

平成 27 年度

京都市食育に関する意識調査

御協力のお願い

日ごろから京都市政に御理解と御協力をいただき、誠にありがとうございます。

本市では、「『食』から見直そう、私たちのライフスタイル」を基本理念とする新「京（みやこ）・食育推進プラン」を平成 23 年 3 月に策定し、市民の皆様一人ひとりが、生涯にわたって健康的で満足度の高い生活を楽しめるように、様々な分野で食育の取組を推進しています。

この調査は、市民の皆様の食生活の状況や健康の増進に向けた取組等を把握するものであり、調査結果は、食育に関する施策の一層の推進を図るための基礎資料とさせていただきます。

調査に御協力いただく方は、市内にお住まいの **15 歳以上の方（平成 27 年 5 月 1 日現在）**の中から無作為に選ばせていただいた **5,000 人**の方です。

お答えいただいた内容は、統計資料を得る目的にのみ使用し、秘密の保持には万全を期しておりますので、御協力いただきますようよろしくお願いいたします。

平成 27 年 5 月

京都市長 門川 大作

御記入に際してのお願い

- 調査票は封筒の宛名の方御本人が記入してください。
ただし、何らかの事情で御本人が記入できない場合には、その方の状況がわかる方が代わりに記入してください。
- 補問がある場合は→にそって進めてください。

御記入していただいた調査票は、お手数ですが、同封の返信用封筒に入れ、無記名のまま、**平成 27 年 6 月 8 日（月）**までに御投函ください。

調査に関するお問い合わせは、下記までお願いいたします。

京都市保健福祉局保健衛生推進室保健医療課 食育推進担当
電話：075-222-3424 FAX：075-222-3416

食生活などについておたずねします。

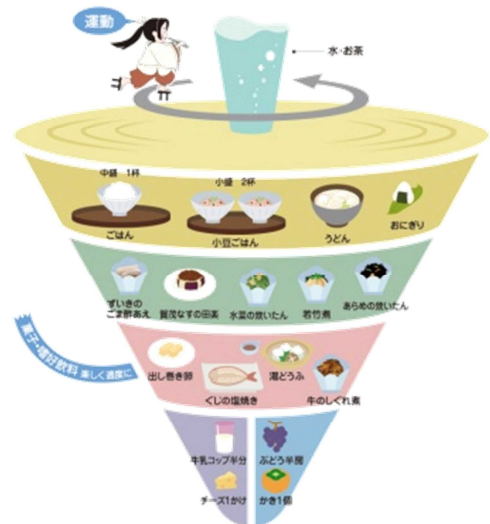
問9 あなたは「食育」に関心がありますか。
あてはまる番号1つに○をつけてください。

- | | |
|----------------------|------------------|
| 1. 関心がある | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. どちらかといえば関心がない | 4. 関心がない |
| 5. 「食育」という言葉も意味も知らない | |

※「食育」は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人間を育てることであります。その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身につけたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

問10 あなたは、健全な食生活を実践するため、食事バランスガイド等の指針を参考にしていますか？あてはまる番号1つに○をつけてください。

- | |
|--------------------|
| 1. 参考にしている |
| 2. 参考にしていない |
| 3. わからない（指針等を知らない） |
| 4. 特に実践していない |



※参考となる指針等の例

- 「食事バランスガイド」 「六つの基礎食品」
「3色分類」「日本食品標準成分表」「食生活指針」

問11 あなたは、食に関する情報を主にどこから入手していますか。
あてはまる番号3つまで○をつけてください。

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1. 家族・親戚 | 2. 知人・友人 |
| 3. 保育園・幼稚園・認定こども園 | 4. 学校(小学校・中学校・高等学校・大学) |
| 5. ボランティアやNPOなどの団体 | 6. 職場 |
| 7. 行政(市の広報, 保健センター) | 8. 健康診断や病院などの医療機関 |
| 9. テレビ | 10. ラジオ |
| 11. インターネット・携帯・スマートフォン | 12. 新聞 |
| 13. 雑誌 | 14. スーパー, 小売業者, 飲食店 |
| 15. 農家 | 16. 入手したいとは思わない |
| 17. その他 () | |

問 12 あなたは、適正体重の維持や生活習慣病（糖尿病, 高血圧, 脂質異常症, 肥満等）の予防, 改善のために、「適切な食事」や「運動」を継続的に実施していますか。あてはまる番号 1 つに○をつけてください。

