

第2章 食に関する現状と課題

2-1 アンケート調査結果の概要

(1) 調査の目的

小牧市食生活等に関するアンケート調査は、小牧市民の食生活等に関する現状や考えを把握し、「第2次小牧市食育推進計画」策定の基礎資料を得る目的で実施しました。

(2) 調査の設計

名称	一般市民調査	小中高校生調査	保育園・幼稚園調査
(1) 調査地域	小牧市全域	小牧市内の小学校・中学校・高等学校	小牧市内の保育園・幼稚園
(2) 調査対象	小牧市に在住する 20歳以上の男女	小学5年生(4校/16校中) 中学2年生(2校/9校中) 高校2年生(1校/4校中)	園児 ^{※1} 及び保護者 保育園(2園/19園中) 幼稚園(2園/11園中)
(3) 標本数	1,500 サンプル	942 サンプル	511 サンプル
(4) 抽出方法	無作為抽出	—	—
(5) 調査方法	郵送法	学校にて配布、回収	保育園・幼稚園にて配布、回収
(6) 調査時期	平成23年9月9日～9月26日		

※1 保育園・幼稚園保護者に園児及び保護者自身の食生活等の状況について調査を行いました。

(3) 回収結果

◆一般市民調査

配布数		
1,500 (100.0%)		
回収数		未回収数
609 (40.6%)		891 (59.4%)
有効	無効	
606 (40.4%)	3 (0.2%)	

◆小中高校生調査

学年	有効
小学5年生	309
中学2年生	365
高校2年生	268
計	942

◆保育園・幼稚園調査

区分	有効
保育園・幼稚園	511

※白紙票は無効としました。

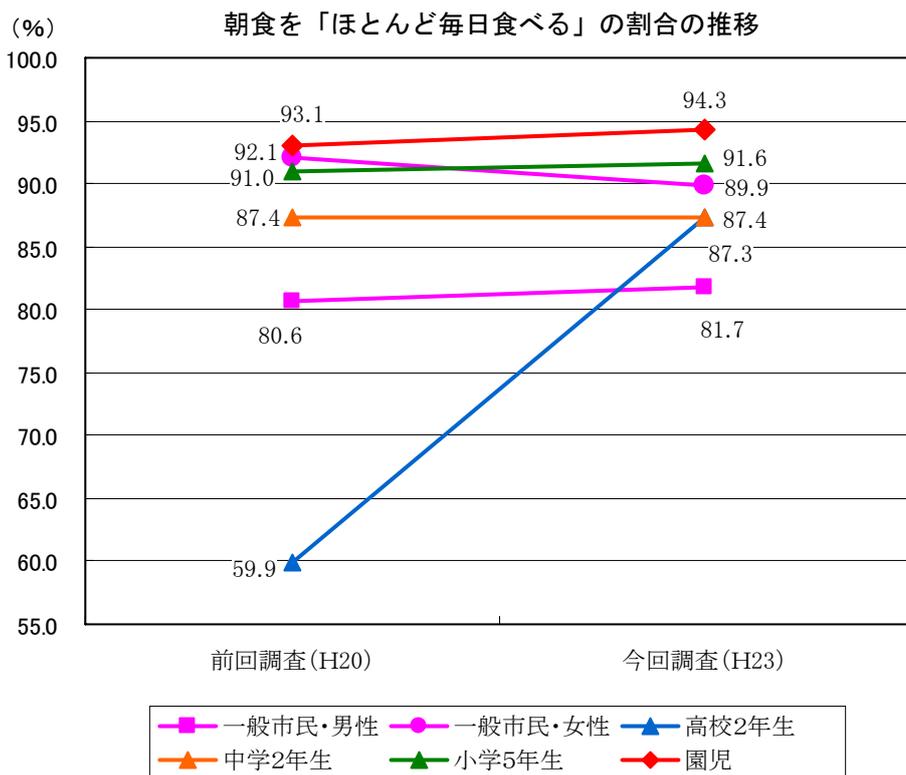
(4) グラフの見方

- ①比率はすべてパーセント(%)で表し、小数点以下第2位を四捨五入して算出しました。そのためパーセント(%)の合計が100にならないことがあります。
- ②基数となるべき実数は「件数」として掲載しました。したがって、比率は件数を100%として算出しています。
- ③クロス集計を行っている場合、分析軸に使用した設問に無回答がある場合、全体の基数と分析軸の基数との合計が合わない場合があります。
- ④複数回答が可能な質問の場合は、その項目を選んだ人が回答者全体のうち何%なのか、という見方をします。そのため、各項目の比率の合計は通常100%を超えます。
- ⑤表・グラフ等の見出し及び文章中での回答選択肢は、本来の意味を損なわない程度に省略して掲載している場合があります。
- ⑥保育園・幼稚園調査結果については回答対象が園児の場合「園児」とし、保護者対象の場合は「園児保護者」とします。

基本目標1 食を通じて健やかな身体をつくろうの現状

①朝食の欠食状況

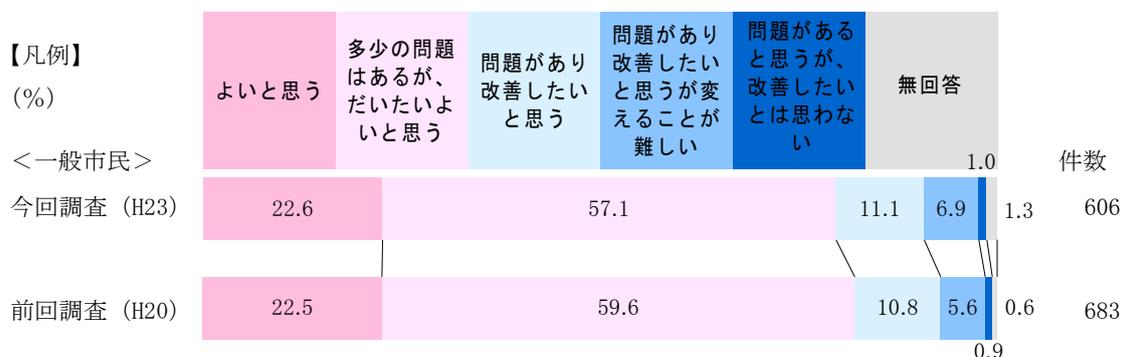
毎日朝食を食べる人は、一般市民、園児については現状維持だが、小中高校生については7.8%増加。特に高校生が増加。



