

平成29年度
北九州市食育に関する実態調査
調査結果について

平成30年3月
北九州市保健福祉局

目 次

第1章 調査の概要	1
第2章 調査結果	3
1. 食育について	3
2. 知識や情報について	5
3. 食事の内容について	11
4. 食生活について	19
5. 外食や食品購入について	31
6. 食文化について	39
7. 食品の廃棄について	42
第3章 設問間クロス集計結果および検定結果	46
第4章 全国調査結果との比較	60

第1章 調査の概要

1. 調査の目的

食育に対する市民の意識や食生活の状況等を把握し、北九州市における食育推進施策の検討のための基礎資料を得ることを目的として実施しました。

2. 調査方法

郵送による質問票の配布、回収。

3. 調査対象

北九州市民のうち、無作為に抽出した20歳以上の男女6,000人を対象としました。

4. 調査期間

平成29年9月14日～平成29年10月20日

5. 回収状況

配布数	回収数	有効回収数	有効回収率
6,000人	2,329人	2,301人	38.4%

6. 調査・集計・分析機関

調査主体：北九州市保健福祉局健康医療部健康推進課

集 計：株式会社 北九州経済研究所

分 析：西南女学院大学保健福祉学部栄養学科

久保由紀子、天本理恵

7. 集計分析上の注意事項

- ・ 図表においては、回答者の数を「N」で表記しています。また、クロス集計のグラフでは回答者の数を「n」で表記しています。
- ・ 比率は小数点第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。また、複数回答の設問については、合計は原則として100%を超えます。
- ・ クロス集計表の表側の項目については無回答があるため、回答者数の内訳の合計が全体の回答者数に一致しない場合があります。

【解析方法について】

本調査における設問間の検定には、カイ二乗検定を行いました。p値が<0.05をもって統計学的有意としました。（* <0.05, ** <0.01, ***<0.001, n. s. 有意差なしとする）

8. 対象者の属性

【性別・年代別】

	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	無回答	小計
男	74	107	124	127	213	186	1	832
女	140	215	226	247	308	319	2	1,457
無回答	0	0	0	0	1	3	8	12
計	214	322	350	374	522	508	11	2,301

【世帯状況】

一人暮らし (単身世帯)	二人以上で生活 している世帯	無回答	計
358	1,916	27	2,301

【同居の子ども】(複数回答) ※単身世帯を除く

乳幼児	小学生	中学生	中学生以下の 子どもはいない
265	244	157	942

【暮らし向き】

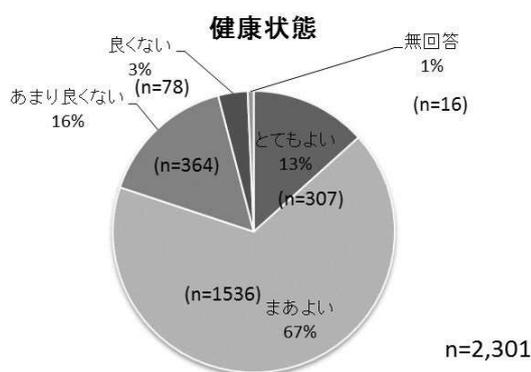
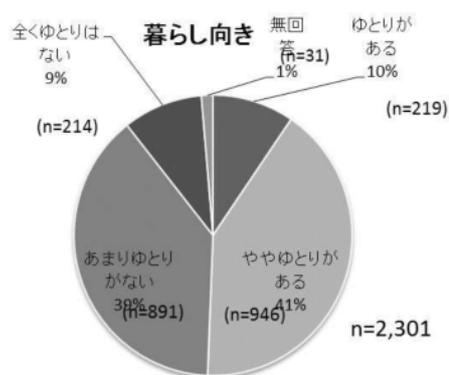
ゆとりがある	ややゆとりがある	あまりゆとりはない	全くゆとりはない	無回答	計
219	946	891	214	31	2,301

【健康状態】

とても良い	まあ良い	あまり良くない	良くない	無回答	計
307	1,536	364	78	16	2,301

【BMI】

18.5未満	18.5以上25未満	25以上	無回答	計
202	1,597	439	63	2,301



BMI

18.5未満	18.5以上25未満	25以上	無回答
8.8%	69.4%	19.1%	2.7%

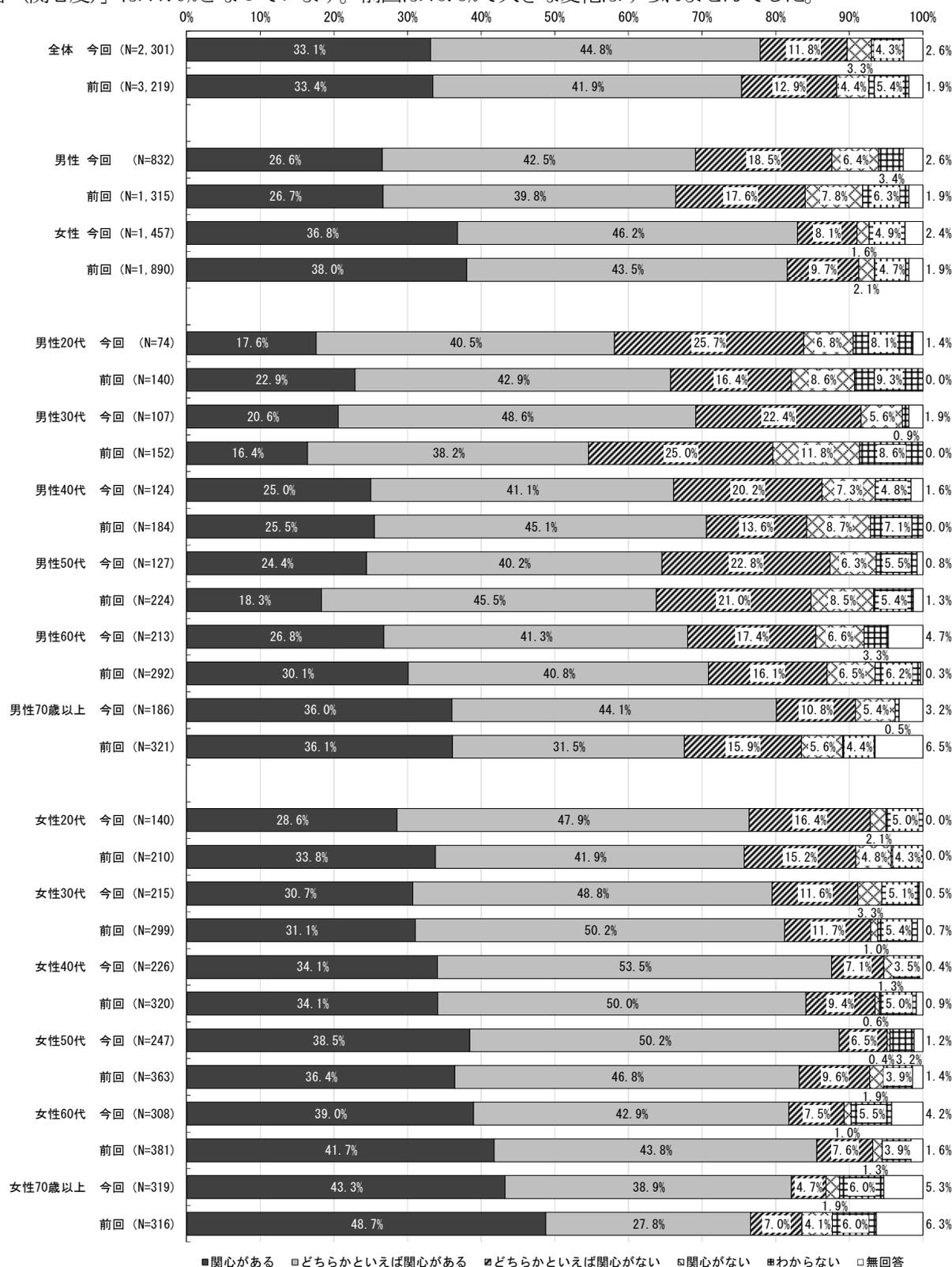
第2章 調査結果

1. 食育について

(1) 食育についての関心度

問1 あなたは「食育」について関心がありますか。(〇は1つ)

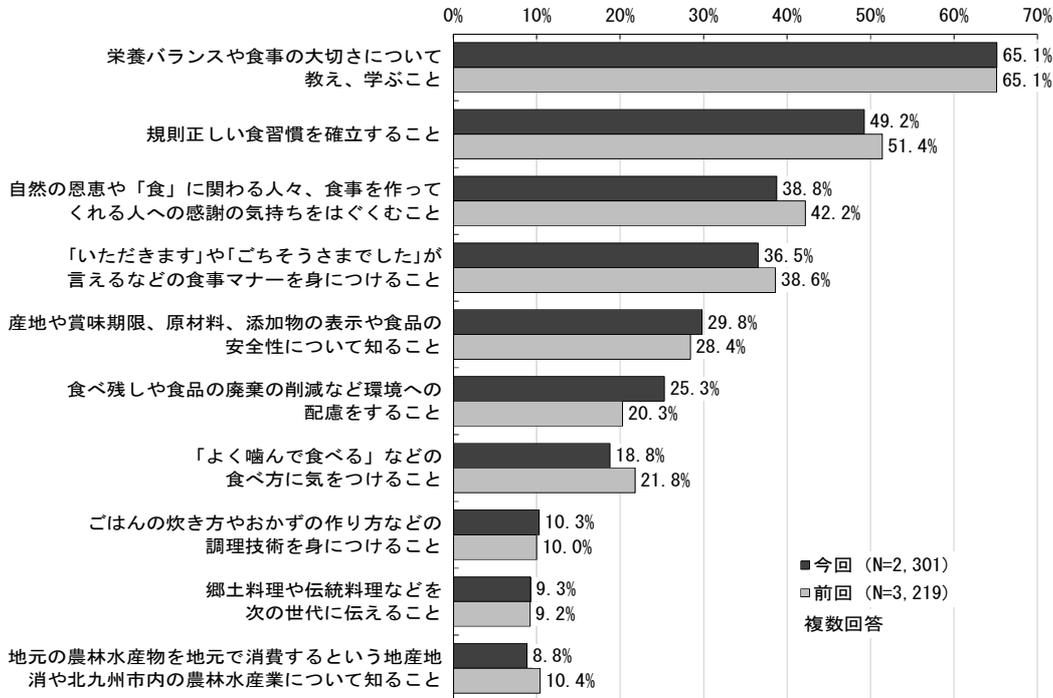
食育に「関心がある」が33.1%、「どちらかといえば関心がある」が44.8%と、これらを合わせた「関心がある割合(関心度)」は77.9%となっています。前回は75.3%で大きな変化はみられませんでした。



(2) 食育を推進するうえで重要なこと

問2 次に書いてあることは食育を推進するうえで重要なこととがらです。この中で、あなたが特に大切だと思うことを教えてください。(〇は3つまで)

食育を推進する上で重要なことは、「栄養バランスや食事の大切さについて教え、学ぶこと」が65.1%、次いで「規則正しい食習慣を確立すること」が49.2%、「自然の恩恵や『食』に関わる人々、食事を作ってくれる人への感謝の気持ちを育むこと」が38.8%となっています。上位3項目の順位は前回同様でした。



	サン プル 数	項目										
		栄養バランスや食事の大切さについて教え、学ぶこと	規則正しい食習慣を確立すること	自然の恩恵や「食」に関わる人々、食事を作ってくれる人への感謝の気持ちを育むこと	「いただきます」や「ごちそうさまでした」が言えるなどの食事マナーを身につけること	産地や賞味期限、原材料、添加物の表示や食品の安全性について知ること	食べ残しや食品の廃棄の削減など環境への配慮をすること	「よく噛んで食べる」などの食べ方に気をつけること	ごはんの炊き方やおかずの作り方などの調理技術を身につけること	郷土料理や伝統料理などを次の世代に伝えること	地元の農林水産物を地元で消費するという地産地消や北九州市内の農林水産業について知ること	その他
全体	2,301	65.1%	49.2%	38.8%	36.5%	29.8%	25.3%	18.8%	10.3%	9.3%	8.8%	
男性	1,315	60.9%	54.4%	39.5%	37.9%	24.6%	21.8%	27.2%	11.4%	8.9%	9.5%	
女性	1,457	69.2%	47.3%	40.4%	37.7%	31.9%	23.2%	17.1%	10.0%	9.3%	8.4%	
男性 20代	74	70.3%	45.9%	35.1%	41.9%	24.3%	27.0%	17.6%	9.5%	10.8%	1.4%	
男性 30代	107	57.9%	44.9%	38.3%	56.1%	16.8%	25.2%	23.4%	9.3%	7.5%	13.1%	
男性 40代	124	64.5%	41.9%	41.1%	48.4%	27.4%	29.0%	15.3%	8.9%	10.5%	7.3%	
男性 50代	127	63.0%	47.2%	42.5%	36.2%	24.4%	28.3%	9.4%	13.4%	11.8%	7.1%	
男性 60代	213	50.7%	58.7%	33.8%	22.5%	30.0%	33.3%	22.1%	11.3%	10.3%	11.7%	
男性 70歳以上	186	53.2%	62.4%	32.3%	23.7%	29.0%	27.4%	34.4%	11.8%	5.4%	10.8%	
女性 20代	140	60.0%	45.0%	41.4%	55.0%	21.4%	26.4%	16.4%	14.3%	12.1%	3.6%	
女性 30代	210	65.2%	48.6%	49.5%	50.0%	21.0%	19.5%	11.9%	13.8%	15.7%	7.6%	
女性 40代	215	67.0%	41.4%	51.6%	52.6%	28.8%	18.6%	12.1%	10.2%	10.2%	5.6%	
女性 50代	299	69.6%	44.8%	57.2%	47.5%	20.7%	20.7%	11.4%	8.7%	10.4%	8.0%	
女性 60代	226	74.8%	42.9%	44.2%	42.9%	25.7%	23.5%	8.4%	10.2%	11.1%	8.8%	
女性 70歳以上	320	74.4%	46.9%	49.1%	45.9%	25.6%	18.1%	11.6%	6.3%	11.3%	8.4%	
女性 20代	247	73.7%	43.7%	47.8%	40.1%	28.7%	24.7%	9.3%	9.3%	11.7%	6.9%	
女性 30代	363	70.0%	53.7%	47.7%	34.7%	36.4%	19.8%	12.7%	9.1%	6.6%	12.1%	
女性 40代	308	73.7%	50.6%	35.1%	26.9%	39.9%	26.6%	16.9%	10.4%	7.1%	10.4%	
女性 50代	381	69.0%	50.1%	33.9%	32.8%	37.3%	17.8%	17.6%	9.2%	9.4%	17.3%	
女性 60代	319	63.3%	55.2%	29.2%	25.1%	37.9%	20.4%	33.2%	7.5%	6.3%	11.6%	
女性 70歳以上	316	60.4%	51.3%	32.9%	29.4%	39.6%	18.7%	40.8%	7.9%	5.4%	9.8%	

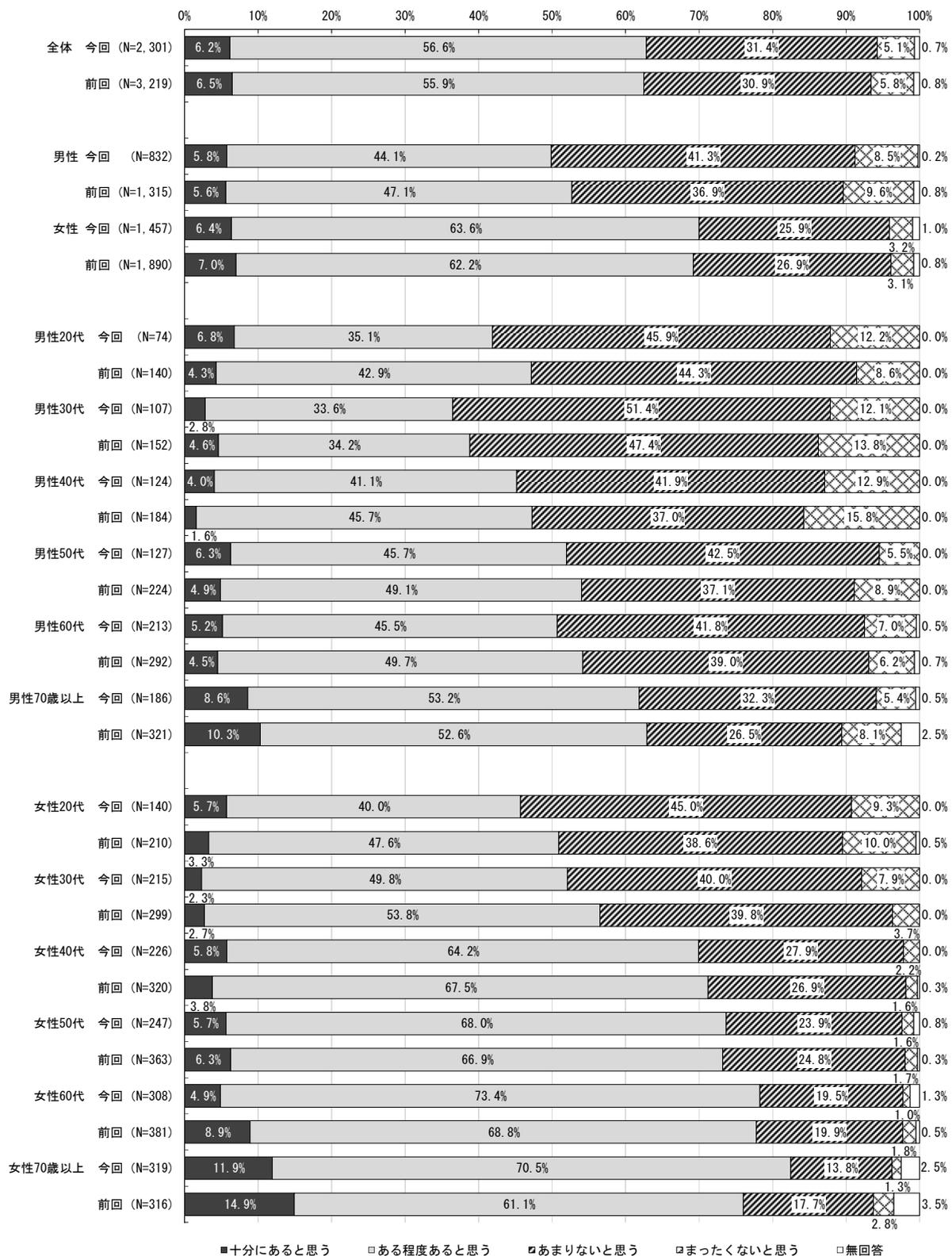
2. 知識や情報について

(1) 健康に悪影響を与えない食品の選び方や調理についての知識

問5 あなたは、健康に悪影響を与えないようにするために、どのような食品を選んだ方が良いかや、どのような調理が必要かについての知識があると思いますか。(〇は1つ)

食品の選び方や調理についての知識が「十分にある」が6.2%、「ある程度ある」が56.6%と、これらを合わせた62.8%が「知識がある」と回答しています。前回と比較し、大きな差は見られませんでした。

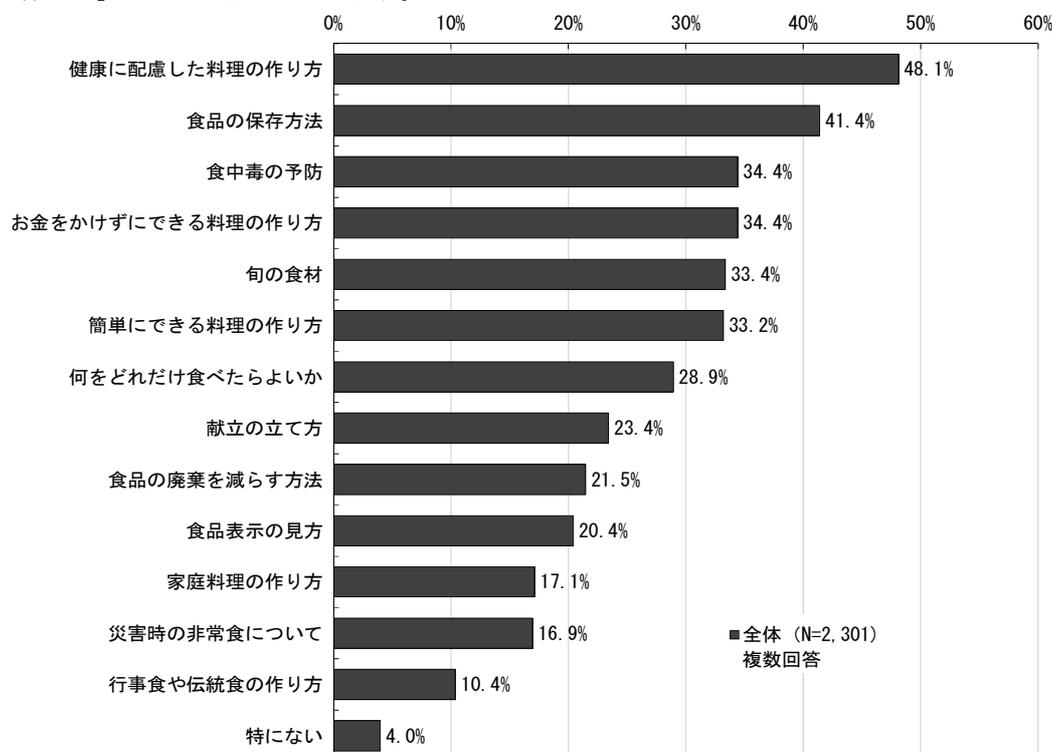
性別でみると、男性よりも女性の方が「知識がある」という人が多く、男性30代では36.4%と他世代に比べて少なくなっています。



(2) 食品の選択や調理で習得したい知識

問6 食品の選択や調理について、今後どのような知識を身につけたいと思いますか。
(〇はいくつでも)

食品の選択や調理で習得したい知識は、「健康に配慮した料理の作り方」が48.1%、次いで「食品の保存方法」が41.4%、「食中毒の予防」「お金をかけずにできる料理の作り方」が34.4%、「旬の食材」が33.4%、「簡単にできる料理の作り方」が33.2%となっています。



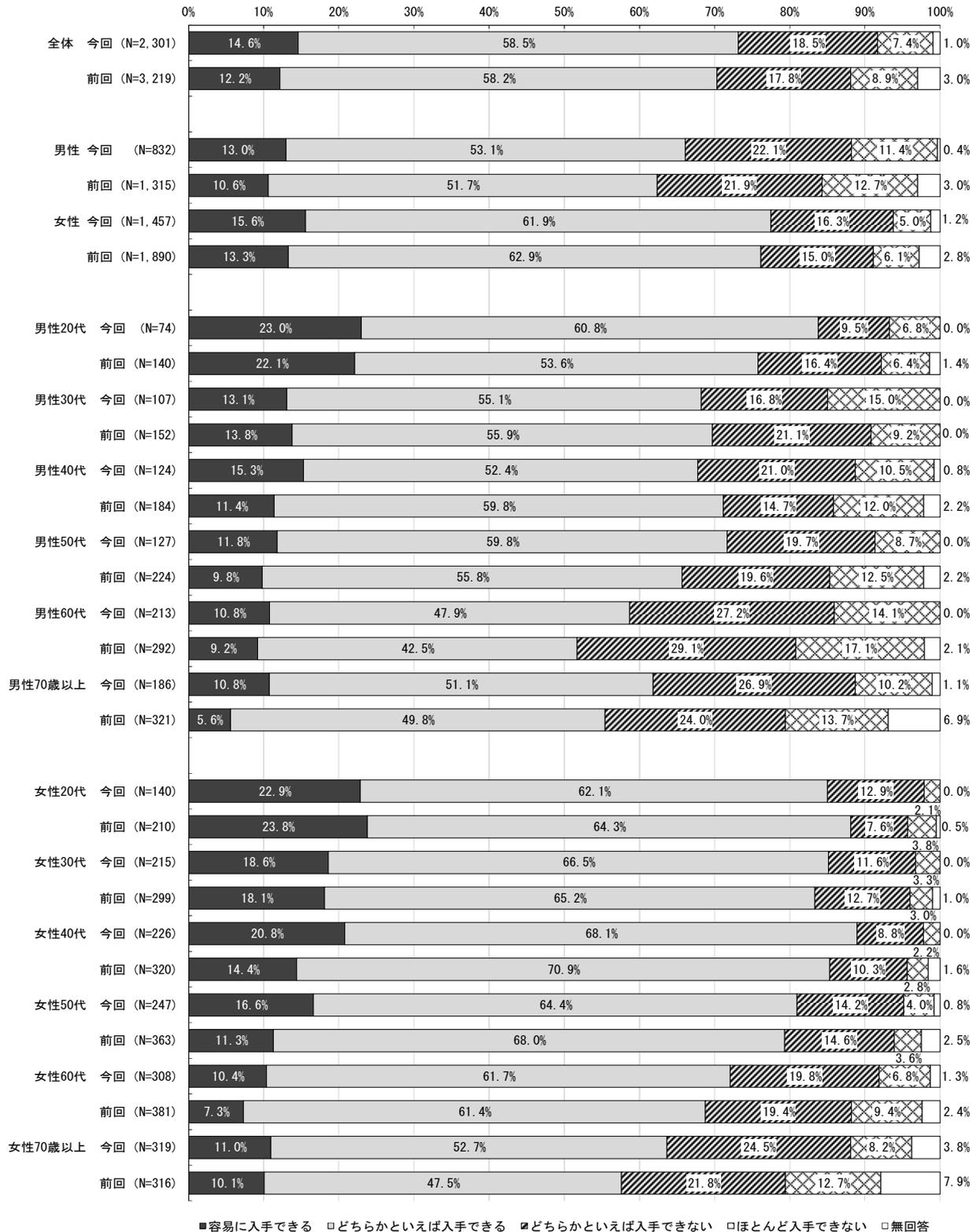
	サンプル数	健康に配慮した料理の作り方	食品の保存方法	食中毒の予防	お金をかけずにできる料理の作り方	旬の食材	簡単にできる料理の作り方	何をどれだけ食べたらよいか	献立の立て方	食品の廃棄を減らす方法	食品表示の見方	家庭料理の作り方	災害時の非常食について	行事食や伝統食の作り方	特にない	
全体	2,301	48.1%	41.4%	34.4%	34.4%	33.4%	33.2%	28.9%	23.4%	21.5%	20.4%	17.1%	16.9%	10.4%	4.0%	
性・年代	男性	832	40.1%	34.3%	33.2%	26.1%	28.1%	28.5%	34.5%	15.9%	19.4%	21.5%	14.9%	11.2%	4.6%	7.6%
	女性	1,457	52.6%	45.6%	35.1%	39.3%	36.4%	36.1%	25.7%	27.8%	22.6%	19.8%	18.5%	20.3%	13.7%	1.9%
	男性 20代	74	29.7%	35.1%	29.7%	37.8%	32.4%	33.8%	18.9%	33.8%	17.6%	20.3%	23.0%	13.5%	1.4%	4.1%
	男性 30代	107	35.5%	29.9%	36.4%	26.2%	32.7%	33.6%	37.4%	19.6%	22.4%	14.0%	14.0%	21.5%	13.1%	5.6%
	男性 40代	124	36.3%	34.7%	31.5%	29.0%	27.4%	28.2%	34.7%	17.7%	21.0%	24.2%	16.9%	19.4%	4.8%	8.9%
	男性 50代	127	41.7%	31.5%	29.1%	20.5%	19.7%	27.6%	39.4%	16.5%	18.9%	21.3%	16.5%	9.4%	3.1%	5.5%
	男性 60代	213	43.2%	38.0%	36.2%	25.4%	28.6%	31.0%	31.0%	9.4%	18.3%	23.9%	12.2%	5.6%	5.2%	8.5%
	男性 70歳以上	186	45.2%	33.9%	33.3%	24.2%	29.6%	21.5%	39.8%	12.4%	18.8%	22.0%	12.9%	6.5%	1.1%	9.1%
	女性 20代	140	47.1%	58.6%	37.9%	47.9%	40.0%	37.1%	30.7%	48.6%	22.9%	24.3%	40.0%	22.9%	25.7%	1.4%
	女性 30代	215	49.8%	62.3%	44.2%	43.3%	42.3%	43.3%	18.6%	42.3%	19.5%	24.7%	20.9%	26.0%	26.0%	0.5%
	女性 40代	226	51.8%	37.2%	32.3%	37.2%	36.7%	30.5%	25.7%	24.8%	20.8%	15.0%	20.4%	21.7%	16.4%	0.9%
	女性 50代	247	61.1%	40.5%	25.1%	33.6%	30.4%	31.6%	26.3%	24.7%	23.1%	17.4%	11.7%	23.9%	11.7%	1.2%
	女性 60代	308	54.5%	40.3%	34.1%	39.3%	32.1%	37.3%	26.3%	21.4%	26.6%	15.9%	10.4%	16.6%	8.1%	1.6%
	女性 70歳以上	319	49.2%	44.2%	38.6%	39.2%	39.8%	37.0%	27.3%	19.7%	21.9%	23.8%	19.4%	15.4%	5.3%	4.4%

(3) 食生活に関する情報の入手状況

問7 日頃の食生活で、知りたい情報を入手できますか。(○は1つ)

日頃の食生活で知りたい情報は、「容易に入手できる」が14.6%、「どちらかといえば入手できる」が58.5%と、これらを合わせた73.1%が「知りたい情報を入手できる」と回答しています。前回と比較し大きな差は見られませんでした。

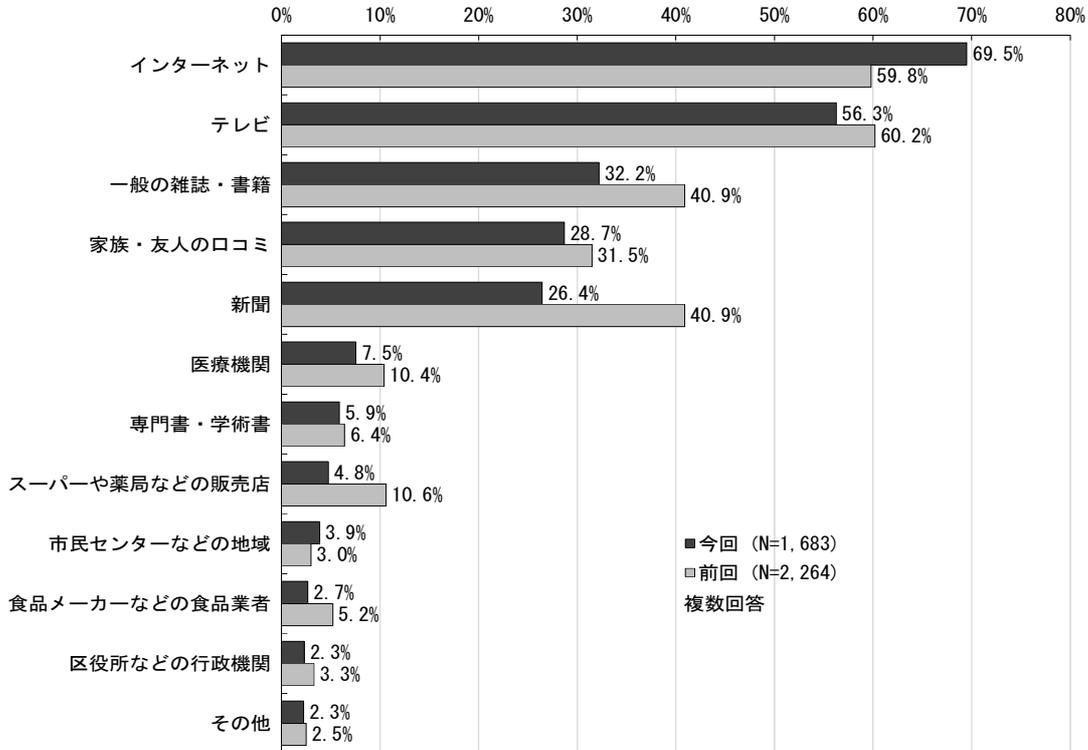
性別でみると男性よりも女性の方が情報を入手できるという人が多く、男性60歳以上や女性70歳以上では「どちらかといえば入手できない」や「ほとんど入手できない」と回答した人が他の年代に比べ多くなっています。



(4) 食生活に関する情報源

問7-1 情報はどこ(何)から入手しますか。(〇はいくつでも)

日頃の食生活で知りたい情報を「容易に入手できる」または「どちらかといえば入手できる」と回答した人に、情報源についてたずねたところ、「インターネット」が69.5%で最多、次いで「テレビ」が56.3%、以下「一般の雑誌・書籍」が32.2%、「家族・友人のロコミ」が28.7%、「新聞」が26.4%となっています。前回と比較し「インターネット」が多くなり、「新聞」や「一般の雑誌・書籍」が減少しています。



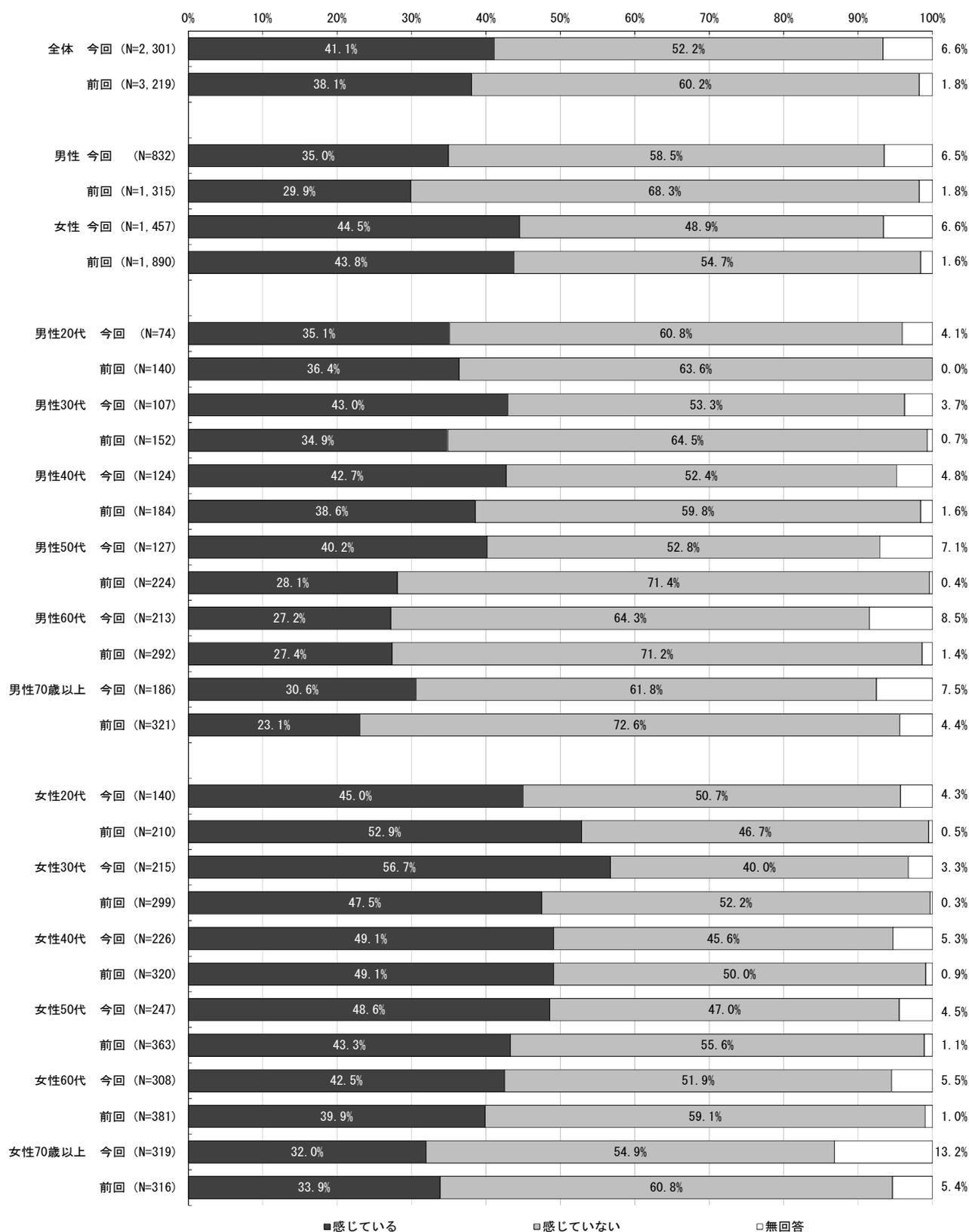
	サンプル数	インターネット	テレビ	一般の雑誌・書籍	家族・友人のロコミ	新聞	医療機関	専門書・学術書	スーパーや薬局などの販売店	市民センターなどの地域	食品メーカーなどの食品業者	区役所などの行政機関	その他	
														上段：今回
全体	1,683	69.5%	56.3%	32.2%	28.7%	26.4%	7.5%	5.9%	4.8%	3.9%	2.7%	2.3%	2.3%	
性・年代	男	550	72.5%	51.1%	23.3%	22.7%	23.5%	6.2%	3.6%	3.5%	3.1%	2.4%	1.6%	1.3%
	女	820	57.8%	54.3%	30.4%	25.2%	36.2%	11.8%	5.6%	7.9%	1.5%	6.3%	3.9%	2.6%
	男性20代	1,129	68.3%	58.7%	36.5%	31.5%	27.8%	8.2%	7.0%	5.3%	4.3%	2.8%	2.7%	2.7%
	男性30代	1,439	61.0%	63.4%	46.8%	35.1%	43.6%	9.6%	6.9%	12.2%	3.9%	4.5%	2.8%	2.4%
	男性40代	62	88.7%	37.1%	12.9%	17.7%	6.5%	3.2%	6.5%	3.2%	0.0%	0.0%	1.6%	0.0%
	男性50代	106	82.1%	36.8%	24.5%	38.7%	12.3%	1.9%	2.8%	7.5%	0.0%	2.8%	0.0%	1.9%
	男性60代	73	93.2%	42.5%	16.4%	21.9%	9.6%	2.7%	2.7%	4.1%	1.4%	1.4%	0.0%	1.4%
	男性70歳以上	106	79.2%	37.7%	27.4%	16.0%	19.8%	6.6%	5.7%	6.6%	2.8%	4.7%	2.8%	3.8%
	女性20代	84	96.4%	39.3%	15.5%	22.6%	9.5%	1.2%	3.6%	1.2%	0.0%	0.0%	1.2%	0.0%
	女性30代	131	76.3%	50.4%	27.5%	16.8%	22.9%	9.2%	8.4%	8.4%	0.0%	3.8%	1.5%	1.5%
	女性40代	91	87.9%	48.4%	14.3%	15.4%	18.7%	4.4%	2.2%	4.4%	0.0%	1.1%	1.1%	0.0%
	女性50代	147	72.1%	56.5%	34.7%	17.0%	34.0%	14.3%	4.1%	6.1%	0.0%	7.5%	3.4%	2.7%
	女性60代	125	64.8%	53.6%	33.6%	16.0%	27.2%	7.2%	4.8%	2.4%	1.6%	4.0%	2.4%	2.4%
	女性70歳以上	151	47.0%	59.6%	37.7%	29.8%	55.0%	17.9%	5.3%	6.6%	1.3%	6.6%	6.6%	2.6%
	女性20代	115	29.6%	72.2%	34.8%	39.1%	51.3%	13.9%	2.6%	5.2%	12.2%	5.2%	2.6%	2.6%
	女性30代	178	14.6%	70.8%	27.5%	32.0%	56.2%	15.7%	6.7%	11.2%	3.9%	10.1%	6.7%	2.8%
	女性40代	119	93.3%	45.4%	18.5%	29.4%	4.2%	3.4%	7.6%	5.9%	0.0%	1.7%	0.8%	3.4%
	女性50代	185	88.1%	60.0%	37.3%	29.2%	15.7%	7.6%	12.4%	15.7%	0.5%	3.8%	0.5%	2.7%
	女性60代	183	95.1%	42.6%	30.6%	22.4%	8.7%	3.3%	7.1%	4.4%	2.2%	1.6%	0.5%	1.6%
	女性70歳以上	249	88.4%	51.4%	37.8%	28.1%	25.7%	4.8%	4.0%	9.2%	4.0%	2.0%	2.4%	2.4%
女性20代	201	89.6%	43.3%	32.3%	23.4%	11.9%	5.5%	9.5%	4.0%	2.0%	1.0%	2.0%	4.5%	
女性30代	273	78.0%	57.1%	45.1%	27.8%	33.3%	4.8%	7.0%	11.7%	1.1%	3.3%	1.8%	1.5%	
女性40代	200	82.5%	60.0%	42.5%	32.0%	29.5%	9.5%	6.0%	8.5%	1.5%	3.0%	0.5%	2.0%	
女性50代	288	62.5%	70.8%	54.5%	31.3%	54.2%	13.9%	6.6%	9.0%	2.1%	3.1%	3.1%	3.5%	
女性60代	222	49.1%	71.6%	46.4%	35.1%	48.2%	11.7%	8.1%	4.1%	7.2%	3.6%	5.9%	2.3%	
女性70歳以上	262	32.8%	70.6%	55.7%	45.8%	67.2%	14.5%	7.3%	12.6%	6.5%	6.5%	3.8%	2.3%	
女性70歳以上	203	15.8%	80.8%	39.9%	44.8%	50.7%	13.3%	3.9%	5.4%	10.3%	5.4%	4.9%	2.5%	
女性70歳以上	182	8.8%	70.9%	46.7%	52.2%	61.0%	11.5%	5.5%	18.1%	10.4%	9.9%	5.5%	2.2%	

