

平成24年度 水産物消費嗜好動向調査

# 若齡層と高齡層 ~世帯構成による消費動向~

平成25年3月

社団法人 大日本水産会

はじめに

前回調査では、平成22年度水産白書「水産の動向」で報告された、若い世代ほど家庭における魚介類購入量が少ないという報告を受け、30-40代の子育て世代の食の選択とその背景に焦点を当て、調査をしたところ、魚は「健康に良い」「子どもにもっと食べさせたい」「もっと食べるようにしたい」という回答がそれぞれ94%以上あり、子育て世代の魚食への期待が明確になりました。

今回の調査では、子育て世代の中年層以外の若齢層、高齢層を対象に、子育て世代、若齢層を育てて来た高齢層はどのような食育、食の選択、食生活を行って来たのか、そして現在の食生活実態はどうかを把握するために、「若齢層と高齢層 ～世帯構成による消費動向～」として調査を実施しました。

調査結果では、自らの高齢化とともに簡単簡便食への傾向が強くなっていること、しかしながら、食文化、魚料理の継承には親の影響が大きいことが示されました。一方で、若齢層においては親からの継承がなくても、魚に対して友人や他から情報を取り込む意欲は強く、魚食への関心が高いことが分かりました。

今回のアンケート調査では、肉類の消費状況、食品全般の摂取機会の増減要因、魚ばなれの認知度についても質問し、複雑な食の選択環境がある中、自由記述回答をして頂き、消費者の方々の魚食への関心度を知ることが出来ました。

水産関係者各位、また消費者の方々にも、今後の魚食普及活動あるいは食の選択の場面で、ご参考にして頂ければ幸いです。

社団法人 大日本水産会  
会 長 白 須 敏 朗

－ 目 次 －

**総合分析**

I. 調査概要	9
II. グループインタビューサマリー	11
III. 回答者属性	15
IV. 食の傾向	17
V. 魚介類の消費動向	25
VI. 魚ばなれの認知度	38
VII. 考察	40

**調査結果**

I. 調査概要	46
II. 調査結果	47
1. 回答者属性	47
2. 食に関する実態・意識	60
3. 魚介類の消費動向	98
4. 魚介類以外の食品の消費動向	136
5. 魚ばなれの認知度	144
III. グループインタビュー議事録	148
1. 自己紹介	148
2. 食生活について	150
3. 魚の摂取状況	153
4. 子育て時代の食生活や魚の摂取状況	159

資料: アンケート調査票

# 総合分析

## 目次

I. 調査概要	9
1. 調査の背景・目的・概要	9
2. 対象抽出と分析軸の作成	10
II. グループインタビューによる魚介類摂取頻度が高い人の傾向	11
1. グループインタビューサマリー	11
III. 回答者属性	15
1. 回答者全体のプロフィール	15
IV. 食の傾向	17
1. 食生活の実態	17
2. 食生活の意識	19
3. 食生活の嗜好	24
V. 魚介類の消費動向	25
1. 魚食の実態	25
2. 魚食の嗜好	28
3. 魚食の意識	30
VI. 魚ばなれの認知度	38
VII. 考察	40
1. 魚食の現状	40
2. 魚食減少傾向の背景要因	41
3. ターゲット別の傾向と対策	42

## I. 調査概要

### 1. 調査の背景・目的・概要

#### 調査背景

前年度調査では、家庭における生鮮魚介類の購入数量が少なくなっているという状況を踏まえ、子どもの食習慣を育む、子育て世代30～40代主婦(主夫)層に焦点を当て、魚介類消費動向を調査した。その結果、「子どもにもっと魚を食べさせたい、もっと食べるようにしたい」という回答が予想以上に多く、95%という高率だった。そこで、子育て世代層以外の若齢層および高齢層の魚食動向にも、大きな予想外の変化があるのではないかと把握することとして今回の調査を実施した。

#### 調査目的

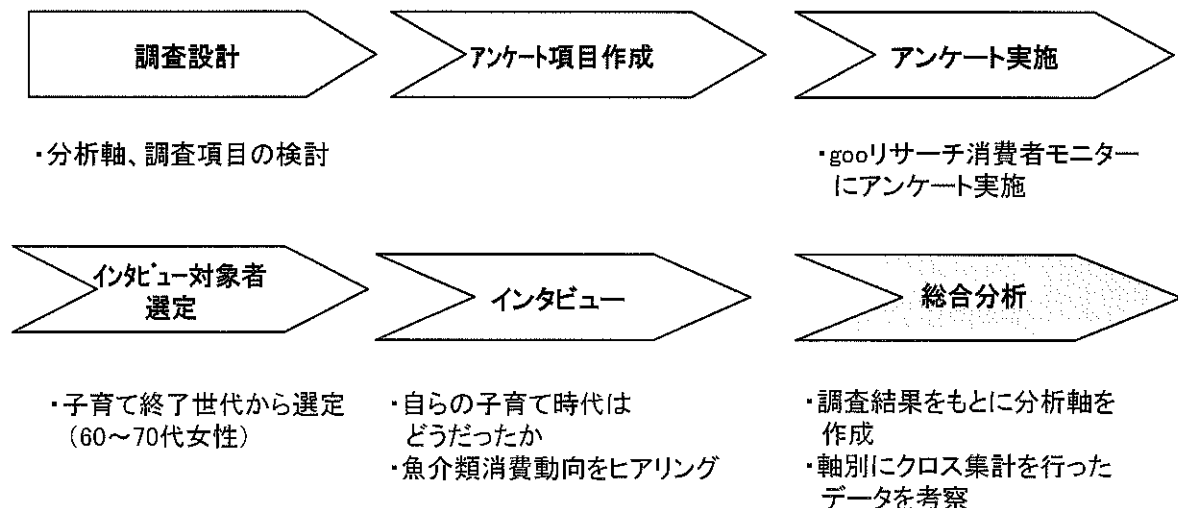
■子育て中年層を除いた若齢層、高齢層の世帯構成による、近年の水産物の消費実態はどのようにになっているのか、以下の仮説を検証する。

- ①水産物の消費形態は、若齢消費者と高齢消費者では全く違うのではないかと。世帯構成の違いによっても大きな相違の要素があるのではないかと。
- ②消費者は「水産物は健康に良い」という情報を認識しているにもかかわらず、実際にスーパーに行くと「安い、調理しやすい、ボリュームがある」といったメリットを有する鶏肉・豚肉の売り場に惹かれているのではないかと。
- ③家庭内で水産物を調理しない人が増えてきている中、中食・外食における水産物の消費拡大に活路があるのではないかと。

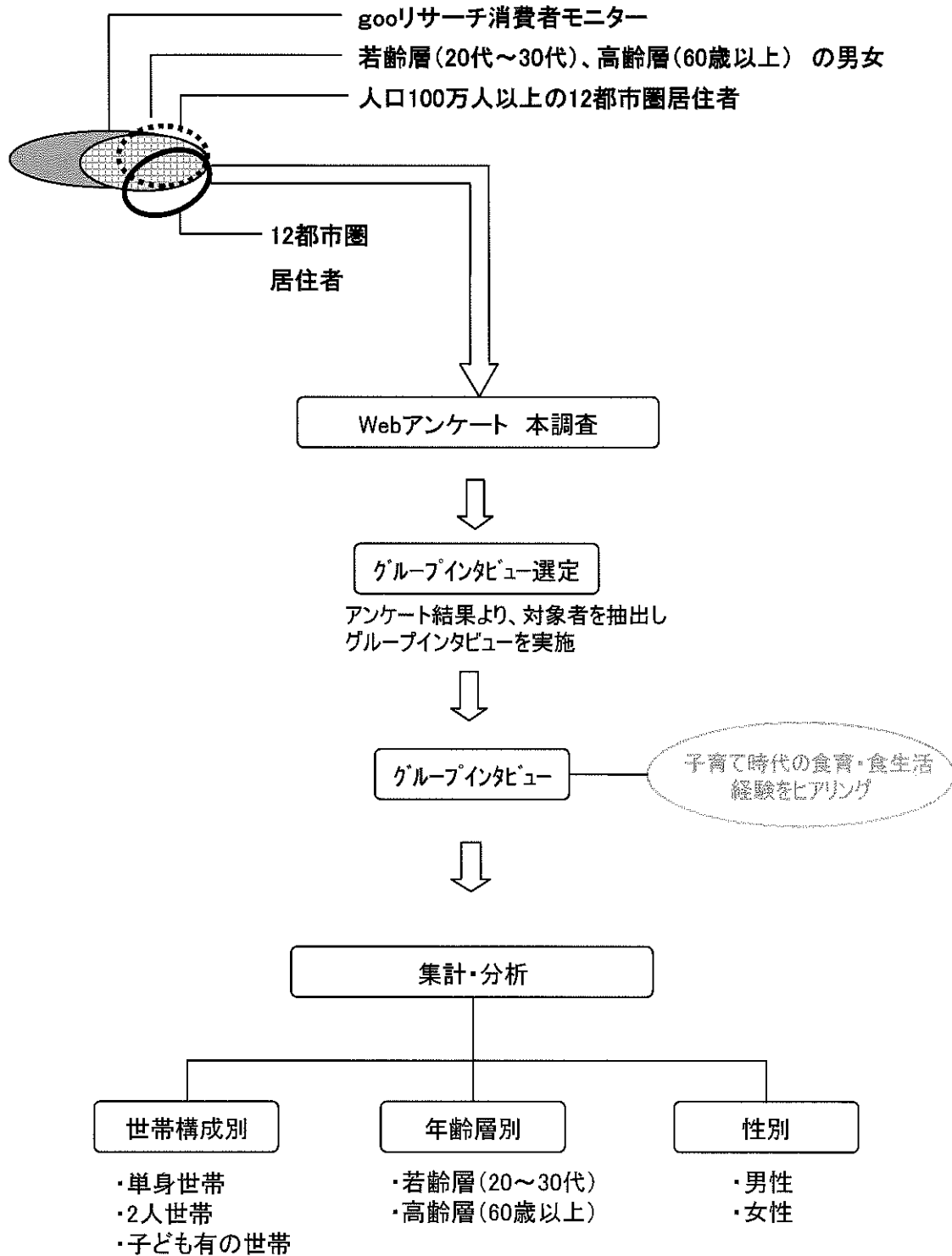
■合わせて、水産物の消費回復策について示唆を得る。

■今回の調査では、年齢層別および世帯構成別で食生活の実態や魚介類に対するイメージ、購入や調理の状況を分析、消費者の食の選択に対応する魚介類の消費拡大の可能性を探った。

#### 調査フロー



## 2. 対象抽出と分析軸の作成



## Ⅱ. グループインタビューによる魚介類摂取頻度が高い人の傾向

### 1. グループインタビューサマリー(1)

- 親世代、子世代に関わらず、食生活全般に対して、仕事や高齢化を理由に、簡便化する傾向が見られた。
- 手間がかかるといわれてきた魚食に対して、手間をかけなくて済むような素材や惣菜が増えてきたこともあり、簡便化が図られるといったことが伺えた。

◇グループインタビュー 選定アンケート結果より、対象者4人の属性を抜粋(詳細はP148～P149参照)

	A	B	C	D
年齢	女性・72歳	女性・69歳	女性・62歳	女性・61歳
職業	専業主婦	専業主婦	専業主婦	専業主婦
同居家族	夫と二人暮らし	夫と二人暮らし	夫、子どもと3人暮らし	夫と二人暮らし
子ども	長女(40歳) 長男(38歳)	長女(43歳)	長女(28歳)	長女(38歳) 次女(37歳)
孫	中1・小4	小5・5歳		
世帯年収	400万円以上～ 600万円未満	400万円以上～ 600万円未満	400万円以上～ 600万円未満	1,000万円以上
魚介類の摂取頻度	週3～4日	週3～4日	週3～4日	週3～4日

◇グループインタビュー議事録より主な発言を抜粋(詳細はP150～P158参照)

食全般	昔は(手間や時間を)かけなさすぎた。シュガーレディで出来合いのものを買って、ロールキャベツも煮ればいいだけだった。
	夫がいる時は作るが、自分1人の時はパンですませたりする。
	いろんなことが面倒くさくなった。作るのももう飽きたなあと感じる。
	今は牛肉を千切りにすることすら面倒くさい。何段階も調理の手間があるようなものは面倒くさくなった。
	1つ作るのに時間がかかるようになってきている。そういうこともあって嫌になってきた。
	娘はフルタイムで働いているし子供のお迎えもあるので時間がなく面倒くさい。
	うちの娘はあまり料理をしない。時間さえあればやるのだが、今は時間の無駄だから家事を分担しているようだ。
娘も総合職で、結婚しても料理を作る暇はないだろうと言っている。	
魚食	私は魚屋さんにさばいてもらう。
	若い頃は自分でさばいていたが、面倒になった。
	今は魚を一本売りすることがなくなっている。だからさばく必要もなくなってきた。
	既にさばいてある簡単なものが多くなったから自分でさばかなくなったのかも。簡単なものがスッと手に入るようになった。
	この頃はなるべく簡単にしようとしている。魚なら焼いてしまえばいいだけとか。簡単にすましておもう。
	面倒な時はオリーブ油でフライパンで焼く。焼き網を洗うのが大変だから。大勢で食べる時は使うが、普段はなるべく楽に。
	お魚のファストフードがない。ファストフードは安くて簡単であちこちにあるが、もし私が若かったらああいうところで簡単にすませていそう。
はらわたなどいろんな汚いものが出るのを全部きれいに片付けるのに時間がかかる。いつもきれいに磨いていないといけない。それもあって魚をさばくのが嫌というものもある。	
魚を食べるのが嫌いなわけではないが、調理する時間がない。	

【グループインタビュー：前年との対比】

2011年(40代主婦)	2012年(60代以上主婦)
<b>仕事があると料理にかける時間が少なくなる</b>	
<p>主人は夜の帰りが2～3時で、朝は6時くらいに出るので、朝は食べない。私が起きるより先に出ていて、何も食べたものがないから、たぶん食べていないと思う。</p>	<p>娘はフルタイムで働いているし子供のお迎えもあるので時間がなく面倒くさい。魚を食べるのが嫌いなわけではないが調理する時間がない。</p>
<p>主人の母は(家事を)ちゃんとする人。でも、私はできないと言った。結婚した当時も働いていたし、双子ができて大変だったし、(最近)また働き始めたので「できません」という感じ。</p>	<p>当時は仕事をしていて時間はなかった。アメリカでは仕事をしていなくしょっちゅうパーティーがあり、凝った料理を朝から準備して持って行かなければならなかったのでよく作っていた</p> <p>うちの娘は、今は時間がないので旦那さんと料理を分担。上手なので、担当が旦那さんの方に移り、自分は座って食べるだけ。時間さえあればやるのだが。</p> <p>娘も総合職で、結婚しても料理を作る暇はないだろうなと言っている。魚は手間がかかるし、その後の洗い物も大変。娘の様子を見ると魚離れもわかる。</p>
<b>今は、魚をさばく必要がない環境</b>	
<p>別に魚をさばけなくても、店でやってくれるので不自由しない。</p>	<p>既にさばいてある簡単なものが多くなったから自分でさばかなくなったのかも。簡単なものがスツと手に入るようになった。</p>
<p>今さらまた魚をさばこうと思わない。丸一匹をどうしたらいいかわからない。</p>	<p>私は魚屋さんにさばいてもらう。</p>
<b>今さらさばく気にはなれない/さばくより大事なものがある</b>	
<p>さばこうと思って魚を買うことはないの、さばいたことがないかも。</p>	<p>家をリフォームしてキッチンをきれいにし、いつも磨いていないといけな。それも理由として、魚をさばくのが嫌。</p> <p>手をケガしたらクラブが握れなくてゴルフに差し支える。(ゴルフに情熱。雨が降っても行く。こんな悪天候の中で5時間も外にいるなんて、と思いつつ。)</p>
<b>若くても老いてもニオイは気になる</b>	
<p>ニオイがないから、味つけの魚を買う。</p>	<p>生臭いニオイがなかなか抜けない。手早くやっているつもりでも。</p>
<b>若くても老いても後片付けはラクにしたい</b>	
<p>両面焼き機能付いたグリルでも、焼けているかどうか確認するのがイヤ。後片付けもイヤ。</p>	<p>面倒な時はオリーブ油を使い、フライパンで(魚を)焼く。焼き網を洗うのが大変だから。</p>
<b>若くても老いても「面倒」なこの頃</b>	
<p>下ごしらえをしたりするのが面倒だと思うと、惣菜を買ったりする。</p>	<p>この頃はなるべく簡単にするようにしている。魚なら焼いてしまえばいいだけとか。簡単にすましちゃおうと思って。</p>
<p>メニューを考えるのが面倒なので、家族に食べたいものを聞く。</p>	<p>いろんなことが面倒くさくなった。いかんなあと思うのだが。作るのももう飽きたなあという感じ。</p> <p>今は牛肉を千切りにすることすら面倒くさい。何段階も調理の手間があるようなものは面倒くさくなった。横浜へ行けばおいしい店はたくさんあるし。</p> <p>昔より料理がのろくなったのか、1つ作るのに時間がかかるようになってる。そういうこともあって嫌になってきた。</p> <p>きんぴらごぼうはもう作らない。洗ってささがきにして手間が大変。</p>



