

「納豆に関する調査」

調査結果報告書

2021.6

調査目的

サンプル数

2000サンプル

サンプル構成

| | |
|----|------|
| 男性 | 1002 |
| 女性 | 998 |
| 合計 | 2000 |

| | |
|-------|------|
| 20代 | 303 |
| 30代 | 388 |
| 40代 | 461 |
| 50代 | 389 |
| 60代以上 | 459 |
| 合計 | 2000 |

| | | | |
|-----|-----|-----|------|
| 北海道 | 86 | 中部 | 247 |
| 東北 | 140 | 近畿 | 322 |
| 関東 | 695 | 中四国 | 172 |
| 北陸 | 114 | 九州 | 224 |
| | | 合計 | 2000 |

調査手法

インターネット調査

調査実施期間

2021年6月10日(木)～15日(火)

報告書表記・計算方法 説明

*数表部分の色づけ(サンプル数30以上のみ)

| | |
|--|---|
| 全体+10ポイント以上 | 全体-5ポイント以上 |
| 全体+5ポイント以上 | 全体-10ポイント以上 |

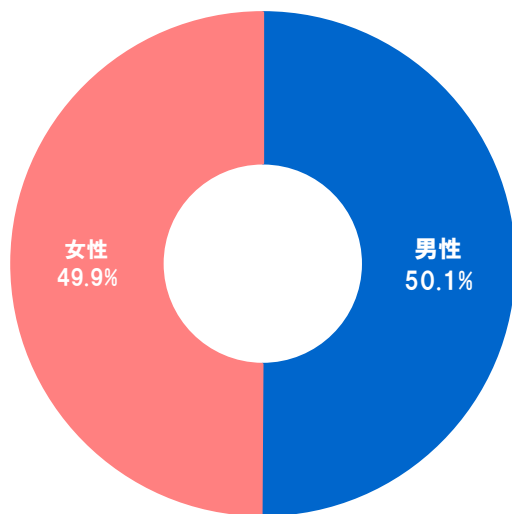
*基数が30未満のものは、参考値とする。

P16一食あたりの納豆をごはんにかけて食べる量の平均摂取分量の計算は、各選択肢を以下の分量に換算して計算しております。

| | |
|------------------|----------|
| 0.5パック(20～25g)未滿 | ⇒ 20g |
| 0.5パック(20～25g) | ⇒ 22.5g |
| 1パック(40～50g) | ⇒ 45g |
| 1.5パック(60～75g) | ⇒ 67.5g |
| 2パック(80～100g) | ⇒ 90g |
| 2.5パック(100～125g) | ⇒ 112.5g |
| 3パック(120～150g) | ⇒ 125g |

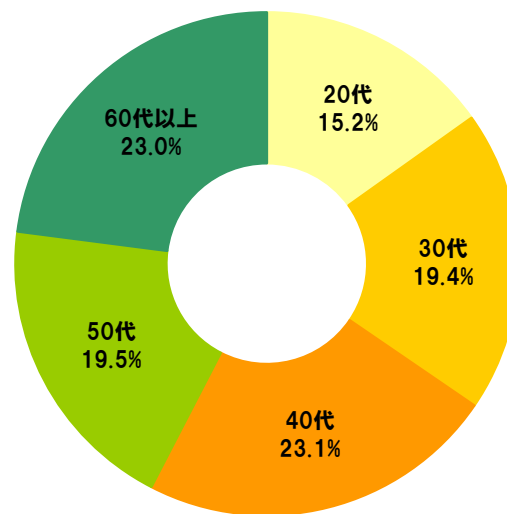
性別

(N=2000)



年齢

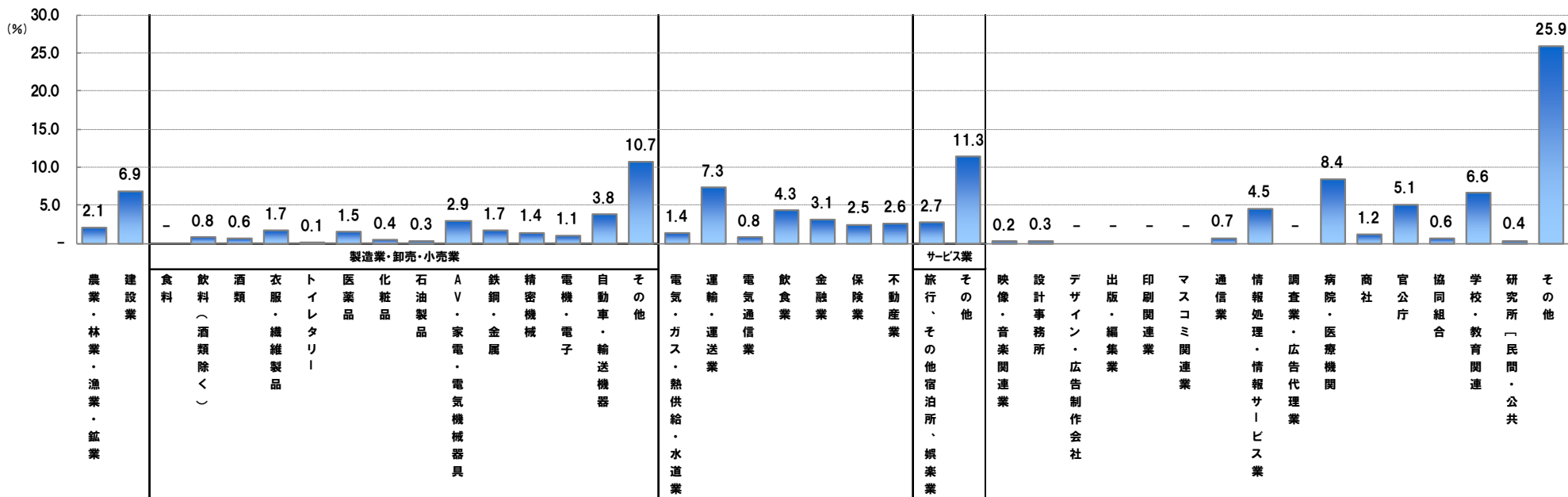
(N=2000)



■対象者プロフィール

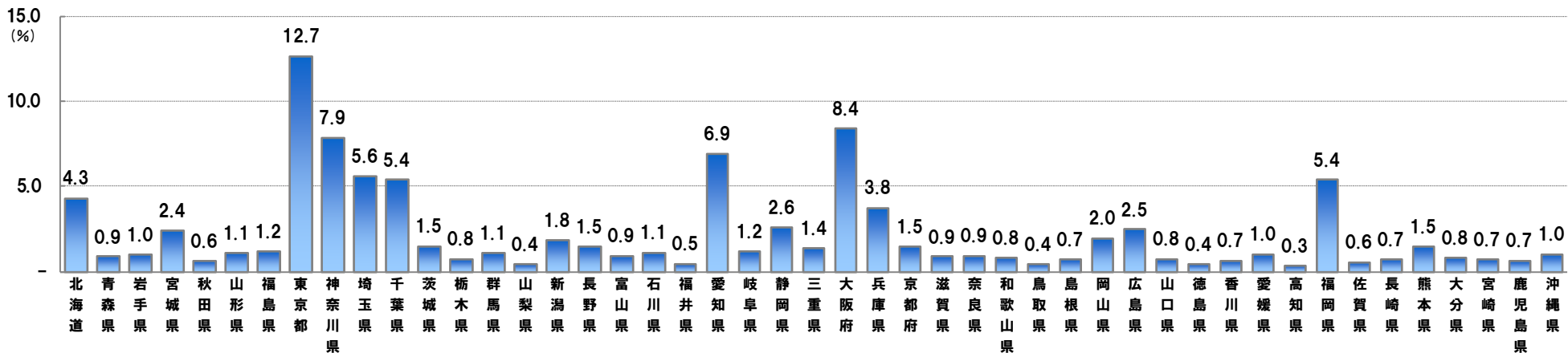
職業

(N=2000)



地域

(N=2000)

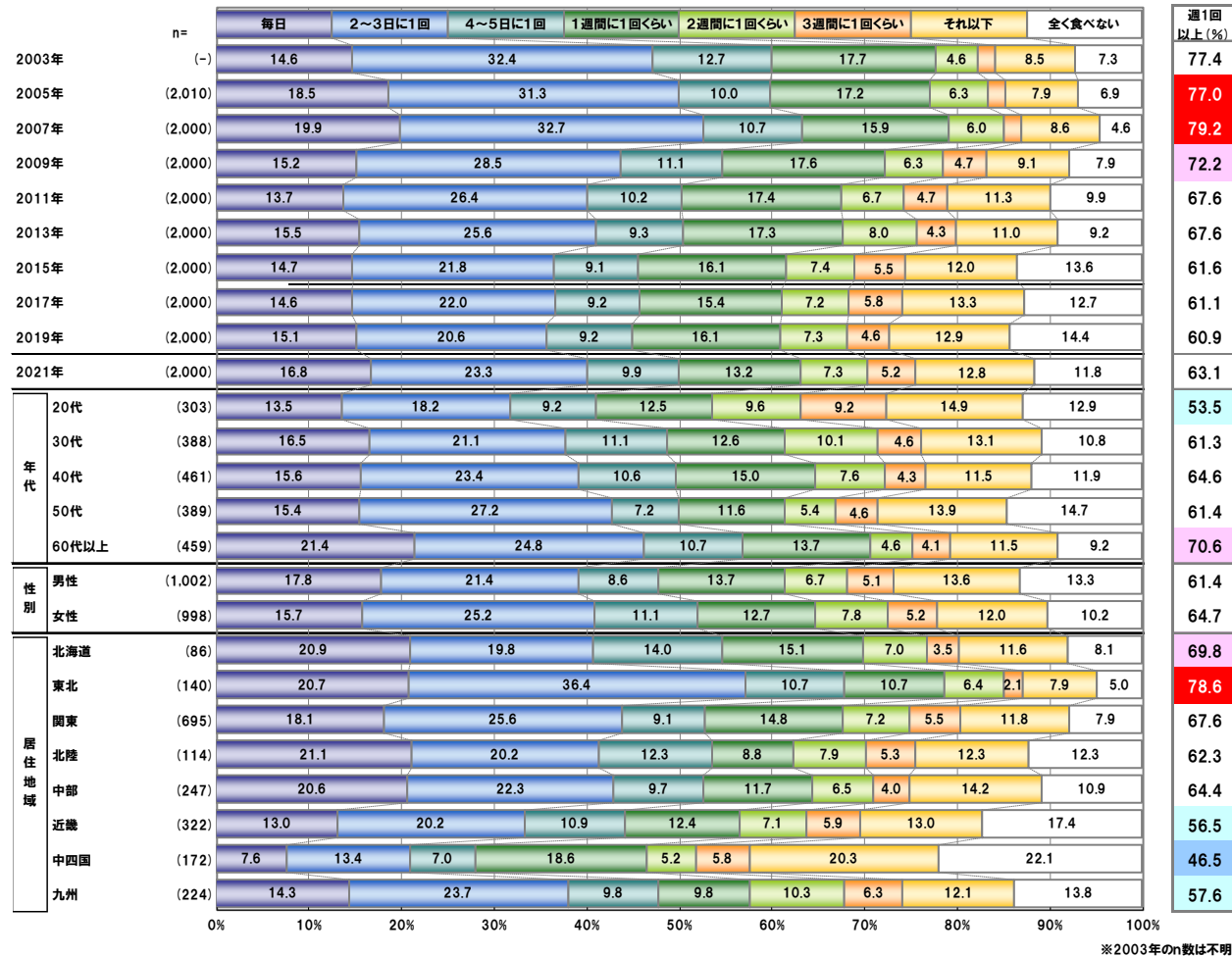


1.納豆の食状況

1.納豆の食頻度

Q5：あなたのご家庭では納豆をどれくらいの頻度で召し上がりますか。（回答は1つ）[S/A]

- 納豆の食頻度について最も高いのは、「2～3日に1回」(23.3%)である。次いで「毎日」(16.8%)、「1週間に1回くらい」(13.2%)、「それ以下」(12.8%)と続く。
- 年代でみると、年代が上がるにつれて、「週1回以上」が高くなる傾向。
- 居住地でみると、中四国は「全く食べない」が最も高い。



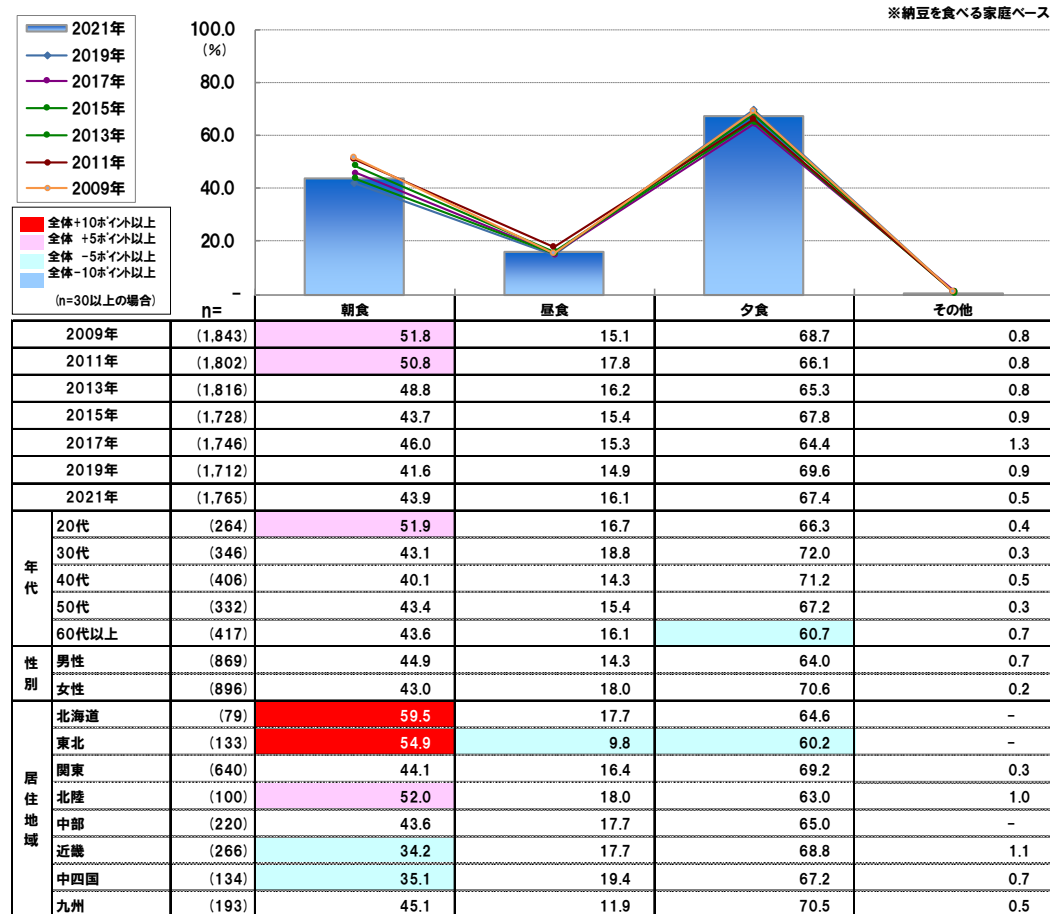
■ 全体+10ポイント以上
■ 全体 +5ポイント以上
■ 全体 -5ポイント以上
■ 全体-10ポイント以上
 (n=30以上の場合)

※2003年のn数は不明

2.納豆を食べる時間帯

Q6：あなたのご家庭では、納豆をいつ召し上がっていますか。（回答はいくつでも）[M/A]

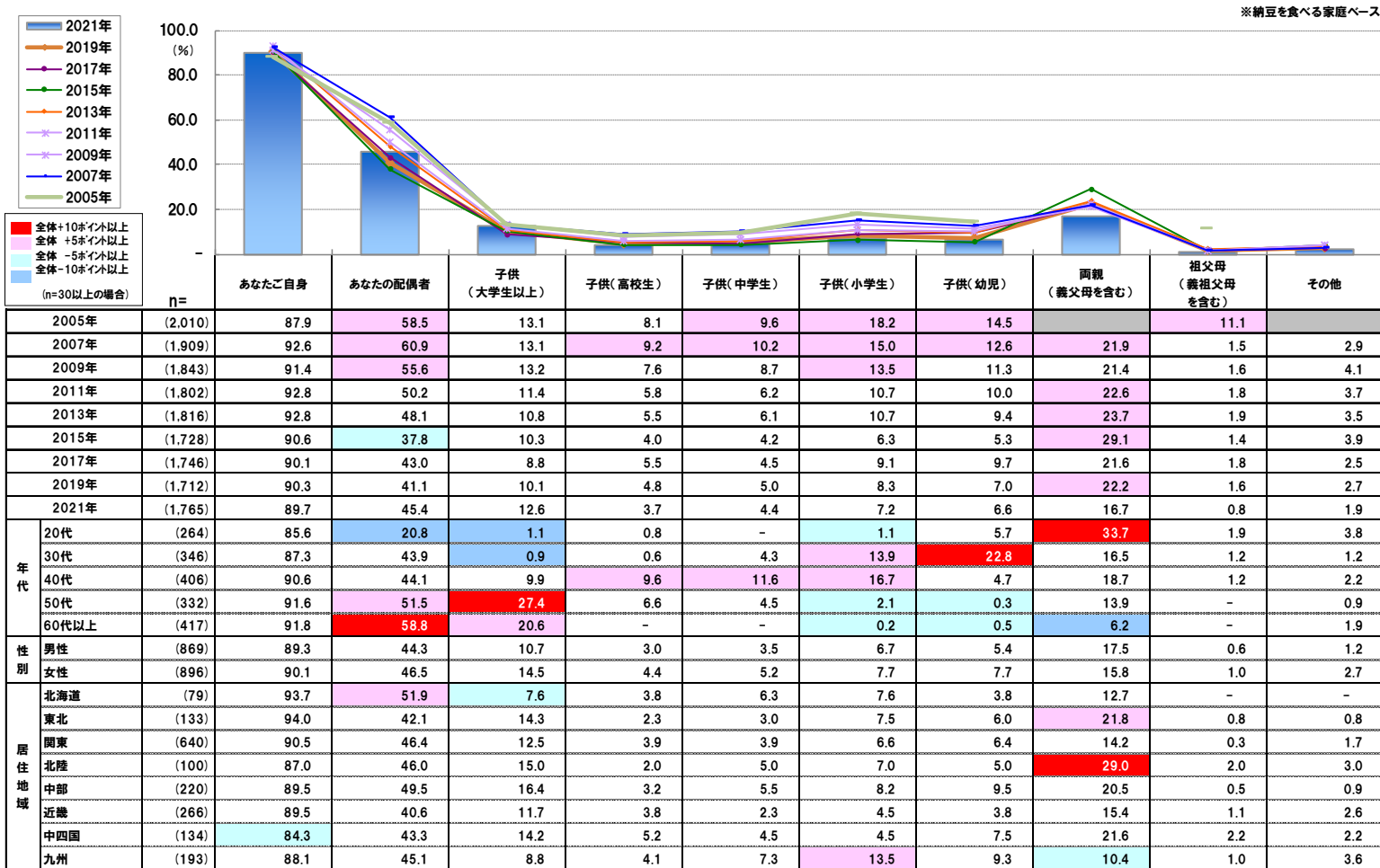
- 納豆を食べる時間帯について最も高いのは、「夕食」(67.4%)である。次いで「朝食」(43.9%)、「昼食」(16.1%)と続く。



3.納豆を食べる人

Q7：あなたのご家庭で納豆を召し上がるのはどなたですか。召し上がる方を全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも） [M/A]

- 納豆を食べる人について最も高いのは、「あなたご自身」(89.7%)である。次いで「あなたの配偶者」(45.4%)、「両親（義父母を含む）」(16.7%)、「子供（大学生以上）」(12.6%)と続く。
- 年代でみると、20代は「両親（義父母を含む）」の割合が全体よりも高い。
- 2019年と比較すると、「両親（義父母を含む）」の割合が低下している。

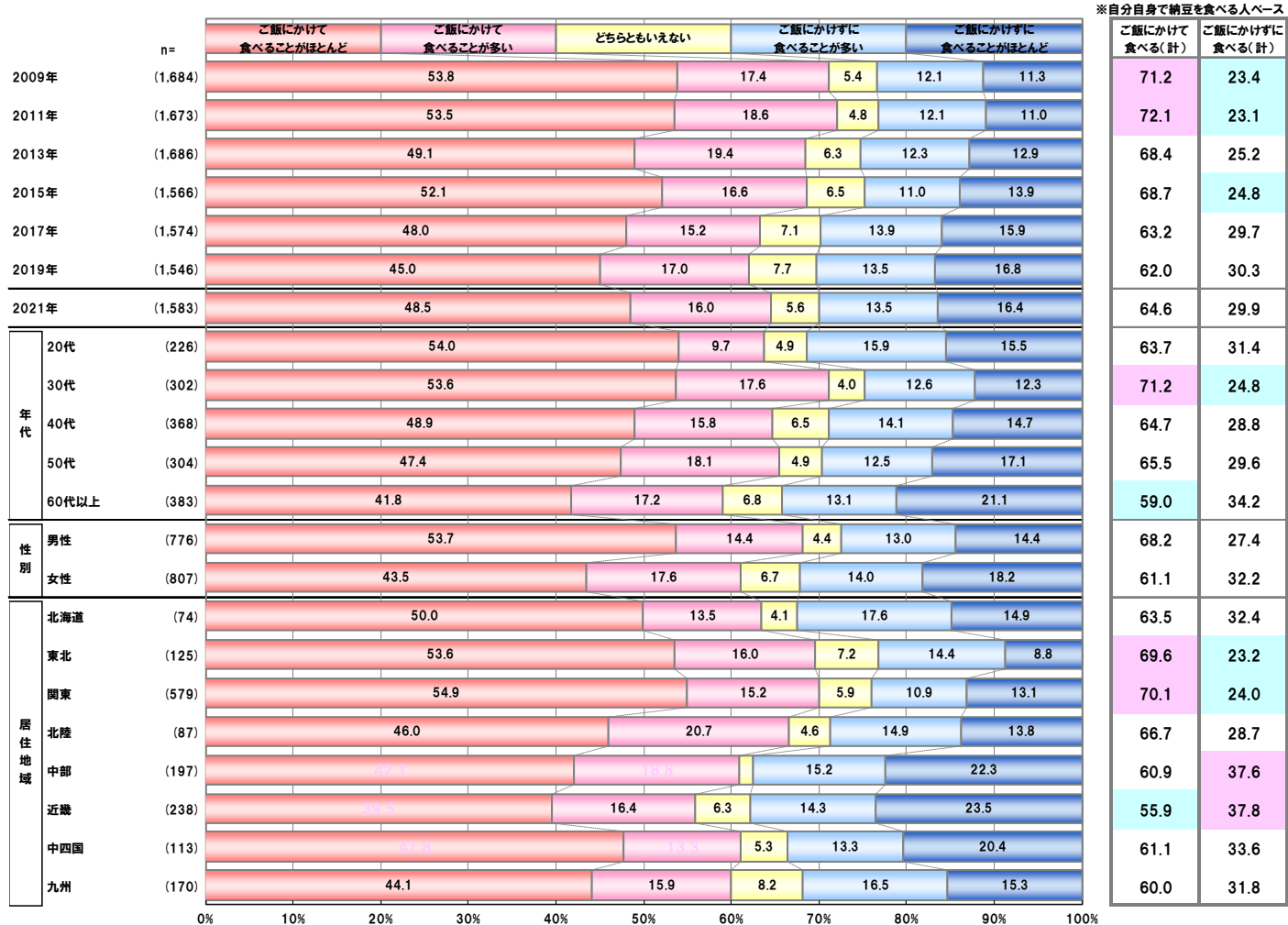


*…2005年非聴取項目

4.納豆の食べ方

Q9：あなたが納豆を「ごはんにかけて食べる」割合をお聞かせください。（回答は1つ）[S/A]

- 納豆の食べ方については、「ご飯にかけて食べることがほとんど」は48.5%、「ご飯にかけて食べることが多い」(16.0%)を合計すると64.6%である。
- 居住地でみると、東北、関東は「ご飯にかけて食べる(計)」、中部、近畿は「ご飯にかけて食べること(計)」が高い傾向。
- 2019年と比較すると、特に大きな変化はみられない。

