

さいたま市 食育に関する調査
結果報告書



平成24年2月



目 次

・ 調査の概要	1
1. 調査の目的	1
2. 調査対象及び方法	1
3. 回収状況	1
・ 回答者の属性	2
1. 性別と年齢	2
2. 体格	3
3. 職業	4
4. 居住区	4
5. 家族構成	5
・ 集計結果	6
1. 食事の状況	6
(1) 食事の概況	6
(2) 朝食を食べている状況	7
(3) 毎日三食食べている人について	9
(4) 野菜を食べているか	12
(5) 一人暮らしの人の食生活	16
2. 食生活の状況	18
(1) 主食・主菜・副菜をそろえて食べているか	18
(2) よくかんで食べているか	20
(3) 噛み方、味わい方への関心	22
(4) 一人で食事をする状況	23
(5) 家族と食事をする状況	24
(6) 食事が楽しいか	26
(7) 食事のあいさつをしているか	27
3. 食育の実践	31
(1) 「食育」への関心、食育に関する言葉の認知	31
(2) 健康に対する意識	33
(3) 食生活面で環境への配慮をしているか	34
(4) 食品を買うときに確認をしているか	36
(5) 食中毒予防に気をつけているか	37
(6) 食文化を大切にしているか	38
(7) 食育の活動をしているか	39
(8) 酪農漁業体験などの経験があるか	40
(9) 生活に取り入れたい食育があるか	47
・ 前回調査（平成19年7月実施）との比較	51
・ 関連調査（内閣府調査）との比較	60
[参考] 調査票	62

留意事項 (集計・表記について)

- ・ 集計は単純集計とクロス集計を行いました。クロス集計は特に目立った傾向のあるものについて言及しています。
- ・ 回答の割合(%)は、その設問の回答者数を基数(n)として算出しています。また、回答の割合(%)は小数第2位を四捨五入して端数処理をしています。これらにより、複数回答の場合等において割合の合計が100%にならないことがあります。
- ・ 各質問ごとに無回答のサンプルは集計対象から除いているため、質問により全体の母数が異なる場合があります。また、性別・年齢(ライフステージ)など分析軸としている質問が無回答である場合も集計対象から除いているため、同じ質問で異なる分析軸を用いている場合、全体の母数および回答の割合(%)がそれぞれで異なる場合があります。

・調査の概要

1. 調査の目的

さいたま市では、平成 17 年に制定された「食育基本法」に基づき、市民の食を通じた健康増進のため、平成 19 年度末に「さいたま市食育推進計画」を策定しました。本市の食育推進計画は、「さいたま市 5 つの食べる」を食育の目標とし、計画期間を平成 24 年度までの 5 年間として推進しています。

平成 24 年度の食育推進計画の見直しに向けて、市民の日々の食習慣や健康状態、食育に関する意識などについて調査することにより、今後の市の食育推進に役立てていくことを目的にアンケート調査を実施しました。

2. 調査対象及び方法

- (1) 調査地域 さいたま市全域
- (2) 調査対象 市内在住の0 歳以上の男女各2,000 人、計4,000 人
- (3) 抽出方法 乳幼児期(0 歳~5 歳)、学齢期(6 歳~15 歳)、青年期(16 歳~24 歳)、成人期(25 歳~39 歳)、壮年期(40 歳~64 歳)、高齢期(65 歳以上)、の6 つの階層に分け、住民基本台帳から無作為抽出。
- (4) 調査方法 郵送による配布、回収
- (5) 調査期間 平成23 年7 月
- (6) その他 16 歳未満の被調査者については、その保護者の方に当該被調査者についてのことを回答いただくようお願いしました。

3. 回収状況

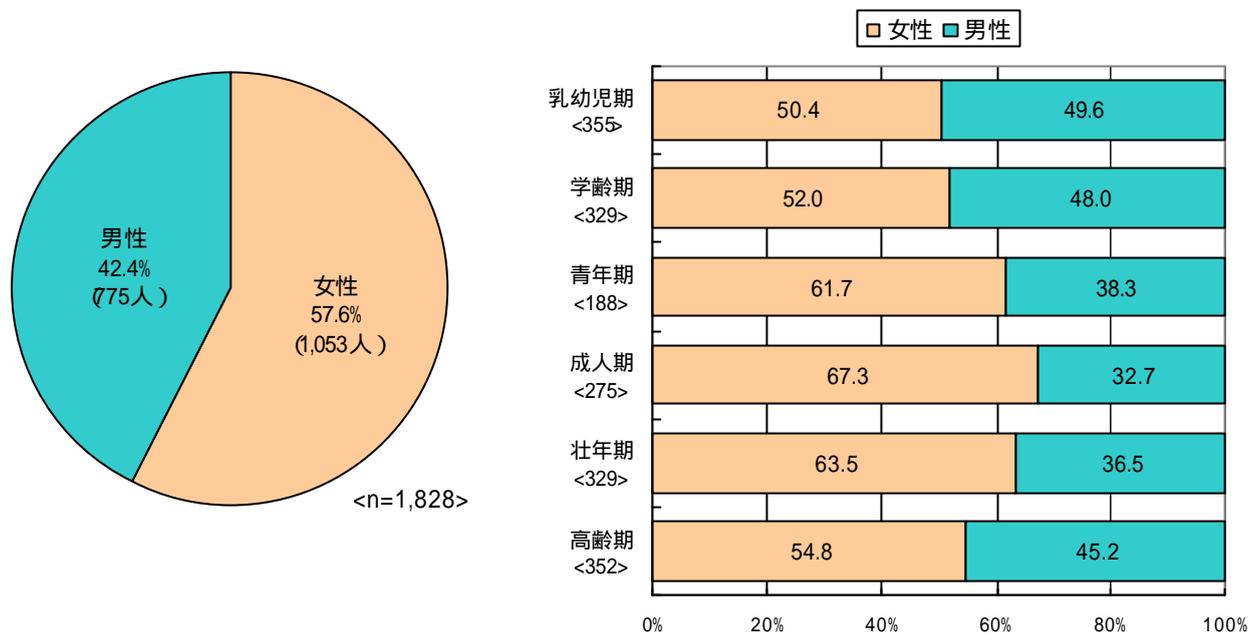
	人口(人) (H23.4.1現在)	配布数(票)	有効回答数(票)	回収率
乳幼児期(0 歳~5 歳)	66,885	666	355	53.3%
学齢期(6 歳~15 歳)	117,488	666	329	49.4%
青年期(16 歳~24 歳)	114,839	668	188	28.1%
成人期(25 歳~39 歳)	276,807	668	275	41.2%
壮年期(40 歳~64 歳)	425,953	666	329	49.4%
高齢期(65 歳以上)	232,302	666	353	53.0%
年齢無記入	-	-	8	-
合計	1,234,274	4,000	1,837	45.9%

・回答者の属性

1. 性別と年齢

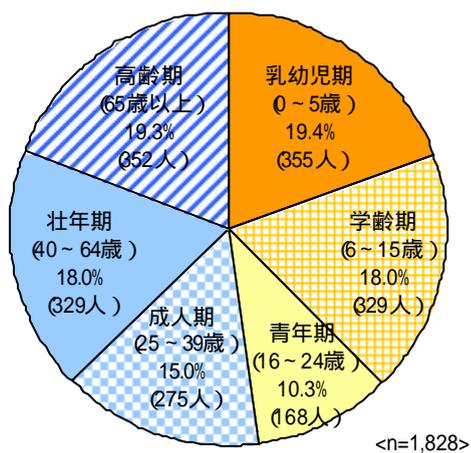
回答者の性別は、女性が男性に比べ高い割合となっています。

(1) 性別 (問1)

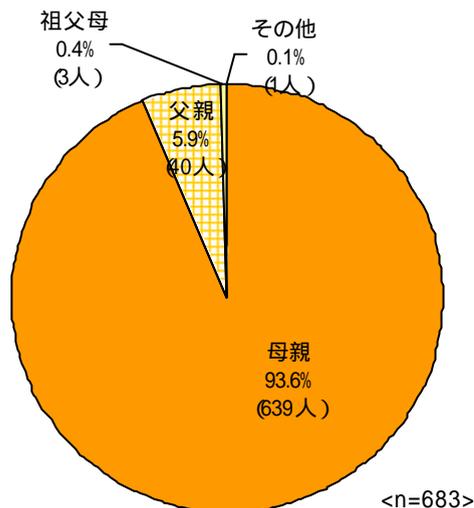


・回収した1,828件の内訳は、女性が57.6%、男性が42.4%となり、女性の割合が高くなっています。各年齢期においても、女性が男性を上回っています。

(2) 年齢 (ライフステージ) (問2)



(3) 16歳未満の場合の代理記入者 (問3)



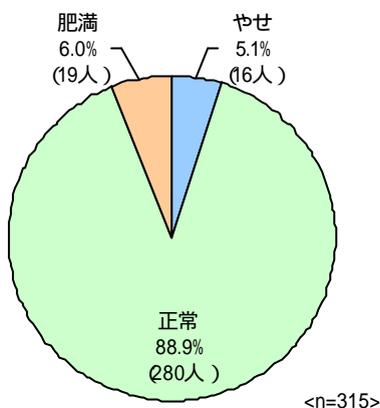
・年齢期の内訳は、青年期が10.3%と低く、乳幼児期が19.4%、高齢期が19.3%と高い割合となっています。

・回答者の属性

2. 体格 (問3)

体格区分は、「正常」が学齢期で9割、「普通体重」が16歳以上で7割を占めています。

(1) 学齢期 肥満・やせの人の割合 (財)日本学校保健会の肥満度判定による)



(財)日本学校保健会の肥満度判定

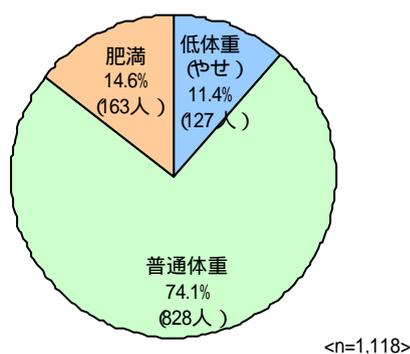
性別・年齢別、身長別標準体重から肥満度を算出し、肥満度が20%以上の者を肥満傾向児(肥満) - 20%以下の者を痩身傾向児(やせ)としています。肥満度の求め方は以下の通りです。

肥満度 =

$$\frac{[\text{実測体重 (kg)} - \text{身長別標準体重 (kg)}]}{\text{身長別標準体重 (kg)}} \times 100(\%)$$

身長別標準体重は、性別・年齢別の係数より求める

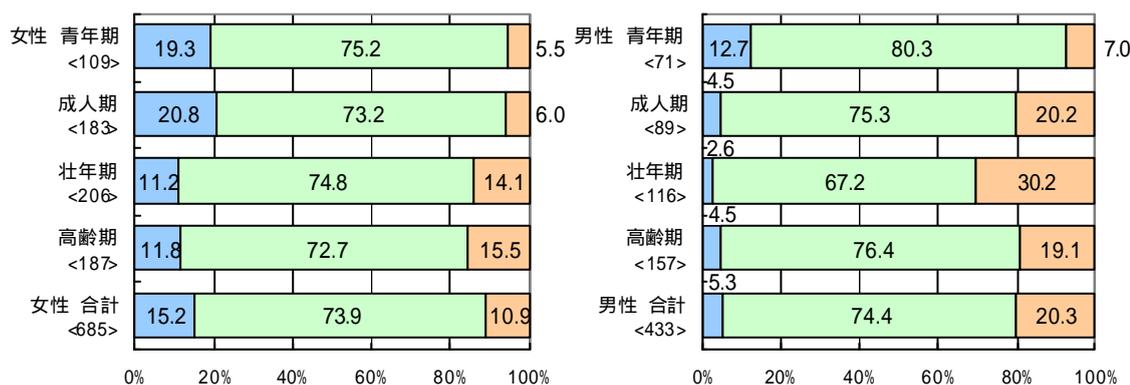
(2) 16歳以上 肥満・やせの人の割合 (BMIの基準による)



BMI

BMI (Body Mass Index / ボディマスインデックス)は、1997年に世界保健機関(WHO)が発表した肥満判定基準です。「体重(kg) ÷ 身長(m)²」で算出される指数で、日本肥満学会では18.5未満を低体重(やせ)、18.5以上25未満が普通体重、25以上を肥満、としています。

BMI指数22を標準とし、最も生活習慣病にかかりにくく、死亡率も低いと言われています。

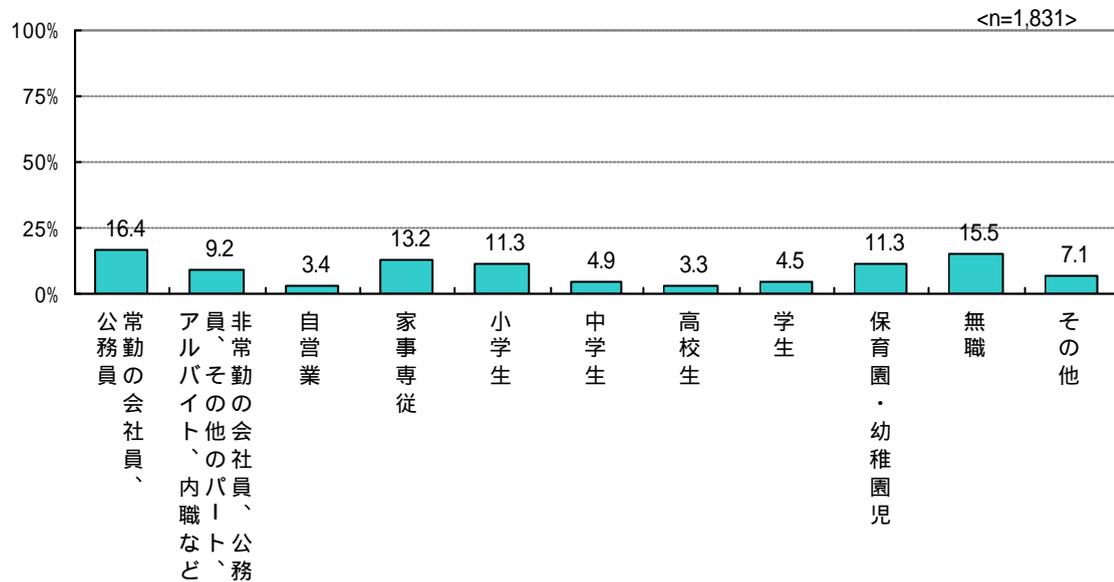


- ・学齢期の体格は、「正常」が88.9%で大半を占めます。「やせ」と「肥満」は同程度となっています。
- ・16歳以上のBMIでみた体格は、「普通体重」が74.1%を占めています。
- ・性・ライフステージ別では、女性の青年期、成人期では「低体重(やせ)」の割合が高く、男性の壮年期では「肥満」の割合が高くなっています。

・回答者の属性

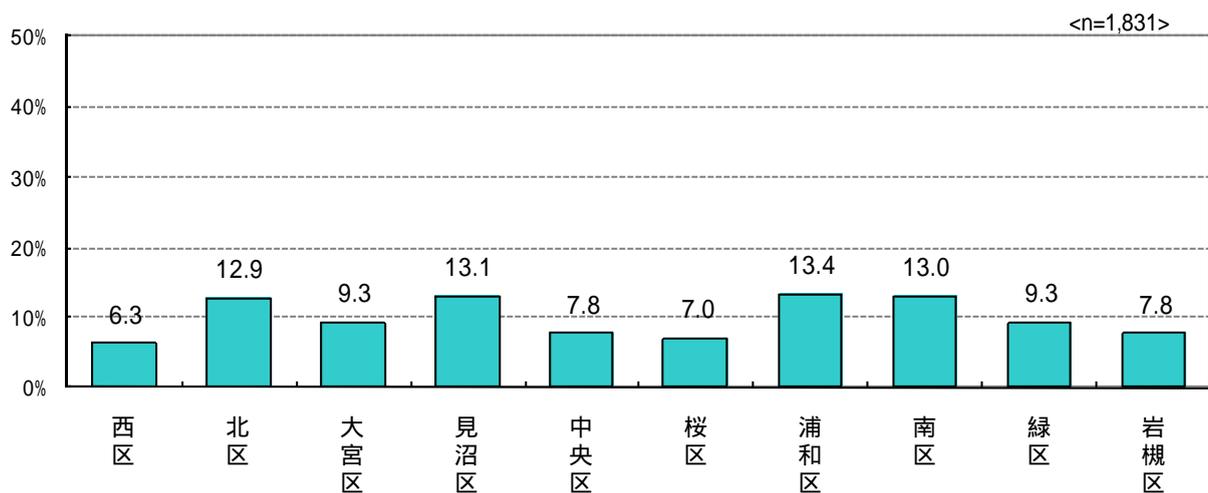
3. 職業（問4）

職業は、「常勤の会社員、公務員」が最多ですが、特定の職業に偏らない内訳となっています。



・「常勤の会社員、公務員」16.4%、「無職」15.5%、「家事専従」13.2%の順で高い割合となっています。

4. 居住区（問5）

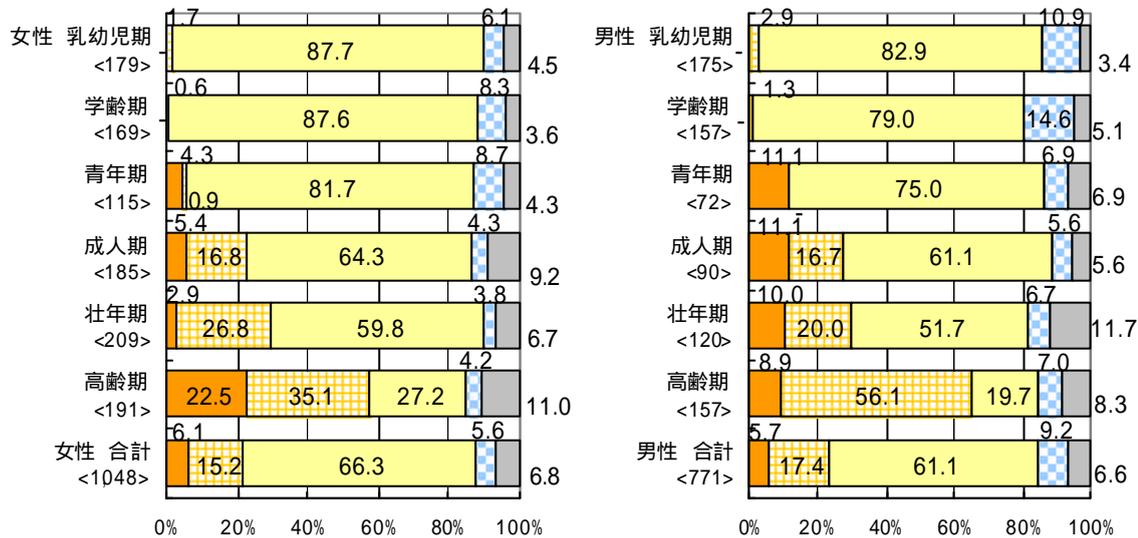
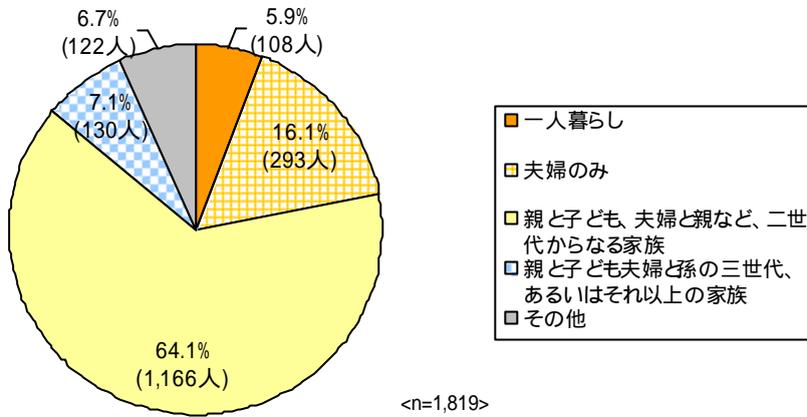


・「浦和区」13.4%、「見沼区」、「南区」、「北区」が続いて高い割合となっています。

・回答者の属性

5. 家族構成 (問6)

家族構成は、「二世帯からなる家族」が6割以上を占めています。



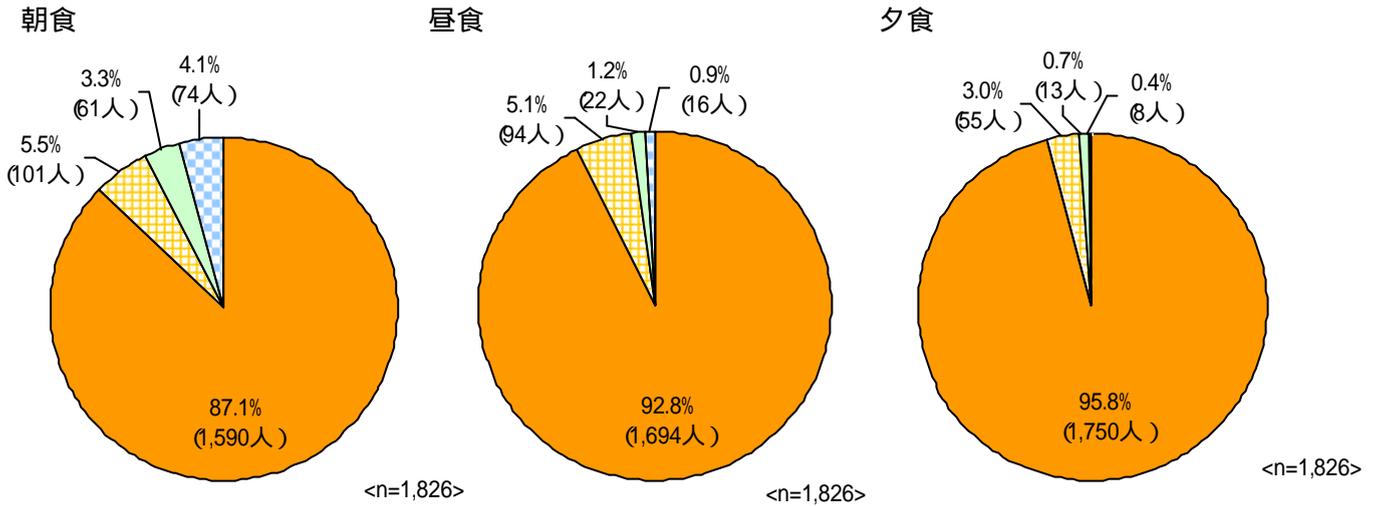
- ・全体では、「親と子供、夫婦と親など、二世帯からなる家族」が64.1%と半数以上を占めています。次に多いのは、「夫婦のみ」で16.1%となっています。
- ・性・ライフステージ別でみると、年齢が上がるほど、「夫婦のみ」の割合が増加する傾向にあります。

・集計結果

1. 食事の状況

3食とも、「ほとんど毎日食べている」が9割前後に達しています。

(1) 食事の概況(問7～問9)



- ・ほとんど毎日食べている人は、朝食 87.1%、昼食 92.8%、夕食が 95.8%となっています。
- ・朝食では、「ほとんど食べていない」と回答した人が 4.1%みられます。

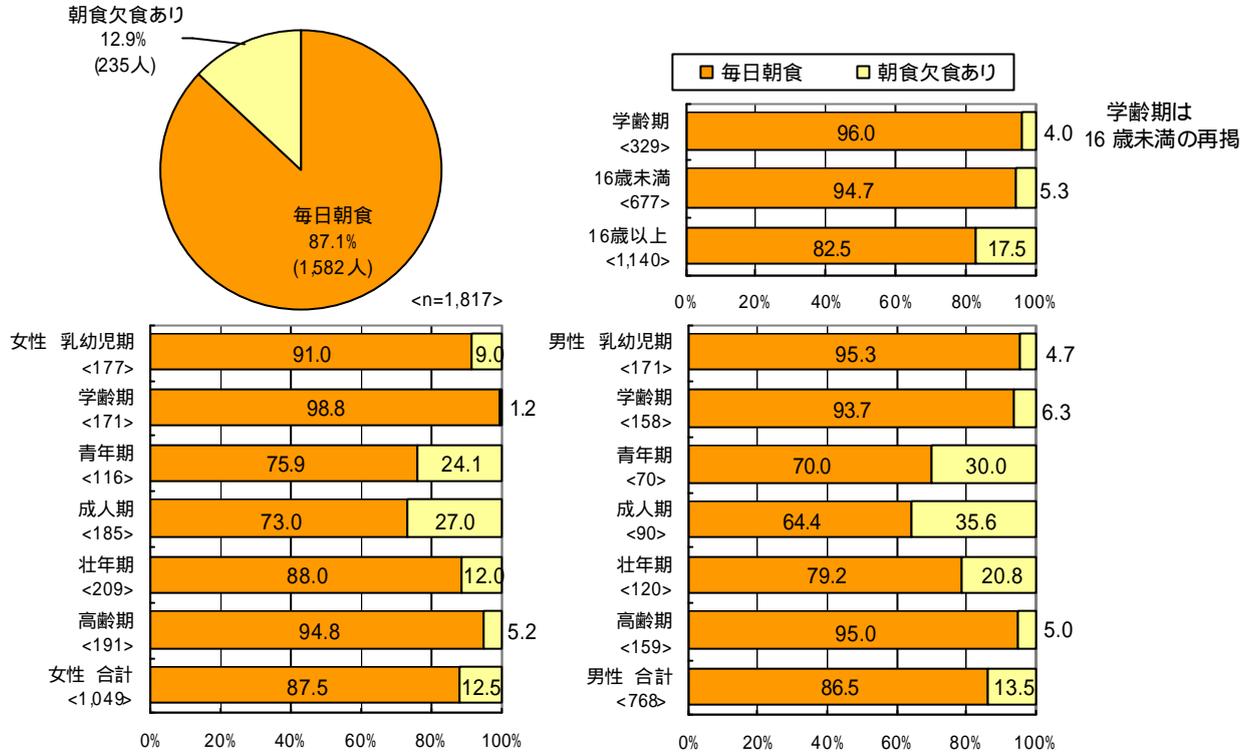
集計結果

1. 食事の状況

青年期・成人期では、それ以外の年齢期に比べ朝食欠食率が高くなっています。

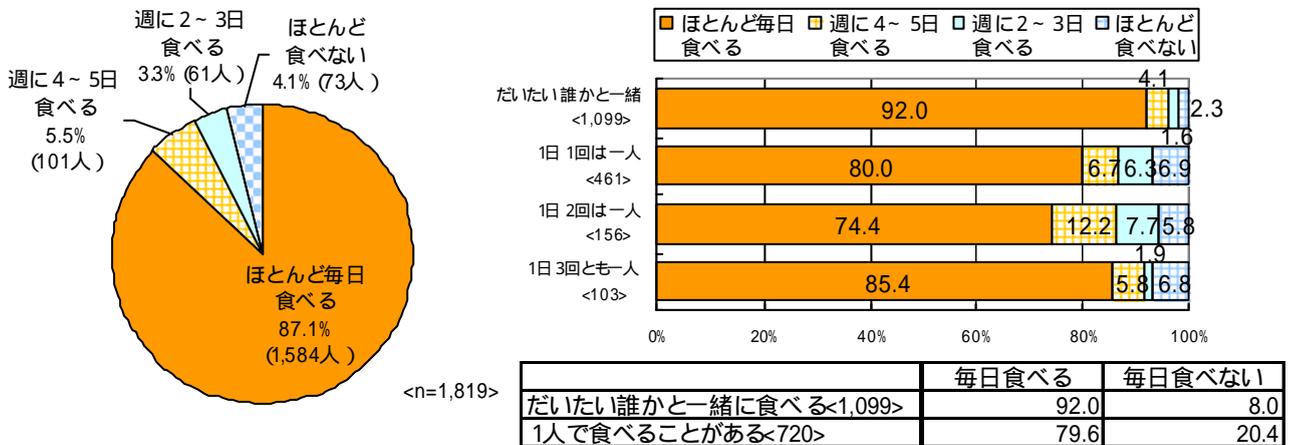
(2) 朝食を食べている状況(問7)

ほとんど毎日朝食を食べている人の割合



- ・ほとんど毎日朝食を食べている人の割合は、16歳未満が94.7%に対し、16歳以上では82.5%と低い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別では、男女ともに青年期、成人期において、朝食を欠食することがある割合が2~3割と高くなっています。

「一人で食事をする」と「朝食摂取」の関係



- ・一人で食べることがある人は、だいたい誰かと一緒に食べる人に比べ、朝食を欠食することがある割合が3倍高くなっています。(オッズ比 2.9472 95%信頼区間 1.2336~7.0413)

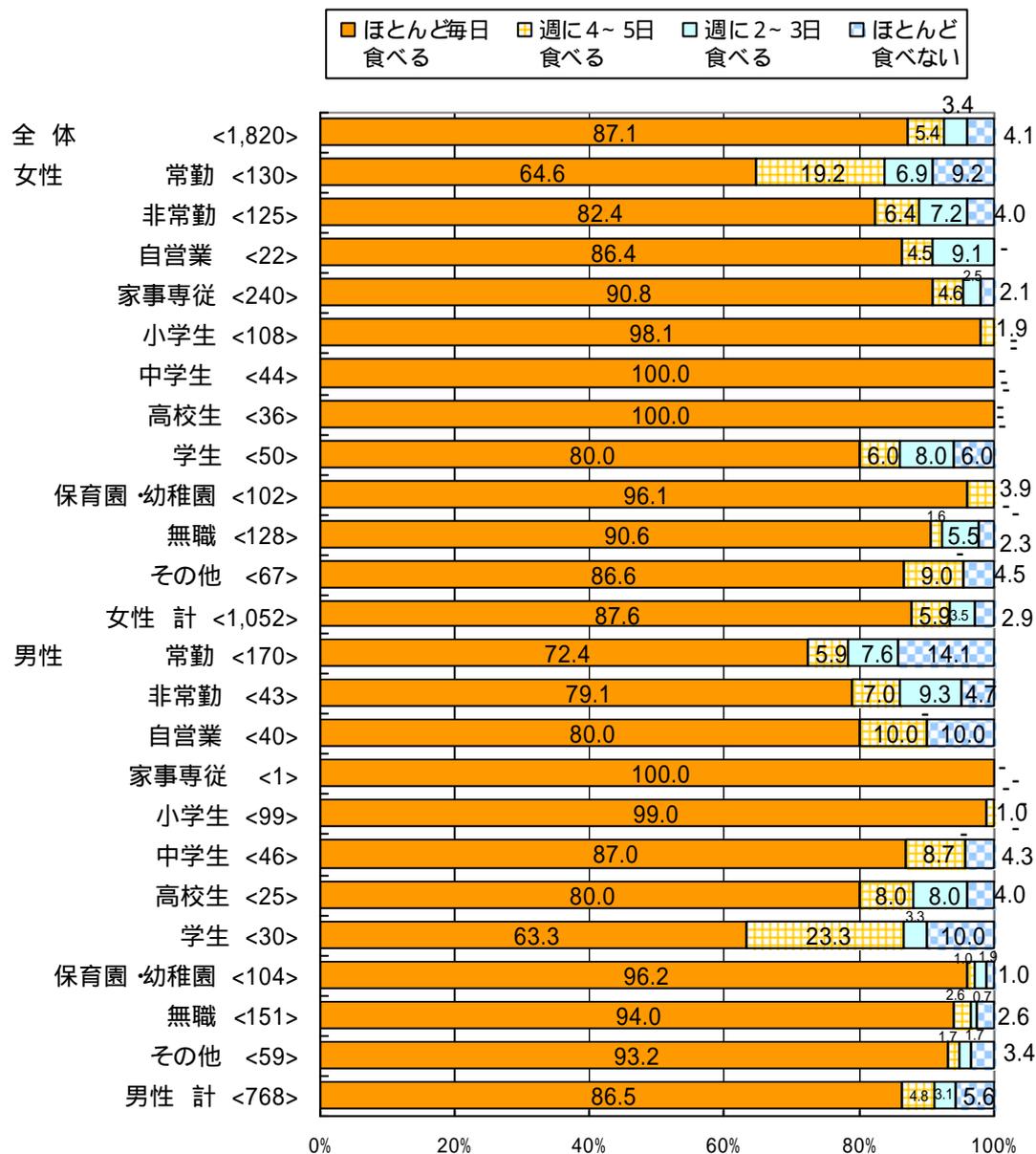
・集計結果

1. 食事の状況

勤め人や学生において、朝食欠食率が高い傾向となっています。

(2) 朝食を食べている状況(問7)

