

バンダイこどもアンケートレポート Vol.245

「お子さまの“食生活”に関する意識調査」結果

TOPIC①: 子どもの食事状況 「**家族全員**」での食事は、平日の夜は**32.8%**、休日の夜は**73.3%**。

休日は、過半数の家庭が「家族全員」で食卓を囲んでいる結果に。

TOPIC②: 子どもの食事で意識していること **1位「食事中のマナー」**、2位「栄養バランス」、3位「毎日の決まった時間の食事」。

TOPIC③: 子どもの夏休み期間中の昼食は、「**自分の分と合わせて用意する**」家庭が約**7割**。

TOPIC④: 子どもの**好きな野菜 1位「トマト(ミニトマト含む)」**、**嫌いな野菜 1位「ピーマン(パプリカ含む)」**
好きな野菜、嫌いな野菜 両方に「**トマト(ミニトマト含む)**」がランクイン！

株式会社バンダイ(代表取締役社長:川口勝、本社:東京都台東区)は、子どもの“食生活”事情を探るため、3歳から中学3年生の子どもを持つ女性(子どもと一緒に回答できる方)800人を対象に、「子どもの“食生活”に関する意識調査」を実施しました。調査結果を以下の通り発表します。【実査期間2018年6月15日(金)～6月17日(日)】※調査結果の数値については、小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても100%とならない場合があります。

TOPIC①: 子どもの食事状況 「**家族全員**」での食事は、平日の夜は**32.8%**、休日の夜は**73.3%**。

休日は、過半数の家庭が「家族全員」で食卓を囲んでいる結果に。

【子どもの普段の食事状況】(単一回答 n=800)

			親と一緒に・計				(%)	親と一緒に・計
			同居の家族全員が揃って食べる	同居家族全員は揃わないが、親と一緒に食べる	お子さま一人で食べる	その他		
n=								
平日	朝	800	28.9	44.6	13.6	12.9	73.5	
	夜	800	32.8	60.8	2.6	3.9	93.5	
休日	朝	800	45.0	37.8	9.5	7.8	82.8	
	昼	800	57.6	34.6	2.6	5.1	92.3	
	夜	800	73.3	23.6	1.3	1.9	96.9	

子どもたちの“食生活”事情を探るため、「普段、誰と食事をすることが多いか」について聞いたところ、「家族全員が揃って食べる」家庭は、平日の夜は32.8%、休日の夜は平日の2倍以上の73.3%という結果になりました。その他の時間帯においても、平日に比べて休日は「家族全員」で過ごす割合が高くなっており、忙しい平日には家族全員で食卓を囲むことが難しい分、休日は家族だんらんの時間を過ごしている様子が読み取れます。また、平日の朝は「一人で食べる」割合が13.6%と、その他の時間帯と比較すると高い数字となりました。

TOPIC②: 子どもの食事で意識していること 1位「食事のマナー」、2位「栄養バランス」、3位「毎日の決まった時間の食事」。

【親が子どもの食事で意識していること】(複数回答 n=800)

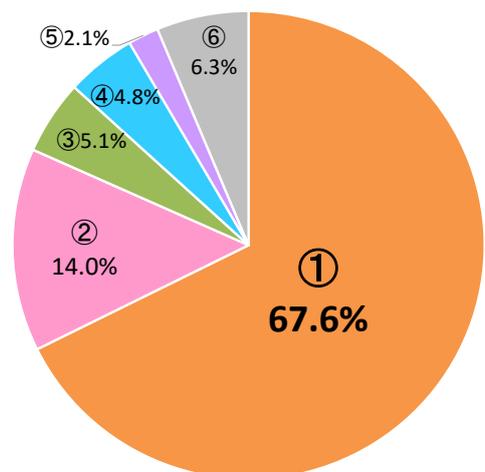
TOP10		
1位	食事のマナーについて指導する	35.1%
2位	栄養バランスを意識したメニューを考えている	32.1%
3位	毎日決まった時間に食事を取るよう意識している	27.9%
4位	できるだけ手料理を作れるよう努力している	27.5%
5位	食事中にテレビを見せないようにしている	18.8%
6位	食事中に携帯・スマートフォンを使わせないようにしている	17.3%
7位	食事の開始時間が遅くならないように、食事の準備を工夫している	16.8%
8位	子どもの好きな食材を使うようにしている	14.6%
9位	残さず食べてもらえるよう、食事のボリュームを調整している	14.1%
10位	子どもと一緒に食事を取る時間を増やそうと意識している	13.4%

「お子さまの普段の食事について、意識していること」について親に聞いたところ、1位は「食事のマナーについて指導する」(35.1%)となりました。TOP10をみると、3位に「毎日決まった時間に食事を取るよう意識している」(27.9%)や、7位「食事の開始時間が遅くならないように、食事の準備を工夫している」(16.8%)など、生活リズムを崩さぬよう、食事のタイミングに配慮している親心が読み取れます。また、5位に「食事中にテレビを見せないようにしている」(18.8%)、6位に「食事中に携帯・スマートフォンを使わせないようにしている」(17.3%)がランクインするなど、食事に集中できる環境作りを意識している様子もうかがえました。

