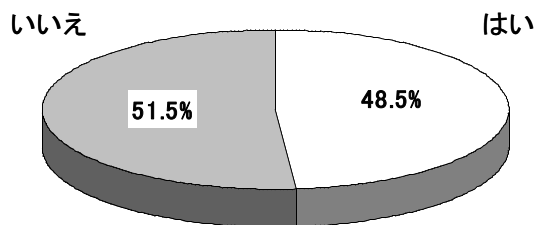


現在の食習慣について改善したいと思っている者の割合は約5割

「現在の食習慣について、改善したいと思いますか」について、「はい」と回答した者の比率は、48.5%であった。

図18 食習慣についての改善意識（15歳以上）



食習慣で改善したい項目は、「食品を選んだり、食事のバランスを整えるのに困らない知識や技術を身につける」と回答した者の割合が最も高い

現在の食習慣について「改善したい」と回答した項目は、「食品を選んだり、食事のバランスを整えるのに困らない知識や技術を身につける」が50.8%であり、次いで「やせすぎや太りすぎでない体重を維持する」が45.9%、「食塩の多い料理を控える」が37.6%であった。一方、「テレビCMや、おまけに影響を受けて特定の食品を食べ過ぎない」について、「すでにできている」と回答した者の比率は80.1%と高かった。

図19 食習慣についての改善意識（項目別）（15歳以上）

