

第16回

バナナ・果物

消費動向調査

日本バナナ輸入組合
2020年7月
(8月7日はバナナの日)

目次

| | |
|-------------------------------------|----|
| 調査概要 | 2 |
| 調査結果 | |
| よく食べる果物 | 3 |
| 果物を食べる頻度 | 3 |
| バナナを食べることが多いタイミング | 4 |
| 朝食に食べるもの | 4 |
| バナナを食べる頻度 | 5 |
| この1年でバナナを食べる量が変わった理由 | 5 |
| バナナを食べる理由 | 6 |
| 知られているバナナの栄養素 | 6 |
| 知られているバナナの効果・効能 | 7 |
| 気になるバナナの効果・効能 | 7 |
| 知られているバナナの効果・効能×気になるバナナの効果・効能 | 8 |
| バナナを買うときの基準 | 8 |
| 健康意識とバナナ | 9 |
| 統計資料 | 10 |

調査概要

●調査目的

本年度で16回目の調査となる『バナナ・果物消費動向調査』では、例年に引き続き、バナナの食用実態や購入実態の把握を目的とするとともに、バナナの栄養素や効果・効能、さらには、普段の食生活における健康意識とバナナを食べる頻度の関係についても調べました。

●サマリー

バナナは16年連続よく食べる果物で1位となりました。

バナナの栄養素としては、昨年から若干順位が変動しているものの、引き続き「糖質」「食物繊維」「カリウム」などの認知度が高く、気になるバナナの効果・効能としては、多少の順位の変動はありますが、「免疫力を高める」「豊富な食物繊維により消化を助ける」などが上位を維持しています。

●調査対象：全国16歳以上の男女

●調査時期：2020年6月23日（火）～ 2020年6月24日（水）

●調査方法：インターネット

●属性割付：

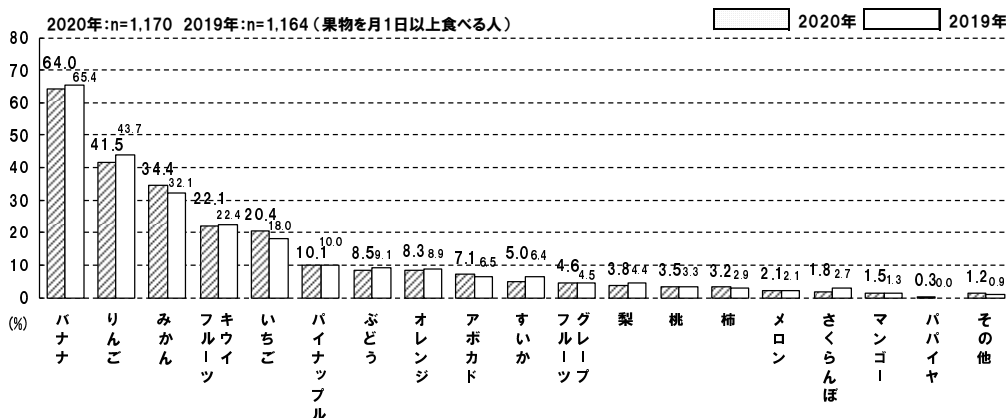
| | | 人数 |
|--------|---------|-------|
| 合計 | | 1,442 |
| 性別 | 男 | 721 |
| | 女 | 721 |
| 性別－年齢層 | 男－10代 | 103 |
| | 男－20代 | 103 |
| | 男－30代 | 103 |
| | 男－40代 | 103 |
| | 男－50代 | 103 |
| | 男－60代 | 103 |
| | 男－70歳以上 | 103 |
| | 女－10代 | 103 |
| | 女－20代 | 103 |
| | 女－30代 | 103 |
| | 女－40代 | 103 |
| | 女－50代 | 103 |
| | 女－60代 | 103 |
| | 女－70歳以上 | 103 |