②自身の食生活の評価

自身の食生活を『よいと思う※¹』人は、約8割。

前回調査と比較すると、『よいと思う』は2.4%減少し、『問題があると思う※²』はわずかに増加。

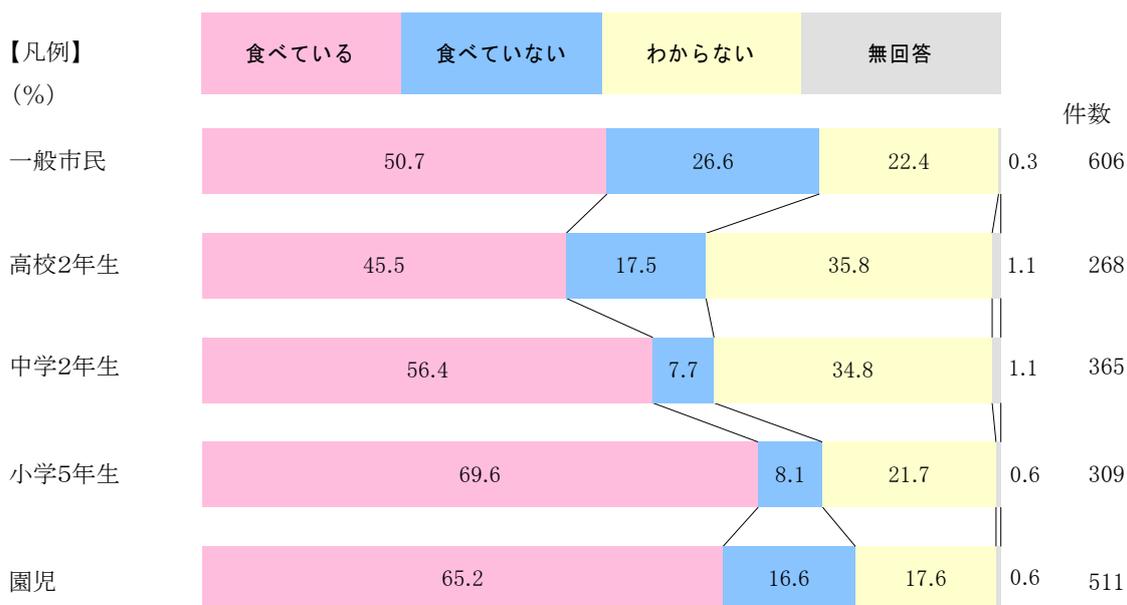


※1 「よいと思う」「多少の問題はあるが、だいたいよいと思う」の計

※2 「問題があり改善したいと思う」「問題があり改善したいと思うが変えることが難しい」「問題があると思うが改善したいとは思わない」の計

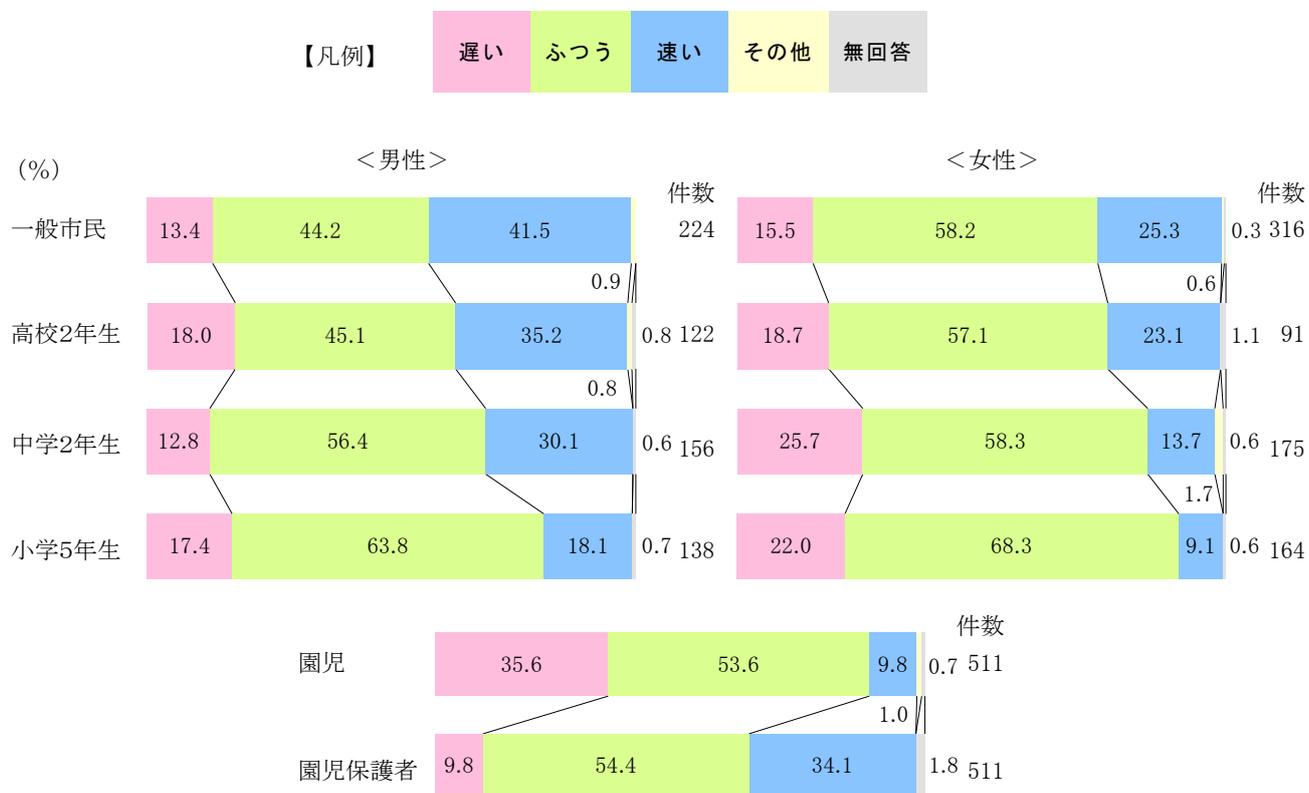
③よく噛んで味わって食べているか

食事をよく噛んで味わって「食べている」人は一般市民、小学生、中学生、園児において半数以上だが、年齢が上がるにつれて減少傾向。一方で、「食べていない」が一般市民で約3割、高校生、園児ともに1割以上で、中学生、高校生は3割以上が「分からない」と回答。



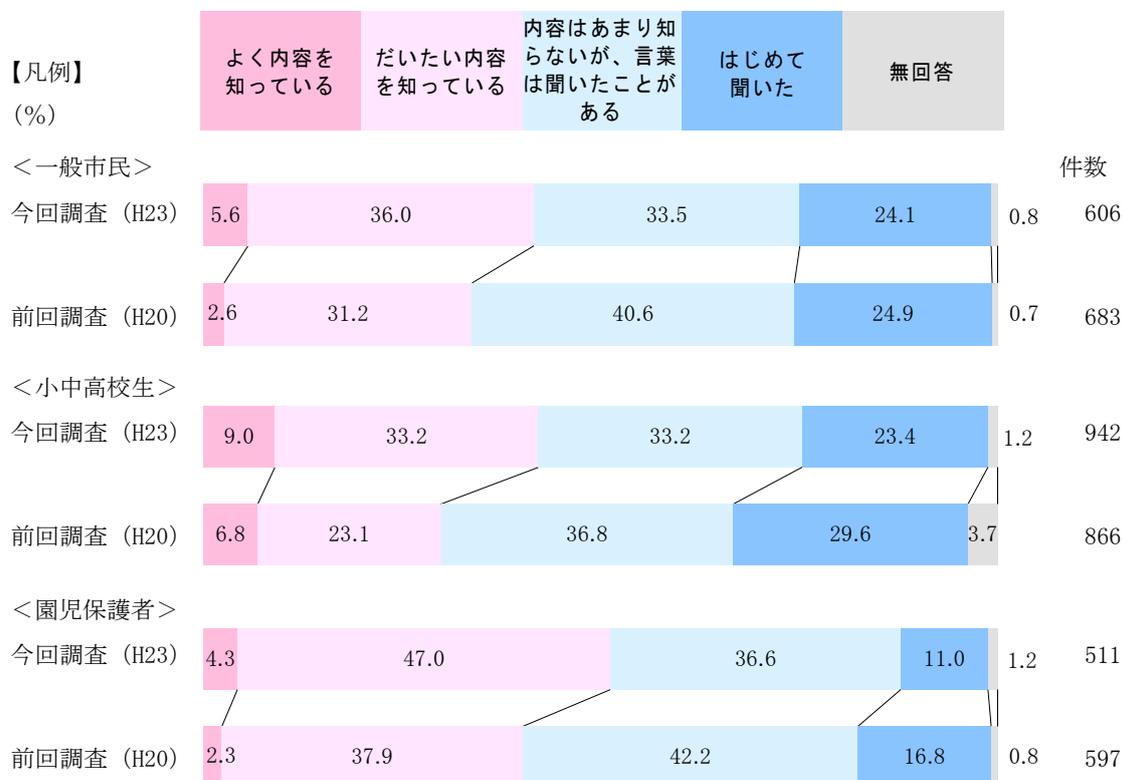
④食べる速度について

食べる速度が「速い」の割合は年齢が上がるにしたがって高くなり、性別では女性に比べ男性が高い。



⑤食事バランスガイドの認知

「食事バランスガイド」について、内容の認知度^{※1}は一般市民において7.8%、小中高校生、園児の保護者において1割以上増加。言葉の認知度^{※2}は、小中高校生は8.7%、園児保護者では5.5%増加したが、一般市民ではほぼ変化なし。