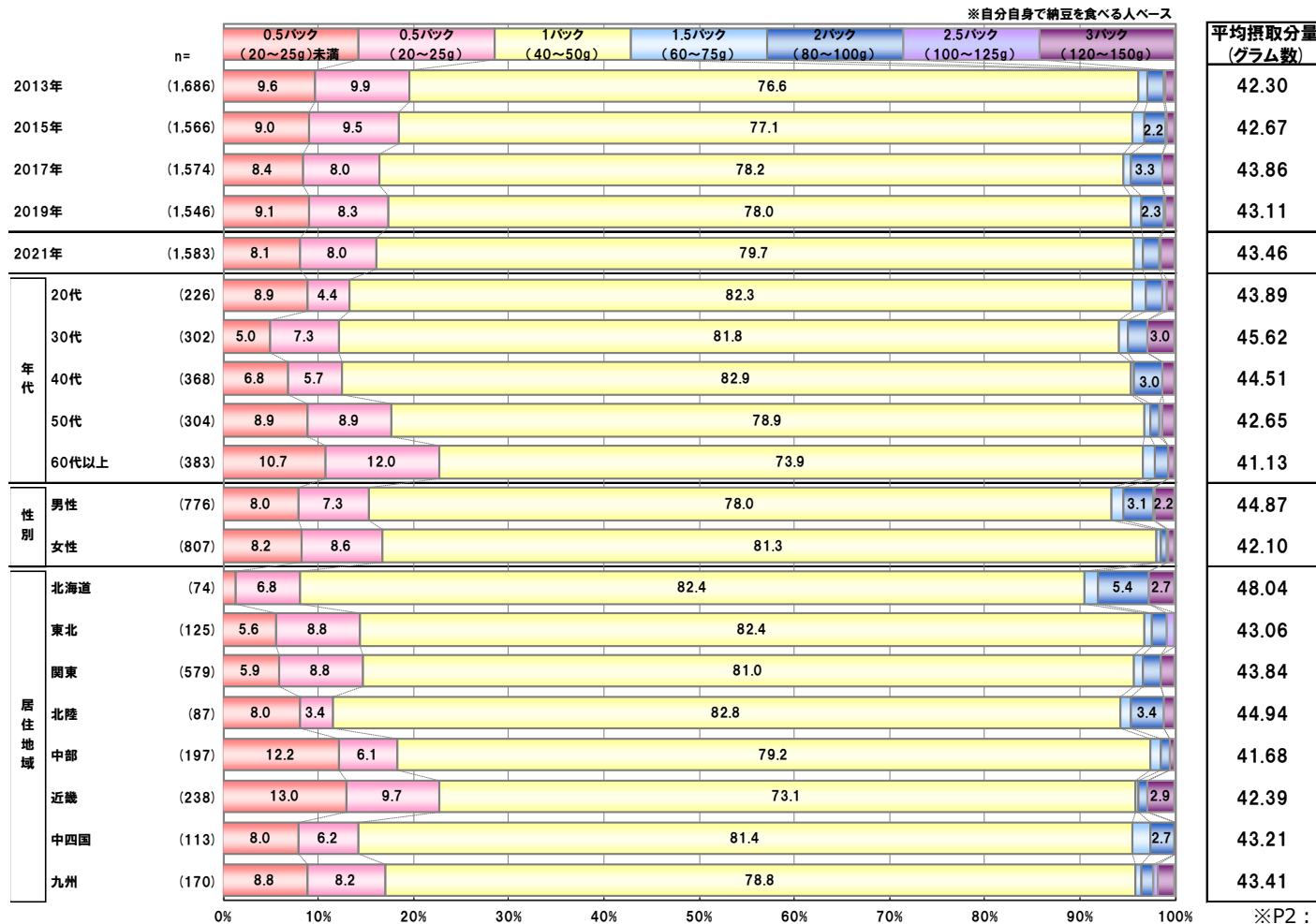


■ 全体+10ポイント以上
■ 全体 +5ポイント以上
■ 全体 -5ポイント以上
■ 全体-10ポイント以上
 (n=30以上の場合)

5. 1食あたりのごはんに納豆をかけて食べる量

Q10：また、あなたは1食あたりどのくらいの量の納豆をごはんにかけて食べますか。（回答は1つ）※容量（グラム数）は、一般的なパックでの容量となります。※カップでの容量目安は、30～39g程度になりません。[S/A]

- 1食あたりのごはんに納豆をかけて食べる量について最も高いのは、「1パック（40～50g）」(79.7%)である。次いで「0.5パック（20～25g）未満」(8.1%)、「0.5パック（20～25g）」(8.0%)と続く。

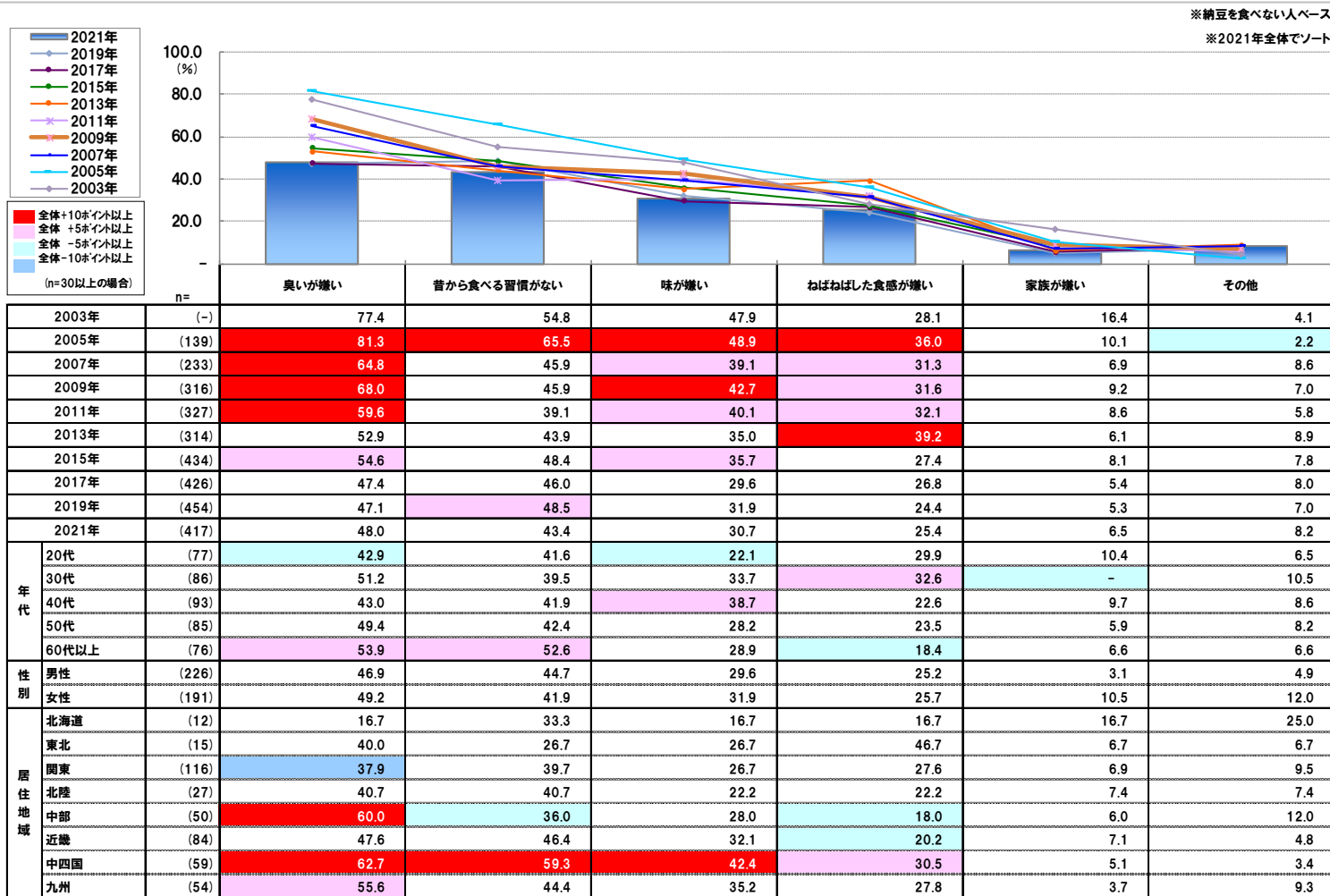


※P2：調査概要 に算出方法を掲載しております。

6.納豆を食べない理由

Q11：あなたが納豆をお食べにならないのはどのような理由からですか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

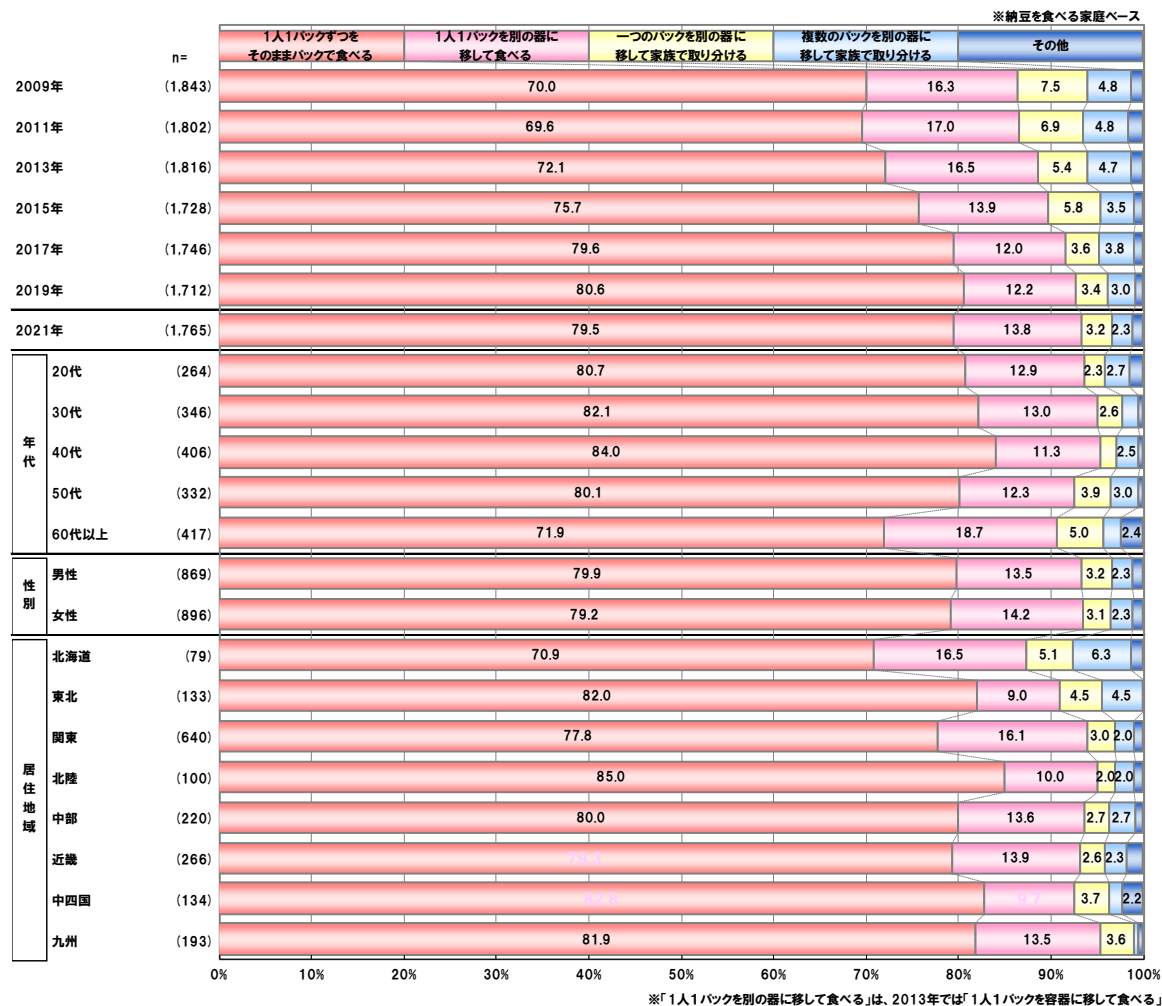
- 納豆を食べない理由について最も高いのは、「臭いが嫌い」(48.0%)である。次いで、「昔から食べる習慣がない」(43.4%)、「味が嫌い」(30.7%)、「ねばねばした食感が嫌い」(25.4%)と続く。
- 年代でみると、60代以上は「臭いが嫌い」「昔から食べる習慣がない」が高い。
- 居住地でみると、中部、中四国は「臭いが嫌い」が高く、中四国については「昔から食べる習慣がない」、「味が嫌い」も高くなっている。
- 2019年と比較すると、「昔から食べる習慣がない」の割合が低下している。



7.納豆の分け方

Q12：あなたのご家庭では、納豆を食べるときに、どのように分けていますか。[S/A]

- 納豆の分け方について最も高いのは、「1人1パックずつをそのままパックで食べる」(79.5%)である。次いで「1人1パックを別の器に移して食べる」(13.8%)、「複数のパックを別の器に移して、家族で取り分ける」(3.2%)、「1パックを別の器に移して、家族で取り分ける」(2.3%)と続く。

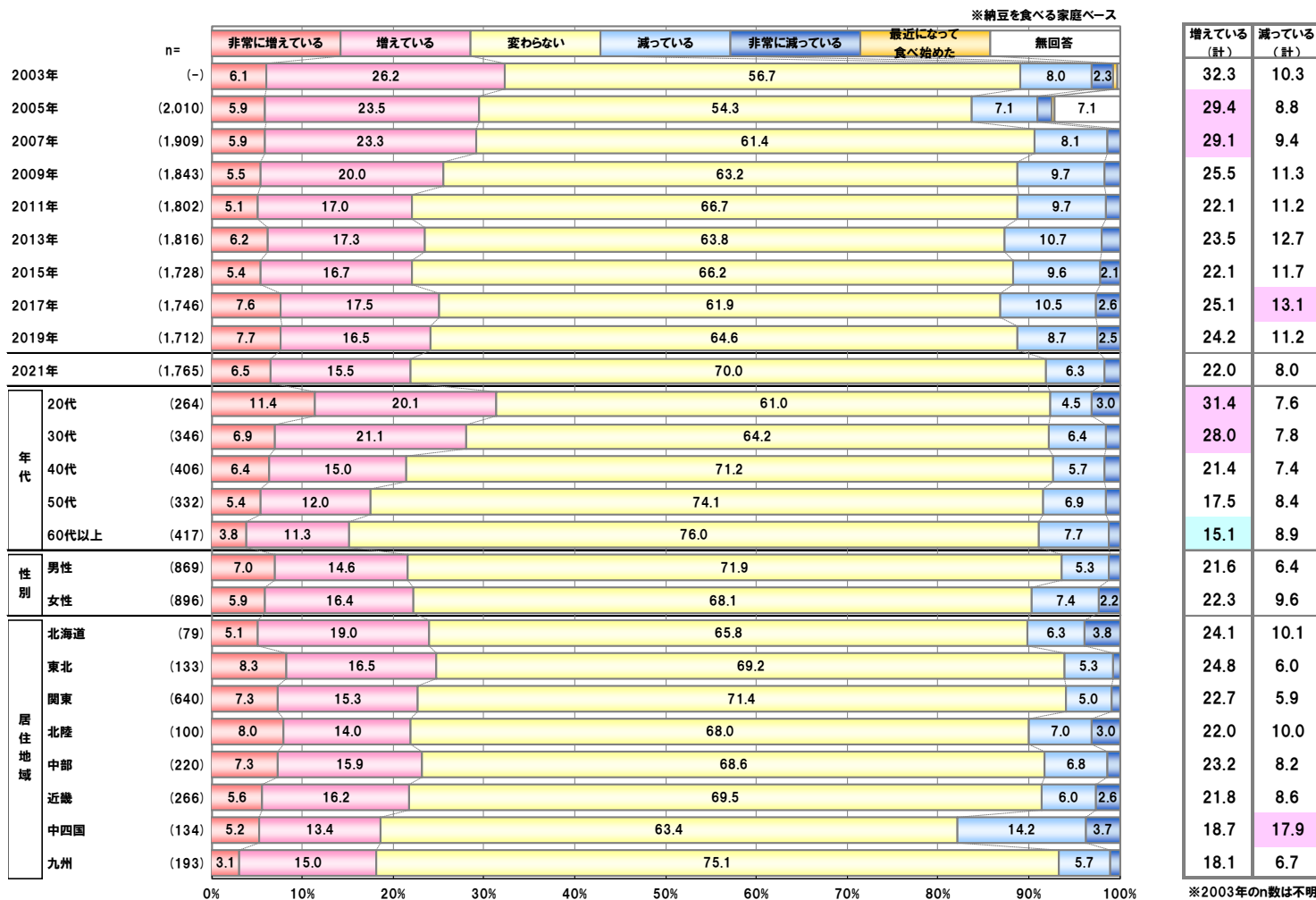


※「1人1パックを別の器に移して食べる」は、2013年では「1人1パックを容器に移して食べる」。

8.納豆を食べる頻度の増減

Q13：あなたのご家庭で納豆を食べる頻度は以前に比べて増えていますか。（回答は1つ）[S/A]

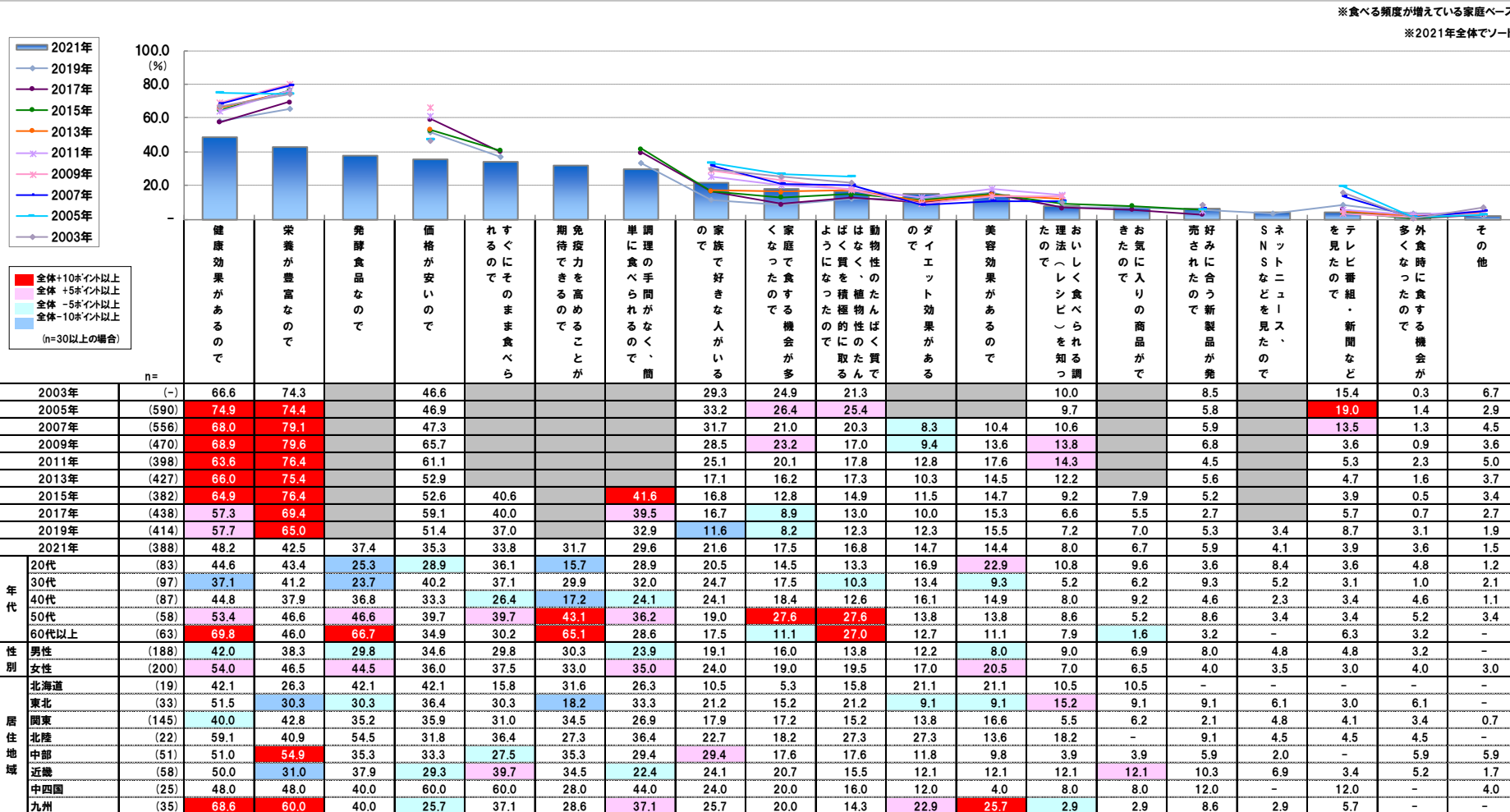
- 納豆を食べる頻度の増減については、「非常に増えている」は6.5%、「増えている」(15.5%)を合計すると22.0%である。



9.納豆を食べる頻度が増えた理由

Q14：あなたのご家庭で納豆を食べる頻度が増えたのはどのような理由からですか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 納豆を食べる頻度が増えた理由について最も高いのは、「健康効果があるので」(48.2%)である。次いで「栄養が豊富なので」(42.5%)、「発酵商品なので」(37.4%)、「価格が安いので」(35.3%)、「すぐにそのまま食べられるので」(33.8%)と続く。
- 年代別で見ると、50代以上は「動物性のたんぱく質ではなく、植物性のたんぱく質を積極的に取るようになったので」が高い傾向。
- 居住地で見ると、中部は「栄養が豊富なので」、九州では「美容効果があるので」などが全体よりも高い。
- 2019年と比較すると、「家族で好きな人がいるので」「家庭で食する機会が多くなったので」の割合が上昇している。



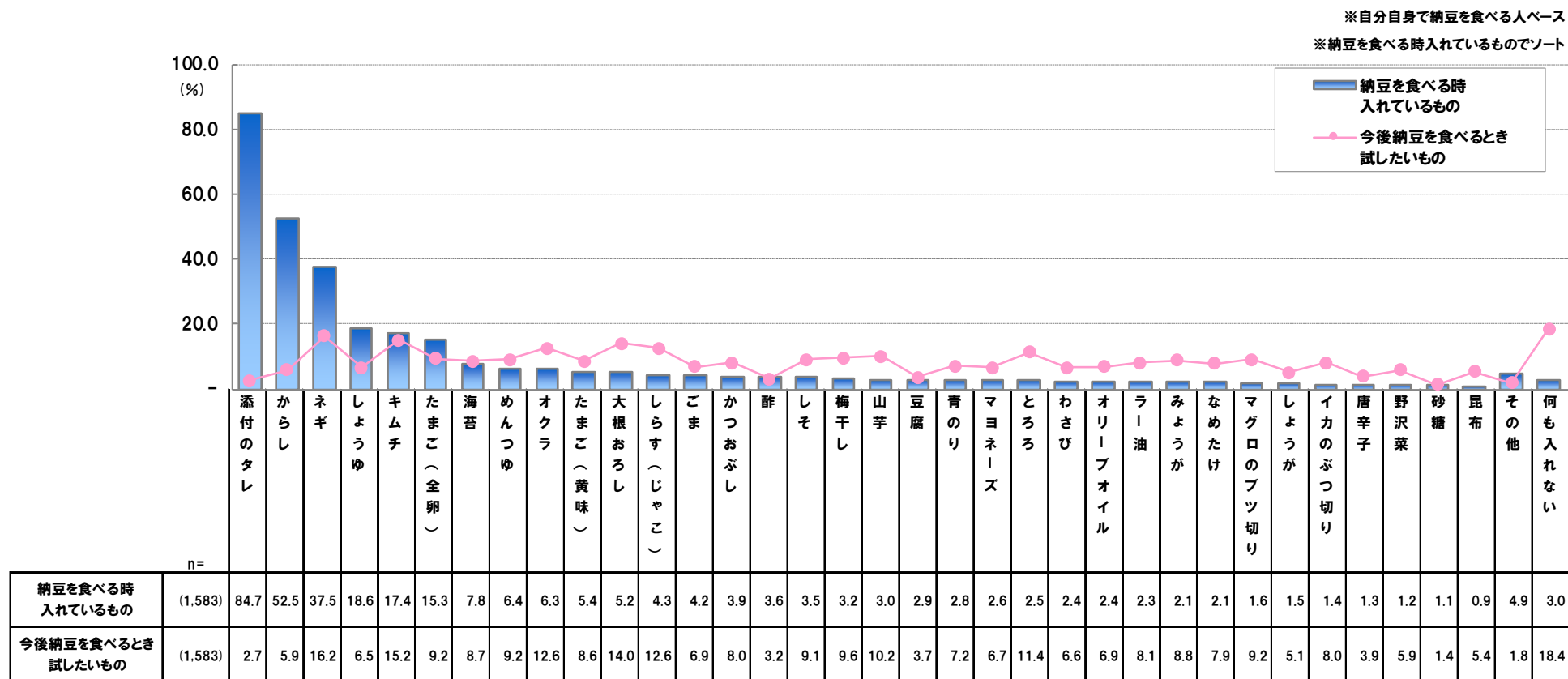
*...2003~2013年非聴取項目/2003年のn数は不明

※参考：納豆を食べるとき入れているもの／今後納豆を食べるとき試したいもの

Q15：あなたは納豆を食べるとき、どのようなものを入れていますか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

Q16：今後、納豆を食べるとき、どのようなものを入れて試したいと思われませんか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 『納豆を食べる時入れているもの』は、「添付のタレ」(84.7%)、「からし」(52.5%)、「ネギ」(37.5%)が上位である。
- 『今後納豆を食べるとき試したいもの』、「ネギ」(16.2%)、「キムチ」(15.2%)、「大根おろし」(14.0%)が上位である。

