

『こうちし食育やるぞねっと』 情報交換会を開催しました

<開催日> 令和4年6月27日(月)16:00~17:00

<場所> 高知市役所食堂 せんだんの木

<参加者> 登録団体 11名(8団体), 一般参加 6名(2団体)



高知市の食育を推進するため、それぞれの団体が現在どんな活動を行っているか、今後、どのような団体と、どのような活動をしてみたいと思っているかについて、情報交換いただき、様々なご意見をいただきました。

●情報交換「みんなでつながろう！食育の環」

- 高知市商業高等学校のジビエ部と一緒にやらせてもらっている。1メニューにつき100円寄付しているが、SDGsにも貢献できているのではないかなと思う。
- 市役所本庁舎にあるので、企業と自治体、企業と学校等、一緒に協力をして啓発活動等をしたら、皆さんに届くのかなと感じている。
- 子供達に皿鉢料理を伝えるということで、小学校で皿鉢給食の手伝いをした。子供達もとても喜び、伝統食に対する気持ちが大きくなったのではないかなと思う。
- 高知市商業高等学校の学生とコラボレーションして総菜等を毎年考えて、商品として一緒に売り出している。
- 学生が考案した料理(例：ミニ皿鉢)をせんだんの木でスポット的に提供していただけるか相談させてほしい。
- 農家がスーパーから野菜を持って帰るときに、子ども食堂のことを知ってもらっていたら、寄付につながることもあるかもしれない。そのつながりは協力できる。
- 生産者に持って帰ってもらっている食材を総菜に使用し、廃棄を無くすることにもつなげていけたらいいと思う。若い世代の方たちと一緒にできたらと考えている。

こうちし食育やるぞねっと登録団体

- ①高知市食生活改善推進協議会
- ②株式会社 高南メディカル
- ③公益社団法人 高知県栄養士会
- ④高知市食品衛生協会
- ⑤株式会社 サンシャインチェーン本部
- ⑥株式会社 サニーマート
- ⑦公益財団法人 高知県魚さい加工公社
- ⑧株式会社 サンブラザ
- ⑨拉麺一方
- ⑩一般社団法人 全日本司厨士協会瀬戸内支部
- ⑪高知市役所食堂 せんだんの木
- ⑫高知学園大学健康科学部管理栄養学科

(令和4年6月現在)

他団体と一緒にいろいろな食育活動をやってみたいと思っている団体がたくさんありました。



高知の食育きょうだい トマトちゃん

●参加しての感想や意見

- せんだんの木を足がかりに、集まった団体が、この場所を使って、行動を検討してほしいです。
- 各関係団体の取組を通じて、新たな他団体との連携した取組の提案や企画のアイデアが生まれた有意義な情報交換会だったと思います。
- 交換会の議題等が前もって周知されているとよいと思いました。
- 参加するにあたり、「何をしたいのか」「していく上での課題」等事前準備が必要でした。
- 他団体さんの話も聞くことができ、参考になりました。
- 具体的に市主催で一般者向けの食育イベントを企画し、実施するべき。内輪だけの会議だけでは、前に進みません。
- 今回は活動の結果の発表の会になるように色イベントを行いましょう。
- 今後、具体的な活動につなげていくために計画を進めていきたいと考えています。
- それぞれの団体がどういった活動をしているか、話が聞けてよかったです。他団体と連携することで、食育や食品ロス等様々な場面にアプローチ出来る可能性が広がるかなと感じました。
- 各団体の活動状況がわかり、勉強になりました。



2022年11月11日 / 最終更新日時: 2022年11月11日

お知らせ

「高知市食育推進やるぞねっと」に登録いたしました

高知学園大学健康科学部管理栄養学科は、食・栄養のスペシャリストとして、保健、医療、福祉等において地域で活躍できる管理栄養士を養成しています。

中でも『食育』は、健康、食文化、森林漁業、環境など、幅広い分野に関わりがあります。高知市では、『高知市食育推進やるぞねっと』の取り組みが行われており、多くの関係者、関係団体が連携し、総合的に食育に取り組んでいます。

本学科も参加団体として登録し、活動をスタートいたしました。

今回、【学生のための「食習慣矯正」講座～簡単バランス食～】をテーマに、参加団体の1つ「高知市食生活改善推進協議会」のヘルスメイトの皆さんと一緒に調理を行いました。



メニューは、鶏ニラきのこつけ麺、焼きパブリカハのハニーマリネ、ブルーベリーヨーグルトで、どれも形がよく美味しく栄養バランスの取れた内容でした。



学生たちは将来、管理栄養士として地域住民の健康づくりにヘルスメイトの皆さんとの連携も大切となってきます。ヘルスメイトの活動についても紹介して頂き、大変有意義な交流となりました。

カテゴリー お知らせ

お知らせ

新の記事

出張オープンキャンパス「まるごと」学大・学短フエア」開催決定のお知らせ

2022年10月24日

最近の投稿

「高知市食育推進やるぞねっと」に登録いたしました

2022年11月11日

出張オープンキャンパス「まるごと」学大・学短フエア」開催決定のお知らせ

2022年10月24日

オープンキャンパス開催のお知らせ

2022年5月2日

「臨床検査士のぞいみよう！」開催のお知らせ

2022年1月12日

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

2022年3月29日

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

2022年3月22日

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値 食育の推進に当たっての目標値と現状値

目標	第4次基本計画 作成時の値 (令和2(2020) 年度)	現状値 (令和3(2021)年 年度)	目標値 (令和7(2025) 年度)
1 食育に関心を持っている国民を増やす			
①食育に関心を持っている国民の割合	80.2%	79.6%	90%以上
2 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数を増やす			
②朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週9.6回	週9.2回	週11回以上
3 地域等で共食したいと思う人が共食する割合を増やす			
③地域等で共食したいと思う人が共食する割合	70.7%	42.7%	75%以上
4 朝食を欠食する国民を減らす			
④朝食を欠食する子供の割合	4.6% (令和元(2019)年度)	5.1%	0%
⑤朝食を欠食する若い世代の割合	21.5%	26.5%	15%以下
5 学校給食における地場産物を活用した取組等を増やす			
⑥栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数	月9.1回 (令和元(2019)年度)	月9.0回	月12回以上
⑦学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合	—	68.1%	90%以上
⑧学校給食における国産食材を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合	—	74.5%	90%以上
6 栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やす			
⑨主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合	36.4%	37.7%	50%以上
⑩主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合	27.4%	29.8%	40%以上
⑪1日当たりの食塩摂取量の平均値	10.1g (令和元(2019)年度)	10.1g (令和元(2019)年度)	8g以下
⑫1日当たりの野菜摂取量の平均値	280.5g (令和元(2019)年度)	280.5g (令和元(2019)年度)	350g以上
⑬1日当たりの果物摂取量100g未満の者の割合	61.6% (令和元(2019)年度)	61.6% (令和元(2019)年度)	30%以下
7 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減量等に努めた国民の割合	64.3%	64.1%	75%以上

目標	第4次基本計画 作成時の値 (令和2(2020) 年度)	現状値 (令和3(2021) 年度)	目標値 (令和7(2025) 年度)
8 ゆっくりよく噛んで食べる国民を増やす			
⑮ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合	47.3%	47.9%	55%以上
9 食育の推進に関わるボランティアの数を増やす			
⑯食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数	36.2万人 (令和元(2019)年度)	34.3万人 (令和2(2020)年度)	37万人以上
10 農林漁業体験を経験した国民を増やす			
⑰農林漁業体験を経験した国民(世帯)の割合	65.7%	61.3%	70%以上
11 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす			
⑱産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	73.5%	74.8%	80%以上
12 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民を増やす			
⑲環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合	67.1%	69.3%	75%以上
13 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民を増やす			
⑳食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合	76.5% (令和元(2019)年度)	78.3%	80%以上
14 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えていく国民の割合			
㉑地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えていく国民の割合	50.4%	43.9%	55%以上
㉒郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている人の割合	44.6%	61.7%	50%以上
15 食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合			
㉓食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合	75.2%	77.4%	80%以上
16 推進計画を作成・実施している市町村の割合			
㉔推進計画を作成・実施している市町村の割合	87.5% (令和元(2019)年度)	89.6%	100%

