

## VII. 参考資料

### 1. アンケート調査結果

#### (1) 調査内容について

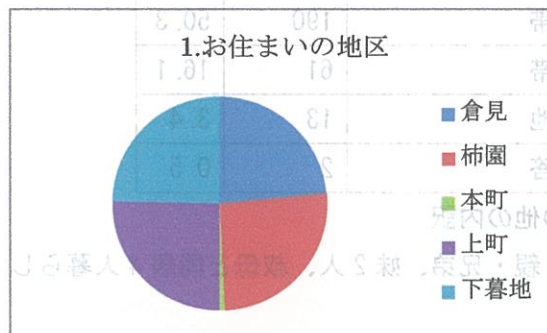
項目	内容
調査対象	中学生以下の子どもをもつ全世帯及び高校生以上の全住民から無作為に抽出した 898 件に配布
調査方法	無記名の調査票による調査 郵送による配布と回収
調査期間	平成 29 年 7 月～9 月
回収結果	回答数 378 件 回答率 42.10%

#### (2) 集計結果

### I. ご自身についてお聞きします

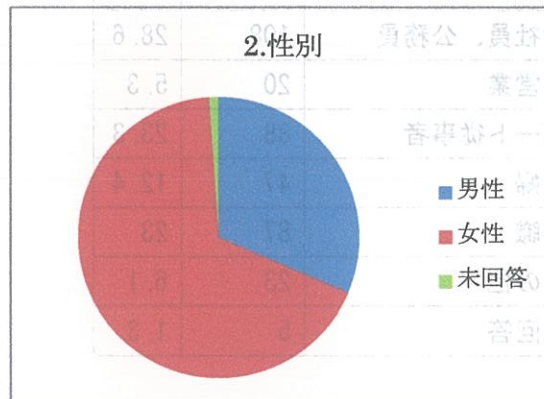
#### 1. お住まいの地区を教えてください。(○は1つ)

選択肢	件数	割合
倉見	82	21.7
柿園	90	23.8
本町	32	0.8
上町	88	23.3
下暮地	86	22.8



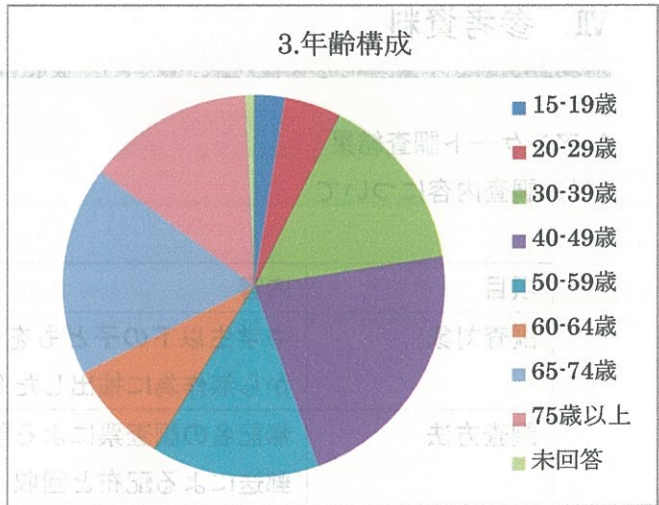
#### 2. 性別を教えてください。(○は1つ)

選択肢	件数	割合
男性	119	31.5
女性	255	67.5
未回答	4	1.1



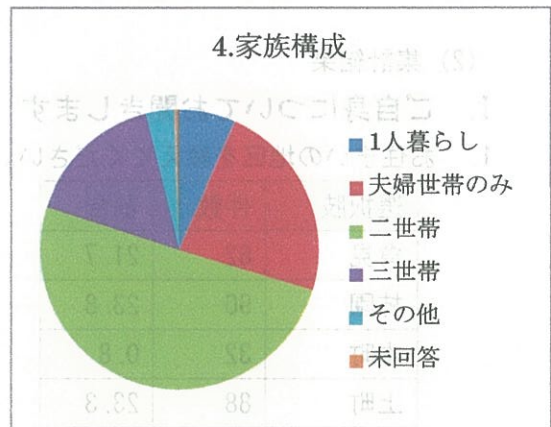
3. 年齢を教えてください。(〇は1つ)

選択肢	件数	割合
15-19歳	10	2.6
20-29歳	18	4.8
30-39歳	57	15.1
40-49歳	83	22
50-59歳	54	14.3
60-64歳	33	8.7
65-74歳	67	17.7
75歳以上	53	14
未回答	3	0.8



4. あなたの家族構成を教えてください。(〇は1つ)

選択肢	人数	割合
1人暮らし	25	6.6
夫婦世帯のみ	87	23
二世帯	190	50.3
三世帯	61	16.1
その他	13	3.4
未回答	2	0.5