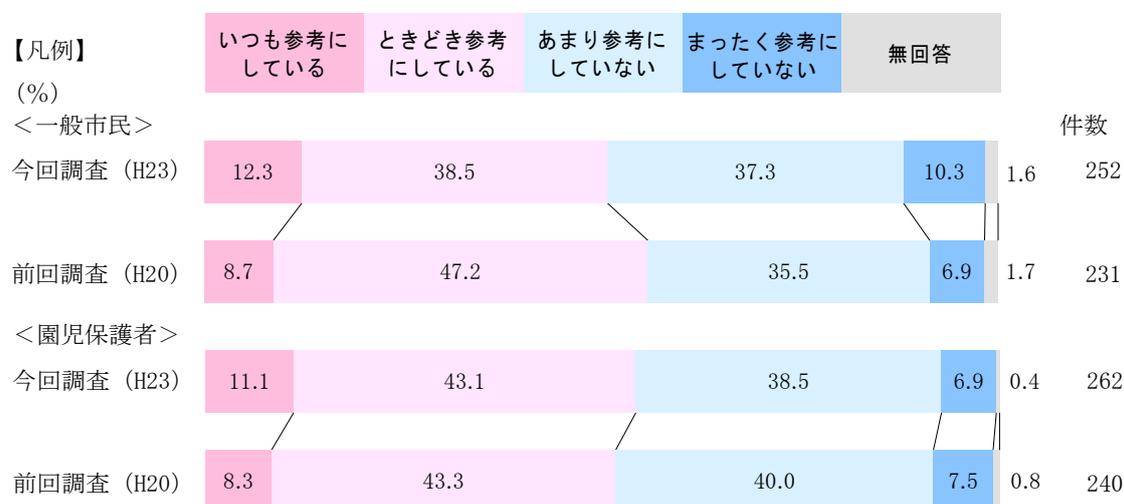


※1 「よく内容を知っている」「だいたい内容を知っている」の計

※2 「よく内容を知っている」「だいたい内容を知っている」「内容はあまり知らないが言葉は聞いたことがある」の計

⑥食事バランスガイドの活用

「食事バランスガイド」を知っている人は増加しているが、そのうち『参考にしていない^{※3}』割合は一般市民では5.1%減少し、園児保護者では2.6%増加。

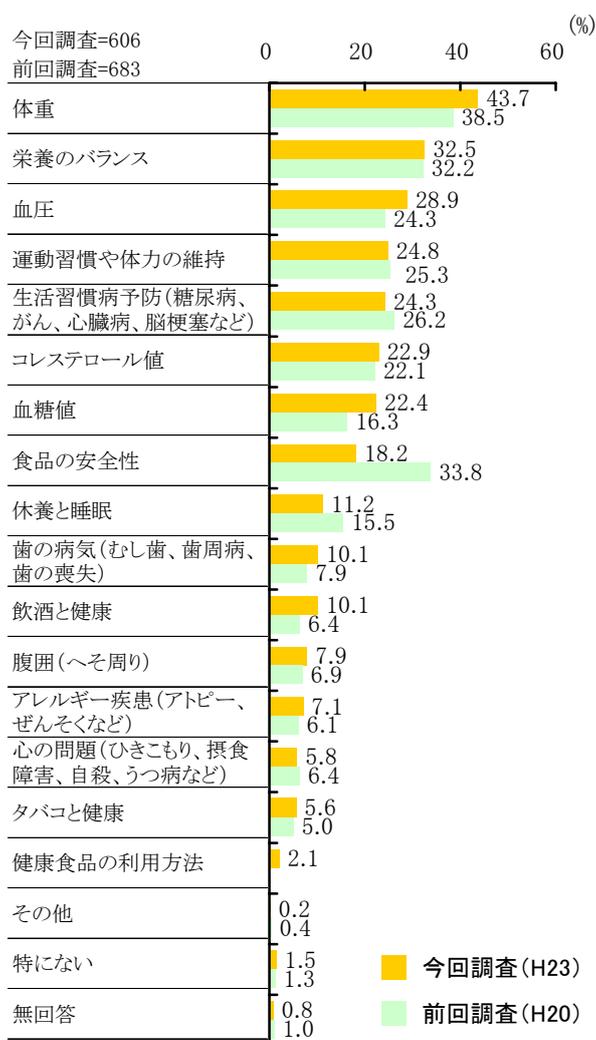


※3 「いつも参考にしていない」「ときどき参考にしていない」の計

⑦食と健康に関して関心のあること

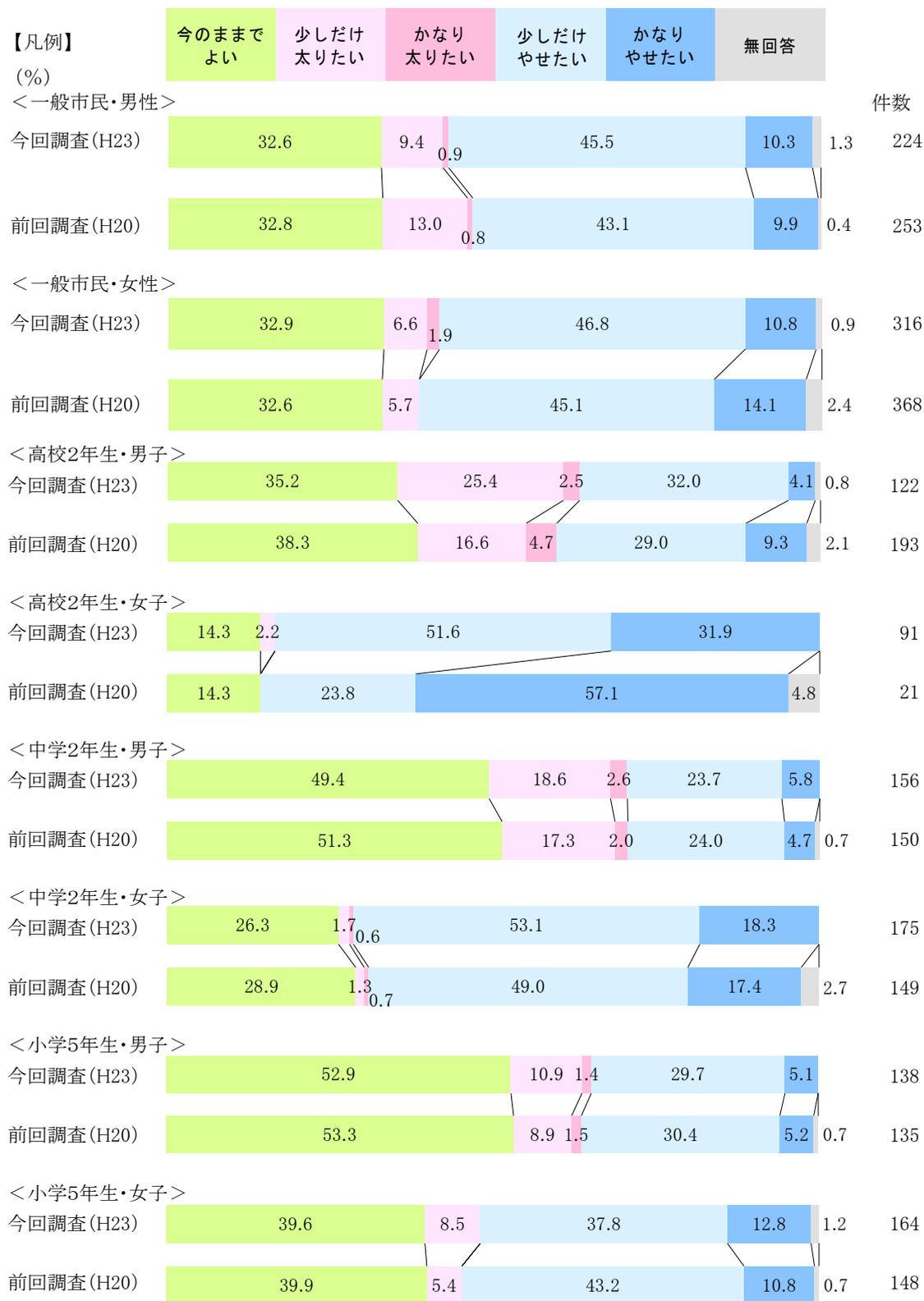
食と健康に関して関心のあることは、1位「体重」(43.7%)、2位「栄養のバランス」(32.5%)、3位「血压」(28.9%)。

前回調査と比較すると、「体重」「血压」「血糖値」等は増加し、「食品の安全性」が大幅に減少。



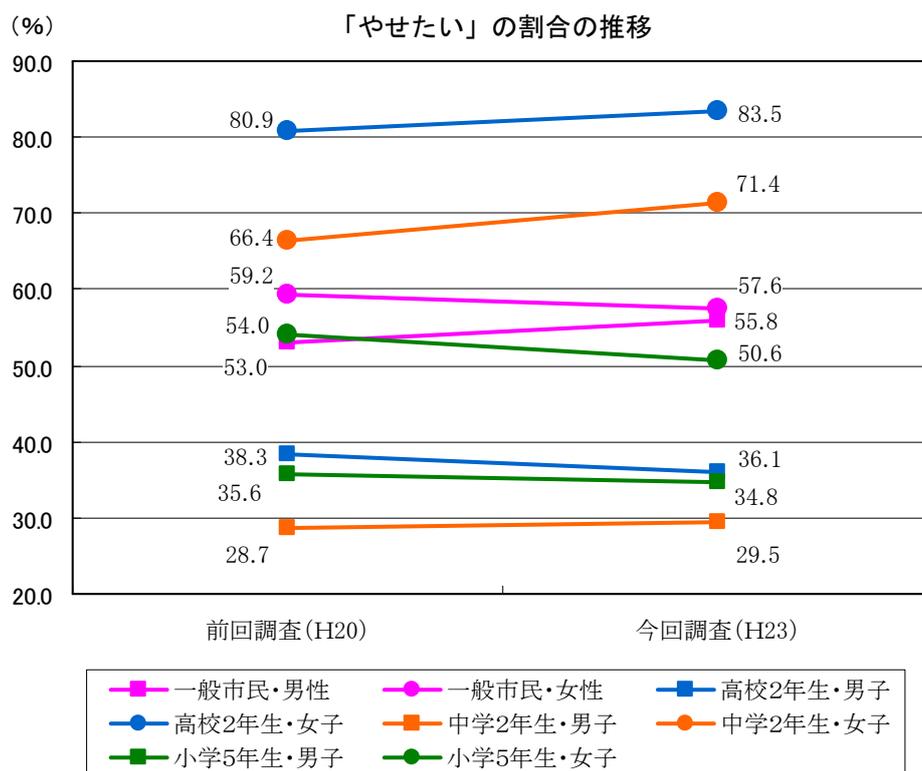
⑧自身の体型評価

小中高校生では、自分の体型について、『やせたい*』は小学5年生女子で約5割、中学2年生女子で約7割、高校2年生女子で8割以上。どの年代も女性の方が痩身希望が多い。
前回と比較すると、「今のままでよい」がやや減少し、「少しでもやせたい」がやや増加。