職業と朝食摂取の関係



・男女ともに常勤、非常勤など勤めている人や、学生において、朝食を欠食することのある割合が高くなっています(n数が10未満の属性は除く)

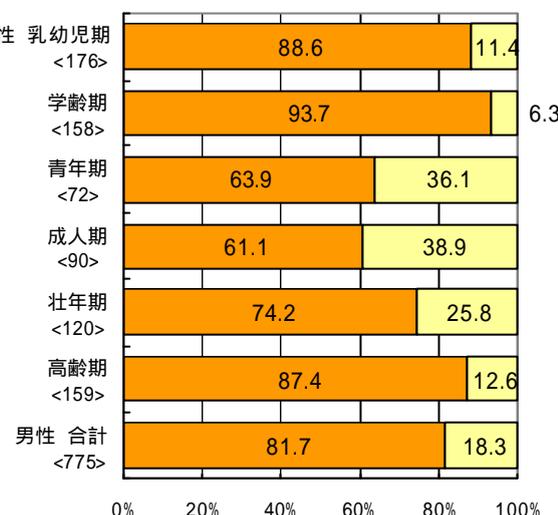
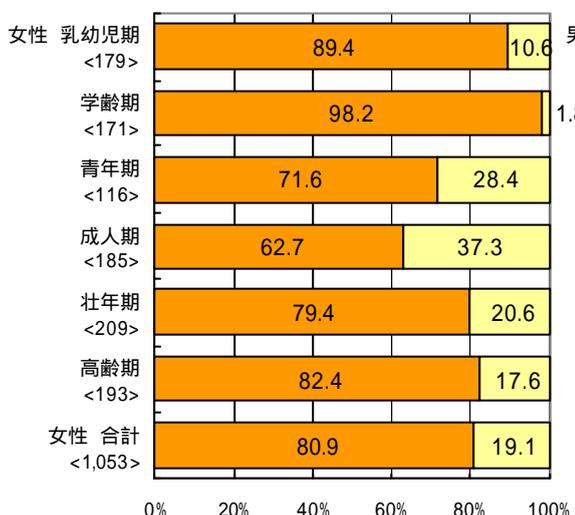
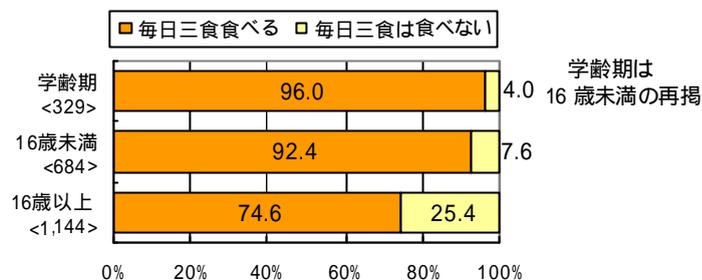
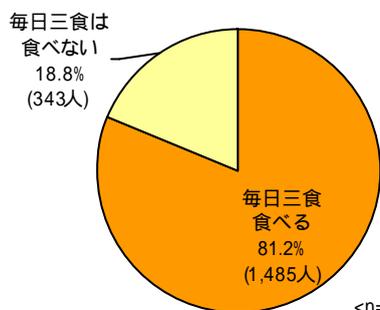
・集計結果

1. 食事の状況

毎日三食食べている人は8割を占めます。青年期・成人期は欠食が多い傾向となっています。

(3) 毎日三食食べている人について(問7～問9)

ほとんど毎日三食食べている人の割合



- ・全体では、「毎日三食食べる」が81.2%、「毎日三食は食べない」が18.8%となっています。
- ・16歳未満では、「毎日三食食べる」が92.4%に対し、16歳以上では「毎日三食食べる」が74.6%と16歳未満に比べ低い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別では、男女ともに青年期、成人期の「毎日三食食べる」割合が低くなっています。

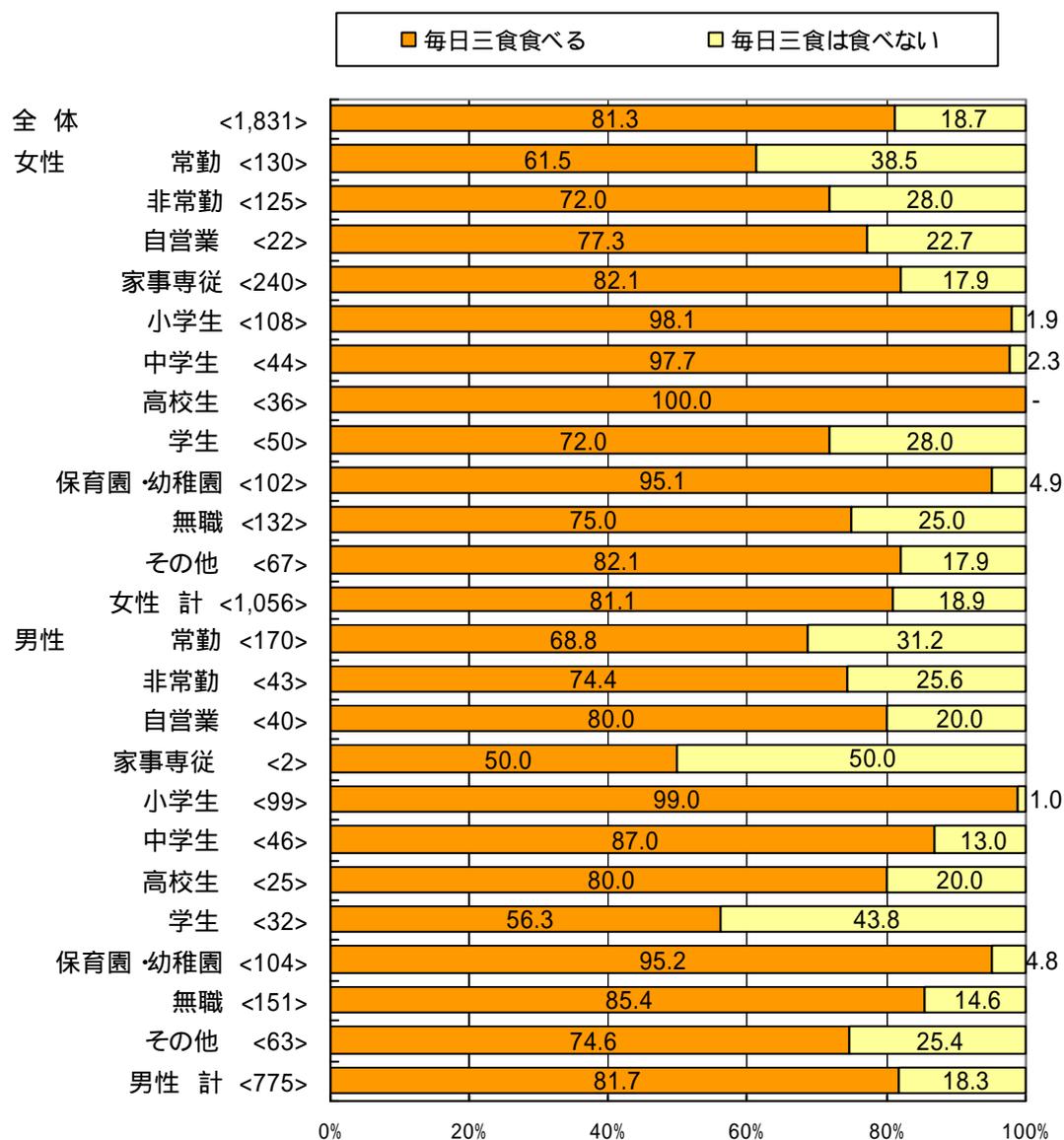
・集計結果

1. 食事の状況

勤め人や学生において、欠食することがある割合が高くなっています。

(3) 毎日三食食べている人について(問7～問9)

職業と「毎日三食食べる」の関係



・男女ともに常勤、非常勤など勤めている人や、学生では、「毎日三食は食べない」割合が高くなっています(n数が10未満の属性は除く)。

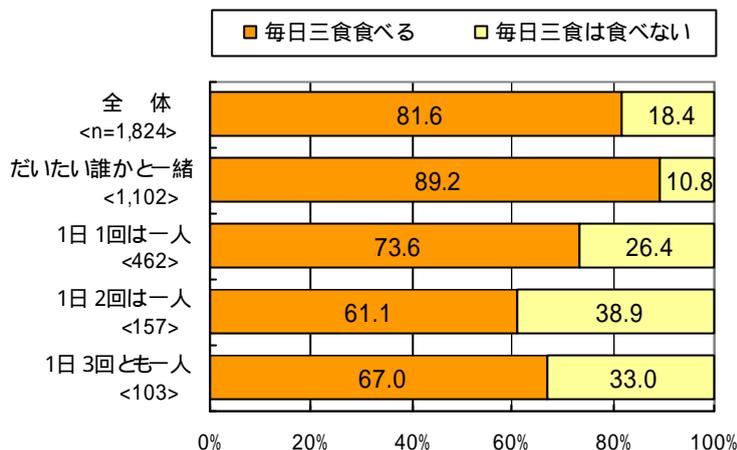
・集計結果

1. 食事の状況

毎食誰かと一緒に食べている人のうち、毎日三食食べている人は9割を占めます。

(3) 毎日三食食べている人について(問7~問9)

「毎食誰かと一緒に食べる」と「毎日三食食べる」の関係



	毎日三食食べる	毎日三食は食べない
だいたい誰かと一緒に食べる<1,102>	89.2	10.8
1人で食べることもある<722>	69.9	30.1

・一人で食べることもある人は、だいたい誰かと一緒に食べる人に比べ、三食食べないことがある割合が3.6倍高くなっています。(オッズ比 3.5566 95%信頼区間 1.6592 ~ 7.6236)

・集計結果

1. 食事の状況

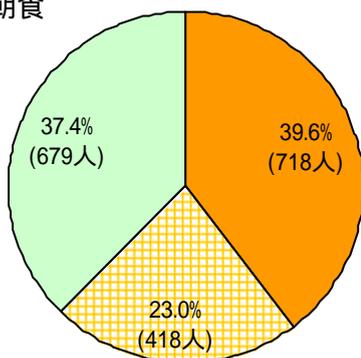
野菜を食べている状況は、朝食・昼食・夕食で大きく異なります。

(4) 野菜を食べているか(問10~問12)

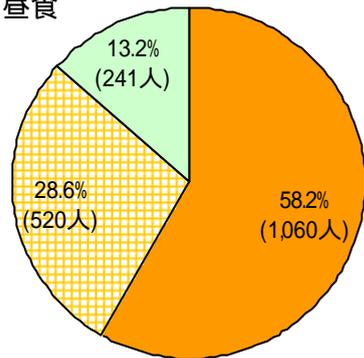
野菜を食べている状況

■ ほぼ毎日野菜を食べている ▨ 週に3~4回野菜を食べている □ 野菜はほとんど食べていない

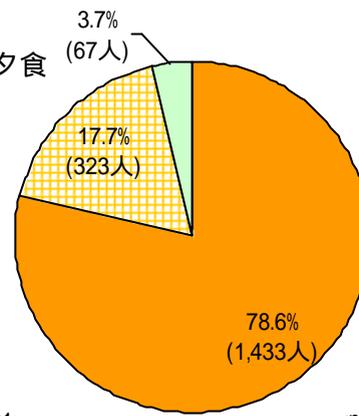
朝食



昼食



夕食



- ・ ほぼ毎日野菜を食べている人の割合は、朝食 39.6%、昼食 58.2%、夕食 78.6%となっており、朝食と夕食では大きな差がみられます。
- ・ 朝食では、「ほぼ毎日野菜を食べている」が 39.6%、「野菜はほとんど食べていない」が 37.4%と同程度の割合となっています。

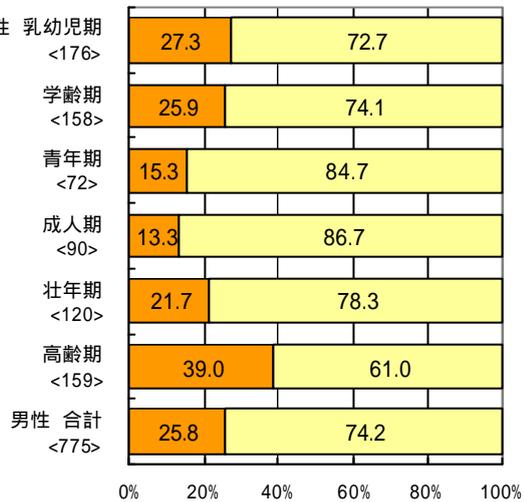
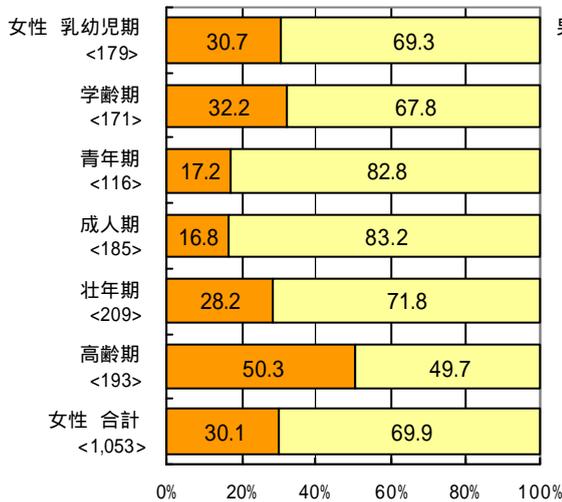
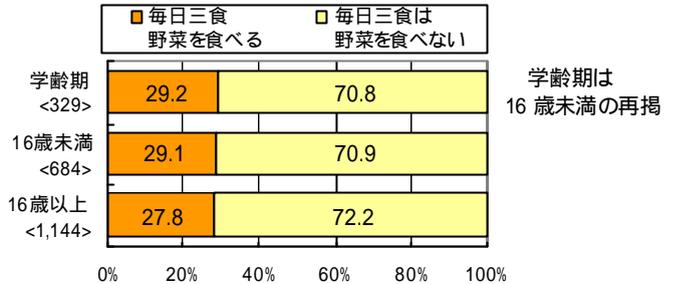
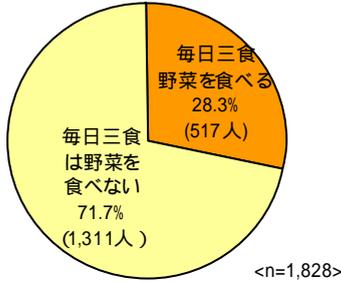
集計結果

1. 食事の状況

毎食野菜を食べているのは3割弱。女性全体や高齢期で野菜を食べている状況が高くなっています。

(4) 野菜を食べているか(問10~問12)

毎日三食野菜を食べている人の割合



- ・全体では、「毎日三食野菜を食べる」人は28.3%と3割程度となっています。
- ・性・ライフステージ別でみると、男女ともに青年期、成人期において「毎日三食野菜を食べる」割合が低く、高齢期では高い割合となっています。また、どの年齢期においても女性の「毎日三食野菜を食べる」割合は男性に比べ高い割合となっています。

<参考・各指標との比較> 「毎日野菜を食べている」割合(性・年代別)

性別	年代	さいたま市食育に関する調査(単位:%)		さいたま市健康に関する調査(単位:%)		さいたま市ヘルスプラン2.1目標値(H22)
		(H23) ほとんど毎日、野菜を食べている(朝・昼・夕各々3段階で選択)	(H19) ほとんど毎日、野菜を食べている(朝・昼・夕各々3段階で選択)	(H17) 毎日野菜を食べている(3段階で選択)	(H14) 毎日野菜を食べている(3段階で選択)	
女	20代	19.4	16.2	25.6	23.6	40%以上
	30代	16.1	16.7	29.0	26.2	40%以上
	40代	22.0	34.5	41.7	36.3	
	50代	27.5	46.3	43.3	44.6	
	60代	44.5	57.3	48.7	53.3	
	70歳以上	51.5	66.4	55.1	59.1 (70-79歳) 56.3 (80歳-)	
男	20代	11.9	16.1	25.9	22.0	40%以上
	30代	13.4	18.9	23.1	25.0	40%以上
	40代	23.8	23.5	25.1	26.7	
	50代	18.4	30.4	28.2	33.6	
	60代	26.9	39.8	39.0	39.5	
	70歳以上	43.4	50.9	49.5	48.0 (70-79歳) 62.9 (80歳-)	

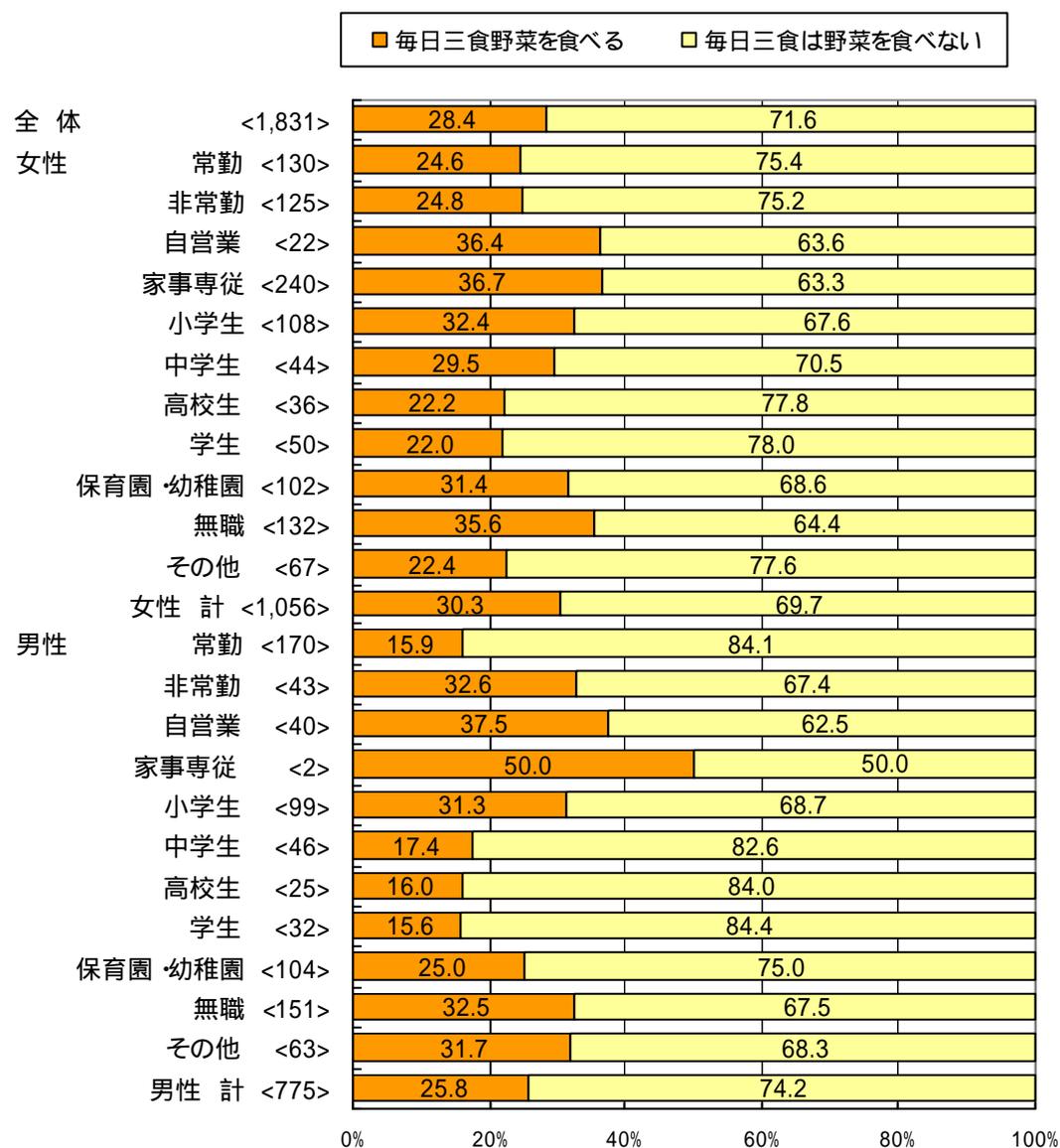
・集計結果

1. 食事の状況

家事専従や無職の方において、野菜を食べている状況が高くなっています。

(4) 野菜を食べているか(問10～問12)

「毎食野菜を食べる」と職業との関連



・「毎日三食野菜を食べる」割合は、女性では、「家事専従」36.7%や「無職」35.6%が、男性では、「無職」32.5%が高い割合となる一方で、男性の「常勤」15.9%は低い割合となっています（n数が10未満の属性は除く）。

・集計結果

1. 食事の状況

伝統食や行事食を大切にしている人は、野菜を食べている状況が高い傾向がみられます。

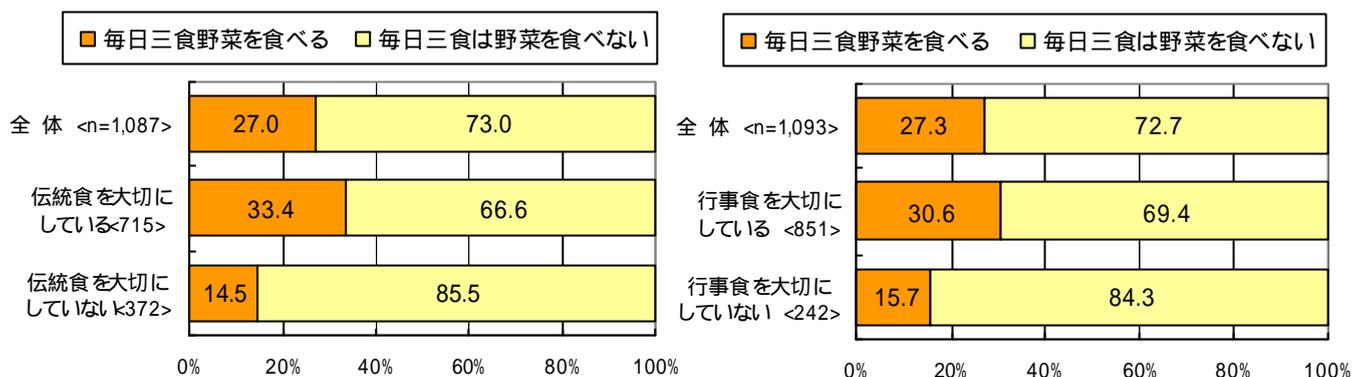
(4) 野菜を食べているか(問10~問12)

「毎食野菜を食べる」と

「伝統食を大切にしている」との関係

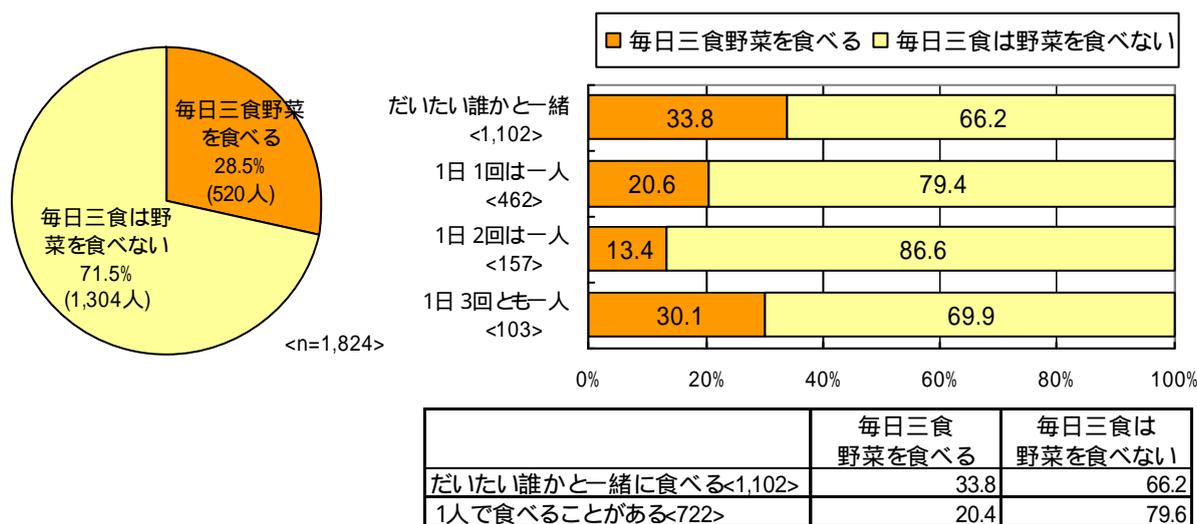
「毎食野菜を食べる」と

「行事食を大切にしている」との関係



- ・ 伝統食を大切にしている人は、大切にしていない人に比べ、毎食野菜を食べている割合が 3.0 倍高くなっています。(オッズ比 2.9571 95%信頼区間 1.4763~5.9232)
- ・ 行事食を大切にしている人は、大切にしていない人に比べ、毎食野菜を食べている割合が 2.4 倍高くなっています。(オッズ比 2.3675 95%信頼区間 1.1918~4.7031)

「毎食野菜を食べる」と「毎食誰かと一緒に食べている」との関係



- ・ だいたい誰かと一緒に食べる人は、一人で食べることがある人に比べて、「毎日三食野菜を食べる」割合が 2 倍高くなっています。(オッズ比 1.9922 95%信頼区間 1.0516~3.7742)

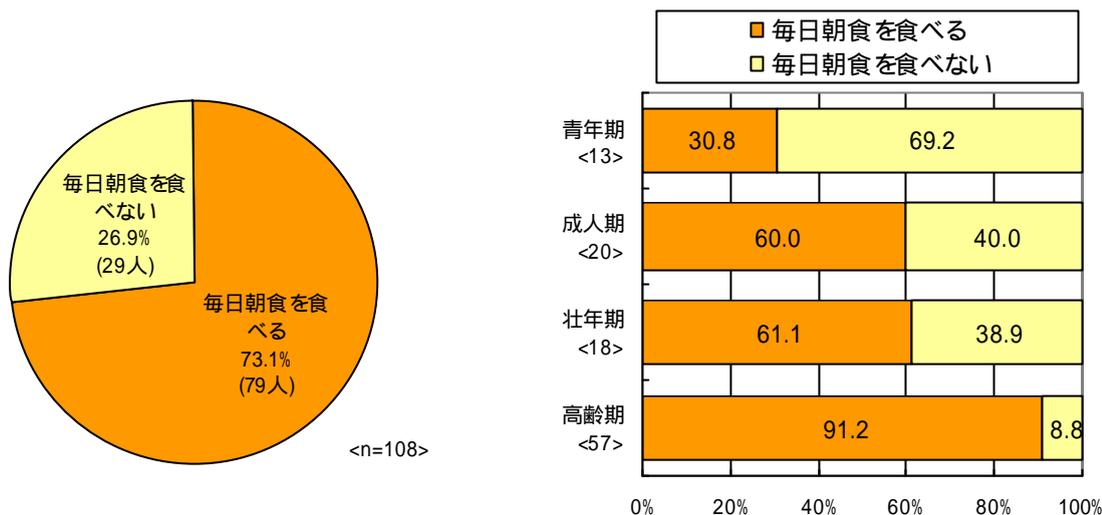
・集計結果

1. 食事の状況

一人暮らしの人で毎日朝食を食べているのは7割、毎日三食食べているのは5割と、全体と比べ食べている状況が低くなっています。
年齢が上がるほど、規則的な食生活をしている傾向がみられます。

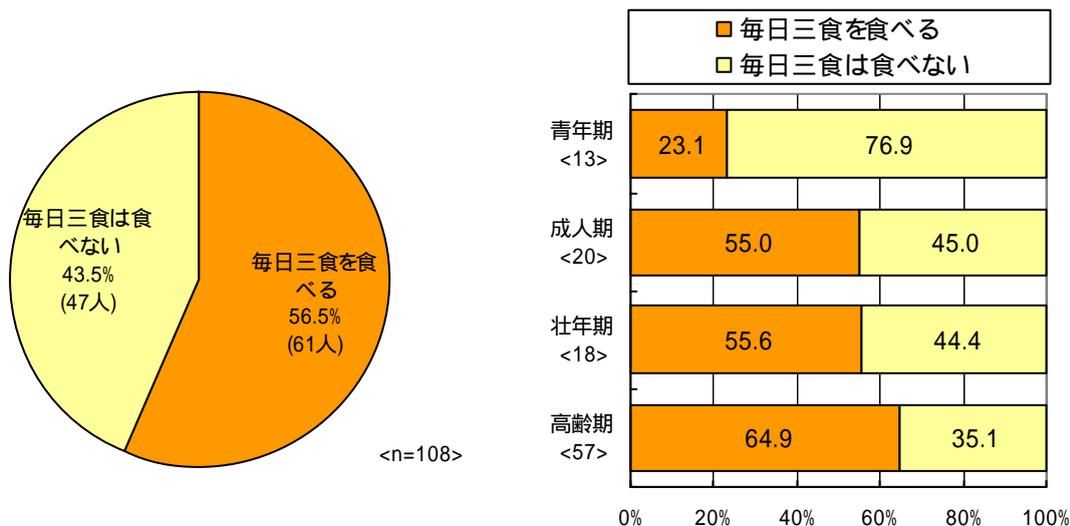
(5) 一人暮らしの人の食生活

「毎日朝食を食べる」とライフステージとの関係 (問7)



