

第2次いわき市食育推進計画の中間評価について

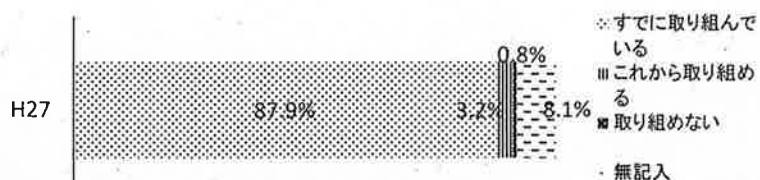
	指 標	第1次目標値	第2次計画策 定時の現状 値	平成27年 度の状況	第2次計画 目標値	H27 食育フェスタ 参加者アンケート(n=124)	
		(H25)	(H25)		(H30)	【 】内の数値はこれから取り組めると回答した数値	
①	食育に関心を持っている市民の割合	90%以上	74.7%	—	90%以上	今後食育に取り組みたいですか (現在の取り組みを充実させたい、 新たな取り組みを始めたい、まずは できる取組から始めたい)	98.4%
②	朝食または夕食を家族と一緒に食べる 「共食」の回数		* (91.4%)	—	朝食、夕食 週に10回以上	※可能な範囲で、家族で楽しく食卓 を囲んでいます	※73.4%
③	朝食を欠食する市民の割合 (学校における調査結果)	0%	1.6%	—	0%	朝ごはんを食べています	87.9%
		学童期・思春期 (小・中学生)	(小・中学生)	—	(小・中学生)	(食べていない方)	(12.1%)
		(小学校入学 ～18歳)	25.0%	—	20%以下		
		(16～18歳)	(16～18歳)	—	(16～18歳)		
		0%	36.4%	—	30%以下	(H27モデル事業時のアンケート：青年 期 朝食を毎日食べない方)	(29.3%)
		青年期Ⅰ (19～29歳)	青年期Ⅰ (19～29歳)	—	青年期Ⅰ (19～29歳)		
		5%以下	25.3%	—	20%以下		
		青年期Ⅱ (30～39歳)	青年期Ⅱ (30～39歳)	—	青年期Ⅱ (30～39歳)		
④	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		59.5%	—	65%以上	バランス良い食事に心がけて います	67.7%
⑤	肥満や内臓脂肪症候群(メタボリックシンド ローム)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		42.7%	—	50%以上	自分の適正体重を知っていて 維持しようと思っています	53.2%
⑥	よく噛んで味わって食べるなどの食べ方 に関心がある市民の割合		71.2%	—	80%以上	歯を大切にし、よく噛んで 食べています	61.3% 【27.4%】
⑦	食事の時間が楽しいと感じている市民の 割合(15歳以下)		87.8%	—	90%以上	可能な範囲で、家族で楽しく 食卓を囲んでいます(再掲)	73.4% 【12.9%】
⑧	食品の安全性に関する基礎知識を 持っている市民の割合	60%以上	63.5%	—	90%以上	食に対する様々な情報を正しく理解 しようと心がけています	62.9% 【25.8%】
⑨	食物アレルギーに関する知識を 持っている市民の割合		18.0%	—	25%以上	食物アレルギーについて正しく理解 しています	41.9%
⑩	外食や食品を購入する時に、栄養成分 表示を参考にしている市民の割合		56.3%	—	60%以上	外食や惣菜を利用する時、栄養成分 表示等を見ないようにしています	50.8% 【33.9%】
⑪	自分で料理する機会が週に1度以上 ある市民の割合		61.0%	—	65%以上	自分で料理したり、家族や友人と一 緒に料理を作ったりします	66.9%
⑫	食文化(伝統食や食事のマナーなど)を 大切にしている市民の割合		73.1%	—	75%以上	食事のあいさつをします	79.0%
						旬の食材を食べて季節を感じていま す	69.4% 【18.5%】
⑬	適正体重と判定される児童・生徒の割合 (学校保健統計)		84.6%	87.1%	85%以上		
			(小・中学生)	(小・中学生)			
⑭	農林漁業体験を経験した市民の割合		52.7%	—	60%以上	農林水産業体験や、食のイベント・ 伝統行事などに参加しています	41.1% 【46.0%】
⑮	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)	250人	171人	245人	250人以上		
⑯	環境にやさしい農業に取り組む エコファーマー認定者 (新しいわき市農業・農村振興基本計画)	1,000人 (H24)	623人	—	900人		
⑰	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)	30%以上	—	—	—		

