

資料6 健康づくり・食育に関する市民意識調査〈概要〉

※食育関連設問のみ抜粋

調査実施の概要

1 調査目的

健康づくりと食育に関する市民の意識・意向を把握し、次期「青梅市健康増進計画」「青梅市食育推進計画」の策定とさらなる計画の推進に資することを目的とする。

2 調査内容

- (1) 食習慣について
- (2) 食育について
- (3) 市の取り組みについて
- (4) 連携について

3 調査設計

- (1) 調査対象：青梅市に住む18歳から70歳の男女個人
- (2) 標本数：2,000サンプル
- (3) 標本抽出方法：住民基本台帳に基づく層化2段階無作為抽出
- (4) 調査方法：郵送による配布・回収
- (5) 調査期間：平成26年2月1日～2月28日

4 回収結果

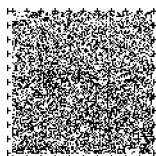
- (1) 有効回収数 752サンプル
- (2) 有効回収率 37.6%

※グラフ、文章内の表記について

- ・ n は回答者数
- ・ 3 M. A. は3つまで選択、M. A. はいくつでも選択

平成26年6月

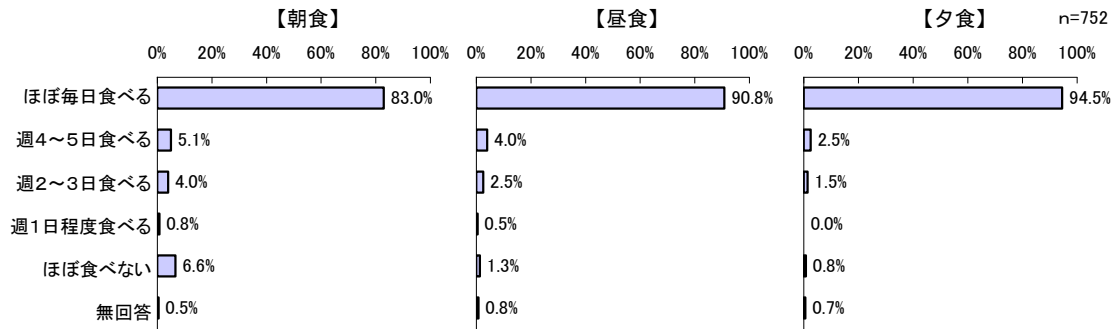
青梅市



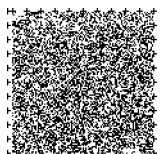
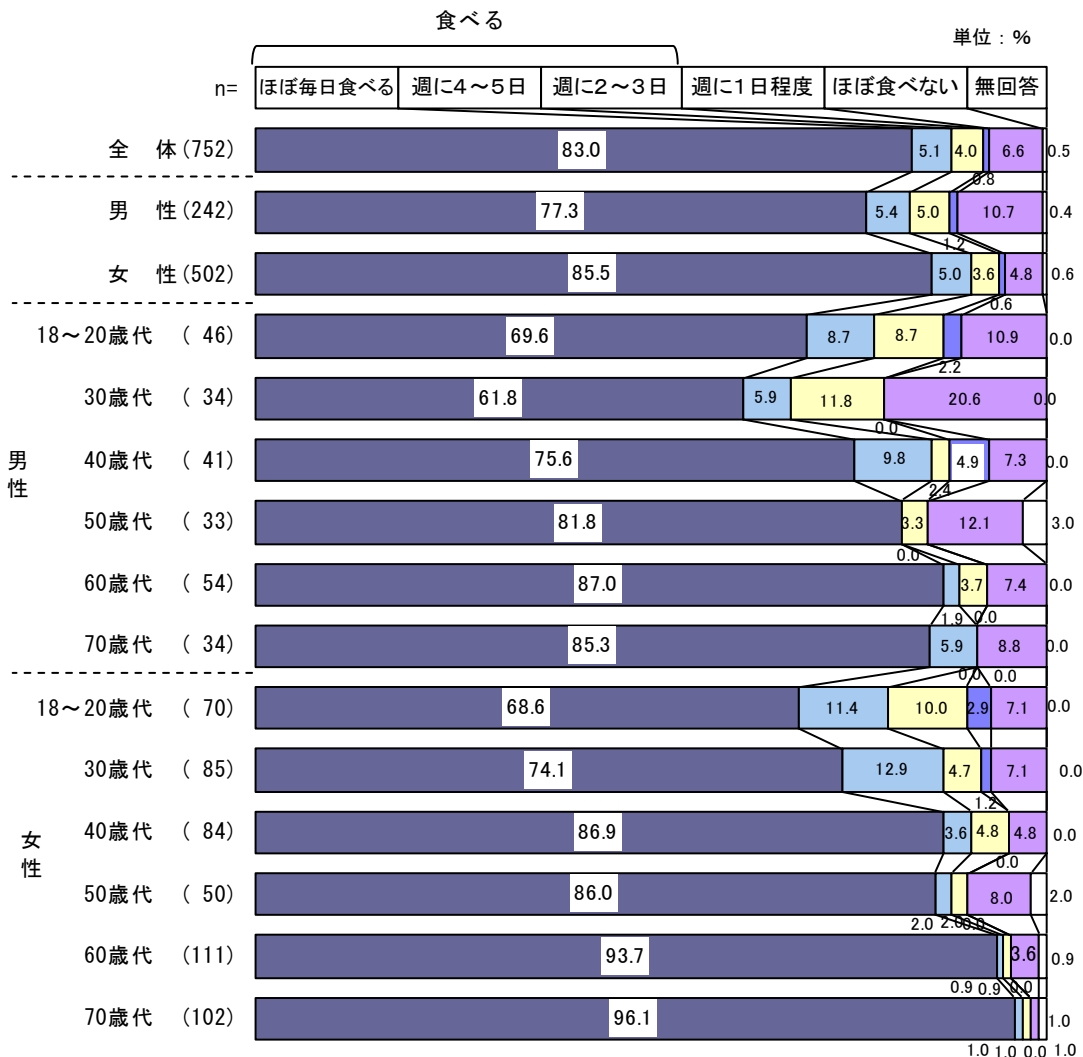
1. 食習慣について

問 25 食事の状況

◇昼食・夕食は「ほぼ毎日食べる」が9割以上であるが、朝食は8割台にとどまる。
 ◇朝食について、性別では、男性で「ほぼ食べない」割合が多い。
 性・年齢別では、30歳代男性で「ほぼ食べない」が2割台と特に多くなっている。