よく食べる果物

「バナナ」…約64%、「りんご」…約42%、「みかん」…約34%

バナナは回答者の6割以上がよく食べる果物として挙げており、16年連続、よく食べる果物の1位です。

Q. あなたがよく食べる果物をお選びください。(複数回答/3つまで)

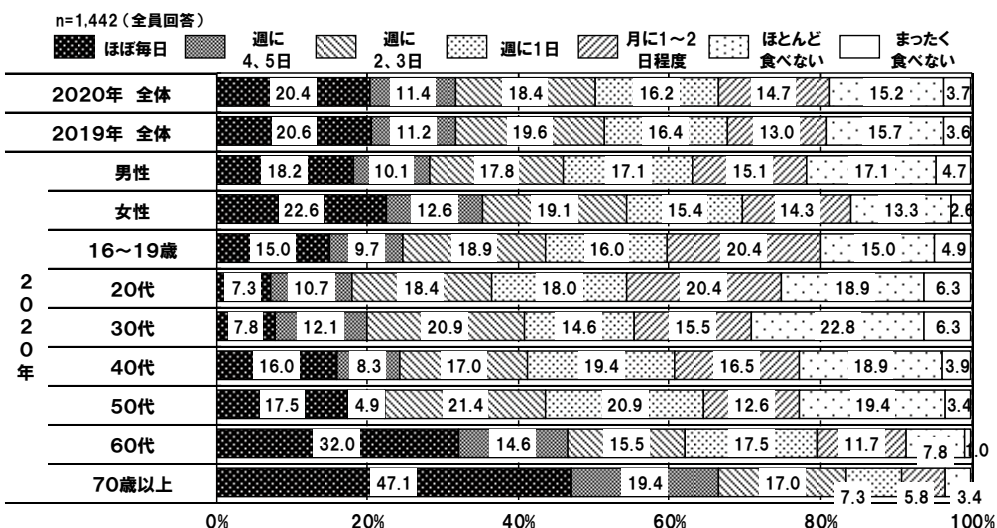


果物を食べる頻度

「ほぼ毎日」が約20%、「週4、5日」が約11%で、全体の約3割が「週に4、5日以上」果物を食べています。

「ほぼ毎日」果物を食べる人は、男性よりも女性が多く、また、年齢が高くなるほど増える傾向がみられます。

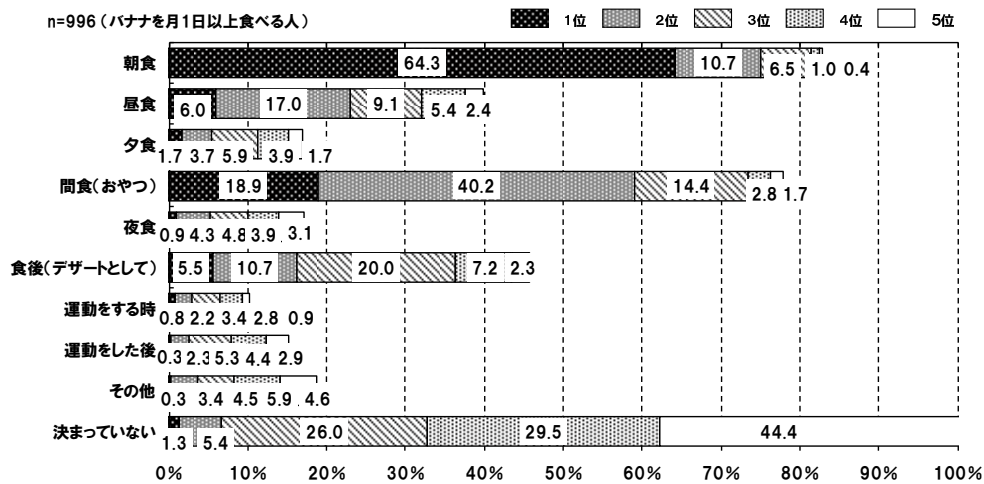
Q. あなたは果物をどのくらいの頻度で食べますか。(単一回答)



