

第19回

バナナ・果物 消費動向調査

日本バナナ輸入組合
2023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化した理由	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
物価高騰とバナナ	9
健康意識とバナナ	10
統計資料	11

調査概要

●調査目的

本年度で19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、普段の食生活において、物価高騰の状況の中で意識する点や、健康面で気を付けている点とバナナを食べる頻度との関係についても調べました。

●サマリー

バナナは19年連続よく食べる果物で1位となりました。

バナナの栄養素の認知率は、昨年に引き続いて「食物繊維」「糖質」「カリウム」などが上位です。また、気になるバナナの効果・効能としては、昨年に引き続き「免疫力を高める」が最多で、「豊富な食物繊維により消化を助ける」がこれに続きます。

●調査対象：全国16歳以上の男女

●調査時期：2023年6月27日（火）～ 2023年6月28日（水）

●調査方法：インターネット

●属性割付：

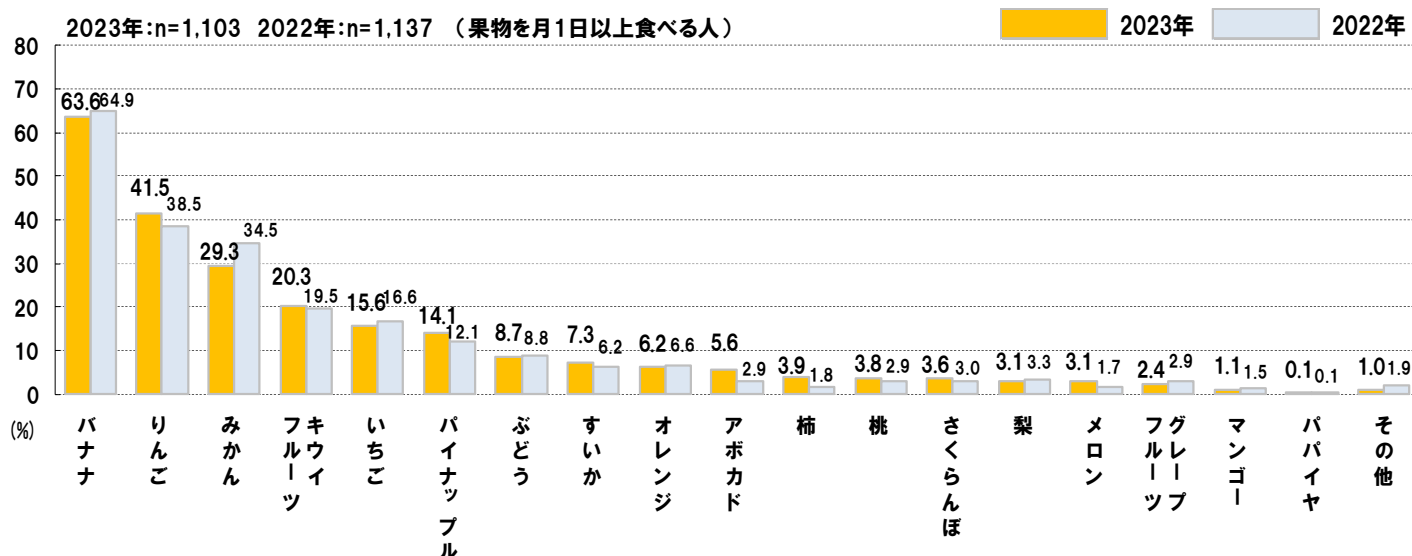
		人数
合計		1, 442
性別	男	721
	女	721
性別一年齢層	男－10代	103
	男－20代	103
	男－30代	103
	男－40代	103
	男－50代	103
	男－60代	103
	男－70歳以上	103
	女－10代	103
	女－20代	103
	女－30代	103
	女－40代	103
	女－50代	103
	女－60代	103
	女－70歳以上	103

よく食べる果物

「バナナ」…約64%、「りんご」…約42%、「みかん」…約29%

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、19年連続、よく食べる果物の1位です。

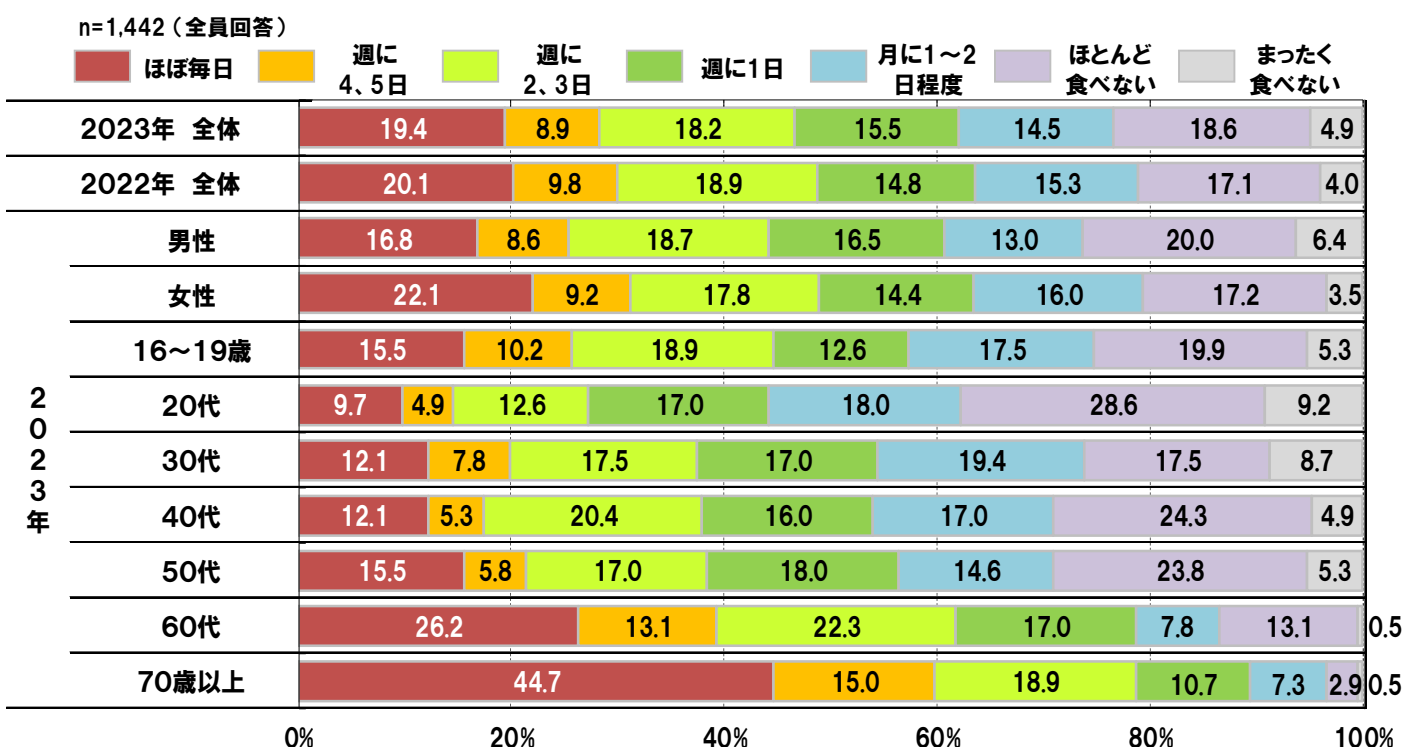
Q. あなたがよく食べる果物をお選びください。(複数回答/3つまで)