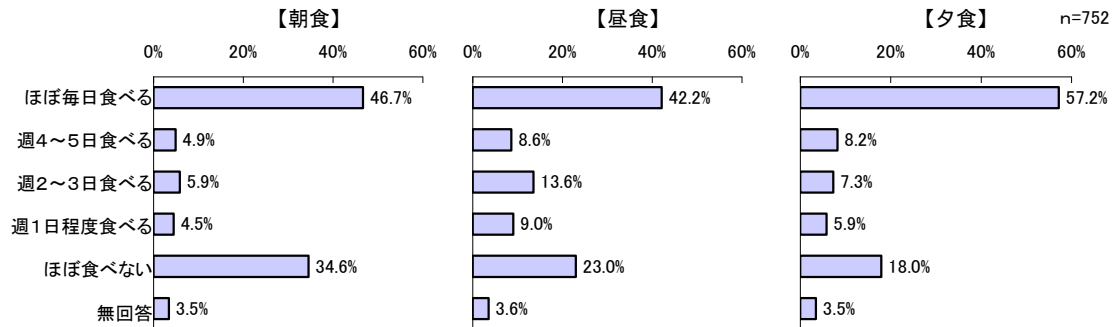


【朝食】性別、性・年齢別

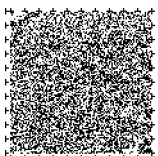
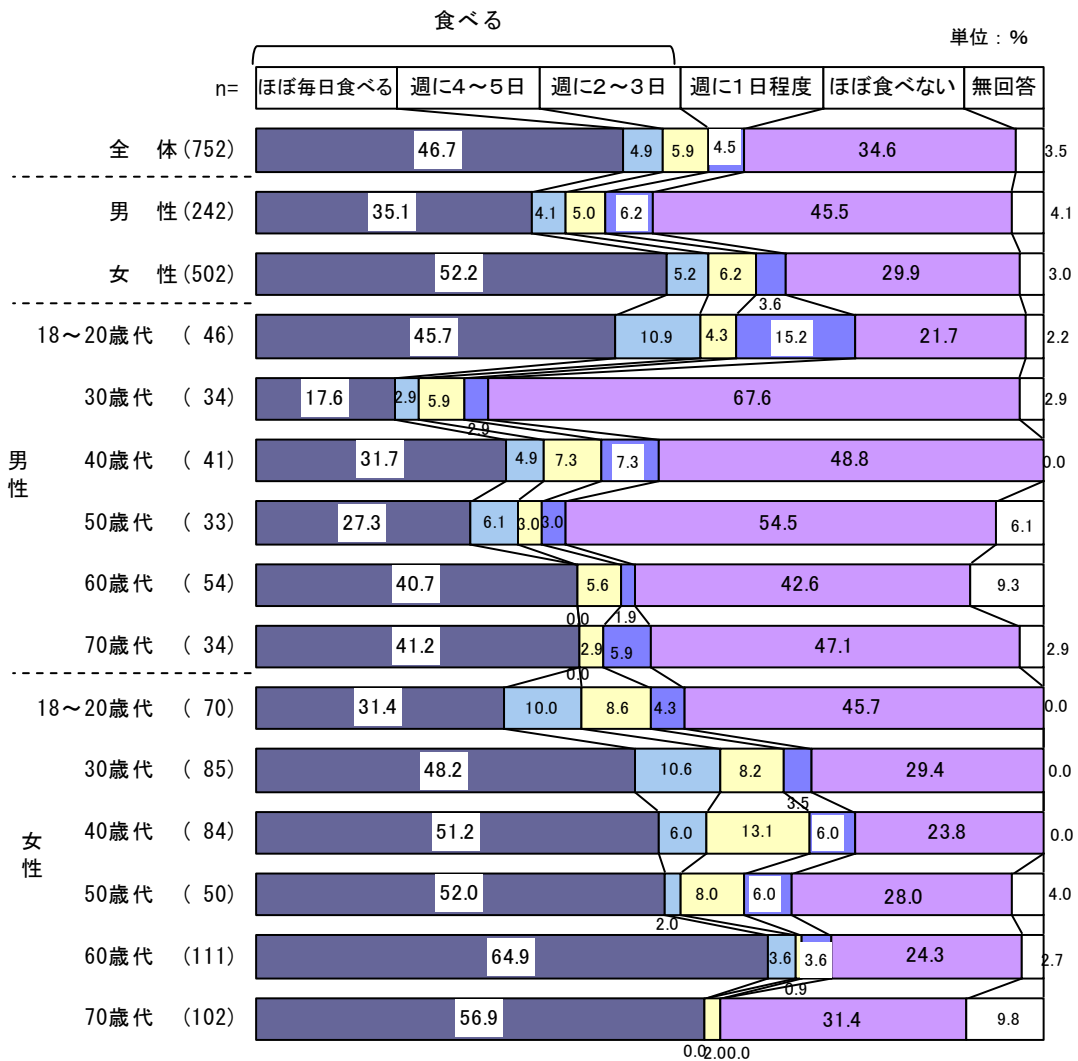


問 26 家族や友人との食事の頻度

- ◇「ほぼ食べる」は朝食・昼食では4割台、夕食では5割後半。
- ◇「ほぼ食べない」は朝食で最も多く3割台。
- ◇朝食について、性別では、男性で家族等と一緒に「ほぼ食べない」割合が多い。
性・年齢別では、30歳代男性で「ほぼ食べない」が7割近くと突出して多くなっている。

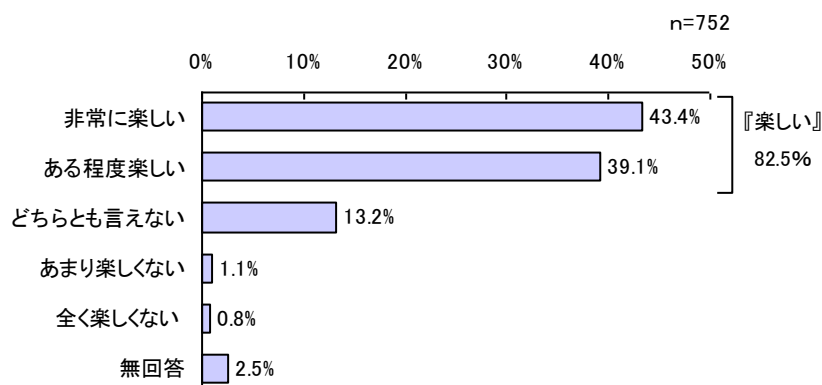


【朝食】性別、性・年齢別



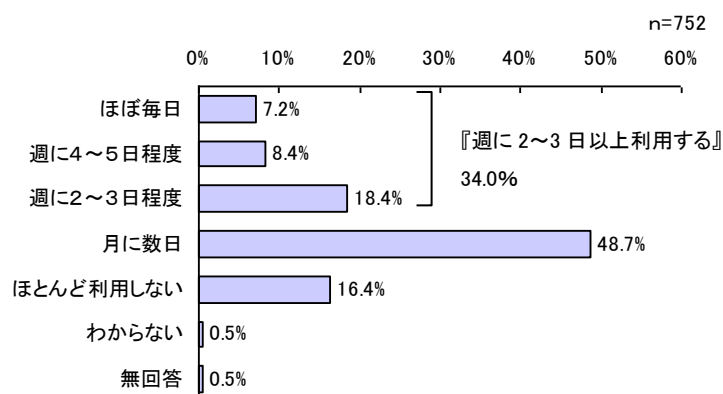
問 27 家族や友人との食事が楽しいか

◇「非常に楽しい」が43.4%と最も多く、「ある程度楽しい」と合わせた『楽しい』は82.5%。



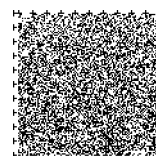
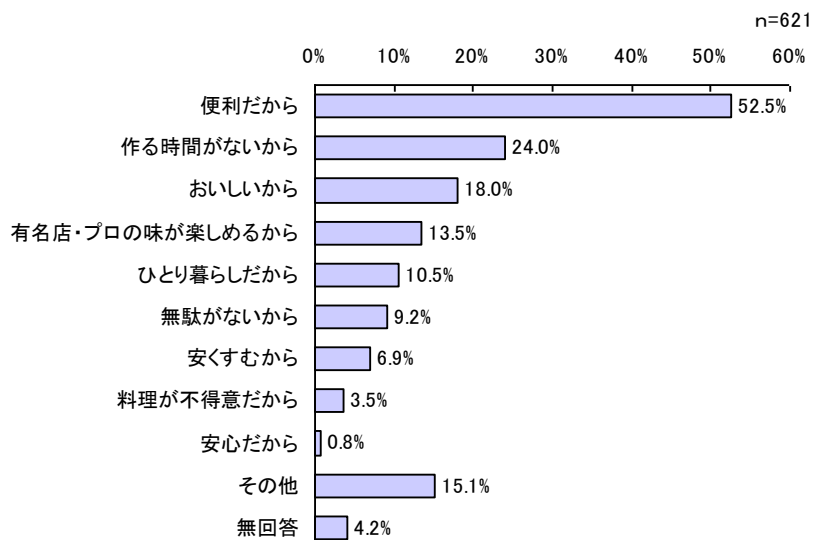
問 28 調理済み食品の利用