バナナを食べることが多いタイミング

バナナを食べるタイミングの1位をみると、「朝食」が約64%と極めて高く、次いで、「間食(おやつ)」が約19%となっています。

Q. あなたはバナナをいつ食べる人が多いですか。(食べる人が多い順に5位まで)(各単一回答)

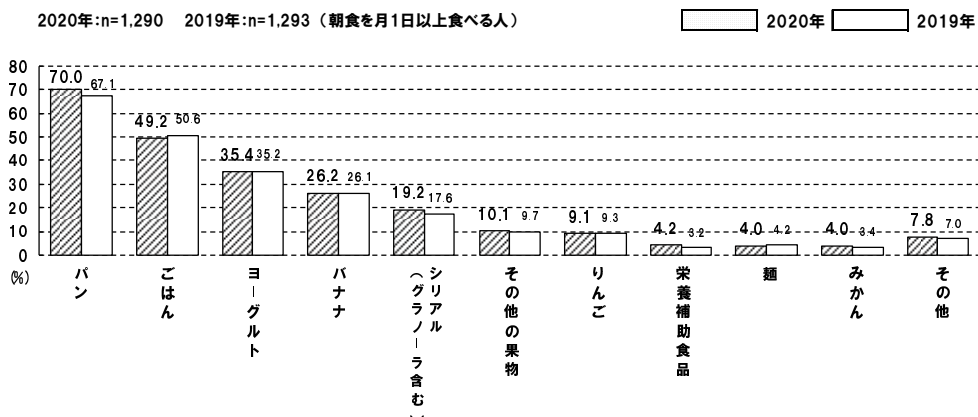


朝食に食べるもの

「パン」が約70%で最も高く、以下、「ごはん」約49%、「ヨーグルト」約35%、「バナナ」約26%と続いています。

時系列でみると、2020年度は、2019年度と比べて「パン」「シリアル」の割合が微増した一方、「ごはん」の割合は減少しました。「バナナ」はほぼ横ばいでした。

Q. あなたは朝食にどんなものを食べますか。(複数回答)

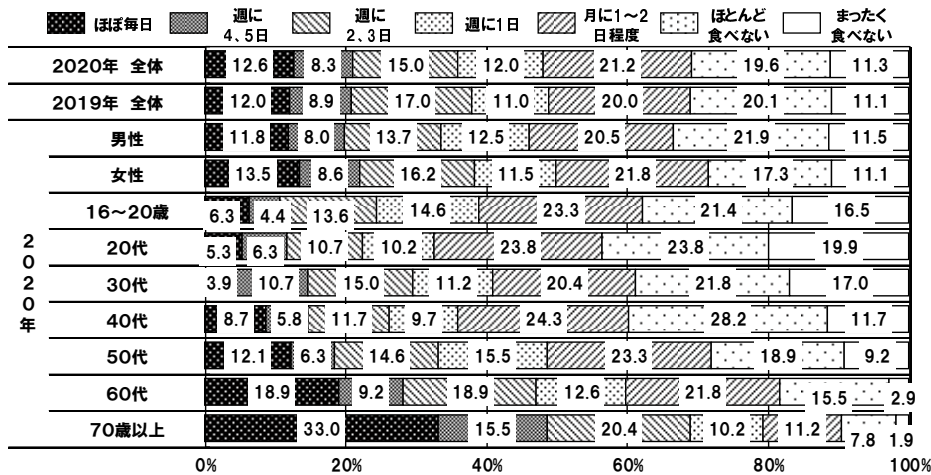


バナナを食べる頻度

「ほとんど食べない」「月1～2日程度」がともに約20%で多数となっています。
70代以上では約8割がバナナを「週1日」以上食べていると回答しています。

Q. あなたはバナナをどのくらいの頻度で食べていますか。(単一回答)

n=1,442(全員回答)



