドイッチ



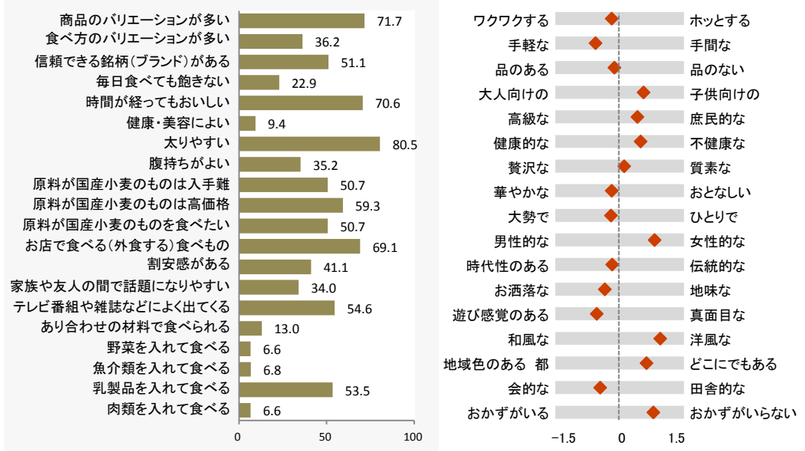
主食パン



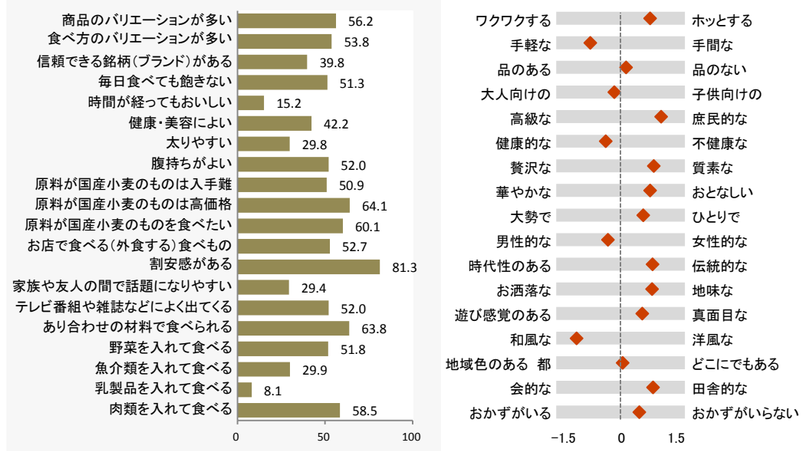
パンケーキ



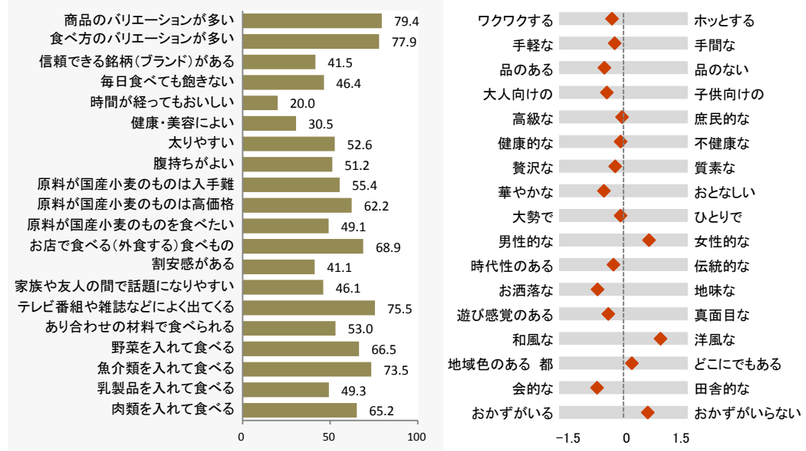
ドーナツ



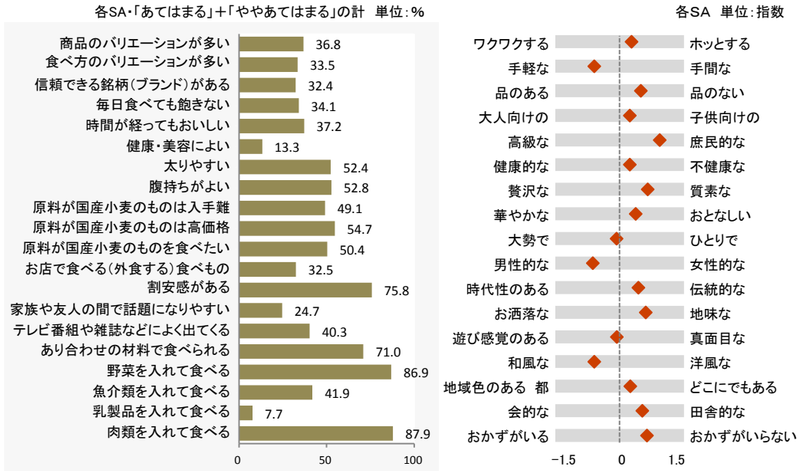
うどん



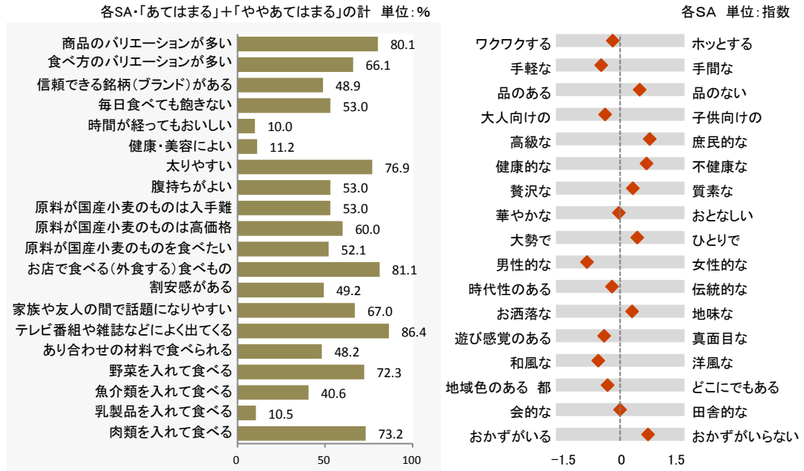
パスタ料理



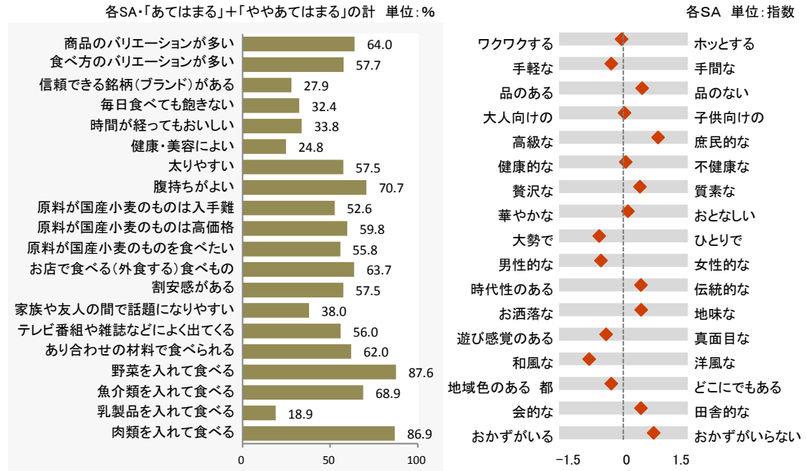
焼そば



ラーメン



お好み焼

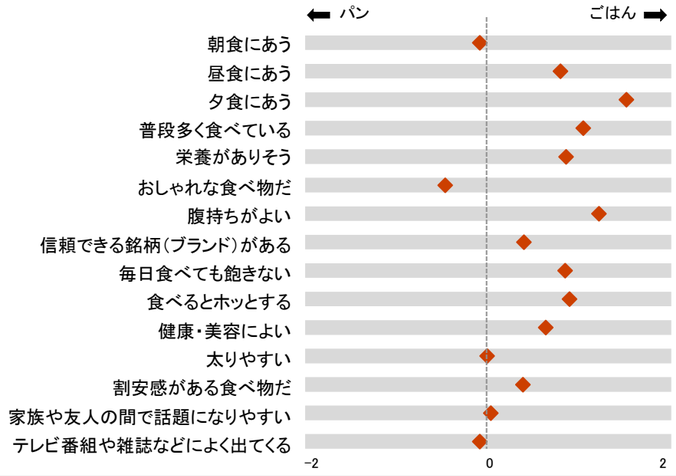


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

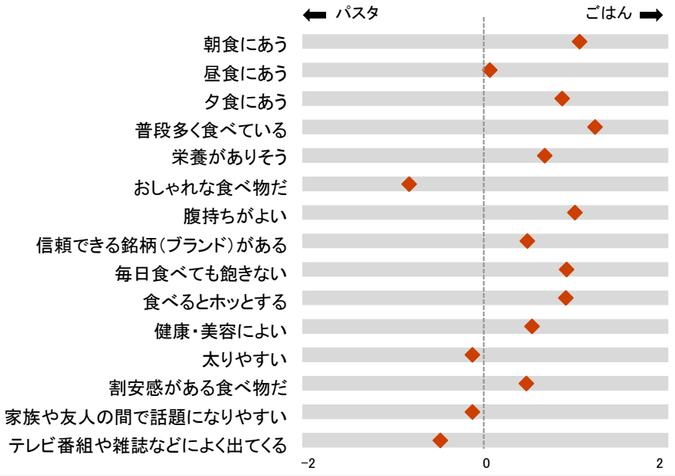
パン vs ごはん

各SA 単位：指数



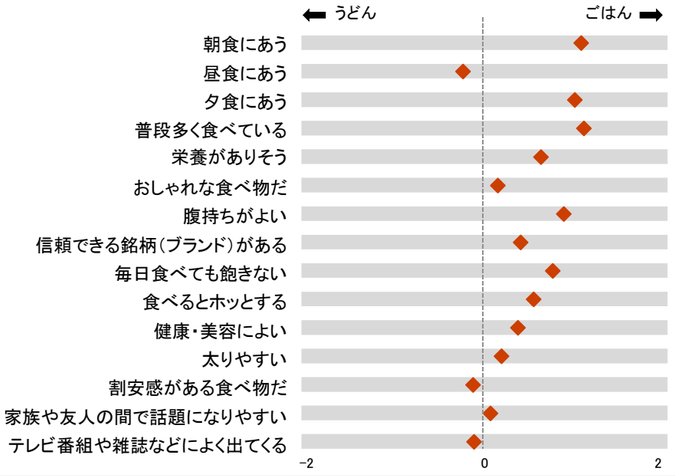
パスタ vs ごはん

各SA 単位：指数



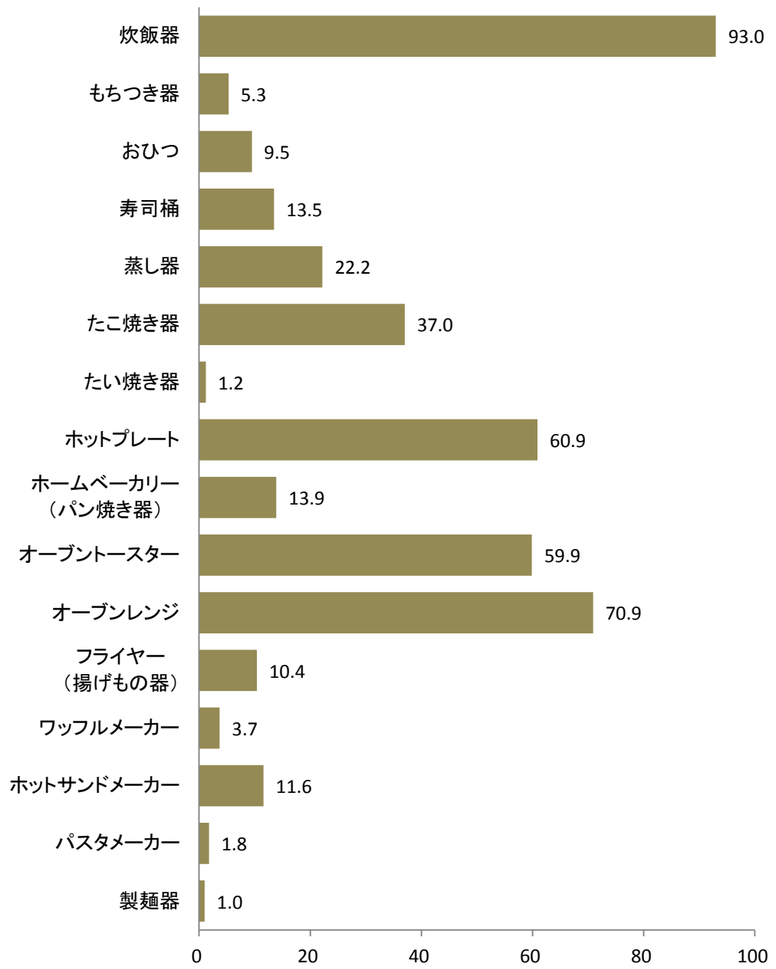
うどん vs ごはん

各SA 単位：指数



所有している調理器具

MA 単位：%

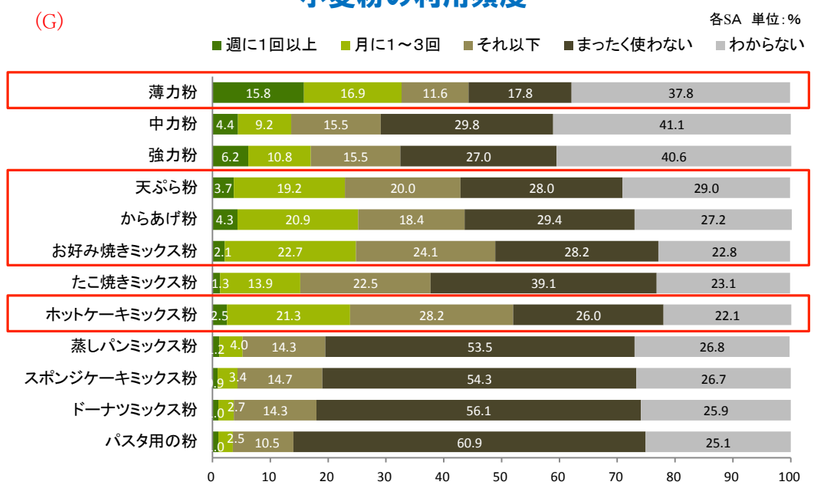


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

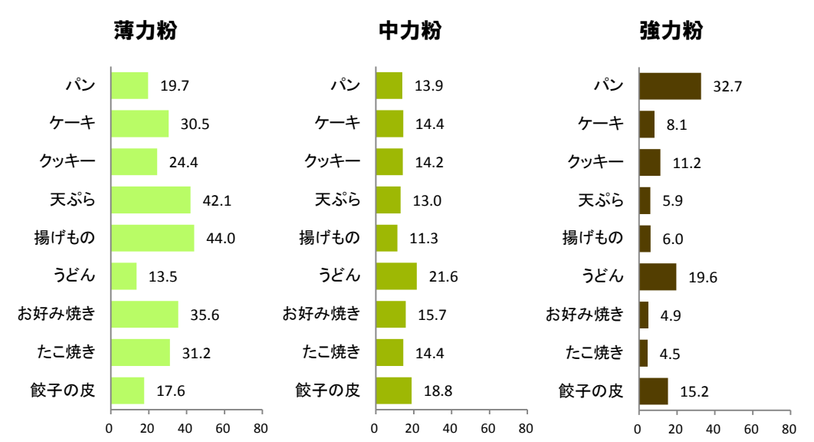
(G)

各SA 単位：%



小麦粉の利用用途

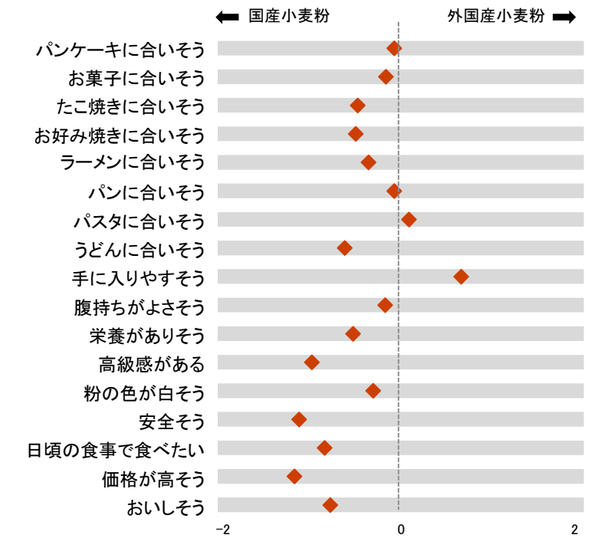
MA 単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

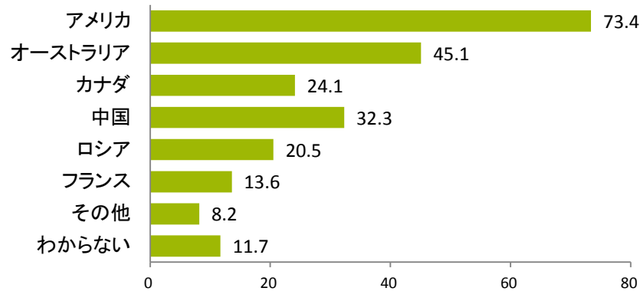
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA 単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA 単位：%

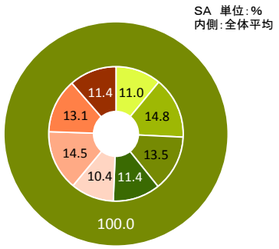


４０代男性

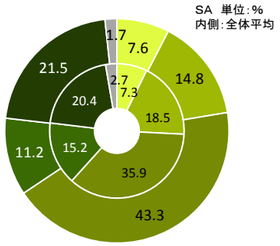
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割で、全体と同様の傾向。(A)
・朝食は内食が7割、中食が25%程度。夕食は内食が7割(冬＞夏)、中食・外食が各15%程度。昼食は内食が4割、中食・外食が25%前後。全体に比べどの食機会でも内食がやや少なく、中食・外食がやや多い。(B)
・夕食の4割弱(全体よりやや高い)、昼食の5割弱、朝食の6割弱は一人で食べられている。昼食の1/4は同僚と食べている。(C)
・朝食はパン類が55%前後でごはん系の4割弱を上回る。昼食はごはん系が6割弱で、3割のめん類が続く。夕食は冬は2/3がごはん系(夏は6割弱と低い)。(D)
・昼食のごはんが全体より多い。(E)
・食事と一緒にお酒を飲む率は夏が44%、冬が37%で全体より1割前後高い。冬の焼酎の高さが目立つ(F)
・ 好きな食べものは、全体に比べ数値は全般に高い。小麦メニューでは、ラーメン、焼そばが全体に比べ高い。肉料理に加え、そばの高さが目立つ。作るのが楽しい食べものは、小麦メニューでは全体に比べラーメンがやや高く、パスタ料理がやや低い。(G)
・小麦粉の利用頻度は、全体に比べ、全般に数値は低い。月に1回以上の利用率は、薄力粉が3割強、からあげ粉、天ぷら粉、お好み焼きミックス粉が2割台で続く。(H)

プロファイル（冬調査時）

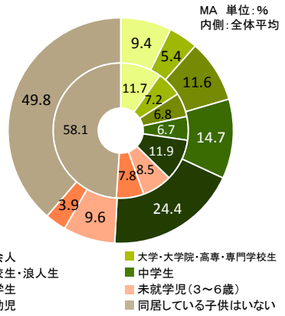
性・年代



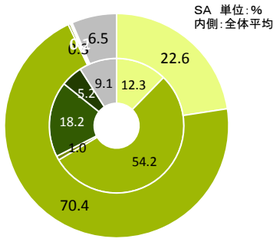
家族構成



同居している子供



職業

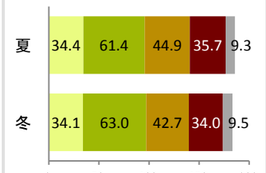


食生活の実態

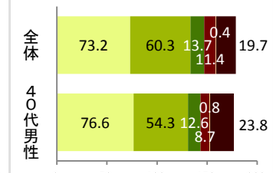
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	全時間帯（平均2.8回／日）	(A) 朝食（5～10時台）	(B) 昼食（11～14時台）	(C) 間食（15～16時台）	(D) 夕食（17～21時台）	(E) 夜食（22～翌朝4時台）
		79%	90%	5%	88%	16%

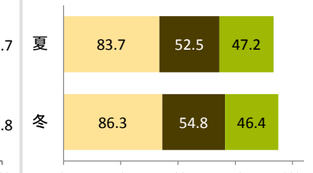
調理した人は？（夏・冬比較）



一緒に食べた人は？（夏・冬比較）



主食は？（夏・冬比較）



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
(　)内は冬調査の全体平均との差

(A) 朝食

主食		副食	
①ごはん	74.4 (+2.1)	①みそ汁	44.7 (+1.1)
②食パン、ロールパン	29.4 (−4.7)	②サラダ	37.5 (−0.2)
③ラーメン	17.1 (+3.0)	③たまご料理	17.5 (−0.4)
④菓子パン	13.9 (−0.9)	④魚介の焼き物	17.3 (+1.3)
⑤おにぎり	13.3 (+0.6)	⑤漬物	16.9 (+1.1)

(B) 昼食

主食		副食	
①食パン、ロールパン	33.6 (−2.7)	①みそ汁	23.3 (+3.6)
②ごはん	31.3 (+3.8)	②たまご料理	12.1 (+0.1)
③菓子パン	12.2 (+0.9)	③サラダ	9.4 (−0.9)
④おにぎり	5.7 (+0.5)	④納豆	8.5 (+0.5)
⑤惣菜パン	4.6 (+1.2)	⑤漬物	7.2 (+1.2)

(C) 間食

主食		副食	
①ごはん	32.3 (+11.8)*	①みそ汁	10.5 (+3.3)
②うどん、きしめん	9.2 (+4.7)	②その他の肉料理	8.2 (+3.9)
③丼物	7.1 (+3.4)	③サラダ	7.5 (+0.3)
④おにぎり	6.6 (+1.7)	④豆腐・豆腐料理	6.6 (+4.4)
④サンドイッチ	6.6 (+1.6)	⑤とり唐揚げ	6.5 (+3.4)
		⑤野菜いため	6.5 (+4.0)

(D) 夕食

主食		副食	
①ごはん	54.7 (+1.1)	①サラダ	27.0 (+0.2)
②ラーメン	5.0 (+1.5)	②みそ汁	26.8 (−0.1)
③うどん、きしめん	4.3 (+0.3)	③その他の肉料理	11.5 (+0.6)
④パスタ料理	3.4 (−0.3)	④魚介の焼き物	10.9 (+0.5)
⑤焼そば	3.2 (+0.5)	⑤漬物	9.3 (−0.6)

(E) 夜食

主食		副食	
①ごはん	41.2 (+6.3)*	①みそ汁	16.4 (+2.3)
②ラーメン	12.1 (+2.4)	②サラダ	13.3 (+0.4)
③おにぎり	7.8 (+0.3)	③とり唐揚げ	6.8 (+2.3)
④うどん、きしめん	7.1 (±0.0)	④たまご料理	6.7 (+0.4)
⑤そば	4.7 (+2.2)	⑤漬物	6.0 (+0.6)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
(　)内は夏冬差
(当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」)
＊は夏冬差が5ポイント以上

(A) 朝食

夏メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	4.6 (+4.1)
②酢の物・あえ物	5.8 (+3.0)
②豆腐・豆腐料理	9.9 (+3.0)
冬メニュー	
①みそ汁	44.7 (−5.4)*
②鍋もの・おでん	6.8 (−5.3)*
③ごはん	74.4 (−3.4)

(B) 昼食

夏メニュー	
①サラダ	10.9 (+1.5)
①サンドイッチ	5.2 (+1.5)
③ハム、ソーセージ	6.8 (+1.2)
冬メニュー	
①みそ汁	23.3 (−2.7)
②菓子パン	12.2 (−1.9)
③食パン、ロールパン	33.6 (−1.4)

(C) 間食

夏メニュー	
①ラーメン	11.5 (+7.1)*
②ハンバーガー	4.5 (+4.5)
③寿司	3.7 (+3.7)
冬メニュー	
①ごはん	32.3 (−12.6)
*	
②その他の肉料理	8.2 (−7.0)*
③野菜いため	6.5 (−6.5)*

(D) 夕食

夏メニュー	
①酢の物・あえ物	4.3 (+3.2)
②豆腐・豆腐料理	8.1 (+2.9)
③野菜いため	9.9 (+2.3)
冬メニュー	
①みそ汁	26.8 (−6.4)*
②ごはん	54.7 (−6.1)*
③鍋もの・おでん	6.1 (−4.8)

(E) 夜食

夏メニュー	
①その他の肉料理	9.6 (+4.4)
②フライドポテト・オニオンリング	3.6 (+3.4)
③スープ	4.8 (+3.2)
冬メニュー	
①魚介の焼き物	9.4 (−3.9)
②ごはん	39.3 (−3.1)
③ハム、ソーセージ	4.2 (−2.8)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
(　)内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

(A) 朝食

夏の飲酒率： 2.6%

①ビール／発泡酒	55.9 (−7.2)*
②ウィスキー／ブランデー	11.4 (+5.7)*

冬の飲酒率： 1.0%

①ビール／発泡酒	50.8 (−10.3)*
〔焼酎	34.4 (+15.1)*〕
②ウィスキー／ブランデー	8.8 (+3.7)

(B) 昼食

夏の飲酒率： 3.0%

①ビール／発泡酒	78.8 (+6.1)*
②サワー類	9.2 (+2.1)

冬の飲酒率： 2.2%

①ビール／発泡酒	69.2 (+9.5)*
〔焼酎	23.7 (+10.4)*〕
②ウィスキー／ブランデー	8.7 (+6.0)*

(C) 間食

夏の飲酒率： 8.0%

①ビール／発泡酒	91.6 (+23.0)*
②ワイン	17.0 (+0.7)

冬の飲酒率： 6.0%

①ビール／発泡酒	100.0 (+40.9)*
②ワイン	34.2 (+5.7)*

(D) 夕食

夏の飲酒率： 41.2%

①ビール／発泡酒	81.1 (+5.0)*
②サワー類	10.7 (−4.1)

冬の飲酒率： 35.3%

①ビール／発泡酒	75.3 (+9.8)*
〔焼酎	33.3 (+10.6)*〕
②ワイン	9.8 (−3.1)

(E) 夜食

夏の飲酒率： 44.1%

①ビール／発泡酒	76.8 (+4.1)
②サワー類	9.1 (−3.0)

冬の飲酒率： 37.0%

①ビール／発泡酒	74.3 (+9.3)*
〔焼酎	22.6 (+0.6)〕
②ウィスキー／ブランデー	8.9 (+1.4)

(F) 夏の飲酒率： 43.7%

①ビール／発泡酒	80.9 (+4.6)
②サワー類	10.6 (−3.9)

冬の飲酒率： 36.9%

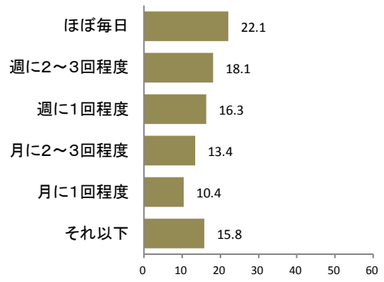
①ビール／発泡酒	75.3 (+9.5)*
〔焼酎	31.3 (+8.9)*〕
②ワイン	9.6 (−3.5)

パンの利用実態

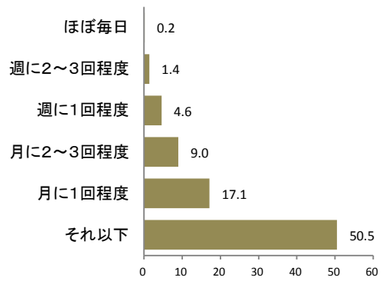
パンの消費頻度

SA 単位：%

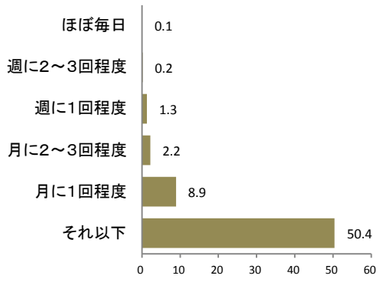
食パン



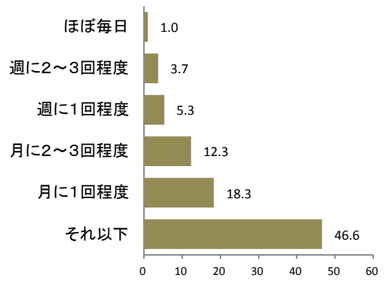
フランスパン



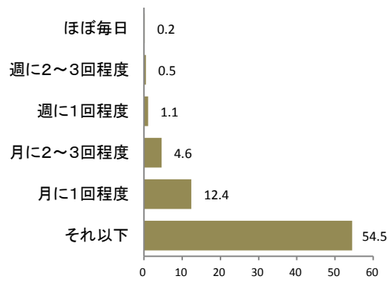
ベーグル



ロールパン



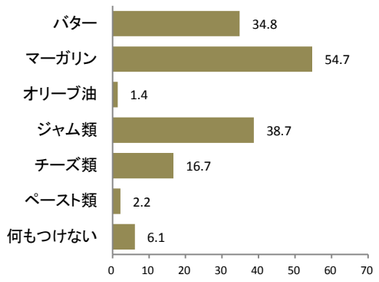
マフィン



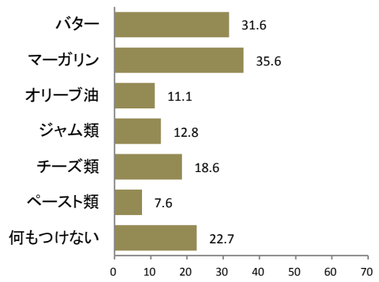
パンにつけるもの

SA 単位：%

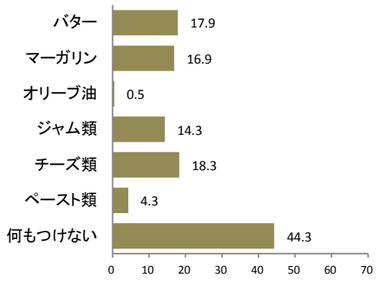
食パン



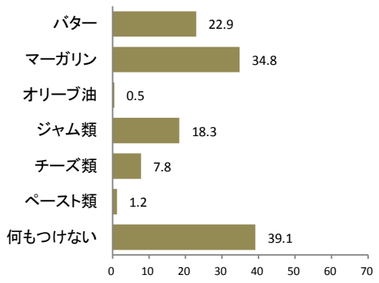
フランスパン



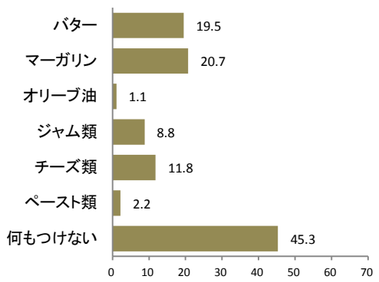
ベーグル



ロールパン



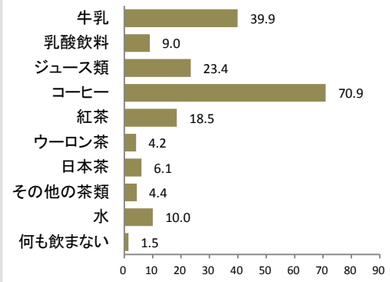
マフィン



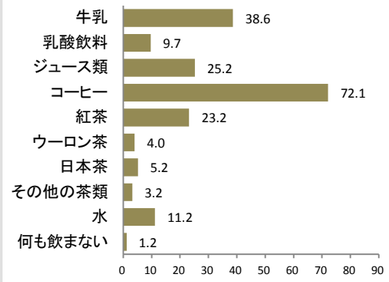
パンと一緒に飲む飲み物

SA 単位：%

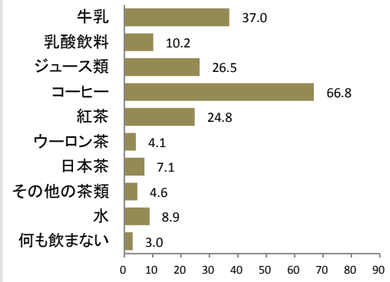
食パン



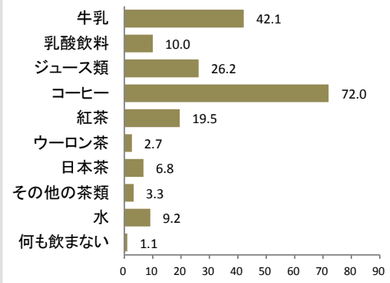
フランスパン



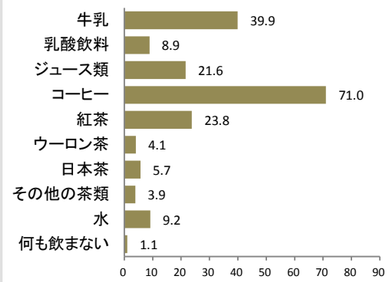
ベーグル



ロールパン



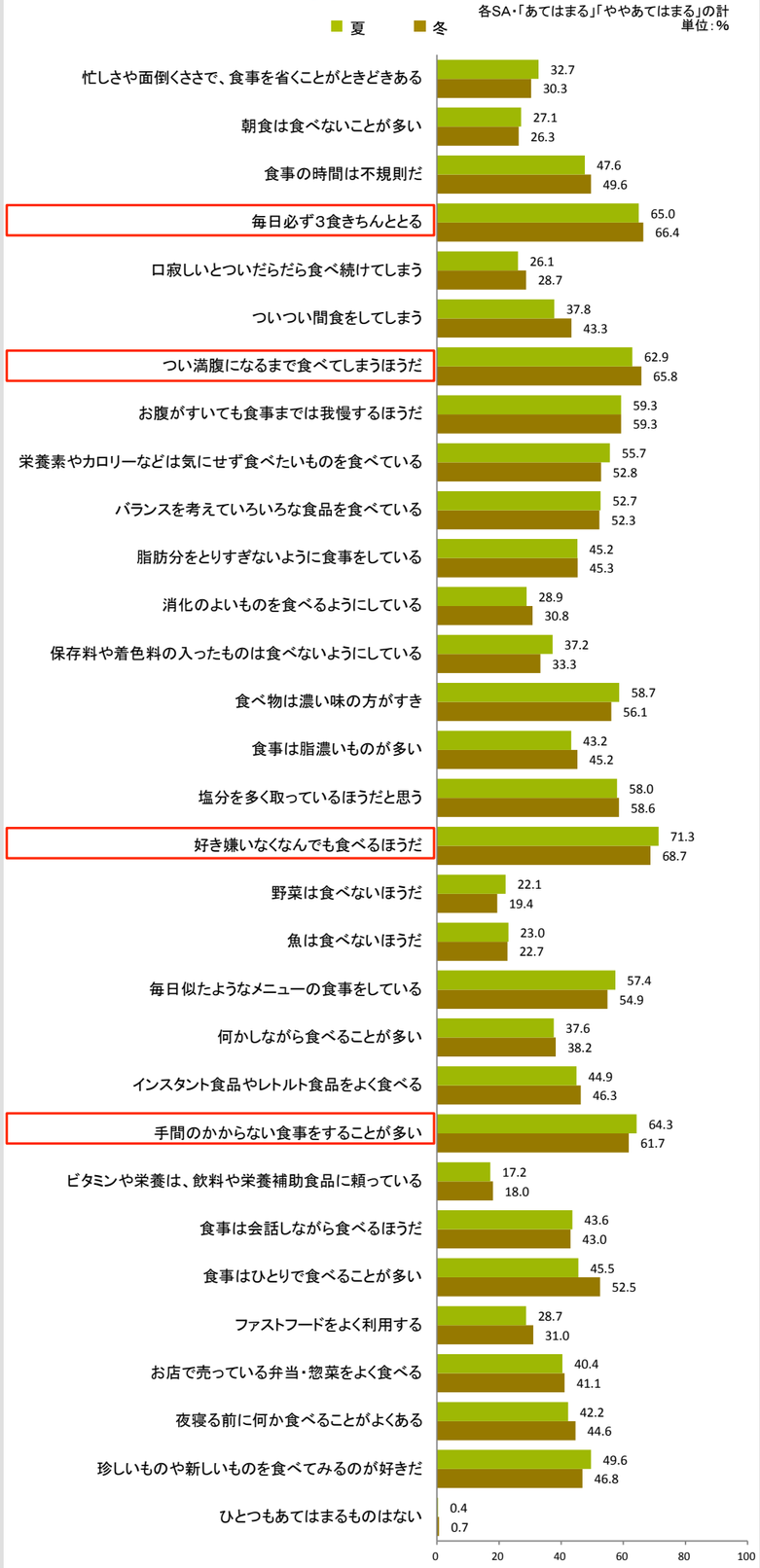
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G) 好きな食べもの TOP25

MA 単位：%

(1)寿司	79.2 (+3.3)
(2)焼肉	72.9 (+6.0)*
(3)刺身	72.5 (+6.0)*
(4)ごはん	71.1 (+0.9)
(5)ラーメン	71.0 (+7.1)*
(6)カレー(ライス)	70.3 (+6.4)*
(7)そば	64.7 (+12.0)*
(8)とり唐揚げ	63.8 (+2.0)
(9)うどん、きしめん	63.2 (+1.6)
(10)しょうが焼き	62.4 (+6.1)*
(10)とんかつ	62.4 (+9.3)*
(12)焼き鳥	61.3 (+4.8)
(13)ぎょうざ・シュウマイ	61.1 (+4.1)
(14)ステーキ	60.9 (+7.0)*
(15)パスタ料理	60.4 (−3.3)
(16)チャーハン	60.1 (+8.2)*
(17)サラダ	60.0 (−2.1)
(18)みそ汁	59.8 (+2.5)
(19)焼そば	59.2 (+7.8)*
(20)ハンバーグ	58.9 (+1.8)
(21)お好み焼	58.1 (+1.6)
(22)天ぷら	57.2 (+2.8)
(23)丼物	56.3 (+4.9)
(24)すき焼・しゃぶしゃぶ	55.5 (+2.3)
(25)魚介の焼き物	54.4 (+1.5)

(G) 作るのが楽しい食べもの TOP25

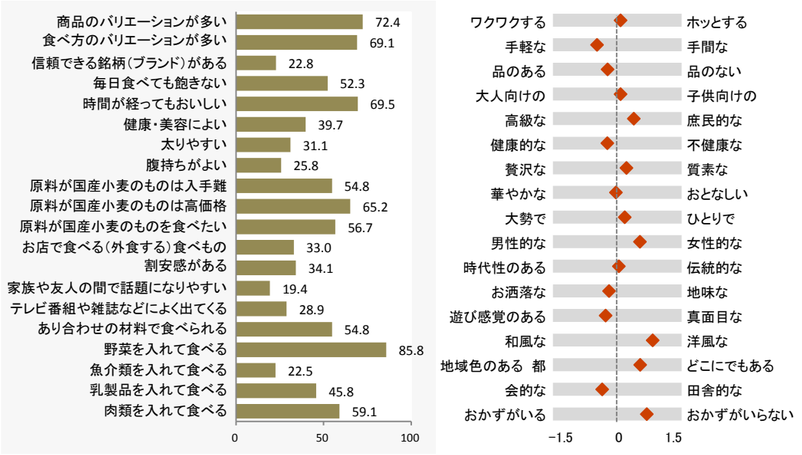
SA 単位：%

(1)カレー	33.4 (−0.2)
(2)チャーハン	28.4 (+5.3)*
(3)パスタ料理	21.8 (−6.4)*
(4)焼肉	19.1 (+3.8)
(5)ラーメン	18.9 (+6.3)*
(6)焼そば	18.7 (+2.3)
(7)お好み焼	18.3 (−3.5)
(8)野菜いため	13.7 (−1.8)
(9)ステーキ	13.3 (+3.4)
(10)うどん、きしめん	12.2 (+0.2)
(11)たこ焼き	11.9 (−3.3)
(12)すき焼・しゃぶしゃぶ	11.7 (−0.5)
(13)しょうが焼き	11.1 (−3.3)
(14)ハンバーグ	10.7 (−7.4)*
(15)シチュー	10.6 (−6.9)*
(16)ぎょうざ・シュウマイ	10.4 (−3.9)
(17)そば	10.3 (+2.7)
(18)丼物	10.1 (−4.2)
(19)たまご料理	9.6 (−4.1)
(20)ごはん	9.3 (−1.3)
(20)鍋もの・おでん	9.3 (−4.9)
(22)ピラフ・オムライス	9.2 (−3.7)
(23)肉の煮込み料理	8.5 (−5.5)*
(24)サラダ	8.3 (−7.2)*
(25)とり唐揚げ	8.2 (−4.1)

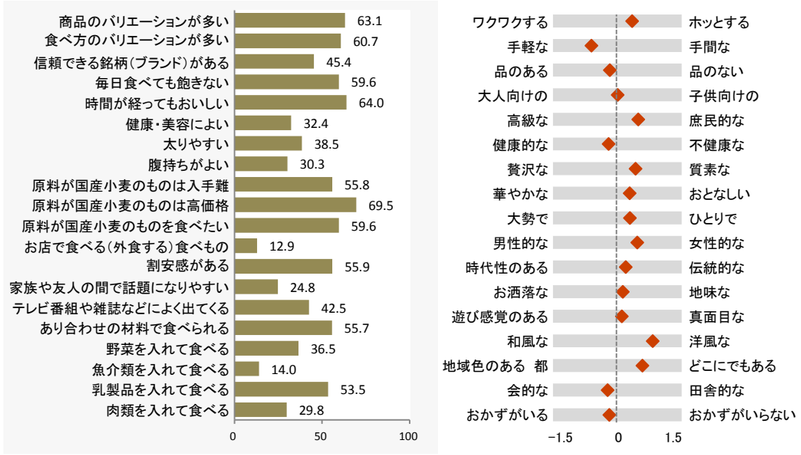
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A：ワクワクする」←→「B：ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

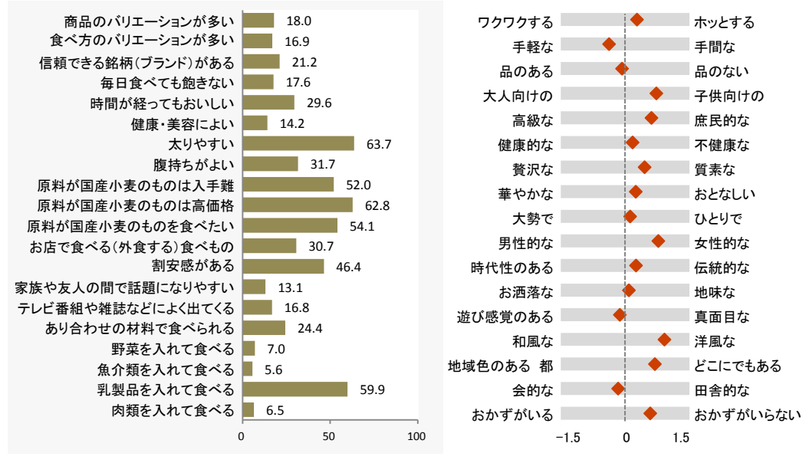
サンドイッチ



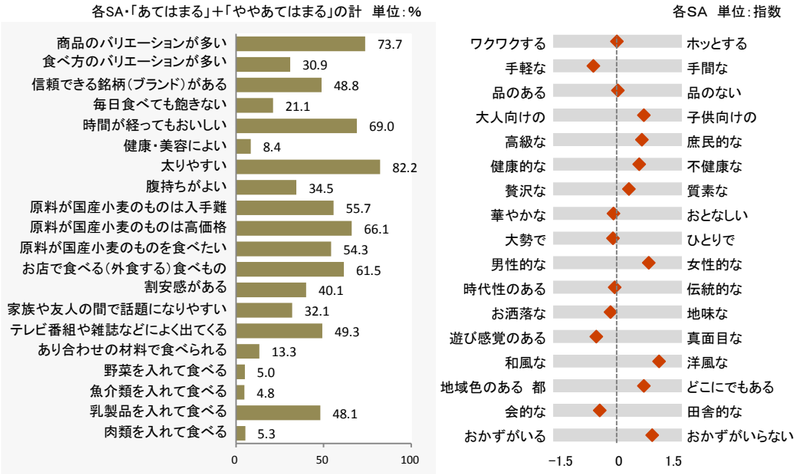
主食パン



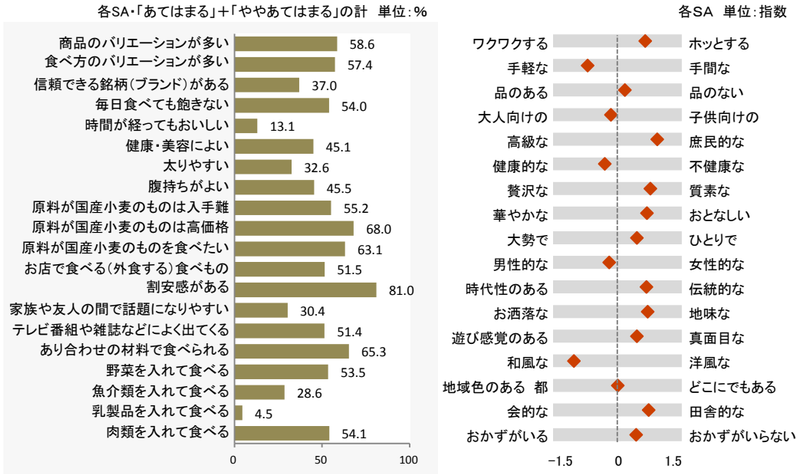
パンケーキ



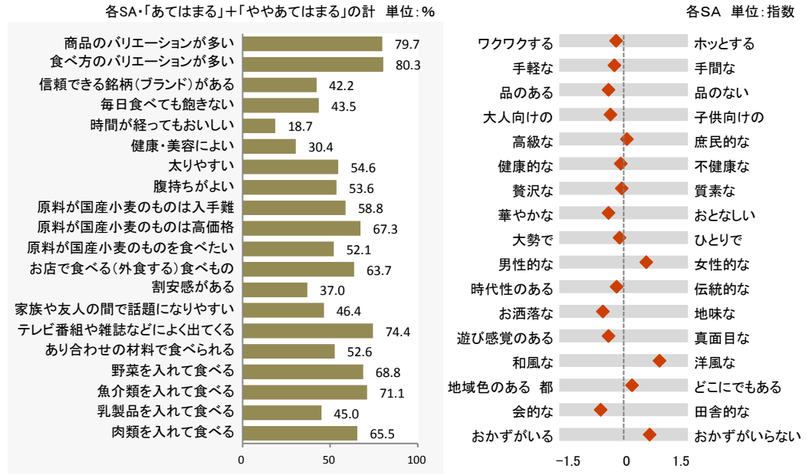
ドーナツ



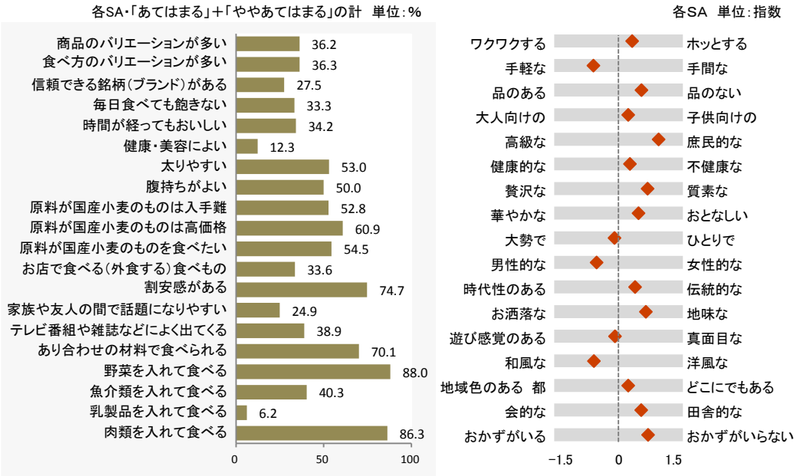
うどん



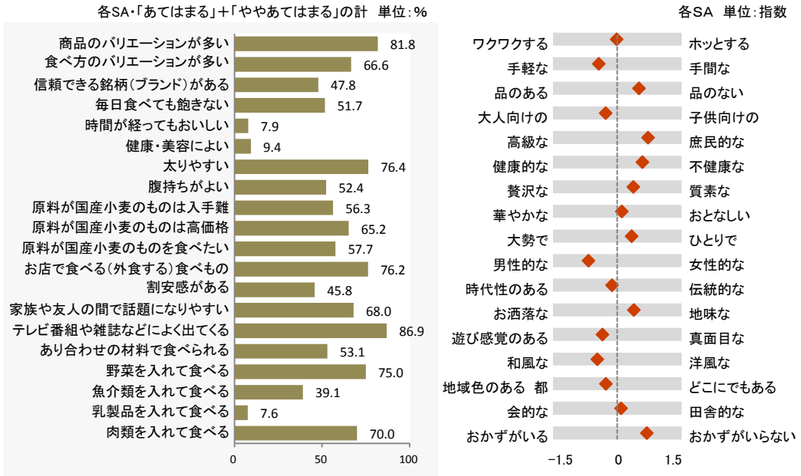
パスタ料理



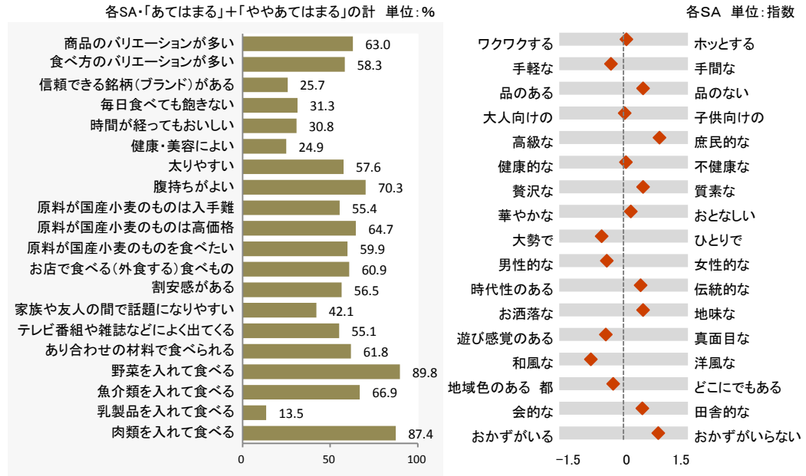
焼そば



ラーメン



お好み焼

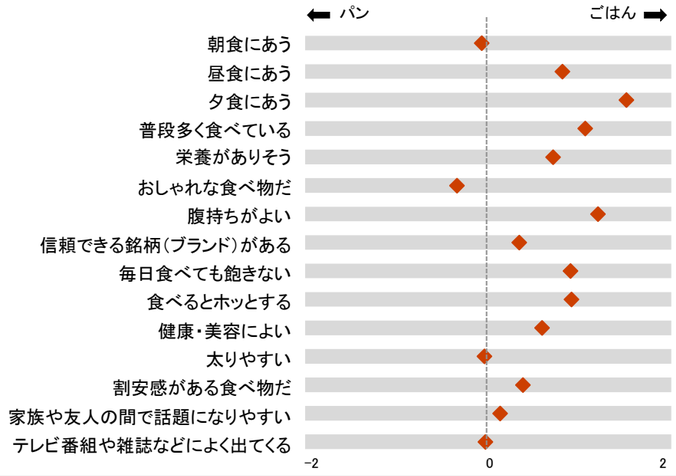


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

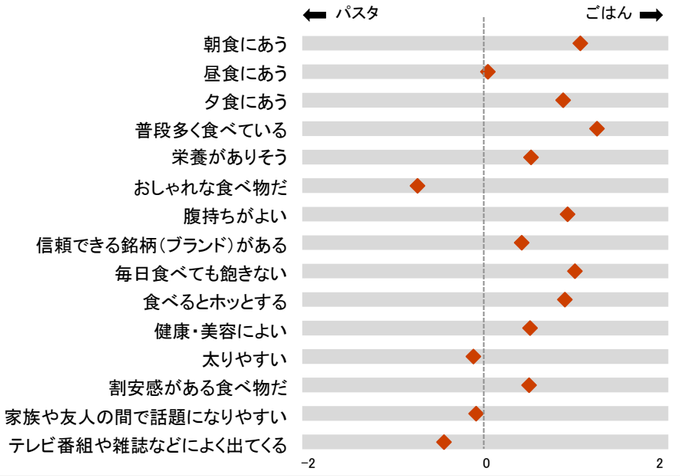
パン vs ごはん

各SA 単位：指数



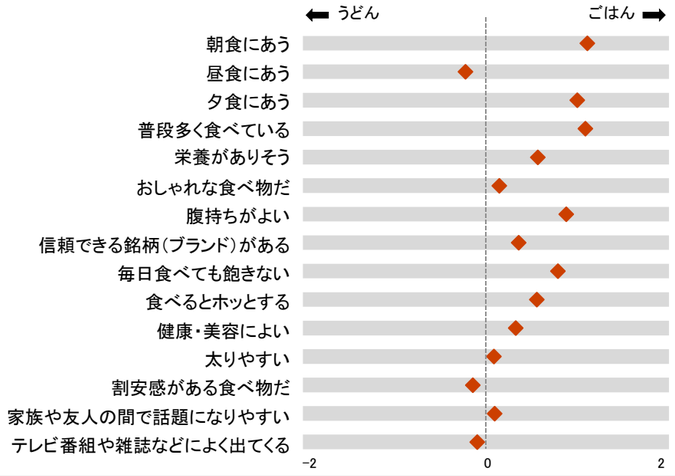
パスタ vs ごはん

各SA 単位：指数



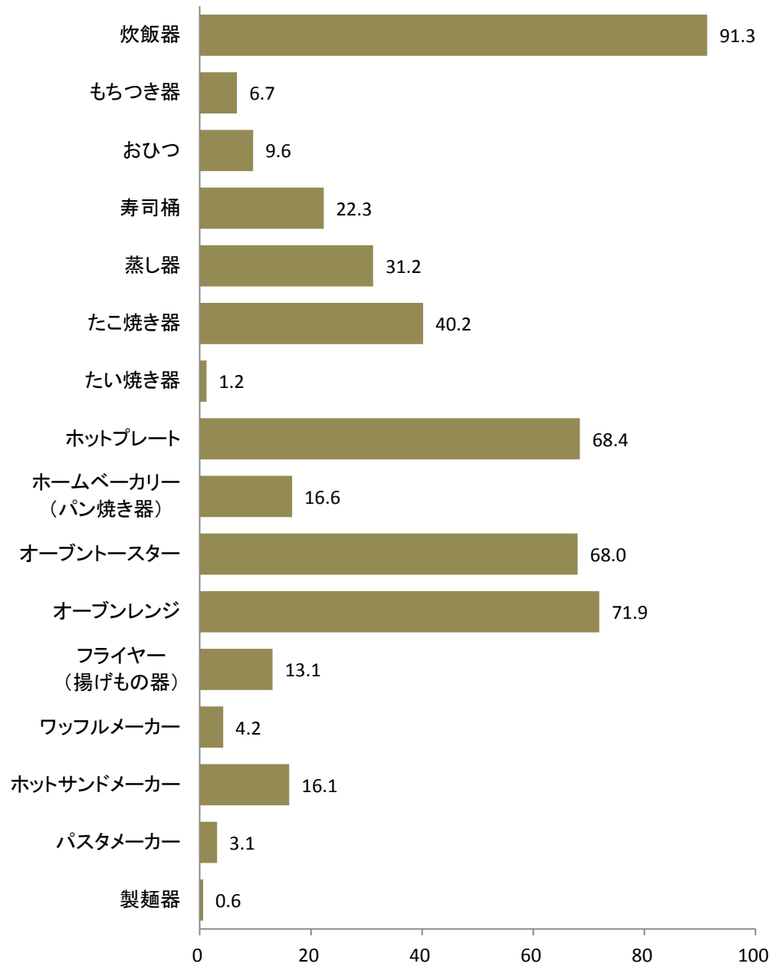
うどん vs ごはん

各SA 単位：指数



所有している調理器具

MA 単位：%

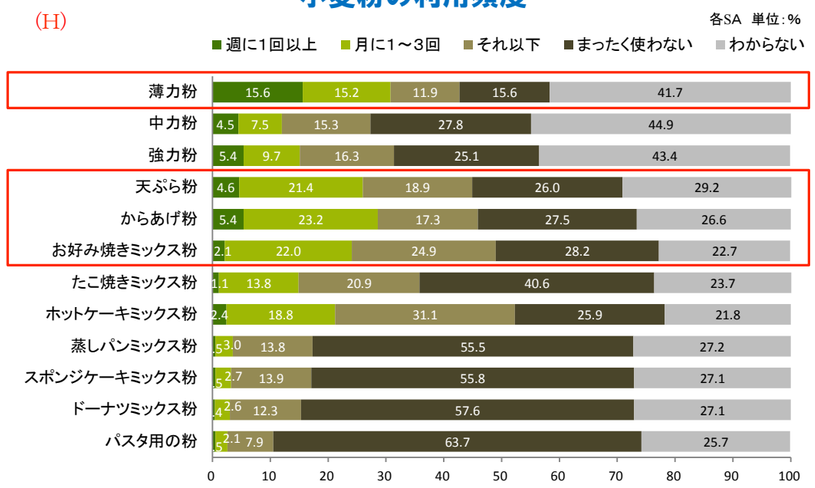


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

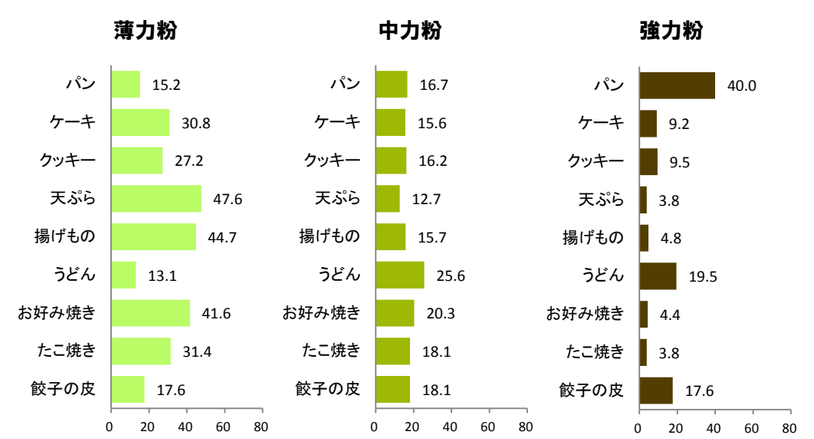
(H)

各SA 単位：%



小麦粉の利用用途

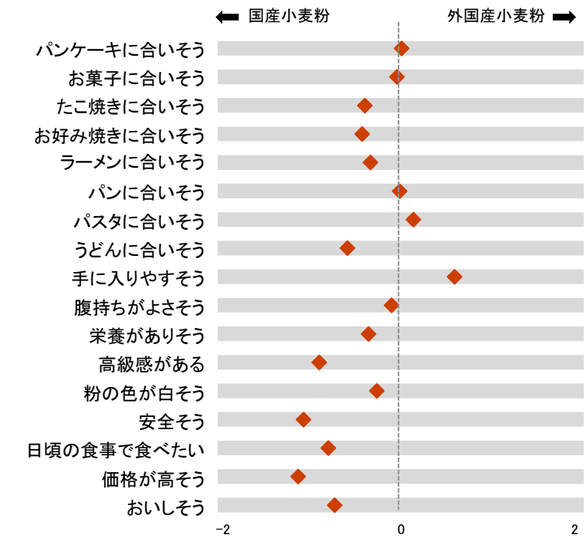
MA 単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

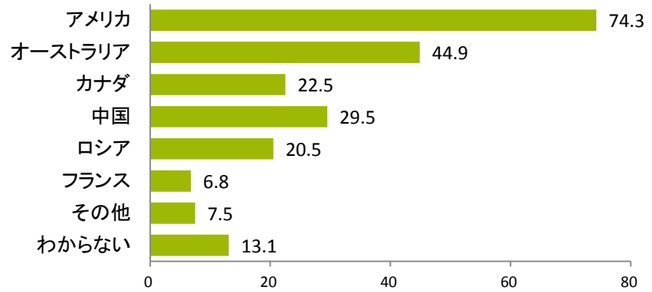
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA 単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA 単位：%



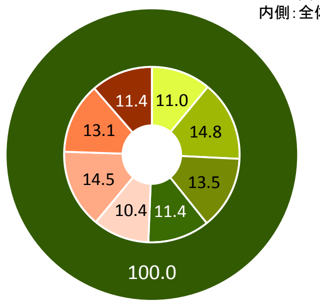
５０代男性

・冬調査では、朝食・昼食・夕食の摂取率はいずれも9割で、朝食は全体より1割高い。(A)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割。夕食も内食が3/4(冬＞夏)、中食・外食が各1割前後。昼食は内食が5割弱、中食が2割、外食が25%前後。全体とほぼ同様の傾向。(B)
・夕食の3割、昼食の5割弱、朝食の6割は一人で食べられている。昼食の2割は同僚と食べている。(C)
・朝食はパン類が6割弱でごはん系(1/3)を上回る。昼食はごはん系が6割弱で、3割のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。(D)
・全般に主食の食パン・ロールパン、副食のみそ汁、漬物、魚介の焼き物が全体より多いのが特徴。(E)
・食事と一緒にお酒を飲む率は夏が51%、冬が45%で、全体より2割前後高い。冬の焼酎の飲酒率の高さが目立つ。(F)
・ 好きな食べものは、小麦メニューでは、焼そばが全体に比べ高い。そばの高さが目立つ。作るのが楽しい食べものは、小麦メニューでは焼そば、ラーメン、そばがやや高く、パスタ料理がやや低い。(G)
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、天ぷら粉、からあげ粉、薄力粉が3割台で多い。(H)

プロファイル
（冬調査時）

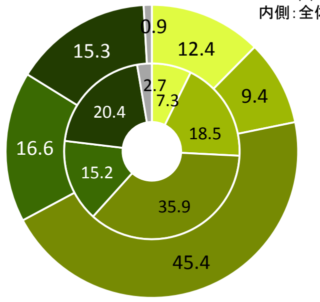
性・年代

SA 単位:%
内側:全体平均



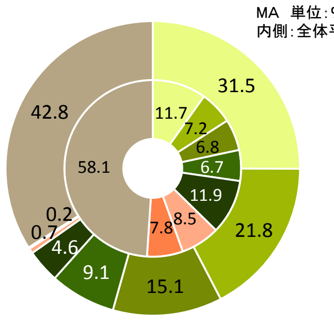
家族構成

SA 単位:%
内側:全体平均



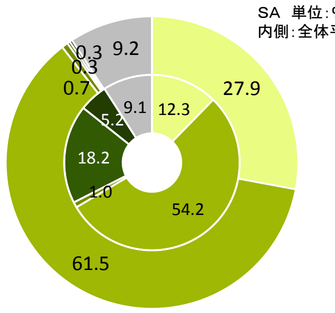
同居している子供

MA 単位:%
内側:全体平均



職業

SA 単位:%
内側:全体平均



食生活の実態

摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

調理した人は？（夏・冬比較）
自分が家で調理／自分以外の家族が調理／買ってきたもの／お店で食べた（外食）／その他
SA 単位:%
円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査

一緒に食べた人は？
ひとりで／家族と一緒に（同じメニュー）／家族と一緒に（違うメニュー）／友人や知人と一緒に／近所・地域の人たちと一緒／勤め先などの同僚と一緒
データ:冬調査 SA 単位:%
円グラフ内側／棒グラフ上側:全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側: 50代男性

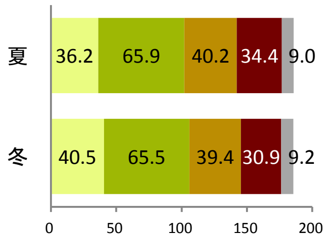
主食は？（夏・冬比較）
ごはん系／パン類／めん類
MA 単位:%

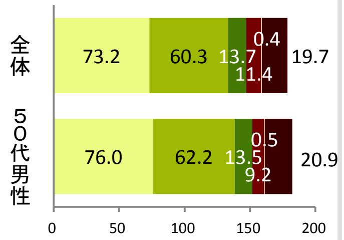
メニューランキング
TOP５（冬調査）
MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差

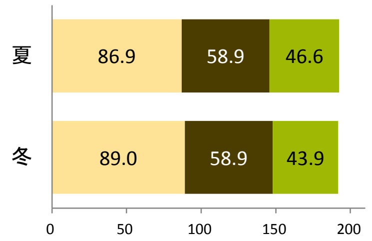
夏メニュー／冬メニュー TOP３
MA 単位:%
( )内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

お酒
食事と一緒に飲む 夏の酒／冬の酒
MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
( )内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯 （平均 2.9 回／日）







(E)

主食		副食	
①ごはん	76.9 (+4.6)	①みそ汁	51.9 (+8.3)*
②食パン、ロールパン	39.2 (+5.1)*	②サラダ	41.8 (+4.1)
③ラーメン	15.8 (+1.7)	③漬物	23.5 (+7.7)*
④おにぎり	12.0 (−0.7)	④魚介の焼き物	21.7 (+5.7)*
⑤うどん、きしめん	11.6 (+0.3)	⑤たまご料理	21.4 (+3.5)

夏メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	6.4 (+6.1)*
②豆腐・豆腐料理	13.7 (+5.6)*
③ハム、ソーセージ	13.0 (+2.6)
③酢の物・あえ物	8.2 (+2.6)
冬メニュー	
①みそ汁	51.9 (−8.9)*
②鍋もの・おでん	6.6 (−4.9)
③ごはん	76.9 (−3.8)

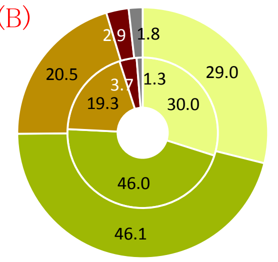
(F)

夏の飲酒率： 51.1%	
①ビール／発泡酒	80.9 (+4.6)
②日本酒	9.1 (+3.2)
冬の飲酒率： 45.4%	
①ビール／発泡酒	63.4 (−2.4)
〔焼酎	36.8 (+14.4)* 〕
②日本酒	15.2 (+5.6)*

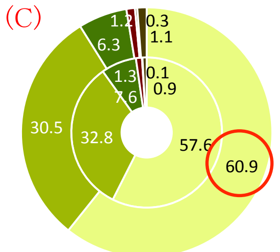
朝食 （5～10時台）

(A) 88 %

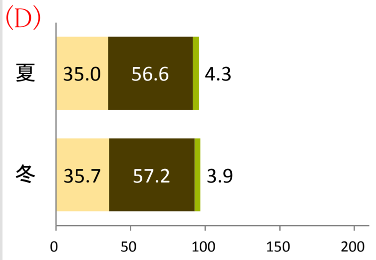
(B)



(C)



(D)



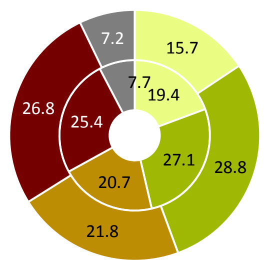
主食		副食	
①食パン、ロールパン	40.8 (+4.5)	①みそ汁	24.4 (+4.7)
②ごはん	29.9 (+2.4)	②たまご料理	14.7 (+2.7)
③菓子パン	8.4 (−2.9)	③サラダ	13.5 (+3.2)
④サンドイッチ	4.6 (+1.0)	④漬物	10.1 (+4.1)
⑤おにぎり	4.0 (−1.2)	⑤納豆	9.6 (+1.6)

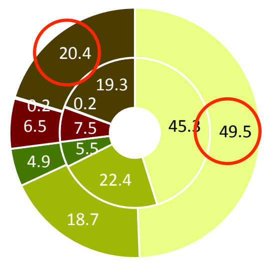
夏メニュー	
①サラダ	15.7 (+2.2)
②シリアル	2.1 (+1.4)
②豆腐・豆腐料理	2.4 (+1.4)
冬メニュー	
①みそ汁	24.4 (−4.2)
②食パン、ロールパン	40.8 (−2.0)
③納豆	9.6 (−1.7)

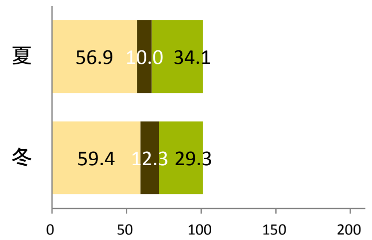
夏の飲酒率： 3.1%	
①ビール／発泡酒	65.4 (+2.3)
②サワー類	7.6 (−0.4)
冬の飲酒率： 3.5%	
①ビール／発泡酒	62.2 (+1.1)
〔焼酎	33.4 (+14.1)* 〕
②ワイン	15.4 (+1.0)

昼食 （11～14時台）

92 %







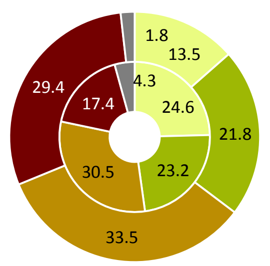
主食		副食	
①ごはん	41.3 (+6.4)*	①みそ汁	19.5 (+5.4)*
②ラーメン	11.3 (+1.6)	②サラダ	13.7 (+0.8)
③うどん、きしめん	7.7 (+0.6)	③漬物	9.2 (+3.8)
④おにぎり	6.9 (−0.6)	④魚介の焼き物	6.2 (+1.9)
⑤丼物	6.2 (+1.5)	⑤たまご料理	6.1 (−0.2)

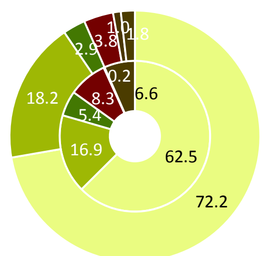
夏メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	4.4 (+4.4)
②そば	5.9 (+2.0)
③その他の麺	2.6 (+1.8)
冬メニュー	
①みそ汁	19.5 (−3.5)
②ごはん	41.3 (−2.7)
③ラーメン	11.3 (−2.3)

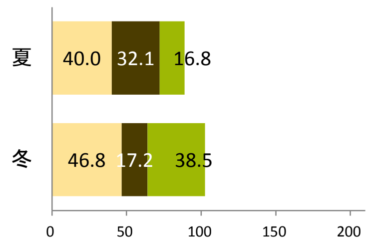
夏の飲酒率： 5.1%	
①ビール／発泡酒	79.8 (+7.1)*
②日本酒	8.9 (+4.5)
冬の飲酒率： 2.5%	
①ビール／発泡酒	81.2 (+21.5)*
〔焼酎	20.4 (+7.1)* 〕
②日本酒	18.3 (+8.5)*

間食 （15～16時台）

6 %







主食		副食	
①ごはん	24.5 (+4.0)	①みそ汁	8.6 (+1.4)
②ラーメン	14.7 (+7.5)*	②サラダ	7.5 (+0.3)
③おにぎり	11.1 (+6.2)*	③野菜の煮物	5.4 (+2.7)
④サンドイッチ	7.6 (+2.6)	④その他の魚介料理	4.3 (+2.8)
⑤チャーハン	6.9 (+5.1)*	⑤とり唐揚げ	4.2 (+1.1)

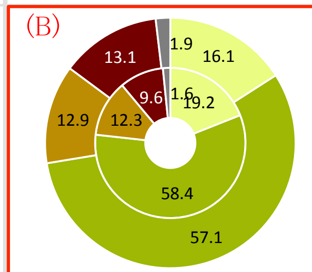
夏メニュー	
①丼物	11.1 (+8.6)*
②納豆	6.3 (+6.3)*
③ドーナツ	5.1 (+5.1)*
冬メニュー	
①ラーメン	14.7 (−7.9)*
②おにぎり	11.1 (−6.4)*
③ごはん	24.5 (−6.3)*

夏の飲酒率： 9.4%	
①ビール／発泡酒	77.7 (+9.1)*
②ウィスキー／ブランデー	22.3 (+14.3)*
②ワイン	22.3 (+6.0)*
冬の飲酒率： 8.3%	
①ビール／発泡酒	27.6 (−31.5)*
〔焼酎	25.9 (+15.3)* 〕
②ワイン	25.9 (−2.6)

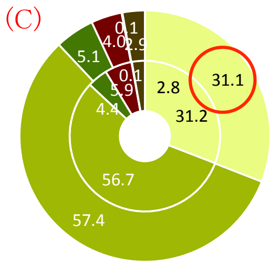
夕食 （17～21時台）

(A) 93 %

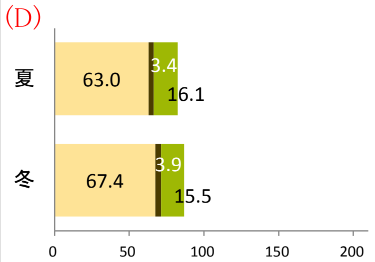
(B)



(C)



(D)



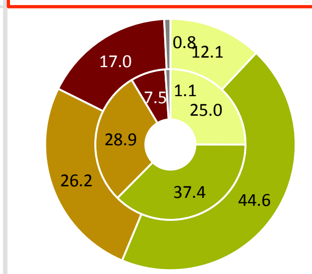
主食		副食	
①ごはん	56.2 (+2.6)	①みそ汁	29.2 (+2.3)
②焼そば	4.0 (+1.3)	②サラダ	29.0 (+2.2)
③うどん、きしめん	3.3 (−0.7)	③漬物	14.5 (+4.6)
④ラーメン	3.2 (−0.3)	④魚介の焼き物	12.8 (+2.4)
⑤パスタ料理	2.7 (−1.0)	⑤野菜いため	9.7 (+0.1)

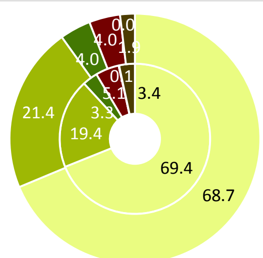
夏メニュー	
①豆腐・豆腐料理	10.4 (+4.2)
②漬物	16.4 (+1.9)
③刺身	11.3 (+1.8)
冬メニュー	
①みそ汁	29.2 (−6.8)*
②鍋もの・おでん	6.0 (−4.8)
③ごはん	56.2 (−4.4)

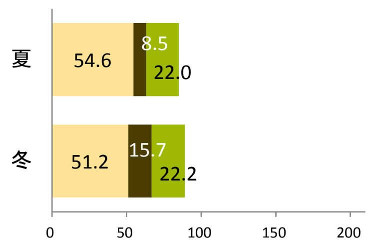
夏の飲酒率： 49.8%	
①ビール／発泡酒	79.8 (+3.7)
②日本酒	8.3 (+2.5)
冬の飲酒率： 44.0%	
①ビール／発泡酒	62.3 (−3.2)
〔焼酎	37.3 (+14.6)* 〕
②日本酒	15.1 (+5.5)*

夜食 （22～翌朝4時台）

9 %







主食		副食	
①ごはん	36.7 (+4.2)	①サラダ	16.4 (+1.9)
②ラーメン	8.6 (−0.8)	②みそ汁	13.8 (−0.9)
③うどん、きしめん	8.1 (+4.2)	③漬物	8.6 (+3.3)
④おにぎり	4.6 (+0.4)	④スープ	7.8 (+4.6)
⑤菓子パン	4.5 (−0.3)	⑤納豆	6.8 (+2.0)

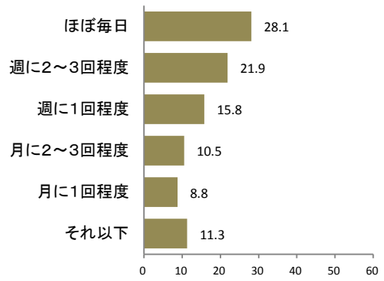
夏メニュー	
①その他の野菜料理	6.4 (+5.8)*
②ごはん	42.4 (+5.7)*
③豆腐・豆腐料理	9.1 (+4.9)
冬メニュー	
①スープ	7.8 (−4.5)
②鍋もの・おでん	5.3 (−4.1)
③うどん、きしめん	8.1 (−3.5)

夏の飲酒率： 42.4%	
①ビール／発泡酒	79.0 (+6.3)*
②日本酒	15.7 (+10.5)*
冬の飲酒率： 40.6%	
①ビール／発泡酒	58.9 (−6.1)*
〔焼酎	33.9 (+11.9)* 〕
②ワイン	13.3 (+4.6)

パンの利用実態

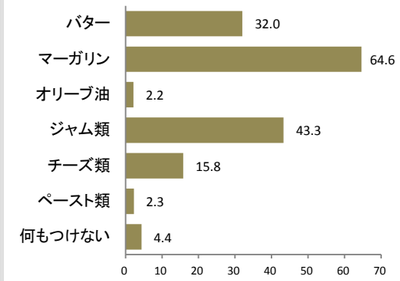
パンの消費頻度

SA　単位：%



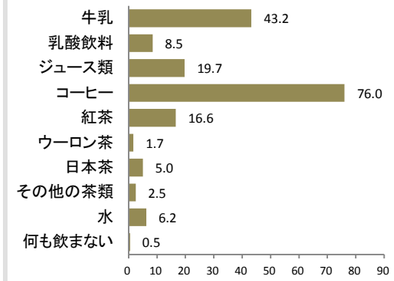
パンにつけるもの

SA　単位：%



パンと一緒に飲む飲み物

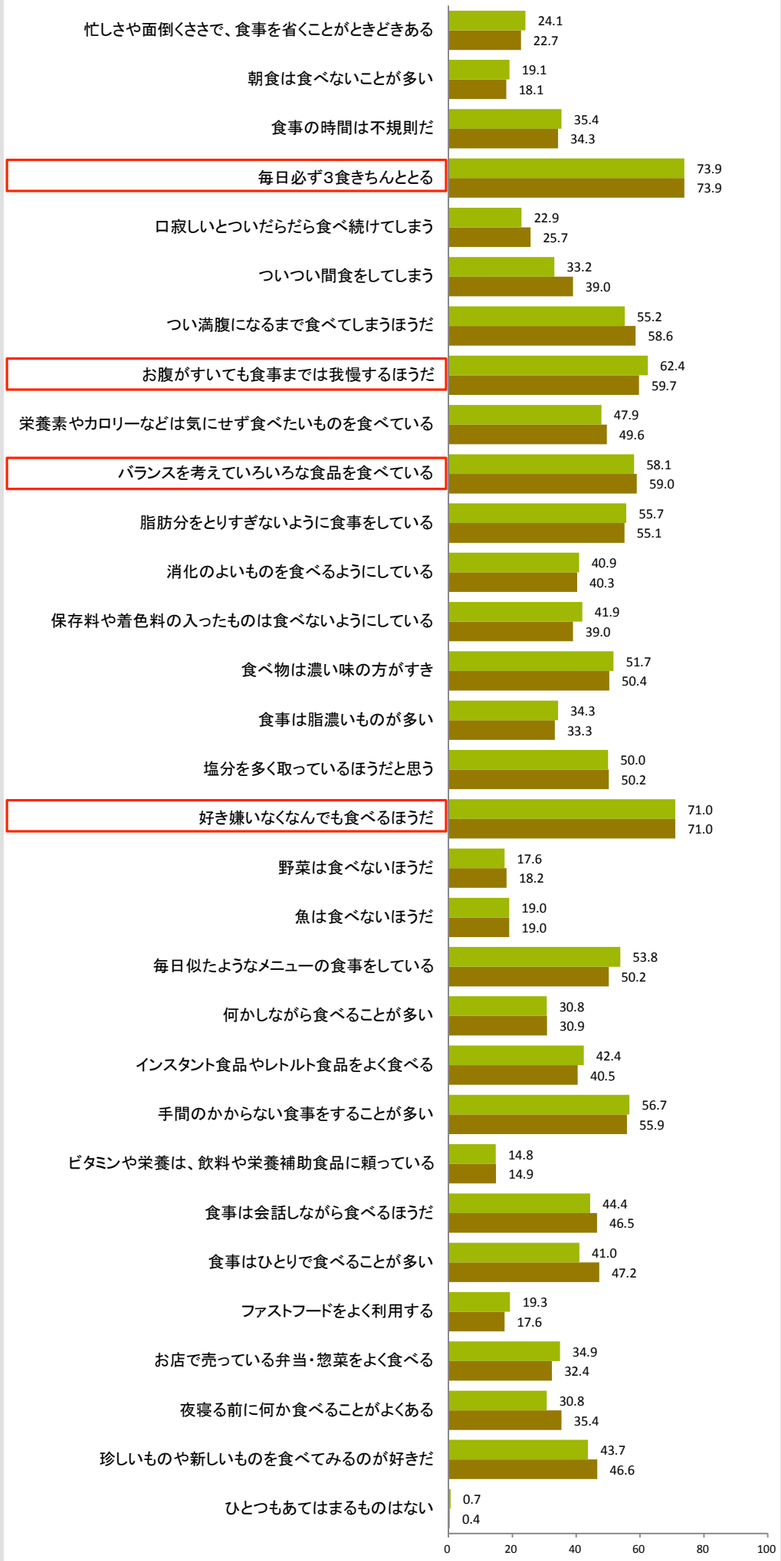
SA　単位：%



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G)　好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（１）寿司	77.2（＋1.3）
（２）刺身	70.8（＋4.3）
（３）ごはん	69.3（－0.9）
（４）ラーメン	67.2（＋3.3）
（５）カレー（ライス）	66.8（＋2.9）
（６）焼肉	66.4（－0.5）
（７）みそ汁	64.7（＋7.4）*
（８）そば	63.3（＋10.6）*
（９）サラダ	61.2（－0.9）
（10）うどん、きしめん	59.0（－2.6）
（11）とんかつ	58.7（＋5.6）*
（12）天ぷら	58.5（＋4.1）
（13）魚介の焼き物	57.3（＋4.4）
（14）しょうが焼き	56.7（＋0.4）
（14）ステーキ	56.7（＋2.8）
（14）焼そば	56.7（＋5.3）*
（17）ぎょうざ・シュウマイ	56.5（－0.5）
（18）チャーハン	54.2（＋2.3）
（18）野菜いため	54.2（＋5.9）*
（20）お好み焼	52.5（－4.0）
（21）豆腐・豆腐料理	52.4（＋2.1）
（22）焼き鳥	52.1（－4.4）
（23）サンドイッチ	51.9（－2.5）
（24）すき焼・しゃぶしゃぶ	51.6（－1.6）
（25）たまご料理	51.3（＋2.9）

(G)作るのが楽しい食べもの TOP25

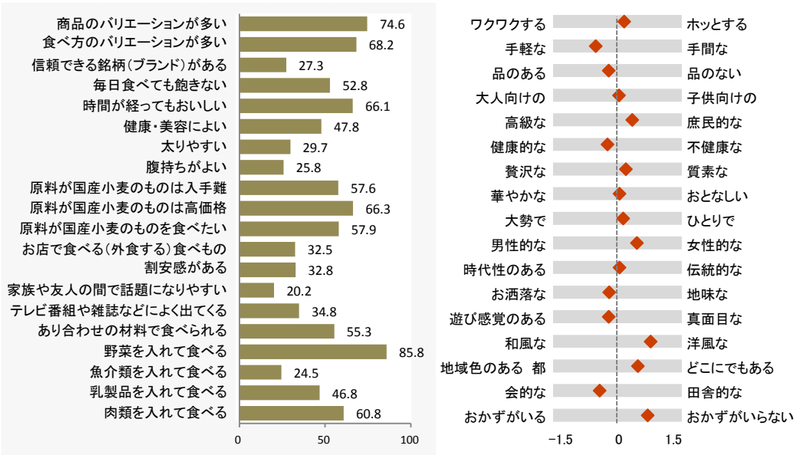
SA　単位：%

（１）カレー	32.0（－1.6）
（２）チャーハン	26.9（＋3.8）
（３）焼そば	24.1（＋7.7）*
（４）ラーメン	22.8（＋10.2）*
（５）お好み焼	21.5（－0.3）
（６）パスタ料理	19.7（－8.5）*
（７）焼肉	17.3（＋2.0）
（８）野菜いため	16.5（＋1.0）
（９）うどん、きしめん	16.1（＋4.1）
（10）すき焼・しゃぶしゃぶ	14.8（＋2.6）
（11）たこ焼き	14.6（－0.6）
（12）そば	14.5（＋6.9）*
（13）鍋もの・おでん	14.2（±0.0）
（14）ステーキ	13.7（＋3.8）
（15）たまご料理	13.1（－0.6）
（16）サラダ	13.0（－2.5）
（17）しょうが焼き	12.6（－1.8）
（18）丼物	12.0（－2.3）
（19）みそ汁	11.7（－1.5）
（20）魚介の焼き物	11.2（＋2.7）
（21）そうめん、ひやむぎ	11.1（＋3.8）
（22）シチュー	10.7（－6.8）*
（23）サンドイッチ	10.6（－3.0）
（24）ぎょうざ・シュウマイ	10.4（－3.9）
（25）刺身	10.0（＋5.0）*

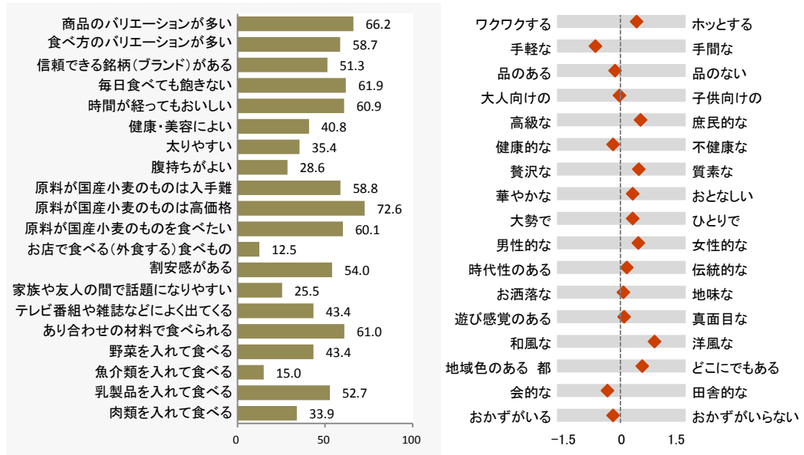
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

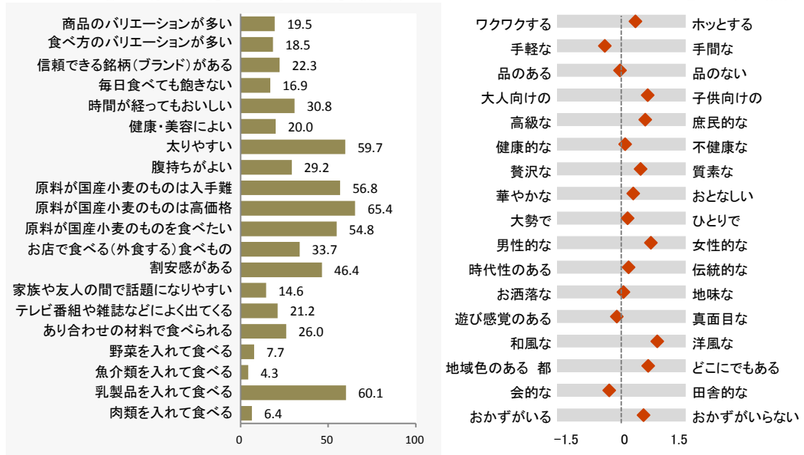
サンドイッチ



主食パン



パンケーキ

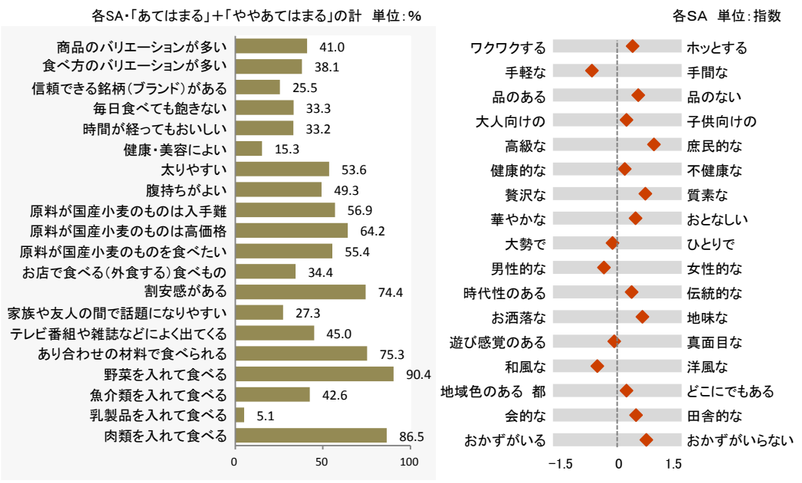


ドーナツ

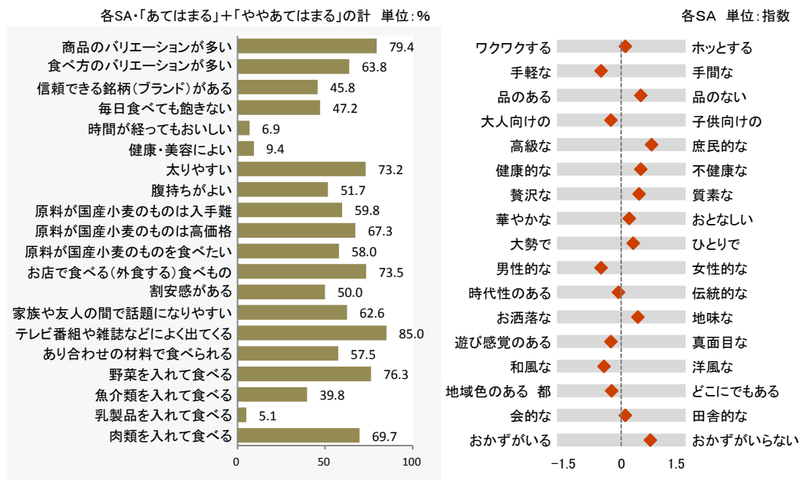
うどん

パスタ料理

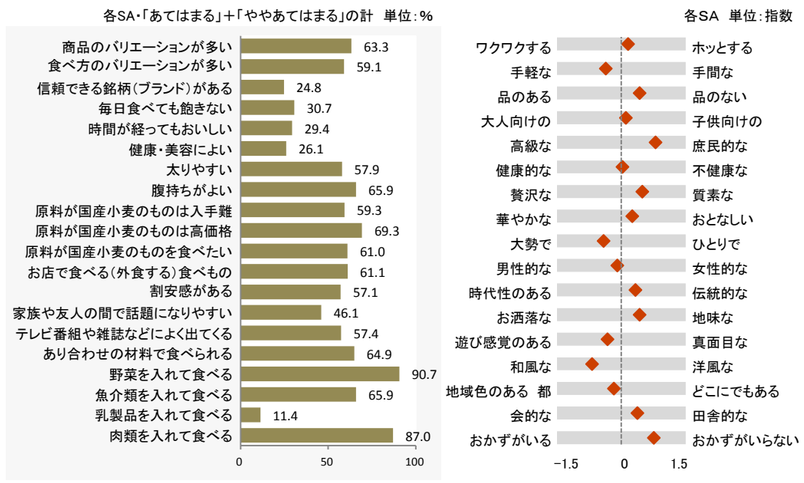
焼そば



ラーメン



お好み焼

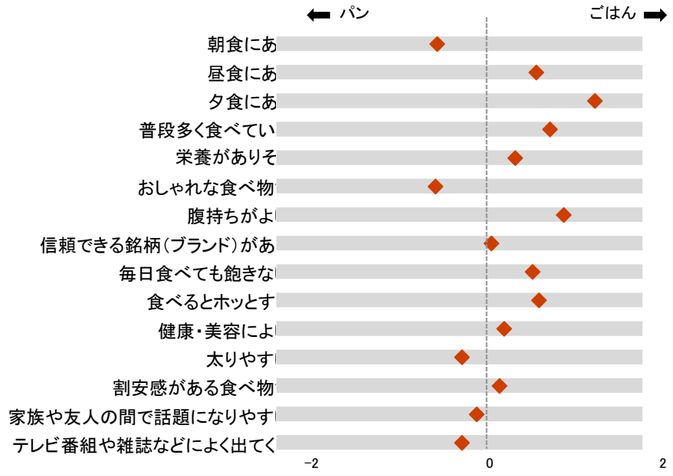


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

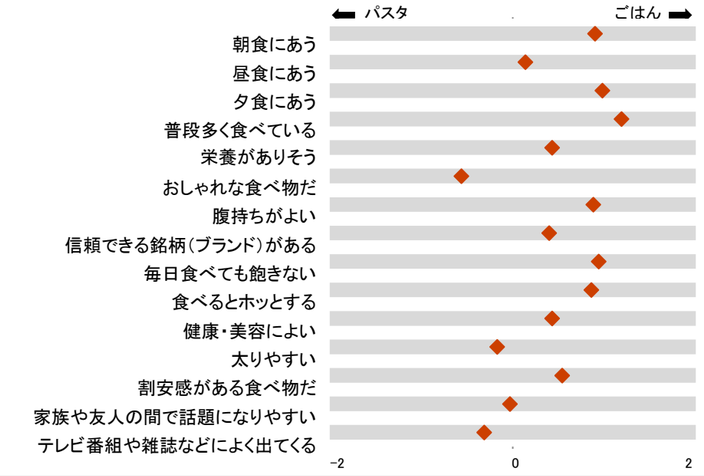
パン vs ごはん

各SA 単位：指数



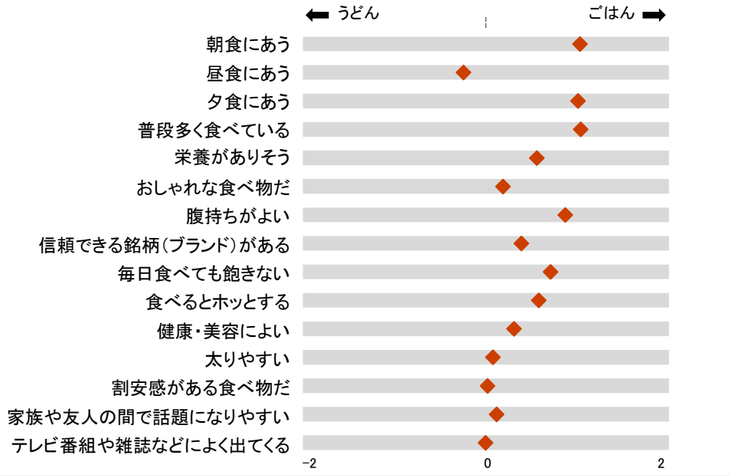
パスタ vs ごはん

各SA 単位：指数



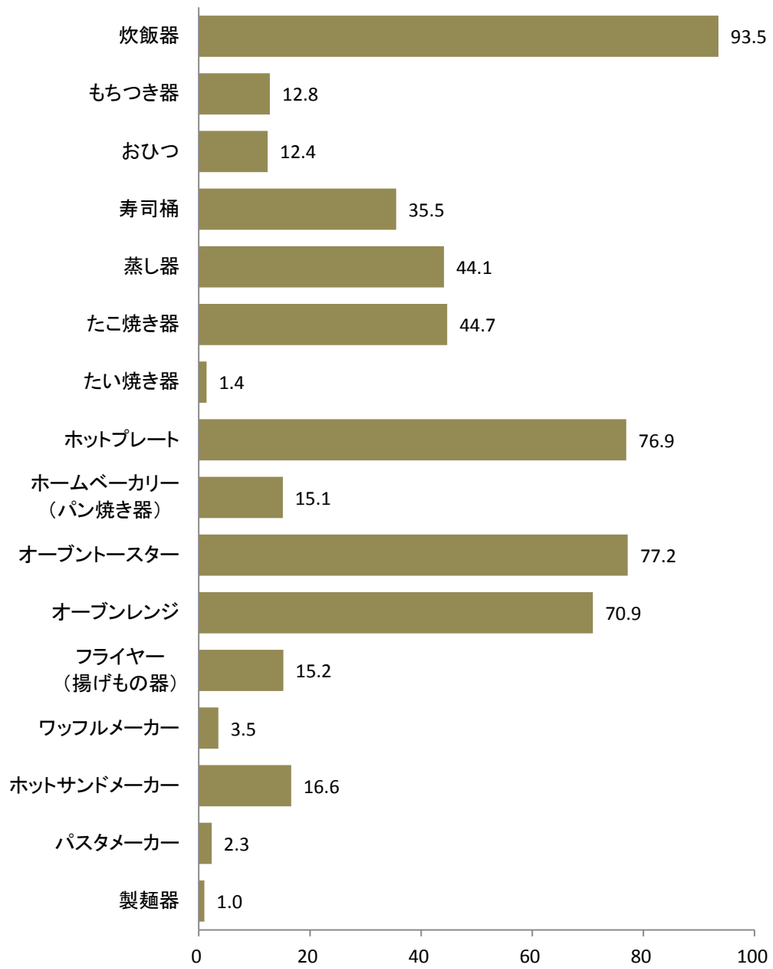
うどん vs ごはん

各SA 単位：指数



所有している調理器具

MA 単位：%

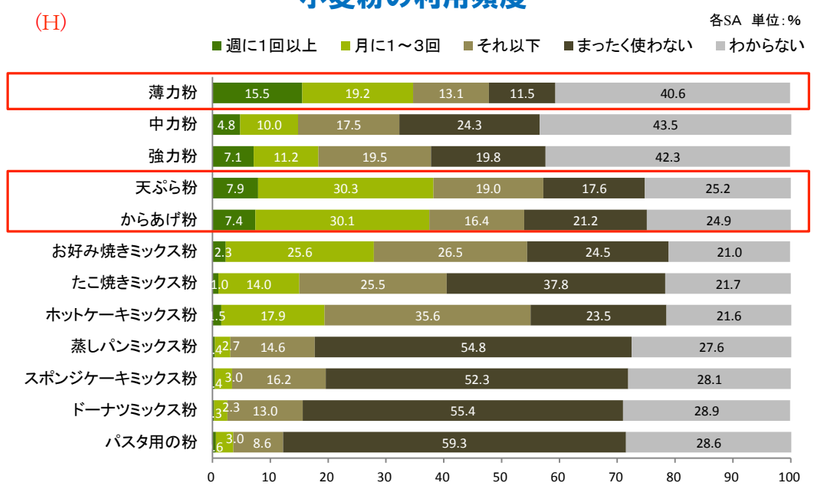


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

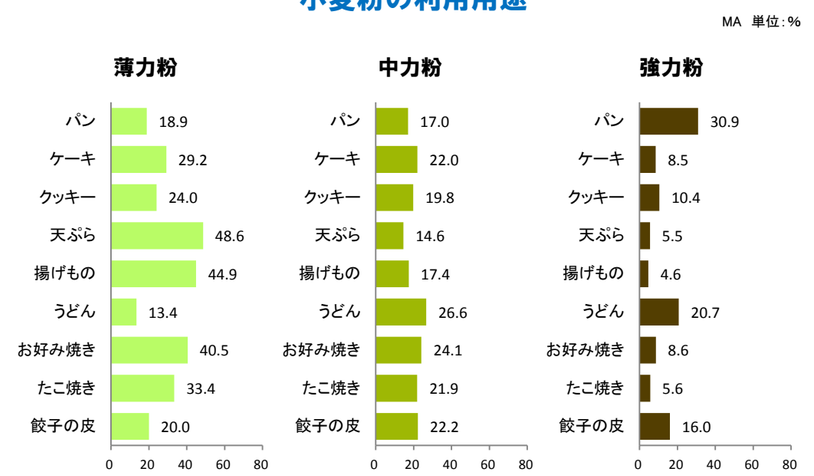
(H)

各SA 単位：%



小麦粉の利用用途

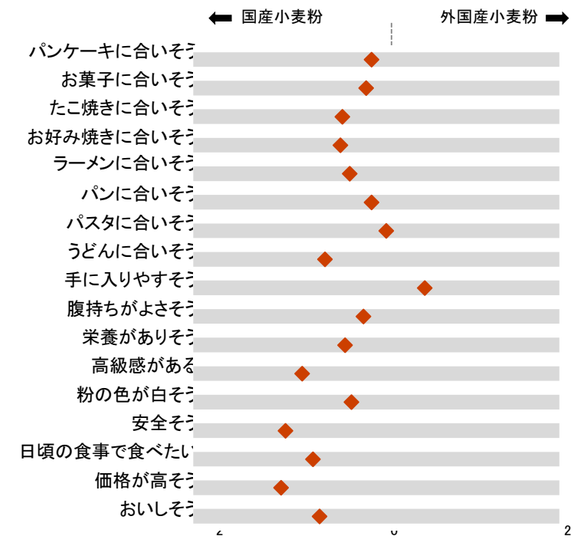
MA 単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

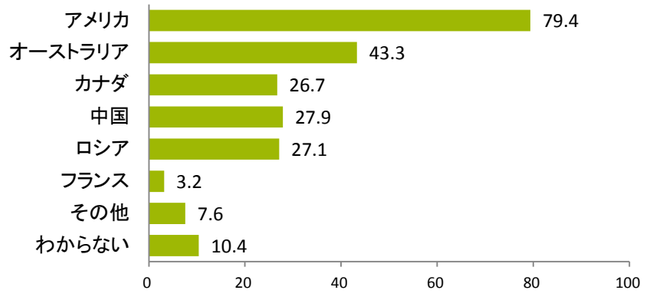
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA 単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA 単位：%

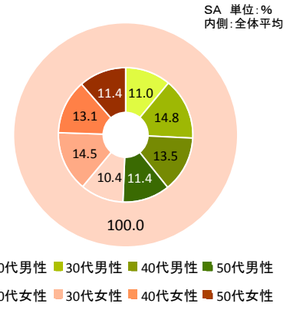


２０代女性

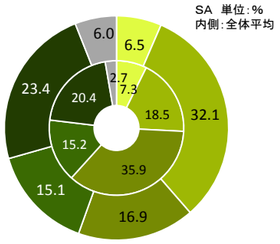
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割弱。全体に比べ朝食は4%低い。(A)
・朝食は内食が7割強、中食が1/4。夕食も内食が7割強、中食・外食が各15%前後。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割前後。全体に比べ、どの食機会でも内食はやや多め。(B)
・夕食の3割、昼食の4割(全体よりやや低め)、朝食の6割は一人で食べられている。(C)
・朝食はパン類が5割強でごはん系の約35%を上回る(全体に比べパン類がやや少ない)。昼食はごはん系が5割で、3割弱のめん類が続く。夕食は6割弱がごはん系(全体よりやや少ない)。(D)
・全般に主食のごはん、食パン・ロールパン、副食のみそ汁が全体より少ないのが特徴。(E)
・好きな食べものは、小麦メニューでは、パスタ料理(1位)、ピザが全体より5%以上高い。作るのが楽しい食べものもパスタ料理が1位、小麦メニューでは、たこ焼き、パンケーキが5%以上高い。(F)
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が2/3、ホットケーキミックス粉が1/3強で、全体に比べ高い。(G)
・薄力粉はクッキー、ケーキ、揚げ物等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパン、うどんによく使われている。薄力粉のクッキーやケーキが全体に比べて高いのが特徴。(H)

プロファイル（冬調査時）

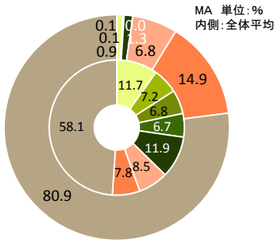
性・年代



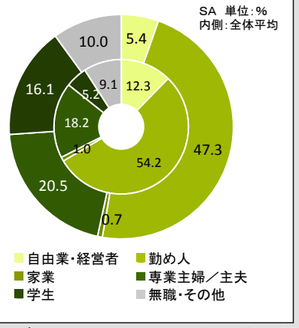
家族構成



同居している子供



職業



食生活の実態

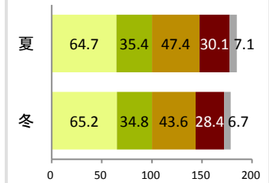
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	摂取率	平均回数
全時間帯		2.9回／日
朝食（5～10時台）	76%	
昼食（11～14時台）	89%	
間食（15～16時台）	12%	
夕食（17～21時台）	90%	
夜食（22～翌4時台）	13%	

調理した人は？（夏・冬比較）

自分が家で調理
自分以外の家族が調理
買ってきたもの
お店で食べた(外食)
その他

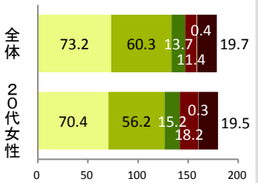
SA 単位:%
円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査



一緒に食べた人は？

ひとりで
家族と一緒に(同じメニュー)
家族と一緒に(違うメニュー)
友人や知人と一緒に
近所・地域の人たちと一緒
勤め先などの同僚と一緒

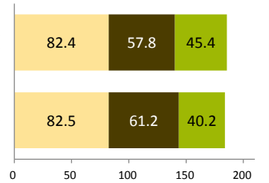
データ:冬調査 SA 単位:%
円グラフ内側／棒グラフ上側:全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側: 20代女性



主食は？（夏・冬比較）

ごはん系　パン類　めん類

MA 単位:%



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
(　)内は冬調査の全体平均との差

朝食（5～10時台）

(E) 主食		副食	
①ごはん	66.8 (−5.5)*	①みそ汁	35.8 (−7.8)*
②食パン、ロールパン	28.5 (−5.6)*	②サラダ	33.2 (−4.5)
③菓子パン	18.1 (+3.3)	③その他の肉料理	16.3 (+0.7)
④おにぎり	11.8 (−0.9)	④たまご料理	15.7 (−2.2)
⑤パスタ料理	11.4 (+2.7)	⑤野菜いため	15.5 (+0.6)

昼食（11～14時台）

主食		副食	
①食パン、ロールパン	28.7 (−7.6)*	①みそ汁	17.0 (−2.7)
②ごはん	27.7 (+0.2)	②たまご料理	9.1 (−2.9)
③菓子パン	13.4 (+2.1)	③サラダ	6.5 (−3.8)
④おにぎり	5.0 (−0.2)	④納豆	6.3 (−1.7)
⑤サンドイッチ	3.8 (+0.2)	⑤スープ	5.4 (+1.7)

間食（15～16時台）

主食		副食	
①ごはん	31.5 (−3.4)	①サラダ	11.8 (−1.1)
②ラーメン	8.3 (−1.4)	②みそ汁	10.2 (−3.9)
③おにぎり	6.8 (−0.7)	③たまご料理	6.5 (+0.2)
④パスタ料理	6.7 (+1.8)	④野菜いため	5.8 (+0.7)
⑤うどん、きしめん	6.0 (−1.1)	⑤その他の肉料理	5.1 (−0.2)

夕食（17～21時台）

主食		副食	
①ごはん	21.7 (+1.2)	①サラダ	6.5 (−0.7)
②菓子パン	11.9 (+3.5)	②みそ汁	5.4 (−1.8)
③惣菜パン	6.1 (+1.4)	③その他の肉料理	4.6 (+0.3)
④食パン、ロールパン	4.9 (+0.1)	④たまご料理	4.4 (+1.4)
⑤ハンバーガー	4.5 (+0.5)	⑤野菜いため	4.3 (+1.8)

夜食（22～翌4時台）

主食		副食	
①ごはん	45.3 (−8.3)*	①サラダ	23.8 (−3.0)
②パスタ料理	5.0 (+1.3)	②みそ汁	22.7 (−4.2)
③うどん、きしめん	3.8 (−0.2)	③その他の肉料理	12.1 (+1.2)
③焼そば	3.8 (+1.1)	④野菜いため	9.8 (+0.2)
⑤丼物	3.2 (+0.1)	⑤魚介の焼き物	8.5 (−1.9)

主食		副食	
①ごはん	26.7 (−5.8)*	①サラダ	16.0 (+1.5)
②ラーメン	6.2 (−3.2)	②みそ汁	9.1 (−5.6)*
③菓子パン	5.7 (+0.9)	③蒸し野菜・ゆで野菜	6.6 (+3.1)
④食パン、ロールパン	4.2 (+2.0)	④とり唐揚げ	5.9 (+1.2)
⑤パスタ料理	3.9 (−0.2)	⑤野菜の煮物	5.7 (+0.4)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
(　)内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

朝食（5～10時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	40.2 (+7.0)*	①スープ	14.3 (−4.4)
②豆腐・豆腐料理	11.3 (+5.1)*	②みそ汁	35.8 (−3.8)
③そうめん、ひやむぎ	4.8 (+4.5)	③鍋もの・おでん	5.5 (−3.5)

昼食（11～14時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	9.2 (+2.7)	①みそ汁	17.0 (−3.2)
②たまご料理	10.2 (+1.1)	②スープ	5.4 (−2.5)
③その他の肉料理	2.3 (+1.0)	③食パン、ロールパン	28.7 (−1.3)

間食（15～16時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	2.8 (+2.7)	①ラーメン	8.3 (−2.4)
②たまご料理	8.4 (+1.9)	②食パン、ロールパン	5.8 (−1.5)
③そば	2.2 (+1.4)	③サンドイッチ	4.0 (−1.2)

夕食（17～21時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①うどん、きしめん	6.7 (+3.3)	①ごはん	21.7 (−6.8)*
②おにぎり	7.0 (+2.9)	②菓子パン	11.9 (−4.5)
③とり唐揚げ	5.1 (+2.4)	③たまご料理	4.4 (−3.9)

夜食（22～翌4時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	28.9 (+5.1)*	①みそ汁	22.7 (−4.3)
②豆腐・豆腐料理	9.2 (+4.7)	②鍋もの・おでん	4.6 (−3.0)
③そうめん、ひやむぎ	2.3 (+2.2)	③スープ	7.7 (−2.7)

夏メニュー		冬メニュー	
①納豆	5.6 (+4.0)	①ごはん	26.7 (−6.8)*
②その他の野菜料理	8.9 (+3.8)	②蒸し野菜・ゆで野菜	6.6 (−4.6)
③おにぎり	5.5 (+3.5)	③野菜の煮物	5.7 (−3.3)
③サラダ	19.5 (+3.5)		

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
(　)内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

朝食（5～10時台）

夏の飲酒率： 19.6%		冬の飲酒率： 19.5%	
①ビール／発泡酒	53.5 (−22.8)*	①ビール／発泡酒	49.6 (−16.2)*
②サワー類	30.3 (+15.8)*	②サワー類	23.8 (+12.6)*

昼食（11～14時台）

夏の飲酒率： 0.5%		冬の飲酒率： 1.2%	
①サワー類	39.6 (+31.6)*	①ビール／発泡酒	68.3 (+7.2)*
②ビール／発泡酒	33.7 (−29.4)*	②サワー類	13.6 (+5.0)*

間食（15～16時台）

夏の飲酒率： 1.4		冬の飲酒率： 1.1%	
①ビール／発泡酒	52.5 (−20.2)*	①サワー類	31.1 (+23.1)*
②サワー類	37.4 (+30.3)*	②ビール／発泡酒	24.9 (−34.8)*

夕食（17～21時台）

夏の飲酒率： 7.6%		冬の飲酒率： 4.2%	
①サワー類	65.8 (+47.2)*	①ウィスキー／ブランデー	75.0 (+68.5)*
②ビール／発泡酒	23.8 (−44.8)*	②ビール／発泡酒	58.6 (−0.5)

夜食（22～翌4時台）

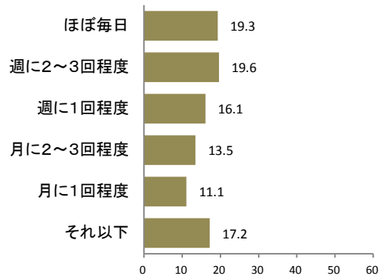
夏の飲酒率： 18.4%		冬の飲酒率： 18.0%	
①ビール／発泡酒	56.9 (−19.2)*	①ビール／発泡酒	52.8 (−12.7)*
②サワー類	29.0 (+14.2)*	②サワー類	21.7 (+10.7)*

夏の飲酒率： 18.4%		冬の飲酒率： 18.9%	
①ビール／発泡酒	34.6 (−38.1)*	①サワー類	34.0 (+22.8)*
②サワー類	34.4 (+22.3)*	②ビール／発泡酒	33.6 (−31.4)*