(5) 食生活での悩みや不安

問8 日頃の食生活で、悩みや不安を感じていますか。(○は1つ)

日頃の食生活で悩みや不安を「感じている」が41.1%、「感じていない」が52.2%となっています。前回と比較し「感じている」が増え、「感じていない」が減っています。

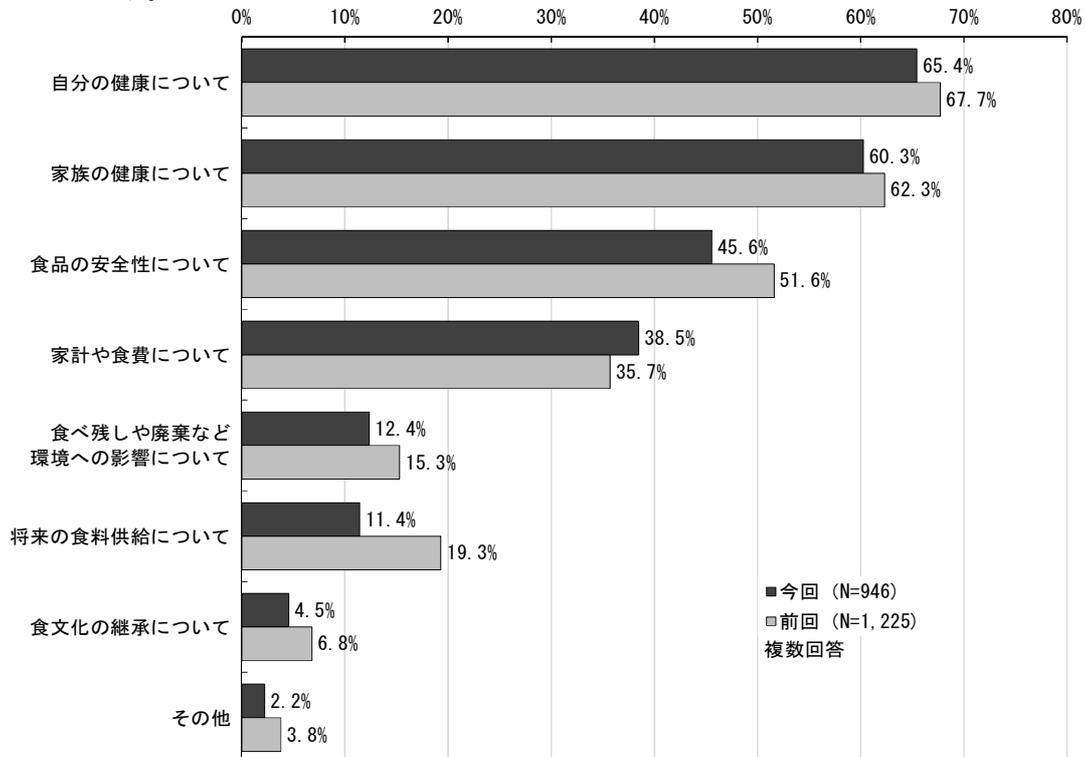
性別でみると、男性よりも女性で多く、女性20～50代では約半数が悩みや不安を感じています。前回と比較し男女とも30代で増えています。



(6) 食生活での悩みや不安の内容

問8-1 どのようなことについて悩みや不安を感じていますか。(〇はいくつでも)

日頃の食生活で悩みや不安を「感じている」と回答した人に、その内容についてたずねたところ、「自分の健康について」がもっとも多く65.4%、次いで「家族の健康について」が60.3%、「食品の安全性について」が45.6%となっています。前回と比較し上位項目順位は変わりませんが、「家計や食費について」悩みや不安を感じている人が多くなっています。



		サンプル数	自分の健康について	家族の健康について	食品の安全性について	家計や食費について	食べ残しや廃棄など環境への影響について	将来の食料供給について	食文化の継承について	その他
上段：今回 下段：前回										
全体		946	65.4%	60.3%	45.6%	38.5%	12.4%	11.4%	4.5%	2.2%
		1,225	67.7%	62.3%	51.6%	35.7%	15.3%	19.3%	6.8%	3.8%
性・年代	男 性	291	79.4%	41.6%	38.5%	31.6%	13.1%	9.3%	4.1%	1.4%
		393	78.4%	45.8%	43.3%	31.8%	19.1%	8.7%	3.8%	
	女 性	649	59.2%	68.7%	48.5%	41.8%	12.2%	12.2%	4.8%	2.6%
		827	62.4%	70.1%	55.7%	37.4%	13.5%	19.6%	5.9%	3.7%
	男 性 20 代	26	96.2%	11.5%	15.4%	26.9%	15.4%	7.7%	3.8%	0.0%
		51	86.3%	15.7%	31.4%	41.2%	17.6%	21.6%	5.9%	5.9%
	男 性 30 代	46	76.1%	47.8%	30.4%	37.0%	19.6%	8.7%	4.3%	4.3%
		53	64.2%	67.9%	47.2%	41.5%	9.4%	15.1%	13.2%	3.8%
	男 性 40 代	53	66.0%	49.1%	47.2%	34.0%	22.6%	11.3%	9.4%	1.9%
		71	78.9%	63.4%	46.5%	25.4%	22.5%	15.5%	12.7%	8.5%
	男 性 50 代	51	84.3%	43.1%	37.3%	27.5%	11.8%	9.8%	0.0%	0.0%
		63	87.3%	33.3%	42.9%	27.0%	12.7%	19.0%	1.6%	3.2%
	男 性 60 代	58	82.8%	37.9%	39.7%	31.0%	8.6%	10.3%	3.4%	1.7%
		80	78.8%	43.8%	45.0%	35.0%	27.5%	23.8%	11.3%	1.3%
	男 性 70 歳以上	57	78.9%	45.6%	47.4%	31.6%	3.5%	7.0%	3.5%	0.0%
		74	74.3%	45.9%	44.6%	24.3%	20.3%	18.9%	6.8%	1.4%
	女 性 20 代	63	68.3%	68.3%	31.7%	44.4%	7.9%	7.9%	1.6%	1.6%
		111	72.1%	58.6%	45.9%	47.7%	12.6%	9.0%	4.5%	4.5%
	女 性 30 代	122	56.6%	72.1%	51.6%	47.5%	13.1%	9.0%	6.6%	3.3%
142		47.9%	73.9%	50.0%	43.0%	9.2%	14.1%	8.5%	4.9%	
女 性 40 代	111	48.6%	77.5%	50.5%	45.9%	8.1%	7.2%	9.0%	2.7%	
	157	49.0%	80.3%	51.6%	35.0%	12.1%	18.5%	7.0%	5.7%	
女 性 50 代	120	61.7%	73.3%	44.2%	37.5%	17.5%	13.3%	4.2%	1.7%	
	157	69.4%	79.6%	60.5%	29.9%	15.3%	26.1%	7.0%	1.9%	
女 性 60 代	131	55.7%	64.9%	55.0%	39.7%	13.7%	17.6%	4.6%	3.1%	
	152	66.4%	61.8%	63.8%	35.5%	19.7%	27.0%	3.9%	3.3%	
女 性 70 歳以上	102	69.6%	54.9%	50.0%	36.3%	9.8%	15.7%	1.0%	2.9%	
	107	74.8%	60.7%	61.7%	36.4%	11.2%	19.6%	3.7%	1.9%	

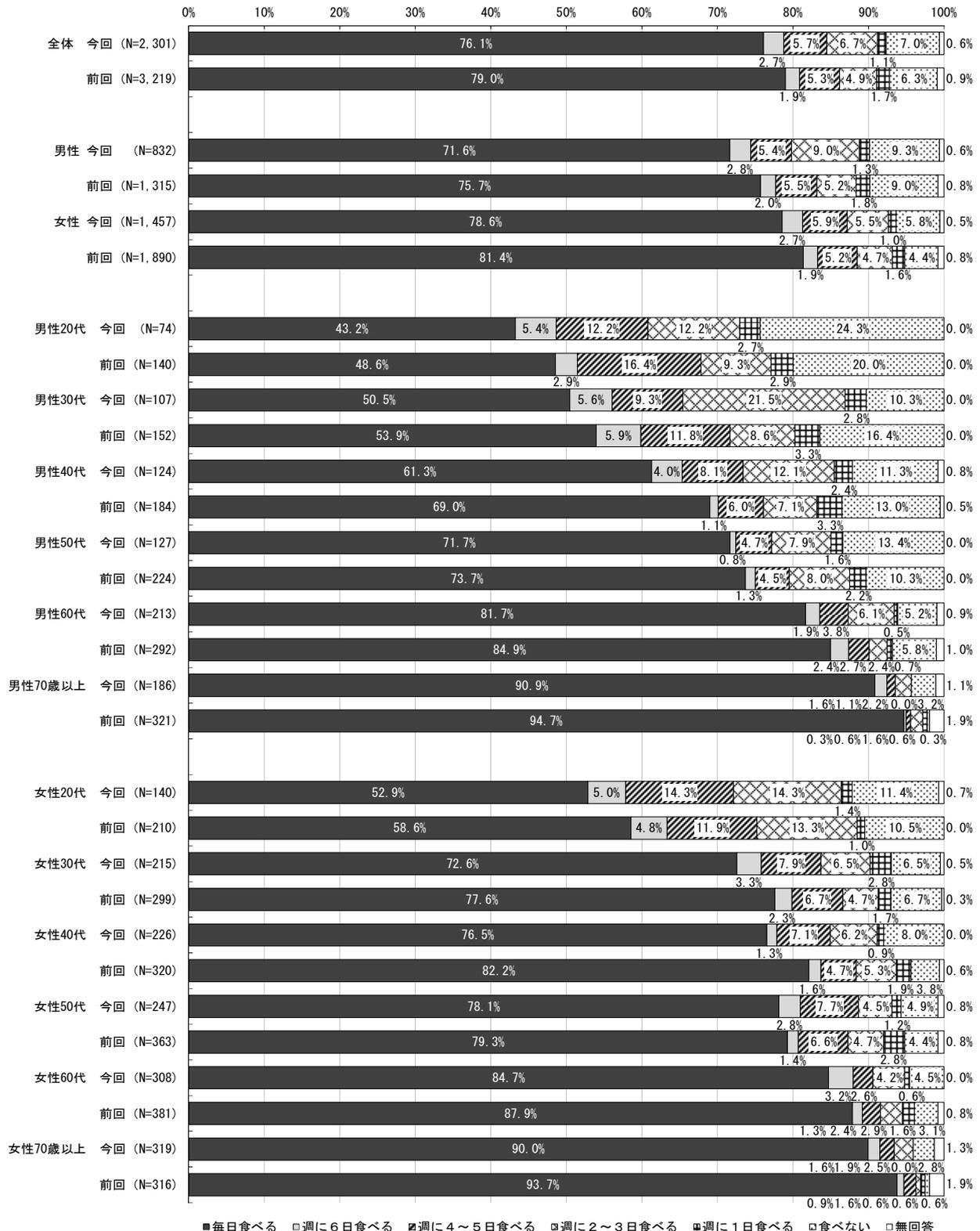
3. 食事の内容について

(1) 朝食の摂取状況

問9 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。(○は1つ)

朝食は、「毎日食べる」が76.1%、「週に6日食べる」が2.7%と、「ほぼ毎日朝食を食べる」が78.8%となっています。前回と比較し大きな変化はみられませんでした。

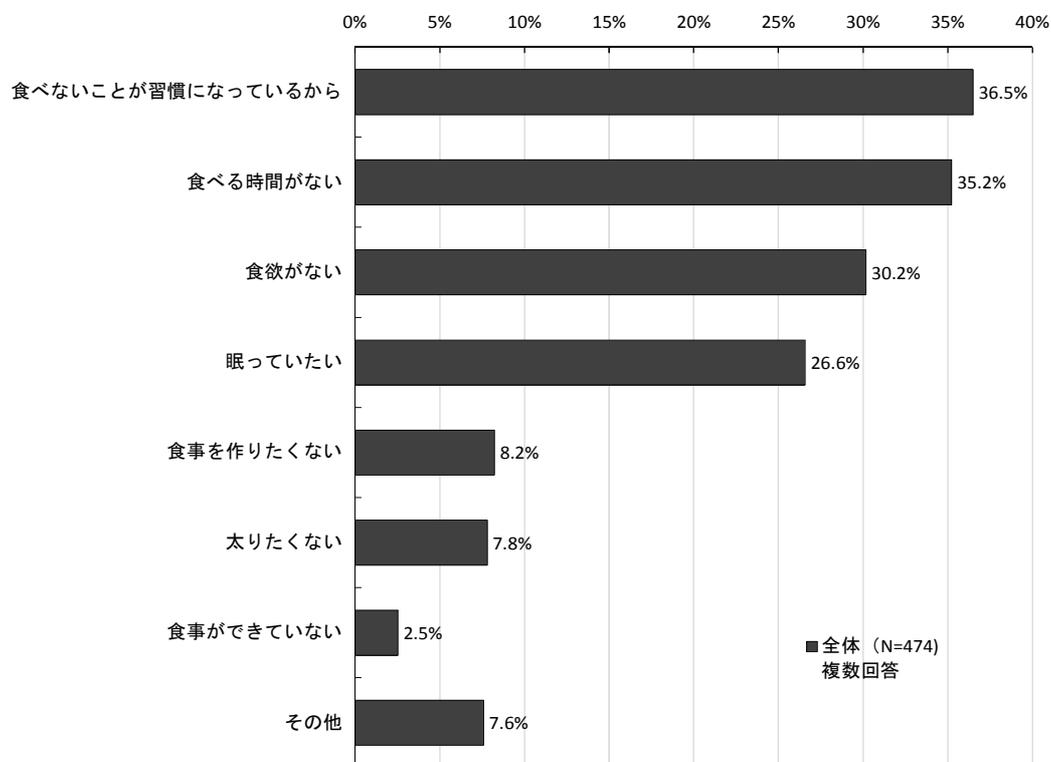
性別で見ると、男性よりも女性の方が「毎日食べる」が多く、78.6%となっています。前回と比較し、男女ともどの世代も「毎日食べる」が減少しています。



(2) 朝食を毎日食べない理由

問9-1 朝食を毎日食べない理由は何ですか。(〇はいくつでも)

朝食を「毎日食べる」「週に6日食べる」と回答した人以外に、朝食を食べない理由についてたずねたところ、「食べないことが習慣になっているから」が36.5%、次いで「食べる時間がない」が35.2%、「食欲がない」が30.2%、「眠っていたいから」が26.6%となっています。

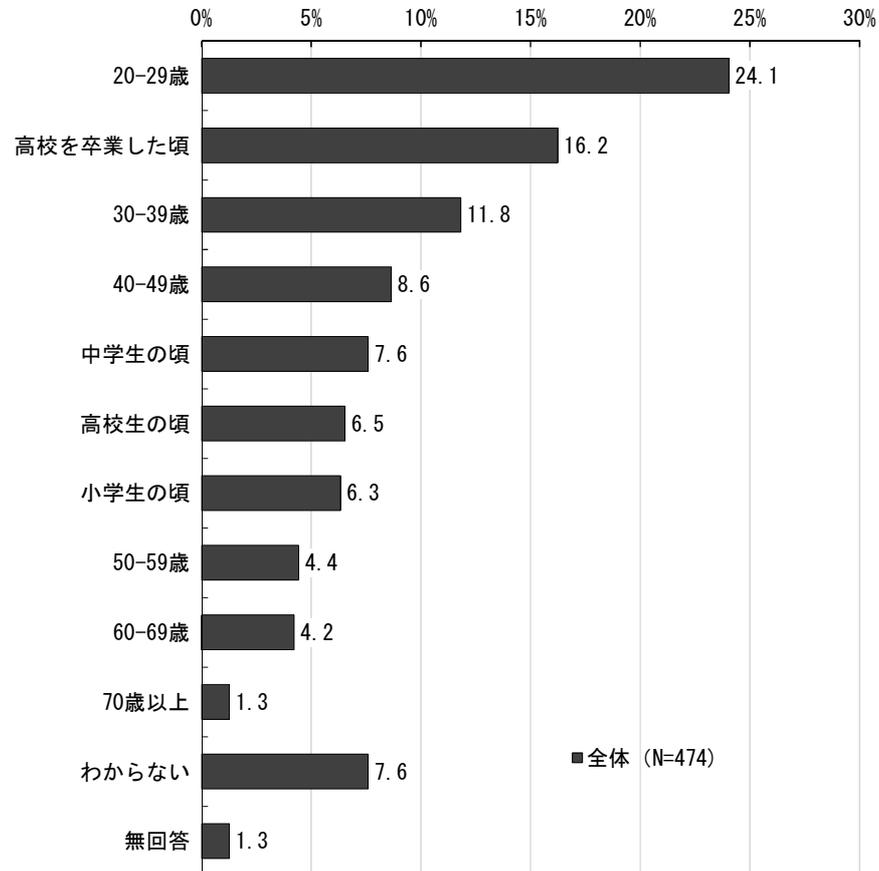


	サンプル数	食べないことが習慣になっている	食べる時間がない	食欲がない	眠っていたい	食事を作りにたくない	太りにたくない	食事ができていない	その他	
全体	474	36.5%	35.2%	30.2%	26.6%	8.2%	7.8%	2.5%	7.6%	
性・年代	男性	208	39.9%	35.1%	26.9%	26.0%	8.2%	7.2%	3.4%	5.3%
	女性	265	33.6%	35.5%	32.8%	27.2%	8.3%	8.3%	1.9%	9.4%
	男性 20代	38	21.1%	42.1%	28.9%	44.7%	13.2%	0.0%	2.6%	5.3%
	男性 30代	47	25.5%	51.1%	29.8%	19.1%	2.1%	6.4%	0.0%	6.4%
	男性 40代	42	45.2%	38.1%	16.7%	33.3%	7.1%	14.3%	4.8%	2.4%
	男性 50代	35	51.4%	31.4%	28.6%	14.3%	11.4%	5.7%	5.7%	5.7%
	男性 60代	33	54.5%	15.2%	24.2%	18.2%	12.1%	9.1%	6.1%	9.1%
	男性 70歳以上	12	66.7%	8.3%	50.0%	16.7%	0.0%	8.3%	0.0%	0.0%
	女性 20代	58	31.0%	39.7%	25.9%	51.7%	13.8%	8.6%	1.7%	10.3%
	女性 30代	51	23.5%	49.0%	41.2%	35.3%	9.8%	9.8%	2.0%	7.8%
	女性 40代	50	30.0%	42.0%	30.0%	26.0%	10.0%	10.0%	2.0%	10.0%
	女性 50代	45	33.3%	26.7%	40.0%	11.1%	2.2%	8.9%	0.0%	8.9%
	女性 60代	37	48.6%	27.0%	32.4%	8.1%	2.7%	2.7%	5.4%	5.4%
	女性 70歳以上	23	43.5%	13.0%	26.1%	13.0%	8.7%	4.3%	0.0%	13.0%

(3) 朝食を食べなくなった時期

問9-2 いつ頃から朝食を食べないようにになりましたか。(○は1つ)

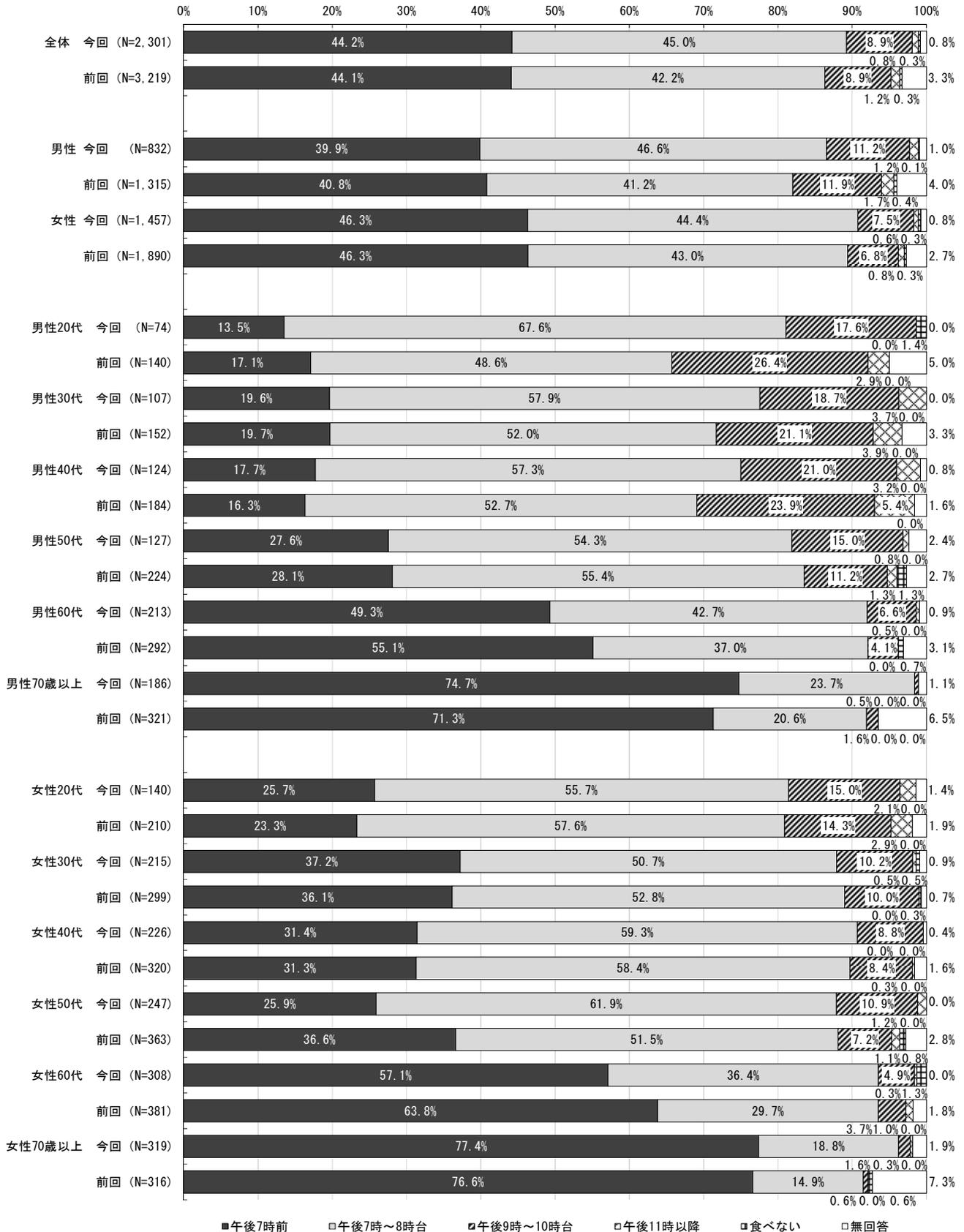
朝食を食べなくなった時期についてたずねたところ、「20-29歳」が24.1%で最多、次いで「高校を卒業したころ」が16.2%、「30-39歳」が11.8%となっています。



(4) 夕食の時間帯

問10 あなたは、ふだん何時ごろに夕食を食べていますか。(〇は1つ)

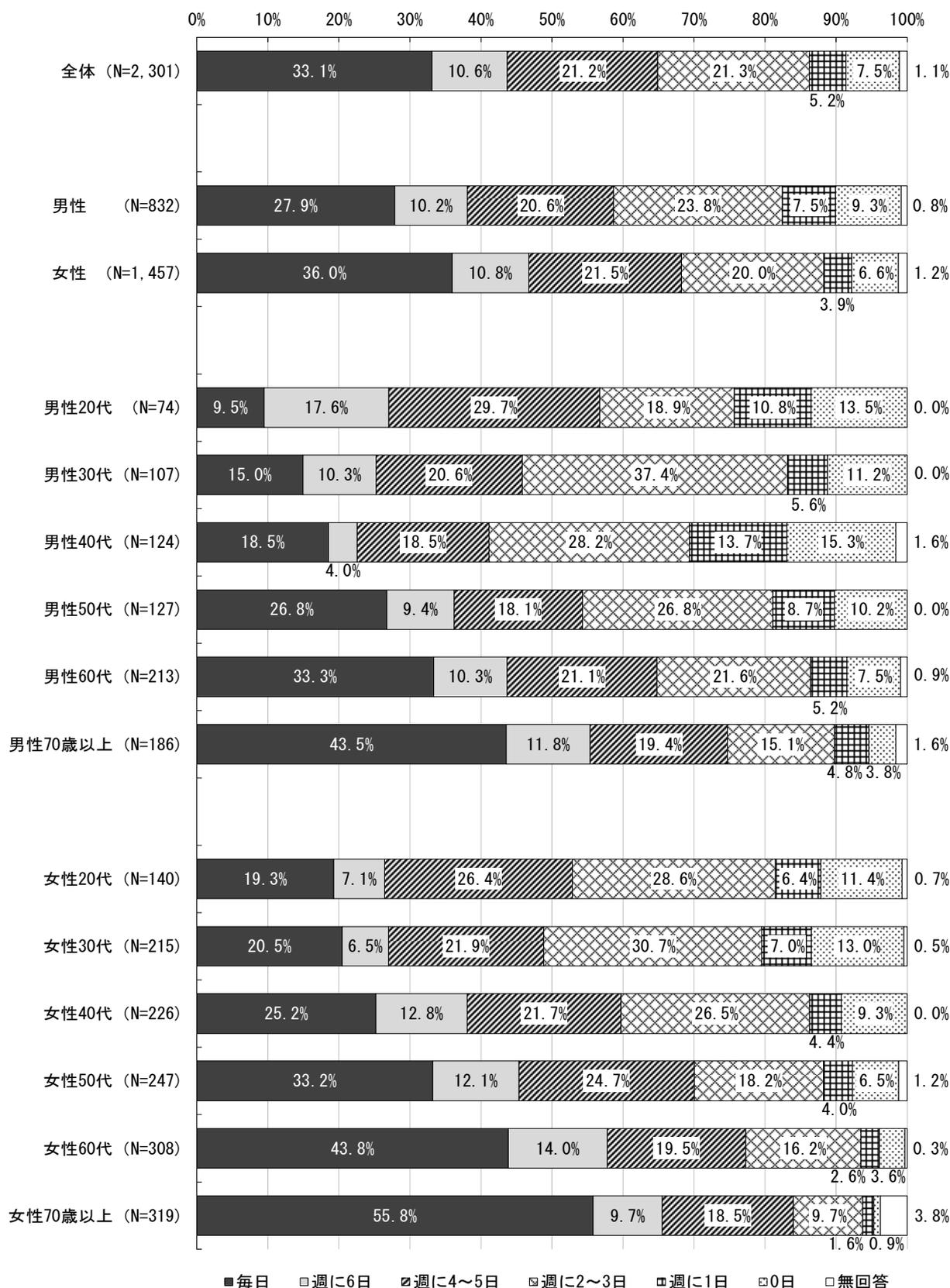
夕食の時間帯は、「午後7時～8時台」が45.0%、「午後7時前」が44.2%と、午後9時前に夕食を食べる人が89.2%となっています。前回は86.3%で大きな変化は見られませんでした。



(5) 主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日に2回以上ある日

問 11 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。
(○は1つ)

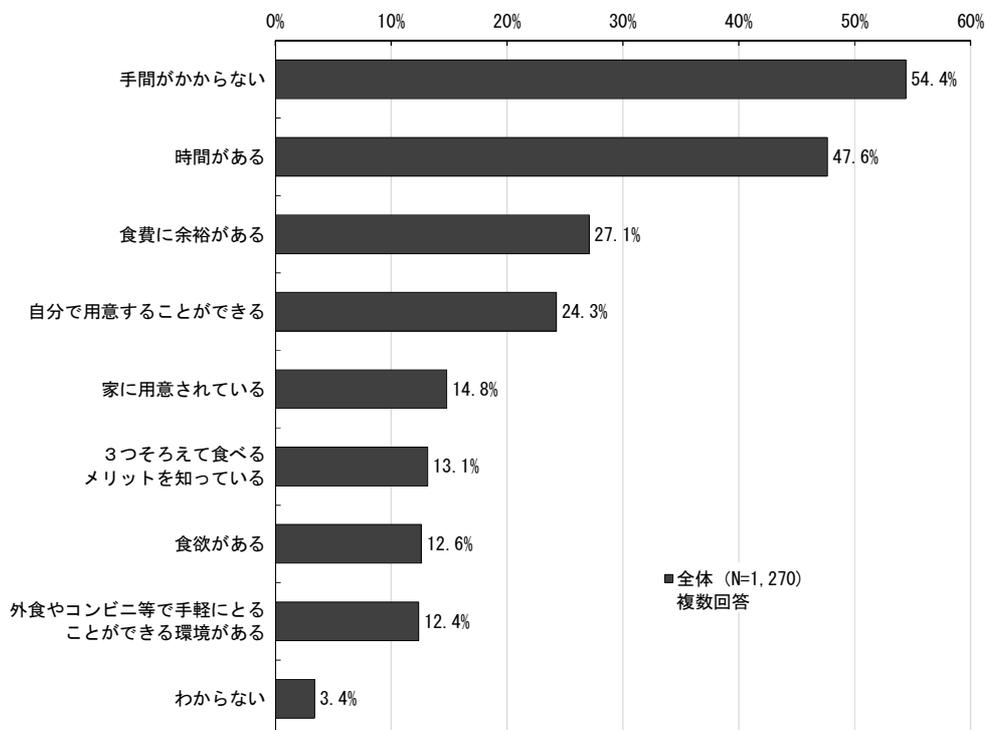
主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、「毎日」が33.1%、「週に6日」が10.6%
となっています。性別でみると男性より女性の方が多く、年代別では20~40歳代では少なくなっています。



(6) 主食・主菜・副菜をそろえて食べる回数を増やすために必要なこと

問 11-1 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる回数を増やすためには、どのようなことが必要だと思いますか。(〇は3つまで)

主食・主菜・副菜をそろえて食べるのが1日に2回以上ある日が「週に0~5回」と答えた人に、主食・主菜・副菜をそろえて食べる回数を増やすために必要なことについてたずねたところ、「手間がかからない」が54.4%、次いで「時間がある」47.6%、「食費に余裕がある」27.1%となっています。

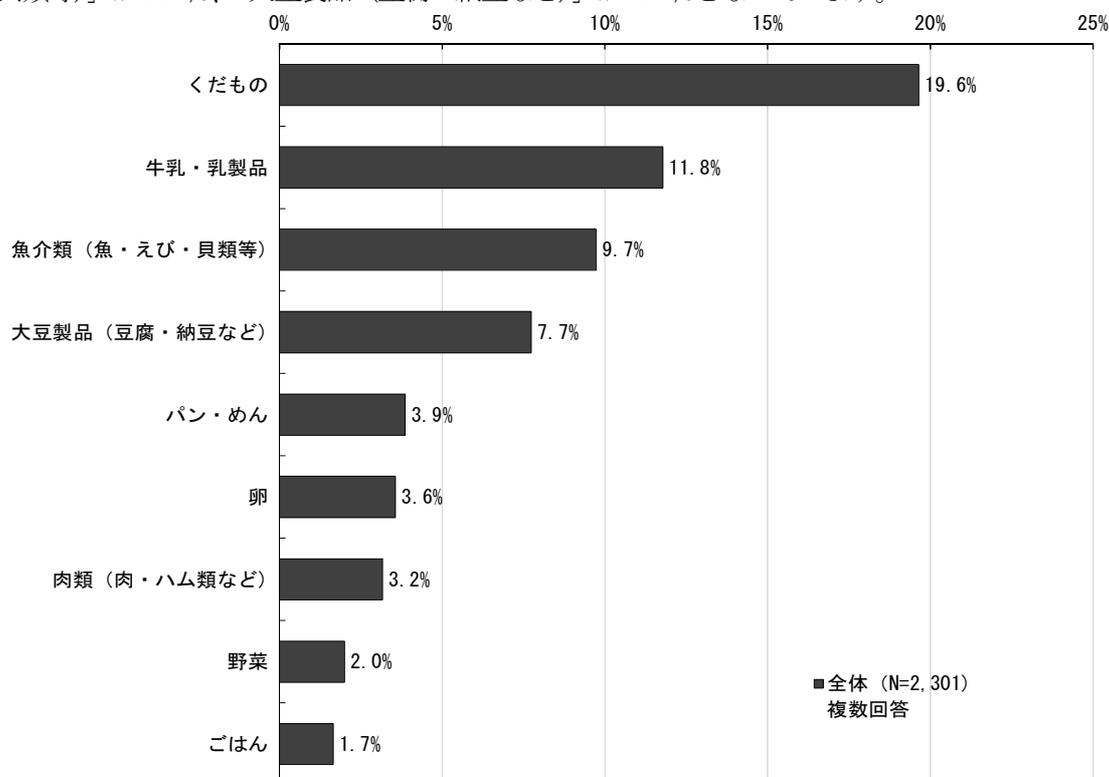


	サンプル数	手間がかからない	時間がある	食費に余裕がある	自分で用意することができる	家に用意されている	3つそろえて食べるメリットを知っている	食欲がある	外食やコンビニ等で手軽にとることができる環境がある	わからない	
全体	1,270	54.4%	47.6%	27.1%	24.3%	14.8%	13.1%	12.6%	12.4%	3.4%	
性・年代	男性	508	45.9%	38.0%	25.4%	20.9%	24.2%	12.0%	11.6%	18.1%	6.3%
	女性	758	60.4%	54.2%	28.4%	26.4%	8.6%	13.9%	13.2%	8.6%	1.3%
	男性 20代	54	55.6%	44.4%	35.2%	22.2%	16.7%	13.0%	7.4%	22.2%	0.0%
	男性 30代	80	50.0%	48.8%	26.3%	17.5%	25.0%	10.0%	7.5%	26.3%	6.3%
	男性 40代	94	50.0%	56.4%	36.2%	17.0%	21.3%	9.6%	6.4%	16.0%	6.4%
	男性 50代	81	45.7%	38.3%	25.9%	21.0%	22.2%	8.6%	12.3%	16.0%	8.6%
	男性 60代	118	44.9%	25.4%	20.3%	17.8%	26.3%	11.9%	14.4%	16.9%	6.8%
	男性 70歳以上	80	32.5%	20.0%	11.3%	32.5%	30.0%	20.0%	20.0%	13.8%	7.5%
	女性 20代	102	69.6%	59.8%	40.2%	19.6%	10.8%	6.9%	13.7%	6.9%	1.0%
	女性 30代	156	71.2%	69.2%	37.2%	18.6%	8.3%	9.0%	10.3%	9.0%	0.6%
	女性 40代	140	60.0%	69.3%	35.0%	17.1%	8.6%	8.6%	9.3%	5.7%	0.0%
	女性 50代	132	57.6%	62.1%	23.5%	28.8%	3.8%	11.4%	14.4%	9.8%	0.0%
	女性 60代	129	61.2%	33.3%	19.4%	34.1%	9.3%	24.8%	17.8%	9.3%	1.6%
	女性 70歳以上	98	37.8%	20.4%	11.2%	45.9%	12.2%	25.5%	15.3%	11.2%	5.1%

(7) この1週間で食べなかった食品

問12 この1週間で食べなかった食品は何ですか。(○はいくつでも)

この1週間で食べなかった食品は、「くだもの」が19.6%、次いで「牛乳・乳製品」が11.8%、「魚介類（魚・えび・貝類等）」が9.7%、「大豆製品（豆腐・納豆など）」が7.7%となっています。