この1年でバナナを食べる量が増えた理由

「非常に増えた」「やや増えた」をあわせて約30%、「やや減った」「非常に減った」をあわせて約20%でした。

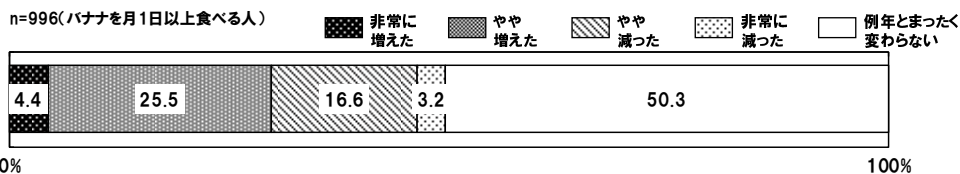
増減理由の傾向は下記の通りで、増加理由として“健康”や“消化のよさ”などが、減少理由では“価格”と“購買機会の減少”などが、それぞれ多く挙げられています。

Q. この一年で、あなたのバナナを食べる量はどのように変化しましたか。(単一回答)

Q. この一年で、あなたがバナナを食べる量が増えた理由をお書きください。(自由回答)

■ 増減

n=996(バナナを月1日以上食べる人)



■ 増減理由の傾向(自由回答を整理)

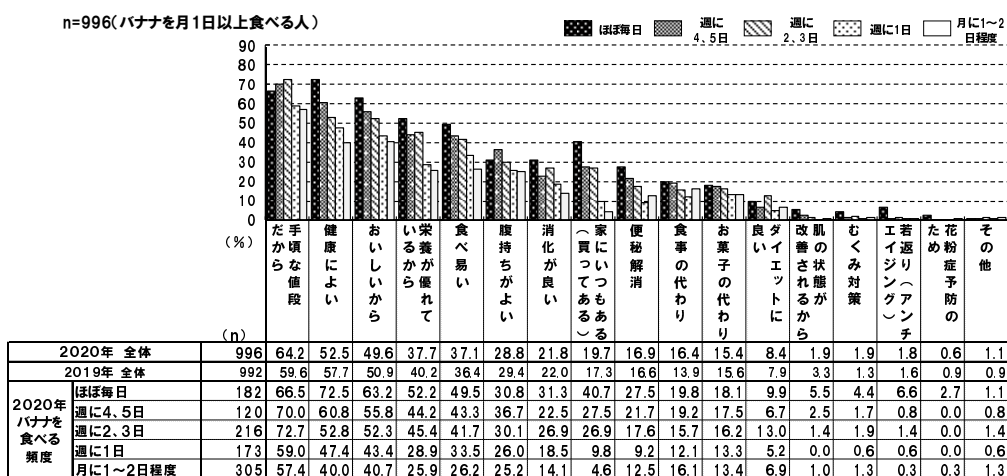
| 非常に増えた理由(44名) | やや増えた理由(254名) | やや減った理由(165名) | 非常に減った理由(32名) |
|---------------------------|--|--|--|
| ・健康(体)によい ・便秘解消に/消化がよい | ・健康(体)によい ・ジュース(スムージー)を作る ・安い/手頃/経済的 | ・高い/値上がりした ・傷みやすい/日持ちしない/腐らせてしまう ・買う機会が減った | ・高い/値上がりした ・買う機会が減った ・家族が食べなくなった |

