

厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
栄養・食事関連メディア情報の科学的評価及び国民への影響の分析のための研究
総括研究報告書

栄養・食事関連メディア情報に関する調査:実施方法と単純集計

研究代表者 東京大学大学院医学系研究科 村上健太郎
研究分担者 東京大学医学部附属病院 奥原剛
研究協力者 東京大学大学院医学系研究科 篠崎奈々

研究要旨

背景：栄養・食事関連情報は各種メディアから自由に発信されているが、その信憑性は必ずしも保証されていない。また、国民の側には各種情報を科学的に評価し、正しく取捨選択するための「指針」も「参考情報」も与えられていない。しかし、一般の日本人が栄養・食事関連メディア情報をどのように扱っているかを記述した研究は、われわれの知る限り存在しない。

目的：本研究では、一般の日本人および管理栄養士など栄養・食事関連の専門職を対象として、栄養・食事関連メディア情報への接し方および接し方に関連する要因を検討することを目的として、オンライン調査を実施した。

方法：20～79歳の一般の日本人および管理栄養士など栄養・食事関連の専門職を対象として、栄養・食事関連メディア情報への接し方および接し方に関連する要因を検討することを目的としたオンライン質問票調査を実施した。

結果：予定どおり6600人から回答を得られた。

結論：今後は、一般集団およびそれぞれの栄養・食事関連の専門職における、栄養・食事関連メディア情報の主要な情報源およびそれへの信頼度を記述したうえで、その差異を検討する予定である。また、それぞれのメディアへの接し方に関連する要因(性、年齢、ヘルスリテラシー、フードリテラシー、食習慣など)を、多変量解析を用いて検討する予定である。

A. 研究目的

現在、栄養・食事関連情報は各種メディアから自由に発信されている。その信憑性は必ずしも保証されておらず、そのため、国民に届けられるべき情報が国民に浸透しなかったり、逆に、科学的信頼度の低い情報が流布したりする恐れがある。国民の側には

それを科学的に評価し、正しく取捨選択するための「指針」も「参考情報」も与えられていない。これは結果として国民の健康保持・健康増進を阻害している恐れがある。しかし、一般の日本人が栄養・食事関連メディア情報をどのように扱っているかを記述した研究は、われわれの知る限り存在しない。そこで

本研究では、一般の日本人および管理栄養士など栄養・食事関連の専門職を対象として、栄養・食事関連メディア情報への接し方および接し方に関連する要因を検討することを目的とする。

B. 研究方法

本研究は、楽天インサイト株式会社（以下、楽天インサイトとする）に委託して実施した。よって、楽天インサイトの登録モニターが対象となった。研究対象者の合計人数は6600人である。対象集団と予定対象人数は以下のとおりで、楽天インサイト担当者と相談のうえ、実施可能性を考慮して決定した。

- ① メディア関係者（放送業、映像・音楽・文字制作業（映像制作、配給、新聞、出版、広告など）の方）396人
- ② 栄養士 264人
- ③ 管理栄養士 396人
- ④ 医師（開業医、病院勤務など。歯科医、獣医師、臨床心理士などは除外）528人
- ⑤ 歯科医師 132人
- ⑥ 看護師・助産師・保健師（准看護師は除外）528人
- ⑦ 薬剤師 396人
- ⑧ 食に関する民間資格所有者（例：フードコーディネーター、サプリメントアドバイザーなど）660人
- ⑨ 一般成人 3300人（20歳代男性、30歳代男性、40歳代男性、50歳代男性、60歳代男性、70歳代男性、20歳代女性、30歳代女性、40歳代女性、50歳代女性、60歳代女性、70歳代女性の各グループ 275人ずつ）

本研究の組み入れ基準は、上記の①～⑨の集団のそれぞれについて条件を満たす人を対象とした。なお、①～⑧の集団においては、一般成人における年齢範囲と合わせるために、年齢の下限を20歳、上限を79歳とした。本研究の除外基準は、19歳以下もしくは80歳以上の人である。また、②～⑧にあてはまらない医療・福祉・健康系の専門職（例：獣医師、歯科衛生士、准看護師、臨床心理士、介護福祉士）の人は⑨（一般成人）にも含めないこととした。

○研究デザイン

本研究は、オンライン質問紙調査による横断研究である。全てのデータ収集は、調査会社（楽天インサイト株式会社）のシステムを用いて行われた。調査は2023年2月10日～3/15日に実施された。

○研究対象者のリクルート

研究対象者は、調査会社（楽天インサイト株式会社）の登録モニターの中からEメールで募集された。参加者の適格基準は上述のとおりで、基準に合致する候補者を事前のスクリーニング調査で選定した。

○スクリーニング調査

スクリーニング調査では、適格基準に記載の項目、すなわち、性別、年齢、業種、職種、食に関する民間資格の保有の有無について質問した。

○本調査

スクリーニング調査により基準に合致した方が、本調査の参加者候補となった。参加

者候補となった方は、本研究の説明の文章を読んだうえで、調査参加の意向があれば「協力する」を選択し、本調査画面へ進んだ。

○本調査における質問項目

本調査の質問項目は付録 1 に示すとおりで、大きく分けると、1) 基本属性、2) 栄養・食事関連メディア情報の情報源とその信頼度[1,2]、3) ヘルスリテラシー[3]、4) フードリテラシー[4]、5) 健康的な食へのモチベーション[5]、6) 特別な食習慣[6]、7) 資格をもとにした仕事の有無、8) 食習慣[7]、9) きちんと回答しているかどうかに関する質問、の九つである。

○研究における倫理面への配慮

本研究は、ヘルシンキ宣言のガイドラインに従って実施された。また、東京大学医学部倫理委員会の承認を得ている(審査番号:2022288NI。承認日:2023 年 1 月 10 日)。インフォームド・コンセントに関しては、オンライン質問票を回答する前に「研究に協力する」を選択することで同意とした。

C. 研究結果

予定どおり 6600 人から回答を得られた。本研究で得られた変数に関する単純集計は付録 2 に示すとおりである。

D. 考察

今後は、一般集団およびそれぞれの栄養・食事関連の専門職における、栄養・食事関連メディア情報の主要な情報源およびそれへの信頼度を記述したうえで、その差異を検討する予定である。また、それ

のメディアへの接し方に関連する要因(性、年齢、ヘルスリテラシー、フードリテラシー、食習慣など)を、多変量解析を用いて検討する予定である。

E. 結論

一般の日本人が栄養・食事関連メディア情報をどのように扱っているかを記述した研究は、われわれの知る限り存在しない。そこで本研究では、一般の日本人および管理栄養士など栄養・食事関連の専門職を対象として、栄養・食事関連メディア情報への接し方および接し方に関連する要因を検討することを目的として、オンライン調査を実施した。その結果、予定どおり 6600 人(20~79 歳)から回答を得られた。このデータをもとにすれば、一般集団およびそれぞれの栄養・食事関連の専門職における、栄養・食事関連メディア情報の主要な情報源およびそれへの信頼度を記述することや、その差異を検討することが可能である。また、それぞれのメディアへの接し方に関連する要因(性、年齢、ヘルスリテラシー、フードリテラシー、食習慣など)を検討することも可能である。

F. 参考文献

- [1] Covolo L, Guana M, Bonaccorsi G, et al. Exploring the Online Health Information-Seeking Behavior in a Sample of Italian Women: The "SEI Donna" Study. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(8):4745.
- [2] Inoue M, Shimoura K, Nagai-Tanima M, Aoyama T. The Relationship Between Information Sources, Health

- Literacy, and COVID-19 Knowledge in the COVID-19 Infodemic: Cross-sectional Online Study in Japan. *J Med Internet Res*. 2022;24(7):e38332.
- [3] Ishikawa H, Nomura K, Sato M, et al. Developing a measure of communicative and critical health literacy: a pilot study of Japanese office workers. *Health Promot Int*. 2008;23(3):269-274.
- [4] Poelman MP, Dijkstra SC, Sponselee H, et al. Towards the measurement of food literacy with respect to healthy eating: the development and validation of the self-perceived food literacy scale among an adult sample in the Netherlands. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2018;15(1):54.
- [5] Naughton P, McCarthy SN, McCarthy MB. The creation of a healthy eating motivation score and its association with food choice and physical activity in a cross sectional sample of Irish adults. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2015;12:74.
- [6] Karlsen MC, Lichtenstein AH, Economos CD, et al. Participant characteristics and self-reported weight status in a cross-sectional pilot survey of self-identified followers of popular diets: Adhering to Dietary Approaches for Personal Taste (ADAPT) Feasibility Survey. *Public Health Nutr*. 2020;23(15):2717-2727.
- [7] Murakami K, Shinozaki N, Kimoto N, Masayasu S, Sasaki S. Relative validity of food intake in each meal type and overall food intake derived using the Meal-based Diet History Questionnaire against the 4-day weighed dietary record in Japanese adults. *Nutrients*. 2022;14(15):3193.
- G. 研究発表
1. 論文発表
なし
2. 学会発表
なし
- H. 知的財産権の出願・登録状況
なし

厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
栄養・食事関連メディア情報の科学的評価及び国民への影響の分析のための研究
総括研究報告書

栄養・食事関連メディア情報に関する調査:実施方法と単純集計

付録1

■質問カウント数 SC

6問

調査票出力日時：2023/02/28 19:32

ウ
質
問
ト
カ

SC調査			
0問	任意		このアンケートには、要配慮個人情報を取扱う項目が含まれる場合があります。 ご回答いただいた内容は、楽天インサイトのクライアントおよびプロジェクト関係者に提供され、本プロジェクトの分析にのみ利用します。 この内容を基に、ご回答された方を特定しようとして、直接、広告・販促を実施したりすることはありません。 同意いただける場合のみ、調査にご参加ください。
	X1	フリー フォーム	(質問文非表示)
改ページ			
0問	任意		このアンケートには、【郵便番号】を取扱う質問が含まれる場合があります。 ご回答いただいた内容は、楽天インサイトのクライアントおよびプロジェクト関係者に提供され、本プロジェクトの分析にのみ利用します。 この内容を基に、ご回答された方を特定しようとして、直接、広告・販促を実施したりすることはありません。
	X2	フリー フォーム	(質問文非表示)
改ページ			
1問	必須		このアンケート調査は、東京大学大学院医学系研究科社会予防疫学分野が、学術目的で行うもので、栄養・食事関連メディア情報への接し方についてお伺いする質問が含まれています。 回答内容はすべて統計的に処理され、研究者側では個人を特定することはありません。 上記をご理解の上、ご協力いただけるようでしたら、アンケートへの回答をお願いいたします。
	X3	SA	
			1 協力する 2 協力しない
		終了条件	
		No	条件名
		1	調査対象外のため
			条件式
			(X3 or 2)
改ページ			
1問	必須		あなたの（生物学的な）性別を教えてください。 この質問は登録情報を再掲しています。現在の情報と異なる場合は選択しなおしてください。 登録情報の修正はこちらからお願いします。
	SC1	SA	
			1 男性 2 女性
		基本属性質問	
		性別	
改ページ			
1問	必須		あなたの年齢を教えてください。 （半角数字でご記入ください） この質問は登録情報を再掲しています。現在の情報と異なる場合は入力しなおしてください。 登録情報の修正はこちらからお願いします。
	SC2	短文FA	
			1 [FA]【必須】(数字小数不可)(制限あり:0以上999以内)歳
		基本属性質問	
		年齢	
		終了条件	
		No	条件名
		2	調査対象外のため
			条件式
			((SC2_1 val) < 20) OR ((SC2_1 val) > 79))
改ページ			
1問	必須		あなたの現在のお仕事についておたずねします。 あなたの現在のお仕事は、以下のうちのどの業種にあてはまりますか？
	SC3	SA	
			1 農業、林業、漁業 2 鉱業、採石業、砂利採取業 3 建設業 4 製造業 5 電気・ガス・熱供給・水道業 6 運輸業、郵便業 7 通信業 8 放送業 9 映像・音声・音楽・制作業/配給業 10 印刷業・出版業・新聞業 11 広告代理店業・広告制作業・広告関連業 12 卸売業、小売業 13 金融業、保険業 14 教育、学習支援業 15 不動産業、物品賃貸業

ウ
質
問
ト
カ

本調査									
1問	必須		本調査「栄養・食事関連メディア情報に関する調査」の説明 1. この研究の概要 (1) 研究課題 栄養・食事関連メディア情報に関する調査（審査番号 2022288NI） (2) 研究機関名および研究責任者氏名 この研究が行われる研究機関と研究責任者は次に示す通りです。 【研究機関】東京大学大学院医学系研究科 社会予防疫学分野 【研究責任者】村上健太郎（社会予防疫学分野 助教） 【研究分担者】奥原剛（医療コミュニケーション学 准教授） 篠崎奈々（社会予防疫学分野 客員研究員） ※上記3名がデータの解析、論文執筆等を行います。 (3) 研究期間 2023年01月13日～2027年12月31日。 (4) 研究目的 栄養・食事関連メディア情報への接し方および接し方に関連する要因を調査することが目的です。 (5) 研究方法 楽天インサイト株式会社の協力によりインターネット調査を実施いたします。東京大学は、皆様の回答内容を、個人を直接特定できる情報を含まない研究用IDで管理するデータとして取得して解析します。 2. ご協力いただくかどうかは皆様のご自由です この調査にご協力いただくかどうかは皆様の自由意思に委ねられています。調査実施時に「本アンケートに協力する」を選択することで調査協力への同意とさせていただきます。ご理解の上、ご協力いただけるようでしたらぜひとも調査にご協力を頂きたく、お願い申し上げます。						
	X4	SA							
			1 本アンケートに協力する 2 本アンケートに協力しない						
			終了条件 <table border="1"> <thead> <tr> <th>No</th> <th>条件名</th> <th>条件式</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3</td> <td>調査対象外のため</td> <td>(X4 or 2)</td> </tr> </tbody> </table>	No	条件名	条件式	3	調査対象外のため	(X4 or 2)
No	条件名	条件式							
3	調査対象外のため	(X4 or 2)							
改ページ									
1問	必須								
	Q1	短文FA	あなたの身長（センチメートル）を小数点第一位まで半角数字で入力してください（例：160.3cmの場合→160.3）。 （半角数字でご記入ください）						
		1	[FA]【必須】(数字小数可)(制限あり:100以上299.9以内)cm						
改ページ									
1問	必須								
	Q2	短文FA	あなたの体重（キログラム）を小数点第一位まで半角数字で入力してください（例：51.2cmの場合→51.2）。 （半角数字でご記入ください）						
		1	[FA]【必須】(数字小数可)(制限あり:20以上150以内)kg						
改ページ									
0問	必須								
	Q3	リクルートフォーム	現在の住所の郵便番号を半角数字7桁（ハイフンなし）で入力してください（研究目的以外に使用することはありません）。						
			郵便番号 必須						
改ページ									
1問	必須								
	Q4	SA	あなたが最後に卒業した学校は次のどれですか。 答えにくい質問で申し訳ありませんが、研究に必要な情報のためおたずねします。						
			1 中学校 2 高等学校 3 短大・専門学校・高等専門学校 4 大学・大学院・大学院 5 その他						
改ページ									
1問	必須								
	Q5	SA	あなたは現在、結婚していますか？						
			1 はい 2 いいえ 3 回答したくない						
改ページ									
1問	必須								