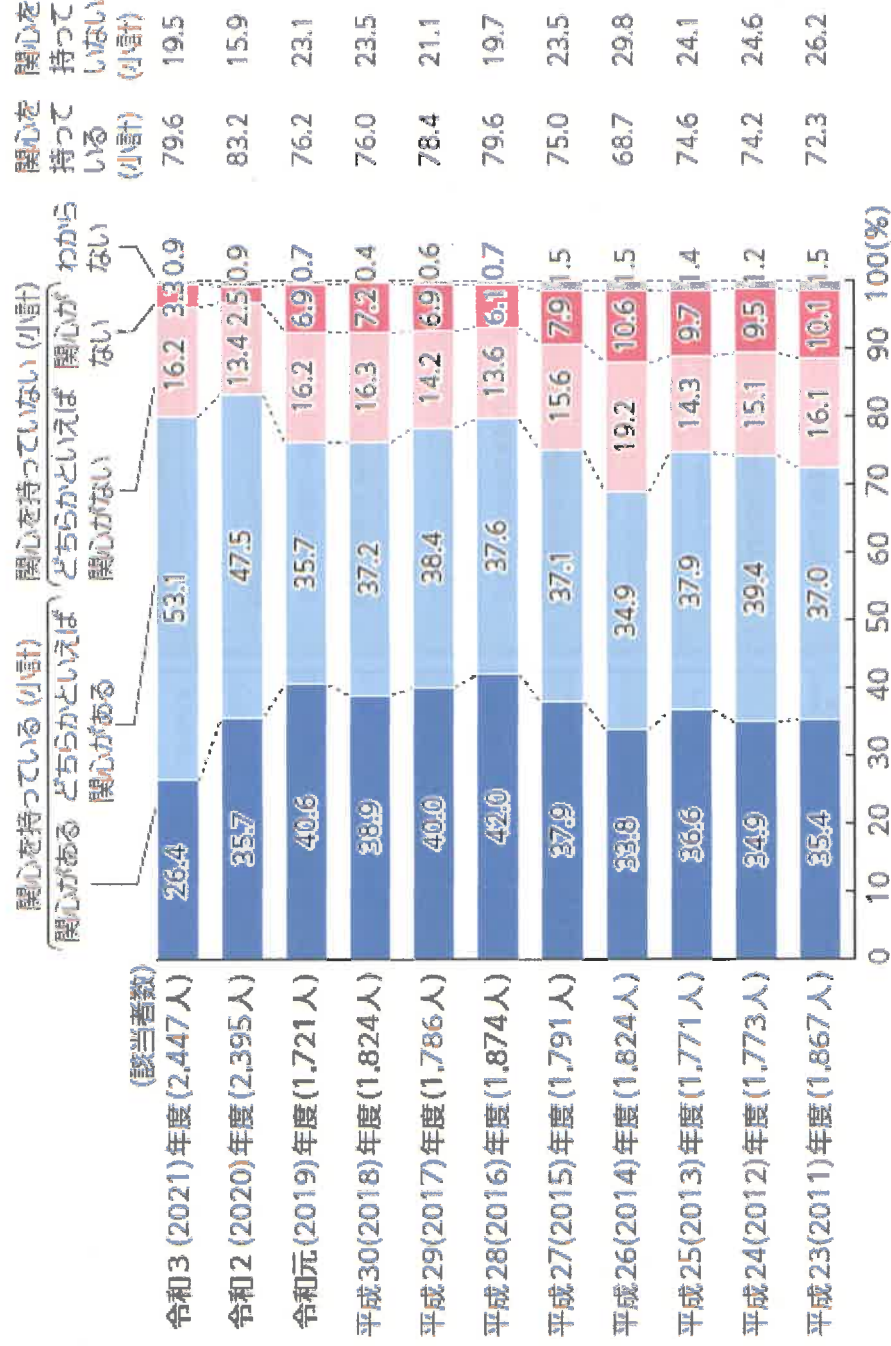
資料：①～③、⑤、⑨、⑩、⑭、⑮、⑰～⑲、㉑～㉓ 「食育に関する意識調査」(農林水産省)
 ④ 「全国学力・学習状況調査」(文部科学省)
 ⑤ 「学校における地場産物に係る食に関する指導の取組状況調査」(文部科学省)
 ⑥ 「学校給食における地場産物・国産食材の使用状況調査」(文部科学省)
 ⑦～⑩ 「国民健康・栄養調査」(厚生労働省)
 ⑪～⑲ 「国民健康・栄養調査」(厚生労働省)
 ㉑、㉒ 農林水産省消費・安全局消費者行政・食育振興課
 ㉓ 「消費者の意識に関する調査結果報告書—食品ロスの認知度と取組状況等に関する調査—」(消費者庁)

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

①食育に関心を持っている国民の割合

- 食育に関心を持っている（食育に「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」）国民の割合は79.6%（第4次基本計画作成時の調査結果は83.2%）

食育に関心を持っている国民の割合の推移



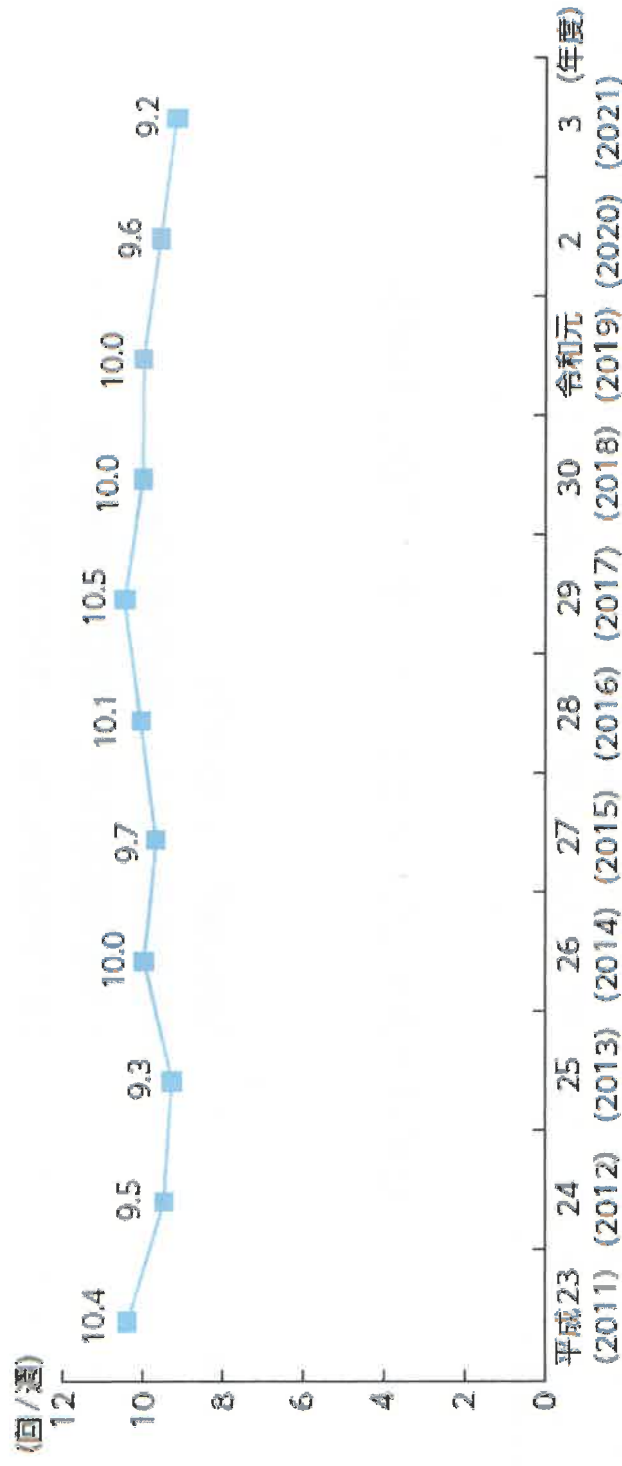
資料：農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」
 注：「わからない」について、令和2（2020）、令和3（2021）年度は「無回答」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

②朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数

- 一週間当たりの回数にすると、週9.2回（朝食3.8回、夕食5.4回の合計）（第4次基本計画作成時の一週間当たり9.6回（朝食4.1回、夕食5.5回の合計））
- 朝食又は夕食を家族と一緒に「ほとんど毎日食べる」人の割合は朝食45.3%、夕食64.6%（第4次基本計画作成時の調査結果は朝食49.7%、夕食67.7%）

朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の推移



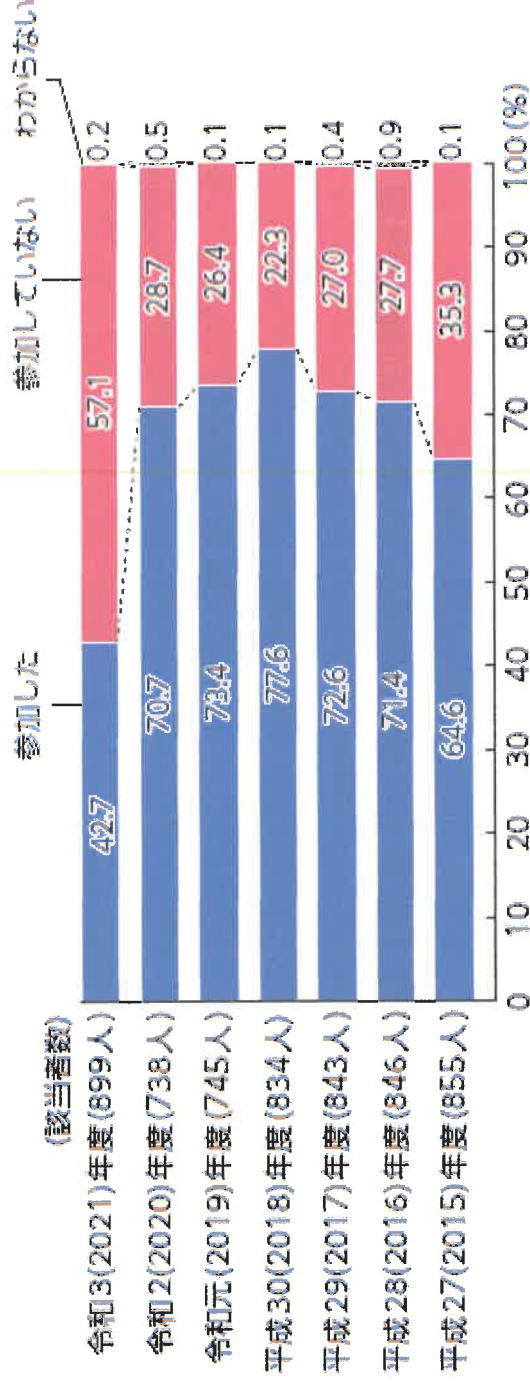
資料：農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

③地域等で共食したいと思う人が共食する割合

- 地域や所属コミュニティ（職場等を含む。）での食事会等の機会があれば『参加したいと思う』（「とても思う」及び「思う」）と回答した人のうち、過去1年間に地域等で共食の場合「参加した」と回答した人の割合は42.7%（第4次基本計画作成時の調査結果は70.7%）

地域等で共食したいと思う人が共食する割合の推移



資料：農林水産省（平成27(2015)年度は内閣府）「食育に関する意識調査」

注：地域や所属コミュニティ（職場等を含む。）での食事会等の機会があれば『参加したいと思う』（「とても思う」及び「思う」）と回答した人が対象

注：令和2(2020)、令和3(2021)年度調査については、「新型コロナウイルス感染症の感染防止対策が十分にとられているという前提でお伺いします。」との文言を追記している。

