

現 実

図4 家族そろって夕食をとる頻度

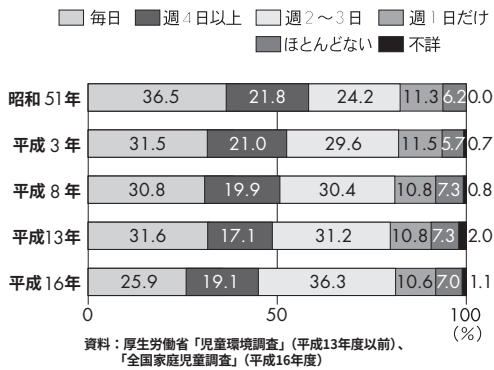


図5 食事をしている人の割合 (平日・30分ごと)

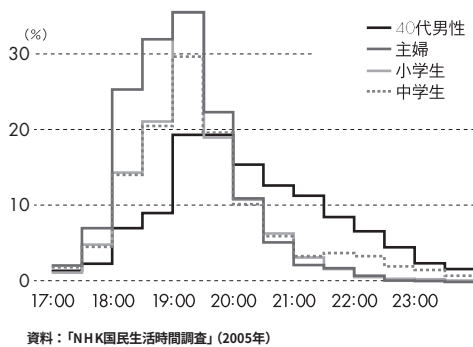


図6 夕食を食べた相手 (家族形態別)

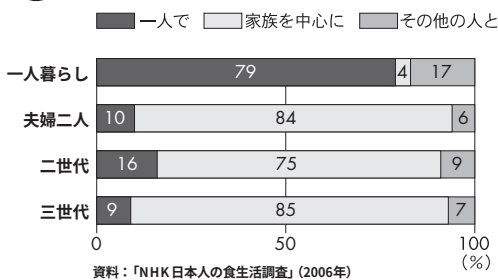
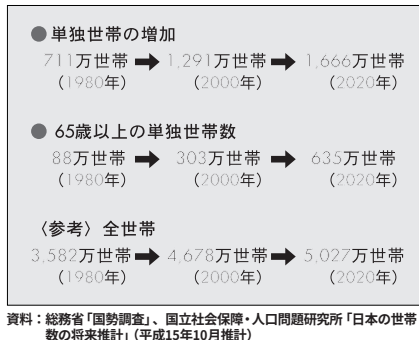


図7 単独世帯の増加



食生活全般についての満足度は高く、家族がそろって夕食をとることは、「楽しいと感じる・家族の絆が強まる」が約9割と、夕食を家族でとることへの評価は高い(図2)。しかし現実には夕食を家族そろってとる回数は、年々減る傾向にある(図4)。一方、外食や市販惣菜などの割合を示す食の外部化率は、昭和50年代から1.5倍(図8)に増加し、特にここ10年で市販惣菜など、いわゆる中食の増加が著しい。

満足・楽しさ

図1 食生活全般についての満足

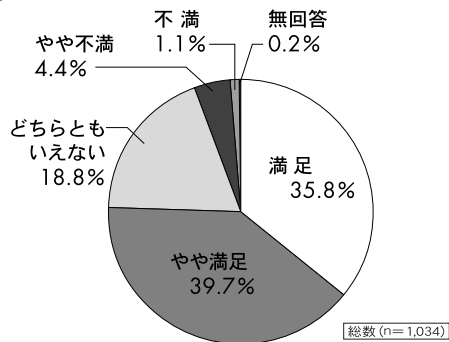


図2 家族そろって夕食をとることは楽しい

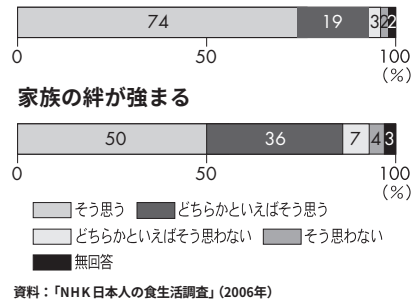
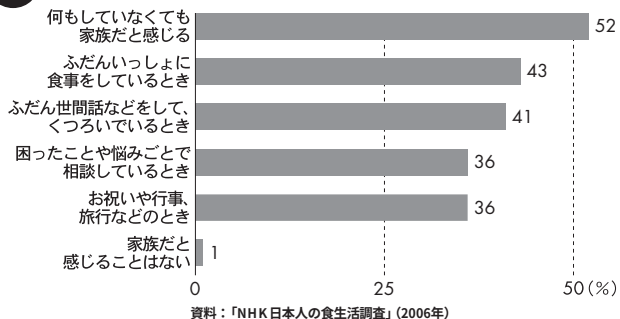


