

「食育について」(令和6年7月19日～7月29日実施)

送付数:1,392人
回答数:639人
回答率:45.9%
担当課:健康づくり課(086-434-9868)

【アンケートの目的】

食育推進に関する施策等に反映させるため、市民の皆さまの食行動等について、アンケートを行いました。

【担当課のコメント】

●自分で料理をすることが「十分できる」「まあまあできる」と答えた方は、第三次倉敷市健康増進計画及び第三次倉敷市食育推進計画策定時(R5)と比べて、4.5ポイント増加しています(70.6%→75.1%)。食育推進計画最終評価のアンケート(R4)では、自分で料理をすることができる人は、主食・主菜・副菜をそろえて食べたり、食品の廃棄や地産地消に気を付けたりとよい傾向にある人が多くみられたことから、今後も、重要な食育推進の視点として評価し、教室、イベント、デジタル技術を活用しながら、あらゆる機会を通して推進していきたいと思えます。

〈食育に関する情報〉

☆倉敷市食育ポータル

<https://www.city.kurashiki.okayama.jp/36535.htm>

自然に健康になれる食環境づくり「くらしき3ベジプロジェクト」について紹介していますので、ご覧ください。

☆YouTube「倉敷市動画チャンネル」

<https://youtu.be/d7CljQN7IK4>

☆倉敷市健康づくり公式Instagram

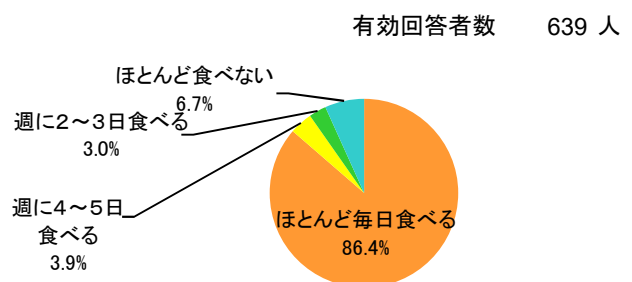
「倉敷市健康づくり公式」で検索

野菜を使った簡単レシピの動画や昨年度完成した「3ベジダンス」も紹介していますので、是非ご覧ください。

●皆さまからいただいたご意見をもとに、今後も食育の推進を図ってまいります。ご協力ありがとうございました。

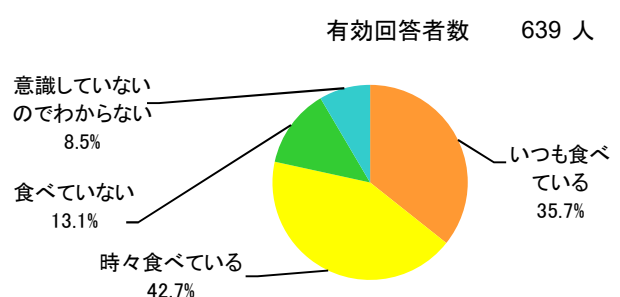
問1 朝食を食べていますか？

選択肢	回答者数
ほとんど毎日食べる	552 人
週に4～5日食べる	25 人
週に2～3日食べる	19 人
ほとんど食べない	43 人



問2 食事をする時、一口目に野菜を食べていますか？

選択肢	回答者数
いつも食べている	228 人
時々食べている	273 人
食べていない	84 人
意識していないのでわからない	54 人

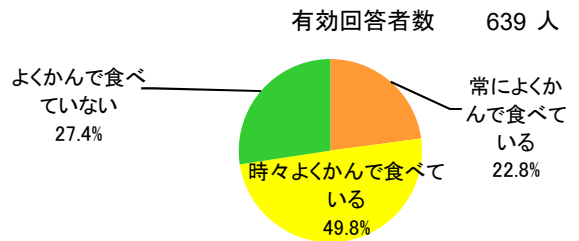


「食育について」(令和6年7月19日～7月29日実施)

問3 食事をする時、よくかんで食べていますか？

・よくかんで食べる…目安は1口に20回以上

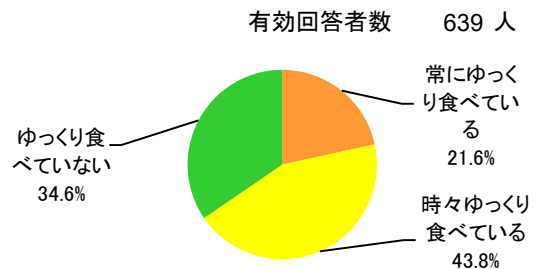
選択肢	回答者数
常によくかんで食べている	146 人
時々よくかんで食べている	318 人
よくかんで食べていない	175 人



