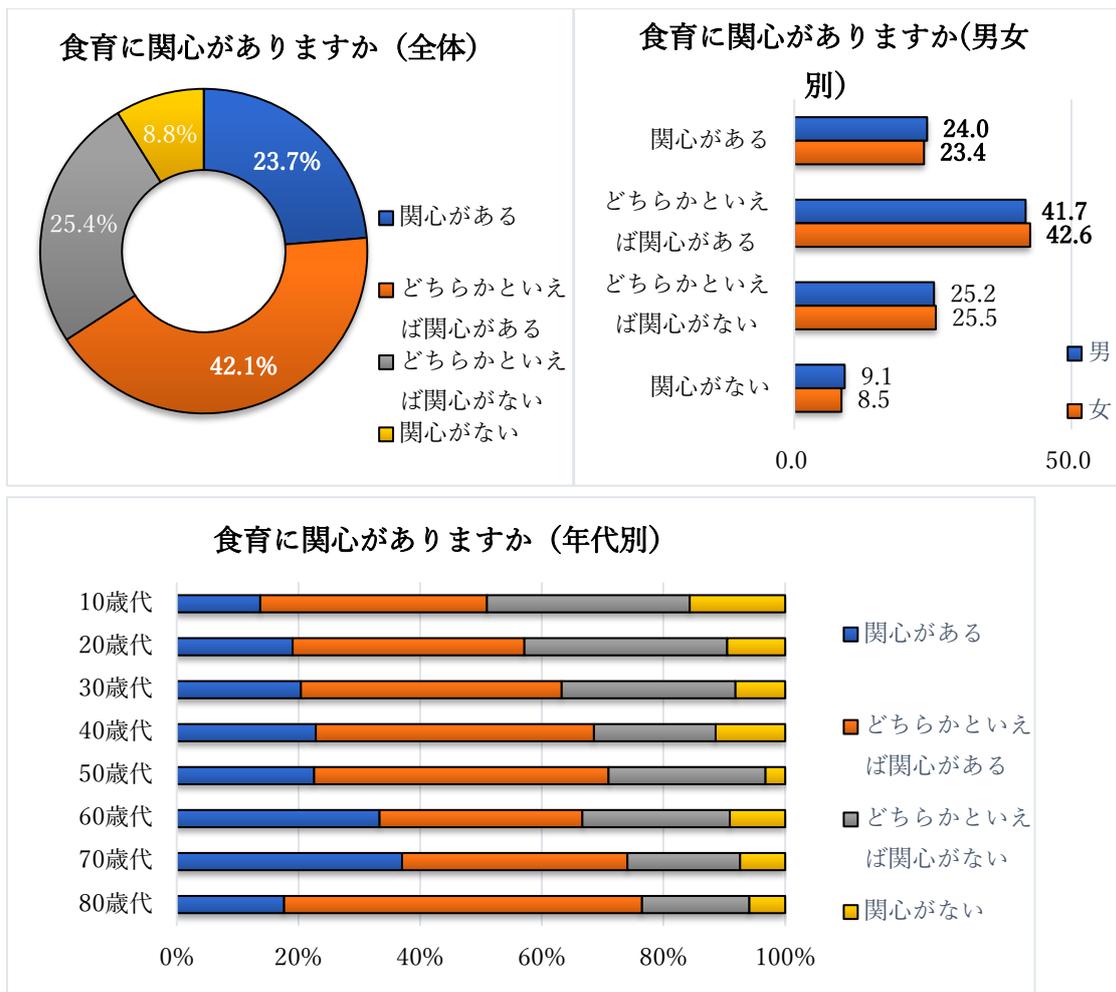


## 次期食育推進計画策定に向けての市民アンケート結果

【対象者】	満15歳以上の長岡京市民（令和6年5月1日時点） （人口82,373人 男性39,866人 女性42,507人）
【対象者抽出方法】	年齢別人口比、男女比、回収率を考慮し、合計1,500人になるよう無作為抽出
【調査機関】	令和6年6月初旬～同年6月28日
【送付数】	1,500人（男性958人 女性542人）
【回収数】	480人（32.0%）（男性246人 女性221人 不明13人）
【有効回答数】	463人（96.5%）（男性244人 女性219人 性別・年齢記入者）