果物を食べる頻度

「ほぼ毎日」が約19%、「週4、5日」が約9%で、全体の約3割近くが「週に4、5日以上」果物を食べています。なお、「週4、5日」以上の頻度は1.6ポイントの減少です。「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ずっと続いています。

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)

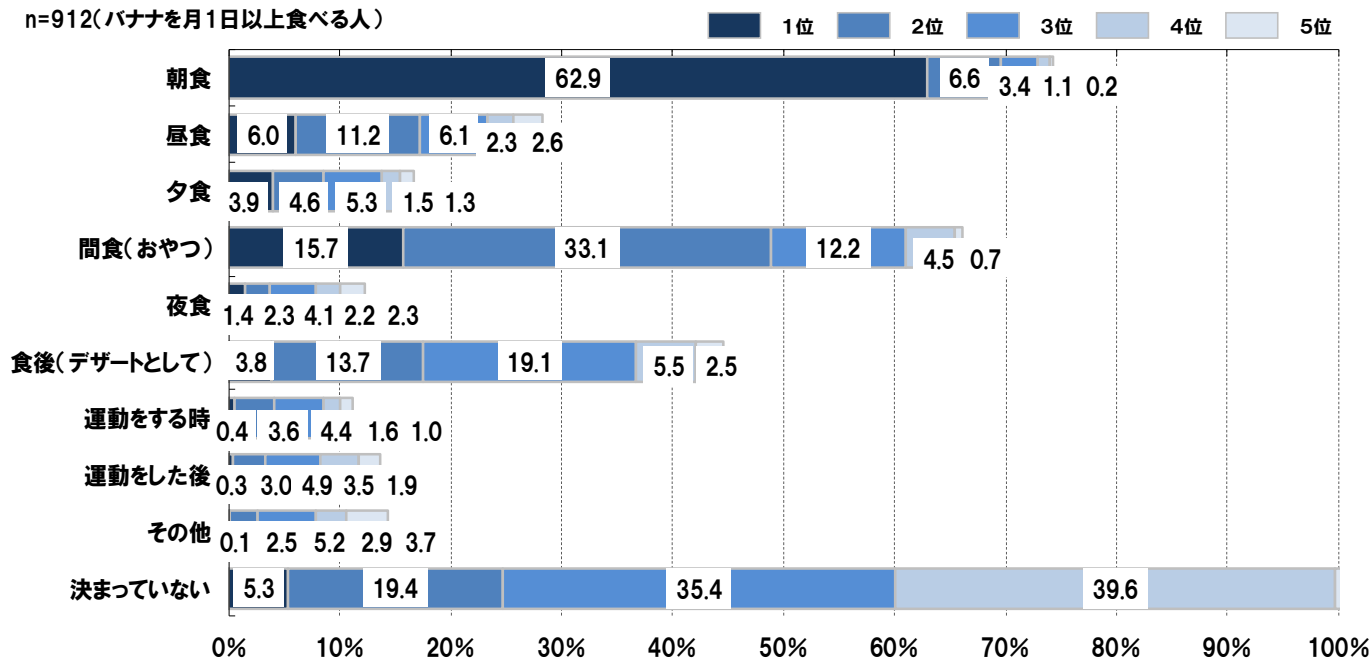


バナナを食べることが多いタイミング

バナナを食べるタイミングの1位をみると、「朝食」が約63%と極めて高く、次いで、「間食（おやつ）」が約16%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）

n=912(バナナを月1日以上食べる人)



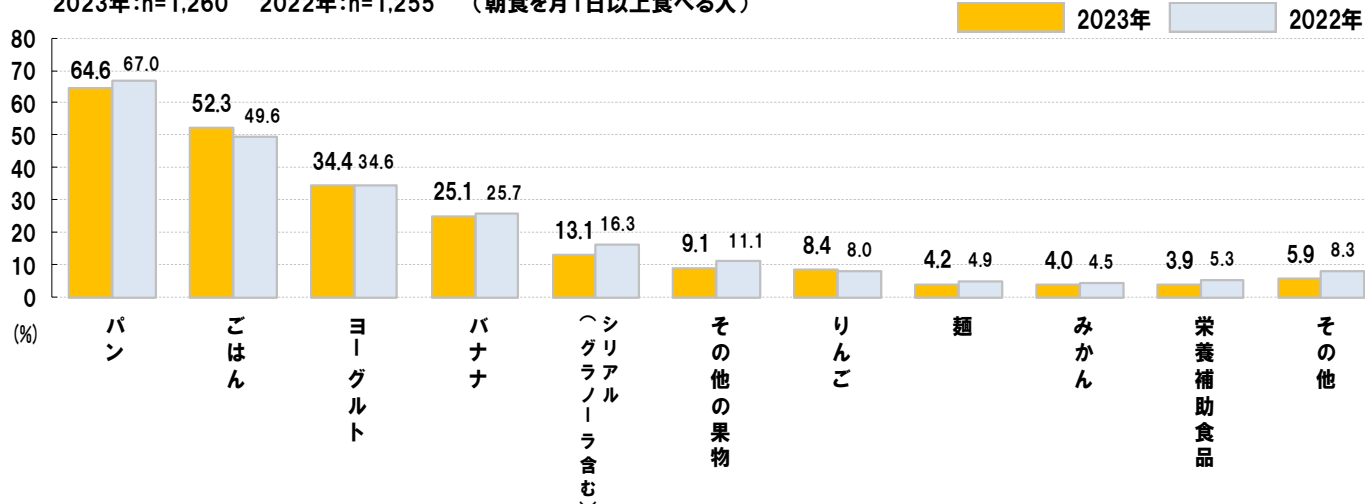
朝食に食べるもの

「パン」が約65%で最も高く、以下、「ごはん」約52%、「ヨーグルト」約34%、「バナナ」約25%と続いています。

時系列でみると、2023年度は、2022年度と比べて「パン」は減少、「ごはん」が増加、「ヨーグルト」がほぼ横ばいの中、「バナナ」は0.6ポイントの微減となりました。