パンの利用実態

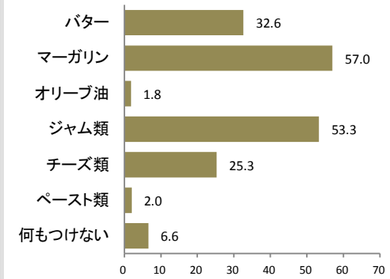
パンの消費頻度

SA　単位：%



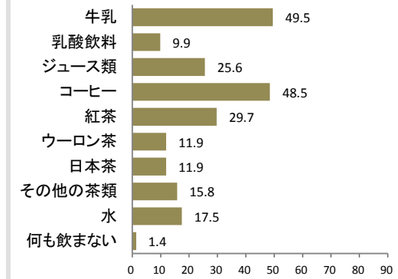
パンにつけるもの

SA　単位：%



パンと一緒に飲む飲み物

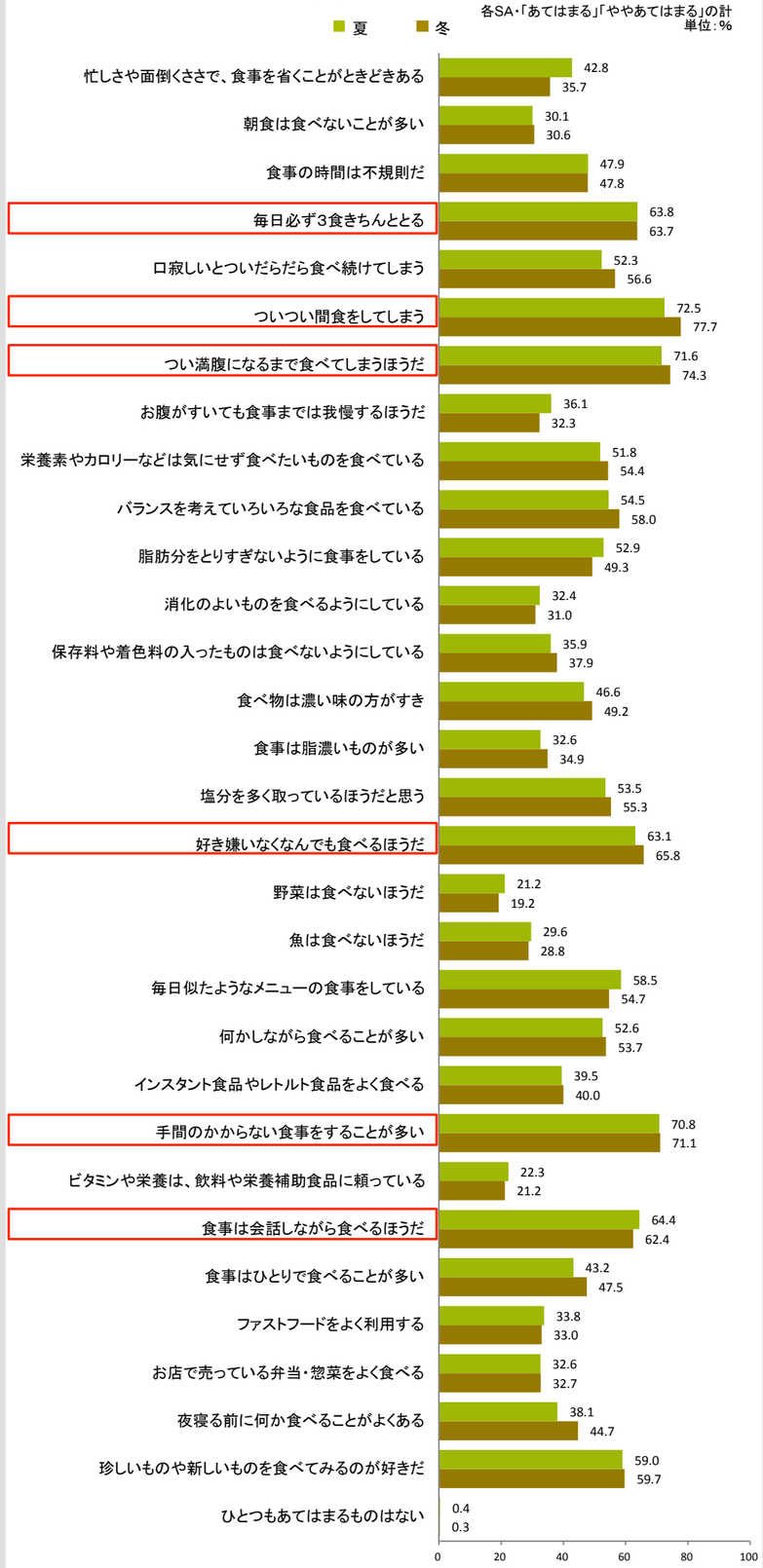
SA　単位：%



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(F) 好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（１）パスタ料理	74.4（＋10.7）*
（２）寿司	73.2（－2.7）
（３）とり唐揚げ	66.8（＋5.0）*
（４）ごはん	66.6（－3.6）
（５）うどん、きしめん	66.0（＋4.4）
（６）サラダ	64.9（＋2.8）
（７）焼肉	64.0（－2.9）
（８）刺身	61.7（－4.8）
（９）ラーメン	61.6（－2.3）
（10）ハンバーグ	59.9（＋2.8）
（11）カレー（ライス）	59.6（－4.3）
（12）グラタン	58.5（＋9.4）*
（13）ピザ	57.2（＋5.3）*
（14）焼き鳥	57.0（＋0.5）
（15）たこ焼き	56.8（＋3.7）
（16）お好み焼	55.6（－0.9）
（16）みそ汁	55.6（－1.7）
（18）スープ	55.3（＋10.4）*
（19）フライドポテト・オニオンリング	55.2（＋11.9）*
（20）サンドイッチ	54.5（＋0.1）
（21）ぎょうざ・シュウマイ	53.0（－4.0）
（22）ハンバーガー	52.6（＋5.0）*
（23）ドリア・リゾット	52.5（＋15.9）*
（24）丼物	52.4（＋1.0）
（25）すき焼・しゃぶしゃぶ	52.1（－1.1）

(F) 作るのが楽しい食べもの TOP25

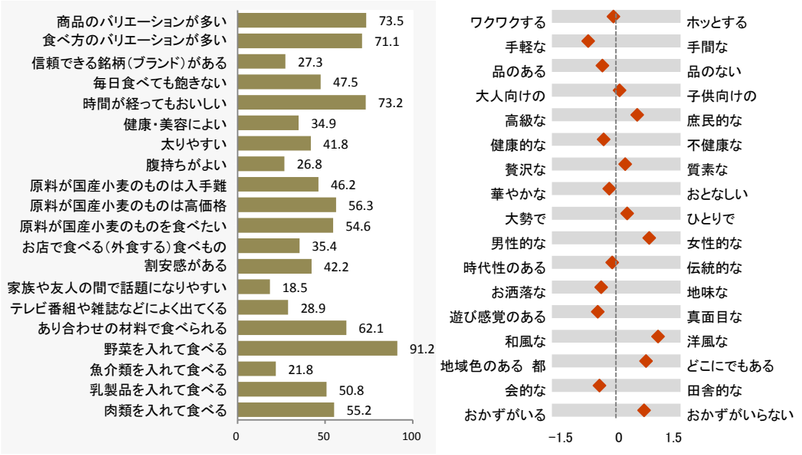
SA　単位：%

（１）パスタ料理	36.2（＋8.0）*
（２）カレー	33.8（＋0.2）
（３）ハンバーグ	29.1（＋11.0）*
（４）シチュー	23.6（＋6.1）*
（５）お好み焼	22.8（＋1.0）
（６）チャーハン	22.4（－0.7）
（７）たこ焼き	20.8（＋5.6）*
（８）ピラフ・オムライス	20.6（＋7.7）*
（９）丼物	19.6（＋5.3）*
（10）パンケーキ	18.8（＋9.7）*
（11）サラダ	18.7（＋3.2）
（11）野菜いため	18.7（＋3.2）
（13）たまご料理	18.4（＋4.7）
（14）ぎょうざ・シュウマイ	18.1（＋3.8）
（15）肉の煮込み料理	18.0（＋4.0）
（16）グラタン	17.6（＋6.6）*
（17）ハヤシライス	16.4（＋5.9）*
（18）みそ汁	16.2（＋3.0）
（19）サンドイッチ	15.7（＋2.1）
（20）とり唐揚げ	15.3（＋3.0）
（20）まぜごはん・炊込みご飯	15.3（＋1.9）
（22）しょうが焼き	14.6（＋0.2）
（22）スープ	14.6（＋5.7）*
（24）ドリア・リゾット	14.3（＋6.9）*
（25）野菜の煮物	13.8（＋2.6）

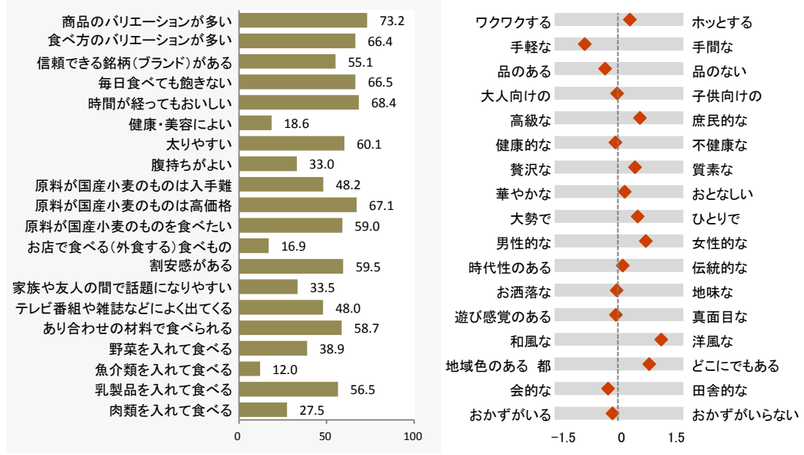
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

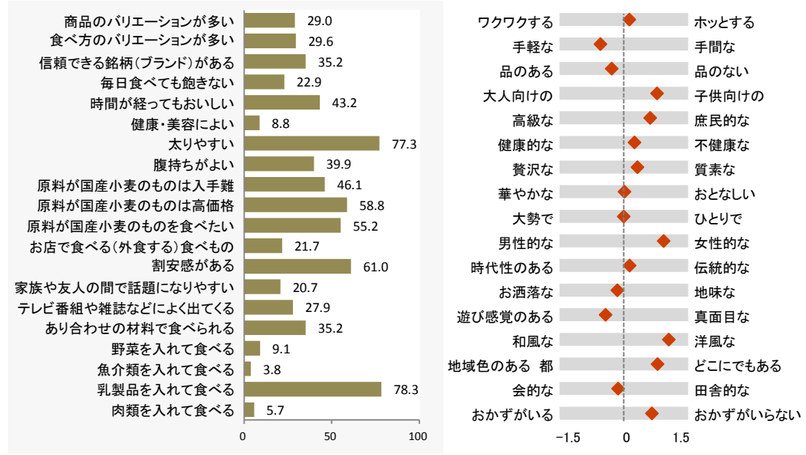
サンドイッチ



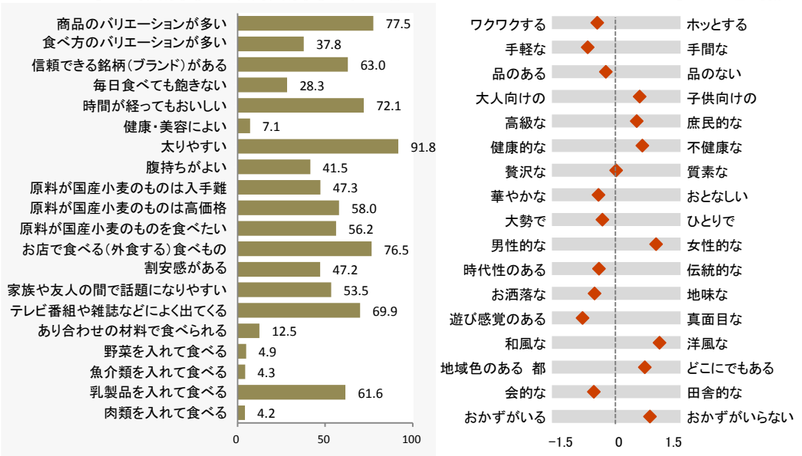
主食パン



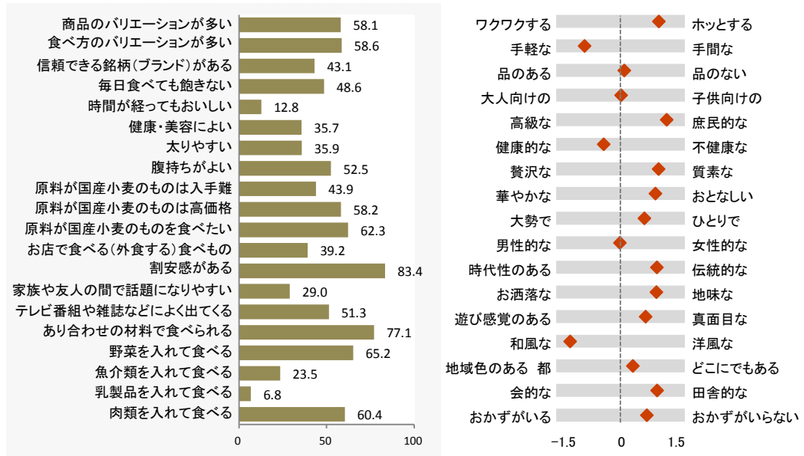
パンケーキ



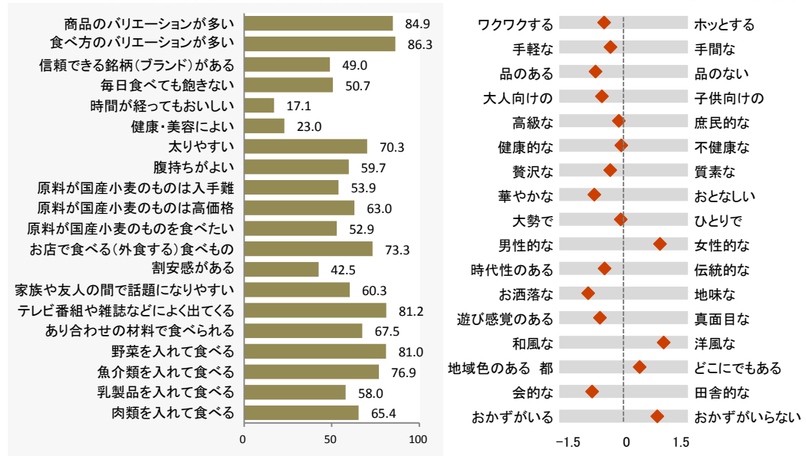
ドーナツ



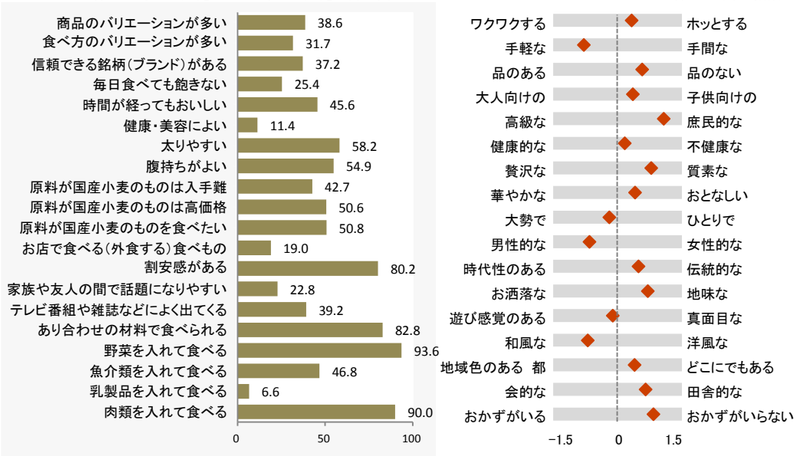
うどん



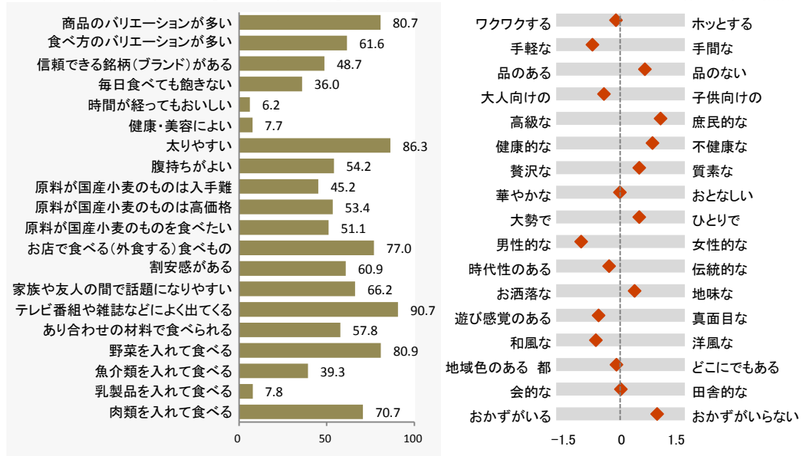
パスタ料理



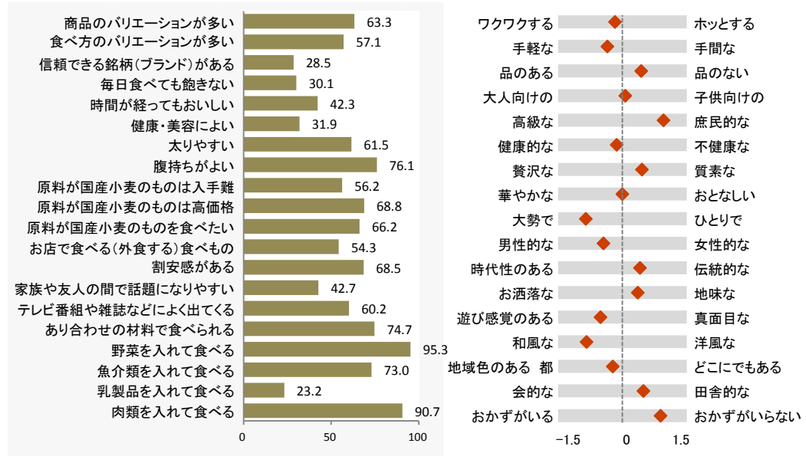
焼そば



ラーメン



お好み焼

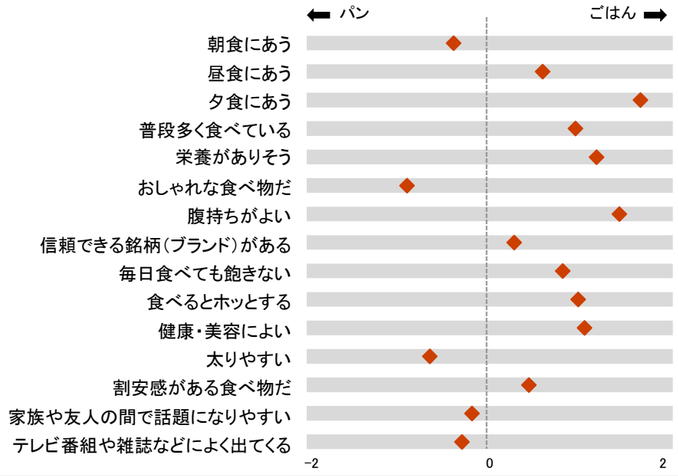


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

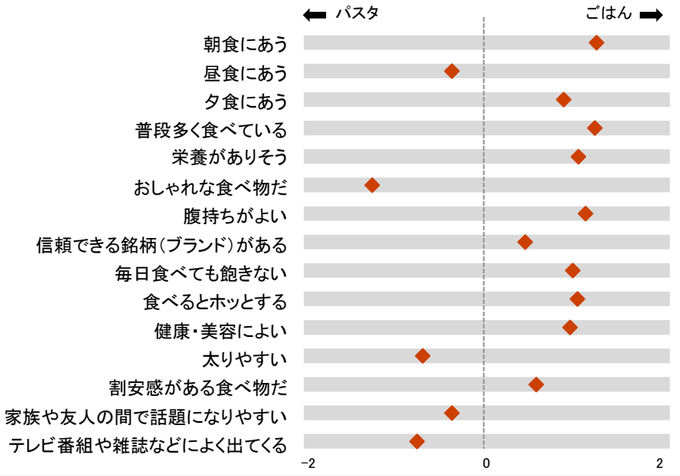
パン vs ごはん

各SA 単位：指数



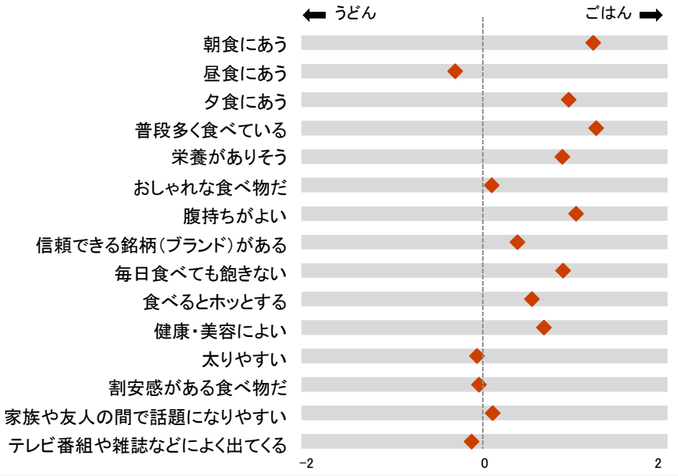
パスタ vs ごはん

各SA 単位：指数



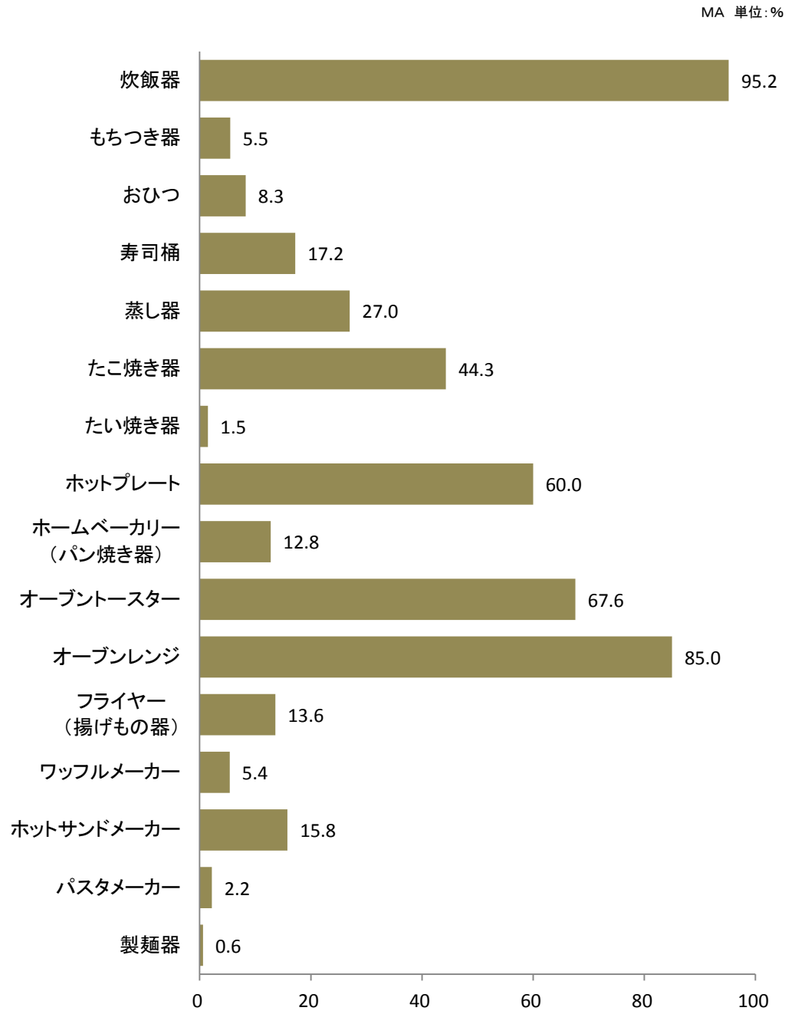
うどん vs ごはん

各SA 単位：指数



所有している調理器具

MA 単位：%

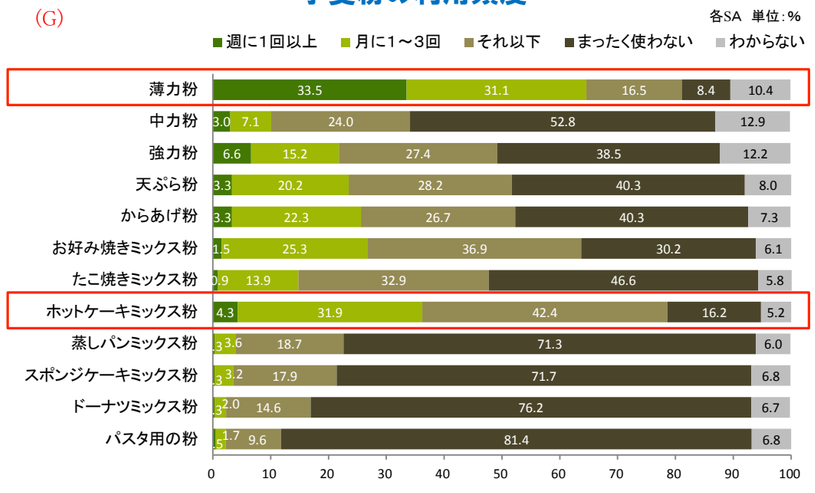


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

(G)

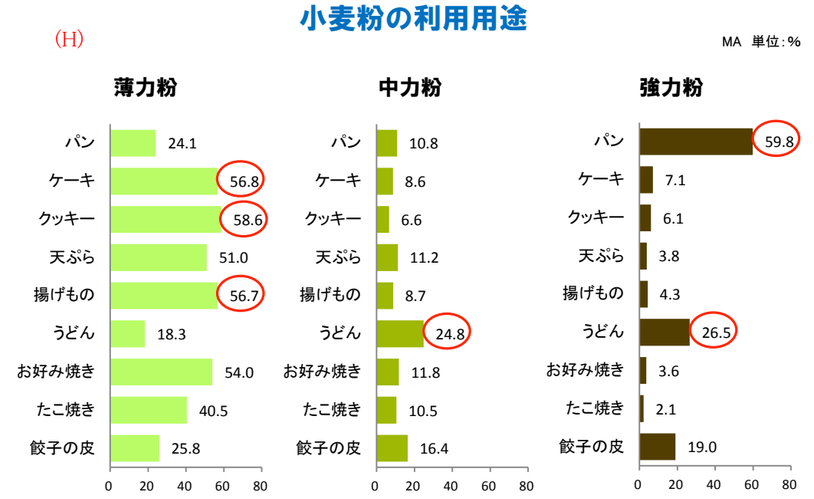
各SA 単位：%



小麦粉の利用用途

(H)

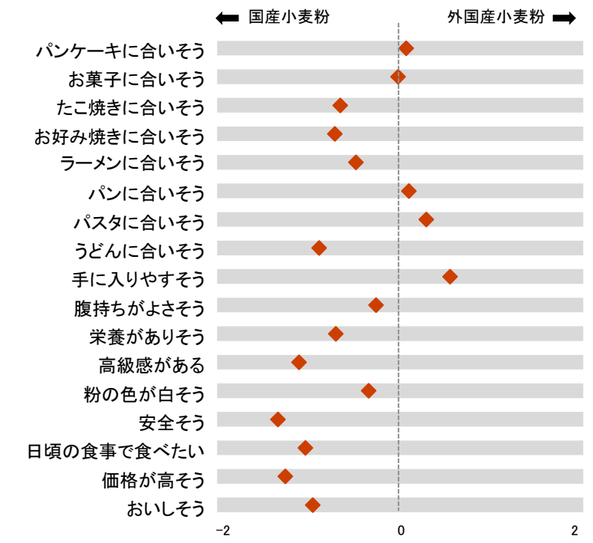
MA 単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

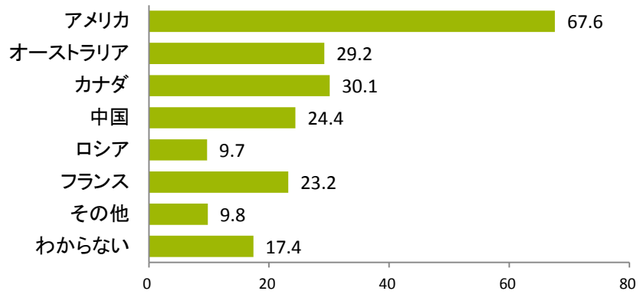
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA 単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA 単位：%

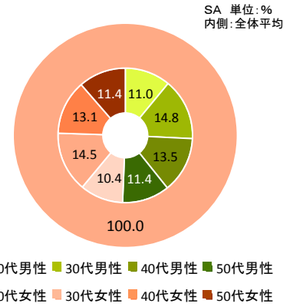


３０代女性

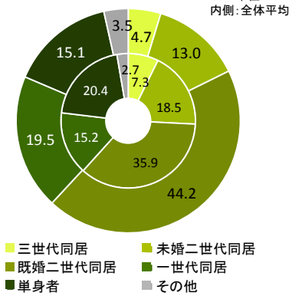
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は8割で、全体と同様の傾向。(A)
・朝食は内食が8割(7割は自分で調理)、中食(買ってきたもの)が2割前後。夕食も内食が8割強(7割弱は自分で調理)、中食・外食が各1割。昼食は内食が6割(5割強は自分で調理)、中食2割、外食が15%前後。全体に比べ、どの食機会でも内食が多め。(B)
・夕食の1/4、昼食の4割強、朝食の5割弱は一人で食べられている(全般に全体よりやや低め)。(C)
・朝食はパン類が6割弱でごはん系(1/3)を上回る(全体と同様の傾向)。昼食はごはん系が5割弱で、3割前後のめん類が続く。夕食は6割強がごはん系。(D)
・メニューランキングは、全般に全体と同様の傾向。(E)
・ 好きな食べものは、全般に全体より数値が高い。小麦メニューは人気があり、パスタ料理(1位)、ぎょうざ・シュウマイ、お好み焼き、サンドイッチ、たこ焼き、ピザが全体より5%以上高い。作るのが楽しい食べものでも、小麦メニューは、パスタ料理、ぎょうざ・シュウマイ、サンドイッチ、パンケーキが5%以上高い。(F)
・ 小麦粉の月に1回以上の利用率は薄力粉が3/4、ホットケーキミックス粉が4割強で、非常に高い。(G)
・薄力粉は揚げ物、天ぷら、お好み焼き等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパンによく使われている。薄力粉のクッキーやケーキは20代女性と同様、全体に比べて高い。(H)

プロファイル（冬調査時）

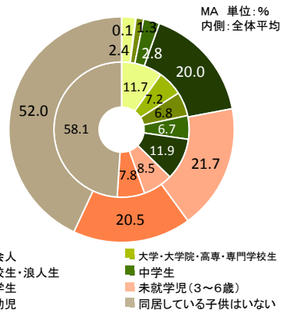
性・年代



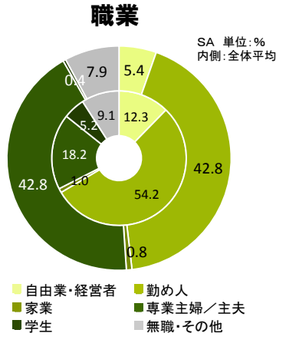
家族構成



同居している子供



職業

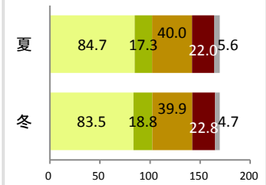


食生活の実態

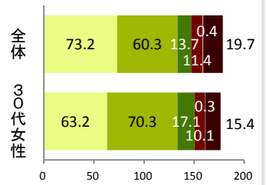
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	摂取率	回数
全時間帯		平均2.9回／日
朝食（5～10時台）	82%	(A)
昼食（11～14時台）	93%	
間食（15～16時台）	7%	
夕食（17～21時台）	93%	(A)
夜食（22～翌4時台）	9%	

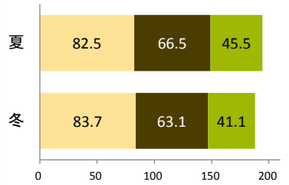
調理した人は？（夏・冬比較）



一緒に食べた人は？（夏・冬比較）



主食は？（夏・冬比較）



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
(　)内は冬調査の全体平均との差

朝食

(E) 主食		副食	
①ごはん	69.1 (−3.2)	①みそ汁	42.4 (−1.2)
②食パン、ロールパン	38.5 (+4.4)	②サラダ	41.0 (+3.3)
③おにぎり	14.9 (+2.2)	③たまご料理	17.5 (−0.4)
④菓子パン	13.9 (−0.9)	④野菜いため	16.4 (+1.5)
⑤うどん、きしめん	12.1 (+0.8)	⑤魚介の焼き物	15.9 (−0.1)

昼食

主食		副食	
①食パン、ロールパン	39.7 (+3.4)	①みそ汁	17.9 (−1.8)
②ごはん	25.4 (−2.1)	②たまご料理	11.7 (−0.3)
③菓子パン	10.4 (−0.9)	③サラダ	9.1 (−1.2)
④おにぎり	6.5 (+1.3)	④納豆	8.1 (+0.1)
⑤惣菜パン	3.0 (−0.4)	⑤ハム、ソーセージ	6.3 (+0.1)

間食

主食		副食	
①ごはん	31.0 (−3.9)	①サラダ	12.7 (−0.2)
②おにぎり	8.7 (+1.2)	②みそ汁	12.3 (−1.8)
③ラーメン	8.4 (−1.3)	③たまご料理	6.1 (−0.2)
④うどん、きしめん	7.8 (+0.7)	④野菜いため	5.9 (+0.8)
⑤パスタ料理	7.0 (+2.1)	⑤その他の肉料理	5.6 (+0.3)

夕食

主食		副食	
①ごはん	53.0 (−0.6)	①サラダ	30.1 (+3.3)
②パスタ料理	4.2 (+0.5)	②みそ汁	27.2 (+0.3)
③うどん、きしめん	4.1 (+0.1)	③魚介の焼き物	10.9 (+0.5)
④丼物	3.3 (+0.2)	④野菜いため	10.5 (+0.9)
⑤ラーメン	2.4 (−1.1)	⑤その他の肉料理	10.1 (−0.8)
		⑤野菜の煮物	10.1 (+1.4)

夜食

主食		副食	
①ごはん	25.6 (−6.9)*	①サラダ	14.3 (−0.2)
②ラーメン	10.6 (+1.2)	②野菜の煮物	10.9 (+5.6)*
③パスタ料理	5.9 (+1.8)	③みそ汁	9.7 (−5.0)*
④おにぎり	5.0 (+0.8)	④魚介の焼き物	7.5 (+1.2)
⑤うどん、きしめん	3.9 (±0.0)	⑤とり唐揚げ	7.0 (+2.3)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
(　)内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

朝食

夏メニュー		冬メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	6.5 (+6.2)*	①みそ汁	42.4 (−6.9)*
②豆腐・豆腐料理	13.8 (+5.8)*	②鍋もの・おでん	6.9 (−4.9)
③その他の肉料理	19.0 (+3.5)	③スープ	14.3 (−4.6)

昼食

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	11.1 (+2.0)	①みそ汁	17.9 (−5.4)*
②サンドイッチ	3.9 (+1.0)	②スープ	4.7 (−2.2)
②シリアル	3.2 (+1.0)	③ごはん	25.4 (−1.6)
		③食パン、ロールパン	39.7 (−1.6)

間食

夏メニュー		冬メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	4.6 (+4.4)	①みそ汁	12.3 (−4.4)
②豆腐・豆腐料理	2.3 (+1.4)	②ごはん	31.0 (−3.5)
③そば	2.1 (+1.0)	③スープ	5.5 (−2.2)
③パスタ料理	8.0 (+1.0)	③野菜いため	5.9 (−2.2)
③焼そば	3.0 (+1.0)		

夕食

夏メニュー		冬メニュー	
①食パン、ロールパン	9.2 (+5.4)*	①サンドイッチ	7.0 (−6.0)*
②惣菜パン	5.4 (+3.8)	②うどん、きしめん	5.0 (−4.1)
③マフィン	2.8 (+2.8)	②ハンバーガー	5.0 (−4.1)

夜食

夏メニュー		冬メニュー	
①その他の肉料理	15.8 (+5.7)*	①鍋もの・おでん	6.1 (−4.2)
②豆腐・豆腐料理	11.2 (+4.6)	②みそ汁	27.2 (−3.1)
③その他の野菜料理	11.5 (+2.6)	③納豆	7.4 (−2.5)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
(　)内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

朝食

夏の飲酒率： 23.6%		冬の飲酒率： 20.5%	
①ビール／発泡酒	70.2 (−6.1)*	①ビール／発泡酒	58.1 (−7.7)*
②サワー類	26.5 (+12.0)*	②サワー類	18.5 (+7.3)*

昼食

夏の飲酒率： 0.9%		冬の飲酒率： 1.7%	
①ビール／発泡酒	60.4 (−2.7)	①ビール／発泡酒	58.8 (−2.3)
②サワー類	28.3 (+20.3)*	②サワー類	21.3 (+12.7)*

間食

夏の飲酒率： 1.1%		冬の飲酒率： 1.6%	
①ビール／発泡酒	59.5 (−13.2)*	①ビール／発泡酒	48.3 (−11.4)*
②サワー類	25.5 (+18.4)*	〔焼酎	15.6 (+2.3)〕
		②ワイン	9.8 (−1.6)

夕食

夏の飲酒率： 6.2%		冬の飲酒率： 2.5%	
①ビール／発泡酒	37.0 (−31.6)*	①ワイン	60.6 (+32.1)*
②ワイン	22.9 (+6.6)*	②ビール／発泡酒	39.4 (−19.7)*

夜食

夏の飲酒率： 22.4%		冬の飲酒率： 19.0%	
①ビール／発泡酒	69.3 (−6.8)*	①ビール／発泡酒	57.6 (−7.9)*
②サワー類	27.3 (+12.5)*	②サワー類	19.3 (+8.3)*

夜食

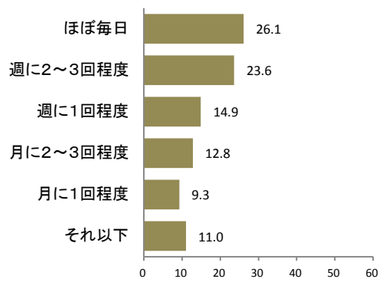
夏の飲酒率： 29.4%		冬の飲酒率： 26.1%	
①ビール／発泡酒	75.8 (+3.1)	①ビール／発泡酒	57.8 (−7.2)*
②サワー類	19.2 (+7.1)*	〔焼酎	16.5 (−5.5)*〕
		②ワイン	14.3 (+5.6)*

パンの利用実態

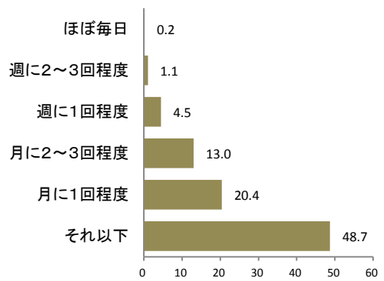
パンの消費頻度

SA　単位：%

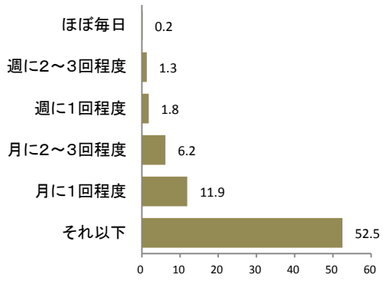
食パン



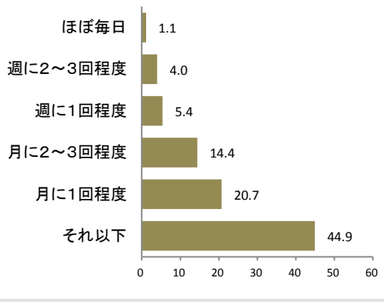
フランスパン



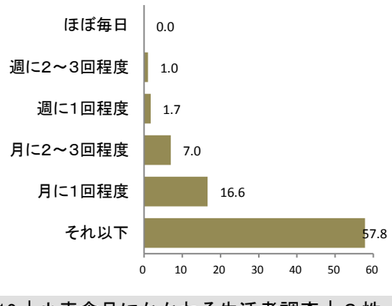
ベーグル



ロールパン



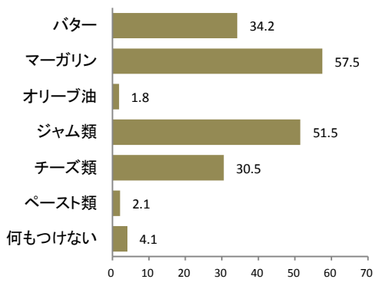
マフィン



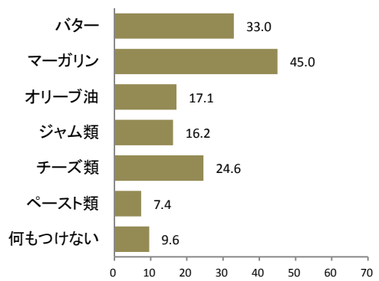
パンにつけるもの

SA　単位：%

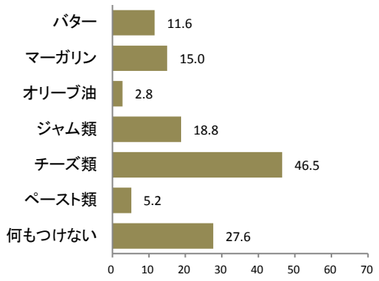
食パン



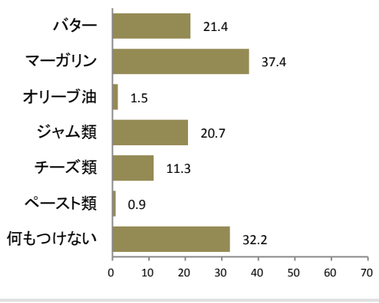
フランスパン



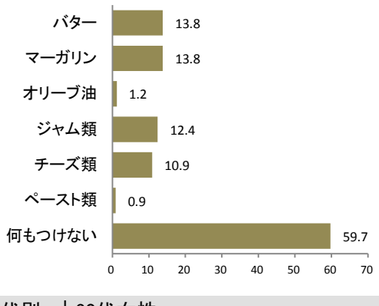
ベーグル



ロールパン



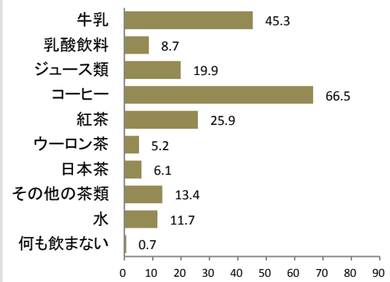
マフィン



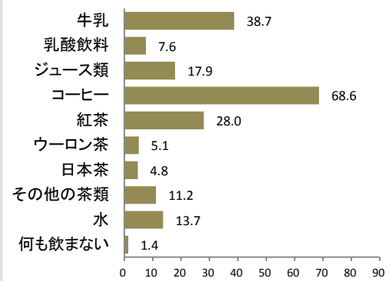
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

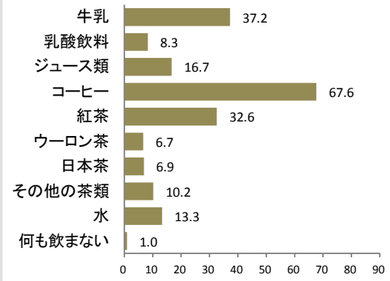
食パン



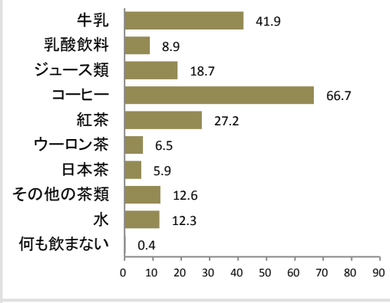
フランスパン



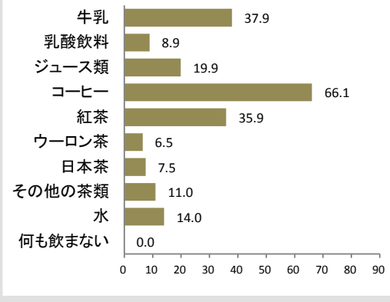
ベーグル



ロールパン



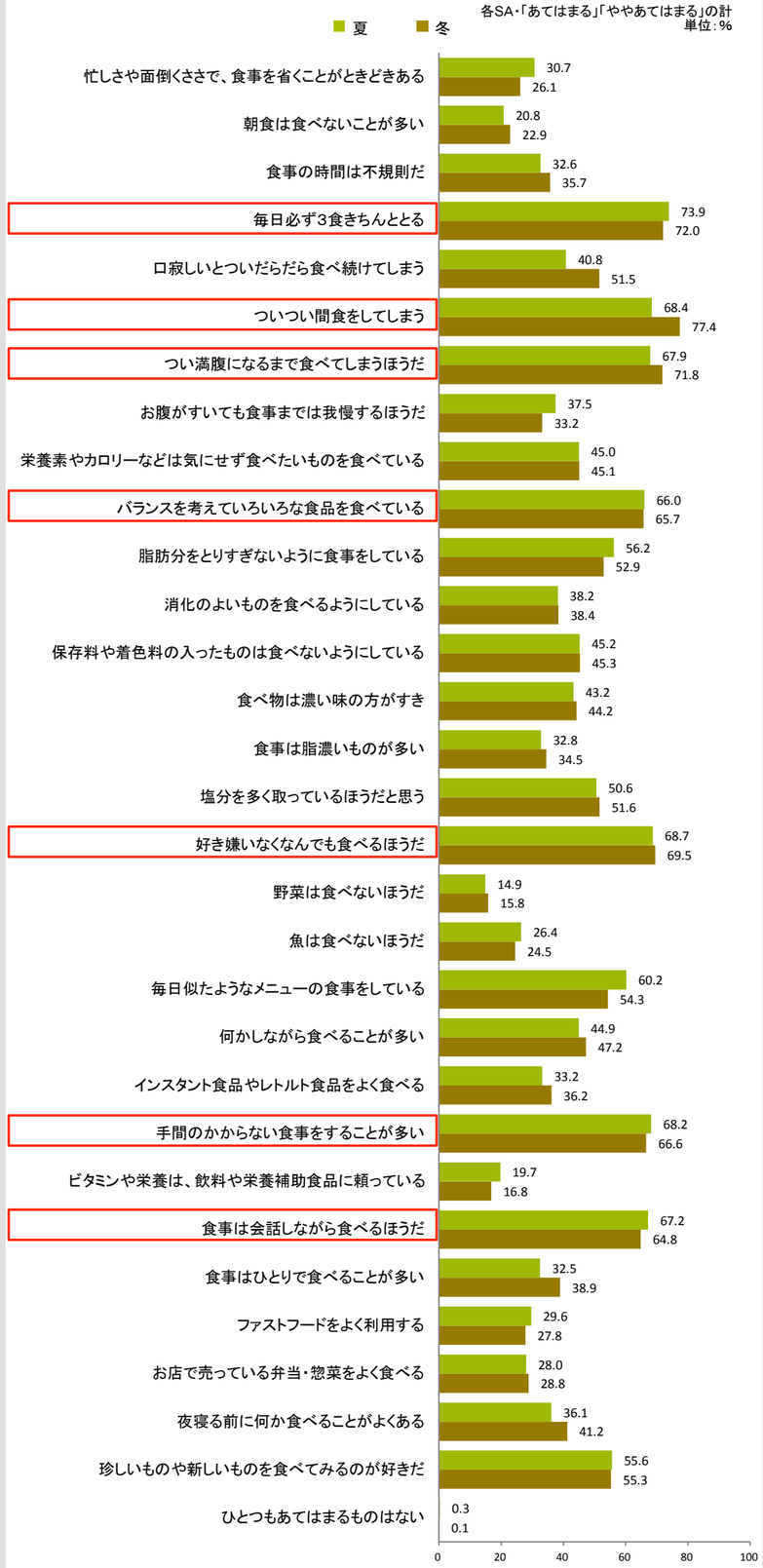
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(F) 好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（１）パスタ料理	77.2（＋13.5）*
（２）寿司	77.1（＋1.2）
（３）ごはん	70.9（＋0.7）
（４）サラダ	68.8（＋6.7）*
（５）とり唐揚げ	68.3（＋6.5）*
（６）刺身	66.3（－0.2）
（７）焼肉	65.9（－1.0）
（８）うどん、きしめん	65.7（＋4.1）
（９）ラーメン	64.9（＋1.0）
（10）カレー（ライス）	63.2（－0.7）
（10）ハンバーグ	63.2（＋6.1）*
（12）ぎょうざ・シュウマイ	62.6（＋5.6）*
（13）お好み焼	62.1（＋5.6）*
（13）サンドイッチ	62.1（＋7.7）*
（15）グラタン	60.6（＋11.5）*
（16）たこ焼き	59.0（＋5.9）*
（17）焼き鳥	58.9（＋2.4）
（18）ピザ	58.5（＋6.6）*
（19）みそ汁	58.3（＋1.0）
（20）魚介の焼き物	56.2（＋3.3）
（21）豆腐・豆腐料理	56.1（＋5.8）*
（22）しょうが焼き	56.0（－0.3）
（23）スープ	55.4（＋10.5）*
（24）天ぷら	55.2（＋0.8）
（25）すき焼・しゃぶしゃぶ	54.6（＋1.4）

(F) 作るのが楽しい食べもの TOP25

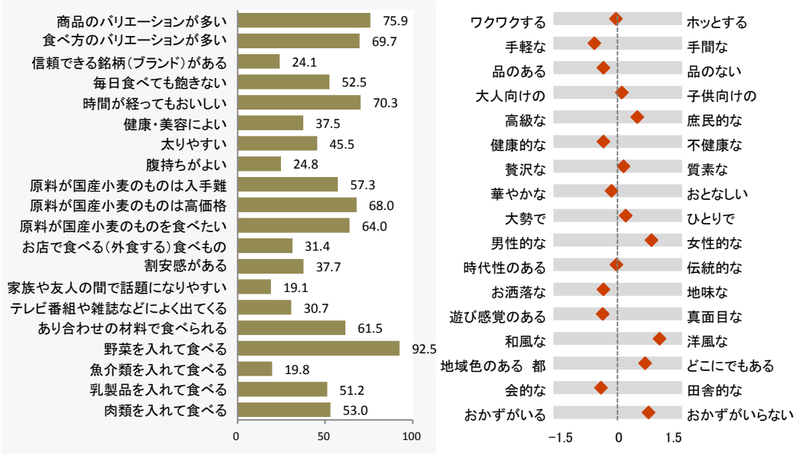
SA　単位：%

（１）カレー	39.4（＋5.8）*
（２）パスタ料理	37.5（＋9.3）*
（３）ハンバーグ	27.0（＋8.9）*
（４）お好み焼	26.0（＋4.2）
（５）シチュー	25.6（＋8.1）*
（６）チャーハン	21.1（－2.0）
（７）ぎょうざ・シュウマイ	20.7（＋6.4）*
（８）たこ焼き	20.1（＋4.9）
（９）サンドイッチ	19.8（＋6.2）*
（10）とり唐揚げ	19.6（＋7.3）*
（11）サラダ	19.5（＋4.0）
（11）まぜごはん・炊込みご飯	19.5（＋6.1）*
（13）グラタン	19.0（＋8.0）*
（14）丼物	18.7（＋4.4）
（15）鍋もの・おでん	18.5（＋4.3）
（15）肉の煮込み料理	18.5（＋4.5）
（17）しょうが焼き	17.9（＋3.5）
（18）みそ汁	17.7（＋4.5）
（19）ピラフ・オムライス	17.6（＋4.7）
（20）焼そば	17.5（＋1.1）
（21）パンケーキ	16.7（＋7.6）*
（22）野菜いため	16.6（＋1.1）
（23）ハヤシライス	16.2（＋5.7）*
（24）たまご料理	16.1（＋2.4）
（25）野菜の煮物	16.0（＋4.8）

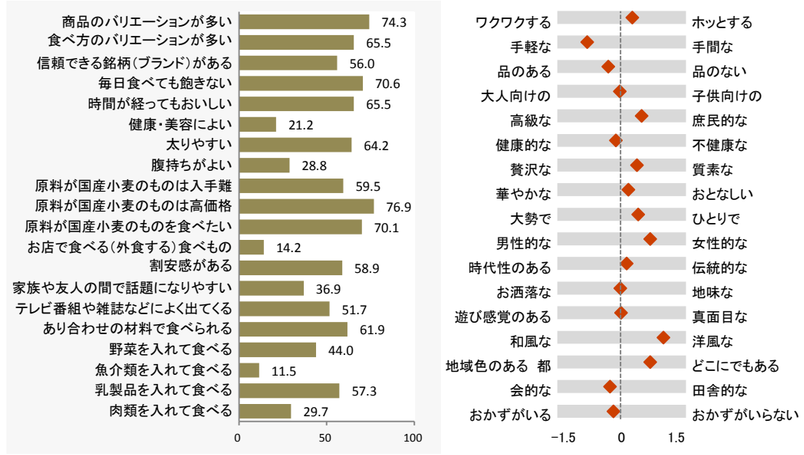
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

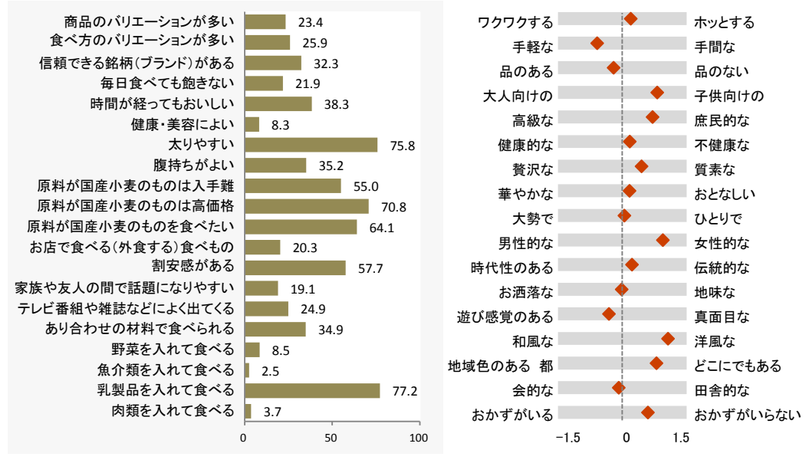
サンドイッチ



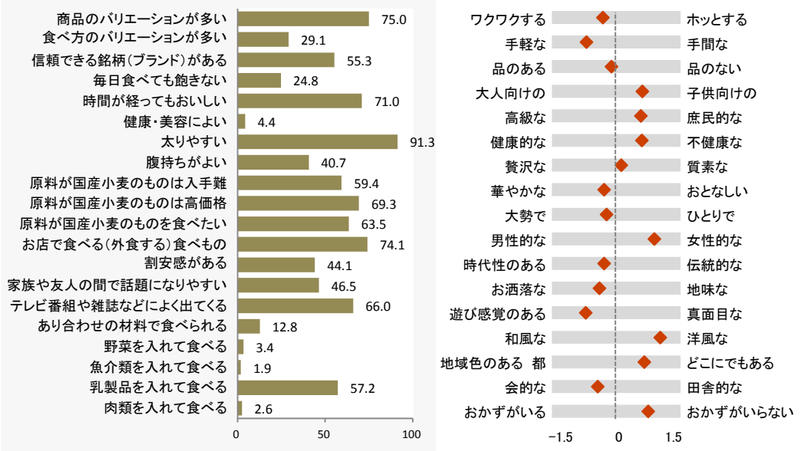
主食パン



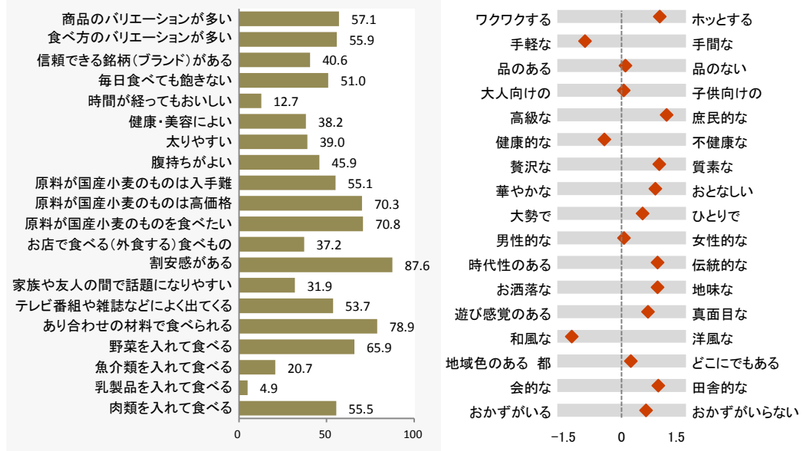
パンケーキ



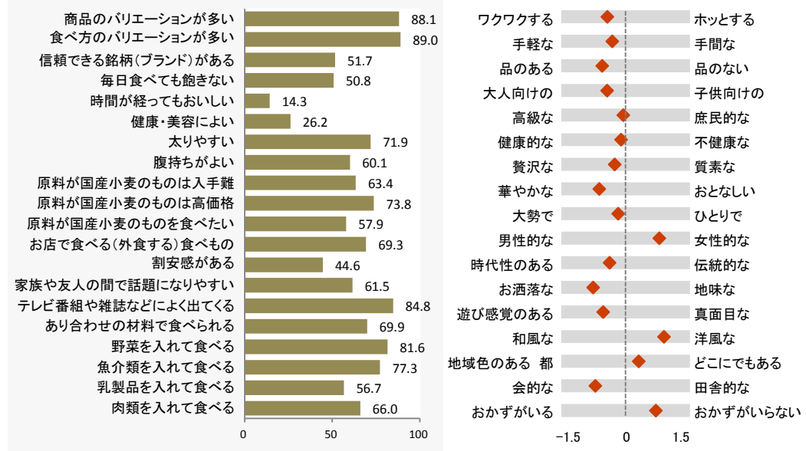
ドーナツ



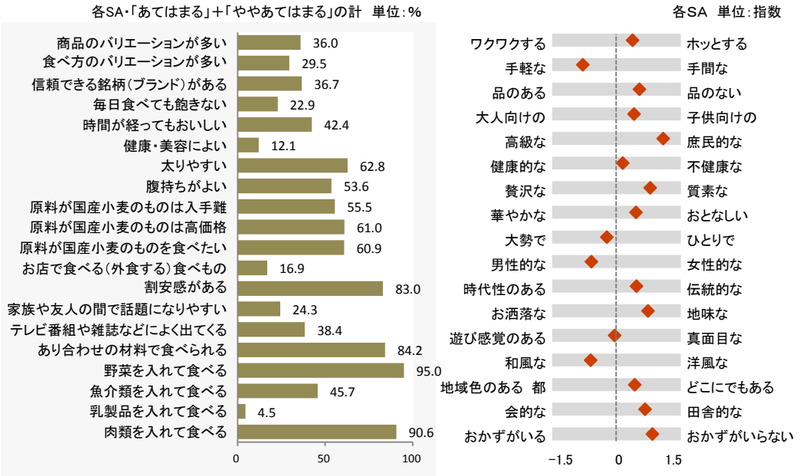
うどん



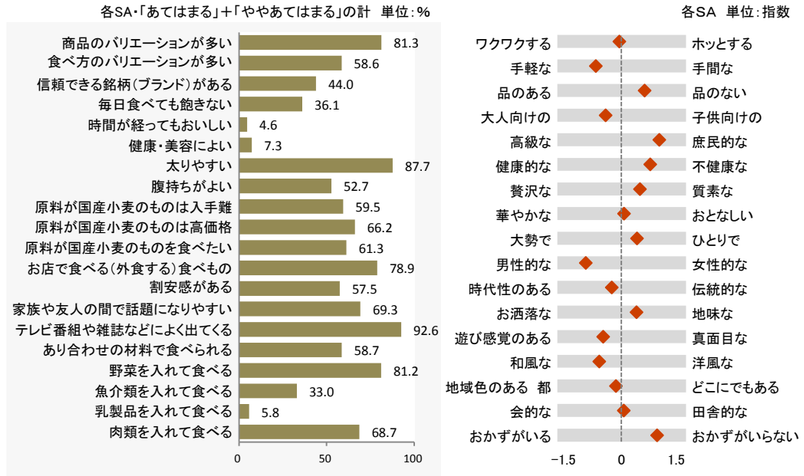
パスタ料理



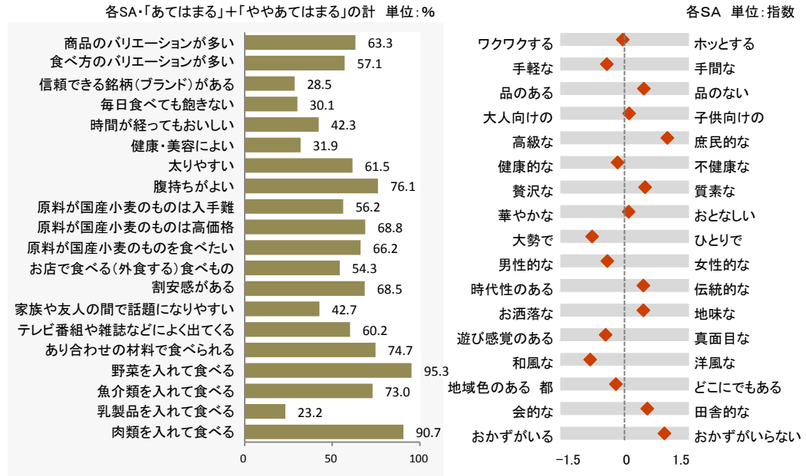
焼そば



ラーメン



お好み焼

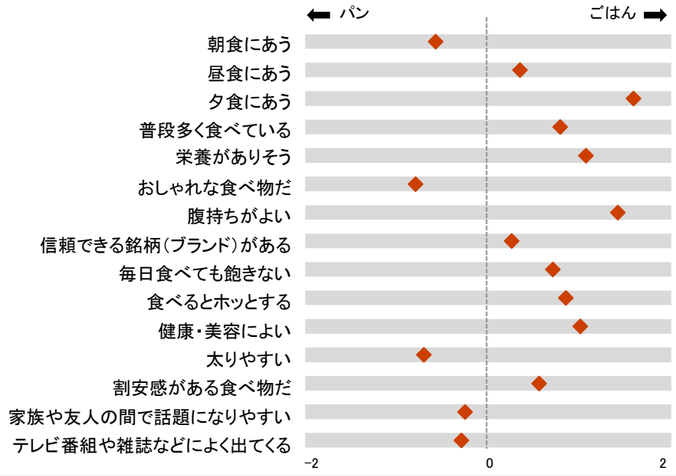


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

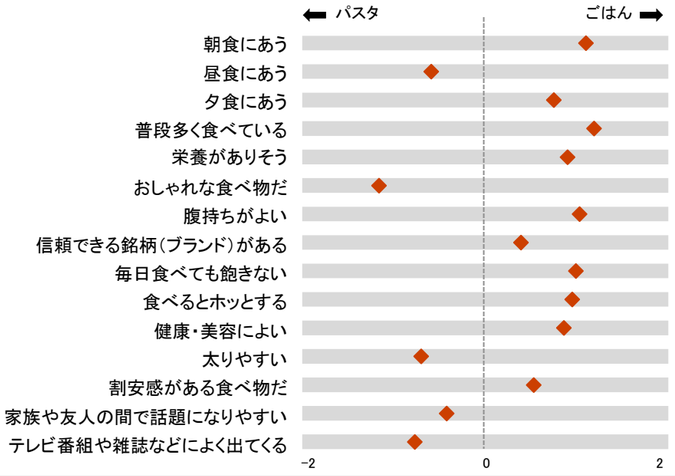
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



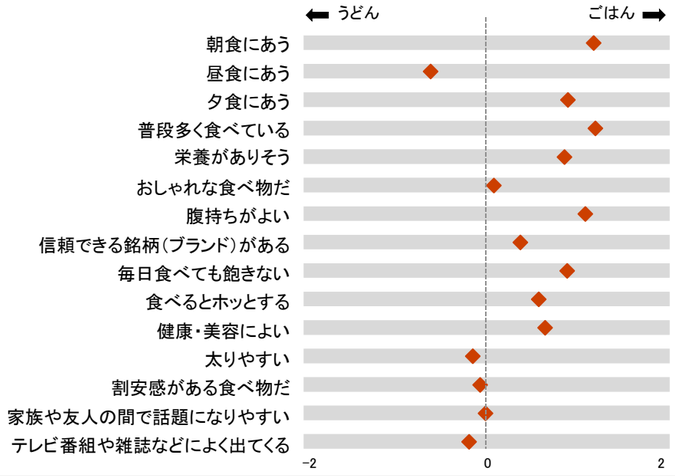
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



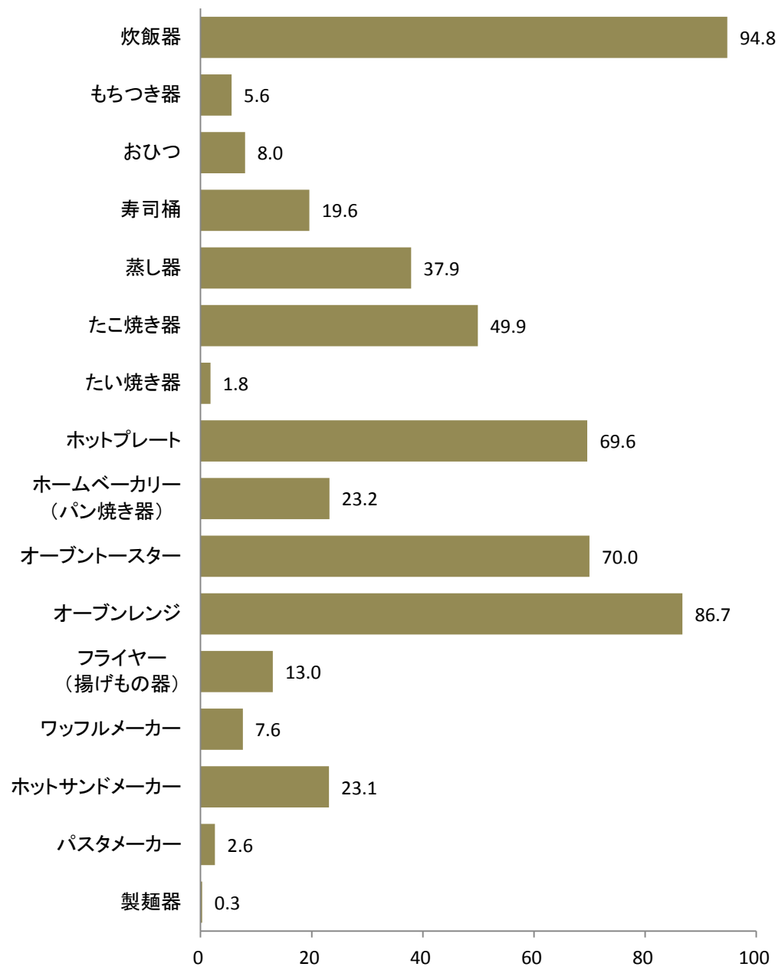
うどん vs ごはん

各SA　単位：指数



所有している調理器具

MA　単位：%

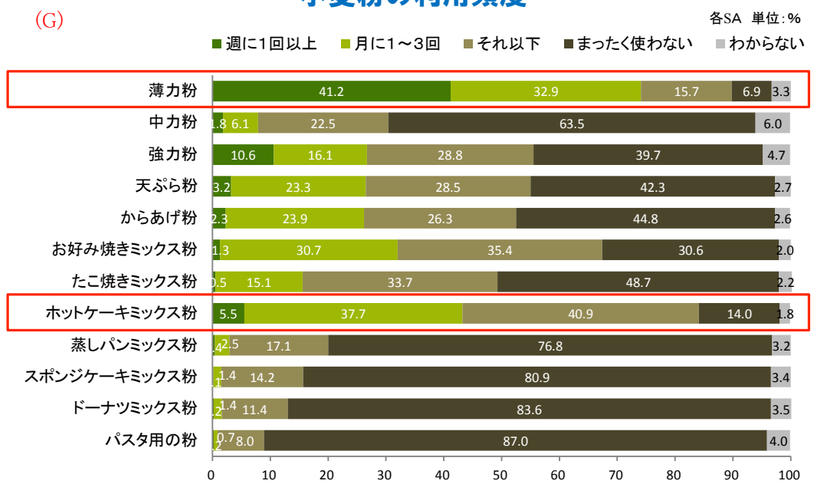


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

(G)

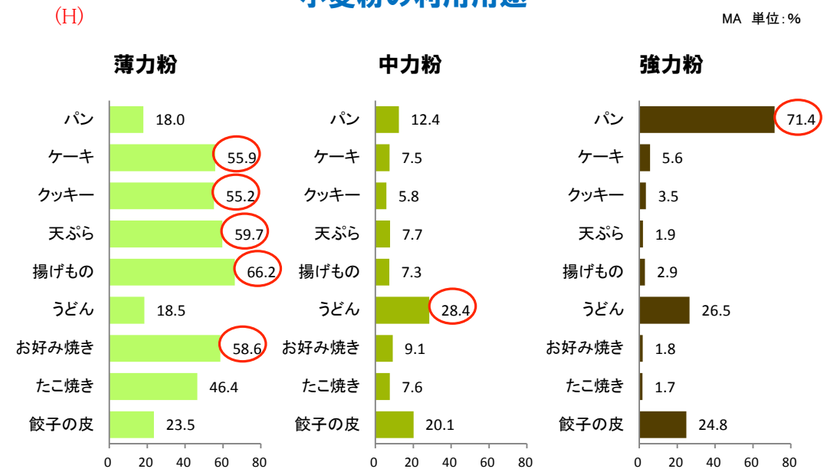
各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

(H)

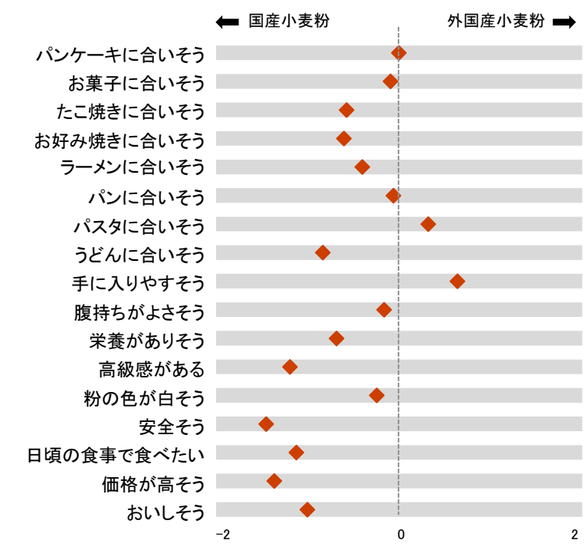
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

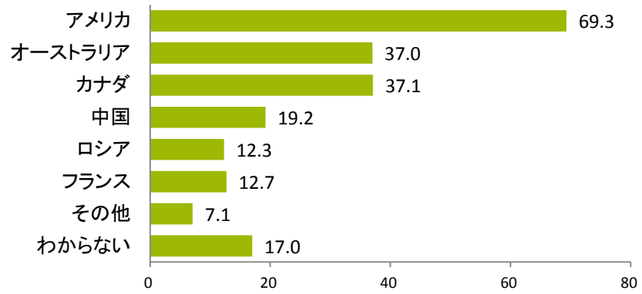
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%



４０代女性

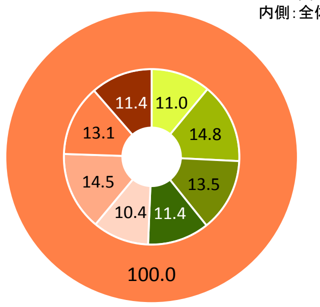
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割強、朝食の摂取率は85%で、昼食・朝食は全体よりやや高め。(A)
・朝食は内食が8割(75%前後は自分で調理)、中食が2割弱。夕食も内食が8割強(自分7割強)、中食・外食が各1割。昼食は内食が6割(自分55%)、中食2割、外食が15%。どの食機会でも内食が全体より多め。(B)
・夕食の2割、昼食の4割強、朝食の5割は一人で食べられている(全般に全体より低め)。(C)
・朝食はパン類が6割でごはん系(1/3)を上回る。昼食はごはん系が5割弱で、3割前後のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。(全体とほぼ同様の傾向)(D)
・メニューランキングは、全般に全体と同様の傾向。(E)

・ 好きな食べものは、全般に全体より数値が高い。小麦メニューでは、パスタ料理、サンドイッチ、お好み焼きが全体より5%以上高い。逆にラーメンは5%以上低い。作るのが楽しい食べものでは、小麦メニューで、パスタ料理(1位)、サンドイッチ、パンケーキが5%以上高く挙げられている。(F)
・ 小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が7割強、ホットケーキミックス粉、天ぷら粉、からあげ粉、お好み焼きミックス粉が3割台で続く。全体に比べ高い。(G)
・薄力粉は揚げ物、天ぷら、お好み焼き等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパンによく使われている。薄力粉のクッキーやケーキは、全体に比べて高い。(H)

プロファイル
（冬調査時）

性・年代

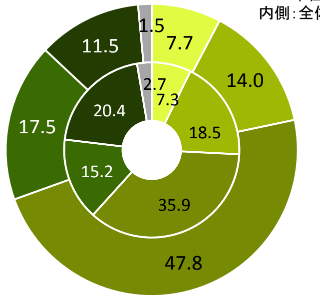
SA 単位:%
内側:全体平均



20代男性 30代男性 40代男性 50代男性
20代女性 30代女性 40代女性 50代女性

家族構成

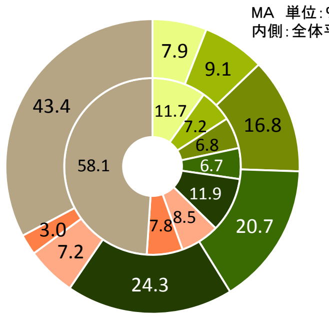
SA 単位:%
内側:全体平均



三世代同居 未婚二世代同居
既婚二世代同居 一世代同居
単身者 その他

同居している子供

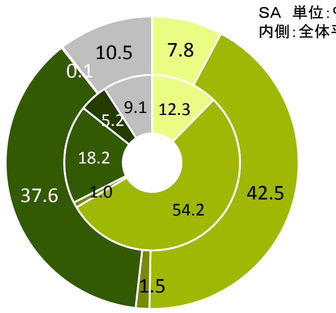
MA 単位:%
内側:全体平均



社会人 大学・大学院・高専・専門学校生
高校生・浪人生 中学生
小学生 未就学児(3～6歳)
乳幼児 同居している子供はいない

職業

SA 単位:%
内側:全体平均



自由業・経営者 勤め人
家業 専業主婦／主夫
学生 無職・その他

食生活の実態

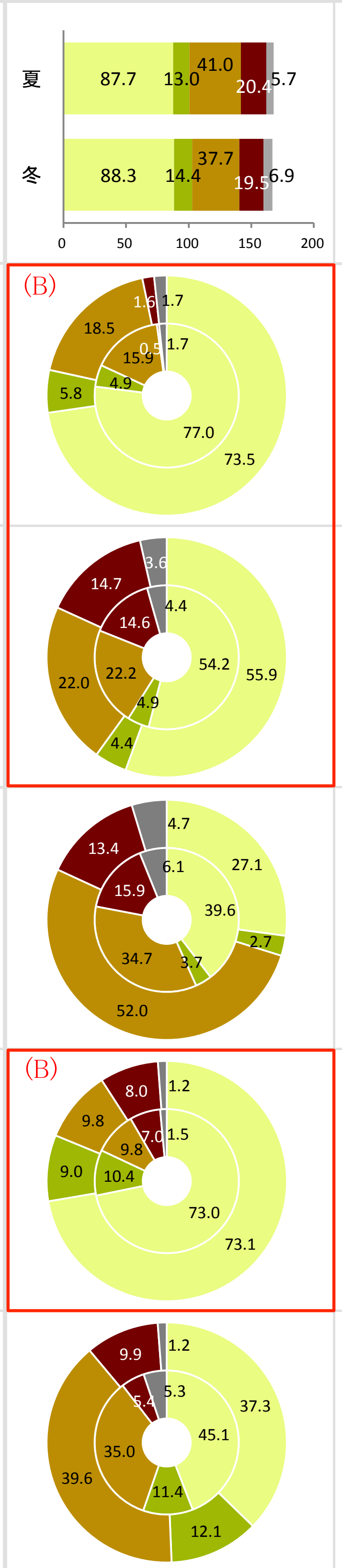
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

全時間帯：（平均 2.9 回／日）
朝食（5～10時台）：85%　(A)
昼食（11～14時台）：92%
間食（15～16時台）：7%
夕食（17～21時台）：94%　(A)
夜食（22～翌朝4時台）：7%

調理した人は？（夏・冬比較）

自分が家で調理
自分以外の家族が調理
買ってきたもの
お店で食べた（外食）
その他

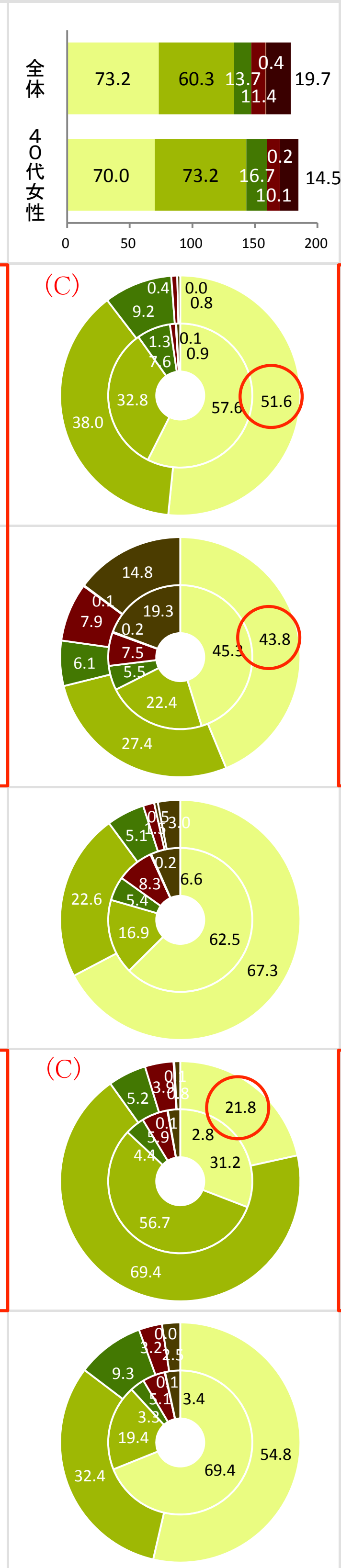
SA 単位:%
円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査



一緒に食べた人は？

ひとりで
家族と一緒に（同じメニュー）
家族と一緒に（違うメニュー）
友人や知人と一緒に
近所・地域の人たちと一緒
勤め先などの同僚と一緒

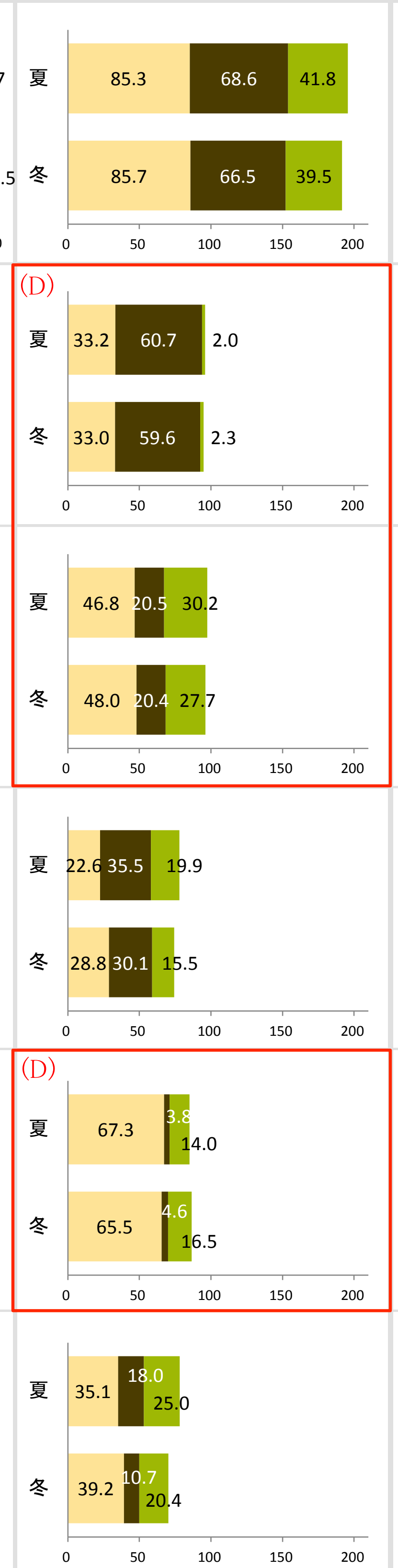
データ:冬調査 SA 単位:%
円グラフ内側／棒グラフ上側:全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側: 40代女性



主食は？（夏・冬比較）

ごはん系 パン類 めん類

MA 単位:%



メニューランキング

ＴＯＰ５（冬調査）

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差

夏メニュー／冬メニュー ＴＯＰ３

MA 単位:%
( )内は夏冬差
(当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」)
＊は夏冬差が5ポイント以上

お酒

食事と一緒に飲む 夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
( )内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯 (E)

主食		副食		夏メニュー		夏の飲酒率： 27.3%	
①ごはん	73.8 (+1.5)	①みそ汁	45.3 (+1.7)	①豆腐・豆腐料理	14.3 (+6.0)*	①ビール／発泡酒	69.0 (−7.3)*
②食パン、ロールパン	42.5 (+8.4)*	②サラダ	40.6 (+2.9)	②そうめん、ひやむぎ	5.3 (+4.9)	②サワー類	18.7 (+4.2)
③菓子パン	14.9 (+0.1)	③たまご料理	20.7 (+2.8)	②魚介の焼き物	18.5 (+4.9)		
④うどん、きしめん	11.9 (+0.6)	④その他の肉料理	18.2 (+2.6)	**冬メニュー**		**冬の飲酒率： 25.1%**	
⑤ラーメン	11.0 (−3.1)	⑤野菜の煮物	18.1 (+5.0)*	①みそ汁	45.3 (−7.2)*	①ビール／発泡酒	56.8 (−9.0)*
				②鍋もの・おでん	7.2 (−5.3)*	②ワイン	20.8 (+7.7)*
				③うどん、きしめん	11.9 (−2.8)		

朝食

主食		副食		夏メニュー		夏の飲酒率： 1.7%	
①食パン、ロールパン	41.9 (+5.6)*	①みそ汁	17.9 (−1.8)	①サラダ	13.3 (+1.8)	①ビール／発泡酒	54.7 (−8.4)*
②ごはん	25.3 (−2.2)	②たまご料理	13.0 (+1.0)	②シリアル	3.5 (+1.7)	②ワイン	9.6 (+5.5)*
③菓子パン	10.5 (−0.8)	③サラダ	11.5 (+1.2)	③サンドイッチ	4.3 (+1.4)		
④おにぎり	4.0 (−1.2)	④ハム、ソーセージ	7.6 (+1.4)	**冬メニュー**		**冬の飲酒率： 1.9%**	
⑤サンドイッチ	2.9 (−0.7)	⑤納豆	7.0 (−1.0)	①みそ汁	17.9 (−1.6)	①ビール／発泡酒	50.4 (−10.7)*
				①野菜の煮物	4.1 (−1.6)	②ワイン	23.8 (+9.4)*
				③食パン、ロールパン	41.9 (−1.5)		

昼食

主食		副食		夏メニュー		夏の飲酒率： 2.1%	
①ごはん	30.9 (−4.0)	①サラダ	12.9 (±0.0)	①そうめん、ひやむぎ	3.9 (+3.6)	①ビール／発泡酒	49.7 (−23.0)*
②ラーメン	8.7 (−1.0)	②みそ汁	11.5 (−2.6)	②おにぎり	8.4 (+2.4)	②ワイン	30.4 (+21.0)*
③うどん、きしめん	7.5 (+0.4)	③たまご料理	7.2 (+0.9)	③サラダ	14.4 (+1.5)		
④食パン、ロールパン	7.0 (+2.5)	④野菜の煮物	6.8 (+1.9)	**冬メニュー**		**冬の飲酒率： 1.8%**	
⑤おにぎり	6.0 (−1.5)	⑤スープ	6.0 (+1.9)	①みそ汁	11.5 (−2.5)	①ビール／発泡酒	46.2 (−13.5)*
				②ラーメン	8.7 (−2.3)	②サワー類	23.4 (+15.4)*
				③ごはん	30.9 (−2.0)		

間食

主食		副食		夏メニュー		夏の飲酒率： 10.7%	
①ごはん	20.1 (−0.4)	①みそ汁	11.9 (+4.7)	①サンドイッチ	8.8 (+4.6)	①ビール／発泡酒	86.2 (+17.6)*
②菓子パン	11.3 (+2.9)	②サラダ	7.7 (+0.5)	②惣菜パン	6.5 (+4.4)	②サワー類	22.6 (+4.0)
③食パン、ロールパン	6.1 (+1.3)	③漬物	7.0 (+3.9)	③とり唐揚げ	5.8 (+4.3)		
④ラーメン	4.9 (−2.3)	④野菜の煮物	4.8 (+2.1)	**冬メニュー**		**冬の飲酒率： 4.1%**	
⑤ハンバーガー	4.6 (+0.6)	⑤カレー(ライス)	3.9 (+1.2)	①みそ汁	11.9 (−8.0)*	①サワー類	37.6 (+24.4)*
				②ハンバーガー	4.6 (−4.6)	②日本酒	23.5 (+20.6)*
				③食パン、ロールパン	6.1 (−4.2)		

夕食

主食		副食		夏メニュー		夏の飲酒率： 25.6%	
①ごはん	55.8 (+2.2)	①みそ汁	30.2 (+3.3)	①豆腐・豆腐料理	12.1 (+5.3)*	①ビール／発泡酒	68.1 (−8.0)*
②パスタ料理	5.3 (+1.6)	②サラダ	29.0 (+2.2)	②サラダ	32.1 (+3.1)	②サワー類	19.0 (+4.2)
③うどん、きしめん	4.4 (+0.4)	③その他の肉料理	13.3 (+2.4)	③魚介の焼き物	12.6 (+2.6)		
④丼物	2.6 (−0.5)	④野菜の煮物	11.3 (+2.6)	**冬メニュー**		**冬の飲酒率： 23.8%**	
⑤まぜごはん・炊込みご飯	2.2 (+0.3)	⑤野菜いため	11.0 (+1.4)	①鍋もの・おでん	6.2 (−4.7)	①ビール／発泡酒	57.1 (−8.4)*
⑤ラーメン	2.2 (−1.3)			②みそ汁	30.2 (−4.6)	②ワイン	20.1 (+7.2)*
				③うどん、きしめん	4.4 (−1.9)		

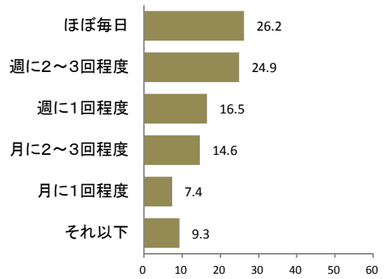
夜食

主食		副食		夏メニュー		夏の飲酒率： 25.2%	
①ごはん	23.7 (−8.8)*	①サラダ	20.6 (+6.1)*	①その他の野菜料理	13.7 (+7.2)*	①ビール／発泡酒	73.8 (+1.1)
②おにぎり	7.2 (+3.0)	②みそ汁	14.3 (−0.4)	②魚介の焼き物	8.5 (+6.6)*	②サワー類	21.6 (+9.5)*
③パスタ料理	6.3 (+2.2)	③野菜の煮物	9.0 (+3.7)	③野菜いため	9.1 (+5.0)*		
④まぜごはん・炊込みご飯	5.9 (+4.4)	④蒸し野菜・ゆで野菜	7.8 (+4.3)	**冬メニュー**		**冬の飲酒率： 24.3%**	
⑤菓子パン	5.8 (+1.0)	⑤その他の肉料理	6.9 (+0.7)	①蒸し野菜・ゆで野菜	7.8 (−7.2)*	①ビール／発泡酒	58.6 (−6.4)*
				②野菜の煮物	9.0 (−6.7)*	②ワイン	28.0 (+19.3)*
				③まぜごはん・炊込みご飯	5.9 (−5.9)*		

パンの利用実態

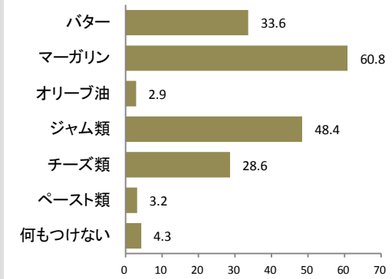
パンの消費頻度

SA　単位：%



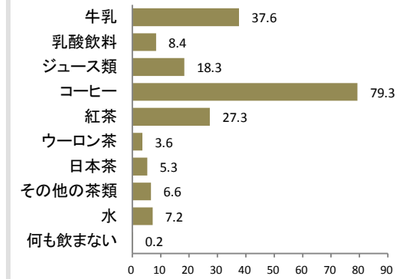
パンにつけるもの

SA　単位：%



パンと一緒に飲む飲み物

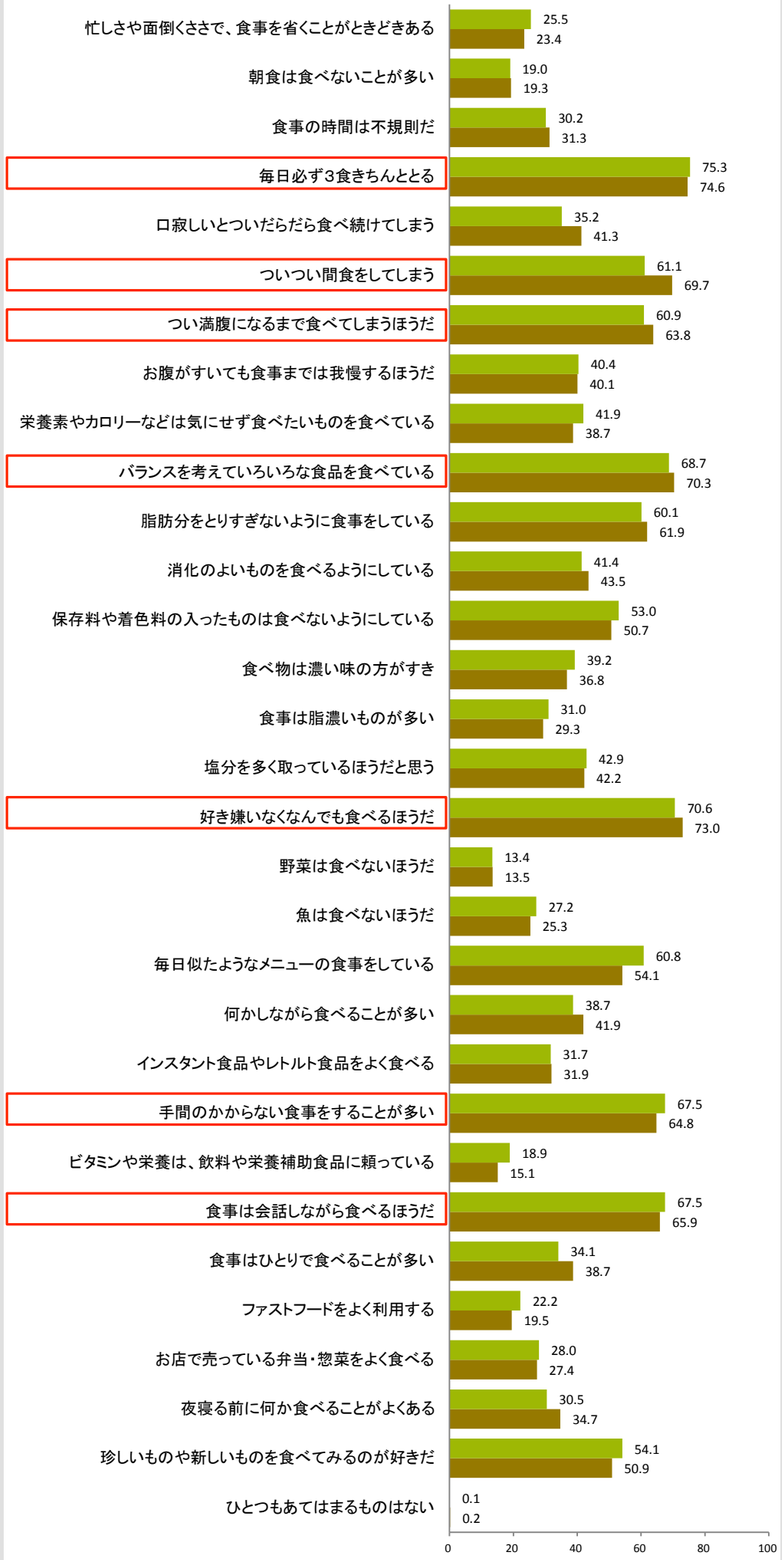
SA　単位：%



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(F) 好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（１）寿司	77.5（＋1.6）
（２）パスタ料理	75.0（＋11.3）*
（３）サラダ	72.6（＋10.5）*
（４）ごはん	71.8（＋1.6）
（５）刺身	67.2（＋0.7）
（６）うどん、きしめん	65.8（＋4.2）
（７）焼肉	64.6（－2.3）
（８）サンドイッチ	64.5（＋10.1）*
（９）とり唐揚げ	63.8（＋2.0）
（10）お好み焼	61.6（＋5.1）*
（11）ぎょうざ・シュウマイ	61.0（＋4.0）
（12）カレー（ライス）	60.6（－3.3）
（13）ハンバーグ	59.0（＋1.9）
（14）みそ汁	58.6（＋1.3）
（15）ラーメン	58.3（－5.6）*
（16）焼き鳥	57.7（＋1.2）
（17）グラタン	57.6（＋8.5）*
（18）しょうが焼き	56.9（＋0.6）
（19）ピザ	56.6（＋4.7）
（20）たこ焼き	56.4（＋3.3）
（21）天ぷら	56.2（＋1.8）
（22）豆腐・豆腐料理	55.1（＋4.8）
（23）おにぎり	54.3（＋5.7）*
（24）魚介の焼き物	54.1（＋1.2）
（25）すき焼・しゃぶしゃぶ	53.4（＋0.2）

(F) 作るのが楽しい食べもの TOP25

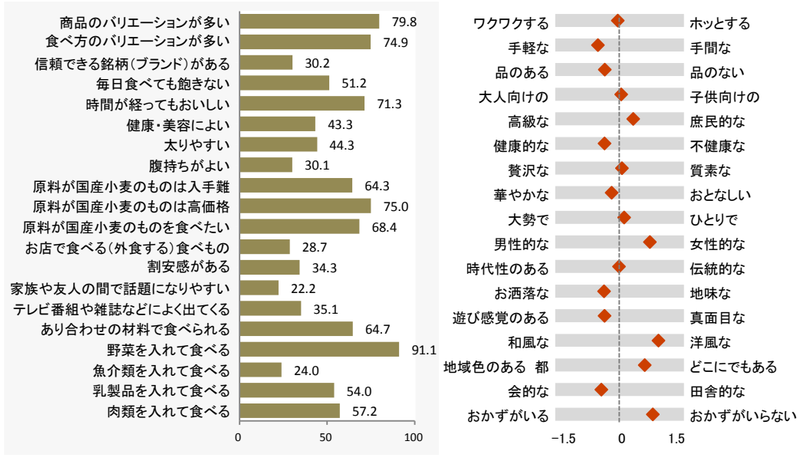
SA　単位：%

（１）パスタ料理	36.7（＋8.5）*
（２）カレー	34.5（＋0.9）
（３）シチュー	24.9（＋7.4）*
（４）お好み焼	24.4（＋2.6）
（５）ハンバーグ	23.7（＋5.6）*
（６）サラダ	23.0（＋7.5）*
（７）チャーハン	20.4（－2.7）
（８）サンドイッチ	20.3（＋6.7）*
（９）まぜごはん・炊込みご飯	19.5（＋6.1）*
（９）肉の煮込み料理	19.5（＋5.5）*
（11）ぎょうざ・シュウマイ	18.8（＋4.5）
（11）鍋もの・おでん	18.8（＋4.6）
（13）野菜の煮物	17.6（＋6.4）*
（14）グラタン	17.4（＋6.4）*
（15）みそ汁	17.1（＋3.9）
（16）とり唐揚げ	16.9（＋4.6）
（17）しょうが焼き	16.8（＋2.4）
（18）ピラフ・オムライス	16.5（＋3.6）
（19）焼そば	16.3（－0.1）
（20）野菜いため	16.2（＋0.7）
（21）たまご料理	16.0（＋2.3）
（22）たこ焼き	15.4（＋0.2）
（23）丼物	15.0（＋0.7）
（24）パンケーキ	14.1（＋5.0）*
（25）焼肉	14.0（－1.3）

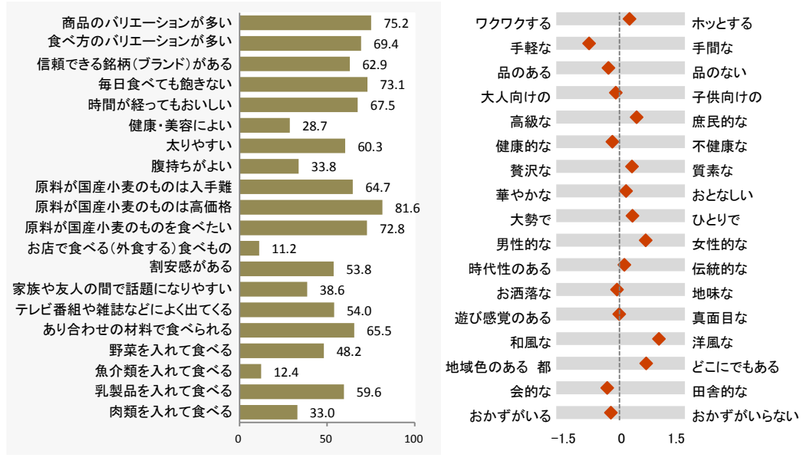
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

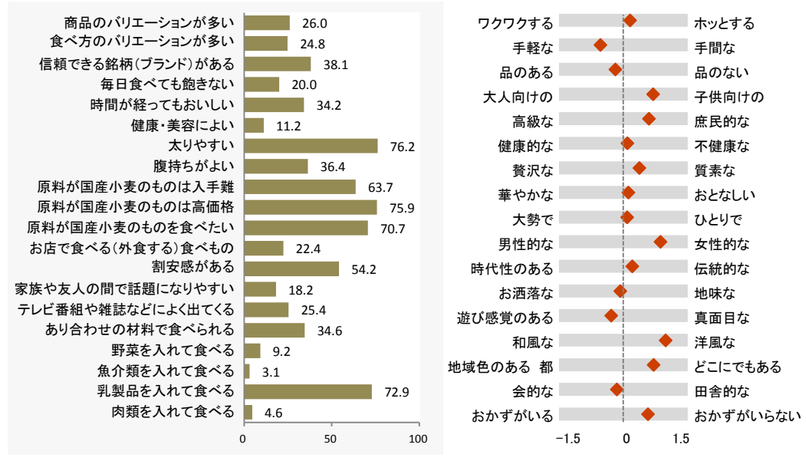
サンドイッチ



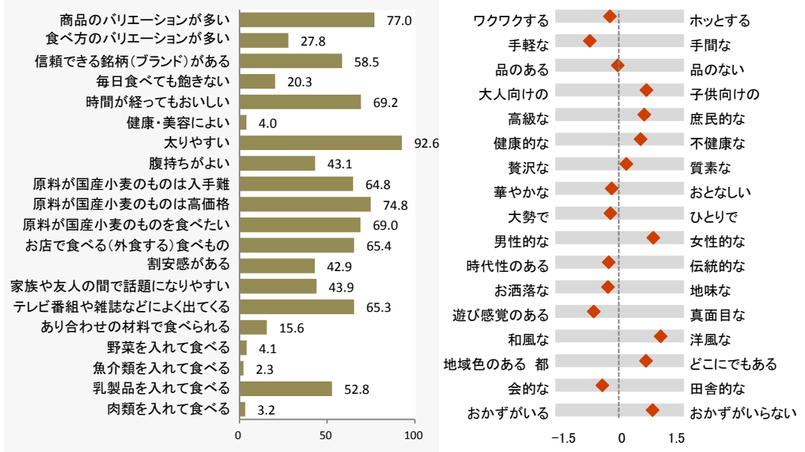
主食パン



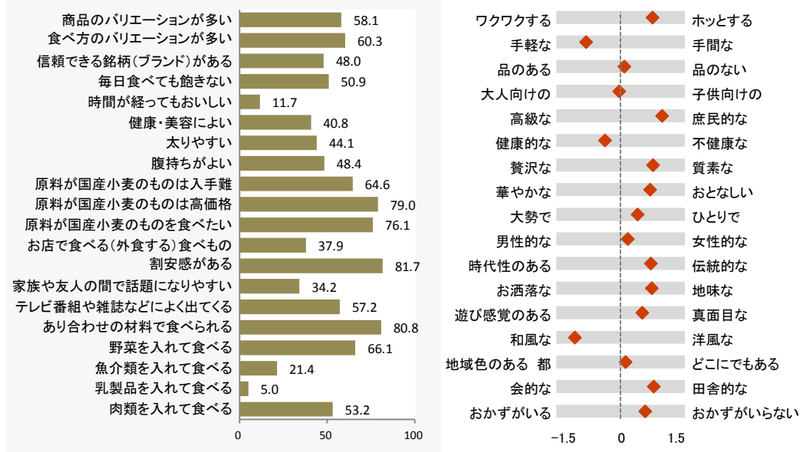
パンケーキ



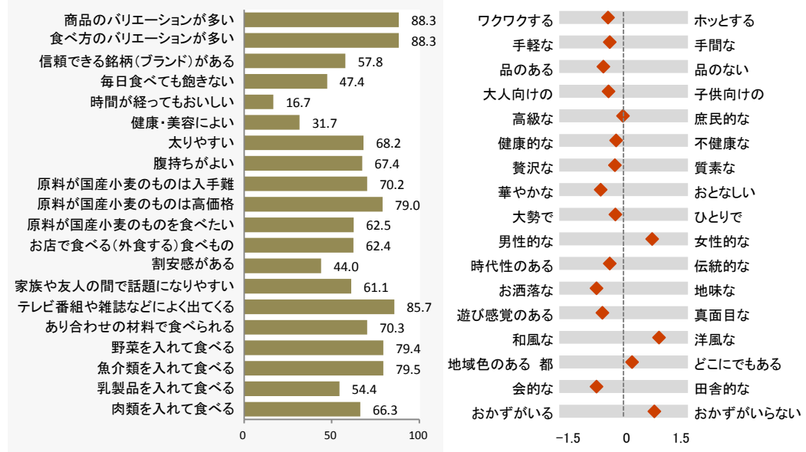
ドーナツ



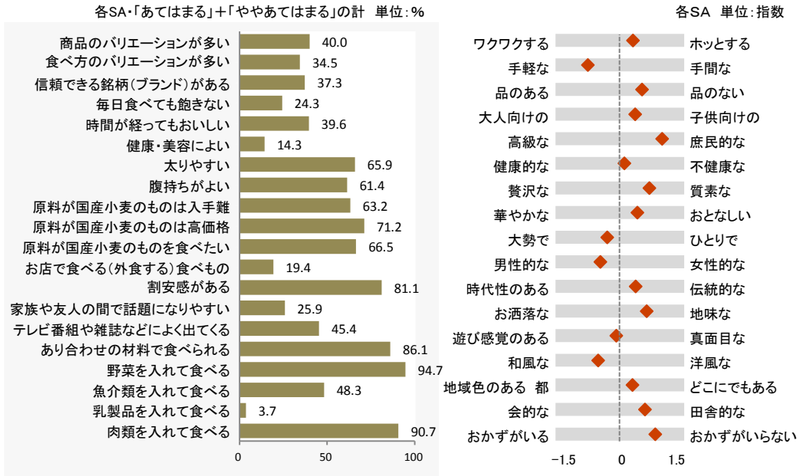
うどん



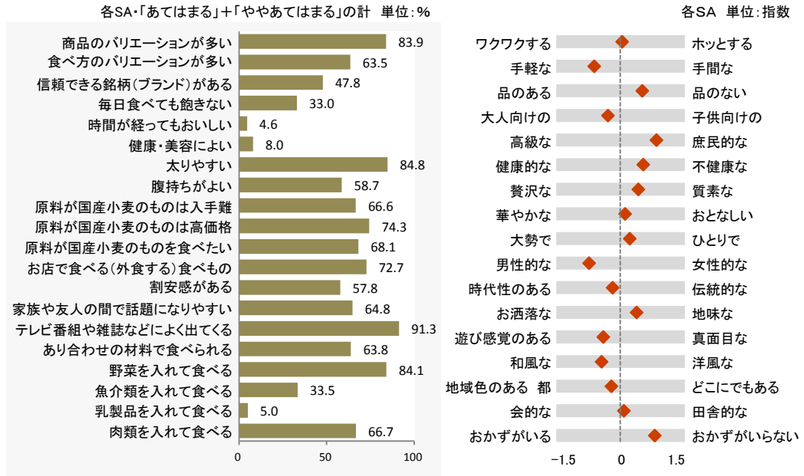
パスタ料理



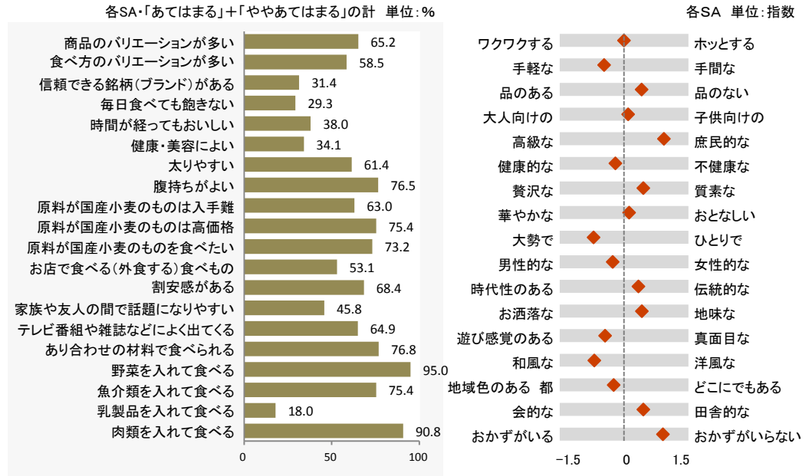
焼そば



ラーメン



お好み焼

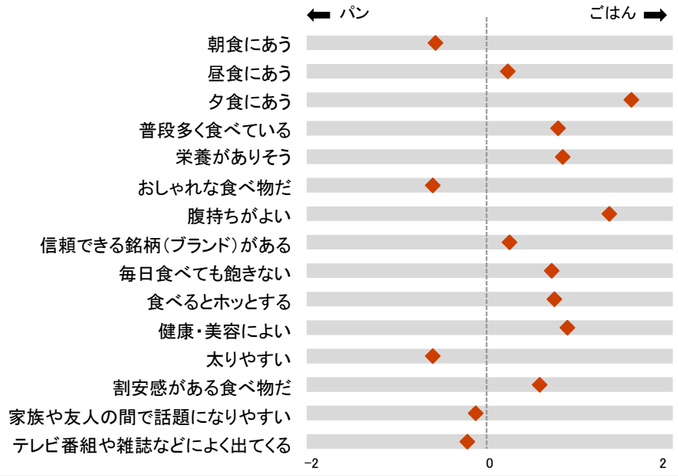


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

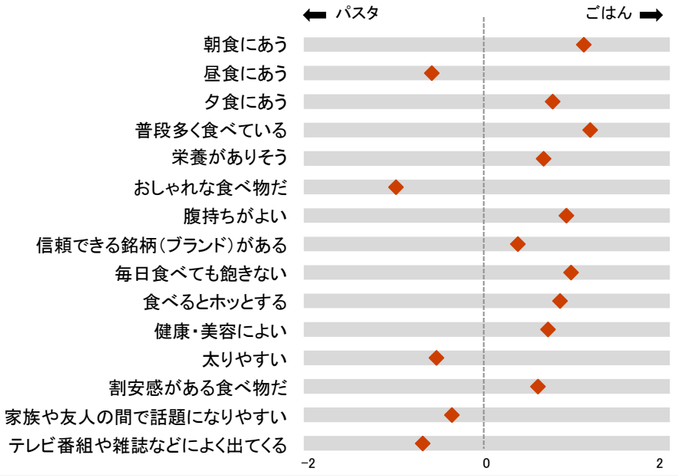
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



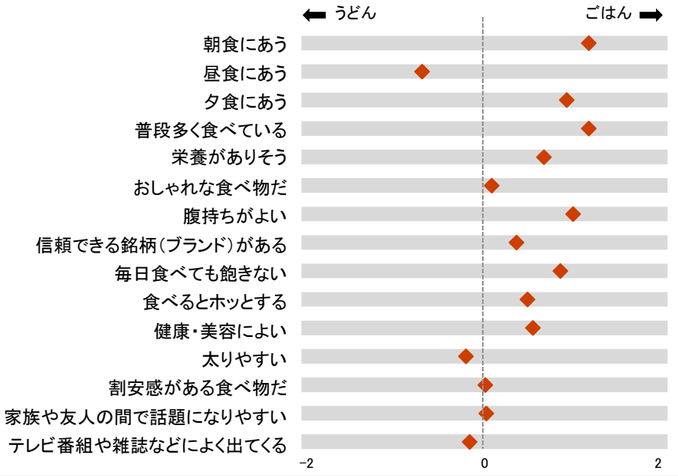
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



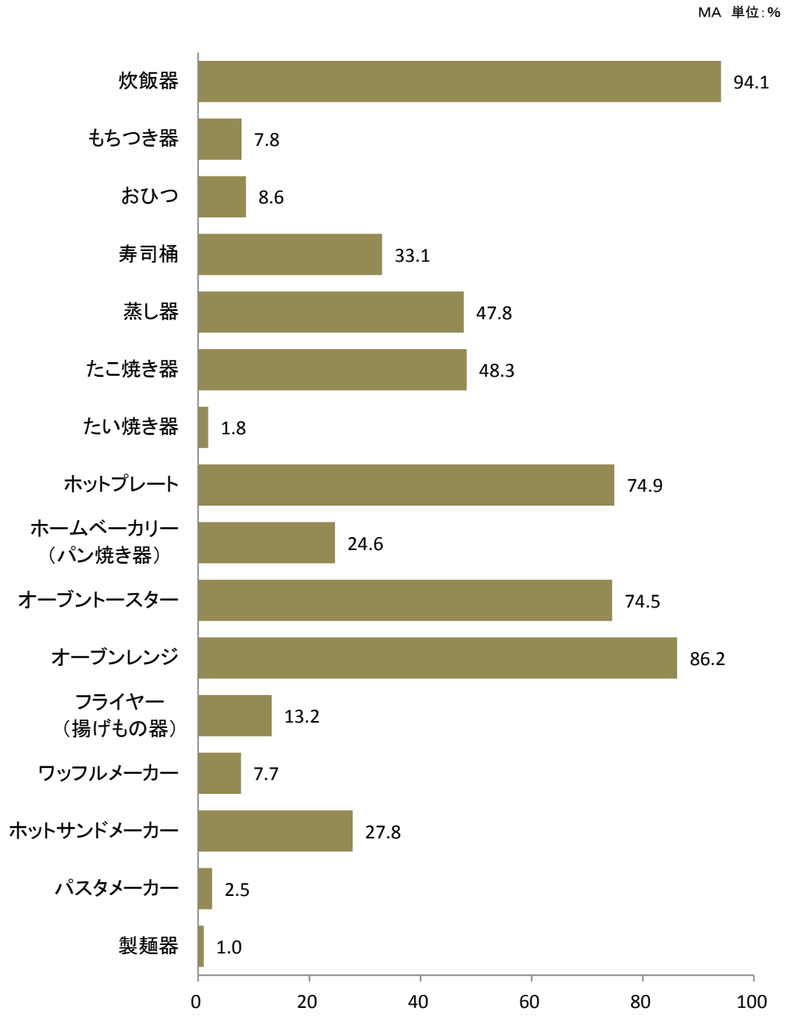
うどん vs ごはん

各SA　単位：指数



所有している調理器具

MA　単位：%

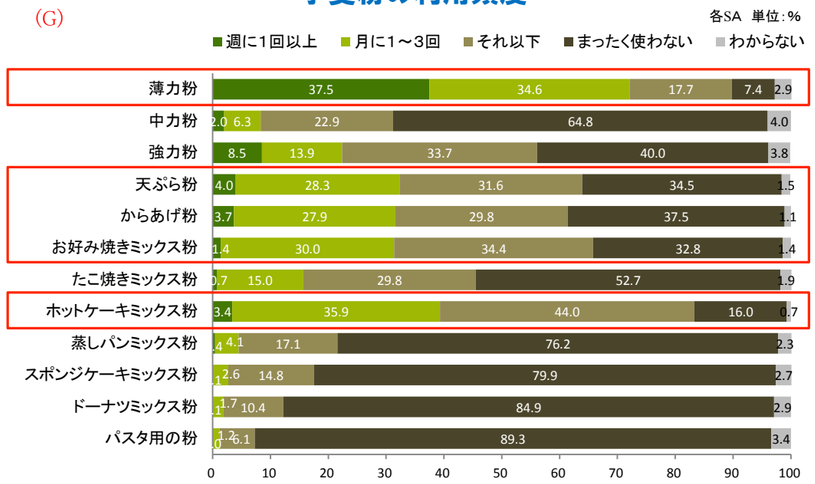


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

(G)

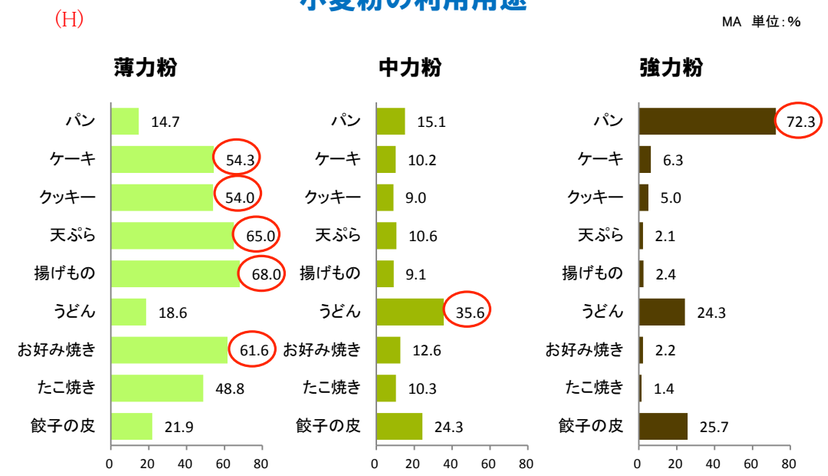
各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

(H)

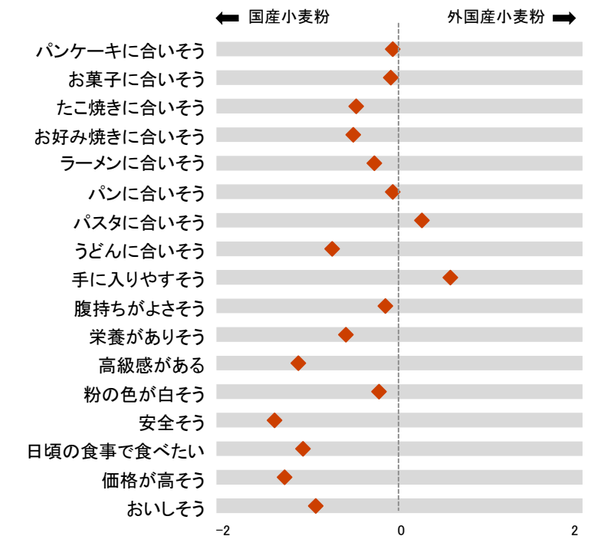
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

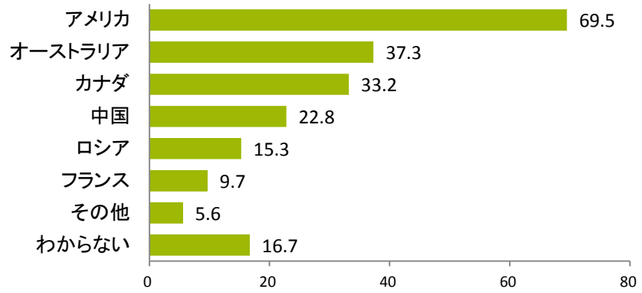
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%