### 問5. 食育に関心を持っている市民の割合。

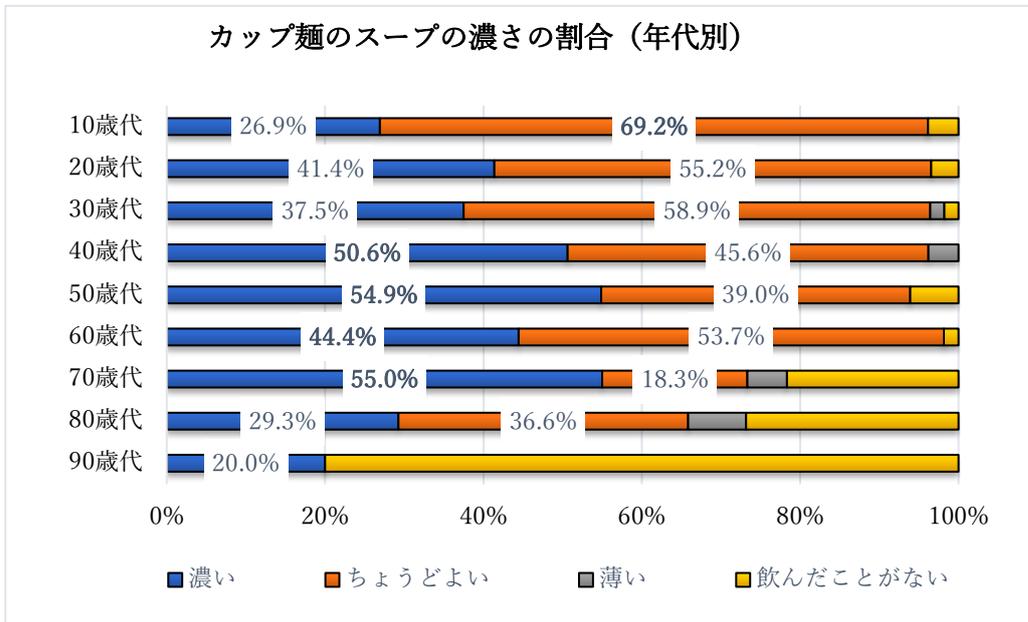
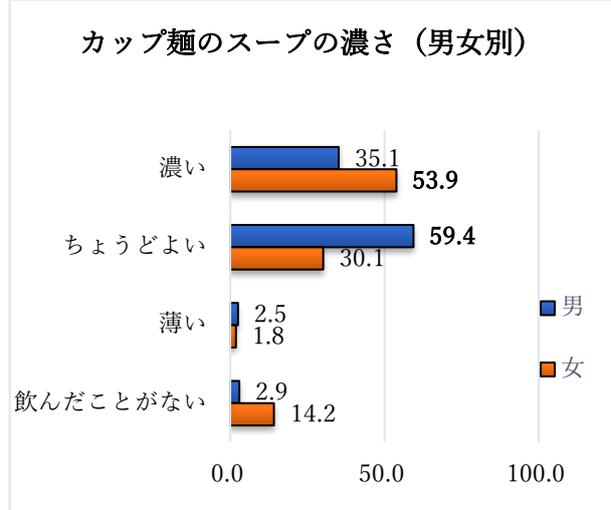
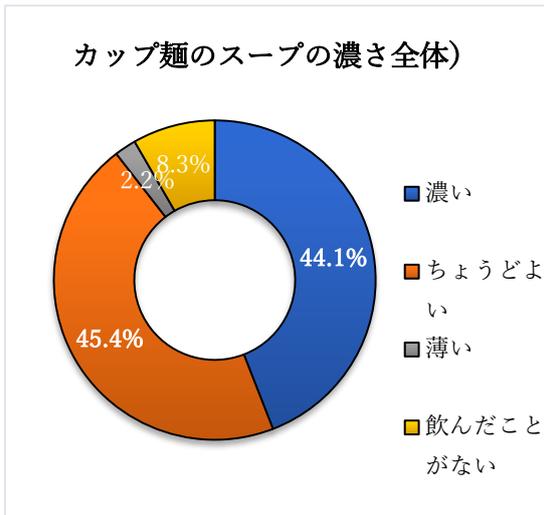
- ・全体では、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」が65.8%。
- ・男女比率は男性65.7%女性66.0%で同様、年代が上がるにつれて、増加している。





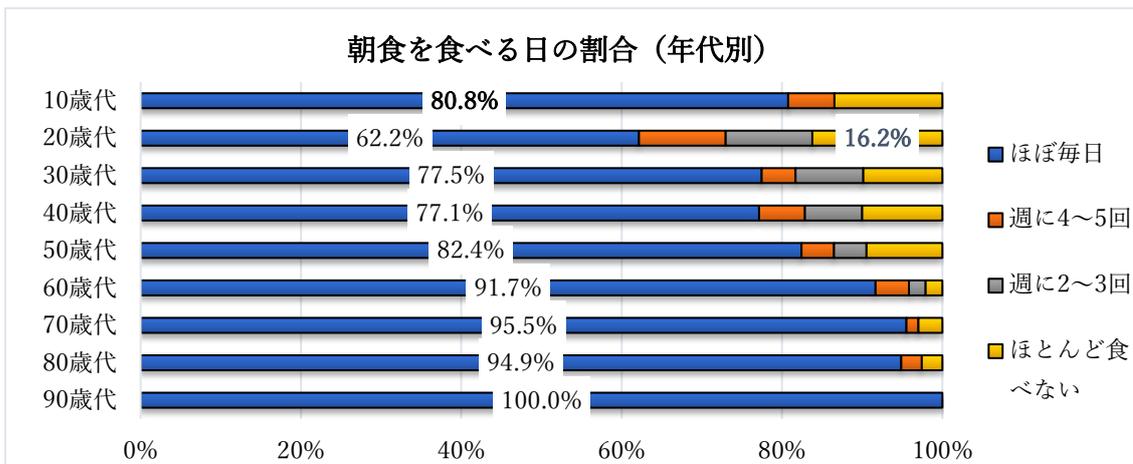
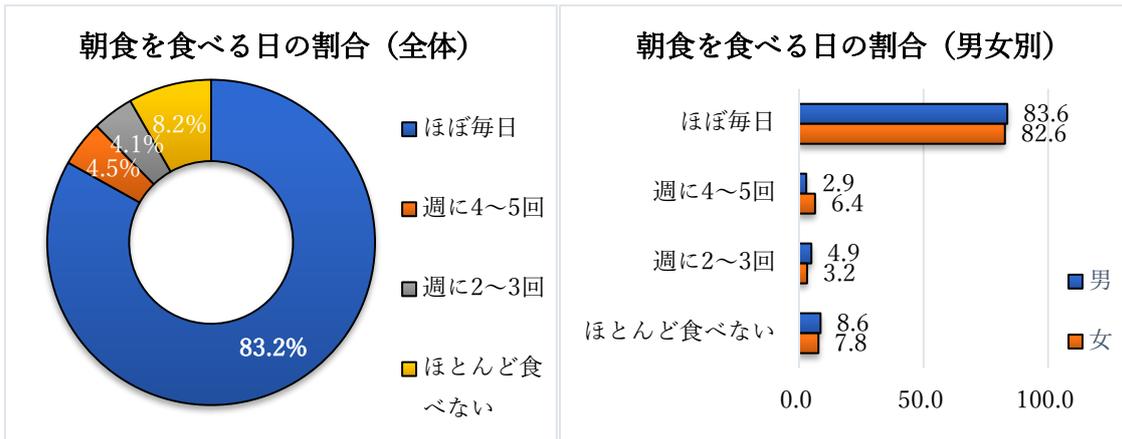
問7. あなたにとってカップ麺のスープの濃さはいかがですか。(目安の湯量で作った場合)

- ・全体では「濃い」が44.1%と、「ちょうどよい」が45.4%程度で同程度いる。
- ・男女差では、男性は「ちょうどよい」が過半数に対し、女性では「濃い」が過半数いる。
- ・年代別では、10歳代で「ちょうどよい」が69.2%と高く、年齢が上がるにつれ「濃い」40～70歳代では50%前後が濃く感じている。