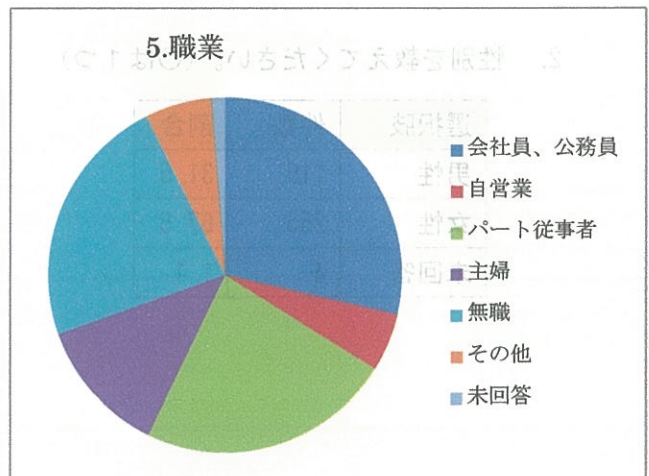


■その他の内訳

母子、親・兄弟、妹2人、叔母と同居4人暮らし(2件)

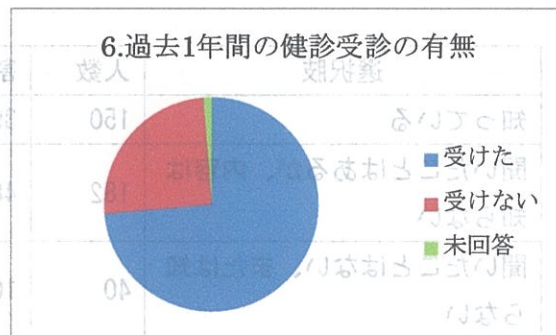
5. あなたは、どのような職業についていますか(主なもの)。(〇は1つ)

選択肢	人数	割合
会社員、公務員	108	28.6
自営業	20	5.3
パート従事者	88	23.3
主婦	47	12.4
無職	87	23
その他	23	6.1
未回答	5	1.3



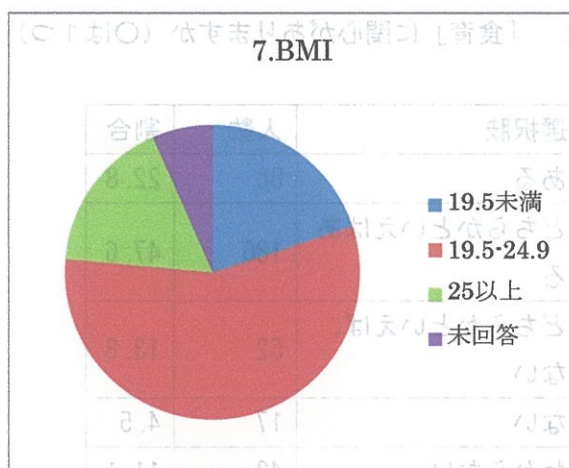
6. あなたは、この1年間に健康診査（集団健診、職場健診、人間ドック、がん検診を含む）を受けましたか（○は1つ）

選択肢	人数	割合
受けた	278	73.5
受けない	95	25.1
未回答	5	1.3



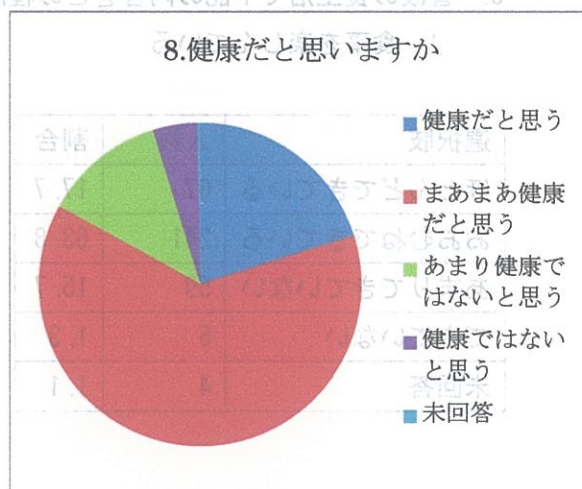
7. あなたの現在の身長と体重を教えてください。

BMI	人数	割合
18.5未満	37	10
18.5-25未満	248	66.3
25以上	64	17.1
未回答	25	6.7



8. あなたは自分のことを健康だと思いませんか（○は1つ）

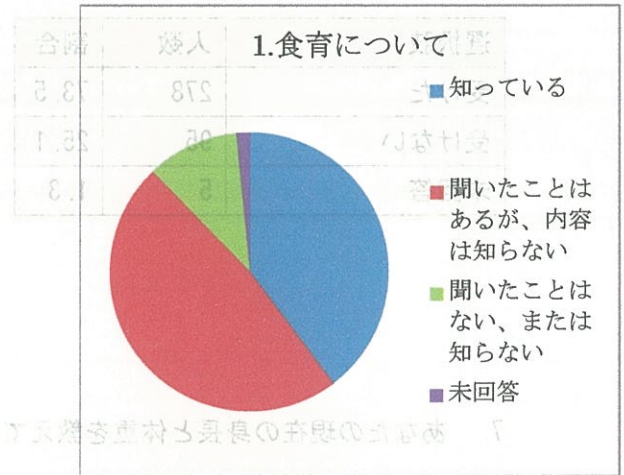
選択肢	人数	割合
健康だと思う	76	20.1
まあまあ健康だと思う	238	63
あまり健康ではないと思う	46	12.2
健康ではないと思う	17	4.5
未回答	1	0.3



