

資料 1

北広島市
食生活に関するアンケート報告書
(18 歳以上)

令和 3 年 12 月

北広島市

I 調査の概要

1 調査の目的

市民の食育に関する実態、意識等について調査し、その結果を、市民の食育推進のあり方を方針として定める「食育推進計画」策定の基礎資料とする。

2 調査対象

市内5地区（東部、大曲、西の里、輪厚、北広島団地）の男女別、年齢階層別人口比率を考慮し、無作為に抽出された18歳以上の市民 合計1,000名

3 調査方法

年齢の高い順に600名は郵送回答。残り400名はインターネット回答。

4 調査期間

令和3年8月10日（配付）～8月26日（回収期限）

5 回収状況

本調査の回収状況は、以下のとおりである。

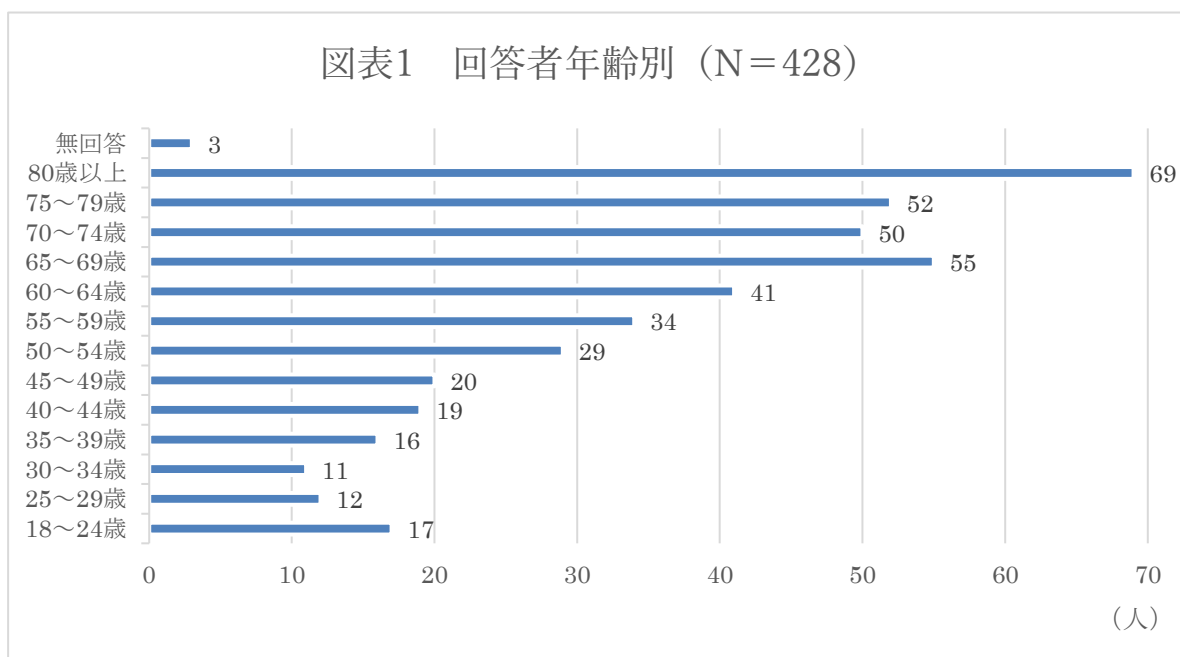
	郵送		インターネット		合計	
	件数	回収率	件数	回収率	件数	回収率
対象数	600		400		1,000	
回収数	325	54.1%	103	25.7%	428	42.8%