Q. あなたは朝食にどんなものを食べますか。（複数回答）

2023年:n=1,260 2022年:n=1,255 (朝食を月1日以上食べる人)

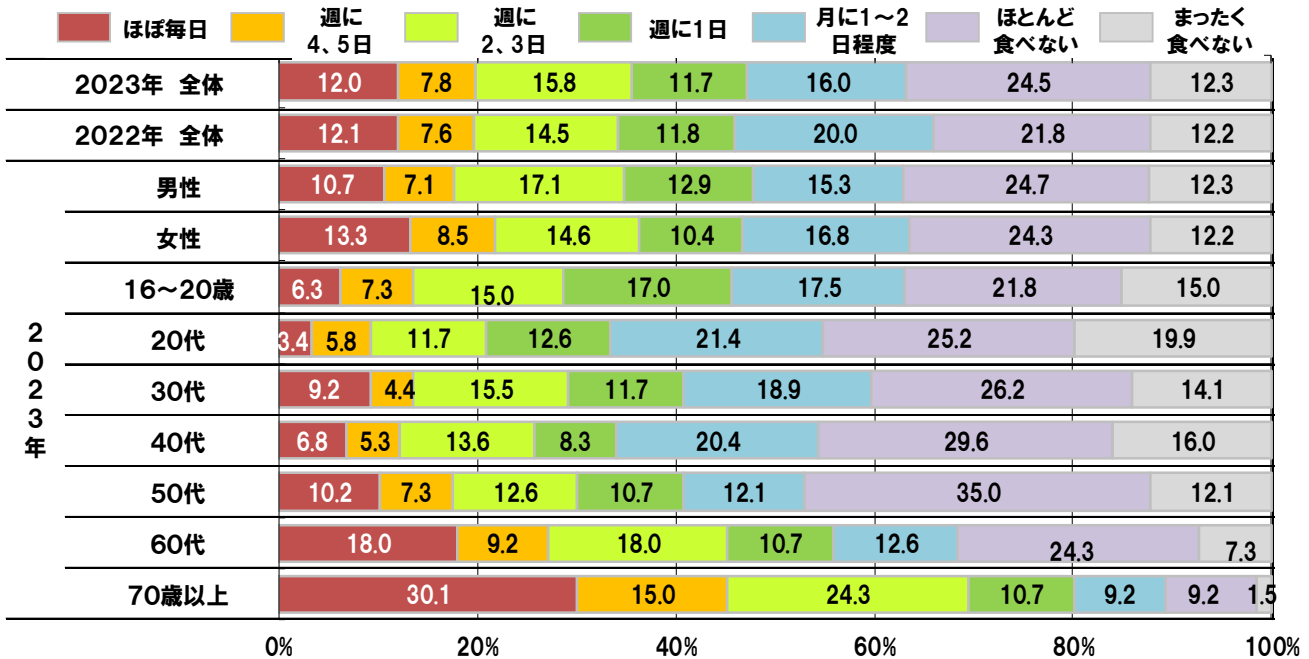


バナナを食べる頻度

「ほとんど食べない」「月1～2日程度」が計37%で多数となっています。
70代以上ではほぼ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29%、「やや減った」「非常に減った」をあわせて約19%でした。

増減理由の傾向は下記の通りで、増加理由として“健康志向”や“美味しい”などが、減少理由では“価格”と“他商品への流出”などが、それぞれ目立ちます。

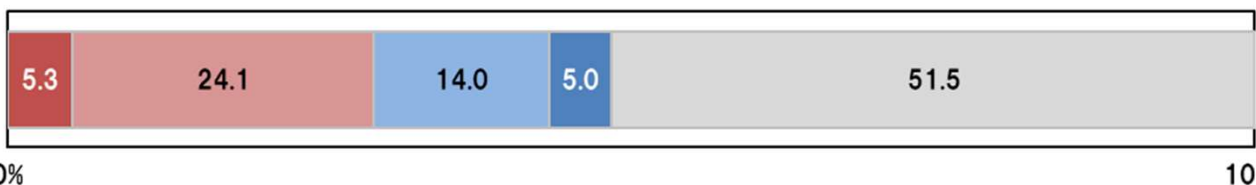
Q. この一年で、あなたのバナナを食べる量はどのように変化しましたか。(単一回答)

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=912(バナナを月1日以上食べる人)

非常に増えた やや増えた やや減った 非常に減った 例年とまったく変わらない



■ 増減理由の傾向 (自由回答を整理)

非常に増えた理由(48名)	やや増えた理由(220名)	やや減った理由(126名)	非常に減った理由(46名)
<ul style="list-style-type: none"> 健康(体)によいから おいしい/おいしくなったから 	<ul style="list-style-type: none"> おいしい/おいしくなったから 安い/手頃/経済的だから 健康(体)によいから 朝食に食べるから 	<ul style="list-style-type: none"> 高い/値上がりしたから 他の果物を食べるから 他の物食べるから 	<ul style="list-style-type: none"> 高い/値上がりしたから あまり買わなくなった/買う頻度が減ったから インフレ/物価自体が高騰しているから

