


 2017年8月24日
 株式会社リクルートライフスタイル

8月31日は「野菜の日」！ 野菜の好みを調査

野菜不足を実感している人は38%

意識して食べる野菜1位は「トマト」、おいしいから食べる野菜は
 1位が「トウモロコシ」2位が「なす」3位が「さつまいも」

株式会社リクルートライフスタイル（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：浅野 健）の外食市場に関する調査・研究機関「ホットペッパーグルメ外食総研」（<https://www.hotpepper.jp/ggs/>）は、野菜の好みに関してアンケートを実施しましたので、その結果を発表いたします。

<要約>

POINT① 野菜好きは85%。野菜不足を実感している人は38% . . . P 3-4

- 野菜好きは全体の85%、男性より女性で多く、50代女性が最多。
- 野菜不足を感じている人は全体の38%。男性20～50代では40%以上が野菜不足を実感。

POINT② 家でよく食べる野菜TOP3は「キャベツ」「たまねぎ」「じゃがいも」。外食・中食で食べたい野菜TOP3は「トマト」「アスパラガス」「キャベツ」 . . . P 5-6

- 家でよく食べる野菜1位は「キャベツ」82.4%、2位は「たまねぎ」78.3%、3位は「じゃがいも」73.6%。安価で日持ちのする品目がTOP3となった。
- 外食・中食で食べたい野菜は、1位が「トマト・ミニトマト」31.7%。2位が「アスパラガス」30.1%、3位が「キャベツ」29.0%。

POINT③ 最近意識して摂る野菜は「トマト」「ほうれん草」「たまねぎ」。増やした野菜の理由1位は「おいしいから、好きだから」。「おいしいから、好きだから」食べる野菜1位は「とうもろこし」2位は「なす」、3位は「さつまいも」 . . . P 7-9

- 最近意識して多く摂るようになった野菜、1位「トマト・ミニトマト」20.9%。2位「ほうれん草・小松菜・青梗菜」15.5%、3位「たまねぎ」13.3%。
- 増やした野菜に関しての理由、1位は「おいしいから、好きだから」55.7%。2位は「健康的な食生活のために必要だと思うから」53.1%、3位は「栄養価が高いから」52.8%。
- 「おいしいから、好きだから」多く摂る野菜、1位は「トウモロコシ」72.1%、2位は「なす」61.7%、3位は「さつまいも」59.6%。「健康的な食生活のために必要」1位は「ごぼう」57.0%、「栄養価が高い」1位は「ほうれん草・小松菜・青梗菜」57.2%。

【本件に関するお問い合わせ先】

<https://www.recruit-lifestyle.co.jp/support/press>

調査概要と回答者プロフィール

- ◎調査名 外食市場調査(2017年6月分)
- ◎調査方法 インターネットによる調査
首都圏、関西圏、東海圏における、夕方以降の外食および中食のマーケット規模を把握することを目的に実施した調査(外食マーケット基礎調査)の中で、野菜に対する好み、普段の野菜摂取の状況や外食・中食で食べたい野菜、品目別に多く摂取するようになった理由などを聴取。
- ◎調査対象 首都圏(東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県、茨城県)、関西圏(大阪府、京都府、兵庫県、奈良県、滋賀県)、東海圏(愛知県、岐阜県、三重県)に住む20~69歳の男女(株式会社マクロミルの登録モニター)

■事前調査

- ①調査目的 本調査の協力者を募集するために実施
- ②調査時期 2017年5月23日(火)~2017年5月31日(水)
- ③調査対象 首都圏、関西圏、東海圏に住む20~69歳の男女(株式会社マクロミルの登録モニター)
- ④調査内容 本調査への協力意向、普段の外食頻度、普段の中食頻度
- ⑤配信数 383,122 件
- ⑥回収数 37,650 件
- ⑦本調査対象者数 17,026 件

- ◆本調査対象者の割付について
 - ・本調査では、回答者の偏りをできるだけなくするために、割付をおこなって回収した。
 - ・性年代別10区分×地域別25区分(首都圏地域13区分、関西圏地域8区分、東海圏地域4区分)=250セル について、平成27年国勢調査人口(総務省)に基づき割付をおこなった。
 - ・本調査の目標回収数は、首都圏4,000s、関西圏2,000s、東海圏2,000s、合計8,000sとした。

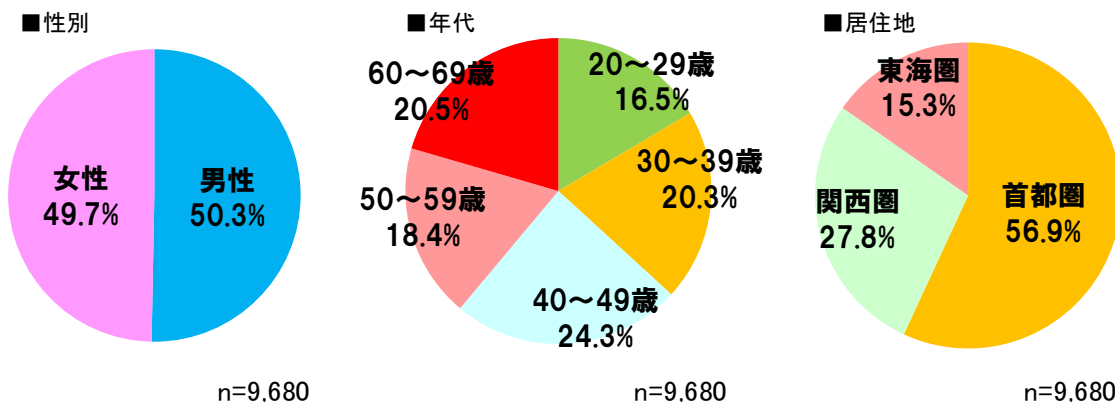
■本調査

- ①調査方法 事前調査で本調査への協力意向が得られたモニターの中から、脱落率を加味して設定した必要数をランダムに抽出し、本調査の案内メールを通知。
- ②調査期間 2017年6月30日(金)~2017年7月7日(金)
- ③配信数 13,108 件
- ④回収数 9,777 件 (回収率 74.6 %)
- ⑤有効回答数 9,680 件 (首都圏 4,862 件、関西圏 2,521 件、東海圏 2,297 件)