・年齢が上がるほど、「毎日朝食を食べる」の割合が高くなる傾向となっています。

「毎日三食食べる」とライフステージとの関係 (問7～問9)



・年齢が上がるほど、「毎日三食を食べる」の割合が高くなる傾向となっています。

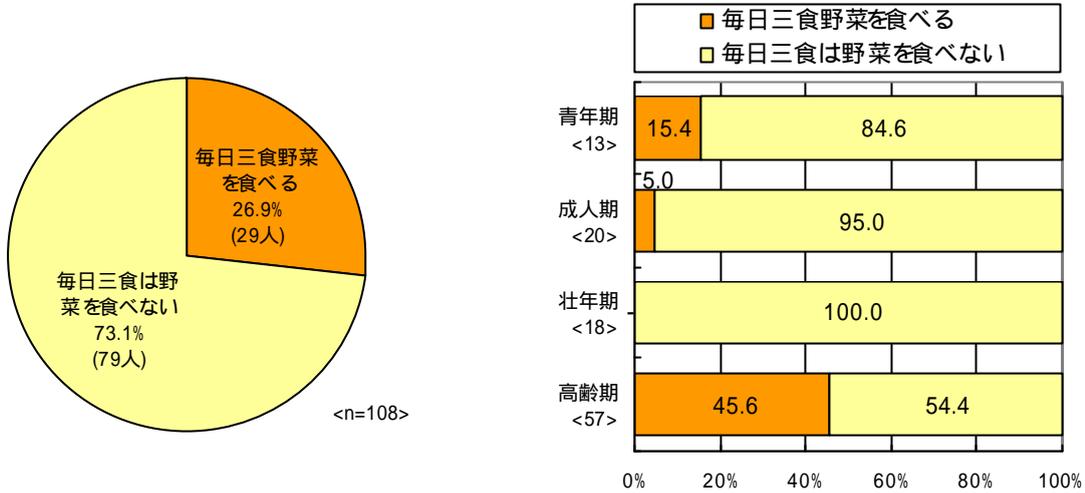
・集計結果

1. 食事の状況

一人暮らしの人で毎日野菜を食べているのは 27%。全体と大きく変わりません。

(5) 一人暮らしの人の食生活

「毎日野菜を食べる」とライフステージとの関係 (問10～問12)



・高齢期では、一人暮らしであっても、半数近くが「毎日三食野菜を食べる」と回答しています。

・集計結果

2. 食生活の状況

主食・主菜・副菜をそろえて食べているのは6割弱。

学齢期や高齢期では、主食・主菜・副菜をそろえて食べている割合が高くなっています。

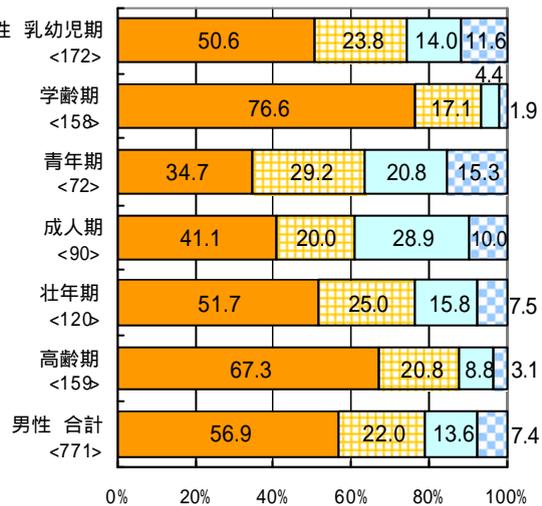
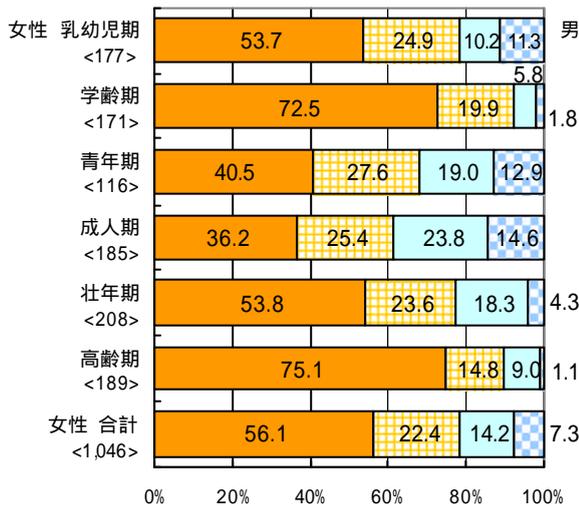
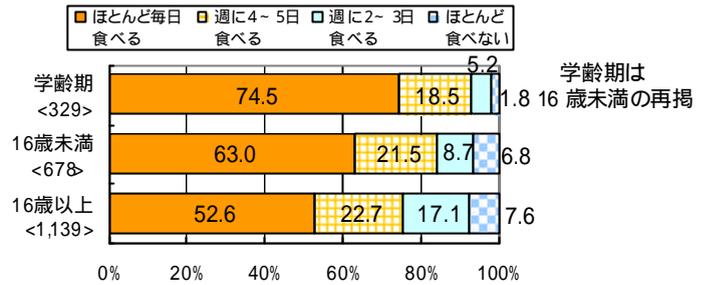
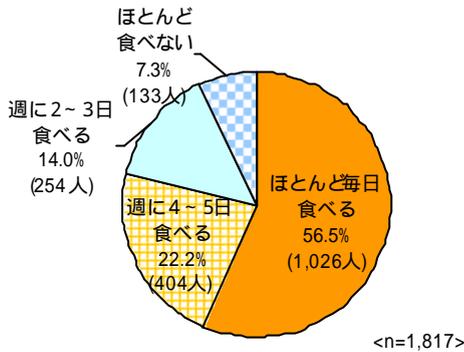
(1) 主食・主菜・副菜をそろえて食べているか (問13)

1日2回以上主食・主菜・副菜をそろえて食べている頻度

「主食」とは・・・米、パン、めん類などの穀類

「主菜」とは・・・魚や肉、卵、大豆製品などを使った中心となる料理

「副菜」とは・・・野菜などを使った料理



- ・全体では、「ほとんど毎日食べる」が56.5%と半数を超え、「週に4~5日食べる」22.2%がそれに次いで高い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別では、男女ともに学齢期と高齢期において「ほとんど毎日食べる」割合が高くなっています。

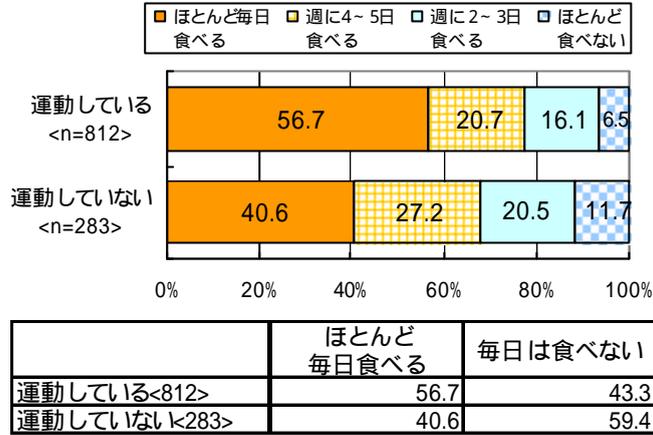
・集計結果

2. 食生活の状況

(1) 主食・主菜・副菜をそろえて食べているか (問13)

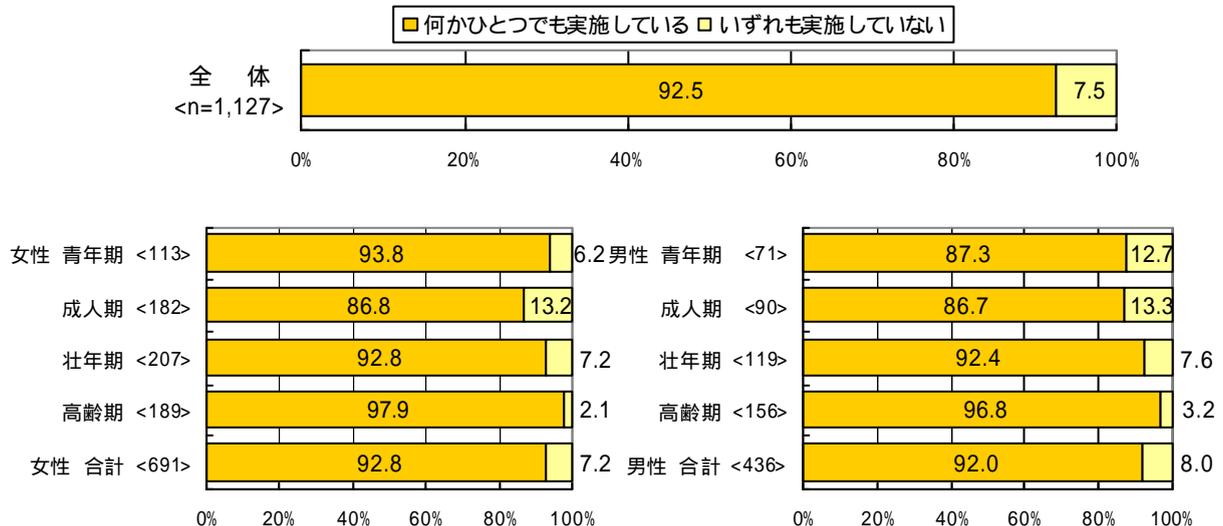
「1日2回以上主食・主菜・副菜をそろえて食べる」と

「健康の維持・促進のために意識的に体を動かしている」との関係



・運動している人は、運動していない人に比べて主食・主菜・副菜をそろえて食べる割合が1.9倍高くなっています。(オッズ比 1.9158 95%信頼区間 1.0922 ~ 3.3604)

「1日2回以上主食・主菜・副菜をそろえて食べる(ほとんど毎日食べる)」と「健康の維持・促進のために意識的に体を動かしている(「いつもしている」+「時々している」)」、「週に2回以上、体重計測をしている(「いつもしている」+「時々している」)人の割合(16歳以上のみ)



・何かひとつでも実施している人の割合は9割以上に達しています。
 ・性・ライフステージ別でみると、男女ともに、成人期において「いずれも実施していない」の割合が他の年齢期に比べ高くなっています。

・集計結果

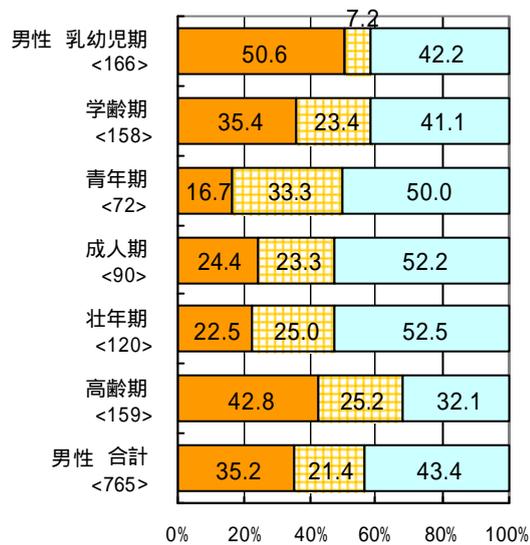
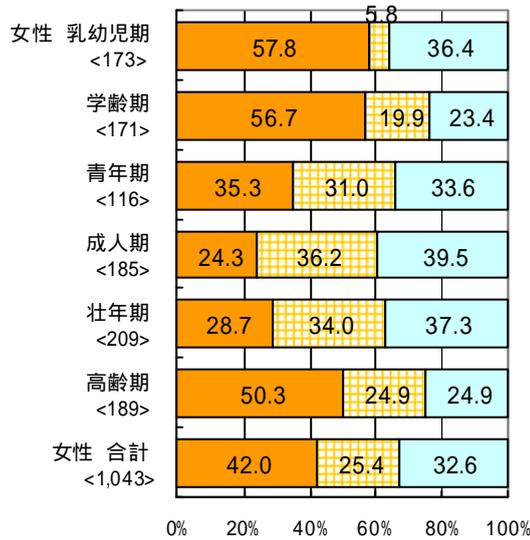
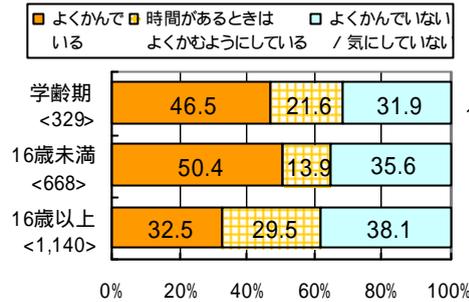
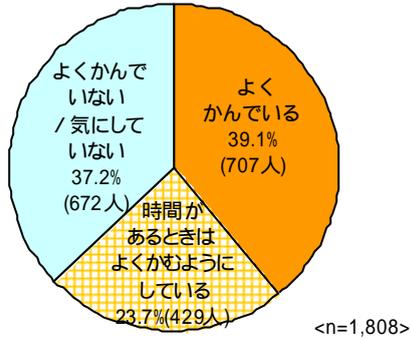
2. 食生活の状況

よくかんで食べているのは4割。

男性の青年期～壮年期において「よくかんでいない」割合が高くなっています。

(2) よくかんで食べているか (問14)

「食事をよくかんで食べている」割合



- ・全体では、「よくかんでいる」が39.1%、「時間があるときはよくかむようにしている」が23.7%、「よくかんでいない/気にしていない」が37.2%の割合となっています。
- ・性・ライフステージ別では、男女ともに乳幼児期、学齢期、高齢期は「よくかんでいる」の割合が高く、青年期、成人期、壮年期では「よくかんでいない/気にしていない」の割合が高い傾向です。
- ・特に男性の青年期、成人期、壮年期では「よくかんでいない/気にしていない」が半数以上と高い割合となっています。

・集計結果

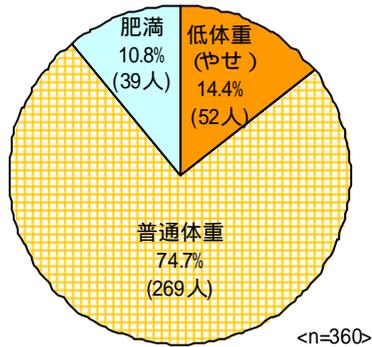
2. 食生活の状況

よくかんで食べている人ほど「肥満」が少なく、「低体重(やせ)」が多い傾向がみられます。

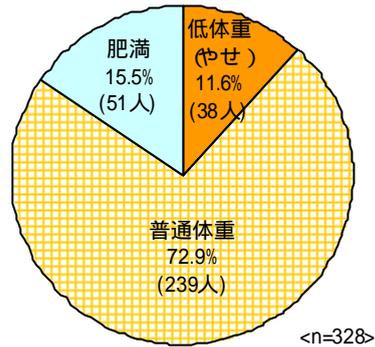
(2) よくかんで食べているか (問14)

16歳以上の「食事をよくかんで食べている」と体格(BMIによる)の関係

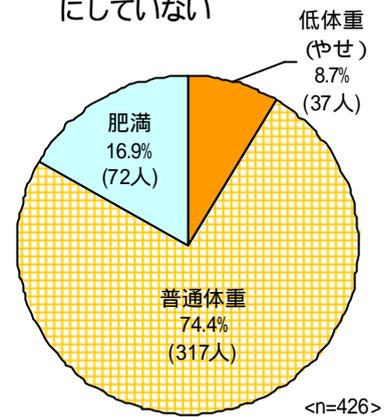
よくかんでいる



時間があるときはよくかむようにしている



よくかんでいない/気にしていない



・よくかんでいる行動との関与が高いほど「肥満」が少なく、「低体重(やせ)」が多い傾向にあります。

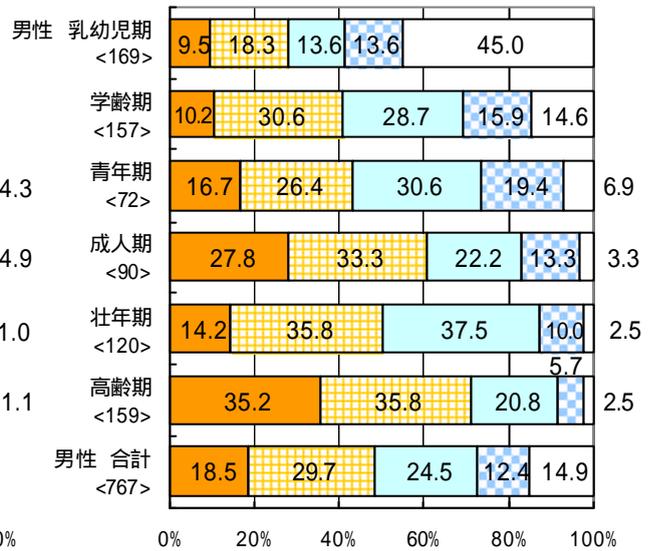
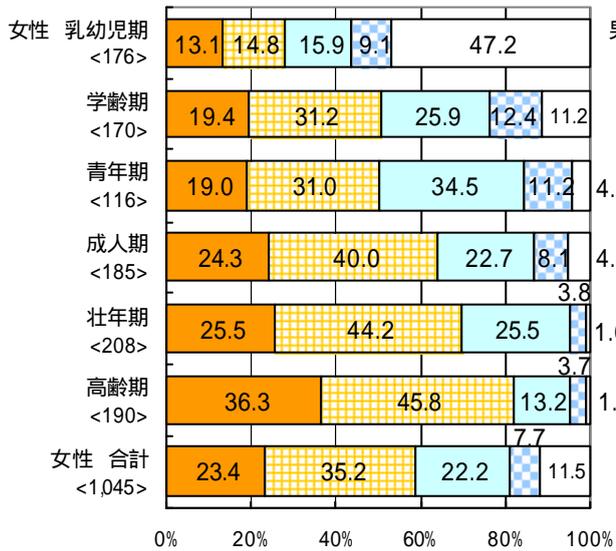
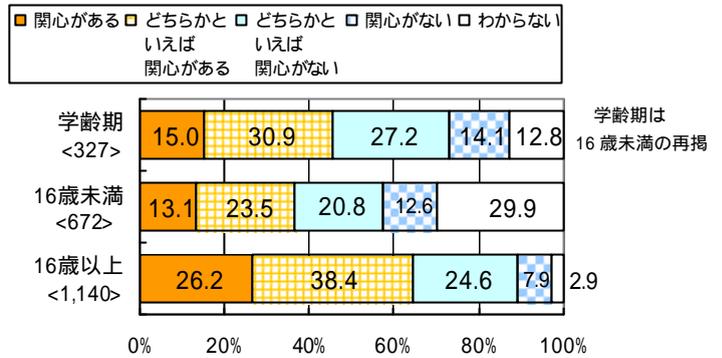
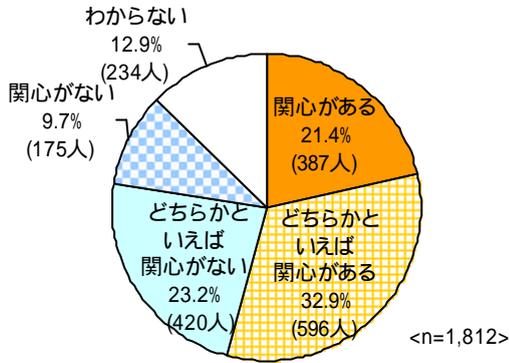
・集計結果

2. 食生活の状況

噛み方、味わい方への関心があるのは5割程度。年齢が上がるほど関心が高い傾向です。

(3) 噛み方、味わい方への関心 (問15)

「噛み方、味わい方といった食べ方に関心がある」割合



- ・全体では、「関心がある」が21.4%、「どちらかといえば関心がある」が32.9%となっており、合わせて半数以上が噛み方、味わい方といった食べ方に関心を示しています。
- ・性・ライフステージ別では、男女ともに年齢が上がるほど関心を示している傾向がみられます。

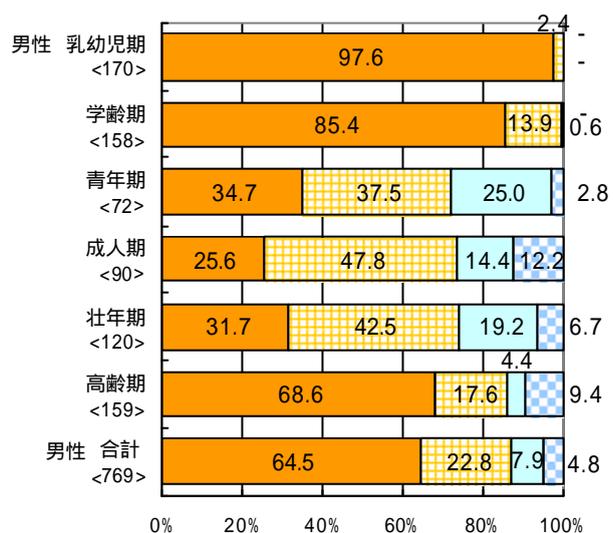
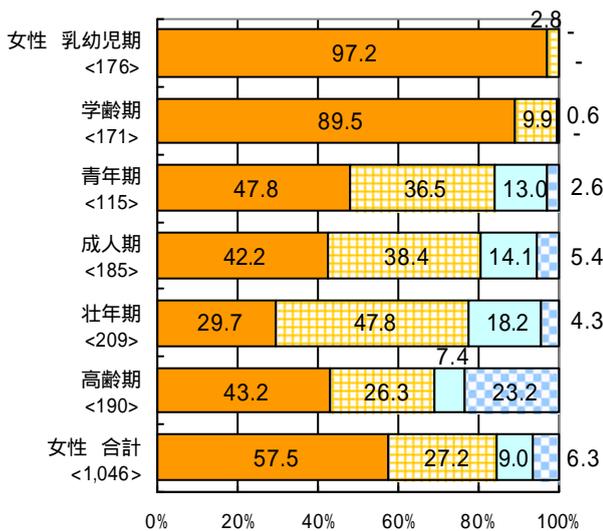
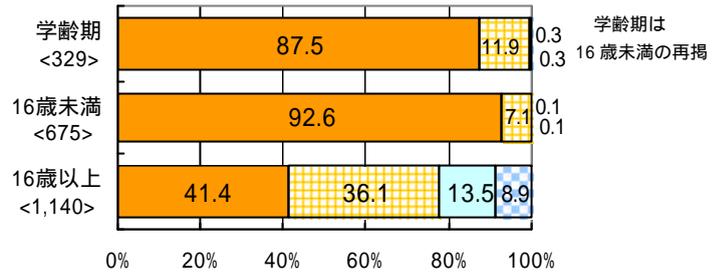
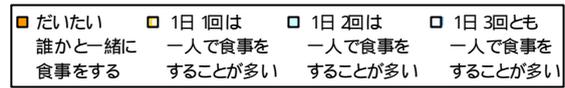
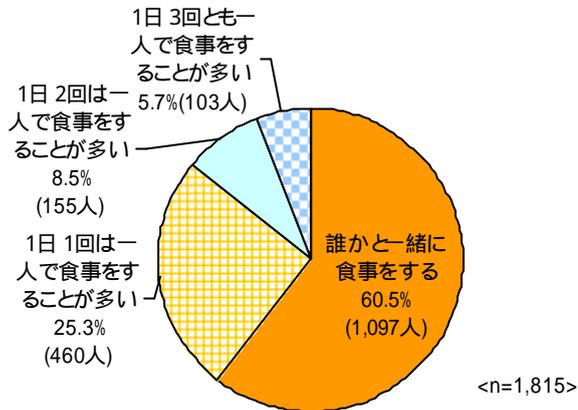
・集計結果

2. 食生活の状況

一人で食事をするところがあるのは4割。
 青年期～壮年期で一人で食事をするところがある割合が高くなっています。

(4) 一人で食事をする状況

「一人で食事をする」割合 (問16)



- ・全体では、「だいたい誰かと一緒に食事をする」が60.5%と6割を占めるのに対し、1日1回でも一人で食事をするところがある割合はあわせて4割となっています。
- ・性・ライフステージ別では、男女ともに乳幼児期、学齢期では「だいたい誰かと一緒に食事をする」が8～9割と多数を占めますが、青年期、成人期、壮年期では1日1回でも一人で食事をする割合が半数以上と高くなっています。

・集計結果

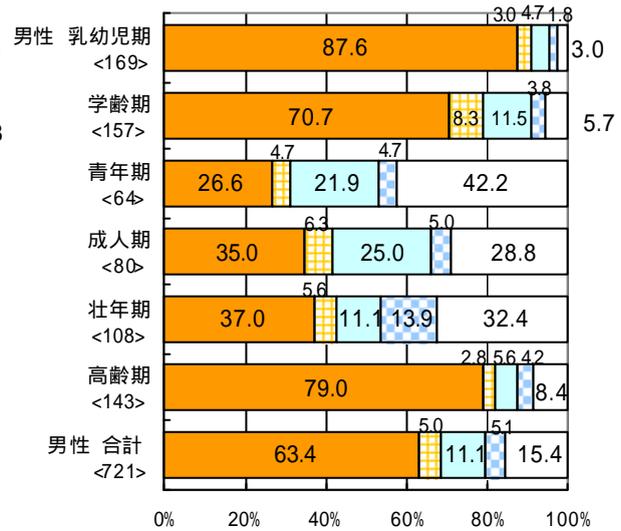
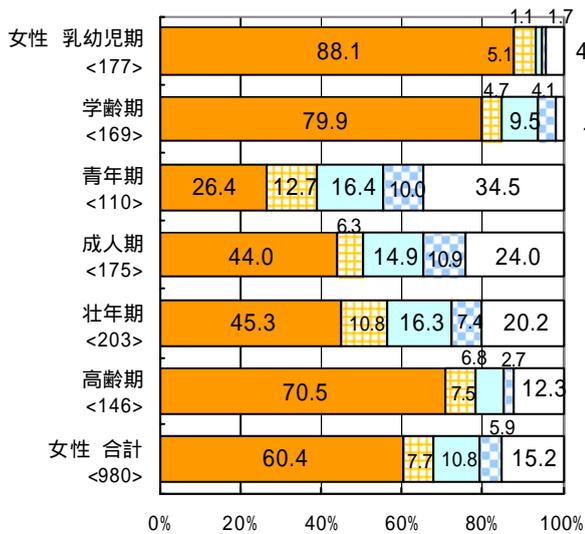
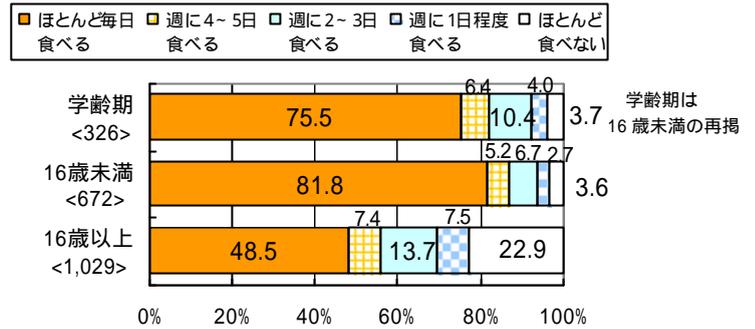
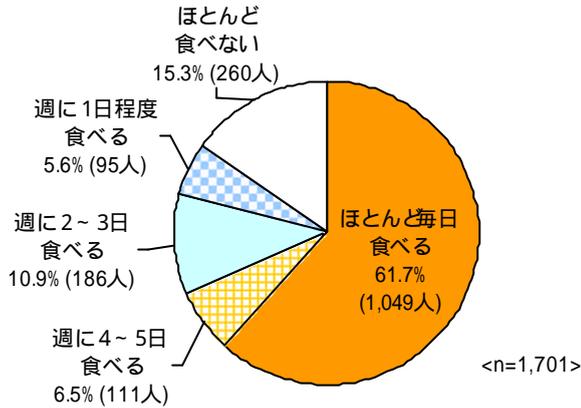
2. 食生活の状況

毎日朝食を家族と食べているのは6割。

男性の青年期～壮年期では「ほとんど食べない」割合が高くなっています。

(5) 家族と食事をする状況

朝食を家族と一緒に食べる割合 (問17)(「一人暮らし」を除く)



- ・全体では、「ほとんど毎日食べる」が61.7%と6割を占めています。
- ・性・ライフステージ別では、男女ともに青年期から高齢期にかけて年齢が上がるほど、「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなる傾向がみられます。
- ・男女ともに青年期では「ほとんど食べない」の割合が高く最多となっています。

・集計結果

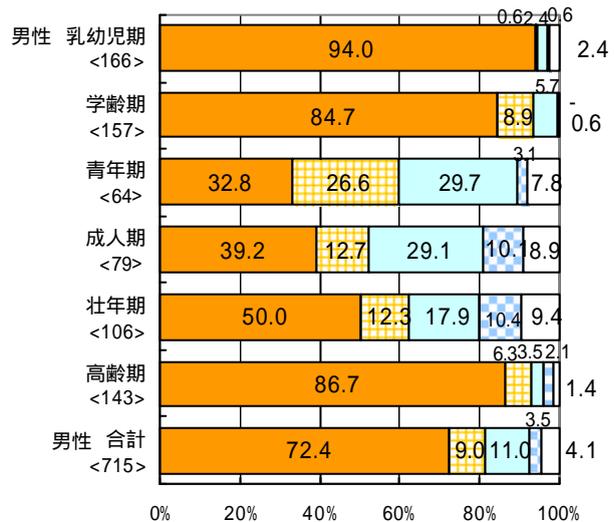
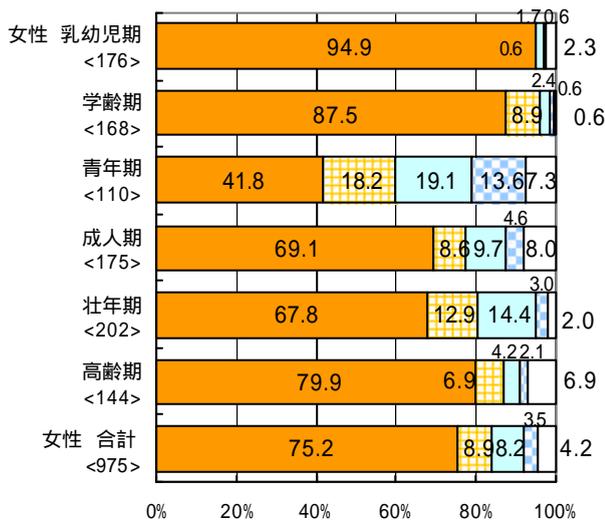
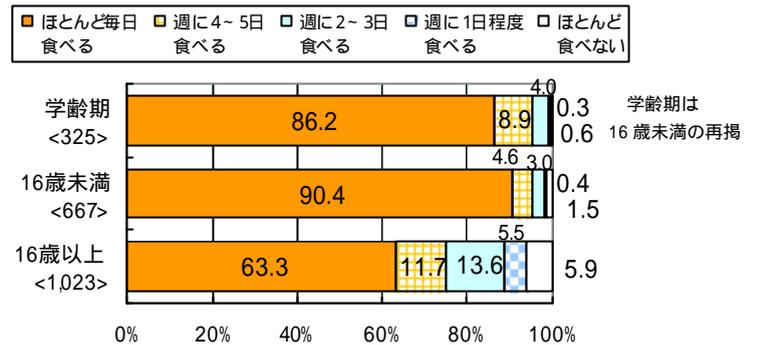
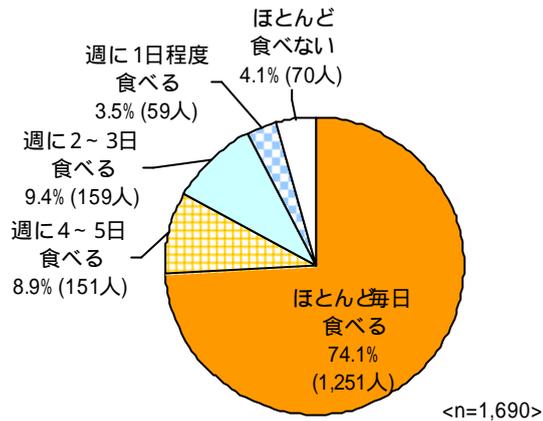
2. 食生活の状況

