

食育に関する県民意識調査結果

1 目的

平成 18 年 11 月に策定した「宮城県食育推進プラン」の進捗状況を把握するとともに、食育推進に係る今後の取り組みの参考とする。

2 調査対象

20 歳以上の一般県民（大学生については、10 代も含む）

3 調査方法

調査は市町村や大学生協同組合、事業所等の協力を得て、集合調査法により実施した。

なお、調査票の配布にあたっては、食に関連する研修会や講習会等、食育に関して意識や関心の高い人が集合する場、機会は避け、住民健診、特定健診等の事業実施会場での配布を依頼した。

4 調査票の配布数及び回収数

配布数 3,341 枚
回収数 3,118 枚（回収率 93.3%）
有効回答数 3,084 枚

5 調査時期

平成 21 年 8 月から 11 月末日まで

6 調査結果

(1) 食育の関心度

「関心有り」と回答している県民の割合は 45.7%、「どちらかといえば関心有り」が 39.6%、「どちらかといえば関心がない」7.9%、「関心がない」2.4%であった。

「関心あり」と「どちらかといえば関心有り」を合わせると 85.3%となり、平成 21 年内閣府調査の全国データ 72.1%（「関心有り」36.9%、「どちらかといえば関心あり」35.2%）と比較すると、宮城県民の食育の関心度は 13.2 ポイント高くなっている。

(2) 現在の食生活に対する自己評価

「良い」と回答している県民の割合は 6.5%、「まあよい」が 42.0%、「少し問題がある」が 41.3%、「問題が多い」が 8.0%であった。「良い」と「まあよい」を合わせると 48.5%となり、平成 21 年内閣府調査の全国データ 61.6%（「良い」10.8%、「まあよい」50.8%）と比較すると、13.1

ポイント低い結果であった。

(3) これからの食生活の改善意向

現在の食生活を「少し問題がある」と「問題が多い」と回答した方々に、今後の食生活について尋ねたところ、「今より良くしたい」が82.6%、「今のままで良い」が7.3%、「特に考えていない」が9.5%であった。

食生活の改善意向について、平成21年内閣府調査と比較すると「今より良くしたい」と回答した割合は、全国データ45.5%を37.1ポイント上回った。

(4) 朝食欠食者の状況

「ほとんど食べない」「週に4～5回食べない」「週に2～3回食べない」を合わせた欠食者の割合は、10代男性では40.4%、10代女性が17.5%、20代の男性では38.8%、20代女性が23.5%と、若い年代で欠食率が高くなっている。

また、20～39歳の男性では、朝食を「ほとんど食べない」、「週4～5回食べない」を合わせた欠食者の割合は13.1%で、平成17年県民健康調査データ33.8%と比較すると20.7ポイント下がり、目標値である23%以下を下回ることができた。

(5) 主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている割合

主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている割合は全体で74.4%を占め、平成17年データ62.7%から11.7ポイント高くなり、平成22年目標値75%と横並びとなった。

(6) 食事の量を適量摂取するよう心がけている人の割合

適量を心がけている人の割合は、全体で76.5%を占め、平成17年データ78.9%から2.4ポイント、平成22年度目標値85%を8.5ポイント下回っていた。

(7) 野菜の目安量を知っている人の割合

野菜の目安量を知っている人の割合は全体で43.1%で、平成17年データ42.2%から横ばい状態である。平成22年目標値60%に対し、16.9ポイント下回っていた。

(8) 栄養成分表示を参考にしている人の割合

栄養成分表示を参考にしている人の割合は、「いつも参考にしている」「時々参考にしている」を合わせると全体で55.6%であった。平成17年データ37.5%に対しては、18.1ポイント高く、平成22年目標値の50%を5.6ポイント上回っていた。

(9) 肥満者（BMI 25以上）の割合

肥満者の割合は、全体で19.1%、男性28.4%、女性14.1%であった。

また、目標値を設定している30歳以上の男性の肥満者の割合は30.2%で、平成17年データ31.0%からほとんど変化がなく、平成22年目標値の25%以下を下回ることができなかった。

また、40歳以上の女性の肥満者の割合は19.1%で、平成17年データ32.2%を大幅に減少

し、目標値である 25 %以下を下回る事ができた。

なお、10 代、20 代の女性では、「やせ」と判定された割合は、それぞれ 33.3 %、24.0 %であった。

(10) 主観的健康度

「自分の健康状態をどのように感じているか」主観的健康度を尋ねたところ、「良い」「まあ良い」を合わせると、全体では 78.2 %、男性では 76.4 %、女性が 79.1 %であった。

7 まとめ

食育に関する県民の意識調査から、食育への関心度は全体で85.3%と高いものの、現在の食生活については、問題有りとして回答している県民が約5割を占めていた。特に10代、20代の若い年代層における朝食欠食率が依然として高いことや、30歳以上男性の肥満の割合が3割を占める一方で、10代女性ではやせの割合が3割を占めているという現状が明らかになった。