図3 家族と実感するとき (複数回答)



食育と食卓のコミュニケーション

データから読む日本人の食生活

データファイル

食卓話題・マナー

図12

食卓の話題 (複数回答)

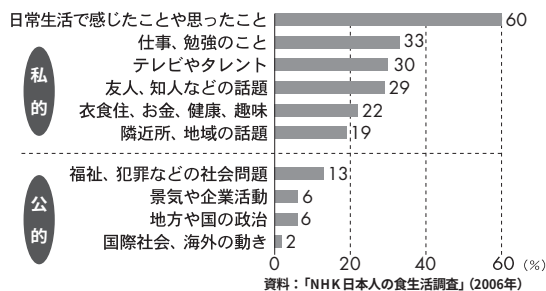
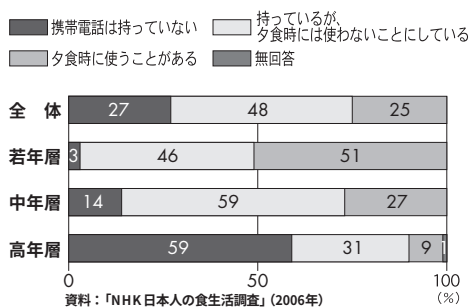


図13

夕食と携帯電話 (年層別)



食と子ども

図14

いっしょに朝食をとる人

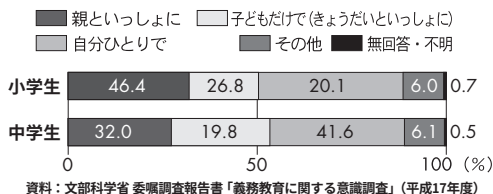


図15

料理を教えたり手伝わせること

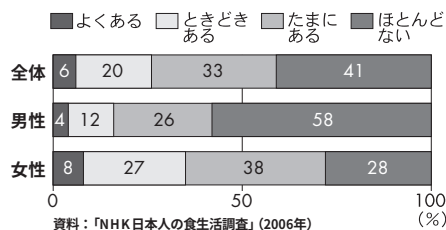


図16

守るように言っていること (小学生の子どもがいる人、複数回答)

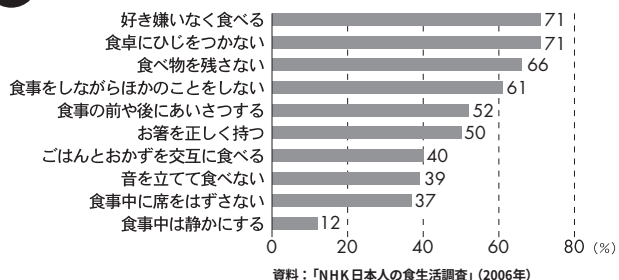


図8

外食率、食の外部化率の推移

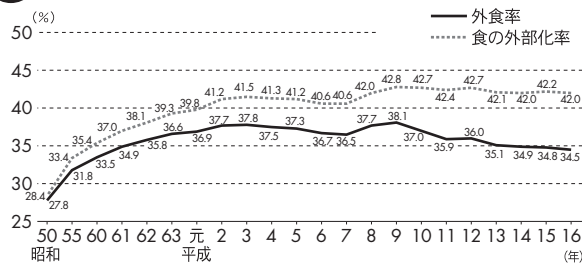


図9

食生活で不満な点 (3つまで選択)