* 現状値を把握するためのアンケート時は、朝食または夕食を週4日以上家族と一緒に食べる人の割合として調査した結果、91.4%の数値だった。

今後の食育推進の参考とさせていただきたく、みなさまの食育の取り組みについて教えてください。(n=124)

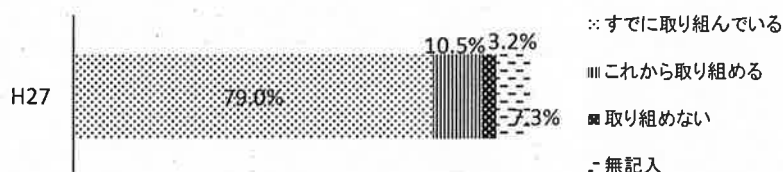
○朝ごはんを食べています
(指標③)

	人数
すでに取り組んでいる	109
これから取り組める	4
取り組めない	1
無記入	10
合計	124



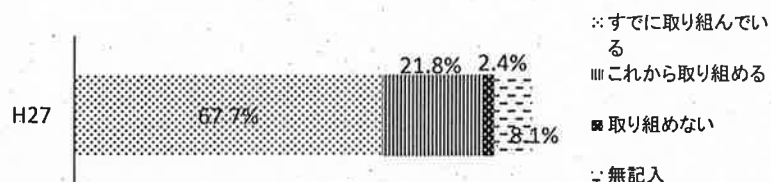
○食事のあいさつをします
(指標⑫)

	人数
すでに取り組んでいる	98
これから取り組める	13
取り組めない	4
無記入	9
合計	124



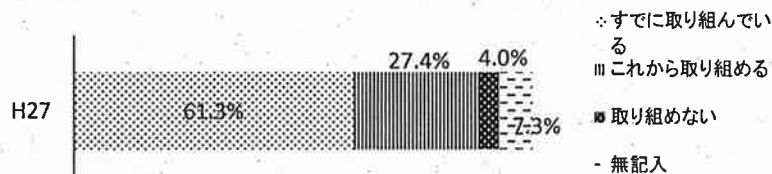
○バランスよい食事に心がけています
(指標④)

	人数
すでに取り組んでいる	84
これから取り組める	27
取り組めない	3
無記入	10
合計	124



○歯を大切にし、よく噛んで食べています
(指標⑥)

	人数
すでに取り組んでいる	76
これから取り組める	34
取り組めない	5
無記入	9
合計	124



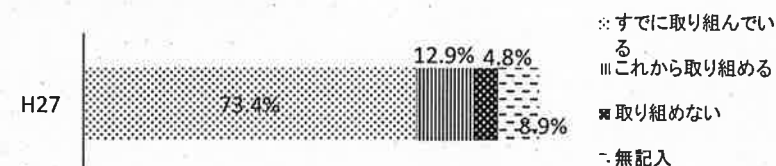
○自分で料理したり、家族や友人と一緒に料理を作ったりします
(指標⑪)

	人数
すでに取り組んでいる	83
これから取り組める	21
取り組めない	10
無記入	10
合計	124



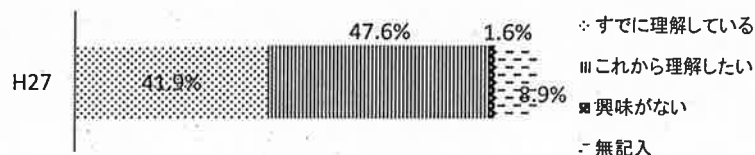
○可能な範囲で、家族で楽しく食卓を囲んでいます
(指標② ⑦)