【グループインタビュー：前年との対比】

2011年(40代主婦)	2012年(60代以上主婦)
<b>カンタンにできそう！なものは、試してみる</b>	
給食の献立は、家で真似できそうなものしか覚えていない。	「ためしてガッテン」。なるほどと思ってすぐ納得してしまう。すぐ実行できそうだし。 「ためしてガッテン」をよく見ている。わりとわかりやすい説明だし。
<b>新婚時代一生懸命の時もあつたが、長続きはしない</b>	
作って、ブリの照り焼き。カレイの煮つけを結婚当初頑張ったが、10何年やっていない。	30代は自分で(魚を)おろしていた。子供は小学生で、なんとなく時間があつた。友達に教えてもらって一生懸命覚えてさばいたが、なぜかやらなくなった。
普段はサケの塩焼きをやったら、おめでとう！。カレイの煮つけを、子どもが小さい時にすごく頑張ったが、半生の出来だったので、その後作らなくなった。	新婚時代は、刺身以外は魚料理をしなかったように思う。
<b>子育て時代は手間暇かけず、半加工品に頼る</b>	
子どもの弁当には、生協で売られている甘醤油やごまをまぶしたイワシの冷凍食品などを焼いて入れることが多い。	今の方が手をかけている。昔はかけなすぎた。シュガーレディで出来合いのものを買い、ロールキャベツも煮ればいいだけだったりした。
肉料理の方が下ごしらえもなくパーツと焼くだけでいい。ステーキもボンと焼くだけ。トンカツも衣付きのものを買って揚げるだけ。	お金が少なかったから肉料理は挽肉料理が多かった。魚は冷凍のムツとか銀だらを煮たり焼いたり。
加工してある魚が増えるといい。フライやフリッター用に、粉までついているものが良い。	ファストフードは安くて簡単であちこちにあるが、お魚のファストフードがない。もし私が若かったら、ああいうところで簡単にすませよう。 簡単に食べられるといえばフィレオフィッシュみたいなものの冷凍があれば、(魚食が)馴染んでいくのではないか。調理の手間という点で。
<b>誰がうちの子に食育を</b>	
食育は、学校で教えて欲しい。	夫が魚の食べ方を子供に教えていた。 仕事をしていたので、子供と一緒に料理を作る時間がなかった。 本当にあまり(子どもに料理を)教えもしなかったし、(一緒に)作りもしなかった。
<b>叱ってまで子どもに食べさせようとまではしないのは、今も昔も同じ</b>	
娘は魚の食べ方が下手で、魚を出しても6割ぐらいしか食べない。食べられるところも避けて残してしまうので、こっちも出さなくなっちゃう。	なるべく(魚を)食べさせようと思っていた。でも子供達はハンバーグの方が好きだった。文句を言わない時は魚を出すようにしていたが。
三人家族なのに、主人と娘が全然好みが違うし、私も違う。それぞれ別のメニューを作ることもある。外食でも好みが三人三様で揉めるので、結局バイキング形式が多い。	(子どもが嫌いなものを)食べない時はお腹がすいても食べなくていいわ、と切り上げていた。
週末は家族三人が、それぞれ台所に立って(好きなものを作って)いる。	
<b>子どもはやっぱりハンバーグ・揚げ物が好き</b>	
幼稚園の子はハンバーグが大好き。(弁当を)全部食べると、金色のシールをもらえるらしく、(弁当には)好きなものだけ入れる。他の(おかず)では、そのシールがもらえない。	子供が幼稚園～小学校低学年の頃よく作ったのは、ハンバーグ。何かといえばハンバーグだった。魚はあまり食べさせていなかった。
上の子は硬い肉が嫌いで、挽き肉がメイン。何が良い？と聞けばハンバーグや麻婆豆腐。	
息子は中高とラグビー部。肉じゃないと力が出ないと言われたようだ。魚を食べないわけじゃないが、魚があっても肉が欲しいと言われるので、それが面倒で肉にしている。元々主人も肉派。すごい(食べる)量だから、どうしても調理は肉の方が簡単。	小学校高学年～高校の成長期は、もっぱらハンバーグ。ガン、とボリュームもあるし。そういえば唐揚げをよく作った。

## 1. グループインタビューサマリー(2)

- 食文化を継承するかどうかは、親の影響が大きいことがわかった。自分の親から魚料理を推奨されている家庭は、子ども、孫までその傾向が継承され、魚を食べない家庭は、子どもも魚嫌いになる傾向が見られた。
- 幼い頃から食卓に魚料理を出されている子どもは、魚に対する抵抗感が薄く、肉料理の方が好きでも、魚料理を日常に取り入れていることがわかった。
- しかし、親からの継承がなくても、魚に対して友人やその他から情報を取り込む意欲は高く、魚食への関心は高いといえる。

### ◇グループインタビュー議事録より主な発言を抜粋（詳細はP153～P164参照）

	親から教わった食育・食文化	子どもへの食育・食文化の継承	子どもの現在の食生活
継承あり	魚は私が自分でさばく。小さい頃から家も築地にあったし、母の見よう見まねで。 小さい頃から母が魚一辺倒だったから必然的に好きになったという気がする。	子供には目の周りがおいしいのよなど教えはしたが、子供がちゃんと食べていたかどうか。 大人と同じ。煮魚も焼き魚も、食べなくても同じように出していた。でも食べていたように思う。	娘夫婦は2人とも働いていて時間がない。それでも結構ブリなどは食べている。娘婿も好きなので若いわりにはわりと食べている方なのではないか。
		7:3で魚が多い。 お弁当には魚と肉の両方をいつも入れるようにしていた。 夫が魚の食べ方を子供に教えていた。 私自身、当時は忙しかったので骨をはずしてあげている暇もなく、子供にはたとえグチャグチャでも自分で食べさせていた。 食事の時間ギリギリまでピアノを教えていたので、それもあって魚料理も多かった。	娘は肉が好きだが、帰宅時間が遅いので、消化のいい魚がうちの夕食には多い。昼も魚をよく食べるらしい。人から「魚を食べるのがうまいね」と言われ、両親が魚料理が多いからうまくなったのよと答えたと言っていた。
継承なし	やろうと思えば自分でも魚をさばく。さばき方は母がやるのを見て覚えたり、本を見たりして覚えた	いいお魚屋さんがいた。ヒラメを仕入れておいてとか、カツオを入れておいてちょうだいと頼んでおくとさばいてくれたので、よく魚も食べていた。うちの子は何でも食べていた。	
		子育て時代は魚より肉が多かった。文句を言わない時は魚を出すようにしていたが、子供が食べるのを面倒くさがったのでつい肉にしたりしていた気がする。 何かといえばハンバーグだった。魚はあまり食べさせていなかった。 仕事をしていたので子供と一緒に料理を作る時間がなかった。 うちの娘と息子は全然料理をしたがったりしなかった。私に余裕がない姿を見ていたから手伝いたがらなかったのかも。	長女はあまり魚を食べない。アジの開きでも面倒くさい。骨があつたりして食べるのが面倒くさいという。 娘も総合職で、結婚しても料理を作る暇はないだろうと言っている。 私があまり料理を教えなかったので結婚してから子供自身がとても困ったのだと思う。
食全般	高齢者になったら脂肪分の少ないお肉を食べてビタミンAをとらないといけないと最近言われている。テレビや新聞でよく見かける。 テレビの「ためしてガッテン」。なるほどと思ってすぐ納得してしまう。 オリーブオイルを使うと酸化しないと聞いている。		
魚食	近くにおろし方を教えてくれる友達がいたので覚えた。 友達から魚もおろせないようじゃめだと言われ、おろし方を教えてくれたので私も覚えた。 昔は魚屋さんが近所にあり、調理のしかたも教えてくれた。 私達が小さかった頃は魚屋さんがあって魚を見ることができたし活気があった。でも今は魚屋さんがいないし、スーパーの魚は元気がない。 魚を姿のまま子供に食べさせるのは忍耐力がつくから良いと昔聞いた。小骨などを取らないといけなから。 オリーブ油と魚の組み合わせは良いと聞いている。心臓にいいらしい。		

### Ⅲ. 回答者属性

#### 1-1. 年齢・性別・居住地域

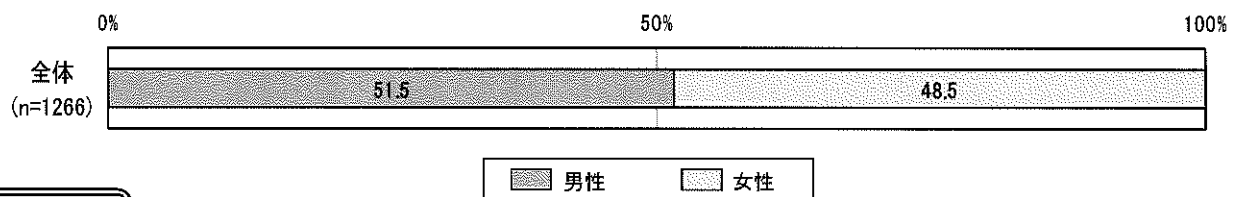
○有効回答数1266サンプルのうち、男女比率は、「男性」51.5%、「女性」48.5%と男性が若干多かった。

○年齢の全体比率は、「20代」9.6%、「30代」40.6%、「60歳以上」49.8%と60歳以上が最も多い。世帯構成別では、2人世帯の「60歳以上」が57.8%と、単身世帯、子ども有り世帯の「60歳以上」よりも多い。

○居住地域について、世帯構成別にみると、子ども有の世帯は「名古屋市」11.9%が最も多く、2人世帯は「横浜市」13.1%、単身世帯は「横浜市」、「名古屋市」10.8%が最も多い。年齢層別では、若年齢層は「名古屋市」11.5%が最も多く、高齢層は「横浜市」14.1%が最も多い。

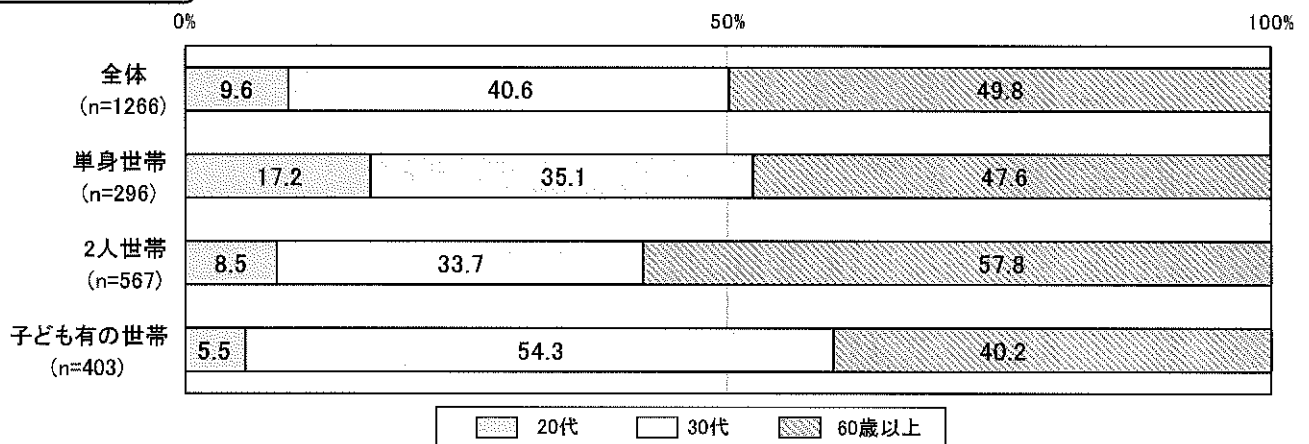
#### 問1. 性別

[参照:P47]



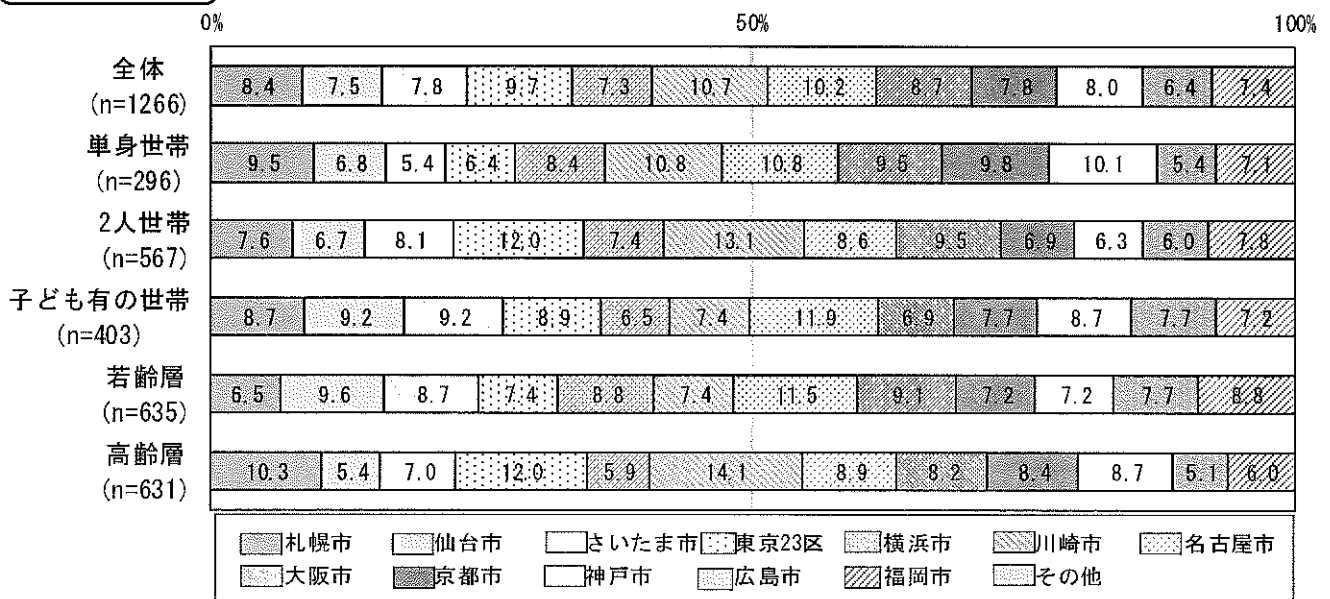
#### 問2. 年齢

[参照:P49]



#### 問3. 居住地域

[参照:P51]

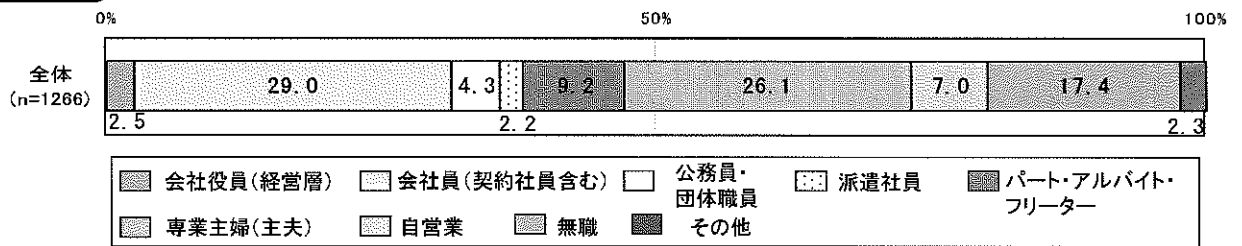


1-2. 職業・未既婚・子どもの有無・家族形態・世帯年収

- 職業比率は、「会社員(契約社員含む)」29.0%が最も多い。
- 未既婚については、「既婚」76.6%が圧倒的に多い。
- 子ども有無では、「いる(1人または複数の子どもは全員独立して一緒に住んでいない)」が58.5%と6割近くを占めている。
- 家族形態では、「2人世帯」が44.8%と「子ども有の世帯」31.8%に比べ、13ポイント高い。
- 世帯年収は、「400～600万円未満」が29.5%と最も多い。