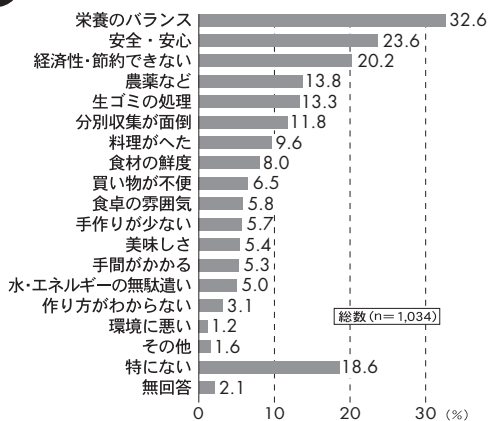


図10

食生活を変える必要

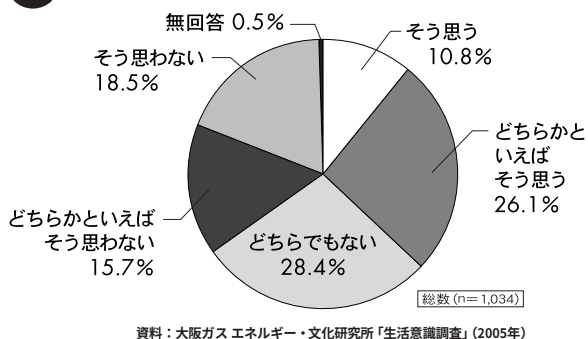


図11

食生活を変える必要があると思う理由 (いくつでも選択)

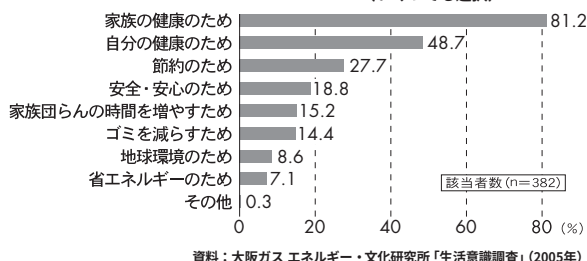
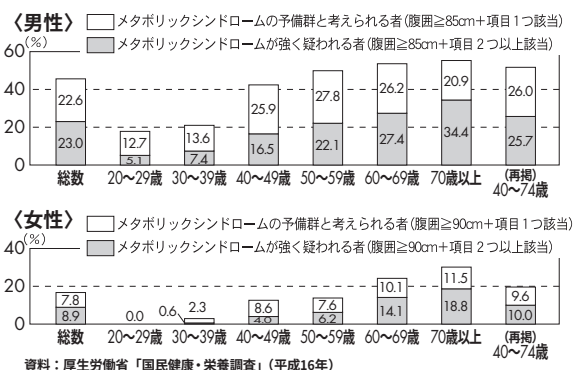


図19 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状況（20歳以上）



日本人の平均寿命は、男女ともに世界一（図17）であるが、生活習慣病、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）や糖尿病とその予備軍の著しい増加が心配されている。男性では年々各世代で肥満者が増加しており、一方、美容面から痩身志向の強い20代～30代女性の痩身者の割合が高く、20代女性で2割に上る。肥満化傾向にある子どもの割合も年々増加傾向にあり、子どもの時代から生活習慣病が心配される。

寿命・肥満・有病者

図20 糖尿病有病者の推移（推計値）

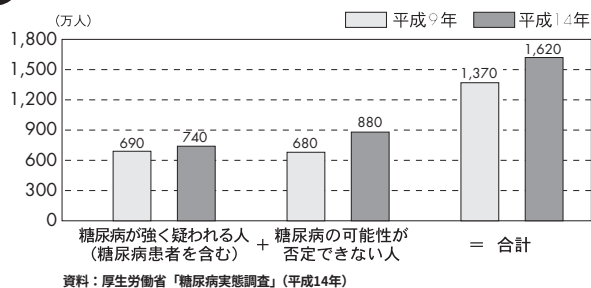


図17 平均寿命と健康寿命（2002年）

	平均寿命		健康寿命		平均寿命と健康寿命の差	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性
日 本	78.4	85.3	72.3	77.7	6.1	7.5
米 国	74.6	79.8	67.2	71.3	7.4	8.5
ド イ ツ	75.6	81.6	69.6	74.0	5.9	7.6
スウェーデン	78.0	82.6	71.9	74.8	6.2	7.9
韓 国	71.8	79.4	64.8	70.8	6.9	8.6

資料：世界保健機構 (WHO) 「The World health report」(2004)
 〈注〉表中の日本の平均寿命はWHOが算出したもの。
 平成14年(2002) 簡易生命表によれば、男性78.32年、女性85.23年。

