

「高校生の食生活と“おさかな料理”」  
に関する調査

昭和60年4月



社団法人 大日本水産会・おさかな普及協議会

## 目 次

調 査 企 画 .....	1
調査結果の内容 .....	5
1. 朝食で食欲が“ある”46.1%、“ない”30.6% .....	5
「おさかな料理」の好きな高校生の方が食欲旺盛	
2. 5人に3人が好き嫌いが「ある」(60.0%) .....	7
嫌いなもののトップは「ピーマン」	
3. 好きな食べ物ベスト3は「焼き肉」、「カレーライス」、「ハンバーグ」.....	8
4. 高校生にとって食べるということは「楽しみ」 .....	9
5. 食べることで重視するのは高校生も「味」(59.7%)が第一.....	10
6. 女子高校生の半数弱(45.3%)が太らないように「気をつけている」.....	11
実行していることのトップは「食べすぎない」	
目的は「いろいろなファッションを楽しむため」	
7. 食生活で実行していること .....	14
5人に1人が「食べすぎない」と「野菜をたくさん食べる」	
「特にない」が44.2%も	
8. ほぼ5人に3人は「おさかな料理」が好き(57.3%) .....	16
好きな理由のトップは「おいしいから」(72.4%)	
嫌いな理由のトップは「骨をとるのが面倒だから」(64.5%)	
9. 好きな「おさかな料理」のトップは「まぐろのさしみ」(38.2%)、	
2位「さんまの塩焼き」(13.2%)、3位「塩鮭の焼き物」(12.2%).....	18
10. よく食べる「おさかな料理」は「焼き物」(73.3%)と「さしみ・	
たたき」(64.5%) .....	20
11. 朝・昼・夕食を合わせた「おさかな料理」を食べる回数.....	
1週間に3.8回 .....	21
12. 5人に4人が「おさかな料理」の回数は「今のままでよい」 .....	23
13. 骨つきの魚を上手に食べられる高校生は半分以下(41.4%) .....	24

1 4.	4人に1人弱の高校生が「おさかな」を料理することが「ある」(22.7%)	25
	最も多いのは「焼き物」(86.0%)	
1 5.	「おさかな」に関する知識、トップの「骨を丈夫に……」でも知っているのは4人に3人	27
1 6.	朝食を“食べる派”……56.7%、“食べない派”……27.4%	28
	食べない理由のトップは「寝坊をして食べる時間がなくなるから」	
1 7.	約半数が朝食を「ひとりで食べることが多い」(45.0%)	30
	理由は「家を出る時間がそれぞれ違うので」がトップ	
1 8.	高校生の朝食は“ごはん派”43.9%、“パン派”33.0%	31
1 9.	「ごはん、みそ汁、のり、漬物」、「パン、コーヒー」が代表的な朝食メニュー	32
2 0.	朝食を「おいしいと思う」のは2人に1人	33
2 1.	学校での昼食は“弁当派”が約7割(68.8%)、“非弁当派”が約3割(31.2%)	34
	弁当を持ってこない理由のトップは「荷物になっていやだから」(39.6%)	
2 2.	高校生の昼食の内容は	37
	“弁当派”のおかずベスト3は「卵焼き」、「ウインナーソーセージ」、「焼き肉」	
	“非弁当派”の昼食ベスト3は「パン」、「サンドイッチ」、「カレーライス」	
2 3.	昼食の満足度は“弁当派”67.3%、“非弁当派”43.3%	40
	不満理由……“弁当派”は「いつも似たようなメニューで変化がないから」(75.6%)	
	“非弁当派”は「いつも同じようなものになるから」(60.4%)が圧倒的	
2 4.	学校帰りに飲食しているのは4人に3人も	43
	飲食回数は週に2.1回	
	飲食代は1回平均347円	
	飲食物ベスト3は「ハンバーガー」、「ジュース」、「パン」	

- 学校帰りの飲食は「お腹がすいて、夕食までもたないからどうしても  
心要」(36.6%)、「友達とのコミュニケーションをはかるのにちょ  
うどいい場」(34.5%)
- 2 5. 夕食でも「ひとりで食べることが多い」が1割弱(9.0%)..... 49  
理由は「クラブや塾で帰りが遅いので」
- 2 6. 3人に2人が夜食を“する”..... 50  
作るのは「母親」と「自分」が半々  
夜食のトップは圧倒的に「ラーメン」(50.5%)
- 2 7. 間食をする高校生は95.5%で、4人に1人は食事に影響「あり」..... 53  
「スナック菓子」、「せんべい・あられ」、「ジュース類」  
が間食ベスト3
- 2 8. 3人に1人は家での食事に「満足していない」..... 55  
理由は「いつも似たようなメニューで変化がないから」がトップ
- 2 9. 家での食事の雰囲気「楽しいと思う」..... 43.8%、「楽しくない  
と思う」..... 9.7%..... 57  
楽しくない理由は「家族そろって食事をするのがほとんどないから」
- 3 0. 母親の料理の腕前は75.4点..... 58  
「おさかな料理」が多いほど点数も上昇
- 3 1. 母親への注文は「メニューに変化をもたせてほしい」(36.5%)  
がトップ..... 59

——— 本件に関するお問い合わせ先 ———

(社) 大日本水産会・おさかな普及協議会  
調査役 木村宗司  
調査役 阿部貞行  
〒107 東京都港区赤坂1-9-13 三会堂ビル  
TEL 03-585-6684

# 調 査 企 画

## 1. 調 査 目 的

学校帰りの外食、家での間食のしすぎなど、高校生の食生活が乱れているといわれます。そこでこの調査は、高校生の家庭内外での食生活と“おさかな料理”への対応など、その意識と実態をさぐることを目的としました。

## 2. 調 査 対 象

東京23区、および都下に居住し、両親と同居している高校生の男女

## 3. サンプル数

600サンプル(男子300. 女子300)

	全 体	1 年 生	2 年 生	3 年 生
全 体	600 100.0	203 33.8	208 34.7	189 31.5
男 子	300 100.0	102 34.0	103 34.3	95 31.7
女 子	300 100.0	101 33.7	105 35.0	94 31.3

## 4. 調 査 方 法

調査員による訪問留置法

## 5. 調 査 実 施 期 間

昭和60年1月26日～2月8日

6. 調査対象者属性

項目 ベース	全 体	クラブ活動			母親の職業		母親の魚の好き嫌い					
		運動系 クラブ	文化系 クラブ	してい ない	有 職	無 職	好 き	どう ちと らか かき とい	どう ちと 嫌い か とい	嫌 い		
全 体	600 100.0	156 26.0	208 34.7	236 39.3	266 44.3	334 55.7	141 23.5	306 51.0	139 23.2	14 2.3		
性 別	男 子	300 100.0	94 31.3	77 25.7	129 43.0	124 41.3	176 58.7	58 19.3	165 55.0	69 23.0	8 2.7	
	女 子	300 100.0	62 20.7	131 43.7	107 35.7	142 47.3	158 52.7	83 27.7	141 47.0	70 23.3	6 2.0	
性 ・ 学 年 子	男 子	1年生	102 100.0	30 29.4	27 26.5	45 44.1	52 51.0	50 49.0	19 18.6	55 53.9	25 24.5	3 2.9
		2年生	103 100.0	41 39.8	31 30.1	31 30.1	38 36.9	65 63.1	18 17.5	58 56.3	25 24.3	2 1.9
		3年生	95 100.0	23 24.2	19 20.0	53 55.8	34 35.8	61 64.2	21 22.1	52 54.7	19 20.0	3 3.2
	女 子	1年生	101 100.0	29 28.7	43 42.6	29 28.7	46 45.5	55 54.5	26 25.7	45 44.6	29 28.7	1 1.0
		2年生	105 100.0	20 19.0	51 48.6	34 32.4	52 49.5	53 50.5	28 26.7	49 46.7	27 25.7	1 1.0
		3年生	94 100.0	13 13.8	37 39.4	44 46.8	44 46.8	50 53.2	29 30.9	47 50.0	14 14.9	4 4.3

項目 ベース	全 体	1 カ 月 の こ づ か い									平 均 (円)	
		5,000 円 未 満	5,000 6,000 円 未 満	6,000 7,000 円 未 満	7,000 8,000 円 未 満	8,000 9,000 円 未 満	9,000 10,000 円 未 満	10,000 円 以 上	無 回 答			
全 体	600 100.0	70 11.7	145 24.2	65 10.8	68 11.3	64 10.7	12 2.0	115 19.2	61 10.2		6,946	
性 別	男 子	300 100.0	30 10.0	59 19.7	24 8.0	40 13.3	41 13.7	6 2.0	69 23.0	31 10.3		7,396
	女 子	300 100.0	40 13.4	86 28.7	41 13.7	28 9.3	23 7.7	6 2.0	46 15.3	30 10.0		6,499
性 ・ 学 年 子	男 子	1年生	102 100.0	16 15.7	24 23.5	10 9.8	14 13.7	12 11.8	2 2.0	14 13.8	10 9.8	6,494
		2年生	103 100.0	8 7.8	21 20.4	9 8.7	17 16.5	17 16.5	2 1.9	20 19.4	9 8.7	7,367
		3年生	95 100.0	6 6.3	14 14.7	5 5.3	9 9.5	12 12.6	2 2.1	35 36.9	12 12.6	8,428
	女 子	1年生	101 100.0	24 23.8	34 33.7	13 12.9	7 6.9	6 5.9	1 1.0	7 6.9	9 8.9	5,489
		2年生	105 100.0	11 10.5	31 29.5	13 12.4	11 10.5	8 7.6	2 1.9	21 20.0	8 7.6	6,874
		3年生	94 100.0	5 5.3	21 22.3	15 16.0	10 10.6	9 9.6	3 3.2	18 19.2	13 13.8	7,197
学 校 飲 婦 食 り	あ る	440 100.0	44 10.0	103 23.4	49 11.1	53 12.0	55 12.5	10 2.3	89 20.3	37 8.4	7,121	
	な い	160 100.0	26 16.3	42 26.3	16 10.0	15 9.4	9 5.6	2 1.3	26 16.3	24 15.0	6,430	

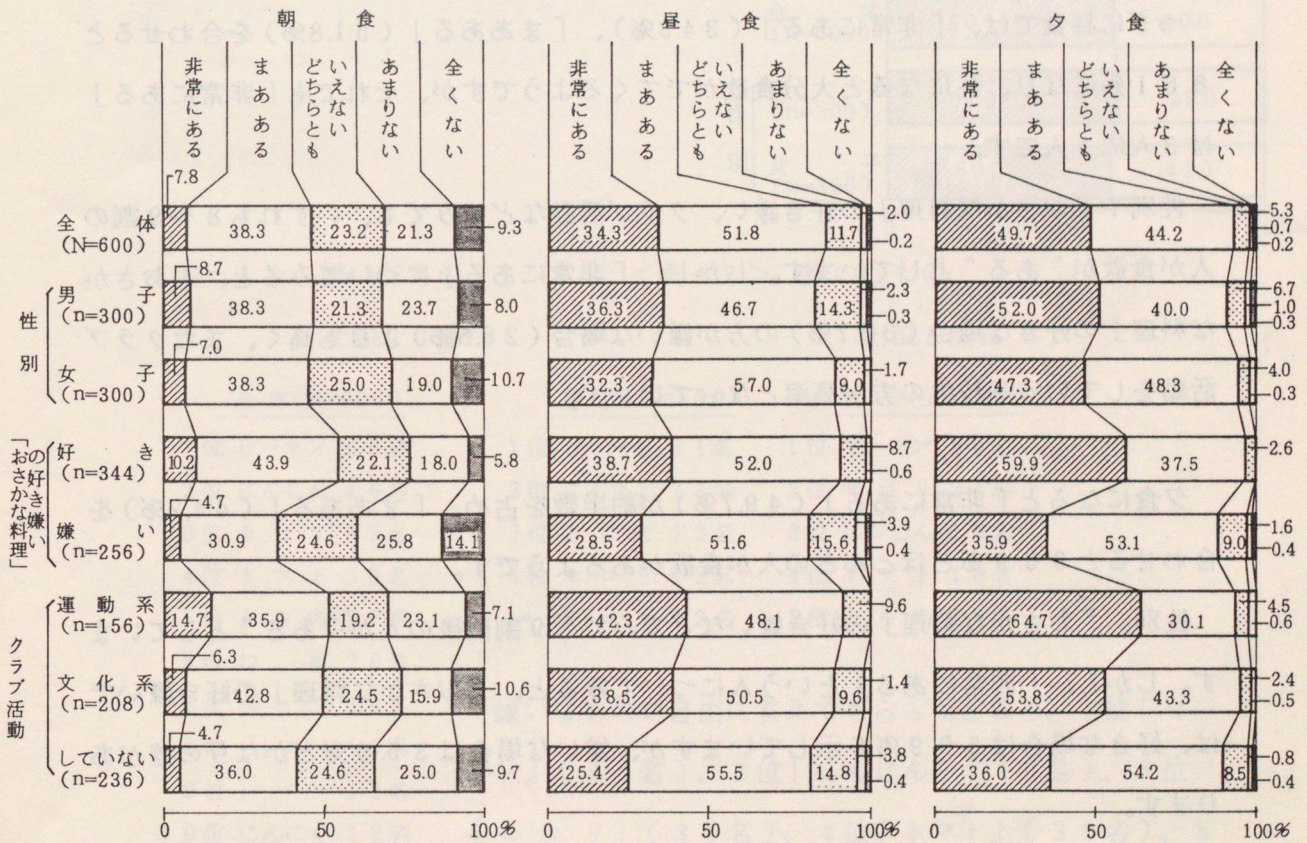
項目		全 体	睡眠時間					体 型					
			6.0 時間 未 満	6.0 ～ 7.0 時間 未 満	7.0 ～ 8.0 時間 未 満	8.0 時間 以 上	無 回 答	平 均 (時間)	肥 満 型	標 準 型	や せ 型	無 回 答	
全 体		600 100.0	34 5.7	200 33.3	236 39.3	120 20.0	10 1.7	6.9	29 4.8	410 68.3	157 26.2	4 0.7	
性 別	男 子	300 100.0	21 7.0	93 31.0	115 38.3	66 22.0	5 1.7	6.9	20 6.7	224 74.7	56 18.7	—	
	女 子	300 100.0	13 4.3	107 35.7	121 40.3	54 18.0	5 1.7	6.9	9 3.0	186 62.0	101 33.7	4 1.3	
学 年	男 子	1年生	102 100.0	9 8.8	26 25.5	36 35.3	29 28.4	2 2.0	7.0	6 5.9	77 75.5	19 18.6	—
		2年生	103 100.0	4 3.9	27 26.3	46 44.6	25 24.3	1 1.0	7.0	9 8.7	72 69.9	22 21.4	—
		3年生	95 100.0	8 8.4	40 42.1	33 34.9	12 12.6	2 2.1	6.7	5 5.3	75 78.9	15 15.8	—
	女 子	1年生	101 100.0	3 3.0	23 22.8	49 48.5	25 24.8	1 1.0	7.1	4 4.0	60 59.4	36 35.6	1 1.0
		2年生	105 100.0	3 2.9	43 40.9	40 38.1	16 15.3	3 2.9	6.8	3 2.9	64 61.0	36 34.3	2 1.9
		3年生	94 100.0	7 7.4	41 43.6	32 34.1	13 13.9	1 1.1	6.7	2 2.1	62 66.0	29 30.9	1 1.1

# 調査結果の内容

朝食で食欲が“ある” 46.1%、“ない” 30.6%  
 「おさかな料理」の好きな高校生の方が食欲旺盛

1 あなたは食欲がありますか。朝食、昼食、夕食ごとにお聞かせ下さい。

<図-1> 食欲



今の高校生にとって食欲はどの程度あるのでしょうか。朝食、昼食、夕食ごとに聞いてみました。

まず朝食ですが、「非常にある」(7.8%)と「まあある」(38.3%)を合わせた“ある”の割合は46.1%と半数以下になっています。そして「あまりない」(21.3%)と「全くない」(9.3%)を合わせた“ない”の割合は30.6%と3割強にものぼりま



す。食べ盛りの高校生としては気になる数字です。これは男女でも差がほとんどありません。

「おさかな料理」の好き嫌い（詳細は後述）でみると大きな差があります。好きな場合は半数強の54.1%が食欲が“ある”としていますが、嫌いな場合は35.6%で食欲が“ない”（39.9%）という人の方が多くなっています。こうしてみると「おさかな料理」が好きな人の方が朝から食欲があり、健康的なようです。

またクラブ活動でみると、運動系、文化系ともに約5割の人が食欲が“ある”としていますが、クラブ活動をしていない場合は約4割とクラブ活動をしている方が食欲があるようです。

つぎに昼食では、「非常にある」（34.3%）、「まあある」（51.8%）を合わせると86.1%になり、昼になると大分食欲がでてくるようですが、それでも「非常にある」は3人に1人です。

性別や「おさかな料理」の好き嫌い、クラブ活動などでみても、いずれも8～9割の人が食欲が“ある”としていますが、しかし、「非常にある」についてみると、「おさかな料理」の好きな場合（38.7%）の方が嫌いな場合（28.5%）よりも高く、またクラブ活動をしている高校生の方が高率となっています。

夕食になると「非常にある」（49.7%）が約半数を占め、「まあある」（44.2%）を合わせると93.9%とほとんどの人が食欲があるようです。

性別、「おさかな料理」の好き嫌いなどでみても9割前後の人が“ある”としていますが、しかし、「非常にある」という人についてみると、「おさかな料理」の好き嫌いでは、好きな場合は59.9%を示していますが、嫌いな場合は35.9%とかなりの差があります。

またクラブ活動でみると、運動系で64.7%、文化系で53.8%といずれも過半数を占めていますが、していない場合は36.0%にすぎず、クラブ活動をしている方が食欲があるようです。

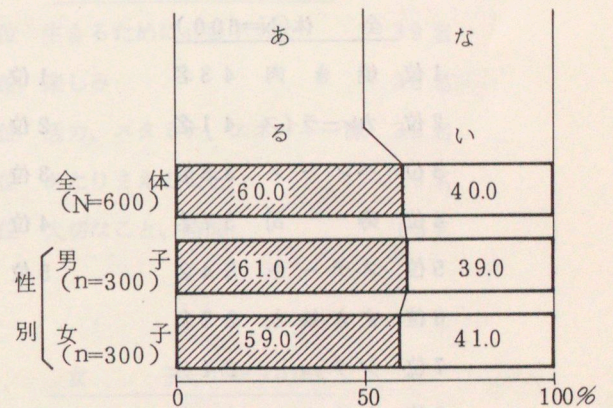
こうしてみると、性別による食欲の差はありませんが、「おさかな料理」の好き嫌いでは、好きな人の方が、またクラブ活動ではしている人の方が3食とも食欲があります。

**5人に3人が好き嫌いが「ある」(60.0%)**  
**嫌いなもののトップは「ピーマン」**

2. あなたは食べ物で好き嫌いがありますか。どんなものが嫌いですか。

高校生の5人に3人(60.0%)が食べ物の好き嫌いが「ある」と答えています。これは男女でも差がありません。

<図-2> 好き嫌い



<表-1> 嫌いなもの

上位10品目

順位	品目	人数
1位	ピーマン	56名
2位	にんじん	46名
3位	セロリ	33名
4位	トマト	30名
5位	とり肉	27名
6位	ねぎ	20名
7位	ニラ	19名
8位	しいたけ	15名
9位	レバー	13名
10位	にんにく	12名
〃	里いも	12名

<表-2> 嫌いなもの

上位5品目

順位	品目	男子(n=300)	女子(n=300)
1位	ピーマン	31名	25名
2位	にんじん	27名	21名
3位	とり肉	13名	19名
4位	セロリ	12名	18名
〃	トマト	12名	14名

嫌いなものを自由に答えてもらったところ、1位「ピーマン」(56名)、2位「にんじん」(46名)、3位「セロリ」(33名)、4位「トマト」(30名)、5位「とり肉」(27名)となっており、野菜類が目立ちます。

性別でも、男女とも1位は「ピーマン」であり、5位までは順位に多少の変動はありますが同じ品目で占められています。

ちなみに、あがっているものを大きく分類すると、のべ出現件数で野菜類421件、魚介類91件、肉類58件となり、圧倒的に野菜類が多くなっています。

好きな食べ物ベスト3は  
「焼き肉」、「カレーライス」、「ハンバーグ」

3. あなたが最も好きな食べ物は何か。

<表-3> 好きな食べ物  
ベスト10

全 体(N=600)	
1位	焼 き 肉 43名
2位	カレ-ライス 41名
3位	ハンバ-グ 38名
4位	寿 司 37名
5位	ス テ-キ 34名
6位	すき焼き 32名
7位	シ チ ュ- 24名
8位	とんかつ 21名
9位	エビフライ 17名
10位	スパゲティ 16名
"	グラタン 16名