問4 食事をする時、ゆっくり時間をかけて食べていますか？

・ゆっくり時間をかけて食べる…目安は1食に20分以上

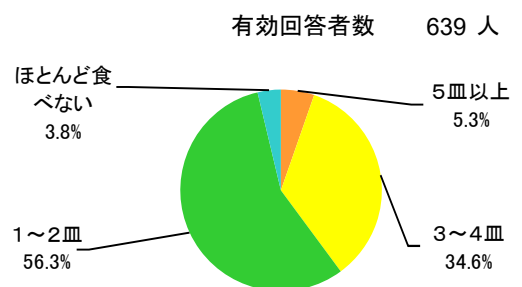
選択肢	回答者数
常にゆっくり食べている	138 人
時々ゆっくり食べている	280 人
ゆっくり食べていない	221 人



問5 1日に野菜料理を、皿数で考えると何皿食べていますか？

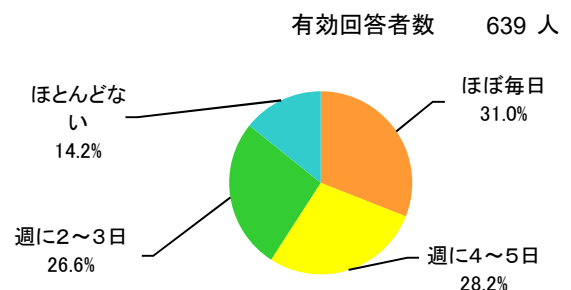
※「1皿」は、片手に乗るサイズの小皿一つ分(70g程度) ※「2皿」は、両手に乗るサイズの野菜料理
 ※カレーや丼もの等に含まれる野菜や添え野菜などもカウントしてください。 ※海藻類、きのこ類、いも類、野菜ジュース、漬物は除きます。

選択肢	回答者数
5皿以上	34 人
3～4皿	221 人
1～2皿	360 人
ほとんど食べない	24 人



問6 主食、主菜、副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは週に何日ですか？

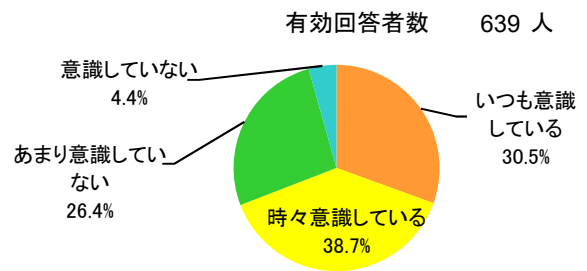
選択肢	回答者数
ほぼ毎日	198 人
週に4～5日	180 人
週に2～3日	170 人
ほとんどない	91 人



「食育について」(令和6年7月19日～7月29日実施)