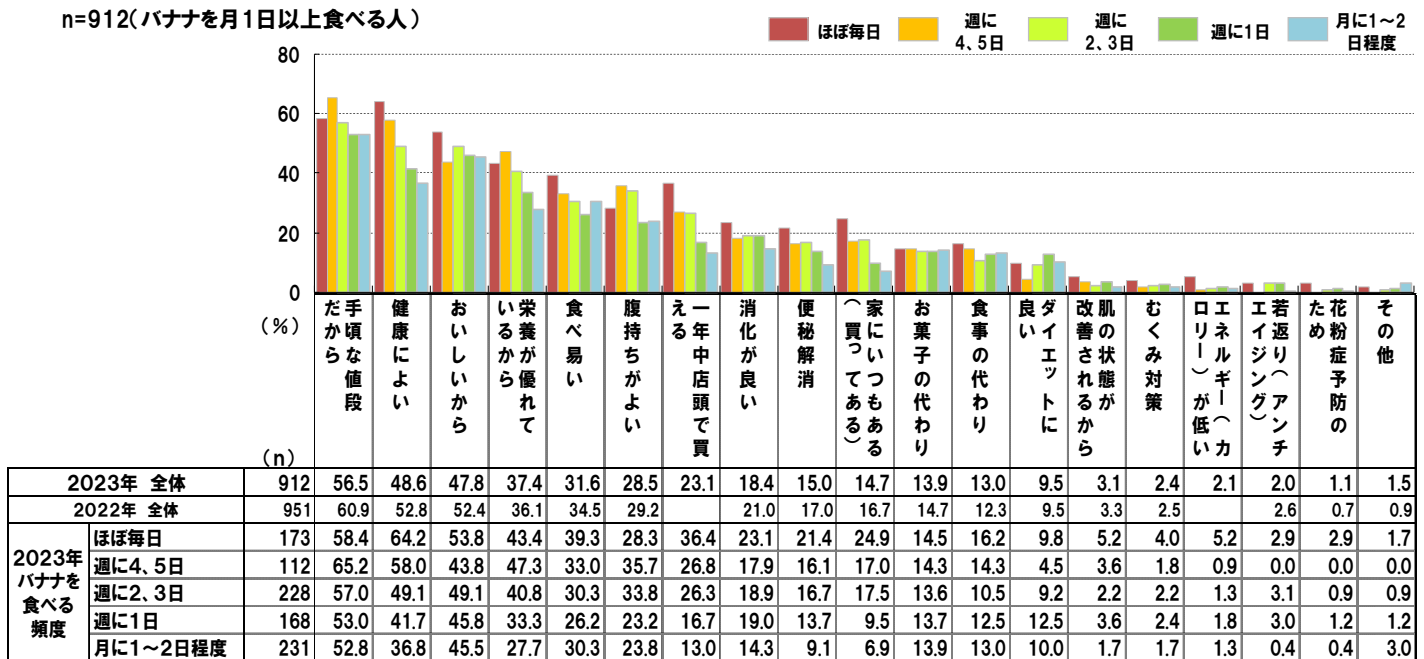
バナナを食べる理由

「手頃な値段だから」が約57%でトップ。以下、「健康によい」約49%、「おいしいから」約48%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割合が高くなっています。

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)

n=912(バナナを月1日以上食べる人)



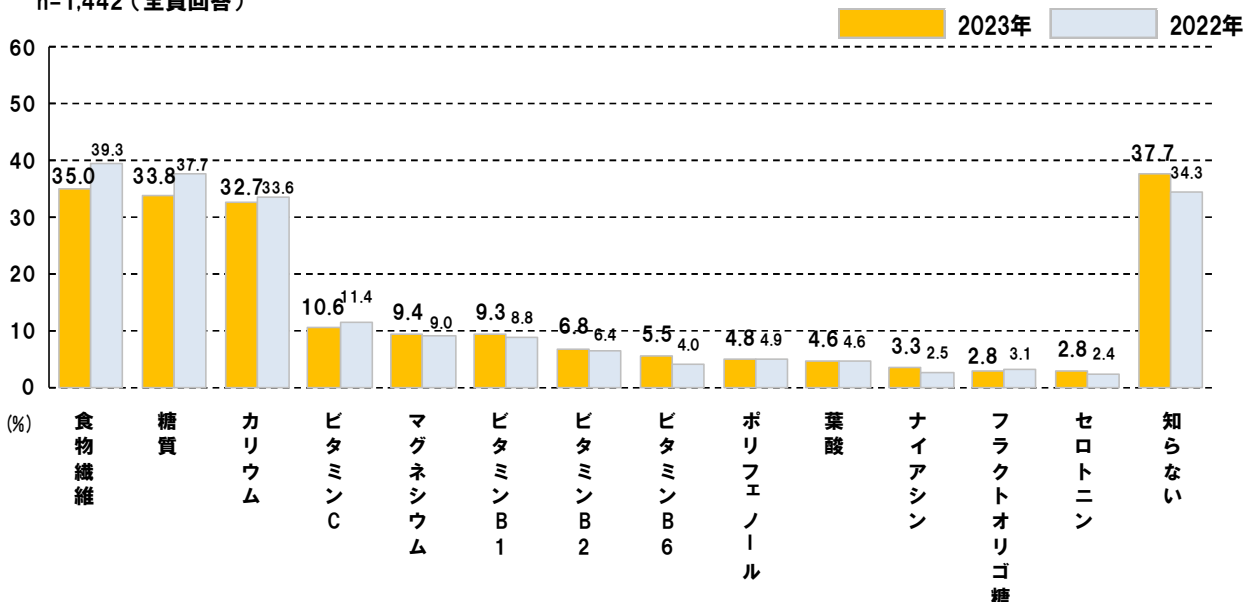
知られているバナナの栄養素

「食物繊維」が約35%で最も多く、次いで「糖質」が約34%、「カリウム」が約33%となっています。

時系列でみると、2023年度は2022年度と比べて、「食物繊維」「糖質」「カリウム」など、上位の栄養素の認知割合がいずれも減少となっています。

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)

n=1,442(全員回答)