	人数
すでに取り組んでいる	91
これから取り組める	16
取り組めない	6
無記入	11
合計	124



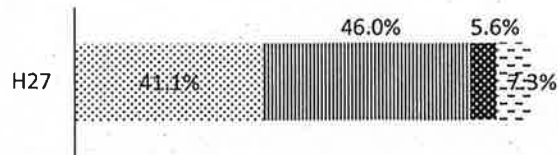
○食物アレルギーについて正しく理解しています
(指標⑨)

	人数
すでに理解している	52
これから理解したい	59
興味がない	2
無記入	11
合計	124



○農林水産業体験や、食のイベント・伝統行事などに参加しています
(指標⑫ ⑭)

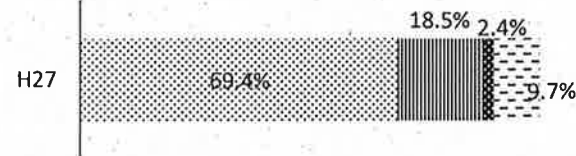
	人数
すでに取り組んでいる	51
これから取り組める	57
取り組めない	7
無記入	9
合計	124



※すでに取り組んでいる
Ⅲこれから取り組める
■取り組めない
- 無記入

○旬の食材を食べて、季節を感じています
(指標⑫)

	人数
すでに取り組んでいる	86
これから取り組める	23
取り組めない	3
無記入	12
合計	124



※すでに取り組んでいる
Ⅲこれから取り組める
■取り組めない
- 無記入

○自分の適正体重を知っていて、維持しようと思っています
(指標⑤)

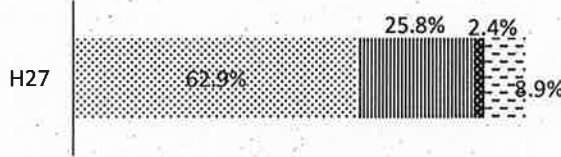
	人数
すでに取り組んでいる	66
これから取り組める	44
取り組めない	2
無記入	12
合計	124



※すでに取り組んでいる
Ⅲこれから取り組める
■取り組めない
- 無記入

○食に対する様々な情報を正しく理解しようと心がけています
(指標⑧)

	人数
すでに取り組んでいる	78
これから取り組める	32
取り組めない	3
無記入	11
合計	124



※すでに取り組んでいる
Ⅲこれから取り組める
■取り組めない
- 無記入

○外食や惣菜を利用する時、栄養成分表示等を見るようにしています
(指標⑩)

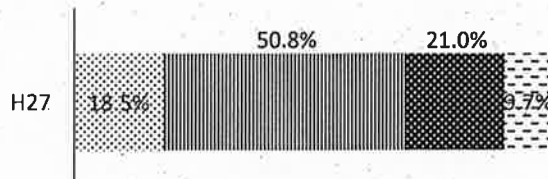
	人数
すでに取り組んでいる	63
これから取り組める	42
取り組めない	8
無記入	11
合計	124



