

【資料】食をめぐる高知市の状況

(1)高知市食育に関するアンケート調査結果

調査概要

【目的】

高知市における食育に関する意識や取組についての現状を把握し、平成 25 年度に策定した「第 2 次高知市食育推進計画」（計画期間 26 年度～30 年度）を評価し、次期計画を策定するための基礎資料とするため実施する。

【期間】 平成 30 年 6 月～9 月

【実施主体】 高知市食育推進会議

【調査対象、方法及び実施状況】

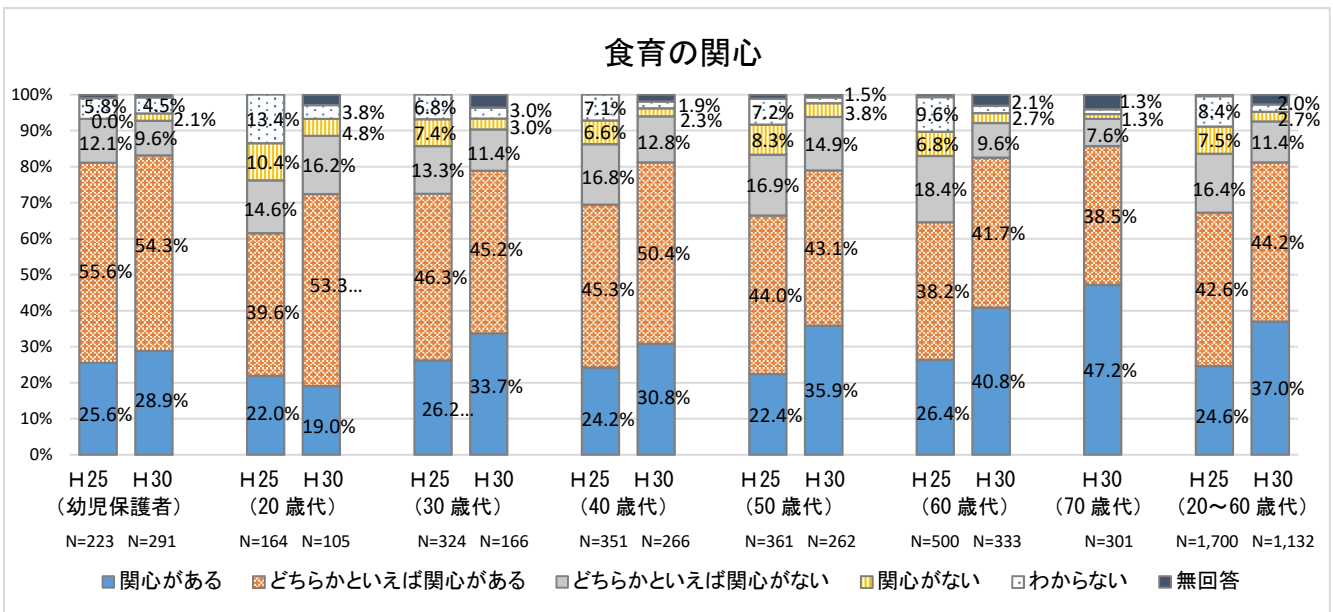
		幼児	児童	生徒	成人
対象者		3 歳児 (保護者)	小学 5 年生	中学 2 年生	20～70 歳代
調査方法		3 歳児健診対象児のうち、5・6 月に発送の受診票に同封の 3 歳児健診会場にて回収	市立小学校 市立義務教育学校 特別支援学校 計 42 校に協力依頼	市立中学校 市立義務教育学校 特別支援学校 計 20 校に協力依頼	住民基本台帳より層化無作為抽出し郵送 返信用封筒にて回収
実施状況	対象者数	529	2,677	1,909	3,500
	回収数	291	2,634	1,791	1,440
	回収率	55.0%	98.4%	93.8%	41.1%

調査結果

①食育の関心・実践について

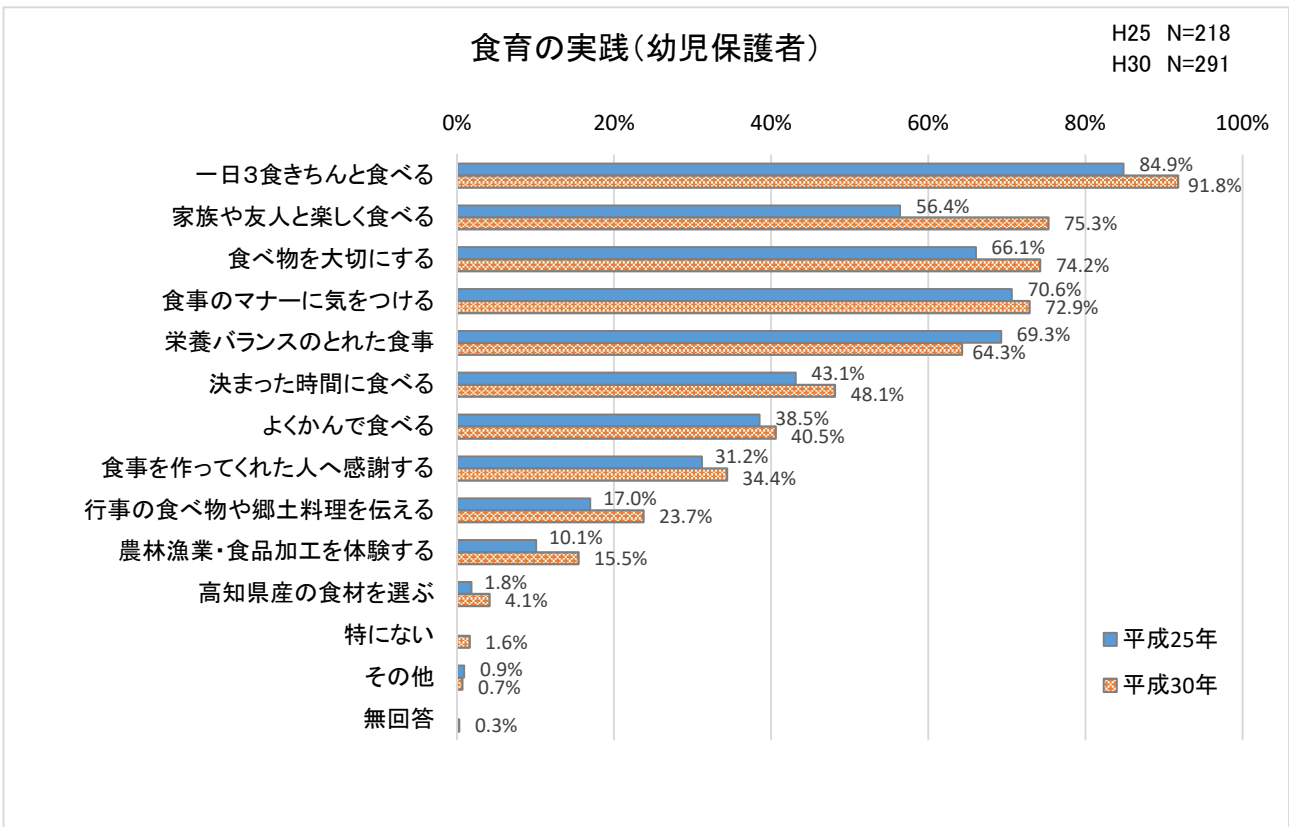
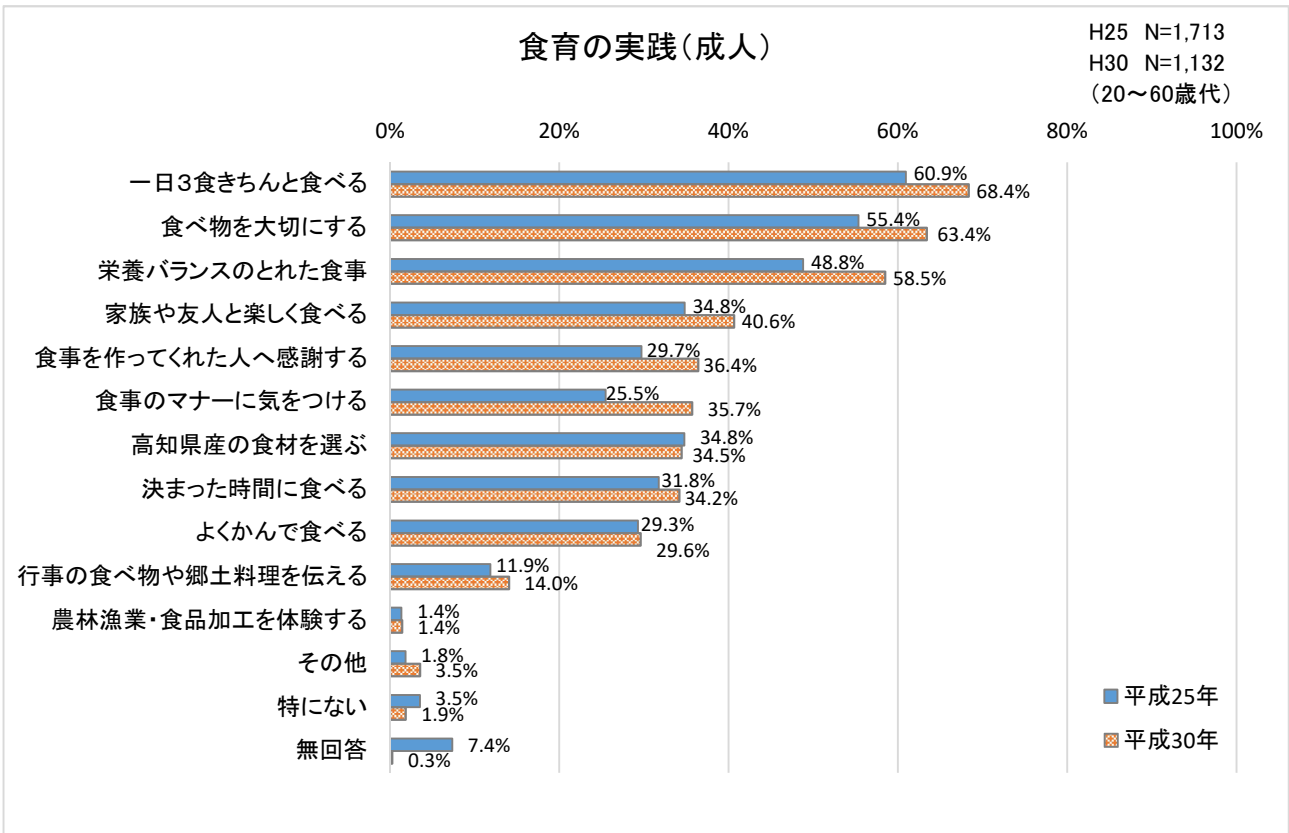
あなたは、「食育」に関心がありますか。

食育に対する関心は、5 年前に比べ、どの年代も高まっています。また年代が高いほど関心が高まっています。



あなたが「食」に関することで実践していることは何ですか。(複数回答)

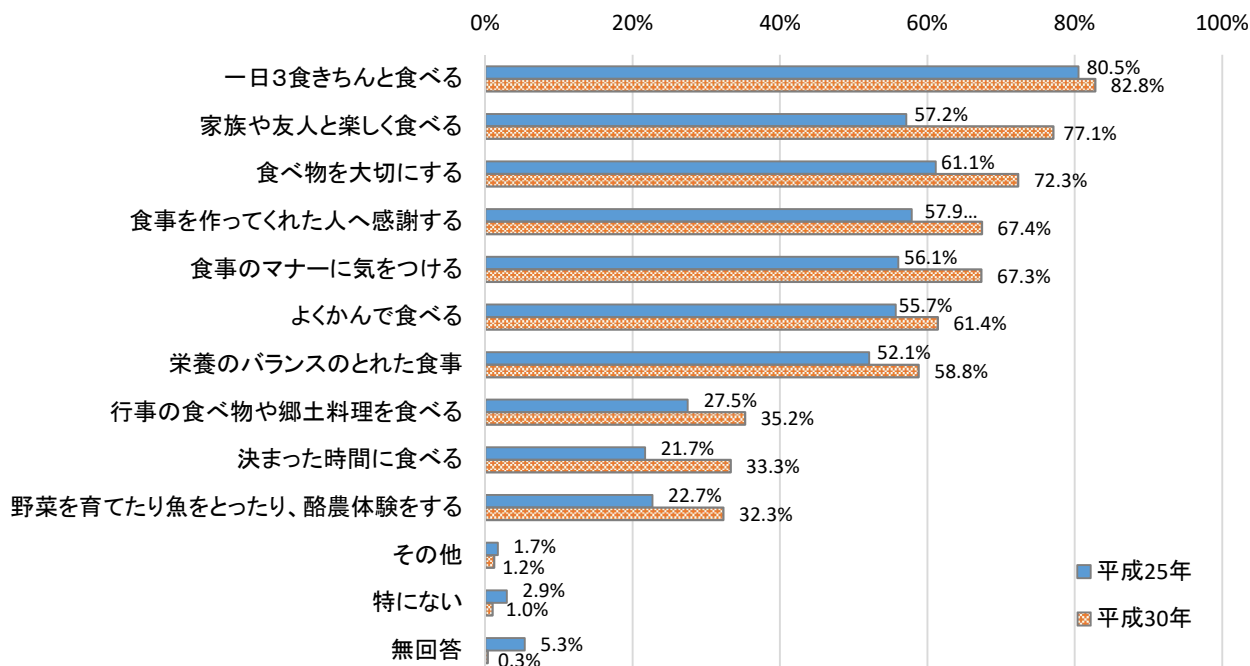
「食」に関することで実践している人の割合は、5年前に比べ、どの年代も増加しており、特に小中学生が良い傾向になっています。



### 食育の実践(小学生)

H25 N=2,768

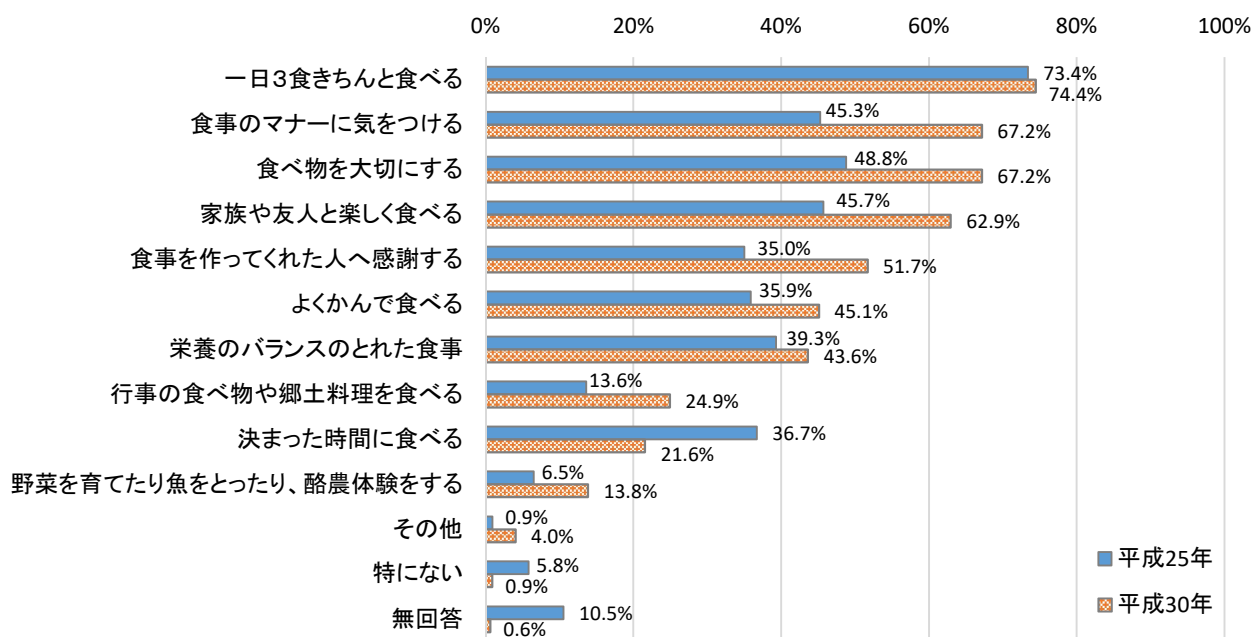
H30 N=2,634



### 食育の実践(中学生)

H25 N=1,909

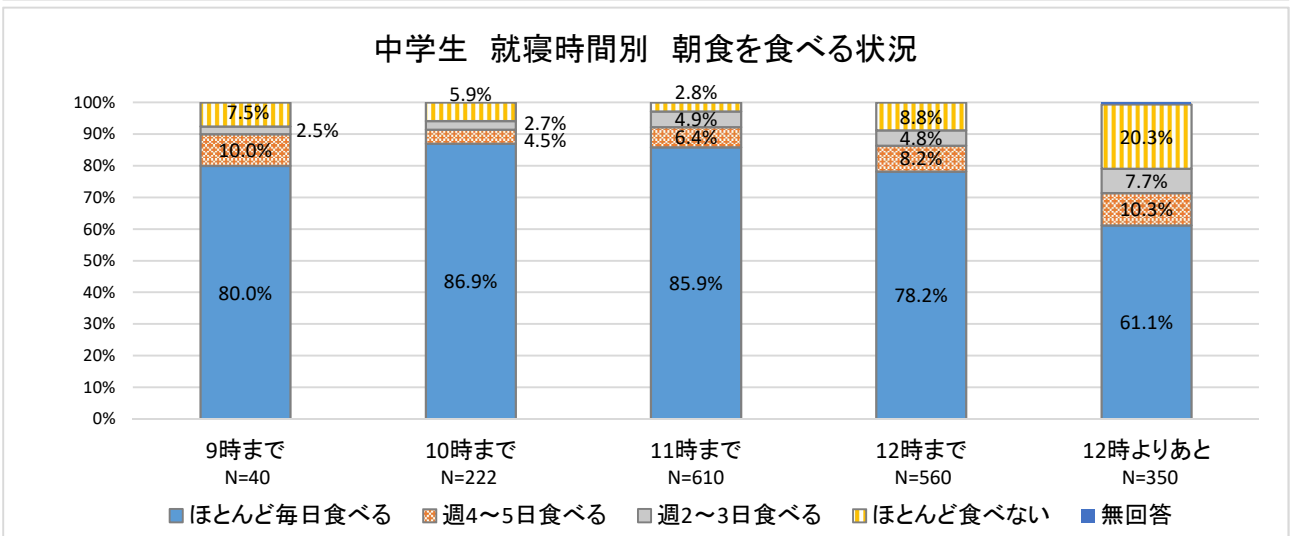
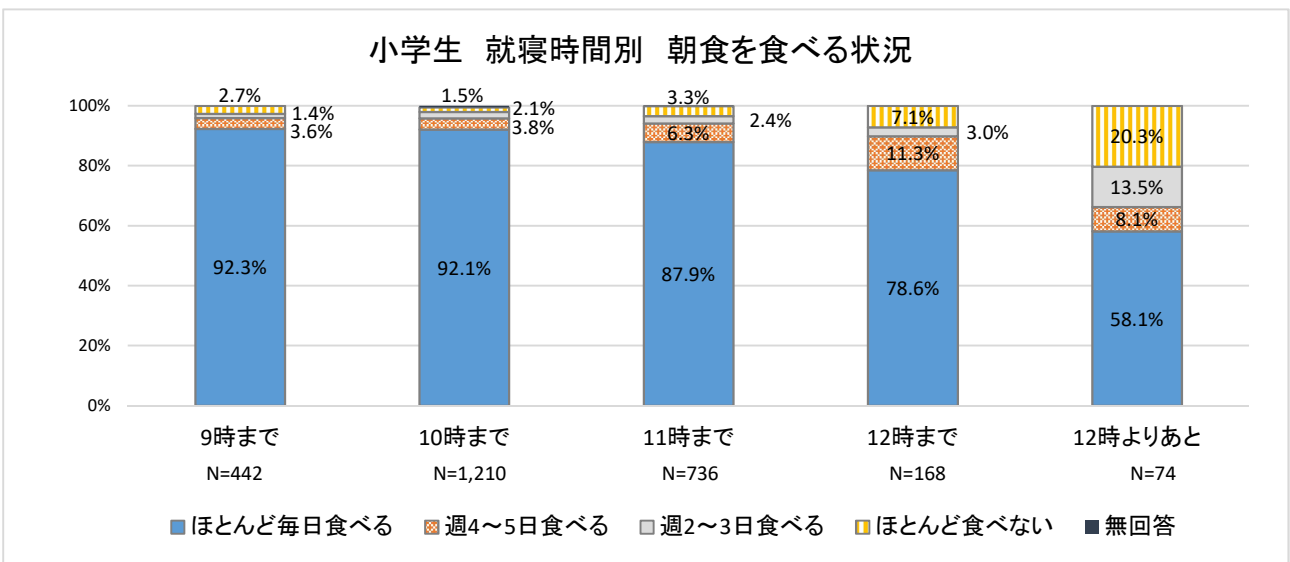
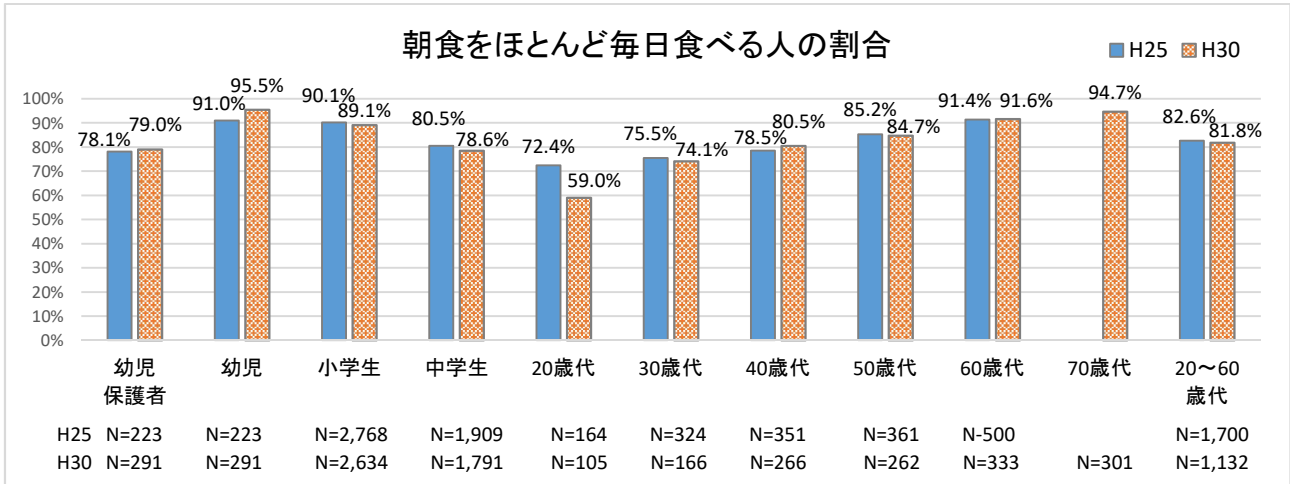
H30 N=1,791



