

食生活や食料消費の実態の調査結果（中間報告）

資料 2 - 2

■ 調査項目と調査対象とする対象データ

実態把握・課題整理のための調査項目と調査対象とする対象データは下記のとおりである。本資料では調査の中間報告用に結果を抜粋したもの。

● 公表データ

調査項目分類	調査項目	具体的なデータの項目	対象データ
社会構造	・ 人口構成	・ 年齢別割合	・ 国勢調査
	・ 家族の類型	・ 世帯の家族類型	
食事状況 ・ 食事内容	・ 食事の状況	・ 朝、昼、夕別にみた 1 日の外食・中食の食事構成比	・ 国民健康・栄養調査
	・ 外食・中食事業者の状況	・ 業種別 事業所数・売上高推移	・ 商業統計（実施予定）
食料消費	－	・ 食料消費支出	・ 家計調査（実施予定）
	・ 栄養摂取の動向	・ 栄養素等摂取量 ・ 食品群別摂取量	・ 国民健康・栄養調査
	・ P F C バランス	・ 総カロリーに占めるタンパク質、脂質、炭水化物の割合	・ 食料需給表（供給側） ・ 国民健康・栄養調査（消費側）

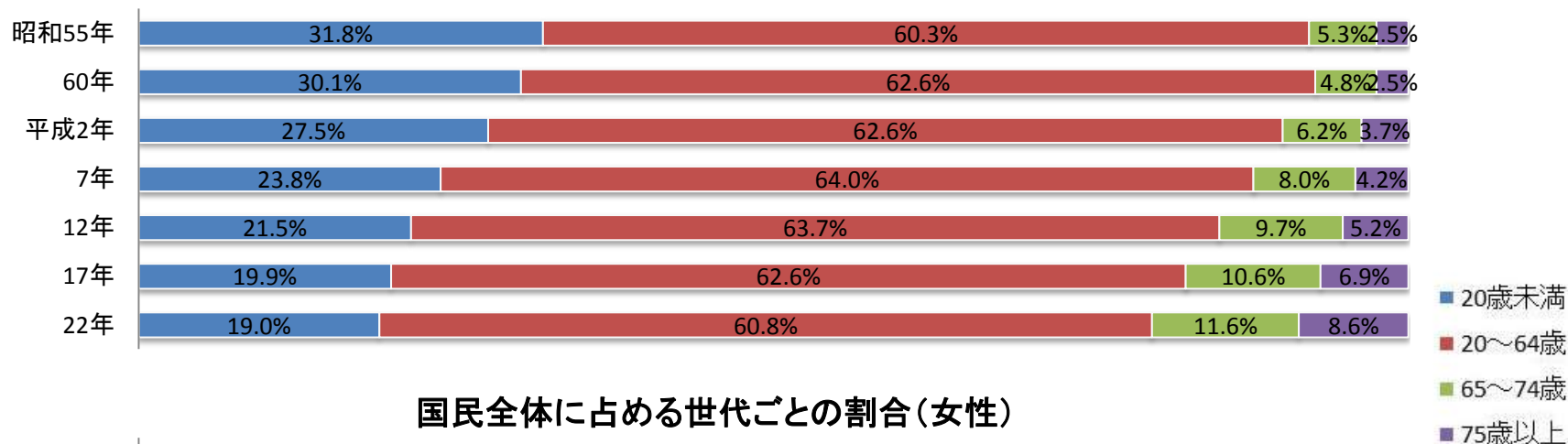
● 生活者アンケート（具体的なアンケート項目は資料2-3参照）

調査項目分類	調査項目	具体的なデータの項目	対象データ
ライフスタイル	・ 家族の類型	・ 家族の就業状況（フルタイム、パートタイム） 等 ・ 就業時間	・ 生活者アンケート調査
食事状況 ・ 食事内容	・ 食事の状況	・ 日常生活で食事を作る人、食料品を買う人 ・ 食事を一緒に取る人 等	・ 生活者アンケート調査
	・ 食事の内容	・ 朝食／昼食／夕食の内容 ・ 中食・外食の利用状況 ・ 食事の際に心掛けていること／課題に思っていること ・ 理想の食事／理想の食事ができない原因	

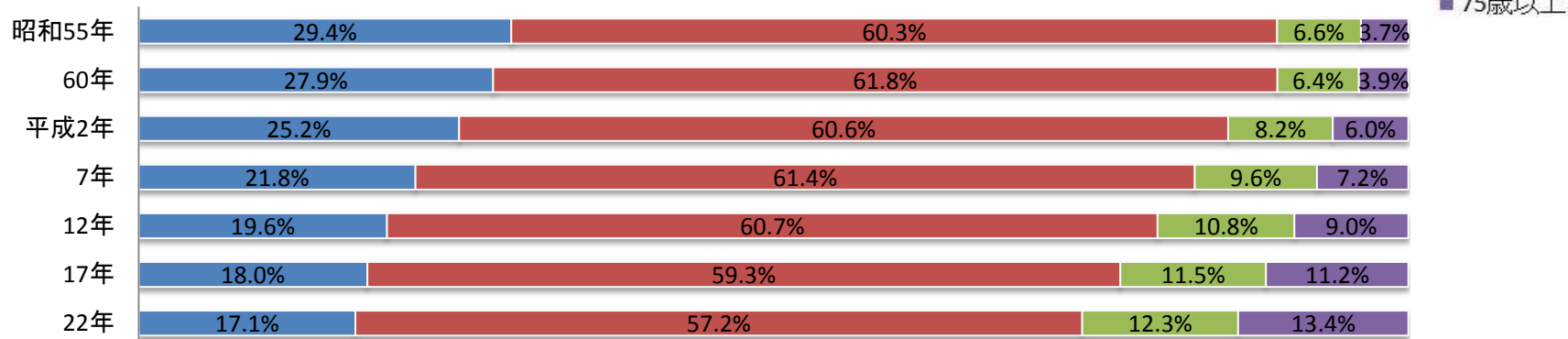
1.1 注目すべき社会構造(人口構成)

- 男女共に少子高齢化の傾向は顕著。国民全体に対し、高齢者（65～74歳）の割合は昭和55年と比べ、平成22年は男女ともに約2倍、後期高齢者（75歳以上）は約3倍になっている。一方、未成年（20歳未満）の割合は昭和55年と比べ、平成22年は男女ともに約2/3程度になっており、未成年よりも65歳以上が占める割合が大きくなっている。

国民全体に占める世代ごとの割合(男性)