1問	Q6	短文FA	あなたを含めて何人で同居していますか？ ベッドは含めません。 一人暮らしの方は「1」と入力してください。 (半角数字でご記入ください)								
			1 [FA]【必須】(数字小数不可)(制限あり:1以上15以内)人								
	改ページ										
1問	Q7	SA	過去1年間のあなたの家族全体の収入は、税金を支払う前の額でおよそいくらでしたか。 他の家族の方の収入や、株式配当、臨時収入、副収入などすべての収入を含んだものでお答えください。 答えにくい質問で申し訳ありませんが、研究に必要な情報のためおたずねします。								
			1 100万円未満 2 100万円台 3 200万円台 4 300万円台 5 400万円台 6 500万円台 7 600万円台 8 700万円台 9 800万円台 10 900万円台 11 1,000万円台 12 1,100万円台 13 1,200万円台 14 1,300万円台 15 1,400万円台 16 1,500万円以上 17 わからない 18 回答したくない								
	改ページ										
1問	Q8	SA	現在の就学・就労状況を教えてください。 複数該当する場合はもっとも時間が長いものひとつを選んでください。								
			1 なし（家事を含む） 2 学生 3 パートタイム（週20時間未満の勤務） 4 パートタイム（週20時間以上の勤務） 5 フルタイム								
	選択肢表示条件（前提条件 全て非表示） <table border="1"> <thead> <tr> <th>No</th> <th>条件式</th> <th>表示項目</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>(SC3 or 20)</td> <td>1. なし（家事を含む） 2. 学生</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>(SC3 or 1~19)</td> <td>3. パートタイム（週20時間未満の勤務） 4. パートタイム（週20時間以上の勤務） 5. フルタイム</td> </tr> </tbody> </table>			No	条件式	表示項目	1	(SC3 or 20)	1. なし（家事を含む） 2. 学生	2	(SC3 or 1~19)
No	条件式	表示項目									
1	(SC3 or 20)	1. なし（家事を含む） 2. 学生									
2	(SC3 or 1~19)	3. パートタイム（週20時間未満の勤務） 4. パートタイム（週20時間以上の勤務） 5. フルタイム									
1問	Q9	MA	過去5年間に病院で、服薬・手術などの治療を受けた病気はありますか。 (いくつでも)								
			1 なし(排他) 2 高血圧症 3 脳卒中・脳梗塞・脳出血 4 脂質異常症 5 糖尿病 6 高尿酸血症・痛風 7 骨折・骨粗鬆症 8 肝臓の病気 9 腎臓の病気 10 肺の病気 11 心臓の病気 12 がん 13 その他[FA](回答必須)(入力制限なし)(200文字まで)								
	改ページ										
1問	Q10	SA	あなたはタバコ（電子タバコを含む）を吸いますか？ 禁煙してから1年たっていない人は「吸う」にチェックをつけたうえで、吸っていたころの本数を答えてください。								
			1 吸ったことがない 2 1年以上前に禁煙した 3 吸う（1日20本以下） 4 吸う（1日20本より多い）								
	改ページ										
1問	Q11	MA	栄養や食事についての情報を得るときに、あなたが日常的に情報源として用いている媒体・メディアは以下のうちのどれですか？ 当てはまるものすべてをお選びください。 (いくつでも)								
			1 テレビ 2 ラジオ 3 新聞 4 出版物（雑誌など） 5 自治体のニュースレター 6 ウェブサイト（政府や医療メーカー）								

[illegible]

1問	SA		8 ニュースアプリ	必須		
	SA		9 動画サイト（Youtubeなど）	必須		
	SA	10	ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	必須		
			【選択肢】			
			1 全くそう思わない			
			2 あまりそう思わない			
			3 どちらともいえない			
			4 ややそう思う			
			5 非常にそう思う			
1問			質問アイテム引継ぎ設定			
			No	予約語	引継ぎ項目	表示項目
			1	{Q11.1 回答}	1.テレビ	1.テレビ
				{Q11.2 回答}	2.ラジオ	2.ラジオ
				{Q11.3 回答}	3.新聞	3.新聞
				{Q11.4 回答}	4.出版物（雑誌など）	4.出版物（雑誌など）
				{Q11.5 回答}	5.自治体のニュースレター	5.自治体のニュースレター
				{Q11.6 回答}	6.ウェブサイト（政府や医療メーカー）	6.ウェブサイト（政府や医療メーカー）
				{Q11.7 回答}	7.ウェブ検索	7.ウェブ検索
				{Q11.8 回答}	8.ニュースアプリ	8.ニュースアプリ
			{Q11.9 回答}	9.動画サイト（Youtubeなど）	9.動画サイト（Youtubeなど）	
			{Q11.10 回答}	10.ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	10.ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	
1問	必須					
	Q13-2	マトリクス	以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」はあなたの健康に影響を与えますか？			
			【質問アイテム】			
	SA	1	政府・公的機関	必須		
	SA	2	病院や薬局	必須		
	SA	3	メディアに登場する栄養士・管理栄養士	必須		
	SA	4	メディアに登場する歯科医師	必須		
	SA	5	メディアに登場する医師（歯科医師を除く）	必須		
	SA	6	メディアに登場する看護師・助産師・保健師	必須		
	SA	7	メディアに登場する薬剤師	必須		
SA	8	メディアに登場する食に関する民間資格所有者（例：フードコーディネーター、サプリメントアドバイザーなど）	必須			
			【選択肢】			
			1 全くそう思わない			
			2 あまりそう思わない			
			3 どちらともいえない			
			4 ややそう思う			
			5 非常にそう思う			
1問			改ページ			
	必須					
	Q14-1	マトリクス	以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」は信頼できると思いますか？			
			【質問アイテム】			
	SA	1	テレビ	必須		
	SA	2	ラジオ	必須		
	SA	3	新聞	必須		
	SA	4	出版物（雑誌など）	必須		
	SA	5	自治体のニュースレター	必須		
	SA	6	ウェブサイト（政府や医療メーカー）	必須		
SA	7	ウェブ検索	必須			
SA	8	ニュースアプリ	必須			
SA	9	動画サイト（Youtubeなど）	必須			
SA	10	ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	必須			
			【選択肢】			
			1 全くそう思わない			
			2 あまりそう思わない			
			3 どちらともいえない			
			4 ややそう思う			
			5 非常にそう思う			
			質問アイテム引継ぎ設定			
			No	予約語	引継ぎ項目	表示項目
			1	{Q11.1 回答}	1.テレビ	1.テレビ
				{Q11.2 回答}	2.ラジオ	2.ラジオ
				{Q11.3 回答}	3.新聞	3.新聞
				{Q11.4 回答}	4.出版物（雑誌など）	4.出版物（雑誌など）
				{Q11.5 回答}	5.自治体のニュースレター	5.自治体のニュースレター
				{Q11.6 回答}	6.ウェブサイト（政府や医療メーカー）	6.ウェブサイト（政府や医療メーカー）
				{Q11.7 回答}	7.ウェブ検索	7.ウェブ検索
				{Q11.8 回答}	8.ニュースアプリ	8.ニュースアプリ
				{Q11.9 回答}	9.動画サイト（Youtubeなど）	9.動画サイト（Youtubeなど）
				{Q11.10 回答}	10.ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	10.ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）
1問	必須					
	Q14-2	マトリクス	以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」は信頼できると思いますか？			

[illegible]

1問				【選択肢】 1 全くしない 2 ほとんどしない 3 どちらともいえない 4 だいたいする 5 いつもする	
	改ページ				
	必須				
	Q18		マトリクス	食材の選び方や扱い方、調理の技術についておたずねします。 似たような質問でも、すべて回答してください。 あなたに最も適した答えを選んでください。	
				【質問アイテム】 1 おいしい食べ物が食べて匂いを感じる場所にいることを想像してください。それらを買う誘惑に勝つことができますか？ 例えは、駅やデパート地下、パン屋さんなど	必須
	SA			2 おいしいお菓子を食べたいときに「いらない」と言うことができますか	必須
	SA			3 普段と違う状況になったとき、健康的な食事をとることができますか？例えは、突然の来客や時間的な制約があるときなど	必須
	SA			4 ストレスを感じているとき、健康的な食事をとることができますか	必須
	SA			5 新鮮な食材の品質を見分けたり、匂いを嗅いだり、感じたりすることができますか？例えは、肉、魚、果物など	必須
	SA			6 包装済の加工食品を使わずに、生鮮食品（生の野菜、肉、魚など）を使った料理を作ることができますか	必須
	SA			7 生の魚をいろいろな方法で調理することができますか？例えは、煮る、蒸す、炒めるなど。またはさまざまな料理にできますか	必須
	SA			8 生野菜をいろいろな方法で調理することができますか？例えは、煮る、蒸す、炒めるなど。またはさまざまな料理にできますか	必須
	SA			9 レシピを自分でアレンジすることができますか？例えは、材料が1つ足りない場合など	必須
				【選択肢】 1 全くできない 2 あまりできない 3 どちらともいえない 4 ややできる 5 できる	
改ページ					
1問	必須				
	Q19		マトリクス	食材の選び方や扱い方、調理の技術についておたずねします。 似たような質問でも、すべて回答してください。 あなたに最も適した答えを選んでください。	
			【質問アイテム】 1 6種類以上の生鮮食品を使って食事を用意するのは難しいと思いますか	必須	
SA			2 他の人と一緒に食事をする場合、食卓を囲んで食べることが大切だと思いますか	必須	
SA			3 他の人と一緒にいる場合、共に食事をとることは重要だと思いますか	必須	
			【選択肢】 1 全くそう思わない 2 あまりそう思わない 3 どちらともいえない 4 ややそう思う 5 とてもそう思う		
改ページ					
1問	必須				
	Q20		マトリクス	あなたの日々の食生活に対する考え方についておたずねします。 あなたご自身のお考えにもっともよくあてはまるものをひとつお選びください。	
			【質問アイテム】 1 私が食べるものが、健康を維持するのに役立つことは、重要である	必須	
SA			2 私が食べるものが、栄養素が豊富であることは、重要である	必須	
SA			3 私が食べるものに、ビタミン類やミネラル類が含まれていることは、重要である	必須	
SA			4 私が食べるものが、体重をコントロールするのに役立つことは、重要である	必須	
SA			5 私はいつも健康的でバランスの取れた食事をしている	必須	
SA			6 私は好きなものを食べるし、食べものがどれくらい健康的かについては気にしない	必須	
SA			7 食べものがどれくらい健康的かは、私の食品選択にほとんど影響を与えない	必須	
			【選択肢】 1 全くそう思わない 2 そう思わない 3 あまりそう思わない 4 どちらともいえない 5 ややそう思う 6 そう思う 7 強くそう思う		
改ページ					

1問	必須				
	Q21	SA	あなたの普段の食べ方を表すのにもっともふさわしい表現は、以下のうちのどれですか？		
			1 地中海食 2 ビーガン食 3 ベジタリアン食 4 ベスカタリアン食 5 グルテンフリー食 6 高タンパク質食 7 低炭水化物食 8 低脂肪食 9 乳製品抜きの食事 10 断食・プチ断食 11 プラントベース食 12 医師・開業医のすすめ（糖尿病糖質制限食、DASH、NCEP、低カロリー、その他） [FA](回答必須)(入力制限なし)(200文字まで) その他の食事療法（私が行ったことのある食事療法はここに記載されていません） [FA](回答必須)(入力制限なし)(200文字まで) 13 特に特別な食事をしていない／したことがない 14 特に特別な食事をしていないが、健康的な食事を心がけている 15 16 回答しない		
	改ページ				
	1.5問	必須		(Q21 or 1~15)	
Q22		長文FA	あなたが現在、そのような食生活を送っている理由を簡単に教えてください。		
			[FA] (文字数制限なし)		
改ページ					
1問	必須		(QUOTA or 3)		
	Q23-1	SA	あなたは、最近1年間で、栄養士の資格をもとにお仕事をなさっていましたか？		
			1 はい 2 いいえ		
改ページ					
1問	必須		(QUOTA or 4)		
	Q23-2	SA	あなたは、最近1年間で、管理栄養士の資格をもとにお仕事をなさっていましたか？		
			1 はい 2 いいえ		
改ページ					
1問	必須		(QUOTA or 5)		
	Q23-3	SA	あなたは、最近1年間で、医師の資格をもとにお仕事をなさっていましたか？		
			1 はい 2 いいえ		
改ページ					
1問	必須		(QUOTA or 6)		
	Q23-4	SA	あなたは、最近1年間で、歯科医師の資格をもとにお仕事をなさっていましたか？		
			1 はい 2 いいえ		
改ページ					
1問	必須		(QUOTA or 7)		
	Q23-5	SA	あなたは、最近1年間で、看護師・助産師・保健師の資格をもとにお仕事をなさっていましたか？		
			1 はい 2 いいえ		
改ページ					
1問	必須		(QUOTA or 8)		
	Q23-6	SA	あなたは、最近1年間で、薬剤師の資格をもとにお仕事をなさっていましたか？		
			1 はい 2 いいえ		
改ページ					
1問	必須		(QUOTA or 1)		
	Q23-7	SA	あなたは、最近1年間で、食に関する民間資格をもとにお仕事をなさっていましたか？		
			1 はい 2 いいえ		
改ページ					
0問	任意				
			あなたの食習慣について、朝食・昼食・夕食に分けて別々におたずねします。 最近1か月間の食習慣について、お答えください。 あなたの食事のそれぞれをどの食事区分に含めるかは、あなたの自由です。 あまり考え込まずに第一印象で、最もふさわしいと思う選択肢をひとつ選んで、チェックを付けてください。 質問の内容が難しい場合は、あなたの家庭で食事の準備を主にしている人と一緒に考えながら、答えください。		

46

[illegible]

[illegible]

厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
栄養・食事関連メディア情報の科学的評価及び国民への影響の分析のための研究
総括研究報告書

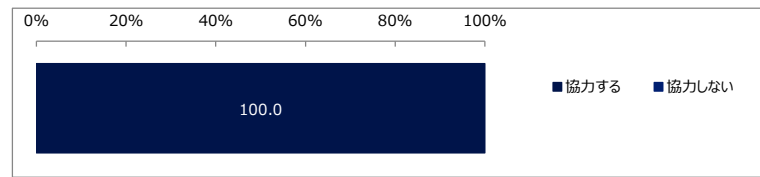
栄養・食事関連メディア情報に関する調査:実施方法と単純集計

付録2

■単純集計表(n%表)

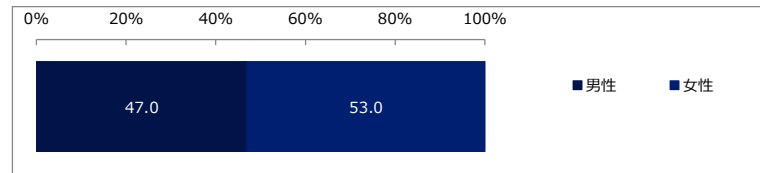
X3.このアンケート調査は、東京大学大学院医学系研究科社会予防疫学分野が、学術目的で行うもので、栄養・食事関連メディア情報への接し方についてお伺いする質問が含まれています。回答内容はすべて統計的に処理され、研究者側では個人を特定することはありません。上記をご理解の上、ご協力いただけるようでしたら、アンケートへの回答をお願いいたします。

SA		n	%
	全体	6600	100.0
1	協力する	6600	100.0
2	協力しない	0	0.0



SC1.あなたの（生物学的な）性別を教えてください。

SA		n	%
	全体	6600	100.0
1	男性	3099	47.0
2	女性	3501	53.0

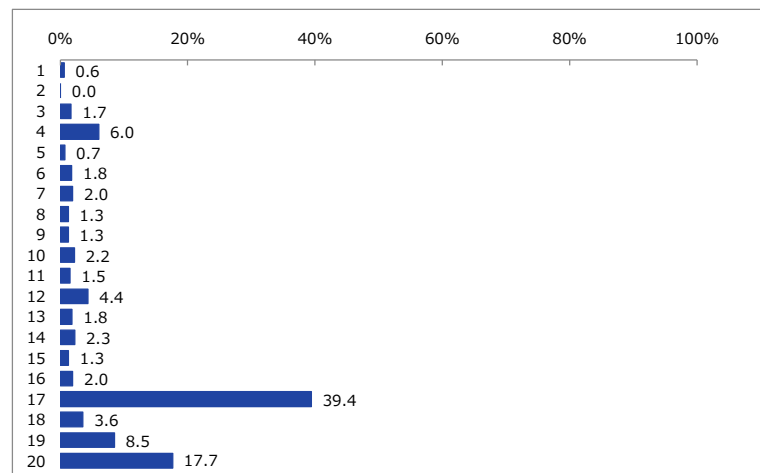


SC2.あなたの年齢を教えてください。（半角数字でご記入ください）

	n	値平均	値最小	値最大
歳	6600	46.32	20.00	79.00

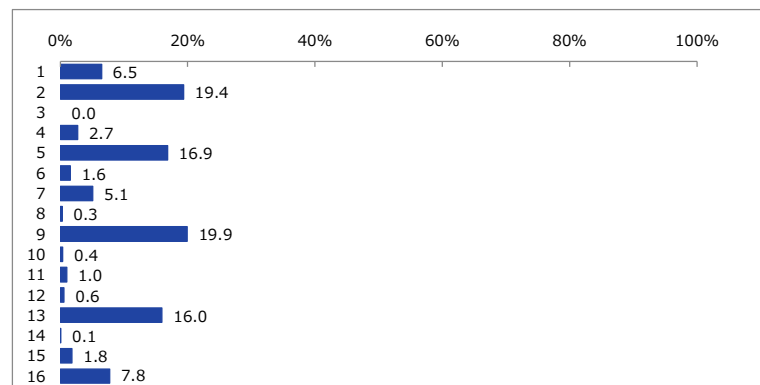
SC3.あなたの現在のお仕事についておたずねします。あなたの現在のお仕事は、以下のうちのどの業種にあてはまりますか？

