

3 平成 27 年度食育に関する意識調査の主な結果 (抜粋)

(1) 15歳以上

設問 NO.	項目	結果
問 6	BMI	<ul style="list-style-type: none"> ・ <u>男性：40・50 歳代の肥満の増加</u> 40 歳代 29.1→32%，50 歳代 27.4→36.4% ・ 女性：年代が上がるにつれ，やせが増加 ・ <u>70 歳以上の男女のやせの増加</u> 男性 7.5→32.8% 女性 15.1→44.4% ・ H22 年度比較：「やせ」は減少，「標準」が増加
問 9	「食育」に関心があるか	<ul style="list-style-type: none"> ・ 男性：年代が上がるにつれ，「関心がある」が増加 ・ 女性：30 代から 40 代にかけて「関心がある」が減少するが，以降は年代が上がるにつれ増加する。 ・ H22 年度比較：「関心がある」77.2→78.1%
問 10	食事バランスガイド等の指針を参考にしているか	<ul style="list-style-type: none"> ・ 男女とも年齢があがるにつれ，「参考にしている」が増加する傾向。 ・ <u>H22 年度比較：「参考にしている」26.2→27.2%</u>
問 12	「適切な食事」「運動」を実施しているか	<ul style="list-style-type: none"> ・ 男性：15～19 歳，70 歳以上で「食事も運動も実施」が高い ・ 女性：20 歳代以上は，年齢が上がるにつれ「どちらも実施」が上昇 ・ <u>H22 年度比較：「どちらも実施していない」31.5→25.8% 低下</u>
問 13	食生活の満足度	「大変満足」16.3% 「ある程度満足」63.7%
問 13-1	食生活に不満がある理由	<ul style="list-style-type: none"> ①位：食べ物に偏りがある 29.3% ②位：食事を取る時間が不規則 27% ③位：野菜不足 24.9%
問 14	主食・主菜・副菜をそろえた食事を 1 日 2 回以上取る日数	<u>男女共 20 歳代になると「ほとんど毎日とる」が大きく減少</u>
問 15	ふだん，家族や友人と一緒に食事をしている割合	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「はい」83% 「いいえ」16.4% ・ 「食生活に満足している」人は「共食」している割合が高い。 ・ <u>H22 年度比較：「はい」78.4→83%増加</u>
問 15-1	家族や友人と 1 日 1 回以上食事をする日数	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「ほとんど毎日」が 79.5%と最も高い。 ・ 20 歳代，30 歳代男性で「ほとんど毎日」の割合が低下。

設問 NO.	項目	結果
問 1 6	朝食の喫食状況	<ul style="list-style-type: none"> ・男性：<u>20 歳代男性の欠食の増加 11.5→28.4%</u> ・女性：20 歳代女性の「ほとんど毎日」が 61.7%と低い ・<u>H22 年度比較：「ほとんど毎日」が低下 82.2→80.9%</u> <u>「ほとんど食べない」が増加 8.0→9.5%</u> ・同居者有と単身者の比較：「ほとんど毎日」が 83.4%と 66.8%
問 16-1	いつ頃から朝食を抜くようになったか	<ul style="list-style-type: none"> ①位：「<u>20～29 歳から</u>」 23.6% ②位：「高校を卒業した頃から」 19% ③位：「中学生の頃から」 12.3% ・H22 年度比較：変化なし
問 16-2	朝食を食べない理由	<ul style="list-style-type: none"> ①「時間がないから」51.3%，②食欲がないから 36.8% ③「もっと寝ていたいから」25.1% ・H22 年度比較：変化なし ・単身者では「食事が作れない」「準備・片付けが面倒」が 25.2%
問 1 7	朝食の主食の内容	<ul style="list-style-type: none"> ・「ごはん」3 割，「パン類」6 割 ・全ての年代でパン類が高い
問 1 8	昼食でのレストランや食堂等の飲食店の利用頻度	<ul style="list-style-type: none"> ・男性：年齢が上がるにつれ「月 1～2 回」の割合が高くなる ・「ほとんど毎日」～「週に 4～5 日利用」： 20 歳代 男性 34.3%，女性 15%
問 18-1	外食時の店の選択の基準	<ul style="list-style-type: none"> ①位：価格 59.7% ②位：味が良い 55.8% ③位：健康に配慮したメニューがある 16.5% 男性：10～40 歳代，60 歳代で「価格」が高い 女性：10～30 歳代で「価格」が高い 30 歳以上で「味が良い」が高い
問 1 9	外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする	<ul style="list-style-type: none"> ・男女差：「している」男性 35.3%，女性 60.1% →女性の方が高い ・H22 年度比較：「している」54.5%→49.9% 「していない」42%→48.1%
問 2 0	1 日 1 回以上料理を作る頻度	<ul style="list-style-type: none"> ・ほとんど毎日作る <u>男性 12.1%，女性 71.5%</u>
問 2 1	近郊の農作物の購入	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>「いつも購入」9.4%</u>「なるべく購入」46.5% ・年齢が上がるにつれ「なるべく購入」が高くなる傾向 ・H22 年度は「購入している」44.6%
問 2 2	農産物の購入時に重視すること	<ul style="list-style-type: none"> ①位：鮮度 67.9%②位：価格 56.8%③位：産地 31.0%
問 2 3	「食べ残し」「ごみを減らす工夫」の実施状況	<ul style="list-style-type: none"> ・「している」59.7%「時々している」29.0% ・女性：年齢が上がるにつれ「している」が増加

