

**食育推進計画策定のための
アンケート調査報告書**

平成23年10月

匝 瑳 市

目 次

第1章 調査の概要	3
1. 調査の目的	3
2. 調査設計	3
3. 調査の内容	3
4. 回収結果	3
5. 報告書の見方	3
第2章 調査結果の概要	7
1. 回答者属性（一般）	7
(1) 性別について	7
(2) 年代について	7
(3) 職業について	8
(4) 同居している家族について	8
(5) 健康状態について	9
(6) 起床時間について	9
(7) 就寝時間について	10
2. 結果の概要	11
(1) 朝食について（質問1～質問5）	11
(2) 食生活について（質問6～質問11）	11
(3) 食生活に関する知識について（質問12～質問13）	12
(4) 食育について（質問14～質問18）	12
(5) 食の安全性について（質問19～質問20）	13
(6) 匝瑳市のことについて（質問21～質問26）	13
(7) その他の質問について（質問27～質問32）	13
(8) 小中学生の調査結果について（小中学生調査 質問1～質問23）	15
3. 総括	17

第3章 調査結果	21
1. 食生活等の状況について（一般）	21
質問1. 朝食について	21
質問2. 朝食の内容について	22
質問3. 朝食を欠食するようになった時期について	24
質問4. 朝食を食べない理由について	24
質問5. 朝食を食べたいと思うかについて	25
質問6. 主食・主菜・副菜がそろった食事の摂食について	26
質問7. 欠食回数について	27
質問8. 食生活について	28
質問9. よくかんで食事をしているかについて	28
質問10. 食生活において実行していることについて	29
質問11. 自分の食事や食卓に対する不安や不満について	32
質問12. 食生活に関する事で知っていることについて	34
質問13. どのような指針等を参考にしているかについて	37
2. 食育について	38
質問14. 「食育」の意味を知っているかについて	38
質問15. 「食育」への関心について	39
質問16. 「食育」に関心がある理由について	40
質問17. 食育が大切だと思う世代について	42
質問18. 食育を行うにあたって重要な場所について	43
質問19. 食の安全性について	44
質問20. 食の安全性について不安に感じることにについて	45
質問21. 匝瑳市に当てはまることにについて	47
質問22. 日常の買い物での不便について	48
質問23. ここ1か月以内に購入した食材について	49
質問24. 匝瑳市の郷土料理や特産品について	49
質問25. 地元農産物のよい点について	52
質問26. 行事食をどの程度行っているかについて	53
質問27. 健全な食生活実践のためにしていることについて	54
質問28. 食育月間について	54
質問29. 地産地消を進めていく上で必要なことについて	55
質問30. 食育ボランティアへの参加について	56
質問31. 食育を通して知りたいことについて	57
質問32. 行政や地域社会に期待したいことについて	59
食育に関する意見や感想について（自由記述）	61

第4章 小中学生調査結果	65
FS 1. 性別について	65
FS 2. 農作業や漁業を体験したことがあるかについて	65
質問 1. 「食育」を知っているかについて	66
質問 2. 朝食について	66
質問 3. 朝食の内容について	67
質問 4. 家族と一緒に朝食を食べるかについて	68
質問 5. 朝食を食べない理由について	69
質問 6. 起床時間について	70
質問 7. 就寝時間について	70
質問 8. 朝の目覚めについて	71
質問 9. 家族と一緒に夕食を食べるかについて	71
質問 10. 夕食の時間について	72
質問 11. 食事の際の会話について	73
質問 12. 食事を残さないようにしているかについて	74
質問 13. 給食の時間について	74
質問 14. 家での食事について	75
質問 15. ご飯とパンのどちらが好きかについて	75
質問 16. 魚と肉のどちらが好きかについて	76
質問 17. よく食べるおやつについて	76
質問 18. のどが渴いたときに飲むものについて	77
質問 19. ふだん心がけているものについて	78
質問 20. 匝瑳市でとれる代表的な産物について	78
質問 21. 匝瑳市の郷土料理や特産品について	79
質問 22. 食事の際にしていることについて	80
質問 23. 食物のことを知るためにしてみたいことについて	81
「食べること」や「食」についての意見や感想について（自由記述）	82
第5章 使用した調査票	87
一般調査票	87
小中学生調査票（共通）	103

• FS は「フェイスシート」の略で、アンケートなどの調査資料において、性別や年齢、職業など個人情報に関わる質問項目のことを指します。

第1章

調査の概要

第1章 調査の概要

1. 調査の目的

食育基本計画に基づき、本市の食に関する実情を把握し、「食育推進計画」を策定するための基礎資料を得るために行いました。

2. 調査設計

一般

- (1) 調査対象者 市内在住の20歳以上の男女500人を無作為抽出
- (2) 調査方法 郵送配布、郵送回収
- (3) 調査時期 平成23年7月

小中学生

- (1) 調査対象者 市内にある小中学校14校に通う児童・生徒685人
(小学5年生350人・中学2年生335人)
- (2) 調査方法 集合調査
- (3) 調査時期 平成23年7月

3. 調査の内容

- (1) 食生活の状況について
- (2) 食育について

4. 回収結果

	配布数	回収数	回収率	有効回収数	有効回収率
一般	500	285	57.0%	285	57.0%
小学5年生	350	348	99.4%	347	99.1%
中学2年生	335	335	100.0%	334	99.7%

5. 報告書の見方

- ・回答の比率(%)は、その質問の回答者数を基数として算出しています。そのため、複数回答の場合、選択肢ごとの割合を合計すると100%を超えることがあります。
- ・回答の比率(%)は、小数点以下第2位を四捨五入により端数処理しています。そのため、属性ごとの回答比率の合計が、合計欄の数値と一致しないことがあります。
- ・「性別」「年齢別」「家族構成別」「睡眠時間別」の結果については、統計検定で違いがみられたものを基に掲載しています。
- ・「睡眠時間別」は、就寝時間と起床時間から計算した時間です。

第2章

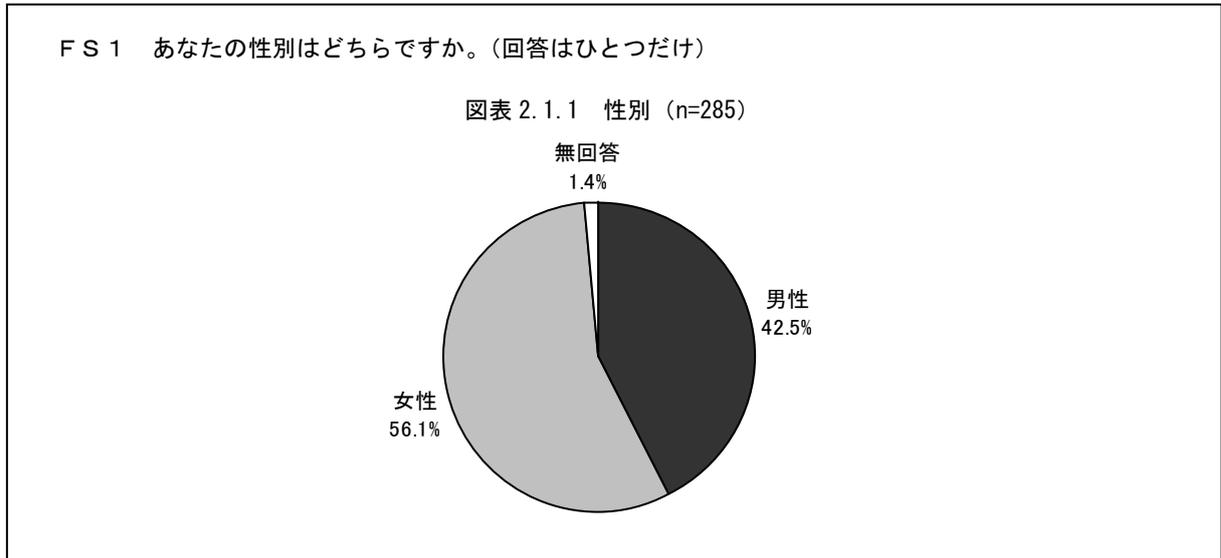
調査結果の概要

第2章 調査結果の概要

1. 回答者属性（一般）

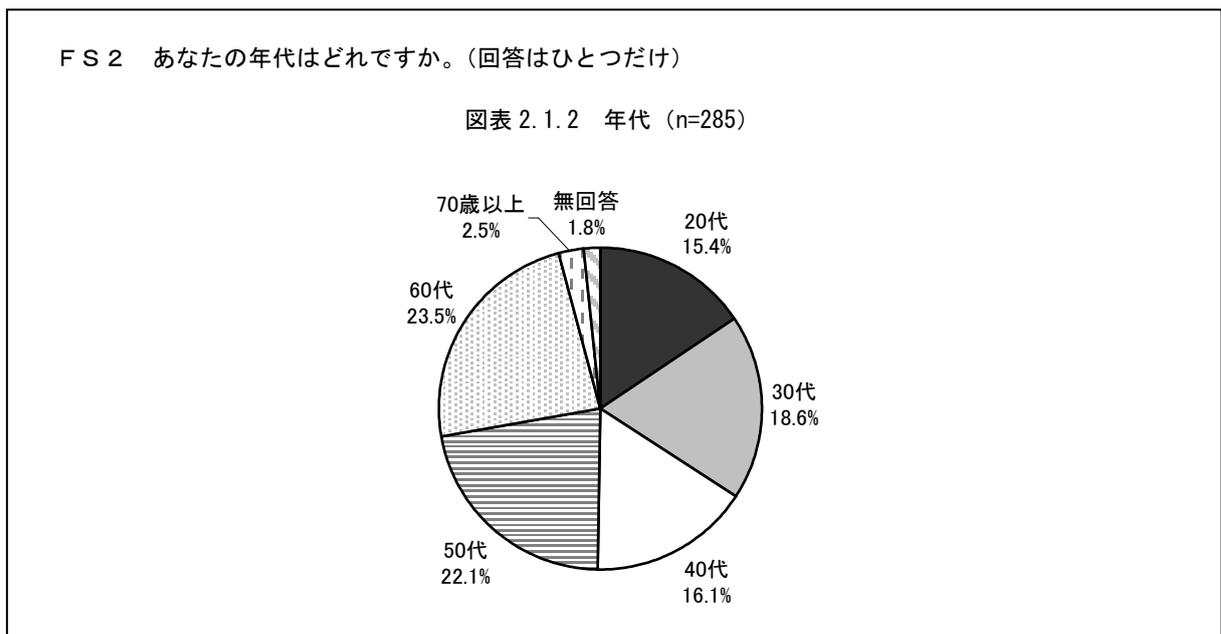
（1）性別について

●男性が42.5%、女性が56.1%と、女性が男性を13.6ポイント上回っています。



（2）年代について

●60代の割合が23.5%と最も高く、次いで50代が22.1%、30代が18.6%となっています。50代以上が48.1%と半数近くを占めています。

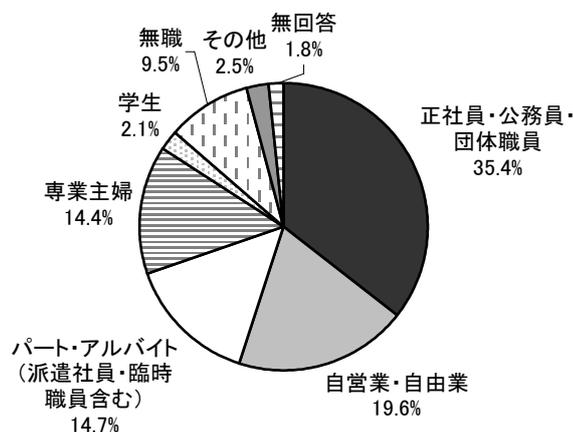


(3) 職業について

- 「正社員・公務員・団体職員」の割合が 35.4%と最も高く、次いで「自営業・自由業」が 19.6%となっています。

FS3 あなたのご職業は何ですか。(回答はひとつだけ)

図表 2.1.3 職業 (n=285)

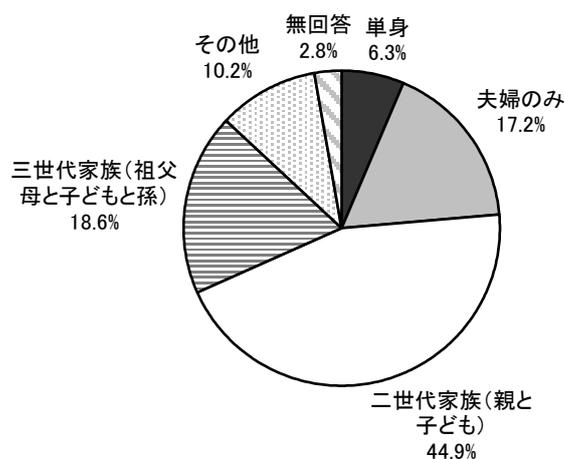


(4) 同居している家族について

- 「二世世代家族(親と子ども)」の割合が 44.9%と最も高く、次いで「三世世代家族(祖父母と子どもと孫)」が 18.6%となっています。複数世代の同居が6割以上を占めています。

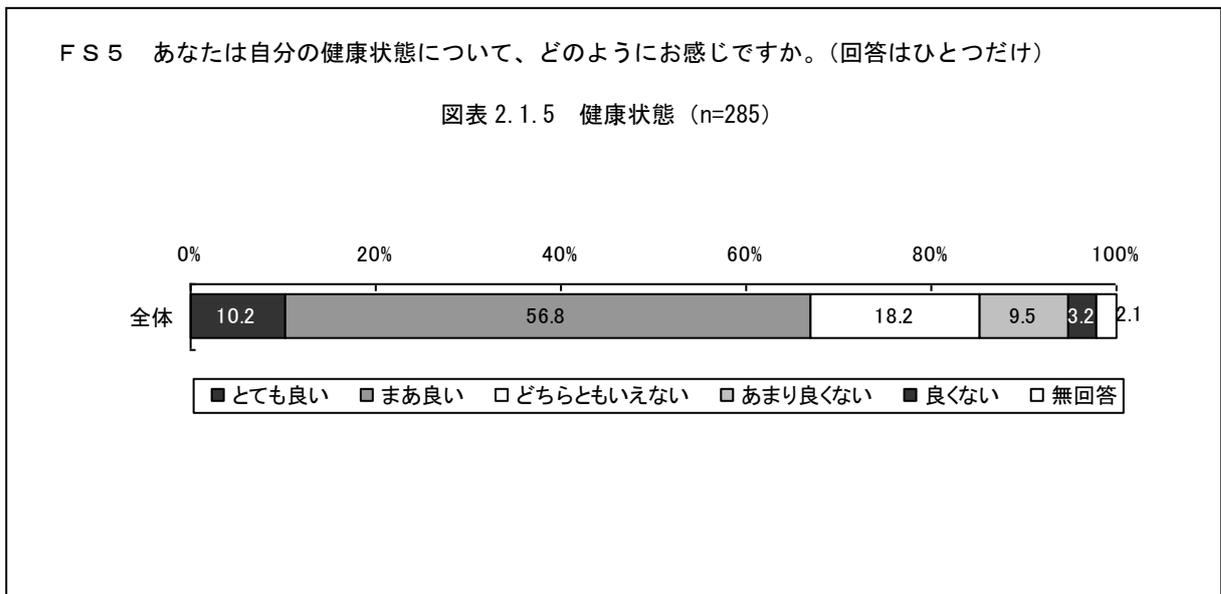
FS4 同居している家族構成はどれですか。(回答はひとつだけ)

図表 2.1.4 同居家族 (n=285)



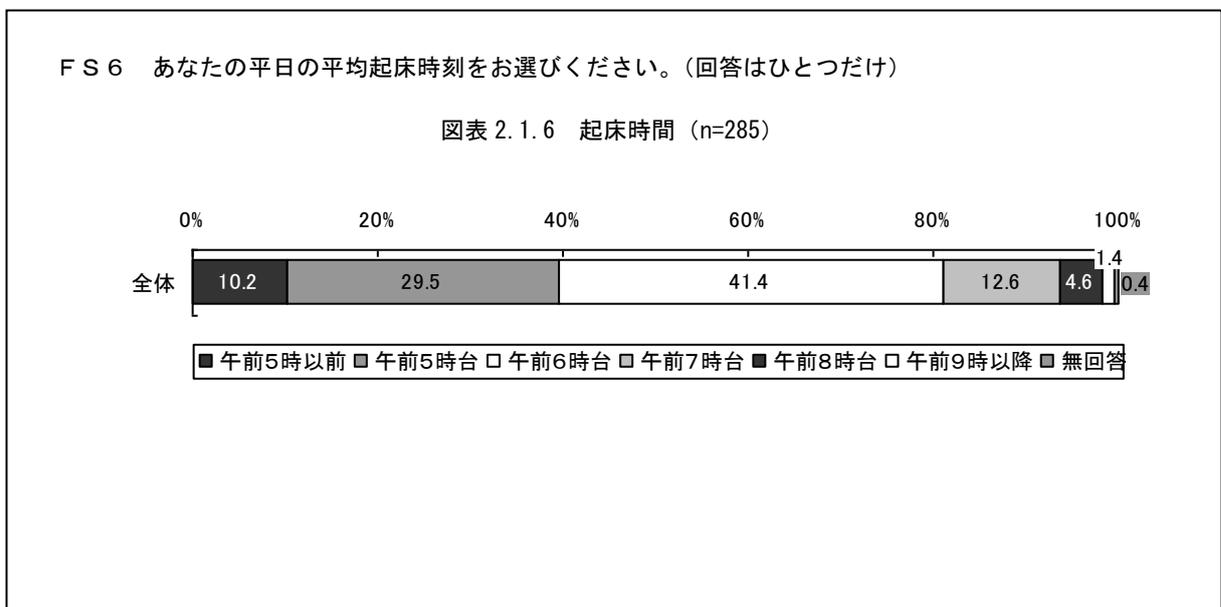
(5) 健康状態について

- 「まあ良い」が56.8%と最も高く、「とても良い」と合わせると67.0%となっています。



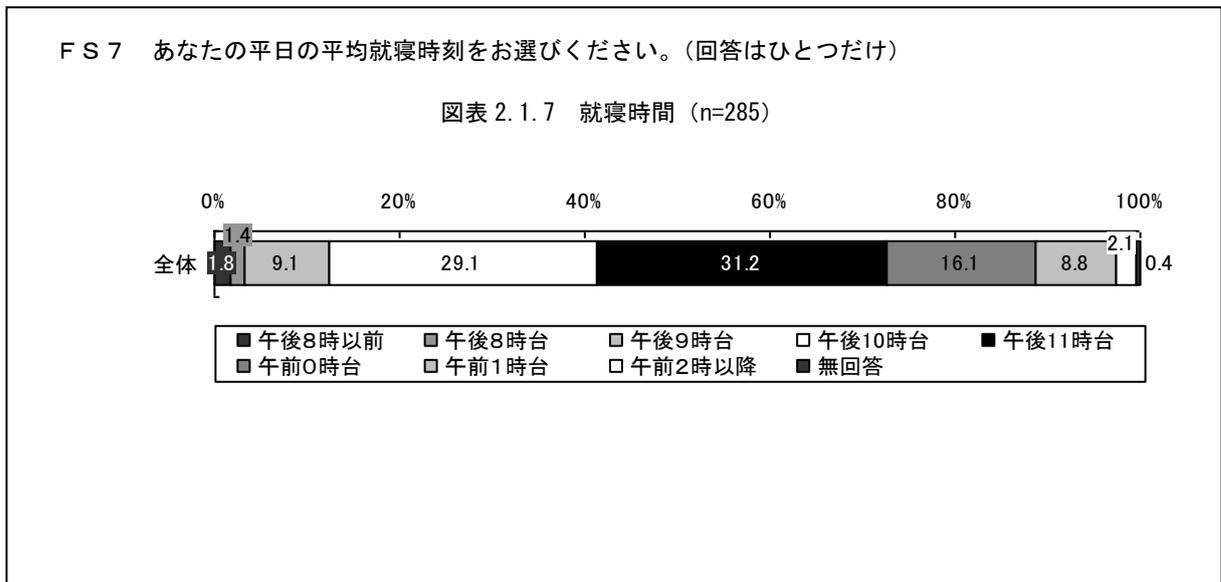
(6) 起床時間について

- 「午前6時台」の起床が41.4%と最も高く、次いで「午前5時台」が29.5%となっています。



(7) 就寝時間について

- 「午後 11 時台」が 31.2%と最も高く、次いで「午後 10 時台」が 29.1%、「午前 0 時台」が 16.1%となっています。



2. 結果の概要

(1) 朝食について（質問1～質問5）

- 朝食の摂食は、約8割がほとんど毎日食べていて、「ほとんど食べない」割合は、約1割となっています。
- 年齢別でみると、「ほとんど毎日食べる」のは40代以上で7割を超えていますが、20代と30代では、5～6割程度と低くなっています。
- 朝食の内容は、主食である「ご飯・パン・麺」が9割以上、主菜の「肉・魚・卵・納豆などの大豆料理」が約5割、副菜の「野菜・芋料理・野菜たっぷりの汁物」は、約4割となっています。
- 年齢別でみると、20代と30代で副菜の摂食が2割程度と低くなっています。
- 睡眠時間別では、睡眠時間が「3～5時間程度」の方の朝食の内容で、「菓子類（菓子パン含む）」が25.0%と最も高くなっています。
- 朝食の欠食は、「社会人になった頃から」が約4割、「中学生の頃から」が約2割、「高校生の頃から」が約1割となっています。
- 欠食の理由は、「朝は食欲がないから」が約5割となっています。また、朝食を欠食している人のうち、「食べたい」と思っている人は、45.2%となっています。

(2) 食生活について（質問6～質問11）

- 主食・主菜・副菜がそろった食事の摂食は、約5割の人が「ほとんど毎日」摂っていると回答しています。
- 年齢別でみると、40代～60代では6割前後が「ほとんど毎日」摂っていますが、20代と30代では、4割程度以下となっています。
- 欠食の回数では、「食事を抜くことがない」が約7割となっていて、年齢別では、20代と30代で5割前後と、他の年代に比べ低くなっています。
- 咀嚼では、「よくかんで食べている」と「どちらかといえばよくかんで食べている」を合わせると約6割で、よくかんで食べている割合が多い傾向にあります。
- 食生活で実行していることとして、「自分で料理をしたり、もしくは家族の料理の手伝いをする」「(家族がいれば) 家族そろって食卓を囲み、会話をするようにしている」で5割以上となっていて、「1日3回、規則正しい食事をする」「食事の際に『いただきます』『ごちそうさま』を言う」「好き嫌いをしない」「寝る前や夜遅くに食事をしない」「野菜の摂取量を増やす」「食べ残しを減らす努力をしている」についても4割程度実行されています。また、「料理教室・栄養講座等に参加する(おおむね過去1年以内)」と「食べ過ぎや間食をしない」は約2割と低くなっています。
- 性別でみると、女性の方が食生活で実行していることが多くなっています。
- 年齢別でみると、「1日3回、規則正しい食事をする」では、30代が約3割と最も低く、「塩分や糖分、脂肪をひかえる」では、20代が約1割と最も低くなっています。

- 自分の食事や食卓への不安や不満については、「早食いをしてしまう」「つい好きなものだけを食べがちで、栄養バランスに偏りがある」が3割程度となっています。
- 性別でみると、女性では「間食が多い」が約3割と高く、男性では「特に不安や不満は感じていない」が約3割と高くなっています。
- 年齢別でみると、「ゆっくりと食事をする時間がとれない」は、20代と30代で約3割、「食べる時間が不規則である」は、20代～40代で3～4割と高くなっています。「早食いをしてしまう」では、20～50代で高くなっていて、特に50代で約5割となっています。

(3) 食生活に関する知識について (質問 12～質問 13)

- 食生活に関する知識として、「朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること」「自分の適正体重」「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の意味」「賞味期限と消費期限の違い」については約7割以上が知っていますが、それ以外の項目に関しては約4割以下となっています。
- 性別でみると、女性で「朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること」が約9割と高くなっています。
- 年齢別でみると、「自分の適正体重」と「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の意味」は40代～60代で高く、7割以上となっています。
- 睡眠時間別でみると、「自分の適正体重」「自分の世代が1日に必要なエネルギー（キロカロリー）」「朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること」は、睡眠時間が短いほど高く、睡眠時間が長いほど低い傾向にあります。
- 健全な食生活の実践のために参考にしている指針については、「参考にしている指針はない」が約4割、「どの指針も知らない」が約2割となっています。

(4) 食育について (質問 14～質問 18)

- 「食育」という言葉について、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が約5割と最も高くなっています。
- 性別でみると、女性では「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が約5割と高くなっています。また、男性では「言葉も意味も知らなかった」で約3割となっています。
- 「食育」への関心は、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせると、約6割となり、性別では、女性が約7割と高くなっています。
- 「食育」に関心がある理由として、「食生活の乱れ（栄養バランスの崩れ、不規則な食事等）が問題になっているから」「生活習慣病（がん、糖尿病等）の増加が問題になっているから」「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」が約7割となっています。
- 性別でみると、女性では「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」が75.2%と高くなっています。
- 食育が大切だと思う世代は、「小学生」が約7割と最も高く、食育を行うにあたって重要な場所は、「家庭」が85.6%、「小学校」が約6割となっています。

(5) 食の安全性について（質問 19～質問 20）

- 食の安全性について、「不安を感じている」と「多少は不安を感じている」を合わせると75.4%となっています。性別でみると、女性が約8割と高くなっています。
- 食の安全性について不安に感じることにについては、「放射性物質の農作物等への影響」が約8割と最も高く、「特にない」は0%となっています。
- 性別でみると、女性では「O-157やノロウイルス等による食中毒」と「放射性物質の農作物等への影響」で高く、それぞれ約5割と約8割となっています。
- 家族構成別でみると、「単身」が「製造年月日や賞味期限・消費期限」、「アレルギー物質」、「O-157やノロウイルス等による食中毒」で最も高く、約6割以上となっています。

(6) 匝瑳市のことについて（質問 21～質問 26）

- 匝瑳市に当てはまることとして、「当てはまる」と「どちらかといえば当てはまる」を合わせると、「匝瑳市では、必要な食材をスーパー、商店街などで購入することができる」が約8割と最も高くなっている反面、「匝瑳市では、食に関する必要な情報が得られる」と「匝瑳市では、食をテーマにした取組やイベントが活発だ」が2割を下回っています。
- 日常の買い物についての不満は、「ない」が約7割となっています。
- 匝瑳市の郷土料理や特産品で知っているものは、「大浦ごぼう」が75.8%と最も高く、「落花煎餅」も約7割となっています。
- 性別でみると、女性が「太巻き寿司」「いちご」「お米」「落花煎餅」「初夢（漬け）」「海草」で高くなっています。
- 年齢別でみると、20代と30代は、40代以上に比べ、郷土料理や特産品を知らない傾向にあります。
- 地元農産物のよい点として、「新鮮」が約8割、「安全・安心」が約5割となっています。

(7) その他の質問について（質問 27～質問 32）

- 健全な食生活の実践について、「したいと思っているが実際にはしていない」「あまりしていない」「できるだけするようにしている」が約3割となっています。
- 国や県が定めた「食育月間」については、「どれも知らなかった」が約9割となっています。
- 地産地消を進めていく上で必要なことは、「スーパーや八百屋に地元農産物コーナーを設置する」が約7割、「(学校や福祉施設での)給食で、地元農産物をより多く利用する」が約6割となっています。
- 性別でみると、女性では「(学校や福祉施設での)給食で、地元農産物をより多く利用する」が約7割と高く、男性では「地元農産物のPR・宣伝(地産地消フェアやパンフレット提供等)をする」が約4割と高くなっています。

- 食育ボランティアへの参加は、「参加したくない」が35.4%と最も高くなっていますが、「条件が合えば参加してみたい」も約3割となっています。
- 家族構成別でみると、「参加したくない」は「夫婦のみ」で約5割、「二世世代家族（親と子ども）」で約3割と高くなっています。反面、「条件が合えば参加してみたい」が「単身」で約6割、「三世世代家族（祖父母と子どもと孫）」で約4割となっています。
- 食育を通して知りたいことについては、「家族や自身の成長・健康維持に役立つ食事のとり方」が約6割と最も高くなっています。
- 性別でみると、女性が「若さや活力感を保ったり、美容に良い食事のとり方」「家族や自身の成長・健康維持に役立つ食事のとり方」「自分にも手軽につくれる料理の仕方」で高くなっています。
- 年齢別でみると、「若さや活力感を保ったり、美容に良い食事のとり方」が、30代～40代で4割程度と高くなっています。
- 行政や地域社会に期待したいことについては、「地産地消の推進」「農薬や添加物を減らす等、より安全な食品生産・製造の指導」が約4割となっています。性別でみると、女性が「乳幼児期からの食育の推進」で約4割と高くなっています。

(8) 小中学生の調査結果について（小中学生調査 質問1～質問23）**◎「食育」を知っているか**

- 「食育」という言葉について、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が6割前後と最も高くなっています。

◎朝食について

- 朝食を「ほとんど毎日食べる」が約9割と最も高く、朝食の内容は、主食が9割以上、主菜が約5割、副菜が約3割、「牛乳・乳製品」が約4割となっています。
- 朝食は、「家族の誰かと食べることが多い」が約5割と最も高くなっていますが、学年別で見ると、中学生では「一人で食べるが多い」が約3割、と小学生に比べ2倍となっています。また、「家族そろって食べるが多い」も中学生では減少しています。
- 朝食を食べない理由は、「朝は食欲がないから」が小学生では55.0%と最も高く、中学生では「朝は食欲がないから」「朝ご飯を食べても特に困らないから」が41.7%と最も高くなっています。

◎食事について

- 夕食は、「家族そろって食べるが多い」が約6割と最も高くなっています。「一人で食べるが多い」は、小学生で4.9%、中学生で6.0%となっています。
- 食事の際の会話は、「少し会話をする」と「たくさん会話をする」がともに約4割となっていて、学年別で見ると、中学生では小学生に比べ「少し会話をする」が増加し、「たくさん会話をする」が減少しています。
- 給食の時間について、「とても楽しい」と「楽しい」を合わせると、9割前後が楽しさを感じています。同様に家での食事についても、「とても楽しい」と「楽しい」を合わせると、9割前後が楽しさを感じています。

◎飲食の好みについて

- ご飯とパンのどちらが好きかについては、「両方好き」が約4割と最も高く、次いで「ご飯」が約3割となっています。魚と肉のどちらが好きかについては、「両方好き」が約5割と最も高く、次いで「肉（牛肉・豚肉・鶏肉）」が35.7%となっています。
- よく食べるおやつについては、「アイスクリーム」と「スナック菓子・チョコレート菓子」が約5割となっています。
- のどが渇いたときに飲むものについては、「お茶」が約7割と最も高くなっています。
- 次いで、学年別で見ると、小学生では「水」が約4割と高く、中学生では「炭酸飲料」と「スポーツ・イオン飲料」が約4～5割と高くなっています。

◎普段心がけていること

- ふだん心がけていることについては、「朝ご飯を毎日食べる」と「運動をする」が約6割となっています。
- 次いで、学年別で見ると、小学生では「睡眠を十分にとる」と「栄養バランスや食べる量に気

をつける」が高くなっていて、中学生では「太りすぎない」が高くなっています。

◎匝瑳市の代表的な産物や郷土料理や特産品について

- 匝瑳市の代表的な産物で知っているものは、「野菜類」が約6割と最も高くなっています。また、「知らない」が約3割となっています。
- 匝瑳市の郷土料理や特産品で知っているものは、「赤ピーマン」「お米」「落花生みそ」が約3割以上となっています。
- 学年別でみると、「大浦ごぼう」「ハス」「セリ」「ネギ」「いちご」「お米」「海草」では小学生が高く、「落花生みそ」「赤ピーマン」「つみれ汁」「米粉パン」では中学生が高くなっています。

◎食事の際にしていることについて

- 「『いただきます』『ごちそうさま』を言う」が約8割と最も高くなっています。
- 学年別でみると、小学生では「『いただきます』『ごちそうさま』を言う」、「食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを持つ」、「食器を並べたり、一緒に料理したりするなど、手伝いをしている」、「自分だけで料理を作ることがある」が高くなっています。

◎食物のことを知るためにしてみたいことについて

- 「料理教室」が約5割と最も高くなっています。
- 学年別でみると、小学生では「農業体験」「漁業体験」「牛や馬などの家畜の世話」「加工体験」が約2割～4割と高く、中学生では「特にない」が約3割と高くなっています。

3. 総括

<一般>

食生活について

朝食をほぼ毎日食べている割合は約8割で、摂食の内容も主食が9割以上、主菜が約5割、副菜が約4割となっていますが、20代～30代では朝食の摂食が5～6割、特に副菜の摂食が2割程度と低くなっています。また、睡眠時間が短いほど菓子類で済ます傾向もみられます。朝食の欠食が始まったのは社会人になった頃から約4割となっているため、朝食摂食に向けた対象者や時期の絞り込みが必要と言えます。

さらに、20代～30代では主食・主菜・副菜が揃った食事の摂食する割合が低くなっていて、食事自体の欠食する割合は高く、ゆっくりと食事をする時間すら取れていない割合も高くなっています。

食生活で実行されている割合が低いものとして、料理教室や栄養講座に参加することや食べ過ぎや間食をしないこと等が挙げられ、特に栄養バランスに偏りがあることへの不安や不満や、間食は女性に多いこともあるため、通常の料理教室や栄養講座以外に、栄養に配慮したおやつ作り教室等の開催も視野に入れる必要があります。

また、早食いする割合が約4割で、特に50代では約5割となっていることや、男性は自分の食事や食卓への不安や不満を感じていない割合が高いため、男性の中高年に向けたメッセージも必要と言えます。

食育について

「食育」という言葉の意味についてはほとんど知られておらず、「食育月間」についても周知は低い結果でした。しかし、食育への関心は、食生活の乱れや生活習慣病、子どもの心身の健全な発育のためといった理由から約6割と高く、施策の展開が望まれます。特に、小学生に向けた「食育」、家庭や小学校で行う「食育」が望まれています。

食の安全性については、約8割が不安に感じていて、特に放射性物質の影響や原産地・原産国に対する不安が強くみられます。また、地産地消の推進やより安全な食品生産・製造の指導が期待されていることから、地元農産物への検査体制の整備、スーパー等に地元農産物を取り扱ったコーナーの設置や、生産者からの声を伝えたり、学校等での地元農産物の利用といった施策が望まれるのと同時に、食に関する必要な情報の提供や食をテーマにした取組やイベントにも取り組むことが重要です。

<小中学生>

小中学生の約9割が朝食をほとんど毎日食べていますが、副菜を摂食している割合が約3割となっていて、孤食（「一人で食えることが多い」と回答）の割合は約2割で、中学2年生では約3割となっています。夕食時の孤食の割合は1割以下と朝食時に比べ低くなっているため、朝食時の孤食解消に向けた取組や、栄養バランスを考慮した朝食摂食に向けた取組が必要です。

よく食べるおやつは、アイスクリームやスナック菓子・チョコレート菓子が約5割となってい

るため、子どものいる家庭を対象に栄養に配慮したおやつ作り教室等の開催といった取組も重要と言えます。また、喉が渇いた時にお茶が最も飲まれているため、お茶の効果について教えるといった取組も有効です。

匝瑳市の代表的な産物について、野菜類以外についても取り上げ、また、郷土料理や特産品についても小中学校を通して取り上げていく必要があります。

小中学生自身は食物のことを知るために、料理教室や農業体験等をしたいと思っています。特に小学5年生では中学2年生よりも、農業体験や漁業体験等の体験を希望している割合が高くなっています。一般の調査からも食育は小学生を対象にすることや、家庭や小学校での食育が望まれていることもあるため、様々な体験の機会の提供についてさらに検討する必要があります。