TOPIC③: 子どもの夏休み期間中の昼食は、「自分の分と合わせて用意する」家庭が約7割。

【子どもの夏休み期間中の昼食の準備方法】(単数回答 n=791 ※お子さまの食事に関わっている人ベース)

バンダイが2017年6月に実施した「小学生の夏休みに関する意識調査」(※最終頁の参考①参照)で、親に「夏休みについて気にかかること」を聞いたところ、2位に「毎日のお昼ご飯の用意が大変」がランクインしていたことから、「子どもの夏休み期間中の昼食の準備方法」について聞きました。その結果、67.6%の家庭が「自分の分と合わせて用意する」ことがわかりました。また、2位は「お弁当を用意する」(14.0%)、5位は「昼食の時間だけ家に戻り、子どもの昼食を用意する」(2.1%)となり、共働きの家庭が増えている中、それぞれのライフスタイルに合わせて昼食を家庭で用意していることがわかりました。(就業有無別の結果は最終頁の参考②参照)



- ①自分の分と合わせて用意する
- ②お弁当を用意する
- ③自分以外の家族(父親や祖父母、親戚など)が用意してくれる
- ④チルド食品やカップ麺など、子どもが簡単に作れる料理を用意する
- ⑤昼食の時間だけ家に戻り、子どもの昼食を用意する
- ⑥その他

TOPIC④:子どもの好きな野菜1位「トマト(ミニトマト含む)」、嫌いな野菜1位「ピーマン(パプリカ含む)」

好きな野菜、嫌いな野菜 両方に「トマト(ミニトマト含む)」がランクイン！

【好きな野菜 TOP10】 (自由回答 n=800)

好きな野菜 TOP10		
1位	トマト(ミニトマト含む)	20.8%
2位	きゅうり	11.5%
3位	ブロッコリー	8.3%
4位	じゃがいも	7.6%
5位	にんじん	7.0%
6位	ピーマン(パプリカ含む)	4.0%
7位	キャベツ	3.6%
8位	レタス	3.1%
9位	かぼちゃ	2.8%
10位	たまねぎ	各2.6%
	とうもろこし	
	ほうれん草	

【嫌いな野菜 TOP10】 (自由回答 n=800)

嫌いな野菜 TOP10		
1位	ピーマン(パプリカ含む)	18.9%
2位	トマト(ミニトマト含む)	10.4%
3位	なす	8.1%
4位	きのこ類	7.0%
5位	ゴーヤ	4.6%
6位	にんじん	3.1%
7位	たまねぎ	3.0%
8位	セロリ	2.5%
9位	きゅうり	各2.3%
	ほうれん草	

8月31日の「野菜の日」に向けて、「子どもの好きな野菜・嫌いな野菜」を聞いたところ、好きな野菜1位は「トマト(ミニトマト含む)」(20.8%)となりました。次いで2位に「きゅうり」(11.5%)、3位「ブロッコリー」(8.3%)という結果に。簡単な調理だけで手軽に食べやすく、お弁当などでもよく目にする野菜が上位にあがっており、子どもにとって身近な野菜が人気であることがうかがえます。

嫌いな野菜1位は「ピーマン(パプリカ含む)」(18.9%)となりました。次いで、2位は好きな野菜で1位となった「トマト(ミニトマト含む)」(10.4%)、3位は「なす」(8.1%)という結果になりました。嫌いな野菜TOP10を見てみると、「ピーマン(パプリカ含む)」をはじめ、「ゴーヤ」や「セロリ」など、独特の苦味のある野菜を苦手を感じる子どもが多いことが読み取れる一方で、好きな野菜のTOP10にランクインした野菜のうちの6種が、嫌いな野菜のTOP10にもランクインしており、食べる頻度の高い野菜ほど、好き嫌いを意識しやすいことが推測できます。また、食事について「嫌なこと・困っていること」を聞いてみると、2位に「苦手な食べ物が多いこと」がランクインしており、子どもたちが苦手な食べ物を食べることに苦戦している様子もうかがえました。

【食事について、子どもが「嫌なこと・困っていること」】
(複数回答 n=800)

嫌なこと・困っていること TOP5		
1位	特にない	37.1%
2位	苦手な食べ物が多いこと	29.1%
3位	食べるスピードが遅いこと	19.9%
4位	食事のメニューがワンパターンであること	15.1%
5位	すぐにお腹がすいてしまうこと	9.3%

【バンダイからのコメント】

今回の調査では、子どもたちの食事情を探るため、「食生活」に関する意識調査を実施しました。

共働きの家庭が増えている昨今ですが、多くの家庭では普段から親と一緒に食事をしており、特に休日は、「家族全員」の割合も増えて、一家だんらんを楽しんでいる様子うかがえました。

「食事について、“楽しいこと・嬉しいこと”」について子どもに聞いたところ、1位は「自分の好きな料理が出ること」となりました。2位以降を見てみると、2位「家族と外食に行くこと」、3位「家族がそろって家でご飯を食べられること」など、家族と一緒に食事をするについての回答が上位にあがっており、家族で食卓を囲んで食事をすることを楽しみにしている様子うかがえます。