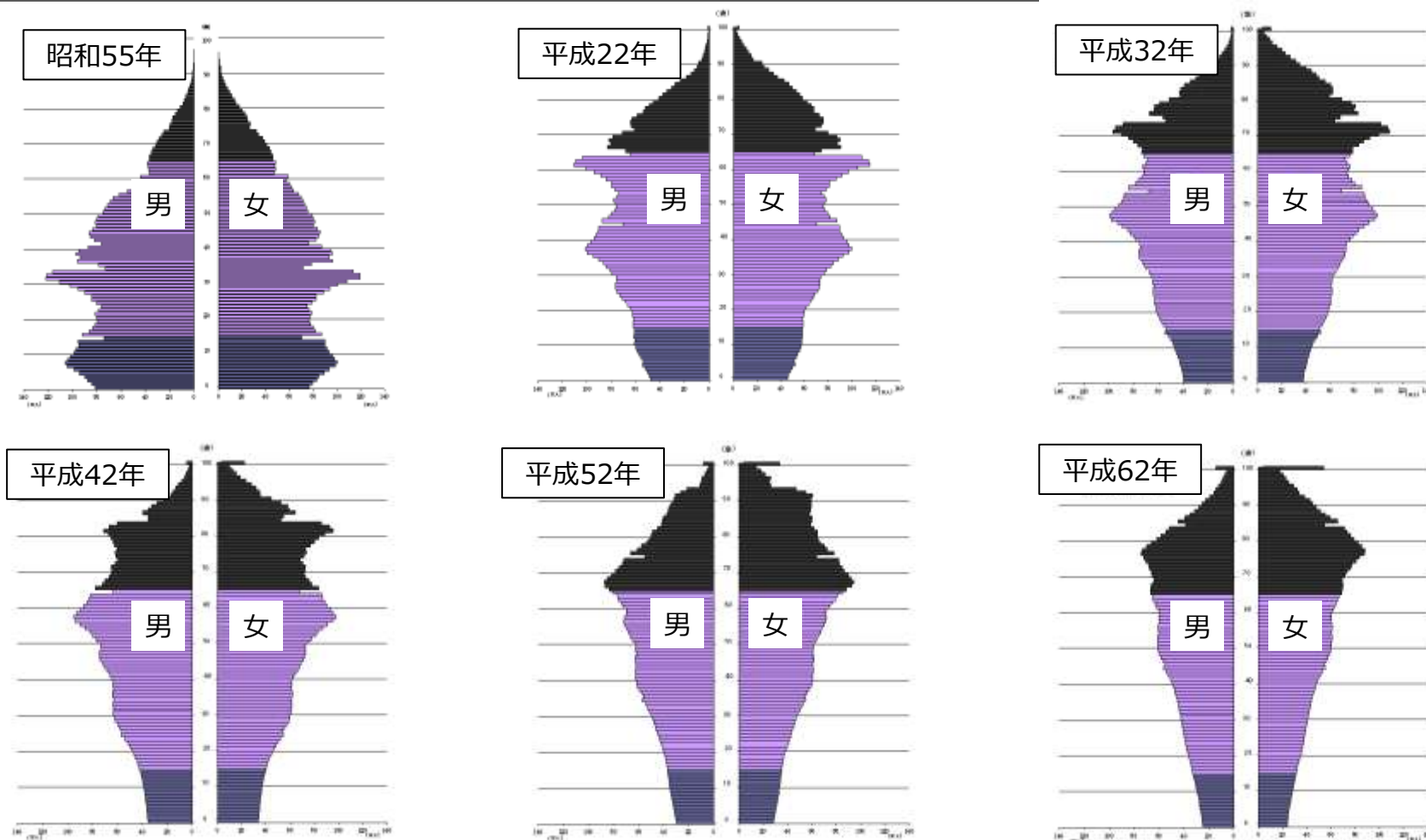
国民全体に占める世代ごとの割合(女性)



(出所) 総務省「国勢調査」

1. 1 注目すべき社会構造(人口構成)

- 平成22年においては、ピークが30歳代前半及び60歳代前半にあるが、今後それらのピークは上昇し続け、平成62年にはピークが70歳代半ばになると推計されている。

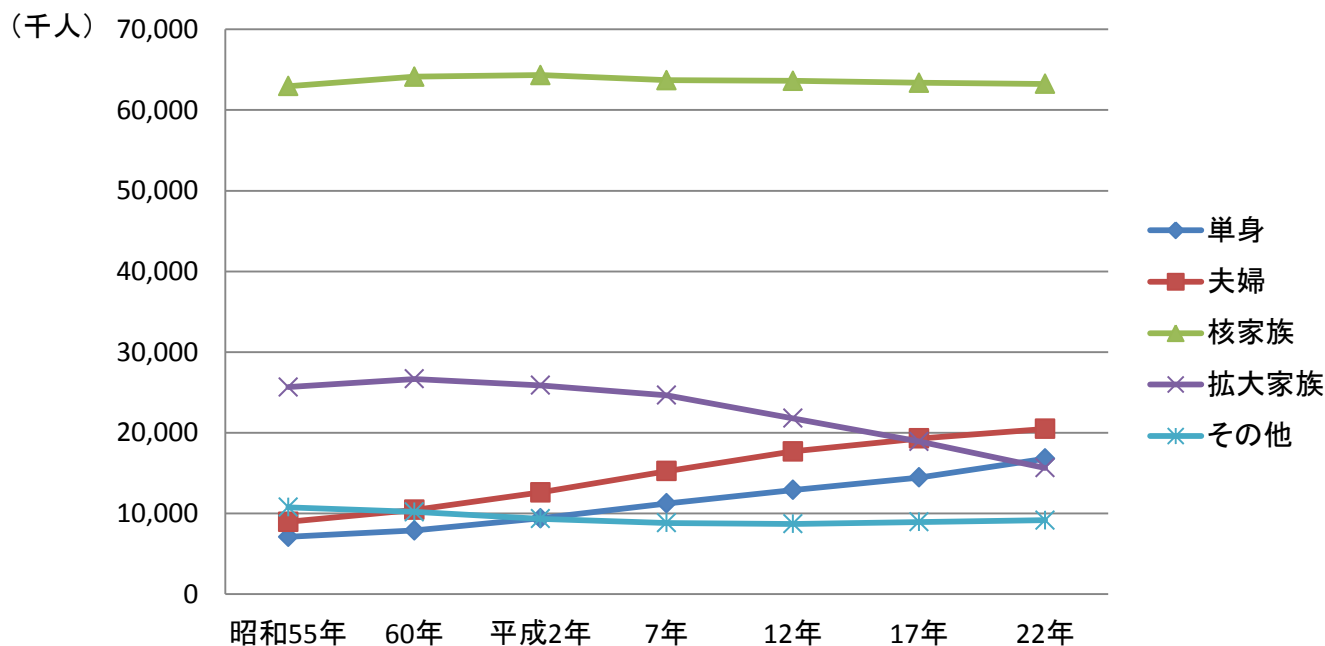


注：大正9年～平成17年の人口ピラミッドは、国勢調査結果による。平成22年～平成62年の人口ピラミッドは、国立社会保障・人口問題研究所の「日本の将来推計人口（平成18年12月推計）」の中位推計による。
（出所）総務省「人口ピラミッド」

1.2 注目すべき社会構造(家族の類型)