バナナを食べる理由

「手頃な値段だから」が約64%でトップ。以下、「健康によい」約53%、「おいしいから」約50%などが上位に挙げられています。

「健康によい」や「栄養が優れているから」は、バナナを食べる頻度が高くなるほど増えています。

Q. あなたがバナナを食べる理由をお選びください。(複数回答)

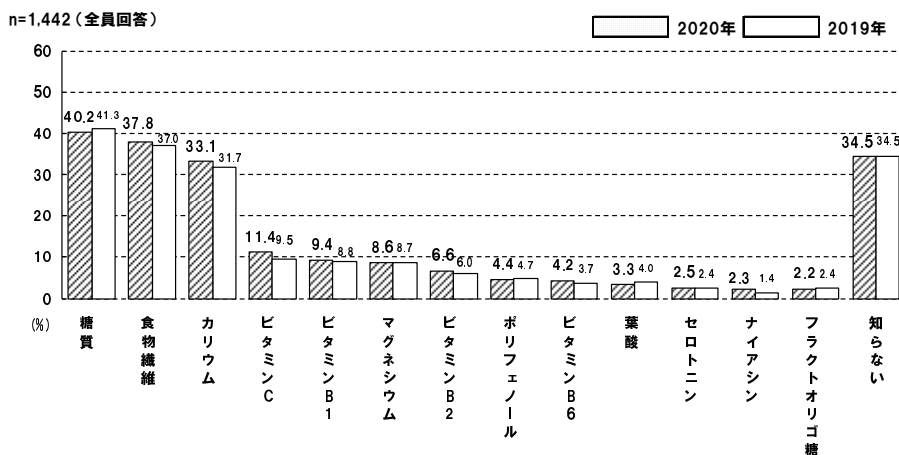


知られているバナナの栄養素

「糖質」が約40%で最も多く、次いで「食物繊維」が約38%、「カリウム」が約33%となっています。

時系列でみると、2020年度は2019年度と順位は変わりませんが、認知割合は「糖質」は微減、「食物繊維」「カリウム」は微増で推移しています。

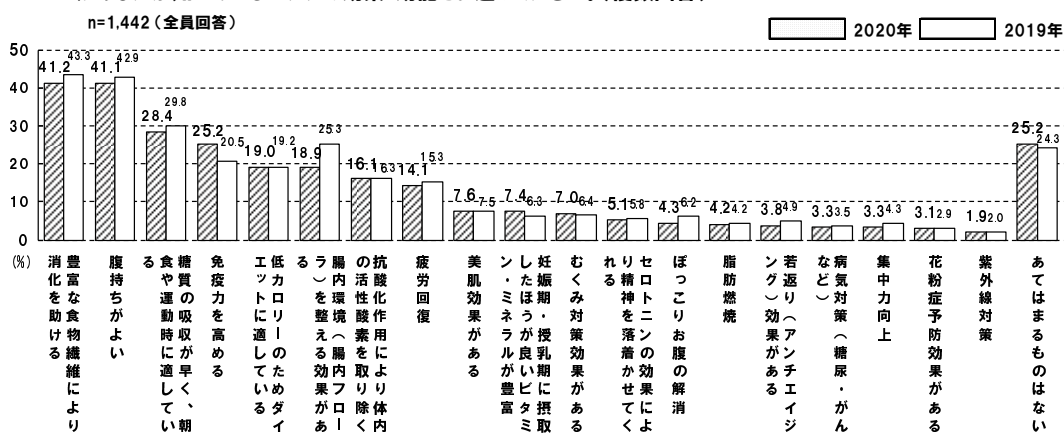
Q. あなたが知っているバナナの栄養素をお選びください。(複数回答)



知られているバナナの効果・効能

「豊富な食物繊維により消化を助ける」約41%、「腹持ちがよい」約41%、「糖質の吸収が早く、朝食や運動時に適している」約28%、「免疫力を高める」約25%などが上位です。その他の効果・効能はいずれも2割を下回っています。なお、上記で挙げられた効果・効能は、「免疫力」を除いて2019年と比べて減少しており、「あてはまるものはない」(＝知らない)が増加しています。