1. 食事も運動も実施している
2. 食事は実施しているが, 運動は実施していない
3. 食事は実施していないが, 運動は実施している
4. どちらも実施していない
5. 現在実施していないし, しようと思わない

問 13 あなたは, 日ごろの食生活に満足していますか。あてはまるもの 1 つに○をつけてください。

1. 大変満足している
2. ある程度満足している
3. 少し不満がある
4. 大変不満がある

問 13 で 3 ~ 4 に○をつけた方におたずねします。

問 13-1 不満な理由は何ですか。あてはまる番号 2 つまで○をつけてください。

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| 1. 食事がおいしくないから | 2. 食事の時間が楽しくないから |
| 3. 食事をとる時間が不規則だから | 4. 野菜不足だから |
| 5. エネルギーや塩分を摂りすぎているから | 6. 食べるものに偏りがあるから |
| 7. 食費がかかりすぎているから | 8. 手作りの料理が少ないから |
| 9. 食べ物の安全性が気になるから | 10. 一緒に食べる人がいないから |
| 11. その他 () | |

問 14 あなたは, 主食・主菜・副菜を 3 つそろえた食事を 1 日に 2 回以上とる日が, どのくらいありますか。あてはまる番号 1 つに○をつけてください。

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週に 4 ~ 5 日 |
| 3. 週に 2 ~ 3 日 | 4. ほとんどない |

主食：ごはん, パン, 麺類等で炭水化物を多く含みエネルギーのもとになります。

主菜：肉や魚, 卵, 大豆製品等を使ったおかずの中心となる料理でたんぱく質や脂質を多く含みます。

副菜：野菜等を使った小鉢や汁物等の料理で, ビタミンやミネラル, 食物繊維等を多く含みます。

問17 今日の朝食の「主食」に何を食べましたか。
あてはまる番号すべてに○をつけてください。

1. ご飯類 (おにぎり, おかゆ, お茶漬, お餅等)
2. パン類 (食パン, 菓子パン, ホットケーキ, サンドイッチ, ワッフル等)
3. シリアル類 (コーンフレーク, グラノーラ等)
4. 麺類 (うどん, そば, スパゲッティ等)
5. 食べていない
6. その他 ()

問18 あなたは、「昼食」の際にレストランや食堂等の飲食店をどのくらいの頻度で利用しますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

1. ほとんど毎日
2. 週に4～5日
3. 週に2～3日
4. 月に1～2日
5. ほとんどない (昼食を食べない場合も含む)

問18で1～3に○をつけた方におたずねします。

問18-1 外食するお店を選ぶ基準は何ですか。あてはまる番号2つまで○をつけてください。

1. 価格
2. 味が良い
3. 健康に配慮したメニューがある(エネルギーやアレルギーの表示, 野菜たっぷりメニュー等)
4. 食材料の品質や産地にこだわっている
5. 禁煙又は, 分煙である
6. インターネット等での口コミ
7. 友人・知人からの情報
8. 特典がある
9. その他 ()



問 19 あなたは、ふだん外食や食品を購入するときに、栄養成分表示を参考にしていますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

《例》	ビスケット
栄養成分表示	《1箱あたり》
熱量	390kcal
たんぱく質	5g
脂質	19g
炭水化物	49g
食塩相当量	0.8g
カルシウム	20mg

- | | |
|----------------|--------------|
| 1. いつもしている | 2. 時々している |
| 3. あまりしていない | 4. まったくしていない |
| 5. 栄養成分表示を知らない | |

問 20 あなたは、1日1回以上自分で料理を作る日がどのくらいありますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

※料理とは、目玉焼きなどの簡単なものを含みますが、電子レンジで温める、お湯を注いで食べる等は除きます。

- | |
|-------------|
| 1. ほとんど毎日 |
| 2. 週に4～5日 |
| 3. 週に2～3日 |
| 4. 月に1～2日 |
| 5. ほとんど作らない |

問 21 京都又は近郊で採れた農産物を日ごろから購入するようにしていますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

- | |
|---------------|
| 1. いつも購入している |
| 2. なるべく購入している |
| 3. 購入していない |
| 4. 産地を気にしていない |

問 22 農産物を購入する際、何を重視していますか。あてはまる番号2つまで○をつけてください。

- | |
|------------|
| 1. 価格 |
| 2. 形・見た目 |
| 3. 鮮度 |
| 4. 産地 |
| 5. 生産者 |
| 6. 季節感・旬 |
| 7. その他 () |

