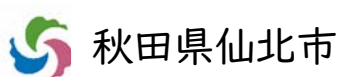


# 第4期

## 仙北市食育推進計画



令和6年3月

# 目 次

## 第1章 計画の策定にあたって

1. 計画策定の経緯.....	1
2. 食育をめぐる国や県の動き.....	1
3. 計画の位置づけ.....	1
4. 計画期間.....	2

## 第2章 前計画の取組と評価

1. 前計画の概要.....	2
2. これまでの取組.....	2
3. 第3期仙北市食育推進計画 指標の達成状況.....	5
4. 仙北市の食育の現状と課題.....	6

## 第3章 食育推進のための施策

1. 若い世代を中心とした食育の推進.....	7
2. 心身のバランスをサポートする食習慣の醸成.....	7
3. 食品の安全性と環境への配慮を深める食育の推進.....	7
4. 地元の食材を活かした食育の推進.....	8
5. 食文化の継承に向けた食育の推進.....	8

## 第4章 計画の推進

1. 基本方針と取組事項および目標となる指標.....	9
2. 食育推進のための取組.....	10
3. 5つの重点課題にあたっての取組.....	11

### 参考資料

令和5年度食育アンケート調査報告書.....	14
調査の目的、調査対象、調査手法、調査期間、回答結果、集計・分析にあたって.....	15
1. 市民向け食育アンケート.....	16
2. 保育園児、小学生、中学生の保護者向け食育アンケート.....	31

# 第1章 計画の策定にあたって

## 1. 計画策定の経緯

「食」は命の源であり、生涯にわたり心もからだも健康に過ごすために欠かすことはできません。おいしく楽しく食べることはすべての世代に共通する喜びであり、心とからだを満たし、心豊かな生活の実現につながります。

平成17年に「食育」を推進することを目的として「食育基本法」が制定されました。それを踏まえ、仙北市では地域特性を活かした食育の取組を総合的かつ計画的に推進するため、平成21年3月に「仙北市食育推進計画」を策定し、定期的に評価・検証をおこない、令和5年度まで3期にわたり実践的な食育の取組を進めてきました。

第3期仙北市食育推進計画では、「規則正しい食習慣」、「若い世代を中心とした食育」、「多様な暮らしに対応した食育」、「健康寿命の延伸につながる食育」、「食の循環や環境を意識した食育」、「食文化の継承に向けた食育」の推進を重点課題とし、市民をはじめ、食育に関わる関係者と連携・協力して食への意識を高める施策に取り組んできました。

第4期仙北市食育推進計画では、これまでの成果や課題を整理し、「第3期仙北市食育推進計画」の取組を引き続き踏襲しながら、規則正しい食習慣の実践を推進し、「生涯にわたり心身の調和を促進するための食育」と「持続可能なライフスタイルを形成するための食育」の2つの基本方針を掲げ、「若い世代を中心とした食育の推進」、「心身のバランスをサポートする食習慣の醸成」、「食品の安全性と環境への配慮を深める食育の推進」、「地元の食材を活かした食育の推進」、「食文化の継承に向けた食育の推進」の5つの事項に取り組むこととし、食への意識を高めるための施策を展開します。

## 2. 食育をめぐる国や県の動き

国では、平成17年に「食育」を推進することを目的として、「食育基本法」が制定されました。さらに、食生活の見直し活動をするためには、より具体的な行動の内容が必要であり、「食育推進基本計画」を策定しました。この計画は5年毎に見直され、現在では「第4次食育推進基本計画」が策定され、社会情勢を反映させた取り組むべき重点課題が設定されています。

また、秋田県では、「第4期秋田県食育推進計画」を策定し、令和3年度から5ヶ年の計画が作成され、食品ロス削減に向けて、消費者が食への感謝を深め、環境に配慮した食生活を推進するなどの新たな視点が追加されています。

内容としては、「秋田の自然や風土に調和した健全で持続可能な食生活の実現」を目的として、新しい生活様式の中、家庭や地域、学校、職場等様々な場で「秋田の食と環境」への理解と子どもから高齢者まで全世代の健康な食生活に向けて、食育の取組を進める計画となっています。

## 3. 計画の位置づけ

本計画は、食育基本法の目的・基本理念を踏まえ、同法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として位置づけます。食育に関する基本的な事項について定めるものであり、本市における各関連の計画との整合性を保つこととします。

#### 4. 計画期間

この計画は、令和6年度から5ヶ年の計画とします。なお、計画期間中に社会情勢の変化などを踏まえ、必要に応じて計画の見直しを行います。

## 第2章 前計画の取組と評価

### 1. 前計画の概要

市民の食への意識を高めるため、「規則正しい食生活の推進」、「若い世代を中心とした食育の推進」、「多様な暮らしに対応した食育の推進」、「健康寿命の延伸につながる食育の推進」、「食の循環や環境を意識した食育の推進」、「食文化の継承に向けた食育の推進」を重点課題として取組を実施してきました。

### 2. これまでの取組

#### 5つの重点課題にあたっての取組

若い世代を中心とした食育の推進	市町村	若い世代に対する食育推進 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導
	保育所・学校等	子どもの基本的な食習慣の形成 望ましい食習慣や知識の習得 子どもの育成支援における共食等の食育推進
	家庭	子どもの育成支援における共食等の食育推進
	食育関係団体等	親子の食育教室等開催

多様な暮らしに対応した食育の推進	市町村	若い世代に対する食育推進 妊産婦や乳幼児に関する栄養指導
	保育所・学校等	食に関する指導の充実 学校給食の充実
	家庭	望ましい食習慣や知識の習得 子ども・若者の育成支援における共食等の食育推進
	食育関係団体等	高齢者や男性を対象に料理教室の開催

健康寿命の延伸につながる食育の推進	市町村	食育ガイド等の活用促進 歯科保健活動における食育推進 栄養バランスに優れた食生活の実践の推進 貧困の状況にあたる子どもに対する食育推進 高齢者に対する食育推進 食品関連事業者等における食育推進 専門的な知識を有する人材の養成・活用
	保育所・学校等	食育を通じた健康状態の改善等の推進 就学前の子どもに対する食育の推進 栄養バランスに優れた食生活の実践の推進 貧困の状況にあたる子どもに対する食育推進
	家庭	望ましい食習慣や知識の習得 子ども・若者の育成支援における共食等の食育推進
	食育関係団体等	食育ガイド等の活用促進 栄養バランスに優れた食生活の実践の推進 減塩活動の推進

食の循環や環境を意識した食育の推進	市町村	食品ロス削減を目指した運動の展開 子どもを中心とした農林漁業体験活動の促進 農山漁村の維持・活性化 地産地消の推進
	保育所・学校等	学校給食の充実

食文化の継承に向けた食育の推進	市町村	専門調理師等の活用における取組 地域の食文化の魅力を再発見する取組 関連情報の収集と発信
	保育所・学校等	学校給食での郷土料理等の積極的な導入や行事食の活用
	食育関係団体等	仙北市の健康課題や食生活、食文化の理解 地域の食文化の継承

### 3. 第3期仙北市食育推進計画 指標の達成状況

指標項目	目標 (R5年度)	達成状況
<b>◆総合的な目標</b>		
食育に関心を持っている市民の割合	90%以上	88.6%
食育の推進に関わるボランティア団体等において活動する市民	100人	3.0% (参考)
<b>◆若い世代を中心とした食育推進にあたっての目標</b>		
朝食を欠食する子どもの割合	0%	1.3%
朝食を欠食する若い世代の割合	15%以下	29.0%
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を一日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合	55%以上	9.6%
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している若い世代の割合	60%以上	13.2%
食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する若い世代の割合	65%以上	10.8%
<b>◆多様な暮らしに対応した食育推進にあたっての目標</b>		
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週11回以上	週10.8回
地域等で共食したいと思う人が共食する割合	70%以上	50.9%
<b>◆健康寿命の延伸につながる食育推進にあたっての目標</b>		
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合	70%以上	55.7%
生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践している人の割合	75%以上	73.1%
ゆっくりよく噛んで食べる人の割合	55%以上	44.9%
食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する人の割合	80%以上	69.5%
<b>◆食の循環や環境を意識した食育推進にあたっての目標</b>		
学校給食における地場産物を使用する割合（秋田県が指標とする野菜15品目重量割合）	43%以上	28.8% (R4年度)
学校給食における国産食材を使用する割合	80%以上	99.6% (R4年度)
農業体験を経験した人の割合	40%以上	61.1%
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合	80%以上	98.2%
<b>◆食文化の継承に向けた食育推進にあたっての目標</b>		
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている人の割合	50%以上	61.4%

#### 4. 仙北市の食育の現状と課題

今回のアンケート調査において、食育計画の目標値に達したのが18項目中4項目となった。特に若い世代を中心とした食育推進にあたっての目標については著しく低い結果となった。しかし、食育は、食育基本法の目的や基本理念を踏まえて、仙北市の実態や特性などに配慮して推進すべきものであり、次期計画においては、安易に目標値の達成のみを追い求めることの無いよう施策等について、関係機関との連携に努めたい。

##### ●主食・主菜・副菜を組み合わせた食事について

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を一日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合について、全体では55.7%が食べているが、30代以下の若い世代については9.6%と低い結果となっている。栄養バランスに配慮した食事を摂取できていない若者が多いことから、「食育ガイド」や「食事バランスガイド」を通じて、一人一人が自ら食育に関する取組を実践できるよう、関係機関や関係団体はもとより、家庭や学校、職場等を通じた普及啓発に努める。

##### ●生活習慣について

生活習慣が原因でおこる病気が、大人だけでなく子どもにも身近な病気となっている。これを防ぐためにも子どもの頃からの食生活などの習慣がとても大切となる。最悪の場合死に至ってしまう生活習慣病、疾患のもとをつくらぬ正しい生活習慣を子どもの頃から身につけられるよう、まずは大人が毎日の習慣の積み重ねを見直すことを進める。

##### ●食品の安全性と環境への配慮について

食料の生産から消費等に至る食の循環において、温室効果ガスの排出や、化学農薬・化学肥料の過剰投入、食品廃棄物など地球の資源量や環境に与える影響を配慮しない生産や消費により環境への負荷が生じる。自身の食生活が自然の恩恵に成り立つことを認識し、環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶことは環境への負荷を減らし、持続可能な食料システム（フードシステム）の構築につながるため広く推進する。

##### ●伝統料理や作法の継承について

地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている人の割合について、全体では、61.4%となっているが、30代以下の若い世代では10.8%と低い結果となっている。「郷土料理や伝統料理など地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法」など食に関する文化は、日常生活の一部であり、受ける側がそれを食文化だと認識していない場合もあるため、季節折々の食事や伝統的な食事の内容について明確に伝えることが確実な継承につながる。



### 第3章 食育推進のための施策

「第4次食育推進基本計画」に基づく食育の推進に向け、2つの基本方針と5つの取組事項を設定し、各事項において目標となる指標を設定しています。これまでの取組を踏まえ、引き続き地域全体で食育を推進するための取組と施策を推進していきます。

また、第2期仙北市食育推進計画以降、掲げている「規則正しい食習慣を身につけよう」の推進については、食育を推進する上で最も重要であると考えられることから、継続して推進に取り組めます。

#### 規則正しい食習慣を身につけよう（継続）

栄養素のバランスがとれた食事を、腹八分目を心がけ1日3食取り入れることは、活動に必要なエネルギーや栄養素を補うだけでなく、生活リズムを整えるために重要です。特に朝食を食べる習慣は、子どもにとっても大人にとっても大切なことです。文部科学省の調査においても、毎日朝食を摂る子どもほど学力調査の得点が高い傾向にあるとの結果がでています。朝食でブドウ糖をはじめとする様々な栄養を補給して、午前中からしっかり活動できる状態をつくることが重要です。

#### 1. 若い世代を中心とした食育の推進

生涯にわたって健康で心身ともに豊かな食生活を実践するためには、子どもの頃から望ましい食習慣を身につけることが大事ですが、近年は、家族そろって食事をする機会が減り食事を通したコミュニケーションが不足しているため、食に対する関心や食べ物に感謝する心の薄れ、「孤食」や朝食の欠食の増加、食事マナーを身につける機会が不足していることが国の「食育に関する意識調査」の結果から読み取れます。若い世代が、健全な食生活に関する知識、技術を身につけるとともに、家庭での食事や給食、農林漁業体験などの取組を通して、食育への関心を高めるよう推進します。

#### 2. 心身のバランスをサポートする食習慣の醸成

良好な栄養素摂取量と栄養状態につながるとされている、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事」による食生活の実践を推進し、健康寿命の延伸と生活習慣病の予防につなげ、子どもから高齢者まで健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現をめざします。

#### 3. 食品の安全性と環境への配慮を深める食育の推進

食品の安全・安心への理解を促進するため、生産者・加工者による食品の安全性確保に向けた取組を推進するとともに、環境への大きな負荷となっている食品廃棄物を削減するため、食品ロスの現状や必要性について認識を深める食育を推進し、食品ロスの削減に一人一人が主体的に取り組み、食品ロス削減がめざすSDGsのゴールの一つである「つくる責任 つかう責任」の達成につなげるため、消費者や生産者による社会・経済・環境の観点からの選択による「持続可能な生産消費形態」の実現をめざします。