Ⅱ 食生活に関するアンケート調査集計結果

1 回答者の状況について（基本属性）

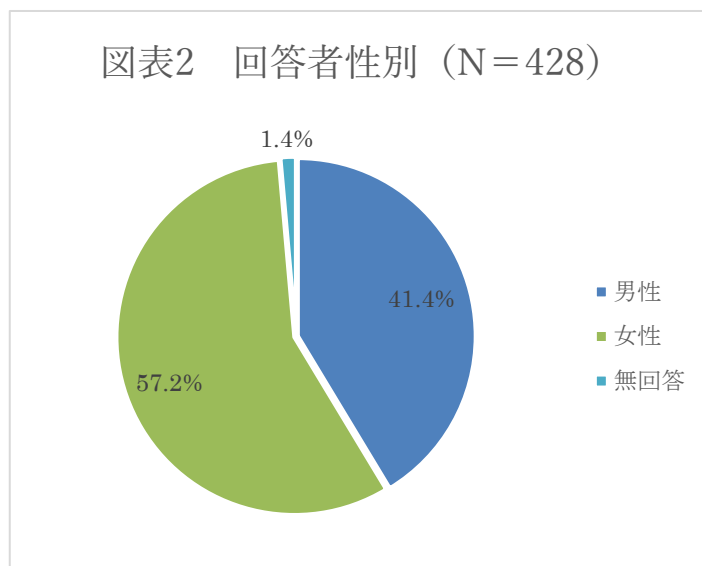
（1）年齢別

回答者は、「80歳以上」が最も多く、「30～34歳」が最も少ない結果となった。



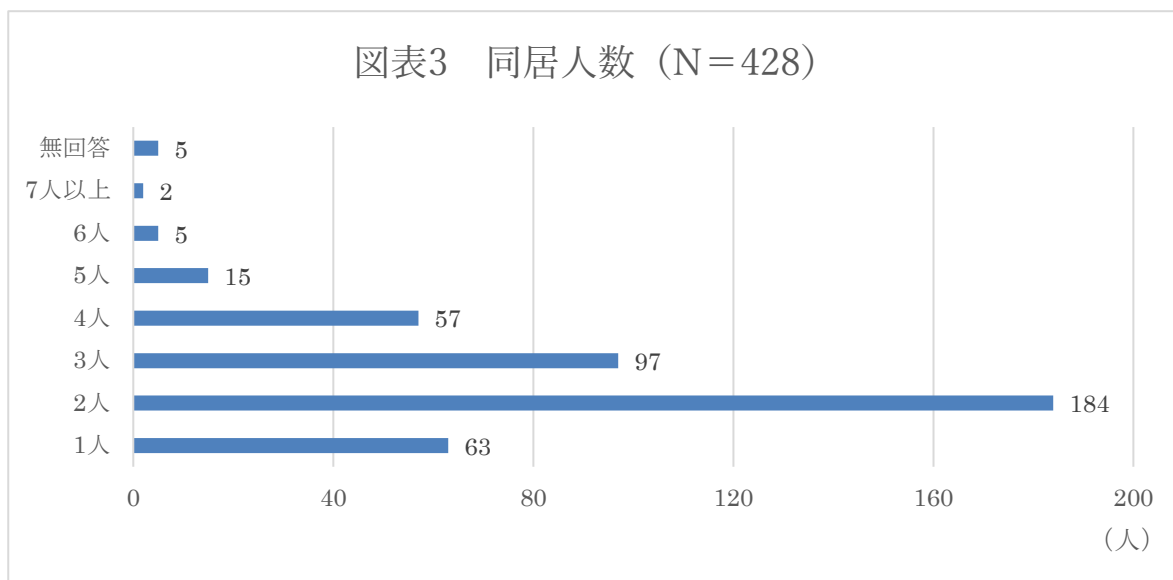
（2）性別

性別は、男性が41.4%、女性が57.2%となった。



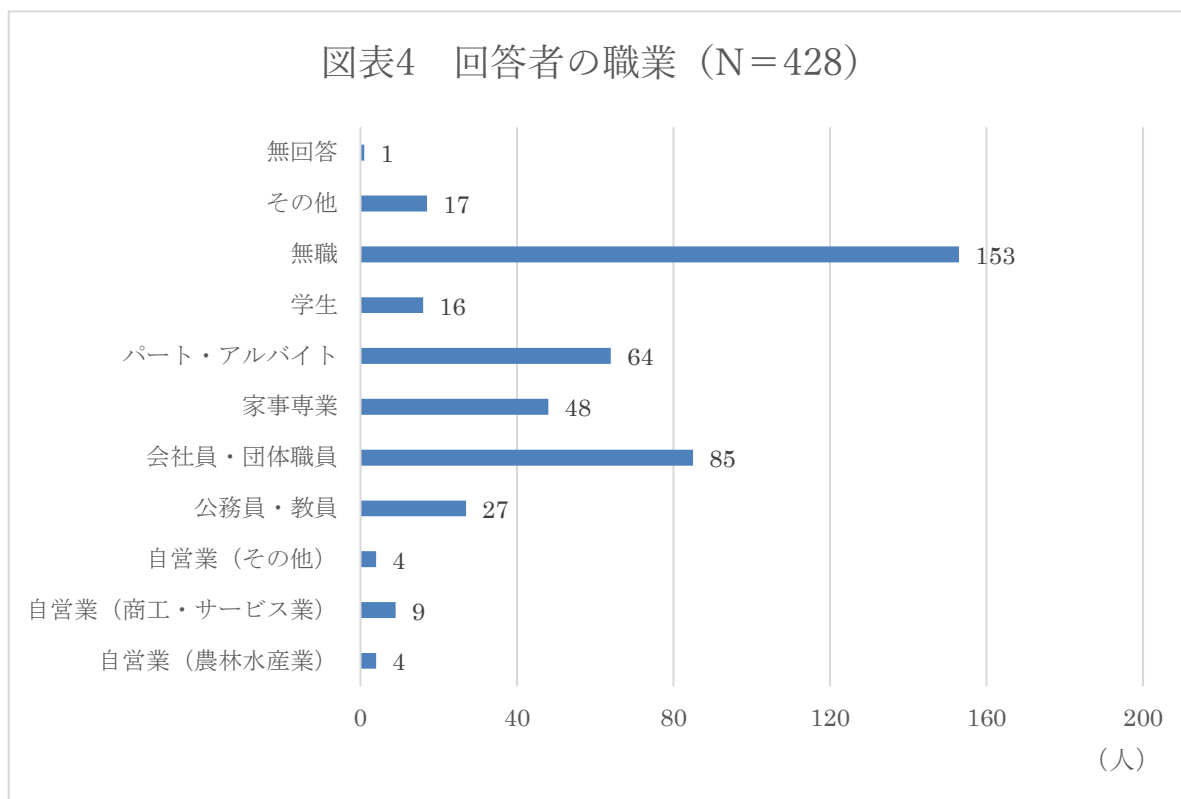
(3) 同居人数

同居人数は、「2人」が184人で最も多く、「3人」が97人と2番目に多かった。



(4) 職業

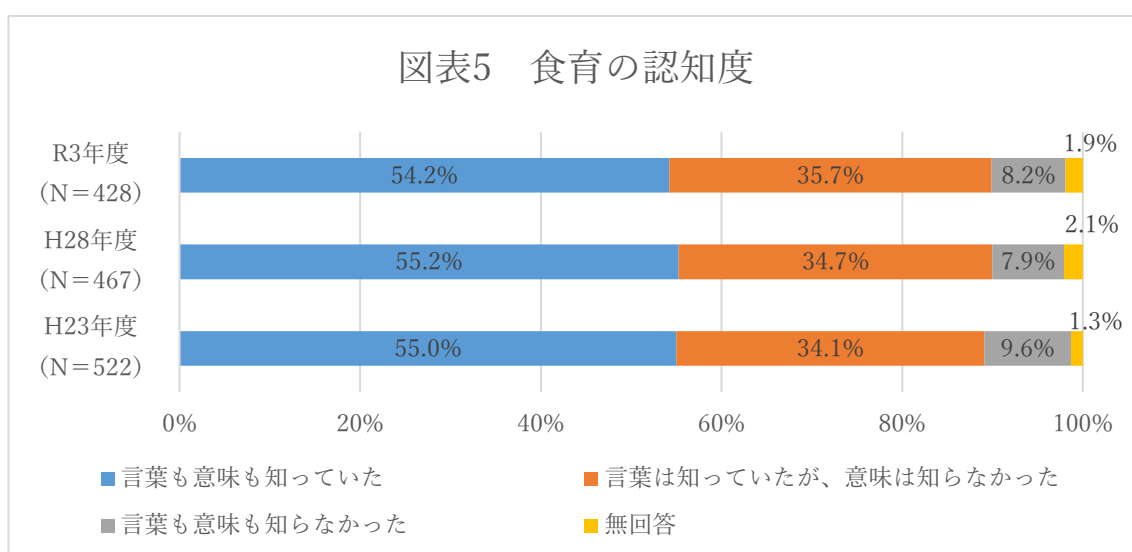
職業は、「無職」153人、「会社員・団体職員」85人、「パート・アルバイト」64人の順に多かった。



2 「食」に対する意識や関心・生活習慣

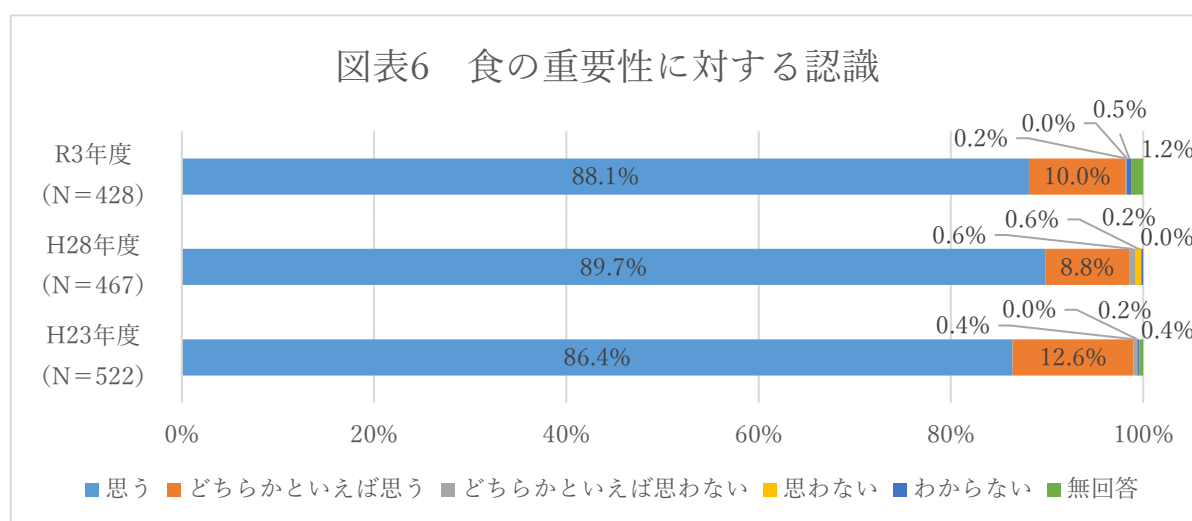
(1) 食育の認知度

食育については、「言葉も意味も知っていた」が54.2%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が35.7%、「言葉も意味も知らなかった」が8.2%でした。前回調査と比較して、大きな変化はありません。

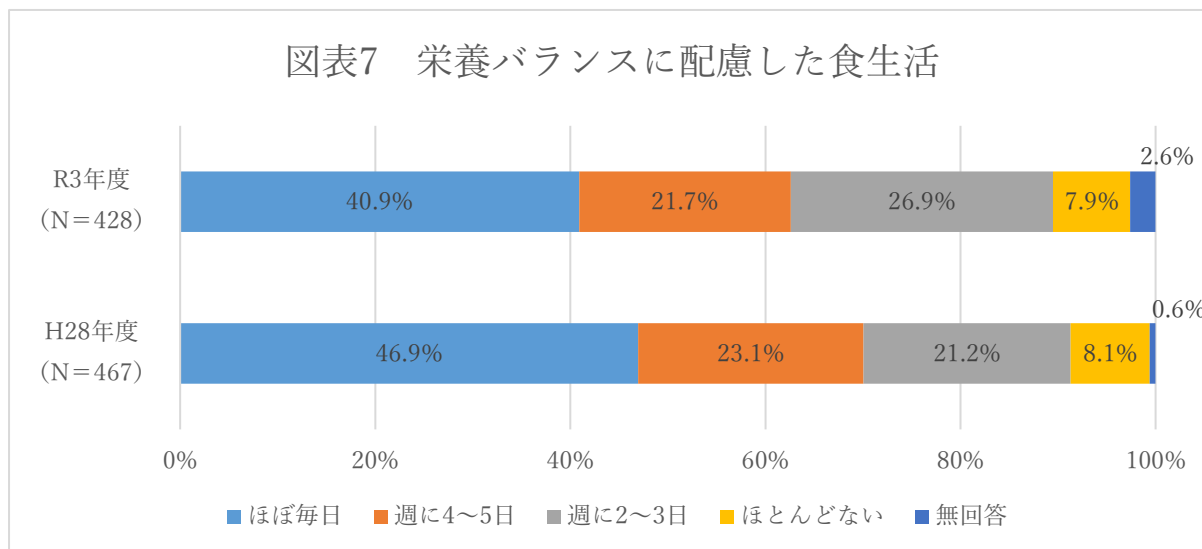


(2) 食の重要性の認識

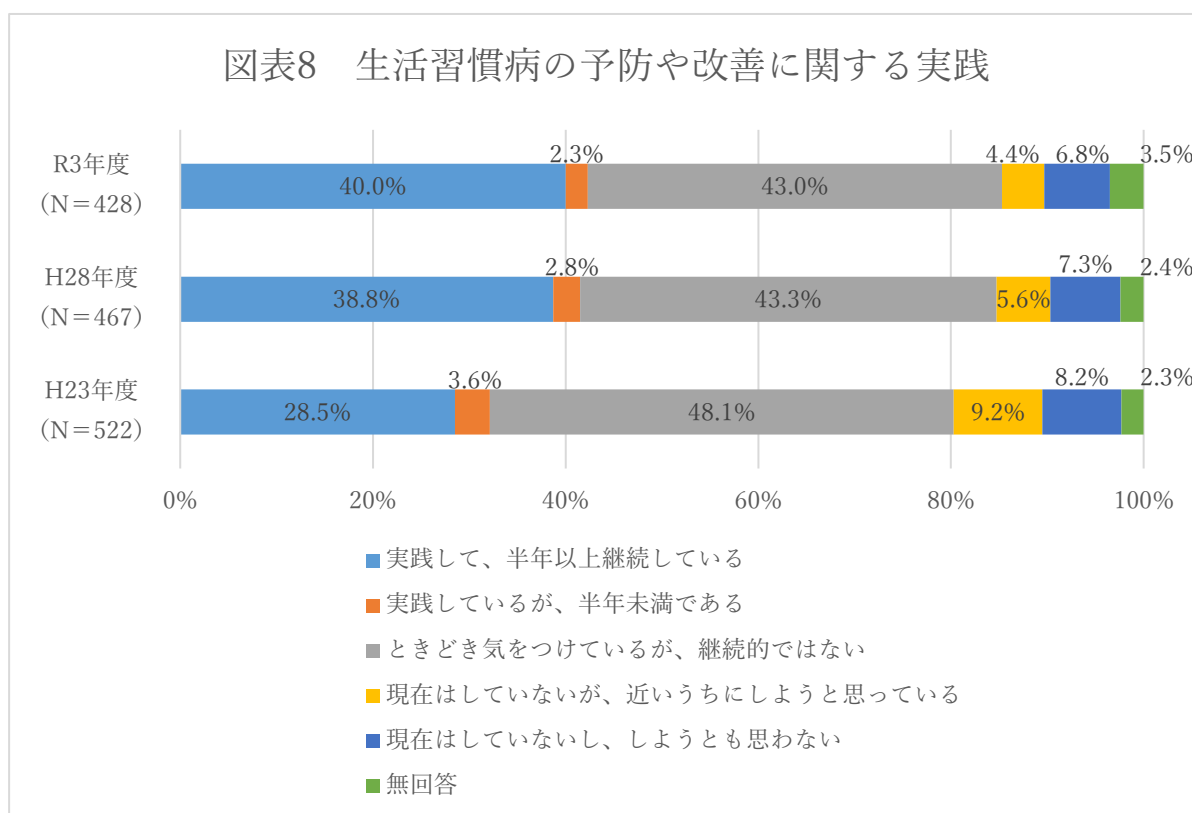
生活の中で、食事や食べることの重要性について、「思う」と回答した人は88.1%で、前回調査時よりも減少しました。「思わない」と回答した人はいませんでした。