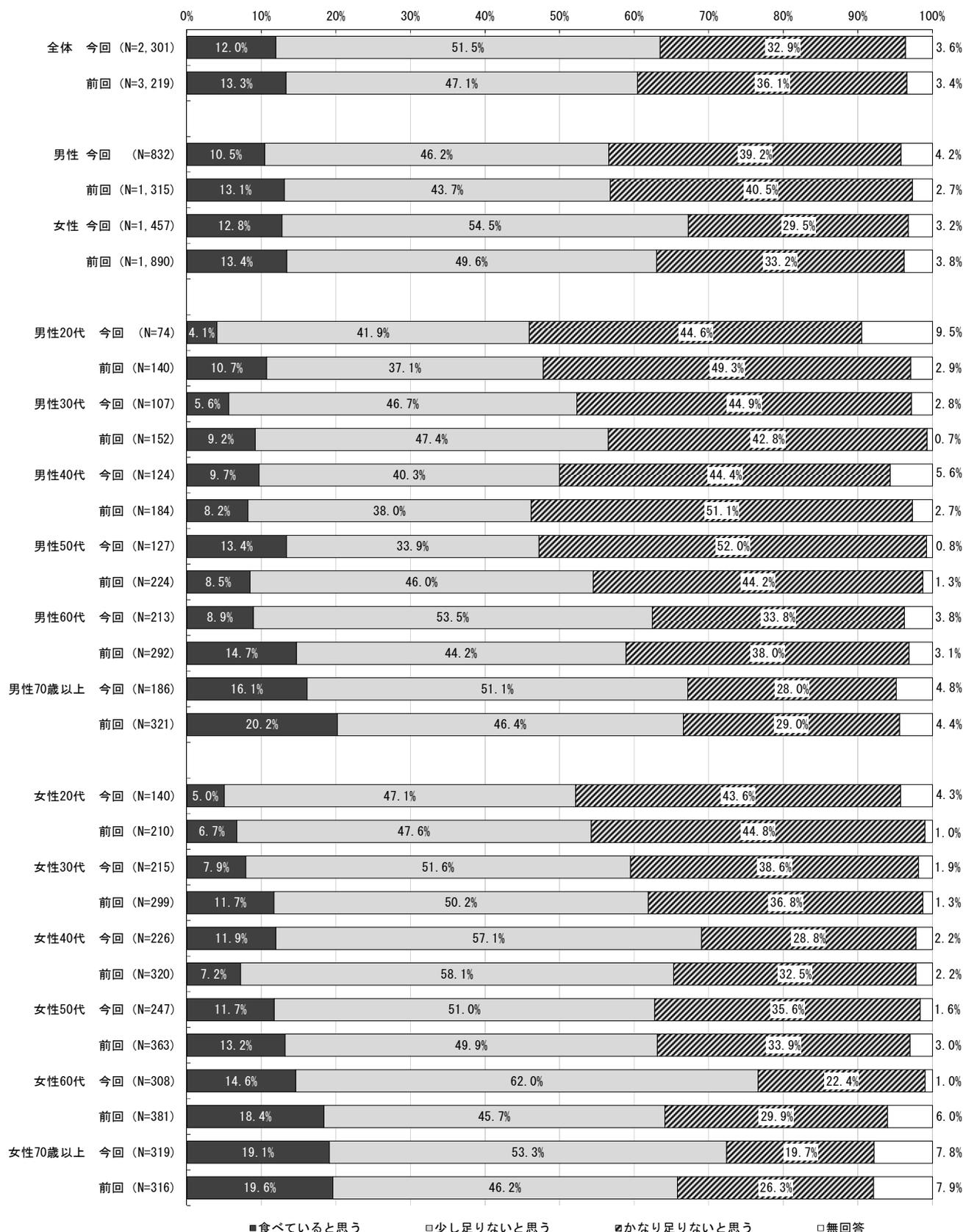


		サンプル数	くだもの	牛乳・乳製品	魚介類 (魚・えび・貝類等)	大豆製品 (豆腐・納豆など)	パン・めん	卵	肉類 (肉・ハム類など)	野菜	ごはん
全体		2,301	19.6%	11.8%	9.7%	7.7%	3.9%	3.6%	3.2%	2.0%	1.7%
性・年代	男性	832	27.3%	16.9%	10.2%	10.6%	3.4%	4.8%	3.0%	2.3%	1.4%
	女性	1,457	15.2%	8.9%	9.3%	6.1%	4.0%	2.8%	3.2%	1.7%	1.7%
	男性 20代	74	47.3%	14.9%	24.3%	16.2%	4.1%	1.4%	0.0%	2.7%	0.0%
	男性 30代	107	43.0%	12.1%	9.3%	15.0%	0.9%	3.7%	0.9%	0.9%	0.0%
	男性 40代	124	33.9%	16.1%	14.5%	8.9%	2.4%	4.8%	2.4%	1.6%	1.6%
	男性 50代	127	26.0%	21.3%	6.3%	13.4%	1.6%	5.5%	0.0%	3.1%	0.8%
	男性 60代	213	20.7%	18.8%	9.4%	6.6%	1.4%	5.6%	2.8%	1.9%	1.4%
	男性 70歳以上	186	14.5%	16.1%	5.4%	9.7%	8.6%	5.4%	8.1%	3.2%	3.2%
	女性 20代	140	25.0%	14.3%	16.4%	12.1%	5.0%	1.4%	0.0%	1.4%	1.4%
	女性 30代	215	21.4%	7.9%	8.4%	4.7%	3.7%	2.8%	0.5%	2.3%	0.5%
	女性 40代	226	19.0%	5.8%	8.0%	5.3%	2.7%	1.3%	1.3%	0.4%	0.9%
	女性 50代	247	15.0%	10.5%	9.3%	5.3%	2.4%	1.6%	2.0%	0.4%	0.4%
	女性 60代	308	10.7%	4.9%	7.8%	5.5%	3.2%	2.6%	3.2%	1.6%	2.6%
	女性 70歳以上	319	8.5%	11.9%	9.1%	6.0%	6.9%	5.6%	8.8%	3.4%	3.4%

(8) 野菜の摂取状況

問13 あなたはふだん1日に350g以上の野菜を食べていると思いますか。(○は1つ)

1日に必要とされる野菜の摂取状況は、「食べている」が12.0%、「少し足りないと思う」が51.5%、「かなり足りないと思う」が32.9%と、野菜の摂取不足を感じている人が84.4%となっています。前回は83.2%で大きな変化はみられませんでした。



4. 食生活について

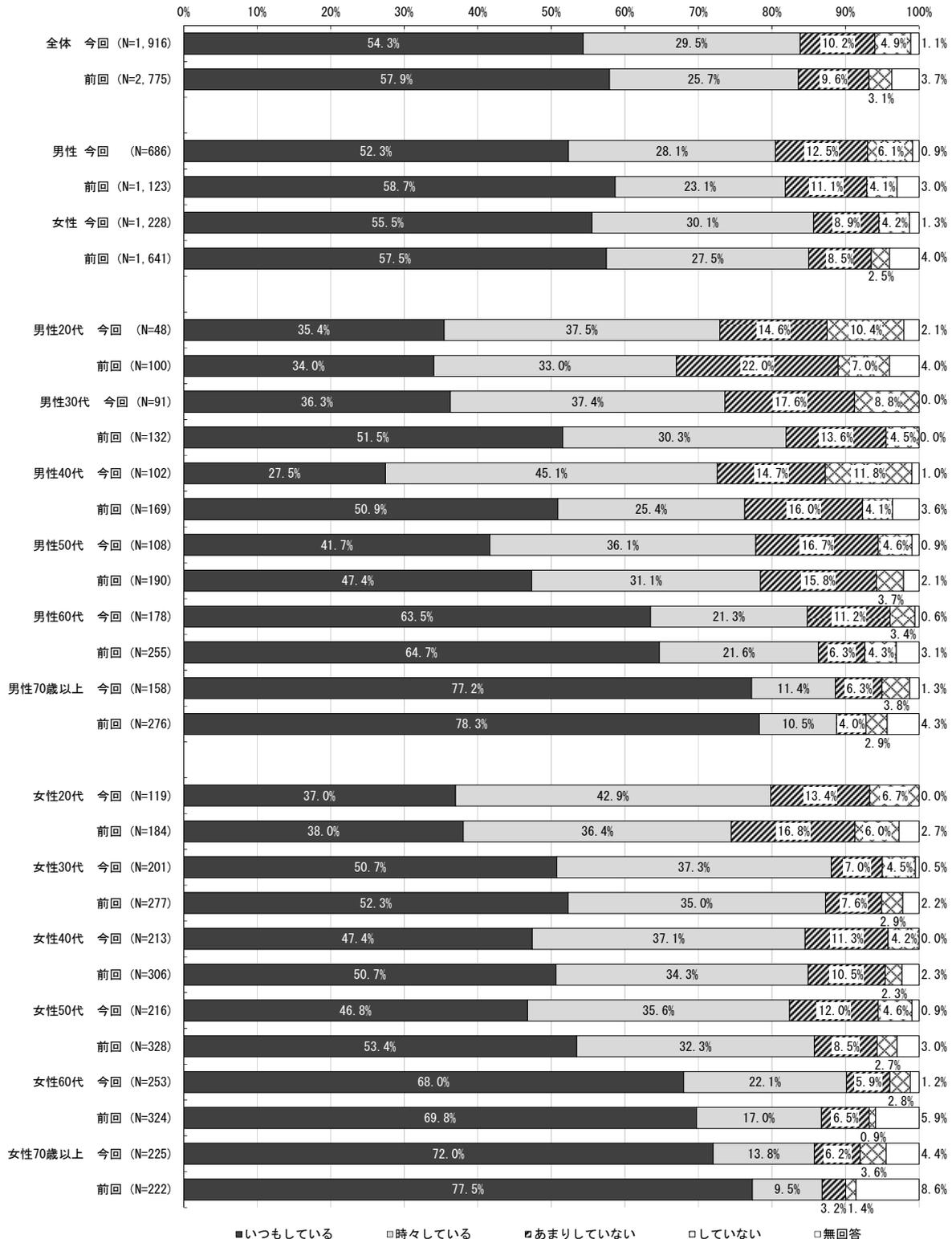
(1) 家族そろって食事する頻度

問15 食事は家族そろってするようにしていますか。(〇は1つ)

ひとり暮らし以外の方に、家族そろって食事する頻度についてたずねたところ、「いつもしている」が54.3%、「時々している」が29.5%と、「家族そろって食事をするようにしている」が83.8%となっており、前回は83.6%で変化はみられませんでした。

性別でみると、男女間で大きな違いはみられず、全体結果とほぼ同様の傾向となっています。

年代別でみると、前回と比較し、男性30～40代は「いつもしている」が減少しています。

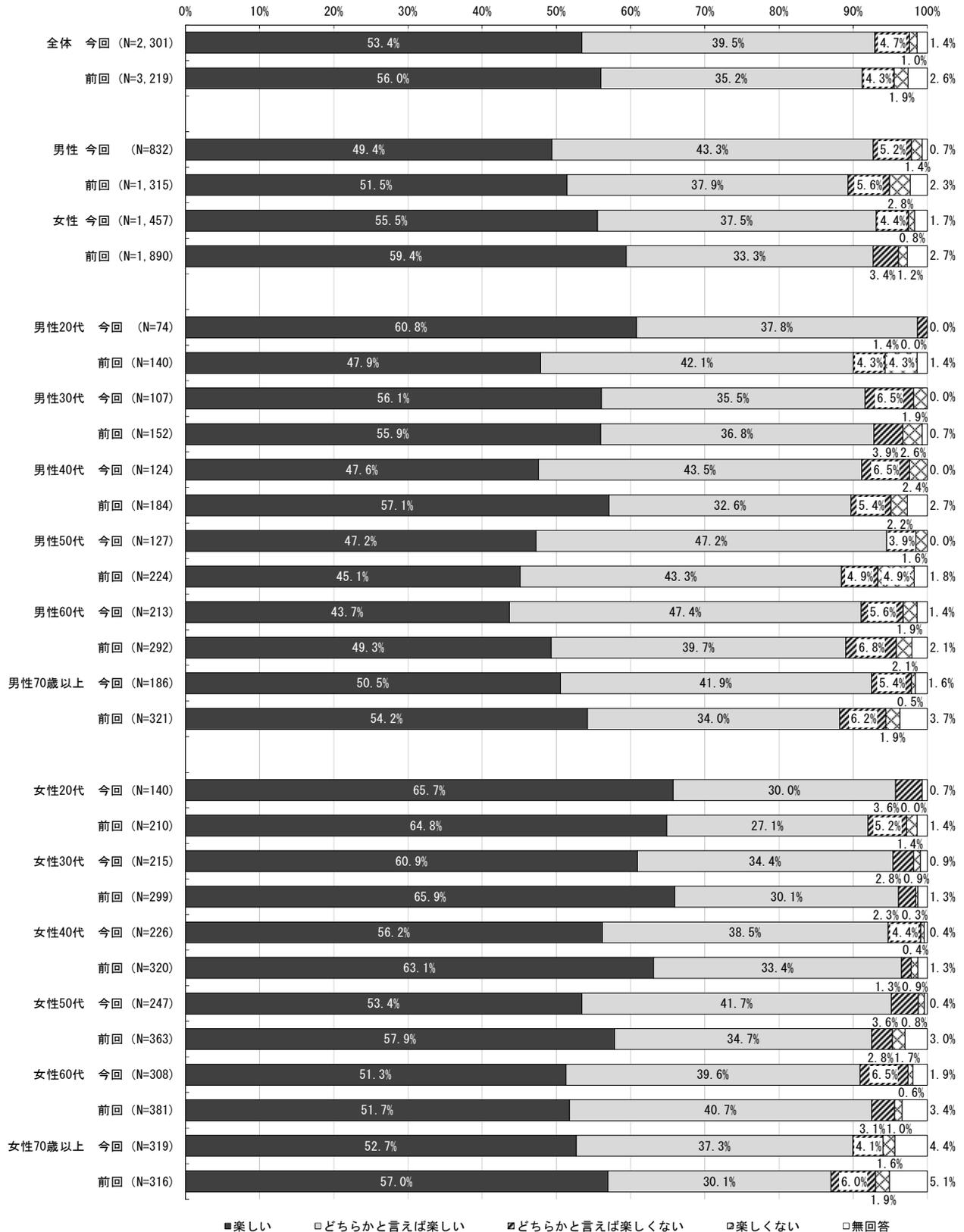


(2) 食事の楽しさ

問17 食事が楽しいですか。(○は1つ)

食事の楽しさは、「楽しい」が53.4%、「どちらかといえば楽しい」が39.5%と、これらを合わせた92.9%が「食事が楽しい」と感じています。前回は91.2%で変化はみられませんでした。

性別でみると、男女ともに食事の楽しさを感じている人が多く、特に男性20代では前回に比較し、「楽しい」と回答した人が多くなっています。

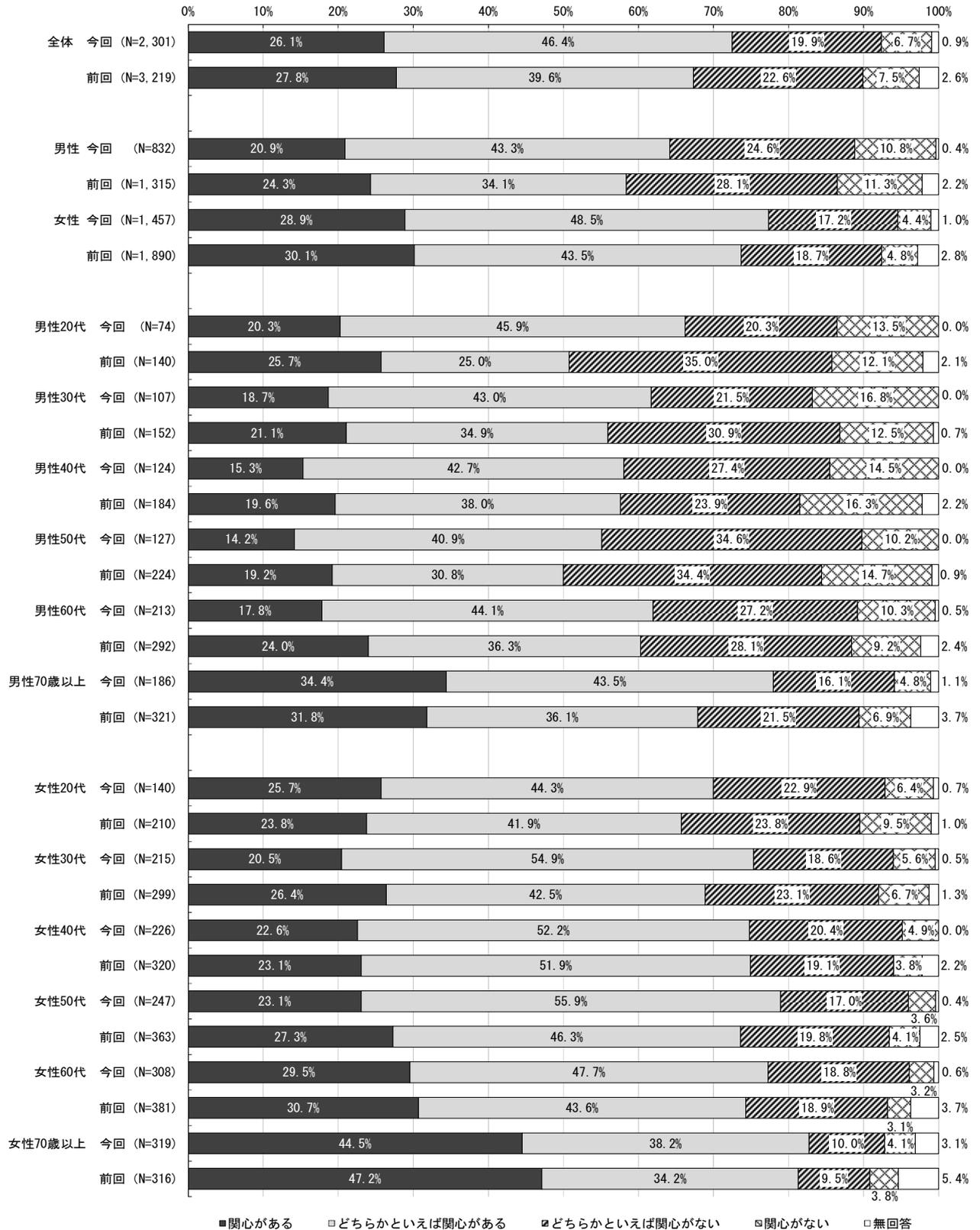


(3) 食べ方への関心度

問 18 噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。(〇は1つ)

噛み方、味わい方などの食べ方への関心度は、「関心がある」が 26.1%、「どちらかといえば関心がある」が 46.4%と、これらを合わせた「関心がある割合(関心度)」は72.5%となっています。前回の67.4%より多くなっています。

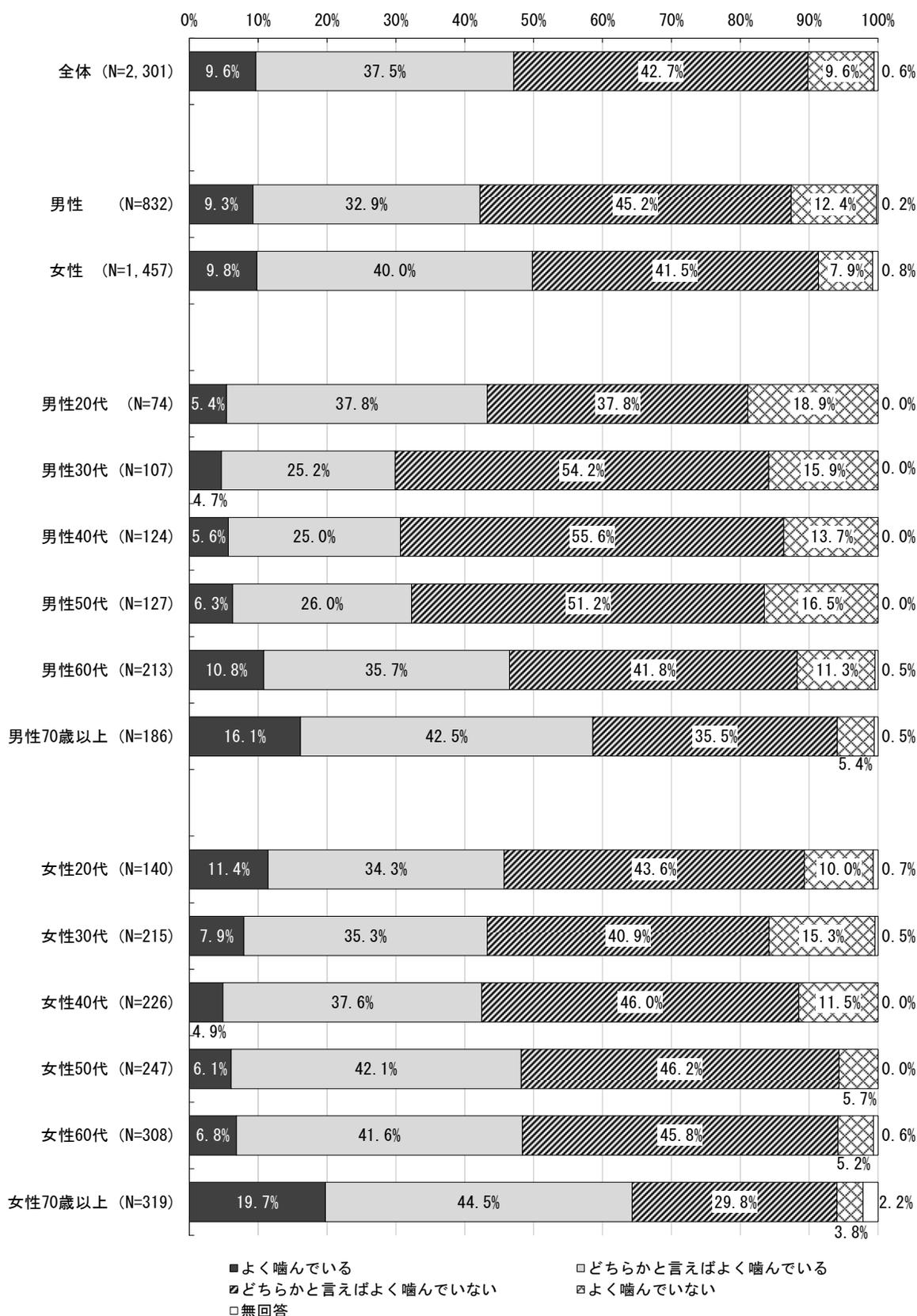
性別でみると、男性より女性の方が高く、前回73.6%から今回77.4%となっています。



(4) よく噛んで食べているか

問19 あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。(〇は1つ)

「よく噛んでいる」が9.6%、「どちらかといえば良く噛んでいる」が37.5%となっています。また「どちらかといえば良く噛んでいない」が42.7%、「よく噛んでいない」が9.6%と「よく噛んでいない」と回答した人が多くなっています。

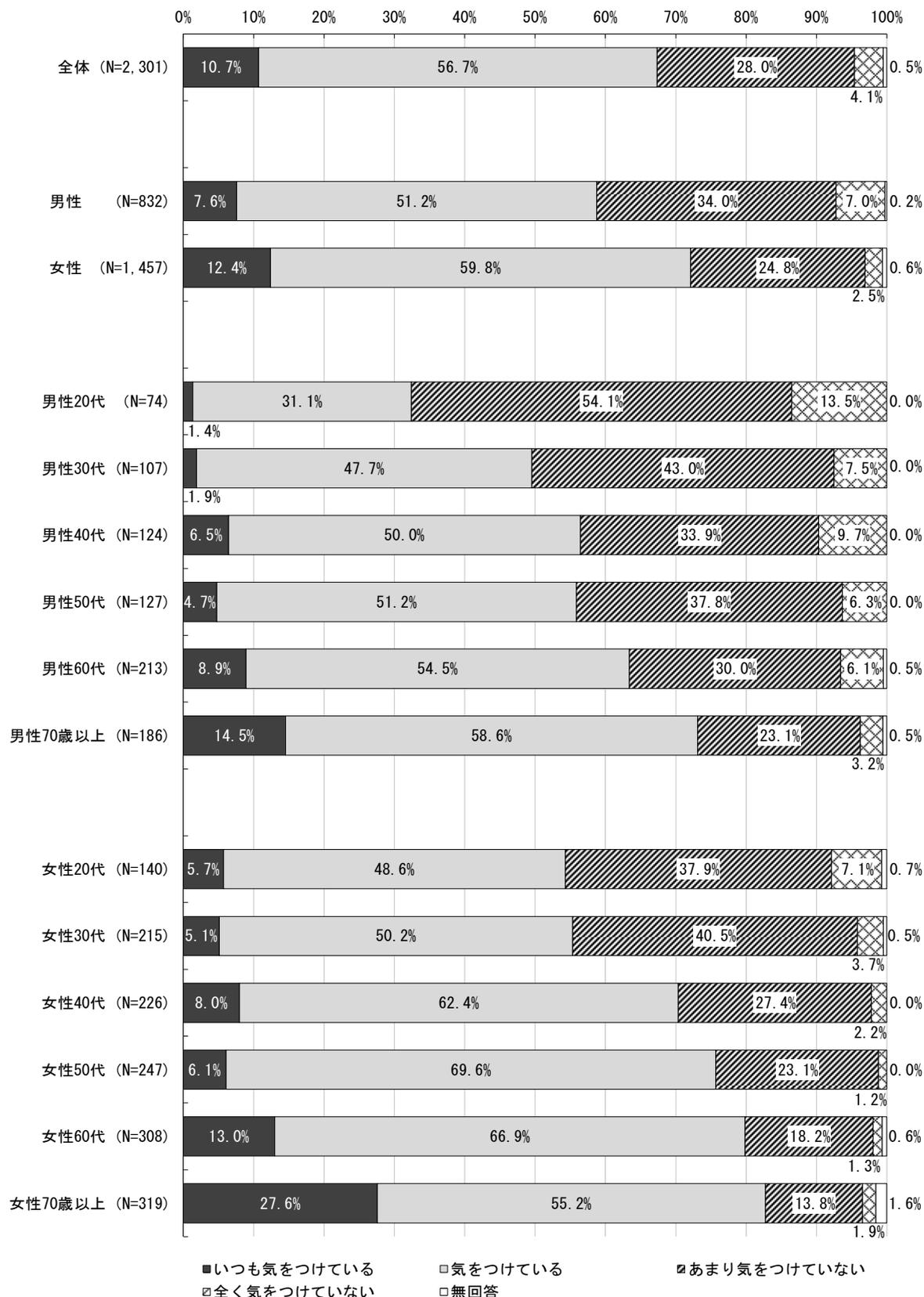


(5) 生活習慣病の予防や改善のために食生活に気をつけているか

問 20 生活習慣病の予防や改善のために、食生活に気をつけていますか。(○は1つ)

生活習慣病の予防や改善のために食生活に気をつけているかは、「いつも気をつけている」が10.7%、「気をつけている」が56.7%と、これらを合わせた67.4%が「食生活に気をつけている」と回答しています。

性別でみると、男性よりも女性の方が72.2%と多く、男性20代では32.5%となっています。



(6) 生活習慣病の改善への関心度

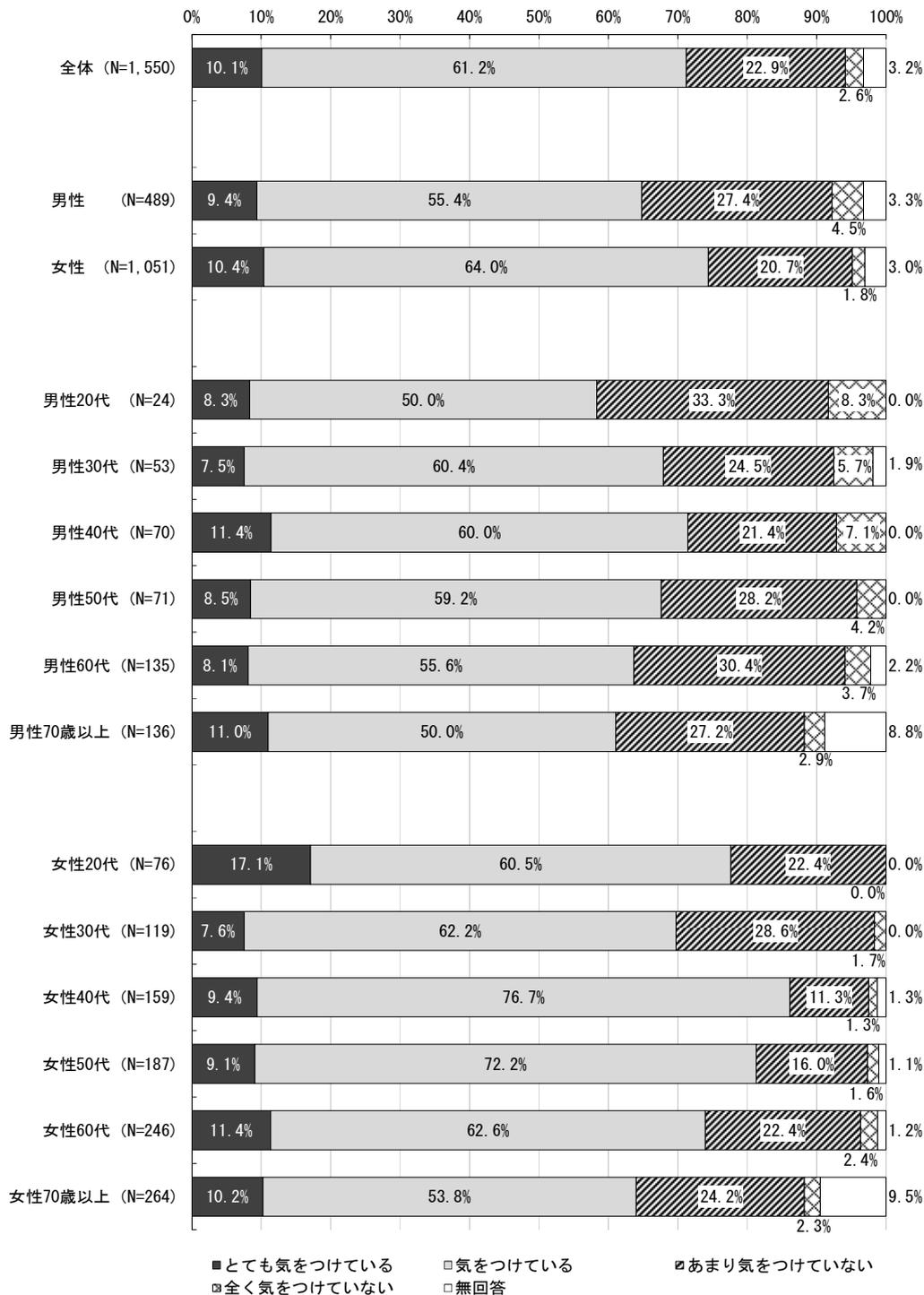
問 20-1 次の ①～⑥ に関する生活習慣病の改善について、あなたは、どの程度気をつけていますか。
(○はそれぞれ1つ)

生活習慣病の予防や改善のために、「食生活に気をつけている」と回答した人に、どの程度気をつけているかたずねたところ

① エネルギー（カロリー）を調整すること

「とても気をつけている」が10.1%、「気をつけている」が61.2%と、これらを合わせた71.3%が「エネルギーを調整することに気をつけている」と回答しています。

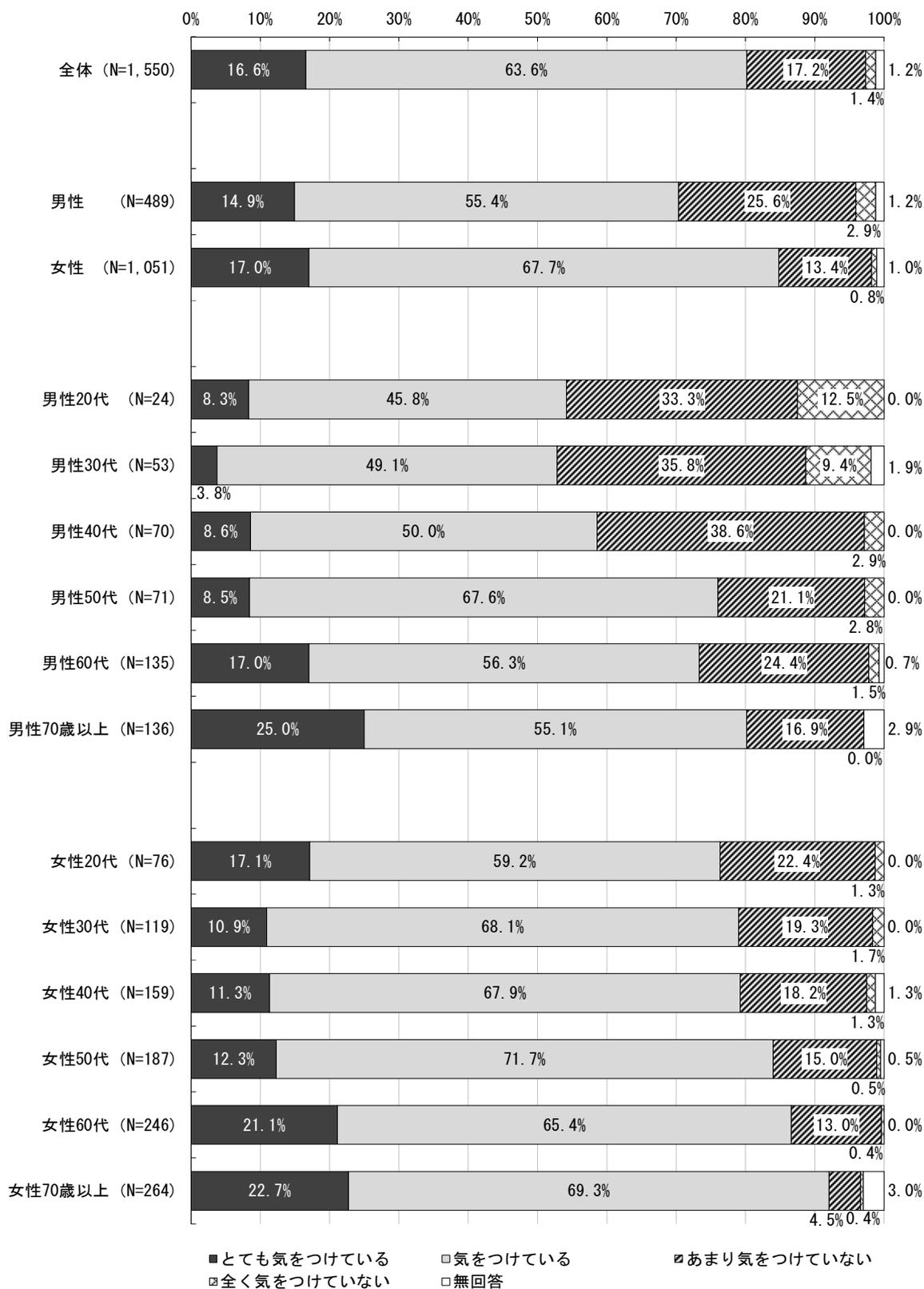
性別で見ると、男性より女性の方が気をつけており、女性40～50代では80%を超えています。



② 塩分を摂り過ぎないようにする(減塩をする)こと

「とても気をつけている」が16.6%、「気をつけている」が63.6%と、これらを合わせた80.2%の人が「塩分を摂り過ぎないように気をつけている」と回答しています。

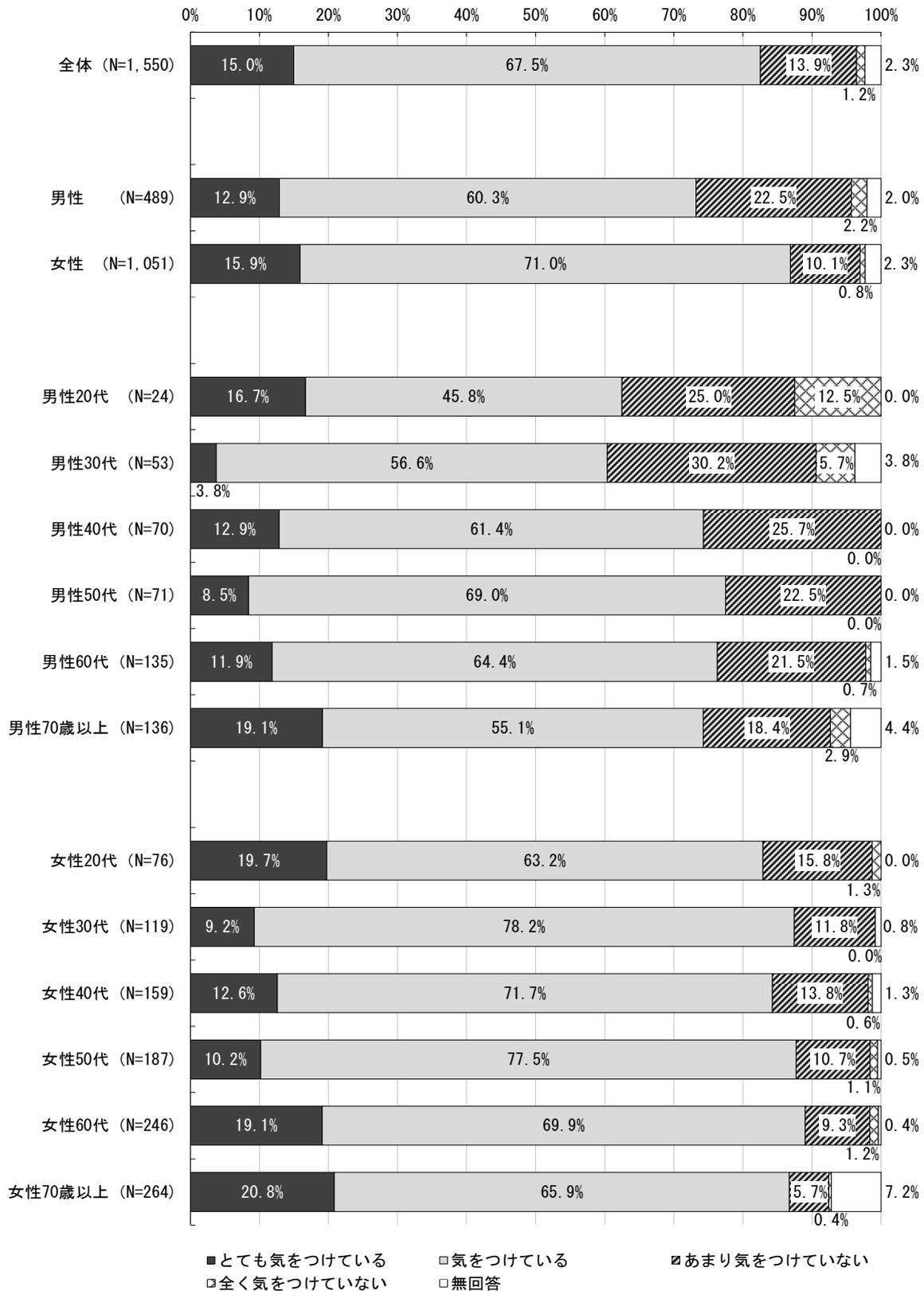
性別で見ると、男性より女性の方が多くなっています。また、男性20～40代の人々の半数近くが「気をつけていない」と回答しています。