設問 NO.	項目	結果
問 2 4	水や食品の備蓄	<ul style="list-style-type: none"> ・「<u>している</u>」41.4%, 「<u>していない</u>」57.9% ・年齢が上がるにつれ「している」が増加する傾向
問 2 5	京の食文化（「行事食」や「おきまり料理」）の認知度	<ul style="list-style-type: none"> ・「十分に知っている」3.9% ・「ある程度知っている」49% ・H22 年度比較：変化なし
問 2 6	「行事食」や「おきまり料理」の摂取状況	<ul style="list-style-type: none"> ・「お正月」「大晦日」「節分」の順で行事食を食べる割合が高い。 ・「<u>おきまり料理</u>」はほとんど認知されていない。
問 2 7	「だし」の使用状況	<ul style="list-style-type: none"> ①位：「市販の即席だし」39.7% ②位：「市販の即席だしと天然だしの共用」31.0% ③位：「天然だし」15.9% 20 歳代女性：「市販の即席だし」が高い 60.9% 10 歳代女性：「わからない」26.6% 10 歳代男性：「わからない」23.2%
問 2 8	京の食文化を誇りに思うか	<ul style="list-style-type: none"> ・「大変誇りに思う」28.1% ・「まあまあ誇りに思う」36.5% ・女性 20・30 歳代で「誇りに思う」が約 6 割 ・H22 年度比較：「あまり誇りに思わない」24.6→13% 「誇りに思う」は変化なし
問 2 9	京の食文化継承のために有効な取組	<ul style="list-style-type: none"> ①位：京都近郊の産物の生産と販売促進 55.7% ②位：子どもたちへの普及活動 48.9% ③位：行事食やおばんざいの料理教室 38.5%

(参考)

項目	結果
食育指導員の養成及び活動状況	<ul style="list-style-type: none"> ・平成 26 年度（1～5 期生）の食育活動回数 1,171 回（1 人平均 6.7 回（174 人）） ※活動休止・または活動なし 56 人 ・平成 27 年度 7 月現在登録者 222 人（1～6 期生） 活動休止 10 人