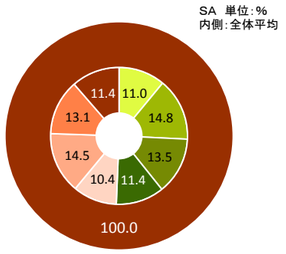


５０代女性

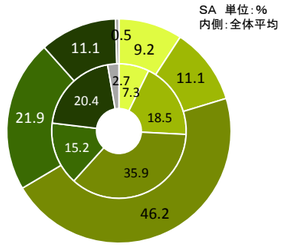
・冬調査では、朝食・昼食・夕食の摂取率いずれも9割を超え、全性年代で最も高い。(A)
・朝食は内食が8割強、中食が15%前後。夕食も内食が8割強、中食が1割前後。昼食は内食が6割強、中食2割弱、外食が1割強。全体に比べ、どの食機会でも内食(ほとんど自分で調理)が多い。(B)
・夕食の1/4、昼食の4割強、朝食の5割強は一人で（全般に全体より低め＝家族と食べた率が高い)。(C)
・朝食はパン類が6割強でごはん系の3割を上回る(パン類が多めで、ごはん系が少なめ)。昼食はごはん系が5割弱で、3割前後のめん類が続く。夕食は2/3がごはん系。(D)
・全般に全体と比べて、主食の食パン・ロールパン、副食のみそ汁、サラダ、漬物、野菜の煮物が多い。全体と比較すると朝食は食パン・ロールパンが多くごはんが少ないが、夕食ではごはんが多くなっている。(E)
・ 好きな食べものは小麦系ではサンドイッチが全体より5%以上高い。ラーメンは10%以上低い。作るのが楽しい食べものは全般に数値が高く、小麦系はパスタ料理(1位)、お好み焼き、サンドイッチが5%以上。(F)
・ 小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が8割弱、天ぷら粉が4割台で、全体に比べ非常に高い。から揚げ粉、ホットケーキミックス粉が3割台で続く。(G)
・薄力粉は天ぷら、揚げ物等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパンによく使われている。薄力粉のクッキーやケーキは、全体に比べて高い。(H)

プロファイル（冬調査時）

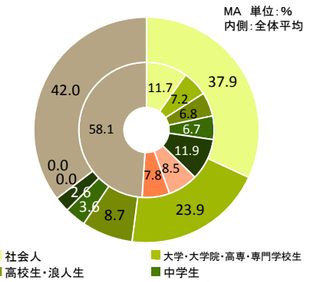
性・年代



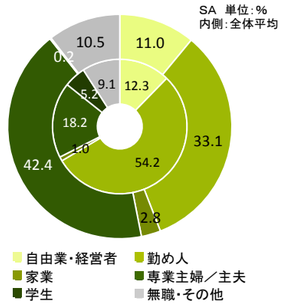
家族構成



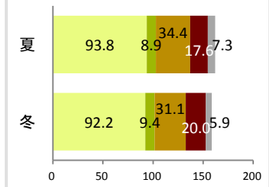
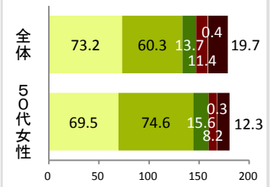
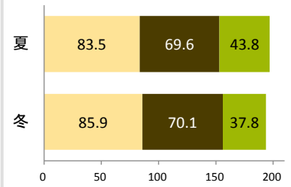
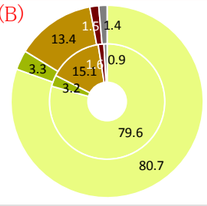
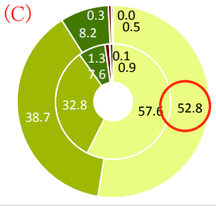
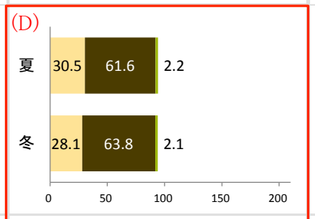
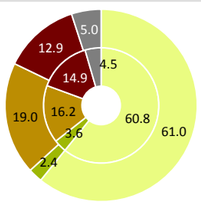
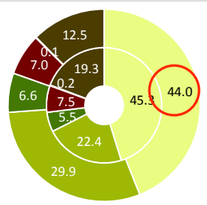
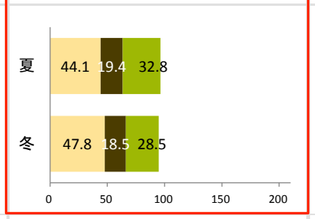
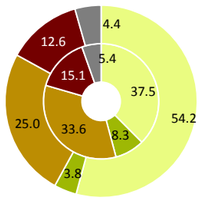
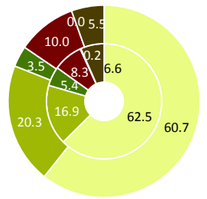
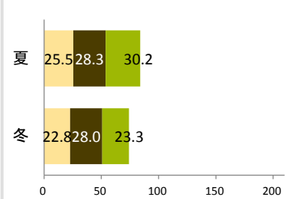
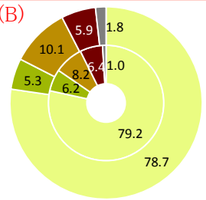
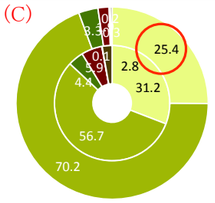
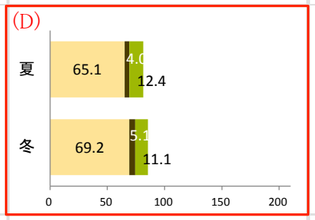
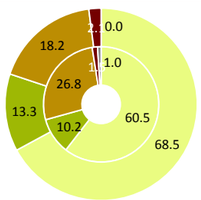
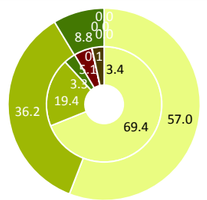
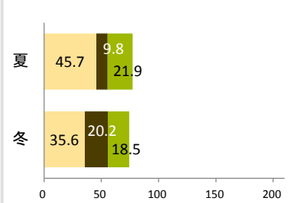
同居している子供



職業



食生活の実態

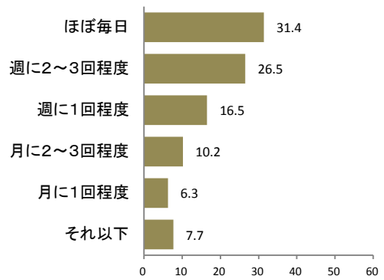
	摂取率（冬調査）（一日の食事回数）	調理した人は？（夏・冬比較）	一緒に食べた人は？	主食は？（夏・冬比較）	メニューランキング TOP５（冬調査）	夏メニュー／冬メニュー TOP３	お酒 食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒
		自分が家で調理 自分以外の家族が調理 買ってきたもの お店で食べた(外食) その他 SA 単位:% 円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査 円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査	ひとりで 家族と一緒に(同じメニュー) 家族と一緒に(違うメニュー) 友人や知人と一緒に 近所・地域の人たちと一緒 勤め先などの同僚と一緒 データ:冬調査 SA 単位:% 円グラフ内側／棒グラフ上側:全体平均 円グラフ外側／棒グラフ下側: 50代女性	ごはん系 パン類 めん類 MA 単位:%	MA 単位:% ( )内は冬調査の全体平均との差	MA 単位:% ( )内は夏冬差 （当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」） ＊は夏冬差が5ポイント以上	MA 単位:% 飲酒率:食事をした人ベース お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ ( )内は各調査の全体平均との差 ＊は全体平均との差が5ポイント以上
全時間帯	（平均 2.9 回／日）				(E) 主食 ①ごはん 74.0 (+1.7) ②食パン、ロールパン 48.8 (+14.7)＊ ③菓子パン 13.2 (−1.6) ④うどん、きしめん 11.8 (+0.5) ⑤ラーメン 9.4 (−4.7) 副食 ①みそ汁 49.2 (+5.6)＊ ②サラダ 44.3 (+6.6)＊ ③漬物 25.8 (+10.0)＊ ④野菜の煮物 23.5 (+10.4)＊ ⑤たまご料理 22.8 (+4.9)	夏メニュー ①サラダ 52.7 (+8.4)＊ ②そうめん、ひやむぎ 8.5 (+7.9)＊ ③豆腐・豆腐料理 19.2 (+7.7)＊ 冬メニュー ①鍋もの・おでん 8.2 (−6.3)＊ ②みそ汁 49.2 (−6.2)＊ ③スープ 15.4 (−5.8)＊	夏の飲酒率： 32.7% ①ビール／発泡酒 74.6 (−1.7) ②ワイン 13.8 (+4.9) 冬の飲酒率： 27.0% ①ビール／発泡酒 56.9 (−8.9)＊ ②ワイン 19.7 (+6.6)＊
朝食（5～10時台）	(A) 90%	(B) 	(C) 	(D) 	主食 ①食パン、ロールパン 47.5 (+11.2)＊ ②ごはん 21.7 (−5.8)＊ ③菓子パン 9.1 (−2.2) ④サンドイッチ 4.0 (+0.4) ⑤おにぎり 2.6 (−2.6) 副食 ①みそ汁 17.6 (−2.1) ②サラダ 16.5 (+6.2)＊ ③たまご料理 15.1 (+3.1) ④ハム、ソーセージ 8.6 (+2.4) ⑤漬物 8.4 (+2.4)	夏メニュー ①ごはん 26.6 (+4.9) ②サラダ 20.6 (+4.1) ③納豆 9.4 (+2.2) 冬メニュー ①食パン、ロールパン 47.5 (−4.0) ②スープ 4.8 (−2.7) ③菓子パン 9.1 (−1.3)	夏の飲酒率： 2.0% ①ビール／発泡酒 62.7 (−0.4) ②ワイン 8.7 (+4.6) 冬の飲酒率： 2.6% ①ビール／発泡酒 56.2 (−4.9) ②ワイン 13.6 (+4.2)
昼食（11～14時台）	94%				主食 ①ごはん 30.2 (−4.7) ②うどん、きしめん 8.7 (+1.6) ③ラーメン 6.5 (−3.2) ④食パン、ロールパン 6.4 (+1.9) ⑤おにぎり 5.6 (−1.9) ⑤パスタ料理 5.6 (+0.7) 副食 ①サラダ 14.4 (+1.5) ②みそ汁 13.5 (−0.6) ③野菜の煮物 8.3 (+3.4) ④漬物 7.2 (+1.8) ⑤たまご料理 6.9 (+0.6)	夏メニュー ①そうめん、ひやむぎ 6.7 (+6.3)＊ ②そば 4.3 (+2.3) ③おにぎり 7.0 (+1.4) ③ハム、ソーセージ 3.7 (+1.4) 冬メニュー ①みそ汁 13.5 (−4.1) ②うどん、きしめん 8.7 (−3.3) ③スープ 5.9 (−2.5)	夏の飲酒率： 2.4% ①ビール／発泡酒 70.8 (−1.9) ②ウィスキー／ブランデー 8.8 (+5.5)＊ ②日本酒 8.8 (+4.4) 冬の飲酒率： 2.1% ①ビール／発泡酒 37.2 (−22.5)＊ ②ワイン 26.3 (+14.9)＊
間食（15～16時台）	6%				主食 ①ごはん 16.9 (−3.6) ②菓子パン 8.2 (−0.2) ③ラーメン 6.6 (−0.6) ④うどん、きしめん 5.7 (+1.2) ⑤サンドイッチ 5.6 (+0.6) 副食 ①カレー(ライス) 7.3 (+4.6) ②みそ汁 6.1 (−1.1) ②野菜の煮物 6.1 (+3.4) ④サラダ 5.4 (−1.8) ⑤その他の野菜料理 3.9 (+1.0)	夏メニュー ①サラダ 13.5 (+8.1)＊ ②菓子パン 14.3 (+6.1)＊ ③うどん、きしめん 11.3 (+5.6)＊ 冬メニュー ①カレー(ライス) 7.3 (−7.3)＊ ②サンドイッチ 5.6 (−4.3) ③みそ汁 6.1 (−4.0)	夏の飲酒率： 7.3% ①ワイン 59.0 (+42.7)＊ ②ビール／発泡酒 41.0 (−27.6)＊ 冬の飲酒率： 4.8% ①ビール／発泡酒 100.0 (+40.9)＊
夕食（17～21時台）	(A) 96%	(B) 	(C) 	(D) 	(E) 主食 ①ごはん 59.1 (+5.5)＊ ②うどん、きしめん 2.7 (−1.3) ③まぜごはん・炊込みご飯 2.5 (+0.6) ④食パン、ロールパン 2.4 (+0.8) ④丼物 2.4 (−0.7) 副食 ①みそ汁 32.7 (+5.8)＊ ②サラダ 29.4 (+2.6) ③漬物 18.1 (+8.2)＊ ④野菜の煮物 17.0 (+8.3)＊ ⑤その他の肉料理 12.4 (+1.5) ⑤魚介の焼き物 12.4 (+2.0)	夏メニュー ①サラダ 36.2 (+6.8)＊ ②豆腐・豆腐料理 15.6 (+6.1)＊ ③野菜いため 15.6 (+3.4) 冬メニュー ①みそ汁 32.7 (−6.9)＊ ②鍋もの・おでん 7.1 (−5.5)＊ ③シチュー 3.3 (−2.6) ③スープ 7.0 (−2.6)	夏の飲酒率： 31.6% ①ビール／発泡酒 73.9 (−2.2) ②ワイン 12.2 (+3.6) 冬の飲酒率： 26.0% ①ビール／発泡酒 56.6 (−8.9)＊ ②ワイン 19.6 (+6.7)＊
夜食（22～翌朝4時台）	5%				主食 ①ごはん 28.9 (−3.6) ②ラーメン 8.3 (−1.1) ③サンドイッチ 5.0 (+3.9) ④ドーナツ 4.7 (+4.1) ⑤菓子パン 4.5 (−0.3) 副食 ①みそ汁 15.1 (+0.4) ②サラダ 10.5 (−4.0) ③その他の野菜料理 10.1 (+6.2)＊ ④魚介の焼き物 9.7 (+3.4) ⑤漬物 9.0 (+3.7)	夏メニュー ①サラダ 29.8 (+19.3)＊ ②豆腐・豆腐料理 12.0 (+9.0)＊ ③おかゆ・おじや 5.3 (+5.3)＊ 冬メニュー ①ラーメン 8.3 (−6.1)＊ ②サンドイッチ 5.0 (−5.0)＊ ③ドーナツ 4.7 (−4.7)	夏の飲酒率： 38.8% ①ビール／発泡酒 76.3 (+3.6) ②ワイン 21.1 (+15.5)＊ 冬の飲酒率： 24.7% ①ビール／発泡酒 55.4 (−9.6)＊ ［焼酎 36.3 (+14.3)＊］ ②ウィスキー／ブランデー 6.0 (−1.5)

パンの利用実態

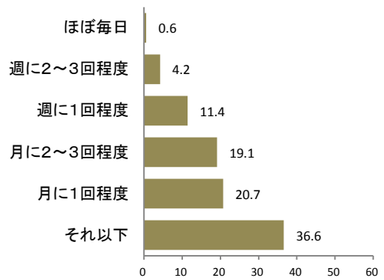
パンの消費頻度

SA　単位：%

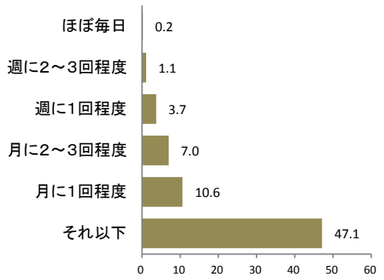
食パン



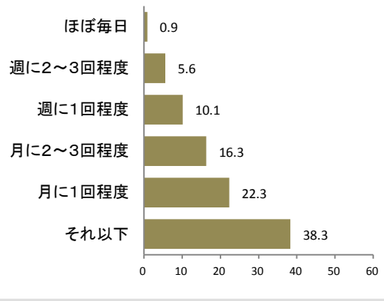
フランスパン



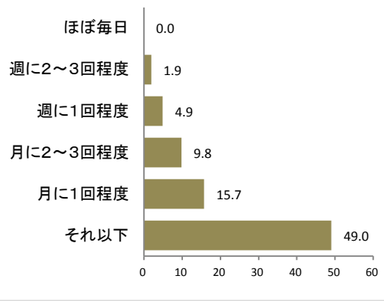
ベーグル



ロールパン



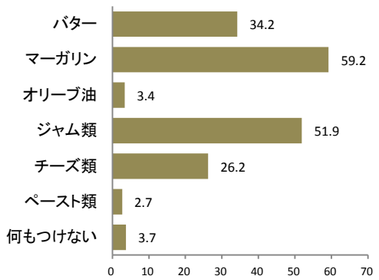
マフィン



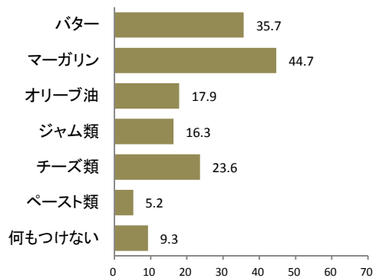
パンにつけるもの

SA　単位：%

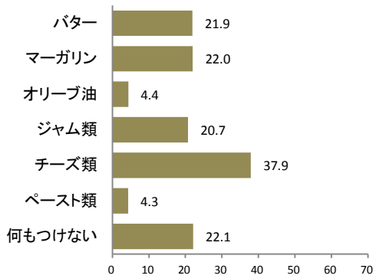
食パン



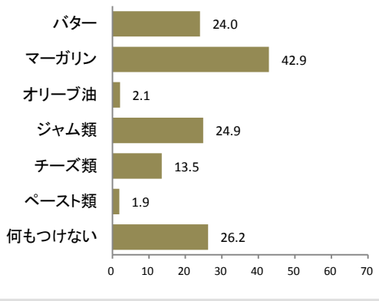
フランスパン



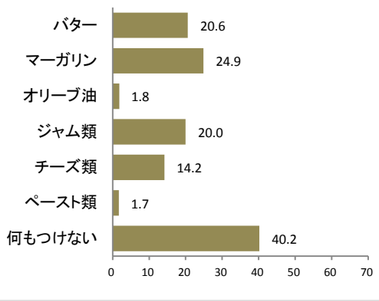
ベーグル



ロールパン



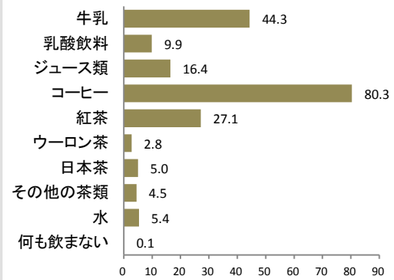
マフィン



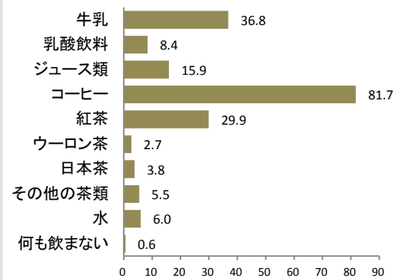
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

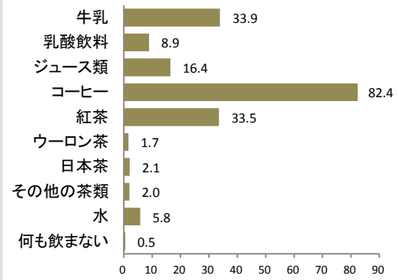
食パン



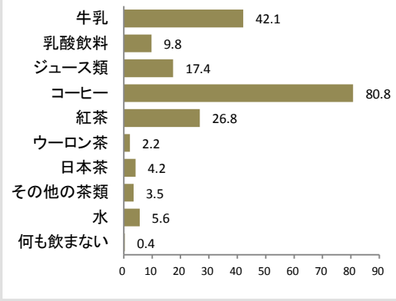
フランスパン



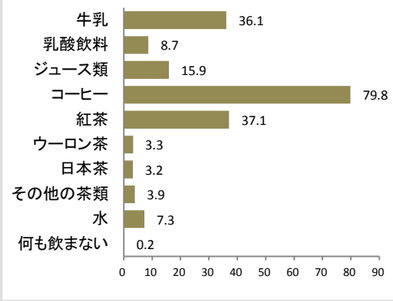
ベーグル



ロールパン



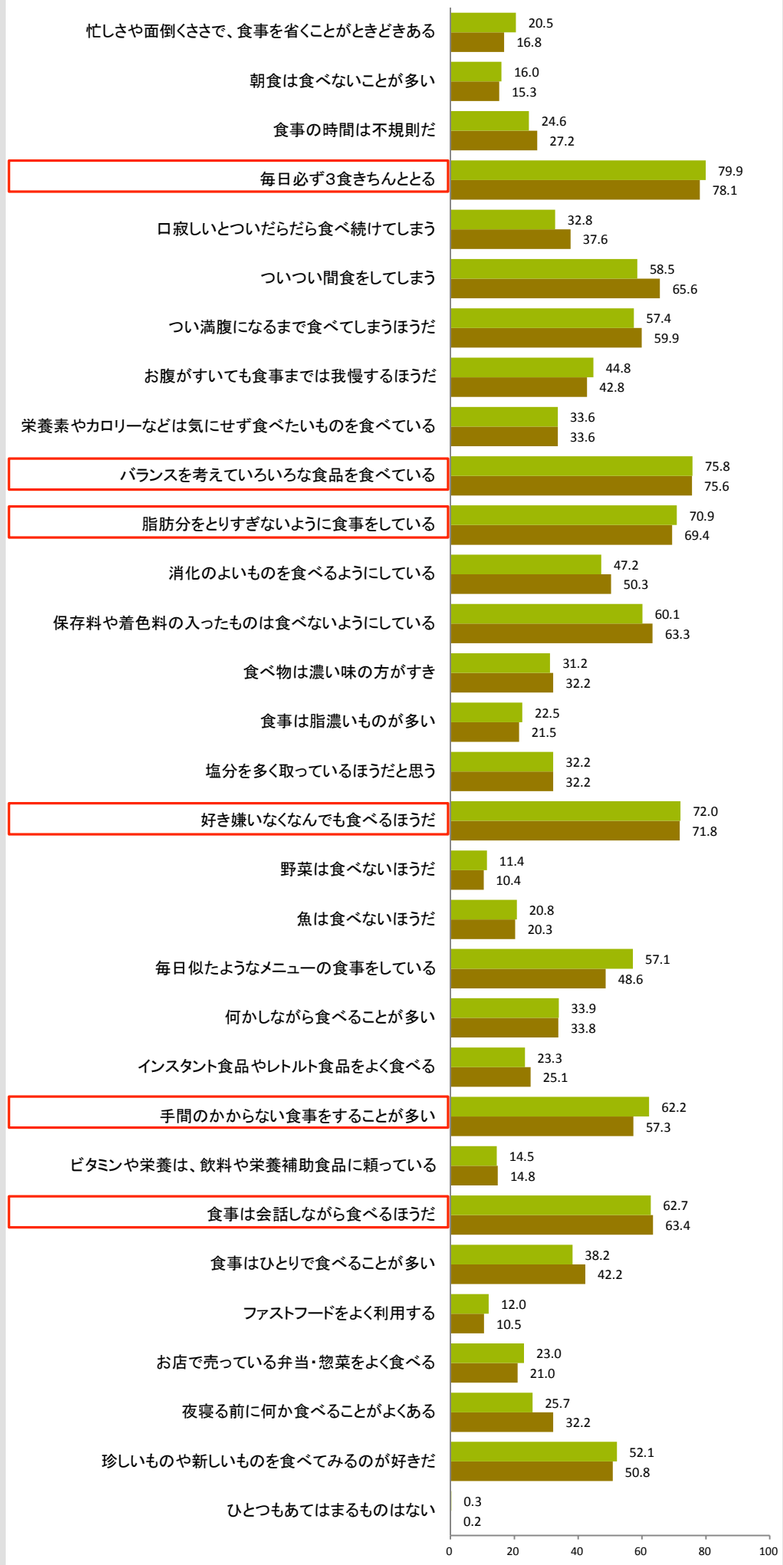
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(F) 好きな食べものTOP25

MA　単位：%

（１）寿司	81.5（＋5.6）*
（２）サラダ	72.2（＋10.1）*
（３）ごはん	70.4（＋0.2）
（４）刺身	67.5（＋1.0）
（５）パスタ料理	66.1（＋2.4）
（６）豆腐・豆腐料理	63.0（＋12.7）*
（７）サンドイッチ	61.5（＋7.1）*
（８）うどん、きしめん	61.4（－0.2）
（９）魚介の焼き物	60.9（＋8.0）*
（10）ぎょうざ・シュウマイ	60.8（＋3.8）
（11）お好み焼	60.0（＋3.5）
（12）天ぷら	59.6（＋5.2）*
（13）野菜の煮物	59.5（＋20.2）*
（14）カレー（ライス）	59.3（－4.6）
（15）みそ汁	57.7（＋0.4）
（16）焼肉	57.2（－9.7）*
（17）ピザ	54.8（＋2.9）
（18）野菜いため	54.2（＋5.9）*
（19）たまご料理	54.0（＋5.6）*
（20）鍋もの・おでん	53.9（＋5.7）*
（21）グラタン	53.7（＋4.6）
（22）しょうが焼き	53.6（－2.7）
（22）そば	53.6（＋0.9）
（24）ラーメン	53.3（－10.6）*
（25）酢の物・あえ物	53.2（＋18.7）*

(F) 作るのが楽しい食べものTOP25

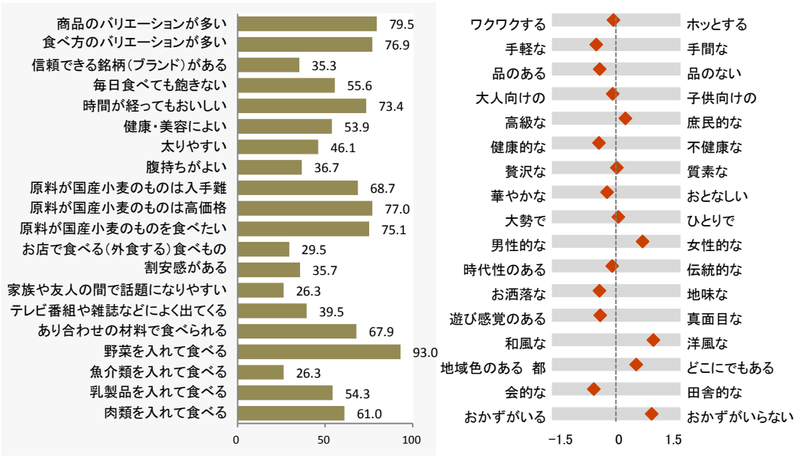
SA　単位：%

（１）カレー	35.0（＋1.4）
（１）パスタ料理	35.0（＋6.8）*
（３）サラダ	29.5（＋14.0）*
（４）まぜごはん・炊込みご飯	29.0（＋15.6）*
（５）お好み焼	27.8（＋6.0）*
（６）野菜の煮物	25.9（＋14.7）*
（７）鍋もの・おでん	25.0（＋10.8）*
（８）シチュー	24.9（＋7.4）*
（９）サンドイッチ	23.7（＋10.1）*
（10）しょうが焼き	22.0（＋7.6）*
（11）ハンバーグ	21.5（＋3.4）
（12）肉の煮込み料理	21.2（＋7.2）*
（13）たまご料理	20.9（＋7.2）*
（14）すき焼・しゃぶしゃぶ	20.7（＋8.5）*
（15）みそ汁	20.6（＋7.4）*
（16）野菜いため	20.4（＋4.9）
（17）焼そば	20.0（＋3.6）
（18）ぎょうざ・シュウマイ	19.2（＋4.9）
（19）チャーハン	19.1（－4.0）
（20）焼肉	18.3（＋3.0）
（21）ピラフ・オムライス	17.0（＋4.1）
（21）魚介の煮物	17.0（＋8.3）*
（23）丼物	16.8（＋2.5）
（24）うどん、きしめん	16.3（＋4.3）
（25）とり唐揚げ	16.2（＋3.9）

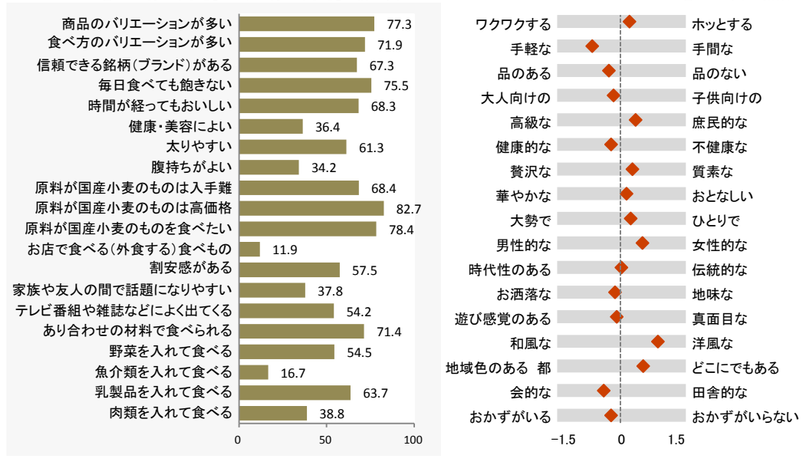
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

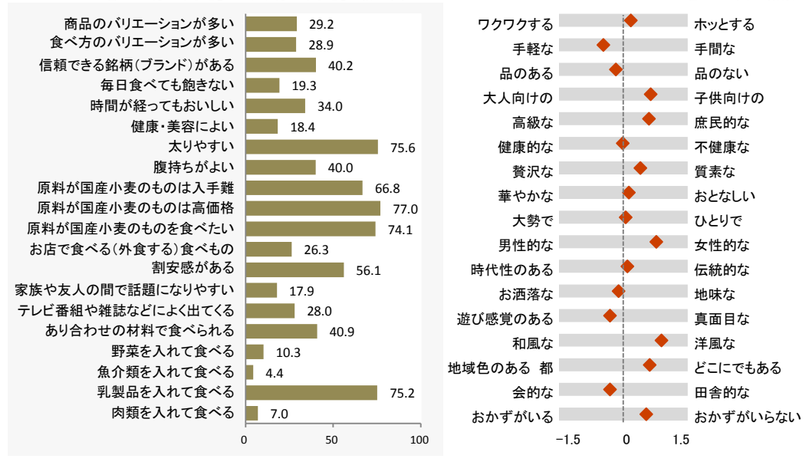
サンドイッチ



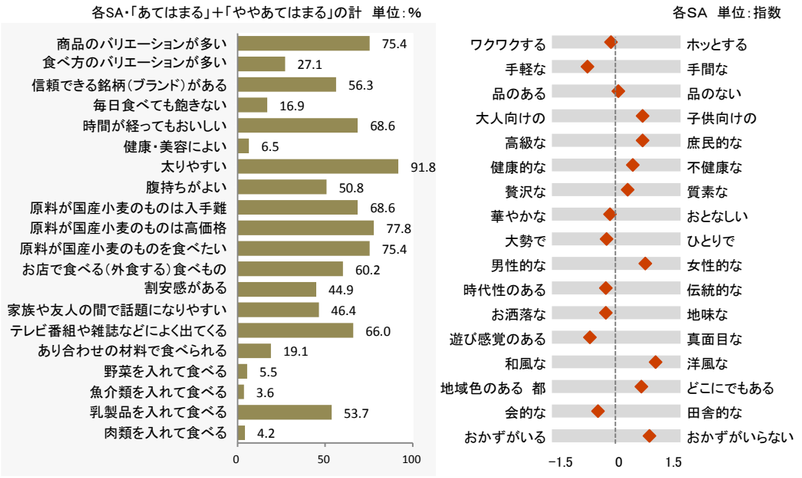
主食パン



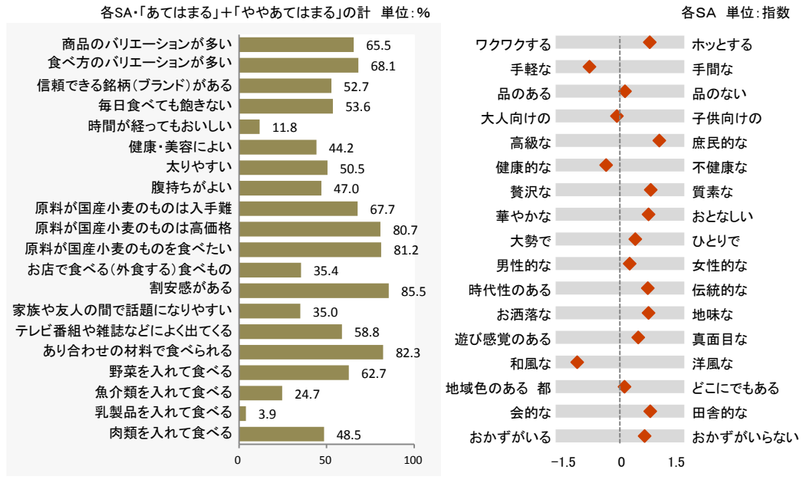
パンケーキ



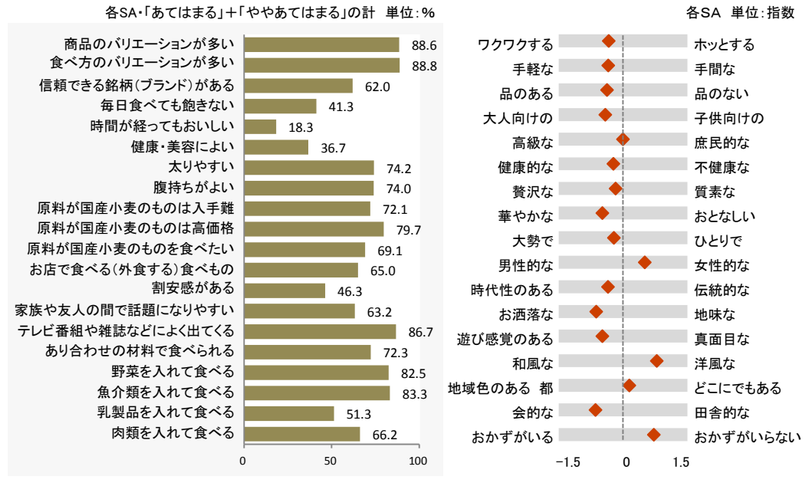
ドーナツ



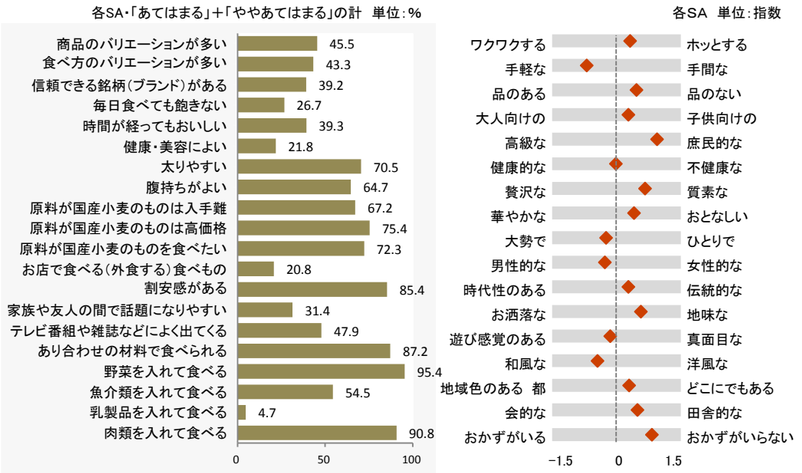
うどん



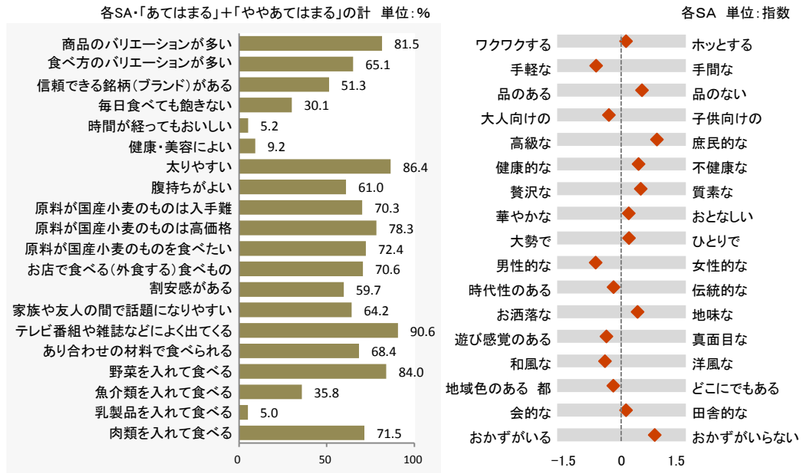
パスタ料理



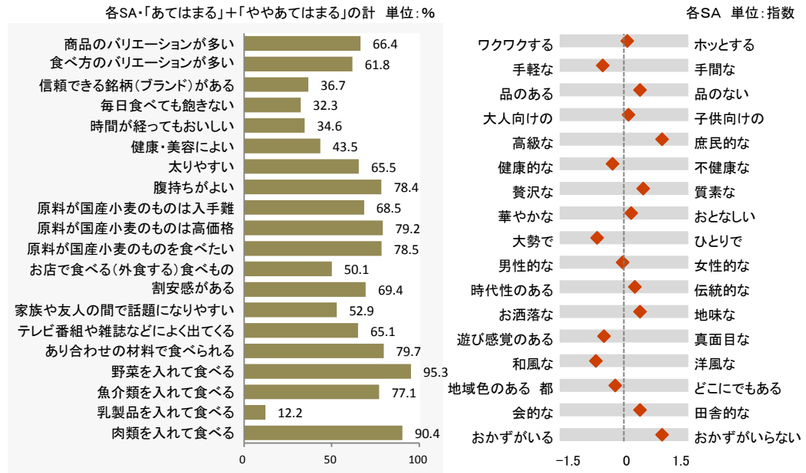
焼そば



ラーメン



お好み焼

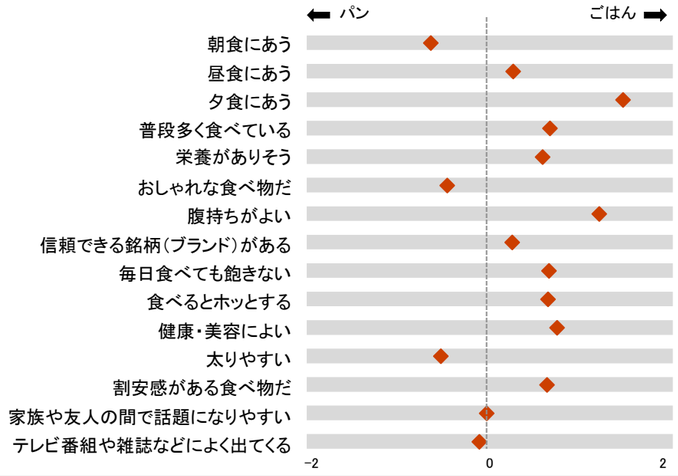


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

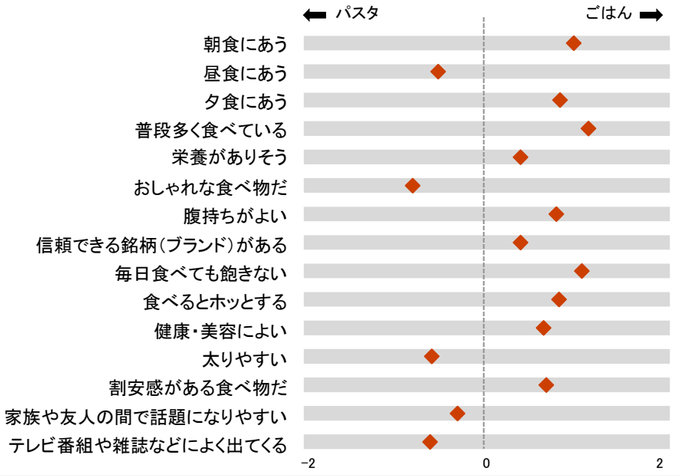
パン vs ごはん

各SA 単位：指数



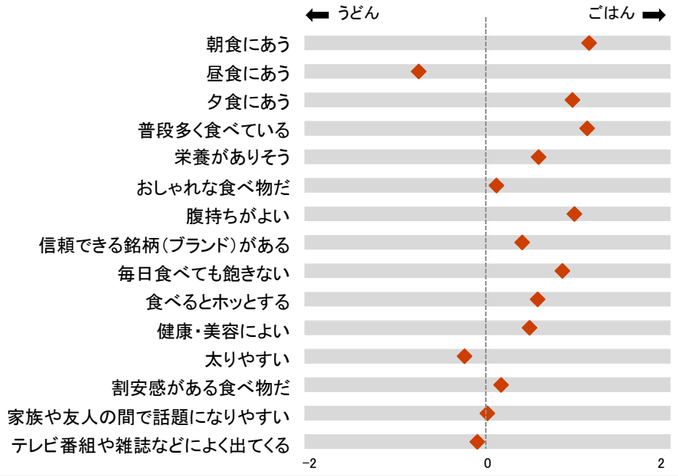
パスタ vs ごはん

各SA 単位：指数



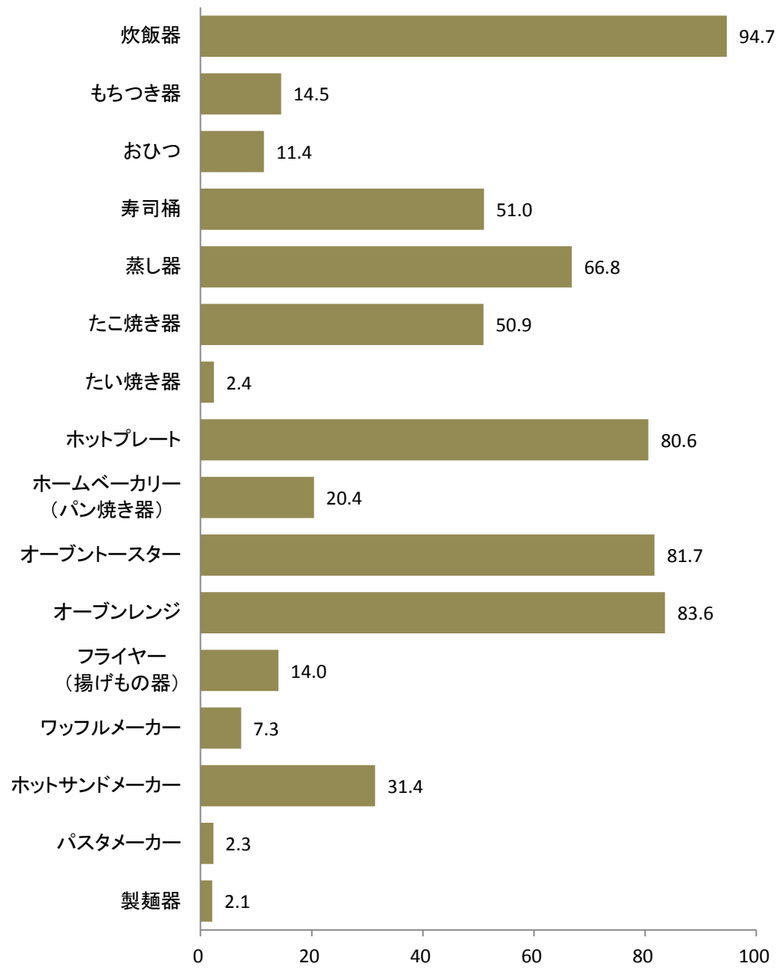
うどん vs ごはん

各SA 単位：指数



所有している調理器具

MA 単位：%

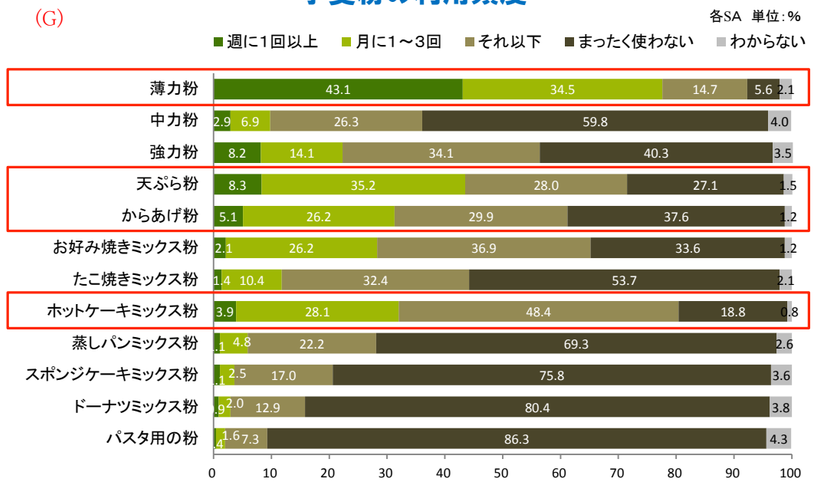


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

(G)

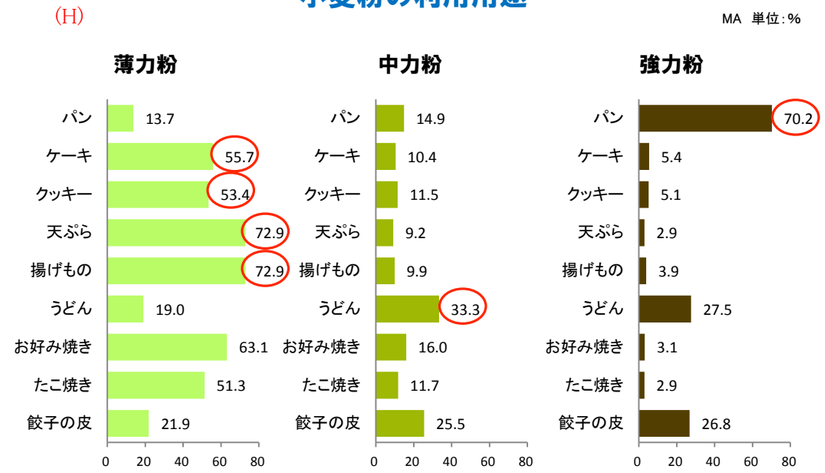
各SA 単位：%



小麦粉の利用用途

(H)

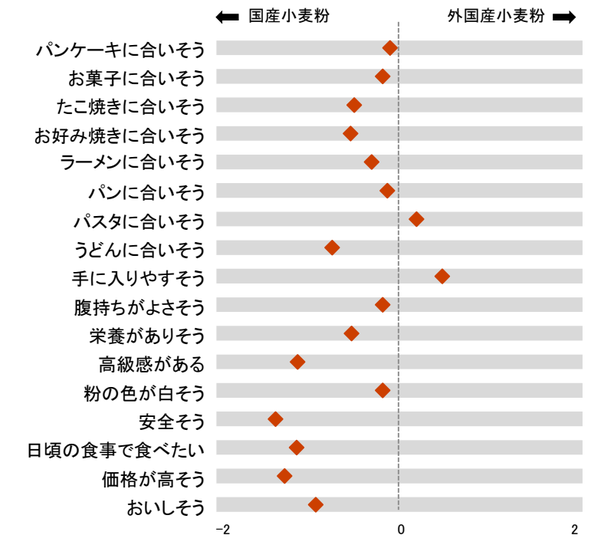
MA 単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

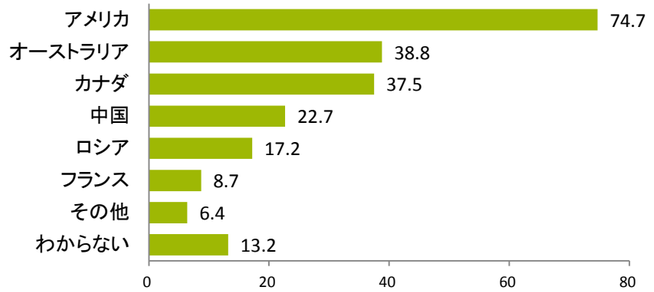
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA 単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA 単位：%



６０代男性（参考値）

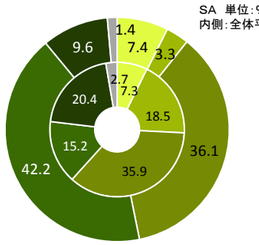
・冬調査では、朝食の摂取率は93%、昼食・夕食の摂取率は95%で、朝食が50代以下全体(以下、全体と表記)より1割高い他、全体を上回る。(A)
・朝食は内食が85%前後、中食が1割強。夕食も内食が85%前後、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が6割強(冬＞夏)、中食が15%前後、外食が2割弱。全体に比べ内食の比率が高い。(B)
・一人で食べた率は、夕食の2割、昼食の4割、朝食の4割強で、全体より家族と食べた率が高い。(C)
・朝食はパン類が6割弱でごはん系4割弱を上回る。昼食はごはん系が5割、めん類が4割弱(全体より高い)。夕食は7割前後がごはん系。(D)
・全般に主食のごはん、食パン・ロールパン、うどん・きしめん、副食のみそ汁、サラダ、漬物、魚介の焼き物、たまご料理が全体より多い。(E)
・食事と一緒にお酒を飲む率は夏が56%、冬が51%で、全体より2割前後高い。焼酎や日本酒の飲酒率の高さが目立つ。(F)
・ 好きな食べものはほぼ全体と同傾向で際立った特徴はない。作るのが楽しい食べものでも同傾向。(G)
・ 小麦粉の月に1回以上の利用率は、月に1回以上の利用率は、天ぷら粉が5割と高く、からあげ粉、薄力粉が4割強で続く。(H)

プロファイル（冬調査時）

※「全体平均」とは20～59歳の平均の数値である。

家族構成

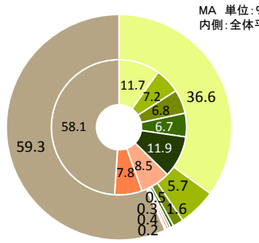
SA 単位:% 内側:全体平均



三世代同居 / 未婚二世代同居 / 既婚二世代同居 / 一世代同居 / 単身者 / その他

同居している子供

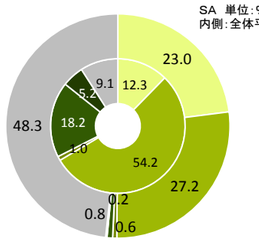
MA 単位:% 内側:全体平均



社会人 / 大学・大学院・高専・専門学校生 / 高校生・浪人生 / 中学生 / 小学生 / 未就学児（3～6歳） / 乳幼児 / 同居している子供はいない

職業

SA 単位:% 内側:全体平均



自由業・経営者 / 勤め人 / 家業 / 専業主婦／主夫 / 学生 / 無職・その他

食生活の実態

※参考までに「全体平均」との差の数値を付記したが、「全体平均」とは20～59歳の平均の数値である。

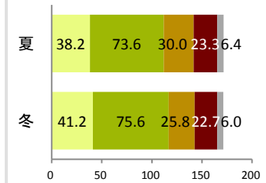
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

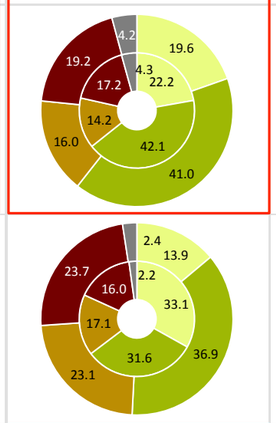
	平均回／日	摂取率
全時間帯	3.0	
朝食（5～10時台）	(A)	93%
昼食（11～14時台）		95%
間食（15～16時台）		4%
夕食（17～21時台）	(A)	95%
夜食（22～翌朝4時台）		5%

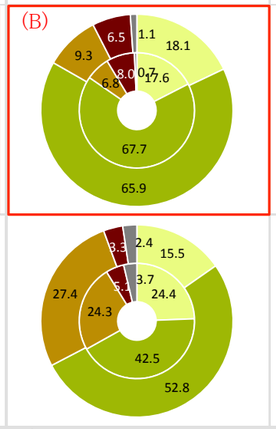
調理した人は？（夏・冬比較）

自分が家で調理 / 自分以外の家族が調理 / 買ってきたもの / お店で食べた（外食） / その他

SA 単位:%
円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査



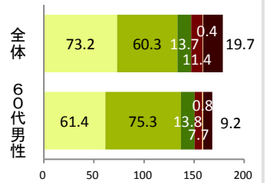




一緒に食べた人は？

ひとりで / 家族と一緒に（同じメニュー） / 家族と一緒に（違うメニュー） / 友人や知人と一緒に / 近所・地域の人たちと一緒 / 勤め先などの同僚と一緒

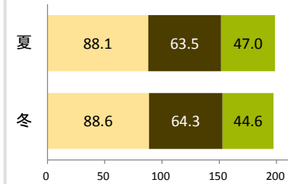
SA 単位:%
データ:冬調査 SA 単位:%
※棒グラフの全体は20～59歳の平均



主食は？（夏・冬比較）

ごはん系 / パン類 / めん類

MA 単位:%



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
（ ）内は冬調査の全体平均との差

(E) 主食

①ごはん	80.5 (+8.2)*
②食パン、ロールパン	49.8 (+15.7)*
③うどん、きしめん	17.2 (+5.9)*
④ラーメン	11.2 (−2.9)
⑤おにぎり	9.0 (−3.7)

副食

①みそ汁	58.0 (+14.4)*
②サラダ	45.0 (+7.3)*
③漬物	34.2 (+18.4)*
④魚介の焼き物	28.1 (+12.1)*
⑤たまご料理	24.4 (+6.5)*

(A) 主食

①食パン、ロールパン	47.5 (+11.2)*
②ごはん	33.2 (+5.7)*
③菓子パン	5.2 (−6.1)*
④サンドイッチ	4.2 (+0.6)
⑤おにぎり	1.8 (−3.4)

副食

①みそ汁	28.1 (+8.4)*
②サラダ	18.7 (+8.4)*
③たまご料理	16.1 (+4.1)
④漬物	14.1 (+8.1)*
⑤納豆	13.0 (+5.0)*

(B) 主食

①ごはん	34.7 (−0.2)
②うどん、きしめん	13.1 (+6.0)*
③ラーメン	10.0 (+0.3)
④おにぎり	6.6 (−0.9)
⑤食パン、ロールパン	5.3 (+0.8)

副食

①みそ汁	18.0 (+3.9)
②サラダ	14.2 (+1.3)
③漬物	11.1 (+5.7)*
④魚介の焼き物	7.2 (+2.9)
⑤たまご料理	6.8 (+0.5)
⑤野菜の煮物	6.8 (+1.9)

(C) 主食

①ごはん	34.0 (+13.5)*
②おにぎり	7.4 (+2.5)
③菓子パン	6.2 (−2.2)
④ラーメン	5.7 (−1.5)
⑤食パン、ロールパン	5.2 (+0.4)

副食

①サラダ	19.6 (+12.4)*
②みそ汁	13.8 (+6.6)*
③漬物	9.8 (+6.7)*
③野菜いため	9.8 (+7.3)*
⑤たまご料理	8.1 (+5.1)*

(D) 主食

①ごはん	65.2 (+11.6)*
②うどん、きしめん	3.3 (−0.7)
③焼そば	1.9 (−0.8)
④まぜごはん・炊込みご飯	1.6 (−0.3)
⑤おにぎり	1.3 (−0.6)

副食

①みそ汁	32.9 (+6.0)*
②サラダ	28.1 (+1.3)
③漬物	25.3 (+15.4)*
④野菜の煮物	17.3 (+8.6)*
⑤魚介の焼き物	16.6 (+6.2)*

主食

①ごはん	36.5 (+4.0)
②うどん、きしめん	8.7 (+4.8)
③ラーメン	6.2 (−3.2)
④菓子パン	5.9 (+1.1)
⑤そば	4.4 (+3.6)

副食

①みそ汁	18.3 (+3.6)
②漬物	17.6 (+12.3)*
③サラダ	10.7 (−3.8)
④魚介の焼き物	8.1 (+1.8)
⑤納豆	7.8 (+3.0)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
（ ）内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	11.3 (+10.5)*
②豆腐・豆腐料理	21.3 (+9.0)*
③そば	9.9 (+4.5)

冬メニュー

①みそ汁	58.0 (−9.6)*
②うどん、きしめん	17.2 (−9.0)*
③鍋もの・おでん	8.5 (−6.8)*

夏メニュー

①漬物	16.5 (+2.4)
②たまご料理	17.7 (+1.6)
③おにぎり	3.3 (+1.5)

冬メニュー

①食パン、ロールパン	47.5 (−2.1)
②みそ汁	28.1 (−2.0)
③蒸し野菜・ゆで野菜	3.1 (−1.5)

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	10.2 (+9.7)*
②そば	7.8 (+3.7)
③漬物	12.7 (+1.6)

冬メニュー

①うどん、きしめん	13.1 (−6.6)*
②みそ汁	18.0 (−3.6)
③ラーメン	10.0 (−3.5)

夏メニュー

①酢の物・あえ物	10.7 (+8.5)*
②漬物	15.1 (+5.3)*
③丼物	5.8 (+4.5)

冬メニュー

①サラダ	19.6 (−8.9)*
②ごはん	34.0 (−8.4)*
③蒸し野菜・ゆで野菜	5.2 (−5.2)*

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理	18.2 (+8.6)*
②サラダ	32.3 (+4.2)
③酢の物・あえ物	10.2 (+3.2)

冬メニュー

①鍋もの・おでん	7.6 (−6.2)*
②ごはん	65.2 (−5.6)*
③みそ汁	32.9 (−5.1)*

夏メニュー

①サラダ	20.1 (+9.4)*
②おにぎり	7.7 (+7.0)*
③サンドイッチ	9.2 (+6.6)*

冬メニュー

①うどん、きしめん	8.7 (−6.8)*
②その他の野菜料理	6.5 (−5.5)*
②蒸し野菜・ゆで野菜	5.5 (−5.5)*
②鍋もの・おでん	5.5 (−5.5)*

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース ※焼酎は冬調査のみ
お酒メニュー:飲酒した人ベース
（ ）内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

(F) 夏の飲酒率：55.7%

①ビール／発泡酒	75.0 (−1.3)
②日本酒	11.1 (+5.2)*

冬の飲酒率：51.0%

①ビール／発泡酒	57.1 (−8.7)*
〔焼酎	39.2 (+16.8)*〕
②日本酒	21.4 (+11.8)*

夏の飲酒率：2.6%

①ビール／発泡酒	61.7 (−1.4)
②日本酒	14.8 (+9.6)*

冬の飲酒率：3.4%

①ビール／発泡酒	61.6 (+0.5)
〔焼酎	38.6 (+19.3)*〕
②日本酒	27.5 (+19.7)*

夏の飲酒率：4.0%

①ビール／発泡酒	78.4 (+5.7)*
②サワー類	4.6 (−2.5)

冬の飲酒率：4.2%

①ビール／発泡酒	66.8 (+7.1)*
〔焼酎	15.7 (+2.4)〕
②日本酒	15.2 (+5.4)*

夏の飲酒率：26.2%

①ビール／発泡酒	64.9 (−3.7)
②サワー類	18.7 (+0.1)

冬の飲酒率：13.7%

①ビール／発泡酒	58.0 (−1.1)
〔焼酎	54.6 (+44.0)*〕
②日本酒	32.9 (+30.0)*

夏の飲酒率：55.1%

①ビール／発泡酒	73.9 (−2.2)
②日本酒	11.2 (+5.4)*

冬の飲酒率：50.0%

①ビール／発泡酒	55.4 (−10.1)*
〔焼酎	39.0 (+16.3)*〕
②日本酒	21.0 (+11.4)*

夏の飲酒率：33.0%

①ビール／発泡酒	62.4 (−10.3)*
②日本酒	18.8 (+13.6)*

冬の飲酒率：39.8%

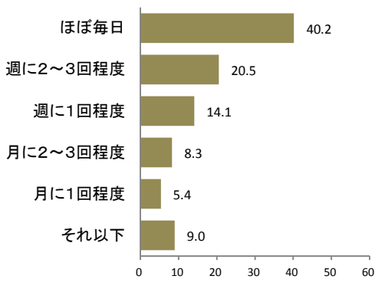
①ビール／発泡酒	51.2 (−13.8)*
〔焼酎	30.4 (+8.4)*〕
②ワイン	16.7 (+8.0)*

パンの利用実態

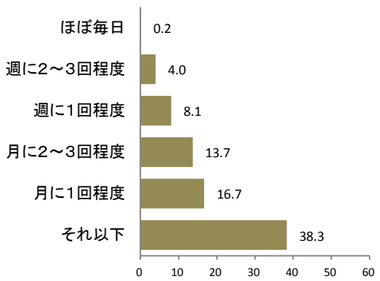
パンの消費頻度

SA 単位：%

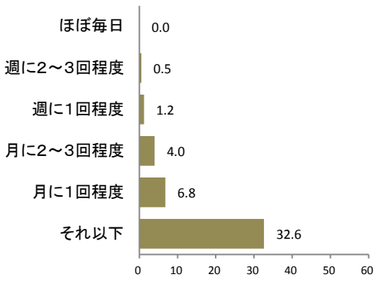
食パン



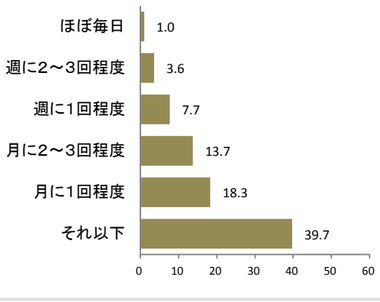
フランスパン



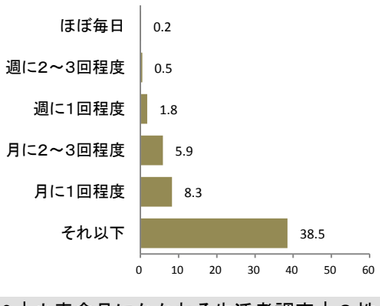
ベーグル



ロールパン



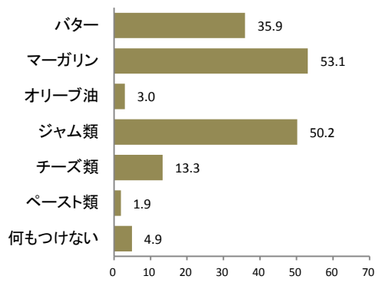
マフィン



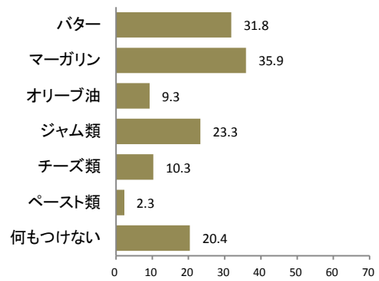
パンにつけるもの

SA 単位：%

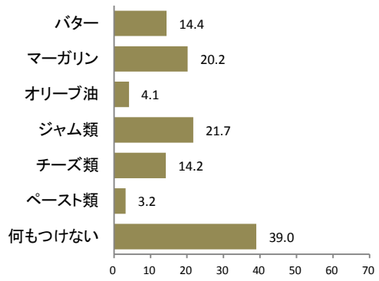
食パン



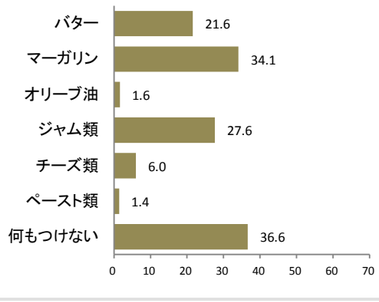
フランスパン



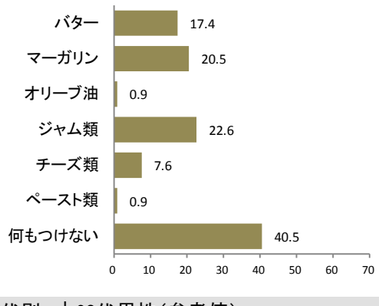
ベーグル



ロールパン



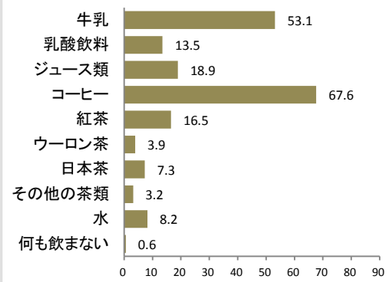
マフィン



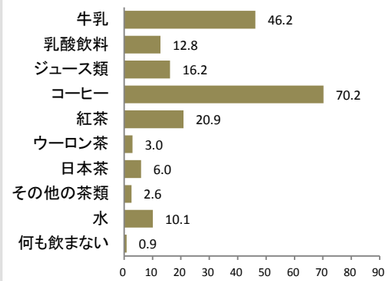
パンと一緒に飲む飲み物

SA 単位：%

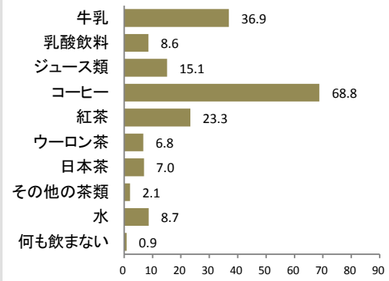
食パン



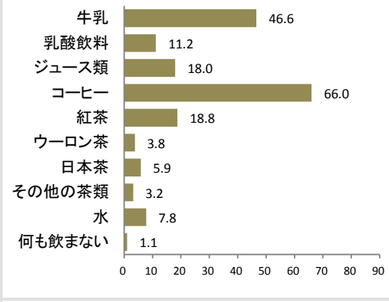
フランスパン



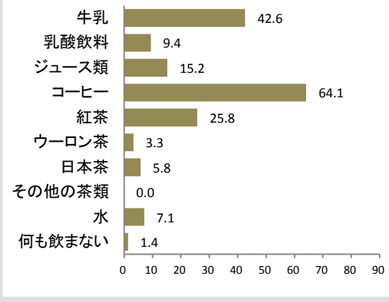
ベーグル



ロールパン



マフィン

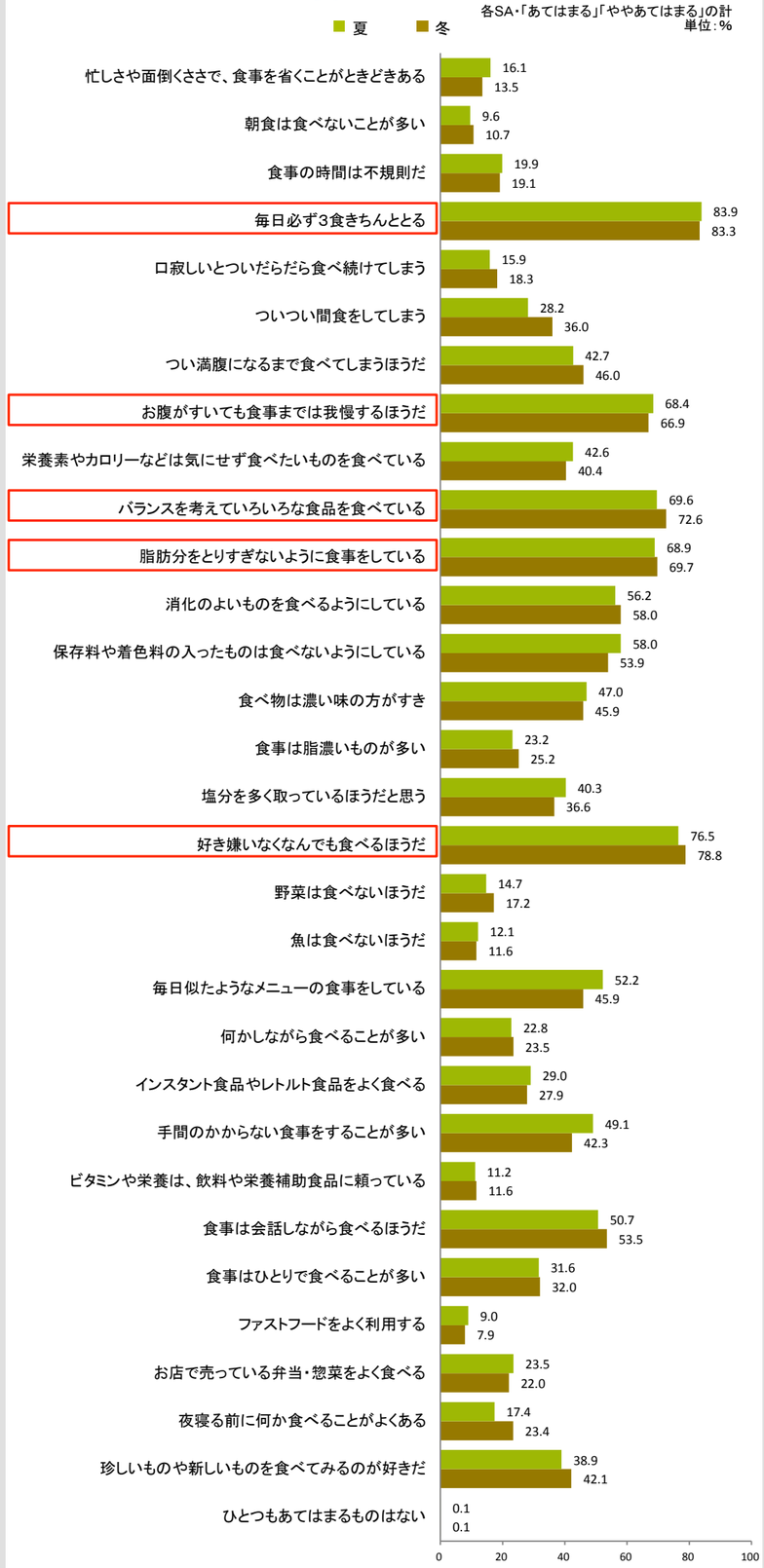


食生活

※参考までに「全体平均」との差の数値を付記したが、「全体平均」とは20～59歳の平均の数値である。

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G) 好きな食べものTOP25

MA 単位：%

(1)寿司	75.8 (−0.1)
(2)ごはん	70.4 (+0.2)
(3)焼肉	66.9 (±0.0)
(4)刺身	66.1 (−0.4)
(5)カレー(ライス)	63.7 (−0.2)
(6)ラーメン	63.5 (−0.4)
(7)パスタ料理	63.4 (−0.3)
(8)とり唐揚げ	62.1 (+0.3)
(9)サラダ	61.5 (−0.6)
(10)うどん、きしめん	61.1 (−0.5)
(11)ハンバーグ	57.4 (+0.3)
(12)みそ汁	57.0 (−0.3)
(13)ぎょうざ・シュウマイ	57.0 (±0.0)
(14)お好み焼	56.6 (+0.1)
(15)焼き鳥	56.5 (±0.0)
(16)しょうが焼き	56.1 (−0.2)
(17)天ぷら	54.6 (+0.2)
(18)サンドイッチ	54.5 (+0.1)
(19)ステーキ	53.7 (−0.2)
(20)魚介の焼き物	53.2 (+0.3)
(21)すき焼・しゃぶしゃぶ	53.1 (−0.1)
(22)とんかつ	53.0 (−0.1)
(23)たこ焼き	53.0 (−0.1)
(24)そば	51.9 (−0.8)
(25)ピザ	51.6 (−0.3)

(G) 作るのが楽しい食べものTOP25

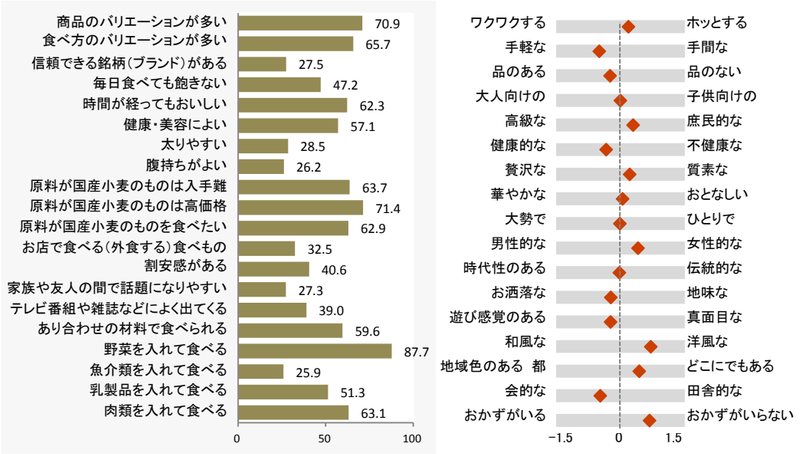
SA 単位：%

(1)カレー	33.4 (−0.2)
(2)パスタ料理	28.3 (+0.1)
(3)チャーハン	22.9 (−0.2)
(4)お好み焼	21.7 (−0.1)
(5)ハンバーグ	18.5 (+0.4)
(6)シチュー	17.6 (+0.1)
(7)焼そば	16.3 (−0.1)
(8)たこ焼き	15.4 (+0.2)
(9)サラダ	15.3 (−0.2)
(10)焼肉	15.3 (±0.0)
(11)野菜いため	15.2 (−0.3)
(12)しょうが焼き	14.3 (−0.1)
(13)ぎょうざ・シュウマイ	14.3 (±0.0)
(14)丼物	14.2 (−0.1)
(15)鍋もの・おでん	14.2 (±0.0)
(16)肉の煮込み料理	14.1 (+0.1)
(17)たまご料理	13.6 (−0.1)
(18)サンドイッチ	13.6 (±0.0)
(19)まぜごはん・炊込みごはん	13.0 (−0.4)
(20)みそ汁	12.9 (−0.3)
(21)ピラフ・オムライス	12.9 (±0.0)
(22)ラーメン	12.8 (+0.2)
(23)とり唐揚げ	12.5 (+0.2)
(24)すき焼・しゃぶしゃぶ	12.4 (+0.2)
(25)うどん、きしめん	12.0 (±0.0)

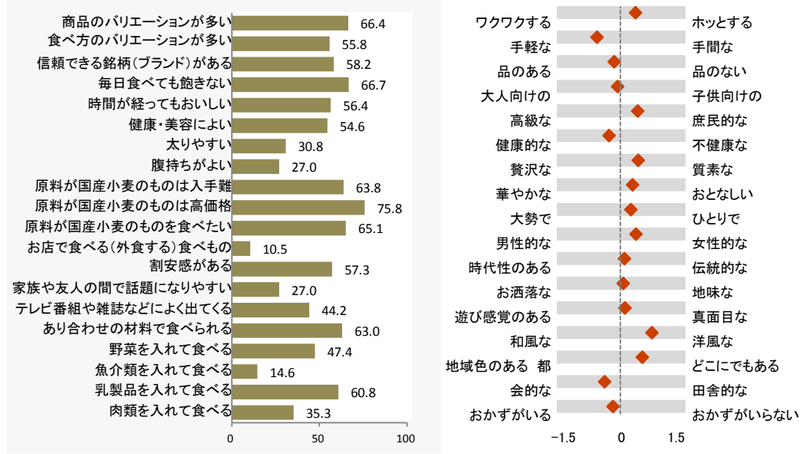
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

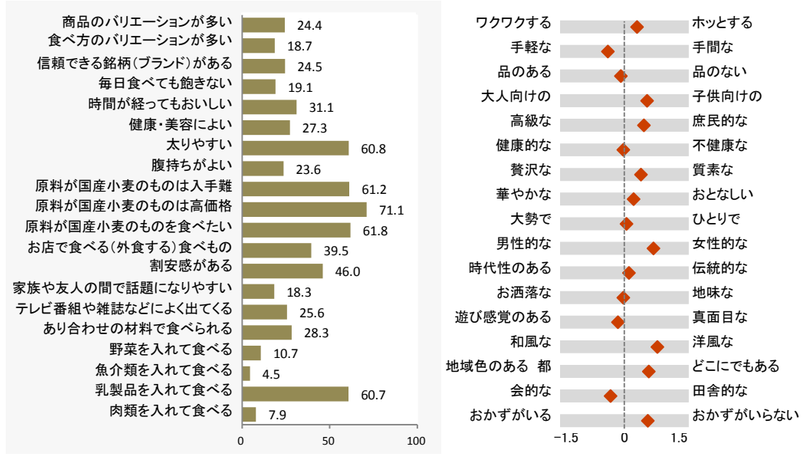
サンドイッチ



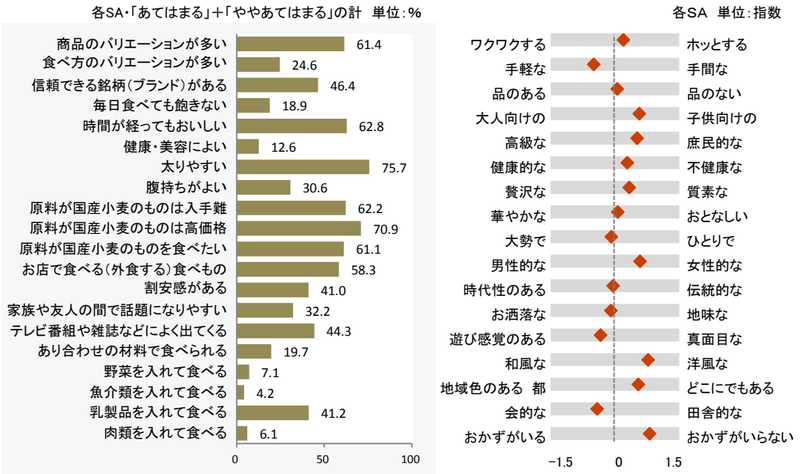
主食パン



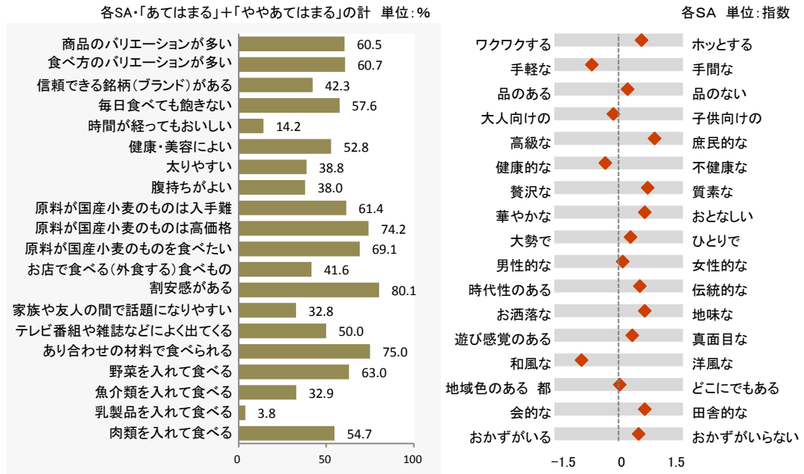
パンケーキ



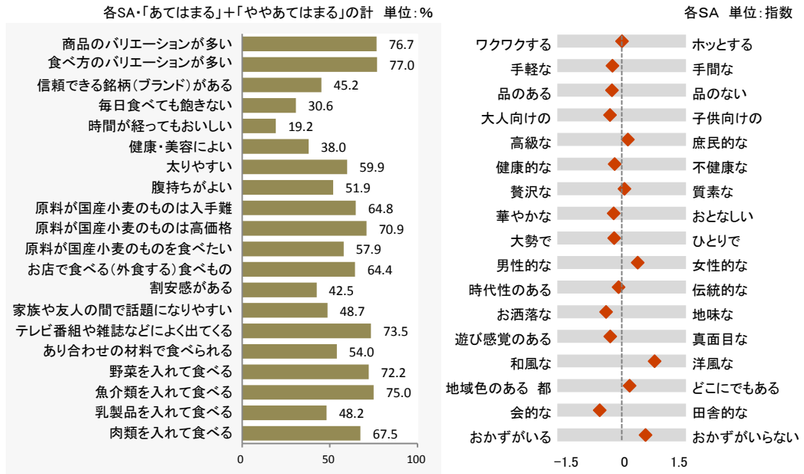
ドーナツ



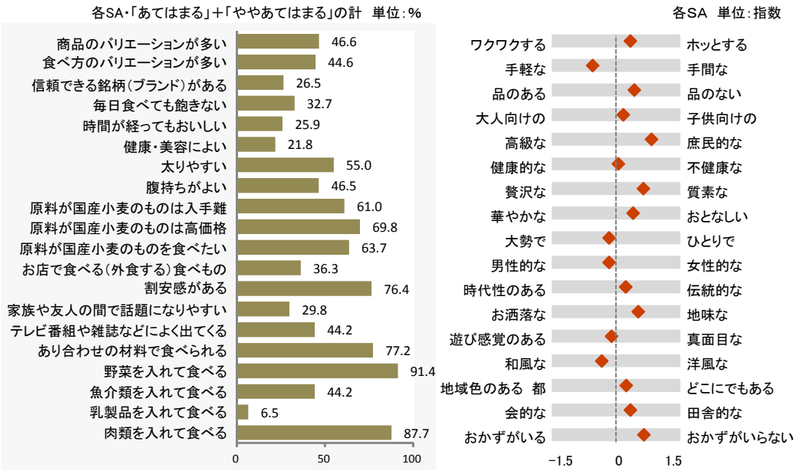
うどん



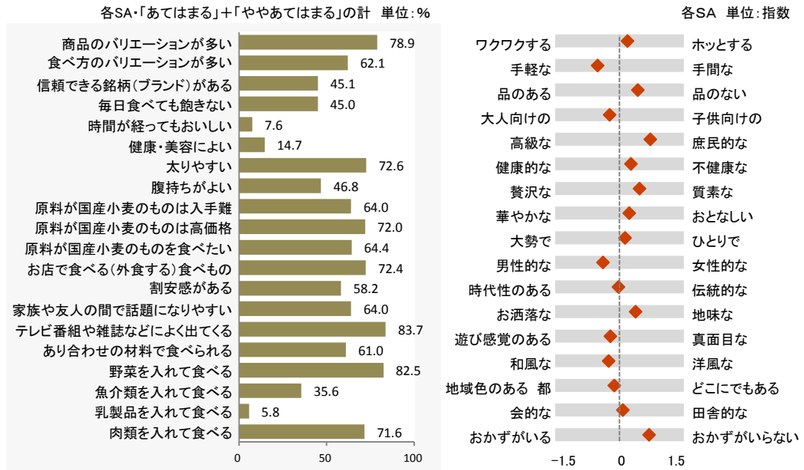
パスタ料理



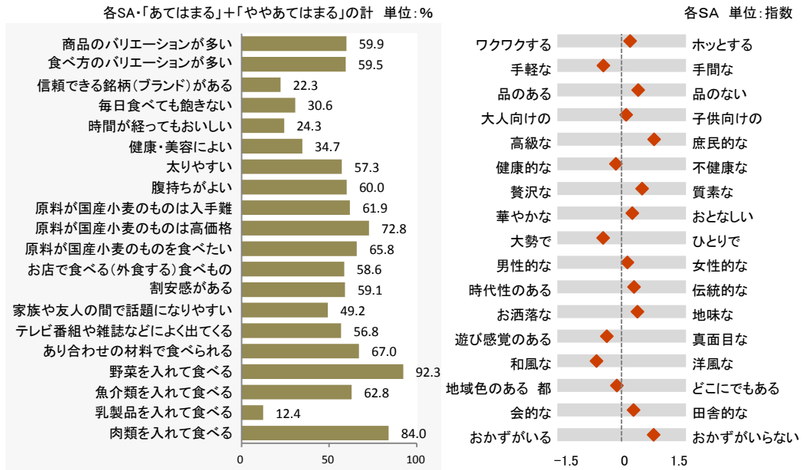
焼そば



ラーメン



お好み焼

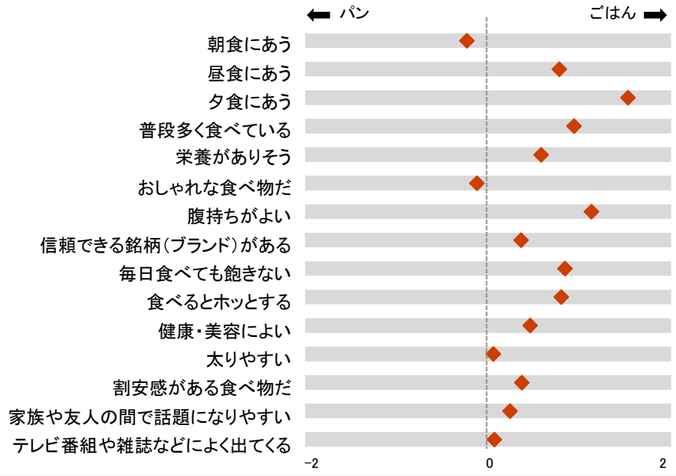


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

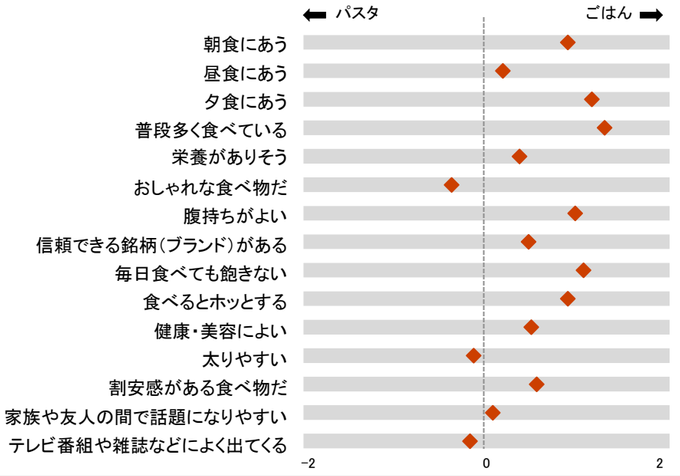
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



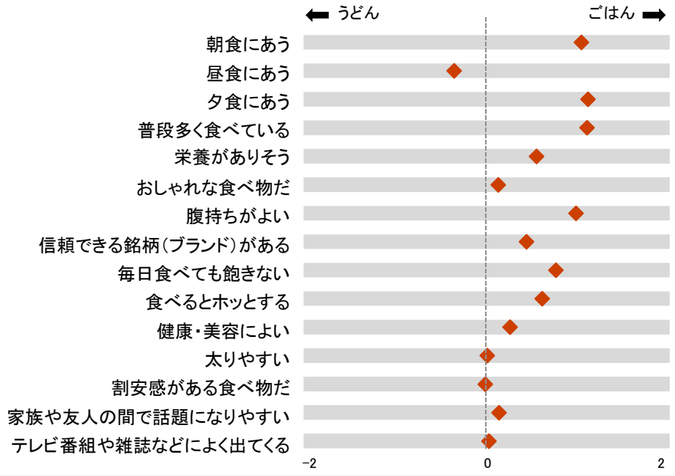
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



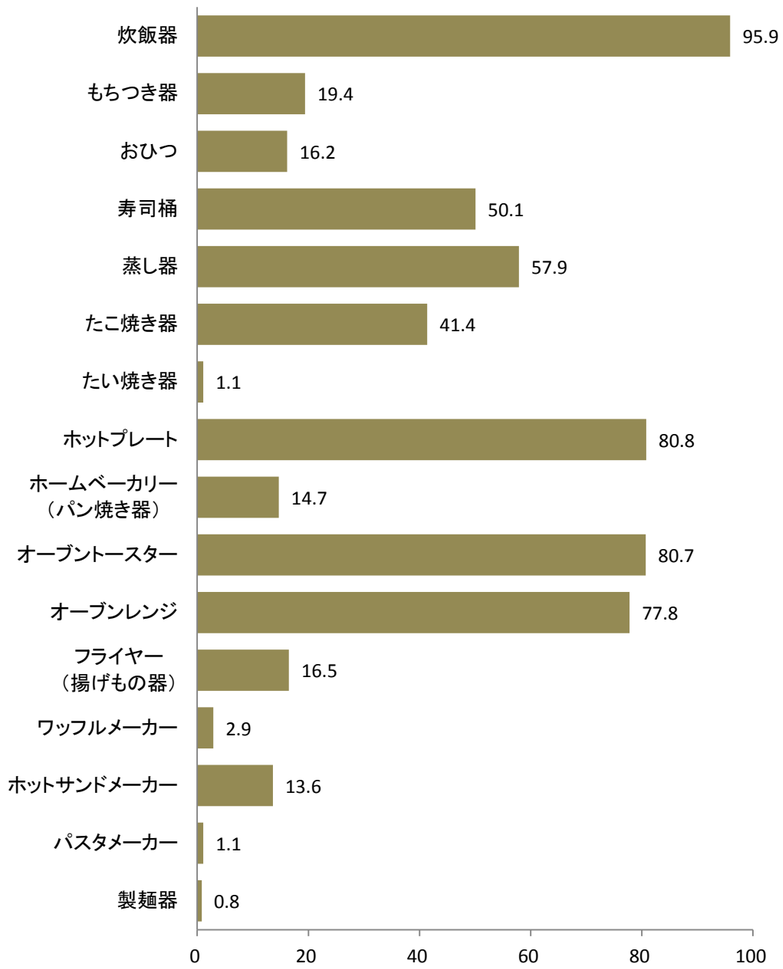
うどん vs ごはん

各SA　単位：指数



所有している調理器具

MA　単位：%

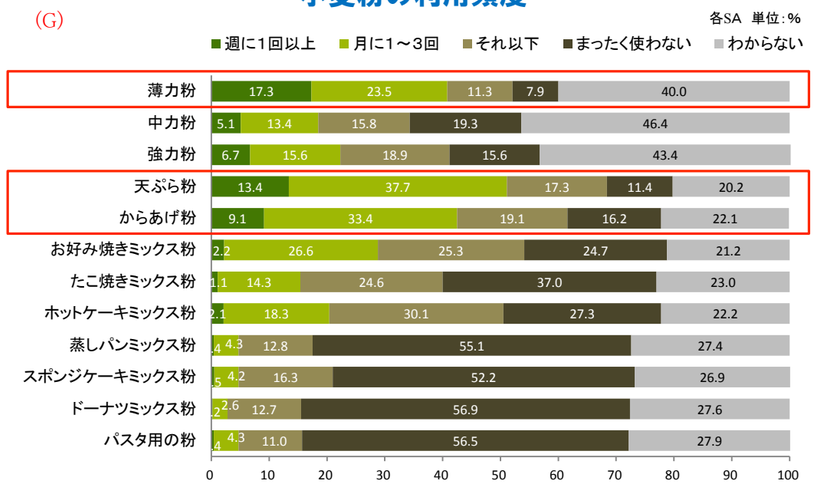


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

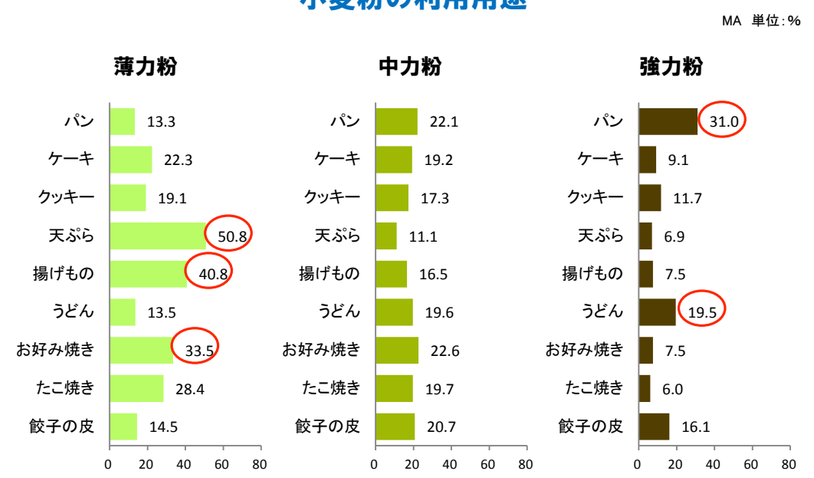
(G)

各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

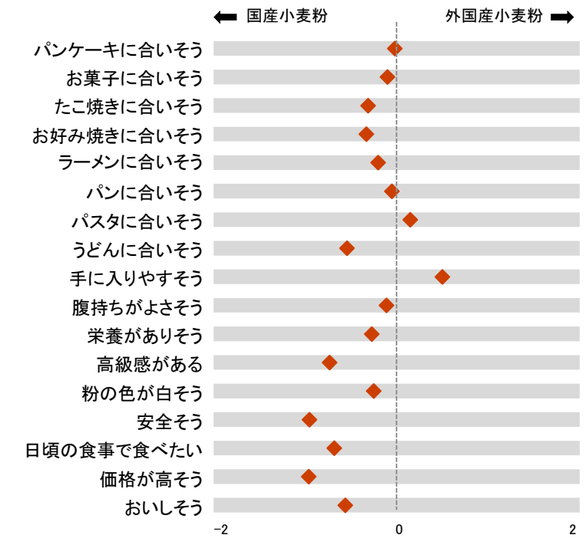
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

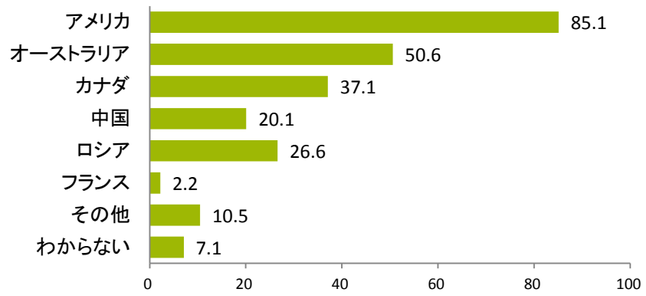
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%



６０代女性（参考値）

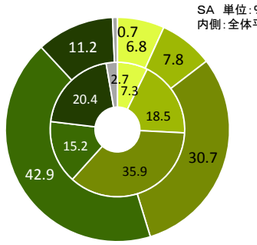
・冬調査では、朝食・昼食・夕食の摂取率いずれも95%前後で、全性年代で最も高い。(A)
・朝食・夕食は内食が9割（ほとんど自分で調理）。昼食は内食が7割（ほとんど自分で調理）、中食・外食が各1割強。全体に比べ、どの食機会でも内食が非常に多い。(B)
・一人で食べた率は、夕食の2割、昼食の4割、朝食の4割強で、全体より家族と食べた率が高い。(C)
・朝食はパン類が6割強でごはん系の3割を上回る(パン類が多めで、ごはん系が少なめ)。昼食はごはん系が4割台(冬＞夏)で、1/3前後のめん類が続く。夕食は3/4がごはん系で全体より1割多い。(D)
・全般に主食のごはん、食パン・ロールパン、うどん・きしめん、副食のみそ汁、サラダ、漬物、野菜の煮物、魚介の焼き物が全体より多い。主食の菓子パン、ラーメンは全体より少ない。(E)
・好きな食べもの、作るのが楽しい食べもの、ともに全体と同傾向で際立った特徴はない。(F)
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が8割弱、天ぷら粉が5割で、全体に比べ非常に高い。からあげ粉、ホットケーキミックス粉が3割台で続く。(G)
・薄力粉は天ぷら、揚げ物等多様なメニューに、中力粉はうどんに、強力粉はパン、うどん、餃子の皮によく使われている。(H)

プロファイル（冬調査時）

※「全体平均」とは20～59歳の平均の数値である。

家族構成

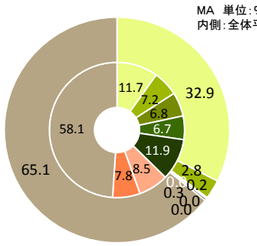
SA 単位:% 内側:全体平均



■三世代同居 ■未婚二世代同居
■既婚二世代同居 ■一世代同居
■単身者 ■その他

同居している子供

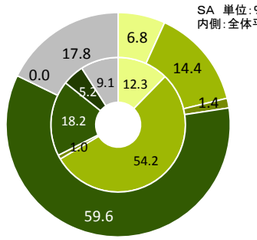
MA 単位:% 内側:全体平均



■社会人 ■大学・大学院・高専・専門学校生
■高校生・浪人生 ■中学生
■小学生 ■未就学児（3～6歳）
■乳幼児 ■同居している子供はいない

職業

SA 単位:% 内側:全体平均



■自由業・経営者 ■勤め人
■家業 ■専業主婦／主夫
■学生 ■無職・その他

食生活の実態

※参考までに「全体平均」との差の数値を付記したが、「全体平均」とは20～59歳の平均の数値である。

摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

全時間帯（平均3.0回／日）

朝食（5～10時台） (A) 95%

昼食（11～14時台） 94%

間食（15～16時台） 5%

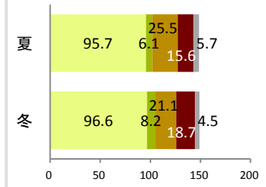
夕食（17～21時台） (A) 96%

夜食（22～翌朝4時台） 3%

調理した人は？（夏・冬比較）

■自分が家で調理
■自分以外の家族が調理
■買ってきたもの
■お店で食べた（外食）
■その他

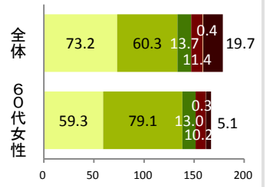
SA 単位:%
円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査



一緒に食べた人は？

■ひとりで
■家族と一緒に（同じメニュー）
■家族と一緒に（違うメニュー）
■友人や知人と一緒に
■近所・地域の人たちと一緒
■勤め先などの同僚と一緒

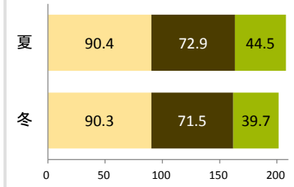
データ:冬調査 SA 単位:%
※棒グラフの全体は20～59歳の平均



主食は？（夏・冬比較）

■ごはん系 ■パン類 ■めん類

MA 単位:%



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
（ ）内は冬調査の全体平均との差

(E) 主食

①ごはん	82.3 (+10.0)*
②食パン、ロールパン	56.1 (+22.0)*
③うどん、きしめん	15.0 (+3.7)
④菓子パン	8.2 (−6.6)*
⑤パスタ料理	7.2 (−1.5)
⑤ラーメン	7.2 (−6.9)*

副食

①みそ汁	60.4 (+16.8)*
②サラダ	51.4 (+13.7)*
③漬物	41.1 (+25.3)*
④野菜の煮物	34.3 (+21.2)*
⑤魚介の焼き物	28.4 (+12.4)*

主食

①食パン、ロールパン	51.1 (+14.8)*
②ごはん	28.6 (+1.1)
③サンドイッチ	4.2 (+0.6)
④菓子パン	4.0 (−7.3)*
⑤おかゆ・おじや	2.0 (+0.8)

副食

①サラダ	25.3 (+15.0)*
①みそ汁	25.3 (+5.6)*
③たまご料理	17.5 (+5.5)*
④漬物	14.7 (+8.7)*
⑤納豆	11.9 (+3.9)

主食

①ごはん	33.2 (−1.7)
②うどん、きしめん	12.1 (+5.0)*
③食パン、ロールパン	8.2 (+3.7)
④ラーメン	6.0 (−3.7)
⑤パスタ料理	5.5 (+0.6)

副食

①みそ汁	18.7 (+4.6)
②サラダ	17.8 (+4.9)
③漬物	12.7 (+7.3)*
④野菜の煮物	12.0 (+7.1)*
⑤たまご料理	8.9 (+2.6)

主食

①ごはん	22.4 (+1.9)
②菓子パン	13.6 (+5.2)*
③食パン、ロールパン	10.1 (+5.3)*
④うどん、きしめん	4.0 (−0.5)
④ラーメン	4.0 (−3.2)

副食

①漬物	13.8 (+10.7)*
②みそ汁	11.1 (+3.9)
③サラダ	9.4 (+2.2)
④酢の物・あえ物	7.9 (+7.4)*
⑤寿司	7.5 (+5.5)*

主食

①ごはん	67.9 (+14.3)*
②うどん、きしめん	3.1 (−0.9)
③まぜごはん・炊込みご飯	3.0 (+1.1)
④食パン、ロールパン	1.9 (+0.3)
⑤パスタ料理	1.5 (−2.2)

副食

①みそ汁	36.6 (+9.7)*
②漬物	30.1 (+20.2)*
③サラダ	27.1 (+0.3)
④野菜の煮物	24.3 (+15.6)*
⑤魚介の焼き物	19.3 (+8.9)*

主食

①ごはん	29.5 (−3.0)
②ラーメン	8.1 (−1.3)
③おにぎり	6.9 (+2.7)
④その他の麺	6.2 (+5.1)*
⑤菓子パン	5.6 (+0.8)

副食

①サラダ	19.3 (+4.8)
②野菜の煮物	18.9 (+13.6)*
③漬物	15.8 (+10.5)*
④みそ汁	15.4 (+0.7)
⑤納豆	9.4 (+4.6)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
（ ）内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	12.7 (+12.4)*
②豆腐・豆腐料理	26.1 (+11.9)*
③サラダ	60.1 (+8.7)*

冬メニュー

①みそ汁	60.4 (−10.6)*
②うどん、きしめん	15.0 (−8.5)*
③鍋もの・おでん	9.1 (−7.5)*

夏メニュー

①サラダ	29.6 (+4.3)
②菓子パン	5.9 (+1.9)
③ハム、ソーセージ	10.8 (+1.0)

冬メニュー

①みそ汁	25.3 (−3.5)
②ごはん	28.6 (−2.5)
③蒸し野菜・ゆで野菜	6.5 (−2.2)

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	10.3 (+10.0)*
②豆腐・豆腐料理	5.0 (+3.1)
③その他の麺	3.2 (+2.4)

冬メニュー

①みそ汁	18.7 (−8.4)*
②うどん、きしめん	12.1 (−6.4)*
③ごはん	33.2 (−5.5)*

夏メニュー

①サラダ	22.8 (+13.4)*
②野菜の煮物	13.0 (+8.3)*
③ごはん	27.8 (+5.4)*

冬メニュー

①食パン、ロールパン	10.1 (−8.6)*
②寿司	7.5 (−6.7)*
③蒸し野菜・ゆで野菜	6.5 (−3.9)

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理	21.1 (+9.2)*
②サラダ	34.3 (+7.2)*
③野菜いため	15.2 (+3.7)

冬メニュー

①鍋もの・おでん	7.9 (−6.9)*
②みそ汁	36.6 (−6.2)*
③蒸し野菜・ゆで野菜	14.7 (−4.8)

夏メニュー

①刺身	13.4 (+10.9)*
②豆腐・豆腐料理	11.1 (+7.8)*
③しょうが焼き	6.6 (+6.6)*
③寿司	9.1 (+6.6)*

冬メニュー

①ごはん	29.5 (−13.2)*
②野菜の煮物	18.9 (−13.0)*
③ラーメン	8.1 (−8.1)*

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
（ ）内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

夏の飲酒率： 27.7%

①ビール／発泡酒	75.0 (−1.3)
②ワイン	10.5 (+1.6)

冬の飲酒率： 26.2%

①ビール／発泡酒	58.3 (−7.5)*
②ワイン	17.9 (+4.8)

夏の飲酒率： 1.8%

①ビール／発泡酒	52.4 (−10.7)*
②日本酒	15.8 (+10.6)*

冬の飲酒率： 1.8%

①ビール／発泡酒	60.9 (−0.2)
〔焼酎	17.8 (−1.5)〕
②ワイン	7.7 (−6.7)*

夏の飲酒率： 2.0%

①ビール／発泡酒	76.5 (+3.8)
②日本酒	8.1 (+3.7)

冬の飲酒率： 1.3%

①ビール／発泡酒	62.7 (+3.0)
②ワイン	20.9 (+9.5)*

夏の飲酒率： 10.2%

①ビール／発泡酒	44.9 (−23.7)*
②ワイン	18.8 (+2.5)

冬の飲酒率： 11.1%

①ビール／発泡酒	68.2 (+9.1)*
〔焼酎	38.9 (+28.3)*〕
②ウィスキー／ブランデー	9.7 (+3.2)

夏の飲酒率： 26.6%

①ビール／発泡酒	75.4 (−0.7)
②ワイン	10.6 (+2.0)

冬の飲酒率： 25.0%

①ビール／発泡酒	57.1 (−8.4)*
②ワイン	18.5 (+5.6)*

夏の飲酒率： 32.0%

①ビール／発泡酒	67.9 (−4.8)
②日本酒	18.4 (+13.2)*

冬の飲酒率： 24.8%

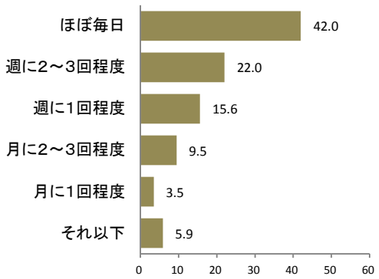
①ビール／発泡酒	58.7 (−6.3)*
②ウィスキー／ブランデー	22.5 (+15.0)*

パンの利用実態

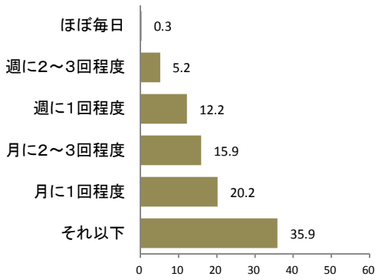
パンの消費頻度

SA　単位：%

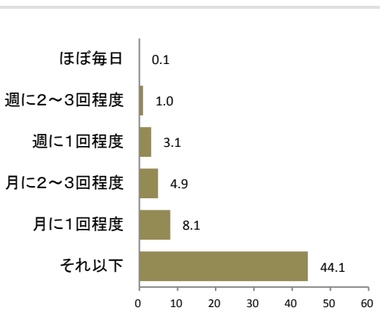
食パン



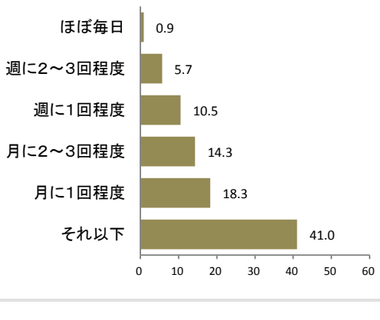
フランスパン



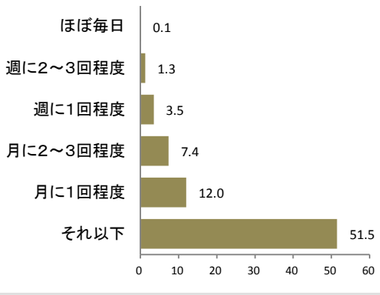
ベーグル



ロールパン



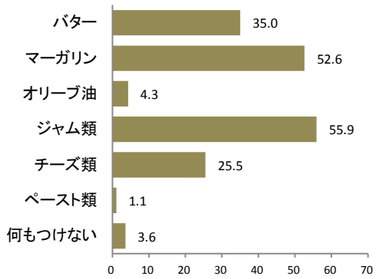
マフィン



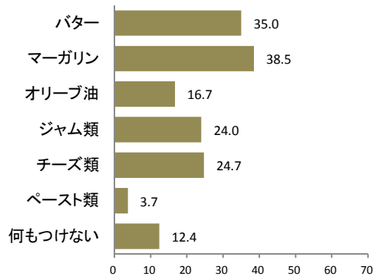
パンにつけるもの

SA　単位：%

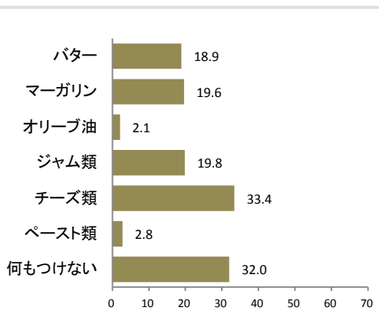
食パン



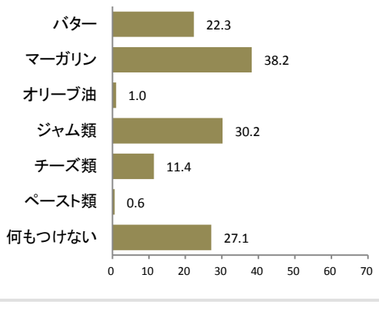
フランスパン



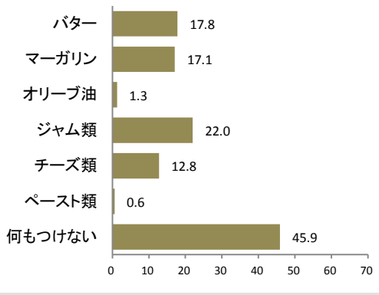
ベーグル



ロールパン



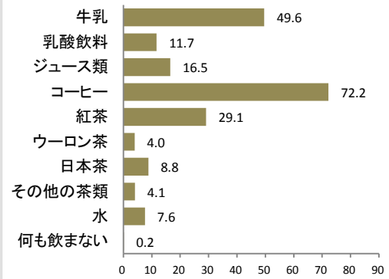
マフィン



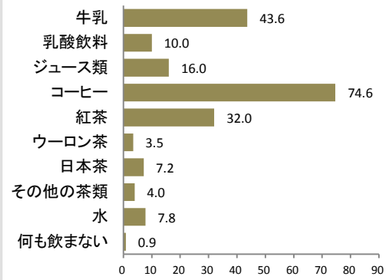
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

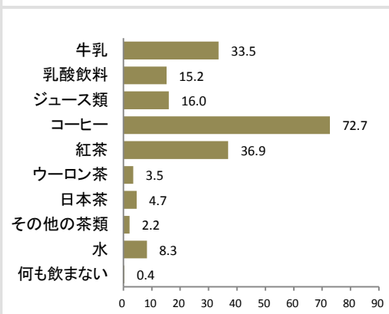
食パン



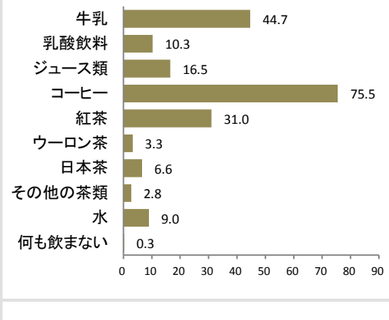
フランスパン



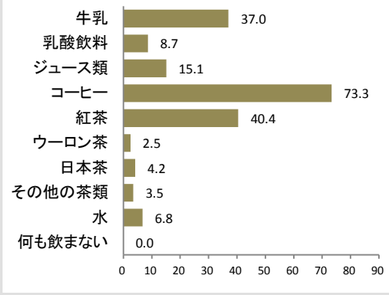
ベーグル



ロールパン



マフィン

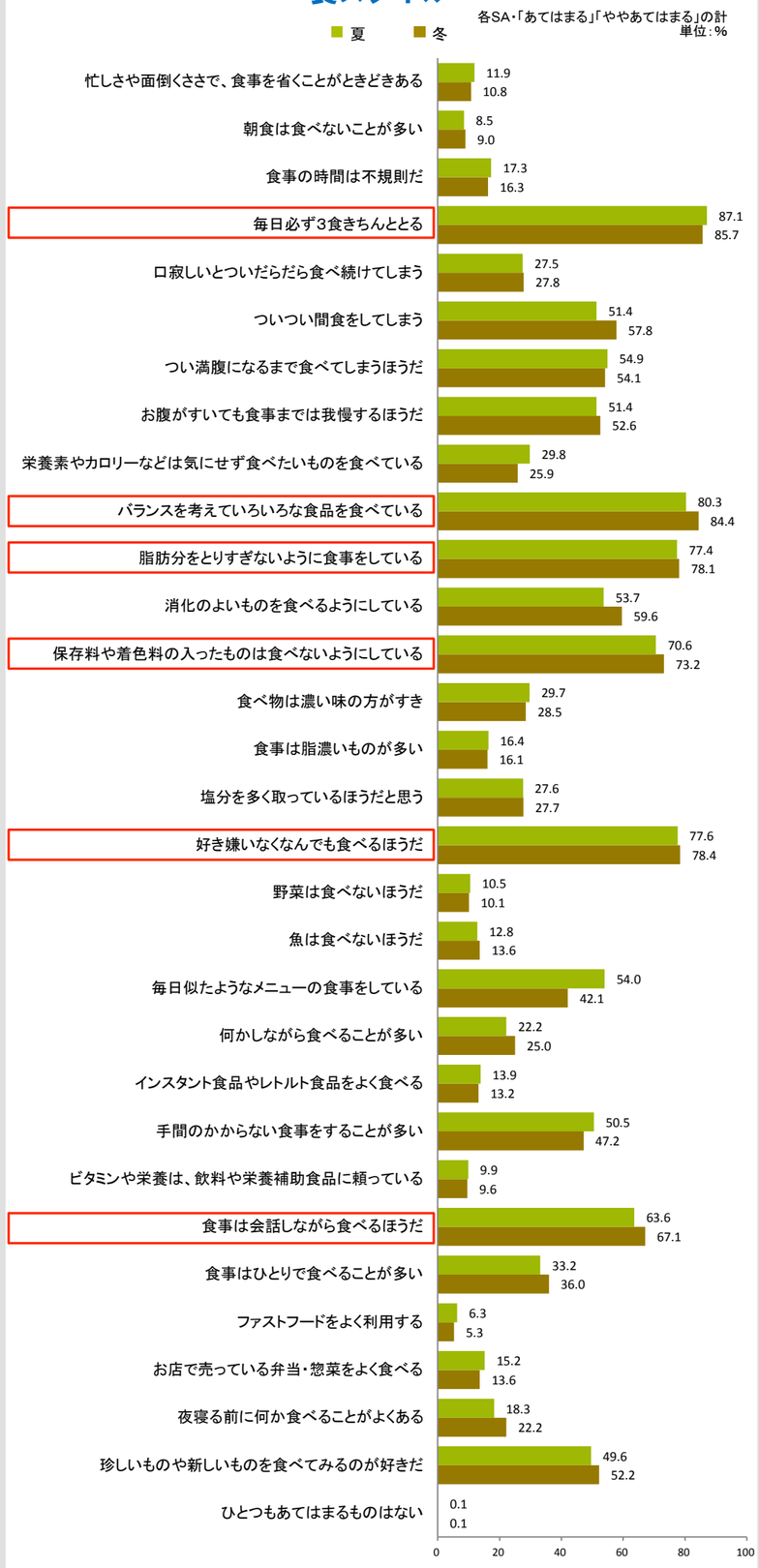


食生活

※参考までに「全体平均」との差の数値を付記したが、「全体平均」とは20～59歳の平均の数値である。

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(F) 好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（１）寿司	75.8（－0.1）
（２）ごはん	70.4（＋0.2）
（３）焼肉	66.9（±0.0）
（４）刺身	66.1（－0.4）
（５）カレー（ライス）	63.7（－0.2）
（６）ラーメン	63.5（－0.4）
（７）パスタ料理	63.4（－0.3）
（８）とり唐揚げ	62.1（＋0.3）
（９）サラダ	61.5（－0.6）
（10）うどん、きしめん	61.1（－0.5）
（11）ハンバーグ	57.4（＋0.3）
（12）みそ汁	57.0（－0.3）
（13）ぎょうざ・シュウマイ	57.0（±0.0）
（14）お好み焼	56.6（＋0.1）
（15）焼き鳥	56.5（±0.0）
（16）しょうが焼き	56.1（－0.2）
（17）天ぷら	54.6（＋0.2）
（18）サンドイッチ	54.5（＋0.1）
（19）ステーキ	53.7（－0.2）
（20）魚介の焼き物	53.2（＋0.3）
（21）すき焼・しゃぶしゃぶ	53.1（－0.1）
（22）とんかつ	53.0（－0.1）
（23）たこ焼き	53.0（－0.1）
（24）そば	51.9（－0.8）
（25）ピザ	51.6（－0.3）