③ 脂肪（あぶら）分の量と質を調整すること

「とても気をつけている」が15.0%、「気をつけている」が67.5%と、これらを合わせた82.5%の人が「脂肪分の量と質に気をつけている」と回答しています。

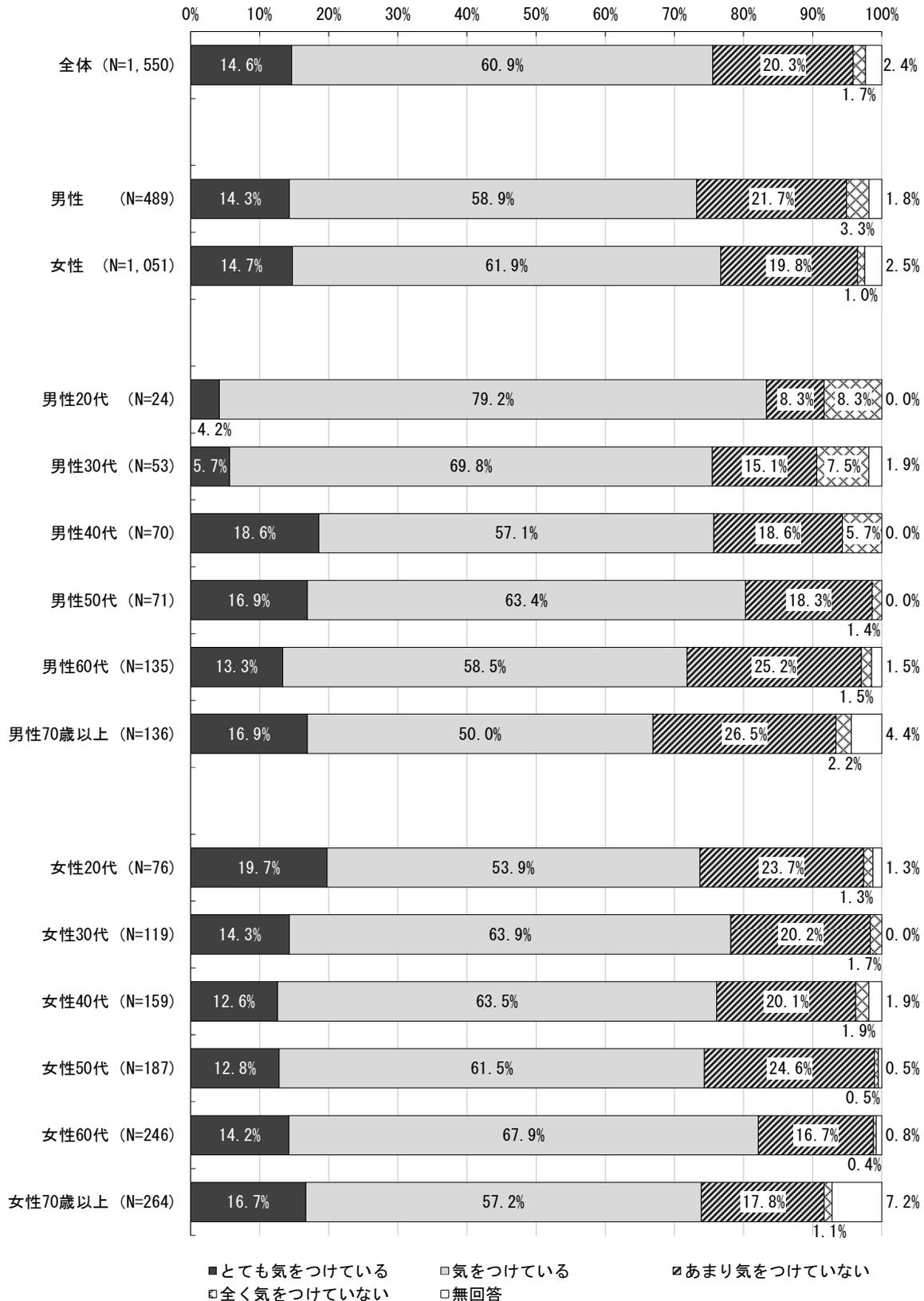
性別で見ると、男性より女性の方が多くなっています。男性20～30代では40%近い人が「気をつけていない」と回答しています。



④ 甘いもの（糖分）を摂り過ぎないようにすること

「とても気をつけている」が14.6%、「気をつけている」が60.9%と、これらを合わせた75.5%の人が「甘いものをとりすぎないように気をつけている」と回答しています。

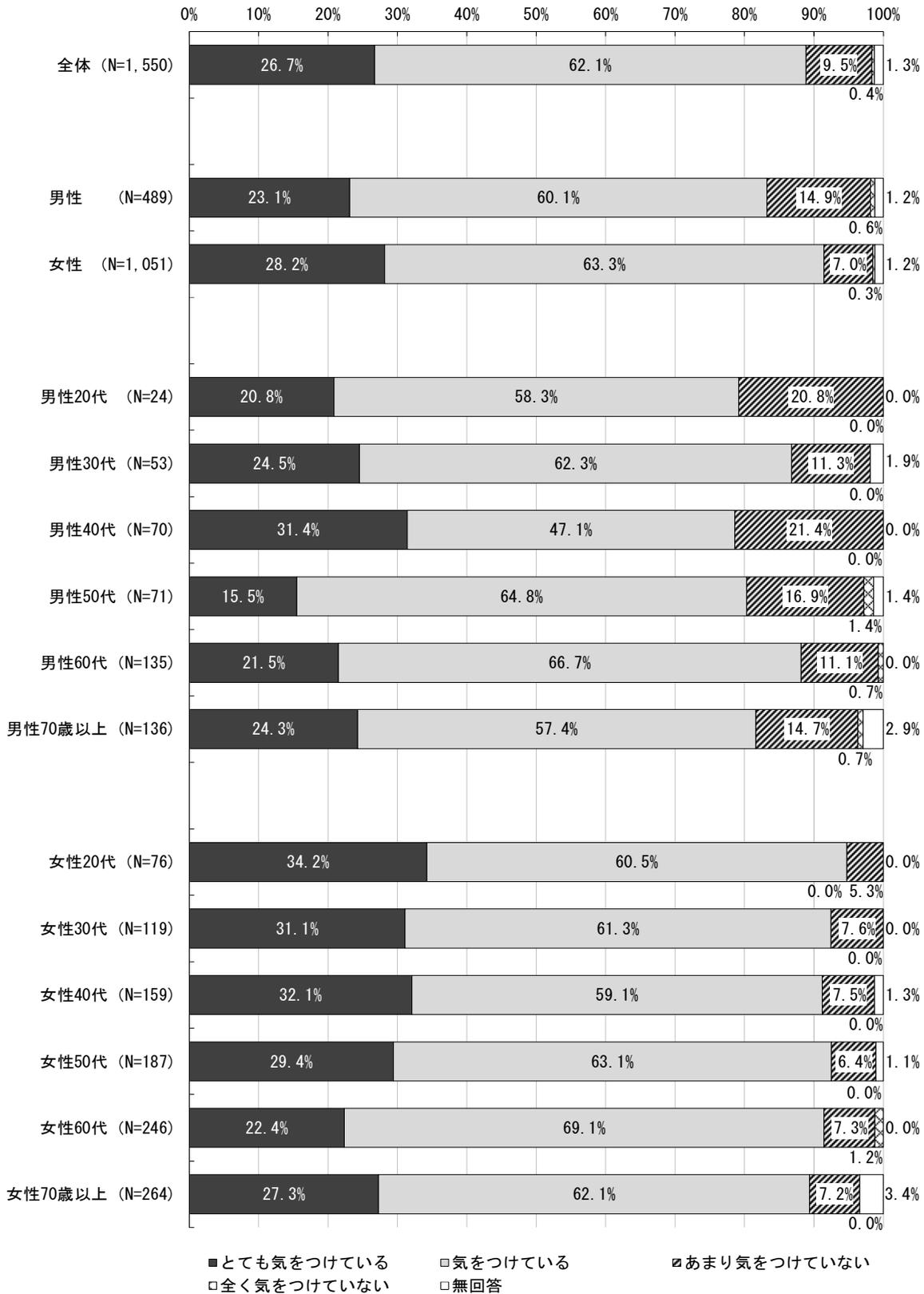
性別での差はありませんが、男性20代では83.4%の人が「気をつけている」と回答しています。



⑤ 野菜をたくさん食べるようにすること

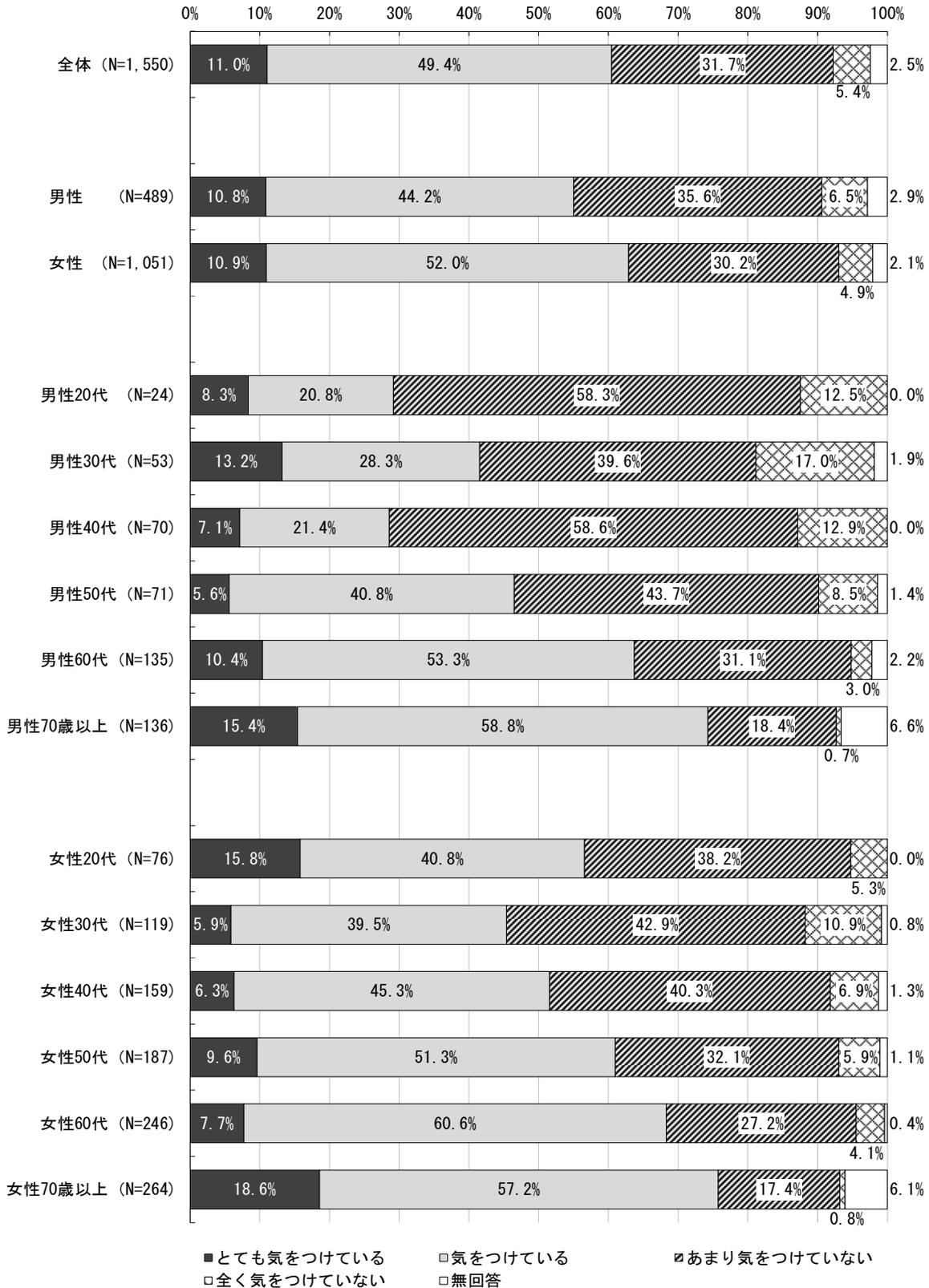
「とても気をつけている」が26.7%、「気をつけている」が62.1%と、これらを合わせた88.8%が「野菜をたくさん食べるよう気をつけている」と回答しています。

性別で見ると、男性より女性の方が気をつけている人が多く、90%を超えています。



⑥ 果物を食べること

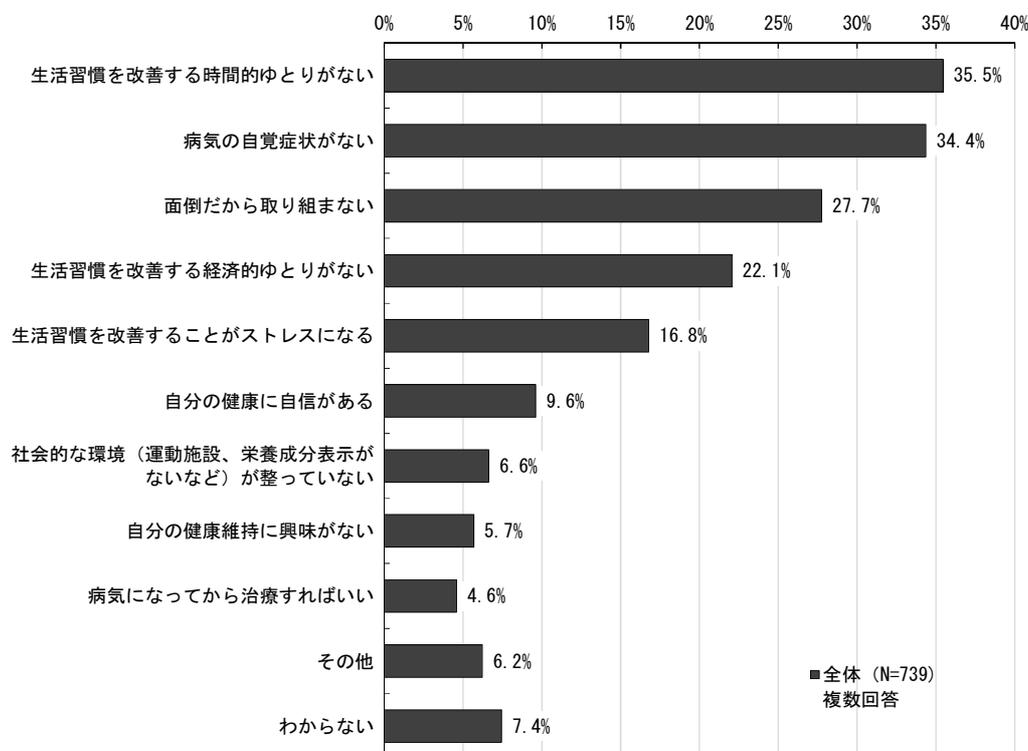
「とても気をつけている」が11.0%、「気をつけている」が49.4%と、これらを合わせた60.4%の人が「果物を食べることに気をつけている」と回答していますが、37.1%の人が「気をつけていない」と回答しています。
 性別で見ると、男性より女性の方が「気をつけている」と回答した人が多く、年代別で見ると、男女ともに60代、70歳以上では70%前後の人が「気をつけている」と回答しています。



(7) 食生活に気をつけていない理由

問20-2 ふだんから食生活に気をつけていない理由は何ですか。(〇はいくつでも)

食生活に気をつけていない理由は、「生活習慣を改善する時間的ゆとりがない」が35.5%、「病気の自覚症状がない」が34.4%、「面倒だから取り組まない」27.7%、「生活習慣を改善する経済的ゆとりがない」が22.1%となっています。



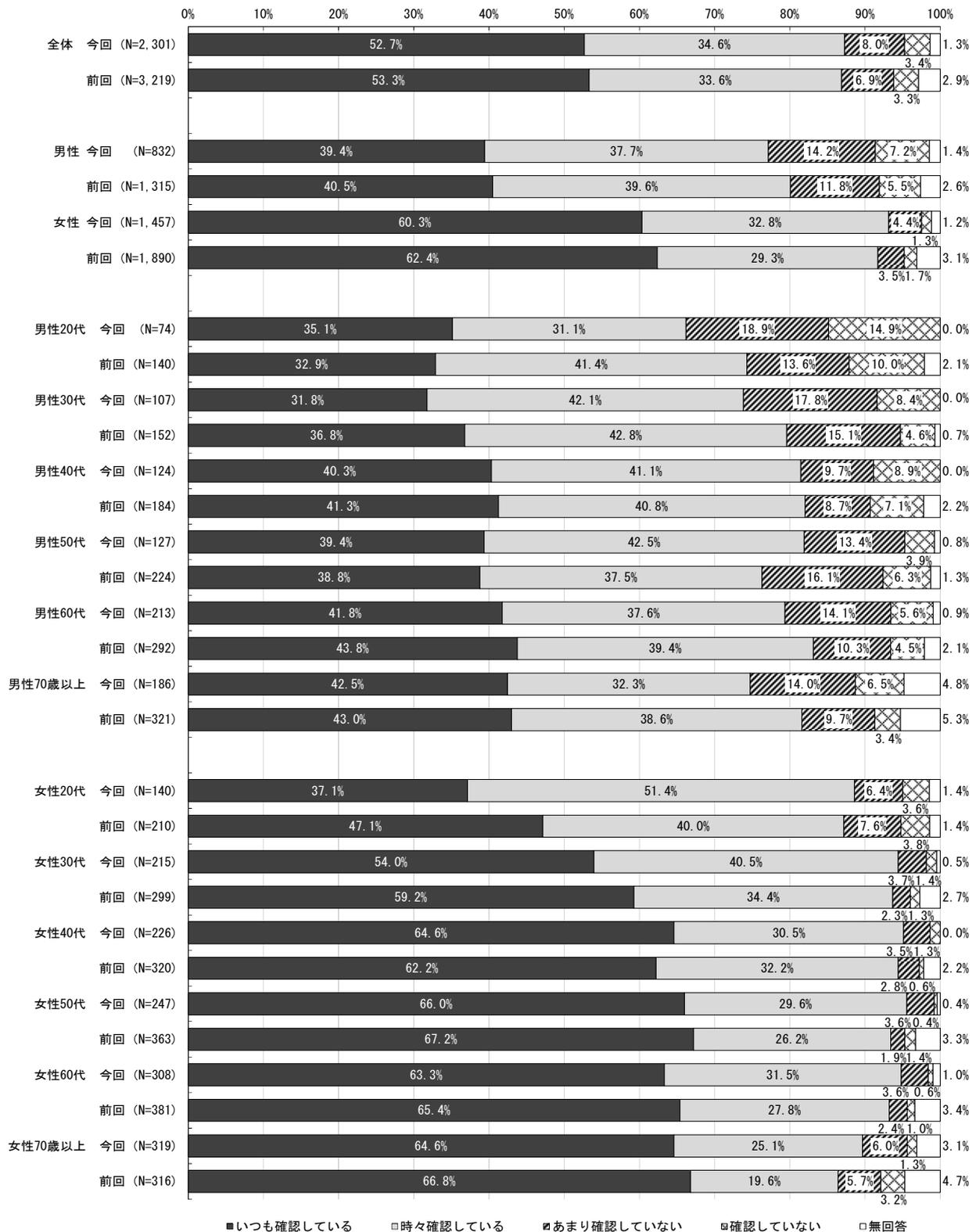
	サンプル数	生活習慣を改善する時間的ゆとりがない	病気の自覚症状がない	面倒だから取り組まない	生活習慣を改善する経済的ゆとりがない	生活習慣を改善することがストレスになる	自分の健康に自信がある	社会的な環境（運動施設、栄養成分表示がないなど）が整っていない	自分の健康維持に興味がない	病気になってから治療すればいい	その他	わからない	
全体	739	35.5%	34.4%	27.7%	22.1%	16.8%	9.6%	6.6%	5.7%	4.6%	6.2%	7.4%	
性・年代	男性	341	29.3%	35.8%	34.0%	18.5%	15.0%	12.0%	6.5%	7.3%	6.2%	5.3%	7.3%
	女性	397	40.8%	33.2%	22.4%	25.2%	18.4%	7.6%	6.8%	4.3%	3.3%	7.1%	7.3%
	男性 20代	50	28.0%	38.0%	36.0%	16.0%	10.0%	16.0%	4.0%	6.0%	6.0%	6.0%	8.0%
	男性 30代	54	46.3%	40.7%	22.2%	18.5%	11.1%	14.8%	1.9%	5.6%	3.7%	1.9%	1.9%
	男性 40代	54	48.1%	37.0%	35.2%	22.2%	14.8%	7.4%	7.4%	14.8%	1.9%	7.4%	11.1%
	男性 50代	56	35.7%	32.1%	37.5%	25.0%	17.9%	8.9%	10.7%	10.7%	3.6%	3.6%	7.1%
	男性 60代	77	14.3%	35.1%	41.6%	18.2%	20.8%	10.4%	7.8%	3.9%	7.8%	6.5%	7.8%
	男性 70歳以上	49	8.2%	30.6%	28.6%	10.2%	12.2%	16.3%	6.1%	4.1%	14.3%	6.1%	8.2%
	女性 20代	63	41.3%	25.4%	20.6%	25.4%	15.9%	4.8%	6.3%	6.3%	1.6%	6.3%	9.5%
	女性 30代	95	53.7%	29.5%	21.1%	22.1%	14.7%	8.4%	5.3%	6.3%	4.2%	9.5%	8.4%
	女性 40代	67	53.7%	31.3%	22.4%	29.9%	22.4%	7.5%	7.5%	3.0%	3.0%	4.5%	4.5%
	女性 50代	60	43.3%	35.0%	25.0%	26.7%	21.7%	5.0%	6.7%	3.3%	1.7%	5.0%	6.7%
	女性 60代	60	26.7%	48.3%	20.0%	25.0%	18.3%	10.0%	8.3%	1.7%	8.3%	5.0%	5.0%
	女性 70歳以上	50	14.0%	32.0%	28.0%	22.0%	20.0%	10.0%	8.0%	4.0%	0.0%	10.0%	10.0%

5. 外食や食品購入について

(1) 食品表示等の確認頻度

問21 食品を選ぶとき、産地や賞味期限、原材料、添加物などの表示を確認しますか。(○は1つ)

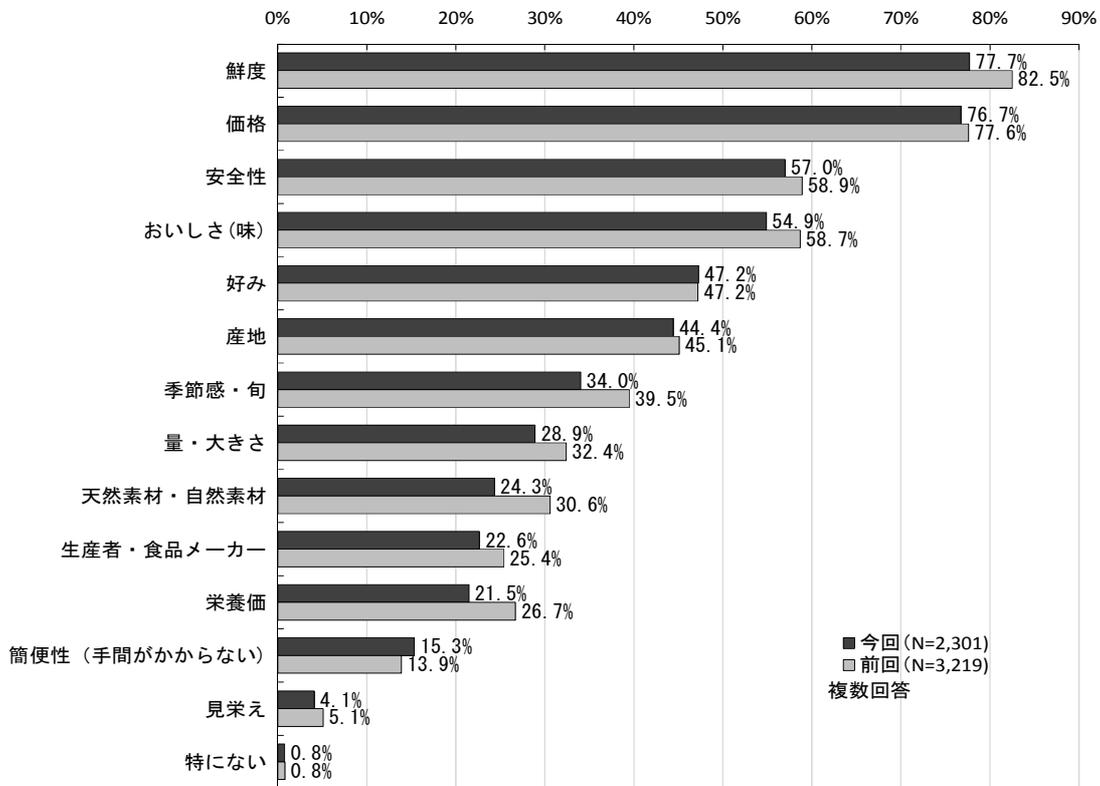
食品表示等の確認頻度は、「いつも確認している」が52.7%、「時々確認している」が34.6%と、これらを合わせた87.3%が「食品表示等の確認をしている」と回答しています。前回は86.9%で変化はみられませんでした。性別でみると、男性より女性の方が多く90%を超えています。前回と比較し、女性各年代で僅かですが増えています。



(2) 食品を選択する際に重視すること

問22 食品を選択する際にどのようなことを重視していますか。(〇はいくつでも)

食品を選択する際に重視することは、「鮮度」が77.7%、次いで「価格」が76.7%、「安全性」が57.0%、「おいしさ(味)」が54.9%となっており、前回と同じ順位でした。

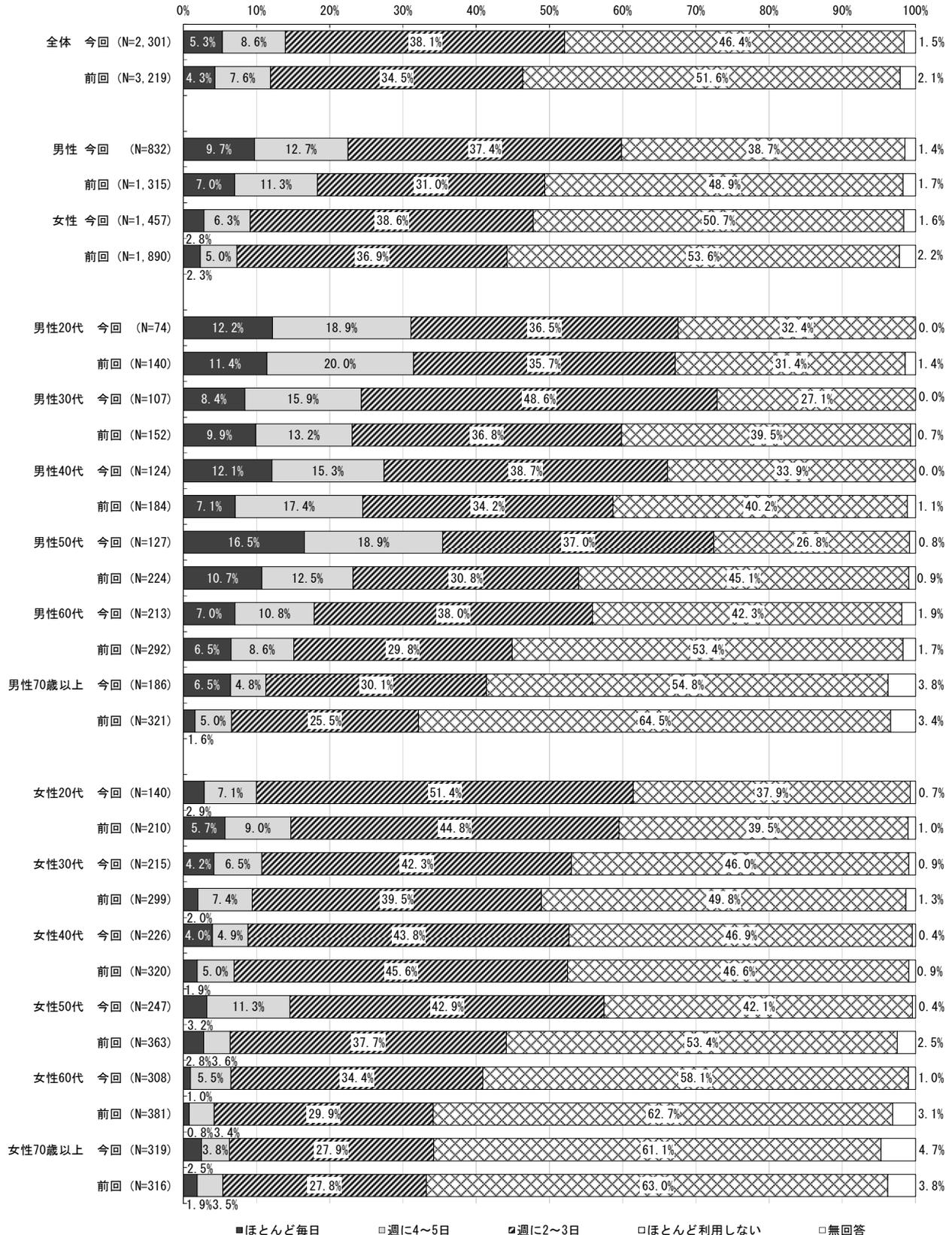


		サンプル数	鮮度	価格	安全性	おいしさ(味)	好み	産地	季節感・旬	量・大きさ	天然素材・自然素材	生産者・食品メーカー	栄養価	(簡便性 手間がかからない)	見栄え	特にない		
上段：今回 下段：前回																		
全体		2,301 3,219	77.7% 82.5%	76.7% 77.6%	57.0% 58.9%	54.9% 58.7%	47.2% 47.2%	44.4% 45.1%	34.0% 39.5%	28.9% 32.4%	24.3% 30.6%	22.6% 25.4%	21.5% 26.7%	15.3% 13.9%	4.1% 5.1%	0.8% 0.8%		
性・年代	男	性	832 1,315	66.3% 75.6%	74.3% 74.1%	45.8% 49.2%	52.9% 51.7%	52.4% 33.2%	31.3% 27.3%	20.7% 27.6%	26.8% 27.6%	14.3% 22.9%	18.9% 20.3%	14.4% 17.7%	14.4% 12.2%	5.8% 6.2%	1.3% 1.3%	
		女	1,457 1,890	84.2% 87.5%	78.2% 80.1%	63.5% 65.8%	56.3% 60.9%	44.5% 44.2%	52.0% 53.4%	41.6% 48.0%	30.3% 35.7%	30.1% 36.0%	24.8% 29.0%	25.3% 32.9%	15.9% 15.1%	3.1% 4.3%	0.5% 0.4%	
	男性	20代	74 140	37.8% 56.4%	85.1% 83.6%	28.4% 40.0%	63.5% 69.3%	66.2% 66.4%	17.6% 21.4%	9.5% 17.9%	37.8% 46.4%	9.5% 10.7%	8.1% 17.9%	8.1% 15.7%	13.5% 22.9%	12.2% 11.4%	0.0% 1.4%	
		30代	107 152	63.6% 69.7%	78.5% 75.7%	43.0% 44.7%	54.2% 58.6%	53.3% 51.3%	29.0% 34.9%	20.6% 25.0%	32.7% 38.8%	5.6% 16.4%	18.7% 18.4%	13.1% 10.5%	17.8% 13.8%	8.4% 4.6%	0.9% 2.0%	
		40代	124 184	60.5% 71.7%	77.4% 73.4%	48.4% 47.3%	56.5% 62.5%	58.1% 58.2%	36.3% 35.3%	18.5% 26.6%	33.1% 37.5%	14.5% 20.1%	17.7% 21.2%	15.3% 17.4%	20.2% 13.6%	5.6% 7.1%	0.8% 1.6%	
		50代	127 224	68.5% 77.7%	81.1% 76.8%	45.7% 50.4%	56.7% 58.5%	51.2% 51.3%	28.3% 31.3%	18.1% 25.0%	29.9% 28.6%	12.6% 21.4%	18.1% 21.0%	7.1% 12.9%	16.5% 11.6%	7.1% 8.0%	0.8% 1.3%	
		60代	213 292	72.8% 82.9%	70.9% 78.4%	46.9% 55.1%	48.8% 51.0%	49.3% 51.4%	32.9% 38.4%	21.6% 34.2%	18.8% 17.1%	16.0% 28.1%	22.1% 22.9%	13.6% 20.2%	12.7% 9.9%	3.3% 5.1%	1.9% 0.7%	
		70歳以上	186 321	74.7% 81.0%	65.1% 64.2%	51.6% 50.2%	47.3% 46.7%	46.8% 42.4%	34.9% 33.0%	27.4% 28.3%	22.0% 17.4%	20.4% 29.0%	21.0% 19.0%	23.1% 23.4%	9.1% 8.7%	3.8% 3.7%	2.2% 1.2%	
		女性	20代	140 210	65.0% 76.7%	88.6% 89.0%	47.9% 49.0%	58.6% 66.2%	57.1% 60.5%	33.6% 44.3%	24.3% 30.5%	48.6% 51.9%	12.1% 21.4%	14.3% 22.4%	19.3% 24.8%	17.1% 19.5%	5.0% 7.1%	0.0% 0.0%
			30代	215 299	82.3% 83.6%	88.8% 88.3%	55.8% 55.5%	60.5% 63.5%	45.1% 42.1%	55.8% 55.9%	30.2% 42.1%	41.9% 43.8%	19.1% 25.4%	19.1% 26.8%	19.5% 24.1%	23.3% 18.4%	4.2% 7.0%	0.5% 0.0%
			40代	226 320	81.9% 91.9%	85.0% 83.8%	65.9% 72.5%	56.6% 64.7%	42.0% 46.9%	54.9% 58.8%	40.3% 50.6%	35.8% 35.0%	23.5% 34.7%	27.9% 29.4%	21.2% 34.1%	16.8% 20.9%	4.4% 4.1%	0.4% 0.3%
			50代	247 363	87.9% 90.1%	81.0% 82.4%	70.0% 74.1%	62.8% 64.7%	42.5% 45.2%	57.5% 57.9%	44.1% 54.0%	27.1% 36.4%	33.6% 40.2%	24.3% 32.0%	22.7% 35.0%	18.2% 15.2%	2.8% 3.9%	0.4% 0.3%
			60代	308 381	90.9% 91.9%	75.0% 74.3%	69.5% 68.0%	56.5% 56.2%	43.2% 41.2%	54.9% 54.6%	48.7% 52.5%	27.3% 32.5%	37.0% 42.0%	31.2% 32.3%	30.5% 34.4%	13.3% 11.5%	1.0% 2.9%	0.3% 0.0%
			70歳以上	319 316	86.5% 85.8%	63.0% 67.1%	63.3% 67.7%	47.3% 52.2%	42.9% 35.4%	48.9% 45.3%	49.2% 50.3%	16.3% 21.2%	40.8% 44.9%	25.7% 27.8%	32.0% 41.1%	10.7% 7.6%	2.8% 2.2%	0.6% 1.6%

(3) 外食や市販の弁当、惣菜などの利用頻度

問23 外食や市販の弁当、惣菜などを利用しますか。(○は1つ)

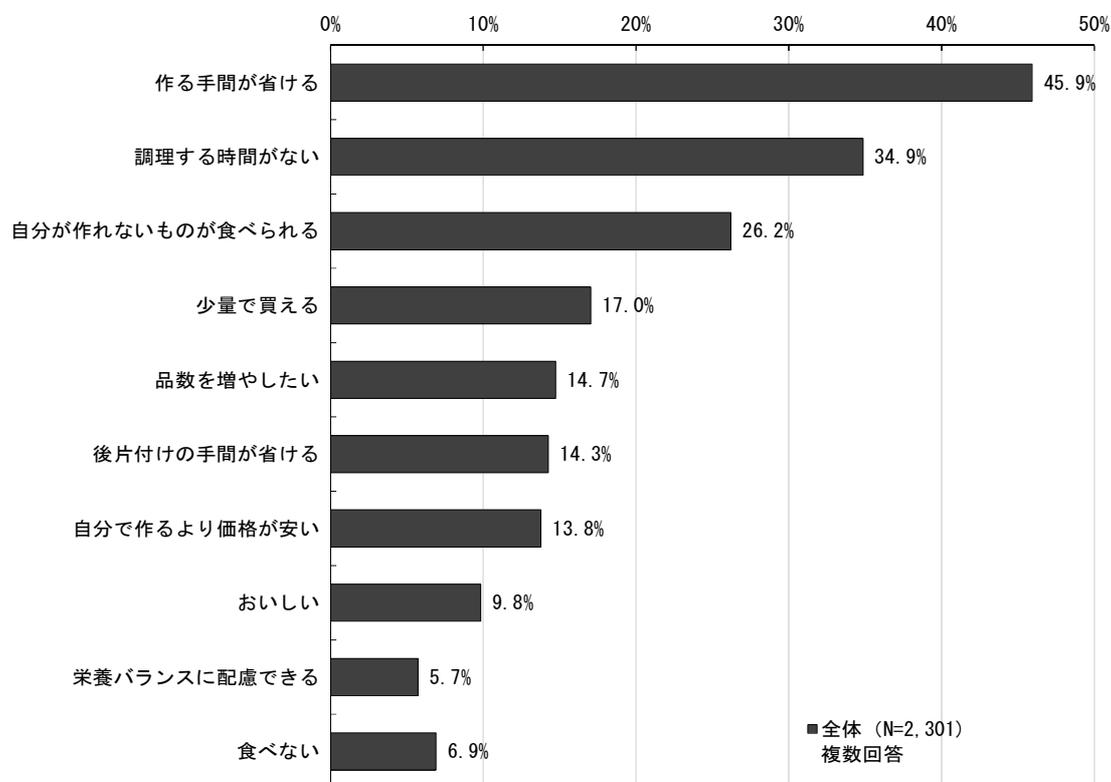
外食や市販の弁当、惣菜の利用頻度は、「ほとんど利用しない」が最多で46.4%となっています。利用しているなかでは、「ほとんど毎日」が5.3%、「週に4~5日」が8.6%、「週に2~3日」が38.1%となっています。前回と比較し「ほとんど利用しない」が減少し、「利用する」が増えています。