SA		n	%
	全体	6600	100.0
1	農業・林業・漁業	40	0.6
2	鉱業・採石業・砂利採取業	2	0.0
3	建設業	111	1.7
4	製造業	398	6.0
5	電気・ガス・熱供給・水道業	47	0.7
6	運輸業・郵便業	119	1.8
7	通信業	129	2.0
8	放送業	83	1.3
9	映像・音声・音楽・制作業/配給業	83	1.3
10	印刷業・出版業・新聞業	146	2.2
11	広告代理店業・広告制作業・広告関連業	102	1.5
12	卸売業・小売業	288	4.4
13	金融業・保険業	122	1.8
14	教育・学習支援業	150	2.3
15	不動産業・物品賃貸業	86	1.3
16	宿泊業・飲食サービス業	129	2.0
17	医療・福祉・栄養	2603	39.4
18	公務・団体	235	3.6
19	その他の業種	561	8.5
20	現在働いていない（無職・休職・退職・主婦/主夫・学生）	1166	17.7



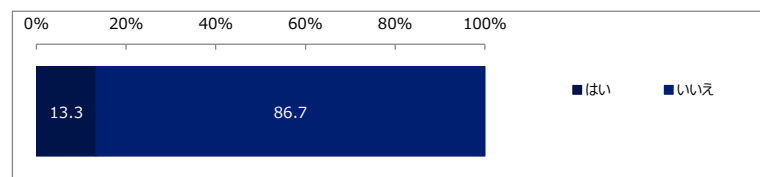
SC4.あなたの現在のお仕事は、以下のうちのどの職種にあてはまりますか？（複数の資格をお持ちの方は、現在の職種をお答えください）

SA		n	%
	全体	2603	100.0
1	栄養士	169	6.5
2	管理栄養士	504	19.4
3	獣医師	0	0.0
4	医師（開業医）	71	2.7
5	医師（病院勤務）	439	16.9
6	医師（その他）	41	1.6
7	歯科医師	133	5.1
8	歯科衛生士	8	0.3
9	看護師	519	19.9
10	准看護師	10	0.4
11	助産師	26	1.0
12	保健師	15	0.6
13	薬剤師	416	16.0
14	臨床心理士	2	0.1
15	介護福祉士	48	1.8
16	その他の職種	202	7.8



SC5.あなたは、食に関する民間資格（例：フードコーディネーター、サプリメントアドバイザーなど）を所有していますか？

SA		n	%
	全体	6600	100.0
1	はい	876	13.3
2	いいえ	5724	86.7

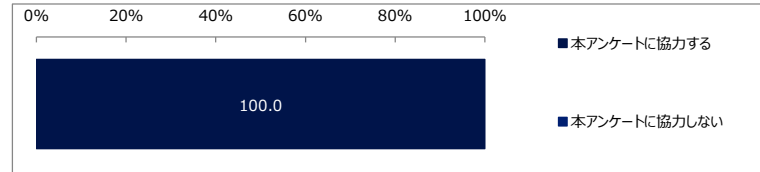


■単純集計表(n%表)

本調査「栄養・食事関連メディア情報に関する調査」のご説明 1.この研究の概要（1）研究課題栄養・食事関連メディア情報に関する調査（審査番号 2022288NI）（2）研究機関名および研究責任者氏名この研究が行われる研究機関と研究責任者は次に示す通りです。【研究機関】東京大学大学院医学系研究科 社会予防疫学分野【研究責任者】村上健太郎（社会予防疫学分野 助教）【研究分担者】奥原剛（医療コミュニケーション学 准教授） 篠崎奈々（社会予防疫学分野 客員研究員）※上記3名がデータの解析、論文執筆等を行います。（3）研究期間2023年01月13日～2027年12月31日。（4）研究目的栄養・食事関連メディア情報への接し方および接し方に関連する要因を調査することが目的です。（5）研究方法楽天インサイト株式会社の協力によりインターネット調査を実施いたします。東京大学は、皆様の回答内容を、個人を直接特定できる情報を含まない研究用IDで管理するデータとして取得して解析します。2.ご協力いただくかどうかは皆様のご自由ですこの調査にご協力いただくかどうかは皆様の自由意思に委ねられています。調査実施時に「本アンケートに協力する」を選択することで調査協力への同意とさせていただきます。調査の途中で回答をやめたくなった場合はやめてもかまいません。ただしその場合、楽天のポイントは付与されません。3.個人情報情報は厳重に保護・保管いたしますこの調査から得られるデータは漏えいのないよう厳重に取り扱います。本アンケートではあなた個人を直接特定するような個人情報を取得することはありません。匿名化されたご回答データは、東京大学にて厳重に保管します。4.研究結果の公表について研究の成果は、学会発表や学術雑誌等で公表します。皆様の氏名など個人情報が公表されることはいっさいございません。結果については、個人的なお問い合わせがあった場合、全体の結果をお伝えいたします。5.皆様の利益と不利益についてアンケート調査は20分程度で終わりますのでご協力をお願い申し上げます。この研究の成果は、栄養・食事関連メディア情報への適切な接し方に関する科学的な知見をもたらすことが期待されます。6.研究終了後のデータ等の取扱について東京大学は、アンケート調査の結果を原則としてこの調査のためにのみ使用し、研究期間終了から10年後に適切な方法で破棄します。なお、保管期間中に、新たな研究に用いる場合は、改めて東京大学医学部倫理委員会の承認を受けた上で用います。7.謝礼についてアンケート調査にご回答くださった皆様には楽天インサイト株式会社の規定の謝礼が支払われます。8.研究から生じる知的財産権の帰属 本研究の結果として特許権などが生じる可能性がありますが、その権利は国、研究機関、民間企業を含む共同研究機関及び研究従事者などに属し、皆様はこの特許権等を持ちません。また、その特許権等に基づき経済的利益が生じる可能性がありますが、これについての権利も持ちません。9.その他この研究は、東京大学医学部倫理委員会の承認を受け、東京大学大学院医学系研究科長・医学部長の許可を受けて実施するものです。なお、この研究に関する費用は、令和4年度厚生労働科学研究費補助金 課題番号 2 2 F A 1 0 2 2（研究代表者：村上健太郎）から支出されています。本研究に関して、開示すべき利益相反関係はありません。2023年2月10日研究責任者：村上健太郎

X4.上記ご理解の上、ご協力いただけるようでしたらぜひとも調査にご協力を頂きたい、お願い申し上げます。

SA		n	%
全体		6600	100.0
1	本アンケートに協力する	6600	100.0
2	本アンケートに協力しない	0	0.0



Q1.あなたの身長（センチメートル）を小数点第一位まで半角数字で入力してください（例：160.3cmの場合→160.3）。（半角数字でご記入ください）

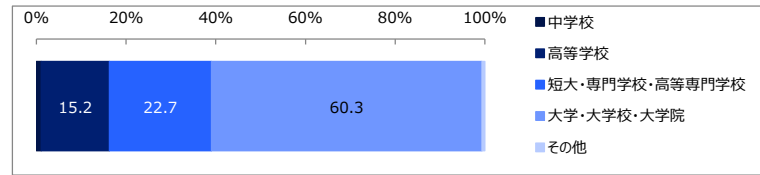
	n	値平均	値最小	値最大
cm	6600	164.08	130.00	256.00

Q2.あなたの体重（キログラム）を小数点第一位まで半角数字で入力してください（例：51.2cmの場合→51.2）。（半角数字でご記入ください）

	n	値平均	値最小	値最大
kg	6600	60.04	27.00	150.00

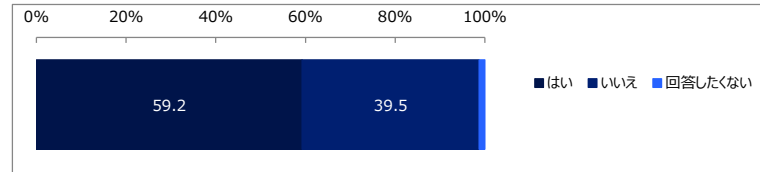
Q4.あなたが最後に卒業した学校は次のどれですか。答えにくい質問で申し訳ありませんが、研究に必要な情報のためおたずねします。

	n	%
全体	6600	100.0
1 中学校	71	1.1
2 高等学校	1004	15.2
3 短大・専門学校・高等専門学校	1501	22.7
4 大学・大学校・大学院	3981	60.3
5 その他	43	0.7



Q5.あなたは現在、結婚していますか？

	n	%
全体	6600	100.0
1 はい	3910	59.2
2 いいえ	2608	39.5
3 回答したくない	82	1.2



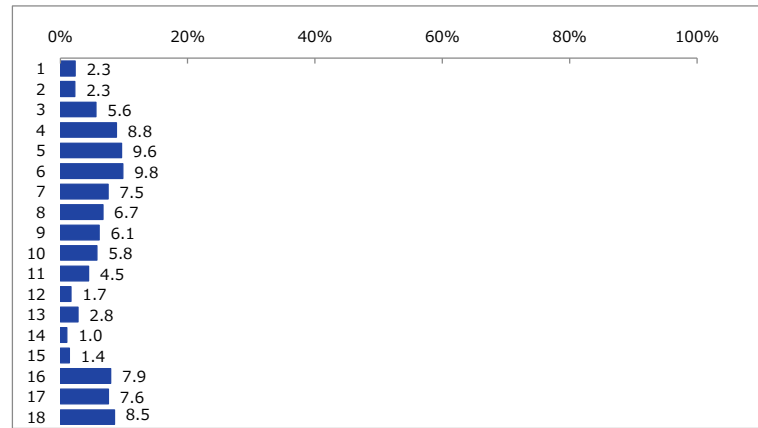
Q6.あなたを含めて何人で同居していますか？ペットは含めません。一人暮らしの方は「1」と入力してください。（半角数字でご記入ください）

	n	値平均	値最小	値最大
人	6600	2.59	1.00	15.00

■単純集計表(n%表)

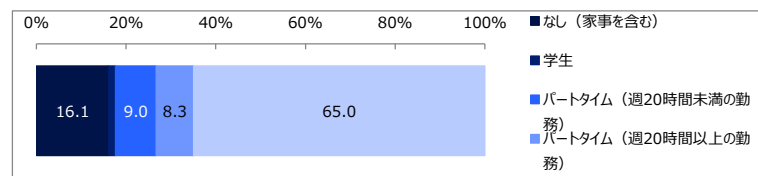
Q7.過去1年間のあなたの家族全体の収入は、税金を支払う前の額でおおよそいくらでしたか。他の家族の方の収入や、株式配当、臨時収入、副収入などすべての収入を含んだものでお答えください。答えにくい質問で申し訳ありませんが、研究に必要な情報のためおたずねします。

SA		n	%
全体		6600	100.0
1	100万円未満	154	2.3
2	100万円台	152	2.3
3	200万円台	371	5.6
4	300万円台	582	8.8
5	400万円台	634	9.6
6	500万円台	648	9.8
7	600万円台	496	7.5
8	700万円台	442	6.7
9	800万円台	403	6.1
10	900万円台	380	5.8
11	1,000万円台	294	4.5
12	1,100万円台	111	1.7
13	1,200万円台	184	2.8
14	1,300万円台	68	1.0
15	1,400万円台	95	1.4
16	1,500万円以上	524	7.9
17	わからない	501	7.6
18	回答したくない	561	8.5



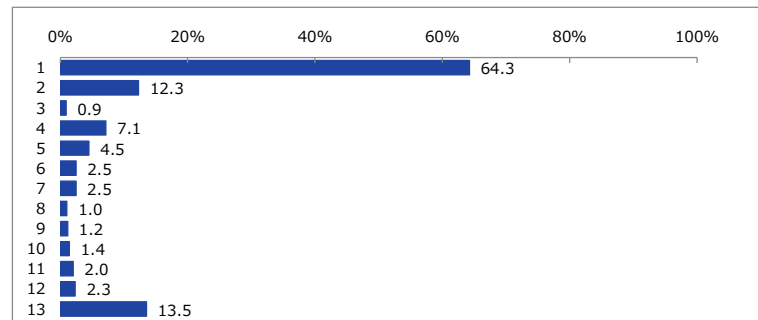
Q8.現在の就学・就労状況を教えてください。複数該当する場合はもっとも時間が長いものひとつを選んでください。

SA		n	%
全体		6600	100.0
1	なし（家事を含む）	1064	16.1
2	学生	102	1.5
3	パートタイム（週20時間未満の勤務）	596	9.0
4	パートタイム（週20時間以上の勤務）	551	8.3
5	フルタイム	4287	65.0



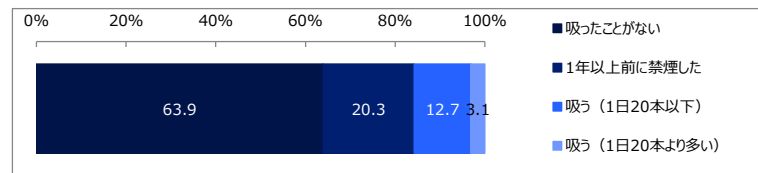
Q9.過去5年間に病院で、服薬・手術などの治療を受けた病気はありますか。（いくつでも）

MA		n	%
全体		6600	100.0
1	なし	4242	64.3
2	高血圧症	812	12.3
3	脳卒中・脳梗塞・脳出血	59	0.9
4	脂質異常症	471	7.1
5	糖尿病	298	4.5
6	高尿酸血症・痛風	164	2.5
7	骨折・骨粗鬆症	163	2.5
8	肝臓の病気	68	1.0
9	腎臓の病気	76	1.2
10	肺の病気	94	1.4
11	心臓の病気	133	2.0
12	がん	154	2.3
13	その他	893	13.5



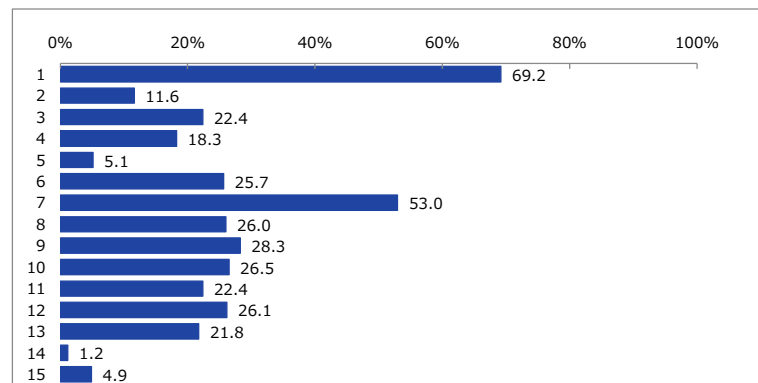
Q10.あなたはタバコ（電子タバコを含む）を吸いますか？禁煙してから1年たっていない人は「吸う」にチェックをつけただうえて、吸っていたころの本数を答えてください。

SA		n	%
全体		6600	100.0
1	吸ったことがない	4218	63.9
2	1年以上前に禁煙した	1339	20.3
3	吸う（1日20本以下）	837	12.7
4	吸う（1日20本より多い）	206	3.1



Q11.栄養や食事についての情報を得るときに、あなたが日常的に情報源として用いている媒体・メディアは以下のうちのどれですか？当てはまるものすべてをお選びください。（いくつでも）

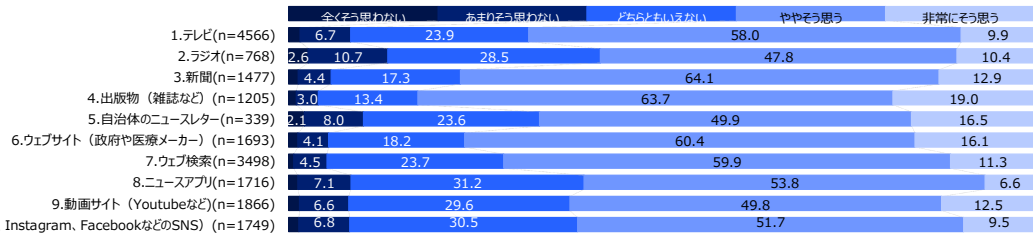
MA		n	%
全体		6600	100.0
1	テレビ	4566	69.2
2	ラジオ	768	11.6
3	新聞	1477	22.4
4	出版物（雑誌など）	1205	18.3
5	自治体のニュースレター	339	5.1
6	ウェブサイト（政府や医療メーカー）	1693	25.7
7	ウェブ検索	3498	53.0
8	ニュースアプリ	1716	26.0
9	動画サイト（Youtubeなど）	1866	28.3
10	ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	1749	26.5
11	病院や薬局	1478	22.4
12	家族	1725	26.1
13	友人	1436	21.8
14	その他	78	1.2
15	当てはまるものはない	324	4.9



■単純集計表(n%表)

Q12-1.以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」は健康に関するあなたの知識を向上させますか？