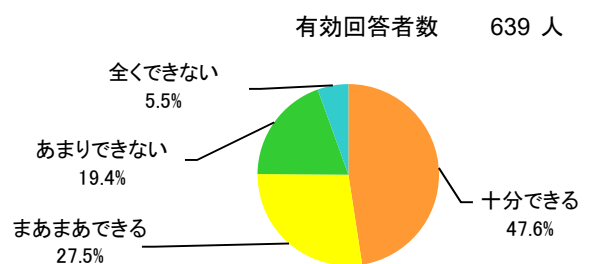
問7 普段から塩分を取りすぎないように意識していますか？

選択肢	回答者数
いつも意識している	195 人
時々意識している	247 人
あまり意識していない	169 人
意識していない	28 人



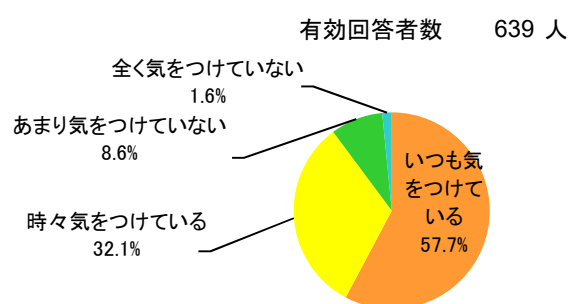
問8 自分で料理を作ることができますか？

選択肢	回答者数
十分できる	304 人
まあまあできる	176 人
あまりできない	124 人
全くできない	35 人



問9 食品ロスを減らすように気をつけていますか？

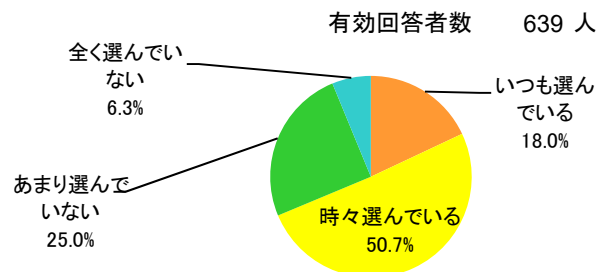
選択肢	回答者数
いつも気をつけている	369 人
時々気をつけている	205 人
あまり気をつけていない	55 人
全く気をつけていない	10 人



問10 「地産地消」を意識して、農林水産物・食品を選んでいますか？

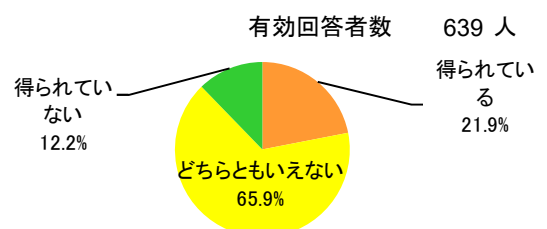
※「地産地消」…県内で生産された農産物や水産物をその地域で消費すること(自家栽培等を含む)。

選択肢	回答者数
いつも選んでいる	115 人
時々選んでいる	324 人
あまり選んでいない	160 人
全く選んでいない	40 人



問11 食品の安全性について十分な情報を得られていますか？

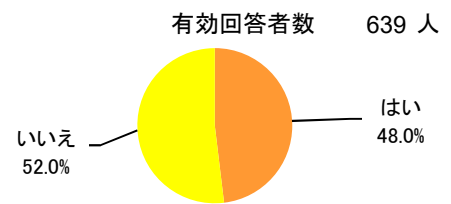
選択肢	回答者数
得られている	140 人
どちらともいえない	421 人
得られていない	78 人



「食育について」(令和6年7月19日～7月29日実施)

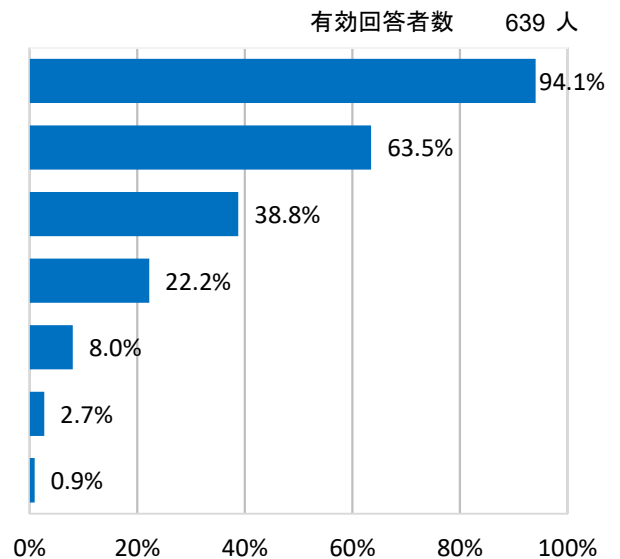
問12 災害時に備えて非常用の食品を備蓄していますか？

選択肢	回答者数
はい	307 人
いいえ	332 人



問13 過去1年間で、誰とともに食事をしましたか？(複数回答可)

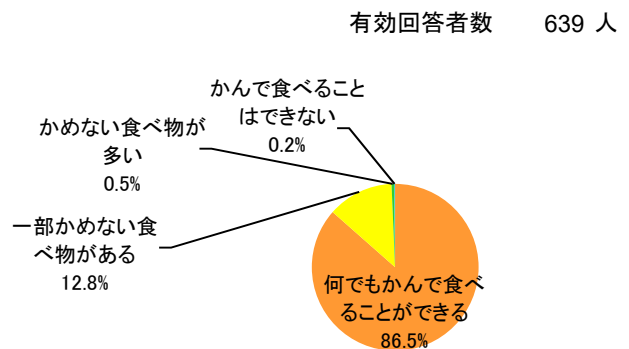
選択肢	回答者数
家族	601 人
友人	406 人
学校・職場	248 人
知人	142 人
地域コミュニティ(自治会等)	51 人
誰とも食べていない	17 人
サロンやデイサービス	6 人