◇『週に2～3日以上利用する』が34.0%、「月に数回」48.7%を含めた『利用する』は82.7%。



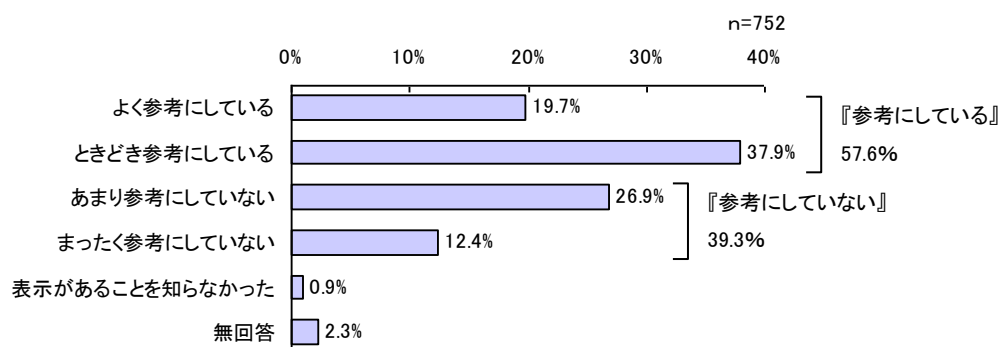
問 28-1 調理済み食品を利用する理由（調理済み食品を利用する人（621人）に）

◇「便利だから」が52.5%で最も多く、「作る時間がないから」24.0%、「おいしいから」18.0%など、あまり差がなく続く。



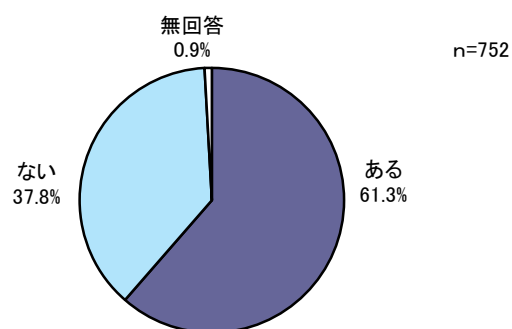
問 29 外食や食品購入時の栄養成分表示の参考

◇『参考にしている』が57.6%、『参考にしていない』が39.3%。



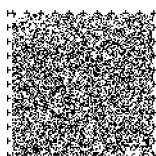
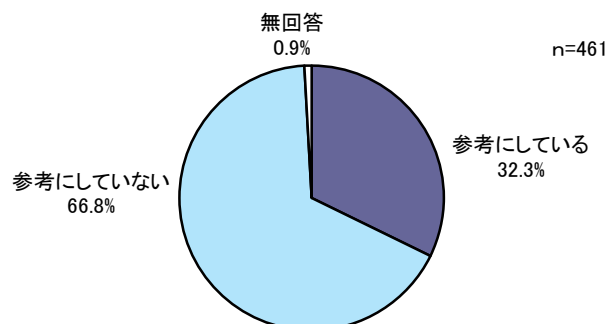
問 30 「食事バランスガイド」の認知

◇「食事バランスガイド」を見たことが「ある」が61.3%、「ない」が37.8%。



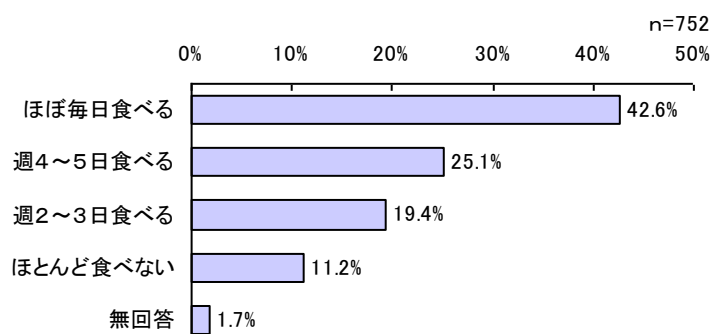
問 30-1 「食事バランスガイド」の参考（食事バランスガイドを見たことがある（461人）に）

◇「参考にしている」が32.3%、「参考にしていない」が66.8%。



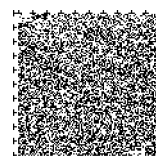
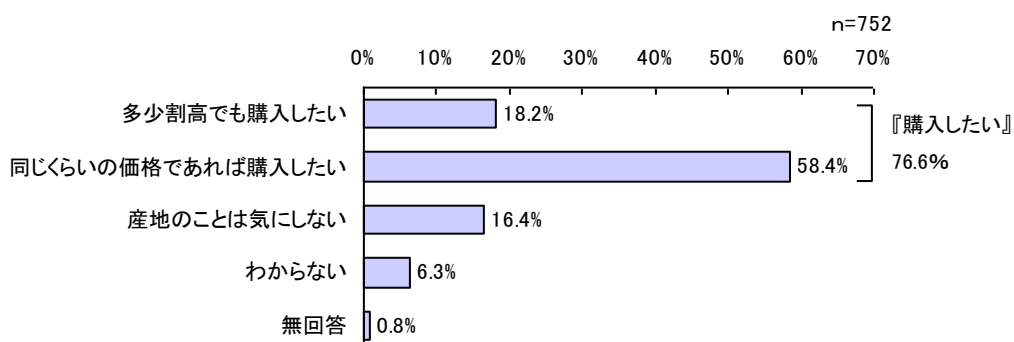
問 31 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度