SA

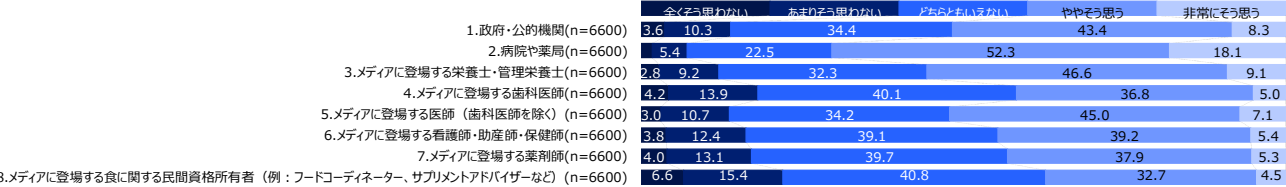


	n	い 全 く そ う 思 わ な	あ い ま り そ う 思 わ	な い ち ら と も い え	や や そ う 思 う	非 常 に そ う 思 う
1.テレビ	4566 100.0	71 1.6	308 6.7	1090 23.9	2646 58.0	451 9.9
2.ラジオ	768 100.0	20 2.6	82 10.7	219 28.5	367 47.8	80 10.4
3.新聞	1477 100.0	19 1.3	65 4.4	256 17.3	947 64.1	190 12.9
4.出版物（雑誌など）	1205 100.0	12 1.0	36 3.0	161 13.4	767 63.7	229 19.0
5.自治体のニュースレター	339 100.0	7 2.1	27 8.0	80 23.6	169 49.9	56 16.5
6.ウェブサイト（政府や医療メーカー）	1693 100.0	21 1.2	70 4.1	308 18.2	1022 60.4	272 16.1
7.ウェブ検索	3498 100.0	23 0.7	156 4.5	829 23.7	2095 59.9	395 11.3
8.ニュースアプリ	1716 100.0	21 1.2	122 7.1	536 31.2	923 53.8	114 6.6
9.動画サイト（Youtubeなど）	1866 100.0	27 1.4	123 6.6	553 29.6	930 49.8	233 12.5
10.ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	1749 100.0	24 1.4	119 6.8	534 30.5	905 51.7	167 9.5

■単純集計表(n%表)

Q12-2.以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」は健康に関するあなたの知識を向上させますか？

SA

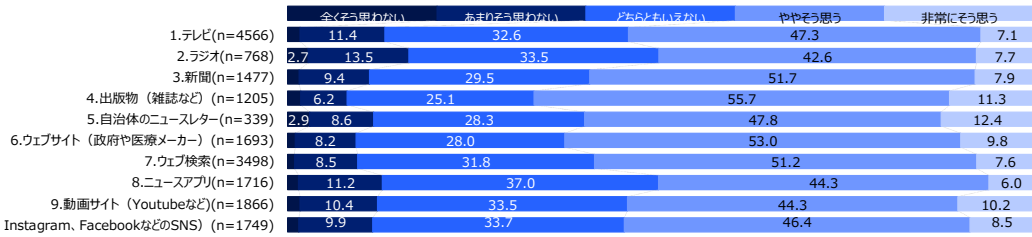


	n	全くそう思わない	あまりそう思わない	どちらともいえない	ややそう思う	非常にそう思う
1.政府・公的機関	6600	240	678	2268	2864	550
	100.0	3.6	10.3	34.4	43.4	8.3
2.病院や薬局	6600	112	359	1483	3454	1192
	100.0	1.7	5.4	22.5	52.3	18.1
3.メディアに登場する栄養士・管理栄養士	6600	186	610	2130	3075	599
	100.0	2.8	9.2	32.3	46.6	9.1
4.メディアに登場する歯科医師	6600	280	916	2646	2427	331
	100.0	4.2	13.9	40.1	36.8	5.0
5.メディアに登場する医師（歯科医師を除く）	6600	201	704	2254	2970	471
	100.0	3.0	10.7	34.2	45.0	7.1
6.メディアに登場する看護師・助産師・保健師	6600	254	819	2579	2589	359
	100.0	3.8	12.4	39.1	39.2	5.4
7.メディアに登場する薬剤師	6600	265	865	2621	2499	350
	100.0	4.0	13.1	39.7	37.9	5.3
8.メディアに登場する食に関する民間資格所有者（例：フードコーディネーター、サプリメントアドバイザーなど）	6600	433	1018	2691	2160	298
	100.0	6.6	15.4	40.8	32.7	4.5

■単純集計表(n%表)

Q13-1.以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」はあなたの健康に影響を与えますか？

SA



	n	い 全 く そ う 思 わ な	あ い ま り そ う 思 わ	な い ち ら と も い え	や や そ う 思 う	非 常 に そ う 思 う
1.テレビ	4566 100.0	76 1.7	519 11.4	1490 32.6	2158 47.3	323 7.1
2.ラジオ	768 100.0	21 2.7	104 13.5	257 33.5	327 42.6	59 7.7
3.新聞	1477 100.0	23 1.6	139 9.4	436 29.5	763 51.7	116 7.9
4.出版物（雑誌など）	1205 100.0	21 1.7	75 6.2	302 25.1	671 55.7	136 11.3
5.自治体のニュースレター	339 100.0	10 2.9	29 8.6	96 28.3	162 47.8	42 12.4
6.ウェブサイト（政府や医療メーカー）	1693 100.0	17 1.0	138 8.2	474 28.0	898 53.0	166 9.8
7.ウェブ検索	3498 100.0	32 0.9	296 8.5	1111 31.8	1792 51.2	267 7.6
8.ニュースアプリ	1716 100.0	25 1.5	193 11.2	635 37.0	760 44.3	103 6.0
9.動画サイト（Youtubeなど）	1866 100.0	31 1.7	194 10.4	625 33.5	826 44.3	190 10.2
10.ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	1749 100.0	26 1.5	173 9.9	590 33.7	811 46.4	149 8.5

■単純集計表(n%表)

Q13-2.以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」はあなたの健康に影響を与えますか？

SA

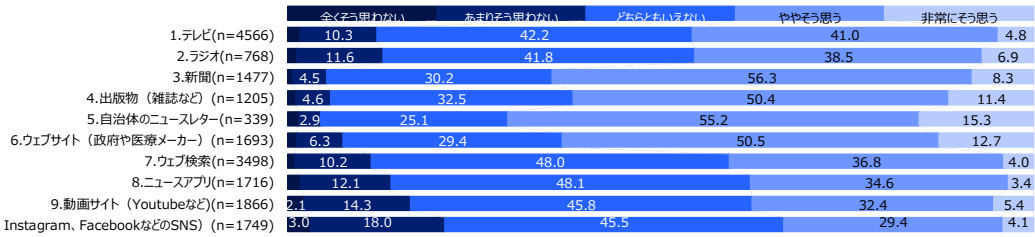
	全くそう思わない	あまりそう思わない	どちらともいえない	ややそう思う	非常にそう思う
1.政府・公的機関(n=6600)	4.2	13.5	38.8	37.2	6.3
2.病院や薬局(n=6600)	2.4	8.4	31.2	46.7	11.3
3.メディアに登場する栄養士・管理栄養士(n=6600)	4.5	13.7	39.1	36.8	5.8
4.メディアに登場する歯科医師(n=6600)	6.0	17.8	43.5	28.2	4.4
5.メディアに登場する医師（歯科医師を除く）(n=6600)	4.6	14.0	39.7	35.9	5.8
6.メディアに登場する看護師・助産師・保健師(n=6600)	5.3	16.4	42.4	31.4	4.4
7.メディアに登場する薬剤師(n=6600)	5.6	16.4	43.5	30.0	4.4
8.メディアに登場する食に関する民間資格所有者（例：フードコーディネーター、サプリメントアドバイザーなど）(n=6600)	7.7	17.5	43.1	27.7	4.1

	n	い く そ う 思 わ な	あ い り そ う 思 わ	な い ち ら と も い え	や や そ う 思 う	非 常 に そ う 思 う
1.政府・公的機関	6600	276	888	2561	2456	419
	100.0	4.2	13.5	38.8	37.2	6.3
2.病院や薬局	6600	161	553	2061	3079	746
	100.0	2.4	8.4	31.2	46.7	11.3
3.メディアに登場する栄養士・管理栄養士	6600	299	906	2582	2429	384
	100.0	4.5	13.7	39.1	36.8	5.8
4.メディアに登場する歯科医師	6600	399	1176	2873	1862	290
	100.0	6.0	17.8	43.5	28.2	4.4
5.メディアに登場する医師（歯科医師を除く）	6600	302	926	2619	2371	382
	100.0	4.6	14.0	39.7	35.9	5.8
6.メディアに登場する看護師・助産師・保健師	6600	349	1084	2801	2074	292
	100.0	5.3	16.4	42.4	31.4	4.4
7.メディアに登場する薬剤師	6600	369	1081	2874	1983	293
	100.0	5.6	16.4	43.5	30.0	4.4
8.メディアに登場する食に関する民間資格所有者（例：フードコーディネーター、サプリメントアドバイザーなど）	6600	505	1156	2843	1826	270
	100.0	7.7	17.5	43.1	27.7	4.1

■単純集計表(n%表)

Q14-1.以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」は信頼できると思いますか？

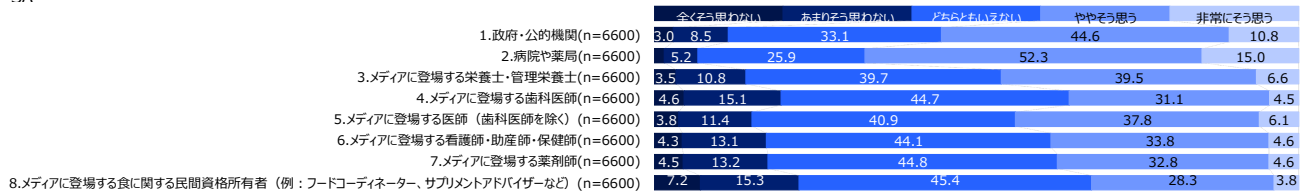
SA



	n	い 全 く そ う 思 わ な	あ い ま り そ う 思 わ	な い ち ら と も い え	や や そ う 思 う	非 常 に そ う 思 う
1.テレビ	4566 100.0	75 1.6	471 10.3	1929 42.2	1873 41.0	218 4.8
2.ラジオ	768 100.0	9 1.2	89 11.6	321 41.8	296 38.5	53 6.9
3.新聞	1477 100.0	10 0.7	67 4.5	446 30.2	832 56.3	122 8.3
4.出版物（雑誌など）	1205 100.0	13 1.1	56 4.6	392 32.5	607 50.4	137 11.4
5.自治体のニュースレター	339 100.0	5 1.5	10 2.9	85 25.1	187 55.2	52 15.3
6.ウェブサイト（政府や医療メーカー）	1693 100.0	19 1.1	107 6.3	497 29.4	855 50.5	215 12.7
7.ウェブ検索	3498 100.0	34 1.0	357 10.2	1680 48.0	1286 36.8	141 4.0
8.ニュースアプリ	1716 100.0	30 1.7	208 12.1	826 48.1	594 34.6	58 3.4
9.動画サイト（Youtubeなど）	1866 100.0	40 2.1	267 14.3	855 45.8	604 32.4	100 5.4
10.ソーシャルネットワーキングサービス（Twitter、Instagram、FacebookなどのSNS）	1749 100.0	53 3.0	315 18.0	795 45.5	514 29.4	72 4.1

Q14-2.以下に示す情報源から得られた「栄養や食事についての情報」は信頼できると思いますか？

SA



	n	い 全 く そ う 思 わ な	あ い ま り そ う 思 わ	な い ち ら と も い え	や や そ う 思 う	非 常 に そ う 思 う
1.政府・公的機関	6600 100.0	197 3.0	563 8.5	2183 33.1	2944 44.6	713 10.8
2.病院や薬局	6600 100.0	103 1.6	344 5.2	1711 25.9	3452 52.3	990 15.0
3.メディアに登場する栄養士・管理栄養士	6600 100.0	228 3.5	711 10.8	2617 39.7	2610 39.5	434 6.6
4.メディアに登場する歯科医師	6600 100.0	306 4.6	994 15.1	2949 44.7	2051 31.1	300 4.5
5.メディアに登場する医師（歯科医師を除く）	6600 100.0	250 3.8	751 11.4	2698 40.9	2498 37.8	403 6.1
6.メディアに登場する看護師・助産師・保健師	6600 100.0	287 4.3	863 13.1	2913 44.1	2232 33.8	305 4.6
7.メディアに登場する薬剤師	6600 100.0	298 4.5	870 13.2	2960 44.8	2166 32.8	306 4.6
8.メディアに登場する食に関する民間資格所有者（例：フードコーディネーター、サプリメントアドバイザーなど）	6600 100.0	474 7.2	1009 15.3	2997 45.4	1866 28.3	254 3.8

■単純集計表(n%表)

Q15. 情報の取り扱い方について、お聞きします。あなた自身にもっともよくあてはまるものをひとつお選びください。

SA

	強く思う	まあ思う	どちらでもない	あまりそう思わない	全くそう思わない
1.新聞、本、テレビ、インターネットなど、いろいろな情報源から情報を集められる(n=6600)	12.0	59.4	20.3	7.1	
2.たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せる(n=6600)	8.3	58.5	25.5	6.8	
3.情報を理解し、人に伝えることができる(n=6600)	5.3	45.5	33.2	14.2	
4.情報がどの程度信頼できるかを判断できる(n=6600)	4.8	44.5	37.2	11.8	
5.情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる(n=6600)	5.6	48.6	34.1	10.0	

	n	強く そう 思う	ま あ そ う 思 う	ど ち ら で も な い	な あ い ま り そ う 思 わ な	い全 く そ う 思 わ な
1.新聞、本、テレビ、インターネットなど、いろいろな情報源から情報を集められる	6600 100.0	793 12.0	3919 59.4	1343 20.3	466 7.1	79 1.2
2.たくさんある情報の中から、自分の求める情報を選び出せる	6600 100.0	547 8.3	3859 58.5	1684 25.5	450 6.8	60 0.9
3.情報を理解し、人に伝えることができる	6600 100.0	352 5.3	3005 45.5	2189 33.2	935 14.2	119 1.8
4.情報がどの程度信頼できるかを判断できる	6600 100.0	315 4.8	2936 44.5	2458 37.2	780 11.8	111 1.7
5.情報をもとに健康改善のための計画や行動を決めることができる	6600 100.0	372 5.6	3207 48.6	2251 34.1	663 10.0	107 1.6

■単純集計表(n%表)

Q16.食材の選び方や扱い方、調理の技術についておたずねします。似たような質問でも、すべて回答してください。あなたに最も適した答えを選んでください。
SA

	全くあてはまらない	ほとんどあてはまらない	どちらともいえない	だいたいあてはまる	いつもあてはまる
1.何かを食べるとき、その日にそのあとで食べるものを考慮していますか(n=6600)	5.3	19.0	30.1	40.2	5.5
2.何かを食べるとき、その日にそれまでに食べたものを振り返りますか(n=6600)	5.6	20.0	28.0	39.9	6.5
3.気分に合わせて食べ物を選びますか？例えば、悲しいときやイライラしているときなど(n=6600)	6.4	21.0	35.8	32.3	4.5
4.外出時に健康的なおやつを持っていますか？例えば、ナッツ、野菜、果物など(n=6600)		34.5	30.8	21.2	11.2 2.2
5.自分用に健康的なおやつをストックしていますか？例えば、ナッツ、野菜、果物など(n=6600)	19.0	23.9	24.3	26.8	6.0
6.あなたの家に、ポテトチップスやおせんべい、塩味のスナックの買い置きが4袋以上ありますか(n=6600)	31.0	24.7	19.8	18.6	5.9
7.あなたの家に、飴やクッキー、チョコレートの買い置きが4パック以上ありますか(n=6600)	24.5	23.5	21.8	23.3	6.9
8.あなたの家に、砂糖入り飲料（砂糖入り紅茶、スポーツドリンク、果汁30%のジュースなどを含む）の買い置きが4本以上ありますか(n=6600)		42.3	23.9	17.1	12.2 4.4
9.あなたの家に、果汁100%のジュースの買い置きが4本以上ありますか(n=6600)		48.3	23.0	16.5	9.0 3.2

	n	全くあてはまらない	ほとんどあてはまらない	どちらともいえない	だいたいあてはまる	いつもあてはまる
1.何かを食べるとき、その日にそのあとで食べるものを考慮していますか	6600 100.0	349 5.3	1251 19.0	1984 30.1	2653 40.2	363 5.5
2.何かを食べるとき、その日にそれまでに食べたものを振り返りますか	6600 100.0	372 5.6	1320 20.0	1846 28.0	2635 39.9	427 6.5
3.気分に合わせて食べ物を選びますか？例えば、悲しいときやイライラしているとき	6600 100.0	422 6.4	1388 21.0	2360 35.8	2134 32.3	296 4.5
4.外出時に健康的なおやつを持っていますか？例えば、ナッツ、野菜、果物など	6600 100.0	2280 34.5	2030 30.8	1402 21.2	740 11.2	148 2.2
5.自分用に健康的なおやつをストックしていますか？例えば、ナッツ、野菜、果物	6600 100.0	1255 19.0	1579 23.9	1601 24.3	1767 26.8	398 6.0
6.あなたの家に、ポテトチップスやおせんべい、塩味のスナックの買い置きが4袋以上ありますか	6600 100.0	2043 31.0	1632 24.7	1308 19.8	1230 18.6	387 5.9
7.あなたの家に、飴やクッキー、チョコレートの買い置きが4パック以上ありますか	6600 100.0	1616 24.5	1554 23.5	1437 21.8	1537 23.3	456 6.9
8.あなたの家に、砂糖入り飲料（砂糖入り紅茶、スポーツドリンク、果汁30%のジュースなどを含む）の買い置きが4本以上ありますか	6600 100.0	2795 42.3	1580 23.9	1130 17.1	807 12.2	288 4.4
9.あなたの家に、果汁100%のジュースの買い置きが4本以上ありますか	6600 100.0	3190 48.3	1516 23.0	1090 16.5	595 9.0	209 3.2