---

#### 4. 地元の食材を活かした食育の推進

---

生産者と消費者のつながりによる安全で安心な農作物の生産・消費と、物流距離の短縮による環境負荷の軽減のため、「地産地消」に取り組めます。地産地消への取組として、地域の自然、文化、産業等に関する理解が深まるとともに、生産者の努力や食に対する感謝の念を育む上で重要となる学校給食における地場食材の活用を推進します。

---

#### 5. 食文化の継承に向けた食育の推進

---

郷土料理や伝統料理など地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法などの食文化は、日常生活の一部であり、地域の多様な食文化を保護・継承する必要があります。地域の特性を活かした食文化の保護・継承に向け、若い世代が郷土料理や伝統料理にふれあう機会を創出するとともに、継承していくための人材の育成を推進します。

● 2つの基本方針と5つの事項に取り組むにあたり

子どもから高齢者まで、生涯を通じた取組を推進するため、保育所・学校等、各家庭、市、食育関係団体、ボランティア等などが主体的にかつ連携・協働しながら食育の取組を推進

## 第4章 計画の推進

基本方針と取組事項	目標となる指標
○第4期仙北市食育推進計画の総合的な目標	
食育に関心を持っている市民の割合	90%以上
食育の推進に関わるボランティア活動に関心を持っている市民の割合	30%以上
○生涯にわたり心身の調和を促進するための食育	
1. 若い世代を中心とした食育の推進	
朝食を欠食する子どもの割合	0%
朝食を欠食する若い世代の割合	15%以下
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を一日2回以上ほぼ毎日食べている若い世代の割合	55%以上
食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する若い世代の割合	65%以上
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している若い世代の割合	60%以上
朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数	週11回以上
地域等で共食したいと思う人が共食する割合	70%以上
農業体験を経験した人の割合	50%以上
2. 心身のバランスをサポートする食習慣の醸成	
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を一日2回以上ほぼ毎日食べている人の割合	70%以上
生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践している人の割合	75%以上
ゆっくりよく噛んで食べる市民の割合	55%以上
○持続可能なライフスタイルを形成するための食育	
3. 食品の安全性と環境への配慮を深める食育の推進	
食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する人の割合	80%以上
食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合	85%以上
4. 地元の食材を活かした食育の推進	
学校給食における地場産物を使用する割合（秋田県が指標とする野菜15品目重量割合）	43%以上
学校給食における国産食材を使用する割合	90%以上
5. 食文化の継承に向けた食育の推進	
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている人の割合	55%以上

## 食育推進のための取組

### ●規則正しい食習慣を身につけよう（継続）

- 1 若い世代を中心とした食育の推進
- 2 心身のバランスをサポートする食習慣の醸成
- 3 食品の安全性と環境への配慮を深める食育の推進
- 4 地元の食材を活かした食育の推進
- 5 食文化の継承に向けた食育の推進



### ライフステージの特徴

乳幼児期 (0～5歳)	学童期 (6～12歳)	思春期 (13～18歳)	青年期 (19～39歳)	壮年期 (40～64歳)	高齢期 (65歳以上)
身体が発育し、味覚などの感覚機能、咀嚼機能などの発達が著しく、食生活の基礎が作られる大切な時期	心身の発達が著しく、食への興味や関心が深まり、食に関する正しい理解と判断する力を育成する重要な時期	身体的、精神的変化が著しく、性差や個人差も大きい時期で、家庭からの自立を控え、望ましい食生活を自ら実践する力を身につける時期	心身ともに充実し、就職や結婚等により生活が大きく変化する時期で、生活に合わせた食生活や健康管理を自らの判断で実践する時期	生活習慣を見直し、自らの健康管理に努めるとともに、食文化の継承や健全な次世代を育成することが期待される時期	加齢に伴う身体の変化・体力の低下が見られる時期で、栄養バランスのとれた食事と、嚙む力、飲み込む力を維持し、自分に合った食生活を実践する時期



主体的に、かつ連携・協働しながら食育の取組を推進

保育所・学校等

各家庭

市

食育関係団体等

## 5つの重点課題にあたっての取組

若い世代を中心とした食育の推進	市	若い世代に対する食育推進 乳児食育教室による調理実習・試食・離乳食個別相談
	保育所・学校等	子どもの基本的な食習慣の形成（食育の推進） 食物アレルギー等へ配慮した給食の提供 食への関心を高めるため栽培、収穫等の農業体験の実施
	家庭	1日3回の規則正しい食生活の実践 家族や友人などと一緒に食事する共食等の機会の創出
	食育関係団体等	親子の食育教室等開催

心身のバランスをサポートする食習慣の醸成	市	乳幼児健康診査や特定健康診査、介護予防教室での食育推進 歯科保健活動における食育推進 栄養バランスに優れた食生活の実践の推進 貧困の状況にあたる子どもに対する食育推進 高齢者に対する食育推進 食育ガイド等の活用促進
	保育所・学校等	給食を中心とした望ましい食習慣の育成 食育を通じた健康状態の改善等の推進 各家庭への食に関する情報発信
	家庭	栄養バランスのとれた食事の実践 健康診断や歯科検診の定期的な受診による健康の維持 保健指導等の機会を通じた食生活の見直し
	食育関係団体等	栄養バランスに優れた食生活の実践の推進 減塩活動の推進 高齢者や男性を対象に料理教室の開催

食品の安全性と環境への配慮を深める食育の推進	市	食育ガイド等の活用促進 食の安全安心に関する情報発信 食品衛生に関する情報の提供 食品ロスを削減するための普及啓発
	保育所・学校等	環境や資源に配慮した食生活の実践の推進 食べ物を大事にする心の育成
	家庭	食品表示を理解した食品の選択 食べ残しなどの食品ロスの削減の実践
	食育関係団体等	安全安心な食材の提供 食品表示の正しい理解や安全な食品の選択に関する情報提供 食品ロス削減をめざした運動の展開

地元の食材を活かした食育の推進	市	地産地消の推進 子どもを中心とした農林漁業体験活動の促進
	保育所・学校等	食への関心を高めるため、収穫体験等で収穫した食材の活用 地域でとれた食材の給食での活用
	家庭	地産地消の普及啓発イベントへの参加 地域の農産物の理解を深めるため、農業体験への参加

食文化の継承に向けた食育の推進	市	地域の伝統料理や郷土料理などの食文化の継承を推進 食文化の継承に係る関連情報の収集と発信
	保育所・学校等	給食への地場産食材の積極的な活用 給食による行事食、郷土料理の提供
	家庭	地域の食材や行事食、郷土料理の食生活への活用
	食育関係団体等	仙北市の健康課題や食生活、食文化の理解 地域の食材や行事食、郷土料理の知識の普及

令和5年度  
食育アンケート調査報告書



## 1 調査の目的

第3期仙北市食育計画における目標値の検証および第4期仙北市食育計画の策定の参考資料とするため市民を対象とした食育に関するアンケート調査と仙北市の保育園児、小学生、中学生の保護者を対象とした家庭での食生活に関するアンケート調査を実施。

## 2 調査対象

- ①仙北市民
- ②仙北市の保育園児、小学生、中学生の保護者

## 3 調査手法

- ①仙北市 LINE 登録者へ依頼文を配信
- ②市内の保育園・小中学校を通じて保護者に依頼文書を通知  
回答については「電子申請・届出サービス」によるオンライン回答のみ。

## 4 調査期間

令和5年12月15日（金）～令和5年12月27日（水）

## 5 回答結果

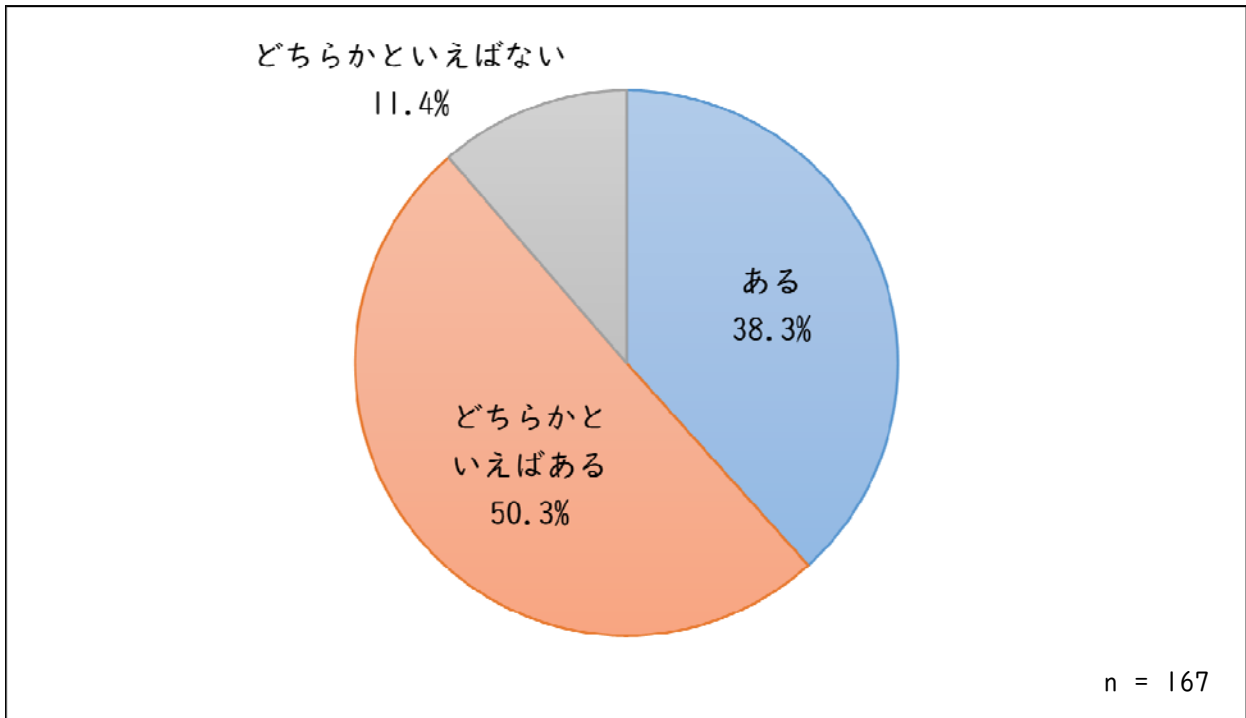
①LINE 配信				②保育園児、小学生、 中学生の保護者	
年代	登録者数	回答者数	割合		
10代	36人	0人			
20代	207人	8人	4.79%		
30代	409人	23人	13.77%		
40代	811人	48人	28.74%	(子どもの年代)	
50代	856人	37人	22.16%	園児（0～2歳）	18人
				園児（3歳以上）	35人
60代	777人	39人	23.35%	小学生（1～3年生）	75人
				小学生（4～6年生）	59人
70代	351人	12人	7.19%	中学生	128人
計	3,447人	167人	100.00%	315人	

## 6 集計・分析に当たって

比率（％）は、小数点以下第3位を四捨五入して表示する。このため、各回答の比率の合計が100％にならないこと（99.99％、100.01％など）がある。

# 1. 市民向け食育アンケート

問1 食育に関心がありますか

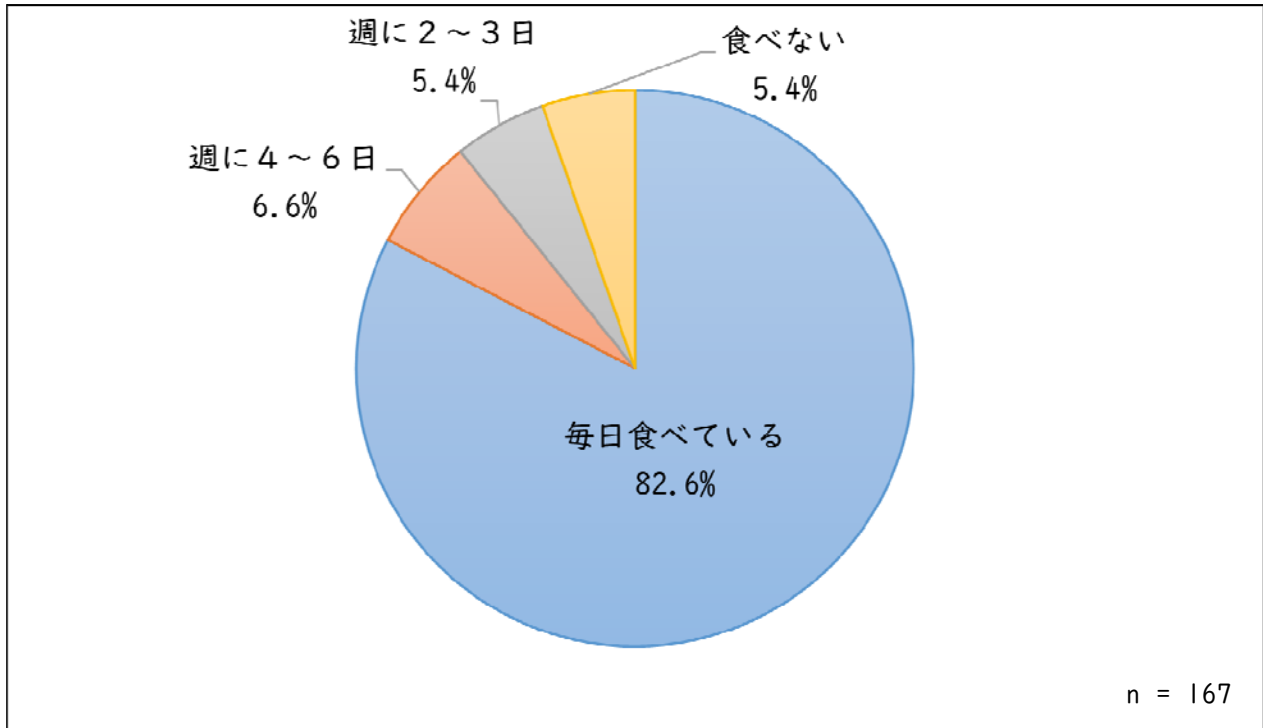


	関心がある		どちらかといえば関心がある		どちらかといえば関心がない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代	2	1.20	5	2.99	1	0.60
30代	8	4.79	13	7.78	2	1.20
40代	25	14.97	20	11.98	3	1.80
50代	11	6.59	17	10.18	9	5.39
60代	13	7.78	24	14.37	2	1.20
70代	5	2.99	5	2.99	2	1.20
計	64	38.32	84	50.30	19	11.38