毎日夕食を家族と食べているのは7割。

男性の青年期～壮年期は、毎日夕食を家族と食べる割合が特に低くなっています。

(5) 家族と食事をする状況

夕食を家族と一緒に食べる割合 (問18)(「一人暮らし」を除く)



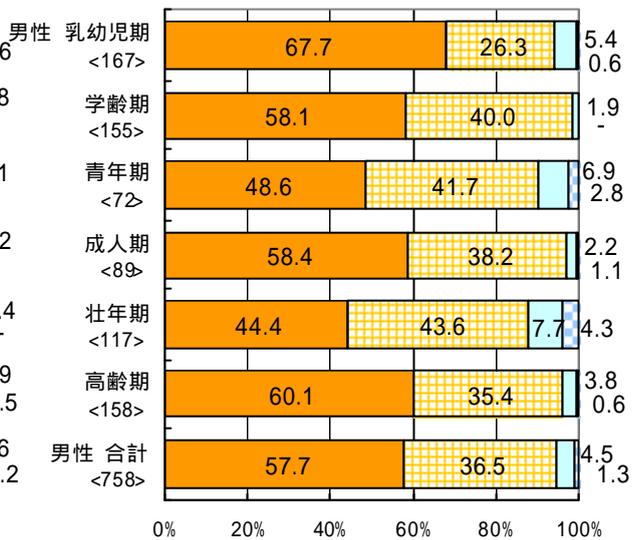
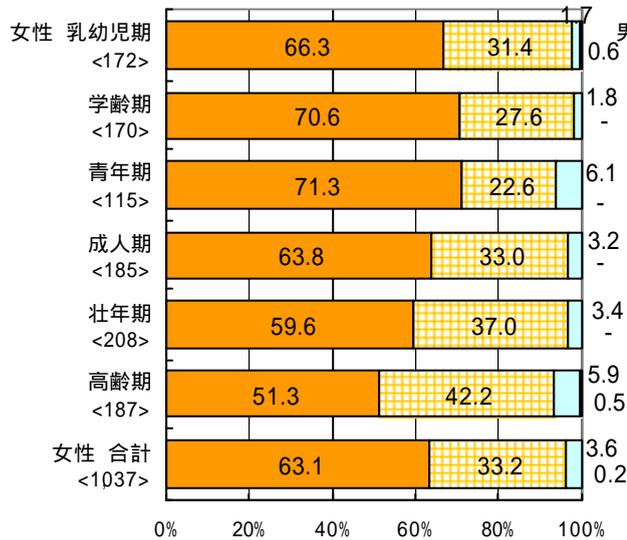
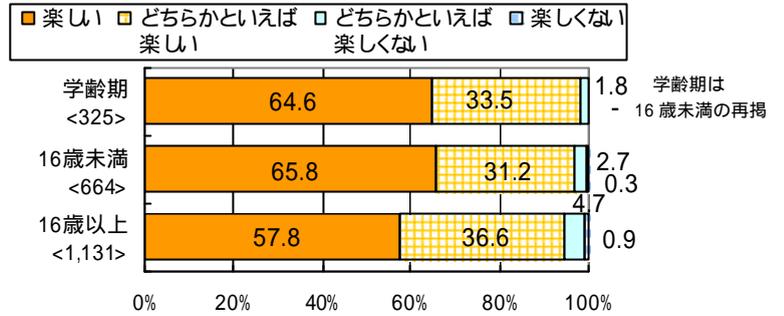
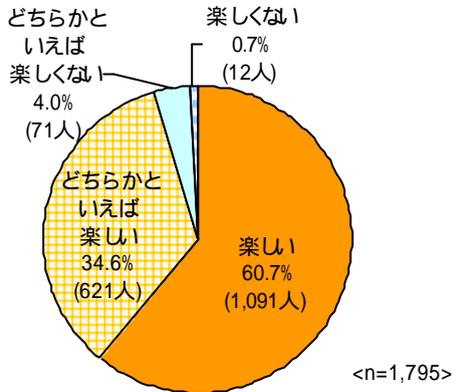
- ・全体では、「ほぼ毎日食べる」が74.1%と7割を占めています。
- ・性・ライフステージ別でみると、男性では青年期から高齢期にかけて年齢が上がるにつれ「ほぼ毎日食べる」の割合が高くなっています。
- ・男性の青年期では「ほぼ毎日食べる」の割合が特に低くなっています。

・集計結果

2. 食生活の状況

全体の9割以上が(どちらかといえばを含め)食事が「楽しい」と回答しています。

(6) 食事が楽しいか (問19)



・全体では、「楽しい」60.7%、「どちらかといえば楽しい」34.6%と、楽しいと回答した人が9割以上に達しています。

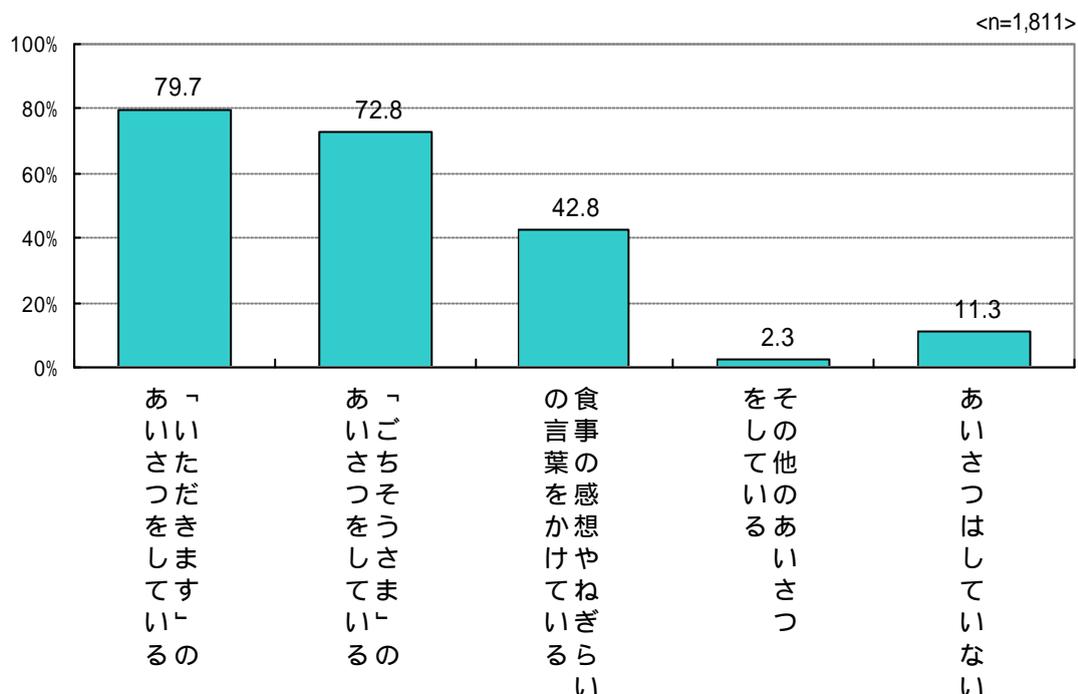
・集計結果

2. 食生活の状況

「いただきます」のあいさつは8割、「ごちそうさま」のあいさつは7割が行っています。

(7) 食事のあいさつをしているか (問20)

あいさつの状況



・「『いただきます』のあいさつをしている」が 79.7%、「『ごちそうさま』のあいさつをしている」が 72.8%となっています。また、「あいさつはしてない」は 11.3%となっています。

その他のあいさつ(抜粋)

- 英語でのあいさつ。Thank you for the food. Let's eat.
- 朝必ず仏壇にお膳をあげ先祖に、召し上がってください・ありがとうございます
- 作っていただいた人に感謝の意を表す
- さあ～食事だぞ！
- 太陽、その他自然の恵みに対して感謝の詩を詠んでいる

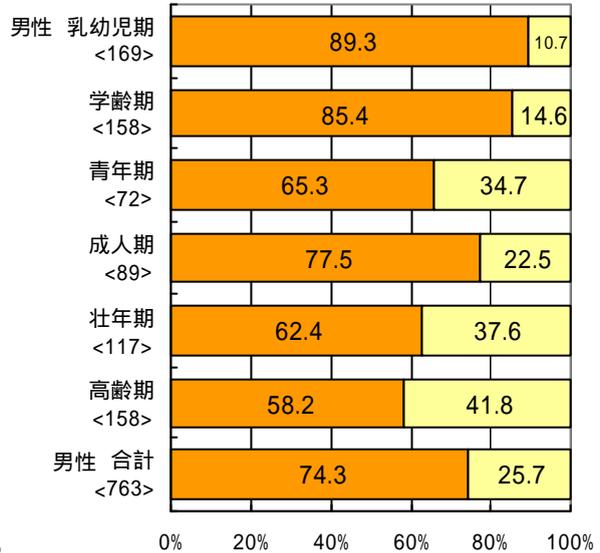
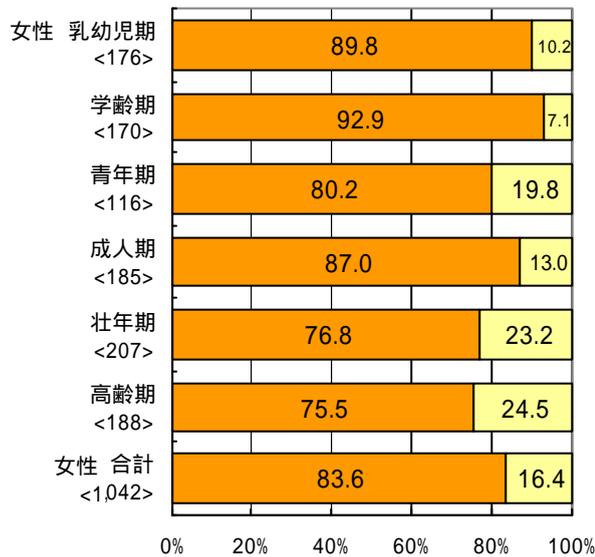
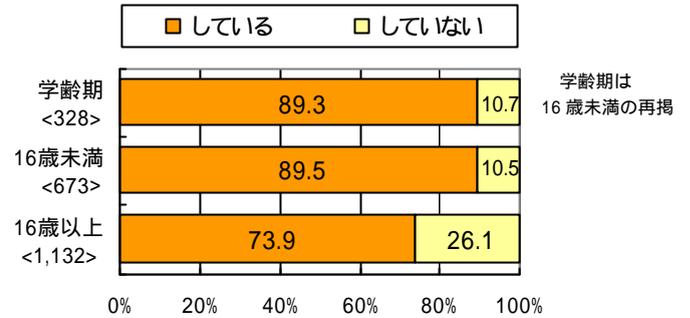
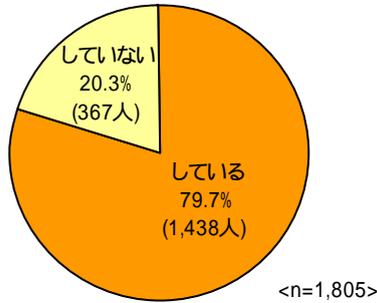
・集計結果

2. 食生活の状況

青年期や壮年期・高齢期では、「いただきます」のあいさつの有無に男女差がみられます。

(7) 食事のあいさつをしているか (問20)

「いただきます」のあいさつをする人の割合



- ・「いただきます」のあいさつをしている人は、16歳未満では89.5%に対し16歳以上では73.9%と低い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別で見ると、女性は男性に比べ「いただきます」のあいさつをしている割合が高く、特に青年期、壮年期、高齢期において男女差がみられます。
- ・男女ともに、乳幼児期、学齢期において「いただきます」のあいさつをしている割合が9割近くと高くなっています。

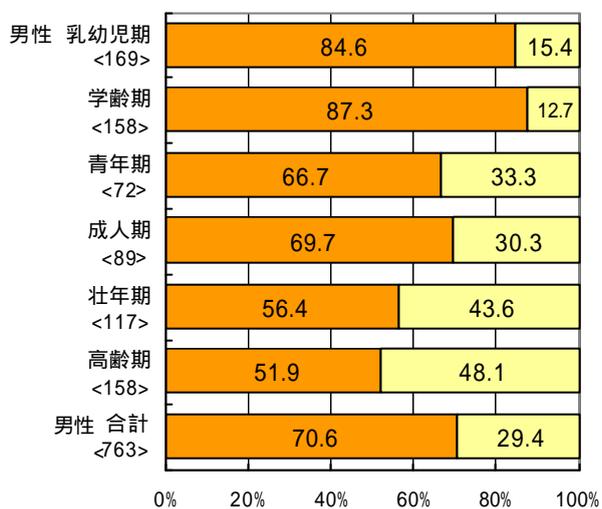
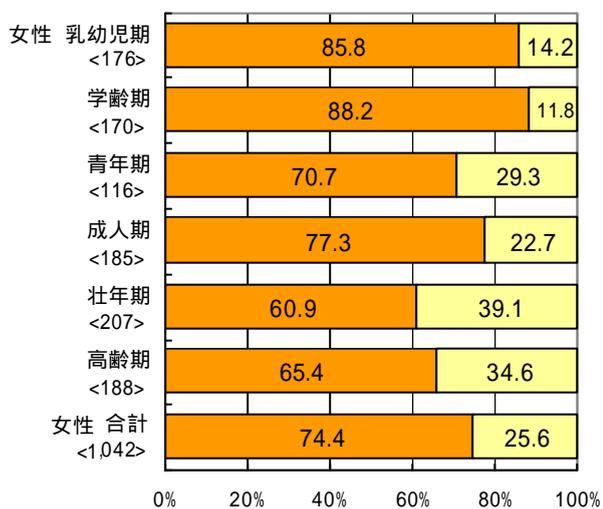
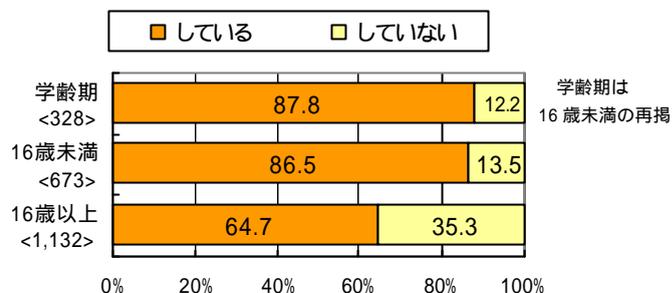
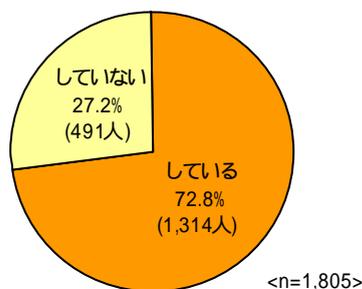
・集計結果

2. 食生活の状況

壮年期・高齢期では、「ごちそうさま」のあいさつを行わない人の割合が高くなっています。

(7) 食事のあいさつをしているか (問20)

「ごちそうさま」のあいさつをする人の割合



- ・「ごちそうさま」のあいさつをしている人は、16歳未満では86.5%に対し16歳以上では64.7%と低い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別でみると、男女ともに乳幼児期、学齢期では「ごちそうさま」のあいさつをしている割合が8割以上に達していますが、年齢が上がるほど「ごちそうさま」のあいさつをしている割合は低くなる傾向がみられます。

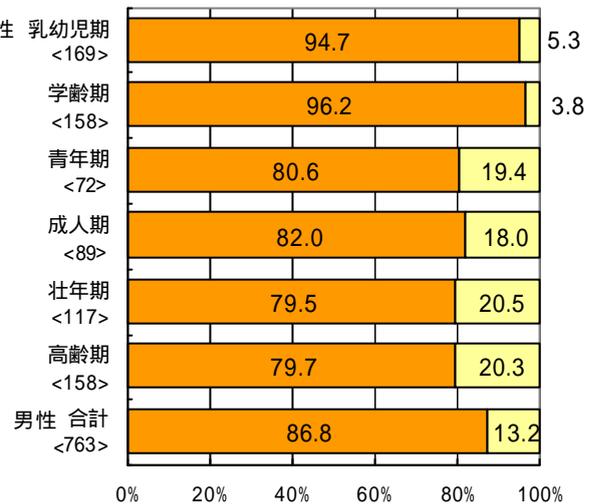
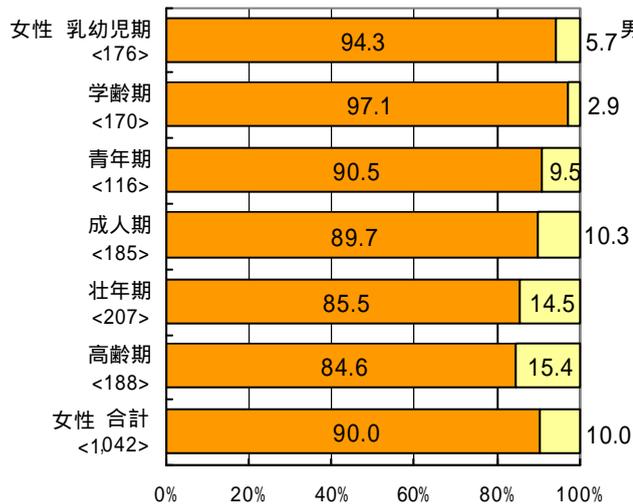
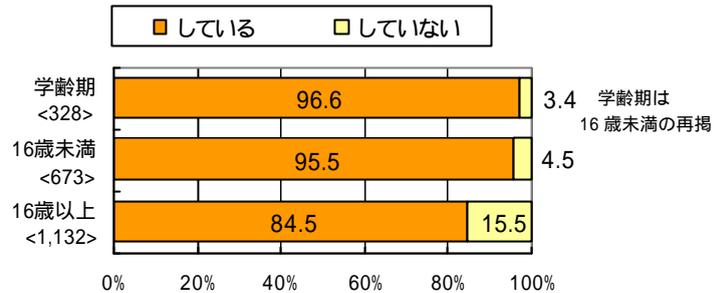
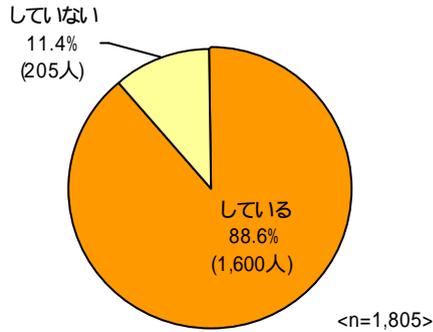
・集計結果

2. 食生活の状況

食事のあいさつをしていない人は全体の1割ほどみられます。
 男性の青年期～高齢期において、食事のあいさつをしていない人が2割程度と高くなっています。

(7) 食事のあいさつをしているか (問20)

食事のあいさつをしていない人の割合



- ・食事のあいさつをしていない人は、16歳未満では4.5%、16歳以上では15.5%となっています。
- ・性・ライフステージ別でみると、男性の青年期から高齢期にかけて「していない」割合が2割程度と他の年齢期に比べ高くなっています。

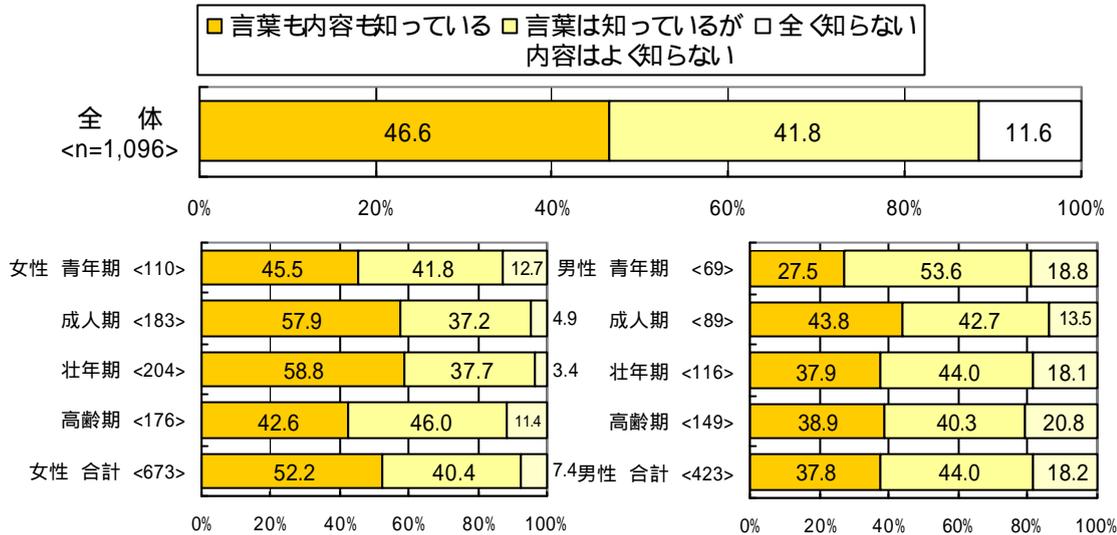
・集計結果

3. 食育の実践

「食育」の認知は、内容まで知っている人が5割弱。言葉を知っている人は9割に達しています。食育への関心は、6割が関心を示しています。

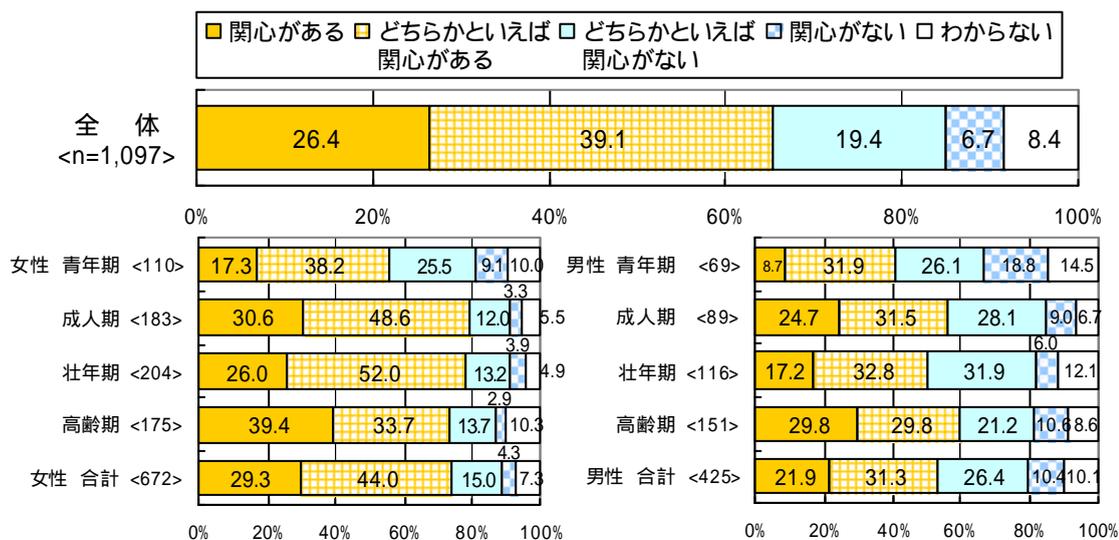
(1) 「食育」への関心、食育に関する言葉の認知

「食育」という言葉を知っているか (問21(16歳以上のみ))



- ・全体では、「言葉も内容も知っている」が46.6%、「言葉は知っているが内容はよく知らない」が41.8%となっており、言葉を知っている人は9割近くに達しています。
- ・性・ライフステージ別でみると、女性はどの年齢期でも言葉を知っている割合が男性に比べ高く、特に女性の成人期、壮年期ではともに6割弱が内容まで知っています。

「食育」に関心があるか (問21(16歳以上のみ))



- ・全体では、「関心がある」が26.4%、「どちらかといえば関心がある」が39.1%となっており、半数以上(65.5%)が関心を示しています。
- ・性・ライフステージ別でみると、女性は男性に比べ関心が高い傾向にあります。

・集計結果

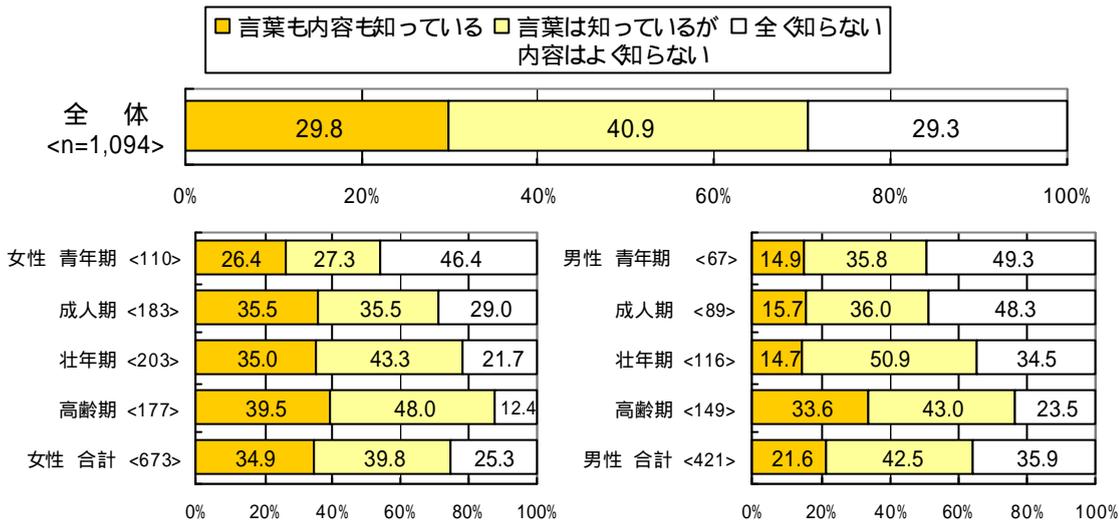
3. 食育の実践

「食事バランスガイド」は、7割が言葉を知っています。

「メタボリックシンドローム」は、「内容まで知っている」が8割、「言葉を知っている」がほぼ全員に達しています。

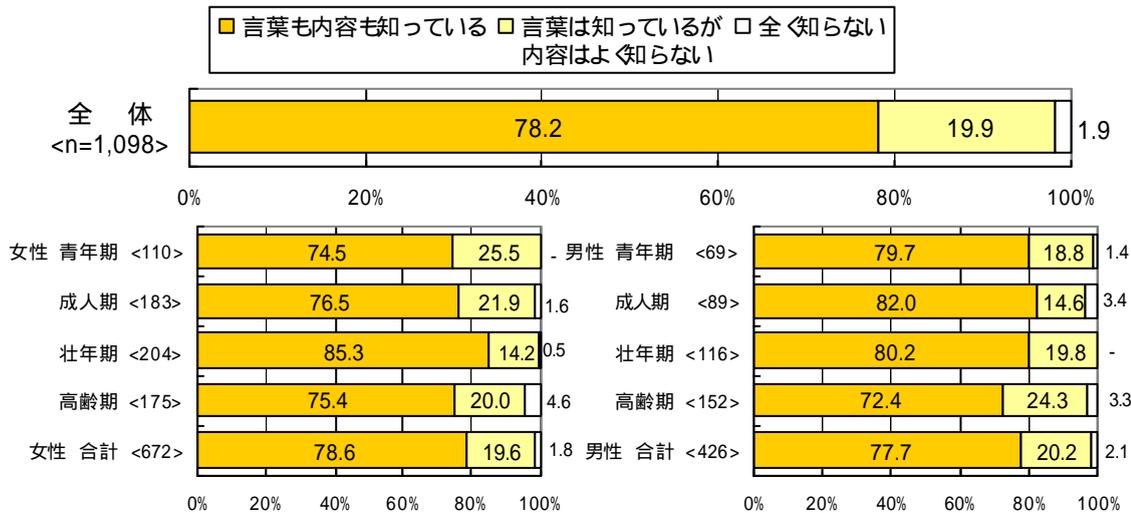
(1) 「食育」への関心、食育に関する言葉の認知

「食事バランスガイド」を知っているか (問21 (16歳以上のみ))



- ・全体では、「言葉も内容も知っている」29.8%、「言葉は知っているが内容はよく知らない」40.9%となっており、7割が言葉を知っています。
- ・性・ライフステージ別では、女性はその年齢期でも男性に比べ「言葉も内容も知っている」割合が高くなっています。また、男女ともに、年齢が上がるほど、言葉を知っているが高い傾向にあります。

「メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群)」を知っているか (問21 (16歳以上のみ))



- ・全体では、「言葉も内容も知っている」78.2%、「言葉は知っているが内容はよく知らない」19.9%となっており、大半が内容まで知っています。
- ・性・ライフステージ別では、どの年齢期においても7~8割が内容まで知っています。