Q17.食材の選び方や扱い方、調理の技術についておたずねします。似たような質問でも、すべて回答してください。あなたに最も適した答えを選んでください。
SA

	全くしない	ほとんどしない	どちらともいえない	だいたいする	いつもする
1.お金に余裕がなくても、健康的な食品を購入しますか？例えば、野菜、果物、全粒穀物の製品など(n=6600)	8.8	21.9	37.2	26.9	5.2
2.多少値段が高くても、健康的な食品を買いますか？例えば、野菜、果物、全粒穀物の製品など(n=6600)	8.0	22.7	36.7	28.1	4.5
3.商品の栄養成分表示でカロリーや脂質、砂糖、食塩の含有量を確認しますか(n=6600)	8.4	23.1	29.0	30.5	8.9
4.いろいろな商品のカロリー、脂質、砂糖、食塩の含有量を比較しますか(n=6600)	9.9	24.9	30.2	28.4	6.6
5.食事中に何か他のことをしますか？例えば、本を読む、仕事をする、スマホを使う、テレビを観るなど(n=6600)	8.2	18.1	25.4	34.9	13.4
6.ポテトチップスや飴、クッキーなどの袋や容器の中身を一度に全部食べますか(n=6600)	17.3	26.7	28.1	21.7	6.1
7.間食として果物を食べますか(n=6600)	14.4	32.6	31.8	18.5	2.6
8.間食として野菜を食べますか(n=6600)		40.1	34.8	18.1	5.9

	n	全くしない	ほとんどしない	どちらともいえない	だいたいする	いつもする
1.お金に余裕がなくても、健康的な食品を購入しますか？例えば、野菜、果物、全粒穀物の製品など	6600 100.0	581 8.8	1446 21.9	2458 37.2	1774 26.9	341 5.2
2.多少値段が高くても、健康的な食品を買いますか？例えば、野菜、果物、全粒穀物の製品など	6600 100.0	530 8.0	1498 22.7	2421 36.7	1857 28.1	294 4.5
3.商品の栄養成分表示でカロリーや脂質、砂糖、食塩の含有量を確認しますか	6600 100.0	553 8.4	1525 23.1	1916 29.0	2016 30.5	590 8.9
4.いろいろな商品のカロリー、脂質、砂糖、食塩の含有量を比較しますか	6600 100.0	652 9.9	1645 24.9	1995 30.2	1875 28.4	433 6.6
5.食事中に何か他のことをしますか？例えば、本を読む、仕事をする、スマホを使う、テレビを観るなど	6600 100.0	541 8.2	1195 18.1	1675 25.4	2306 34.9	883 13.4
6.ポテトチップスや飴、クッキーなどの袋や容器の中身を一度に全部食べますか	6600 100.0	1145 17.3	1764 26.7	1853 28.1	1433 21.7	405 6.1
7.間食として果物を食べますか	6600 100.0	952 14.4	2150 32.6	2102 31.8	1224 18.5	172 2.6
8.間食として野菜を食べますか	6600 100.0	2647 40.1	2294 34.8	1197 18.1	388 5.9	74 1.1

■単純集計表(n%表)

Q18. 食材の選び方や扱い方、調理の技術についておたずねします。似たような質問でも、すべて回答してください。あなたに最も適した答えを選んでください。
SA

	全くできない	あまりできない	どちらともいえない	ややできる	できる
1.おいしい食べ物が見えて匂いを感じる場所にいることを想像してください。それらを買う誘惑に勝つことができますか？例えば、駅やデパート、パン屋さんなど	2.1	15.7	27.8	31.1	23.3
2.おいしいお菓子を食いたいときに「いらない」と言うことができますか(n=6600)	8.6	30.3	27.8	20.2	13.1
3.普段と違う状況になったとき、健康的な食事をとることができますか？例えば、突然の来客や時間的な制約があるときなど	6.3	29.7	35.7	19.6	8.7
4.ストレスを感じているとき、健康的な食事をとることができますか(n=6600)	7.0	28.0	35.7	20.2	9.1
5.新鮮な食材の品質を見分けたり、匂いを嗅いだり、感じたりすることができますか？例えば、肉、魚、果物など(n=6600)	8.1	14.5	30.4	37.1	14.9
6.包装済の加工食品を使わずに、生鮮食品（生の野菜、肉、魚など）を使った料理を作ることができますか(n=6600)	6.5	13.1	23.3	28.2	28.9
7.生の魚をいろいろな方法で調理することができますか？例えば、煮る、蒸す、炒めるなど。またはさまざまな料理にできますか	11.6	19.0	23.0	25.7	20.7
8.生野菜をいろいろな方法で調理することができますか？例えば、煮る、蒸す、炒めるなど。またはさまざまな料理にできますか	5.5	11.7	21.1	30.3	31.4
9.レシピを自分でアレンジすることができますか？例えば、材料が1つ足りない場合など(n=6600)	8.4	14.6	23.8	28.0	25.3

	n	全くできない	あまりできない	どちらともいえない	ややできる	できる
1.おいしい食べ物が見えて匂いを感じる場所にいることを想像してください。それらを買う誘惑に勝つことができますか？例えば、駅やデパート、パン屋さんなど	6600	136	1036	1838	2052	1538
	100.0	2.1	15.7	27.8	31.1	23.3
2.おいしいお菓子を食いたいときに「いらない」と言うことができますか	6600	568	1998	1837	1332	865
	100.0	8.6	30.3	27.8	20.2	13.1
3.普段と違う状況になったとき、健康的な食事をとることができますか？例えば、突然の来客や時間的な制約があるときなど	6600	414	1960	2357	1294	575
	100.0	6.3	29.7	35.7	19.6	8.7
4.ストレスを感じているとき、健康的な食事をとることができますか	6600	465	1848	2353	1332	602
	100.0	7.0	28.0	35.7	20.2	9.1
5.新鮮な食材の品質を見分けたり、匂いを嗅いだり、感じたりすることができますか？例えば、肉、魚、果物など	6600	203	960	2009	2447	981
	100.0	3.1	14.5	30.4	37.1	14.9
6.包装済の加工食品を使わずに、生鮮食品（生の野菜、肉、魚など）を使った料理を作ることができますか	6600	427	867	1538	1863	1905
	100.0	6.5	13.1	23.3	28.2	28.9
7.生の魚をいろいろな方法で調理することができますか？例えば、煮る、蒸す、炒めるなど。またはさまざまな料理にできますか	6600	764	1254	1518	1696	1368
	100.0	11.6	19.0	23.0	25.7	20.7
8.生野菜をいろいろな方法で調理することができますか？例えば、煮る、蒸す、炒めるなど。またはさまざまな料理にできますか	6600	361	774	1393	1997	2075
	100.0	5.5	11.7	21.1	30.3	31.4
9.レシピを自分でアレンジすることができますか？例えば、材料が1つ足りない場合	6600	554	961	1569	1848	1668
	100.0	8.4	14.6	23.8	28.0	25.3

Q19. 食材の選び方や扱い方、調理の技術についておたずねします。似たような質問でも、すべて回答してください。あなたに最も適した答えを選んでください。
SA

	全くそう思わない	あまりそう思わない	どちらともいえない	ややそう思う	とてもそう思う
1.6種類以上の生鮮食品を使って食事を用意するのは難しいと思いますか(n=6600)	9.9	20.2	23.1	30.9	15.9
2.他の人と一緒に食事をする場合、食卓を囲んで食べることが大切だと思いますか(n=6600)	2.6	7.9	23.3	39.9	26.2
3.他の人と一緒にいる場合、共に食事をとることは重要だと思いますか(n=6600)	2.7	8.5	25.7	38.7	24.4

	n	い全くそう思わない	なあまりそう思わない	などちらともいえない	ややそう思う	とてもそう思う
1.6種類以上の生鮮食品を使って食事を用意するのは難しいと思いますか	6600	652	1332	1524	2040	1052
	100.0	9.9	20.2	23.1	30.9	15.9
2.他の人と一緒に食事をする場合、食卓を囲んで食べることが大切だと思います	6600	172	523	1540	2634	1731
	100.0	2.6	7.9	23.3	39.9	26.2
3.他の人と一緒にいる場合、共に食事をとることは重要だと思いますか	6600	178	563	1697	2554	1608
	100.0	2.7	8.5	25.7	38.7	24.4

■単純集計表(n%表)

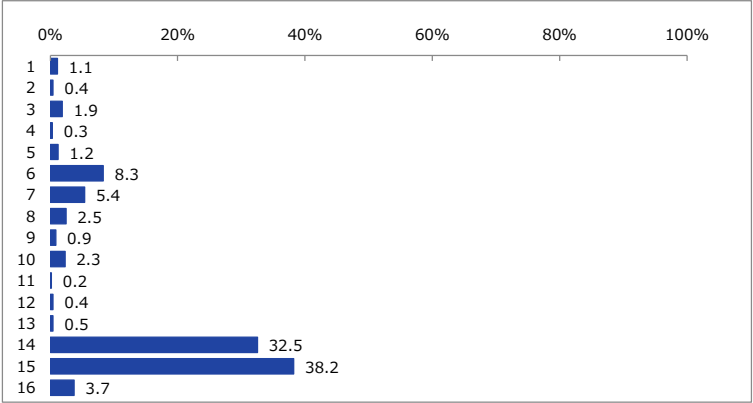
Q20.あなたの日々の食生活に対する考え方についておたずねします。あなたご自身のお考えにもっともよくあてはまるものをひとつお選びください。

	全くそう思わない	そう思わない	あまりそう思わない	どちらともいえない	ややそう思う	そう思う	強くそう思う
1.私が食べるものが、健康を維持するのに役立つことは、重要である(n=6600)	5.0	15.1	27.8		29.2		21.0
2.私が食べるものが、栄養素が豊富であることは、重要である(n=6600)	3.4	6.7	15.2	29.7	26.9		17.1
3.私が食べるものに、ビタミン類やミネラル類が含まれていることは、重要である(n=6600)	2.2	6.1	16.4	29.5	27.5		17.4
4.私が食べるものが、体重をコントロールするのに役立つことは、重要である(n=6600)	2.8	7.0	18.8	28.7	25.0		16.6
5.私はいつも健康的でバランスの取れた食事をしている(n=6600)	3.8	7.6	17.0	29.0	26.4		11.7 4.5
6.私は好きなものを食べるし、食べものがどれくらい健康的かについては気にしない(n=6600)	6.1	14.2	23.4	27.5	18.2	7.3	3.2
7.食べものがどれくらい健康的かは、私の食品選択にほとんど影響を与えない(n=6600)	9.3	19.0	22.8	28.0	13.1	5.3	2.5

	n	い	全	く	そ	う	な	あ	い	ま	り	な	ど	ち	ら	そ	う	強
		く	そ	う	思	わ	な	い	ま	り	そ	う	い	え	う	思	う	く
1.私が食べるものが、健康を維持するのに役立つことは、重要である	6600	44	88	327	995	1832	1930	1384										
2.私が食べるものが、栄養素が豊富であることは、重要である	6600	69	222	445	1003	1959	1776	1126										
3.私が食べるものに、ビタミン類やミネラル類が含まれていることは、重要である	6600	59	144	400	1080	1950	1817	1150										
4.私が食べるものが、体重をコントロールするのに役立つことは、重要である	6600	79	184	463	1238	1895	1647	1094										
5.私はいつも健康的でバランスの取れた食事をしている	6600	254	504	1122	1912	1742	769	297										
6.私は好きなものを食べるし、食べものがどれくらい健康的かについては気にしない	6600	404	938	1543	1813	1203	485	214										
7.食べものがどれくらい健康的かは、私の食品選択にほとんど影響を与えない	6600	611	1252	1508	1849	867	348	165										
	100.0	9.3	19.0	22.8	28.0	13.1	5.3	2.5										

Q21.あなたの普段の食べ方を表すのにもっともふさわしい表現は、以下のうちのどれですか？

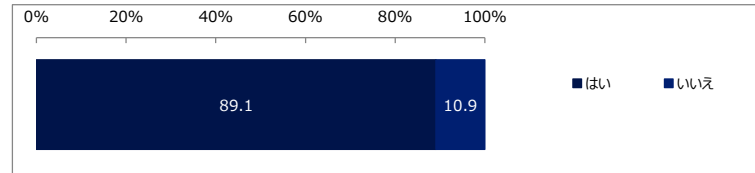
	n	%
全体	6600	100.0
1 地中海食	73	1.1
2 ビーガン食	29	0.4
3 ベジタリアン食	124	1.9
4 ペスカタリアン食	23	0.3
5 グルテンフリー食	81	1.2
6 高タンパク質食	550	8.3
7 低炭水化物食	356	5.4
8 低脂肪食	164	2.5
9 乳製品抜きの食事	57	0.9
10 断食・プチ断食	153	2.3
11 プラントベース食	13	0.2
12 医師・開業医のすすめ（糖尿病糖質制限食、DASH、NCEP、低カロリー、その他）	28	0.4
13 その他の食事療法（私が行ったことのある食事療法はここに記載されていませ	30	0.5
14 特に特別な食事をしていない／したことがない	2148	32.5
15 特に特別な食事をしていないが、健康的な食事を心がけている	2524	38.2
16 回答しない	247	3.7



■単純集計表(n%表)

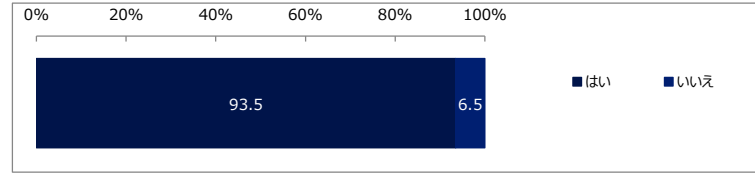
Q23-1.あなたは、最近1年間で、栄養士の資格をもとにしてお仕事をなさっていましたか？

SA		n	%
	全体	156	100.0
1	はい	139	89.1
2	いいえ	17	10.9



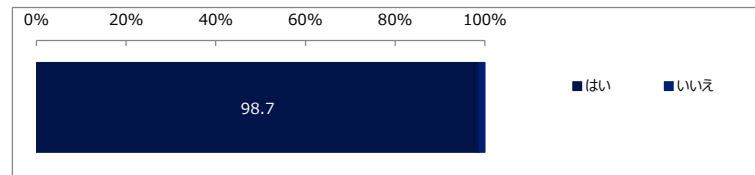
Q23-2.あなたは、最近1年間で、管理栄養士の資格をもとにしてお仕事をなさっていましたか？

SA		n	%
	全体	337	100.0
1	はい	315	93.5
2	いいえ	22	6.5



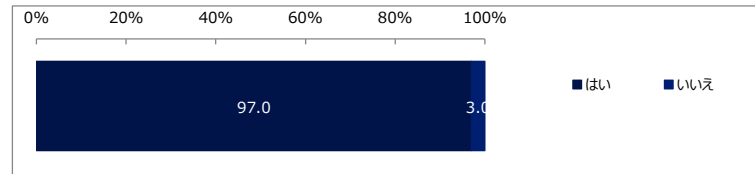
Q23-3.あなたは、最近1年間で、医師の資格をもとにしてお仕事をなさっていましたか？

SA		n	%
	全体	528	100.0
1	はい	521	98.7
2	いいえ	7	1.3



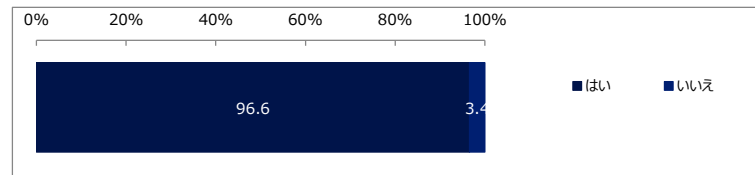
Q23-4.あなたは、最近1年間で、歯科医師の資格をもとにしてお仕事をなさっていましたか？