「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた割合は88.62%で、「どちらかといえば関心がない」の割合の11.38%を大きく上回った。また、「関心がない」との回答はなかった。

年代別でも、すべての年代において「食育に関心がある」結果となった。

問2 朝食を食べていますか

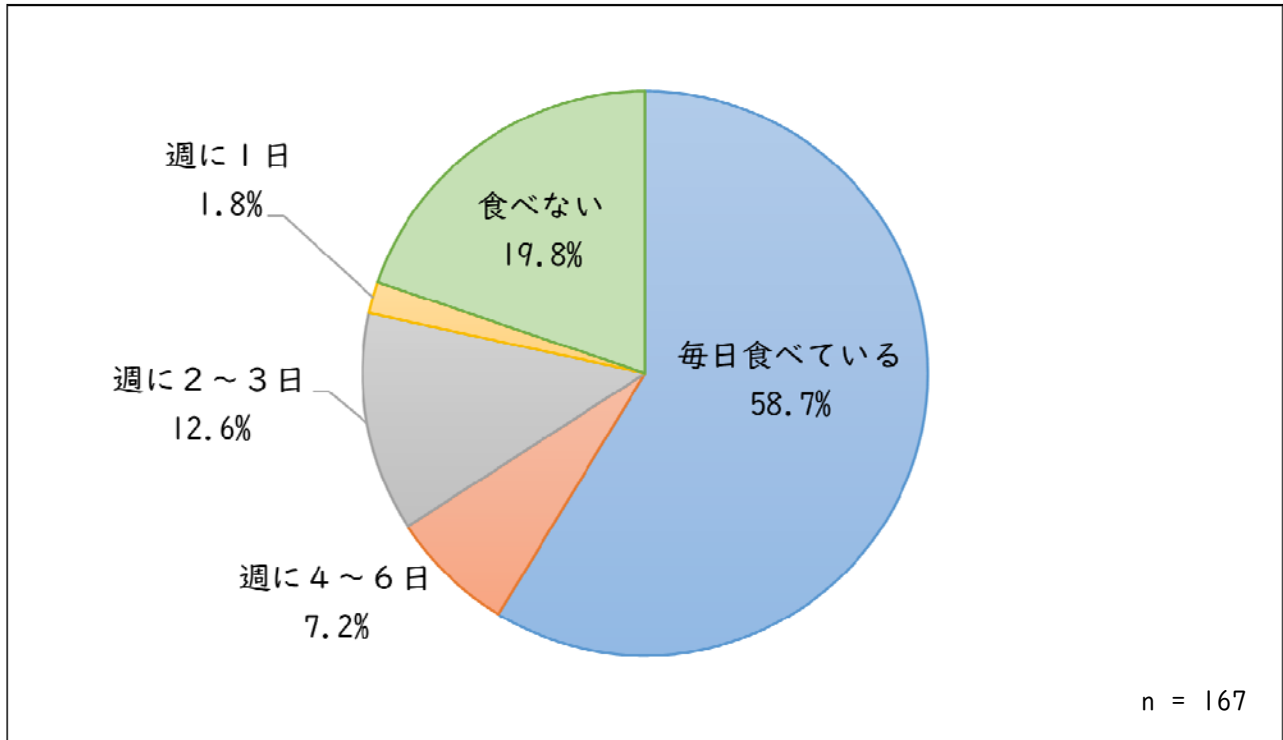


	毎日食べている		週に4～6日		週に2～3日		食べない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代	5	2.99	1	0.60	1	0.60	1	0.60
30代	17	10.18	3	1.80	1	0.60	2	1.20
40代	39	23.35	2	1.20	3	1.80	4	2.40
50代	27	16.17	4	2.40	4	2.40	2	1.20
60代	38	22.75	1	0.60				
70代	12	7.19						
計	138	82.63	11	6.59	9	5.39	9	5.39

「毎日食べている」と回答した割合は82.63%で、しっかりと朝食を食べている割合が多かった。

年代別でも、すべての年代において「朝食を食べている」結果となった。

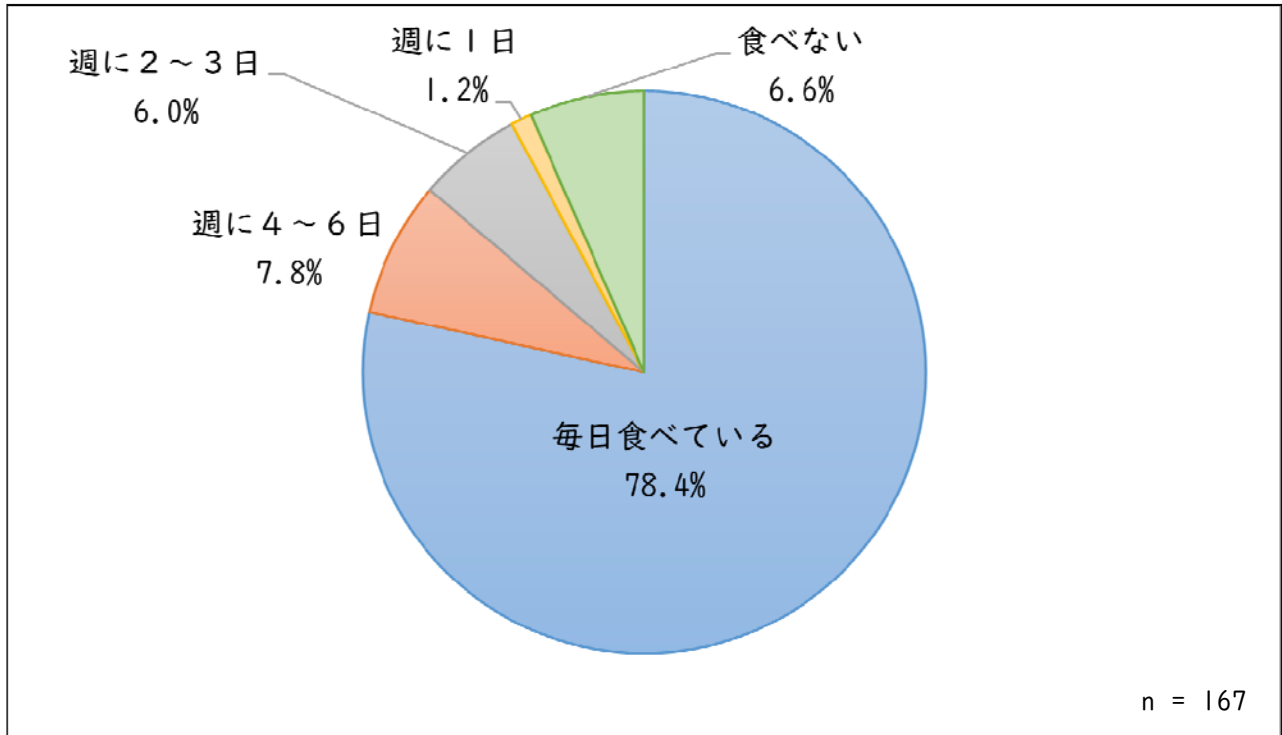
問3-1 家族（同居人含む）と一緒に朝食を食べることはどれくらいありますか



	毎日 食べている		週に4~6日		週に2~3日		週に1日		食べない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代	1	0.60			2	1.20	1	0.60	4	2.40
30代	11	6.59	2	1.20	3	1.80	1	0.60	6	3.59
40代	27	16.17	2	1.20	9	5.39	1	0.60	9	5.39
50代	20	11.98	6	3.59	4	2.40			7	4.19
60代	29	17.37	2	1.20	3	1.80			5	2.99
70代	10	5.99							2	1.20
計	98	58.68	12	7.19	21	12.57	3	1.80	33	19.76

「毎日食べている」と「週に4日~6日」を合わせた割合は65.87%で、過半数を超えてはいるが、「食べない」との回答も19.76%となっており朝食の「共食」の機会が少なくなっている。年代別でも、ほぼすべての年代において「毎日食べている」との回答が多くなったが、20代では「食べない」との回答が多い結果となった。

問3-2 家族（同居人含む）と一緒に夕食を食べることはどれくらいありますか

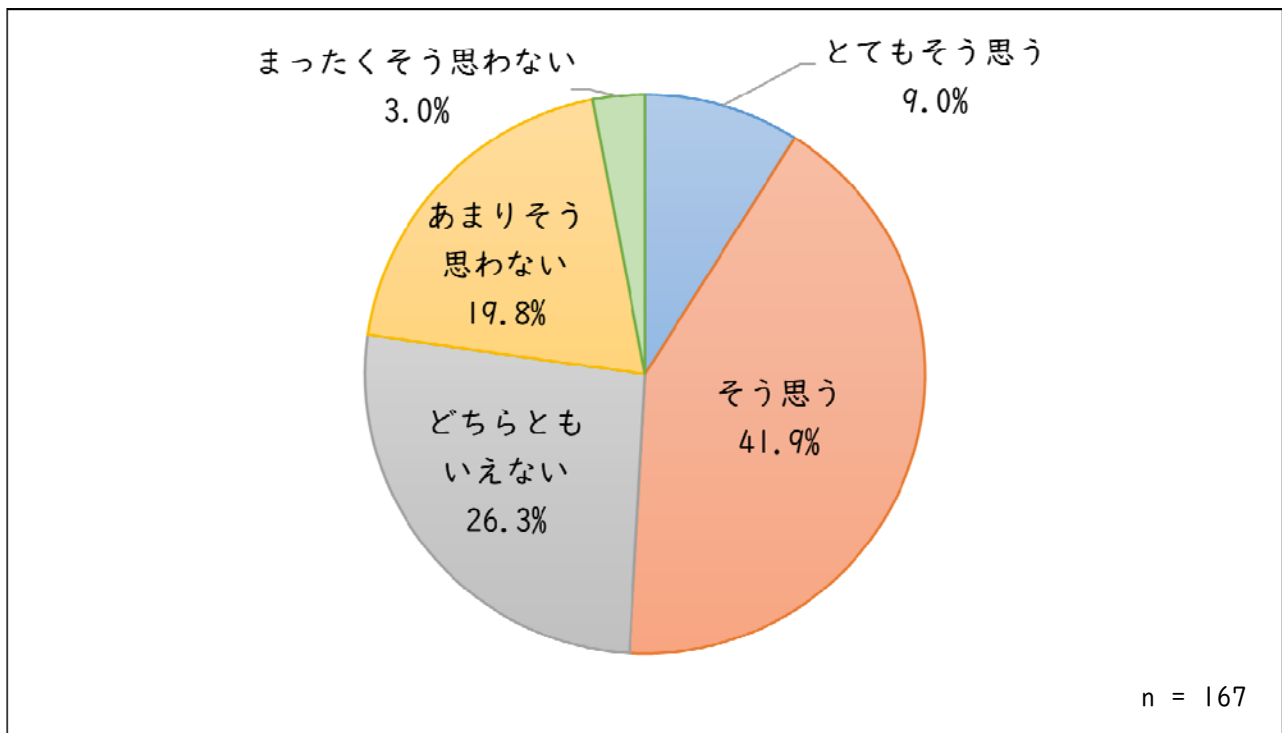


	毎日食べている		週に4～6日		週に2～3日		週に1日		食べない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代	4	2.40	2	1.20	1	0.60			1	0.60
30代	19	11.38	1	0.60	1	0.60			2	1.20
40代	37	22.16	2	1.20	5	2.99	1	0.60	3	1.80
50代	28	16.77	5	2.99			1	0.60	3	1.80
60代	33	19.76	2	1.20	2	1.20			2	1.20
70代	10	5.99	1	0.60	1	0.60				
計	131	78.44	13	7.78	10	5.99	2	1.20	11	6.59

