

## 食育に関するアンケート調査について

### 1 目的

「いわき市食育推進計画」(以下「計画」という。)の数値目標(別紙1参照)のうち、既存事業等において現状値及び達成度の把握が困難な項目等について、簡易なアンケート調査を実施し、その結果を分析することにより、計画の進行管理及び評価に資する。

### 2 調査項目

- (1) 食育に関心を持っている市民の割合
- (2) 朝食を食べる市民の割合
- (3) 家族構成
- (4) 朝食を家族と一緒に食べる市民の割合(家族と同居している方のみ)
- (5) 夕食を家族と一緒に食べる市民の割合(家族と同居している方のみ)
- (6) 「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている市民の割合
- (7) 栄養バランス等に配慮した食生活を送っている市民の割合
- (8) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している市民の割合
- (9) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防や改善のための適切な食事、運動等を継続的に実践している市民の割合
- (10) 噛み方等の食べ方に関心がある市民の割合
- (11) よく噛んで味わって食べることを実践している市民の割合
- (12) 農林漁業体験を経験した市民の割合
- (13) 食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合
- (14) 日頃の食生活の中で不安を感じていること

### 3 調査対象

#### (1) 母集団

食育関連イベント等の来場者(市民)とする。

なお、イベント内容や来場者層の属性等により、調査結果に偏りが生じないように、調査会場は、分野・内容・世代等に配慮する。

#### (2) 標本数

イベント等の規模に応じ、1調査会場につき 50 人～100 人程度とし、合計 500 人～600 人程度を目標とし実施する。

### 4 調査方法

原則として、調査員による個別聴取。

なお、アンケート協力者(回答者)に対しては、謝礼及び食育の普及啓発を目的に、食育関連パンフレット等を配布。

### 5 調査結果

アンケート調査の結果については、市ホームページ等により公表する。

# 食育に関するアンケート調査

(案)

いわき市では、食を通じて、市民一人ひとりが生涯にわたって、健やかで、こころ豊かに楽しく生活できるまちづくりの実現を図るため、平成21年3月に策定した「いわき市食育推進計画」を策定し、これに基づき事業を進めて参りました。本計画の評価の参考とするため、次のアンケート調査に御協力くださるようお願いします。

## ◎資料1を読んでお答えください。

### 資料1

「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つけたり、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。

Q1 あなたは「食育」に関心がありますか、それとも関心がありませんか。次の中から該当するものを1つだけ選んで□にご記入ください。

① 関心がある

④ 関心がない

Q1

② どちらかといえば関心がある

⑤ 分からない

③ どちらかといえば関心がない

## ◎資料2を読んでお答えください。

### 資料2

「朝食を食べる」とは、エネルギー源となる食べ物、飲み物を飲食した場合のことをいい、砂糖・ミルクを加えないお茶類（日本茶・コーヒー・紅茶など）、水及び錠剤・カプセル・顆粒状のビタミンしか取らない場合は、「朝食を食べた」ことにはなりません。

Q2 あなたは、普段朝食を食べますか。次の中から該当するものを1つだけ選んで□にご記入ください。

① ほとんど毎日食べる

③ 週2～3日食べる

Q2

② 週4～5日食べる

④ ほとんど食べない

Q3 あなたの家族構成についてお答えください。

あなたが同居している方はあなたを含めて何人ですか。

Q3

あなた含めて

人

Q4 家族と同居している方（Q3で2人以上と答えた方）のみお答えください。

朝食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。次の中から該当するものを1つだけ選んで□にご記入ください。

① いつも一緒に食べる

④ 週に1日程度食べる

Q4

② 週に4～5日食べる

⑤ ほとんど食べない

③ 週に2～3日食べる

Q5 家族と同居している方（Q3で2人以上と答えた方）のみお答えください。

夕食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。次の中から該当するものを1つだけ選んで口にご記入ください。

- ① いつも一緒に食べる                      ④ 週に1日程度食べる  
② 週に4～5日食べる                      ⑤ ほとんど食べない  
③ 週に2～3日食べる

Q5

◎資料3を読んでお答えください。

資料3

「食事バランスガイド」：「何を」「どれだけ」食べたらよいかをわかりやすくコマで示したもの

「食生活指針」：望ましい食生活を実践するための指針

「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の摂取量の目安を示したもの

「6つの基礎食品」：栄養成分の類似している食品を六群に分類したもの

「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

Q6 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。次の中から該当するものを3つまで選んで口にご記入ください。

- ① 食事バランスガイド                      ⑤ 「3色分類」  
② 「食生活指針」                              ⑥ その他の指針  
③ 「日本人の食事摂取基準」              ⑦ 特に参考にしていない  
④ 「6つの基礎食品」                          ⑧ わからない