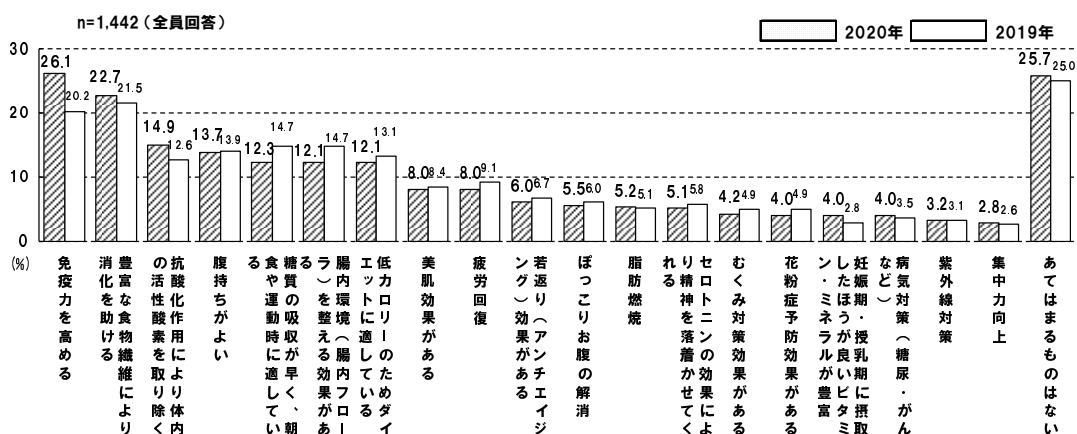
Q. あなたが知っているバナナの効果・効能をお選びください。(複数回答)



気になるバナナの効果・効能

「免疫力を高める」が約26%でトップ、「豊富な食物繊維により消化を助ける」が約23%で続きます。前者は2019年より6ポイントの大幅増です。また、「抗酸化作用により体内の活性酸素を取り除く」も2ポイントの増加となっています。

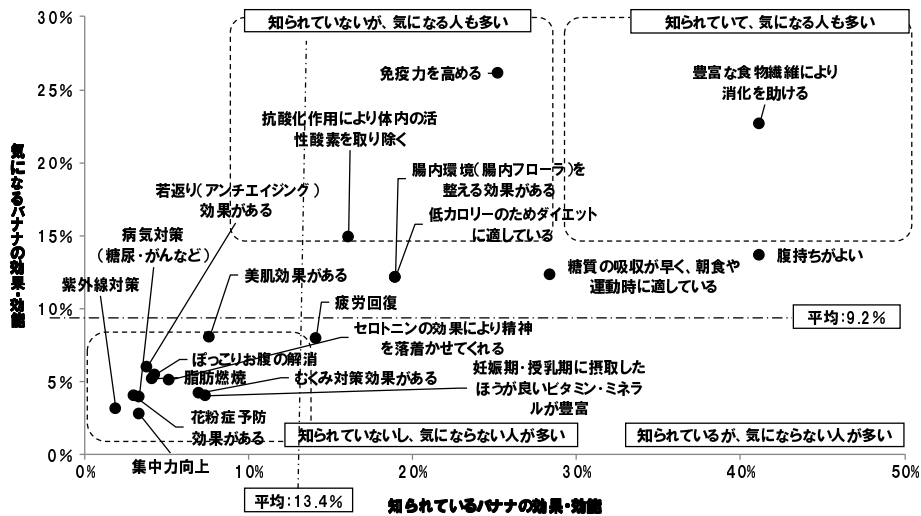
Q. 以下の中から、あなたが気になるバナナの効果・効能をお選びください。(複数回答/3つまで)