「毎日食べている」と「週に4日～6日」を合わせた割合は86.22%で、一緒に夕食を食べている機会が多くなっている。

年代別でも、すべての年代において一緒に夕食を食べている結果となった。

問4 地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等の機会があれば参加したいと思いますか



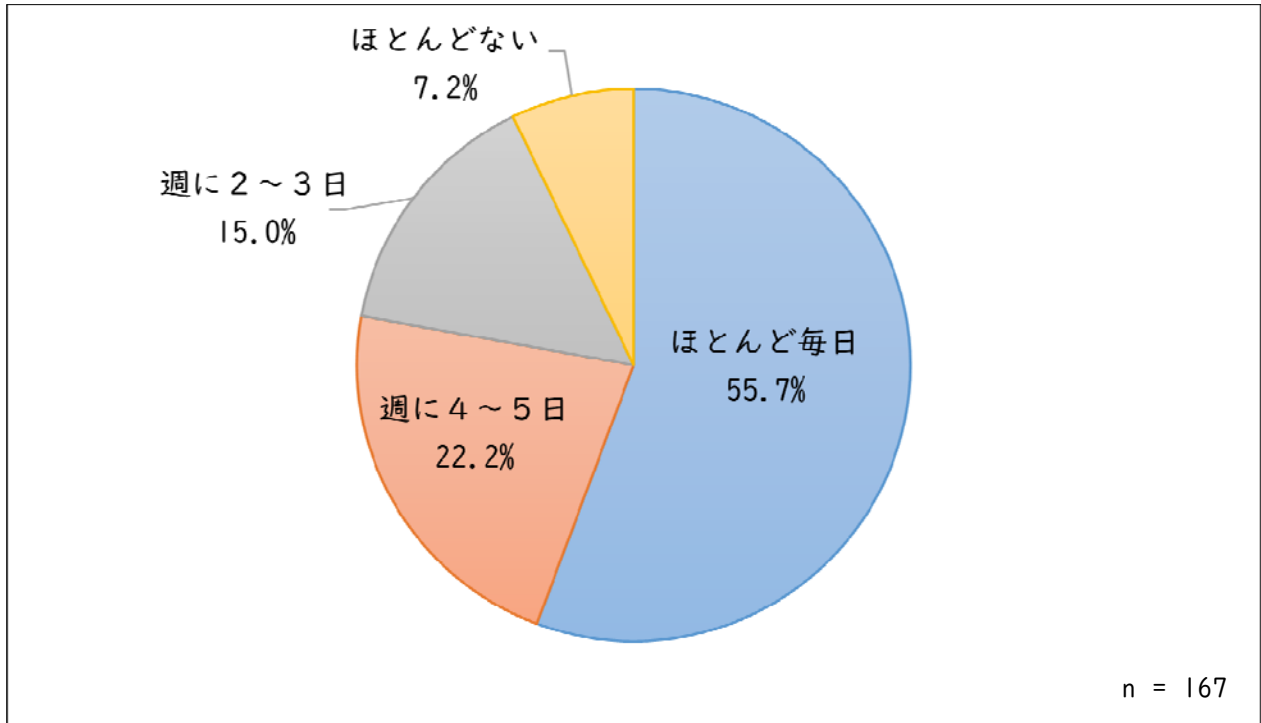
	とてもそう思う		そう思う		どちらともいえない		あまりそう思わない		まったくそう思わない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代			1	0.60	2	1.20	5	2.99		
30代			9	5.39	3	1.80	10	5.99	1	0.60
40代	7	4.19	23	13.77	11	6.59	6	3.59	1	0.60
50代	4	2.40	9	5.39	12	7.19	9	5.39	3	1.80
60代	3	1.80	21	12.57	14	8.38	1	0.60		
70代	1	0.60	7	4.19	2	1.20	2	1.20		
計	15	8.98	70	41.92	44	26.35	33	19.76	5	2.99

「とてもそう思う」と「そう思う」を合わせた割合は50.90%と半数となっているが、「どちらともいえない」との回答が26.35%となっており、積極的に参加したい意識は低くなっている。

年代別では、年代が上がるにつれて参加に積極的な回答となっているが、20代・30代では参加に消極的な回答が多くなっている。

問5 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは週に何日ありますか

主食：ごはん、パン、麺など  
 主菜：肉、魚、卵、大豆製品などを使った料理  
 副菜：野菜、きのこ、いも、海藻などを使った料理

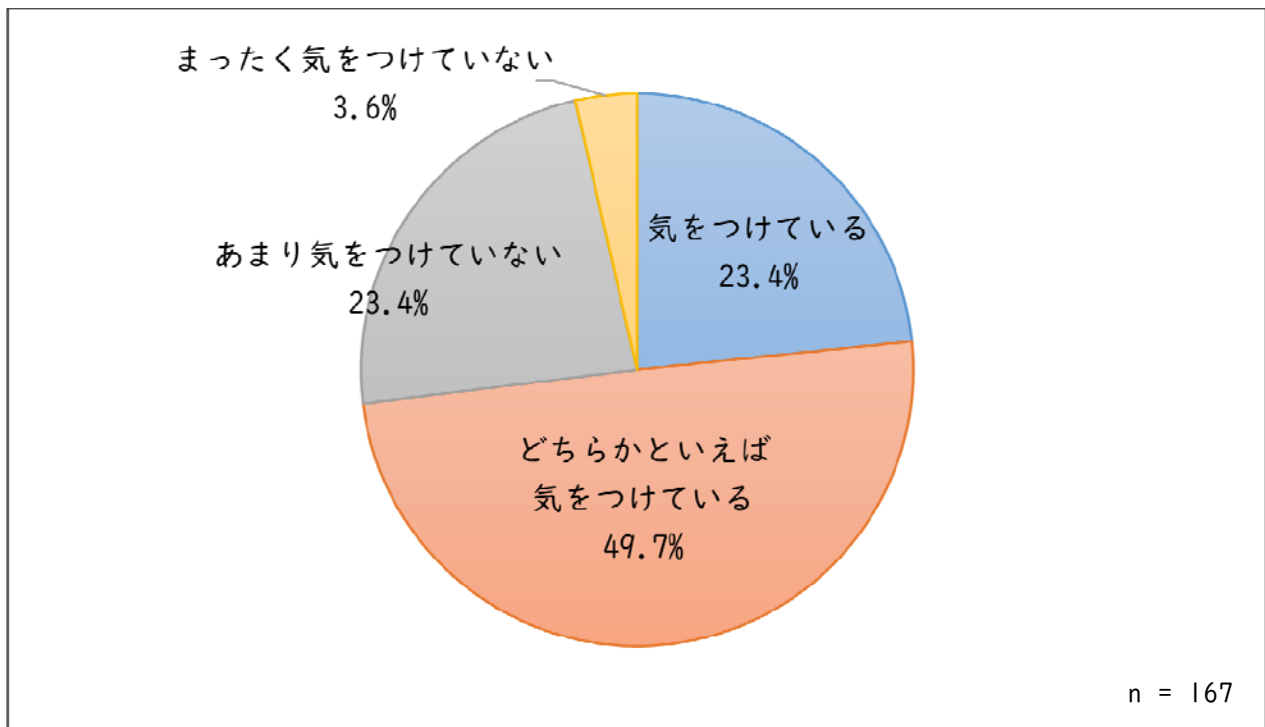


	ほとんど毎日		週に4～5日		週に2～3日		ほとんどない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代	4	2.40			3	1.80	1	0.60
30代	12	7.19	3	1.80	4	2.40	4	2.40
40代	19	11.38	13	7.78	12	7.19	4	2.40
50代	21	12.57	10	5.59	3	1.80	3	1.80
60代	30	17.96	7	4.19	2	1.20		
70代	7	4.19	4	2.40	1	0.60		
計	93	55.69	37	22.16	25	14.97	12	7.19

「毎日食べている」と「週に4日～5日」を合わせた割合は77.85%で、主食・主菜・副菜を合わせて食べている回答が多い結果となった。

年代別でも、すべての年代において主食・主菜・副菜を合わせて食べている結果となった。

問6 生活習慣病の予防や改善のため、ふだんから食生活で適正体重の維持や減塩などに気をつけていますか



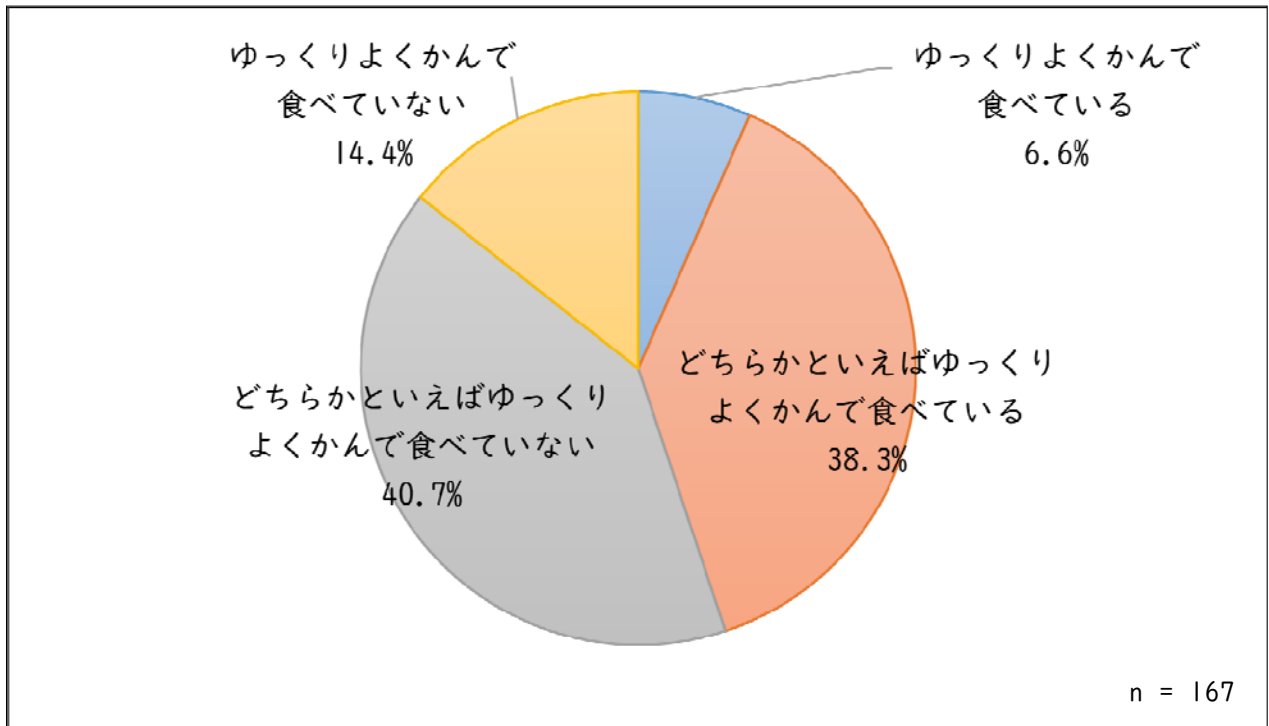
	気をつけている		どちらかといえば気をつけている		あまり気をつけていない		まったく気をつけていない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代	1	0.60	3	1.80	4	1.80		
30代	1	0.60	15	8.98	6	2.40	1	0.60
40代	9	5.39	23	13.77	12	7.19	4	2.40
50代	10	5.99	18	10.78	8	1.80	1	0.60
60代	15	8.98	17	10.18	7	1.20		
70代	3	1.80	7	4.19	2	0.60		
計	39	23.35	83	49.70	39	14.97	6	3.59

「気をつけている」と「どちらかといえば気をつけている」を合わせた割合は73.05%で、食事に気をつけている人の割合が多い結果となったが、「あまり気をつけていない」と「まったく気をつけていない」人の割合も18.56%と決して低い結果ではなかった。

