

平成29年度 第13回 県政モニターアンケート調査結果

農政課 流通支援係

(099-286-3179)

○テーマ 「日本型食生活」について

○調査目的 本県においては、県民の地産地消を基本とした健康で豊かな食生活の普及・定着を図るため、平成28年3月に策定した「かごしまの“食”交流推進計画（第3次）」に基づき、各般の取組を進めております。

県民の皆さまの「食」に対する意識や食生活の実態を把握し、今後の食育等の推進に関する施策の参考とするため、標記の調査をお願いしました。



○調査期間 平成30年1月

○調査対象 200人

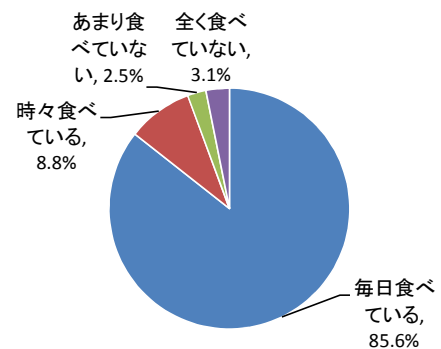
○回答者数 160人（80.0%）

[注] 割合（%）は、選択者数÷回答者数（160人）×100で計算しています。

問1 朝食を食べていますか。

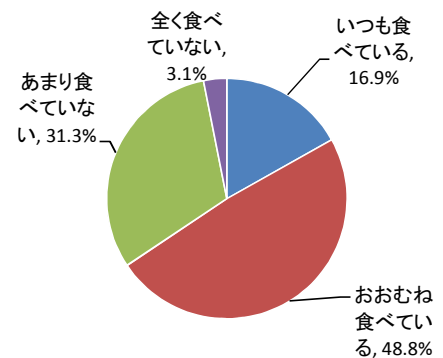
（全員：単数回答）

		選択者数 (人)	割合 (%)
1	毎日食べている	137	85.6%
2	時々食べている	14	8.8%
3	あまり食べていない	4	2.5%
4	全く食べていない	5	3.1%



問2 野菜は1日の適量350g（小皿や小鉢で5つ分程度）を食べていますか。（全員：単数回答）

		選択者数 (人)	割合 (%)
1	いつも食べている	27	16.9%
2	おおむね食べている	78	48.8%
3	あまり食べていない	50	31.3%
4	全く食べていない	5	3.1%

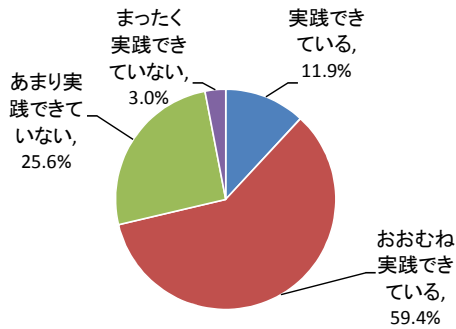


問3 あなたの食生活において、「食生活指針」をどれくらい実践できていますか。

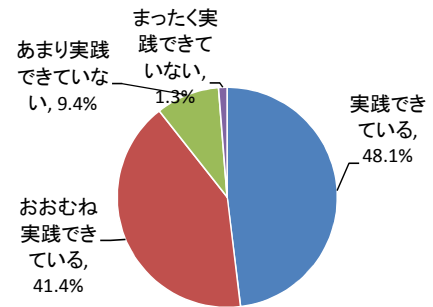
（全員：各項目ごとに単数回答）

	実践できている		おおむね実践できている		あまり実践できていない		まったく実践できていない	
	選択者数 (人)	割合 (%)	選択者数 (人)	割合 (%)	選択者数 (人)	割合 (%)	選択者数 (人)	割合 (%)
①主食、主菜、副菜を基本にバランスのよい食事をしましょう	19	11.9%	95	59.4%	41	25.6%	5	3.1%
②ごはんなどの穀類をしっかりととりましょう	77	48.1%	66	41.3%	15	9.4%	2	1.3%