知られているバナナの効果・効能×気になるバナナの効果・効能

下の図は、バナナの効果・効能について、知られているものと気になるものの割合の関係を示したものです。

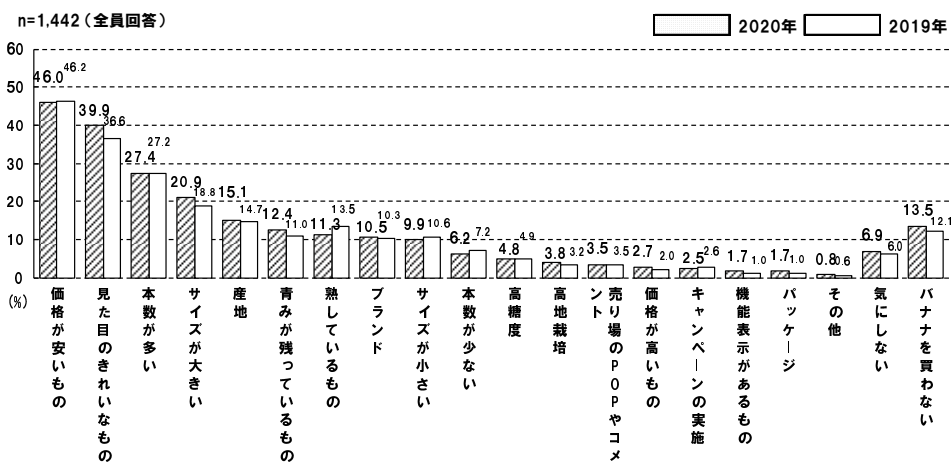
『知られていないが、気になる人も多い』効果・効能としては、「免疫力を高める」「抗酸化作用により体内の活性酸素を取り除く」が挙げられます。



バナナを買うときの基準

「価格が安いもの」が約46%で最も高く、以下、「見た目がきれいなもの」約40%、「本数が多い」約27%、「サイズが大きい」約21%が続いています。

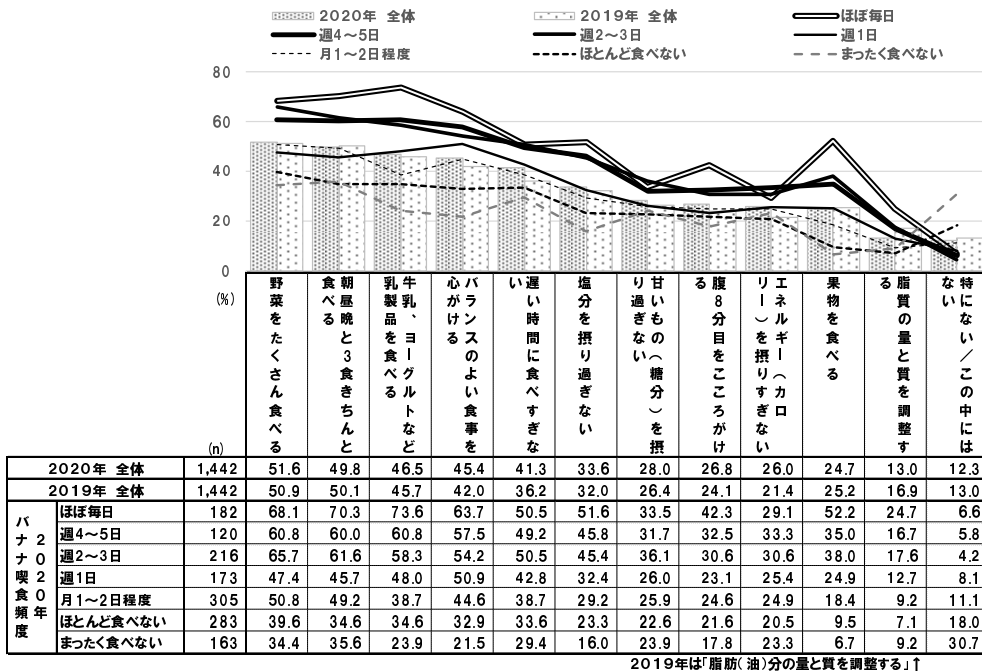
Q. あなたがバナナを買う時の基準をお選びください。(複数回答)



健康意識とバナナ

バナナを食べる頻度が高い人ほど、普段の食生活において、さまざまな領域で気をつけていることが多く挙げられる傾向がみられます。
この傾向は、2019年から変わっておりません。