※回収された票のうち、自由回答コメントから、主旨に合わないと思われる票を無効としたほか、事前調査時の普段の外食・中食頻度の回答と、本調査時の1カ月間の外食・中食回数が著しく乖離している場合、事前調査時の住所と、本調査時の住所が、圏域を越えて変わっている場合を無効とした。

- ◆集計方法について
 - ・本調査結果は、平成27年国勢調査人口(総務省)における割付(性年代別10区分×地域別25区分=250セル)別の構成比に合わせてサンプル数を補正したウェイトバック集計をおこなっている。
 - ・補正後のサンプル数は次の通り。
3圏域・計 9,680 件(首都圏: 5,511 件、関西圏: 2,687 件、東海圏: 1,482 件)

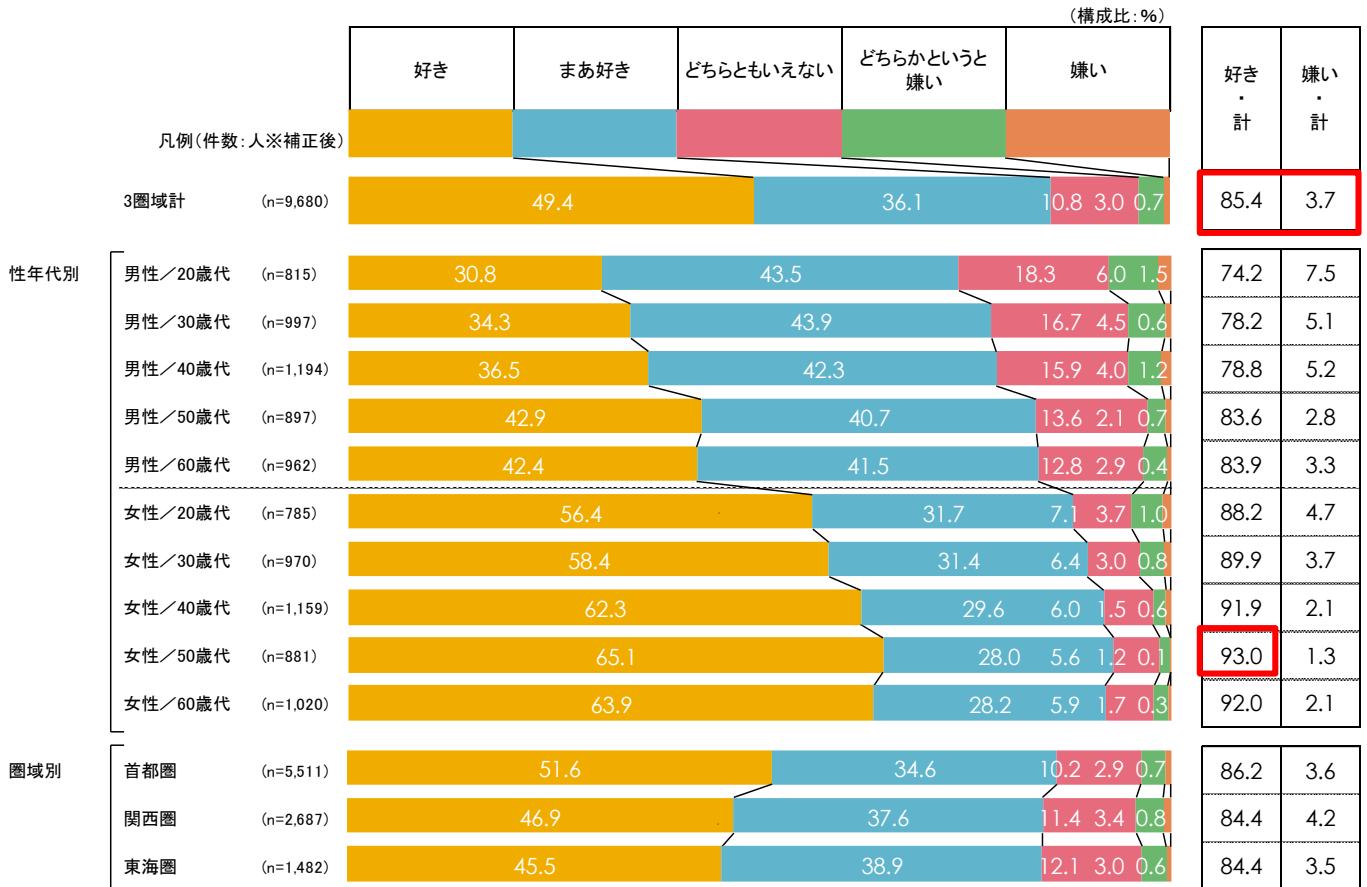
◆回答者プロフィール(ウェイトバック後)



1. 野菜好きは全体の85%、男性より女性で多く、50代女性が最多

8月31日が「野菜の日」であることから、野菜の好みを調査した。まず、野菜の好き・嫌いを5段階で聞いたところ、「好き」「まあ好き」の合計は全体では85.4%であった。逆に「どちらかという嫌い」「嫌い」は合計3.7%と極めて少数派であった。性年代別では、男性より女性、若年より高齢で野菜好きが多くなる傾向にあり、最多は50代女性の93.0%であった。