(4) 市販の弁当、惣菜などを利用する理由

問24 市販の弁当、惣菜などを利用する理由は何ですか。(○はいくつでも)

市販の弁当、惣菜などを利用する理由は、「作る手間が省ける」が45.9%、次いで「調理する時間がない」が34.9%、「自分が作れないものが食べられる」が26.2%となっています。



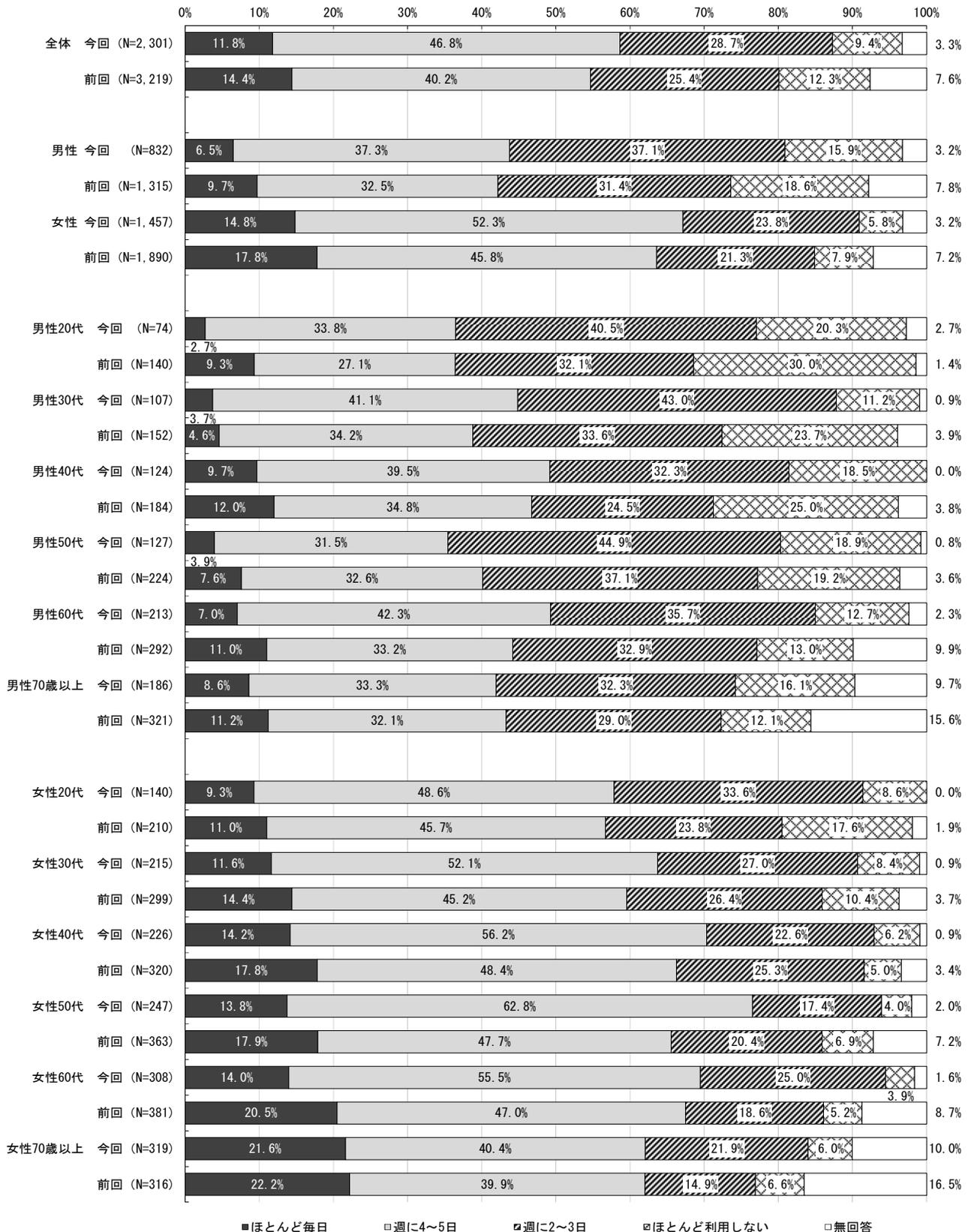
	サンプル数	作る手間が省ける	調理する時間がない	自分が作れないものが食べられる	少量で買える	品数を増やしたい	後片付けの手間が省ける	自分で作るより価格が安い	おいしい	栄養バランスに配慮できる	食べない	
全体	2,301	45.9%	34.9%	26.2%	17.0%	14.7%	14.3%	13.8%	9.8%	5.7%	6.9%	
性・年代	男性	832	53.6%	31.6%	26.8%	14.9%	8.9%	18.9%	15.7%	12.1%	5.3%	8.1%
	女性	1,457	41.9%	37.0%	25.9%	18.3%	18.1%	11.7%	12.6%	8.6%	5.9%	6.1%
	男性 20代	74	51.4%	33.8%	37.8%	8.1%	4.1%	20.3%	9.5%	24.3%	5.4%	5.4%
	男性 30代	107	58.9%	40.2%	26.2%	6.5%	9.3%	22.4%	14.0%	16.8%	0.9%	7.5%
	男性 40代	124	61.3%	49.2%	29.8%	10.5%	8.1%	21.0%	21.8%	10.5%	3.2%	4.0%
	男性 50代	127	63.8%	40.2%	19.7%	11.8%	10.2%	23.6%	24.4%	8.7%	5.5%	4.7%
	男性 60代	213	52.1%	24.4%	24.9%	21.6%	10.8%	17.4%	14.6%	11.3%	5.6%	10.3%
	男性 70歳以上	186	40.9%	16.1%	28.0%	19.9%	8.1%	13.4%	10.8%	9.1%	8.6%	11.8%
	女性 20代	140	56.4%	50.0%	35.0%	10.7%	15.0%	25.0%	10.7%	20.7%	5.0%	6.4%
	女性 30代	215	62.3%	51.6%	27.0%	12.1%	20.9%	18.1%	13.5%	11.2%	3.7%	6.5%
	女性 40代	226	46.0%	51.3%	23.9%	10.6%	21.2%	13.3%	15.0%	7.1%	4.4%	4.9%
	女性 50代	247	43.3%	48.6%	28.7%	23.5%	21.9%	8.9%	13.0%	7.7%	5.7%	4.0%
	女性 60代	308	37.7%	29.5%	22.1%	20.8%	19.5%	7.8%	13.6%	6.2%	5.5%	3.9%
	女性 70歳以上	319	21.9%	9.7%	24.1%	24.8%	11.0%	6.6%	10.0%	5.6%	9.4%	10.3%

(5) 栄養成分表示を参考にする頻度

問26 外食や食品購入の際に、栄養成分表示を参考にしていますか。

② 食品購入時

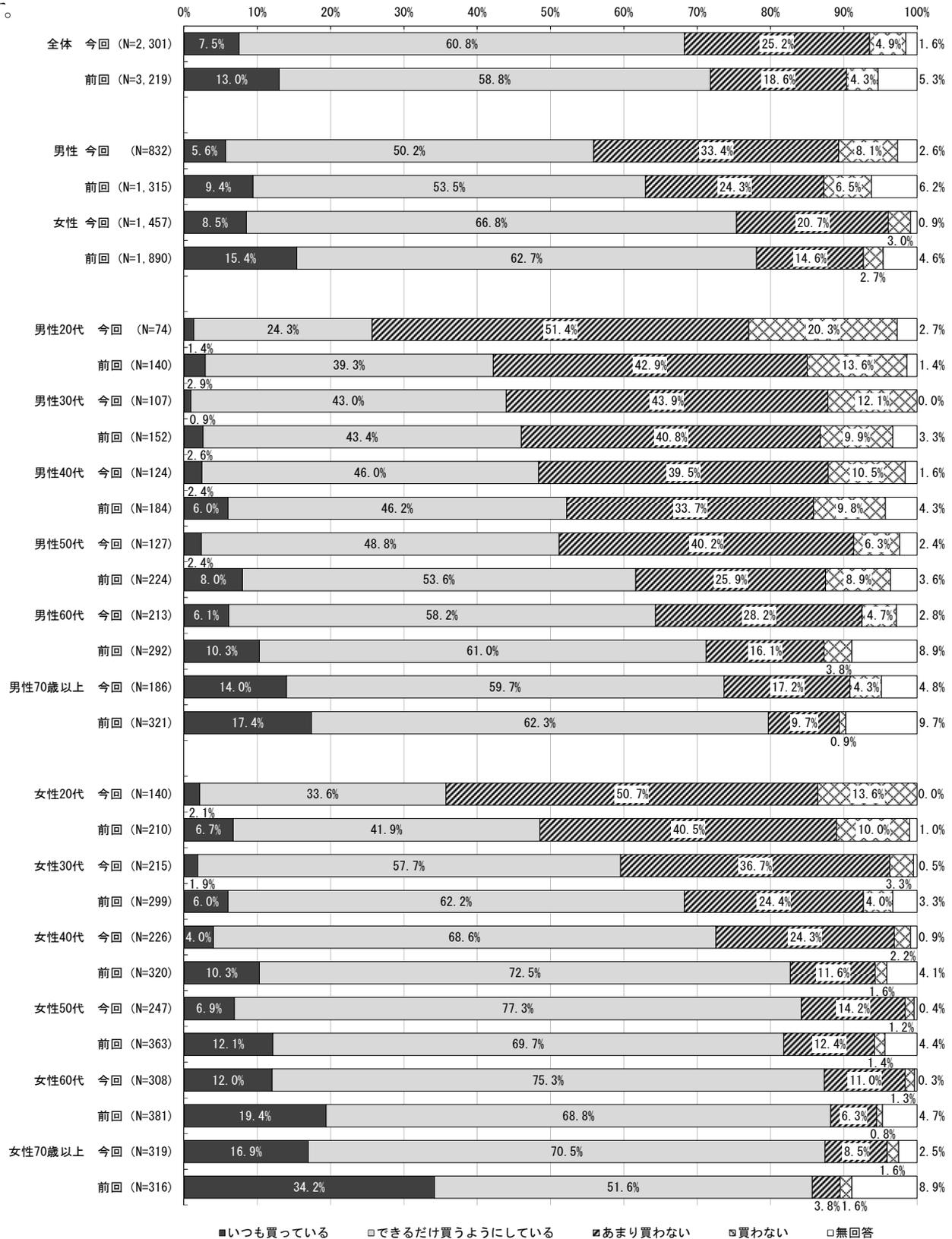
食品購入時の栄養成分表示を参考にする頻度は、「大いに参考にしている」が11.8%、「やや参考にしている」が46.8%と、「参考にしている」は58.6%となっており、前回54.6%から少し増え、「まったく参考にしていない」は12.3%から9.4%と減少しています。



(6) 地産地消の取組状況

問 28 野菜などの食品について、なるべく北九州市内産や福岡県内産のものを買うようにしていますか。
(○は1つ)

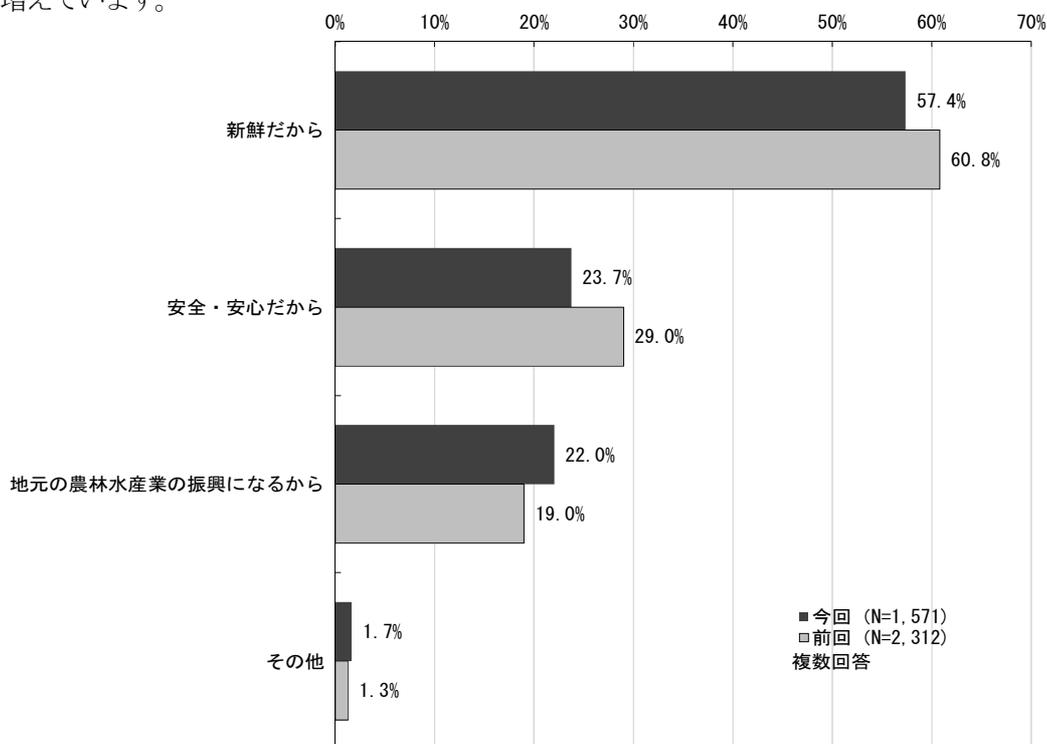
野菜などの食品を北九州市内産や福岡県内産を買うようにしているかは、「いつも買っている」が7.5%、「できるだけ買うようにしている」が60.8%となっており、これらを合わせて地産地消に取り組んでいる人が68.3%となっています。前回と比較し、「あまり買わない」「買わない」と回答した人が22.9%から30.1%と増えています。



(7) 地産地消に取り組んでいる理由

問 28-1 市内産や県内産のものを買うようにしている主な理由は何ですか。(〇はいくつでも)

野菜など北九州市内産や福岡県内産の食品を「いつも買っている」「できるだけ買うようにしている」と回答した人に、その理由をたずねたところ、「新鮮だから」が 57.4%となっています。前回と比較し、順位に変化はありませんが、「新鮮だから」「安全・安心だから」が減少し、「地元の農林水産業の振興になるから」が 19.0%から 22.0%と増えています。

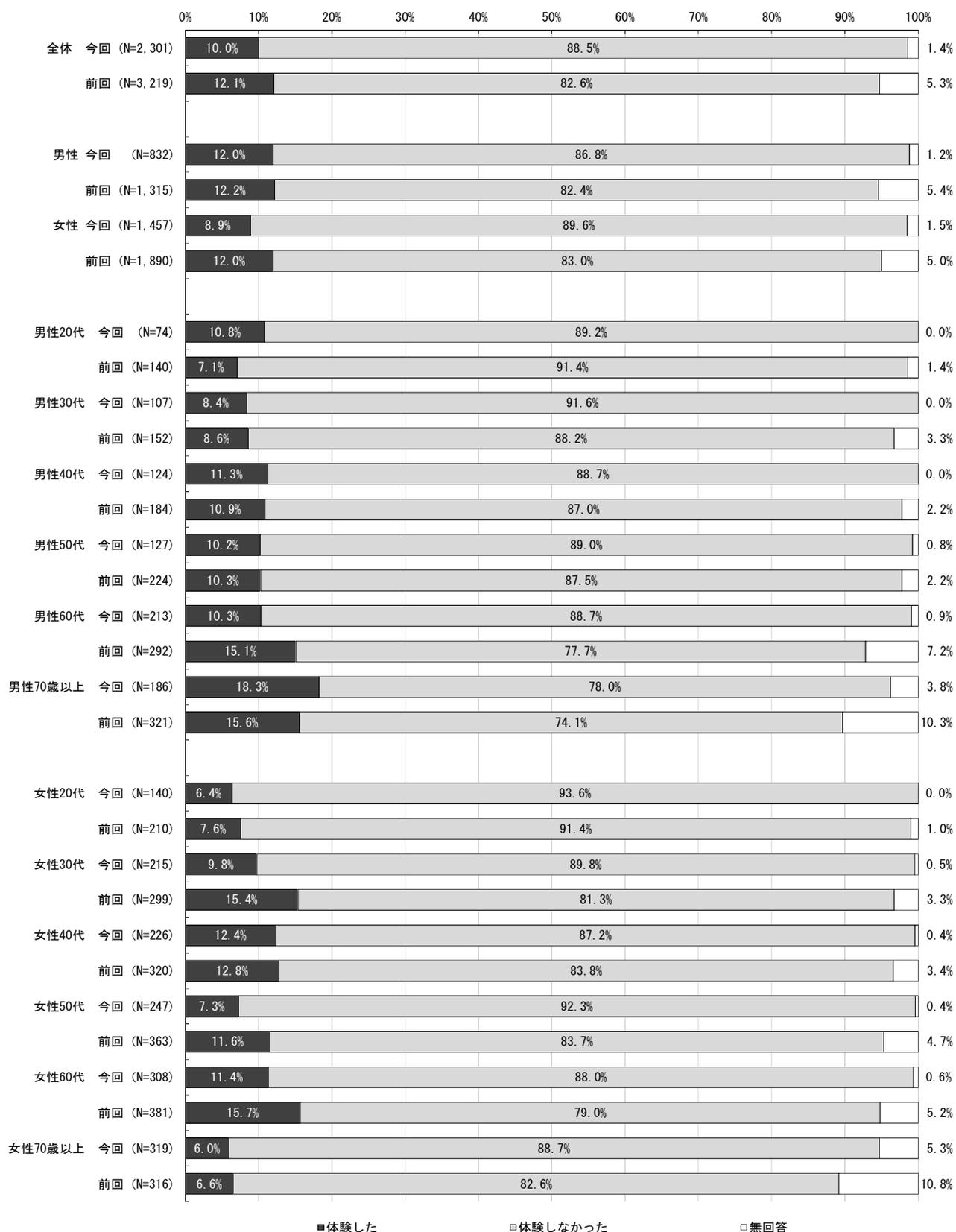


		サンプル数	新鮮だから	安全・安心だから	地元の農林水産業の振興になるから	その他
上段：今回 下段：前回						
全体		1,571 2,312	57.4% 60.8%	23.7% 29.0%	22.0% 19.0%	1.7% 1.3%
性・年代	男性	465 828	50.3% 56.4%	21.5% 24.4%	30.3% 23.2%	1.5% 1.7%
	女性	1,098 1,476	60.6% 63.4%	24.5% 31.4%	18.6% 16.6%	1.7% 12.0%
	男性 20代	19 59	52.6% 47.5%	21.1% 20.3%	26.3% 32.2%	0.0% 5.1%
	男性 30代	47 70	36.2% 44.3%	36.2% 34.3%	34.0% 31.4%	4.3% 2.9%
	男性 40代	60 96	46.7% 52.1%	10.0% 19.8%	41.7% 37.5%	1.7% 1.0%
	男性 50代	65 138	47.7% 47.8%	23.1% 25.4%	38.5% 30.4%	0.0% 1.4%
	男性 60代	137 208	52.6% 56.7%	16.1% 27.4%	31.4% 17.8%	1.5% 2.4%
	男性 70歳以上	137 256	55.5% 67.6%	26.3% 21.5%	19.7% 14.1%	1.5% 0.4%
	女性 20代	50 102	50.0% 56.9%	32.0% 38.2%	24.0% 16.7%	2.0% 1.0%
	女性 30代	128 204	55.5% 62.7%	32.8% 29.9%	22.7% 23.0%	0.8% 2.9%
	女性 40代	164 265	57.9% 63.0%	18.3% 34.3%	26.2% 19.6%	3.7% 1.1%
	女性 50代	208 297	52.9% 63.0%	25.5% 29.0%	23.1% 17.8%	3.4% 1.3%
	女性 60代	269 336	66.2% 67.6%	19.7% 26.2%	16.4% 14.3%	1.5% 0.3%
	女性 70歳以上	279 271	66.7% 62.0%	26.9% 36.5%	10.0% 10.3%	0.0% 0.7%

(8) 農林漁業体験の有無

問29 あなたは、この1年間に農林漁業体験をしましたか。(○は1つ)

この1年間の農林漁業体験は、「体験した」が10.0%、「体験しなかった」が88.5%となっています。前回の82.6%から88.5%に増えています。

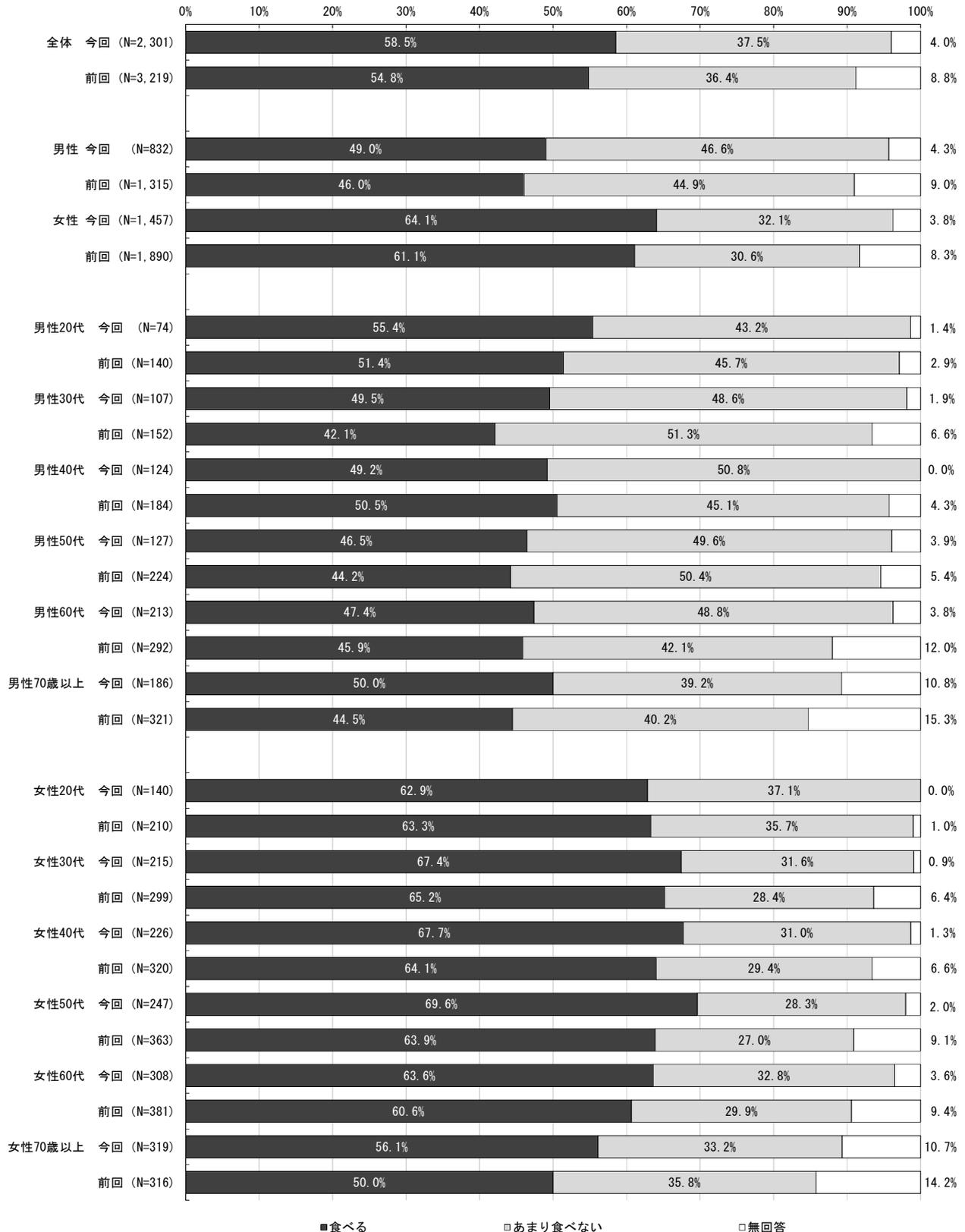


6. 食文化について

(1) 行事食の摂取状況

問30 季節や地域の行事のときに、行事食を食べますか。(○は1つ)

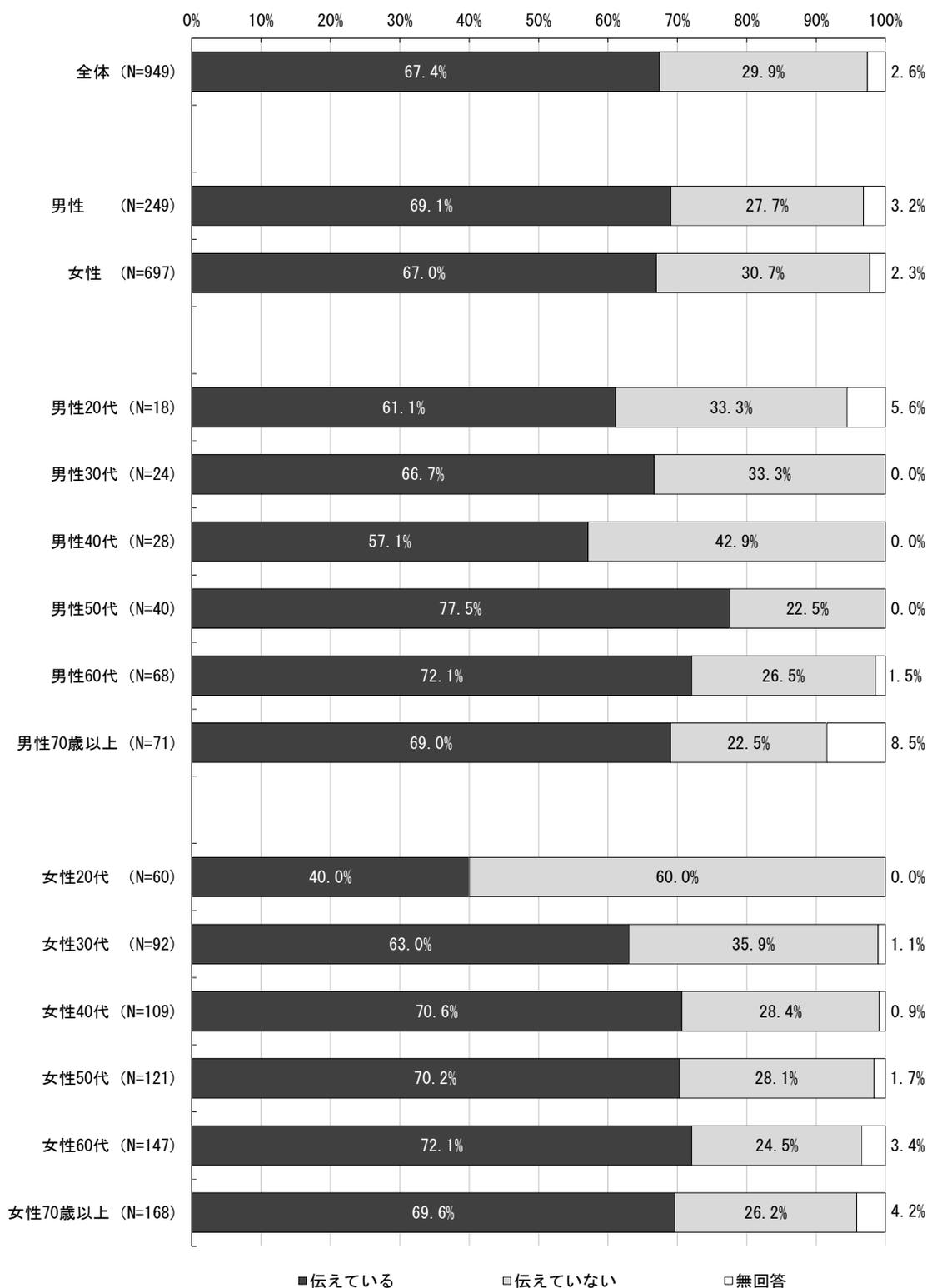
行事食は、「食べる」が58.5%、「あまり食べない」が37.5%となっています。前回と比較し大きな変化はみられませんでしたが。



(2) 伝統料理や作法等の伝承に対する意向

問 31-1 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において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、地域や次世代（子供やお孫さんを含む）に対し伝えていますか。（○は1つ）

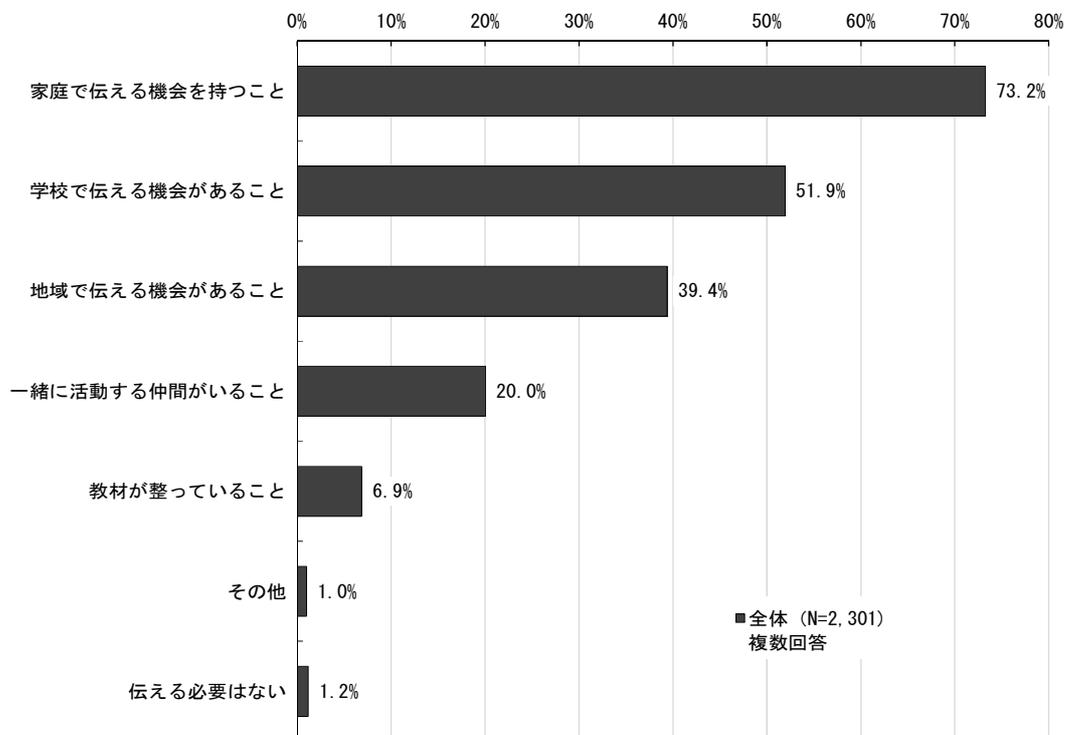
地域や家庭で受け継がれてきた郷土料理や伝統料理、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいると回答した人に、地域や次世代（子供やお孫さんを含む）に対して伝えているかどうかたずねたところ、「伝えている」が67.4%、「伝えていない」が29.9%となっています。女性20代では「伝えていない」が60.0%と他世代に比較し多くなっています。



(3) 伝統料理や作法等の伝承のために必要なこと

問 32 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・作法を受け継ぐためには、どのようなことが必要だと思いますか。(〇はいくつでも)

伝統料理や作法等の伝承のために必要なことは、「家庭で伝える機会を持つこと」が73.2%、「学校で伝える機会があること」が51.9%、「地域で伝える機会があること」が39.4%となっています。



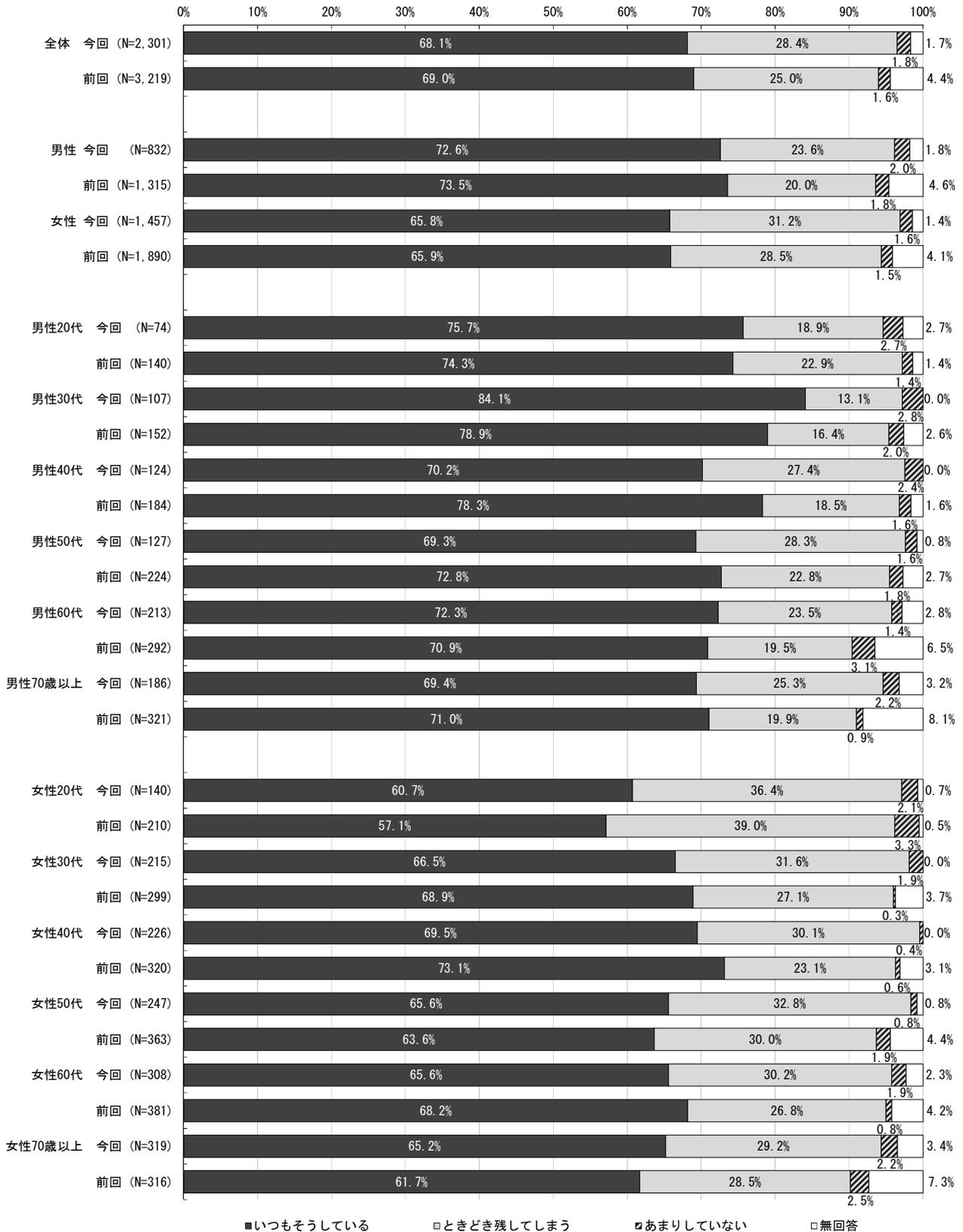
	サンプル数	家庭で伝える機会を持つこと	学校で伝える機会があること	地域で伝える機会があること	一緒に活動する仲間がいること	教材が整っていること	その他	伝える必要はない	
全体	2,301	73.2%	51.9%	39.4%	20.0%	6.9%	1.0%	1.2%	
性・年代	男性	832	68.6%	49.6%	39.3%	17.5%	7.8%	1.4%	1.9%
	女性	1,457	76.1%	53.4%	39.5%	21.5%	6.4%	0.7%	0.8%
	男性 20代	74	81.1%	66.2%	28.4%	21.6%	6.8%	0.0%	0.0%
	男性 30代	107	73.8%	63.6%	46.7%	22.4%	11.2%	1.9%	2.8%
	男性 40代	124	69.4%	62.9%	52.4%	16.1%	6.5%	1.6%	3.2%
	男性 50代	127	73.2%	49.6%	37.8%	16.5%	7.1%	1.6%	0.0%
	男性 60代	213	64.3%	43.2%	37.1%	16.0%	9.9%	1.9%	2.8%
	男性 70歳以上	186	61.8%	33.9%	34.4%	16.7%	5.4%	1.1%	1.6%
	女性 20代	140	72.1%	74.3%	37.1%	20.7%	7.9%	0.0%	0.0%
	女性 30代	215	82.3%	68.4%	38.6%	19.1%	7.4%	0.0%	0.9%
	女性 40代	226	80.5%	56.2%	48.2%	22.1%	4.9%	0.4%	0.4%
	女性 50代	247	78.1%	56.3%	44.5%	24.3%	7.7%	1.2%	1.2%
	女性 60代	308	73.1%	49.7%	42.5%	22.7%	6.2%	0.6%	0.6%
	女性 70歳以上	319	72.4%	33.9%	28.2%	19.7%	5.3%	1.3%	0.6%

7. 食品の廃棄について

(1) 食事を残さず食べる頻度

問33 出された食事は残さず食べるようにしていますか。(○は1つ)