## II. 食生活についてお聞きします

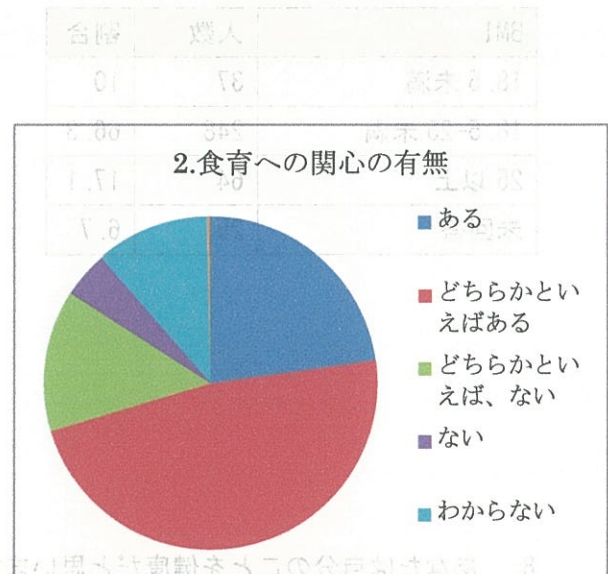
1. 「食育」という言葉の内容を知っていますか？（〇は1つ）

選択肢	人数	割合
知っている	150	39.7
聞いたことはあるが、内容は知らない	182	48.1
聞いたことはない、または知らない	40	10.6
未回答	6	1.6



2. 「食育」に関心がありますか（〇は1つ）

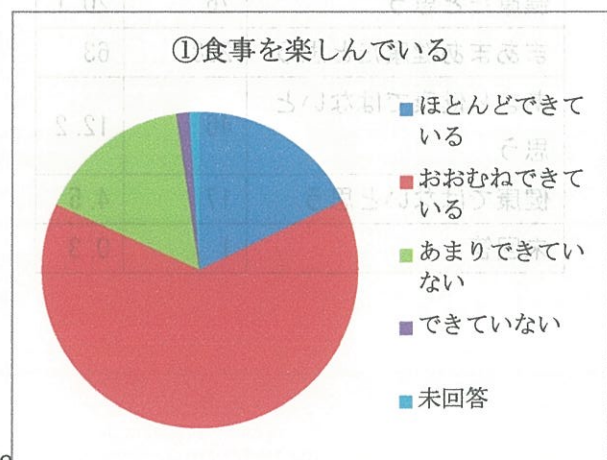
選択肢	人数	割合
ある	86	22.8
どちらかといえばある	180	47.6
どちらかといえば、ない	52	13.8
ない	17	4.5
わからない	42	11.1
未回答	1	0.3



3. 普段の食生活で下記の内容をどの程度、意識・実践していますか（〇は1つ）

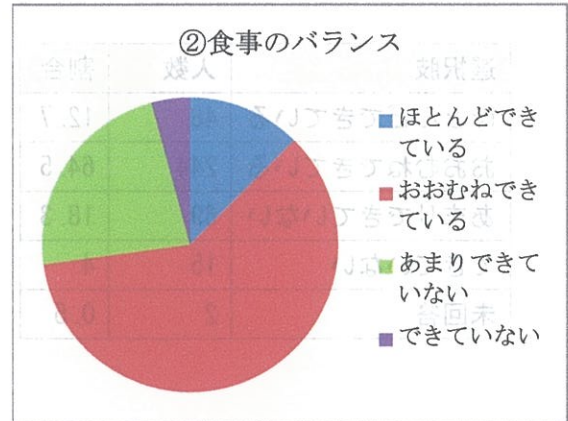
① 食事を楽しんでいる

選択肢	人数	割合
ほとんどできている	67	17.7
おおむねできている	241	63.8
あまりできていない	59	15.7
できていない	5	1.3
未回答	4	1.1



