

令和3年度 健康づくり・食育に関するアンケート調査 結果概要（食育関連項目）

＜調査概要＞

調査目的：平成30年3月に策定した「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において、市民の健康づくりに関する活動状況を把握するために経年で実施することとしており、今後の健康づくり施策の推進の基礎資料とするものです。

対象者：15歳以上の市民5,000人（住民基本台帳から無作為抽出）

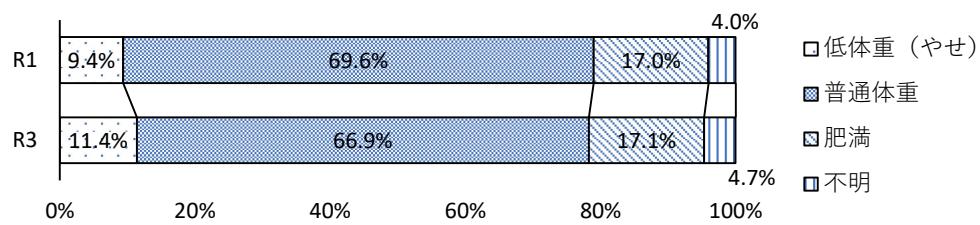
調査期間：令和3年9月6日（金）～令和3年10月29日（金）

回収数：1,759件（回収率35.2%）

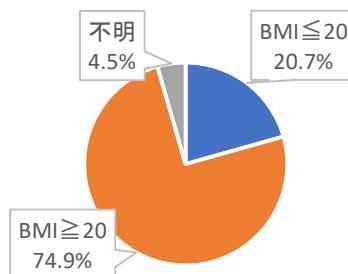
調査項目：年齢、行政区等の基礎項目、身長・体重・歯の数、健康状態、社会参加、食事、身体活動・運動、健（検）診・歯科健診、睡眠、喫煙、飲酒 等