(F) 作るのが楽しい食べもの TOP25

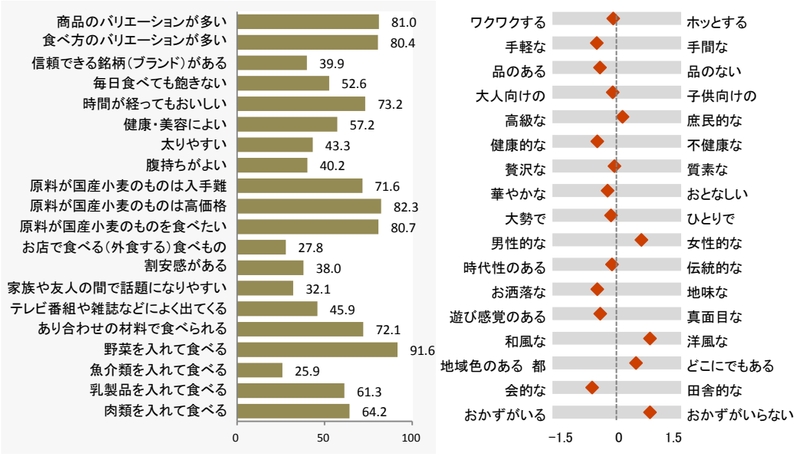
SA　単位：%

（１）カレー	33.4（－0.2）
（２）パスタ料理	28.3（＋0.1）
（３）チャーハン	22.9（－0.2）
（４）お好み焼	21.7（－0.1）
（５）ハンバーグ	18.5（＋0.4）
（６）シチュー	17.6（＋0.1）
（７）焼そば	16.3（－0.1）
（８）たこ焼き	15.4（＋0.2）
（９）サラダ	15.3（－0.2）
（10）焼肉	15.3（±0.0）
（11）野菜いため	15.2（－0.3）
（12）しょうが焼き	14.3（－0.1）
（13）ぎょうざ・シュウマイ	14.3（±0.0）
（14）丼物	14.2（－0.1）
（15）鍋もの・おでん	14.2（±0.0）
（16）肉の煮込み料理	14.1（＋0.1）
（17）たまご料理	13.6（－0.1）
（18）サンドイッチ	13.6（±0.0）
（19）まぜごはん・炊込みごはん	13.0（－0.4）
（20）みそ汁	12.9（－0.3）
（21）ピラフ・オムライス	12.9（±0.0）
（22）ラーメン	12.8（＋0.2）
（23）とり唐揚げ	12.5（＋0.2）
（24）すき焼・しゃぶしゃぶ	12.4（＋0.2）
（25）うどん、きしめん	12.0（±0.0）

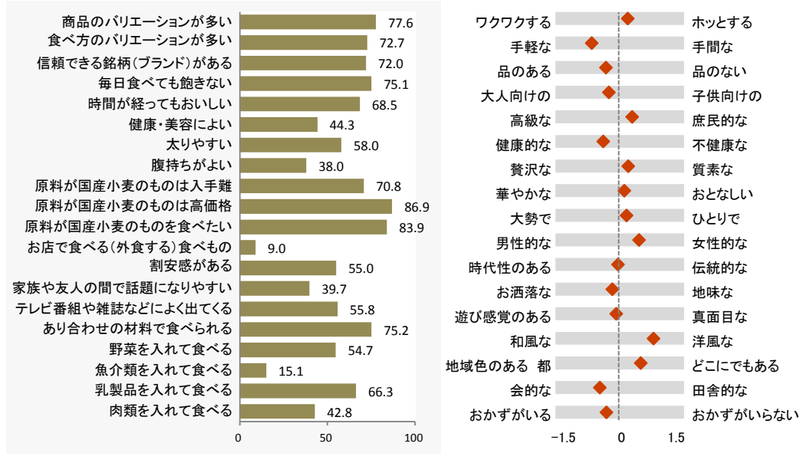
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

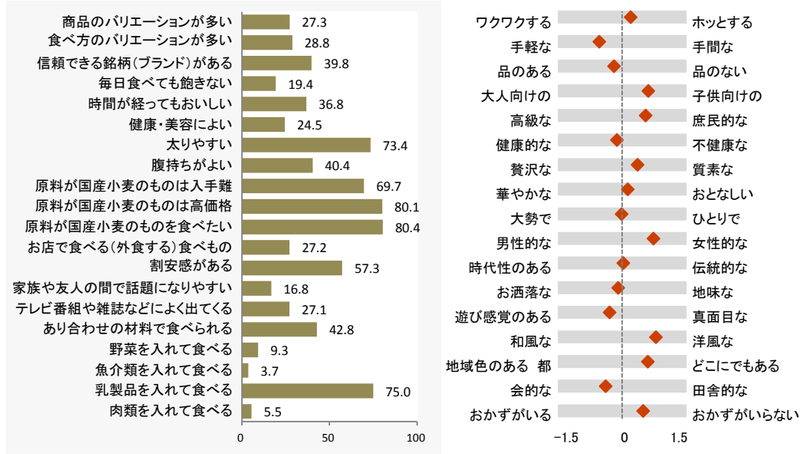
サンドイッチ



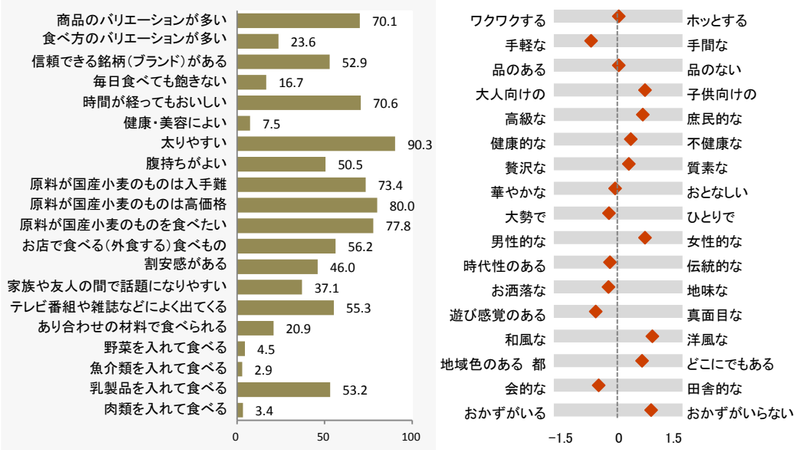
主食パン



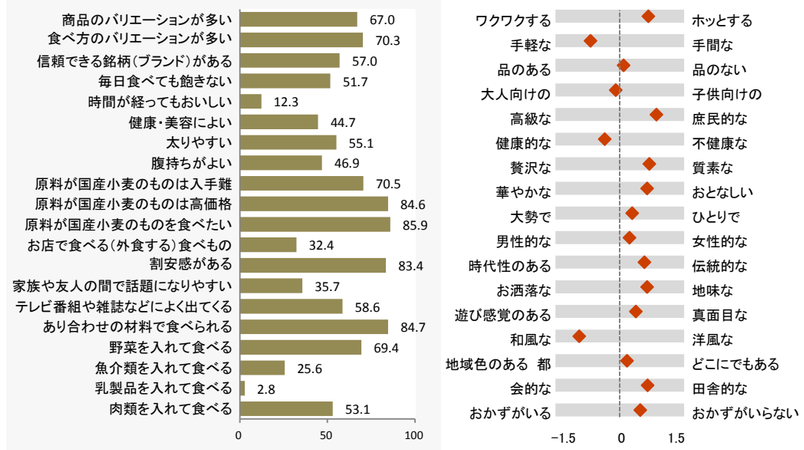
パンケーキ



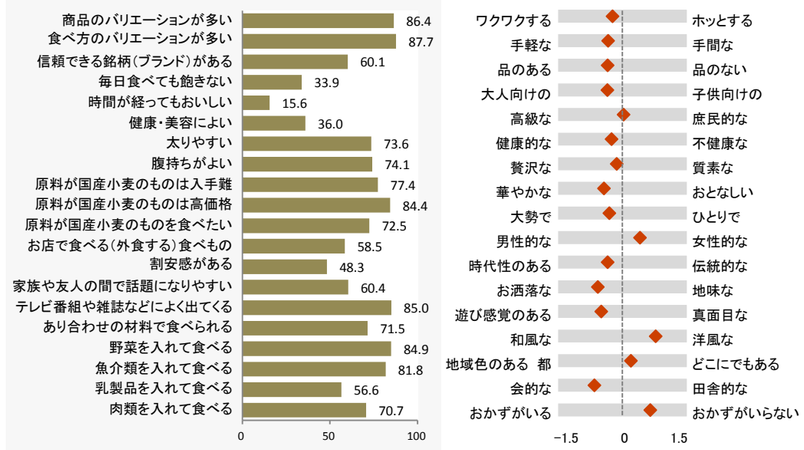
ドーナツ



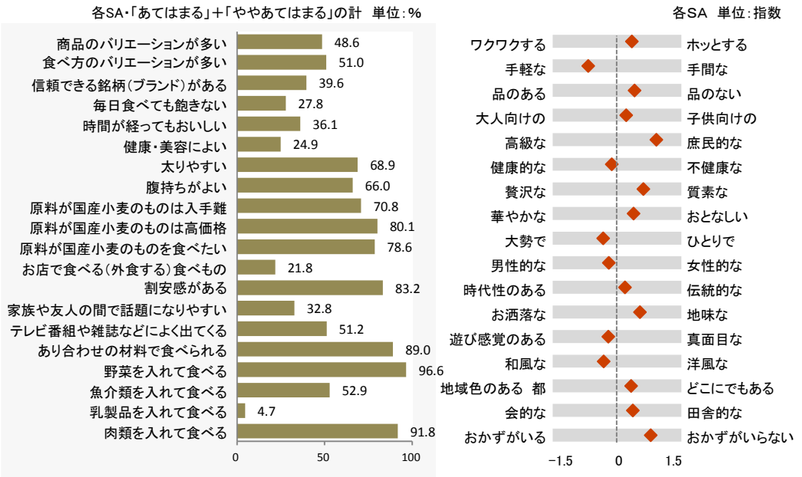
うどん



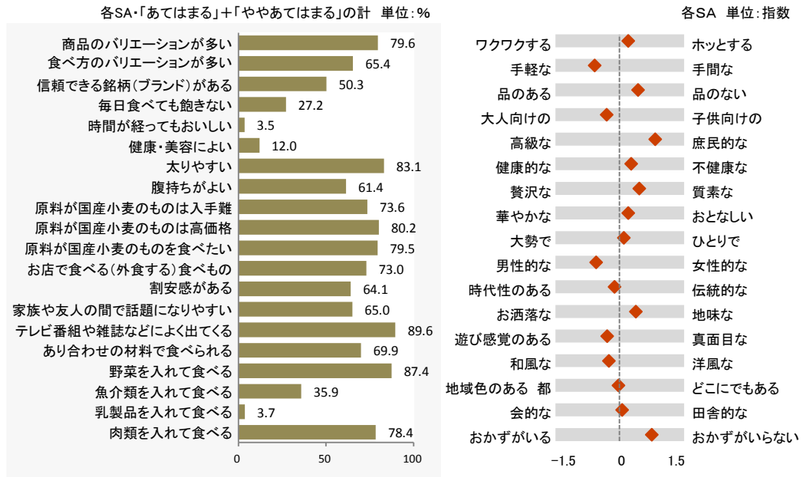
パスタ料理



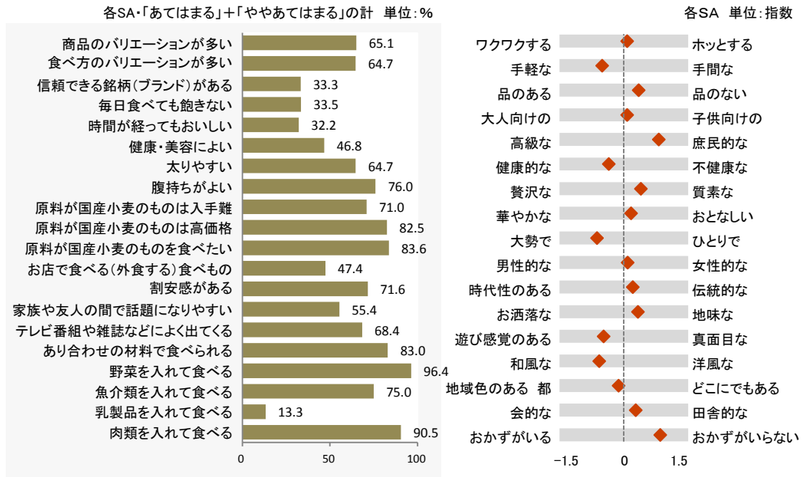
焼そば



ラーメン



お好み焼

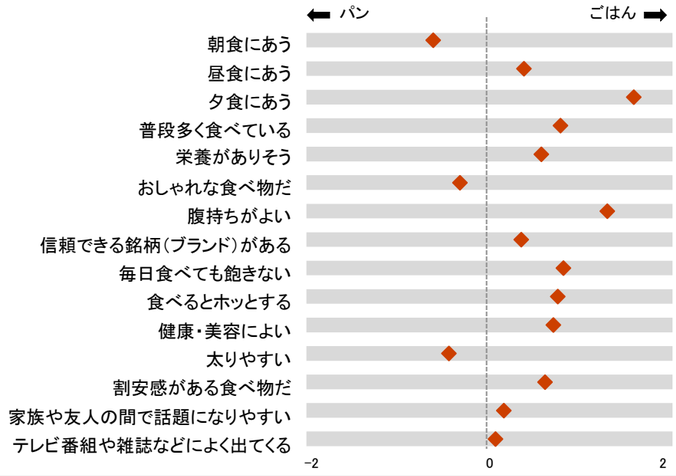


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

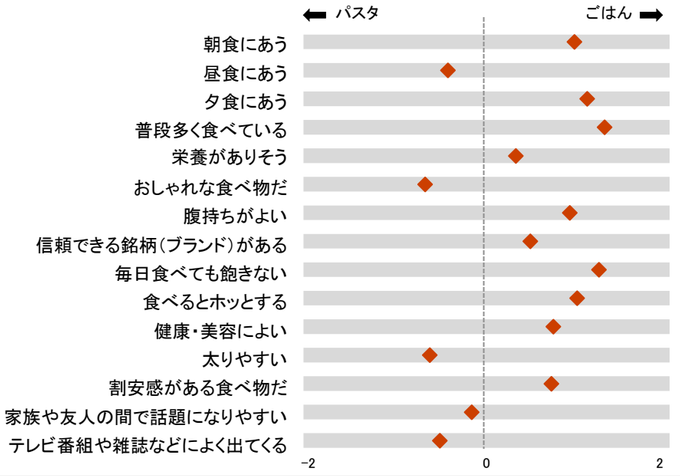
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



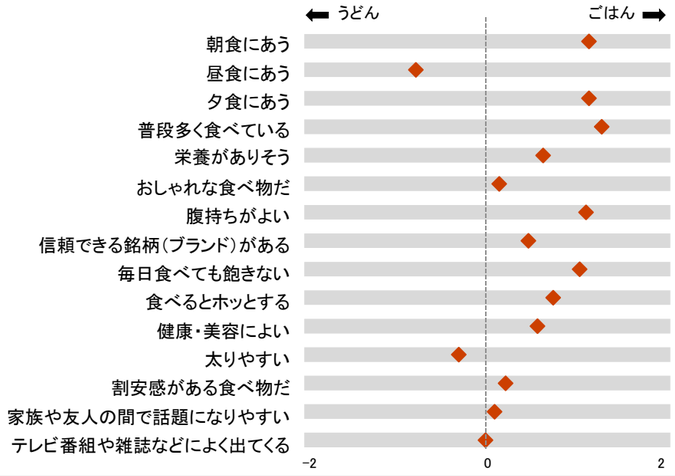
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



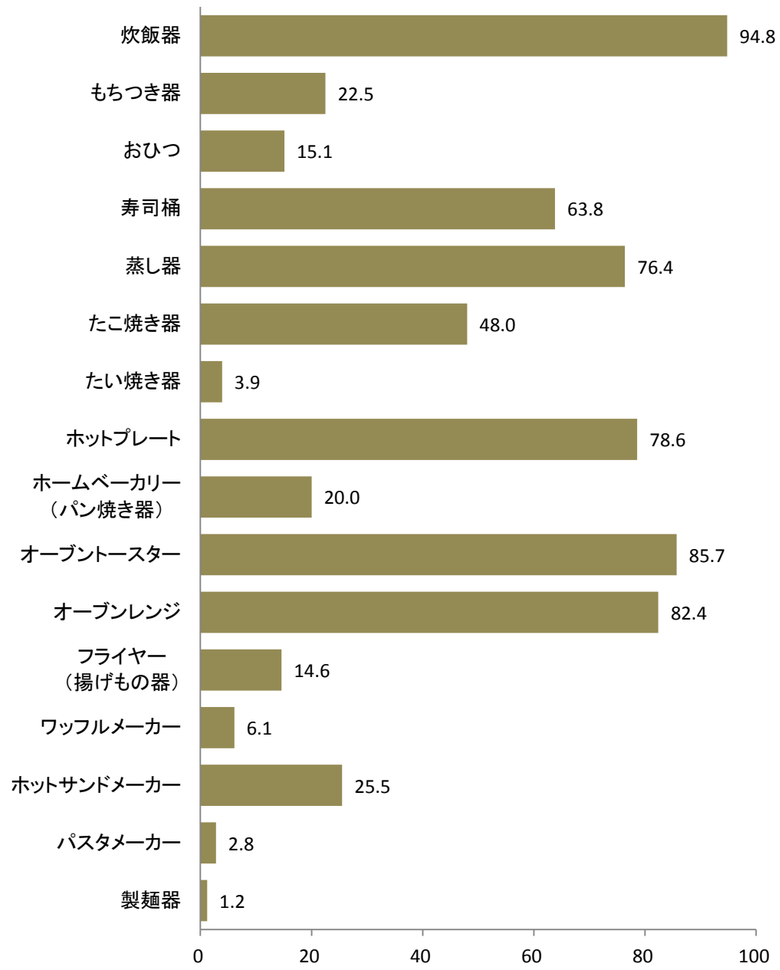
うどん vs ごはん

各SA　単位：指数



所有している調理器具

MA　単位：%

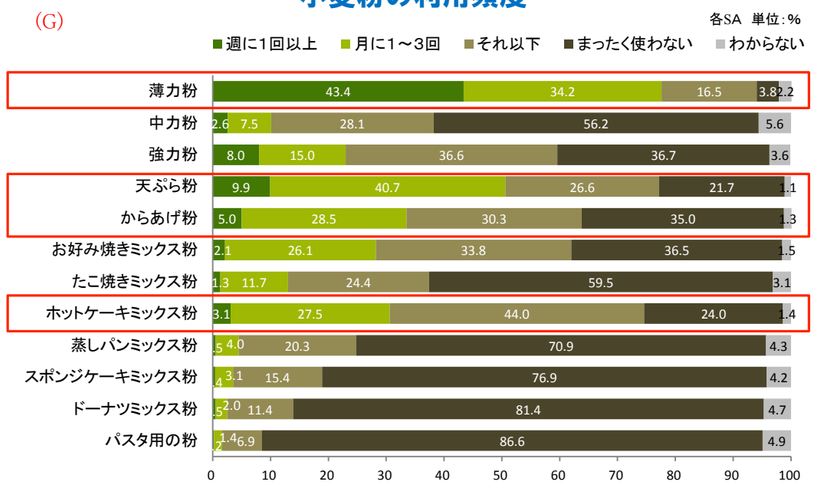


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

(G)

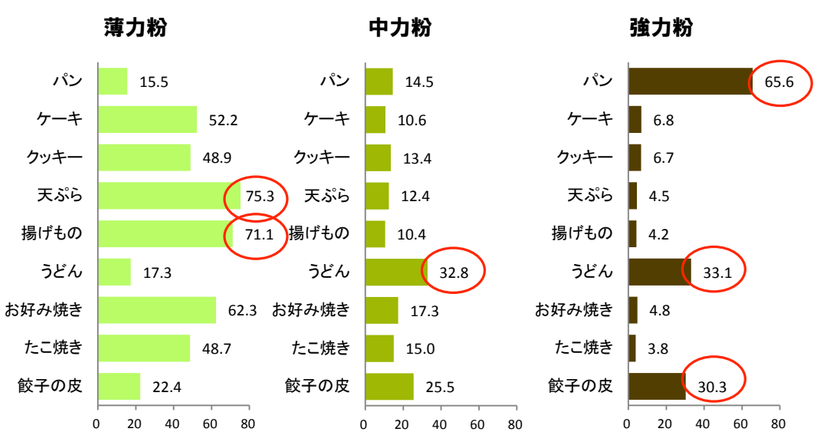
各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

(H)

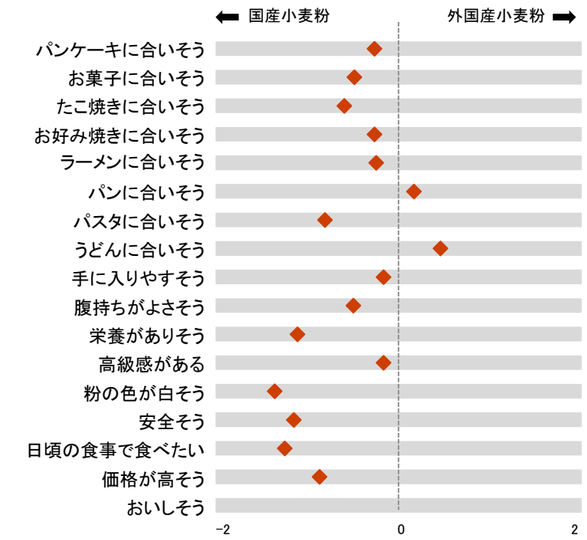
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

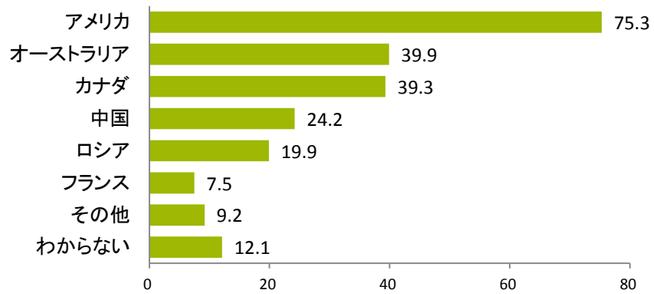
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%



4. クラスター

まとめ〔クラスター〕

現状、最も大きなクラスターは、クラスター2（人口比率20.2％）の「食生活アウトロー派」である。だが、小麦食の市場拡大という側面からみると、このクラスターには魅力がない。

最も魅力あるクラスターは、パン好きの女性50代を抱えるクラスター3（人口比率13.0％）の「食の教科書派」と、クラスター1（人口比率15.8％）の「健食優等生」である。どちらとも、健康的な食生活を指向し、実践の深度に差があるだけであるため、そのボリュームは28.0％と最大食スタイル派閥となる。

このクラスターに、健康づくりに役立つ小麦食のより良き印象を訴求し、また、健康づくりに役立つ良き商品を提供することで、女性50代（含む60代）の消費力を梃子に、市場拡大を目指すのが、効率的かつ効果的な方策である。考えてみれば、1980年代にグルメを堪能した「ハナコ世代」が、この年齢ステージある。ハナコ世代の旺盛な消費意欲と食欲を基盤として、消費拡大につなげていくことも、戦略的な選択になっていくことだろう。

■摂取率

・朝食も夕食も摂取率が95％前後で非常に高いのが「健食の教科書派」「ついつい間食お楽しみ派」「健食優等生派」「大食漢王道派」。低いのが、「わかっちゃいるけど不規則食派」「食生活アウトロー派」で、朝食はそれぞれ50％、54％しか摂っていない。昼食・夕食は83-5％。一方、夜食は18-20％と高い。

・昼食・夕食は、 「健食の教科書派」 「健食優等生派」 「ついつい間食お楽しみ派」 「大食漢王道派」

■調理した人は？

・「自分が家で調理」が最も高いのが、 「ついつい間食お楽しみ派」。ついで、「おひとりさまテキトー食派」。

・「自分以外の家族に調理」してもらうことが多いのが、「大食感王道派」、ついで「健食の教科書派」と「健食優等生派」。

・「買ってきたもの」を食べるのは「食生活アウトロー派」 「おひとりさまテキトー食派」。

・「お店で食べる」ことが最も多いのが 「食生活アウトロー派」で夕食は17％が外食。

■一緒に食べた人は？

・朝・昼・夜とも「家族と一緒に」食べているのが、 「ついつい間食お楽しみ派」 「大食感王道派」 「健食優等生派」 「健食の教科書派」。

・「ひとりで」食べているのが、 「おひとりさまテキトー食派」 （朝食8割、昼食6割強、夕食6割弱） と「食生活アウトロー派」（朝食７割、昼食５割強、夕食４割）。

■主食は？

・パン、ごはんとも全体より多いのが「健食の教科書派」 「ついつい間食お楽しみ派」。

・パンが全般的に多いのが 「健食優等生派」 「おひとりさまテキトー食派」。

・パン、ごはんともに低いのが「わかっちゃいるけど不規則派」と 「食生活アウトロー派」 。

■メニューランキング

・主食メニューでは「ごはん」１位、「主食パン」が２位。 共に「健食の教科書派」 「ついつい間食お楽しみ派」 で値が高い。

・「みそ汁」が上位にランキングされている。そのうち全体平均より値が高いのが「健食の教科書派」 （＋12.4）、 「ついつい間食お楽しみ派」 （＋ 11.7）、「健食優等生派」 （＋5.3）、低いのが「食生活アウトロー派」 （-10.8）、 「わかっちゃいるけど・不規則派」（-8.1）。

■お酒

・飲酒率が一番高いのが、 「健食の教科書派」 （34.8％）で焼酎・ワインが高め。次が 「わかっちゃいるけど・不規則派」で（33.0％）。

・低めなのは「おひとりさまテキトー食派」 （23.3％）。

クラスター1
15.8%
健食優等生派

規則正しい食生活を意識・実践

・ 40-50代女性、専業主婦が相対的に多い。

・食スタイルを見ると「毎日必ず3食きちんととる」「食事は会話をしながら食べるほうだ」が全体より10%以上高い。
・一方で、「朝食は食べないことが多い」「食事の時間は不規則だ」「食事はひとりで食べることが多い」「食べ物は脂濃いものが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「食べ物は濃い味の方がすき」は全体より20%以上低い。また、中食やインスタント食品等の利用率が低く、間食や食べ過ぎも少ない方である。
・昼食・夕食の摂取率は95%、朝食も93%と非常に高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理) が8割、中食(買ってきたもの)が2割弱。夕食も内食が8割強、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割で、内食が高め。
・朝食・昼食・夕食とも一人で食べている率は低く、家族と食べる率が高い。
・主食は全般にパンが、夕食ではごはんが全体に比べ多い。また、みそ汁の摂取率が高い。
・冬の飲酒率は平均的である。

クラスター2
20.1%
食生活アウトロー派

不規則な食生活の上、手抜き高カロリー偏食

・20-30代男性、単身者の比率が非常に高く、専業主婦が少ない。

・食スタイルをみると、「朝食は食べないことが多い」「忙しさや面倒くささで食事を省くことが時々ある」「食事の時間は不規則だ」「お店で売っている弁当・惣菜をよく食べる」「インスタント食品やレトルト食品をよく食べる」「ファストフードをよく利用する」が全体より20%以上高い。また、「食べ物は脂濃いものが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「食べ物は濃い味の方がすき」「栄養素やカロリー等は気にせずとにかく食べたい」も20%以上上回る。
・一方で、「毎日必ず3食きちんととる」「脂肪分をとりすぎないように食事をしている」「バランスを考えて いろいろな食品を食べている」は全体より20%以上低い。
・昼食・夕食の摂取率は84%と低く、朝食は54%と非常に低い。夜食は20%と高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理) が6割、中食(買ってきたもの)が35%。夕食も内食が6割強、中食・外食が各2割弱。昼食は内食が4割、中食・外食が3割前後で、内食が少ない。
・夕食の4割、昼食の5割強、朝食の7割が一人で食べられており、全体と比べ高い。
・主食は全般にパンが、夕食ではごはんが全体に比べ少ない。また、みそ汁、サラダの摂取率が低い。
・冬の飲酒率は平均的である。

クラスター3
13.0%
健食の教科書派

規則正しい食生活、低カロリーで バランスのよい食の模範生

・50代男女、既婚二世代同居が相対的に多い。

・食スタイルをみると、「毎日必ず3食きちんととる」(97%)「お腹がすいても食事までは我慢するほうだ」「脂肪分をとりすぎないように食事をしている」「バランスを考えていろいろな食品を食べている」「保存料や着色料の入ったものは食べないようにしている」が全体より20%以上高い。
・一方で、「朝食は食べないことが多い」「忙しさや面倒くささで食事を省くことが時々ある」「お店で売っている弁当・惣菜をよく食べる」「ファストフードをよく利用する」「口寂しいとついだらだら食べ続けてしまう」は10%以下で、全体より20%以上低い。「食べ物は脂濃いものが多い」「栄養素やカロリー等は気にせずとにかく食べたい」も20%以上下回る。
・摂取率は朝食・昼食・夕食いずれも95%前後と非常に高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理) が8割強、中食(買ってきたもの)が1割強。夕食も内食が85%、外食が1割弱。昼食は内食が6割弱、外食が2割で、内食の比率が高い。
・朝食・昼食・夕食とも一人で食べている率は低く、家族と食べる率が高い。
・主食は全般にごはん、パンが全体より多い。みそ汁、サラダ、卵料理、漬物、焼き魚の摂取率が高い。
・冬の飲酒率は全体より高く、特に焼酎、ワインが高め。

クラスター4
11.7%
ついつい間食お楽しみ派

バランスよい食生活だが、いろんなものを食べるのが大好き

・女性が7割を占め、特に30-40代の比率が高い。小学生以下の子供のいる世帯、専業主婦が全体より多い。

・食スタイルをみると、「毎日必ず3食きちんととる」(99%)「バランスを考えていろいろな食品を食べている」「食事は会話をしながら食べるほうだ」「珍しいものや新しいものを食べてみるのが好きだ」が全体より20%以上高い。一方、「ついつい間食をしてしまう」「口寂しいとついだらだら食べ続けてしまう」も20%以上上回る。
・「朝食は食べないことが多い」「食事の時間は不規則だ」「食事はひとりで食べることが多い」は全体より20%以上低い。
・摂取率は朝食・昼食・夕食いずれも95%前後と非常に高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理) が8割強、中食(買ってきたもの)が1割強。夕食も内食が8割強、外食が1割弱。昼食は内食が6割強、中食・外食が各2割弱で、内食の比率が高い。
・朝食・昼食・夕食とも一人で食べている率は低く、家族と食べる率が高い。
・主食は全般にパン、ごはんが全体より多い。みそ汁、サラダ、卵料理、漬物の摂取率が高い。
・冬の飲酒率は平均的だが、ワインが高め。

クラスター5
19.5%
おひとりさまテキトー食派

ひとりで食べるから、手間いらずのテキトー食

・性年代の特徴はないが、単身者が多い。

・食スタイルをみると、「食事はひとりで食べることが多い」「毎日似たようなメニューの食事をしている」「手間のかからない食事をすることが多い」が全体より20%以上高い。「インスタント食品やレトルト食品をよく食べる」「口寂しいとついだらだら食べ続けてしまう」も全体を10%以上上回るが、「毎日必ず3食きちんととる」も同様。
・一方で、「食事は会話をしながら食べるほうだ」は全体より20%以上、「バランスを考えていろいろな食品を食べている」は10%以上低く、好き嫌いも激しい傾向。
・摂取率は朝食・昼食・夕食いずれも9割前後。
・朝食は内食(自分か家族が調理) が2/3、中食(買ってきたもの)が3割弱。夕食は内食が7割、中食・外食が各15%前後。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。
・夕食の6割弱、昼食の6割、朝食の8割が一人で食べられており、全体と比べ非常に高い。
・主食は全般にパンが全体に比べ多く、夕食のごはんが少ない。また、みそ汁の摂取率が低い。
・冬の飲酒率は全体より低め。

クラスター6
9.1%
大食漢王道派

食生活は規則正しいが、高カロリーでメタボ一直線

・40-50代男性がやや多く、逆に40-50代女性はやや少ない。小学生以下の子供のいる世帯が全体より多い。

・食スタイルをみると、「毎日必ず3食きちんととる」(97%) が全体より20%以上高いが、「食べ物は脂濃いものが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「食べ物は濃い味の方がすき」「栄養素やカロリー等は気にせずとにかく食べたい」も20%以上上回る。中食やインスタント食品等の利用率も高く、食べ過ぎる傾向。
・一方で、「朝食は食べないことが多い」「食事はひとりで食べることが多い」「脂肪分をとりすぎないように食事をしている」は全体より20%以上低い。
・摂取率は朝食・昼食・夕食いずれも95%前後と非常に高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割強。夕食は内食が8割、中食・外食が各1割。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。
・朝食・昼食・夕食とも一人で食べている率は低く、家族と食べる率が高い。
・主食は全般にごはん、パンともに全体に比べやや多い。
・冬の飲酒率は平均的だが、ビール／発泡酒が高い。

クラスター7
10.8%
わかっちゃいるけど 不規則食派

健食を意識・実行してるものの、 不規則な食生活

・性年代の特徴はないが、未婚二世代同居の世帯、単身者、子供と同居していない世帯が多い。

・食スタイルをみると、「朝食は食べないことが多い」「忙しさや面倒くささで食事を省くことが時々ある」「食事の時間は不規則だ」が全体より20%以上高く、逆に「毎日必ず3食きちんととる」(10%)は20%以上低い。一方、「脂肪分をとりすぎないように食事をしている」「バランスを考えていろいろな食品を食べている」「保存料や着色料の入ったものは食べないようにしている」が全体より10%以上高い。
・また、「食べ物は脂濃いものが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「食べ物は濃い味の方がすき」「栄養素やカロリー等は気にせずとにかく食べたい」は10%以上低い。
・昼食・夕食の摂取率は約85%と低く、朝食は50%と非常に低い。夜食は18%と高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理) が2/3、中食(買ってきたもの)が3割。夕食は内食が7割強、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。朝食・夕食の内食比率が低め。
・夕食の35%、昼食の5割弱、朝食の7割が一人で食べられており、全体よりやや多い。
・主食は全般にごはん、パンともに全体に比べ少ない。また、みそ汁の摂取率も低い。
・冬の飲酒率は高い。

クラスター１：１５．８％

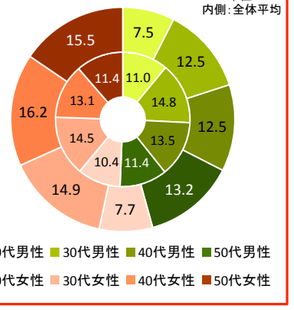
健食優等生派

規則正しい食生活を意識・実践

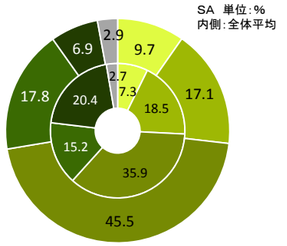
・40-50代女性、専業主婦が相対的に多い。(A)
・食スタイルをみると、「毎日必ず3食きちんととる」「食事は会話をしながら食べるほうだ」が全体より10%以上高い。
・一方で、「朝食は食べないことが多い」「食事の時間は不規則だ」「食事はひとりで食べることが多い」「食べ物は脂濃いものが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「食べ物は濃い味の方がすき」は全体より20%以上低い。また、中食やインスタント食品等の利用率が低く、間食や食べ過ぎも少ない方である。(B)
・昼食・夕食の摂取率は95%、朝食も93%と非常に高い。(C)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が8割、中食(買ってきたもの)が2割弱。夕食も内食が8割強、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割で、内食が高め。(D)
・朝食・昼食・夕食とも一人で食べている率は低く、家族と食べる率が高い。(E)
・主食は全般にパンが、夕食ではごはんが全体に比べ多い。また、みそ汁の摂取率が高い。(F)
・冬の飲酒率は平均的である。(G)

プロファイル（冬調査時）

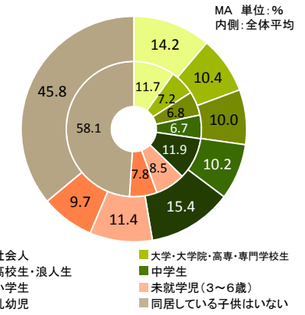
(A) 性・年代



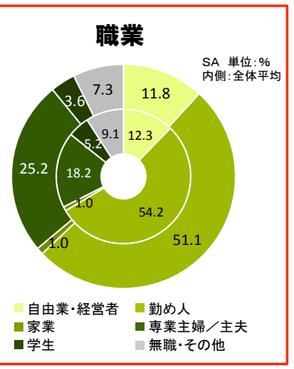
家族構成



同居している子供



(A) 職業

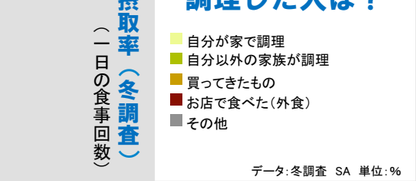


食生活の実態（冬調査時）

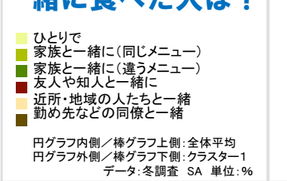
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	（平均3.0回／日）	(C) 93%	95%	95%	4%	(C) 95%	5%
	全時間帯	（5～10時台）朝食	（11～14時台）昼食	（15～16時台）間食	（17～21時台）夕食	（22～翌朝4時台）夜食

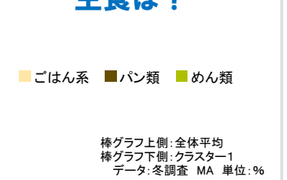
調理した人は？



一緒に食べた人は？



主食は？



メニューランキング TOP５

MA 単位：%
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

	主食	副食
朝食	①ごはん 77.5(＋5.2)＊ ②その他の主食パン 42.7(＋8.6)＊ ③菓子パン 14.0(－0.8) ④ラーメン 12.6(－1.5) ⑤おにぎり 11.4(－1.3)	①みそ汁 48.9(＋5.3)＊ ②サラダ 38.6(＋0.9) ③たまご料理 19.4(＋1.5) ④野菜いため 16.5(＋1.6) ⑤魚介の焼き物 16.0(±0.0)
昼食	①その他の主食パン 42.1(＋5.8)＊ ②ごはん 27.6(＋0.1) ③菓子パン 10.7(－0.6) ④おにぎり 4.5(－0.7) ⑤サンドイッチ 4.0(＋0.4)	①みそ汁 20.6(＋0.9) ②たまご料理 12.2(＋0.2) ③サラダ 10.9(＋0.6) ④納豆 7.6(－0.4) ⑤ハム、ソーセージ 6.1(－0.1)
間食	①ごはん 34.9(±0.0) ②ラーメン 8.9(－0.8) ③うどん、きしめん 7.0(－0.1) ④おにぎり 6.2(－1.3) ⑤パスタ料理 6.0(＋1.1)	①サラダ 12.3(－0.6) ②みそ汁 12.1(－2.0) ③たまご料理 6.0(－0.3) ④野菜いため 5.2(＋0.1) ⑤その他の肉料理 4.4(－0.9)
夕食	①ごはん 60.4(＋6.8)＊ ②うどん、きしめん 3.6(－0.4) ③ラーメン 3.3(－0.2) ④パスタ料理 2.9(－0.8) ⑤丼物 2.3(－0.8)	①酢の物・あえ物 3.1(－0.2) ②しょうが焼き 2.7(－0.4) ③ハンバーグ 2.7(－0.3) ④寿司 2.6(－0.9) ⑤その他の揚げもの 2.5(－0.1) ⑤天ぷら 2.5(＋0.3)
夜食	①ごはん 37.3(＋4.8) ②ラーメン 9.2(－0.2) ③丼物 5.3(＋0.7) ④焼そば 3.3(＋0.2) ⑤うどん、きしめん 2.9(－1.0)	①サラダ 17.8(＋3.3) ②みそ汁 16.5(＋1.8) ③その他の肉料理 10.9(＋4.7) ④その他の野菜料理 7.1(＋3.2) ⑤野菜いため 6.5(＋1.0)

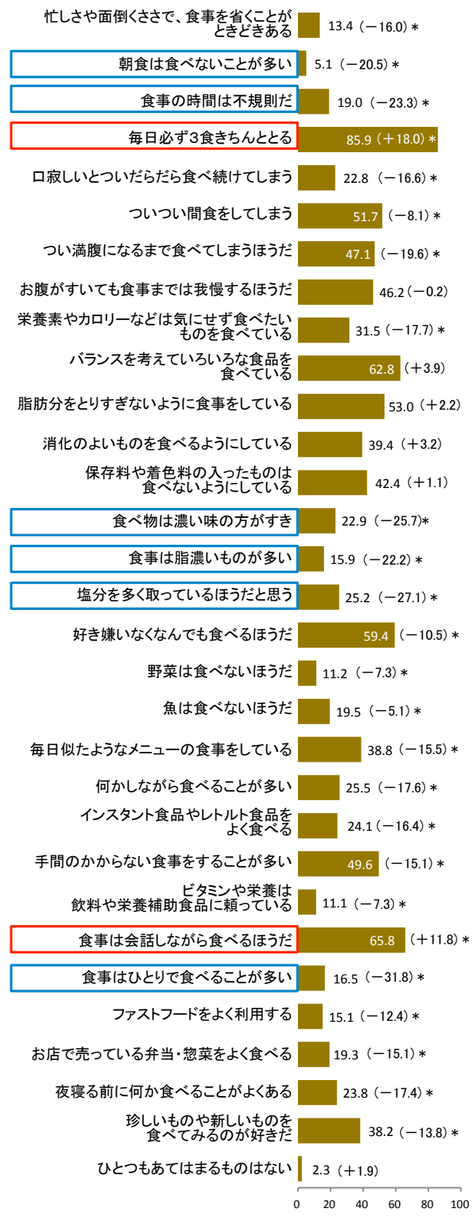
お酒 食事と一緒に飲む冬の酒

MA 単位：%
飲酒率：食事をした人ベース
お酒メニュー：飲酒した人ベース
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

	冬の飲酒率	
朝食	26.2%	①ビール／発泡酒 68.0(＋2.2) ②焼酎 18.3(－4.1) ③ワイン 13.5(＋0.4)
昼食	1.7%	①ビール／発泡酒 73.5(＋12.4)＊ ②焼酎 21.8(＋2.5) ③サワー類 17.0(＋8.4)＊
間食	1.6%	①ビール／発泡酒 52.8(－6.9)＊ ②ワイン 21.9(＋10.5)＊ ③ウィスキー／ブランデー 14.3(＋6.3)＊
夕食	8.8%	①ビール／発泡酒 39.1(－20.0)＊ ②ワイン 25.5(－3.0) ③サワー類 24.3(＋11.1)＊
夜食	25.4%	①ビール／発泡酒 68.1(＋2.6) ②焼酎 18.1(－4.6) ③ワイン 12.2(－0.7)

食スタイル

単位：%
各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

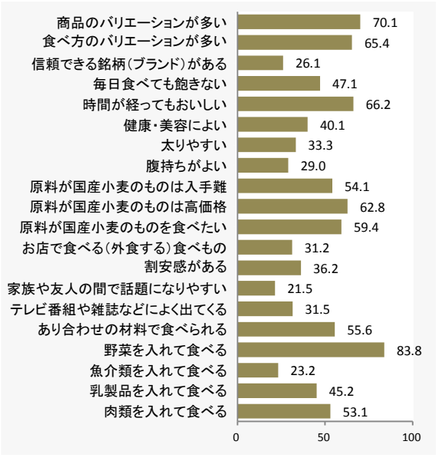


食材に対する意識とイメージ

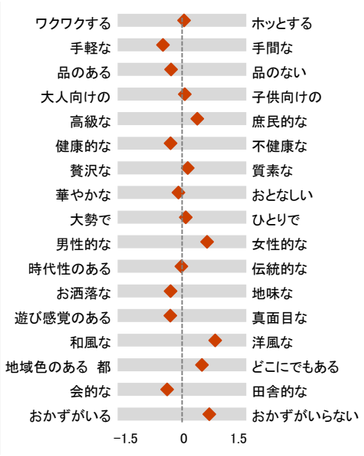
右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

サンドイッチ

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

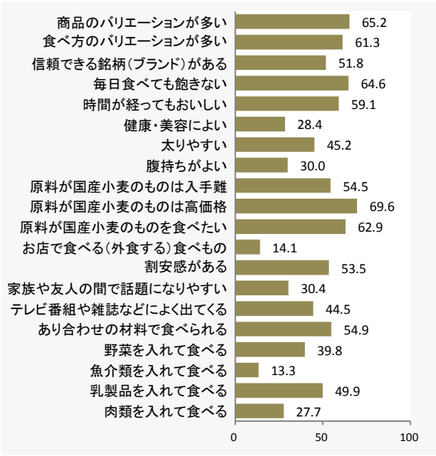


各SA 単位:指数

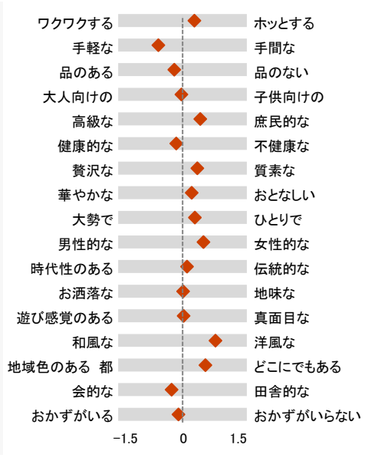


主食パン

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

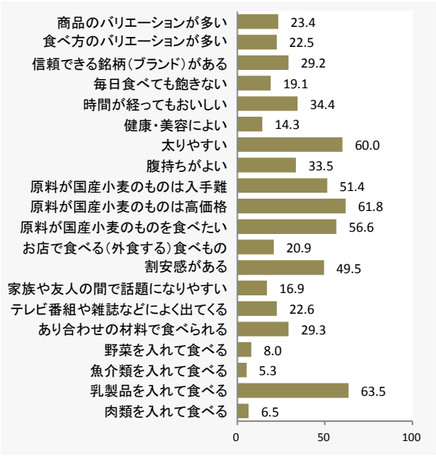


各SA 単位:指数

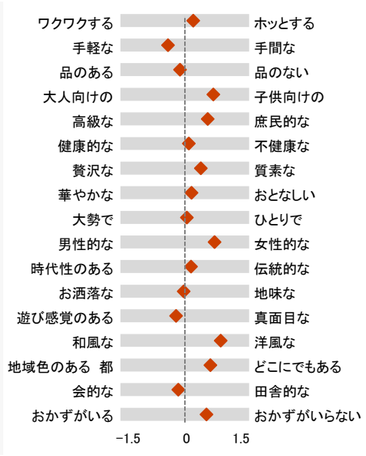


パンケーキ

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

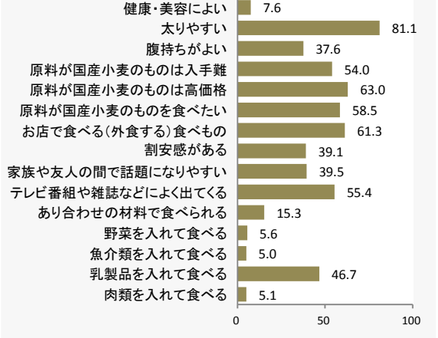


各SA 単位:指数

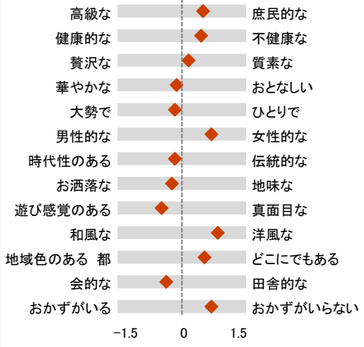


ドーナツ

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

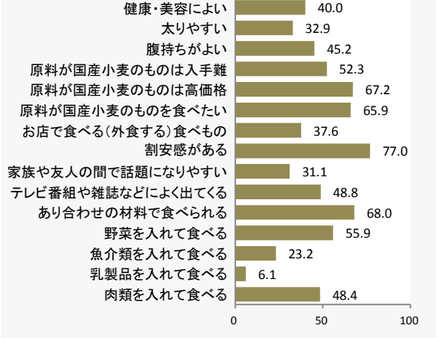


各SA 単位:指数

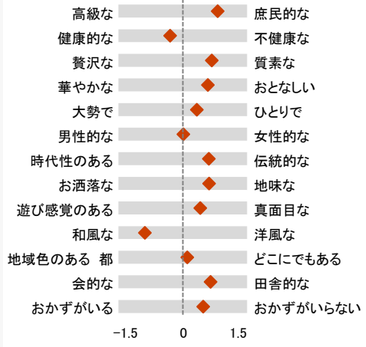


うどん

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

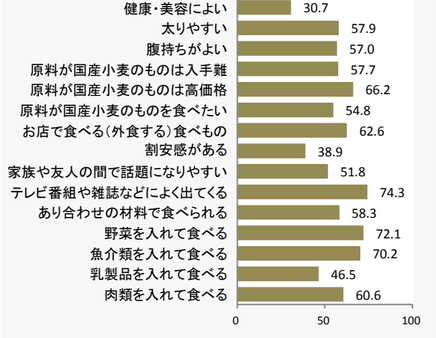


各SA 単位:指数

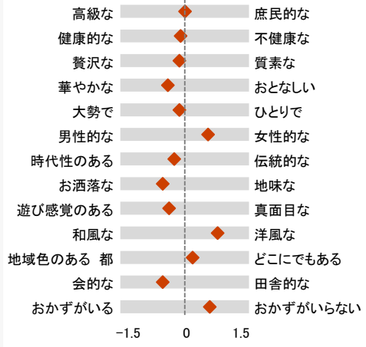


パスタ料理

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

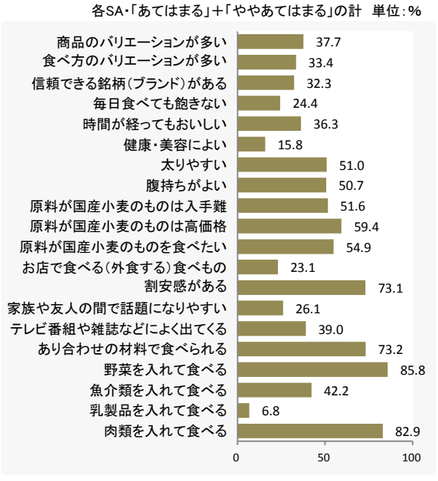


各SA 単位:指数

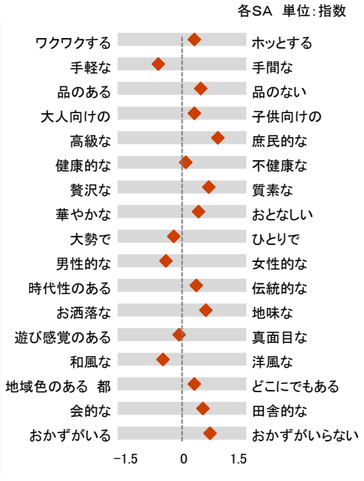


焼そば

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

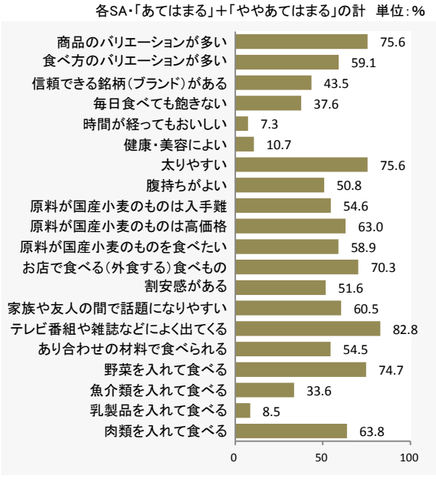


各SA 単位:指数

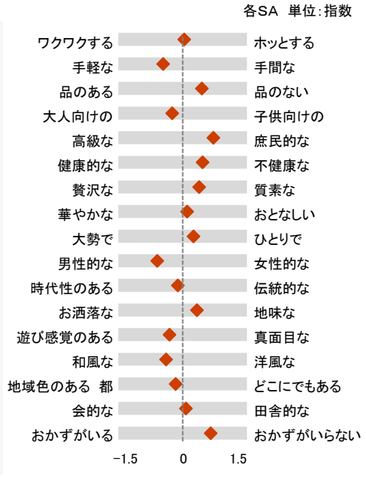


ラーメン

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

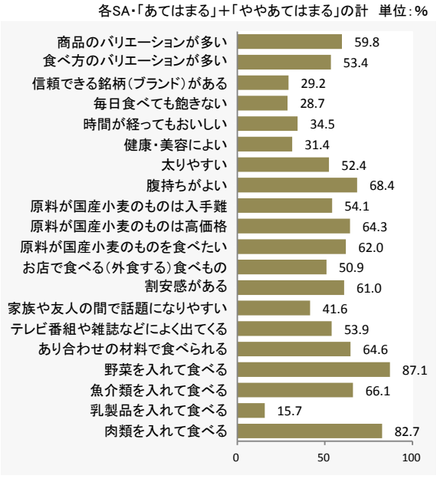


各SA 単位:指数

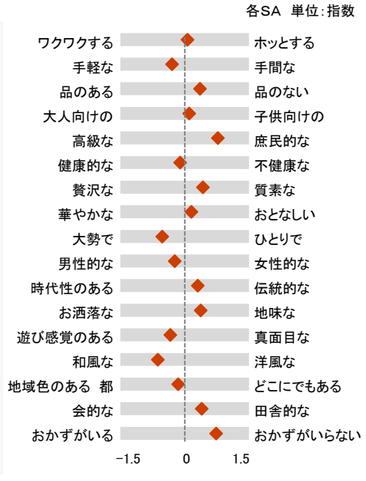


お好み焼

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%



各SA 単位:指数



クラスター２： ２０．1%

食生活アウトロー派

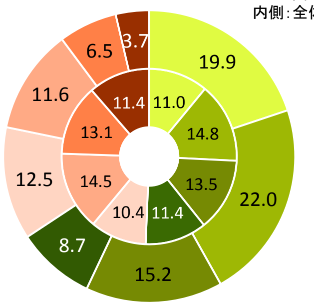
不規則な食生活の上、手抜き
高カロリー偏食

・20-30代男性、単身者の比率が非常に高く、専業主婦が少ない。(A)
・食スタイルをみると、「朝食は食べないことが多い」「忙しさや面倒くささで食事を省くことが時々ある」「食事の時間は不規則だ」「お店で売っている弁当・惣菜をよく食べる」「インスタント食品やレトルト食品をよく食べる」「ファストフードをよく利用する」が全体より20%以上高い。また、「食べ物は脂濃いものが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「食べ物は濃い味の方がすき」「栄養素やカロリー等は気にせずとにかく食べたい」も20%以上上回る。
・一方で、「毎日必ず3食きちんととる」「脂肪分をとりすぎないように食事をしている」「バランスを考えていろいろな食品を食べている」は全体より20%以上低い。(B)
・昼食・夕食の摂取率は84%と低く、朝食は54%と非常に低い。夜食は20%と高い。(C)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が6割、中食(買ってきたもの)が35%。夕食も内食が6割強、中食・外食が各2割弱。昼食は内食が4割、中食・外食が3割前後で、内食が少ない。(D)
・夕食の4割、昼食の5割強、朝食の7割が一人で食べられており、全体と比べ高い。(E)
・主食は全般にパンが、夕食ではごはんが全体に比べ少ない。また、みそ汁、サラダの摂取率が低い。(F)
・冬の飲酒率は平均的である。(G)

プロファイル（冬調査時）

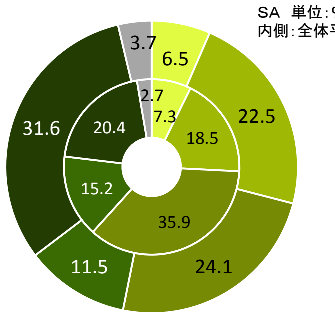
(A) 性・年代

SA 単位：% 内側：全体平均



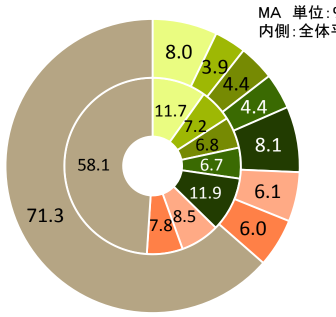
家族構成

SA 単位：% 内側：全体平均



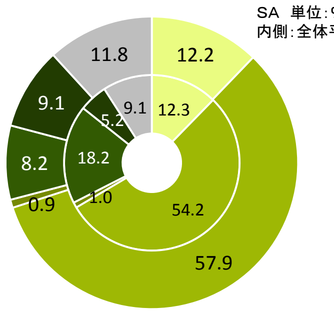
(A) 同居している子供

MA 単位：% 内側：全体平均



職業

SA 単位：% 内側：全体平均



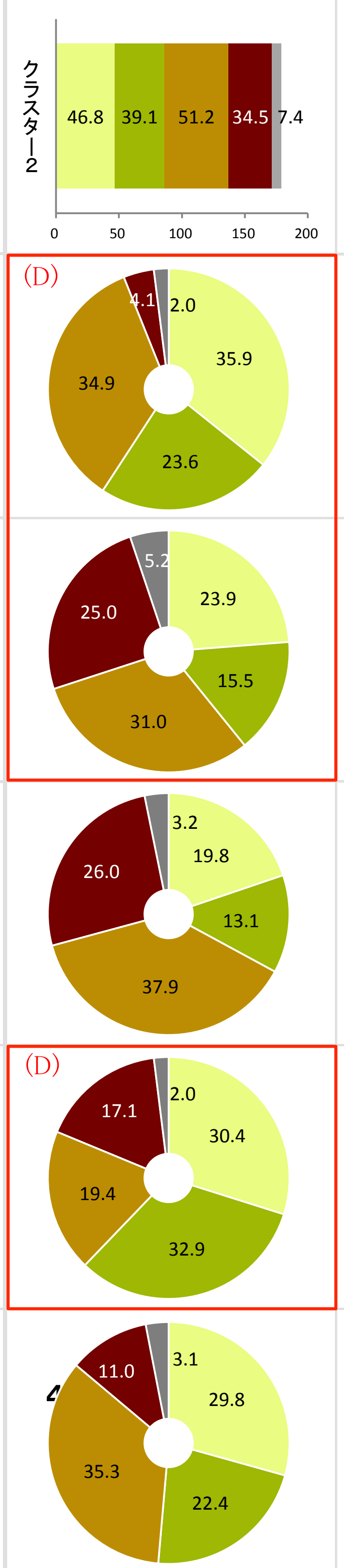
食生活の実態（冬調査時）

摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

全時間帯（平均 2.6 回／日）

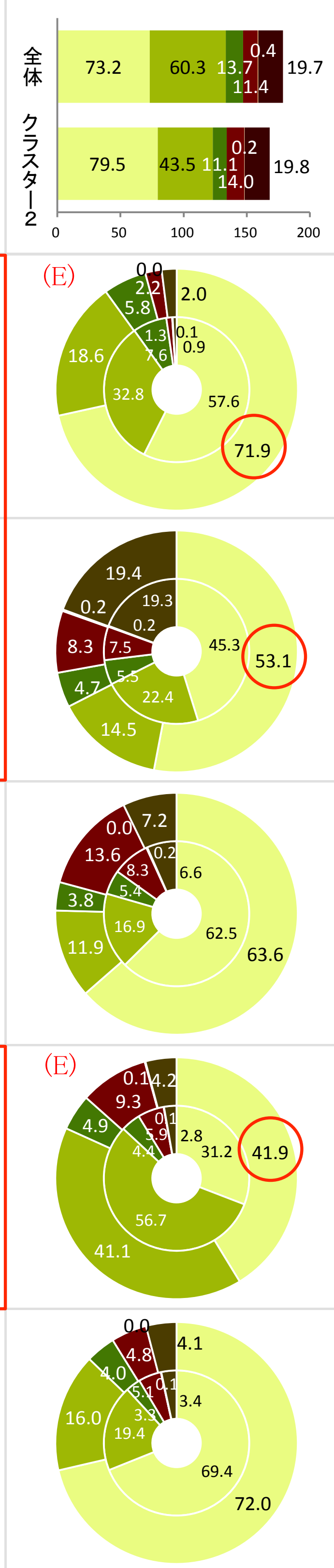
調理した人は？

データ：冬調査 SA 単位：%



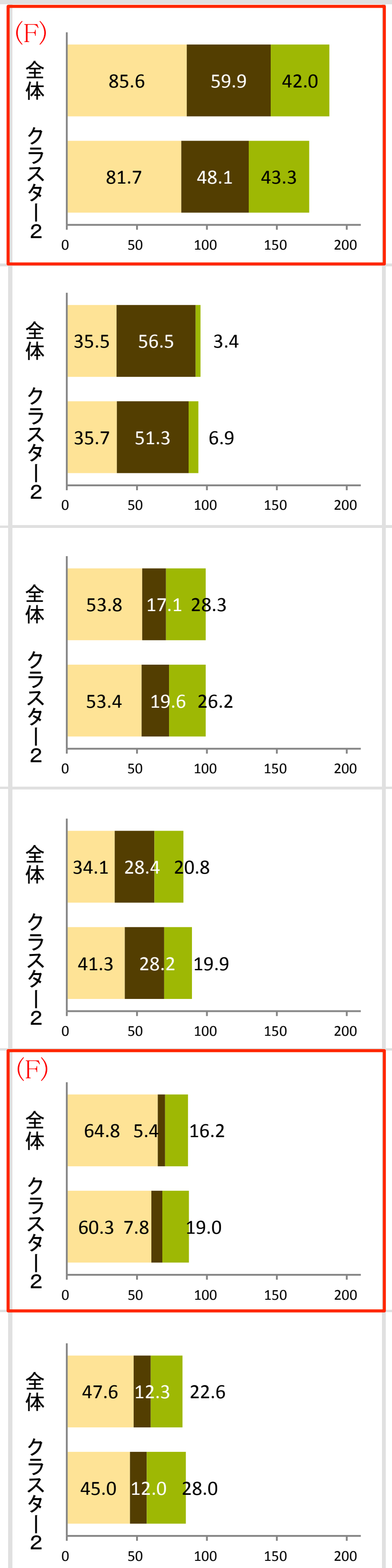
一緒に食べた人は？

円グラフ内側／棒グラフ上側：全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側：クラスター2
データ：冬調査 SA 単位：%



主食は？

棒グラフ上側：全体平均
棒グラフ下側：クラスター2
データ：冬調査 MA 単位：%



メニューランキング TOP5 ／ お酒（食事と一緒に飲む冬の酒）

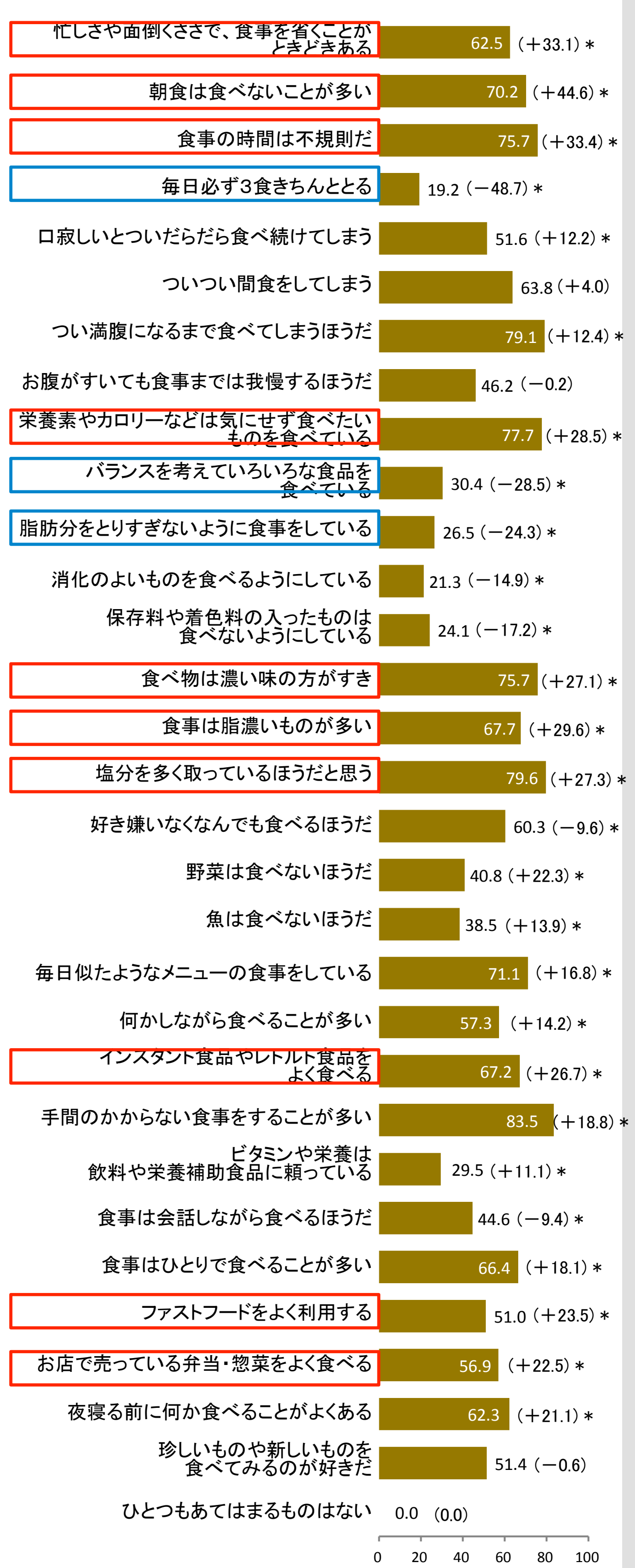
メニューランキング：MA 単位：% ( )内は冬調査の全体平均との差 ＊は全体平均との差が5ポイント以上

お酒 (G)：MA 単位：% 飲酒率：食事をした人ベース お酒メニュー：飲酒した人ベース ( )内は冬調査の全体平均との差 ＊は全体平均との差が5ポイント以上

時間帯	摂取率	主食	副食	お酒
全時間帯	（平均 2.6 回／日）	①ごはん 63.9(−8.4)＊ ②その他の主食パン 17.2(−16.9)＊ ③ラーメン 17.1(＋3.0) ④菓子パン 16.0(＋1.2) ⑤おにぎり 14.2(＋1.5)	①みそ汁 32.8(−10.8)＊ ②サラダ 28.6(−9.1)＊ ③その他の肉料理 12.6(−3.0) ④魚介の焼き物 11.7(−4.3) ④とり唐揚げ 11.0(＋1.3)	冬の飲酒率： 28.2% ①ビール／発泡酒 66.2(＋0.4) ②焼酎 21.2(−1.2) ③サワー類 12.6(＋1.4)
朝食（5～10時台）	(C) 54%	①ごはん 25.0(−2.5) ②その他の主食パン 22.7(−13.6)＊ ③菓子パン 15.4(＋4.1) ④おにぎり 7.7(＋2.5) ⑤惣菜パン 5.4(＋2.0)	①みそ汁 14.0(−5.7)＊ ②たまご料理 7.4(−4.6) ③サラダ 7.0(−3.3) ④納豆 5.0(−3.0) ⑤ハム、ソーセージ 4.9(−1.3)	冬の飲酒率： 2.7% ①ビール／発泡酒 50.7(−10.4)＊ ②焼酎 30.3(＋11.0)＊ ③ワイン 19.9(＋5.5)＊
昼食（11～14時台）	84%	①ごはん 31.7(−3.2) ②ラーメン 11.0(＋1.3) ③おにぎり 8.7(＋1.2) ④丼物 6.5(＋1.8) ⑤うどん、きしめん 6.4(−0.7)	①みそ汁 13.1(−1.0) ②サラダ 10.0(−2.9) ③とり唐揚げ 4.8(＋0.3) ④漬物 4.6(−0.8) ⑤たまご料理 4.5(−1.8)	冬の飲酒率： 1.4% ①ビール／発泡酒 55.9(−3.8) ②日本酒 14.8(＋5.0)＊ ③焼酎 12.2(−1.1)
間食（15～16時台）	10%	①ごはん 23.7(＋3.2) ②ラーメン 9.0(＋1.8) ③菓子パン 7.7(−0.7) ④ハンバーガー 7.3(＋3.3) ⑤おにぎり 6.1(＋1.2)	①サラダ 7.8(＋0.6) ②みそ汁 7.0(−0.2) ③その他の肉料理 5.7(＋1.4) ④とり唐揚げ 4.6(＋1.5) ⑤寿司 4.0(＋2.0)	冬の飲酒率： 5.2% ①ビール／発泡酒 63.6(＋4.5) ②ワイン 15.3(−13.2)＊ ③その他 15.3(＋8.3)＊
夕食（17～21時台）	(C) 84%	①ごはん 47.0(−6.6)＊ ②丼物 4.8(＋1.7) ③パスタ料理 4.7(＋1.0) ④うどん、きしめん 4.4(＋0.4) ④ラーメン 4.4(＋0.9)	①みそ汁 20.7(−6.2)＊ ②サラダ 20.5(−6.3)＊ ③その他の肉料理 9.0(−1.9) ④魚介の焼き物 7.7(−2.7) ⑤野菜いため 6.9(−2.7)	冬の飲酒率： 26.4% ①ビール／発泡酒 64.6(−0.9) ②焼酎 21.3(−1.4) ③サワー類 12.9(＋1.9)
夜食（22～翌朝4時台）	20%	①ごはん 27.6(−4.9) ②ラーメン 13.2(＋3.8) ③丼物 5.5(＋0.9) ④おにぎり 5.1(＋0.9) ⑤菓子パン 4.9(＋0.1)	①サラダ 12.4(−2.1) ②みそ汁 12.0(−2.7) ③その他の肉料理 5.7(−0.5) ④とり唐揚げ 4.9(＋0.2) ⑤魚介の焼き物 4.8(−1.5)	冬の飲酒率： 26.2% ①ビール／発泡酒 70.1(＋5.1)＊ ②焼酎 21.5(−0.5) ③ウィスキー／ブランデー 9.0(−2.2)

食スタイル

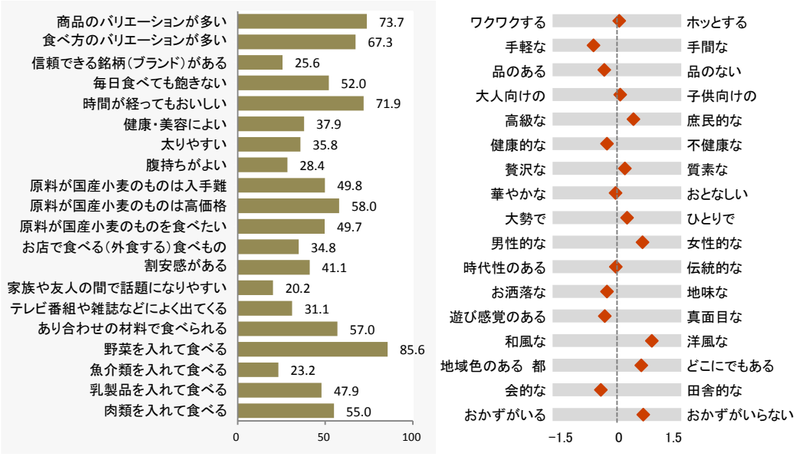
(B) 単位：% 各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計 ( )内は冬調査の全体平均との差 ＊は全体平均との差が5ポイント以上



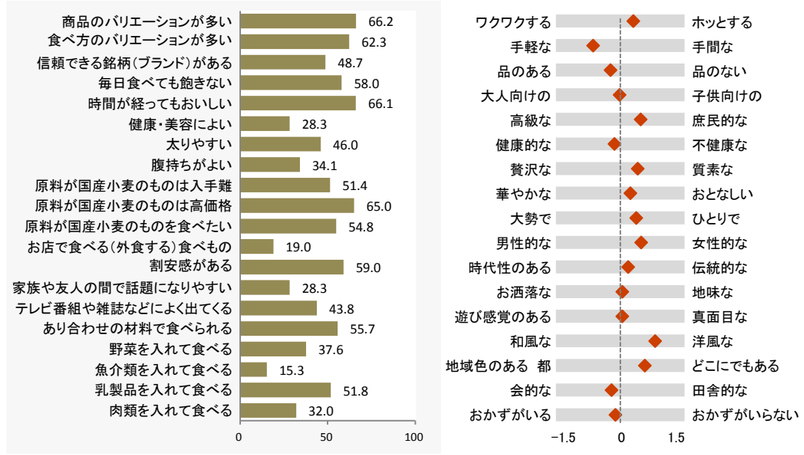
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

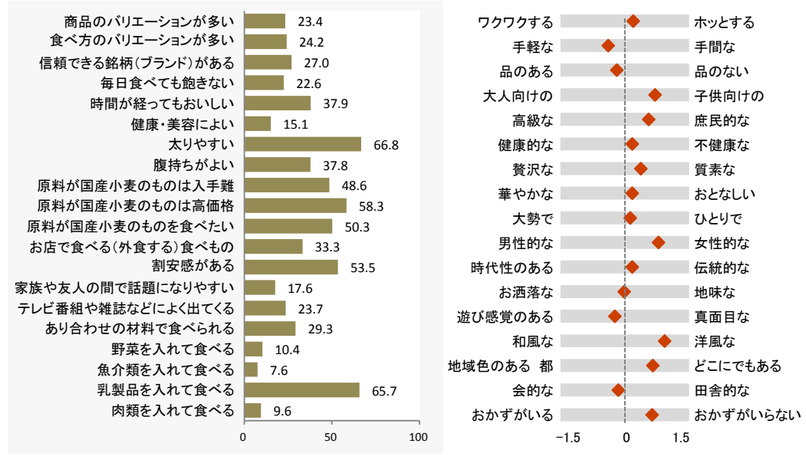
サンドイッチ



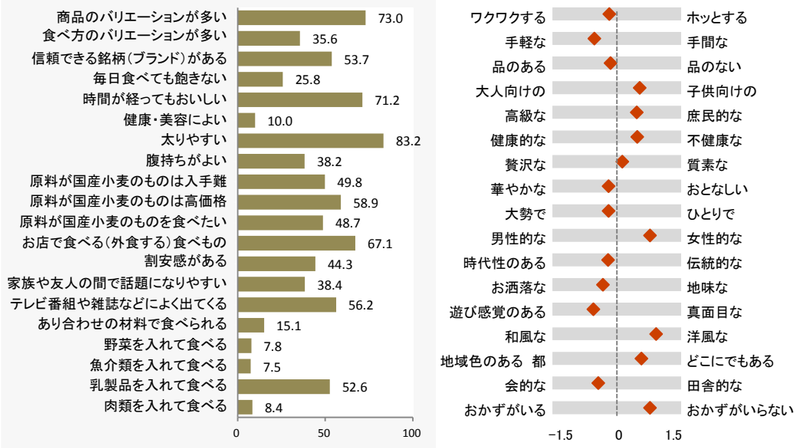
主食パン



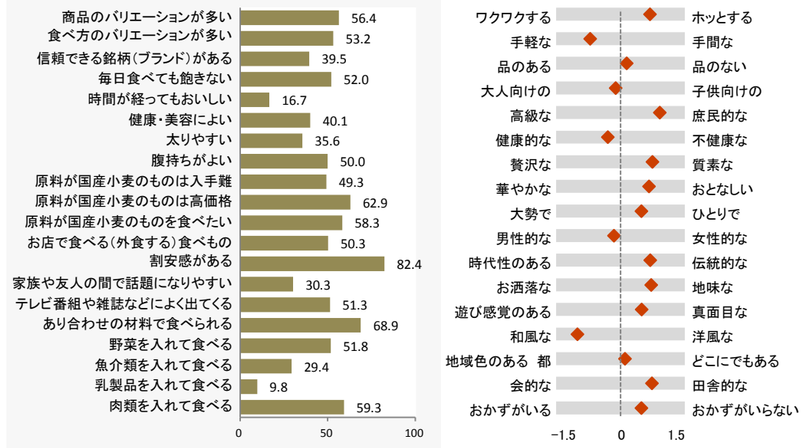
パンケーキ



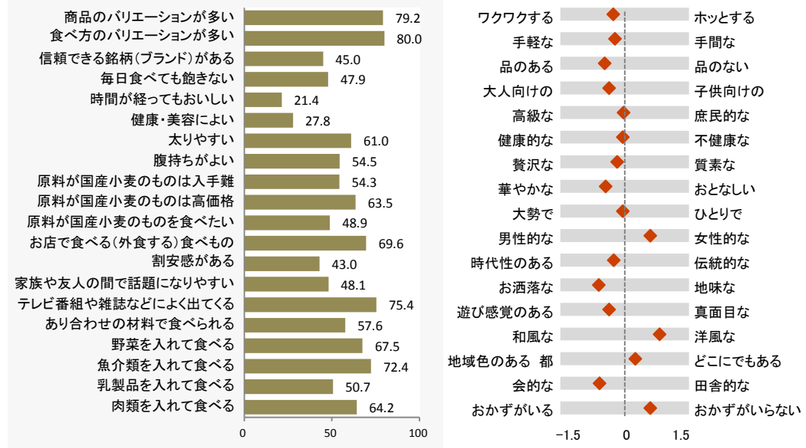
ドーナツ



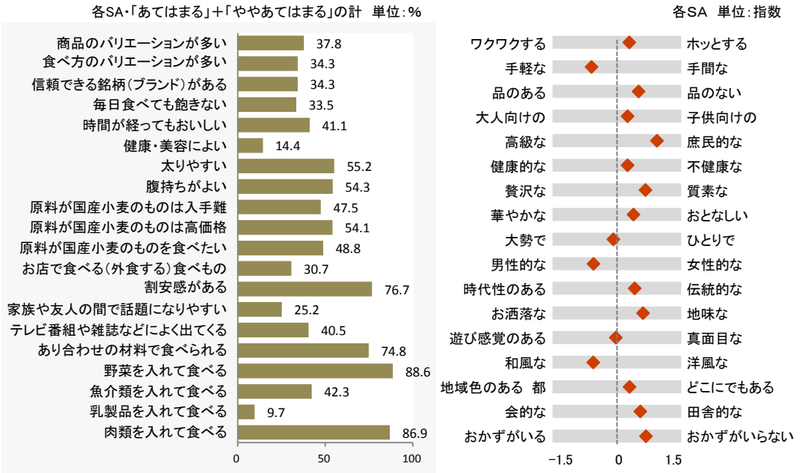
うどん



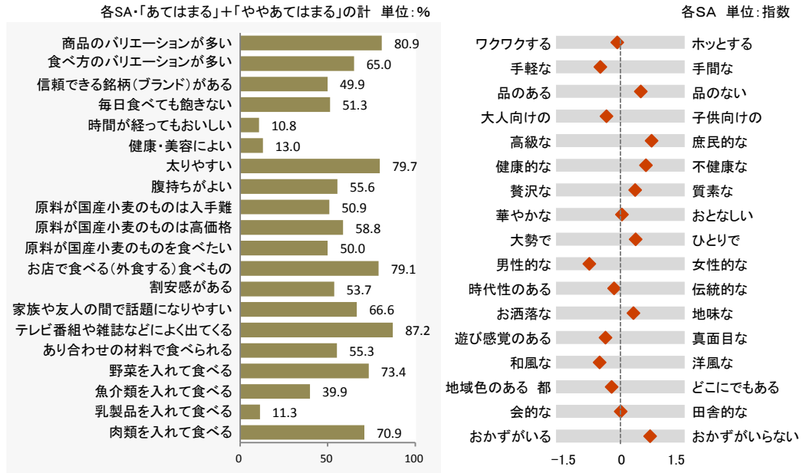
パスタ料理



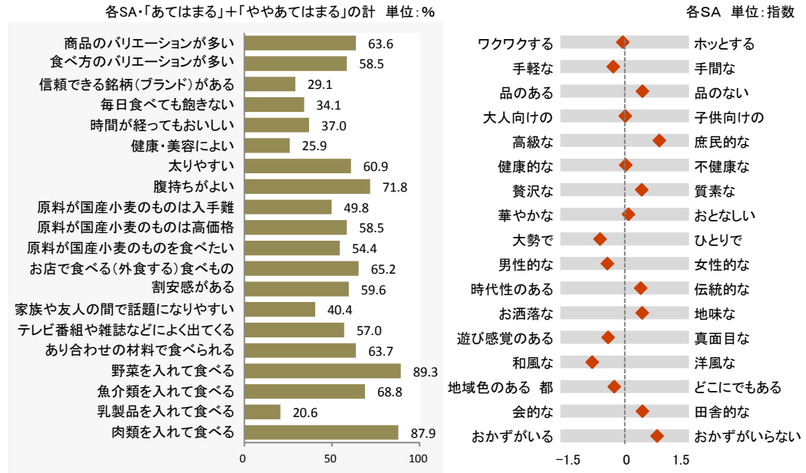
焼そば



ラーメン



お好み焼



クラスター３：　13.0%

健食の教科書派

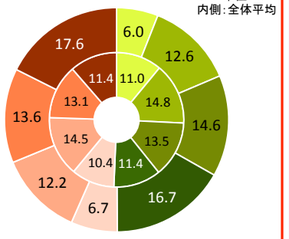
規則正しい食生活、低カロリーで
バランスのよい食の模範生

・50代男女、既婚二世代同居が相対的に多い。(A)
・食スタイルをみると、「毎日必ず3食きちんととる」(97%)「お腹がすいても食事までは我慢するほうだ」「脂肪分をとりすぎないように食事をしている」「バランスを考えていろいろな食品を食べている」「保存料や着色料の入ったものは食べないようにしている」が全体より20%以上高い。
・一方で、「朝食は食べないことが多い」「忙しさや面倒くささで食事を省くことが時々ある」「お店で売っている弁当・惣菜をよく食べる」「ファストフードをよく利用する」「口寂しいとついだらだら食べ続けてしまう」は10%以下で、全体より20%以上低い。「食べ物は脂濃いものが多い」「栄養素やカロリー等は気にせずとにかく食べたい」も20%以上下回る。(B)
・摂取率は朝食・昼食・夕食いずれも95%前後と非常に高い。(C)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が8割強、中食(買ってきたもの)が1割強。夕食も内食が85%、外食が1割弱。昼食は内食が6割弱、外食が2割で、内食の比率が高い。(D)
・朝食・昼食・夕食とも一人で食べている率は低く、家族と食べる率が高い。(E)
・主食は全般にごはん、パンが全体より多い。みそ汁、サラダ、卵料理、漬物、焼き魚の摂取率が高い。(F)
・冬の飲酒率は全体より高く、特に焼酎、ワインが高め。(G)

プロファイル（冬調査時）

(A) 性・年代

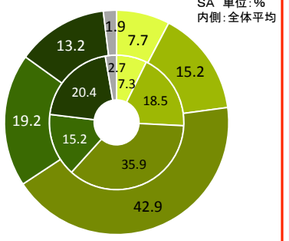
SA 単位:% 内側:全体平均



20代男性 30代男性 40代男性 50代男性
20代女性 30代女性 40代女性 50代女性

家族構成

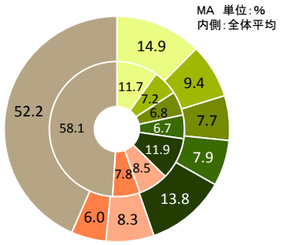
SA 単位:% 内側:全体平均



三世代同居 未婚二世代同居
既婚二世代同居 一世代同居
単身者 その他

同居している子供

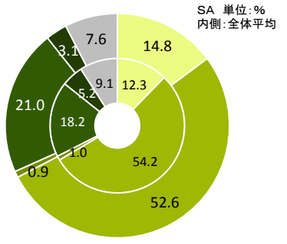
MA 単位:% 内側:全体平均



社会人 大学・大学院・高専・専門学校生
高校生・浪人生 中学生
小学生 未就学児(3～6歳)
乳幼児 同居している子供はいない

職業

SA 単位:% 内側:全体平均



自由業・経営者 勤め人
家業 専業主婦／主夫
学生 無職・その他

食生活の実態（冬調査時）

調理した人は？

自分が家で調理
自分以外の家族が調理
買ってきたもの
お店で食べた(外食)
その他

データ:冬調査 SA 単位:%

一緒に食べた人は？

ひとりで
家族と一緒に(同じメニュー)
家族と一緒に(違うメニュー)
友人や知人と一緒に
近所・地域の人たちと一緒
勤め先などの同僚と一緒

円グラフ内側／棒グラフ上側:全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側:クラスター3
データ:冬調査 SA 単位:%

主食は？

ごはん系 パン類 めん類

棒グラフ上側:全体平均
棒グラフ下側:クラスター3
データ:冬調査 MA 単位:%

メニューランキング TOP５

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

お酒

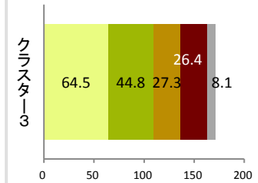
食事と一緒に飲む冬の酒

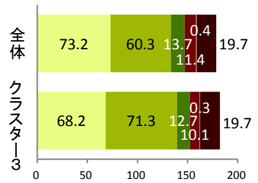
MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

食スタイル

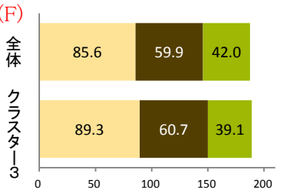
単位:%
各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯（平均 3.0 回／日）





(F)



主食

①ごはん 80.2(＋7.9)＊
②その他の主食パン 42.5(＋8.4)＊
③おにぎり 11.9(－0.8)
④ラーメン 11.5(－2.6)
⑤うどん、きしめん 11.5(＋0.2)

副食

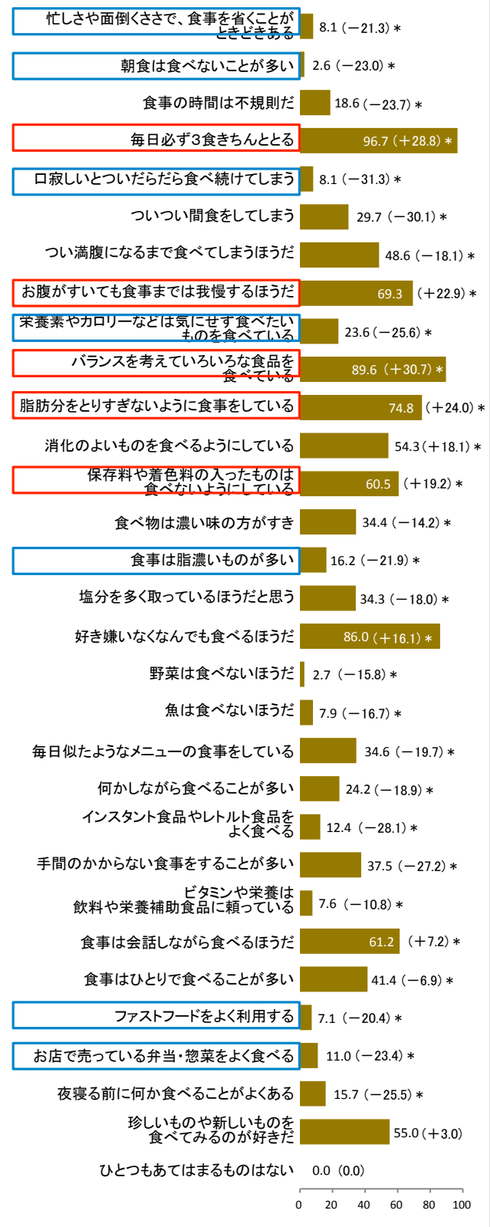
①みそ汁 56.0(＋12.4)＊
②サラダ 47.2(＋9.5)＊
③たまご料理 26.3(＋8.4)＊
④漬物 24.6(＋8.8)＊
⑤魚介の焼き物 22.7(＋6.7)＊

冬の飲酒率：34.8%

①ビール／発泡酒 64.3(－1.5)
②焼酎 29.1(＋6.7)＊
③ワイン 18.2(＋5.1)＊

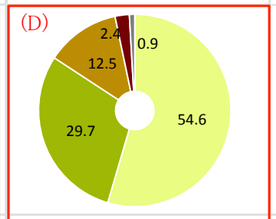
(C)＊は全体平均との差が5ポイント以上

(B)

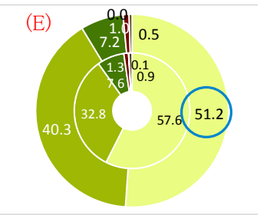


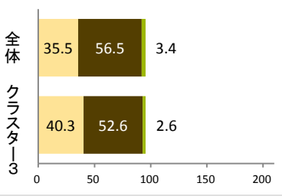
(C) 朝食（5～10時台） 96%

(D)



(E)





主食

①その他の主食パン 38.9(＋2.6)
②ごはん 33.7(＋6.2)＊
③菓子パン 7.0(－4.3)
④おにぎり 4.0(－1.2)
⑤サンドイッチ 3.5(－0.1)

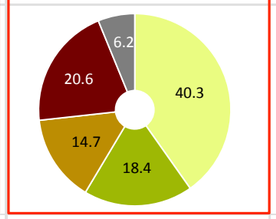
副食

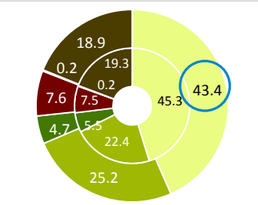
①みそ汁 27.5(＋7.8)＊
②たまご料理 16.7(＋4.7)
③サラダ 15.6(＋5.3)＊
④納豆 12.5(＋4.5)
⑤漬物 10.4(＋4.4)

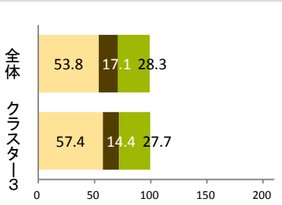
冬の飲酒率：2.3%

①ビール／発泡酒 61.1(±0.0)
②焼酎 22.8(＋3.5)
③その他 20.5(＋7.8)＊

昼食（11～14時台） 95%







主食

①ごはん 39.3(＋4.4)
②ラーメン 9.0(－0.7)
③うどん、きしめん 8.1(＋1.0)
④おにぎり 7.2(－0.3)
⑤その他の主食パン 4.7(＋0.2)

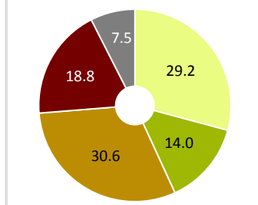
副食

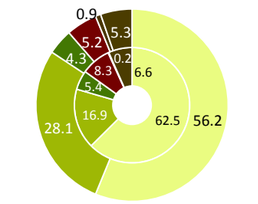
①みそ汁 17.0(＋2.9)
②サラダ 17.0(＋4.1)
③たまご料理 8.2(＋1.9)
④漬物 8.2(＋2.8)
⑤野菜の煮物 7.6(＋2.7)

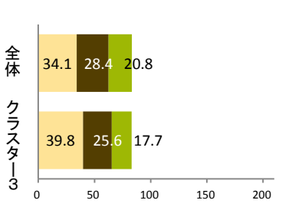
冬の飲酒率：1.9%

①ビール／発泡酒 67.9(＋8.2)＊
②焼酎 17.1(＋3.8)
③その他 10.0(＋0.9)

間食（15～16時台） 4%







主食

①ごはん 23.5(＋3.0)
②サンドイッチ 8.2(＋3.2)
③おにぎり 7.4(＋2.5)
④うどん、きしめん 6.9(＋2.4)
⑤パスタ料理 5.5(＋2.2)

副食

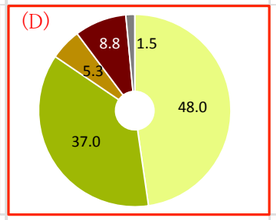
①みそ汁 13.1(＋5.9)＊
②サラダ 10.6(＋3.4)
③蒸し野菜・ゆで野菜 6.9(＋4.5)
④カレー(ライス) 6.2(＋3.5)
⑤魚介の焼き物 5.2(＋3.0)

冬の飲酒率：4.8%

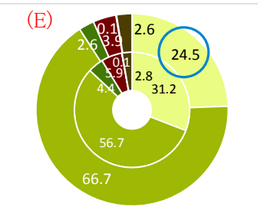
①ワイン 100.0(＋71.5)＊
②ビール／発泡酒 18.3(－40.8)＊
③カクテル 18.3(＋16.7)＊

(C) 夕食（17～21時台） 94%

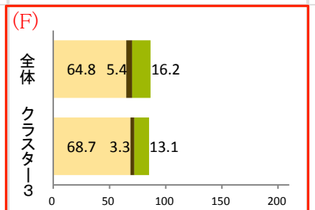
(D)



(E)



(F)



主食

①ごはん 59.5(＋5.9)＊
②うどん、きしめん 3.5(－0.5)
③パスタ料理 3.3(－0.4)
④焼そば 2.4(－0.3)
⑤丼物 2.2(－0.9)

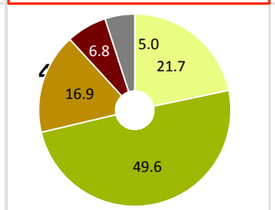
副食

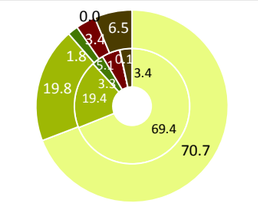
①みそ汁 33.4(＋6.5)＊
②サラダ 32.2(＋5.4)＊
③その他の肉料理 14.7(＋3.8)
④漬物 14.6(＋4.7)
⑤魚介の焼き物 14.2(＋3.8)

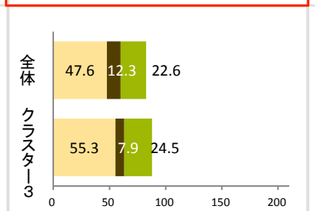
冬の飲酒率：34.0%

①ビール／発泡酒 64.5(－1.0)
②焼酎 28.8(＋6.1)＊
③ワイン 17.5(＋4.6)

夜食（22～翌朝4時台） 7%







主食

①ごはん 44.5(＋12.0)＊
②ラーメン 10.0(＋0.6)
③うどん、きしめん 6.1(＋2.2)
④焼そば 6.0(＋2.9)
⑤その他の主食パン 4.7(＋2.5)

副食

①みそ汁 23.0(＋8.3)＊
②サラダ 20.4(＋5.9)＊
③野菜の煮物 12.3(＋7.0)＊
④その他の肉料理 10.7(＋4.5)
⑤魚介の焼き物 10.1(＋3.8)

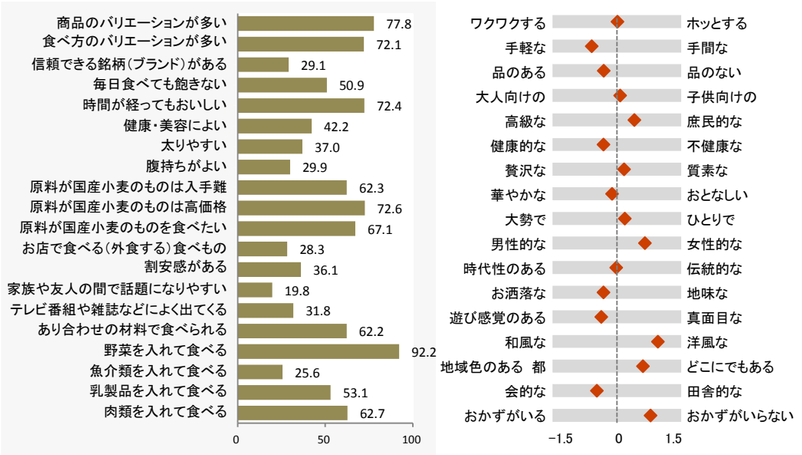
冬の飲酒率：38.7%

①ビール／発泡酒 61.1(－3.9)
②焼酎 35.2(＋13.2)＊
③ワイン 4.7(－6.5)＊

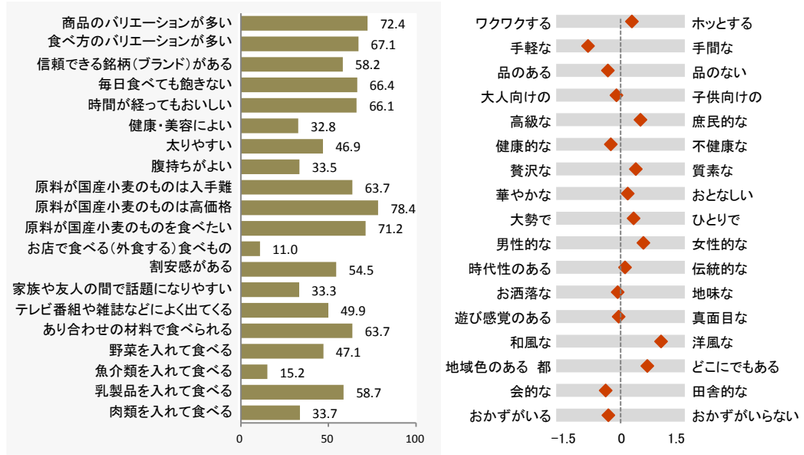
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

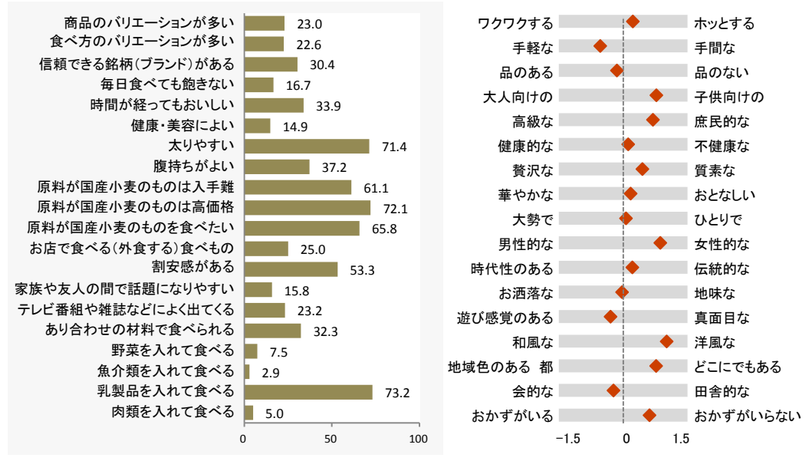
サンドイッチ



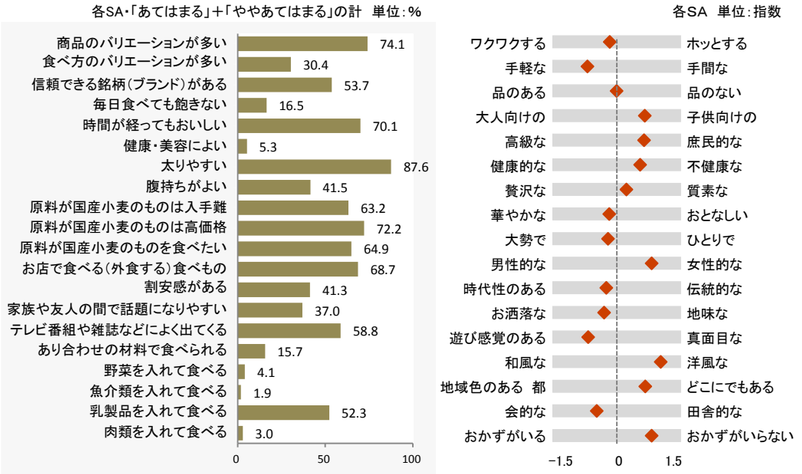
主食パン



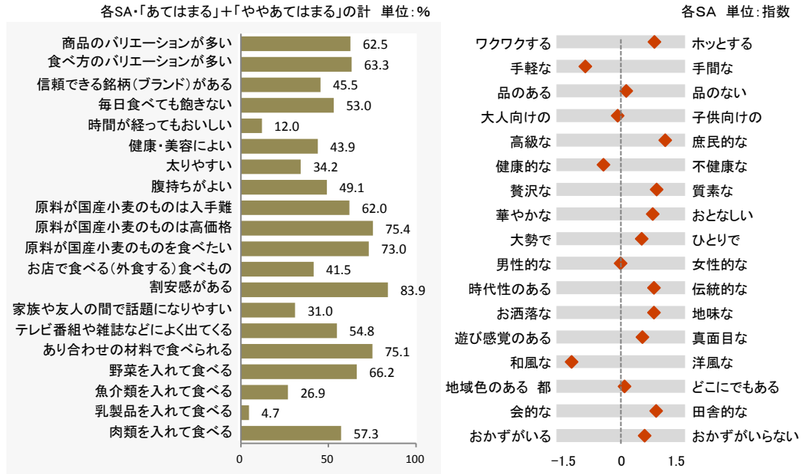
パンケーキ



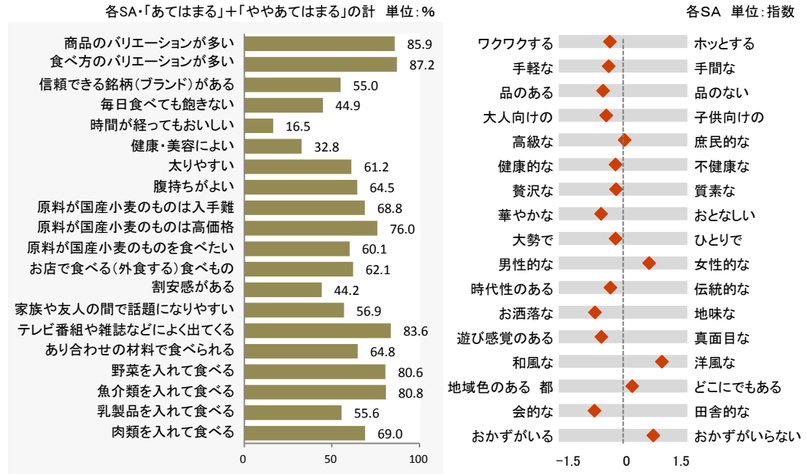
ドーナツ



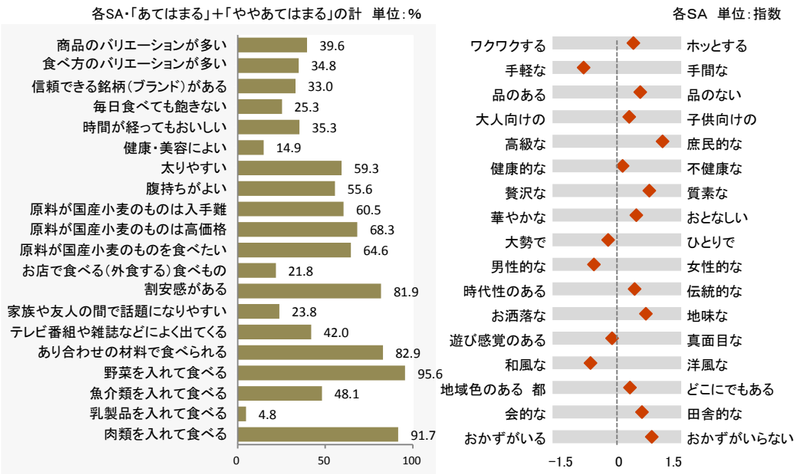
うどん



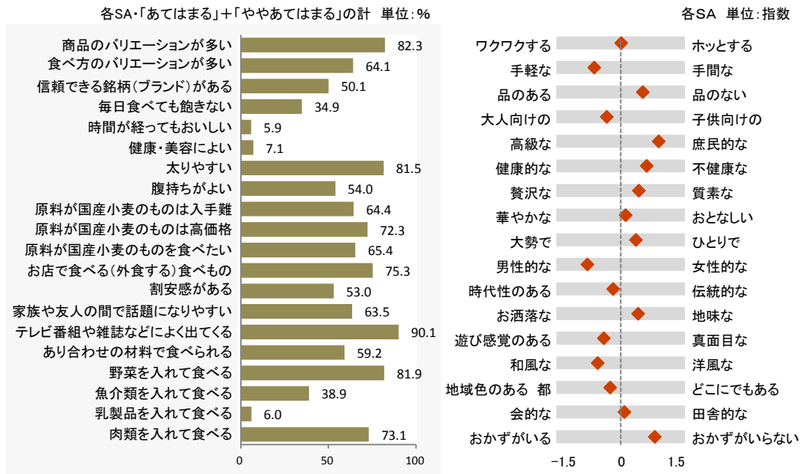
パスタ料理



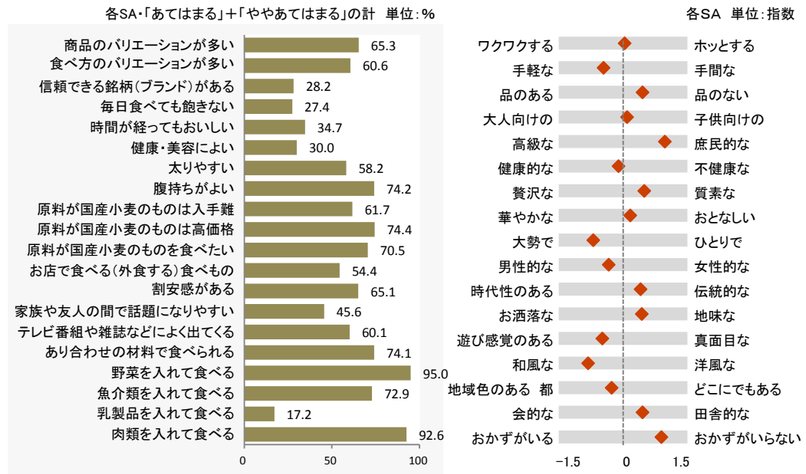
焼そば



ラーメン



お好み焼



クラスター４： １１．７%
ついつい間食お楽しみ派

バランスよい食生活だが、
いろんなものを食べるのが大好き

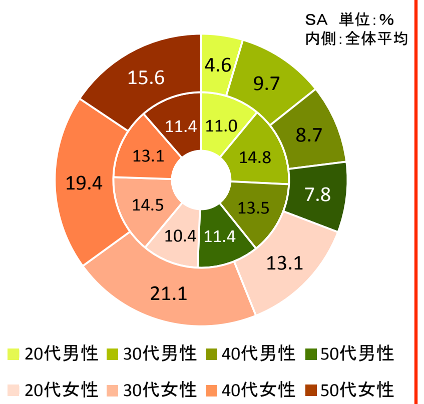
・女性が7割を占め、特に30-40代の比率が高い。小学生以下の子供のいる世帯、専業主婦が全体より多い。(A)
・食スタイルをみると、「毎日必ず3食きちんととる」(99%)「バランスを考えていろいろな食品を食べている」「食事は会話をしながら食べるほうだ」「珍しいものや新しいものを食べてみるのが好きだ」が全体より20%以上高い。一方、「ついつい間食をしてしまう」「口寂しいとついだらだら食べ続けてしまう」も20%以上上回る。
・「朝食は食べないことが多い」「食事の時間は不規則だ」「食事はひとりで食べることが多い」は全体より20%以上低い。(B)

・摂取率は朝食・昼食・夕食いずれも95%前後と非常に高い。(C)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が8割強、中食(買ってきたもの)が1割強。夕食も内食が8割強、外食が1割弱。昼食は内食が6割強、中食・外食が各2割弱で、内食の比率が高い。(D)
・朝食・昼食・夕食とも一人で食べている率は低く、家族と食べる率が高い。(E)
・主食は全般にパン、ごはんが全体より多い。みそ汁、サラダ、卵料理、漬物の摂取率が高い。(F)
・冬の飲酒率は平均的だが、ワインが高め。(G)

プロファイル（冬調査時）

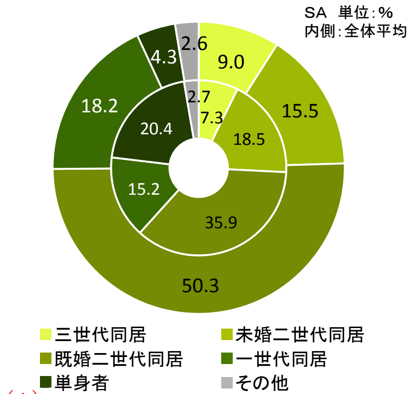
(A)
性・年代

SA 単位：%
内側：全体平均



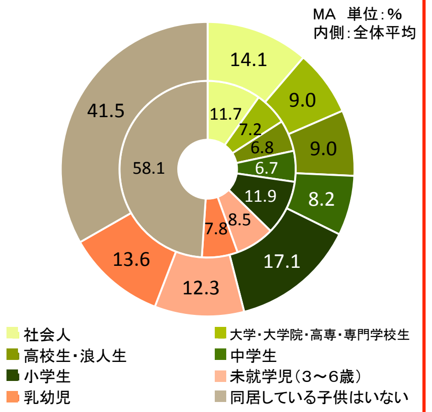
家族構成

SA 単位：%
内側：全体平均



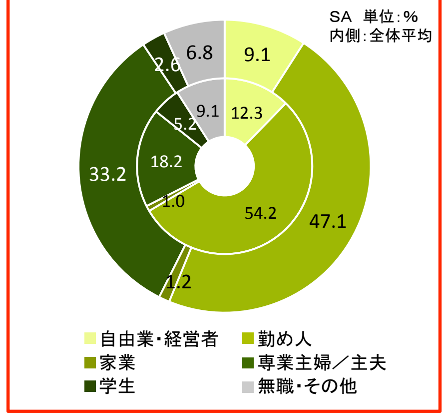
(A)
同居している子供

MA 単位：%
内側：全体平均



職業

SA 単位：%
内側：全体平均



食生活の実態（冬調査時）

摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

時間帯	摂取率
全時間帯	（平均 3.0 回／日）
朝食（5～10時台）	96%
昼食（11～14時台）	97%
間食（15～16時台）	6%
夕食（17～21時台）	95%
夜食（22～翌朝4時台）	7%

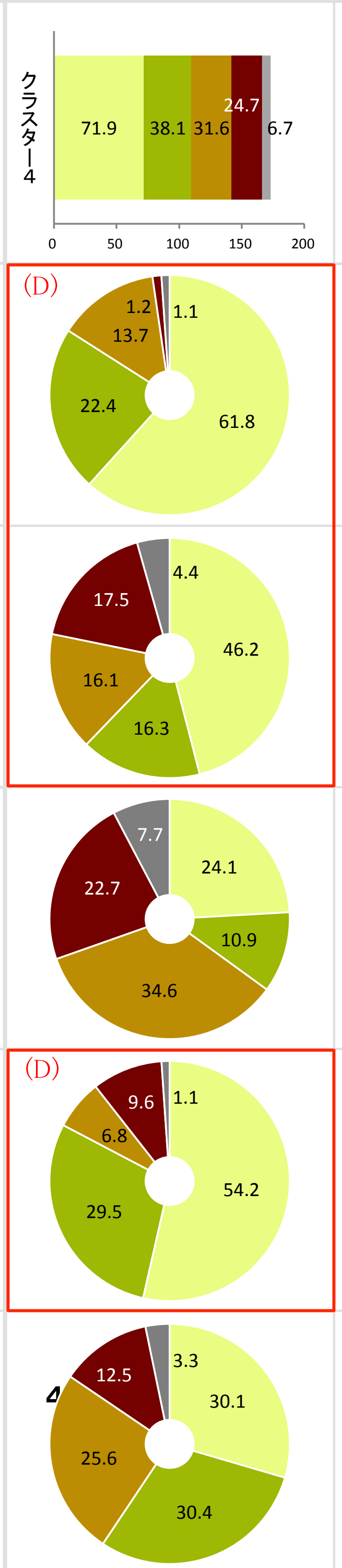
(C)

調理した人は？

自分が家で調理
自分以外の家族が調理
買ってきたもの
お店で食べた（外食）
その他

データ：冬調査 SA 単位：%

(D)

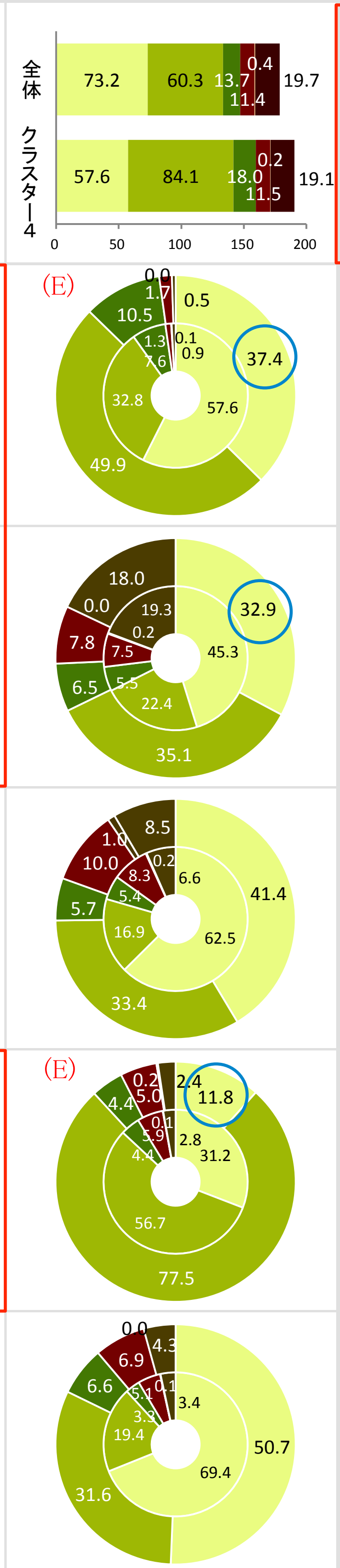


一緒に食べた人は？

ひとりで
家族と一緒に（同じメニュー）
家族と一緒に（違うメニュー）
友人や知人と一緒に
近所・地域の人たちと一緒
勤め先などの同僚と一緒

円グラフ内側／棒グラフ上側：全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側：クラスター4
データ：冬調査 SA 単位：%

(E)