◇「ほぼ毎日食べる」が42.6%が最も多く、「ほとんど食べない」は11.2%。



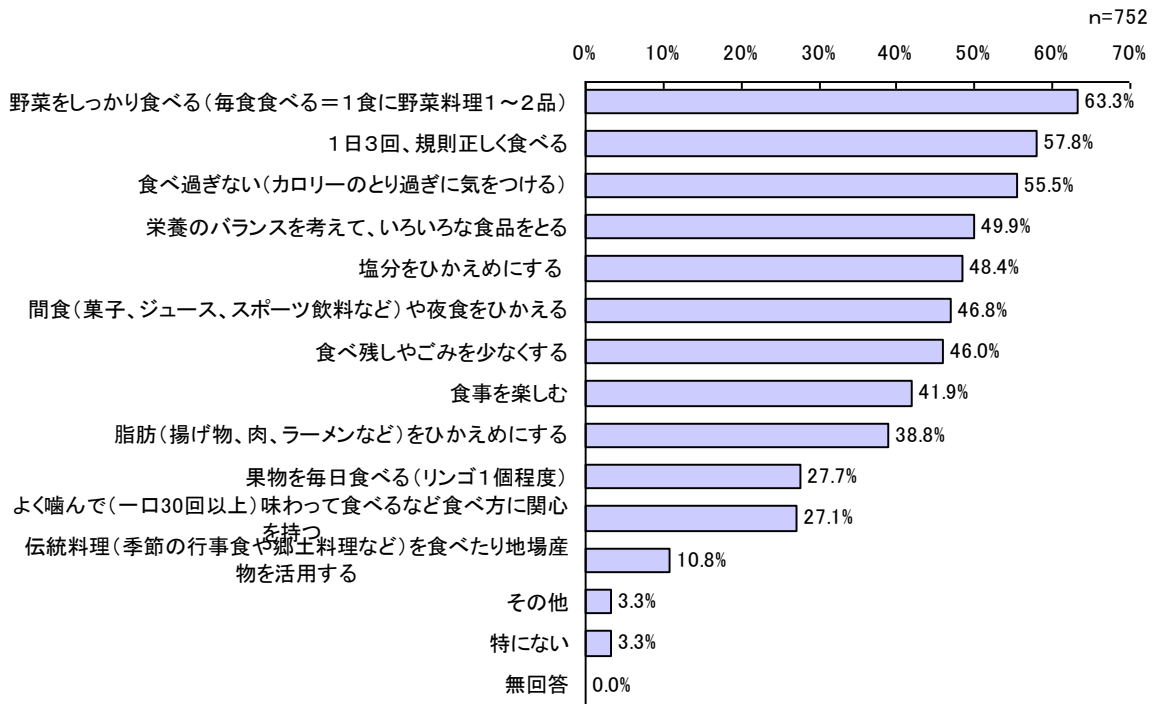
問 32 地元の産物とわかる商品であれば購入したいか

◇『購入したい』が76.6%、「産地のことは気にしない」が16.4%。



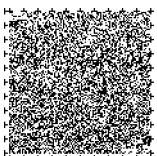
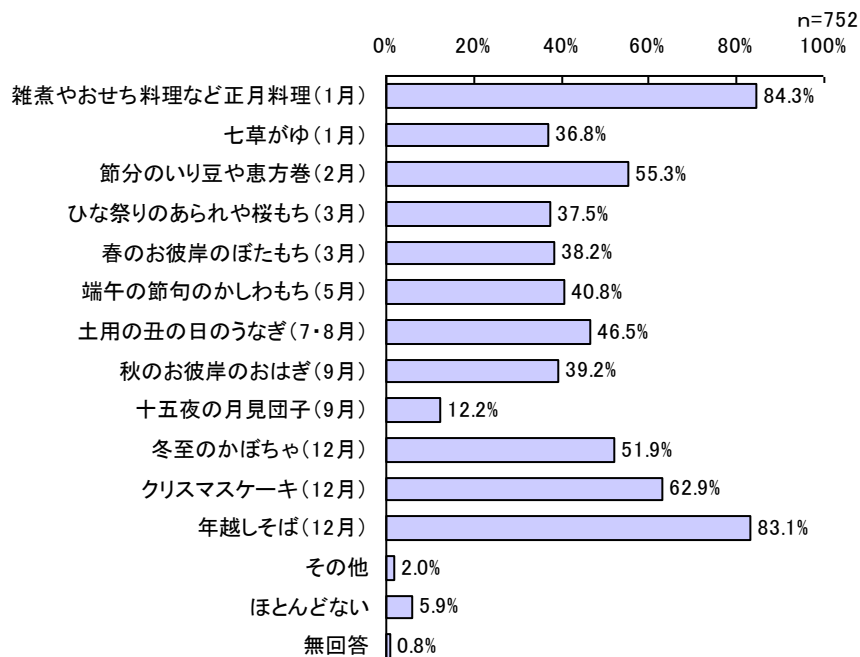
問 33 食事のとり方で気をつけていること (M. A.)

◇「野菜をしっかり食べる」が63.3%で最も多く、「1日3回、規則正しく食べる」57.8%、「食べ過ぎない(カロリーのとりに過ぎに気をつける)」55.5%、「栄養のバランスを考えて、いろいろな食品をとる」49.9%、「塩分をひかえめにする」48.4%などが続く。



問 34 季節ごとの行事食を食べる習慣 (M. A.)

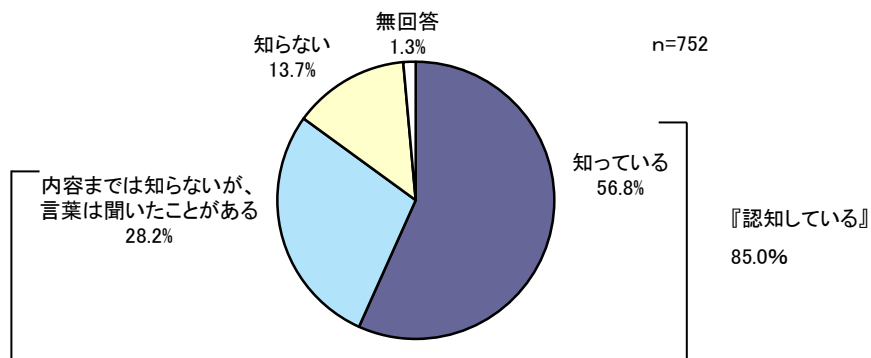
◇「雑煮やおせち料理など正月料理」84.3%、「年越しそば」83.1%が多く、「クリスマスケーキ」62.9%、「節分のいり豆や恵方巻」55.3%、「冬至のかぼちゃ」51.9%と続く。



2. 食育について

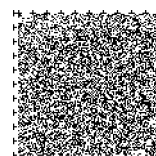
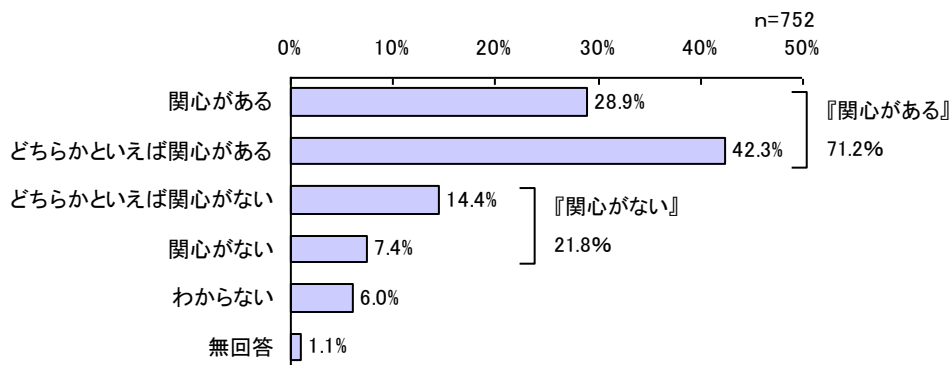
問 35 「食育」の認知度