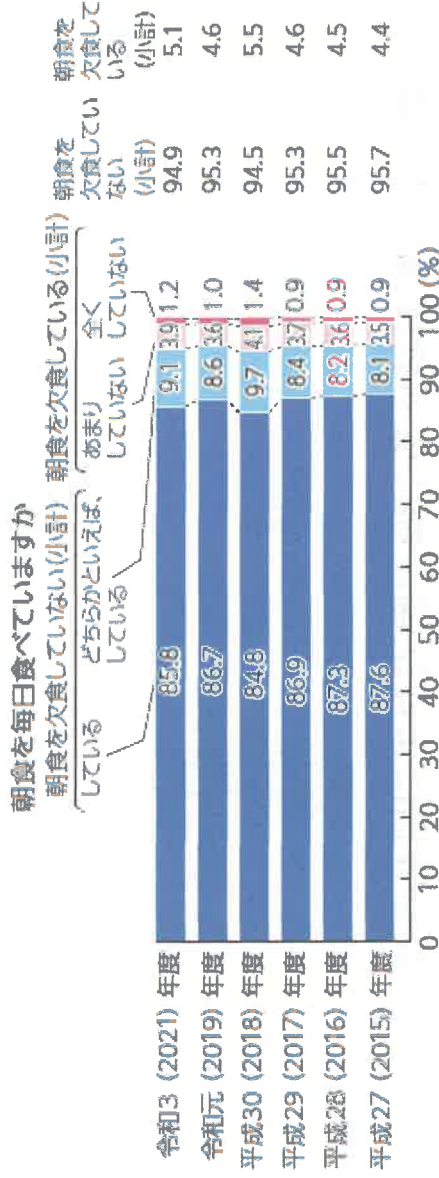
注：「わからない」について、平成27(2015)、令和2(2020)、令和3(2021)年度は「無回答」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

④朝食を欠食する子供の割合・⑤朝食を欠食する若い世代の割合

- 朝食を欠食する子供（朝食を毎日食べることを「全くしていない」及び「あまりしていない」と回答した小学校6年生）の割合は5.1%（第4次基本計画作成時の調査結果は4.6%）
- 朝食を欠食する（「週に2～3日食べる」及び「ほとんど食べない」）若い世代の割合は26.5%（第4次基本計画作成時の調査結果は21.5%）

朝食を欠食する子供の割合の推移

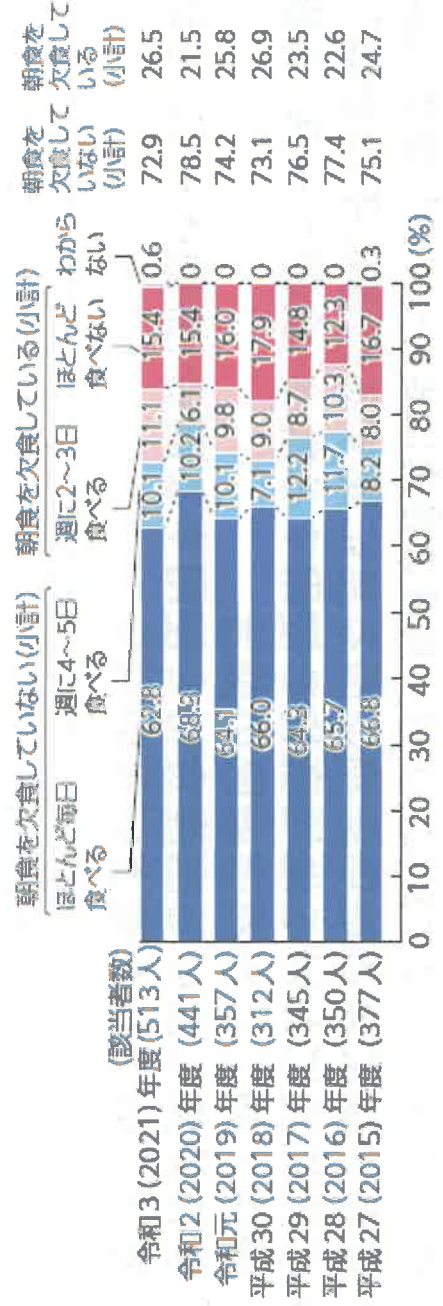


資料：文部科学省「全国学力・学習状況調査」

注：小学校6年生が対象

注：令和2(2020)年度は、新型コロナウイルス感染症の影響等により、調査の実施を見送り

朝食を欠食する若い世代の割合の推移



資料：農林水産省(平成27(2015)年度は内閣府)「食育に関する意識調査」

注：20～39歳が対象

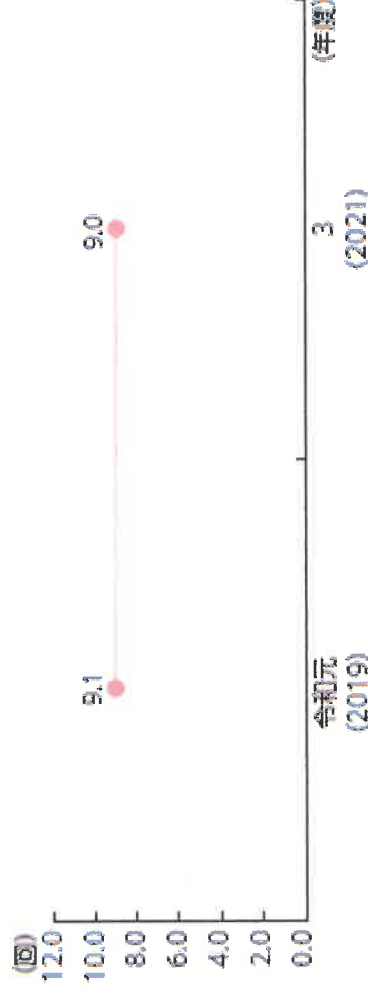
注：「わからない」について、平成27(2015)、令和2(2020)、令和3(2021)年度は「無回答」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

- ⑥ 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数
- ⑦ 学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合
- ⑧ 学校給食における国産食材を使用する割合(金額ベース)を現状値(令和元年度)から維持・向上した都道府県の割合

○ 栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数は月9.0回(第4次基本計画作成時の調査結果は月9.1回)

栄養教諭による地場産物に係る食に関する指導の平均取組回数の推移



資料: 文部科学省「学校における地場産物に係る食に関する指導の取組状況調査」

注: 令和2(2020)年度は、新型コロナウイルス感染症の影響等により、調査の実施を見送り

- 学校給食における地場産物の使用割合(金額ベース)を現状値(令和元(2019)年度)から維持・向上した都道府県の割合は68.1%
- 学校給食における国産食材の使用割合(金額ベース)を現状値(令和元(2019)年度)から維持・向上した都道府県の割合は74.5%

資料(いずれも): 文部科学省「令和3(2021)年度学校給食における地場産物・国産食材の使用状況調査」

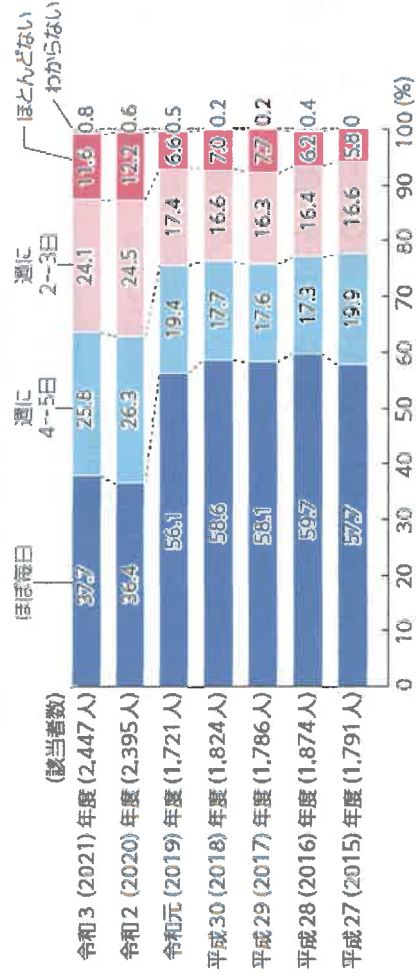
II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

- ⑨ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合
- ⑩ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合
- ⑪ 1日当たりの食塩摂取量の平均値・⑫ 1日当たりの野菜摂取量の平均値
- ⑬ 1日当たりの果物摂取量100g未満の者の割合

○ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上「ほぼ毎日」食べていると回答した国民の割合は37.7%（第4次基本計画作成時の調査結果は36.4%）

○ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上「ほぼ毎日」食べていると回答した若い世代の割合は29.8%（第4次基本計画作成時の調査結果は27.4%）

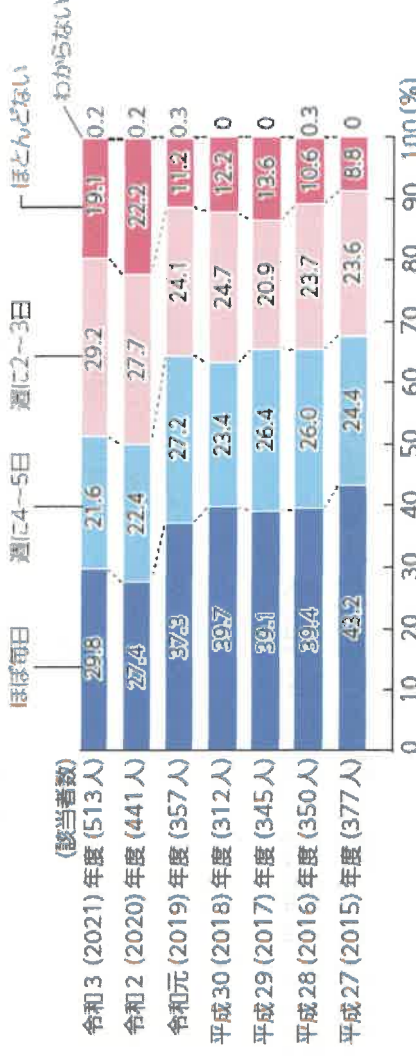
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている国民の割合の推移



資料：農林水産省（平成27（2015）年度までは内閣府）「食育に関する意識調査」

注：「わからない」について、令和2（2020）、令和3（2021）年度は「無回答」

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上 ほぼ毎日食べている若い世代の割合の推移



資料：農林水産省（平成27（2015）年度は内閣府）「食育に関する意識調査」

注：20～39歳が対象

注：「わからない」について、令和2（2020）、令和3（2021）年度は「無回答」

○ 1日当たりの食塩摂取量の平均値は10.1g（厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査」）

○ 1日当たりの野菜摂取量の平均値は280.5g（厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査」）