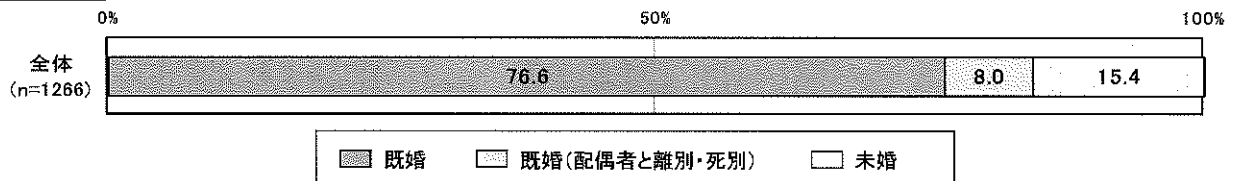
問4. 職業

[参照:P52]



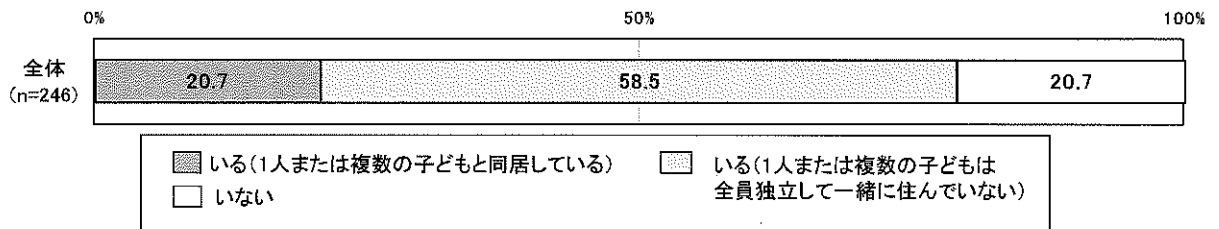
問5. 未既婚

[参照:P53]



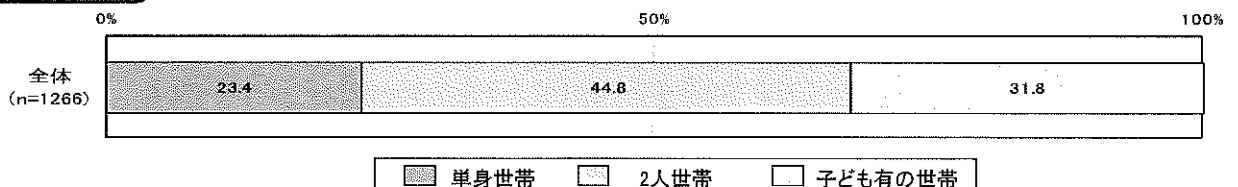
F1. 子どもの有無

[参照:P55]



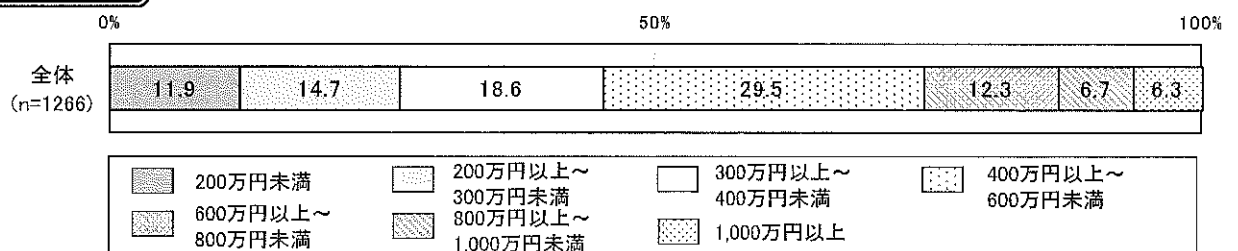
問6. 家族形態

[参照:P56、57]



問7. 世帯年収

[参照:P58、59]



## IV. 食の傾向

### 2-1. 食生活の実態(1)

○全体として、朝食・昼食・夕食を比較すると、「毎日食べる」頻度は、朝食が73.3%、昼食が80.9%、夕食が92.0%だった。朝食が最も低く、夕食は90%を超えた。

○「作ったものを食べる」「自分で作る」は昼食が最も低い。特に昼食を「自分で作る」割合は46.8%と半数を下回る。

○世帯構成別に各食事の頻度をみると、朝・昼・夕ともに子ども有の世帯が他の層に比べ多い。

○また、食べる場所でも朝・夕は子ども有世帯が多い。子ども有世帯では、夕食についてほぼ全員が「作ったものを食べる」と回答している。

○調理状況では、朝・昼・夕とも単身世帯の調理する率が高く、朝・夕は6割を超える。

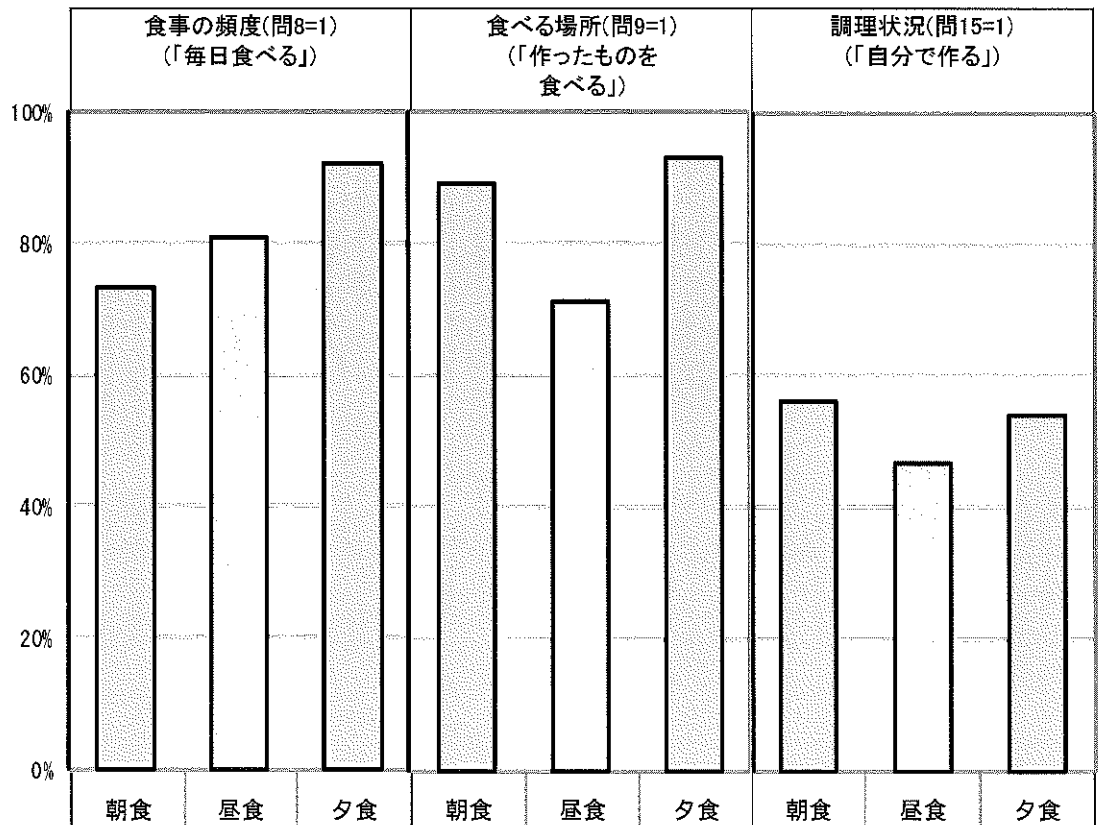
問8. 食事の頻度  
問9. 食べる場所  
問15. 調理状況

[参照:問8/P60~P62]

[参照:問9/P63・P66・P69]

[参照:問15/P91~P93]

#### 【世帯構成別】



	食事の頻度(問8=1) (「毎日食べる」)			食べる場所(問9=1) (「作ったものを食べる」)			調理状況(問15=1) (「自分で作る」)		
	朝食	昼食	夕食	朝食	昼食	夕食	朝食	昼食	夕食
全体(n=1266)	73.3	80.9	92.0	89.1	71.2	93.1	56.2	46.8	53.9
単身世帯(n=296)	57.4	72.0	86.1	78.5	57.1	79.9	62.2	49.7	63.2
2人世帯(n=567)	75.1	81.8	93.3	91.7	76.0	96.6	54.0	46.9	53.4
子ども有の世帯(n=403)	82.4	86.1	94.5	92.5	74.7	97.8	54.8	44.7	47.6

## 2-1. 食生活の実態(2)

○年齢層別に食事の頻度をみると、朝・昼・夕ともに高齢層の「毎日食べる」割合が高く、朝食は特に20ポイント以上の差があるが、昼・夕食は大きな差は見られない。

○食べる場所についても、朝・昼・夕ともに若齢層より高齢層の方が「作ったものを食べる」割合が高い。高齢層で「作ったものを食べる」割合は、朝食で94.0%、夕食で96.0%と9割を超える。

○調理状況では、朝・昼の「自分で作る」割合は、高齢層が若齢層を10ポイント以上上回るが、夕食ではどちらも50%を超えており、大きな差はない。

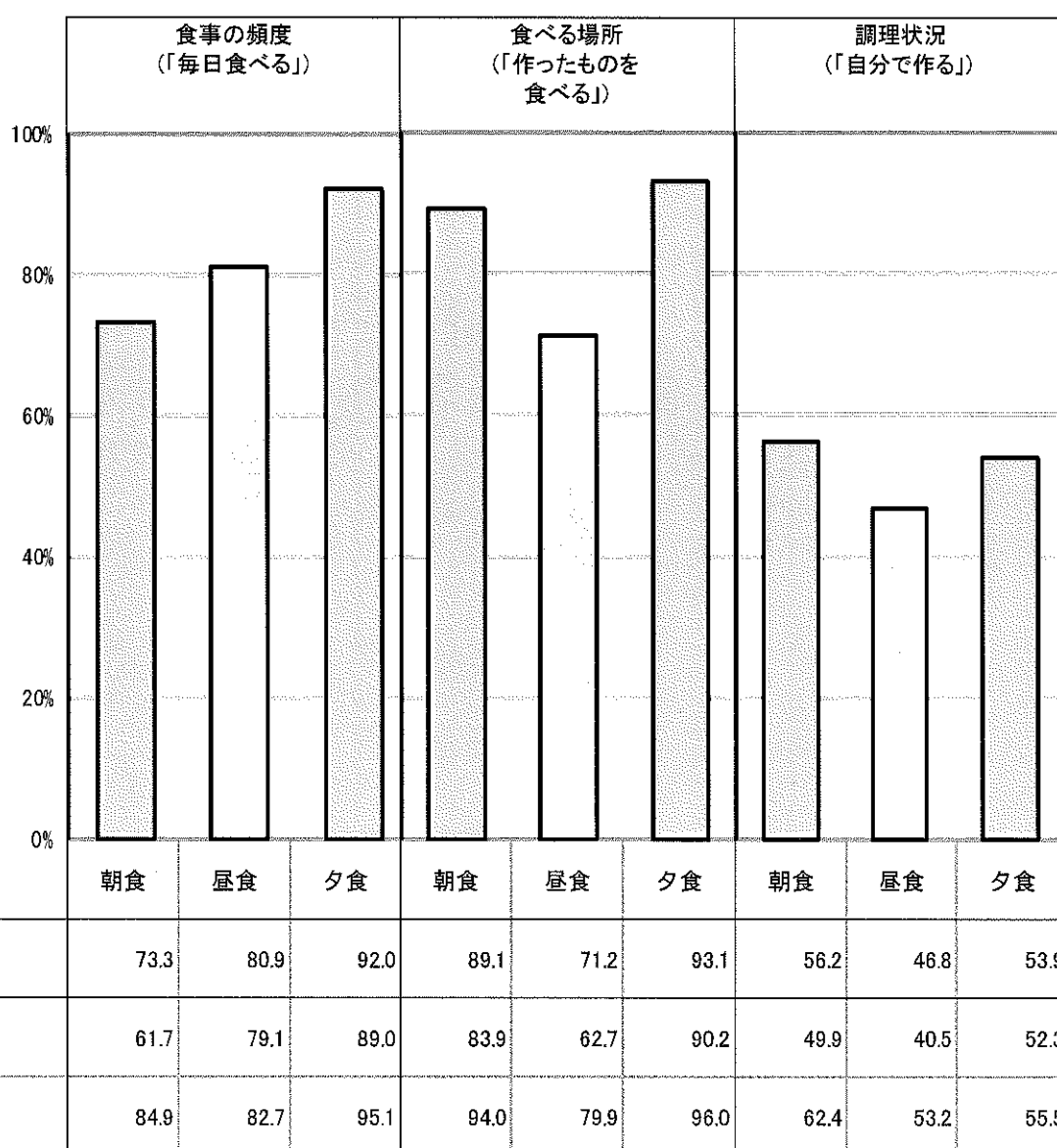
問8. 食事の頻度  
問9. 食べる場所  
問15. 調理状況

[問8参照:P60~P62]

[問9参照:P64、P67、P70]

[問15参照:P91~P93]

【年齢層別】



## 2-2. 食生活の意識(1)

○食事の重視項目について、全体をみると「規則正しく三度の食事を摂る」(62.8%)、「栄養のバランスに気を遣う」(51.9%)がいずれも半数を超える。

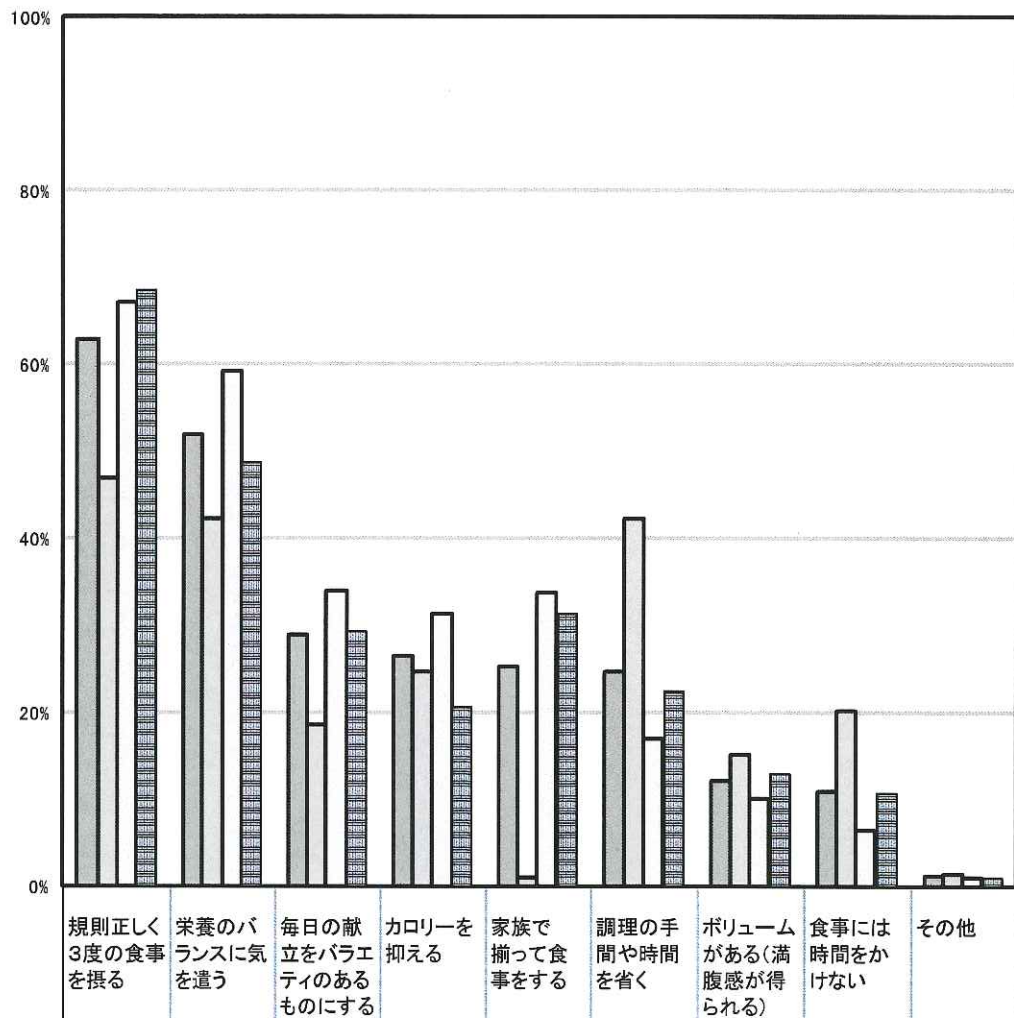
○世帯構成別にみると、「規則正しく三度の食事を摂る」は単身世帯が半数を下回り、他の世帯より20ポイントほど低い。また「栄養のバランスに気を遣う」は2人世帯が59.3%と半数を超える。

○「調理の手間や時間を省く」では単身世帯で42.2%と他の層より20ポイント以上多い。また、「食事に時間はかけない」も単身世帯の割合が高い。

問11. 食事における重視項目

[参照:P83]