■ 野菜が好きか（全体／単一回答）

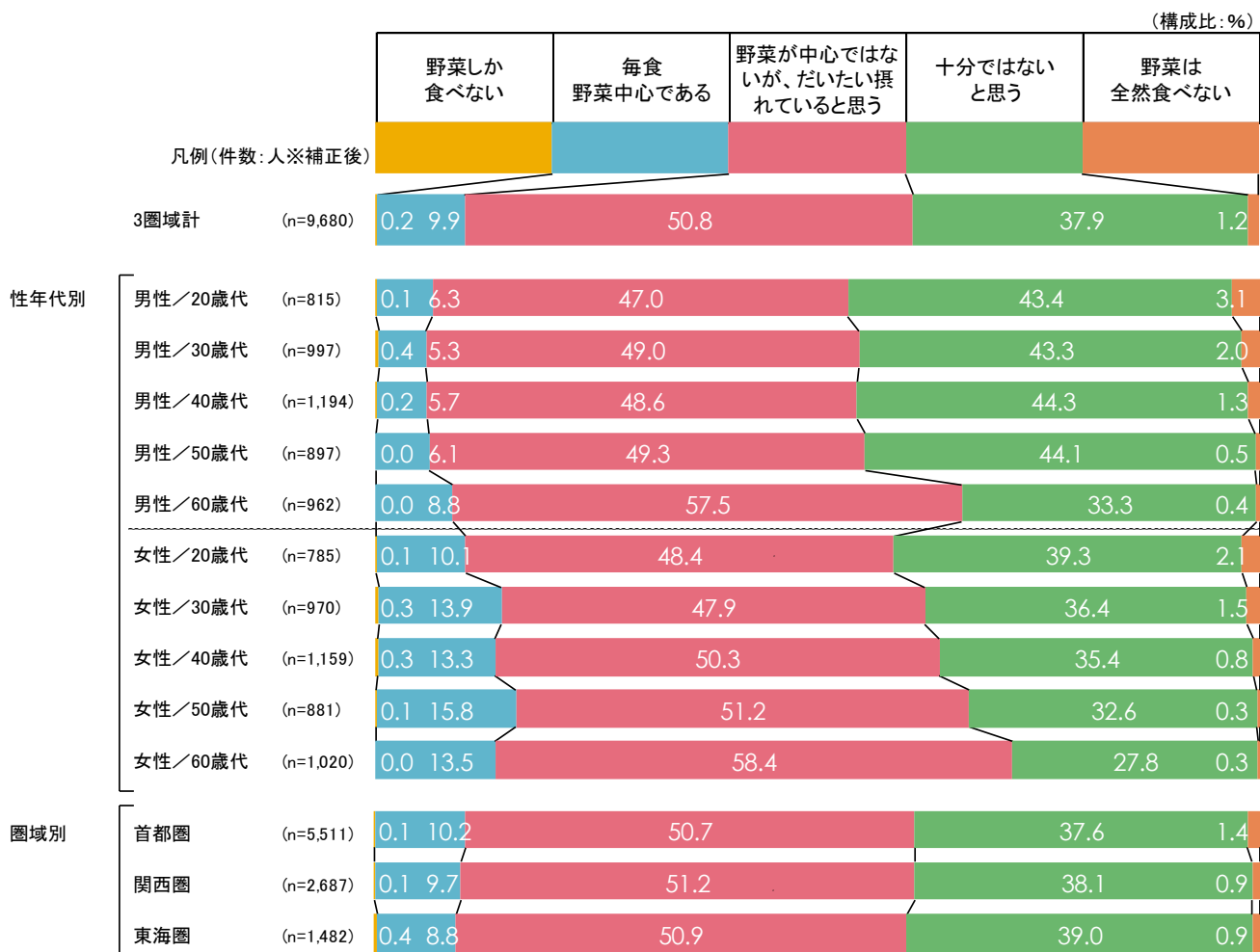


▶好き・計：「好き」「まあ好き」のいずれかを回答した人の割合
 ▶嫌い・計：「嫌い」「どちらかという嫌い」のいずれかを回答した人の割合

2. 野菜不足を感じている人は38%。男性20～50代では40%以上が野菜不足を実感

普段の食事の中で野菜の摂取状況を聞いた。「野菜しか食べない」は0.2%、「毎食野菜中心」が9.9%、と約1割がベジタリアン的な食生活をしており、「野菜が中心ではないが、だいたい摂れている」の50.8%を足した6割程度の人は野菜十分な食事をしているとの回答。逆に「十分ではないと思う」の野菜不足派は37.9%であった。性年代別では、男性の20～50代で「十分ではないと思う」が4割を超えており、野菜不足を感じているようだ。