<表-4> 好きな食べ物  
ベスト5

男 子(n=300)		女 子(n=300)	
1位	焼 き 肉 33名	1位	寿 司 20名
2位	すき焼き 24名	"	カレ-ライス 20名
3位	ス テ-キ 22名	3位	ハンバ-グ 19名
4位	カレ-ライス 21名	4位	シ チ ュ- 14名
5位	ハンバ-グ 19名	5位	ス テ-キ 12名
		"	サ ラ ダ 12名

最も好きな食べ物を料理名で自由にあげてもらったところ、ベスト3は「焼き肉」(43名)、「カレーライス」(41名)、「ハンバーグ」(38名)となっています。以下「寿司」(37名)、「ステーキ」(34名)、「すき焼き」(32名)と続きます。

性別でみると、男子は「焼き肉」(33名)、「すき焼き」(24名)、「ステーキ」(22名)と肉類にかたよっていますが、女子は魚、肉、野菜とバラエティーに富んでいます。

## 高校生にとって食べるということは「楽しみ」

### 4. あなたにとって「食べる」ということはどういうことですか。

〈表-5〉 「食べる」ということは  
(10名以上のもの)

〈表-6〉 「食べる」ということ  
ベスト5

全 体 (N=600)	
1位	楽しみ 101名
2位	生きるために必要不可欠 68名
3位	活力、スタミナ、エネルギー源 46名
4位	健康維持のため 34名
5位	成長するのに必要 28名
6位	あたりまえのこと 23名
7位	空腹感を満たす 19名
〃	幸福 19名
9位	生きがい 17名
10位	大切なこと、時間 13名
11位	生きているしるし 12名
〃	やすらぎ、くつろぎの時間 12名
〃	当然の権利 12名
14位	食欲を満たす 10名

男 子 (n=300)	
1位	生きるために必要不可欠 39名
2位	楽しみ 38名
3位	活力、スタミナ、エネルギー源 32名
4位	あたりまえのこと 16名
5位	大切なこと、時間 13名

女 子 (n=300)	
1位	楽しみ 63名
2位	生きるために必要不可欠 29名
3位	健康維持のため 23名
4位	成長するのに必要 17名
5位	活力、スタミナ、エネルギー源 14名

高校生にとって「食べる」ということはどういうことなのでしょう。自由に書いてもらったところ、「楽しみ」というのが断然多く101名となっています。2位は「生きるために必要不可欠」(68名)、3位は「活力、スタミナ、エネルギー源」(46名)。以下「健康維持のため」(34名)、「成長するのに必要」(28名)などが続きます。

性別でみると、男子の1位は「生きるために必要不可欠」(39名、女子では29名)ですが、女子の1位は「楽しみ」(63名、男子では38名)となっており、「食べる」ことに対する意識が男女で違うことがわかります。

食べることで重視するのは高校生も「味」(59.7%)が第一

5. あなたが食べることで第一に重視していることは何ですか。

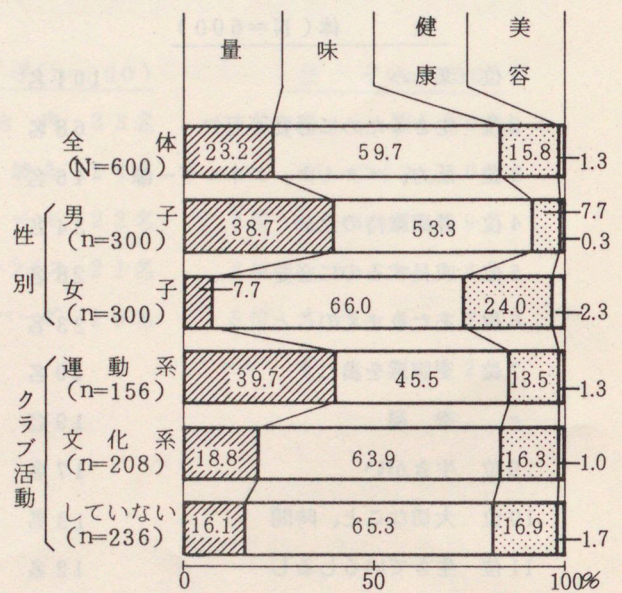
高校生は食べることで何を一番重視しているのでしょうか。

5人に3人(59.7%)が「味」と答え圧倒的に多くなっています。ついで「量」が23.2%、「健康」が15.8%で、「美容」は1.3%です。今や高校生でも量より質ということでしょうか。

性別では、男女ともに「味」が1位ですが、男子の場合は「量」(38.7%)という人もかなりみられます。一方、女子の2位は「健康」(24.0%)で、「量」は7.7%にすぎません。

また、クラブ活動との関係でみますと、運動系はさすがに「量」(39.7%)をあげる人が多くみられますが、それでも「味」(45.5%)の方がやや上まわっています。

<図-3> 食べることの重視点



女子高校生の半数弱(45.3%)が太らないように「気をつけている」  
 実行していることのトップは「食べすぎない」  
 目的は「いろいろなファッションを楽しむため」

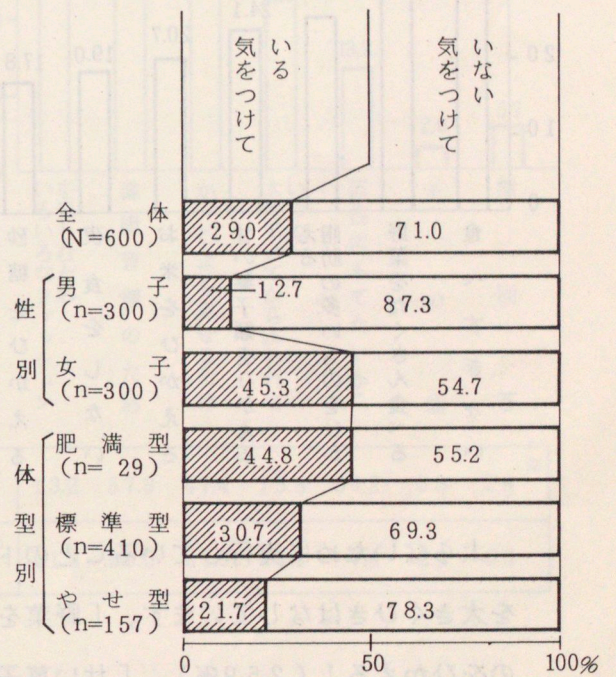
6. あなたは太らないように気をつけていますか。

太らないように「気をつけている」高校生は約3割(29.0%)にもものぼります。特に女子は45.3%と男子(12.7%)に大きく差をつけて、2人に1人近くが太らないように気をつけていることになります。

また体型別(注参照)でみると、肥満型の方はサンプル数が少ないものの「気をつけている」(44.8%)割合が、標準型(30.7%)や、やせ型(21.7%)より多いのは当然のことでしょう。

注：(身長 cm - 100) × 0.9 を標準体重とし ±10%未満を標準型とし、+10%以上を肥満型、-10%以下をやせ型としました。(無回答者4名)

<図-4> 太ることへの注意

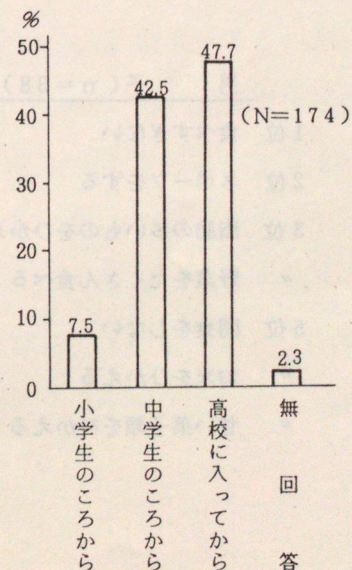


6-1 いつごろから太らないように気をつけていますか。

太らないように気をつけている人は、いつ頃から気をつけ始めたのでしょうか。

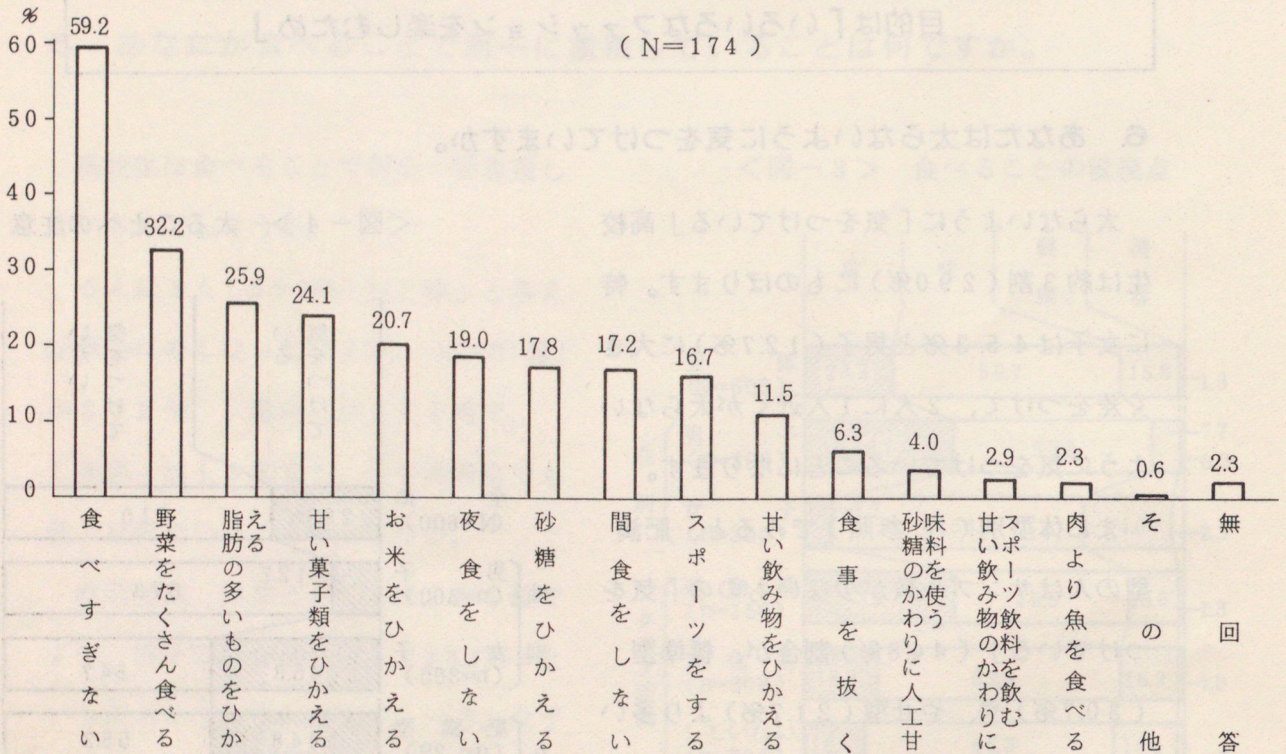
「高校に入ってから」(47.7%)と「中学生のころから」(42.5%)でほぼ二分されています。なお「小学生のころから」も7.5%いました。

<図-5> 太ることへの注意の時期



6-2 太らないために実行していることはどんなことですか。

<図-6> 太らないための実行ベスト10



太らないために実行していることのトップは「食べすぎない」が59.2%で2位以下を大きくひきはなしています。「野菜をたくさん食べる」(32.2%)、「脂肪の多いものをひかえる」(25.9%)、「甘い菓子類をひかえる」(24.1%)などが後に続きます。

性別でみると、男子の2位に「スポーツをする」(23.7%)があがっているのが目立ちます。

<表-7> 太らないための実行ベスト5

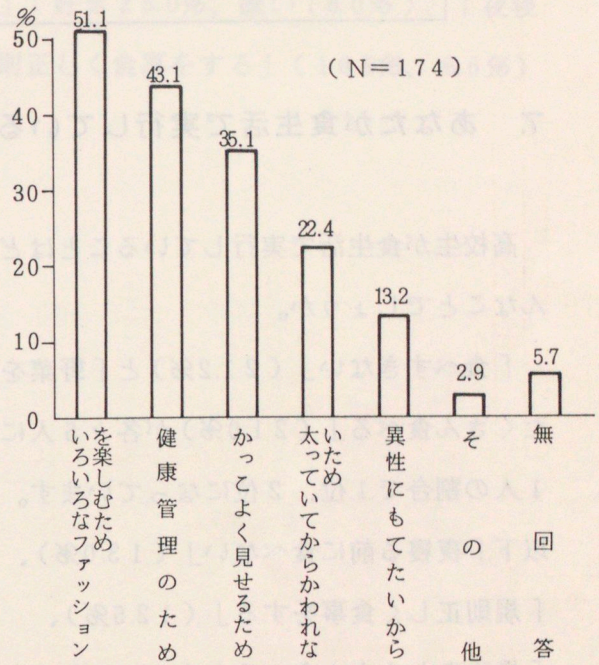
男子 (n=38)		女子 (n=136)		
1位	食べすぎない	39.5%	1位 食べすぎない	64.7%
2位	スポーツをする	23.7%	2位 野菜をたくさん食べる	36.0%
3位	脂肪の多いものをひかえる	18.4%	3位 脂肪の多いものをひかえる	27.9%
"	野菜をたくさん食べる	18.4%	4位 甘い菓子類をひかえる	27.2%
5位	間食をしない	13.2%	5位 お米をひかえる	22.8%
"	お米をひかえる	13.2%		
"	甘い菓子類をひかえる	13.2%		

6-3 太らないように気をつけているのは何のためですか。

太らないように気をつけているのは「いろいろなファッションを楽しむため」と2人に1人(51.1%)が答えています。ついで「健康管理のため」(43.1%)、「かっこよく見せるため」(35.1%)、「太っていかからかわれないため」(22.4%)、「異性にもてたいから」(13.2%)と続きます。

性別でみると、男子では「健康管理のため」(57.9%)が1位ですが、「かっこよく見せるため」(47.4%)、「異性にもてたいから」(34.2%)も高く、女子以上に他人を意識した理由が目立ちます。一方女子では「いろいろなファッションを楽しむため」が61.8%と2位の「健康管理のため」(39.0%)にかなりの差をつけています。やはり女性にとってファッションと体型は切り離せないようです。

<図-7> 太らないように気をつけている目的



性別	人数	いろいろなファッションを楽しむため	健康管理のため	かっこよく見せるため	太っていかからかわれないため	異性にもてたいから	その他	無回答
男子	38	13.2	57.9	47.4	15.8	34.2	5.3	2.6
女子	136	61.8	39.0	31.6	24.3	7.4	2.2	6.6



食生活で実行していること  
 5人に1人が「食べすぎない」と「野菜をたくさん食べる」  
 「特にない」が44.2%も

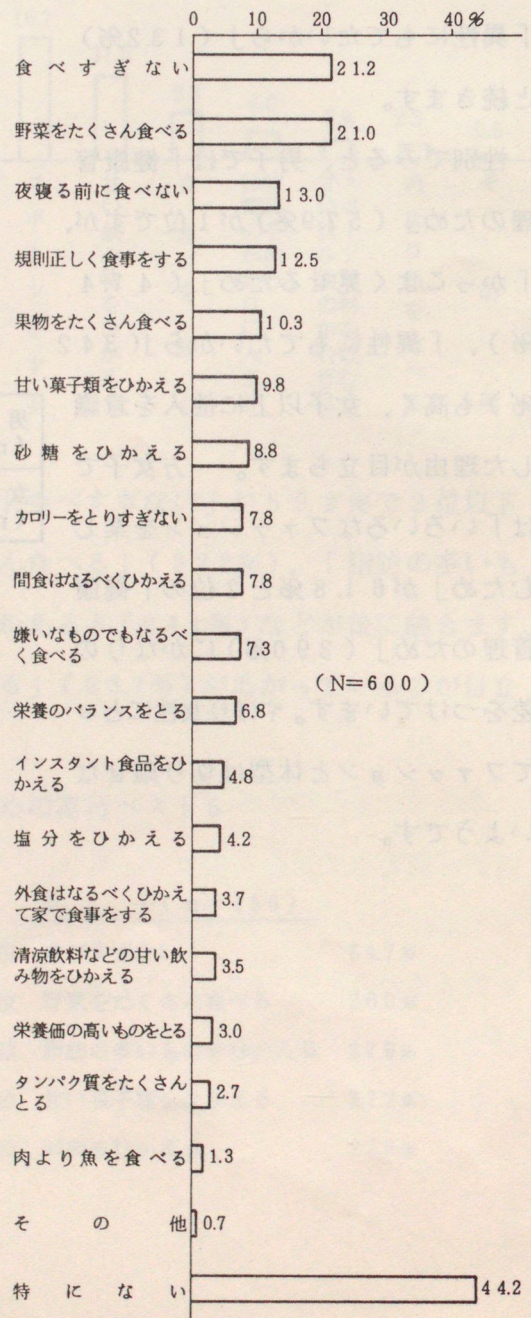
7. あなたが食生活で実行していることはどんなことですか。

高校生が食生活で実行していることはどんなことでしょうか。

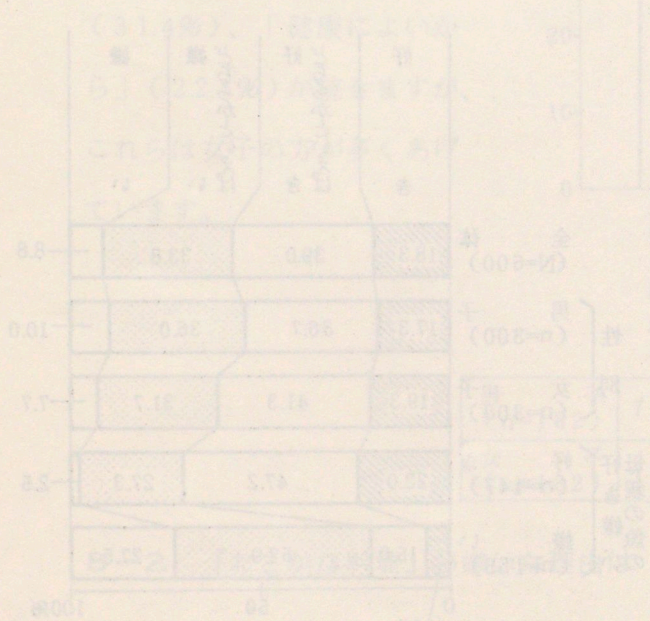
「食べすぎない」(21.2%)と「野菜をたくさん食べる」(21.0%)が各々5人に1人の割合で1位、2位になっています。以下「夜寝る前に食べない」(13.0%)、「規則正しく食事をする」(12.5%)、「果物をたくさん食べる」(10.3%)などが続きます。そして「特にない」という人が44.2%もいるのは、少々さびしい気がします。

性別でみると全般に女子の方が数字が高くなっていて、健康への気づかいが高いようです。これは「特にない」の割合が男子の56.3%に比べ、女子は32.0%と少なくなっているのが影響しています。男女で数字の差が比較的大きいのをあげると、「食べすぎない」(男子7.3%、女子35.0%)、「野菜をたくさん食べる」(13.3%、28.7%)、「夜寝る前に食べない」(6.3%、19.7%)、「カロリーをとりすぎない」(2.3%、13.3%)などです。

<図-8> 食生活で実行していること



また「おさかな料理」の好き嫌いでみると、全般に好きな場合の方が数字が高く、健康への気づかいの高さがうかがえます。これは「特にない」の割合が嫌いな場合の53.5%に比べ、好きな場合は37.2%と少なくなっているのが影響しています。数字の差が比較的大きいのをあげると、「食べすぎない」（好き25.0%、嫌い16.0%）、「夜寝る前に食べない」（16.6%、8.2%）、「規則正しく食事をする」（16.9%、6.6%）などです。



「おさかな料理」が「嫌い」と答えた人にその理由を聞いたところ、一番多く「味が嫌いだから」が原因を挙げています。次に「食べ過ぎるから」（31.3%）、「おもしろくないから」（36.5%）と続きます。一方で「健康だから」が理由の方が少ないです。

ほぼ5人に3人は「おさかな料理」が好き（57.3%）  
 好きな理由のトップは「おいしいから」（72.4%）  
 嫌いな理由のトップは「骨をとるのが面倒だから」（64.5%）