第3章

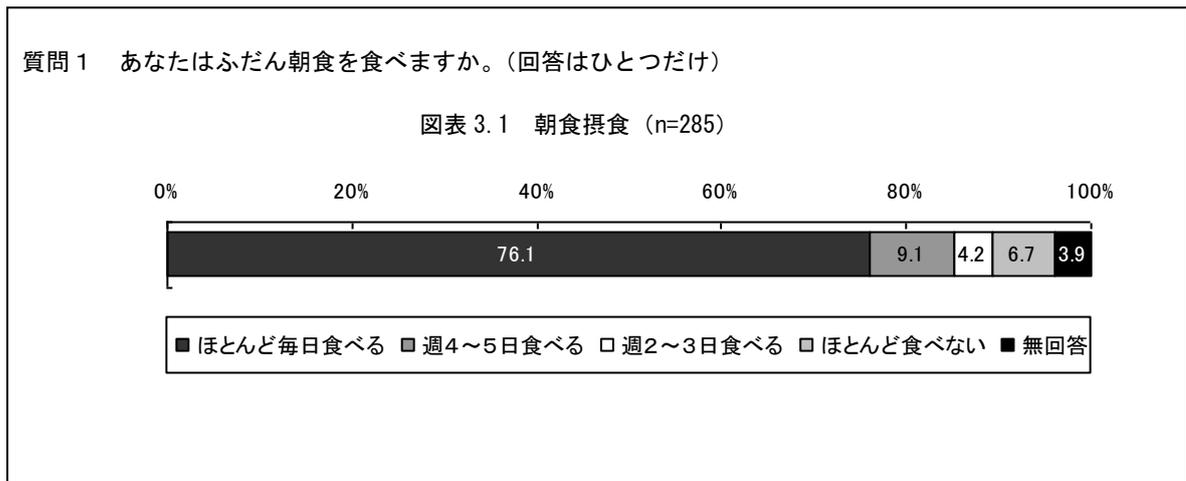
調査結果

第3章 調査結果

1. 食生活等の状況について（一般）

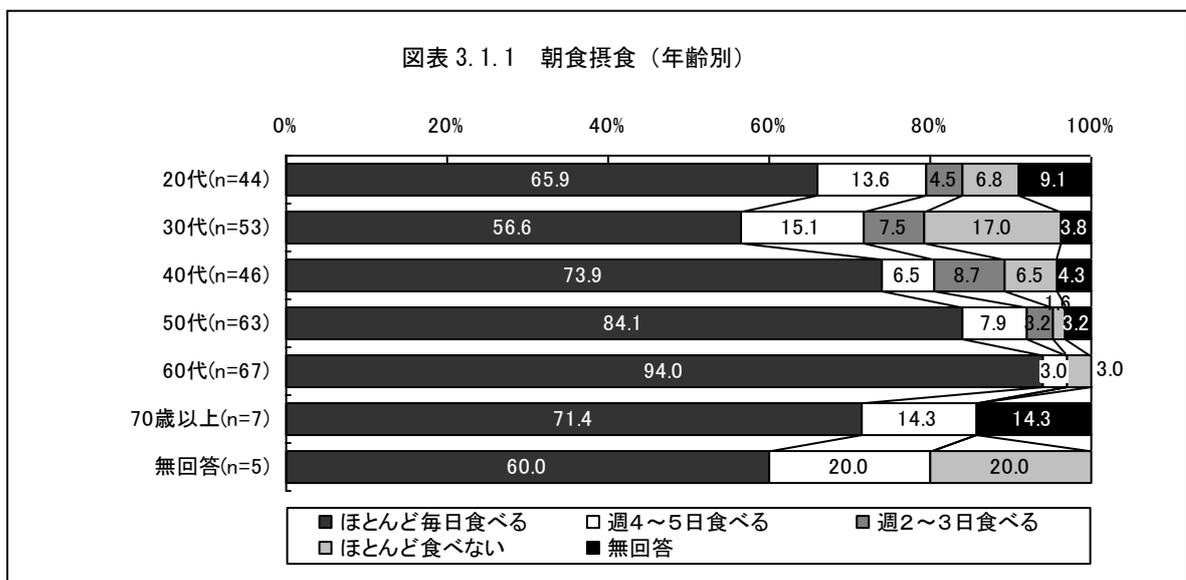
質問1. 朝食について

- 「ほとんど毎日食べる」が76.1%と最も高くなっています。「週4～5日食べる」と合わせると85.2%となります。
- 「ほとんど食べない」は6.7%となっています。



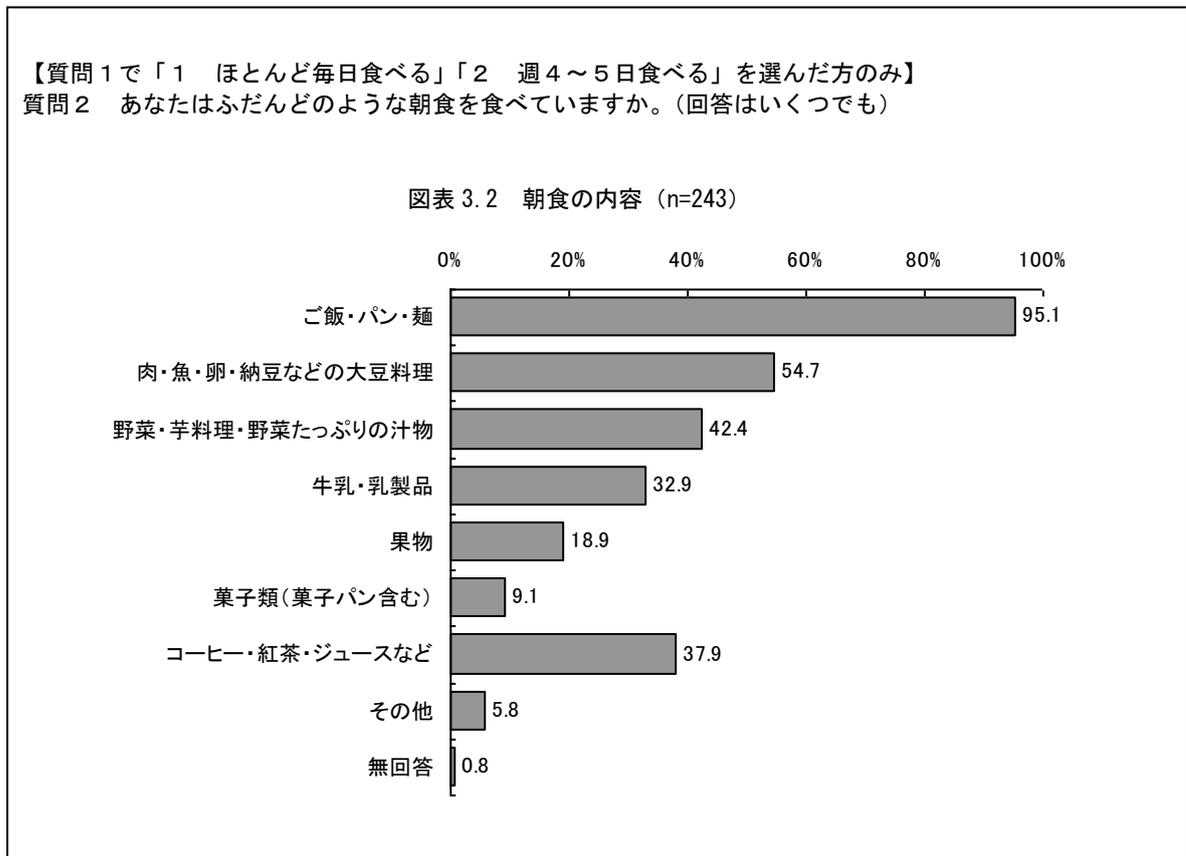
（年齢別）

- 「ほとんど毎日食べる」は20代（65.9%）と30代（56.6%）で低く、40代以上では70%を超え、60代では94.0%と高くなっています。



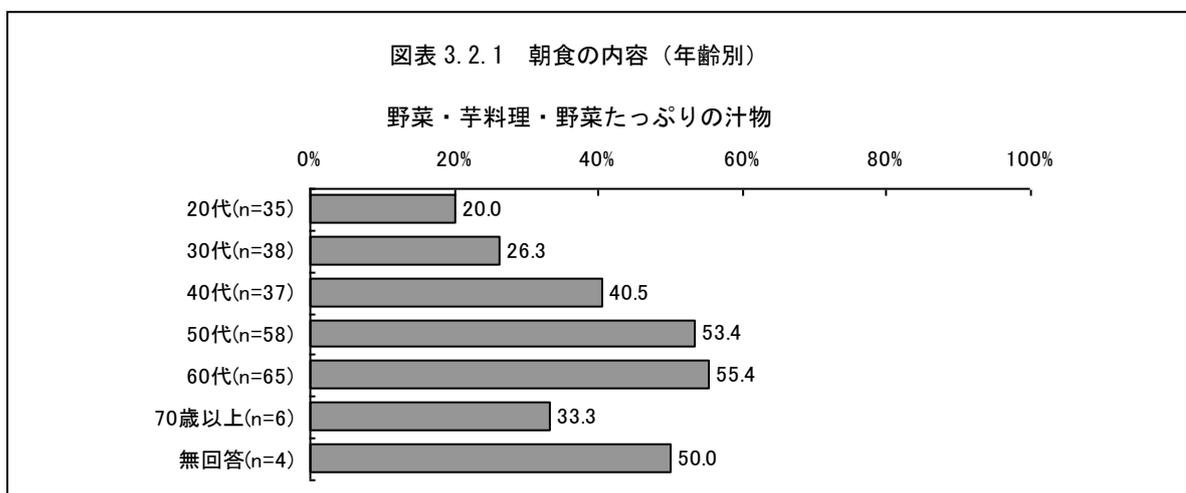
質問2. 朝食の内容について

- 主食の「ご飯・パン・麺」が95.1%と最も高くなっています。主菜の「肉・魚・卵・納豆などの大豆料理」は54.7%、副菜の「野菜・芋料理・野菜たっぷりの汁物」は42.4%となっています。
- 「コーヒー・紅茶・ジュースなど」が37.9%となっています。



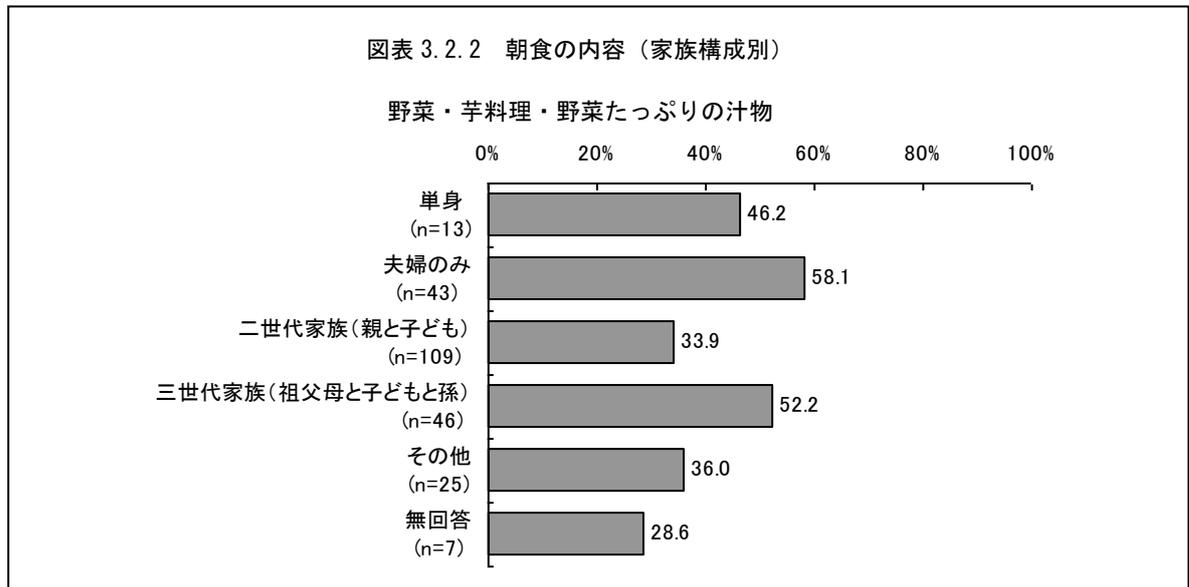
(年齢別)

- 「野菜・芋料理・野菜たっぷりの汁物」は、20代(20.0%)・30代(26.3%)と低くなっていますが、40代では40.5%となり、50代(53.4%)・60代(55.4%)では50%以上となっています。



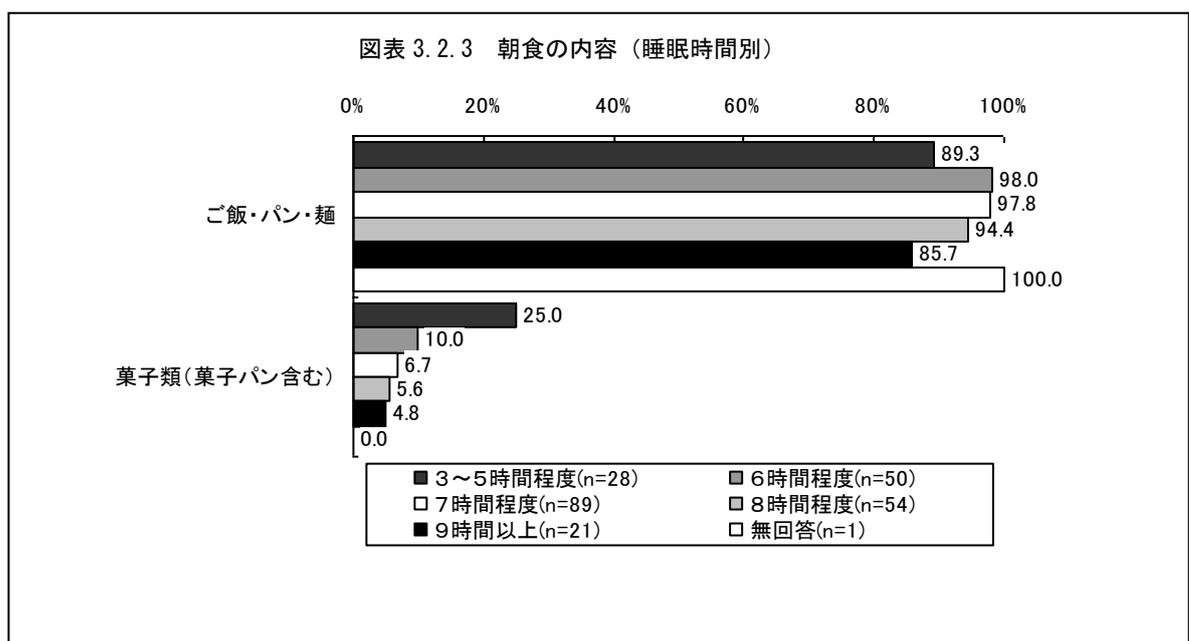
(家族構成別)

- 「野菜・芋料理・野菜たっぷりの汁物」は、「夫婦のみ」(58.1%)、「三世代家族(祖父母と子どもと孫)」(52.2%)で50%以上となっていますが、「二世世代家族(親と子ども)」では33.9%と低くなっています。



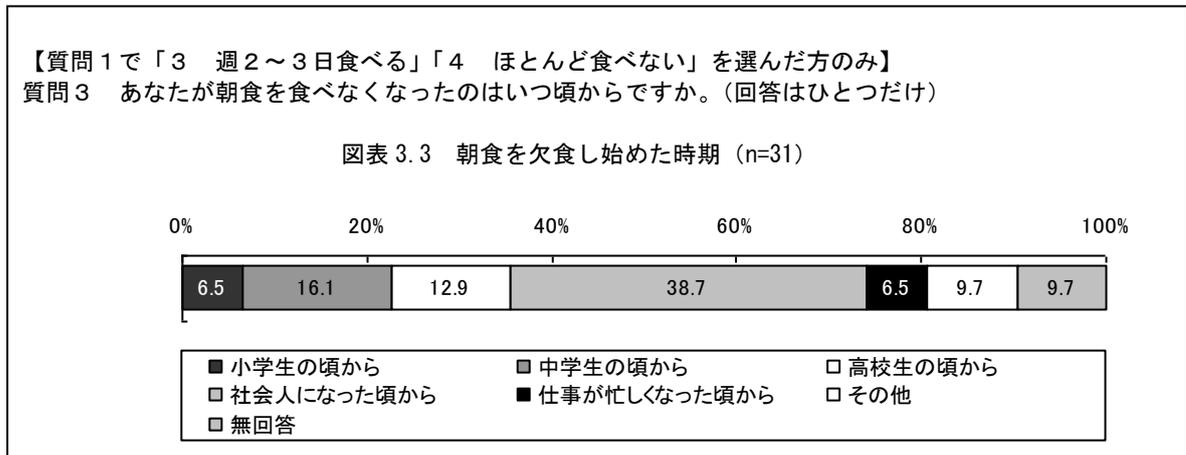
(睡眠時間別)

- 「ご飯・パン・麺」では「3～5時間程度」(89.3%)と「9時間以上」(85.7%)で低い傾向にあります。
- 「菓子類(菓子パン含む)」では「3～5時間程度」が25.0%と最も高く、睡眠時間が増えるにつれ減少しています。



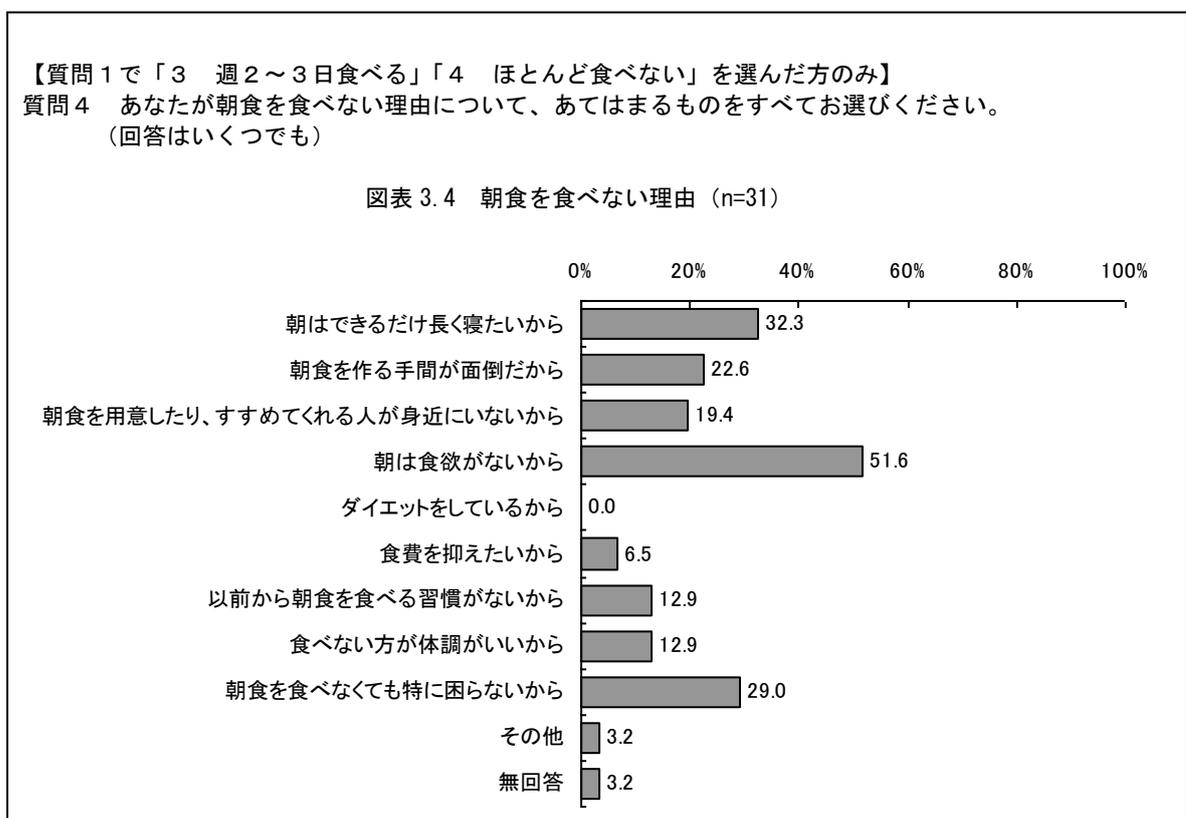
質問3. 朝食を欠食するようになった時期について

- 「社会人になった頃から」が38.7%と最も高くなっています。
- また、「中学生の頃から」が16.1%、「高校生の頃から」が12.9%、「小学生の頃から」が6.5%となっています。



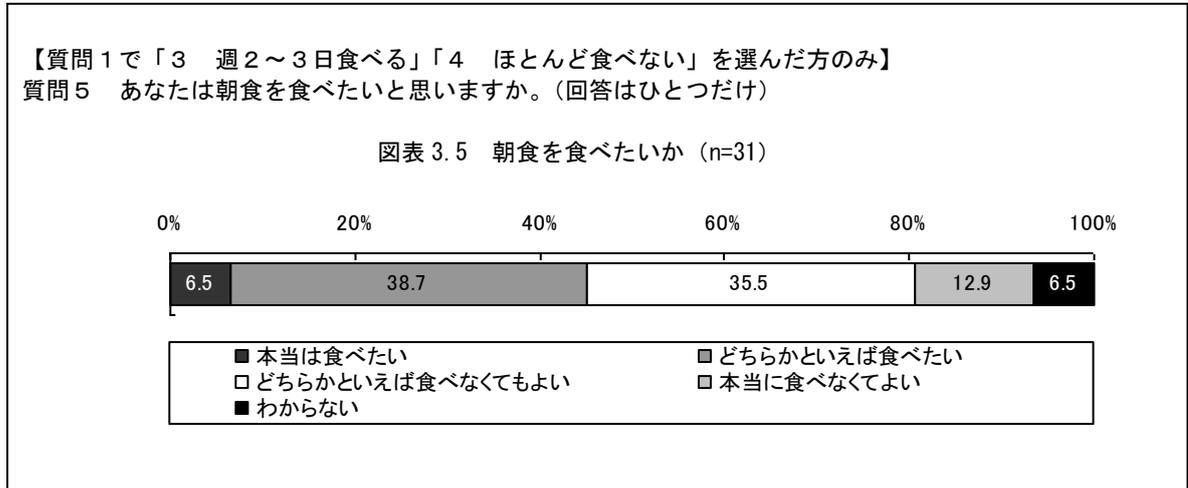
質問4. 朝食を食べない理由について

- 「朝は食欲がないから」が51.6%と最も高く、次いで「朝はできるだけ長く寝たいから」が32.3%、「朝食を食べなくても特に困らないから」が29.0%となっています。



質問5. 朝食を食べたいと思うかについて

- 「本当は食べたい」「どちらからかといえば食べたい」を合わせると 45.2%、「どちらからかといえば食べなくてもよい」「本当に食べなくてよい」を合わせると 48.4%と、同程度となっています。



健康のためには栄養バランスのとれた食事が必要です。栄養バランスのとれた食事の一つのポイントとして、「主食・主菜・副菜のそろった食事」があげられます。

主食 ⇒ ご飯・パン・麺類等（主に炭水化物）

主菜 ⇒ 肉・魚・卵・大豆製品等（主にたんぱく質や脂肪）

副菜 ⇒ 野菜・海藻等（主にビタミン、ミネラル、食物繊維）

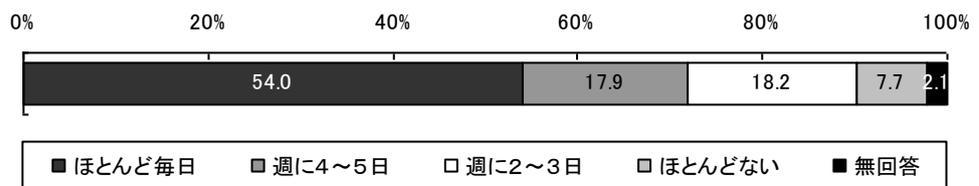
（これに、乳製品や果物を適度にとると、更に健康に良いとされています。）

質問6. 主食・主菜・副菜がそろった食事の摂食について

- 「ほとんど毎日」が54.0%と最も高く、「週に4～5日」と合わせると71.9%となっています。また、「ほとんどない」は7.7%となっています。

質問6 あなたは主食・主菜・副菜（上記説明文を参照ください）の3つがそろった食事を食べるのが、1日に2回以上あるのは週に何日ありますか。（回答はひとつだけ）

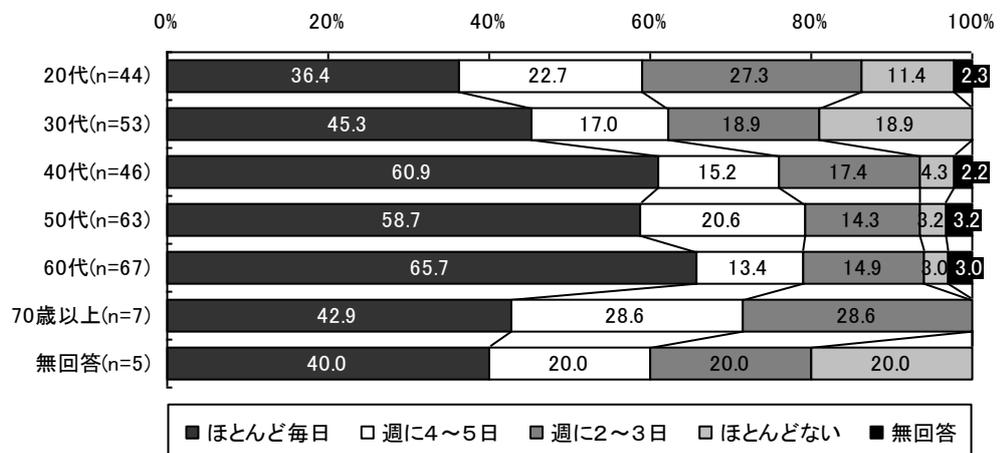
図表 3.6 主食・主菜・副菜がそろった食事の摂食 (n=285)



(年齢別)

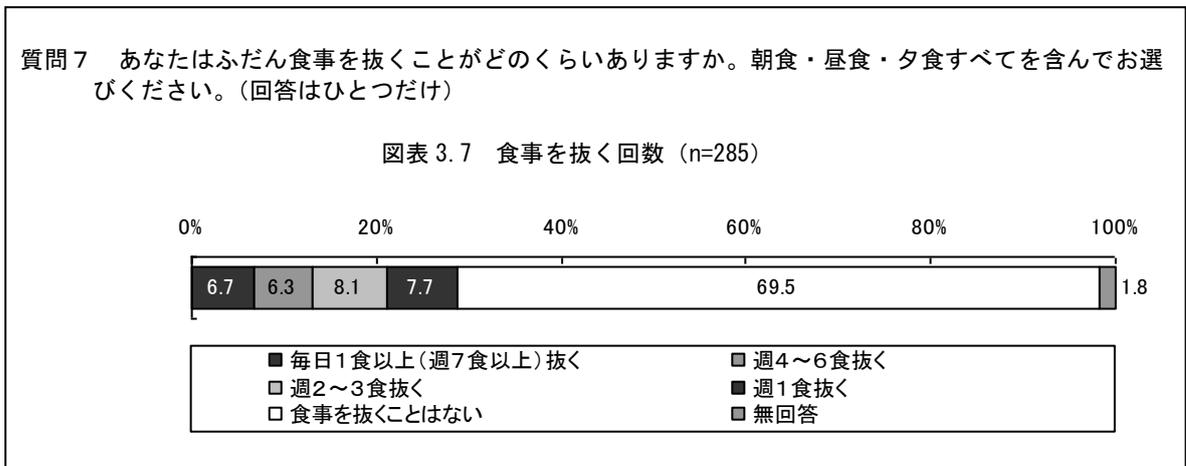
- 「ほとんど毎日」では、20代（36.4%）・30代（45.3%）と40代以上の約60%以上に比べ低く、「ほとんどない」は30代で18.9%と他の年代より高くなっています。

図表 3.6.1 主食・主菜・副菜がそろった食事の摂食（年齢別）



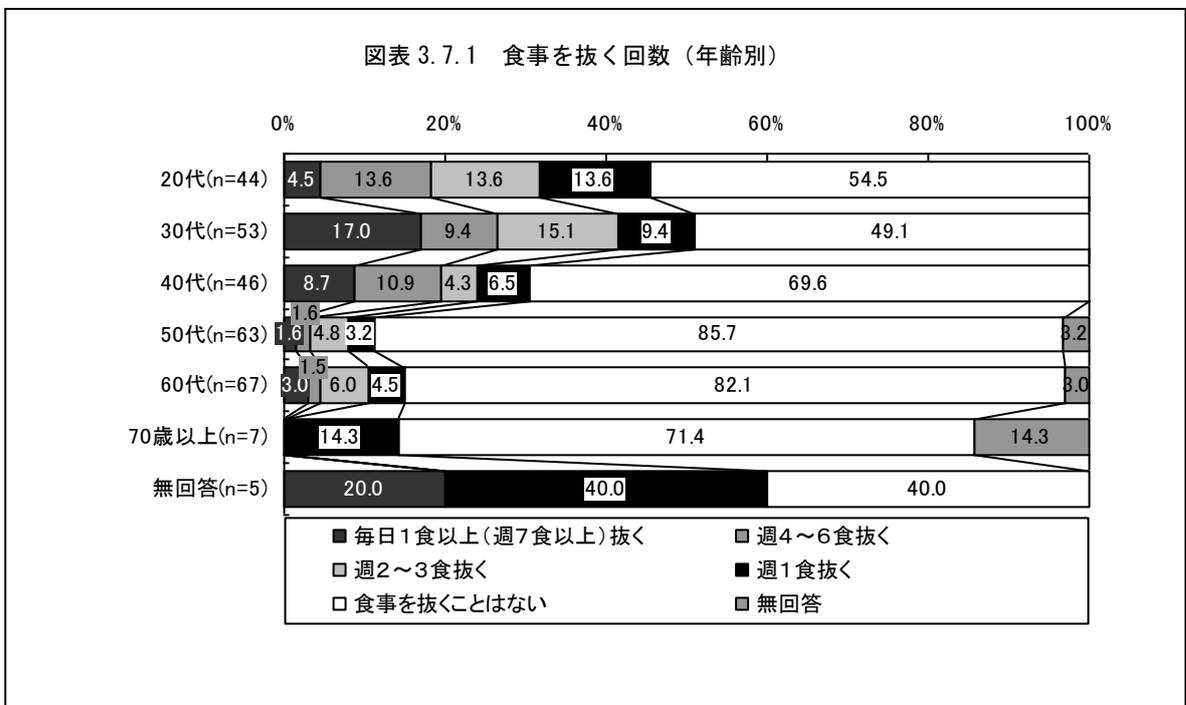
質問7. 欠食回数について

- 「食事を抜くことがない」が69.5%と最も高くなっています。「週2～3食抜く」が8.1%、「週1食抜く」が7.7%となっています。



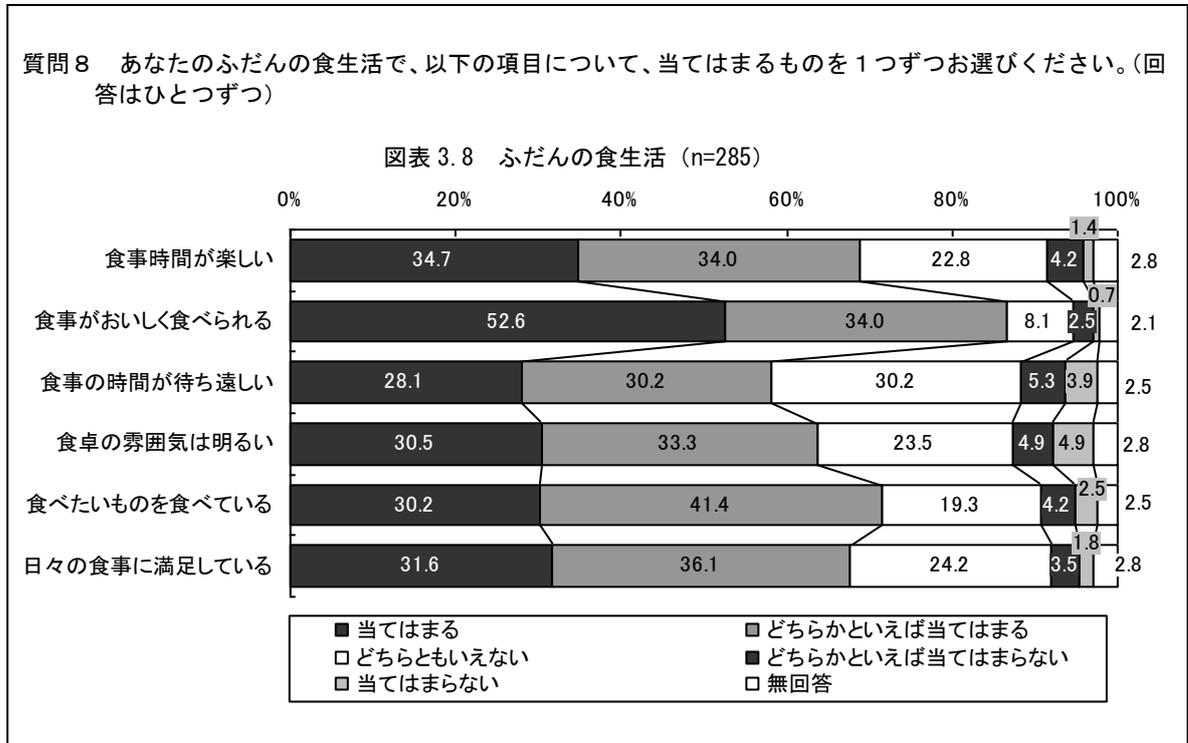
(年齢別)

- 「食事を抜くことはない」では、50代と60代では80%以上となっていますが、40代では69.6%、30代では49.1%、20代では54.5%と、50代以上と比べ減少しています。



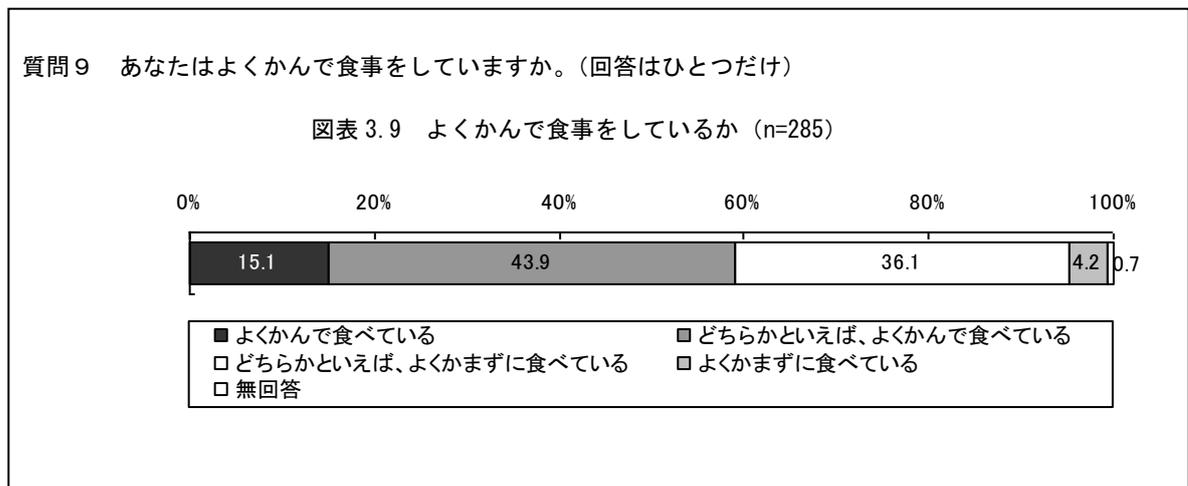
質問8. 食生活について

- 「当てはまる」と「どちらかといえば当てはまる」を合わせると、すべての項目で約6割以上となり、特に「食事がおいしく食べられる」では86.6%となっています。



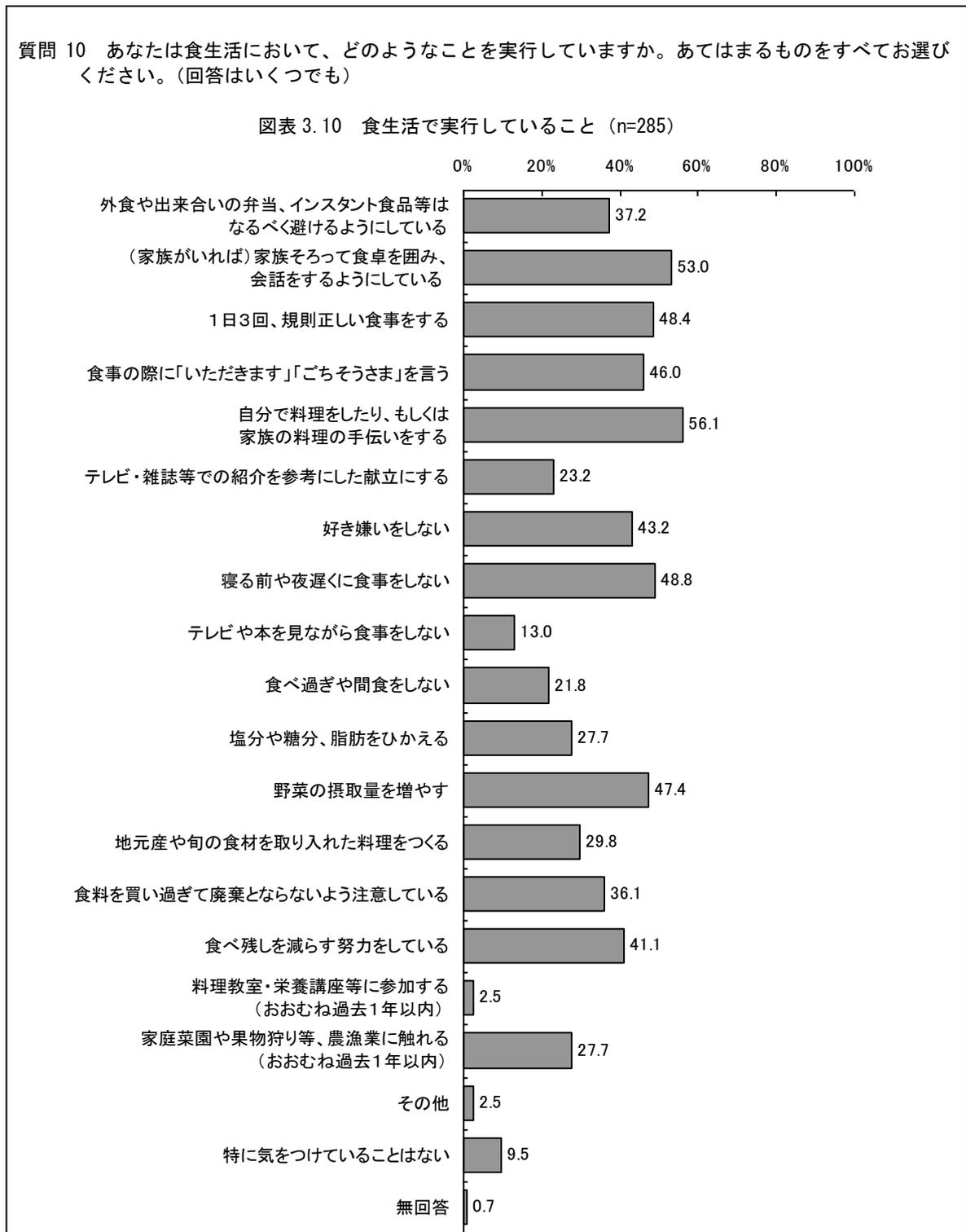
質問9. よくかんで食事をしているかについて

- 「よくかんで食べている」は15.1%、「よくかまずに食べている」は4.2%となっていて、「どちらかといえば、よくかんで食べている」が43.9%、「どちらかといえば、よくかまずに食べている」が36.1%となっています。