①主食、主菜、副菜を基本にバランスのよい食事を



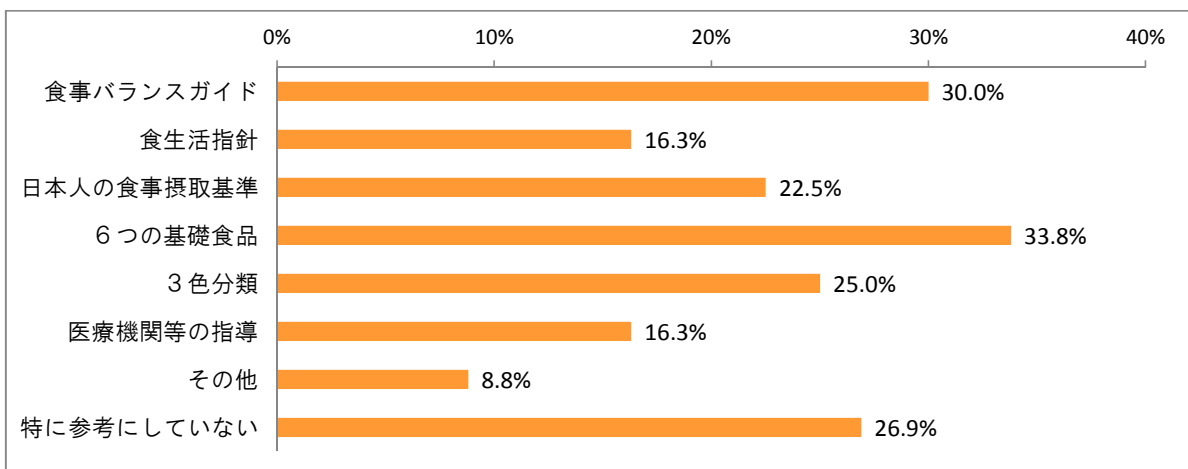
②ごはんなどの穀類をしっかり



問4 日頃、バランスのよい食生活を実践するため、どのようなものを参考にしていますか。
(全員：複数回答)

選択項目	選択者数 (人)	割合 (%)
1 食事バランスガイド	48	30.0%
2 食生活指針	26	16.3%
3 日本人の食事摂取基準	36	22.5%
4 6つの基礎食品	54	33.8%
5 3色分類	40	25.0%
6 医療機関等の指導	26	16.3%
7 その他	14	8.8%
8 特に参考にしていない	43	26.9%

日頃、バランスのよい食生活を実践するため、どのようなものを参考にしていますか。



7 「その他」の主な回答

- ・ 妻が考え食事を作ってくれる。
- ・ 基本的な食の考え方は地産地消，風土を大切にしたい。
妻が学習し，実践しているとおり食事をしている。（妻の入手する情報は，TV番組・友人アドバイス・雑誌記事等です）
- ・ 保健所資料，新聞，ニュースを参考にしている。
- ・ 親や兄弟友人からのアドバイス
食への関心から独自に学んだり得た知識で農水省や厚生労働省や県の食の考えとは若干異なる知識を元に参考にする。
- ・ 健康雑誌，TVの健康番組。
- ・ 現在サービス付き高齢者住宅に住んでおり，食事バランスを考えて作ってもらっている。
- ・ 「ま・ご・わ・や・さ・し・い」を摂るよう心がけている。
- ・ インターネットで調べる。

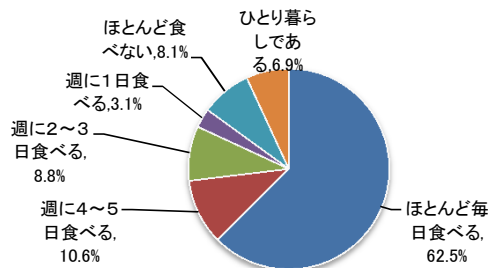
8 「特に参考にしていない」の主な理由

- ・ 体力・気力が健康なため。
- ・ 新聞、テレビ等により情報取得。
- ・ 妻がとりわけ健康に関心が強く、全て仕切っているので私は関与していない。
- ・ かたよりなく、何でも食べるようにしている。主に妻の料理に任せている。
- ・ 家族の好みに合うもの(食事)を食べているので、「栄養などひどく偏らない」程度意識のため。
- ・ 食べたいものを食べすぎない程度に摂っている。
- ・ 家にある野菜等で料理するため。
何を参考にしたらいいかわからないし、家族の好みや栄養のバランスを適当に自己流に考えて実践しているから。
- ・ できる限り多くの種類を食べるように心がけ、30品目以上食べる様にしている。ご飯にも雑穀米を入れ、白米を食べることはない。
- ・ 理解しにくい。
- ・ 目につく場所にそういった情報源がない。
- ・ 一汁一菜を基本としているため。
- ・ なるべくその時期にとれたものや、いただいたものを食べるようにしているので、バランスは季節で偏る。