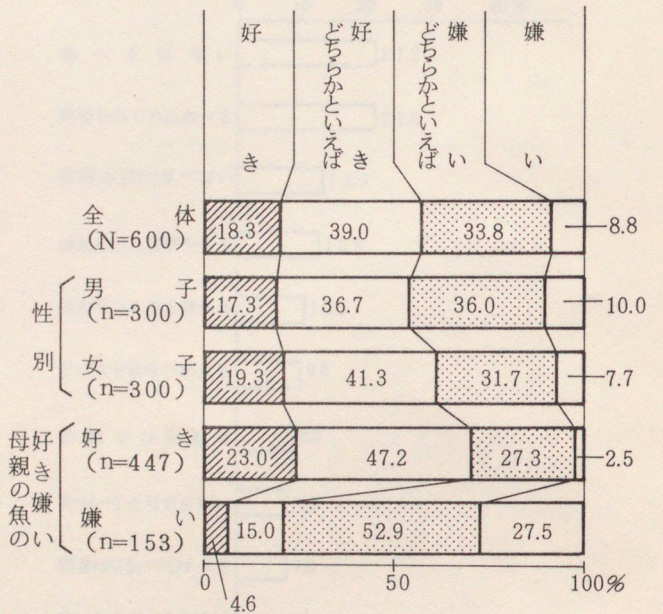
8. あなたは「おさかな料理」が好きですか。

最も多いのは「どちらかといえば好き」で39.0%、これに「好き」（18.3%）を加えると57.3%とほぼ5人に3人が“好き”と答えています。残りの5人に2人は「どちらかといえば嫌い」（33.8%）、「嫌い」（8.8%）となっています。

性別でみると、“好き”は男子54.0%、女子60.6%と女子の方がやや多くなっています。

母親の魚の好き嫌いで見ると、母親が魚好きな場合70.2%の高校生が“好き”と回答しているのに対し、母親が嫌いな場合魚が“好き”と回答した高校生は19.6%と大きなひらきがでてきます。子供の魚の好き嫌いは、母親の影響が非常に大きいといえます。

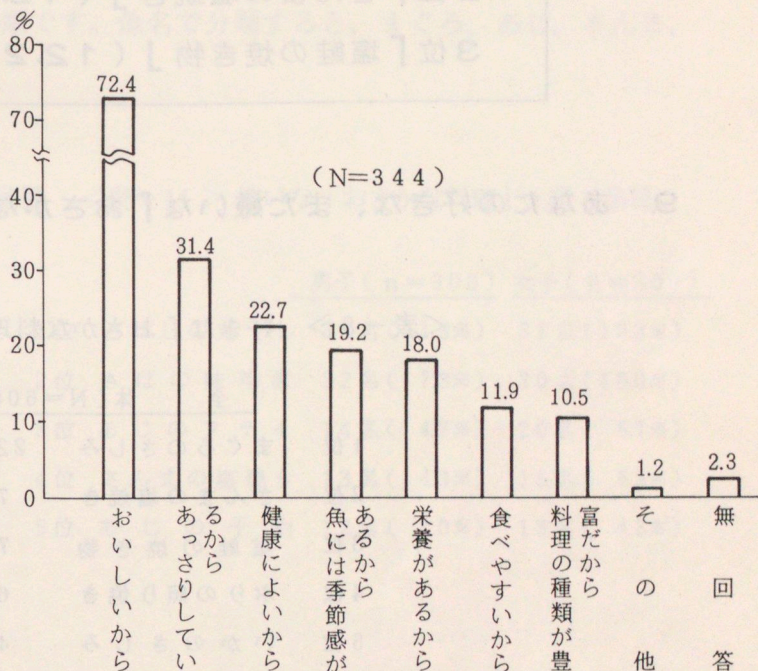
<図-9> 「おさかな料理」の好き嫌い



### 8-1 「おさかな料理」が好きな理由は

「おさかな料理」が“好き”と答えた人にその理由を聞いたところ、「おいしいから」が圧倒的に多く7割強(72.4%)となっています。以下、「あっさりしているから」(31.4%)、「健康によいから」(22.7%)が続きますが、これらは女子の方が多くあげています。

<図-10> 「おさかな料理」が好きな理由

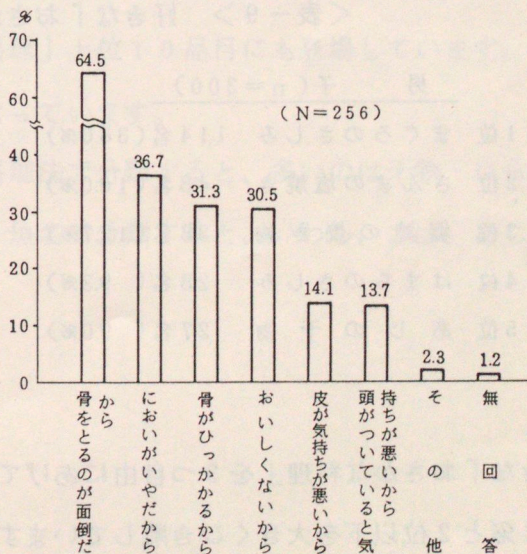


男子 (n=162)	71.0	24.1	17.3	19.8	13.0	14.2	13.0	1.2	3.7%
女子 (n=182)	73.6	37.9	27.5	18.7	22.5	9.9	8.2	1.1	1.1

### 8-2 「おさかな料理」が嫌いな理由は

「おさかな料理」が“嫌い”と答えた人にその理由を聞いたところ、「骨をとるのが面倒だから」が断然多く64.5%となっています。以下数字が下がって「においがいやだから」(36.7%)、「骨がひっかかるから」(31.3%)、「おいしくないから」(30.5%)と続きます。「おいしくないから」は男子の方が多くあげています。

<図-11> 「おさかな料理」が嫌いな理由



男子 (n=138)	66.7	31.2	29.7	42.8	12.3	8.0	2.9	1.4%
女子 (n=118)	61.9	43.2	33.1	16.1	16.1	20.3	1.7	0.8

好きな「おさかな料理」のトップは

「まぐろのさしみ」(38.2%)

2位「さんまの塩焼き」(13.2%)

3位「塩鮭の焼き物」(12.2%)

9. あなたの好きな、また嫌いな「おさかな料理」は何ですか。

<表-8> 好きな「おさかな料理」上位10品目

全 体(N=600)		
1位	まぐろのさしみ	229名(38.2%)
2位	さんまの塩焼き	79名(13.2%)
3位	塩鮭の焼き物	73名(12.2%)
4位	ぶりの照り焼き	65名(10.8%)
5位	いかのさしみ	49名(8.2%)
6位	あじの干物	44名(7.3%)
7位	えびのフライ	43名(7.2%)
8位	はまちのさしみ	41名(6.8%)
9位	さんまの干物	36名(6.0%)
10位	あじのフライ	29名(4.8%)

<表-9> 好きな「おさかな料理」上位5品目

男 子(n=300)		女 子(n=300)	
1位	まぐろのさしみ 114名(38.0%)	1位	まぐろのさしみ 115名(38.3%)
2位	さんまの塩焼き 48名(16.0%)	2位	ぶりの照り焼き 41名(13.7%)
3位	塩鮭の焼き物 38名(12.7%)	3位	塩鮭の焼き物 35名(11.7%)
4位	はまちのさしみ 28名(9.3%)	4位	さんまの塩焼き 31名(10.3%)
5位	あじの干物 27名(9.0%)	5位	いかのさしみ 24名(8.0%)
		”	えびのフライ 24名(8.0%)

好きな「おさかな料理」を3つ自由にあげてもらったところ、「まぐろのさしみ」が38.2%と2位以下を大きくひき離しています。ついで「さんまの塩焼き」(13.2%)、「塩鮭の焼き物」(12.2%)、「ぶりの照り焼き」(10.8%)となっています。

性別でみると、1位はともに「まぐろのさしみ」ですが、2位に男子では「さんまの塩焼き」が女子では「ぶりの照り焼き」が入っています。

ちなみに、好きな「おさかな料理」を料理法で分類すると、多いのはさしみ、塩焼き、フライ、干物・ひらき、照り焼きの順です。魚名で分類すると、まぐろ、あじ、さんま、さけ、ぶりの順となっています。

<表-10> 嫌いな「おさかな料理」上位10品目    <表-11> 嫌いな「おさかな料理」上位5品目

全 体 (N=600)		男子 (n=300)		女子 (n=300)	
1位	いわしの丸干し 65名(10.8%)	1位	いわしの丸干し 34名(11.3%)	31名(10.3%)	
2位	さばの味噌煮 52名(8.7%)	2位	さばの味噌煮 22名(7.3%)	30名(10.0%)	
3位	あじのフライ 34名(5.7%)	3位	あじのフライ 14名(4.7%)	20名(6.7%)	
4位	さんまの塩焼き 29名(4.8%)	4位	さんまの塩焼き 13名(4.3%)	16名(5.3%)	
5位	あじの干物 25名(4.2%)	5位	あじの干物 12名(4.0%)	13名(4.3%)	
6位	いわしの煮物 22名(3.7%)				
7位	かれいの煮物 18名(3.0%)				
8位	しめさば 17名(2.8%)				
9位	うなぎの蒲焼き 14名(2.3%)				
〃	どじょう鍋(柳川) 14名(2.3%)				

嫌いな「おさかな料理」を3つ自由にあげてもらったところ、「いわしの丸干し」(10.8%)、「さばの味噌煮」(8.7%)、「あじのフライ」(5.7%)、「さんまの塩焼き」(4.8%)、「あじの干物」(4.2%)などとなっています。上位10品目の内3~5位の3品目は好きな「おさかな料理」上位10品目にも登場しています。

性別でも上位5品目は全く同じ順位になっています。

ちなみに、嫌いな「おさかな料理」を料理法で分類すると、多いのは干物・ひらき(含、丸干し)、煮物、塩焼きの順です。魚名で分類すると、いわし、さば、あじの順となっています。

よく食べる「おさかな料理」は  
「焼き物」(73.3%)と「さしみ・たたき」(64.5%)

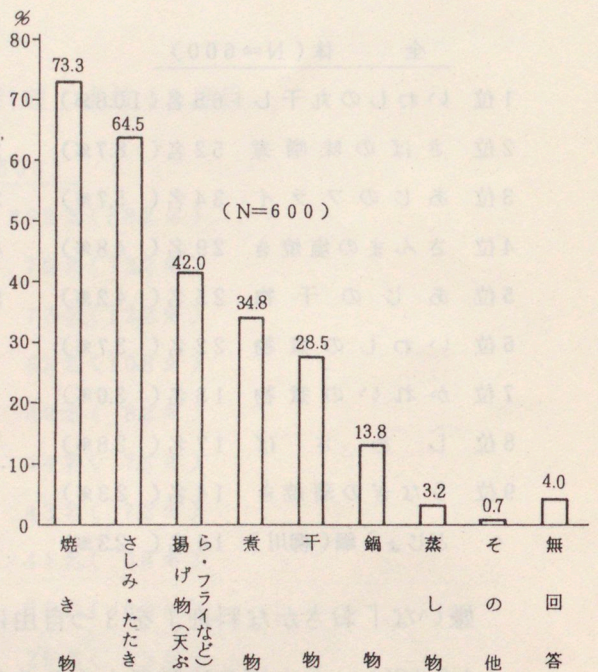
10. あなたはふだん、どんな「おさかな料理」をよく食べますか。

1位が「焼き物」(73.3%)、2位が「さしみ・たたき」(64.5%)となっています。ついで「揚げ物」(42.0%)、「煮物」(34.8%)、「干物」(28.5%)と続きます。

性別で見ると、全般に女子の方が数字が高くなっていますが、これは女子の方が「おさかな料理」が好きな割合が多いことが影響していると思われる。

また母親の魚の好き嫌いでみると、好きな場合の方がおおむね数字が高くなっています。ことに「焼き物」では約20%も差がでています。これは母親の好き嫌いが献立に出ているということでしょうか。

<図-12> よく食べる「おさかな料理」



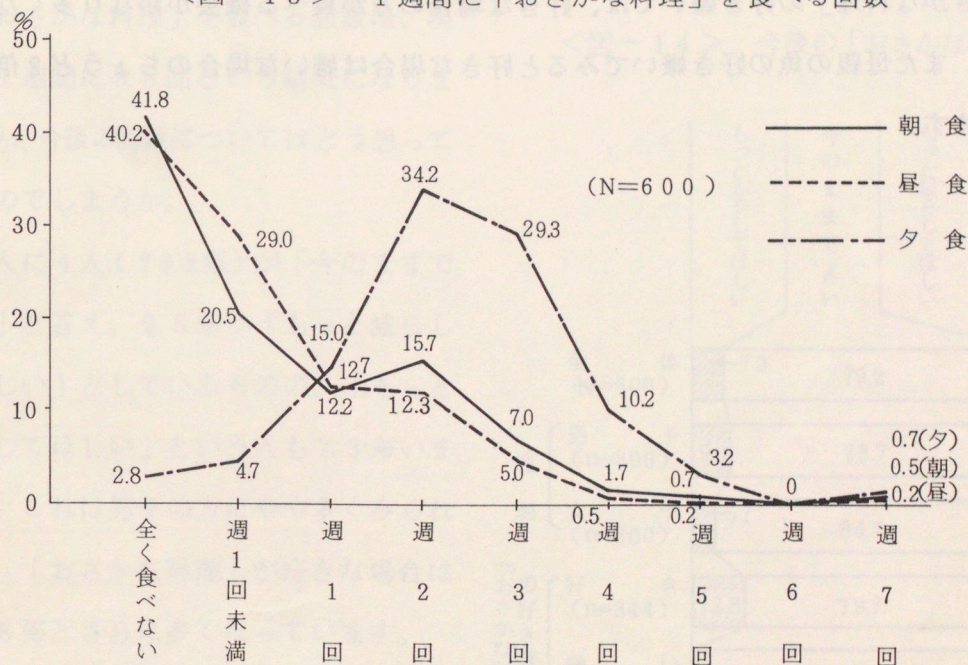
男子 (n=300)	72.7	60.3	36.3	27.7	24.0	11.0	2.0	0.3	5.0%	
女子 (n=300)	74.0	68.7	47.7	42.0	33.0	16.7	4.3	1.0	3.0	
母親の魚の好き嫌いの	好き (n=447)	78.1	68.2	41.6	36.2	29.1	14.5	3.1	0.7	2.0
	嫌い (n=153)	59.5	53.6	43.1	30.7	26.8	11.8	3.3	0.7	9.8

朝・昼・夕食を合わせた「おさかな料理」を食べる回数…

1週間に3.8回

11. あなたは、1週間に何回くらい「おさかな料理」を食べますか。

<図-13> 1週間に「おさかな料理」を食べる回数



高校生が1週間に何回くらい「おさかな料理」を食べているか、朝・昼・夕食にわけて聞いてみました。

<表-12> 1週間に「おさかな料理」を食べる平均回数

まず朝食ですが、約4割(41.8%)が「全く食べない」と答え、ついで「週1回未満」(20.5%)、「週2回」(15.7%)、「週1回」(12.2%)となっています。

昼食でも4割(40.2%)が「全く食べない」と答え、ついで「週1回未満」(29.0%)、「週1回」(12.7%)、「週2回」(12.3%)と回数がふえるほど回答者が減り、総じて朝食よりいく分食べる機会が減っています。

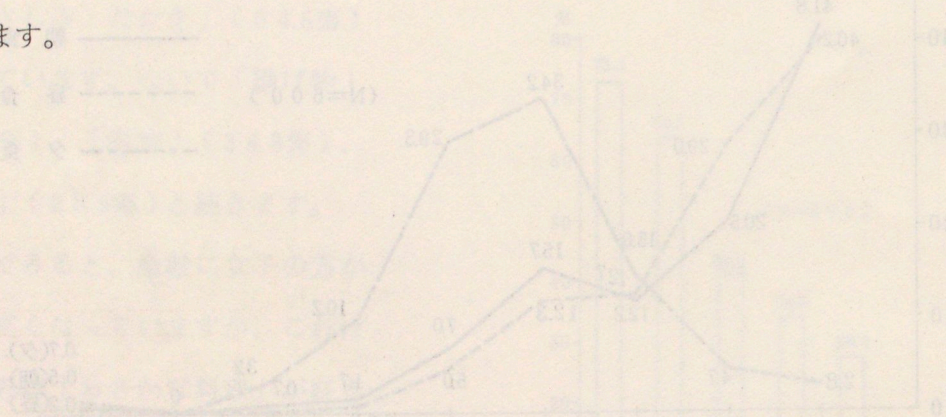
		朝を ・ 昼 ・ 夕 を 合 わ せ て 食	朝 食	昼 食	夕 食
全 (N=600)		3.8	0.8	0.7	2.3 <sup>回</sup>
性 別	男 (n=300)	3.7	0.8	0.6	2.3
	女 (n=300)	3.8	0.8	0.7	2.3
「おさかな料理」の好き嫌い	好 (n=344)	4.7	1.1	0.9	2.7
	嫌 (n=256)	2.6	0.5	0.3	1.8
「おさかな料理」の好き嫌い	好 (n=447)	4.4	1.0	0.8	2.6
	嫌 (n=153)	2.2	0.4	0.3	1.5



夕食ではさすがに「全く食べない」(2.8%)は少なく、「週2回」(34.2%)が最も多く、ついで「週3回」(29.3%)となっており、「おさかな料理」は夕食で食べられる機会が多いのがわかります。

朝・昼・夕食を合わせた1週間あたりの平均は3.8回、内訳は朝食0.8回、昼食0.7回、夕食2.3回となっています。性別でもほとんど差がありません。

「おさかな料理」の好き嫌いでは、好きな場合の方が食べる機会がかなり多くなっています。また母親の魚の好き嫌いで見ると好きな場合は嫌いな場合のちょうど2倍になっています。



性別	年齢	魚の好き嫌い	おさかな料理の食べる回数 (回/週)
男	10代	好き	2.5
男	20代	好き	2.8
男	30代	好き	3.0
男	40代	好き	3.2
男	50代	好き	3.5
男	60代	好き	3.8
男	70代	好き	4.0
女	10代	好き	2.5
女	20代	好き	2.8
女	30代	好き	3.0
女	40代	好き	3.2
女	50代	好き	3.5
女	60代	好き	3.8
女	70代	好き	4.0

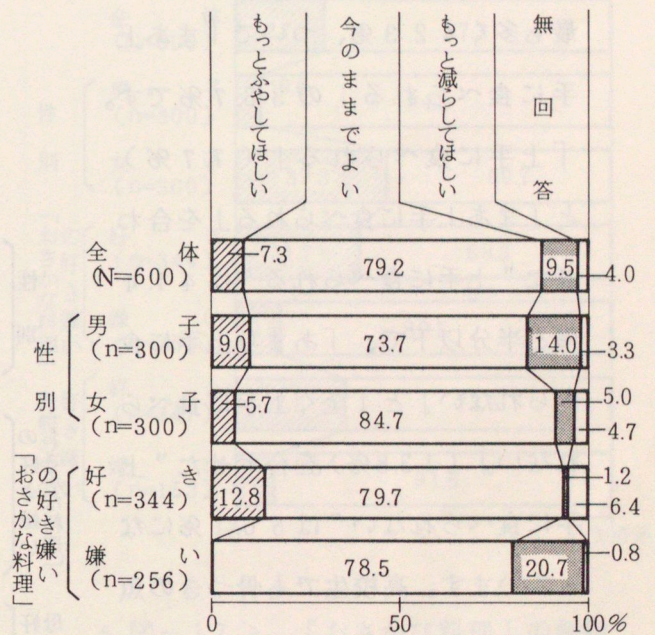
5人に4人が「おさかな料理」の回数は「今のままでよい」

12. 今後「おさかな料理」を食べる回数をもっとふやしてほしいと思いますか。

「おさかな料理」を食べる回数は、現在は1週間に3.8回という結果になりましたが、今後の回数についてはどう思っているのでしょうか。

5人に4人(79.2%)が「今のままでよい」と答え、9.5%が「もっと減らしてほしい」としているものの、「もっとふやしてほしい」という人も7.3%いました。これは男子の方にやや多くみられます。「おさかな料理」が好きな場合は12.8%とさらに多くなっています。

<図-14> 今後の「おさかな料理」の回数



骨つきの魚を上手に食べられる高校生は半分以下 (41.4%)

13 あなたは、骨つきの魚を上手に食べられますか。

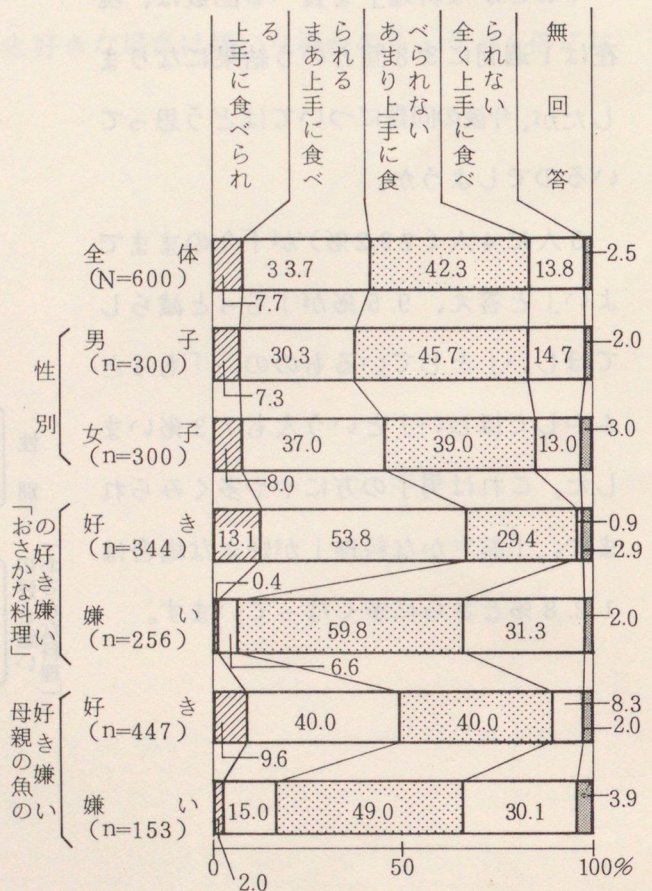
高校生は骨つきの魚を上手に食べられるのでしょうか。

「あまり上手に食べられない」が最も多く42.3%、ついで「まあ上手に食べられる」の33.7%です。「上手に食べられる」(7.7%)と「まあ上手に食べられる」を合わせた“上手に食べられる”は41.4%と半分以下で、「あまり上手に食べられない」と「全く上手に食べられない」(13.8%)を合わせた“上手に食べられない”は56.1%になっています。高校生でも骨つきの魚を上手に食べるのはむずかしいようです。