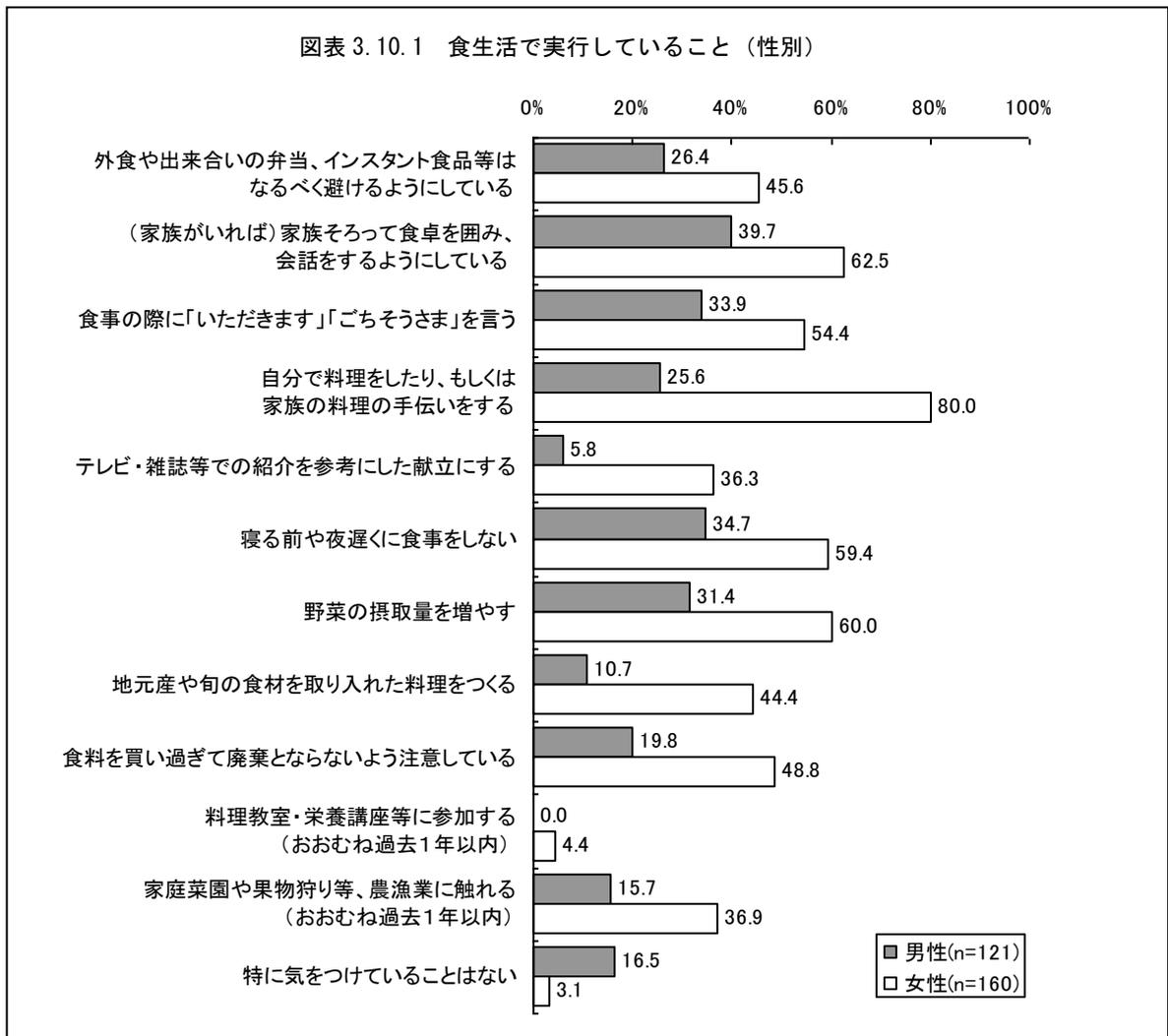
質問 10. 食生活において実行していることについて

- 「自分で料理をしたり、もしくは家族の料理の手伝いをする」が 56.1%と最も高く、次いで「(家族がいれば) 家族そろって食卓を囲み、会話をするようにしている」が 53.0%と5割以上となっています。また、「寝る前や夜遅くに食事をしない」など、40%台の項目が6項目あり、多くの項目が実行されています。
- 「料理教室・栄養講座等に参加する(おおむね過去1年以内)」が 2.5%と低く、「テレビや本を見ながら食事をしない」(13.0%) や「食べ過ぎや間食をしない」(21.8%) も低い傾向にあります。



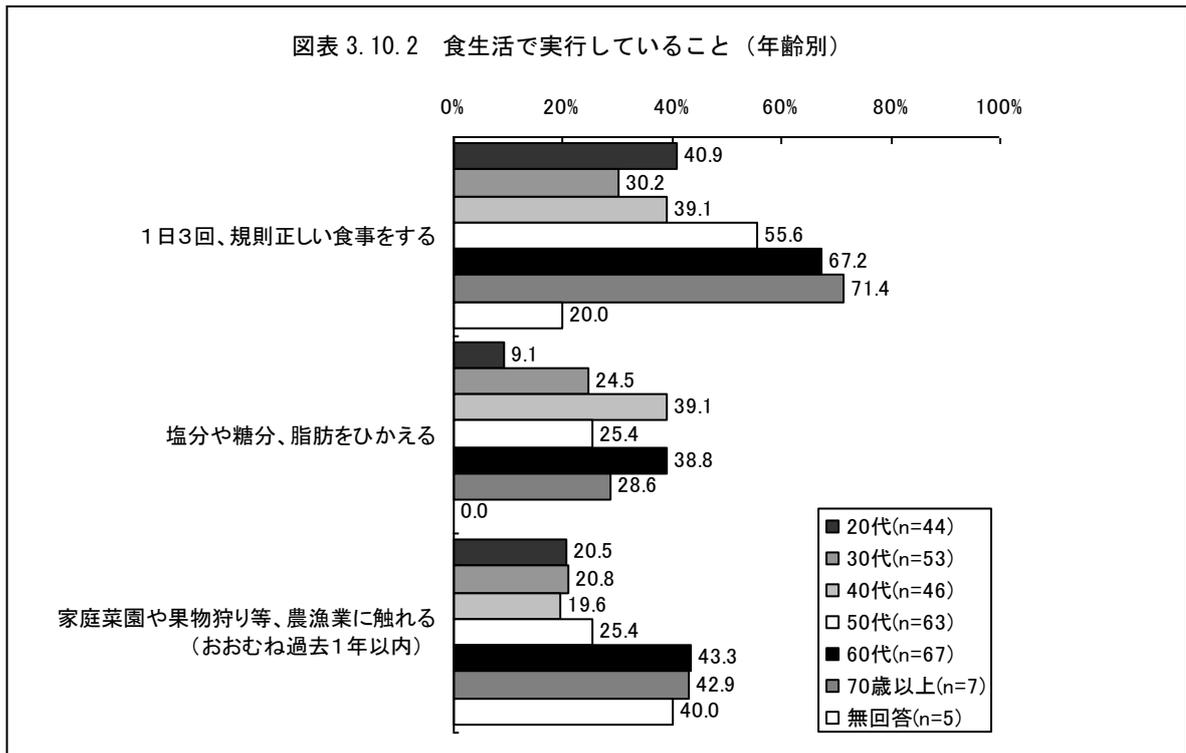
(性別)

- 「特に気をつけていることはない」(男性 16.5%、女性 3.1%)は男性が高くなっていますが、それ以外の 11 項目では女性が高くなっています。



(年齢別)

- 「1日3回、規則正しい食事をする」は、50代以上で50%を超えていますが、40代では39.1%、30代では30.2%と減少しています。
- 「塩分や糖分、脂肪をひかえる」では30代以上では20%を超え、40代（39.1%）と60代（38.8%）で高くなっていますが、20代では9.1%と減少しています。
- 「家庭菜園や果物狩り等、農漁業に触れる（おおむね過去1年以内）」では、60代以上で増加し、60代で43.3%、70歳以上で42.9%となっています。

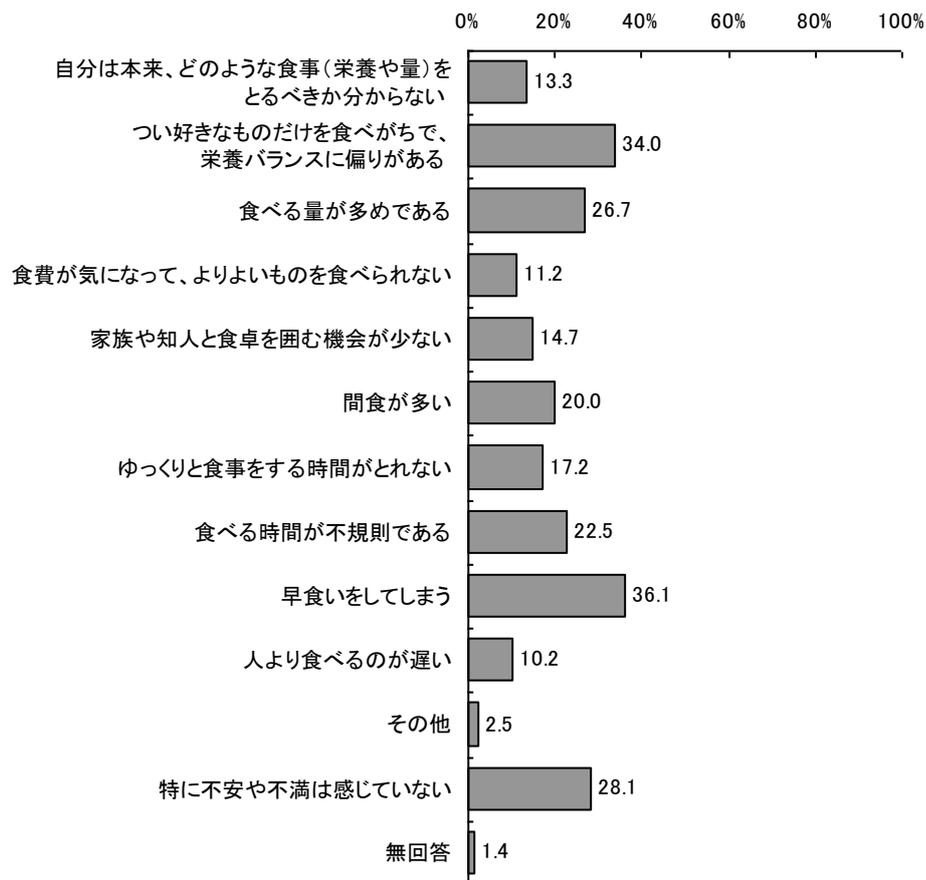


質問 11. 自分の食事や食卓に対する不安や不満について

- 「早食いをしてしまう」が 36.1%と最も高く、次いで「つい好きなものだけを食べて、栄養バランスに偏りがある」が 34.0%、「食べる量が多めである」が 26.7%となっています。

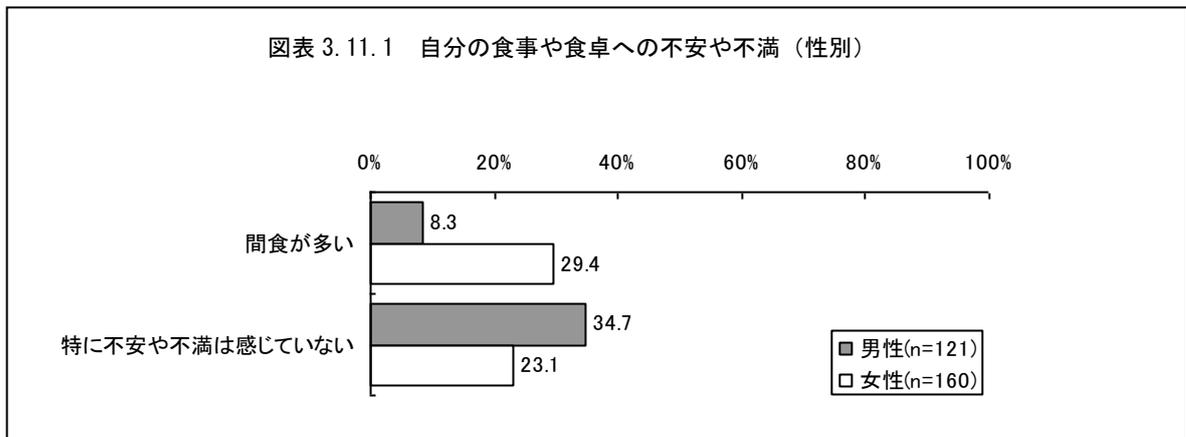
質問 11 あなたは自分の食事や食卓に対して、どのような不安や不満をお持ちですか。あてはまるものをすべてお選びください。(回答はいくつでも)

図表 3.11 自分の食事や食卓への不安や不満 (n=285)



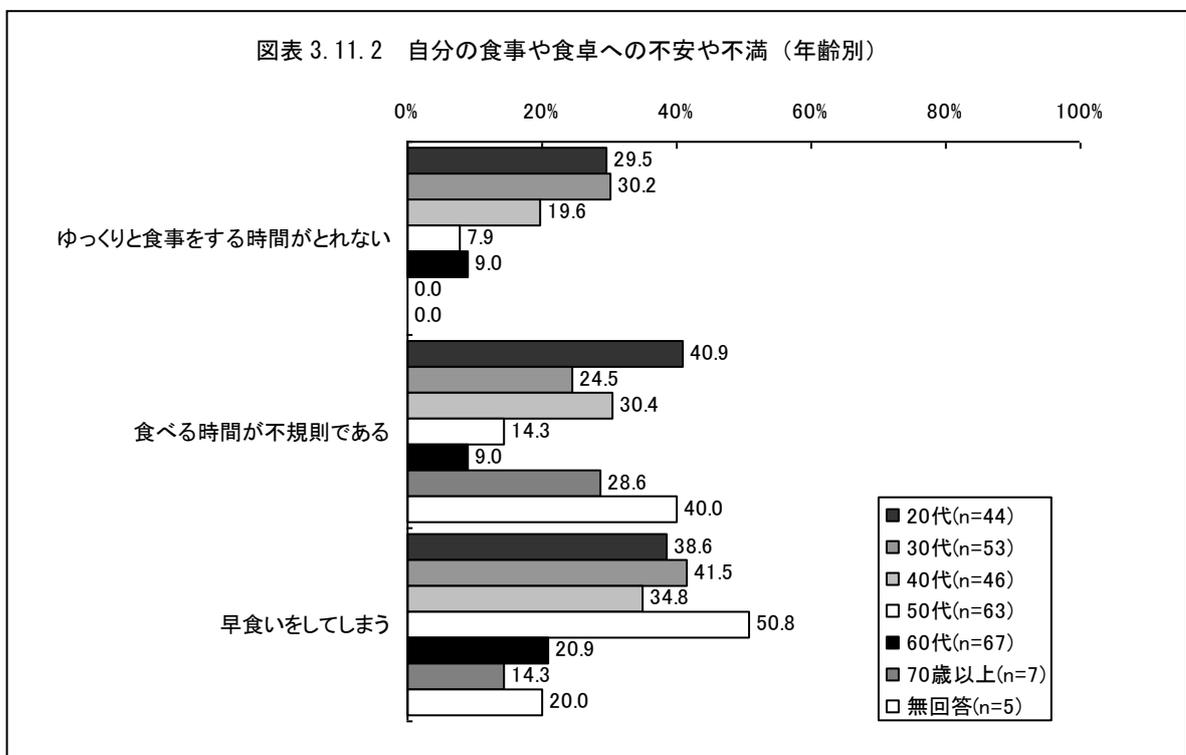
(性別)

- 「間食が多い」(男性 8.3%、女性 29.4%) は女性で高くなっていて、「特に不安や不満は感じていない」(男性 34.7%、女性 23.1%) では、男性で高くなっています。



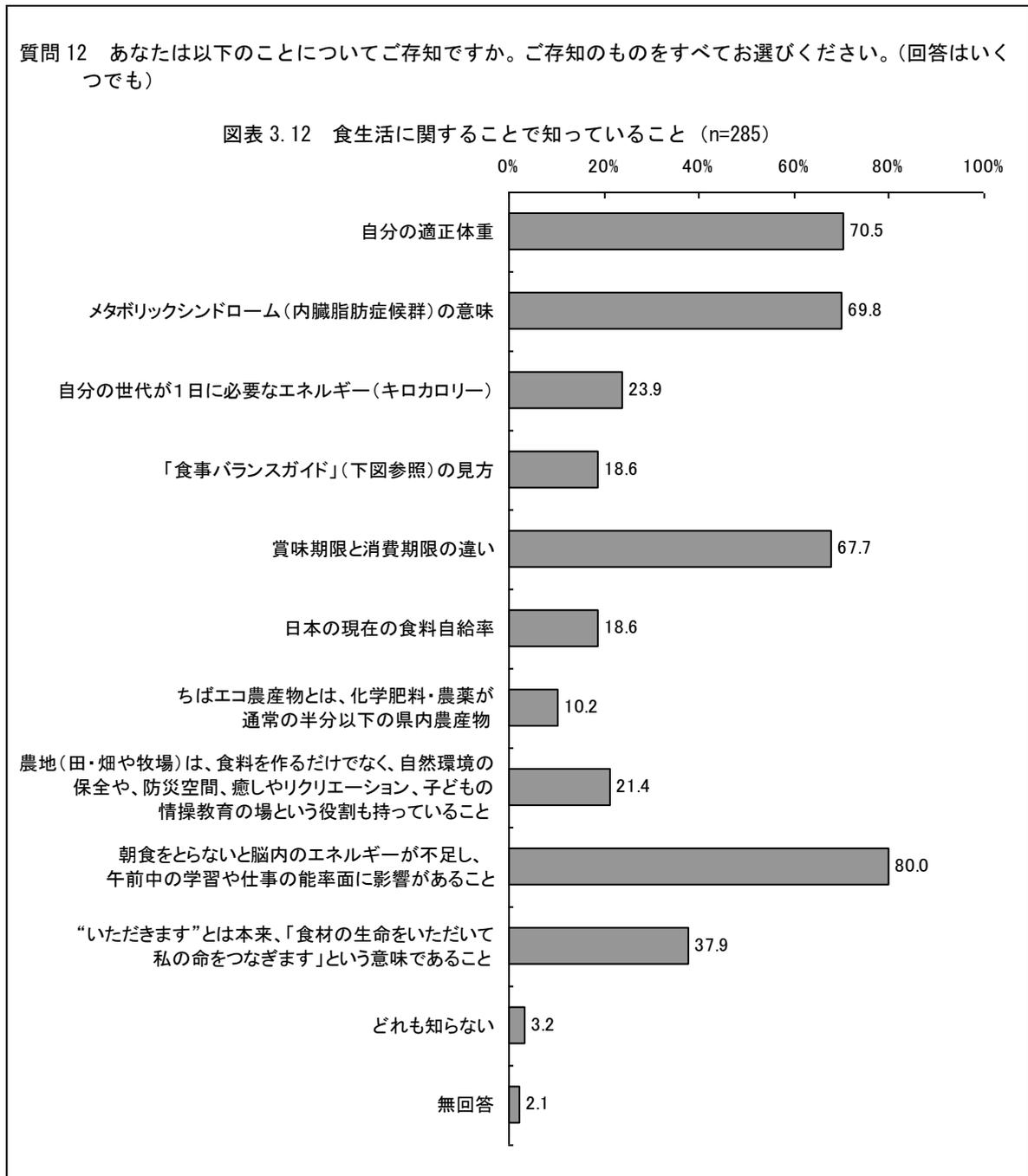
(年齢別)

- 「ゆっくりと食事をする時間がとれない」は、20代(29.5%)・30代(30.2%)で高く、40代以上では減少しています。また、「食べる時間が不規則である」では20代(40.9%)から40代(30.4%)で高く、50代以上では減少しています。
- 「早食いをしてしまう」では、20~50代で高く、特に50代では50.8%となっています。



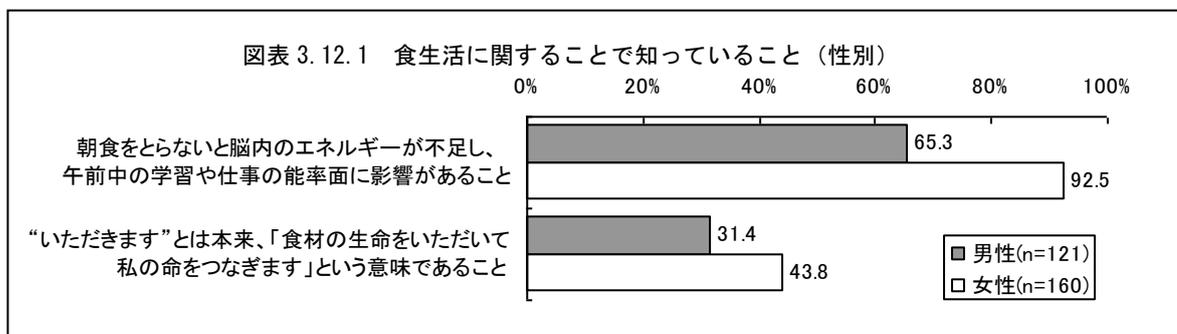
質問 12. 食生活に関することで知っていることについて

- 「朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること」が80.0%と最も高く、次いで「自分の適正体重」が70.5%、「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の意味」が69.8%、「賞味期限と消費期限の違い」が67.7%となっています。
- それ以外の項目について「知っている」と回答した割合は40%以下となっています。



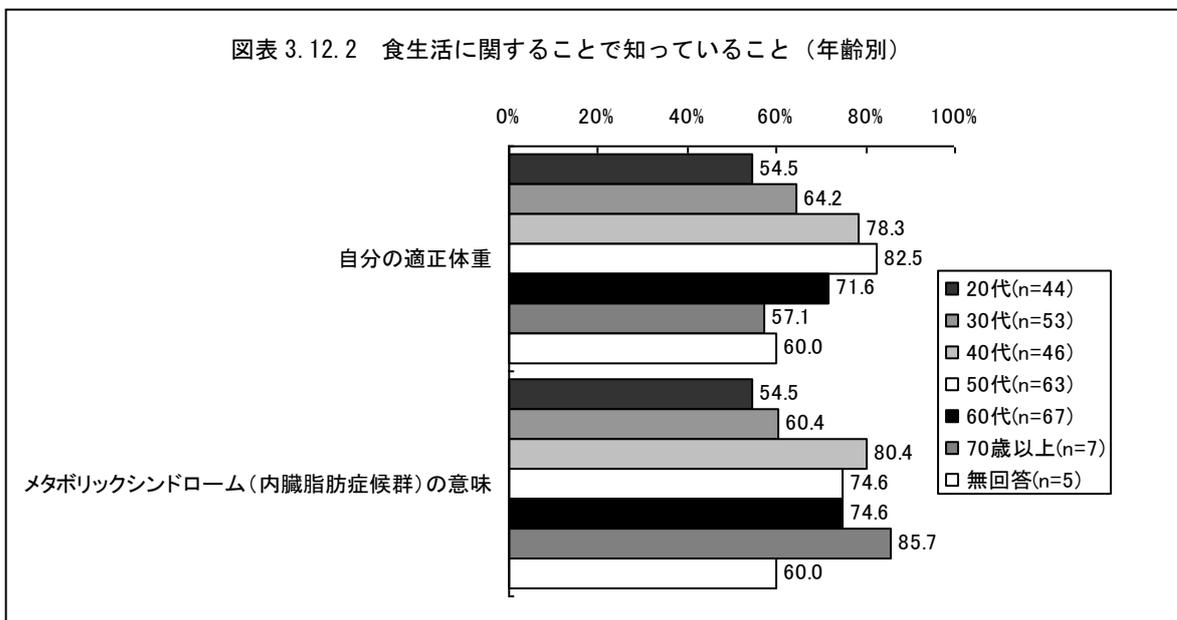
(性別)

- 「朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること」(男性 65.3%、女性 92.5%)と、「いただきます」とは本来、『食材の生命をいただいて私の命をつなぎます』という意味であること(男性 31.4%、女性 43.8%)は女性で高く、特に前者では女性の約9割が知っています。



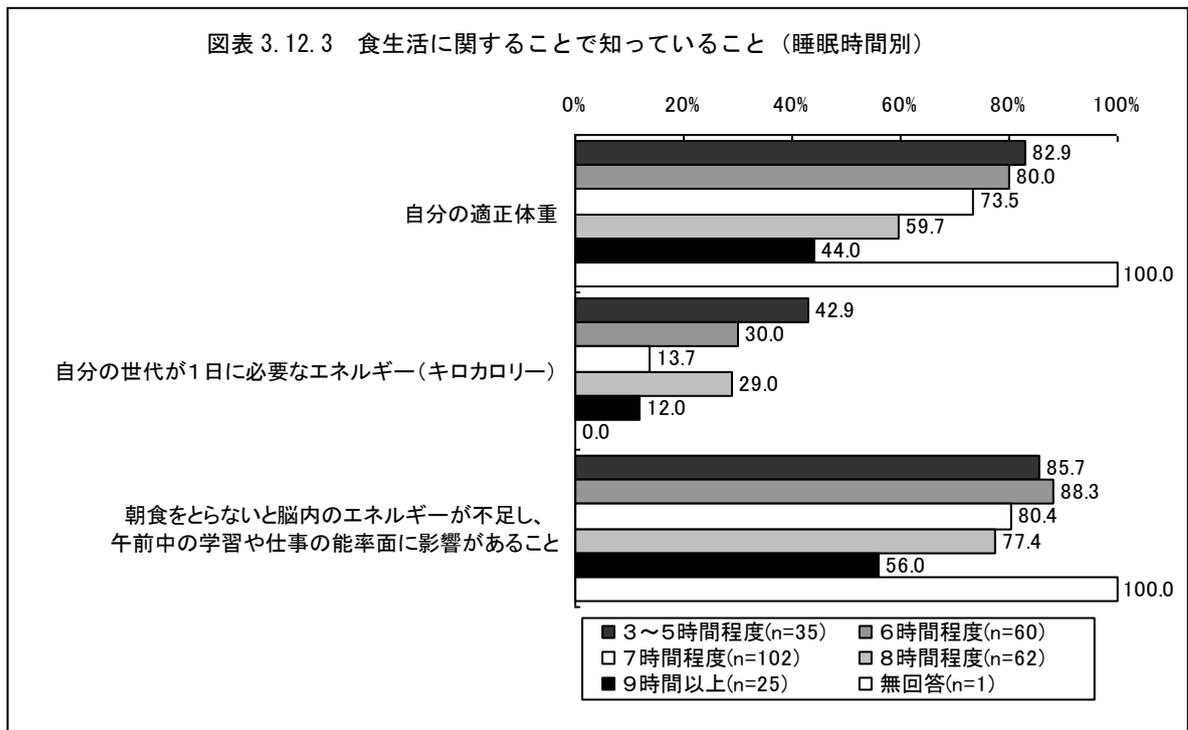
(年齢別)

- 「自分の適正体重」と「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の意味」ともに、40代から60代で高く、適正体重については50代で82.5%、メタボリックシンドロームについては40代で80.4%となっています。



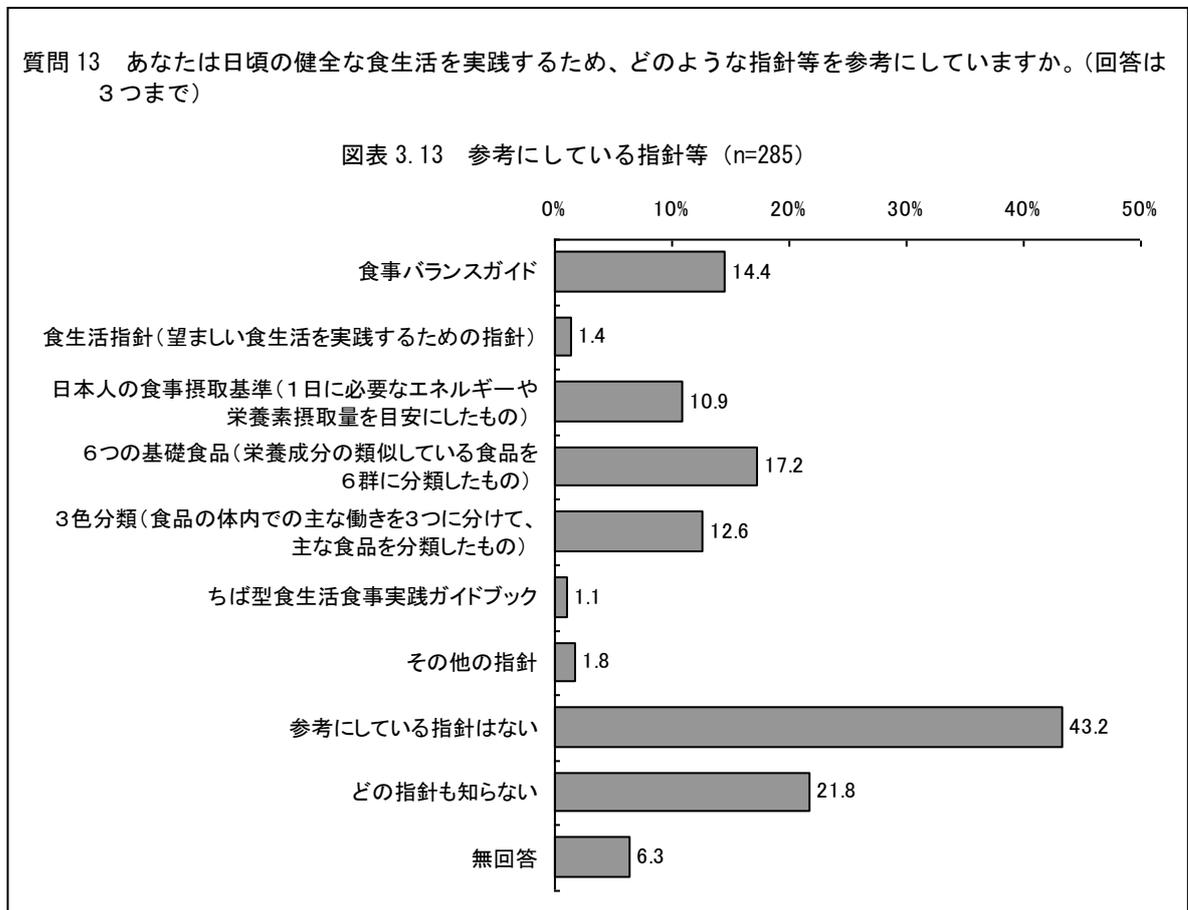
(睡眠時間別)

- 「自分の適正体重」「自分の世代が1日に必要なエネルギー（キロカロリー）」「朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること」では、睡眠時間が短いほど高く、「自分の適正体重」と「自分の世代が1日に必要なエネルギー（キロカロリー）」では「3～5時間」が 82.9%と 42.9%、「朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること」では「6時間程度」が 88.3%、となっています。
- 「9時間以上」になると大きく減少し、「自分の適正体重」では 44.0%、「自分の世代が1日に必要なエネルギー（キロカロリー）」では 12.0%、「朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること」では 56.0%、となっています。



質問 13. どのような指針等を参考にしているかについて

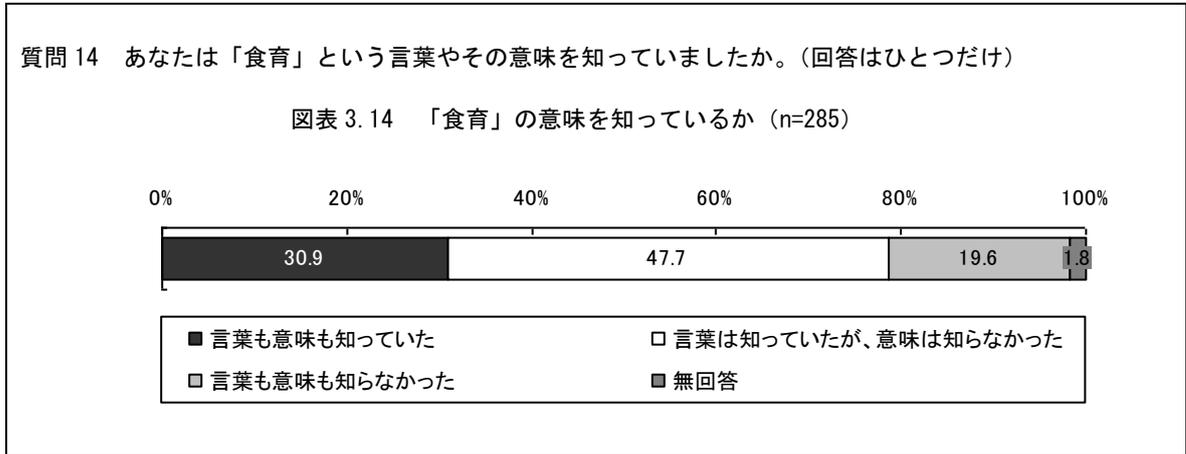
- 「参考にしている指針はない」が 43.2%と最も高く、次いで「どの指針も知らない」が 21.8% となっています。
- 最も参考にしている指針は、「6つの基礎食品（栄養成分の類似している食品を6群に分類したもの）」（17.2%）となっています。



2. 食育について

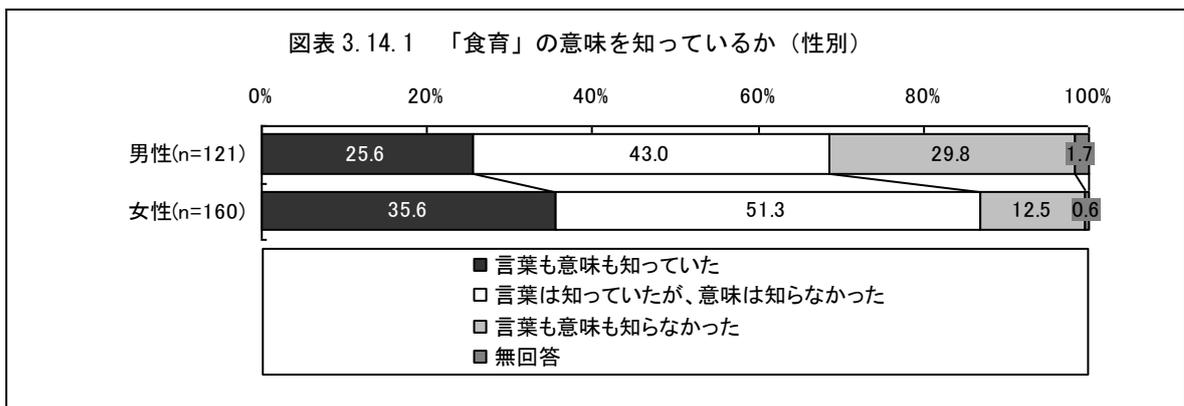
質問 14. 「食育」の意味を知っているかについて

- 「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が 47.7%と最も高く、次いで「言葉も意味も知っていた」が 30.9%となっています。



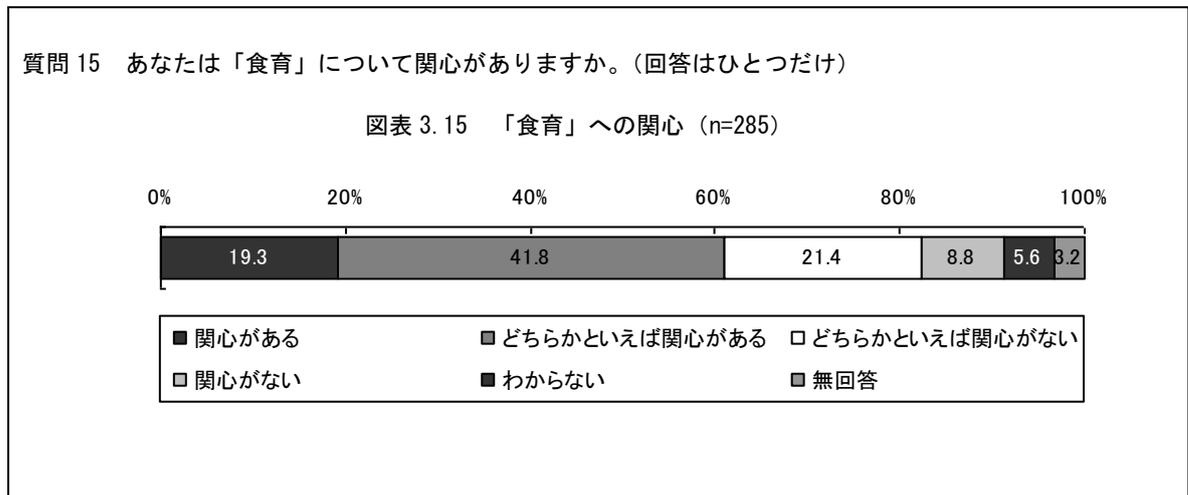
(性別)