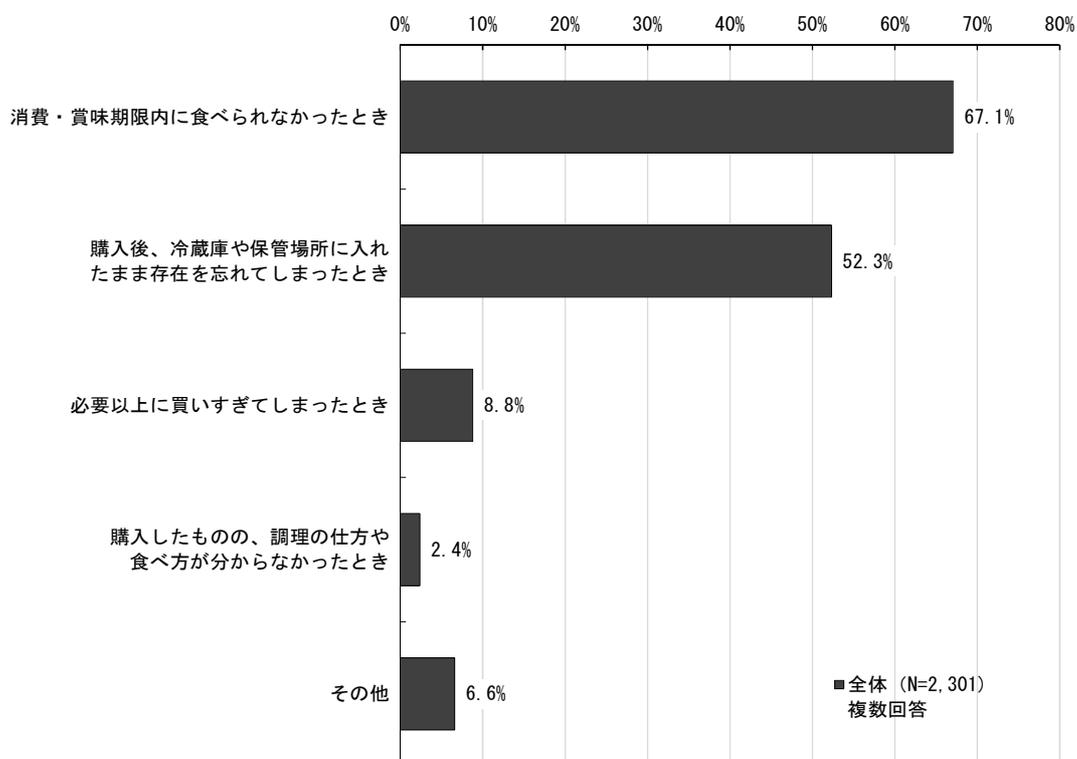
食事を残さず食べる頻度は、「いつもそうしている」が68.1%、「ときどき残してしまう」が28.4%となっています。前回と比較し変化はみられませんでした。



(2) 食品を廃棄する状況

問34 どのようなときに食品を捨てますか。(〇はいくつでも)

どのような時に食品を捨てるかは、「消費・賞味期限内に食べられなかったとき」が67.1%、「購入後、冷蔵庫や保管場所に入れたまま存在を忘れてしまったとき」が52.3%となっています。



	サンプル数	消費・賞味期限内に食べられなかったとき	購入後、冷蔵庫や保管場所に入れたまま存在を忘れてしまったとき	必要以上に買いすぎたとき	購入したものの、調理の仕方や食べ方が分からなかったとき	その他	
全体	2,301	67.1%	52.3%	8.8%	2.4%	6.6%	
性・年代	男性	832	64.3%	48.6%	8.4%	1.7%	7.8%
	女性	1,457	68.9%	54.7%	9.1%	2.8%	5.9%
	男性 20代	74	67.6%	39.2%	8.1%	1.4%	9.5%
	男性 30代	107	77.6%	45.8%	6.5%	0.9%	3.7%
	男性 40代	124	70.2%	47.6%	8.9%	1.6%	7.3%
	男性 50代	127	66.9%	52.0%	8.7%	3.9%	5.5%
	男性 60代	213	63.4%	52.6%	7.0%	1.9%	9.9%
	男性 70歳以上	186	51.1%	47.8%	10.8%	0.5%	9.1%
	女性 20代	140	84.3%	42.9%	12.9%	4.3%	4.3%
	女性 30代	215	78.6%	51.6%	6.5%	3.3%	4.7%
	女性 40代	226	70.8%	52.7%	4.0%	3.5%	8.0%
	女性 50代	247	67.2%	56.7%	8.9%	3.2%	6.1%
	女性 60代	308	67.9%	58.8%	10.7%	2.6%	5.5%
女性 70歳以上	319	56.7%	58.3%	11.6%	1.3%	6.3%	

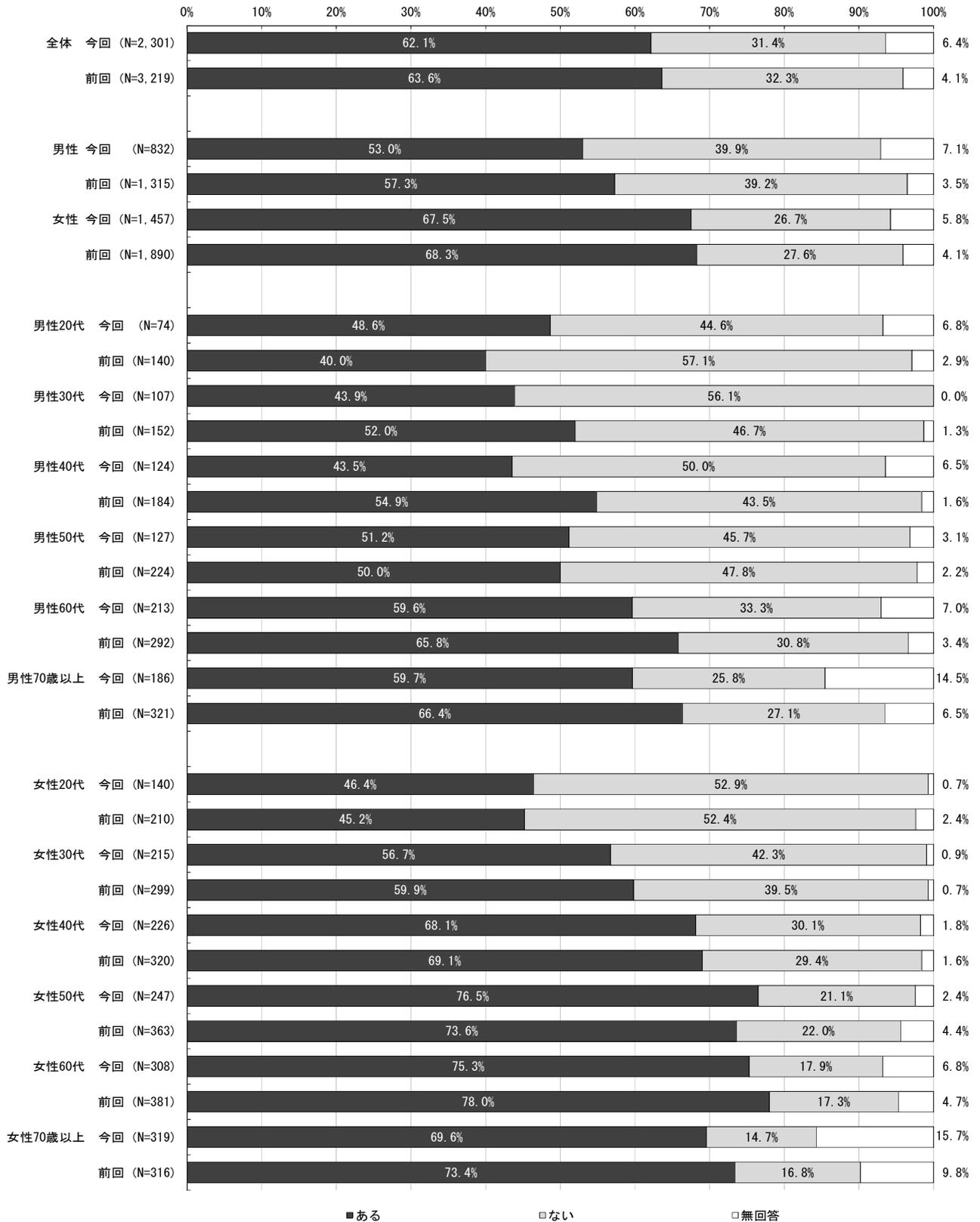
(3) 食品の廃棄を減らすための取組状況

問35 食品を捨てる量（生ごみ）を減らすために行っていることがありますか。（○は1つ）

食品を捨てる量（生ごみ）を減らすために行っていることは、「ある」が62.1%で、前回の63.6%と比較し変化はみられませんでした。

性別で見ると、男性より女性の方が多くなっています。

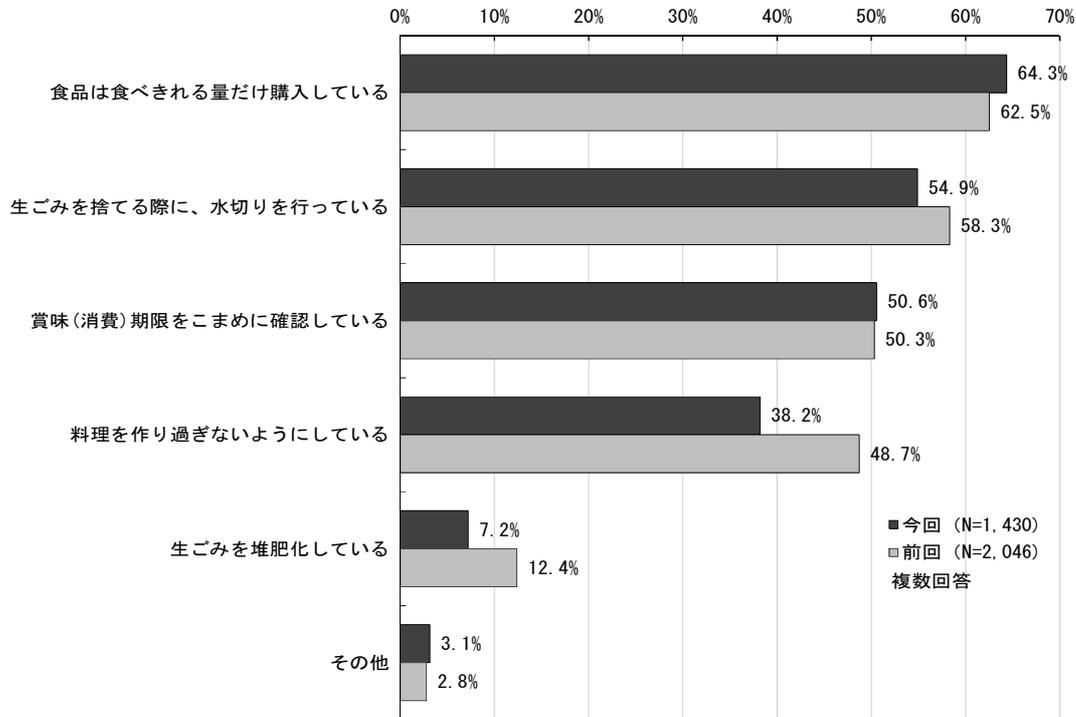
前回と比較し、男性30代～40代では取り組みを実施している人が減少していますが、20代では増加しています。



(4) 食品の廃棄を減らすための取組内容

問35-1 どのようなことを行っていますか。(〇はいくつでも)

生ごみを減らすために行っていることが「ある」と回答した人に対して、どのようなことを行っているのかたずねたところ、「食品は食べきれぬ量だけ購入している」が64.3%で、最も多くなっています。次いで「生ごみを捨てる際に、水切りを行っている」が54.9%、「賞味(消費)期限をこまめに確認している」が50.6%となっています。「料理を作りすぎないようにしている」が38.2%で、前回の48.7%より減少しています。



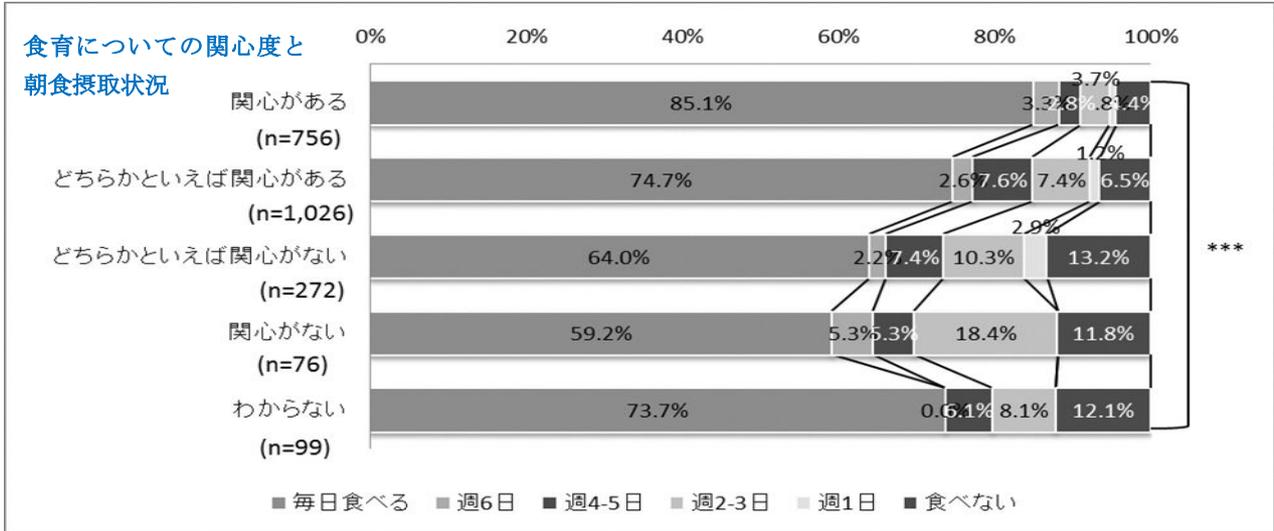
	サンプル数	上段：今回 下段：前回					
		食品は食べきれぬ量だけ	生ごみを捨てる際に、水	賞味(消費)期限をこま	料理を作りすぎないように	生ごみを堆肥化している	その他
全体	1,430	64.3%	54.9%	50.6%	38.2%	7.2%	3.1%
	2,046	62.5%	58.3%	50.3%	48.7%	12.4%	2.8%
男	441	67.8%	43.3%	50.1%	30.4%	5.0%	1.8%
	754	62.1%	48.3%	47.6%	40.1%	13.1%	2.7%
女	984	62.7%	60.1%	50.8%	41.6%	8.2%	3.8%
	1,291	62.7%	64.2%	51.9%	53.8%	11.9%	2.9%
男性 20代	36	72.2%	22.2%	41.7%	19.4%	0.0%	0.0%
	56	60.7%	41.1%	41.1%	23.2%	5.4%	1.8%
男性 30代	47	63.8%	31.9%	46.8%	25.5%	2.1%	4.3%
	79	78.5%	38.0%	49.4%	39.2%	1.3%	1.3%
男性 40代	54	79.6%	31.5%	48.1%	11.1%	3.7%	1.9%
	101	64.4%	41.6%	49.5%	33.7%	9.9%	4.0%
男性 50代	65	66.2%	40.0%	49.2%	27.7%	1.5%	3.1%
	112	63.4%	41.1%	52.7%	39.3%	8.0%	2.7%
男性 60代	127	70.1%	48.8%	49.6%	32.3%	7.1%	1.6%
	192	57.3%	50.5%	44.8%	40.1%	13.0%	4.7%
男性 70歳以上	111	60.4%	56.8%	56.8%	45.0%	8.1%	0.9%
	213	59.2%	58.7%	47.4%	47.9%	23.9%	0.9%
女性 20代	65	76.9%	26.2%	52.3%	18.5%	0.0%	1.5%
	95	72.6%	48.4%	53.7%	45.3%	1.1%	5.3%
女性 30代	122	63.9%	46.7%	52.5%	29.5%	5.7%	1.6%
	179	69.3%	58.1%	54.2%	45.3%	6.7%	3.4%
女性 40代	154	73.4%	54.5%	50.6%	37.0%	4.5%	5.2%
	221	73.3%	56.1%	47.5%	55.7%	5.9%	2.3%
女性 50代	189	66.7%	61.4%	49.2%	43.9%	6.3%	2.1%
	267	60.7%	65.2%	51.7%	56.9%	12.4%	4.1%
女性 60代	232	56.9%	68.1%	51.3%	50.0%	9.1%	6.0%
	297	52.5%	71.0%	52.9%	52.9%	15.8%	2.7%
女性 70歳以上	222	53.2%	71.6%	50.5%	47.3%	15.3%	3.6%
	232	59.1%	73.3%	52.6%	59.9%	20.7%	0.9%

第3章 設問間のクロス集計結果および検定結果

1. 食育についての関心度との関連(クロス集計)

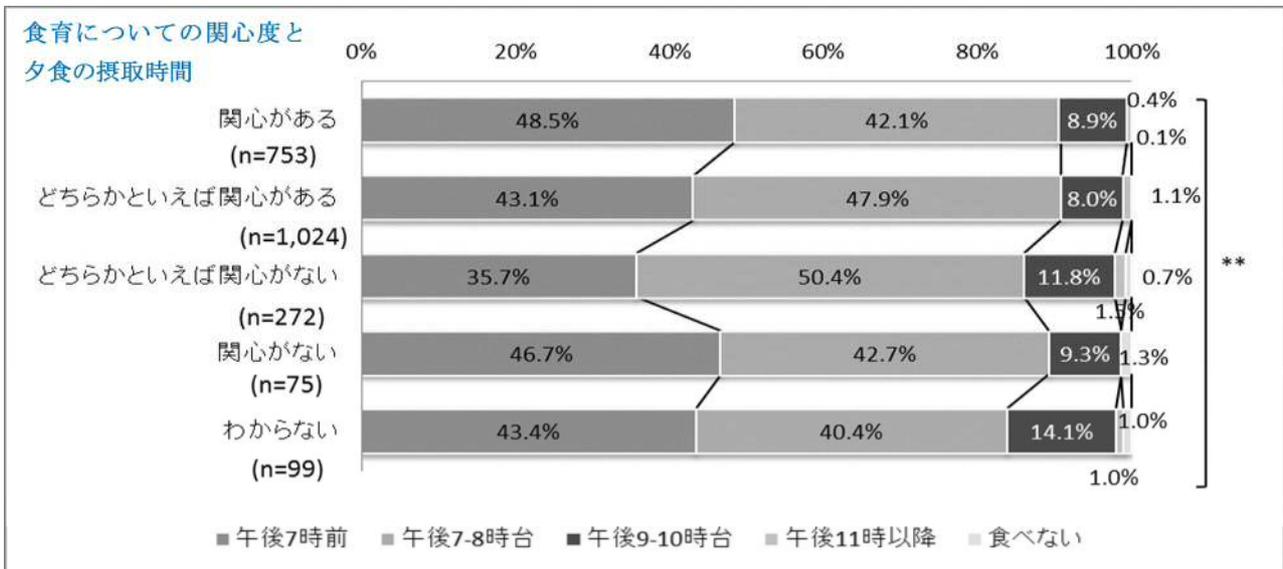
1) 食育についての関心度と朝食摂取状況

「食育に関心がある群」では、朝食を毎日摂取しており（85.1%）、「食育に関心がない群」では、朝食を毎日摂取している割合が59.2%と「食育に関心がある群」に比べ有意に低いことがわかりました。



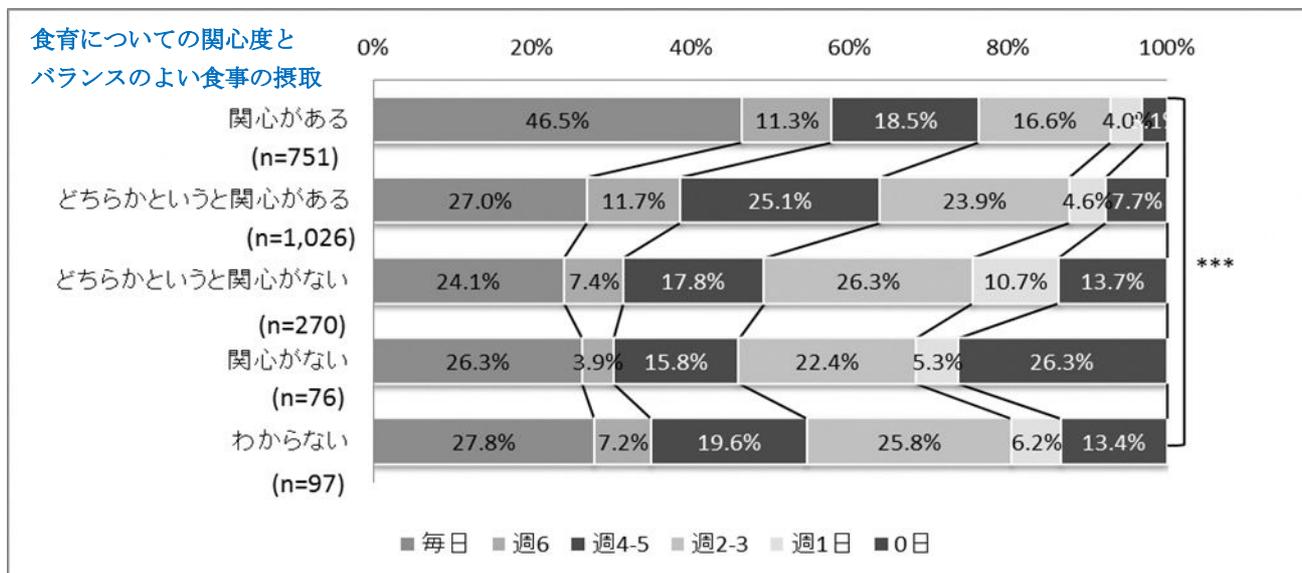
2) 食育についての関心度と夕食の摂取時間

「食育に関心がある群」と「食育に関心がない群」の両群に顕著な差は見られませんでした。



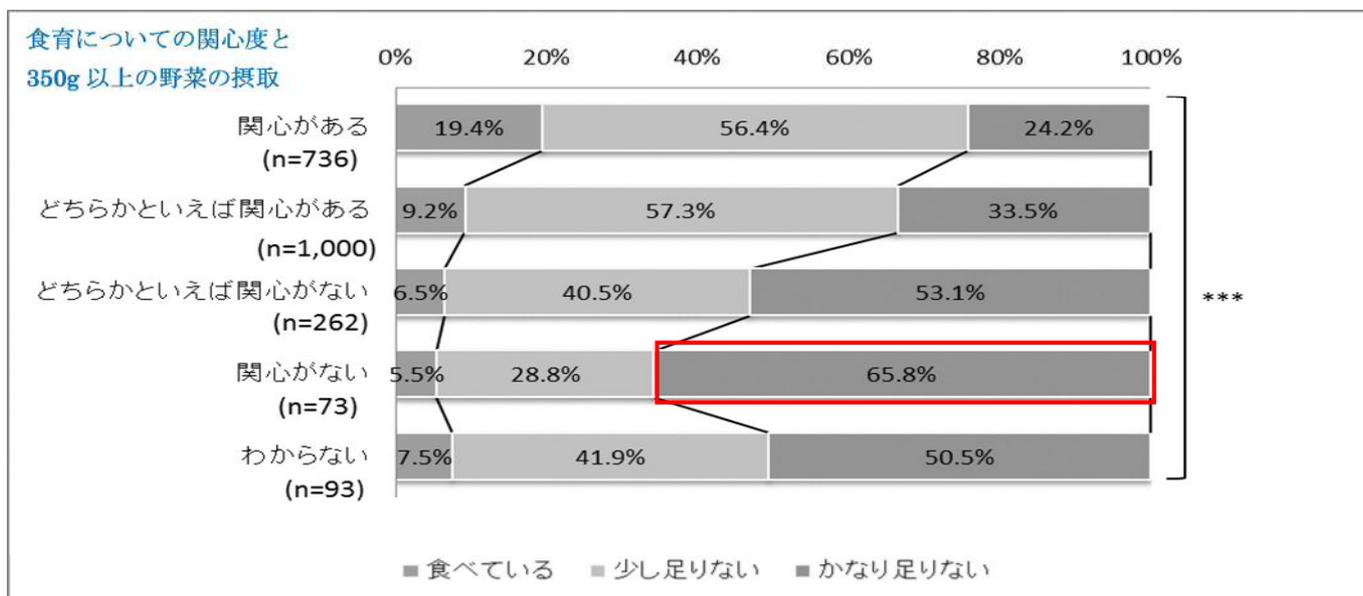
3) 食育についての関心度と主食・主菜・副菜（バランスのよい食事）の摂取

「食育に関心がある群」では毎日バランスのよい食事を摂取しており（46.5%）、他の群に比較すると有意に高い差が見られました。また、「食育に関心がない群」において、バランスのよい食事を摂取している日が週に一度もない（0日）割合が26.3%と、高い結果が見られました。



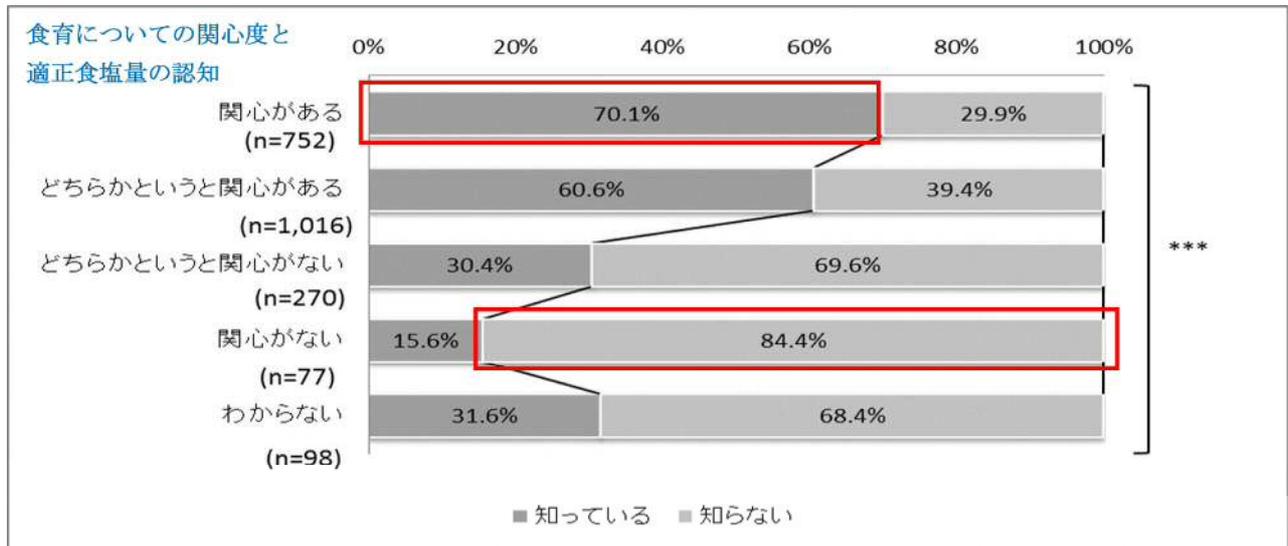
4) 食育についての関心度と 350g 以上（推奨量以上）の野菜の摂取状況

「食育に関心がある群」では 350g 以上の野菜を摂取している割合が 19.4%と高く、他の群に比較し有意に高い傾向がみられました。一方、「食育に関心がない群」では、野菜の摂取量がかなり足りないと回答した割合が 65.8%で、「食育に関心がある群 24.2%」と比較して有意に高いことがわかりました。



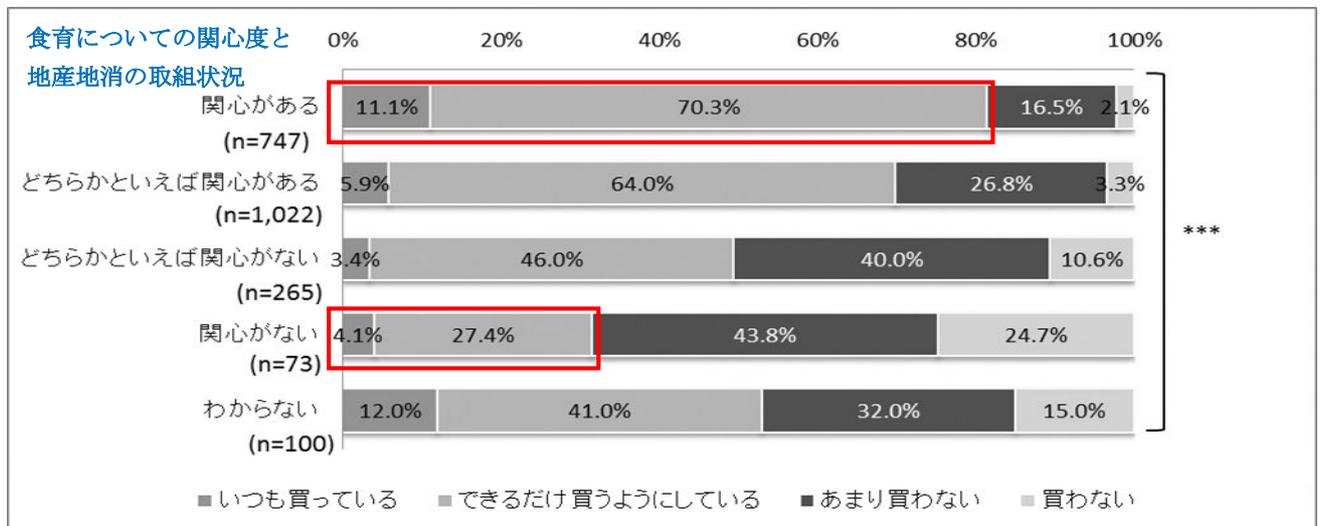
5) 食育についての関心度と適正食塩量の認知

「食育に関心がある群」では適正な食塩摂取量を認知している割合が70.1%と顕著に高く、「食育に関心がない群」(15.6%)との認知度に有意に差があることがわかりました。



6) 食育についての関心度と地産地消の取組状況

「食育に関心がある群」では北九州市内産や福岡県産の食品を購入する割合（「いつも買っている」＋「できるだけ買うようにしている」）が81.4%と、「食育に関心がない群」の31.5%に比較して有意に高い結果がみられました。



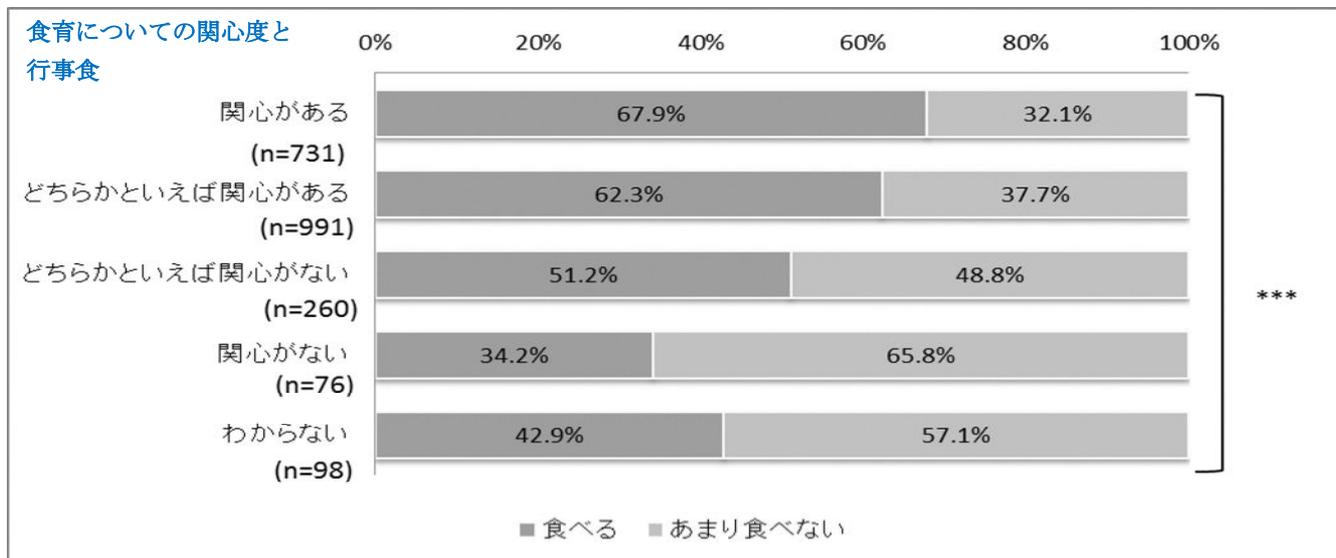
7) 食育についての関心と農林漁業体験

「食育に関心がある群」では、この1年間で農林漁業体験をしている割合が13.4%と「食育に関心がない群」5.3%や「どちらかといえば食育に関心がない群」5.2%より高い傾向が見られました。



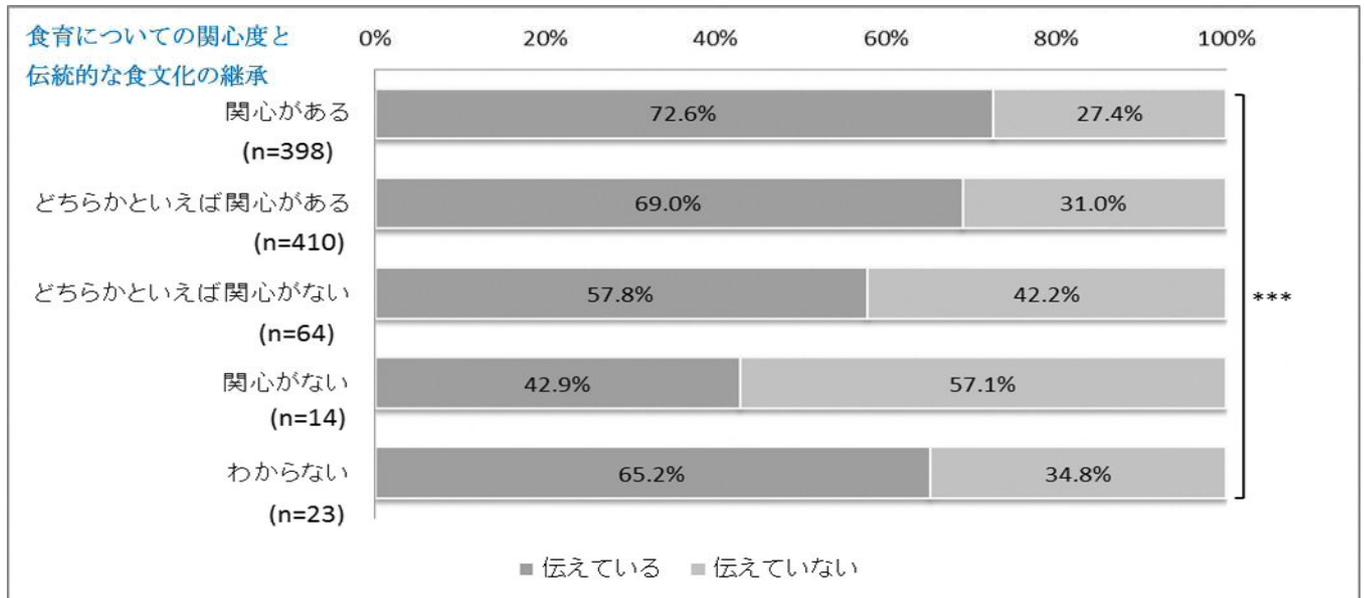
8) 食育についての関心度と行事食

「食育に関心がある群」では行事食を食べる割合が67.9%と、「食育に関心がない群」の34.2%に比較し有意に高いことがわかりました。



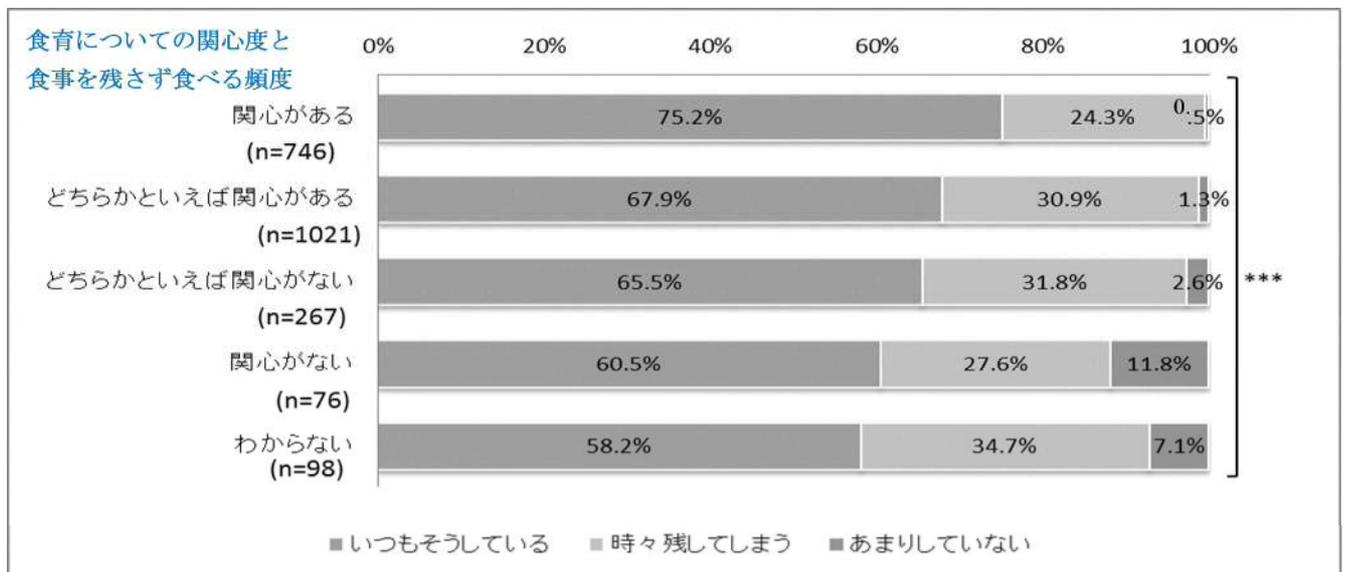
9) 食育への関心と伝統的な食文化の継承

「食育に関心がある群」では、伝統的な食文化を伝えている割合が 72.6%で、「食育に関心がない群」の 42.9%に比較すると顕著な差が見られました。「食育に関心がある群」では、伝統的な食文化を継承していこうとする強い思いがあることが考えられます。