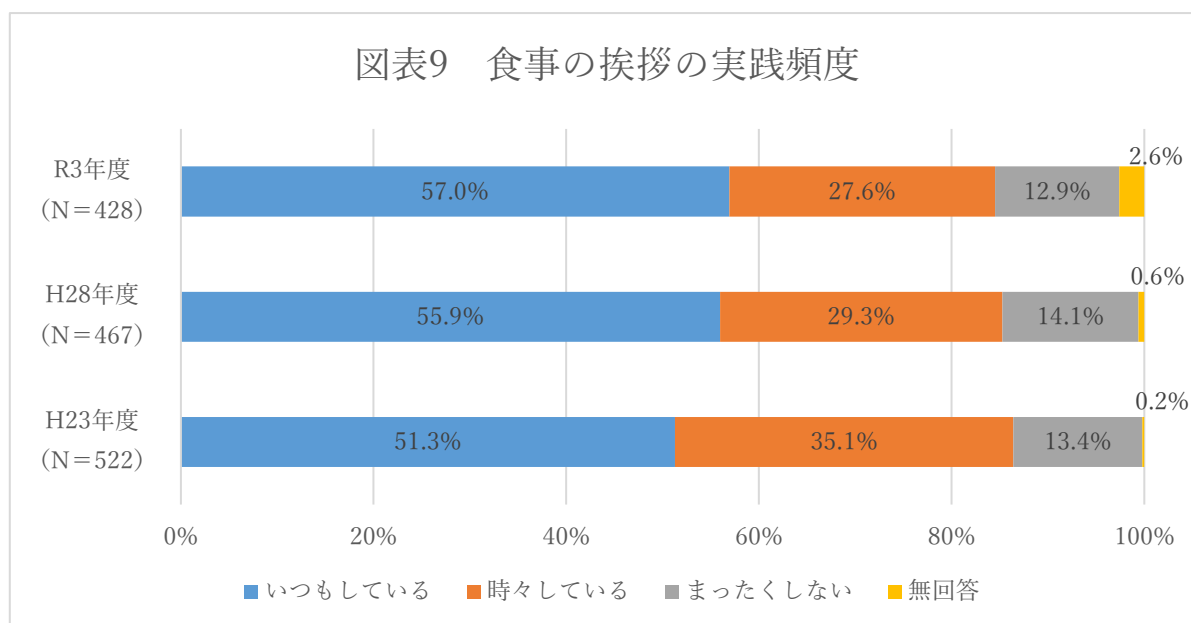
栄養バランスに配慮した食生活の実践については、「ほぼ毎日」が40.9%、「週に4～5日」が21.7%で、前回調査時よりも割合が減少しました。



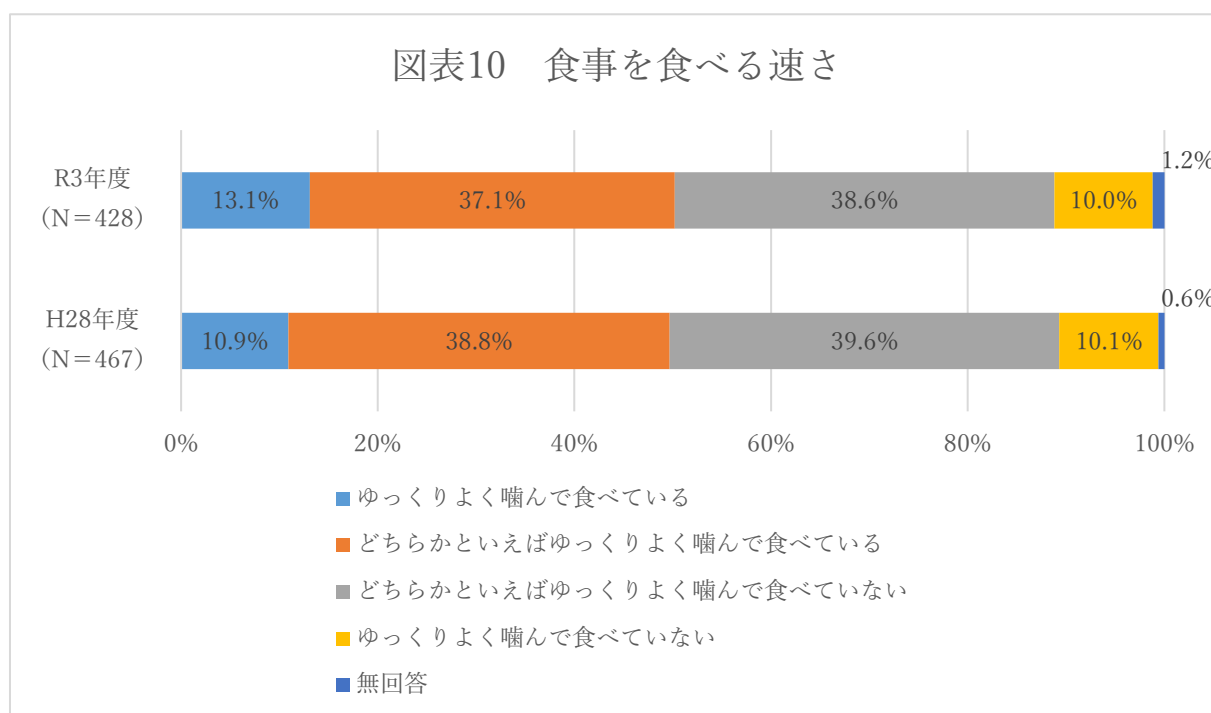
生活習慣病予防の実践については、「実践し、半年以上継続している」が40.0%で、前回調査時よりも増加しました。生活習慣病予防を継続的に実践している人が増えてきていることが分かります。



「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶の実践について、食前・食後に「いつもしている」が57.0%で、前回調査時の55.9%より増加しました。

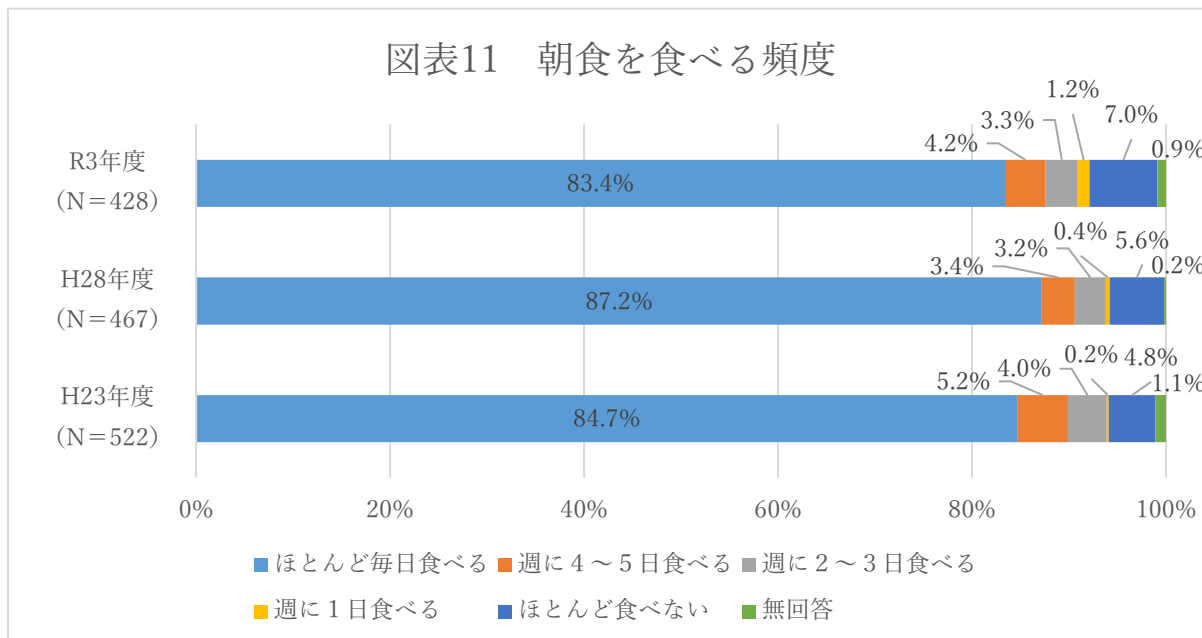


食事を食べる速さについては、「ゆっくりよく噛んで食べている」「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」合わせて50.2%で、回答者の約半数でした。