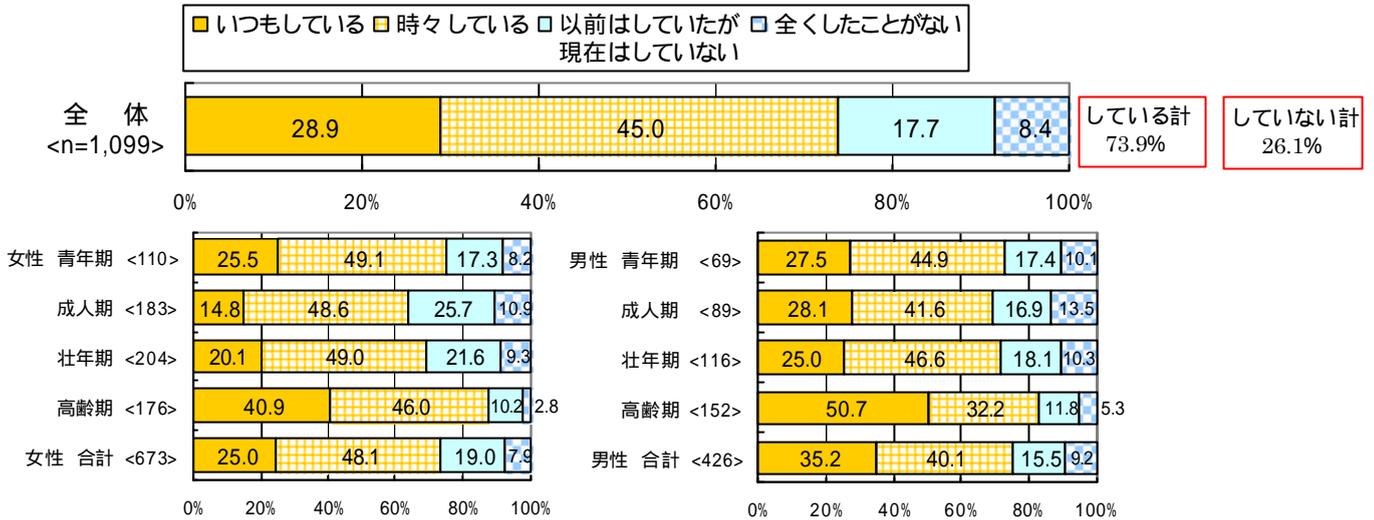
・集計結果

3. 食育の実践

現在も(時々を含め)意識的に体を動かしているのは7割。
週2回以上体重計測をしているのは6割となっています。

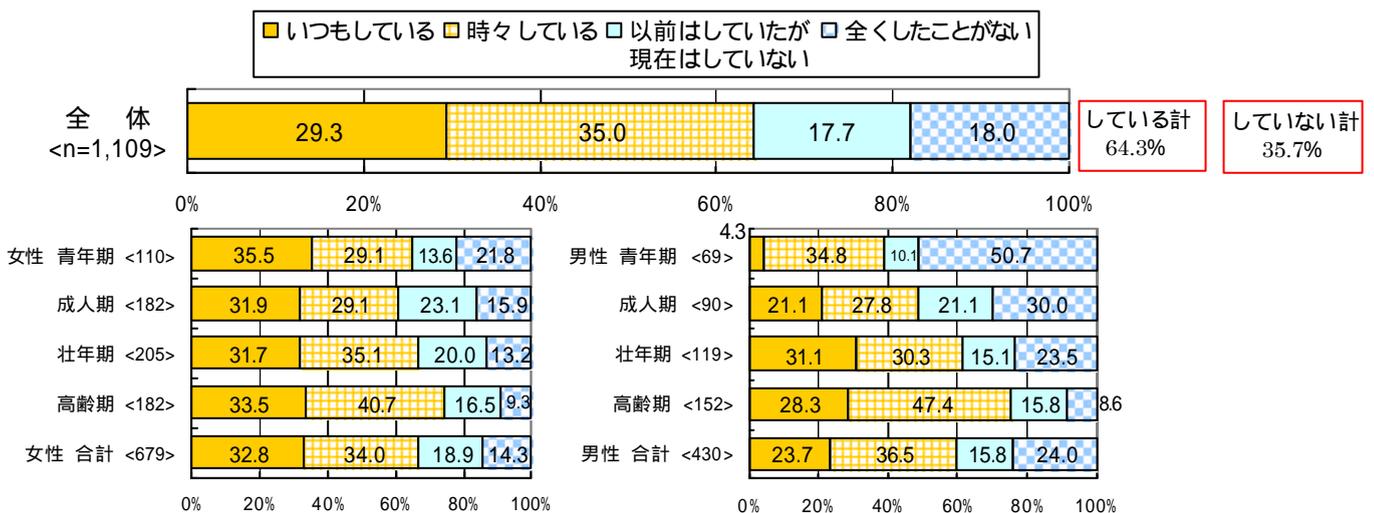
(2) 健康に対する意識

健康の維持・促進のために意識的に体を動かしている割合 (問21(16歳以上のみ))



- ・全体では、「いつもしている」28.9%、「時々している」45.0%となっており、現在も意識的に体を動かしているのは7割を超えています。
- ・性・ライフステージ別でみると、女性に比べ男性の「いつもしている」が高い傾向にあります。また、男女ともに高齢期では「いつもしている」が高い割合となっています。

週に2回以上、体重計測をしている割合 (問21(16歳以上のみ))



- ・全体では、「いつもしている」29.3%、「時々している」35.0%となっており、週に2回以上の体重計測をしているのは6割となっています。
- ・性・ライフステージ別でみると、男女ともに、年齢が上がるほど週に2回以上の体重計測をしている割合が高い傾向がみられます。
- ・男性の青年期では、「いつもしている」が4.3%と他の年齢期に比べ特に低くなっています。

・集計結果

3. 食育の実践

「出されたものを残さず食べる」が7割で最多となっています。

(3) 食生活面で環境への配慮をしているか (問22 (16歳以上のみ))

取り組みの状況

取り組みの状況	全体 (1,086人)	女性(675人)					男性(411人)				
		青年期	成人期	壮年期	高齢期	合計	青年期	成人期	壮年期	高齢期	合計
出されたものをなるべく残さないように食べるようにしている	71.0	72.5	71.7	66.7	63.5	68.1	69.1	83.0	76.7	73.4	75.7
料理や食品の適切な方法による保存を心がけている	46.1	32.1	48.4	65.2	63.5	54.8	26.5	26.1	33.6	36.7	31.9
調理をするときに電気、ガスや水を大切に使うよう注意している	45.7	25.7	59.2	55.9	66.9	54.8	19.1	29.5	31.9	36.0	30.7
てんぷらを揚げた油は適切に処理して捨てている	40.1	14.7	47.3	70.6	56.7	51.6	13.2	20.5	25.0	23.0	21.4
冷蔵庫などに保存してある食品は何か、こまめに確認している	39.9	18.3	51.6	50.5	61.2	48.4	20.6	22.7	25.0	30.9	25.8
調理方法を工夫し、材料の捨てる部分が少なくなるようにしている	39.5	16.5	45.1	55.4	62.9	48.3	14.7	23.9	22.4	33.1	25.1
料理を作りすぎないように注意している	36.3	14.7	39.7	50.5	60.7	44.4	14.7	11.4	25.9	31.7	22.9
食品の使い残しを防ぐため、こまめに買い物をしている	29.9	8.3	38.0	39.7	43.3	35.1	11.8	13.6	20.7	31.7	21.4
環境にやさしい食器洗剤を選んでいる	22.1	10.1	10.3	20.1	48.9	23.4	2.9	20.5	17.2	30.2	20.0
その他の環境に配慮した食生活をしている	6.6	2.8	5.4	7.8	12.4	7.6	-	6.8	3.4	7.9	5.1
特にしていない	7.5	16.5	4.9	2.0	2.8	5.3	16.2	9.1	11.2	9.4	10.9

- ・「出されたものをなるべく残さないように食べるようにしている」が71.0%で突出して高く、以下「料理や食品の適切な方法による保存を心がけている」46.1%、「調理をするときに電気、ガスや水を大切に使うよう注意している」45.7%が続きます。
- ・性・ライフステージ別でみると、女性では年齢が上がるほど、環境の配慮をしていると回答している項目が増えています。

その他の取り組み(抜粋)

- 汚れたお皿はまずティッシュで拭いてから洗う
- 献立を決めて、無駄な買物をしない
- 食材はなるべく国産を選ぶようにしている
- 生ゴミは肥料に(コンポスト)・・・家庭菜園に使用している。天ぷらは少量の油で少なめに。他の揚げ物は料理方法で少量の油で、油をなるべく拭き取り、捨てないようにしている
- 無洗米を買って米のとぎ汁を出さないようにしている。無洗米ではない時、家の植物にとぎ汁をかけて肥料代わりにしている
- 油は少なめにして使い切るようにしている

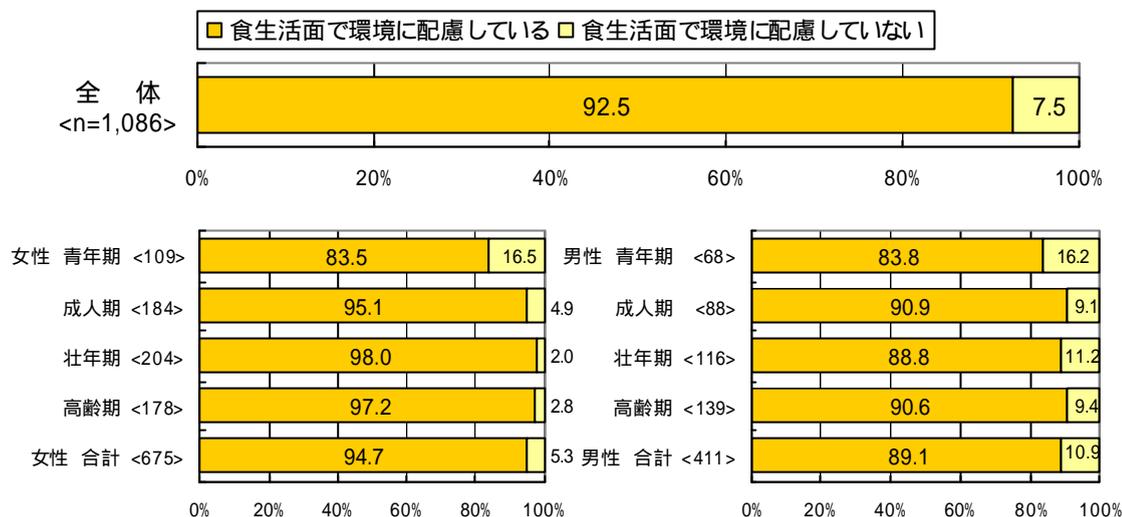
・集計結果

3. 食育の実践

食生活面で環境に配慮をしているのは、9割以上と高い割合となっています。

(3) 食生活面で環境への配慮をしているか (問22(16歳以上のみ))

環境に何らかの取り組みをしている人の割合



- ・全体では、食生活面で環境に配慮をしている人の割合は9割を超えています。
- ・性・ライフステージ別でみると、女性の成人期、壮年期、高齢期では、環境に配慮をしている人の割合が男性に比べ高くなっています。また、男女ともに青年期では環境に配慮をしている人の割合が成人期以降と比べ低くなっています。

・集計結果

3. 食育の実践

食品購入時に確認することは、「賞味期限」や「原産地」を大半が挙げています。

(4) 食品を買うときに確認をしているか (問23(16歳以上のみ))

食品購入時に確認すること

食品購入時に確認すること	全体 (1,090人)	女性 (677人)					男性 (413人)				
		青年期	成人期	壮年期	高齢期	合計	青年期	成人期	壮年期	高齢期	合計
賞味期限・消費期限	90.1	90	95.1	94.2	94.9	93.9	77.9	84.1	83.1	87.1	83.8
原産地	71.1	45.5	81.1	87.4	85.1	78.3	45.6	56.8	57.6	69.1	59.3
原材料	44.8	30.9	46.5	54.6	58.3	49.5	20.6	37.5	31.4	49.6	37
食品添加物の使用	39.7	28.2	32.4	54.1	60	45.5	16.2	26.1	29.7	40.3	30.3
保存方法	36.0	21.8	30.3	43.5	58.3	40.2	27.9	22.7	20.3	41	29.1
遺伝子組み換え原料の使用	28.3	14.5	34.1	49.3	34.3	35.6	10.3	14.8	16.9	20.1	16.5
栽培方法(有機 無機)	19.1	8.2	16.2	25.6	37.1	23.2	8.8	8	9.3	19.4	12.3
アレルギー表示	7.8	9.1	7	6.8	11.4	8.4	2.9	10.2	6.8	6.5	6.8
確認していない	5.4	5.5	2.2	1.9	1.7	2.5	17.6	9.1	7.6	9.4	10.2

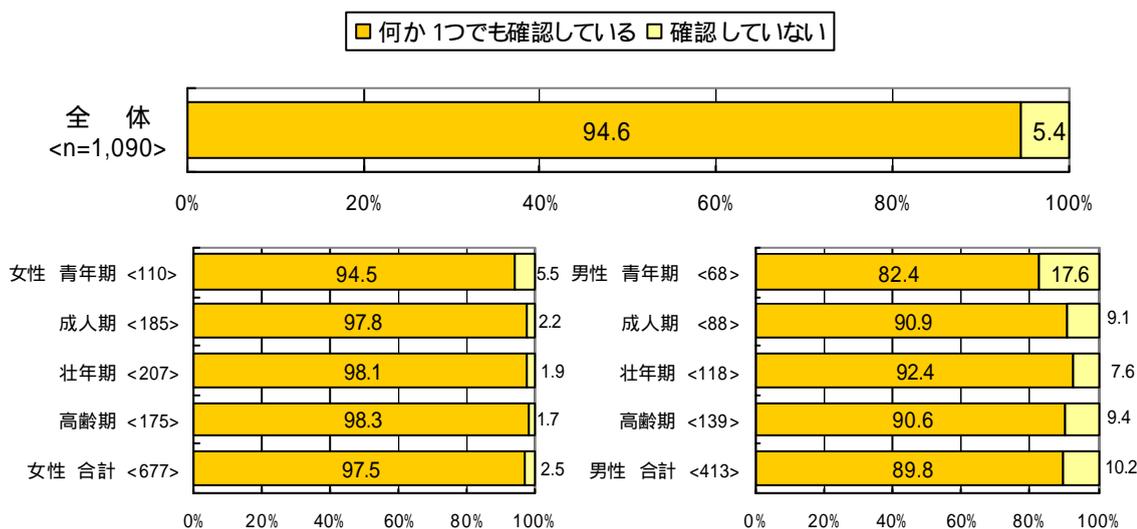
- ・「賞味期限・消費期限」が90.1%で最も多くの回答を集めています。続いて「原産地」71.1%、「原材料」44.8%の順で高い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別でみると、女性では年齢が上がるほど、食品購入時に確認していると回答している項目が増えています。

賞味期限：定められた方法により保存した場合において、期待されるすべての品質の保持が十分に可能であると認められる期限を示す年月日をいう。ただし、当該期限を超えた場合であっても、これらの品質が保持されていることがあるものとする。

消費期限：定められた方法により保存した場合において、腐敗、変敗その他の品質の劣化に伴い安全性を欠くこととなるおそれがないと認められる期限を示す年月日をいう。

〔参照：食品衛生法に基づく表示について(平成15年9月5日付け厚生労働省医薬食品局食品安全部基準審査・監視安全課長連名通知)〕

食品購入時に何かひとつでも確認している人の割合



- ・何か1つでも確認している人の割合は94.6%と回答者のほとんどを占めています。
- ・性・ライフステージ別でみると、女性は男性に比べ、何か1つでも確認している人の割合が高くなっています。また、男女ともに青年期では、何か1つでも確認している割合が他の年齢期に比べ低くなっています。

・集計結果

3. 食育の実践

食中毒予防のための方法に気をつけている人はいずれの方法も5割前後。
 全てに気をつけているのは3割となっています。

(5) 食中毒予防に気をつけているか (問24 (16歳以上のみ))

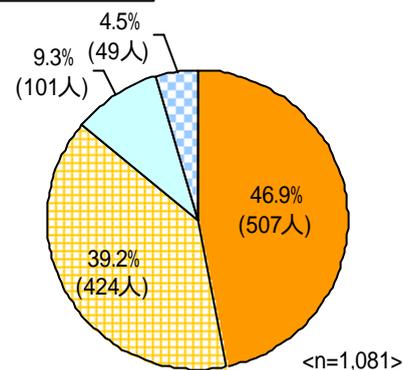
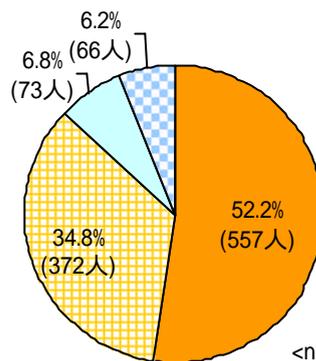
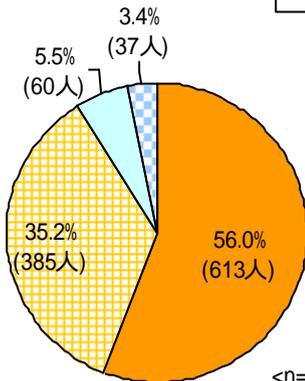
各項目での「気をつけている」状況

(A) 食品の保存方法

(B) 調理の方法

(C) 調理器具の洗浄・消毒方法

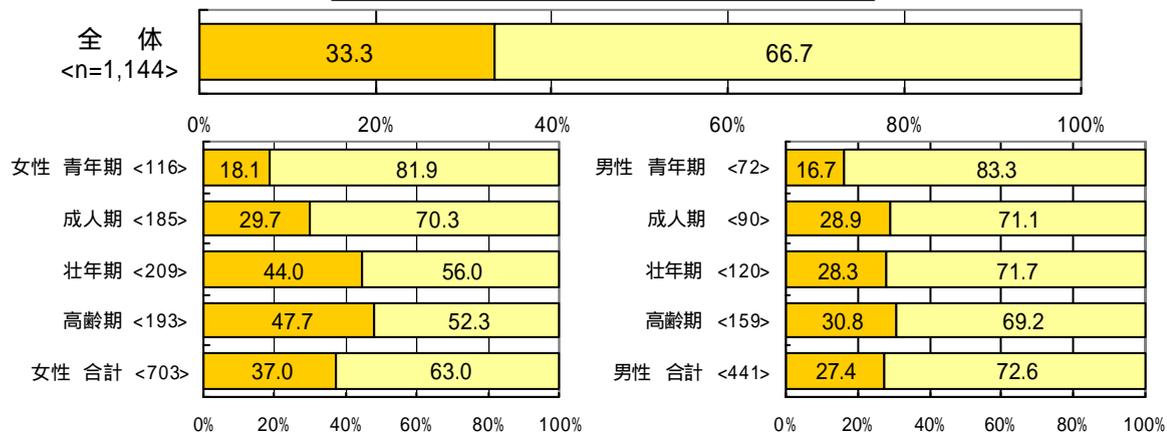
■ 気をつけている □ ある程度は気をつけている □ あまり気を付けていない □ ほとんど気を付けていない



- ・食品の保存方法については、「気をつけている」56.0%、「ある程度は気をつけている」35.2%となっており、9割以上が何らかに気をつけています。
- ・調理の方法については、「気をつけている」52.2%、「ある程度は気をつけている」34.8%となり、8割以上が何らかに気をつけています。
- ・調理器具の洗浄・消毒方法については、「気をつけている」46.9%、「ある程度は気をつけている」39.2%となり、8割以上が何らかに気をつけています。

食品の保存方法、調理方法、調理器具の洗浄・消毒方法の全てに「気をつけている」と答えた割合

■ 全てに気をつけている □ 全ては気をつけていない



- ・食品の保存方法、調理方法、調理器具の洗浄・消毒方法の全てに「気をつけている」と回答したのは、全体の33.3%となっています。
- ・性・ライフステージ別でみると、女性の高齢期、壮年期において、気をつけている割合が特に高くなっています。

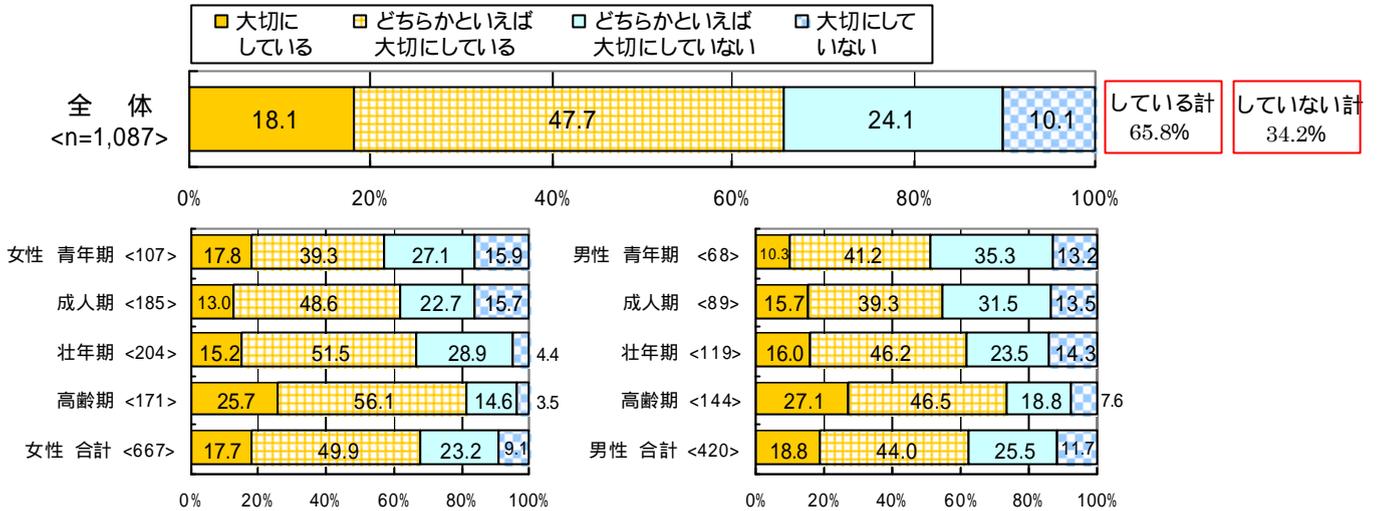
・集計結果

3. 食育の実践

「伝統食」・「行事食」ともに、年齢が上がるほど大切にしている傾向がみられます。

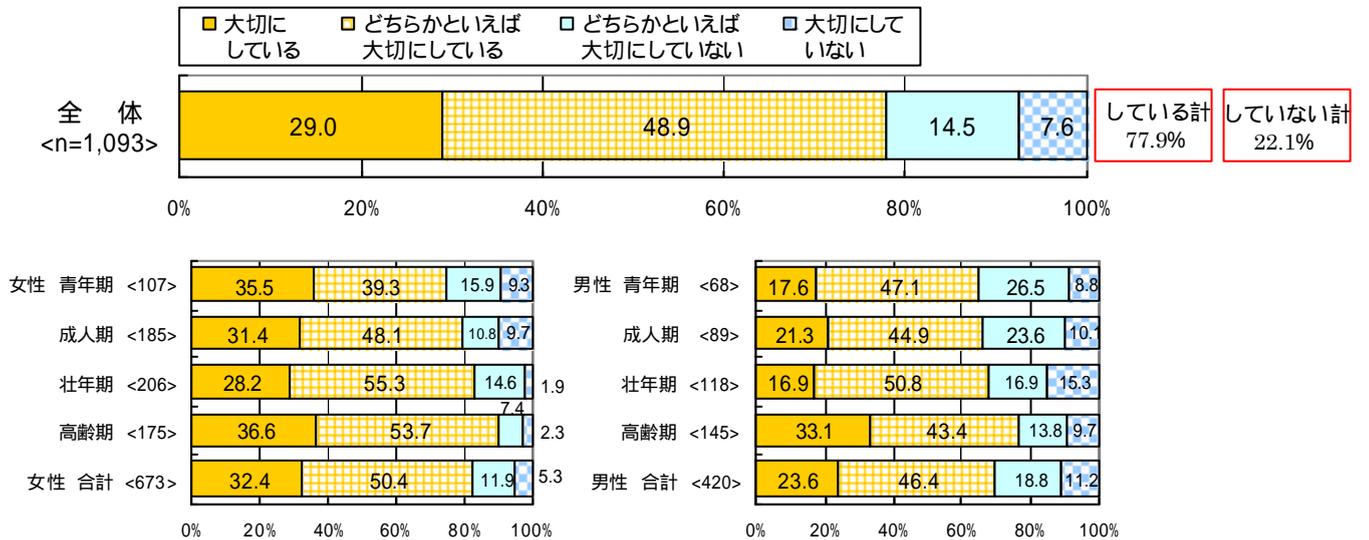
(6) 食文化を大切にしているか (問25 (16歳以上のみ))

伝統食を大切にしている人の状況



・性・ライフステージ別では、男女ともに年齢が上がるほど伝統食を(「どちらかといえば」含め)大切にしていると回答した割合が高い傾向となり、女性の高齢期では8割以上に達しています。

行事食を大切にしている人の状況



・性・ライフステージ別では、女性の方が男性に比べ「大切にしている」の割合が高くなっています。また、男女ともに年齢が上がるほど行事食を(「どちらかといえば」含め)大切にしていると回答した割合が高い傾向がみられます。

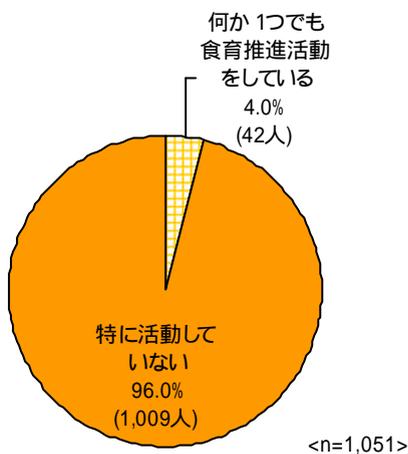
・集計結果

3. 食育の実践

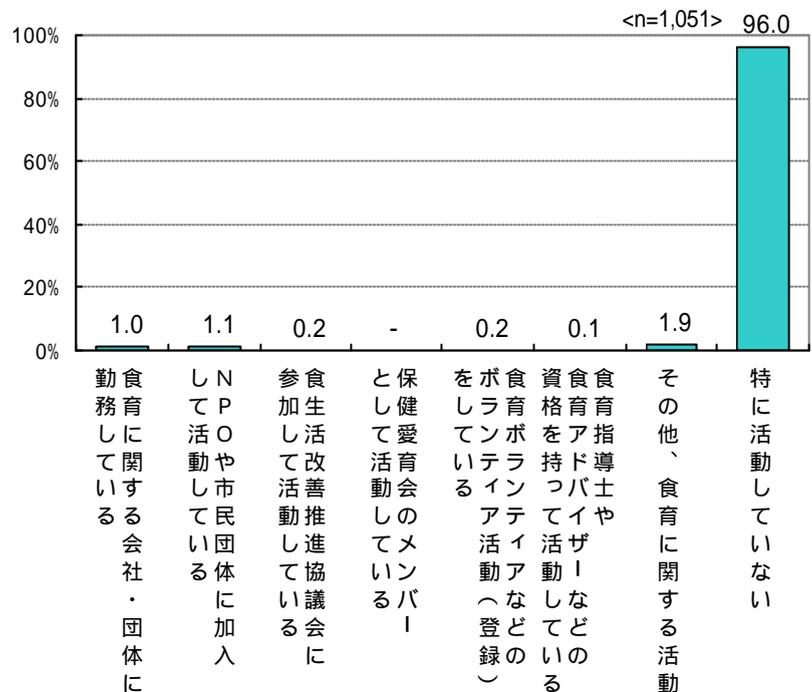
食育推進に関わる活動を行っている人は、4.0%となっています。

(7) 食育の活動をしているか (問26 (16歳以上のみ))

食育推進に関わる活動をしているか



食育推進に関わる活動の内訳



- ・食育推進について「何か1つでも食育推進活動をしている」割合は4.0%となっています。
- ・活動の内訳については、「NPOや市民団体に加入して活動している」1.1%、「食育に関する会社・団体に勤務している」1.0%などが少数ながらみられます。

その他の活動(抜粋)

- 保育園勤務、保育士のため仕事中は子供達と食育活動を意識しながら行っている
- 食品衛生指導員をしている。特に衛生面
- 栄養士の資格を持っているので、いつも食事には気をつけている

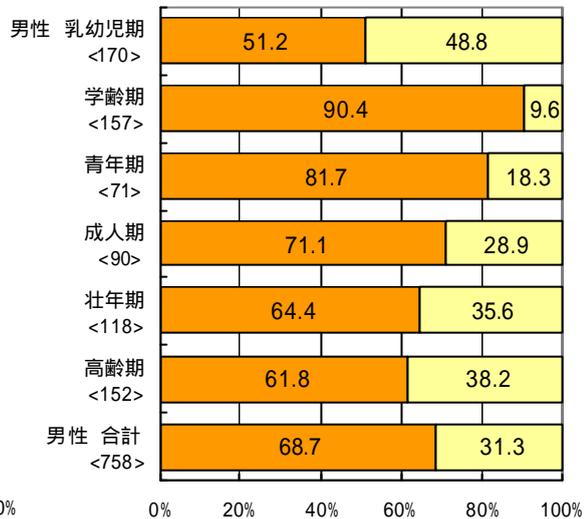
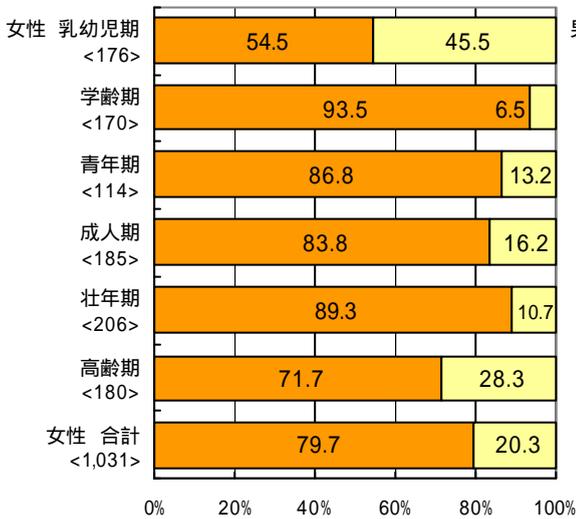
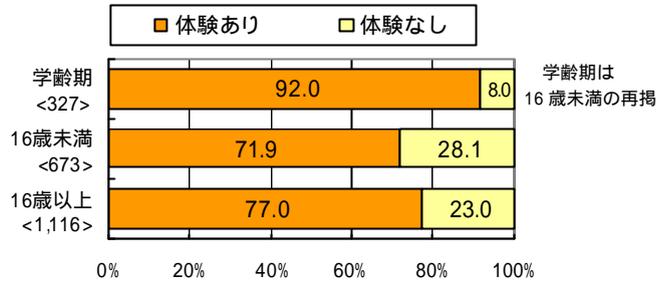
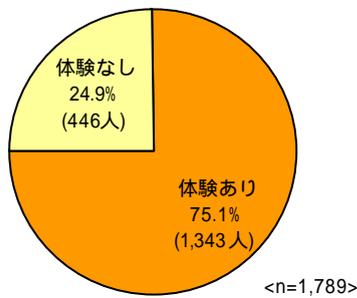
・集計結果

3. 食育の実践

農酪漁業体験があるのは75%。学齢期では経験のある割合が9割を超えています。

(8) 農酪漁業体験などの経験があるか (問27)