※すでに取り組んでいる
Ⅲこれから取り組める
■取り組めない
- 無記入

○食に関するボランティアを活用しようと考えます

	人数
すでに取り組んでいる	23
これから取り組める	63
取り組めない	26
無記入	12
合計	124



※すでに取り組んでいる
Ⅲこれから取り組める
■取り組めない
- 無記入

○食事バランスガイドを見たことがあります

	人数
すでに知っている	69
興味がある	42
興味がない	2
無記入	11
合計	124



※すでに知っている
Ⅲ興味がある
■興味がない
- 無記入

食に関するアンケート調査票

Q. 質問票

当てはまるものに○をつけてください。() には数字をご記入ください。

性別	男	女				
年代	20歳未満	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60歳以上
身長	() cm			体重		() kg
自分の適正体重を知っていますか？			はい	いいえ		
現在、ダイエットをしていますか？			はい	いいえ		
服薬状況	血圧を下げる薬	服薬あり	服薬なし			
	インスリン注射または血糖を下げる薬	服薬あり	服薬なし			
	コレステロールを下げる薬	服薬あり	服薬なし			
生活習慣	現在、たばこを習慣的に吸っている。 (これまで合計100本以上、または6か月以上吸っていて、「最近1か月間に毎日または時々吸っている者」)		はい	いいえ		
	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施している。		はい	いいえ		
	日常生活で、歩行または同等の身体活動を1日1時間以上行っている。		はい	いいえ		
	お酒を飲む頻度		毎日	時々	ほとんど飲まない (飲めない)	
	飲酒日の1日当たり飲酒量 〔清酒1合(180ml)の目安量〕 ビール中瓶1本(約500ml) 焼酎25度(110ml) ウイスキーダブル1杯(60ml) ワイン2杯(240ml)		1合未満	1~2合未満	2~3合未満	3合以上
世帯状況	単身	夫婦のみ	2世代	3世代以上	その他	
調理担当者	本人	配偶者	親	子ども	その他	
交代制勤務	あり	なし				

食に関するアンケート調査票

Q. あなたの普段の食事の状況を教えてください。
 当てはまるものを選び、○をつけてください。() には数字をご記入ください。

No.	質問	選択肢				
1	食事について、1日の中で食べるものすべてに○を付けてください。	朝食	昼食	夕食	夜食	(間食) 回
2	就寝前の2時間以内に夕食をとることができますか。	毎日	週に5 - 6回	週に3 - 4回	ほとんどない	
3	夕食後に夜食をとることができますか	毎日	週に5 - 6回	週に3 - 4回	ほとんどない	
4	食事は満腹になるまで食べますか。	よくある	ときどきある	あまりない	ほとんどない	
5	1回の食事で、主食（ごはん・めん類・パン）同士を組み合わせる食べたり（例：おにぎり＋カップめん、うどん＋いなりずし）、主食の量が多いことがありますか。	週に5回以上	週に3 - 4回	週に1 - 2回	ほとんど食べない	
6	油で揚げた料理（から揚げ、フライ、天ぷらなど）を食べる頻度はどのくらいですか。	週に5回以上	週に3 - 4回	週に1 - 2回	ほとんど食べない	
7	みそ汁またはスープ類を食べる頻度はどのくらいですか。	1日3杯以上	1日2杯	1日1杯	ほとんど食べない	
8	1日の食事で、漬物（浅漬け、酢漬け、昆布の佃煮なども含む）は <u>何回</u> 食べますか。	1日4回以上	1日2 - 3回	1日1回	ほとんど食べない	
9	1日の食事で、漬物（浅漬け、酢漬け、昆布の佃煮なども含む）は <u>何種類</u> 食べますか。	4種類以上	2 - 3種類	1種類	ほとんど食べない	
10	塩魚（塩しゃけ・塩さばなど）や干物を食べる頻度はどのくらいですか。	1日2回以上	1日1回	2日に1回	ほとんど食べない	
11	魚卵（たらこ・すじこ・いくらなど）を食べる頻度はどのくらいですか。	1日2回以上	1日1回	2日に1回	ほとんど食べない	
12	スナック菓子などを食べる頻度はどのくらいですか。	1日2回以上	1日1回	2日に1回	ほとんど食べない	
13	ジュースや清涼飲料水、甘い菓子類などを食べる頻度はどのくらいですか。	1日2回以上	1日1回	2日に1回	ほとんど食べない	
14	野菜（いも類や漬物をのぞく）を食べる頻度はどのくらいですか。	毎食	1日2食	1日1食	ほとんど食べない	