Q6

--	--	--

◎資料4を読んでお答えください。

資料4

「主食」：ごはんやパン、めん類などの穀類で、糖質エネルギーの供給源となるもの

「主菜」：魚や肉、卵、大豆製品など、たんぱく質や脂質の供給源となる副食（おかず）

「副菜」：野菜や海藻を中心とした、ビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う副食（おかず）

Q7 あなたは、主食・主菜・副菜を三つそろえて食べるのが、1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。次の中から該当するものを1つだけ選んで口にご記入ください。

- ① ほとんど毎日食べる                      ③ 週に2～3日食べる  
② 週に4～5日食べる                      ④ ほとんど食べない

Q7

◎資料5を読んでお答えください。

資料5 **メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）**とは、「内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常をおこしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。

Q8 あなたは、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）という言葉やその意味を知っていましたか。次の中から該当するものを1つだけ選んで口にご記入ください。

- ① 言葉も意味も良く知っていた  
② 言葉も知っていたし、意味も大体知っていた  
③ 言葉は知っていたが、意味はあまり知らなかった  
④ 言葉は知っていたが、意味は知らなかった  
⑤ 言葉も意味も知らなかった

Q8

Q9 あなたは、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善のために、**(1)適切な食事、(2)定期的な運動、(3)週に複数回の体重計測のいずれかを**実践していますか。次の中から該当するものを **1つだけ**選んで口にご記入ください。

- ① 実践して、半年以上継続している
- ② 実践しているが、半年未満である
- ③ 時々気をつけているが、継続的ではない
- ④ 現在はしていないが、近いうちにしようと思っている
- ⑤ 現在していないし、しようとも思わない

Q9

Q10 あなたは、噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか、それとも関心がありませんか？次の中から、該当するものを **1つだけ**選んで口にご記入ください。

- ① 関心がある
- ② どちらかといえば関心がある
- ③ どちらかといえば関心がない
- ④ 関心がない
- ⑤ わからない

Q10

Q11 あなたは、ふだんの食生活において、よく噛んで、味わって食べていますか？次の中から該当するものを **1つだけ**選んで口にご記入ください。

- ① 食べている
- ② 食べていない
- ③ わからない

Q11

Q12 あなたは、農林魚業体験を経験したことがありますか？次の中から該当するものを **1つだけ**選んで口にご記入ください。

- ① ある
- ② ない

Q12

Q13 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よいかや、どのような調理が必要かについての知識がありますか。次の中から該当するものを **1つだけ**選んで口にご記入ください。

- ① 十分にあると思う
- ② ある程度あると思う
- ③ 分からない
- ④ あまりないと思う
- ⑤ 全くないと思う

Q13

Q14 あなたは、日頃の食生活の中で悩みや不安はありますか。

悩みや不安を感じていれば、次の中から **いくつでも**選んで口にご記入ください。

(※**悩みや不安は感じていない方、わからない方**は、該当するものを **1つだけ**選んでください。)

- ① 自分の健康について
- ② 家族の健康について
- ③ 家計や食費について
- ④ 食品の安全性について
- ⑤ 将来の食糧供給について
- ⑥ 食文化の継承について
- ⑦ 食べ残しや廃棄など環境への影響について
- ※⑧ 悩みや不安は感じていない
- ※⑨ わからない
- ⑩ その他 ( )

Q14



第6章 計画の推進にあたって

◆ 計画の数値目標

指 標		現 状 値 (調査年)		目 標 値 (H25)	(参考) 国の目標値 (H22)
食育に関心を持っている 市民の割合		—		90%以上	90%以上
朝食を欠食する市民の割合	健康いわき21 中間評価 アンケート	小中学生	12.6% (H18)	0% 学童・思春期 (小学校入学～18歳)	0% 子ども (小学5年生・ 中学2年生)
	健康いわき21 中間評価 アンケート	青年期 (16歳～29歳)	22.6% (H18)		0% 青年期Ⅰ (19歳～29歳)
	健康いわき21 中間評価 アンケート	壮年期 (30歳～64歳)	9.7% (H18)	5%以下 青年期Ⅱ (30歳～39歳)	15%以下 (30歳代男性)
学校給食における地場産物 を使用する割合	(食材数ベース)	25.1% (H19)		30%以上	30%以上
「食事バランスガイド」等 を参考に食生活を送っている 市民の割合		—		60%以上	60%以上
内臓脂肪症候群（メタボリ ックシンドローム）を認知 している市民の割合		—		80%以上	80%以上
食育の推進に関わるボラン ティアの数	いわき市健康推 進員等の数	166人 (H20)		250人	20%UP
環境にやさしい農業に取り 組むエコファーマー認定者 数	「第二期新農業 生産振興プラン」	208人 (H17)		1,000人 (H24)	—
食品の安全性に関する基礎 的な知識を持っている市民 の割合		—		60%以上	60%以上