【世帯構成別】



重視項目	全体(n=1266)	単身世帯(n=296)	2人世帯(n=567)	子ども有の世帯(n=403)
規則正しく3度の食事を摂る	62.8	47.0	67.0	68.5
栄養のバランスに気を遣う	51.9	42.2	59.3	48.6
毎日の献立をバリエーションのあるものにする	28.9	18.6	34.0	29.3
カロリーを抑える	26.4	24.7	31.4	20.6
家族で揃って食事をする	25.3	1.0	33.7	31.3
調理の手間や時間を省く	24.6	42.2	16.9	22.3
ボリュームがある(満腹感が得られる)	12.2	15.2	10.1	12.9
食事に時間はかけない	11.0	20.3	6.3	10.7
その他	1.1	1.4	1.1	1.0



## 2-2. 食生活の意識(2)

○年齢層別にみると高齢層は「規則正しく三度の食事を摂る」(73.5%)、「栄養のバランスに気を遣う」(58.8%)が若齢層に比べ多い。

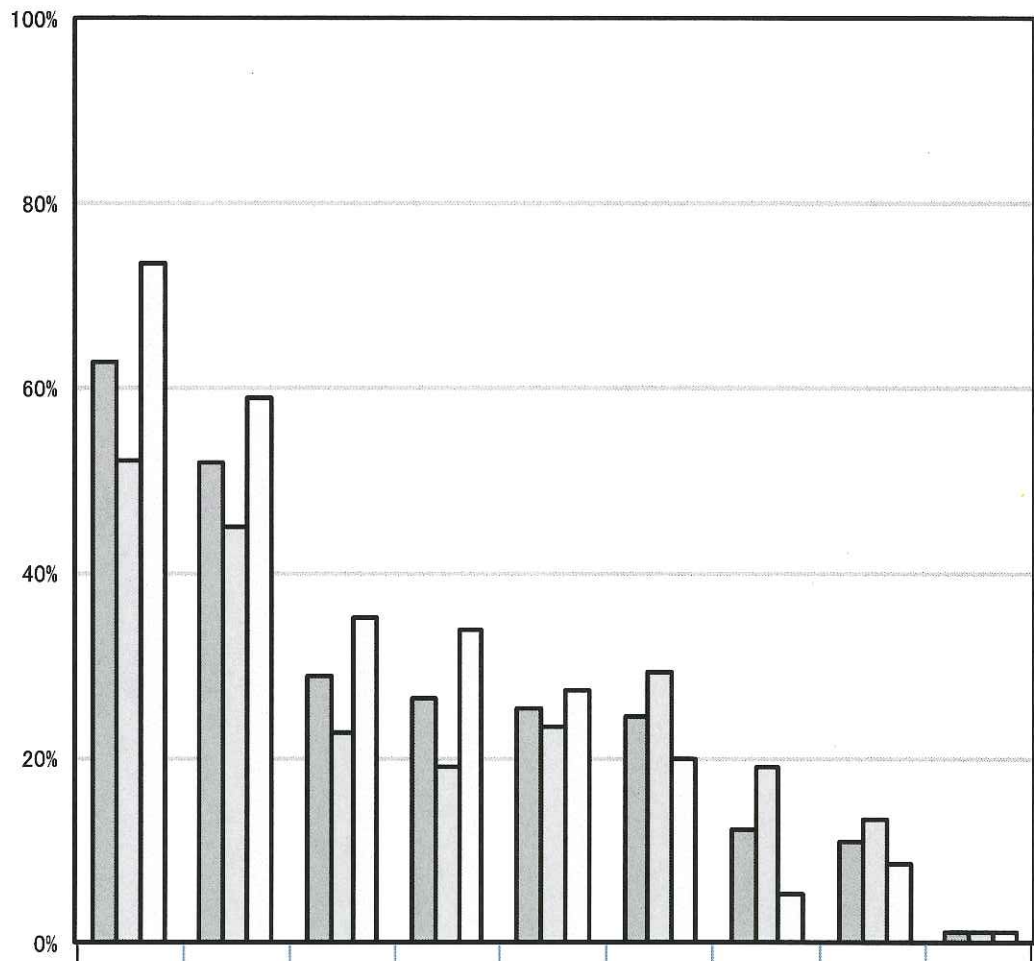
○また、「毎日の献立をバラエティのあるものにする」、「カロリーを抑える」も若齢層より高く、健康への関心度が高いことが伺える。

○「調理の手間や時間を省く」では若齢層が29.3%と、高齢層に比べ10ポイントほど割合が高い。

問11. 食事における重視項目

[参照:P84]

【年齢層別】



	規則正しく3度の食事を摂る	栄養のバランスに気を遣う	毎日の献立をバラエティのあるものにする	カロリーを抑える	家族で揃って食事をする	調理の手間や時間を省く	ボリュームがある(満腹感が得られる)	食事には時間をかけない	その他
■ 全体(n=1266)	62.8	51.9	28.9	26.4	25.3	24.6	12.2	11.0	1.1
□ 若齢層(n=635)	52.1	45.0	22.7	19.1	23.3	29.3	19.1	13.4	1.1
□ 高齢層(n=631)	73.5	58.8	35.2	33.8	27.3	19.8	5.2	8.6	1.1



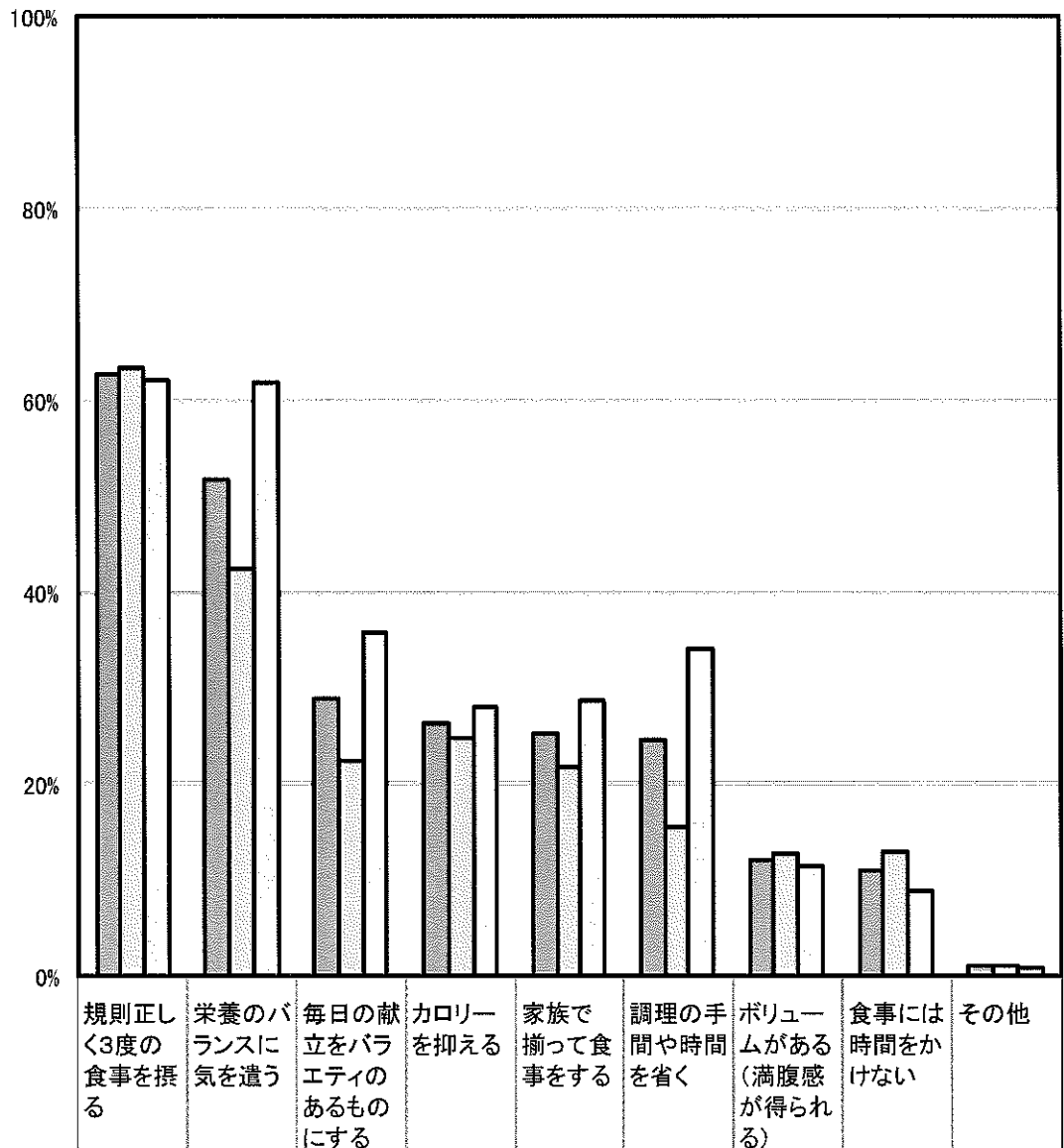
## 2-2. 食生活の意識(3)

○性別では、女性の「栄養のバランスに気を遣う」(61.9%)、「毎日の献立をバラエティのあるものにする」(35.8%)、「調理の手間や時間を省く」(34.0%)が、男性に比べ多い。女性は男性に比べ調理にまつわる項目の重視度が高い。

問11. 食事における重視項目

[参照:P85]

【性別】



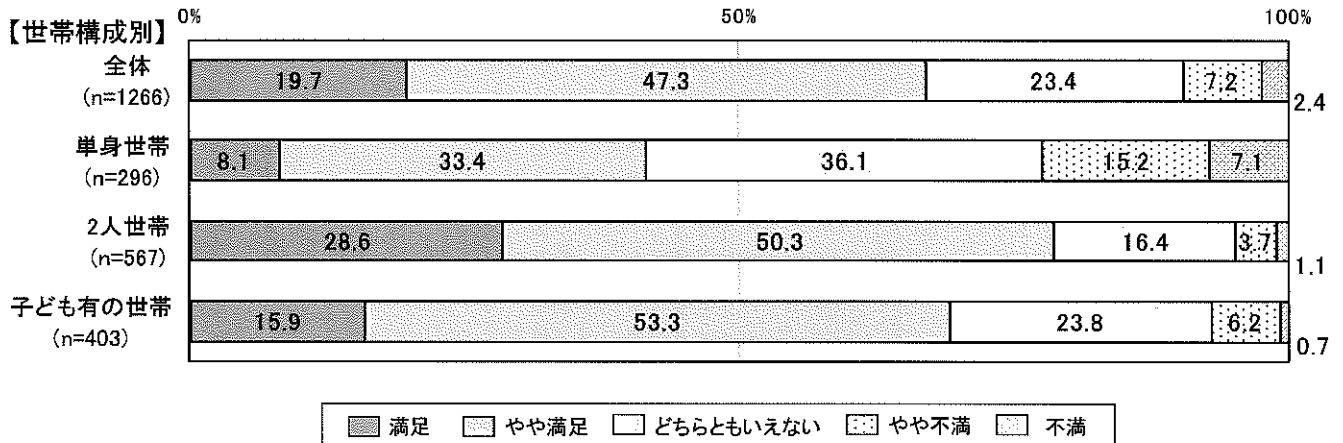
項目	全体(n=1266)	男性(n=652)	女性(n=614)
規則正しく3度の食事を摂る	62.8	63.3	62.2
栄養のバランスに気を遣う	51.9	42.5	61.9
毎日の献立をバラエティのあるものにする	28.9	22.4	35.8
カロリーを抑える	26.4	24.8	28.0
家族で揃って食事をする	25.3	21.9	28.8
調理の手間や時間を省く	24.6	15.6	34.0
ボリュームがある(満腹感が得られる)	12.2	12.7	11.6
食事には時間をかけない	11.0	12.9	9.0
その他	1.1	1.2	1.0

## 2-2. 食生活の意識(4)

- 食生活の満足度について、全体をみると、「満足」は約20%。「やや満足」と合計すると67%と、満足度が高い。
- 世帯構成別にみると、単身世帯の「満足」は8.1%と10%に満たず、「やや満足」と合わせても、半数に満たない。
- 年齢層別にみると、高齢層では25.8%と約4人に1人が「満足」としているのに対し、若齢層は13.7%と10ポイント以上下回る。「やや不満」「不満」が10%を超える。
- 不満の理由として、どの世帯構成も「栄養バランスが悪い／偏っている」がトップで3割前後存在。2人世帯、子ども有の世帯では「食事にかかる時間がない」が2位となった。
- 年齢層別にみると、若齢層では「栄養バランスが悪い／偏っている」が3割を超える。次いで「食事にかかる時間がない」があがった。

### 問12. 食生活への満足度

[参照:P86]



### 問13 不満の理由 OA(TOP5)

[参照:P87]

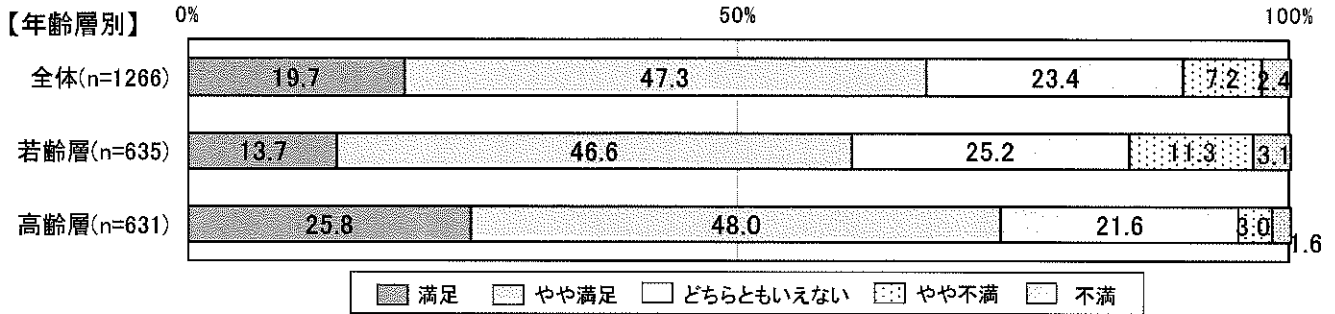
OA(TOP5): Open Answer(自由回答)上位5位の意味

	全体 (n=121)	(%)	単身世帯 (n=66)	(%)	2人世帯 (n=27)	(%)	子ども有の世帯 (n=28)	(%)
1位	栄養バランスが悪い／偏っている	29.8	栄養バランスが悪い／偏っている	31.8	栄養バランスが悪い／偏っている	29.6	栄養バランスが悪い／偏っている	25.0
2位	料理のレパートリーが少ない	14.9	料理のレパートリーが少ない	15.2	野菜をあまり摂れていない	14.8	料理のレパートリーが少ない	17.9
3位	食事にかかる時間がない	13.2	食事にかかる時間がない	10.6	食事にかかる時間がない		食事にかかる時間がない	
4位	食事が不規則になっている	9.1	食事が不規則になっている	9.1	料理のレパートリーが少ない	11.1	食事が不規則になっている	10.7
5位	食費が不足している／食費が高い	8.3	自炊できていない／手間をかけていない	7.6	料理が面倒／嫌い	11.1	栄養が不足している	7.1
			食費が不足している／食費が高い	7.6	食費が不足している／食費が高い	11.1	料理が面倒／嫌い	7.1
					家族と一緒に食事ができない	11.1	自炊できていない／手間をかけていない	7.1
					食事制限がある	11.1	食費が不足している／食費が高い	7.1
						家族と食の好みが違う	7.1	

## 2-2. 食生活の意識(4)

問12. 食生活への満足度

[参照:P86]



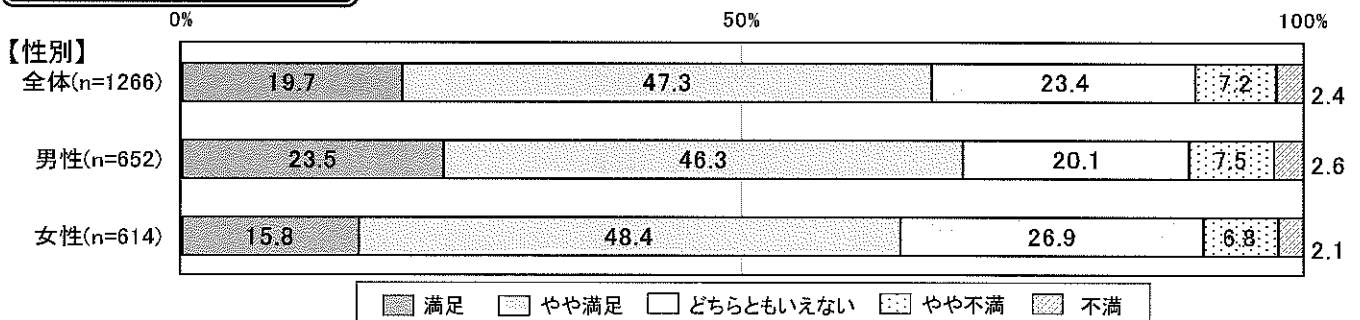
問13 不満の理由 OA(TOP5)