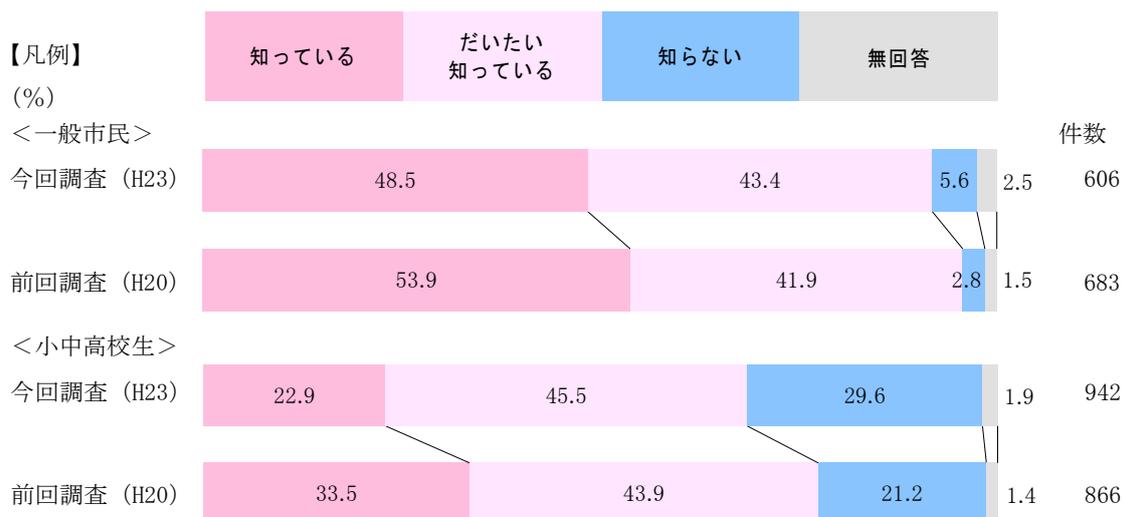
※「少しでもやせたい」「かなりやせたい」の計

第2章 食に関する現状と課題



⑨自身の適正体重の認知

適正体重を『知っている*』人は一般市民で約9割。小中高校生では約7割。

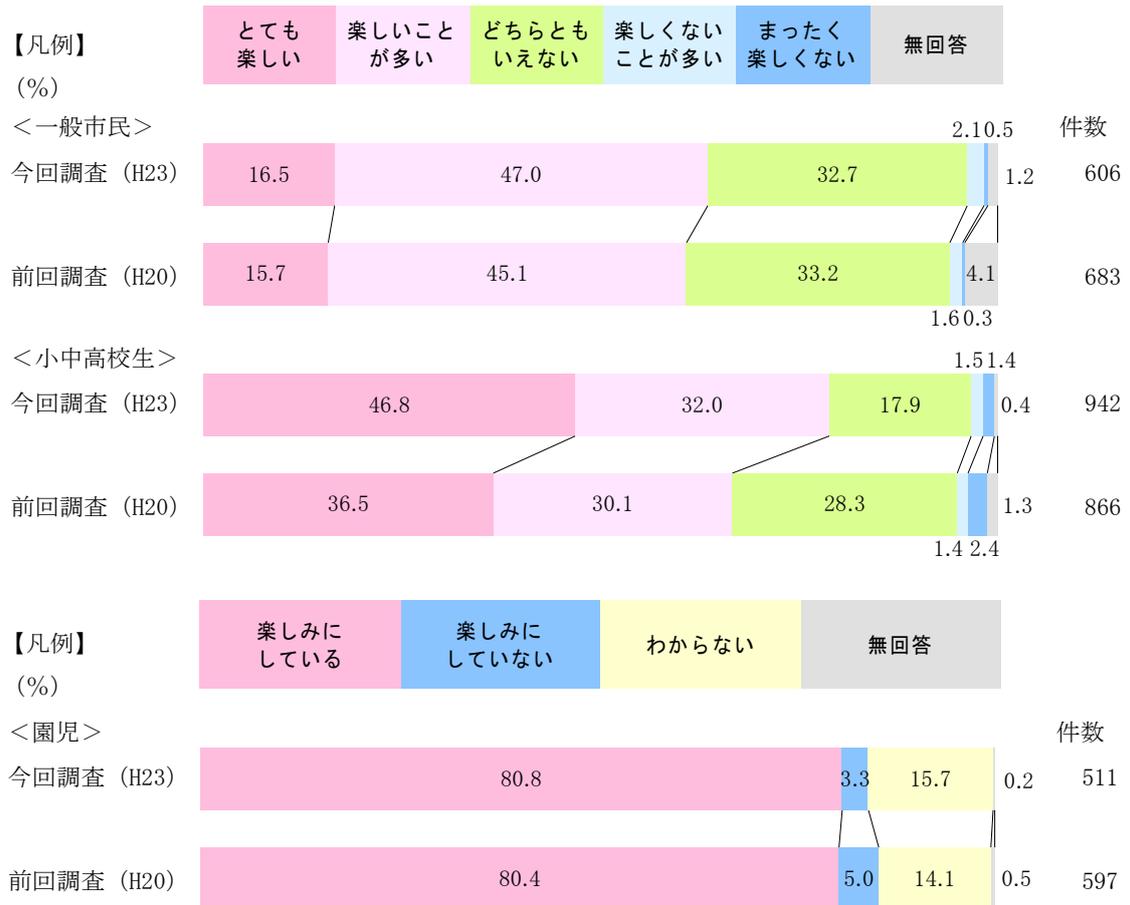


*「知っている」「だいたい知っている」の計

基本目標2 食を通じて豊かな心を育てようの現状

①食事の楽しさ

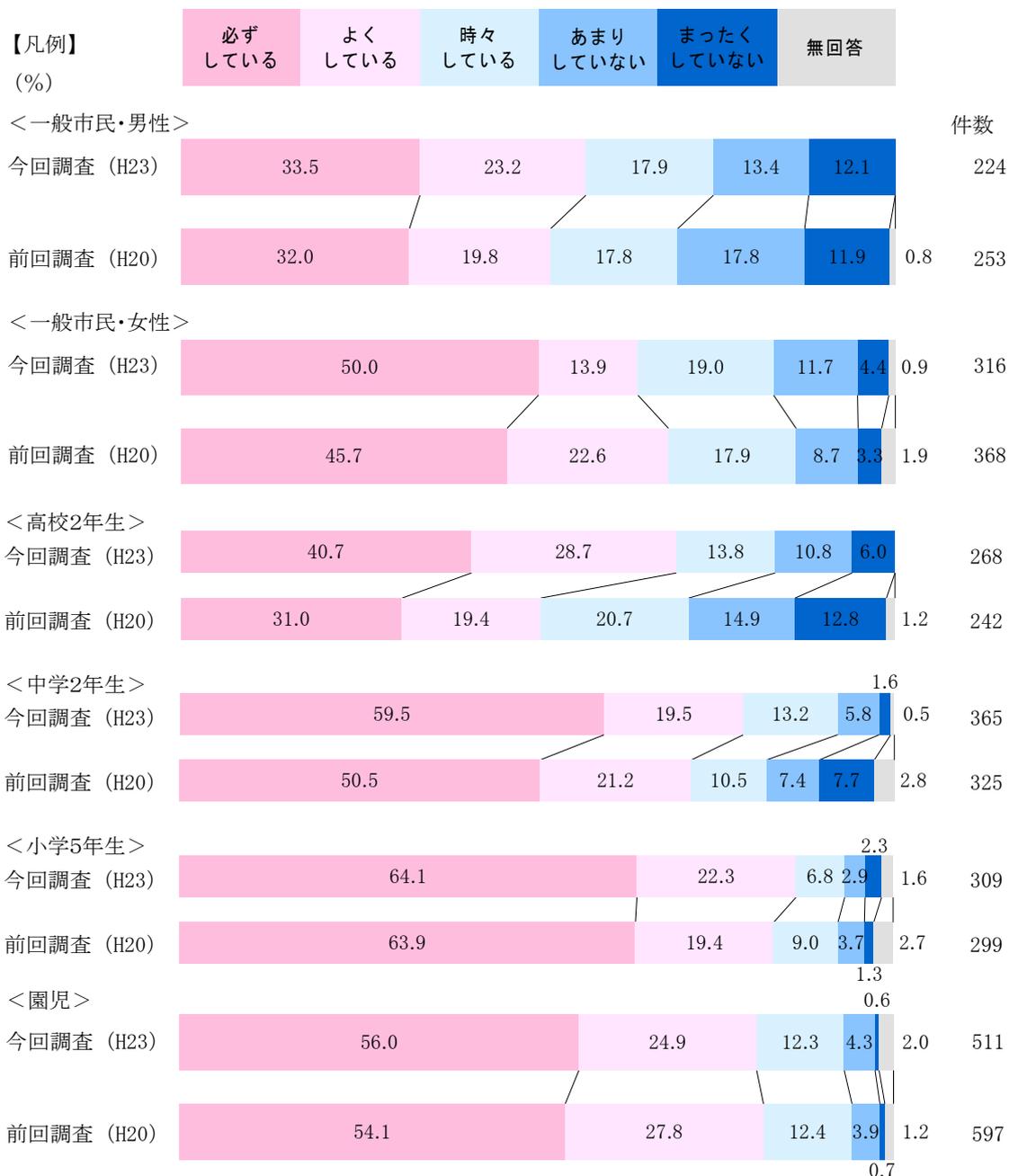
毎日の食事が『楽しい*』と答えた人は、一般市民、園児では大きな変化はないが、小中高生では12.2%増加。