農酪漁業体験など何か1つでも食育に関する体験をしている割合



- ・全体では、農酪漁業体験など何らかの食育体験をしている割合は75.1%。16歳以上は16歳未満に比べ、何らかの食育体験をしている割合が5ポイント高くなっています。
- ・性・ライフステージ別でみると、男女ともに学齢期以上では年齢が低いほど経験している割合が高い傾向となり、学齢期では9割以上が経験しています。

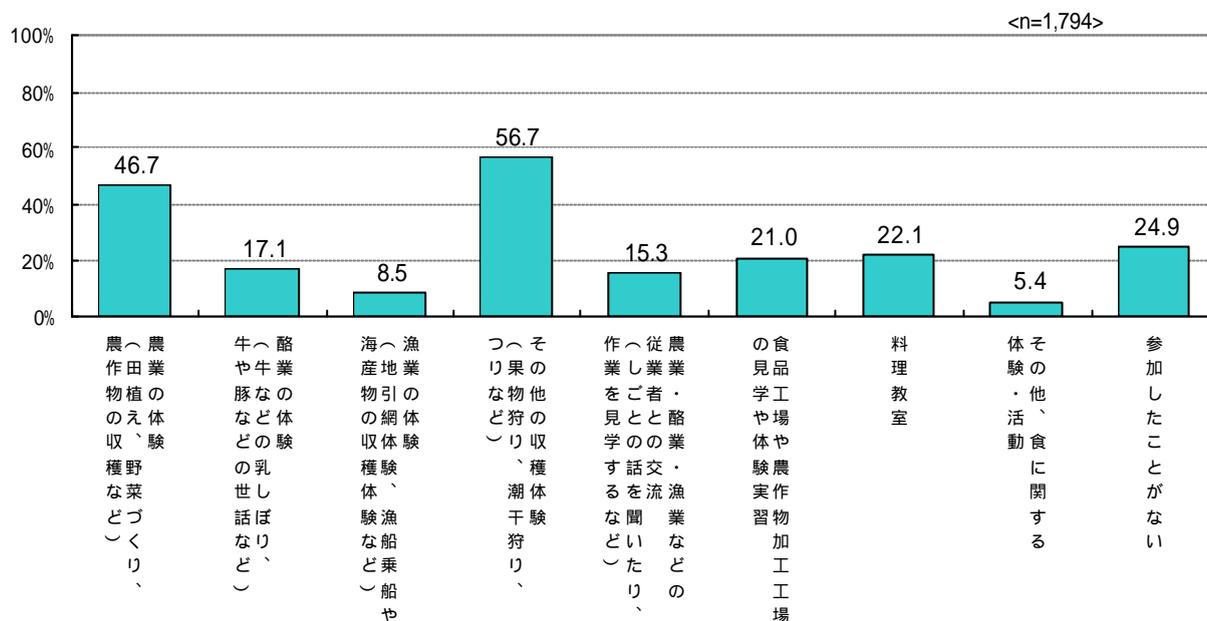
・集計結果

3. 食育の実践

「収穫体験」や、「農業体験」の割合が高くなっています。

(8) 農酪漁業体験などの経験があるか (問27)

農酪漁業体験の状況



・農酪漁業体験の状況は、「その他の収穫体験(果物狩り、潮干狩り、つりなど)」が 56.7%で最も高く、続いて「農業の体験(田植え、野菜作り、農作物の収穫など)」が 46.7%となっています。

その他、食に関する体験・活動(抜粋)

- 栄養に関する講座に親子で参加
- 少年団、子供会のカレー、豚汁作り
- 食事作りのお手伝い
- 炊き込みご飯やお煮しめ等沢山作って友人等におすそ分けする

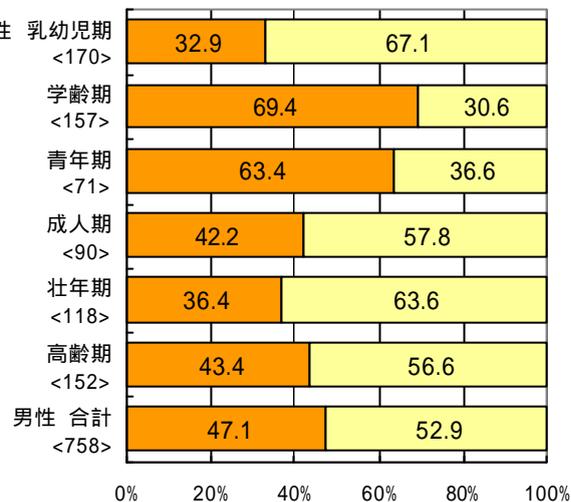
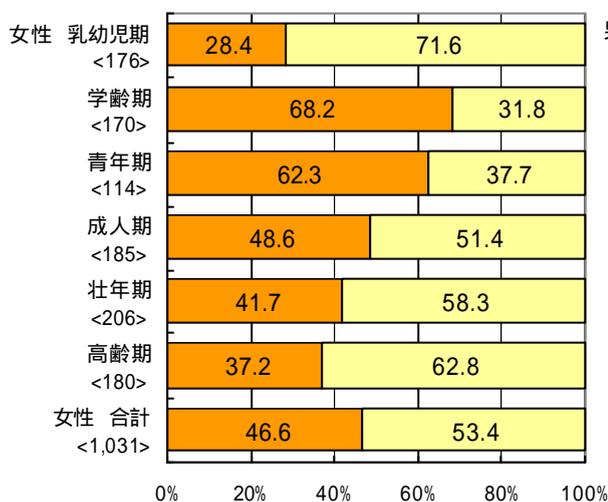
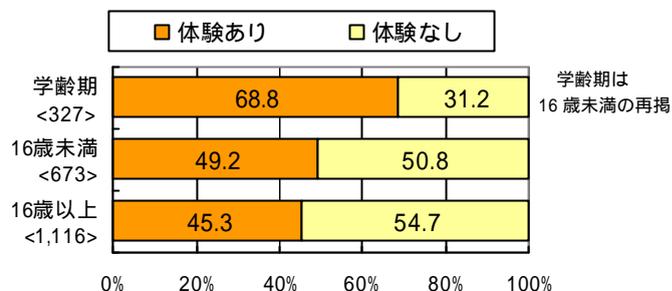
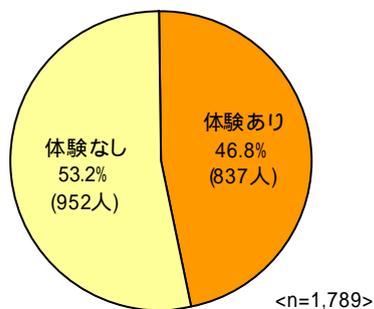
・集計結果

3. 食育の実践

農業体験があるのは5割弱。学齢期では経験のある割合が高くなっています。

(8) 農酪漁業体験などの経験があるか (問 2 7)

農業体験の状況



- ・全体では、農業体験の経験があるのは46.8%。16歳未満が16歳以上に比べ4ポイント高くなっています。
- ・性・ライフステージ別にみると、男女ともに、学齢期以上では年齢が低いほど経験のある割合が高い傾向となり、学齢期では7割弱に達しています。

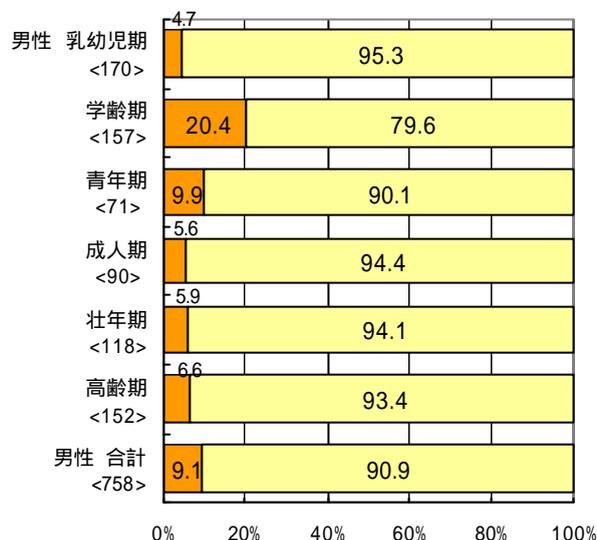
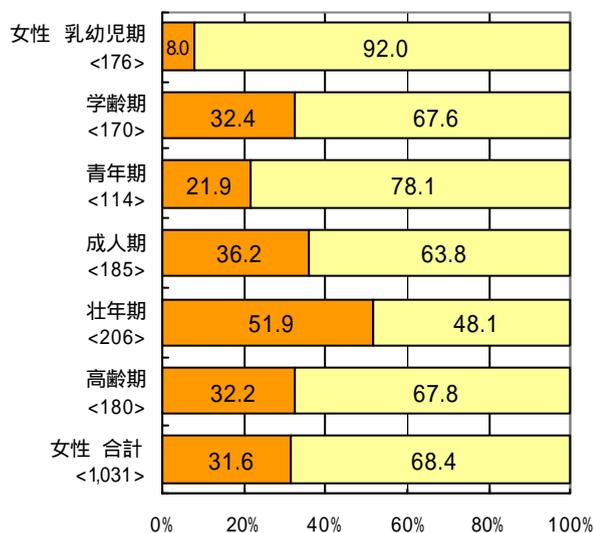
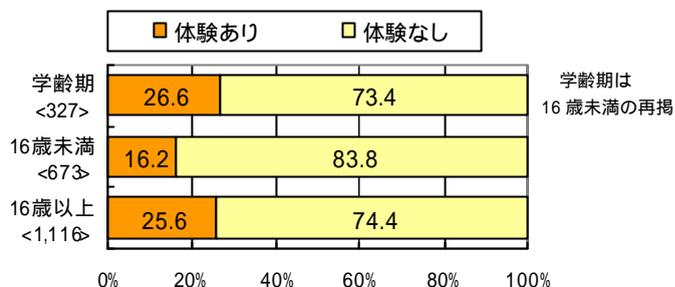
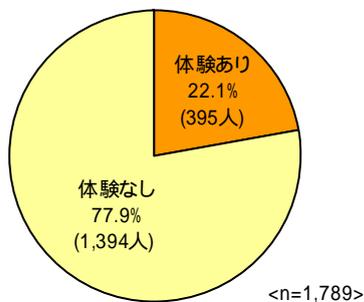
・集計結果

3. 食育の実践

料理教室体験があるのは2割。女性の壮年期では経験のある割合が約半数となっています。

(8) 農酪漁業体験などの経験があるか (問27)

料理教室体験の状況



- ・全体では、料理教室体験の経験があるのは22.1%。16歳以上が16歳未満に比べ10ポイント近く高い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別にみると、女性はどの年齢期においても経験のある割合が男性を大きく上回っています。
- ・女性の壮年期では、経験のある割合が51.9%と特に高い割合を示しています。

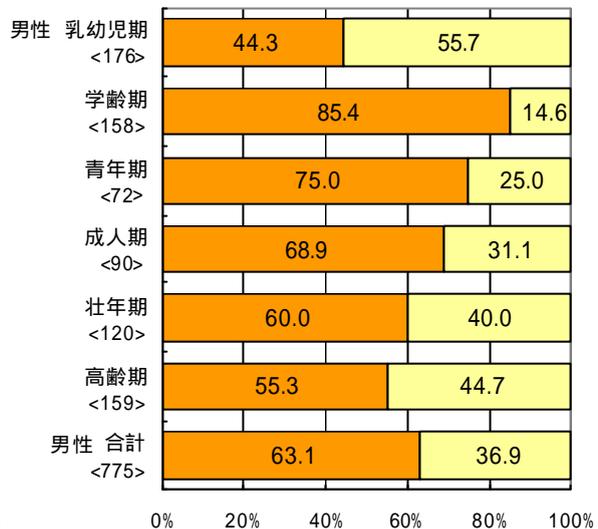
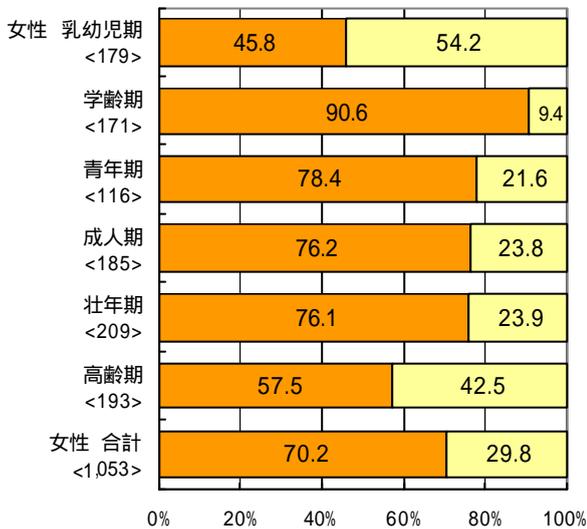
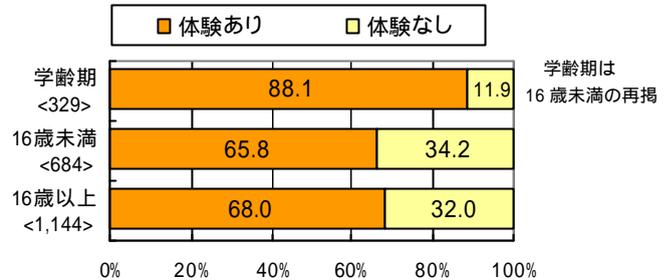
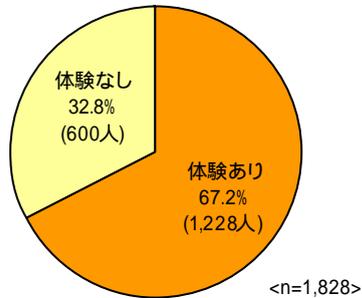
・集計結果

3. 食育の実践

収穫体験があるのは7割弱。学齢期では経験のある割合が高くなっています。

(8) 農酪漁業体験などの経験があるか (問27)

収穫体験の状況



- ・全体では、収穫体験の経験があるのは67.2%となっています。
- ・性・ライフステージ別にみると、男女ともに、学齢期以上では年齢が低いほど経験のある割合が高い傾向となり、学齢期では8割以上に達しています。

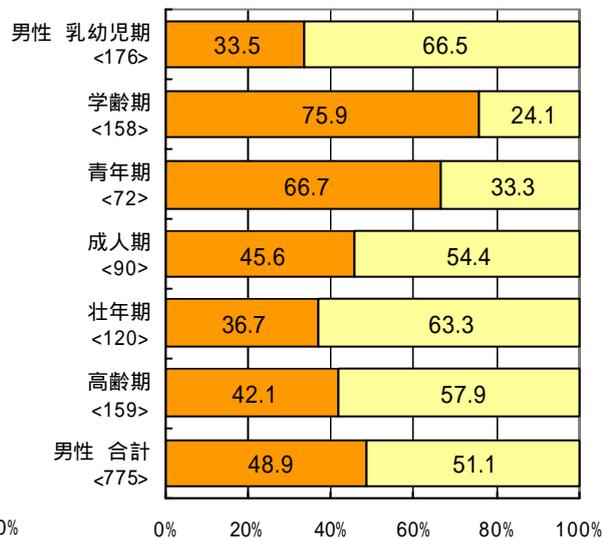
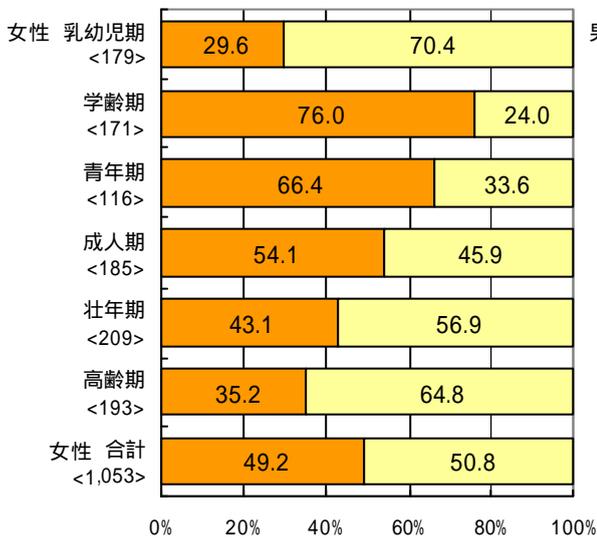
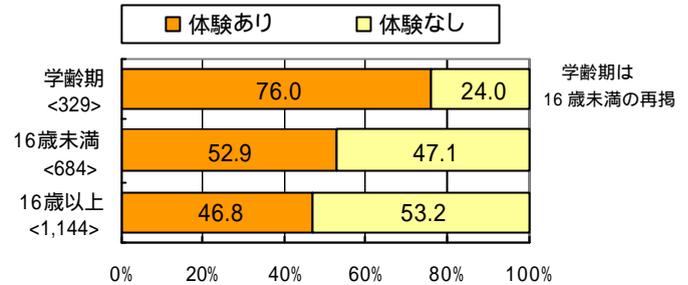
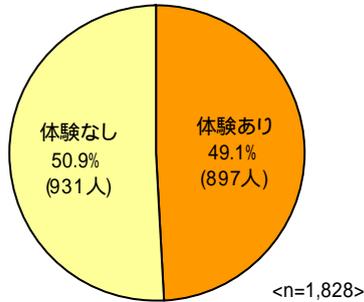
・集計結果

3. 食育の実践

酪農体験があるのは5割。学齢期では経験のある割合が高くなっています。

(8) 農酪漁業体験などの経験があるか (問27)

酪農体験の状況



- ・全体では、酪農体験の経験があるのは49.1%。16歳未満が16歳以上に比べ6ポイント高い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別にみると、男女ともに、学齢期以上では年齢が低いほど経験のある割合が高い傾向となり、学齢期では7割以上に達しています。

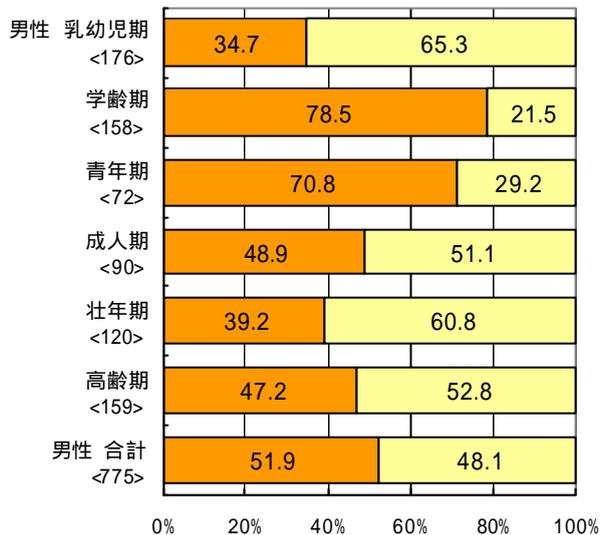
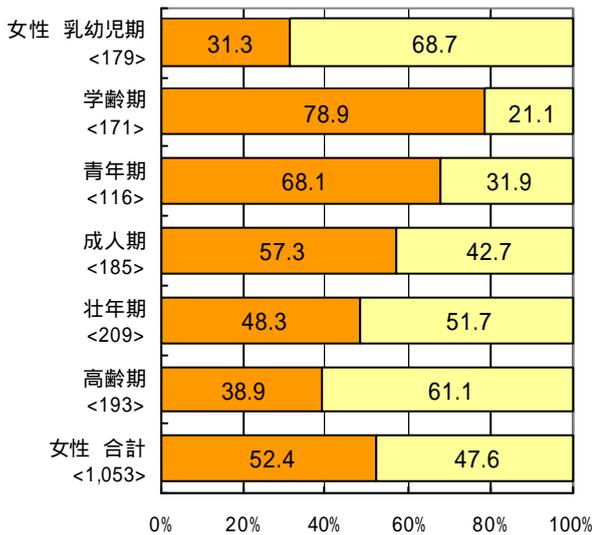
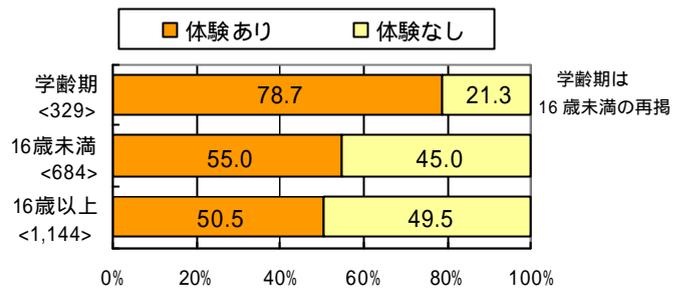
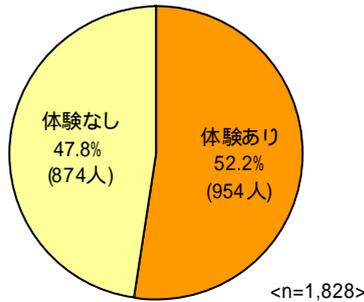
・集計結果

3. 食育の実践

農酪漁業体験や従事者との交流があるのは5割。学齢期では経験のある割合が高くなっています。

(8) 農酪漁業体験などの経験があるか (問27)

農酪漁業体験や従事者との交流の状況



- ・全体では、酪農漁業体験や従事者との交流の経験があるのは52.2%。16歳未満が16歳以上に比べ4ポイント高い割合となっています。
- ・性・ライフステージ別にみると、男女ともに、学齢期以上では年齢が低いほど経験のある割合が高い傾向となり、学齢期では8割近くに達しています。

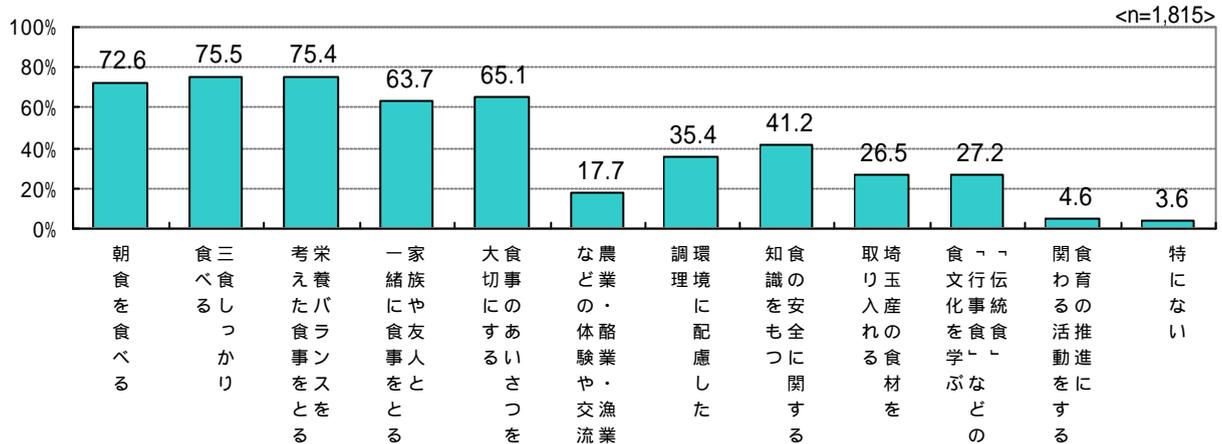
・集計結果

3. 食育の実践

「三食しっかり食べる」など、食事に関連する項目が取り入れたい食育の上位に挙がっています。朝食を食べることについては、7割以上が生活に取り入れたいと回答しています。

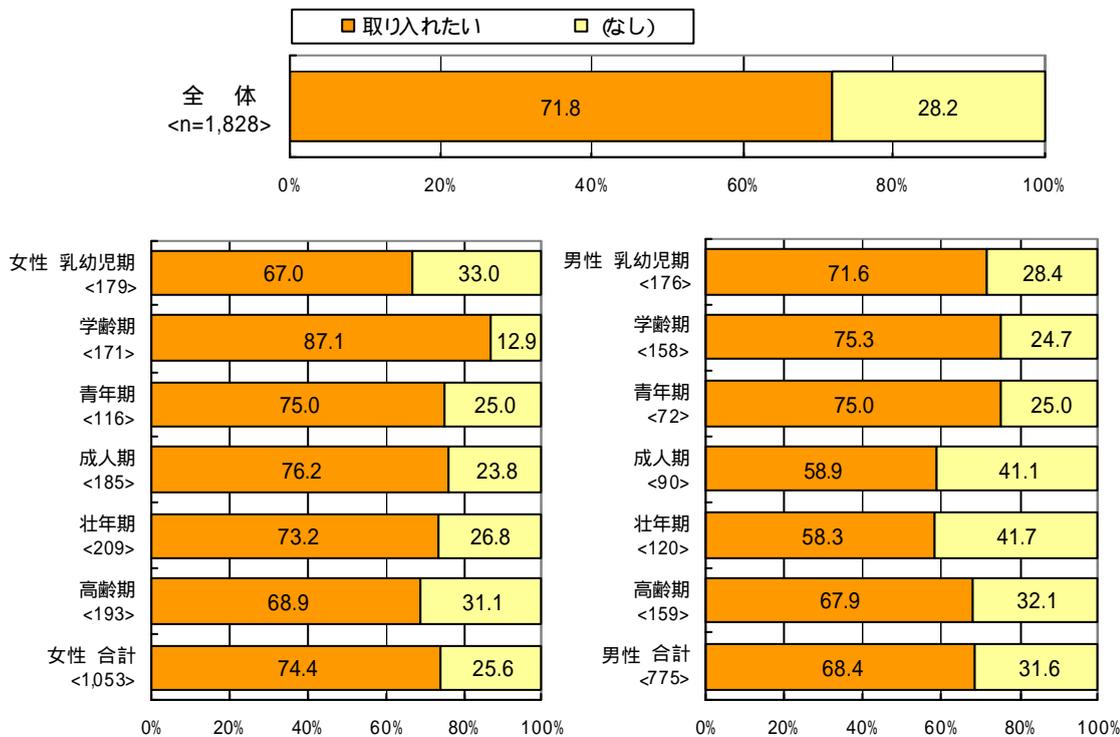
(9) 生活に取り入れたい食育があるか (問28)

「日々の生活に取り入れたい(取り入れている)食育」の状況



・「三食しっかり食べる」75.5%、「栄養バランスを考えた食事をする」75.4%、「朝食を食べる」72.6%の順で高い割合となっています。

「朝食を食べることを生活に取り入れる」の状況



・全体では、朝食を食べることを生活に取り入れたいと回答したのは71.8%となっています。
 ・性・ライフステージ別では、女性の学齢期で取り入れたい人の割合が9割弱と特に高くなっています。男性では、成人期、壮年期で取り入れたい人の割合が他の年齢期に比べ低くなっています。

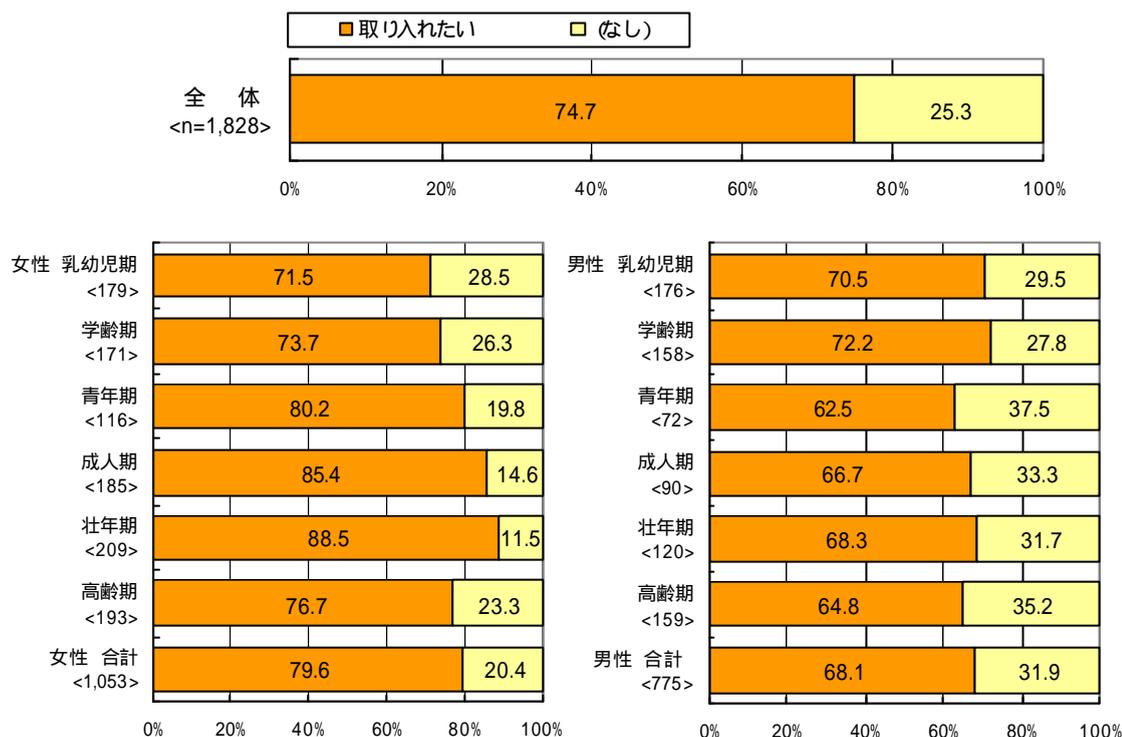
・集計結果

3. 食育の実践

「栄養バランスを考えた食事を食べること」については、7割が生活に取り入れたいと回答しています。

(9) 生活に取り入れたい食育があるか (問28)

