

## 食育に関するアンケート調査結果から今後の取り組みの方向性

### 1. 調査の目的

平成28年度に策定した、第3次佐世保市食育推進計画に掲げる基本目標の達成度を把握するとともに、次期食育推進計画策定に向けた基礎資料として、アンケート調査を実施し、その調査結果の集計・分析を行い、報告書を作成し、次期食育推進計画に反映させて更なる食育の推進と健康を資することを目的とする。

### 2. 調査の対象・回収状況の数

調査地区：佐世保市

調査対象：i) 佐世保市民16～79歳 4,000名：回収数1,808通（回収率45.2%）、このうち性別無記入者を除く1,792通を有効回答とした（有効回答率99.1%）

ii) 佐世保市内の施設に通園する全未就学児 2,101名：回収数1,123通（回収率53.5%）、これらはすべて有効回答とした（有効回答率100.0%）

iii) 佐世保市内の公立小学校2年生 489名：回収数478通（回収率97.8%）、これらはすべて有効回答とした（有効回答率100.0%）

佐世保市内の公立小学校5年生 505名：回収数490通（回収率97.0%）、これらはすべて有効回答とした（有効回答率100.0%）

佐世保市内の公立中学校2年生 556名：回収数523通（回収率94.1%）、これらはすべて有効回答とした（有効回答率100.0%）

対象の抽出方法：「佐世保市が行うアンケート調査にかかる住民基本台帳情報の利用に関する規則」に基づき年齢層及び性別を除き無作為に抽出

### 3. 調査の実施時期

令和2年10月末～11月末

### 4. 調査方法

i) 佐世保市民16～79歳は郵送にて調査票配布及び回答後返送

ii) 全未就学児は各施設に郵送し、施設から保護者へ調査票配布、保護者から直接返送

iii) 公立小学校2年生・5年生は各小学校から児童へ調査票配布及び回収

公立中学校2年生は各中学校から生徒へ調査票配布及び回収

5. 第3次佐世保市食育推進計画の目標値及び達成状況

	基本目標	推進項目		現状値 平成 27 年度	目標値 令和 3 年度	実績値 令和 2 年度	単純比較 の結果
1	「食育」の関心について	食育の取組を行っている人の増加		59.6%	70.0%	54.7%	×
2	朝食の欠食について (欠食する市民の割合の減少)	未就学児		0.1%	0%	0.1%	△
		小学2年生		2.2%	0%	2.3%	×
		小学5年生		1.7%	0%	2.0%	×
		中学2年生		1.8%	0%	0.6%	△
		成人(16~79歳)		5.3%	2.0%	7.2%	×
3	栄養バランスに配慮した食生活を 実践する市民を増やす	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 市民の割合	成人	45.6%	58.0%	44.9%	×
			若い世代 (20~30歳代)	35.6%	43.0%	32.3%	×
4	生活習慣病の予防や改善のため に、普段から食生活に気をつけ、 実践する市民を増やす	生活習慣病の予防や改善のために、普段か ら適正体重の維持や減塩に気をつけた食生 活を実践する市民の割合		77.9%	82.0%	68.6%	×
5	噛ミング30の推進について (ゆっくりよく噛んで食べる市民 の割合の増加)	未就学児		73.0%	80.0%	70.1%	×
		小学2年生		83.1%	90.0%	84.3%	△
		小学5年生		72.4%	80.0%	68.4%	×
		中学2年生		51.0%	60.0%	65.0%	◎
		成人(16~79歳)		66.5%	70.0%	67.1%	×
6	家族そろっての食事の機会向上に ついて	1週間のうち家族そろって食事する日が 3日以上ある市民の割合の増加		79.1%	90.0%	78.6%	×
7	学校給食について	地場産物を使用する割合の増加(重量比)		54.1%	55.0%	50.6%	×

	基本目標	推進項目	現状値 平成 27 年度	目標値 令和 3 年度	実績値 令和 2 年度	単純比較 の結果
8	食育の推進にかかわるボランティアについて	食育の推進にかかわるボランティア団体等において活動している人数の増加	1,030 人	1,200 人	964 人	×
9	地産地消の推進及び生産者との交流促進について	主要直売所利用者数	546,204 人	550,000 人	489,499 人	×
		農業体験者数の増加	742 人	750 人	814 人	◎
		漁業体験者数の増加	1,623 人	8,000 人	935 人	×
10	食文化の継承について（正しい箸の持ち方ができる子どもの増加）	小学 2 年生	66.5%	70.0%	68.4%	△
		小学 5 年生	71.1%	80.0%	71.8%	△
		中学 2 年生	80.0%	90.0%	82.4%	△
11	食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民を増やす	食べ物の買いすぎや料理を作りすぎないようにする	19.5%	23.0%	34.4%	◎
12	食品の安全性に関する基礎的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合の増加	食品表示を確認する市民の割合の増加	69.3%	80.0%	93.7%	◎

※平成 27 年度の現状値と令和 2 年度調査結果の単純比較の結果

◎目標値を達成したもの

△前回の調査結果より改善したが目標値を達成していないもの（横ばいの結果も含む）

×前回の調査結果よりも改善しなかったもの

アンケート結果に基づく  
佐世保市民の食を取り巻く状況

1. 若い世代（20～30歳代）
  - ・20歳代の10人に1人は、朝食を「まったく食べていない」
  - ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている人が少ない。
  - ・孤食の頻度の割合が高い。（特に10歳代、20歳代の男性）
  - ・食事前の手洗い・消毒を習慣にしている人の割合が低い。
2. 生活習慣病予防を意識した食生活を送る人
  - ・40歳代では朝食をまったく食べていない人が多い。
  - ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている人が少ない。
  - ・栄養成分表示を見ている人の割合が低い。
  - ・「塩分の少ないもの」「油の少ないもの」を選ぶ人が少ない。
3. 栄養バランスの整った食事をする人
  - ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている人が少ない。
  - ・全国の調査において、「複合料理について『主食・主菜・副菜を組み合わせた食事』ではない」という認識が広がっていることが示唆された。」という結果が出ている。
  - ・食品購入の際に栄養成分表示を見ている人が少ない。
4. 誰かと一緒に食事をする日数が多い人
  - ・家族や友人との共食の機会が減少している。
  - ・孤食の頻度の割合が高い。（特に10歳代、20歳代の男性）
5. 食品ロス削減に取り組む人
  - ・調理をしない市民の食品ロスへの意識が低い。

今後必要な取り組み

1. 若い世代や健康無関心層を含む誰もが『食育』を認識するよう周知し、『食育』の意味を正しく理解し、健全な食生活の実践につなげる。
2. 食育に関心はあるが、実践が困難な現状もあるため、「誰でもできる食育」について情報提供を行っていく取り組みの推進。
3. 栄養バランスを考えた食事の習慣化に向けて、主食・主菜・副菜を組み合わせることや、中食・外食の際に栄養成分表示を活用できるよう、情報の提供を行う。
4. 栄養バランスを考えた食事や、適正体重の維持などの健康管理を支援し、健康寿命の延伸につなげる。
5. 新しい生活様式に対応した共食の推進と、家庭での共食により、食や生活に関する基礎を伝えて、習得する機会となるよう推進する。
6. 食品ロス削減のため、食品を適正に保存して廃棄を減らしたり、適正量の購入を促す情報の提供を行う。

今後の取り組み

1. 若い世代からの食育
2. 生活習慣病予防及び改善につなげるための食育の推進
3. 食の楽しさを実感するとともに、望ましい食習慣につなげるための共食の推進
4. 市民全体の食品ロスに対する取り組みの推進