- 昭和55年以降、核家族に属する人数に大きな変化はないが、**夫婦のみの世帯及び単身世帯に属する人数は増加傾向**に、拡大家族は減少傾向にある。

各家族の類型に属する男女の人数



注：核家族とは世帯主から見たときに、「夫婦と子供から成る世帯」、「男親と子供から成る世帯」又は「女親と子供から成る世帯」の家族。

また、本資料における拡大家族とは世帯主から見たときに、「夫婦と両親から成る世帯」、「夫婦とひとり親から成る世帯」、「夫婦、子供と両親から成る世帯」又は「夫婦、子供とひとり親から成る世帯」

（出所）総務省「国勢調査」

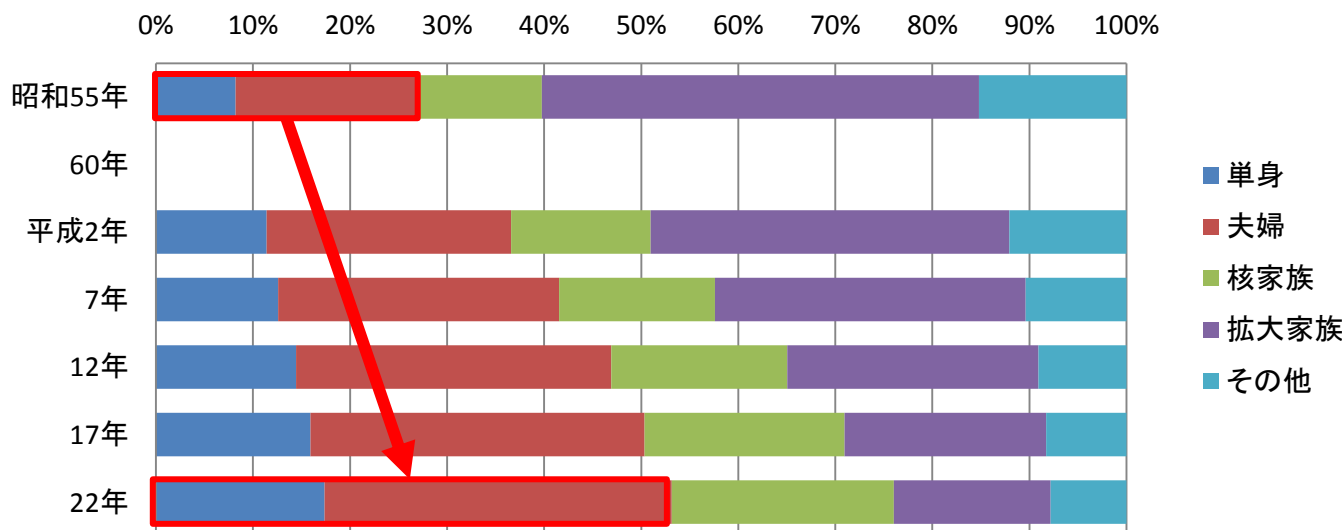
1.2 注目すべき社会構造(家族の類型)

- 人口構成上、高い割合を占めるようになった高齢者（※本資料では65歳とする）が単身又は高齢者を含む夫婦で住んでいる世帯の割合が増加傾向にあり、近年、その割合は全体の半数を超える。

(参考)

昭和55年→単身又は高齢者を含む夫婦の世帯に属している人数：約276万人、核家族又は拡大家族に属している人数：約587万人、
平成22年→単身又は高齢者を含む夫婦の世帯に属している人数：約1,466万人、核家族又は拡大家族に属している人数：約1,077万人

65歳以上が属する家族類型とその割合



注：核家族及び拡大家族も、家族全員が65歳以上の世帯が含まれている。（例：65歳の夫婦とその両親の世帯）

(出所) 総務省「国勢調査」

2.1 食事の状況（朝、昼、夕別にみた1日の食事構成比 20～59歳）

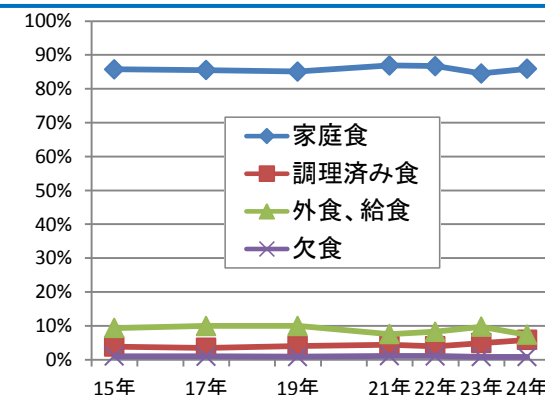
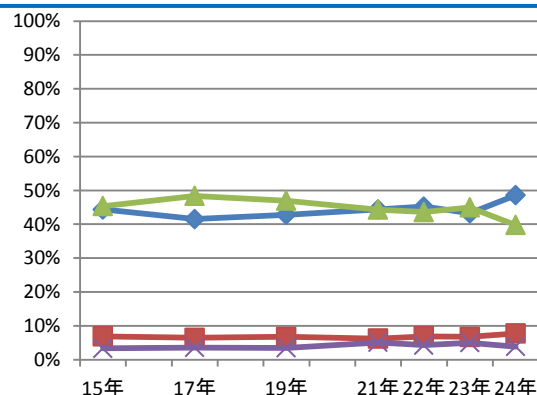
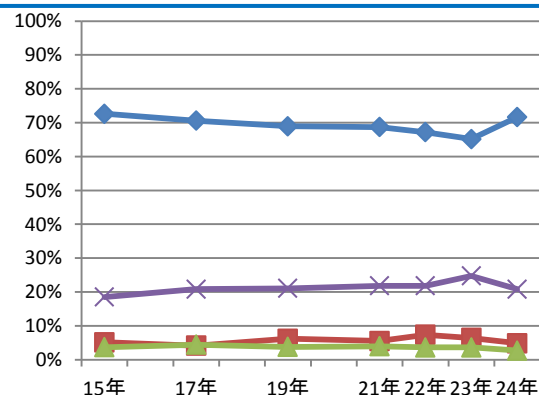
- 男女共に『**外食・給食**』が占める割合が最も高いのは**昼**であるが、**男性はその傾向が特に顕著**。
- 昼食・夕食においては、男女ともに『**外食・給食**』が**緩やかに減少**し、『**調理済み食**』が**緩やかに増加**。