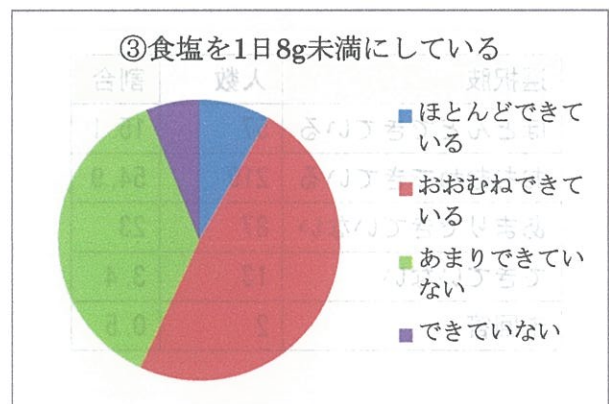
② 主食、主菜、副菜を基本に食事のバランスを考えている

選択肢	人数	割合
ほとんどできている	47	12.4
おおむねできている	229	60.1
あまりできていない	86	22.8
できていない	16	4.2
未回答	0	0



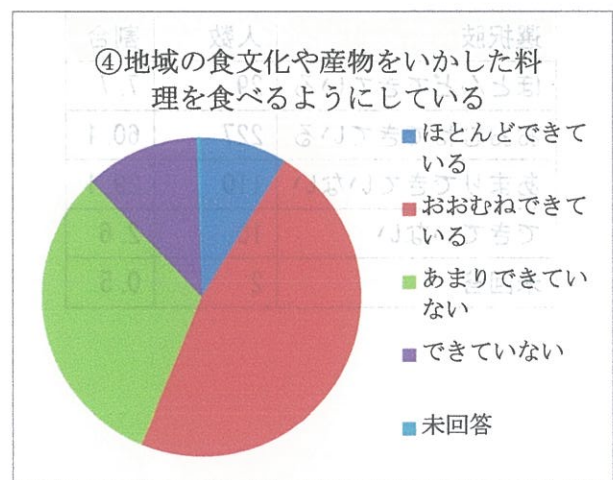
③ 塩辛い食品（漬物やたらこ、麺類等）を控えめに、食塩は1日8g未満にしている

選択肢	人数	割合
ほとんどできている	31	8.2
おおむねできている	184	48.7
あまりできていない	140	37
できていない	23	6.1
未回答	0	0



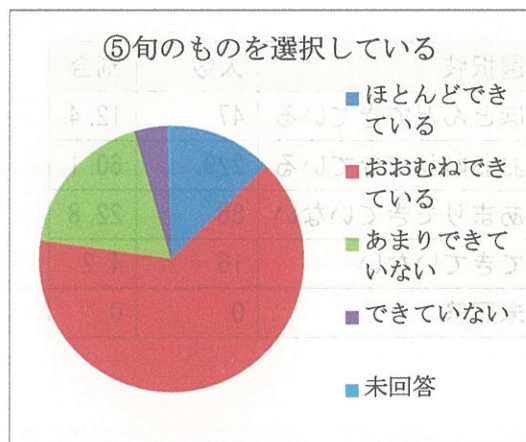
④ 地域の食文化（ほうとうやすいとん等）や産物（ふゆな、みずかけな等）をいかした料理を食べるようにしている

選択肢	人数	割合
ほとんどできている	33	8.7
おおむねできている	179	47.4
あまりできていない	120	31.7
できていない	44	11.6
未回答	2	0.5



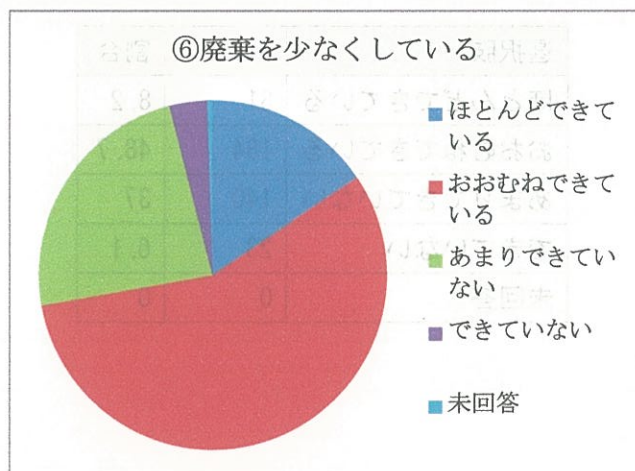
⑤ 食材を選ぶ際、旬のものを選ぶようにしている

選択肢	人数	割合
ほとんどできている	48	12.7
おおむねできている	244	64.5
あまりできていない	69	18.3
できていない	15	4
未回答	2	0.5



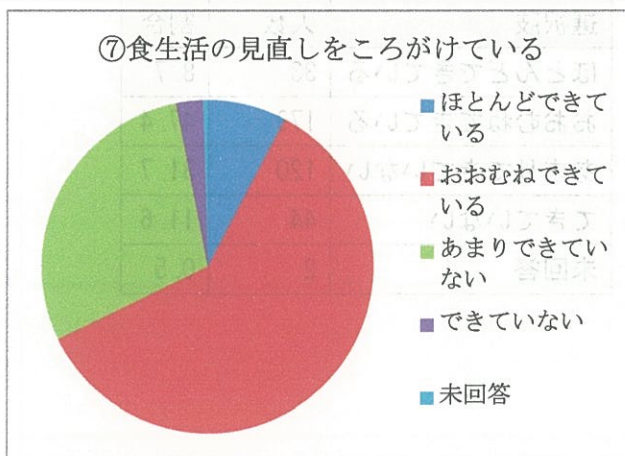
⑥ 調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なくしている