## ②現在の食生活・生活習慣について

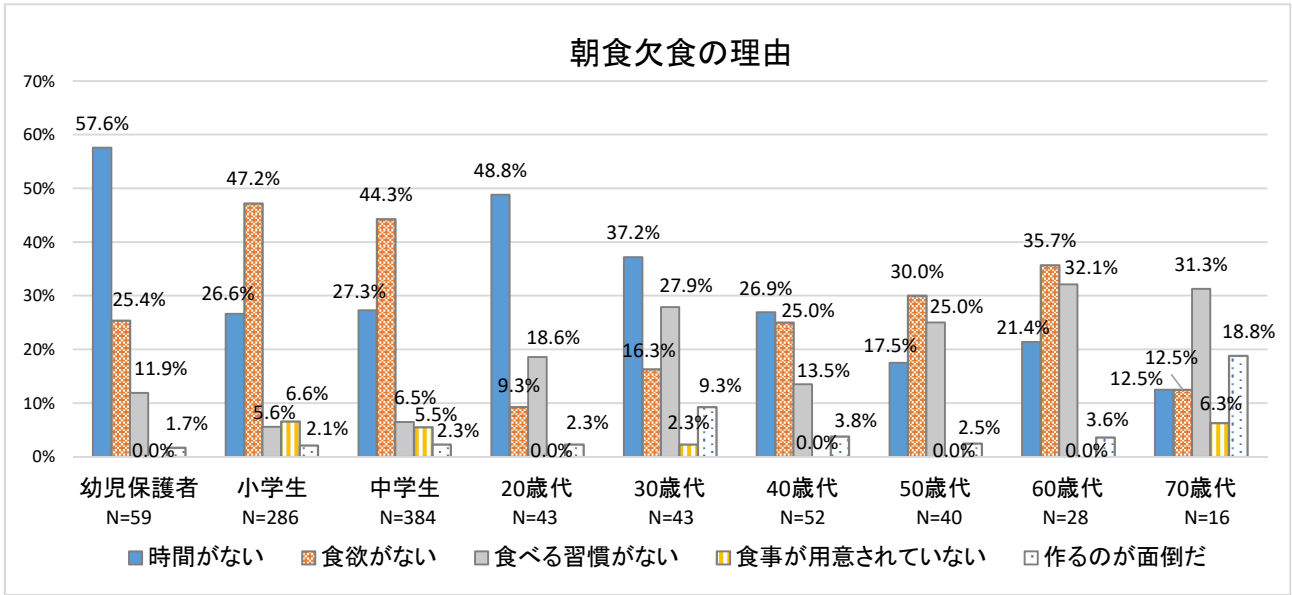
あなたは、ふだん朝食を食べていますか。

朝食をほとんど毎日食べる人の割合は、5年前に比べ、小学生・中学生・20歳代・30歳代・50歳代で減少しています。特に、20歳代の減少が顕著です。小中学生は、就寝時間が遅い人ほど朝食を欠食しています。



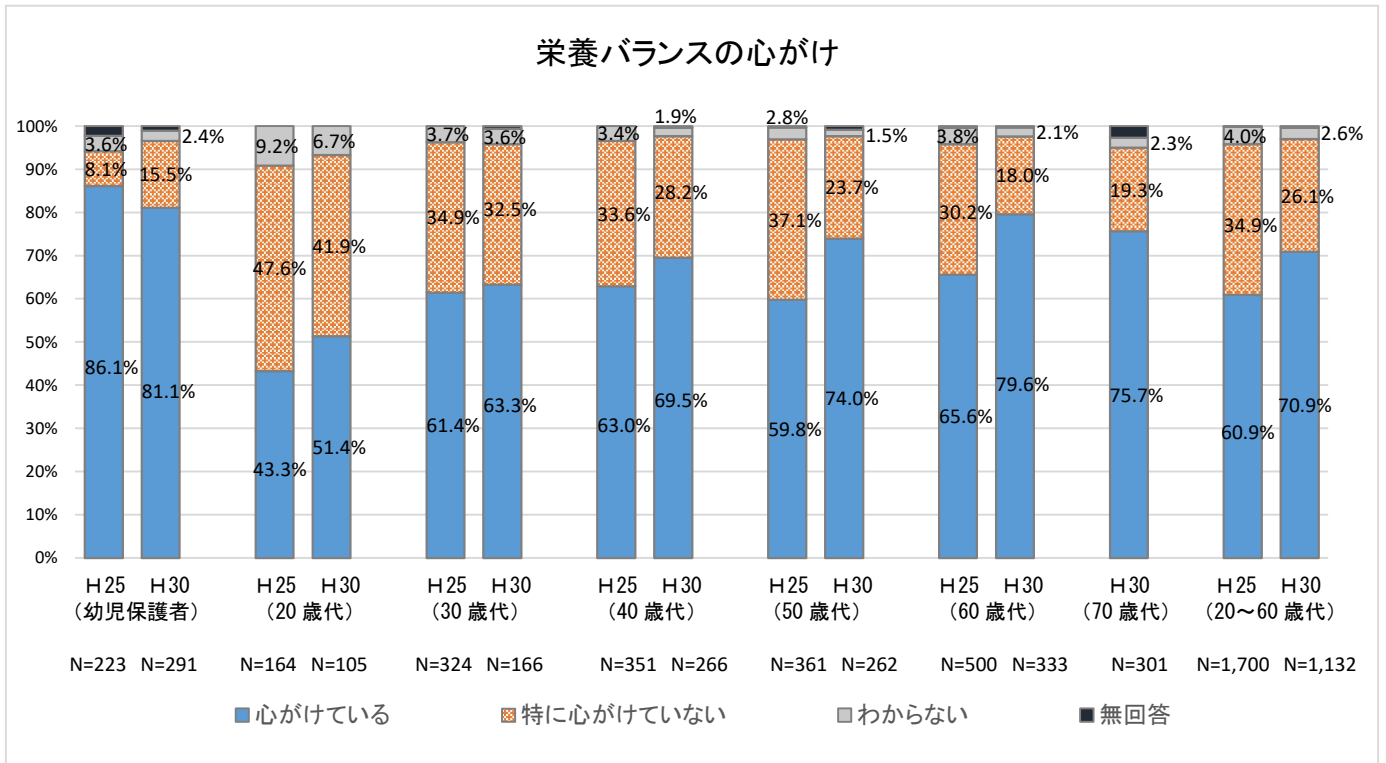
朝食を食べない主な理由は何ですか。(回答1つ)

小中学生では「食欲がない」という理由が最も多くなっています。幼児保護者や若い世代(20~30歳代)では「時間がない」という理由が多く、年代が高くなるほど「食べる習慣がない」という理由が多くなっています。



あなたは、食事や買物の際に「主食・主菜・副菜をそろえる」など栄養バランスに心がけていますか。

栄養バランスに心がけている人の割合は、5年前に比べて、どの年代も増加してします。

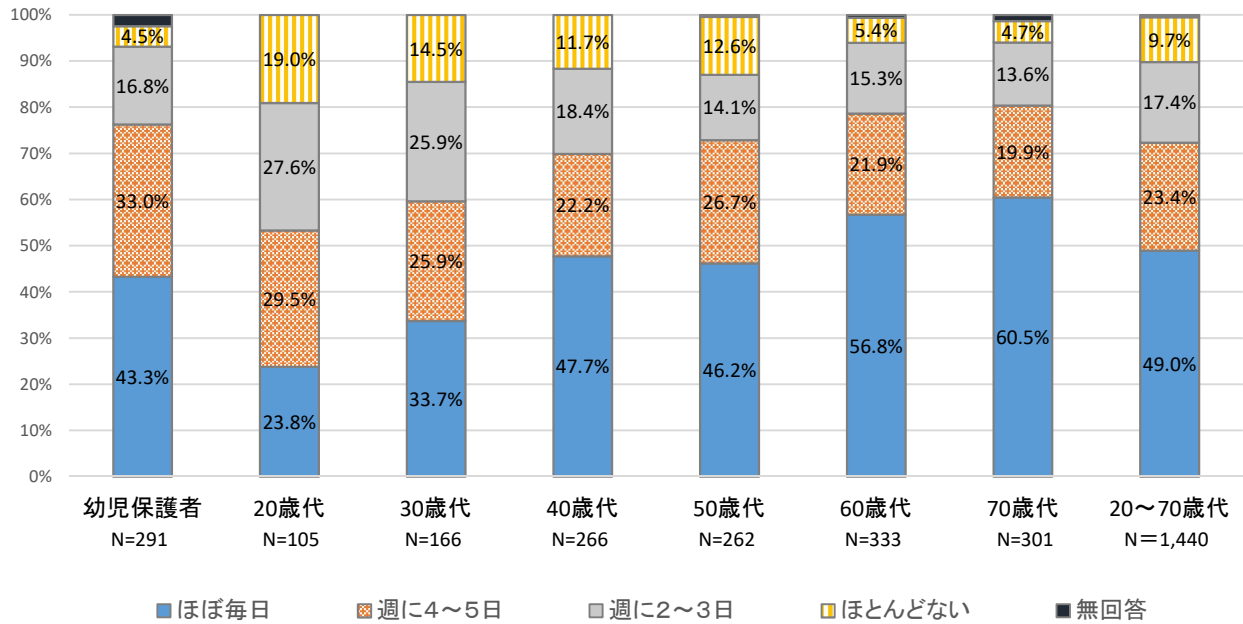


あなたは、「主食・主菜・副菜」の3つをそろえて食べるのが、1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。

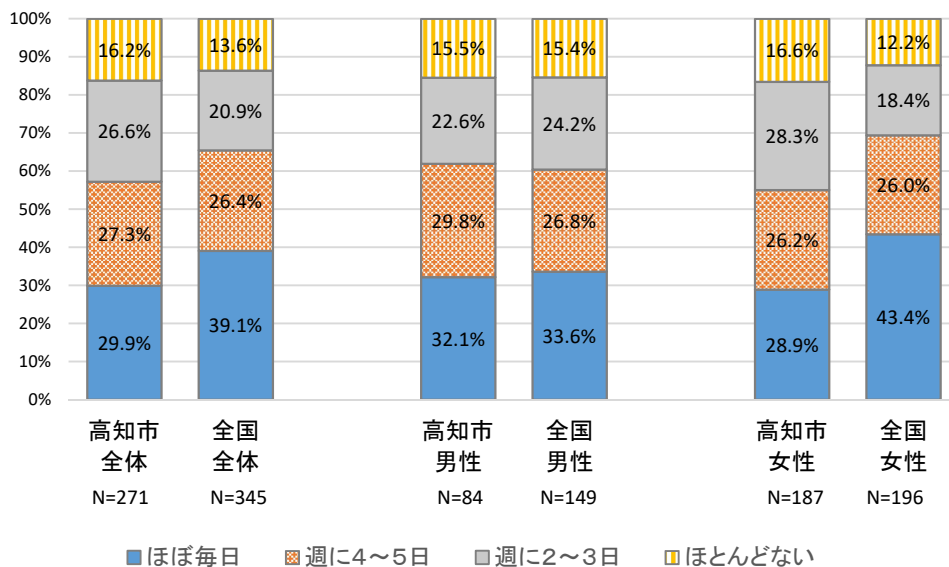
栄養バランスに配慮した食生活について実践している人の割合は、年代が高くなるほど多くなっています。

20歳代で実践している人の割合は、他の年代に比べて少なく、同年代でも幼児保護者の方が実践している人が多くなっています。また、全国と比べ、特に若い世代（20～30歳代）の女性で実践している人の割合が低くなっています。

### 栄養バランスに配慮した食生活の実践

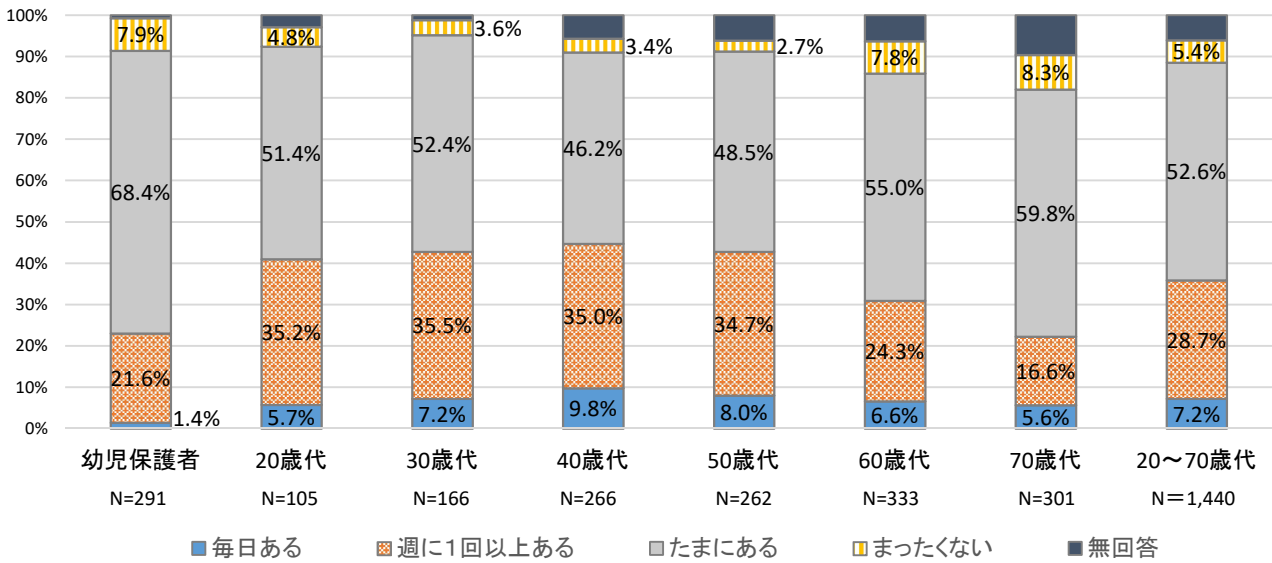


### 栄養バランスに配慮した食生活の実践 (20～30歳代 全国との比較)



あなたは、調理済みの惣菜や弁当などを買ってきて食事をすることがありますか。

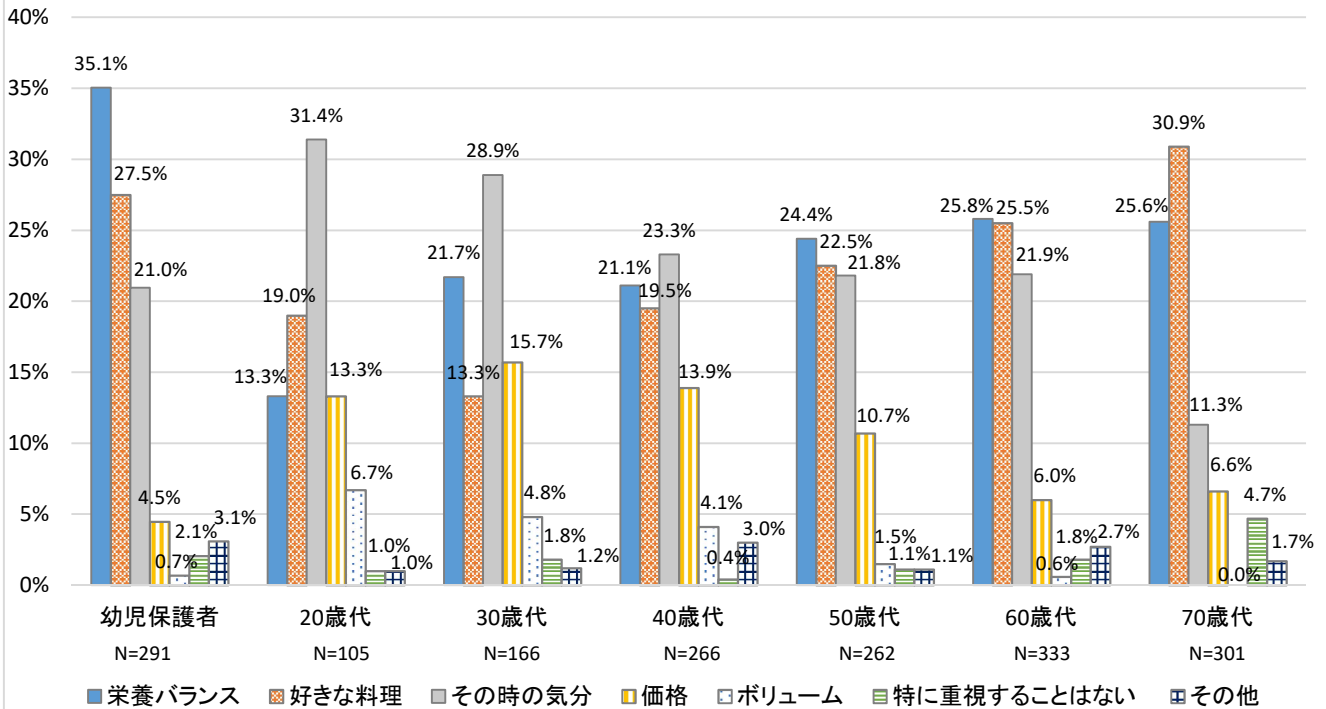
### 中食の頻度



あなたが、調理済みの惣菜や弁当などを選ぶときに特に重視することは何ですか。(回答1つ)