[参照:P87]

	全体 (n=121)	(%)	若年齢層 (n=92)	(%)	高齢層 (n=29)	(%)
1位	栄養バランスが悪い／偏っている	29.8	栄養バランスが悪い／偏っている	34.8	料理のレパートリーが少ない	24.1
2位	料理のレパートリーが少ない	14.9	食事にかかる時間がない	14.1	栄養バランスが悪い／偏っている	13.8
3位	食事にかかる時間がない	13.2	料理のレパートリーが少ない	12.0	家族と一緒に食事できない	13.8
4位	食事が不規則になっている	9.1	食事が不規則になっている	10.9	食事にかかる時間がない	10.3
5位	食費が不足している／食費が高い	8.3	食費が不足している／食費が高い	8.7	野菜をあまり摂れていない	6.9
					料理が面倒／嫌い	6.9
					食費が不足している／食費が高い	6.9
					食事制限がある	6.9
					家族と食の好みが違う	6.9

問12. 食生活への満足度

[参照:P86]



問13 不満の理由 OA(TOP5)

[参照:P87]

	全体 (n=121)	(%)	男性 (n=66)	(%)	女性 (n=55)	(%)
1位	栄養バランスが悪い／偏っている	29.8	栄養バランスが悪い／偏っている	25.8	栄養バランスが悪い／偏っている	34.5
2位	料理のレパートリーが少ない	14.9	料理のレパートリーが少ない	15.2	食事にかかる時間がない	16.4
3位	食事にかかる時間がない	13.2	食事が不規則になっている	12.1	料理のレパートリーが少ない	14.5
4位	食事が不規則になっている	9.1	食事にかかる時間がない	10.6	自炊できていない／手間をかけていない	12.7
5位	食費が不足している／食費が高い	8.3	栄養が不足している	9.1	野菜をあまり摂れていない	10.9

2-3. 食生活の嗜好(1)

○各食事のよく食べる食材について、朝食はどの層も「パン」(全体:72.2%)で、「ごはん」は上位にあがらなかった。

○昼食では、2人世帯、高齢層は「麺類」がトップ。

○夕食では、高齢層で「魚介類」が84.0%と3位にランクイン。

問10. よく食べる食材(TOP3)  
問16. 好きな味付け(TOP3)

[参照:問10/P72~P74、P76~P78]  
[参照:問16/P79~P81、P94~P96]

【世帯構成別・年齢層別・性別】

	よく食べる食材(%)									好きな味付け(%)		
	朝食			昼食			夕食					
全体 (n=1160)	パン	72.2	全体 (n=1245)	ごはん	70.1	全体 (n=1259)	ごはん	88.2	全体 (n=1266)	しょうゆ味	85.2	
	乳製品	53.7		麺類	63.1		肉類	78.6		みそ味	55.1	
	果物	42.2		野菜類	47.3		野菜類	77.8		塩味	51.4	
单身 世帯 (n=246)	パン	69.1	单身 世帯 (n=287)	ごはん	69.7	单身 世帯 (n=294)	ごはん	82.7	单身 世帯 (n=296)	しょうゆ味	80.1	
	乳製品	45.5		麺類	49.1		肉類	70.1		みそ味	54.1	
	卵	37.4		野菜類	46.7		野菜類	68.0		塩味	51.0	
2人世帯 (n=527)	パン	69.6	2人世帯 (n=559)	麺類	69.6	2人世帯 (n=565)	ごはん	89.0	2人世帯 (n=567)	しょうゆ味	86.9	
	乳製品	60.3		ごはん	66.0		野菜類	82.3		塩味	53.8	
	果物	52.2		野菜類	50.3		肉類	80.9		みそ味	53.6	
子ども有 の世帯 (n=387)	パン	77.8	子ども有 の世帯 (n=399)	ごはん	76.2	子ども有 の世帯 (n=400)	ごはん	91.3	子ども有 の世帯 (n=403)	しょうゆ味	86.6	
	乳製品	49.9		麺類	64.2		肉類	81.8		みそ味	58.1	
	ごはん	43.4		野菜類	43.6		野菜類	78.8		塩味	48.4	
若齢層 (n=560)	パン	74.6	若齢層 (n=624)	ごはん	84.0	若齢層 (n=633)	ごはん	91.0	若齢層 (n=635)	しょうゆ味	79.4	
	乳製品	47.9		麺類	55.4		肉類	77.9		塩味	56.9	
	ごはん	44.6		肉類	47.9		野菜類	71.2		みそ味	51.0	
高齢層 (n=600)	パン	70.0	高齢層 (n=621)	麺類	70.9	高齢層 (n=626)	ごはん	85.5	高齢層 (n=631)	しょうゆ味	91.1	
	乳製品	59.2		ごはん	56.2		野菜類	84.5		みそ味	59.3	
	果物	52.8		野菜類	51.4		魚介類	84.0		塩味	46.0	
男性 (n=595)	パン	70.8	男性 (n=640)	ごはん	73.1	男性 (n=648)	ごはん	88.1	男性 (n=652)	しょうゆ味	84.2	
	乳製品	46.7		麺類	60.6		肉類	74.5		みそ味	54.1	
	ごはん	41.8		野菜類	44.1		野菜類/ 魚介類	72.7		塩味	49.5	
女性 (n=565)	パン	73.8	女性 (n=605)	ごはん	66.9	女性 (n=611)	ごはん	88.4	女性 (n=614)	しょうゆ味	86.3	
	乳製品	61.1		麺類	65.8		野菜類	83.3		みそ味	56.2	
	果物	48.7		野菜類	50.7		肉類	83.0		塩味	53.4	

## V. 魚介類の消費動向

### 3-1. 魚食の実態(1)

○魚介類の摂取頻度について、全体として、約4割が「週1～2日」魚介類を食べており、「週3～4日」と合計すると、74.4%が週1日以上、魚介類を食べている。

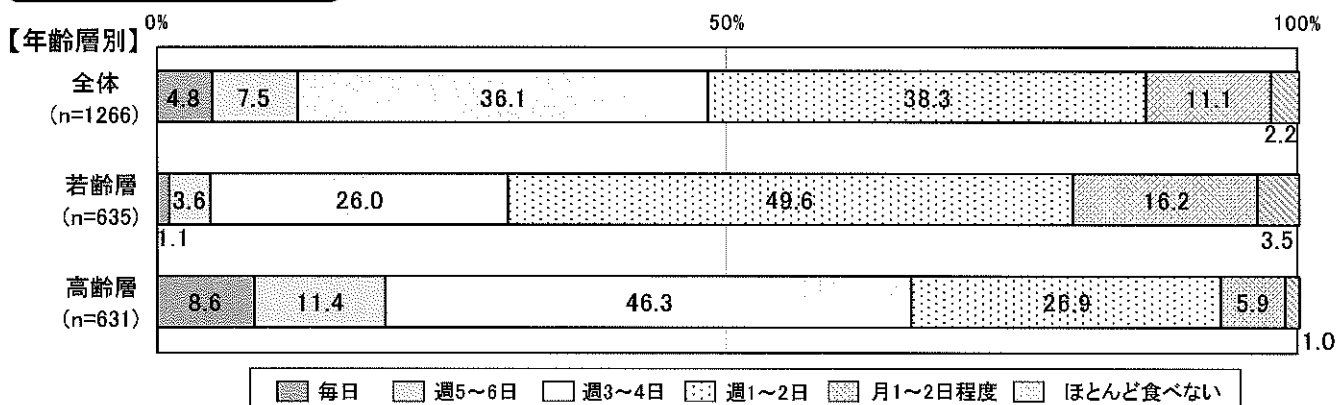
○年齢構成別にみると、若齢層に比べ、高齢層の方が圧倒的に多く、週3日以上魚介類を食べている割合は、66.3%となる。

○よく食べる理由として、世代問わず「健康や身体に良いから／栄養がある」がトップ。高齢層では「肉より良いから」が16.5%と3位になった。

○あまり食べない理由として、世代問わず「料理や後片付けがしにくいから」がトップ(24.7%)。若齢層では「価格が高いから」が12.5%と2位にあがった。

#### 問17. 魚介類摂取頻度

[参照:P98]



#### 問18A(よく食べる理由) OA(TOP5)

[参照:P100]

	全体 (n=613)	(%)	若齢層 (n=195)	(%)	高齢層 (n=418)	(%)
1位	健康や体に良いから／栄養があるから	34.3	健康や体に良いから／栄養があるから	33.3	健康や体に良いから／栄養があるから	34.7
2位	魚が好き／食べたいから	28.5	魚が好き／食べたいから	28.2	魚が好き／食べたいから	28.7
3位	バランスのよい食事をしたいから	15.5	バランスのよい食事をしたいから	16.9	肉よりも良いから	16.5
4位	肉よりも良いから	14.4	家族の好みだから	10.8	バランスのよい食事をしたいから	14.8
5位	家族の好みだから	7.2	肉よりも良いから	9.7	おいしいから	6.0

#### 問18A(あまり食べない理由) OA(TOP5)

[参照:P.101]

	全体 (n=653)	(%)	若齢層 (n=440)	(%)	高齢層 (n=213)	(%)
1位	料理や後片付けがしにくいから	24.7	料理や後片付けがしにくいから	26.8	料理や後片付けがしにくいから	20.2
2位	魚が好きではないから	11.3	価格が高いから	12.5	魚が好きではないから	14.1
3位	価格が高いから	10.9	魚が好きではないから	10.0	色々な食材をバランス良く摂りたいから	8.0
4位	家族が好まないから	8.9	家族が好まないから	9.3	家族が好まないから	8.0
5位	肉の方が好きだから	8.1	肉の方が好きだから	8.4	肉の方が好きだから	7.5
					価格が高いから	7.5

### 3-1. 魚食の実態(2)

○頻度の変化をみると、「以前と変わらない」が半数超。年齢層別では、若年齢層が「以前と比べて減った」+「やや減った」が29.1%で高齢層より20ポイントほど高い。

○増えた理由としては高齢層では、「健康のため」(41.0%)がトップだが、若年齢層では「家族構成の変化」(31.3%)があがった。

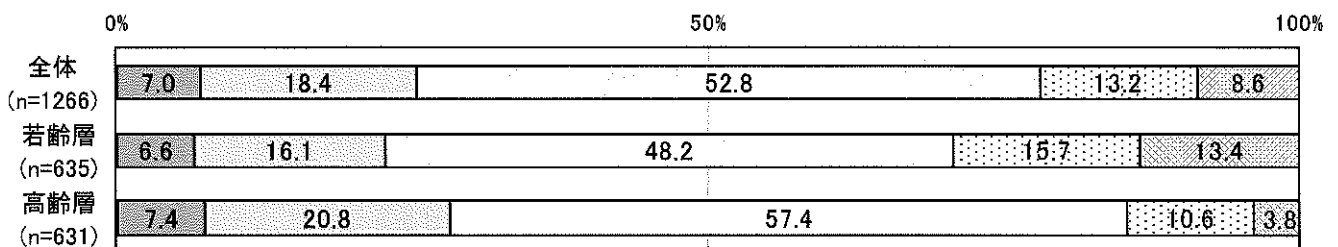
○減った理由としては、若年齢層では、増えた理由と同様「家族構成の変化」がトップで、半数を超えた。また、「自分で料理をするようになった」(15.7%)が2位に。

○高齢層は「価格が高い」(18.7%)がトップとなった。

#### 問19. 頻度の変化

[参照:P102]

#### 【年齢層別】



■ 以前と比べて増えた    □ 以前と比べてやや増えた    □ 以前と変わらない  
 □ 以前と比べてやや減った    □ 以前と比べて減った

#### 問20A(増えた理由) OA(TOP5)

[参照:P104]

順位	理由	全体 (n=322) (%)	理由	若年齢層 (n=144) (%)	理由	高齢層 (n=178) (%)
1位	健康のため	34.5	家族構成の変化	31.3	健康のため	41.0
2位	歳をとったから	21.1	健康のため	26.4	歳をとったから	29.2
3位	家族構成の変化	19.6	食の好みの変化	17.4	食の好みの変化	20.2
4位	食の好みの変化	18.9	歳をとったから	11.1	家族構成の変化	10.1
5位	好き/おいしい/家族が好き	6.8	好き/おいしい/家族が好き	5.6	好き/おいしい/家族が好き	7.9

#### 問20B(減った理由) OA(TOP5)

[参照:P105]

順位	理由	全体 (n=276) (%)	理由	若年齢層 (n=185) (%)	理由	高齢層 (n=91) (%)
1位	家族構成の変化	43.1	家族構成の変化	56.8	価格が高い	18.7
2位	自分で料理をするようになった	11.6	自分で料理をするようになった	15.7	家族構成の変化	15.4
3位	価格が高い	10.5	家族の好みに合わせて	9.7	家族の好みに合わせて	11.0
4位	家族の好みに合わせて	10.1	調理に手間がかかる	8.6	調理に手間がかかる	8.8
5位	調理に手間がかかる	8.7	価格が高い	6.5	自分で献立を選択できなくなった	4.4
					放射能が心配	4.4

### 3-1. 魚食の実態(3)

○魚介類を食べる場所は、全体で「自宅」がトップ(95.1%)。次いで、「居酒屋」(27.1%)、「和食屋」(24.2%)と続く。

○世帯構成別でみると、単身世帯で「自宅」での摂取率が83.5%とやや低く、「居酒屋」が40.1%と他の世帯より15ポイント以上高い。

○年齢層別でみると、2位について、若齢層は「居酒屋」(35.9%)、高齢層では「和食屋」(23.7%)となったが、外食率は若齢層の方が高い。

問21. 魚介類を食べる場所

[参照:P106~108]

#### 【世帯構成別】

	全体 (n=1238)	(% )	世帯構成別					
			単身世帯 (n=284)	(%)	2人世帯 (n=556)	(%)	子ども有の世帯 (n=398)	(%)
1位	自宅	95.1	自宅	83.5	自宅	98.4	自宅	98.7
2位	居酒屋	27.1	居酒屋	40.1	和食屋	25.5	居酒屋	21.1
3位	和食屋	24.2	和食屋	28.2	居酒屋	24.6	和食屋	19.6
4位	ファミリーレストラン	10.8	ファミリーレストラン	14.1	ファミリーレストラン	8.8	勤務先・社員食堂	11.8
5位	勤務先・社員食堂	9.1	勤務先・社員食堂	13.4	洋食屋	6.7	ファミリーレストラン	11.3

#### 【年齢層別】

#### 【性別】

	年齢層別				性別				
	若齢層 (n=613)	(%)	高齢層 (n=625)	(%)	男性 (n=642)	(%)	女性 (n=596)	(%)	
1位	自宅	91.7	自宅	98.4	1位	自宅	93.1	自宅	97.1
2位	居酒屋	35.9	和食屋	23.7	2位	居酒屋	31.8	和食屋	25.3
3位	和食屋	24.8	居酒屋	18.4	3位	和食屋	23.2	居酒屋	22.0
4位	勤務先・社員食堂	15.5	ファミリーレストラン	7.2	4位	勤務先・社員食堂	12.8	ファミリーレストラン	12.6
5位	ファミリーレストラン	14.5	洋食屋	5.0	5位	ファミリーレストラン	9.2	洋食屋	8.6

### 3-2. 魚食の嗜好(1)

○“よく食べる魚料理”について、「焼き魚・照り焼き」(82.2%)、「刺身・寿司」(72.4%)、「煮付け」(56.7%)が上位にランクイン。一方“料理できる魚料理”は、よく食べる“同様、「焼き魚・照り焼き」(67.0%)がトップ、次いで「鍋物」と、どちらも半数を上回る。「刺身・寿司」は“よく食べる魚料理”として7割を超えたが、“料理できる”では、3割程度に留まった。

○世帯構成別にみると、単身世帯で「ムニエル」や「ホイル焼き」は、“よく食べる”より“料理できる”が10ポイント以上上回った。

○2人世帯、子ども有の世帯では「刺身・寿司」、「干物」の“よく食べる”が“料理できる”を20ポイント以上上回っている。

問22. よく食べる魚料理  
問23. 料理できる魚料理

[参照:問22 P114~P117]

[参照:問23 P118~P121]