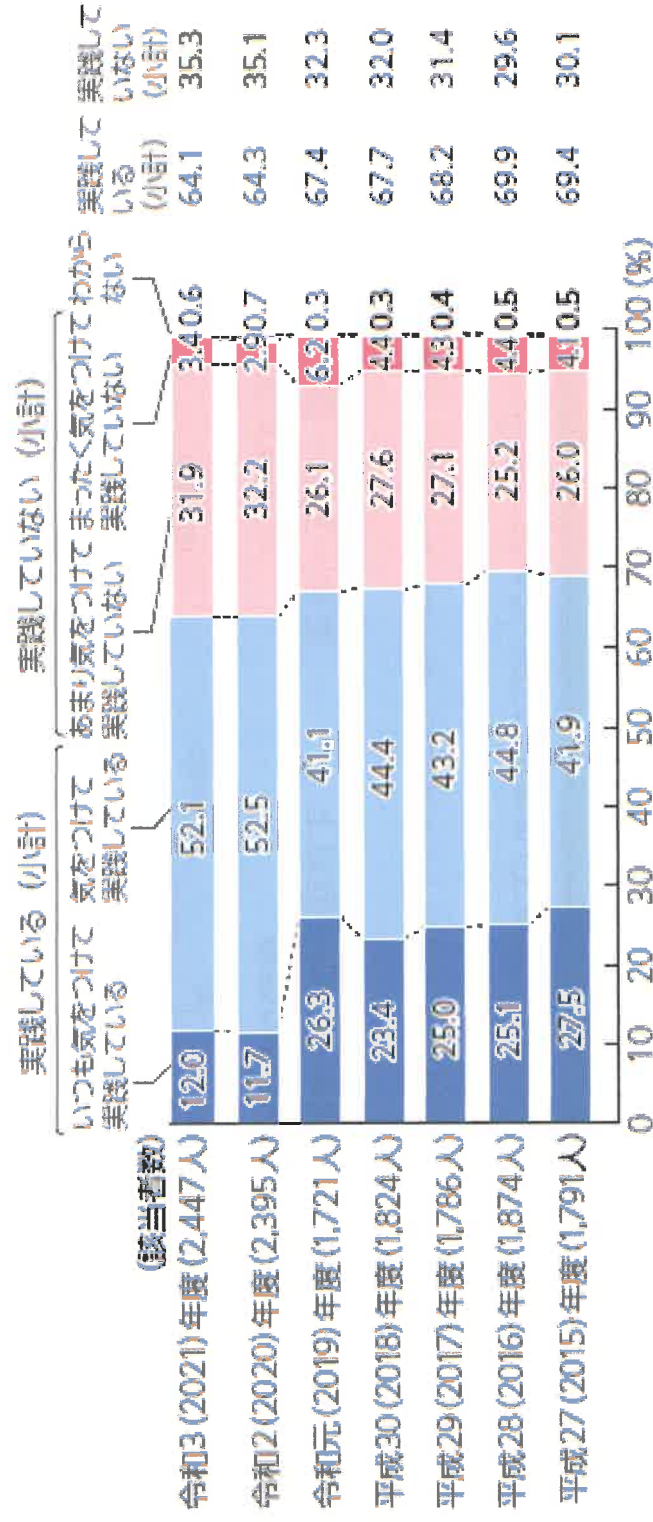
○ 1日当たりの果物摂取量100g未満の者の割合は61.6%（厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査」）

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

⑭生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合

- 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を『実践している』（「いつも気をつけて実践している」及び「気をつけて実践している」と回答した国民の割合は64.1%（第4次基本計画作成時の調査結果は64.3%）

生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践する国民の割合の推移



資料：農林水産省（平成27（2015）年度は内閣府）「食育に関する意識調査」

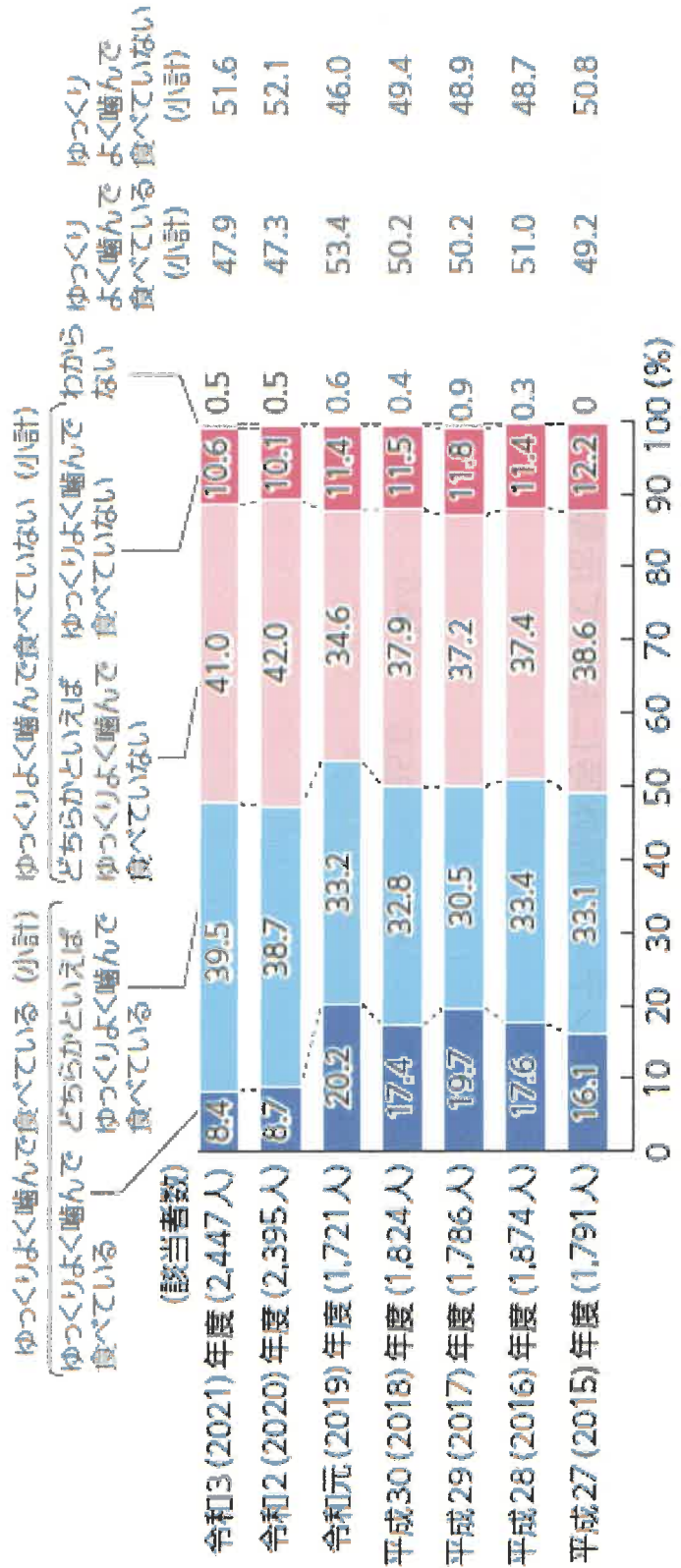
注：「わからない」について、令和2（2020）、令和3（2021）年度は「無回答」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

⑮ ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合

○ ふだん『ゆっくりよく噛んで食べている』（「ゆっくりよく噛んで食べている」及び「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」）と回答した国民の割合は47.9%（第4次基本計画作成時の調査結果は47.3%）

ゆっくりよく噛んで食べる国民の割合の推移



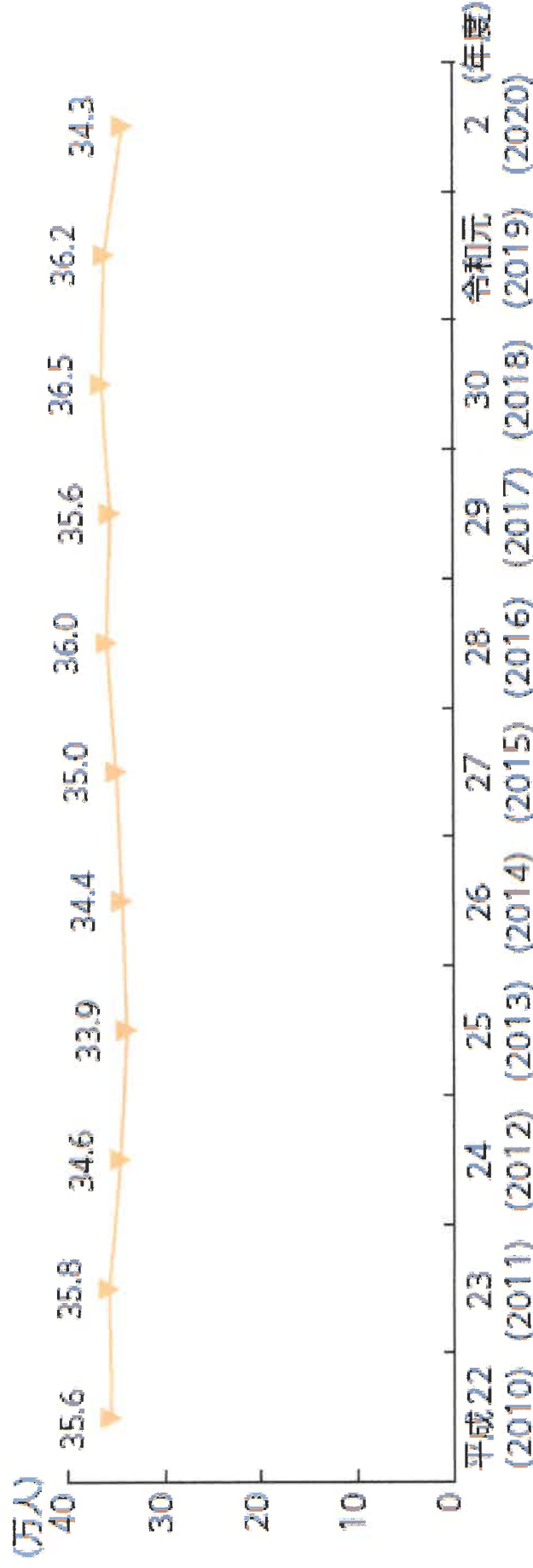
資料：農林水産省（平成27（2015）年度は内閣府）「食育に関する意識調査」
 注：「わからない」について、平成27（2015）、令和2（2020）、令和3（2021）年度は「無回答」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

⑯食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数

- 食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数は34.3万人（令和2（2020）年度）（第4次基本計画作成時の調査結果は36.2万人）