また、「野菜の摂取目安量を知っている」「食事の量を適量摂取する」という食生活の知識や実践面での改善状況が思わしくなかった。これらのことから、適正体重の維持管理に係る「食を通じた健康づくり」に、今後一層の改善に向けた取組が必要である。

【食育に関する県民意識調査結果データ】

回答者の性別・年代別割合

	男性	%	女性	%	総数
10歳代	47	4.6	39	1.9	86
20歳代	133	13.0	318	15.5	451
30歳代	269	26.2	503	24.5	772
40歳代	255	24.8	332	16.1	587
50歳代	175	17.0	347	16.9	522
60歳代	83	8.1	298	14.5	381
70歳代	56	5.5	196	9.5	252
不明	9	0.9	24	1.2	33
有効回答数(計)	1027	100	2057	100	3084
調査不能					32

問1 食育に関する関心の度合いについて

	関心有り		どちらかといえ ば関心有り		どちらかといえ ば関心が無い		関心が無い		わからない	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:1027)	343	33.4	438	42.6	141	13.7	45	4.4	60	5.8
女(n:2057)	1067	51.9	784	38.1	102	5.0	30	1.5	74	3.6
全体(n:3084)	1410	45.7	1222	39.6	243	7.9	75	2.4	134	4.3

食育への関心度(全国・東北との比較)

	全国%	東北%	宮城%
関心有り	36.9	33.8	45.7
どちらかといえ ば有り	35.2	35.8	39.6
どちらかといえ ば無い	15.6	19.2	7.9
関心が無い	10.8	9.3	2.4
わからない	1.5	2	4.3

問2 今の食生活についての自己評価

	良い		まあ良い		少し問題有り		問題が多い		わからない	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:1027)	82	8.0	435	42.4	377	36.7	108	10.5	25	2.4
女(n:2057)	117	5.7	861	41.9	897	43.6	138	6.7	44	2.1
全体(n:3084)	199	6.5	1296	42.0	1274	41.3	246	8.0	69	2.2

今の食生活についての自己評価(全国・東北との比較) 食生活に問題有り
と自己評価している者の推移

	全国%	東北%	宮城%	問題有り(%)	全体	男性	女性
良い	10.8	11.3	6.5	H12	32.3	30.7	33.7
まあ良い	50.8	46.4	42	H17	44.3	44.4	44.3
少し問題あり	31.7	34.4	41.3	H21	49.3	47.2	50.3
問題が多い	5.8	7.3	8				
わからない	0.9	0.7	2.2				

問3 今の食生活に問題有り
と回答された方の食生活の改善意向について

	今より良 くしたい		今のま まで良い		特に考 えてい ない		未記入	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:485)	365	75.3	55	11.3	64	13.2	1	0.2
女(n:1035)	891	86.1	56	5.4	81	7.8	7	0.7
全体(n:1520)	1256	82.6	111	7.3	145	9.5	8	0.5

食生活の改善意欲(全国・東北との比較)

	全国%	東北%	宮城%
今より良くしたい	45.5	43	82.6
今のままで良い	44.3	43.7	7.3
特に考えていない	10.2	13.2	9.5
未記入	—	—	0.5

問4 朝食の摂食状況

	毎日食べる		週2~3日食べない		週4~5日食べない		ほとんど食べない		未記入	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:1027)	809	78.7	114	11.1	27	2.6	78	7.6	0	0.0
女(n:2057)	1819	88.4	130	6.3	20	1.0	86	4.2	2	0.1
全体(n:3084)	2628	85.2	244	7.9	47	1.5	164	5.3	2	0.1

朝食の摂食状況(男性・年代別 平成21年)

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	小計	不明	総計
毎日食べる	28	79	201	197	160	78	56	799	9	808
週2~3日食べない	11	21	45	26	6	2	0	111	3	114
週4~5日食べない	1	9	4	10	2	1	0	27	0	27
ほとんど食べない	7	20	19	22	7	2	0	77	1	78
計	47	129	269	255	175	83	56	1014	13	1027

朝食の摂食状況(女性・年代別 平成21年)

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	小計	不明	総計
毎日食べる	33	251	439	278	324	285	185	1795	23	1818
週2~3日食べない	3	39	33	27	13	10	5	130	0	130
週4~5日食べない	1	11	1	4	0	1	2	20		20
ほとんど食べない	3	27	20	23	9	2	1	85	1	86
未記入	0	0	0	0	0	0	0	0	3	3
計	40	328	493	332	346	298	193	2030	27	2057

「ほとんど食べない」「週4~5回食べない」「週2~3回食べない」朝食欠食者の状況(平成21年 男女別・年代別)