食文化についておたずねします。

問 25 京の食文化（行事食やおきまり料理）をどの程度知っていますか。
あてはまる番号 1 つに○をつけてください。

1. 十分に知っている
2. ある程度知っている
3. あまり知らない
4. ほとんど知らない

問 26 あなたは、行事食やおきまり料理をどのくらい食べていますか。
あてはまる番号 1 つに○をつけてください。

行事名	行事食の例	必ず食べる	食べることもある	ほとんど食べない	行事食を知らない
お正月	おせち・お雑煮	1	2	3	4
人日の節句	七草がゆ	1	2	3	4
節分	塩いわし・恵方巻	1	2	3	4
ひな祭	ちらし寿司・蛤の吸い物、 ひなあられ、ひし餅等	1	2	3	4
お彼岸	春のぼた餅・秋のおはぎ	1	2	3	4
端午の節句	かしわもち・ちまき	1	2	3	4
夏越の祓い	水無月 ※三角形の上部にあずきがのった和菓子	1	2	3	4
お月見	お月見団子	1	2	3	4
大晦日	年越しそば	1	2	3	4
おきまり料理	1日・15日の小豆ご飯	1	2	3	4
	8のつく日のあらめのおかず	1	2	3	4
	月末のおからのおかず	1	2	3	4



問 27 あなたはふだん、だしを使う和食を作るときに、どのようなだしを使用していますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

1. 昆布，かつお節，煮干等からだしをとる
2. 市販の即席だしを使う（だし入り調味料等を含む）
3. 昆布，かつお節，煮干等を使うときと，市販の即席だしを使うときの両方がある。
4. 和食にだしをほとんど使わない
5. 和食をほとんど作らない
6. わからない

問 28 あなたは、「京の食文化」について誇りに思いますか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

1. 大変誇りに思う
2. まあまあ誇りに思う
3. あまり誇りに思わない
4. 誇りに思わない
5. わからない

問 28 で 1～2 に ○ をつけた方におたずねします。

問 28-1 京の食文化を継承するためには、どのようなことが有効だと思いますか。あてはまる番号2つまで○をつけてください。

1. 行事食やおぼんざいの料理教室の開催
2. 食文化継承のためのボランティアの育成
3. 食文化継承に関する講演会の開催
4. 京都近郊の産物の生産と販売の促進
5. 京野菜の栽培体験
6. 保育園・幼稚園・小学校等での子どもたちへの普及活動
7. 特にない
8. その他（)



食の安全・安心についておたずねします。

問 29 食に関するどのようなことに不安を感じていますか。

あてはまる番号3つまで○をつけてください。

1. 食品添加物
2. 残留農薬
3. 食中毒
4. B S E (牛海綿状脳症)
5. 偽装表示
6. 異物混入
7. 輸入食品
8. 放射能汚染
9. その他 ()

問 30 あなたは食品を購入する際に食品表示の中で重視する項目は何ですか。

あてはまる番号3つまで○をつけてください。

1. 原材料
2. 食品添加物
3. 内容量・大きさ
4. 消費期限や賞味期限
5. 製造者(メーカー)
6. 遺伝子組換え食品
7. アレルギー物質
8. 栄養成分表示
9. 産地や製造地(国産かどうか含む)
10. 食品表示を見ない
11. その他 ()

問 31 あなたは食品の安全性や安心な食生活の確保に関する意見交換会や食品生産加工の現場の見学会に参加したいと思いませんか。

あてはまる番号1つに○をつけてください。

1. 参加してみたい
2. 参加してみたいとは思わない
3. すでに参加している

問 32 食品の安全性を確保するためには、食品の生産から消費（調理や食事）までのうち、どの段階が重要であると思いますか。
あてはまる番号3つまで○をつけてください。

1. 食品の生産段階
2. 食品の卸売段階
3. 工場等での製造・加工段階
4. 食品の配送段階
5. 店舗等での提供・販売段階
6. 家庭での消費（調理や食事）段階
7. その他（)

問 33 食品の安全性をより一層向上させるために、有効であると考えられることは何ですか。あてはまる番号2つまで○をつけてください。

1. 行政が監視や検査を強化
2. 行政の違反者に対する罰則の強化
3. 食品関係事業者による自主的な衛生管理の強化
4. 食品関係事業者から消費者への正確かつ適切な情報の提供
5. 消費者が食の安全・安心に係る知識を深める
6. その他（)

質問は以上です。御協力ありがとうございました。