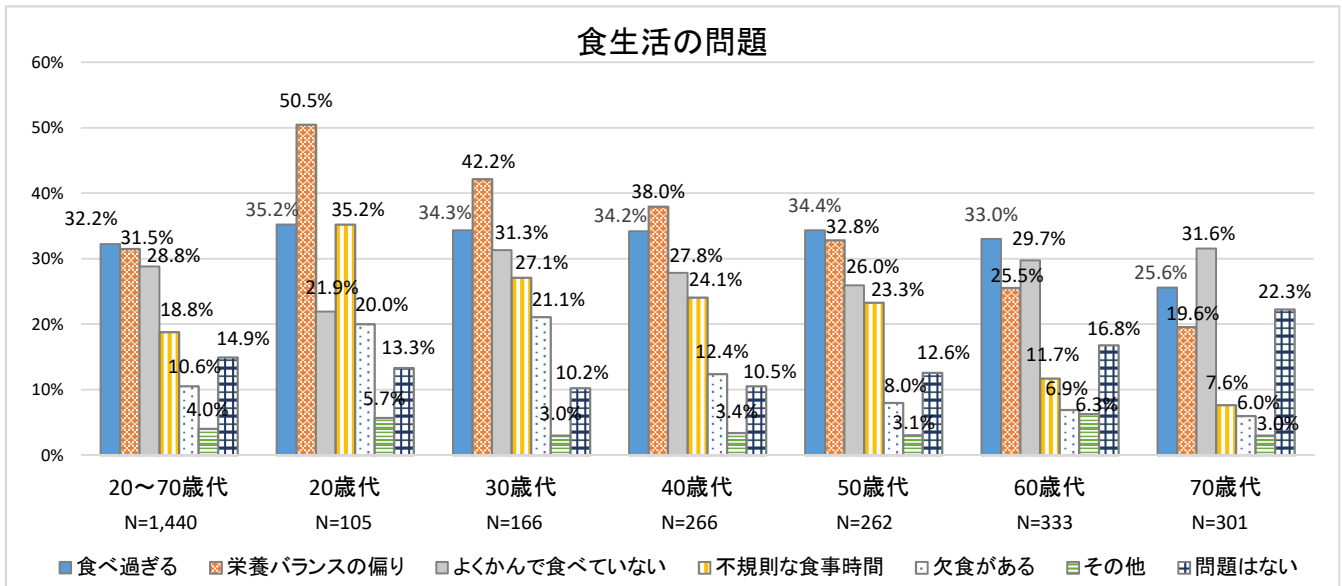
中食を選ぶときに特に重視することは、幼児保護者は「栄養バランス」を最も重視していますが、若い世代(20~30歳代)では「その時の気分」で選ぶことが顕著に多くなっています。

### 中食の選び方



あなたは、現在のご自分の食生活に問題があると思いますか。(複数回答)

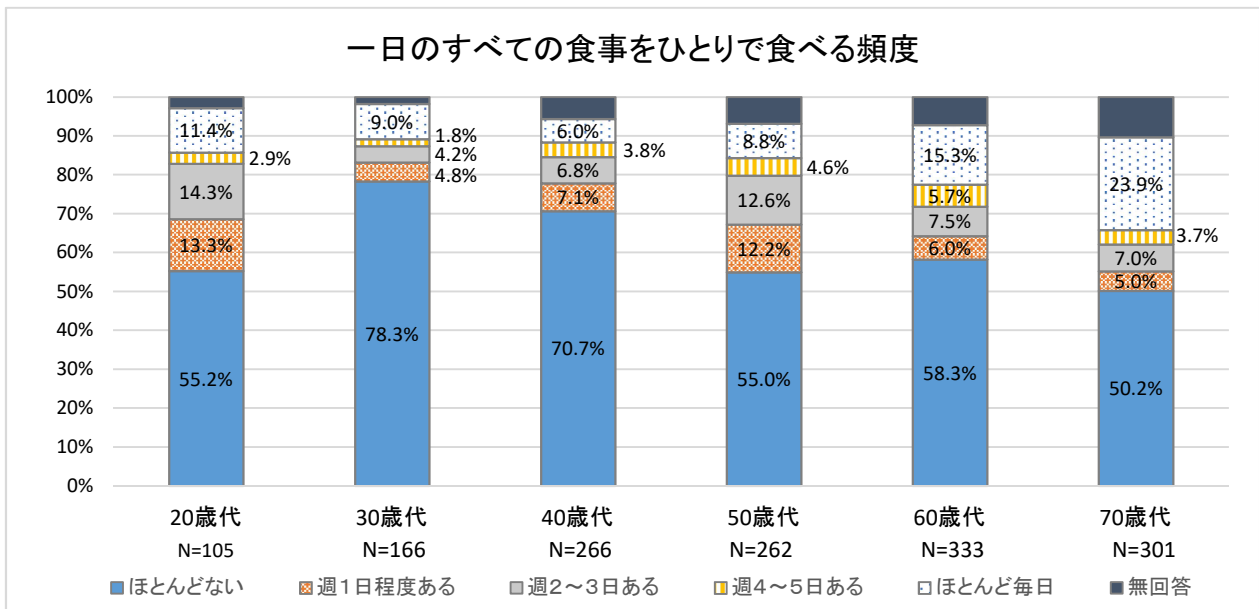
自身の食生活の問題について、20~40歳代は「栄養バランスの偏り」が最も多くなっています。年代が高くなるほど、「よくかんで食べていない」人が多くなっています。



### ③ 共食や孤食状況について

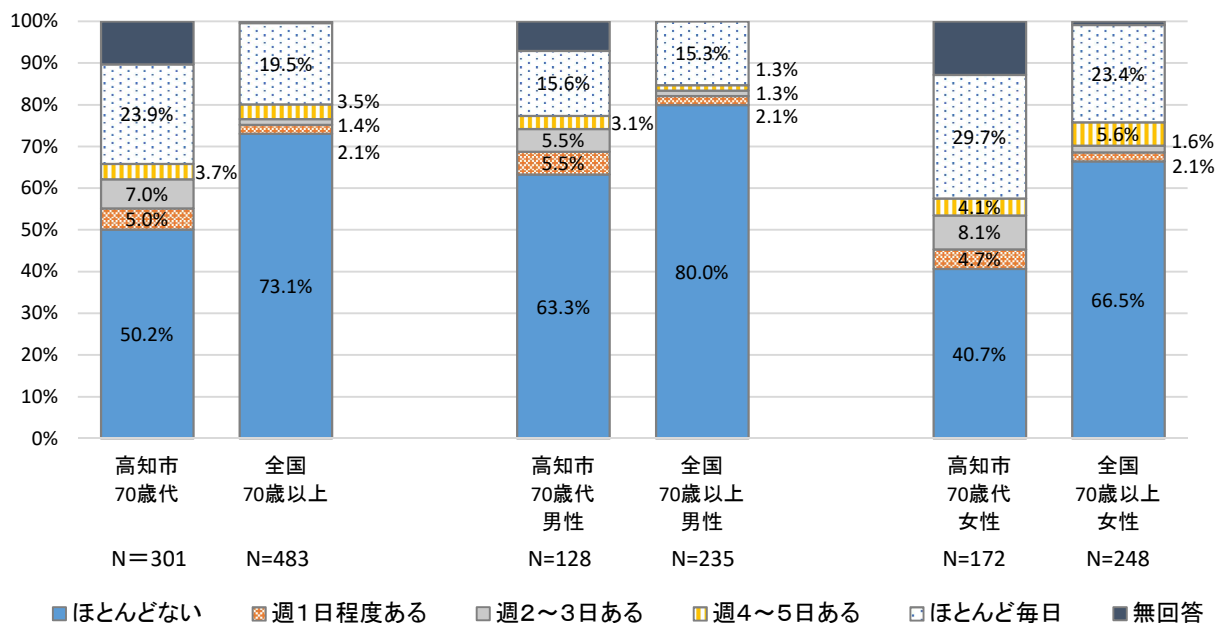
あなたは、一日のすべての食事をひとりで食べることがありますか。

70歳代の23.9%が、ほとんど毎日、一日のすべての食事をひとりで食べています。





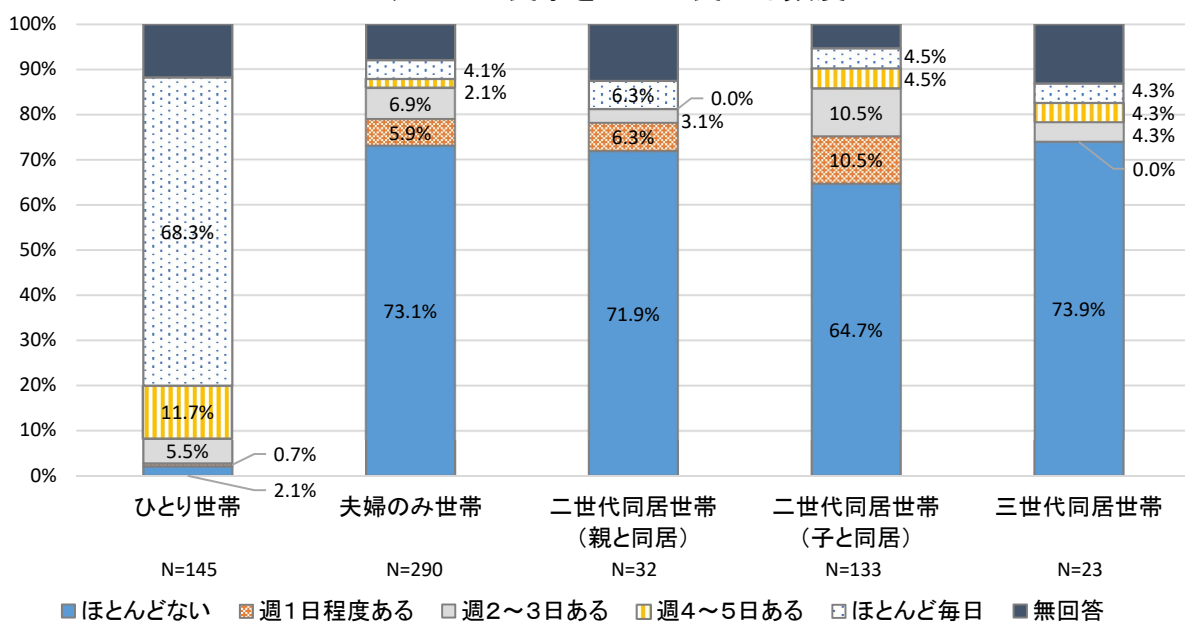
### 70歳代 全国(70歳以上)との比較 一日のすべての食事を一人で食べる頻度



高知市: 平成30年度 食育に関するアンケート調査  
 全国: 農林水産省 平成28年度 食育に関する意識調査

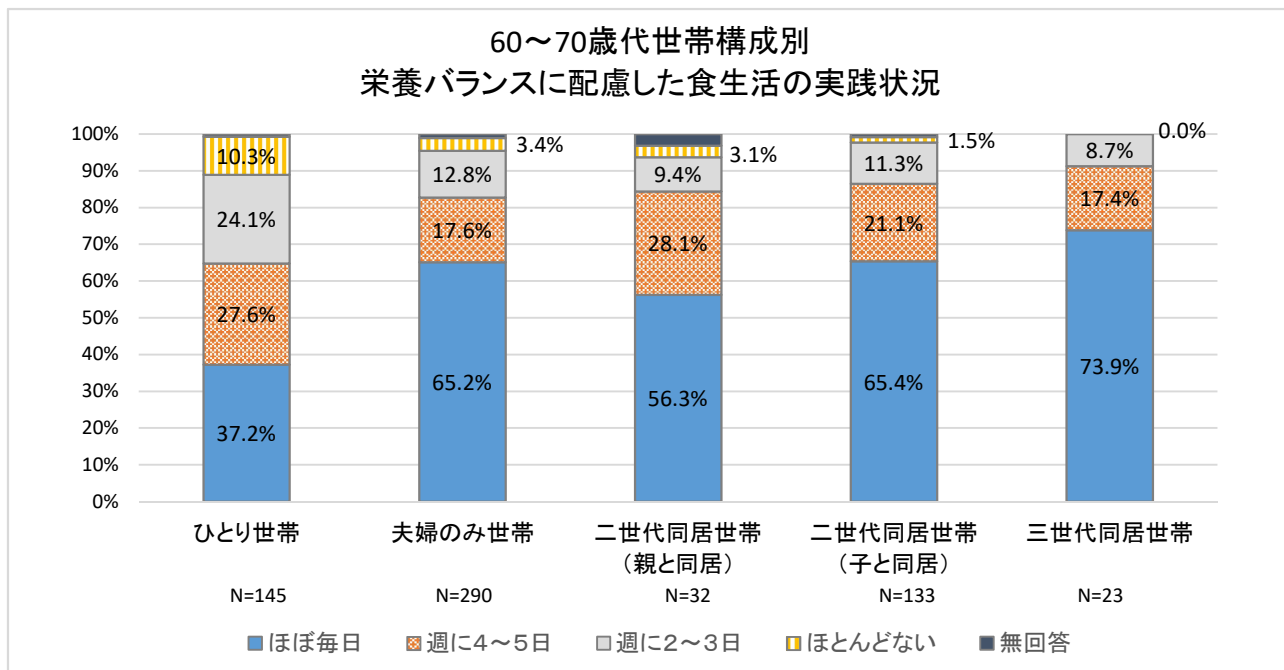
60~70歳代のひとり世帯では日常的に孤食の頻度が高くなっています。

### 60~70歳代 世帯構成別 一日のすべての食事を一人で食べる頻度



あなたは、「主食・主菜・副菜」の3つを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。

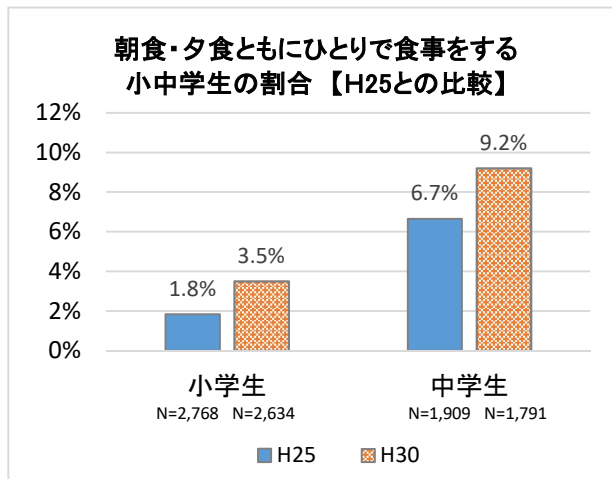
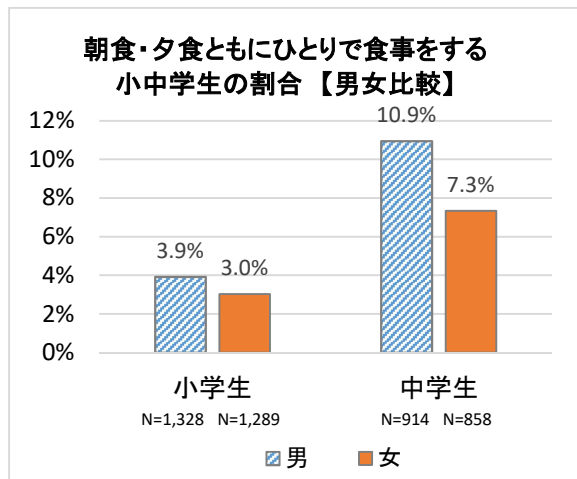
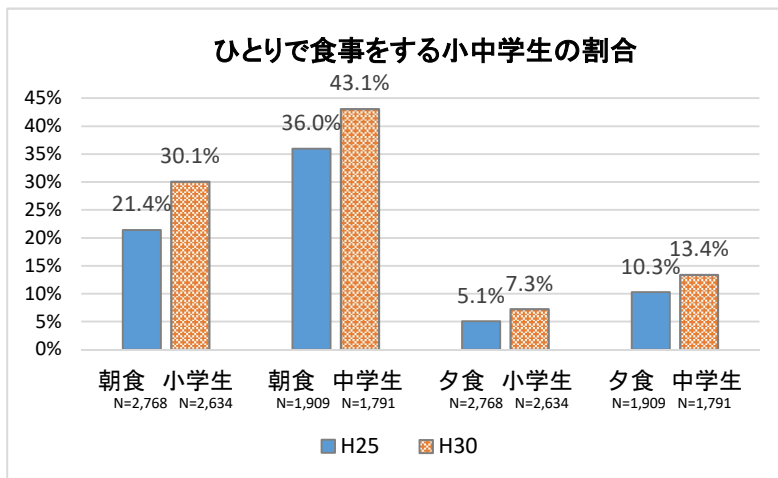
日常的に孤食の頻度が高い60～70歳代のひとり世帯では、他の世帯構成に比べて、栄養バランスに配慮した食生活に実践している人の割合が低くなっています。



あなたは、平日（学校がある日）、朝食・夕食を誰かと一緒に食べますか。

ひとりで食事をする小中学生の割合は5年前に比べ、朝食・夕食とも増加しています。

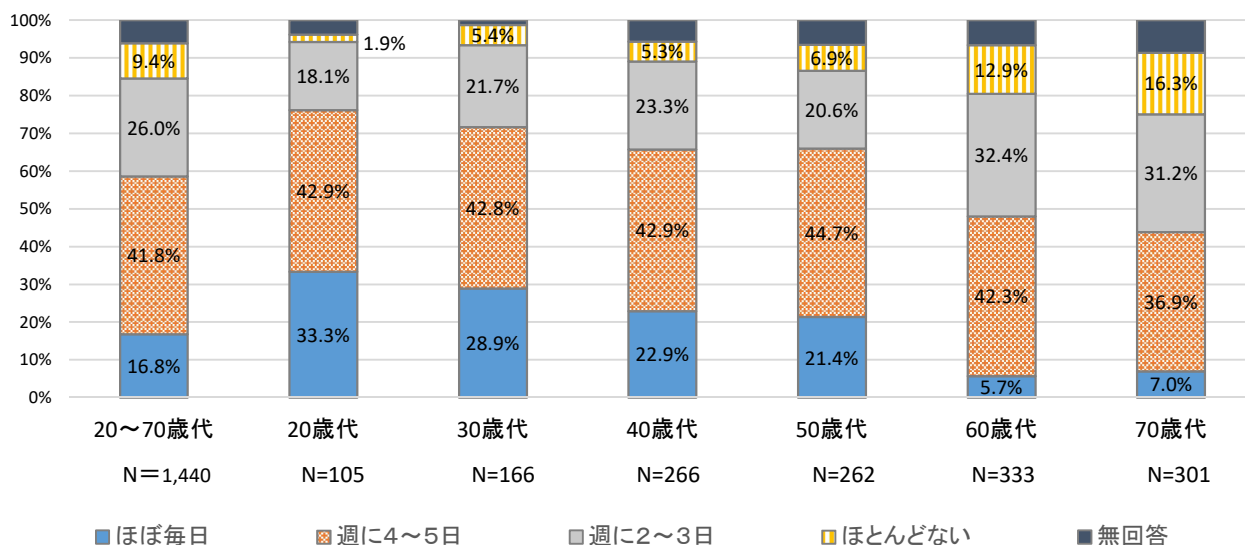
朝食・夕食の両方をひとりで食事をする小中学生の割合は、中学生男子が最も多くなっています。