年代別では、40代以下の年代において「あまり気をつけていない」との回答が「気をつけている」割合を上回る結果となった。



問7 ふだん、ゆっくりよくかんで食べていますか

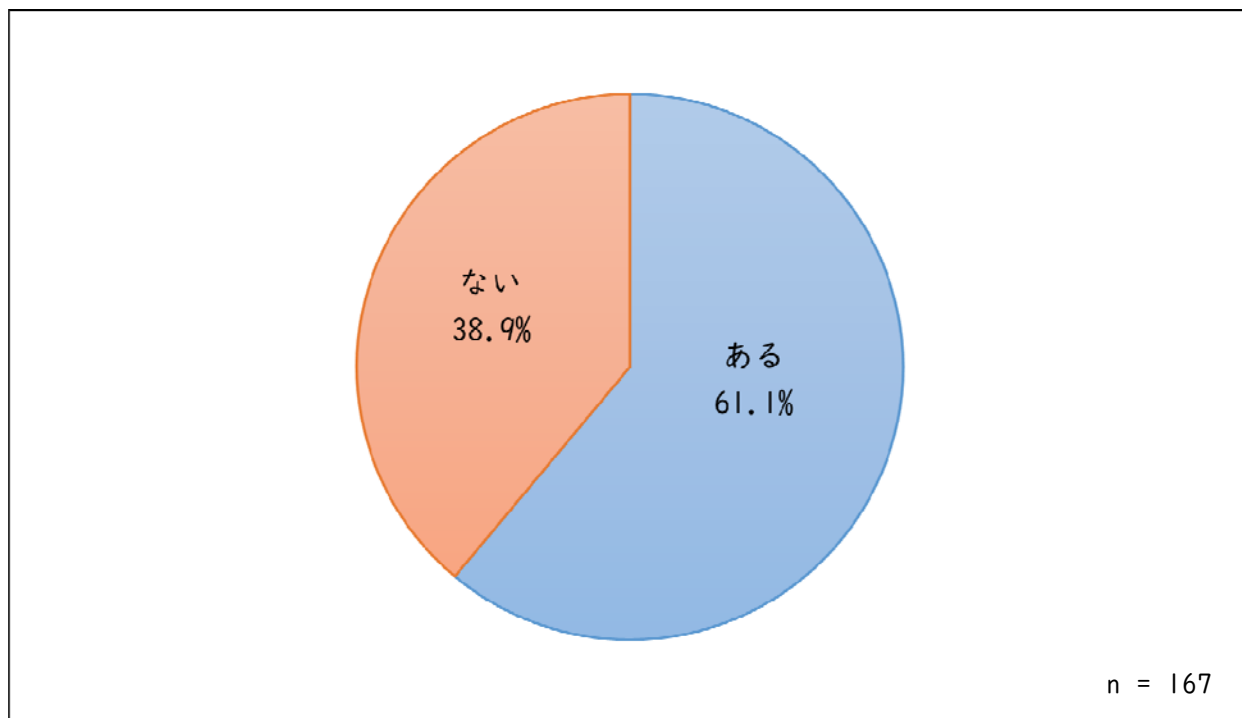


	ゆっくりよくかんで食べている		どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている		どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない		ゆっくりよくかんで食べていない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20代	2	1.20	2	1.20	4	2.40		
30代			8	4.79	10	5.99	5	2.99
40代	3	1.80	16	9.58	20	11.98	9	5.39
50代	4	2.40	8	4.79	18	10.78	7	4.19
60代	2	1.20	23	13.77	12	7.19	2	1.20
70代			7	4.19	4	2.40	1	0.60
計	11	6.59	64	38.32	68	40.72	24	14.37

「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない」と「ゆっくりよくかんで食べていない」を合わせた割合は55.09%と過半数を超えており、早食いの人が多い結果となっている。年代別では、50代以下の年代において早食いの人が多い結果となっているが、60代以上の年代では「ゆっくりよくかんで食べている」「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている」割合が多い結果となった。

問8 これまでに農業体験に参加したことがありますか

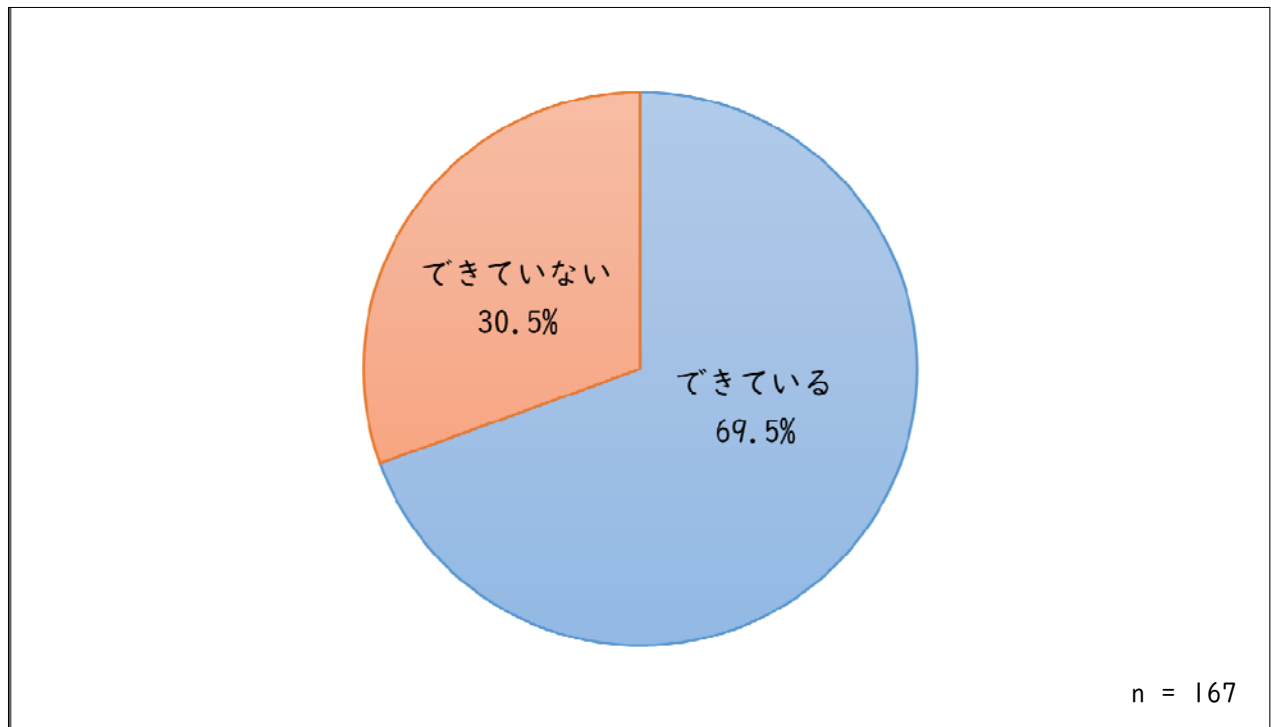
農業体験：田植、種まき、稲刈り、野菜の収穫、家畜の世話など



	ある		ない	
	人数	割合	人数	割合
20代	5	2.99	3	1.80
30代	11	6.59	12	7.19
40代	35	20.96	13	7.78
50代	16	9.58	21	12.57
60代	26	15.57	13	7.78
70代	9	5.39	3	1.80
計	102	61.08	65	38.92

「農業体験に参加したことがある」の回答が 61.08%となっており過半数を超えている。年代別では 30代と 50代が「農業体験に参加したことがない」の回答が上回った。

問9 食品の安全性について、基礎的な知識を持ち、自ら判断してますか  
 食中毒や食物アレルギーについて理解し、食中毒予防（買い物、食品保存、  
 手洗い、調理方法、後片付け）やアレルギー（表示の確認等）に配慮した行  
 動がとれていますか

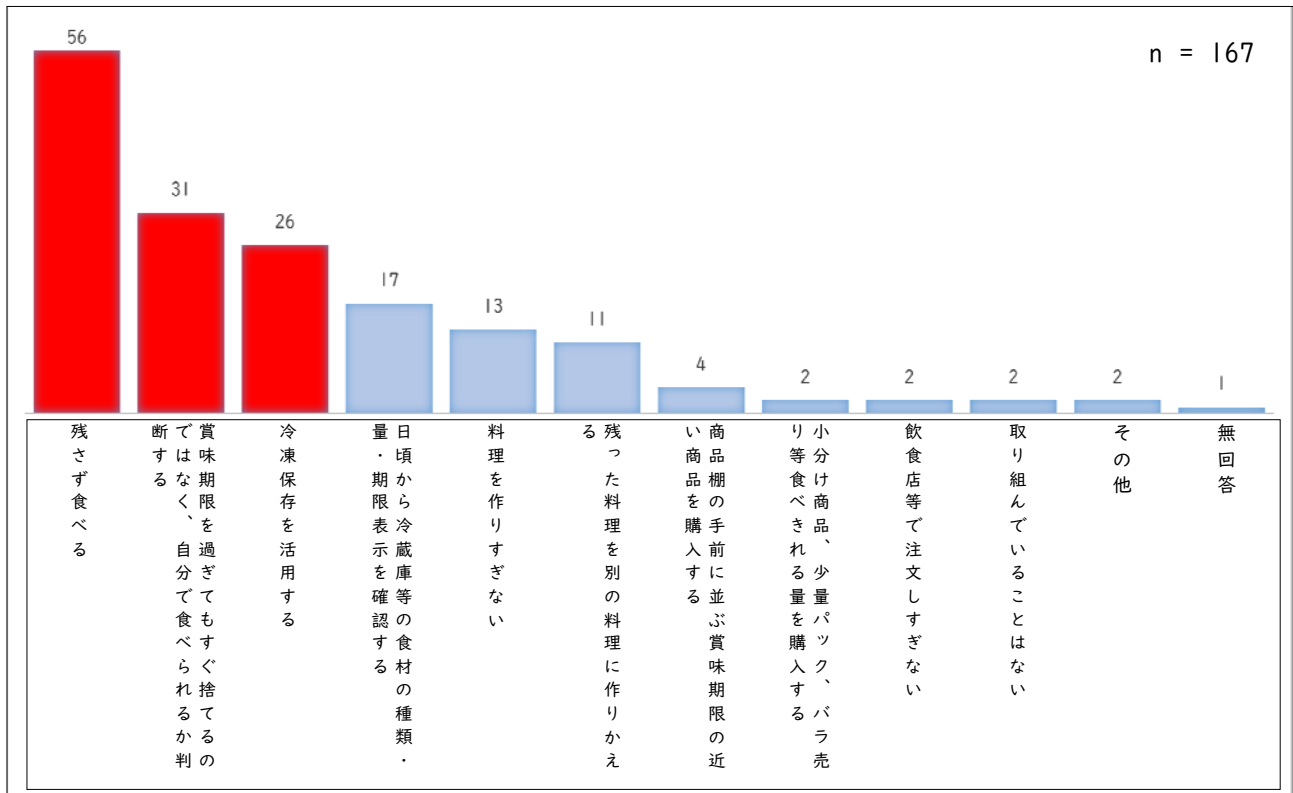


	できている		できていない	
	人数	割合	人数	割合
20代	5	2.99	3	1.80
30代	17	10.18	6	3.59
40代	34	20.36	14	8.38
50代	18	10.78	19	11.38
60代	32	19.16	7	4.19
70代	10	5.99	2	1.20
計	116	69.46	51	30.54

「食品の安全性について、基礎的な知識を持ち、自ら判断できている」の回答が69.46%となっており過半数を超えている。

年代別では50代が「食品の安全性について、基礎的な知識を持ち、自ら判断できていない」の回答が上回った。

問10 食品ロスを減らすために取り組んでいることはありますか

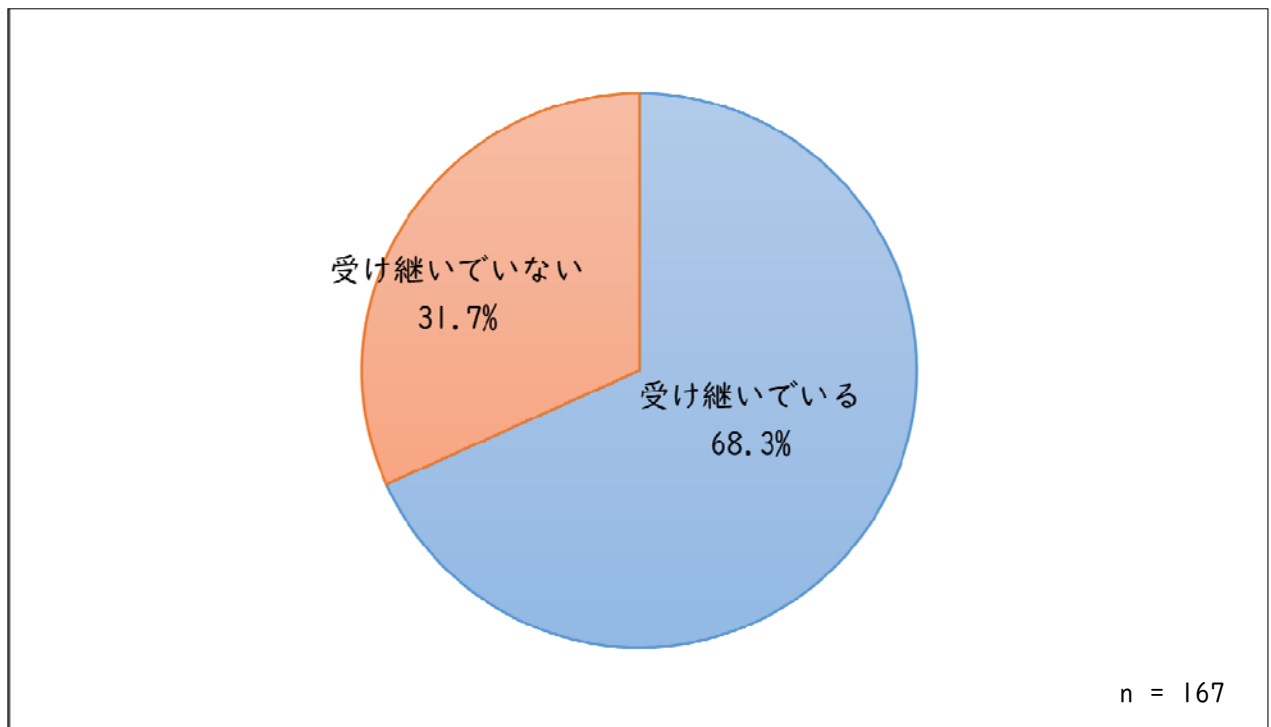


	20代	30代	40代	50代	60代	70代
残さず食べる	3	6	20	9	16	2
賞味期限を過ぎてもすぐ捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する	3	4	8	9	3	4
冷凍保存を活用する	2	4	5	8	3	4
日頃から冷凍庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する		4	5	4	4	
料理を作りすぎない		1	3	3	5	1
残った料理を別の料理に作りかえる		1		2	7	1
商品棚の手前に並ぶ賞味期限の近い商品を購入する		1	3			
小分け商品、少量パック、バラ売り等食べきれぬ量を購入する			1		1	
飲食店等で注文しすぎない		1	1			
取り組んでいることはない			2			
その他		1		1		
無回答			1			
計	8	23	49	36	39	12