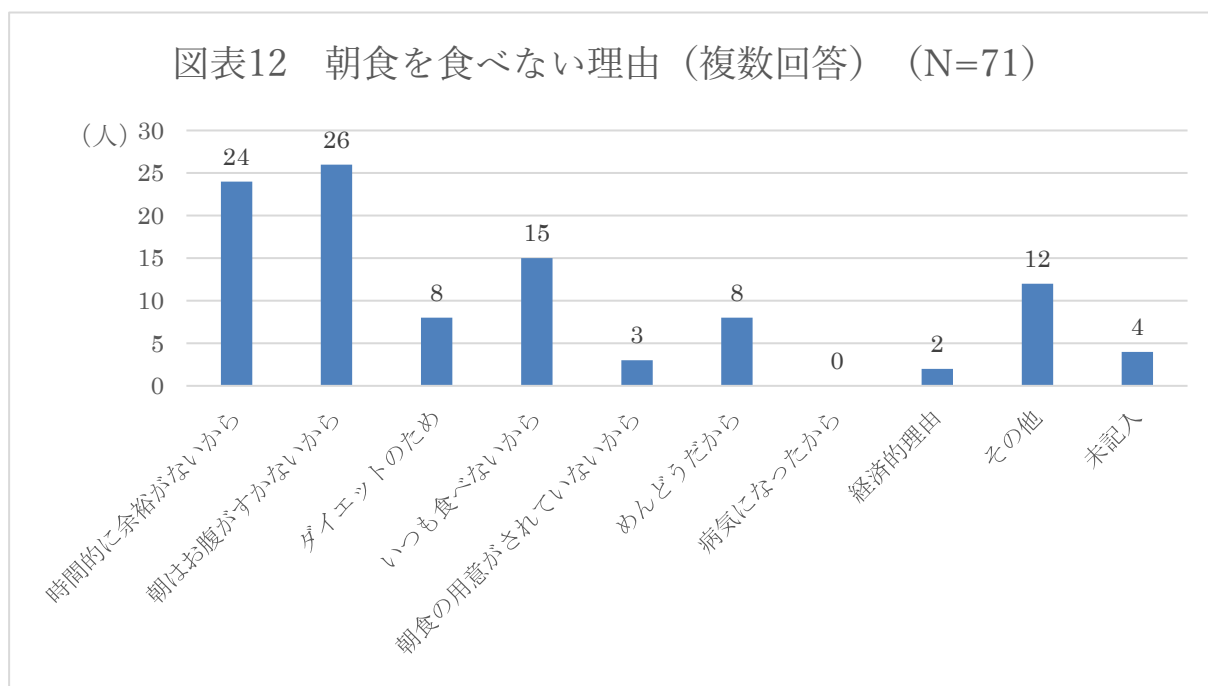


(3) 朝食・夕食について

朝食を食べる頻度は、「ほとんど毎日食べる」が83.4%、「週に4～5日食べる」と回答した人が4.2%でした。「ほとんど食べない」と回答した人は7.0%とこれまでで最も高い割合でした。

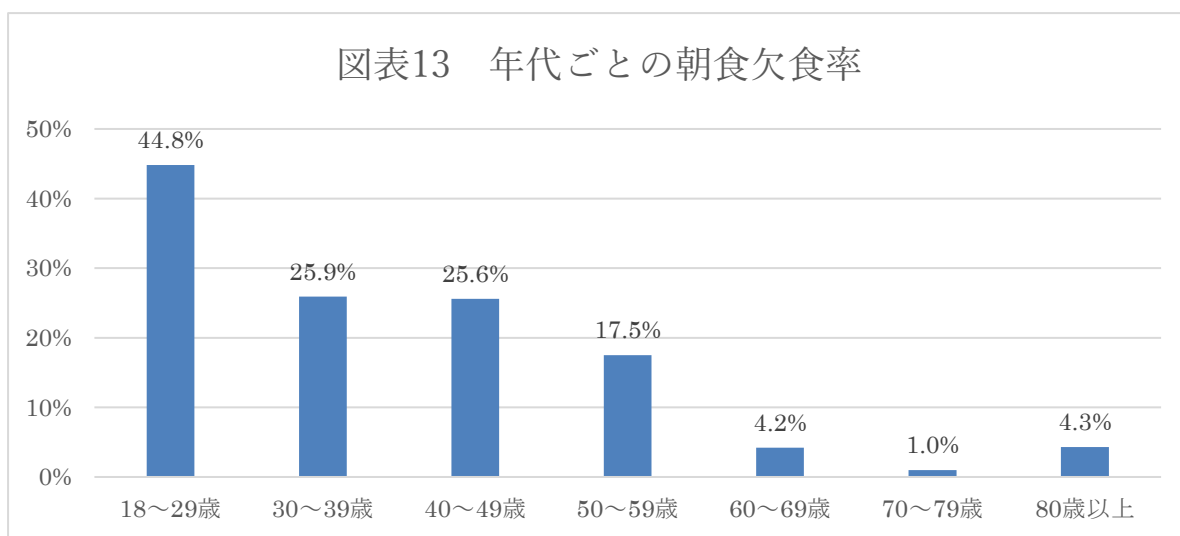


朝食を食べない理由は、「朝はお腹がすかないから」「時間的に余裕がないから」「いつも食べないから」の順に多い結果でした。

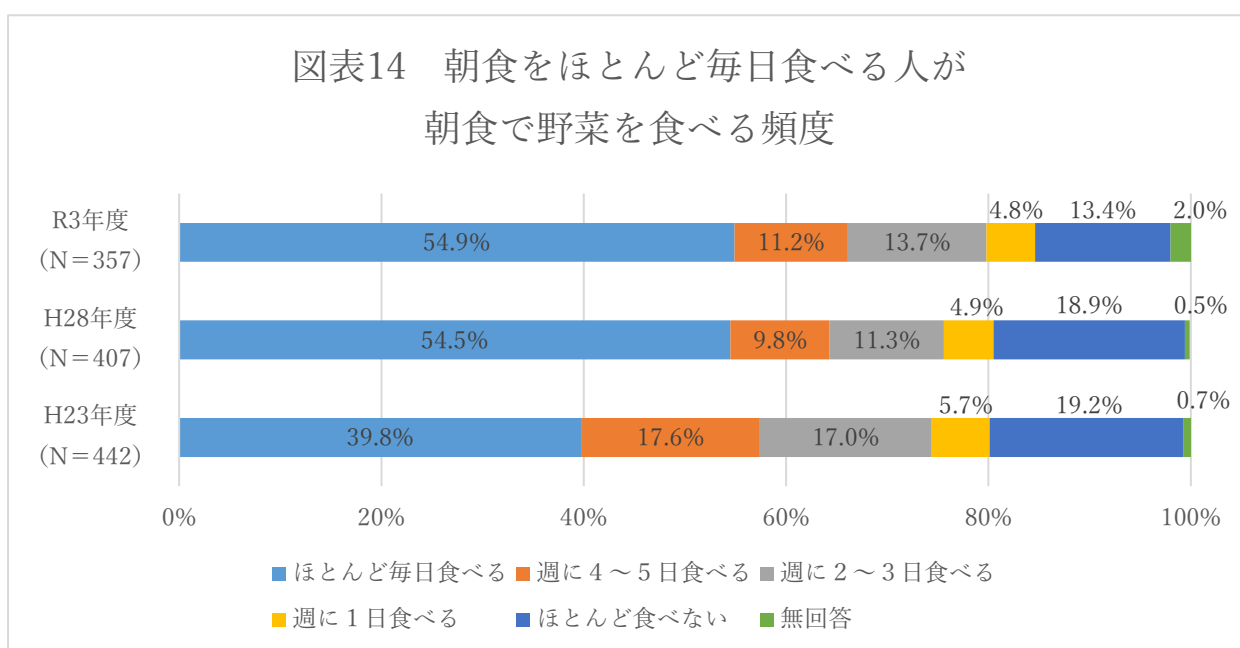


朝食を「週に2～3日食べる」「週に1日食べる」「ほとんど食べない」と答えた人を年代別に見ると、18から29歳で44.8%と最も高く、次いで30歳代で25.9%、40歳代で25.6%でした。また、70歳代では最も低く1.0%ですが、80歳以上で4.3%と再び増加します。

朝食の欠食は、かえって昼食・夕食の食事摂取量が多くなり、過食につながったり、栄養バランスが悪化することから、生活習慣病の発症を助長すると指摘されています。健康の維持や、日中を活動的に過ごすためにも、朝食を摂る習慣づけをしていく必要があります。