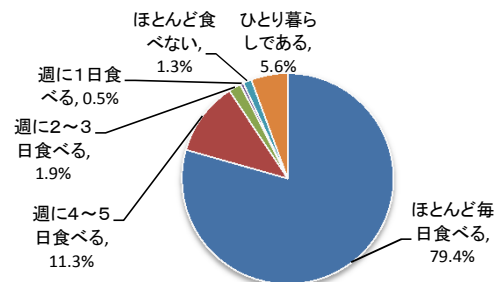
問5 朝食または夕食を家族(の誰か)と一緒に食べることはどのくらいありますか。

(全員：単数回答)

5-1 朝食		選択者数(人)	割合(%)
1	ほとんど毎日食べる	100	62.5%
2	週に4～5日食べる	17	10.6%
3	週に2～3日食べる	14	8.8%
4	週に1日食べる	5	3.1%
5	ほとんど食べない	13	8.1%
6	ひとり暮らしである	11	6.9%



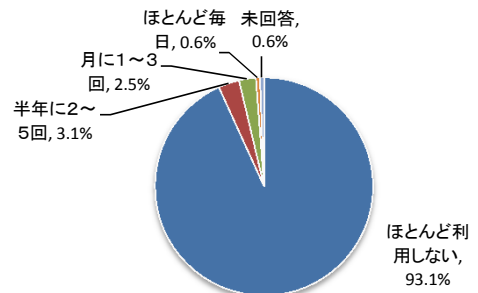
5-2 夕食		選択者数(人)	割合(%)
1	ほとんど毎日食べる	127	79.4%
2	週に4～5日食べる	18	11.3%
3	週に2～3日食べる	3	1.9%
4	週に1日食べる	1	0.5%
5	ほとんど食べない	2	1.3%
6	ひとり暮らしである	9	5.6%



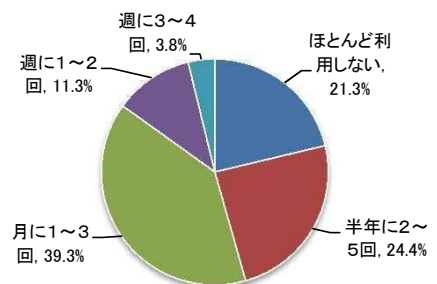
問6 外食、中食をどのくらい利用しますか。

(全員：単数回答)

6-1 外食(朝食)		選択者数(人)	割合(%)
1	ほとんど利用しない	149	93.1%
2	半年に2～5回	5	3.1%
3	月に1～3回	4	2.5%
4	週に1～2回	0	0.0%
5	週に3～4回	0	0.0%
6	ほとんど毎日	1	0.6%
7	未回答	1	0.6%

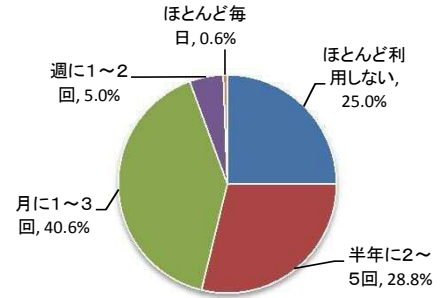


6-2 外食(昼食)		選択者数(人)	割合(%)
1	ほとんど利用しない	34	21.3%
2	半年に2～5回	39	24.4%
3	月に1～3回	63	39.4%
4	週に1～2回	18	11.3%
5	週に3～4回	6	3.8%
6	ほとんど毎日	0	0.0%



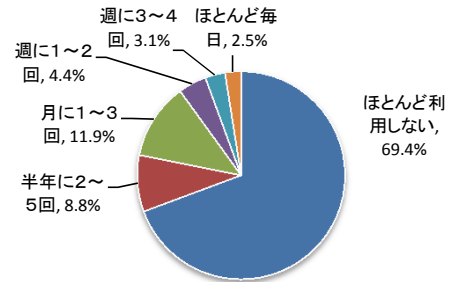
6-3 外食（夕食）

		選択者数（人）	割合（％）
1	ほとんど利用しない	40	25.0%
2	半年に2～5回	46	28.8%
3	月に1～3回	65	40.6%
4	週に1～2回	8	5.0%
5	週に3～4回	0	0.0%
6	ほとんど毎日	1	0.6%