選択肢	人数	割合
ほとんどできている	57	15.1
おおむねできている	219	54.9
あまりできていない	87	23
できていない	13	3.4
未回答	2	0.5



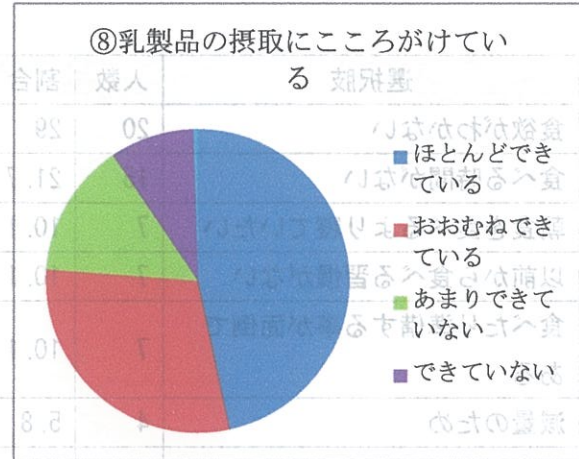
⑦ 健康のために食生活を見直すように心がけている

選択肢	人数	割合
ほとんどできている	29	7.7
おおむねできている	227	60.1
あまりできていない	110	29.1
できていない	10	2.6
未回答	2	0.5



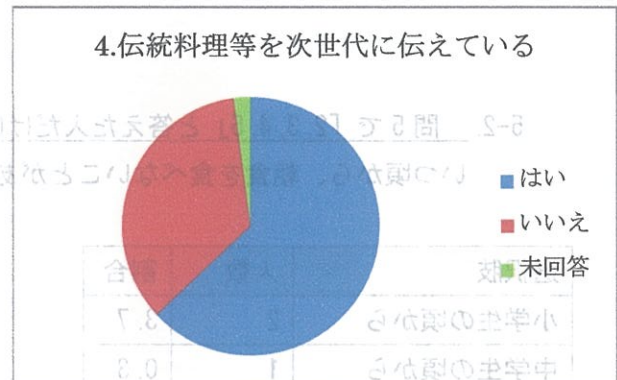
⑧ 牛乳やヨーグルトなどの乳製品の摂取に心がけている

選択肢	人数	割合
ほとんどできている	176	46.6
おおむねできている	112	29.6
あまりできていない	54	14.3
できていない	34	9
未回答	2	0.5



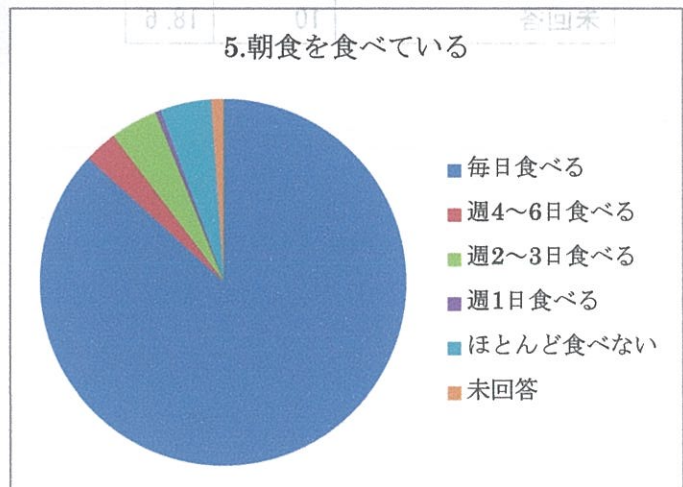
4. 地域に伝わる郷土料理（ほうとうやすいとん等）や行事食等を次世代（お子さんやお孫さんを含む）に対して伝えていきますか（または、伝えたいですか）。

選択肢	人数	割合
はい	238	63
いいえ	132	34.9
未回答	8	2.1



5. 朝食は食べますか。（○は1つ）

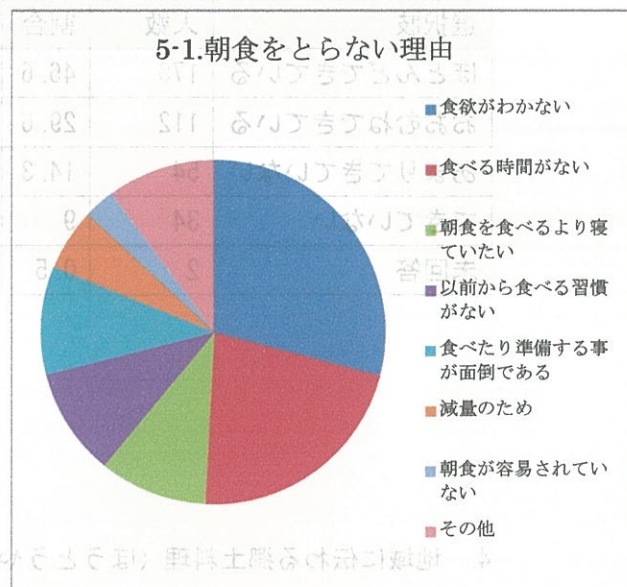
選択肢	人数	割合
毎日食べる	328	86.8
週4～6日食べる	11	2.9
週2～3日食べる	16	4.2
週1日食べる	2	0.5
ほとんど食べない	17	4.5
未回答	4	1.1



