

朝ごはんアンケート・フェース

[性別]

区分	選択肢	総計	
		回答数	比率
性別	男性	7,720	25.8%
	女性	22,174	74.2%
	総計	29,894	100.0%

[年齢別]

区分	選択肢	総計		男性		女性	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
年代別	10歳代	1,550	5.2%	531	6.9%	1,019	4.6%
	20歳代	6,165	20.6%	1,354	17.5%	4,811	21.7%
	30歳代	11,151	37.3%	2,512	32.5%	8,639	39.0%
	40歳代	7,314	24.5%	1,975	25.6%	5,339	24.1%
	50歳代	2,687	9.0%	919	11.9%	1,768	8.0%
	60歳代	807	2.7%	324	4.2%	483	2.2%
	70歳代以上	220	0.7%	105	1.4%	115	0.5%
	総計	29,894	100.0%	7,720	100.0%	22,174	100.0%

アンケートの集計・分析は、60歳代と70歳代以上を合計して「60歳代以上」として行った。

[居住形態別]

区分	選択肢	総計		男性		女性	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
居住形態別	単身	4,876	16.3%	1,757	22.8%	3,119	14.1%
	夫婦	7,885	26.4%	2,362	30.6%	5,523	24.9%
	二世世代(親子)以上	16,008	53.5%	3,405	44.1%	12,603	56.8%
	その他	1,125	3.8%	196	2.5%	929	4.2%
	総計	29,894	100.0%	7,720	100.0%	22,174	100.0%

[職業別]

区分	選択肢	総計		男性		女性	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
職業別	学生	2,648	8.9%	870	11.3%	1,778	8.0%
	会社員(公務員含む)	11,637	38.9%	5,446	70.5%	6,191	27.9%
	自営業	1,297	4.3%	595	7.7%	702	3.2%
	パート・アルバイト	6,160	20.6%	298	3.9%	5,862	26.4%
	無職	6,018	20.1%	388	5.0%	5,630	25.4%
	その他	2,134	7.1%	123	1.6%	2,011	9.1%
	総計	29,894	100.0%	7,720	100.0%	22,174	100.0%

朝食を食べる人と食べない人のプロフィール

[朝食の摂食状況]

区分	回答	総計			回答	総計	
		回答数	比率			回答数	比率
全体	ほとんど毎日食べている	24,227	81.0%	→	朝食を食べる	28,055	93.8%
	週4～5日ぐらいいは食べている	2,187	7.3%				
	週2～3日ぐらいいは食べている	1,641	5.5%	→	朝食を食べない	1,839	6.2%
	ほとんど食べない	1,839	6.2%				
	総計	29,894	100.0%	総計	29,894	100.0%	

[起床時間帯]

区分	回答	朝食を食べる		朝食を食べない	
		回答数	比率	回答数	比率
全体	6時以前	6,970	24.8%	237	12.9%
	6時から7時の間	14,142	50.4%	601	32.7%
	7時から8時の間	5,373	19.2%	561	30.5%
	8時以降	1,570	5.6%	440	23.9%
	総計	28,055	100.0%	1,839	100.0%

[夕食時間帯]

区分	回答	朝食を食べる		朝食を食べない	
		回答数	比率	回答数	比率
全体	18時以前	1,190	4.2%	55	3.0%
	18時から19時の間	8,993	32.1%	280	15.2%
	19時から20時の間	10,465	37.3%	540	29.4%
	20時から21時の間	4,409	15.7%	423	23.0%
	21時から22時の間	2,028	7.2%	304	16.5%
	22時以降	970	3.5%	237	12.9%
	総計	28,055	100.0%	1,839	100.0%

[就寝時間帯]

区分	回答	朝食を食べる		朝食を食べない	
		回答数	比率	回答数	比率
全体	21時以前	224	0.8%	7	0.4%
	21時から22時の間	1,874	6.7%	35	1.9%
	22時から23時の間	4,789	17.1%	102	5.5%
	23時から24時の間	10,168	36.2%	400	21.8%
	24時から1時の間	7,741	27.6%	624	33.9%
	1時以降	3,259	11.6%	671	36.5%
	総計	28,055	100.0%	1,839	100.0%

[朝食を食べない人の起床時間帯と夕食時間帯の関係]