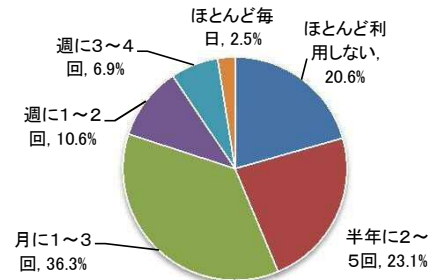
6-4 中食（朝食）

		選択者数（人）	割合（％）
1	ほとんど利用しない	111	69.4%
2	半年に2～5回	14	8.8%
3	月に1～3回	19	11.9%
4	週に1～2回	7	4.4%
5	週に3～4回	5	3.1%
6	ほとんど毎日	4	2.5%



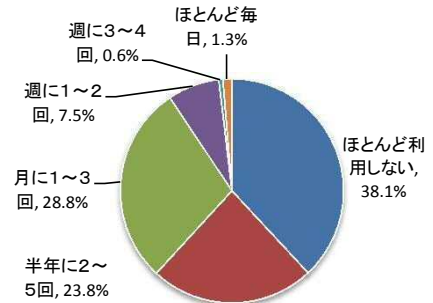
6-5 中食（昼食）

		選択者数（人）	割合（％）
1	ほとんど利用しない	33	20.6%
2	半年に2～5回	37	23.1%
3	月に1～3回	58	36.3%
4	週に1～2回	17	10.6%
5	週に3～4回	11	6.9%
6	ほとんど毎日	4	2.5%



6-6 中食（夕食）

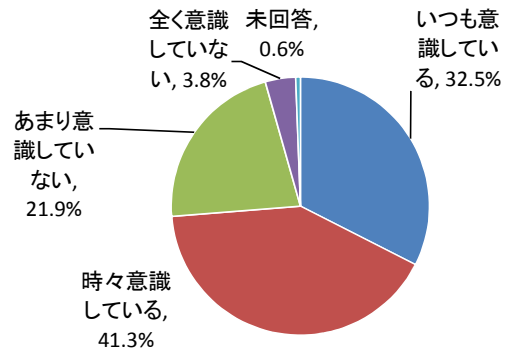
		選択者数（人）	割合（％）
1	ほとんど利用しない	61	38.1%
2	半年に2～5回	38	23.8%
3	月に1～3回	46	28.8%
4	週に1～2回	12	7.5%
5	週に3～4回	1	0.6%
6	ほとんど毎日	2	1.3%



問7 食事や買い物等の際、意識して県産農林水産物を活用または購入していますか。

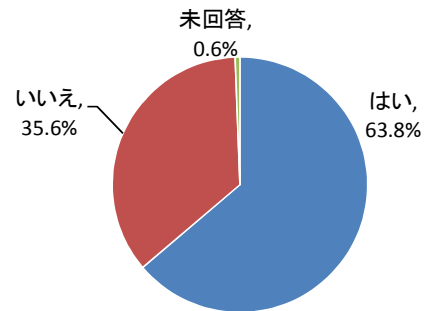
（全員：単数回答）

		選択者数（人）	割合（％）
1	いつも意識している	52	32.5%
2	時々意識している	66	41.3%
3	あまり意識していない	35	21.9%
4	全く意識していない	6	3.8%
5	未回答	1	0.6%



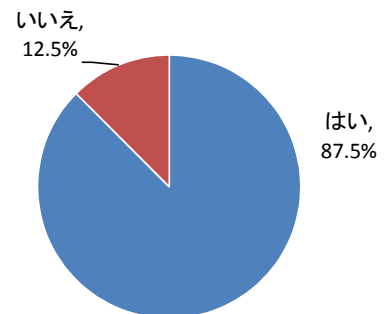
問8 あなたは郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代（子どもやお孫さんを含む）に対し、伝えていますか。

		選択者数（人）	割合（%）
1	はい	102	63.8%
2	いいえ	57	35.6%
3	未回答	1	0.6%



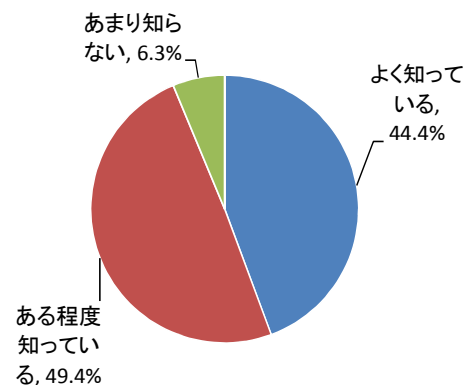
問9 あなたは田植え、稲刈り、野菜の収穫など、農林漁業体験に参加したことはありますか。