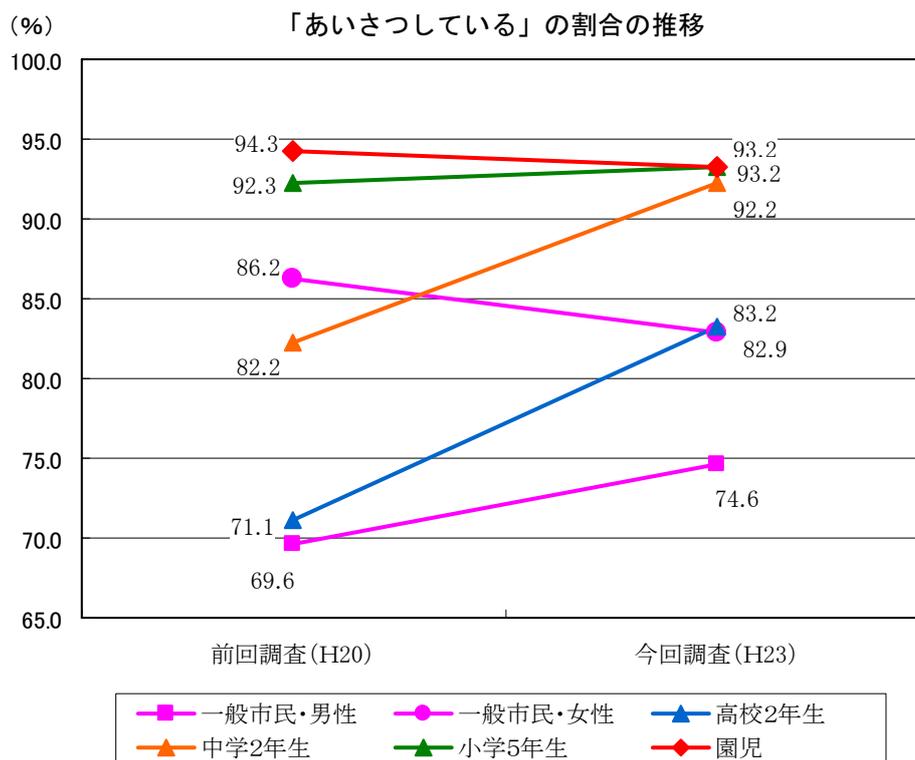
* 「とても楽しい」「楽しいことが多い」の計

②食事の際のあいさつ

食事の際に『あいさつしている*』人は、園児、小学5年生は大きな変化はないが、一般市民男性は5.0%増加し、中学2年生、高校2年生は約1割増加。

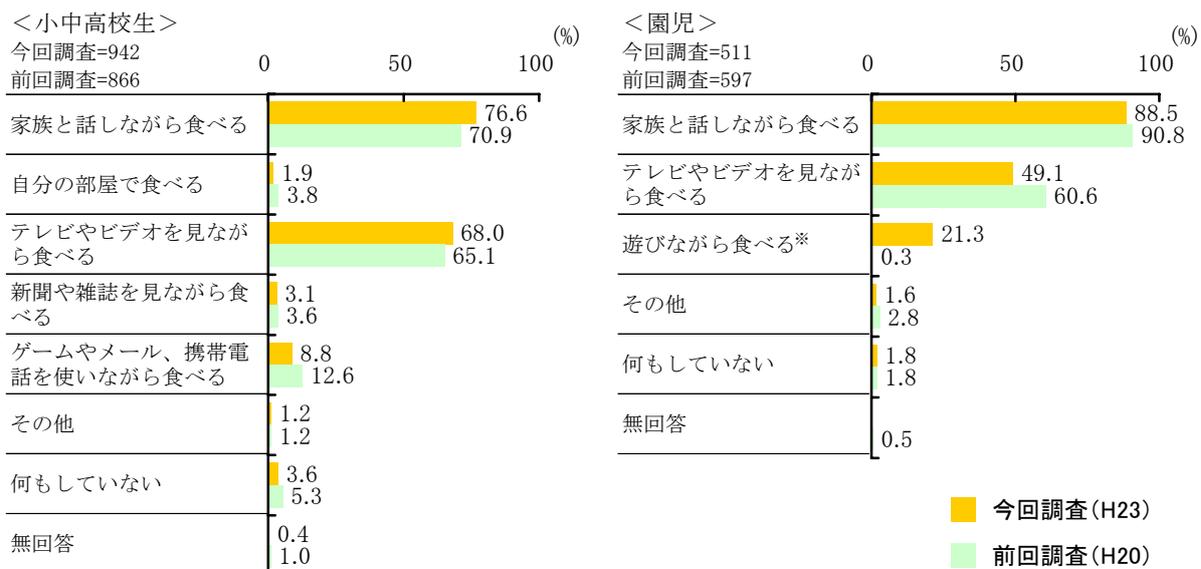


* 「必ずしている」「よくしている」「時々している」の計



③食事中にすること

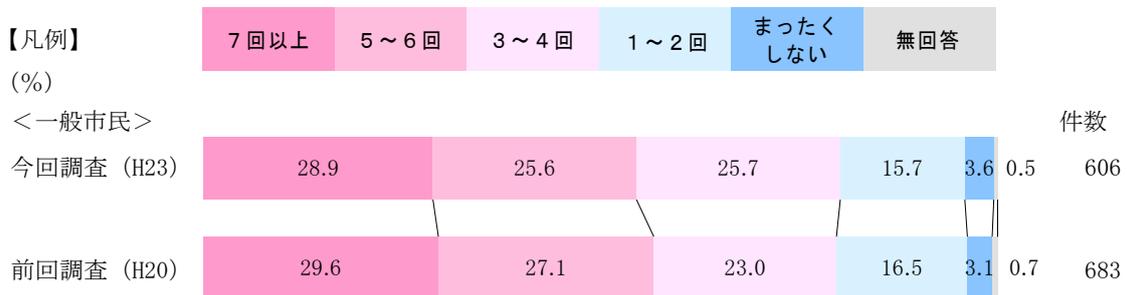
小中高生では家族との会話が増加したが、約1割は食事中にゲームや携帯電話をしている。園児では、テレビ等を見ながら食事をするが約5割。



※園児の「遊びながら食べる」は前回調査では「ゲームやメール、携帯電話をしながら食べる」

④行事食の実施状況

1年間に家庭で行う行事食の回数は、「5回以上」が半数以上だが、大きな変化はなし。



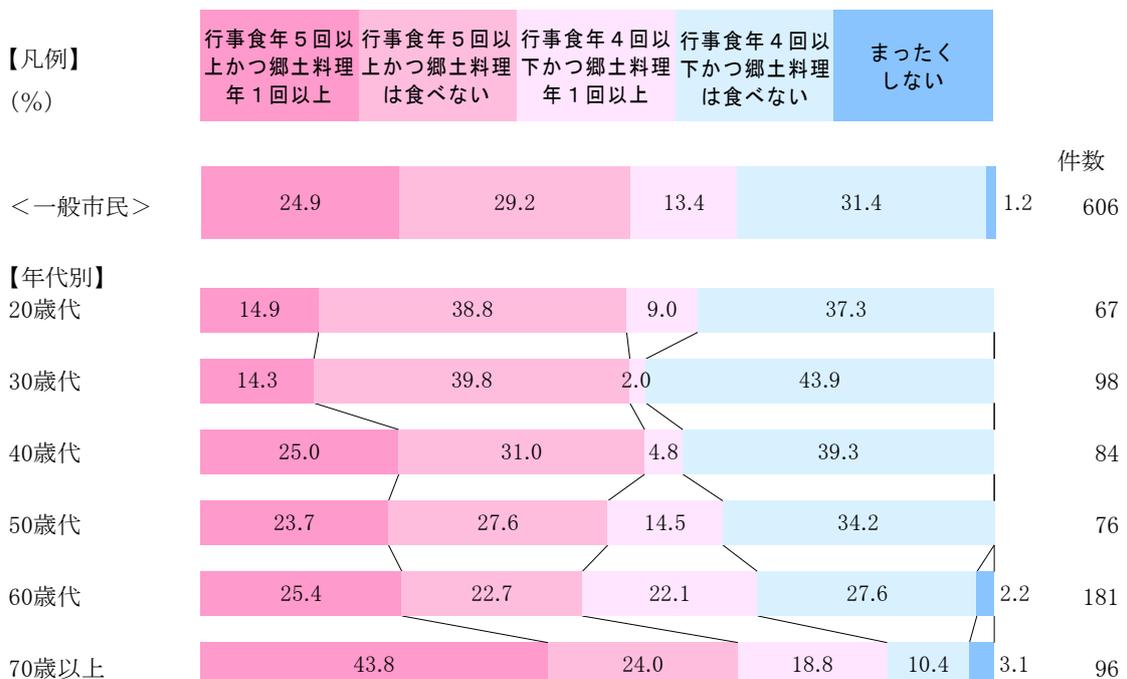
⑤郷土料理の実施状況

1年間に家庭で食べる郷土料理の回数は、「まったくしない」が6割以上。

1年間に郷土料理を1回以上または行事食を5回以上実施している人は、一般市民で67.5%。
年代別では30歳代以降年齢が上がるにつれて増加し、70歳以上では86.6%。