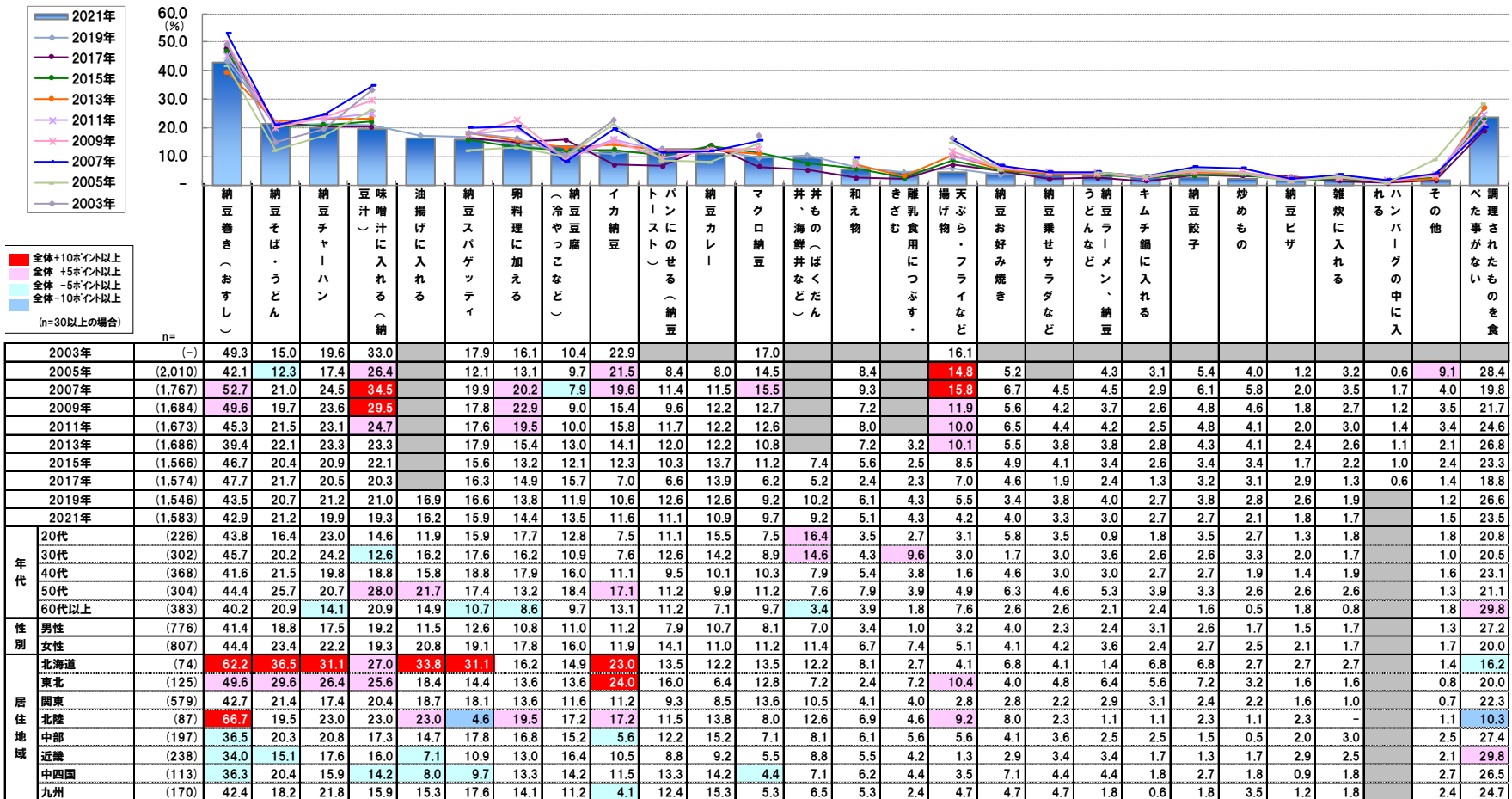


12. 家庭で試したことのある調理法

Q17：次のうち、あなたが納豆を食べるとき、ご家庭で試したことのあるメニュー・調理法はありますか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 家庭で試したことのある調理法について最も高いのは、「納豆巻き（おすし）」(42.9%)である。次いで「納豆そば・うどん」(21.2%)、「納豆チャーハン」(19.9%)、「味噌汁に入れる（納豆汁）」(19.3%)と続く。
- 居住地でみると、北海道は「納豆巻き（おすし）」「納豆そば・うどん」「納豆チャーハン」「油揚げに入れる」「納豆スパゲッティ」「イカ納豆」の割合が全体よりも高い。
- 2019年と比較すると、特に大きな変化はみられない。

※自分自身で納豆を食べる人ベース
※2021年全体でソート



*...2005～2013年非聴取項目 / 2003年はTOP10項目のみ掲載 / 2003年のn数は不明

13.他の食材とともに調理して食べることの増減

Q18：また、あなたが納豆を食べるとき、前問で回答された様に、他の食材とともに調理して食べることが以前と比べて増えていますか。（回答は1つ）[S/A]

- 他の食材とともに調理して食べることの増減については、「非常に増えている」は5.0%、「増えている」(12.6%)を合計すると17.6%である。

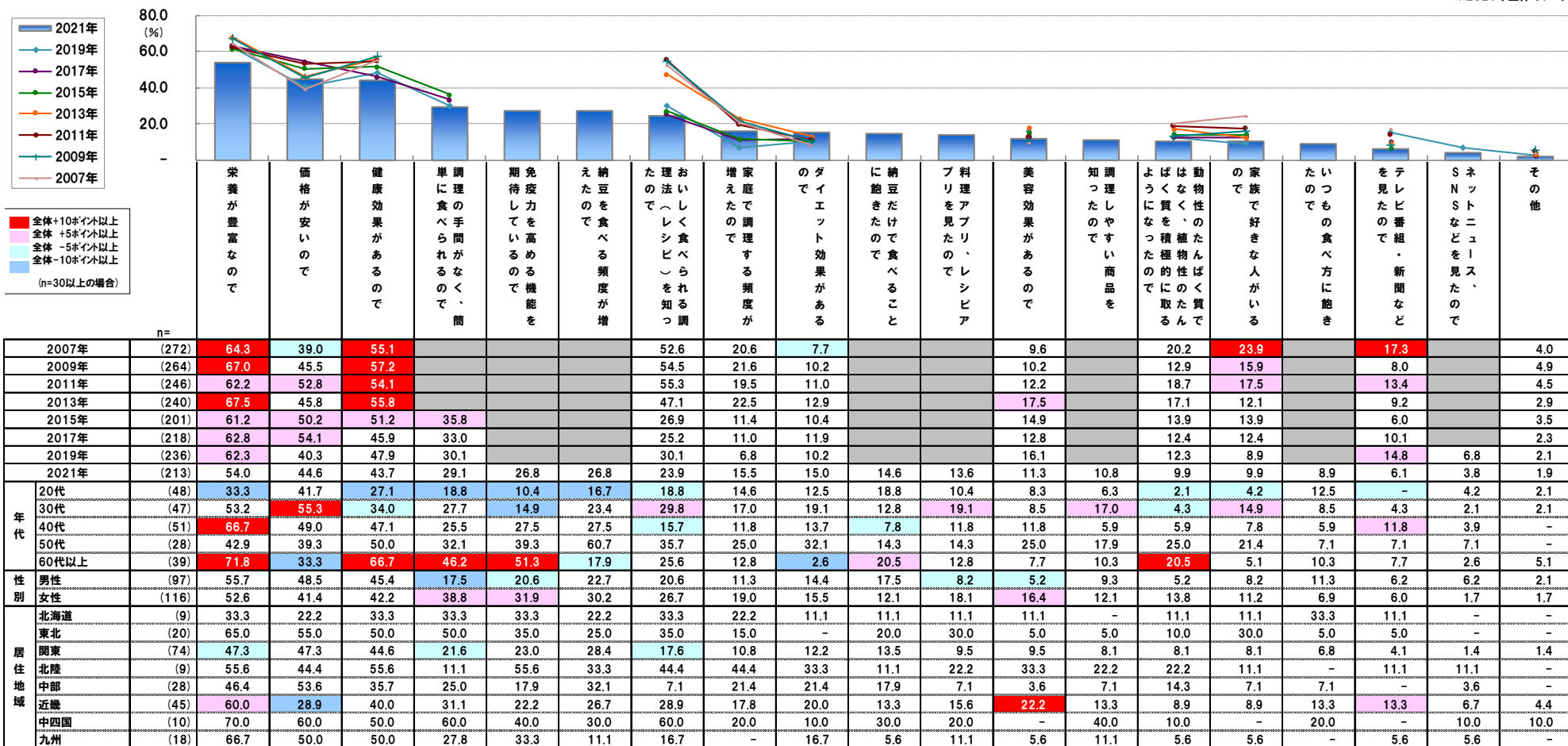


14.他の食材とともに食べる頻度が増えた理由

Q19：あなたが、納豆を他の食材とともに調理して食べる頻度が増えたのはどのような理由からですか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 他の食材とともに食べる頻度が増えた理由について最も高いのは、「栄養が豊富なので」(54.0%)である。次いで「価格が安いので」(44.6%)、「健康効果があるので」(43.7%)、「調理の手間がなく、簡単に食べられるので」(29.1%)と続く。
- 年代でみると、60代以上は「栄養が豊富なので」「健康効果があるので」「調理の手間がなく、簡単に食べられるので」「免疫力を高める機能を期待しているの」の割合が全体よりも高い。
- 2019年と比較すると、「栄養が豊富なので」「テレビ番組・新聞などを見たので」の割合が低下している。

※他の食材とともに食べる頻度が増えた人ベース
※2021年全体でソート

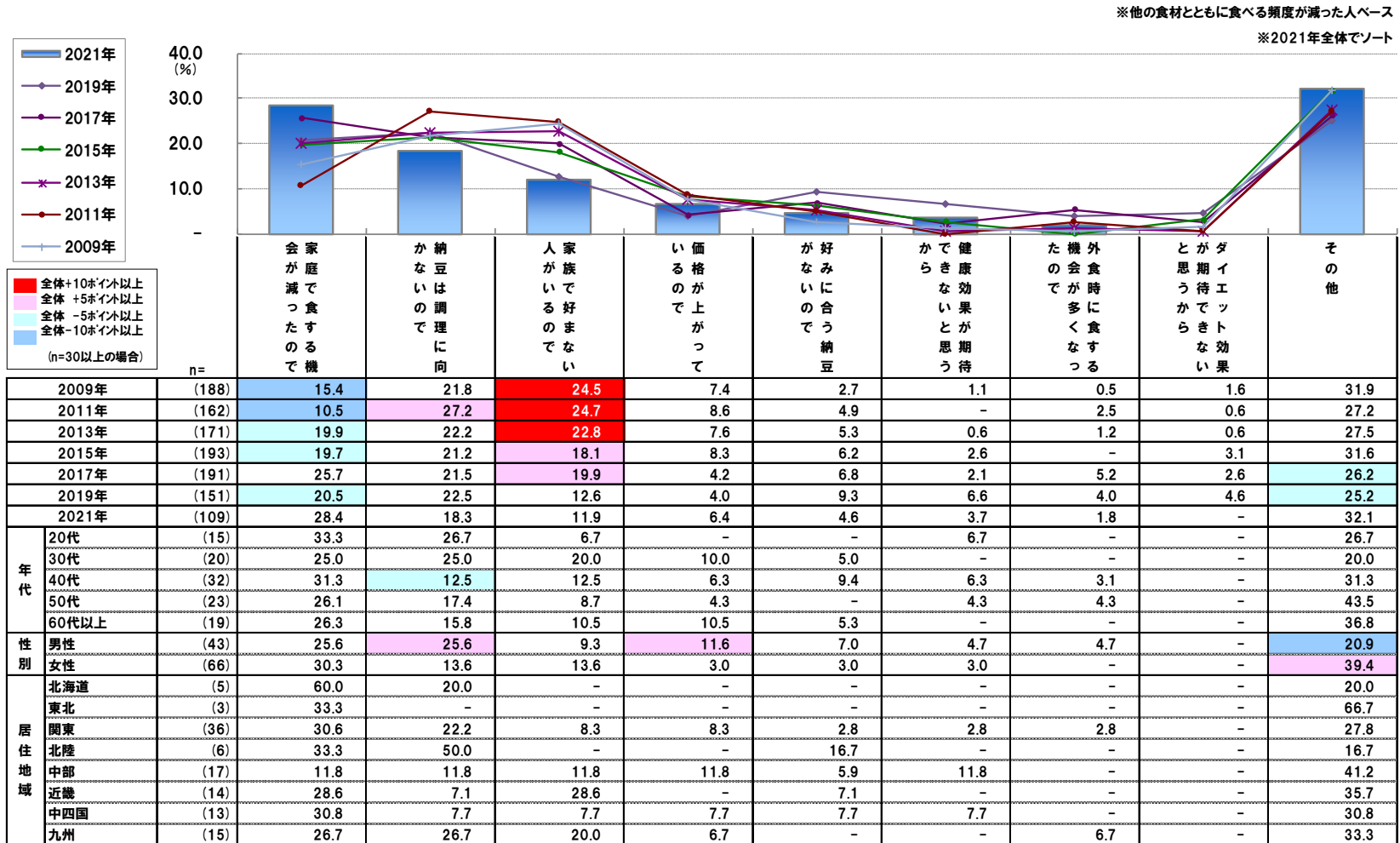


※…2005～2013年非聴取項目

15.他の食材とともに食べる頻度が減った理由

Q20：あなたが、納豆を他の食材とともに調理して食べる頻度が減ったのはどのような理由からですか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 他の食材とともに食べる頻度が減った理由について最も高いのは、「家庭で食する機会が減ったので」(28.4%)である。次いで「納豆は調理に向かないので」(18.3%)、「家族で好まない人がいるので」(11.9%)、「価格が上がっている」(6.4%)と続く。
- 2019年と比較すると、「家庭で食する機会が減ったので」の割合が上昇している。

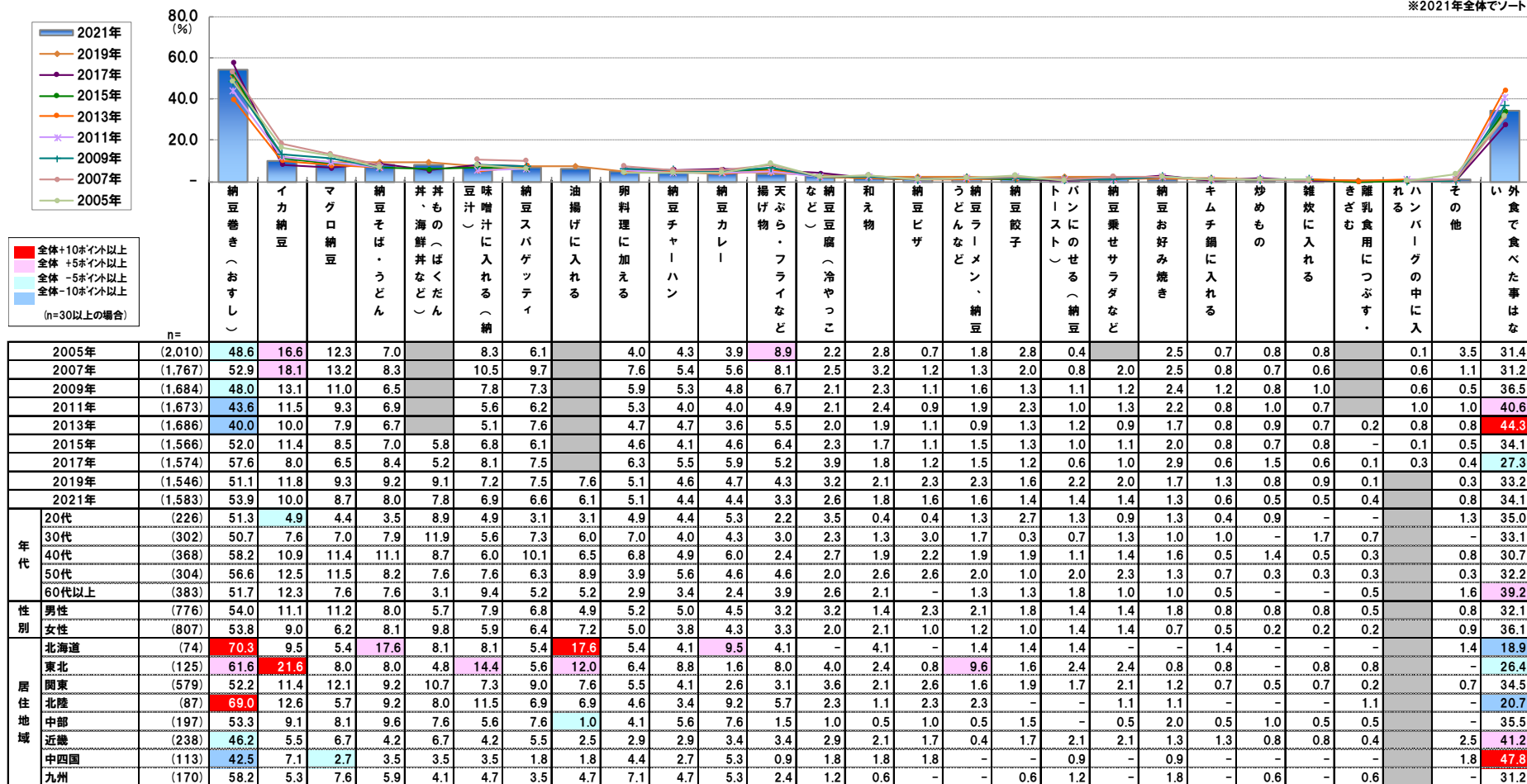


16. 外食で納豆を食べるときに試したことのあるメニュー・調理法

Q21：あなたが、外食で食べたことのある、納豆を使ったメニュー・調理法はありますか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも） [M/A]

- 外食で納豆を食べるときに試したことのあるメニュー・調理法について最も高いのは、「納豆巻き（おすし）」(53.9%)である。次いで「外食で食べた事はない」(34.1%)、「イカ納豆」(10.0%)、「マグロ納豆」(8.7%)と続く。
- 2019年と比較すると、特に大きな変化はみられない。

※自分自身で納豆を食べる人ベース
※2021年全体でソート

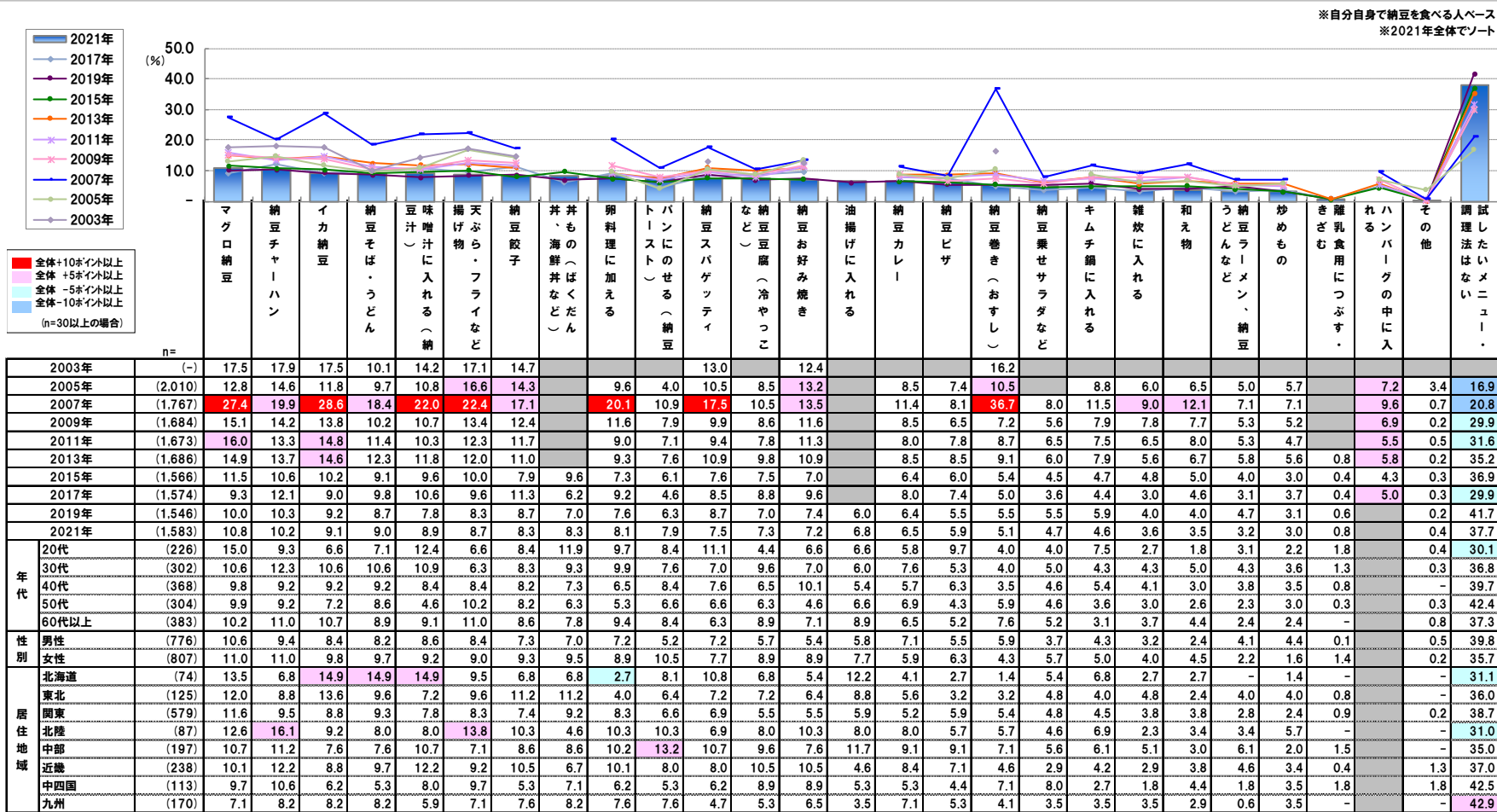


*...2005~2013年非聴取項目

17. 今後試してみたいと思われるメニュー・調理法

Q22：では、あなたが、ご家庭や外食で納豆を召し上がるときに、今後試してみたいと思われるメニュー・調理法はありますか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 今後試してみたいと思われるメニュー・調理法について最も高いのは、「試したいメニュー・調理法はない」(37.7%)である。次いで「マグロ納豆」(10.8%)、「納豆チャーハン」(10.2%)、「イカ納豆」(9.1%)と続く。
- 2019年と比較すると、特に大きな変化はみられない。

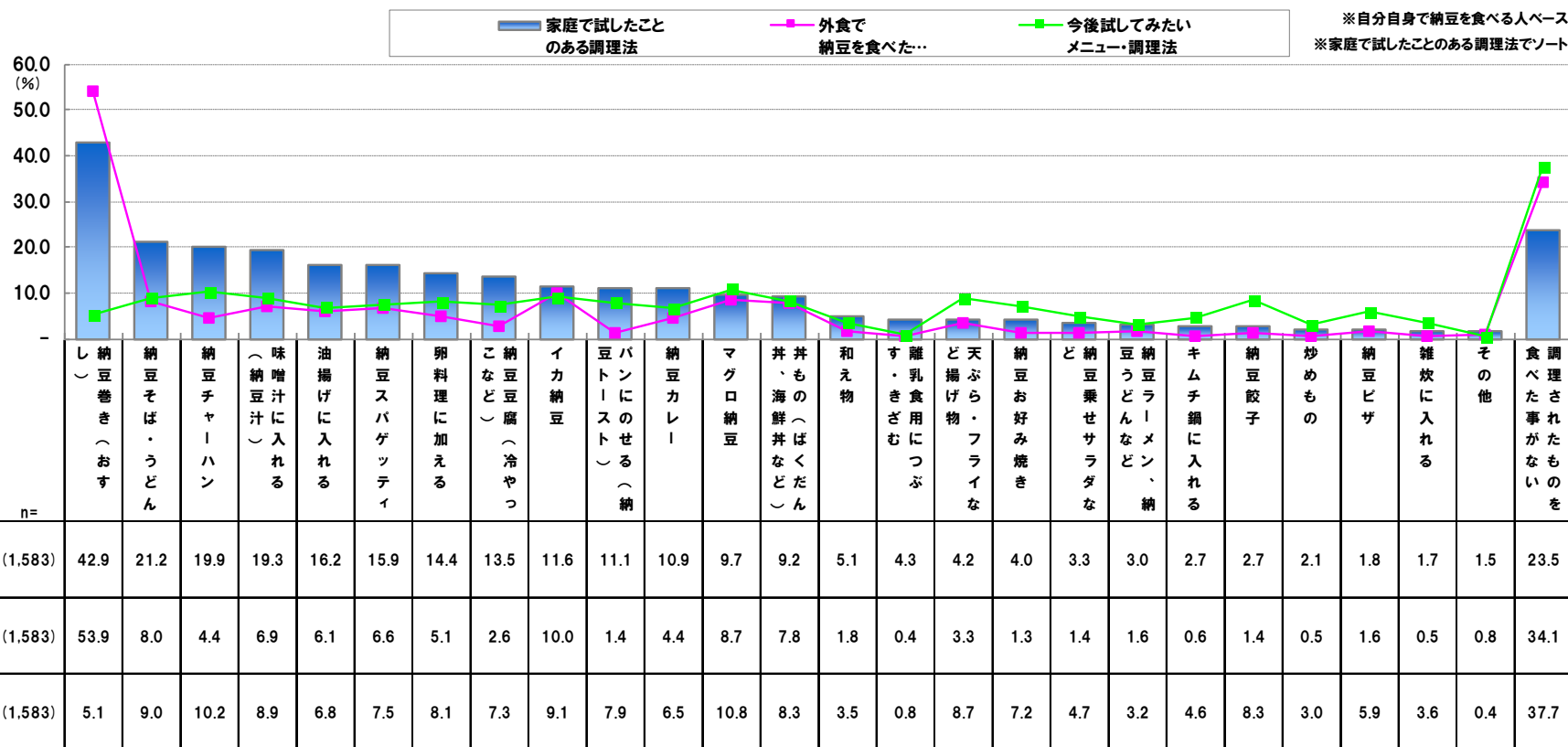


*...2005~2013年非聴取項目/2003年はTOP10項目のみ掲載/2003年のn数は不明
※2007年はこれまでに試したことのあるメニュー・調理法も含めた回答

※参考：家庭で試したことのある調理法／外食で納豆を食べたことのあるメニュー・調理法／今後試してみたいメニュー・調理法

Q17：次のうち、あなたが納豆を食べるとき、ご家庭で試したことのあるメニュー・調理法はありますか。 / Q21：あなたが、外食で食べたことのある、納豆を使ったメニュー・調理法はありますか。てはまるものを全てお知らせ下さい。 / Q22：では、あなたが、ご家庭や外食で納豆を召し上がるときに、今後試してみたいと思われるメニュー・調理法はありますか。

