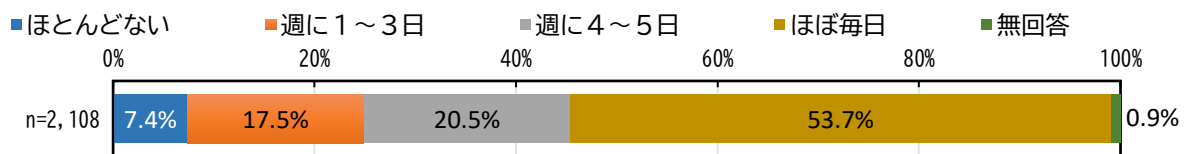


## 食生活について

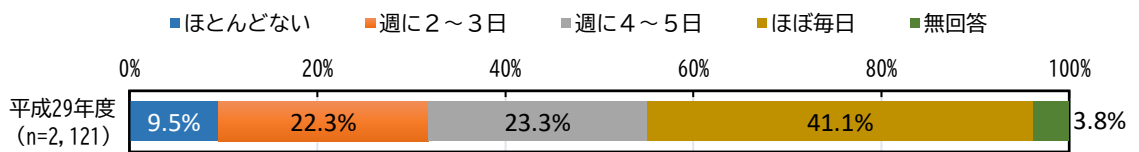
問9 あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて1日2回以上食べることが週に何日ありますか。1つ選んで○をつけてください。

- ・バランスの良い食事の摂取について、「ほぼ毎日」53.7%が最も高く、次いで「週に4～5日」20.5%、「週に1～3日」17.5%となっている。
- ・性別で見ると、男女ともに「ほぼ毎日」と回答した割合が最も高くなっている。一方、女性では「週に4～5日」と回答した割合が男性と比べて3.1ポイント高くなっている。
- ・性・年代別で見ると、男女ともに60歳代以上で「ほぼ毎日」と回答した割合が5割以上となっている。一方、20歳代から30歳代までの男女ともに、「ほとんどない」と回答した割合は他の性・年代と比べて高くなっている。