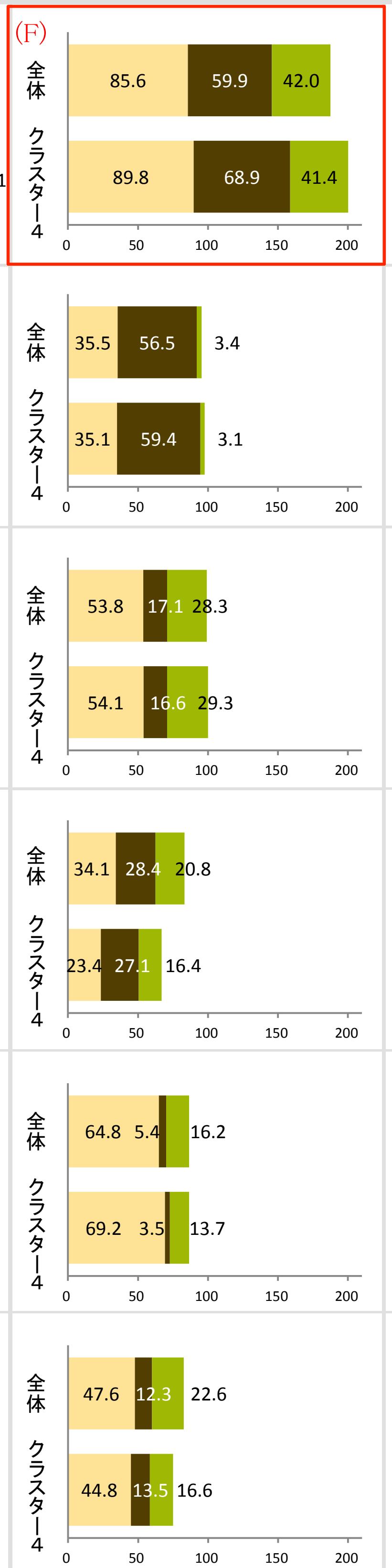


主食は？

ごはん系 パン類 めん類

棒グラフ上側：全体平均
棒グラフ下側：クラスター4
データ：冬調査 MA 単位：%

(F)



メニューランキング TOP5

MA 単位：%
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯

主食
①ごはん 80.4(＋8.1)＊
②その他の主食パン 46.5(＋12.4)＊
③菓子パン 12.5(－2.3)
④うどん、きしめん 12.2(＋0.9)
⑤おにぎり 11.7(－1.0)

副食
①みそ汁 55.3(＋11.7)＊
②サラダ 48.9(＋11.2)＊
③たまご料理 24.1(＋6.2)＊
④漬物 22.7(＋6.9)＊
⑤魚介の焼き物 20.4(＋4.4)

朝食

主食
①その他の主食パン 43.5(＋7.2)＊
②ごはん 27.5(±0.0)
③菓子パン 8.5(－2.8)
④おにぎり 4.7(－0.5)
⑤サンドイッチ 3.8(＋0.2)

副食
①みそ汁 22.7(＋3.0)
②たまご料理 14.6(＋2.6)
③サラダ 13.9(＋3.6)
④納豆 10.0(＋2.0)
⑤ハム、ソーセージ 8.4(＋2.2)

昼食

主食
①ごはん 36.9(＋2.0)
②うどん、きしめん 7.8(＋0.7)
③おにぎり 7.4(－0.1)
④ラーメン 7.3(－2.4)
⑤パスタ料理 5.3(＋0.4)

副食
①サラダ 17.5(＋4.6)
②みそ汁 15.5(＋1.4)
③たまご料理 8.9(＋2.6)
④野菜の煮物 7.6(＋2.7)
⑤漬物 6.6(＋1.2)

間食

主食
①ごはん 14.8(－5.7)＊
②菓子パン 8.0(－0.4)
③その他の主食パン 7.0(＋2.2)
④ラーメン 5.7(－1.5)
⑤サンドイッチ 5.2(＋0.2)

副食
①サラダ 9.8(＋2.6)
②みそ汁 9.2(＋2.0)
③蒸し野菜・ゆで野菜 7.6(＋5.2)
④フライドポテト・オニオンリング 6.4(＋4.5)
⑤野菜の煮物 4.4(＋1.7)

夕食

主食
①ごはん 59.7(＋6.1)＊
②うどん、きしめん 3.7(－0.3)
③パスタ料理 3.2(－0.5)
④丼物 3.0(－0.1)
⑤焼そば 2.9(＋0.2)

副食
①サラダ 34.5(＋7.7)＊
②みそ汁 34.3(＋7.4)＊
③漬物 14.8(＋4.9)
④魚介の焼き物 13.6(＋3.2)
⑤野菜の煮物 12.6(＋3.9)

夜食

主食
①ごはん 32.2(－0.3)
②ラーメン 7.5(－1.9)
③菓子パン 5.3(＋0.5)
④丼物 4.4(－0.2)
⑤惣菜パン 3.3(＋1.0)

副食
①みそ汁 20.1(＋5.4)＊
②サラダ 19.8(＋5.3)＊
③漬物 9.4(＋4.1)
④その他の野菜料理 7.7(＋3.8)
⑤魚介の焼き物 6.4(＋0.1)

お酒

食事と一緒に飲む冬の酒

MA 単位：%
飲酒率：食事をした人ベース
お酒メニュー：飲酒した人ベース
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

(G)

全時間帯 冬の飲酒率： 28.0%
①ビール／発泡酒 66.3(＋0.5)
②ワイン 20.5(＋7.4)＊
③焼酎 19.3(－3.1)

朝食 冬の飲酒率： 1.7%
①ビール／発泡酒 66.8(＋5.7)＊
②焼酎 23.4(＋4.1)
③その他 20.8(＋8.1)＊

昼食 冬の飲酒率： 1.6%
①ビール／発泡酒 54.6(－5.1)＊
②ワイン 21.6(＋10.2)＊
③その他 12.7(＋3.6)

間食 冬の飲酒率： 5.0%
①ビール／発泡酒 77.3(＋18.2)＊
②ワイン 72.6(＋44.1)＊
③サワー類 22.7(＋9.5)＊

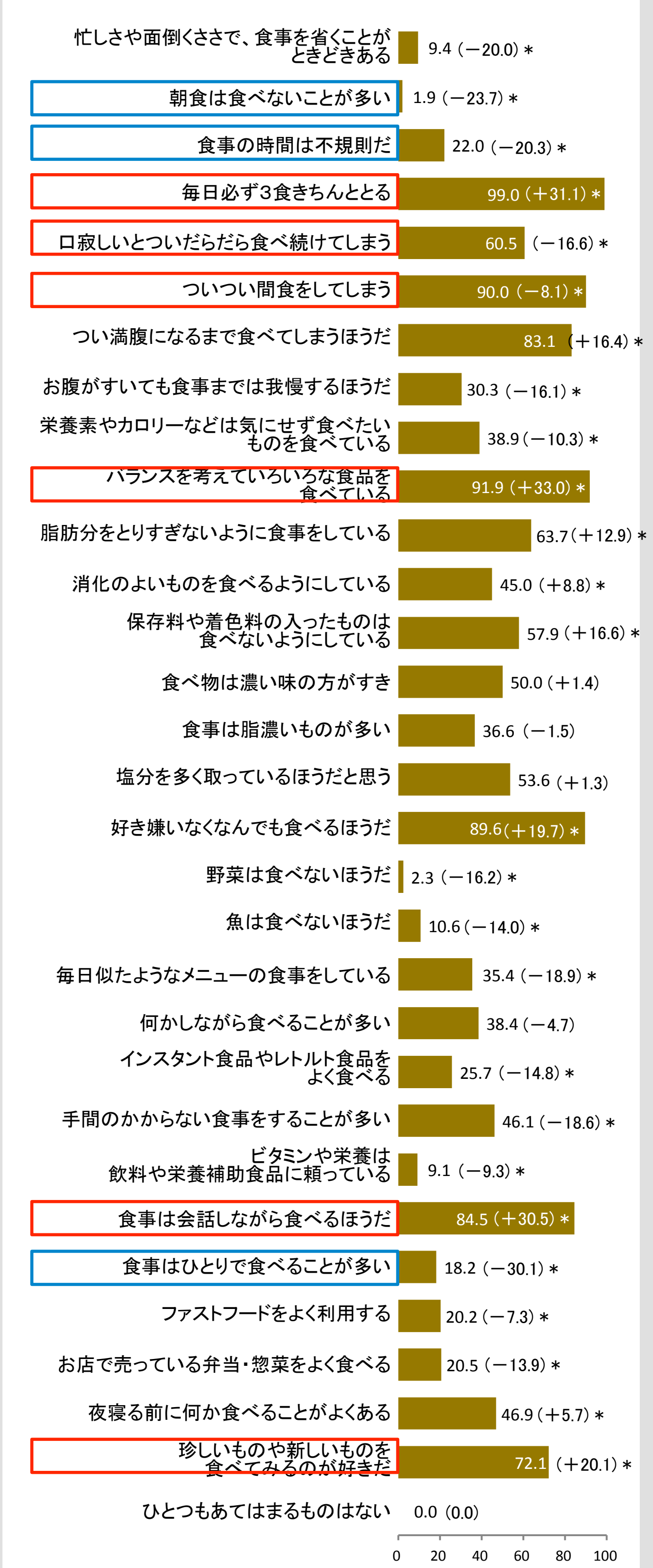
夕食 冬の飲酒率： 26.7%
①ビール／発泡酒 66.6(＋1.1)
②焼酎 19.5(－3.2)
③ワイン 19.3(＋6.4)＊

夜食 冬の飲酒率： 35.4%
①ビール／発泡酒 60.6(－4.4)
②ワイン 17.7(－4.3)
③焼酎 12.0(＋0.8)

食スタイル

単位：%
各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

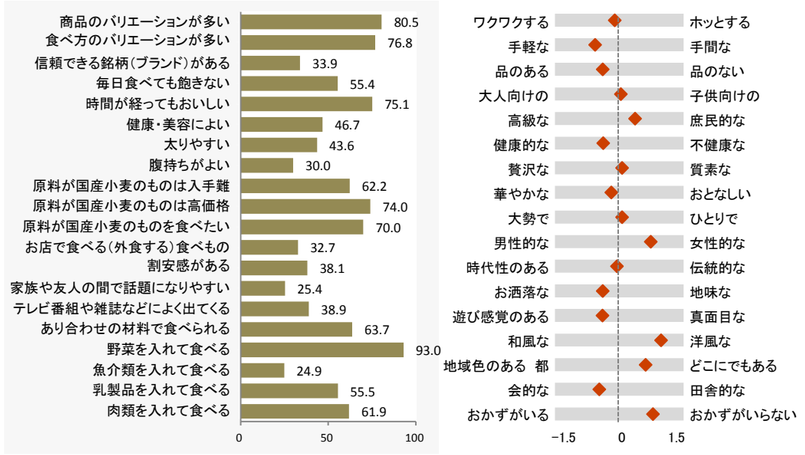
(B)



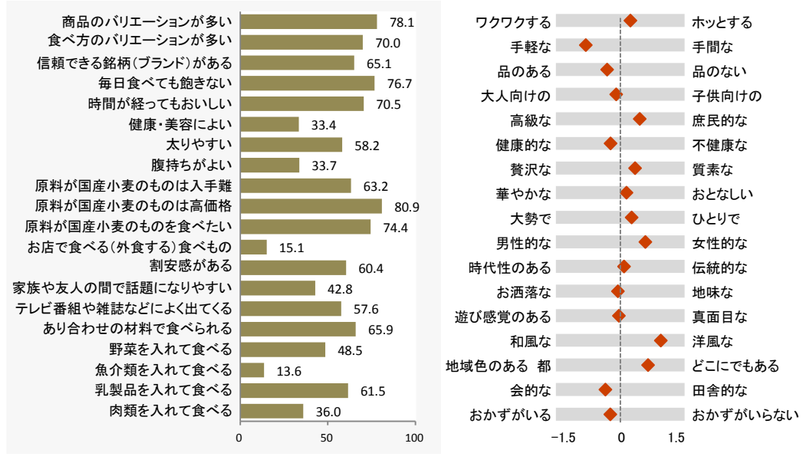
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

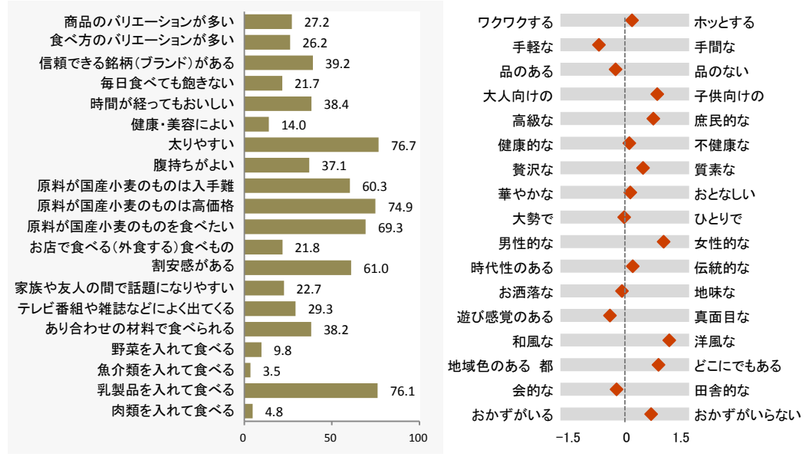
サンドイッチ



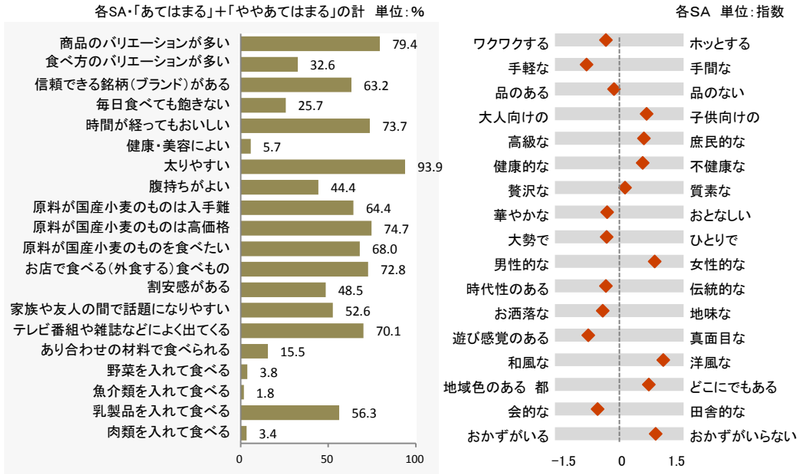
主食パン



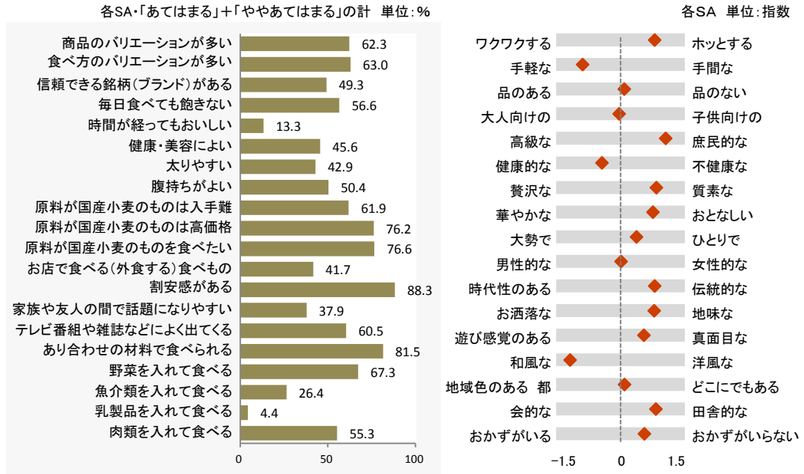
パンケーキ



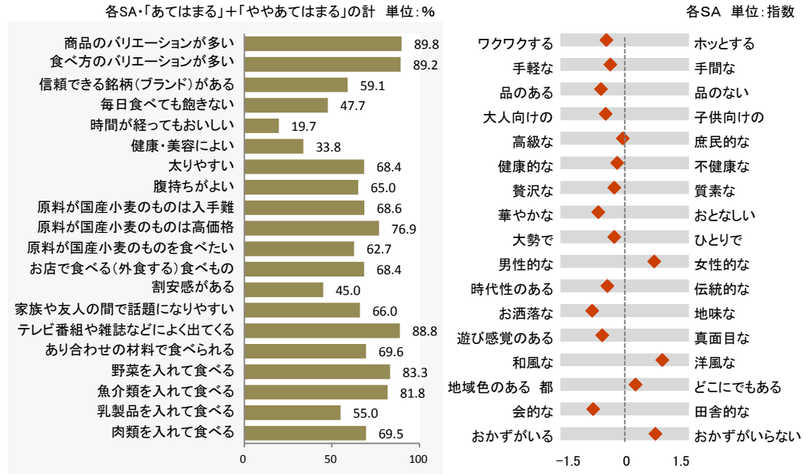
ドーナツ



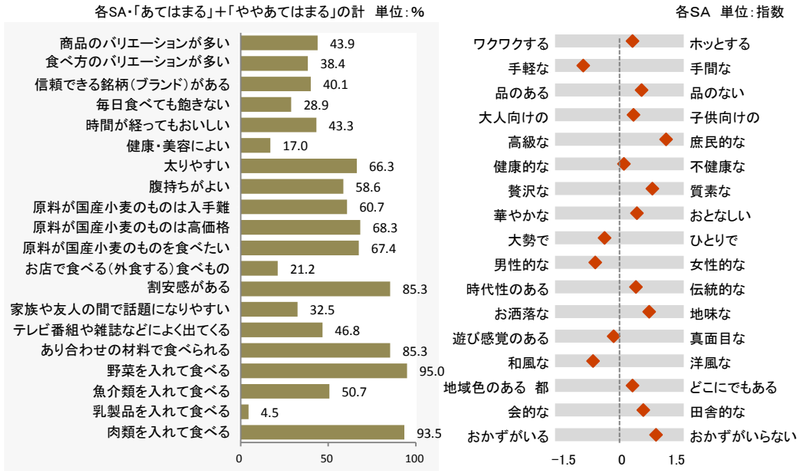
うどん



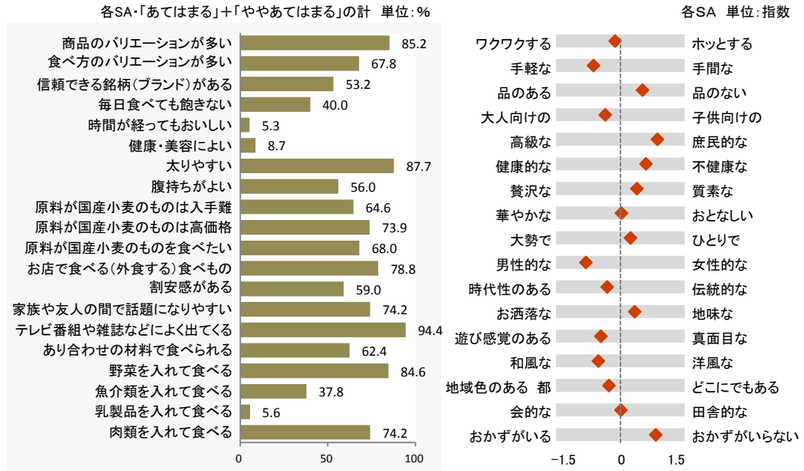
パスタ料理



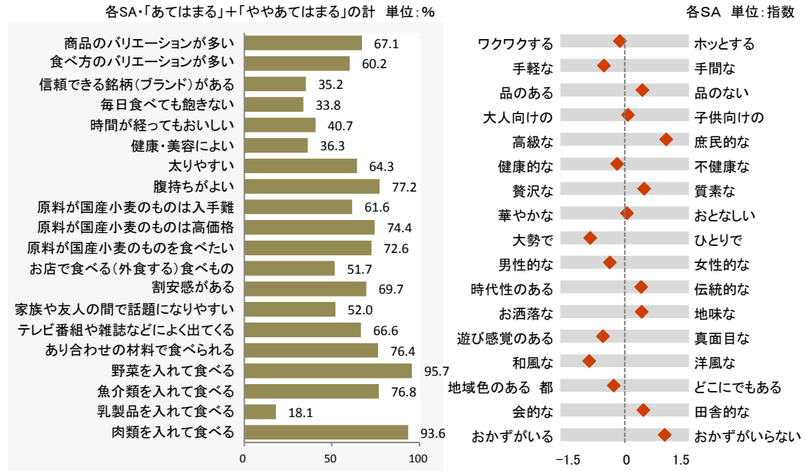
焼そば



ラーメン



お好み焼



クラスター５： １９．５%

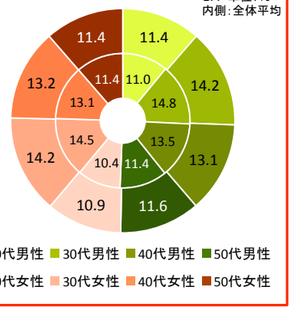
おひとりさま テキトー食派

ひとりで食べるから、
手間いらずのテキトー食

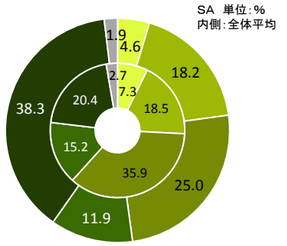
- 性年代の特徴はないが、単身者が多い。(A)
- 食スタイルをみると、「食事はひとりで食べることが多い」「毎日似たようなメニューの食事をしている」「手間のかからない食事をすることが多い」が全体より20%以上高い。「インスタント食品やレトルト食品をよく食べる」「口寂しいとついだらだら食べ続けてしまう」も全体を10%以上上回るが、「毎日必ず3食きちんととる」も同様。
- 一方で、「食事は会話をしながら食べるほうだ」は全体より20%以上、「バランスを考えていろいろな食品を食べている」は10%以上低く、好き嫌いも激しい傾向。(B)
- 摂取率は朝食・昼食・夕食いずれも9割前後。(C)
- 朝食は内食(自分か家族が調理) が2/3、中食(買ってきたもの)が3割弱。夕食は内食が7割、中食・外食が各15%前後。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。(D)
- 夕食の6割弱、昼食の6割、朝食の8割が一人で食べられており、全体と比べ非常に高い。(E)
- 主食は全般にパンが全体に比べ多く、夕食のごはんが少ない。また、みそ汁の摂取率が低い。(F)
- 冬の飲酒率は全体より低め。(G)

プロファイル（冬調査時）

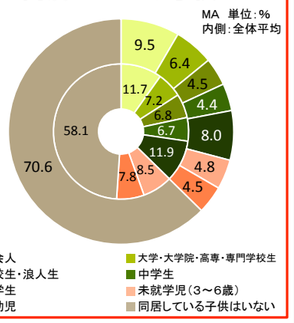
(A) 性・年代



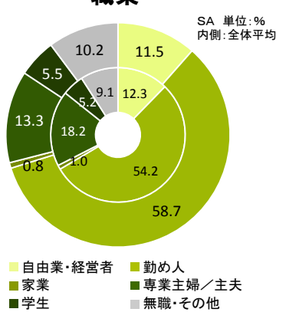
家族構成



(A) 同居している子供

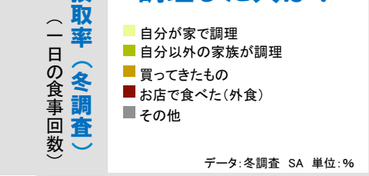


職業

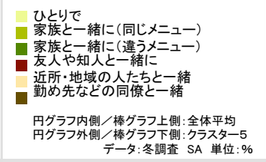


食生活の実態（冬調査時）

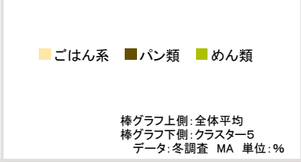
調理した人は？



一緒に食べた人は？



主食は？



メニューランキング TOP５

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

お酒

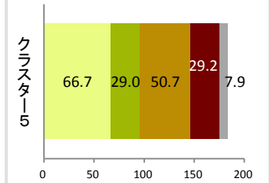
食事と一緒に飲む冬の酒

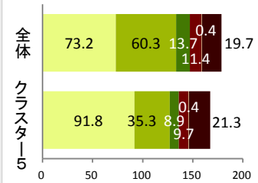
MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

食スタイル

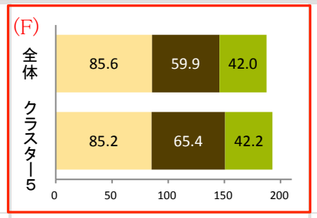
単位:%
各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯（平均3.0回／日）





(F)



主食

①ごはん	70.0(－2.3)
②その他の主食パン	36.1(＋2.0)
③菓子パン	19.2(＋4.4)
④ラーメン	14.2(＋0.1)
⑤おにぎり	13.5(＋0.8)

副食

①みそ汁	38.5(－5.1)＊
②サラダ	34.1(－3.6)
③その他の肉料理	16.6(＋1.0)
④たまご料理	16.2(－1.7)
⑤野菜いため	15.1(＋0.2)

冬の飲酒率： 23.3%

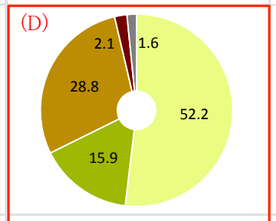
①ビール／発泡酒	59.5(－6.3)＊
②焼酎	20.2(－2.2)
③サワー類	14.7(＋3.5)

(B)

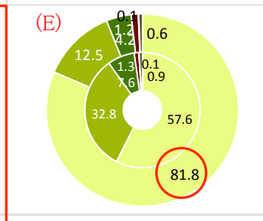
朝食（5～10時台）

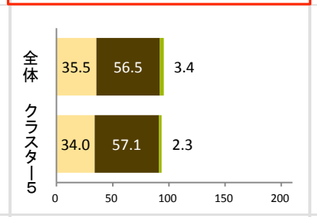
(C) 88%

(D)



(E)





主食

①その他の主食パン	35.8(－0.5)
②ごはん	24.8(－2.7)
③菓子パン	12.8(＋1.5)
④おにぎり	5.4(＋0.2)
⑤惣菜パン	3.8(＋0.4)

副食

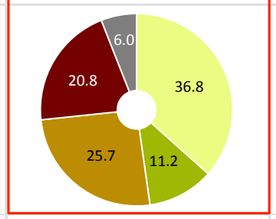
①みそ汁	15.8(－3.9)
②たまご料理	9.0(－3.0)
③サラダ	7.3(－3.0)
④納豆	6.9(－1.1)
⑤漬物	5.4(－0.6)

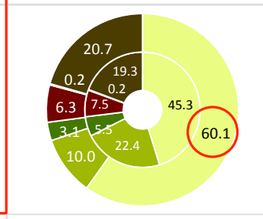
冬の飲酒率： 1.1%

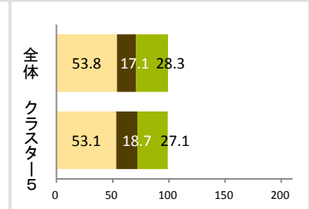
①ビール／発泡酒	49.2(－11.9)＊
②日本酒	23.3(＋15.5)＊
③その他	11.5(－1.2)

昼食（11～14時台）

92%







主食

①ごはん	34.7(－0.2)
②ラーメン	9.5(－0.2)
③おにぎり	7.0(－0.5)
④菓子パン	6.1(＋1.5)
⑤うどん、きしめん	5.6(－1.5)

副食

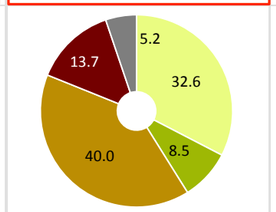
①みそ汁	14.0(－0.1)
②サラダ	11.1(－1.8)
③その他の肉料理	6.5(＋1.2)
④たまご料理	5.5(－0.8)
⑤野菜いため	5.3(＋0.2)

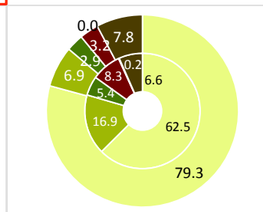
冬の飲酒率： 1.8%

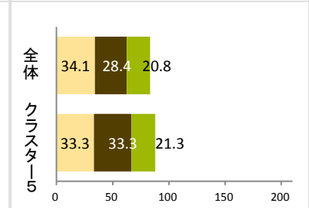
①ビール／発泡酒	47.6(－12.1)＊
②焼酎	15.1(＋1.8)
③日本酒	14.2(＋4.4)

間食（15～16時台）

9%







主食

①ごはん	19.9(－0.6)
②菓子パン	10.3(＋1.9)
③おにぎり	7.6(＋2.7)
④惣菜パン	6.9(＋2.2)
⑤ラーメン	6.7(－0.5)

副食

①みそ汁	6.6(－0.6)
②サラダ	5.6(－1.6)
③その他の肉料理	4.7(＋0.4)
④漬物	4.1(＋1.0)
⑤とんかつ	3.2(＋1.8)

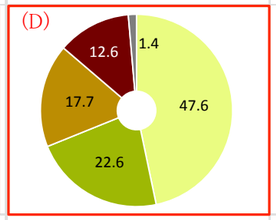
冬の飲酒率： 2.0%

①焼酎	39.5(＋28.9)＊
②サワー類	25.4(＋12.2)＊
③ビール／発泡酒	60.5(＋1.4)

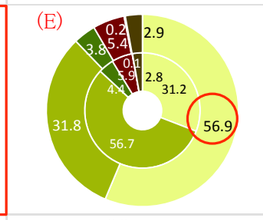
夕食（17～21時台）

(C) 90%

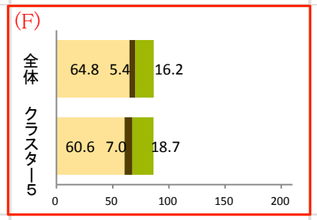
(D)



(E)



(F)



主食

①ごはん	48.2(－5.4)＊
②うどん、きしめん	4.5(＋0.5)
③ラーメン	4.4(＋0.9)
③パスタ料理	4.0(＋0.3)
⑤焼そば	3.2(＋0.5)

副食

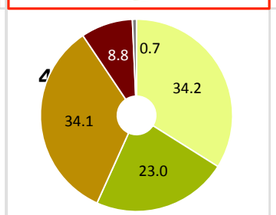
①サラダ	24.0(－2.8)
②みそ汁	21.7(－5.2)＊
③その他の肉料理	10.2(－0.7)
④魚介の焼き物	9.3(－1.1)
⑤野菜いため	8.9(－0.7)

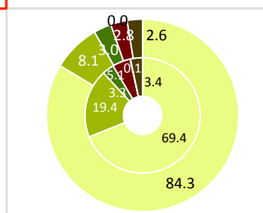
冬の飲酒率： 22.0%

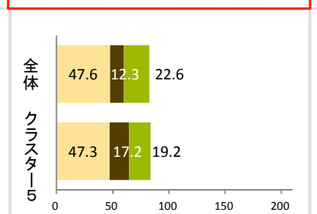
①ビール／発泡酒	59.6(－5.9)＊
②焼酎	20.8(－1.9)
③サワー類	14.1(＋3.1)

夜食（22～翌朝4時台）

14%







主食

①ごはん	33.5(＋1.0)
②菓子パン	8.2(＋3.4)
③ラーメン	5.5(－3.9)
④パスタ料理	4.8(＋0.7)
⑤おにぎり	4.3(＋0.1)

副食

①みそ汁	16.4(＋1.7)
②サラダ	12.5(－2.0)
③漬物	7.8(＋2.5)
④カレー(ライス)	5.9(＋2.4)
⑤その他の肉料理	5.5(－0.7)

冬の飲酒率： 18.9%

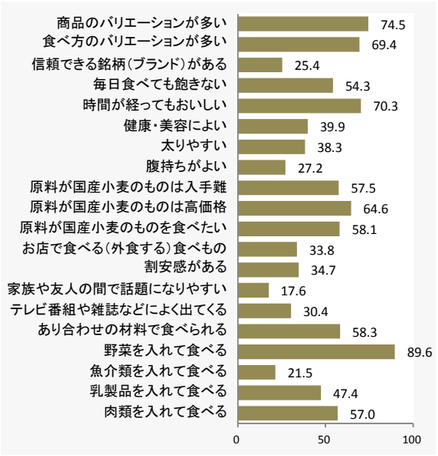
①ビール／発泡酒	62.2(－2.8)
②サワー類	16.7(－5.3)＊
③焼酎	20.3(＋9.1)＊

食材に対する意識とイメージ

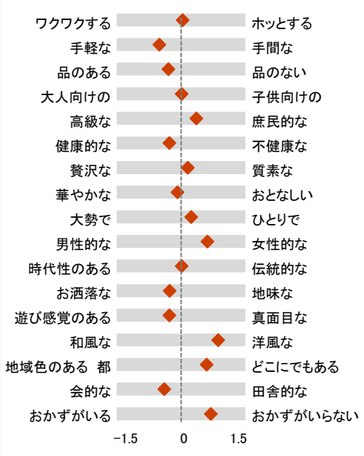
右側のグラフの指数は、「A：ワクワクする」←→「B：ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

サンドイッチ

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%

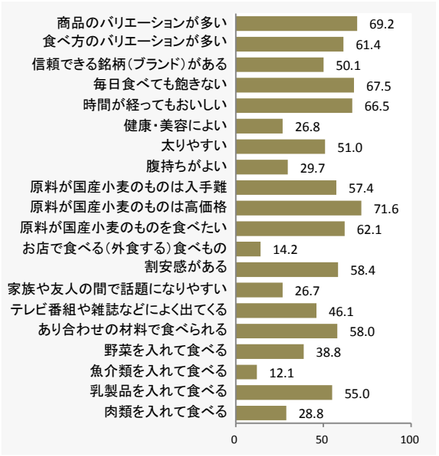


各SA　単位：指数

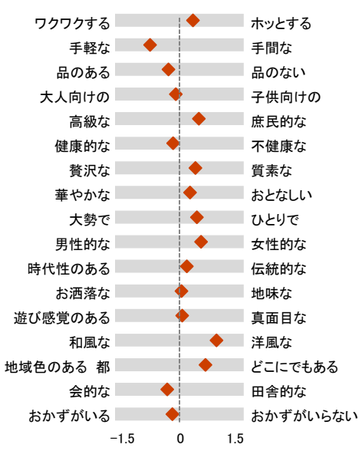


主食パン

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%

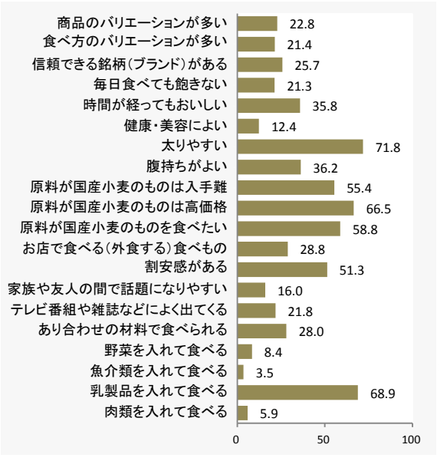


各SA　単位：指数

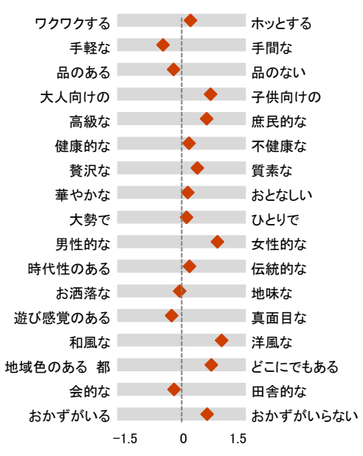


パンケーキ

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%

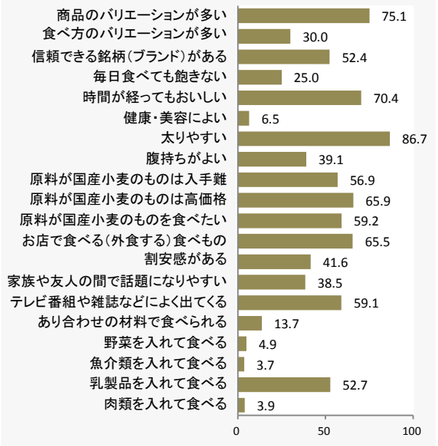


各SA　単位：指数

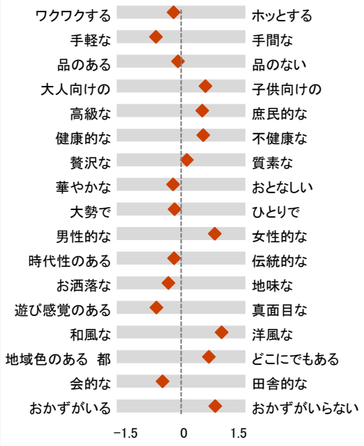


ドーナツ

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%

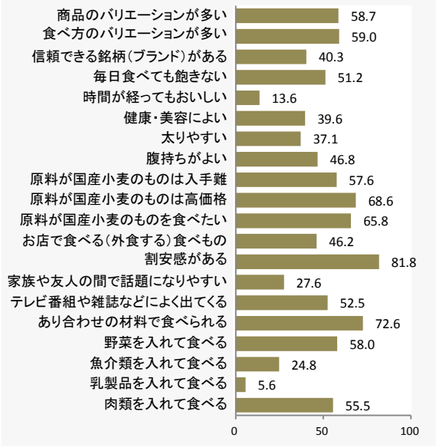


各SA　単位：指数

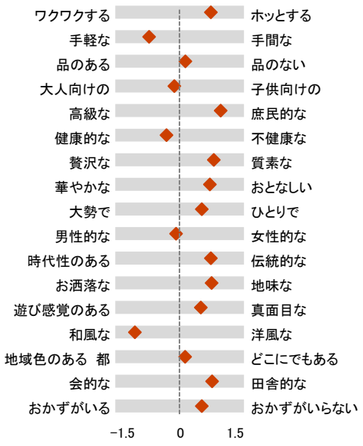


うどん

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%

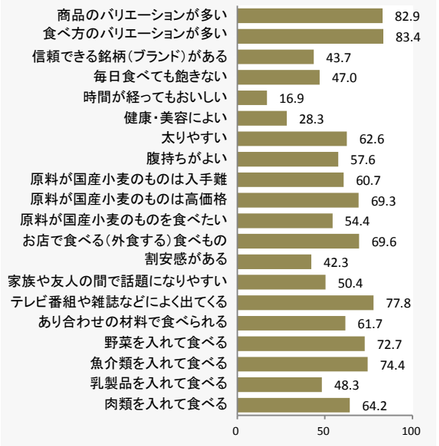


各SA　単位：指数

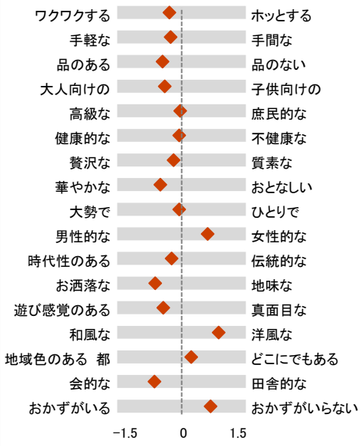


パスタ料理

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%

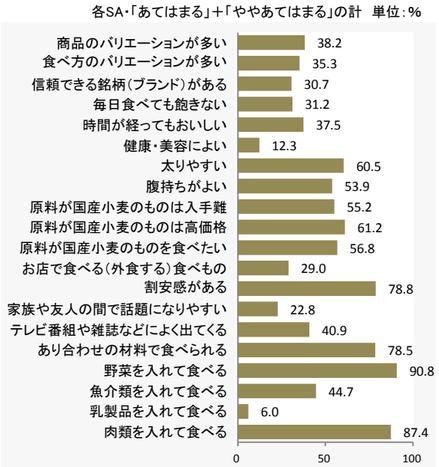


各SA　単位：指数

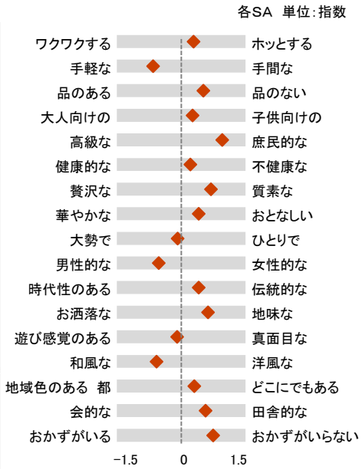


焼そば

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%

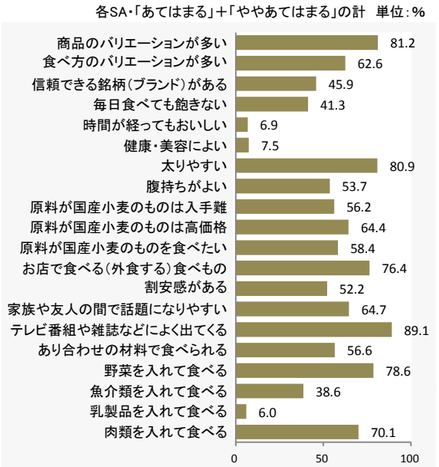


各SA　単位：指数

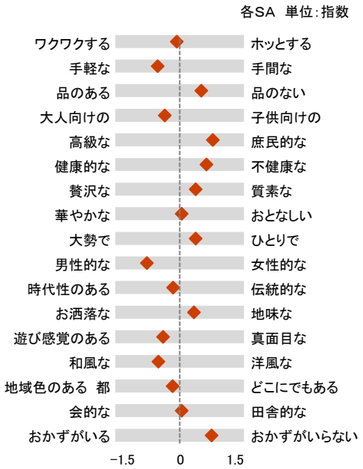


ラーメン

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%

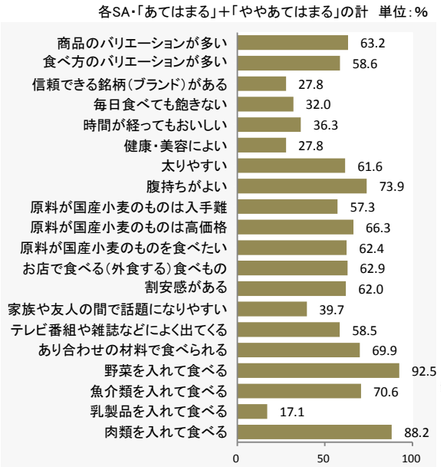


各SA　単位：指数

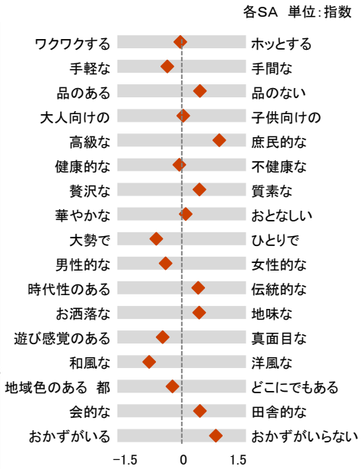


お好み焼

各SA・「あてはまる」＋「ややあてはまる」の計　単位：%



各SA　単位：指数



クラスター６： ９．１％

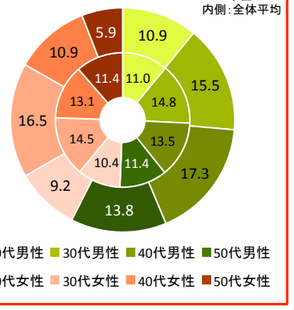
大食漢王道派

食生活は規則正しいが、高カロリーでメタボ一直線

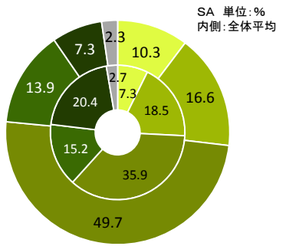
・40-50代男性がやや多く、逆に40-50代女性はやや少ない。小学生以下の子供のいる世帯が全体より多い。(A)
・食スタイルをみると、「毎日必ず3食きちんととる」(97%) が全体より20%以上高いが、「食べ物は脂濃いものが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「食べ物は濃い味の方がすき」「栄養素やカロリー等は気にせずとにかく食べたい」も20%以上上回る。中食やインスタント食品等の利用率も高く、食べ過ぎる傾向。
・一方で、「朝食は食べないことが多い」「食事はひとりで食べることが多い」「脂肪分をとりすぎないように食事をしている」は全体より20%以上低い。(B)
・摂取率は朝食・昼食・夕食いずれも95%前後と非常に高い。(C)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割強。夕食は内食が8割、中食・外食が各1割。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。(D)
・朝食・昼食・夕食とも一人で食べている率は低く、家族と食べる率が高い。(E)
・主食は全般にごはん、パンともに全体に比べやや多い。(F)
・冬の飲酒率は平均的だが、ビール／発泡酒が高い。(G)

プロファイル（冬調査時）

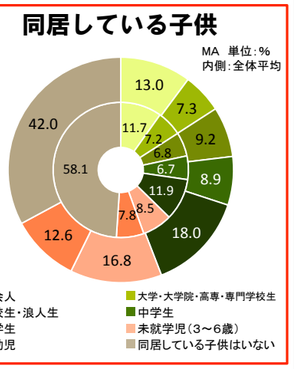
(A) 性・年代



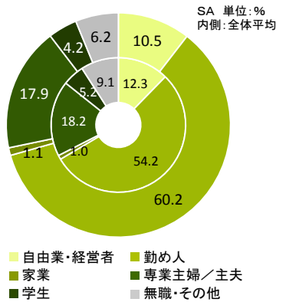
家族構成



(A) 同居している子供



職業

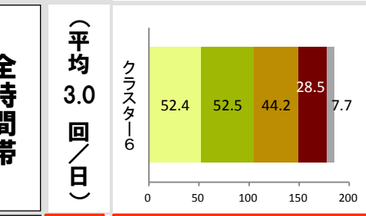


食生活の実態（冬調査時）

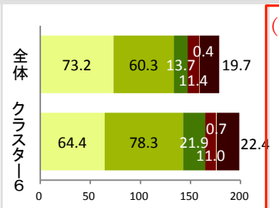
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	全時間帯（平均3.0回／日）	朝食（5～10時台）	昼食（11～14時台）	間食（15～16時台）	夕食（17～21時台）	夜食（22～翌朝4時台）
	(C)	93%	95%	6%	93%	9%

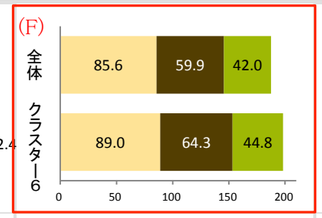
調理した人は？



一緒に食べた人は？



主食は？



メニューランキング TOP５

MA 単位：%
（）内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

	主食	副食
全時間帯	①ごはん 76.4(＋4.1) ②その他の主食パン 37.7(＋3.6) ③菓子パン 17.5(＋2.7) ④ラーメン 16.4(＋2.3) ⑤おにぎり 14.8(＋2.1)	①みそ汁 46.1(＋2.5) ②サラダ 36.9(－0.8) ③たまご料理 21.7(＋3.8) ④魚介の焼き物 16.6(＋0.6) ⑤漬物 16.0(＋0.2)
朝食	①その他の主食パン 37.0(＋0.7) ②ごはん 30.1(＋2.6) ③菓子パン 13.4(＋2.1) ④おにぎり 4.5(－0.7) ⑤惣菜パン 4.0(＋0.6)	①みそ汁 21.0(＋1.3) ②たまご料理 14.8(＋2.8) ③サラダ 7.7(－2.6) ④ハム、ソーセージ 7.5(＋1.3) ⑤納豆 6.7(－1.3)
昼食	①ごはん 36.3(＋1.4) ②ラーメン 11.8(＋2.1) ③おにぎり 9.1(＋1.6) ④うどん、きしめん 7.8(＋0.7) ⑤丼物 5.9(＋1.2)	①みそ汁 14.6(＋0.5) ②サラダ 10.8(－2.1) ③たまご料理 6.4(＋0.1) ④とり唐揚げ 6.4(＋1.9) ⑤漬物 6.1(＋0.7)
間食	①ごはん 16.4(－4.1) ②菓子パン 12.3(＋3.9) ③丼物 8.5(＋4.8) ④ラーメン 8.1(＋0.9) ⑤ハンバーガー 6.2(＋2.2)	①肉まん・あんまん 6.5(＋4.8) ②ぎょうざ・シュウマイ 6.1(＋4.5) ③その他の肉料理 5.7(＋1.4) ④サラダ 5.4(－1.8) ⑤みそ汁 4.1(－3.1)
夕食	①ごはん 55.9(＋2.3) ②うどん、きしめん 4.7(＋0.7) ③ラーメン 3.8(＋0.3) ④丼物 3.7(＋0.6) ⑤パスタ料理 3.0(－0.7)	①サラダ 28.4(＋1.6) ②みそ汁 27.0(＋0.1) ③魚介の焼き物 10.6(＋0.2) ④その他の肉料理 10.1(－0.8) ⑤野菜いため 9.2(－0.4)
夜食	①ごはん 39.2(＋6.7)＊ ②ラーメン 10.4(＋1.0) ③おにぎり 5.9(＋1.7) ④その他の主食パン 3.6(＋1.4) ⑤菓子パン 3.1(－1.7)	①サラダ 12.6(－1.9) ②魚介の焼き物 10.3(＋4.0) ③みそ汁 9.5(－5.2)＊ ④カレー（ライス） 7.5(＋4.0) ⑤野菜の煮物 7.3(＋2.0)

お酒 食事と一緒に飲む冬の酒

MA 単位：%
飲酒率：食事をした人ベース
お酒メニュー：飲酒した人ベース
（）内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

(C)

	冬の飲酒率	
全時間帯	30.2%	①ビール／発泡酒 77.0(＋11.2)＊ ②焼酎 23.8(＋1.4) ③サワー類 11.7(＋0.5)
朝食	1.5%	①ビール／発泡酒 74.5(＋13.4)＊ ②ワイン 16.2(＋1.8) ③その他 5.8(－6.9)＊
昼食	1.6%	①ビール／発泡酒 92.4(＋32.7)＊ ②サワー類 7.6(－0.4) ③焼酎 6.9(－6.4)＊
間食	－%	該当なし
夕食	29.5%	①ビール／発泡酒 76.0(＋10.5)＊ ②焼酎 25.5(＋2.8) ③サワー類 11.8(＋0.8)
夜食	26.7%	①ワイン 75.8(＋10.8)＊ ②ビール／発泡酒 7.4(－14.6)＊ ③サワー類 11.5(＋0.3)

食スタイル

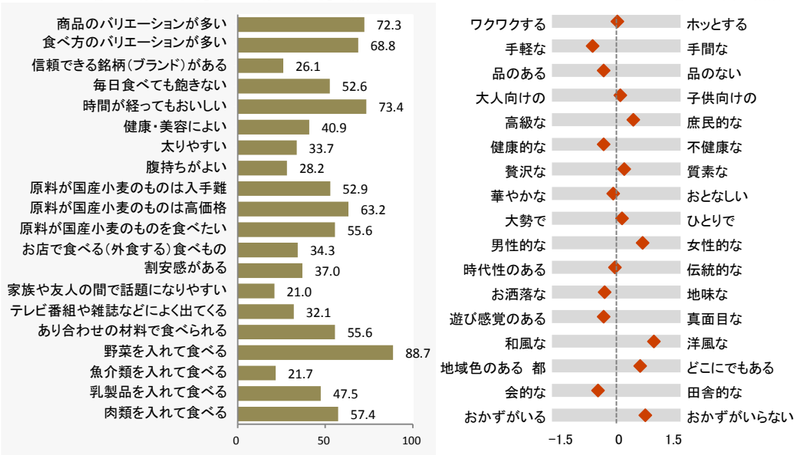
単位：%
各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
（）内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

(B)

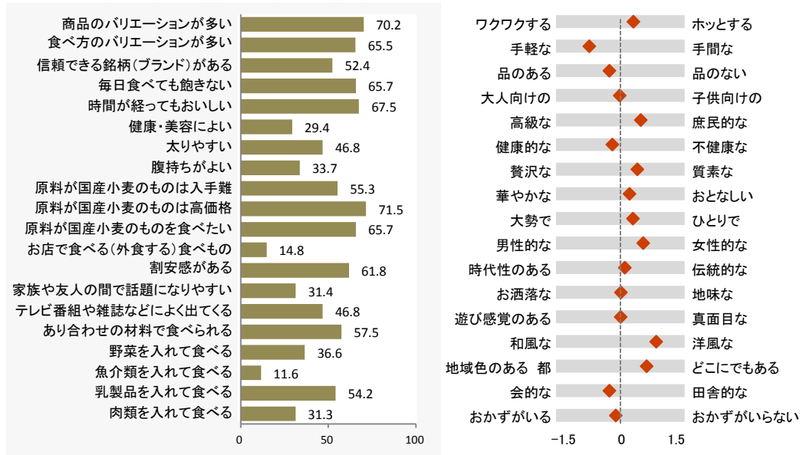
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

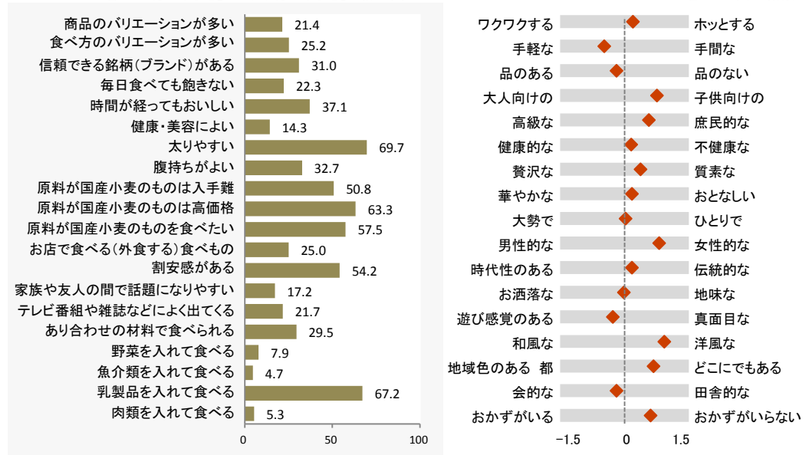
サンドイッチ



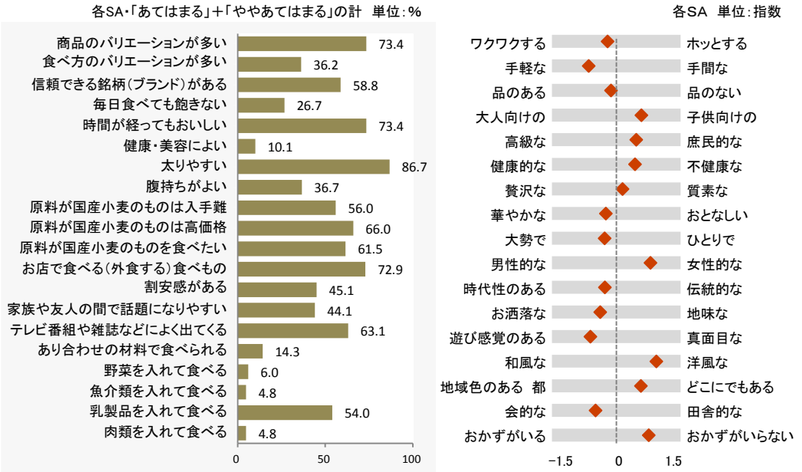
主食パン



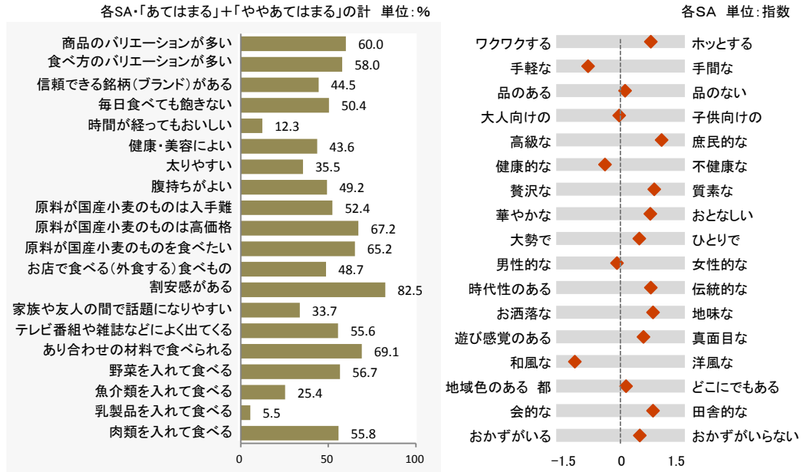
パンケーキ



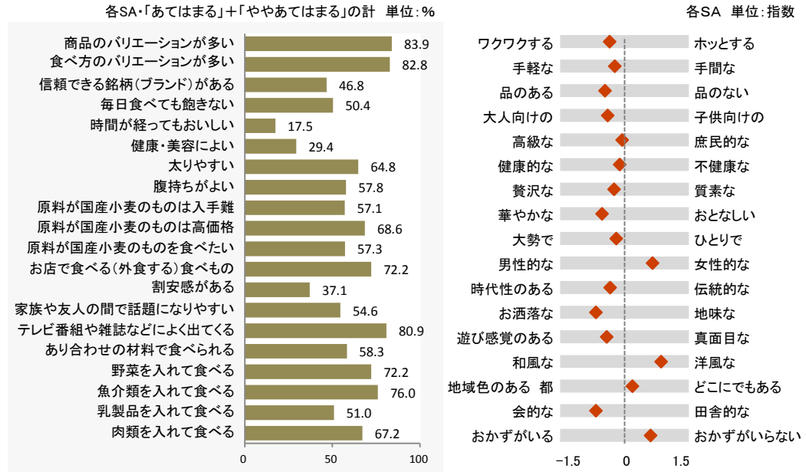
ドーナツ



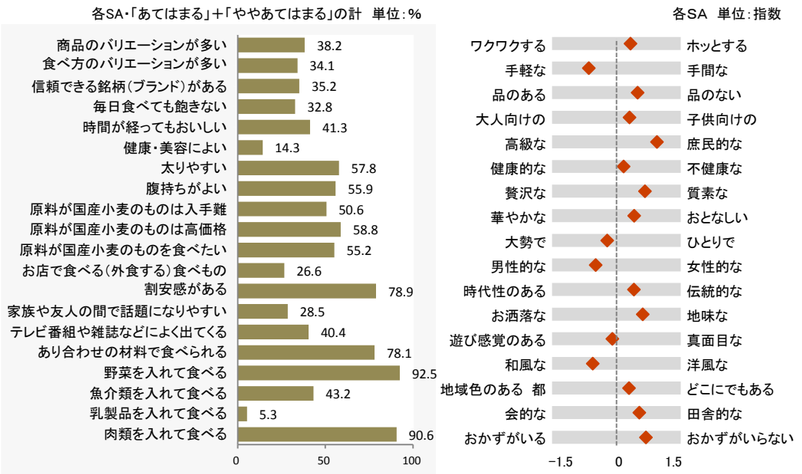
うどん



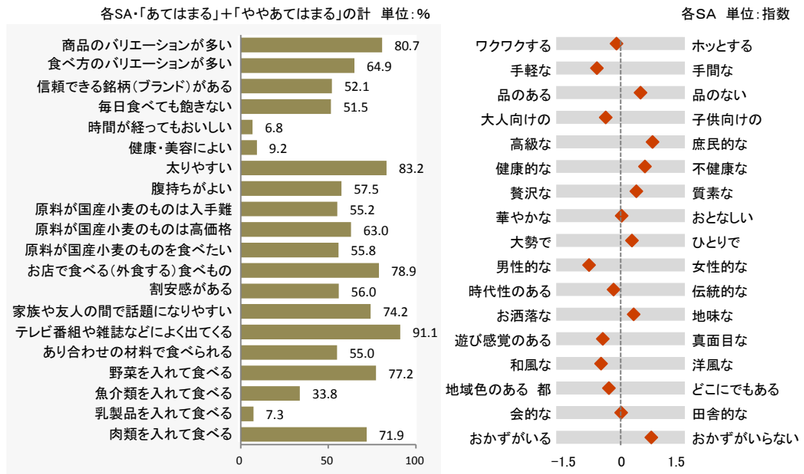
パスタ料理



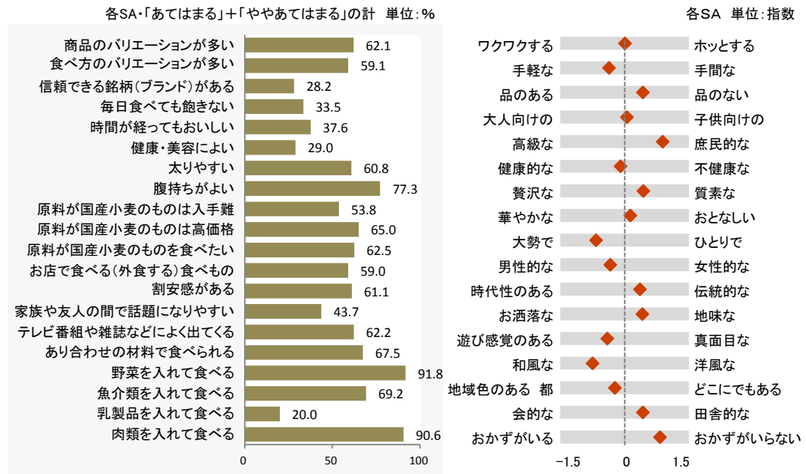
焼そば



ラーメン



お好み焼



クラスター7： 10．8%

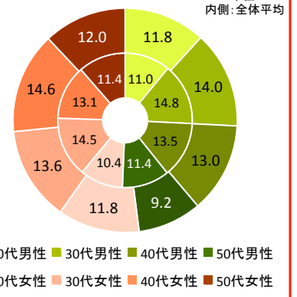
わかっちゃいるけど不規則食派

健食を意識・実行しているものの、不規則な食生活

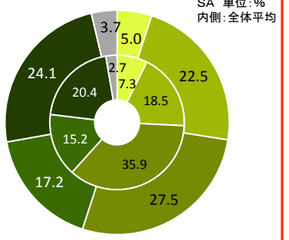
・性年代の特徴はないが、未婚二世代同居の世帯、単身者、子供と同居していない世帯が多い。(A)
・食スタイルをみると、「朝食は食べないことが多い」「忙しさや面倒くささで食事を省くことが時々ある」「食事の時間は不規則だ」が全体より20%以上高く、逆に「毎日必ず3食きちんととる」(10%)は20%以上低い。一方、「脂肪分をとりすぎないように食事をしている」「バランスを考えていろいろな食品を食べている」「保存料や着色料の入ったものは食べないようにしている」が全体より10%以上高い。
・また、「食べ物は脂濃いものが多い」「塩分を多く取っているほうだと思う」「食べ物は濃い味の方がすき」「栄養素やカロリー等は気にせずとにかく食べたい」は10%以上低い。(B)
・昼食・夕食の摂取率は約85%と低く、朝食は50%と非常に低い。夜食は18%と高い。(C)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が2/3、中食(買ってきたもの)が3割。夕食は内食が7割強、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強。朝食・夕食の内食比率が低め。(D)
・夕食の35%、昼食の5割弱、朝食の7割が一人で食べられており、全体よりやや多い。(E)
・主食は全般にごはん、パンともに全体に比べ少ない。また、みそ汁の摂取率も低い。(F)
・冬の飲酒率は高い。(G)

プロファイル（冬調査時）

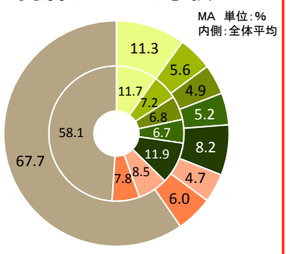
(A) 性・年代



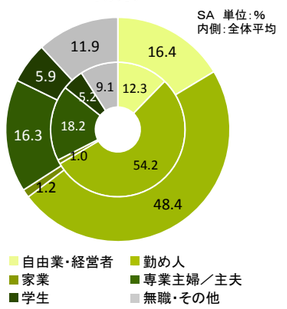
家族構成



同居している子供



職業

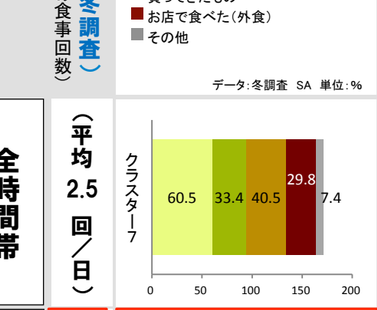


食生活の実態（冬調査時）

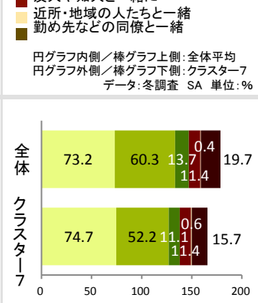
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	全時間帯（平均2.5回／日）	朝食（5～10時台）	昼食（11～14時台）	間食（15～16時台）	夕食（17～21時台）	夜食（22～翌4時台）
	(C)	50%	83%	10%	85%	18%

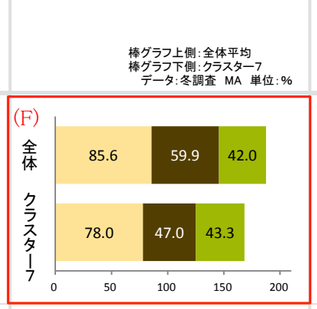
調理した人は？



一緒に食べた人は？



主食は？



メニューランキング TOP5

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

	主食	副食
全時間帯	①ごはん 62.8(−9.5)＊ ②その他の主食パン 22.6(−11.5)＊ ③ラーメン 16.2(+2.1) ④菓子パン 12.2(−2.6) ⑤うどん、きしめん 11.4(+0.1)	①サラダ 37.0(−0.7) ②みそ汁 35.5(−8.1)＊ ③野菜いため 14.9(±0.0) ④漬物 13.5(−2.3) ⑤魚介の焼き物 13.2(−2.8)
朝食	①その他の主食パン 27.8(−8.5)＊ ②ごはん 22.8(−4.7) ③菓子パン 12.2(+0.9) ④おにぎり 6.5(+1.3) ⑤サンドイッチ 4.6(+1.0)	①みそ汁 14.9(−4.8) ②サラダ 9.7(−0.6) ③たまご料理 9.5(−2.5) ④納豆 5.6(−2.4) ⑤ハム、ソーセージ 4.9(−1.3)
昼食	①ごはん 31.3(−3.6) ②ラーメン 11.4(+1.7) ③うどん、きしめん 8.2(+1.1) ④その他の主食パン 7.6(+3.1) ⑤おにぎり 7.0(−0.5)	①サラダ 13.7(+0.8) ②みそ汁 13.1(−1.0) ③たまご料理 5.3(−1.0) ④漬物 5.2(−0.2) ⑤野菜いため 4.9(−0.2)
間食	①ごはん 16.8(−3.7) ②ラーメン 8.2(+1.0) ③菓子パン 7.7(−0.7) ④サンドイッチ 6.5(+1.5) ⑤惣菜パン 6.4(+1.7)	①みそ汁 7.7(+0.5) ②サラダ 7.6(+0.4) ③納豆 4.9(+3.4) ④ぎょうざ・シュウマイ 4.1(+2.5) ⑤たまご料理 3.8(+0.8)
夕食	①ごはん 47.5(−6.1)＊ ②ラーメン 4.7(+1.2) ③菓子パン 3.8(+0.1) ④食パン、ロールパン 3.3(−0.7) ⑤おにぎり 2.8(−0.3)	①サラダ 26.8(±0.0) ②みそ汁 23.9(−3.0) ③野菜いため 10.6(+1.0) ④その他の肉料理 10.3(−0.6) ⑤漬物 10.2(+0.3)
夜食	①ごはん 30.9(−1.6) ②ラーメン 6.7(−2.7) ③丼物 5.1(+0.5) ④パスタ料理 5.0(+0.9) ⑤おにぎり 4.9(+0.7)	①サラダ 16.4(+1.9) ②みそ汁 13.6(−1.1) ③野菜いため 8.1(+2.6) ④魚介の焼き物 7.7(+1.4) ⑤その他の肉料理 6.7(+0.5) ⑤野菜の煮物 6.7(+1.4)

お酒 食事と一緒に飲む冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

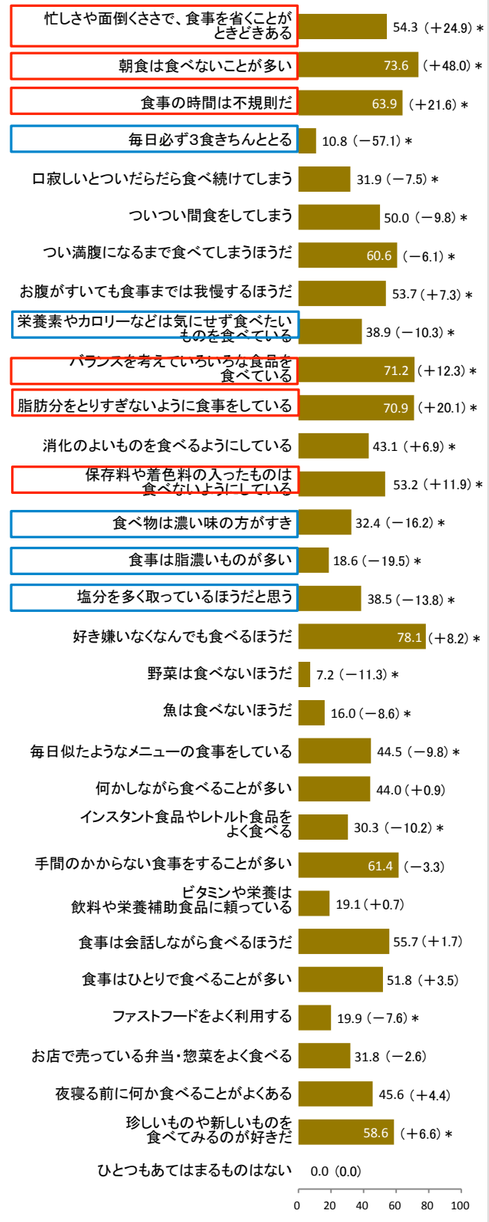
(C)

	冬の飲酒率	
全時間帯	33.0%	①ビール／発泡酒 63.0(−2.8) ②焼酎 25.1(+2.7) ③ワイン 12.3(−0.8)
朝食	2.0%	①ビール／発泡酒 54.6(−6.5)＊ ②日本酒 22.2(+14.4)＊ ③ワイン 14.9(+0.5)
昼食	2.4%	①焼酎 33.9(+20.6)＊ ②ワイン 16.7(+5.3)＊ ③ビール／発泡酒 64.4(+4.7)
間食	4.0%	①ビール／発泡酒 84.0(+24.9)＊ ②ウィスキー／ブランデー 16.0(+9.5)＊ ③ワイン 10.6(−17.9)＊
夕食	30.5%	①ビール／発泡酒 62.1(−3.4) ②焼酎 25.4(+2.7) ③ワイン 13.2(+0.3)
夜食	38.2%	①ビール／発泡酒 62.9(−2.1) ②焼酎 27.5(+5.5)＊ ③サワー類 10.2(−1.0)

食スタイル

(B)

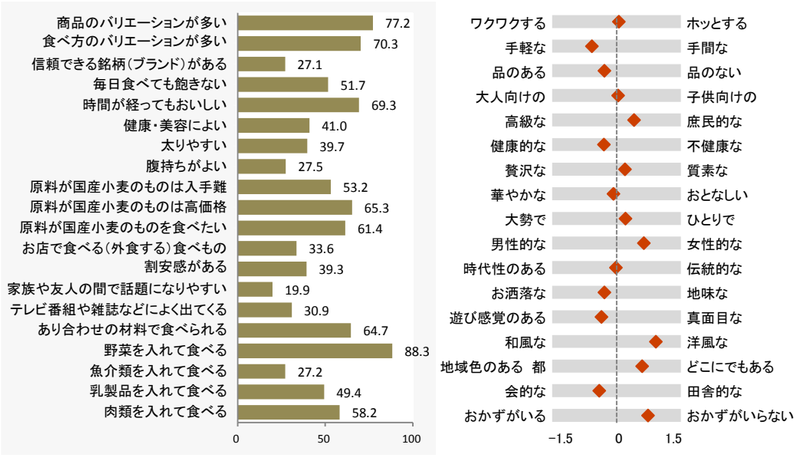
単位:%
各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
( )内は冬調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上



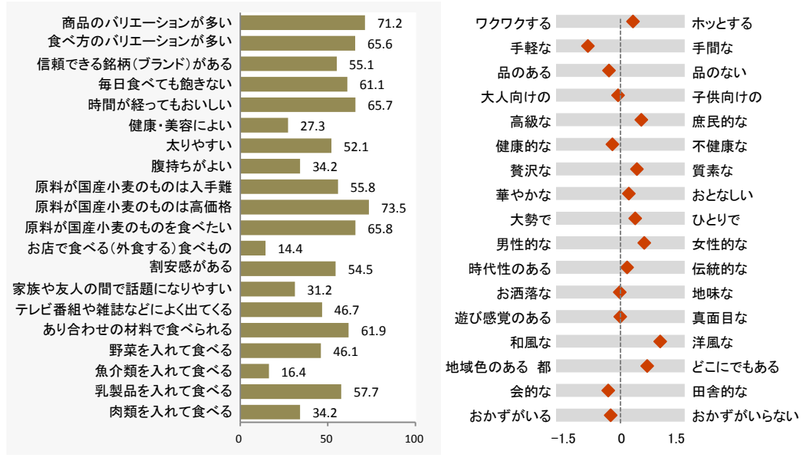
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

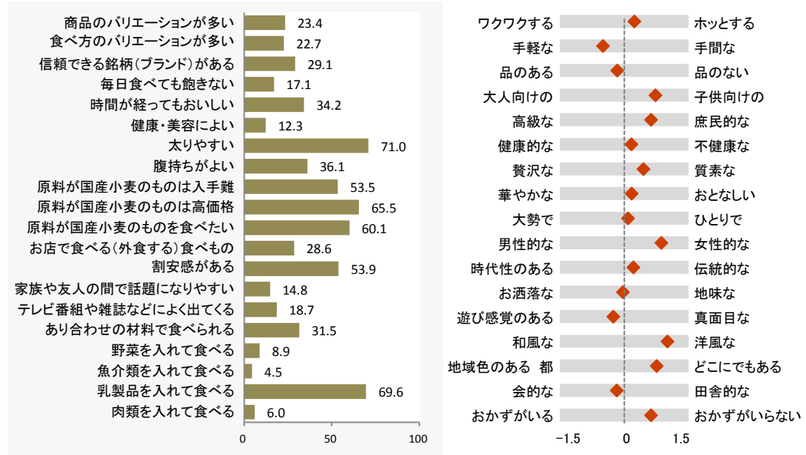
サンドイッチ



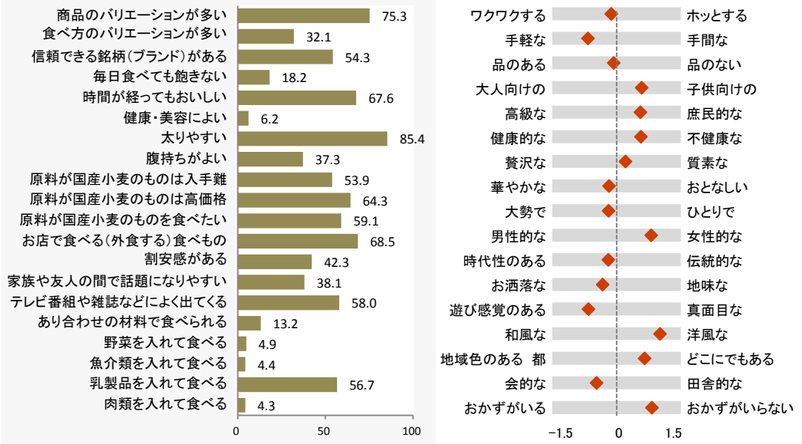
主食パン



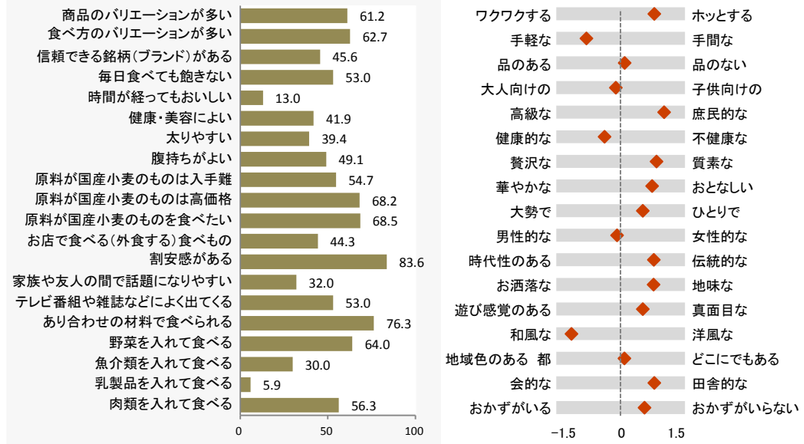
パンケーキ



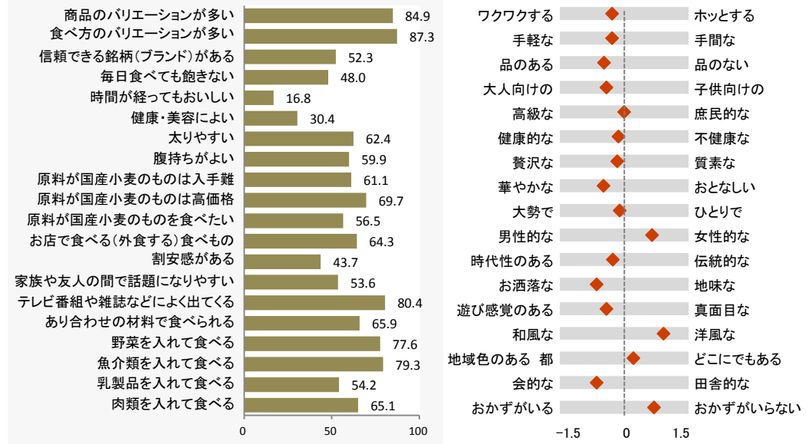
ドーナツ



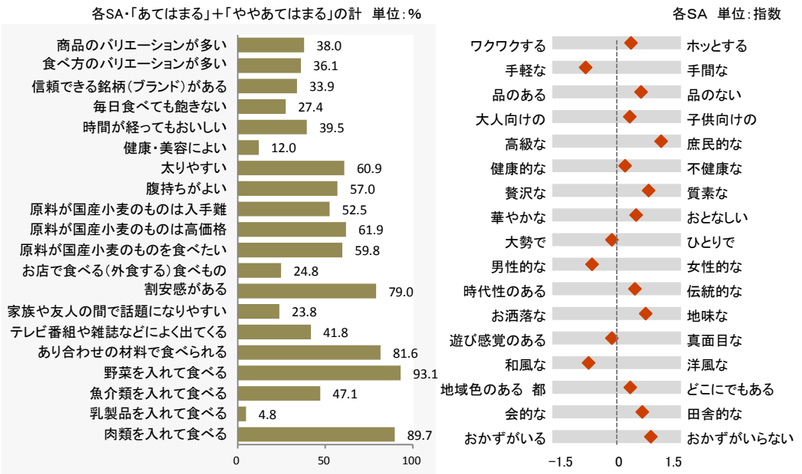
うどん



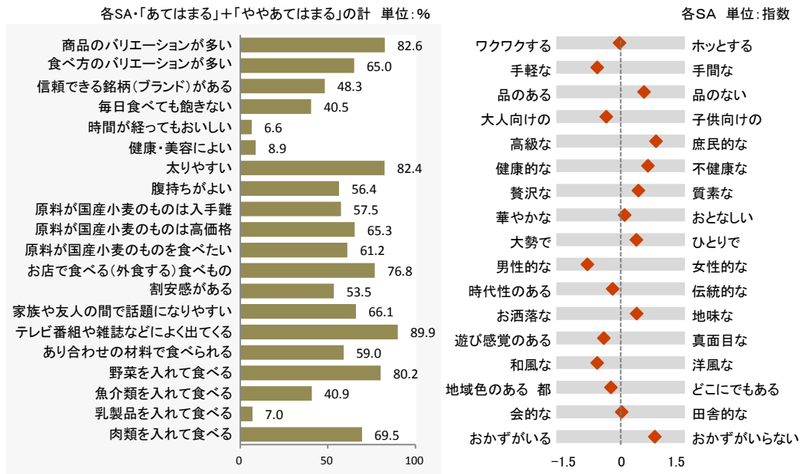
パスタ料理



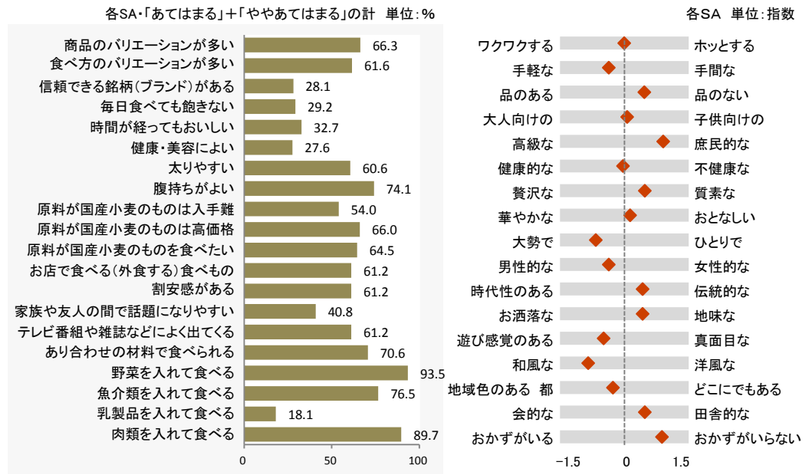
焼そば



ラーメン



お好み焼



5. 末子年齢による世帯分類

まとめ〔末子年齢による世帯類型〕

末子年齢による世帯類型：（親の年齢ではなく）同居している子供の年齢による世帯類型

2002年に博報堂生活総研で開発されたライフステージ尺度「末子度」を参考に、「同居している最年少の子供年齢」の視点でサンプルの分類を行った。
結婚と出産は、女性のみでなく、男性にとっても大きな転機であり、男女とも生活が大きく変化する。この転機を迎える年齢が、ほぼ同年齢だったのが、昨今の各生活者で異なるようになってきた。そのため、年齢視点からのアプローチは、変化を捉え切れないため、年齢は異なっても、「世帯をもつ」といったライフステージで集団をつくり、似たライフステージ者同士から事象をとらえるのが合理的だと考えられる。そして、「世帯をもつ」親のライフステージに強く影響するのが子供のライフステージ、特に最年少の子供の年齢（末子年齢）である。
この考えのもと「末子年齢による世帯類型」を行った。

■摂取率
朝食の摂取率の高いのは、子供のいる＜子育て世帯＞＜やりくり前期＞＜やりくり後期＞＜学費卒業世帯＞と＜パートナーズ②＞。最も低いのは＜シングル＞。

■メニューランキング
副食について見ると、＜パートナーズ②＞はみそ汁、サラダ、漬物、たまご料理、魚介の焼き物、全てが全体より多い。＜やりくり前期＞はみそ汁、＜やりくり後期＞はサラダ、たまご料理、漬物、＜学費卒業世帯＞はみそ汁、漬物がそれぞれ多い。逆に副食が全て少ないのは＜シングル＞。

■調理した人は？
内食(自分か家族が調理)の比率が高いのは子供のいる世帯、特に子供の小さい＜子育て世帯＞は高い。また、＜パートナーズ②＞も高め。一方、最も低いのは＜シングル＞。

■お酒
食事と一緒にお酒を飲む率は夏＞冬であるが、年配層ほど、同年代では男性の方が高い点は共通である。20-30代男性ではビール／発泡酒、40-50代男性では焼酎、30-40代女性ではサワー類、50代女性ではワインが全体に比べ高めになっている。

■一緒に食べた人は？
家族と食べる率が最も高いのは＜子育て世帯＞。＜パートナーズ②＞も1人で食べる率は低い。逆に高いのは、当然のことながら＜シングル＞である。

■好きな食べもの
小麦メニューを見ると、＜子育て世帯＞でパスタ料理、ピザ、＜やりくり前期＞でサンドイッチ、＜パートナーズ①＞でパスタ料理が全体より高い。

■主食は？
朝食のパン類が多いのは＜子育て世帯＞と＜パートナーズ②＞。夕食でごはん系が全体より多いのは、子供のいる＜子育て世帯＞＜やりくり前期＞＜やりくり後期＞＜学費卒業世帯＞である。＜シングル＞はごはん系、パン類いずれも主食とする率は全体に比べ低い。

■所有している調理器具
子供のいる世帯は小麦系器具の所有率が高い。最も高いのは＜やりくり前期＞で、ホットプレート、オーブンレンジが9割近く、オーブントースターが8割台、たこ焼き器が6割強。最も低い＜シングル＞では、オーブンレンジが6割、オーブントースターが4割、ホットプレートが3割、たこ焼き器が15％。

同居子供年齢(末子):
未就学児

子育て世帯

・30代男性・女性で6割を占める。
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は93,4%、朝食の摂取率は９割で、朝食は全体より1割高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理）が8割強、中食(買ってきたもの)が15%。夕食も内食が8割強、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が6割弱、中食・外食が各2割弱。全体に比べ、どの食機会でも内食が多い。
・夕食の85%、昼食の5割、朝食の7割弱は家族と食べており、全体に比べ非常に高い。
・朝食はパン類が6割前後でごはん系の3割台を上回る(全体に比べパン類が多い)。夕食は7割がごはん系で全体より高い。
・主食は、朝食のその他の主食パン主食、夕食のごはんが全体より多い。
・好きな食べものは全体に比べ数値は全般に高め。小麦メニューでは、パスタ料理、ピザ等が5%以上高い。作るのが楽しい食べものでは際立った特徴は見られない。
・小麦系器具では、オーブンレンジが86%、ホットプレート、オーブントースターが7割台、たこ焼き器が6割弱と所有率が高い。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が2/3、ホットケーキミックス粉が5割、お好み焼きミックス粉、からあげ粉が4割台で続き、非常に高い。

同居子供年齢(末子):
小・中学生

やりくり前期

・40代男性・女性で6割を占める。
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は93,4%、朝食の摂取率は９割で、朝食は全体より1割高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理）が8割強、中食(買ってきたもの)が15%。夕食は内食が8割強、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が6割弱、中食・外食が各2割前後。全体に比べ、どの食機会でも内食が多い。
・夕食の8割強は家族と食べている一方、昼食、朝食の4割強は1人で食べている。夕食、朝食は家族と食べる率が全体より高い。
・夕食は7割弱がごはん系で全体よりやや高い。
・全般に主食は、ごはん、その他の主食パンが、副食ではみそ汁が全体より多い。
・好きな食べものは全体に比べ数値は全般に高め。小麦メニューでは、サンドイッチが5%以上高い。作るのが楽しい食べものでは際立った特徴は見られない。
・小麦系器具では、ホットプレート、オーブンレンジが9割近く、オーブントースターが8割台、たこ焼き器が6割強と所有率が非常に高い。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割強、ホットケーキミックス粉、からあげ粉、お好み焼きミックス粉が4割前後と、全体より高い。

同居子供年齢(末子):
高校生・大学生

やりくり後期

・50代男性・女性で7割を占める。
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は94%、朝食の摂取率は９割で、朝食は全体より1割高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理）が8割、中食(買ってきたもの)が2割。夕食も内食が8割、中食・外食が各1割前後。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割と平均並み。
・夕食の8割は家族と食べている一方、昼食の4割、朝食の6割弱は1人で食べている。夕食は家族と食べる率が全体より高い。
・夕食は7割弱がごはん系で全体よりやや高い。
・全般に主食は、ごはん、その他の主食パンが、副食ではサラダ、たまご料理、漬物が全体より多い。
・好きな食べものは全体に比べ数値は全般に低め。小麦メニューでは、うどん・きしめん、ラーメンが全体より10%以上低い。作るのが楽しい食べものも数値が低く、パスタ料理、お好み焼きが1割前後低い。
・小麦系器具では、ホットプレートが9割近く、オーブントースター、オーブンレンジが8割強、たこ焼き器が6割弱と所有率が高い。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割強、天ぷら粉、からあげ粉が4割強と、全体より高い。

同居子供年齢(末子):
社会人

学費卒業世帯

・50代男性・女性で2/3を占める。
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は93-4%、朝食の摂取率は９割で、朝食は全体より1割高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理）が8割強、中食(買ってきたもの)が15%。夕食も内食が8割強、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が6割弱、中食・外食が各2割弱と平均並み。
・夕食の7割強は家族と食べている一方、昼食の4割強、朝食の5割強は1人で食べている。夕食は家族と食べる率が全体より高い。
・夕食は7割前後がごはん系で全体よりやや高い。
・全般に主食は、ごはん、その他の主食パンが、副食ではみそ汁、漬物が全体より多い。
・好きな食べものは、小麦メニューでは、ラーメン、パスタ料理が全体より5%以上低い。作るのが楽しい食べものでは際立った特徴は見られない。
・小麦系器具では、ホットプレートが85%、オーブンレンジ、オーブントースターが8割強、たこ焼き器が55%と所有率が高い。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割強、天ぷら粉が4割強等、全体よりやや高い。

同居している子供:なし
夫婦(20－40代)のみ世帯

パートナーズ①

・30-40代女性で半数近くを占める。
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は76%で、朝食は全体よりやや低め。
・朝食は内食(自分か家族が調理）が3/4、中食(買ってきたもの)が2割。夕食も内食が3/4、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強と平均並み。
・夕食の7割は家族と食べている一方、昼食の5割弱、朝食の5割強は1人で食べている。
・主食は全体と同様の傾向。
・メニューランキングでも主食、副食ともに全体と大きな違いはない。
・好きな食べものは、小麦メニューでは、パスタ料理が全体より5%以上高い。作るのが楽しい食べものでは際立った特徴は見られない。
・小麦系器具では、オーブンレンジが8割強、ホットプレート、オーブントースターが6割強、たこ焼き器が4割弱で、オーブンレンジのみやや高い。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割で全体より高いが、その他の小麦粉の利用頻度は全体並み。

同居している子供:なし
熟年夫婦(50－60代)のみ世帯

パートナーズ②

・50代男性が4割強、50代女性が6割弱。
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は95%、朝食の摂取率は9割弱で、全体より高い。
・朝食は内食(自分か家族が調理）が86%、中食(買ってきたもの)が1割。夕食は内食が8割、中食・外食が各1割前後。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割前後と、内食が全体より多め。
・夕食の3/4は家族と食べている一方、昼食・朝食の4割強は1人で食べている。孤食率は低め。
・全般にパン類を主食とする率が高い。
・全般に主食はその他の主食パンが、副食ではみそ汁、サラダ、漬物、たまご料理、魚介の焼き物が全体より多い。
・好きな食べものは、小麦メニューではあまり特徴がなく、ラーメンが全体より5%以上低いくらい。作るのが楽しい食べものは全般に数値が高いが、特徴的な小麦メニューはない。
・小麦系器具では、ホットプレート、オーブントースター、オーブンレンジが8割弱、たこ焼き器が4割強で、ホットプレート、オーブントースターは高い。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割、天ぷら粉が4割で続き、いずれも全体より高い。

同居している子供:なし
単身世帯

シングル

・20-30代男性が4割を占める。
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は87%,85%、朝食の摂取率は7割で、全体より低い。
・朝食は内食(自分か家族が調理）が5割強、中食(買ってきたもの)が4割弱。夕食は内食が5割、中食3割、外食2割。昼食は内食・中食・外食が各3割で、内食が際立って低い。
・夕食の3/4、昼食の6割強、朝食の9割強は1人で食べている。
・ごはん系、パン類いずれも主食とする率は全体に比べ低い。
・メニューランキングで見ても、全般に主食のごはん、その他の主食パンの率が低い。副食でもみそ汁、サラダ、たまご料理が全体より少ない。
・好きな食べものは、小麦メニューではあまり特徴がない。作るのが楽しい食べものでも、たこ焼きが全体より5%以上低い他は、際立った特徴はない。
・小麦系器具では、オーブンレンジが6割、オーブントースターが4割、ホットプレートが3割、たこ焼き器が15%で、全体に比べ非常に低い。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、最も高い薄力粉が3割弱で、全般に全体より低い。

同居している子供:本人

自分が子供

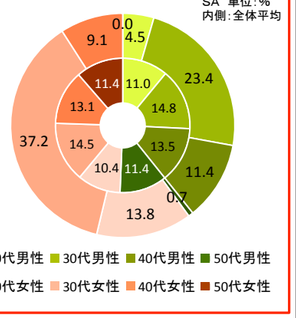
・20代男性・女性が4割強を占める。
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は76%。朝食のみやや低い。
・朝食は内食(自分か家族が調理）が3/4、中食(買ってきたもの)が2割強。夕食も内食が3/4、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食が1/4、外食が2割でほぼ全体と同様。
・夕食の3割弱、昼食の4割強、朝食の2/3は1人で食べている。
・全体と比べ、朝食はごはん系がやや多く、パン類がやや少ない。
・メニューランキングで見ても、朝食の主食はごはんが多く、その他の主食パンが少ない。
・好きな食べものは全般に数値が低く、小麦メニューではぎょうざ・シュウマイが全体より5%以上低い。作るのが楽しい食べものでは、際立った特徴は見られない。
・小麦系器具では、オーブントースター、オーブンレンジが75%、ホットプレートが7割、たこ焼き器が4割で、平均並み。
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が4割強、天ぷら粉が3割強で続く。

子育て世帯

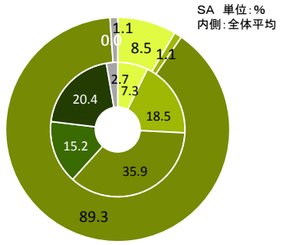
- 30代男性・女性で6割を占める。(A)
- 冬調査では、昼食・夕食の摂取率は93.4%、朝食の摂取率は9割で、朝食は全体より1割高い。(B)
- 朝食は内食(自分か家族が調理) が8割強、中食(買ってきたもの)が15%。夕食も内食が8割強、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が6割弱、中食・外食が各2割弱。全体に比べ、どの食機会でも内食が多い。(C)
- 夕食の85%、昼食の5割、朝食の7割弱は家族と食べており、全体に比べ非常に高い。(D)
- 朝食はパン類が6割前後でごはん系の3割台を上回る(全体に比べパン類が多い)。夕食は7割がごはん系で全体より高い。(E)
- 主食は、朝食のその他の主食パン主食、夕食のごはんが全体より多い。(F)
- 好きな食べものは全体に比べ数値は全般に高め。小麦メニューでは、パスタ料理、ピザ等が5%以上高い。作るのが楽しい食べものでは際立った特徴は見られない。(G)
- 小麦系器具では、オーブンレンジが86%、ホットプレート、オーブントースターが7割台、たこ焼き器が6割弱と所有率が高い。(H)
- 小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が2/3、ホットケーキミックス粉が5割、お好み焼きミックス粉、からあげ粉が4割台で続き、非常に高い。(I)

プロファイル（冬調査時）

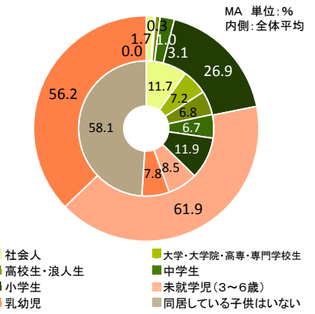
(A) 性・年代



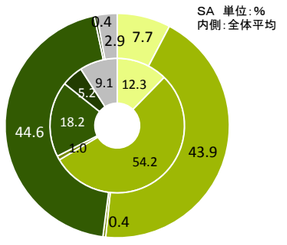
家族構成



同居している子供



職業



食生活の実態

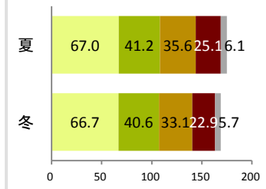
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	摂取率	（平均回／日）
全時間帯		3.0
朝食（5～10時台）	89%	
昼食（11～14時台）	94%	
間食（15～16時台）	6%	
夕食（17～21時台）	93%	
夜食（22～翌朝4時台）	9%	

調理した人は？（夏・冬比較）

自分が家で調理
自分以外の家族が調理
買ってきたもの
お店で食べた(外食)
その他

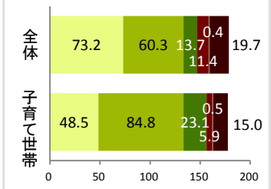
円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査
SA 単位:%



一緒に食べた人は？

ひとりで
家族と一緒に(同じメニュー)
家族と一緒に(違うメニュー)
友人や知人と一緒に
近所・地域の人たちと一緒
勤め先などの同僚と一緒

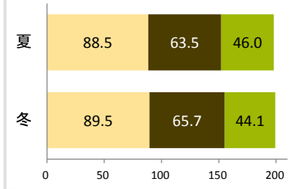
円グラフ内側／棒グラフ上側:全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側:子育て世帯
データ:冬調査 SA 単位:%



主食は？（夏・冬比較）

ごはん系 パン類 めん類

MA 単位:%



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差

全時間帯

主食		副食	
①ごはん	77.3(＋5.0)＊	①みそ汁	46.3(＋2.7)
②その他の主食パン	42.2(＋8.1)＊	②サラダ	36.8(－0.9)
③菓子パン	15.1(＋0.3)	③たまご料理	18.1(＋0.2)
④ラーメン	13.6(－0.5)	④納豆	17.3(＋3.7)
⑤うどん、きしめん	13.5(＋2.2)	⑤その他の肉料理	16.1(＋0.5)

朝食（5～10時台）

(F) 主食		副食	
①その他の主食パン	43.0(＋6.7)＊	①みそ汁	19.2(－0.5)
②ごはん	27.4(－0.1)	②たまご料理	12.1(＋0.1)
③菓子パン	11.9(＋0.6)	③納豆	9.2(＋1.2)
④おにぎり	5.6(＋0.4)	④サラダ	8.1(－2.2)
⑤惣菜パン	3.0(－0.4)	⑤ハム、ソーセージ	6.7(＋0.5)

昼食（11～14時台）

主食		副食	
①ごはん	36.1(＋1.2)	①みそ汁	12.3(－1.8)
②ラーメン	10.1(＋0.4)	②サラダ	11.1(－1.8)
③うどん、きしめん	9.2(＋2.1)	③その他の肉料理	6.6(＋1.3)
④おにぎり	7.9(＋0.4)	④とり唐揚げ	6.3(＋1.8)
⑤パスタ料理	5.9(＋1.0)	⑤たまご料理	5.5(－0.8)

間食（15～16時台）

主食		副食	
①ごはん	16.0(－4.5)	①みそ汁	11.5(＋4.3)
②菓子パン	9.2(＋0.8)	②フライドポテト・オニオンリング	8.0(＋6.1)＊
③ドーナツ	8.3(＋6.1)＊	③サラダ	7.9(＋0.7)
④丼物	7.5(＋3.8)	④とり唐揚げ	7.1(＋4.0)
⑤サンドイッチ	7.0(＋2.0)	⑤その他の揚げもの	3.6(＋2.0)

夕食（17～21時台）

(F) 主食		副食	
①ごはん	60.3(＋6.7)＊	①みそ汁	31.7(＋4.8)
②うどん、きしめん	3.7(－0.3)	②サラダ	27.0(＋0.2)
③丼物	3.7(＋0.6)	③魚介の焼き物	11.5(＋1.1)
④パスタ料理	3.6(－0.1)	④その他の肉料理	10.2(－0.7)
⑤焼そば	2.9(＋0.2)	⑤野菜いため	9.0(－0.6)

夜食（22～翌朝4時台）

主食		副食	
①ごはん	38.5(＋6.0)＊	①みそ汁	20.6(＋5.9)＊
②ラーメン	9.2(－0.2)	②サラダ	14.2(－0.3)
③菓子パン	5.2(＋0.4)	③その他の肉料理	10.4(＋4.2)
④丼物	3.0(－1.6)	④その他の野菜料理	6.7(＋2.8)
⑤おにぎり	5.1(＋0.9)	⑤野菜いため	6.6(＋1.1)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
( )内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

全時間帯

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	44.5(＋7.7)＊	①スープ＊	7.9(－5.7)
②豆腐・豆腐料理	12.5(＋5.6)＊	②鍋もの・おでん＊	2.3(－5.6)
③そうめん、ひやむぎ	5.6(＋5.2)＊	③みそ汁	41.5(－4.8)

朝食（5～10時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	11.0(＋2.9)	①その他の主食パン	38.8(－4.2)
②ごはん	29.7(＋2.3)	②みそ汁	16.3(－2.9)
③おにぎり	7.7(＋2.1)	③スープ	1.9(－2.3)

昼食（11～14時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	4.2(＋3.8)	①ごはん	32.8(－3.3)
②菓子パン	4.7(＋1.7)	②その他の肉料理	3.9(－2.7)
③ハンバーグ	3.8(＋1.2)	③スープ	2.6(－2.4)

間食（15～16時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①おにぎり	6.9(＋4.3)	①丼物	1.9(－5.6)＊
②惣菜パン	5.5(＋3.1)	②フライドポテト・オニオンリング	2.6(－5.4)＊
③寿司	3.4(＋2.8)	③みそ汁	6.7(－4.8)

夕食（17～21時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	32.8(＋5.8)＊	①鍋もの・おでん＊	2.0(－5.0)
②豆腐・豆腐料理	9.8(＋4.2)	②みそ汁	27.6(－4.1)
③その他の肉料理	14.0(＋3.8)	③納豆	4.4(－3.1)

夜食（22～翌朝4時台）

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	22.6(＋8.4)＊	①ごはん	34.6(－3.9)
②カレー（ライス）	8.0(＋5.6)＊	②ぎょうざ・シュウマイ	1.5(－3.6)
③とり唐揚げ	7.5(＋4.3)	③納豆	2.0(－3.5)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
( )内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯

夏の飲酒率： 29.5%		冬の飲酒率： 25.0%	
①ビール／発泡酒	77.8(＋1.5)	①ビール／発泡酒	76.9(＋11.1)＊
②サワー類	17.3(＋2.8)	②焼酎	17.7(－4.7)
③ワイン	5.9(－3.0)	③サワー類	12.1(＋0.9)

朝食（5～10時台）

夏の飲酒率： 1.1%		冬の飲酒率： 1.0%	
①ビール／発泡酒	68.3(＋5.2)＊	①ビール／発泡酒	81.5(＋20.4)＊
②サワー類	15.7(＋7.7)＊	②サワー類	17.8(＋9.2)＊
③日本酒	11.1(＋5.9)＊	③ワイン	5.6(－8.8)＊

昼食（11～14時台）

夏の飲酒率： 2.0%		冬の飲酒率： 1.8%	
①ビール／発泡酒	66.3(－6.4)＊	①ビール／発泡酒	69.7(＋10.0)＊
②サワー類	13.6(＋6.5)＊	②日本酒	10.6(＋0.8)
③ワイン	13.0(＋3.6)	③サワー類	7.9(－0.1)

間食（15～16時台）

夏の飲酒率： 6.1%		冬の飲酒率： 2.6%	
①ビール／発泡酒	72.2(＋3.6)	①ビール／発泡酒	77.5(＋18.4)＊
②サワー類	24.1(＋5.5)＊	②ワイン	77.5(＋49.0)＊
③ワイン	20.2(＋3.9)	③焼酎	22.5(＋11.9)＊

夕食（17～21時台）

夏の飲酒率： 27.8%		冬の飲酒率： 23.8%	
①ビール／発泡酒	76.9(＋0.8)	①ビール／発泡酒	77.4(＋11.9)＊
②サワー類	18.4(＋3.6)	②焼酎	16.7(－6.0)＊
③カクテル	6.0(＋0.8)	③サワー類	12.6(＋1.6)

夜食（22～翌朝4時台）

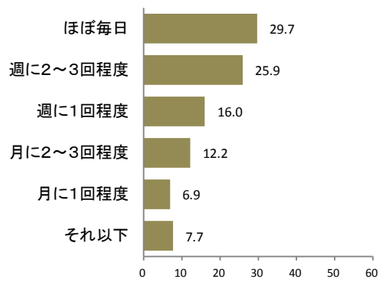
夏の飲酒率： 34.9%		冬の飲酒率： 32.7%	
①ビール／発泡酒	81.1(＋8.4)＊	①ビール／発泡酒	66.8(－5.9)＊
②サワー類	7.9(－4.2)	②ウィスキー／ブランデー	15.0(＋7.1)＊
③カクテル	7.6(＋0.1)	③日本酒	8.4(＋3.2)

パンの利用実態

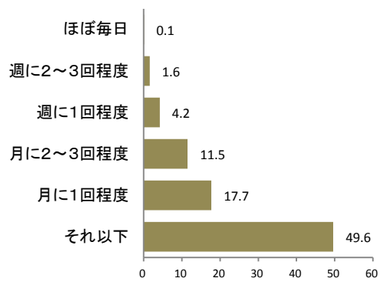
パンの消費頻度

SA 単位：%

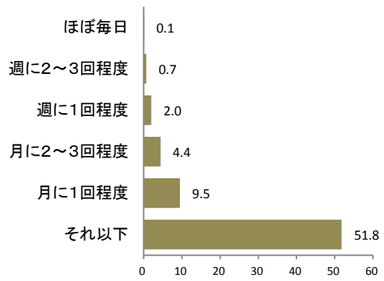
食パン



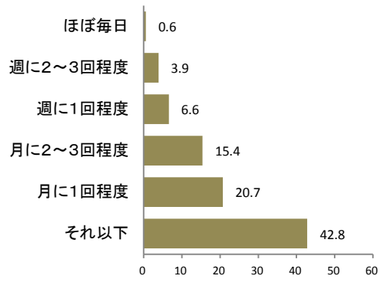
フランスパン



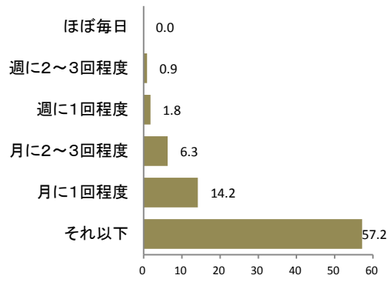
ベーグル



ロールパン



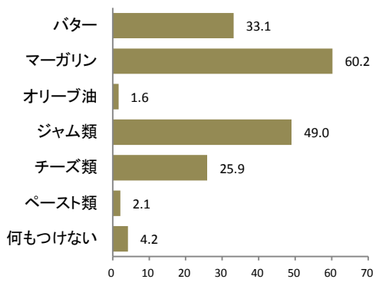
マフィン



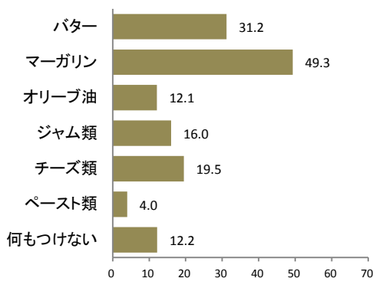
パンにつけるもの

SA 単位：%

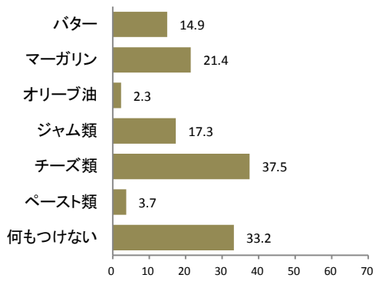
食パン



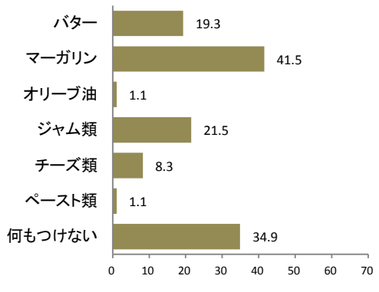
フランスパン



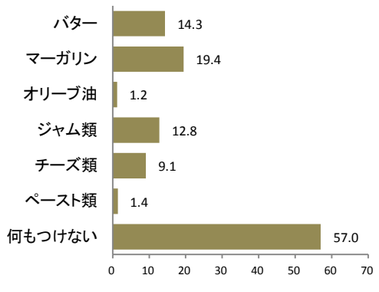
ベーグル



ロールパン



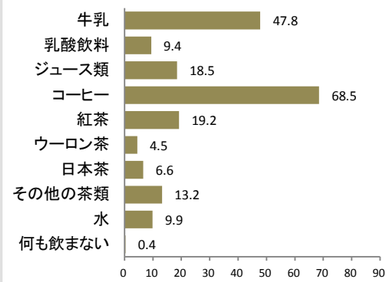
マフィン



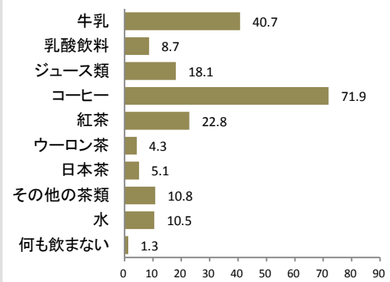
パンと一緒に飲む飲み物

SA 単位：%

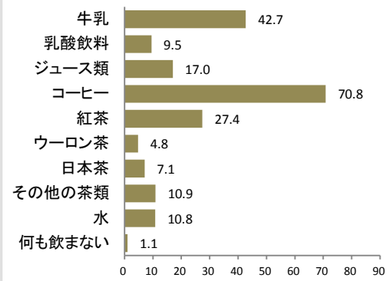
食パン



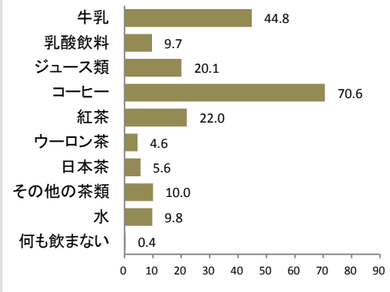
フランスパン



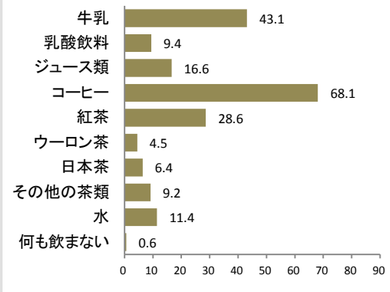
ベーグル



ロールパン



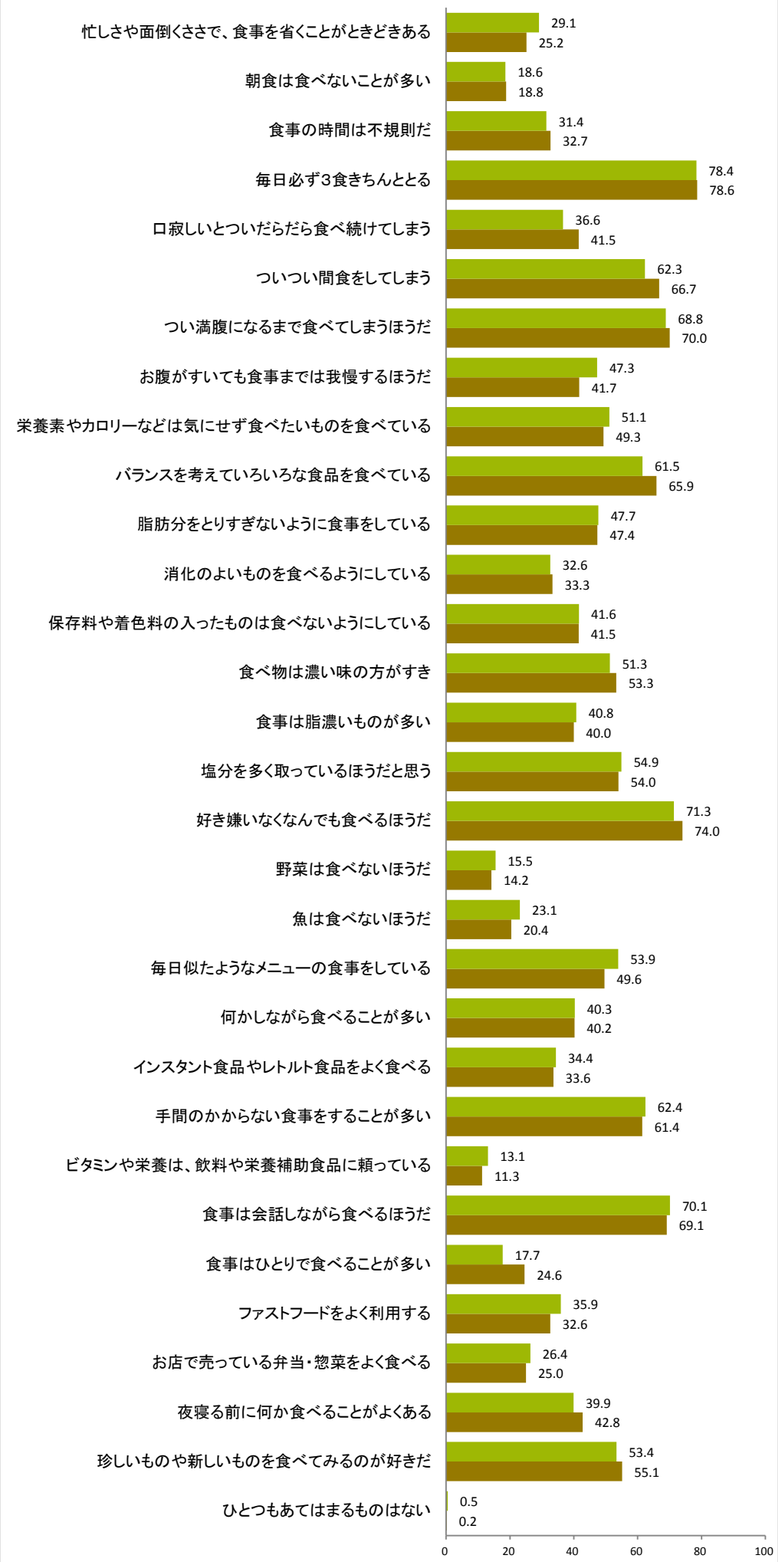
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G) 好きな食べものTOP25

MA 単位：%

（１）寿司	79.1（＋3.2）
（２）焼肉	73.2（＋6.3）＊
（３）ごはん	70.3（＋0.1）
（４）パスタ料理	68.7（＋5.0）＊
（５）ラーメン	68.6（＋4.7）
（６）とり唐揚げ	68.4（＋6.6）＊
（７）刺身	67.7（＋1.2）
（８）カレー（ライス）	63.7（－0.2）
（９）サラダ	63.1（＋1.0）
（10）うどん、きしめん	61.9（＋0.3）
（11）ハンバーグ	61.6（＋4.5）
（12）焼き鳥	61.0（＋4.5）
（13）お好み焼	60.7（＋4.2）
（14）ぎょうざ・シュウマイ	59.7（＋2.7）
（15）しょうが焼き	59.3（＋3.0）
（16）すき焼・しゃぶしゃぶ	57.8（＋4.6）
（17）ピザ（ピザパイ）	57.0（＋5.1）＊
（18）天ぷら	56.8（＋2.4）
（19）みそ汁	56.7（－0.6）
（20）たこ焼き	56.6（＋3.5）
（21）サンドイッチ	56.5（＋2.1）
（22）ステーキ	56.2（＋2.3）
（23）グラタン	56.2（＋7.1）＊
（24）丼物	55.3（＋3.9）
（25）ハンバーガー	54.8（＋7.2）＊