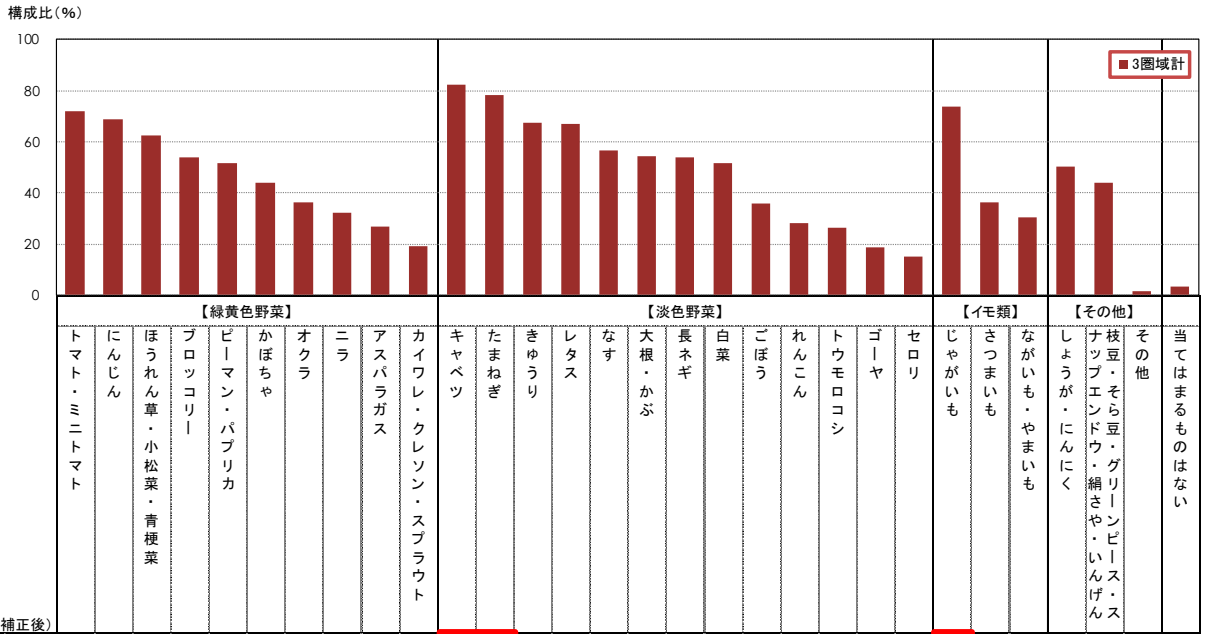
■ 普段の食事の中で、野菜を十分摂れているか（全体／単一回答）



3. 家でよく食べる野菜、TOP3は「キャベツ」「たまねぎ」「じゃがいも」

家でよく食べる野菜について28品目と「その他」「当てはまるものはない」の30の選択肢で聞いた。よく食べる野菜1位は「キャベツ」で82.4%。続いて2位は「たまねぎ」で78.3%、3位が「じゃがいも」で73.6%と比較的安価で日持ちのする品目がTOP3であった。性年代別には、こちらでも女性・高齢で全体的によく食べる品目が多く回答されており、野菜を多く摂る食生活を送っている様子だ。一方、男性・若年ではよく食べる野菜の回答が少なく、特に20代男性では「当てはまるものはない」が全性年代中唯一、10%を超える回答となっている。

■家でよく食べる野菜（全体／複数回答）



(件数:人※補正後)		構成比(%)																														
性年代別	3圏域計	トマト・ミニトマト	にんじん	ほうれん草・小松菜・青梗菜	ブロッコリー	ピーマン・パプリカ	かぼちゃ	オクラ	ニラ	アスパラガス	カイワレ・クレソン・スプラウト	キャベツ	たまねぎ	きゅうり	レタス	なす	大根・かぶ	長ネギ	白菜	ごぼう	れんこん	トウモロコシ	ゴーヤ	セロリ	じゃがいも	さつまいも	ながいも・やまいも	しょうが・にんにく	枝豆・そら豆・グリーンピース	その他	当てはまるものはない	
3圏域計	9,680	72.1	68.6	62.4	53.9	51.8	44.1	36.1	32.2	26.6	19.3	82.4	78.3	67.2	66.9	56.6	54.4	53.8	51.8	36.0	28.1	26.6	18.9	15.2	73.6	36.2	30.3	50.2	43.7	1.6	3.4	
男性/20歳代	815	47.2	53.2	40.8	31.4	32.1	28.5	20.3	19.2	14.4	7.5	64.6	54.7	39.9	50.1	30.5	30.7	33.5	32.8	18.9	13.9	13.1	7.4	4.9	55.3	21.4	12.7	27.1	20.7	0.6	10.7	
男性/30歳代	997	57.7	60.8	50.1	38.5	38.4	33.9	26.1	23.2	17.2	11.2	73.8	65.0	48.2	55.8	38.1	35.6	42.1	43.7	23.7	16.3	18.3	12.8	6.7	61.6	25.7	16.4	33.2	26.4	1.5	6.1	
男性/40歳代	1,194	65.1	59.1	51.7	47.0	41.6	36.2	28.0	25.8	21.5	19.2	80.8	73.0	57.6	62.8	48.0	46.1	49.6	45.7	29.6	21.5	22.1	16.6	11.6	67.2	29.8	22.0	41.1	37.9	1.1	5.0	
男性/50歳代	897	69.3	58.9	57.7	49.0	45.9	39.4	32.9	29.4	22.9	19.6	83.5	76.1	67.2	68.2	54.1	48.9	53.7	51.3	32.4	25.2	25.0	18.2	16.4	70.3	28.2	26.8	47.9	45.1	1.5	4.4	
男性/60歳代	962	81.6	71.2	65.2	61.2	57.0	49.6	36.3	33.6	31.6	22.5	87.6	84.4	78.5	74.3	67.9	58.9	59.3	60.0	43.7	32.2	29.9	24.0	20.0	80.1	36.4	38.0	55.9	52.8	1.6	1.9	
女性/20歳代	785	65.7	65.6	60.1	46.9	49.7	38.7	31.2	26.8	22.4	13.1	78.0	77.8	62.4	59.1	53.9	48.6	43.5	48.1	26.9	21.5	20.9	13.2	12.1	72.8	34.9	23.1	42.6	31.7	1.2	2.7	
女性/30歳代	970	76.4	78.2	70.1	56.6	55.8	46.0	40.9	35.1	28.8	18.0	83.8	83.1	69.4	65.2	58.2	58.7	52.9	52.5	34.1	28.5	30.6	18.1	14.4	75.9	42.5	28.6	55.2	44.2	1.3	2.5	
女性/40歳代	1,159	79.3	77.3	70.2	64.0	59.8	47.6	44.5	42.8	31.0	22.1	87.7	86.0	76.4	72.0	63.3	67.3	62.0	57.1	41.6	35.7	32.1	22.8	17.3	81.2	46.7	39.1	61.2	52.1	1.7	1.0	
女性/50歳代	881	84.9	77.6	74.8	67.2	64.2	56.1	46.4	40.1	35.3	26.5	88.7	88.4	80.0	76.2	69.5	71.2	64.1	58.9	48.3	40.3	35.0	22.4	20.7	82.6	44.8	40.6	62.1	56.8	2.2	0.8	
女性/60歳代	1,020	89.0	81.2	81.0	72.6	71.4	62.7	51.2	42.3	38.7	29.8	91.7	90.6	88.3	81.8	79.1	73.2	71.6	64.5	57.2	43.2	35.9	29.9	26.1	86.5	48.1	52.0	71.1	64.1	3.5	0.3	
圏域別																																
首都圏	5,511	71.7	67.5	61.3	53.4	52.2	42.4	34.4	33.9	28.3	18.9	81.5	76.3	66.5	66.4	56.1	55.2	57.3	48.5	36.3	27.2	27.8	19.1	17.6	72.4	35.2	28.3	52.2	44.5	1.7	3.7	
関西圏	2,687	72.3	70.2	65.5	55.9	51.2	46.7	39.6	30.1	25.1	20.2	83.4	81.1	68.0	67.1	56.2	53.0	46.6	58.2	36.0	30.6	23.8	19.1	12.1	76.4	39.2	34.5	48.2	43.8	1.6	3.1	
東海圏	1,482	73.2	69.7	60.9	52.4	51.6	45.7	35.7	29.5	23.1	19.2	83.8	80.5	68.5	68.7	59.4	53.8	53.5	52.4	35.0	27.2	27.1	17.6	11.8	73.4	34.3	30.1	46.5	40.9	1.1	3.2	