＜結果概要＞

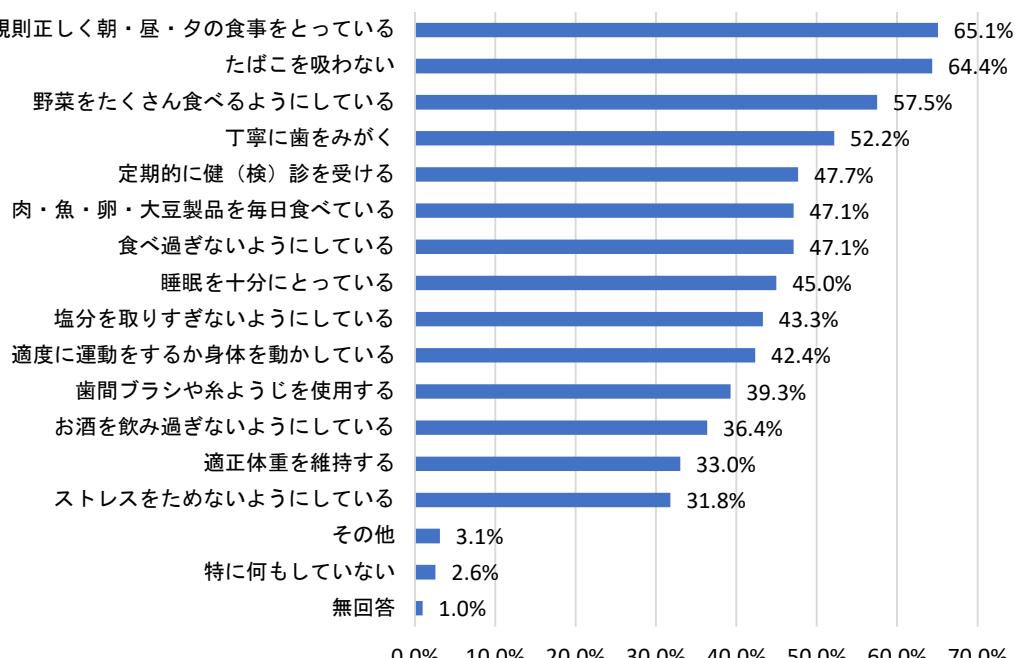
【問5の身長・体重より算出】BMI



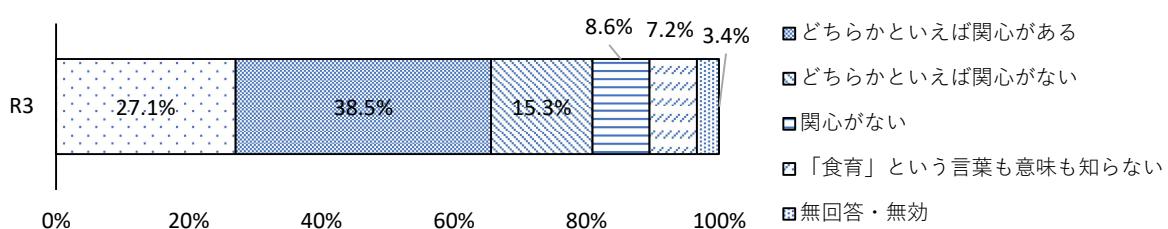
（参考）65歳以上（n=736）



【問9】健康のために普段の生活で心がけていることはありますか。

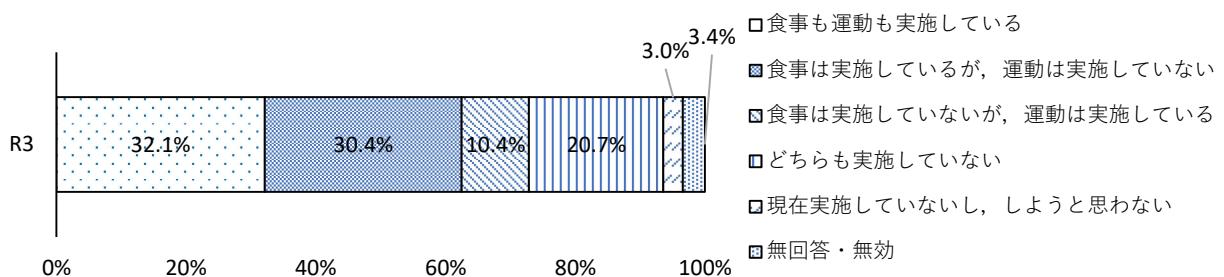


【問26】「食育」に関心がありますか？



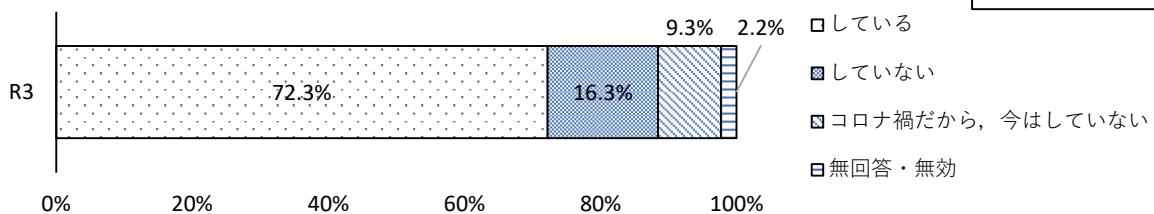
【問27】適正体重の維持や生活習慣病の予防、改善のために、「適切な食事」や「運動」を継続的に実施していますか。

評価項目⑫

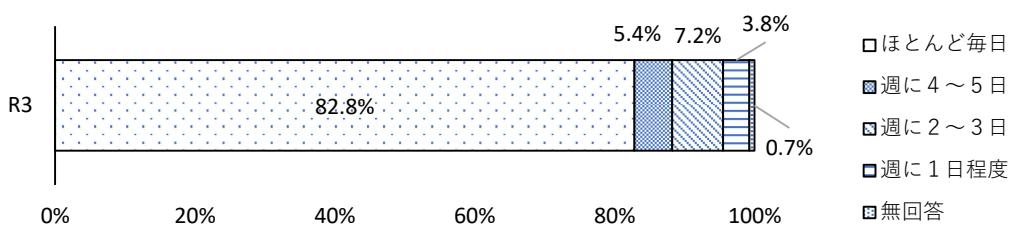


【問28】ふだん家族や友人と一緒に食事をしていますか。

評価項目⑧

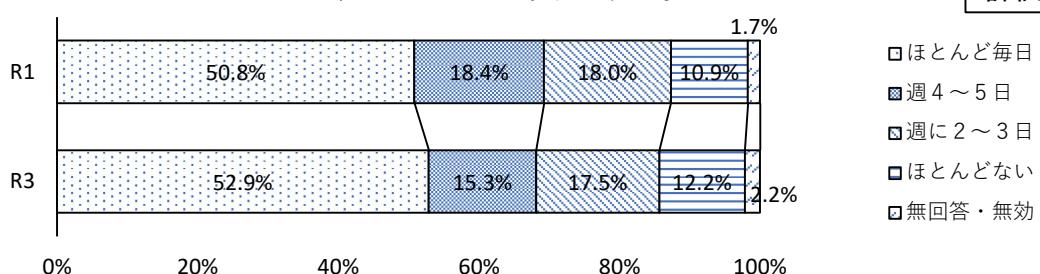


【補問28-1】《上記が「①」の場合》家族や友人と共に1日1回以上食事をする日がどのくらいありますか。



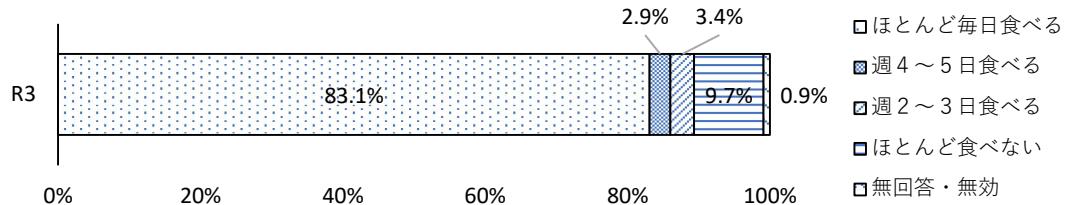
【問29】主食・主菜・副菜を3つそろえた食事を1日に2回以上とする日が、どのくらいありますか。