性別では、女子の方が“上手に食べられる”がやや多くなっています。

また「おさかな料理」の好き嫌いで見ると、好きな場合の66.9%に対し嫌いな場合は7.0%と圧倒的に好きな場合の方が“上手に食べられる”割合が高くなっています。母親の魚の好き嫌いでも、好きな場合の方が30%強の差をつけて多くなっています。

<図-15> 骨つきの魚を上手に食べられるか



4人に1人弱の高校生が「おさかな」を料理することが「ある」(22.7%)  
 最も多いのは「焼き物」(86.0%)

14. あなたは、「おさかな」を料理することがありますか。

「おさかな」を料理することが「ある」という高校生は22.7%で4人に1人弱となっています。女子では5人に2人(39.3%)という結果になりましたが、男子でも6.0%が「ある」と答えています。

「おさかな料理」の好き嫌いでも、母親の魚の好き嫌いでも、好きな場合の方が「おさかな」を料理する機会が多くなっています。

14-1 どういう「おさかな料理」

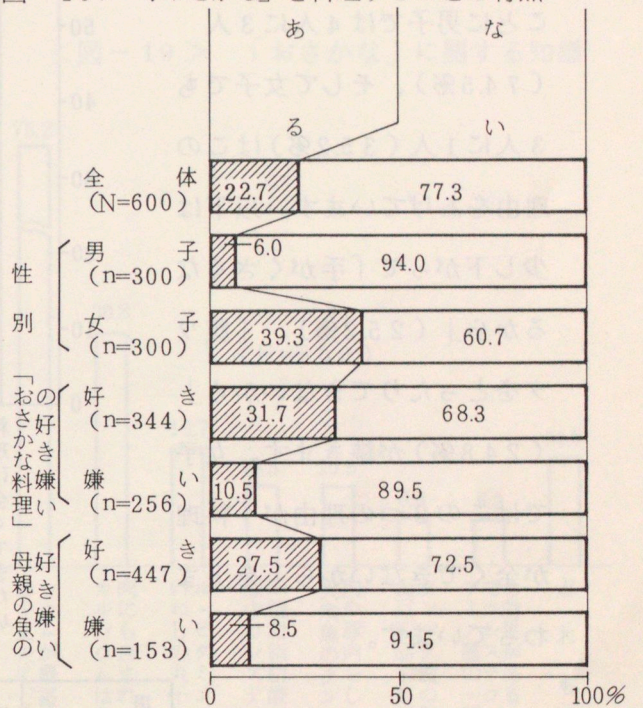
をしますか。

それでは、どういいう「おさかな料理」をしているのでしょうか。

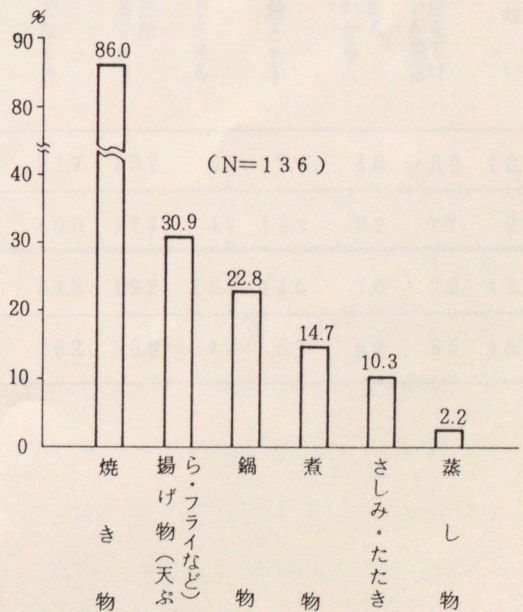
「焼き物」が断然多く86.0%、ついで「揚げ物」(30.9%)、「鍋物」(22.8%)と続いています。

性別で見ると、男子は「焼き物」以外はあまり料理していませんが、女子は他のものでも当然のことながら男子より料理する機会は多くなっています。

<図-16> 「おさかな」を料理することの有無



<図-17> 「おさかな料理」の種類



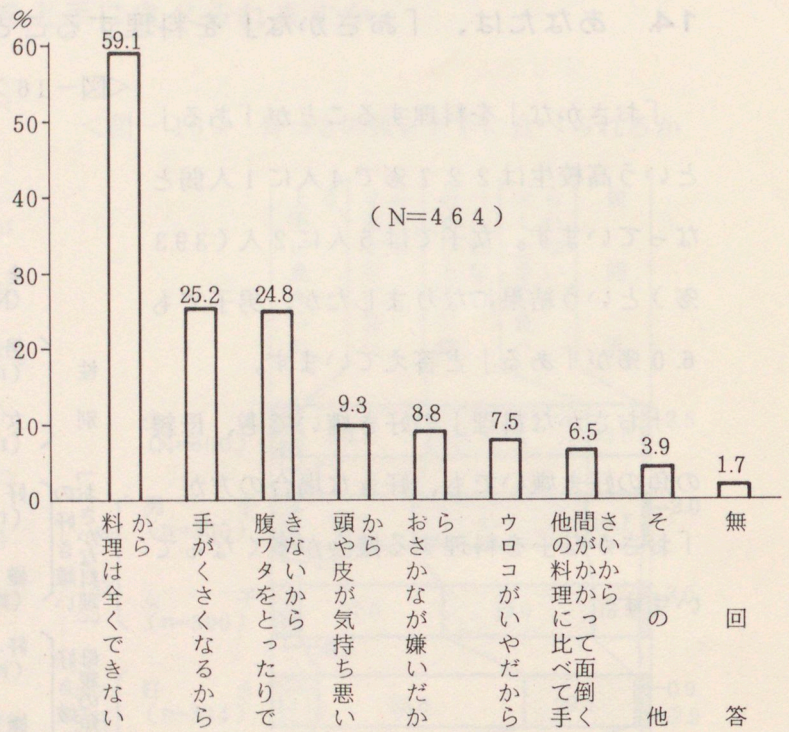
	男子 (n=18)	女子 (n=118)
焼き物	94.4	84.7
揚げ物	16.7	33.1
鍋物	11.1	24.6
煮物	5.6	16.1
さしみ・たたき	16.7	9.3
蒸し物	-*	2.5

14-2 「おさかな」を料理しない理由は何ですか。

「料理は全くできないから」

が最も多く、ほぼ5人に3人(59.1%)となっています。ことに男子では4人に3人(74.5%)、そして女子でも3人に1人(35.2%)はこの理由をあげています。以下は少し下がって「手がくさくなるから」(25.2%)、「腹ワタをとったりできないから」(24.8%)が続きます。女子ではこの2つの理由が「料理が全くできないから」を上まわっています。

<図-18> 「おさかな」を料理しない理由



男子 (n=282)	74.5	13.5	16.7	4.3	7.4	4.3	5.3	3.2	2.1%
女子 (n=182)	35.2	43.4	37.4	17.0	11.0	12.6	8.2	4.9	1.1

**「おさかな」に関する知識**  
 トップの「骨を丈夫に……」でも知っているのは4人に3人

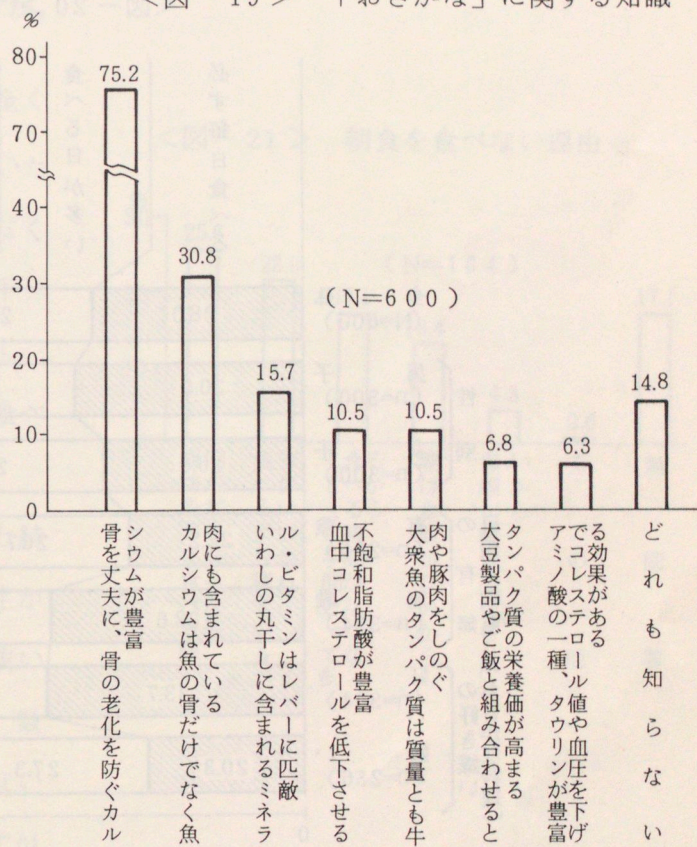
**15. 「おさかな」に関する知識で知っているものは何ですか。**

右の7つの「おさかな」に関する知識をあげ、知っているものを選んでもらいました。

さすがに「骨を丈夫に、骨の老化を防ぐカルシウムが豊富」がトップにくるものの、高校生でも知っているのは4人に3人(75.2%)と心もとない結果となりました。2位の「カルシウムは魚の骨だけでなく魚肉にも含まれている」はかろうじて3割(30.8%)、3位の「いわしの丸干しに含まれるミネラル・ビタミンはレバーに匹敵」にいたっては15.7%という結果です。そして「どれも知らない」がほぼ7人に1人(14.8%)もいます。

性別では女子の方が、「おさかな料理」の好き嫌いでは好きな場合の方が、「おさかな」に関する知識はすべての項目で高くなっています。

<図-19> 「おさかな」に関する知識

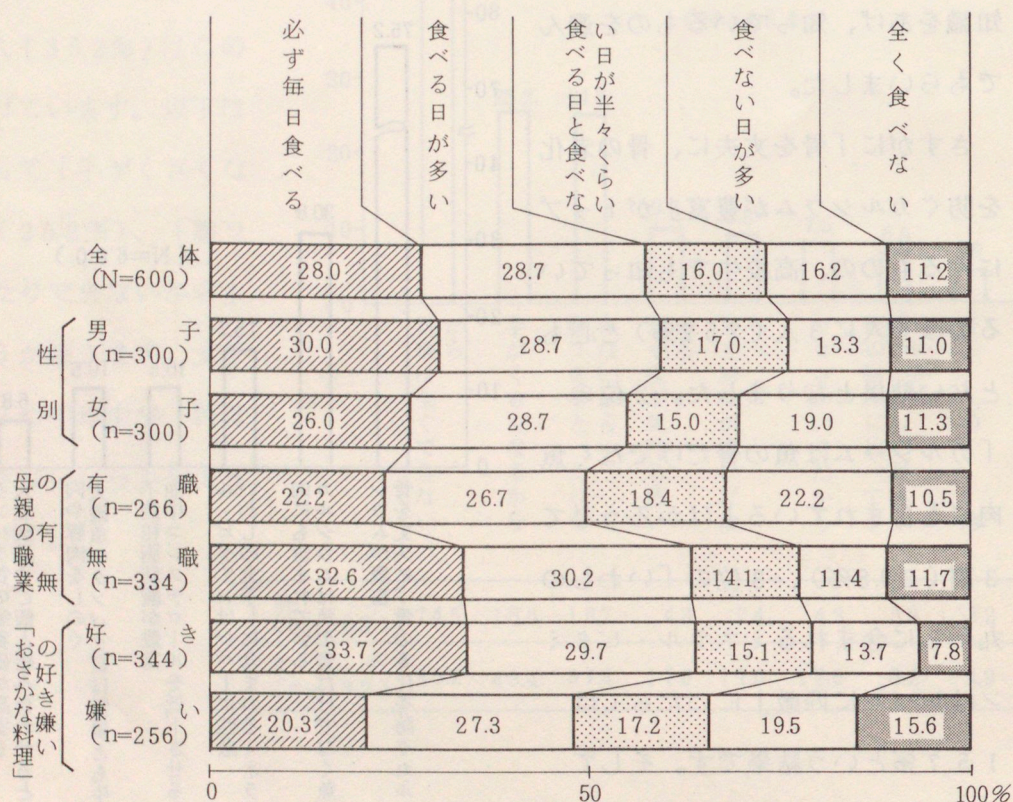


性別	男子 (n=300)	70.7	21.7	13.7	6.3	7.7	4.0	5.0	20.7%
	女子 (n=300)	79.7	40.0	17.7	14.7	13.3	9.7	7.7	9.0
「おさかな料理」の好き嫌い	好き (n=344)	78.2	34.3	19.2	15.1	14.5	7.6	7.0	12.2
	嫌い (n=256)	71.1	26.2	10.9	4.3	5.1	5.9	5.5	18.4

朝食を“食べる派”……56.7%、“食べない派”……27.4%  
 食べない理由のトップは「寝坊をして食べる時間がなくなるから」

16. あなたは朝食を毎日食べていますか。

<図-20> 朝食の摂取状況



高校生の朝食の摂取状況を聞いたところ、「必ず毎日食べる」(28.0%)と「食べる日が多い」(28.7%)を合わせた“食べる派”は56.7%で、ちょうど半数を超える程度。「食べる日と食べない日が半々くらい」という“中間派”は16.0%。「食べない日が多い」(16.2%)と「全く食べない」(11.2%)を合わせた“食べない派”は27.4%と4人に1人強にもものぼります。のびざかりの高校生としては気になる数字です。

性別では“食べる派”“食べない派”ともに大差ありません。

母親の職業の有無でみると、母親が無職の場合“食べる派”は62.8%、“食べない派”は23.1%ですが、有職の場合は48.9%対32.7%となっており、“食べる派”は半数を割り、“食べない派”は3人に1人の割合となっています。こうしてみると、

母親が有職の場合は朝食の摂取状況が悪くなるようです。

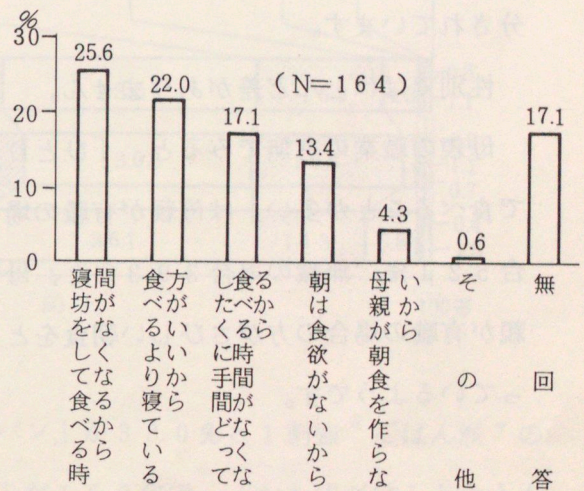
「おさかな料理」の好き嫌いで見ると、好きな高校生は“食べる派”が63.4%を示していますが、嫌いな場合は47.6%と半数を割っており、「おさかな料理」の好きな高校生の方が朝食の摂取状況は良いようです。

### 16-1. 朝食を食べない理由は何ですか。

朝食を「食べない日が多い」と「全く食べない」という人にその理由を聞いたところ、「寝坊をして食べる時間がなくなるから」が25.6%でトップ。以下「食べるより寝ている方がいいから」(22.0%)、「したくに手間どって食べる時間がなくなるから」(17.1%)、

「朝は食欲がないから」(13.4%)と続きます。まだまだ成長期にある高校生が寝坊したり、食欲がないからと1食抜いているのには困ったものです。また、数は少ないものの「母親が朝食を作らないから」(4.3%)というのがありますが、母親に注意を喚起したいものです。

<図-21> 朝食を食べない理由





約半数が朝食を「ひとりで食べることが多い」(45.0%)

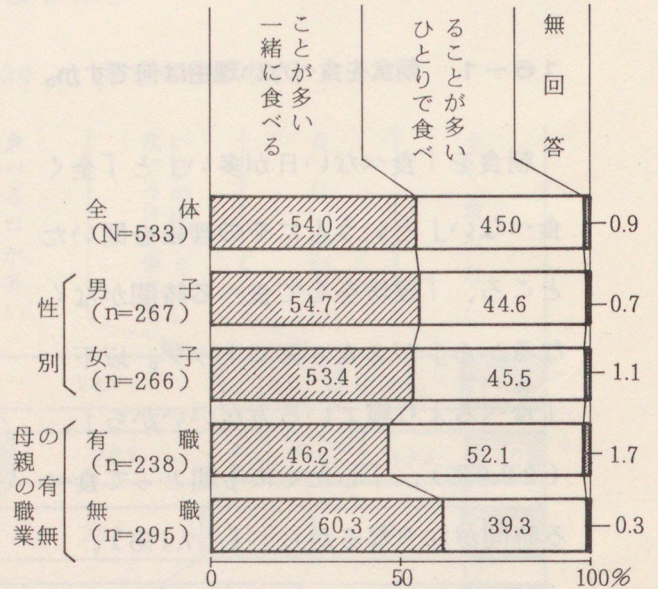
理由は「家を出る時間がそれぞれ違うので」がトップ

17. あなたは朝食を家族と一緒に食べますか。 <図-22> 朝食は家族と一緒にか

朝食を食べる人に家族と一緒に食べるかどうかを聞いたところ、「一緒に食べることが多い」が54.0%、「ひとりで食べることが多い」が45.0%で大体二分されています。

性別ではほとんど差がありません。

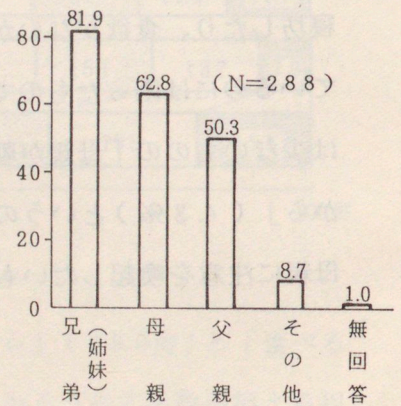
母親の職業の有無でみると、「ひとりで食べるが多い」は母親が有職の場合52.1%、無職の場合39.3%と、母親が有職の場合の方がさびしい朝食をとっているようです。



<図-23> 朝食は誰と

17-1. 朝食は誰と一緒に食べますか。

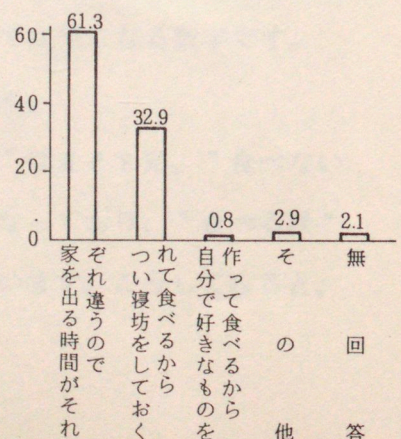
朝食を「一緒に食べるが多い」という人に誰と一緒に食べるかを聞いたところ、「兄弟(姉妹)」が81.9%で最も多く、ついで「母親」(62.8%)、「父親」(50.3%)となっており、朝から親抜き、特に父親不在の食事が目立ちます。



17-2. 朝食をひとりで食べる理由は何ですか。

朝食を「ひとりで食べるが多い」という人にその理由を聞いたところ、6割強(61.3%)の人が「家を出る時間がそれぞれ違うので」をあげ、ついで3割強(32.9%)の人が「つい寝坊をしておくれ食べるから」をあげています。