◆1年間に郷土料理を1回以上実施しているまたは行事食を5回以上実施している人※の割合

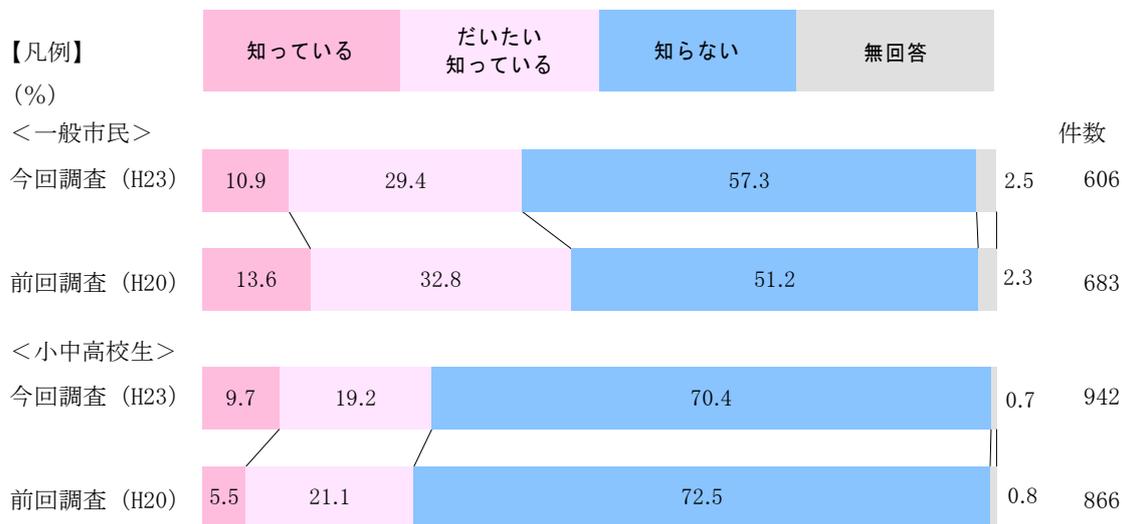


※「行事食年5回以上かつ郷土料理年1回以上」「行事食年5回以上かつ郷土料理は食べない」「行事食年4回以下かつ郷土料理年1回以上」の計

基本目標3 食を通じて環境にやさしい生活をしよう の現状

①地元食材の認知

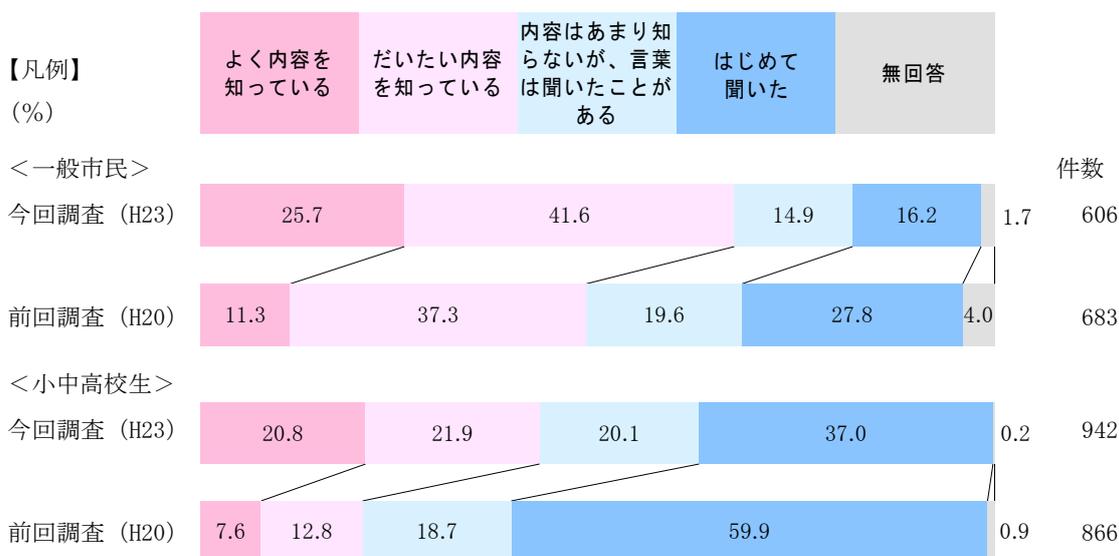
小牧市の地元産の食材について『知っている^{※1}』と回答した人は、一般市民では 6.1%減少し、小中高校生では 2.3%増加。



※1 「知っている」「だいたい知っている」の計

②地産地消の認知度

「地産地消」の内容の認知度^{※2}は、一般市民では 18.7%増加、小中高校生では 22.3%増加と、大幅に上昇。



※2 「よく内容を知っている」「だいたい内容を知っている」の計

③地元食材の購入状況

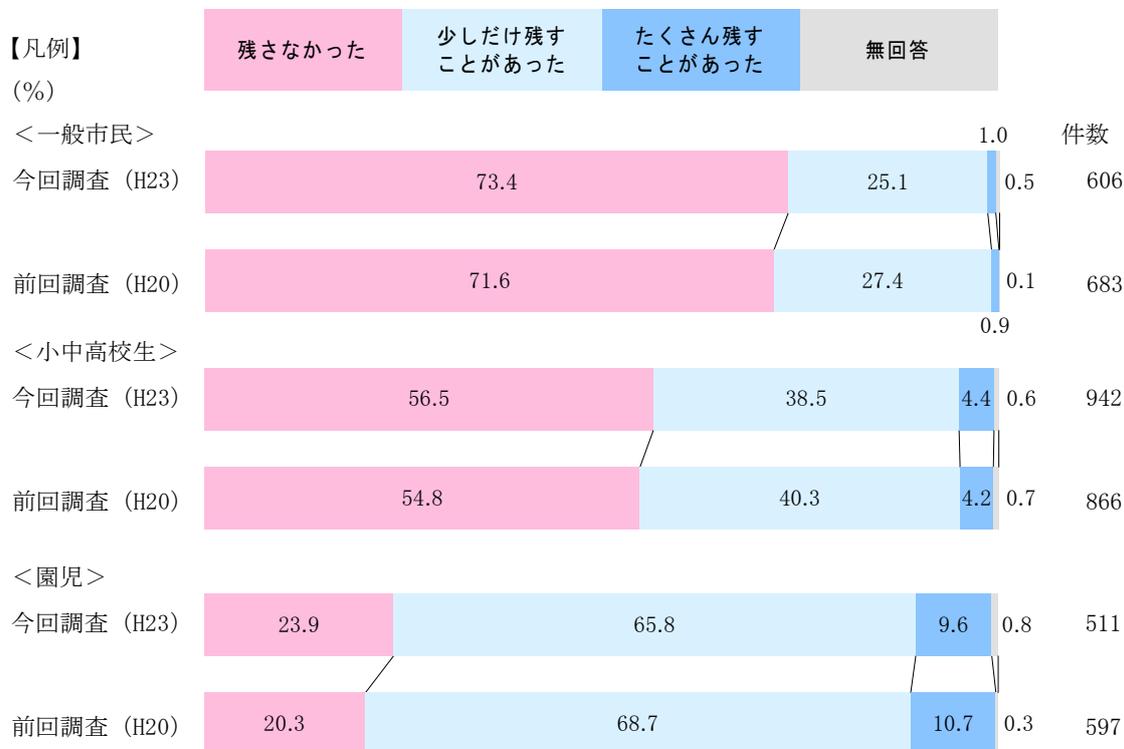
地元産の野菜や果物を『意識して購入している*』は23.6%にとどまり、5.7%減少。



* 「意識して購入している」「どちらかといえば意識して購入している」の計

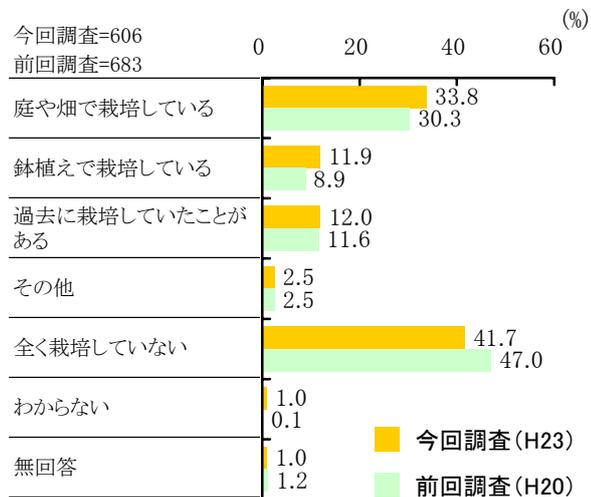
④食べ残しの状況

1週間の食事の食べ残しは、「残さなかった」が一般市民、小中高校生、園児ともに2～3%程度増加。



⑤自宅での栽培

自宅で『食べる野菜を栽培している*』人は全体で 45%以上となり、「庭や畑で栽培している」は 3.5%、「鉢植えで栽培している」は 3.0%増加。



※「庭や畑で栽培している」「鉢植えで栽培している」の計

基本目標4 食育を広めよう の現状

①「食育」の認知

「食育」について、『内容を知っている^{※1}』は一般市民で3.3%、小中高校生で4.6%、園児の保護者で4.2%増加。一方で、言葉の認知度^{※2}は小中高校生が11.2%と大きく増加。