食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している国民の数の推移



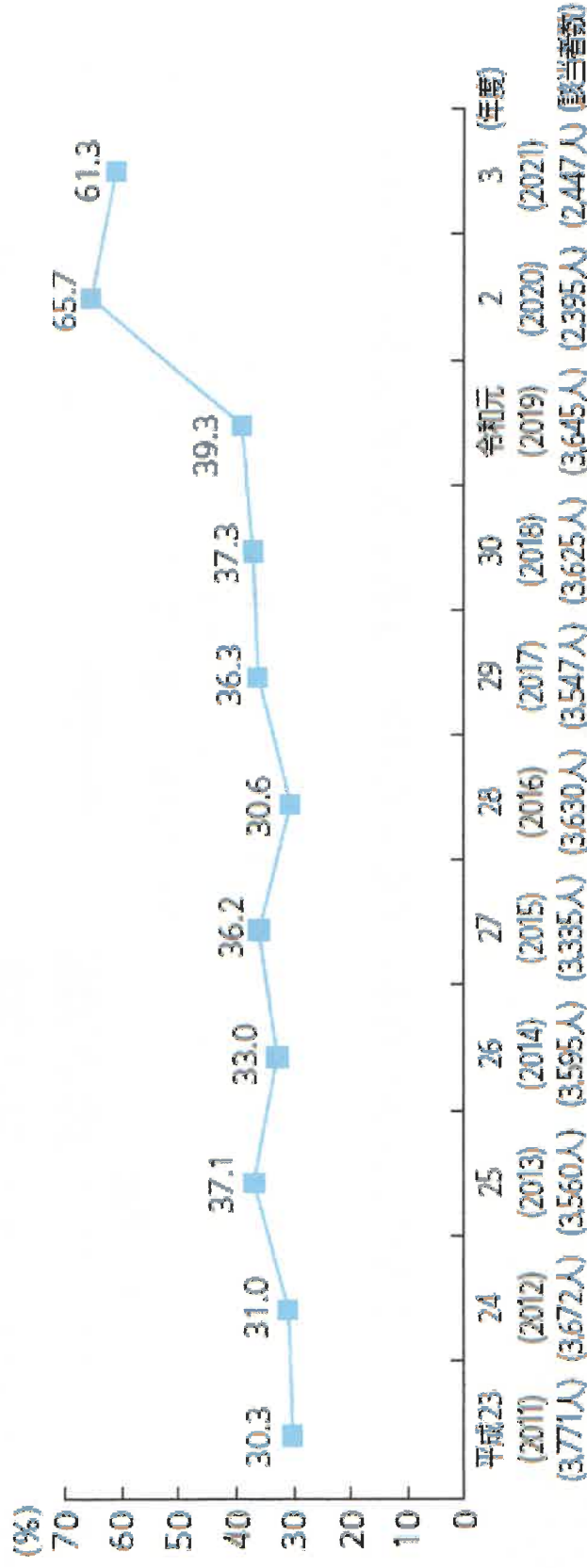
資料：農林水産省消費・安全局消費者行政・食育課（平成26(2014)年度までは内閣府）調べ

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たったの目標値と現状値

⑰ 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

○ 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合（本人又は家族の中に、農林漁業体験に参加した人がある割合）は61.3%
 （第4次基本計画作成時の調査結果は65.7%）

農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合の推移



資料：農林水産省「食育に関する意識調査」

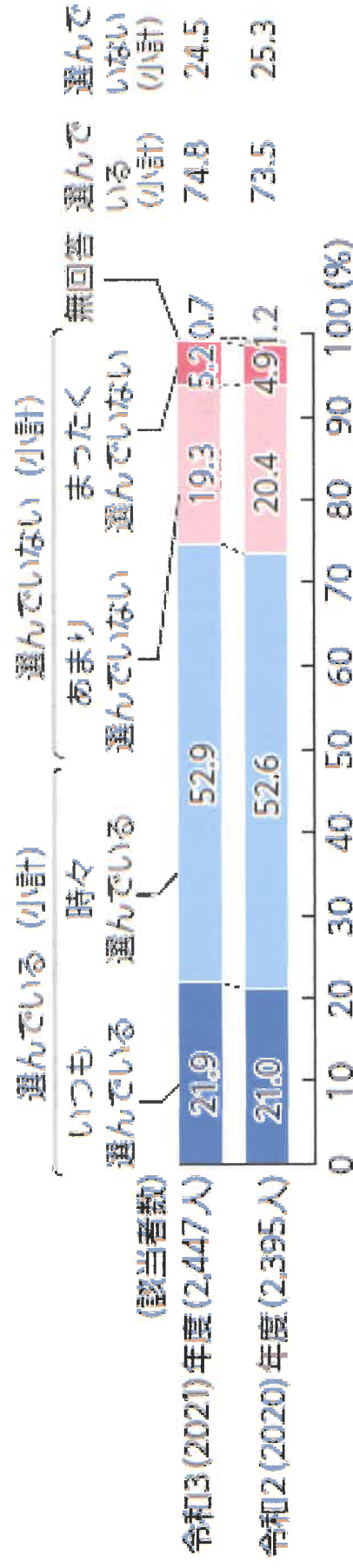
注：令和元(2019)年度までは、「食生活及び農林漁業体験に関する調査」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たったの目標値と現状値

⑱産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

- 産地や生産者を意識（地元産品や、被災地の産品など自分が応援したい地域の産品や、応援したい生産者を意識）して農林水産物・食品を「選んでいる」（「いつも選んでいる」及び「時々選んでいる」と回答した人の割合は74.8%（第4次基本計画作成時の調査結果は73.5%）

産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合の推移



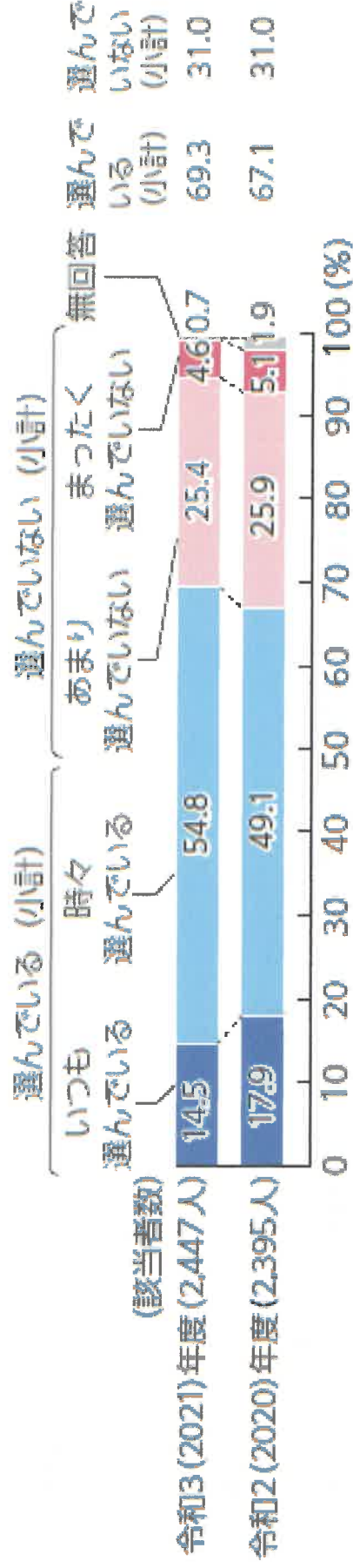
資料：農林水産省「食育に関する意識調査」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

⑱環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合

○ 環境に配慮した農林水産物・食品（農薬や化学肥料に頼らず生産された有機農産物や、過剰包装でなくごみが少ない商品など、環境への負荷をなるべく低減した農林水産物・食品）を「選んでいる」（「いつも選んでいる」「いつも選んでいる」「時々選んでいる」「いつも選んでいる」「いつも選んでいる」と回答した人の割合は69.3%（第4次基本計画作成時の調査結果は67.1%）

環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ国民の割合の推移



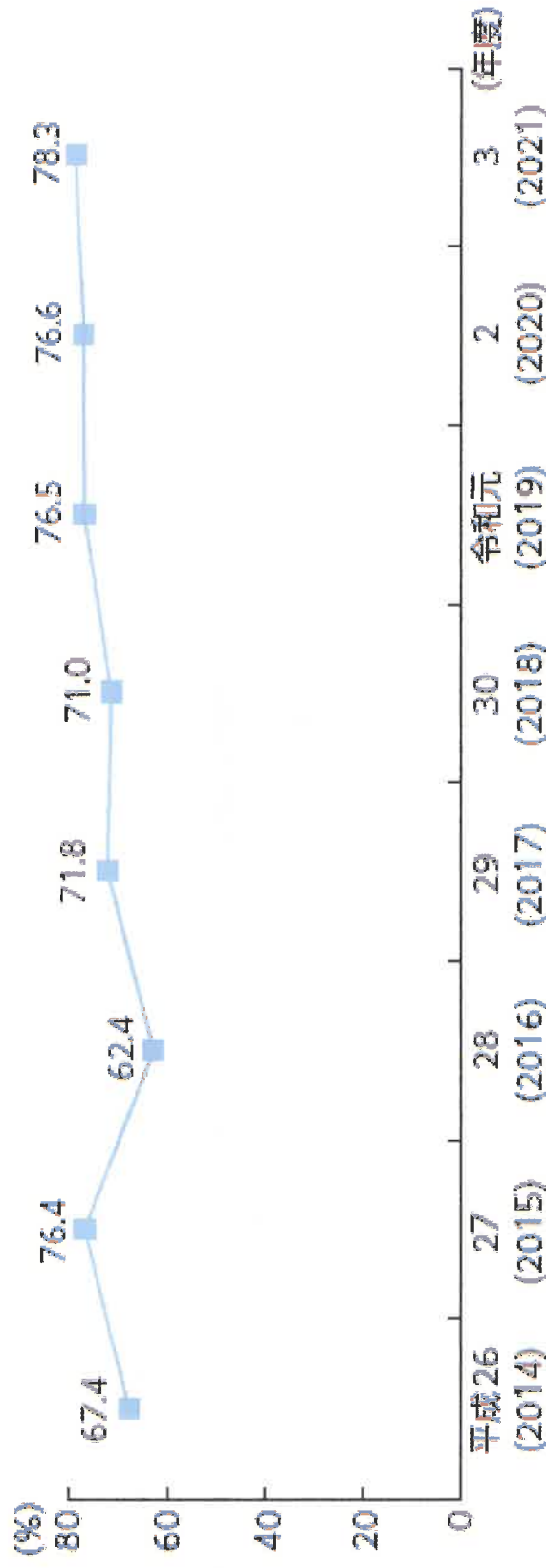
資料：農林水産省「食育に関する意識調査」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