区分	回答	朝食欠食者(全体)		6時以前		6時から7時の間		7時から8時の間		8時以降	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	22時以降	237	12.9%	22	9.3%	58	9.7%	61	10.9%	96	21.8%
	21時から22時の間	304	16.5%	37	15.6%	91	15.1%	104	18.5%	72	16.4%
	20時から21時の間	423	23.0%	55	23.2%	154	25.6%	128	22.8%	86	19.5%
	19時から20時の間	540	29.4%	81	34.2%	177	29.5%	169	30.1%	113	25.7%
	18時から19時の間	280	15.2%	33	13.9%	100	16.6%	90	16.0%	57	13.0%
	18時以前	55	3.0%	9	3.8%	21	3.5%	9	1.6%	16	3.6%
	総計	1,839	100.0%	237	100.0%	601	100.0%	561	100.0%	440	100.0%

[朝食を食べない人の起床時間帯と就寝時間帯の関係]

区分	回答	朝食欠食者(全体)		6時以前		6時から7時の間		7時から8時の間		8時以降	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
	1時以降	671	36.5%	30	12.7%	123	20.5%	191	34.0%	327	74.3%
	24時から1時の間	624	33.9%	66	27.8%	220	36.6%	250	44.6%	88	20.0%
	23時から24時の間	400	21.8%	83	35.0%	201	33.4%	95	16.9%	21	4.8%
	22時から23時の間	102	5.5%	37	15.6%	42	7.0%	22	3.9%	1	0.2%
	21時から22時の間	35	1.9%	17	7.2%	15	2.5%	2	0.4%	1	0.2%
	21時以前	7	0.4%	4	1.7%	0	0.0%	1	0.2%	2	0.5%
	総計	1,839	100.0%	237	100.0%	601	100.0%	561	100.0%	440	100.0%

[朝食を食べない理由]

区分	回答	寝ていたいから		時間がないから		習慣になっているから		食欲がないから		朝食の用意や、後片づけが面倒だから		ダイエットのため		その他		食べない総計	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
	朝食欠食者(全体)	390	21.2%	497	27.0%	472	25.7%	286	15.6%	43	2.3%	57	3.1%	94	5.1%	1,839	100.0%
	6時以前	22	9.3%	76	32.1%	71	30.0%	36	15.2%	4	1.7%	9	3.8%	19	8.0%	237	12.9%
	6時から7時の間	79	13.1%	177	29.5%	173	28.8%	104	17.3%	17	2.8%	24	4.0%	27	4.5%	601	32.7%
	7時から8時の間	122	21.7%	169	30.1%	130	23.2%	93	16.6%	15	2.7%	17	3.0%	15	2.7%	561	30.5%
	8時以降	167	38.0%	75	17.0%	98	22.3%	53	12.0%	7	1.6%	7	1.6%	33	7.5%	440	23.9%

あなたは、ふだん「朝食」を食べますか？

[朝食の欠食率(性別・年齢別)] : [参考]朝食の摂取頻度

区分	回答	総計		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代以上	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. ほとんど毎日食べている	24,227	81.0%	1,330	85.8%	4,206	68.2%	8,907	79.9%	6,357	86.9%	2,451	91.2%	976	95.0%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	2,187	7.3%	86	5.5%	795	12.9%	857	7.7%	339	4.6%	88	3.3%	22	2.1%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	1,641	5.5%	54	3.5%	567	9.2%	645	5.8%	286	3.9%	77	2.9%	12	1.2%
	4. ほとんど食べない	1,839	6.2%	80	5.2%	597	9.7%	742	6.7%	332	4.5%	71	2.6%	17	1.7%
	総計	29,894	100.0%	1,550	100.0%	6,165	100.0%	11,151	100.0%	7,314	100.0%	2,687	100.0%	1,027	100.0%
男性	1. ほとんど毎日食べている	5,771	74.8%	448	84.4%	819	60.5%	1,739	69.2%	1,540	78.0%	821	89.3%	404	94.2%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	683	8.8%	26	4.9%	208	15.4%	267	10.6%	136	6.9%	34	3.7%	12	2.8%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	555	7.2%	22	4.1%	157	11.6%	218	8.7%	120	6.1%	34	3.7%	4	0.9%
	4. ほとんど食べない	711	9.2%	35	6.6%	170	12.6%	288	11.5%	179	9.1%	30	3.3%	9	2.1%
	総計	7,720	100.0%	531	100.0%	1,354	100.0%	2,512	100.0%	1,975	100.0%	919	100.0%	429	100.0%
女性	1. ほとんど毎日食べている	18,456	83.2%	882	86.6%	3,387	70.4%	7,168	83.0%	4,817	90.2%	1,630	92.2%	572	95.7%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	1,504	6.8%	60	5.9%	587	12.2%	590	6.8%	203	3.8%	54	3.1%	10	1.7%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	1,086	4.9%	32	3.1%	410	8.5%	427	4.9%	166	3.1%	43	2.4%	8	1.3%
	4. ほとんど食べない	1,128	5.1%	45	4.4%	427	8.9%	454	5.3%	153	2.9%	41	2.3%	8	1.3%
	総計	22,174	100.0%	1,019	100.0%	4,811	100.0%	8,639	100.0%	5,339	100.0%	1,768	100.0%	598	100.0%