※「3圏域計」の多い順にソート

太字 3圏域計より5ポイント以上高い項目

■ 3圏域計より5ポイント以上低い項目

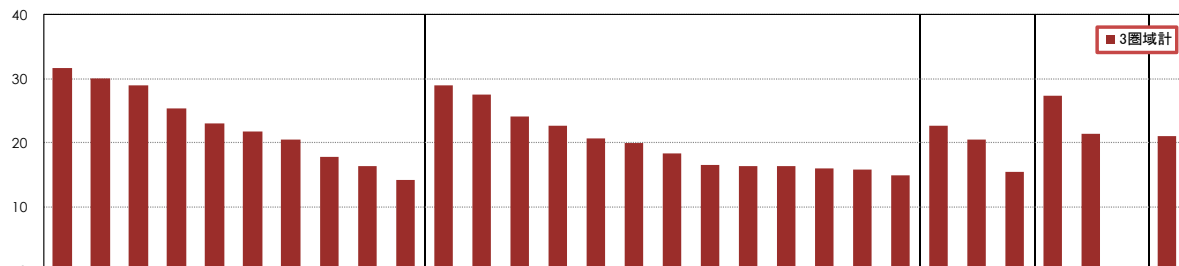
単位: 構成比(%)

4. 外食・中食で食べたい野菜、TOP3は「トマト」「アスパラガス」「キャベツ」

外食や中食で食べたい野菜については、1位が「トマト・ミニトマト」で31.7%。2位は「アスパラガス」で30.1%、3位は「キャベツ」で29.0%であった。性年代別で見ると品目で男女の好みの差が大きく、男性では40・50代を中心に「キャベツ」「たまねぎ」「じゃがいも」が人気で、これは前ページの家でよく食べる野菜TOP3と同じ品目だった。一方、女性では30・40代を中心に「アスパラガス」「ほうれん草・小松菜・青梗菜」「ブロッコリー」「カイワレ・クレソン・スプラウト」「れんこん」「ごぼう」「トウモロコシ」「ゴーヤ」「セロリ」などの品目が人気であった。

■外食・中食で食べたい野菜（全体／複数回答）

構成比(%)



(件数:人※補正後)