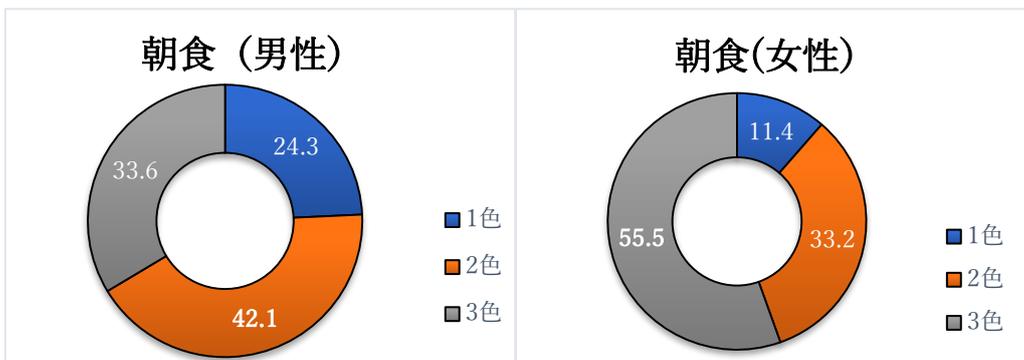


**問8. 朝食を食べている市民の割合。**

- ・全体では、83.2%の市民が「ほぼ毎日」朝食を食べている。一方、8.2%の市民が「ほとんど朝食を食べない」。
- ・男女差はあまりない。
- ・20歳代では「毎日食べる」割合が62.2%と一番低いが、年齢が上がるにつれて増加している。20代で「ほとんど食べない」16.2%が多い。

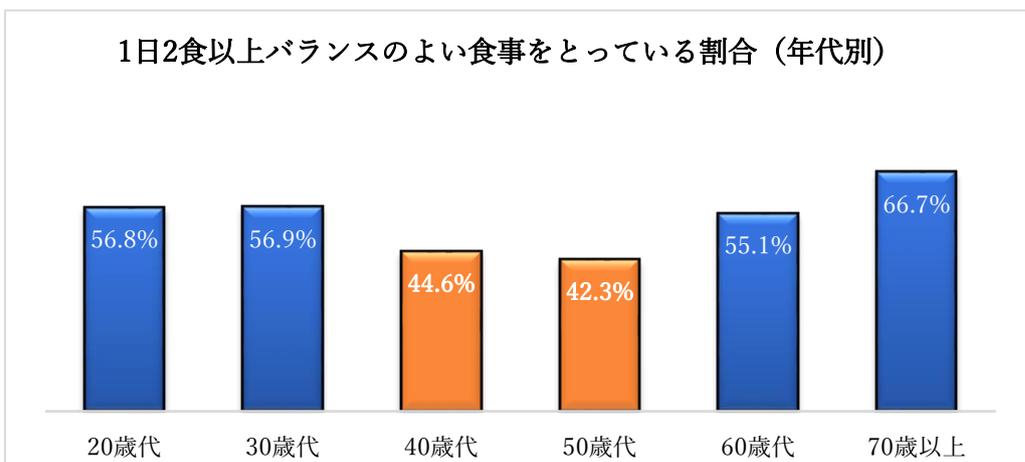
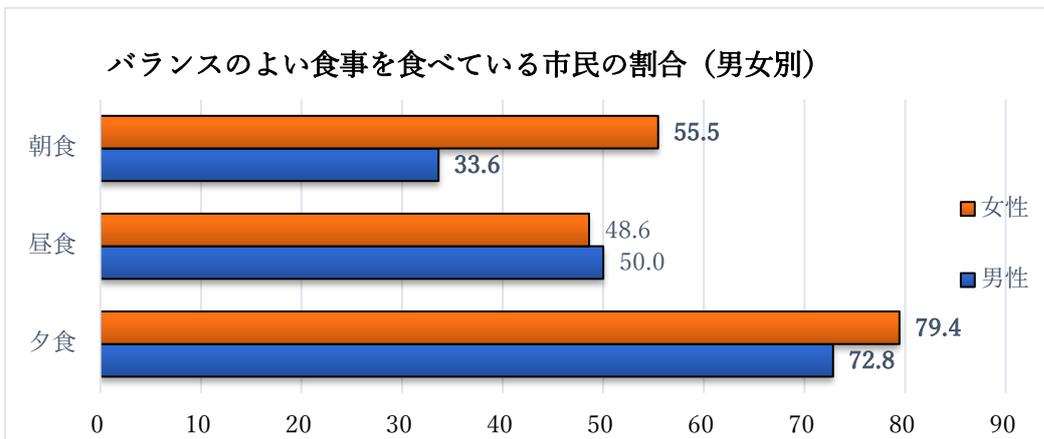


- ・朝食の内容では、3色そろった朝食を男性は33.6%、女性は55.5%の割合である。(3色とは主食(米・パン)・主菜(肉・魚・豆腐類)・副菜(野菜中心))