(2) 中学校2年生

設問 NO.	項目	結果
問 3	自分の体についてどう思っているか。	肥満度は「普通」の割合が 82.2%と最も高いが、「太っている」「少し太っている」と思う割合が 33.0%、「普通」と思う割合が 46.6%、「少しやせている」「やせている」と思う割合が 17.9%
問 4	ダイエットをしたことがあるか	<ul style="list-style-type: none"> ・男子：「ない(興味がない)」81.9%「ない(やってみたい)」9.7%、「ある」7.5% ・女子：「ない(興味がない)」49.9%「ない(やってみたい)」27.8%、「ある」20.0% ・肥満傾向の生徒ほど「ある」「ない(やってみたい)」の割合が約5割と高くなる。
問 5	起床時間, 就寝時間	H22 年度と比較すると, 起床時間, 就寝時間は早まっている傾向がある。
問 6	朝食の喫食状況	<ul style="list-style-type: none"> ・ <u>肥満傾向の者や起床時間と就寝時間が遅いほど「ほとんど毎日食べる」が低下する傾向が見られる。</u> ・ H22 年度比較：「ほとんど毎日食べる」 80.8%→82.3%
問 6 - 1	朝食を食べない理由	<ul style="list-style-type: none"> ①位：時間がないから 61.1% ②位：食欲がないから 45.9% ③位：朝食が用意されていないから 14.0%
問 7	今日の朝ごはんは何を食べたか	<ul style="list-style-type: none"> ①位：黄の食べ物（主食類）86.0% ②位：赤の食べ物（主菜類）54.4% ③位：<u>緑の食べ物（副菜類）36.9%</u>
問 8	朝食や夕食を誰と食べるか	<ul style="list-style-type: none"> ・ 朝食：兄弟・姉妹 48.1% 母 39.1% 父 16.5% ひとり 34.0% (H22 年度：「ひとり」36.3%) ・ 夕食：母 71.7% 兄弟・姉妹 62.3% 父 37.7%
問 9	食事のお手伝いをするか	<ul style="list-style-type: none"> ・「よくしている」「ときどきしている」67.9%、「あまりしない」30.9% ・ 小学校 5 年生と比較し, 「している」割合が低い
問 1 0	食事を楽しいと感じる時	<ul style="list-style-type: none"> ①位：外食のとき 55.3% ②位：家族そろって食べる時 42.6% ③位：学校での昼食のとき 35.3% ④位：夕食のとき 35.0%
問 1 1	食事の時間にテレビ, スマートフォンなどを見ているか	「よく見ている～ときどき見ている」74.6%, 「あまり見ていない～まったく見ていない」24.6%
問 1 2	食べたことがあるおばんざい	<ul style="list-style-type: none"> ①位：生ぶしとふきの炊いたん 71.8% ②位：若竹汁 63.4% ③位：菜っ葉とお揚げの炊いたん 61.0%

設問 NO.	項目	結果
問 1 3	「行事食」の摂取状況	<ul style="list-style-type: none"> ・「お正月」「大晦日」「ひな祭り」の順で「行事食を食べる」割合が高い。 ・「夏越の祓い」「人日の節句」「お月見」の順で「行事食を知らない」割合が高い。

(3) 小学校5年生

設問 NO.	項目	結果
問 3	自分の体についてどう思っているか	肥満度は「普通」の割合が 80.3%と最も高いが、「太っている」「少し太っている」と思う割合が 29.0%、「普通」と思う割合が 50.2%、「少しやせている」「やせている」と思う割合が 19.6%
問 4	ダイエットをしたことがあるか	<ul style="list-style-type: none"> ・男子：「ない(興味がない)」72.5%、「ない(やってみみたい)」14.6%、「ある」12.3% ・女子：「ない(興味がない)」60.9%、「ない(やってみみたい)」23.5%、「ある」15.3% ・肥満傾向の児童ほど「ある」の割合が高くなる。
問 6	朝食の喫食状況	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>肥満傾向の者や起床時間と就寝時間が遅いほど「ほとんど毎日食べる」が低下</u> ・<u>H22 年度比較：「ほとんど毎日食べる」</u> <u>90.0%→87.1%</u>
問 6 - 1	朝食を食べない理由	<ul style="list-style-type: none"> ①位：食欲がないから 57.9% ②位：時間がないから 46.7% ③位：朝食が用意されていないから 10.5%
問 7	今日の朝ごはんは何を食べたか	<ul style="list-style-type: none"> ①位：黄の食べ物（主食類）89.0% ②位：赤の食べ物（主菜類）57.7% ③位：<u>緑の食べ物（副菜類）40.3%</u>
問 8	朝食や夕食を誰と食べるか	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食：兄弟・姉妹 62.6% 母 51.0% 父 24.7% ひとり 19.1% (H22 年度：「ひとり」17.4%) ・夕食：母 72.9% 兄弟・姉妹 64.8% 父 39.1%
問 9	食事のお手伝いをするか	・「よくしている」「ときどきしている」85.9%、「あまりしない」12.8%
問 1 0	食事を楽しいと感じる時	<ul style="list-style-type: none"> ①位：家族そろって食べる時 62.5% ②位：外食のとき 60.3% ③位：学校での昼食のとき 42.1% ④位：自分で作って食べる時 31.6%
問 1 1	食事の時間にテレビ，スマートフォンなどを見ているか	「よく見ている～ときどき見ている」75.8%、「あまり見ていない～まったく見ていない」23.4%
問 1 2	食べたことがあるおぼんざい	<ul style="list-style-type: none"> ①位：若竹汁 82.1% ②位：生ぶしとふきの炊いたん 78.5% ③位：菜っ葉とお揚げの炊いたん 69.0%