食に関するアンケート調査票

15	ラーメンやうどんなどのめん類の汁を飲みますか。	全部飲む	半分くらい飲む	1/3くらい飲む	ほとんど飲まない
16	料理を食べるときに、しょうゆ、ソース、塩またはドレッシングなどの調味料は、たっぷり（または、しっかり）かける方ですか。	はい		いいえ	
17	料理（味が付いている料理）に、しょうゆソース、塩などの調味料をかける頻度はどのくらいですか。	よくかける（ほぼ毎食）	1日1回	ときどき	ほとんどかけない
18	濃い味付けを好んで食べますか。	はい		いいえ	
19	スーパーやコンビニの惣菜や弁当を利用する頻度はどのくらいですか。	毎日	週に4-6回	週に2-3回	ほとんど利用しない
20	インスタント食品や加工食品を利用する頻度はどのくらいですか	毎日	週に4-6回	週に2-3回	ほとんど利用しない
21	外食の頻度はどのくらいですか。	毎日	週に4-6回	週に2-3回	ほとんど利用しない
22	健康のために適切な塩分の摂取量は、1日何グラム未満が望ましいと思いますか。	1日（ ）g		わからない	
23	普段の食事において、減塩に取り組んでいますか。	積極的に取り組んでいる	すこし取り組んでいる	あまり取り組んでいない	まったく取り組んでいない
24	料理に天然だし（かつお節・にぼし・昆布）を使ったり、素材のうま味を味わうようにしていますか。	積極的に取り組んでいる	すこし取り組んでいる	あまり取り組んでいない	まったく取り組んでいない
25	バランスの良い食事（「主食」＋「主菜」＋「副菜」がそろった食事）をとるようにしていますか。 *主食 ⇒ ごはん・パン・めんなど 主菜 ⇒ 肉・魚・卵・大豆や大豆製品を使った料理 副菜 ⇒ 野菜・きのこ・いも・海藻を使った料理	毎食	1日2食	1日1食	ほとんどそろわない
26	買い物や外食の際に、熱量（エネルギー）、食塩相当量の表示を見て、その食品を購入することを決めたりやめたりしますか。	いつも	たいてい	ときどき	ほとんどない

ご協力ありがとうございました。

集計結果

グループ	保健所地域保健課(2110)
アンケート	食に関するアンケート
実施期間	2016/05/16 00:00 ~ 2016/06/03 23:59

設問1.性別		
男性	600	59.23%
女性	399	39.38%
無回答	14	1.38%
設問2.年代		
20歳未満	1	0.09%
20～29歳	159	15.69%
30～39歳	249	24.58%
40～49歳	336	33.16%
50歳～59歳	227	22.40%
60歳以上	39	3.84%
無回答	2	0.19%
設問3.身長(cm)		
回答	1004	99.11%
無回答	9	0.88%
設問4.体重(kg)		
回答	993	98.02%
無回答	20	1.97%
設問5.自分の適正体重を知っていますか		
はい	671	66.23%
いいえ	339	33.46%
無回答	3	0.29%
設問6.現在ダイエットをしていますか		
はい	264	26.06%
いいえ	746	73.64%
無回答	3	0.29%
設問7.血圧を下げる薬		
服薬あり	117	11.54%
服薬なし	891	87.95%
無回答	5	0.49%
設問8.インスリン注射または血糖を下げる薬		
服薬あり	25	2.46%
服薬なし	983	97.03%
無回答	5	0.49%
設問9.コレステロールを下げる薬		
服薬あり	92	9.08%
服薬なし	915	90.32%
無回答	6	0.59%
設問10.現在、たばこを習慣的に吸っている。(これまで合計100本以上、または6か月以上吸っていて、「最近1か月間に毎日または時々吸っている者」)		
はい	196	19.34%
いいえ	810	79.96%
無回答	7	0.69%
設問11.1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施している。		
はい	182	17.96%
いいえ	827	81.63%