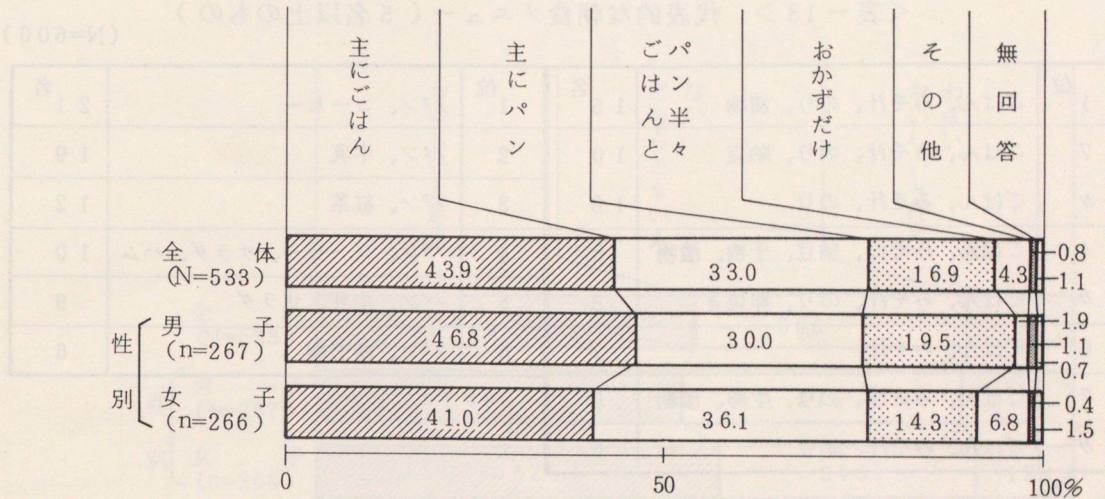
<図-24> 朝食をひとりで食べる理由



高校生の朝食は“ごはん派”43.9%、“パン派”33.0%

18. 朝食はごはんですか、パンですか。

<図-25> 朝食はごはんかパンか



朝食は「主にごはん」が43.9%、「主にパン」が33.0%と1割強“ごはん派”の方が多くなっています。「ごはんとパン半々」が16.9%で、「おかずだけ」という人も4.3%いました。

性別でも、男女ともに“ごはん派”の方が多いのですが、“ごはん派”は男子(46.8%)の方が女子(41.0%)より多く、“パン派”は逆に女子(36.1%)の方が男子(30.0%)より多くなっています。

「ごはん、みそ汁、のり、漬物」  
 が代表的な朝食メニュー  
 「パン、コーヒー」

19. 最も代表的な朝食のメニューは何ですか。

<表-13> 代表的な朝食メニュー（5名以上のもの） (N=600)

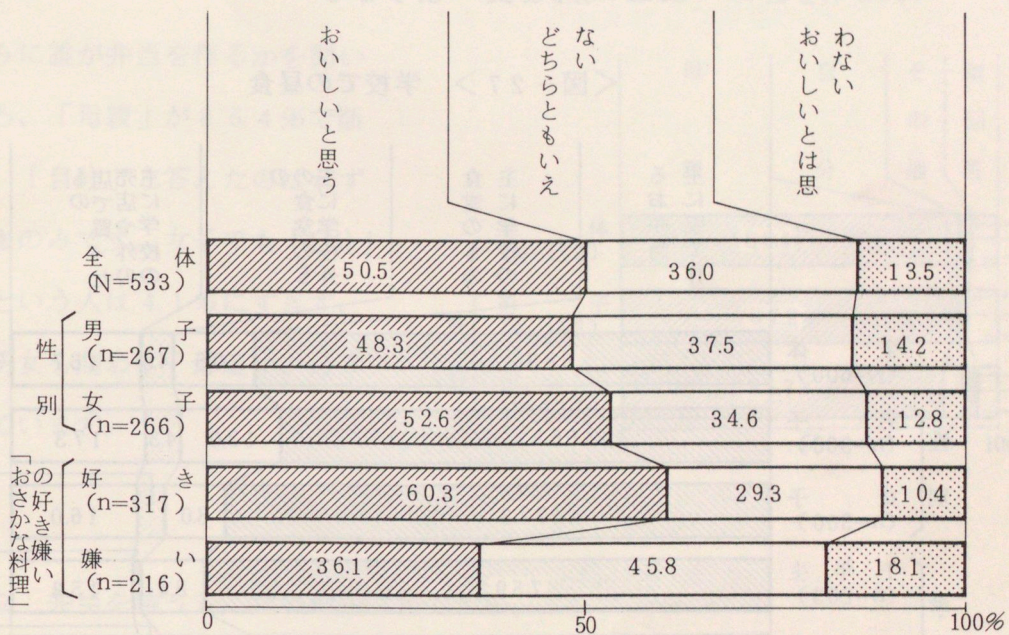
1位	ごはん、みそ汁、のり、漬物	15名	1位	パン、コーヒー	21名
2	ごはん、みそ汁、のり、納豆	10	2	パン、牛乳	19
//	ごはん、みそ汁、のり	10	3	パン、紅茶	12
4	ごはん、みそ汁、納豆、干物、漬物	8	4	パン、コーヒー、サラダ、ハム	10
//	ごはん、みそ汁、のり、卵焼き	8	5	パン、牛乳、サラダ	9
6	ごはん、みそ汁	7	6	パン、ゆで卵	6
7	ごはん、みそ汁、のり、生卵、漬物	5			
//	ごはん、みそ汁、納豆	5			

代表的な朝食のメニューを自由に答えてもらったところ、“ごはん派”では「ごはん、みそ汁、のり、漬物」（15名）、「ごはん、みそ汁、のり、納豆」（10名）、「ごはん、みそ汁、のり」（10名）がベスト3。“パン派”では「パン、コーヒー」（21名）、「パン、牛乳」（19名）、「パン、紅茶」（12名）がベスト3。“ごはん派”“パン派”ともに、おかずはあまり食べていないようです。

朝食を「おいしいと思う」のは2人に1人

20 あなたは朝食をおいしいと思いますか。

<図-26> 朝食はおいしいか



朝食を「おいしいと思う」のは50.5%で2人に1人。逆に「おいしいとは思わない」は13.5%と少なくなっています。また、3人に1人強(36.0%)が「どちらともいえない」と答えています。

性別では大差がありません。

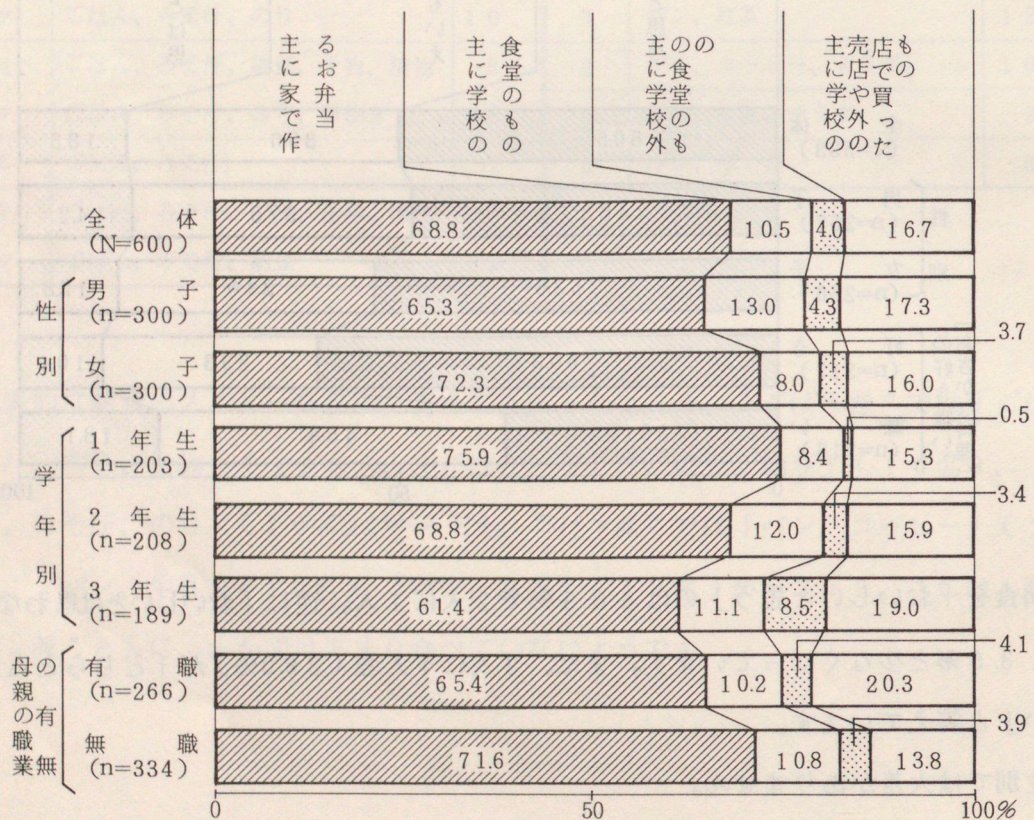
「おさかな料理」の好き嫌いでみると、好きな高校生は「おいしいと思う」が60.3%を示していますが、嫌いな場合は36.1%にすぎず、「おいしいとは思わない」という人が約2割(18.1%)もみられます。こうしてみると、「おさかな料理」が好きな高校生の方が健康的なようです。

学校での昼食は“弁当派”が約7割（68.8%）、  
“非弁当派”が約3割（31.2%）

弁当を持ってこない理由のトップは「荷物にな  
っていやだから」（39.6%）

21. あなたは学校で昼食に何を食べますか。

<図-27> 学校での昼食



学校での昼食は「主に家で作るお弁当」の“弁当派”が約7割（68.8%）で圧倒的に多いようです。以下“非弁当派”では「主に学校の売店や外の店で買ったもの」16.7%、「主に学校の食堂のもの」10.5%、「主に学校外の食堂のもの」4.0%となっています。

性別でみると、“弁当派”は女子（72.3%）の方が男子（65.3%）よりやや多いようです。

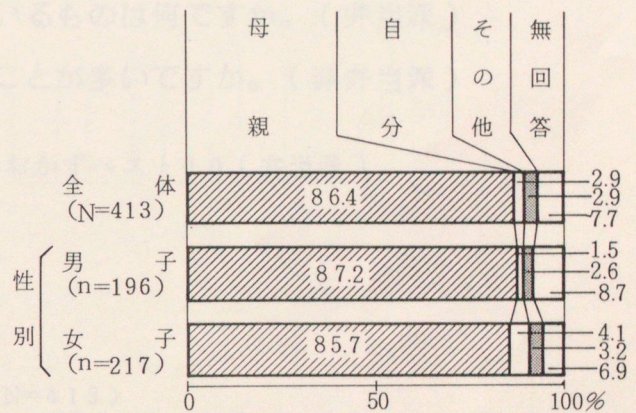
学年別でみると「弁当派」は1年生(75.9%)、2年生(68.8%)、3年生(61.4%)と高学年になるほど減少します。

また、母親の職業の有無でみると、「弁当派」は有職の場合(65.4%)の方が無職の場合(71.6%)より少なくなります。

21-1. 誰が弁当を作りますか。

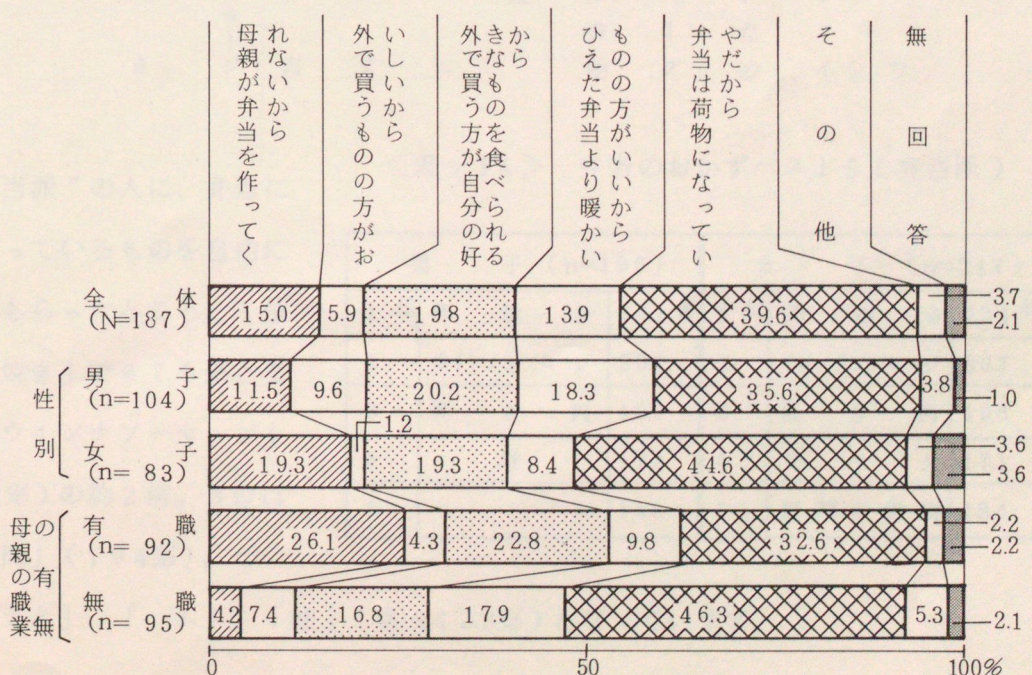
<図-28> 弁当を作る人

ちなみに誰が弁当を作るかを聞いたところ、「母親」が86.4%で断然多く、「自分」と答えたのはわずか2.9%のみです。女子でも「自分」で作るといふ人は4.1%にすぎず、弁当は男女を問わず「母親まかせ」となっています。

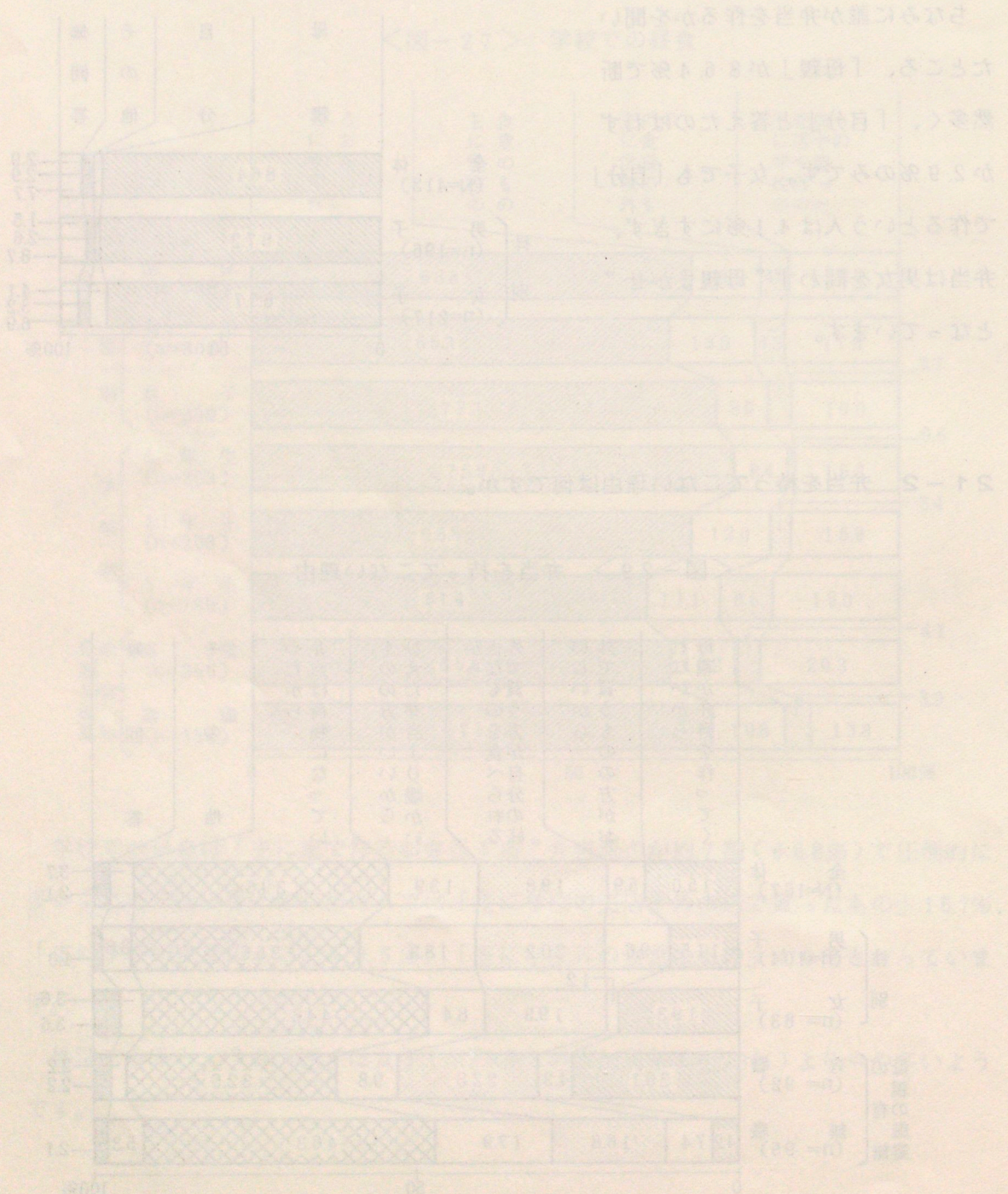


21-2. 弁当を持ってこない理由は何ですか。

<図-29> 弁当を持ってこない理由



一方、「非弁当派」の人に対して弁当を持ってこない理由を聞いたところ、トップは「弁当は荷物になっていやだから」で39.6%、ついで「外で買う方が自分の好きなものを食べられるから」(19.8%)。高校生にもなると食事の内容より荷物になるかどうかの方が気になるようです。これは男子より女子の方により強くみられます。そして3位に「母親が弁当を作ってくれないから」(15.0%)があがってくるのには驚きます。これは母親が有職の場合(26.1%)の方が無職の場合(4.2%)よりかなり多くなっていますが、もっと子供の健康に注意をはらってほしいものです。



高校生の昼食の内容は

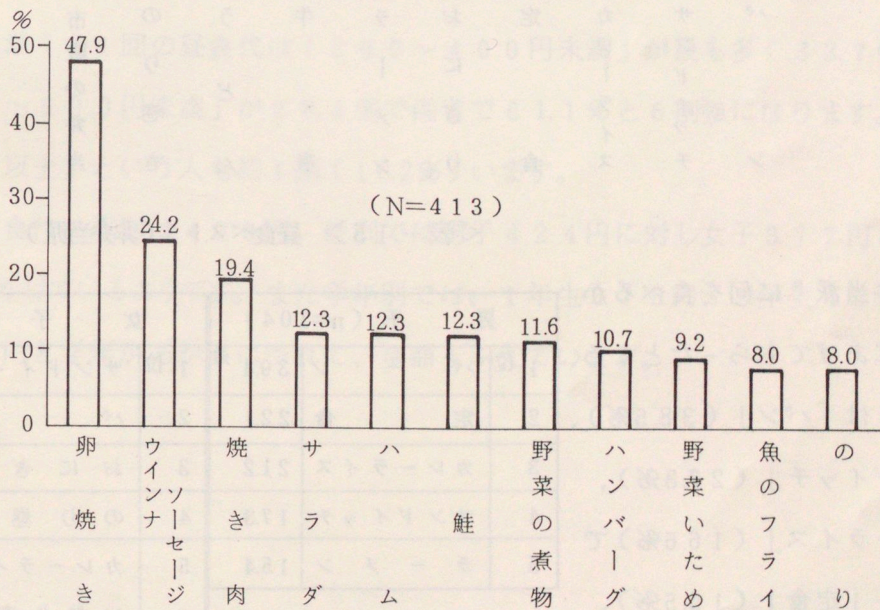
“弁当派”のおかずベスト3は「卵焼き」、

「ウインナーソーセージ」、「焼き肉」

“非弁当派”の昼食ベスト3は「パン」、「サンドイッチ」、「カレーライス」

22. 家で作るお弁当によく入っているものは何ですか。(弁当派)  
 昼食にはどんなものを食べる人が多いですか。(非弁当派)

<図-30> 弁当のおかずベスト10(弁当派)



<表-14> 弁当のおかずベスト5(弁当派)

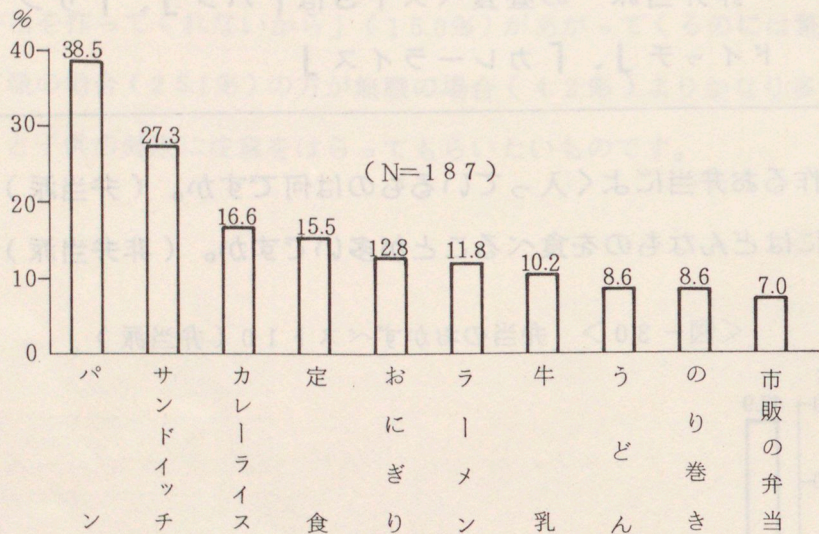
“弁当派”の人に、弁当によく入っているものを自由に答えてもらったところ、1位は「卵焼き」で47.9%と2位の「ウインナーソーセージ」(24.2%)の約2倍。3位は「焼き肉」(19.4%)、ついで「サラダ」、「ハム」、「鮭」(各々12.3%)となっています。