問13	「行事食」の摂取状況	<ul style="list-style-type: none"> ・「お正月」「ひな祭り」「節分」の順で「行事食を食べる」割合が高い。 ・「夏越の祓い」「人日の節句」「お月見」の順で「行事食を知らない」割合が高い。
-----	------------	---

(4) 3歳児

設問NO.	項目	結果
問6	朝食の喫食状況	<ul style="list-style-type: none"> ・起床時間8時以降で「毎日食べる」の割合が70.8%と低くなる。 ・就寝時間23時以降で「毎日食べる」の割合が70.0%と低くなる。 ・<u>H22年度比較：「毎日食べる」93.6%→93.3%</u>
問6-1	朝食を食べていない理由	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>H22年度と同様、「作っても食べないから(食欲がない)」が58.8%と最も多い。</u>
問7	父・母の朝食の喫食状況	<ul style="list-style-type: none"> ・H22年度比較：「毎日食べる」父 <u>65.0%→61.7%</u> 母 80.9%→83.4%
問8	ふだん誰と食事を食べているか	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食：母 75.1%，兄弟・姉妹 54.8%，父 33.4% ・夕食：母 94.4%，兄弟・姉妹 60.2%，父 38.6%
問9	家族全員がそろって食事をする日数	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>朝食：「ほとんどない」38.9%</u> ・<u>夕食：「週に2～3日」45.5%，「毎日」23.5%</u>
問10	おやつとの与え方	<ul style="list-style-type: none"> ①位：「量を決めて食べさせる」53.0% ②位：「時間を決めて食べさせる」51.1% ③位：「欲しがる時に食べさせる」30.5% ④位：「甘いものに偏ってしまう」19.9%
問11	お子さんの食事困っていることや心配なこと	<ul style="list-style-type: none"> 「偏食する」32.7%，「食べるのに時間がかかる」28.3%
問12	お子さんの食生活で気をつけていること	<ul style="list-style-type: none"> 「座って食べる」が90.2%と最も高く，<u>「1日3食必ず食べる」は69.4%，「食事時間を規則正しくする」は38.9%</u>であった。
問13	お子さんの食物アレルギーの状況	<ul style="list-style-type: none"> 食物アレルギーが「ある」9.3% ⇒「ある」のうち、医師の診断を受けている 89.7%
問14	子どもの食事に関する情報源	<ul style="list-style-type: none"> ①位：家族・親戚 47.7% ②位：保育園(所)・幼稚園・認定こども園 42.2% ③位：知人・友人 39.1%
問15	子どもと一緒に食べたことがあるおばんざい	<ul style="list-style-type: none"> ①位：菜っ葉とお揚げの炊いたん 66.8% ②位：卵の花の炒り煮 45.9% ③位：若竹汁 41.3%
問16	「行事食」や「おきまり料理」の摂取状況	<ul style="list-style-type: none"> ・「お正月」「大晦日」「ひな祭り」の順で「行事食を食べる」割合が高い。 ・「夏越の祓い」「人日の節句」「お月見」の順で「ほとんど食べない」「行事食を知らない」割合が高い