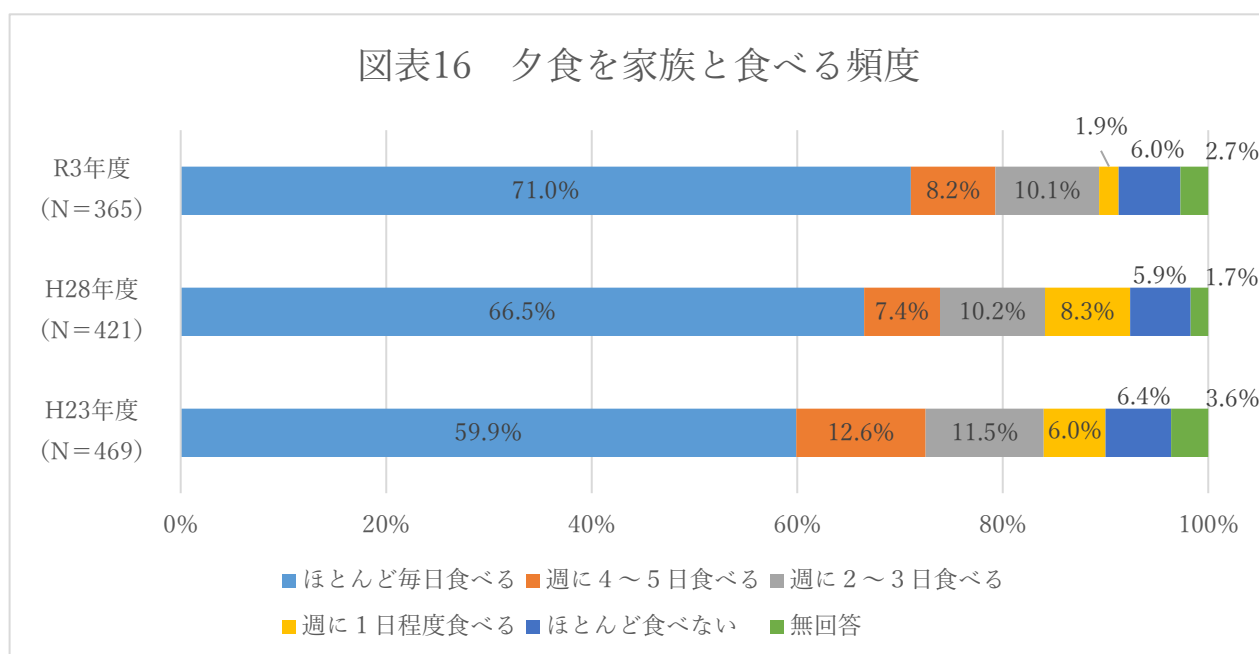
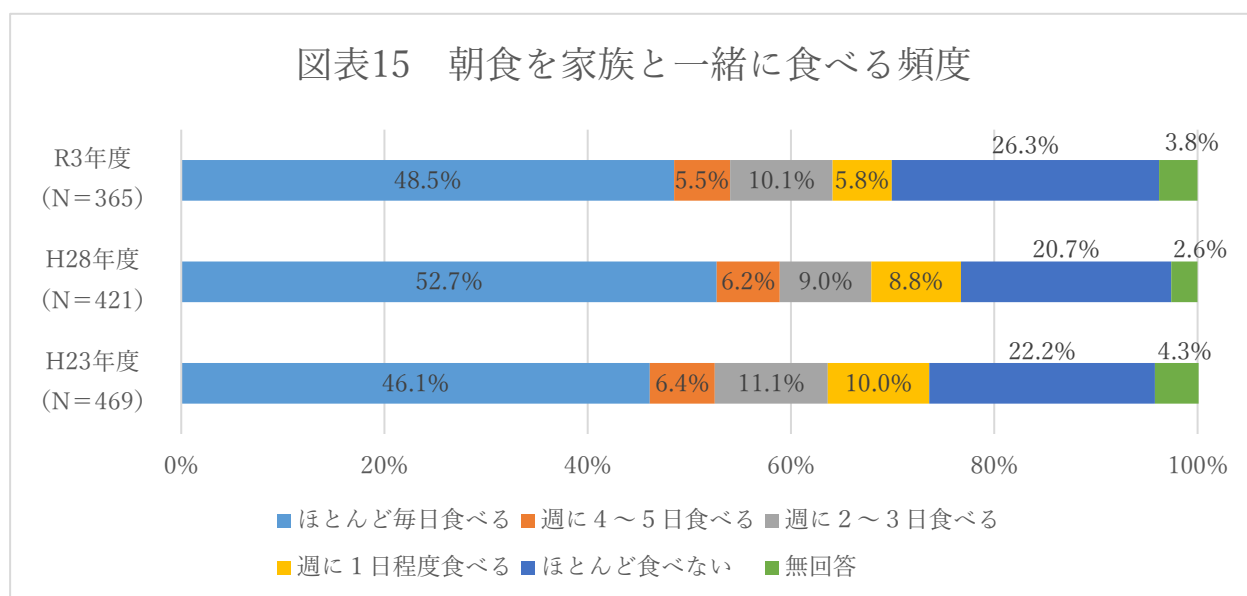
朝食で野菜を摂る頻度は、「ほとんど毎日食べる」が54.9%で、前回調査時よりも増加し、「ほとんど食べない」は13.4%で減少しました。朝食を毎日食べる人のうち、食事の際に野菜を食べる習慣の人が増えていることが分かります。



II 食生活に関するアンケート調査集計結果

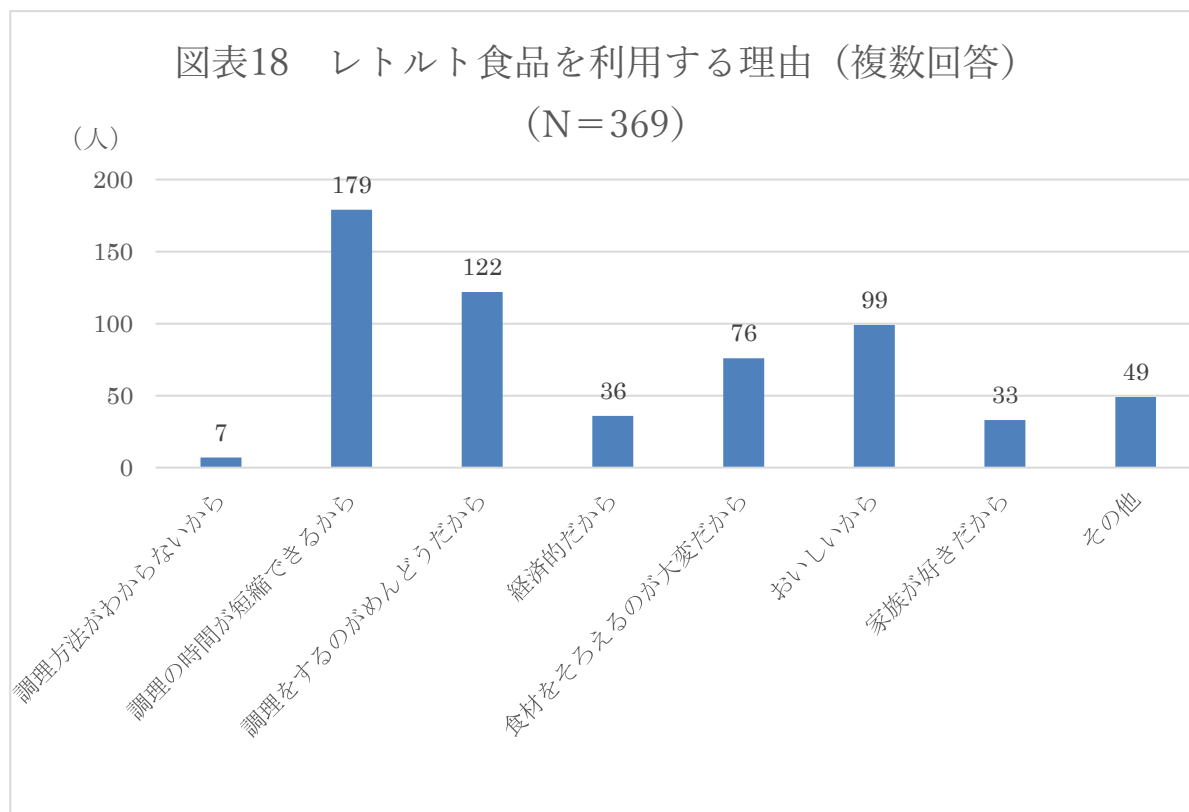
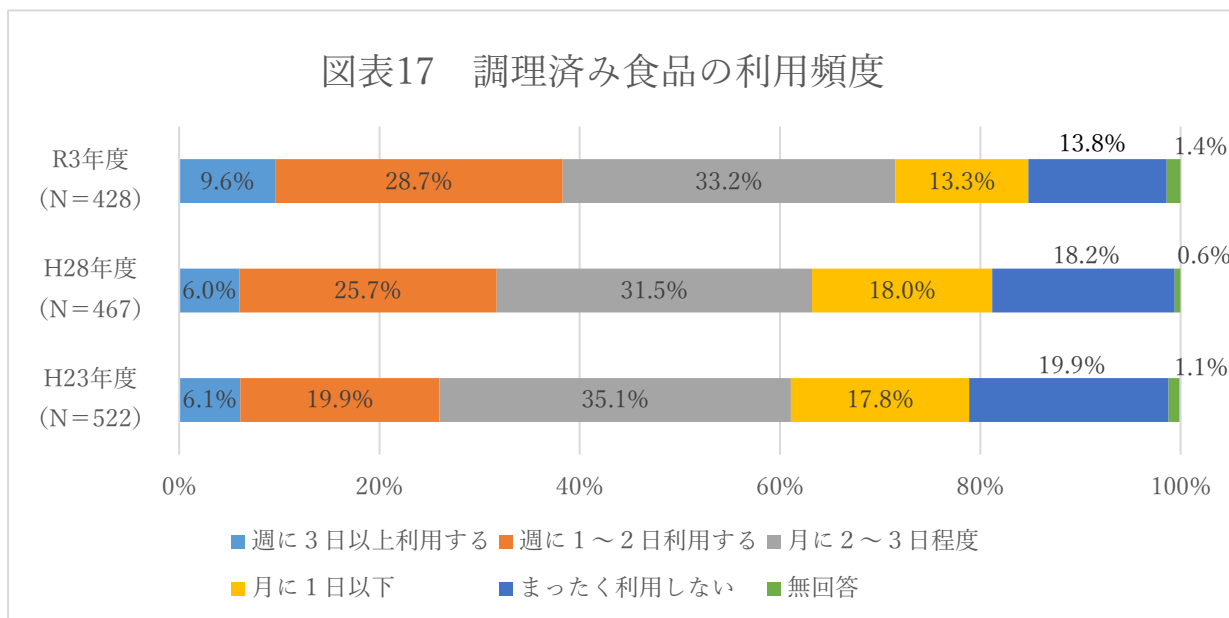
ひとり暮らしの世帯を除いて、朝食を家族と食べる頻度は、「ほとんど毎日食べる」が48.5%で、「ほとんど食べない」が26.3%でした。前回調査時と比較し、朝食を家族と食べる頻度が減少していることが分かります。