	10代		20~39歳		40~59歳		60歳以上		全体	
	欠食者	%	欠食者	%	欠食者	%	欠食者	%	欠食者	%
H21男性	19/47	40.4	118/398	29.6	73/430	17.0	5/139	3.6	215/1014	21.2
H21女性	7/40	17.5	31/821	16.0	67/678	9.9	21/491	4.3	226/2030	11.1

「ほとんど食べない」「週4~5回食べない」朝食欠食者の状況(平成17年度比較)

	10代		20~39歳		40~59歳		60歳以上		全体	
	欠食者/総数(%)	欠食者/総数(%)	欠食者/総数(%)	欠食者/総数(%)	欠食者/総数(%)	欠食者/総数(%)	欠食者/総数(%)	欠食者/総数(%)	欠食者/総数(%)	
男性(H17)				33.8		16.2		3.4		16.7
男性(H21)	8/47	17.0	52/398	13.1	41/430	9.5	3/139	2.2	104/1014	10.3
女性(H17)				14.7		10.3		1.8		8.4
女性(H21)	4/40	10.0	59/821	7.2	36/678	5.3	6/491	1.2	105/2030	5.2

問5 主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしているか。

	そろえている		いいえ		不明		総計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:1027)	663	64.6	364	35.4	0	0.0	1027	100
女(n:2057)	1630	79.2	423	20.6	4	0.2	2057	100
全体(n:3084)	2293	74.4	787	25.5	4	0.1	3084	100

主食・主菜・副菜を組み合わせて食べるよう心がけている人の割合の推移

	全体	男性	女性
基準値(H12)	73.1	66.3	77.4
参考値(H17)	62.7	52.2	72.2
H21	74.4	64.6	79.2

問6 食事の量は適量を心がけているか。

	そろえている		いいえ		不明		総計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:1027)	724	70.5	303	29.5	0	0.0	1027	100
女(n:2057)	1634	79.4	419	20.4	4	0.2	2057	100
全体(n:3084)	2358	76.5	722	23.4	4	0.1	3084	100

食事の量を適量食べるよう心がけている人の割合

	全体	男性	女性
基準値(H12)	82.2	79.5	84.9
参考値(H17)	78.9	74.5	82.9
H21	76.5	70.5	79.4

問7 栄養成分表示を参考にしているか。

	いつも参考にしている		時々参考にしている		あまり参考にしていない		ほとんど参考にしていない		未記入	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:1027)	121	11.8	297	28.9	352	34.3	255	24.8	2	0.2
女(n:2057)	323	15.7	974	47.4	563	27.4	191	9.3	6	0.3
全体(n:3084)	444	14.4	1271	41.2	915	29.7	446	14.5	8	0.3

栄養成分表示を参考にしている人の割合

	全体	男性	女性
基準値(H12)	31.7	14.5	40.7
参考値(H17)	37.5	25.2	48.9
H21	55.6	40.7	63.1

問8 成人1人1日当たりの野菜の目安量が350g以上であることを知っていたか。

	知っている		知らない		不明		総計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:1027)	311	30.3	712	69.3	4	0.4	1027	100
女(n:2057)	1019	49.5	1027	49.9	11	0.5	2057	100
全体(n:3084)	1330	43.1	1739	56.4	15	0.5	3084	100

野菜の目安量を知っている人の割合

	全体	男性	女性
参考値(H17)	42.2	31.5	52.0
H21	43.1	30.3	49.5

問9 肥満の判定結果について

	標準		肥満		やせ		計		不明	計
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
男性	685	69.1	281	28.4	25	2.5	991	100.0	36	1027
女性	1407	75.9	262	14.1	185	10.0	1854	100.0	203	2057
全体	2092	73.5	543	19.1	210	7.4	2845	100.0	239	3084

性別・年代別肥満の判定結果

男 性	標 準		肥満者		や せ		総 数	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
10代	30	81.1	7	18.9	0	0.0	37	100
20代	97	77.6	23	18.4	5	4.0	125	100
30代	188	72.0	66	25.3	7	2.7	261	100
40代	163	64.4	84	33.2	6	2.4	253	100
50代	112	64.0	60	34.3	3	1.7	175	100
60代	58	69.9	23	27.7	2	2.4	83	100
70代	37	64.9	18	31.6	2	3.5	57	100
男性	685	69.1	281	28.4	25	2.5	991	

女 性	標 準		肥満者		や せ		総 数	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
10代	17	63.0	1	3.7	9	33.3	27	100
20代	205	72.4	10	3.5	68	24.0	283	100
30代	345	78.2	40	9.1	56	12.7	441	100
40代	235	81.3	26	9.0	28	9.7	289	100
50代	263	79.9	55	16.7	11	3.3	329	100
60代	213	71.7	75	25.3	9	3.0	297	100
70代	129	68.6	55	29.3	4	2.1	188	100
女性	1407	75.9	262	14.1	185	10.0	1854	