(G) 作るのが楽しい食べものTOP25

SA 単位：%

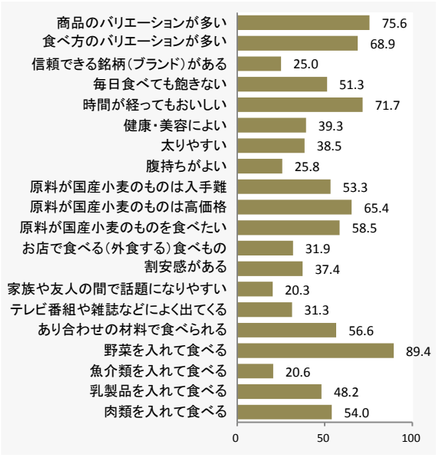
（１）カレー	35.1（＋1.5）
（２）パスタ料理	28.8（＋0.6）
（３）お好み焼	23.2（＋1.4）
（４）チャーハン	22.2（－0.9）
（５）ハンバーグ	21.2（＋3.1）
（６）たこ焼き	19.0（＋3.8）
（７）シチュー	18.4（＋0.9）
（８）焼肉	16.9（＋1.6）
（９）とり唐揚げ	16.3（＋4.0）
（10）丼物	16.1（＋1.8）
（11）サンドイッチ	16.0（＋2.4）
（12）ぎょうざ・シュウマイ	15.7（＋1.4）
（13）焼そば	15.1（－1.3）
（14）サラダ	14.5（－1.0）
（15）ピラフ・オムライス	14.4（＋1.5）
（16）鍋もの・おでん	14.1（－0.1）
（17）肉の煮込み料理	13.9（－0.1）
（18）まぜごはん・炊込みご飯	13.9（＋0.5）
（19）ハヤシライス	13.4（＋2.9）
（20）しょうが焼き	13.2（－1.2）
（21）みそ汁	12.8（－0.4）
（22）パンケーキ	12.7（＋3.6）
（23）たまご料理	12.2（－1.5）
（24）すき焼・しゃぶしゃぶ	12.1（－0.1）
（25）グラタン	12.1（＋1.1）

食材に対する意識とイメージ

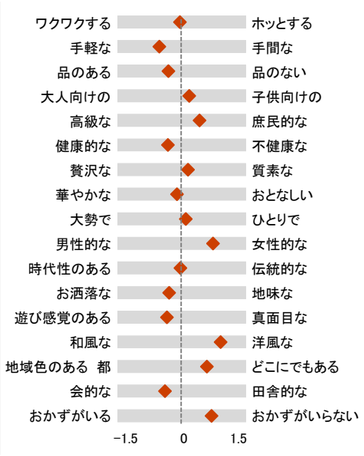
右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

サンドイッチ

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

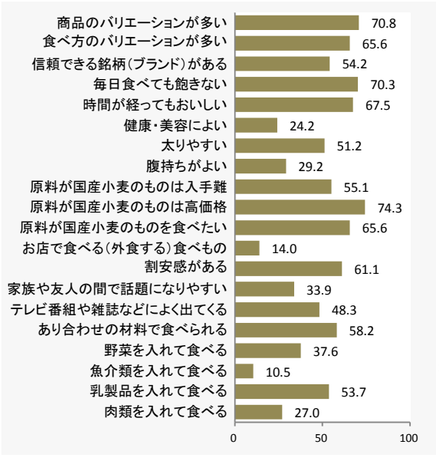


各SA 単位:指数

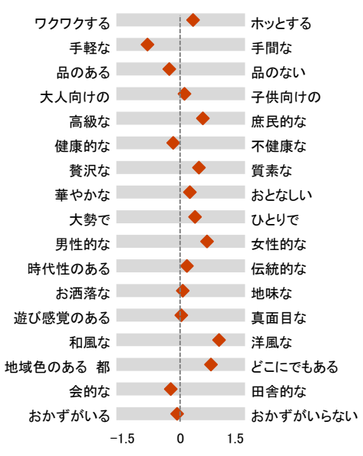


主食パン

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

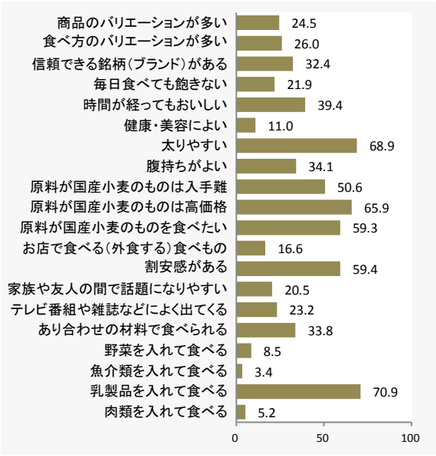


各SA 単位:指数

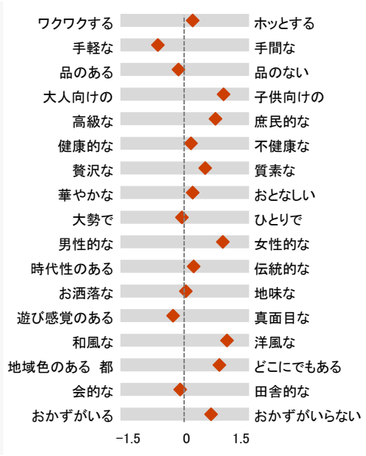


パンケーキ

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

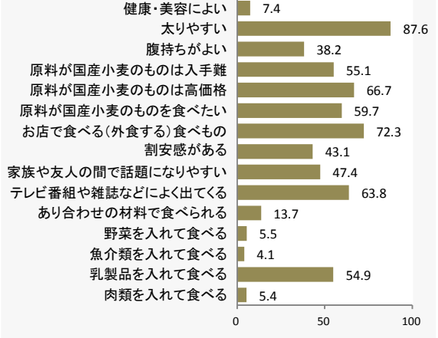


各SA 単位:指数

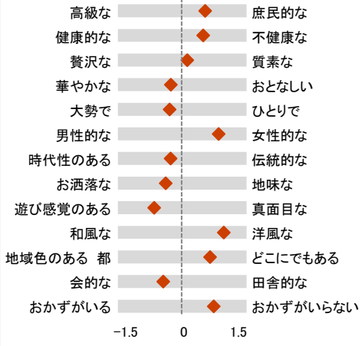


ドーナツ

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

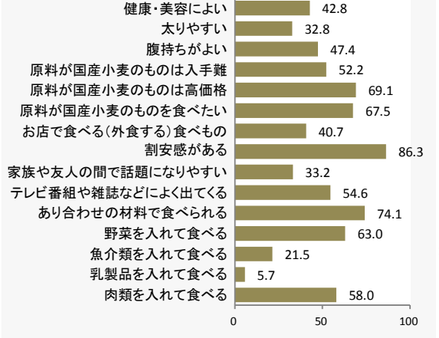


各SA 単位:指数

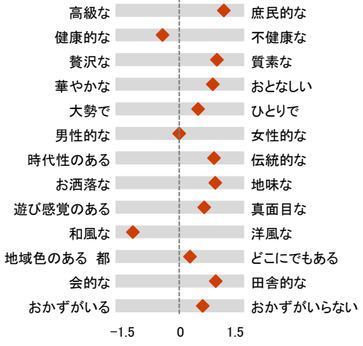


うどん

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

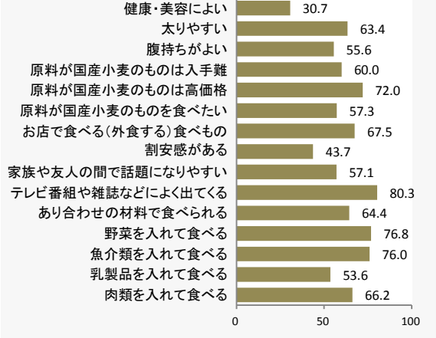


各SA 単位:指数

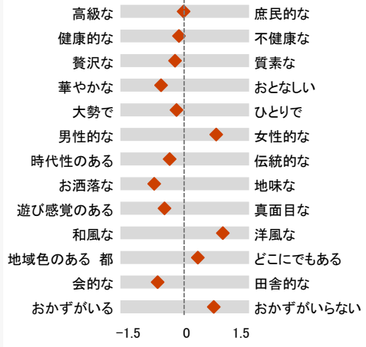


パスタ料理

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

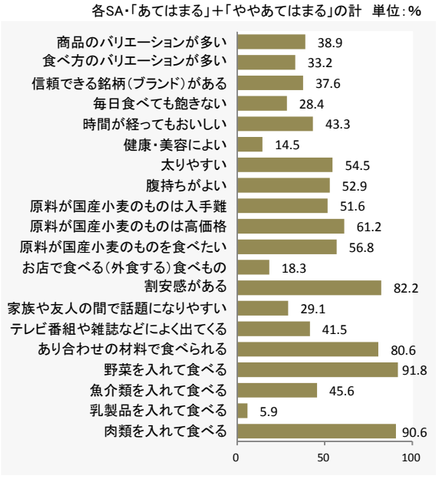


各SA 単位:指数

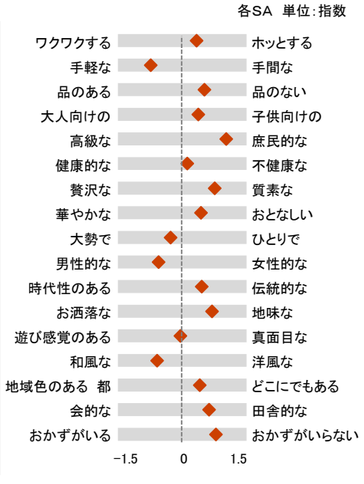


焼そば

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

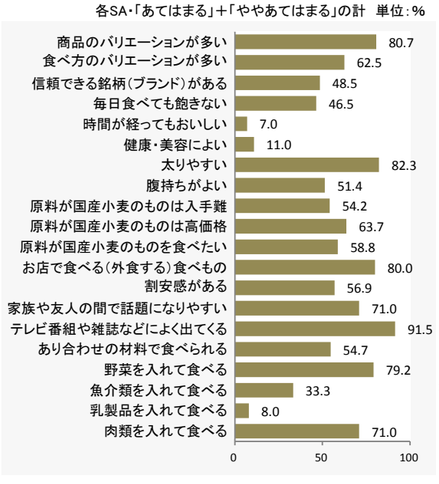


各SA 単位:指数

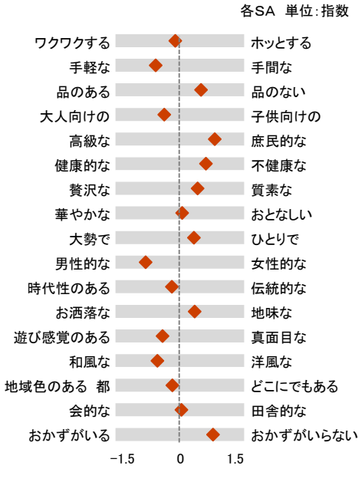


ラーメン

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%

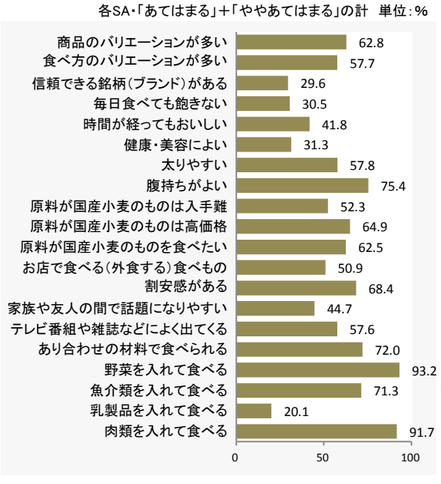


各SA 単位:指数



お好み焼

各SA・「あてはまる」+「ややあてはまる」の計 単位:%



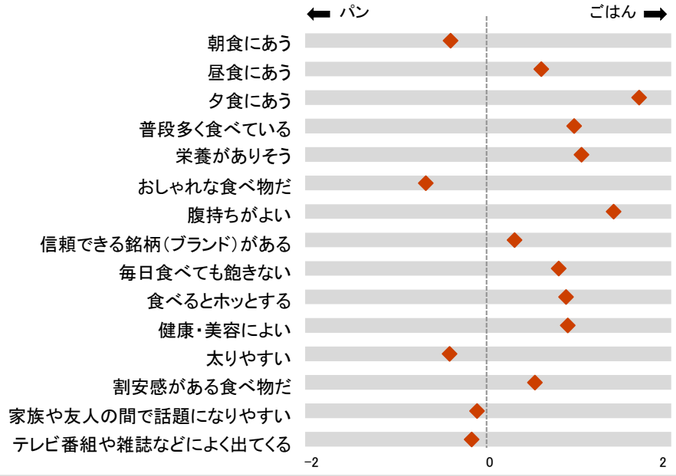
各SA 単位:指数

食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

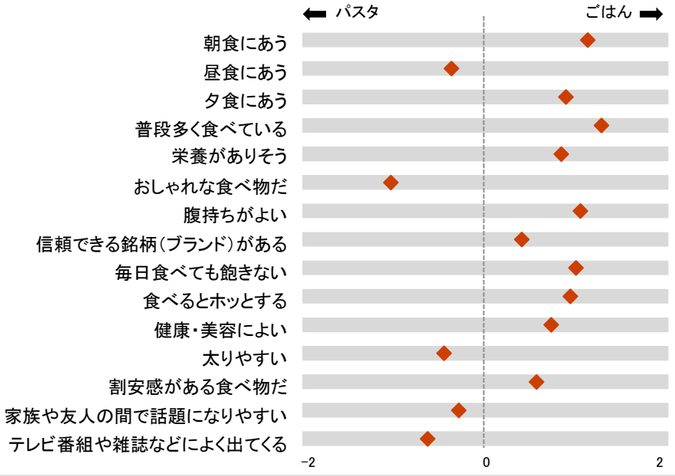
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



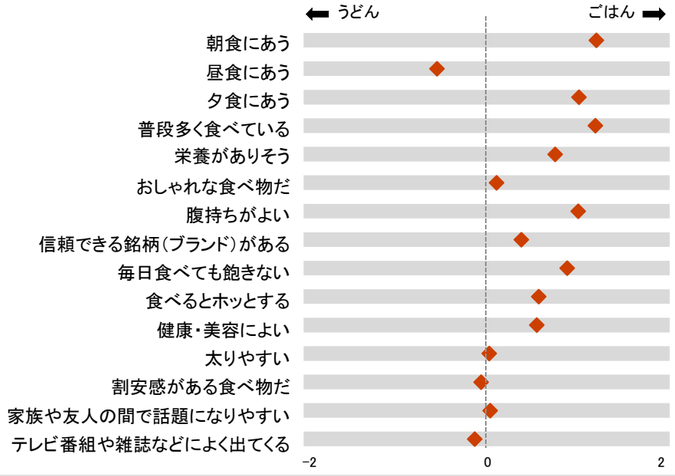
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



うどん vs ごはん

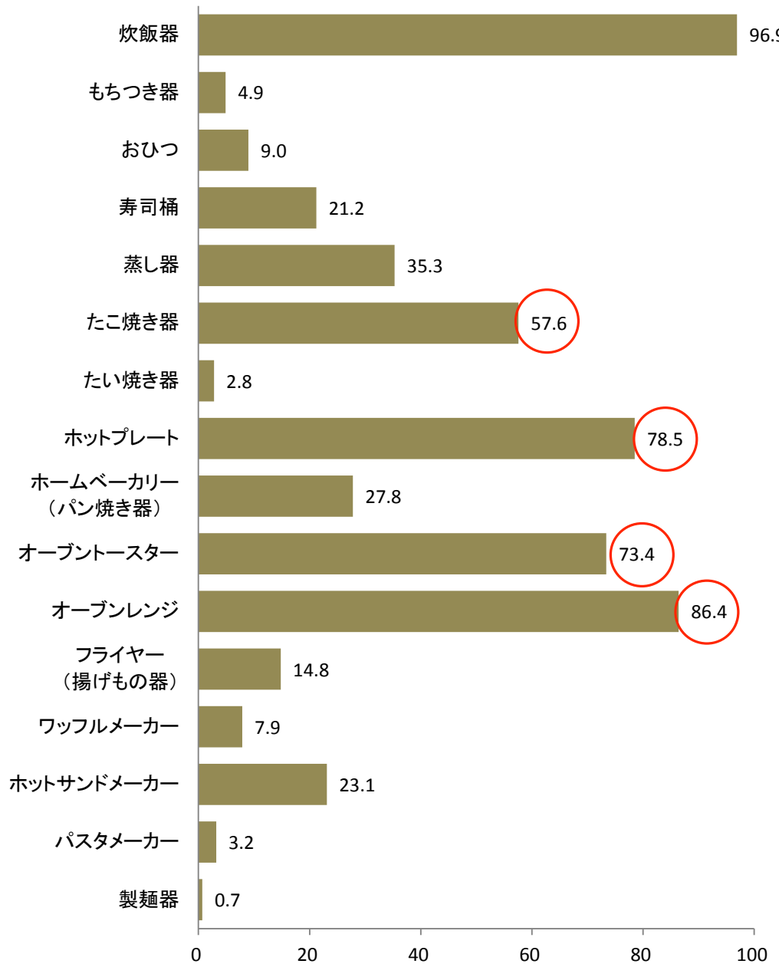
各SA　単位：指数



所有している調理器具

(H)

MA　単位：%

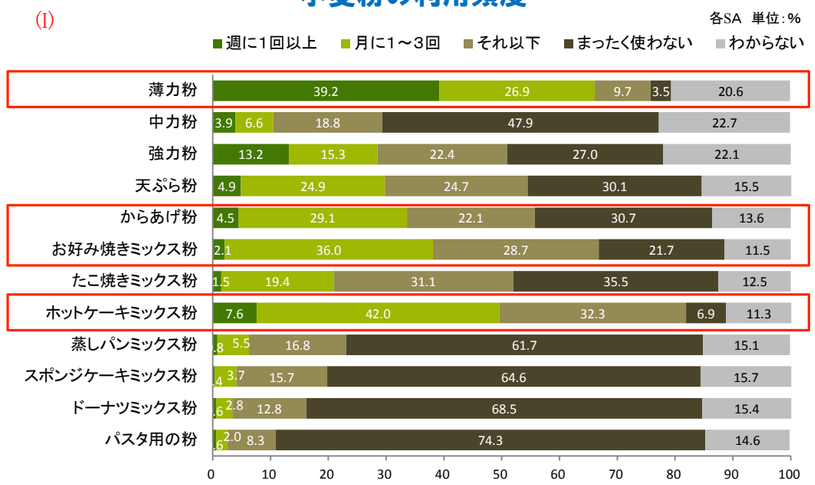


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

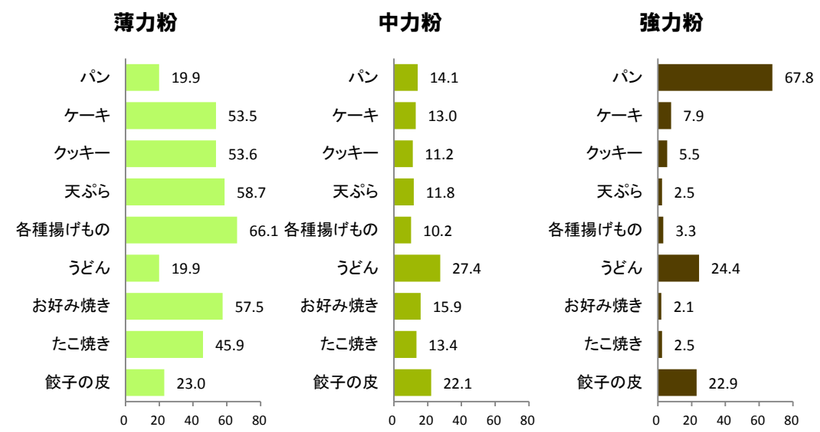
(I)

各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

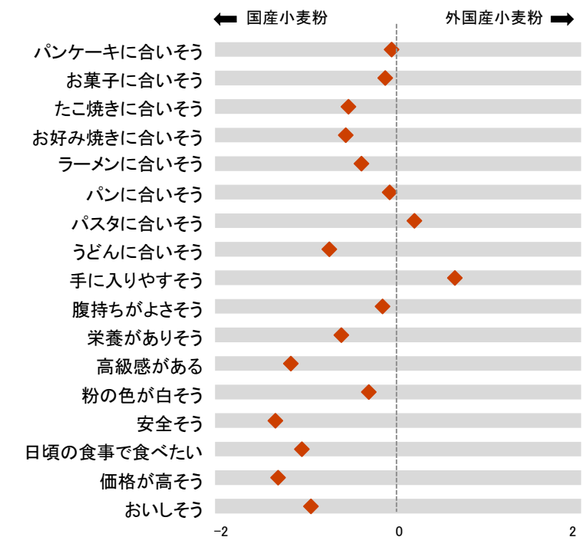
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

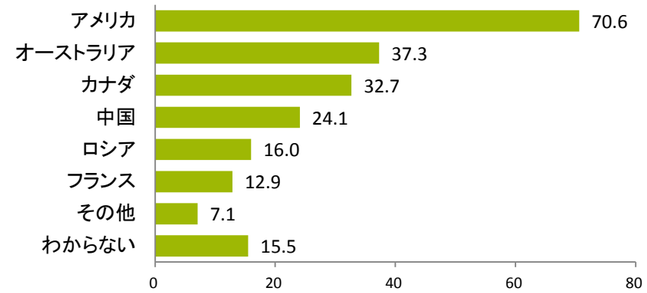
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%



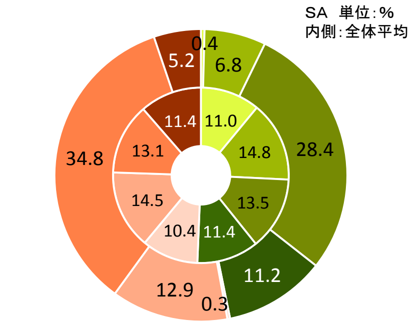
やりくり前期

・40代男性・女性で6割を占める。(A)
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は93,4%、朝食の摂取率は9割で、朝食は全体より1割高い。(B)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が8割強、中食(買ってきたもの)が15%。夕食は内食が8割強、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が6割弱、中食・外食が各2割前後。全体に比べ、どの食機会でも内食が多い。(C)
・夕食の8割強は家族と食べている一方、昼食、朝食の4割強は1人で食べている。夕食、朝食は家族と食べる率が全体より高い。(D)
・夕食は7割弱がごはん系で全体よりやや高い。(E)
・全般に主食は、ごはん、その他の主食パンが、副食ではみそ汁が全体より多い。(F)
・好きな食べものは全体に比べ数値は全般に高め。小麦メニューでは、サンドイッチが5%以上高い。作るのが楽しい食べものでは際立った特徴は見られない。(G)
・小麦系器具では、ホットプレート、オーブンレンジが9割近く、オーブントースターが8割台、たこ焼き器が6割強と所有率が非常に高い。(H)
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割強、ホットケーキミックス粉、からあげ粉、お好み焼きミックス粉が4割前後と、全体より高い。(I)

プロファイル
（冬調査時）

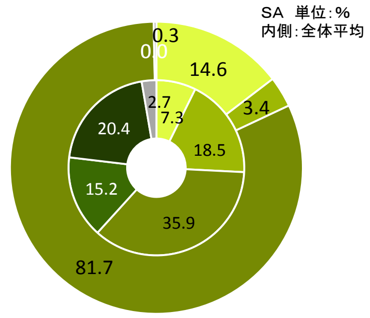
(A) **性・年代**

SA 単位:% 内側:全体平均



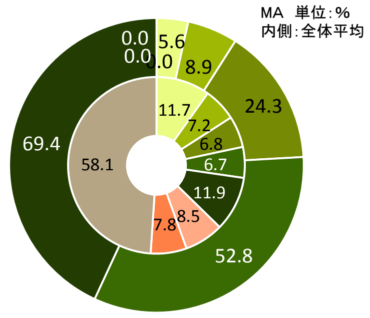
家族構成

SA 単位:% 内側:全体平均



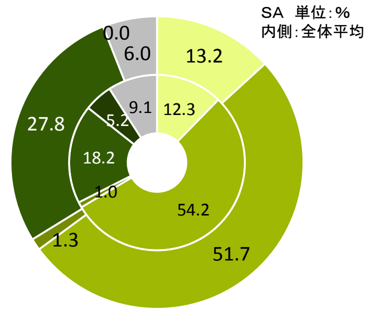
同居している子供

MA 単位:% 内側:全体平均



職業

SA 単位:% 内側:全体平均



食生活の実態

摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

調理した人は？（夏・冬比較）
自分が家で調理 / 自分以外の家族が調理 / 買ってきたもの / お店で食べた(外食) / その他
円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査
SA 単位:%

一緒に食べた人は？
ひとりで / 家族と一緒に(同じメニュー) / 家族と一緒に(違うメニュー) / 友人や知人と一緒に / 近所・地域の人たちと一緒 / 勤め先などの同僚と一緒
円グラフ内側／棒グラフ上側:全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側:やりくり前期
データ:冬調査 SA 単位:%

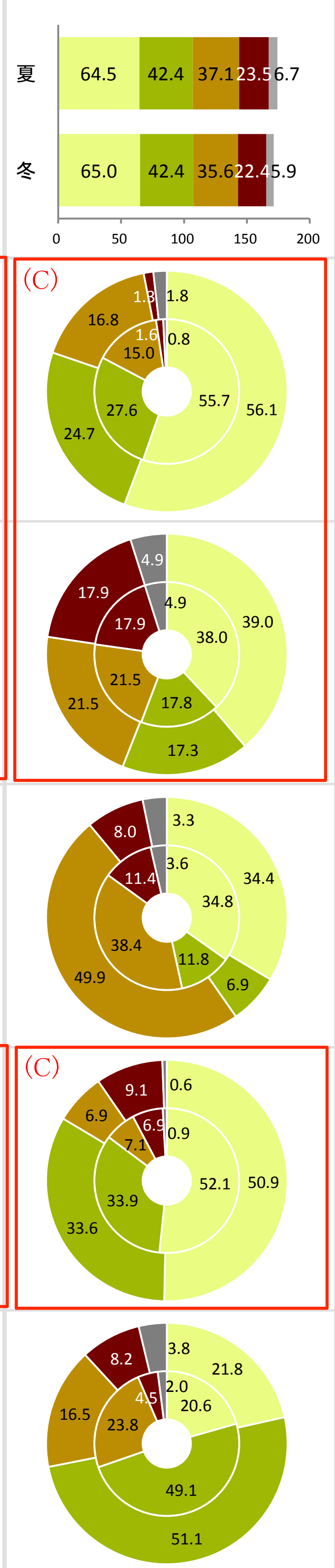
主食は？（夏・冬比較）
ごはん系 / パン類 / めん類
MA 単位:%

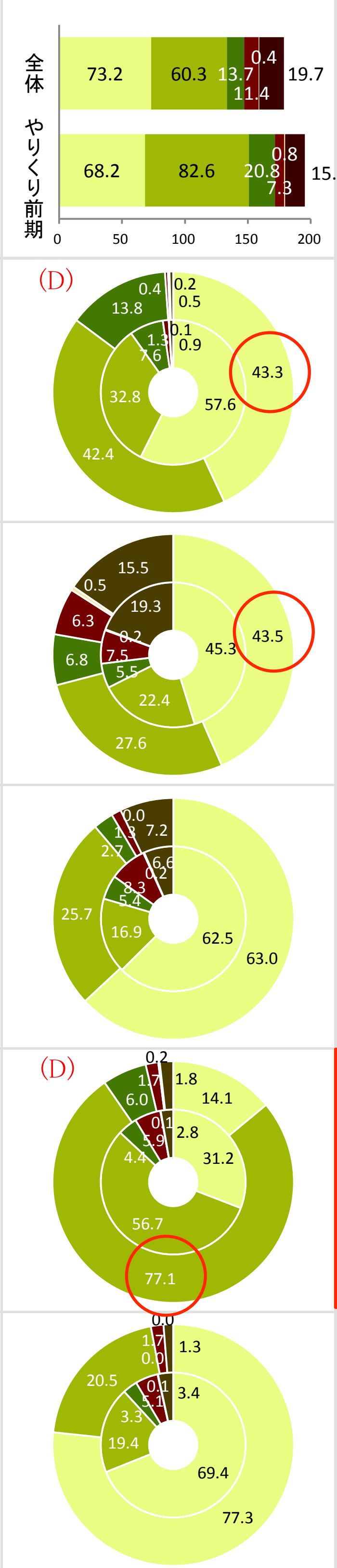
メニューランキング
TOP5（冬調査）
MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差

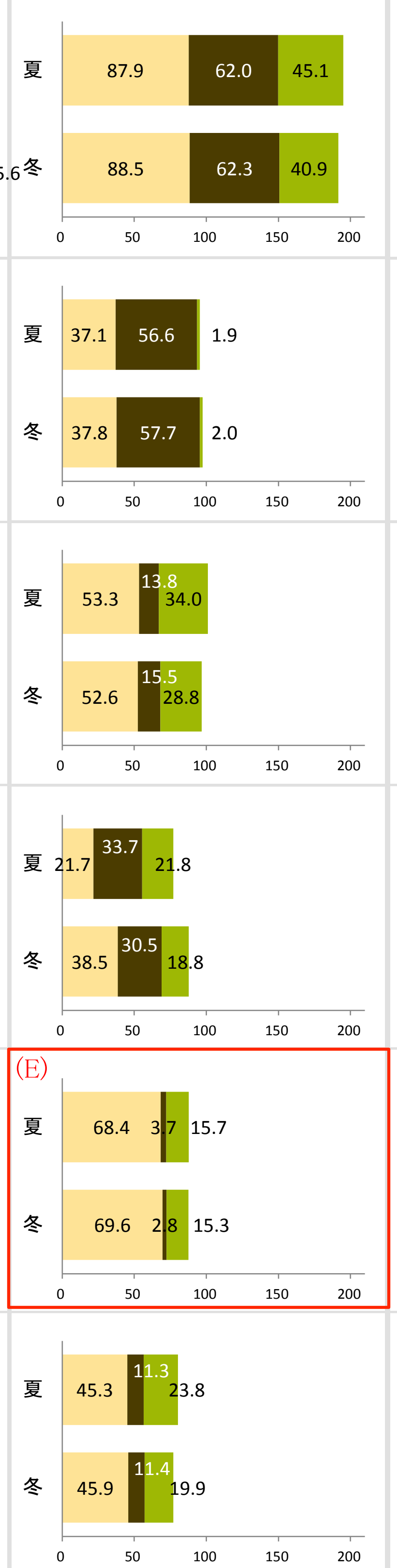
夏メニュー／冬メニュー TOP3
MA 単位:%
( )内は夏冬差
(当該項目の「夏調査の値」−「冬調査の値」)
＊は夏冬差が5ポイント以上

お酒
食事と一緒に飲む 夏の酒／冬の酒
MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
( )内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

時間帯	摂取率
全時間帯	(平均 2.9 回／日)
朝食 (5〜10時台)	(B) 89%
昼食 (11〜14時台)	94%
間食 (15〜16時台)	4%
夕食 (17〜21時台)	(B) 93%
夜食 (22〜翌朝4時台)	8%







全時間帯

(F)

主食		副食	
①ごはん	78.6(＋6.3)＊	①みそ汁	51.1(＋7.5)＊
②その他の主食パン	39.2(＋5.1)＊	②サラダ	40.4(＋2.7)
③菓子パン	14.7(−0.1)	③たまご料理	20.6(＋2.7)
④ラーメン	13.2(−0.9)	④魚介の焼き物	17.1(＋1.1)
⑤おにぎり	13.1(＋0.4)	⑤漬物	16.3(＋0.5)

夏メニュー
①豆腐・豆腐料理 13.5(＋6.8)＊
②そうめん、ひやむぎ 6.0(＋5.7)＊
③そば 5.4(＋2.7)

冬メニュー
①みそ汁 41.2(−9.9)＊
②鍋もの・おでん 2.0(−5.6)＊
③うどん、きしめん 8.8(−2.1)

夏の飲酒率：35.5%
①ビール／発泡酒 78.0(＋1.7)
②サワー類 13.0(−1.5)
①ワイン 8.4(−0.5)

冬の飲酒率：32.0%
①ビール／発泡酒 71.9(＋6.1)＊
②焼酎 24.5(＋2.1)
③サワー類 10.6(−0.6)

朝食

主食		副食	
①その他の主食パン	39.7(＋3.4)	①みそ汁	22.7(＋3.0)
②ごはん	30.1(＋2.6)	②たまご料理	14.4(＋2.4)
③菓子パン	11.1(−0.2)	③サラダ	11.2(＋0.9)
④おにぎり	4.9(−0.3)	④納豆	8.3(＋0.3)
⑤サンドイッチ	3.6(±0.0)	⑤ハム、ソーセージ	8.2(＋2.0)

夏メニュー
①シリアル 3.2(＋2.7)
②サラダ 13.3(＋2.1)
③ハム、ソーセージ 9.2(＋1.0)

冬メニュー
①みそ汁 17.5(−5.2)＊
②その他の主食パン 38.2(−1.5)
③惣菜パン 2.2(−1.3)

夏の飲酒率：2.0%
①ビール／発泡酒 59.0(−4.1)
②ワイン 9.7(＋5.6)＊
③ウィスキー／ブランデー 6.2(＋0.5)

冬の飲酒率：1.7%
①ビール／発泡酒 81.5(＋20.4)＊
②焼酎 25.8(＋6.5)＊
③サワー類 19.0(＋10.4)＊

昼食

主食		副食	
①ごはん	34.8(−0.1)	①みそ汁	13.7(−0.4)
②ラーメン	10.4(＋0.7)	②サラダ	12.8(−0.1)
③おにぎり	8.2(＋0.7)	③たまご料理	7.4(＋1.1)
④うどん、きしめん	6.9(−0.2)	④野菜の煮物	4.7(−0.2)
⑤パスタ料理	4.9(±0.0)	⑤とり唐揚げ	4.7(＋0.2)

夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 4.0(＋3.9)
②そば 4.3(＋2.1)
③おにぎり 9.9(＋1.7)

冬メニュー
①みそ汁 10.4(−3.3)
②ラーメン 8.3(−2.1)
③ごはん 32.9(−1.9)

夏の飲酒率：2.8%
①ビール／発泡酒 84.7(＋12.0)＊
②サワー類 11.6(＋4.5)
③日本酒 6.5(＋2.1)

冬の飲酒率：1.5%
①ビール／発泡酒 70.4(＋10.7)＊
②カクテル 10.0(＋6.7)＊
③焼酎 8.2(−5.1)＊

間食

主食		副食	
①ごはん	24.1(＋3.6)	①サラダ	10.7(＋3.5)
②菓子パン	21.6(＋13.2)＊	②野菜いため	9.6(＋7.1)＊
③ラーメン	7.0(−0.2)	③その他の肉料理	7.3(＋3.0)
④丼物	6.5(＋2.8)	④みそ汁	7.1(−0.1)
⑤おにぎり	5.3(＋0.4)	⑤蒸し野菜・ゆで野菜	5.6(＋3.2)

夏メニュー
①ドーナツ 8.3(＋4.9)
②惣菜パン 5.5(＋4.5)
③サンドイッチ 5.7(＋4.1)

冬メニュー
①ごはん 7.9(−16.2)＊
②菓子パン 10.2(−11.4)＊
③野菜いため 0.9(−8.7)＊

夏の飲酒率：11.6%
①ビール／発泡酒 70.6(＋2.0)
②サワー類 22.8(＋4.2)
③ワイン 15.4(−0.9)

冬の飲酒率：3.1%
①サワー類 100.0(＋86.8)＊

夕食

主食		副食	
①ごはん	60.8(＋7.2)＊	①みそ汁	32.2(＋5.3)＊
②うどん、きしめん	4.2(＋0.2)	②サラダ	29.1(＋2.3)
③パスタ料理	4.2(＋0.5)	③その他の肉料理	12.3(＋1.4)
④焼そば	3.1(＋0.4)	④魚介の焼き物	11.8(＋1.4)
⑤丼物	2.5(−0.6)	⑤野菜いため	10.4(＋0.8)

夏メニュー
①豆腐・豆腐料理 11.5(＋6.5)＊
②サラダ 31.6(＋2.5)
③酢の物・あえ物 4.7(＋2.2)

冬メニュー
①みそ汁 25.8(−6.4)＊
②鍋もの・おでん 1.7(−4.9)
③ごはん 57.8(−3.0)

夏の飲酒率：34.0%
①ビール／発泡酒 77.1(＋1.0)
②サワー類 13.0(−1.8)
③ワイン 8.8(＋0.2)

冬の飲酒率：30.4%
①ビール／発泡酒 71.9(＋6.4)＊
②焼酎 23.9(＋1.2)
③サワー類 10.7(−0.3)

夜食

主食		副食	
①ごはん	38.0(＋5.5)＊	①サラダ	19.8(＋5.3)＊
②菓子パン	8.6(＋3.8)	②みそ汁	16.1(＋1.4)
③ラーメン	7.2(−2.2)	③魚介の焼き物	8.6(＋2.3)
④パスタ料理	5.3(＋1.2)	④その他の野菜料理	7.2(＋3.3)
⑤うどん、きしめん	3.6(−0.3)	⑤肉の煮込み料理	7.0(＋4.7)

夏メニュー
①焼そば 7.4(＋6.0)＊
②とんかつ 4.2(＋3.7)
③魚介の揚げ物 4.0(＋3.5)

冬メニュー
①サラダ 11.6(−8.2)＊
②ごはん 31.6(−6.4)＊
③みそ汁 9.8(−6.3)

夏の飲酒率：47.1%
①ビール／発泡酒 77.5(＋12.5)＊
②焼酎 25.7(＋3.7)
③ウィスキー／ブランデー 7.5(±0.0)

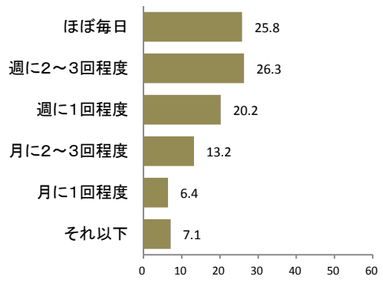
冬の飲酒率：38.5%
①ビール／発泡酒 62.6(−2.4)
②焼酎 38.1(＋16.1)＊
③日本酒 8.3(＋2.1)

パンの利用実態

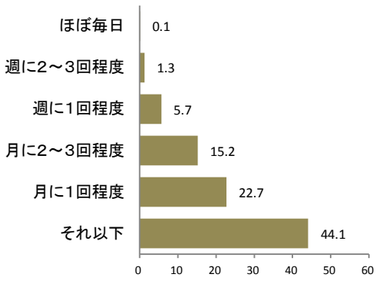
パンの消費頻度

SA　単位：%

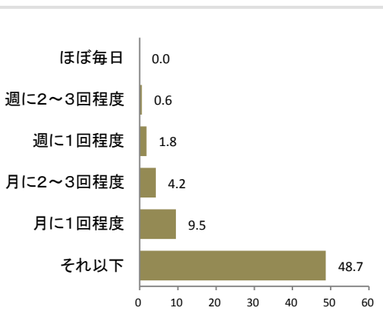
食パン



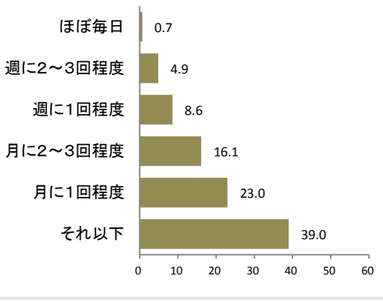
フランスパン



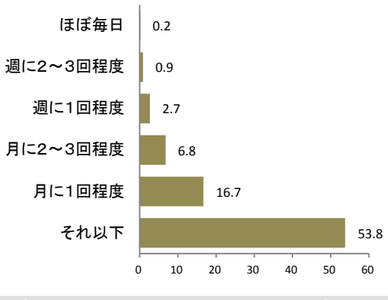
ベーグル



ロールパン



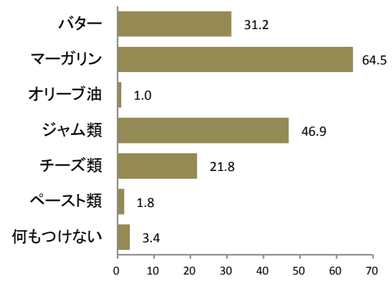
マフィン



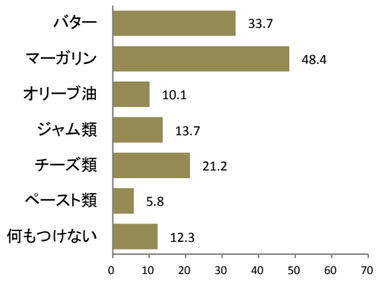
パンにつけるもの

SA　単位：%

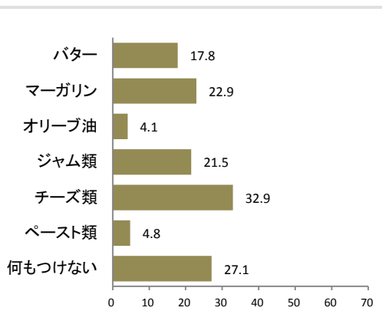
食パン



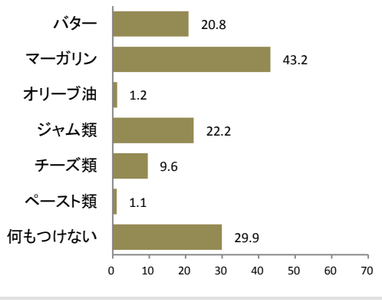
フランスパン



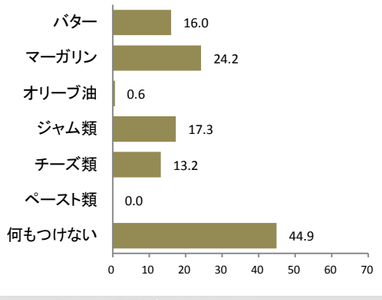
ベーグル



ロールパン



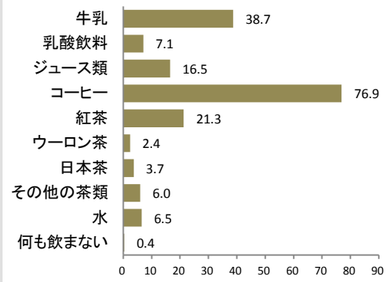
マフィン



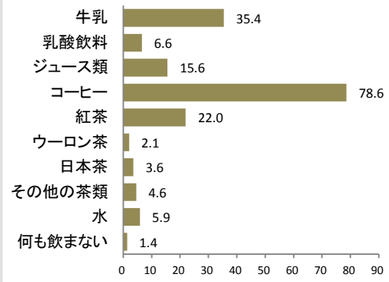
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

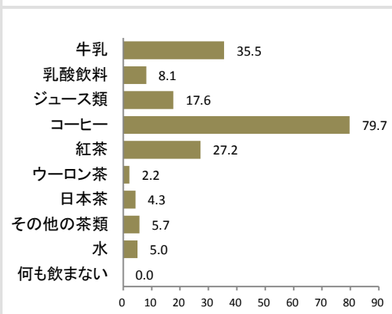
食パン



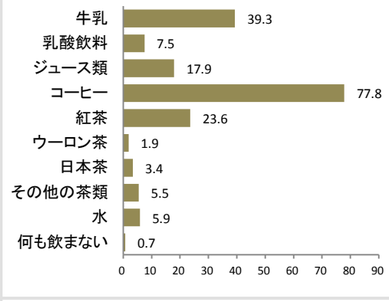
フランスパン



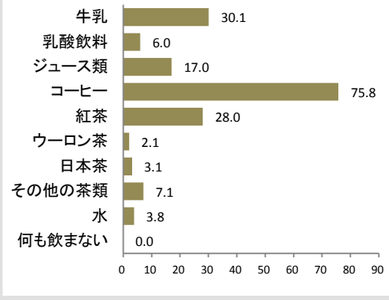
ベーグル



ロールパン



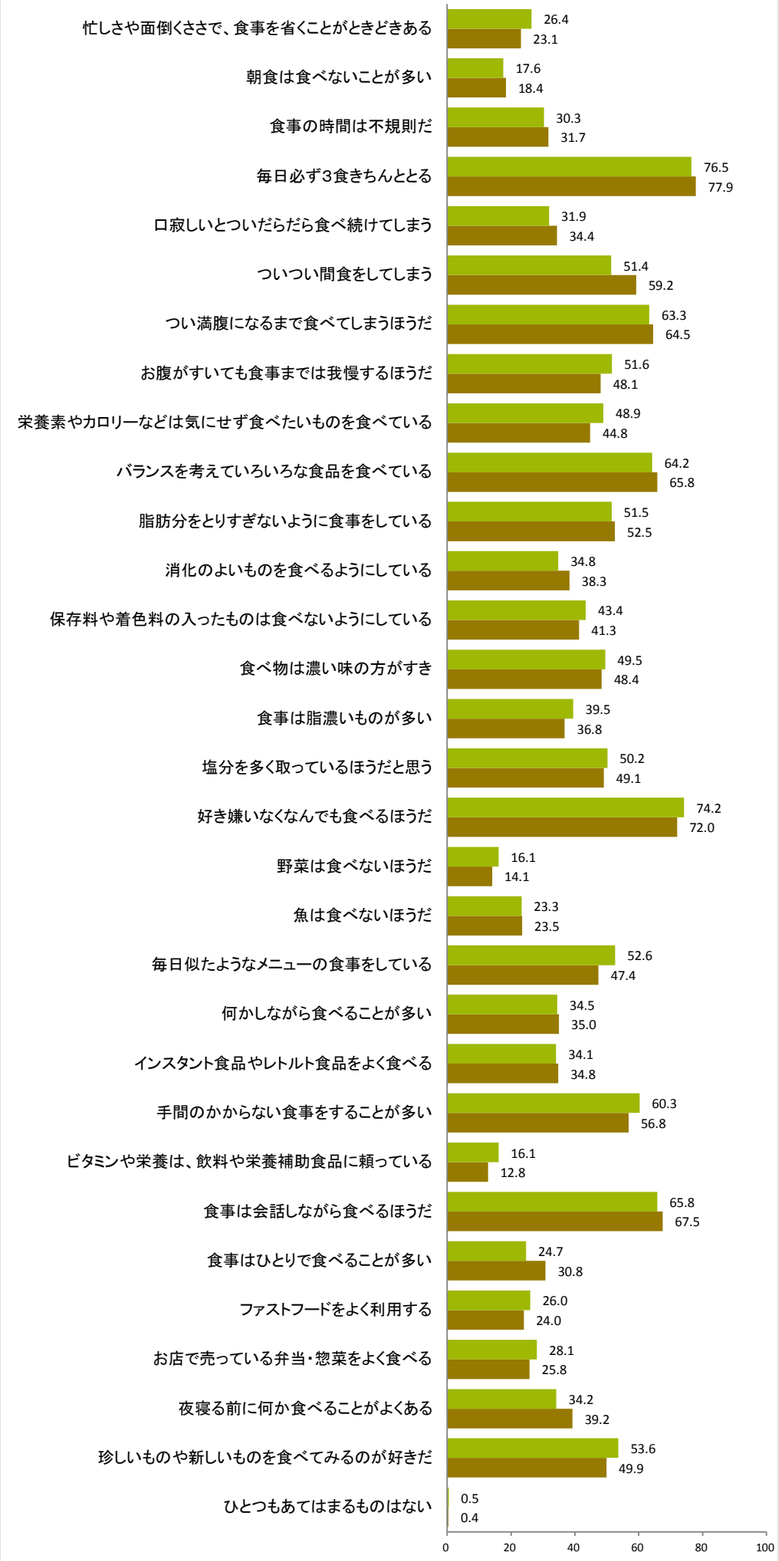
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G)　好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（１）寿司	80.2（＋4.3）
（２）焼肉	71.6（＋4.7）
（３）ごはん	68.4（－1.8）
（４）刺身	68.2（＋1.7）
（５）ラーメン	66.5（＋2.6）
（６）サラダ	64.4（＋2.3）
（７）パスタ料理	64.1（＋0.4）
（８）カレー（ライス）	63.0（－0.9）
（９）とり唐揚げ	62.3（＋0.5）
（10）うどん、きしめん	61.2（－0.4）
（11）ぎょうざ・シュウマイ	59.5（＋2.5）
（12）サンドイッチ	59.5（＋5.1）＊
（13）ハンバーグ	59.0（＋1.9）
（14）焼き鳥	58.7（＋2.2）
（15）みそ汁	58.4（＋1.1）
（16）お好み焼	58.2（＋1.7）
（17）しょうが焼き	57.6（＋1.3）
（18）ステーキ	57.6（＋3.7）
（19）天ぷら	57.5（＋3.1）
（20）とんかつ	56.3（＋3.2）
（21）すき焼・しゃぶしゃぶ	56.1（＋2.9）
（22）そば	53.8（＋1.1）
（23）たこ焼き	53.3（＋0.2）
（24）ピザ（ピザパイ）	53.0（＋1.1）
（25）チャーハン	51.4（－0.5）
（25）丼物	51.4（±0.0）

(G)作るのが楽しい食べもの TOP25

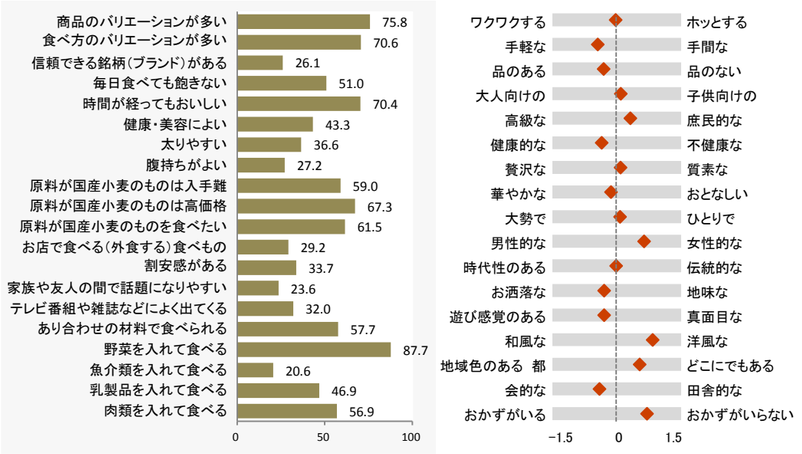
SA　単位：%

（１）カレー	30.4（－3.2）
（２）パスタ料理	26.0（－2.2）
（３）チャーハン	24.0（＋0.9）
（４）お好み焼	24.0（＋2.2）
（５）ハンバーグ	19.4（＋1.3）
（６）焼肉	18.1（＋2.8）
（７）シチュー	17.6（＋0.1）
（８）たこ焼き	16.4（＋1.2）
（９）ぎょうざ・シュウマイ	16.4（＋2.1）
（10）鍋もの・おでん	15.9（＋1.7）
（11）焼そば	15.5（－0.9）
（12）とり唐揚げ	15.4（＋3.1）
（13）サンドイッチ	15.1（＋1.5）
（14）ラーメン	14.6（＋2.0）
（15）サラダ	14.5（－1.0）
（16）肉の煮込み料理	14.2（＋0.2）
（17）しょうが焼き	14.0（－0.4）
（18）すき焼・しゃぶしゃぶ	13.5（＋1.3）
（19）まぜごはん・炊込みご飯	13.2（－0.2）
（20）丼物	12.6（－1.7）
（21）ピラフ・オムライス	12.6（－0.3）
（22）たまご料理	12.5（－1.2）
（23）みそ汁	12.2（－1.0）
（24）野菜いため	11.8（－3.7）
（25）おにぎり	11.7（＋1.9）

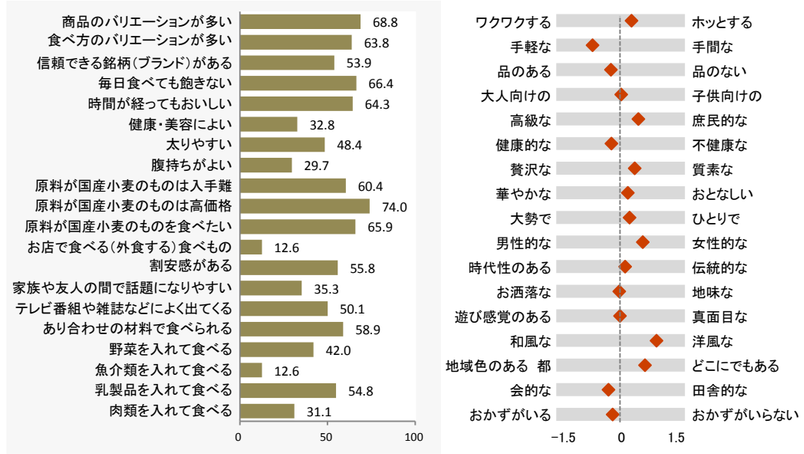
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

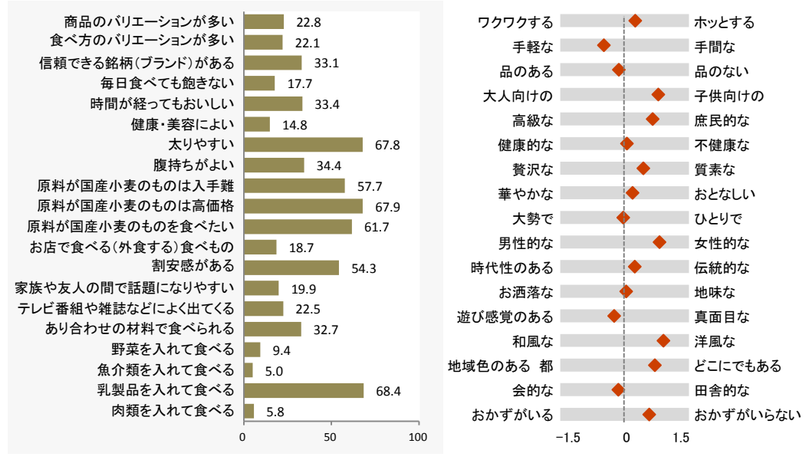
サンドイッチ



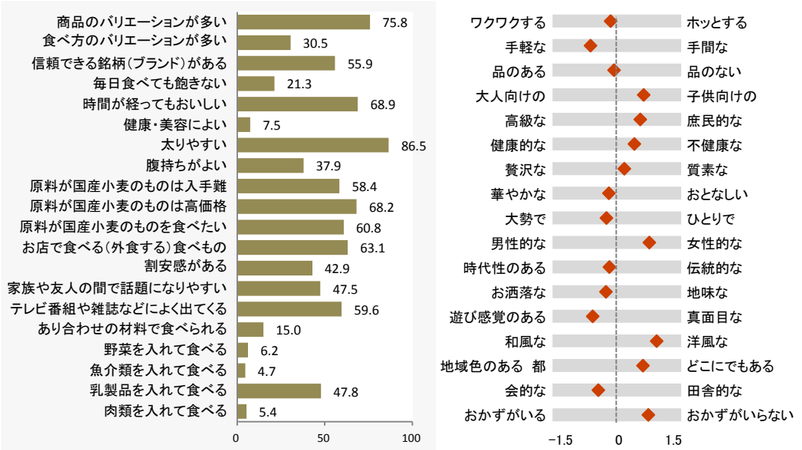
主食パン



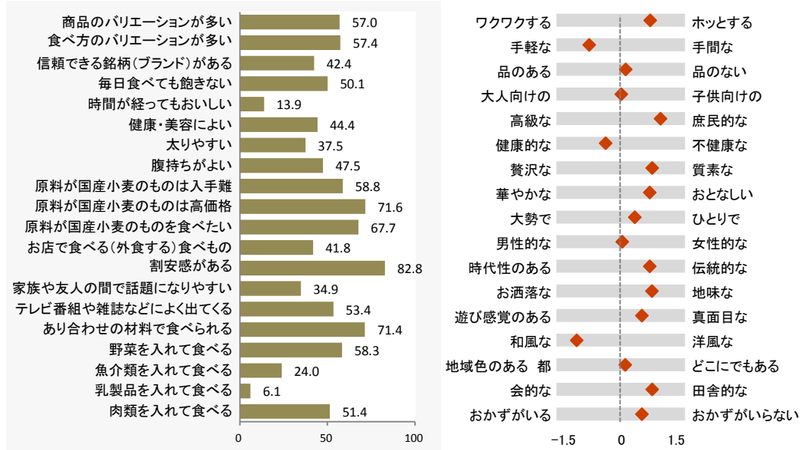
パンケーキ



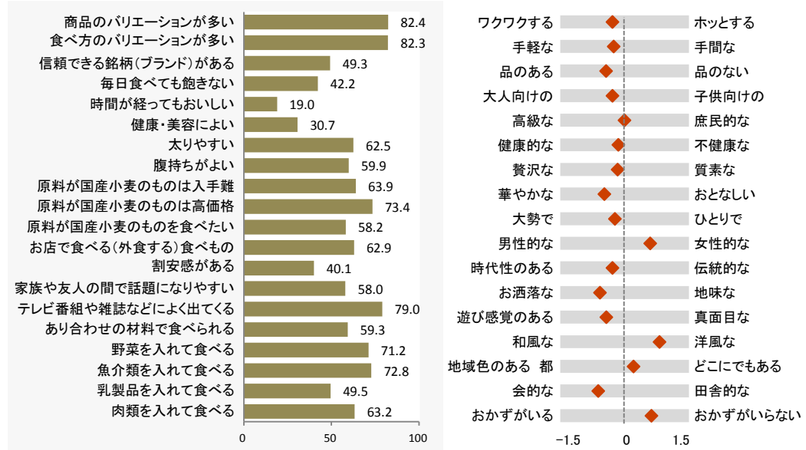
ドーナツ



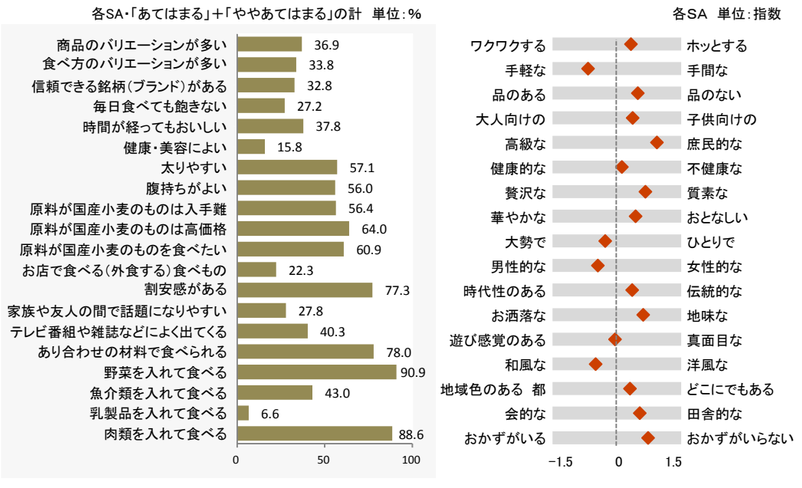
うどん



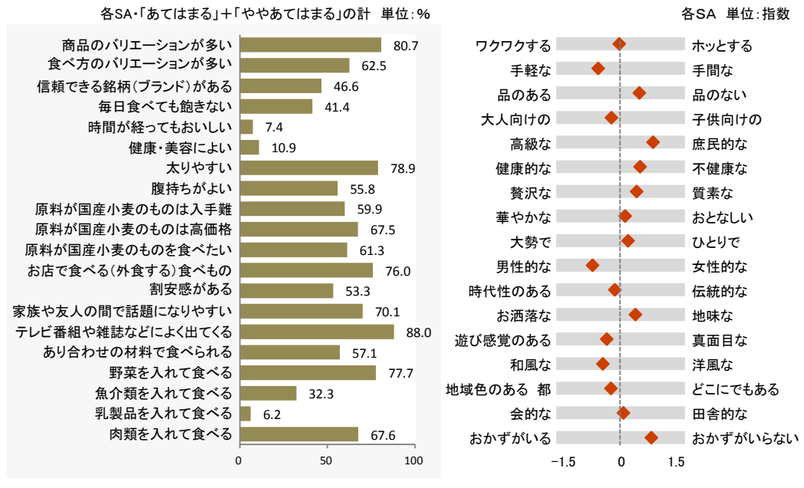
パスタ料理



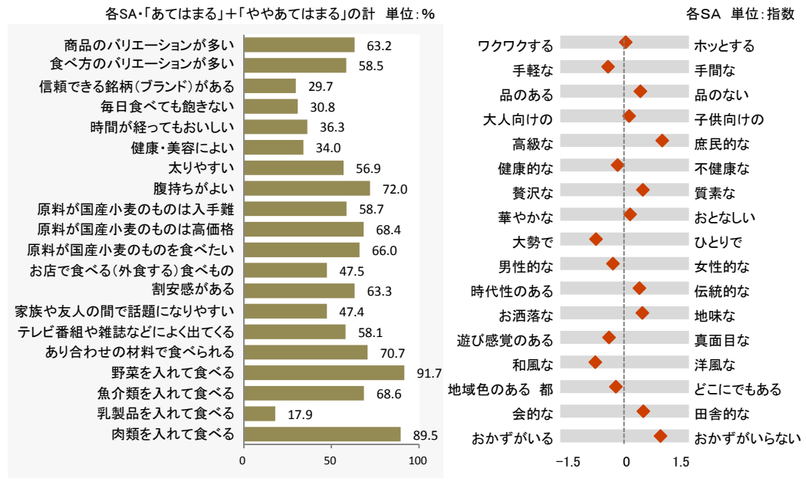
焼そば



ラーメン



お好み焼

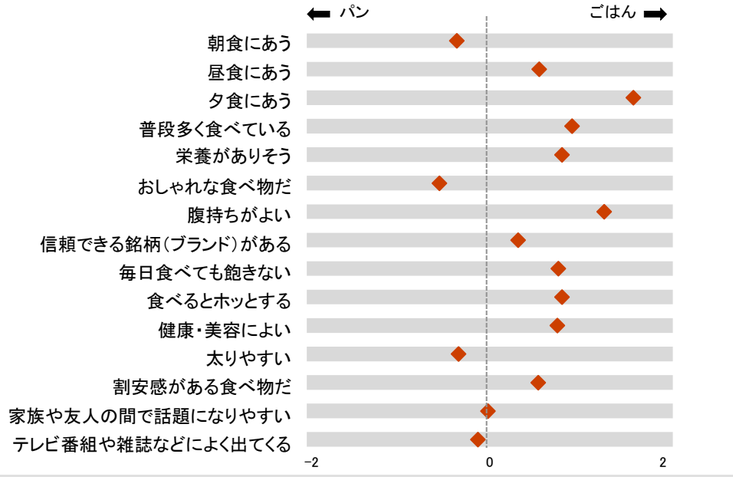


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

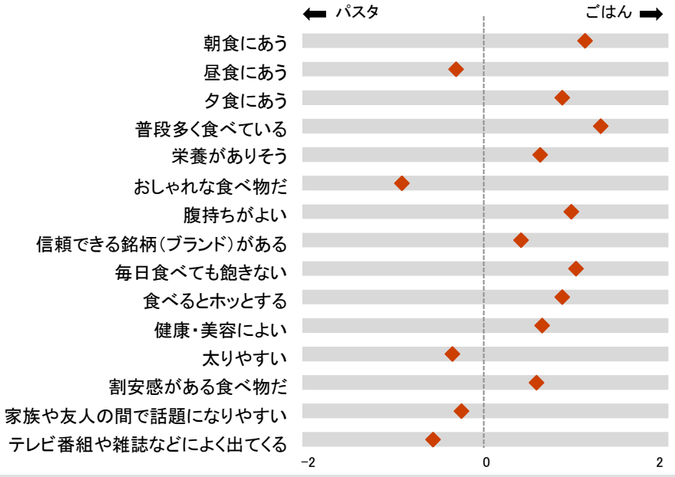
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



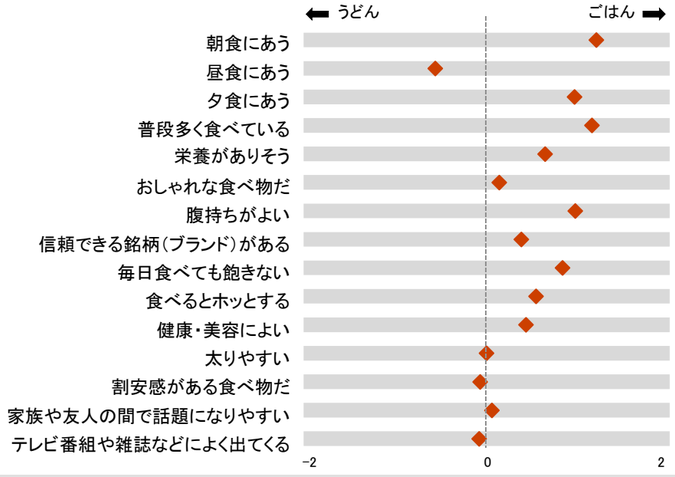
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



うどん vs ごはん

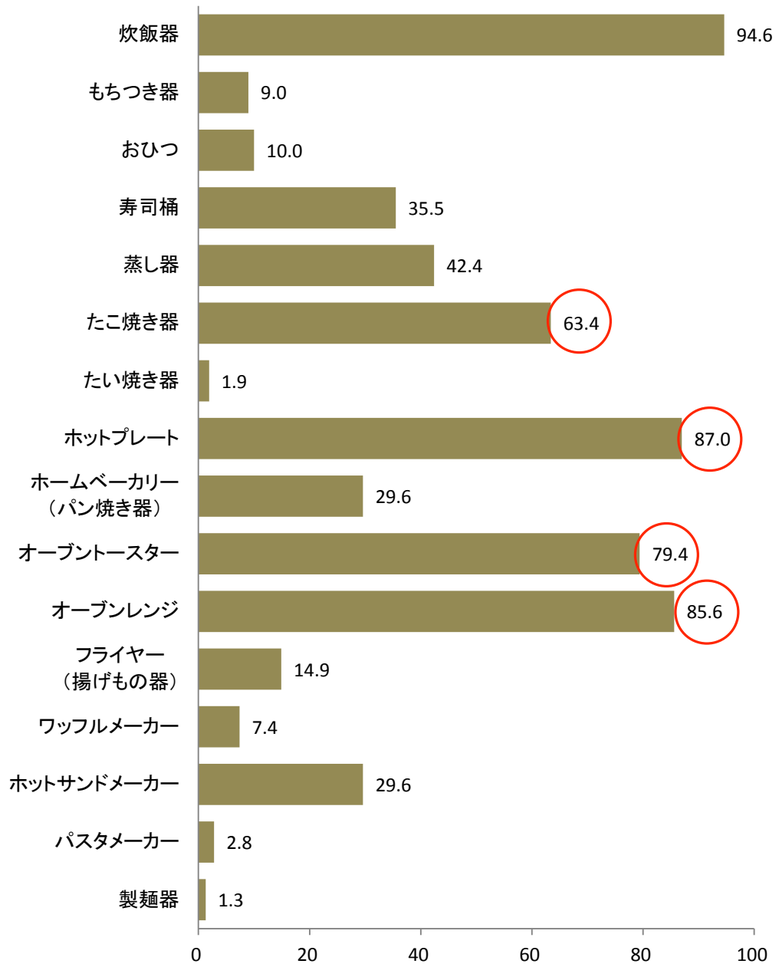
各SA　単位：指数



所有している調理器具

(H)

MA　単位：%

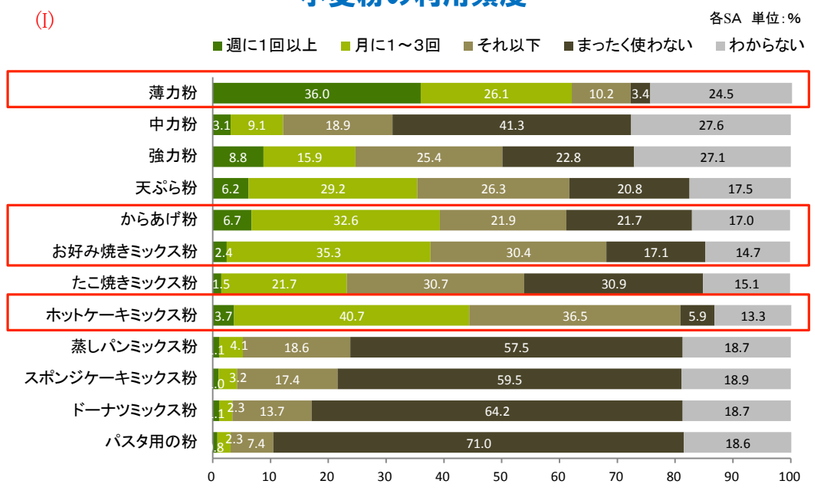


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

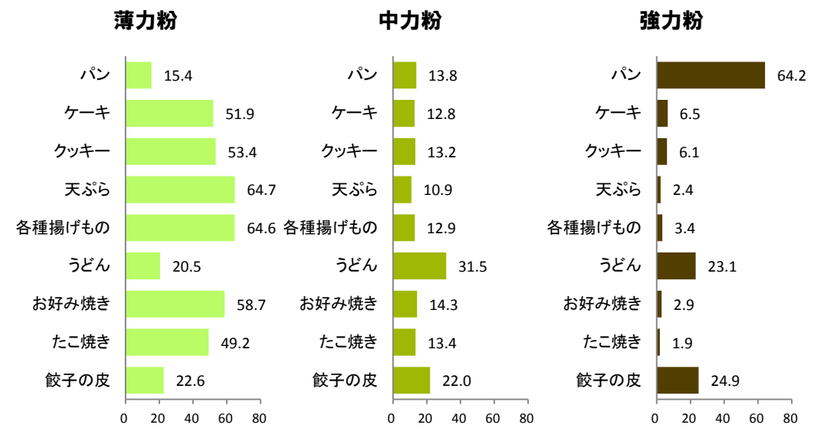
(I)

各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

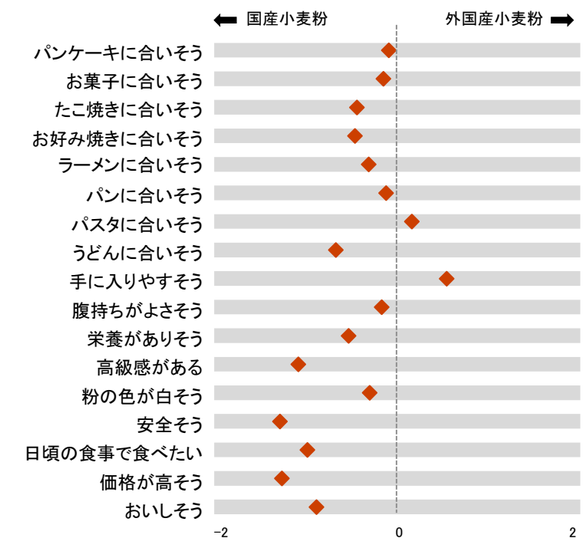
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

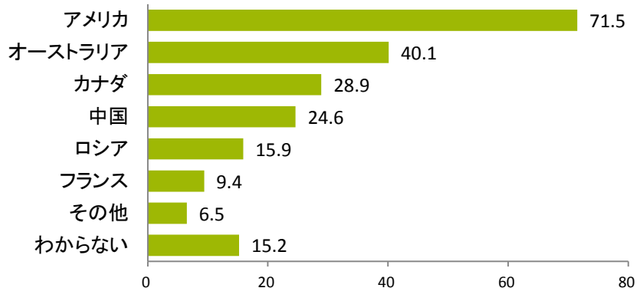
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%

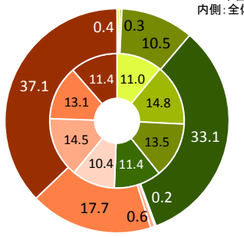


やりくり後期

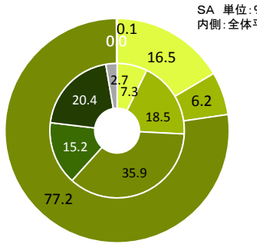
- 50代男性・女性で7割を占める。(A)
- 冬調査では、昼食・夕食の摂取率は94%、朝食の摂取率は9割で、朝食は全体より1割高い。(B)
- 朝食は内食(自分か家族が調理) が8割、中食(買ってきたもの)が2割。夕食も内食が8割、中食・外食が各1割前後。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割と平均並み。(C)
- 夕食の8割は家族と食べている一方、昼食の4割、朝食の6割弱は1人で食べている。夕食は家族と食べる率が全体より高い。(D)
- 夕食は7割弱がごはん系で全体よりやや高い。(E)
- 全般に主食は、ごはん、その他の主食パンが、副食ではサラダ、たまご料理、漬物が全体より多い。(F)
- 好きな食べものは全体に比べ数値は全般に低め。小麦メニューでは、うどん・きしめん、ラーメンが全体より10%以上低い。作るのが楽しい食べものも数値が低く、パスタ料理、お好み焼きが1割前後低い。(G)
- 小麦系器具では、ホットプレートが9割近く、オーブントースター、オーブンレンジが8割強、たこ焼き器が6割弱と所有率が高い。(H)
- 小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割強、天ぷら粉、からあげ粉が4割強と、全体より高い。(I)

プロファイル（冬調査時）

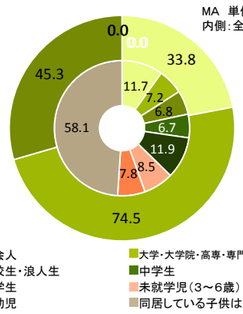
(A) 性・年代



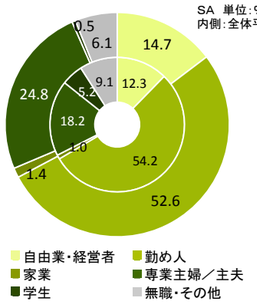
家族構成



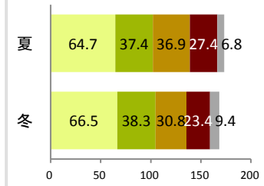
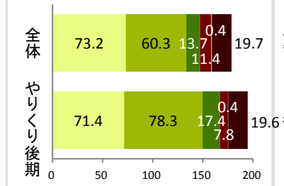
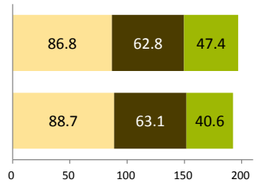
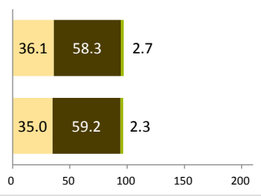
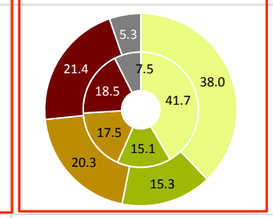
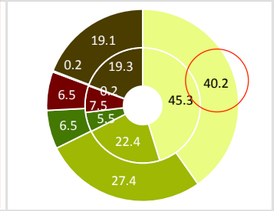
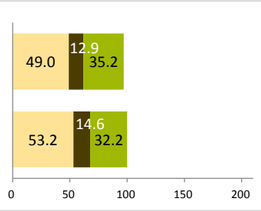
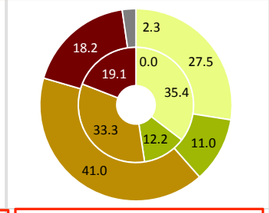
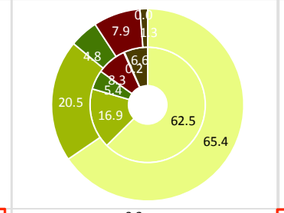
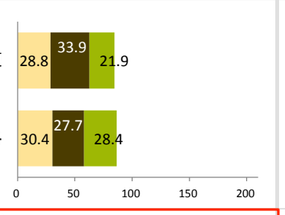
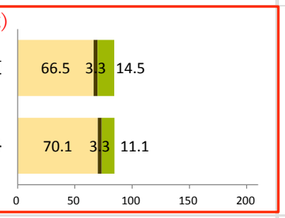
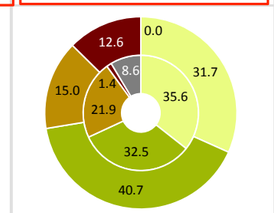
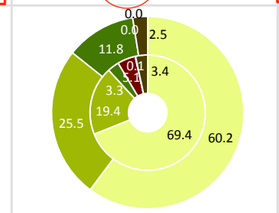
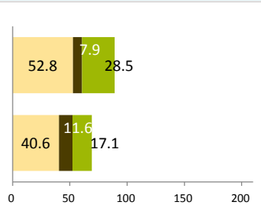
同居している子供



職業



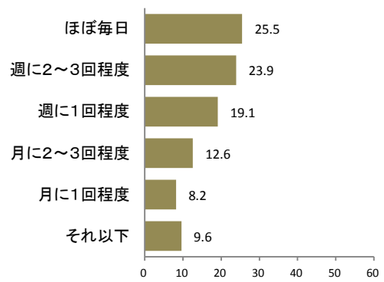
食生活の実態

	摂取率（冬調査）（一日の食事回数）	調理した人は？（夏・冬比較）	一緒に食べた人は？（夏・冬比較）	主食は？（夏・冬比較）	メニューランキング TOP５（冬調査）	夏メニュー／冬メニュー TOP３	お酒 食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒
		自分が家で調理 自分以外の家族が調理 買ってきたもの お店で食べた(外食) その他 円グラフ内側／棒グラフ下側:冬調査 円グラフ外側／棒グラフ上側:夏調査 SA 単位:%	ひとりで 家族と一緒に(同じメニュー) 家族と一緒に(違うメニュー) 友人や知人と一緒に 近所・地域の人たちと一緒 勤め先などの同僚と一緒 円グラフ内側／棒グラフ上側:全体平均 円グラフ外側／棒グラフ下側:やりくり後期 データ:冬調査 SA 単位:%	ごはん系 パン類 めん類 MA 単位:%	MA 単位:% (　)内は冬調査の全体平均との差	MA 単位:% (　)内は夏冬差 (当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」) ＊は夏冬差が5ポイント以上	MA 単位:% 飲酒率:食事をした人ベース お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ (　)内は各調査の全体平均との差 ＊は全体平均との差が5ポイント以上
全時間帯（平均2.9回／日）					(F) **主食** ①ごはん 77.8(＋5.5)＊ ②その他の主食パン 43.0(＋8.9)＊ ③ラーメン 12.3(－1.8) ④菓子パン 11.9(－2.9) ⑤うどん、きしめん 11.6(＋0.3) **副食** ①みそ汁 44.6(＋1.0) ②サラダ 45.1(＋7.4)＊ ③たまご料理 23.0(＋5.1)＊ ④漬物 22.2(＋6.4)＊ ⑤魚介の焼き物 19.7(＋3.7)	**夏メニュー** ①そうめん、ひやむぎ 7.4(＋6.9)＊ ②その他の野菜料理 15.3(＋3.1) ③パスタ料理 10.1(＋3.0) **冬メニュー** ①みそ汁 44.2(－7.0)＊ ②もの・おでん 1.9(－6.0)＊ ③その他の夏メニュー 37.4(－5.6)＊	**夏の飲酒率：39.4%** ①ビール／発泡酒 75.7(－0.6) ②サワー類 12.0(－2.5) ③ワイン 9.8(＋0.9) **冬の飲酒率：39.4%** ①ビール／発泡酒 75.7(＋9.9)＊ ②ワイン 9.8(－3.3) ③サワー類 12.0(＋0.8)
朝食（5～10時台）	(B) **90%**	(C)	(D)		**主食** ①その他の主食パン 42.7(＋6.4)＊ ②ごはん 28.1(＋0.6) ③菓子パン 9.3(－2.0) ④おにぎり 3.9(－1.3) ⑤サンドイッチ 3.5(－0.1) **副食** ①みそ汁 21.8(＋2.1) ②たまご料理 16.3(＋4.3) ③サラダ 13.6(＋3.3) ④納豆 8.2(＋0.2) ⑤漬物 8.2(＋2.2)	**夏メニュー** ①ごはん 30.3(＋2.2) ②菓子パン 11.0(＋1.7) ③サンドイッチ 5.0(＋1.5) **冬メニュー** ①その他の主食パン 36.7(－6.0)＊ ②スープ 1.3(－2.7) ③みそ汁 19.4(－2.4)	**夏の飲酒率：2.4%** ①ビール／発泡酒 53.4(－9.7)＊ ②ワイン 7.8(＋3.7) ③日本酒 6.6(＋1.4) **冬の飲酒率：2.4%** ①ビール／発泡酒 53.4(－7.7)＊ ②ワイン 7.8(－6.6)＊ ③日本酒 6.6(－1.2)
昼食（11～14時台）	**94%**				**主食** ①ごはん 35.6(＋0.7) ②ラーメン 10.5(＋0.8) ③うどん、きしめん 8.5(＋1.4) ④おにぎり 5.3(－2.2) ⑤パスタ料理 5.3(＋0.4) **副食** ①みそ汁 16.4(＋2.3) ②サラダ 14.3(＋1.4) ③漬物 7.7(＋2.3) ④たまご料理 6.7(＋0.4) ⑤野菜の煮物 6.0(＋1.1)	**夏メニュー** ①そうめん、ひやむぎ 5.8(＋5.5)＊ ②おにぎり 7.2(＋1.9) ③酢の物・あえ物 2.9(＋1.5) **冬メニュー** ①みそ汁 11.4(－5.0)＊ ②ごはん 30.7(－4.9) ③うどん、きしめん 5.4(－3.1)	**夏の飲酒率：3.0%** ①ビール／発泡酒 75.3(＋2.6) ②ワイン 5.9(－3.5) **冬の飲酒率：3.0%** ①ビール／発泡酒 75.3(＋15.6)＊ ②ワイン 5.9(－5.5)＊
間食（15～16時台）	**5%**				**主食** ①ごはん 22.2(＋1.7) ②サンドイッチ 9.6(＋4.6) ③ラーメン 9.2(＋2.0) ④菓子パン 7.1(－1.3) ⑤おにぎり 6.2(＋1.3) **副食** ①サラダ 13.1(＋5.9)＊ ②カレー(ライス) 10.0(＋7.3)＊ ③みそ汁 9.7(＋2.5) ④たまご料理 4.7(＋1.7) ⑤その他の肉料理 4.1(－0.2) ⑤野菜の煮物 4.1(＋1.4)	**夏メニュー** ①菓子パン 15.0(＋7.9)＊ ②その他の主食パン 9.7(＋6.3)＊ ③野菜の煮物 7.3(＋3.2) **冬メニュー** ①サラダ 6.6(－6.5)＊ ②ラーメン 2.7(－6.5)＊ ③サンドイッチ 3.5(－6.1)＊	**夏の飲酒率：3.8%** ①ビール／発泡酒 100.0(＋31.4)＊ **冬の飲酒率：3.8%** ①ビール／発泡酒 100.0(＋40.9)＊
夕食（17～21時台）	(B) **94%**	(C)	(D)	(E) 	**主食** ①ごはん 60.6(＋7.0)＊ ②まぜごはん・炊込みご飯 3.5(＋1.6) ③焼そば 2.5(－0.2) ④うどん、きしめん 2.4(－1.6) ⑤パスタ料理 1.9(－1.8) ⑤丼物 1.9(－1.2) **副食** ①みそ汁 32.5(＋5.6)＊ ②サラダ 32.3(＋5.5)＊ ③その他の肉料理 13.9(＋3.0) ④魚介の焼き物 13.6(＋3.2) ⑤漬物 13.6(＋3.7)	**夏メニュー** ①その他の野菜料理 11.6(＋3.2) ②刺身 9.7(＋2.6) ③とり唐揚げ 6.8(＋2.6) **冬メニュー** ①鍋もの・おでん 1.7(－6.0)＊ ②みそ汁 27.2(－5.3)＊ ③まぜごはん・炊込みご飯 1.5(－2.0)	**夏の飲酒率：37.6%** ①ビール／発泡酒 74.2(－1.9) ②サワー類 13.0(－1.8) ③ワイン 10.2(＋1.6) **冬の飲酒率：37.6%** ①ビール／発泡酒 74.2(＋8.7)＊ ②サワー類 13.0(＋2.0) ③ワイン 10.2(－2.7)
夜食（22～翌朝4時台）	**6%**				**主食** ①ごはん 32.7(＋0.2) ②ラーメン 8.1(－1.3) ③サンドイッチ 5.8(＋4.7) ④うどん、きしめん 3.9(±0.0) ⑤その他の主食パン 3.3(＋1.1) **副食** ①サラダ 19.4(＋4.9) ②みそ汁 17.6(＋2.9) ③漬物 10.3(＋5.0)＊ ④魚介の焼き物 9.2(＋2.9) ⑤その他の肉料理 8.9(＋2.7)	**夏メニュー** ①ごはん 43.4(＋10.7)＊ ②カレー(ライス) 8.3(＋6.5)＊ ③焼そば 7.1(＋6.1)＊ **冬メニュー** ①焼肉 2.0(－5.1)＊ ②その他の肉料理 4.1(－4.8) ③スープ 1.9(－3.7)	**夏の飲酒率：40.5%** ①ビール／発泡酒 82.3(＋9.6)＊ ②日本酒 8.6(＋3.4) ③サワー類 6.9(－5.2)＊ **冬の飲酒率：40.5%** ①ビール／発泡酒 82.3(＋17.3)＊ ②日本酒 8.6(＋2.4) ③サワー類 6.9(－4.3)

パンの利用実態

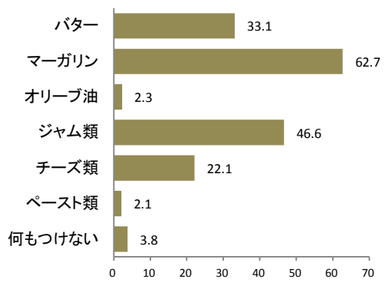
パンの消費頻度

SA 単位：%



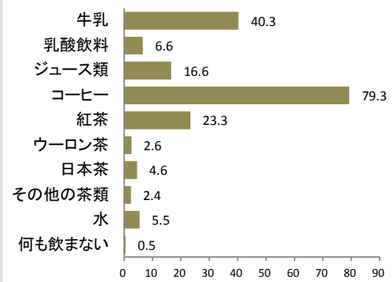
パンにつけるもの

SA 単位：%



パンと一緒に飲む飲み物

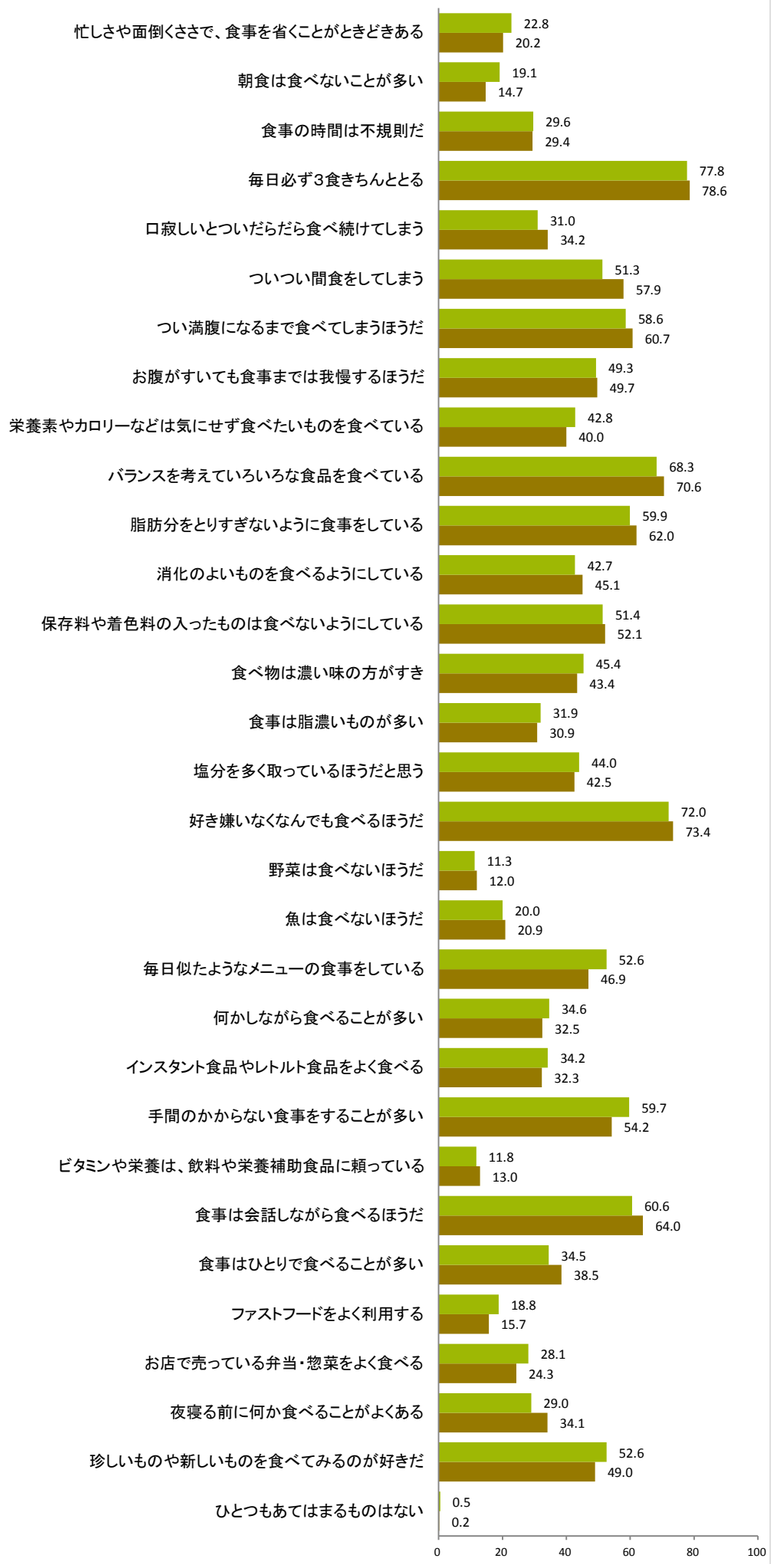
SA 単位：%



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G) 好きな食べものTOP25

MA 単位：%

(1)	寿司	79.7 (+3.8)
(2)	ごはん	55.8 (−14.4) *
(3)	刺身	53.5 (−13.0) *
(4)	サラダ	47.7 (−14.4) *
(5)	焼肉	53.1 (−13.8) *
(6)	カレー(ライス)	54.6 (−9.3) *
(7)	うどん、きしめん	47.4 (−14.2) *
(8)	パスタ料理	54.0 (−9.7) *
(9)	ラーメン	53.7 (−10.2) *
(10)	ぎょうざ・シュウマイ	47.6 (−9.4) *
(11)	みそ汁	54.0 (−3.3)
(12)	サンドイッチ	51.5 (−2.9)
(13)	お好み焼	50.6 (−5.9) *
(14)	天ぷら	38.5 (−15.9) *
(15)	とり唐揚げ	50.1 (−11.7) *
(16)	焼き鳥	47.6 (−8.9) *
(17)	しょうが焼き	51.3 (−5.0) *
(18)	ステーキ	48.3 (−5.6) *
(19)	豆腐・豆腐料理	46.6 (−3.7)
(20)	魚介の焼き物	41.4 (−11.5) *
(21)	ハンバーグ	55.2 (−1.9)
(22)	そば	44.3 (−8.4) *
(23)	焼そば	39.4 (−12.0) *
(24)	たこ焼き	42.6 (−10.5) *
(25)	とんかつ	44.8 (−8.3) *

(G) 作るのが楽しい食べものTOP25

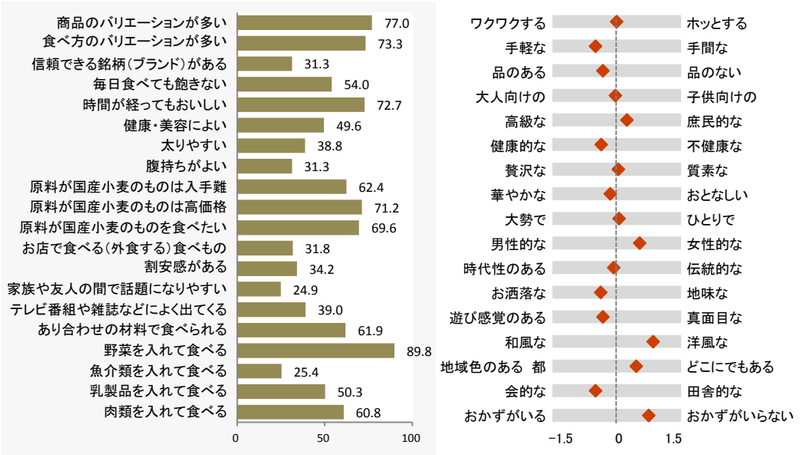
SA 単位：%

(1)	カレー	35.1 (+1.5)
(2)	パスタ料理	15.3 (−12.9) *
(3)	お好み焼	12.0 (−9.8) *
(4)	チャーハン	13.8 (−9.3) *
(5)	シチュー	15.6 (−1.9)
(6)	焼そば	16.7 (+0.3)
(7)	サラダ	14.3 (−1.2)
(8)	鍋もの・おでん	7.7 (−6.5) *
(9)	焼肉	14.1 (−1.2)
(10)	ハンバーグ	15.8 (−2.3)
(11)	サンドイッチ	11.3 (−2.3)
(12)	すき焼・しゃぶしゃぶ	10.9 (−1.3)
(13)	ぎょうざ・シュウマイ	9.9 (−4.4)
(14)	肉の煮込み料理	9.1 (−4.9)
(15)	野菜いため	14.4 (−1.1)
(16)	たこ焼き	10.0 (−5.2) *
(17)	ラーメン	8.9 (−3.7)
(18)	とり唐揚げ	7.5 (−4.8)
(19)	まぜごはん・炊込みご飯	9.1 (−4.3)
(20)	ステーキ	10.0 (+0.1)
(21)	しょうが焼き	11.0 (−3.4)
(22)	丼物	14.8 (+0.5)
(23)	野菜の煮物	9.2 (−2.0)
(24)	うどん、きしめん	9.6 (−2.4)
(25)	たまご料理	10.1 (−3.6)

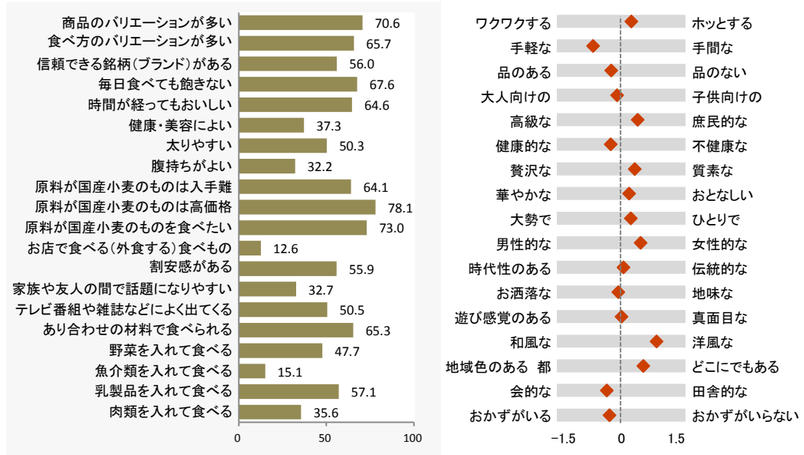
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

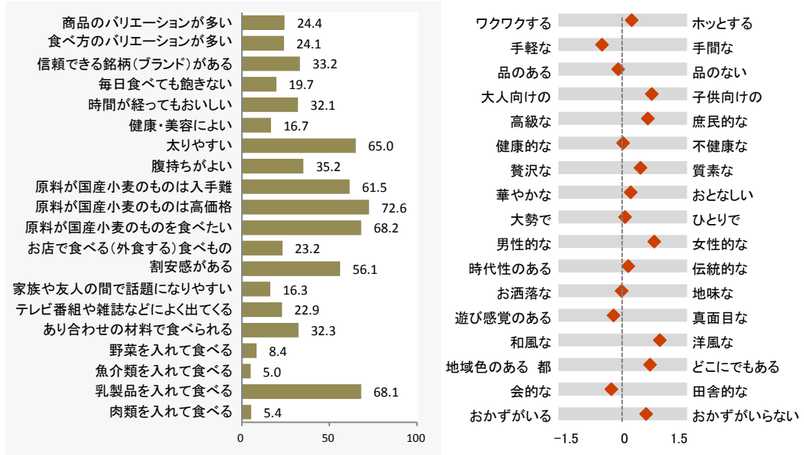
サンドイッチ



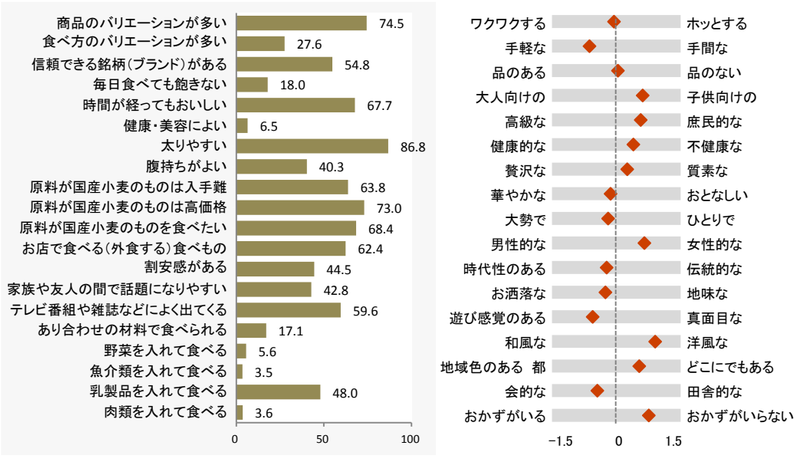
主食パン



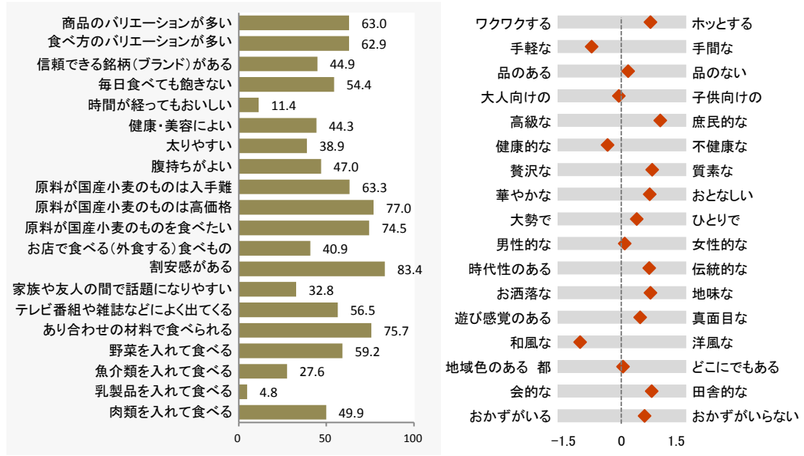
パンケーキ



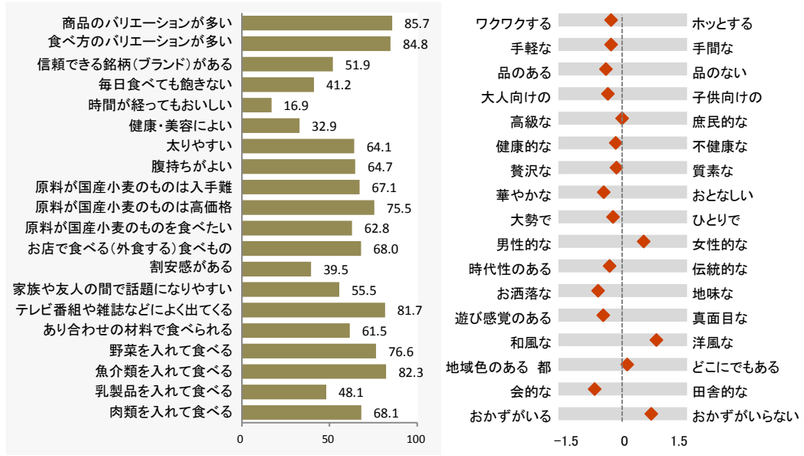
ドーナツ



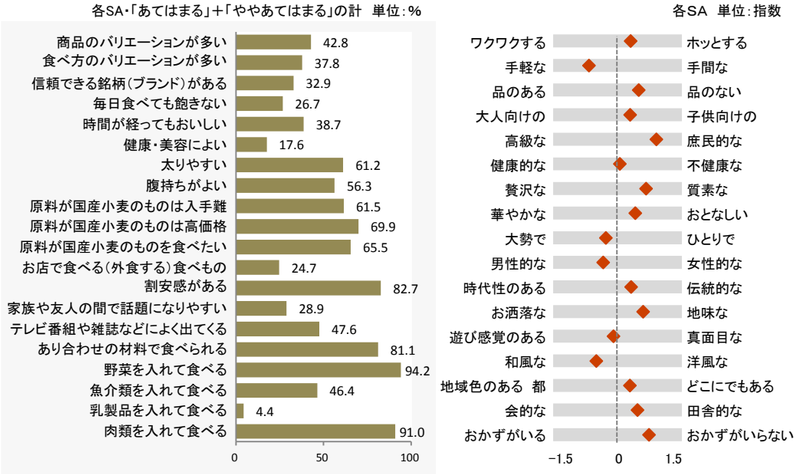
うどん



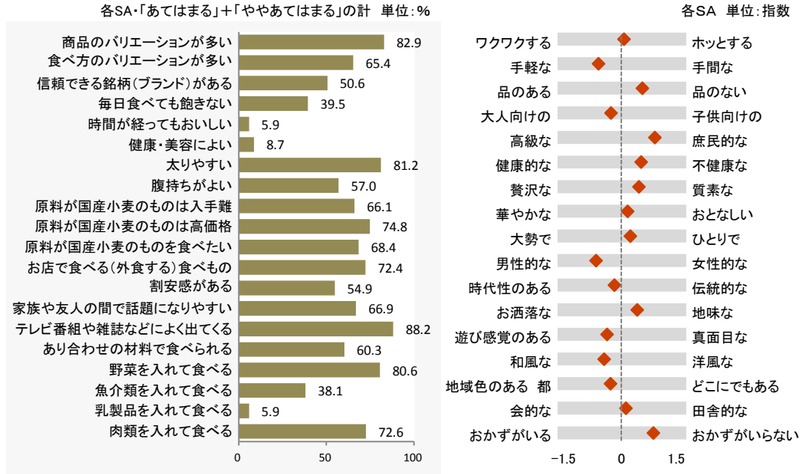
パスタ料理



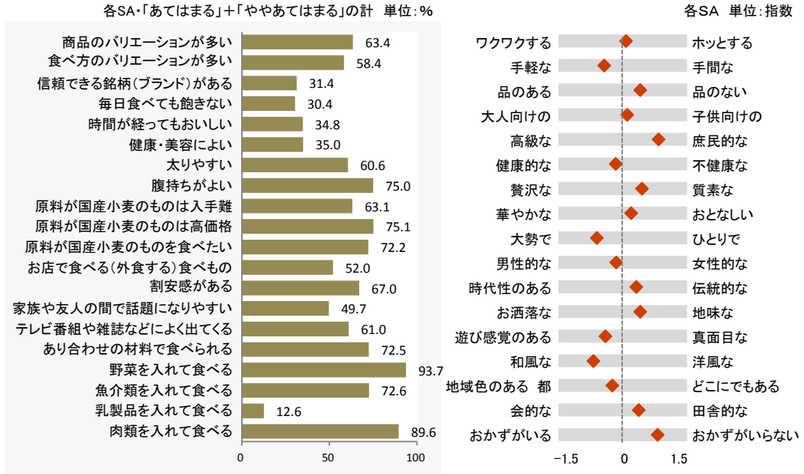
焼そば



ラーメン



お好み焼

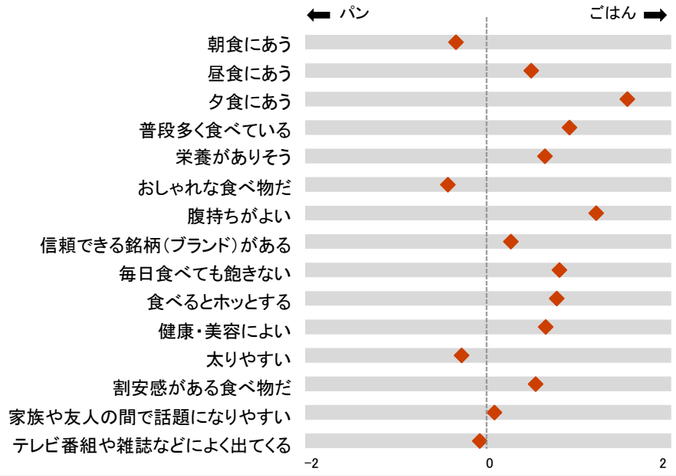


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

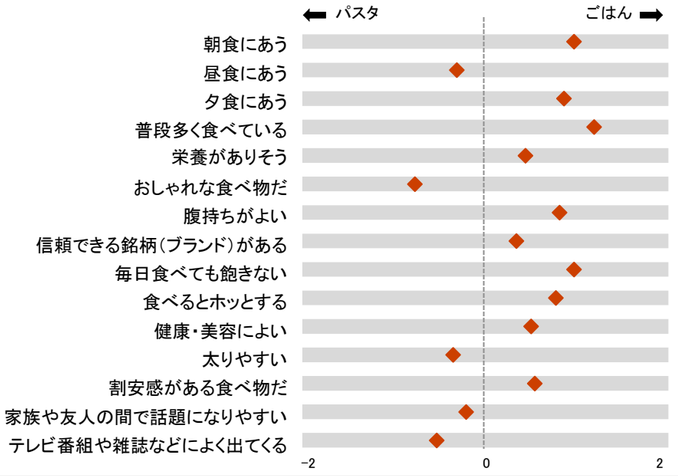
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



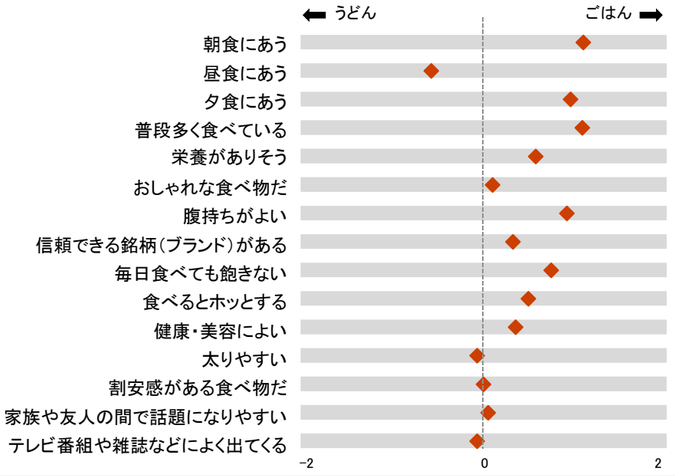
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



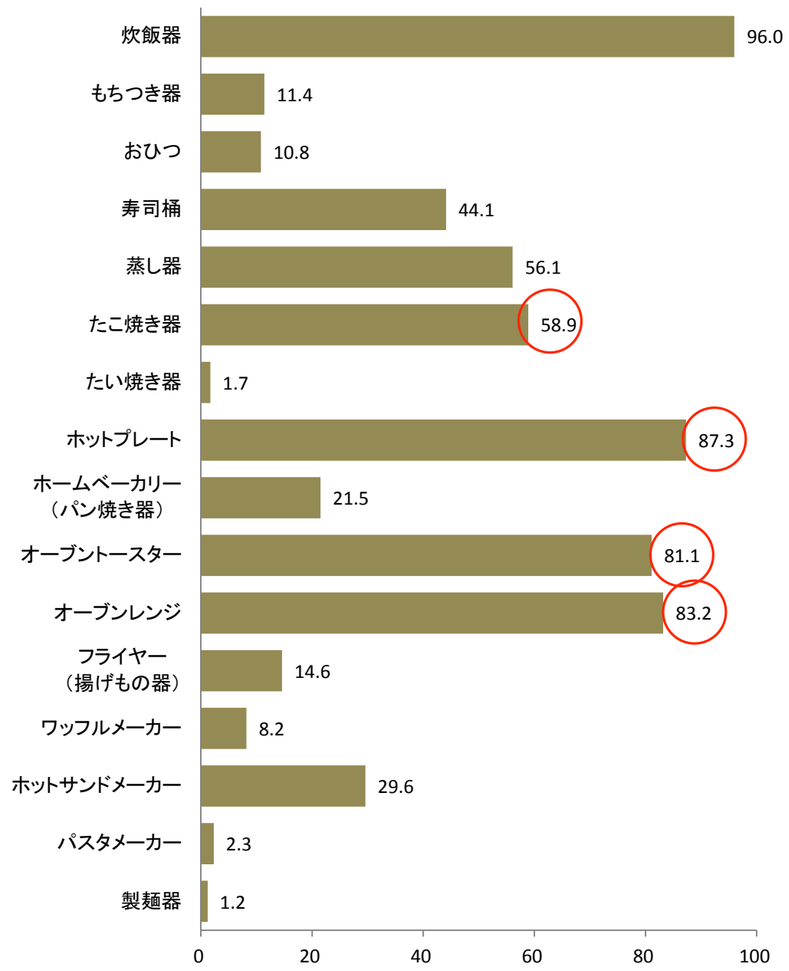
うどん vs ごはん

各SA　単位：指数



所有している調理器具

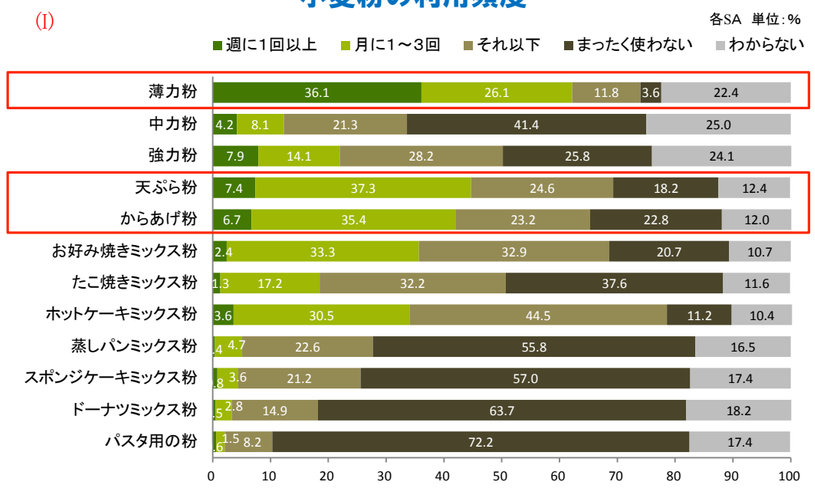
(H)　MA　単位：%



小麦粉の利用実態

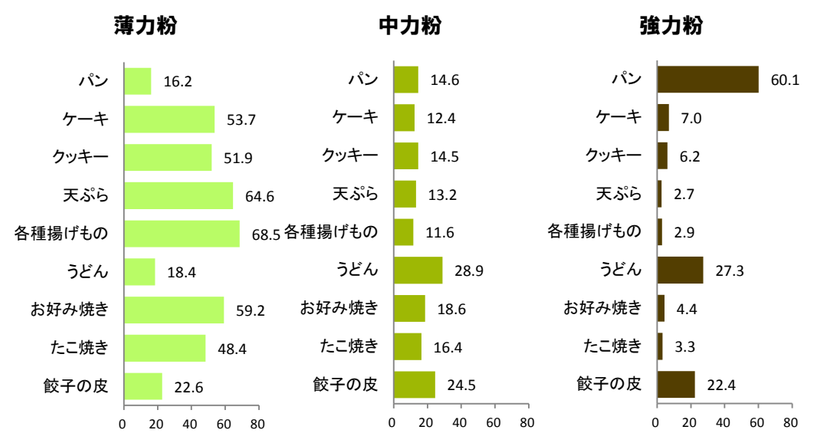
小麦粉の利用頻度

(I)　各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

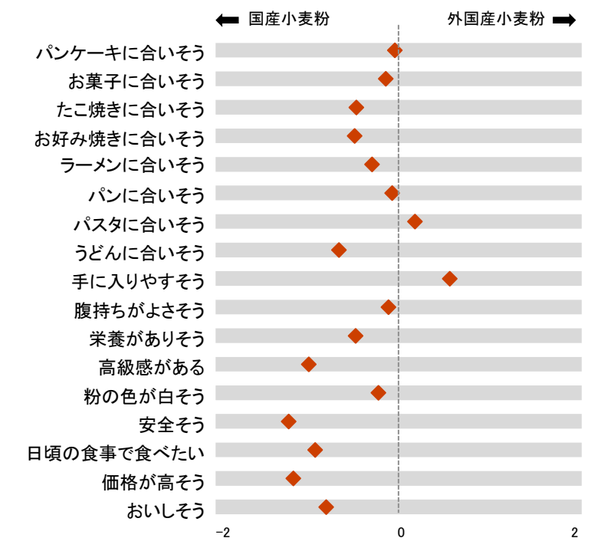
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

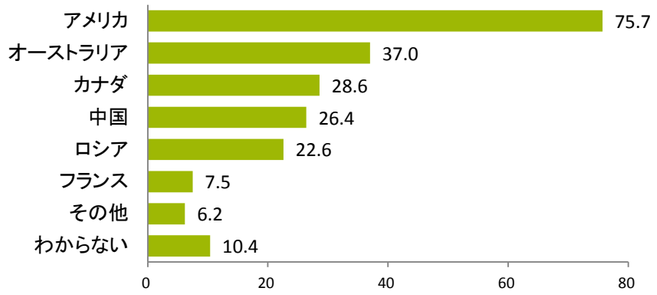
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%