		3圏域計	9,680	31.7	30.1	28.9	25.3	23.1	21.8	20.4	17.7	16.3	14.1	29.0	27.5	24.0	22.7	20.6	20.0	18.3	16.4	16.4	16.4	15.9	15.7	14.9	22.6	20.4	15.3	27.3	21.4	0.7	21.1
		ト マ ト ・ ミ ニ ト マ ト	ア ス パ ラ ガ ス	ほ う れ ん 草 ・ 小 松 菜 ・ 青 梗 菜	ブ ロ ッ コ リ	に ん じ ん	か ぼ ち ゃ	ビ ー マ ン ・ パ ブ リ カ	オ ク ラ	カ イ ワ レ ・ ク レ ソ ン ・ ス プ ラ ウ ト	ニ ラ	キ ャ ベ ツ	レ タ ス	た ま ね ぎ	れ ん こ ん	ご ぼ う	な す	ト ウ モ ロ コ シ	き ゆ う り	ゴ ー ヤ	大 根 ・ か ぶ	白 菜	長 ネ ギ	セ ロ リ	じ ゃ が い も	な が い も ・ や ま い も	さ つ ま い も	枝 豆 ・ そ ら 豆 ・ グ リ ー ン ビ ー ス ・ ス ナ ッ ブ ・ エ ン ド ウ ・ 絹 さ や ・ い ん げ ん	し よ う が ・ に ん に く	そ の 他	当 て は ま る も の は な い		
性 年 代 別	男性/20歳代	815	27.1	19.1	24.4	19.3	23.3	19.9	16.5	16.4	8.5	11.4	29.5	25.8	22.0	13.0	13.2	16.5	13.6	15.1	10.7	14.2	15.8	15.3	6.5	25.8	12.9	15.2	16.4	16.4	0.5	24.0	
	男性/30歳代	997	29.5	23.0	32.4	22.2	28.1	22.8	19.3	17.6	10.9	15.1	32.0	26.3	25.1	15.0	17.7	18.4	16.4	16.4	12.6	15.2	18.5	18.4	8.4	23.7	15.0	13.9	21.2	21.0	0.4	24.1	
	男性/40歳代	1,194	31.0	25.1	27.9	22.2	25.4	18.0	19.1	15.6	11.7	14.8	36.0	29.1	29.6	18.2	17.5	20.7	17.5	17.0	14.1	18.5	17.8	19.3	11.1	28.5	18.2	14.2	27.7	23.0	0.2	24.3	
	男性/50歳代	897	32.2	26.4	28.4	20.6	28.0	18.5	21.9	17.0	13.4	18.6	37.5	29.7	30.0	17.8	18.1	23.2	17.8	18.8	18.6	18.2	19.8	20.0	14.8	28.1	21.8	15.3	32.7	27.5	0.7	19.1	
	男性/60歳代	962	31.3	25.9	21.0	18.7	18.9	14.5	15.2	12.7	11.8	16.3	32.6	29.4	26.6	15.6	12.6	17.9	13.1	16.1	12.7	13.8	12.9	13.7	13.2	24.1	21.3	10.2	28.7	20.7	0.5	23.1	
	女性/20歳代	785	36.7	32.2	32.6	29.6	22.8	29.6	21.8	24.1	16.6	13.0	25.6	29.3	22.7	26.7	20.9	23.9	22.7	17.4	16.8	17.0	16.7	15.7	13.3	24.3	23.1	22.5	26.4	20.2	0.3	17.3	
	女性/30歳代	970	35.6	38.1	33.9	31.4	22.7	28.8	22.8	22.5	23.7	13.7	24.8	28.9	22.5	33.0	28.3	23.2	23.8	16.4	21.5	17.4	15.1	16.4	20.2	21.2	24.5	19.4	29.7	24.4	0.8	17.6	
	女性/40歳代	1,159	34.3	36.8	34.4	31.8	23.6	26.6	24.1	19.9	23.7	13.3	26.0	27.0	22.5	32.7	29.4	23.5	24.1	17.1	21.9	19.1	17.0	15.2	20.7	19.7	25.3	19.1	33.1	24.3	1.1	17.3	
	女性/50歳代	881	33.1	38.0	30.8	32.5	22.0	23.6	23.5	17.5	22.1	12.5	23.1	26.0	21.0	27.3	25.3	20.2	18.4	16.5	18.4	17.3	13.8	13.5	19.9	18.8	21.5	15.8	27.8	19.2	1.2	20.4	
	女性/60歳代	1,020	27.0	35.0	22.9	24.3	15.8	16.7	19.9	14.6	19.6	11.8	21.7	23.2	16.8	26.1	20.9	12.4	14.6	13.4	15.5	12.3	11.5	9.3	19.6	12.1	19.7	9.1	27.3	16.3	0.8	23.1	
圏 域 別	首都圏	5,511	32.5	30.1	30.1	26.1	24.3	22.9	21.8	18.6	16.5	14.3	30.0	28.5	25.1	22.8	20.8	21.4	17.9	17.0	17.3	16.8	16.4	16.8	15.5	23.7	20.8	15.6	28.1	22.3	0.7	20.5	
	関西圏	2,687	31.1	30.3	27.3	24.4	21.0	20.4	18.5	16.3	15.5	14.4	27.3	25.7	22.7	23.3	20.2	18.8	19.1	15.5	15.9	16.2	15.5	14.6	14.4	21.0	19.7	15.4	26.9	21.3	0.7	21.4	
	東海圏	1,482	30.1	29.7	27.5	24.0	22.3	20.2	18.8	16.6	17.1	12.9	28.5	26.6	22.2	21.3	20.5	16.9	18.2	15.9	14.0	15.2	14.7	13.7	13.6	21.2	20.3	14.3	25.4	18.3	0.4	22.5	

※「3圏域計」の多い順にソート

赤字 3圏域計より5ポイント以上高い項目

灰色 3圏域計より5ポイント以上低い項目

単位:構成比(%)