[朝食の欠食率(居住形態別)]

区分	回答	総計		単身		夫婦		二世帯(親子)以上		その他	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. ほとんど毎日食べている	24,227	81.0%	3,125	64.1%	6,446	81.8%	13,832	86.4%	824	73.2%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	2,187	7.3%	608	12.5%	584	7.4%	892	5.6%	103	9.2%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	1,641	5.5%	550	11.3%	404	5.1%	601	3.8%	86	7.6%
	4. ほとんど食べない	1,839	6.2%	593	12.1%	451	5.7%	683	4.3%	112	10.0%
	総計	29,894	100.0%	4,876	99.9%	7,885	100.0%	16,008	100.0%	1,125	100.0%
男性	1. ほとんど毎日食べている	5,771	74.8%	1,068	60.8%	1,847	78.2%	2,718	79.8%	138	70.4%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	683	8.8%	223	12.7%	201	8.5%	239	7.0%	20	10.2%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	555	7.2%	214	12.2%	135	5.7%	191	5.6%	15	7.7%
	4. ほとんど食べない	711	9.2%	252	14.3%	179	7.6%	257	7.5%	23	11.7%
	総計	7,720	100.0%	1,757	100.0%	2,362	100.0%	3,405	100.0%	196	100.0%
女性	1. ほとんど毎日食べている	18,456	83.2%	2,057	66.0%	4,599	83.3%	11,114	88.2%	686	73.8%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	1,504	6.8%	385	12.3%	383	6.9%	653	5.2%	83	8.9%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	1,086	4.9%	336	10.8%	269	4.9%	410	3.3%	71	7.6%
	4. ほとんど食べない	1,128	5.1%	341	10.9%	272	4.9%	426	3.4%	89	9.6%
	総計	22,174	100.0%	3,119	100.0%	5,523	100.0%	12,603	100.0%	929	100.0%

[朝食の欠食率(職業別)]

区分	回答	総計		学生		会社員(公務員含む)		自営業		パートアルバイト		無職		その他	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. ほとんど毎日食べている	24,227	81.0%	2,052	77.5%	8,750	75.2%	1,042	80.3%	5,169	83.9%	5,379	89.4%	1,835	86.0%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	2,187	7.3%	252	9.5%	1,084	9.3%	98	7.6%	375	6.1%	253	4.2%	125	5.9%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	1,641	5.5%	167	6.3%	820	7.0%	68	5.2%	318	5.2%	189	3.1%	79	3.7%
	4. ほとんど食べない	1,839	6.2%	177	6.7%	983	8.4%	89	6.9%	298	4.8%	197	3.3%	95	4.5%
	総計	29,894	100.0%	2,648	100.0%	11,637	100.0%	1,297	100.0%	6,160	100.0%	6,018	100.0%	2,134	100.0%
男性	1. ほとんど毎日食べている	5,771	74.8%	648	74.5%	4,038	74.1%	454	76.3%	198	66.4%	340	87.6%	93	75.6%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	683	8.8%	86	9.9%	491	9.0%	53	8.9%	33	11.1%	11	2.8%	9	7.3%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	555	7.2%	66	7.6%	392	7.2%	37	6.2%	33	11.1%	18	4.6%	9	7.3%
	4. ほとんど食べない	711	9.2%	70	8.0%	525	9.6%	51	8.6%	34	11.4%	19	4.9%	12	9.8%
	総計	7,720	100.0%	870	100.0%	5,446	100.0%	595	100.0%	298	100.0%	388	100.0%	123	100.0%
女性	1. ほとんど毎日食べている	18,456	83.2%	1,404	79.0%	4,712	76.1%	588	83.8%	4,971	84.8%	5,039	89.5%	1,742	86.6%
	2. 週4～5日ぐらいは食べている	1,504	6.8%	166	9.3%	593	9.6%	45	6.4%	342	5.8%	242	4.3%	116	5.8%
	3. 週2～3日ぐらいは食べている	1,086	4.9%	101	5.7%	428	6.9%	31	4.4%	285	4.9%	171	3.0%	70	3.5%
	4. ほとんど食べない	1,128	5.1%	107	6.0%	458	7.4%	38	5.4%	264	4.5%	178	3.2%	83	4.1%
	総計	22,174	100.0%	1,778	100.0%	6,191	100.0%	702	100.0%	5,862	100.0%	5,630	100.0%	2,011	100.0%