SA		n	%
	全体	132	100.0
1	はい	128	97.0
2	いいえ	4	3.0



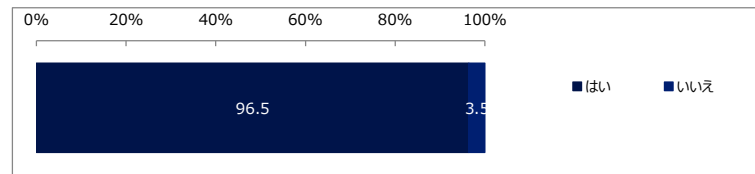
Q23-5.あなたは、最近1年間で、看護師・助産師・保健師の資格をもとにしてお仕事をなさっていましたか？

SA		n	%
	全体	528	100.0
1	はい	510	96.6
2	いいえ	18	3.4



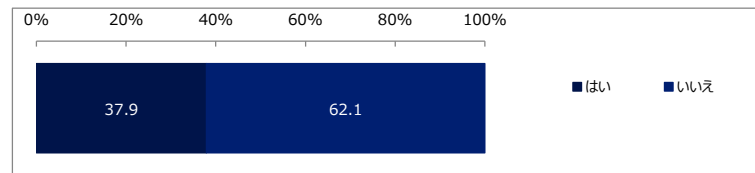
Q23-6.あなたは、最近1年間で、薬剤師の資格をもとにしてお仕事をなさっていましたか？

SA		n	%
	全体	396	100.0
1	はい	382	96.5
2	いいえ	14	3.5



Q23-7.あなたは、最近1年間で、食に関する民間資格をもとにしてお仕事をなさっていましたか？

SA		n	%
	全体	730	100.0
1	はい	277	37.9
2	いいえ	453	62.1

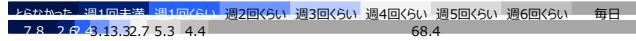


■単純集計表(n%表)

Q24-1.朝食についておたずねします。

SA

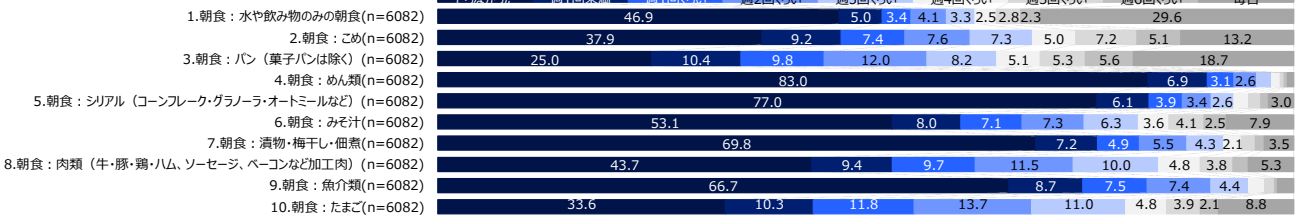
1.この1か月間、朝食をどのくらいの頻度でとっていましたか？（水や飲み物のみの場合も朝食と考えてください）（n=6600）



	n	とな な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.この1か月間、朝食をどのくらいの頻度でとっていましたか？（水や飲み物のみの場合も朝食と考えてください）	6600	518	173	160	202	216	177	350	291	4513
	100.0	7.8	2.6	2.4	3.1	3.3	2.7	5.3	4.4	68.4

Q24-2.この1か月間、朝食として、以下のものをどのくらいの頻度でとっていましたか？

SA



	n	とな な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.朝食：水や飲み物のみの朝食	6082	2852	305	204	252	203	154	173	138	1801
	100.0	46.9	5.0	3.4	4.1	3.3	2.5	2.8	2.3	29.6
2.朝食：こめ	6082	2303	562	453	465	441	307	436	313	802
	100.0	37.9	9.2	7.4	7.6	7.3	5.0	7.2	5.1	13.2
3.朝食：パン（菓子パンは除く）	6082	1518	634	594	728	497	309	321	341	1140
	100.0	25.0	10.4	9.8	12.0	8.2	5.1	5.3	5.6	18.7
4.朝食：めん類	6082	5046	421	191	159	107	63	26	22	47
	100.0	83.0	6.9	3.1	2.6	1.8	1.0	0.4	0.4	0.8
5.朝食：シリアル（コーンフレーク・グラノーラ・オートミールなど）	6082	4682	372	235	206	160	105	86	56	180
	100.0	77.0	6.1	3.9	3.4	2.6	1.7	1.4	0.9	3.0
6.朝食：みそ汁	6082	3228	488	434	441	386	219	249	155	482
	100.0	53.1	8.0	7.1	7.3	6.3	3.6	4.1	2.5	7.9
7.朝食：漬物・梅干し・佃煮	6082	4248	439	298	337	263	125	99	63	210
	100.0	69.8	7.2	4.9	5.5	4.3	2.1	1.6	1.0	3.5
8.朝食：肉類（牛・豚・鶏・ハム、ソーセージ、ベーコンなど加工肉）	6082	2655	574	590	697	607	293	233	110	323
	100.0	43.7	9.4	9.7	11.5	10.0	4.8	3.8	1.8	5.3
9.朝食：魚介類	6082	4056	528	457	451	268	114	70	22	116
	100.0	66.7	8.7	7.5	7.4	4.4	1.9	1.2	0.4	1.9
10.朝食：たまご	6082	2042	625	717	834	671	290	240	128	535
	100.0	33.6	10.3	11.8	13.7	11.0	4.8	3.9	2.1	8.8

■単純集計表(n%表)

Q24-3.この1か月間、朝食として、以下のものをどのくらいの頻度でとっていましたか？
SA

	とらなかった	週1回未満	週1回くらい	週2回くらい	週3回くらい	週4回くらい	週5回くらい	週6回くらい	毎日
1.朝食：乳製品（牛乳、ヨーグルト、チーズ、アイスクリーム）（n=6082）	27.1	7.4	7.9	9.6	8.3	4.4	4.8	3.4	27.2
2.朝食：大豆製品（豆腐、納豆、おから、きなこなど）・豆類・ナッツ類(n=6082)	44.2			9.1	9.8	10.0	7.1	3.9	3.72.0
3.朝食：野菜（ジュースは除く）・きのこ・海藻(n=6082)	46.3			8.1	6.5	9.1	7.3	3.9	3.72.5
4.朝食：いも類（じゃがいも、さつまいも、さといも、やまいも、こんにゃくなど）（n=6082）	61.8					10.5	8.5	8.0	5.5
5.朝食：果物（ジュースは除く）（n=6082）	46.6			10.1	7.9	9.1	6.7	3.4	3.2
6.朝食：菓子類（和菓子・洋菓子・スナック菓子・菓子パンなど）（n=6082）	68.3					8.5	6.9	5.8	3.92.2
7.朝食：紅茶（砂糖入りも含む）（n=6082）	76.1						5.2	4.2	4.3
8.朝食：コーヒー（砂糖入りも含む）（n=6082）	34.1	4.2	5.0	7.3	5.6	3.9	4.6	3.6	31.7
9.朝食：砂糖が入った甘い飲み物（炭酸飲料、スポーツ飲料、果汁入り飲料、乳酸菌飲料など）（n=6082）	81.7							5.0	3.13.12.3
10.朝食：100%野菜ジュース・100%果物ジュース(n=6082)	72.6						6.9	5.5	4.2

	n	た と ら な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.朝食：乳製品（牛乳、ヨーグルト、チーズ、アイスクリーム）	6082 100.0	1648 27.1	451 7.4	478 7.9	583 9.6	504 8.3	270 4.4	291 4.8	205 3.4	1652 27.2
2.朝食：大豆製品（豆腐、納豆、おから、きなこなど）・豆類・ナッツ類	6082 100.0	2686 44.2	552 9.1	598 9.8	611 10.0	433 7.1	237 3.9	227 3.7	122 2.0	616 10.1
3.朝食：野菜（ジュースは除く）・きのこ・海藻	6082 100.0	2816 46.3	494 8.1	397 6.5	551 9.1	444 7.3	237 3.9	225 3.7	151 2.5	767 12.6
4.朝食：いも類（じゃがいも、さつまいも、さといも、やまいも、こんにゃくなど）	6082 100.0	3757 61.8	641 10.5	515 8.5	488 8.0	335 5.5	131 2.2	72 1.2	50 0.8	93 1.5
5.朝食：果物（ジュースは除く）	6082 100.0	2833 46.6	616 10.1	480 7.9	556 9.1	407 6.7	205 3.4	193 3.2	103 1.7	689 11.3
6.朝食：菓子類（和菓子・洋菓子・スナック菓子・菓子パンなど）	6082 100.0	4153 68.3	516 8.5	420 6.9	351 5.8	238 3.9	132 2.2	94 1.5	57 0.9	121 2.0
7.朝食：紅茶（砂糖入りも含む）	6082 100.0	4629 76.1	314 5.2	256 4.2	260 4.3	180 3.0	96 1.6	81 1.3	56 0.9	210 3.5
8.朝食：コーヒー（砂糖入りも含む）	6082 100.0	2077 34.1	256 4.2	306 5.0	441 7.3	338 5.6	236 3.9	278 4.6	219 3.6	1931 31.7
9.朝食：砂糖が入った甘い飲み物（炭酸飲料、スポーツ飲料、果汁入り飲料、乳酸菌飲料など）	6082 100.0	4972 81.7	304 5.0	187 3.1	188 3.1	138 2.3	72 1.2	78 1.3	40 0.7	103 1.7
10.朝食：100%野菜ジュース・100%果物ジュース	6082 100.0	4414 72.6	418 6.9	334 5.5	257 4.2	174 2.9	106 1.7	86 1.4	37 0.6	256 4.2

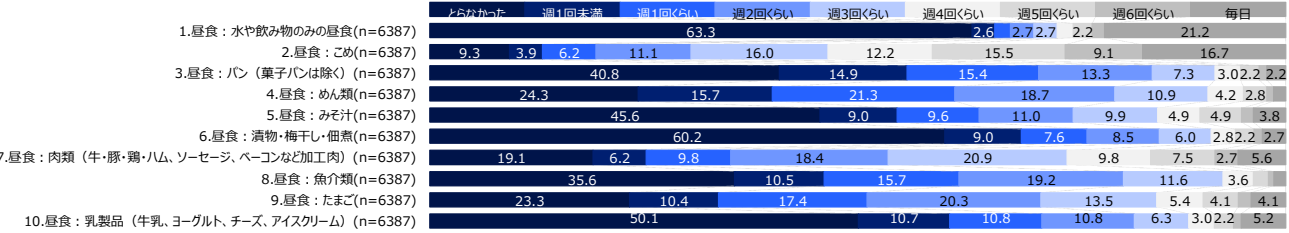
Q24-4.昼食についておたずねします。
SA

	とらなかった	週1回未満	週1回くらい	週2回くらい	週3回くらい	週4回くらい	週5回くらい	週6回くらい	毎日
1.この1か月間、昼食をどのくらいの頻度でとっていましたか？（水や飲み物のみの場合も昼食と考えてください）（n=6600）	3.2	2.83.62.84.5	4.7				76.6		

	n	た と ら な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.この1か月間、昼食をどのくらいの頻度でとっていましたか？（水や飲み物のみの場合も昼食と考えてください）	6600 100.0	213 3.2	40 0.6	79 1.2	182 2.8	238 3.6	187 2.8	296 4.5	308 4.7	5057 76.6

■単純集計表(n%表)

Q24-5.この1か月間、昼食として、以下のものをどのくらいの頻度でとっていましたか？
SA



		た ら な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら	週 2 回 く ら	週 3 回 く ら	週 4 回 く ら	週 5 回 く ら	週 6 回 く ら	毎 日
	n									
1.昼食：水や飲み物のみの昼食	6387 100.0	4045 63.3	169 2.6	119 1.9	175 2.7	173 2.7	120 1.9	141 2.2	91 1.4	1354 21.2
2.昼食：こめ	6387 100.0	594 9.3	248 3.9	396 6.2	710 11.1	1021 16.0	781 12.2	990 15.5	579 9.1	1068 16.7
3.昼食：パン（菓子パンは除く）	6387 100.0	2608 40.8	952 14.9	982 15.4	850 13.3	468 7.3	189 3.0	140 2.2	56 0.9	142 2.2
4.昼食：めん類	6387 100.0	1553 24.3	1002 15.7	1361 21.3	1195 18.7	694 10.9	266 4.2	176 2.8	49 0.8	91 1.4
5.昼食：みそ汁	6387 100.0	2911 45.6	576 9.0	612 9.6	701 11.0	631 9.9	315 4.9	310 4.9	89 1.4	242 3.8
6.昼食：漬物・梅干し・佃煮	6387 100.0	3843 60.2	572 9.0	488 7.6	541 8.5	385 6.0	181 2.8	142 2.2	61 1.0	174 2.7
7.昼食：肉類（牛・豚・鶏・ハム、ソーセージ、ベーコンなど加工肉）	6387 100.0	1217 19.1	398 6.2	629 9.8	1177 18.4	1334 20.9	623 9.8	481 7.5	171 2.7	357 5.6
8.昼食：魚介類	6387 100.0	2272 35.6	671 10.5	1005 15.7	1228 19.2	742 11.6	227 3.6	111 1.7	41 0.6	90 1.4
9.昼食：たまご	6387 100.0	1490 23.3	663 10.4	1109 17.4	1297 20.3	864 13.5	346 5.4	263 4.1	96 1.5	259 4.1
10.昼食：乳製品（牛乳、ヨーグルト、チーズ、アイスクリーム）	6387 100.0	3197 50.1	682 10.7	689 10.8	689 10.8	405 6.3	193 3.0	142 2.2	57 0.9	333 5.2

■単純集計表(n%表)

Q24-6.この1か月間、昼食として、以下のものをどのくらいの頻度でとっていましたか？
SA

	とらなかった	週1回未満	週1回くらい	週2回くらい	週3回くらい	週4回くらい	週5回くらい	週6回くらい	毎日
1.昼食：大豆製品（豆腐、納豆、おから、きなこなど）・豆類・ナッツ類(n=6387)	36.6		10.4	14.5	16.5	10.3	4.1	2.4	4.0
2.昼食：野菜（ジュースは除く）・きのこ・海藻(n=6387)	29.3	7.6	9.7	12.2	11.9	6.7	7.0	3.2	12.5
3.昼食：いも類（じゃがいも、さつまいも、さといも、やまいも、こんにゃくなど）(n=6387)	35.5		12.0	17.4	17.5		10.1	3.4	
4.昼食：果物（ジュースは除く）(n=6387)	51.9			10.4	11.4	10.6	6.6	2.9	13.1
5.昼食：菓子類（和菓子・洋菓子・スナック菓子・菓子パンなど）(n=6387)	56.8				10.1	9.5	9.4	6.2	3.0
6.昼食：紅茶（砂糖入りも含む）(n=6387)		73.9					6.1	5.3	5.0
7.昼食：コーヒー（砂糖入りも含む）(n=6387)	44.3		6.3	6.8	9.7	8.6	4.4	4.9	13.1
8.昼食：砂糖が入った甘い飲み物（炭酸飲料、スポーツ飲料、果汁入り飲料、乳酸菌飲料など）(n=6387)		76.7					5.9	6.0	4.1
9.昼食：100%野菜ジュース・100%果物ジュース(n=6387)		74.8					7.2	5.7	4.4
10.昼食：お酒(n=6387)		86.4						3.0	2.5

	n	た と ら な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.昼食：大豆製品（豆腐、納豆、おから、きなこなど）・豆類・ナッツ類	6387 100.0	2335 36.6	664 10.4	924 14.5	1057 16.5	659 10.3	260 4.1	156 2.4	74 1.2	258 4.0
2.昼食：野菜（ジュースは除く）・きのこ・海藻	6387 100.0	1869 29.3	488 7.6	619 9.7	779 12.2	761 11.9	427 6.7	444 7.0	203 3.2	797 12.5
3.昼食：いも類（じゃがいも、さつまいも、さといも、やまいも、こんにゃくなど）	6387 100.0	2270 35.5	766 12.0	1112 17.4	1117 17.5	642 10.1	219 3.4	115 1.8	47 0.7	99 1.6
4.昼食：果物（ジュースは除く）	6387 100.0	3314 51.9	663 10.4	727 11.4	676 10.6	423 6.6	186 2.9	134 2.1	65 1.0	199 3.1
5.昼食：菓子類（和菓子・洋菓子・スナック菓子・菓子パンなど）	6387 100.0	3631 56.8	644 10.1	607 9.5	603 9.4	396 6.2	191 3.0	145 2.3	47 0.7	123 1.9
6.昼食：紅茶（砂糖入りも含む）	6387 100.0	4719 73.9	387 6.1	339 5.3	321 5.0	230 3.6	144 2.3	91 1.4	38 0.6	118 1.8
7.昼食：コーヒー（砂糖入りも含む）	6387 100.0	2832 44.3	403 6.3	433 6.8	621 9.7	548 8.6	280 4.4	315 4.9	121 1.9	834 13.1
8.昼食：砂糖が入った甘い飲み物（炭酸飲料、スポーツ飲料、果汁入り飲料、乳酸菌飲料など）	6387 100.0	4896 76.7	377 5.9	381 6.0	260 4.1	203 3.2	112 1.8	69 1.1	33 0.5	56 0.9
9.昼食：100%野菜ジュース・100%果物ジュース	6387 100.0	4776 74.8	460 7.2	365 5.7	281 4.4	205 3.2	106 1.7	77 1.2	37 0.6	80 1.3
10.昼食：お酒	6387 100.0	5520 86.4	189 3.0	175 2.7	160 2.5	122 1.9	78 1.2	53 0.8	29 0.5	61 1.0