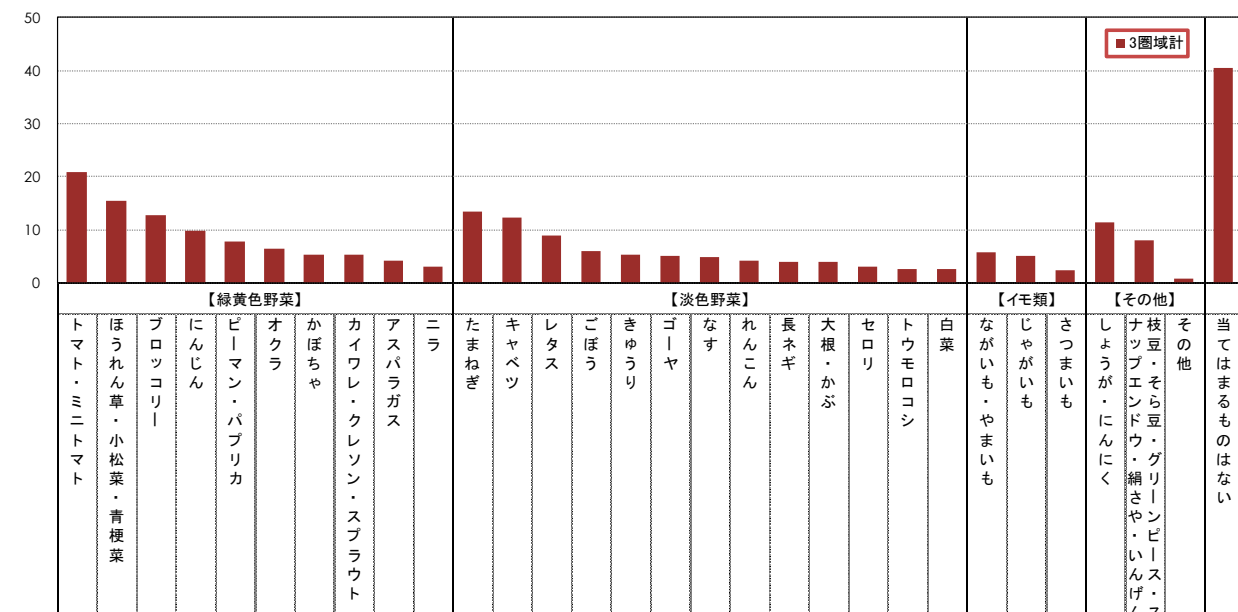
5. 意識して摂るようになった野菜、1位は「トマト」。

男性では「キャベツ」「たまねぎ」、女性では「ほうれん草」「ブロッコリー」が多い

最近意識して多く摂るようになった野菜では、1位が「トマト・ミニトマト」で20.9%。2位が「ほうれん草・小松菜・青梗菜」で15.5%、3位が「たまねぎ」で13.3%であった。性年代別では、女性の20・30代で「ほうれん草・小松菜・青梗菜」が2割以上と、他の性年代に比べて目立つ結果であった。また、男性60代での「たまねぎ」も2割を超えて突出している。全般的に、性別で見ると男性で「キャベツ」「たまねぎ」が多く、女性で「ほうれん草・小松菜・青梗菜」「ブロッコリー」が多いという傾向であった。これはP6の外食・中食で食べたい野菜の傾向とやや似ている。

■ 最近意識して多く摂るようになった野菜（全体／複数回答）

構成比(%)



(件数:人※補正後)

性年代別	3圏域計	9,680	20.9	15.5	12.8	9.8	7.7	6.5	5.4	5.2	4.2	3.0	13.3	12.2	8.9	6.0	5.3	5.0	4.9	4.3	3.9	3.8	3.1	2.6	2.5	5.7	5.0	2.4	11.5	8.1	0.8	40.4
男性/20歳代	815	15.7	10.8	7.3	10.5	4.8	4.9	5.4	1.9	4.7	2.9	9.2	14.3	10.4	3.3	5.1	2.1	4.2	1.9	4.7	4.2	2.1	1.7	3.5	2.9	7.1	1.6	6.7	4.1	0.2	45.6	
男性/30歳代	997	16.6	13.5	8.3	10.6	5.9	5.8	6.2	2.1	3.3	2.8	10.3	13.8	8.7	3.9	4.4	2.7	4.2	3.4	4.4	3.5	2.0	1.9	3.4	3.0	4.9	2.6	7.4	4.4	0.3	48.3	
男性/40歳代	1,194	16.0	9.0	9.3	7.9	4.0	4.6	3.1	3.7	2.7	2.1	11.0	13.5	8.0	4.0	4.0	3.7	4.2	2.2	3.4	3.3	2.1	1.4	2.3	4.2	5.3	2.2	7.5	6.5	0.3	50.6	
男性/50歳代	897	19.0	11.9	11.7	8.3	5.4	5.6	3.7	3.1	3.0	2.5	14.9	16.0	8.5	3.1	4.8	4.3	4.0	2.7	3.6	2.9	3.0	2.9	3.5	4.3	4.7	1.2	11.4	7.5	1.0	42.9	
男性/60歳代	962	22.1	12.8	14.7	9.8	7.2	6.5	5.4	3.5	3.7	3.6	20.2	13.5	12.0	6.2	7.7	6.2	6.0	4.0	3.7	3.5	3.4	2.5	1.8	7.6	6.3	2.3	13.0	11.0	1.1	39.2	
女性/20歳代	785	24.1	22.5	12.0	9.0	8.9	5.2	5.7	3.6	4.5	1.6	10.8	12.8	9.8	4.7	5.5	2.3	6.9	3.7	3.5	4.2	2.8	2.9	4.1	4.2	5.3	2.7	10.8	6.0	0.5	36.3	
女性/30歳代	970	25.0	21.1	11.7	10.5	8.4	6.5	6.9	7.8	4.5	2.6	11.6	10.7	8.9	6.4	6.4	4.9	5.7	5.8	4.0	5.1	2.9	3.6	1.9	5.4	3.5	2.5	12.9	8.5	0.8	36.5	
女性/40歳代	1,159	22.0	18.9	13.1	10.9	9.8	7.2	6.0	7.6	4.7	3.0	11.6	10.0	7.4	8.1	5.0	6.6	4.6	5.0	4.2	3.4	2.9	3.0	1.9	6.7	3.6	3.2	15.3	9.5	0.8	37.5	
女性/50歳代	881	25.2	17.4	17.1	10.7	10.8	8.8	5.1	9.9	4.9	3.6	16.3	9.6	6.3	7.1	4.8	6.0	4.9	6.0	3.7	3.3	3.8	2.8	1.5	6.9	4.2	2.4	14.6	9.2	1.2	35.0	
女性/60歳代	1,020	24.7	18.1	22.7	10.2	11.7	9.5	6.4	7.8	6.5	5.1	17.3	8.9	9.1	12.1	5.9	10.4	4.7	7.5	4.2	5.0	6.0	3.6	2.0	10.8	5.6	2.7	14.6	13.0	1.8	30.6	
圏域別	首都圏	5,511	20.2	14.9	13.0	10.1	8.0	6.5	5.2	5.1	4.4	3.0	13.5	12.7	9.2	6.2	5.2	4.9	4.8	3.9	4.2	4.1	3.4	2.7	2.5	5.8	5.4	2.5	12.0	8.7	0.8	40.4
関西圏	2,687	22.6	17.1	13.3	9.5	7.5	6.9	5.8	5.1	4.1	2.9	13.1	11.6	8.3	5.9	5.8	5.5	5.0	4.9	3.8	3.6	2.8	2.6	2.7	5.6	4.4	2.5	10.9	7.7	0.9	39.8	
東海圏	1,482	20.7	14.6	11.4	9.2	7.0	5.8	5.1	5.5	3.8	3.1	13.0	11.6	8.5	5.2	5.0	4.6	4.9	4.4	3.2	3.2	2.5	2.3	2.4	5.2	4.8	1.9	10.4	6.6	0.5	41.7	