5-1. 問5で「2,3,4,5」と答えた人だけにお聞きします。

毎日朝食を食べない理由は何ですか。(〇はいくつでも)

選択肢	人数	割合
食欲がわかない	20	29
食べる時間がない	15	21.7
朝食を食べるより寝ていたい	7	10.1
以前から食べる習慣がない	7	10.1
食べたり準備する事が面倒である	7	10.1
減量のため	4	5.8
朝食が容易されていない	2	2.9
その他	7	10.1
未回答	0	0



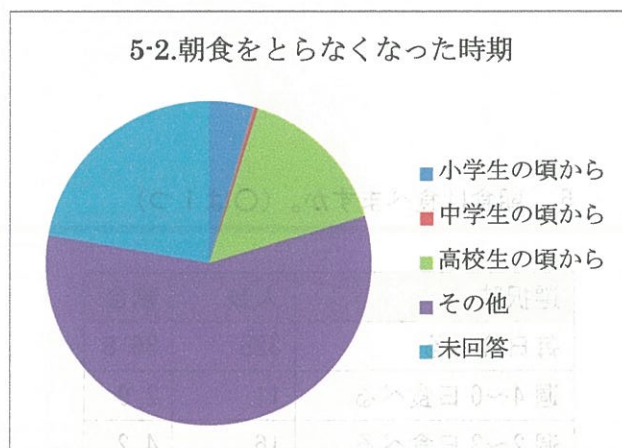
■その他の内訳

食べないほうが調子が良い (1件)

5-2. 問5で「2,3,4,5」と答えた人だけにお聞きします。

いつ頃から、朝食を食べないことがあるようになりましたか。(〇は1つ)

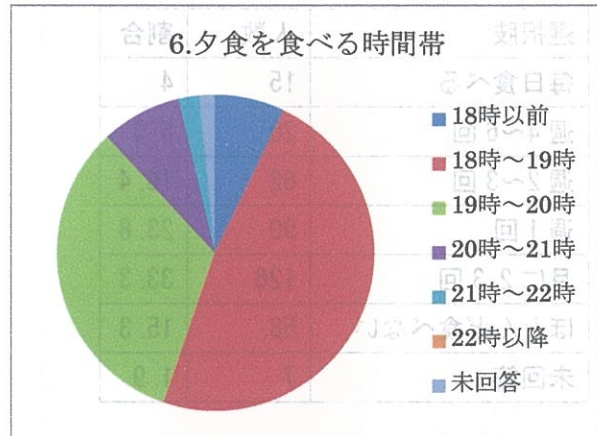
選択肢	人数	割合
小学生の頃から	2	3.7
中学生の頃から	1	0.3
高校生の頃から	7	13
その他	26	48.1
未回答	10	18.6





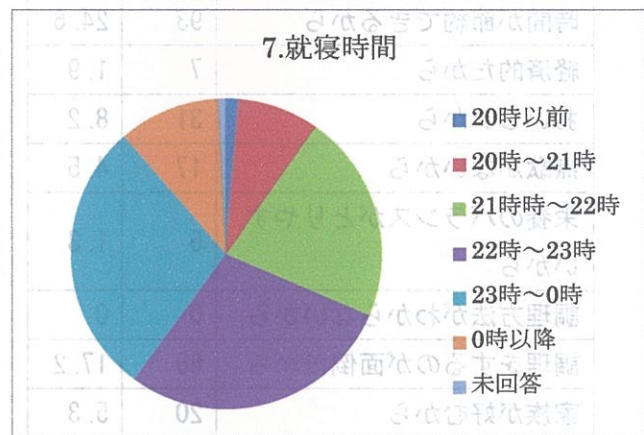
6. 普段、夕食を食べるのは何時ごろですか。(〇は1つ)

選択肢	人数	割合
18時以前	27	7.1
18時～19時	182	48.1
19時～20時	124	32.8
20時～21時	31	8.2
21時～22時	8	2.1
22時以降	0	0
未回答	6	1.6