Q24-7.夕食についておたずねします。
SA

	とらなかった	週1回未満	週1回くらい	週2回くらい	週3回くらい	週4回くらい	週5回くらい	週6回くらい	毎日
1.この1か月間、夕食をどのくらいの頻度でとっていましたか？（水や飲み物のみの場合も夕食と考えてください）(n=6600)	2.3	2.3	2.4	8.1					84.6

	n	た と ら な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.この1か月間、夕食をどのくらいの頻度でとっていましたか？（水や飲み物のみの場合も夕食と考えてください）	6600 100.0	154 2.3	27 0.4	64 1.0	151 2.3	155 2.3	108 1.6	158 2.4	202 3.1	5581 84.6

■単純集計表(n%表)

Q24-8.この1か月間、夕食として、以下のものをどのくらいの頻度でとっていましたか？

SA



	n	た ら な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.夕食：水や飲み物のみの夕食	6446 100.0	4382 68.0	135 2.1	105 1.6	138 2.1	144 2.2	112 1.7	89 1.4	92 1.4	1249 19.4
2.夕食：こめ	6446 100.0	455 7.1	270 4.2	342 5.3	521 8.1	651 10.1	633 9.8	851 13.2	866 13.4	1857 28.8
3.夕食：パン（菓子パンは除く）	6446 100.0	4528 70.2	715 11.1	494 7.7	299 4.6	157 2.4	96 1.5	60 0.9	38 0.6	59 0.9
4.夕食：めん類	6446 100.0	1973 30.6	1274 19.8	1464 22.7	997 15.5	455 7.1	142 2.2	70 1.1	26 0.4	45 0.7
5.夕食：みそ汁	6446 100.0	1296 20.1	482 7.5	681 10.6	1003 15.6	983 15.2	622 9.6	513 8.0	291 4.5	575 8.9
6.夕食：漬物・梅干し・佃煮	6446 100.0	2909 45.1	626 9.7	729 11.3	748 11.6	564 8.7	276 4.3	201 3.1	81 1.3	312 4.8
7.夕食：肉類（牛・豚・鶏・ハム、ソーセージ、ベーコンなど加工肉）	6446 100.0	324 5.0	200 3.1	391 6.1	990 15.4	1731 26.9	1234 19.1	843 13.1	303 4.7	430 6.7
8.夕食：魚介類	6446 100.0	606 9.4	501 7.8	1156 17.9	1893 29.4	1520 23.6	387 6.0	177 2.7	66 1.0	140 2.2
9.夕食：たまご	6446 100.0	1027 15.9	688 10.7	1344 20.9	1595 24.7	997 15.5	373 5.8	177 2.7	73 1.1	172 2.7
10.夕食：乳製品（牛乳、ヨーグルト、チーズ、アイスクリーム）	6446 100.0	3035 47.1	702 10.9	743 11.5	752 11.7	452 7.0	202 3.1	142 2.2	86 1.3	332 5.2

■単純集計表(n%表)

Q24-9.この1か月間、夕食として、以下のものをどのくらいの頻度でとっていましたか？
SA

	とらなかった	週1回未満	週1回くらい	週2回くらい	週3回くらい	週4回くらい	週5回くらい	週6回くらい	毎日
1.夕食：大豆製品（豆腐、納豆、おから、きなこなど）・豆類・ナッツ類(n=6446)	11.3	7.4	14.6	25.6	18.5	8.5	4.8	2.4	6.9
2.夕食：野菜（ジュースは除く）・きのこ・海藻(n=6446)	13.5	4.3	7.1	12.6	13.2	9.5	8.4	5.8	25.6
3.夕食：いも類（じゃがいも、さつまいも、さといも、やまいも、こんにゃくなど）(n=6446)	13.7	9.6	18.2	27.9	18.0	6.0	3.2	2.3	
4.夕食：果物（ジュースは除く）(n=6446)	47.3	10.8	10.8	11.2	8.0	3.6	2.5	1.3	4.4
5.夕食：菓子類（和菓子・洋菓子・スナック菓子・菓子パンなど）(n=6446)	65.1	7.2	6.7	7.7	5.2	3.0	2.4		
6.夕食：紅茶（砂糖入りも含む）(n=6446)	80.9	3.9	3.8	3.6	2.7	2.0	1.0	0.7	1.3
7.夕食：コーヒー（砂糖入りも含む）(n=6446)	67.7	4.5	4.9	5.5	4.8	2.4	2.3	1.1	6.7
8.夕食：砂糖が入った甘い飲み物（炭酸飲料、スポーツ飲料、果汁入り飲料、乳酸菌飲料など）(n=6446)	79.5	5.1	4.5	3.8	2.7	1.7	1.2	0.7	0.9
9.夕食：100%野菜ジュース・100%果物ジュース(n=6446)	79.4	5.6	4.1	3.5	2.7	1.7	1.1	0.6	1.2
10.夕食：お酒(n=6446)	50.2	8.5	7.4	8.3	5.7	3.3	3.5	3.0	10.2

	n	と な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.夕食：大豆製品（豆腐、納豆、おから、きなこなど）・豆類・ナッツ類	6446 100.0	728 11.3	477 7.4	941 14.6	1648 25.6	1195 18.5	549 8.5	307 4.8	154 2.4	447 6.9
2.夕食：野菜（ジュースは除く）・きのこ・海藻	6446 100.0	868 13.5	280 4.3	459 7.1	810 12.6	852 13.2	615 9.5	541 8.4	371 5.8	1650 25.6
3.夕食：いも類（じゃがいも、さつまいも、さといも、やまいも、こんにゃくなど）	6446 100.0	886 13.7	620 9.6	1174 18.2	1799 27.9	1158 18.0	386 6.0	207 3.2	69 1.1	147 2.3
4.夕食：果物（ジュースは除く）	6446 100.0	3052 47.3	693 10.8	695 10.8	725 11.2	518 8.0	231 3.6	162 2.5	85 1.3	285 4.4
5.夕食：菓子類（和菓子・洋菓子・スナック菓子・菓子パンなど）	6446 100.0	4196 65.1	464 7.2	432 6.7	496 7.7	332 5.2	194 3.0	119 1.8	61 0.9	152 2.4
6.夕食：紅茶（砂糖入りも含む）	6446 100.0	5215 80.9	253 3.9	248 3.8	230 3.6	177 2.7	129 2.0	67 1.0	44 0.7	83 1.3
7.夕食：コーヒー（砂糖入りも含む）	6446 100.0	4365 67.7	293 4.5	316 4.9	357 5.5	309 4.8	156 2.4	147 2.3	73 1.1	430 6.7
8.夕食：砂糖が入った甘い飲み物（炭酸飲料、スポーツ飲料、果汁入り飲料、乳酸菌飲料など）	6446 100.0	5125 79.5	328 5.1	290 4.5	244 3.8	173 2.7	108 1.7	78 1.2	43 0.7	57 0.9
9.夕食：100%野菜ジュース・100%果物ジュース	6446 100.0	5121 79.4	359 5.6	266 4.1	226 3.5	176 2.7	107 1.7	72 1.1	40 0.6	79 1.2
10.夕食：お酒	6446 100.0	3234 50.2	547 8.5	476 7.4	535 8.3	365 5.7	211 3.3	226 3.5	194 3.0	658 10.2

Q24-10.最近1か月間のお酒の飲み方についておたずねします。朝・昼・夕食などの時間帯を区別せず、それぞれのお酒を飲んだ頻度をお答えください。
SA

	飲まなかった	週1回未満	週1回くらい	週2回くらい	週3回くらい	週4回くらい	週5回くらい	週6回くらい	毎日
1.ビール・発泡酒(n=6600)	57.5	10.7	7.8	7.6	4.2	2.4	2.5	5.6	
2.日本酒(n=6600)	77.5	8.9	5.0	3.1	2.2				
3.焼酎・酎ハイ・泡盛(n=6600)	67.6	9.0	6.5	5.1	3.1	2.0	3.8		
4.ワイン(n=6600)	74.8	9.6	5.8	3.6	2.6				
5.ウイスキー・ブランデーなど(n=6600)	82.5	5.6	3.6	2.7	2.0				

	n	た 飲 ま な か つ	週 1 回 未 満	週 1 回 く ら い	週 2 回 く ら い	週 3 回 く ら い	週 4 回 く ら い	週 5 回 く ら い	週 6 回 く ら い	毎 日
1.ビール・発泡酒	6600 100.0	3794 57.5	707 10.7	513 7.8	502 7.6	278 4.2	158 2.4	162 2.5	114 1.7	372 5.6
2.日本酒	6600 100.0	5113 77.5	586 8.9	327 5.0	206 3.1	145 2.2	76 1.2	62 0.9	36 0.5	49 0.7
3.焼酎・酎ハイ・泡盛	6600 100.0	4464 67.6	597 9.0	432 6.5	335 5.1	207 3.1	129 2.0	99 1.5	89 1.3	248 3.8
4.ワイン	6600 100.0	4938 74.8	631 9.6	382 5.8	239 3.6	172 2.6	79 1.2	51 0.8	39 0.6	69 1.0
5.ウイスキー・ブランデーなど	6600 100.0	5442 82.5	371 5.6	238 3.6	180 2.7	135 2.0	72 1.1	47 0.7	35 0.5	80 1.2

■単純集計表(n%表)

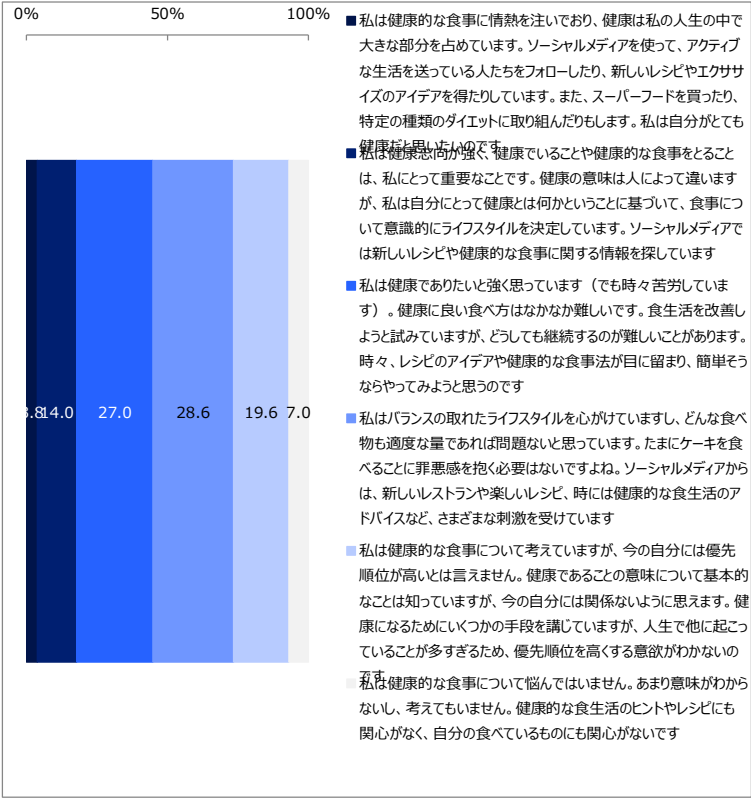
Q24-11.最近 1 か月間のお酒の飲み方についておたずねします。朝・昼・夕食などの時間帯を区別せず、それぞれのお酒について 1 回に飲んだ量をお答えください。
SA

	0.5未満	0.5くらい	1くらい	2くらい	3くらい	4以上		
1.ビール・発泡酒 … 350ml缶を1とすると(n=2099)	4.5	7.1	50.9		24.8	7.3	5.4	
2.日本酒 … 1合（180ml）を1とすると(n=901)	11.4		18.1	37.1		21.2	7.4	4.8
3.焼酎・酎ハイ・泡盛 … 水割り1杯（180ml）を1とすると(n=1539)	6.7	9.8	35.9		27.2	12.1	8.4	
4.ワイン … グラス1杯（120ml）を1とすると(n=1031)	7.2	12.9	31.8		26.8	13.8	7.6	
5.ウイスキー・ブランデーなど … ダブル1杯（60ml）を1とすると(n=787)	10.9	13.2	32.1		24.7	12.2	6.9	

	n	0.5未満	0.5くらい	1くらい	2くらい	3くらい	4以上
1.ビール・発泡酒 … 350ml缶を1とすると	2099	94	148	1069	521	153	114
	100.0	4.5	7.1	50.9	24.8	7.3	5.4
2.日本酒 … 1合（180ml）を1とすると	901	103	163	334	191	67	43
	100.0	11.4	18.1	37.1	21.2	7.4	4.8
3.焼酎・酎ハイ・泡盛 … 水割り1杯（180ml）を1とすると	1539	103	151	552	418	186	129
	100.0	6.7	9.8	35.9	27.2	12.1	8.4
4.ワイン … グラス1杯（120ml）を1とすると	1031	74	133	328	276	142	78
	100.0	7.2	12.9	31.8	26.8	13.8	7.6
5.ウイスキー・ブランデーなど … ダブル1杯（60ml）を1とすると	787	86	104	253	194	96	54
	100.0	10.9	13.2	32.1	24.7	12.2	6.9

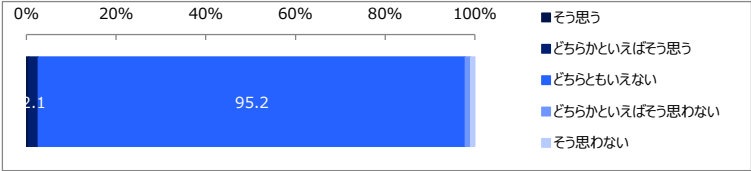
Q25.以下のうち、どれが最もあなたに近いと思いますか？
SA

	n	%
全体	6600	100.0
1 私は健康的な食事に情熱を注いでおり、健康は私の人生の中で大きな部分を占めています。ソーシャルメディアを使って、アクティブな生活を送っている人々をフォローしたり、新しいレシピやエクササイズのアプローチを得たりしています。また、スーパーフードを買ったり、特定の種類のダイエットに取り組んだりもします。私は自分がとても健康だと思っています	252	3.8
2 私は健康志向が強く、健康でいることや健康的な食事をとることは、私にとって重要なことです。健康の意味は人によって異なりますが、私は自分にとって健康とは何かということに基づいて、食事について意識的にライフスタイルを決定しています。ソーシャルメディアでは新しいレシピや健康的な食事に関する情報を探しています	926	14.0
3 私は健康でありたいと強く思っています（でも時々苦労しています）。健康に良い食べ方はなかなか難しいです。食生活を改善しようと試みっていますが、どうしても継続するのが難しいことがあります。時々、レシピのアイデアや健康的な食事が目に留まり、簡単そうならやってみようと思うのです	1782	27.0
4 私はバランスの取れたライフスタイルを心がけていますし、どんな食べ物も適度な量であれば問題ないと思っています。たまにケーキを食べることに罪悪感を抱く必要はないですね。ソーシャルメディアからは、新しいレストランや楽しいレシピ、時には健康的な食生活のアドバイスなど、さまざまな刺激を受けています	1888	28.6
5 私は健康的な食事について考えていますが、今の自分には優先順位が高いとは言えません。健康であることの意味について基本的なことは知っていますが、今の自分には関係ないように思えます。健康になるためにいくつかの手段を講じていますが、人生で他に起こっていることが多すぎるため、優先順位を高くする意欲がわかりません	1292	19.6
6 私は健康的な食事について悩んではいません。あまり意味がわからないし、考えてもいません。健康的な食生活のヒントやレシピにも関心がなく、自分の食べているものにも関心がありません	460	7.0