⑳食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合

○ 食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合は78.3% (第4次基本計画作成時の調査結果は76.5%)

食品ロス削減のために何らかの行動をしている国民の割合の推移



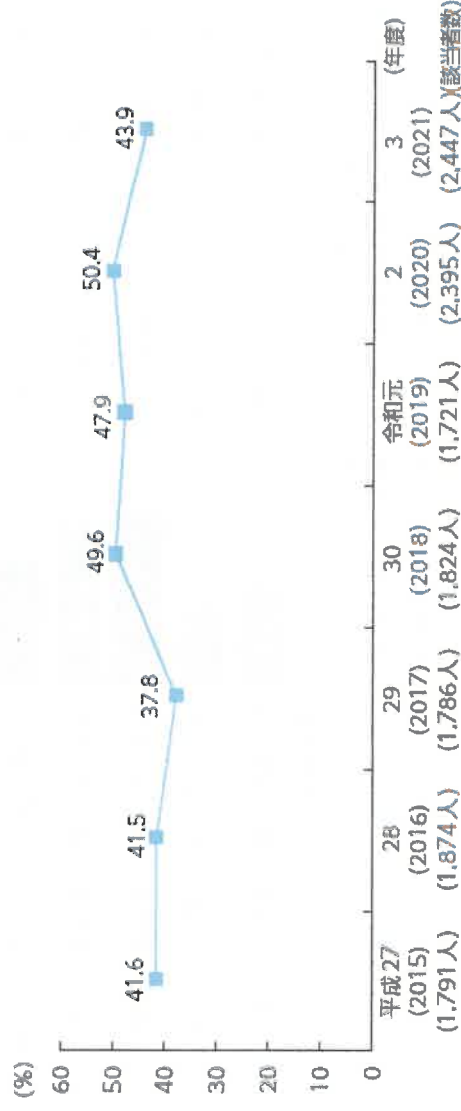
資料：消費者庁「消費者意識基本調査」(平成26(2014)、27(2015)年度)、「消費生活に関する意識調査－食品ロス問題等に関する調査－」(平成28(2016)年度)、「消費者の意識に関する調査結果報告書－食品ロス削減の周知及び実践状況に関する調査－」(平成29(2017)年度)、「消費者の意識に関する調査結果報告書－食品ロスの認知度と取組状況等に関する調査－」(平成30(2018)、令和元(2019)、令和2(2020)、令和3(2021)年度)

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たったの目標値と現状値

- ① 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合
- ② 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合

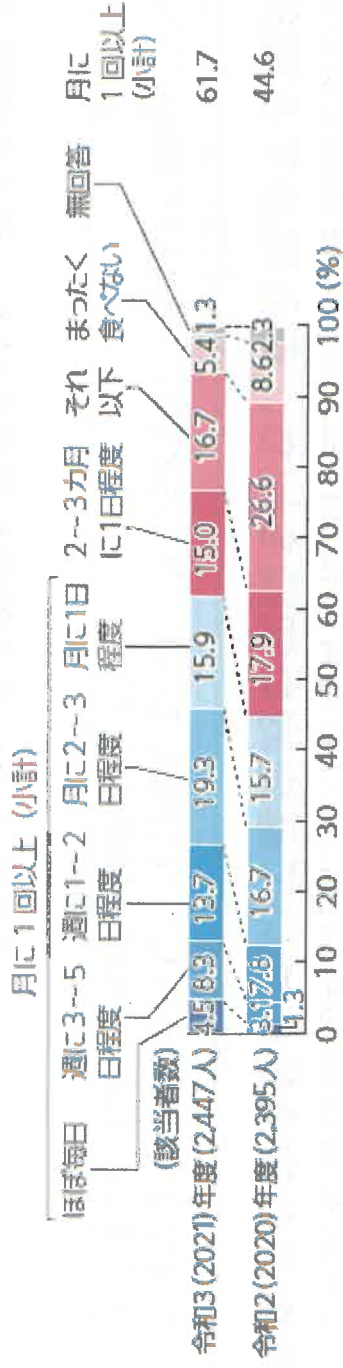
- 郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を継承し、伝えている国民の割合は43.9%（第4次基本計画作成時の調査結果は50.4%）
- 郷土料理や伝統料理を「月1回以上」（「ほぼ毎日」、「週に3～5日程度」、「週に1～2日程度」、「月に2～3日程度」及び「月に1日程度」）食べている国民の割合は、61.7%（第4次基本計画作成時の調査結果は44.6%）

地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合の推移



資料：農林水産省（平成27（2015）年度は内閣府）
「食育に関する意識調査」

郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合の推移



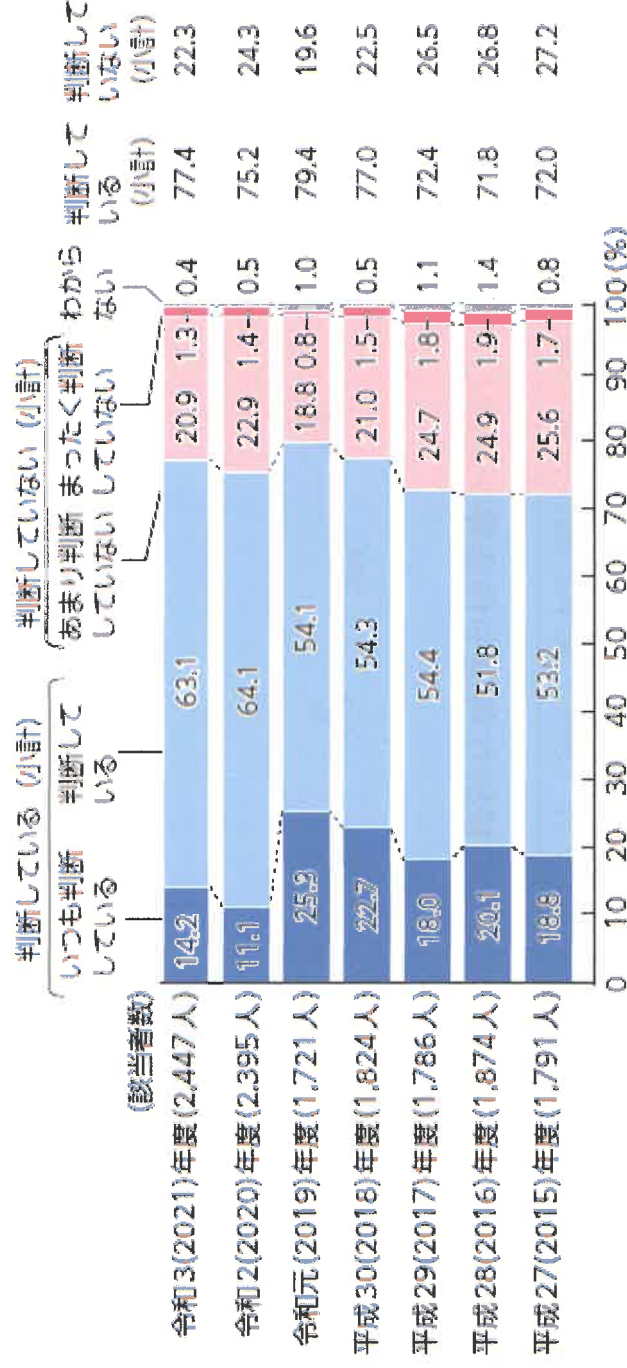
資料：農林水産省「食育に関する意識調査」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

②③食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合

- 安全な食生活を送ることについて『判断している』（「いつも判断している」及び「判断している」と回答した国民の割合は77.4%（第4次基本計画作成時の調査結果は75.2%）

食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する国民の割合の推移



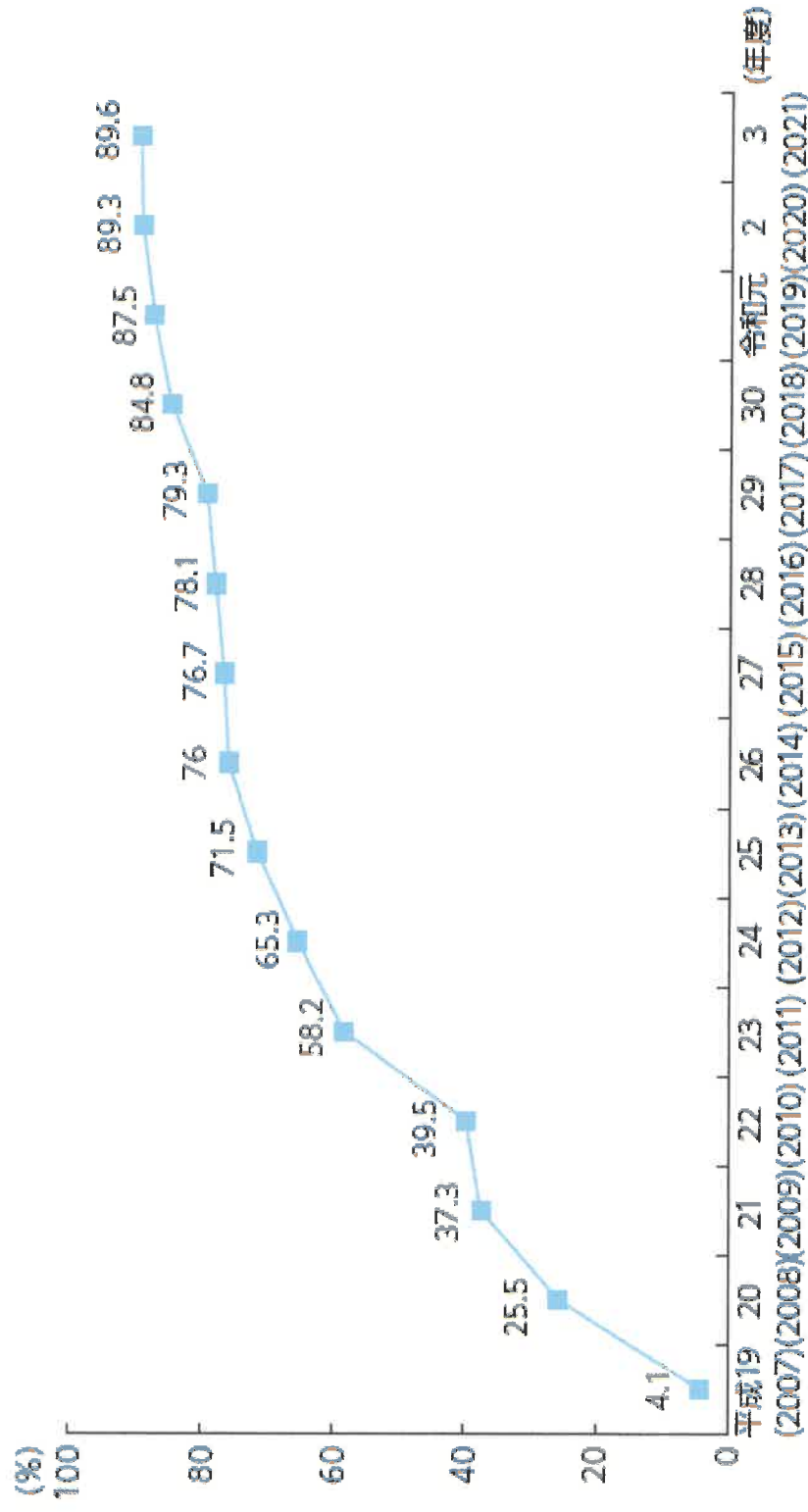
資料：農林水産省（平成27(2015)年度は内閣府）「食育に関する意識調査」
 注：「わからない」について、令和2(2020)、令和3(2021)年度は「無回答」