#### 【世帯構成別】

	全体 (n=1238) (%)			世帯構成別								
				単身世帯 (n=284) (%)			2人世帯 (n=556) (%)			子ども有の世帯 (n=398) (%)		
	よく食べる魚料理	料理できる魚料理	差(食べる-料理できる)	よく食べる魚料理	料理できる魚料理	差(食べる-料理できる)	よく食べる魚料理	料理できる魚料理	差(食べる-料理できる)	よく食べる魚料理	料理できる魚料理	差(食べる-料理できる)
焼き魚・照り焼き	82.2	67.0	15.3	73.6	68.3	5.3	86.0	68.5	17.4	83.2	63.8	19.3
刺身・寿司(ちらし寿司なども含む)	72.4	33.4	39.0	68.3	25.0	43.3	74.6	37.8	36.9	72.1	33.2	38.9
煮付け	56.7	48.8	7.9	45.4	44.0	1.4	63.5	53.1	10.4	55.3	46.2	9.0
鍋物	52.3	50.6	1.8	42.6	46.8	-4.2	58.1	54.5	3.6	51.3	47.7	3.5
天ぷら・フライ	47.1	35.8	11.3	39.4	28.9	10.6	50.2	39.2	11.0	48.2	35.9	12.3
汁物	45.2	40.7	4.5	36.6	40.5	-3.9	49.1	43.2	5.9	46.0	37.4	8.5
干物	45.1	23.4	21.6	33.1	17.6	15.5	51.6	28.1	23.6	44.5	21.1	23.4
サラダ	43.5	39.8	3.7	38.0	38.0	0.0	47.3	42.6	4.7	42.2	37.2	5.0
ムニエルなどフライパンで焼いたもの	38.6	43.5	-4.8	27.8	39.4	-11.6	42.8	46.6	-3.8	40.5	42.0	-1.5
丼	36.6	37.6	-1.1	35.9	33.8	2.1	34.4	39.6	-5.2	40.2	37.7	2.5
ホイル焼き	32.3	37.4	-5.1	16.9	29.9	-13.0	38.3	42.1	-3.8	34.9	36.2	-1.3
グラタン・パスタ	25.5	30.2	-4.7	19.0	25.4	-6.3	27.0	32.2	-5.2	28.1	30.9	-2.8
その他	0.2	0.3	-0.1	0.4	0.7	-0.4	0.2	0.2	0.0	0.3	0.3	0.0



### 3-2. 魚食の嗜好(2)

- 年齢層別にみると、“よく食べる魚料理”“料理できる魚料理”ともに、若年齢層に比べ高齢層の方が割合が高い。
- 高齢層は「干物」をよく食べる割合が57.8%と、全体比で10ポイント以上上回る。
- 性別でみると、“料理できる”は男性に比べ、女性の方が圧倒的に割合が高い。
- 女性は「刺身・寿司」について“よく食べる”と“料理できる”の差が23.8ポイントと、全体比で少ない。
- 「ムニエル」「井」「ホイル焼き」「グラタン・パスタ」は“料理できる”が“よく食べる”を15ポイント以上上回る。

問22. よく食べる魚料理  
問23. 料理できる魚料理

[参照:問22 P115~116]

[参照:問23 P119~120]

#### 【年齢層別・性別】

	全体 (n=1238) (%)			年齢層別						性別					
				若年齢層 (n=613) (%)			高齢層 (n=625) (%)			男性 (n=642) (%)			女性 (n=596) (%)		
	よく食 べる 魚料 理	料理 できる 魚料 理	差(食 べる 一料 理で きる)	よく食 べる 魚料 理	料理 できる 魚料 理	差(食 べる 一料 理で きる)	よく食 べる 魚料 理	料理 できる 魚料 理	差(食 べる 一料 理で きる)	よく食 べる 魚 料理	料理で きる魚 料理	差(食 べる一 料理で きる)	よく食 べる 魚 料理	料理で きる魚 料理	差(食 べる一 料理で きる)
焼き魚・照り焼き	82.2	67.0	15.3	78.1	65.7	12.4	86.2	68.2	18.1	78.3	46.4	31.9	86.4	89.1	-2.7
刺身・寿司(ちらし 寿司なども含む)	72.4	33.4	39.0	69.5	28.5	40.9	75.2	38.1	37.1	72.4	19.3	53.1	72.3	48.5	23.8
煮付け	56.7	48.8	7.9	43.2	43.1	0.2	69.9	54.4	15.5	51.2	24.5	26.8	62.6	75.0	-12.4
鍋物	52.3	50.6	1.8	39.6	43.2	-3.6	64.8	57.8	7.0	48.4	32.9	15.6	56.5	69.6	-13.1
天ぷら・フライ	47.1	35.8	11.3	36.2	26.4	9.8	57.8	45.0	12.8	48.3	17.3	31.0	45.8	55.7	-9.9
汁物	45.2	40.7	4.5	36.7	36.7	0.0	53.6	44.6	9.0	42.4	23.8	18.5	48.3	58.9	-10.6
干物	45.1	23.4	21.6	32.1	18.9	13.2	57.8	27.8	29.9	41.4	16.0	25.4	49.0	31.4	17.6
サラダ	43.5	39.8	3.7	34.1	33.8	0.3	52.8	45.8	7.0	37.9	23.8	14.0	49.7	57.0	-7.4
ムニエルなどフラ イパンで焼いたも の	38.6	43.5	-4.8	36.9	45.2	-8.3	40.3	41.8	-1.4	24.8	19.5	5.3	53.5	69.3	-15.8
井	36.6	37.6	-1.1	41.1	36.9	4.2	32.2	38.4	-6.2	36.6	23.4	13.2	36.6	53.0	-16.4
ホイル焼き	32.3	37.4	-5.1	33.3	38.5	-5.2	31.4	36.3	-5.0	25.2	15.4	9.8	39.9	61.1	-21.1
グラタン・パスタ	25.5	30.2	-4.7	26.4	30.0	-3.6	24.6	30.4	-5.8	19.0	12.8	6.2	32.6	49.0	-16.4
その他	0.2	0.3	-0.1	0.3	0.5	-0.2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.7	-0.2

### 3-3. 魚食の意識(1)

○魚介類のイメージについて、「健康によい」(65.6%)、「お米や日本食に合う」(61.4%)、「美味しい」(53.9%)が上位にあがる。

○世帯構成別にみると、上位4位まではどの層も全体と同じ。子ども有の世帯は「食べ飽きない」が24.6%と、他の層に比べやや少なく、「価格が高め」(29.5%)が5位にあがっている。

問24. 魚介類に対するイメージ

[参照:P122]

#### 【世帯構成別】

	全体 (n=1266) (%)	世帯構成別		
		単身世帯 (n=296) (%)	2人世帯 (n=567) (%)	子ども有の世帯 (n=403) (%)
健康によい	65.6	60.1	70.4	62.8
お米や日本食に合う	61.4	59.8	66.1	55.8
美味しい	53.9	55.1	56.8	48.9
旬が感じられるもの	42.0	36.5	46.2	40.2
食べ飽きない	33.8	32.1	41.3	24.6
価格が高め	28.3	31.8	25.6	29.5
他の食材にはあまりない栄養素が含まれている	28.0	26.4	31.2	24.6
家庭料理を思わせるもの	25.8	23.3	27.3	25.6
匂いが気になる	23.9	28.0	24.0	20.8
サッパリしている	20.1	15.2	22.8	19.9
調理が難しい	18.1	23.3	15.3	18.1
価格が手頃	16.1	12.5	20.1	13.2
食べづらい	14.3	14.5	12.2	17.1
調理のレパートリーが少ない	12.9	13.2	10.9	15.4
調理が簡単	12.3	10.5	15.2	9.7
ボリュームが少ない	10.4	10.1	8.8	12.9
調理のレパートリーが豊富	8.1	6.4	9.2	7.7
祝い事やイベントのメニューに欠かせない	6.0	3.0	7.1	6.7
外食など、家の外で食べるもの	1.9	4.4	1.4	0.7
食べ飽きる	1.7	0.7	1.9	2.0
脂っこい	0.6	0.0	0.9	0.7
その他	1.1	1.4	1.1	1.0

### 3-3. 魚食の意識(2)

- 年齢層別にみると、上位3位までは、若齢層、高齢層ともに同じ項目があがる。
- 「食べ飽きない」が若齢層で19.7%と、高齢層に比べ約30ポイント低い。
- 若齢層では「価格が高め」(32.9%)、「匂いが気になる」(28.5%)、「調理が難しい」(26.8%)などネガティブな項目が上位にあがり、高齢層より高い。
- 性別でみると、「匂が感じられるもの」「他の食材にはあまりない栄養素が含まれている」「家庭料理を思わせるもの」「匂いが気になる」「レパートリーが少ない」について、男性より、女性の方が割合が高い。

問24. 魚介類に対するイメージ

[参照:P123~124]

【年齢層別・性別】

	全体 (n=1266) (%)	年齢層別		性別	
		若齢層 (n=635) (%)	高齢層 (n=631) (%)	男性 (n=652) (%)	女性 (n=596) (%)
健康によい	65.6	57.3	73.9	60.7	70.7
お米や日本食に合う	61.4	51.7	71.2	59.2	63.7
美味しい	53.9	45.7	62.1	54.4	53.3
匂が感じられるもの	42.0	38.6	45.5	38.3	45.9
食べ飽きない	33.8	19.7	48.0	34.5	33.1
価格が高め	28.3	32.9	23.6	23.0	33.9
他の食材にはあまりない栄養素が含まれている	28.0	24.4	31.5	23.8	32.4
家庭料理を思わせるもの	25.8	21.4	30.3	21.8	30.1
匂いが気になる	23.9	28.5	19.3	17.5	30.8
サッパリしている	20.1	20.5	19.7	17.9	22.3
調理が難しい	18.1	26.8	9.4	17.3	18.9
価格が手頃	16.1	9.0	23.3	17.8	14.3
食べづらい	14.3	19.7	8.9	14.4	14.2
調理のレパートリーが少ない	12.9	16.2	9.5	6.3	19.9
調理が簡単	12.3	6.6	18.1	8.4	16.4
ボリュームが少ない	10.4	12.0	8.9	6.7	14.3
調理のレパートリーが豊富	8.1	4.9	11.3	6.9	9.3
祝い事やイベントのメニューに欠かせない	6.0	4.3	7.8	4.6	7.5
外食など、家の外で食べるもの	1.9	2.7	1.1	2.3	1.5
食べ飽きる	1.7	2.2	1.1	1.4	2.0
脂っこい	0.6	0.6	0.6	0.6	0.7
その他	1.1	1.3	1.0	1.5	0.7

### 3-3. 魚食の意識(3)

○魚食の摂取機会の増減意向について、「ぜひ増やしたい」は21%、「できれば増やしたい」を合わせると7割超が「増やしたい」と考えている。

○増やすための取り組みについては、「自分で魚料理に取り組む機会を増やす」、「下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる」がトップに来ており、4割を超える。

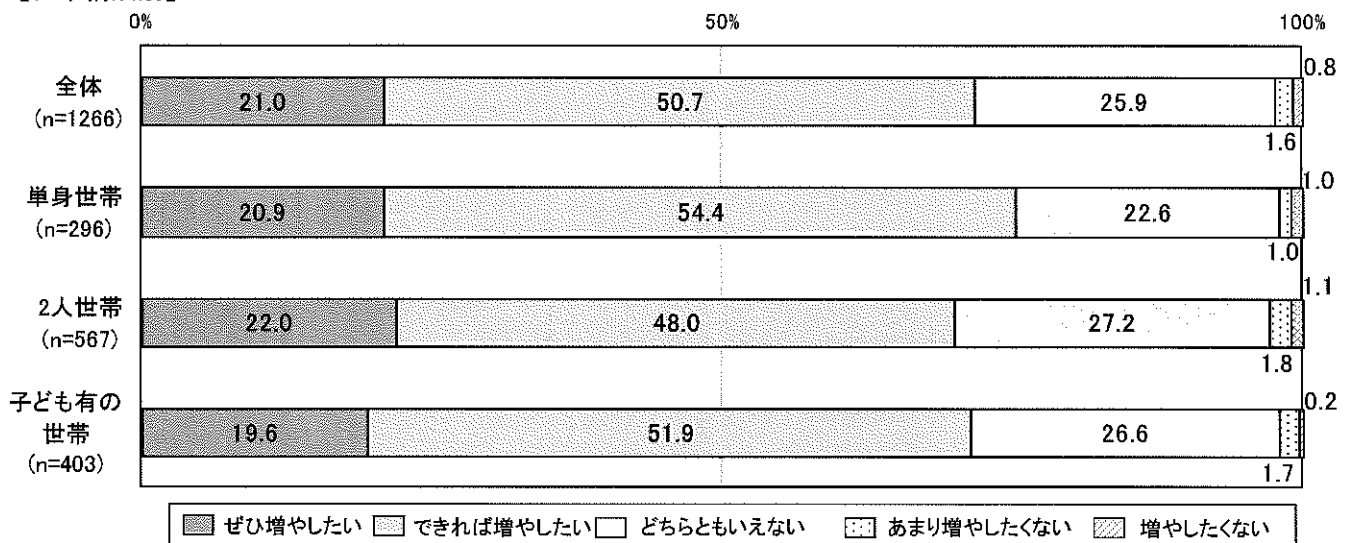
○世帯構成別にみると、単身世帯では、「魚の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあること」、「少量パックの魚介類をスーパーに多く並べる」が上位にあがり、4割を超える。

○子ども有の世帯では、「焼くだけ、揚げるだけの状態にしたものを多くスーパーなどに並べる」が35.8%と3位に入っており、他の層より割合が高い。

#### 問25. 魚食機会増減意向

[参照:P126]

#### 【世帯構成別】



#### 問26. 魚食機会を増やすには

[参照:P128]

#### 【世帯構成別】

	全体 (n=908)	(%)	単身世帯 (n=223)	(%)	2人世帯 (n=397)	(%)	子ども有の世帯 (n=288)	(%)
1位	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	45.6	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	46.2	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	47.1	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	46.2
2位	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	41.1	少量パックの魚介類を多くスーパーなどに並べる	45.7	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	39.3	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	44.4
3位	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	37.2	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	42.2	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	34.3	焼くだけ、揚げるだけの状態にしたものを多くスーパーなどに並べる	35.8
4位	魚料理のメニューが豊富に飲食店にあるといい	34.4	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	39.9	魚料理のメニューが豊富に飲食店にあるといい	34.3	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	34.4
5位	少量パックの魚介類を多くスーパーなどに並べる	32.6	レトルトや缶詰など、そのまま食べられる魚介類の加工食品が増えるといい	38.1	少量パックの魚介類を多くスーパーなどに並べる	33.2	魚料理のメニューが豊富に飲食店にあるといい	34.0

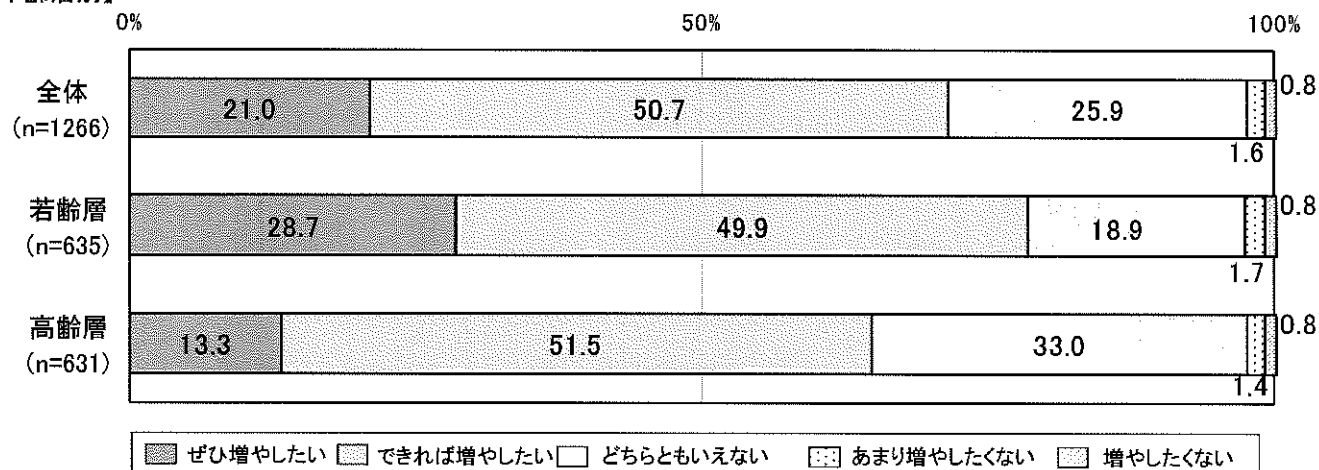
### 3-3. 魚食の意識(4)