### 【バランスの良い食事】

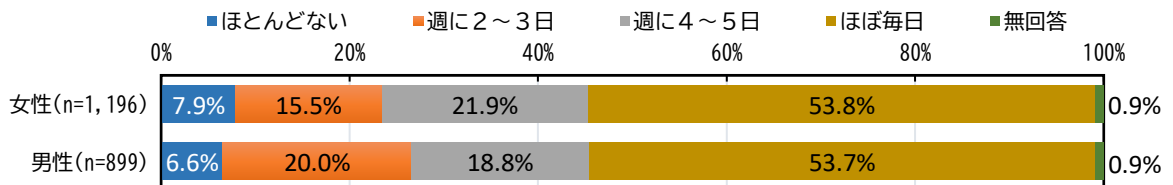


#### (経年比較)

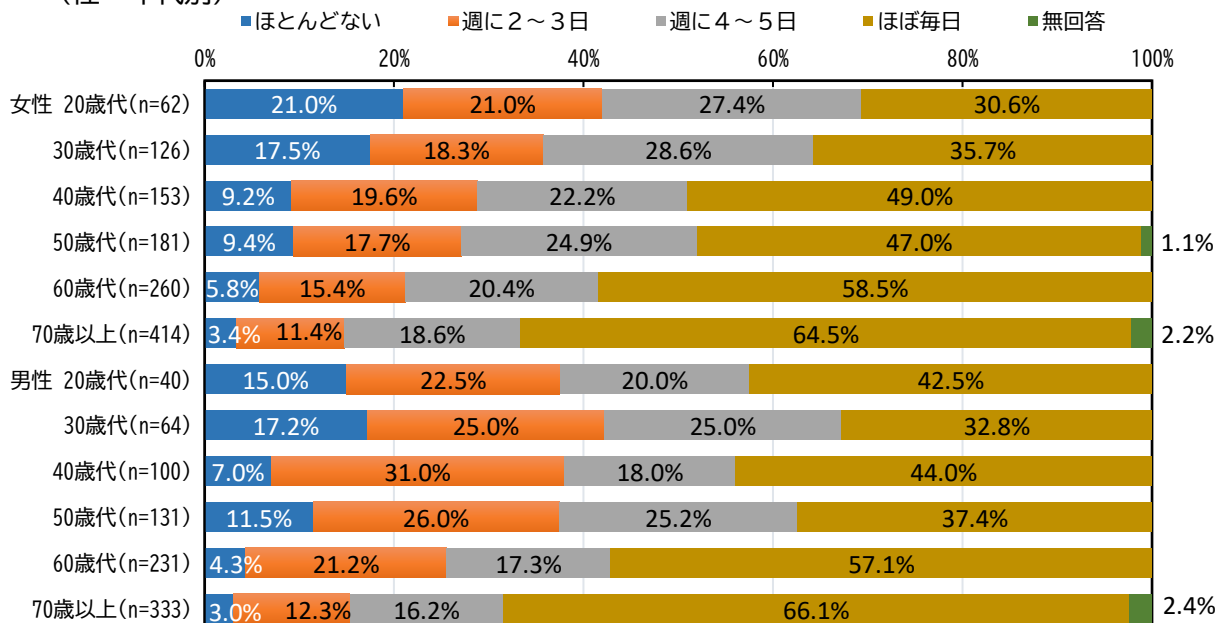


※選択肢の内容が異なるため、比較は行わず参考資料として掲載した。

#### (性別)



#### (性・年代別)



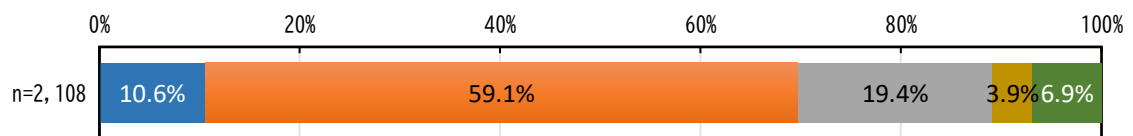
小数第2位を 四捨五入している ため、合計は100% と一致しない場合 がある  上段:回答者数 下段:構成比  ■ 上位1項目		サ ン プ ル 数	ほ と ん ど な い	週 に 1 〜 3 日	週 に 4 〜 5 日	ほ ぼ 毎 日	無 回 答	
全体		2,108 100.0%	156 7.4%	369 17.5%	432 20.5%	1,131 53.7%	20 0.9%	
年 代 別	女性	1,196 100.0%	95 7.9%	185 15.5%	262 21.9%	643 53.8%	11 0.9%	
	20歳代	62 100.0%	13 21.0%	13 21.0%	17 27.4%	19 30.6%	0 0.0%	
	30歳代	126 100.0%	22 17.5%	23 18.3%	36 28.6%	45 35.7%	0 0.0%	
	40歳代	153 100.0%	14 9.2%	30 19.6%	34 22.2%	75 49.0%	0 0.0%	
	50歳代	181 100.0%	17 9.4%	32 17.7%	45 24.9%	85 47.0%	2 1.1%	
	60歳代	260 100.0%	15 5.8%	40 15.4%	53 20.4%	152 58.5%	0 0.0%	
	70歳以上	414 100.0%	14 3.4%	47 11.4%	77 18.6%	267 64.5%	9 2.2%	
	男性	899 100.0%	59 6.6%	180 20.0%	169 18.8%	483 53.7%	8 0.9%	
20歳代	40 100.0%	6 15.0%	9 22.5%	8 20.0%	17 42.5%	0 0.0%		
30歳代	64 100.0%	11 17.2%	16 25.0%	16 25.0%	21 32.8%	0 0.0%		
40歳代	100 100.0%	7 7.0%	31 31.0%	18 18.0%	44 44.0%	0 0.0%		
50歳代	131 100.0%	15 11.5%	34 26.0%	33 25.2%	49 37.4%	0 0.0%		