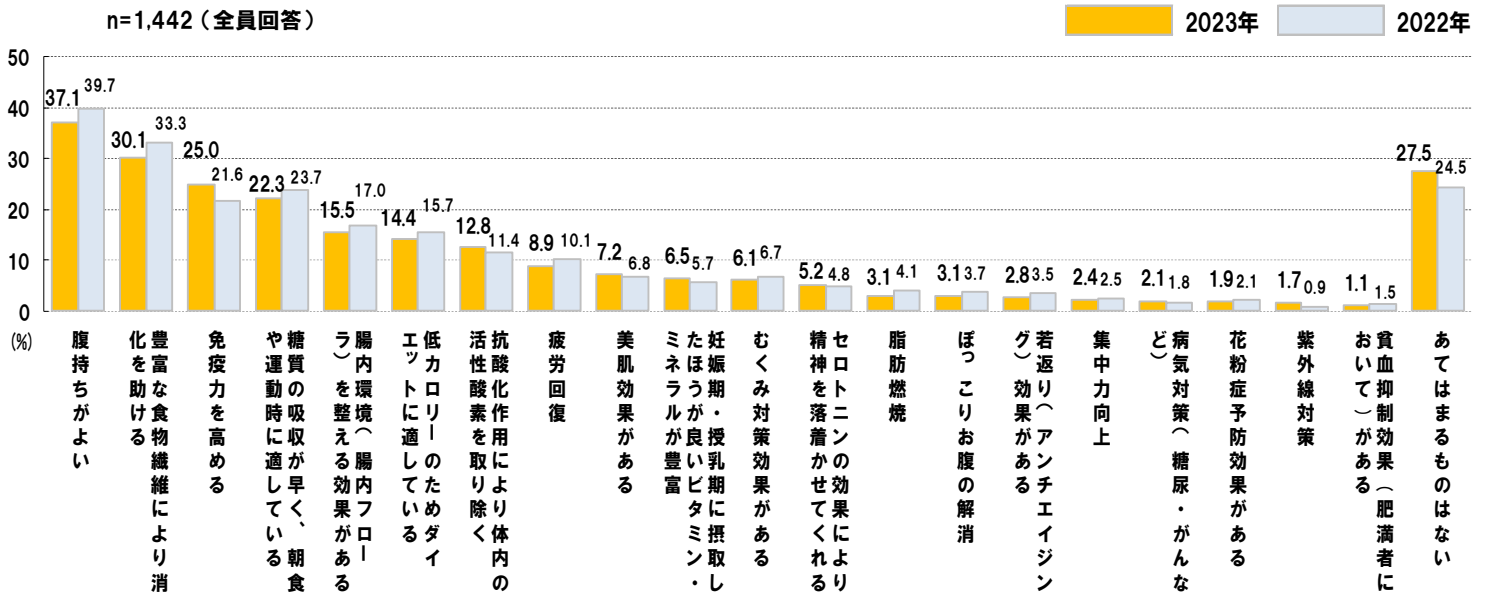
知られているバナナの効果・効能

「腹持ちがよい」約37%、「豊富な食物繊維により消化を助ける」約30%、「免疫力を高める」約25%、「糖質の吸収が早く、朝食や運動時に適している」約22%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。

「免疫力を高める」は対前回でやや増加した一方、他の上位項目はいずれも減少となっており、効果・効能の浸透が薄れていることが懸念されるようです。

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)

n=1,442 (全員回答)

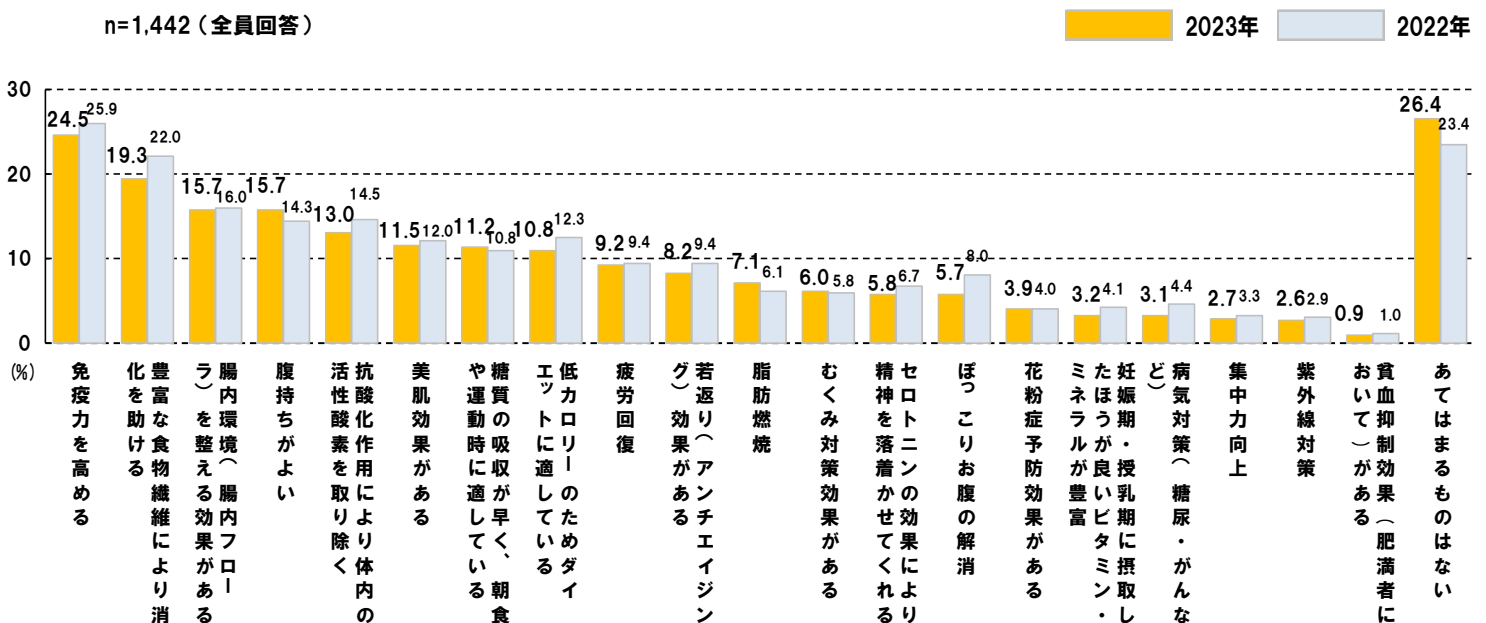


気になるバナナの効果・効能

「免疫力を高める」が約25%でトップ、「豊富な食物繊維により消化を助ける」が約19%で続きます。但し、これらの効果・効能への関心割合は前回より減少した一方、「あてはまるものはない」は増加しました。

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)