朝食

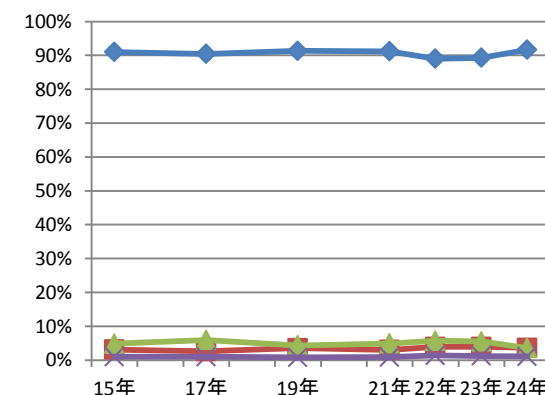
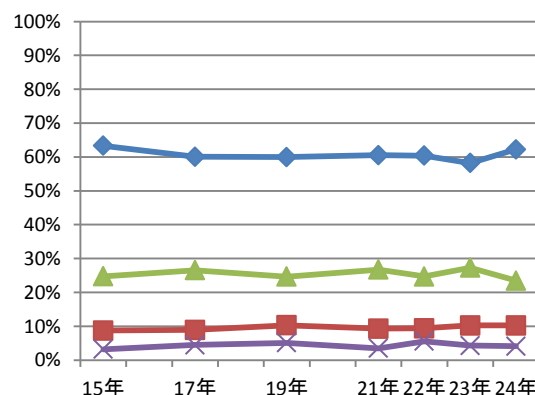
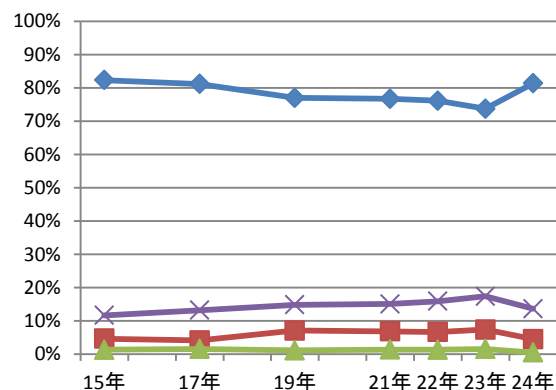
昼食

夕食

男性



女性



注：割合は全国補正值であり、単なる人数比とは異なる。ただし、平成15年のデータは人数比より算出。

（出所）厚生労働省 国民健康・栄養調査

2.1 食事の状況（朝、昼、夕別にみた1日の食事構成比 60歳以上）

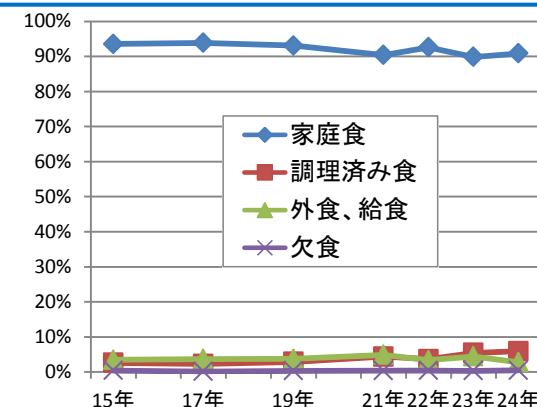
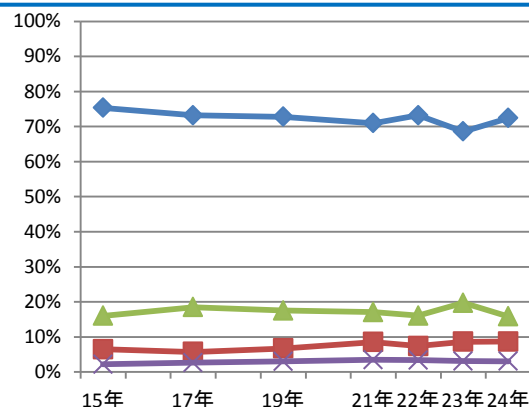
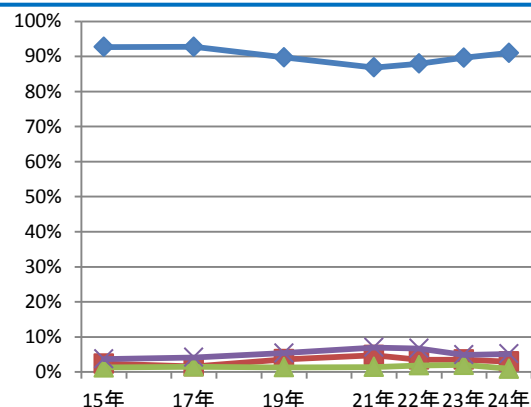
- 男女共に『**外食・給食**』が占める割合が最も高いのは**昼**であるが、**男性はその傾向がやや強い**。
- 男女・三食共に**20～59歳と比較して60歳以上は『家庭食』の割合が非常に高い**。

朝食

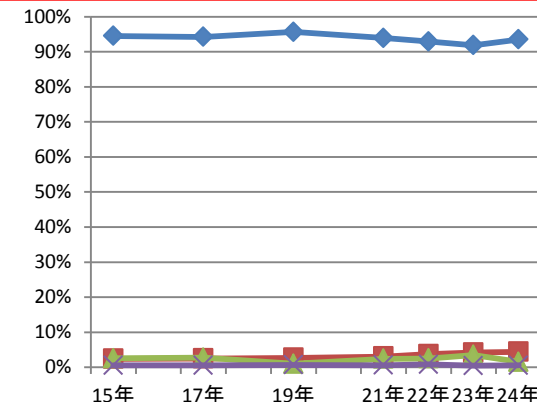
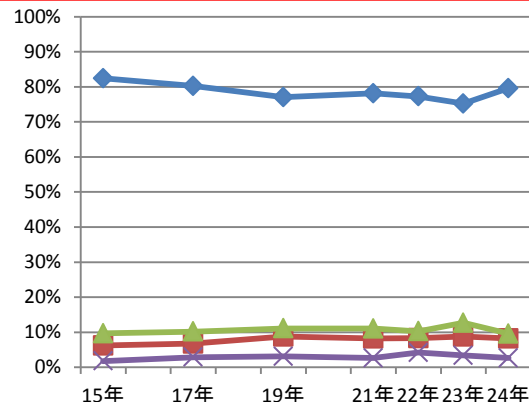
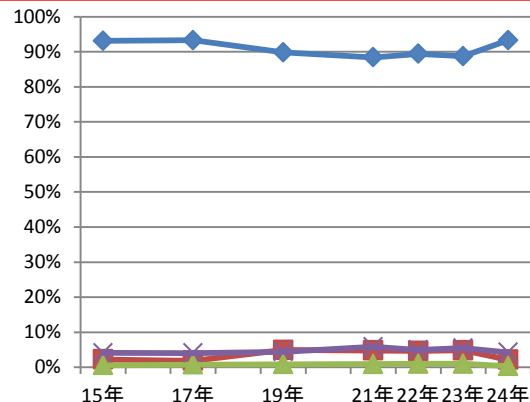
昼食