一方、夕食を「ほとんど毎日食べる」は71.0%で前回調査時より増加していることが分かります。



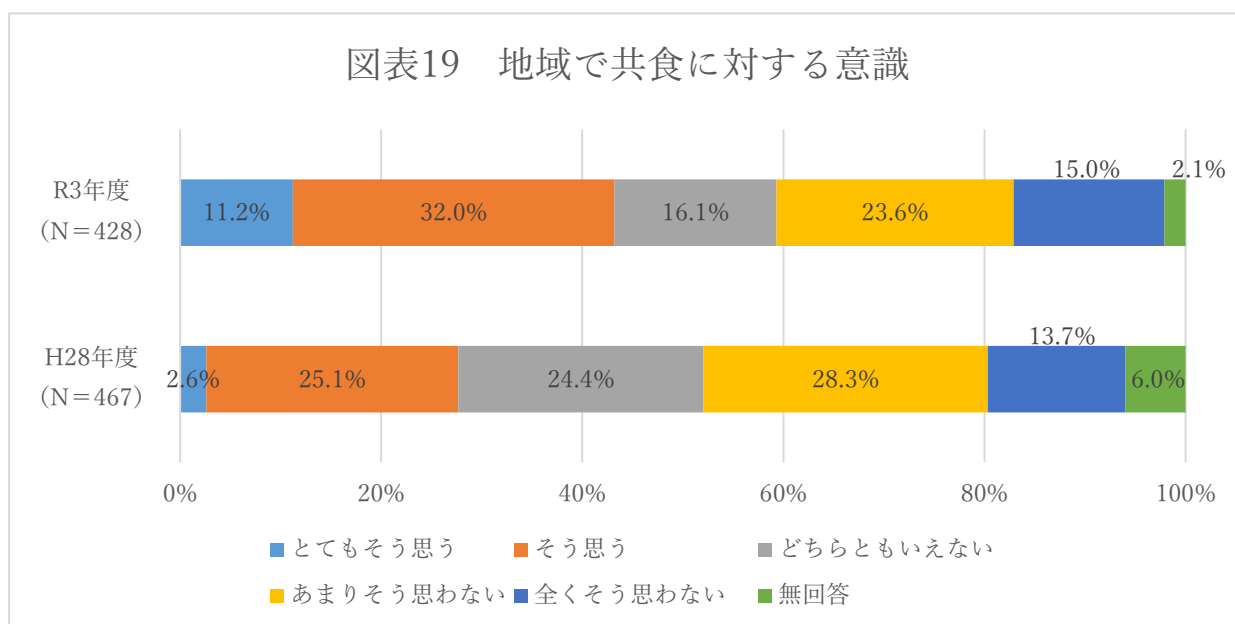
(4) 加工済食品について

調理済みの惣菜や弁当を利用する頻度は「月に2～3日程度」が最も割合が多く、33.2%でした。前回調査時よりも「週に3回以上利用する」「週に1～2日利用する」割合が増えています。加工済食品を利用する理由は「調理の時間が短縮できるから」が最も多い結果となりました。



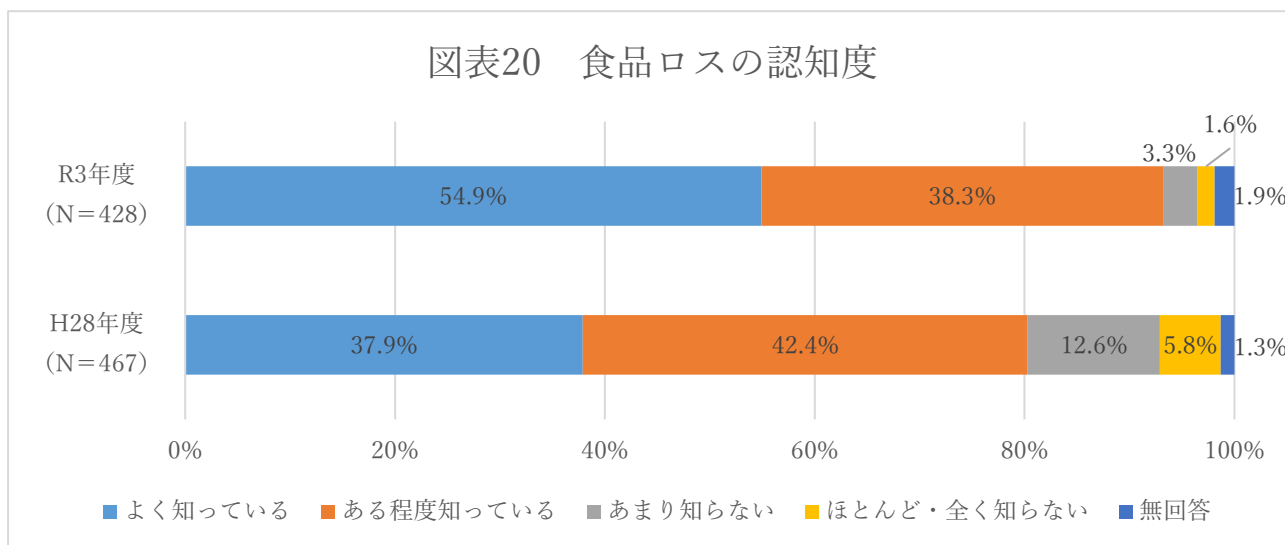
(5) 地域での共食について

新型コロナウイルスが収束したら、地域や職場を含む所属コミュニティでの食事会等の機会への参加意向は、「とてもそう思う」が11.2%、「そう思う」が32.0%でした。新型コロナウイルス流行前の前回調査時と単純比較はできませんが、「とてもそう思う」「そう思う」の割合が増加しています。新型コロナウイルス対策で、地域で会食する機会が減っていますが、地域でつながりをもって生活するためにも、共食できる機会を必要と思っている人が多いことが推察されます。

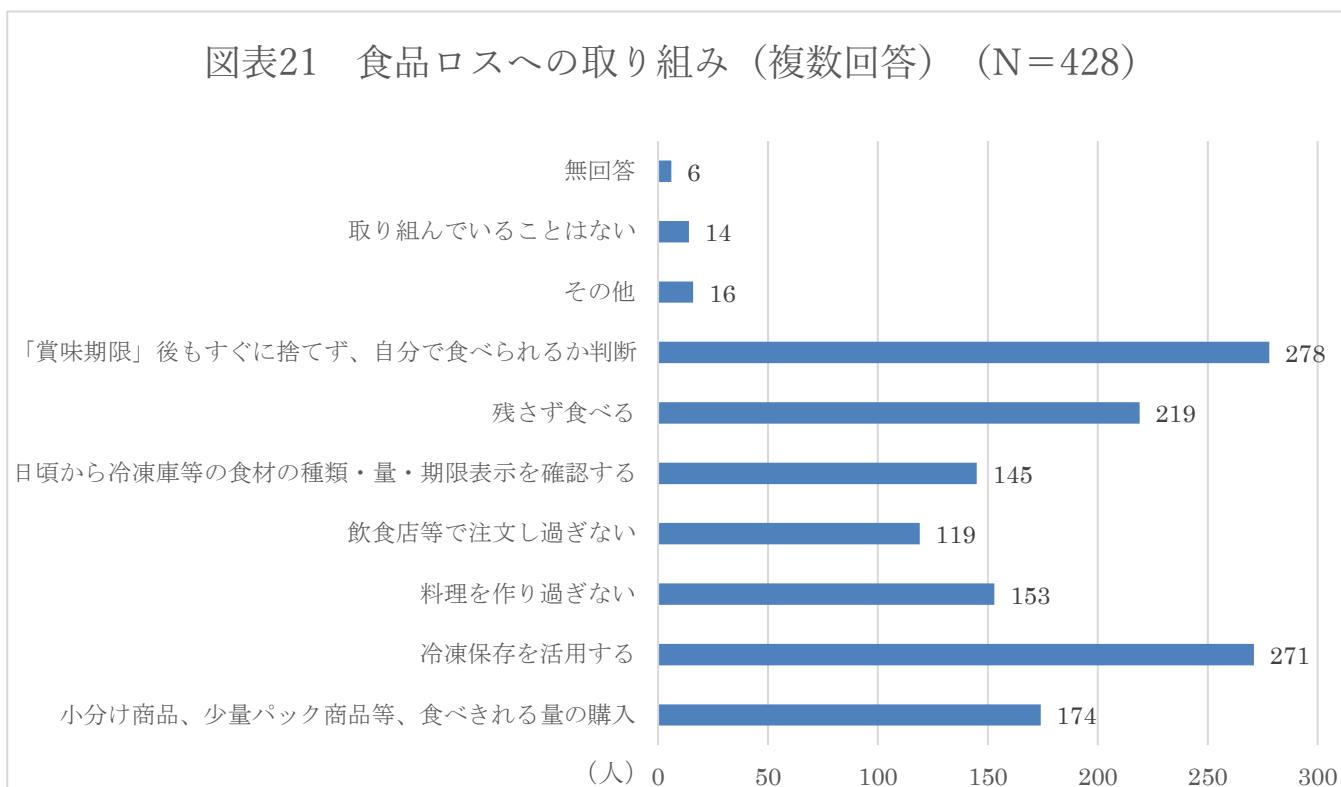


(6) 食品ロスについて

食品ロスの認知度は、「よく知っている」「ある程度知っている」合計で 93.2% となり、前回調査時より大きく増加しました。日常生活でも「食品ロス」という言葉を耳にすることが多くなり、理解が広まっています。