- 「言葉も意味も知っていた」(男性 25.6%、女性 35.6%) と、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」(男性 43.0%、女性 51.3%) は女性で高くなっていて、「言葉も意味も知らなかった」(男性 29.8%、女性 12.5%) では男性が 17.3 ポイント高くなっています。



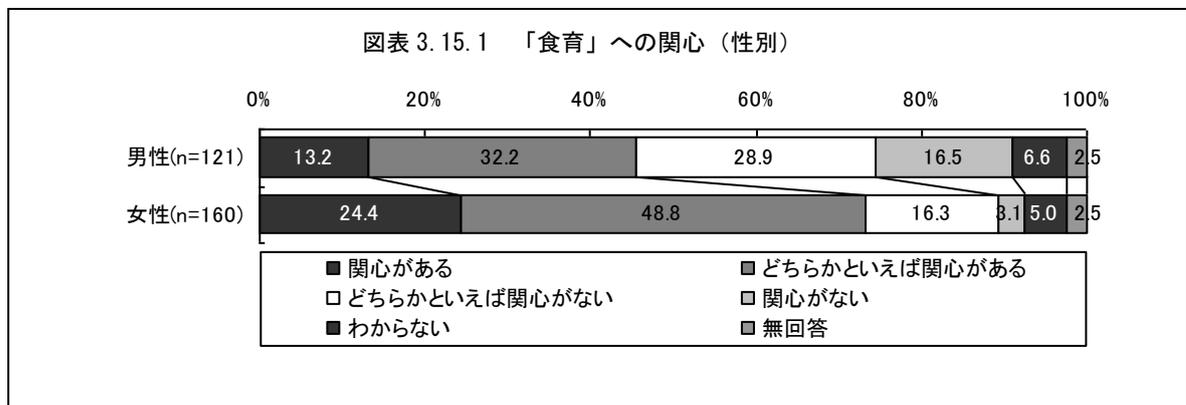
質問 15. 「食育」への関心について

- 「どちらかといえば関心がある」が41.8%と最も高くなっていて、「関心がある」を合わせると61.1%となっています。



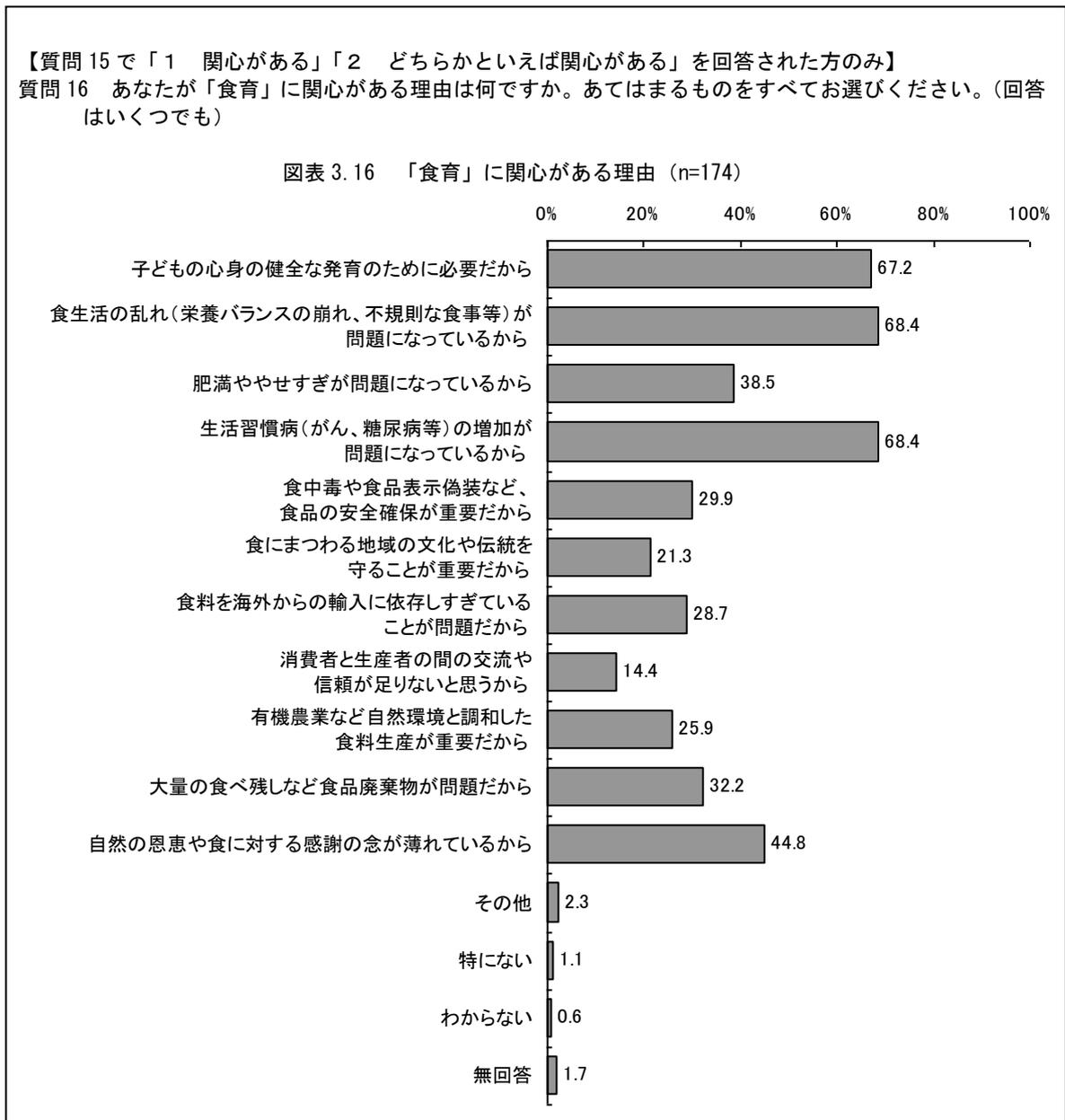
(性別)

- 「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせると、女性は73.2%と男性より27.8ポイント高く、「どちらかといえば関心がない」「関心がない」を合わせると、男性は45.4%と女性より26ポイント高くなっています。



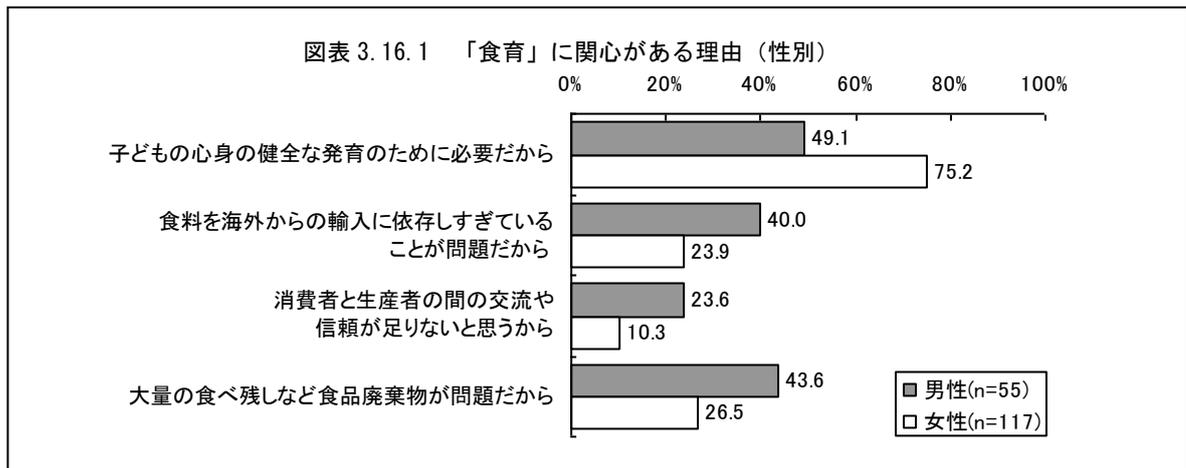
質問 16. 「食育」に関心がある理由について

- 「食生活の乱れ（栄養バランスの崩れ、不規則な食事等）が問題になっているから」と「生活習慣病（がん、糖尿病等）の増加が問題になっているから」が68.4%と最も高く、次いで「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」が67.2%となっています。



(性別)

- 「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」(男性 49.1%、女性 75.2%) は女性が 26.1 ポイント高くなっています。
- 「食料を海外からの輸入に依存しすぎていることが問題だから」(男性 40.0%、女性 23.9%)、「消費者と生産者間の交流や信頼が足りないと思うから」(男性 23.6%、女性 10.3%)、「大量の食べ残しなど食料廃棄物が問題だから」(男性 43.6%、女性 26.5%) では、男性が高くなっています。

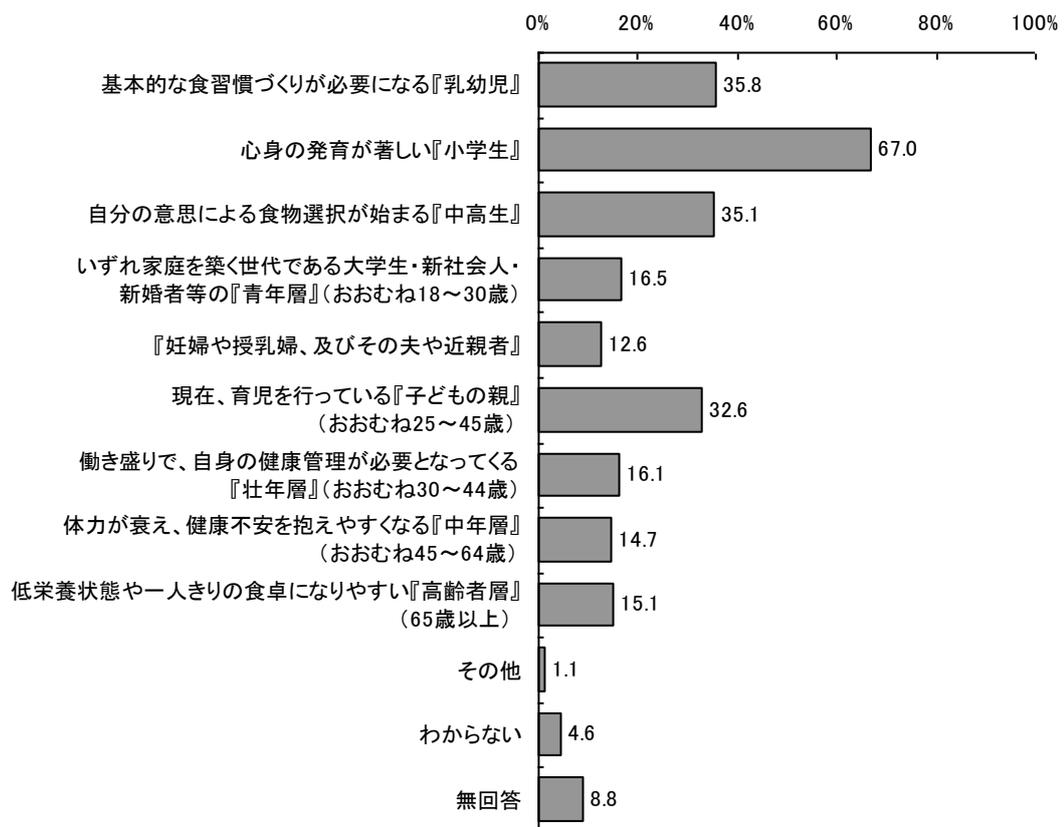


質問 17. 食育が大切だと思う世代について

- 「心身の発育が著しい『小学生』」が67.0%と最も高く、次いで「基本的な食習慣づくりが必要になる『乳幼児』」が35.8%、「自分の意思による食物選択が始まる『中高生』」が35.1%となっています。また、「現在、育児を行っている『子どもの親』（おおむね25～45歳）」も32.6%となっています。

質問 17 食育は本来あらゆる人に必要だとされていますが、特にどういった人に対して進めていくべきだと、あなたは思いますか。特に大切だと思う世代を3つお選びください。（回答は3つまで）

図表 3.17 食育が大切だと思う世代 (n=285)

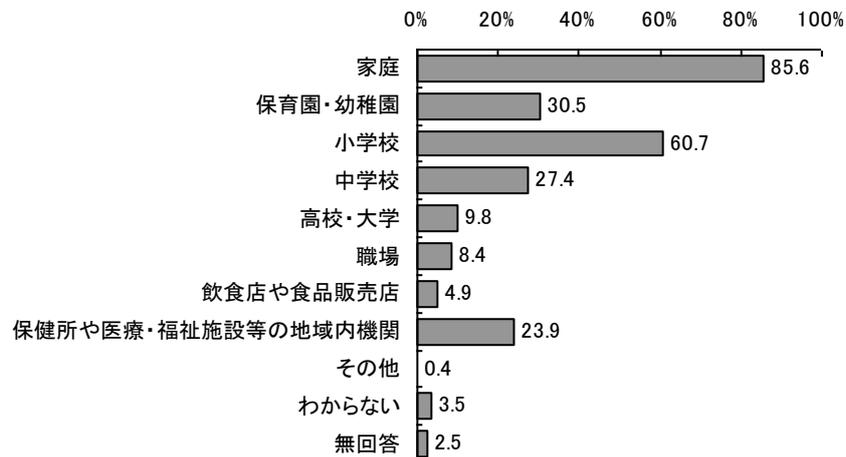


質問 18. 食育を行うにあたって重要な場所について

- 「家庭」が85.6%と最も高くなっていて、次いで「小学校」が60.7%となっています。

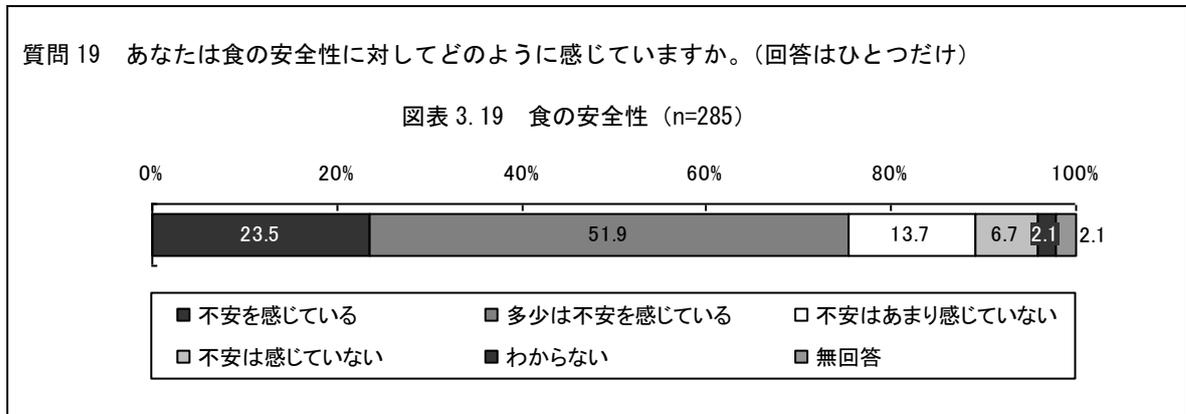
質問 18 あなたは食育はどこで行われるべきだと思いますか。特に重要と思われる場所を3つお選びください。(回答は3つまで)

図表 3.18 食育を行うにあたって重要な場所 (n=285)



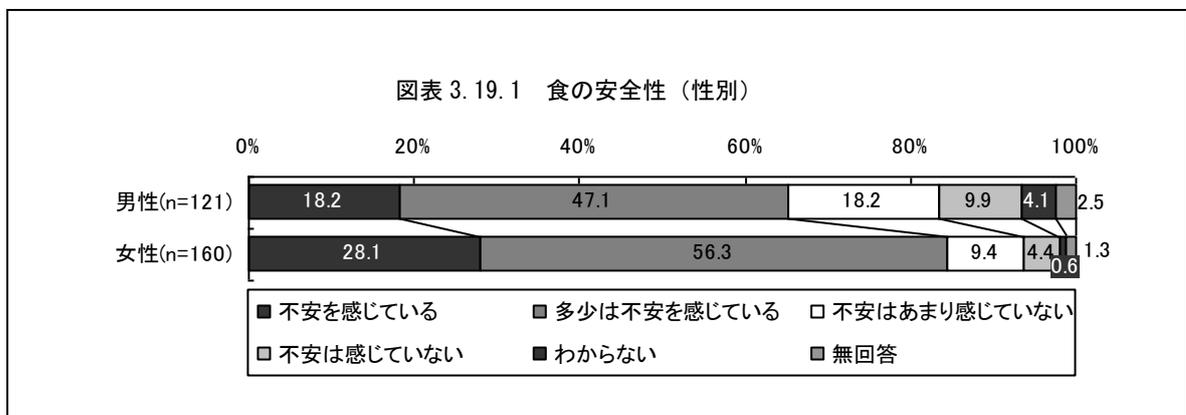
質問 19. 食の安全性について

- 「多少は不安を感じている」が51.9%と最も高く、「不安を感じている」と合わせると75.4%となっています。



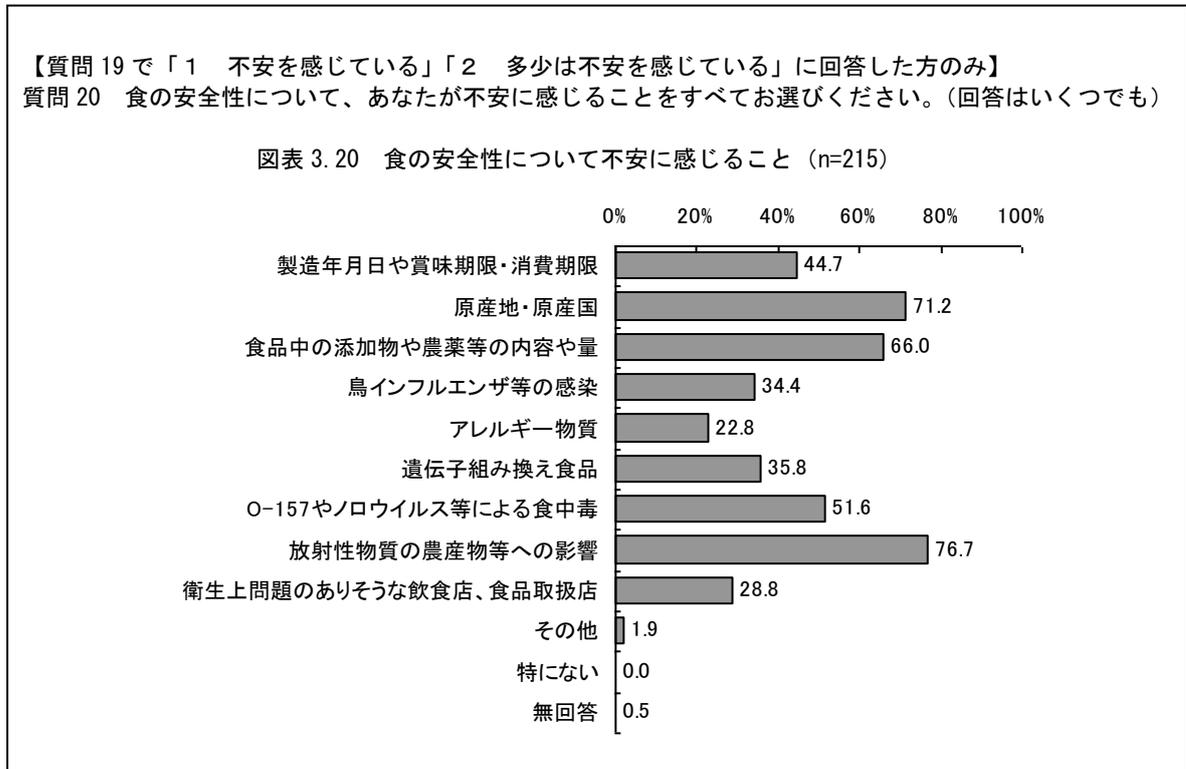
(性別)

- 「不安を感じている」と「多少は不安を感じている」を合わせると、女性は84.4%と男性より19.1ポイント高く、「不安はあまり感じていない」と「不安は感じていない」を合わせると、男性が28.1%と女性より14.3ポイント高くなっています。



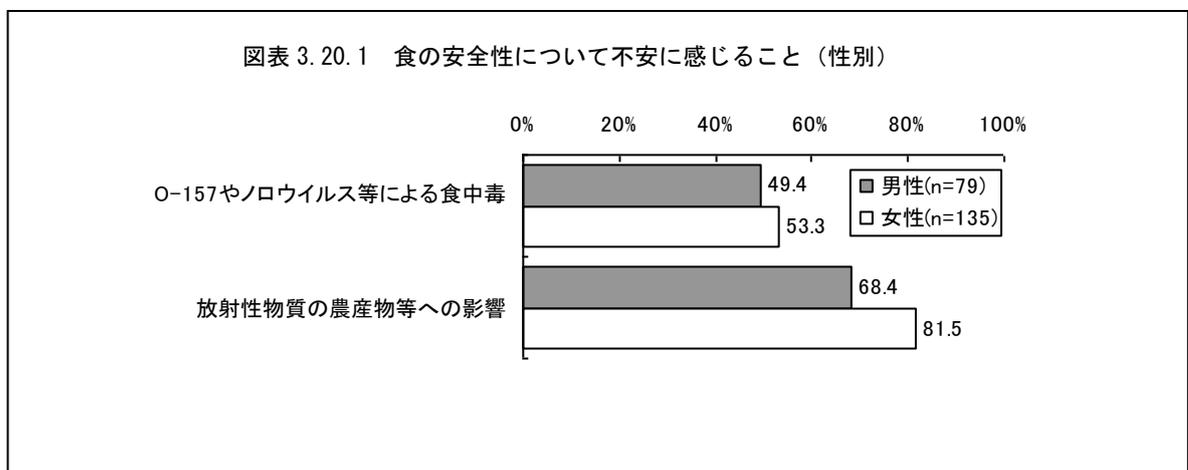
質問 20. 食の安全性について不安に感じることにについて

- 「放射性物質の農作物等への影響」が76.7%と最も高く、次いで「原産地・原産国」が71.2%、「食品中の添加物や農薬等の内容や量」が66.0%となっています。
- また、「特にない」が0%となっています。



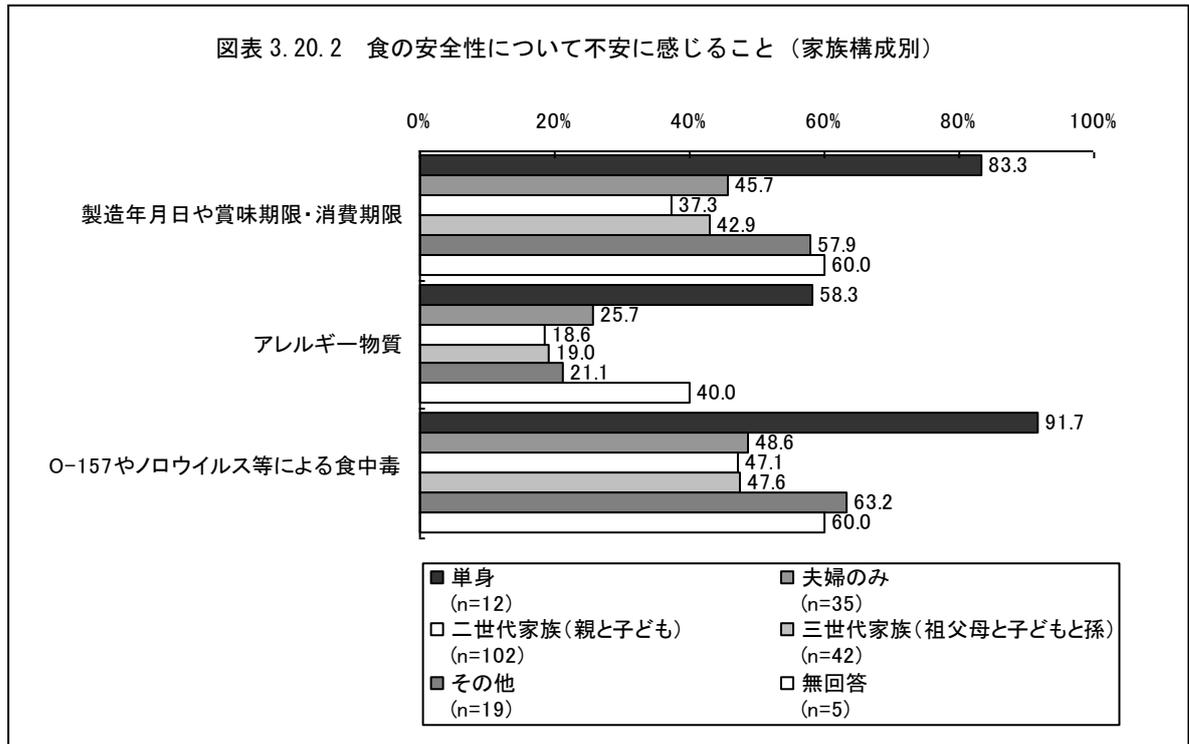
(性別)

- 「O-157 やノロウイルス等による食中毒」(男性 49.4%、女性 53.3%)、「放射性物質の農作物等への影響」(男性 68.4%、女性 81.5%) とともに女性が高くなっています。



(家族構成別)

- 「単身」が「製造年月日や賞味期限・消費期限」(83.3%)、「アレルギー物質」(58.3%)、「O-157やノロウイルス等による食中毒」(91.7%)で高くなっています。
- 「夫婦のみ」「二世世代家族(親と子ども)」「三世世代家族(祖父母と子どもと孫)」では「単身」と比べて低く 1/2 程度となっています。また、3項目の中で「二世世代家族(親と子ども)」が最も低くなっています。

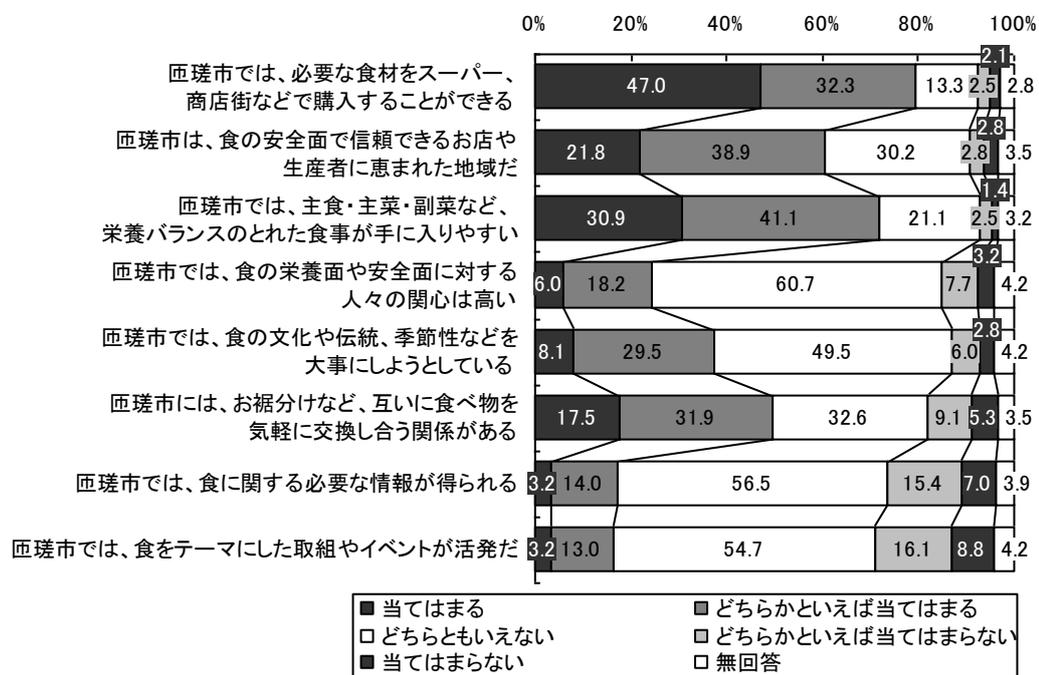


質問 21. 匝瑳市に当てはまることについて

- 「当てはまる」と「どちらかといえば当てはまる」を合わせると、「匝瑳市では、必要な食材をスーパー、商店街などで購入することができる」が79.3%と最も高く、次いで「匝瑳市では、主食・主菜・副菜など、栄養バランスのとれた食事が手に入りやすい」が72.0%となっています。
- 「匝瑳市では、食に関する必要な情報が得られる」と「匝瑳市では、食をテーマにした取組やイベントが活発だ」は20%を下回っています。

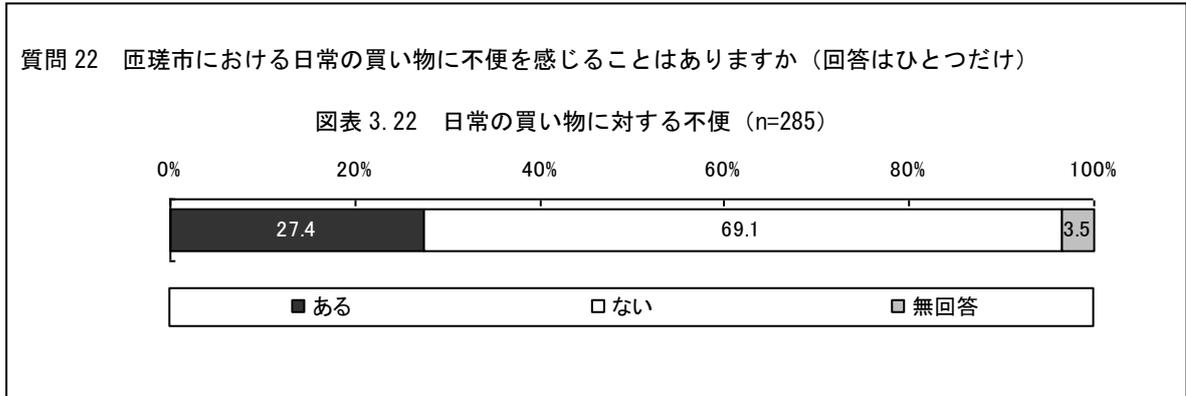
質問 21 匝瑳市に関する以下の項目について、当てはまるものをひとつずつお選びください。(回答はひとつずつ)

図表 3.21 匝瑳市に当てはまること (n=285)



質問 22. 日常の買い物での不便について

- 「ある」が27.4%、「ない」が69.1%となっています。

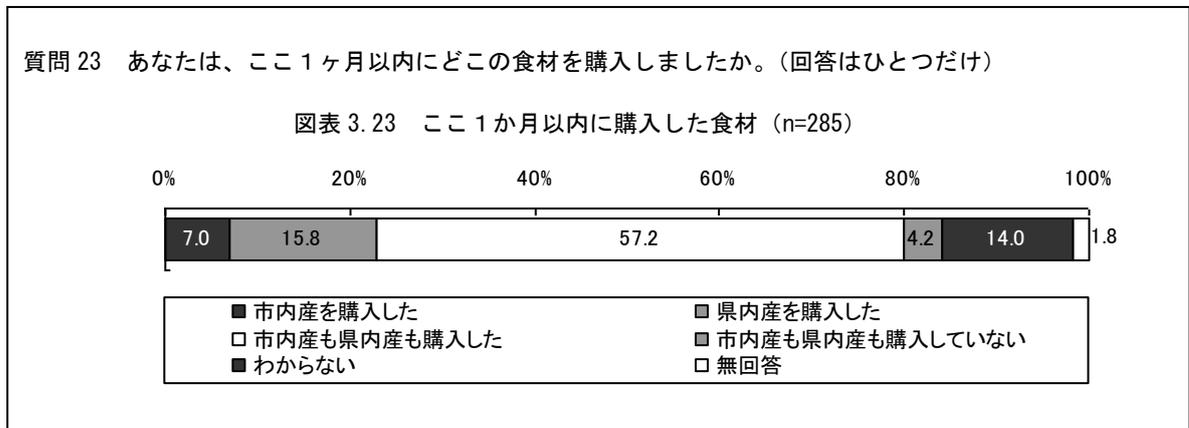


「ある」の理由

分類	主な内容	件数
店が遠い・少ない	<ul style="list-style-type: none"> ○近所にスーパー等がないため。(男性 20代) ○専門店が少ない！（女性 40代） ○日常の食材を満足して1ヵ所で購入できる店が少ない（女性 40代） 	61
その他	<ul style="list-style-type: none"> ○いろいろお店に出ているが、本当に安全かわからない（男性 20代） ○生産者のこだわりや声を直接買い物現場で聞きたい。(男性 20代) ○循環バス等の利用でスーパーへ行きたい。(女性 60代) 	14