男子 (n=196)			女子 (n=217)		
1位	卵焼き	54.1%	1位	卵焼き	42.4%
2	ウインナーソーセージ	28.1	2	ウインナーソーセージ	20.7
3	焼き肉	18.9	3	焼き肉	19.8
4	鮭	17.3	4	サラダ	17.1
5	ハム	15.3	5	野菜の煮物	13.4



性別でみると、1位から3位までは同じですが、4位、5位に女子では「サラダ」、  
「野菜の煮物」と野菜が入ってきますが、男子では「鮭」、「ハム」と動物性のものが  
続きます。

〈図-31〉 昼食ベスト10（非弁当派）



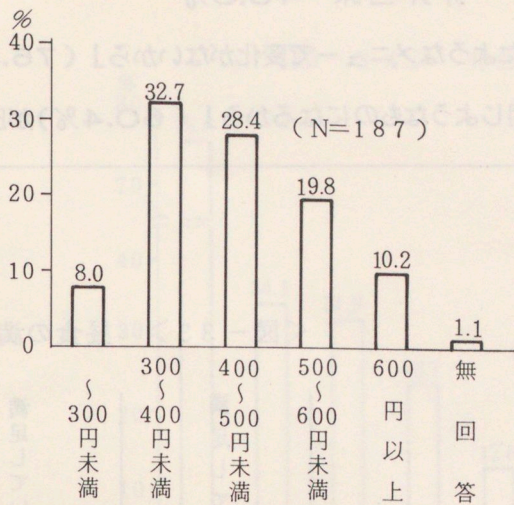
〈表-15〉 昼食ベスト5（非弁当派）

“非弁当派”に何を食べるかを自由にあげてもらったところ、ベスト3は「パン」（38.5%）、「サンドイッチ」（27.3%）、「カレーライス」（16.6%）です。以下「定食」（15.5%）、「おにぎり」（12.8%）、「ラーメン」（11.8%）と続きます。

男子 (n=104)			女子 (n=83)		
1位	パン	39.4%	1位	サンドイッチ	39.8%
2	定食	22.1	2	パン	37.3
3	カレーライス	21.2	3	おにぎり	19.3
4	サンドイッチ	17.3	4	のり巻き	14.5
5	ラーメン	15.4	5	カレーライス	10.8
			〃	いなり寿司	10.8
			〃	牛乳	10.8

性別でみると、男子のベスト3は「パン」（39.4%）、「定食」（22.1%）、「カレーライス」（21.2%）で、比較的腹もちのいいものを食べているようです。一方女子のベスト3は「サンドイッチ」（39.8%）、「パン」（37.3%）、「おにぎり」（19.3%）で軽食風のものが多いようです。

<図-32> 1回の昼食代(非弁当派)



<表-16> 1回の昼食代の平均(非弁当派)

全 体 (N=187)	403 円
男 子 (n=104)	424
女 子 (n=83)	377
1 年 生 (n=49)	375
2 年 生 (n=65)	403
3 年 生 (n=73)	421

“非弁当派”の1回の昼食代は「300～400円未満」が最も多く32.7%、ついで「400～500円未満」が28.4%で両者で61.1%と6割強になります。また「600円以上」という人も約1割(10.2%)います。

1回の昼食代の平均は403円。性別では男子424円に対し女子377円と男子の方がお金をかけているようです。また学年別では、1年生375円、2年生403円、3年生421円と学年があがるにつれて、金額もふえています。

昼食の満足度は“弁当派”67.3%、“非弁当派”43.3%

不満理由……“弁当派”は「いつも似たようなメニューで変化がないから」(75.6%)

“非弁当派”は「いつも同じようなものになるから」(60.4%)が圧倒的

### 23. あなたは昼食に満足していますか。

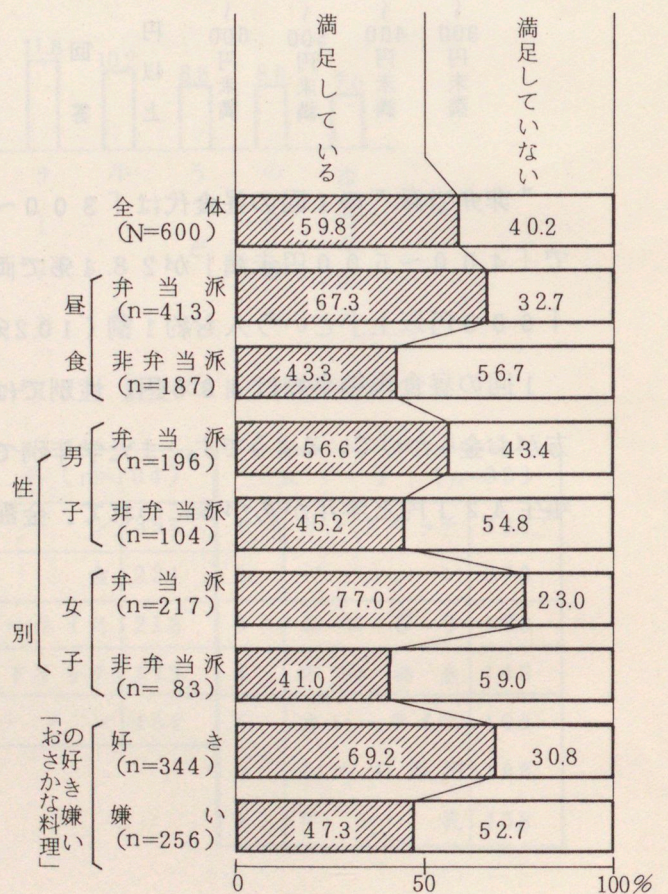
昼食の満足度は「満足している」が59.8%、「満足していない」が40.2%でほぼ5人に3人は満足しているようです。

「満足している」割合は“弁当派”が67.3%、“非弁当派”が43.3%と“弁当派”の方が24.0%も多くなっています。そして“非弁当派”では「満足していない」(56.7%)方が多くなり、満足度は逆転します。

性別でみると、男女ともに“弁当派”の方が“非弁当派”に比べて「満足している」割合は高く、特に女子の場合はその差が目立ちます。

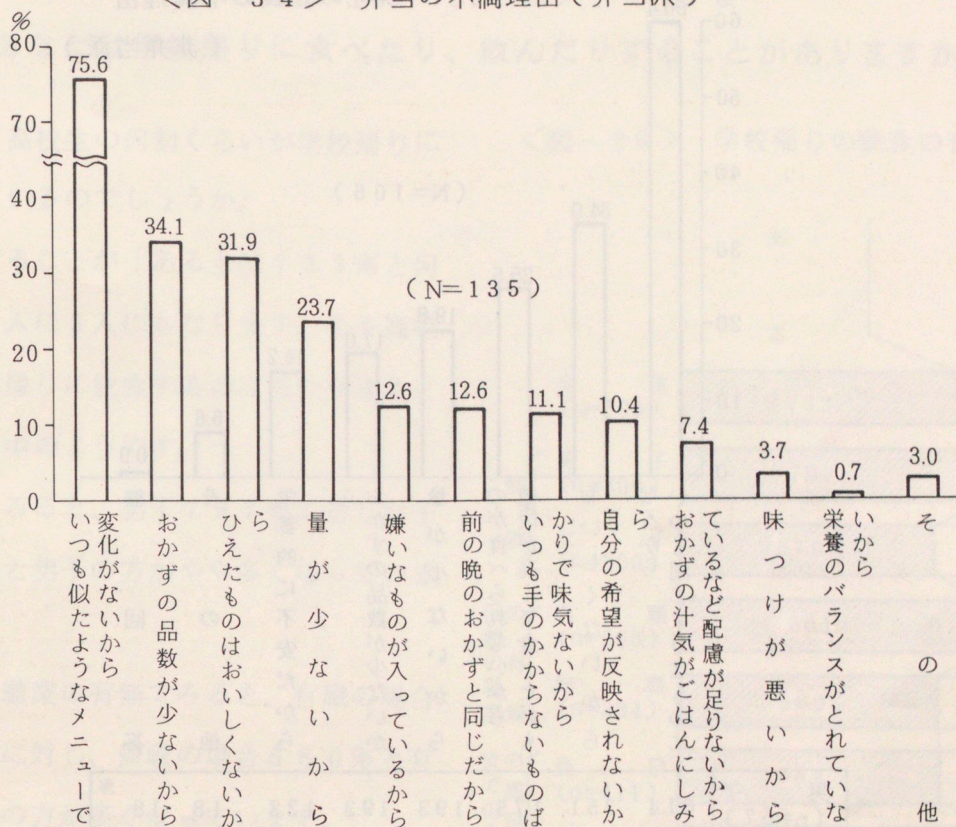
「おさかな料理」の好き嫌いでは、好きな場合の方が「満足している」割合が2割強多くなっています。そして嫌いな場合では「満足していない」が過半数となっています。

<図-33> 昼食の満足度



23-1 家で作るお弁当に満足していない理由は何ですか。(弁当派)

<図-34> 弁当の不满理由(弁当派)

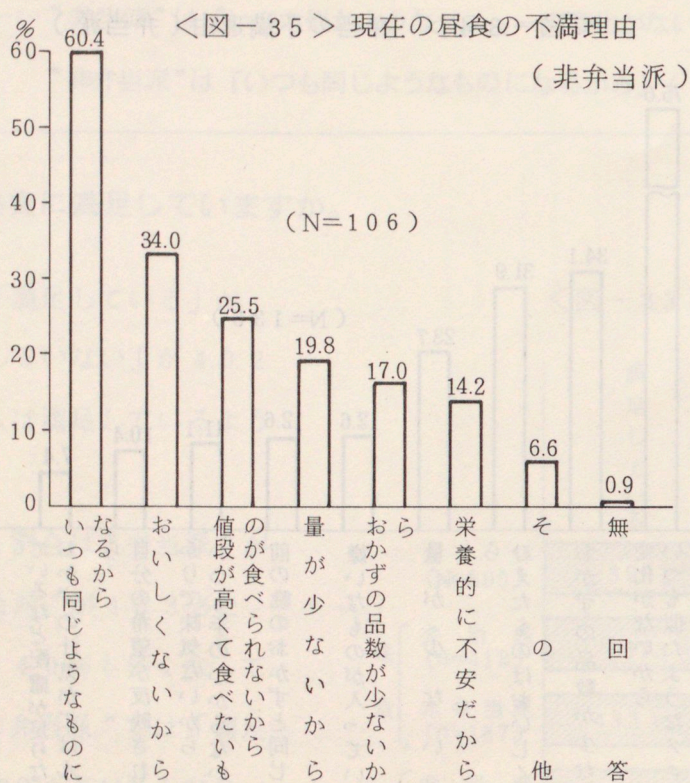


	男子 (n=85)	40.0	40.0	36.5	15.3	12.9	9.4	11.8	8.2	5.9	—	—	%
女子 (n=50)	72.0	24.0	18.0	2.0	8.0	12.0	14.0	8.0	6.0	—	2.0	8.0	

“弁当派”の満足していない人にその理由を聞いたところ、「いつも似たようなメニューで変化がないから」が75.6%で圧倒的に多くなっています。以下「おかずの品数が少ないから」(34.1%)、「ひえたものはおいしくないから」(31.9%)、「量が少ないから」(23.7%)と続きます。

性別でみると、全般に男子の方が数字が高くなっていますが、「量が少ないから」で男女差が大きいのが目立っていますが、これは当然のことといえるでしょう。

23-2 現在の昼食に満足していない理由は何ですか。(非弁当派)



男子 (n=57)	61.4	35.1	17.5	19.3	19.3	12.3	1.8	1.8	%
女子 (n=49)	59.2	32.7	34.7	20.4	14.3	16.3	12.2	-	

“非弁当派”の満足していない人にその理由を聞いたところ、“弁当派”と同様に「いつも同じようなものになるから」が60.4%と圧倒的に多くなりました。ついで「おいしくないから」(34.0%)、「値段が高くて食べたいものが食べられないから」(25.5%)となっています。フトコロ具合と相談しながら食べる昼食はやはり味気ないようで、特に女子の場合は「値段が高くて食べたいものが食べられないから」が不満理由の2位にあげられています。

以上、“弁当派”と“非弁当派”の不満理由をみてみましたが、変化のない中身というものが、弁当派、非弁当派を問わず第一の原因のようです。

学校帰りに飲食しているのは4人に3人も

24. あなたは学校帰りに食べたり、飲んだりすることがありますか。

一体、高校生の何割くらいが学校帰りに飲食しているのでしょうか。

飲食することが「ある」は73.3%と何とほぼ4人に3人にもなります。今や高校生が学校帰りに飲食するのはあたりまえという世の中のようにです。

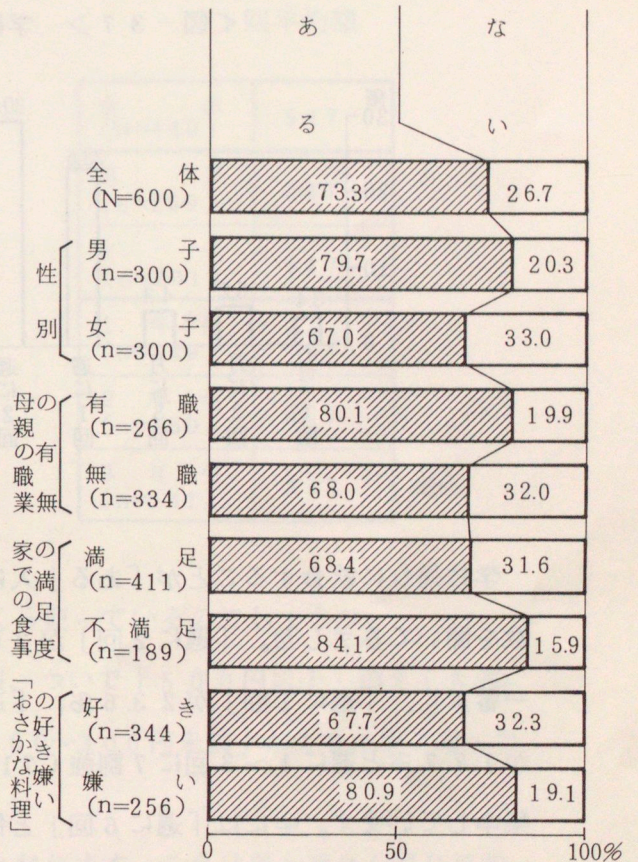
性別でみると、男子79.7%に対し女子67.0%と男子の方がやや多くなっています。

母親の職業の有無でみると、有職の場合80.1%に対し、無職の場合68.0%と有職の場合の方が多くなっています。

家での食事の満足度（詳細は後述）では、不満という高校生の方が学校帰りに飲食をする人が多くなっています。これは家での食事の不満の分を外で満足させようということでしょうか。

「おさかな料理」の好き嫌いで見ると、好きな場合の67.7%に対し、嫌いな場合は80.9%と嫌いな場合の方が多くなっています。

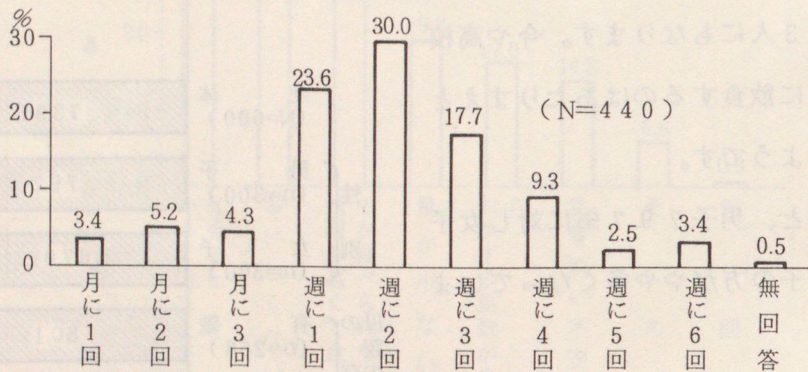
<図-36> 学校帰りの飲食の有無



学校帰りの飲食回数は週に 2.1 回

24-1. あなたは1週間(または1カ月)に何回くらい、学校帰りに飲食しますか。

<図-37> 学校帰りの飲食回数



学校帰りに飲食することが「ある」人にその回数を聞いてみました。「週に2回」が30.0%で一番多く、「週に1回」が23.6%、「週に3回」が17.7%と週に1~3回に7割強(71.3%)が集中しています。中には「週に6回」と毎日している人も3.4%いました。

平均回数は週に2.1回と3日に1回の割合ですが、性別でみると、男子2.4回、女子1.7回とかなりの差がでています。

また家での食事の満足度でも、満足の場合の1.8回に対し、不満足の場合は2.6回とかなりの差がつかしました。

<表-17>

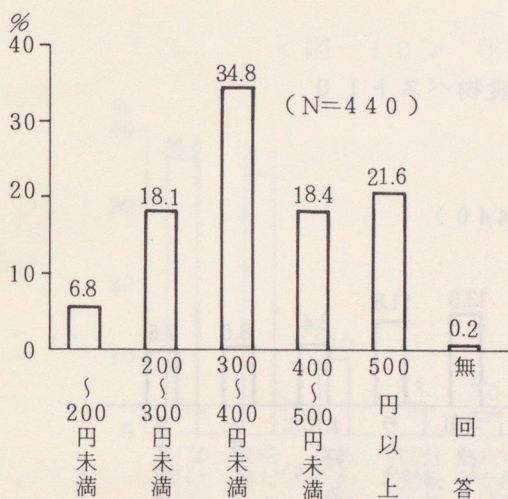
学校帰りの週平均飲食回数

全 体		2.1回
性 別	男 子 (n=239)	2.4
	女 子 (n=201)	1.7
母親の職業の有無	有 職 (n=213)	2.1
	無 職 (n=227)	2.1
家での食事の満足度	満 足 (n=281)	1.8
	不満足 (n=159)	2.6
「おさかな料理」の好き嫌い	好 き (n=233)	2.0
	嫌 い (n=207)	2.2

学校帰りの飲食代は1回平均**347円**

24-2 学校帰りの飲食に、1回あたりいくらくらい使いますか。

<図-38> 1回の学校帰りの飲食代



<表-18> 学校帰りの飲食代の1回平均額

全 体 (N=440)	347 円
男 子 (n=239)	347
女 子 (n=201)	347
1 年 生 (n=149)	323
2 年 生 (n=150)	367
3 年 生 (n=141)	352

高校生が、学校帰りの飲食に1回あたりいくら使っているのでしょうか。

「300～400円未満」が最も多く34.8%、ついで「500円以上」の21.6%。

以下「400～500円未満」が18.4%、「200～300円未満」が18.1%となっています。

1回の学校帰りの飲食代の平均は347円となります。これは男女で全く同じです。

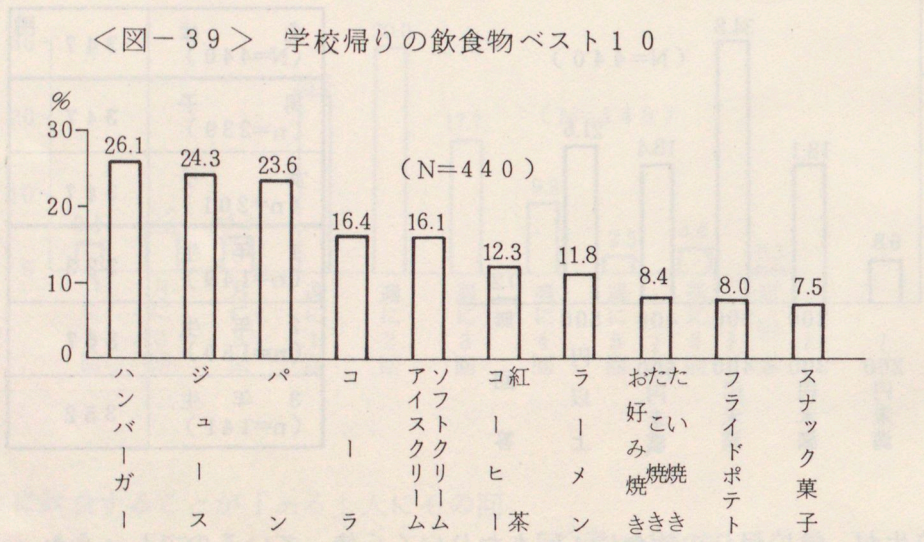
学年別でも、昼食代のように高学年になるにつれてふえるというのではなく、2年生の367円が一番高くなっています。