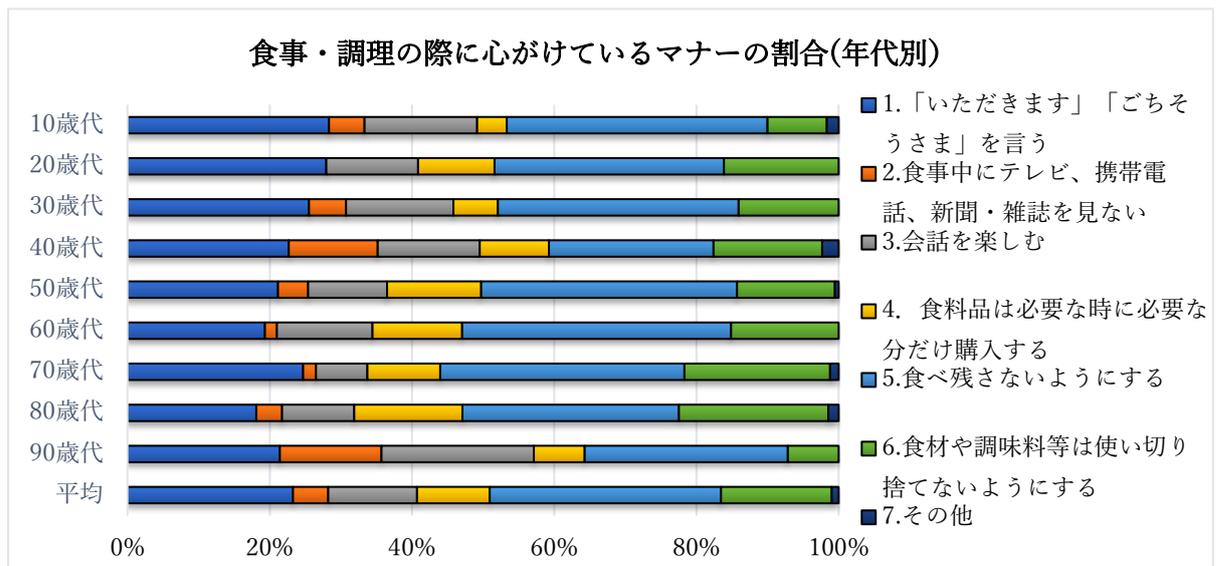
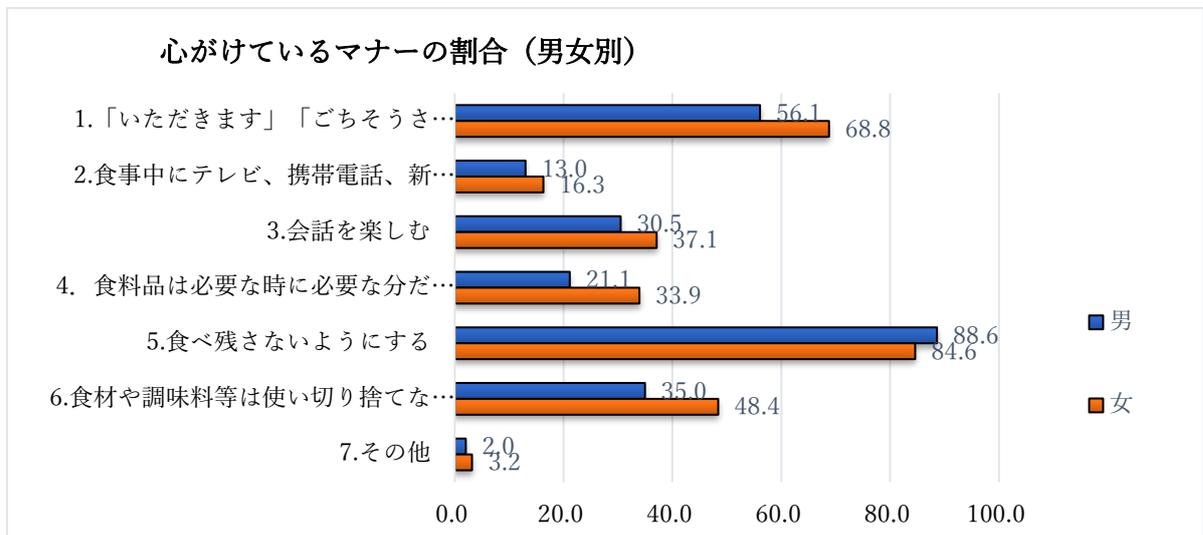
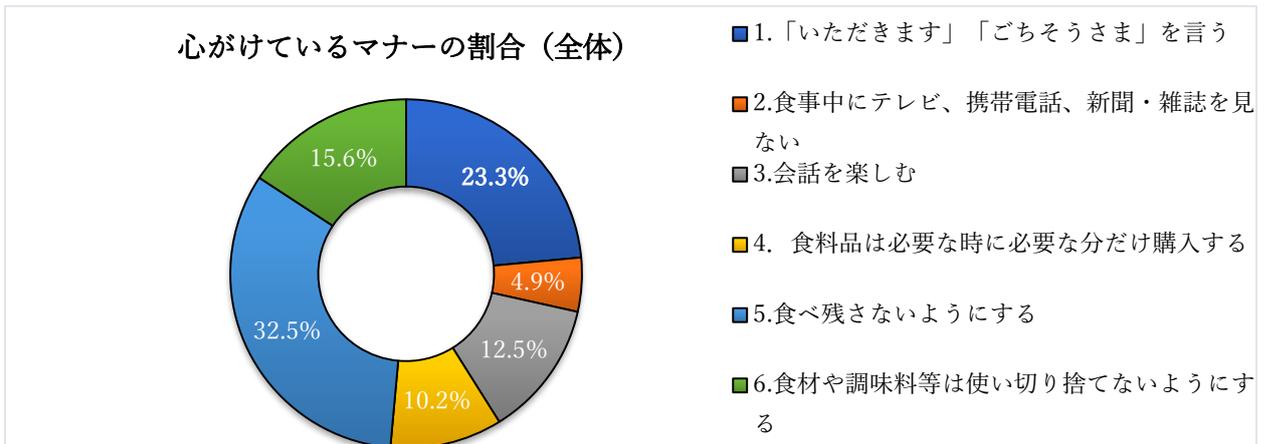
問9. 主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2食以上食べている市民の割合は。

- ・全体では1日2食以上3色そろった食事を食べている市民の割合は56%。
- ・一日のうちで、夕食に3色そろった食事をとっている割合が7割以上で多い。
- ・女性の方が3色そろった食事をとっている割合が全体として多い。
- ・年代別では、40・50歳代が3色そろった食事を1日2食以上取っている割合が低い。