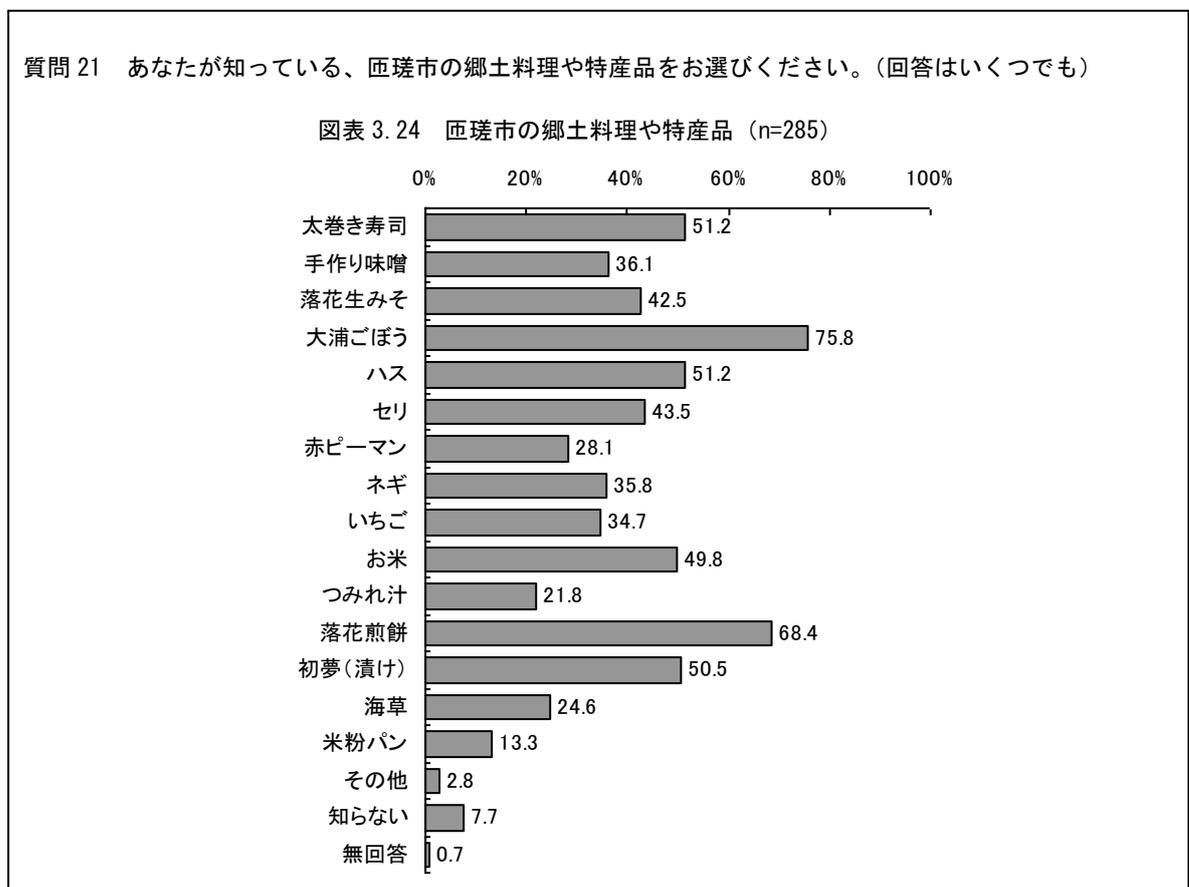
質問 23. ここ1か月以内に購入した食材について

- 「市内産も県内産も購入した」が57.2%と最も高く、次いで「県内産を購入した」が15.8%となっています。



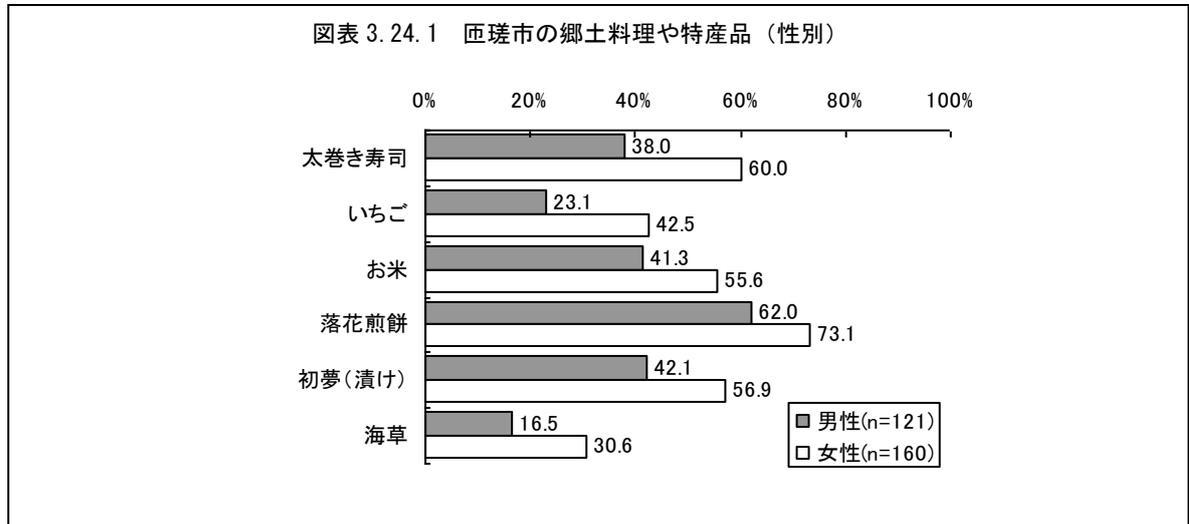
質問 24. 匝瑳市の郷土料理や特産品について

- 「大浦ごぼう」が75.8%と最も高く、次いで「落花煎餅」が68.4%、「太巻き寿司」と「ハス」が51.2%となっています。



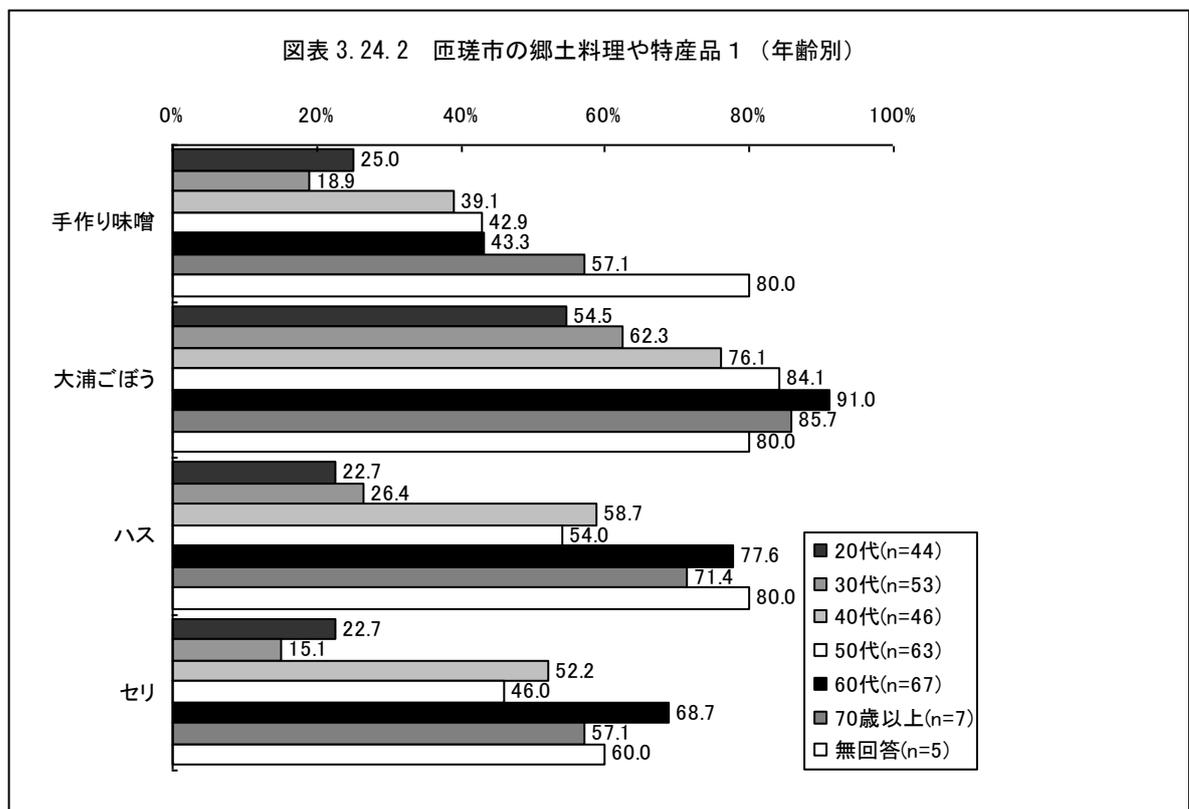
(性別)

- 「太巻き寿司」(男性 38.0%、女性 60.0%)、「いちご」(男性 23.1%、女性 42.5%)、「お米」(男性 41.3%、女性 55.6%)、「落花煎餅」(男性 62.0%、女性 73.1%)、「初夢(漬け)」(男性 42.1%、女性 56.9%)、「海草」(男性 16.5%、女性 30.6%) は、女性が高くなっています。

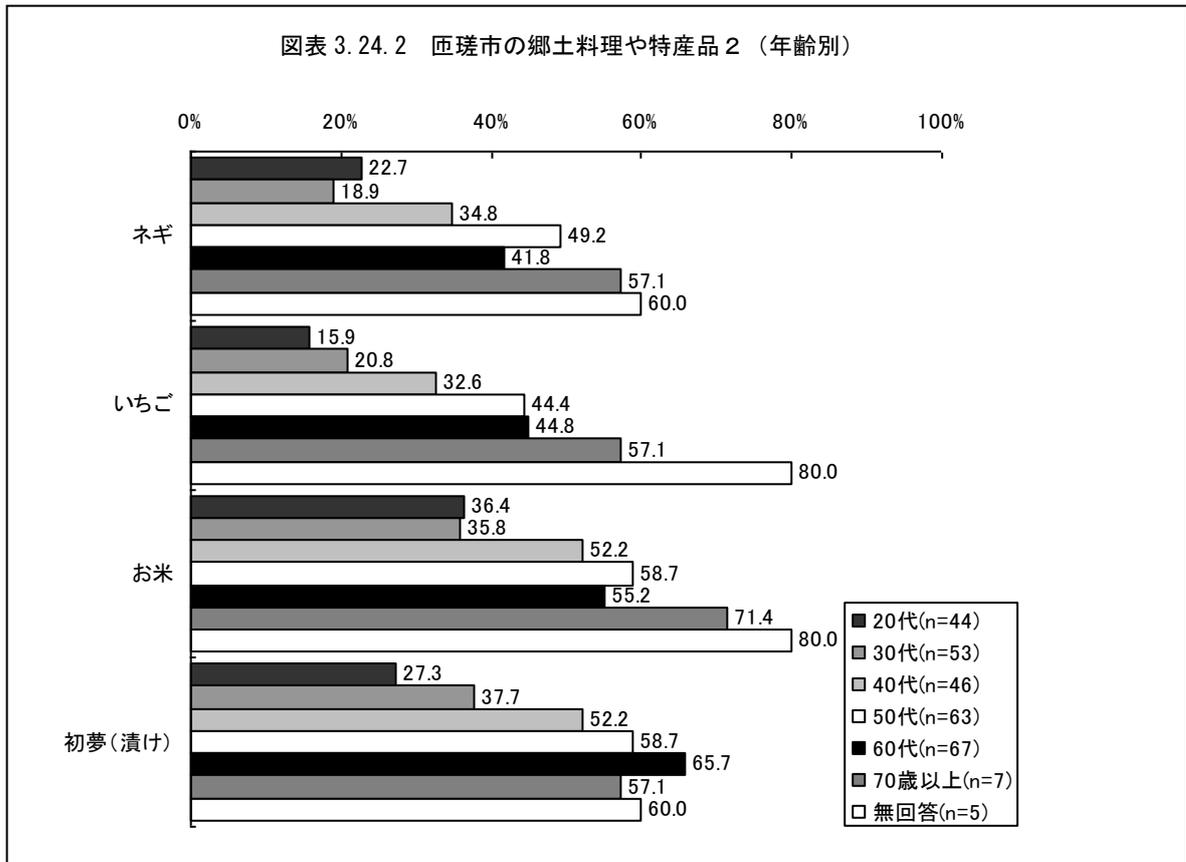


(年齢別)

- 「手作り味噌」「大浦ごぼう」「ハス」「セリ」では、40代以上で高く、30代よりも13ポイント以上高くなっています。

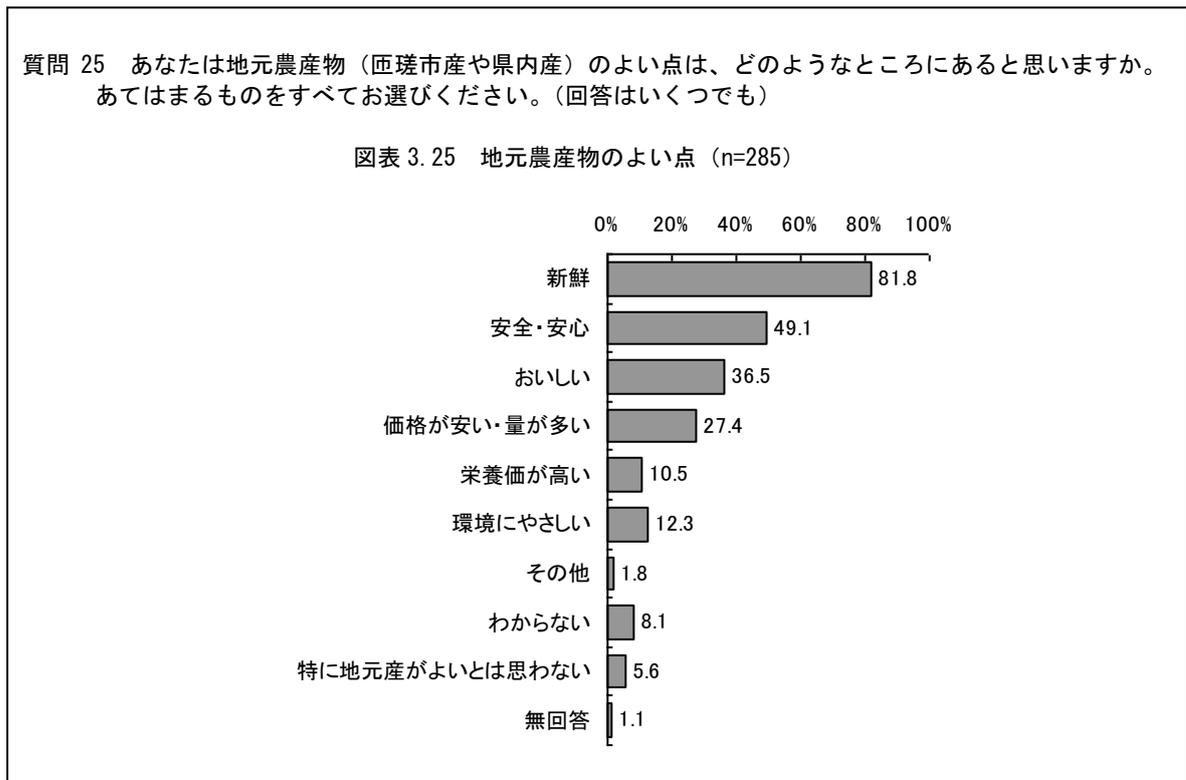


- 「ネギ」「いちご」では50代以上で高く、40%以上となっています。また、「お米」「初夢（漬け）」では40代以上で増え、50%以上となっています。



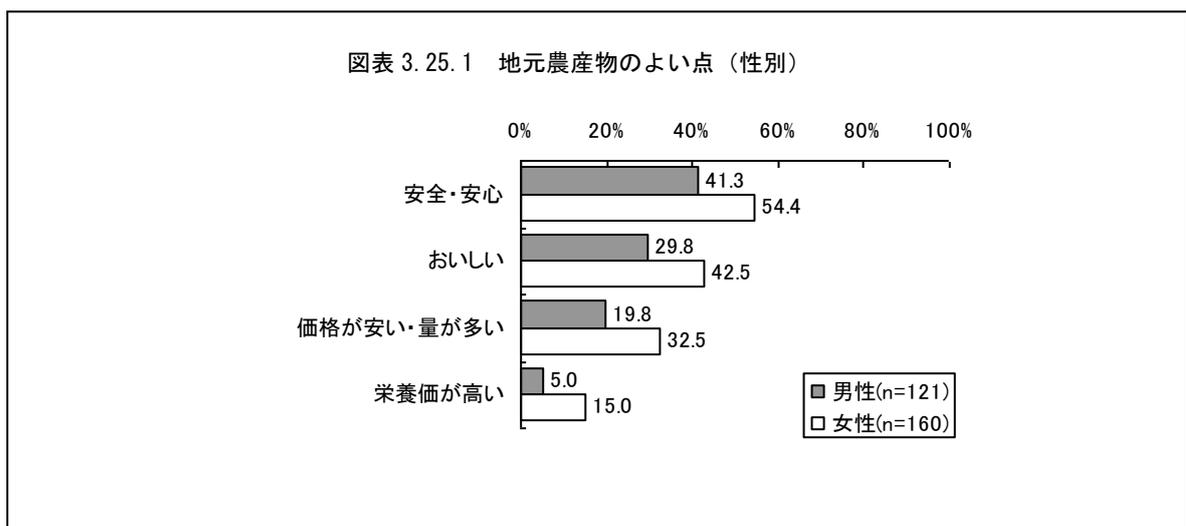
質問 25. 地元農産物のよい点について

- 「新鮮」が81.8%と最も高く、次いで「安全・安心」が49.1%となっています。



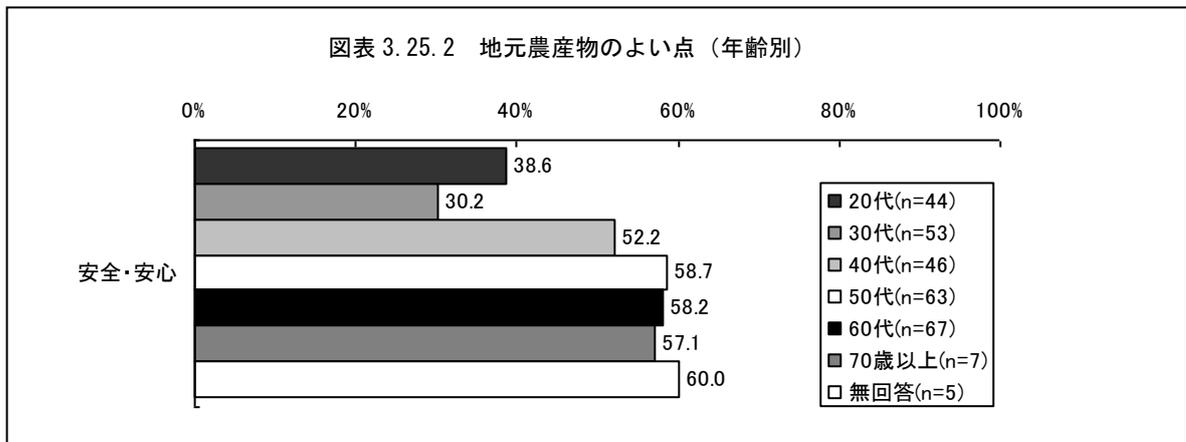
（性別）

- 「安全・安心」（男性 41.3%、女性 54.4%）、「おいしい」（男性 29.8%、女性 42.5%）、「価格が安い・量が多い」（男性 19.8%、女性 32.5%）、「栄養価が高い」（男性 5.0%、女性 15.0%）は、女性が高くなっています。



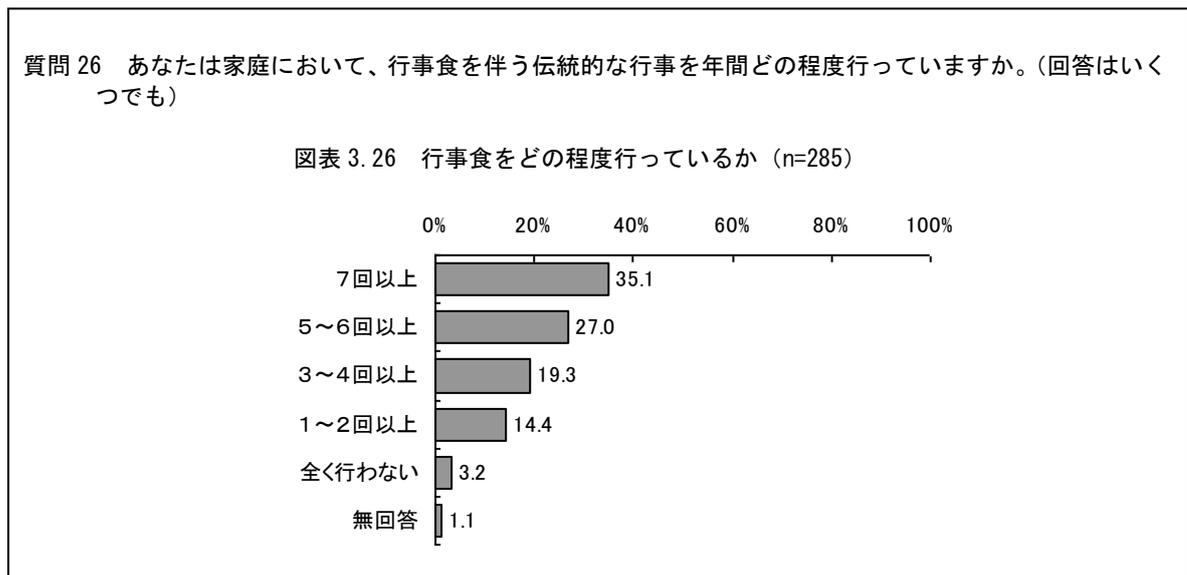
(年齢別)

- 「安全・安心」は40代以上で高く、50%以上となっています。20代・30代では30%台にとどまっています。



質問 26. 行事食をどの程度行っているかについて

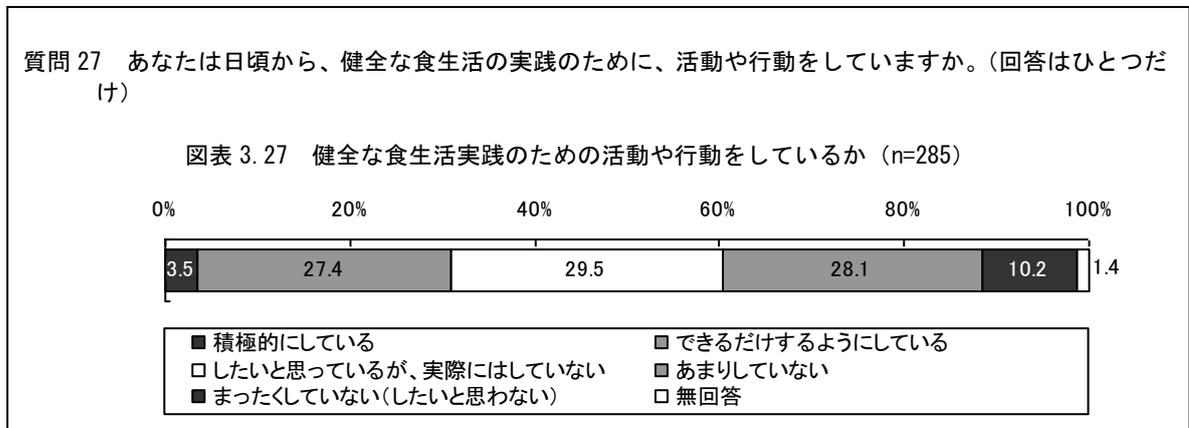
- 「7回以上」が35.1%と最も多く、「全く行わない」は3.2%となっています。



◆参考：正月（1月：おせち料理・お雑煮・七草粥等） 節分（2月：豆等）
 桃の節句（3月：五目すし等） 春分の日（3月：ぼた餅等）
 端午の節句（5月：ちまき・かしわ餅等） 七夕（7月：そうめん等）
 土用（7月：うなぎ等） お盆（8月：団子等） 十五夜（9月：月見団子等）
 秋分の日（9月：おはぎ等） 冬至（12月：かぼちゃ料理等）
 大晦日（12月：そば等）

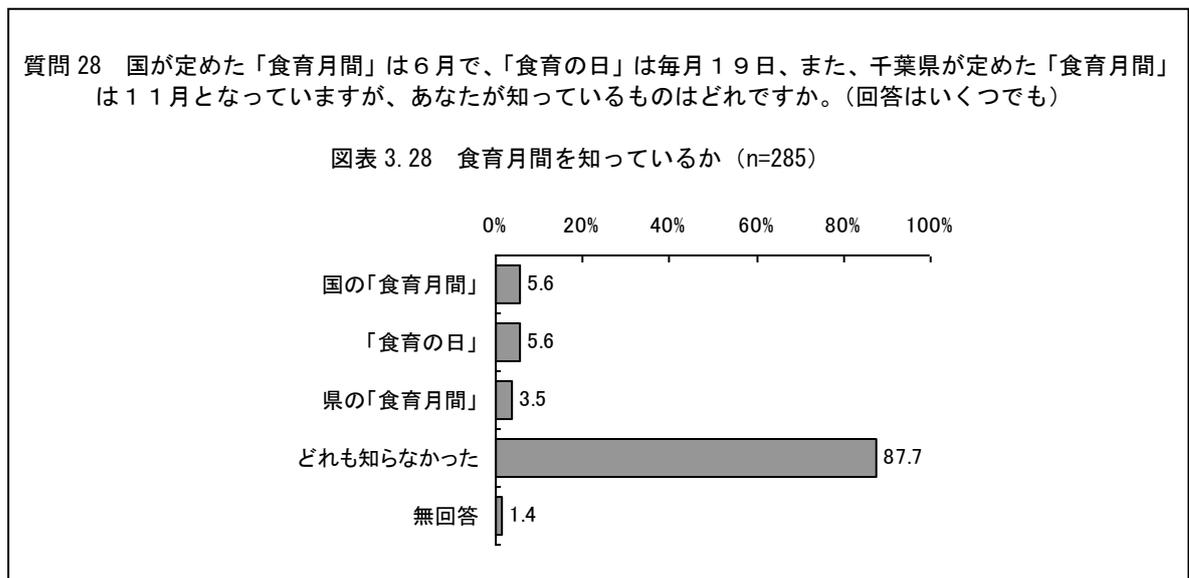
質問 27. 健全な食生活実践のためにしていることについて

- 「したいと思っているが、実際にはしていない」が29.5%と最も高く、次いで「あまりしていない」が28.1%、「できるだけするようにしている」が27.4%となっています。



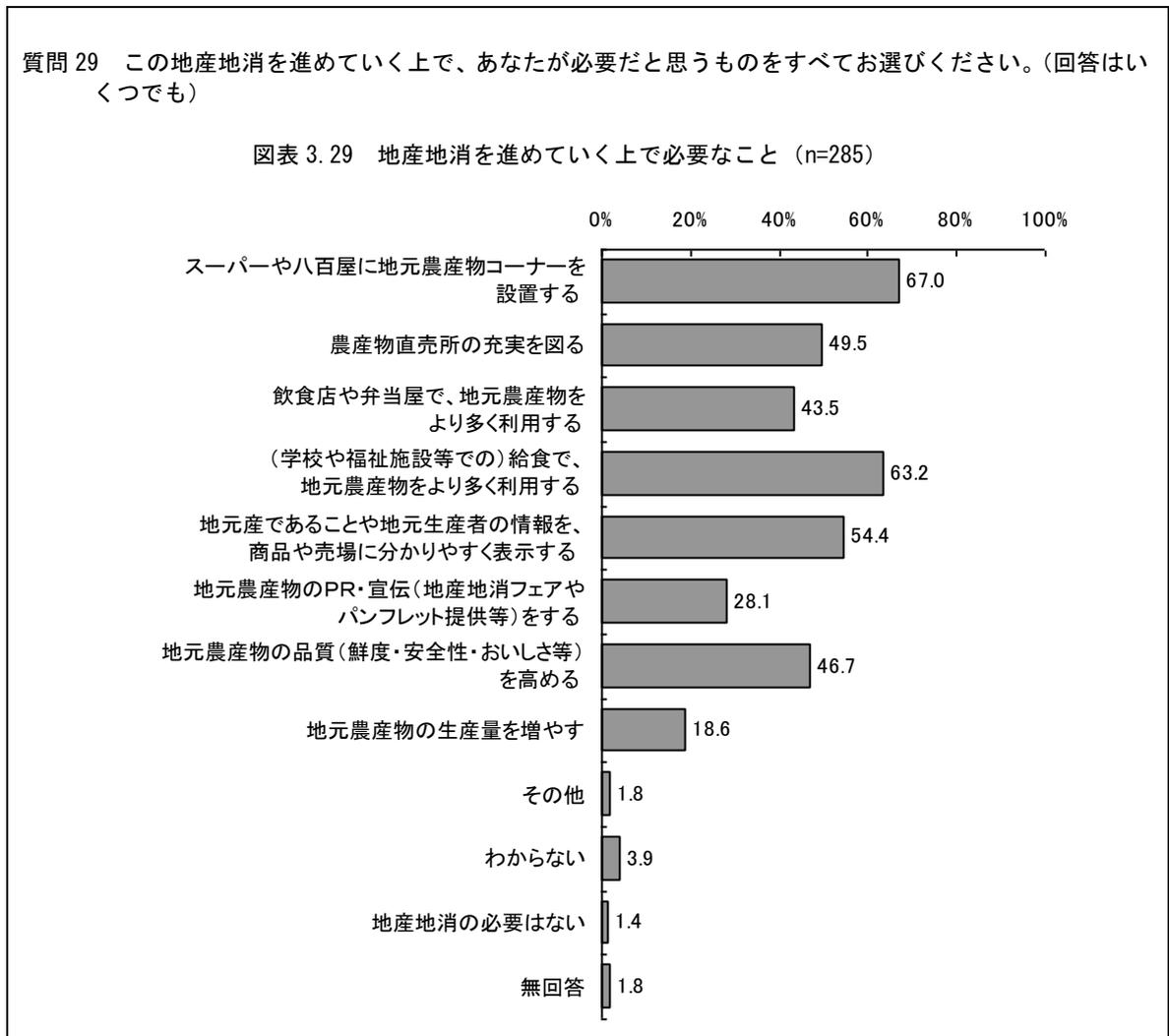
質問 28. 食育月間について

- 「どれも知らなかった」が87.7%と最も高くなっています。



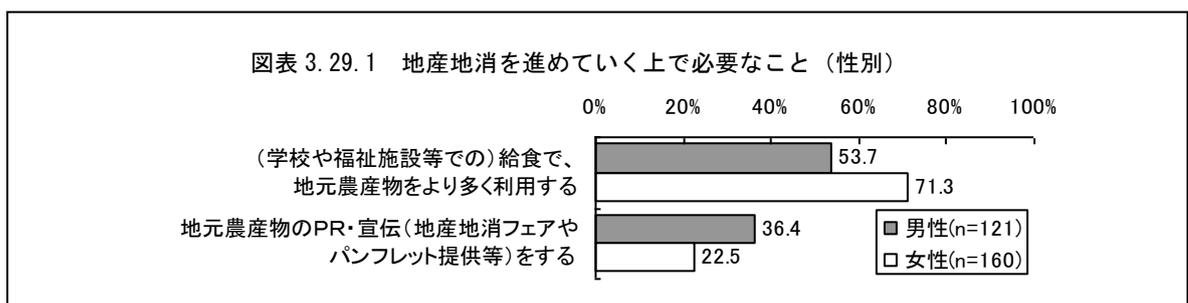
質問 29. 地産地消を進めていく上で必要なことについて

- 「スーパーや八百屋に地元農産物コーナーを設置する」が67.0%と最も高く、次いで「(学校や福祉施設等での)給食で、地元農産物をより多く利用する」が63.2%となっています。



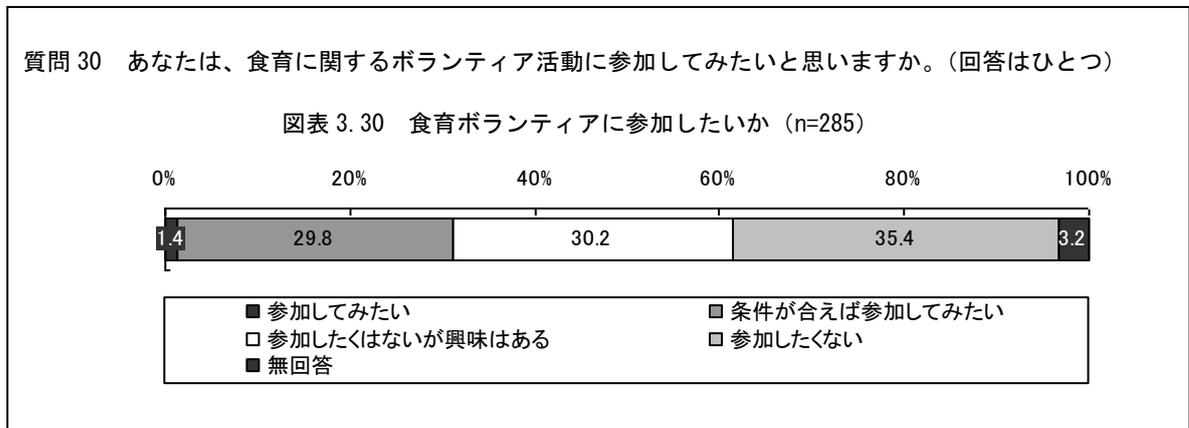
(性別)

- 「(学校や福祉施設等での)給食で、地元農産物をより多く利用する」(男性 53.7%、女性 71.3%)では女性が男性より17.6ポイント高く、「地元農産物のPR・宣伝(地産地消フェアやパンフレット提供等)をする」(男性 36.4%、女性 22.5%)では、男性が女性より13.9ポイント高くなっています。



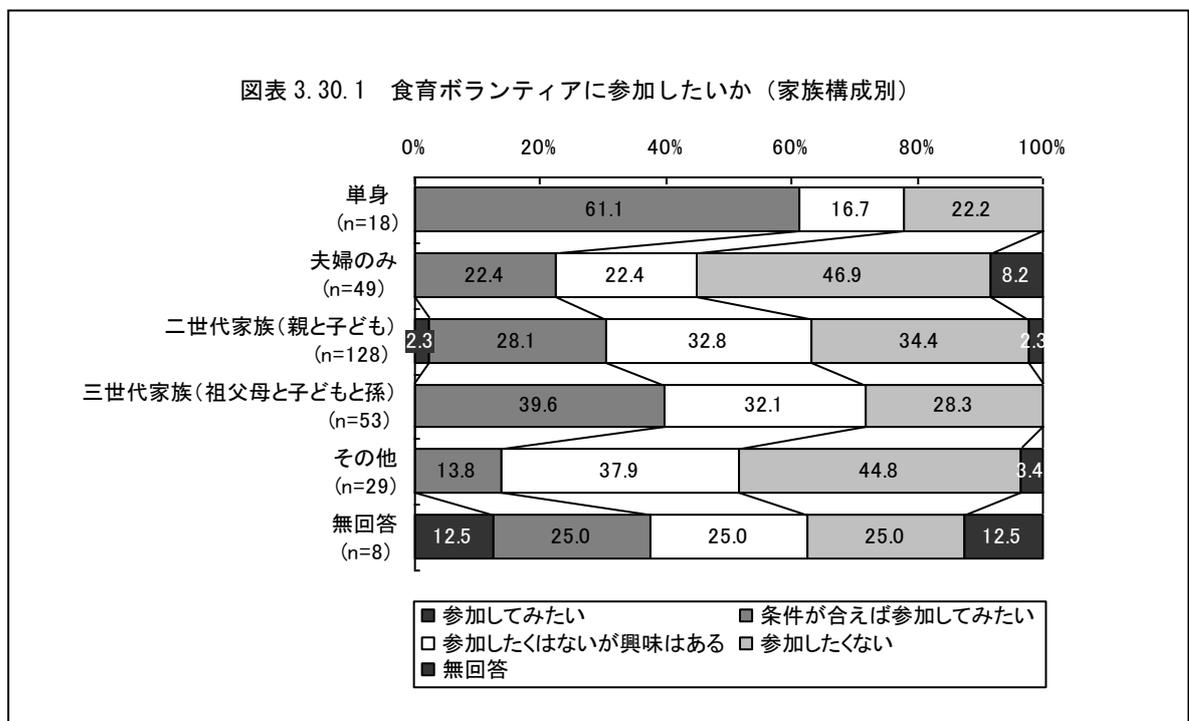
質問 30. 食育ボランティアへの参加について

- 「参加したくない」が 35.4%と最も高く、次いで「参加したくないはないが興味はある」が 30.2%となっています。



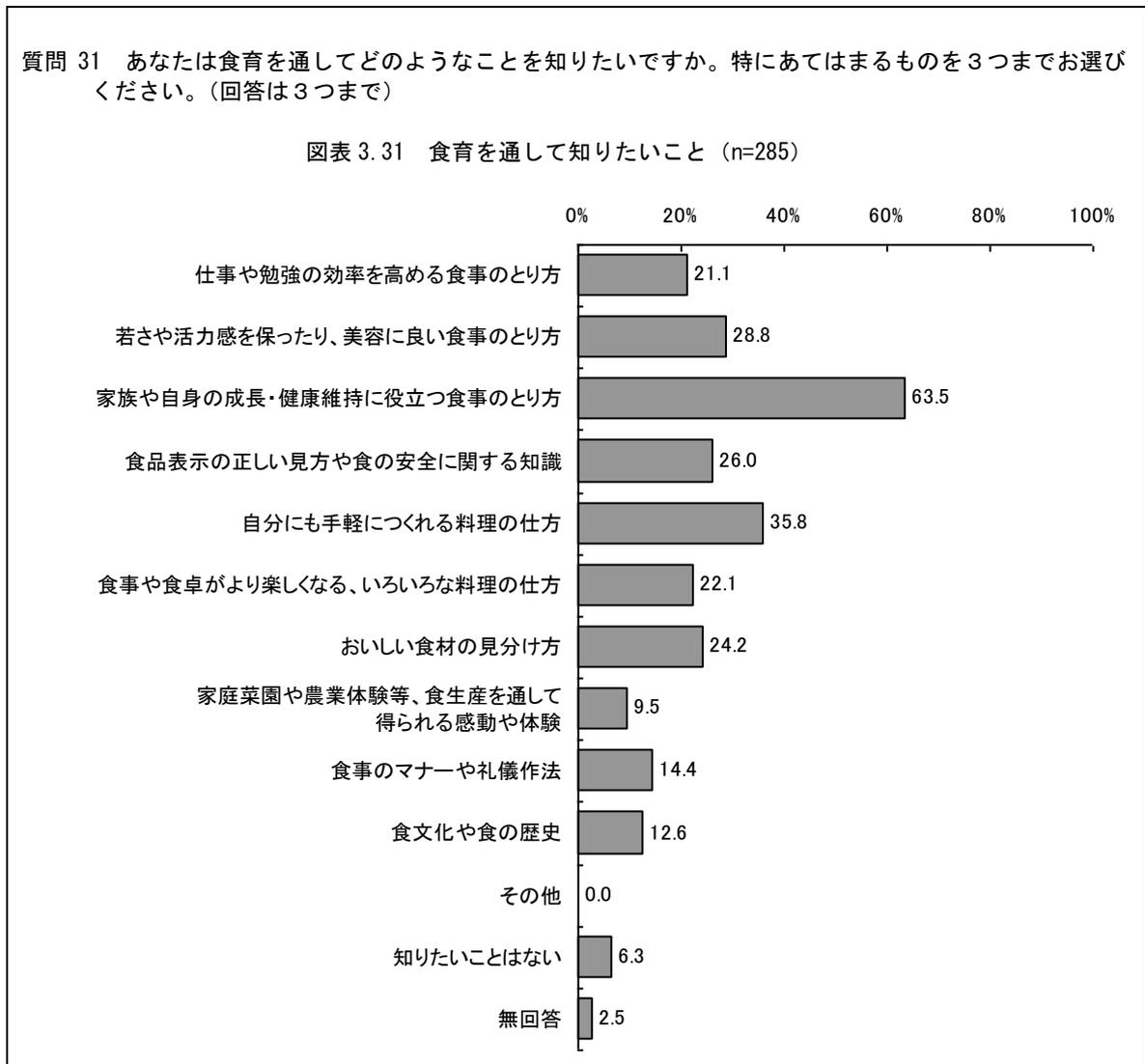
(家族構成別)

- 「条件が合えば参加したい」が「単身」で 61.1%と最も高く、次いで「三世代家族（祖父母と子どもと孫）」が 39.6%となっています。
- 「参加したくない」は「夫婦のみ」で 46.9%、「二世世代家族（親と子ども）」で 34.4%となっています。