あなたは、家族以外の人（友人などの仲間やご近所さん、職場の人など）と一緒に食事をする機会がありますか。

家族以外の人との共食の機会は、20歳代が最も多く、年代が高いほど少なくなっています。

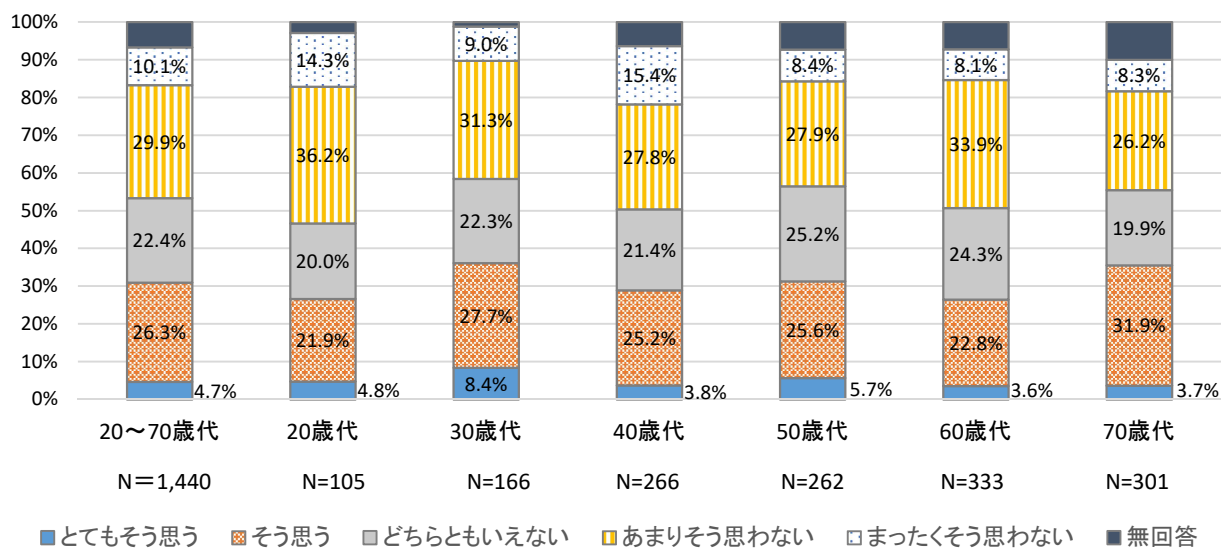
### 家族以外の人との共食の機会



あなたは、家族以外の地域の人など、誰かと食を楽しむ機会（食事会、料理教室、農業などの体験活動など）があれば、参加したいと思いますか。

家族以外の地域の人など、誰かと食を楽しむ機会について、30歳代と70歳代が参加したいと思う人の割合が多くなっています。どの年代も「思う」「思わない」の割合がほぼ半々くらいの結果となっています。

### 地域等での食を楽しむ機会へ参加したいと思うか

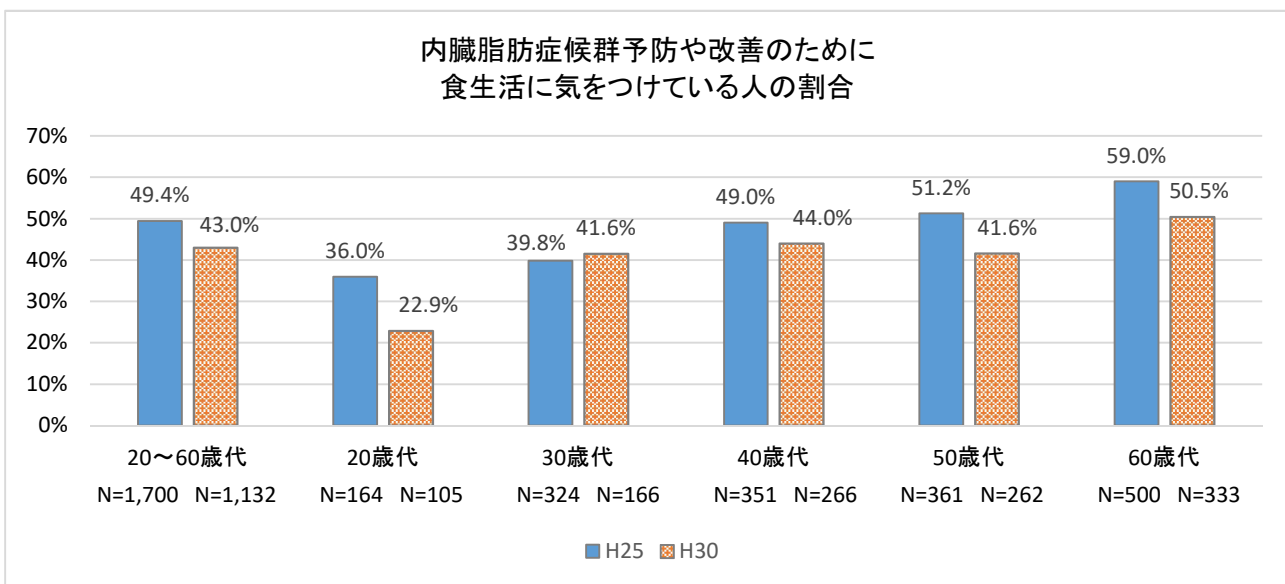
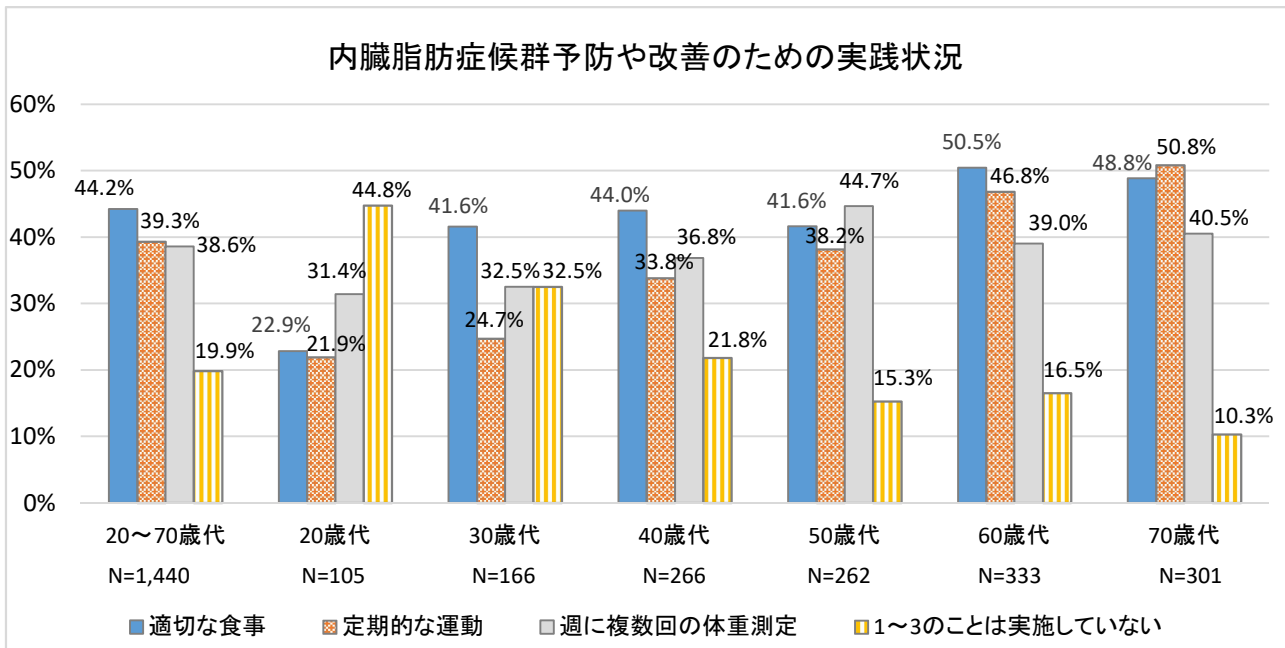


#### ④生活習慣病の予防や改善に関する食意識や実践について

あなたは、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）予防や改善のために、次のことを実践していますか。

（複数回答）

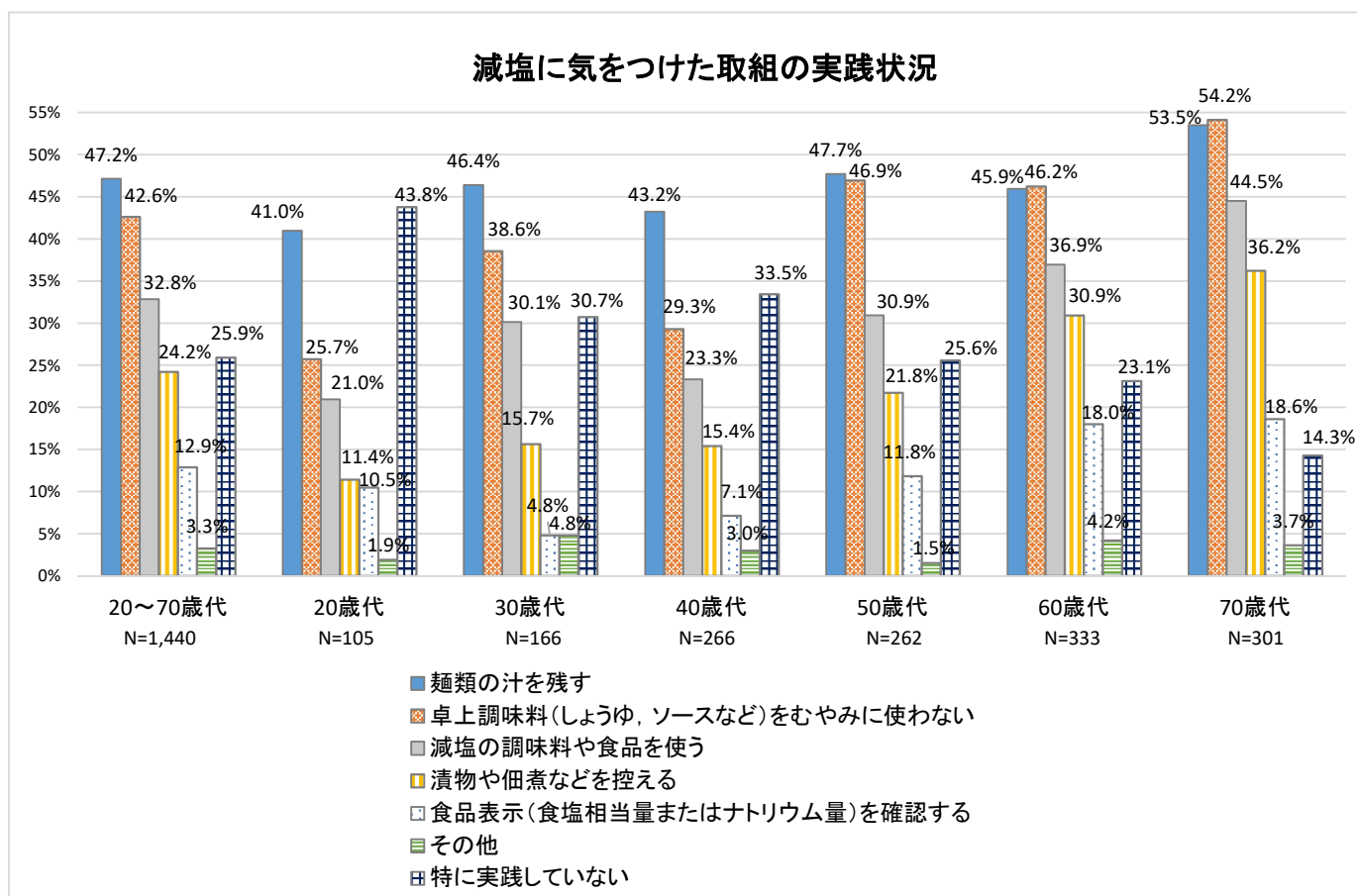
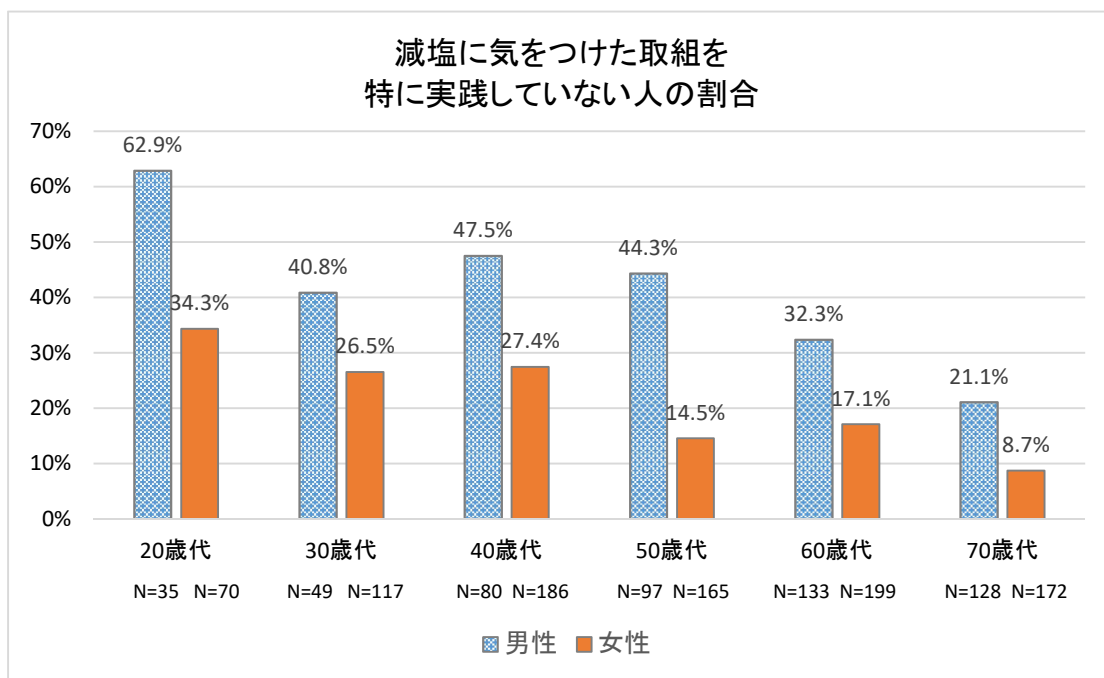
内臓脂肪症候群の予防や改善のために、「適切な食事」「定期的な運動」「週に複数回の体重測定」を実践している人の割合は、年代が高くなるほど増加し、20歳代では「実践していない」人の割合が多くなっています。食生活に気をつけている人の割合は、5年前に比べ、減少しています。



あなたは、生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから「減塩」に気をつけた取組をしていますか。(複数回答)

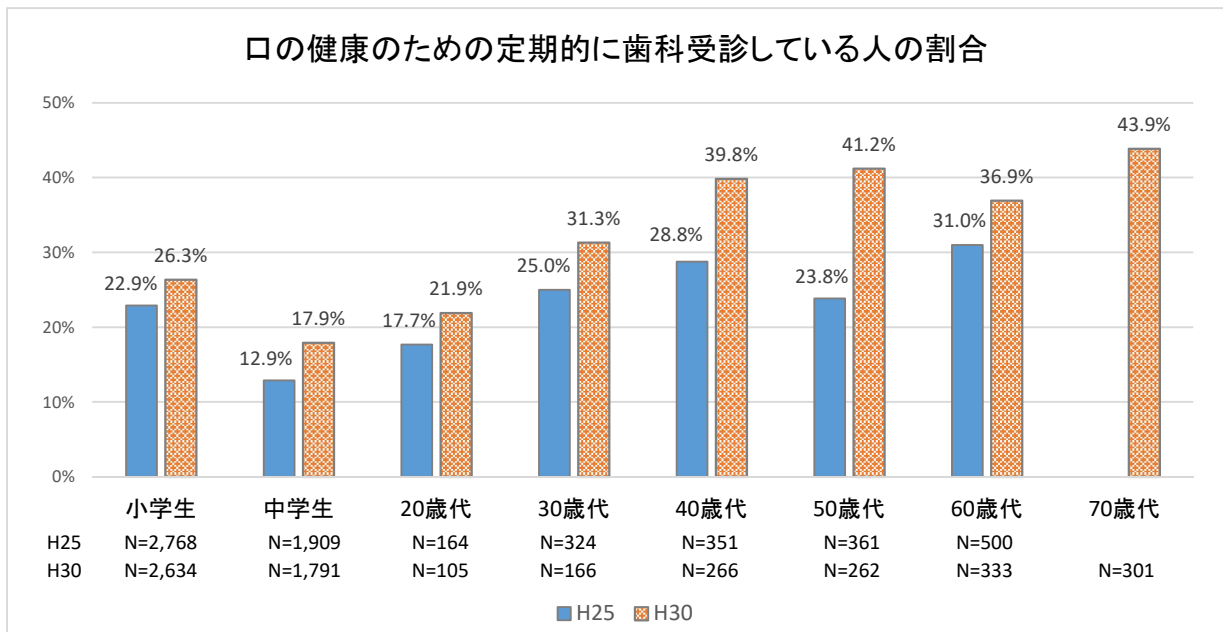
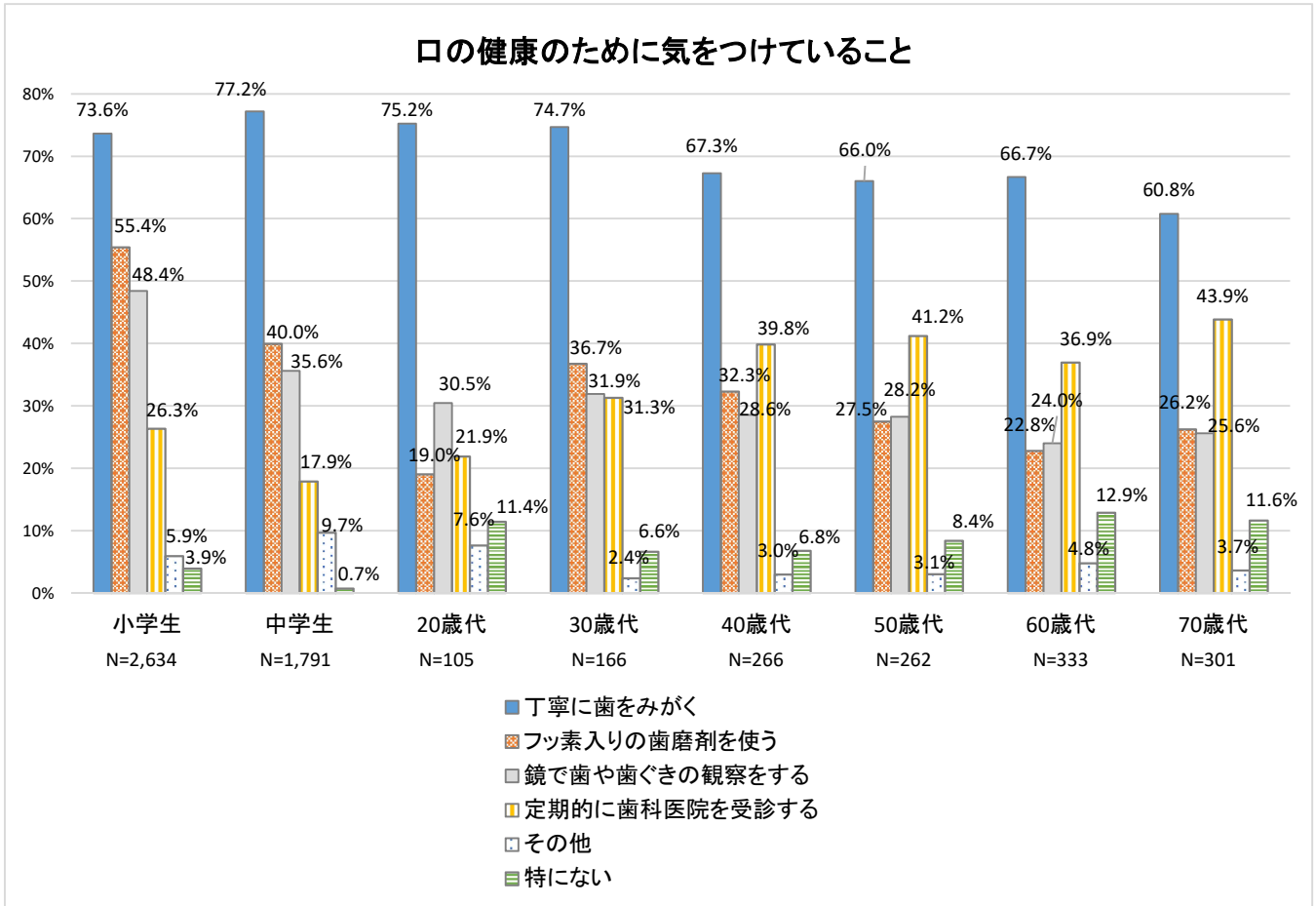
「減塩」に気をつけた取組は、年代が高いほど実践している人が多く、若い人ほど、また男性の方が実践している人が少なくなっています。