- 家庭で試したことのある調理法は、「納豆巻き（おすし）」(42.9%)、「納豆そば・うどん」(21.2%)、「納豆チャーハン」(19.9%)が上位である。
- 外食で納豆を食べるときに試したことのあるメニュー・調理法は、「納豆巻き（おすし）」(53.9%)、「イカ納豆」(10.0%)、「マグロ納豆」(8.7%)が上位である。
- 今後試してみたいと思われるメニュー・調理法は、「マグロ納豆」(10.8%)、「納豆チャーハン」(10.2%)「イカ納豆」(9.1%)が上位である。

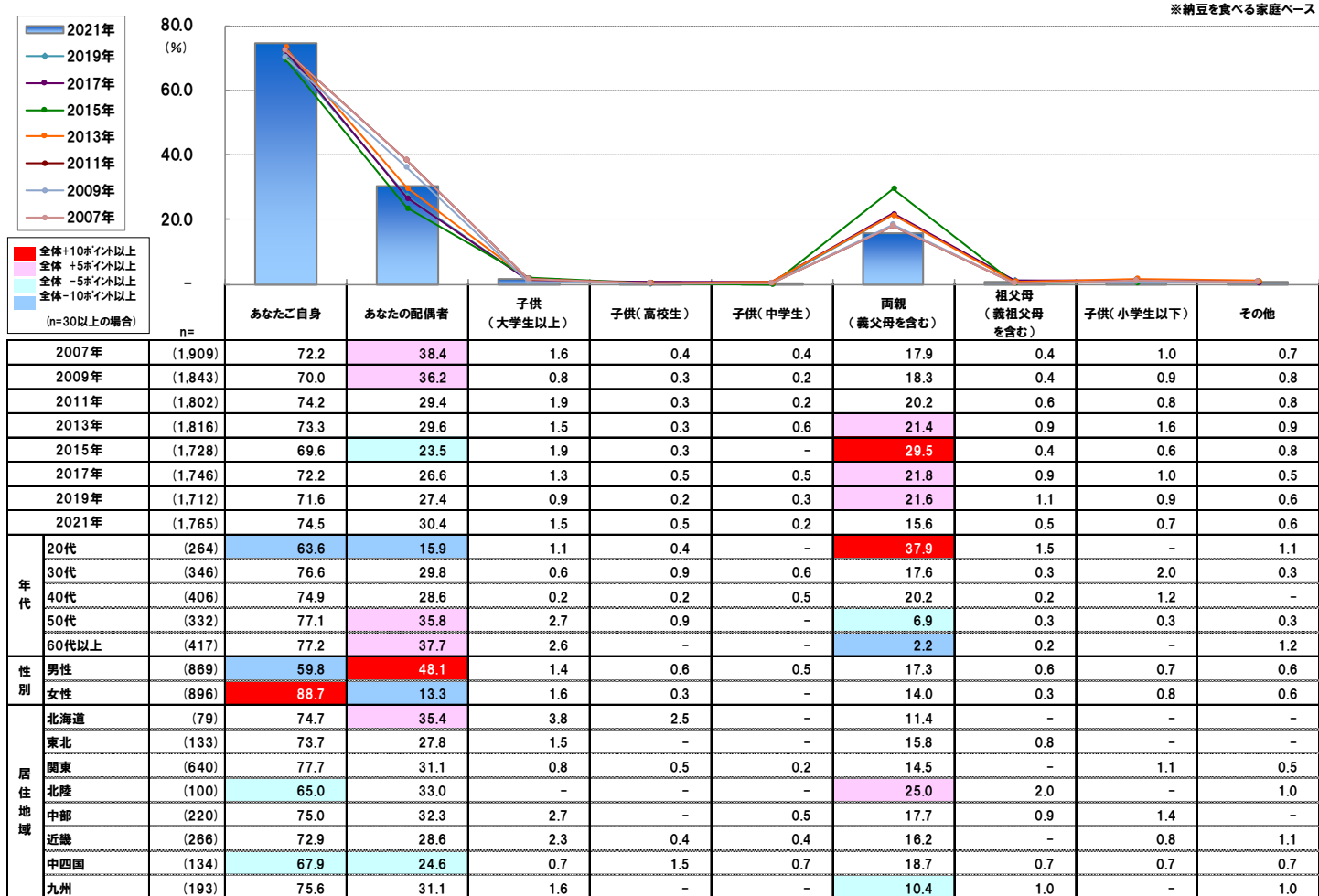


2.納豆の購入状況

1.納豆購入者

Q23：あなたのご家族の中で、ご家庭で召し上がる用の納豆を実際に購入している方をお知らせください。当てはまる方を全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 納豆購入者について最も高いのは、「あなたご自身」(74.5%)である。次いで「あなたの配偶者」(30.4%)、「両親（義父母を含む）」(15.6%)、「子供（大学生以上）」(1.5%)と続く。
- 年代でみると、20代は「両親（義父母を含む）」の割合が全体よりも高い。
- 性別でみると、男性は「あなたの配偶者」の割合が全体よりも高い。
- 2019年と比較すると、「両親（義父母を含む）」の割合が低下している。

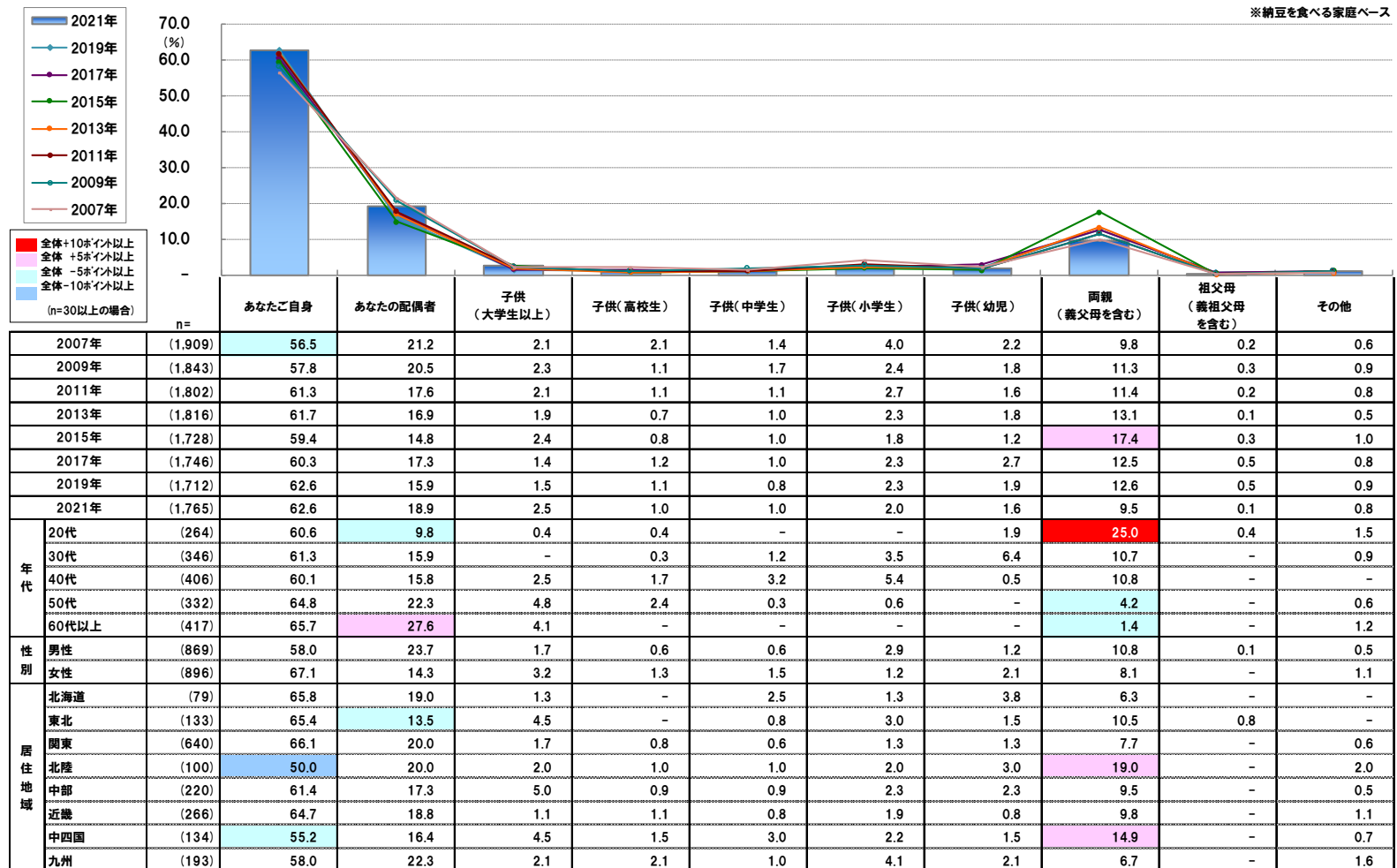


※2017年以前の「子供(小学生以下)」は、「子供(小学生)」+「子供(幼児)」を合算して記載

2.納豆の好みを考慮する人

Q24：あなたのご家庭では、ご家庭で召し上がる納豆は、どなたの好みに合わせて購入していますか。最も当てはまる方を1人お知らせ下さい。（回答は1つ）[S/A]

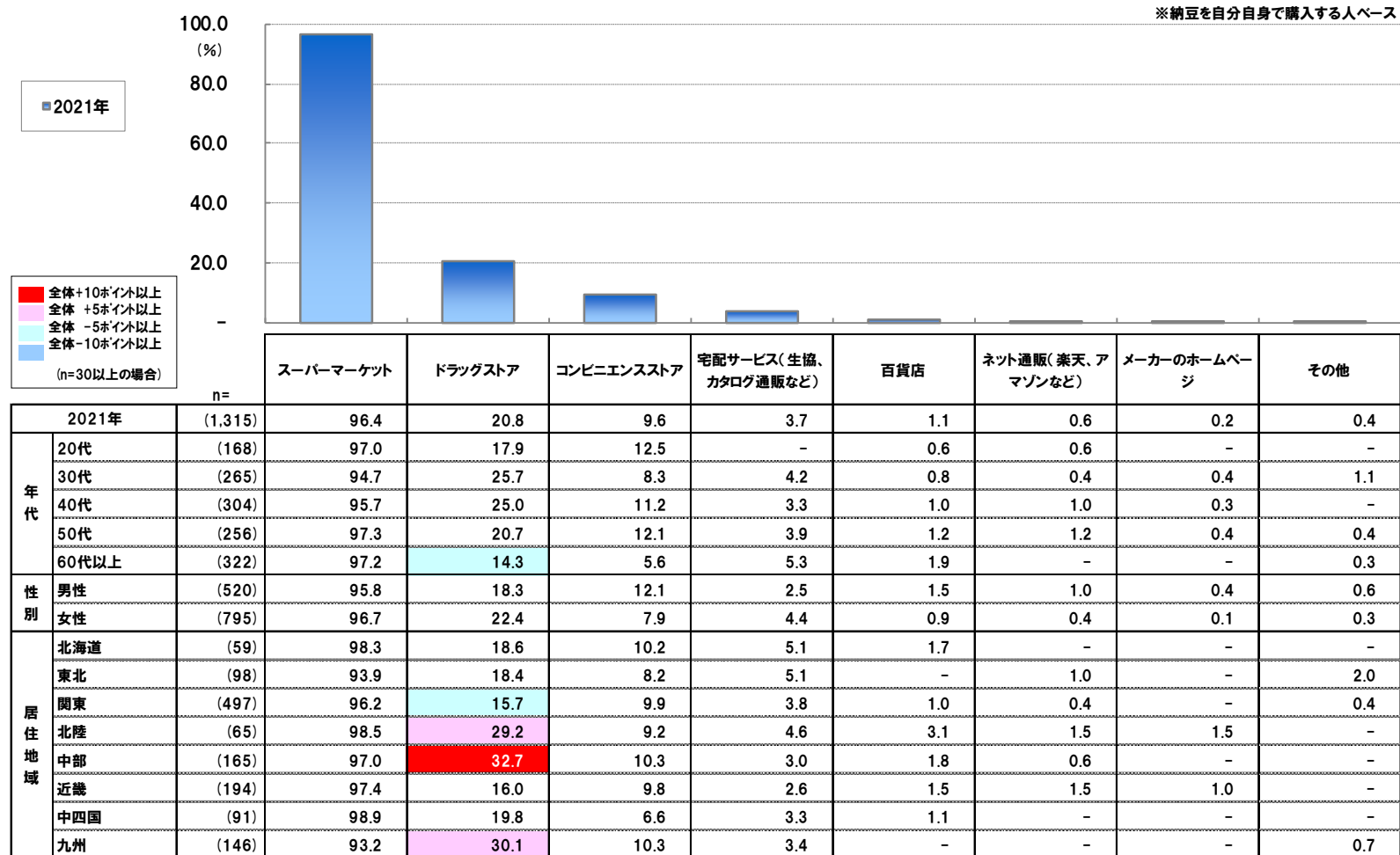
- 納豆の好みを考慮する人について最も高いのは、「あなたご自身」(62.6%)である。次いで「あなたの配偶者」(18.9%)、「両親（義父母を含む）」(9.5%)、「子供（大学生以上）」(2.5%)と続く。



3-1.納豆の購入場所①

Q25：あなたは、納豆をどこで購入していますか？あてはまる選択肢をすべてお知らせください。（回答はいくつでも） [M/A]

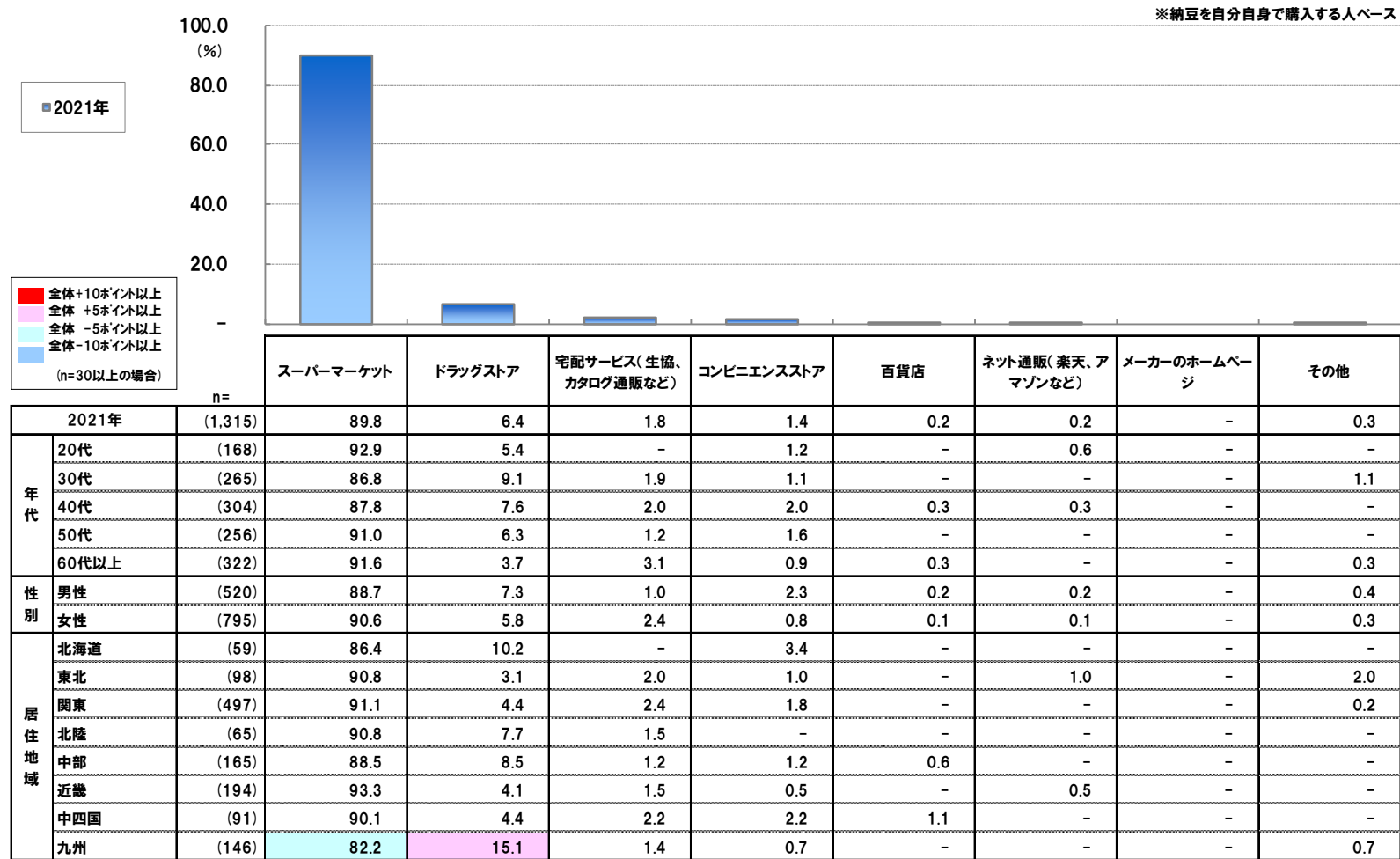
- 納豆の購入場所について最も高いのは、「スーパーマーケット」(96.4%)である。次いで「ドラッグストア」(20.8%)、「コンビニエンスストア」(9.6%)、「宅配サービス（生協、カタログ通販など）」(5.3%)と続く。
- 居住地でみると、中部は「ドラッグストア」の割合が全体よりも高い。



3-2.納豆の購入場所②(最も多い場所)

Q26：前問でお答えになった、納豆の購入場所のうち最も多い場所をお知らせください。(回答は一つ) [S/A]

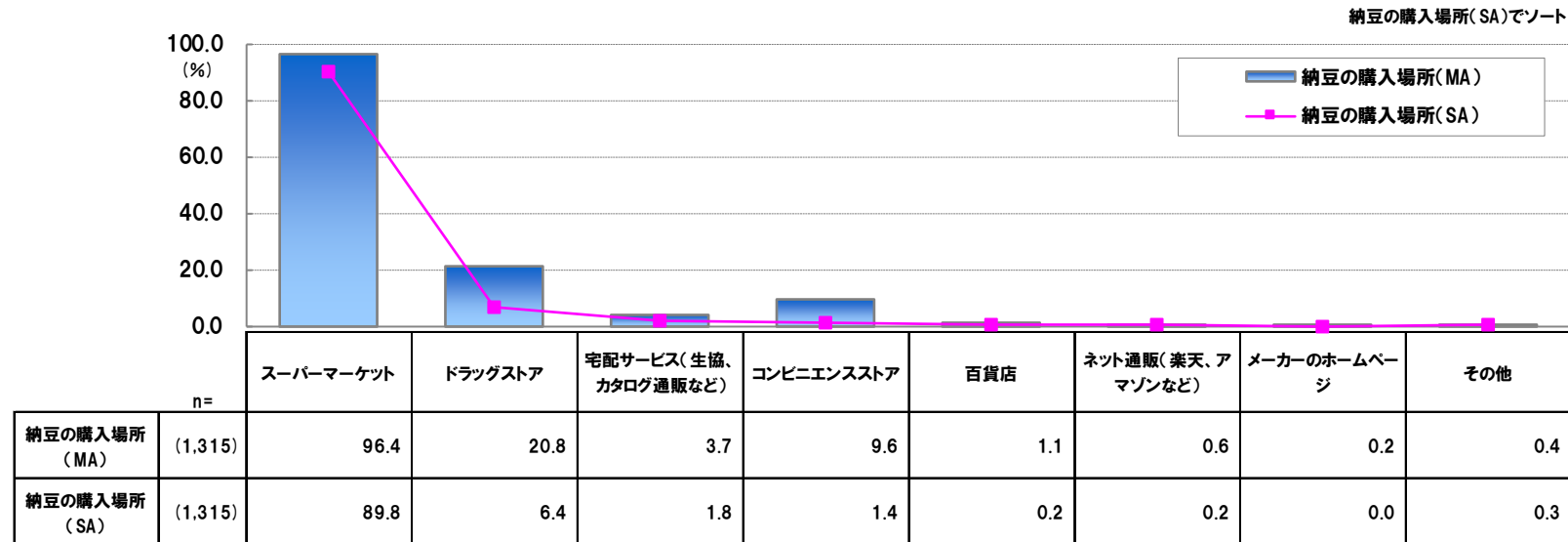
- 納豆の購入場所で最も多い場所については、「スーパーマーケット」(89.8%)である。次いで、「ドラッグストア」(6.4%)、「宅配サービス(生協、カタログ通販など)」(1.8%)と続く。



※参考：納豆の購入場所／最も多い購入場所

Q25：あなたは、納豆をどこで購入していますか？あてはまる選択肢をすべてお知らせください。/ Q26：前問でお答えになった、納豆の購入場所のうち最も多い場所をお知らせください。

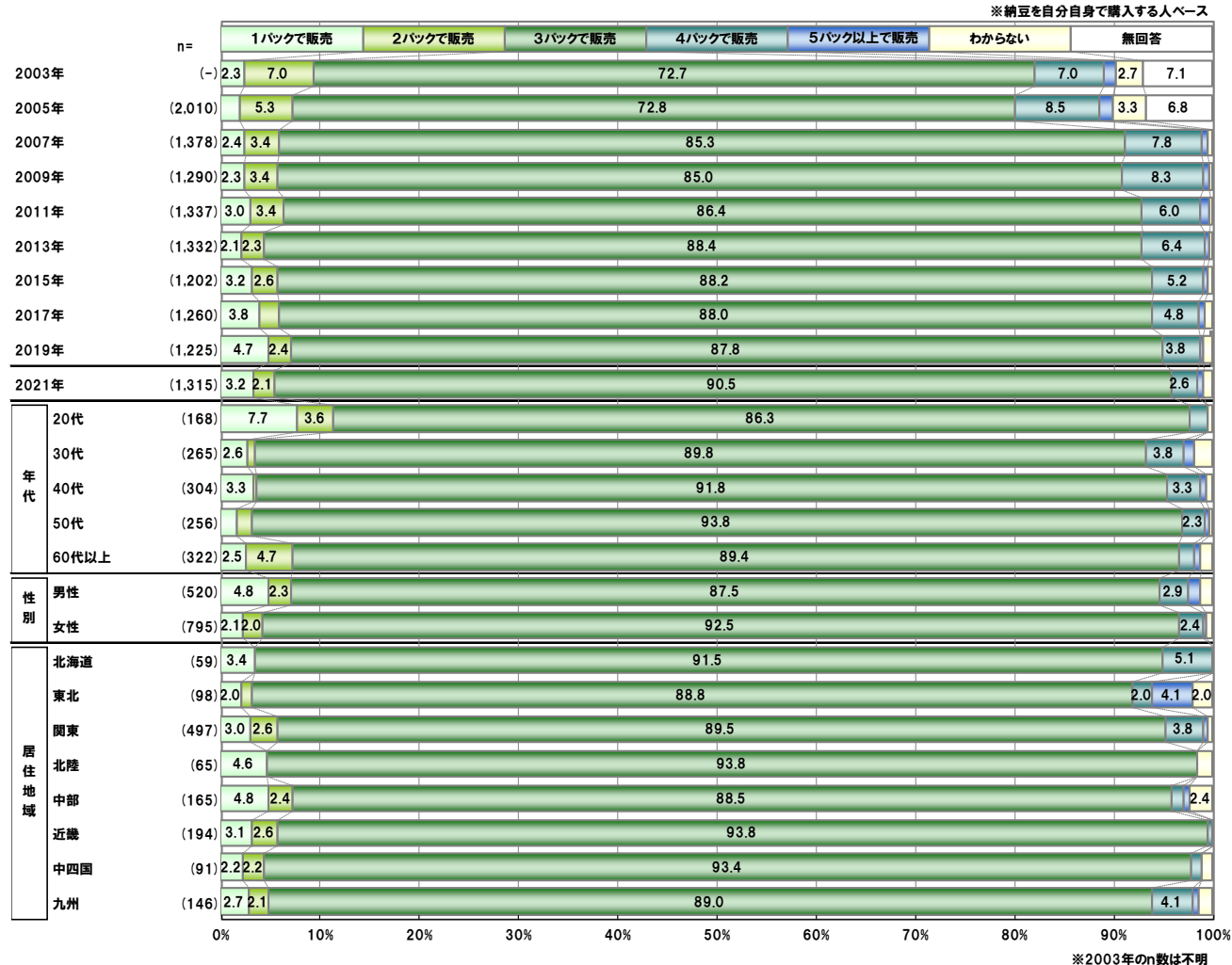
- 納豆の購入場所は、「スーパーマーケット」(96.4%)、「ドラッグストア」(20.8%)、「コンビニエンスストア」(9.6%)が上位である。
- 最も多い購入場所は、「スーパーマーケット」(89.8%)、「ドラッグストア」(6.4%)、「宅配サービス（生協、カタログ通販など）」(1.8%)が上位である。



4.購入する納豆の販売パック

Q27：あなたが最もよく購入される納豆は、何パックで販売されているものですか。（回答は1つ）[S/A]