評価項目⑪

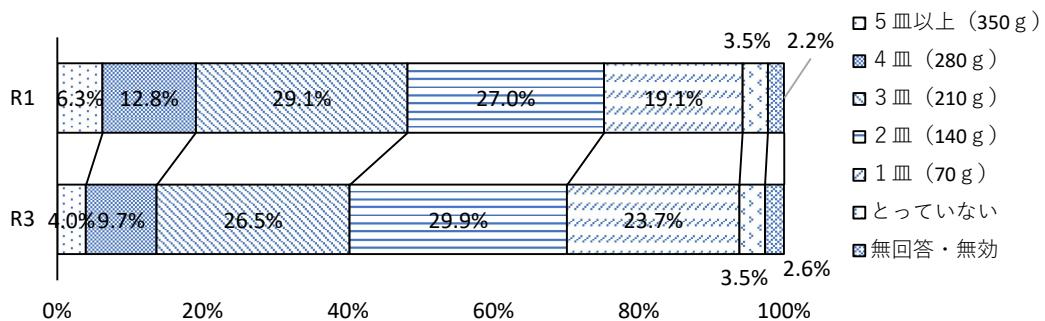


【問30】ふだん朝食を食べますか。

評価項目④～⑦

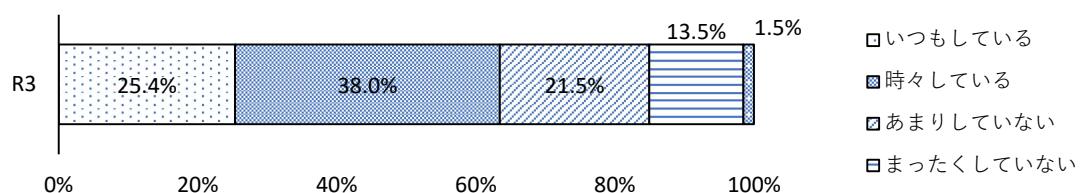


【問31】1日当たりどのくらいの量の野菜をとっていますか。



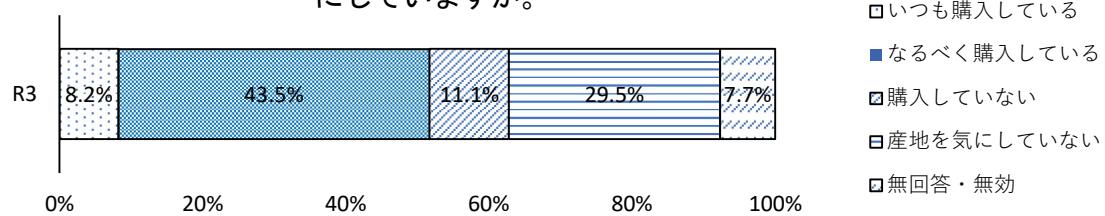
【問32】あなたは、ふだん外食や食品を購入するときに、食品の表示を参考にしていますか。

評価項目⑯



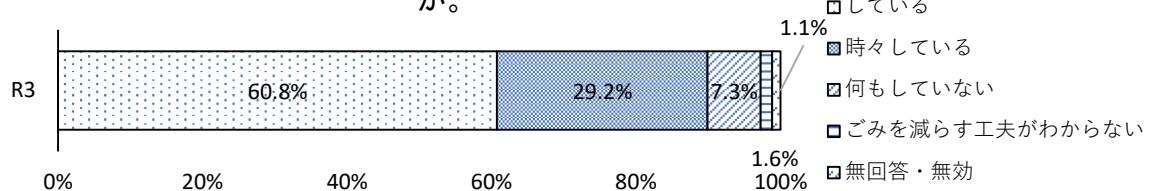
【問33】京都又は近郊で採れた農産物を日ごろから購入するようにしていますか。

評価項目⑳

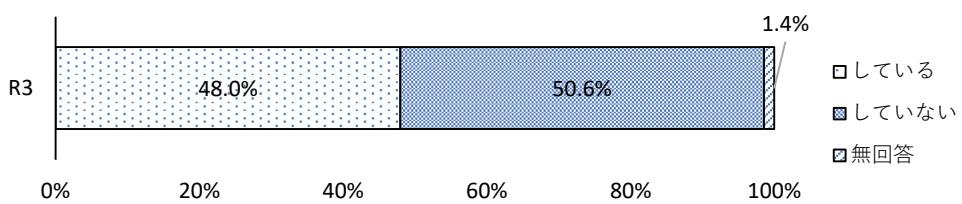


【問34】あなたは、ふだん食べ残しやごみを減らす工夫をしていますか。

評価項目⑯



【問35】あなたは、災害等に備えて水や食品を備蓄（買い置き）していますか。



【問36】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。

評価項目②