- 年齢層別にみると、若齢層で、「ぜひ増やしたい」が28.7%と高齢層より15ポイント以上高い。
- 魚食機会増加の取り組みについては、高齢層で「レトルトや缶詰などそのまま食べられる魚介類加工食品の増加」が約4割と割合が高い。
- 若齢層では「焼くだけ、揚げるだけの状態にしたものを多くスーパーなどに並べる」が32.9%と5位にランクイン。

問25. 魚食機会増減意向

[参照:P126]

【年齢層別】



問26. 魚食機会を増やすには

[参照:P129]

【年齢層別】

	全体 (n=908)	(%)	若齢層 (n=499)	(%)	高齢層 (n=409)	(%)
1位	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	45.6	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	50.1	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	40.1
2位	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	41.1	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	44.3	少量パックの魚介類を多くスーパーなどに並べる	39.9
3位	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	37.2	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	37.1	レトルトや缶詰など、そのまま食べられる魚介類の加工食品が増えるといい	39.6
4位	魚料理のメニューが豊富に飲食店にあるといい	34.4	魚料理のメニューが豊富に飲食店にあるといい	36.7	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	37.4
5位	少量パックの魚介類を多くスーパーなどに並べる	32.6	焼くだけ、揚げるだけの状態にしたものを多くスーパーなどに並べる	32.9	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	37.2

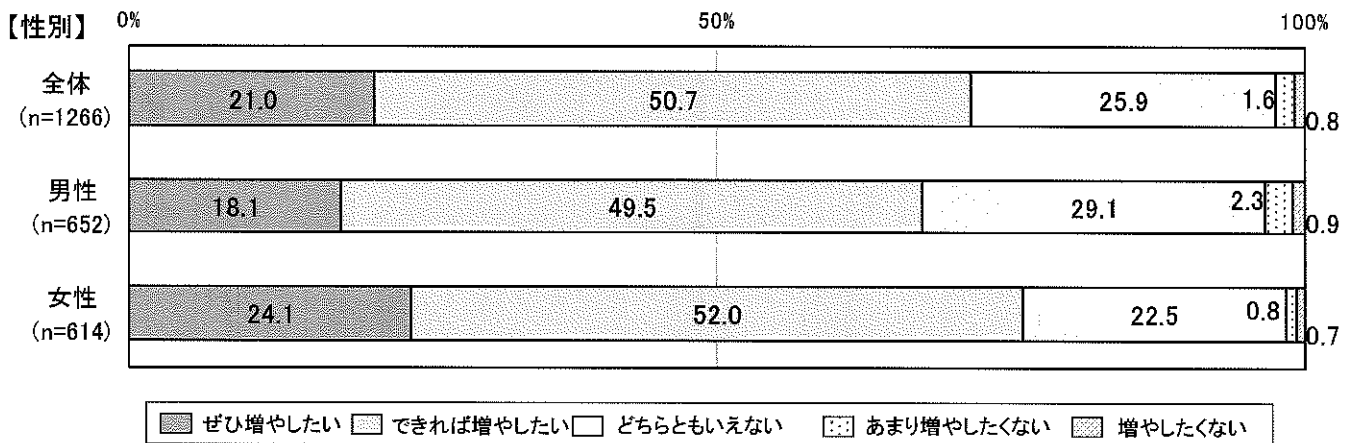
### 3-3. 魚食の意識(5)

○性別でみると、男性は、「魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい」がトップ、次いで「魚料理のメニューが豊富に飲食店にあるといい」が37.4%と、中食、外食に魚食増加機会を求めている。

○一方、女性は「自分で魚料理に取り組む機会を増やす」(54.8%)がトップだが、「下処理済みの魚介類をスーパーなどに並べる」(48.2%)、「焼くだけ、揚げるだけの状態にしたものをスーパーなどに並べる」(34.7%)、「少量パックの魚介類を多くスーパーなどに並べる」(34.3%)と、調理の簡便化により、機会が増加すると考えている。

問25. 魚食機会増減意向

[参照:P126]



問26. 魚食機会を増やすには

[参照:P130]

【性別】

	全体 (n=908)	(%)	男性 (n=441)	(%)	女性 (n=467)	(%)
1位	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	45.6	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	40.8	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	54.8
2位	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	41.1	魚料理のメニューが豊富に飲食店にあるといい	37.4	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	48.2
3位	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	37.2	自分で魚料理に取り組む機会を増やす	35.8	焼くだけ、揚げるだけの状態にしたものを多くスーパーなどに並べる	34.7
4位	魚料理のメニューが豊富に飲食店にあるといい	34.4	レトルトや缶詰など、そのまま食べられる魚介類の加工食品が増えるといい	34.0	少量パックの魚介類を多くスーパーなどに並べる	34.3
5位	少量パックの魚介類を多くスーパーなどに並べる	32.6	下処理済みの魚介類を多くスーパーなどに並べる	33.6	魚料理の惣菜が豊富にスーパーやコンビニにあるといい	33.8

### 3-3. 魚食の意識(6)

○日本の魚介類消費状況に対する増減の感じ方について、「減っていると感じる」が6割を占める。減っていると思う理由について、「食習慣の変化」(18.9%)が最も多い。

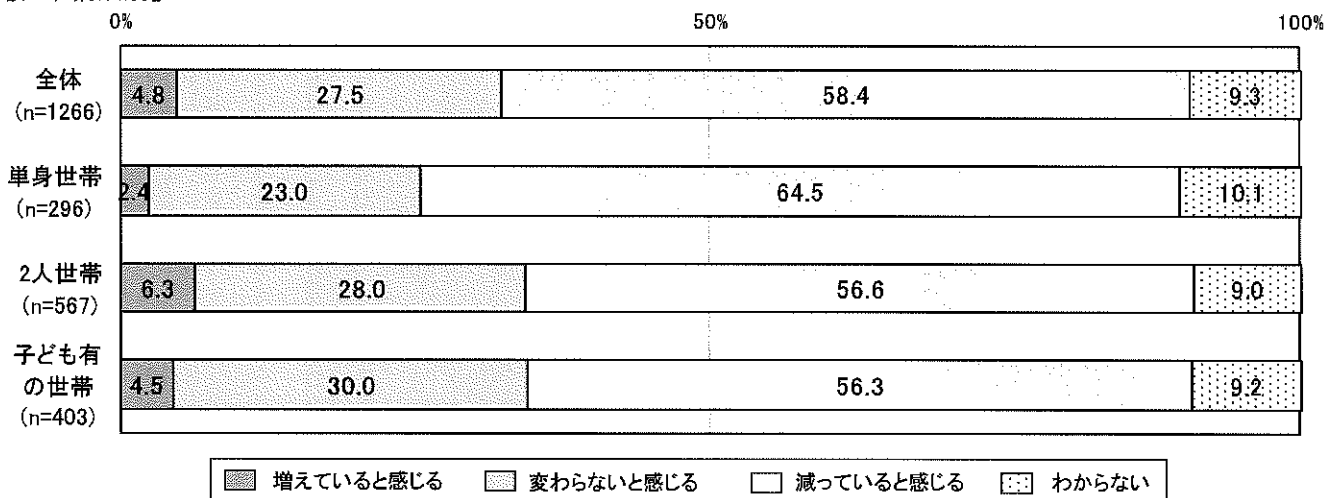
○世帯構成別にみると、単身世帯の「減っていると感じる」が64.5%で、他の世帯層に比べ、8ポイント程度高い。

○「減っていると感じる」理由について、2人世帯はトップに「若い世代／子どもが好まない」をあげており、2割を超える。

問27. 日本の魚介類消費状況

[参照:P132]

【世帯構成別】



問28 OA(TOP3) どうしてそう感じたか(魚介類)

[参照:P133~P135]

増えていると思う		(%)	かわらない		(%)	減っていると思う		(%)
全体 (n=61)	健康に良い	27.9	全体 (n=348)	自分の状況が変わっていない	11.5	全体 (n=739)	食習慣の変化	18.9
	高齢者の増加	13.1		スーパーの売り場や魚屋を見て	7.5		若い世代／子供が好まない	17.6
	自分や周囲の人達が多く食べている	13.1		特に変化したという話を聞かない	7.5		ニュース／報道／TVから	15.7
単身世帯 (n=7)	健康に良い	28.6	単身世帯 (n=68)	特に変化したという話を聞かない	14.7	単身世帯 (n=191)	食習慣の変化	19.9
	ニュース／報道／TVから	14.3		スーパーの売り場や魚屋を見て	8.8		若い世代／子供が好まない	16.2
	回転寿司店などの増加	14.3		特に変化したと感じない	8.8		ニュース／報道／TVから	12.0
2人世帯 (n=36)	健康に良い	30.6	2人世帯 (n=159)	自分の状況が変わっていない	15.1	2人世帯 (n=321)	若い世代／子供が好まない	21.2
	高齢者の増加	19.4		スーパーの売り場や魚屋を見て	8.8		ニュース／報道／TVから	17.1
	ニュース／報道／TVから	11.1		特に変化したという話を聞かない	5.0	食習慣の変化	16.8	
	自分や周囲の人達が多く食べている	11.1		魚が好きな人が多い	5.0			
子ども有の世帯 (n=18)	健康に良い	22.2	子ども有の世帯 (n=121)	自分の状況が変わっていない	12.4	子ども有の世帯 (n=227)	食習慣の変化	21.1
	回転寿司店などの増加	22.2		特に変化したという話を聞かない	6.6		ニュース／報道／TVから	16.7
	自分や周囲の人達が多く食べている	16.7		習慣・文化は変わらない	5.8		若い世代／子供が好まない	13.7

### 3-3. 魚食の意識(7)

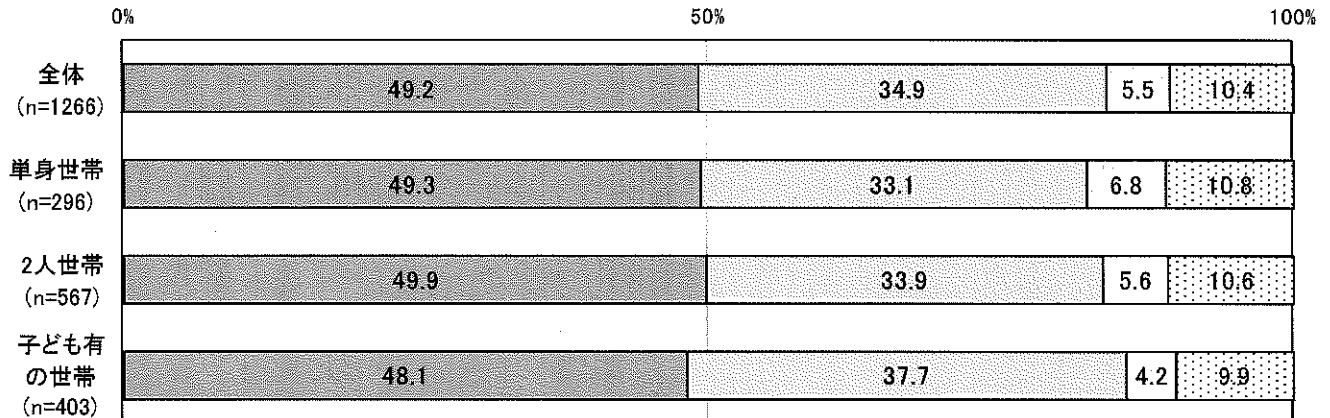
○日本の肉類消費状況に対する増減の感じ方について、「増えていると感じる」が約半数を占める。「増えていると思う」理由については、「外食産業を見て」(22.0%)が最多。

○世帯構成別にみると、単身世帯、子ども有の世帯は「食習慣の変化」をトップにあげており、25%を超える。また子ども有の世帯の3位には「価格が安い」があがった。

問29. 日本の肉類消費状況

[参照:P136]

【世帯構成別】



増えていると感じる
  変わらないと感じる
  減っていると感じる
  わからない

問30 OA(TOP3) どうしてそう感じたか(肉類)

[参照:P137~P139]

増えていると思う		(%)	かわらない		(%)	減っていると思う		(%)
全体 (n=623)	外食産業を見て	22.0	全体 (n=442)	自分の状況が変わっていない	10.6	全体 (n=69)	健康に良くない	17.4
	食習慣の変化	19.1		スーパーなどの肉売り場を見て	6.6		高齢者の増加	10.1
	価格が安い	12.8		特に変化したと感じない	5.2		自分があまり肉を食べていない	10.1
単身世帯 (n=146)	食習慣の変化	26.7	単身世帯 (n=98)	スーパーなどの肉売り場を見て	8.2	単身世帯 (n=20)	健康に良くない	10.0
	外食産業を見て	16.4		自分の状況が変わっていない	7.1		ニュース/報道/TVから	10.0
	調理が簡単/手軽に食べられる	13.7		特に変化したと感じない	7.1		自分があまり肉を食べていない	10.0
2人世帯 (n=283)	外食産業を見て	26.9	2人世帯 (n=192)	自分の状況が変わっていない	13.0	2人世帯 (n=32)	健康に良くない	28.1
	食習慣の変化	14.8		スーパーなどの肉売り場を見て	7.3		高齢者の増加	15.6
	若い世代/子供が好む	13.1		肉が好き人が多い	5.2		自分があまり肉を食べていない	12.5
子ども有の世帯 (n=194)	外食産業を見て	19.1	子ども有の世帯 (n=152)	自分の状況が変わっていない	9.9	子ども有の世帯 (n=17)	価格が高い	17.6
	食習慣の変化	19.6		特に変化したと感じない	5.3		ニュース/報道/TVから	11.8
	価格が安い	14.9		スーパーなどの肉売り場を見て	4.6		汚染	11.8
				特に変化したという話を聞かない	4.6			
			安定的に消費されている	4.6				



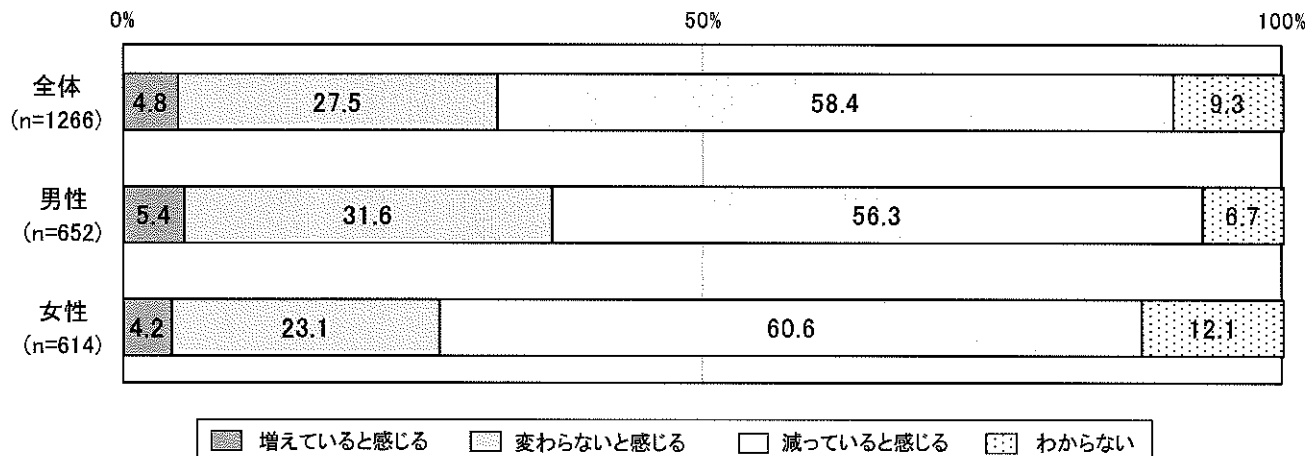
### 3-3. 魚食の意識(8)

○日本の魚介類消費状況に対する増減の感じ方について、性別で見ると、男性の「変わらないと感じる」が3割を超え、女性に比べやや多い。  
 ○「変わらないと感じる」理由としては「自分の状況が変わっていない」が最も多く、1割超。

問27. 日本の魚介類消費状況

[参照:P132]

【性別】



問28 OA(TOP3) どうしてそう感じたか(魚介類)

[参照:P133~P135]