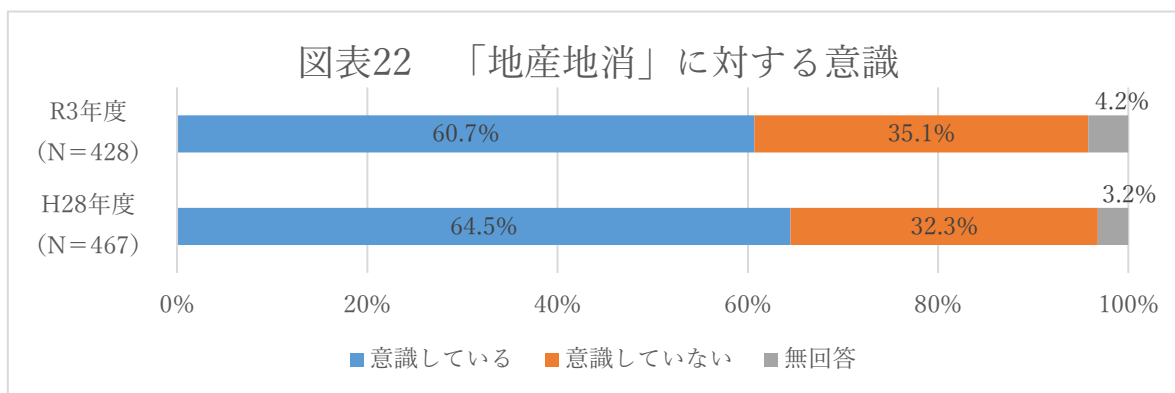


食品ロスへの取り組みについては、回答が多い順に、「賞味期限を過ぎてもすぐに捨てず、自分で判断する」「冷凍保存を活用する」「残さず食べる」でした。



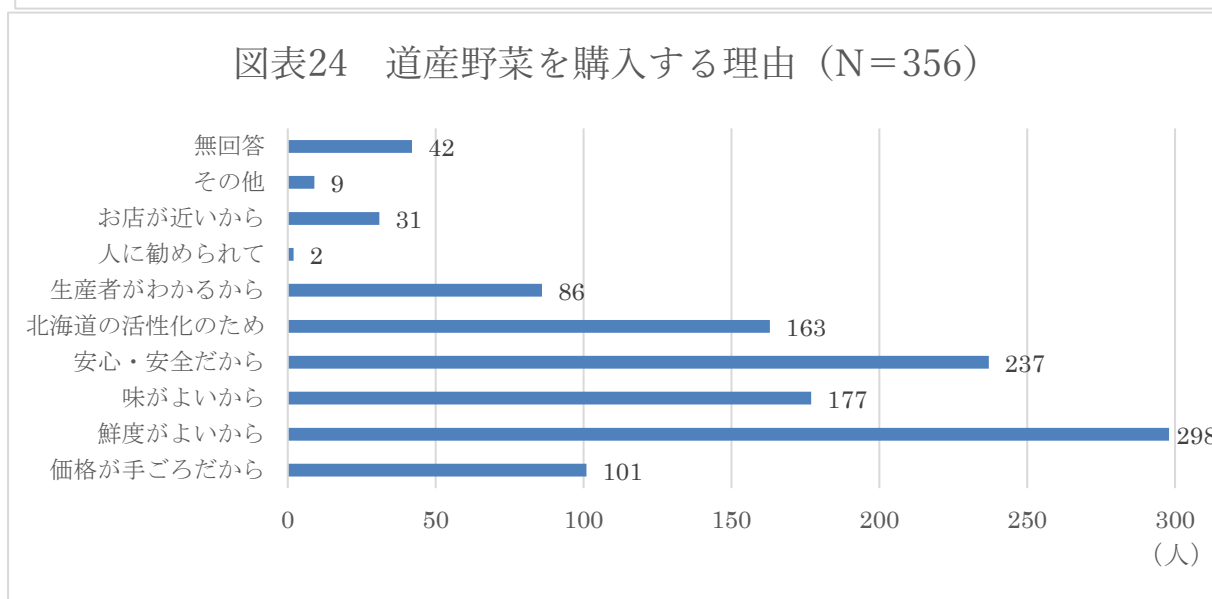
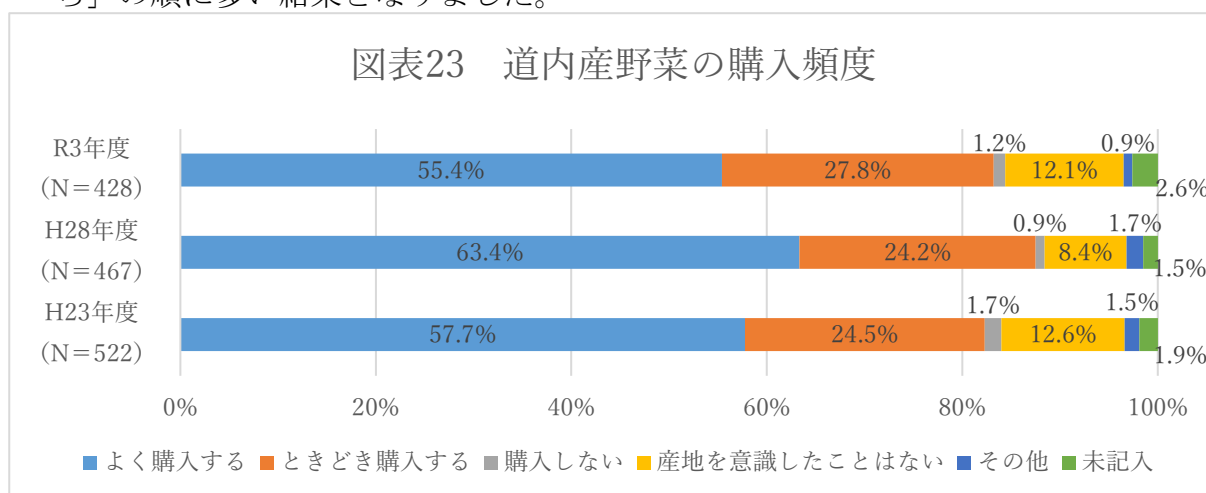
(7) 地産地消について