食育推進プラン目標値設定対象者の肥満判定結果

	標 準		肥 満		や せ		有効回答数	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
30歳以上男性	558	67.3	251	30.2	20	2.4	829	100.0
40歳以上女性	840	76.2	211	19.1	52	4.7	1103	100.0

肥満者の割合の推移

	30歳以上男性	40歳以上女
基準値(H12)	28.8	28.5
参考値(H17)	31.0	32.2
H21	30.2	19.1
目標値	25%以下	25%以下

肥満者の推移(男性)

	H17	H21
	%	%
10代	—	18.9
20代	12.7	18.4
30代	30	25.3
40代	33	33.2
50代	33.7	34.3
60代	31.8	27.7
70代	26.7	31.6
全体	—	28.4

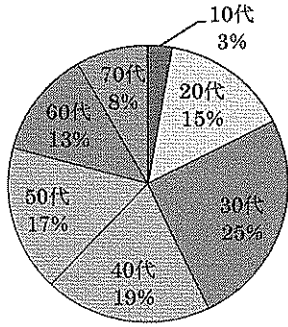
肥満者の推移(女性)

	H17	H21
	%	%
10代	—	3.7
20代	5.9	3.5
30代	9	9.1
40代	22.4	9.0
50代	33	16.7
60代	39	25.3
70代	33.1	29.3
全体	—	14.1

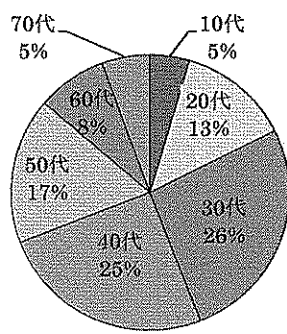
問10 主観的健康度

	良い		まあ良い		あまり良くない		良くない		未記入	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男(n:1027)	157	15.3	628	61.1	210	20.4	26	2.5	6	0.6
女(n:2057)	358	17.4	1270	61.7	338	16.4	52	2.5	39	1.9
全体(n:3084)	515	16.7	1898	61.5	548	17.8	78	2.5	45	1.5