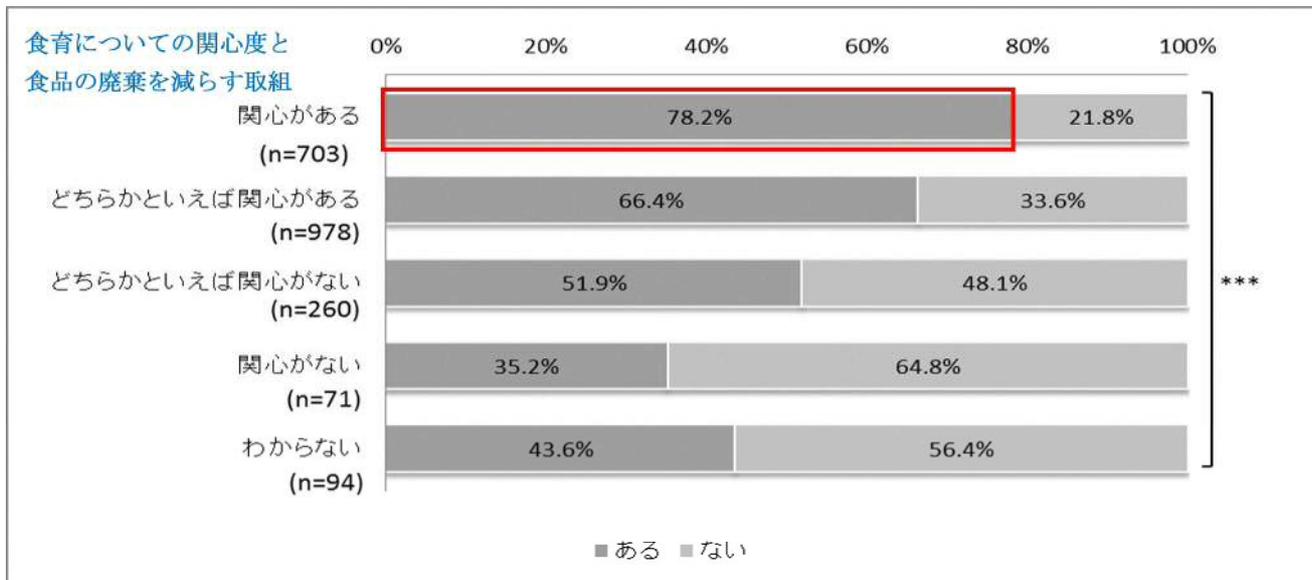
10) 食育についての関心度と食事を残さず食べる頻度

「食育に関心がある群」では、食事を残さず食べるようにしている割合が 75.2%で、「食育に関心がない群」60.5%に比較し、高いことがわかりました。



11) 食育についての関心度と食品の廃棄（生ごみ）を減らす取組

「食育に関心がある群」では食品の廃棄を減らすための取組を行っている割合が 78.2%と、「食育に関心がない群」 35.2%に比較して顕著に高い傾向にありました。



食育についての関心度との関連に関する考察

「食育に関心のある群」では、朝食を毎日食べる割合が高く（85.1%）、また、栄養バランスのとれた（主食・主菜・副菜）食事を毎日摂取している割合が、「食育に関心がない群」に比較し、顕著に高い（46.5%）結果となりました。さらに「食育について関心がある群」では、1日に 350g 以上の野菜（推奨量以上の野菜）を摂取している割合が「食育に関心がない群」に比べ有意に高い結果となりました。食育に関心がある人は、朝食摂取の重要性や、栄養バランスのとれた食事の重要性を、野菜の摂取に関しては、推奨量以上の野菜量が「1日 350g 以上」であることを認知している可能性が高いことが考えられます。さらに、野菜の身体への効能についても知っている可能性が高いと考えます。また、適正食塩量の摂取においても「食育に関心がある群」（70.1%）では、「食育に関心がない群」（15.6%）に比較し、有意に認知度が高いことがわかりました。このことは、食育に関心をもってもらうことの必要性を強く感じる結果となりました。地産地消の取り組み状況についても、「食育に関心がある群」が「食育に関心がない群」に比較し、北九州市内産や福岡県内産の食品を購入しようとする傾向が強く見られました。行事食や、伝統的な食文化の継承に関しても、「食育に関心がある群」の方が、「食育に関心がない群」よりも食文化の重要性を認識している人が多いこともわかりました。さらには食事を残さず食べることや食品の廃棄（生ごみ）を減らす取り組みにおいても、食育への関心と強いつながりがあることがわかりました。

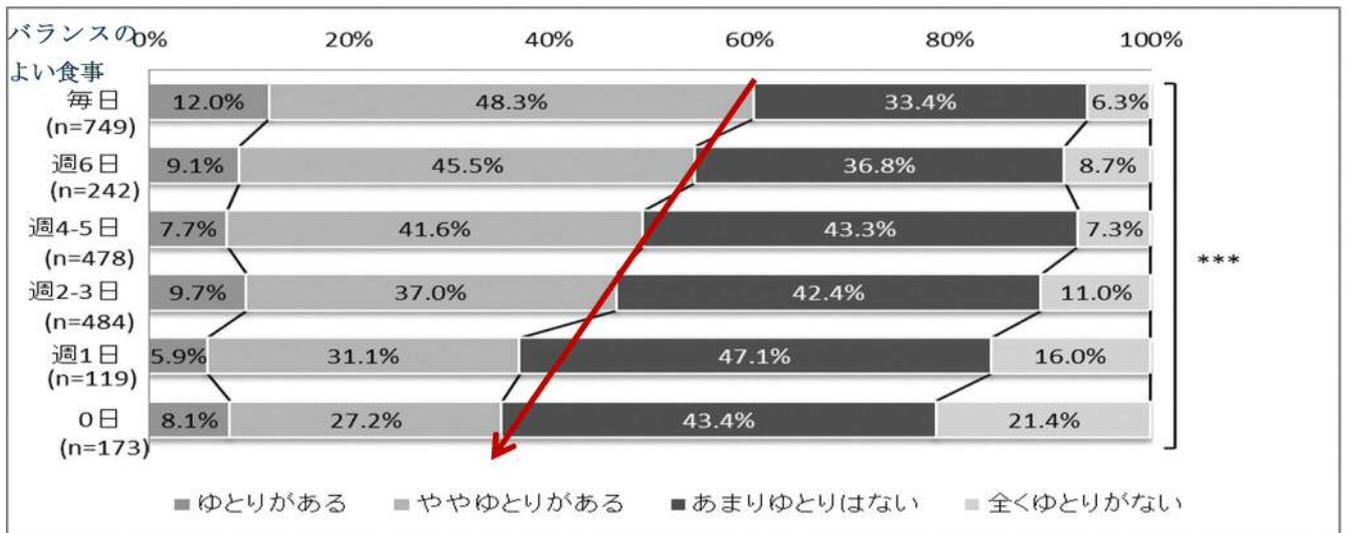
本市では「食育に関心がある者の割合」を平成 30 年度の目標値として、90%以上（20 歳以上）と設定しています。今回の調査（現状値）では、食育に関心がある者（「関心がある」+「どちらかといえば関心がある」）の割合は 77.9%でした。今後 90%を目標に、さまざまな食育推進活動を展開していく必要があると考えます。

2. 食事の内容との関連 (クロス集計)

1 日に2回以上主食・主菜・副菜をそろえて食べる (バランスのよい食事) との関係

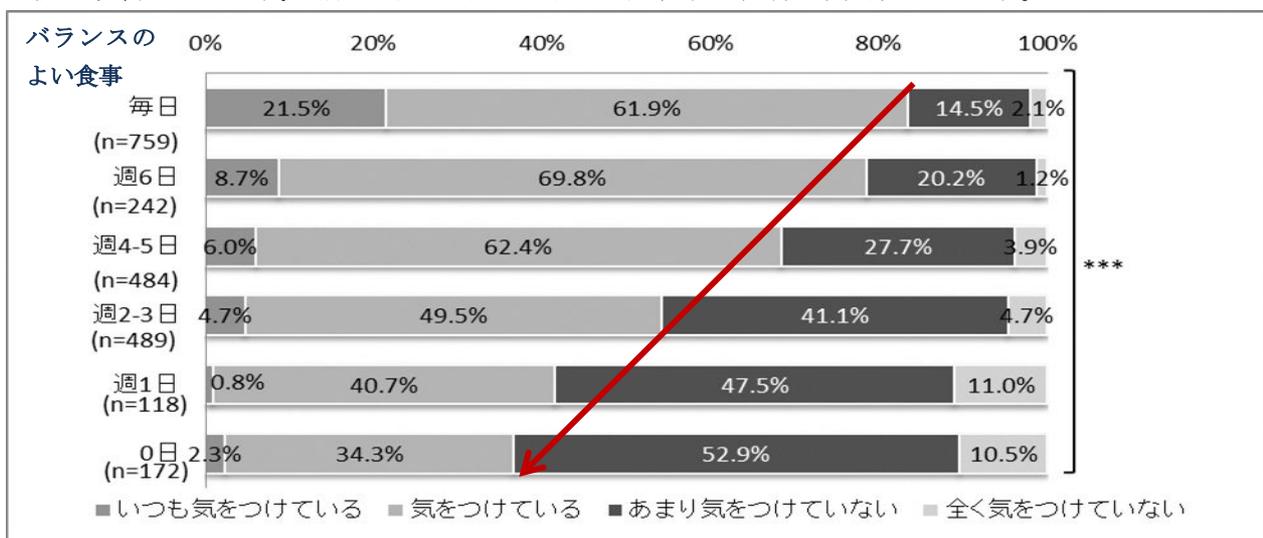
1) 暮らし向きとの関係

「暮らし向きにゆとりがある群」と「暮らし向きにややゆとりがある群」は、毎日の食事において主食・主菜・副菜を揃えたバランスのよい食事を摂取していました (それぞれ 12.0%、48.3%)。一方、バランスのよい食事をする日が少なくなるにつれて (矢印の方向)、暮らしむきにゆとりがない割合が高くなることわかりました。



2) 生活習慣病の予防や改善に関する実践との関係

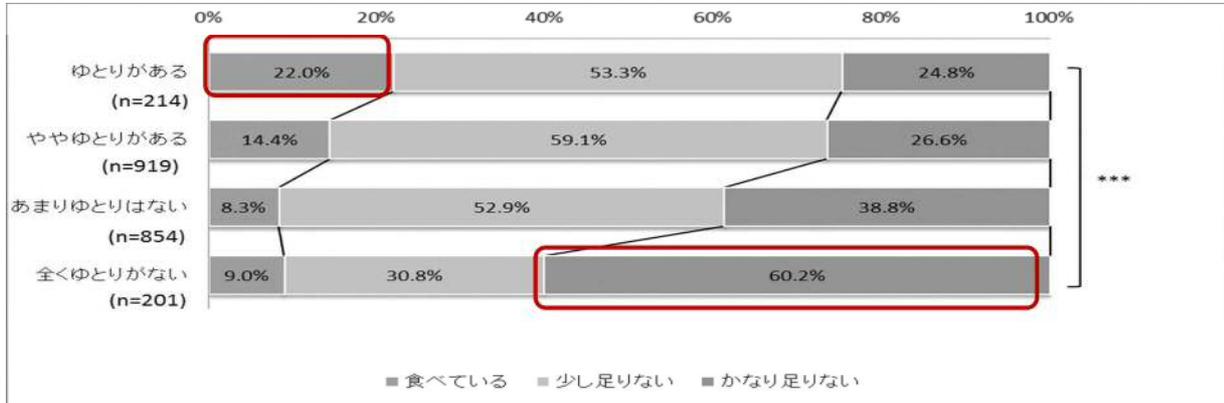
バランスのよい食事を毎日摂取している群は、生活習慣病の予防や改善にいつも気をつけており (21.5%)、一方でバランスのよい食事を摂取する日が 0 日の群では、生活習慣病の予防や改善にあまり気をつけず割合が 52.9%と、バランスのよい食事を毎日摂取している群の 14.5%に比較し、顕著な差が見られました。バランスのよい食事をする日が少なくなるにつれて (矢印の方向)、生活習慣病の予防や改善のために食生活に気をつけていないと回答する割合が高く見られます。



3. 暮らし向きとの関連(クロス集計)

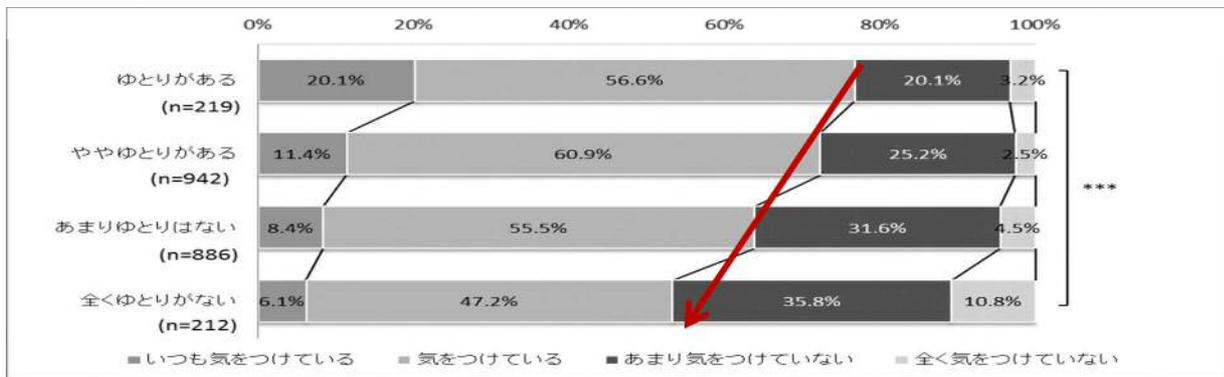
1) 350g以上(推奨摂取量以上)の野菜の摂取状況と暮らし向き

「生活にゆとりのある群」では、野菜を350g以上摂取している割合が22.0%と他の群と比較し、有意に高い傾向でした。また、「生活にゆとりのない群」では60.2%が「野菜摂取がかなり足りない」と回答しており、他の群よりも高い割合になっています。



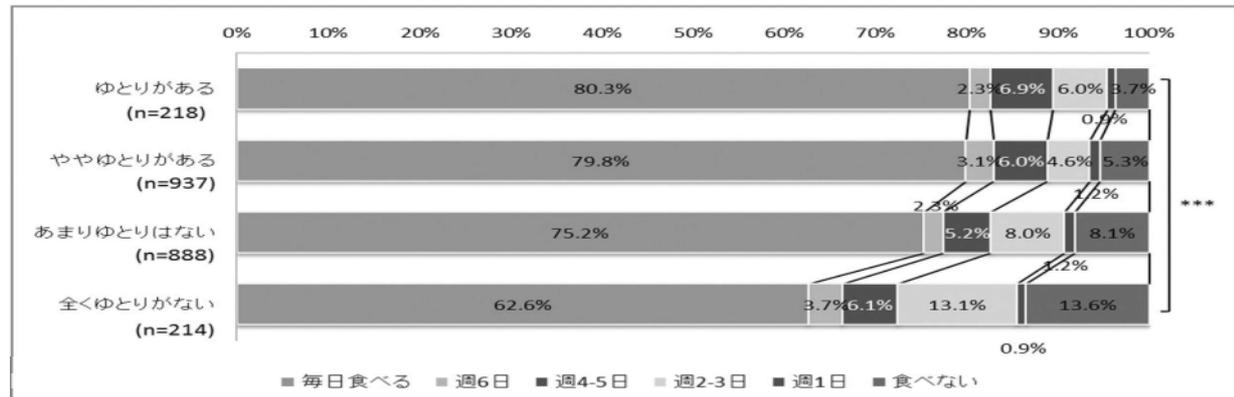
2) 生活習慣病の予防や改善に関する実践と暮らし向き

「生活にゆとりのある群」では、他の群と比較し、生活習慣病の予防や改善に関する実践に「いつも気をつけている」割合が20.1%と高く、生活にゆとりがなくなるにつれて「いつも気をつけている」割合が低い結果になりました。



3) 朝食の摂取状況と暮らし向き

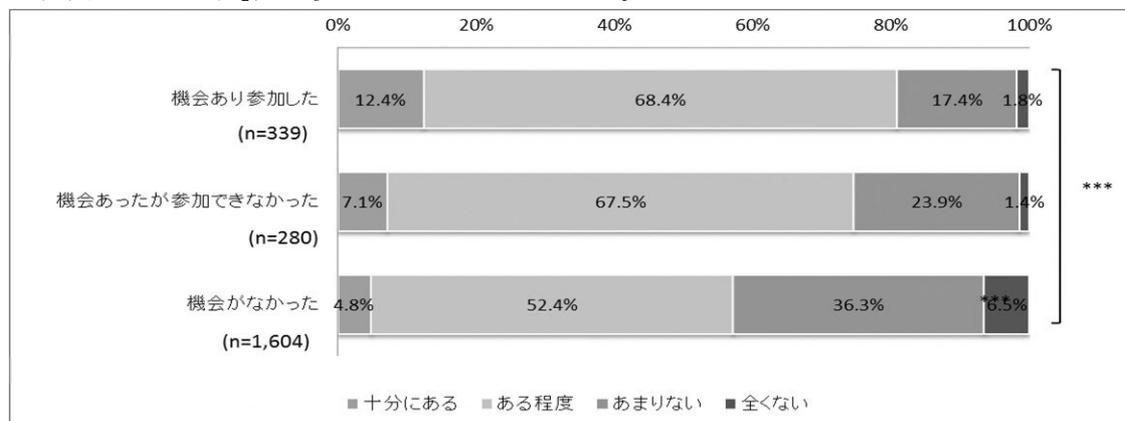
「生活にゆとりのある群」では、朝食を毎日食べる割合が80.3%と高く、生活にゆとりがなくなるにつれて、朝食を毎日食べる割合は低下していました。一方で、「生活に全くゆとりがない群」では、朝食を週2-3日食べる(13.1%)、食べない(13.6%)と、他の群と比較し、顕著に高い傾向でした。



4. 学ぶ機会との関連(クロス集計)

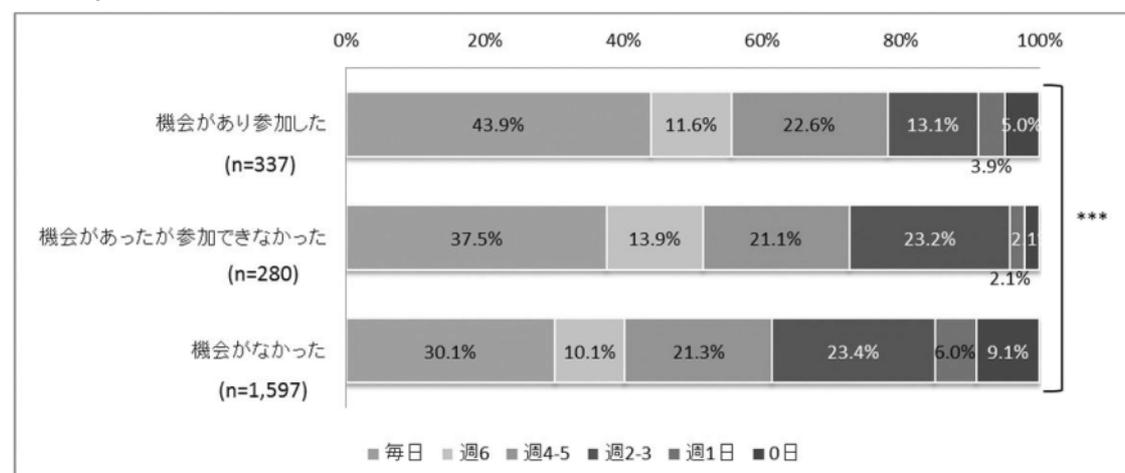
1) 食品の選択や調理に対する知識の違い

「食事を学ぶ機会があり、参加した群」では、参加しなかった群（「機会があったが参加できなかった」、「機会がなかった」）に比較し、食品の選択や調理に対する知識がある人（「十分にある 12.4%」+「ある程度 68.4%」）が多いことがわかりました。



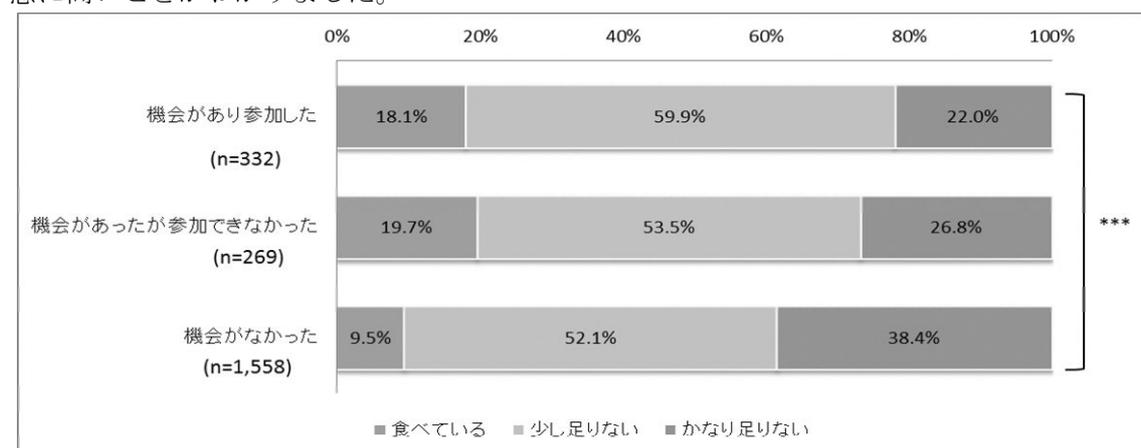
2) 主食・主菜・副菜をそろえての摂取状況

「食事を学ぶ機会があり、参加した群 43.9%」では、参加しなかった群（「機会があったが参加できなかった 37.5%」、「機会がなかった 30.1%」）に比較し、毎日バランスよく食事をしていることがわかりました。



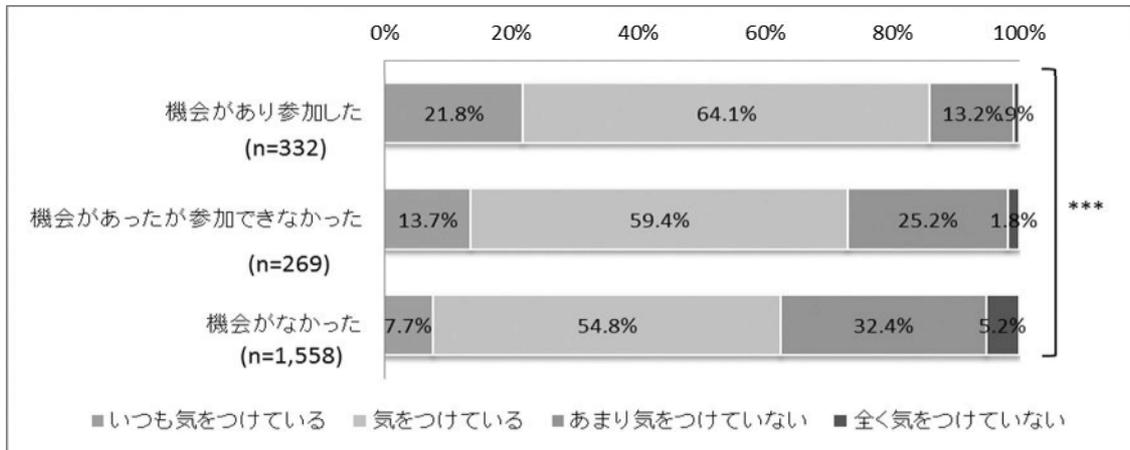
3) 野菜の摂取量（350g 以上（推奨量以上）の野菜の摂取）の違い

「食事を学ぶ機会がなかった群」では、野菜の摂取量がかなり足りない割合が 38.4%と他の群に比べ有意に高いことがわかりました。



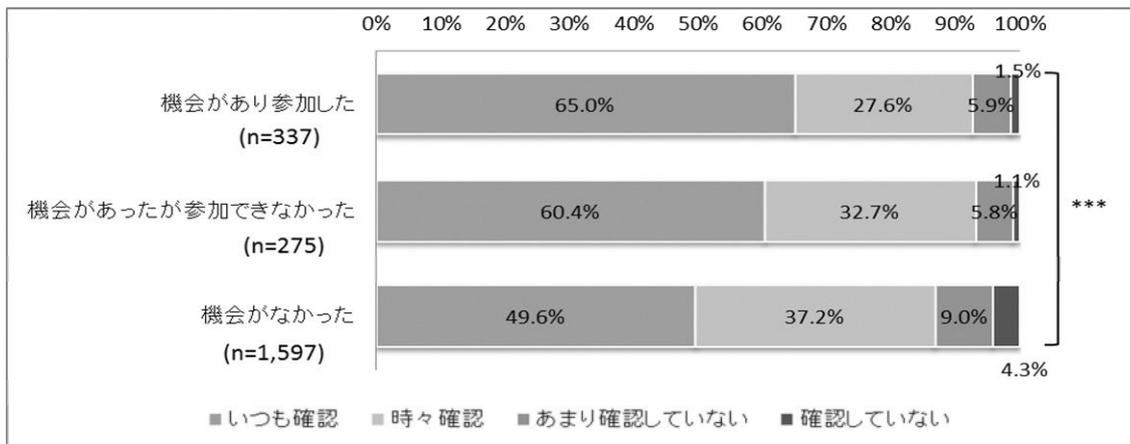
4) 生活習慣病の予防や改善の実践の違い

「食事を学ぶ機会があり、参加した群」では、参加しなかった群（「機会があったが参加できなかった群」、「機会がなかった群」）と比較し、生活習慣病の予防や改善にいつも気をつけている割合が 21.8% と有意に高いことがわかりました。逆に「機会がなかった群」では、生活習慣病の予防や改善のために、あまり気をつけていない（32.4%）、全く気をつけていない（5.2%）と顕著に高い傾向でした。



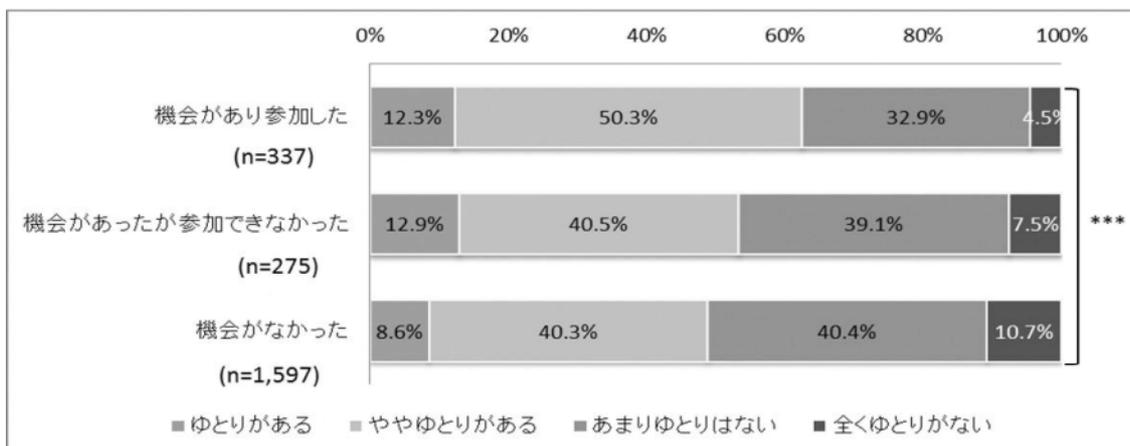
5) 食品表示の確認

「食事を学ぶ機会があり、参加した群」では、食品表示をいつも確認している割合が 65% と高く、「機会がなかった群 49.6%」と比較すると有意に高い結果となりました。食事を学ぶ機会があり参加した人は、食品表示に関して、いつも確認していることがわかりました。



6) 暮らし向きの違い

「学ぶ機会があり参加した群」は暮らし向きにゆとりがある人が 12.3%、ややゆとりのある割合が 50.3% と高く、「食事を学ぶ機会がなかった群」は、暮らし向きにゆとりがある人が 8.6%、ややゆとりのある割合が 40.3% と「学ぶ機会があり参加した群」に比べ、有意に低いことがわかりました。

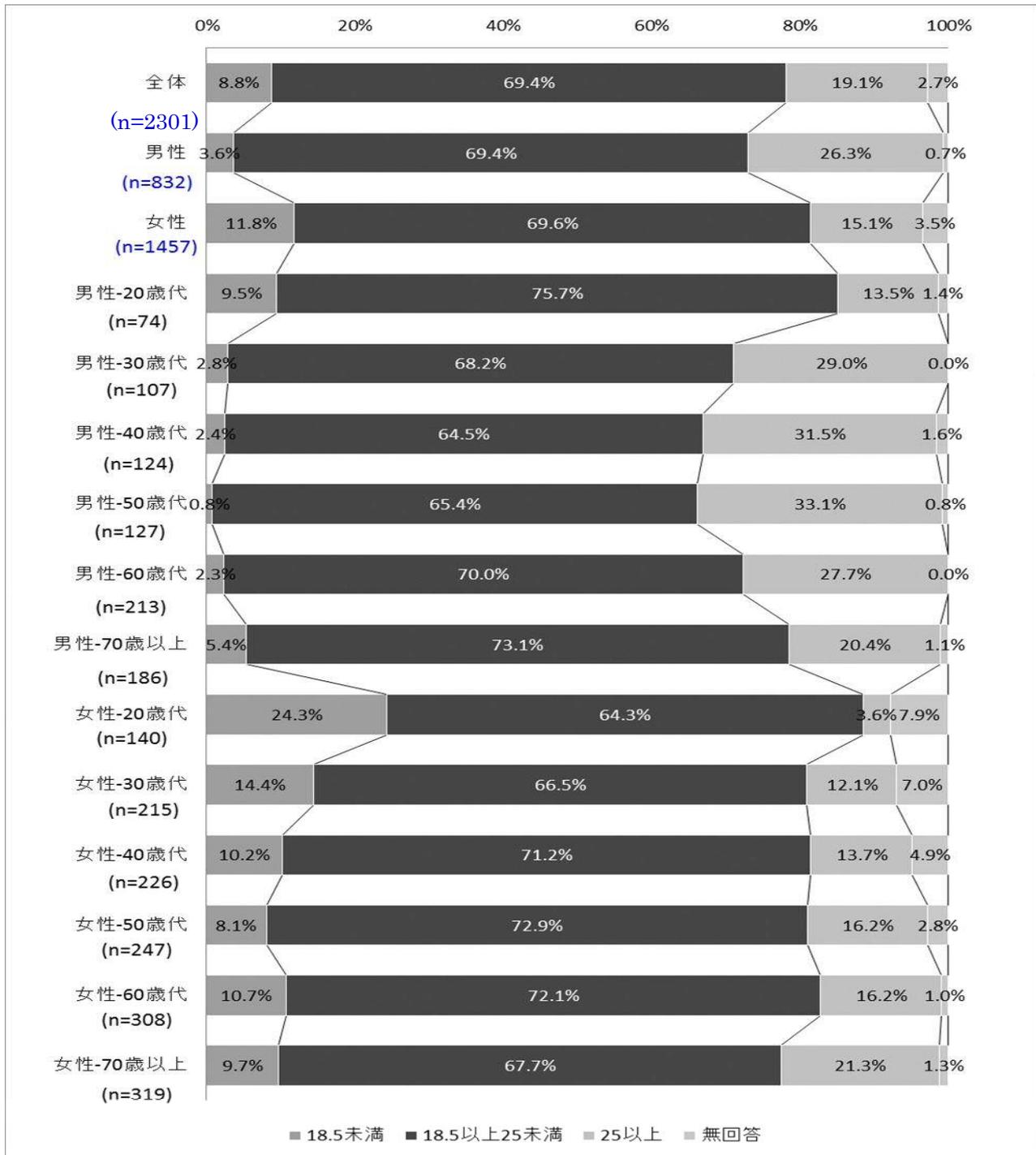


5. BMIとの関連(クロス集計)

対象者のBMIをBMI3区分(やせ BMI<18.5(やせ群)、ふつう 18.5≤BMI<25(普通体型群)、肥満 BMI≥25(肥満群))に分類し、解析に使用しました。

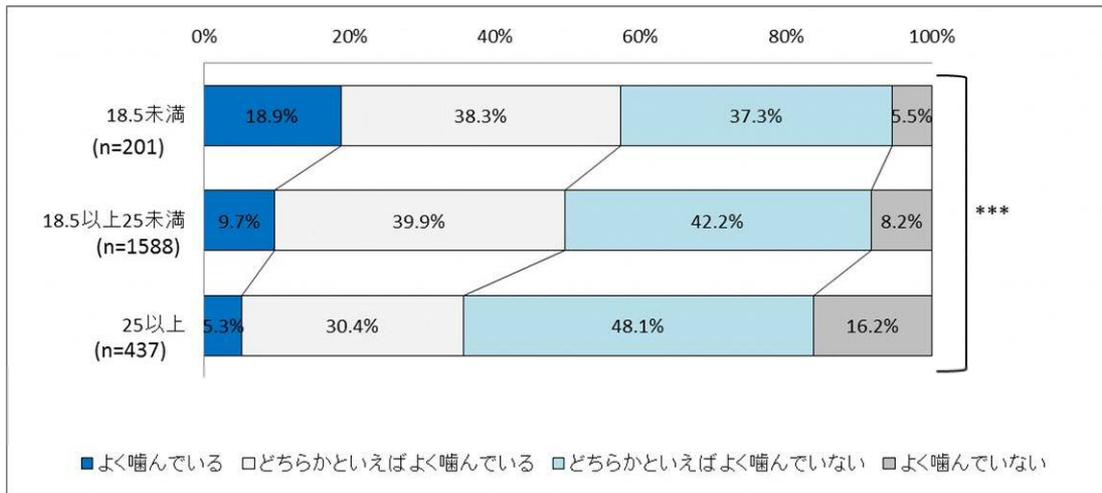
BMIの割合

やせ群(BMI<18.5)は8.8%、普通体型群(18.5≤BMI<25)は69.4%、肥満群(BMI≥25)は19.1%の割合でした。男性は40歳代(31.5%)および50歳代(33.1%)で肥満群の割合が高く、女性は20歳代でやせの割合が高い(24.3%)結果となりました。この結果は平成28年度国民健康栄養調査結果の男性の肥満者の割合と同水準を示し、20歳代女性のやせの割合は、全国の20.1%よりも高い割合になっています。



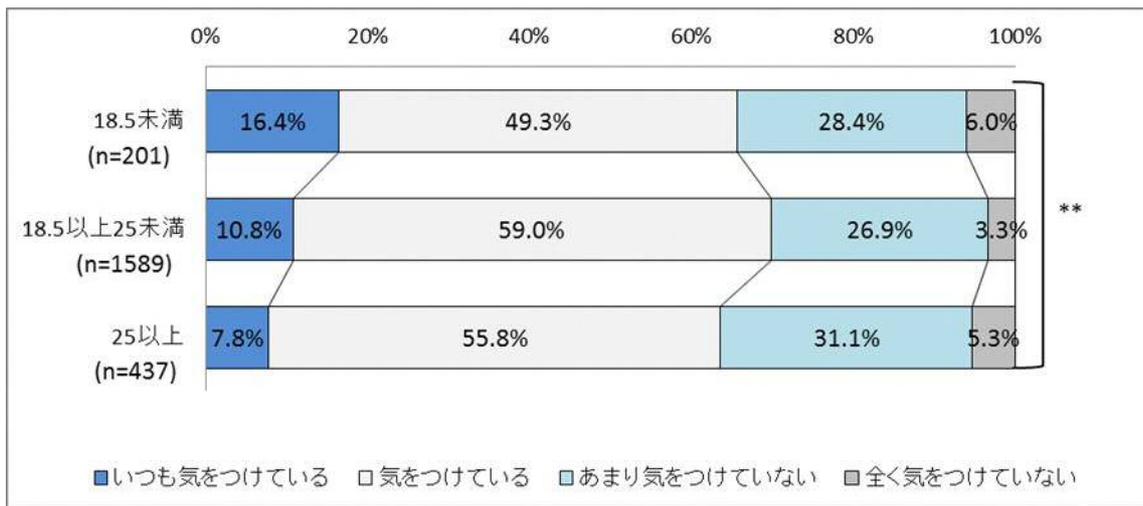
1) ゆっくりよく噛んで食べているか

「やせ群」では、他の群に比較してよく噛んで食べている傾向（18.9%）にありました。一方で「肥満群」ではよく噛まない」と回答した割合が16.2%と、他の群に比較し、有意に高い傾向でした。