60歳代	231 100.0%	10 4.3%	49 21.2%	40 17.3%	132 57.1%	0 0.0%		
70歳以上	333 100.0%	10 3.0%	41 12.3%	54 16.2%	220 66.1%	8 2.4%		
居 住 地 別	熊本市	824 100.0%	71 8.6%	150 18.2%	165 20.0%	433 52.5%	5 0.6%	
	荒尾市、玉名市、玉名郡	168 100.0%	6 3.6%	35 20.8%	33 19.6%	93 55.4%	1 0.6%	
	山鹿市	89 100.0%	11 12.4%	9 10.1%	20 22.5%	48 53.9%	1 1.1%	
	菊池市、合志市、菊池郡	207 100.0%	18 8.7%	35 16.9%	46 22.2%	107 51.7%	1 0.5%	
	阿蘇市、阿蘇郡	104 100.0%	5 4.8%	16 15.4%	21 20.2%	60 57.7%	2 1.9%	
	上益城郡	90 100.0%	3 3.3%	23 25.6%	17 18.9%	46 51.1%	1 1.1%	
	宇土市、宇城市、下益城郡	127 100.0%	8 6.3%	23 18.1%	30 23.6%	64 50.4%	2 1.6%	
	八代市、八代郡	169 100.0%	14 8.3%	23 13.6%	28 16.6%	103 60.9%	1 0.6%	
	水俣市、葦北郡	91 100.0%	4 4.4%	18 19.8%	23 25.3%	45 49.5%	1 1.1%	
	人吉市、球磨郡	108 100.0%	8 7.4%	19 17.6%	25 23.1%	55 50.9%	1 0.9%	
	天草市、上天草市、天草郡	124 100.0%	8 6.5%	17 13.7%	24 19.4%	74 59.7%	1 0.8%	
	無回答	7 100.0%	0 0.0%	1 14.3%	0 0.0%	3 42.9%	3 42.9%	
	健 康 状 態 別	非常に健康だと思う	115 100.0%	6 5.2%	17 14.8%	23 20.0%	68 59.1%	1 0.9%
		まあ健康だと思う	1415 100.0%	88 6.2%	227 16.0%	300 21.2%	792 56.0%	8 0.6%
あまり健康でない		399 100.0%	41 10.3%	86 21.6%	84 21.1%	187 46.9%	1 0.3%	
健康ではない		154 100.0%	18 11.7%	37 24.0%	23 14.9%	75 48.7%	1 0.6%	
無回答		25 100.0%	3 12.0%	2 8.0%	2 8.0%	9 36.0%	9 36.0%	

