

食育に関するアンケート

2020年09月30日09:42 現在

有効回答者数: 1324名

設問: 年代

選択項目	回答件数	割合	
10代	2件	0%	
20代	23件	2%	
30代	108件	8%	
40代	315件	24%	
50代	345件	26%	
60代	191件	14%	
70代	203件	15%	
80代～	59件	4%	
不明	78件	6%	

設問: 性別

有効回答者数: 1324名

選択項目	回答件数	割合	
男性	641件	48%	
女性	611件	46%	
不明	72件	5%	

設問: あなたは「食育」に関心がありますか

※「食育」とは、健全で豊かな食生活を実現するため、心身の健康の基本となる「食」について、子どもの頃から考える習慣を身に付けるよう、「食」の選び方、組み合わせ方、食べ方、調理法、作物の生育等に関する知識や技術を習得することです。

有効回答者数: 1324名

選択項目	回答件数	割合	
関心がある	490件	37%	
どちらかといえば関心がある	635件	48%	
どちらかといえば関心がない	123件	9%	
関心がない	57件	4%	
わからない	19件	1%	

設問: あなたは、1日3食食べていますか

有効回答者数: 1324名

選択項目	回答件数	割合	
ほぼ毎日食べる	1058件	80%	
週4～5日食べる	97件	7%	
週2～3日食べる	64件	5%	
1日3食食べることはほとんどない	105件	8%	

設問: あなたは、朝食を1週間にどの程度食べていますか

有効回答者数: 1324名

選択項目	回答件数	割合	
ほぼ毎日食べる	1094件	83%	
週4～5日食べる	90件	7%	
週2～3日食べる	53件	4%	
ほとんど食べない	87件	7%	

設問: 主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事の頻度はどのくらいですか

※主食（ごはん・パン・めんなど）、主菜（肉・魚・卵・大豆製品を使った料理）、副菜（野菜・きのこ・いも・海草などを使った料理）

有効回答者数: 1324名

選択項目	回答件数	割合	
おおむね1日3食	335件	25%	
おおむね1日2食	506件	38%	
おおむね1日1食	393件	30%	

1週間に数回	70件	5%	<div></div>
1週間に1回も食べない	20件	2%	<div></div>

設問: あなたは野菜料理をどの程度食べていますか
 ※例: 目安として小鉢1つ程度（お浸し、サラダなど）

有効回答者数: 1322名

選択項目	回答件数	割合	
おおむね1日3食	271件	20%	<div></div>
おおむね1日2食	523件	40%	<div></div>
おおむね1日1食	440件	33%	<div></div>
1週間に数回	78件	6%	<div></div>
野菜料理はほとんど食べない	10件	1%	<div></div>

設問: あなたは塩分をとり過ぎないように気をつけていますか

有効回答者数: 1324名

選択項目	回答件数	割合	
じゅうぶん気をつけている	259件	20%	<div></div>
どちらかといえば気をつけている	741件	56%	<div></div>
どちらかといえば気にしていない	271件	20%	<div></div>
全く気にしない	53件	4%	<div></div>

設問: あなたはふだんゆっくりよく噛んで食べていますか

有効回答者数: 1324名

選択項目	回答件数	割合	
ゆっくりよく噛んで食べている	150件	11%	<div></div>
どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	487件	37%	<div></div>
どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	515件	39%	<div></div>
ゆっくりよく噛んで食べていない	172件	13%	<div></div>

設問: 生活習慣病の予防や健康づくりのためにあなたは食生活や運動に気をつけ、適正体重の維持を実践していますか

有効回答者数: 1314名

※適正体重とは…「身長（m）×身長（m）×22」で算出される標準体重のこと。

例: 身長165cmの場合の適正体重は $1.65 \times 1.65 \times 22 = 59.8\text{kg}$ となります。

選択項目	回答件数	割合	
いつも気をつけて実践している	234件	18%	<div></div>
どちらかと言えば気をつけて実践している	594件	45%	<div></div>
あまり気をつけて実践していない	396件	30%	<div></div>
全く気をつけて実践していない	90件	7%	<div></div>

設問: あなたは朝食または夕食を家族や知人等と一緒に食べることが週に何回ありますか

有効回答者数: 1324名

選択項目	回答件数	割合	
ほとんど毎食	684件	52%	<div></div>
週に13回～10回	142件	11%	<div></div>
週に9回～6回くらい	169件	13%	<div></div>
週に5回～2回くらい	136件	10%	<div></div>
週に1回くらい	50件	4%	<div></div>
ほとんどない	143件	11%	<div></div>

設問: 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択すると良いか、どのような調理が必要かについてどの程度判断をしていますか

有効回答者数: 1312名

※食中毒、食品表示、健康食品など

選択項目	回答件数	割合	
いつも判断している	278件	21%	<div></div>
ある程度判断している	763件	58%	<div></div>
あまり判断していない	229件	17%	<div></div>
全く判断していない	42件	3%	<div></div>

設問: あなたは、この1年間で野菜づくりや水産に親しむ体験をしましたか【複数回答可】

有効回答者数: 1312名

選択項目	回答件数	割合	
種まきから収穫までしたことがある。(家庭菜園・プランター栽培含む)	395件	30%	<div></div>
収穫体験など部分的にしたことがある(芋掘り体験や観光農園での摘み取りなど)	144件	11%	<div></div>
ノリすき体験、釣り、潮干狩り、観光地引網など	72件	5%	<div></div>
その他(50文字以内)	17件	1%	<div></div>
体験していない	784件	60%	<div></div>

設問: あなたは郷土料理(※1)や伝統食、行事食(※2)など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や作法(箸づかいなどの食べ方)等を知っていますか

※1千葉県郷土料理 …太巻き寿司、なめろう、さんが焼き、落花生みそ等

有効回答者数: 1324名

※2伝統食、行事食の例 …正月(おせち・雑煮・七草粥等)、節分(まめ等)、桃の節句(ひな菓子、五目すし等)

選択項目	回答件数	割合	
知っている	849件	64%	<div></div>
知らない(→Q14へ)	475件	36%	<div></div>

設問: 【Q12で「知っている」と回答した方に伺います】

あなたは郷土料理や伝統食、行事食など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や作法などを次世代(子どもやお孫さんを含む)に対して伝えていきますか

有効回答者数: 863名

選択項目	回答件数	割合	
伝えている	395件	46%	<div></div>
伝えていない	468件	54%	<div></div>