ふだん「朝食」には、主に何を食べていますか？ (問1で朝食を「ほとんど食べない」と回答した以外の者)

[朝食で食べているもの]

区分	回答	総計		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代以上	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. ごはん類(おにぎりを含む)	16,395	58.4%	925	62.9%	3,077	55.3%	5,880	56.5%	4,217	60.4%	1,594	60.9%	702	69.5%
	2. パン類	9,914	35.3%	470	32.0%	1,947	35.0%	3,896	37.4%	2,409	34.5%	911	34.8%	281	27.8%
	3. めん類(うどん、そば、ラーメン、スパゲッティなど)	133	0.5%	10	0.7%	30	0.5%	41	0.4%	40	0.6%	9	0.3%	3	0.3%
	4. シリアル	417	1.5%	22	1.5%	160	2.9%	146	1.4%	69	1.0%	18	0.7%	2	0.2%
	5. その他	1,196	4.3%	43	2.9%	354	6.4%	446	4.3%	247	3.5%	84	3.2%	22	2.2%
	総計	28,055	100.0%	1,470	100.0%	5,568	100.0%	10,409	100.0%	6,982	100.0%	2,616	100.0%	1,010	100.0%
男性	1. ごはん類(おにぎりを含む)	4,335	61.8%	337	67.9%	744	62.8%	1,326	59.6%	1,096	61.0%	550	61.9%	282	67.1%
	2. パン類	2,277	32.5%	145	29.2%	358	30.2%	767	34.5%	586	32.6%	294	33.1%	127	30.2%
	3. めん類(うどん、そば、ラーメン、スパゲッティなど)	59	0.8%	2	0.4%	10	0.8%	18	0.8%	22	1.2%	5	0.6%	2	0.5%
	4. シリアル	104	1.5%	5	1.0%	34	2.9%	39	1.8%	17	0.9%	9	1.0%	0	0.0%
	5. その他	234	3.3%	7	1.4%	38	3.2%	74	3.3%	75	4.2%	31	3.5%	9	2.1%
	総計	7,009	100.0%	496	100.0%	1,184	100.0%	2,224	100.0%	1,796	100.0%	889	100.0%	420	100.0%
女性	1. ごはん類(おにぎりを含む)	12,060	57.3%	588	60.4%	2,333	53.2%	4,554	55.6%	3,121	60.2%	1,044	60.5%	420	71.2%
	2. パン類	7,637	36.3%	325	33.4%	1,589	36.2%	3,129	38.2%	1,823	35.2%	617	35.7%	154	26.1%
	3. めん類(うどん、そば、ラーメン、スパゲッティなど)	74	0.4%	8	0.8%	20	0.5%	23	0.3%	18	0.3%	4	0.2%	1	0.2%
	4. シリアル	313	1.5%	17	1.7%	126	2.9%	107	1.3%	52	1.0%	9	0.5%	2	0.3%
	5. その他	962	4.6%	36	3.7%	316	7.2%	372	4.5%	172	3.3%	53	3.1%	13	2.2%
	総計	21,046	100.0%	974	100.0%	4,384	100.0%	8,185	100.0%	5,186	100.0%	1,727	100.0%	590	100.0%

朝食で食べているものを選んでる理由は何ですか？ (問1で朝食を「ほとんど食べない」と回答した以外の者)

[朝食で食べているものとその選択理由]