◇「知っている」56.8%と、「内容までは知らないが言葉は聞いたことがある」28.2%を合わせた『認知している』は85.0%。



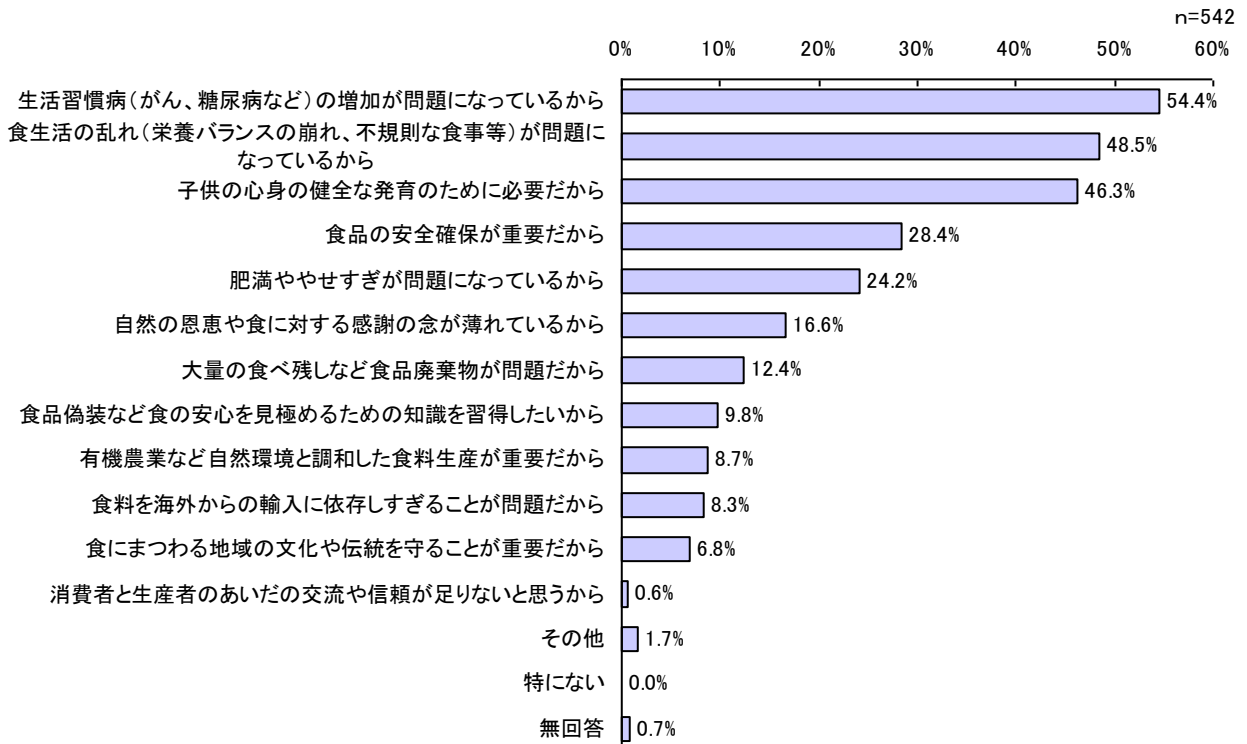
問 36 「食育」への関心

◇『関心がある』が71.2%、『関心がない』が21.8%。



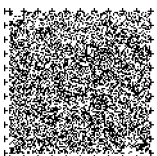
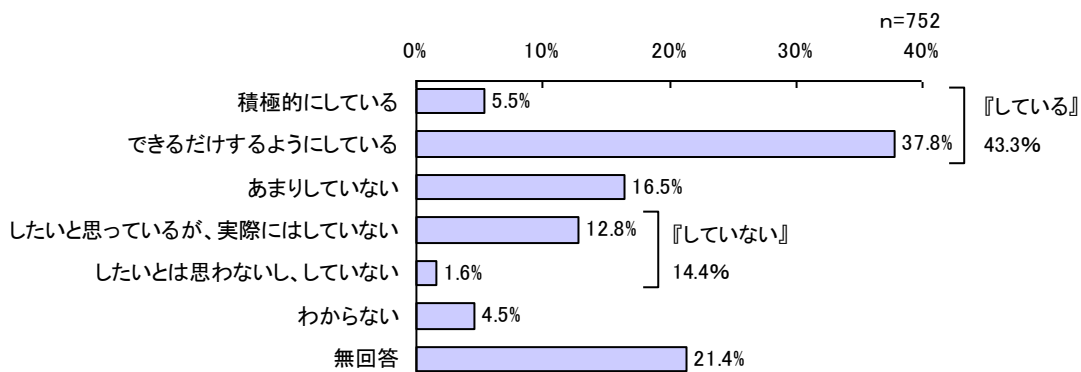
問 36-1 「食育」に関心のある理由（問 36 で『関心がある』と答えた人（542 人）に）
（3 M. A.）

◇「生活習慣病（がん、糖尿病など）の増加が問題になっているから」54.4%「食生活の乱れ（栄養バランスの崩れ、不規則な食事等）が問題になっているから」48.5%、「子供の心身の健全な発育のために必要だから」46.3%が多い。