II 第4次食育推進基本計画における食育の推進に当たっての目標値と現状値

㊤推進計画を作成・実施している市町村の割合

- 令和4（2022）年3月末時点で食育推進計画を作成・実施している市町村の割合は89.6%（第4次基本計画作成時の作成割合は87.5%）

食育推進計画を作成・実施している市町村の割合の推移



資料：農林水産省消費・安全局消費者行政・食育課（平成27（2015）年度までは内閣府）調べ

「高知市食意に関するアンケート調査」へのご協力をお願い.....

このアンケートは、食育に関する意識や取組についての現状を知り、食育を推進するための基礎資料とするものです。ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

- ♣対象 平成30年6月13日から8月8日までの 高知市3歳児健康診査対象児の保護者
- ♣回答 無記名（匿名）で行います。結果は統計的に処理し、この調査の目的以外には使用しません。
- ♣注意点 回答は1つの質問につき1つですが、質問により「あてはまるものすべて」を選ぶ場合があります。
- ♣提出先 3歳児健康診査受診の際に、会場へご持参ください。

<問い合わせ先> 高知市食育推進会議 事務局
高知市保健所 健康増進課 (TEL: 803-8005)



それぞれ質問にあてはまるものの番号に○をつけてください。

◆3歳児健康診査対象のお子さんについてお聞きします。◆

- 問1 お子さんの性別を教えてください。
1. 男 2. 女
- 問2 お子さんは、保育所や幼稚園などに通っていますか。
1. 保育所 2. 幼稚園 3. その他() 4. 通っていない
- 問3 お子さんは、ふだん朝食を食べていますか。
1. ほとんど毎日食べる 2. 週4～5日食べる 3. 週2～3日食べる 4. ほとんど食べない
- 問4 平日（保育所や幼稚園がある日）、お子さんは、朝何時に起きていますか。
1. 6時30分まで 2. 7時まで 3. 7時30分まで 4. 8時まで 5. 8時よりあと
- 問5 平日（次の日、保育所や幼稚園があるという日）、お子さんは、夜何時に寝ていますか。
1. 9時まで 2. 10時まで 3. 11時まで 4. 12時まで 5. 12時よりあと
- 問6 平日（保育所や幼稚園がある日）、お子さんは、朝食を誰かと一緒に食べますか。
1. 誰かと一緒に食べる人が多い 2. 一人で食べる人が多い 3. 朝食を食べない
- 問7 平日（保育所や幼稚園がある日）、お子さんは、夕食を誰かと一緒に食べますか。
1. 誰かと一緒に食べる人が多い 2. 一人で食べる人が多い 3. 夕食を食べない
- 問8 お子さんは、夕食の後、寝るまでの間に何か食べる場合がありますか。
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. ほとんど食べない
- 問9 お子さんは、外食することがどのくらいありますか。
1. 週に1回以上ある 2. 月に1回以上ある 3. ほとんどない 4. まったくない

- 問10 お子さんに、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。
1. 毎日ある 2. 週に1回以上ある 3. たまにある 4. まったくない
- 問11 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。【1つ選んでください。】
1. ポリエーム 2. 価格 3. 栄養バランス 4. 好きな料理
5. その時の気分 6. 特に重視することはない 7. その他()
- 問12 お子さんは、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場合がありますか。
1. よくある 2. ときどきある 3. あまりない 4. まったくない
- 問13 お子さんは、高知ならではの料理や食材（血鱈料理、いたどりなど）を食べたことがありますか。
1. 食べたことがある 2. 食べたことがない 3. 高知ならではの料理や食材を知らない
- 問14 高知市では木曜市や日曜市などの街路市が開かれています。お子さんと街路市に行くことがありますか。
1. よく行く 2. ときどき行く 3. ほとんど行かない 4. 行ったことがない
- ◆ここからは、保護者の方ご自身のことについてお答えください。◆
- 問15 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
- 「食育」は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができている人間を育てることです。その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。
- 高知の食育8まよひ
- 問16 お子さんの「食」に関することで、実践していることは何ですか。あてはまるものを**すべて**選んでください。
1. 一日3食きちんと食べる 2. 決まった時間に食べる 3. 栄養バランスのとれた食事
4. よくかんで食べる 5. 家族や友人と楽しく食べる 6. 食事のマナーに気をつける
7. 食べ物を大切に作る 8. 食事を作ってくれた人へ感謝する
9. 行事の食べ物や郷土料理を食べる 10. 野菜を育てたり魚をとったり、酪農体験をする
11. その他() 12. 特になし
- 問17 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。
1. ほとんど毎日食べる 19～
2. 週4～5日食べる 3. 週2～3日食べる 4. ほとんど食べない
- 問18 問17で「2. 3. 4.」のいずれかと答えた方におたずねします。朝食を食べない主な理由は何ですか。【1つ選んでください。】
1. 時間がない 2. 食欲がない 3. 食事が用意されていない
4. 作るのが面倒だ 5. 食べる習慣がない 6. その他()

問 19 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。

- * 「主食」とは、米、パン、麺類など
 - * 「主菜」とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使ったメインの料理
 - * 「副菜」とは、野菜、きのこ、いも、海藻などを使った小鉢・小皿の料理
1. 心がけている 2. 特に心がけていない 3. わからない

問 20 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、週に何回ありますか。

1. ほぼ毎日 2. 週に4～5日 3. 週に2～3日 4. ほとんどない

問 21 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。

1. 食材に食中毒菌が付いても、臭い・色・味などは変わらない
2. 鮮度のよい鶏肉であっても、生で食べることは危険である
3. 食肉に付いている食中毒菌は、中心部まで十分加熱すれば、殺菌することができる
4. 牛のレバー(肝臓)や豚肉は、食品衛生法で生食用として販売・提供することが禁止されている
5. カキなどの二枚貝は、ノロウイルスで汚染されていることがある
6. 鶏の卵は、殻の表面に食中毒菌が付いている可能性がある
7. 山などで遊ぶ湧き水は、野生動物の糞などで微生物汚染されていることがある

問 22 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。あてはまるものをすべて選んでください。

1. 主食(レトルトご飯、めしを乾燥させた加工米、乾パンなど)
2. 副食(肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品など)
3. 飲料(水、お茶など)
4. その他()
5. 特に用意していない

問 23 お子さんの授乳や離乳食について、困ったことがありますか。

1. あった 2. なかった

問 24 離乳食の進め方について、学ぶ機会がありましたか。

1. あった 2. なかった →問 26へ

問 25 問 24で「1. あった」と答えた方におたずねします。どこで(誰から)学びましたか。あてはまるものをすべて選んでください。

1. 保健所・市町村保健センター
2. 病院・診療所(産院)・助産所
3. 保育所(園)、幼稚園等
4. 地域子育て支援センター
5. あなたの母親など家族
6. 友人・仲間
7. テレビ
8. インターネット
9. 育児雑誌
10. その他()

問 26 この質問は、ご記入者が、アンケート対象のお子さんのお母さんの場合のみお答えください。

あなたがお子さんを妊娠中に、食生活等について気をつけていたことをすべて選んでください。

1. 主食・主菜・副菜をそろえるなど、栄養のバランスに配慮する

2. 一日3食きちんと食べる
3. 塩分を取りすぎないようにする
4. ゆっくりよく噛んで食べる
5. 食品表示(栄養成分表示やアレルギー表示など)を確認する
6. 妊娠前の体型を考慮し、望ましい体重増加に気をつける
7. その他()
8. 特になかった

◆ここからは、アンケートにご記入いただいた方についてお答えください。◆

問 27 あなたの年齢を教えてください。

1. 20歳未満 2. 20歳代 3. 30歳代 4. 40歳代
5. 50歳代 6. 60歳代 7. 70歳以上

問 28 あなたの性別を教えてください。

1. 男 2. 女

問 29 現在、一緒にお住いの家族構成を教えてください。

1. 親と子 2. 三世同居世帯 3. その他(具体的に)

問 30 お子さんとの関係を教えてください。

1. 父 2. 母 3. 祖父 4. 祖母 5. その他()

問 31 現在のあなたの暮らしについて、あてはまるものを選んでください。

1. ゆとりがある 2. ややゆとりがある 3. どちらともいえない
4. あまりゆとりがない 5. まったくゆとりがない

問 32 食育について、ご意見がございましたら自由にお書きください。

ご協力ありがとうございます。記入したアンケート用紙は、3歳児健診会場へお持ちください。

あてはまるものを左横口に、Vを入れてください。

剪 女

小学5年生



問1 あなたは、平日(学校がある日)、朝何時におきますか。1つえらんでください。

6時30分まで 7時まで 7時30分まで 8時まで 8時よりあと

問2 あなたは、あした学校があるという日は、夜何時にねていきますか。1つえらんでください。

9時まで 10時まで 11時まで 12時まで 12時よりあと

問3 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。1つえらんでください。

ほとんど毎日食べる 週4~5日食べる 週2~3日食べる ほとんど食べない

問4 問3で「ほとんど毎日食べる」以外をえらんだ人にお聞きします。朝食を食べない一番の理由は何ですか。

1つえらんでください。
時間が足りない 食欲がない 食事を用意されて 作るのがめんどろだ 食べる習慣がない
その他 ()