区分	回答	総計		ごはん類を選んだ理由		パン類を選んだ理由		ごはん類・パン類以外を選んだ理由	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. 準備するのも、作るのも、食べるのも簡単だから	10,227	36.5%	2,893	17.6%	6,527	65.8%	807	46.2%
	2. ちょうどよい腹具合(体調)になるから	4,366	15.6%	3,326	20.3%	810	8.2%	230	13.2%
	3. バランスのとれた食事になるから	3,040	10.8%	2,852	17.4%	71	0.7%	117	6.7%
	4. 好きだから	6,318	22.5%	4,757	29.0%	1,404	14.2%	157	9.0%
	5. 朝の習慣として用意されているから	3,020	10.8%	2,019	12.3%	877	8.8%	124	7.1%
	6. その他	1,084	3.9%	548	3.3%	225	2.3%	311	17.8%
	総計	28,055	100.0%	16,395	100.0%	9,914	100.0%	1,746	100.0%

めん類(うどん、そば、ラーメン、スパゲッティなど)、シリアル、その他を合計

「朝食」をほとんど食べない最も大きな理由は何ですか？（問1で朝食を「ほとんど食べない」と回答した者）

[朝食の欠食（「ほとんど食べない」）理由]

区分	回答	総計		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代以上	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. 食欲がないから	286	15.6%	17	21.3%	91	15.2%	112	15.1%	51	15.4%	15	21.1%	0	0.0%
	2. 寝ていたいから	390	21.2%	23	28.8%	156	26.1%	163	22.0%	40	12.0%	4	5.6%	4	23.5%
	3. 時間がないから	497	27.0%	29	36.3%	177	29.6%	210	28.3%	74	22.3%	6	8.5%	1	5.9%
	4. 習慣になっているから	472	25.7%	5	6.3%	107	17.9%	189	25.5%	128	38.6%	34	47.9%	9	52.9%
	5. 朝食の用意や、後片づけが面倒だから	43	2.3%	2	2.5%	20	3.4%	14	1.9%	6	1.8%	0	0.0%	1	5.9%
	6. ダイエットのため	57	3.1%	3	3.8%	16	2.7%	23	3.1%	11	3.3%	4	5.6%	0	0.0%
	7. その他	94	5.1%	1	1.3%	30	5.0%	31	4.2%	22	6.6%	8	11.3%	2	11.8%
	総計	1,839	100.0%	80	100.0%	597	100.0%	742	100.0%	332	100.0%	71	100.0%	17	100.0%
男性	1. 食欲がないから	99	13.9%	12	34.3%	24	14.1%	39	13.5%	19	10.6%	5	16.7%	0	0.0%
	2. 寝ていたいから	154	21.7%	6	17.1%	47	27.6%	71	24.7%	27	15.1%	2	6.7%	1	11.1%
	3. 時間がないから	189	26.6%	12	34.3%	52	30.6%	80	27.8%	40	22.3%	4	13.3%	1	11.1%
	4. 習慣になっているから	206	29.0%	3	8.6%	28	16.5%	77	26.7%	79	44.1%	13	43.3%	6	66.7%
	5. 朝食の用意や、後片づけが面倒だから	20	2.8%	1	2.9%	9	5.3%	5	1.7%	5	2.8%	0	0.0%	0	0.0%
	6. ダイエットのため	14	2.0%	1	2.9%	2	1.2%	5	1.7%	4	2.2%	2	6.7%	0	0.0%
	7. その他	29	4.1%	0	0.0%	8	4.7%	11	3.8%	5	2.8%	4	13.3%	1	11.1%
	総計	711	100.0%	35	100.0%	170	100.0%	288	100.0%	179	100.0%	30	100.0%	9	100.0%
女性	1. 食欲がないから	187	16.6%	5	11.1%	67	15.7%	73	16.1%	32	20.9%	10	24.4%	0	0.0%
	2. 寝ていたいから	236	20.9%	17	37.8%	109	25.5%	92	20.3%	13	8.5%	2	4.9%	3	37.5%
	3. 時間がないから	308	27.3%	17	37.8%	125	29.3%	130	28.6%	34	22.2%	2	4.9%	0	0.0%
	4. 習慣になっているから	266	23.6%	2	4.4%	79	18.5%	112	24.7%	49	32.0%	21	51.2%	3	37.5%
	5. 朝食の用意や、後片づけが面倒だから	23	2.0%	1	2.2%	11	2.6%	9	2.0%	1	0.7%	0	0.0%	1	12.5%
	6. ダイエットのため	43	3.8%	2	4.4%	14	3.3%	18	4.0%	7	4.6%	2	4.9%	0	0.0%
	7. その他	65	5.8%	1	2.2%	22	5.2%	20	4.4%	17	11.1%	4	9.8%	1	12.5%
	総計	1,128	100.0%	45	100.0%	427	100.0%	454	100.0%	153	100.0%	41	100.0%	8	100.0%