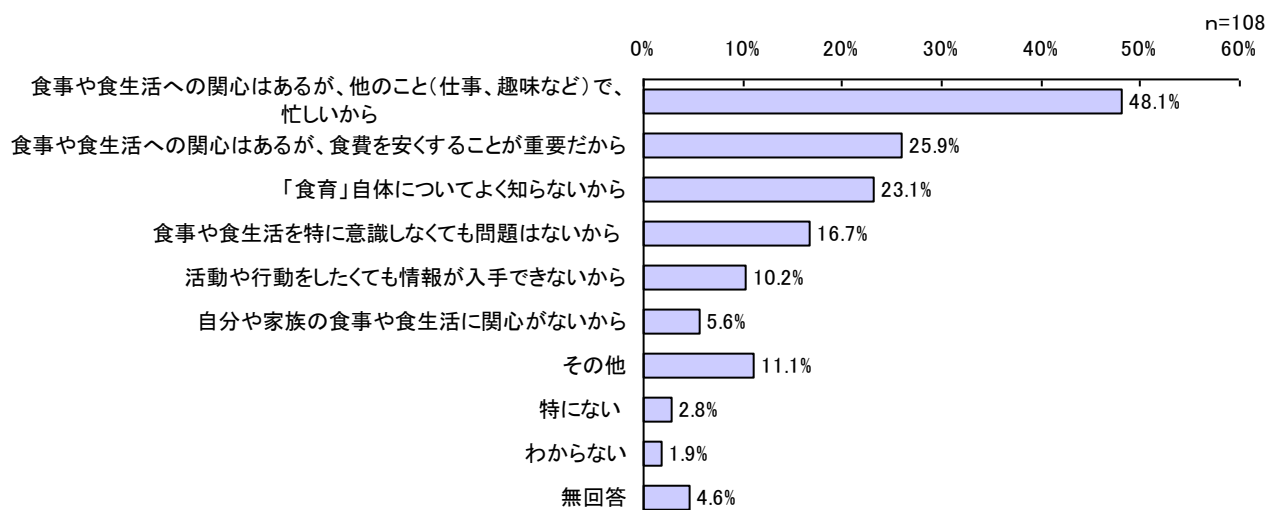
問 37 日頃からの「食育」の実践

◇「できるだけするようにしている」が37.8%で最も多く、「積極的にしている」5.5%と合わせた『している』は43.3%。



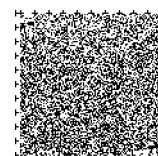
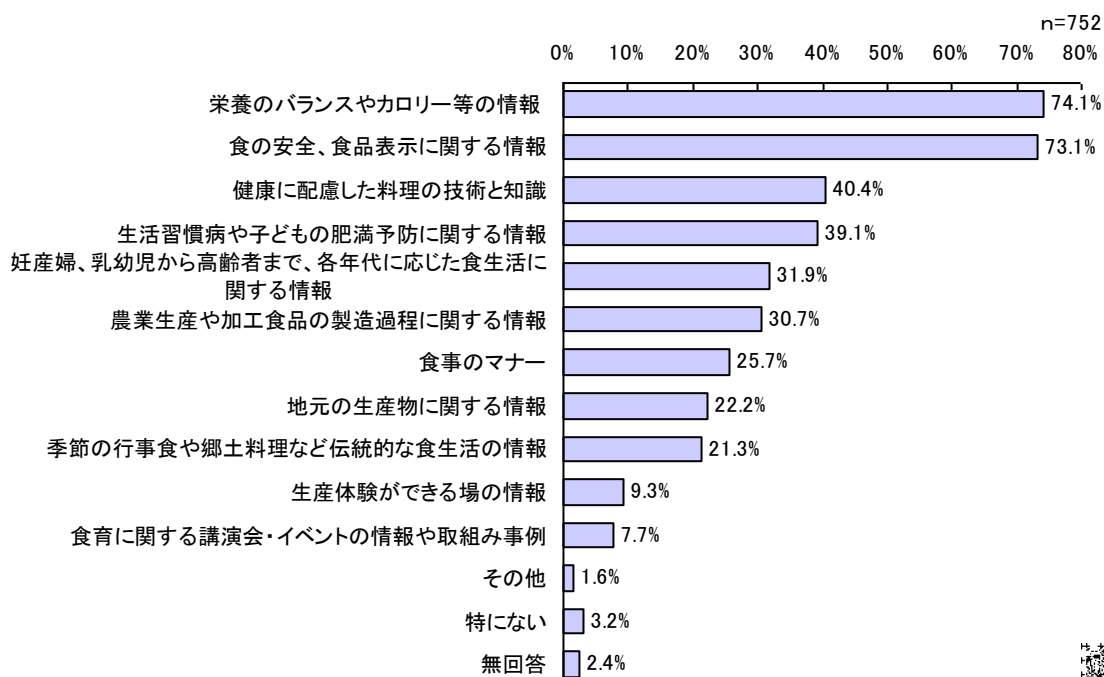
問 37-1 「食育」を実践していない理由（問37で『していない』と答えた人（108人）に）
（3 M. A.）

◇「食事や食生活への関心はあるが、他のこと（仕事、趣味など）で、忙しいから」48.1%、「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」25.9%、「『食育』自体についてよく知らないから」23.1%が多い。



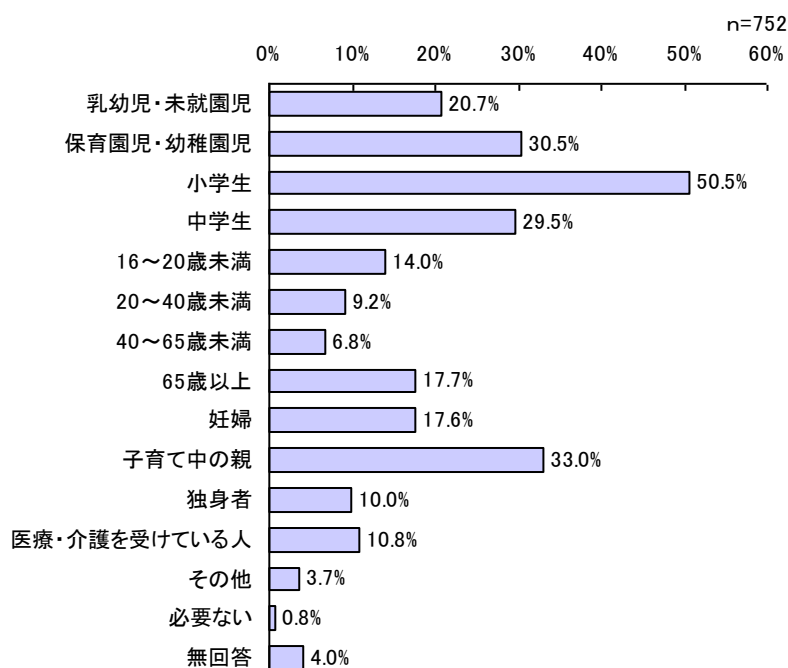
問 38 必要と思われる食に関する情報や知識（ M. A. ）

◇「栄養のバランスやカロリー等の情報」74.1%、「食の安全、食品表示に関する情報」73.1%がともに7割台と多い。



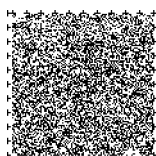
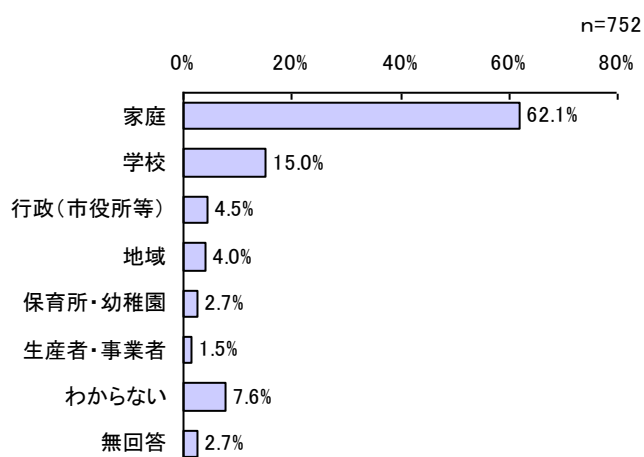
問 39 「食育」を進めるうえで、どのような対象者に取り組むことが大切か (3 M. A.)