無回答	4	0.39%
設問12.日常生活で、歩行または同等の身体活動を1日1時間以上行っている。		
はい	223	22.01%
いいえ	787	77.69%
無回答	3	0.29%
設問13.お酒を飲む頻度		
毎日	195	19.24%
時々	424	41.85%
ほとんど飲まない(飲めない)	392	38.69%
無回答	2	0.19%
設問14.飲酒日の1日当たり飲酒量【清酒1合の(180ml)の目安量】…ビール中瓶1本(約500ml)、焼酎25度(110ml)、ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)		
1合未満	479	47.28%
1～2合未満	243	23.98%
2～3合未満	110	10.85%
3合以上	50	4.93%
無回答	131	12.93%
設問15.世帯状況		
単身	117	11.54%
夫婦のみ	171	16.88%
2世代	541	53.40%
3世代以上	150	14.80%
その他	33	3.25%
無回答	1	0.09%
設問16.調理担当者		
本人	369	36.42%
配偶者	361	35.63%
親	209	20.63%
子ども	1	0.09%
その他	67	6.61%
無回答	6	0.59%
設問18.食事について、1日の中で食べるものすべてにチェックをしてください。		
朝食	887	87.56%
昼食	971	95.85%
夕食	970	95.75%
夜食	54	5.33%
間食	326	32.18%
無回答	19	1.87%
設問19.間食の回数を記入してください。		
回答	311	30.88%
無回答	696	69.11%
設問20.就寝前の2時間以内に夕食をとることがありますか。		
毎日	58	5.72%
週に5-6回	52	5.13%
週に3-4回	268	26.45%
ほとんどない	631	62.29%
無回答	4	0.39%
設問21.夕食後に夜食をとることがありますか。		
毎日	13	1.28%
週に5-6回	12	1.18%
週に3-4回	84	8.29%
ほとんどない	896	88.45%

無回答	8	0.78%
設問22.食事は満腹になるまで食べますか。		
よくある	335	33.07%
ときどきある	461	45.50%
あまりない	170	16.78%
ほとんどない	42	4.14%
無回答	5	0.49%
設問23.1回の食事で、主食(ごはん・めん類・パン)同士を組み合わせで食べたり(例:おにぎり+カップめん、うどん+いなりずし)、主食の量が多いことがありますか。		
週に5回以上	30	2.96%
週に3-4回	124	12.24%
週に1-2回	325	32.08%
ほとんど食べない	528	52.12%
無回答	6	0.59%
設問24.油で揚げた料理(から揚げ、フライ、天ぷらなど)を食べる頻度はどのくらいですか。		
週に5回以上	58	5.72%
週に3-4回	332	32.77%
週に1-2回	559	55.18%
ほとんど食べない	60	5.92%
無回答	4	0.39%
設問25.みそ汁またはスープ類を食べる頻度はどのくらいですか。		
1日3杯以上	54	5.33%
1日2杯	304	30%
1日1杯	515	50.83%
ほとんど食べない	137	13.52%
無回答	3	0.29%
設問26.1日の食事で、漬物(浅漬け、酢漬け、昆布の佃煮なども含む)は何回食べますか。		
1日4回以上	8	0.78%
1日2-3回	76	7.50%
1日1回	435	42.94%
ほとんど食べない	486	47.97%
無回答	8	0.78%
設問27.1日の食事で、漬物(浅漬け、酢漬け、昆布の佃煮なども含む)は何種類食べますか。		
4種類以上	0	0%
2-3種類	104	10.26%
1種類	447	44.12%
ほとんど食べない	454	44.81%
無回答	8	0.78%
設問28.塩魚(塩しゃけ・塩さばなど)や干物を食べる頻度はどのくらいですか。		
1日2回以上	6	0.59%
1日1回	51	5.03%
2日に1回	366	36.13%
ほとんど食べない	583	57.55%
無回答	7	0.69%
設問29.魚卵(たらこ・すじこ・いくらなど)を食べる頻度はどのくらいですか。		
1日2回以上	5	0.49%
1日1回	40	3.94%
2日に1回	159	15.69%
ほとんど食べない	801	79.07%