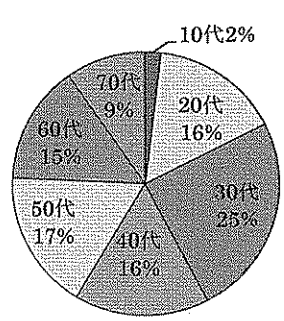
回答者（全体）の年代別割合



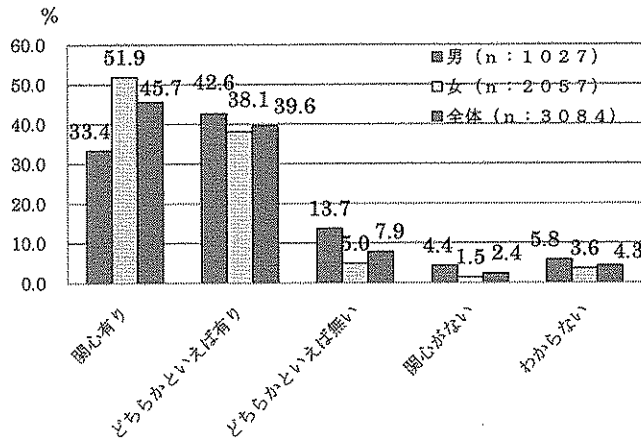
男性回答者の年代別割合



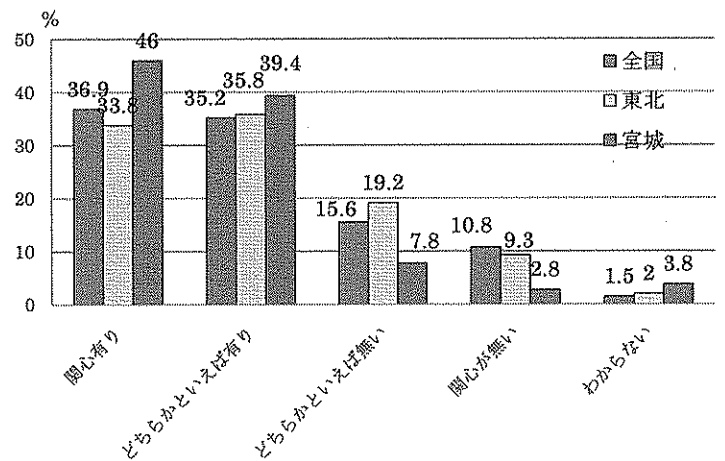
女性回答者の年代別割合



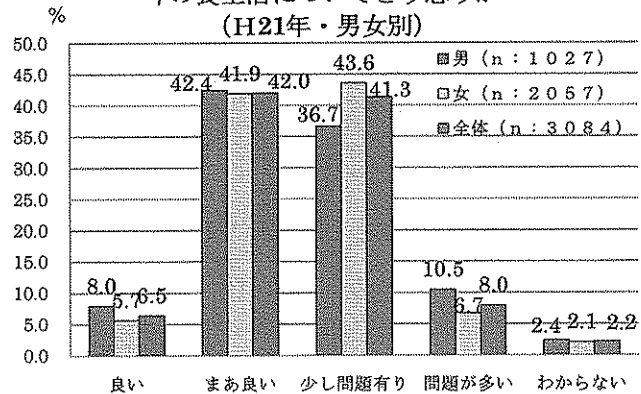
食育への関心の度合（H21年・男女別）



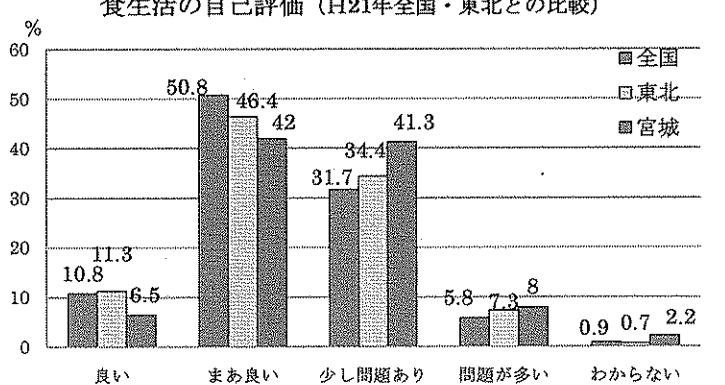
食育への関心の度合(H21全国・東北との比較)



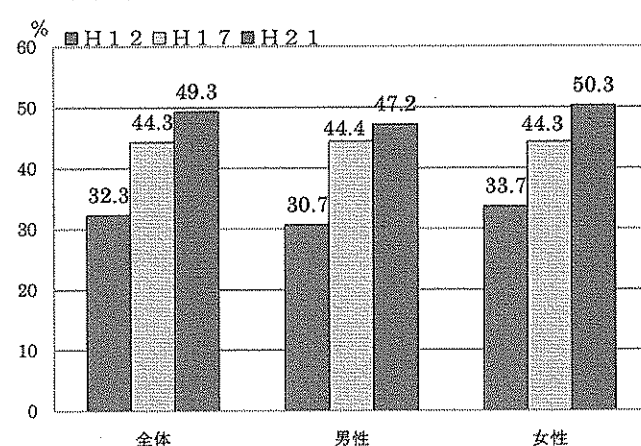
今の食生活についてどう思うか (H21年・男女別)



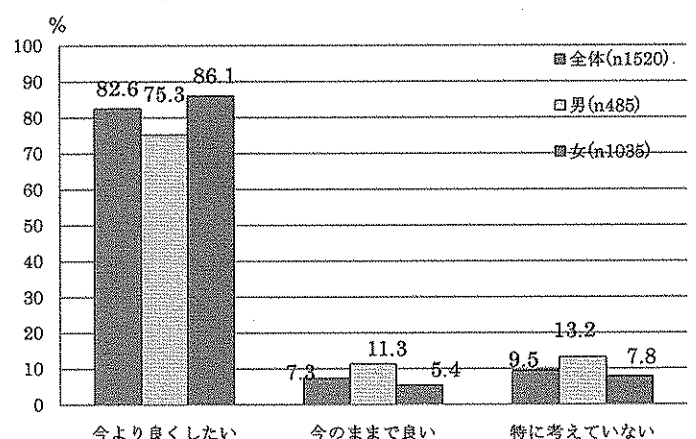
食生活の自己評価 (H21年全国・東北との比較)



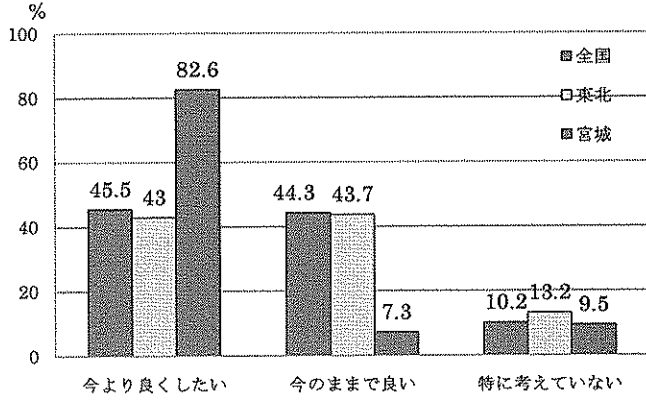
問題有りと自己評価している者の割合の推移



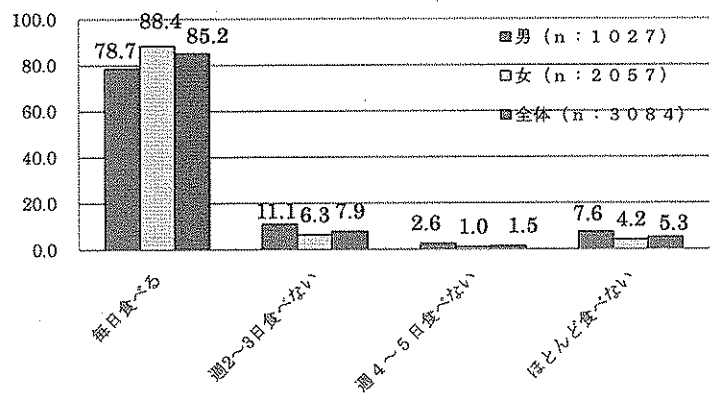
食生活の改善意向 (H21年・男女別)



