



半数が野菜不足を認識 「量の基準が不明」3割

JC総研では2008年より、農畜産物の消費行動をテーマにWeb調査を実施している。その中から、昨年発表された「野菜・果物の消費行動に関する調査」（全国の主婦・既婚男性・单身男性・单身女性2097人対象）の結果を報告する。

●「野菜を食べる頻度」については、「毎日」（ほぼ毎食）「ほぼ毎日」が62・0％と前回調査（64・7％）より減少し、属性別では单身女性を除き減少。年齢層別でも20代以下でいくらか増加したものの、それ以外の年代は横ばいあるいは減少した。一方、「週に1日未満／食べない」は12・8％と1割を超えた。特に单身男性では年々増加し、4人に1人の割合に。20代以下を除き増加し、全年齢層で1割を超え、特に30代・50代では概ね10ポイント増加した。

●「果物を食べる頻度」については、「毎日」は29・3％と前回（31・5％）より

減少し、既婚男性を除く属性で減少した。一方、「週に1日未満／食べない」は28・4％となり、全属性とも増加。特に单身男性は50・5％と半数が週に1度も果物を食べていない。

●「日頃の食生活の中で、自分は野菜不足だと思うか」の問いについては、「野菜不足」12・5％と「不足気味」38・4％の合計が半数を超えた。单身女性で62・5％、单身男性で73・5％が「不足（気味）」と答えた。若年層ほど「不足（気味）」のポイントが高く、40代以下で6割を超える。一方、「野菜不足ではない」は既婚男女で増加した。

●「野菜不足ではない」と回答した人に理由を尋ねたところ、1位は「ほぼ毎食、野菜料理を食べているから」で56・5％となつた

が、主婦および单身男性では前回より大きく減少した。2位は「家庭の食事で、使用する量が多いから」で50・0％、3位は「色々な種類を食べているから」で33・4％。また、「市販の野菜ジュースをよく飲んでいるから」と答えた单身男性が増加した。

●「野菜不足」「不足気味」と答えた理由は、1位が「量の基準／どれだけ食べれば足りるかが分からないから」で32・1％、主婦および单身女性で概ね前回より1割増加した。「野菜の必要摂取量350g」が十分浸透しているとは

言い難い。2位は「食べる種類が少ないから」で30・4％、单身層では増加している。

●「野菜不足」「不足気味」をどのように解消したかという質問では、1位は「家庭の食事で野菜料理や使用する野菜の量を多くしたい」で40・2％。特に单身女性と、年齢層の高い世代ほど増加し、70代以上ではほぼ半数を占める。2位は20・3％の「市販の野菜ジュース等を飲むようにしたい」で、特に单身男性で増加。3位は、「果物を多く食べるようにしたい」が12・5％となつたが、单身女性では減少が目立ちた。一方、「対処の必要性は感じるが、特に何もしないと思う」は26・4％で、前回より増加した。