夕食

男性



女性



注：割合は全国補正值であり、単なる人数比とは異なる。ただし、平成15年のデータは人数比より算出。

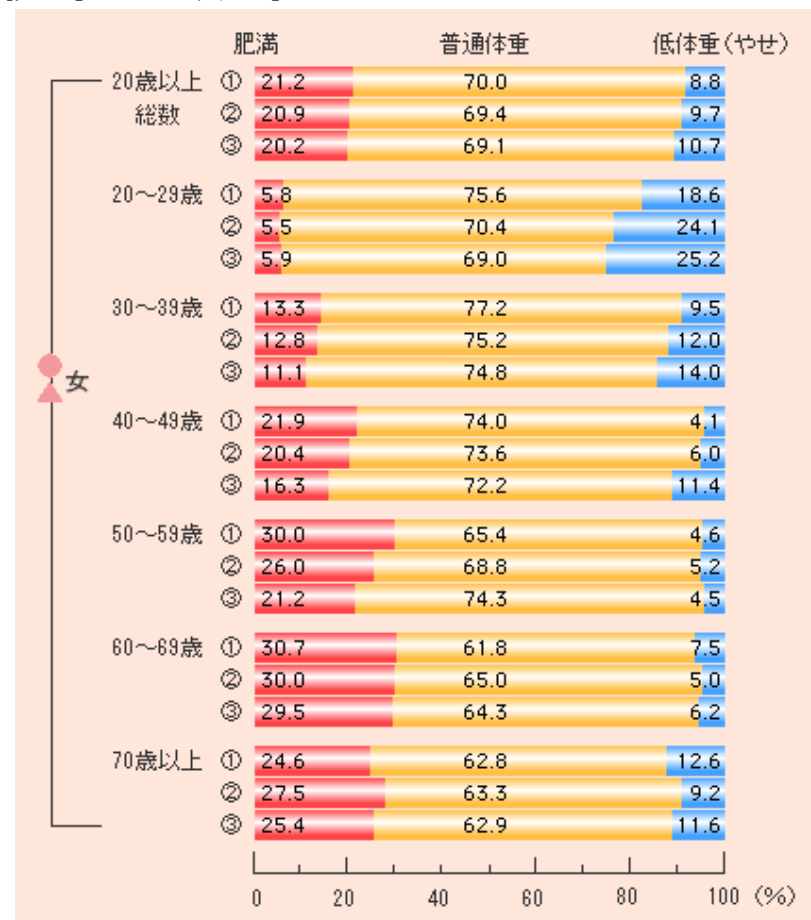
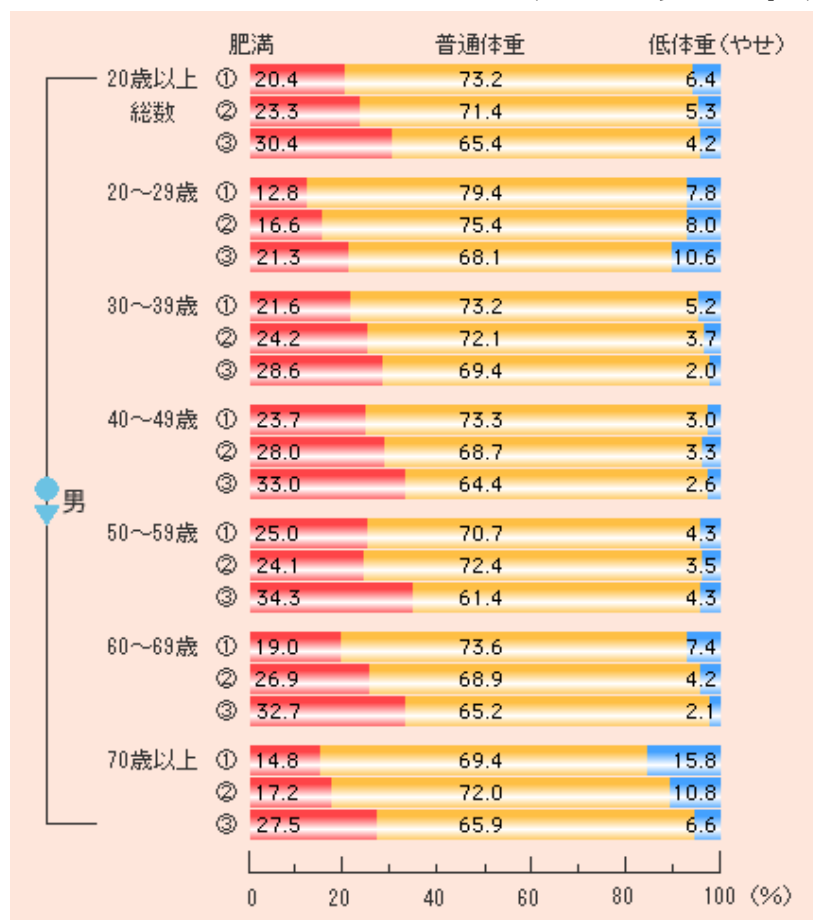
（出所）厚生労働省 国民健康・栄養調査

2.2 食事の状況（摂取エネルギー量）

- 平成19年の男性の肥満の割合は20歳以上の全ての年代において増加傾向にある。なお、女性の肥満の割合は20歳以上の全ての年代において減少傾向にあり、20～39歳はやせの割合が肥満を上回っている。

肥満とやせの状況の推移（20歳以上）

①昭和62年 ②平成9年 ③平成19年



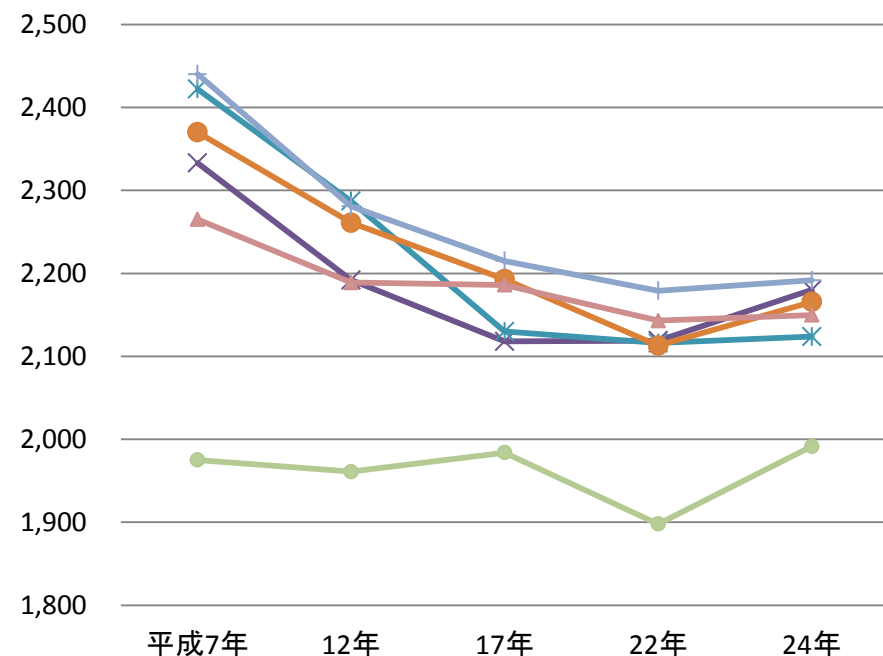
(出所) 厚生労働省「国民健康・栄養調査」平成19年 肥満：BMI25以上 普通体重：BMI25未満～18.5以上 低体重：BMI18.5未満