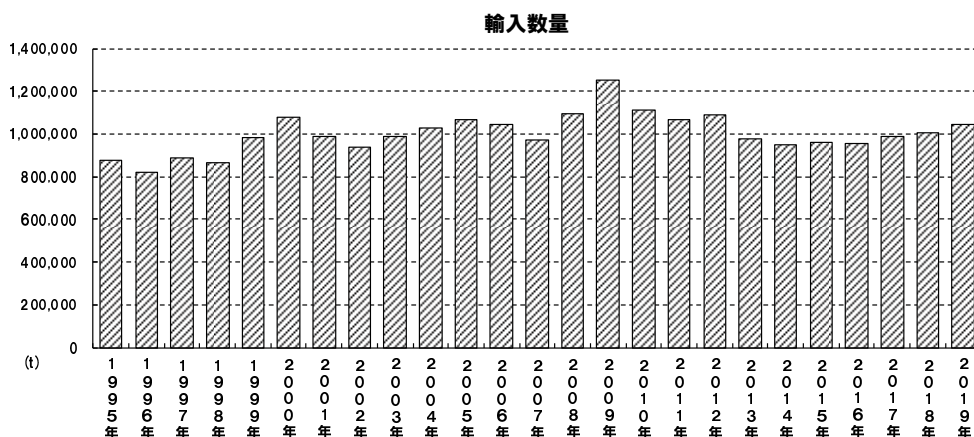
Q. 普段の食生活において、どのような点に、気をつけていますか。(複数回答)



統計資料(財務省貿易統計・総務省統計局家計調査より)

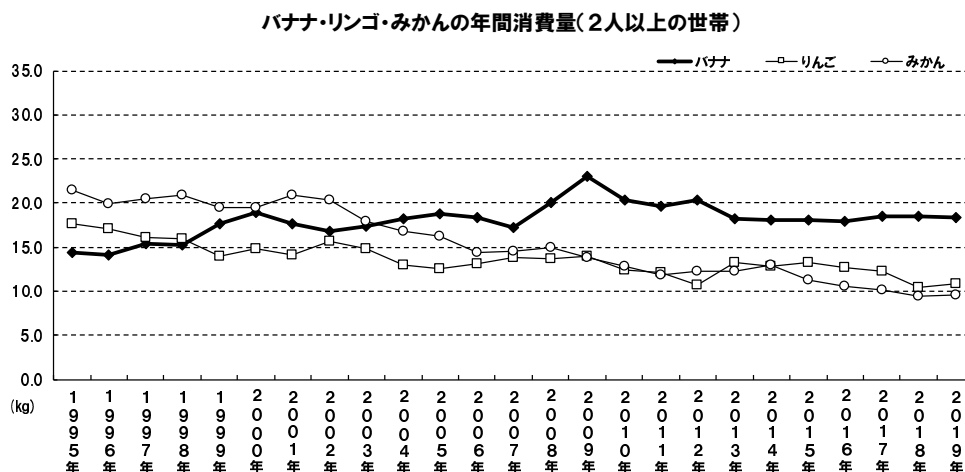
財務省貿易統計

財務省貿易統計のデータによると、2019年のバナナ輸入数量は約105万トンでした。輸入量は3年連続で増加し、昨年に引き続いて100万トン超えの水準となっています。



総務省統計局家計調査 (世帯区分: 2人以上の世帯)

果物の中で、バナナは年間消費量首位の座にありますが、2019年の年間消費量は約18.4kgで、2013年に20kgを下回って以降、ほぼ横ばいで推移しています。他の果物ではりんごは微増、みかんは微減となっています。かつては、みかんがりんごを上回っていましたが、2015年以降、消費量は、りんごがみかんを超える状況が続いています。



発行

日本バナナ輸入組合

東京都千代田区内神田1-3-1 トーハン第三ビル

お問合せ先

日本バナナ輸入組合広報室

TEL03-5577-4765

バナナ大学ホームページ <https://www.banana.co.jp>