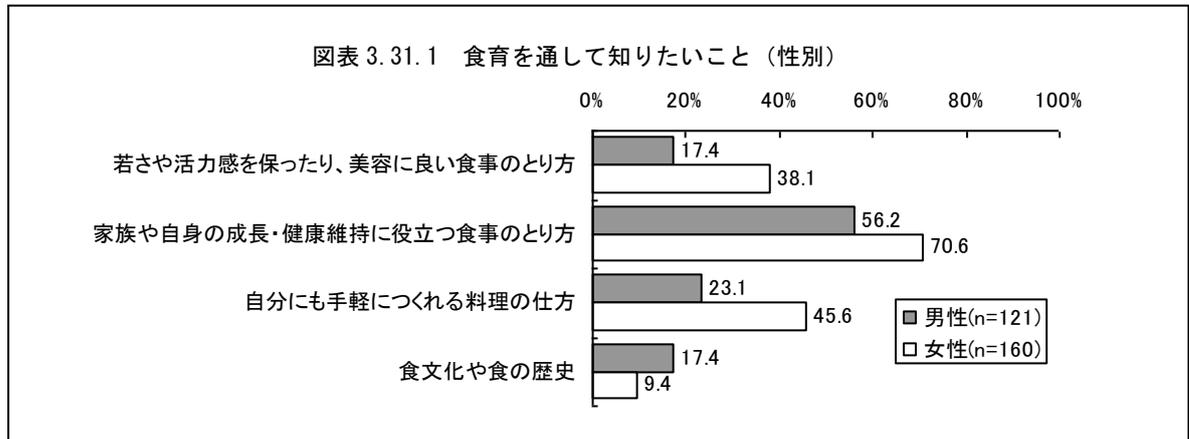
質問 31. 食育を通して知りたいことについて

- 「家族や自身の成長・健康維持に役立つ食事のとり方」が 63.5%と最も高く、次いで「自分にも手軽につくれる料理の仕方」が 35.8%となっています。



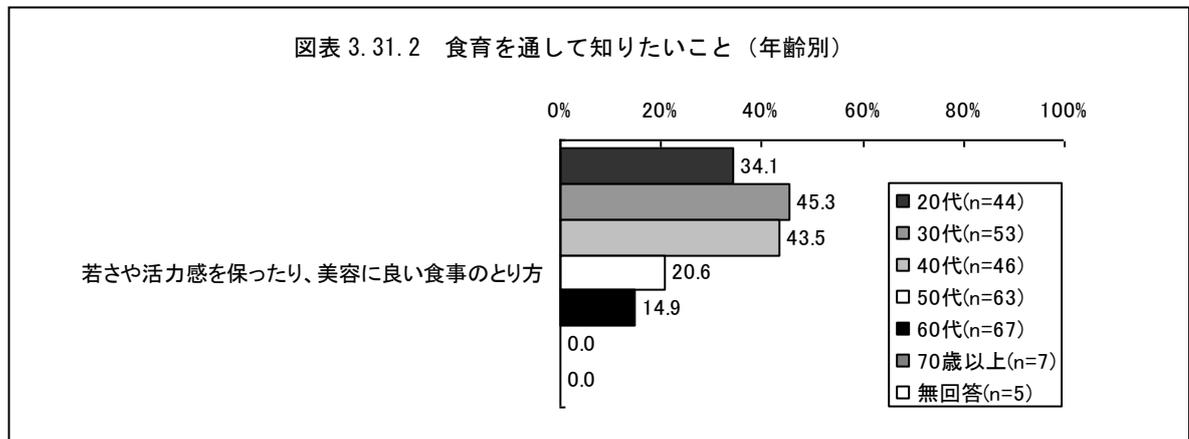
(性別)

- 「食文化や食の歴史」(男性 17.4%、女性 9.4%) では男性が女性より8ポイント高く、「若さや活力感を保ったり、美容に良い食事のとり方」(男性 17.4%、女性 38.1%)、「家族や自身の成長・健康維持に役立つ食事のとり方」(男性 56.2%、女性 70.6%)、「自分にも手軽につくれる料理の仕方」(男性 23.1%、女性 45.6%) では、女性が高くなっています。



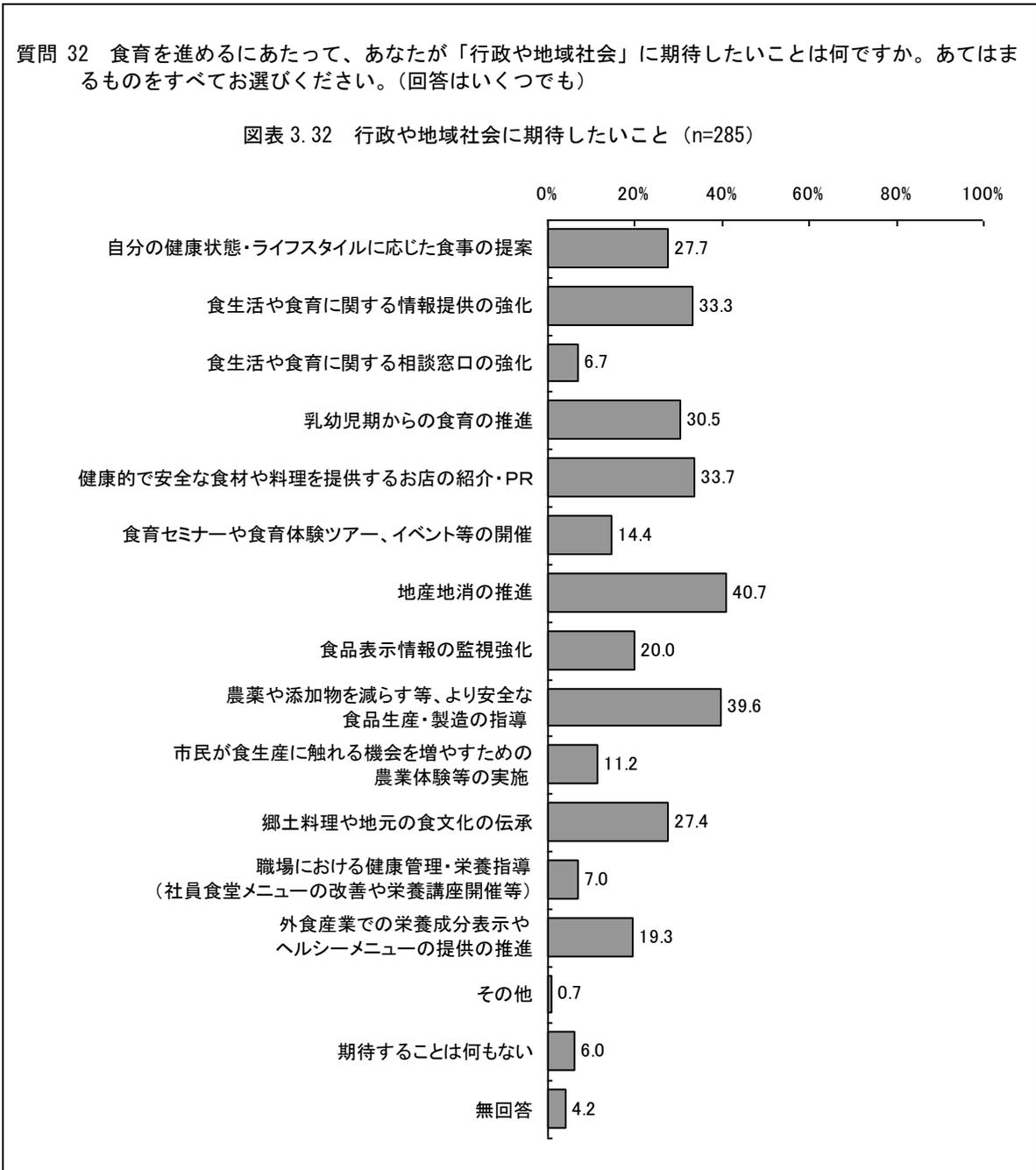
(年齢別)

- 「若さや活力感を保ったり、美容に良い食事のとり方」は 30代(45.3%)と40代(43.5%)で高く、20代では34.1%ですが、50代以上では20%程度となっています。



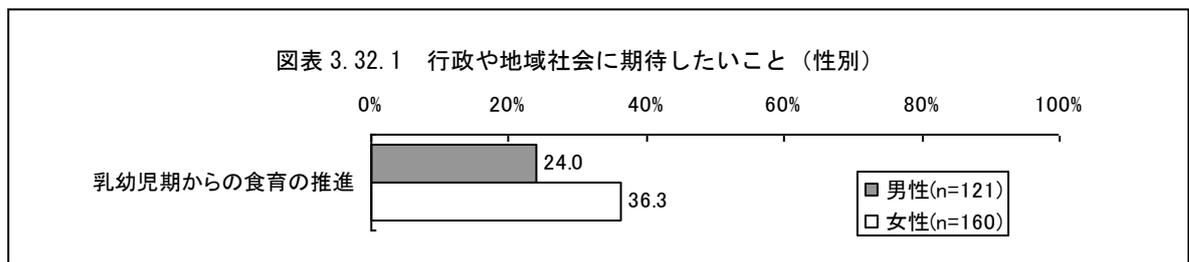
質問 32. 行政や地域社会に期待したいことについて

- 「地産地消の推進」が 40.7%と最も高く、次いで「農薬や添加物を減らす等、より安全な食品生産・製造の指導」が 39.6%、「健康的で安全な食材や料理を提供するお店の紹介・PR」が 33.7%となっています。



(性別)

- 「乳幼児期からの食育の推進」(男性 24.0%、女性 36.3%) では、女性が男性より 12.3 ポイント高くなっています。



食育に関する意見や感想について（自由記述）

分類	主な内容	件数
食事について	<ul style="list-style-type: none"> ○野菜食を多くとるようにし、バランスのとれた食生活に心がけようと思います。(女性 60代) ○食育に関心があっても、毎日忙しい(仕事を持っている主婦)中で3食バランスよく家族に食事を提供するのがむずかしい。やはり、たまに手抜きになってしまいます。人に頼るのも悪いと思うのですが、バランスの取れた献立などのメニューサイトやレシピがあるとうれしいです。組み合わせがつい面倒になってしまいます。(女性 40代) ○単身男性でも作れる料理を教えてほしい。(男性 50代) 	33
食育について	<ul style="list-style-type: none"> ○地産地消の一環としてふれあいパークを利用していますが、いつ行っても季節感のない野菜が陳列販売しているのが気になります。夏野菜や旬の物等の量も価格もスーパーと変わりません。過日成田市地産地消の物産店に行ったところ、小松菜やホウレン草などは茹で、タッパーに入れて試食自由になってました。小松菜も五軒ぐらいの生産者があり、小松菜一品とっても品種がいろいろあるものだと感心しました。生産者の顔が見える農産物を手に入れる喜びは大きい。(男性 30代) ○生産者と消費者の顔が見える関係が確立され、そこからその作物が見れる様な環境は、地元では作れると思いますので、是非御検討下さい。(男性 40代) ○農業体験をすることによって、自分で育てた野菜を食べる＝食育にもなるのではないのでしょうか？市でそのようなイベントなどを行っていただければいいと思います。(女性 20代) 	24
食生活における不安について	<ul style="list-style-type: none"> ○近隣の市では毎日地元野菜等の放射能値を測定して防災無線等で各家庭に情報提供しています。ところが匝瑳市ではどうでしょうか？隣接している所から出荷制限が出たくらいなのに、危機感が無いのか・・・行政がやるべき事をやらないのか・・・と感じていた所、このアンケートが来たので書きました。この様なアンケートにお金をかけるのでは無く、もっと市民の食の安全を考え、違う事に時間とお金をかけて欲しい。(女性 30代) ○第一に安全・安心である事、第二に値段が安い事！そういった食品を購入していく。今だったら、放射能の汚染されていないかどうか心配。スーパー等に放射能の値を計れる様、計測器が置いてあったらいいと思います。(女性 30代) ○ずっと東京に住んでいて1年前に匝瑳市へもどってまいりました。野菜を食べる機会が増え、体調も良くなっております。今不安なのが、放射性物質が野菜についていないかということです。正直、毎日放射能が含んだ野菜を食べたくありません。でも、スーパーは千葉県産のものが多く、しかたありません。「安全性」を高めていただき、地元農産物のPRをがんばって下さい。(女性 30代) 	5
その他	<ul style="list-style-type: none"> ○夏の野菜はできる範囲で家庭菜園で作って食べていきたいと思っております。(女性 60代) ○いつもスーパーで買うことが多いのですが、なるべく有機栽培などが手に入るような環境があればいいなあと思います。(女性 40代) ○食の大切さを改めて感じました。食生活の見なおしをしてみようと思います。ありがとうございました。(女性 50代) 	9

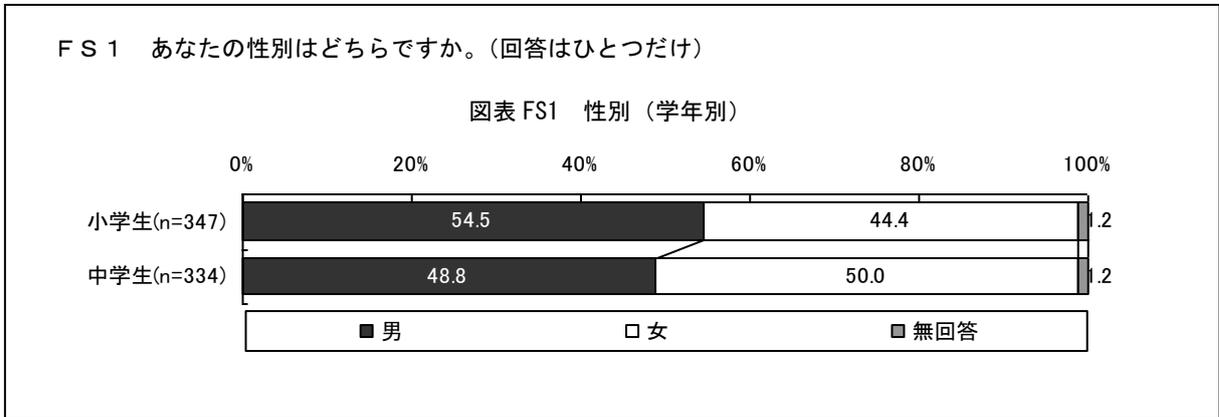
第4章

小中学生調査結果

第4章 小中学生調査結果

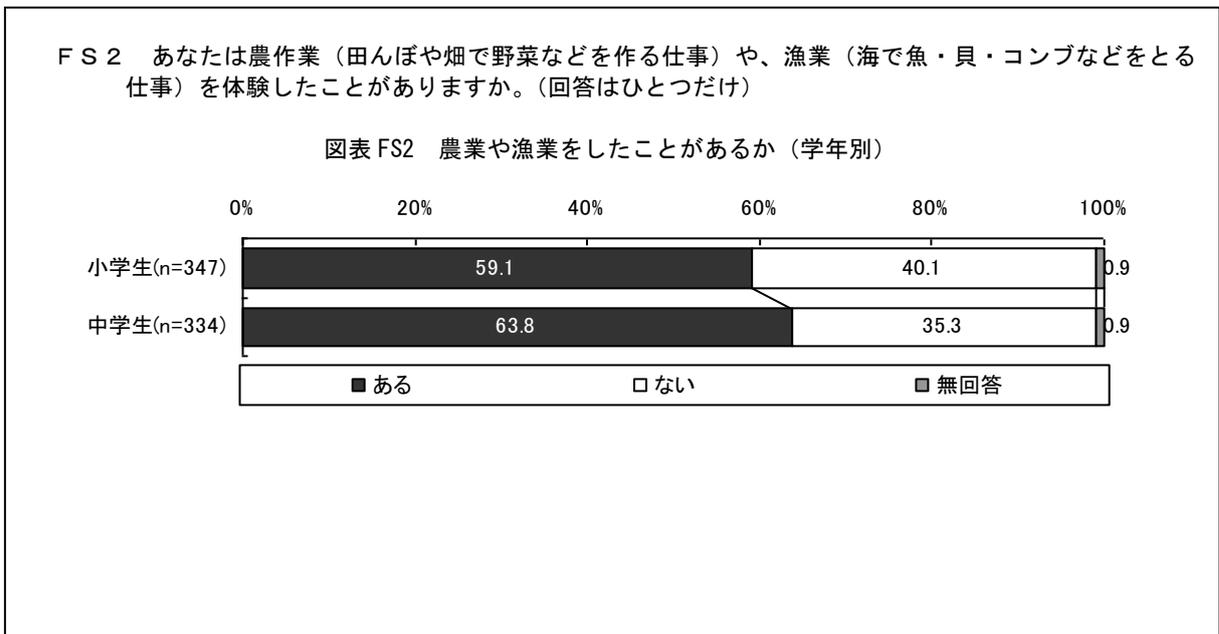
FS1. 性別について

- 小学生男子が54.5%、女子が44.4%、中学生男子が48.8%、女子が50.0%となっています。



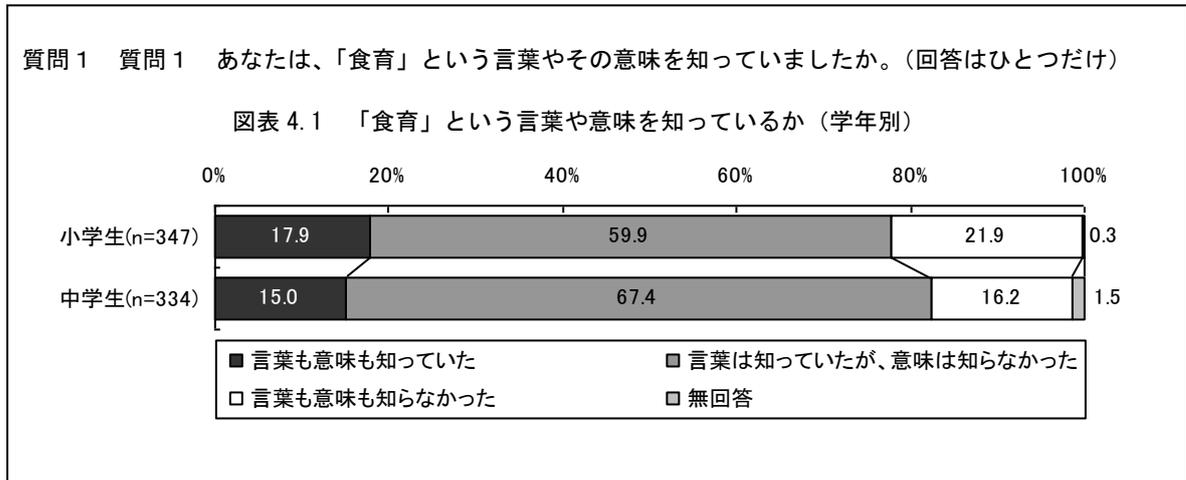
FS2. 農作業や漁業を体験したことがあるかについて

- 「ある」(小学生59.1%、中学生63.8%)が中学生で高くなっています。



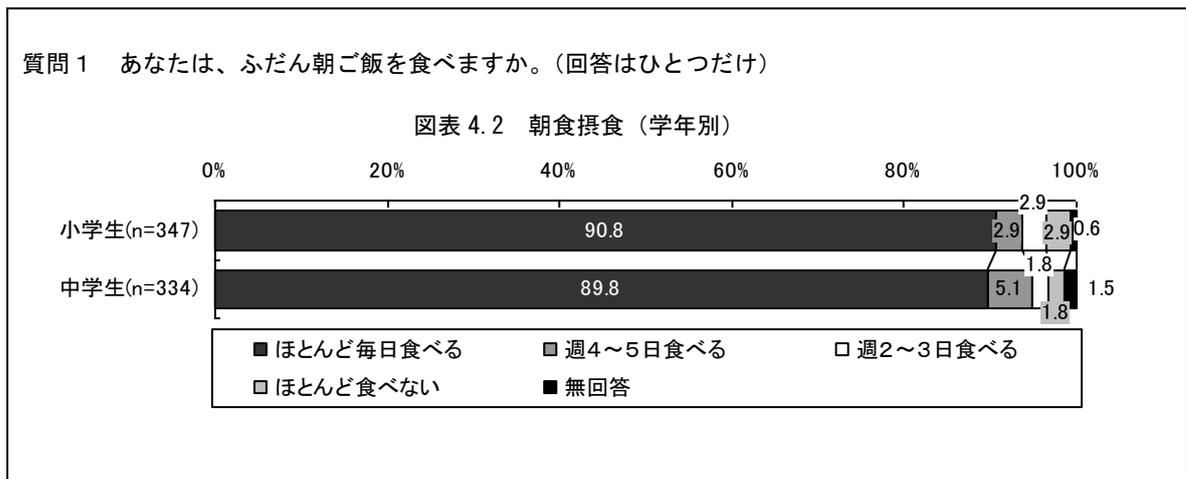
質問1. 「食育」を知っているかについて

- 「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」(小学生 59.9%、中学生 67.4%) が中学生で高くなっています。



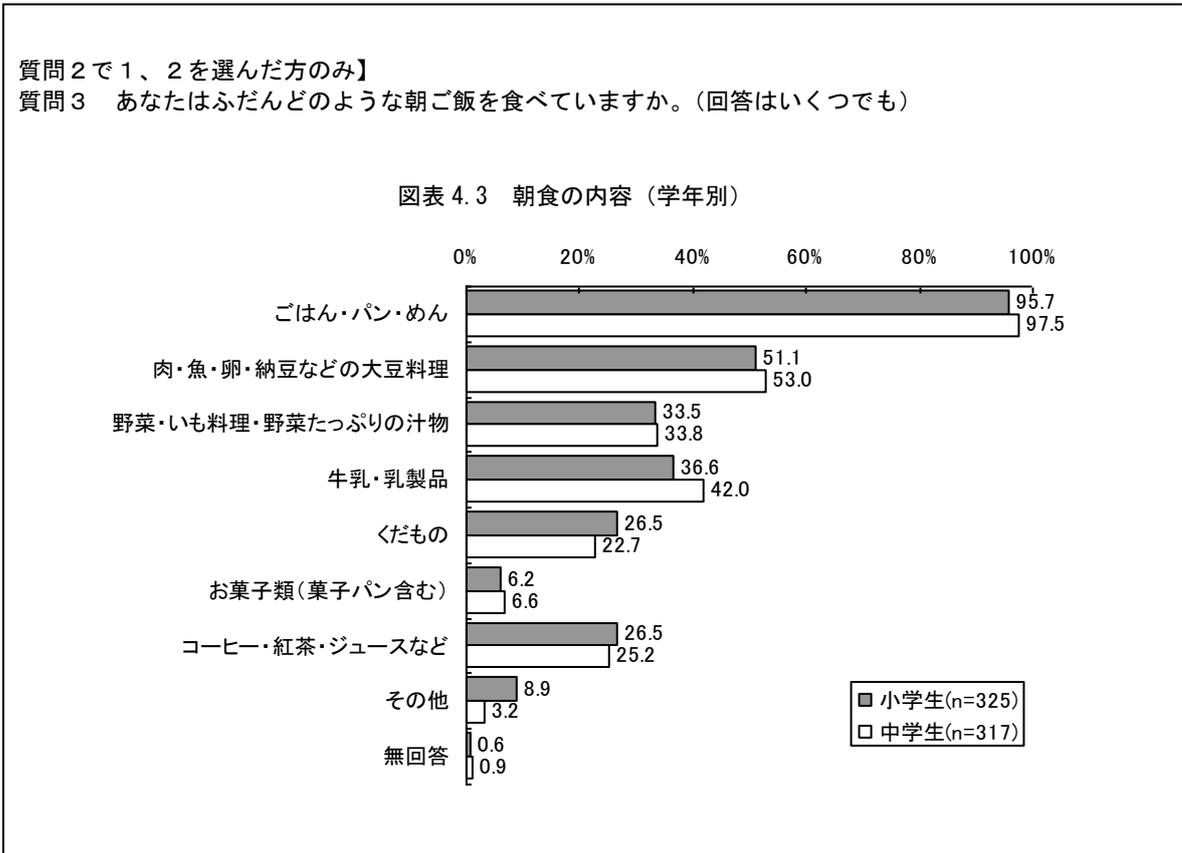
質問2. 朝食について

- 「ほとんど毎日食べる」は、小学生で90.8%、中学生で89.8%となっています。



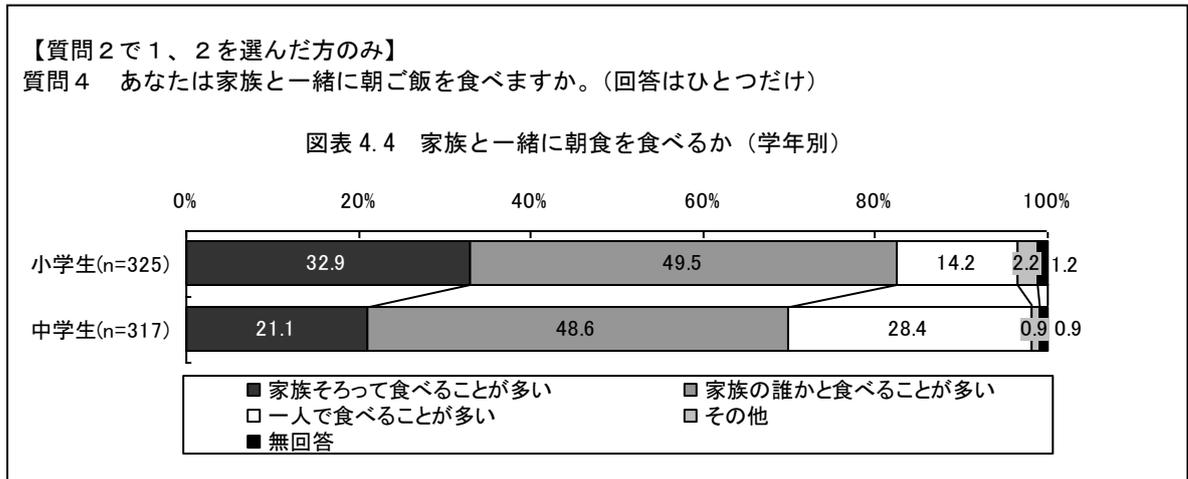
質問3. 朝食の内容について

- 主食の「ご飯・パン・めん」（小学生 95.7%、中学生 97.5%）が最も高くなっています。次いで主菜の「肉・魚・卵・納豆などの大豆料理」（小学生 51.1%、中学生 53.0%）、副菜の「野菜・いも料理・野菜たっぷりの汁物」（小学生 33.5%、中学生 33.8%）となっています。
- 「牛乳・乳製品」が、小学生 36.6%・中学生 42.0%となっています。



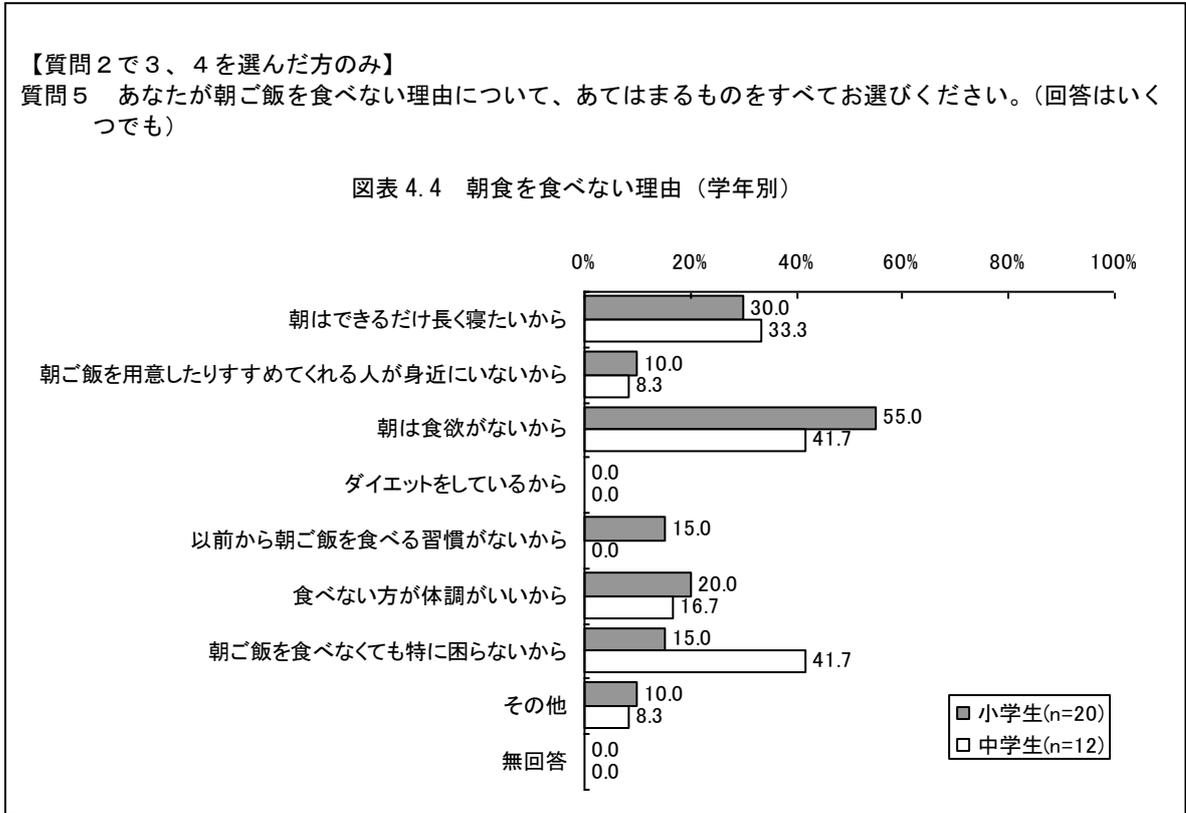
質問4. 家族と一緒に朝食を食べるかについて

- 「一人で食べることが多い」が28.4%と中学生で高く、小学生の2倍となっています。
- 「家族の誰かと食べることが多い」はほとんど変わりませんが、「家族そろって食べるが多い」が中学2年生では21.1%と減少し、小学5年生に比べ11.8ポイント低くなっています。



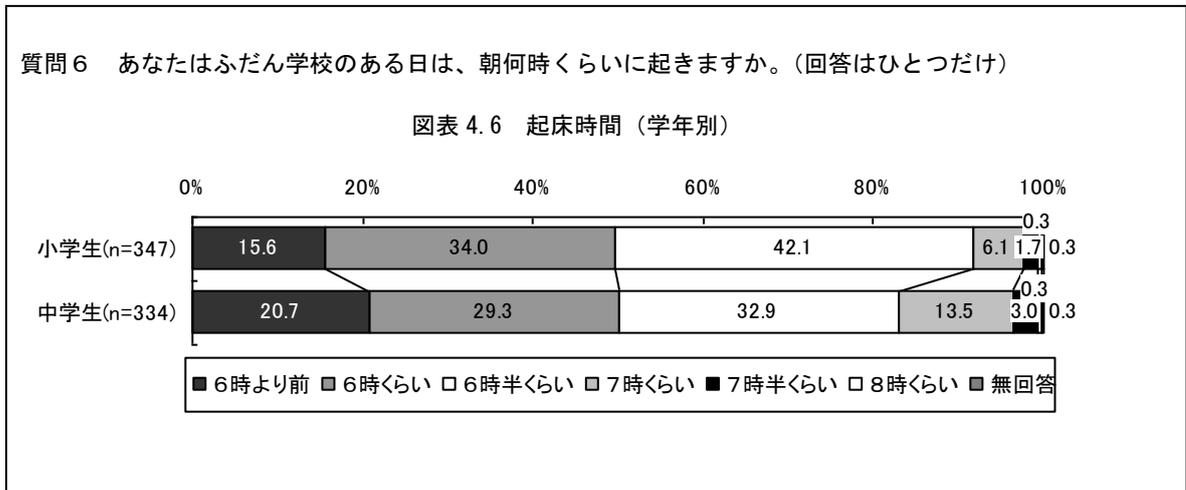
質問5. 朝食を食べない理由について

- 「朝は食欲がないから」(小学生 55.0%、中学生 41.7%) が最も高く、次いで「朝はできるだけ長く寝たいから」(小学生 30.0%、中学生 33.3%)、「朝ご飯を食べなくても特に困らないから」は中学生で 41.7%となっています。



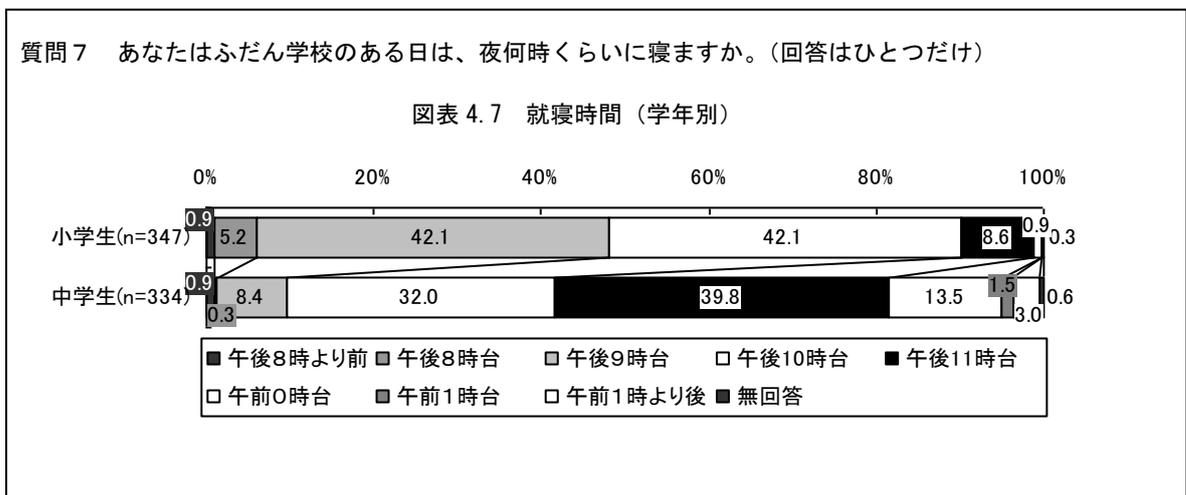
質問6. 起床時間について

- 「6時半くらい」（小学生 42.1%、中学生 32.9%）の起床が最も高く、次いで「6時くらい」（小学生 34.0%、中学生 29.3%）となっています。



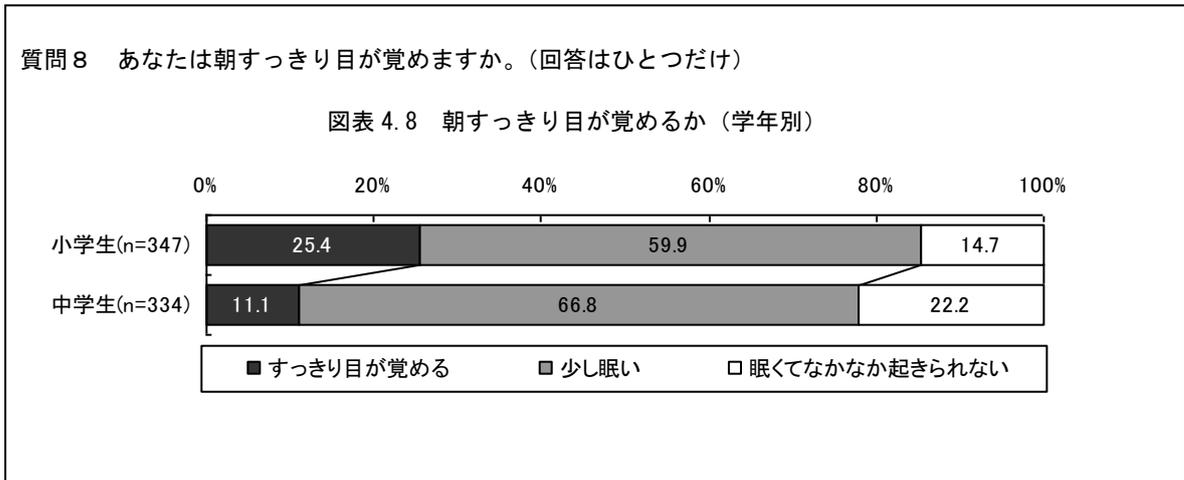
質問7. 就寝時間について

- 「午後10時台」（小学生 42.1%、中学生 32.0%）の就寝が最も高く、次いで、小学生は「午後9時台」が42.1%、中学生は「午後11時台」が39.8%となっています。



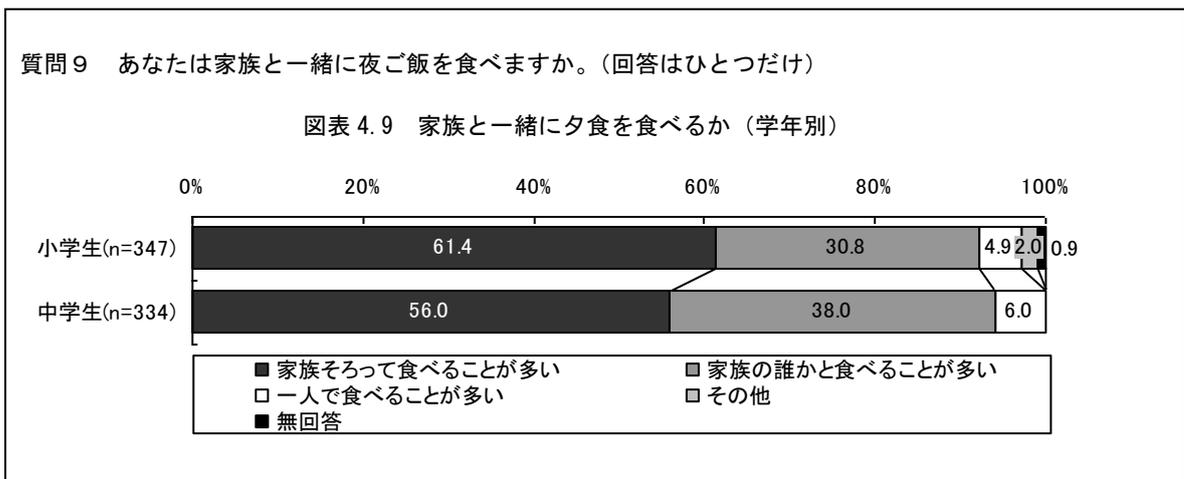
質問8. 朝の目覚めについて

- 「少し眠い」(小学生 59.9%、中学生 66.8%) が最も高く、次いで、小学生は「すっきり目が覚める」が 25.4%、中学生は「眠くてなかなか起きられない」が 22.2%となっています。