2.2 食事の状況（摂取エネルギー量）

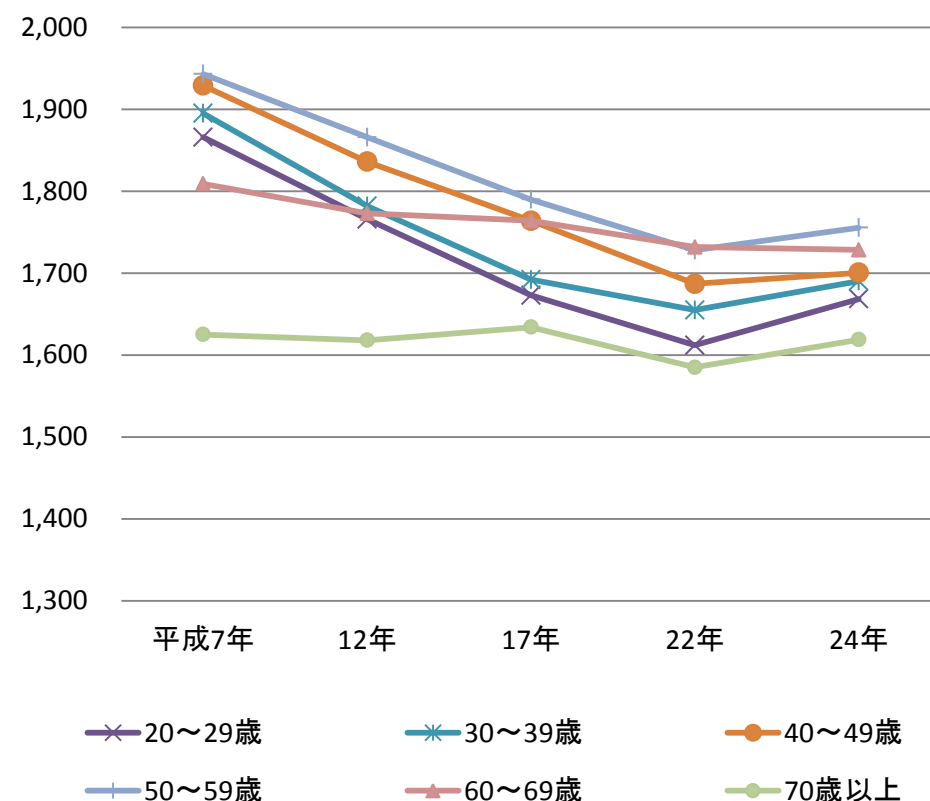
（参考）

- 国民の摂取エネルギー量を年代別でみると、**男女共に20～59歳で減少傾向が強く、60～69歳以上は緩やかな減少傾向**にある。摂取エネルギー量が減少傾向を示す年代の減少率は、男性と比べ女性の方が大きい。

(kcal/日/人) 年代別摂取エネルギー量の推移(男性)



(kcal/日/人) 年代別摂取エネルギー量の推移(女性)