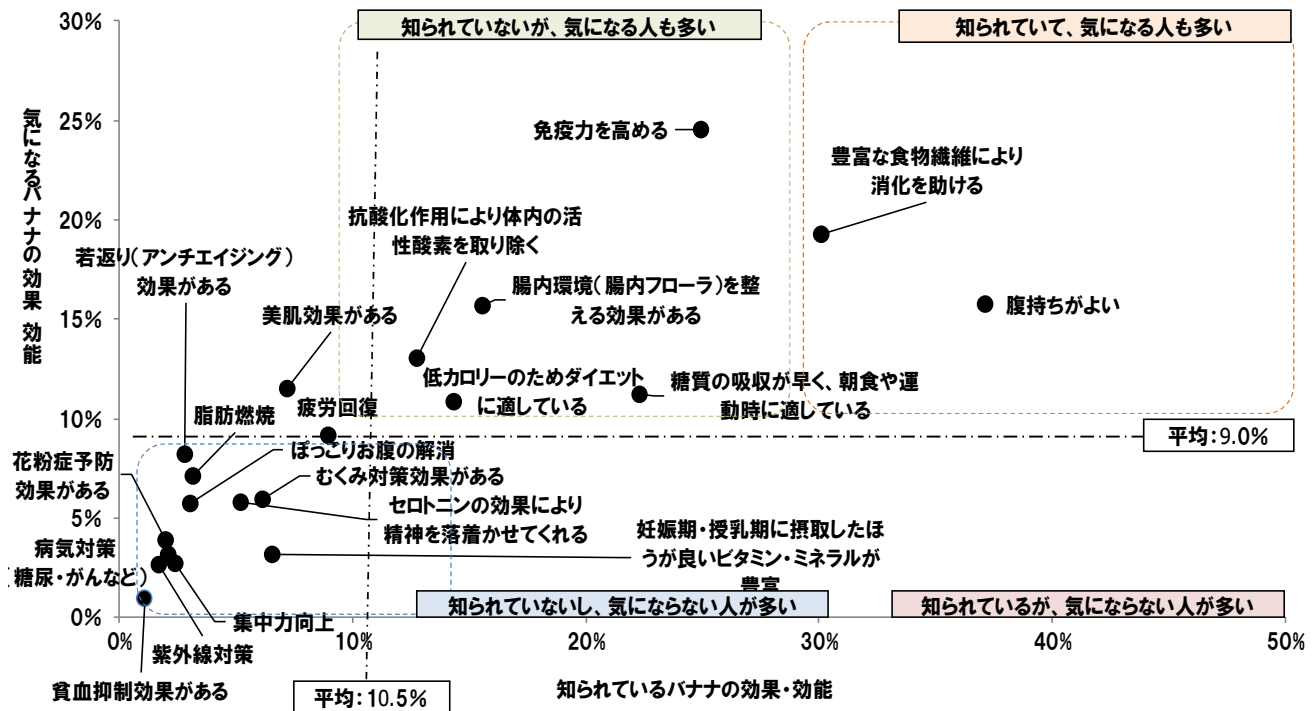
n=1,442 (全員回答)



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」「腸内環境(腸内フローラ)を整える効果がある」などが挙げられます。

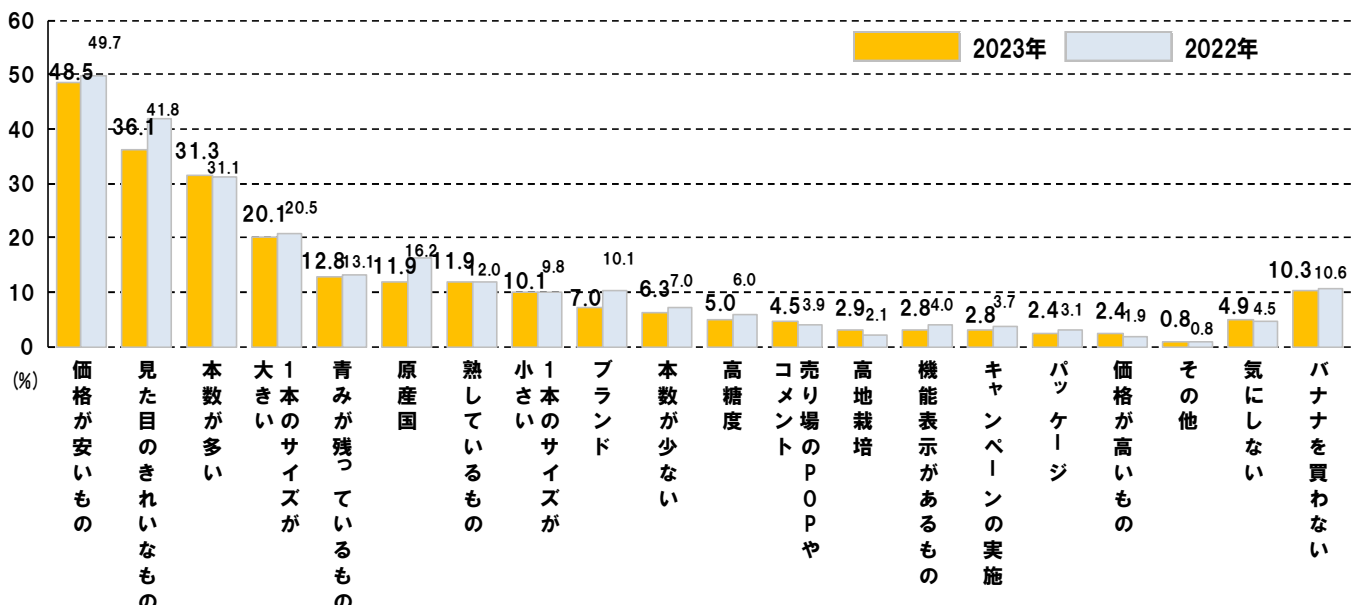


バナナを買うときの基準

「価格が安いもの」が約49%で最も高く、以下、「見た目がきれいなもの」約36%、「本数が多い」約31%、「1本のサイズが大きい」約20%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)

n=1,442 (全員回答)