図21 女性で痩身(低体重)の者(BMI<18.5)の割合（20歳以上）

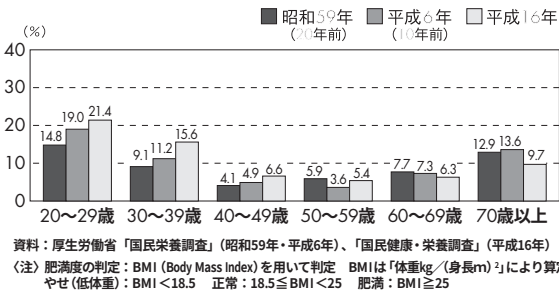
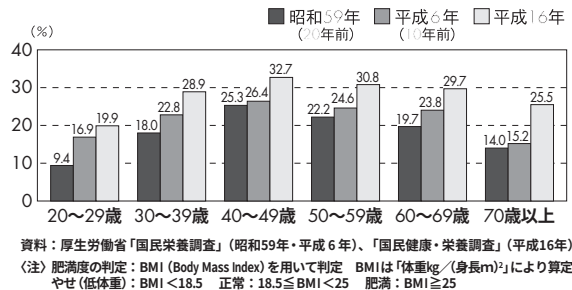
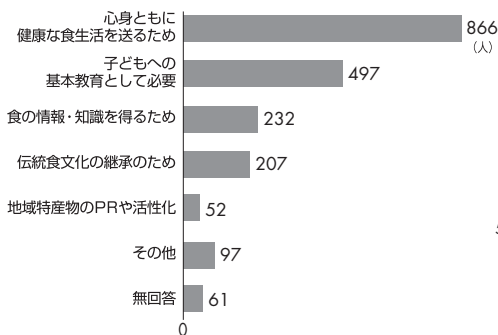


図18 男性肥満者(BMI≥25)の割合（20歳以上）



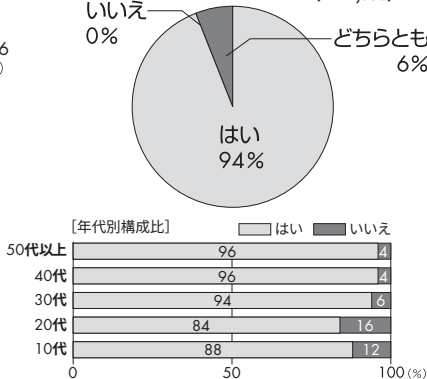
大阪ガス クッキングスクール 子どもと食育アンケートより

3. なぜ「食育は必要」と思われましたか？
 (複数回答、n=1,000)

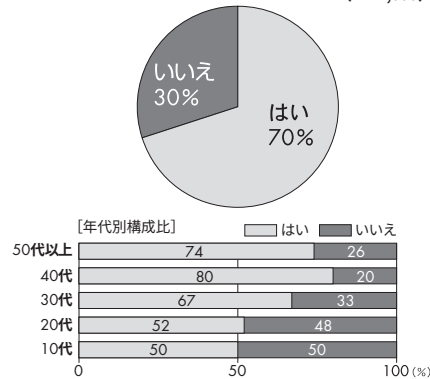


資料提供：関アプリーティ・セサモ

2. 「食育は必要」と思われますか？
 (n=1,000)

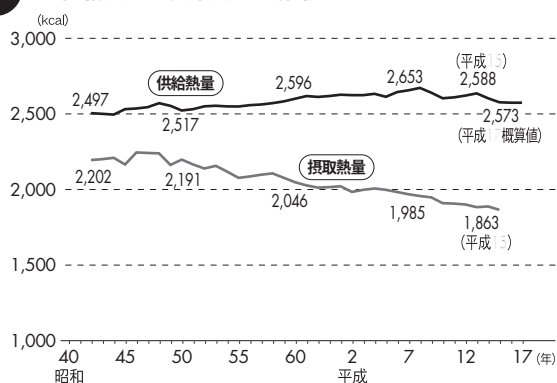


1. 「食育」という言葉をご存知でしたか？
 (n=1,000)