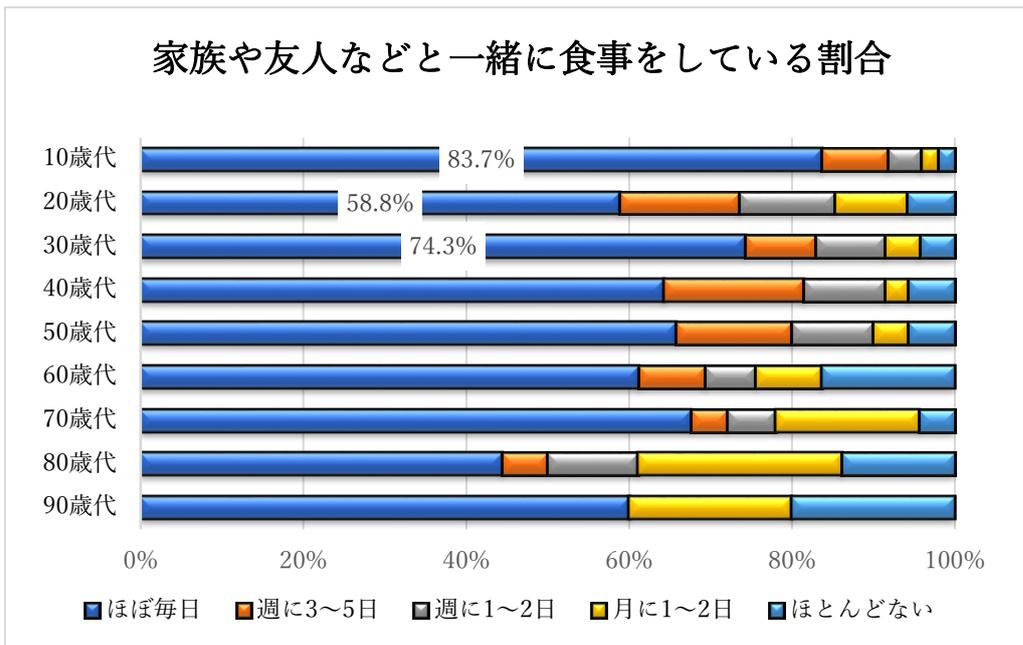
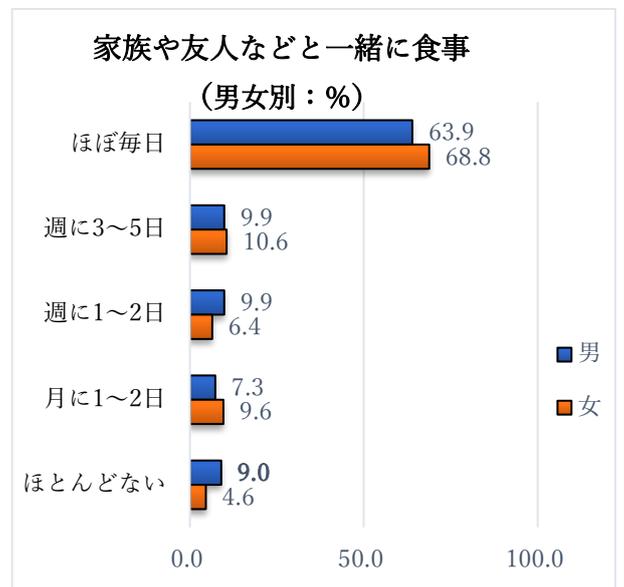
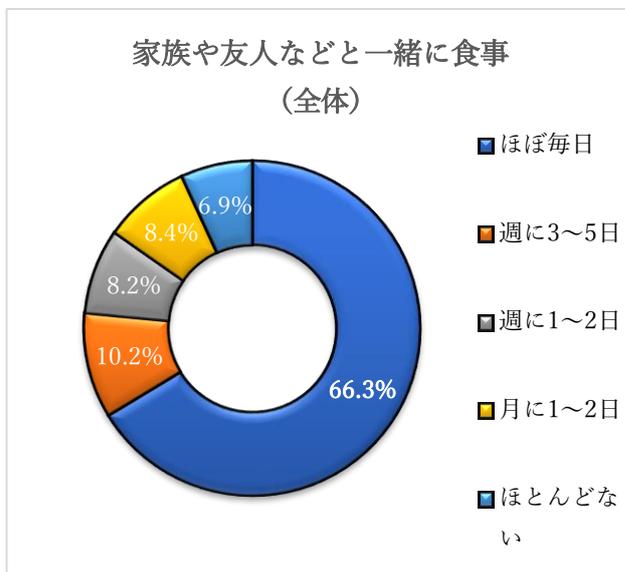
問10. 食事・調理の際に心がけているマナーはありますか(あてはまるものすべてに○)

- ・全体では、「食べ残さないようにする」32.5%、「いただきます」「ごちそうさま」を言うが23.3%が多い。年代別でも同様の結果になる。
- ・男女別では、食事のあいさつ、「食料品を必要な時に必要な分だけ購入」、「食材や調味料等は使い切り、捨てないようにする」は女性が多く。「食べ残さないようにする」は男性が多い。