また今回は、約8年ぶりに「好きな野菜・嫌いな野菜」についての調査を実施しました。結果を見てみると、好きな野菜1位「トマト」、嫌いな野菜1位「ピーマン」となり、8年前と同じ結果に(最終頁の参考③参照)。TOP10を見ても野菜の種類はほぼ変動がなく、8年という歳月の中では、子どもの好き嫌いの傾向はあまり変わらないことがわかりました。今後も、時代と共に子どもたちの食生活に変化が出るのかを追っていきたいと考えています。

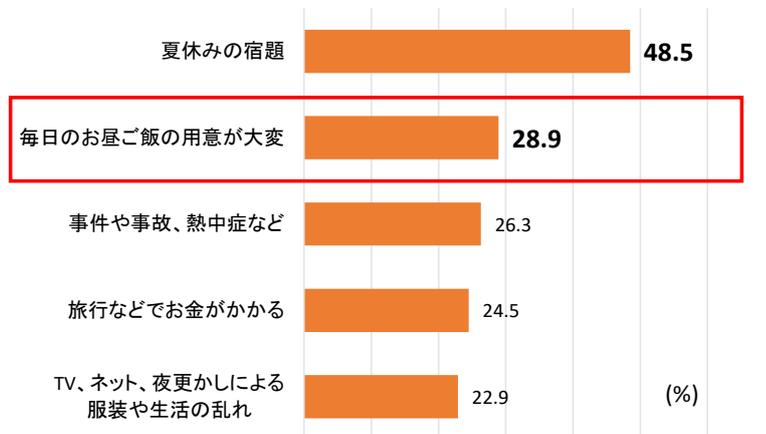
■調査概要

- 【調査目的】子どもの「食生活」への関心や意識・実態を探る
- 【調査地域】全国
- 【対象者条件】3歳～中学生3年生の子どもを持つ女性(25歳～59歳)
※子どもと一緒に回答できる方
- 【調査手法】インターネット調査(協力:株式会社クロス・マーケティング)
- 【実査期間】2018年6月15日(金)～6月17日(日)
- 【サンプル数】800人

【構成】		未就学児 (3～6歳)	小学校 1～3年生	小学校 4～6年生	中学校 1～3年生
	男子	100人	100人	100人	100人
	女子	100人	100人	100人	100人

【参考①】「小学生の夏休みに関する意識調査」結果(2017年6月実施)

《夏休みに気にかかること(親)》(複数回答 n=840)



【参考②】「子どもの夏休み期間中の食事の準備方法」の職業別結果

(単数回答 n=791 ※お子様の食事に関わっている人ベース)

n=		自分の分とあわせて昼食を用意する	お弁当を用意する	自分以外の家族(父親や祖父母、親戚など)が用意してくれる	チルド食品やカップ麺など、子どもが簡単に作れる料理を用意する	昼食の時間だけ家に残り、子どもの昼食を用意する	その他	
全体		791	67.6	14.0	5.1	4.8	2.1	6.3
母親の職業別	有職者	411	49.6	24.3	8.8	6.1	3.2	8.0
	専業主婦・他	378	87.6	2.4	1.1	3.4	1.1	4.5

※「母親の職業別」については職業不明者を除く

《職業別内訳》

n=		会社員	会社経営者 役員	公務員	派遣社員	専門職	アルバイト	自営業	専業主婦	学生	無職	その他	
全体		800	14.3	0.4	1.1	2.3	2.1	30.5	1.5	46.8	-	0.9	0.3
母親の職業別	有職者※	417	27.3	0.7	2.2	4.3	4.1	58.5	2.9	-	-	-	-
	専業主婦他	381	-	-	-	-	-	-	98.2	-	-	1.8	-

【参考②】 どもアンケートレポート「お子さまの好きな野菜、嫌いな野菜は何ですか？」(2010年6月実施)

【好きな野菜 TOP10】 (自由回答 n=1500)

好きな野菜 TOP10		
1位	トマト	27.2%
2位	きゅうり	19.3%
3位	にんじん	17.6%
4位	じゃがいも	13.9%
5位	ブロッコリー	9.1%
6位	キャベツ	6.9%
7位	かぼちゃ	6.5%
8位	ピーマン	5.2%
9位	大根	5.1%
10位	レタス	4.9%

【嫌いな野菜 TOP10】 (自由回答 n=1500)

嫌いな野菜 TOP10		
1位	ピーマン	27.0%
2位	トマト	13.0%
3位	なす	12.3%
4位	きのこ類(主にしいたけ)	7.8%
5位	ネギ	7.1%
6位	にんじん	6.7%
7位	セロリ	5.6%
8位	ゴーヤ 特になし	各4.8%
10位	たまねぎ	3.8%

※バンダイどもアンケート調査は1996年から実施しており、2013年以降に調査方法を一部変更しています。

どもアンケート公式サイト: <http://www.bandai.co.jp/kodomo/>

バンダイ公式サイト: <http://www.bandai.co.jp/>

**次回どもアンケート
9月下旬「小中学生のスポーツに関する意識調査」配信予定**