

食育に関する市民意識調査 単純集計表

資料 3-4

(専門・短大・大学生)

対象	市内6校
人数	2,300
回答数	555
回答率	24.1

あなたのことについて

件数(人)・割合(%)

F1 あなたの学年を教えてください。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
専門学校1年	164	29.5
専門学校2年	153	27.6
短期大学1年	16	2.9
短期大学2年	32	5.8
大学1年	60	10.8
大学2年	42	7.6
大学3年	30	5.4
大学4年	38	6.8
その他	19	3.4
無回答	1	0.2

F2 あなたの性別を教えてください。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
男性	259	46.7
女性	279	50.3
答えたくない	15	2.7
無回答	2	0.4

F3 一緒に住んでいる人はどなたですか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
父	319	57.5
母	378	68.1
兄弟姉妹	273	49.2
祖父・祖母	88	15.9
1人暮らし	130	23.4
その他	26	4.7
無回答	6	1.1

F4 あなたの身長、体重を右づめで記入してください。(小数点以下は四捨五入してください)

F 4 身長(cm)

カテゴリ	件数	割合
150cm 未満	18	3.2
150cm ~155cm 未満	69	12.4
155cm ~160cm 未満	100	18.0
160cm ~165cm 未満	103	18.6
165cm ~170cm 未満	89	16.0
170cm ~175cm 未満	101	18.2
175cm ~180cm 未満	46	8.3
180cm 以上	25	4.5
無回答	4	0.7

F 4 体重(kg)

カテゴリ	件数	割合
40kg未満	4	0.7
40kg~45kg未満	37	6.7
45kg~50kg未満	87	15.7
50kg~55kg未満	119	21.4
55kg~60kg未満	94	16.9
60kg~65kg未満	79	14.2
65kg~70kg未満	45	8.1
70kg~75kg未満	34	6.1
75kg~80kg未満	12	2.2
80kg以上	30	5.4
無回答	14	2.5

F 4 BMI

カテゴリ	件数	割合
やせ	88	15.9
標準	394	71.0
肥満	59	10.6
無回答	14	2.5

F5 あなたは、現在ダイエットを行っていますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
はい	163	29.4
いいえ	390	70.3
無回答	2	0.4

F6 あなたは、現在たばこを吸っていますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
はい	27	4.9
いいえ	526	94.8
無回答	2	0.4

F7 平日の起床／就寝は何時頃ですか。(24 時間制でご記入ください。)

F7 起床時間

カテゴリ	件数	割合
6時より前	34	6.1
6時～6時30分前	72	13.0
6時30分～7時前	87	15.7
7時～7時30分前	120	21.6
7時30分～8時前	65	11.7
8時～8時30分前	68	12.3
8時30分～9時前	21	3.8
9時以降	86	15.5
無回答	2	0.4

F7 就寝時間

カテゴリ	件数	割合
22時より前	54	9.7
22時台	16	2.9
23時台	86	15.5
24時台	177	31.9
午前1時台	129	23.2
午前2時以降	91	16.4
無回答	2	0.4

睡眠時間

カテゴリ	件数	割合
6時間未満	87	15.7
6時間～7時間未満	142	25.6
7時間～8時間未満	162	29.2
8時間～9時間未満	82	14.8
9時間～10時間未満	20	3.6
10時間以上	58	10.5
無回答	4	0.7

F8 あなたは、これまでに医療機関や健診で、以下のような指摘を受けたことはありますか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
血糖値が高い	10	1.8
血圧が高い	48	8.6
コレステロール 値や中性脂肪値が高い	38	6.8
歯周病	24	4.3
指摘を受けたことはない	390	70.3
その他	15	2.7
無回答	50	9.0

「食育」について

質問1 あなたは、「食育」に関心がありますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
関心がある	138	24.9
どちらかといえば関心がある	195	35.1
どちらかといえば関心がない	73	13.2
関心がない	67	12.1
わからない	78	14.1
無回答	4	0.7

「食生活」について

質問2 あなたは、「主食・主菜・副菜」の3つをそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
ほぼ毎日	153	27.6
週に4～5日	86	15.5
週に2～3日	142	25.6
ほとんどない	125	22.5
わからない	48	8.6
無回答	1	0.2

質問3 あなたは、朝食を食べますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
ほとんど毎日食べる	302	54.4
週4～5日は食べる	77	13.9
週2～3日は食べる	57	10.3
ほとんど食べない	117	21.1
無回答	2	0.4

【質問3で「1」～「3」を選択した方に質問です】(436件)