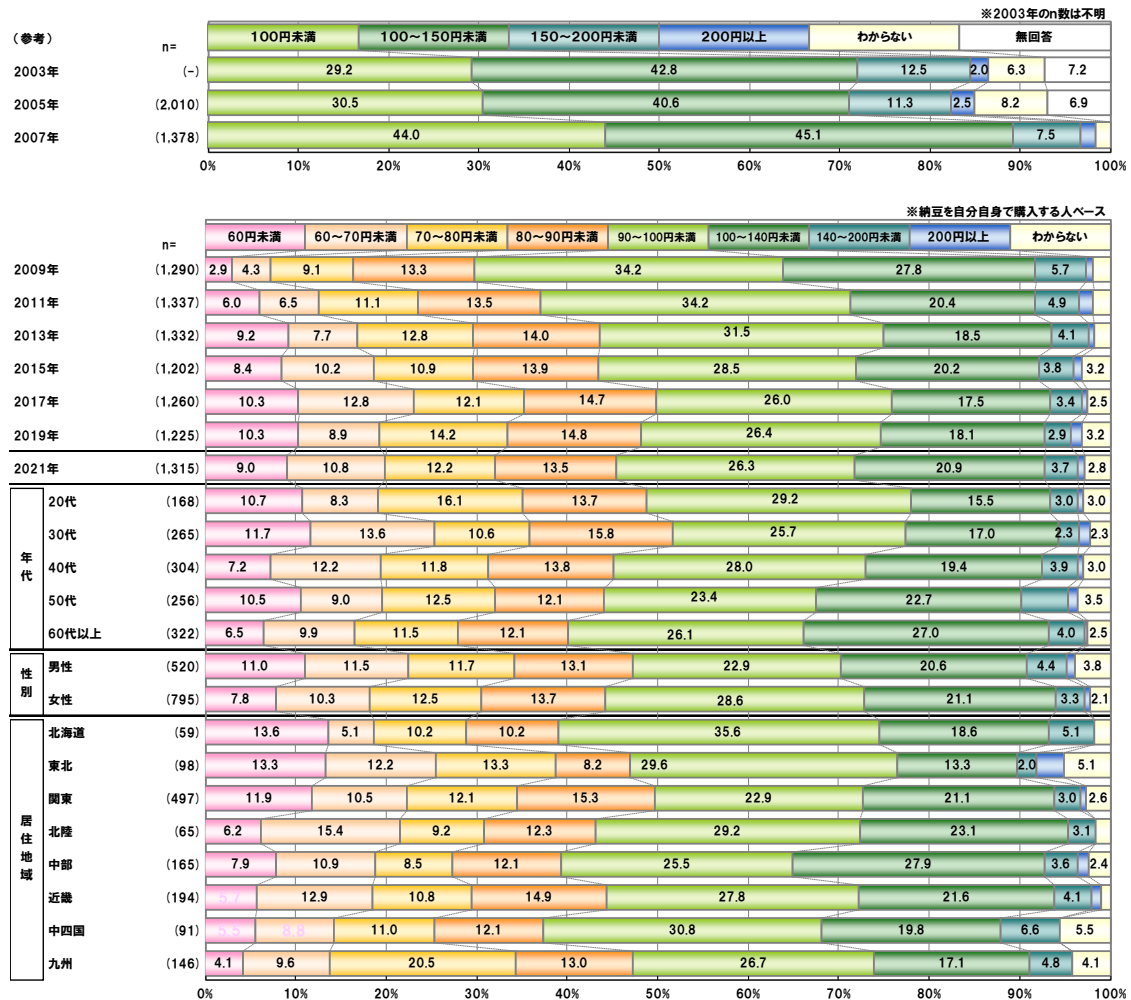
- 購入する納豆の販売パックについて最も高いのは、「3パックで販売されている商品」(90.5%)である。次いで「1パックで販売されている商品」(3.2%)、「4パックで販売されている商品」(2.6%)、「2パックで販売されている商品」(2.1%)と続く。



5.購入する納豆の価格帯

Q28：あなたが最もよく購入される納豆はどのような価格帯（税込価格）のものですか。（回答は1つ）※（例）上記で3パックで販売されている商品を選択された場合、3パックでの価格帯（税込価格）をお聞かせ下さい。[S/A]

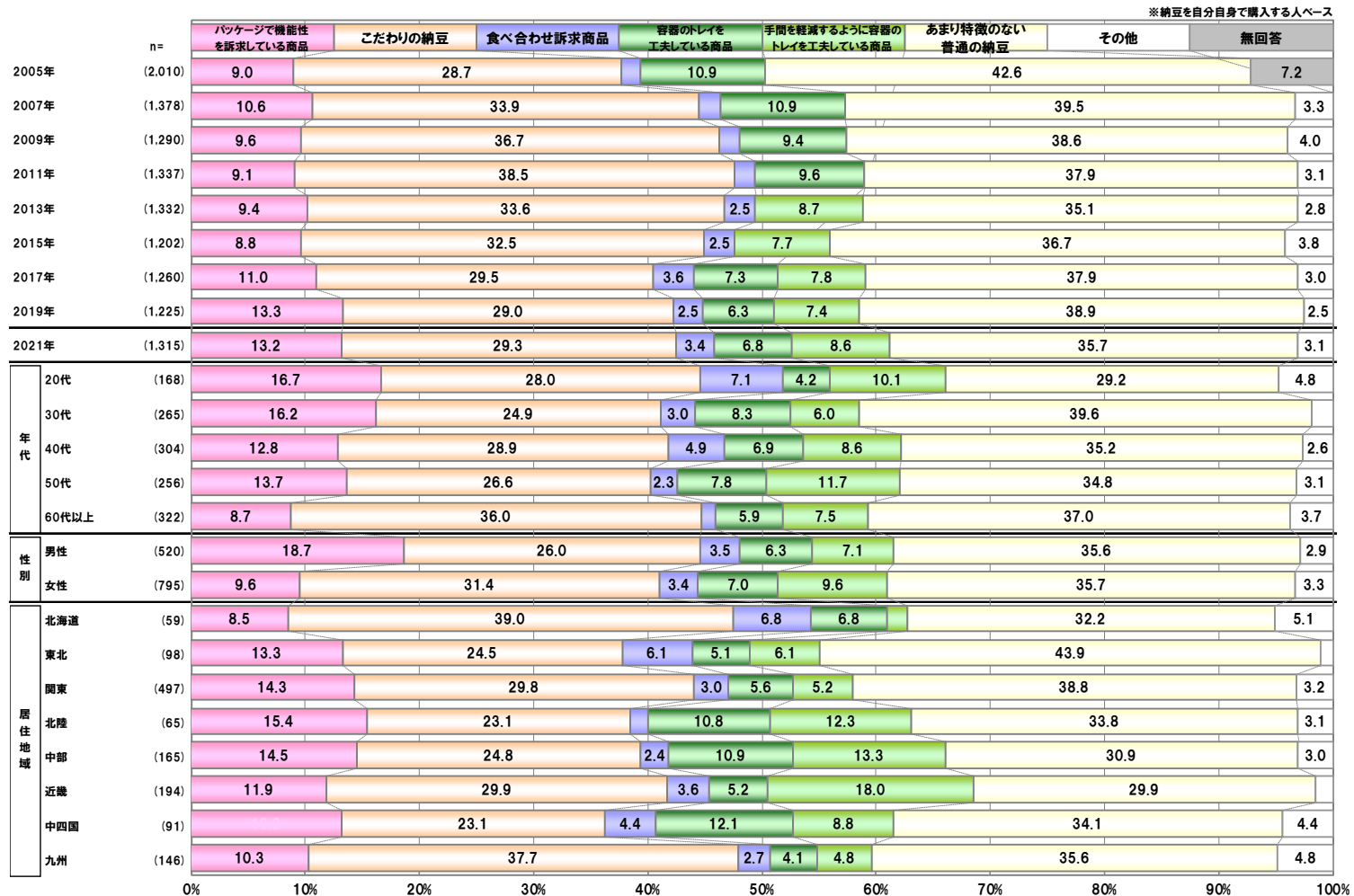
- 購入する納豆の価格帯について最も高いのは、「90～100円未満のもの」(26.3%)である。次いで「100～140円未満のもの」(20.9%)、「80～90円未満のもの」(13.5%)、「70～80円未満のもの」(12.2%)と続く。



6.最もよく購入する納豆のタイプ

Q29：あなたが最もよく購入される納豆はどのようなタイプのもですか。（回答は1つ）[S/A]

- 最もよく購入する納豆のタイプについて最も高いのは、「あまり特徴のない普通の納豆」(35.7%)である。次いで「こだわりの納豆（国産、有機栽培大豆など）」(29.3%)、「パッケージで機能性を訴求している商品（この納豆には・・・が多く含まれています）」(13.2%)、「食べる時の手間を軽減するように容器のトレイを工夫している商品（被膜なしや簡便にタレを入れられるなど）」(8.6%)と続く。



7.最もよく購入する納豆のパッケージのタイプ

Q30：あなたが最もよく購入される納豆のパッケージのタイプをお知らせください。（回答は1つ）[S/A]

- 最もよく購入する納豆のパッケージのタイプについて最も高いのは、「発泡スチロールタイプ（一般的なタイプ）」(94.5%)である。次いで「カップタイプ」(4.9%)、「経木」「ワラ」「その他」(0.2%) と続く。

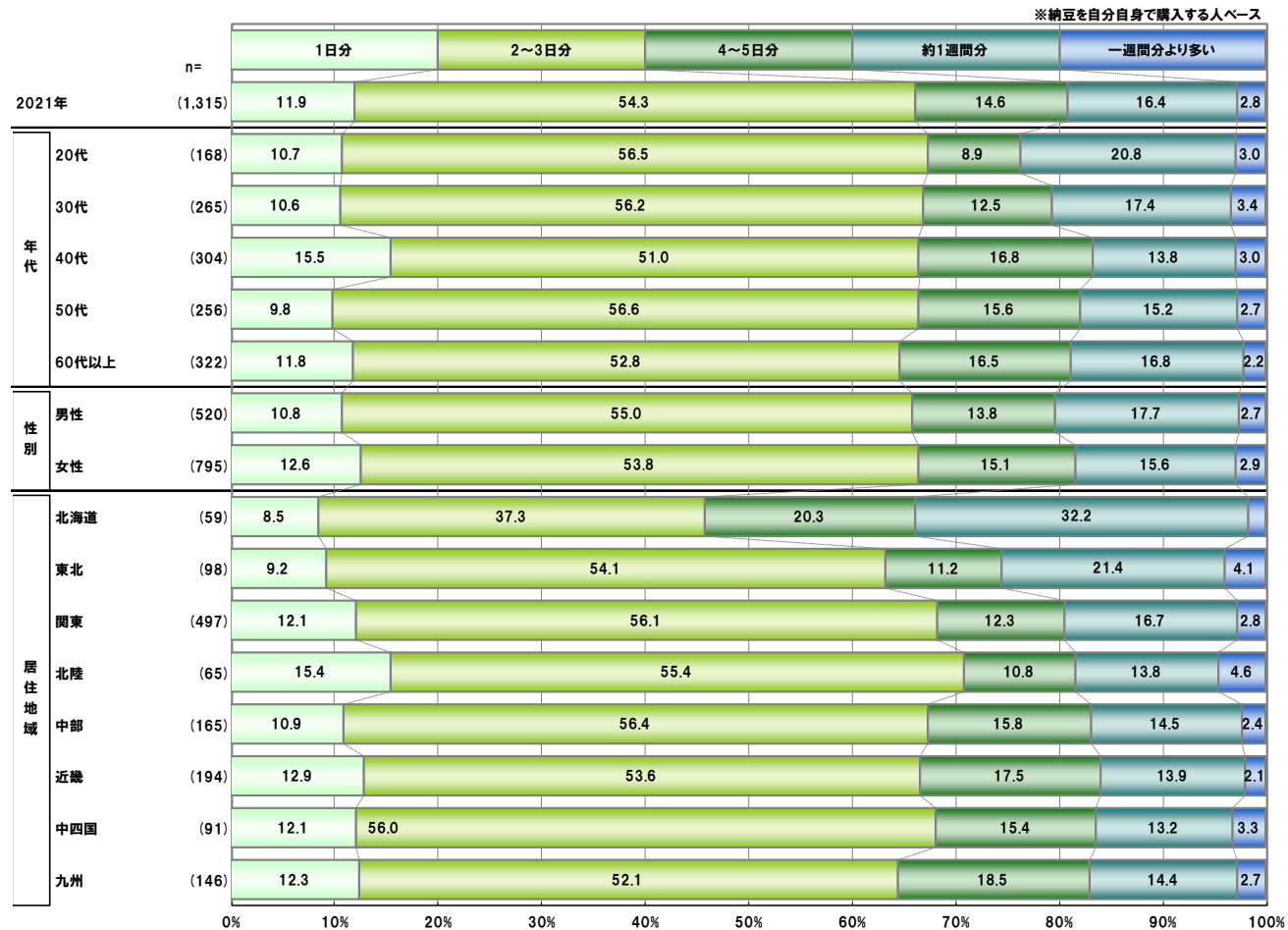


※「カップタイプ」は、2013年では「紙コップタイプ」。

8.納豆の購入時の購入量

Q31：あなたが、納豆を購入する際、1回の買い物で、何日分を目安に購入していますか。（回答は1つ）[S/A]

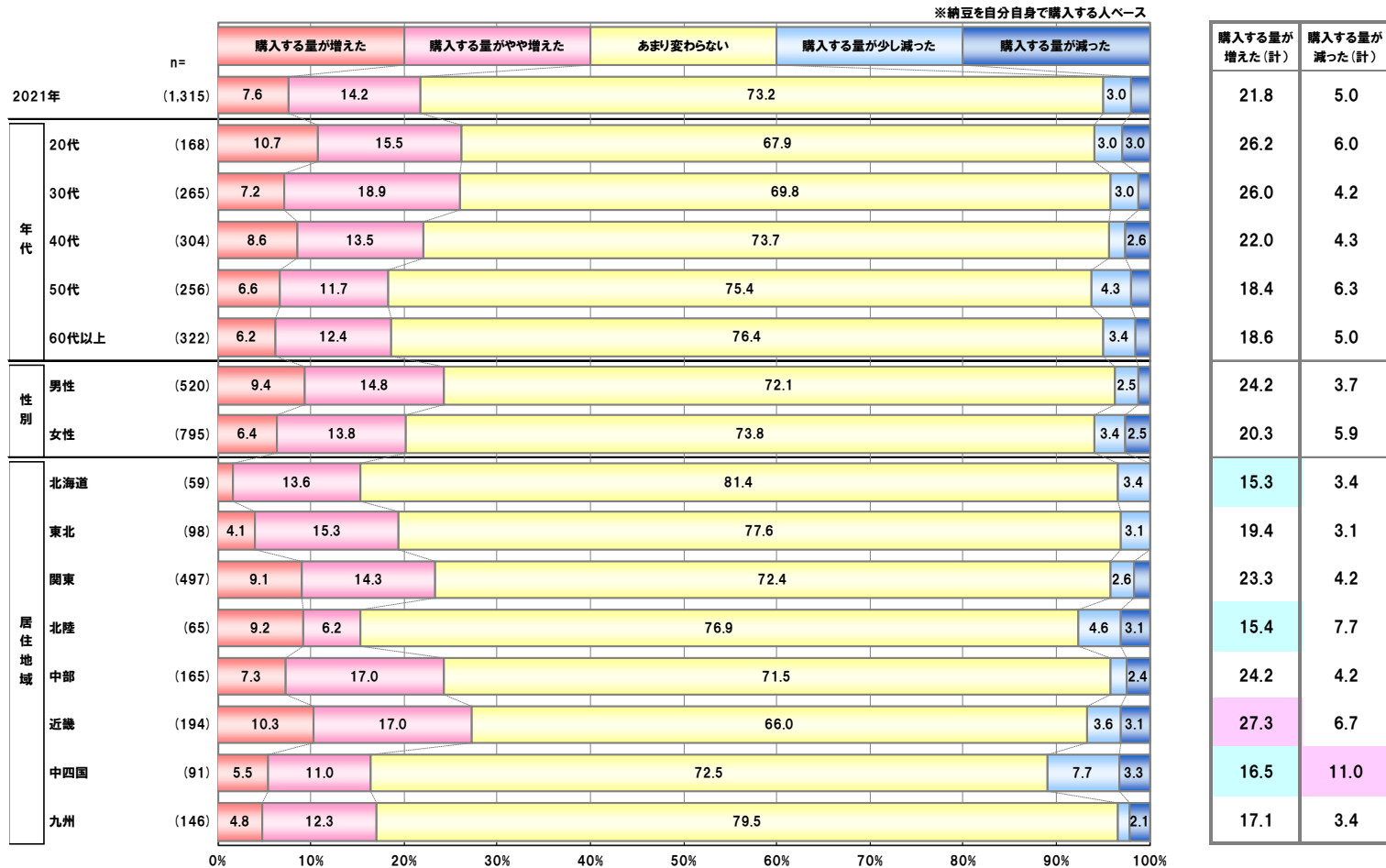
- 購入時の購入量について最も高いのは、「2～3日分」(54.3%)である。次いで「約1週間分」(16.4%)、「4～5日分」(14.6%)と続く。



9.納豆の購入量増減

Q32：では、1回の買い物で購入する納豆の分量についてお聞きいたします。新型コロナウイルス感染症が、流行する前とくらべて変化はありましたか。[S/A]

■ 購入量増減については、「購入する量が増えた」は7.8%、「購入する量がやや増えた」(14.2%)を合計すると21.8%である。

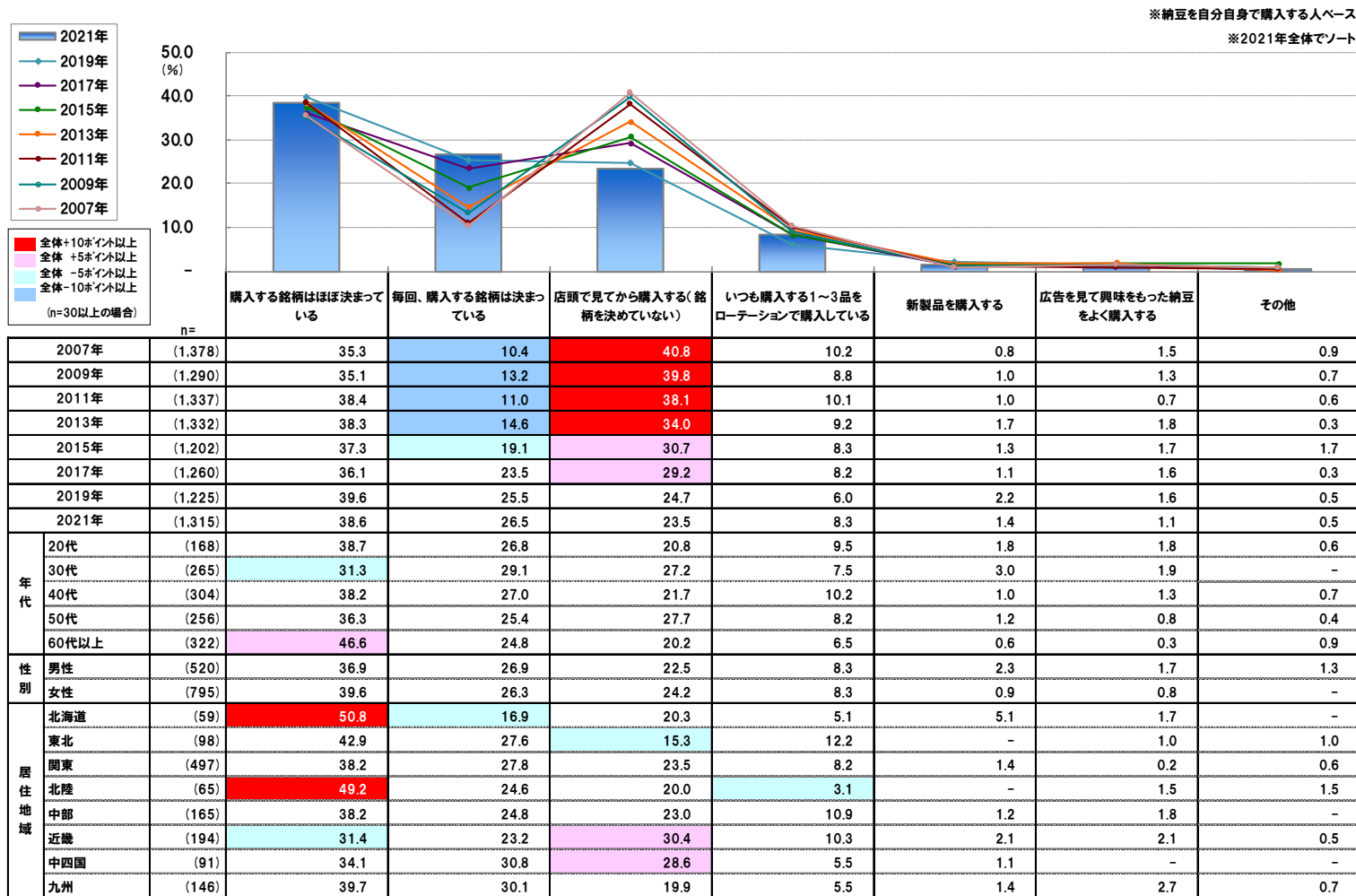


■ 全体+10ポイント以上
■ 全体 +5ポイント以上
■ 全体 -5ポイント以上
■ 全体-10ポイント以上
 (n=30以上の場合)

10.店頭での納豆選択方法

Q33：あなたは、店頭で、どのように納豆を選んでいますか。最も当てはまるものを1つお知らせください。（回答は1つ）[S/A]

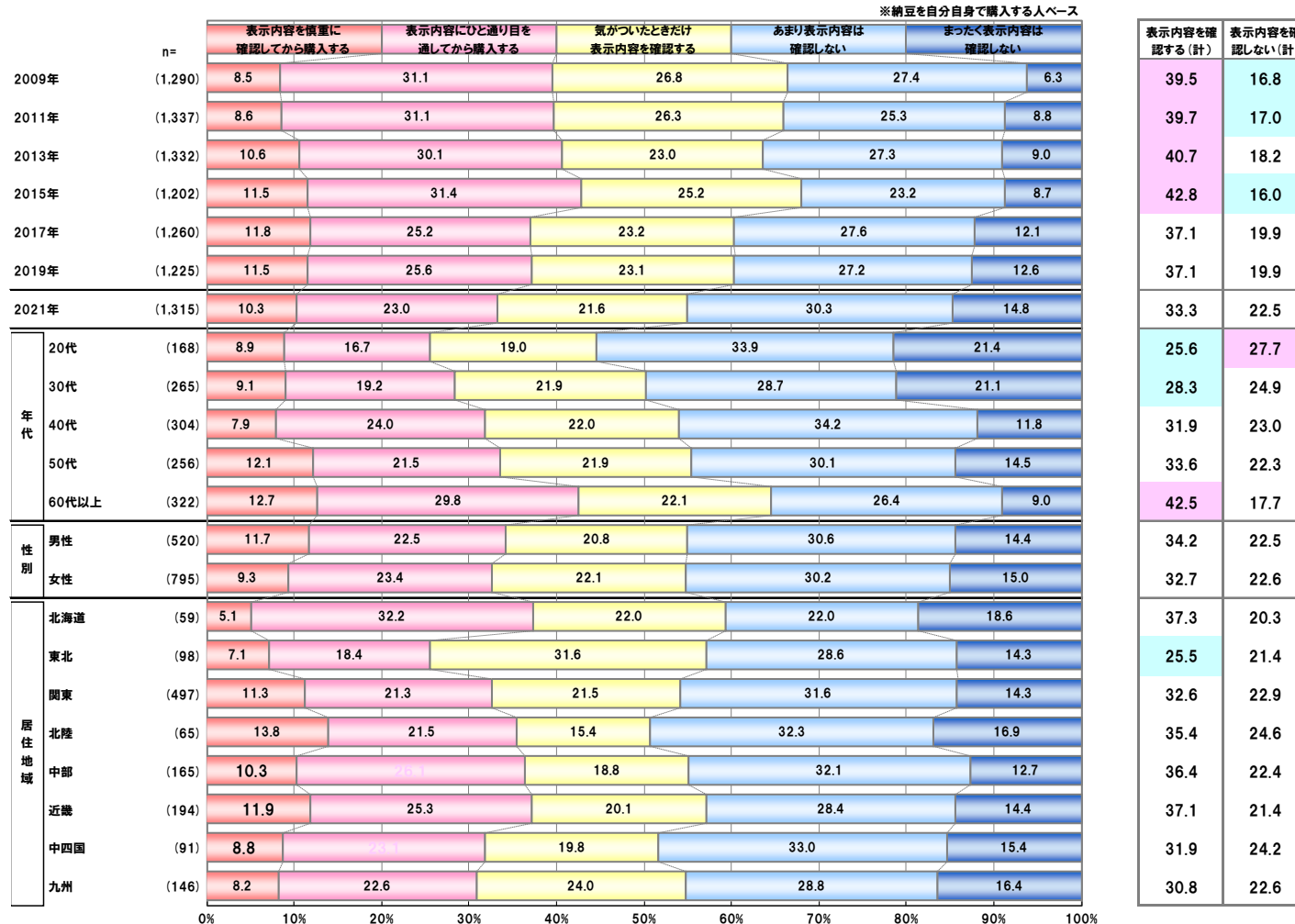
- 店頭での納豆選択方法について最も高いのは、「購入する銘柄はほぼ決まっている」(38.6%)である。次いで「毎回、購入する納豆の銘柄は決まっている」(26.5%)、「店頭で見ながら購入する（銘柄を決めていない）」(23.5%)、「いつも購入する1〜3品をローテーションで購入している」(8.3s%)と続く。



11.表示内容の確認

Q34：あなたが納豆を購入する際、パッケージの側面・裏面の表示内容を確認しますか。最も当てはまるものを1つお知らせください。（回答は1つ） [S/A]

- 表示内容の確認については、「表示内容を慎重に確認してから購入する」は10.3%、「表示内容にひと通り目を通してから購入する」(23.0%)を合計すると33.3%である。
- 2019年と比較すると、特に大きな変化はみられない。