※「3圏域計」の多い順にソート

赤字 3圏域計より5ポイント以上高い項目

灰色 3圏域計より5ポイント以上低い項目

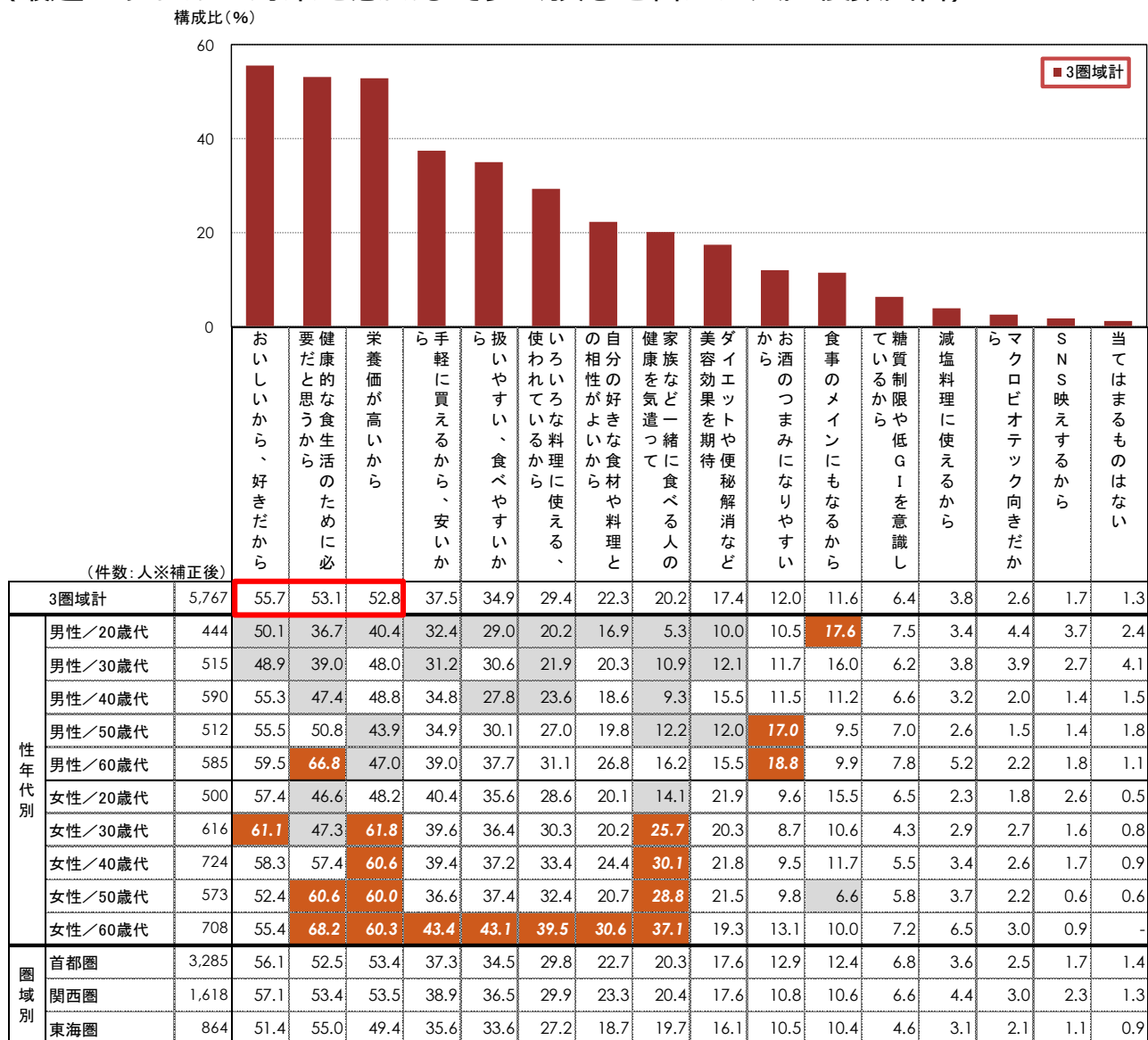
単位:構成比(%)

6. 増やした野菜の理由、1位「おいしいから、好きだから」。

「おいしいから、好きだから」多く摂るTOP3は「トウモロコシ」「なす」「さつまいも」最近意識して摂るようになった野菜について、それぞれの理由を複数回答で聴取し、その理由をまとめたのが下図。どのような理由で野菜を意識して増やしたのかが傾向としてつかめるが、1位は「おいしいから、好きだから」が55.7%。2位が「健康的な食生活のために必要だと思うから」で53.1%、3位が「栄養価が高いから」で52.8%となった。次ページは、各理由別に多く挙げた野菜のTOP10をランキングしてみた。「おいしいから、好きだから」の1位は「トウモロコシ」、2位は「なす」、3位は「さつまいも」という結果であった。

■野菜を多く摂るようになった理由（全28種類+その他）

（最近いずれかの野菜を意識して多く摂ると答えた人／複数回答）



※「3圏域計」の多い順にソート

単位：構成比 (%)

太字 3圏域計より5ポイント以上高い項目

3圏域計より5ポイント以上低い項目

■意識して多く摂るようになった理由別ランキング (それぞれの野菜を意識して多く摂ると答えた人/理由は複数回答)

