

# **堺市食育に関するアンケート調査 結果報告書**

**令和3年（2021年）10月  
堺市**

# 目 次

## 第1章 調査概要

1. 調査目的
2. 調査方法
3. 報告書の見方
4. 調査結果概要

## 第2章 調査結果

1. 回答者の属性
2. 食育について
3. 食事の状況について
4. 食生活について

## 第1章 調査概要 1. 調査目的

本市では、将来にわたる健康で文化的な生活と豊かで活力のある社会の実現をめざして、平成29年3月に「堺市食育推進計画（第3次）」（計画期間：平成29年度から令和3年度）を策定しました。この計画に基づき、「堺のまちは元気やさかい～伝えよう堺の食育～」をスローガンに、食育を推進しています。

本調査は、この計画の見直しにあたり、食育に関する意識や取り組みについての現状を把握し、次期計画の策定及び今後の食育推進施策のための基礎資料とすることを目的に実施しました。

## 2. 調査方法

調査対象	堺市に居住する満15歳以上の市民		
対象者数	4,000人（無作為抽出）		
調査期間	令和3年1月～3月		
回収数・回収率	1,820件・45.5%		
	（年代別回収率）		
	配布数	回収数	回収率
	15～29歳	667件	211件 31.6%
	30～39歳	665件	274件 41.2%
	40～49歳	667件	270件 40.4%
	50～59歳	667件	278件 41.6%
	60～69歳	667件	382件 57.2%
	70歳以上	667件	401件 61.0%
	年齢不明		4件 —
	計	4,000件	1,820件 45.5%
調査方法	郵送配布・郵送回収、電子申請		

## 3. 報告書の見方

回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答であっても合計値が100.0%にならない場合があります。

複数回答の設問の場合、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100.0%を超える場合があります。

図表中において、「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が著しく困難なものです。

図表等の「N (number of case)」は、有効標本数（集計対象者総数）を表しています。各設問の図表上の「MA%」「3LA%」等との表記は、回答選択肢の中からあてはまるものを複数選択する場合（すべてに○、3つまで○等）を示しています。これ以外の場合は、特に断りがない限り、単一回答（回答選択肢の中からあてはまるものを1つだけ選択する）形式の設問です。

## 4. 調査概要

- 食育に『関心がある』人の割合は、78.6%(前回 78.3%) でした。性・年代別にみると、男性の29歳以下と40歳～50歳代で、60%前後と関心が低くなっています。 【問1】
- 『朝食欠食』の割合は 11.5%(前回 10.5%)で、とくに男性の20歳代 24.1%(前回 23.2%)、30歳代 27.7%(前回 24.1%)、40歳代 22.1%(前回 21.5%) で、欠食している人の割合が高くなっています。朝食を食べない理由としては、「時間がない」の割合が最も高くなっています。 【問2・3】
- 同居家族がいる人で、家族と一緒に食べる頻度は、朝食は「ほとんど毎日」の人の割合が 41.9%(前回 39.7%)、夕食は「ほとんど毎日」の人の割合が 70.3%(前回 61.6%)で、夕食の方が一緒に食べる割合が高くなっています。朝夕の共食の状況を平均回数でみると、朝食が週 3.7回(前回 3.6回)、夕食が週 5.6回(前回 5.2回)、合計週 9.3回(前回 8.8回) でした。 【問4・5】
- 自分で料理を作る頻度が「ほとんど毎日」の人の割合は 44.8%(前回 48.8%)、「ほとんどない」は 27.1%でした(前回 24.9%)。 【問6】
- 朝・昼・夕 1日3回規則正しく食べていることが「ほとんど毎日」の人の割合は 70.1% でした。『栄養バランスを考えて食事をとっている』人の割合は 86.0%(前回 87.7%)で した。野菜料理を『毎日食べる』人の割合は、85.8%(前回 85.7%) でした。果物を「ほとんど毎日食べる」「週に4～5日食べる」人の割合の合計は 41.1%(前回 40.4%) でした。食事の際に心がけていることは「食べ物を残さない」割合が最も高くなっています。 【問7・8・9・10・11】
- 塩分をとりすぎないように『気をつけている』人の割合は 68.9%(前回 71.2%)でした。塩分をとりすぎないようにするには「塩分の多いものを食べすぎない」の割合が最も高 くなっています。 【問12・13】
- ふだん『ゆっくりよく噛んで食べている』人の割合は、43.3%(前回 42.6%)でした。 性・年代別にみると、男性では70歳以上、女性では80歳以上でそれ以外の年代より高 くなっています。 【問14】
- 栄養や食品に関する情報をどこから得ているかについては、「テレビ・ラジオ」の割合が 最も高く、60.8%でした。年代別にみると、男女ともに20歳～30歳代で「インターネッ ト」の割合が高くなっています。 【問15】
- 食の安全についてどのようなテーマの知識や情報を得たいかは「添加物」の割合が最も 高く、61.8%でした。鶏肉の刺身やタタキなど、十分に加熱していない鶏肉のメニュー が出されたとき、自分の行動に一番近いものを聞いたところ、「食中毒になる危険性がある ので食べない」の割合が最も高くなっています。 【問16・17】

- 外食のメニューを選ぶ際に、気をつけていることについて、「価格」の割合が最も高く、62.3%でした。「栄養バランス」41.3%（前回 27.0%）と「塩分」19.8%（前回 15.9%）は前回に比べて割合が高くなっています。 【問 18】
- スーパー等でお弁当や総菜を購入したり、外食の持ち帰り、配達を利用する頻度は「週に1回未満」が35.8%と最も高く、次いで「週に2～3回」の人の割合が23.5%でした。 【問 19】
- 地域や家庭で受け継がれてきた料理や味等を『伝えている』人の割合は38.3%でした。20歳以上で男性より女性が伝えている割合が高くなっています。 【問 20】
- 農業に関する体験をしたことのある人、または家族の割合は59.5%（前回 51.8%）でした。 【問 21】
- 地産地消の考えを「知っており、実践（地場産のものを購入するなど）している」人の割合は33.9%（前回 35.0%）、「聞いたことはあるが、実践はしていない」50.9%（前回 46.2%）でした。 【問 22】
- 今後の食生活で、どのようなことを心がけたいかについては、「栄養バランスのとれた食事の実践」の割合が78.0%（前回 76.4%）と最も高く、どの世代においても最も高くなっていました。 【問 23】
- 「食品ロス」が問題となっていることについて、『知っている』の割合は85.8%でした。「食品ロス」を減らすために取り組んでいることについては、「残さずに食べる」の割合が最も高くなっています。 【問 25・26】
- 災害時に備え、世帯1人あたりどのくらいの非常用の飲料水を備えているかについては、「1～2日分」の割合が41.5%と最も高く、次いで「備えていない」が33.4%、「3日以上」が24.2%でした。どのくらいの食料品を備えているかについては、「1～2日分」の割合が43.9%と最も高く、次いで「備えていない」が36.9%、「3日以上」の人の割合が18.4%となっています。 【問 27・28】