あなたは、ふだん何時頃に起床しますか？

[起床時間]

区分	回答	総計		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代以上	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. 6時以前	7,207	24.1%	184	11.9%	839	13.6%	2,351	21.1%	2,606	35.6%	940	35.0%	287	27.9%
	2. 6時から7時の間	14,743	49.3%	837	54.0%	2,596	42.1%	5,816	52.2%	3,678	50.3%	1,329	49.5%	487	47.4%
	3. 7時から8時の間	5,934	19.9%	454	29.3%	1,819	29.5%	2,304	20.7%	807	11.0%	339	12.6%	211	20.5%
	4. 8時以降	2,010	6.7%	75	4.8%	911	14.8%	680	6.1%	223	3.0%	79	2.9%	42	4.1%
	総計	29,894	100.0%	1,550	100.0%	6,165	100.0%	11,151	100.0%	7,314	100.0%	2,687	100.0%	1,027	100.0%
男性	1. 6時以前	1,734	22.5%	55	10.4%	169	12.5%	510	20.3%	566	28.7%	311	33.8%	123	28.7%
	2. 6時から7時の間	3,666	47.5%	290	54.6%	510	37.7%	1,245	49.6%	979	49.6%	438	47.7%	204	47.6%
	3. 7時から8時の間	1,748	22.6%	165	31.1%	459	33.9%	567	22.6%	334	16.9%	137	14.9%	86	20.0%
	4. 8時以降	572	7.4%	21	4.0%	216	16.0%	190	7.6%	96	4.9%	33	3.6%	16	3.7%
	総計	7,720	100.0%	531	100.0%	1,354	100.0%	2,512	100.0%	1,975	100.0%	919	100.0%	429	100.0%
女性	1. 6時以前	5,473	24.7%	129	12.7%	670	13.9%	1,841	21.3%	2,040	38.2%	629	35.6%	164	27.4%
	2. 6時から7時の間	11,077	50.0%	547	53.7%	2,086	43.4%	4,571	52.9%	2,699	50.6%	891	50.4%	283	47.3%
	3. 7時から8時の間	4,186	18.9%	289	28.4%	1,360	28.3%	1,737	20.1%	473	8.9%	202	11.4%	125	20.9%
	4. 8時以降	1,438	6.5%	54	5.3%	695	14.4%	490	5.7%	127	2.4%	46	2.6%	26	4.3%
	総計	22,174	100.0%	1,019	100.0%	4,811	100.0%	8,639	100.0%	5,339	100.0%	1,768	100.0%	598	100.0%

あなたは、ふだん何時頃就寝しますか？

[就寝時間]