問10 あなたが普段、外食や惣菜の購入で利用する飲食店等では、バランスのとれた（主食・主菜・副菜を組み合わせた）メニューが提供されていると思いますか。1つ選んで○をつけてください。

- ・外食や惣菜購入時におけるバランスの取れたメニューの提供について、『提供されている』（「良く提供されている」と「まあ提供されている」の合算）と回答した割合は 69.7%となっている。
- ・前回調査と比較すると、『提供されている』と回答した割合は 7.8 ポイント高くなっている。
- ・性別でみると、男女で大きな差異はみられない。
- ・性・年代別でみると、30 歳代から 40 歳代の男性では、『提供されていない』（「あまり提供されていない」と「ほとんど提供されていない」の合算）と回答した割合が他の性・年代と比べて高くなっている。

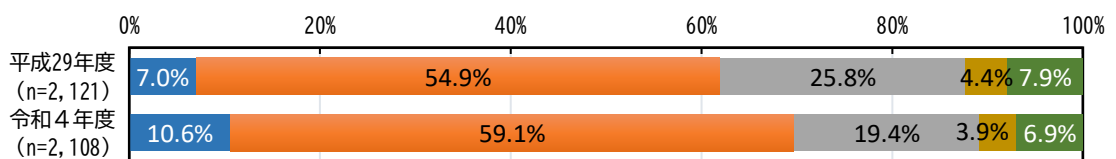
### 【バランスの取れたメニューの提供】

■よく提供されている ■まあ提供されている ■あまり提供されていない ■ほとんど提供されていない ■無回答



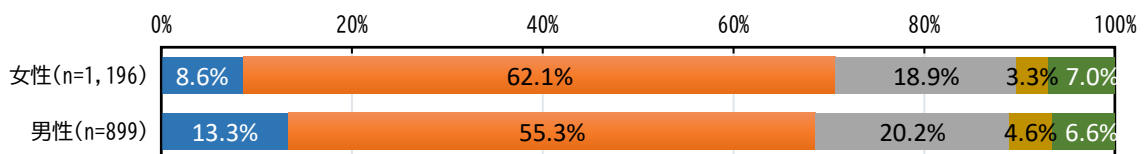
#### （経年比較）

■よく提供されている ■まあ提供されている ■あまり提供されていない ■ほとんど提供されていない ■無回答



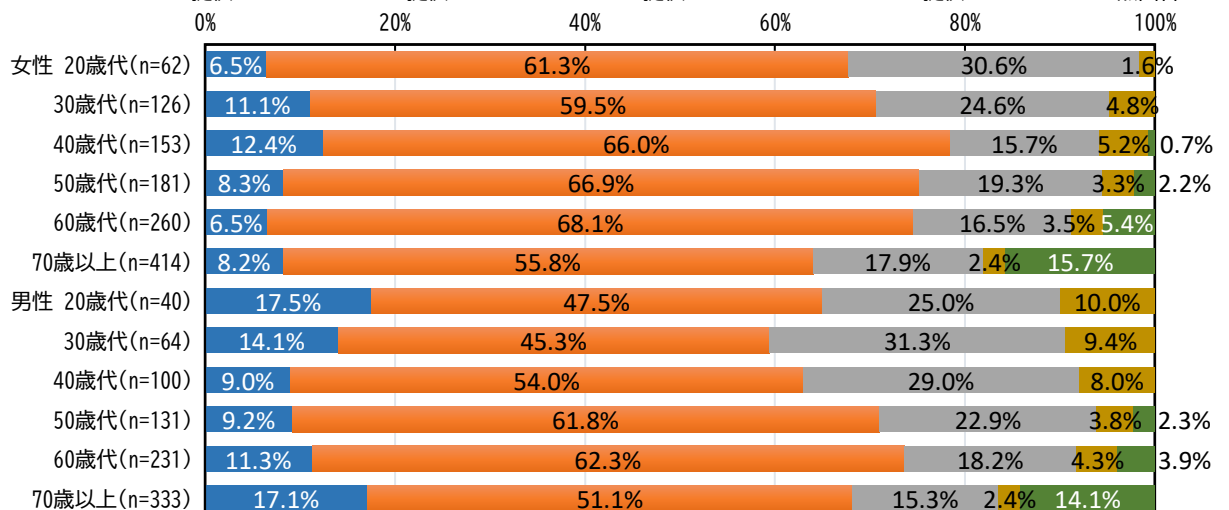
#### （性別）

■よく提供されている ■まあ提供されている ■あまり提供されていない ■ほとんど提供されていない ■無回答



#### （性・年代別）

■よく提供されている ■まあ提供されている ■あまり提供されていない ■ほとんど提供されていない ■無回答



	サンプル数	よく提供されている	まあ提供されている	あまり提供されていない	ほとんど提供されていない	無回答	『提供されている』 (よく提供されている) +	『提供されていない』 (あまり提供されていない) + 『ほとんど提供されていない』
全体	2,108 100.0%	224 10.6%	1,245 59.1%	410 19.4%	83 3.9%	146 6.9%	1,469 69.7%	493 23.4%
前回調査(H29)	2,121 100.0%	149 7.0%	1,164 54.9%	547 25.8%	93 4.4%	168 7.9%	1,313 61.9%	640 30.2%
女性	1,196 100.0%	103 8.6%	743 62.1%	226 18.9%	40 3.3%	84 7.0%	846 70.7%	266 22.2%
20歳代	62 100.0%	4 6.5%	38 61.3%	19 30.6%	1 1.6%	0 0.0%	42 67.7%	20 32.3%
30歳代	126 100.0%	14 11.1%	75 59.5%	31 24.6%	6 4.8%	0 0.0%	89 70.6%	37 29.4%
40歳代	153 100.0%	19 12.4%	101 66.0%	24 15.7%	8 5.2%	1 0.7%	120 78.4%	32 20.9%
50歳代	181 100.0%	15 8.3%	121 66.9%	35 19.3%	6 3.3%	4 2.2%	136 75.1%	41 22.7%
60歳代	260 100.0%	17 6.5%	177 68.1%	43 16.5%	9 3.5%	14 5.4%	194 74.6%	52 20.0%
70歳以上	414 100.0%	34 8.2%	231 55.8%	74 17.9%	10 2.4%	65 15.7%	265 64.0%	84 20.3%
男性	899 100.0%	120 13.3%	497 55.3%	182 20.2%	41 4.6%	59 6.6%	617 68.6%	223 24.8%
20歳代	40 100.0%	7 17.5%	19 47.5%	10 25.0%	4 10.0%	0 0.0%	26 65.0%	14 35.0%