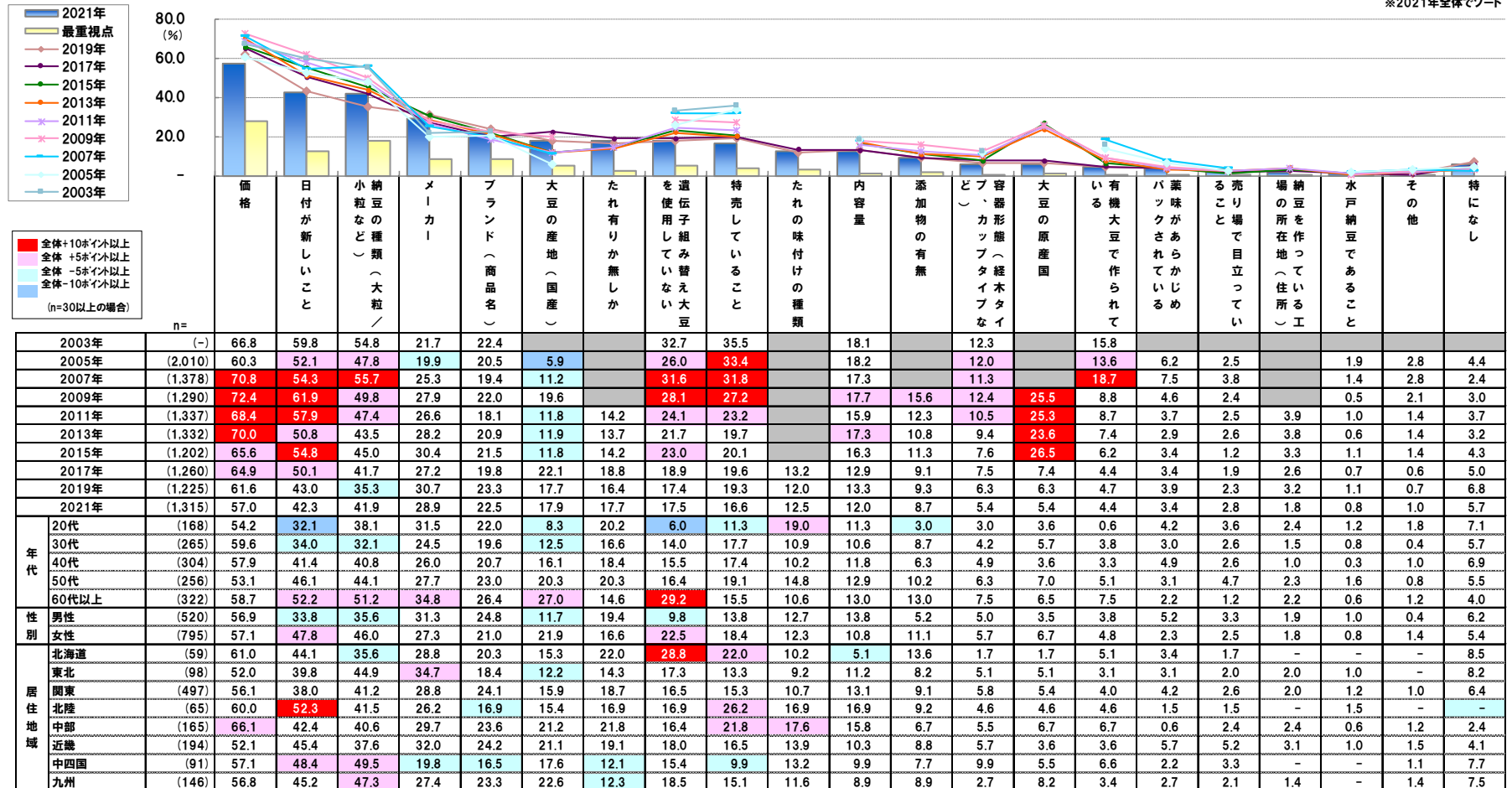


12.納豆購入時重視点

Q35：あなたが納豆を購入される時、重視するのはどのような点ですか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 納豆購入時重視点について最も高いのは、「価格」(57.0%)である。次いで「日付が新しいこと」(42.3%)、「納豆の種類（大粒／小粒など）」(41.9%)、「メーカー」(28.9%)と続く。
- 2019年と比較すると、「納豆の種類（大粒／小粒など）」の割合が上昇している。

※自分自身で納豆を食べる人ベース
※2021年全体でソート

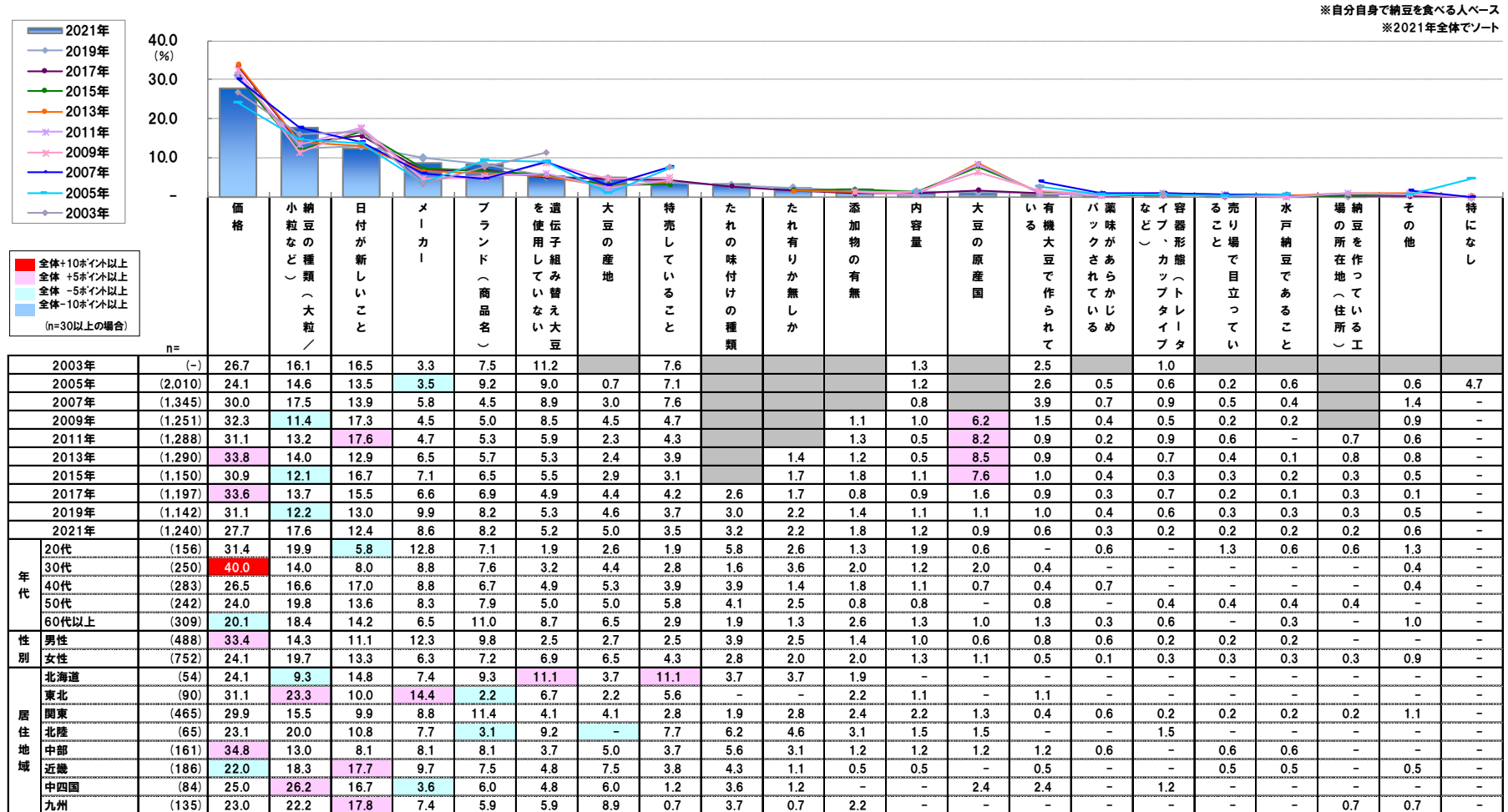


*...2005～2011年非聴取項目/2003年はTOP10項目のみ掲載/2003年のn数は不明

13.納豆購入時最重視点

Q36：では、あなたが納豆を購入される時、最も重視するのはどのような点ですか。（回答は1つ）[S/A]

- 納豆購入時最重視点について最も高いのは、「価格」(27.7%)である。次いで「納豆の種類（大粒／小粒など）」(17.6%)、「日付が新しいこと」(12.4%)、「メーカー」(8.6%)と続く。
- 2019年と比較すると、「納豆の種類（大粒／小粒など）」の割合が上昇している。

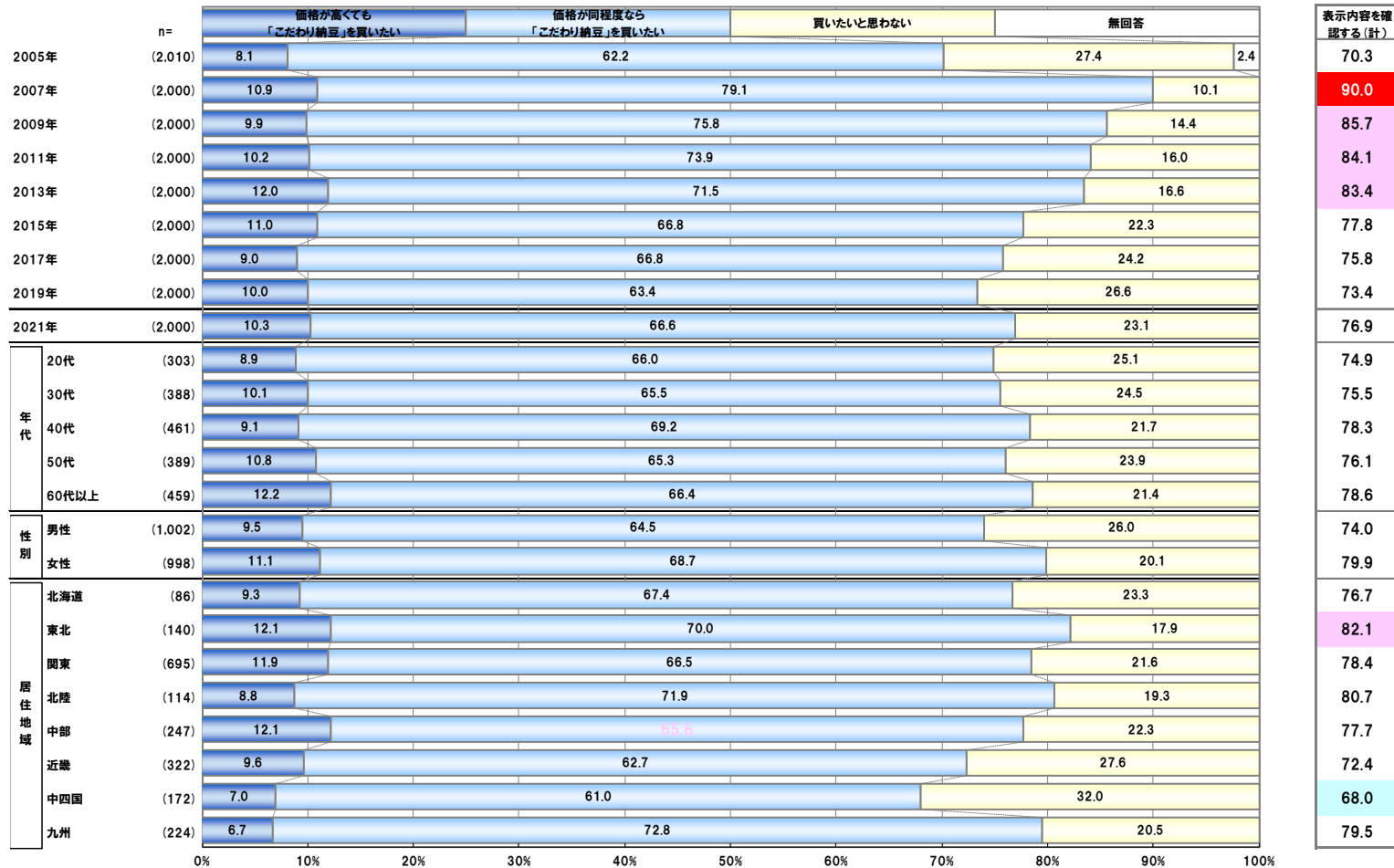


*...2005～2011年非聴取項目／2003年はTOP10項目のみ掲載／2003年のn数は不明

15. 「こだわり納豆」購入意向

Q38：あなたは原料や製法にこだわった「こだわり納豆」をどの程度買いたいと思われませんか。（回答は1つ）[S/A]

- 「こだわり納豆」購入意向については、「価格が高くても「こだわり納豆」を買いたい」は10.3%、「価格が同程度なら「こだわり納豆」を買いたい」(66.6%)を合計すると76.9%である。

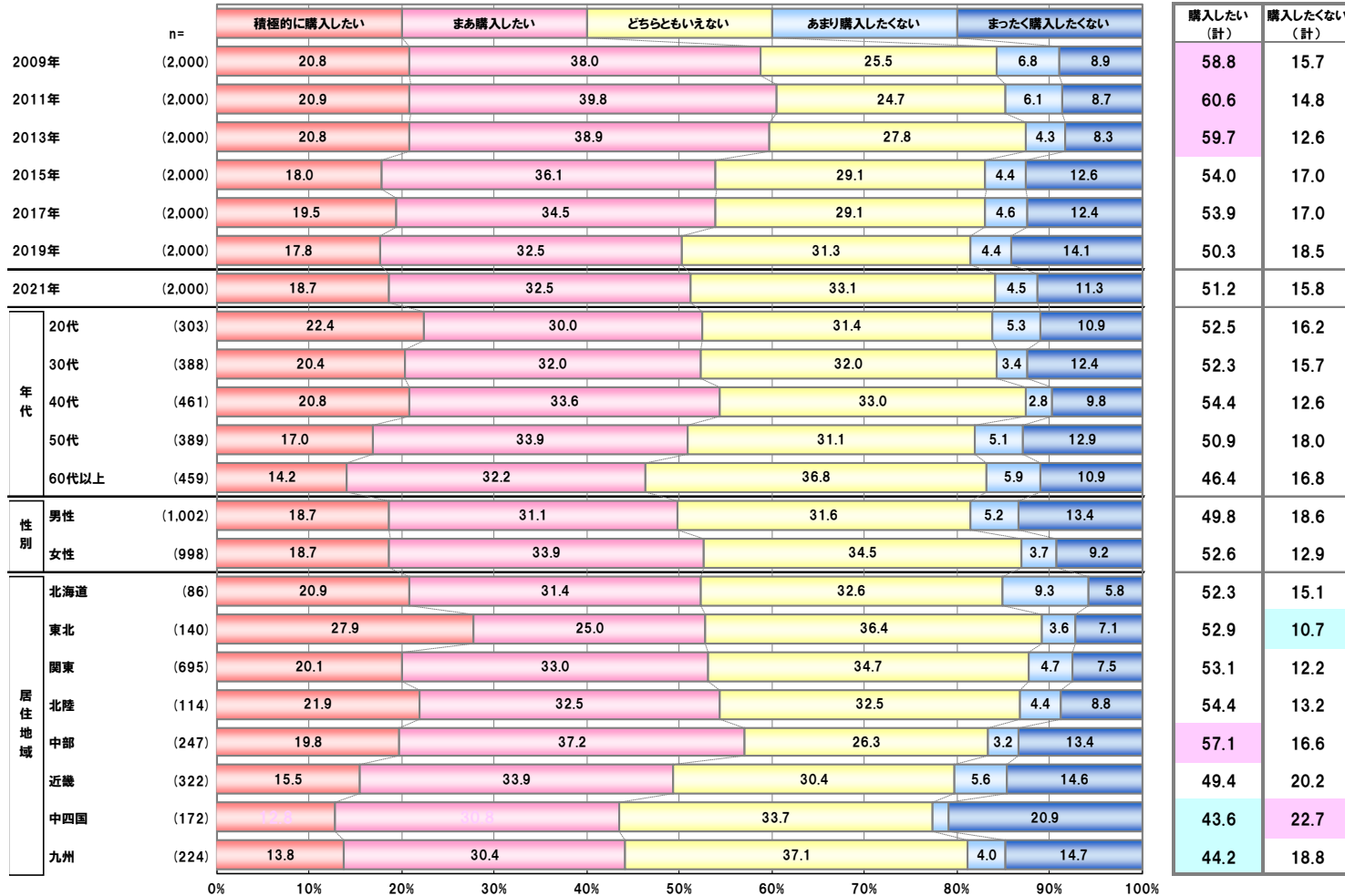


※2005年は「買いたくない」が「あまり気にしていない」という選択肢となっている

16. 特売品購入意向

Q39：あなたは、納豆売り場の店頭で山積みされた「特売品」として売られている納豆についてどのように感じられますか。あてはまるものをお知らせ下さい。（回答は1つ）[S/A]

■ 特売品購入意向については、「積極的に購入したい」は18.7%、「まあ購入したい」(32.5%)を合計すると51.2%である。

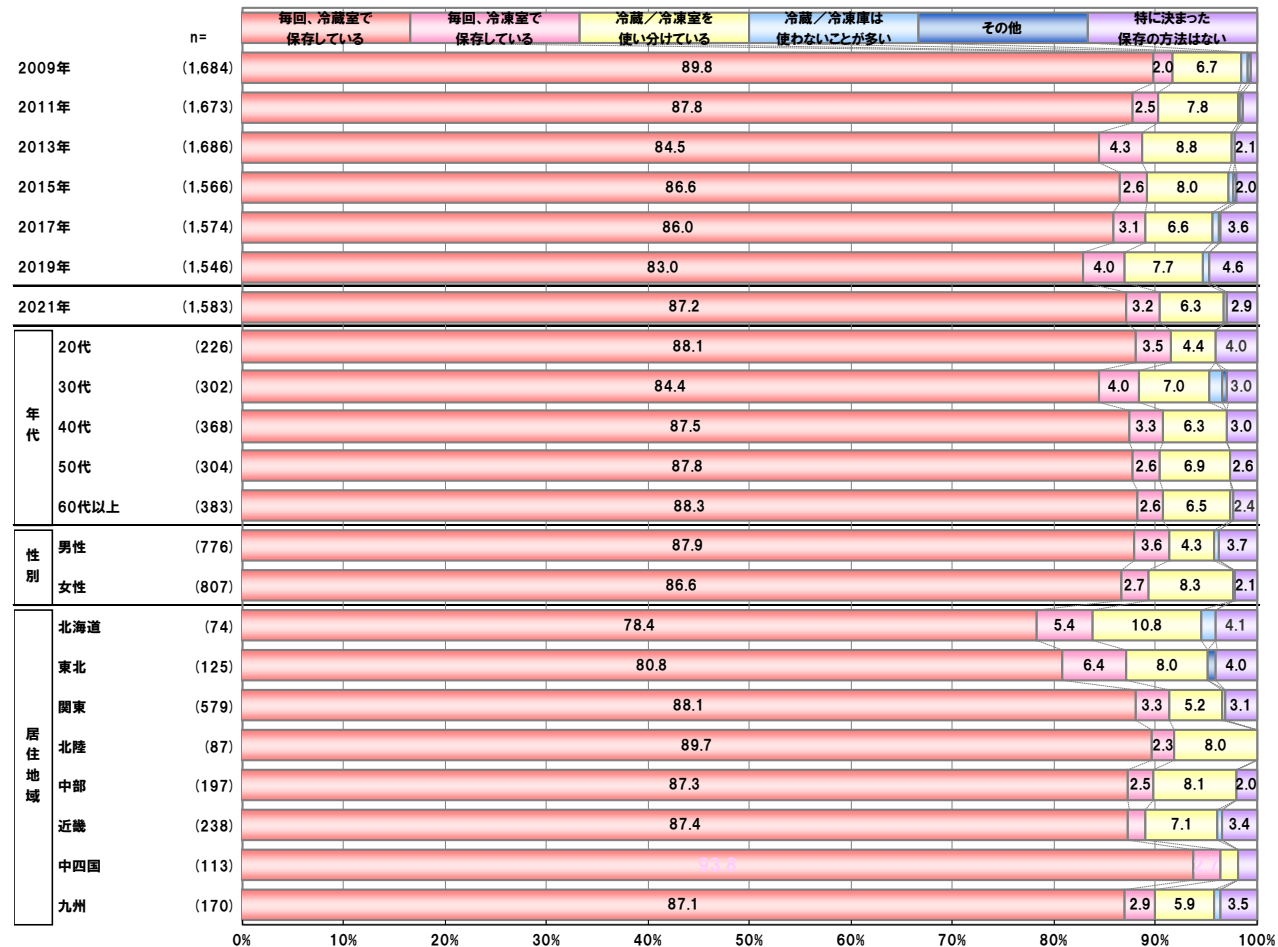


■ 全体+10ポイント以上
■ 全体 +5ポイント以上
■ 全体 -5ポイント以上
■ 全体-10ポイント以上
 (n=30以上の場合)

17. 納豆の保存方法

Q40：あなたは、購入した納豆を実際に食べるまでの間、どのようにして保存していますか。もっとも近いものをお選び下さい。（回答は1つ）[S/A]

- 納豆の保存方法について最も高いのは、「毎回、冷蔵庫で保存している」(87.2%)である。次いで「状況に応じて、冷蔵庫と冷凍室を使い分けて保存している」(6.3%)、「毎回、冷凍室で保存している」(3.2%)と続く。

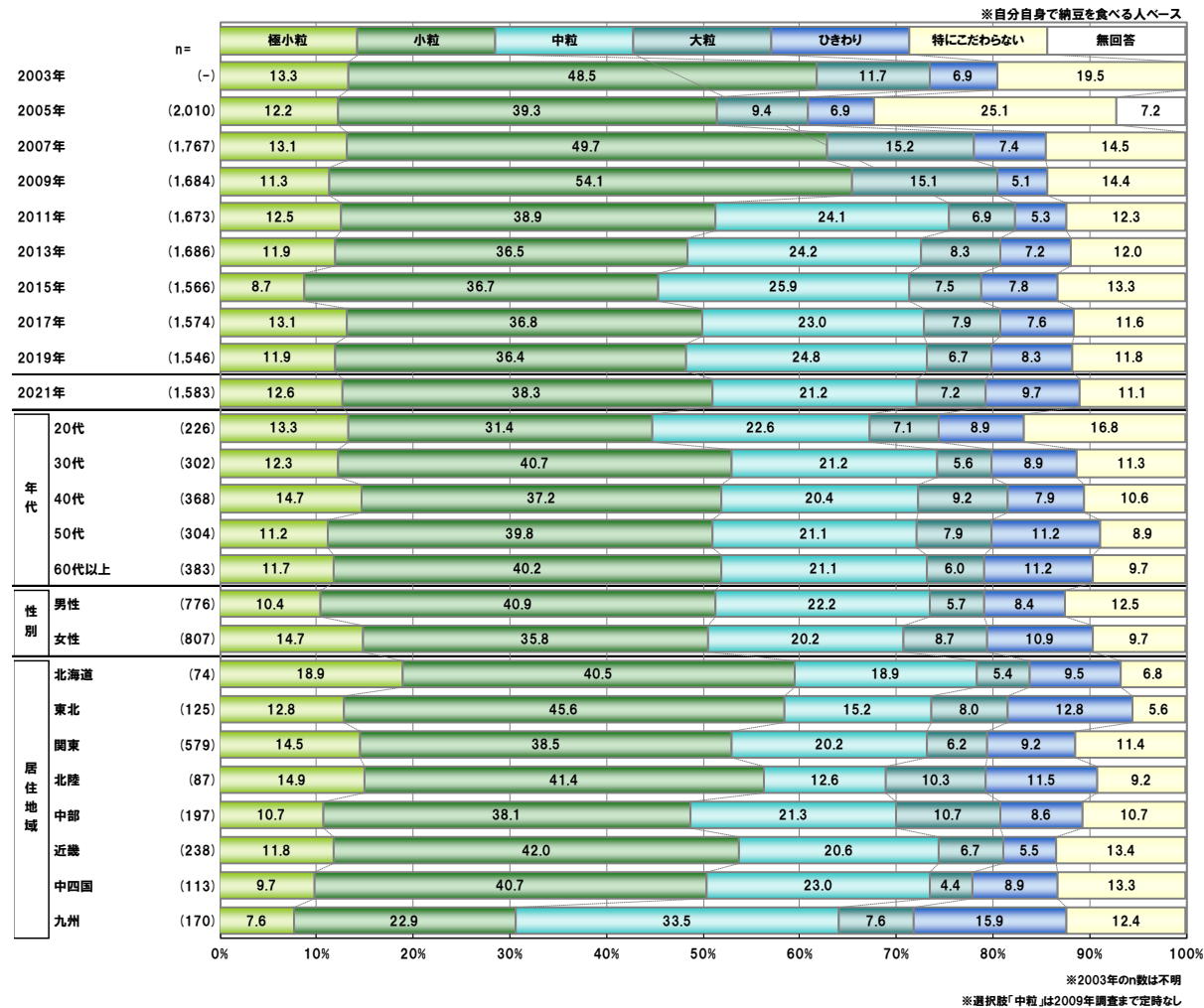


3.納豆の好み

1.最も好きな「豆の大きさ」

Q41：あなたが最も好きな「豆の大きさ」をお知らせ下さい。（回答は1つ）[S/A]