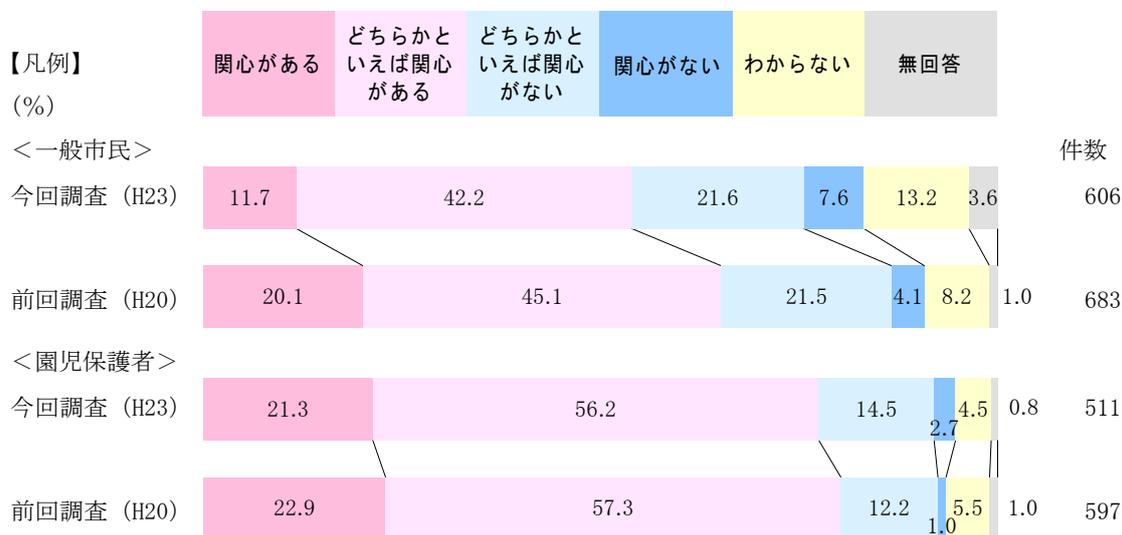


※1 「よく内容を知っている」「だいたい内容を知っている」の計

※2 「よく内容を知っている」「だいたい内容を知っている」「内容はあまり知らないが言葉は聞いたことがある」の計

②食育についての関心

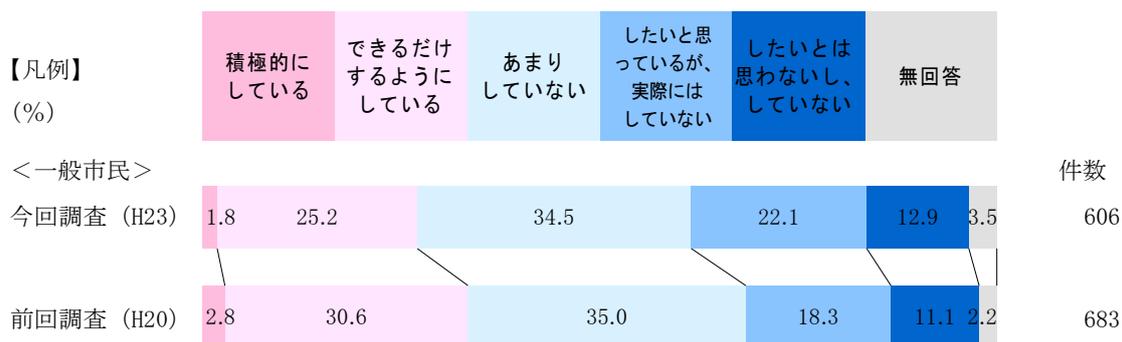
「食育」に『関心がある^{※1}』は一般市民では 53.9%、園児の保護者では 77.5%となり、前回調査と比較すると一般市民では 11.3%減少。



※1「関心がある」「どちらかといえば関心がある」の計

③「食育」に関する活動や行動

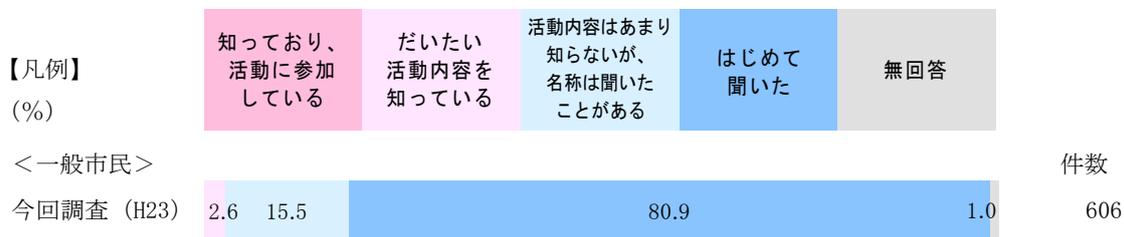
「食育」に関する活動や行動を『している^{※2}』は 27.0%となり、6.4%減少。「したいと思っているが実際にはしていない」が増加。



※2「積極的にしている」「できるだけするようにしている」の計

④「こまき食育応援団（サポーター）」の認知

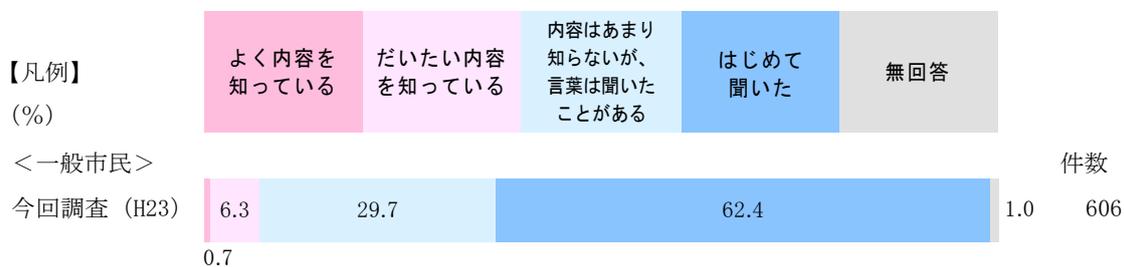
「こまき食育応援団（サポーター）」について、『活動内容を知っている^{※1}』は2.6%と1割未満。また、名称の認知度は18.1%。



※1「知っており、活動に参加している」「だいたい活動内容を知っている」の計

⑤「小牧市食育推進計画」の認知

「小牧市食育推進計画」について、『内容を知っている^{※2}』は7.0%と1割未満。一方で、言葉の認知度^{※3}は36.7%。



※2「よく内容を知っている」「だいたい内容を知っている」の計

※3「よく内容を知っている」「だいたい内容を知っている」「内容はあまり知らないが言葉は聞いたことがある」の計

2-2 小牧市食育推進計画の評価

- 第1次計画では、計画の進捗と評価を行うため、12項目、23指標を目標指標として掲げました。
- 23指標のうち目標達成は2指標にとどまっています。目標指標には達しなかったものの第1次計画策定時よりも上昇しているのは12指標、逆に下降しているのは9指標となっています。

基本目標	目標指標	指標数値		H23	評価	
		平成20年度数値	目標数値			
基本目標1 食を通じて 健やかな身体 をつくろう	(1) 毎日朝食を食べる人の増加	一般市民	87.8%	90%	86.6%	×
		小中高校生	80.9%	95%	88.7%	○
		園児	93.1%	95%	94.3%	○
	(2) 自分の食生活がよいと思う人の増加	一般市民	82.1%	90%	79.7%	×
		一般市民	55.9%	70%	50.8%	×
(3) 食事バランスガイドを知っており、食事に活かす人の増加	園児保護者	51.6%	70%	54.2%	○	
(4) 食と健康に関して「食品の安全性」に関心のある人の増加	一般市民	33.8%	50%	18.2%	×	
基本目標2 食を通じて 豊かな心を 育てよう	(5) 食事が楽しいと回答する人の増加	一般市民	60.8%	80%	63.5%	○
		小中高校生	66.6%	80%	78.8%	○
		園児	80.4%	90%	80.8%	○
	(6) 「いただきます」「ごちそうさま」などのあいさつをする人の増加	一般市民	61.8%	70%	59.9%	×
		小中高校生	69.8%	75%	78.6%	◎
(7) 行事食を年5回以上実施している人の増加	園児	81.8%	90%	80.9%	×	
基本目標3 食を通じて 環境にやさしい 生活をしよう	(8) 地元産食材を購入している人の増加	一般市民	29.3%	40%	23.6%	×
	(9) 食事の食べ残しをしなかった人の増加	一般市民	71.6%	85%	73.4%	○
		小中高校生	54.8%	65%	56.5%	○
		園児	20.3%	50%	23.9%	○
(10) 自宅で食べる野菜を栽培している人の増加	一般市民	39.2%	45%	45.7%	◎	
基本目標4 食育を 広めよう	(11) 「食育」を知っている人の増加	一般市民	42.9%	80%	46.2%	○
		小中高校生	35.0%	75%	39.6%	○
		園児保護者	48.1%	95%	52.3%	○
	(12) 「食育」に関する活動や行動をしている人の増加	一般市民	33.4%	40%	27.0%	×

※ 「◎」は目標達成、「○」は目標未達成だが前回よりも上昇、「×」は前回よりも下降していることを表している。

❑ 基本目標1では、全ての指標で目標達成に至りませんでした。しかし、幼稚園や保育園の保護者や小中高校生では「毎日朝食を食べる」「食事バランスガイドを知っており、食事に活かす」といった項目では、目標達成には至らない項目でも上昇傾向にあります。一方で、「毎日朝食を食べる」「自分の食生活がよい」「食事バランスガイドを知っており、食事に活かす」「『食品の安全性』に関心がある」の全ての項目において市民は下降しています。特に、「食と健康に関して『食の安全性』に関心がある人」は大きく減少しています。

❑ 基本目標2では、「『いただきます』『ごちそうさま』などのあいさつをする」が小中高校生で目標達成しています。目標達成には至らなかったものの横ばいから上昇傾向にあるものが7指標のうち3指標、下降しているのは3指標となっています。中でも、「食事が楽しい」と回答している人は全ての年代において上昇傾向にあります。一方で、幼稚園や保育園の保護者や市民では「『いただきます』『ごちそうさま』などのあいさつをする」「行事食を5回以上実施している」がわずかながら下降傾向となりました。

❑ 基本目標3では、「自宅で食べる野菜を栽培している」が目標達成しています。「食事の食べ残しをしない」も全ての年代において上昇傾向にあります。一方で「地元産食材を購入している」はやや下降しました。

❑ 基本目標4では、目標達成をした指標はありませんでした。「『食育』を知っている」は全ての年代において上昇傾向となりました。一方、「『食育』に関する活動や行動をしている」は下降しており、食育の輪を広げていくことが課題となっています。