「栄養バランスを考えた食事を食べることを生活に取り入れる」の状況



・全体では、栄養バランスを考えた食事を食べることを取り入れたいと回答したのは74.7%となっています。

・性・ライフステージ別では、女性の壮年期で取り入れたい人の割合が9割弱と特に高くなっています。

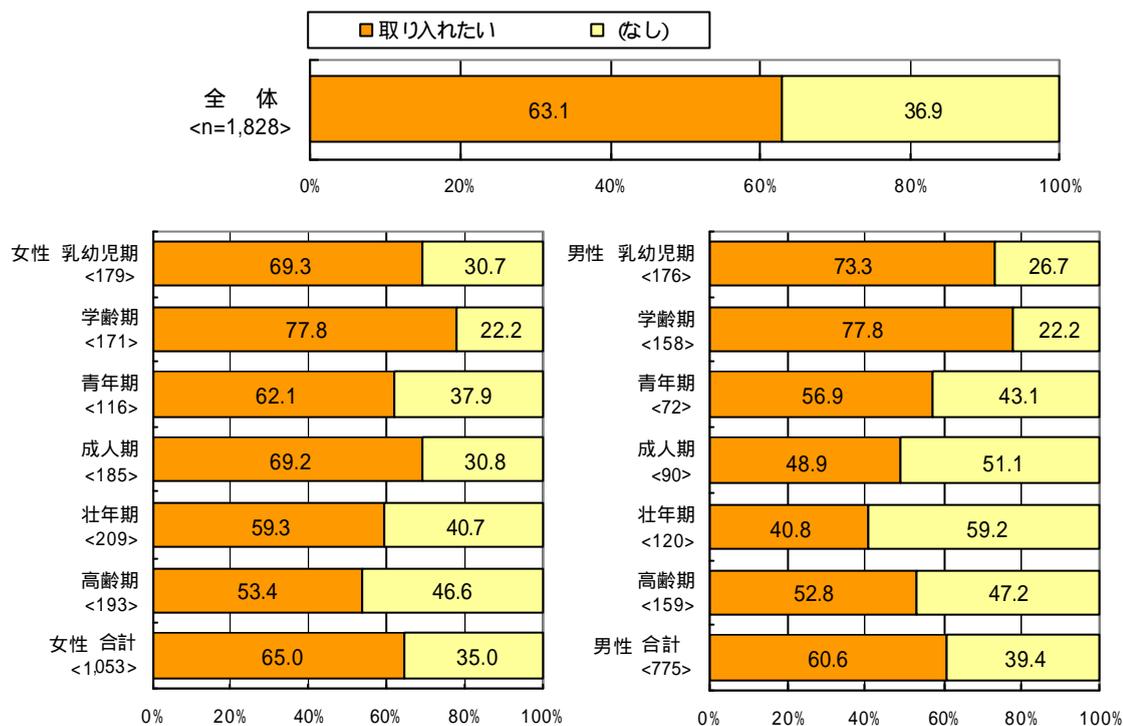
・集計結果

3. 食育の実践

「一緒に食べること」については、6割が生活に取り入れたいと回答しています。

(9) 生活に取り入れたい食育があるか (問28)

「一緒に食べることを生活に取り入れる」の状況



- ・全体では、一緒に食べることを生活に取り入れたいと回答したのは63.1%となっています。
- ・性・ライフステージ別では、男女ともに年齢が低いほど取り入れたい人の割合が高い傾向となっています。

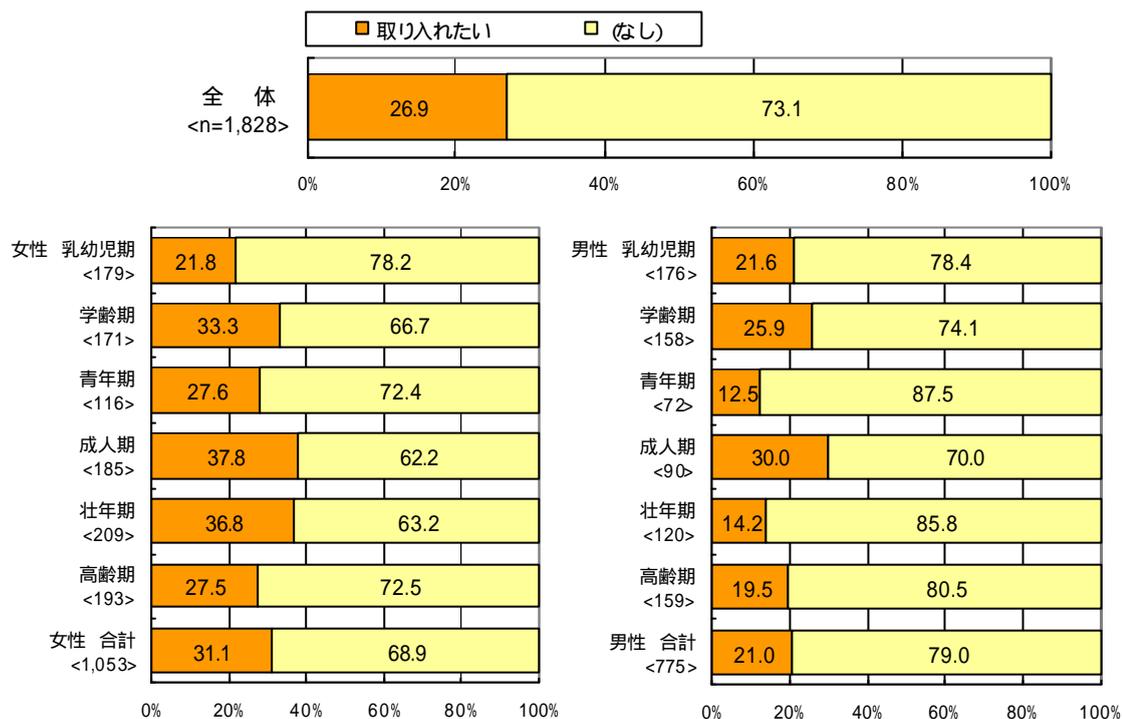
・集計結果

3. 食育の実践

「食文化」を生活に取り入れたいと回答したのは3割弱となっています。

(9) 生活に取り入れたい食育があるか (問28)

「食文化を生活に取り入れる」の状況



- ・全体では、食文化を生活に取り入れたいと回答したのは26.9%となっています。
- ・性・ライフステージ別では、女性は男性に比べ、取り入れたいと回答した割合が高くなっています。

・前回調査（平成19年7月実施）との比較

1. 結果概要（ポイント）

野菜離れの傾向がみられます。

朝食において「ほとんど毎日野菜を食べている」割合が減少
朝食・昼食において「野菜はほとんど食べていない」割合が増加

食事の時に「よくかんでいない」人が増加しています。

食事の時に「よくかんで食べていない／気にしていない」割合が増加

食事の時に「ごちそうさま」のあいさつをしている人が増加しています。

食事の時に「ごちそうさま」のあいさつをしている割合が増加

食育に関する言葉の認知は総じて上昇しています。

食育に関する言葉「食育」「食事バランスガイド」「メタボリックシンドローム」の認知が増加

食生活での環境への配慮が総じて薄れています。

「料理を作りすぎないように注意している」割合が減少
「冷蔵庫などに保存してある食品は何か、こまめに確認している」割合が減少
「てんぷらを揚げた油は適切に処理して捨てている」割合が減少

食品購入時に、添加物や賞味期限などを気にしている人が減少しています。

食品購入時に「栽培方法（有機・無機）」「食品添加物の使用」「賞味期限・消費期限」「保存方法」「遺伝子組み換え原料の使用」を確認する割合が減少

農酪漁業体験などの食育体験を経験している人が少なくなっています。

「農業の体験」「その他の収穫体験」「農業・酪業・漁業などの従業者との交流」の体験をしている割合が減少

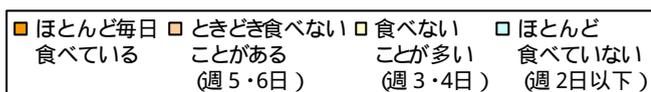
日々の生活に、食育に関する事柄を取り入れたい意向が総じて減少しています。

「栄養バランスを考えた食事をする」「食事のあいさつを大切にする」「環境に配慮した調理」「食の安全に関する知識を持つ」「『伝統食』『行事食』などの食文化を学ぶ」を日々の生活に取り入れたいとする割合が減少

・ 前回調査（平成 19 年 7 月実施）との比較

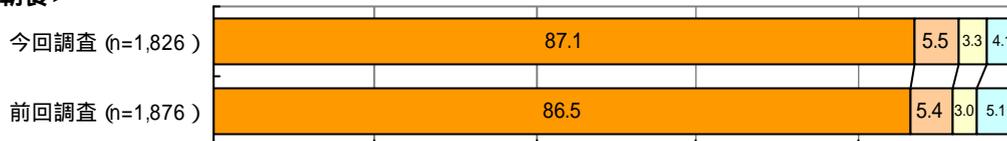
2. 前回比較の詳細

食事について



P 52～ P 59「比率の差の検定」を行い、増減が統計的に有意である項目に以下のマーカーをつけています
* : 有意水準 5%
** : 有意水準 1%

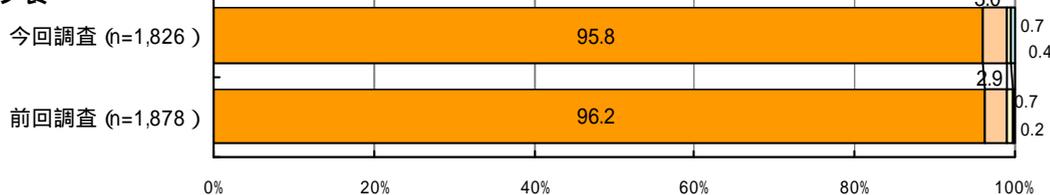
<朝食>



<昼食>



<夕食>



朝食を毎日食べている人の割合

「朝食を毎日食べる」

	n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
学齢期	329	96.0	328	94.8
16歳未満	677	94.7	642	95.2
16歳以上	1,140	82.5	1,228	81.9

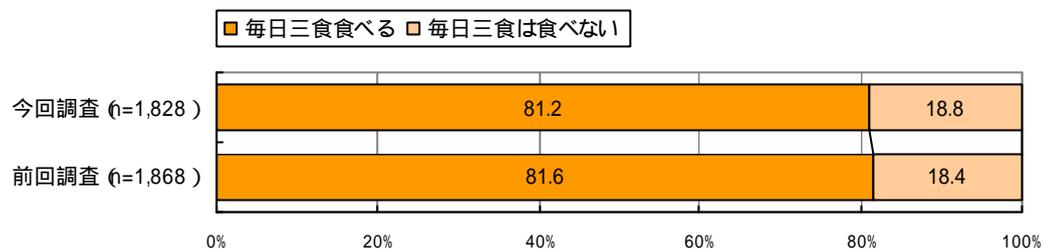
女性		n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
乳幼児期		177	91.0	161	95.7
学齢期		171	98.8	168	95.8
青年期		116	75.9	130	67.7
成人期		185	73.0	178	77.0
壮年期		209	88.0	217	83.4
高齢期		191	94.8	210	96.7
合計		1,049	87.5	1,064	86.8

男性		n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
乳幼児期		171	95.3	154	95.4
学齢期		158	93.7	161	93.8
青年期		70	70.0	88	71.6
成人期		90	64.4	137	58.8
壮年期		120	79.2	181	82.3
高齢期		159	95.0	203	95.1
合計		768	86.5	924	86.0

・前回調査（平成 19 年 7 月実施）との比較

2. 前回比較の詳細

毎日三食食べている人の割合



「毎日三食食べる」

	n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
16歳未満	684	92.4	644	93.8
16歳以上	1,144	74.6	1,230	75.3

性別	年齢期	n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
女性	乳幼児期	179	89.4	162	93.1
	学齢期	171	98.2	168	95.8
	青年期	116	** 71.6	130	55.4
	成人期	185	62.7	179	71.9
	壮年期	209	79.4	217	80.2
	高齢期	193	** 82.4	210	91.9
	合計	1,053	80.9	1,066	82.5

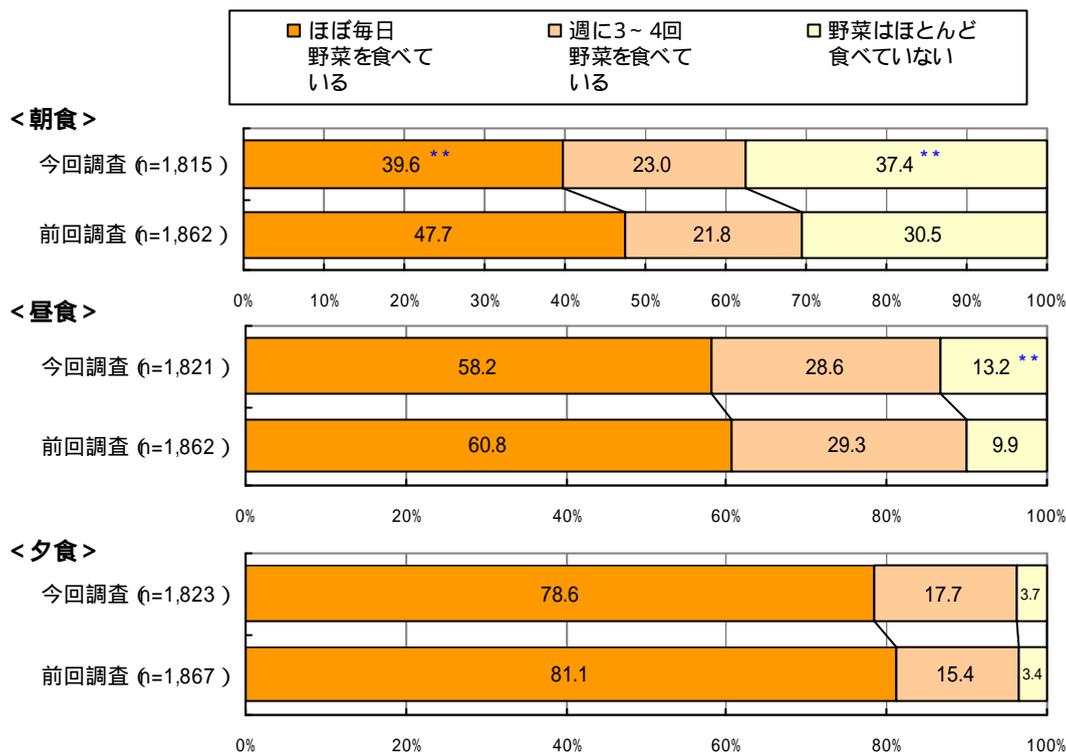
性別	年齢期	n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
男性	乳幼児期	176	88.6	153	92.8
	学齢期	158	93.7	161	93.1
	青年期	72	63.9	89	65.9
	成人期	90	61.1	97	53.6
	壮年期	120	74.2	124	71.8
	高齢期	159	87.4	184	86.4
	合計	775	81.7	808	80.5

・「毎日三食食べる」の割合が女性青年期では増加していますが、女性高齢期では減少がみられます。

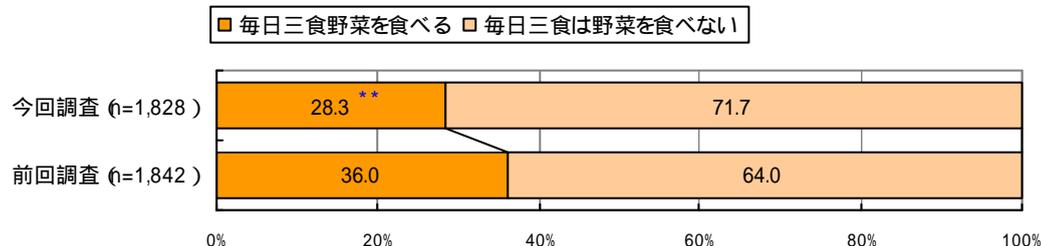
・前回調査（平成19年7月実施）との比較

2. 前回比較の詳細

野菜の摂取について



毎日三食野菜を食べている人の割合



「毎日三食野菜を食べる」

		n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
16歳未満		684	** 29.1	642	36.8
16歳以上		1,144	** 27.8	1,219	35.7
女性	乳幼児期	179	30.7	161	38.6
	学齢期	171	32.2	167	31.7
	青年期	116	17.2	129	18.0
	成人期	185	16.8	179	16.9
	壮年期	209	** 28.2	216	42.8
	高齢期	193	** 50.3	205	64.9
	合計	1,053	** 30.1	1,057	37.3

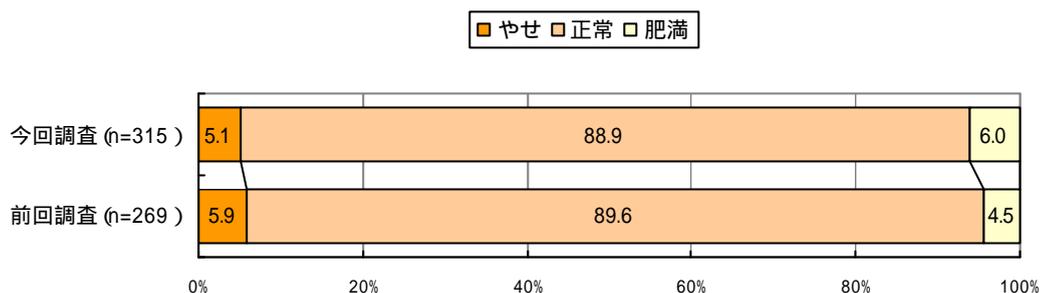
		n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
男性	乳幼児期	176	** 27.3	153	40.4
	学齢期	158	** 25.9	161	36.9
	青年期	72	15.3	88	19.3
	成人期	90	13.3	97	17.7
	壮年期	120	21.7	124	28.1
	高齢期	159	39.0	181	47.7
	合計	775	** 25.8	804	34.3

- ・野菜の摂取について、朝食において「ほぼ毎日野菜を食べている」割合の減少、朝食・昼食において「野菜はほとんど食べていない」割合が増加しており、野菜離れの傾向がみられます。
- ・「毎日三食野菜を食べる」の割合も前回に比べ減少しています。

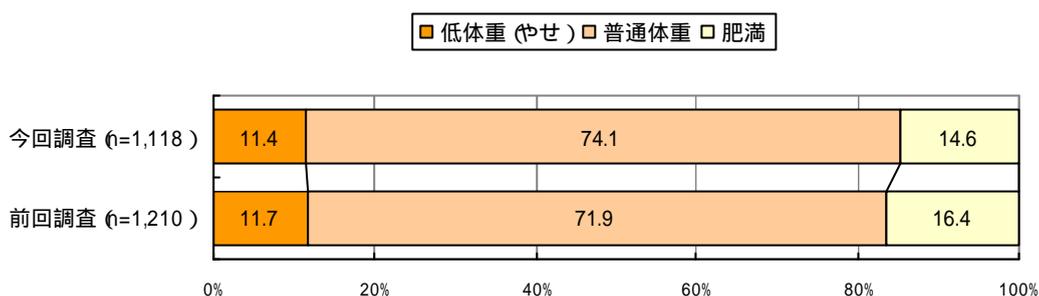
・前回調査（平成 19 年 7 月実施）との比較

2. 前回比較の詳細

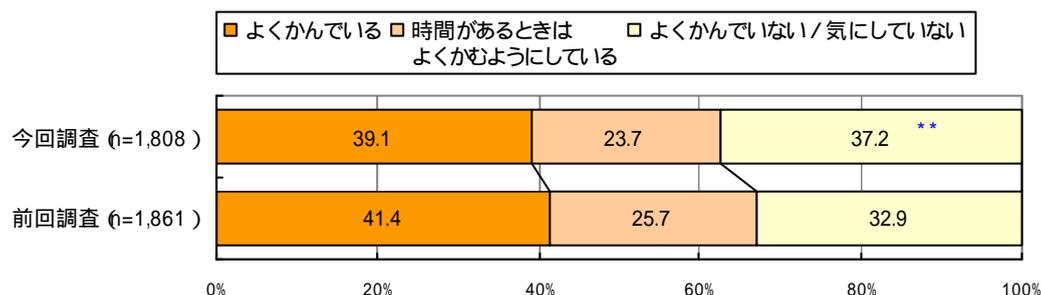
学齢期 肥満・やせの人の割合（(財)日本学校保健会の肥満度判定による）



16歳以上 肥満・低体重（やせ）の人の割合（BMIの基準による）



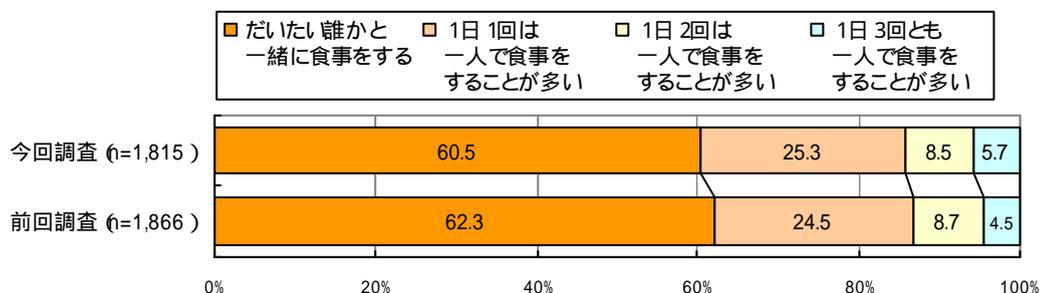
よくかんで食べているか



「よくかんで食べる」

	n(人)	今回調査 (%)	n(人)	前回調査 (%)
16歳未満	668	50.4	636	50.8
16歳以上	1,140	* 32.5	1,215	36.6

「一人で食事をする」割合



「だいたい誰かと一緒に食事をする」

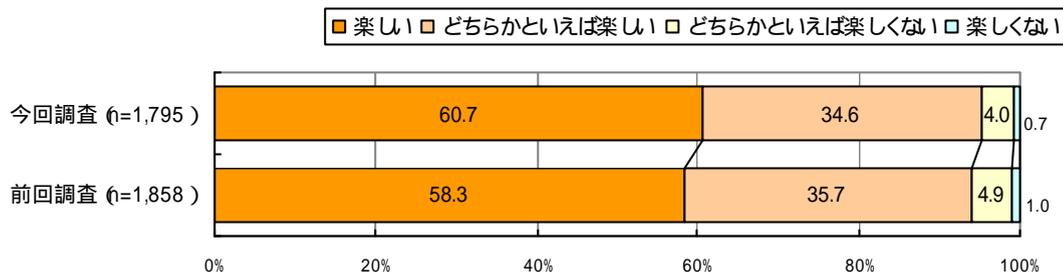
	n(人)	今回調査 (%)	n(人)	前回調査 (%)
16歳未満	675	92.6	641	92.2
16歳以上	1,140	* 41.4	1,215	46.5

・「よくかんでいない/気にしていない」割合の増加がみられます。

・前回調査（平成 19 年 7 月実施）との比較

2. 前回比較の詳細

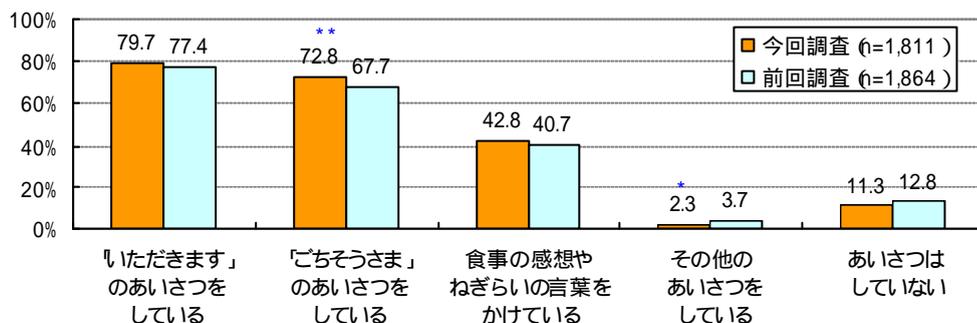
「食事が楽しい」人の割合



「楽しい」

	n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
16歳未満	664	65.8	636	69.8
16歳以上	1,131	** 57.8	1,212	52.5

食事のあいさつの状況



「いただきます」のあいさつをしている

	n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
16歳未満	673	89.5	642	88.2
16歳以上	1,132	73.9	1,212	71.5

・「ごちそうさま」のあいさつをしている割合が増加しています。

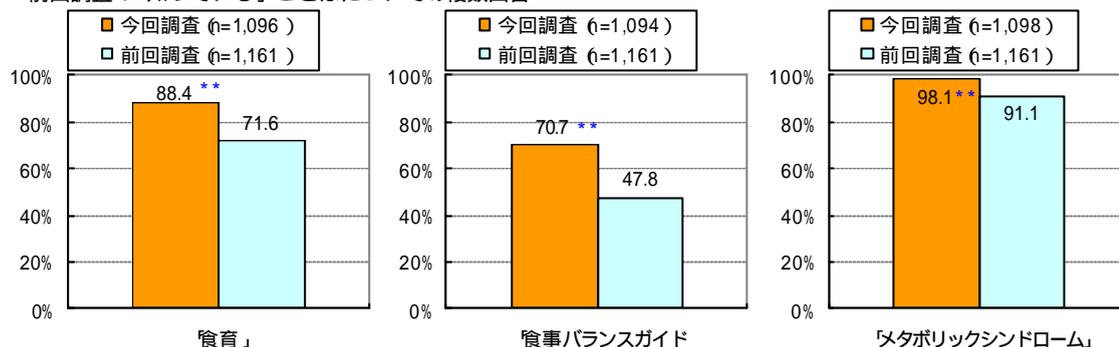
・前回調査（平成19年7月実施）との比較

2. 前回比較の詳細

食育に関する言葉の認知（16歳以上のみ）

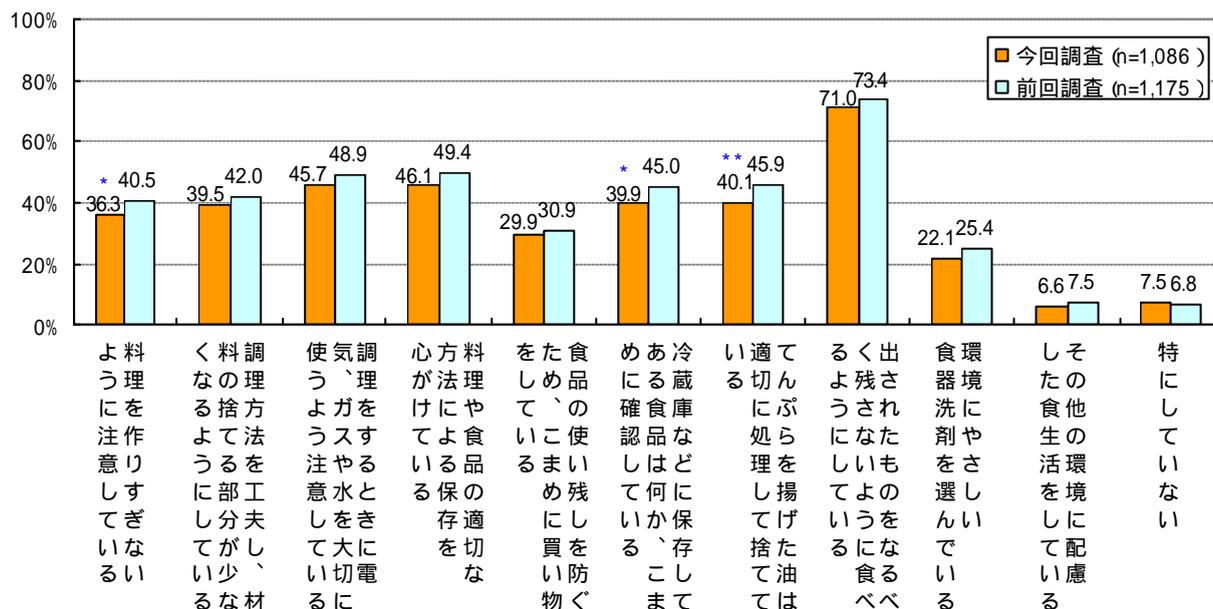
今回調査：「言葉も内容も知っている」と「言葉は知っているが内容はよく知らない」の合算

前回調査：「知っている」ことばについての複数回答

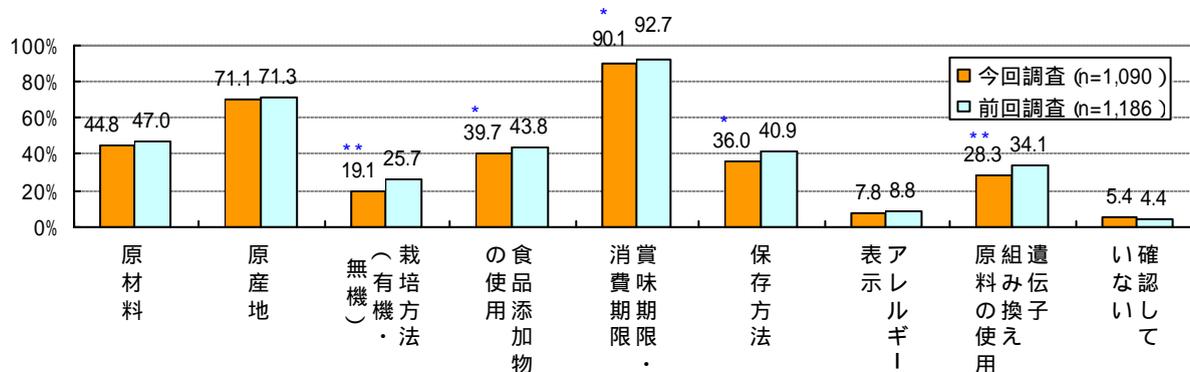


・「食育」「食事バランスガイド」「メタボリックシンドローム」いずれのことばも、認知している割合が増加しており、特に「食事バランスガイド」において顕著にみられます。

食生活面での環境への配慮（16歳以上のみ）



食品購入時に確認すること（16歳以上のみ）



・食生活面での環境への配慮は、「料理を作りすぎないように注意している」「冷蔵庫などに保存してある食品をこまめに確認」「てんぷらを揚げた油は適切に処理して捨てている」の割合が減少しています。

・食品購入時に確認することは、「栽培方法」「食品添加物の使用」「賞味期限・消費期限」「保存方法」「遺伝子組み換え原料の使用」の割合が減少しています。

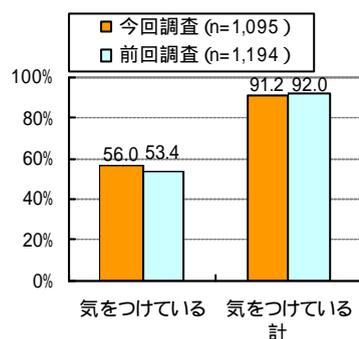
・ 前回調査（平成 19 年 7 月実施）との比較

2. 前回比較の詳細

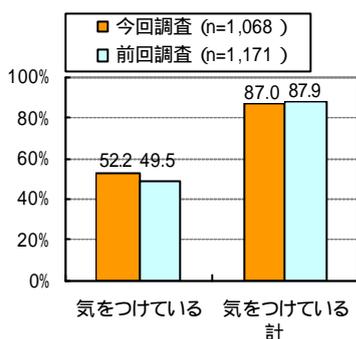
食中毒予防の各項目に「気をつけている」状況（16 歳以上のみ）

気をつけている計：「気をつけている」と「ある程度は気をつけている」の合算

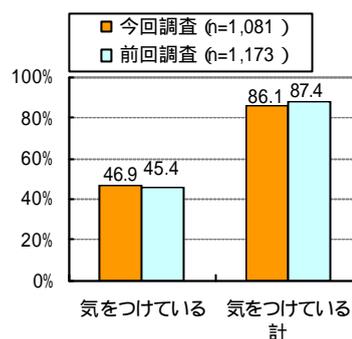
【A】食品の保存方法



【B】調理の方法



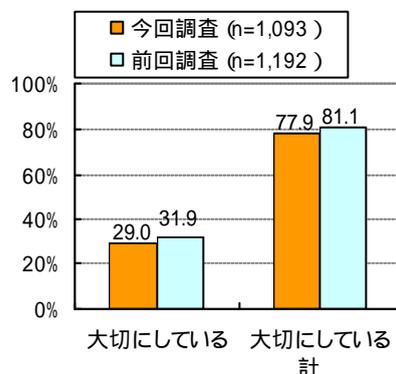
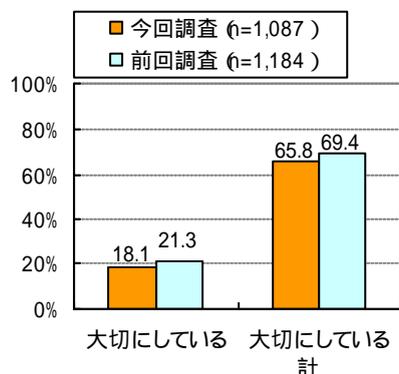
【C】調理器具の洗浄・消毒方法