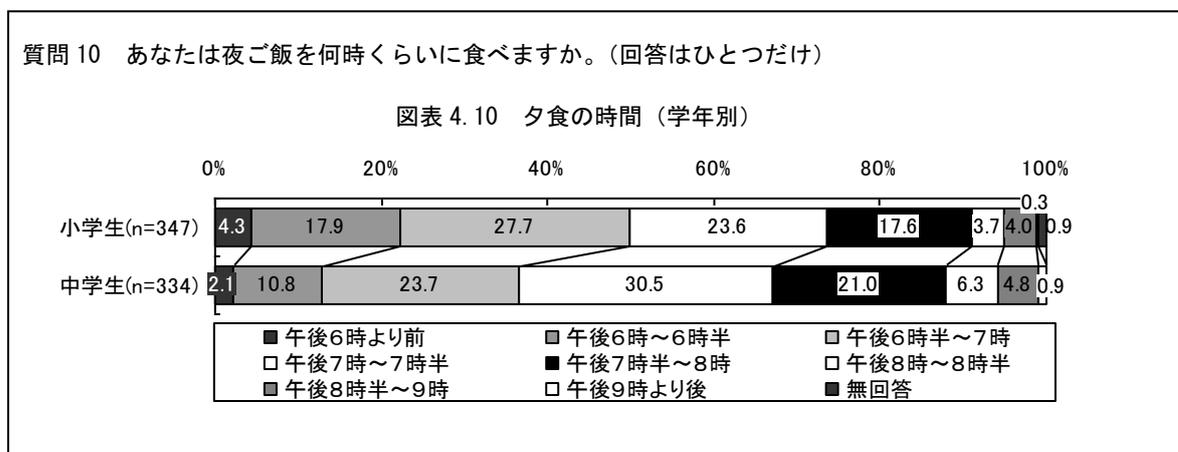
質問9. 家族と一緒に夕食を食べるかについて

- 「家族そろって食べることが多い」(小学生 61.4%、中学生 56.0%) が最も高くなっています。
- 「一人で食べることが多い」は小学生で 4.9%、中学生で 6.0%となっています。



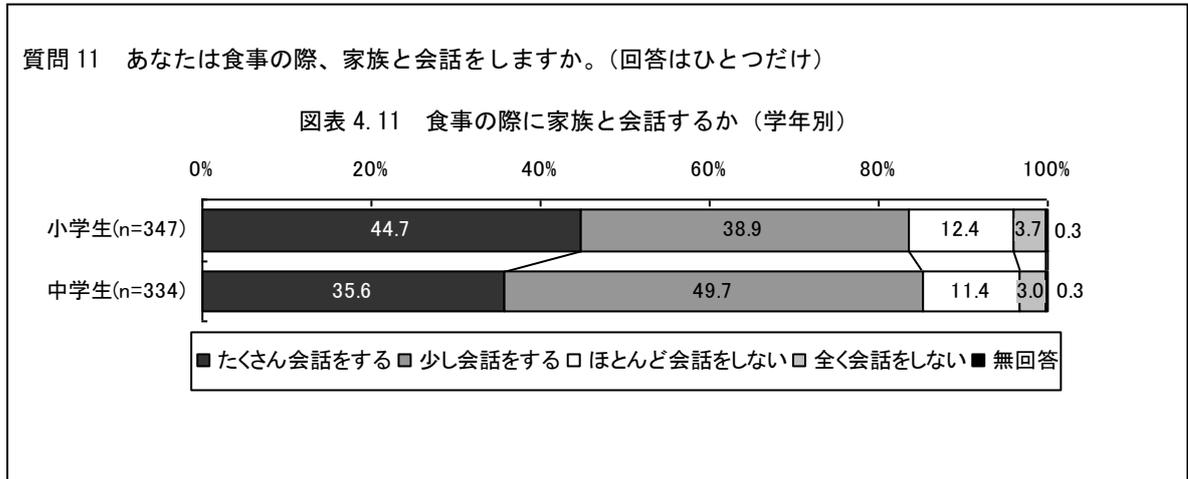
質問 10. 夕食の時間について

- 小学生は「午後6時半～7時」が 27.7%、中学生は「午後7時～7時半」が 30.5%と最も高くなっています。



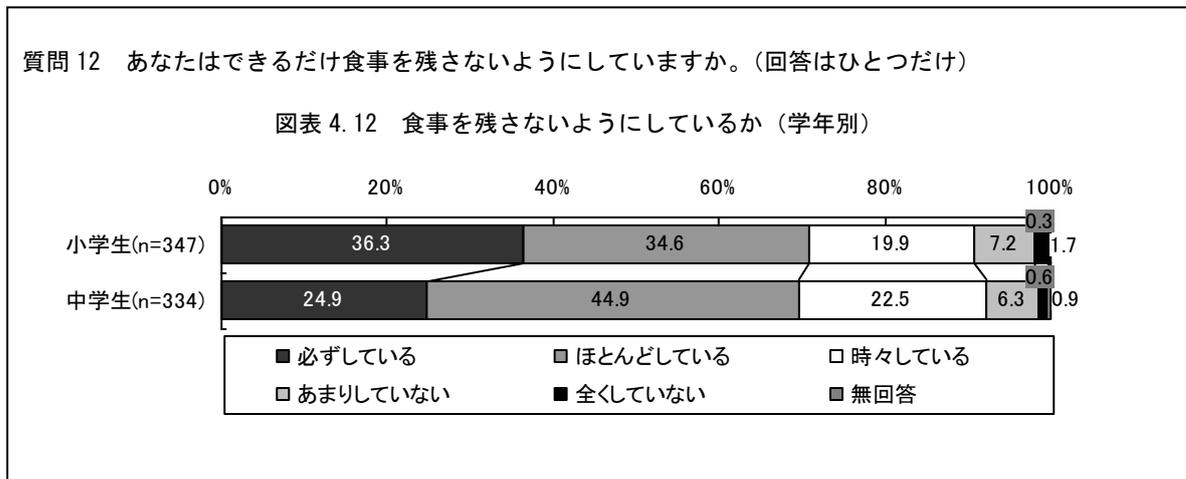
質問 11. 食事の際の会話について

- 小学生では「たくさん会話をする」が 44.7%、中学生では「少し会話をする」が 49.7%と最も高くなっています。
- 「ほとんど会話をしない」と「全く会話をしない」を合わせると、小学生で 16.1%、中学生で 14.4%となっています。



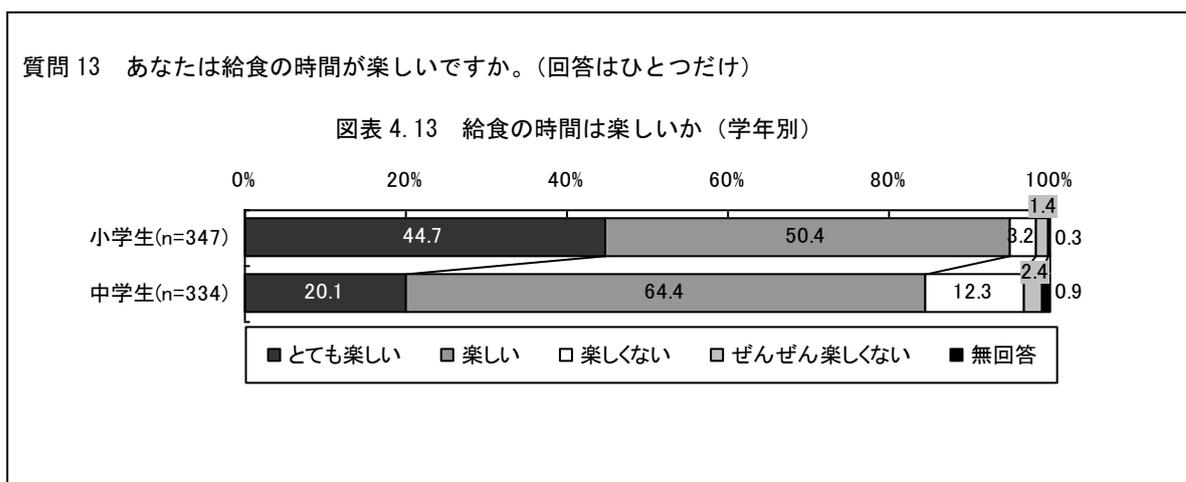
質問 12. 食事を残さないようにしているかについて

- 「ほとんどしている」(小学生 34.6%、中学生 44.9%) が最も高く、次いで「必ずしている」(小学生 36.3%、中学生 24.9%) となっています。



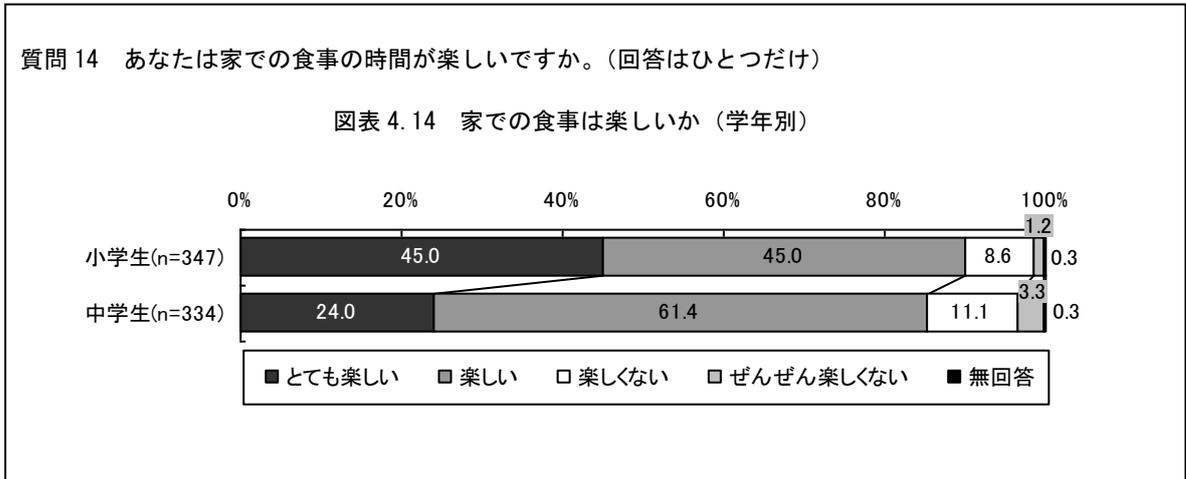
質問 13. 給食の時間について

- 「楽しい」(小学生 50.4%、中学生 64.4%) が最も高く、次いで「とても楽しい」(小学生 44.7%、中学生 20.1%) となっています。
- 「楽しくない」と「ぜんぜん楽しくない」を合わせると、小学生で 4.6%、中学生で 14.7% となっています。



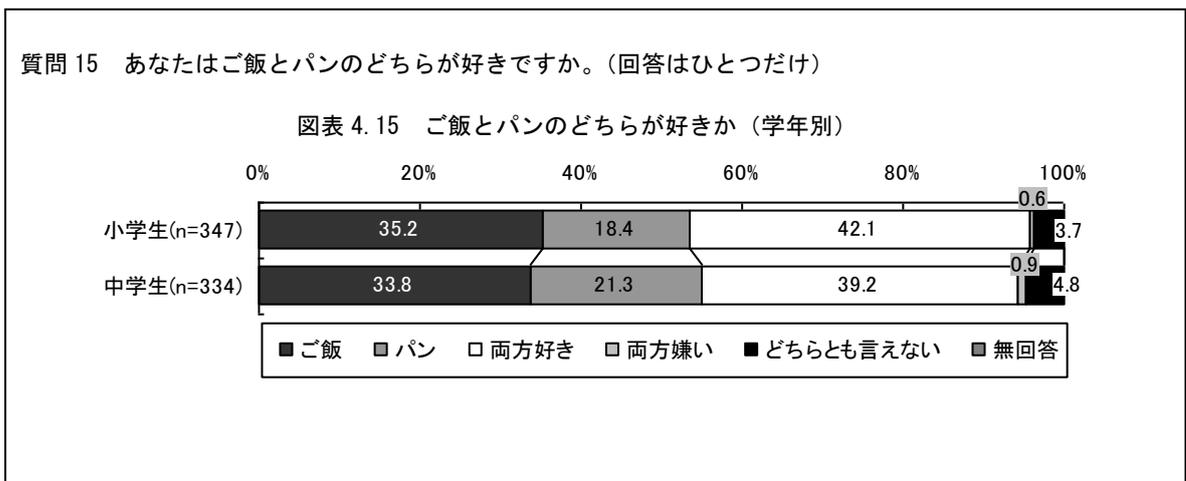
質問 14. 家での食事について

- 「楽しい」（小学生 45.0%、中学生 61.4%）が最も高く、次いで「とても楽しい」（小学生 45.0%、中学生 24.0%）となっています。
- 「楽しくない」と「ぜんぜん楽しくない」を合わせると、小学生で 9.8%、中学生で 14.4% となっています。



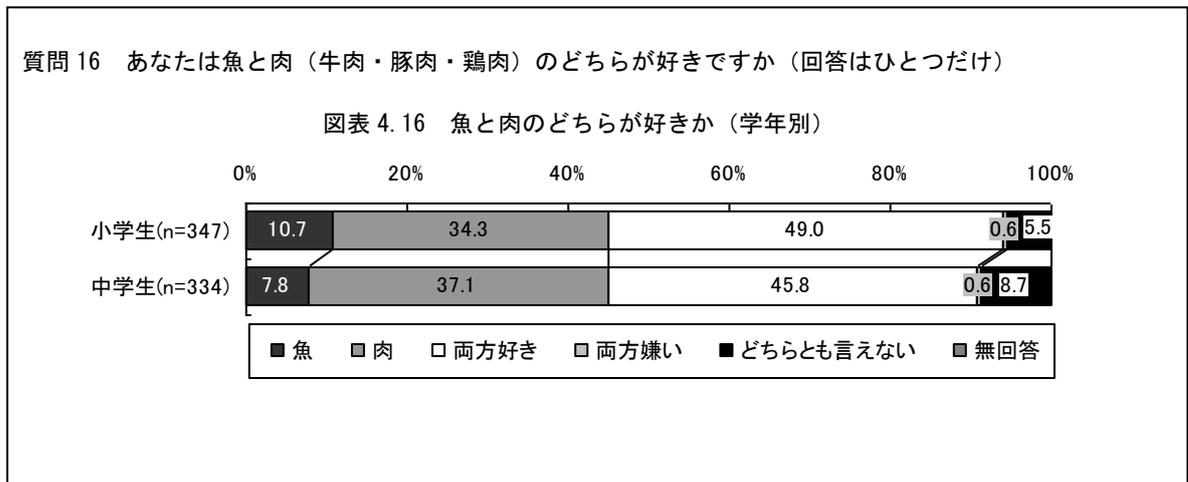
質問 15. ご飯とパンのどちらが好きかについて

- 「両方好き」（小学生 42.1%、中学生 39.2%）が最も高く、次いで「ご飯」（小学生 35.2%、中学生 33.8%）となっています。



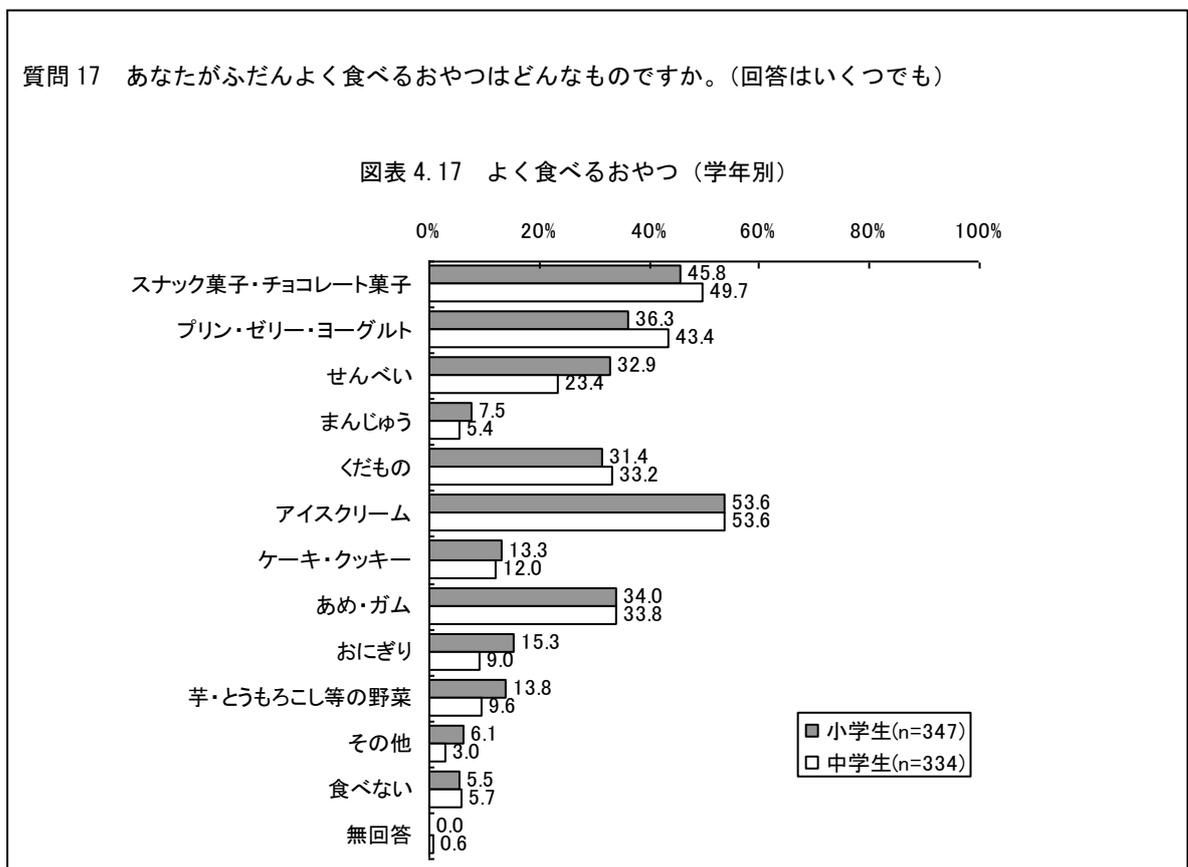
質問 16. 魚と肉のどちらが好きかについて

- 「両方好き」(小学生 49.0%、中学生 45.8%) が最も高く、次いで「肉」(小学生 34.3%、中学生 37.1%) となっています。



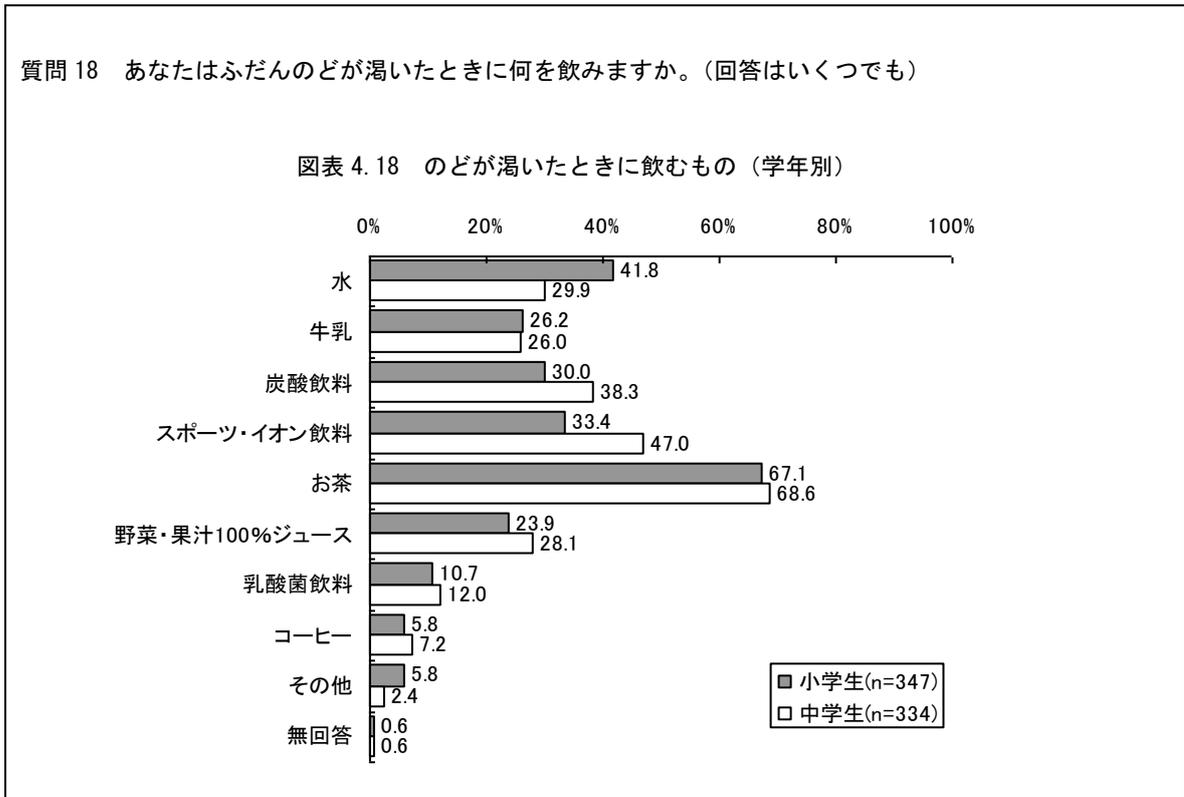
質問 17. よく食べるおやつについて

- 「アイスクリーム」が(小学生 53.6%、中学生 53.6%) が最も高く、次いで「スナック菓子・チョコレート菓子」(小学生 45.8%、中学生 49.7%) となっています。



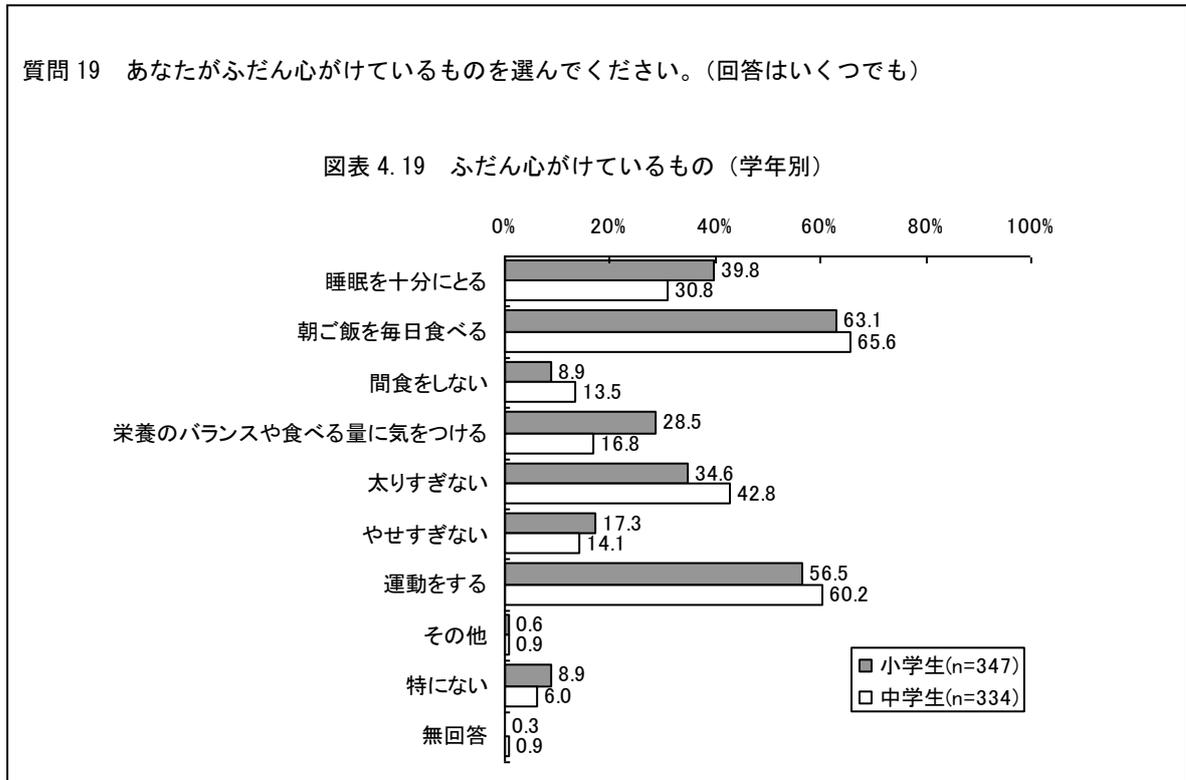
質問 18. のどが渴いたときに飲むものについて

- 「お茶」(小学生 67.1%、中学生 68.6%) が最も高く、次いで小学生では「水」が 41.8%、中学生では「スポーツ・イオン飲料」が 47.0%となっています。



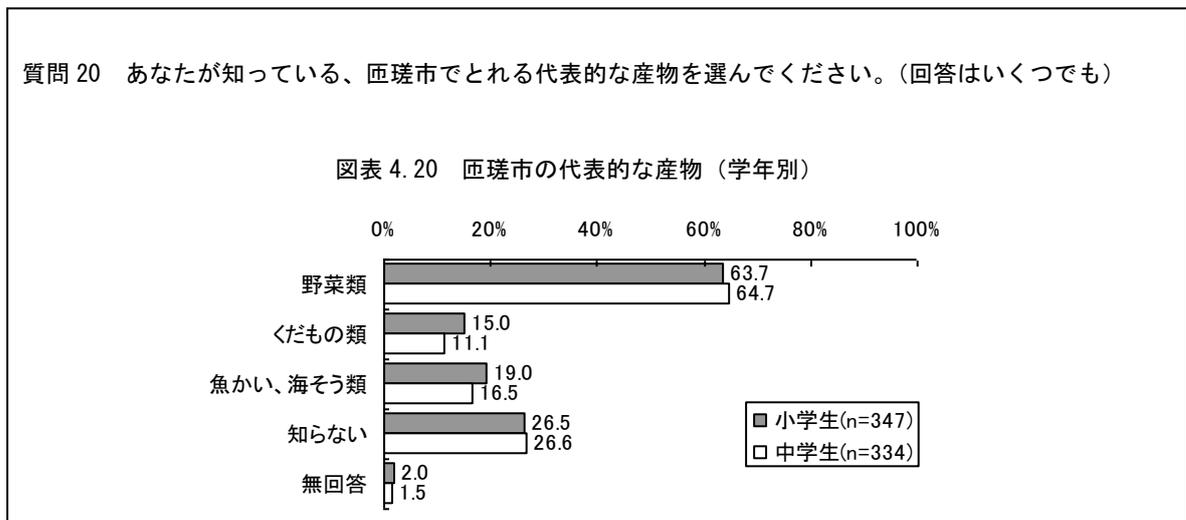
質問 19. ふだん心がけているものについて

- 「朝ご飯を毎日食べる」(小学生 63.1%、中学生 65.6%) が最も高く、次いで「運動をする」(小学生 56.5%、中学生 60.2%) となっています。



質問 20. 匝瑳市でとれる代表的な産物について

- 「野菜類」(小学生 63.7%、中学生 64.7%) が最も高く、次いで「知らない」(小学生 26.5%、中学生 26.6%) となっています。

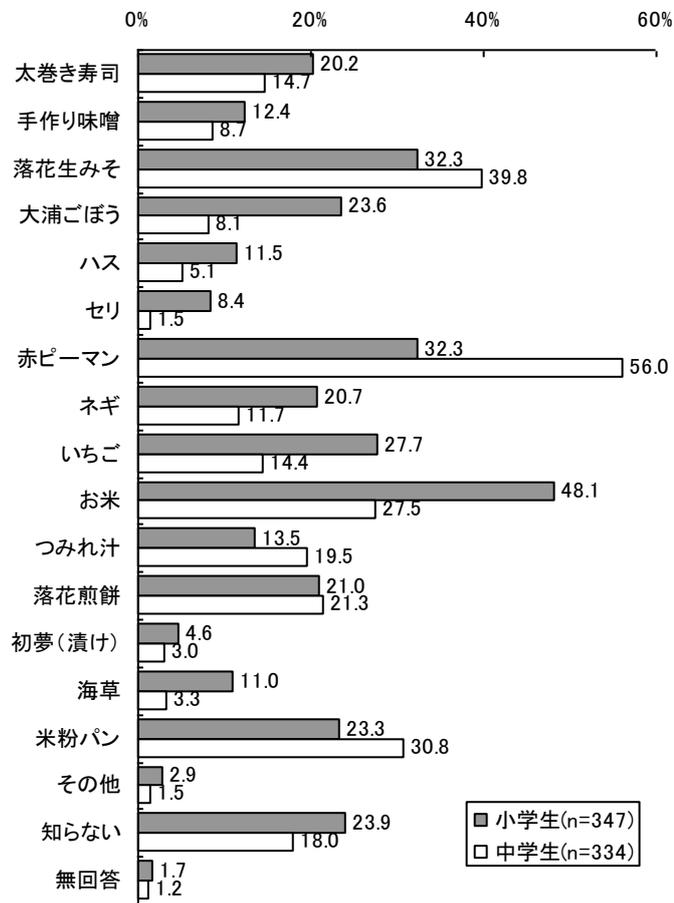


質問 21. 匝瑳市の郷土料理や特産品について

- 「大浦ごぼう」(小学生 23.6%、中学生 8.1%)、「ハス」(小学生 11.5%、中学生 5.1%)、「セリ」(小学生 8.4%、中学生 1.5%)、「ネギ」(小学生 20.7%、中学生 11.7%)、「いちご」(小学生 27.7%、中学生 14.4%)、「お米」(小学生 48.1%、中学生 27.5%)、「海草」(小学生 11.0%、中学生 3.3%) については、小学生が高くなっています。
- 「落花生みそ」(小学生 32.3%、中学生 39.8%)、「赤ピーマン」(小学生 32.3%、中学生 56.0%)、「米粉パン」(小学生 23.3%、中学生 30.8%) については、中学生が高くなっています。

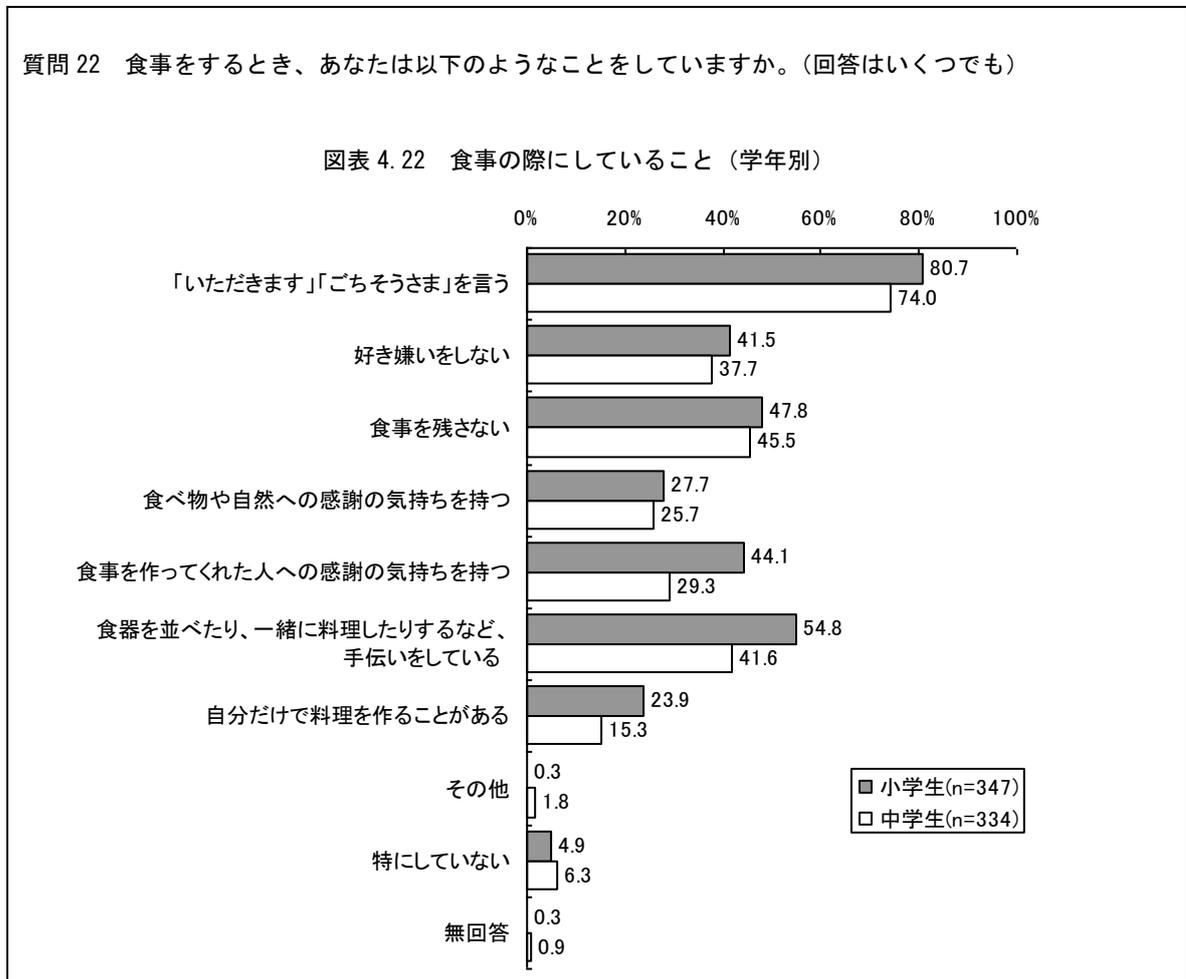
質問 21 あなたが知っている、匝瑳市の郷土料理や特産品を選んでください。(回答はいくつでも)

図表 4.21 知っている郷土料理や特産品 (学年別)



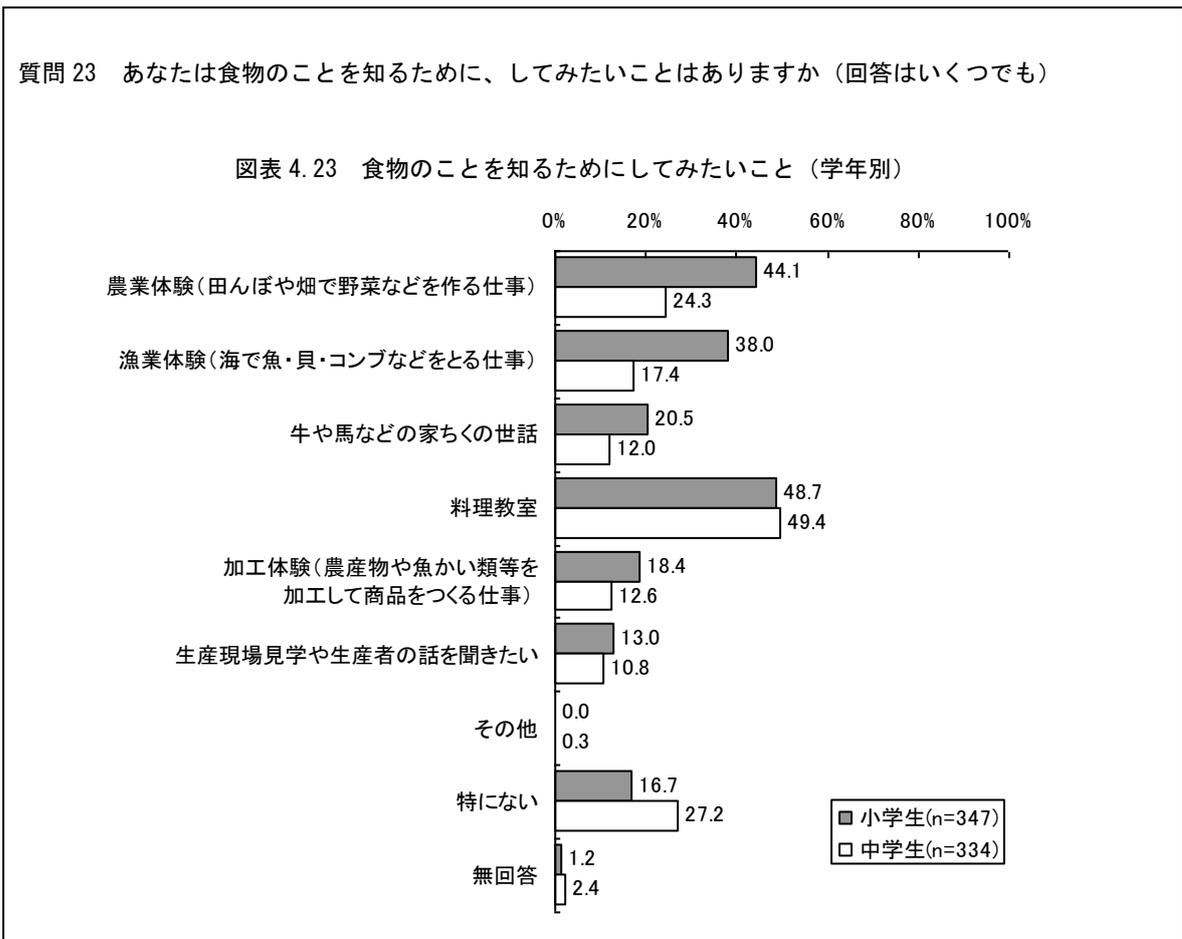
質問 22. 食事の際にしていることについて

- 「『いただきます』『ごちそうさま』を言う」(小学生 80.7%、中学生 74.0%) が最も高く、次いで、小学生では「食器を並べたり、一緒に料理するなど、手伝いをしている」が 54.8%、中学生では「食事を残さない」が 45.5%となっています。