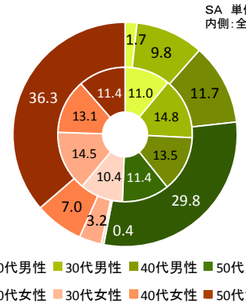


学費卒業世帯

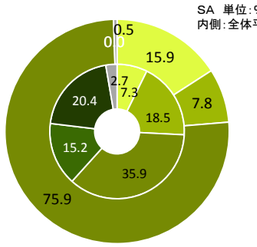
- 50代男性・女性で2/3を占める。(A)
- 冬調査では、昼食・夕食の摂取率は93-4%、朝食の摂取率は9割で、朝食は全体より1割高い。(B)
- 朝食は内食(自分か家族が調理) が8割強、中食(買ってきたもの)が15%。夕食も内食が8割強、中食・外食が各1割弱。昼食は内食が6割弱、中食・外食が各2割弱と平均並み。(C)
- 夕食の7割強は家族と食べている一方、昼食の4割強、朝食の5割強は1人で食べている。夕食は家族と食べる率が全体より高い。(D)
- 夕食は7割前後がごはん系で全体よりやや高い。(E)
- 全般に主食は、ごはん、その他の主食パンが、副食ではみそ汁、漬物が全体より多い。(F)
- 好きな食べものは、小麦メニューでは、ラーメン、パスタ料理が全体より5%以上低い。作るのが楽しい食べものでは際立った特徴は見られない。(G)
- 小麦系器具では、ホットプレートが85%、オーブンレンジ、オーブントースターが8割強、たこ焼き器が55%と所有率が高い。(H)
- 小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割強、天ぷら粉が4割強等、全体よりやや高い。(I)

プロファイル（冬調査時）

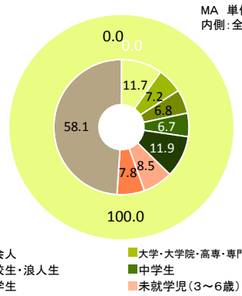
(A) 性・年代



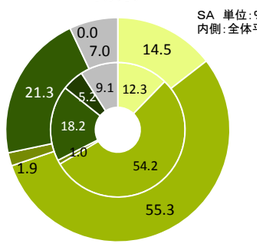
家族構成



同居している子供



職業



食生活の実態

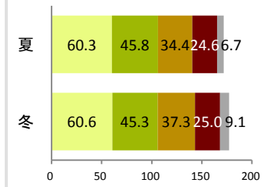
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	摂取率	回数
全時間帯		（平均 2.9 回／日）
朝食（5～10時台）	90%	(B)
昼食（11～14時台）	94%	
間食（15～16時台）	5%	
夕食（17～21時台）	93%	(B)
夜食（22～翌4時台）	8%	

調理した人は？（夏・冬比較）

自分が家で調理
自分以外の家族が調理
買ってきたもの
お店で食べた（外食）
その他

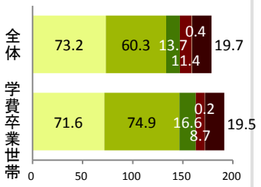
円グラフ内側／棒グラフ下側：冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側：夏調査
SA 単位:%



一緒に食べた人は？

ひとりで
家族と一緒に（同じメニュー）
家族と一緒に（違うメニュー）
友人や知人と一緒に
近所・地域の人たちと一緒
勤め先などの同僚と一緒

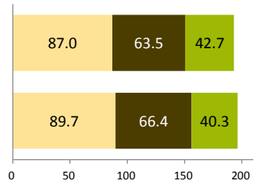
円グラフ内側／棒グラフ上側：全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側：学費卒業世帯
データ：冬調査 SA 単位:%



主食は？（夏・冬比較）

ごはん系 パン類 めん類

MA 単位:%



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
（ ）内は冬調査の全体平均との差

(F) 主食

①ごはん	78.1(＋5.8)＊
②その他の主食パン	41.4(＋7.3)＊
③菓子パン	13.6(－1.2)
④うどん、きしめん	13.5(＋2.2)
⑤ラーメン	11.3(－2.8)

副食

①みそ汁	49.1(＋5.5)＊
②サラダ	42.6(＋4.9)
③たまご料理	21.8(＋3.9)
④漬物	20.8(＋5.0)＊
⑤魚介の焼き物	18.6(＋2.6)

主食

①その他の主食パン	41.1(＋4.8)
②ごはん	28.5(＋1.0)
③菓子パン	9.3(－2.0)
④サンドイッチ	6.2(＋2.6)
⑤おにぎり	3.9(－1.3)

副食

①みそ汁	21.2(＋1.5)
②たまご料理	13.9(＋1.9)
③サラダ	12.0(＋1.7)
④納豆	8.6(＋0.6)
⑤ハム、ソーセージ	8.0(＋1.8)

主食

①ごはん	37.5(＋2.6)
②うどん、きしめん	9.6(＋2.5)
③ラーメン	7.8(－1.9)
④おにぎり	6.9(－0.6)
⑤その他の主食パン	4.3(－0.2)

副食

①サラダ	14.7(＋1.8)
②みそ汁	14.2(＋0.1)
③漬物	8.0(＋2.6)
④たまご料理	7.2(＋0.9)
⑤野菜の煮物	5.7(＋0.8)

主食

①ごはん	19.9(－0.6)
②サンドイッチ	8.6(＋3.6)
③ラーメン	8.5(＋1.3)
④菓子パン	7.7(－0.7)
⑤うどん、きしめん	5.0(＋0.5)

副食

①みそ汁	7.8(＋0.6)
②サラダ	6.8(－0.4)
③ぎょうざ・シュウマイ	5.2(＋3.6)
④野菜の煮物	5.0(＋2.3)
⑤カレー(ライス)	4.4(＋1.7)
⑤野菜いため	4.4(＋1.9)

主食

①ごはん	59.9(＋6.3)＊
②うどん、きしめん	3.6(－0.4)
③焼そば	3.1(＋0.4)
④丼物	3.0(－0.1)
⑤ラーメン	2.5(－1.0)

副食

①みそ汁	31.1(＋4.2)
②サラダ	30.8(＋4.0)
③漬物	12.5(＋2.6)
④その他の肉料理	12.3(＋1.4)
⑤野菜の煮物	12.2(＋3.5)

主食

①ごはん	40.1(＋7.6)＊
②焼そば	7.9(＋4.8)
③おにぎり	6.9(＋2.7)
④惣菜パン	5.2(＋2.9)
⑤ラーメン	5.0(－4.4)

副食

①みそ汁	19.2(＋4.5)
②魚介の焼き物	12.6(＋6.3)＊
③野菜いため	10.9(＋5.4)＊
④サラダ	10.8(－3.7)
⑤漬物	8.5(＋3.2)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
（ ）内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	7.0(＋6.6)＊
②豆腐・豆腐料理	14.2(＋5.8)＊
③サラダ	47.1(＋4.5)

冬メニュー

①みそ汁	41.9(－7.2)
＊	
②鍋もの・おでん	1.6(－5.1)
＊	
③うどん、きしめん	9.4(－4.1)

夏メニュー

①サラダ	16.5(＋4.5)
②漬物	9.3(＋2.4)
③たまご料理	15.3(＋1.4)

冬メニュー

①みそ汁	18.8(－2.4)
②サンドイッチ	4.7(－1.5)
③ラーメン	0.2(－1.0)

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ	4.7(＋4.6)
②ハム、ソーセージ	4.4(＋2.0)
③そば	4.8(＋1.9)

冬メニュー

①うどん、きしめん	6.2(－3.4)
②みそ汁	11.4(－2.8)
③ごはん	34.9(－2.6)

夏メニュー

①ドーナツ	7.1(＋5.2)＊
②サンドイッチ	12.6(＋4.0)
③ごはん	23.7(＋3.8)

冬メニュー

①みそ汁	2.4(－5.4)
＊	
②野菜いため	1.7(－2.7)
③菓子パン	5.2(－2.5)

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理	10.7(＋4.3)
②サラダ	33.7(＋2.9)
③酢の物・あえ物	6.8(＋2.6)

冬メニュー

①みそ汁	26.1(－5.0)
＊	
②鍋もの・おでん	1.4(－4.6)
③ごはん	56.6(－3.3)

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理	10.1(＋6.5)＊
②蒸し野菜・ゆで野菜	7.4(＋5.6)＊
③サラダ	15.0(＋4.2)

冬メニュー

①納豆	1.8(－6.0)
＊	
②魚介の焼き物	7.7(－4.9)
③たまご料理	1.2(－3.8)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率：食事をした人ベース
お酒メニュー：飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
（ ）内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

夏の飲酒率： 40.9%	
①ビール／発泡酒	80.0(＋3.7)
②サワー類	8.9(－5.6)＊
③ウィスキー／ブランデー	7.2(＋1.3)
冬の飲酒率： 34.4%	
①ビール／発泡酒	65.8(±0.0)
②焼酎	28.1(＋5.7)＊
③日本酒	13.7(＋4.1)

夏の飲酒率： 3.3%	
①ビール／発泡酒	70.7(＋7.6)＊
②サワー類	12.7(＋4.7)
③ウィスキー／ブランデー	8.5(＋2.8)
冬の飲酒率： 1.9%	
①ビール／発泡酒	62.9(＋1.8)
②焼酎	29.9(＋10.6)＊
③ワイン	14.1(－0.3)

夏の飲酒率： 2.6%	
①ビール／発泡酒	88.6(＋15.9)＊
②日本酒	14.3(＋9.9)＊
③サワー類	5.7(－1.4)
冬の飲酒率： 2.2%	
①ビール／発泡酒	69.3(＋9.6)＊
②焼酎	18.7(＋5.4)＊
③ワイン	15.2(＋3.8)

夏の飲酒率： 11.7%	
①ワイン	51.3(＋35.0)＊
②ビール／発泡酒	48.7(－19.9)＊
③サワー類	31.3(＋12.7)＊
冬の飲酒率： 10.5%	
①ビール／発泡酒	37.6(－21.5)＊
②日本酒	20.0(＋17.1)＊
③サワー類	31.3(＋12.7)＊

夏の飲酒率： 38.2%	
①ビール／発泡酒	80.6(＋4.5)
②サワー類	7.8(－7.0)＊
③ワイン	6.5(－2.1)
冬の飲酒率： 33.7%	
①ビール／発泡酒	66.4(＋0.9)
②焼酎	27.7(＋5.0)＊
③日本酒	13.8(＋4.2)

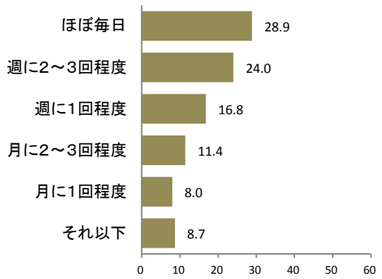
夏の飲酒率： 55.4%	
①ビール／発泡酒	73.6(＋0.9)
②ウィスキー／ブランデー	15.5(＋7.6)＊
③サワー類	10.3(－1.8)
冬の飲酒率： 36.4%	
①ビール／発泡酒	54.1(－10.9)＊
②焼酎	44.2(＋22.2)＊
③ワイン	10.2(＋1.5)

パンの利用実態

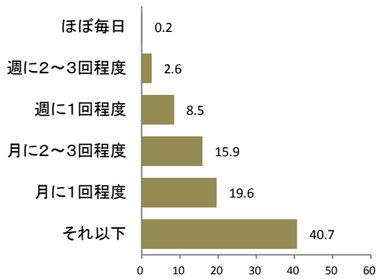
パンの消費頻度

SA　単位：%

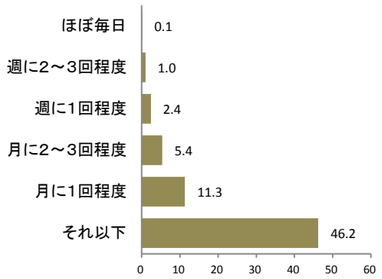
食パン



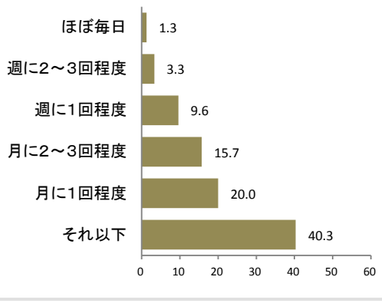
フランスパン



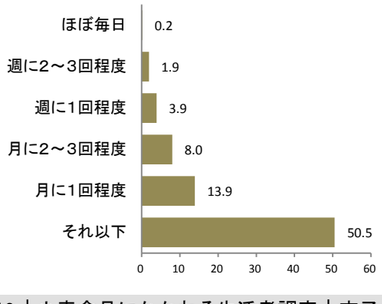
ベーグル



ロールパン



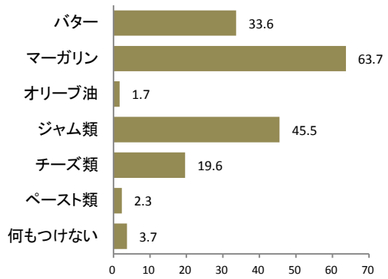
マフィン



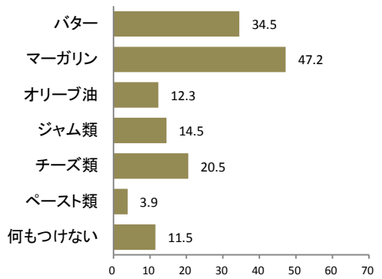
パンにつけるもの

SA　単位：%

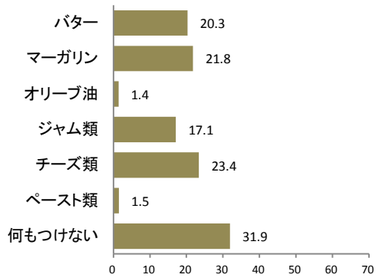
食パン



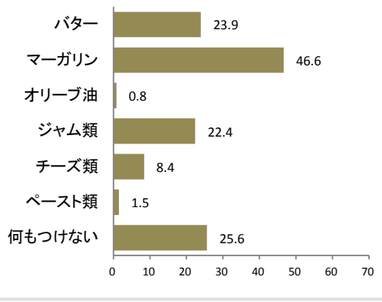
フランスパン



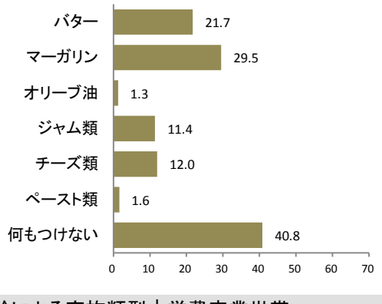
ベーグル



ロールパン



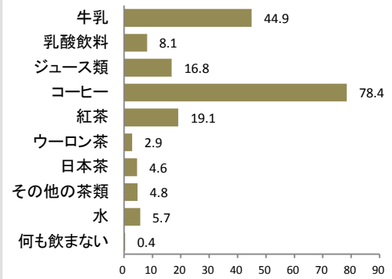
マフィン



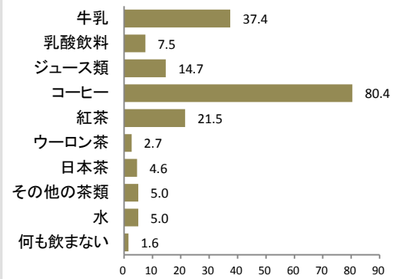
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

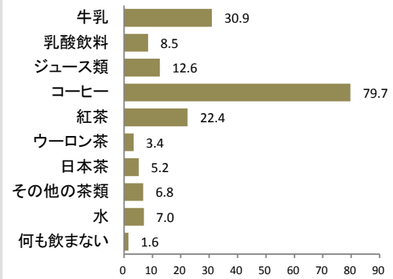
食パン



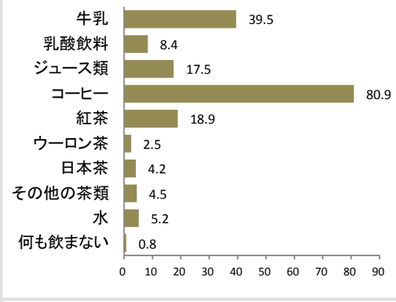
フランスパン



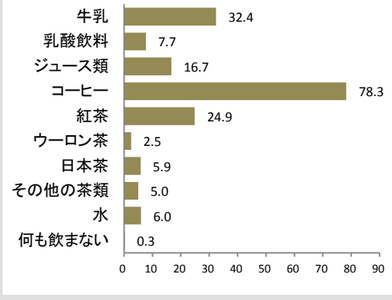
ベーグル



ロールパン



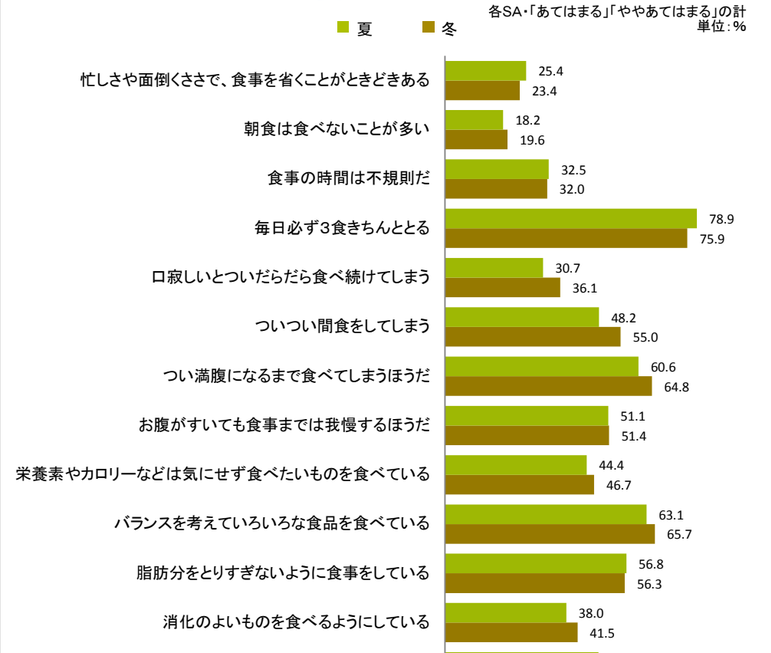
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G) 好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（1）寿司	78.8	（＋2.9）
（2）ごはん	68.0	（－2.2）
（3）刺身	66.8	（＋0.3）
（4）焼肉	64.1	（－2.8）
（5）サラダ	61.7	（－0.4）
（6）カレー（ライス）	58.5	（－5.4）＊
（7）うどん、きしめん	58.4	（－3.2）
（8）ラーメン	57.7	（－6.2）＊
（9）みそ汁	56.6	（－0.7）
（10）天ぷら	55.9	（＋1.5）
（11）ぎょうざ・シュウマイ	55.8	（－1.2）
（12）サンドイッチ	55.2	（＋0.8）
（13）お好み焼	55.0	（－1.5）
（14）魚介の焼き物	53.9	（＋1.0）
（15）パスタ料理	53.8	（－9.9）＊
（16）とり唐揚げ	53.3	（－8.5）＊
（17）ステーキ	52.9	（－1.0）
（18）しょうが焼き	52.8	（－3.5）
（19）そば	52.8	（＋0.1）
（20）豆腐・豆腐料理	52.6	（＋2.3）
（21）とんかつ	51.0	（－2.1）
（22）すき焼・しゃぶしゃぶ	50.2	（－3.0）
（23）焼そば	49.8	（－1.6）
（24）たこ焼き	49.7	（－3.4）
（25）たまご料理	49.3	（＋0.9）

(G) 作るのが楽しい食べもの TOP25

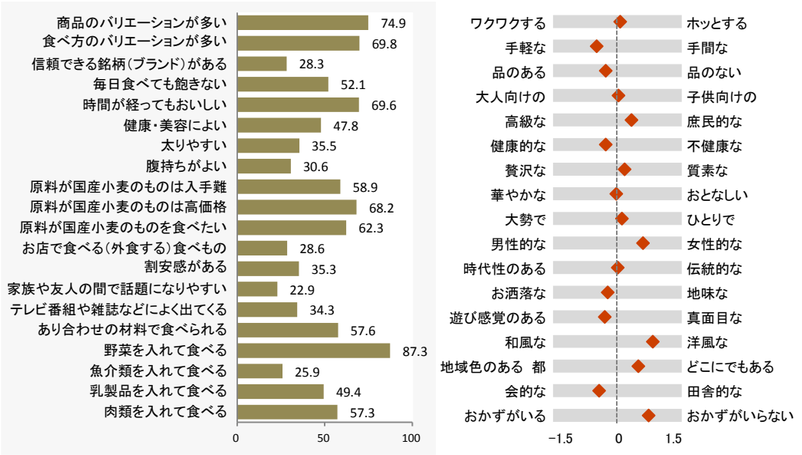
SA　単位：%

（1）カレー	28.7	（－4.9）
（2）パスタ料理	24.4	（－3.8）
（3）お好み焼	24.1	（＋2.3）
（4）チャーハン	22.9	（－0.2）
（5）焼そば	19.1	（＋2.7）
（6）サラダ	18.4	（＋2.9）
（7）焼肉	17.6	（＋2.3）
（8）まぜごはん・炊込みご飯	17.2	（＋3.8）
（9）鍋もの・おでん	17.0	（＋2.8）
（10）サンドイッチ	16.3	（＋2.7）
（11）すき焼・しゃぶしゃぶ	16.2	（＋4.0）
（12）しょうが焼き	16.1	（＋1.7）
（13）野菜いため	15.9	（＋0.4）
（14）ぎょうざ・シュウマイ	15.4	（＋1.1）
（15）肉の煮込み料理	15.1	（＋1.1）
（16）たまご料理	15.0	（＋1.3）
（17）たこ焼き	14.8	（－0.4）
（18）ハンバーグ	14.6	（－3.5）
（19）ラーメン	14.2	（＋1.6）
（20）シチュー	14.1	（－3.4）
（21）野菜の煮物	14.1	（＋2.9）
（22）うどん、きしめん	13.1	（＋1.1）
（23）ステーキ	13.1	（＋3.2）
（24）丼物	12.6	（－1.7）
（25）みそ汁	12.6	（－0.6）

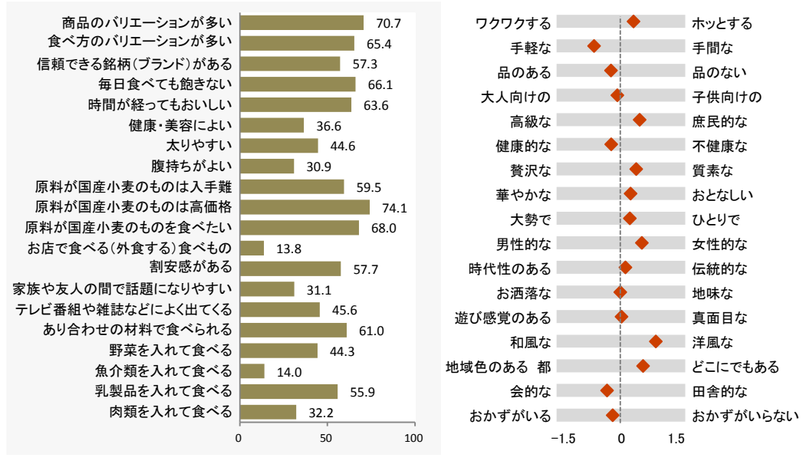
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

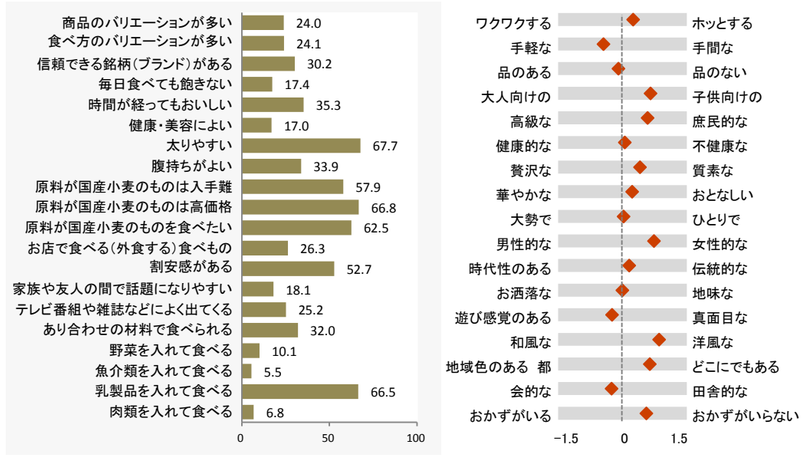
サンドイッチ



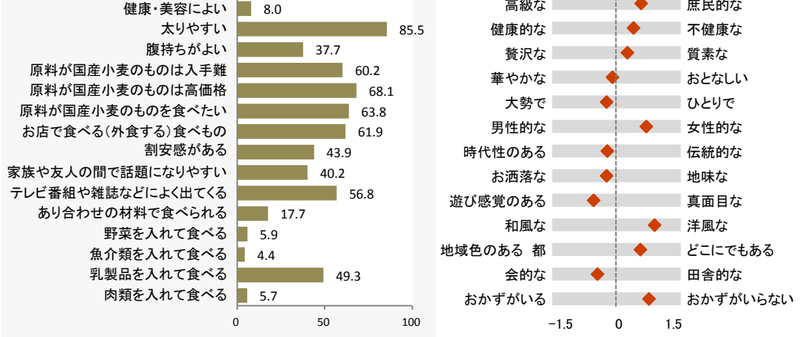
主食パン



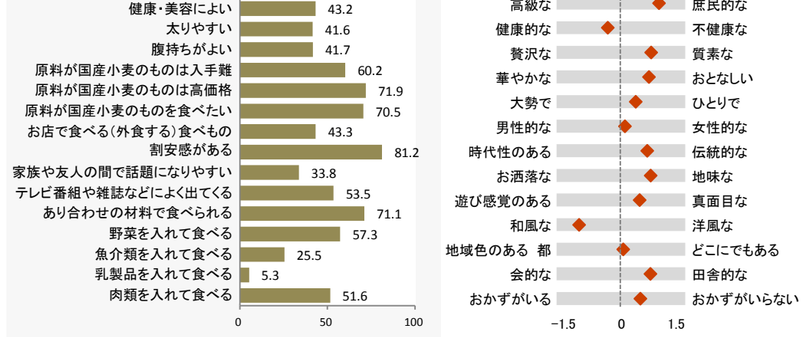
パンケーキ



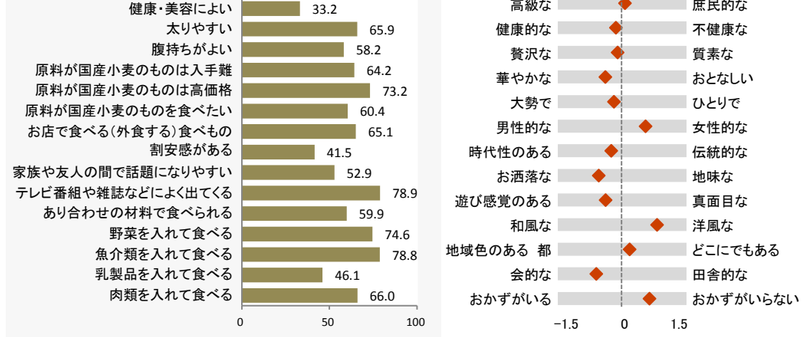
ドーナツ



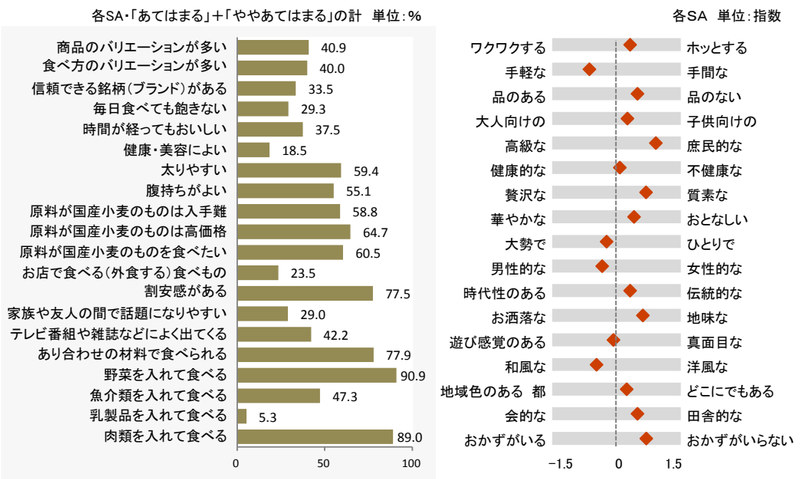
うどん



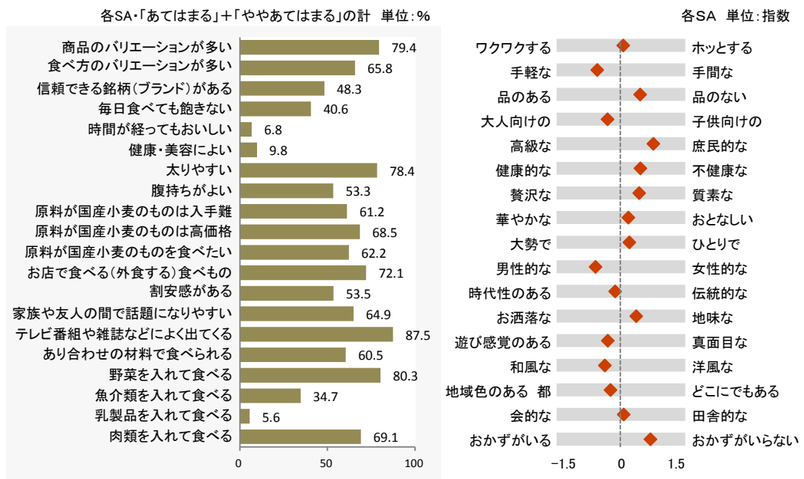
パスタ料理



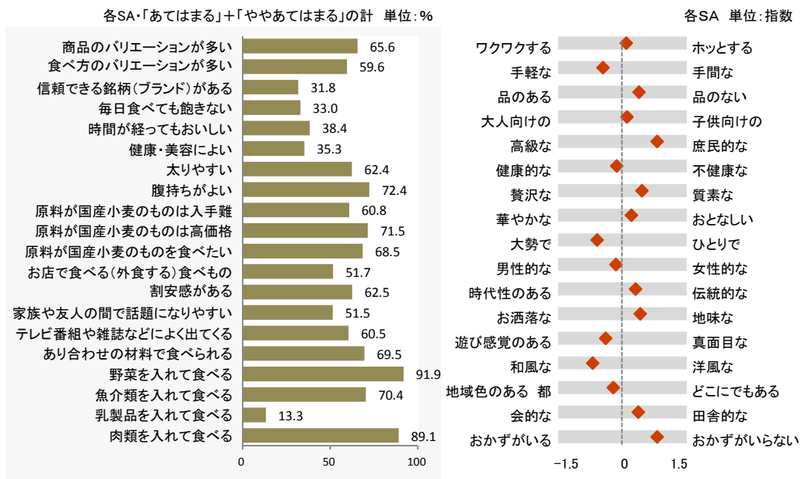
焼そば



ラーメン



お好み焼

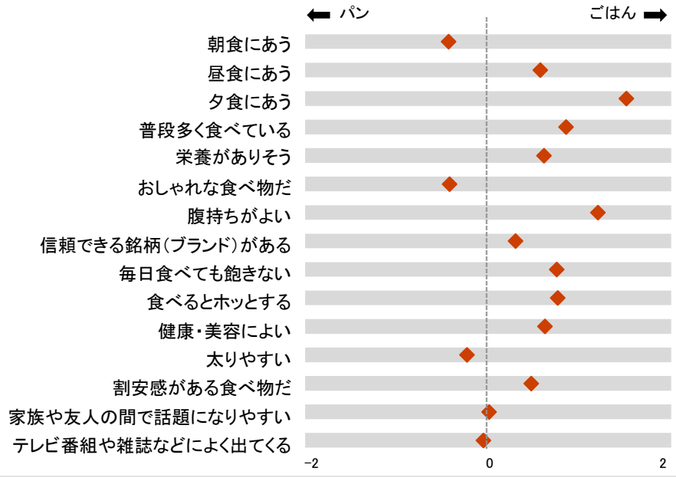


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

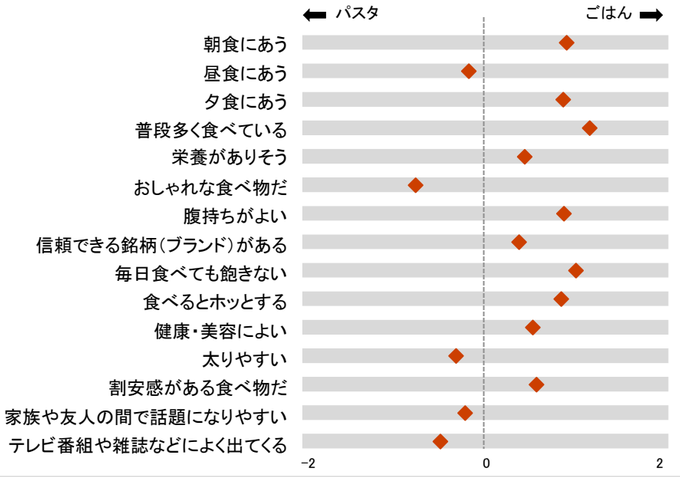
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



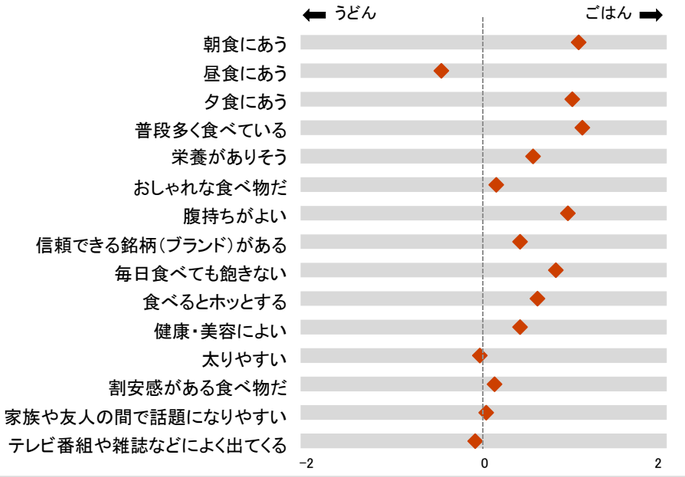
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



うどん vs ごはん

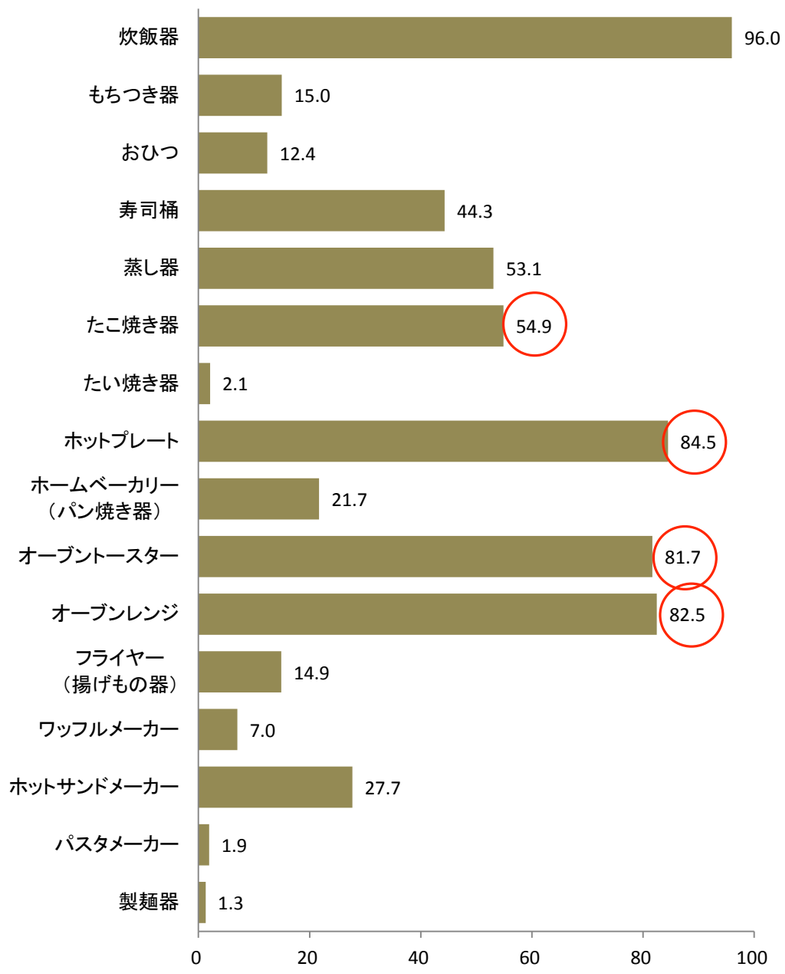
各SA　単位：指数



所有している調理器具

(H)

MA　単位：%

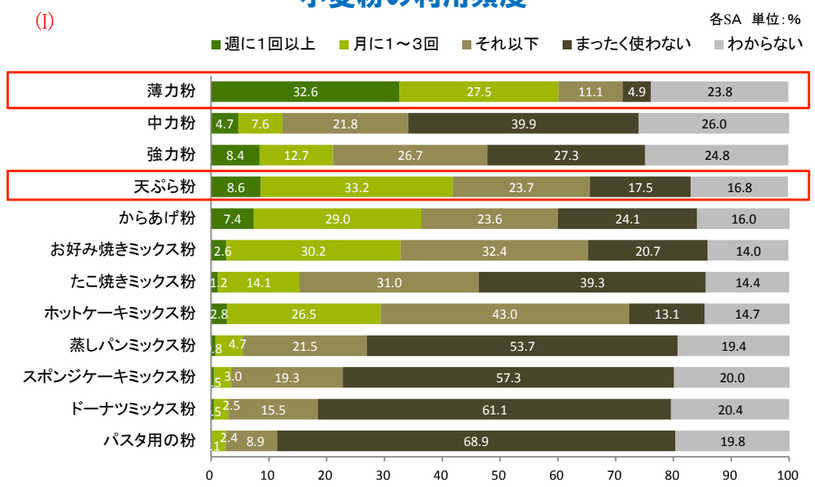


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

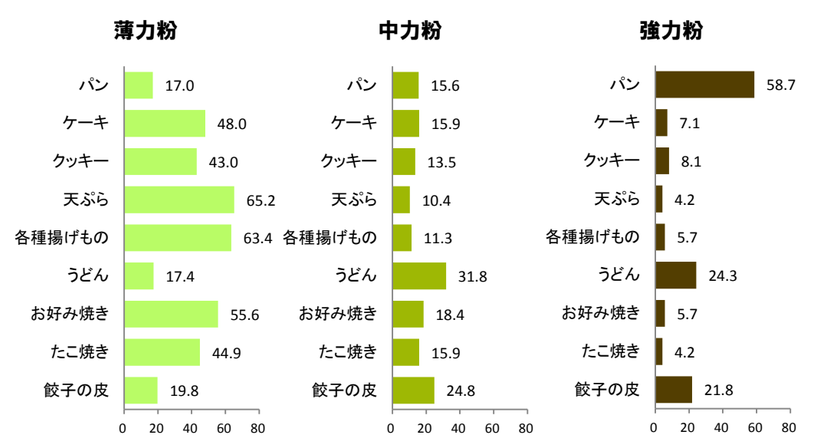
(I)

各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

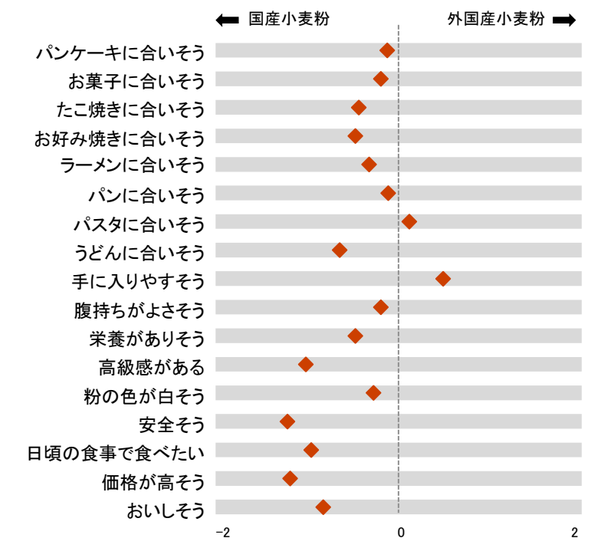
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

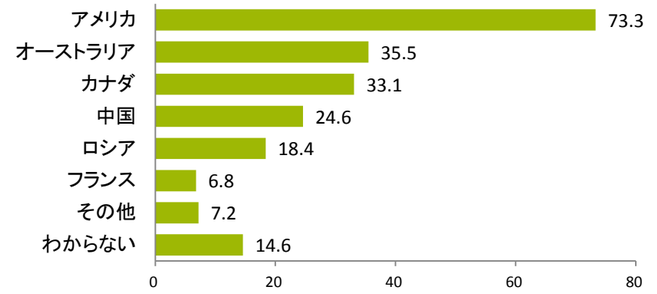
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%



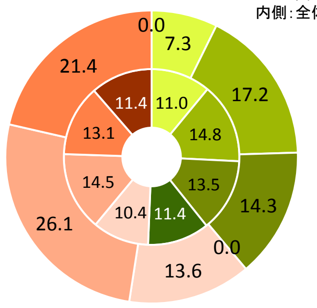
パートナーズ①

・30-40代女性で半数近くを占める。(A)
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は76%で、朝食は全体よりやや低め。(B)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割。夕食も内食が3/4、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食・外食が各2割強と平均並み。(C)
・夕食の7割は家族と食べている一方、昼食の5割弱、朝食の5割強は1人で食べている。(D)
・主食は全体と同様の傾向。(E)
・メニューランキングでも主食、副食ともに全体と大きな違いはない。(F)
・好きな食べものは、小麦メニューでは、パスタ料理が全体より5%以上高い。作るのが楽しい食べものでは際立った特徴は見られない。(G)
・小麦系器具では、オーブンレンジが8割強、ホットプレート、オーブントースターが6割強、たこ焼き器が4割弱で、オーブンレンジのみやや高い。(H)
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割で全体より高いが、その他の小麦粉の利用頻度は全体並み。(I)

プロファイル（冬調査時）

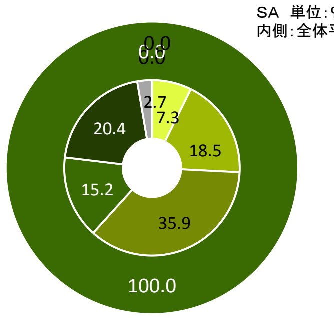
性・年代 (A)

SA 単位:% 内側:全体平均



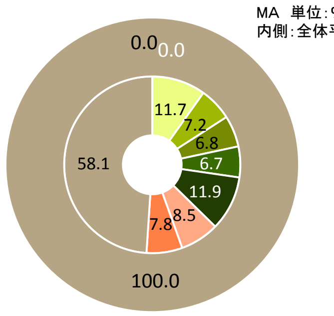
家族構成

SA 単位:% 内側:全体平均



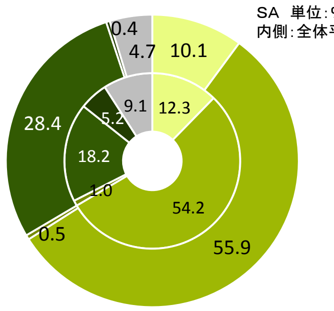
同居している子供

MA 単位:% 内側:全体平均



職業

SA 単位:% 内側:全体平均



食生活の実態

摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

調理した人は？（夏・冬比較）
自分が家で調理／自分以外の家族が調理／買ってきたもの／お店で食べた（外食）／その他
円グラフ内側／棒グラフ下側：冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側：夏調査
SA 単位:%

一緒に食べた人は？
ひとりで／家族と一緒に（同じメニュー）／家族と一緒に（違うメニュー）／友人や知人と一緒に／近所・地域の人たちと一緒／勤め先などの同僚と一緒
円グラフ内側／棒グラフ上側：全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側：パートナーズ①
データ：冬調査 SA 単位:%

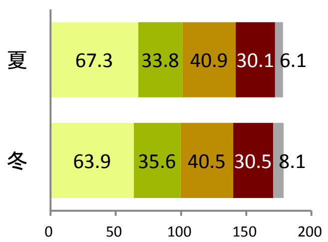
主食は？（夏・冬比較）
ごはん系／パン類／めん類
MA 単位:%

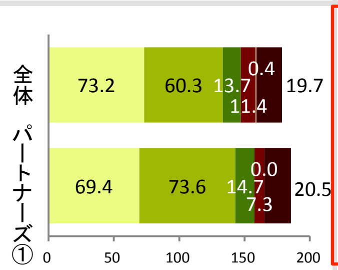
メニューランキング
TOP５（冬調査） MA 単位:% (　)内は冬調査の全体平均との差
夏メニュー／冬メニュー TOP３ MA 単位:% (　)内は夏冬差（当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」） ＊は夏冬差が5ポイント以上

お酒 食事と一緒に飲む 夏の酒／冬の酒
MA 単位:% 飲酒率：食事をした人ベース お酒メニュー：飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ (　)内は各調査の全体平均との差 ＊は全体平均との差が5ポイント以上

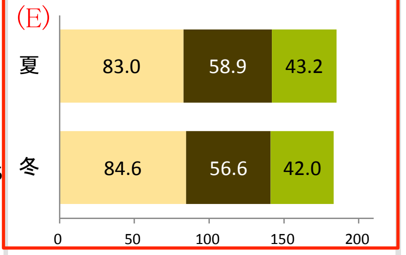
全時間帯

（平均 2.8 回／日）





(E)



(F)

主食		副食	
①ごはん	69.3(－3.0)	①みそ汁	43.8(＋0.2)
②その他の主食パン	32.5(－1.6)	②サラダ	40.5(＋2.8)
③ラーメン	12.9(－1.2)	③たまご料理	19.6(＋1.7)
④パスタ料理	12.6(＋3.9)	④その他の肉料理	17.7(＋2.1)
⑤菓子パン	12.2(－2.6)	⑤魚介の焼き物	15.1(－0.9)
		⑤野菜いため	15.1(＋0.2)

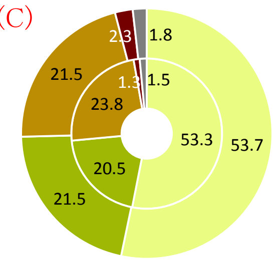
夏メニュー	
①豆腐・豆腐料理	13.3(＋4.8)
②そうめん、ひやむぎ	4.9(＋4.7)
③その他の主食パン	35.4(＋2.9)
冬メニュー	
①みそ汁 ＊	36.4(－7.4)
②鍋もの・おでん	2.4(－4.2)
③スープ	9.0(－4.1)

夏の飲酒率：31.0%	
①ビール／発泡酒	73.7(－2.6)
②サワー類	15.9(＋1.4)
③ワイン	10.0(＋1.1)
冬の飲酒率：28.6%	
①ビール／発泡酒	67.3(＋1.5)
②焼酎	21.5(－0.9)
③ワイン	19.4(＋6.3) ＊

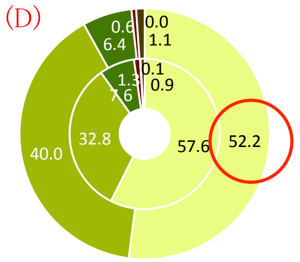
朝食（5～10時台）

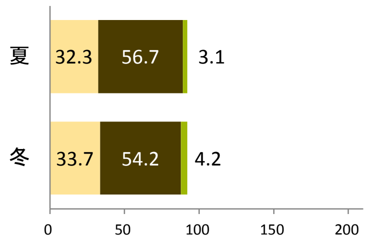
(B) 76%

(C)



(D)





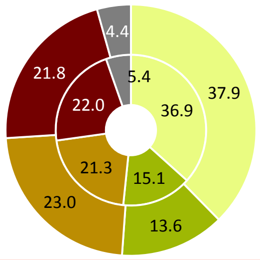
主食		副食	
①その他の主食パン	32.8(－3.5)	①みそ汁	18.0(－1.7)
②ごはん	26.2(－1.3)	②たまご料理	11.1(－0.9)
③菓子パン	11.0(－0.3)	③サラダ	10.7(＋0.4)
④おにぎり	5.1(－0.1)	④納豆	6.9(－1.1)
⑤シリアル	3.6(＋1.7)	⑤ハム、ソーセージ	5.0(－1.2)
		⑤漬物	5.0(－1.0)
		⑤スープ	5.0(＋1.3)

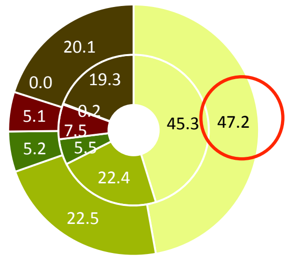
夏メニュー	
①その他の主食パン	37.1(＋4.3)
②シリアル	4.9(＋1.3)
③カレー（ライス）	1.9(＋1.3)
冬メニュー	
①みそ汁	14.9(－3.1)
②スープ	2.7(－2.3)
③菓子パン	9.6(－1.4)

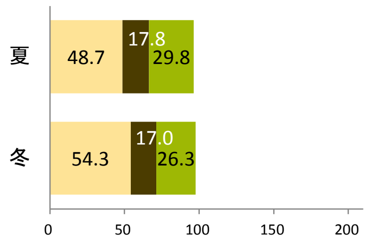
夏の飲酒率：1.5%	
①ビール／発泡酒	53.5(－9.6) ＊
②日本酒	15.1(＋9.9) ＊
③ウィスキー／ブランデー	14.3(＋8.6) ＊
冬の飲酒率：1.9%	
①ビール／発泡酒	50.2(－10.9) ＊
②ワイン	35.0(＋20.6) ＊
③焼酎	17.7(－1.6)

昼食（11～14時台）

91%







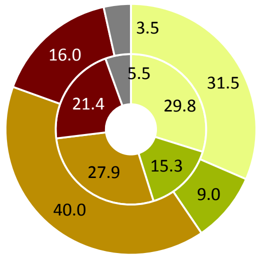
主食		副食	
①ごはん	34.3(－0.6)	①みそ汁	15.0(＋0.9)
②おにぎり	7.6(＋0.1)	②サラダ	14.5(＋1.6)
③ラーメン	7.5(－2.2)	③たまご料理	7.3(＋1.0)
④その他の主食パン	6.7(＋2.2)	④その他の肉料理	6.3(＋1.0)
⑤うどん、きしめん	6.5(－0.6)	⑤野菜いため	6.3(＋1.2)
⑤パスタ料理	6.5(＋1.6)		

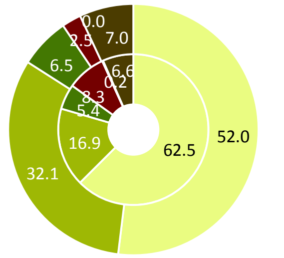
夏メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	3.2(＋3.1)
②惣菜パン	3.2(＋1.9)
③その他の肉料理	8.1(＋1.8)
冬メニュー	
①みそ汁	11.5(－3.5)
②丼物	3.0(－3.2)
③スープ	2.5(－2.0)

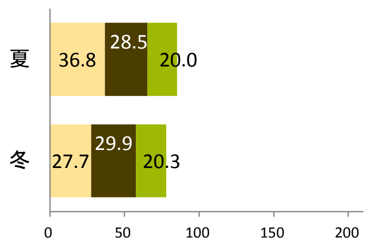
夏の飲酒率：1.6%	
①ビール／発泡酒	43.7(－29.0) ＊
②ワイン	38.7(＋29.3) ＊
③カクテル	9.0(＋6.0) ＊
冬の飲酒率：1.5%	
①ビール／発泡酒	70.3(＋10.6) ＊
②サワー類	15.9(＋7.9) ＊
③ワイン	10.7(－0.7)

間食（15～16時台）

8%







主食		副食	
①ごはん	15.7(－4.8)	①サラダ	9.3(＋2.1)
②その他の主食パン	11.5(＋6.7) ＊	②その他の野菜料理	5.8(＋2.9)
③ラーメン	8.8(＋1.6)	③寿司	5.1(＋3.1)
④パスタ料理	7.0(＋3.7)	④豆腐・豆腐料理	4.7(＋2.5)
⑤菓子パン	6.6(－1.8)	⑤みそ汁	4.3(－2.9)

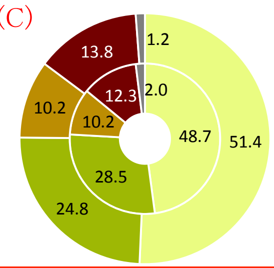
夏メニュー	
①おにぎり	9.6(＋5.6) ＊
②ごはん	18.0(＋2.3)
③丼物	3.8(＋2.2)
冬メニュー	
①その他の主食パン ＊	6.4(－5.1)
②パスタ料理	2.7(－4.3)
③豆腐・豆腐料理	0.9(－3.8)

夏の飲酒率：9.9%	
①ビール／発泡酒	78.0(＋9.4) ＊
②サワー類	22.4(＋3.8)
③ワイン	4.4(－11.9) ＊
冬の飲酒率：7.2%	
①ワイン	75.9(＋47.4) ＊
②ビール／発泡酒	75.2(＋16.1) ＊

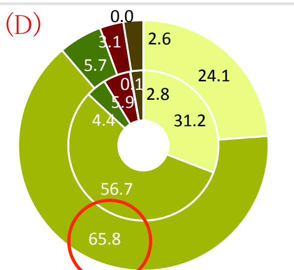
夕食（17～21時台）

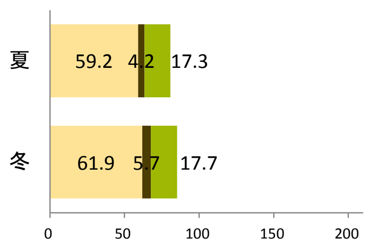
(B) 88%

(C)



(D)





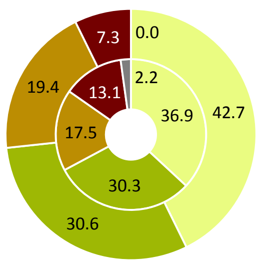
主食		副食	
①ごはん	49.2(－4.4)	①サラダ	28.5(＋1.7)
②パスタ料理	5.4(＋1.7)	②みそ汁	26.5(－0.4)
③ラーメン	4.0(＋0.5)	③その他の肉料理	13.0(＋2.1)
④うどん、きしめん	3.9(－0.1)	④野菜いため	9.8(＋0.2)
⑤丼物	3.2(＋0.1)	⑤魚介の焼き物	9.5(－0.9)

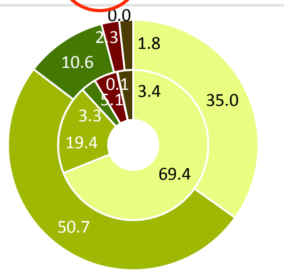
夏メニュー	
①豆腐・豆腐料理	11.9(＋4.8)
②その他の野菜料理	8.6(＋2.1)
③酢の物・あえ物	4.9(＋2.1)
冬メニュー	
①うどん、きしめん	3.9(±0.0)
②おかゆ・おじや	0.9(－0.8)
③おにぎり	1.8(＋0.3)

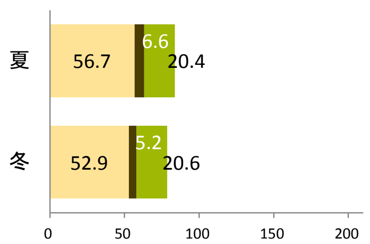
夏の飲酒率：28.6%	
①ビール／発泡酒	76.7(＋0.6)
②サワー類	16.7(＋1.9)
③ワイン	8.2(－0.4)
冬の飲酒率：26.8%	
①ビール／発泡酒	64.8(－0.7)
②焼酎	22.8(＋0.1)
③ワイン	18.5(＋5.6) ＊

夜食（22～翌朝4時台）

14%







主食		副食	
①ごはん	37.6(＋5.1) ＊	①サラダ	19.6(＋5.1) ＊
②ラーメン	9.4(±0.0)	②みそ汁	16.9(＋2.2)
③焼そば	4.5(＋1.4)	③野菜の煮物	8.1(＋2.8)
④まぜごはん・炊込みご飯	4.0(＋2.5)	④その他の肉料理	7.5(＋1.3)
⑤パスタ料理	3.8(－0.3)	⑤魚介の焼き物	6.8(＋0.5)

夏メニュー	
①ごはん	45.4(＋7.8) ＊
②漬物	8.4(＋5.2) ＊
③その他の野菜料理	8.3(＋4.2)
冬メニュー	
①シチュー	0.4(－4.7)
②ラーメン	5.5(－3.9)
③ハム、ソーセージ	0.7(－3.6)

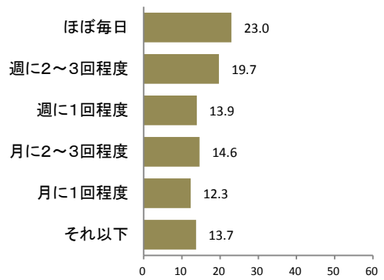
夏の飲酒率：30.5%	
①ビール／発泡酒	63.7(－9.0) ＊
②サワー類	14.7(＋2.6)
③ワイン	8.1(＋2.5)
冬の飲酒率：31.7%	
①ビール／発泡酒	76.1(＋11.1) ＊
②サワー類	17.4(＋6.2) ＊
③焼酎	17.0(－5.0) ＊

パンの利用実態

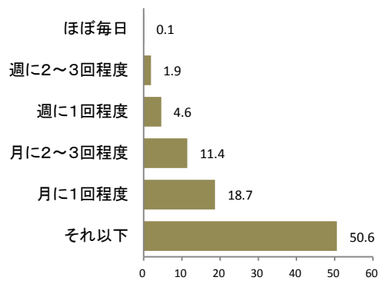
パンの消費頻度

SA　単位：%

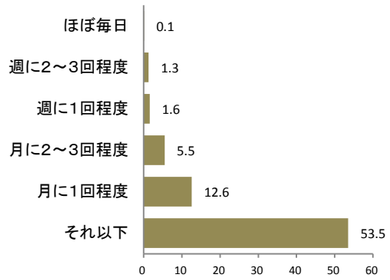
食パン



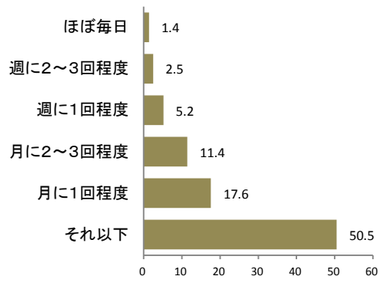
フランスパン



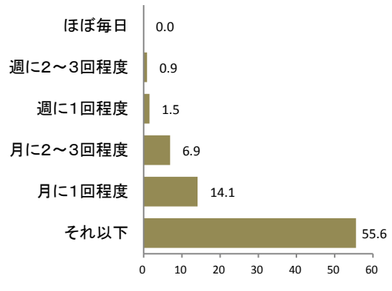
ベーグル



ロールパン



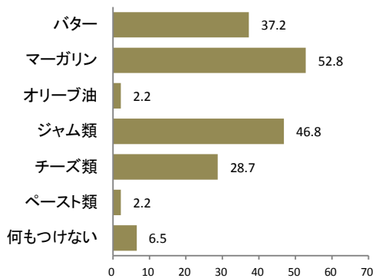
マフィン



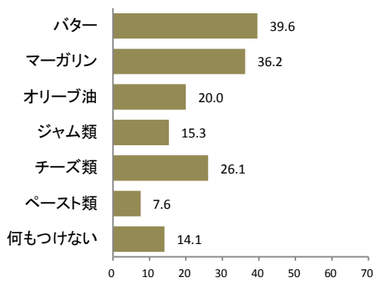
パンにつけるもの

SA　単位：%

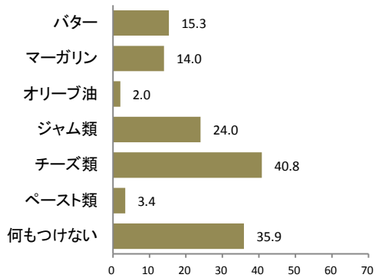
食パン



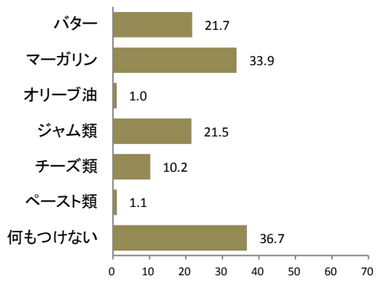
フランスパン



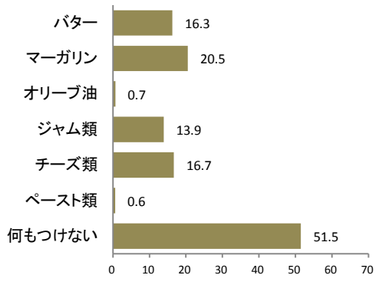
ベーグル



ロールパン



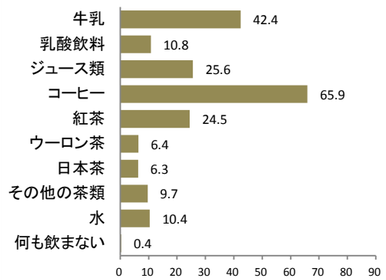
マフィン



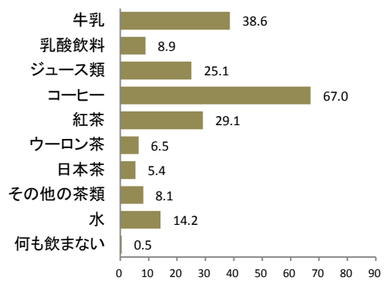
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

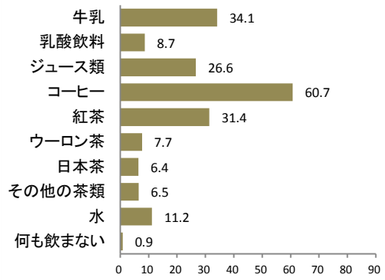
食パン



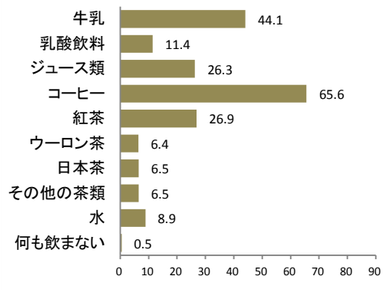
フランスパン



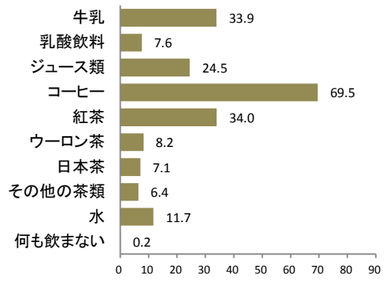
ベーグル



ロールパン



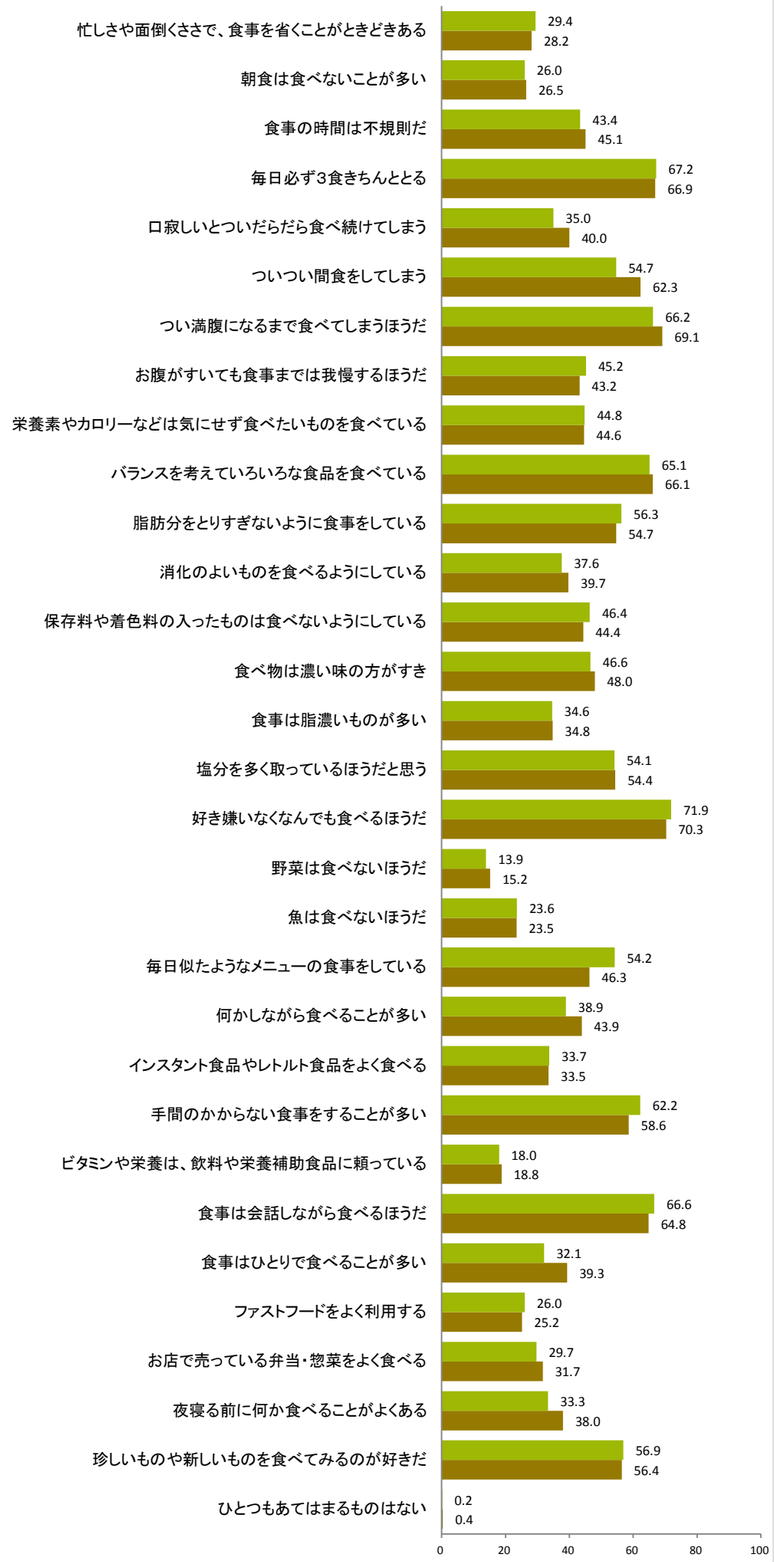
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G)　好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（１）寿司	77.9（＋2.0）
（２）ごはん	71.4（＋1.2）
（３）パスタ料理	69.9（＋6.2）＊
（４）焼肉	67.8（＋0.9）
（５）刺身	67.6（＋1.1）
（６）カレー（ライス）	66.2（＋2.3）
（７）とり唐揚げ	65.7（＋3.9）
（８）サラダ	65.3（＋3.2）
（９）ラーメン	64.5（＋0.6）
（10）うどん、きしめん	63.9（＋2.3）
（11）ハンバーグ	60.7（＋3.6）
（12）しょうが焼き	59.0（＋2.7）
（13）焼き鳥	58.9（＋2.4）
（14）魚介の焼き物	58.9（＋6.0）＊
（15）みそ汁	58.1（＋0.8）
（16）ぎょうざ・シュウマイ	57.8（＋0.8）
（17）お好み焼	57.5（＋1.0）
（18）サンドイッチ	54.7（＋0.3）
（19）天ぷら	53.9（－0.5）
（20）チャーハン	53.8（＋1.9）
（21）すき焼・しゃぶしゃぶ	53.6（＋0.4）
（22）たこ焼き	53.2（＋0.1）
（23）とんかつ	52.9（－0.2）
（24）そば	52.9（＋0.2）
（25）丼物	52.9（＋1.5）

(G)作るのが楽しい食べもの TOP25

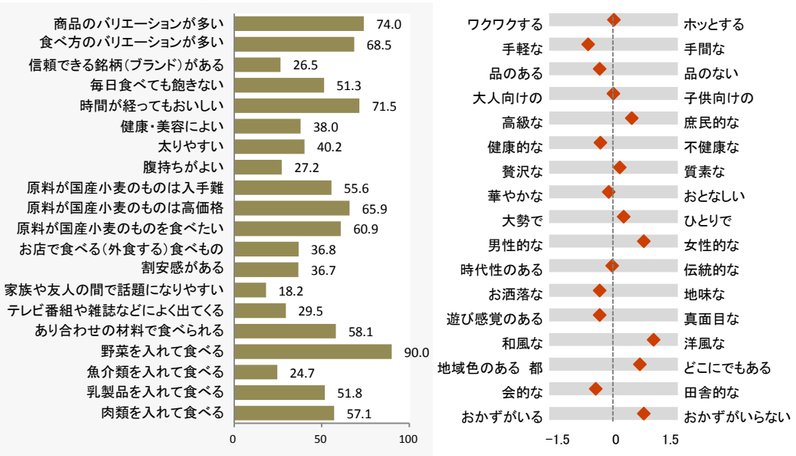
SA　単位：%

（１）カレー	37.9（＋4.3）
（２）パスタ料理	32.1（＋3.9）
（３）ハンバーグ	22.2（＋4.1）
（４）お好み焼	21.3（－0.5）
（５）チャーハン	20.5（－2.6）
（６）シチュー	17.5（±0.0）
（７）肉の煮込み料理	17.0（＋3.0）
（８）野菜いため	16.3（＋0.8）
（９）しょうが焼き	16.3（＋1.9）
（10）ぎょうざ・シュウマイ	16.0（＋1.7）
（11）サラダ	15.6（＋0.1）
（12）丼物	14.9（＋0.6）
（13）鍋もの・おでん	14.7（＋0.5）
（14）焼そば	14.6（－1.8）
（15）たこ焼き	14.5（－0.7）
（16）まぜごはん・炊込みご飯	14.4（＋1.0）
（17）みそ汁	14.0（＋0.8）
（18）とり唐揚げ	13.9（＋1.6）
（19）グラタン	13.9（＋2.9）
（20）たまご料理	13.2（－0.5）
（21）サンドイッチ	13.2（－0.4）
（22）野菜の煮物	13.1（＋1.9）
（23）ハヤシライス	13.0（＋2.5）
（24）焼肉	12.7（－2.6）
（25）ピラフ・オムライス	12.7（－0.2）

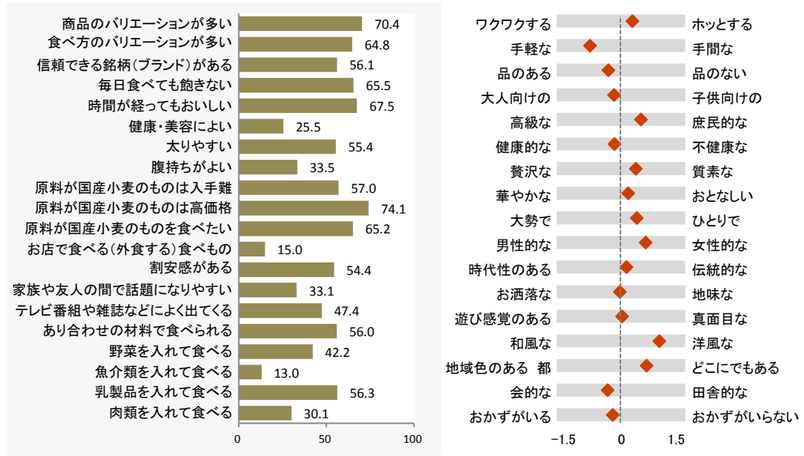
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

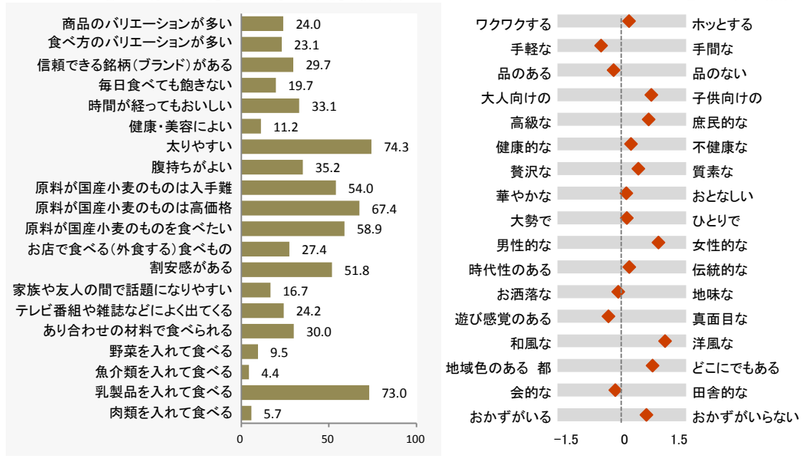
サンドイッチ



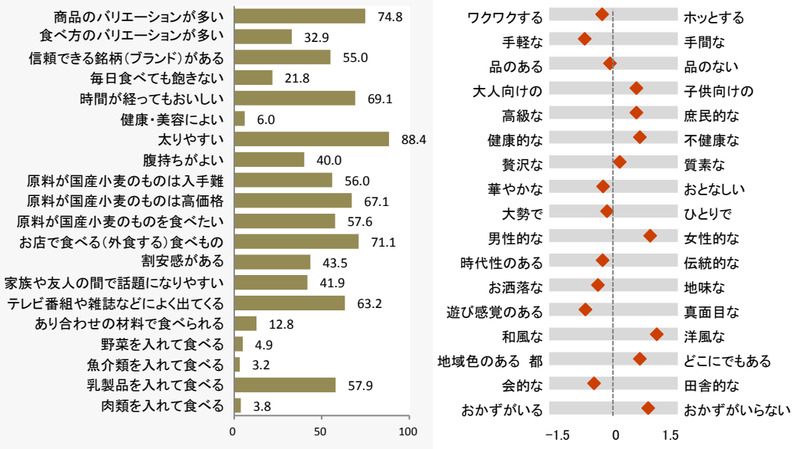
主食パン



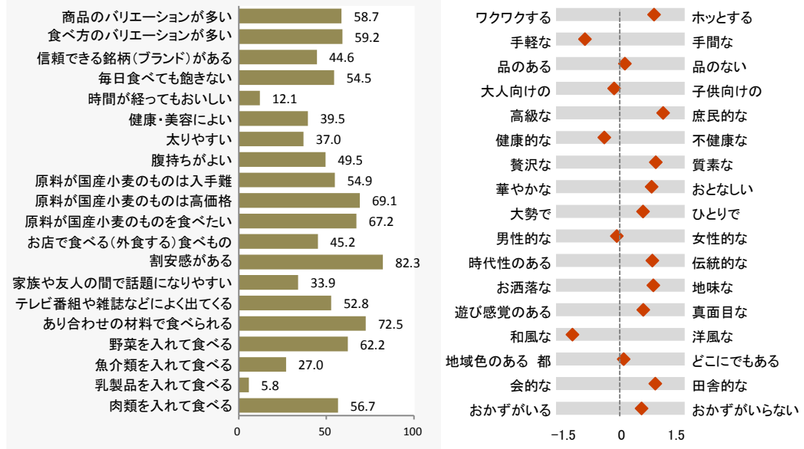
パンケーキ



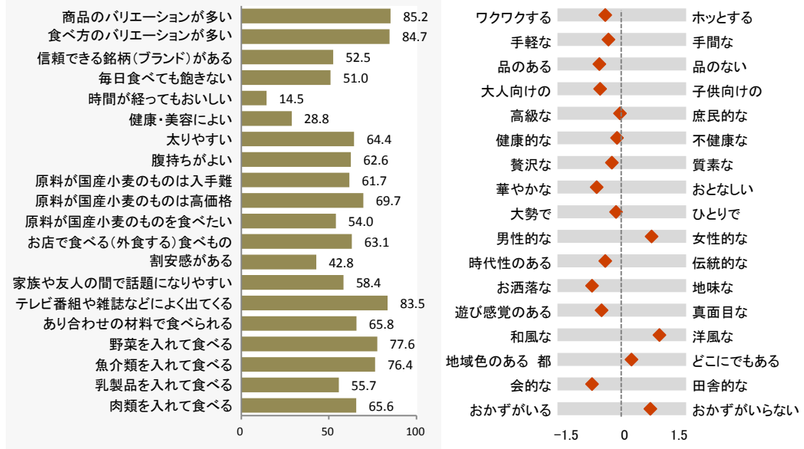
ドーナツ



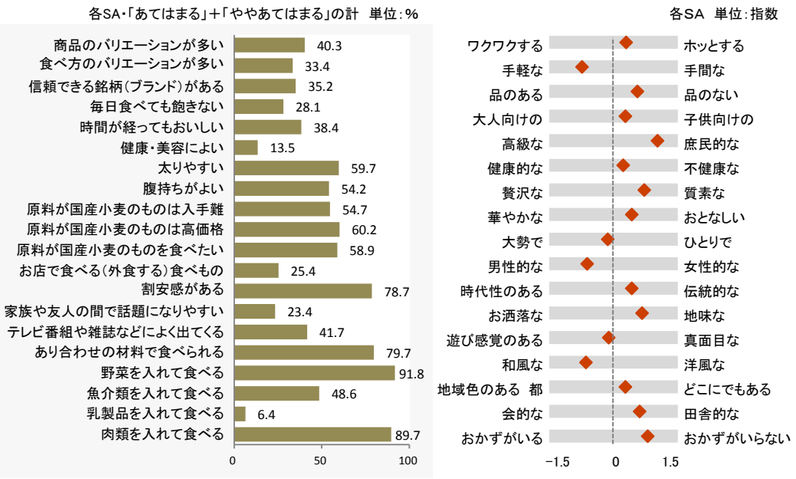
うどん



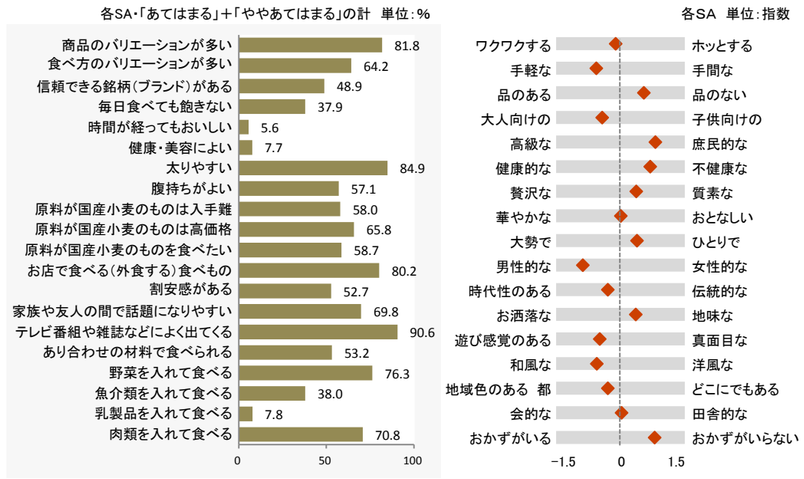
パスタ料理



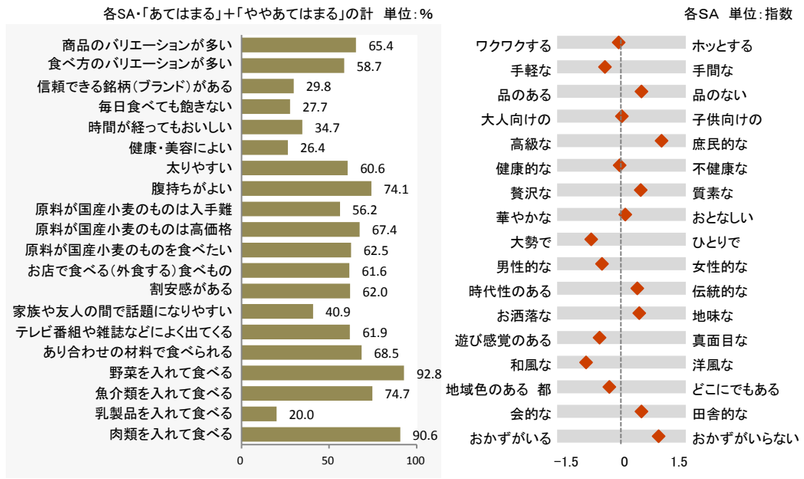
焼そば



ラーメン



お好み焼

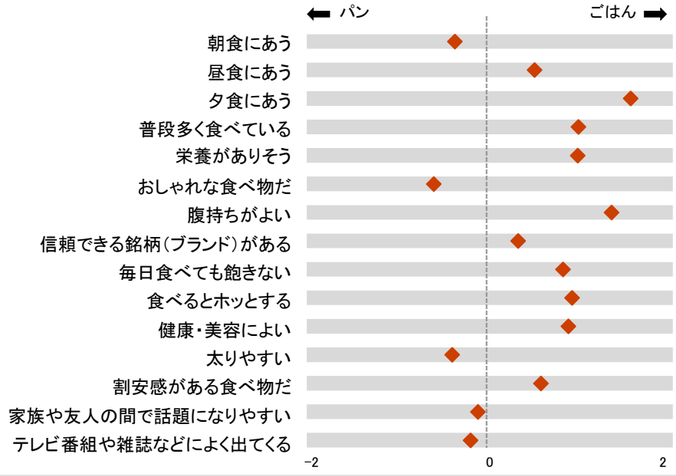


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

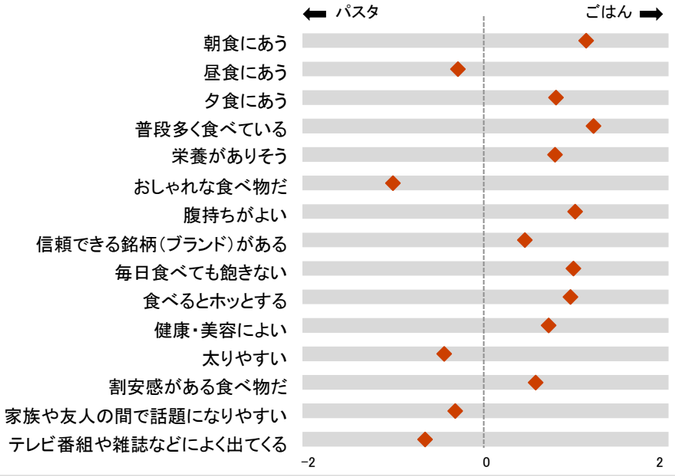
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



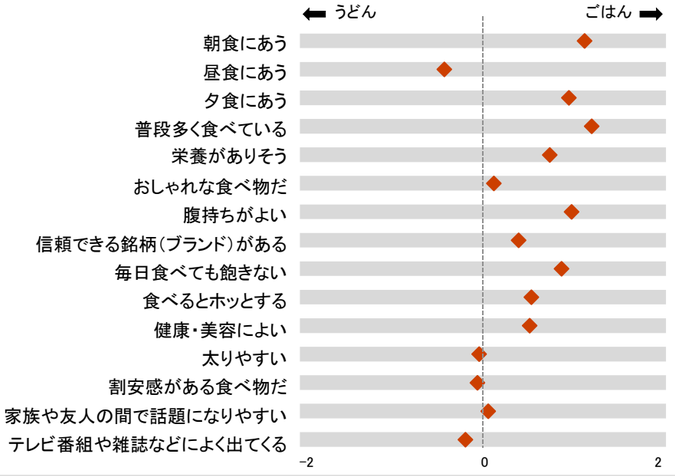
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



うどん vs ごはん

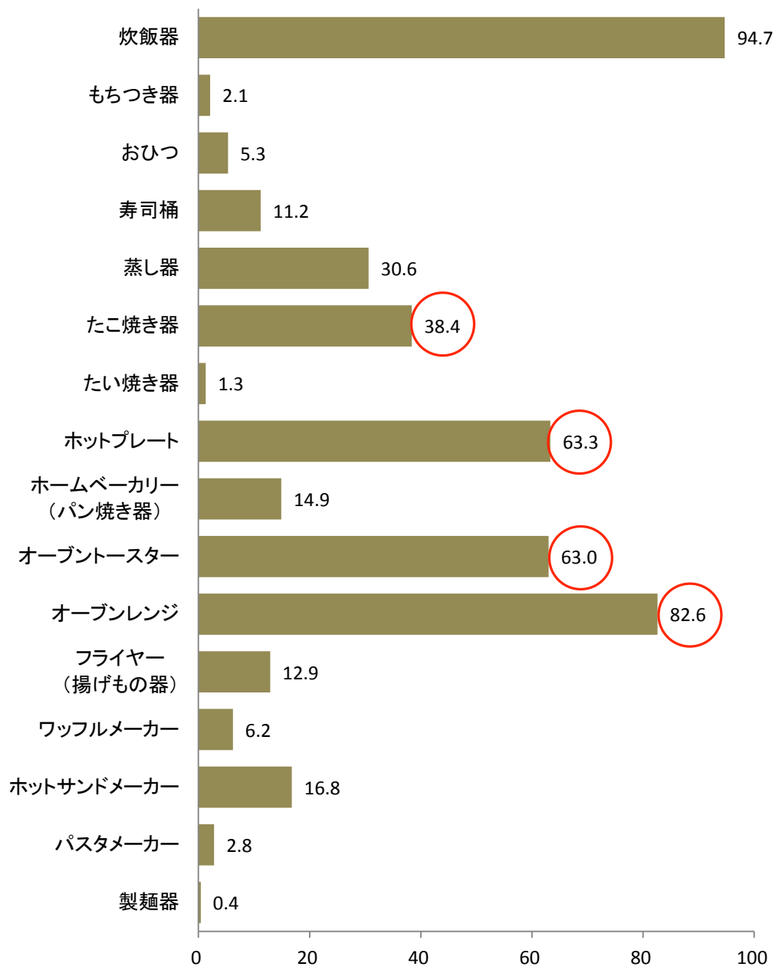
各SA　単位：指数



所有している調理器具

(H)

MA　単位：%

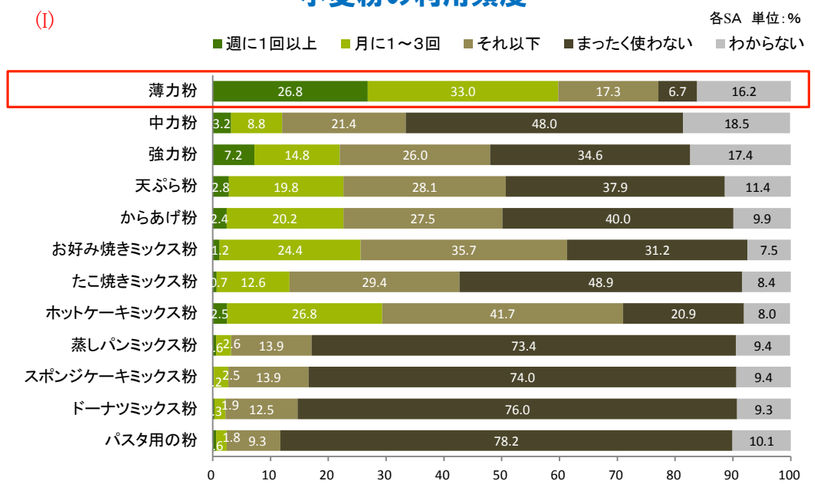


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

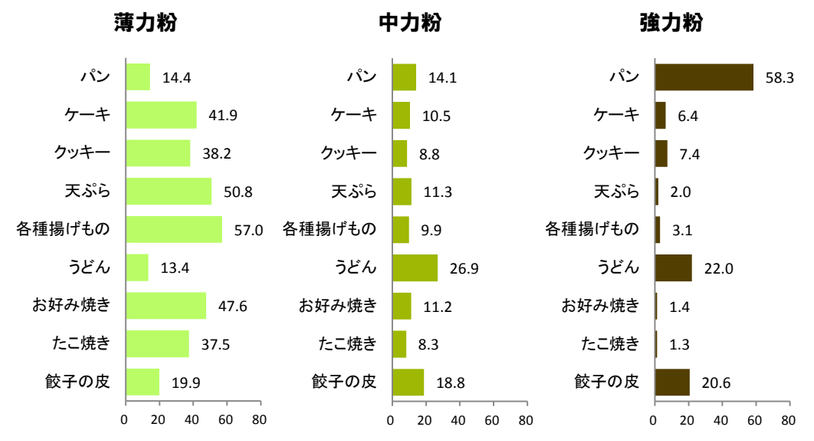
(I)

各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

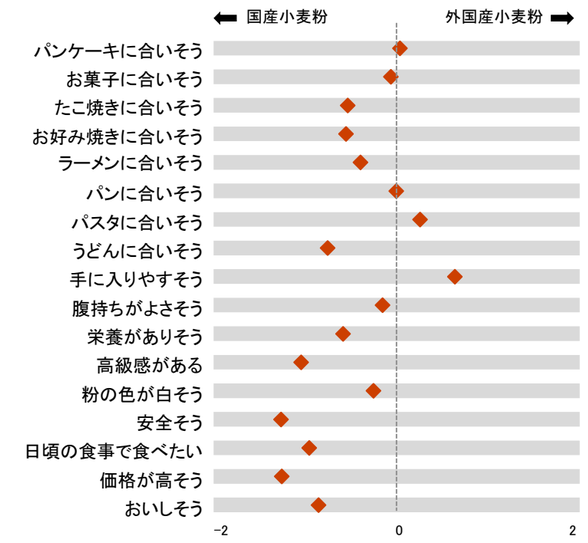
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

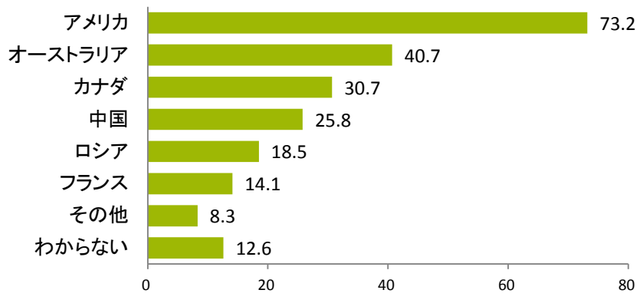
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%

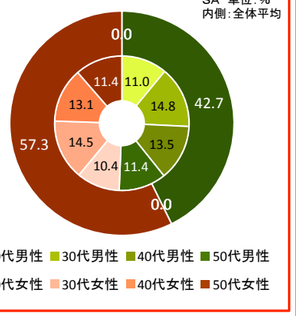


パートナーズ②

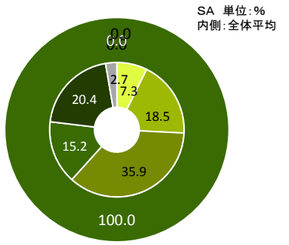
- 50代男性が4割強、50代女性が6割弱。(A)
- 冬調査では、昼食・夕食の摂取率は95%、朝食の摂取率は9割弱で、全体より高い。(B)
- 朝食は内食(自分か家族が調理)が86%、中食(買ってきたもの)が1割。夕食は内食が8割、中食・外食が各1割前後。昼食は内食が5割強、中食・外食が各2割前後と、内食が全体より多め。(C)
- 夕食の3/4は家族と食べている一方、昼食・朝食の4割強は1人で食べている。孤食率は低め。(D)
- 全般にパン類を主食とする率が高い。(E)
- 全般に主食はその他の主食パンが、副食ではみそ汁、サラダ、漬物、たまご料理、魚介の焼き物が全体より多い。(F)
- 好きな食べものは、小麦メニューではあまり特徴がなく、ラーメンが全体より5%以上低いくらい。作るのが楽しい食べものは全般に数値が高いが、特徴的な小麦メニューはない。(G)
- 小麦系器具では、ホットプレート、オーブントースター、オーブンレンジが8割弱、たこ焼き器が4割強で、ホットプレート、オーブントースターは高い。(H)
- 小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が6割、天ぷら粉が4割で続き、いずれも全体より高い。(I)

プロファイル（冬調査時）

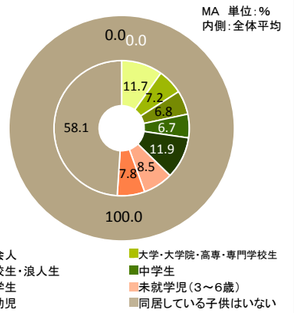
(A) 性・年代



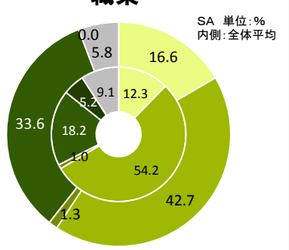
家族構成



同居している子供



職業

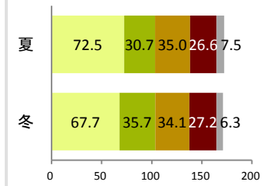


食生活の実態

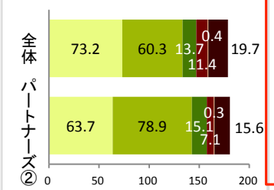
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

	全時間帯（平均3.0回／日）	朝食（5～10時台）	昼食（11～14時台）	間食（15～16時台）	夕食（17～21時台）	夜食（22～翌4時台）
摂取率		(B) 88%	96%	4%	(B) 94%	8%

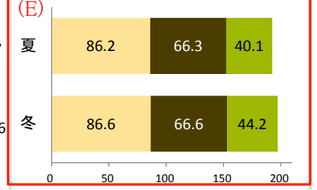
調理した人は？（夏・冬比較）



一緒に食べた人は？



主食は？（夏・冬比較）



メニューランキング

TOP5（冬調査）

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差

(F) 主食

①ごはん	76.0(＋3.7)	
②その他の主食パン	45.8(＋11.7)＊	
③ラーメン	14.4(＋0.3)	
④うどん、きしめん	12.7(＋1.4)	
⑤菓子パン	11.6(－3.2)	

副食

①みそ汁	50.7(＋7.1)＊
②サラダ	45.5(＋7.8)＊
③漬物	29.8(＋14.0)＊
④たまご料理	23.8(＋5.9)＊
⑤魚介の焼き物	21.2(＋5.2)＊

主食

①その他の主食パン＊	47.0(＋10.7)
②ごはん	22.5(－5.0)＊
③菓子パン	9.1(－2.2)
④サンドイッチ	4.5(＋0.9)
⑤惣菜パン	2.3(－1.1)

副食

①みそ汁	19.3(－0.4)
②サラダ	18.9(＋8.6)＊
③たまご料理	16.6(＋4.6)
④漬物	10.1(＋4.1)
⑤ハム、ソーセージ	9.4(＋3.2)

主食

①ごはん	34.9(±0.0)
②ラーメン	10.6(＋0.9)
③うどん、きしめん	8.2(＋1.1)
④おにぎり	6.5(－1.0)
⑤パスタ料理	4.5(－0.4)

副食

①みそ汁	16.6(＋2.5)
②サラダ	14.3(＋1.4)
③漬物	8.2(＋2.8)
④たまご料理	7.1(＋0.8)
⑤野菜の煮物	6.7(＋1.8)

主食

①ごはん	16.3(－4.2)
②ラーメン	14.4(＋7.2)＊
③うどん、きしめん	9.7(＋5.2)＊
④ドーナツ	8.0(＋5.8)＊
⑤サンドイッチ	7.1(＋2.1)

副食

①野菜の煮物	9.4(＋6.7)＊
②その他の魚介料理	9.4(＋7.9)＊
③寿司	8.7(＋6.7)＊
④野菜いため	4.8(＋2.3)
⑤その他の肉料理	4.6(＋0.3)
⑤漬物	4.6(＋1.5)
⑤蒸し野菜・ゆで野菜	4.6(＋2.2)
⑤魚介の焼き物	4.6(＋2.4)
⑤コロッケ	4.6(＋3.2)

主食

①ごはん	56.3(＋2.7)
②うどん、きしめん	3.5(－0.5)
③パスタ料理	2.9(－0.8)
④ラーメン	2.9(－0.6)
⑤その他の主食パン	2.7(＋1.1)

副食

①みそ汁	30.5(＋3.6)
②サラダ	29.0(＋2.2)
③漬物	21.9(＋12.0)＊
④その他の野菜料理	14.4(＋7.0)＊
⑤魚介の焼き物	12.4(＋2.0)

主食

①ごはん	38.0(＋5.5)＊
②ラーメン	11.8(＋2.4)
③うどん、きしめん	8.1(＋4.2)
④丼物	5.8(＋1.2)
⑤おにぎり	5.8(＋1.6)

副食

①サラダ	18.1(＋3.6)
②みそ汁	16.3(＋1.6)
③漬物	13.8(＋8.5)＊
④スープ	11.8(＋8.6)＊
⑤魚介の焼き物	10.5(＋4.2)

夏メニュー／冬メニュー TOP3

MA 単位:%
( )内は夏冬差
(当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」)
＊は夏冬差が5ポイント以上

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理＊	21.7(＋12.6)
②そうめん、ひやむぎ＊	8.7(＋8.3)＊
③酢の物・あえ物＊	13.8(＋5.8)＊

冬メニュー

①みそ汁＊	42.8(－7.9)
②うどん、きしめん＊	5.6(－7.1)
③ラーメン＊	8.0(－6.4)

夏メニュー

①ビーフン・フォー＊	0.1(－0.2)
②寿司	0.1(－0.4)
③シチュー	0.1(－0.7)

冬メニュー

①その他の主食パン＊	47.5(＋0.5)
②ごはん＊	26.9(＋4.4)
③みそ汁＊	20.1(＋0.8)

夏メニュー

①そうめん、ひやむぎ＊	6.6(＋6.3)＊
②漬物＊	12.0(＋3.8)
③サラダ＊	16.6(＋2.3)

冬メニュー

①ラーメン＊	6.0(－4.6)
②みそ汁＊	12.1(－4.5)
③うどん、きしめん＊	3.8(－4.4)

夏メニュー

①菓子パン＊	12.5(＋5.5)＊
②野菜の煮物＊	13.8(＋4.4)
③サラダ＊	6.1(＋3.0)

冬メニュー

①ラーメン＊	4.3(－10.1)
②サンドイッチ＊	1.8(－5.3)
③ドーナツ＊	4.2(－3.8)

夏メニュー

①豆腐・豆腐料理＊	16.3(＋9.1)＊
②野菜いため＊	15.1(＋5.0)＊
③酢の物・あえ物＊	10.3(＋5.0)＊

冬メニュー

①みそ汁＊	21.8(－8.7)
②鍋もの・おでん＊	1.8(－5.5)
③その他の夏メニュー＊	11.0(－3.4)

夏メニュー

①サラダ＊	32.5(＋14.4)
②豆腐・豆腐料理＊	13.0(＋11.0)

冬メニュー

①みそ汁＊	23.3(＋7.9)＊
②うどん、きしめん＊	1.4(－6.7)
②焼肉＊	3.1(－5.4)
③スープ＊	6.7(－5.1)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
( )内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

夏の飲酒率：43.8%

①ビール／発泡酒	82.0(＋5.7)＊
②ワイン	14.1(＋5.2)＊
③日本酒	8.4(＋2.5)

冬の飲酒率：41.4%

①ビール／発泡酒	54.5(－11.3)＊
②焼酎	29.2(＋6.8)＊
③ワイン	17.4(＋4.3)

夏の飲酒率：1.8%

①ビール／発泡酒	83.2(＋20.1)＊
②ワイン	9.3(＋5.2)＊

冬の飲酒率：3.0%

①ビール／発泡酒	61.9(＋0.8)
②ワイン	14.0(－0.4)
③焼酎	13.1(－6.2)＊

夏の飲酒率：4.1%

①ビール／発泡酒	74.9(＋2.2)
②ワイン	11.7(＋2.3)
③ウィスキー／ブランデー	4.6(＋1.3)

冬の飲酒率：2.8%

①ビール／発泡酒	64.6(＋4.9)
②焼酎	20.5(＋7.2)＊
③ワイン	19.0(＋7.6)＊

夏の飲酒率：4.4%

①ビール／発泡酒	56.2(－12.4)＊
②日本酒	56.2(＋50.1)＊
③ワイン	43.8(＋27.5)＊

冬の飲酒率：8.7%

①ビール／発泡酒	100.0(＋40.9)＊

夏の飲酒率：43.1%

①ビール／発泡酒	81.2(＋5.1)＊
②ワイン	12.1(＋3.5)
③日本酒	7.8(＋2.0)

冬の飲酒率：40.2%

①ビール／発泡酒	53.1(－12.4)＊
②焼酎	30.6(＋7.9)＊
③ワイン	15.9(＋3.0)

夏の飲酒率：42.0%

①ビール／発泡酒	87.5(＋14.8)＊
②ワイン	26.6(＋21.0)＊
③日本酒	12.9(＋7.7)＊

冬の飲酒率：42.6%

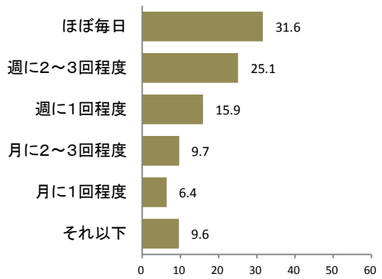
①ビール／発泡酒	57.0(－8.0)＊
②ワイン	20.0(＋11.3)＊
③焼酎	15.4(－6.6)＊

パンの利用実態

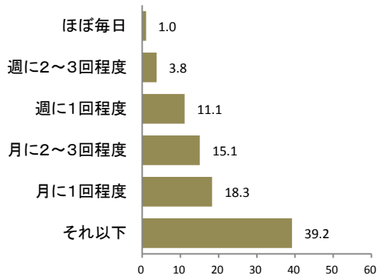
パンの消費頻度

SA　単位：%

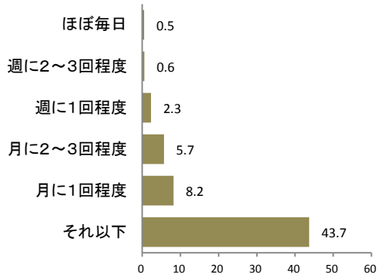
食パン



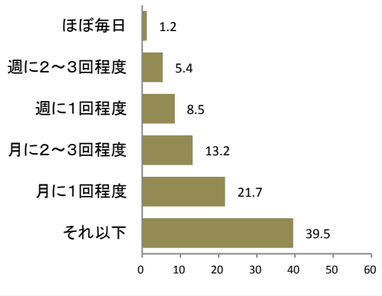
フランスパン



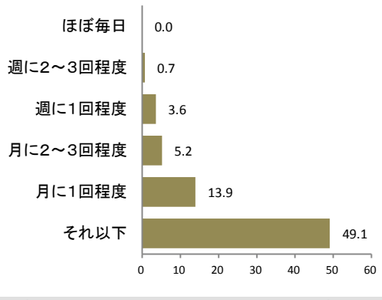
ベーグル



ロールパン



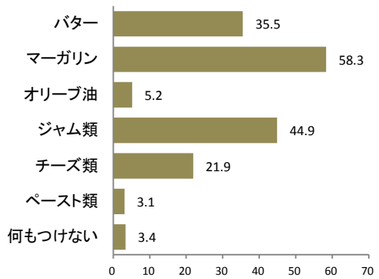
マフィン



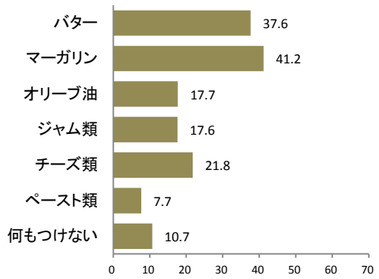
パンにつけるもの

SA　単位：%

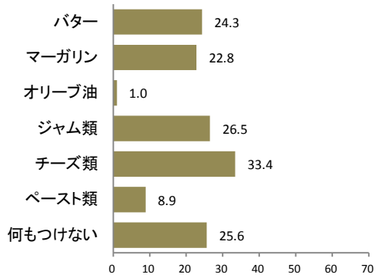
食パン



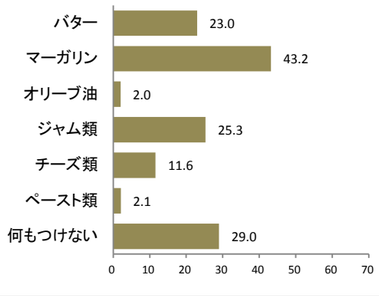
フランスパン



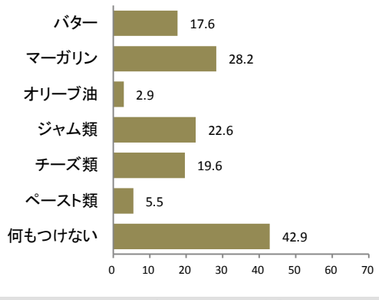
ベーグル



ロールパン



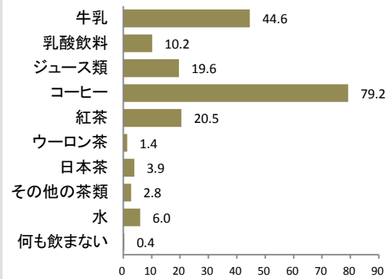
マフィン



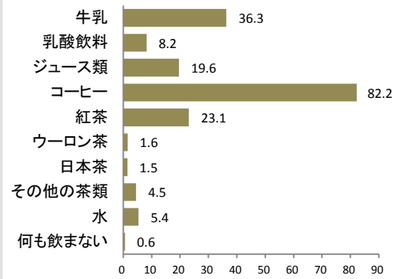
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

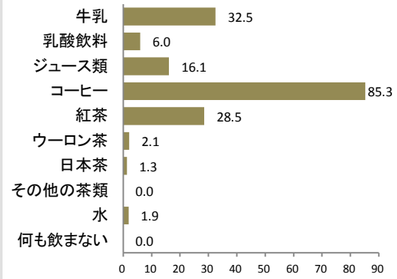
食パン



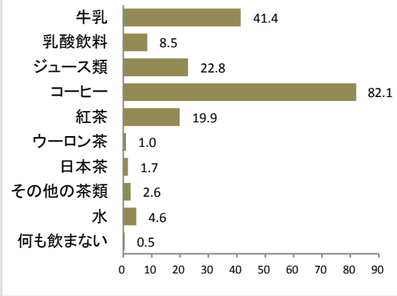
フランスパン



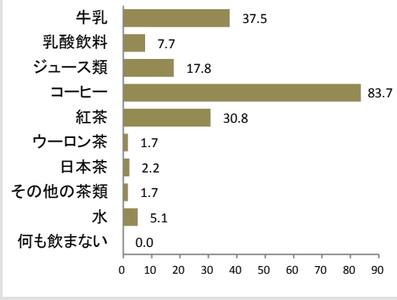
ベーグル



ロールパン



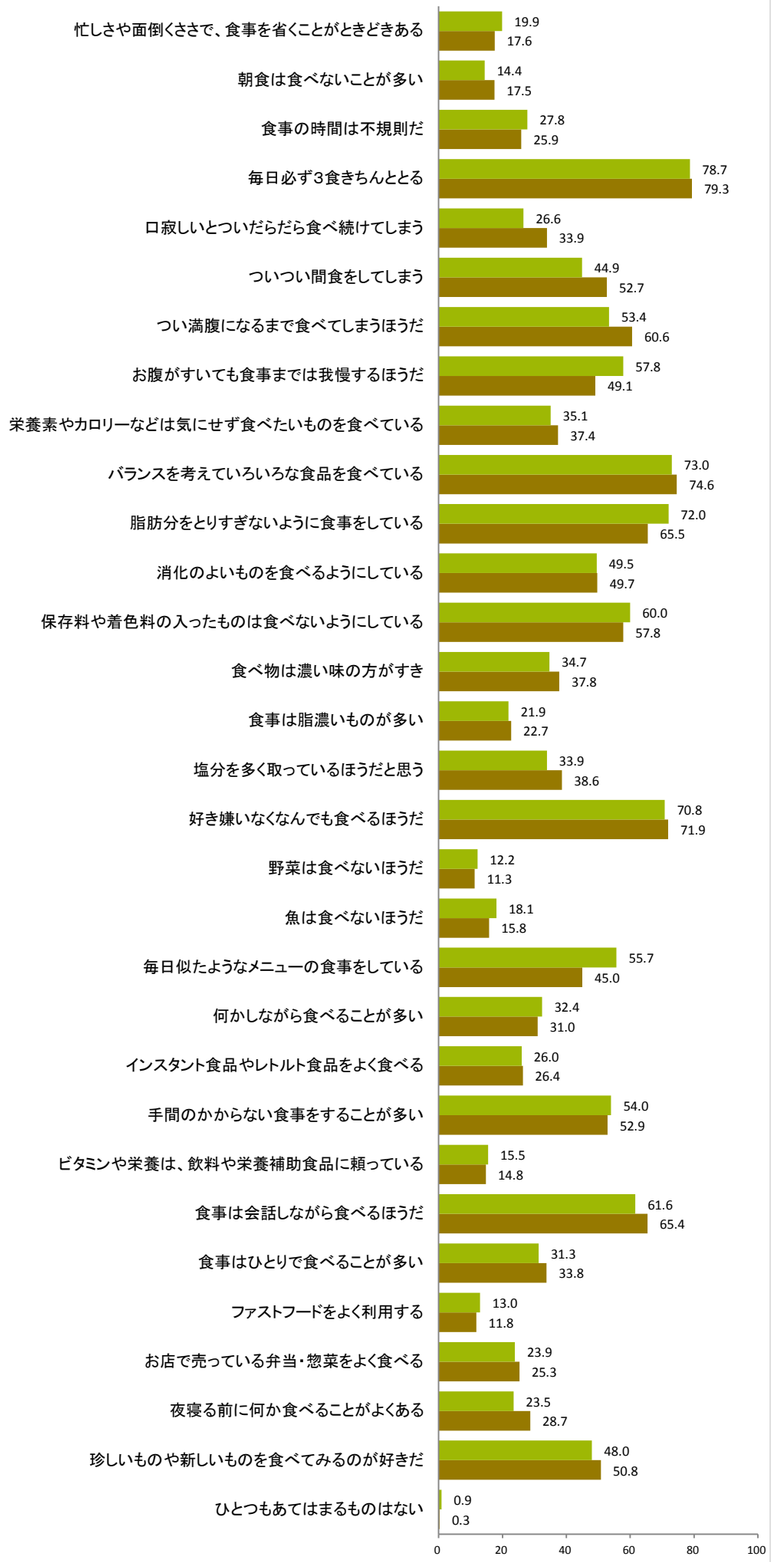
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G)　好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（1）寿司	79.3（＋3.4）
（2）ごはん	70.6（＋0.4）
（3）刺身	70.2（＋3.7）
（4）サラダ	69.0（＋6.9）＊
（5）カレー（ライス）	64.8（＋0.9）
（6）うどん、きしめん	63.1（＋1.5）
（7）魚介の焼き物	62.9（＋10.0）＊
（8）みそ汁	62.1（＋4.8）
（9）豆腐・豆腐料理	60.6（＋10.3）＊
（10）天ぷら	60.4（＋6.0）＊
（11）ぎょうざ・シュウマイ	59.2（＋2.2）
（12）そば	59.1（＋6.4）＊
（13）パスタ料理	59.0（－4.7）
（14）焼肉	57.2（－9.7）＊
（15）ラーメン	57.0（－6.9）＊
（16）しょうが焼き	54.9（－1.4）
（17）焼そば	54.8（＋3.4）
（18）お好み焼	54.7（－1.8）
（19）サンドイッチ	54.4（±0.0）
（20）野菜いため	54.3（＋6.0）＊
（21）鍋もの・おでん	53.9（＋5.7）＊
（22）たまご料理	53.0（＋4.6）
（23）すき焼・しゃぶしゃぶ	51.0（－2.2）
（24）とんかつ	49.7（－3.4）
（25）漬物	49.7（＋7.9）＊

(G)作るのが楽しい食べもの TOP25

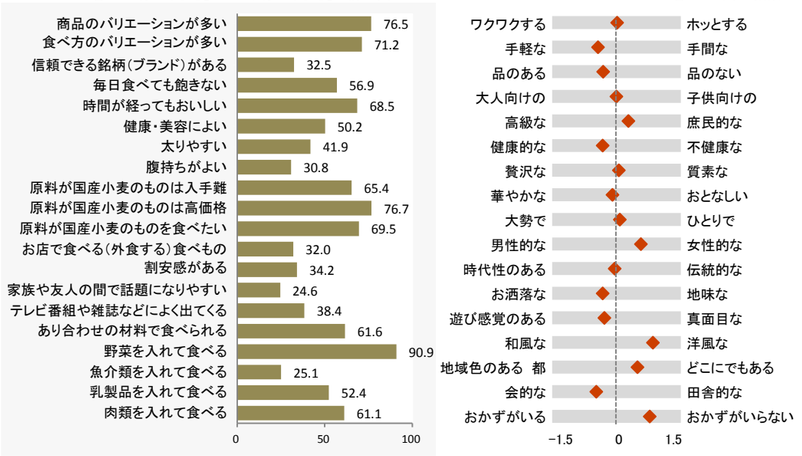
SA　単位：%

（1）カレー	34.2（＋0.6）
（2）パスタ料理	27.4（－0.8）
（3）サラダ	22.9（＋7.4）＊
（4）お好み焼	22.5（＋0.7）
（5）鍋もの・おでん	21.3（＋7.1）＊
（6）チャーハン	21.2（－1.9）
（7）焼そば	20.9（＋4.5）
（8）まぜごはん・炊込みご飯	20.9（＋7.5）＊
（9）野菜の煮物	20.8（＋9.6）＊
（10）野菜いため	19.2（＋3.7）
（11）たまご料理	18.1（＋4.4）
（12）すき焼・しゃぶしゃぶ	18.0（＋5.8）＊
（13）シチュー	17.9（＋0.4）
（14）しょうが焼き	17.7（＋3.3）
（15）サンドイッチ	17.0（＋3.4）
（16）みそ汁	17.0（＋3.8）
（17）焼肉	16.6（＋1.3）
（18）ぎょうざ・シュウマイ	16.6（＋2.3）
（19）うどん、きしめん	16.2（＋4.2）
（20）ごはん	15.9（＋5.3）＊
（21）肉の煮込み料理	15.1（＋1.1）
（22）魚介の焼き物	15.0（＋6.5）＊
（23）ハンバーグ	14.8（－3.3）
（24）たこ焼き	14.6（－0.6）
（25）ピラフ・オムライス	14.0（＋1.1）

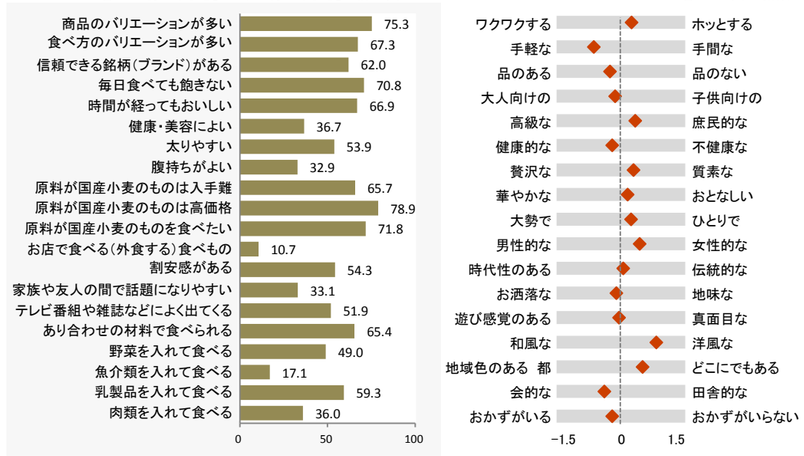
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