食中毒予防のすべての項目に「気をつけている」人の割合（16 歳以上のみ）



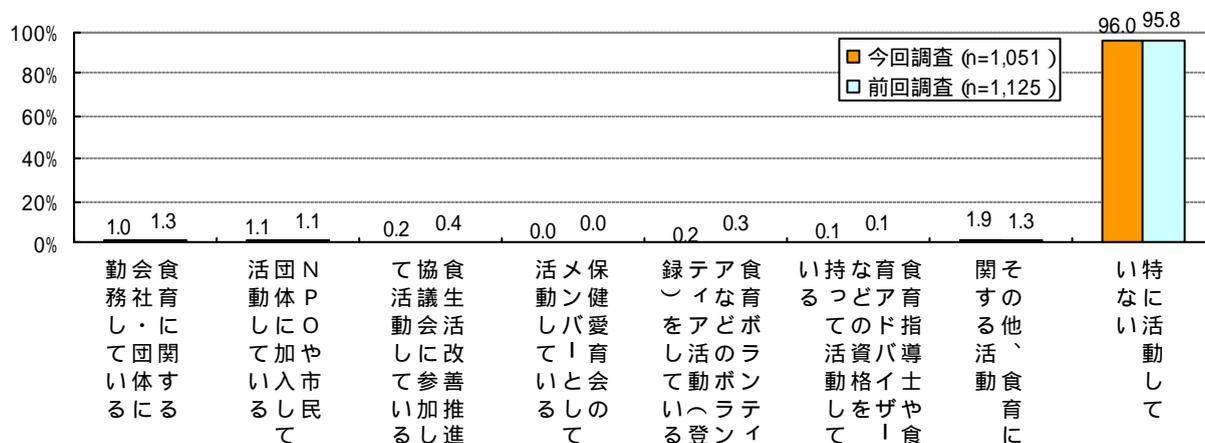
伝統食、行事食などの「食文化」を「大切にしている」人の割合（16 歳以上のみ）



大切にしている計：「大切にしている」と「どちらかといえば大切にしている」の合算

左は伝統食、右は行事食

「食育推進に関わる活動をしている」人の割合（16 歳以上のみ）

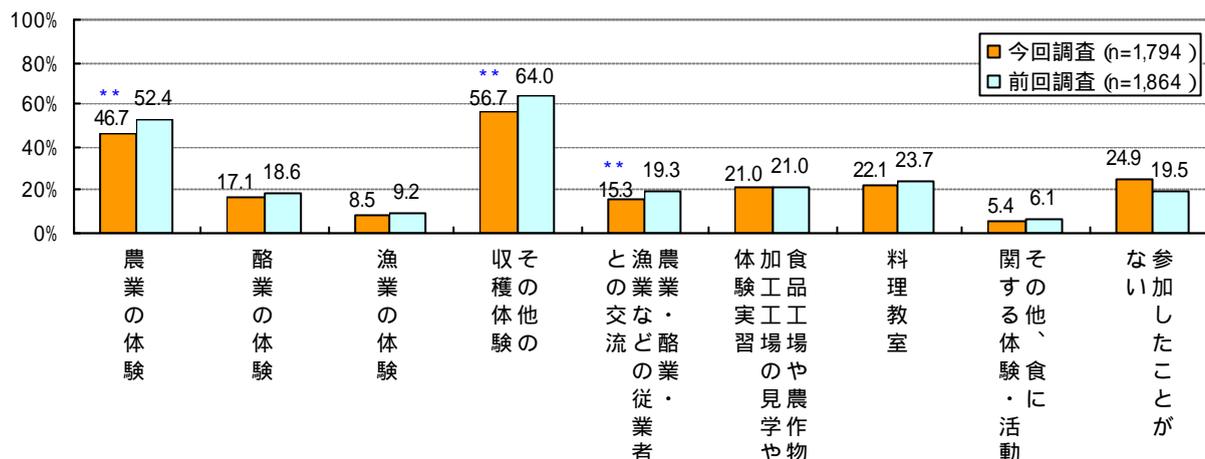


・ 食中毒の予防で気をつけていること、伝統食、行事食などの「食文化」を大切にしている状況、食育推進に関わる活動の状況では、前回との有意な差はみられませんでした。

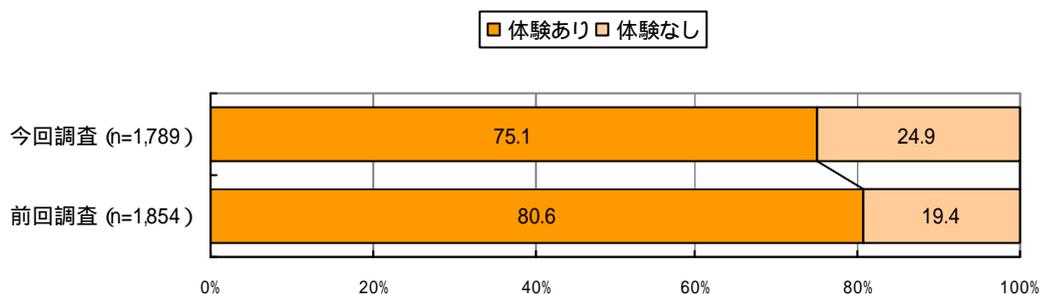
・前回調査（平成19年7月実施）との比較

2. 前回比較の詳細

農酪漁業体験などの「経験をしている」人の割合



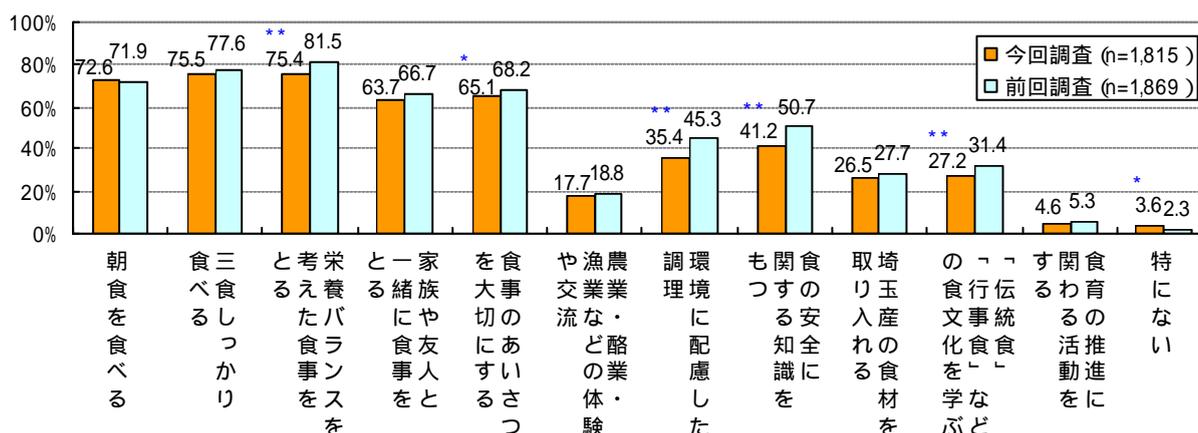
何かひとつでも農酪漁業体験などの「経験をしている」人の割合



「体験あり」

	n(人)	今回調査(%)	n(人)	前回調査(%)
16歳未満	673	71.9	644	76.6
16歳以上	1,116	** 77.0	1,210	82.7

「生活に取り入れたい(取り入れている)食育」の状況(全体)



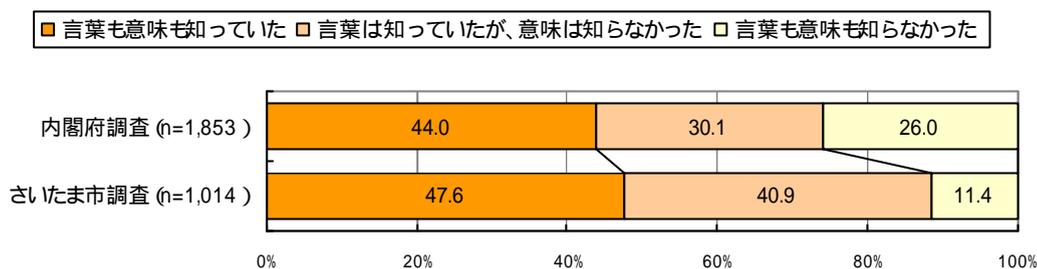
- ・農酪漁業体験の有無では、「農業の体験」、「その他の収穫体験」、「農業・酪農・漁業などの従業者との交流」において減少がみられます。「参加したことがない」が増加しています。
- ・日々の生活に取り入れたい食育では、「栄養バランスを考えた食事をする」、「食事のあいさつを大切に」、「環境に配慮した調理」、「食の安全に関する知識を持つ」、「『伝統食』『行事食』などの食文化を学ぶ」など大半の項目において減少がみられます。

・関連調査（内閣府調査）との比較

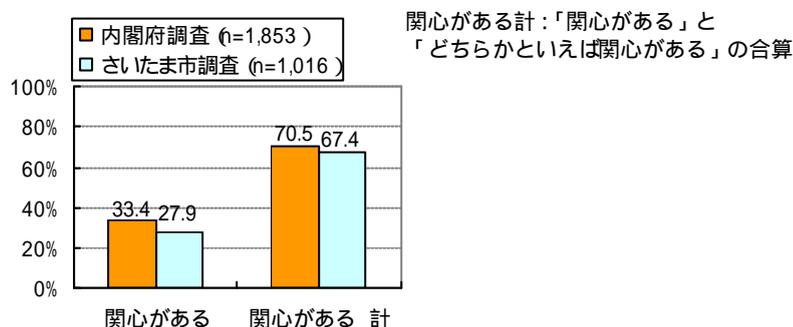
「内閣府調査」の調査対象が「20歳以上」のため、今回調査も「20歳以上」にベースを合わせて集計しています。

内閣府調査：「食育の現状と意識に関する調査報告書」（平成23年3月）平成22年12月調査

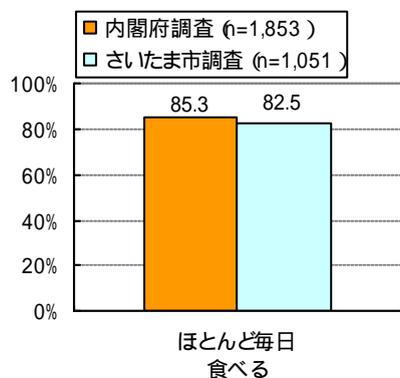
「食育」の認知



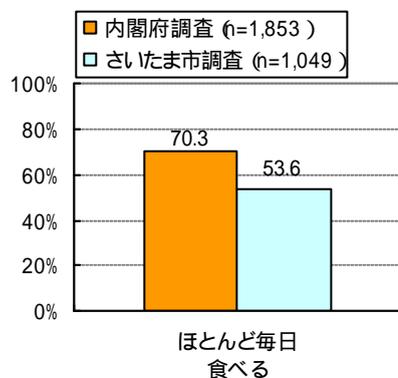
「食育」への関心



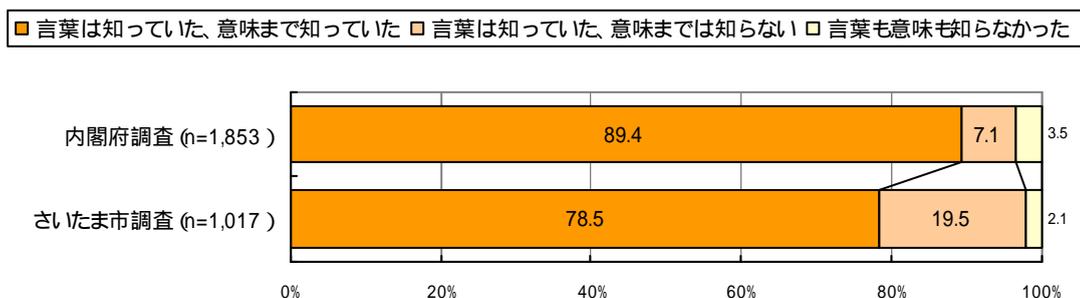
朝食摂取状況



1日に2回以上主食・主菜・副菜を3つそろえて食べること

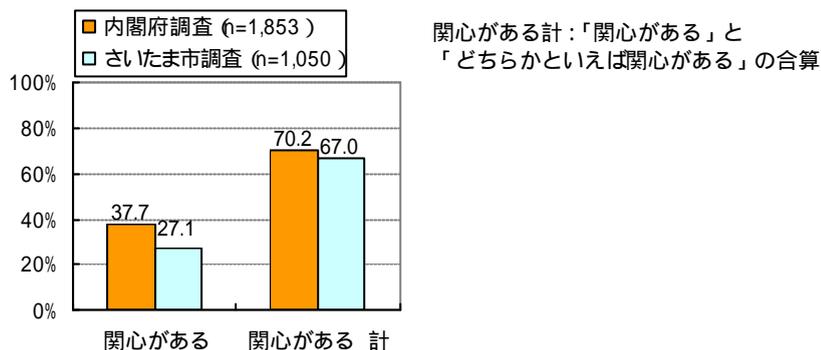


「メタボリックシンドローム」の認知

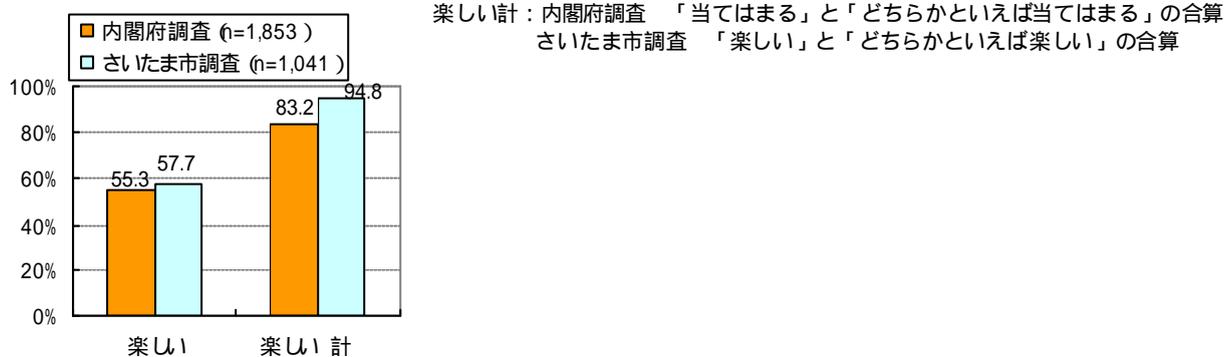


・関連調査（内閣府調査）との比較

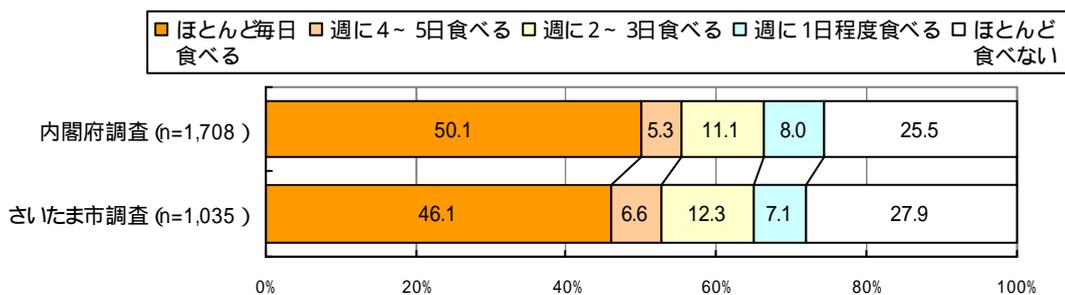
「噛み方、味わい方といった食べ方」への関心



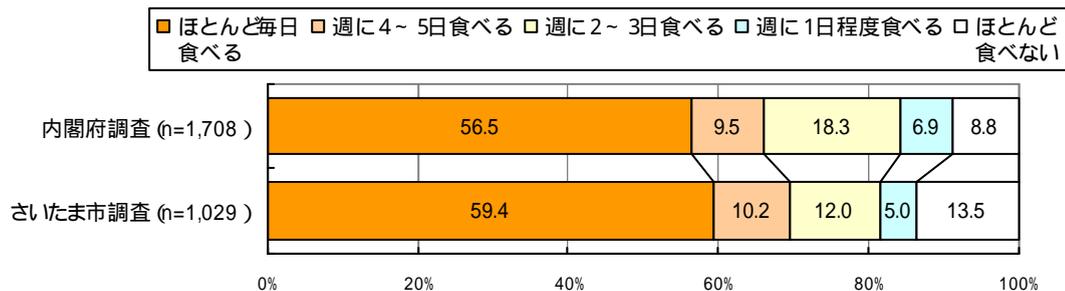
食事の時間が楽しいか



朝食を家族と一緒に食べる頻度（家族と同居している人のみ）

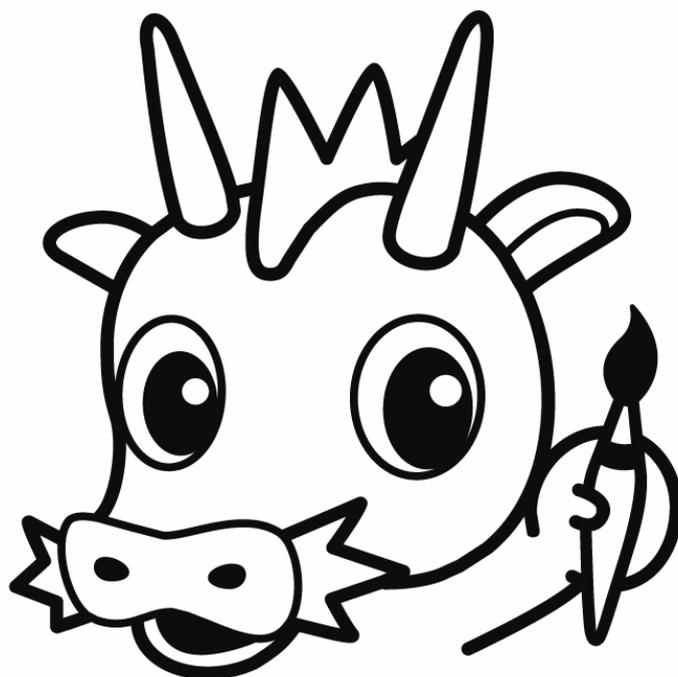


夕食を家族と一緒に食べる頻度（家族と同居している人のみ）



【参考 調査票】

さいたま市 食育に関する調査



さいたま市 保健福祉局保健部健康増進課

あてはまるものの番号に をしてください。 (例) 問1 あなたの性別を教えてください。

① 女 2 . 男

あなた自身のことについて回答してください。16 歳未満の方については保護者の方が代わりにお子さんのことについて記入してください。

問1 あなたの性別を教えてください。

1 . 女 2 . 男

問2 あなたの年齢をご記入ください。(平成 23 年 7 月 1 日現在の年齢)

満 [] 歳

↳ 16 歳未満の方の場合、この調査に記入される方はどなたですか。あてはまるものをつけてください。

1 . 母 2 . 父 3 . 祖父母 4 . その他

問3 あなたの身長と体重をご記入ください。

1 . 身 長 [.] cm

2 . 体 重 [.] kg

問4 現在、あなたは次のうちどれにあてはまりますか。

- 1 . 常勤の会社員、公務員
- 2 . 非常勤の会社員、公務員、その他パートタイム、アルバイト、内職など
- 3 . 自営業
- 4 . 家事専従
- 5 . 小学生
- 6 . 中学生
- 7 . 高校生
- 8 . 学生
- 9 . 保育園・幼稚園児
- 10 . 無 職
- 11 . その他

問5 あなたは何区に住んでいますか。

1. 西区
2. 北区
3. 大宮区
4. 見沼区
5. 中央区
6. 桜区
7. 浦和区
8. 南区
9. 緑区
10. 岩槻区

問6 あなたの家族構成（世帯）は次のどれにあてはまりますか。

1. 一人暮らし
2. 夫婦のみ
3. 親と子ども、夫婦と親など、二世帯からなる家族
4. 親と子ども夫婦と孫の三世帯、あるいはそれ以上の家族
5. その他（1.～4.以外）

食事について

問7 あなたは朝食を食べていますか。

1. ほとんど毎日食べている
2. ときどき食べないことがある（週5・6日食べる）
3. 食べないことが多い（週3・4日食べる）
4. ほとんど食べていない（週2日以下）

問8 あなたは昼食を食べていますか。

1. ほとんど毎日食べている
2. ときどき食べないことがある（週5・6日食べる）
3. 食べないことが多い（週3・4日食べる）
4. ほとんど食べていない（週2日以下）

問9 あなたは夕食を食べていますか。

1. ほとんど毎日食べている
2. ときどき食べないことがある（週5・6日食べる）
3. 食べないことが多い（週3・4日食べる）
4. ほとんど食べていない（週2日以下）

問 10 あなたは朝食に野菜を食べていますか。

野菜を一口でも食べている、また野菜ジュースでも、「食べている」とします。

- 1 . ほぼ毎日野菜を食べている
- 2 . 週に3 ~ 4回野菜を食べている
- 3 . 野菜はほとんど食べていない

問 11 あなたは昼食に野菜を食べていますか。

野菜を一口でも食べている、また野菜ジュースでも、「食べている」とします。

- 1 . ほぼ毎日野菜を食べている
- 2 . 週に3 ~ 4回野菜も食べている
- 3 . 野菜はほとんど食べていない

問 12 あなたは夕食に野菜を食べていますか。

野菜を一口でも食べている、また野菜ジュースでも、「食べている」とします。

- 1 . ほぼ毎日野菜を食べている
- 2 . 週に3 ~ 4回野菜も食べている
- 3 . 野菜はほとんど食べていない

問 13 あなたは主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。

「主食」とは... 米、パン、めん類などの穀類
「主菜」とは... 魚や肉、卵、大豆製品などを使った中心となる料理
「副菜」とは... 野菜などを使った料理

- 1 . ほとんど毎日食べる
- 2 . 週に4 ~ 5日食べる
- 3 . 週に2 ~ 3日食べる
- 4 . ほとんど食べない

問 14 あなたは食事を、よくかんで食べるようにしていますか。

- 1 . よくかんでいる
- 2 . 時間があるときはよくかむようにしている
- 3 . よくかんでいない / 気にしていない

問 15 あなたは噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。

- 1 . 関心がある
- 2 . どちらかといえば関心がある
- 3 . どちらかといえば関心がない
- 4 . 関心がない
- 5 . わからない

問 16 あなたは一人で食事をすることがありますか。ひとりで食事をするところがある方は、1日何回くらい、ひとりで食事をしますか。

- 1 . いいえ (だいたい誰かと一緒に食事をする)
- 2 . 1日1回は一人で食事をするところが多い
- 3 . 1日2回は一人で食事をするところが多い
- 4 . 1日3回とも一人で食事をするところが多い

問 17 あなたは朝食を家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか。

- 1 . ほとんど毎日食べる
- 2 . 週に4 ~ 5日食べる
- 3 . 週に2 ~ 3日食べる
- 4 . 週に1日程度食べる
- 5 . ほとんど食べない

問18 あなたは夕食を家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか。

- 1 . ほとんど毎日食べる
- 2 . 週に4 ~ 5日食べる
- 3 . 週に2 ~ 3日食べる
- 4 . 週に1日程度食べる
- 5 . ほとんど食べない

問19 あなたは食事が楽しいですか。

- 1 . 楽しい
- 2 . どちらかといえば楽しい
- 3 . どちらかといえば楽しくない
- 4 . 楽しくない

問20 あなたは食事のあいさつをしていますか。あてはまるもの全ての番号に をしてください。「その他のあいさつをしている」場合は、その内容を記入してください。

- 1 . 「いただきます」のあいさつをしている
- 2 . 「ごちそうさま」のあいさつをしている
- 3 . 食事の感想やねぎらいの言葉（ありがとう、おいしい、など）をかけている
- 4 . その他のあいさつをしている

（あいさつの内容： _____ ）

- 5 . あいさつはしていない

食育の実践について

16 歳未満の方については問 27 へお進みください

問 21 【16 歳以上の方のみお答えください】

- 1) あなたは「食育」という言葉を知っていますか。
 1. 言葉も内容も知っている
 2. 言葉は知っているが内容はよく知らない
 3. 全く知らない

- 2) あなたは「食育」に関心がありますか。
 1. 関心がある
 2. どちらかといえば関心がある
 3. どちらかといえば関心がない
 4. 関心がない
 5. わからない

- 3) あなたは「食事バランスガイド」を知っていますか。
 1. 言葉も内容も知っている
 2. 言葉は知っているが内容はよく知らない
 3. 全く知らない

- 4) あなたは「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」を知っていますか。
 1. 言葉も内容も知っている
 2. 言葉は知っているが内容はよく知らない
 3. 全く知らない

- 5) あなたは日頃から、日常生活の中で、健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなど運動をしていますか。
 1. いつもしている
 2. 時々している
 3. 以前はしていたが、現在はしていない
 4. 全くしたことがない

6) あなたは週にどれくらい体重計測をしていますか。

1. 週に2回以上
2. 週に1回
3. 以前はしていたが、現在はしていない
4. 全くしたことがない

問 22 【16歳以上の方のみお答えください。】

あなたは食生活に関して次のようなことをしていますか。あてはまるもの全ての番号に をしてください。「その他」の場合、どのようなことをしているかご記入ください。

1. 料理を作りすぎないように注意している
2. 調理方法を工夫し、材料の捨てる部分が少なくなるようにしている
3. 調理をするときに電気、ガスや水を大切に使うよう注意している
4. 料理や食品の適切な方法による保存を心がけている
5. 食品の使い残しを防ぐため、こまめに買い物をしている
6. 冷蔵庫などに保存してある食品は何か、こまめに確認している
7. てんぷらを揚げた油は適切に処理して捨てている
8. 出されたものをなるべく残さないように食べるようにしている
9. 環境にやさしい食器洗剤を選んでいる
10. その他の環境に配慮した食生活をしている
11. 特にしていない

問 23 【16 歳以上の方のみお答えください。】

あなたは食品を購入するときに次のことを確認していますか。 あてはまるもの全ての番号に をしてください。

- 1 . 原材料
- 2 . 原産地
- 3 . 栽培方法（有機・無機）
- 4 . 食品添加物の使用
- 5 . 賞味期限・消費期限
- 6 . 保存方法
- 7 . アレルギー表示
- 8 . 遺伝子組み換え原料の使用
- 9 . 確認していない

問 24 【16 歳以上の方のみお答えください。】

あなたは食中毒を防ぐために家庭で次のことに気をつけていますか。

- A) 食品の保存方法について
- 1 . 気をつけている
 - 2 . ある程度は気をつけている
 - 3 . あまり気をつけていない
 - 4 . ほとんど気をつけていない
- B) 調理の方法について
- 1 . 気をつけている
 - 2 . ある程度は気をつけている
 - 3 . あまり気をつけていない
 - 4 . ほとんど気をつけていない
- C) 調理器具の洗浄・消毒方法について
- 1 . 気をつけている
 - 2 . ある程度は気をつけている
 - 3 . あまり気をつけていない
 - 4 . ほとんど気をつけていない

問 25 【16 歳以上の方のみお答えください。】

あなたは「伝統食」、「行事食」などの食文化を大切にしていますか。

伝統食とは・・・国や地域に昔から伝わる食べ物や食べ方。

行事食とは・・・正月のおせち料理や端午の節句のかしわもちなど行事に伴う食べ物

A) 伝統食

- 1 . 大切にしている
- 2 . どちらかといえば、大切にしている
- 3 . どちらかといえば、大切にしていない
- 4 . 大切にしていない

B) 行事食

- 1 . 大切にしている
- 2 . どちらかといえば、大切にしている
- 3 . どちらかといえば、大切にしていない
- 4 . 大切にしていない

問 26 【16 歳以上の方のみお答えください。】

あなたは次のような活動をしていますか。 あてはまるもの全ての番号に をしてください。「その他」を選んだ場合は () 内に内容をご記入ください。

- 1 . 食育に関する会社・団体に勤務している
- 2 . NPO や市民団体に加入して活動している
- 3 . 食生活改善推進協議会に参加して活動している
- 4 . 保健愛育会のメンバーとして活動している
- 5 . 食育ボランティアなどのボランティア活動（登録）をしている
- 6 . 食育指導士や食育アドバイザーなどの資格を持って活動している
- 7 . その他、食育に関する活動
- 8 . 特に活動していない

ここからは、すべての方がお答えください

問 27

あなたは次のようなことに参加したことがありますか。あてはまるもの全ての番号に__をしてください。「その他」を選んだ場合は、()内に内容をご記入ください。

1. 農業の体験(田植え、野菜づくり、農作物の収穫など)
2. 酪業の体験(牛などの乳しぼり、牛や豚などの世話など)
3. 漁業の体験(地引網体験、漁船乗船や海産物の収穫体験など)
4. その他の収穫体験(果物狩り、潮干狩り、つりなど)
5. 農業・酪業・漁業などの従事者との交流(しごとの話を聞いたり、作業を見学する、など)
6. 食品工場や農作物加工工場の見学や体験実習
7. 料理教室
8. その他、食に関する体験・活動
[]
9. 参加したことがない

問 28 あなたは次の食育に関する取り組みで、日々の生活に取り入れたいと思うもの(現在取り入れているものも含めて)がありますか。あてはまるもの全ての番号に__をしてください。

1. 朝食を食べる
2. 三食しっかり食べる
3. 栄養バランスを考えた食事をとる
4. 家族や友人と一緒に食事をとる
5. 食事のあいさつを大切にす
6. 農業・酪業・漁業などの体験や交流
7. 環境に配慮した調理(生ごみを減らす・油の処理など)
8. 食の安全に関する知識をもつ
9. 埼玉産の食材を取り入れる
10. 「伝統食」「行事食」などの食文化を学ぶ
11. 食育の推進に関わる活動をする
12. 特にな



以上でアンケートはおわりです。
同封の返信用封筒に入れて返送してください。
ご協力ありがとうございました。

点線を折って
送ってね！



 さいたま市