		選択者数（人）	割合（%）
1	はい	140	87.5%
2	いいえ	20	12.5%



問10 日本では年間約2,775万トンの食品廃棄物が排出されています。このうち、食べられるのに廃棄される食品（食品ロス）は約621万トンです。これは世界全体の食料援助量（年間約320万トン）の約2倍に匹敵し、「食品ロス」が資源・環境等の観点から大きな問題となっています。あなたは、こうした「食品ロス」という問題を知っていますか。

		選択者数（人）	割合（%）
1	よく知っている	71	44.4%
2	ある程度知っている	79	49.4%
3	あまり知らない	10	6.3%
4	ほとんど・全く知らない	0	0.0%

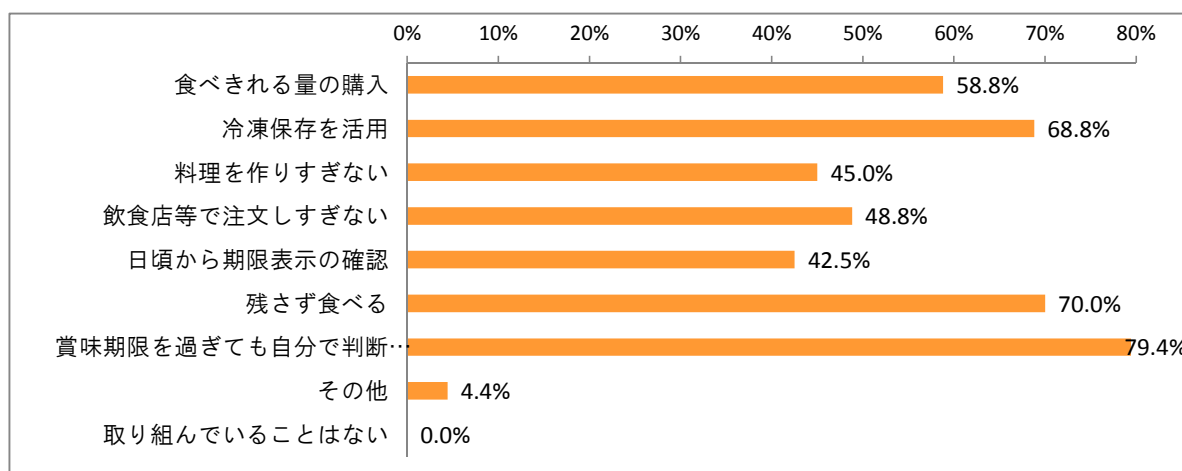


問11 「食品ロス」を削減するために取り組んでいることはありますか。

(全員：複数回答)

		選択者数 (人)	割合 (%)
1	食べきれる量の購入	94	58.8%
2	冷凍保存を活用	110	68.8%
3	料理を作りすぎない	72	45.0%
4	飲食店等で注文しすぎない	78	48.8%
5	日頃から期限表示の確認	68	42.5%
6	残さず食べる	112	70.0%
7	賞味期限を過ぎても自分で判断する	127	79.4%
8	その他	7	4.4%
9	取り組んでいることはない	0	0.0%

「食品ロス」を削減するために取り組んでいることはありますか。



8 「その他」の主な回答

- ・スーパーやコンビニであえて日付の古い物を選ぶ。
- ・冷蔵庫の整理整頓をする。
- ・子どもたちが巣立ちして、二人家族となってからは作りすぎにならないように注意している。
- ・出汁をとった後のコンブは捨てずに料理してつまみで食べる等々、食材は極力棄てないようにしている。旬で美味な物が多くあるときには、他の人に分けて使い方を教えたりして、その食品の食べ方や楽しさを分けてあげる。
- ・保存食にしておく。漬け物。魚類は酒糟等を用いてすこし長く食べれるようにする。
- ・食品の在庫を増やさない(安売りで安いとつい買ってしまうので注意している)。
- ・こまめに調理する。野菜類もしっかり使いきる。
- ・犬に食べさせている。