「残さず食べる」「賞味期限を過ぎてもすぐ捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」「冷凍保存を活用する」の3つへの回答が67.66%と多くなっている。次いで、「日頃から冷蔵保存の食材の種類・量・期限表示を確認する」「料理を作りすぎない」「残った料理を別の料理に作りかえる」となっている。

年代別においても同様の結果となっている。

問 1 1 地域で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか

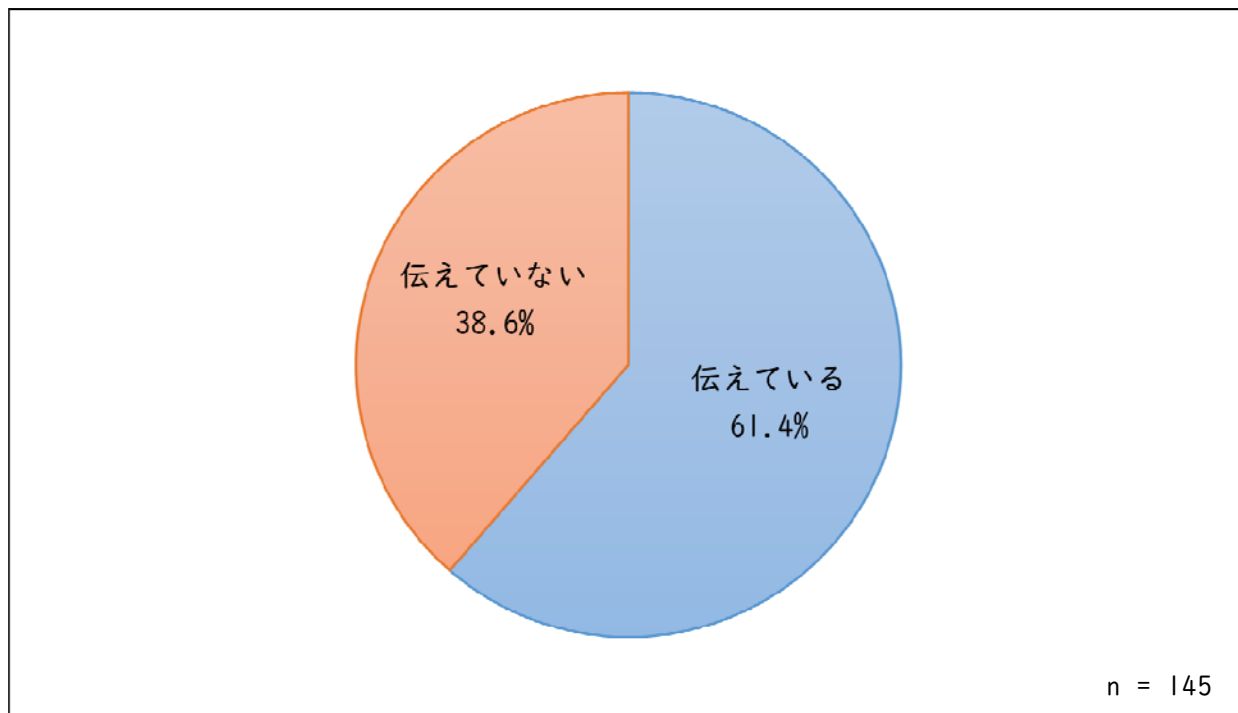


	受け継いでいる		受け継いでいない	
	人数	割合	人数	割合
20代	6	3.59	2	1.20
30代	12	7.19	11	6.59
40代	30	17.96	18	10.78
50代	25	14.97	12	7.19
60代	30	17.96	9	5.39
70代	11	6.59	1	0.60
計	114	68.26	53	31.74

「地域で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいる」の回答が68.26%となっており過半数を超えている。

年代別では30代が「受け継いでいる」と「受け継いでいない」の回答がほぼ同数となっているがその他の年代では「受け継いでいる」との回答が多かった。

問12 受け継いだことを地域や次世代（子供や孫含む）に対して伝えていきますか



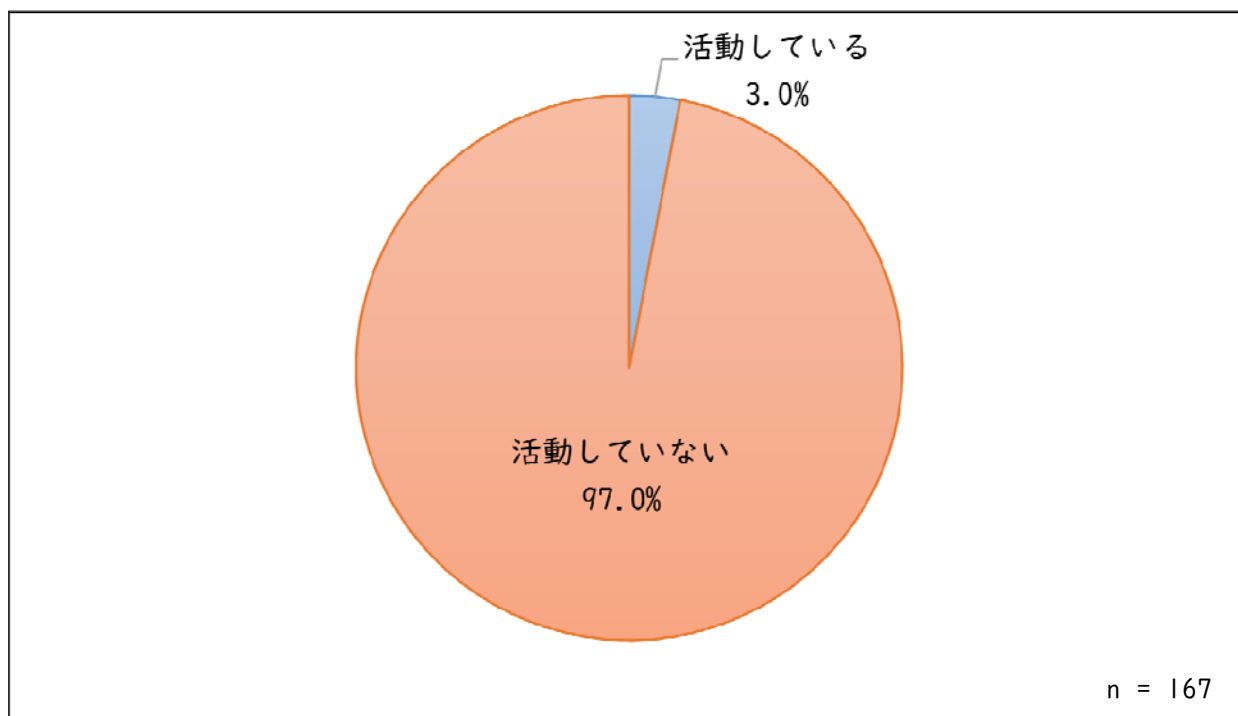
	伝えている		伝えていない	
	人数	割合	人数	割合
20代	3	2.07	5	3.45
30代	9	6.21	9	6.21
40代	25	17.24	14	9.66
50代	20	13.79	13	8.97
60代	24	16.55	12	8.28
70代	8	5.52	3	2.07
計	89	61.38	56	38.62

「受け継いだことを地域や次世代に対して伝えている」の回答が61.38%となっており過半数を超えている。

年代別では20代では「伝えている」よりも「伝えていない」の回答が多く、30代では同数となっている。

本設問は、問11で「受け継いでいる」と回答した人を対象とした質問でしたが、「受け継いでいない」と回答した人も回答している。

問 1 3 食育推進に関わるボランティア団体等において活動していますか



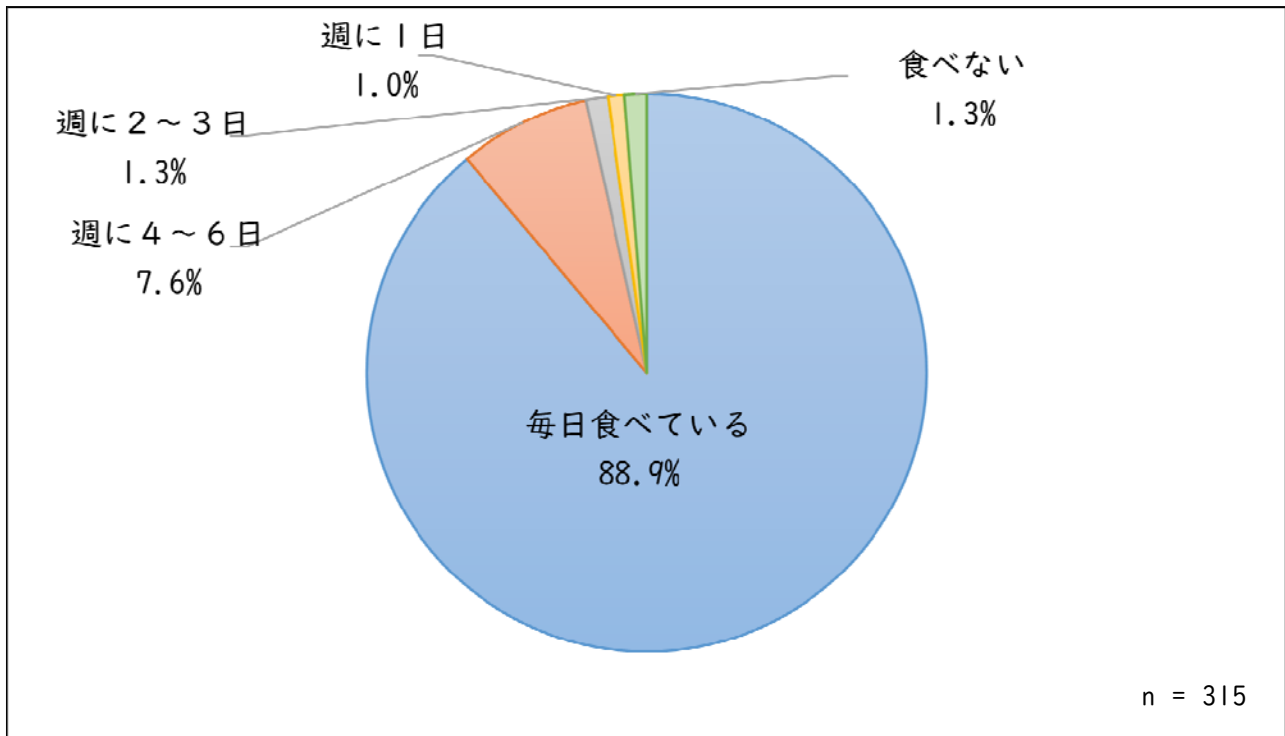
	活動している		活動していない	
	人数	割合	人数	割合
20代			8	4.79
30代			23	13.77
40代	1	0.60	47	28.14
50代			37	22.16
60代	3	1.80	36	21.56
70代	1	0.60	11	6.59
計	5	2.99	162	97.01