実践している内容は、「麺類の汁を残す」「卓上調味料をむやみに使わない」が多くなっています。



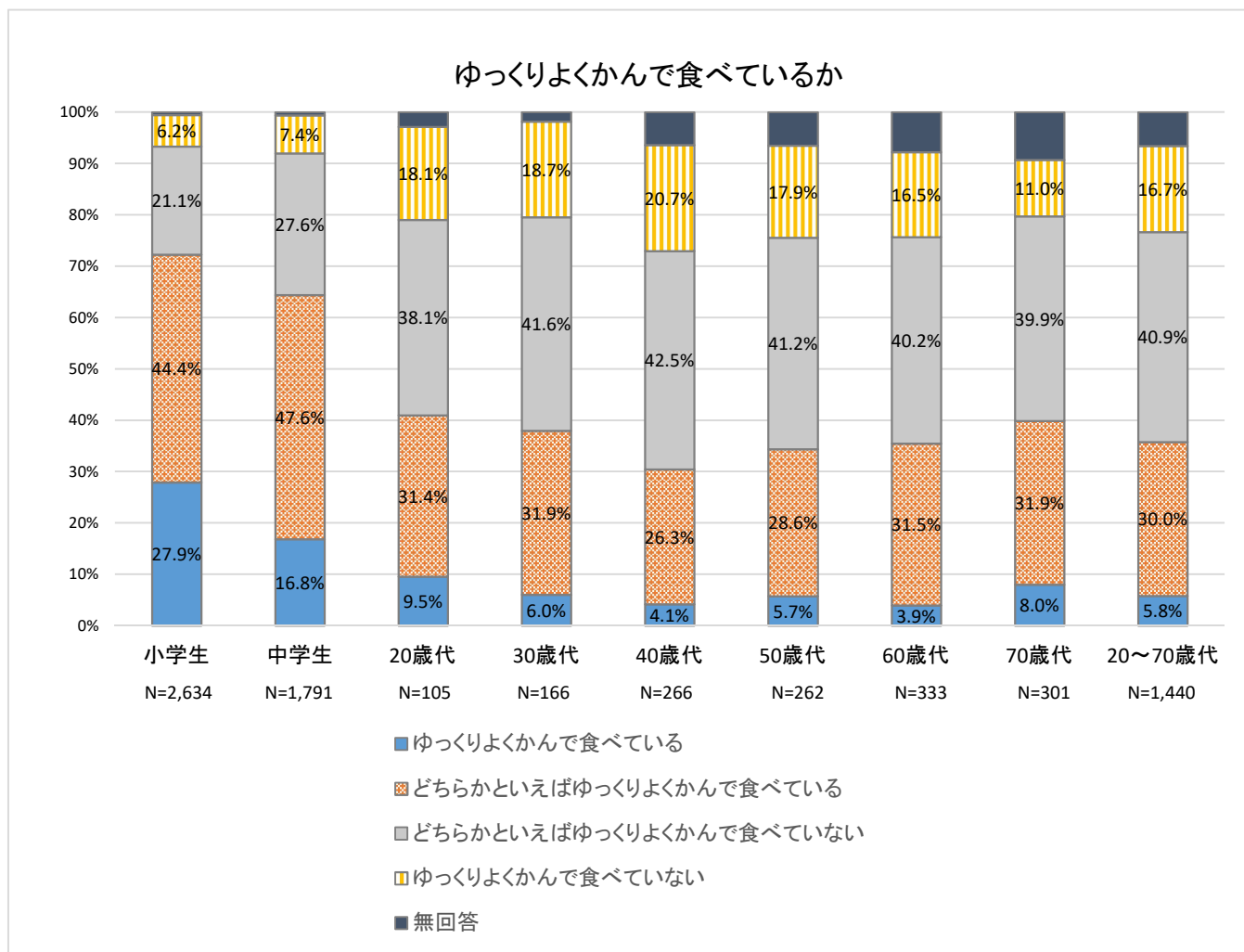
口の健康のために、あなたが気をつけていることは何ですか。(複数回答)

口の健康のために気をつけていることは、「丁寧に歯をみがく」人の割合が、最も多くなっています。定期的に歯科受診をする人の割合は、5年前に比べ、どの年代も増加しています。



あなたは、ふだん、ゆっくりよくかんで食べていますか。

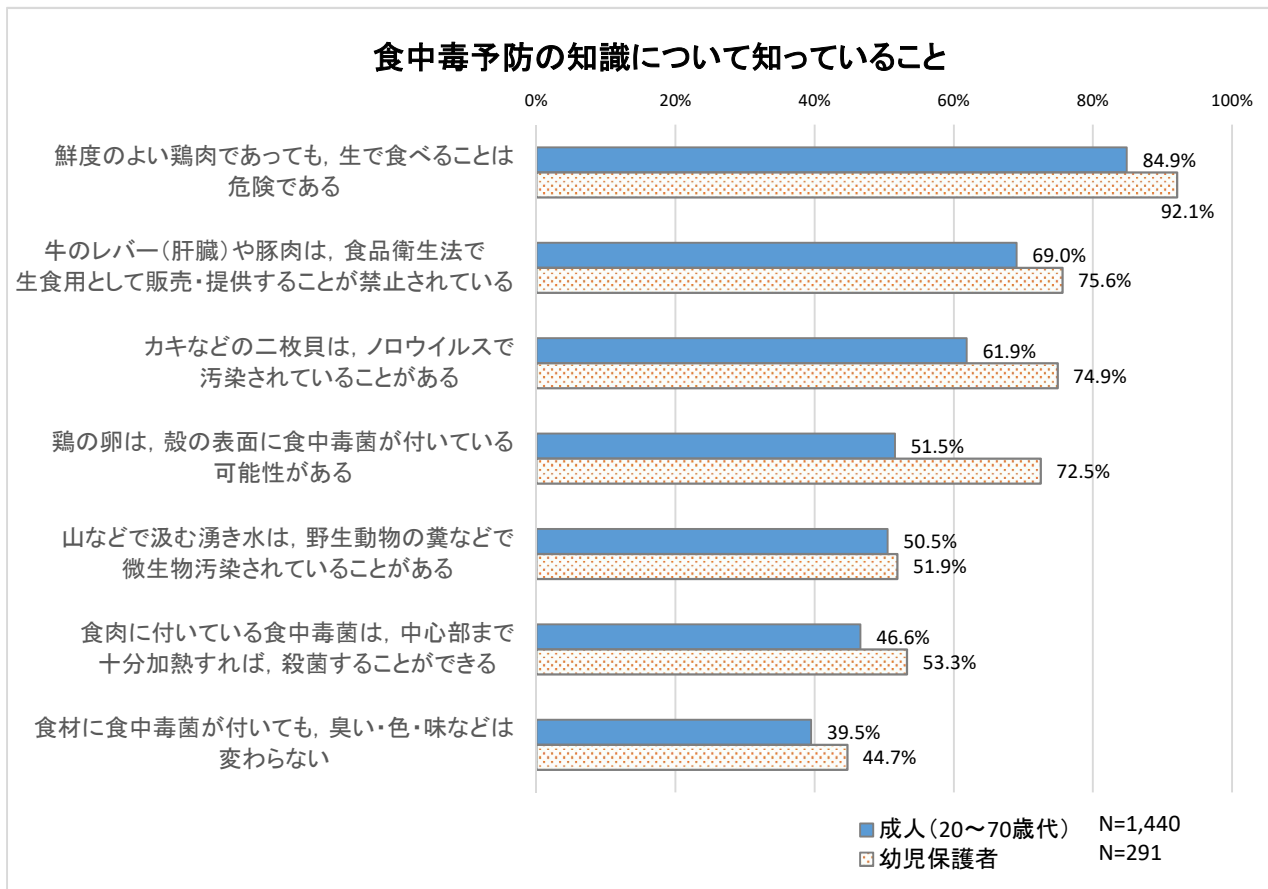
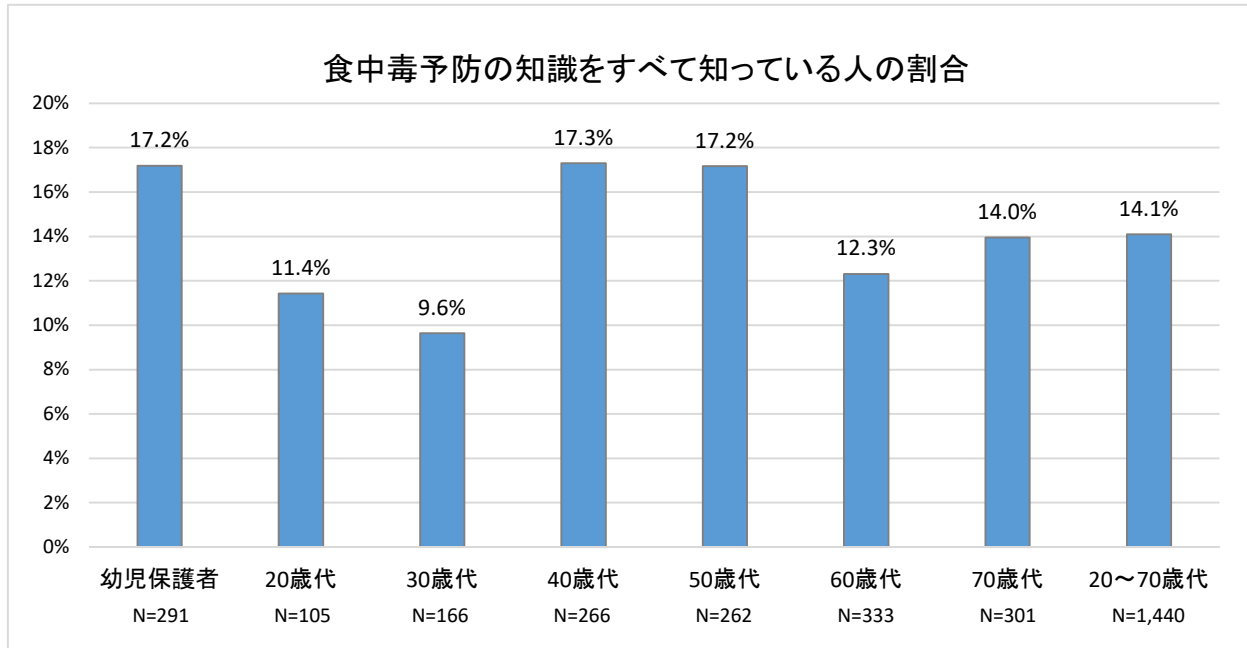
ゆっくりよくかんで食べている人の割合は、小学生が最も多く、40歳代が最も少なくなっています。



## ⑤食の安全性について

食中毒予防の知識について、知っている項目をすべて選んでください。(複数回答)

食中毒予防の知識は、若い世代(20~30歳代)で認知度が低く、同年代でも幼児保護者の認知度は高くなっています。「鶏肉の生食の危険性」についての認知度が最も高い結果となっています。

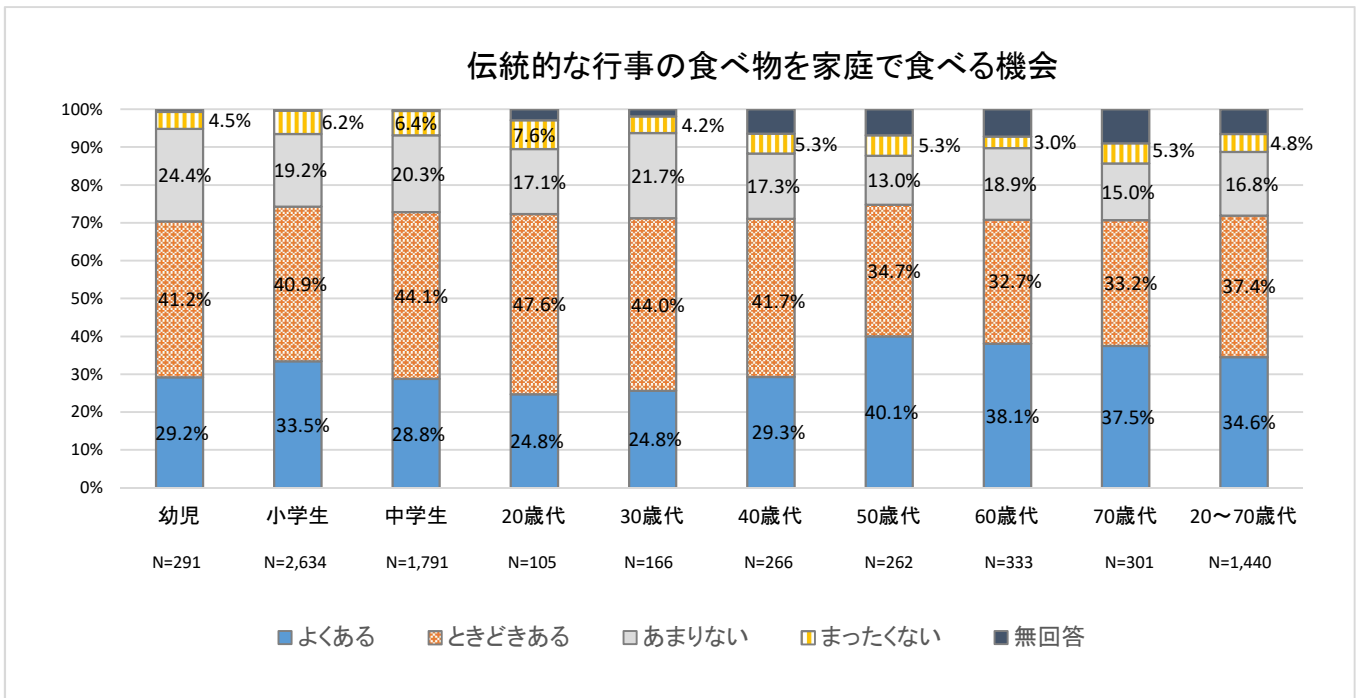
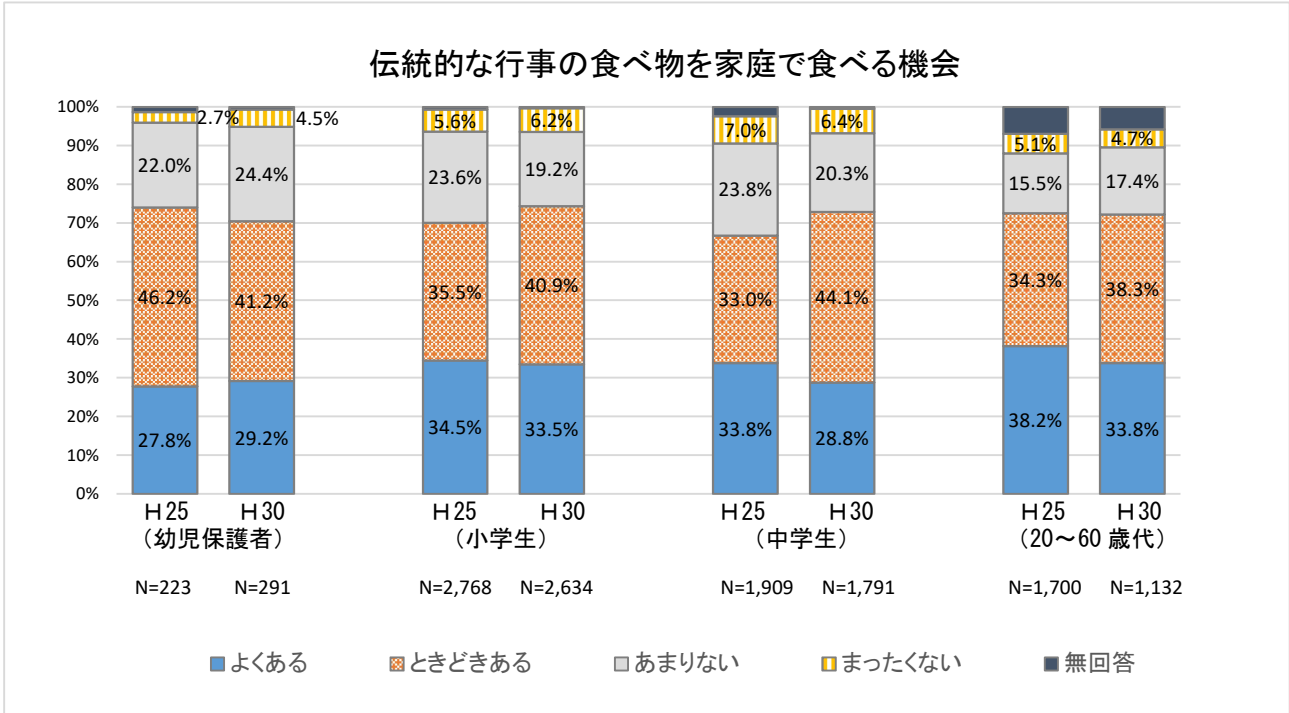