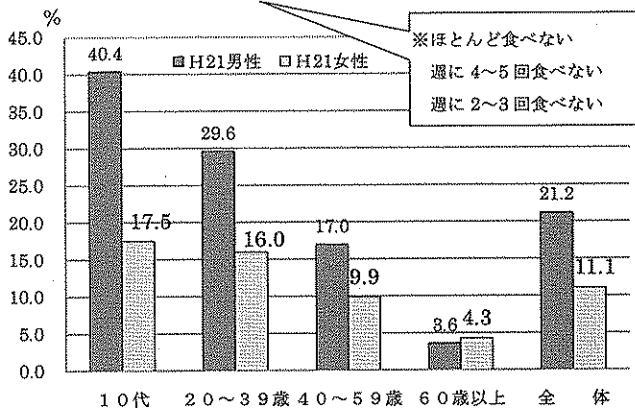
食生活の改善意向(H21年全国・東北との比較)



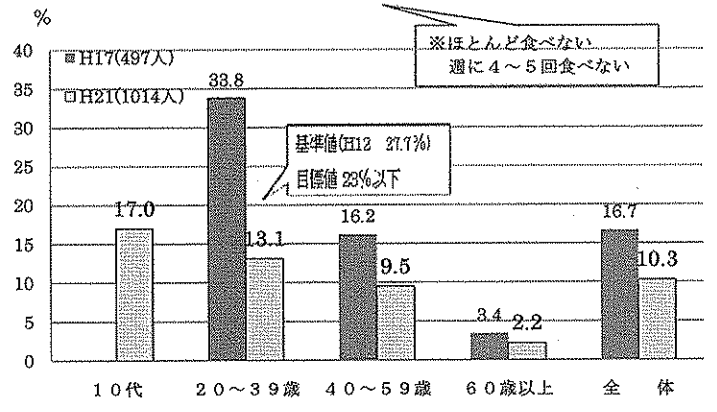
朝食の摂食状況 (H21・男女別)



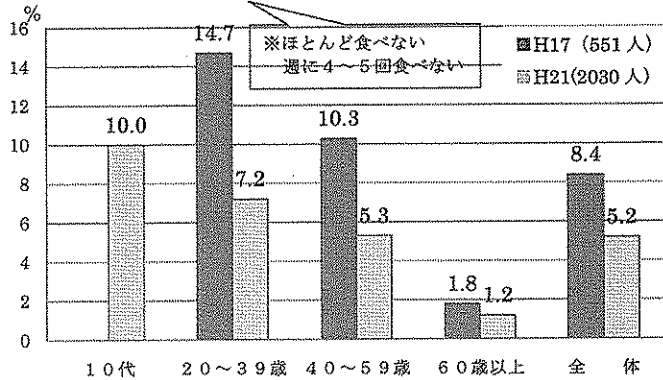
朝食欠食者の状況 (H21男女別・年代別)



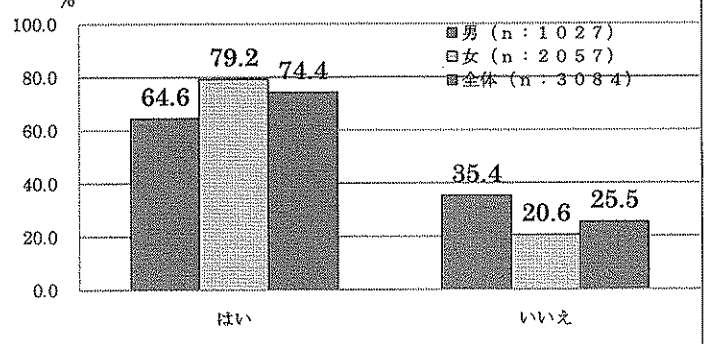
朝食欠食者の推移 (男性・年代別)



朝食欠食者の推移 (女性・年代別)

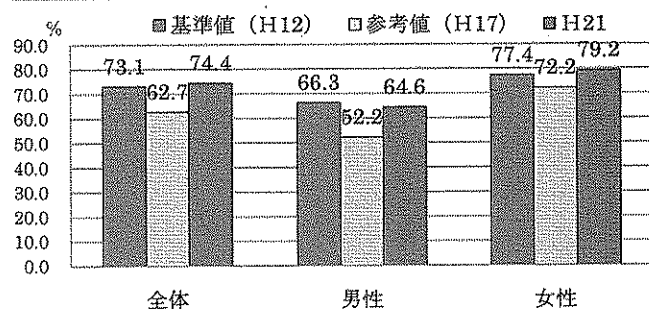


主食・主菜・副菜を組合せて食べるよう心がけているか (H21年・男女別)