◇「小学生」が50.5%で最も多く、「子育て中の親」33.0%、「保育園児・幼稚園児」30.5%、「中学生」29.5%が続く。



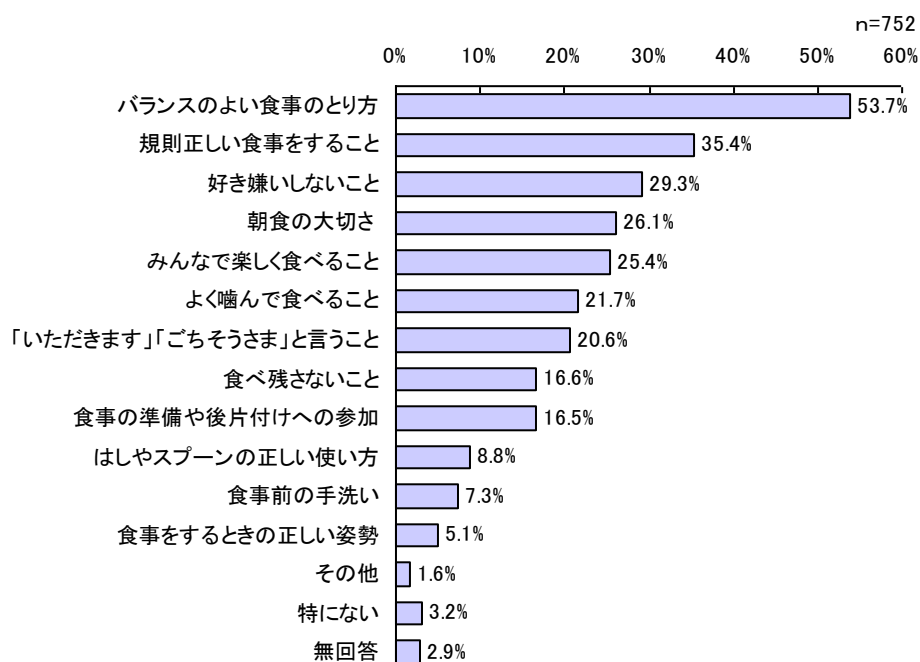
問 40 「食育」は主にどこで行うものだと思うか

◇「家庭」が62.1%で最も多く、次いで「学校」14.9%。



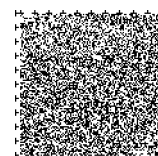
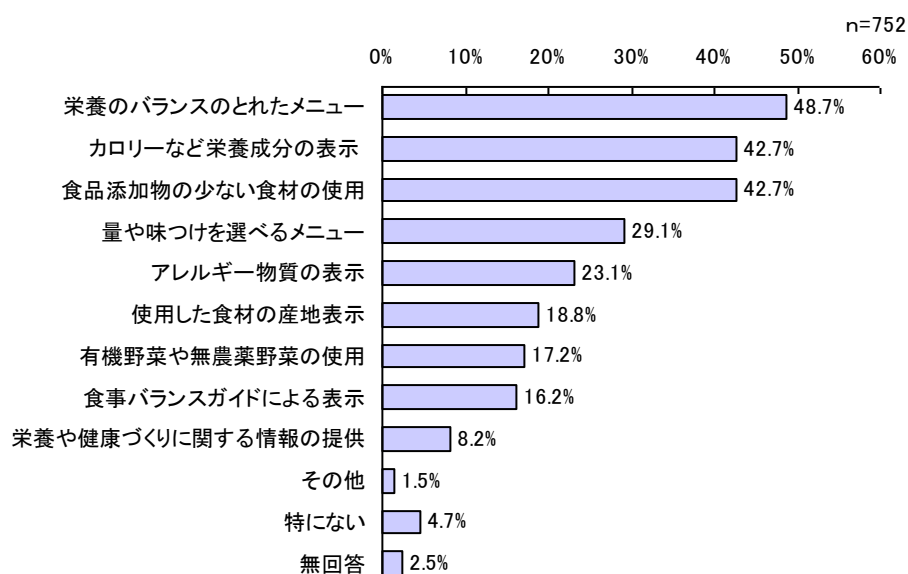
問 41 保育園・幼稚園・小・中学校の給食などで力を入れてほしいこと（3 M.A.）

◇「バランスのよい食事のとり方」53.7%が最も多く、次いで「規則正しい食事をする事」35.4%、「好き嫌いしないこと」29.3%、「朝食の大切さ」26.1%、「みんなで楽しく食べる事」25.4%が続く。



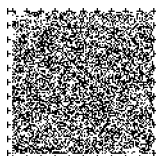
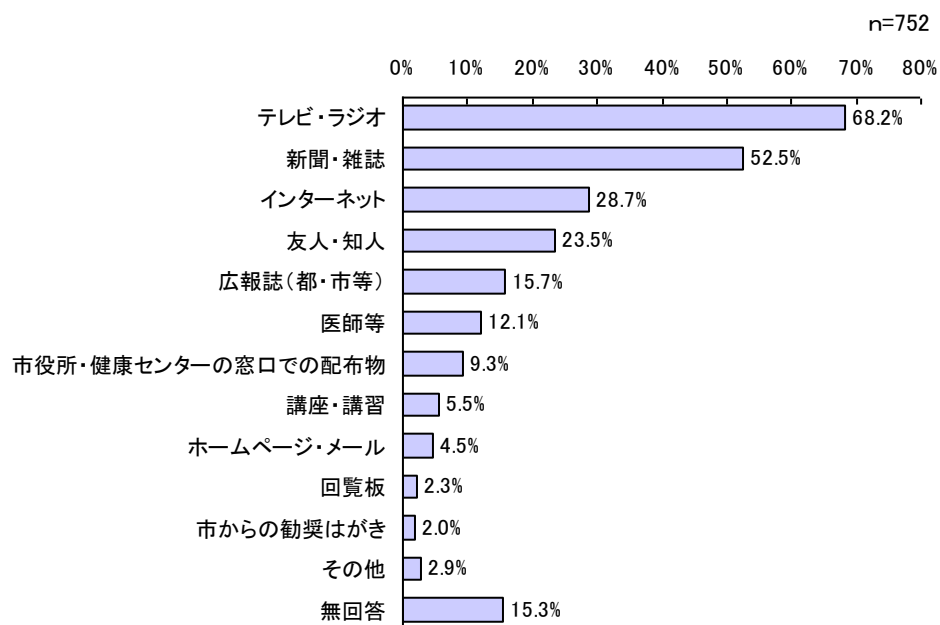
問 42 飲食店やレストラン、職場の給食施設や食堂などに望むこと（3 M.A.）

◇「栄養のバランスのとれたメニュー」48.7%、「カロリーなど栄養成分の表示」「食品添加物の少ない食材の使用」ともに42.7%が4割台と多い。



問 43 食育に関する情報源について

◇「テレビ・ラジオ」68.2%、「新聞・雑誌」52.5%が多く、やや差があり「インターネット」28.7%、「友人・知人」23.5%と続く。

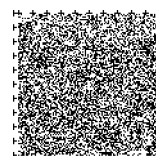
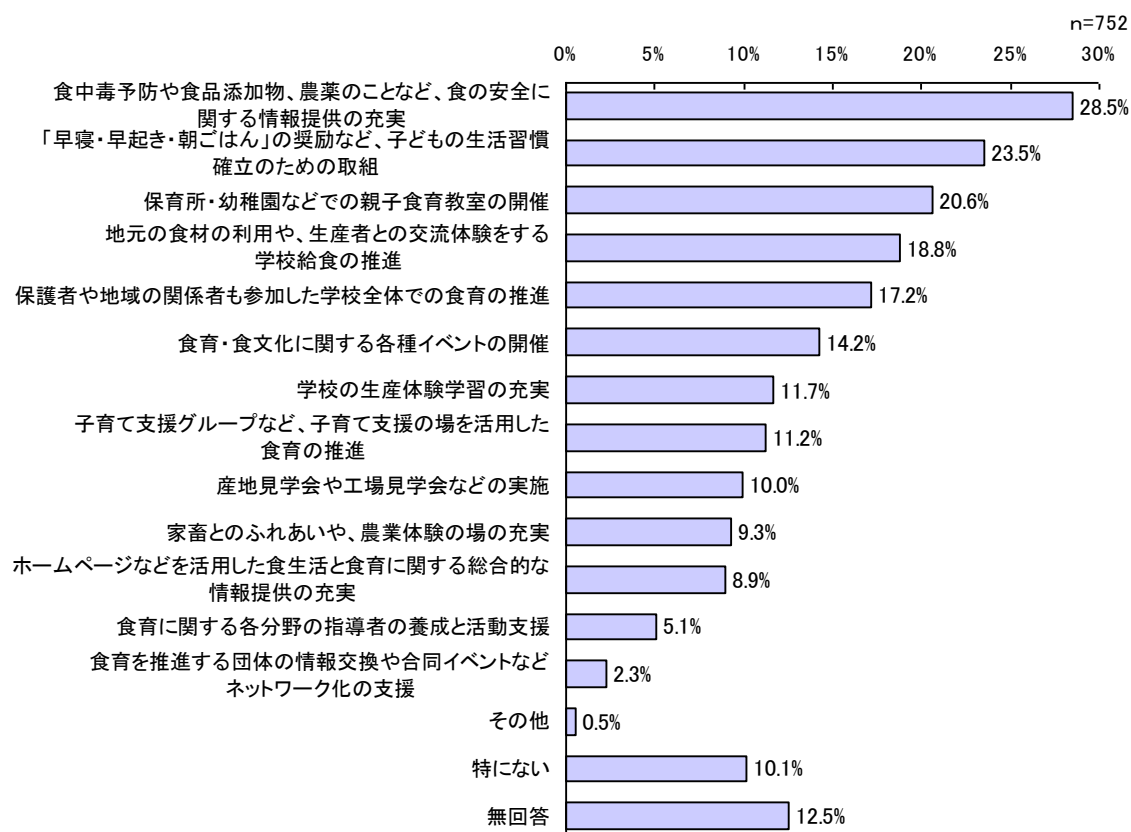


3. 市の取り組みについて

問 44 市に重点的に取り組んでほしいこと

(3 M. A.)