## ⑥食文化の継承及び伝承について

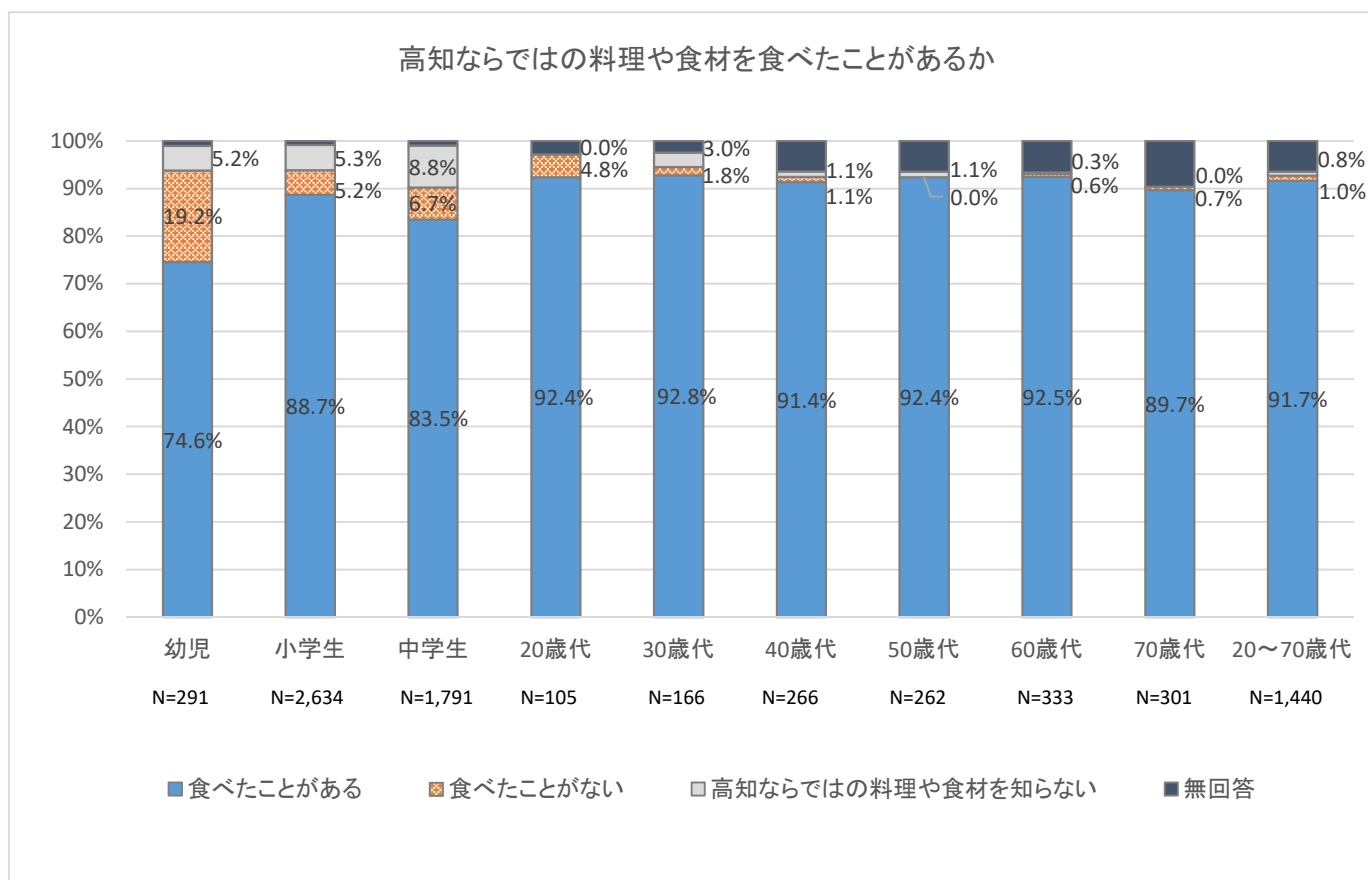
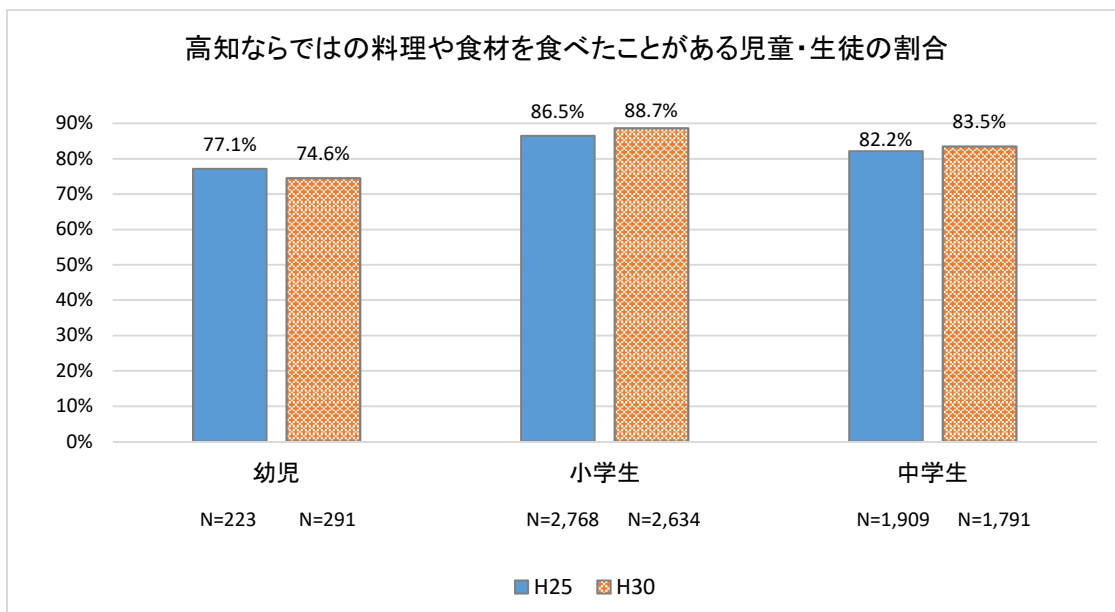
あなたは、おせち料理や七草がゆ、冬至のかぼちゃ料理といった伝統的な行事の食べ物を家庭で食べる機会がありますか。

伝統的な行事の食べ物を家庭で食べる機会があるかについて、5年前に比べ、あまり変化はありませんが、全年代にわたり、約7割の人が食べる機会があります。



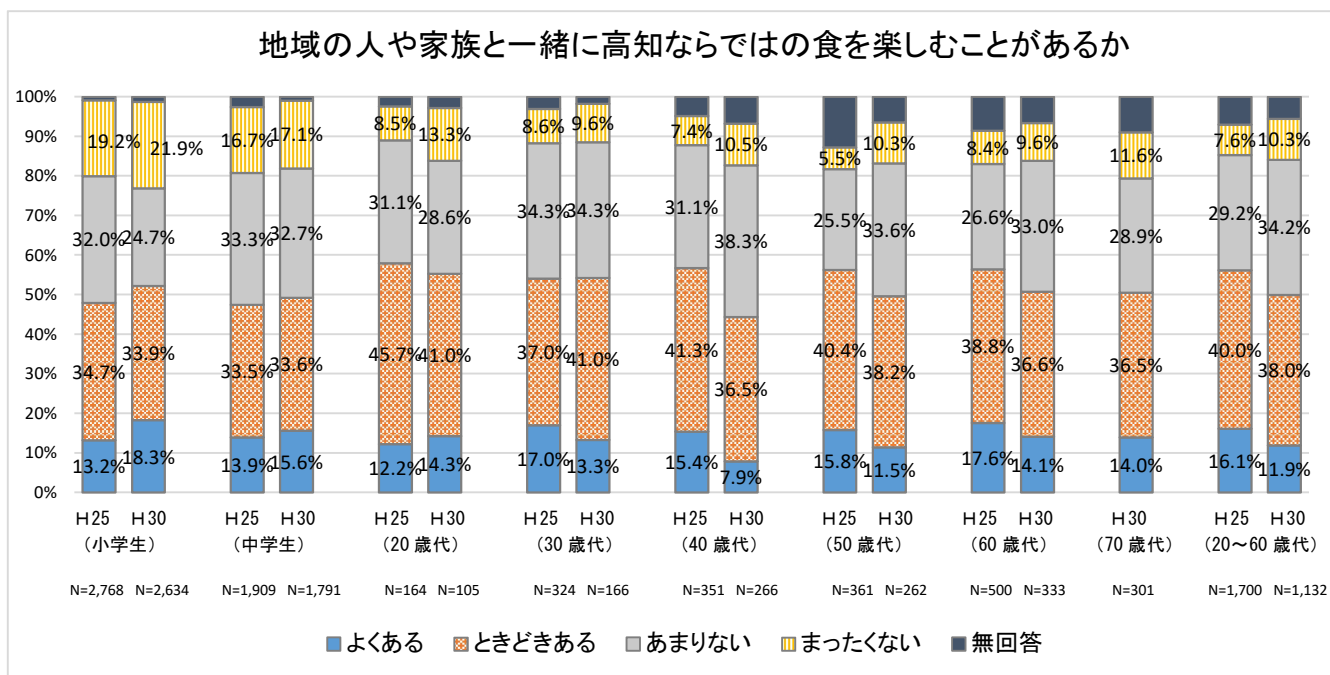
あなたは、高知ならではの料理や食材（皿鉢料理、いたどりなど）を食べたことがありますか。

高知ならではの料理や食材を食べたことがあるかについて、5年前に比べ、小中学生で若干増加しています。成人では約9割の人が食べたことがあるという結果になっています。



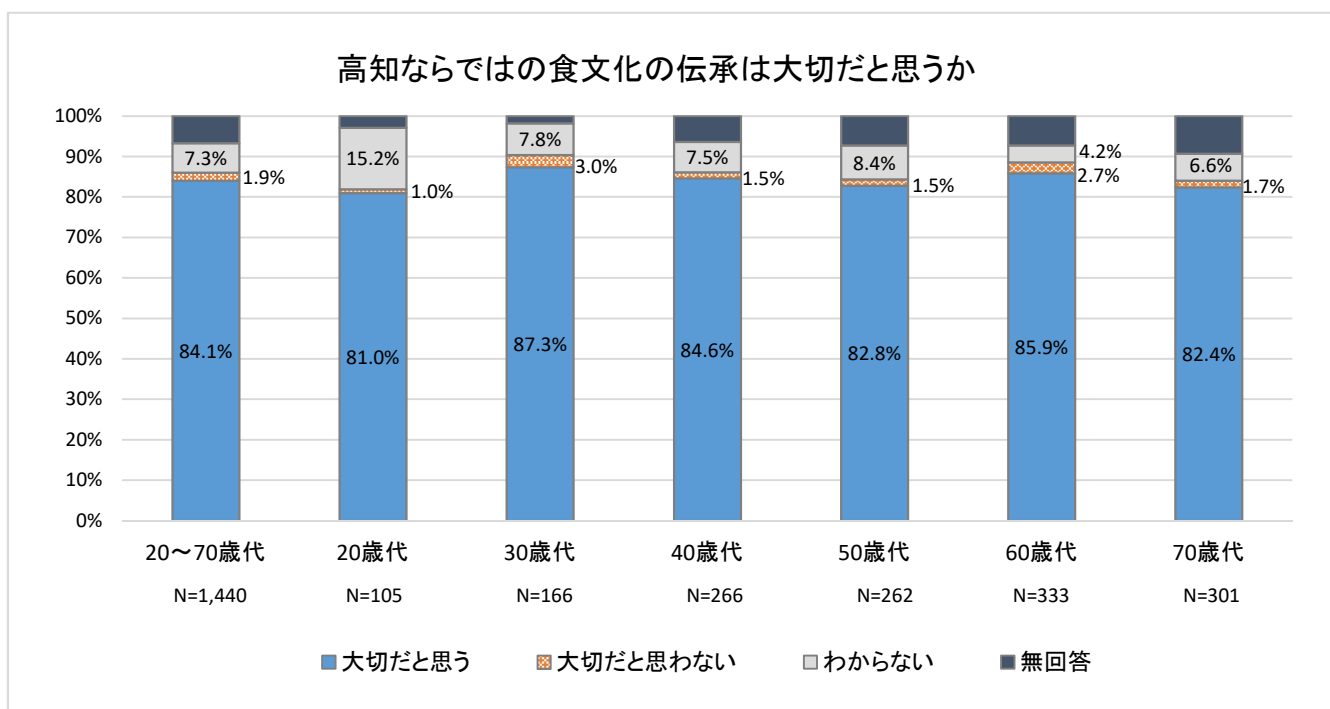
あなたは、地域の人や家族と一緒に高知ならではの食（皿鉢料理や田舎ずし、山菜採りやタタキづくりなど）を楽しむことがありますか。

地域の人や家族と一緒に、高知ならではの食を楽しむことがあるかについて、どの年代も約5割の人は機会があるという結果になっています。



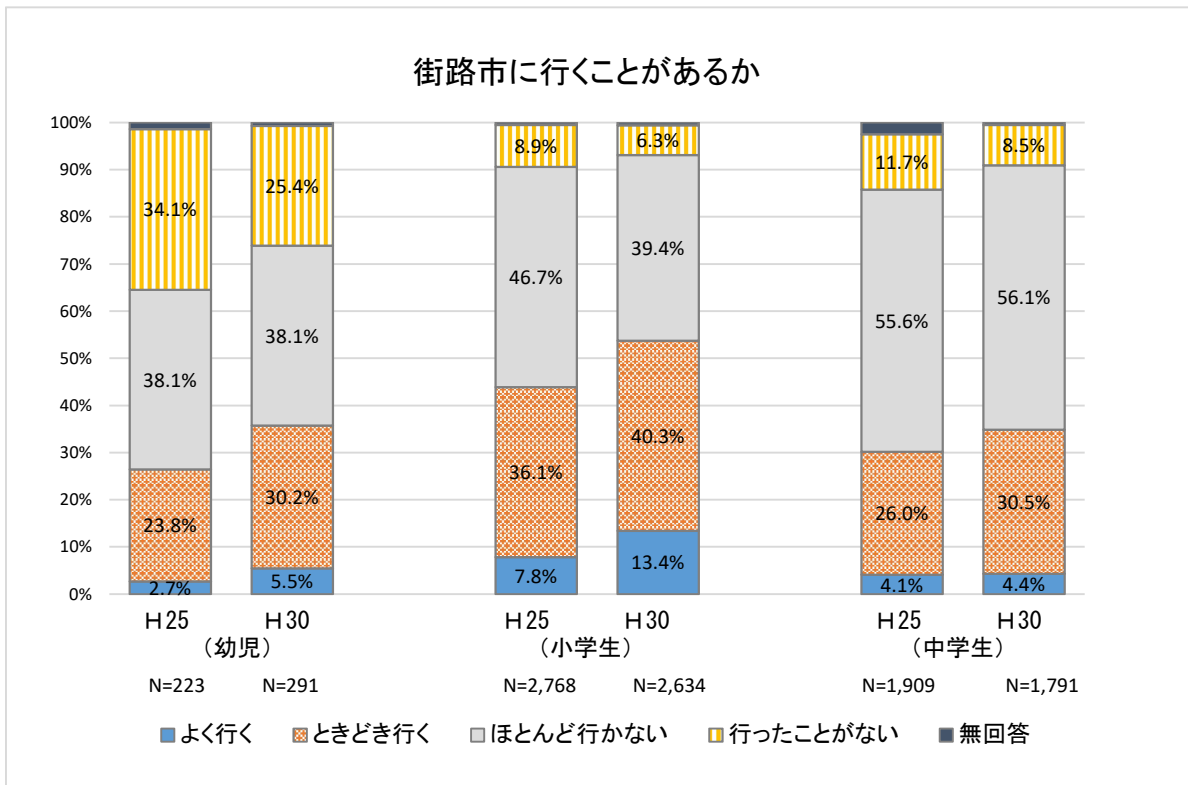
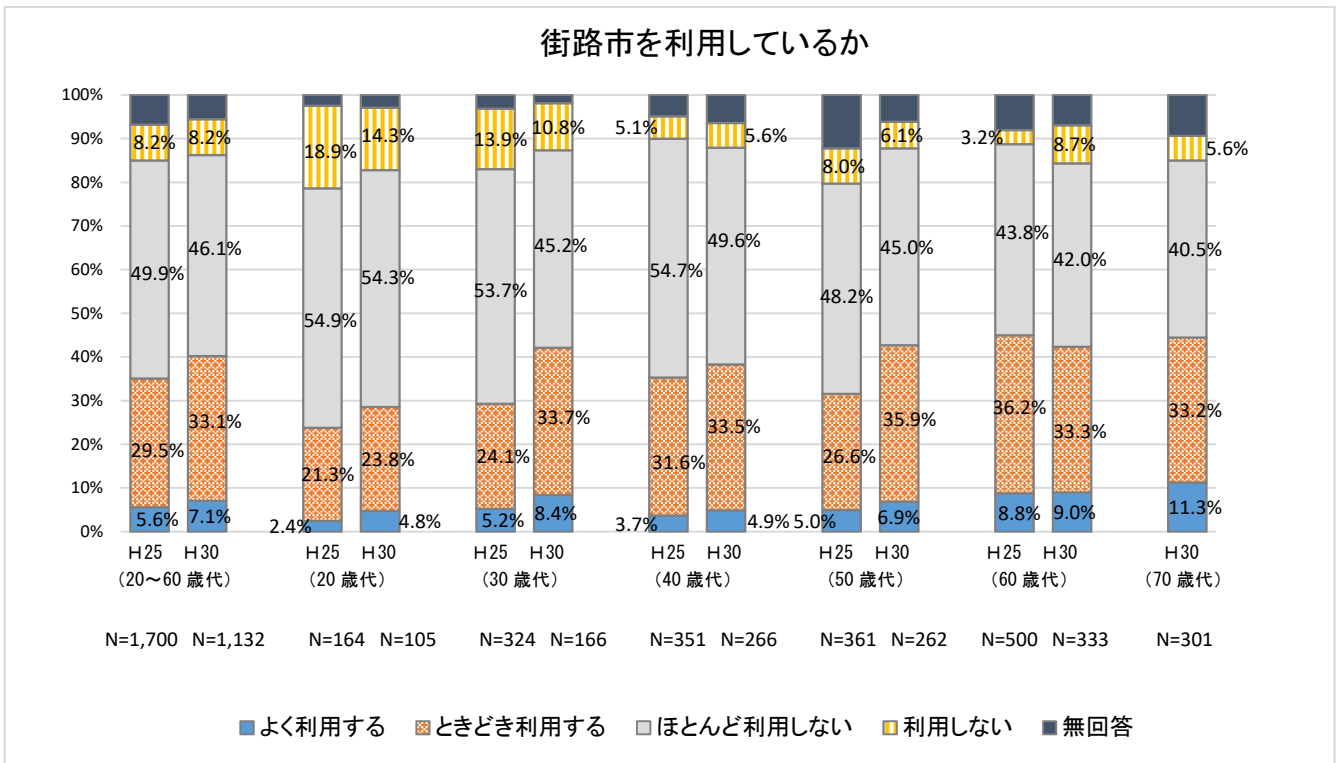
高知ならではの料理や食材、食べ方などを、次世代に伝えていくことは大切だと思いますか。