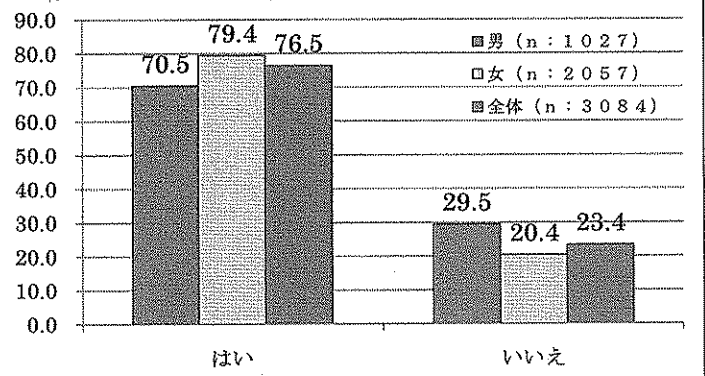


主食・主菜・副菜をそろえて食べるように心がけている人の割合の推移

目標値: 75%

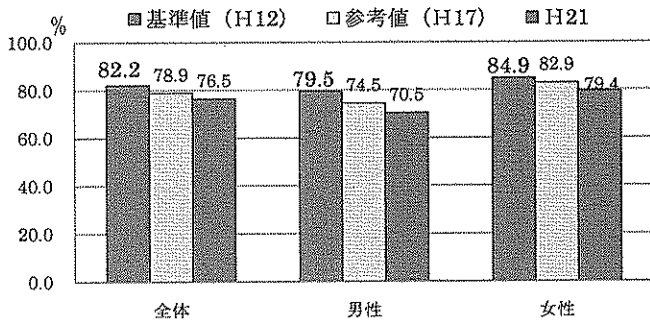


適量食べるよう心がけているか (H21年・男女別)

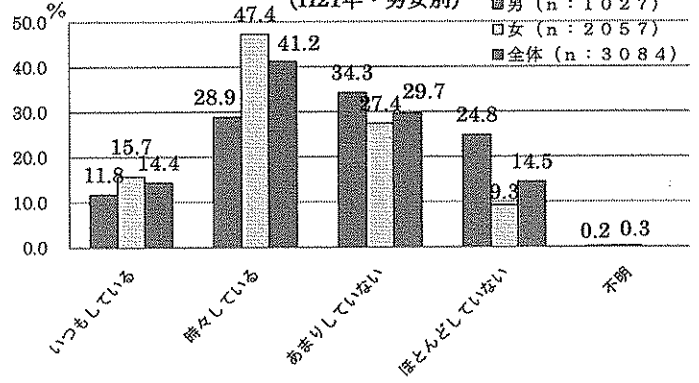


食事を量を適量食べるよう心がけている人の割合の推移

目標値 85%

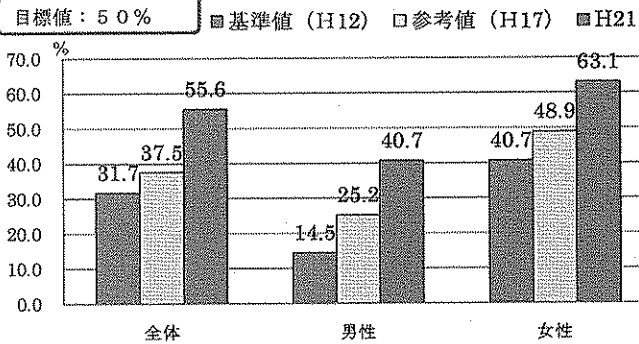


栄養成分表示を参考にしているか (H21年・男女別)