1カ月の学校帰りの飲食代は2,915円(347円×2.1回×4週)となり、これは学校帰りに飲食をする人の1カ月のこづかい7,121円の4割強(40.9%)を占め、今の高校生はこづかいの半分近くを学校帰りの飲食代に使っているようです。



「ハンバーガー」、「ジュース」、「パン」が  
学校帰りの飲食物ベスト3

24-3. 学校帰りにいろいろなものを食べたり、飲んだりすることが多いですか。



学校帰りに飲食するものを自由に答えてもらったら、1位が「ハンバーガー」(26.1%)、2位が「ジュース」(24.3%)、3位が「パン」

<表-19> 学校帰りの飲食物ベスト5

男子 (n=239)			女子 (n=201)		
1位	パン	30.5%	1位	アイスクリーム・ソフトクリーム	26.9%
2	ハンバーガー	29.3	"	ジュース	26.9
3	ジュース	22.2	3	ハンバーガー	22.4
4	コーラ	20.9	4	パン	15.4
5	ラーメン	12.1	5	コーヒー・紅茶	12.9

(23.6%)と各々4人に

1人はこれらを飲食していることになります。「ハンバーガー」が1位になっているのは、外食産業の発展と大いに関係していると思われます。以下「コーラ」(16.4%)、「アイスクリーム・ソフトクリーム」(16.1%)などが続きます。

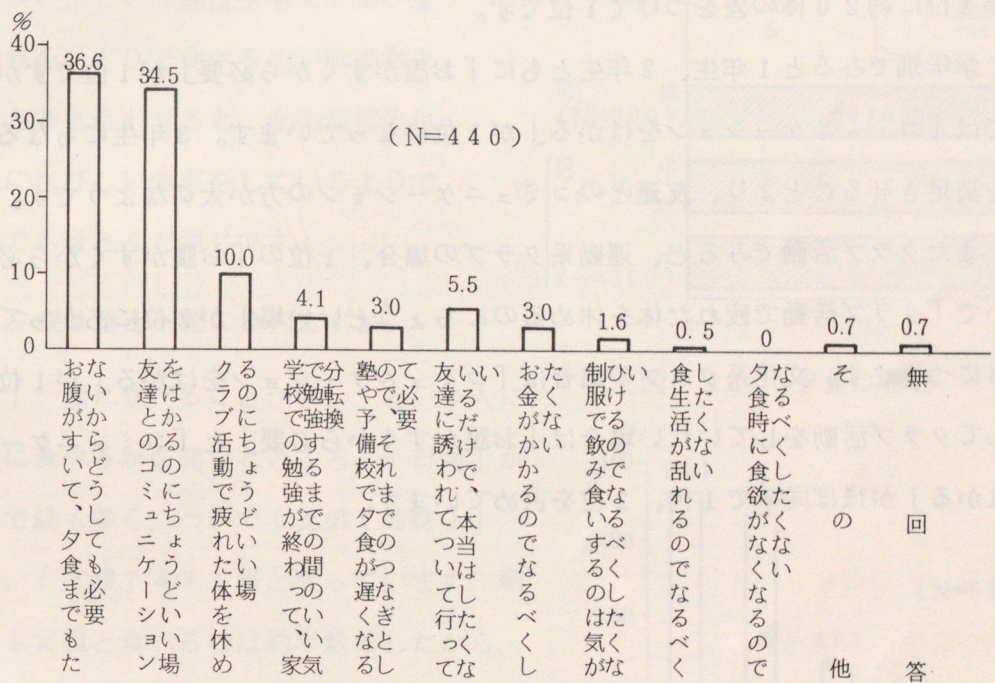
性別で見ると明らかに違いがでてきます。女子の1位の「アイスクリーム・ソフトクリーム」(26.9%)は男子では7.1%でかろうじて10位に入ってくる程度です。

学校帰りの飲食は

「お腹がすいて、夕食までたないからどうしても必要」(36.6%)、  
 「友達とのコミュニケーションをはかるのにちょうどいい場」(34.5%)

24-4. 学校帰りに食べたり、飲んだりすることをどのように考えますか。

<図-40> 学校帰りの飲食に対する考え



<表-20> 学校帰りの飲食に対する考えベスト2

		1 位		2 位	
性別	男子 (n=239)	お腹がすくから必要	47.3%	コミュニケーションをはかる	27.2%
	女子 (n=201)	コミュニケーションをはかる	43.3	お腹がすくから必要	23.9
学年別	1年生 (n=149)	お腹がすくから必要	39.6	コミュニケーションをはかる	30.2
	2年生 (n=150)	お腹がすくから必要	40.0	コミュニケーションをはかる	32.0
	3年生 (n=141)	コミュニケーションをはかる	41.8	お腹がすくから必要	29.8
クラブ活動	運動系 (n=123)	お腹がすくから必要	35.8	疲れた体を休める	29.3
	文化系 (n=133)	コミュニケーションをはかる	42.1	お腹がすくから必要	30.1
	していない (n=184)	お腹がすくから必要	41.8	コミュニケーションをはかる	41.3

学校帰りの飲食を高校生はどう考えているのでしょうか。

「お腹がすいて、夕食までもたないからどうしても必要」(36.6%)と「友達とのコミュニケーションをはかるのにちょうどいい場」(34.5%)が断然多く、他の3つの学校帰りの飲食を肯定する考えと合わせると何と9割弱(88.2%)が学校帰りの飲食を肯定しています。

性別でみると、男子では「お腹がすくから必要」(47.3%)が2位に約20%の差をつけて1位になっていますが、女子では逆に「コミュニケーションをはかる」(43.3%)が2位に約20%の差をつけて1位です。

学年別でみると1年生、2年生ともに「お腹がすくから必要」が1位ですが、3年生では「コミュニケーションをはかる」が1位になっています。3年生にもなると空腹感を満足させることより、友達とのコミュニケーションの方が大切なようです。

またクラブ活動でみると、運動系クラブの場合、1位の「お腹がすくから必要」について「クラブ活動で疲れた体を休めるのにちょうどいい場」が2位にあがっているのが目につきます。文化系クラブの場合は「コミュニケーションをはかる」が1位です。そしてクラブ活動をしていない場合は「お腹がすくから必要」と「コミュニケーションをはかる」がほぼ同率で1位、2位を占めています。

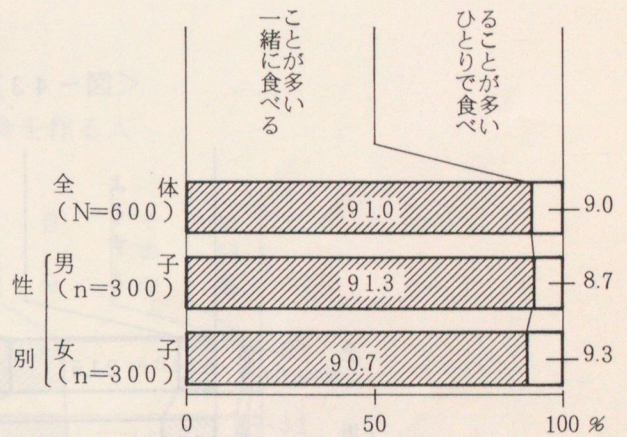
学年	性別	クラブ活動	1位	2位
1	男	有	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる
1	女	有	コミュニケーションをはかる	お腹がすくから必要
2	男	有	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる
2	女	有	コミュニケーションをはかる	お腹がすくから必要
3	男	有	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる
3	女	有	コミュニケーションをはかる	お腹がすくから必要
1	男	無	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる
1	女	無	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる
2	男	無	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる
2	女	無	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる
3	男	無	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる
3	女	無	お腹がすくから必要	コミュニケーションをはかる

夕食でも「ひとりで食べることが多い」が1割弱（9.0%）  
 理由は「クラブや塾で帰りが遅いので」

**25. あなたは夕食を家族と一緒に食べますか。**

夕食を家族と「一緒に食べるが多い」（91.0%）のは当然ですが「ひとりで食べるが多い」という高校生も9.0%いました。朝食をひとりで食べるのが約半数ということも考え合わせると、今の高校生は想像以上にさびしい食事をしているようです。性別でもほとんど同じです。

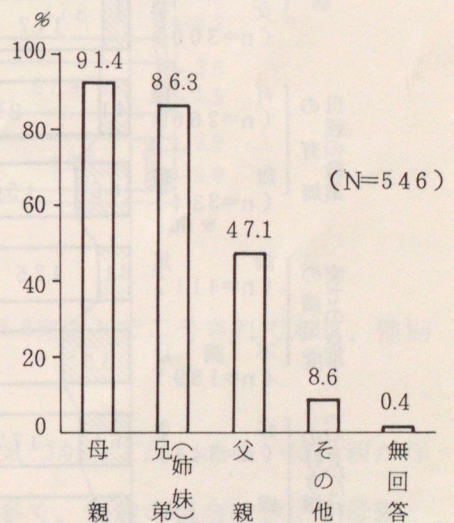
＜図-41＞ 夕食は家族と一緒に



**25-1. 夕食は誰と一緒に食べますか。**

夕食を「一緒に食べるが多い」という人に誰と一緒に食べるかを聞いたところ、「母親」が91.4%で最も多く、ついで「兄弟(姉妹)」86.3%、「父親」47.1%となっています。朝食のときも父親と食べるのは約半数でしたから、他の家族と比べると父親と食事をする機会は少ないようです。

＜図-42＞ 夕食は誰と



**25-2. 夕食をひとりで食べる理由は何ですか。**

夕食を「ひとりで食べるが多い」理由を自由に答えてもらったところ、「クラブや塾で帰りが遅いので」（26名）と「家族の帰宅時間がマチマチなので」（24名）というのにほぼ二分されました。

＜表-21＞ 夕食をひとりで食べる理由(N=54)

- ・クラブや塾で帰りが遅いので (26名)
- ・家族の帰宅時間がマチマチなので (24名)
- ・両親が商売をしているので (4名)
- ・母が仕事をしているので (2名)
- ・独りが好きだから (2名)
- ・アルバイトをしているので (1名)

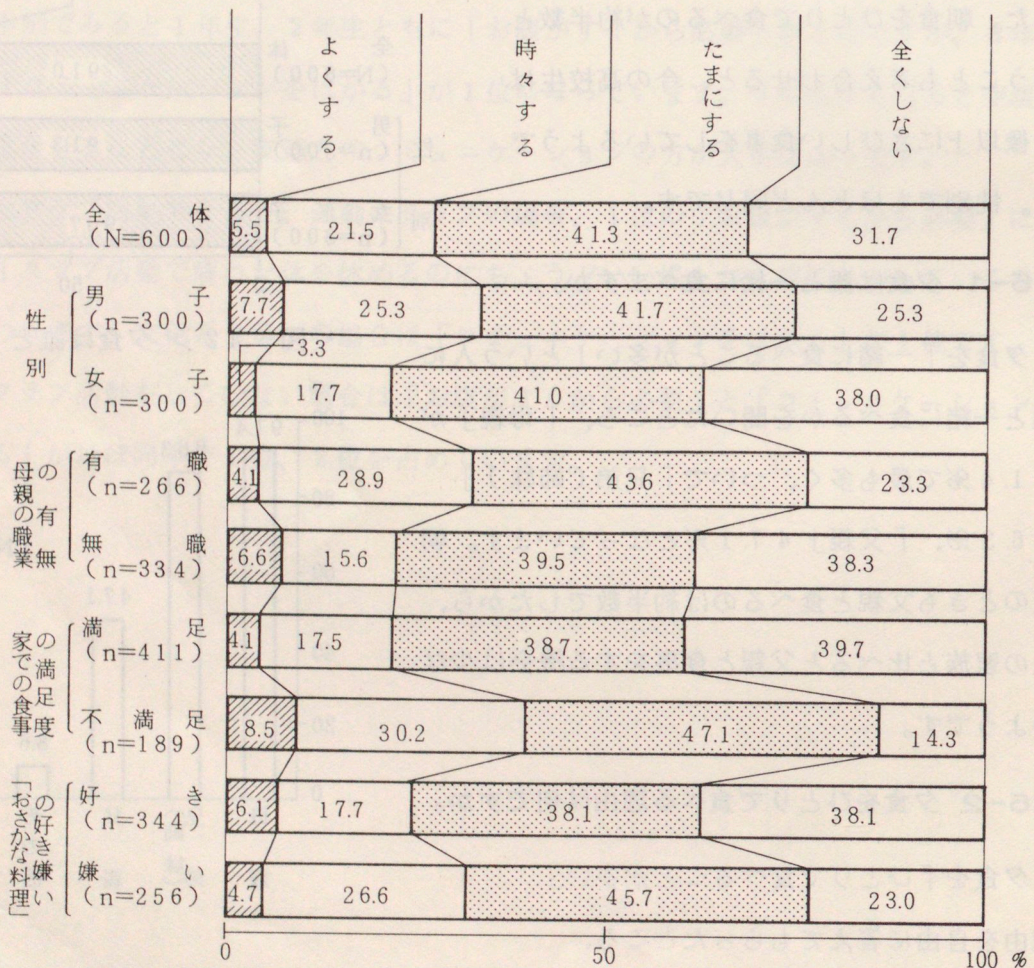
3人に2人が夜食を“する”

作るのは「母親」と「自分」が半々

夜食のトップは圧倒的に「ラーメン」(50.5%)

26. あなたは夜食をしますか。

<図-43> 夜食の摂取状況



夜食を「よくする」(5.5%)、「時々する」(21.5%)、「たまにする」(41.3%)を合わせた“する”というのが68.3%と3人に2人強にもなります。

性別でみると、男子(74.7%)の方が女子(62.0%)より多くなっています。

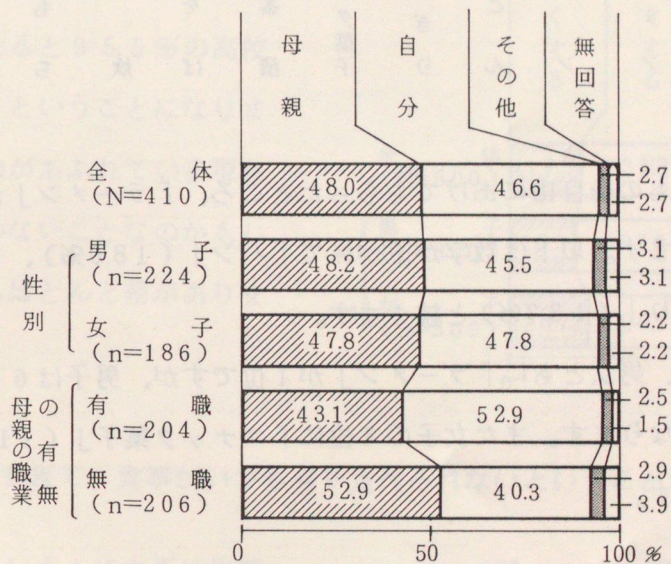
母親の職業の有無でみると、有職の場合(76.6%)の方が無職の場合(61.7%)より多くなっています。

家での食事の満足度では、満足の場合でも60.3%の人が夜食をしています、不満足の場合はさらに高く85.8%を示し、“不満足”のハケ口が夜食にも向けられているようです。

また「おさかな料理」の好き嫌いで見ると、好きな場合は61.9%、嫌いな場合は77.0%で、おさかな嫌いの方が夜食をする人が多くなっています。

### 26-1 夜食は主に誰が作りますか。

<図-44> 夜食を作る人

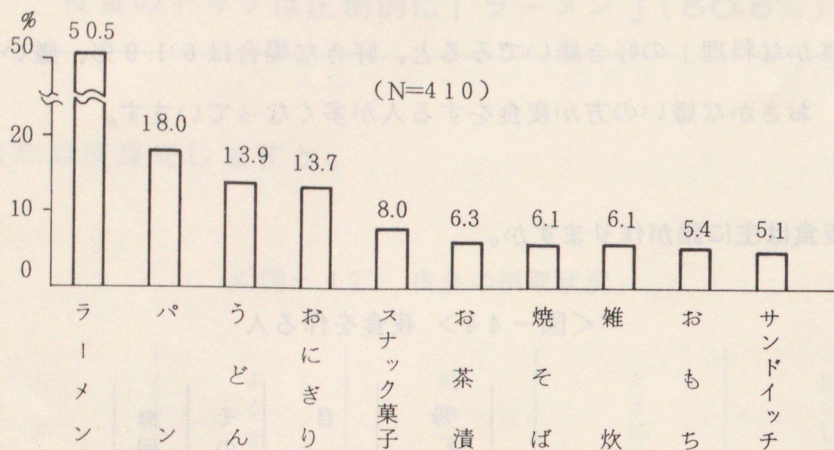


夜食を作るのは「母親」(48.0%)と「自分」(46.6%)とで二分されており、性別でも大差ありません。

母親の職業の有無で見ると、有職の場合は、母親を気づかってか、あるいは母親が作ってくれないのか「自分」(52.9%)という人の方が多く、無職の場合は逆に「母親」(52.9%)が「自分」(40.3%)より多くなっています。

26-2 夜食にどんなものを食べる人が多いですか。

<図-45> 夜食ベスト10



夜食に食べるものを自由にあげてもらったところ、「ラーメン」が50.5%で圧倒的に多くなっています。以下は数字が下がって「パン」(18.0%)、「うどん」(13.9%)、「おにぎり」(13.7%)と続きます。

性別で見ると、男女ともに「ラーメン」が1位ですが、男子は65.6%と女子32.3%の約2倍にもなります。また女子の4位に「スナック菓子」(11.8%)が入ってくるのが目につきます。

<表-22> 夜食ベスト5

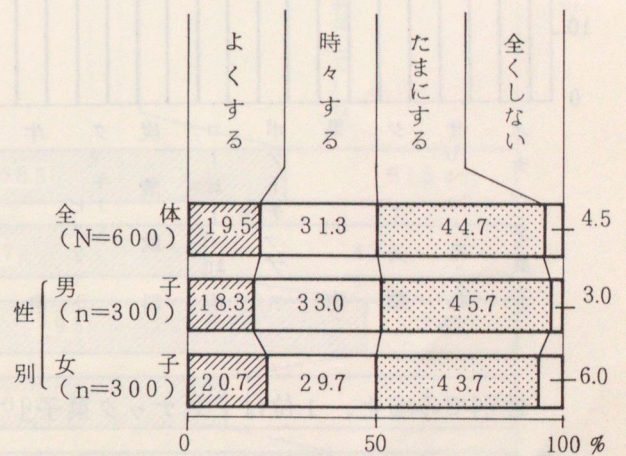
男子(n=224)			女子(n=186)		
1位	ラーメン	65.6%	1位	ラーメン	32.3%
2	おにぎり	17.0	2	パン	22.0
3	パン	14.7	3	うどん	17.7
4	うどん	10.7	4	スナック菓子	11.8
5	焼そば	8.5	5	おにぎり	9.7

間食をする高校生は**95.5%**で、**4人に1人**は食事に影響「あり」  
 「**スナック菓子**」、「**せんべい・あられ**」、「**ジュース類**」が間食ベスト3

27. あなたは家にいるときに、間食をどの程度しますか。

家にいるときに間食を「よくする」の  
 が19.5%とほぼ5人に1人。そして  
 「時々する」(31.3%)と「たまにする」  
 (44.7%)を合わせると95.5%の高校  
 生が間食を“する”ということになりま  
 す。これだけ食べ物があふれている現在  
 の日本ではしかたのないことなかもしれ  
 ません。性別でもほとんど差がありま  
 せん。

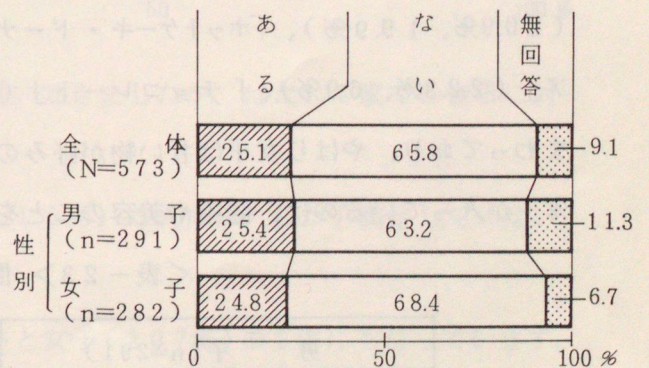
<図-46> 間食の摂取状況



27-1 間食をしすぎて、食事がいつも通り食べられないということがありますか。

間食を“する”という人に食事に影響  
 するかどうかを聞いたところ、4人に1  
 人(25.1%)が「ある」と答えています。  
 ある程度の間食はしかたがないかもしれ  
 ませんが、度が過ぎると食生活に悪影響  
 を及ぼすようです。性別でも大差はあり  
 ません。