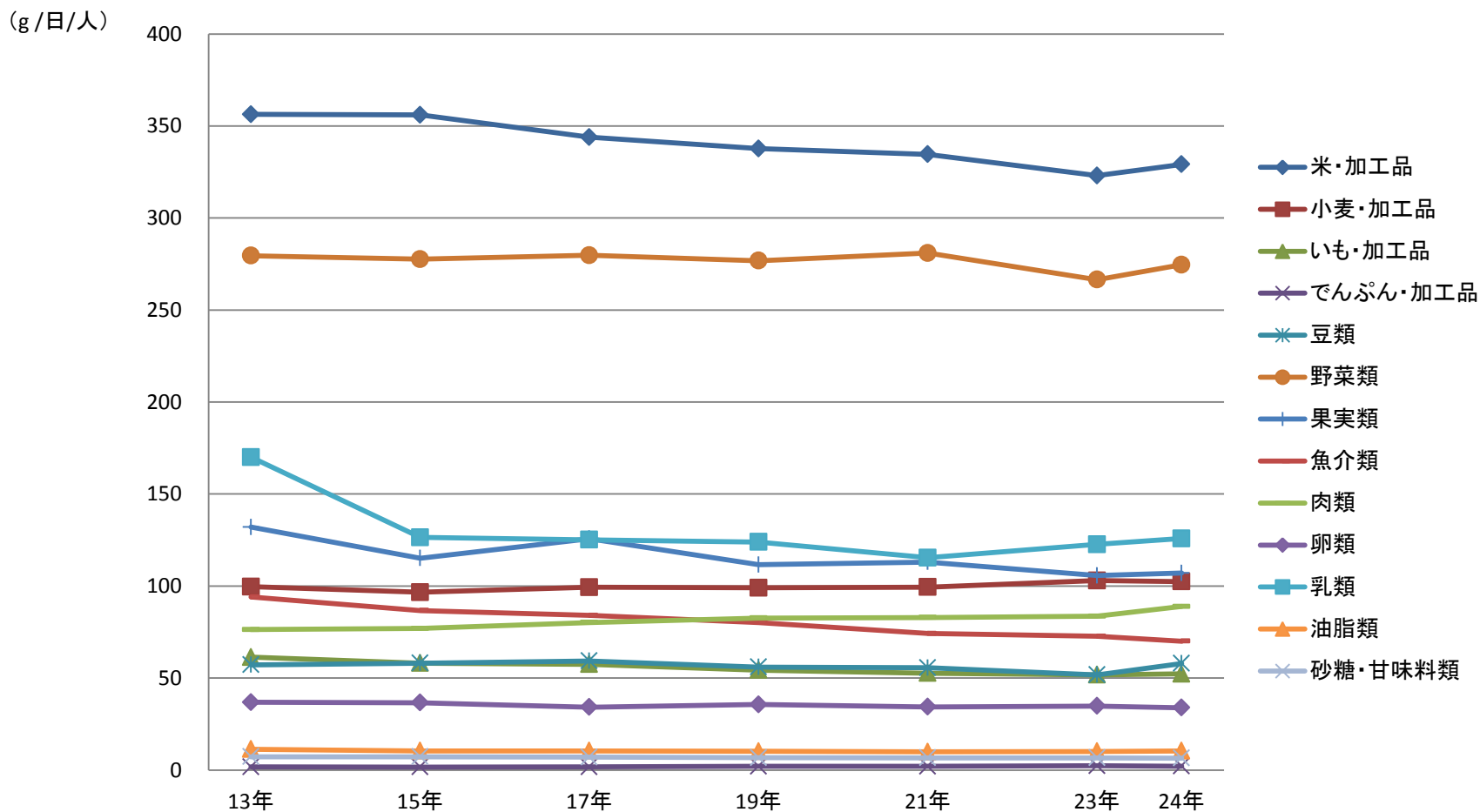


（出所）厚生労働省 国民健康・栄養調査

3. 1 食料消費動向の変化（栄養摂取量の動向）

- 近年、『**米・加工品**』、『**魚介類**』等が緩やかな減少傾向に、『**肉類**』等が緩やかな増加傾向ある。

食品群別摂取量の推移

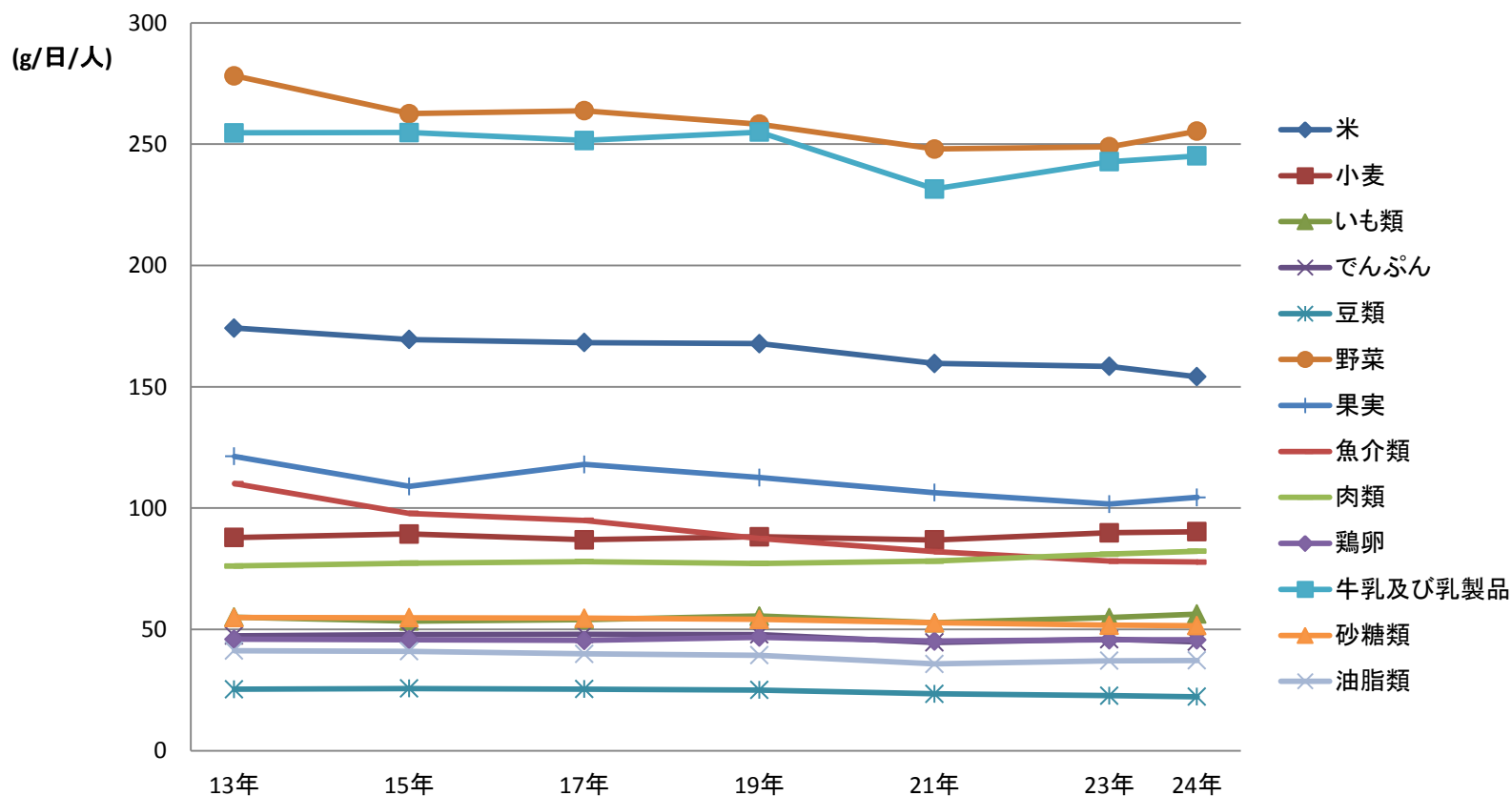


(出所) 厚生労働省 国民健康・栄養調査

3. 2 食料供給動向の変化（供給純食料）

- 近年、『米・加工品』、『魚介類』、『野菜』等が緩やかな減少傾向に、『肉類』等が緩やかな増加傾向ある。

供給純食料の推移



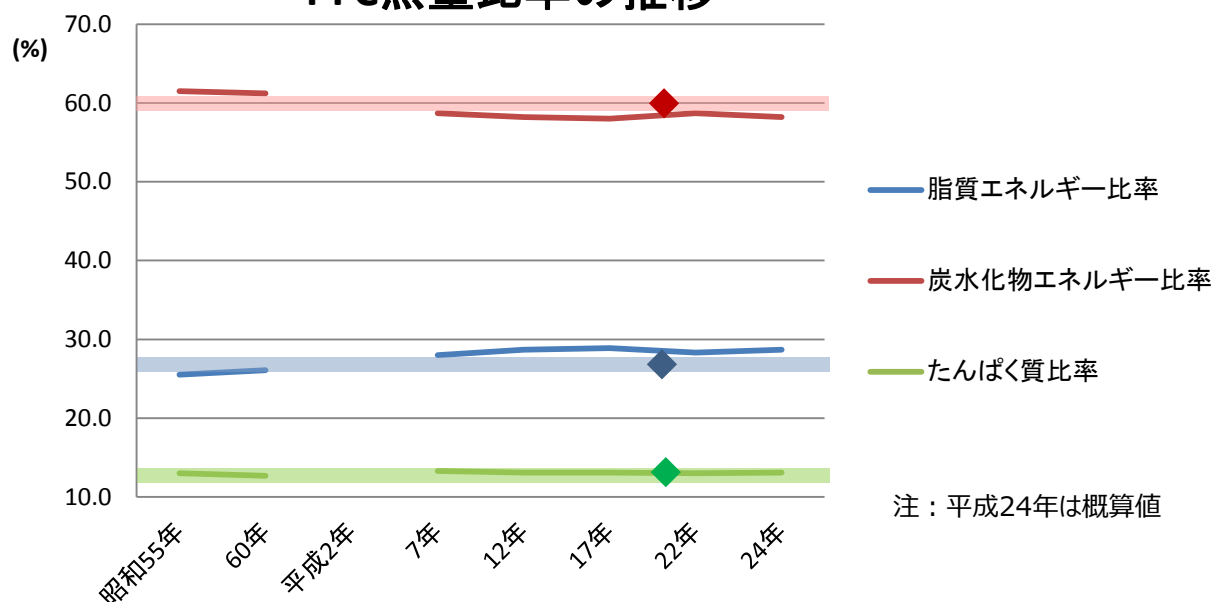
（出所）農林水産省「食料需給表」、総務省「人口推計」及び「日本の統計2014」を基にMRI作成