増えていると思う		(%)	かわらない		(%)	減っていると思う		(%)
全体 (n=61)	健康に良い	27.9	全体 (n=348)	自分の状況が変わっていない	11.5	全体 (n=739)	食習慣の変化	18.9
	高齢者の増加	13.1		スーパーの売り場や魚屋を見て	7.5		若い世代/子供が好まない	17.6
	自分や周囲の人達が多く食べている	13.1		特に変化したという話を聞かない	7.5		ニュース/報道/TVから	15.7
男性 (n=35)	健康に良い	28.6	男性 (n=206)	スーパーの売り場や魚屋を見て	9.7	男性 (n=367)	食習慣の変化	20.2
	ニュース/報道/TVから	14.3		自分の状況が変わっていない	9.7		ニュース/報道/TVから	16.6
	回転寿司店などの増加	14.3		特に変化したという話を聞かない	7.3		若い世代/子供が好まない	12.3
	高齢者の増加	14.3						
女性 (n=26)	健康に良い	26.9	女性 (n=142)	自分の状況が変わっていない	14.1	女性 (n=372)	若い世代/子供が好まない	22.8
	自分や周囲の人達が多く食べている	15.4		特に変化したという話を聞かない	7.7		食習慣の変化	17.7
	高齢者の増加	11.5		健康に良い	6.3		ニュース/報道/TVから	14.8

## VI. 魚ばなれの認知度

### 4. 「魚ばなれ」という言葉について(1)

○「魚ばなれ」という言葉の認知度について、全体で67.4%が「聞いたことがある」と回答。その言葉のイメージについて、「魚の調理が面倒なイメージ」が23.9%でトップ。次いで「子どもや若い世代のイメージ」(19.3%)、「食習慣の変化のイメージ」(16.5%)と続く。

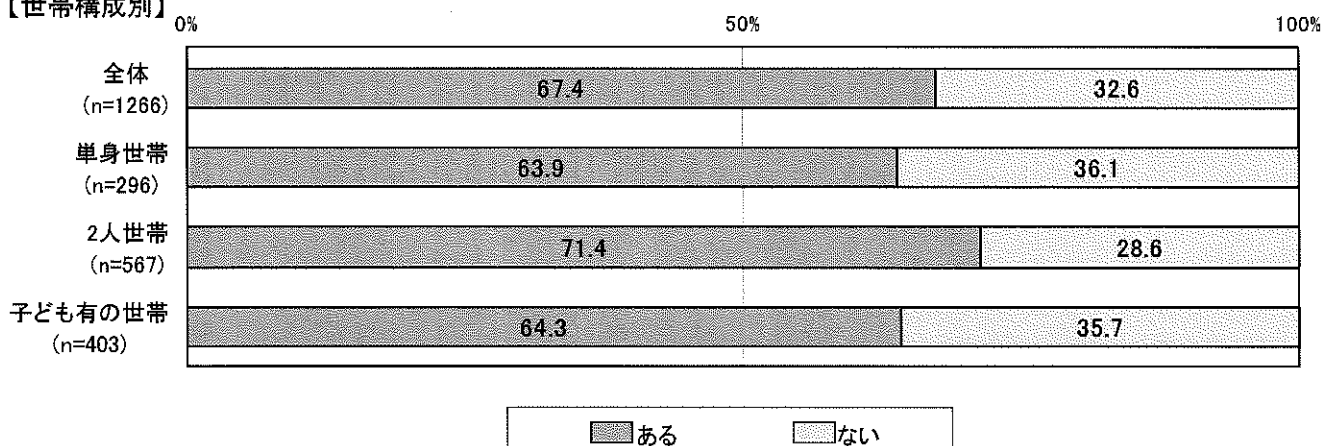
○世帯構成別でみると、2人世帯の認知度が最も高く、7割を超える。

○「魚ばなれ」という言葉のイメージとして、単身世帯、2人世帯は「魚の調理が面倒なイメージ」がトップだったが、子ども有の世帯では「子どもや若い世代のイメージ」がトップとなった。

問32. 「魚ばなれ」という言葉の認知度

[参照:P144]

【世帯構成別】



問33 OA(TOP5) 「魚ばなれ」という言葉にどのようなイメージがあるか

[参照:P146]

	全体 (n=853)	(%)	単身世帯 (n=189)	(%)	2人世帯 (n=405)	(%)	子ども有の世帯 (n=259)	(%)
1位	魚の調理が面倒なイメージ	23.9	魚の調理が面倒なイメージ	25.4	魚の調理が面倒なイメージ	27.7	子供や若い世代のイメージ	20.8
2位	子供や若い世代のイメージ	19.3	食習慣の変化のイメージ	20.1	子供や若い世代のイメージ	20.0	魚の調理が面倒なイメージ	17.0
3位	食習慣の変化のイメージ	16.5	子供や若い世代のイメージ	15.9	食べにくいので魚を避けているイメージ	18.3	食習慣の変化のイメージ	15.8
4位	食べにくいので魚を避けているイメージ	15.9	魚を食べないイメージ	15.3	食習慣の変化のイメージ	15.3	魚を食べないイメージ	15.4
5位	魚を食べないイメージ	13.6	食べにくいので魚を避けているイメージ	13.2	魚を食べないイメージ	11.6	食べにくいので魚を避けているイメージ	14.3

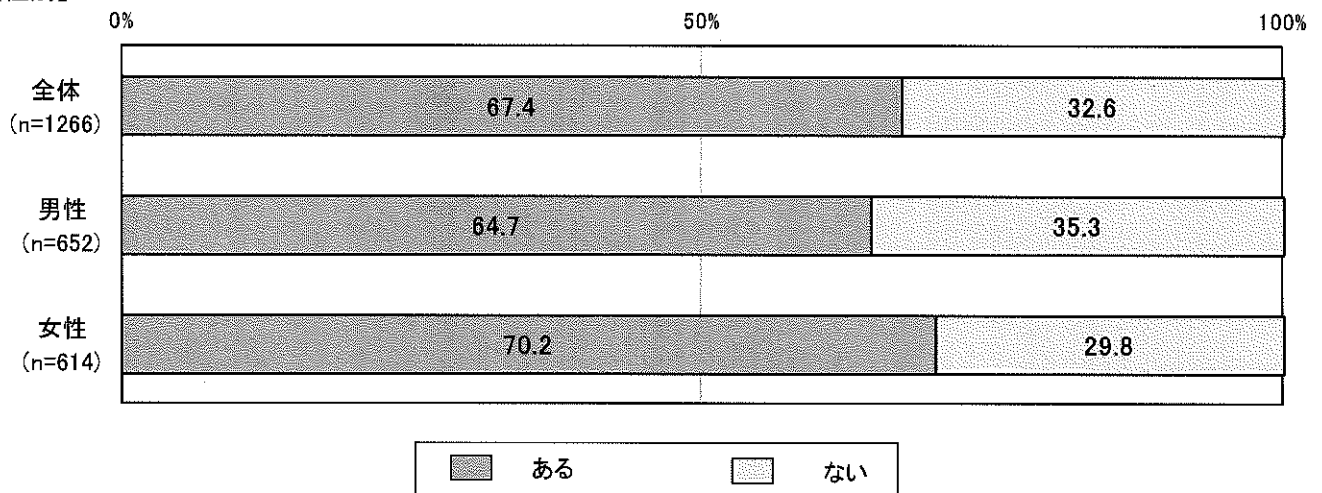
#### 4. 「魚ばなれ」という言葉について(2)

○性別で見ると、女性の認知度が7割を超え、男性に比べやや多い。

問32. 「魚ばなれ」という言葉の認知度

[参照:P144]

【性別】



問33 OA(TOP5) 「魚ばなれ」という言葉にどのようなイメージがあるか

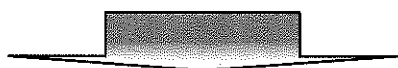
[参照:P146]

	全体 (n=853)	(%)	男性 (n=422)	(%)	女性 (n=431)	(%)
1位	魚の調理が面倒なイメージ	23.9	魚の調理が面倒なイメージ	19.9	魚の調理が面倒なイメージ	27.8
2位	子供や若い世代のイメージ	19.3	子供や若い世代のイメージ	17.5	子供や若い世代のイメージ	21.1
3位	食習慣の変化のイメージ	16.5	食習慣の変化のイメージ	17.1	魚を食べないイメージ	17.9
4位	食べにくいので魚を避けているイメージ	15.9	食べにくいので魚を避けているイメージ	14.2	食べにくいので魚を避けているイメージ	17.6
5位	魚を食べないイメージ	13.6	よくない／悪いイメージ	13.3	食習慣の変化のイメージ	16.0

## Ⅶ. 考察

### 1. 魚食の現状

- 魚介類の摂取は減少を続けている。
- 若者世代に、その傾向が顕著に見られる。
- 魚食が減っている主な要因は「食習慣の変化」と「手間」。



【本問27】魚介類の消費状況；「減っていると感じている」は「増えていると感じている」の倍以上。

【本問28】「減っていると感じる」理由；1位：食習慣の変化 2位：若い世代が好まない

【本問32】「魚ばなれ」という言葉の認知度は7割。

【本問33】「魚ばなれ」という言葉のイメージ；1位：魚の調理が面倒 2位：子供や若い世代  
3位：食習慣の変化 4位：食べにくいので魚を避けている

⇒魚介類の消費は「減っている」と感じられ、その理由は「食習慣の変化」や「若い世代が好まない」からといえる。また、「魚ばなれ」という言葉へのイメージは、「魚の調理が面倒」「子供や若い世代」のイメージと認識されている。

【本問17】魚介類摂取頻度；若齢層：「週1～2日」以下が7割。

高齢層：「週3～4日以上」が7割。

【本問18】魚介類を「あまり食べない」理由；1位：料理や後片付けがしにくい

2位：魚が好きではない

3位：価格が高い

【参考：平成18年度調査総合分析(P21より)】

	平成16年度	平成17年度	平成18年度	平成24年度
1位	肉より割高	家族が魚介類を好まない	家族が魚介類を好まない	料理や後片付けがしにくい
2位	子どもが魚介類を好まない	肉より割高	肉より割高	魚が好きではない
3位	調理が面倒	調理が面倒	魚介料理の調理・献立の知識が少ない	価格が高い

⇒魚をあまり食べない理由を時系列で見ると、平成18年までは、“価格”や“家族の嗜好”が阻害要因のトップだったが、今回の調査では「料理や後片付けがしにくい」と“手間”がトップとなっている。

【本問19】魚食頻度が「以前より減った」；若齢層：29.1% 高齢層：14.4%

⇒若齢層の3割近くが、10年前に比べて、魚食の機会が「減っている」と回答している。

## 2. 魚食減少傾向の背景要因

- 「食習慣の変化」として、調理の時間や手間を省く「食の簡便化」に向かう傾向が、若齢層から子育てを終えた高齢層までみられる。
- 親世代から子世代への“食文化・食育の継承不足”が、子供世代の「魚食の機会」「調理の機会」に大きく影響していると考えられる。

【本問11】食事の重視項目	若齢層 (%)		世帯 (%)			性別 (%)	
	若齢層	高齢層	単身世帯	子ども有の世帯	2人世帯	男性	女性
調理の手間や時間を省く	29.3 >	13.4	42.2 >	22.3 >	16.9	15.6 <	34.0
食事に時間をかけない	19.8 >	8.6	20.3 >	10.7 >	6.3	12.9 >	9.0

⇒若齢層ほど「食の簡便化」を重視する傾向が強い。

### 子育て終了世代主婦のグループインタビューから抜粋

食全般： いろんなことが面倒くさくなった。作るのももう飽きたなあという感じ。

何段階も調理の手間があるようなものは面倒くさくなった。

1つ作るのに時間がかかるようになってきている。そういうこともあって嫌になってきた。

夫がいる時は作るが、自分1人の時はパンで済ませたりする。

魚食： 魚なら焼いてしまえばいいとか。簡単にすましちゃおうと思って。

面倒な時はフライパンで焼く。焼き網を洗うのが大変だから。

はらわたなどを全部きれいに片づけるのに時間がかかる。それもあるって魚をさばくのが嫌というものもある。

⇒子育てを終えた高齢層でも「食の簡便化」を望む意識がうかがえており、若齢層に限らず、全体的な傾向としてみられる。

【本問14】子供の頃の食環境	若齢層 (%)		高齢層 (%)	
	若齢層	高齢層	若齢層	高齢層
手作りの食事が多かった	85.8 <	93.2		
規則正しく3度の食事を摂っていた	67.1 <	78.3		
家族揃って食べていた	63.5 <	80.0		
お箸の持ち方など食べ方を教わった	50.7 <	60.9		
間食が少なかった	28.5 <	57.5		
惣菜や弁当など出来あいのものが多かった	6.1 >	1.7		
外食が多かった	4.4 >	0.5		
インスタント食品が食卓に上ることが多かった	3.5 >	0.2		

⇒若齢層は子どもの頃きちんとした「食育」環境にあった割合が高齢層に比べ少なく、子世代への「食育・食文化」の継承は薄れつつある。

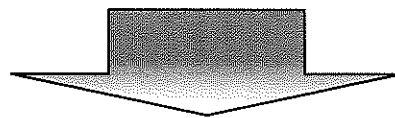
子供への食育・食文化の継承	子供の現在の食生活
<ul style="list-style-type: none"> <li>・お弁当には魚と肉の両方をいつも入れるようにしていた。</li> <li>・子供にはグチャグチャでも(姿のままの魚を)食べさせていた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・人から「魚を食べるのがうまいね」と言われ、「両親が魚料理が多いからうまくなったのよ」と答えたと言っていた。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・子育て時代は魚より肉が多かった。</li> <li>・子供が食べるのを面倒くさがったのでつい肉にしていた。</li> <li>・うちの娘と息子は全然料理をしたがったりしなかった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・長女はあまり魚を食べない。アジの開きでも、骨があつたりして食べるのが面倒くさいと言う。</li> <li>・私あまり料理を教えなかったので結婚してから子供自身がとても困ったのだと思う。</li> </ul>

⇒親世代の子供への食育、食文化の継承不足が、子供世代の「魚食の機会」「調理の機会」に影響が出ている様子がうかがえる。

### 3. ターゲット別の傾向と対策

#### 傾向【若齢層】

- 若齢層の魚食摂取頻度は、現在「週1～2日」で、高齢層に比べ少ない。また、魚介類のイメージについても、「価格が高め」、「匂いが気になる」、「調理が難しい」といったネガティブなイメージを持っている。
- 育った食環境や食育の有無の影響は大きく、子供の頃、食卓に魚料理が出る機会の多い少ないで、大人になってからの魚食の摂取頻度が左右されている。
- 若齢層は食生活の満足度が高齢層に比べ低い。その主な理由として「栄養バランスが悪い／偏っている」があがっている。
- 若齢層が抱く魚介類のイメージのトップは「健康によい」であり、魚食頻度についても「増やしたい」と考えている割合は高い。



阻害要因	促進要因
調理が難しい	魚食頻度を増やしたい
子供の頃、魚を食べる機会に乏しかった	栄養バランスを良くしたい

#### 対策【若齢層】

##### ■阻害要因①:「調理が難しい」

→魚介類を使った調理意欲を向上させるための施策を展開

- ・「下処理済み」や「焼くだけ、揚げるだけ」の加工品など、調理を簡便化できる商品の提供。
- ・魚料理の惣菜メニューのバラエティーを増やし、スーパーや飲食店で手軽に摂れる環境を作る。

##### ■阻害要因②:「子供の頃、魚を食べる機会に乏しかった」

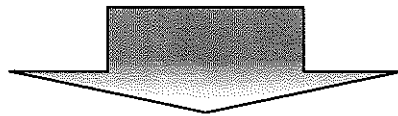
→魚食の調理、食べ方の継承

- ・簡単にできる魚料理のレシピや、魚が健康に与える影響、いまさら人に聞けない魚の食べ方や調理の仕方など、知識、情報をわかりやすく伝承する。

### 3. ターゲット別の傾向と対策

#### 傾向【高齢層】

- 高齢層の魚食頻度は、「週3～4日」で、夕食でよく食べる食材トップ3にもはいつており、魚介類を食べる機会が多いといえる。また、魚介類のイメージについても、「健康によい」、「美味しい」、「日本食に合う」といったポジティブなイメージで魚介類への抵抗は少ないことが伺える。
- ただ、高齢層も、世帯人数の減少による調理意欲減少(同居人数が減ると、つい食事の支度が面倒に)や、老化による食欲の減退で、食の簡便化を求める傾向にある。
- 上記の阻害要因を取り除き、現在の高齢層のニーズにあった魚食を提供することで、魚食からの離反を防ぐことが必要である。



阻害要因	促進要因
世帯人数減少による、調理意欲の減退	魚食への抵抗は低い
老化による食欲の減退	現在も魚食摂取頻度は高い

#### 対策【高齢層】

##### ■阻害要因①:「調理意欲の減退」

- ・高齢層のニーズに合わせた商品を開発。
- ・「下処理済み」や「焼くだけ、揚げるだけ」の加工品など、調理を簡便化できる商品の開発。

##### ■阻害要因②:「食欲(量)の減退」

- ・高齢者1～2人で食べきれぬ「少量パック」など小分けにした商品の開発。