全体・年代別とも「食育推進に関わるボランティア団体等において活動していない」への回答が多く、全体で97.01%と大半を占めている。



## 2. 保育園児、小学生、中学生の保護者向け食育アンケート

問1 朝食を食べることが週に何日ありますか

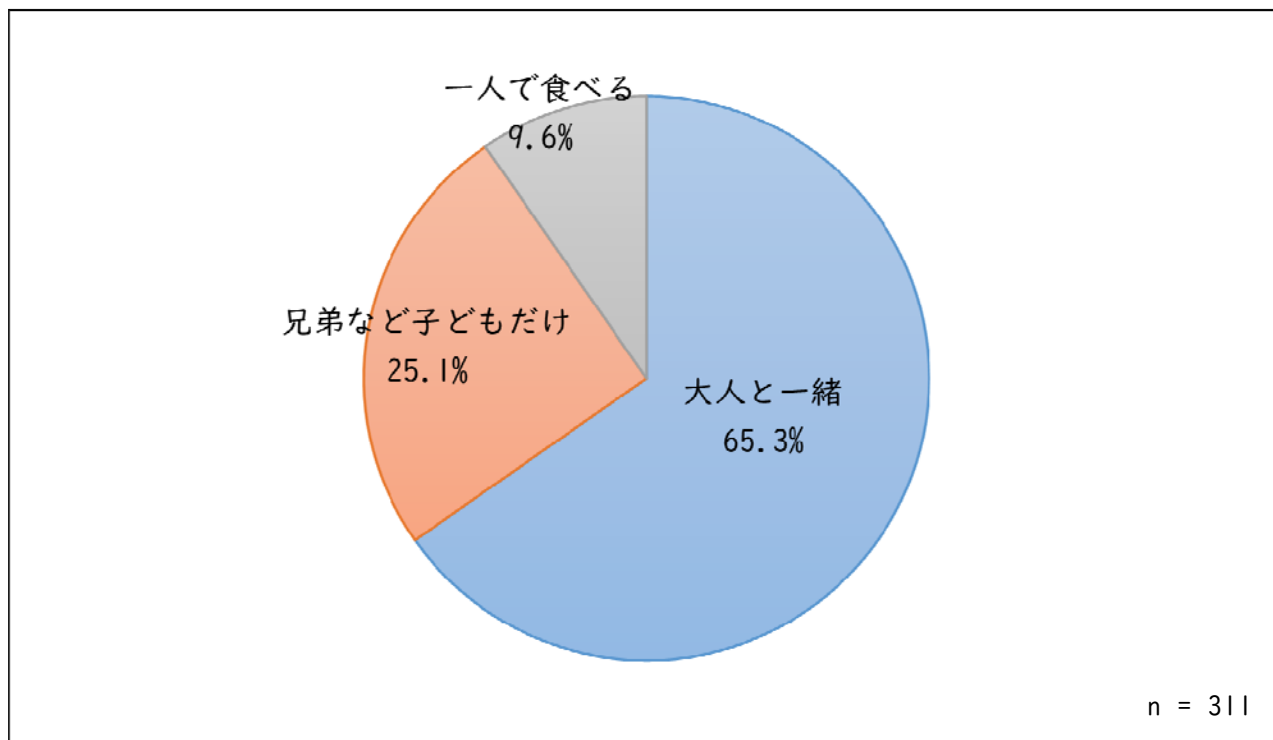


	毎日 食べている		週に4～6日		週に2～3日		週に1日		食べない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
園児 0-2歳	15	4.76	2	0.63					1	0.32
園児 3歳以上	32	10.16	3	0.95						
小学生 1-3年生	70	22.22	3	0.95			2	0.63		
小学生 4-6年生	55	17.46	3	0.95					1	0.32
中学生	108	34.29	13	4.13	4	1.27	1	0.32	2	0.63
計	280	88.89	24	7.62	4	1.27	3	0.95	4	1.27

「毎日食べている」と回答した割合は88.89%で、大半の子どもがしっかりと朝食を食べている結果となった。

年代別でも、すべての年代において「朝食をしっかりと食べている」結果となった。

問2 朝食は誰と食べますか（問1で「食べている」と回答した場合）

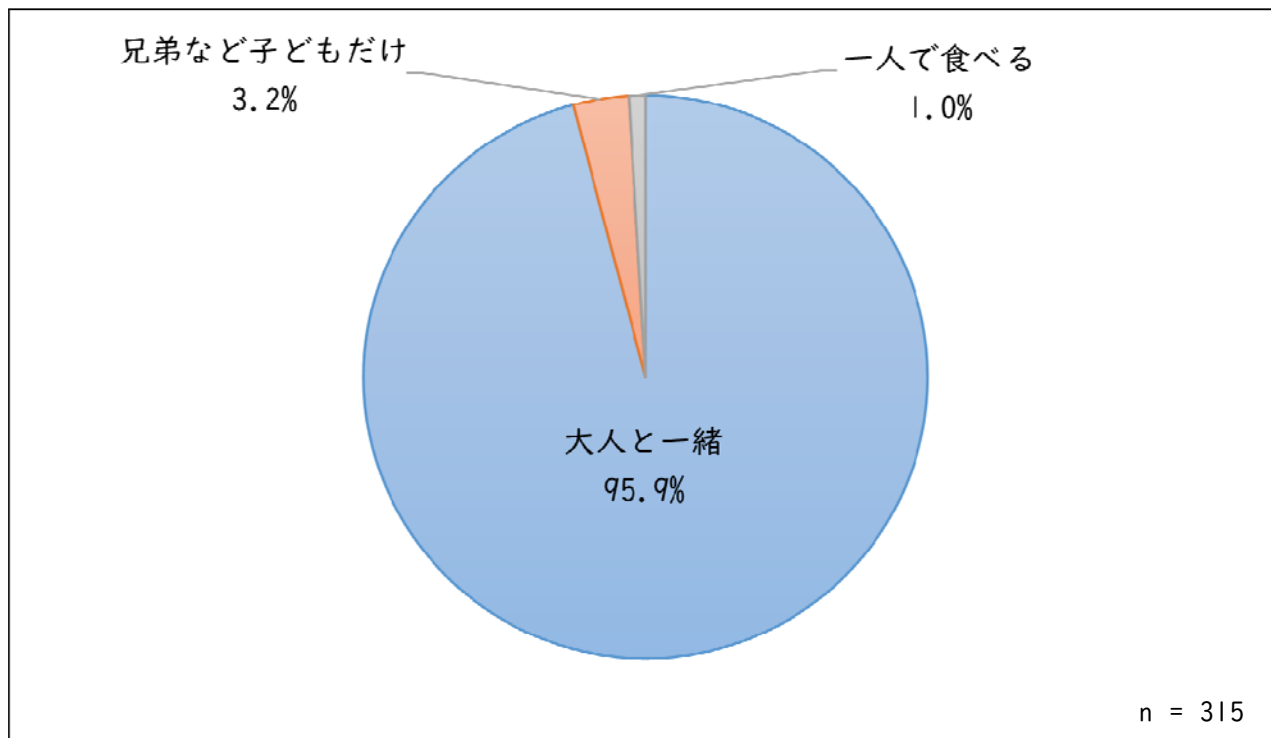


	大人と一緒に食べる		兄弟など子どもだけで食べる		一人で食べる	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
園児 0-2歳	16	5.14			1	0.32
園児 3歳以上	25	8.04	6	1.93	4	1.29
小学生 1-3年生	50	16.08	20	6.43	5	1.61
小学生 4-6年生	36	11.58	19	6.11	3	0.96
中学生	76	24.44	33	10.61	17	5.47
計	203	65.27	78	25.08	30	9.65

「大人と一緒に食べる」と「兄弟など子どもだけで食べる」を合わせた割合は90.35%で、大半の子どもが「共食」により朝食を食べている結果となった。

年代別においても大半の子どもが誰かと一緒に朝食を食べているが、中学生は「一人で食べる」割合が他の年代よりも高い結果となっている。

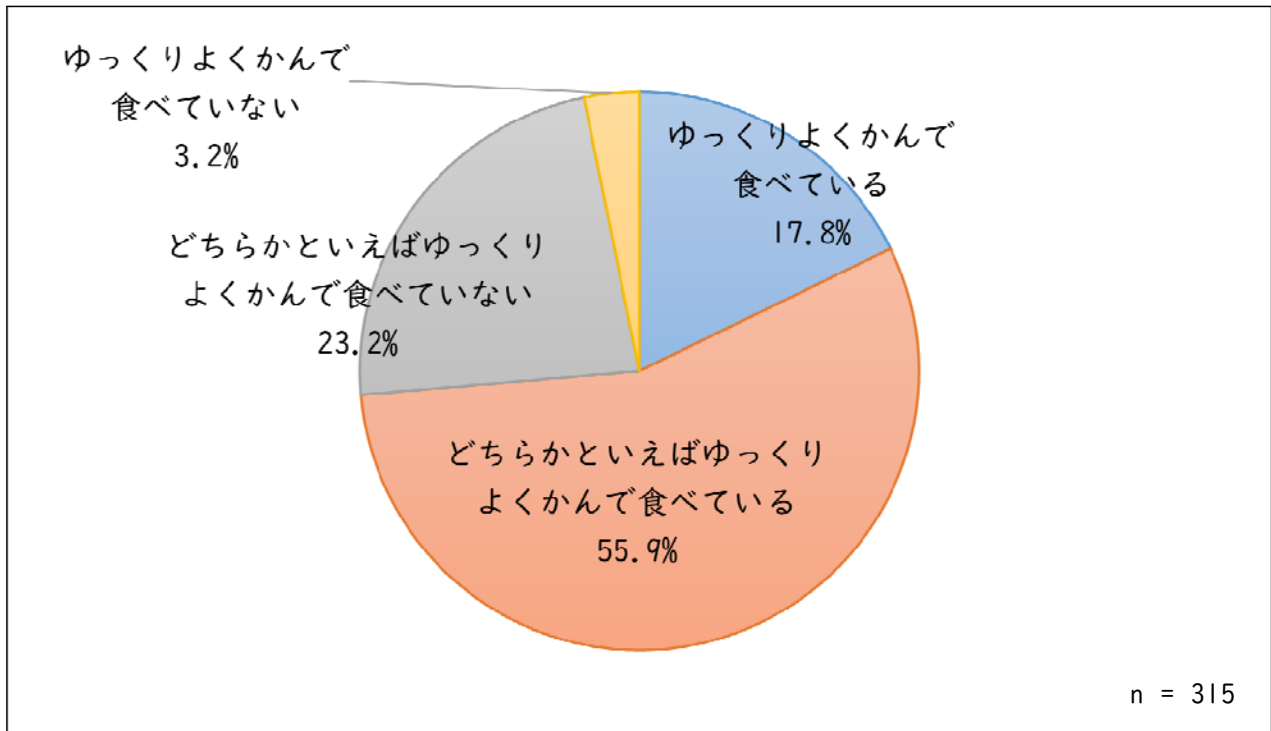
問3 夕食は誰と食べますか



	大人と一緒に食べる		兄弟など子どもだけで食べる		一人で食べる	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
園児 0-2歳	18	5.71				
園児 3歳以上	32	10.16	3	0.95		
小学生 1-3年生	74	23.49	1	0.32		
小学生 4-6年生	56	17.78	3	0.95		
中学生	122	38.73	3	0.95	3	0.95
計	302	95.87	10	3.17	3	0.95

全体・年代別ともに「大人と一緒に食べる」への回答が多く、全体で95.87%と大半の子どもが大人と一緒に食べている結果となった。

問4 ゆっくりよくかんで食べていますか

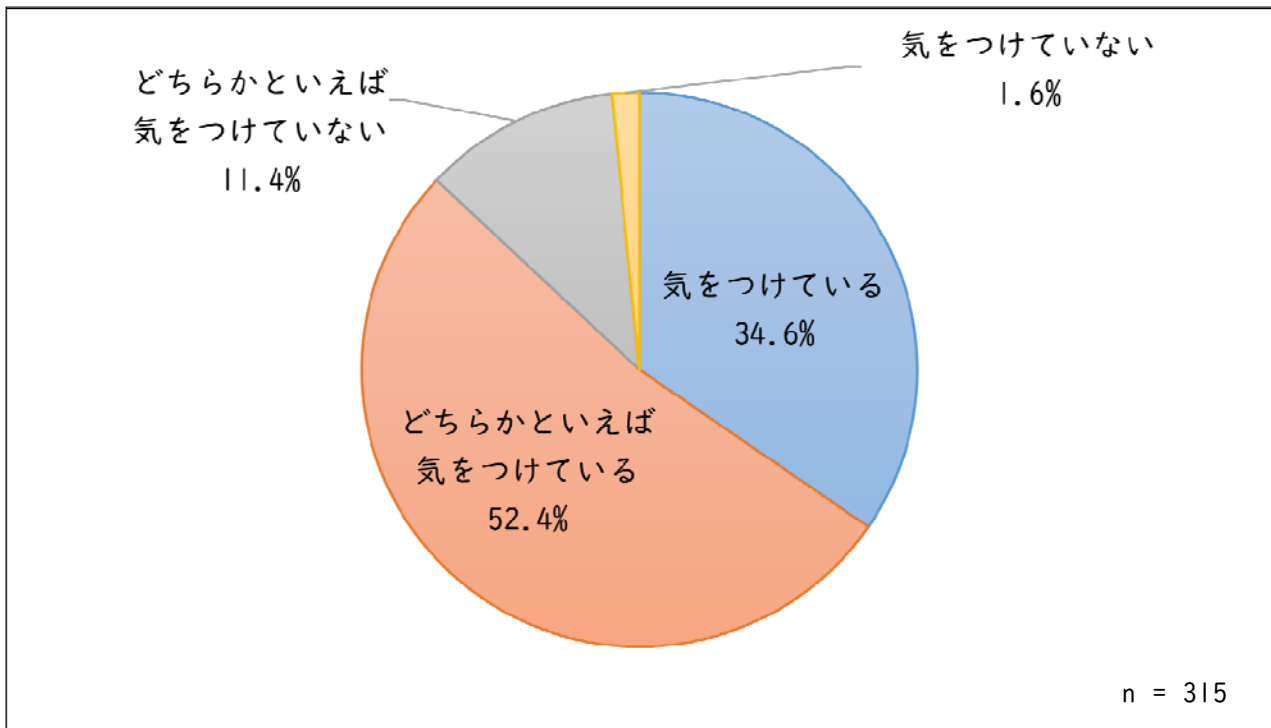


	ゆっくりよくかんで食べている		どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている		どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない		ゆっくりよくかんで食べていない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
園児 0-2歳	2	0.63	10	3.17	6	1.90		
園児 3歳以上	4	1.27	20	6.35	8	2.54	3	0.95
小学生 1-3年生	13	4.13	42	13.33	19	6.03	1	0.32
小学生 4-6年生	10	3.17	43	13.65	6	1.90		
中学生	27	8.57	61	19.37	34	10.79	6	1.90
計	56	17.78	176	55.87	73	23.17	10	3.17