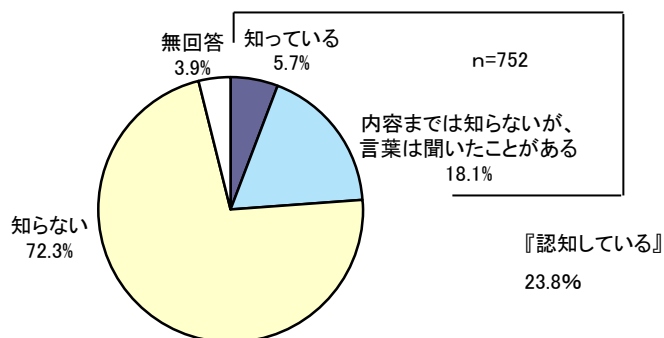
◇「食中毒予防や食品添加物、農薬のことなど、食の安全に関する情報提供の充実」28.5%、
 「早寝・早起き・朝ごはんの奨励など、子どもの生活習慣確立のための取組」23.5%、
 「保育所・幼稚園などでの親子食育教室の開催」20.6%が多い。



4. 連携について

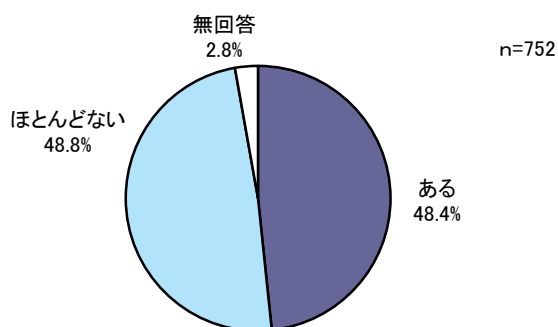
問 45 「ソーシャルキャピタル*」の認知

◇「知っている」5.7%と、「内容までは知らないが言葉は聞いたことがある」18.1%を合わせた『認知している』は23.8%と3割に満たない。



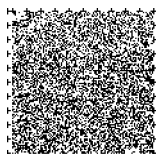
問 46 仕事以外で人と交流する機会があるか

◇「ほとんどない」48.8%と「ある」48.4%がほぼ同程度である。



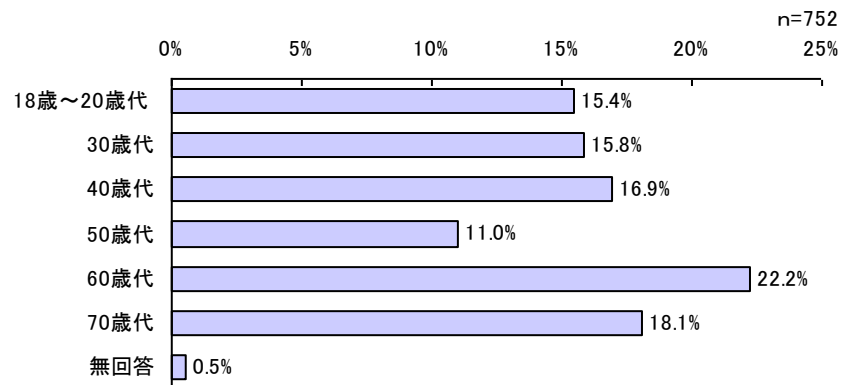
* 『ソーシャルキャピタル（社会関係資本）』

社会的なつながりや社会全体の人間関係の豊かさを表すもので、地域貢献やお互いの助け合いの意識である「規範」、家族や友人、近隣の人への「信頼」、近所づきあいやサークル活動などの「ネットワーク」等の要素からなる。(コラムP26)

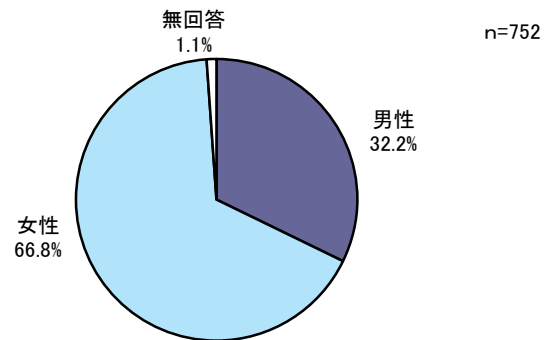


5. 自身について

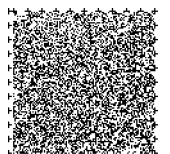
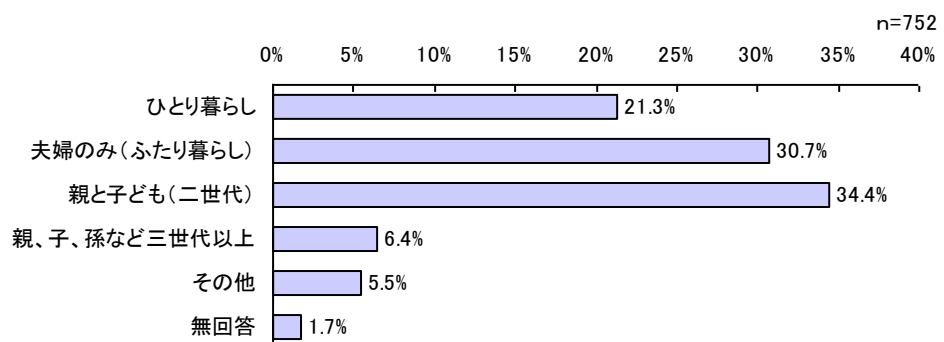
1 年齢



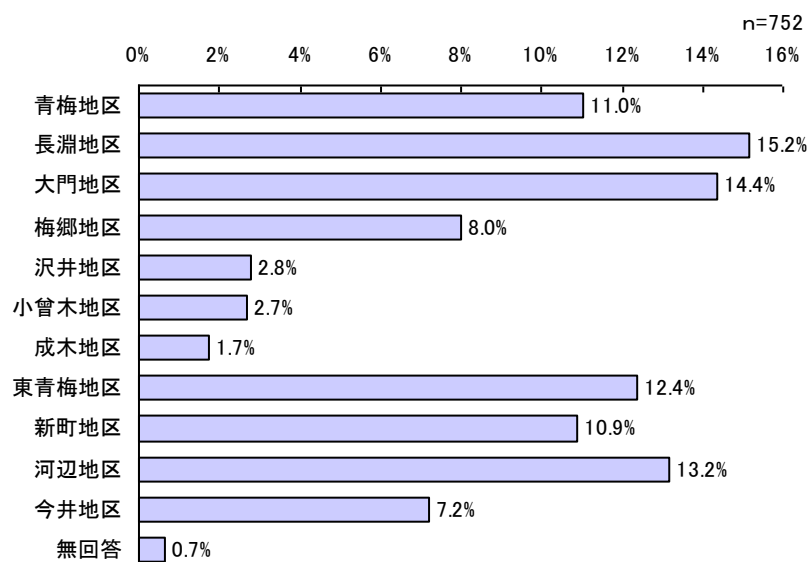
2 性別



3 家族構成



4 お住まいの地区



5 BMI値