30歳代	64 100.0%	9 14.1%	29 45.3%	20 31.3%	6 9.4%	0 0.0%	38 59.4%	26 40.6%
40歳代	100 100.0%	9 9.0%	54 54.0%	29 29.0%	8 8.0%	0 0.0%	63 63.0%	37 37.0%
50歳代	131 100.0%	12 9.2%	81 61.8%	30 22.9%	5 3.8%	3 2.3%	93 71.0%	35 26.7%
60歳代	231 100.0%	26 11.3%	144 62.3%	42 18.2%	10 4.3%	9 3.9%	170 73.6%	52 22.5%
70歳以上	333 100.0%	57 17.1%	170 51.1%	51 15.3%	8 2.4%	47 14.1%	227 68.2%	59 17.7%
熊本市	824 100.0%	99 12.0%	462 56.1%	178 21.6%	35 4.2%	50 6.1%	561 68.1%	213 25.8%
荒尾市、玉名市、玉名郡	168 100.0%	10 6.0%	110 65.5%	31 18.5%	8 4.8%	9 5.4%	120 71.4%	39 23.2%
山鹿市	89 100.0%	8 9.0%	53 59.6%	18 20.2%	3 3.4%	7 7.9%	61 68.5%	21 23.6%
菊池市、合志市、菊池郡	207 100.0%	19 9.2%	129 62.3%	44 21.3%	5 2.4%	10 4.8%	148 71.5%	49 23.7%
阿蘇市、阿蘇郡	104 100.0%	15 14.4%	58 55.8%	17 16.3%	4 3.8%	10 9.6%	73 70.2%	21 20.2%
上益城郡	90 100.0%	16 17.8%	49 54.4%	18 20.0%	1 1.1%	6 6.7%	65 72.2%	19 21.1%
宇土市、宇城市、下益城郡	127 100.0%	7 5.5%	77 60.6%	24 18.9%	7 5.5%	12 9.4%	84 66.1%	31 24.4%
八代市、八代郡	169 100.0%	17 10.1%	90 53.3%	34 20.1%	11 6.5%	17 10.1%	107 63.3%	45 26.6%
水俣市、葦北郡	91 100.0%	9 9.9%	64 70.3%	10 11.0%	4 4.4%	4 4.4%	73 80.2%	14 15.4%
人吉市、球磨郡	108 100.0%	10 9.3%	71 65.7%	16 14.8%	3 2.8%	8 7.4%	81 75.0%	19 17.6%
天草市、上天草市、天草郡	124 100.0%	13 10.5%	82 66.1%	20 16.1%	2 1.6%	7 5.6%	95 76.6%	22 17.7%
無回答	7 100.0%	1 14.3%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	6 85.7%	1 14.3%	0 0.0%
非常に健康だと思う	115 100.0%	24 20.9%	61 53.0%	18 15.7%	4 3.5%	8 7.0%	85 73.9%	22 19.1%
まあ健康だと思う	1415 100.0%	136 9.6%	878 62.0%	266 18.8%	50 3.5%	85 6.0%	1014 71.7%	316 22.3%
あまり健康でない	399 100.0%	40 10.0%	229 57.4%	92 23.1%	14 3.5%	24 6.0%	269 67.4%	106 26.6%
健康ではない	154 100.0%	18 11.7%	73 47.4%	33 21.4%	12 7.8%	18 11.7%	91 59.1%	45 29.2%
無回答	25 100.0%	6 24.0%	4 16.0%	1 4.0%	3 12.0%	11 44.0%	10 40.0%	4 16.0%