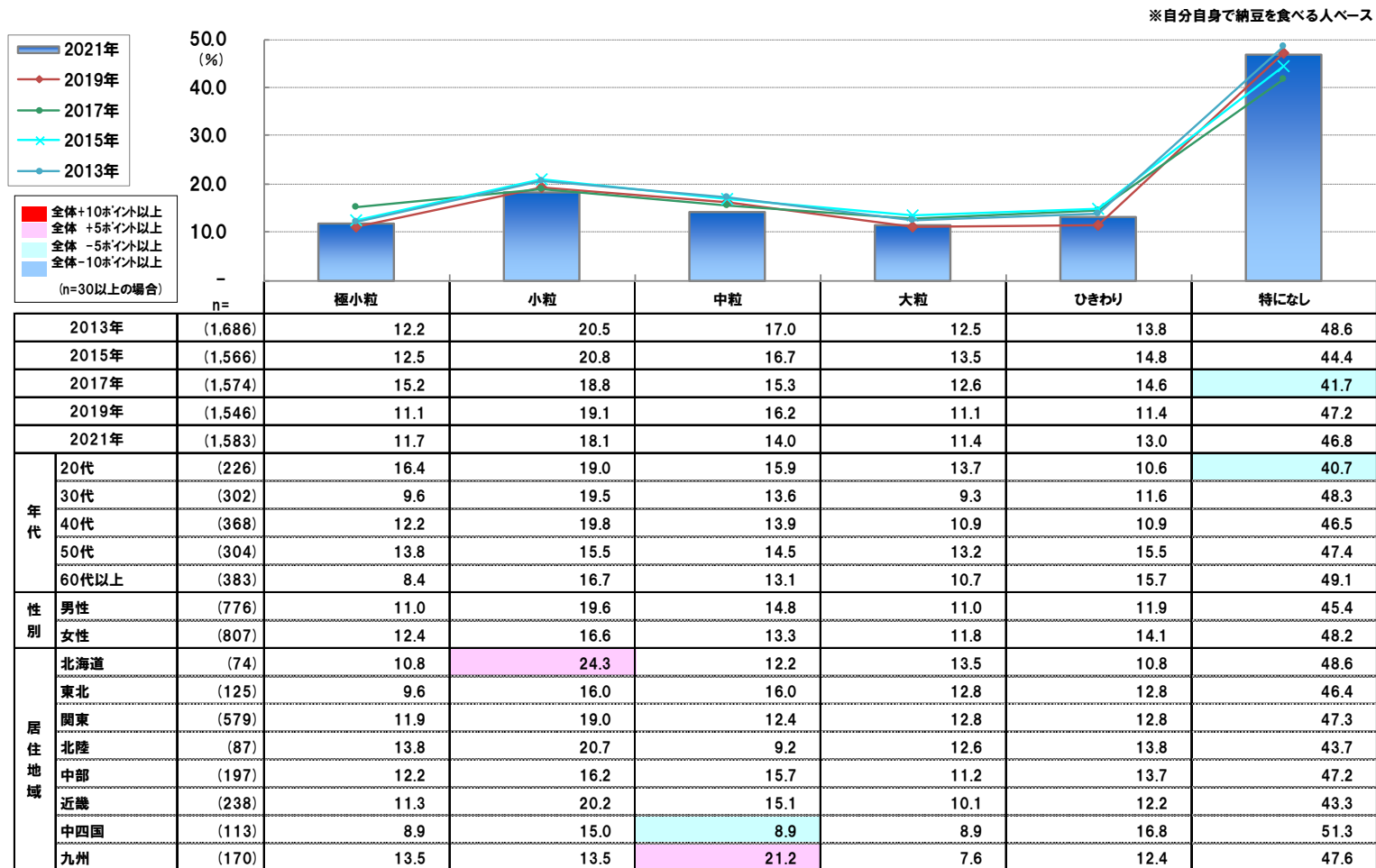
- 最も好きな「豆の大きさ」について最も高いのは、「小粒」(38.3%)である。次いで「中粒」(21.2%)、「極小粒」(12.6%)、「特にこだわらない」(11.1%)と続く。



2.この一年間で初めて購入した「豆の大きさ」

Q42：あなたが、この一年間で【初めて購入した】、または、【2年以上購入していなかったが購入した】「豆の大きさ」をお知らせください。（回答はいくつでも）[M/A]

- この一年間で初めて購入した「豆の大きさ」について最も高いのは、「特になし」(46.8%)である。次いで「小粒」(18.1%)、「中粒」(14.0%)、「ひきわり」(13.0%)と続く。



3.最も好きな「豆の固さ」

Q43：あなたが最も好きな「豆の固さ」をお知らせ下さい。（回答は1つ）[S/A]

- 最も好きな「豆の固さ」については、「超かため」は0.9%、「かため」(8.8%)を合計すると9.8%である。
- 「超柔らかめ」は0.3%、「柔らかめ」(7.4%)を合計すると7.6%である。



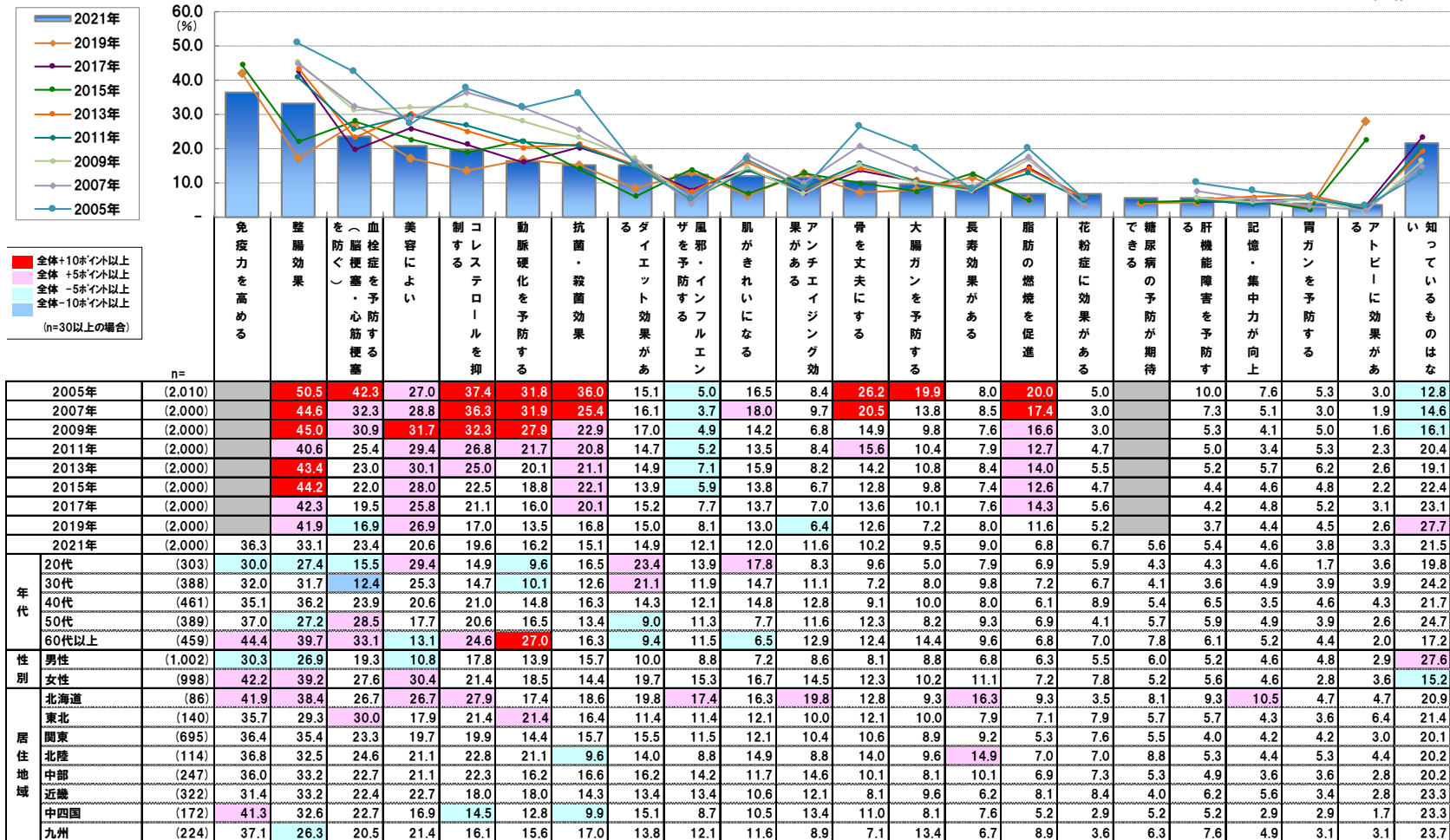
4.納豆の健康効果

1.納豆の健康効果認知度

Q44：納豆に含まれる成分には次のような健康効果が期待できますが、以下の中であなたがご存知だったモノはどれですか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。(回答はいくつでも) [M/A]

- 納豆の健康効果認知度について最も高いのは、「免疫力を高める」(36.3%)である。次いで「整腸効果」(33.1%)、「血栓症を予防する(脳梗塞・心筋梗塞を防ぐ)」(23.4%)、「美容によい」(20.6%)と続く。
- 2019年と比較すると、「整腸効果」「美容によい」の割合が低下、「血栓症を予防する(脳梗塞・心筋梗塞を防ぐ)」「アンチエイジング効果がある」の割合が上昇している。

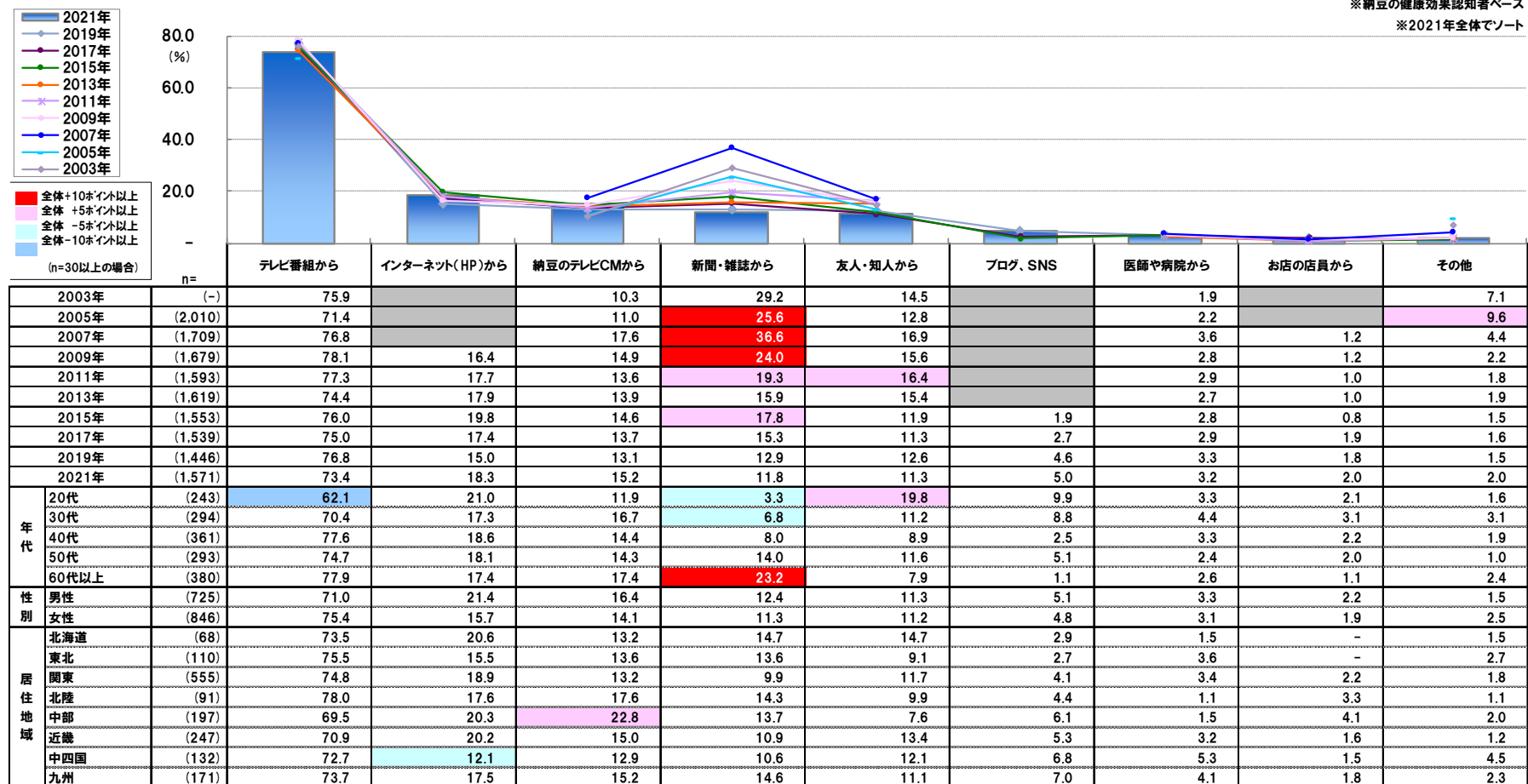
※2021年全体でソート



2.納豆の健康効果の情報入手経路

Q45：あなたは、どのようなところから納豆で期待できる健康効果をお知りになりましたか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

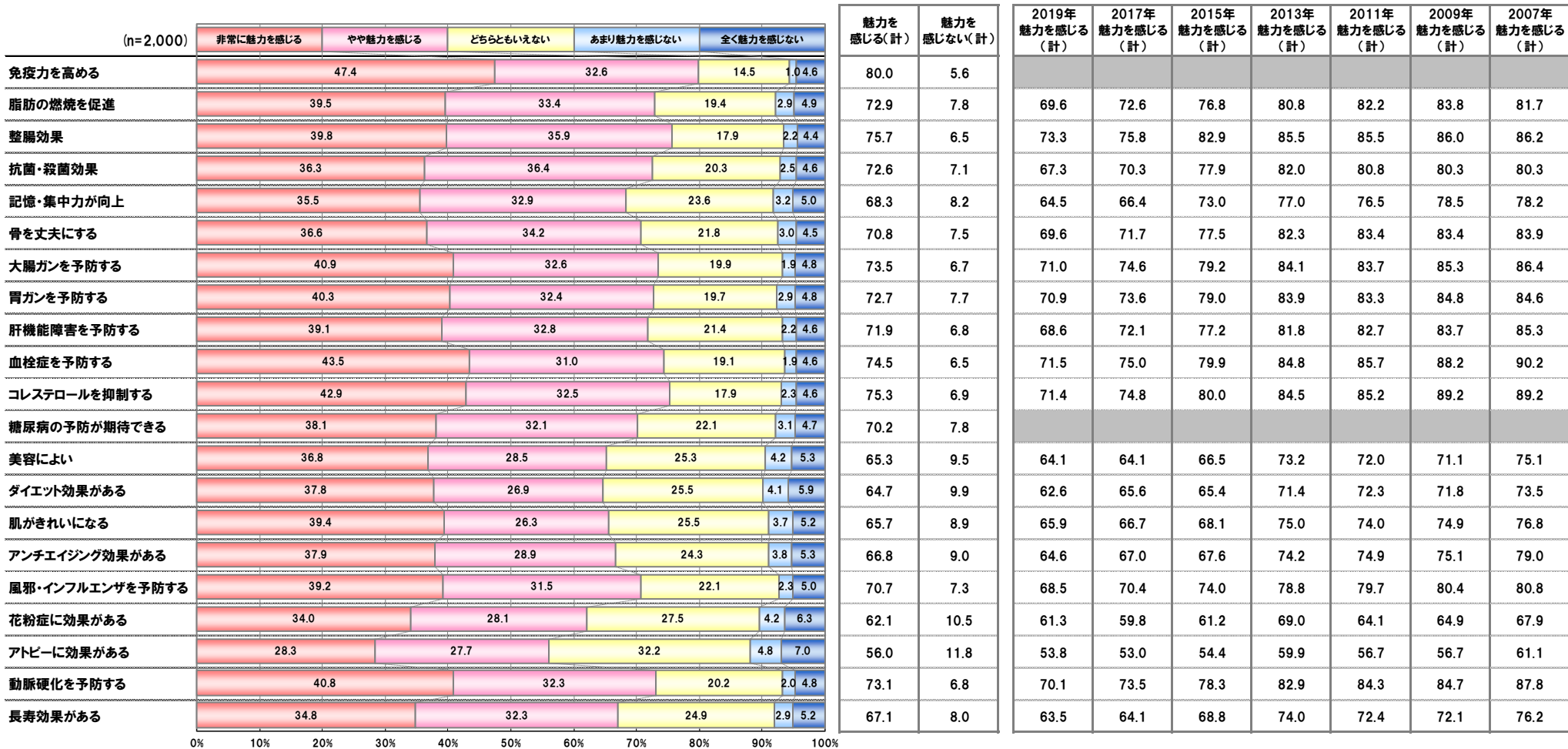
- 納豆の健康効果の情報入手経路について最も高いのは、「テレビ番組から」(73.4%)である。次いで「インターネット（HP）から」(18.3%)、「納豆のテレビCMから」(15.2%)、「新聞・雑誌から」(11.8%)、と続く。



3.納豆の健康効果の魅力度

Q46：では、次の納豆の健康効果それぞれについて、あなたはどの程度魅力を感じますか。下記の項目ごとに、当てはまるものをお知らせ下さい。（回答はそれぞれ1つ）[S/A]

- 納豆の健康効果の魅力度について、魅力を感じる（計）の割合が最も高いのは、「免疫力を高める」(80.0%)である。次いで「整腸効果」(75.7%)、「コレステロールを抑制する」(75.3%)、「血栓症を予防する」(74.5%)と続く。

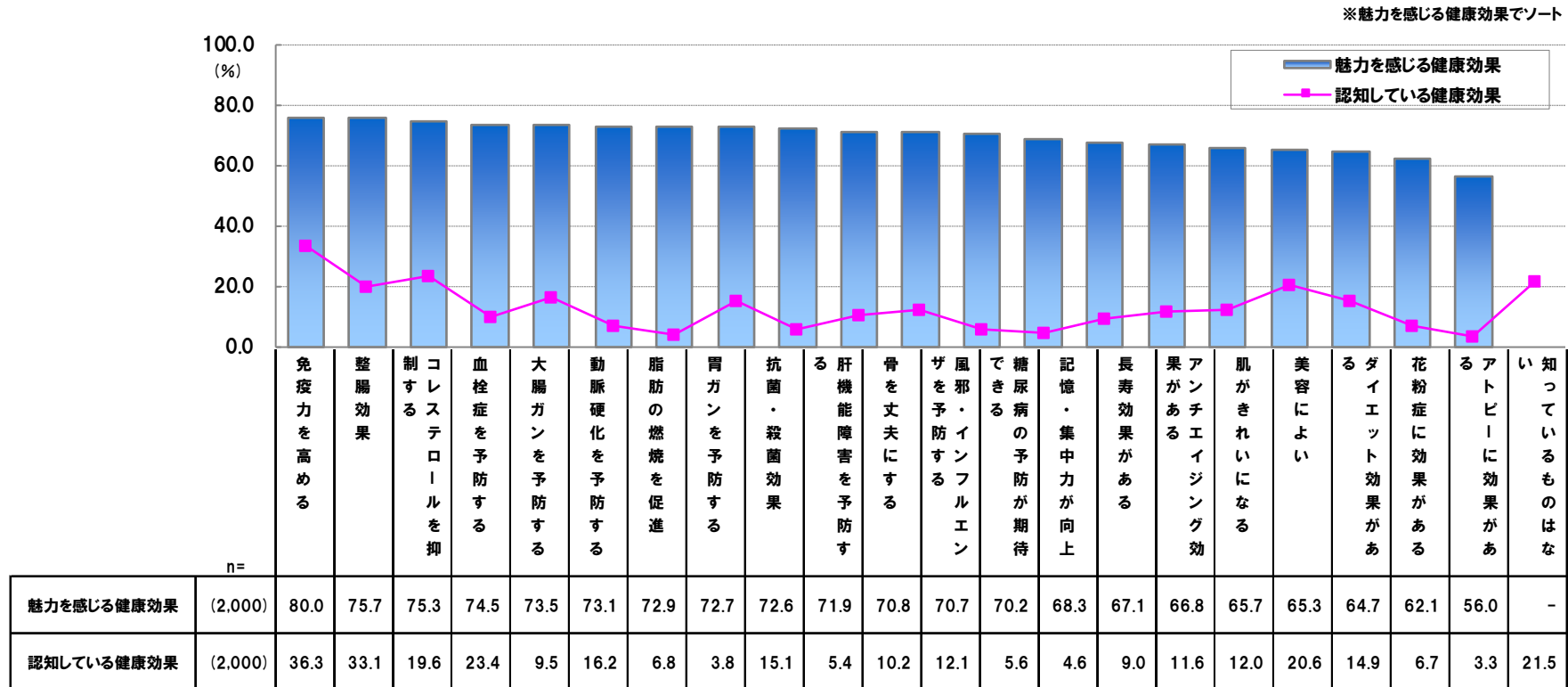


※参考：健康効果の魅力度と認知度の比較

Q44：納豆に含まれる成分には次のような健康効果が期待できますが、以下の中であなたがご存知だったモノはどれですか。

Q46：では、次の納豆の健康効果それぞれについて、あなたはどの程度魅力を感じますか。下記の項目ごとに、当てはまるものをお知らせ下さい。

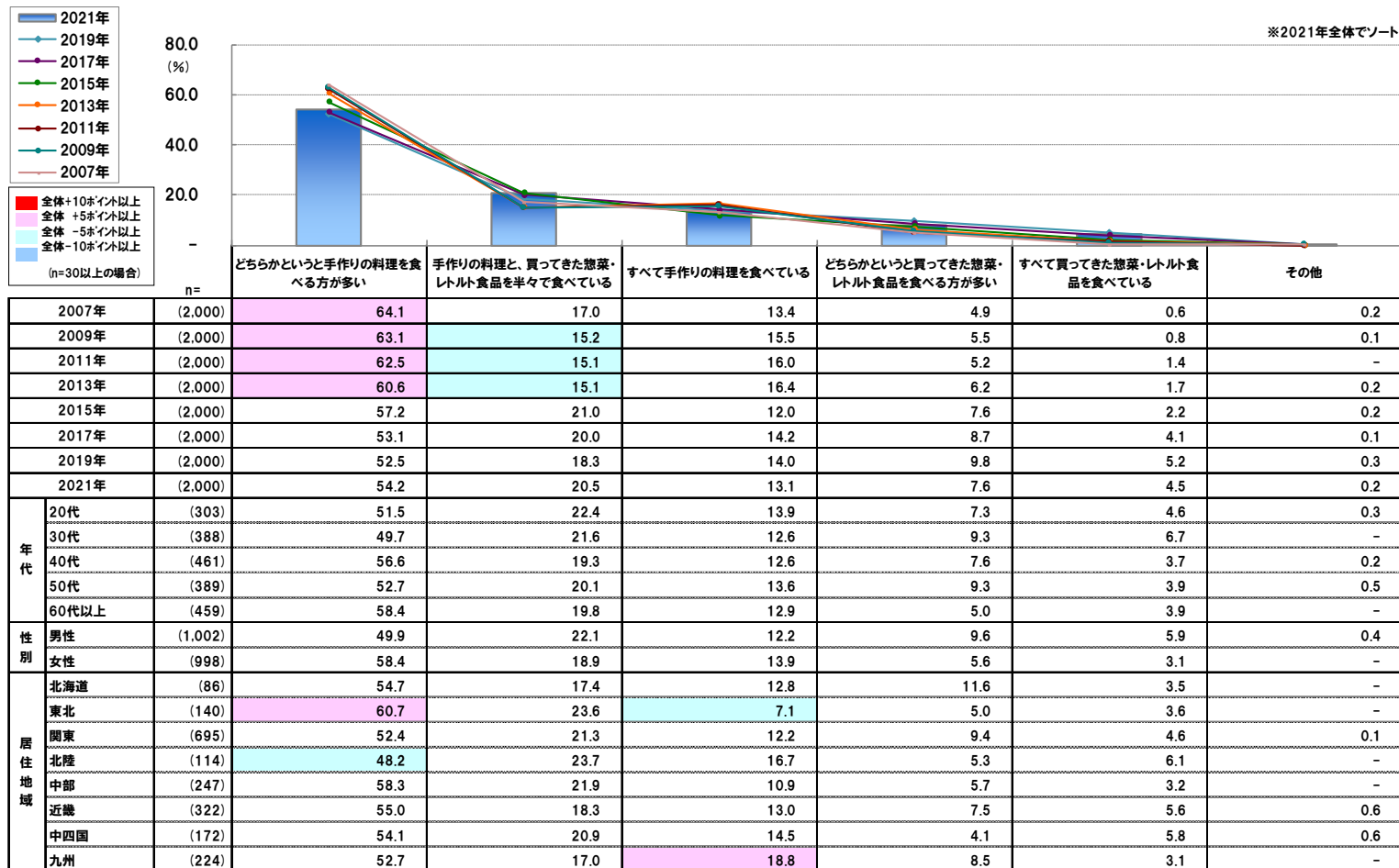
- 納豆の健康効果認知度は、「免疫力を高める」(36.3%)、「整腸効果」(33.1%)、「美容によい」(26.9%)、「血栓症を予防する」(23.4%)が上位である。
- 納豆の健康効果の魅力度について、魅力を感じる（計）の割合は、「免疫力を高める」(80.0%)、「整腸効果」(75.7%)、「コレステロールを抑制する」(75.3%)が上位である。



4. 自宅での食事メニュー

Q47：あなたが、ご自宅で食事をするときのメニューに関して、当てはまるものを1つだけお知らせください。（回答は1つ）[S/A]