2-3 小牧市の食に関する現状と課題

- 小牧市食生活等に関するアンケート調査から小牧市の食に関する現状と課題を整理します。

基本目標1 食を通じて健やかな身体をつくろう

【 現 状 】

- 朝食は9割弱が「ほとんど毎日」食べている状況にあります。一方で「ほとんど食べない」は6.3%です。小中高校生は大幅に改善しました。
- 朝食を食べない理由は「時間がない」と「食欲がわからない」がほぼ半数となっています。小中高校生は「時間がない」、園児は「食欲がわからない」が高い状況にあります。
- 朝食を食べている人でも、野菜やおかず、果物はそれぞれ2～3割となっています。園児は乳製品や牛乳・ジュース、菓子パン等が高く、野菜は低く、2割が買ってきたものをそのまま食べている状況にあります。
- 夕食について、小中高校生の夕食を食べない理由は、「ダイエット」が3割となっています。「食事の準備がしていない」も1割弱あります。
- 食生活に何らかの「問題がある」と思っている人は76.1%、「改善が必要な問題がある」と思っている人は19%で、その問題は、「栄養のバランス」が1位となっています。
- 食生活において気にしていることは、「食品表示をみる」「高くても安全性の高いものを買う」が前回調査に比べて大きく減少しています。前回の調査が食への関心が高まった時期ではありましたが、関心が低くなっていることがわかります。
- 食事バランスガイドの言葉の認知度は7割強ですが、内容の認知度は4割にとどまっています。しかし、内容の理解は前回調査に比べて大幅に上昇しています。また、内容を知っている人でも参考にしているのは半数程度にとどまっています。
- 体型については一般市民の半数以上が「やせたい」と考えています。そして、適正体重を「知っている」は9割となっています。また、小中高校生では半数が「やせたい」と考えており、適正体重を「知っている」のは7割です。
- 小中高校生のダイエット経験は2割となっています。
- 「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」の認知度は97.9%とかなり高い状況です。
- 食と健康の関心の内容は、「血糖値」と「体重」は上昇していますが、「食品の安全性」は大きく減少しました。
- 食べる速度は「速い」が一般市民では3割、小中高校生では2割、園児では1割、園児保護者では3割強となっています。
- よく噛んで味わって食べているかという設問に、一般市民では、「食べていない」が3割弱、「わからない」が2割です。小中高校生では「食べていない」が1割と「わからない」が3割、園児ではどちらも2割弱ずつとなっています。
- 「噛ミング30」を初めてきたのは一般市民では4割、小中高校生、園児の保護者では7割弱です。

課題

- 食習慣、生活習慣については、子どもは親の影響を受けるため、親への働きかけが課題となっています。
- 啓発はポスターや資料配布にとどまっており、実践に向けた働きかけ、動機づけが必要です。
- 食事バランスガイドの理解を深めるとともに、実際に活用するための働きかけが必要です。
- 自分の体型を正しく認知できていない子どもが多い現状のため、いかに子ども自身へ正しい健康観を持たせる働きかけができるかが課題です。
- 病気等のリスクが高い人に対して、食生活改善の意識を高め、実践へと結びつけていくことが課題です。
- 職場との連携を図るための関係づくりが課題となっています。
- 関係機関や関係者が横の連携を図る必要があります。
- ゆっくりと味わって食べること、噛むことの大切さの啓発や意識づけをしていく必要があります。

基本目標2 食を通じて豊かな心を育てよう

【現状】

- 食事が「楽しい」と感じている人は、園児や小中高校生では8割前後を占めますが、一般市民では6割程度にとどまっています。
- 食事のときのあいさつは、「している人」が一般市民では8割弱、小中高校生では9割、園児では9割以上となっていますが、年齢が上がるに従って「しない人」の割合も高くなります。
- 一般市民では朝食は4割弱、夕食は2割が孤食。小中高校生では朝食で4割、夕食で1割です。園児でも朝食の5%は孤食となっています。
- 小中高校生のうち1割は食事中にゲームや携帯電話をしています。家族との会話は前回調査に比べて上昇しています。園児では、テレビ等を見ながら食事をする人が半数を占めています。
- 郷土料理は、「まったくしない」が6割を占めています。

課題

- 食習慣、生活習慣については、子どもは親の影響を受けるため、親への働きかけが課題となっています。
- 昔ながらの郷土料理、行事食は旬の農産物を利用し、手間隙がかかるものが多いため、敬遠されがちになっていることが考えられます。
- まずは、講習会の開催等、学習機会の提供が必要です。

基本目標3 食を通じて環境にやさしい生活をしよう

【 現 状 】

- 地元食材の認知度は前回の調査に比べて減少しています。また、地元食材の購入率も減少しています。
- その一方で、「地産地消」の内容の認知度が大幅に上昇しています。
- 農業の大変さや楽しさをPRし、理解が深まっていますが、新規農業の担い手の確保までは至っていません。
- 学校給食において、地場製品の活用に努めていますが、必要量の確保が困難な状況です。
- 生産者の高齢化、後継者不足の中で、地場産品を活用できるほどの量を確保することが難しくなっています。
- マイバックの持参率はかなり高くなっていることから、さらなる環境にやさしい食生活の啓発と実践を促すことが必要です。
- 家庭菜園等での栽培経験は半数程度の人があります。

課 題

- 「地産地消」の理解が深まっている中で、地元食材の購入率は前回調査に比べて下がりました。地産地消、環境にやさしい生活の視点から、理解から実践へと移行する取り組みが必要です。
- 農業への理解や関心を深め、新規就農者の確保につなげていく取り組みが必要です。
- 地場産品の生産者の育成や生産量を確保する取り組みを行う必要があります。
- 環境にやさしい食生活をより積極的に活動を行うための取り組みが必要です。
- マイバックの持参率の増加に加え、より環境にやさしい生活をするために、さらなる啓発と実践を促すことが必要です。
- 気軽に家庭菜園等の栽培ができるような環境の整備が必要です。

基本目標4 食育を広めよう

【 現 状 】

- 食育について、認知度は高くなっていますが、計画の認知度は1割未満です。また、「こまき食育応援団（サポーター）」の認知度も2.6%にとどまっています。
- 食育への関心は一般市民で5割以上ありますが、前回調査よりも減少しています。園児の保護者では8割以上と高い状況を維持しています。
- 小中高校生の「食生活について教わったこと」は全体的に上昇しており、食育についての理解が高まっていることがわかります。
- 食育のための行動を「している人」は4人に1人であり、前回調査に比べて減少しています。
- 食育に関する様々な取り組みが行われていますが、まだまだ認知度は低い状況です。継続的に実施することによって認知度は向上していくと考えられますが、即効性は期待できない状況です。

課 題

- 計画やこまき食育応援団（サポーター）等のさらなるPRを行い、活動への協力、参加を促すことが必要です。
- 食育への関心は対象年齢によって大きく差があることから、年齢に応じた取り組みが必要です。
- 講座参加者への知識普及だけでなく、その家族や地域の方に知識と実践を拡大していくことが課題です。
- 食育に関する様々な活動への理解を深め、参加者を増加させることが必要です。

現 状

課 題

朝食は9割弱が「ほとんど毎日」食べている
朝食を食べない理由は「時間がない」と「食欲がわかない」
朝食を食べている人でも、朝食の内容には課題もある
小中高校生の夕食を食べない理由は、「ダイエット」が3割、「食事の準備がしていない」も1割弱
食生活に何らかの「問題がある」と思っている人は76.1%、食生活の問題は、「栄養のバランス」
食生活において気にしていることは、「食品表示をみる」「高くても安全性の高いものを買う」が前回調査に比べて大きく減少
食事バランスガイドの言葉の認知度は7割強だが、内容の認知度は4割にとどまる
一般市民、小中高校生の半数以上が「やせたい」
小中高校生のダイエット経験は2割
「メタボリックシンドローム」の認知度は9割弱
食と健康の関心内容は、「血糖値」と「体重」は上昇しているが、「食品の安全性」は大きく減少
食べる速度は「速い」が一般市民では3割、小中高校生では2割、園児では1割、園児の保護者では3割強
よく噛んで味わって食べているかは一般市民では、「食べていない」3割弱、小中高校生、園児は1～2割程度
「噛ミング30」を初めてきいたのは一般市民で4割、小中高校生、園児の保護者では7割弱

食事が「楽しい」は、園児や小中高校生では8割前後、一般市民では6割程度
食事のときのあいさつを「している人」が一般市民では8割弱、小中高校生では9割、園児では9割以上
朝食は3人に1人、夕食は5人に1人が孤食。小中高校生では朝食で4割、夕食で1割。園児でも朝食の5%は孤食
小中高校生のうち1割は食事中にゲームや携帯電話。園児では、テレビ等を見ながら食事をする人が半数
郷土料理は、「まったくしない」が6割

地元食材の認知度、購入率は減少
「地産地消」の内容の認知度が大幅に上昇
新規農業の担い手の確保までは至っていない
給食において、地場産品の活用に努めているが、必要量の確保が困難な状況
環境にやさしい食生活の普及啓発
マイバックの持参率はかなり高い
家庭菜園等での栽培経験は半数以上

計画、こまき食育応援団(サポーター)の認知度は1割未満
一般市民の食育への関心はやや低下
小中高校生の食育についての理解が高まっている
食育のための行動を「している人」は4人に1人
食育に関する様々な取り組みが行われているが、まだまだ認知度は低い

食と健康に関する課題

子どもは親の影響を受けるため、親への働きかけが課題
実践に向けた働きかけ、動機づけが必要
食事バランスガイドの活用
子ども自身へ正しい健康観を持たせる働きかけが必要
食生活改善の意識を高め、実践へと結びつけていく
地域や職場との連携を図るための関係づくり
関係機関や関係者が横の連携を図る必要
噛むことの大切さの啓発と理解

食と心に関する課題

親への働きかけが課題
郷土料理、行事食は敬遠をされがち
郷土料理、行事食の学習から始める

食と環境に関する課題

地産地消を理解から実践へ、購入率の向上
新規就農者の確保
地場産品の生産者の育成や生産量を確保
環境にやさしい食生活の実践
より環境にやさしい生活をするために、さらなる啓発と実践を促す
家庭菜園等の栽培ができるような環境の整備

食育の理解と実践に関する課題

計画や活動のさらなるPR
年齢に応じた取り組みが必要
講座参加者だけでなく、家族や地域の方に知識と実践を拡大