3. 3 食料消費動向の変化（PFCバランス）

- 平成22年度食料・農業・農村基本計画の目標年である平成32年度のPFC熱量比率は、たんぱく質比率が13%、脂肪エネルギー比率が27%、炭水化物エネルギー60%（◆印、網掛け部分は±1ポイント）。
- その目標値に対し、近年は**炭水化物は少ない傾向、脂質は多い傾向**にある。

（出所）「食料・農業・農村政策審議会企画部会（平成22年3月19日）資料

PFC熱量比率の推移



（出所）農林水産省「食料需給表」

（参考）

日本人の食事をめぐる状況の変遷について

分野	指標	1960年 (昭和35年)	1970年 (45年)	1980年 (55年)	1990年 (平成2年)	2000年 (12年)	2010年 (22年)
3 栄 養	(1) エネルギー [※]	平均摂取量(国民1人1日当たり)	2,096kcal	2,210kcal	2,084kcal	2,026kcal	1,948kcal
	(2) PFCエネルギー比 [※]	たんぱく質(P)	13%	14%	15%	16%	15%
	(たんぱく質、脂質、炭水化物に由来する摂取エネルギーの比)	脂質(F)	11%	19%	23%	25%	26%
		炭水化物(C)	76%	67%	62%	59%	59%
	(3) 食塩 [※]	平均摂取量(国民1人1日当たり)	-	-	13g	13g	12g
		対エネルギー摂取量(g/1,000kcal)	-	-	6.2	6.2	6.3
			-	-	6.2	6.2	5.5

（出所）「第7回日本人の長寿を支える「健康な食事」のあり方に関する検討会」資料（厚生労働省 国民健康・栄養調査のデータより）

まとめ

食生活や食料消費の将来予測、今後の食育の方針を考えるにあたり、着目すべき世代・世帯・個々の食生活スタイルをセグメント化して分析を行う。

以下、前項までの結果を総括した。

1) 注目すべき社会構造の変化

- 少子高齢化社会
- 高齢者が単身又は高齢者を含む夫婦で住んでいる世帯の割合が増加傾向
⇒ 食生活の決定権を持つ人の中で、高齢者が高い割合を占めるようになるため、**高齢者**というセグメントを設ける
- 夫婦のみの世帯及び単身世帯に属する人数は増加傾向
⇒ 子どもを巻き込んだ食育の恩恵を受けにくいいため、**夫婦**と**単身**というセグメントを設ける

2) 食事の状況・食事内容の変化

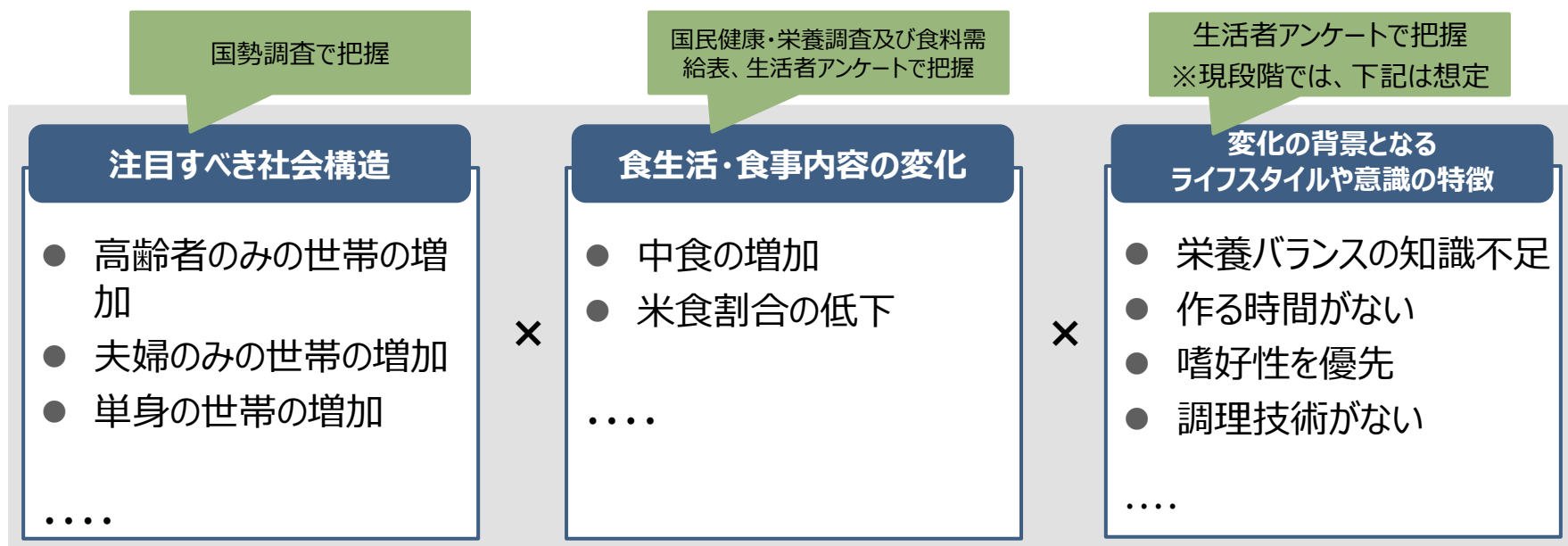
- 昼食及び夕食において『調理済み食』が増加。
⇒ **中食を多く利用**するセグメント（＝時間効率を優先、調理技術・意欲の低下）を設ける
- 外食率は男女・三食共に男性の方が高い。また、三食共に問わず60歳以上と比べ60歳未満の方が高い。
⇒ **外食率高／外食率低**というセグメントを設ける
- 近年、『**米・加工品**』、『魚介類』等が緩やかな**減少傾向**に、『肉類』等が緩やかな増加傾向。
⇒ **米食割合の低下**というセグメントを設ける
- 国民の肥満率は男女別、年代別に増減傾向の差が大きい。
（男性：総じて増加傾向。女性：40～50代で減少し、20代ではやせが増加傾向。）
⇒ **肥満／やせ**というセグメントを設ける

3) 食料消費動向の変化

- 目標とされるPFCバランスに対し、近年は**炭水化物は少ない傾向**、**脂質は多い傾向**にある
⇒ **栄養のバランスが悪い**セグメントを設ける

セグメント化の方針

- 公表データ（社会構造、食事状況の変化）の調査結果により、社会構造及び食生活・食事内容の変化を、日本全体の傾向としてマクロに把握。
- その上で、各々の食生活・食事内容及びそれらの背景となっているライフスタイルや意識の特徴の詳細を、生活者アンケートで把握。
- その結果に基づき、「社会構造」と「食生活・食事内容の変化」「変化の背景となるライフスタイルや意識の特徴」の紐付けを行うことで、セグメント化を実施。



生活者アンケートにより、「注目すべき社会構造」に該当する者を中心に、「食生活・食事内容の変化」「変化の背景となるライフスタイルや意識の特徴」をカテゴライズ