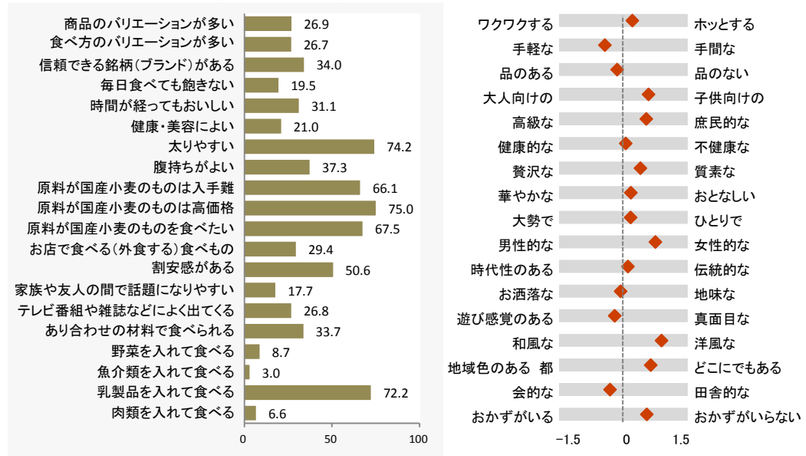
サンドイッチ



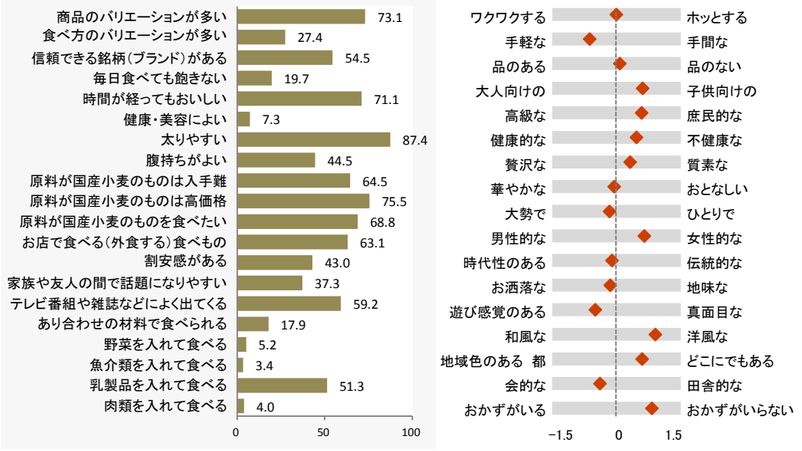
主食パン



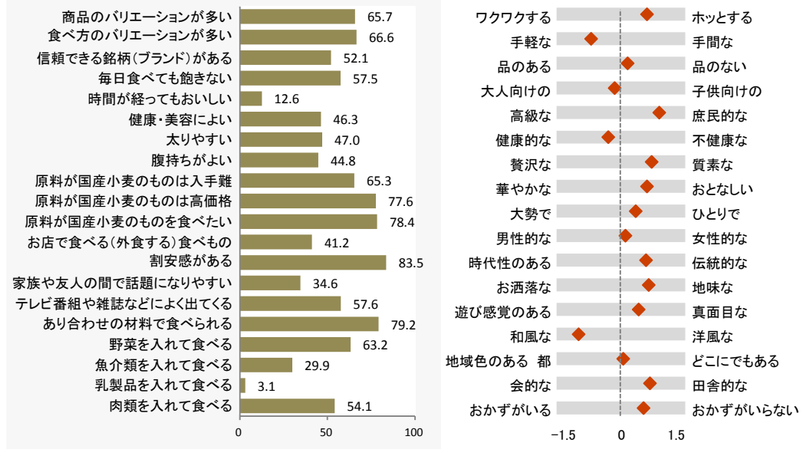
パンケーキ



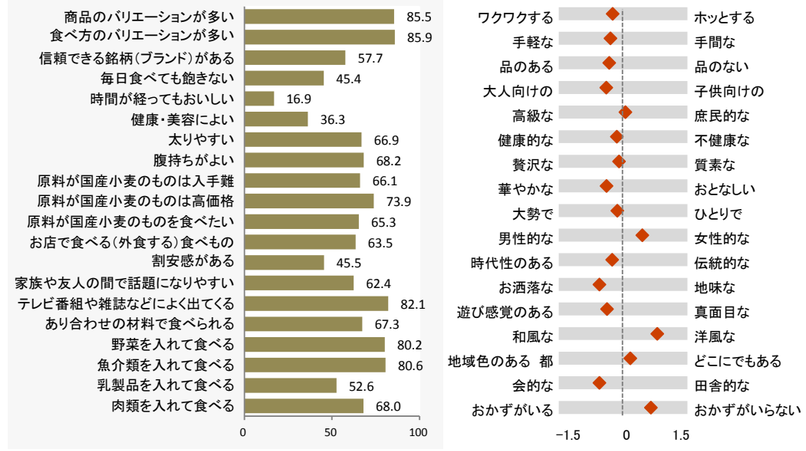
ドーナツ



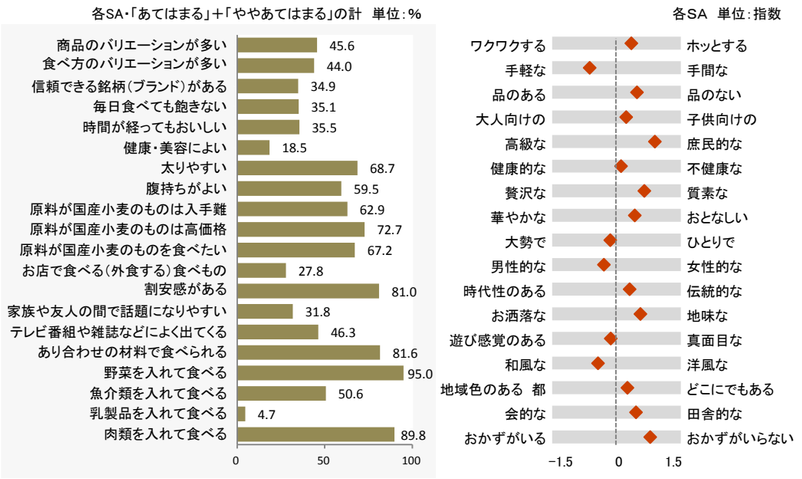
うどん



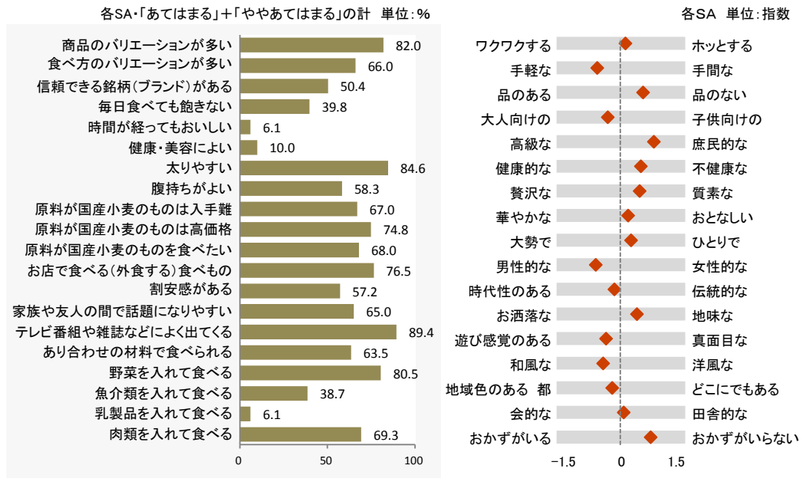
パスタ料理



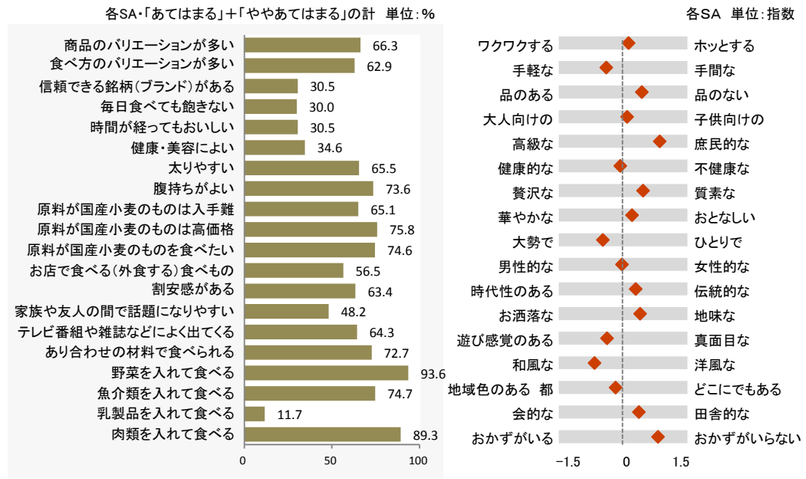
焼そば



ラーメン



お好み焼

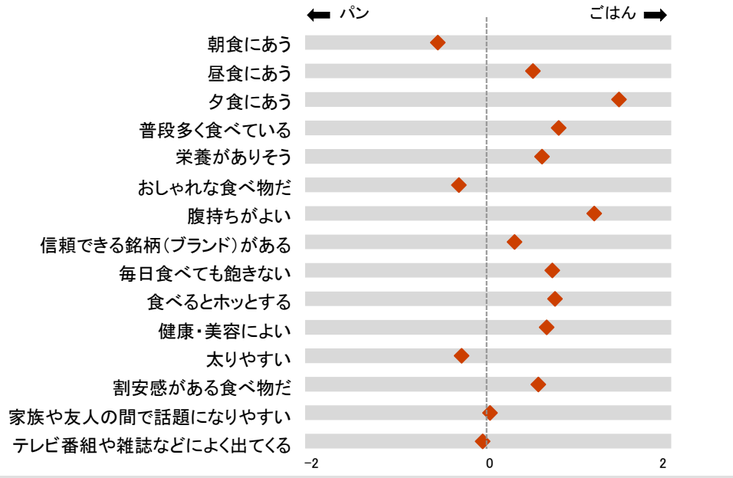


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

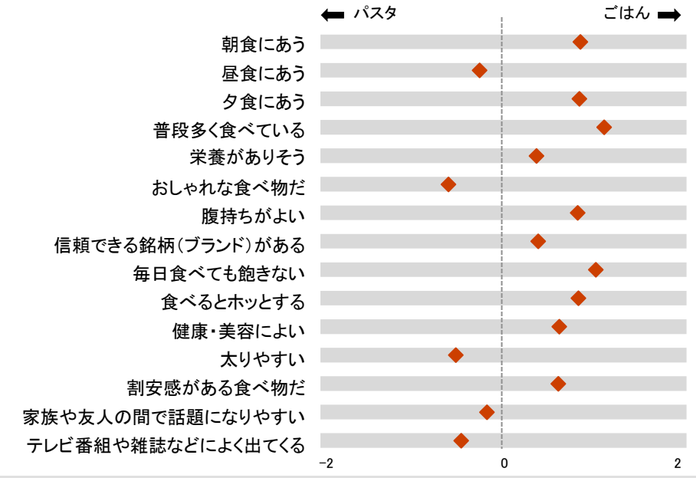
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



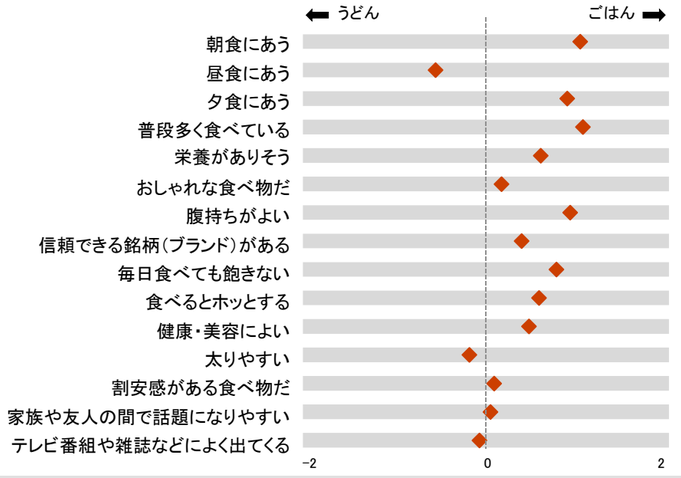
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



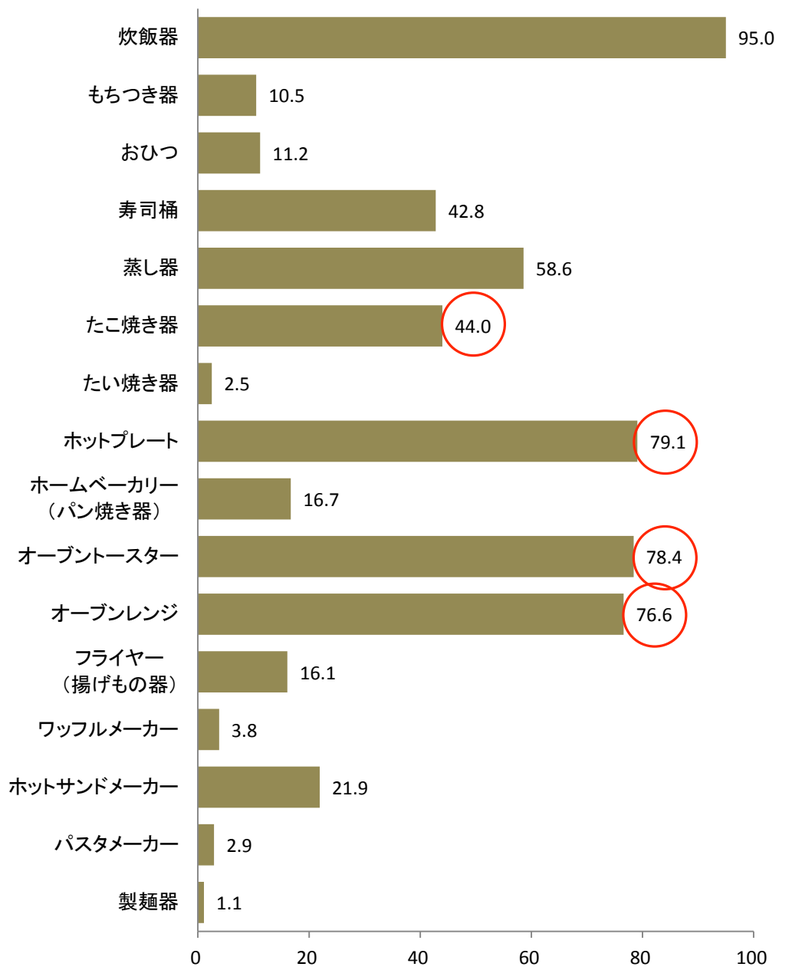
うどん vs ごはん

各SA　単位：指数



所有している調理器具

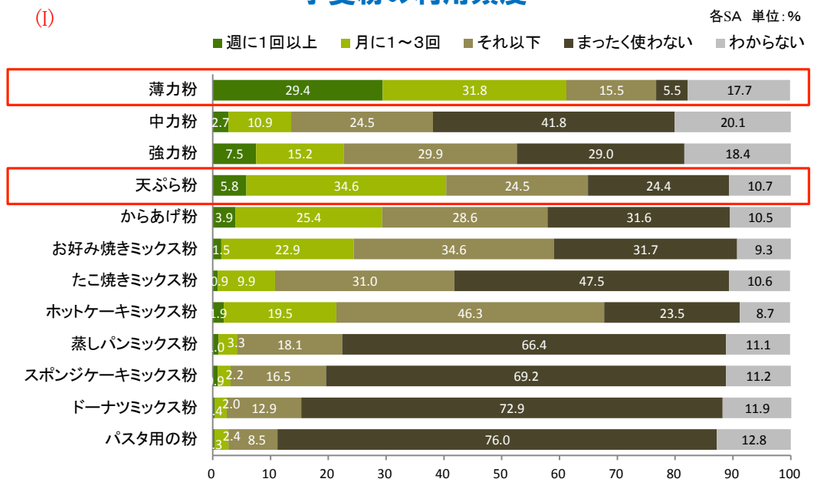
(H)　MA　単位：%



小麦粉の利用実態

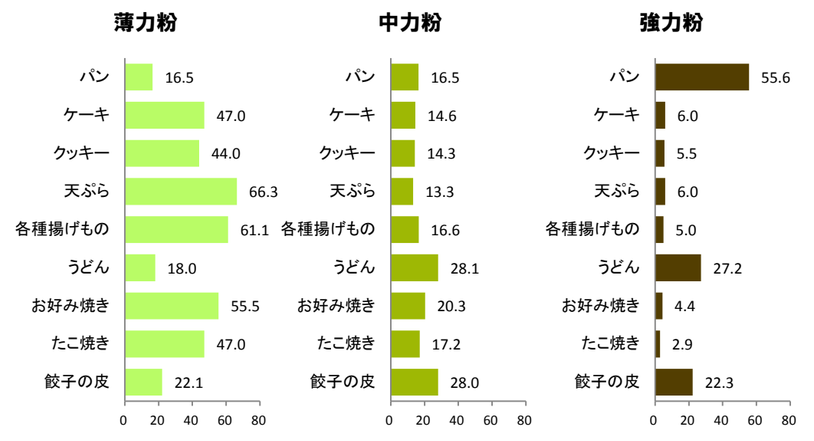
小麦粉の利用頻度

(I)　各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

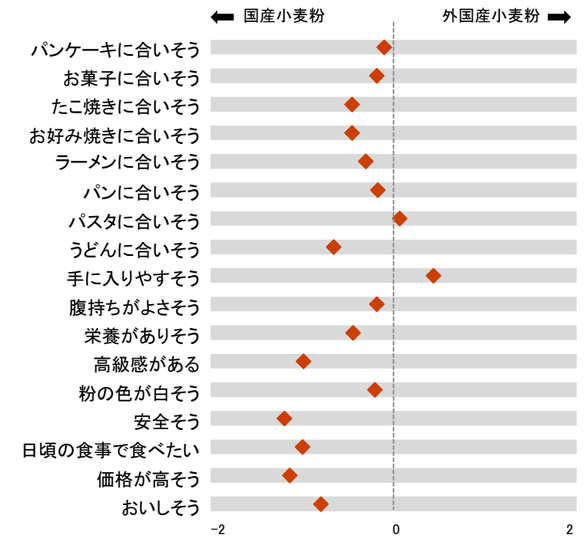
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

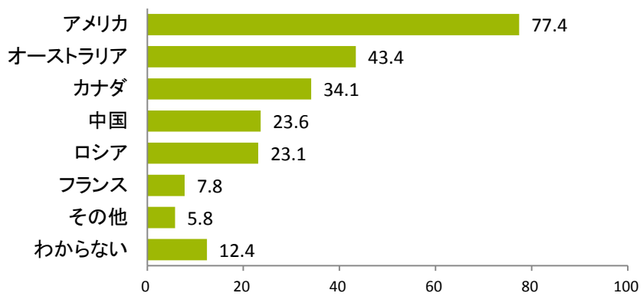
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%

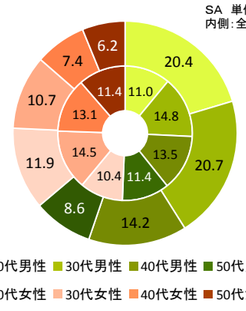


シングル

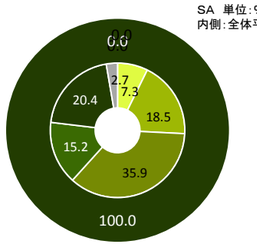
- 20–30代男性が4割を占める。(A)
- 冬調査では、昼食・夕食の摂取率は87%,85%、朝食の摂取率は7割で、全体より低い。(B)
- 朝食は内食(自分か家族が調理) が5割強、中食(買ってきたもの)が4割弱。夕食は内食が5割、中食3割、外食2割。昼食は内食・中食・外食が各3割で、内食が際立って低い。(C)
- 夕食の3/4、昼食の6割強、朝食の9割強は1人で食べている。(D)
- ごはん系、パン類いずれも主食とする率は全体に比べ低い。(E)
- メニューランキングで見ても、全般に主食のごはん、その他の主食パンの率が低い。副食でもみそ汁、サラダ、たまご料理が全体より少ない。(F)
- 好きな食べものは、小麦メニューではあまり特徴がない。作るのが楽しい食べものでも、たこ焼きが全体より5%以上低い他は、際立った特徴はない。(G)
- 小麦系器具では、オーブンレンジが6割、オーブントースターが4割、ホットプレートが3割、たこ焼き器が15%で、全体に比べ非常に低い。(H)
- 小麦粉の月に1回以上の利用率は、最も高い薄力粉が3割弱で、全般に全体より低い。(I)

プロファイル（冬調査時）

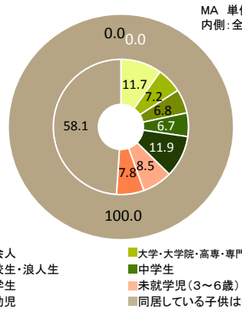
(A) 性・年代



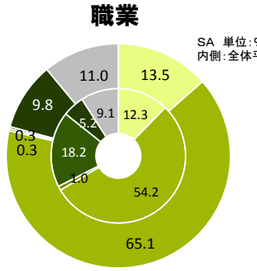
家族構成



同居している子供

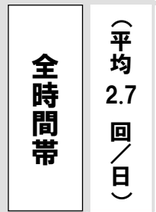


職業

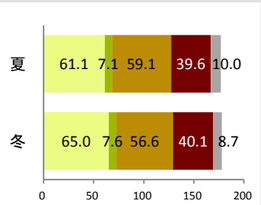


食生活の実態

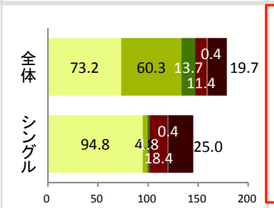
摂取率（冬調査）（一日の食事回数）



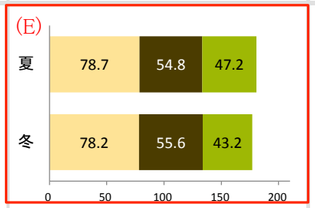
調理した人は？（夏・冬比較）



一緒に食べた人は？



主食は？（夏・冬比較）



メニューランキング

TOP５（冬調査）

MA 単位:%
( )内は冬調査の全体平均との差

全時間帯（平均 2.7 回／日）

(F)

主食		副食	
①ごはん＊	59.6(－12.7)	①みそ汁＊	30.5(－13.1)
②その他の主食パン	24.4(－9.7)＊	②サラダ	30.3(－7.4)＊
③菓子パン	16.8(＋2.0)	③その他の肉料理	14.1(－1.5)
④ラーメン	16.1(＋2.0)	④たまご料理	12.1(－5.8)＊
⑤おにぎり	14.8(＋2.1)	⑤漬物	11.1(－4.7)

朝食（5～10時台）87%

主食		副食	
①その他の主食パン	28.8(－7.5)＊	①みそ汁	12.9(－6.8)＊
②ごはん	21.1(－6.4)＊	②たまご料理	7.9(－4.1)
③菓子パン	13.3(＋2.0)	③サラダ	7.3(－3.0)
④おにぎり	7.3(＋2.1)	④納豆	6.5(－1.5)
⑤惣菜パン	5.3(＋1.9)	⑤ハム、ソーセージ	3.5(－2.7)

昼食（11～14時台）87%

主食		副食	
①ごはん	33.2(－1.7)	①みそ汁	14.9(＋0.8)
②ラーメン	9.3(－0.4)	②サラダ	13.1(＋0.2)
③おにぎり	7.7(＋0.2)	③その他の肉料理	5.4(＋0.1)
④丼物	6.0(＋1.3)	④魚介の焼き物	4.9(＋0.6)
⑤菓子パン	5.8(＋1.2)	⑤漬物	4.7(－0.7)

間食（15～16時台）10%

主食		副食	
①ごはん	23.5(＋3.0)	①サラダ	7.1(－0.1)
②惣菜パン	7.9(＋3.2)	②みそ汁	7.0(－0.2)
③おにぎり	6.0(＋1.1)	③その他の肉料理	6.4(＋2.1)
④ハンバーガー	6.0(＋2.0)	④とり唐揚げ	5.2(＋2.1)
⑤ラーメン	5.8(－1.4)	⑤たまご料理	4.2(＋1.2)

夕食（17～21時台）85%

主食		副食	
①ごはん＊	37.8(－15.8)	①サラダ	19.6(－7.2)＊
②ラーメン	6.4(＋2.9)	②みそ汁＊	15.6(－11.3)
③うどん、きしめん	5.4(＋1.4)	③その他の肉料理	9.0(－1.9)
④パスタ料理	5.0(＋1.3)	④野菜いため	7.3(－2.3)
⑤丼物	4.4(＋1.3)	⑤漬物	6.6(－3.3)

夜食（22～翌朝4時台）18%

主食		副食	
①丼物	7.3(＋2.7)	①サラダ	10.6(－3.9)
②菓子パン	5.4(＋0.6)	②みそ汁	9.5(－5.2)＊
③おにぎり	4.8(＋0.6)	③刺身	4.7(＋0.7)
		④野菜の煮物	4.5(－0.8)
		⑤とり唐揚げ	4.4(－0.3)

夏メニュー／冬メニュー TOP３

MA 単位:%
( )内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

全時間帯（平均 2.7 回／日）

夏メニュー		冬メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	4.0(＋3.5)	①鍋もの・おでん	1.5(－4.0)
②豆腐・豆腐料理	9.9(＋3.1)	②みそ汁	27.1(－3.4)
③野菜いため	13.0(＋2.2)	③スープ	5.9(－2.8)

朝食（5～10時台）87%

夏メニュー		冬メニュー	
①シリアル	3.7(＋1.0)	①その他の主食パン	26.6(－2.2)
②カレー(ライス)	2.0(＋1.0)	②スープ	1.2(－2.0)
③サンドイッチ	4.8(＋0.9)	③みそ汁	11.6(－1.3)

昼食（11～14時台）87%

夏メニュー		冬メニュー	
①そうめん、ひやむぎ	2.1(＋1.9)	①ラーメン	7.4(－1.9)
②サラダ	14.8(＋1.7)	②惣菜パン	3.1(－1.6)
③カレー(ライス)	4.9(＋1.6)	③みそ汁	13.4(－1.5)

間食（15～16時台）10%

夏メニュー		冬メニュー	
①菓子パン	11.4(＋5.9)＊	①その他の肉料理	2.4(－4.0)
②ドーナツ	5.9(＋4.3)	②サンドイッチ	1.3(－3.9)
③丼物	6.5(＋4.1)	③ごはん	19.7(－3.8)

夕食（17～21時台）85%

夏メニュー		冬メニュー	
①豆腐・豆腐料理	7.6(＋2.3)	①鍋もの・おでん	0.9(－4.2)
②野菜いため	9.1(＋1.8)	②ごはん	34.7(－3.1)
③そうめん、ひやむぎ	1.7(＋1.5)	③みそ汁	12.9(－2.7)

夜食（22～翌朝4時台）18%

夏メニュー		冬メニュー	
①サラダ	15.1(＋4.5)	①みそ汁	6.7(－2.8)
②その他の肉料理	6.7(＋2.7)	②魚介の焼き物	1.3(－2.2)
③その他の野菜料理	4.9(＋2.7)	③丼物	5.4(－1.9)

お酒

食事と一緒に飲む夏の酒／冬の酒

MA 単位:%
飲酒率:食事をした人ベース
お酒メニュー:飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
( )内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯（平均 2.7 回／日）

夏の飲酒率： 32.3%

①ビール／発泡酒	75.8(－0.5)
②サワー類	16.8(＋2.3)
③カクテル	9.2(＋3.6)

冬の飲酒率： 28.9%

①ビール／発泡酒	63.4(－2.4)
②焼酎	21.5(－0.9)
③サワー類	14.7(＋3.5)

朝食（5～10時台）87%

夏の飲酒率： 2.0%

①ビール／発泡酒	69.9(＋6.8)＊
②ウィスキー／ブランデー	10.1(＋4.4)
③日本酒	8.0(＋2.8)

冬の飲酒率： 1.4%

①ビール／発泡酒	55.4(－5.7)＊
②焼酎	21.1(＋1.8)
③ワイン	7.7(－6.7)＊

昼食（11～14時台）87%

夏の飲酒率： 2.7%

①ビール／発泡酒	65.5(－7.2)＊
②サワー類	14.2(＋7.1)＊
③ワイン	7.3(－2.1)

冬の飲酒率： 1.7%

①ビール／発泡酒	43.3(－16.4)＊
②焼酎	18.8(＋5.5)＊
③日本酒	17.7(＋7.9)＊

間食（15～16時台）10%

夏の飲酒率： 9.1%

①ビール／発泡酒	61.1(－7.5)＊
②サワー類	19.5(＋0.9)
③ワイン	15.9(－0.4)

冬の飲酒率： 4.2%

①ビール／発泡酒	52.2(－6.9)＊
②ウィスキー／ブランデー	15.7(＋9.2)＊
③焼酎	13.6(＋3.0)

夕食（17～21時台）85%

夏の飲酒率： 30.3%

①ビール／発泡酒	75.8(－0.3)
②サワー類	17.3(＋2.5)
③ワイン	9.1(＋0.5)

冬の飲酒率： 27.6%

①ビール／発泡酒	64.2(－1.3)
②焼酎	22.6(－0.1)
③サワー類	14.9(＋3.9)

夜食（22～翌朝4時台）18%

夏の飲酒率： 27.9%

①ビール／発泡酒	73.5(＋0.8)
②サワー類	12.0(－0.1)
③カクテル	10.3(＋2.8)

冬の飲酒率： 25.3%

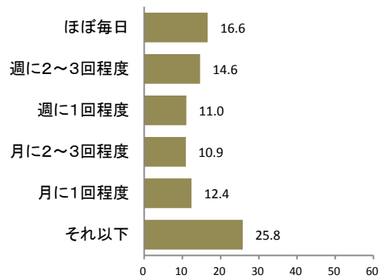
①ビール／発泡酒	57.6(－7.4)＊
②焼酎	16.2(－5.8)＊
③サワー類	12.2(＋1.0)

パンの利用実態

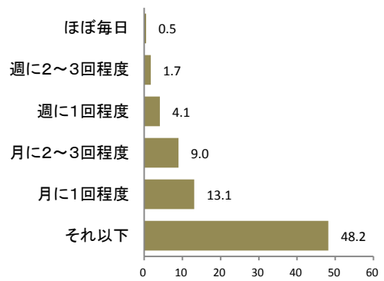
パンの消費頻度

SA　単位：%

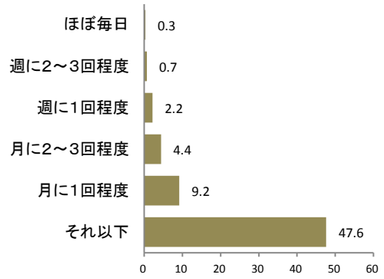
食パン



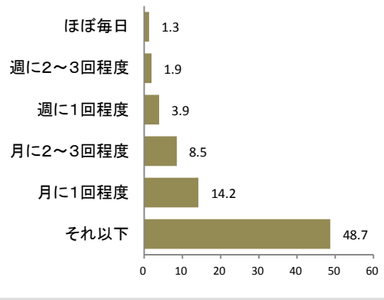
フランスパン



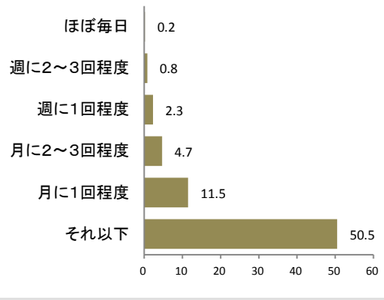
ベーグル



ロールパン



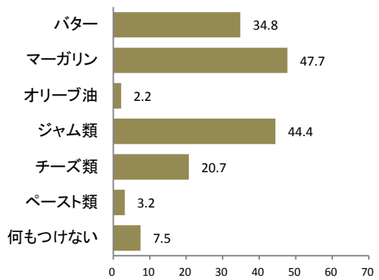
マフィン



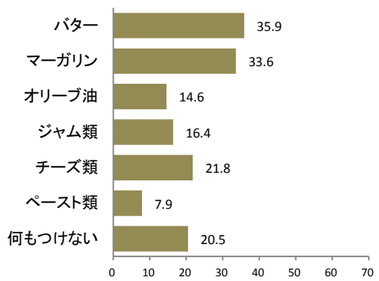
パンにつけるもの

SA　単位：%

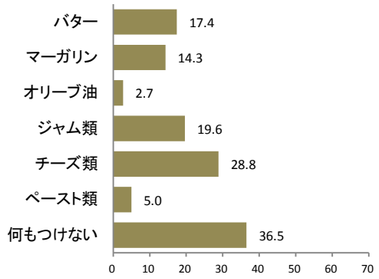
食パン



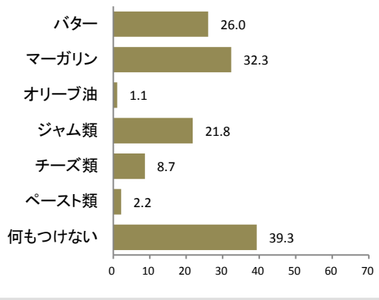
フランスパン



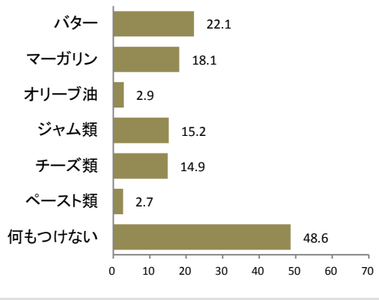
ベーグル



ロールパン



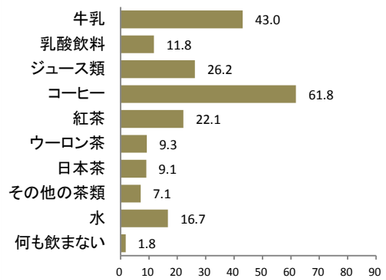
マフィン



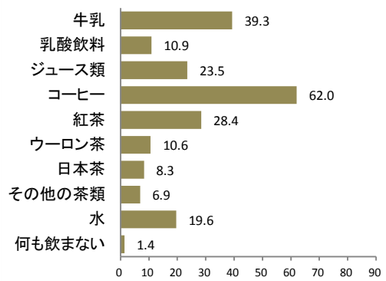
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

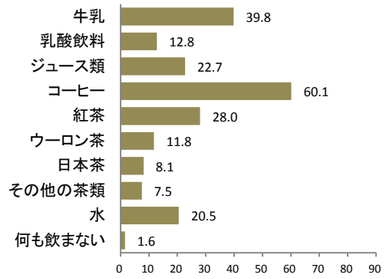
食パン



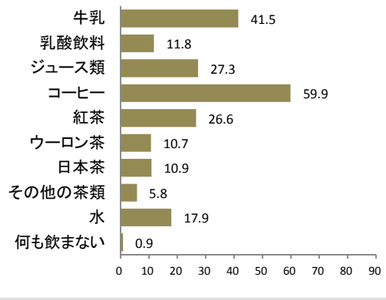
フランスパン



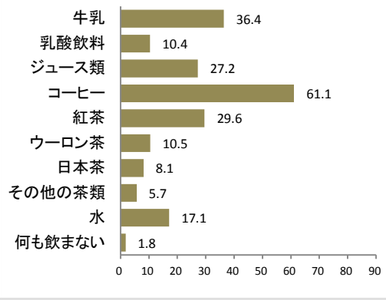
ベーグル



ロールパン



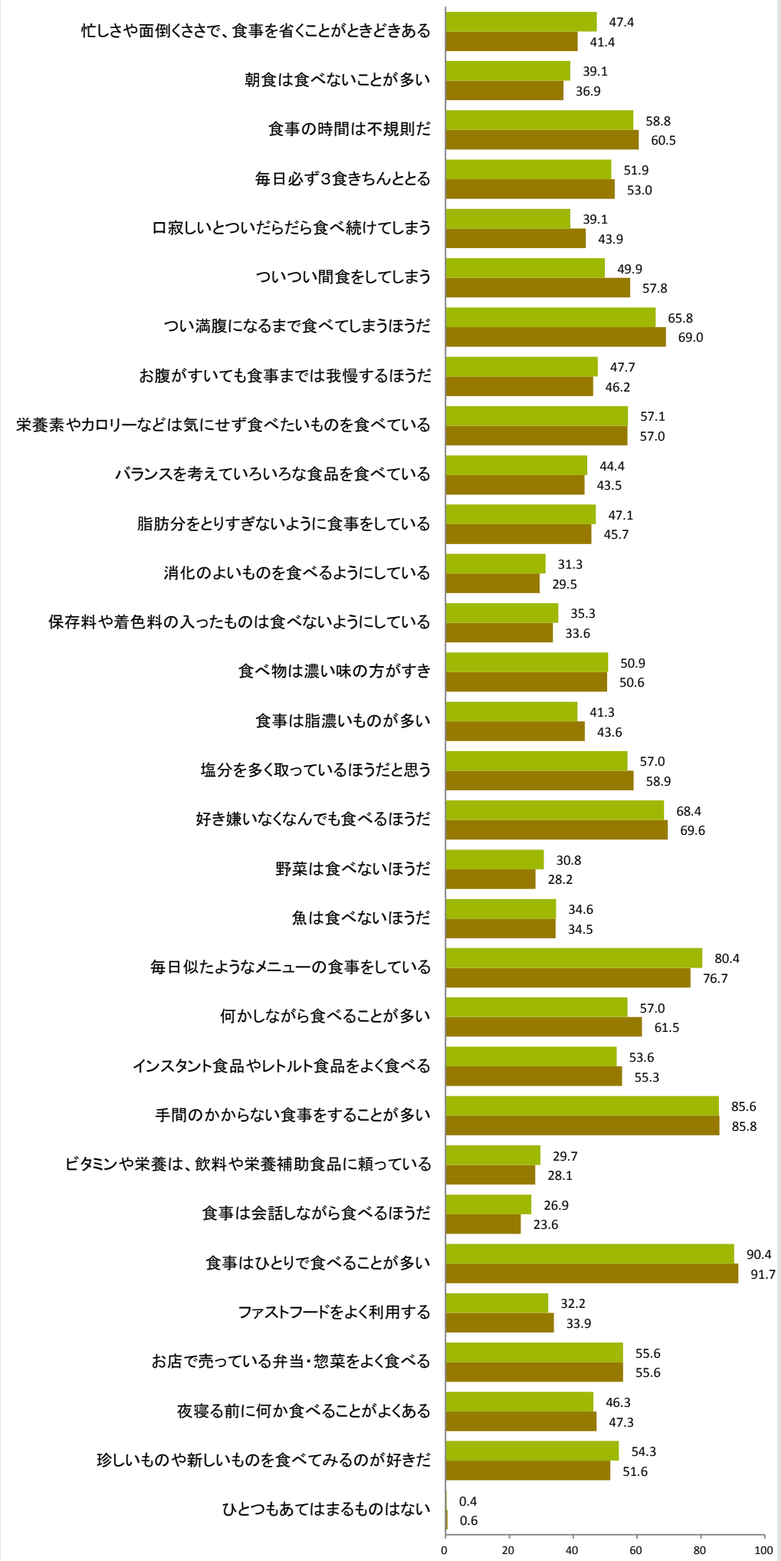
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G) 好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

（1）寿司	75.0	（−0.9）
（2）ごはん	73.6	（+3.4）
（3）刺身	68.9	（+2.4）
（4）カレー（ライス）	65.5	（+1.6）
（5）焼肉	65.3	（−1.6）
（6）ラーメン	63.1	（−0.8）
（7）パスタ料理	62.6	（−1.1）
（8）とり唐揚げ	60.8	（−1.0）
（9）うどん、きしめん	60.6	（−1.0）
（10）サラダ	58.1	（−4.0）
（11）みそ汁	57.9	（+0.6）
（12）しょうが焼き	57.5	（+1.2）
（13）魚介の焼き物	57.1	（+4.2）
（14）ハンバーグ	56.6	（−0.5）
（15）焼き鳥	56.5	（±0.0）
（16）丼物	56.4	（+5.0）＊
（17）ぎょうざ・シュウマイ	55.6	（−1.4）
（18）そば	54.5	（+1.8）
（19）お好み焼	53.9	（−2.6）
（20）チャーハン	53.3	（+1.4）
（21）ステーキ	53.2	（−0.7）
（22）とんかつ	53.0	（−0.1）
（23）すき焼・しゃぶしゃぶ	52.3	（−0.9）
（24）天ぷら	51.3	（−3.1）
（25）焼そば	51.1	（−0.3）

(G) 作るのが楽しい食べもの TOP25

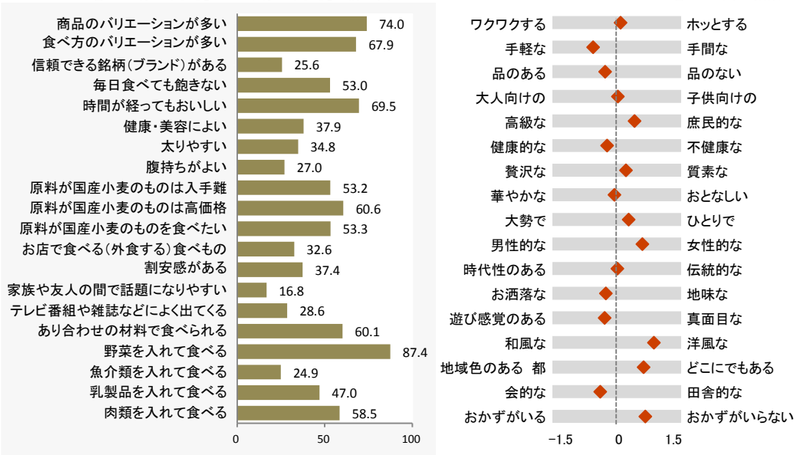
SA　単位：%

（1）カレー	34.5	（+0.9）
（2）パスタ料理	27.5	（−0.7）
（3）チャーハン	22.0	（−1.1）
（4）野菜いため	19.5	（+4.0）
（5）シチュー	17.0	（−0.5）
（6）お好み焼	16.9	（−4.9）
（7）丼物	15.2	（+0.9）
（8）焼そば	14.9	（−1.5）
（9）ハンバーグ	14.8	（−3.3）
（10）しょうが焼き	14.7	（+0.3）
（11）肉の煮込み料理	13.7	（−0.3）
（12）サラダ	13.1	（−2.4）
（13）ごはん	12.8	（+2.2）
（14）たまご料理	12.6	（−1.1）
（15）みそ汁	12.5	（−0.7）
（16）焼肉	12.2	（−3.1）
（17）まぜごはん・炊込みご飯	12.0	（−1.4）
（18）うどん、きしめん	11.6	（−0.4）
（19）鍋もの・おでん	11.5	（−2.7）
（20）ピラフ・オムライス	11.5	（−1.4）
（21）ラーメン	11.5	（−1.1）
（22）野菜の煮物	11.3	（+0.1）
（23）ぎょうざ・シュウマイ	10.3	（−4.0）
（24）たこ焼き	10.1	（−5.1）＊
（25）すき焼・しゃぶしゃぶ	9.9	（−2.3）

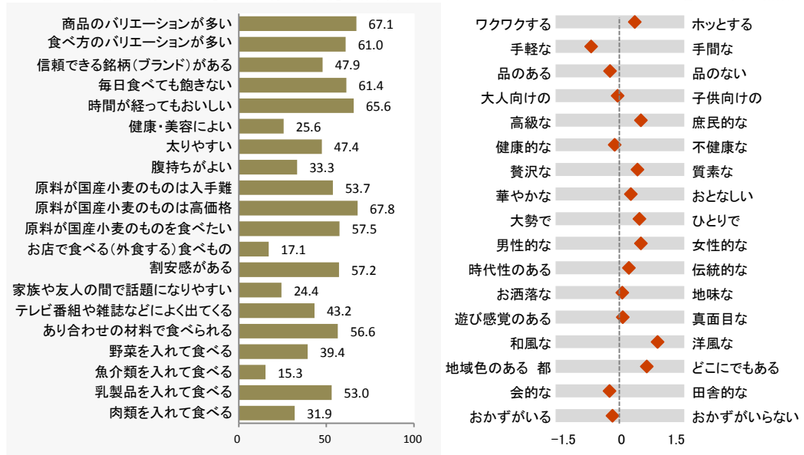
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

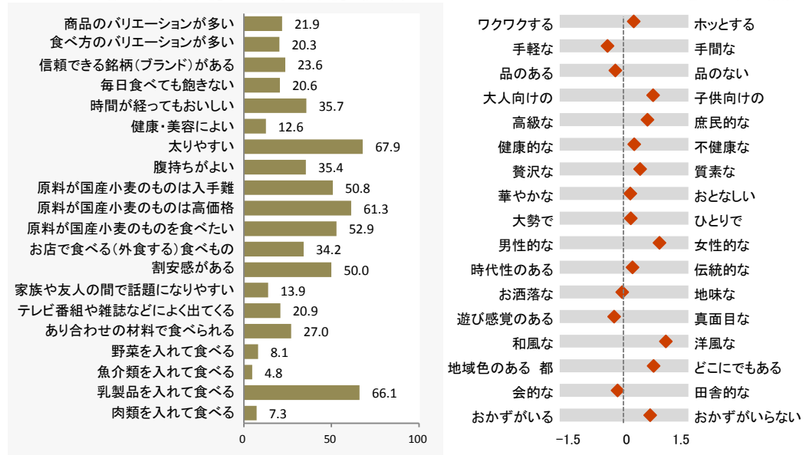
サンドイッチ



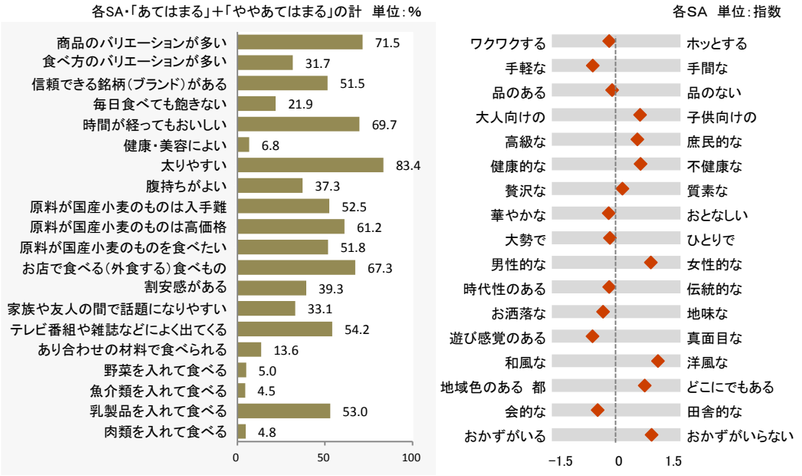
主食パン



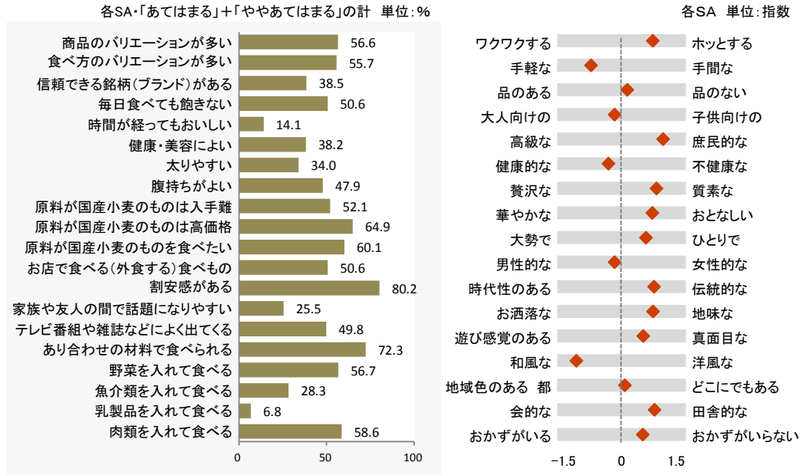
パンケーキ



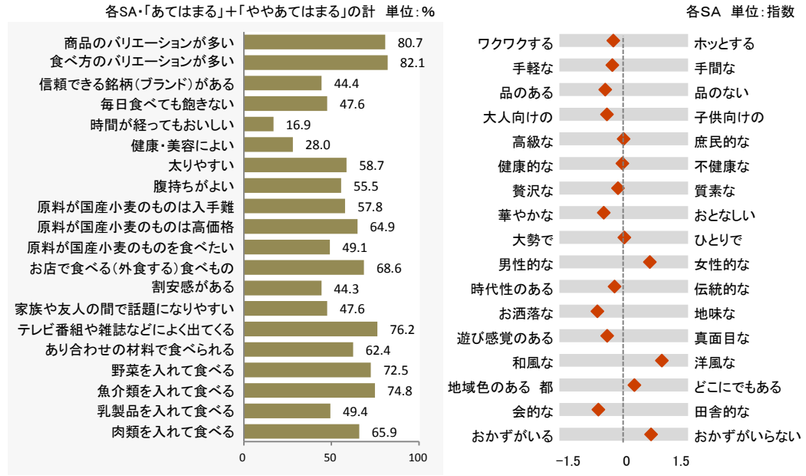
ドーナツ



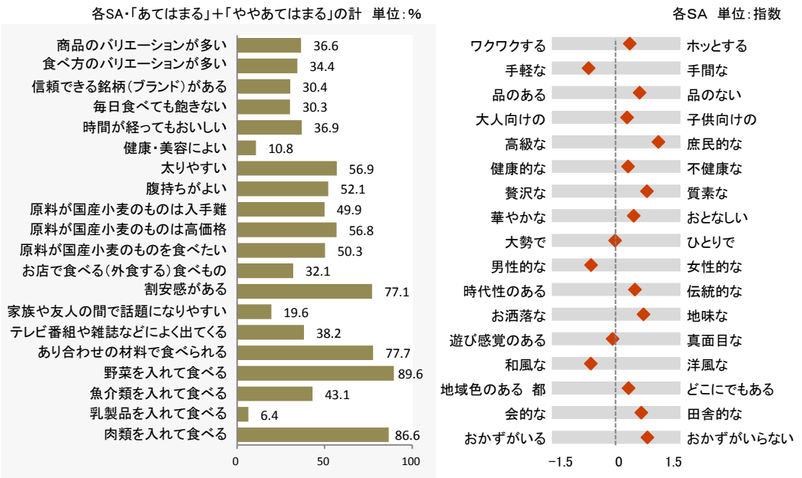
うどん



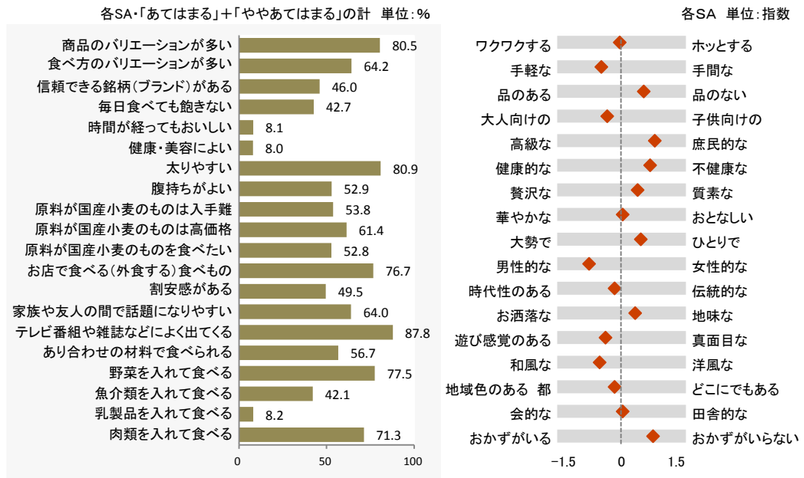
パスタ料理



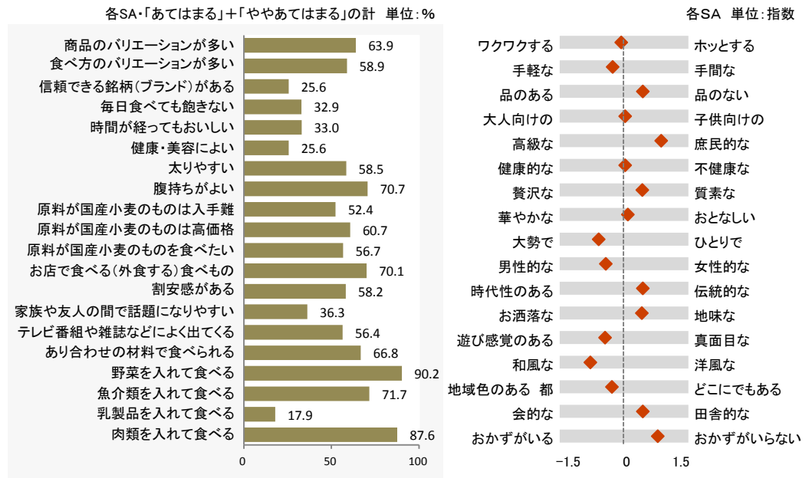
焼そば



ラーメン



お好み焼

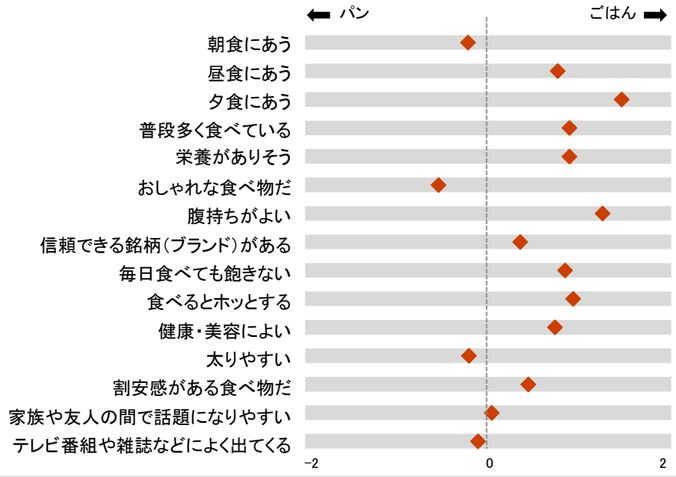


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

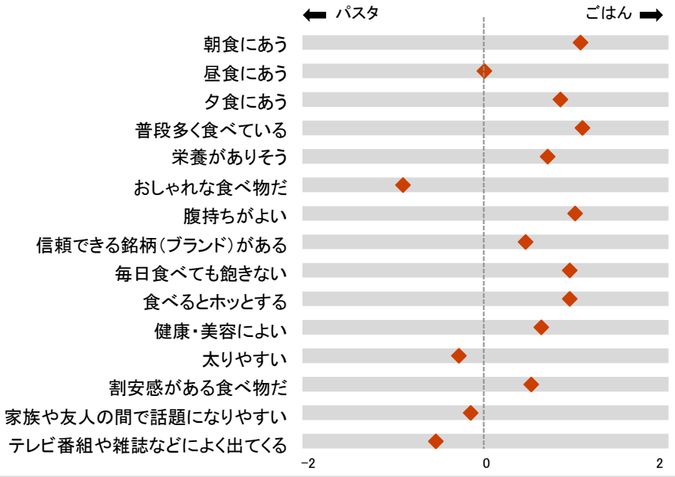
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



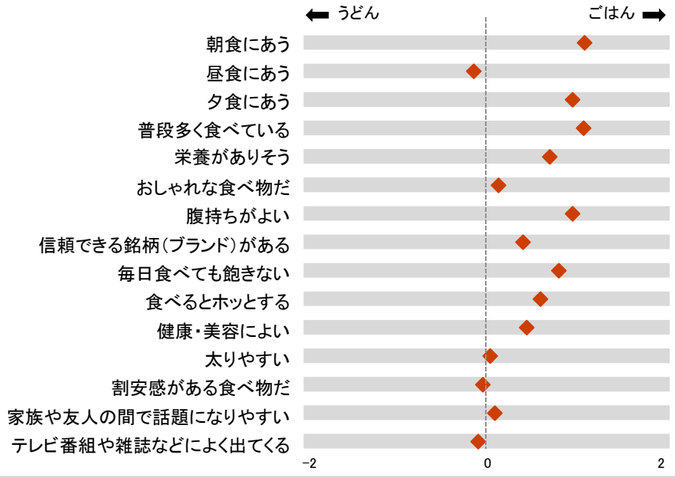
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



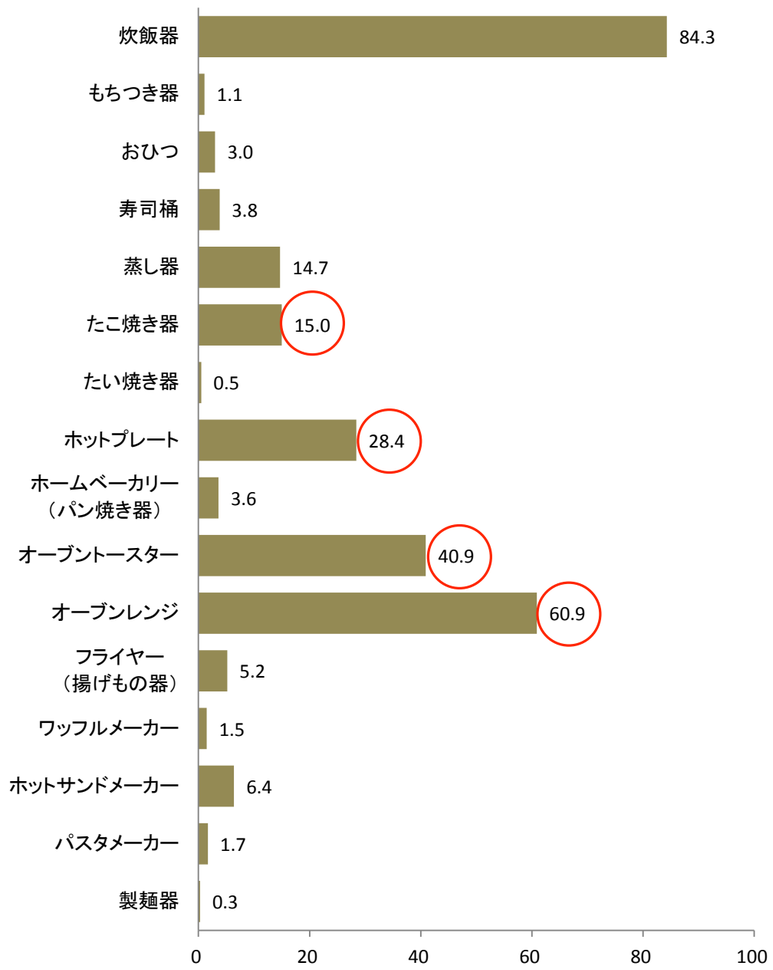
うどん vs ごはん

各SA　単位：指数



所有している調理器具

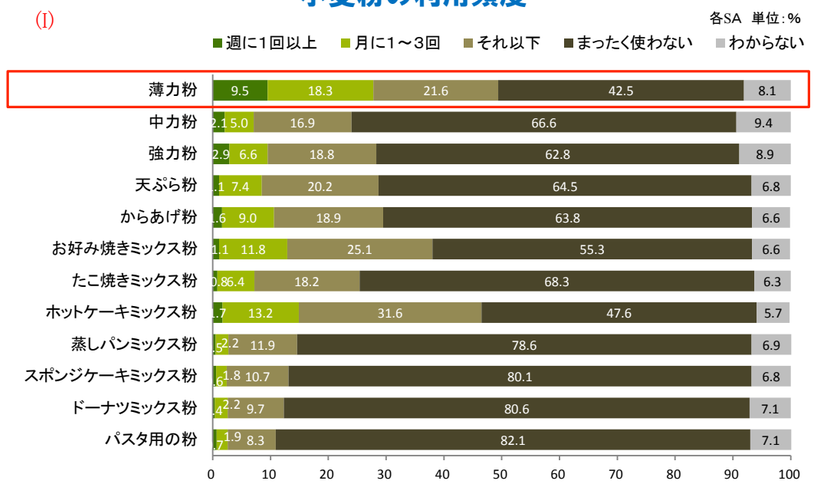
(H)　MA　単位：%



小麦粉の利用実態

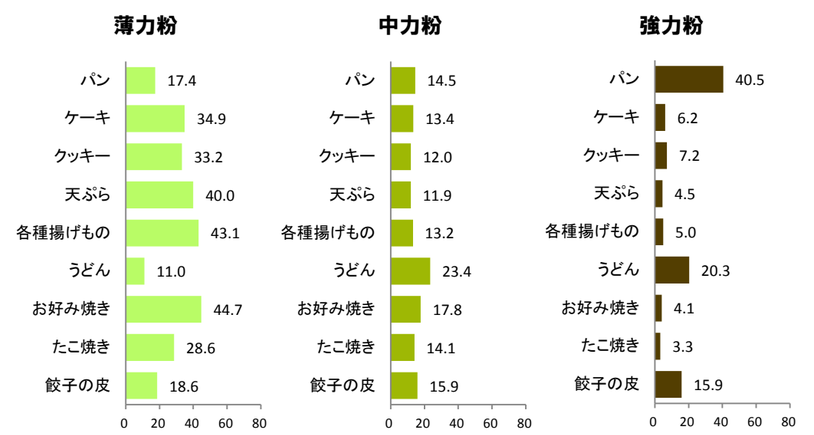
小麦粉の利用頻度

(I)　各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

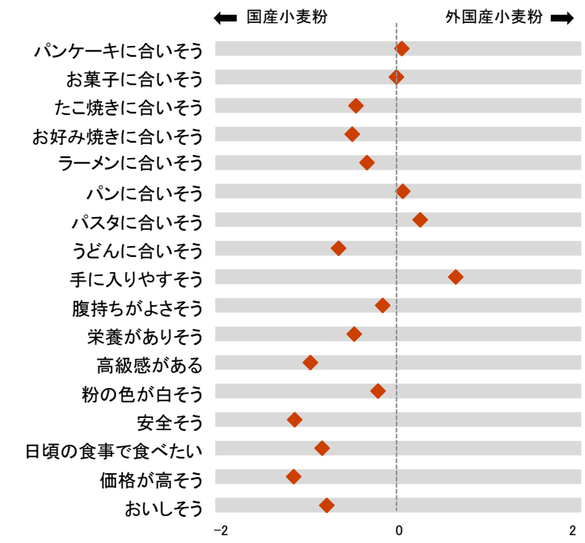
MA　単位：%



国産・外国産小麦粉のイメージ比較

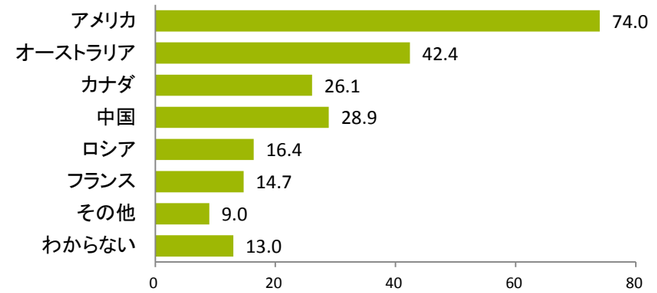
国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%



自分が子供

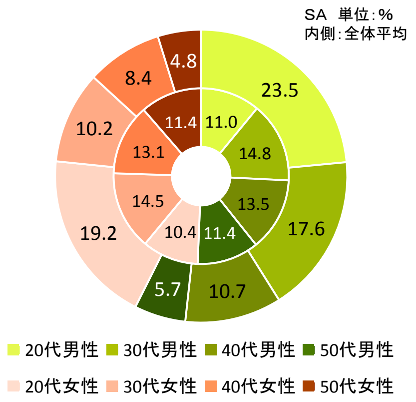
・20代男性・女性が4割強を占める。(A)
・冬調査では、昼食・夕食の摂取率は9割、朝食の摂取率は76%。朝食のみやや低い。(B)
・朝食は内食(自分か家族が調理) が3/4、中食(買ってきたもの)が2割強。夕食も内食が3/4、中食・外食が各1割強。昼食は内食が5割、中食が1/4、外食が2割でほぼ全体と同様。(C)
・夕食の3割弱、昼食の4割強、朝食の2/3は1人で食べている。(D)
・全体と比べ、朝食はごはん系がやや多く、パン類がやや少ない。(E)
・メニューランキングで見ても、朝食の主食はごはんが多く、その他の主食パンが少ない。(F)
・好きな食べものは全般に数値が低く、小麦メニューではぎょうざ・シュウマイが全体より5%以上低い。作るのが楽しい食べものでは、際立った特徴は見られない。(G)
・小麦系器具では、オーブントースター、オーブンレンジが75%、ホットプレートが7割、たこ焼き器が4割で、平均並み。(H)
・小麦粉の月に1回以上の利用率は、薄力粉が4割強、天ぷら粉が3割強で続く。(I)

プロファイル
（冬調査時）

(A)

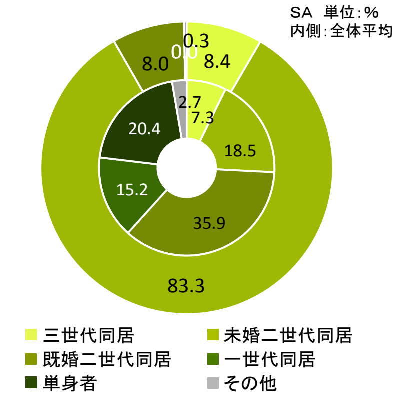
性・年代

SA 単位:% 内側:全体平均



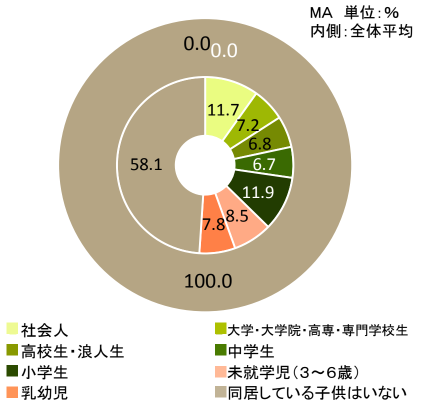
家族構成

SA 単位:% 内側:全体平均



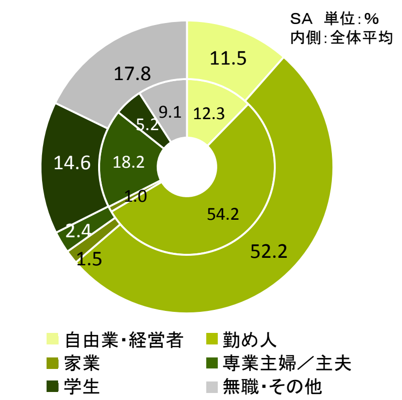
同居している子供

MA 単位:% 内側:全体平均



職業

SA 単位:% 内側:全体平均



食生活の実態

摂取率（冬調査）（一日の食事回数）

調理した人は？（夏・冬比較）
自分が家で調理
自分以外の家族が調理
買ってきたもの
お店で食べた（外食）
その他
円グラフ内側／棒グラフ下側：冬調査
円グラフ外側／棒グラフ上側：夏調査
SA 単位：%

一緒に食べた人は？
ひとりで
家族と一緒に（同じメニュー）
家族と一緒に（違うメニュー）
友人や知人と一緒に
近所・地域の人たちと一緒
勤め先などの同僚と一緒
円グラフ内側／棒グラフ上側：全体平均
円グラフ外側／棒グラフ下側：自分が子供
データ：冬調査 SA 単位：%

主食は？（夏・冬比較）
ごはん系 パン類 めん類
MA 単位：%

メニューランキング

TOP５（冬調査）
MA 単位：%
（ ）内は冬調査の全体平均との差

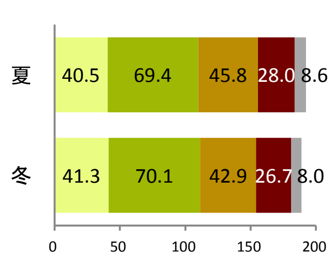
夏メニュー／冬メニュー TOP３
MA 単位：%
（ ）内は夏冬差
（当該項目の「夏調査の値」－「冬調査の値」）
＊は夏冬差が5ポイント以上

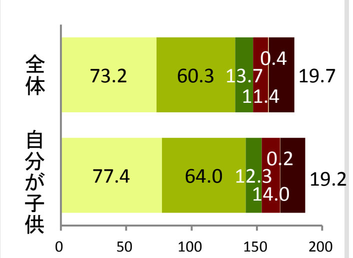
お酒

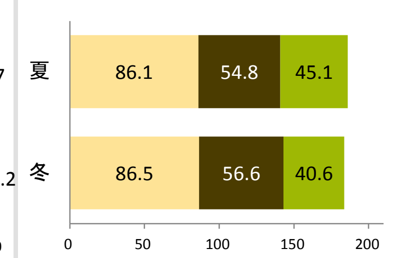
食事と一緒に飲む 夏の酒／冬の酒
MA 単位：%
飲酒率：食事をした人ベース
お酒メニュー：飲酒した人ベース ※焼酎は冬調査のみ
（ ）内は各調査の全体平均との差
＊は全体平均との差が5ポイント以上

全時間帯

（平均 2.8 回／日）







主食
①ごはん 75.3(＋3.0)
②その他の主食パン 28.1(－6.0)＊
③菓子パン 16.6(＋1.8)
④ラーメン 15.3(＋1.2)
⑤おにぎり 12.6(－0.1)

副食
①みそ汁 44.6(＋1.0)
②サラダ 36.9(－0.8)
③たまご料理 17.1(－0.8)
④魚介の焼き物 17.7(＋1.7)
⑤漬物 15.8(±0.0)

夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 4.5(＋4.1)
②豆腐・豆腐料理 10.6(＋3.8)
③そば 6.0(＋2.7)

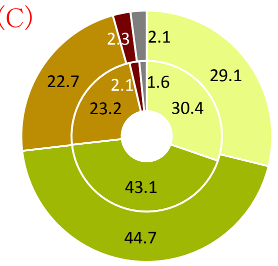
冬メニュー
①みそ汁 38.4(－6.2)
＊
②鍋もの・おでん 1.7(－5.0)
＊
③ラーメン 11.7(－3.6)

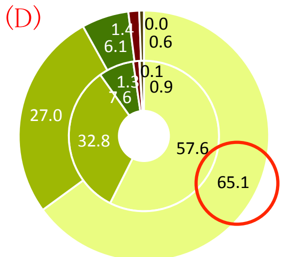
夏の飲酒率： 24.8%
①ビール／発泡酒 70.9(－5.4)＊
②サワー類 18.3(＋3.8)
③カクテル 11.2(＋5.6)＊

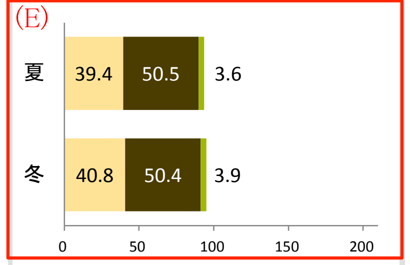
冬の飲酒率： 20.2%
①ビール／発泡酒 63.3(－2.5)
②焼酎 17.8(－4.6)
③サワー類 15.0(＋3.8)

朝食（5～10時台）

(B)
76%

(C)


(D)


(E)


(F)

主食
①ごはん 33.4(＋5.9)＊
②その他の主食パン 29.9(－6.4)＊
③菓子パン 11.9(＋0.6)
④おにぎり 4.8(－0.4)
⑤サンドイッチ 3.6(±0.0)

副食
①みそ汁 23.6(＋3.9)
②たまご料理 11.2(－0.8)
③サラダ 10.3(±0.0)
④納豆 8.1(＋0.1)
⑤ハム、ソーセージ 5.0(－1.2)

夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 4.5(＋4.1)
②豆腐・豆腐料理 10.6(＋3.8)
③そば 6.0(＋2.7)

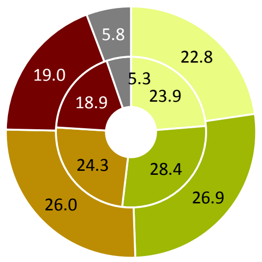
冬メニュー
①みそ汁 38.4(－6.2)
＊
②鍋もの・おでん 1.7(－5.0)
＊
③ラーメン 11.7(－3.6)

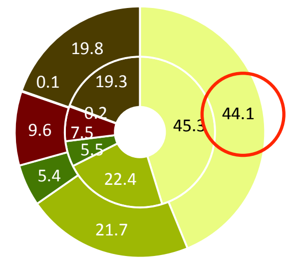
夏の飲酒率： 1.6%
①ビール／発泡酒 58.6(－4.5)
②サワー類 14.3(＋6.3)＊
③カクテル 4.0(＋2.1)

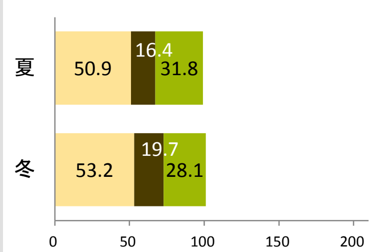
冬の飲酒率： 1.7%
①ビール／発泡酒 51.1(－10.0)＊
②焼酎 24.0(＋4.7)
③日本酒 14.2(＋6.4)＊

昼食（11～14時台）

89%







主食
①ごはん 34.3(－0.6)
②ラーメン 11.1(＋1.4)
③おにぎり 7.9(＋0.4)
④菓子パン 6.2(＋1.6)
⑤うどん、きしめん 5.9(－1.2)

副食
①みそ汁 12.6(－1.5)
②サラダ 11.7(－1.2)
③たまご料理 6.4(＋0.1)
④野菜の煮物 5.5(＋0.6)
⑤野菜いため 5.2(＋0.1)

夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 4.5(＋4.1)
②豆腐・豆腐料理 10.6(＋3.8)
③そば 6.0(＋2.7)

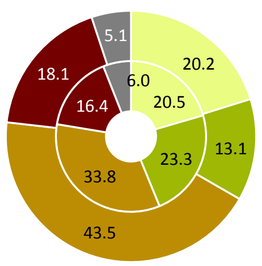
冬メニュー
①みそ汁 38.4(－6.2)
＊
②鍋もの・おでん 1.7(－5.0)
＊
③ラーメン 11.7(－3.6)

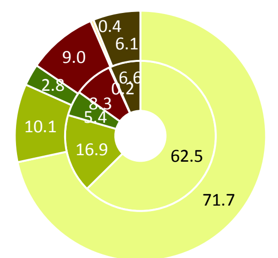
夏の飲酒率： 1.5%
①ビール／発泡酒 73.1(＋0.4)
②ワイン 9.8(＋0.4)
③カクテル 2.8(－0.2)

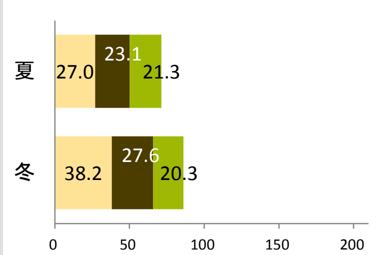
冬の飲酒率： 1.1%
①ビール／発泡酒 57.1(－2.6)
②サワー類 10.3(＋2.3)
③焼酎 9.8(－3.5)

間食（15～16時台）

9%







主食
①ごはん 21.4(＋0.9)
②菓子パン 9.2(＋0.8)
③ラーメン 7.5(＋0.3)
④その他の主食パン 6.6(＋1.8)
⑤うどん、きしめん 4.4(－0.1)

副食
①みそ汁 6.5(－0.7)
②サラダ 4.3(－2.9)
③漬物 3.8(＋0.7)
④その他の肉料理 3.3(－1.0)
⑤肉まん・あんまん 3.3(＋1.6)

夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 4.5(＋4.1)
②豆腐・豆腐料理 10.6(＋3.8)
③そば 6.0(＋2.7)

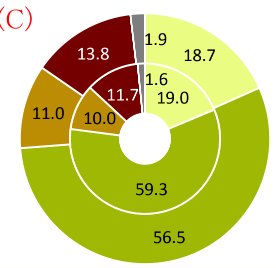
冬メニュー
①みそ汁 38.4(－6.2)
＊
②鍋もの・おでん 1.7(－5.0)
＊
③ラーメン 11.7(－3.6)

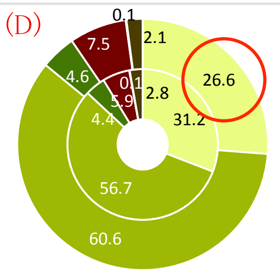
夏の飲酒率： 5.9%
①ビール／発泡酒 66.5(－2.1)
②ウィスキー／ブランデー 25.5(＋17.5)＊
③ワイン 13.9(－2.4)

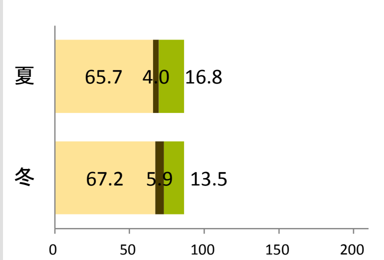
冬の飲酒率： 2.8%
①ビール／発泡酒 83.3(＋24.2)＊
②焼酎 16.7(＋6.1)＊
③サワー類 10.2(－3.0)

夕食（17～21時台）

(B)
90%

(C)


(D)




主食
①ごはん 57.5(＋3.9)
②うどん、きしめん 3.7(－0.3)
③ラーメン 2.8(－0.7)
④丼物 2.8(－0.3)
⑤パスタ料理 2.6(－1.1)

副食
①みそ汁 27.3(＋0.4)
②サラダ 27.0(＋0.2)
③魚介の焼き物 12.2(＋1.8)
④その他の肉料理 10.2(－0.7)
⑤漬物 10.2(＋0.3)

夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 4.5(＋4.1)
②豆腐・豆腐料理 10.6(＋3.8)
③そば 6.0(＋2.7)

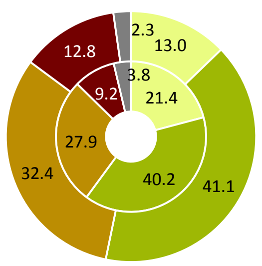
冬メニュー
①みそ汁 38.4(－6.2)
＊
②鍋もの・おでん 1.7(－5.0)
＊
③ラーメン 11.7(－3.6)

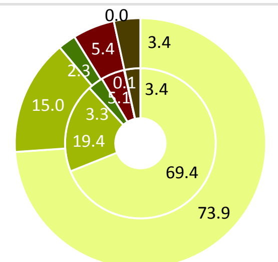
夏の飲酒率： 22.9%
①ビール／発泡酒 70.2(－5.9)＊
②サワー類 19.1(＋4.3)
③カクテル 10.5(＋5.3)＊

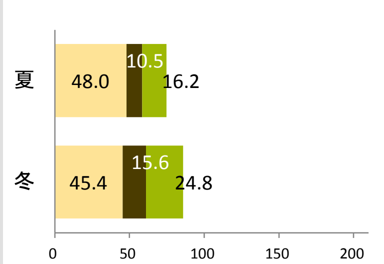
冬の飲酒率： 19.0%
①ビール／発泡酒 62.5(－3.0)
②焼酎 16.7(－6.0)＊
③サワー類 14.2(＋3.2)

夜食（22～翌朝4時台）

13%







主食
①ごはん 33.4(＋0.9)
②ラーメン 11.0(＋1.6)
③菓子パン 6.8(＋2.0)
④丼物 5.4(＋0.8)
⑤パスタ料理 5.2(＋1.1)

副食
①みそ汁 15.7(＋1.0)
②サラダ 13.9(－0.6)
③魚介の焼き物 8.0(＋1.7)
④その他の肉料理 7.0(＋0.8)
⑤野菜いため 5.7(＋0.2)

夏メニュー
①そうめん、ひやむぎ 4.5(＋4.1)
②豆腐・豆腐料理 10.6(＋3.8)
③そば 6.0(＋2.7)

冬メニュー
①みそ汁 38.4(－6.2)
＊
②鍋もの・おでん 1.7(－5.0)
＊
③ラーメン 11.7(－3.6)

夏の飲酒率： 24.0%
①ビール／発泡酒 68.6(－4.1)
②サワー類 18.9(＋6.8)＊
③カクテル 15.2(＋7.7)＊

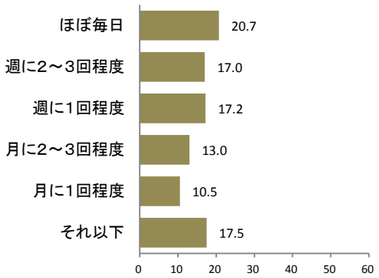
冬の飲酒率： 19.7%

パンの利用実態

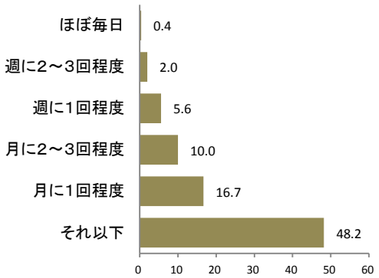
パンの消費頻度

SA　単位：%

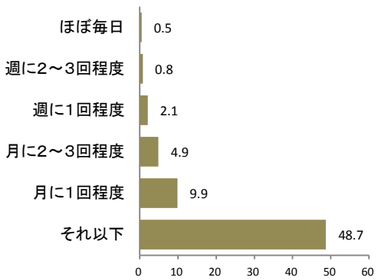
食パン



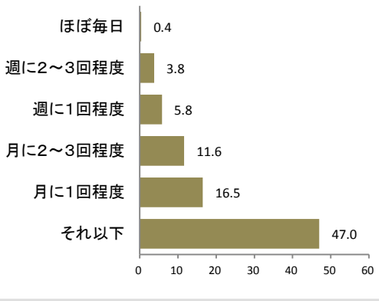
フランスパン



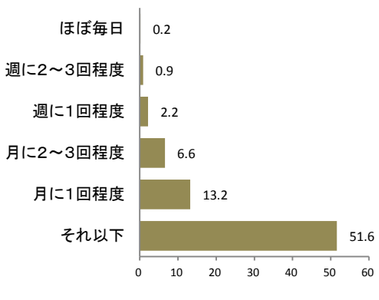
ベーグル



ロールパン



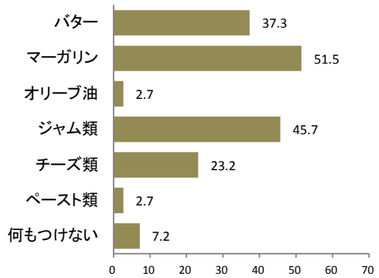
マフィン



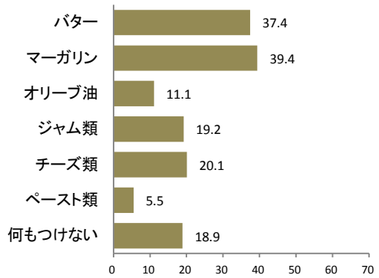
パンにつけるもの

SA　単位：%

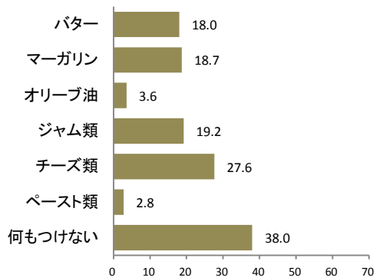
食パン



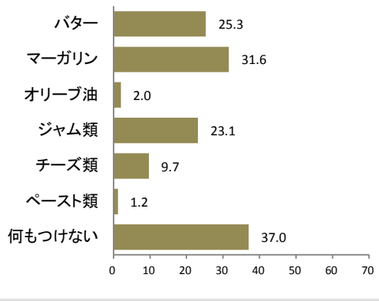
フランスパン



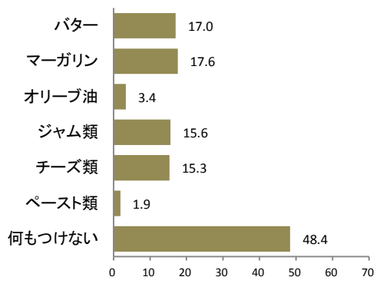
ベーグル



ロールパン



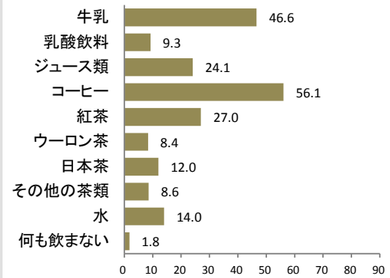
マフィン



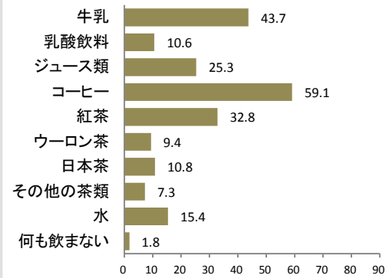
パンと一緒に飲む飲み物

SA　単位：%

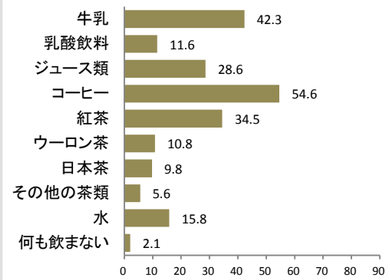
食パン



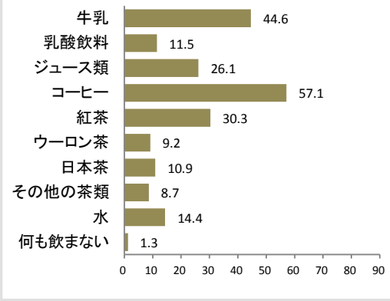
フランスパン



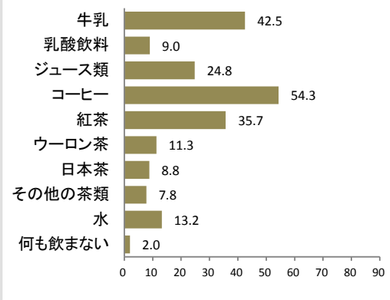
ベーグル



ロールパン



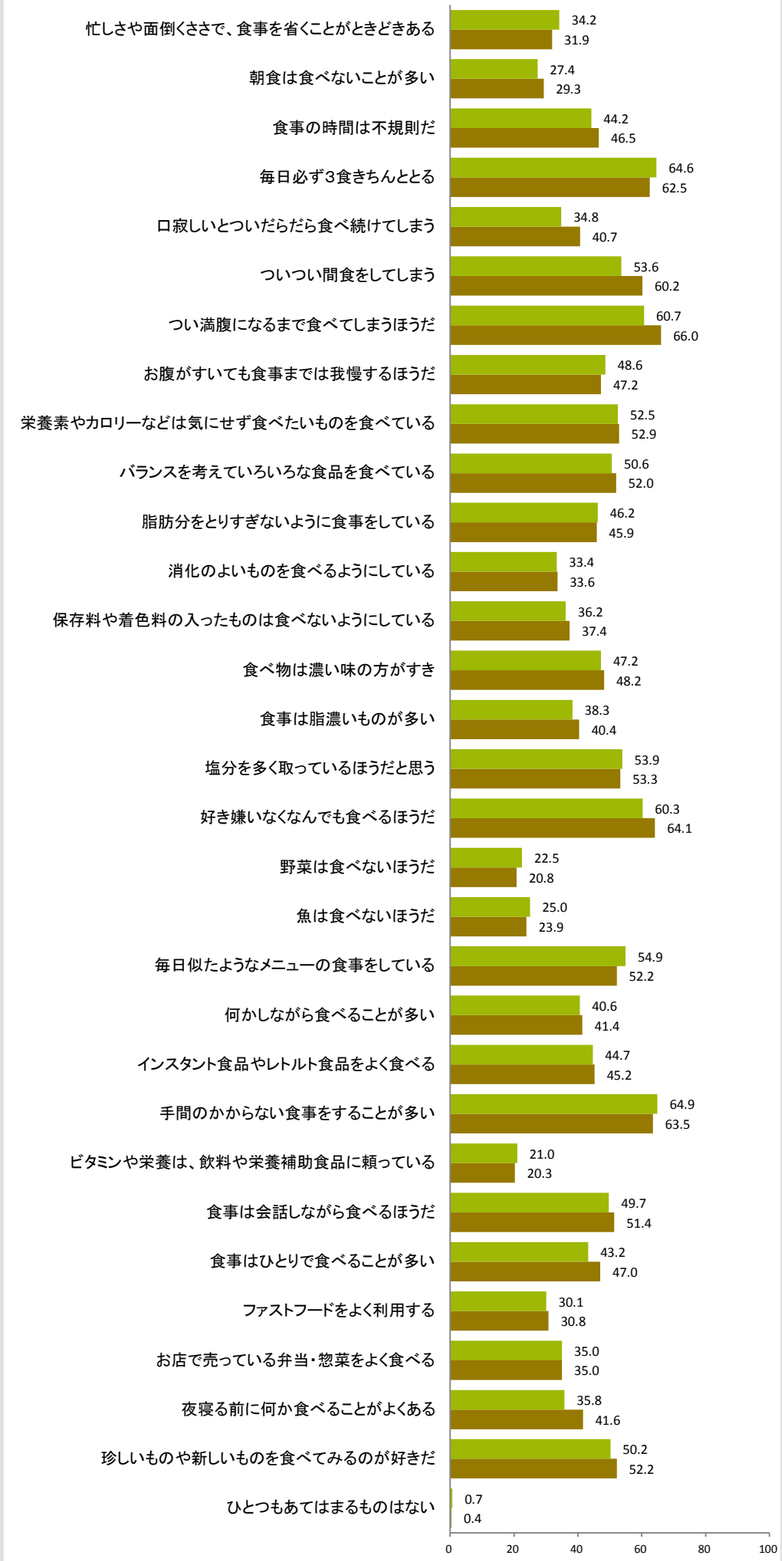
マフィン



食生活

食スタイル

各SA・「あてはまる」「ややあてはまる」の計
単位：%



(G) 好きな食べもの TOP25

MA　単位：%

(1)寿司	68.0 (−7.9)＊
(2)ごはん	67.2 (−3.0)
(3)焼肉	64.2 (−2.7)
(4)ラーメン	63.6 (−0.3)
(5)カレー(ライス)	63.2 (−0.7)
(6)とり唐揚げ	62.9 (+1.1)
(7)パスタ料理	62.0 (−1.7)
(8)うどん、きしめん	61.0 (−0.6)
(9)刺身	59.5 (−7.0)＊
(10)ハンバーグ	58.0 (+0.9)
(11)サラダ	57.0 (−5.1)＊
(12)焼き鳥	55.7 (−0.8)
(13)お好み焼	54.4 (−2.1)
(14)たこ焼き	54.1 (+1.0)
(15)チャーハン	53.4 (+1.5)
(16)みそ汁	53.3 (−4.0)
(17)しょうが焼き	52.6 (−3.7)
(18)ステーキ	52.2 (−1.7)
(19)ぎょうざ・シュウマイ	52.0 (−5.0)＊
(20)ピザ(ピザパイ)	51.4 (−0.5)
(21)とんかつ	51.3 (−1.8)
(22)丼物	50.9 (−0.5)
(23)サンドイッチ	50.6 (−3.8)
(24)天ぷら	50.2 (−4.2)
(25)そば	50.1 (−2.6)

(G) 作るのが楽しい食べもの TOP25

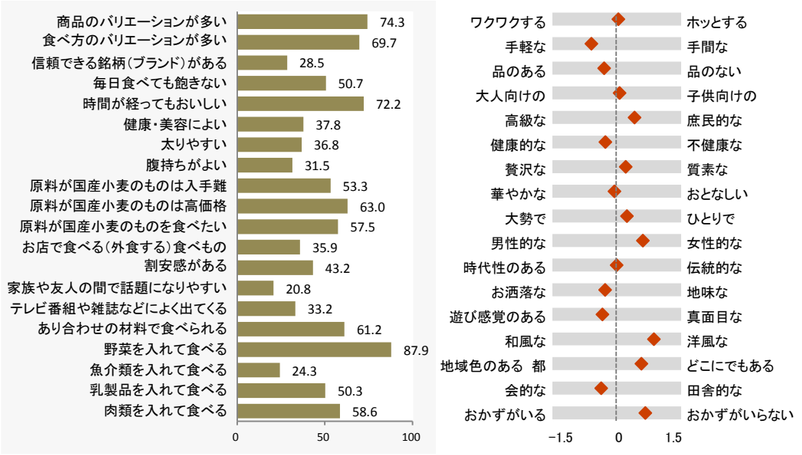
SA　単位：%

(1)カレー	30.5 (−3.1)
(2)パスタ料理	27.7 (−0.5)
(3)チャーハン	26.4 (+3.3)
(4)お好み焼	19.9 (−1.9)
(5)ハンバーグ	17.0 (−1.1)
(6)たこ焼き	16.1 (+0.9)
(7)焼そば	15.8 (−0.6)
(8)シチュー	15.6 (−1.9)
(9)野菜いため	14.5 (−1.0)
(10)たまご料理	14.5 (+0.8)
(11)焼肉	13.8 (−1.5)
(12)ラーメン	13.5 (+0.9)
(13)サラダ	13.2 (−2.3)
(14)丼物	13.1 (−1.2)
(15)ピラフ・オムライス	13.1 (+0.2)
(16)サンドイッチ	12.8 (−0.8)
(17)みそ汁	12.8 (−0.4)
(18)うどん、きしめん	12.4 (+0.4)
(19)しょうが焼き	12.1 (−2.3)
(20)ぎょうざ・シュウマイ	12.0 (−2.3)
(21)肉の煮込み料理	10.0 (−4.0)
(22)グラタン	9.8 (−1.2)
(23)スープ	9.7 (+0.8)
(24)鍋もの・おでん	9.6 (−4.6)
(25)ハヤシライス	9.6 (−0.9)

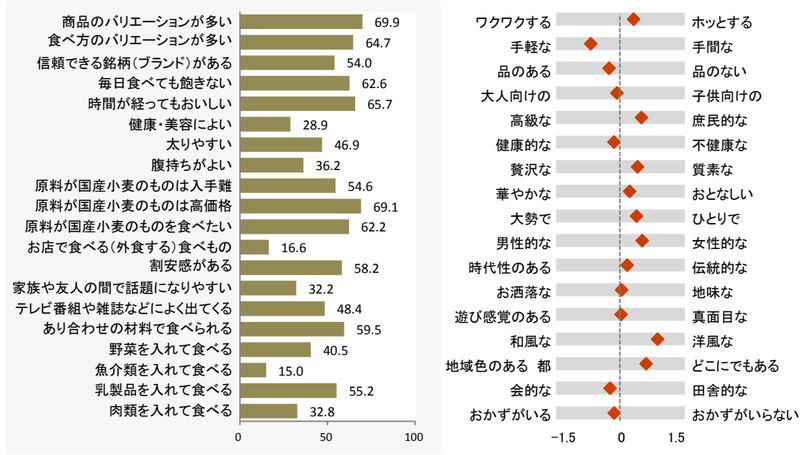
食材に対する意識とイメージ

右側のグラフの指数は、「A:ワクワクする」←→「B:ホッとする」などの対立項目17項目それぞれにつき、食材のイメージがどちらに近いかを質問。「Aに近い」(1)、「Aにやや近い」(2)、「Bにやや近い」(3)、「Bに近い」(4)として加重平均を出したもの。各指数の値は中間の値2.5からのイメージの距離を示し、-1.5は左側の項目に、1.5は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

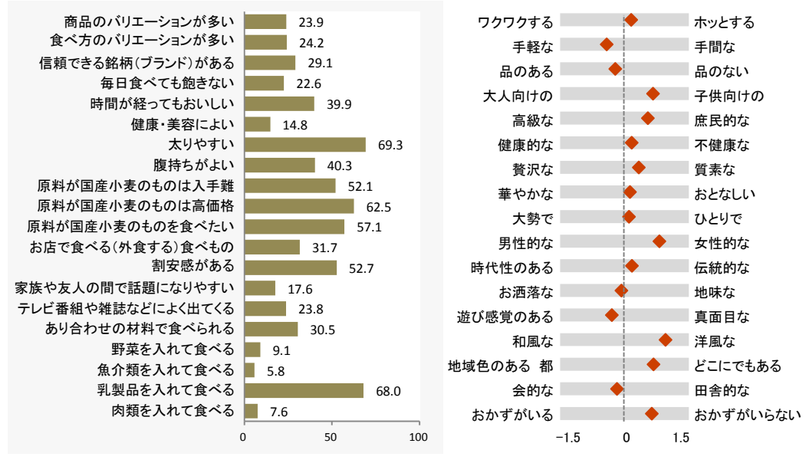
サンドイッチ



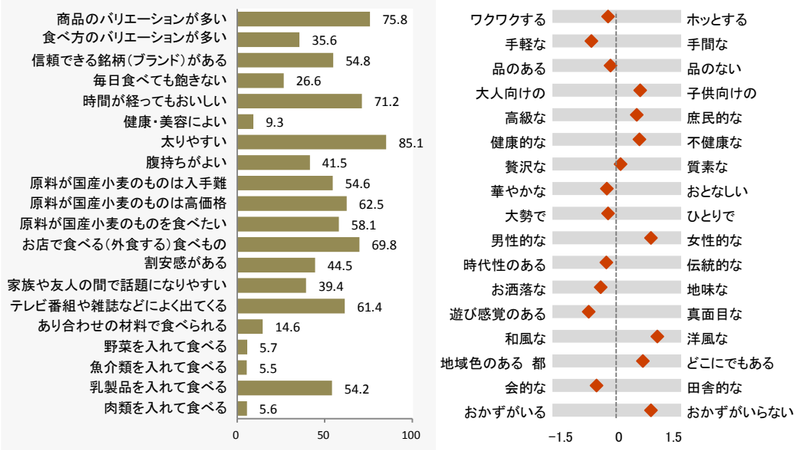
主食パン



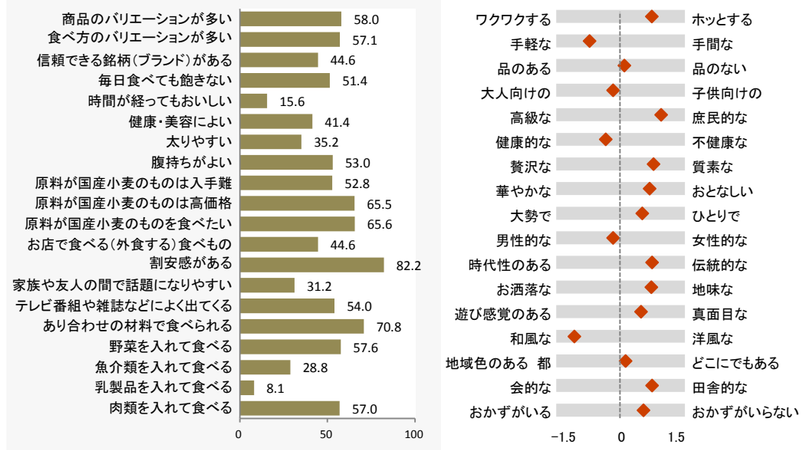
パンケーキ



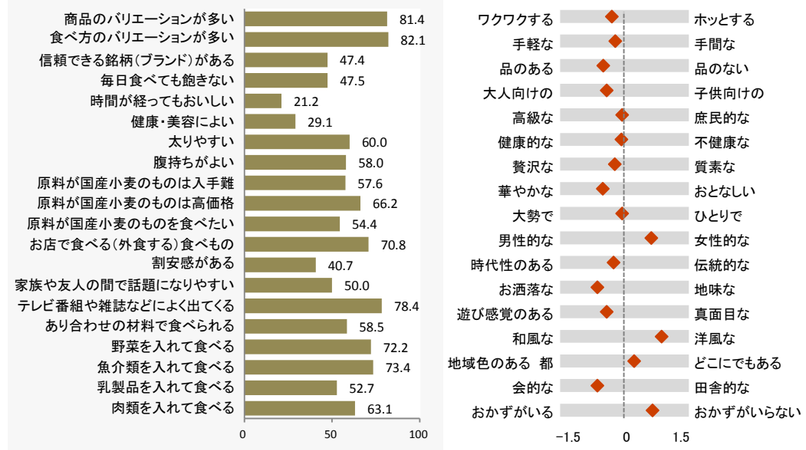
ドーナツ



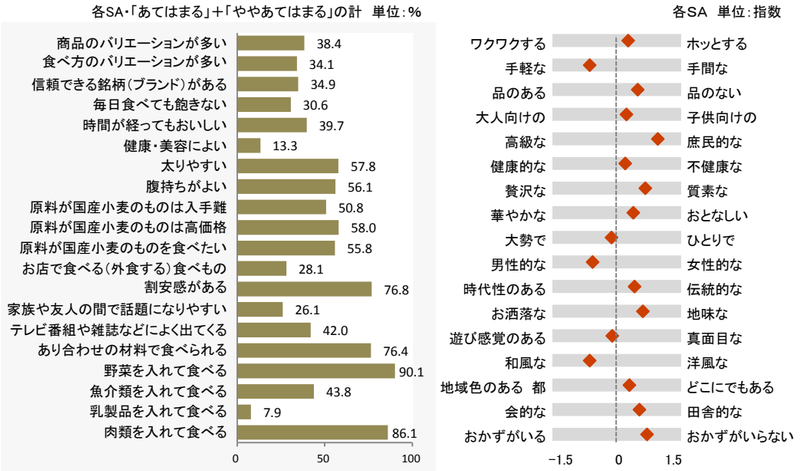
うどん



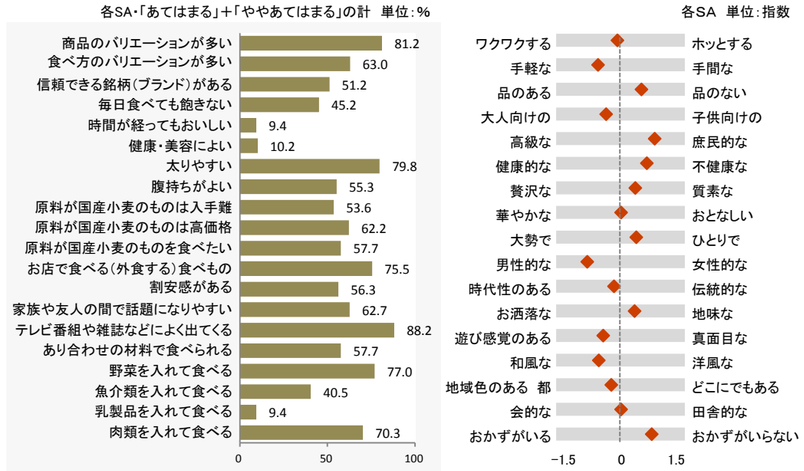
パスタ料理



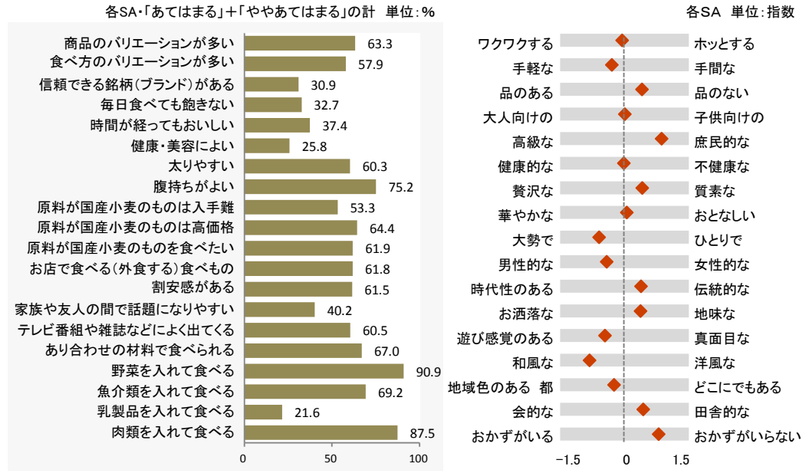
焼そば



ラーメン



お好み焼

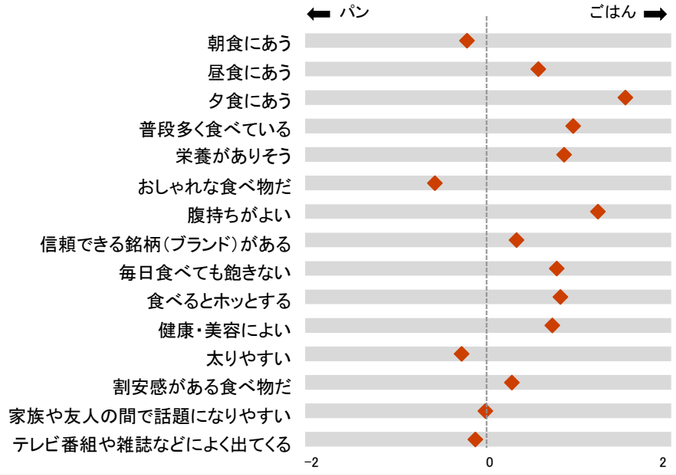


食材とごはんのイメージ比較

指数：各項目それぞれのイメージ内容が小麦食品（パン、うどん、パスタ）とごはんのどちらに近いかを質問。「小麦食品に近い」(-2)、「小麦食品にやや近い」(-1)、「どちらでもない」(0)、「ごはんにやや近い」(1)、「ごはんに近い」(2)として加重平均を出したもの。数値は各項目へのイメージの距離を示し、-2は左側の項目に、2は右側の項目にイメージが最も近いことを示している。中間値の0は対立項のどちらにもイメージが偏っていないことを示している。

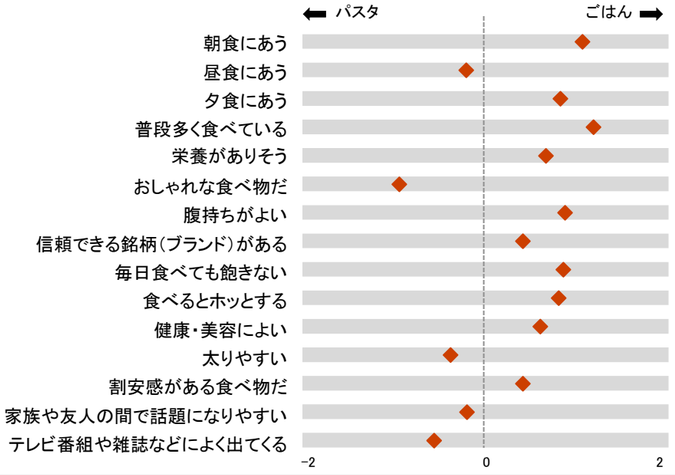
パン vs ごはん

各SA　単位：指数



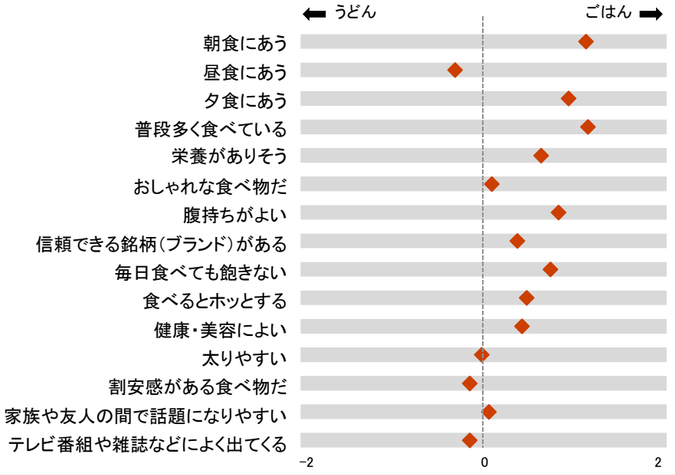
パスタ vs ごはん

各SA　単位：指数



うどん vs ごはん

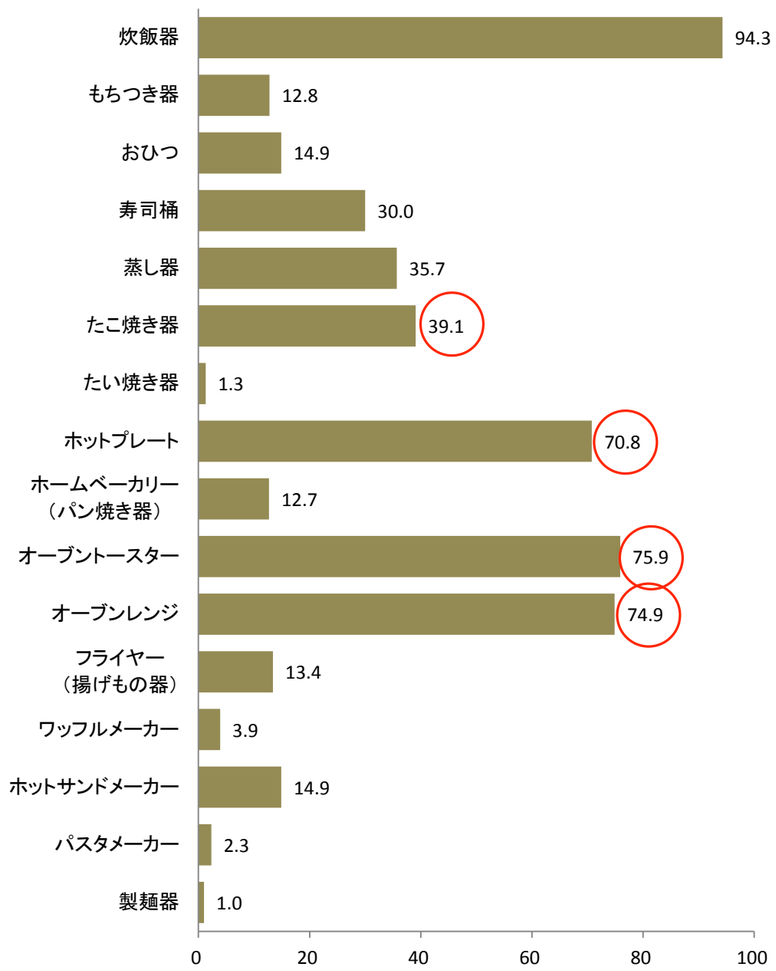
各SA　単位：指数



所有している調理器具

(H)

MA　単位：%

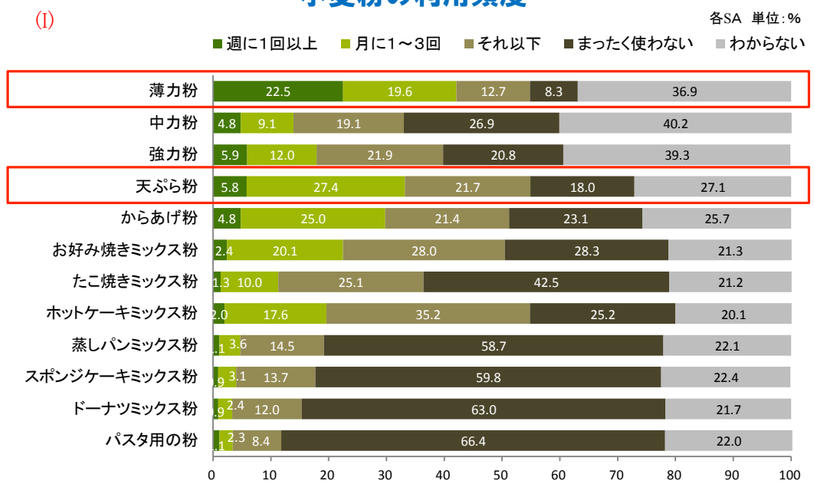


小麦粉の利用実態

小麦粉の利用頻度

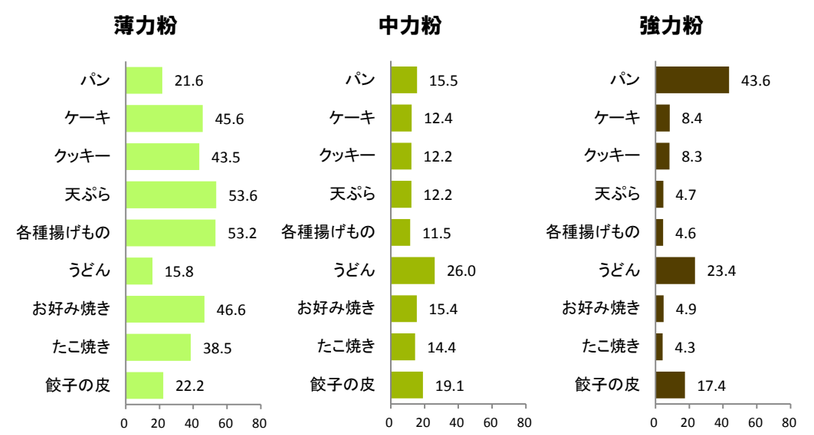
(I)

各SA　単位：%



小麦粉の利用用途

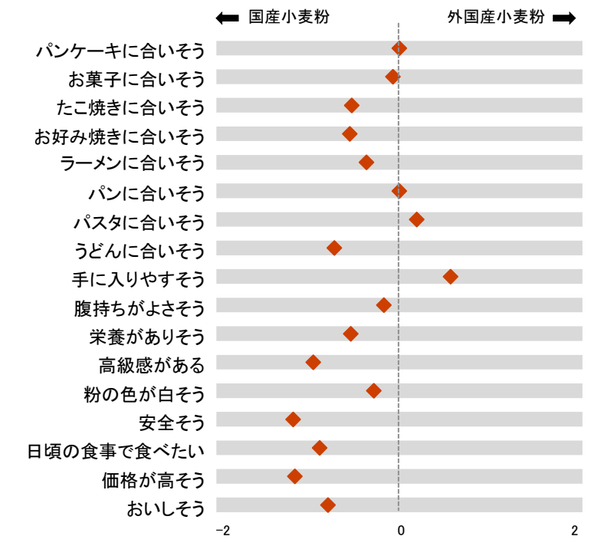
MA　単位：%

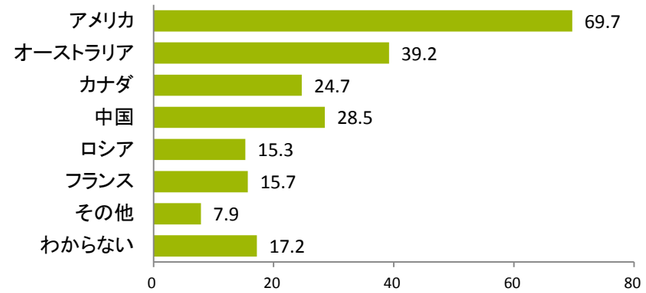


国産・外国産小麦粉のイメージ比較

国産小麦粉 vs 外国産小麦粉

各SA　単位：指数



小麦の輸入先国（意識）

MA　単位：%