無回答	8	0.78%
設問30.スナック菓などを食べる頻度はどのくらいですか。		
1日2回以上	16	1.57%
1日1回	110	10.85%
2日に1回	318	31.39%
ほとんど食べない	564	55.67%
無回答	5	0.49%
設問31.ジュースや清涼飲料水、甘い菓子類などを食べる頻度はどのくらいですか。		
1日2回以上	73	7.24%
1日1回	301	29.89%
2日に1回	334	33.16%
ほとんど食べない	287	28.50%
無回答	12	1.19%
設問32.野菜(いも類や漬物をのぞく)を食べる頻度はどのくらいですか。		
毎食	258	25.46%
1日2食	286	28.23%
1日1食	422	41.65%
ほとんど食べない	42	4.14%
無回答	5	0.49%
設問33.ラーメンやうどんなどのめん類の汁を飲みますか。		
全部飲む	184	18.16%
半分くらい飲む	312	30.79%
1/3くらい飲む	282	27.83%
ほとんど飲まない	230	22.70%
無回答	5	0.49%
設問34.料理を食べるときに、しょうゆ、ソース、塩またはドレッシングなどの調味料は、たっぷり(または、しっかり)かける方ですか。		
はい	414	40.86%
いいえ	587	57.94%
無回答	12	1.18%
設問35.料理(味が付いている料理)に、しょうゆ、ソース、塩などの調味料をかける頻度はどのくらいですか。		
よくかける(ほぼ毎食)	79	7.79%
1日1回	85	8.39%
ときどき	321	31.68%
ほとんどかけない	522	51.53%
無回答	6	0.59%
設問36.濃い味付けを好んで食べますか。		
はい	406	40.07%
いいえ	594	58.63%
無回答	13	1.28%
設問37.スーパーやコンビニの惣菜や弁当を利用する頻度はどのくらいですか。		
毎日	42	4.14%
週に4-6回	95	9.37%
週に2-3回	366	36.13%
ほとんど利用しない	502	49.55%
無回答	8	0.78%
設問38.インスタント食品や加工食品を利用する頻度はどのくらいですか。		
毎日	32	3.15%
週に4-6回	78	7.69%
週に2-3回	496	48.96%
ほとんど利用しない	401	39.58%

無回答	6	0.59%
設問39. 外食の頻度はどのくらいですか。		
毎日	23	2.27%
週に4-6回	34	3.35%
週に2-3回	306	30.20%
ほとんど利用しない	644	63.57%
無回答	6	0.59%
設問40. 健康のために適切な塩分の摂取量は、1日何グラム未満が望ましいと思いますか。		
わかる	165	16.28%
わからない	837	82.62%
無回答	11	1.08%
設問41. 望ましいと思われる塩分の摂取量(グラム)		
回答	159	15.69%
無回答	854	84.30%
設問42. 普段の食事において、減塩に取り組んでいますか。		
積極的に取り組んでいる	52	5.13%
すこし取り組んでいる	389	38.40%
あまり取り組んでいない	357	35.24%
まったく取り組んでいない	202	19.94%
無回答	13	1.28%
設問43. 料理に天然だし(かつお節・にぼし・昆布)を使ったり、素材のうま味を味わうようにしていますか。		
積極的に取り組んでいる	126	12.43%
すこし取り組んでいる	364	35.93%
あまり取り組んでいない	324	31.98%
まったく取り組んでいない	188	18.55%
無回答	11	1.08%
設問44. バランスの良い食事(「主食」+「主菜」+「副菜」がそろった食事)をとるようにしていますか。【主食…ごはん・パン・めんなど、主菜…肉・魚・卵・大豆や大豆製品を使った料理、副菜…野菜・きのこ・いも・海藻を使った料理】		
毎食	118	11.64%
1日2食	228	22.50%
1日1食	471	46.49%
ほとんどそろわない	185	18.26%
無回答	11	1.08%
設問45. 買い物や外食の際に、熱量(エネルギー)、食塩相当量の表示を見て、その食品を購入することを決めたりやめたりしますか。		
いつも	62	6.12%
たいてい	127	12.53%
ときどき	379	37.41%
ほとんどない	427	42.15%
無回答	18	1.77%