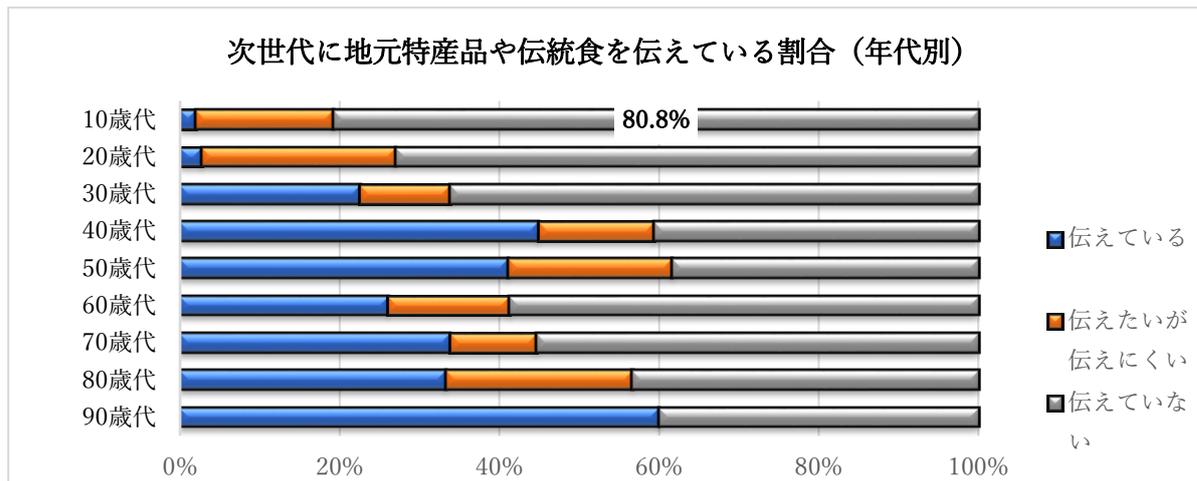
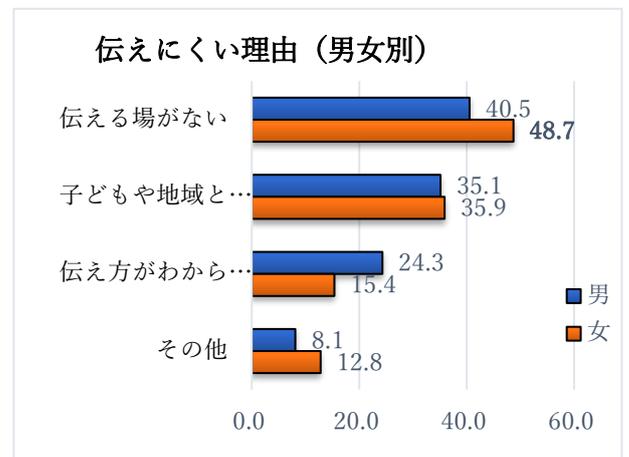
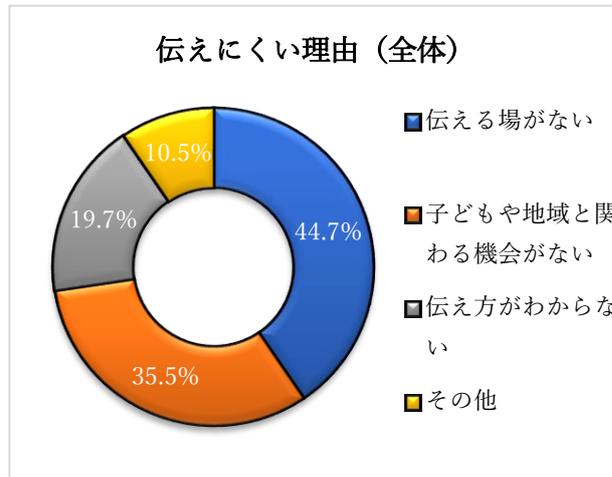
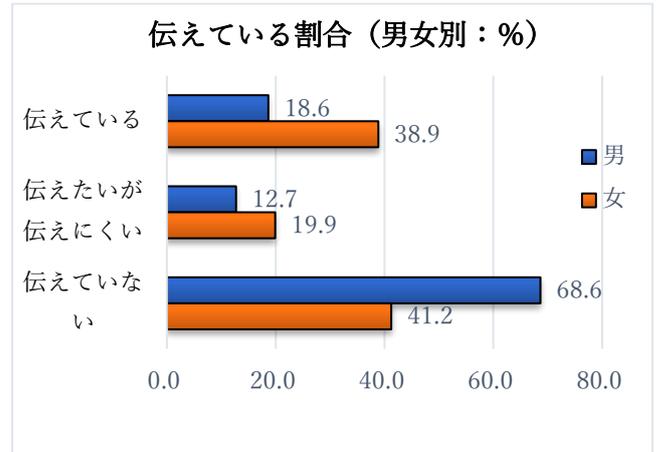
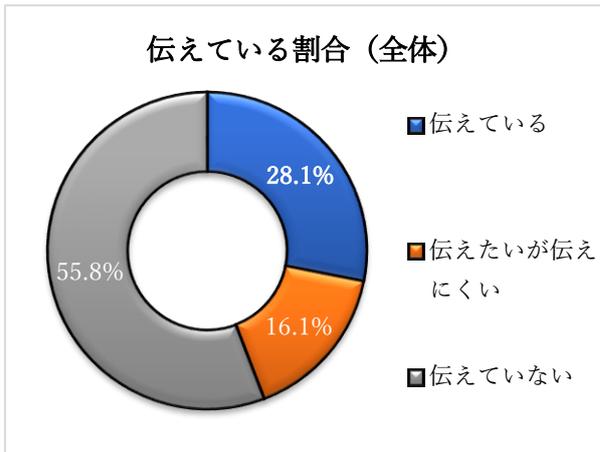
問11. 家族等と一緒に食事をとっている割合

- ・全体では、66.3%の人が家族や友人などと一緒に食事を「ほぼ毎日」している。  
一緒に食事をとることがほとんどない人が6.9%いる。
- ・男女別では、家族等と一緒に食事をとる割合が低い、「ほとんどない」が男性で9%  
おり、女性では「月に1~2回」が9.6%いる。
- ・年代別では10歳代が83.7%で一番多く、20歳代で58.8%に減少、30歳代では  
74.3%と子育て世代は高く、以後6割台に減少する。