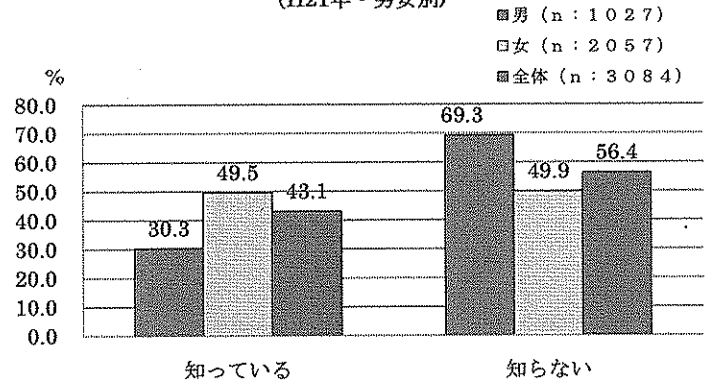


栄養成分表示を参考にしている人の割合の推移

目標値: 50%

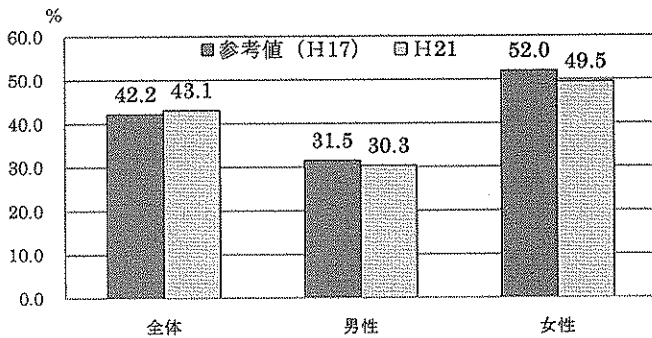


野菜の摂取目安量 (350g) を知っているか (H21年・男女別)

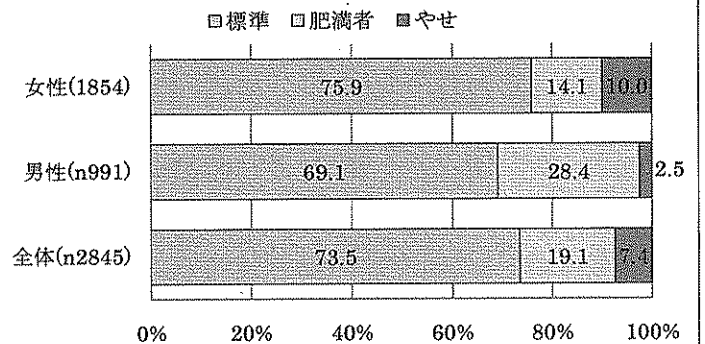


野菜の摂取目安量を知っている人の割合の推移

目標値: 60%

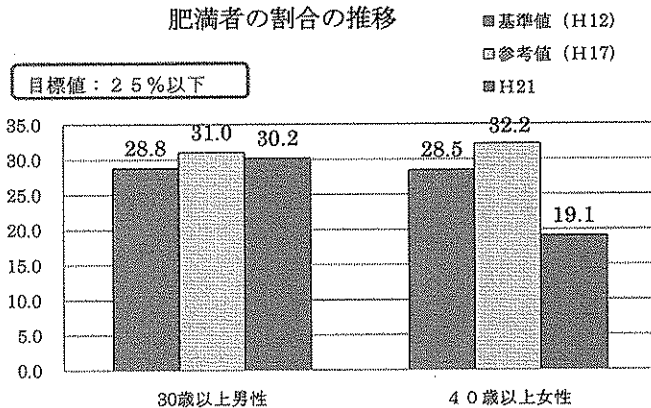


BMIによる肥満の判定結果 (H21年)

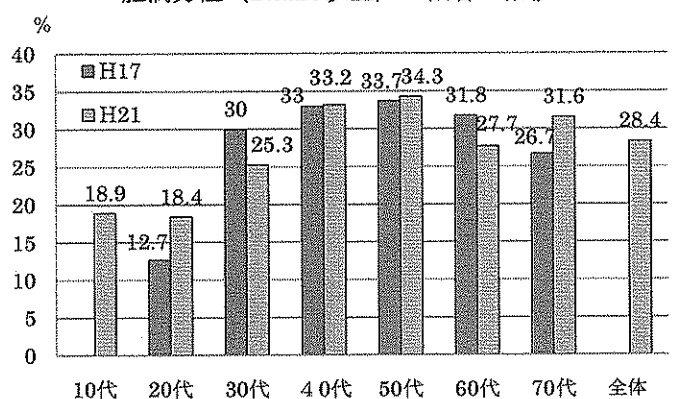


肥満者の割合の推移

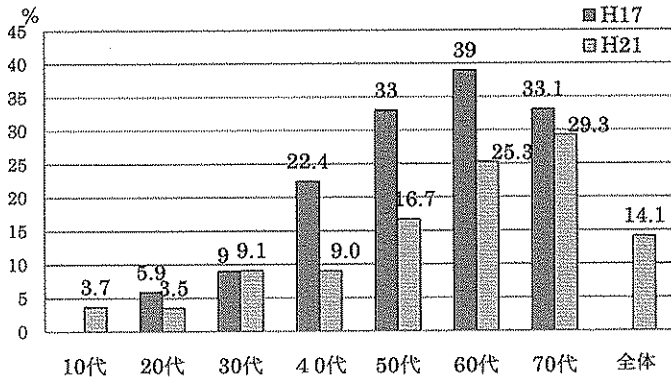
目標値: 25%以下



肥満男性 (BMI25以上) の割合の推移



肥満女性（BMI 25以上）の割合の推移



主観的健康度の状況(H21男女別)