※複数回答のため、割合総計が100%を超えています。

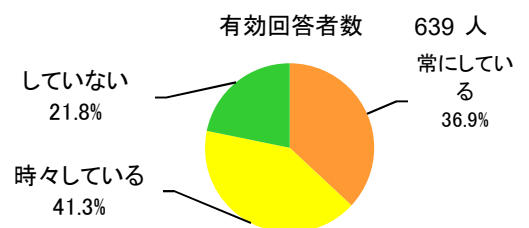
問14 かねで食べるときの状態について、あてはまる番号を1つ選んでください。

選択肢	回答者数
何でもかねで食べることができる	553 人
一部かめない食べ物がある	82 人
かめない食べ物が多い	3 人
かねで食べることはできない	1 人



問15 歯と歯の間を糸付きようじや歯間ブラシなどで、掃除していますか？

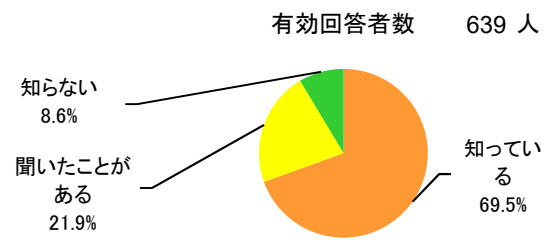
選択肢	回答者数
常にしている	236 人
時々している	264 人
していない	139 人



「食育について」(令和6年7月19日～7月29日実施)

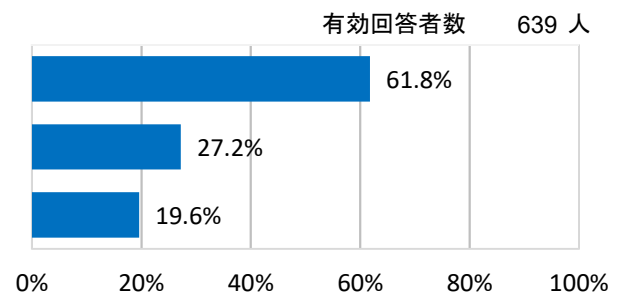
問16 歯周病が全身の病気(糖尿病など)に関係することを知っていますか？

選択肢	回答者数
知っている	444 人
聞いたことがある	140 人
知らない	55 人



問17 この1年間に歯科医院に行きましたか？(複数回答可)

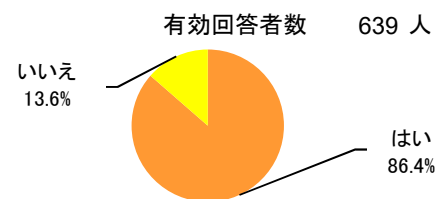
選択肢	回答者数
検診に行っている	395 人
行っていない	174 人
治療で通院している	125 人



※複数回答のため、割合総計が100%を超えています。

問18 かかりつけ歯科医院がありますか？

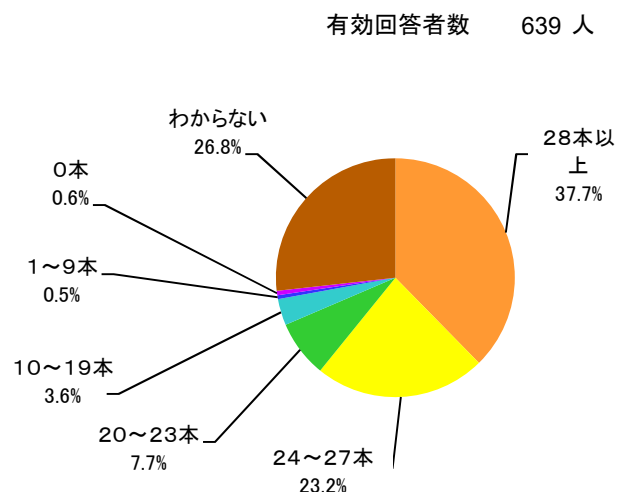
選択肢	回答者数
はい	552 人
いいえ	87 人



問19 自分の歯は、現在何本ありますか？

※親知らず、入れ歯、インプラントは含みません。さし歯は含みます。※通常は親知らずを除いて28本です。

選択肢	回答者数
28本以上	241 人
24～27本	148 人
20～23本	49 人
10～19本	23 人
1～9本	3 人
0本	4 人
わからない	171 人