問12. 次世代に地元産特産物や行事食を伝えていますか。

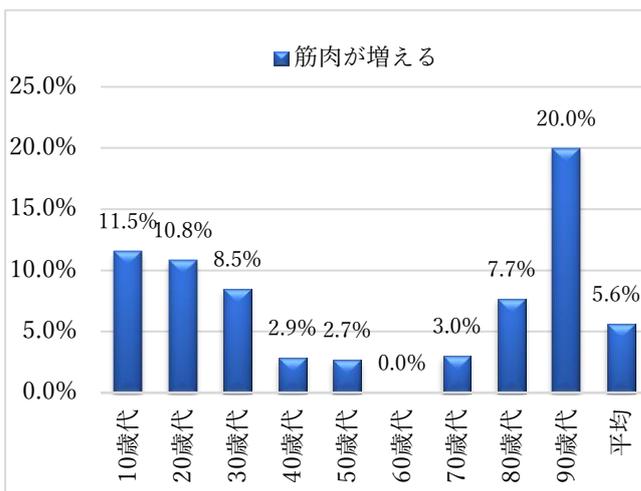
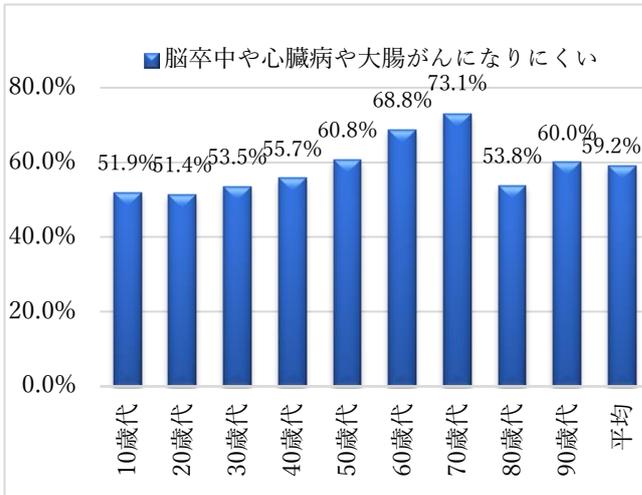
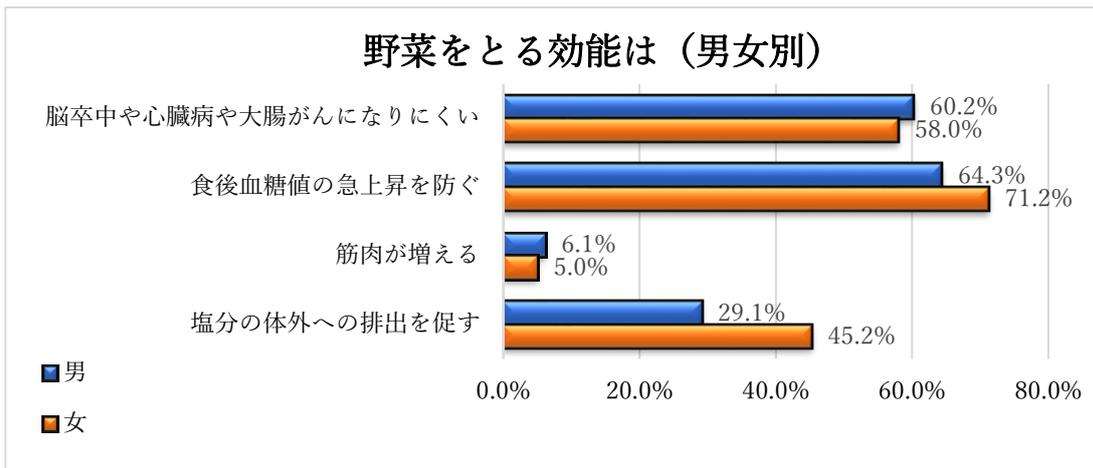
- ・全体では、28.1%の人が「伝えている」。男女別では、「伝えている」男性18.6%、女性38.9%と女性は男性に比べ2倍以上いる。一方、「伝えていない」男性が68.6%、女性は41.2%。
- ・「伝えたいが伝え方がわからない」理由としては、「伝える場がない」44.7%、「子どもや地域と関わる機会がない」35.5%と高い。



問 | 3.食に関する知識について、それぞれの項目で正しいと思うものは何だと思うか  
(あてはまるものにすべてに○)