食料自給率

図24 供給熱量と摂取熱量の推移（1人1日当たり）



資料：農林水産省「食料需給表」、厚生労働省「国民健康・栄養調査」

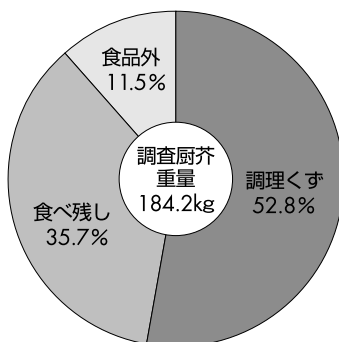
（注）酒類を含まない。

両熱量は、統計の調査方法及び熱量の算出方法が全く異なり、単純には比較できないため、両熱量の差はあくまで食べ残し・廃棄の目安としての位置付け。

家庭のごみ

図25

台所ごみの中身



資料：高月 編 1997年調査（高月 編「ごみの一〇〇年と現代の台所ごみ事情」『生活学 第二十三冊 台所の一〇〇年』1999年）より作成

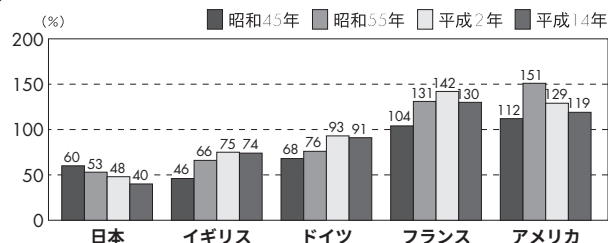
参考文献・引用資料

- ・内閣府『平成18年版 食育白書』（2006年）
- ・NHK放送文化研究所世論調査部編『崩食と放食—NHK日本人の食生活調査から』日本放送出版協会（2006年）
- ・大阪ガス エネルギー・文化研究所「生活意識調査」（2005年）
- ・日本生活学会編『生活学 第二十三冊 台所の一〇〇年』ドメス出版（1999年）
- ・文部科学省ホームページ

日本の食料自給率は、カロリーベースで4割と主要先進国の中でも極めて低い。一方摂取熱量は、減少傾向にあるが、供給熱量は横ばいの状況にあり、食べ残しや手付かずの食品廃棄が環境負荷を大きくしている。

図23

主要先進国の食料自給率（カロリーベース）



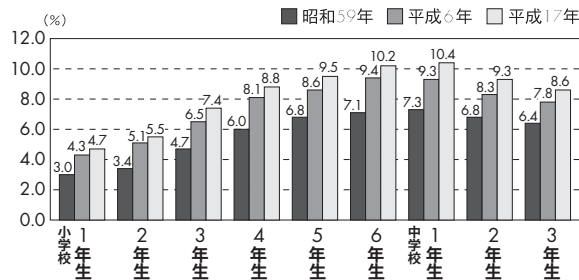
資料：農林水産省「食料需給表」（平成17年度）

（注）各国で食料自給率（カロリーベース）について公表されているものがないことから、FAOのデータを基に農林水産省で試算。

子どもの肥満傾向

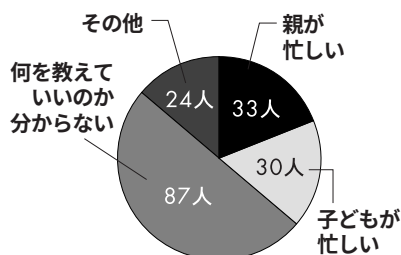
図22

肥満傾向児の割合

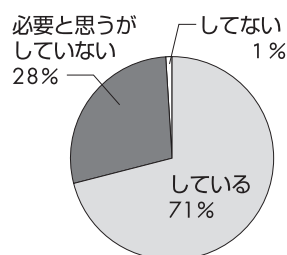


資料：文部科学省「学校保健統計調査」

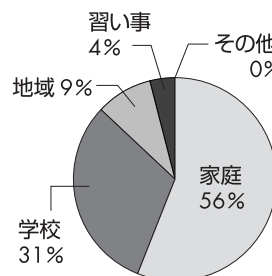
7. 質問6で、必要とされていないのはなぜでしょうか？（n=174）



6. [お子さま(成人も含む)をお持ちの方へ] 家庭内でお子さまに食に関する話や教育をしていますか？（いましたか？）（n=623）



5. 子どもに食育を教える場所はどこが適当だと思いますか？（複数回答、n=1,000）



4. 子どもへの食育はいつ頃から始めるのが適当だと思いますか？（n=1,000）