高知ならではの食文化の伝承について、全年代で8割以上の人が大切だと思っています。



高知市では木曜日や日曜日などの街路市が開かれています，あなたは街路市を利用していますか。

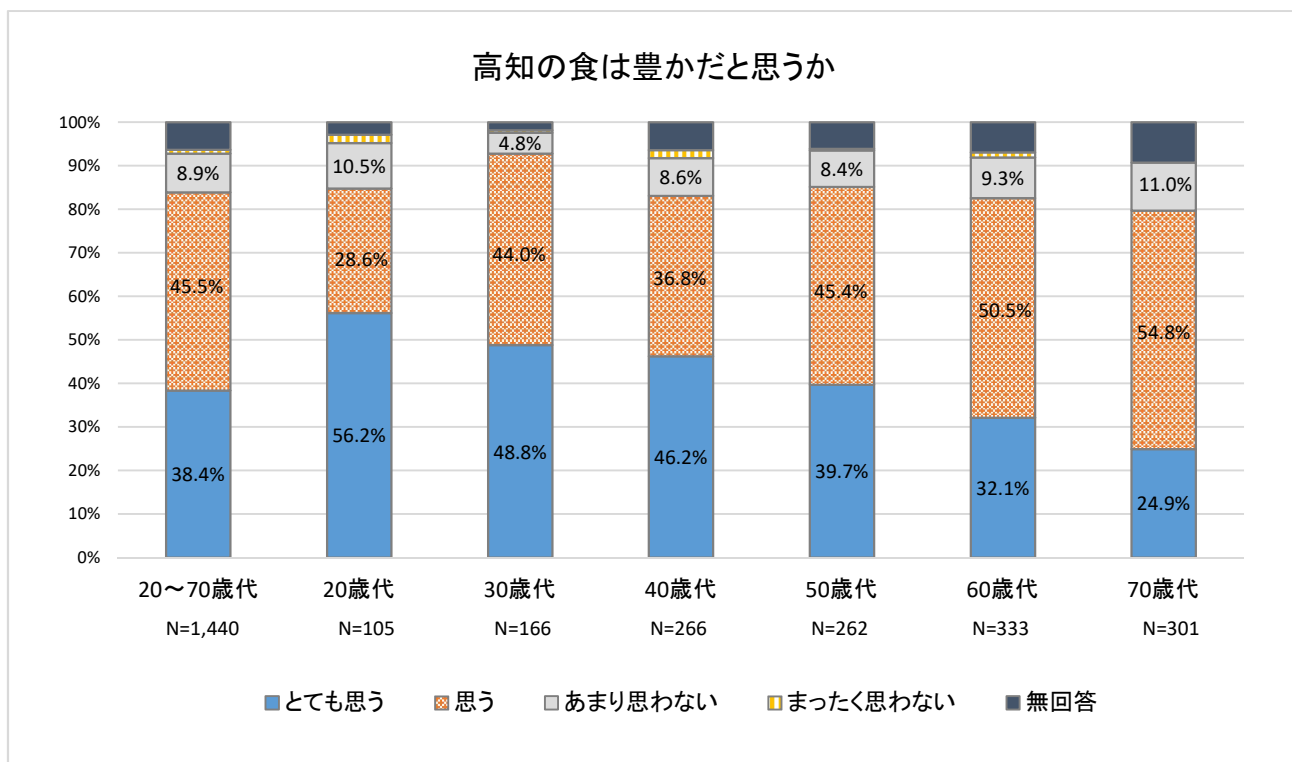
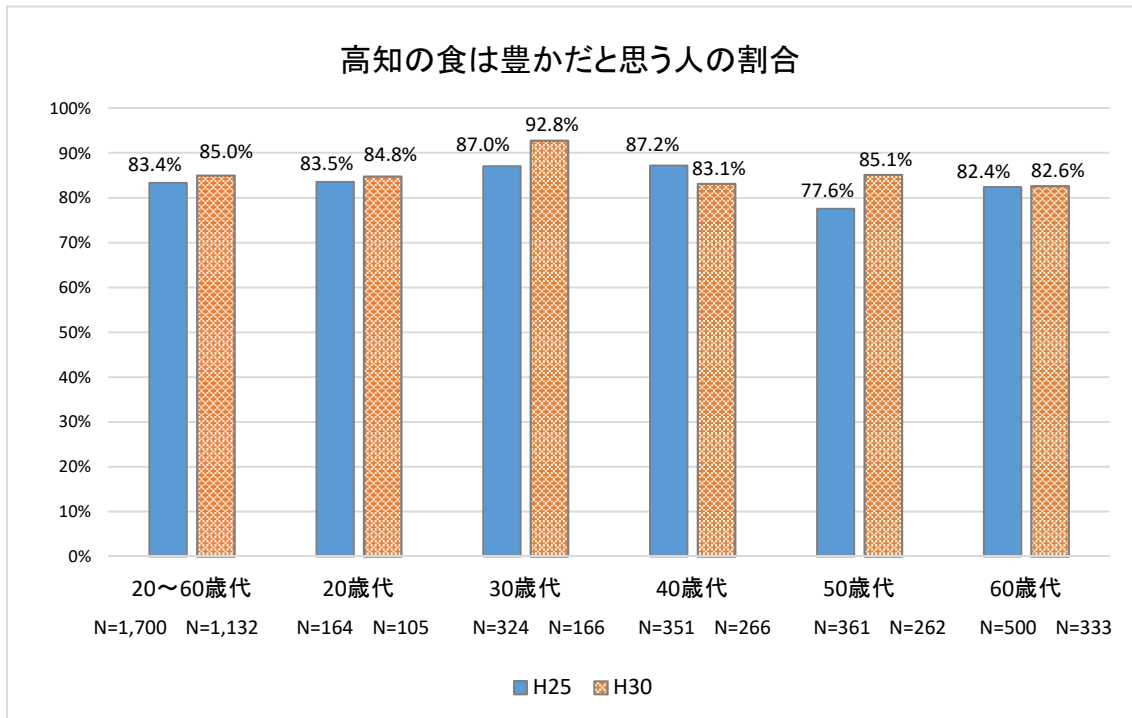
街路市の利用している人の割合は，小学生が多く，20歳代が少なくなっています。5年前に比べると，60歳代以外で利用している人の割合が増加しています。



「高知の食は豊かだ」といわれますが、あなたはどのように思いますか。

高知の食は豊かだと思う人の割合は、5年前に比べ、40歳代以外で増加しています。

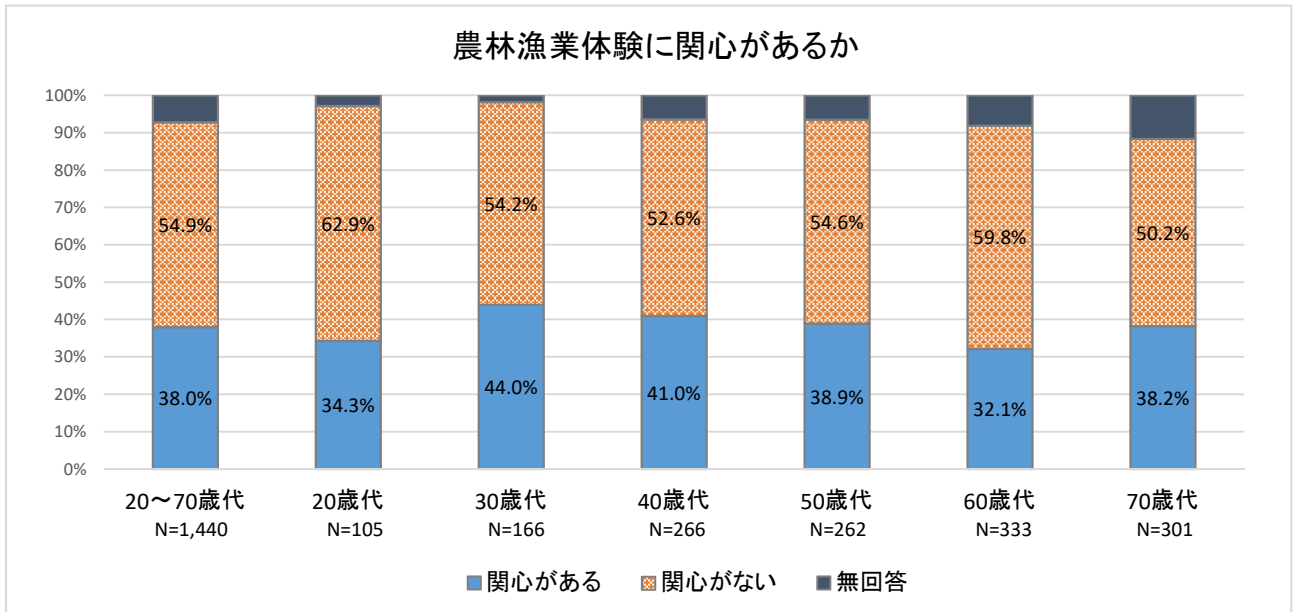
高知の食は豊かだと「とても思う」人の割合は、20歳代が最も多い結果となっています。



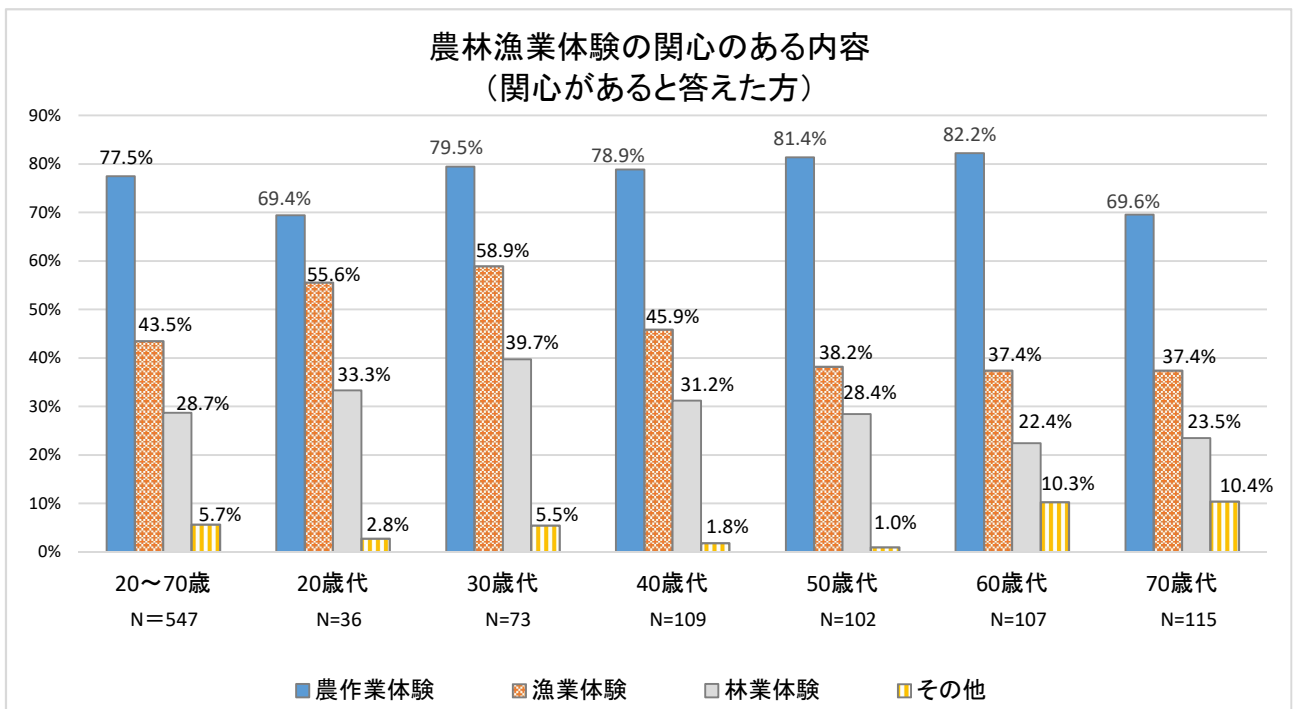
⑦食に関する感謝の念や環境への配慮について

あなたは、農林漁業体験に関心がありますか。

農林漁業体験について、関心がある人の割合は全体で38%となっており、30歳代が最も関心が高いです。  
最も関心がある農林漁業体験は、どの年代も、「農作業体験」となっています。

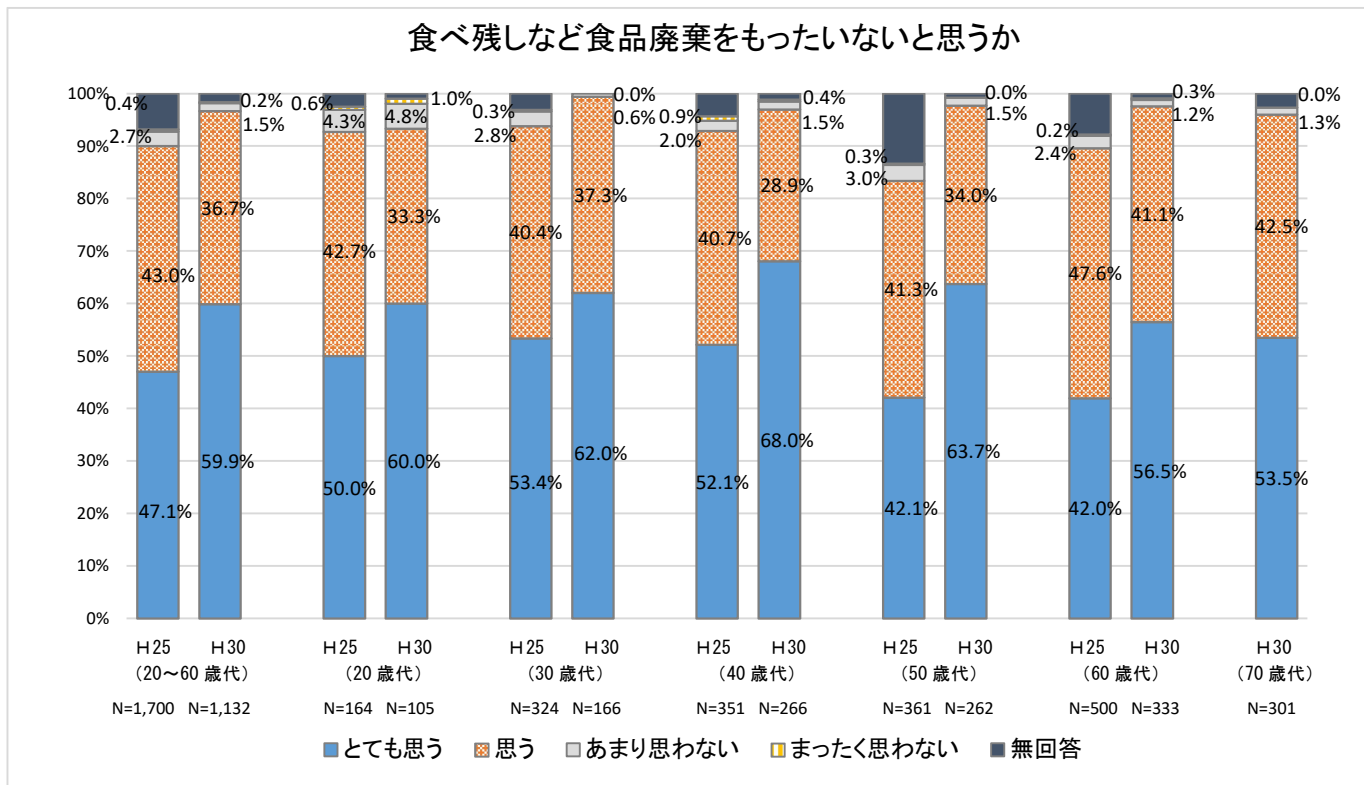


どのような農林漁業に関心がありますか。(複数回答)



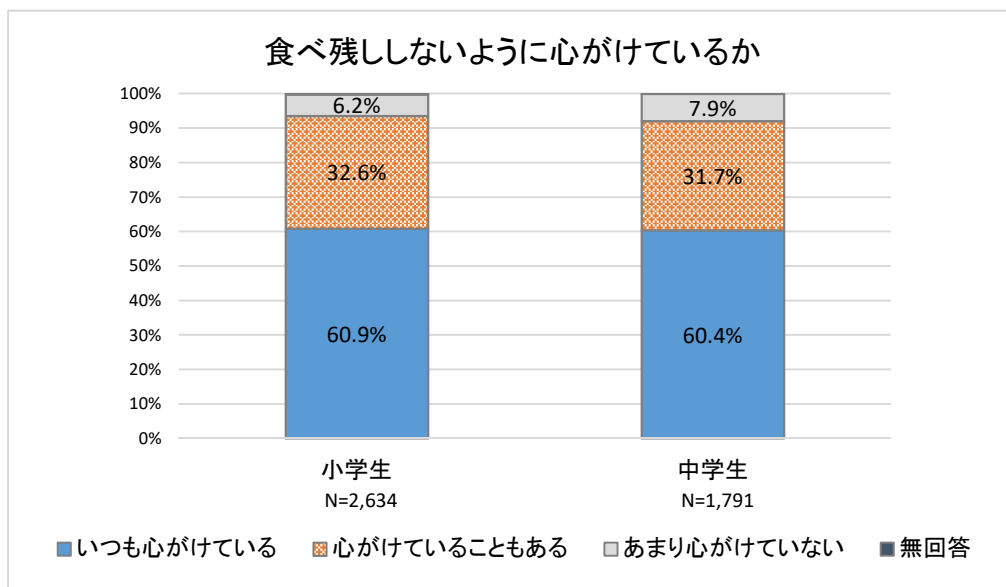
あなたは、食べ残しなどの食品廃棄について「もったいない」と思いますか。

食品廃棄について、「もったいない」と思う人の割合が全体的に高く、5年前に比べても増加しています。



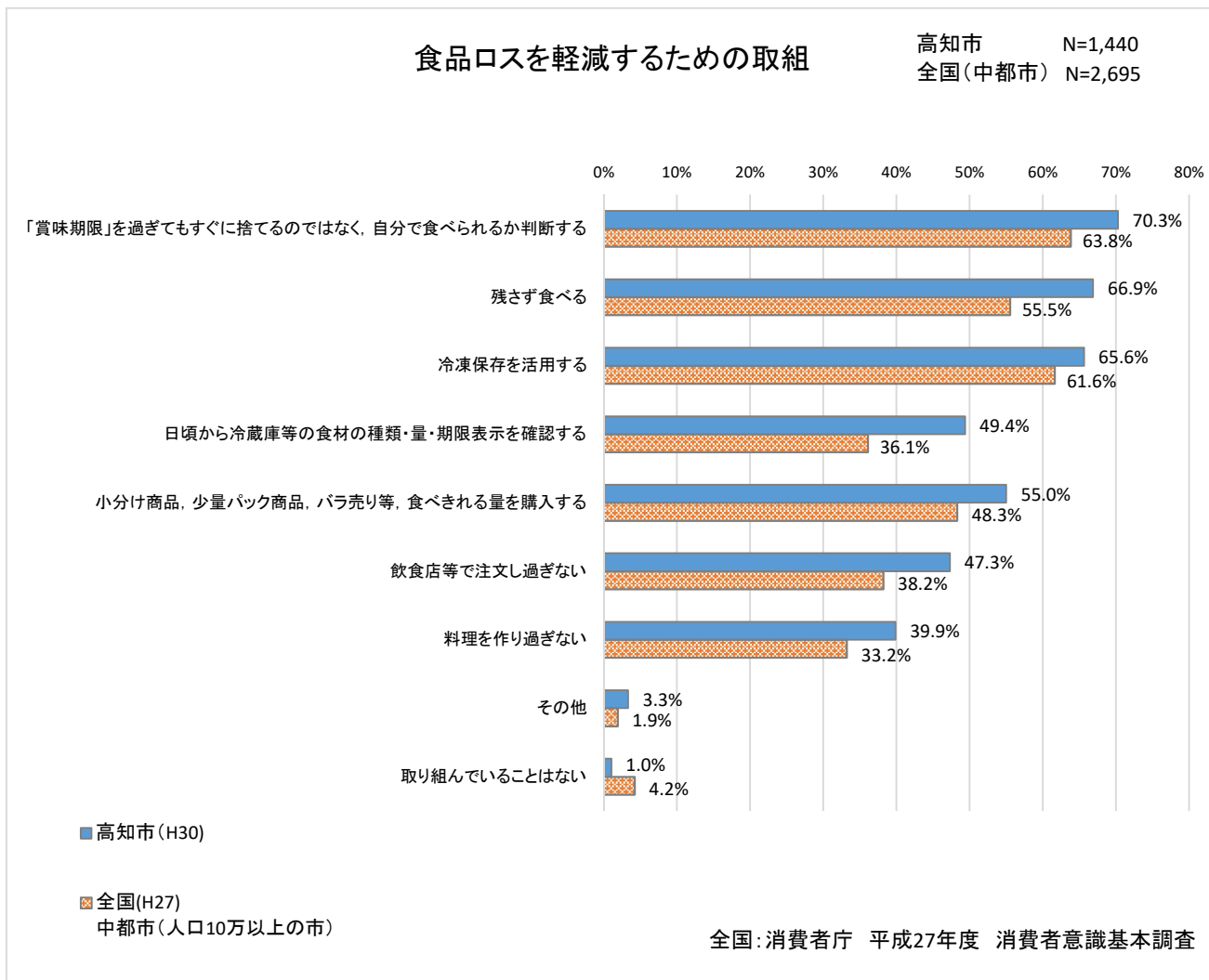
あなたは、食べ残しをしないように心がけていますか。

小中学生の9割以上が食べ残しをしないように「いつも心がけている」あるいは「心がけていることもある」という結果になっています。



あなたは、「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることはありますか。(複数回答)