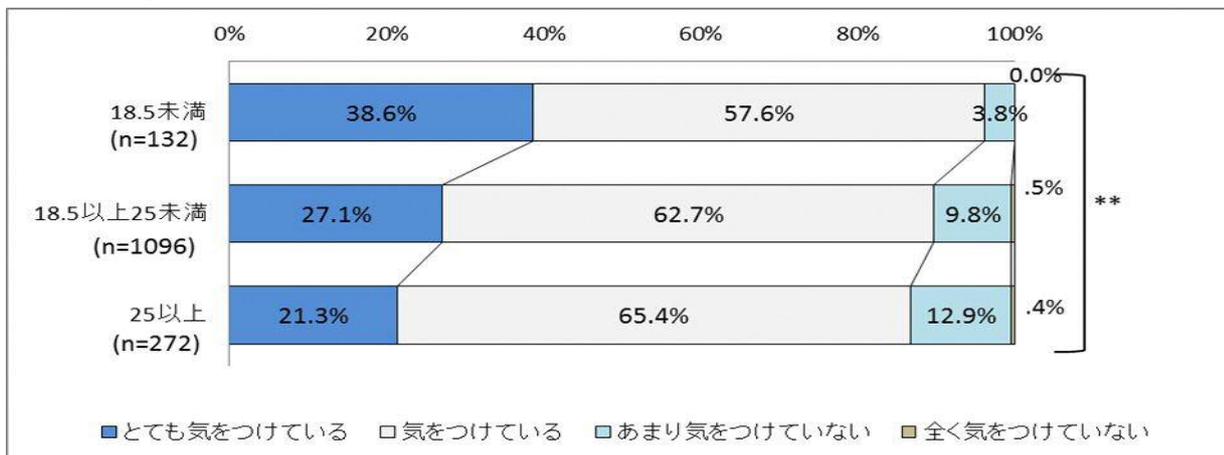
2) 生活習慣病の予防や改善

「やせ群」では生活習慣病の予防や改善にいつも気をつけている割合が16.4%と、他の群より高い傾向でした。



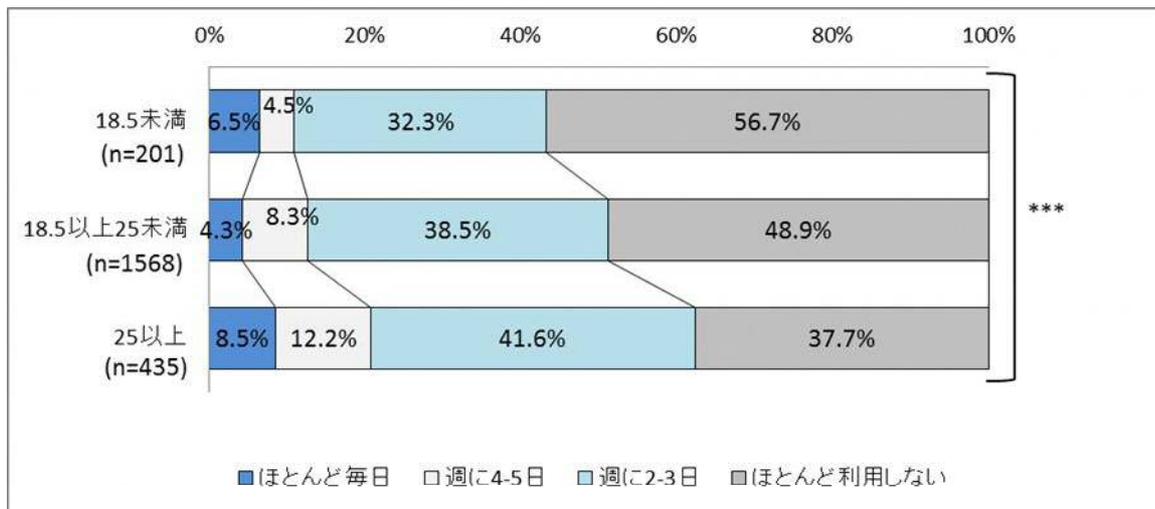
3) 野菜の摂取

「やせ群」では、野菜をたくさん摂取することを心掛けている割合が38.6%と他の群よりも高い傾向にありました。



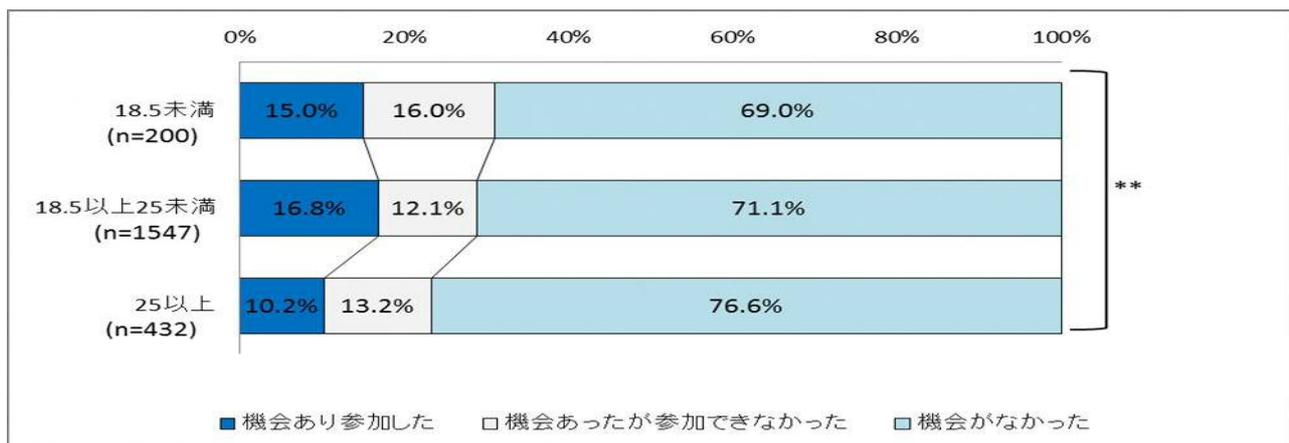
4) 外食・中食の摂取

「やせ群」では外食や中食をほとんど利用しないという回答が 56.7%であり、他の群よりも有意に高い傾向にありました。



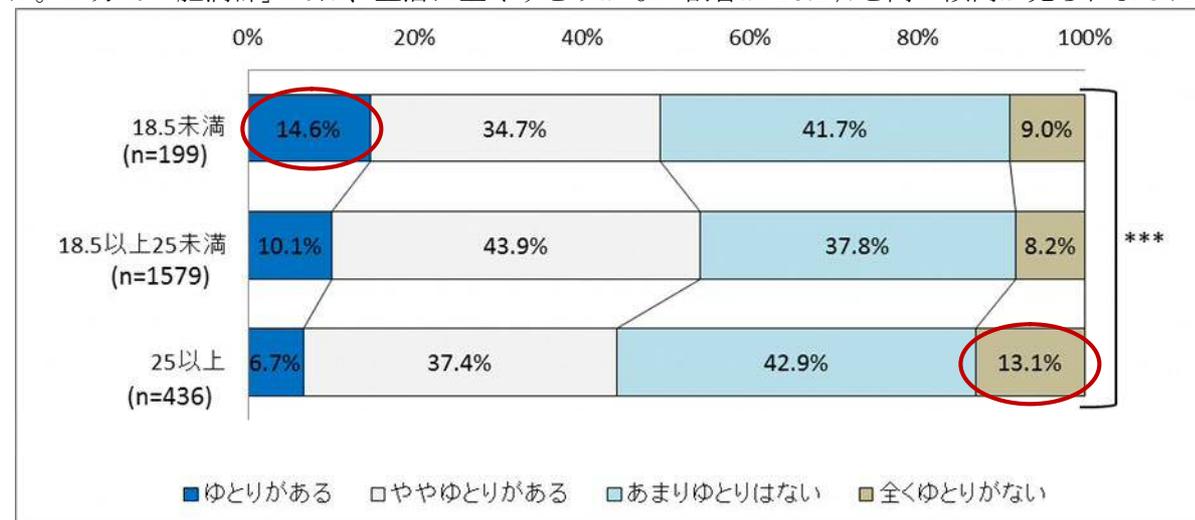
5) 食事のことを学ぶ機会

「肥満群」では食事のことを学ぶ機会がなかった (76.6%) との回答が他の群と比較し高い傾向にありました。



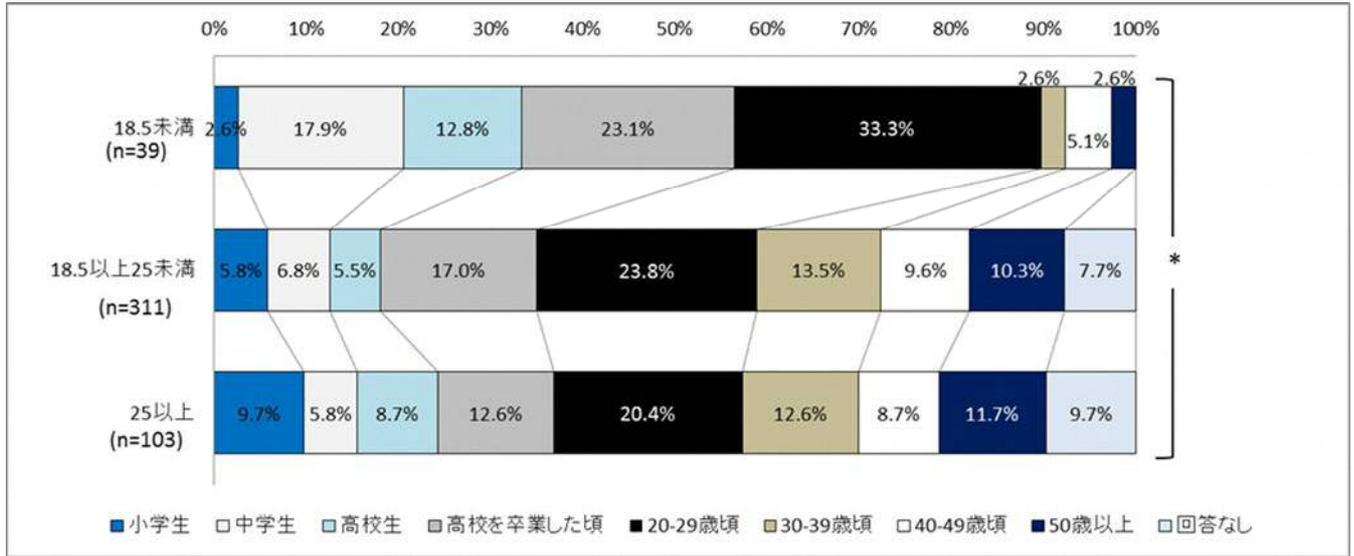
6) 暮らし向き

「やせ群」では、他の群と比較し、ゆとりがある生活を送っている人が多い (14.6%) 傾向にありました。一方で「肥満群」では、生活に全くゆとりがない割合が 13.1%と高い傾向が見られました。



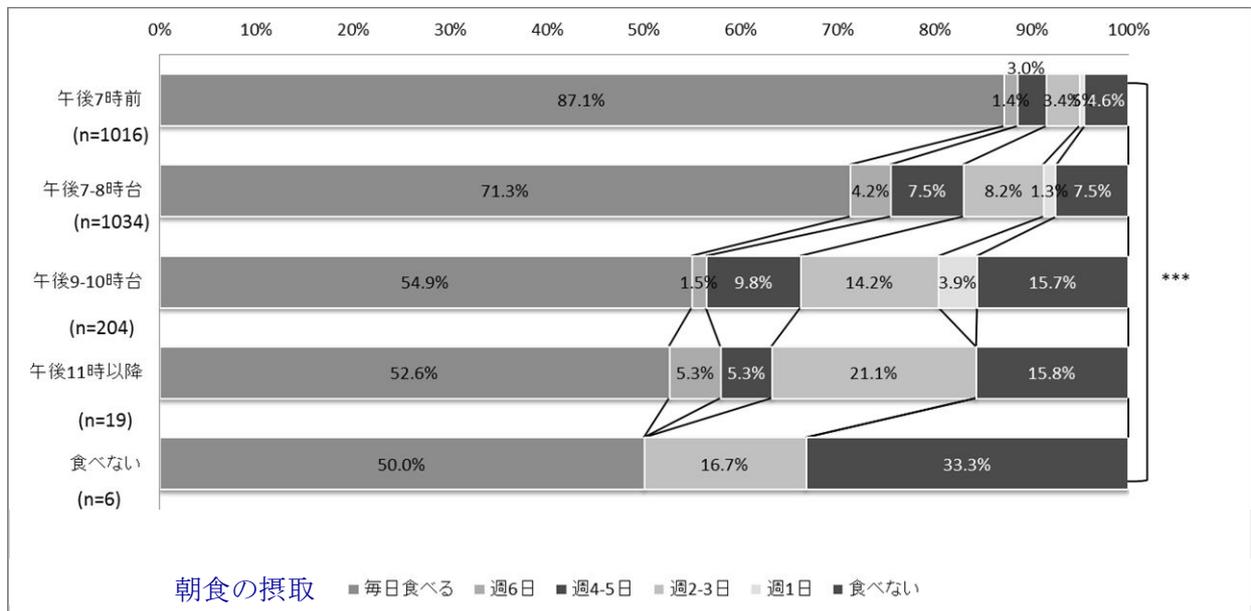
7) 朝食の欠食開始時期

「やせ群」では、20代で朝食欠食が始まった割合が高く（33.3%）、「肥満群」では、小学生の時から朝食を欠食している（9.7%）割合が多く見られました。



6. 夕食の摂取時間帯と朝食摂取の関連(クロス集計)

夕食の摂食時間が「午後7時前の群」では、「毎日朝食を摂取する」（87.1%）割合が顕著に高い傾向でした。また、夕食の摂取時間が遅い群では、朝食の欠食率が高い結果でした。

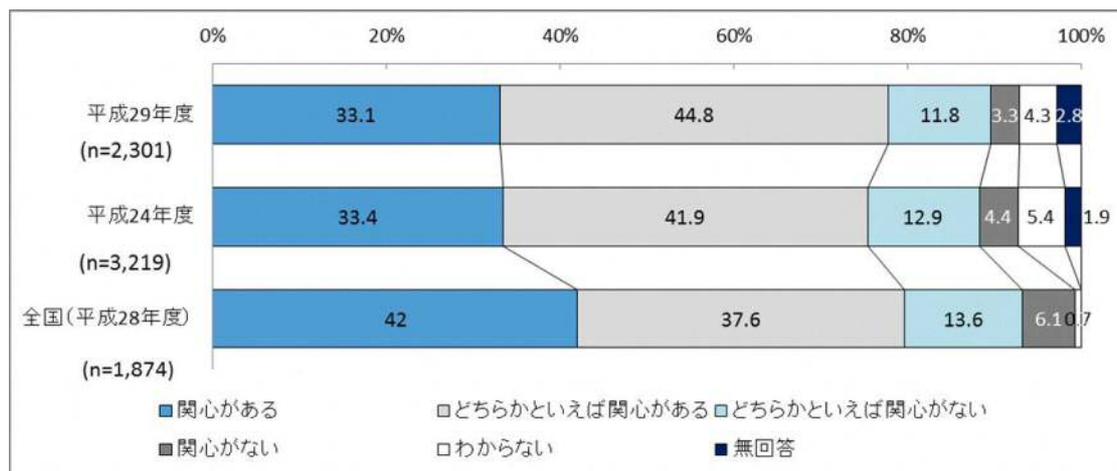


第4章 全国調査結果との比較

本調査（北九州市 平成29年度食育に関する実態調査）を前回調査（北九州市 平成24年度食育に関する実態調査）および全国調査（平成28年度 食育に関する意識調査 農林水産省）の結果と比較を行いました。

1. 食育への関心について

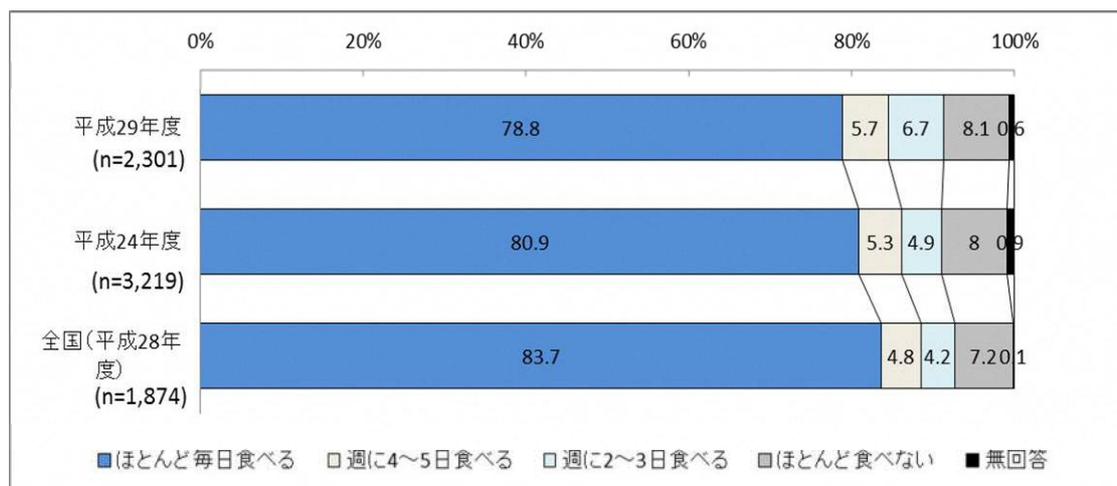
食育に「関心がある」（「関心がある」+「どちらかといえば関心がある」）割合は77.9%で、全国調査の79.6%とほぼ同水準であり、本市の前回調査の75.3%よりは微増がみられました。



2. 朝食の摂取状況および朝食欠食が始まった時期について

1) 朝食の摂取状況

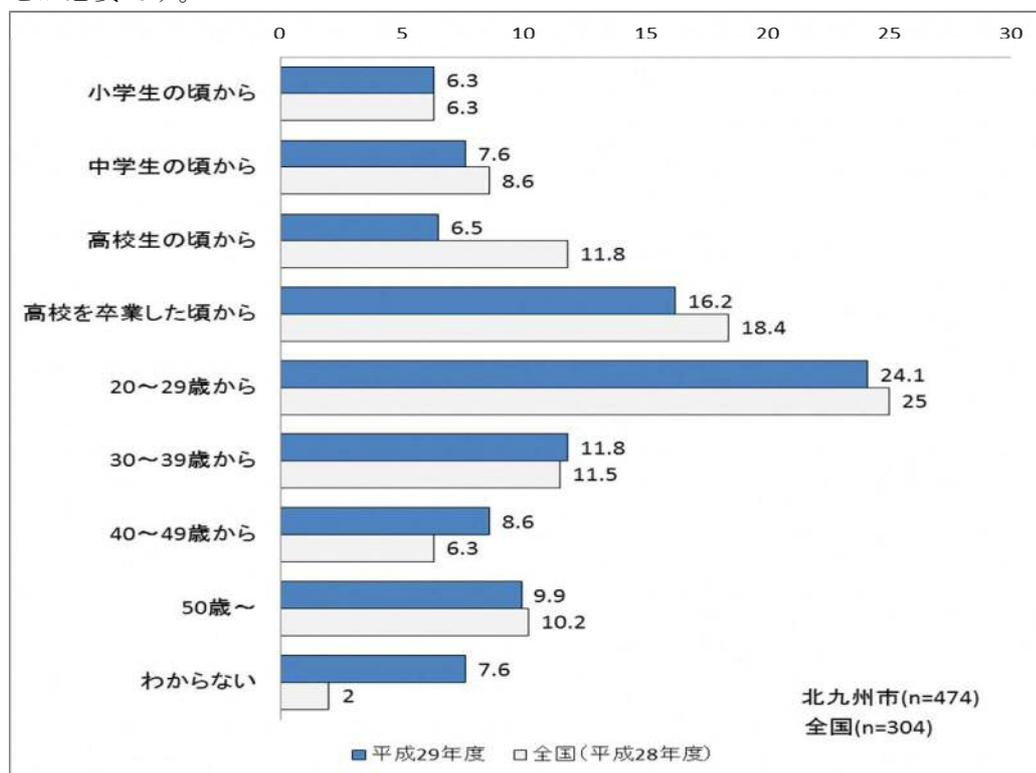
朝食を「ほとんど毎日食べる」割合は、78.8%で、前回調査とほぼ同水準で推移しています。全国調査の結果は83.7%がほとんど毎日朝食を摂取しています。



2) 朝食欠食が始まった時期

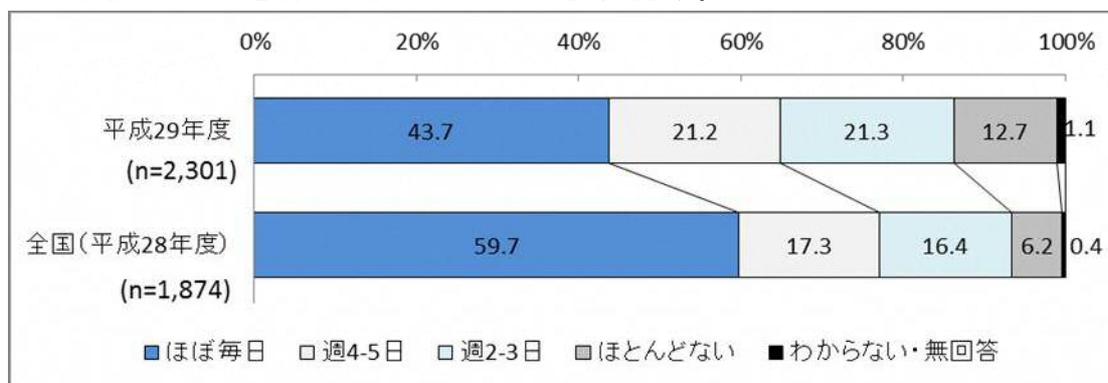
朝食欠食が始まった時期について、本市では20～29歳で24.1%と高い結果を示しています。全国においても20～29歳が25%と本市と同水準を示しています。また高校を卒業した頃から朝食欠食が始まった割合も、本市で16.2%、全国で18.4%と高いことがわかります。これらの結果から、社会人および大学進学のために一人暮らしが始まるなどの生活環境の変化による食環境の変化が朝食欠食開始の要因の1つであることも考えられます。

朝食欠食率の高い20～40歳代にむけて、朝食摂取の重要性を伝えていく必要があるのと同時に、簡単に出来る朝食レシピや、調理しなくてもよい朝食に相応しい食品の教示なども含めて伝えていくことが必要です。



3. 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる（バランスのよい食事をとる）頻度について

「ほぼ毎日そろえている」と回答した割合は43.7%と全国の59.7%より低い結果となっています。本市の調査で、主食・主菜・副菜をそろえて食べる回数を増やすために必要なことをたずねた結果では、「手間がかからない」が54.4%、「時間がある」47.6%と高い回答でした。年代別では20-30歳代で「主食・主菜・副菜を毎日そろえている」割合が低かったために、若い世代に対しても、バランスのよい食事の重要性と「手間がかからず短時間で出来る」献立の提供などを若い世代が使用する情報ツールを利用して拡散していく必要があるのではないかと考えます。



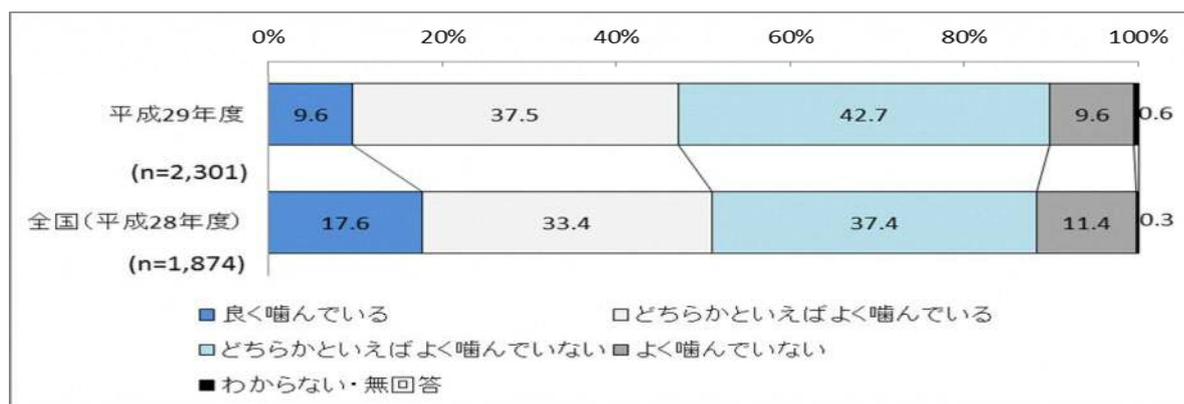
※全国調査の結果との整合性を図るため、北九州市食育実態調査結果では、「週に6日」と回答した者を「ほぼ毎日」の中に、「週に1日」と回答した者を「ほとんどない」の中に入れて結果を出しています。

4. 食事をゆっくりよく噛んで食べる頻度について

「よく噛んでいる」と回答した割合は9.6%で全国の17.6%より低くなっています。市の調査で世代別にみた結果、男女とも70歳以上で「よく噛んでいる」と回答した割合が高くなっていました。20-30歳代はよく噛んで食べる割合が低い結果でした。よく噛むことは、幼児期からの習慣化も必要であるため、特に子育て世代に、噛む重要性を伝えていく必要があると考えます。

また、噛み応えのある食品の摂取なども意図的に家庭の中で取り入れていけるよう促すことも必要だと考えます。

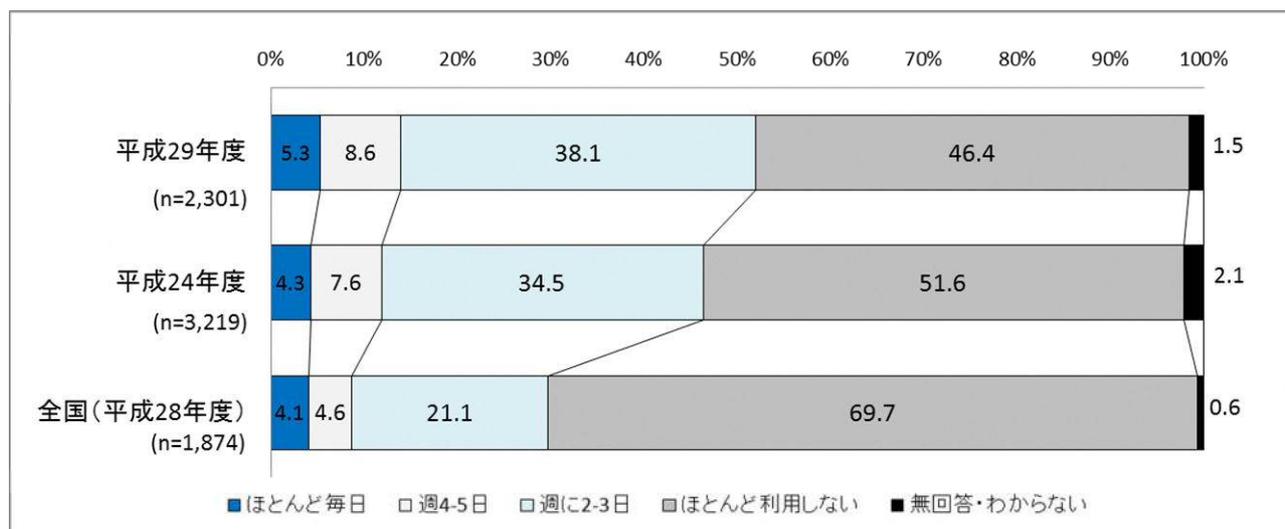
本市学校給食では、小・中学校で毎月1回「カミカミ献立」を取り入れ、発達段階に応じてよく噛んで味わって食べることの大切さについて食育指導を行っています。



5. 外食・中食の利用について

外食や市販のお弁当、お惣菜をよく利用する割合（「ほとんど毎日+週4-5日」）は、13.9%と前回調査の11.9%より若干増加していました。全国調査結果は8.7%と本市より低く、本市では外食、中食の利用率が高いことが考えられます。外食・中食などを利用する理由としては、「作る手間が省ける」、「調理する時間がない」などの時間的問題が多く、外食・中食の利用はこれからも増加していくことが考えられるため、外食・中食摂取時における栄養のバランスの重要性について飲食店、販売店※と協力しながら市民に伝えていく必要があると考えます。

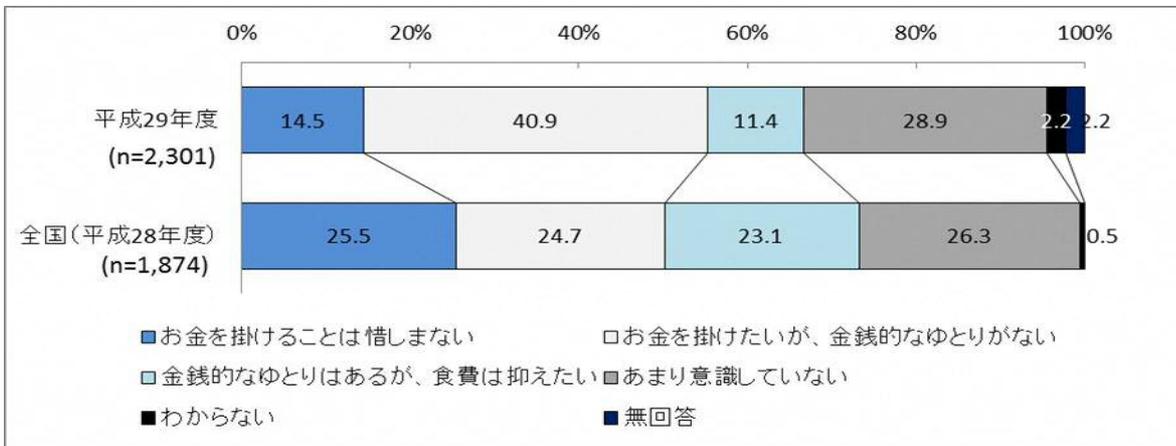
※本市では、きたきゅう健康づくり応援店として健康づくりに取り組む飲食店が多数あります。



※全国調査結果の「週に1回程度」、「1か月に2~3回程度」を「ほとんど利用しない」に含めて結果を出しています。

6. 食費について

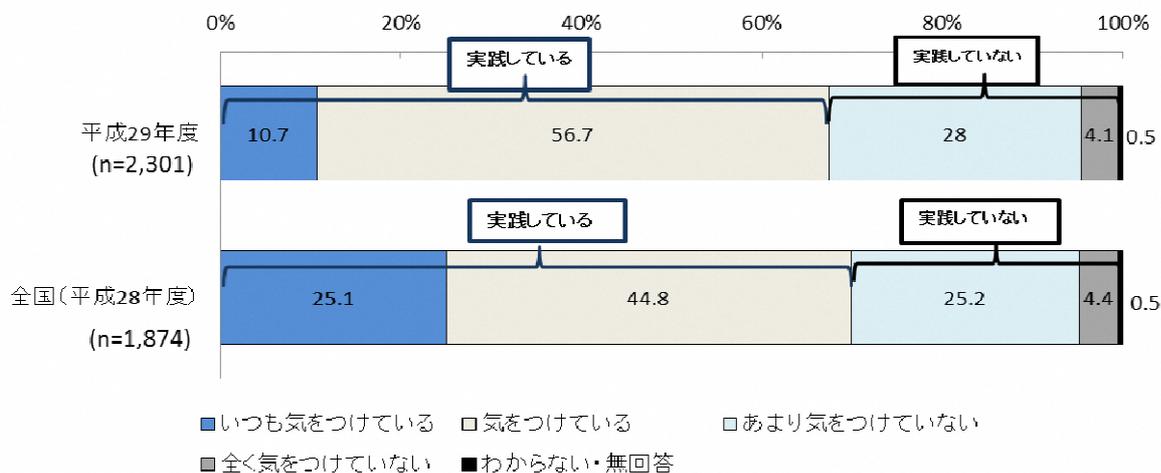
初めて今回調査を行った食費にお金をかけることに対し、「お金をかけることは惜しまない」と回答しているのは、本市では14.5%、全国では25.5%で、本市より高い水準を示しています。これに対し、「お金を掛けたいが、金銭的なゆとりがない」と回答しているのは本市では、40.9%で、全国の24.7%より高い割合を示しています。結果から、本市では全国に比較し食費にお金をかけたい気持ちはあるが金銭的な余裕がない家庭が多いことが考えられます。



7. 生活習慣病の予防や改善のための食生活への配慮およびその具体的内容について

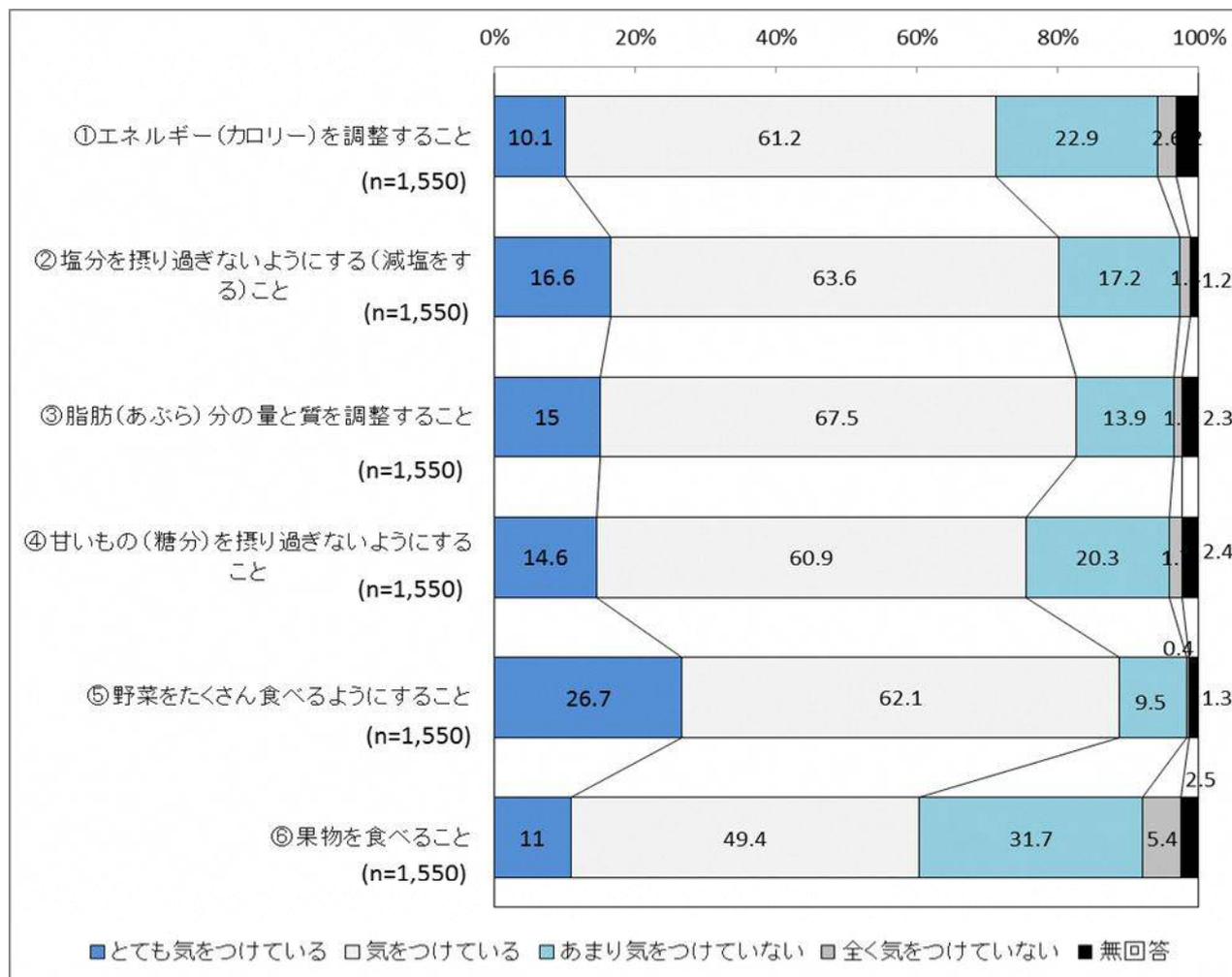
1) 生活習慣病の予防や改善のための食生活への配慮

生活習慣病の予防や改善のために、食生活に気を付けている（「いつも気を付けている」+「気を付けている」）と回答した割合は、本市で67.4%、全国で69.9%であり、全国とほぼ同水準を示しました。



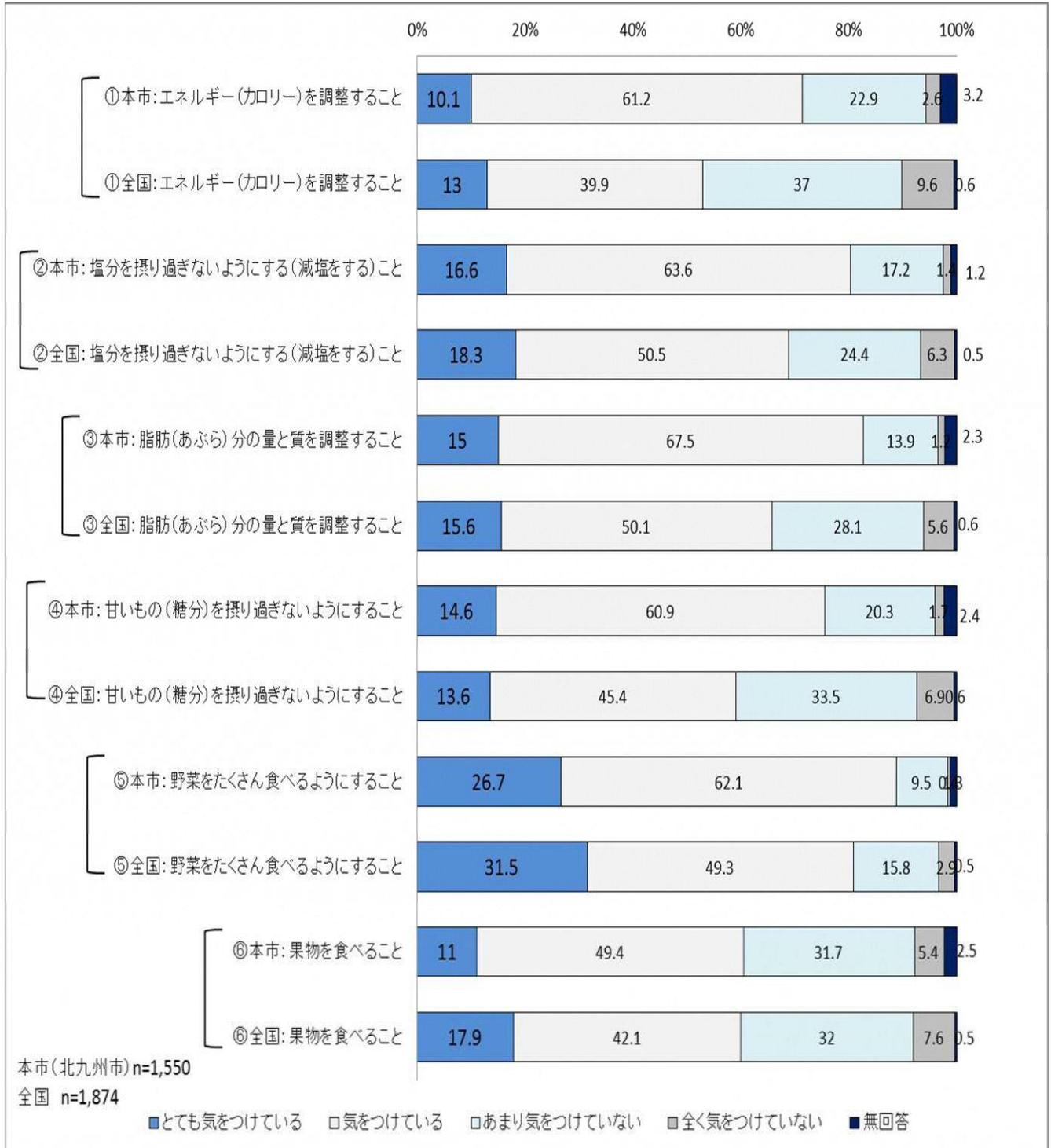
2) 生活習慣病の予防や改善のための具体的内容

生活習慣病の予防や改善について、下記の項目でどの程度気を付けているかの質問をした結果、「野菜を沢山食べるようにする」割合（とても気を付けている+気を付けている）が 88.8%と高い結果を示しました。下記は本市のみの調査結果です。



生活習慣病の予防や改善について、下記の項目でどの程度気をつけているかの質問をした結果を、全国の結果と比較したところ、本市では、「とても気をつけている」+「気をつけている」の割合でみると、すべての項目で全国調査の結果より高い水準を示しており、特に「①エネルギー（カロリー）を調整すること」、「③脂肪分の量と質を調整すること」、「④甘いもの（糖分）を摂りすぎないようにすること」の割合が高いことについては、普段からエネルギーを油脂や糖分でコントロールできることを認知している市民が多いことも考えられ、「②塩分を摂りすぎないようにすること」や「⑤野菜を沢山食べること」に関しては、減塩や野菜摂取の重要性を認知している市民が多いことが考えられます。

下記は、本市と全国における生活習慣病の予防や改善のための具体的内容（結果）です。



平成29年度
北九州市食育に関する実態調査
調査結果について

(北九州市印刷物登録番号第1710159F号)

平成30年3月
北九州市保健福祉局