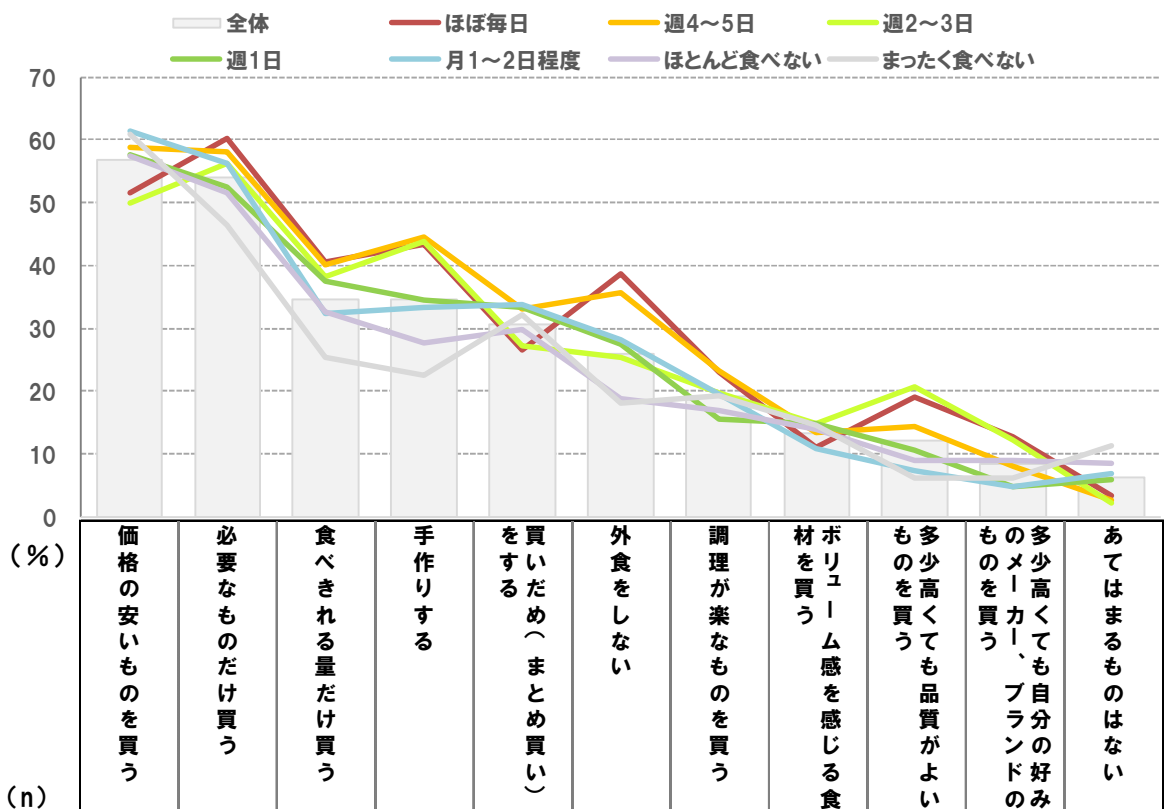


物価高騰とバナナ

物価高騰下での食生活では、「価格の安いものを買う」約57%、「必要なものだけ買う」約54%のふたつが突出しており、この面をみると“買い控え”傾向が強いとみることができます。

但し、バナナ喫食頻度が高い層では、「必要なものだけ買う」に加えて、「手作りする」「外食をしない」など内食に注力する傾向や、「多少高くても品質がよいものを買う」などの動きもあり、価格高騰の中でも食生活充実への工夫がなされているとみられます。

Q. ここ1年続く物価高騰の状況の中で、普段の食生活において、どんな点を意識していますか。(複数回答)



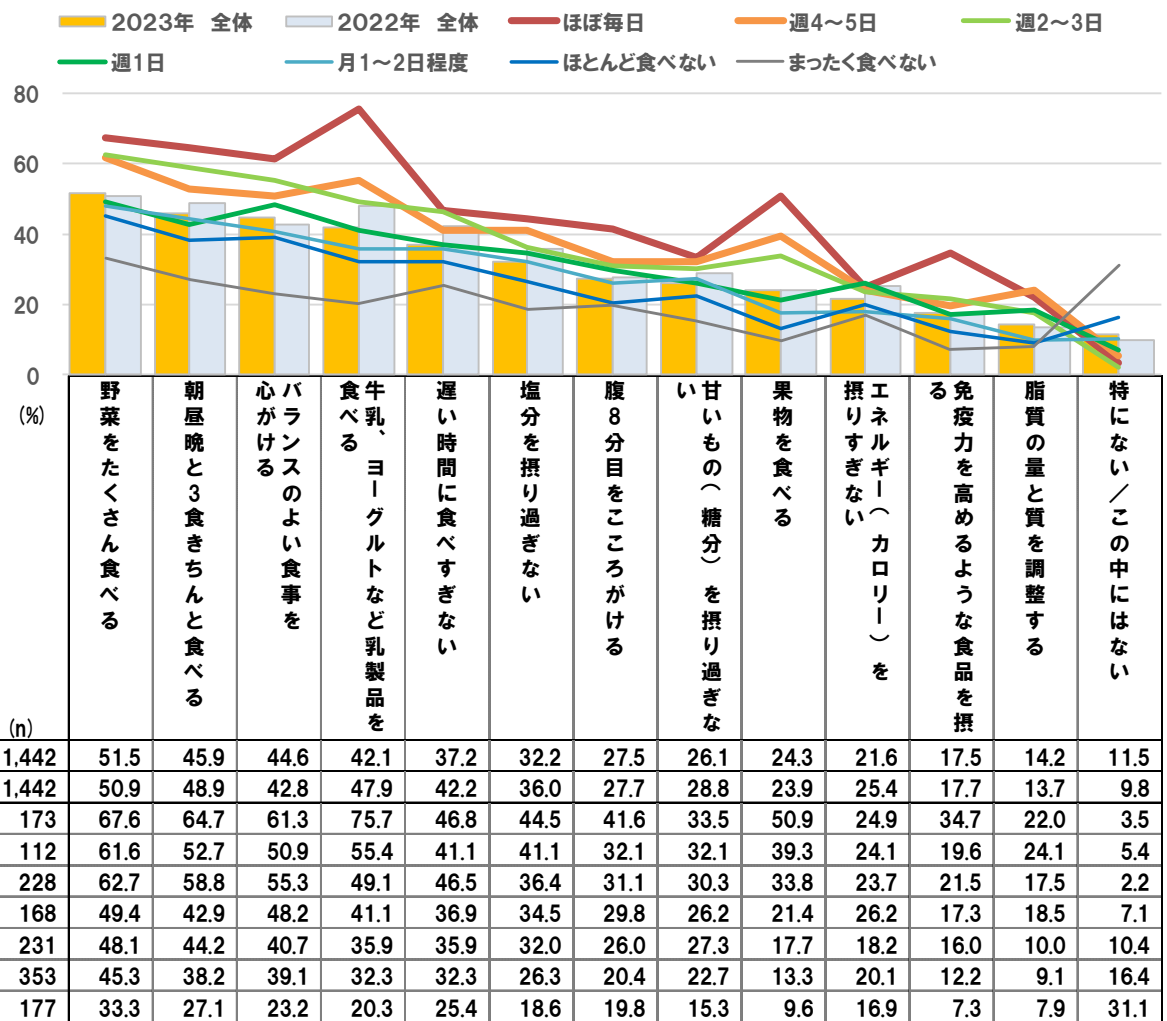
		(n)	価格の安いものを買う	必要なものだけ買う	食べきれない量だけ買う	手作りする	買いだめ(まとめ買い)をする	外食をしない	調理が楽なものを買う	ポリウム感を感じる食材を買う	多少高くても品質がよいものを買う	多少高くても自分の好みのものを買う	あてはまるものはない
全体		1,442	56.8	54.0	34.7	34.5	30.6	25.9	19.1	13.4	12.1	8.4	6.2
バナナ喫食頻度	ほぼ毎日	173	51.4	60.1	40.5	43.4	26.6	38.7	23.1	11.0	19.1	12.7	3.5
	週4~5日	112	58.9	58.0	40.2	44.6	33.0	35.7	23.2	13.4	14.3	8.0	2.7
	週2~3日	228	50.0	56.1	38.2	43.9	27.2	25.4	19.7	14.9	20.6	12.3	2.2
	週1日	168	57.7	52.4	37.5	34.5	33.3	27.4	15.5	14.9	10.7	4.8	6.0
	月1~2日程度	231	61.5	56.3	32.5	33.3	33.8	28.1	19.5	10.8	7.4	4.8	6.9
	ほとんど食べない	353	57.5	51.6	32.6	27.8	29.7	18.7	17.0	13.9	9.1	9.1	8.5
	まったく食べない	177	61.0	46.3	25.4	22.6	32.2	18.1	19.2	14.7	6.2	6.2	11.3