食品ロスを軽減するための取組は、どの年代も実践している人の割合が高く、全国に比べても実践割合が高くなっています。

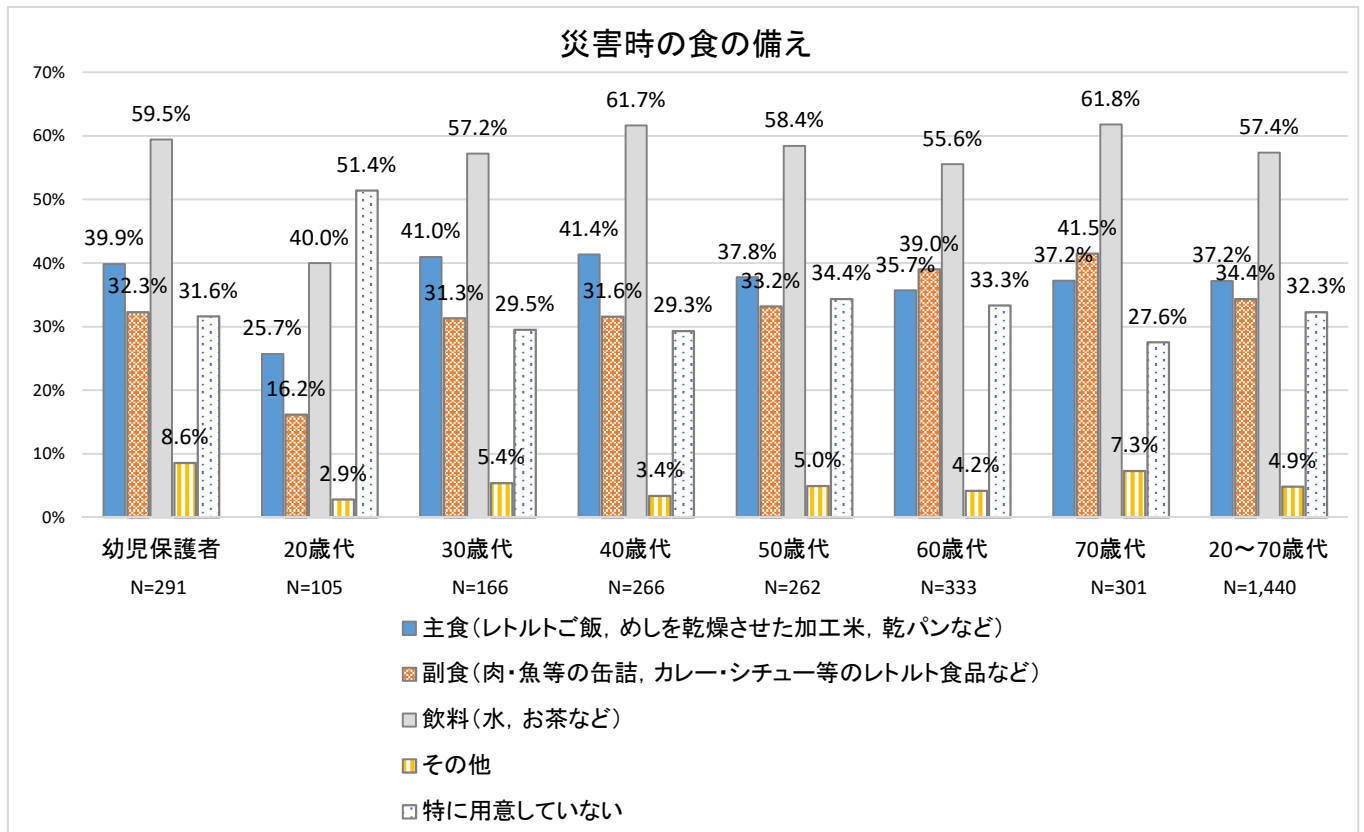
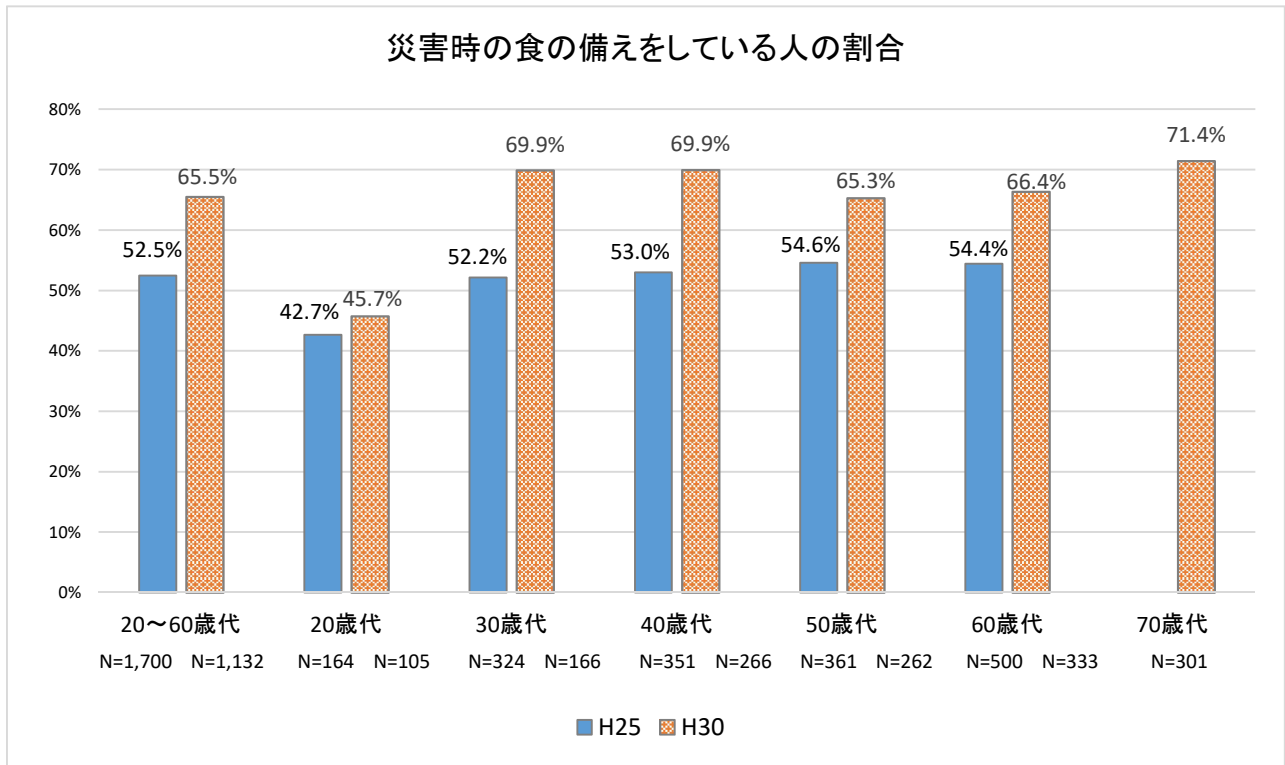




⑧その他

あなたの世帯は、災害時に備えて非常用の食料を用意していますか。(複数回答)

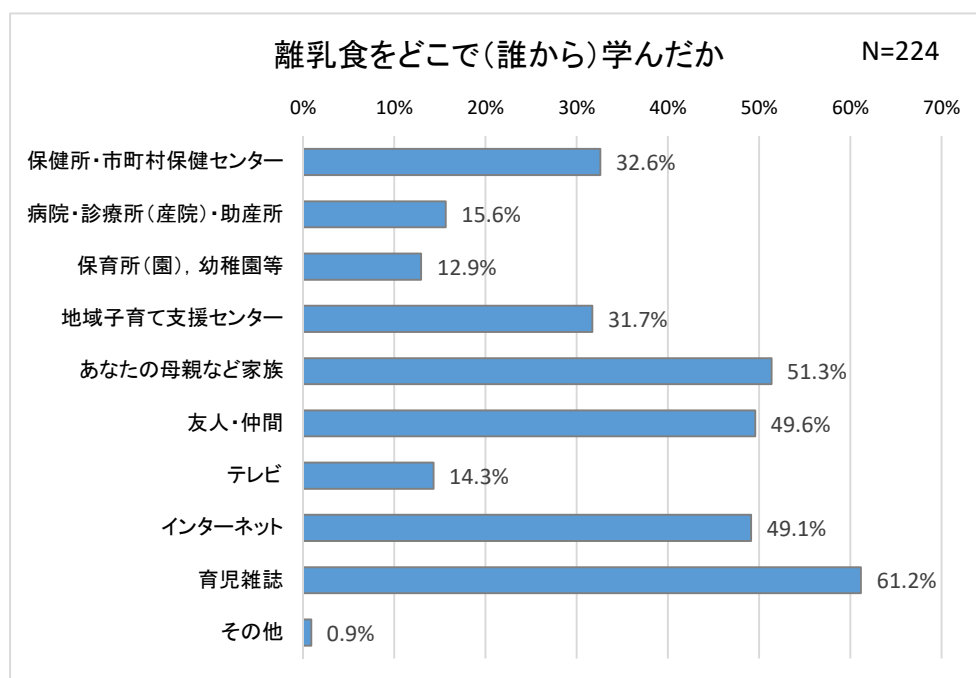
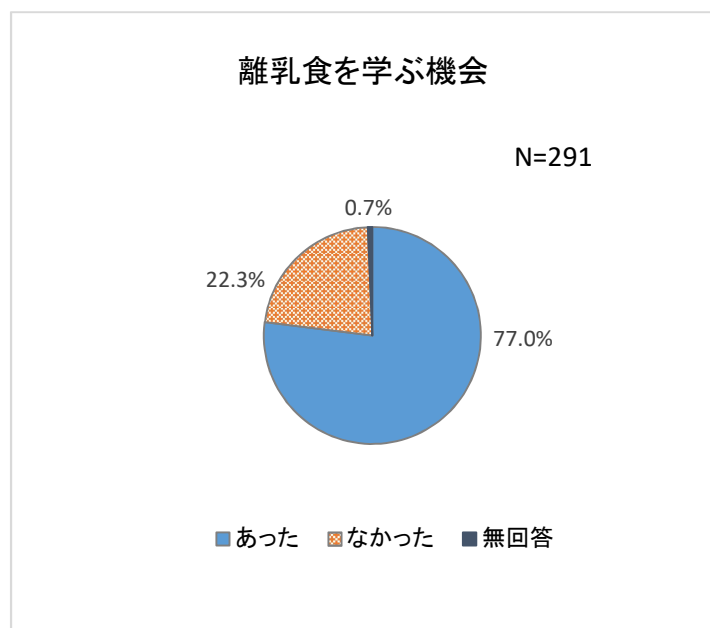
災害時に備えた非常用の食料については、5年前に比べ、備えている人の割合が増加しています。20歳代で備えている人の割合が最も低くなっています。備えている食料の内容は、飲料が最も多くなっています。



離乳食の進め方について、学ぶ機会がありましたか。

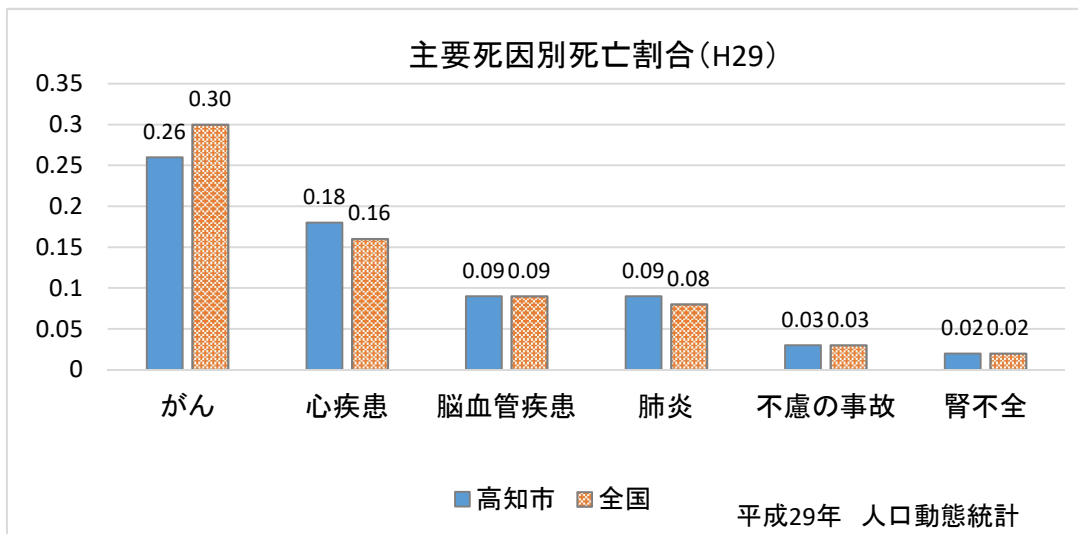
学ぶ機会があった方は、どこで（誰から）学びましたか。（複数回答）

離乳食について学んだのは「育児雑誌」が最も多く、次いで、家族や友人、インターネットの割合が高くなっています。

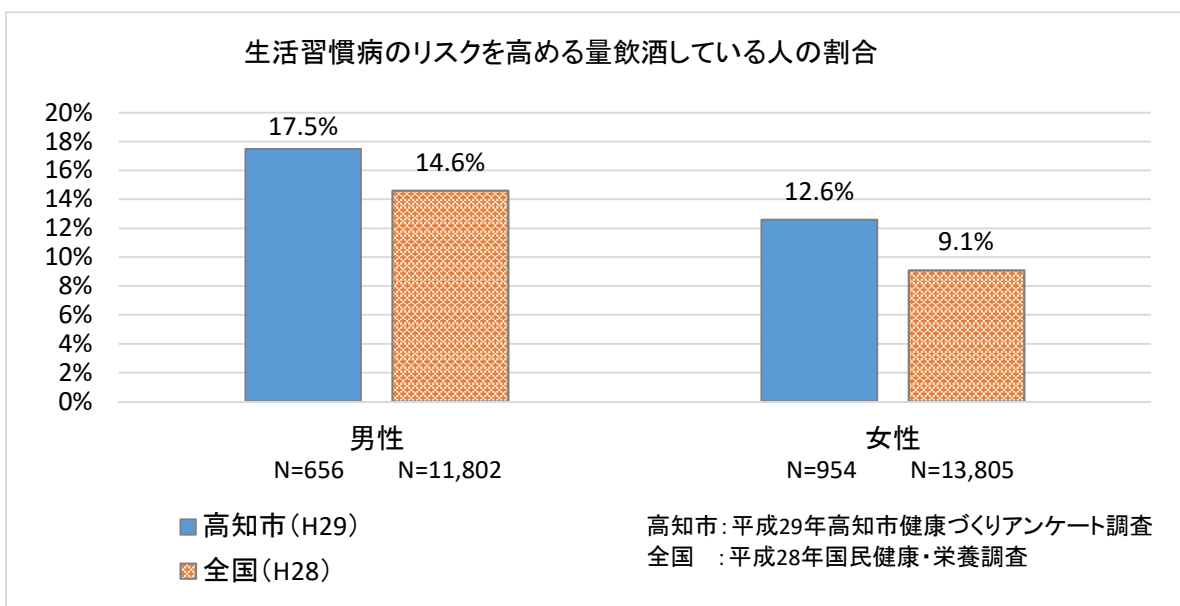
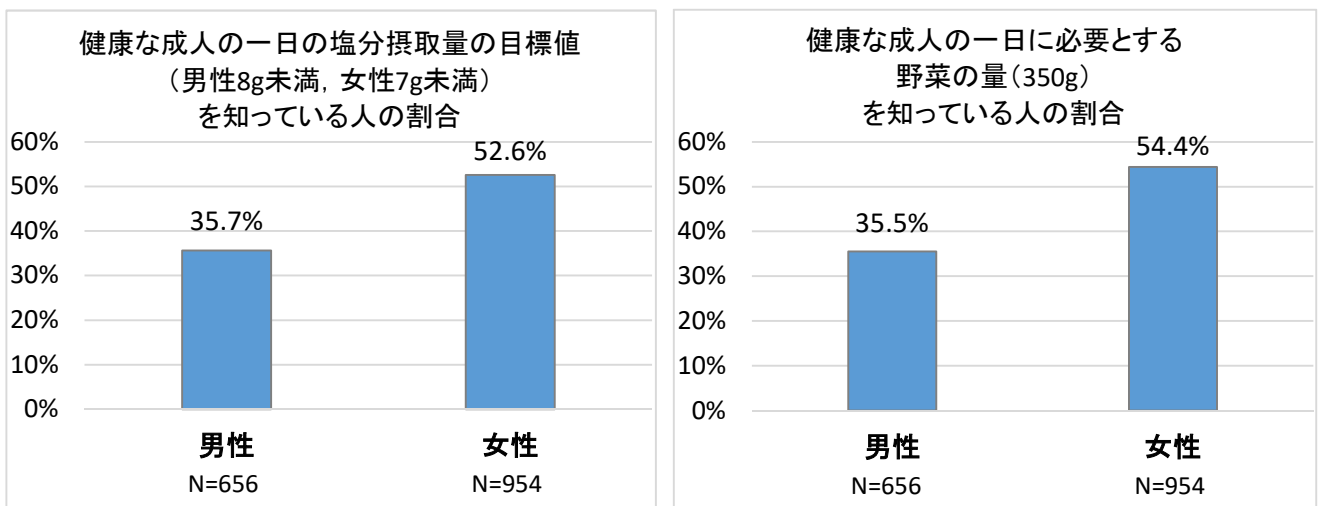


(2)その他の調査等

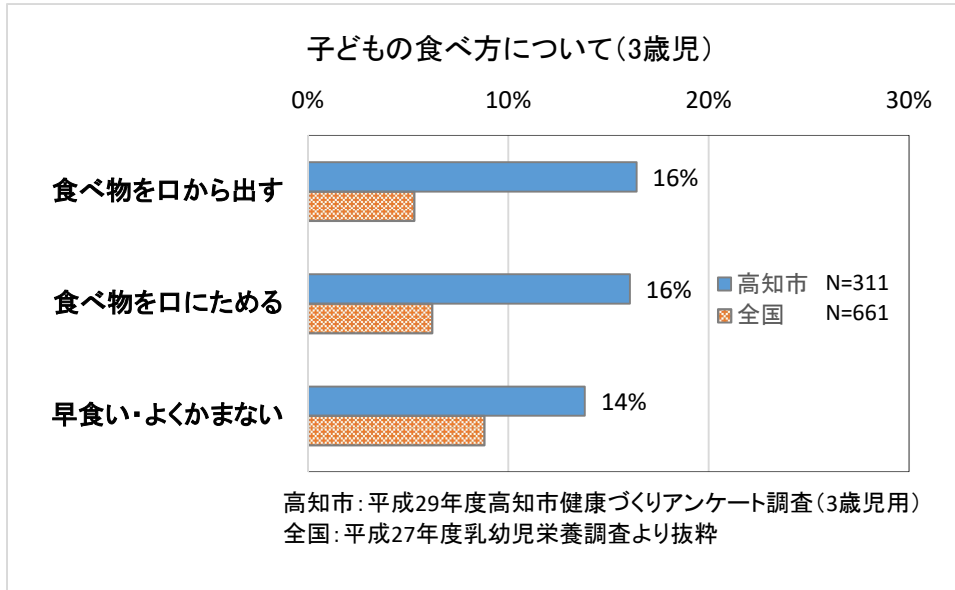
○人口動態統計



○高知市健康づくりアンケート調査



○高知市健康づくりアンケート調査



○高知市立学校歯科保健調査