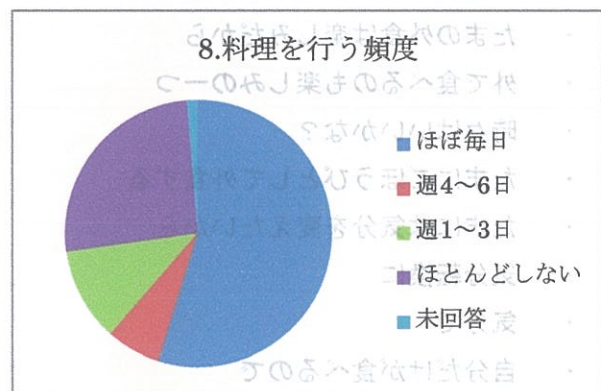
7. 普段、何時ごろ寝ますか。(〇は1つ)

選択肢	人数	割合
20時以前	5	1.3
20時～21時	32	8.5
21時～22時	82	21.7
22時～23時	108	28.6
23時～0時	108	28.6
0時以降	40	10.6
未回答	3	0.8



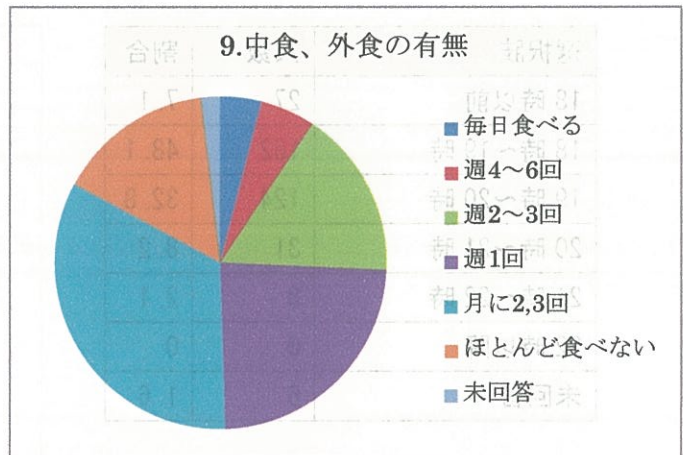
8. あなたは、普段、料理を行ないますか (〇は1つ)

選択肢	人数	割合
ほぼ毎日	207	54.8
週4～6日	25	6.6
週1～3日	43	11.4
ほとんどしない	98	25.9
未回答	5	1.3



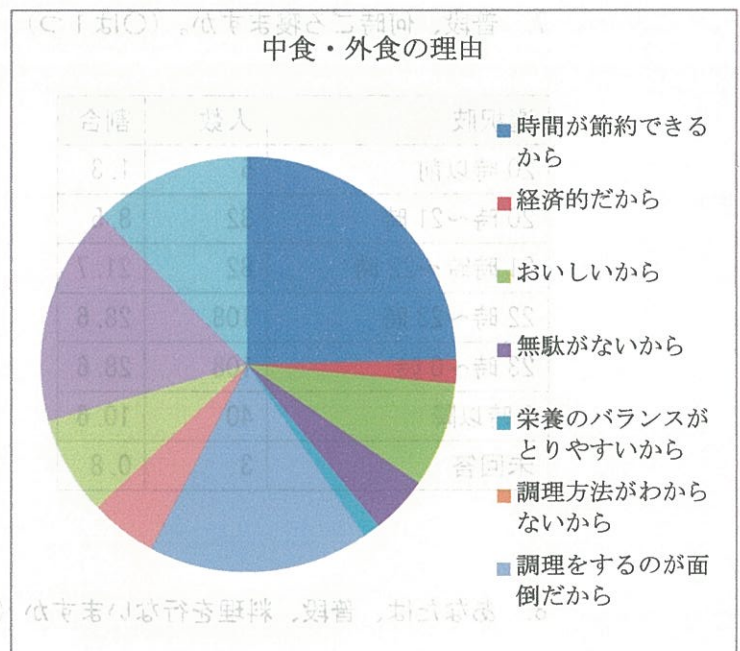
9. あなたは普段、中食、外食をすることがありますか。(〇は1つ)

選択肢	人数	割合
毎日食べる	15	4
週4~6回	20	5.3
週2~3回	62	16.4
週1回	90	23.8
月に2,3回	126	33.3
ほとんど食べない	58	15.3
未回答	7	1.9



10. 中食・外食を利用する理由は何ですか。(〇は1つ)

選択肢	人数	割合
時間が節約できるから	93	24.6
経済的だから	7	1.9
おいしいから	31	8.2
無駄がないから	17	4.5
栄養のバランスがとりやすいから	5	1.3
調理方法がわからないから	0	0
調理をするのが面倒だから	65	17.2
家族が好むから	20	5.3
家族が買ってくるから	29	7.7
その他	64	17
未回答	47	12.4