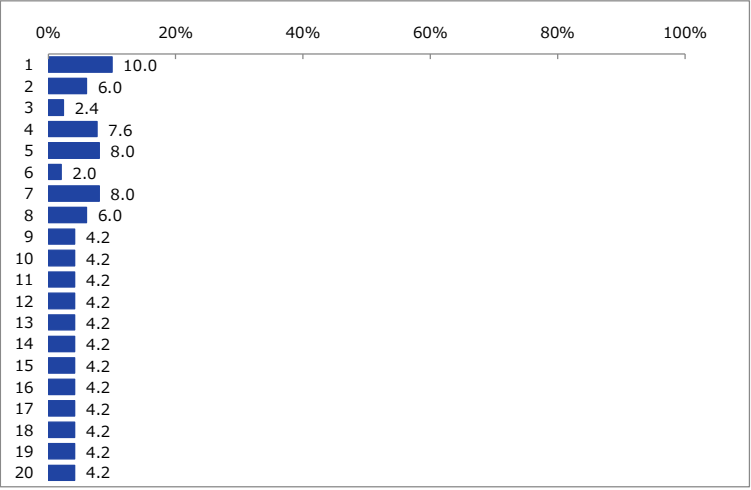
Q26.この質問は、アンケート回答時の「つけまがい」に関する調査のための質問です。以下の選択肢の中から「どちらともいえない」を選びください。
SA

	n	%
全体	6600	100.0
1 そう思う	38	0.6
2 どちらかといえばそう思う	138	2.1
3 どちらともいえない	6286	95.2
4 どちらかといえばそう思わない	78	1.2
5 そう思わない	60	0.9

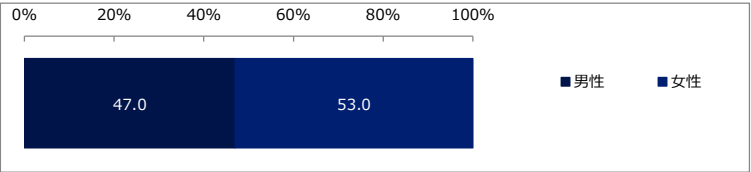


■単純集計表(n%表)

割付		
SA		
	n	%
全体	6600	100.0
1 食に関する民間資格所有者（例：フードコーディネーター、サプリメントアドバイザーなど）	660	10.0
2 メディア	396	6.0
3 栄養士	156	2.4
4 管理栄養士	504	7.6
5 医師	528	8.0
6 歯科医師	132	2.0
7 看護師・助産師・保健師	528	8.0
8 薬剤師	396	6.0
9 男性 20～29歳	275	4.2
10 男性 30～39歳	275	4.2
11 男性 40～49歳	275	4.2
12 男性 50～59歳	275	4.2
13 男性 60～69歳	275	4.2
14 男性 70～79歳	275	4.2
15 女性 20～29歳	275	4.2
16 女性 30～39歳	275	4.2
17 女性 40～49歳	275	4.2
18 女性 50～59歳	275	4.2
19 女性 60～69歳	275	4.2
20 女性 70～79歳	275	4.2



性別		
SA		
	n	%
全体	6600	100.0
1 男性	3099	47.0
2 女性	3501	53.0



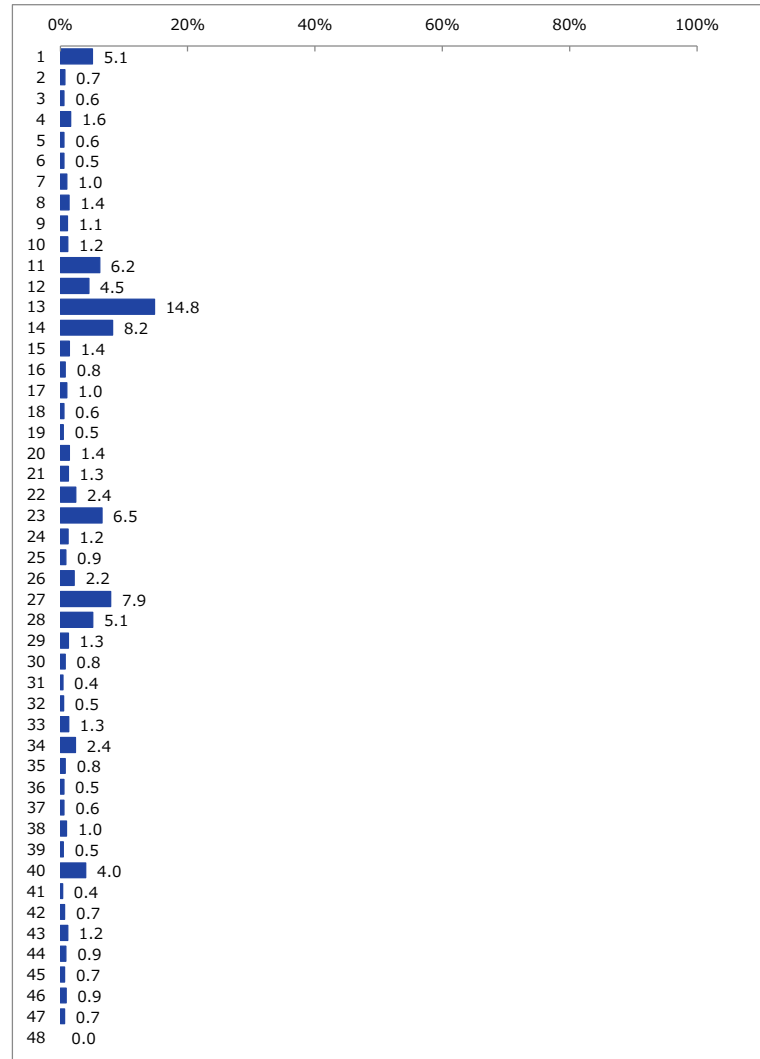
年齢	
_歳	
	値
全体	6600
平均値	46.32
最小値	20.00
最大値	79.00

■単純集計表(n%表)

都道府県

SA

	n	%
全体	6600	100.0
1 北海道	334	5.1
2 青森県	47	0.7
3 岩手県	39	0.6
4 宮城県	107	1.6
5 秋田県	39	0.6
6 山形県	36	0.5
7 福島県	67	1.0
8 茨城県	91	1.4
9 栃木県	73	1.1
10 群馬県	79	1.2
11 埼玉県	408	6.2
12 千葉県	295	4.5
13 東京都	977	14.8
14 神奈川県	542	8.2
15 新潟県	94	1.4
16 富山県	52	0.8
17 石川県	67	1.0
18 福井県	37	0.6
19 山梨県	31	0.5
20 長野県	95	1.4
21 岐阜県	83	1.3
22 静岡県	161	2.4
23 愛知県	431	6.5
24 三重県	81	1.2
25 滋賀県	57	0.9
26 京都府	145	2.2
27 大阪府	523	7.9
28 兵庫県	336	5.1
29 奈良県	83	1.3
30 和歌山県	50	0.8
31 鳥取県	27	0.4
32 島根県	33	0.5
33 岡山県	87	1.3
34 広島県	158	2.4
35 山口県	51	0.8
36 徳島県	35	0.5
37 香川県	39	0.6
38 愛媛県	65	1.0
39 高知県	31	0.5
40 福岡県	265	4.0
41 佐賀県	24	0.4
42 長崎県	45	0.7
43 熊本県	76	1.2
44 大分県	58	0.9
45 宮崎県	44	0.7
46 鹿児島県	59	0.9
47 沖縄県	43	0.7
48 国外	0	0.0

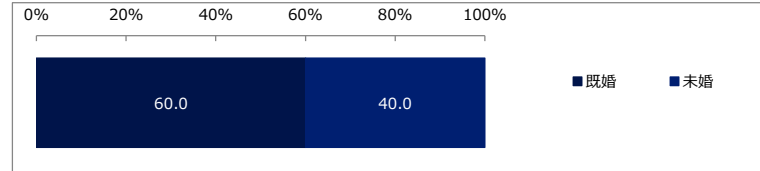


■単純集計表(n%表)

未既婚

SA

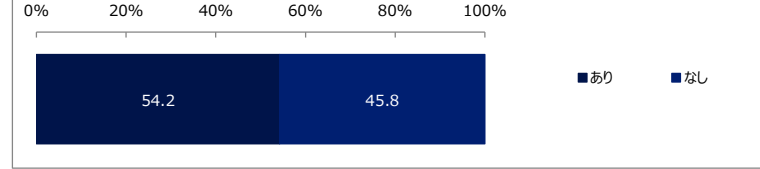
	n	%
全体	6467	100.0
1 既婚	3881	60.0
2 未婚	2586	40.0



子供

SA

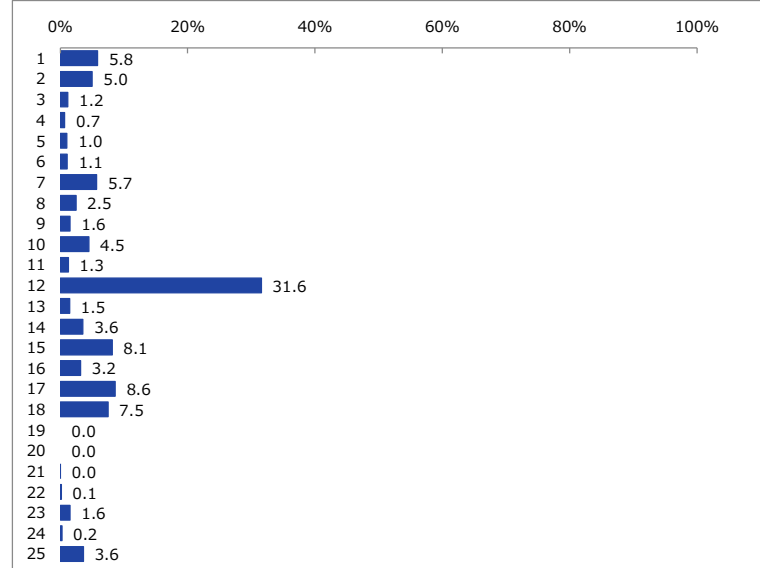
	n	%
全体	6467	100.0
1 あり	3508	54.2
2 なし	2959	45.8



職種

SA

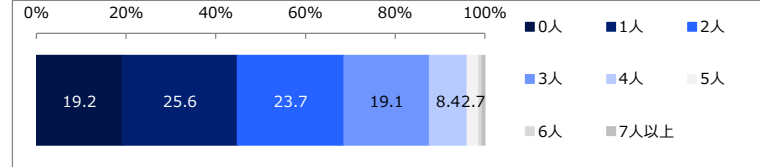
	n	%
全体	6467	100.0
1 営業・販売	378	5.8
2 研究・開発・技術者	324	5.0
3 総務・人事	78	1.2
4 財務・経理	44	0.7
5 企画・マーケティング	67	1.0
6 広報・広告・デザイン	71	1.1
7 事務職	371	5.7
8 管理職	159	2.5
9 会社経営・役員	101	1.6
10 公務員・団体職員	290	4.5
11 教職員	81	1.3
12 専門職(医師・看護師・弁護士など)	2043	31.6
13 自由業	95	1.5
14 自営業	230	3.6
15 パート・アルバイト	527	8.1
16 契約社員・派遣社員	205	3.2
17 専業主婦（主夫）	557	8.6
18 無職	485	7.5
19 小学生	0	0.0
20 中学生	0	0.0
21 高校生	1	0.0
22 短大・専門学校生	9	0.1
23 大学生	101	1.6
24 大学院生	16	0.2
25 その他	234	3.6



同居家族

SA

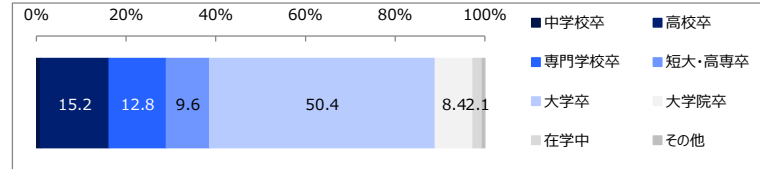
	n	%
全体	6467	100.0
1 0人	1242	19.2
2 1人	1658	25.6
3 2人	1535	23.7
4 3人	1233	19.1
5 4人	544	8.4
6 5人	172	2.7
7 6人	49	0.8
8 7人以上	34	0.5



最終学歴

SA

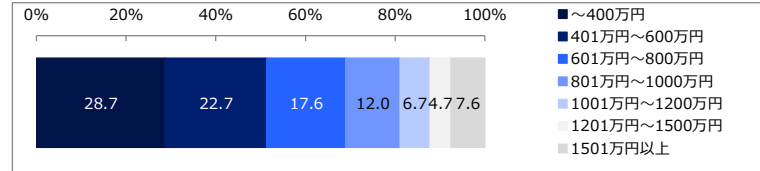
	n	%
全体	6467	100.0
1 中学校卒	62	1.0
2 高校卒	985	15.2
3 専門学校卒	830	12.8
4 短大・高専卒	619	9.6
5 大学卒	3258	50.4
6 大学院卒	542	8.4
7 在学中	137	2.1
8 その他	34	0.5



■単純集計表(n%表)

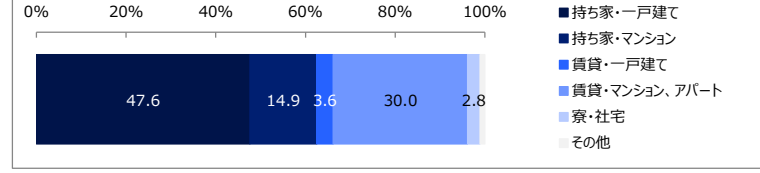
世帯年収
SA

	n	%
全体	6467	100.0
1 ～400万円	1857	28.7
2 401万円～600万円	1468	22.7
3 601万円～800万円	1139	17.6
4 801万円～1000万円	778	12.0
5 1001万円～1200万円	435	6.7
6 1201万円～1500万円	301	4.7
7 1501万円以上	489	7.6



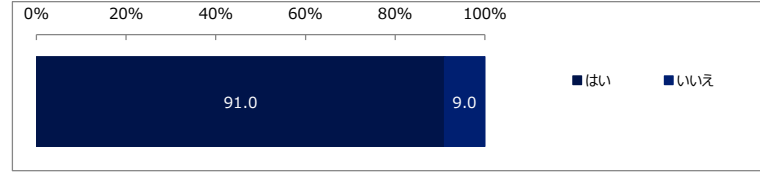
住居形態
SA

	n	%
全体	6467	100.0
1 持ち家・一戸建て	3079	47.6
2 持ち家・マンション	966	14.9
3 賃貸・一戸建て	235	3.6
4 賃貸・マンション、アパート	1939	30.0
5 寮・社宅	178	2.8
6 その他	70	1.1



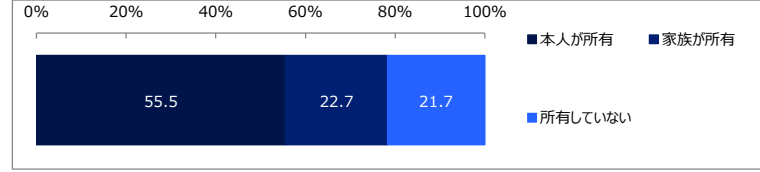
運転免許の所持
SA

	n	%
全体	6467	100.0
1 はい	5885	91.0
2 いいえ	582	9.0



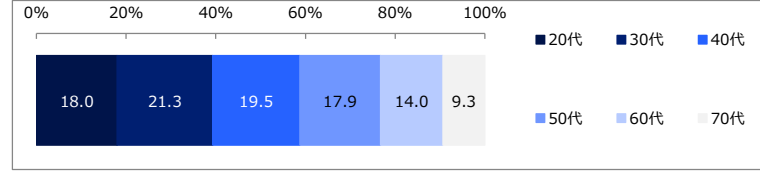
自家用車の所有
SA

	n	%
全体	6467	100.0
1 本人が所有	3592	55.5
2 家族が所有	1470	22.7
3 所有していない	1405	21.7



年代
SA

	n	%
全体	6600	100.0
1 20代	1187	18.0
2 30代	1405	21.3
3 40代	1286	19.5
4 50代	1184	17.9
5 60代	922	14.0
6 70代	616	9.3



性年代
SA

	n	%
全体	6600	100.0
1 男性 20代	461	7.0
2 男性 30代	529	8.0
3 男性 40代	597	9.0
4 男性 50代	639	9.7
5 男性 60代	553	8.4
6 男性 70代	320	4.8
7 女性 20代	726	11.0
8 女性 30代	876	13.3
9 女性 40代	689	10.4
10 女性 50代	545	8.3
11 女性 60代	369	5.6
12 女性 70代	296	4.5