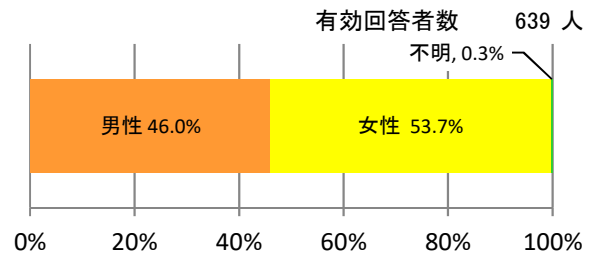


(次ページにモニター属性の内訳あり)

「食育について」(令和6年7月19日～7月29日実施)

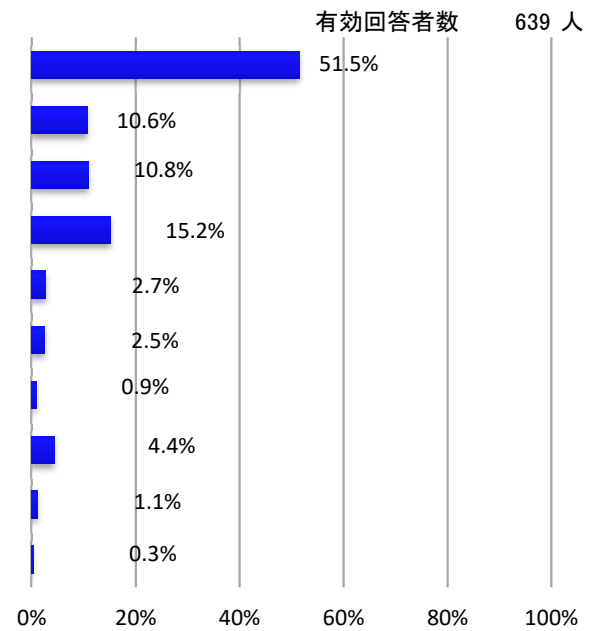
モニターの属性(性別)

選択肢	回答者数
男性	294 人
女性	343 人
不明	2 人



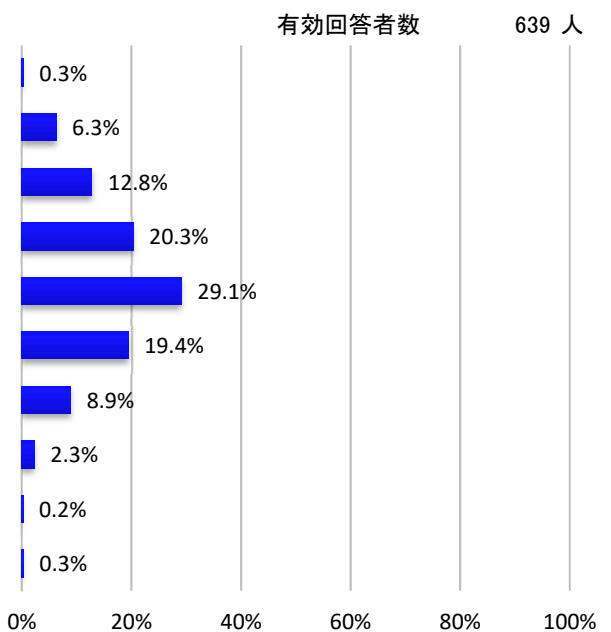
モニターの属性(地区)

選択肢	回答者数
倉敷	329 人
児島	68 人
玉島	69 人
水島	97 人
庄	17 人
茶屋町	16 人
船穂	6 人
真備	28 人
市外(在勤)	7 人
不明	2 人



モニターの属性(年代)

選択肢	回答者数
90代	2 人
80代	40 人
70代	82 人
60代	130 人
50代	186 人
40代	124 人
30代	57 人
20代	15 人
10代	1 人
不明	2 人



(注)各回答項目の割合(%)は、端数処理の関係上、合計が100%にならない場合があります。