問5 あなたは、平日(学校がある日)、朝食を誰かと一緒に食べますか。1つえらんでください。

誰かと一緒に食べる人が多い ひとりで食べる事 朝食を食べない

問6 あなたは、平日(学校がある日)、夕食を誰かと一緒に食べますか。1つえらんでください。

誰かと一緒に食べる人が多い ひとりで食べる事 夕食を食べない

問7 あなたは、食べ残しをしないように心がけていますか。1つえらんでください。

いつも心がけている 心がけていること あまり心がけていない 心がある

問8 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食べていただきますか。1つえらんでください。

よくある ときどきある あまりない まったくない

問9 あなたは、高知ならではの料理や食材(血縁料理、いたどりなど)を学校や寮などで食べたことがありますか。1つえらんでください。

高知ならではの料理や食材を知らない 食べたことがある 食べたことがない

問10 あなたは、学校以外の地域の人や家族と一緒に、高知ならではの(血縁料理や田舎ずし、山菜煮りやタタキづくりなど)を楽しむことがありますか。1つえらんでください。

よくある ときどきある ほとんどない したことがない

問11 高知市では、米穂市や日曜市などの街路市が開かれていますか、あなたは街路市に行くことがありますか。1つえらんでください。

よく行く ときどき行く ほとんど行かない 行ったことがない

問12 おいしい食べるためには、口の健康が大切ですが、あなたは、歯をみがく時、歯ぐきから血がでることがありますか。

ある ない

問13 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。あてはまるものをすべてえらんでください。

鏡で歯や歯ぐきの観察をする 正しい歯みがき 定期的に通院する 歯みがき剤を使う 歯垢を落とす 歯垢がたまらない 歯垢を落とす

問14 あなたは、ふだん、ゆつくりよいかんで食べていますか。1つえらんでください。

ゆつくりよいかんで食べている どちらかといえばゆつくりよいかんで食べている どちらかといえばゆつくりよいかんで食べていない

問15 あなたが、「食」に關することで行っていることは何ですか。すべてえらんでください。

一日3食きちんと食べる 決まった時間に食べる 食卓のマナーに気を付ける 野菜や果物を積極的に食べる 野菜や果物を積極的に食べる 野菜や果物を積極的に食べる 野菜や果物を積極的に食べる

アンケートはこれだけ終わりです。ご協力ありがとうございました。

高知市食育に関するアンケート調査

成人用



高知の食育のまようだい
米くん

それぞれ質問にあてはまるものの番号に ○ をつけてください。

問1 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

「食育」は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を築き上げることができ、人間を育てることです。

その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマネー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

問2 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。あてはまるものをすべて選んでください。

- 1. 一日3食きちんと食べる
- 2. 決まった時間に食べる
- 3. 栄養バランスのとれた食事
- 4. よくかんで食べる
- 5. 家族や友人と楽しく食べる
- 6. 食事のマナーに気を付ける
- 7. 食べ物を大切に作る
- 8. 食事を作ってくれた人へ感謝する
- 9. 行事の食べ物や郷土料理を伝える
- 10. 農林漁業・食品加工を体験する
- 11. 高知産産の食材を選ぶ
- 12. その他()
- 13. 特にない

問3 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。

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

問4 問3で「2. 3. 4」のいずれかと答えた方におたずねします。

朝食を食べない主な理由は何ですか。12選んでください。

- 1. 時間がない
- 2. 食欲がない
- 3. 食事が用意されていない
- 4. 作るのが面倒だ
- 5. 食べる習慣がない
- 6. その他()

問5 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。

- * 「主食」とは、米、パン、麺類など
- * 「主菜」とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使ったメインの料理
- * 「副菜」とは、野菜、きのこ、いも、海藻などを使った小鉢・小皿の料理

- 1. 心がけている
- 2. 特に関心がけていない
- 3. わからない

問6 あなたは、「主食・主菜・副菜」の3つをそろえて食べていることが、1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。

- 1. ほぼ毎日
- 2. 週に4～5日
- 3. 週に2～3日
- 4. ほとんどない

問7 あなたは、外食することがどのくらいありますか。

- 1. 週に1回以上ある
- 2. 月に1回以上ある
- 3. ほとんどない
- 4. まったくない

問8 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。

- 1. 毎日ある
- 2. 週に1回以上ある
- 3. たまにある
- 4. まったくない

問9 あなたは、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。1つ選んでください。

- 1. ポリューム
- 2. 価格
- 3. 栄養バランス
- 4. 好きな料理
- 5. その時の気分
- 6. 特に重視することはない
- 7. その他()

問10 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。あてはまるものをすべて選んでください。

- 1. 欠食がある
- 2. 不規則な食事時間
- 3. 栄養バランスの偏り
- 4. よくかんで食べていない
- 5. 食べ過ぎる
- 6. その他()
- 7. 問題はない

問11 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。

- 1. ほとんどない
- 2. 週1日程度ある
- 3. 週2～3日ある
- 4. 週4～5日ある
- 5. ほとんど毎日

問12 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。

- 1. よくある
- 2. ときどきある
- 3. あまりない
- 4. まったくない

問13 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せんか。

- 1. とてもそう思う
- 2. そう思う
- 3. どちらともいえない
- 4. あまりそう思わない
- 5. まったくそう思わない

問14 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。あてはまるものをすべて選んでください。

- 1. 適切な食事
- 2. 定期的な運動
- 3. 週に複数回の体重測定
- 4. 1～3のことは実施していない

問15 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。実践していることをすべて選んでください。

- 1. 減塩の調味料や食品を使う
- 2. 漬物や佃煮などを控える
- 3. 種類の汁を残す
- 4. 卓上調味料(しょうゆ、ソースなど)をむやみに使わない
- 5. 食品表示(食塩相当量またはナトリウム量)を確認する
- 6. その他()
- 7. 特に実践していない

問16 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。あてはまるものをすべて選んでください。

- 1. 鏡で歯や歯ぐきの観察をする
- 2. 丁寧に歯をみがく
- 3. フッ素入りの歯磨剤を使う
- 4. 定期的に歯科医院を受診する
- 5. その他()
- 6. 特にない

問 17 あなたは、ふだん、ゆっくりよく噛んで食べていますか。1.2選んでください。

- 1. ゆっくりよく噛んで食べている
- 2. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている
- 3. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない
- 4. ゆっくりよく噛んで食べていない

問 18 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。

- 1. 食材に食中毒菌が付いても、臭い・色・味などは変わらない
- 2. 鮮度のよい鶏肉であっても、生で食べるとは危険である
- 3. 食肉に付いている食中毒菌は、中心部まで十分加熱すれば、殺菌することができる
- 4. 牛のレバー(肝臓)や豚肉は、食品衛生法で生食用として販売・提供することが禁止されている
- 5. カキなどの二枚貝は、ノロウイルスで汚染されていることがある
- 6. 鶏の卵は、殻の表面に食中毒菌が付いている可能性がある
- 7. 山などで汲む湧き水は、野生動物の糞などで微生物汚染されていることがある

問 19 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や家庭で食べる
ことがありますか。

- 1. よくある
- 2. とときどきある
- 3. あまりない
- 4. まったくない

問 20 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。

- 1. 食べたことがある
- 2. 食べたことがない
- 3. 高知ならではの料理や食材を知らない

問 21 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。

- 1. よくある
- 2. とときどきある
- 3. ほとんどない
- 4. したことがない

問 22 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。

- 1. 大切だと思う
- 2. 大切だと感わない
- 3. わからない

問 23 高知市では木曜市や日曜市などの街路市が開かれていますが、あなたは街路市を利用していますか。

- 1. よく利用する
- 2. とときどき利用する
- 3. ほとんど利用しない
- 4. 利用したことがない

問 24 「高知の食は豊かだ」といわれますが、あなたはそう思いますか。

- 1. とても思う
- 2. 思う
- 3. あまり感わない
- 4. まったく感わない

問 25 あなたは、農林漁業体験に関心がありますか。

- 1. 関心がある
- 2. 関心がない

問 26 問 25 で「1. 関心がある」と答えた方におたずねします。

どのような農林漁業に関心がありますか。あてはまるものをすべて選んでください。

- 1. 農作業体験
- 2. 漁業体験
- 3. 林業体験
- 4. その他(具体的に:)

問 27 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。

- 1. とても思う
- 2. 思う
- 3. あまり感わない
- 4. まったく感わない

問 28 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。あてはまるものをすべて
選んでください。 ※「食品ロス」とは、食べられるのに廃棄される食品のことです。

- 1. 小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べきれぬ量を購入する
- 2. 冷凍保存を活用する
- 3. 料理を作り過ぎない
- 4. 飲食店等で注文し過ぎない
- 5. 日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する
- 6. 残さず食べる
- 7. 「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する
- 8. その他()
- 9. 取り組んでいることはない

問 29 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。あてはまるものをすべて選んでく
ださい。

- 1. 主食(レトルトご飯、めしを乾燥させた加工米、乾パンなど)
- 2. 副食(肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品など)
- 3. 飲料(水、お茶など)
- 4. その他()
- 5. 特に用意していない

問 30 あなたの年齢を教えてください。

- 1. 20 歳代
- 2. 30 歳代
- 3. 40 歳代
- 4. 50 歳代
- 5. 60 歳代
- 6. 70 歳代

問 31 あなたの性別を教えてください。

- 1. 男
- 2. 女

問 32 現在、一緒に住む家族構成を教えてください。

- 1. ひとり世帯
- 2. 夫婦のみ世帯
- 3. 二世帯同居世帯(親と同居)
- 4. 二世帯同居世帯(子と同居)
- 5. 三世帯同居世帯
- 6. その他(具体的に:)

問 33 現在のあなたの暮らしについて、あてはまるものを選んでください。

- 1. ゆとりがある
- 2. ややゆとりがある
- 3. どちらともいえない
- 4. あまりゆとりがない
- 5. まったくゆとりがない

問 34 食育について、ご意見がございましたら自由にお書きください。

アンケートへのご協力ありがとうございました。