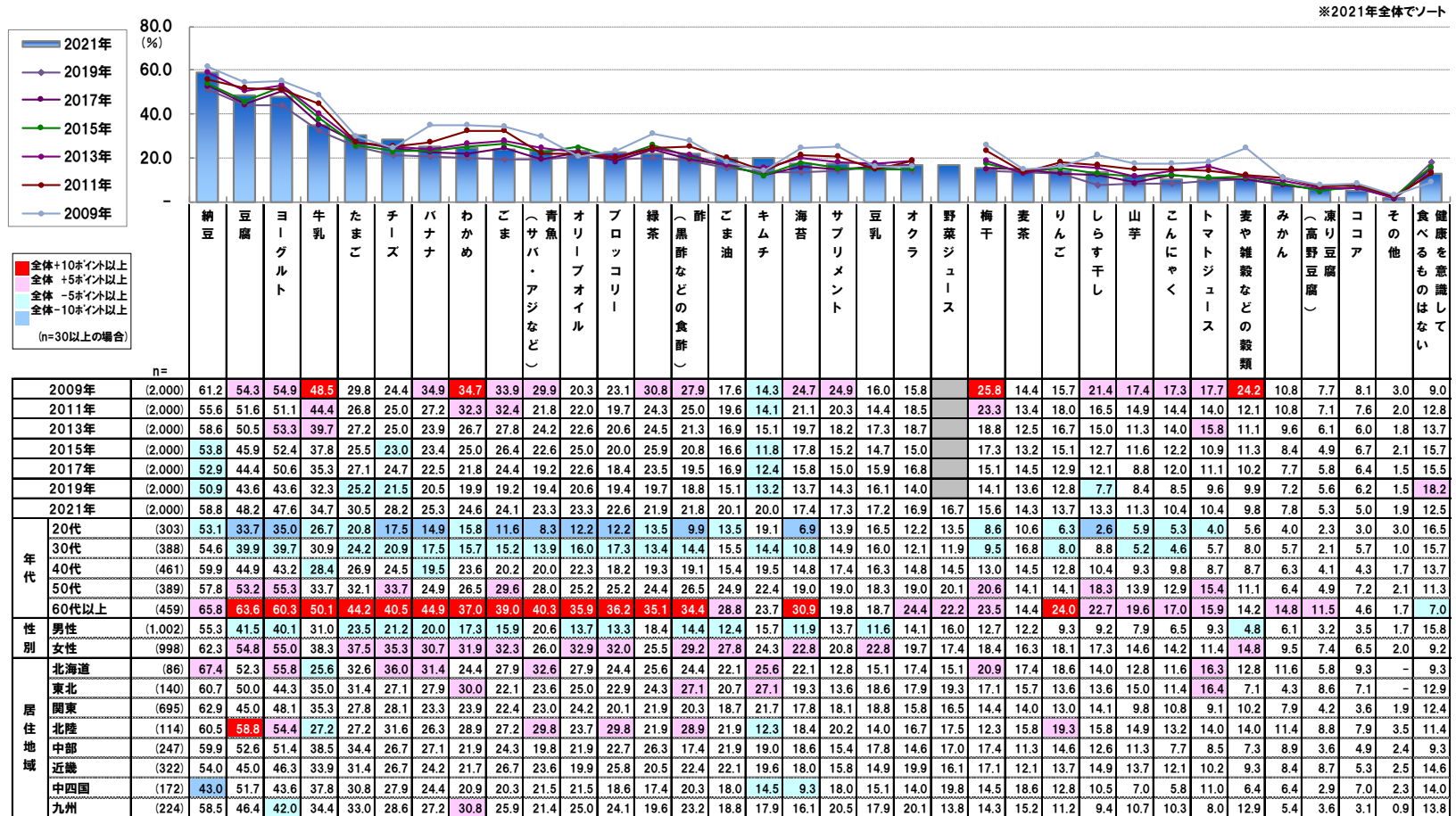
- 自宅での食事メニューについて最も高いのは、「どちらかという手作りの料理を食べる方が多い」(54.2%)である。次いで「手作りの料理と、買ってきた惣菜・レトルト食品を半々で食べている」(20.5%)、「すべて手作りの料理を食べている」(13.1%)、「どちらかというと買ってきた惣菜・レトルト食品を食べる方が多い」(7.6%)と続く。



5. 健康を意識した食品

Q48：以下に挙げる中で、あなたがだんだん健康を意識して食べている・摂取している食品はどれですか。当てはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）[M/A]

- 健康を意識した食品について最も高いのは、「納豆」(58.8%)である。次いで「豆腐」(48.2%)、「ヨーグルト」(47.6%)と続く。
- 年代別でみると、年代が上がるほど食べている・摂取している食品が多くなる傾向。
- 2019年と比較すると、「納豆」「たまご」「チーズ」「キムチ」「しらす干し」の割合が上昇している。

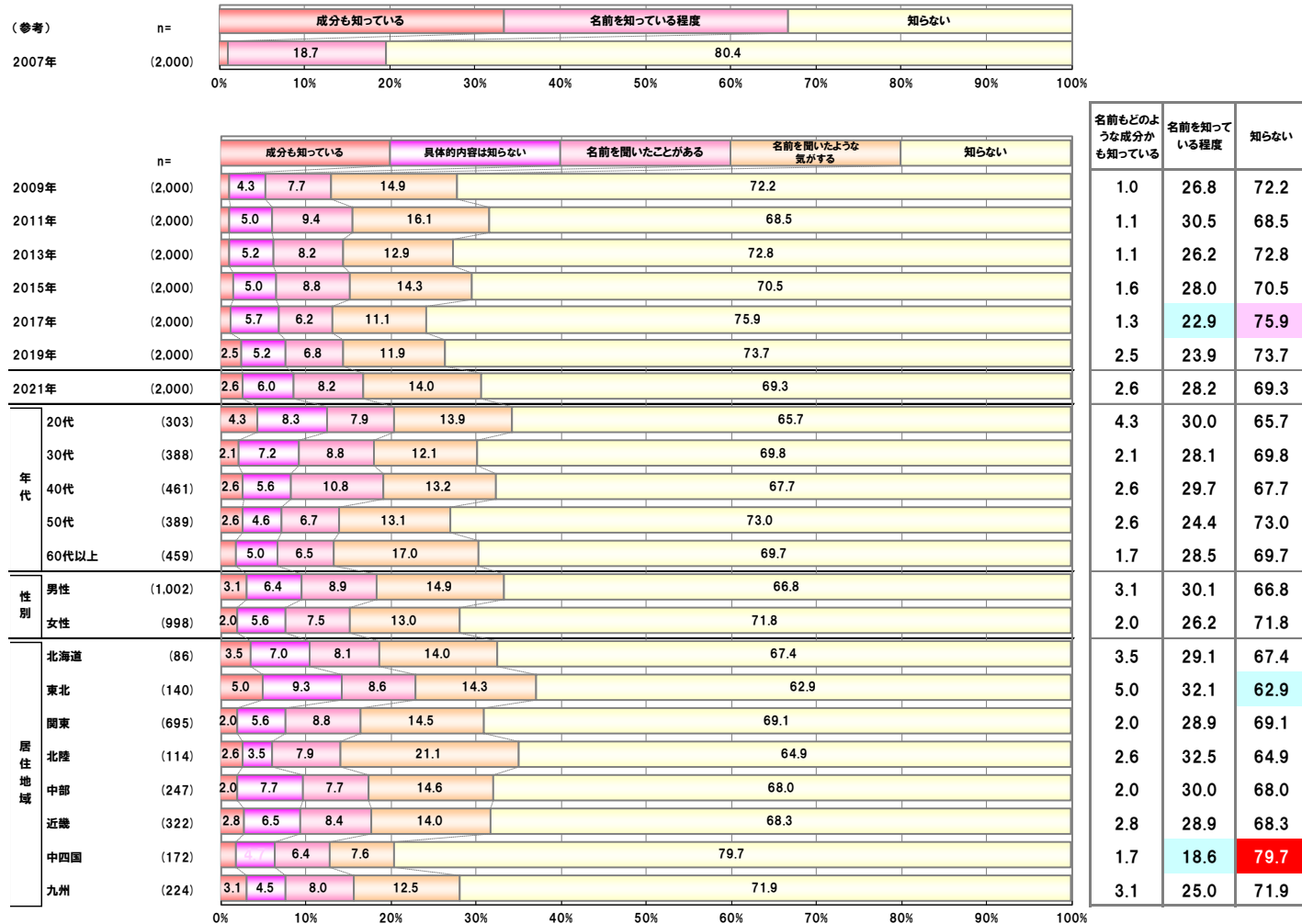


※「妻や雑穀などの穀類」は2009年では「米、麦などの穀類」

6. 『ポリアミン』認知度

Q49：納豆に含まれている成分に『ポリアミン』というものがあります。あなたは『ポリアミン』についてどの程度ご存知ですか。（回答は1つ） [S/A]

- 『ポリアミン』認知度については、「名前もどのような成分か知っている」は2.6%、「名前は知っているが、具体的な内容は知らない」(6.0%)と「名前を聞いたことがある」(8.2%)を合計すると16.8%である。
- 2019年と比較すると、特に大きな変化はみられない。



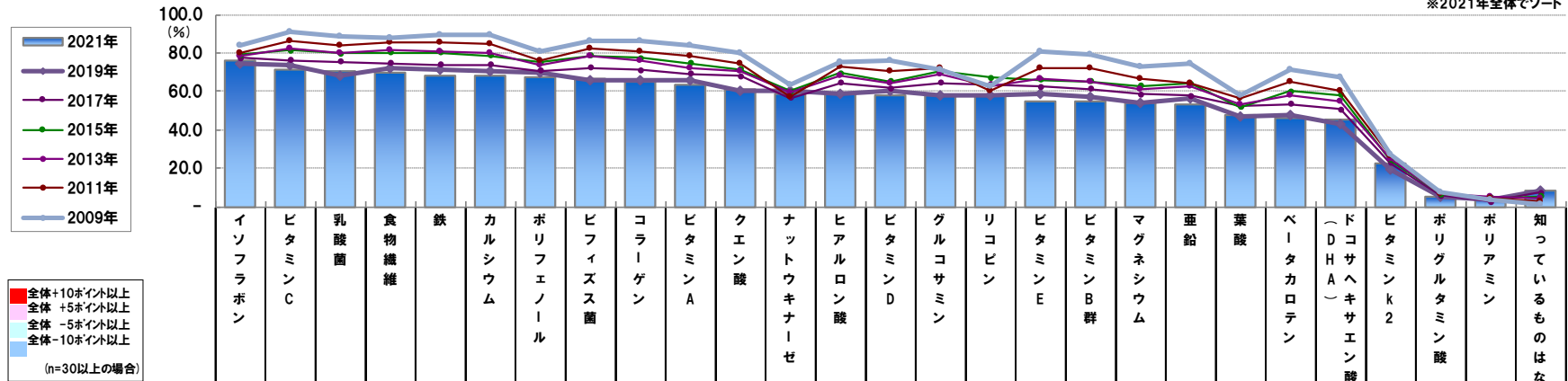
■ 全体+10ポイント以上
■ 全体 +5ポイント以上
■ 全体 -5ポイント以上
■ 全体-10ポイント以上
 (n=30以上の場合)

7. 栄養素認知

Q51：以下の中で、あなたがご存知の栄養素や成分を全てお知らせ下さい。(回答はいくつでも) [M/A]

- 栄養素認知について最も高いのは、「イソフラボン」(75.7%)である。次いで「ビタミンC」(71.4%)、「乳酸菌」(70.7%)、「食物繊維」(69.6%)と続く。
- 2019年と比較すると、特に大きな変化はみられない。

※2021年全体でソート



| n= | | イソフラボン | ビタミンC | 乳酸菌 | 食物繊維 | 鉄 | カルシウム | ポリフェノール | ビフィズス菌 | コラーゲン | ビタミンA | クエン酸 | ナットウキナーゼ | ヒアルロン酸 | ビタミンD | グルコサミン | リコピン | ビタミンE | ビタミンB群 | マグネシウム | 亜鉛 | 葉酸 | ベータカロテン | ドコサヘキサエン酸(DHA) | ビタミンK2 | ポリグルタミン酸 | ホリアミン | 知っているものはない | |
|-------|---------|---------|-------|------|------|------|-------|---------|--------|-------|-------|------|----------|--------|-------|--------|------|-------|--------|--------|------|------|---------|----------------|--------|----------|-------|------------|------|
| 2009年 | (2,000) | 83.7 | 90.7 | 88.6 | 87.8 | 89.5 | 89.8 | 80.5 | 86.5 | 86.1 | 84.2 | 80.2 | 63.4 | 75.2 | 76.2 | 71.7 | 62.4 | 80.7 | 79.0 | 72.8 | 74.2 | 57.8 | 71.2 | 67.3 | 27.0 | 7.8 | 3.9 | 1.5 | |
| 2011年 | (2,000) | 80.0 | 85.9 | 84.3 | 85.3 | 85.4 | 85.0 | 75.7 | 82.1 | 80.4 | 78.4 | 74.3 | 57.2 | 72.6 | 70.2 | 72.0 | 60.0 | 72.0 | 72.1 | 66.4 | 64.4 | 56.2 | 64.7 | 60.5 | 26.0 | 6.6 | 4.6 | 2.7 | |
| 2013年 | (2,000) | 78.7 | 82.1 | 79.8 | 81.9 | 81.0 | 80.0 | 73.4 | 78.2 | 75.7 | 72.0 | 70.4 | 59.6 | 68.4 | 64.6 | 68.8 | 62.4 | 66.5 | 65.3 | 60.8 | 62.4 | 53.4 | 57.9 | 54.5 | 24.9 | 6.7 | 5.2 | 4.0 | |
| 2015年 | (2,000) | 79.1 | 81.3 | 79.8 | 80.3 | 80.2 | 78.7 | 75.1 | 78.4 | 77.3 | 74.6 | 71.6 | 60.1 | 69.5 | 65.3 | 70.1 | 67.2 | 66.0 | 65.3 | 62.6 | 63.8 | 51.8 | 60.0 | 58.2 | 24.1 | 6.5 | 4.4 | 5.2 | |
| 2017年 | (2,000) | 77.3 | 76.2 | 75.6 | 74.5 | 73.9 | 73.8 | 70.7 | 72.2 | 71.0 | 69.3 | 67.8 | 56.4 | 64.6 | 61.5 | 64.6 | 63.8 | 62.5 | 61.1 | 58.4 | 57.7 | 52.0 | 53.2 | 50.5 | 22.8 | 5.7 | 2.8 | 7.3 | |
| 2019年 | (2,000) | 74.3 | 73.4 | 68.5 | 72.1 | 71.5 | 70.7 | 69.3 | 66.0 | 65.7 | 65.5 | 60.2 | 60.0 | 58.8 | 60.3 | 58.2 | 57.8 | 59.0 | 57.5 | 53.6 | 56.0 | 47.1 | 48.0 | 43.0 | 19.4 | 4.9 | 3.8 | 8.5 | |
| 2021年 | (2,000) | 75.7 | 71.4 | 70.7 | 69.6 | 68.2 | 67.9 | 67.2 | 66.9 | 64.8 | 63.0 | 60.8 | 58.7 | 58.4 | 58.1 | 58.0 | 57.9 | 54.7 | 54.4 | 54.1 | 53.2 | 47.3 | 46.2 | 45.6 | 22.2 | 4.9 | 4.1 | 8.0 | |
| 年代 | 20代 | (303) | 69.3 | 62.4 | 59.7 | 60.1 | 61.7 | 59.7 | 56.4 | 55.1 | 58.1 | 56.8 | 52.8 | 42.6 | 52.8 | 53.5 | 51.5 | 50.5 | 49.5 | 47.5 | 49.8 | 48.8 | 42.9 | 29.4 | 35.6 | 21.5 | 5.0 | 4.3 | 10.2 |
| | 30代 | (388) | 78.6 | 62.4 | 63.4 | 63.7 | 62.4 | 60.8 | 59.0 | 60.8 | 57.0 | 56.7 | 54.9 | 51.8 | 53.6 | 52.1 | 50.5 | 54.4 | 49.7 | 49.7 | 53.6 | 52.1 | 50.5 | 38.1 | 45.9 | 22.4 | 3.6 | 3.9 | 9.0 |
| | 40代 | (461) | 76.8 | 70.5 | 70.1 | 68.3 | 65.7 | 67.0 | 65.3 | 64.4 | 63.1 | 58.4 | 62.3 | 59.9 | 55.5 | 57.1 | 55.1 | 55.7 | 52.7 | 54.0 | 50.5 | 52.3 | 51.2 | 45.6 | 47.5 | 20.4 | 5.0 | 3.3 | 9.1 |
| | 50代 | (389) | 77.4 | 77.6 | 77.1 | 73.3 | 72.5 | 71.0 | 74.3 | 75.1 | 72.8 | 69.7 | 67.1 | 61.4 | 66.3 | 63.0 | 65.6 | 66.6 | 60.2 | 61.4 | 57.8 | 56.8 | 49.9 | 57.6 | 54.2 | 25.2 | 5.4 | 4.1 | 6.9 |
| | 60代以上 | (459) | 74.7 | 80.4 | 79.3 | 78.9 | 76.3 | 77.6 | 76.9 | 75.4 | 70.6 | 71.5 | 64.1 | 71.5 | 62.1 | 63.0 | 64.9 | 60.6 | 59.5 | 57.3 | 57.5 | 54.9 | 41.4 | 55.1 | 42.5 | 21.8 | 5.2 | 5.0 | 5.4 |
| 性別 | 男性 | (1,002) | 66.8 | 66.6 | 65.7 | 63.4 | 61.5 | 63.7 | 61.6 | 61.5 | 57.7 | 58.7 | 54.9 | 51.4 | 49.1 | 52.7 | 51.3 | 49.0 | 49.2 | 48.7 | 49.8 | 49.7 | 35.6 | 40.8 | 40.8 | 17.0 | 4.5 | 3.9 | 10.7 |
| | 女性 | (998) | 84.6 | 76.2 | 75.8 | 75.8 | 75.0 | 72.1 | 72.7 | 72.3 | 71.8 | 67.3 | 66.6 | 65.9 | 67.6 | 63.4 | 64.6 | 66.8 | 60.1 | 60.1 | 58.3 | 56.7 | 59.0 | 51.6 | 50.3 | 27.5 | 5.2 | 4.3 | 5.3 |
| 居住地域 | 北海道 | (86) | 75.6 | 70.9 | 75.6 | 66.3 | 68.6 | 68.6 | 70.9 | 75.6 | 60.5 | 67.4 | 62.8 | 65.1 | 60.5 | 65.1 | 55.8 | 61.6 | 64.0 | 62.8 | 60.5 | 59.3 | 55.8 | 57.0 | 45.3 | 25.6 | 4.7 | 2.3 | 9.3 |
| | 東北 | (140) | 77.1 | 67.9 | 70.0 | 71.4 | 62.1 | 67.1 | 70.7 | 67.1 | 63.6 | 56.4 | 58.6 | 62.9 | 56.4 | 50.0 | 57.1 | 55.7 | 46.4 | 48.6 | 53.6 | 45.0 | 42.9 | 48.6 | 43.6 | 18.6 | 5.0 | 7.1 | 5.7 |
| | 関東 | (695) | 73.8 | 71.9 | 70.9 | 67.9 | 68.1 | 66.2 | 65.3 | 66.3 | 64.6 | 63.6 | 60.9 | 59.7 | 58.4 | 59.0 | 56.5 | 58.0 | 54.1 | 54.2 | 53.1 | 52.7 | 48.2 | 44.7 | 45.5 | 20.6 | 3.3 | 3.9 | 7.5 |
| | 北陸 | (114) | 78.1 | 76.3 | 71.1 | 72.8 | 73.7 | 76.3 | 73.7 | 77.2 | 75.4 | 68.4 | 68.4 | 72.8 | 64.0 | 66.7 | 68.4 | 60.5 | 63.2 | 60.5 | 65.8 | 59.6 | 48.2 | 57.9 | 50.9 | 19.3 | 4.4 | 3.5 | 7.0 |
| | 中部 | (247) | 78.9 | 72.5 | 72.9 | 69.6 | 70.4 | 70.0 | 70.4 | 67.6 | 66.4 | 66.8 | 59.9 | 53.8 | 58.3 | 60.3 | 59.9 | 59.9 | 57.9 | 59.5 | 54.3 | 56.3 | 47.4 | 46.6 | 45.7 | 25.5 | 6.5 | 2.8 | 8.9 |
| | 近畿 | (322) | 75.8 | 68.9 | 69.6 | 68.9 | 66.8 | 64.6 | 64.6 | 65.2 | 62.4 | 61.5 | 59.6 | 55.3 | 57.5 | 55.0 | 56.5 | 56.8 | 52.8 | 52.5 | 50.6 | 50.6 | 44.4 | 39.4 | 45.7 | 23.3 | 7.1 | 6.2 | 8.1 |
| | 中四国 | (172) | 75.0 | 73.8 | 71.5 | 73.3 | 72.7 | 73.3 | 66.9 | 67.4 | 65.1 | 61.6 | 60.5 | 52.3 | 57.0 | 58.7 | 57.6 | 57.6 | 57.0 | 51.7 | 53.5 | 54.7 | 45.3 | 48.3 | 45.3 | 27.9 | 5.2 | 3.5 | 7.6 |
| 九州 | (224) | 75.9 | 69.6 | 67.0 | 71.0 | 65.6 | 67.4 | 66.1 | 61.2 | 63.4 | 59.8 | 59.8 | 58.0 | 58.0 | 54.5 | 58.5 | 55.8 | 50.9 | 51.3 | 54.0 | 53.6 | 49.1 | 46.9 | 44.2 | 20.1 | 4.5 | 2.7 | 10.3 | |

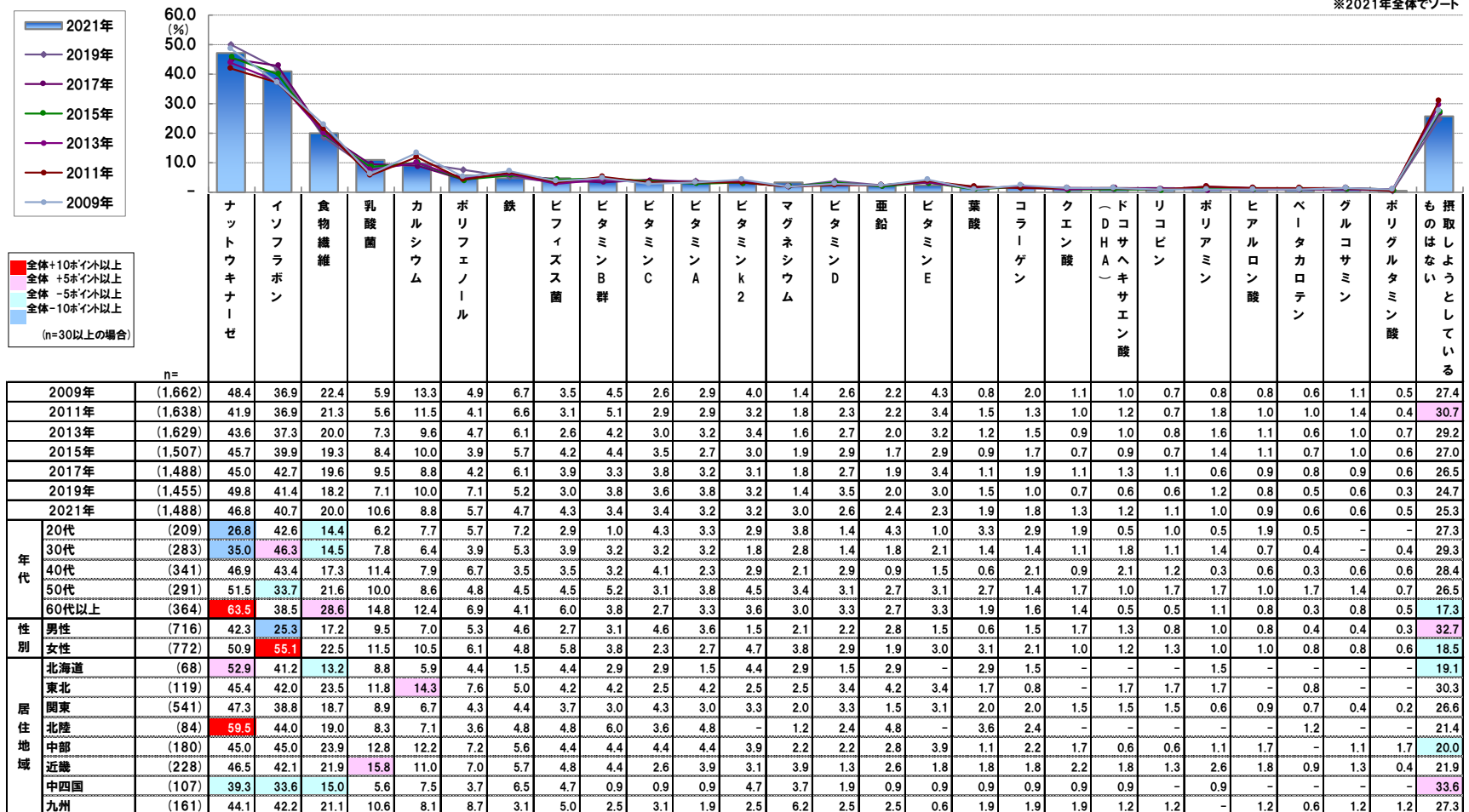
8. 栄養素摂取

Q52：あなたがご存知である栄養素や成分のうち、納豆を食べることでその摂取をしようとしているものはありますか。あてはまるものを全てお知らせ下さい。（回答はいくつでも）

- 栄養素摂取について最も高いのは、「ナットウキナーゼ」(46.8%)である。次いで「イソフラボン」(40.7%)、「摂取しようとしているものはない」(25.3%)、「食物繊維」(20.2%)と続く。
- 年代でみると、年代が上がるほど、「ナットウキナーゼ」の割合が高くなる。
- 性別でみると、女性は「イソフラボン」が最も高い。

※自分自身で納豆を食べ、栄養素・成分の認知者ベース

※2021年全体でソート



※参考：知っている栄養素や成分/納豆で摂取しようとしているもの

Q51：以下の中で、あなたがご存知の栄養素や成分を全てお知らせ下さい。/ Q52：あなたがご存知である栄養素や成分のうち、納豆を食べることでその摂取しようとしているものはありますか。

- 栄養素認知は、「イソフラボン」(75.7%)、「ビタミンC」(71.4%)、「乳酸菌」(70.7%)が上位である。
- 栄養素摂取は、「ナットウキナーゼ」(46.8%)、「イソフラボン」(40.7%)、「食物繊維」(20.0%)が上位である。

※認知栄養素・成分でソート