普段の生活で、「地産地消」を意識しているかについては「意識している」が60.7%で、前回調査時よりも割合が減少しました。

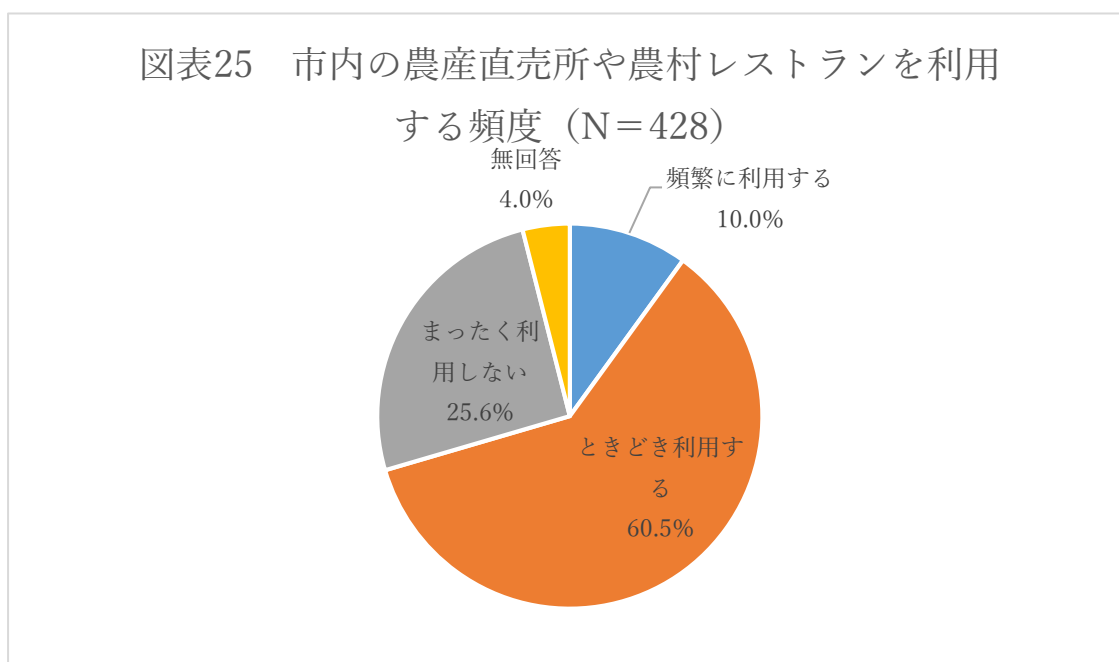


道内産野菜を「よく購入する」割合は、55.4%であり、前回調査時の63.4%より減少しました。

道内産野菜の購入理由は、「鮮度がよいから」「安心・安全だから」「味がよいから」の順に多い結果となりました。

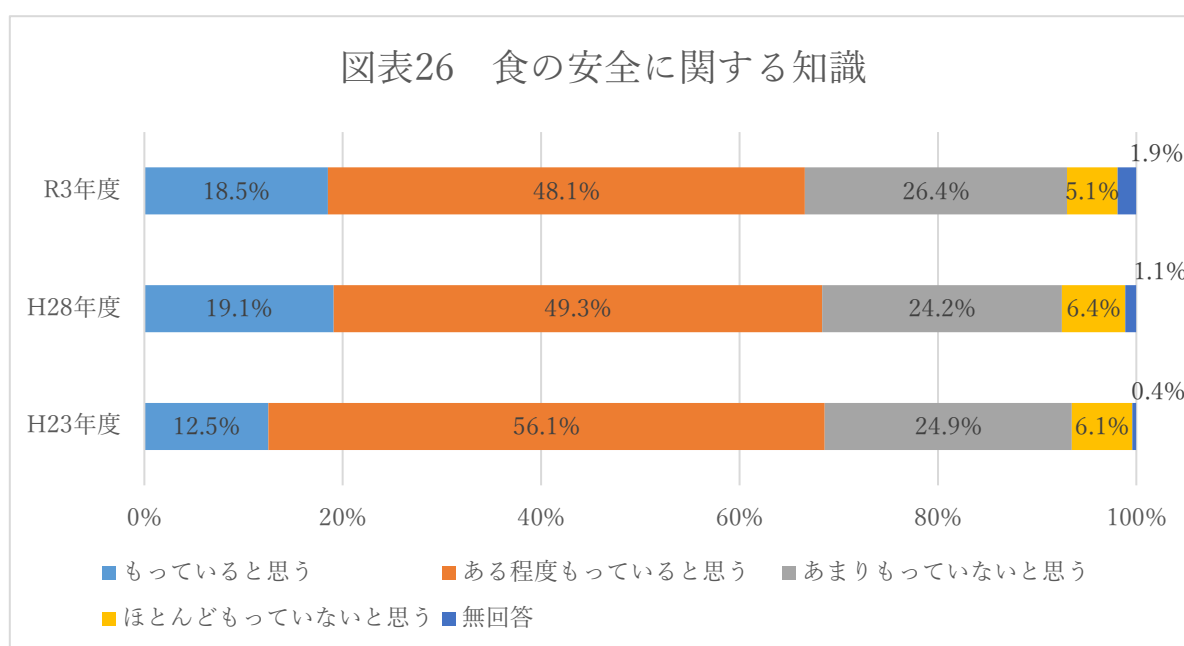


市内農産直売所や農村レストランを利用する頻度は「頻繁に利用する」が10.0%、「ときどき利用する」が60.5%、「まったく利用しない」が25.6%でした。



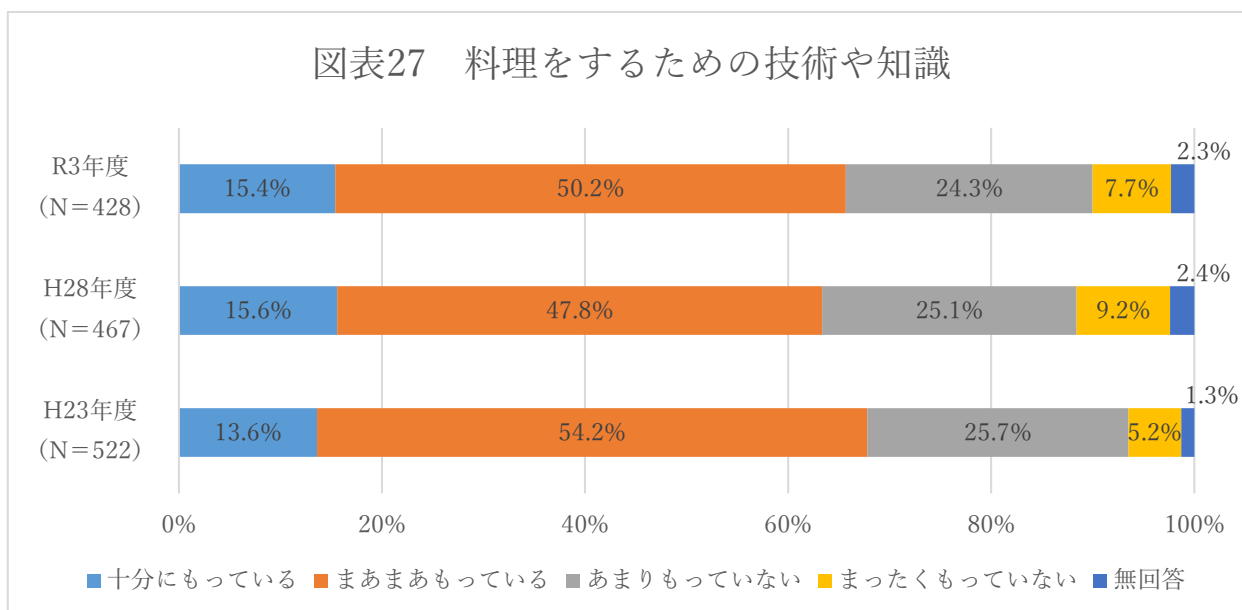
(8) 食の安全に関する知識

食の安全に関する知識は、「もっていると思う」が18.5%、「ある程度もっていると思う」が48.1%で、前回調査時と大きな変化はありませんでした。

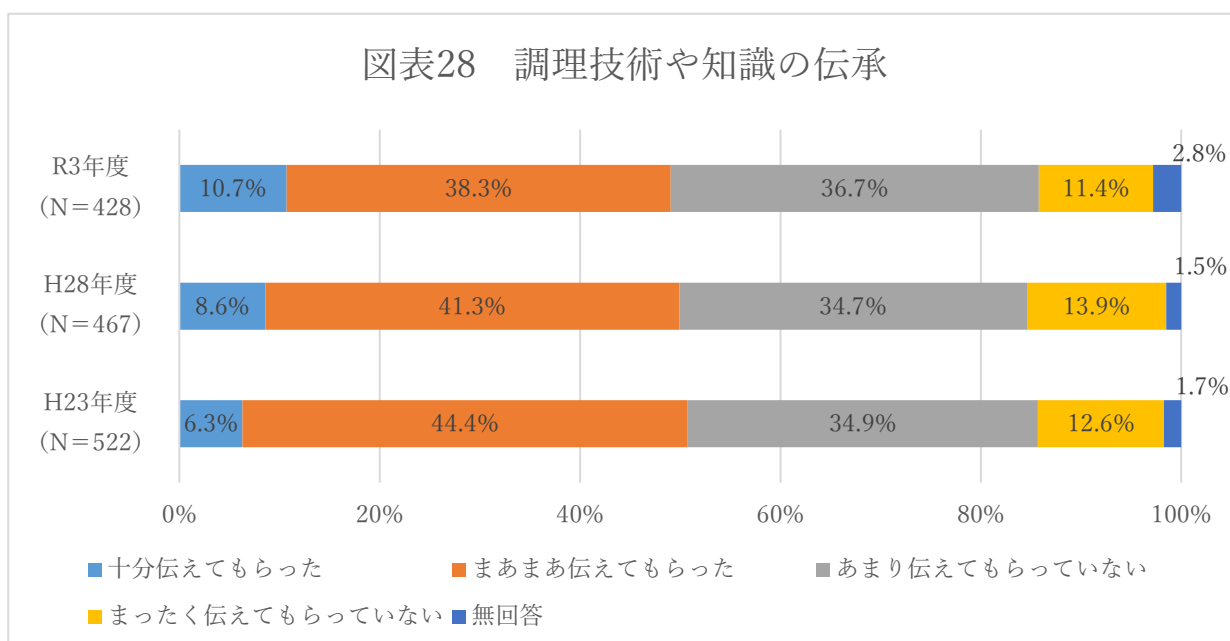


(9) 知識の伝承・体験

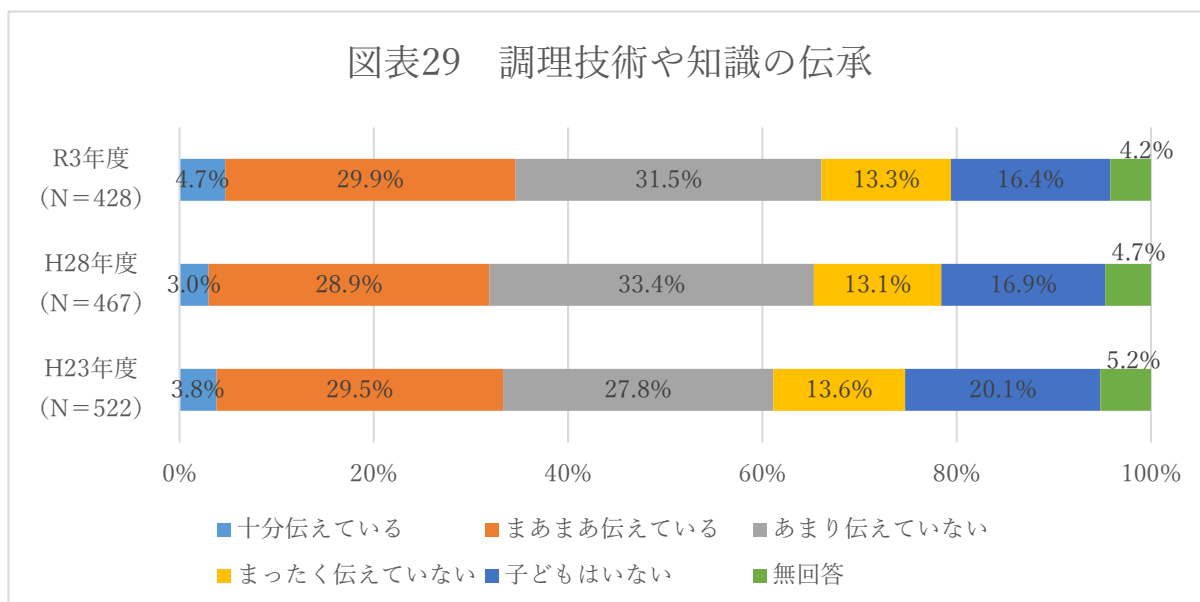
料理をするための知識や技術は「十分にもっている」が15.4%、「まあまあもっている」が50.2%で前回調査時と大きな変化はありませんでした。



料理をするための知識や技術を「十分伝えてもらった」「まあまあ伝えてもらった」と答えた人は合計で49.0%で、おおよそ半数となりました。



料理をするための知識や技術を、自分が子どもに「十分伝えている」「まあまあ伝えている」と答えた人は、合計で34.6%で、「まったく伝えていない」「あまり伝えていない」と答えた人は、44.8%でした。次世代の子ども達が豊かな食生活を送るために必要な知識や技術を学べるよう、家庭、保育園や幼稚園、学校、地域で取り組みが必要です。



これまでに、食育に関する体験をした方の内容は「庭やベランダ等での家庭菜園」が最も多く、275人でした。「体験または参加したことがない」と回答した方は、81人でした。