質問 23. 食物のことを知るためにしてみたいことについて

- 「料理教室（小学生 48.7%、中学生 49.4%）」が最も高くなっています。
- 次いで、「農業体験（田んぼや畑で野菜などを作る仕事）」（小学生 44.1%、中学生 24.3%）、
「漁業体験（海で魚・貝・コンブなどをとる仕事）」（小学生 38.0%、中学生 17.4%）、
「牛や馬などの家ちくのお世話」（小学生 20.5%、中学生 12.0%）、「加工体験（農産物や魚かい類等を加工して商品をつくる仕事）」（小学生 18.4%、中学生 12.6%）については、小学生が高くなっています。



「食べること」や「食」についての意見や感想について（自由記述）

小学生

分類	主な内容	件数
好き嫌いしない・残さないようにする	○好き嫌いをなくす。食べ残しをしない。(女) ○食べ物を残さないで食べた方がいいと思った。(男) ○好き嫌いをなくして、バランスのよい食事をする。(男)	115
食育に望むこと	○漁業で、魚とかを獲るのをやってみたいです。(女) ○農業体験や田植えの仕事を、もっとしてみたい。(男) ○牛や馬などの世話をし、いろんなことを学び、作ってくれる人の気持ちを知る。(女)	39
感謝の気持ちを持つ	○命をいただいているので、残さずに食べよう。作っている人に感謝して食べよう。ごはんはおいしい。(男) ○より作っている人に感謝の気持ちを持ち、大切に食べたいと思います。そして無駄にならないように、なるべく残さないようにしたいです。(女) ○食べている物を作ってくれている人に感謝したり、作ってくれた家の人に感謝の気持ちを持って、残さず食べたい。(男)	33
手伝い等をする	○これからは自分でいろんなことをやってみようと思いました。たとえば料理の手伝いや、後片付けなど。(女) ○最初から最後まで、自分だけで作ってみたりしてみたいと思う。とくに漁業。(男) ○わたしの家は田んぼをやっているのでもっと田んぼのお手伝いをしたいです。(女)	20
その他	○食育に関するアンケートをやってみて、食事って大切だなあと思いました。これからも食育に関することを大切に、自分の体を大切にしたいと思った。(女) ○みんなでいつでも一緒に食事をしたい。ふだん食べている豚はどんな豚なのか、人は野菜だけ食べて、豚などを殺さないようにするのはできないのか。(男) ○よく噛んで、もっともっと食べる物の味を知りたい。まだ食べた事がない物を、いっぱい食べたい。(男)	43

中学生

分類	主な内容	件数
食生活を整える	<p>○食べ物をよく知って大切にしたいと思いました。なるべく残さない、無駄にしないことを心がけて食べようと思いました。好き嫌いを減らしたい、無くしたいと思いました。バランスよく食べられるように心がけたいと思いました。(女)</p> <p>○最近部活動や塾で帰りが遅くなってしまい、一人で食事をする事が多くなっているため、これはしかたがないけど、部活や塾がない日は、家の手伝いや家族といっしょに食事をとれる時間を自分でつくっていききたいです。(男)</p> <p>○私は好き嫌いがあるので、出来るだけ食事を残さずに食べたいと思いました。いつもは何気なく食べている物も、感謝の気持ちをこめて食べたいと思いました。私の家でも、千葉県で有名な落花生を作っていて、おばあちゃんの手伝いをしたことがあるけど、料理もいろいろと作ってみたいと思いました。これからの食事でもバランスよく食べて、おかし類は時々にして、体にいいものを選んで食べたいです。そして早寝早起き、朝ごはんを心がけて生活していきたいです。(女)</p>	140
感謝の気持ちを持つ	<p>○好き嫌いをしない。感謝の心をもっていただきます、ごちそうさまのあいさつをしようと思いました。食育という言葉はしっていたけど、意味はしらなかったから改めて考えて、これからの生活に役立てていききたいです。今、食べているものが将来の自分に大きく関わっているため、食事や食べ物はすごく大切だなと思いました。(男)</p> <p>○食べる事は命をつなぐ事なので、食べ物がないと生きていけないので、食べ物を大切に感謝していききたいです。(男)</p> <p>○作ってる人の事を考えて、これから野菜などを残さず食べたいと思いました。私は、今まで残してばかりで作ってくれた人の気持ちなんて考えていませんでした。でも、今までをふりかえってみるとダメな所ばかりだなと思いました。だから残さず食べようと思いました。あと、野菜、米などを作ってくれた人は、毎日ちゃんと世話をしてくれているから、ちゃんと食べようと思います。(女)</p>	52
食育に望むこと	<p>○今回の東日本大震災で被災地の人々があまり食べられない状況を見て、食べることは自分自身の命を支えるために食べているんだな、と思いました。今後心がけたい事は、農業や水産業を通して、もっと「食」について学んでみたいと思います。また、漁業体験や料理教室等に積極的に参加し、「食べること」の大切さをもっともって皆に知って欲しいと思います。(女)</p> <p>○食べるという事は、生物の命をもらうということなので感謝をしなければならぬ。作ってくれる人にも感謝の気持ちをもたなければいけないと思う。その感謝を知るため農業体験などにはいいことだと思えます。(女)</p> <p>○自分は料理が作れないから、料理をならいたい。(男)</p>	27
その他	<p>○最初に出てきた食育の意味に驚きました。言葉は聞いたことはありましたが、そんな意味があるなんて知らなかったからです。「食育」という感じ2文字にこんなに深い意味が隠されていることを知ったので、挨拶などを続けていききたいと思いました。(女)</p> <p>○食べることは楽しいし、気持ちが落ち込んでいる時は元気がでる。(男)</p> <p>○家が農家だから、手伝って「食」の大切さを考えている。(女)</p>	24

第5章

使用した調査票

第5章 使用した調査票

一般調査票

食育推進計画策定のためのアンケート調査

～御協力をお願い～

日ごろ、市政に御理解、御協力をいただき、誠にありがとうございます。

このたび匠瑛市では、国が示している食育基本計画に沿って、地域の特性を生かした食育推進計画を策定することとなりました。策定のための基礎資料として、食に関する実情を把握するため、アンケート調査を実施させていただきます。

本調査は、市内にお住まいの20歳以上の方、500人を無作為に抽出し、御協力をお願いしております。

御回答いただいた内容は、計画策定のために利用させていただくものであり、回答者個人が特定されたり、個々の回答内容が漏れたり、ほかの目的に利用することはございません。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨を御理解いただき、御協力くださいませう、よろしく願い申し上げます。

平成23年7月

匠瑛市長 太田 安規

～御記入に際してのお願い～

- 1 濃い鉛筆又は黒のボールペンで記入してください。
- 2 お答えは、**特に説明のない限り、あてはまる番号を○で囲んで**ください。
- 3 回答はできる限り、対象者御本人が御記入ください。なお、対象者おひとりでの回答が難しい場合は、御家族の方がお手伝いいただくか、対象者の意見を聞いた上で御家族の方が代わりに御記入ください。

御記入が済みましたら、誠に恐縮ですが、**同封の返信用封筒に入れて**

7月29日(金)までに、ポストに投函してください。

※調査票、返信用封筒には住所、氏名を記入する必要はありません。

また、記入上の不明な点、調査についてのお問合せは下記までお願いします。

【お問い合わせ先】 匠瑛市 産業振興課 農政班
電話：0479-73-0089（直通）

I 食生活等の状況について

《以下の質問について、あてはまるものに○をつけてください。》

質問1 あなたはふだん朝食を食べますか。(回答はひとつだけ)

- | | |
|-------------|------------|
| 1 ほとんど毎日食べる | → 質問2へ |
| 2 週4～5日食べる | → 質問2へ |
| 3 週2～3日食べる | → 質問3、4、5へ |
| 4 ほとんど食べない | → 質問3、4、5へ |

【質問1で「1 ほとんど毎日食べる」「2 週4～5日食べる」を選んだ方のみ】

質問2 あなたはふだんどのような朝食を食べていますか。(回答はいくつでも)

- | | |
|--|------------------|
| 1 ご飯・パン・麺
(主に炭水化物) | 4 牛乳・乳製品 |
| 2 肉・魚・卵・納豆などの大豆料理
(主にたんぱく質や脂肪) | 5 果物 |
| 3 野菜・芋料理・野菜たっぷりの汁物
(主にビタミン、ミネラル、食物繊維) | 6 菓子類(菓子パン含む) |
| | 7 コーヒー・紅茶・ジュースなど |
| | 8 その他() |

→ 質問6へ

【質問1で「3 週2～3日食べる」「4 ほとんど食べない」を選んだ方のみ】

質問3 あなたが朝食を食べなくなったのはいつ頃からですか。(回答はひとつだけ)

- | |
|---------------------|
| 1 小学生の頃から |
| 2 中学生の頃から |
| 3 高校生の頃から |
| 4 社会人になった頃から |
| 5 仕事が忙しくなった頃から(歳頃) |
| 6 その他(歳頃から) |

質問7 あなたはふだん食事を抜くことがどのくらいありますか。朝食・昼食・夕食すべてを含んでお選びください。(回答はひとつだけ)

- | |
|-------------------|
| 1 毎日1食以上(週7食以上)抜く |
| 2 週4~6食抜く |
| 3 週2~3食抜く |
| 4 週1食抜く |
| 5 食事を抜くことはない |

質問8 あなたのふだんの食生活で、以下の項目について、当てはまるものを1つずつお選びください。(回答はひとつずつ)

	当てはまる	どちらかといえば当てはまる	どちらともいえない	どちらかといえば当てはまらない	当てはまらない
(1) 食事時間が楽しい	1	2	3	4	5
(2) 食事がおいしく食べられる	1	2	3	4	5
(3) 食事の時間が待ち遠しい	1	2	3	4	5
(4) 食卓の雰囲気は明るい	1	2	3	4	5
(5) 食べたいものを食べている	1	2	3	4	5
(6) 日々の食事に満足している	1	2	3	4	5

質問9 あなたはよくかんで食事をしていますか。(回答はひとつだけ)

- | |
|------------------------|
| 1 よくかんで食べている |
| 2 どちらかといえば、よくかんで食べている |
| 3 どちらかといえば、よくかまずに食べている |
| 4 よくかまずに食べている |

質問10 あなたは食生活において、どのようなことを実行していますか。あてはまるものをすべてお選びください。（回答はいくつでも）

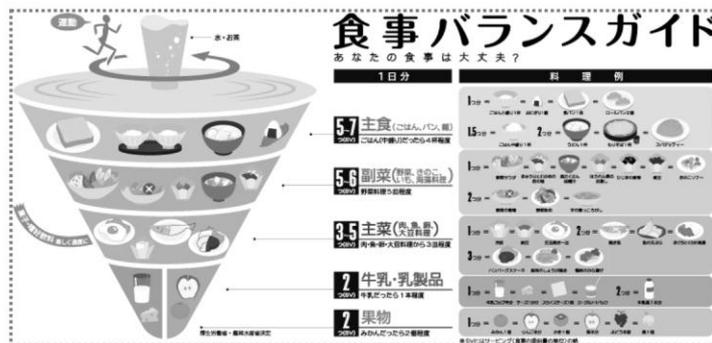
- 1 外食や出来合いの弁当、インスタント食品等はなるべく避けるようにしている
- 2 (家族がいれば) 家族そろって食卓を囲み、会話をするようにしている
- 3 1日3回、規則正しい食事をする
- 4 食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」を言う
- 5 自分で料理をしたり、もしくは家族の料理の手伝いをする
- 6 テレビ・雑誌等での紹介を参考にした献立にする
- 7 好き嫌いをしない
- 8 寝る前や夜遅くに食事をしない
- 9 テレビや本を見ながら食事をしない
- 10 食べ過ぎや間食をしない
- 11 塩分や糖分、脂肪をひかえる
- 12 野菜の摂取量を増やす
- 13 地元産や旬の食材を取り入れた料理をつくる
- 14 食料を買い過ぎて廃棄とならないよう注意している
- 15 食べ残しを減らす努力をしている
- 16 料理教室・栄養講座等に参加する(おおむね過去1年以内)
- 17 家庭菜園や果物狩り等、農漁業に触れる(おおむね過去1年以内)
- 18 その他()
- 19 特に気をつけていることはない

質問11 あなたは自分の食事や食卓に対して、どのような不安や不満をお持ちですか。あてはまるものをすべてお選びください。（回答はいくつでも）

- 1 自分は本来、どのような食事(栄養や量)をとるべきか分からない
- 2 つい好きなものだけを食べがちで、栄養バランスに偏りがある
- 3 食べる量が多めである
- 4 食費が気になって、よりよいものを食べられない
- 5 家族や知人と食卓を囲む機会が少ない
- 6 間食が多い
- 7 ゆっくりと食事をする時間がとれない
- 8 食べる時間が不規則である
- 9 早食いをしてしまう
- 10 人より食べるのが遅い
- 11 その他()
- 12 特に不安や不満は感じていない

質問12 あなたは以下のことについてご存知ですか。ご存知のものをすべてお選びください。（回答はいくつでも）

- 1 自分の適正体重
- 2 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の意味
- 3 自分の世代が1日に必要なエネルギー（キロカロリー）
- 4 「食事バランスガイド」（下図参照）の見方
- 5 賞味期限と消費期限の違い
- 6 日本の現在の食料自給率
- 7 ちばエコ農産物とは、化学肥料・農薬が通常の半分以下の県内農産物
- 8 農地（田・畑や牧場）は、食料を作るだけでなく、自然環境の保全や、防災空間、癒しやリクリエーション、子どもの情操教育の場という役割も持っていること
- 9 朝食をとらないと脳内のエネルギーが不足し、午前中の学習や仕事の能率面に影響があること
- 10 “いただきます”とは本来、「食材の生命をいただいて私の命をつなぎます」という意味であること
- 11 どれも知らない



質問13 あなたは日頃の健全な食生活を実践するため、どのような指針等を参考にしていますか。（回答は3つまで）

- 1 食事バランスガイド
- 2 食生活指針（望ましい食生活を実践するための指針）
- 3 日本人の食事摂取基準（1日に必要なエネルギーや栄養素摂取量を目安にしたもの）
- 4 6つの基礎食品（栄養成分の類似している食品を6群に分類したもの）
- 5 3色分類（食品の体内での主な働きを3つに分けて、主な食品を分類したもの）
- 6 ちば型食生活食事実践ガイドブック
- 7 その他の指針（)
- 8 参考にしている指針はない
- 9 どの指針も知らない

Ⅱ 食育について

以下の説明文をご覧ください。

食育とは、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。

質問14 あなたは「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。（回答はひとつだけ）

- 1 言葉も意味も知っていた
- 2 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
- 3 言葉も意味も知らなかった

質問15 あなたは「食育」について関心がありますか。（回答はひとつだけ）

- 1 関心がある → [質問16へ](#)
- 2 どちらかといえば関心がある → [質問16へ](#)
- 3 どちらかといえば関心がない → [質問17へ](#)
- 4 関心がない → [質問17へ](#)
- 5 わからない → [質問17へ](#)

【質問15で「1 関心がある」「2 どちらかといえば関心がある」を回答された方のみ】

質問16 あなたが「食育」に関心がある理由は何ですか。あてはまるものをすべてお選びください。（回答はいくつでも）

- 1 子どもの心身の健全な発育のために必要だから
- 2 食生活の乱れ（栄養バランスの崩れ、不規則な食事等）が問題になっているから
- 3 肥満ややせすぎが問題になっているから
- 4 生活習慣病（がん、糖尿病等）の増加が問題になっているから
- 5 食中毒や食品表示偽装など、食品の安全確保が重要だから
- 6 食にまつわる地域の文化や伝統を守ることが重要だから
- 7 食料を海外からの輸入に依存しすぎていることが問題だから
- 8 消費者と生産者間の交流や信頼が足りないと思うから
- 9 有機農業など自然環境と調和した食料生産が重要だから
- 10 大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題だから
- 11 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているから
- 12 その他（)
- 13 特にない
- 14 わからない

質問17 食育は本来あらゆる人に必要だとされていますが、特にどういった人に対して進めていくべきだと、あなたは思いますか。特に大切だと思う世代を3つお選びください。（回答は3つまで）

- 1 基本的な食習慣づくりが必要になる『乳幼児』
- 2 心身の発育が著しい『小学生』
- 3 自分の意思による食物選択が始まる『中高生』
- 4 いずれ家庭を築く世代である大学生・新社会人・新婚者等の『青年層』（おおむね18～30歳）
- 5 『妊婦や授乳婦、及びその夫や近親者』
- 6 現在、育児を行っている『子どもの親』（おおむね25～45歳）
- 7 働き盛りで、自身の健康管理が必要となってくる『壮年層』（おおむね30～44歳）
- 8 体力が衰え、健康不安を抱えやすくなる『中年層』（おおむね45～64歳）
- 9 低栄養状態や一人きりの食卓になりやすい『高齢者層』（65歳以上）
- 10 その他（)
- 11 わからない

質問18 あなたは食育はどこで行われるべきだと思いますか。**特に重要と思われる場所**を3つお選びください。(回答は3つまで)

- | | | |
|----|--------------------|---|
| 1 | 家庭 | |
| 2 | 保育園・幼稚園 | |
| 3 | 小学校 | |
| 4 | 中学校 | |
| 5 | 高校・大学 | |
| 6 | 職場 | |
| 7 | 飲食店や食品販売店 | |
| 8 | 保健所や医療・福祉施設等の地域内機関 | |
| 9 | その他(|) |
| 10 | わからない | |

質問19 あなたは食の安全性に対してどのように感じていますか。(回答はひとつだけ)

- | | | |
|---|--------------|---------|
| 1 | 不安を感じている | → 質問20へ |
| 2 | 多少は不安を感じている | → 質問20へ |
| 3 | 不安はあまり感じていない | → 質問21へ |
| 4 | 不安は感じていない | → 質問21へ |
| 5 | わからない | → 質問21へ |

【質問19で「1 不安を感じている」「2 多少は不安を感じている」に回答した方のみ】

質問20 食の安全性について、あなたが不安に感じることをすべてお選びください。(回答はいくつでも)

- | | | |
|----|----------------------|---|
| 1 | 製造年月日や賞味期限・消費期限 | |
| 2 | 原産地・原産国 | |
| 3 | 食品中の添加物や農薬等の内容や量 | |
| 4 | 鳥インフルエンザ等の感染 | |
| 5 | アレルギー物質 | |
| 6 | 遺伝子組み換え食品 | |
| 7 | O-157やノロウイルス等による食中毒 | |
| 8 | 放射性物質の農産物等への影響 | |
| 9 | 衛生上問題のありそうな飲食店、食品取扱店 | |
| 10 | その他(|) |
| 11 | 特にない | |

質問21 匝瑳市に関する以下の項目について、当てはまるものをひとつずつお選びください。（回答はひとつずつ）

	当てはまる	どちらかといえば当てはまる	どちらともいえない	どちらかといえば当てはまらない	当てはまらない
(1) 匝瑳市では、必要な食材をスーパー、商店街などで購入することができる。	1	2	3	4	5
(2) 匝瑳市は、食の安全面で信頼できるお店や生産者に恵まれた地域だ	1	2	3	4	5
(3) 匝瑳市では、主食・主菜・副菜など、栄養バランスのとれた食事が手に入りやすい	1	2	3	4	5
(4) 匝瑳市では、食の栄養面や安全面に対する人々の関心は高い	1	2	3	4	5
(5) 匝瑳市では、食の文化や伝統、季節性などを大事にしようとしている	1	2	3	4	5
(6) 匝瑳市には、お裾分けなど、互いに食べ物を気軽に交換し合う関係がある	1	2	3	4	5
(7) 匝瑳市では、食に関する必要な情報が得られる	1	2	3	4	5
(8) 匝瑳市では、食をテーマにした取組やイベントが活発だ	1	2	3	4	5

質問22 匝瑳市における日常の買い物に不便を感じることはありますか（回答はひとつだけ）

1 ある （理由： _____ ） 2 ない

質問23 あなたは、ここ1ヶ月以内にどこの食材を購入しましたか。（回答はひとつだけ）

1 市内産を購入した 2 県内産を購入した 3 市内産も県内産も購入した 4 市内産も県内産も購入していない 5 わからない
--

質問24 あなたが知っている、匠瑳市の郷土料理や特産品をお選びください。（回答はいくつでも）

- | | |
|---------|-----------|
| 1 太巻き寿司 | 10 お米 |
| 2 手作り味噌 | 11 つみれ汁 |
| 3 落花生みそ | 12 落花煎餅 |
| 4 大浦ごぼう | 13 初夢（漬け） |
| 5 ハス | 14 海草 |
| 6 セリ | 15 米粉パン |
| 7 赤ピーマン | 16 その他（) |
| 8 ネギ | 17 知らない |
| 9 いちご | |

質問25 あなたは地元農産物（匠瑳市産や県内産）のよい点は、どのようなところにあると思いますか。あてはまるものをすべてお選びください。（回答はいくつでも）

- | | |
|------------------------|--|
| 1 新鮮 | |
| 2 安全・安心 | |
| 3 おいしい | |
| 4 価格が安い・量が多い | |
| 5 栄養価が高い | |
| 6 環境にやさしい | |
| 7 その他（) | |
| 8 わからない | |
| 9 特に地元産がよいとは思わない（理由：) | |

質問26 あなたは家庭において、行事食を伴う伝統的な行事を年間どの程度行っていますか。（回答はいくつでも）

◆参考：正月（1月：おせち料理・お雑煮・七草粥等） 節分（2月：豆等）
桃の節句（3月：五目ずし等） 春分の日（3月：ぼた餅等）
端午の節句（5月：ちまき・かしわ餅等） 七夕（7月：そうめん等）
土用（7月：うなぎ等） お盆（8月：団子等） 十五夜（9月：月見団子等）
秋分の日（9月：おはぎ等） 冬至（12月：かぼちゃ料理等）
大晦日（12月：そば等）

- | | |
|----------|----------|
| 1 7回以上 | 4 1～2回以上 |
| 2 5～6回以上 | 5 全く行わない |
| 3 3～4回以上 | |

質問27 あなたは日頃から、健全な食生活の実践のために、活動や行動をしていますか。（回答はひとつだけ）

- | |
|------------------------|
| 1 積極的にしている |
| 2 できるだけするようにしている |
| 3 したいと思っているが、実際にはしていない |
| 4 あまりしていない |
| 5 まったくしていない（したいと思わない） |

質問28 国が定めた「食育月間」は6月で、「食育の日」は毎月19日、また、千葉県が定めた「食育月間」は11月となっていますが、あなたが知っているものはどれですか。（回答はいくつでも）

- | |
|-------------|
| 1 国の「食育月間」 |
| 2 「食育の日」 |
| 3 県の「食育月間」 |
| 4 どれも知らなかった |

以下の説明文をご覧ください。

『自分が生活している環境の中で作られた農産物・食物を食べることが、体にもっともよい』という考え方などから、地元の食材を地元で食べる運動が進められています。

これを、「地産地消*」（ちさんちしょう）と言います。

*千葉県では「千産千消」とも表現しています

質問29 この地産地消を進めていく上で、あなたが必要だと思うものをすべてお選びください。（回答はいくつでも）

- | | | |
|----|-------------------------------------|---|
| 1 | スーパーや八百屋に地元農産物コーナーを設置する | |
| 2 | 農産物直売所の充実を図る | |
| 3 | 飲食店や弁当屋で、地元農産物をより多く利用する | |
| 4 | （学校や福祉施設等での）給食で、地元農産物をより多く利用する | |
| 5 | 地元産であることや地元生産者の情報を、商品や売場に分かりやすく表示する | |
| 6 | 地元農産物のPR・宣伝（地産地消フェアやパンフレット提供等）をする | |
| 7 | 地元農産物の品質（鮮度・安全性・おいしさ等）を高める | |
| 8 | 地元農産物の生産量を増やす | |
| 9 | その他（ | ） |
| 10 | わからない | |
| 11 | 地産地消の必要はない | |
| | 理由：（ | ） |

質問30 あなたは、食育に関するボランティア活動に参加してみたいと思いますか。（回答はひとつ）

- | | |
|---|----------------|
| 1 | 参加してみたい |
| 2 | 条件が合えば参加してみたい |
| 3 | 参加したくはないが興味はある |
| 4 | 参加したくない |

質問31 あなたは食育を通してどのようなことを知りたいですか。特にあてはまるものを3つまでお選びください。(回答は3つまで)

- 1 仕事や勉強の効率を高める食事のとり方
- 2 若さや活力感を保ったり、美容に良い食事のとり方
- 3 家族や自身の成長・健康維持に役立つ食事のとり方
- 4 食品表示の正しい見方や食の安全に関する知識
- 5 自分にも手軽につくれる料理の仕方
- 6 食事や食卓がより楽しくなる、いろいろな料理の仕方
- 7 おいしい食材の見分け方
- 8 家庭菜園や農業体験等、食生産を通して得られる感動や体験
- 9 食事のマナーや礼儀作法
- 10 食文化や食の歴史
- 11 その他()
- 12 知りたいことはない

質問32 食育を進めるにあたって、あなたが「行政や地域社会」に期待したいことは何ですか。あてはまるものをすべてお選びください。(回答はいくつでも)

- 1 自分の健康状態・ライフスタイルに応じた食事の提案
- 2 食生活や食育に関する情報提供の強化
- 3 食生活や食育に関する相談窓口の強化
- 4 乳幼児期からの食育の推進
- 5 健康的で安全な食材や料理を提供するお店の紹介・PR
- 6 食育セミナーや食育体験ツアー、イベント等の開催
- 7 地産地消の推進
- 8 食品表示情報の監視強化
- 9 農薬や添加物を減らす等、より安全な食品生産・製造の指導
- 10 市民が食生産に触れる機会を増やすための農業体験等の実施
- 11 郷土料理や地元の食文化の伝承
- 12 職場における健康管理・栄養指導(社員食堂メニューの改善や栄養講座開催等)
- 13 外食産業での栄養成分表示やヘルシーメニューの提供の推進
- 14 その他()
- 15 期待することは何もない

F S 6 あなたの平日の平均起床時刻をお選びください。（回答はひとつだけ）

- | | |
|----------|----------|
| 1 午前5時以前 | 4 午前7時台 |
| 2 午前5時台 | 5 午前8時台 |
| 3 午前6時台 | 6 午前9時以降 |

F S 7 あなたの平日の平均就寝時刻をお選びください。（回答はひとつだけ）

- | | |
|----------|----------|
| 1 午後8時以前 | 5 午後11時台 |
| 2 午後8時台 | 6 午前0時台 |
| 3 午後9時台 | 7 午前1時台 |
| 4 午後10時台 | 8 午前2時以降 |

食育に関する意見や感想、また、よりよい食生活を楽しむためにあなたが今後心がけたいこと・やってみたいこと等、御自由にお書きください。（自由回答）

調査に御協力いただき大変ありがとうございました。
記入もれがないかどうかもう一度お確かめの上、
同封の返信用封筒に入れて7月29日（金）までに
お近くのポストに投函してください。

小中学生調査票（共通）

食育に関するアンケート調査

みなさん、こんにちは。

「食べること」は、私たちの命や健康のもとになるだけではなく、豊かな心をはぐくむためにも大切なことです。また、みなさんにとって「食べること」は、将来の夢に向かって羽ばたく力を身につけるためにも大切なことです。

現在、匝瑳市では、一人ひとりの食生活をよくするためのまちづくりに取り組んでいます。そこで、みんなで協力して匝瑳市の「食」に関する問題を解決していくための計画を作ることになりました。

このアンケート調査では、みなさんの「食べること」についての考えや、ふだん取り組んでいることなどについて意見を聞いて、この計画作りに生かしていきたいと考えていますので、あなたが思ったとおりに答えてください。

ご協力をお願いします。

平成23年7月

匝瑳市長 太田 安規

～ご記入に際してのお願い～

- 1 こいえんぴつ又は黒のボールペンで記入してください。
- 2 お答えは、特に説明のない限り、あてはまる番号を○で囲んでください。

ご記入が終わったら、先生の指示があるまでお待ちください。

【調査をしているところ】 匝瑳市 産業振興課 農政班
電話：0479-73-0089（直通）

《以下の質問について、あてはまるものに○をつけてください。》

以下の説明文をご覧ください。

食育とは、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。

質問1 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(回答はひとつだけ)

- 1 言葉も意味も知っていた
- 2 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
- 3 言葉も意味も知らなかった

質問2 あなたは、ふだん朝ご飯を食べますか。(回答はひとつだけ)

- 1 ほとんど毎日食べる → **質問3、4**へ
- 2 週4～5日食べる → **質問3、4**へ
- 3 週2～3日食べる → **質問5**へ
- 4 ほとんど食べない → **質問5**へ

【質問2で1、2を選んだ方のみ】

質問3 あなたはふだんどのような朝ご飯を食べていますか。(回答はいくつでも)

- | | |
|---------------------|------------------|
| 1 ごはん・パン・めん | 5 くだもの |
| 2 肉・魚・卵・納豆などの大豆料理 | 6 お菓子類(菓子パン含む) |
| 3 野菜・いも料理・野菜たっぷりの汁物 | 7 コーヒー・紅茶・ジュースなど |
| 4 牛乳・乳製品 | 8 その他() |

【質問2で1、2を選んだ方のみ】

質問4 あなたは家族と一緒に朝ご飯を食べますか。(回答はひとつだけ)

- 1 家族そろって食べることが多い
- 2 家族の誰かと食べるが多い
- 3 一人で食べるが多い
- 4 その他()

【質問2で3、4を選んだ方のみ】

質問5 あなたが朝ご飯を食べない理由について、あてはまるものをすべてお選びください。
(回答はいくつでも)

- 1 朝はできるだけ長く寝たいから
- 2 朝ご飯を用意したりすすめてくれる人が身近にいないから
- 3 朝は食欲がないから
- 4 ダイエットをしているから
- 5 以前から朝ご飯を食べる習慣がないから
- 6 食べない方が体調がいいから
- 7 朝ご飯を食べなくても特に困らないから
- 8 その他 ()



質問6 あなたはふだん学校のある日は、朝何時くらいに起きますか。(回答はひとつだけ)

- | | |
|----------|----------|
| 1 6時より前 | 4 7時くらい |
| 2 6時くらい | 5 7時半くらい |
| 3 6時半くらい | 6 8時くらい |

質問7 あなたはふだん学校のある日は、夜何時くらいに寝ますか。(回答はひとつだけ)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1 午後8時より前 | 5 午後11時台 |
| 2 午後8時台 | 6 午前0時台 |
| 3 午後9時台 | 7 午前1時台 |
| 4 午後10時台 | 8 午前1時より後 |

質問8 あなたは朝すっきり目が覚めますか。(回答はひとつだけ)

- | |
|-----------------|
| 1 すっきり目が覚める |
| 2 少し眠い |
| 3 眠くてなかなか起きられない |

質問9 あなたは家族と一緒に夜ご飯を食べますか。(回答はひとつだけ)

- | |
|------------------|
| 1 家族そろって食べることが多い |
| 2 家族の誰かと食べる人が多い |
| 3 一人で食べる人が多い |
| 4 その他 () |

質問10 あなたは夜ご飯を何時くらいに食べますか。(回答はひとつだけ)

- | | |
|------------|------------|
| 1 午後6時より前 | 5 午後7時半～8時 |
| 2 午後6時～6時半 | 6 午後8時～8時半 |
| 3 午後6時半～7時 | 7 午後8時半～9時 |
| 4 午後7時～7時半 | 8 午後9時より後 |

質問11 あなたは食事の際、家族と会話をしますか。(回答はひとつだけ)

- | |
|--------------|
| 1 たくさん会話をする |
| 2 少し会話をする |
| 3 ほとんど会話をしない |
| 4 全く会話をしない |

質問12 あなたはできるだけ食事を残さないようにしていますか。(回答はひとつだけ)

- 1 必ずしている
- 2 ほとんどしている
- 3 時々している
- 4 あまりしていない
- 5 全くしていない

質問13 あなたは給食の時間が楽しいですか。(回答はひとつだけ)

- 1 とても楽しい
- 2 楽しい
- 3 楽しくない
- 4 ぜんぜん楽しくない

質問14 あなたは家での食事の時間が楽しいですか。(回答はひとつだけ)

- 1 とても楽しい
- 2 楽しい
- 3 楽しくない
- 4 ぜんぜん楽しくない

質問15 あなたはご飯とパンのどちらが好きですか。(回答はひとつだけ)

- 1 ご飯
- 2 パン
- 3 両方好き
- 4 両方嫌い
- 5 どちらとも言えない

質問16 あなたは魚と肉(牛肉・豚肉・鶏肉)のどちらが好きですか(回答はひとつだけ)

- 1 魚
- 2 肉
- 3 両方好き
- 4 両方嫌い
- 5 どちらとも言えない

質問17 あなたがふだんよく食べるおやつはどんなものですか。(回答はいくつでも)

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1 スナック菓子・チョコレート菓子 | 7 ケーキ・クッキー |
| 2 プリン・ゼリー・ヨーグルト | 8 あめ・ガム |
| 3 せんべい | 9 おにぎり |
| 4 まんじゅう | 10 芋・とうもろこし等の野菜 |
| 5 くだもの | 11 その他() |
| 6 アイスクリーム | 12 食べない |

質問18 あなたはふだんのどが渴いたときに何を飲みますか。(回答はいくつでも)

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1 水 | 6 野菜・果汁100%ジュース |
| 2 牛乳 | 7 乳酸菌飲料 |
| 3 炭酸飲料 | 8 コーヒー |
| 4 スポーツ・イオン飲料 | 9 その他() |
| 5 お茶 | |

質問19 あなたがふだん心がけているものを選んでください。(回答はいくつでも)

- | |
|----------------------|
| 1 睡眠を十分にとる |
| 2 朝ご飯を毎日食べる |
| 3 間食をしない |
| 4 栄養のバランスや食べる量に気をつける |
| 5 太りすぎない |
| 6 やせすぎない |
| 7 運動をする |
| 8 その他() |
| 9 特にない |

質問20 あなたが知っている、匠瑛市でとれる代表的な産物を選んでください。(回答はいくつでも)

- | |
|------------|
| 1 野菜類 |
| 2 くだもの類 |
| 3 魚かい、海そう類 |
| 4 知らない |

質問21 あなたが知っている、匠瑛市の郷土料理や特産品を選んでください。(回答はいくつでも)

- | | |
|---------|-----------|
| 1 太巻き寿司 | 10 お米 |
| 2 手作り味噌 | 11 つみれ汁 |
| 3 落花生みそ | 12 落花煎餅 |
| 4 大浦ごぼう | 13 初夢(漬け) |
| 5 ハス | 14 海草 |
| 6 セリ | 15 米粉パン |
| 7 赤ピーマン | 16 その他() |
| 8 ネギ | 17 知らない |
| 9 いちご | |

質問22 食事をするとき、あなたは以下のようなことをしていますか。(回答はいくつでも)

- | |
|---------------------------------|
| 1 「いただきます」「ごちそうさま」を言う |
| 2 好き嫌いをしない |
| 3 食事を残さない |
| 4 食べ物や自然への感謝の気持ちを持つ |
| 5 食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを持つ |
| 6 食器を並べたり、一緒に料理したりするなど、手伝いをしている |
| 7 自分だけで料理を作ることがある |
| 8 その他() |
| 9 特にしていない |

質問23 あなたは食物のことを知るために、してみたいことはありますか(回答はいくつでも)

- | |
|--------------------------------|
| 1 農業体験(田んぼや畑で野菜などを作る仕事) |
| 2 漁業体験(海で魚・貝・コンブなどをとる仕事) |
| 3 牛や馬などの家畜の世話 |
| 4 料理教室 |
| 5 加工体験(農産物や魚かい類等を加工して商品をつくる仕事) |
| 6 生産現場見学や生産者の話を聞きたい |
| 7 その他() |
| 8 特にない |

食育推進計画策定のためのアンケート調査報告書

発行日：平成 23 年 10 月

発行：千葉県匝瑳市

〒289-2198

千葉県匝瑳市八日市場ハ 793-2

編集：匝瑳市役所産業振興課

TEL：0479-73-0089

URL：<http://www.city.sosa.lg.jp/>