「ゆっくりよくかんで食べている」と「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べている」を合わせた割合は 73.65%となっており、家庭ではゆっくりよくかんで食べている子どもが多い結果となった。

年代別でも同様結果となっているが、中学生は「どちらかといえばゆっくりよくかんで食べていない」の割合がほかの年代より多い結果となった。

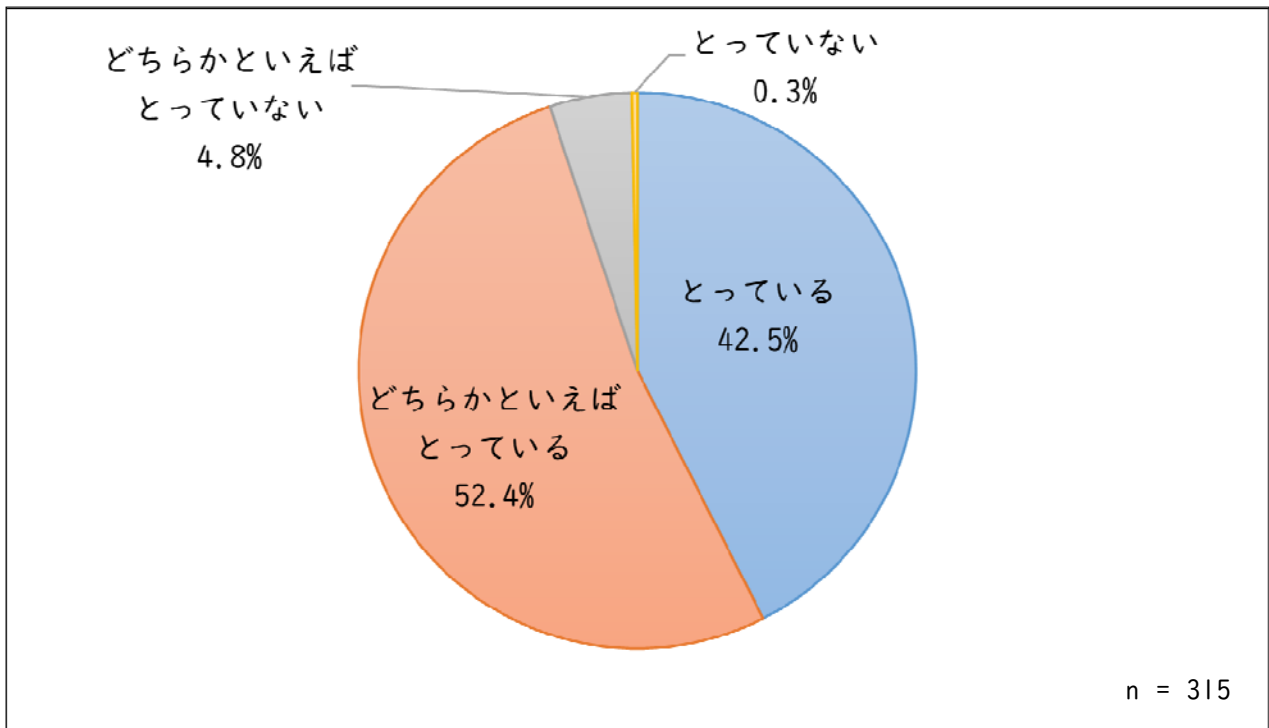
問5 食事マナーに気をつけていますか  
はしの使い方、食器の並べ方、食べ方、話題の選び方など



	気をつけている		どちらかといえば気をつけている		どちらかといえば気をつけていない		気をつけていない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
園児 0-2歳	4	1.27	11	3.49	2	0.63	1	0.32
園児 3歳以上	9	2.86	19	6.03	7	2.22		
小学生 1-3年生	22	6.98	43	13.65	9	2.86	1	0.32
小学生 4-6年生	30	9.52	20	6.98	7	2.22		
中学生	44	13.97	70	22.22	11	3.49	3	0.95
計	109	34.60	165	52.38	36	11.43	5	1.59

全体・年代別ともに、食事マナーに「気をつけている」と「どちらかといえば気をつけている」への回答が多く、全体で 86.98%と大半の家庭で子どもの食事マナーに気をつけている結果となった。

問6 食事の際に衛生的な行動をとりますか  
 食事の前の手洗い、清潔な食器具の使用、清潔な場所での食事など

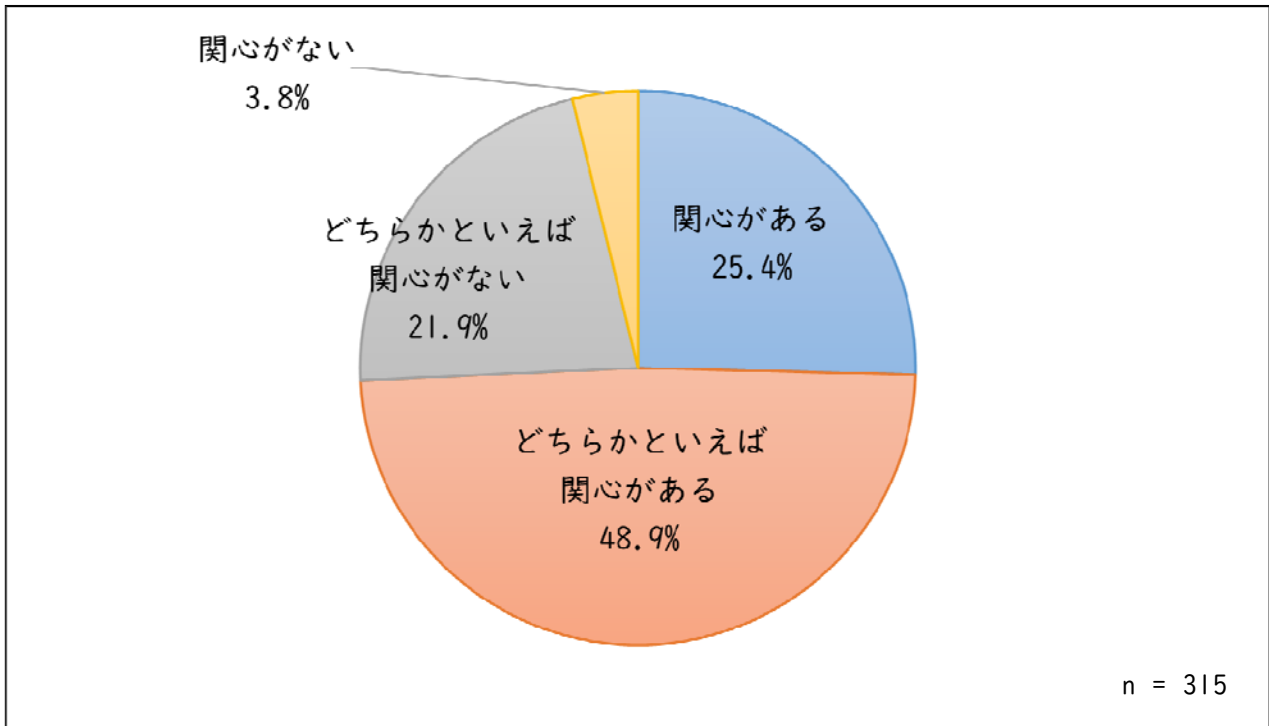


	衛生的な行動をとっている		どちらかといえば衛生的な行動をとっている		どちらかといえば衛生的な行動をとっていない		衛生的な行動をとっていない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
園児 0-2歳	6	1.90	12	3.49				
園児 3歳以上	9	2.86	24	6.03	2	0.63		
小学生 1-3年生	30	9.52	38	13.65	6	1.90	1	0.32
小学生 4-6年生	32	10.16	25	6.98	2	0.63		
中学生	57	18.10	66	22.22	5	1.59		
計	134	42.54	165	52.38	15	4.76	1	0.32

全体・年代別ともに、衛生的な行動を「とっている」と「どちらかといえばとっている」への回答が多く、全体で94.92%と大半の家庭で衛生的な行動をとっている結果となった。

問7 伝統的な食文化や行事食について関心がありますか

伝統的な食文化：各地域で古くから大切に受け継がれてきた食にまつわる文化  
 行事食：正月のおせち料理や桃の節句のちらし寿司など季節ごとの行事やお祝いの日食べる特別な料理



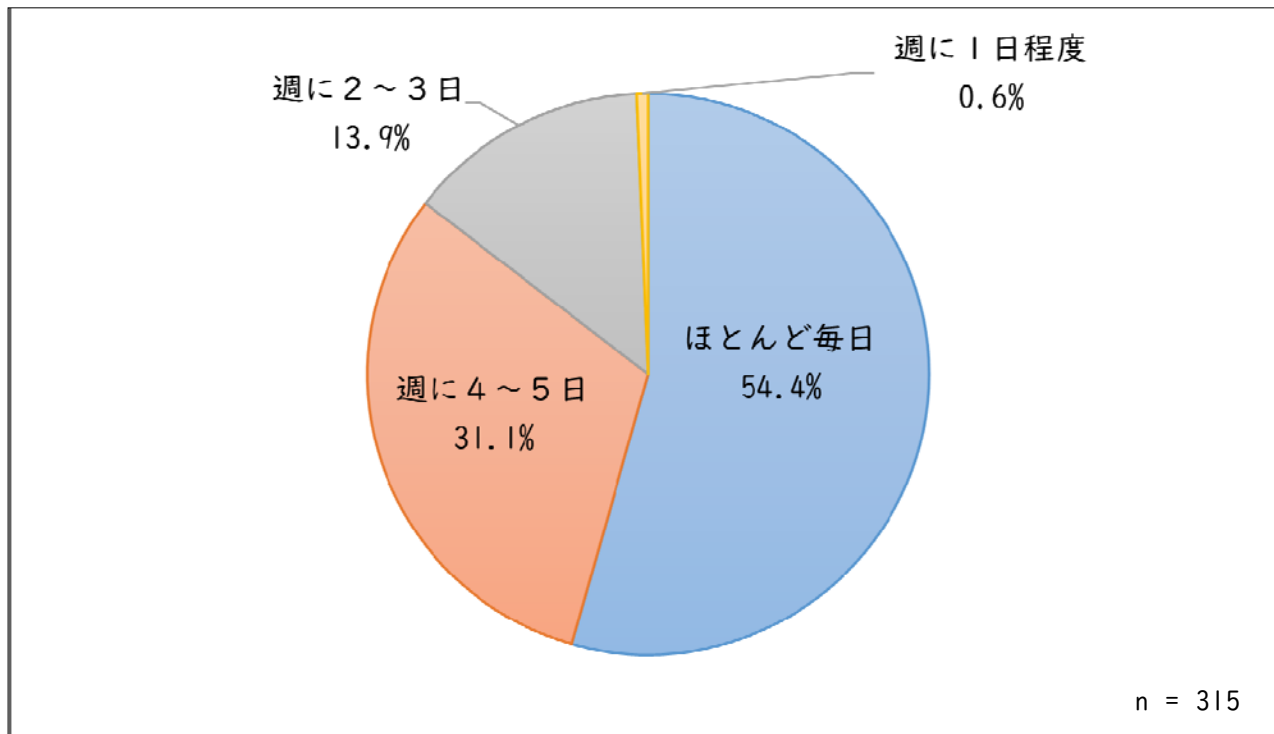
	関心がある		どちらかといえば関心がある		どちらかといえば関心がない		関心がない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
園児 0-2歳	3	0.95	11	3.49	3	0.95	1	0.32
園児 3歳以上	8	2.54	17	5.40	9	2.86	1	0.32
小学生 1-3年生	19	6.03	35	11.11	15	4.76	6	1.90
小学生 4-6年生	18	5.71	28	8.89	11	3.49	2	0.63
中学生	32	10.16	63	20.00	31	9.84	2	0.63
計	80	25.40	154	48.89	69	21.90	12	3.81

伝統的な食文化や行事食に「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」への回答が74.29%と高くなっているが、「どちらかといえば関心がない」への回答も21.90%となった。

年代別では、中学生の子どもがいる家庭で「どちらかといえば関心がない」と「関心がない」への回答が10.47%となっている。

問8 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは週に何日ありますか（学校給食も1回に数えます）。

主食：ごはん、パン、麺など  
 主菜：肉、魚、卵、大豆製品などを使った料理  
 副菜：野菜、きのこ、いも、海藻などを使った料理



	ほとんど毎日		週に4～5日		週に2～3日		週に1日程度		ほとんどない	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
園児 0-2歳	10	3.17	4	1.27	4	1.27				
園児 3歳以上	23	7.30	8	2.54	3	0.95			1	0.32
小学生 1-3年生	36	11.43	27	8.57	8	2.54	1	0.32	3	0.95
小学生 4-6年生	29	9.21	20	6.35	9	2.86			1	0.32
中学生	70	22.22	37	11.75	19	6.03	1	0.32	1	0.32
計	168	53.33	96	30.48	43	13.65	2	0.63	6	1.90

「ほとんど毎日」と「週に4日～5日」を合わせた割合は83.81%で、主食・主菜・副菜を合わせて食べている回答が多い結果となった。

年代別でも、すべての年代において主食・主菜・副菜を合わせて食べている結果となった。