<図-47> 間食の食事への影響



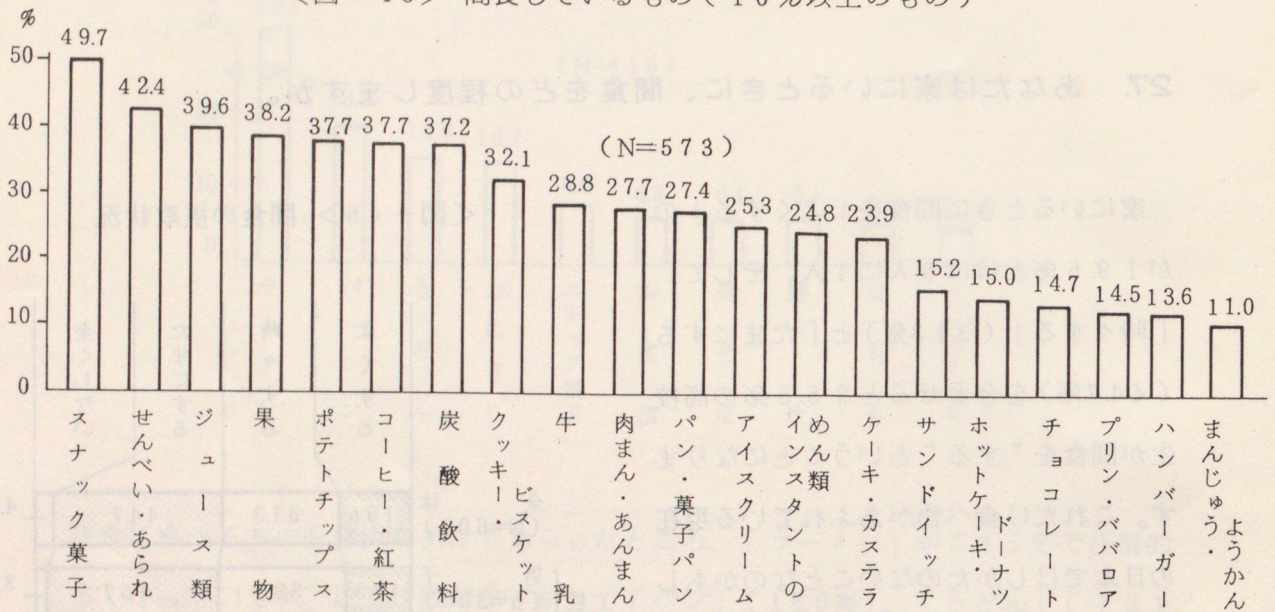
27-2 よく間食するのはどのようなものですか。

間食する人にどんなものを食べるか、あらかじめ用意した36項目の中から選んでも  
 らったところ、ベスト3は「スナック菓子」(49.7%)、「せんべい・あられ」(42.4



%)、「ジュース類」(39.6%)です。ついで「果物」(38.2%)、「ポテトチップス」、「コーヒー・紅茶」(各37.7%)となっています。

<図-48> 間食しているもの(10%以上のもの)



性別でみると、1位は「スナック菓子」で同じですが、2位以下に男女差がみられ、男子の2位の「炭酸飲料」(46.4%、女子は27.7%)や「インスタントのめん類」(男子36.8%、女子12.4%)や「肉まん・あんまん」(35.4%、19.9%)などは男子の方が多くなっています。一方、女子の2位の「クッキー・ビスケット」(45.7%、男子18.9%)や「ケーキ・カステラ」(女子39.4%、男子8.9%)、「アイスクリーム」(30.9%、19.9%)、「ホットケーキ・ドーナツ」(24.8%、5.5%)、「プリン・ババロア」(22.3%、6.9%)、「チョコレート」(21.3%、8.2%)などは女子の方がかなり上まわっており、やはり女子は甘い物が好みようです。また女子の3位に「果物」(45.0%)が入っているのは、健康や美容のことを考えているということでしょうか。

<表-23> 間食ベスト5

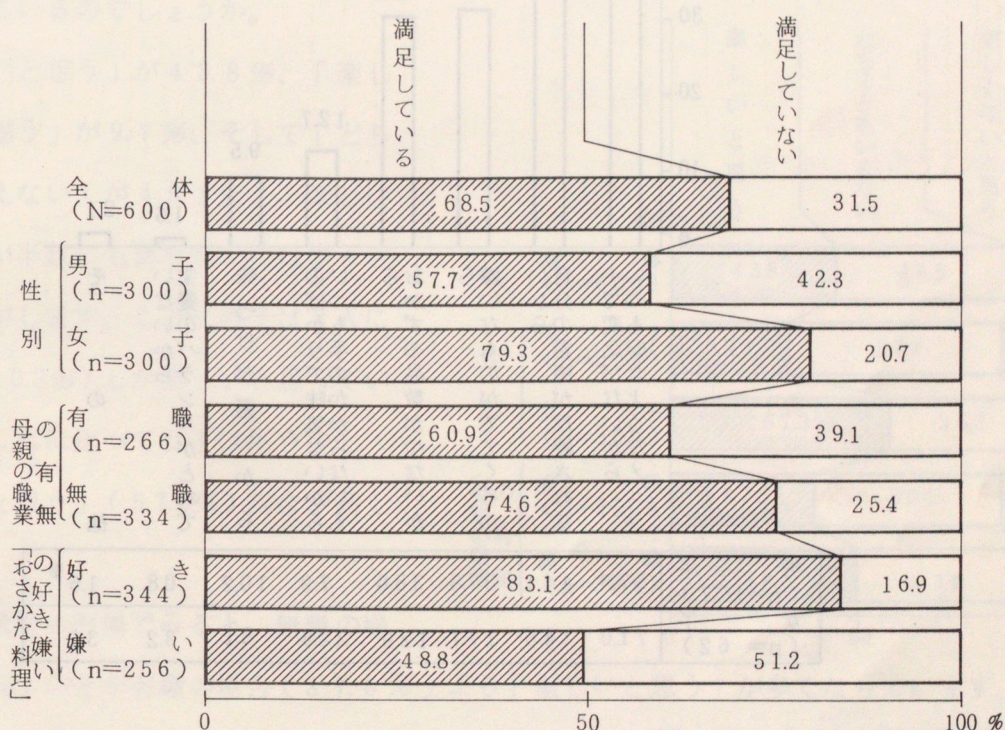
男子(n=291)		女子(n=282)	
1位	スナック菓子 50.5%	1位	スナック菓子 48.9%
2	炭酸飲料 46.4	2	クッキー・ビスケット 45.7
3	せんべい・あられ 43.0	3	果物 45.0
4	ポテトチップス 42.3	4	せんべい・あられ 41.8
5	ジュース類 38.8	5	ジュース類 40.4

3人に1人は家での食事に「満足していない」

理由は「いつも似たようなメニューで変化がないから」がトップ

28. あなたは家での食事に満足していますか。

<図-49> 家での食事の満足度



これまで高校生の食生活の意識と実態を聞いてきましたが、はたして家での食事に対して彼らは満足しているのでしょうか。

「満足している」が68.5%で、残りの31.5%、3人に1人弱が「満足していない」という結果になりました。

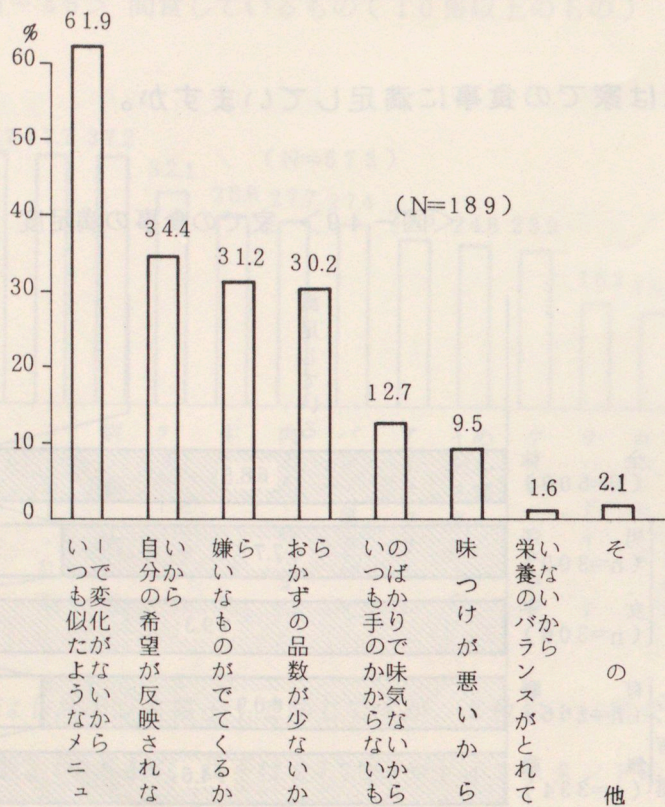
ことに男子は「満足していない」が42.3%と女子(20.7%)の2倍にもなっています。

母親の職業の有無でみると、「満足していない」は有職の場合(39.1%)の方が無職の場合(25.4%)より多くなっています。

「おさかな料理」の好き嫌いで見ると、好きな場合は大半の人(83.1%)が「満足している」としてはいますが、嫌いな場合は48.8%で「満足していない」(51.2%)という人の方が多く、満足度が逆転しています。

28-1 家での食事に満足していない理由は何ですか。

<図-50> 家での食事の不満理由



男子 (n=127)	57.5	44.1	37.8	38.6	7.9	10.2	0.8	1.6%
女子 (n=62)	71.0	14.5	17.7	12.9	22.6	8.1	3.2	3.2

家での食事に「満足していない」と答えた人にその理由を聞いたところ、「いつも似たようなメニューで変化がないから」が61.9%で断然多くなっています。ことに女子にこの理由をあげた人が多くみられます。以下は「自分の希望が反映されないから」(34.4%)、「嫌いなものがでてくるから」(31.2%)、「おかずの品数が少ないから」(30.2%)と続きますが、これらは男子の方が多くなっています。女子は前出の「メニューに変化がない」について「いつも手のかからないものばかりで味気ないから」が2位になっており、男子とは違った目で見ているようです。

家での食事の雰囲気を

「楽しいと思う」…43.8%、「楽しくないと思う」…9.7%

楽しくない理由は「家族そろって食事をするのがほとんどないから」

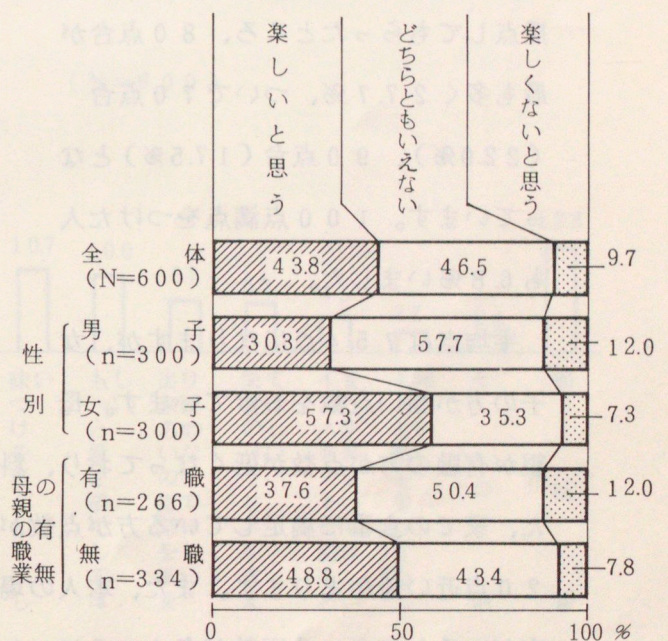
29. あなたは家で食事をするときの雰囲気をどう思いますか。

今の高校生は、家での食事の雰囲気をどう感じているのでしょうか。

「楽しいと思う」が43.8%、「楽しくないと思う」が9.7%、そして「どちらともいえない」が46.5%。「楽しいと思う」が半数にも満たないのは少々さびしい気がします。ことに男子は3人に1人弱(30.3%)しか楽しいと思いません。これに比べて女子はもう少し「楽しいと思う」(57.3%)割合が高くなります。

母親の職業の有無でみると、無職の場合(48.8%)の方が有職の場合(37.6%)より「楽しいと思う」が多くなっています。

<図-51> 家での食事の雰囲気

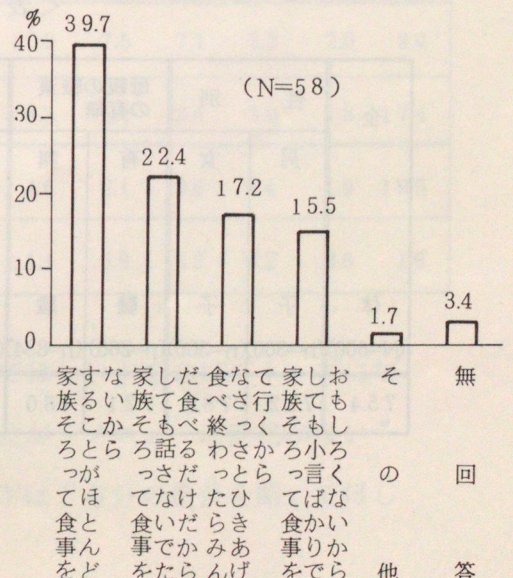


29-1. 家での食事の雰囲気を

楽しくないと思う理由は何ですか。

家での食事の雰囲気を「楽しくないと思う」人にその理由を聞いてみたところ、「家族そろって食事をするのがほとんどないから」が最も多く4割弱(39.7%)でした。ついで「家族そろって食事をしてもしゃべらないでただ食べるだけだから」(22.4%)、「食べ終わったらみんなさっさとひきあげて行くから」(17.2%)、「家族そろって食事をしてもしゃべりばかりでおもしろくないから」(15.5%)となっています。

<図-52> 家での食事の雰囲気が楽しくない理由



母親の料理の腕前は75.4点

「おさかな料理」が多いほど点数も上昇

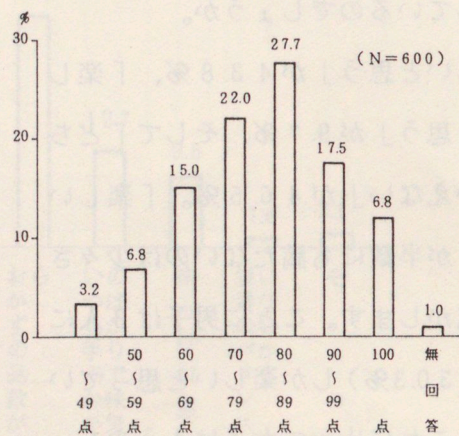
30. 母親の料理を採点すると何点くらいだと思いますか。

母親の料理を100点満点で自由に採点してもらったところ、80点台が最も多く27.7%、ついで70点台(22.0%)、90点台(17.5%)となっています。100点満点をつけた人も6.8%いました。

平均点は75.4点になりますが、女子の方が高い点数をつけています。母親が有職の方が点数が低くなっており、料理への配慮を深めてもらいたいものです。

また、家での食事に満足している方が点数が高いのは当然のことですが、それにしても20点近い差があります。また、本人の場合も母親の場合も「おさかな料理」が好きな方が、そして食べる回数が多くなるにつれて母親に高い点数をつけています。「おさかな料理」の機会が多い母親の方が料理上手のようです。

<図-53> 母親の料理の点数



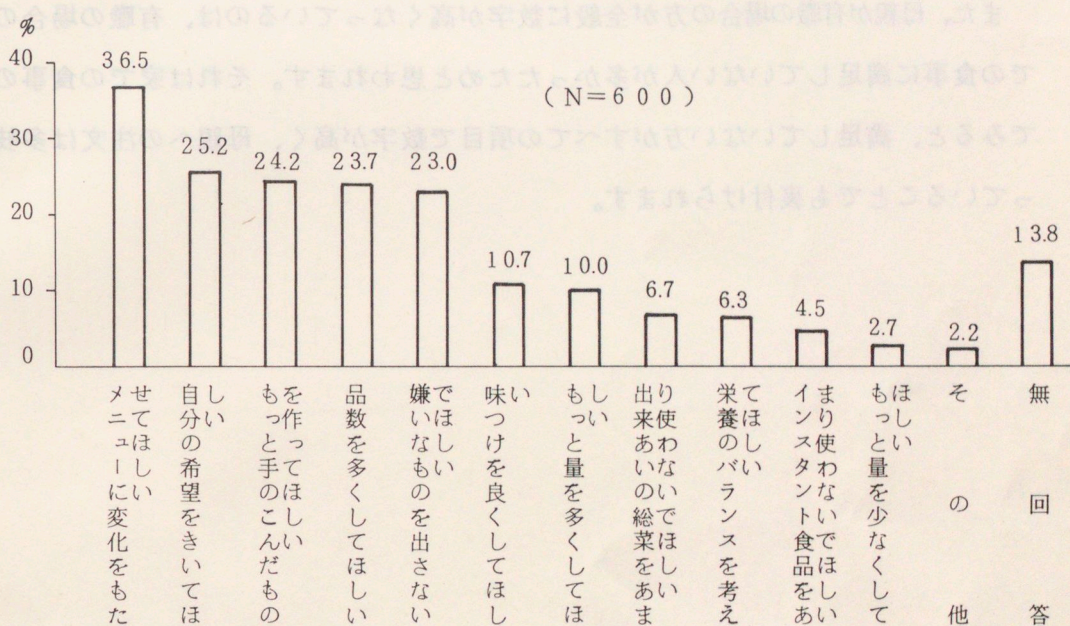
<表-24> 母親の料理の平均点

全 体	性別		母親の職業の有無		家での食事の満足度		「おさかな料理」の好き嫌い		1週間に「おさかな料理」を食べる回数			母親の魚の好き嫌い	
	男	女	有	無	満足している	満足していない	好	嫌	2回以下	3~4回	5回以上	好	嫌
(N=600)	(n=300)	(n=300)	(n=266)	(n=334)	(n=411)	(n=189)	(n=344)	(n=256)	(n=148)	(n=225)	(n=227)	(n=447)	(n=153)
75.4	72.2	78.6	72.1	78.0	80.9	63.6	81.3	67.6	68.0	73.5	82.2	77.4	69.6

母親への注文は  
「メニューに変化をもたせてほしい」(36.5%)がトップ

31. 食事のことで、母親に注文したいことは何ですか。

〈図-54〉 食事のことで母親に注文したいこと



性別	男 (n=300)	31.3	33.7	25.3	31.0	31.7	14.3	16.7	6.0	3.0	5.7	1.0	1.7	10.3
	女 (n=300)	41.7	16.7	23.0	16.3	14.3	7.0	3.3	7.3	9.7	3.3	4.3	2.7	17.3
母親の職業	有職 (n=266)	39.1	26.3	28.9	27.1	25.6	13.2	8.3	10.9	7.5	7.1	2.3	2.6	9.4
	無職 (n=334)	34.4	24.3	20.4	21.0	21.0	8.7	11.4	3.3	5.4	2.4	3.0	1.8	17.4
家での食事の満足度	満足している (n=411)	31.4	21.9	17.3	18.5	17.3	7.3	9.2	4.6	6.1	3.6	2.4	1.9	19.5
	満足していない (n=189)	47.6	32.3	39.2	34.9	35.4	18.0	11.6	11.1	6.9	6.3	3.2	2.6	1.6

3人に1人強(36.5%)が「メニューに変化をもたせてほしい」をあげてトップになっていますが、これは弁当や家での食事の不满理由の1位が「メニューに変化がない」ということを考えれば当然の結果といえるでしょう。以下は「自分の希望を聞いてほし

い」(25.2%)、「もっと手のこんだものを作ってほしい」(24.2%)、「品数を多くしてほしい」(23.7%)などが続きます。

性別でみると、男子の1位は「自分の希望をきいてほしい」(33.7%)ですが、「嫌いなものを出さないでほしい」(31.7%)、「メニューに変化をもたせてほしい」(31.3%)、「品数を多くしてほしい」(31.0%)も差なく続いています。一方、女子は1位が「メニューに変化をもたせてほしい」(41.7%)で2位の「もっと手のこんだものを作ってほしい」(23.0%)に差をつけています。

また、母親が有職の場合の方が全般に数字が高くなっているのは、有職の場合の方が家での食事に満足していない人が多かったためと思われます。それは家での食事の満足度でみると、満足していない方がすべての項目で数字が高く、母親への注文は多岐にわたっていることでも裏付けられます。

項目	男子	女子	合計
自分の希望をきいてほしい	33.7%	28.5%	31.1%
嫌いなものを出さないでほしい	31.7%	25.2%	28.4%
メニューに変化をもたせてほしい	31.3%	41.7%	36.5%
品数を多くしてほしい	31.0%	23.7%	27.3%
もっと手のこんだものを作ってほしい	24.2%	23.0%	23.6%