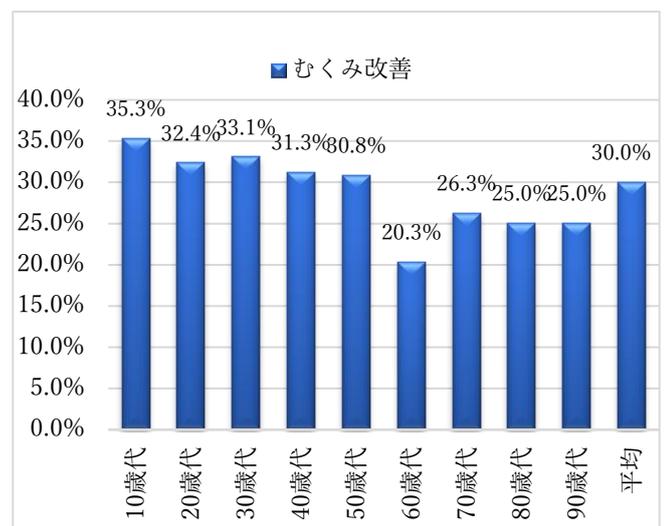
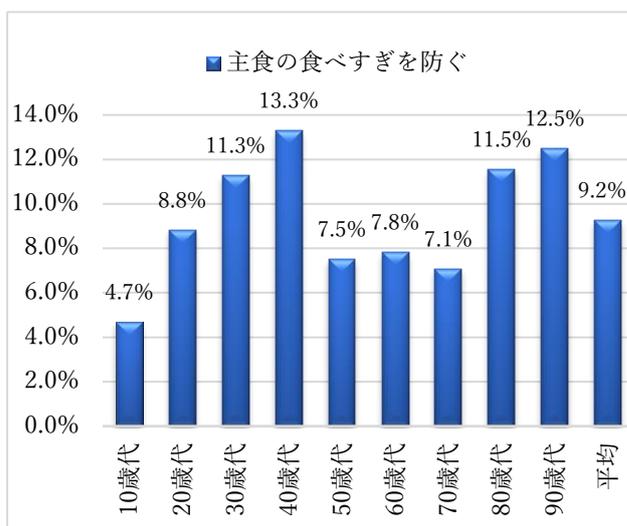
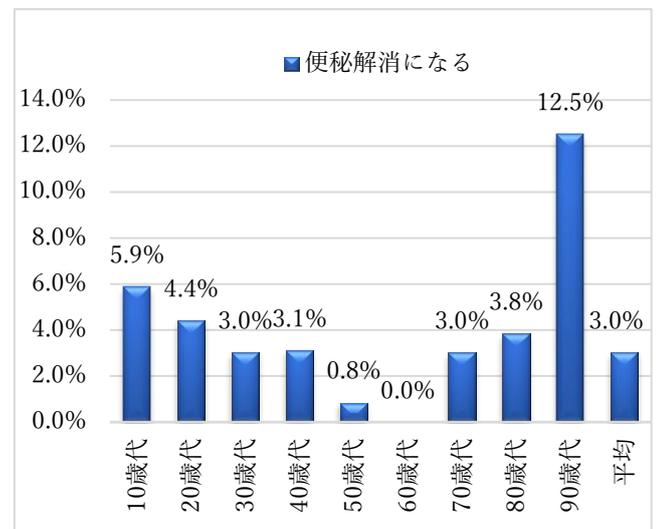
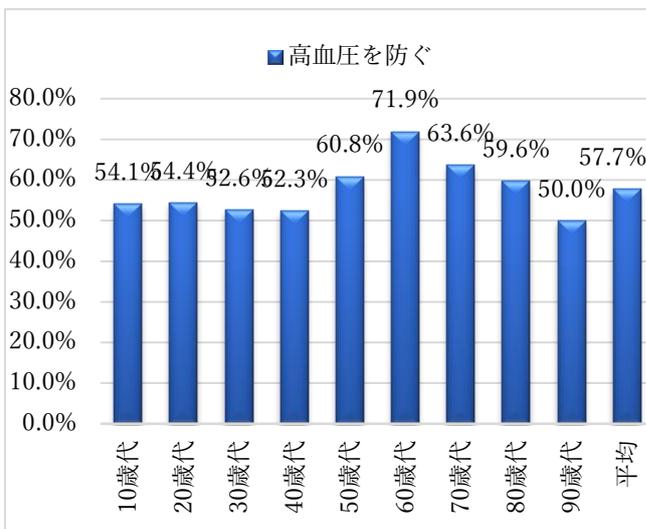
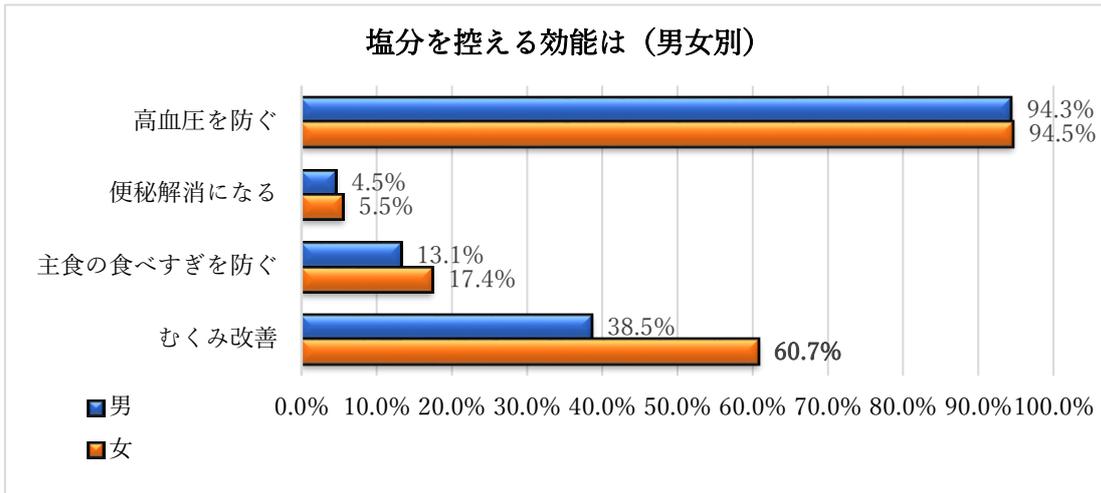
・野菜をとる効能は？

「食後血糖値の上昇を防ぐ」、「脳卒中や心臓病や大腸がんになりにくい」、「塩分の体外への排出を促す」と理解度が高く、「筋肉が増える」と5%程度誤解されている。



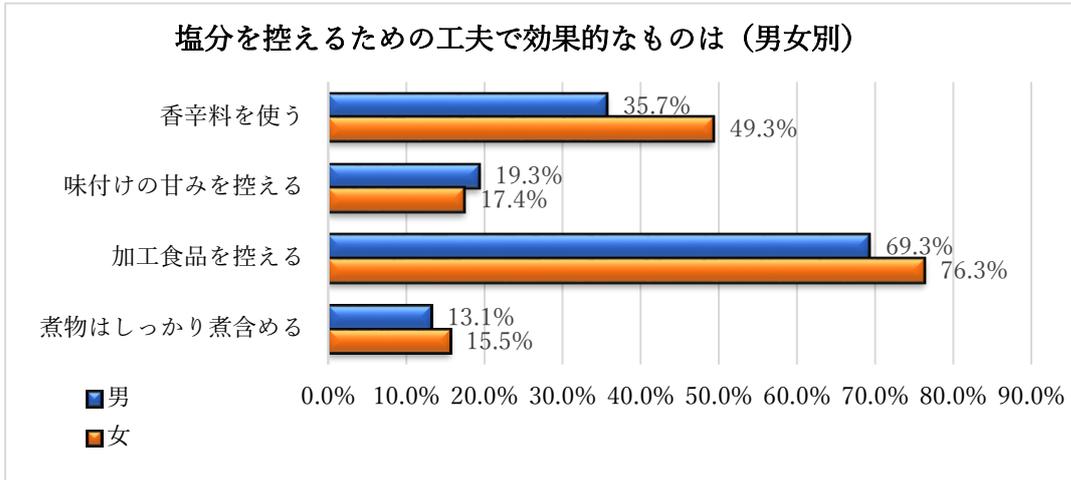
・塩分を控える効能は？

「高血圧を防ぐ」と高血圧予防の認識は9割以上の人々がもっているが、「むくみ改善」や「主食の食べすぎを防ぐ」とは認識していない人も多数あり。また、「便秘解消になる」と5%程度誤解されている。



・塩分を控えるための工夫で効果的なものは？

加工食品は塩分が多いと認識されている人が多い。一方、「煮物はしっかり煮含める」は15%程度誤解されている。



・成人1人1日に取りたい野菜の量は？

回答：小鉢5つ分（350g）と約3割の人が正解である。

1食と勘違いして小鉢1つ分と回答の人（2割）、また1食1つで3つ分と回答している人（約半数）が多い。