■その他の内訳

- ・ 楽しみだから
- ・ たまの外食は楽しみだから
- ・ 外で食べるのも楽しみの一つ
- ・ 時々はいいかな?
- ・ たまにごほうびとして外食する
- ・ たまには気分を変えたいから
- ・ 気分転換に
- ・ 気分
- ・ 自分だけが食べるので
- ・ 出かけた時など (6件)
- ・ 外出した時の気分転換
- ・ 時間帯により
- ・ 仕事場と仕事場の間だから
- ・ 朝早いので時間がない
- ・ 仕事で疲れて時間がない
- ・ 仕事上 (3件)
- ・ 職場での昼食時に
- ・ 泊まり勤務が多いから
- ・ 平日単身赴任だから
- ・ 他の人が作った物を食べてみたい

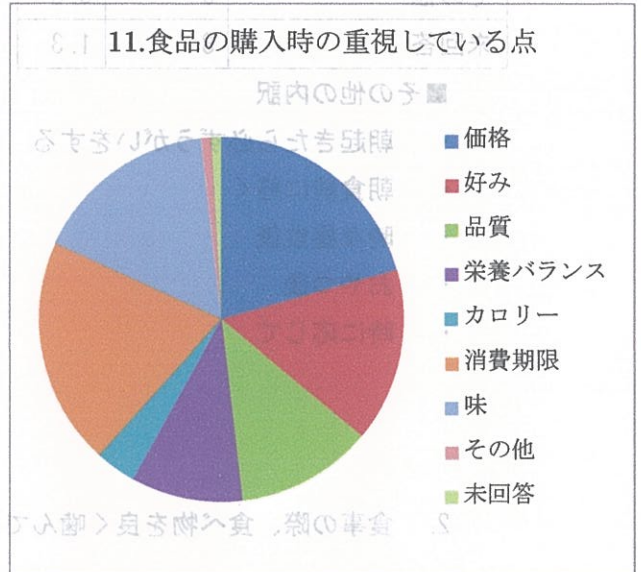
- ・ 外食の雰囲気・プロの味
- ・ 管理栄養士が作った宅食を一食だけ頼んでいる
- ・ 時々インスタント風の味が欲しいから

- ・ 家族・友人と楽しい時間が持てるから
- ・ 家とは違う雰囲気でも話も弾むから

割合	人数	割合
0.01	00	0.01
1.71	501	1.71
8.28	455	8.28
8.0	2	8.0
98.0	5	98.0
8.0	2	8.0

11. 食品を購入する際に重視する点はどれですか。(〇は3つまで)

選択肢	人数	割合
価格	235	26.3
好み	175	19.6
品質	138	15.5
栄養バランス	112	12.6
カロリー	41	4.6
消費期限	97	25.7
味	79	20.9
その他	4	1.1
未回答	11	1.2
価格	235	26.3
好み	175	19.6
品質	138	15.5
栄養バランス	112	12.6
カロリー	41	4.6
消費期限	97	25.7
味	79	20.9
その他	4	1.1
未回答	11	1.2



割合	人数	割合
9.4	01	9.4
9.08	081	9.08
7.84	181	7.84
9.5	08	9.5
4.4	9	4.4

### III. 歯の健康についてお聞きします

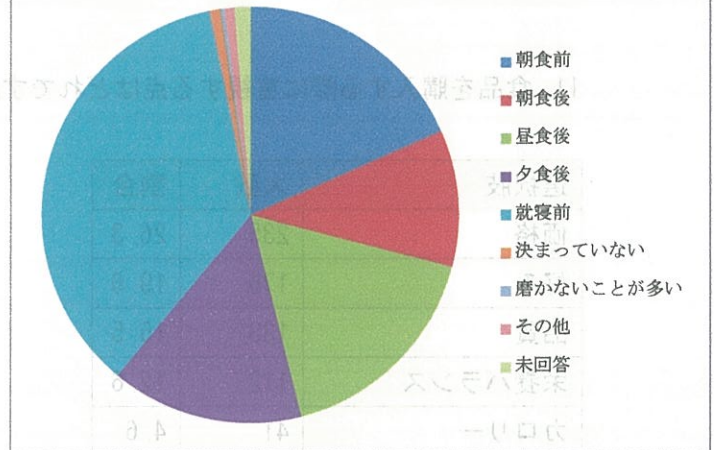
1. 1日の中で歯磨きはいつ行なっていますか（〇はいくつでも）。

選択肢	人数	割合
朝食前	115	18.4
朝食後	66	10.6
昼食後	107	17.1
夕食後	93	14.9
就寝前	224	35.8
決まっていない	5	0.8
磨かないことが多い	2	0.32
その他	5	0.8
未回答	8	1.3

#### ■その他の内訳

- ・ 朝起きたら必ずうがいをする
- ・ 朝食前に軽く
- ・ 時々昼食後
- ・ おやつ後
- ・ 時に応じて

1. 歯磨きを行うタイミング（複数回答可）



2. 食事の際、食べ物を良く噛んでいますか（ひと口30回以上）。（〇は1つ）

選択肢	人数	割合
できている	16	4.2
おおむねできている	139	36.8
あまりできていない	184	48.7
できていない	30	7.9
未回答	9	4.4

よく噛んでいるか