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。

なお、コロナ禍が沈静化へ向かう中で、「免疫力を高めるような食品を摂る」は全般に低くなっていますが、バナナ喫食頻度が「ほぼ毎日」の層ではこの割合が大きくなっています。

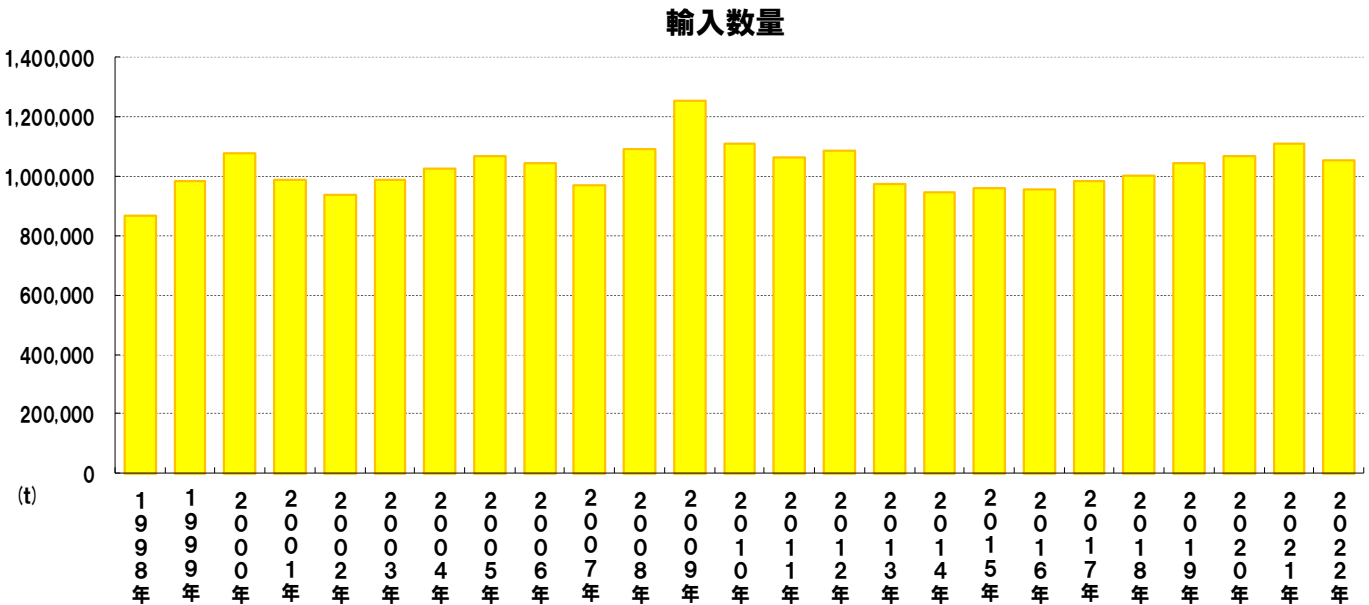
Q. 普段の食生活において、どのような点に、気をつけていますか。(複数回答)



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、2022年のバナナ輸入数量は約105万トンでした。輸入量は5年連続の増加から、2022年は減少へと転じました。

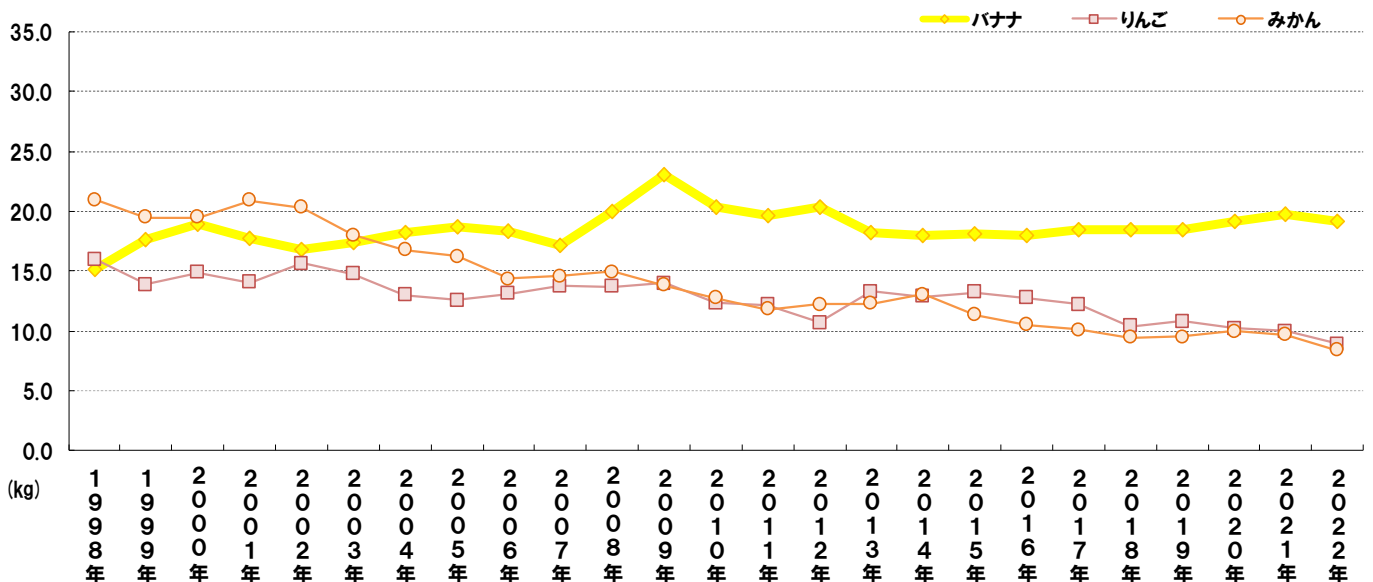


総務省統計局家計調査 (世帯区分: 2人以上の世帯)

果物の中で、バナナは年間消費量首位の座にあります。バナナの年間消費量は過去2年連続の増加から、2022年は約19.2kgと減少に転じました。

なお、他の果物、りんご、みかんは共に2年連続の減少で推移し、両者の差は僅かです。そのため、バナナの依然として突出ぶりが際立つ状態です。

バナナ・りんご・みかんの年間消費量(2人以上の世帯)



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>