区分	回答	総計		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代以上	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. 21時以前	231	0.8%	28	1.8%	20	0.3%	95	0.9%	32	0.4%	22	0.8%	34	3.3%
	2. 21時から22時の間	1,909	6.4%	181	11.7%	177	2.9%	808	7.2%	380	5.2%	182	6.8%	181	17.6%
	3. 22時から23時の間	4,891	16.4%	295	19.0%	594	9.6%	1,891	17.0%	1,245	17.0%	538	20.0%	328	31.9%
	4. 23時から24時の間	10,568	35.4%	455	29.4%	1,855	30.1%	3,766	33.8%	2,965	40.5%	1,171	43.6%	356	34.7%
	5. 24時から1時の間	8,365	28.0%	392	25.3%	2,196	35.6%	3,157	28.3%	1,930	26.4%	597	22.2%	93	9.1%
	6. 1時以降	3,930	13.1%	199	12.8%	1,323	21.5%	1,434	12.9%	762	10.4%	177	6.6%	35	3.4%
	総計	29,894	100.0%	1,550	100.0%	6,165	100.0%	11,151	100.0%	7,314	100.0%	2,687	100.0%	1,027	100.0%
男性	1. 21時以前	78	1.0%	14	2.6%	6	0.4%	17	0.7%	8	0.4%	11	1.2%	22	5.1%
	2. 21時から22時の間	464	6.0%	79	14.9%	23	1.7%	115	4.6%	92	4.7%	71	7.7%	84	19.6%
	3. 22時から23時の間	1,018	13.2%	116	21.8%	85	6.3%	269	10.7%	245	12.4%	171	18.6%	132	30.8%
	4. 23時から24時の間	2,446	31.7%	135	25.4%	320	23.6%	776	30.9%	694	35.1%	379	41.2%	142	33.1%
	5. 24時から1時の間	2,468	32.0%	115	21.7%	553	40.8%	888	35.4%	643	32.6%	235	25.6%	34	7.9%
	6. 1時以降	1,246	16.1%	72	13.6%	367	27.1%	447	17.8%	293	14.8%	52	5.7%	15	3.5%
	総計	7,720	100.0%	531	100.0%	1,354	100.0%	2,512	100.0%	1,975	100.0%	919	100.0%	429	100.0%
女性	1. 21時以前	153	0.7%	14	1.4%	14	0.3%	78	0.9%	24	0.4%	11	0.6%	12	2.0%
	2. 21時から22時の間	1,445	6.5%	102	10.0%	154	3.2%	693	8.0%	288	5.4%	111	6.3%	97	16.2%
	3. 22時から23時の間	3,873	17.5%	179	17.6%	509	10.6%	1,622	18.8%	1,000	18.7%	367	20.8%	196	32.8%
	4. 23時から24時の間	8,122	36.6%	320	31.4%	1,535	31.9%	2,990	34.6%	2,271	42.5%	792	44.8%	214	35.8%
	5. 24時から1時の間	5,897	26.6%	277	27.2%	1,643	34.2%	2,269	26.3%	1,287	24.1%	362	20.5%	59	9.9%
	6. 1時以降	2,684	12.1%	127	12.5%	956	19.9%	987	11.4%	469	8.8%	125	7.1%	20	3.3%
	総計	22,174	100.0%	1,019	100.0%	4,811	100.0%	8,639	100.0%	5,339	100.0%	1,768	100.0%	598	100.0%

朝食を食べている人と食べない人の就寝時間、起床時間

[朝食を食べている人と食べない人の就寝時間]

区分	回答	食べている計		ごはん類		パン類		ごはん類・パン類以外		ほとんど食べない	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. 21時以前	224	0.8%	162	1.0%	51	0.5%	11	0.6%	7	0.4%
	2. 21時から22時の間	1,874	6.7%	1,305	8.0%	512	5.2%	57	3.3%	35	1.9%
	3. 22時から23時の間	4,789	17.1%	3,100	18.9%	1,491	15.0%	198	11.3%	102	5.5%
	4. 23時から24時の間	10,168	36.2%	6,025	36.7%	3,610	36.4%	533	30.5%	400	21.8%
	5. 24時から1時の間	7,741	27.6%	4,143	25.3%	3,005	30.3%	593	34.0%	624	33.9%
	6. 1時以降	3,259	11.6%	1,660	10.1%	1,245	12.6%	354	20.3%	671	36.5%
	総計	28,055	100.0%	16,395	100.0%	9,914	100.0%	1,746	100.0%	1,839	100.0%

めん類(うどん、そば、ラーメン、スパゲッティなど)、シリアル、その他を合計

[朝食を食べている人と食べない人の起床時間]

区分	回答	食べている計		ごはん類		パン類		ごはん類・パン類以外		ほとんど食べない	
		回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率	回答数	比率
全体	1. 6時以前	6,970	24.8%	4,586	28.0%	2,018	20.4%	366	21.0%	237	12.9%
	2. 6時から7時の間	14,142	50.4%	8,359	51.0%	5,016	50.6%	767	43.9%	601	32.7%
	3. 7時から8時の間	5,373	19.2%	2,697	16.5%	2,251	22.7%	425	24.3%	561	30.5%
	4. 8時以降	1,570	5.6%	753	4.6%	629	6.3%	188	10.8%	440	23.9%
	総計	28,055	100.0%	16,395	100.0%	9,914	100.0%	1,746	100.0%	1,839	100.0%

めん類(うどん、そば、ラーメン、スパゲッティなど)、シリアル、その他を合計