質問3-1 あなたはふだん、朝食で何を食べることが多いですか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
ご飯、パン(食パン、ロールパンなど)、麺など	312	71.6
菓子パン(メロンパン、デニッシュなど)	54	12.4
肉、魚、卵、大豆製品(納豆、豆腐など)のおかず(ハム、練り物なども含む)	180	41.3
野菜、きのこ、いも、海藻料理などのおかず	85	19.5
牛乳、チーズ、ヨーグルト	109	25.0
果物	64	14.7
お茶、水、ブラックコーヒーなどの砂糖が入らない飲み物	184	42.2
ジュース(野菜ジュース含む)や砂糖入りの飲み物	29	6.7
その他	15	3.4
無回答	91	20.9

【質問3で「2」～「4」を選択した方に質問です】(251件)
 質問3-2 朝食を食べない最も大きな理由は何ですか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
食べる時間がないから	77	30.7
作る時間がないから	7	2.8
食欲がないから	32	12.7
太りたくないから	3	1.2
朝食が用意されていないから	5	2.0
調理や片づけが面倒だから	6	2.4
食べる習慣がないから	17	6.8
その他	13	5.2
無回答	91	36.3

質問4 あなたは、授業に午前中から集中できていますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
いつも集中できている	135	24.3
だいたい集中できているが、時々集中できない日もある	306	55.1
集中できない日が多い	83	15.0
いつも授業に集中できない	22	4.0
無回答	9	1.6

質問5 あなたは、朝食・昼食・夕食のそれぞれで、野菜料理をどのくらい食べていますか。(1皿は野菜70g程度を目安とします。)(○は1つ)

質問5 朝食

カテゴリ	件数	割合
全く食べない	304	54.8
半皿未満	108	19.5
半皿程度	82	14.8
1皿程度	53	9.5
2皿以上	6	1.1
無回答	2	0.4

①朝食で「1. 全く食べない」を選択した方に質問です。(304件)

質問5 あなたが野菜料理を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
調理や後片付けが面倒	36	11.8
調理や食べる時間がない	146	48.0
野菜が苦手	30	9.9
野菜料理の用意がない	69	22.7
料理方法がわからない	5	1.6
野菜の価格が高い	18	5.9
野菜ジュースを飲んでいる	15	4.9
サプリメントで補っている	13	4.3
その他	39	12.8
無回答	16	5.3

質問5 昼食

カテゴリ	件数	割合
全く食べない	105	18.9
半皿未満	202	36.4
半皿程度	124	22.3
1皿程度	111	20.0
2皿以上	11	2.0
無回答	2	0.4

質問5 ②昼食で「1. 全く食べない」を選択した方に質問です。(105件)
 あなたが野菜料理を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
調理や後片付けが面倒	14	13.3
調理や食べる時間がない	36	34.3
野菜が苦手	12	11.4
野菜料理の用意がない	32	30.5
料理方法がわからない	4	3.8
野菜の価格が高い	7	6.7
野菜ジュースを飲んでいる	5	4.8
サプリメントで補っている	2	1.9
その他	11	10.5
無回答	3	2.9

質問5 夕食

カテゴリ	件数	割合
全く食べない	24	4.3
半皿未満	79	14.2
半皿程度	143	25.8
1皿程度	256	46.1
2皿以上	51	9.2
無回答	2	0.4

質問5 ③夕食で「1. 全く食べない」を選択した方に質問です。(24件)
 あなたが野菜料理を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
調理や後片付けが面倒	3	12.5
調理や食べる時間がない	2	8.3
野菜が苦手	7	29.2
野菜料理の用意がない	5	20.8
料理方法がわからない	1	4.2
野菜の価格が高い	3	12.5
野菜ジュースを飲んでいる	1	4.2
サプリメントで補っている	2	8.3
その他	3	12.5
無回答	2	8.3

質問6 あなたは、お酒(日本酒、焼酎、ビール、缶チューハイなど)を飲みますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
毎日	16	2.9
週に5~6日	3	0.5
週に3~4日	17	3.1
週に1~2日	41	7.4
月に1~3日	68	12.3
ほとんど飲まない	98	17.7
飲まない(飲めない)	312	56.2
無回答	-	-

質問7 あなたは、「節度ある適度な飲酒」が1日平均ビール500ml缶1本(純アルコールで20g程度)であることを知っていますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
知っている	162	29.2
知らない	392	70.6
無回答	1	0.2

質問8 あなたはふだん、家族や友人と楽しく食卓を囲む機会はどのくらいありますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
毎日	187	33.7
週に5~6日	87	15.7
週に3~4日	80	14.4
週に1~2日	91	16.4
ほとんどしない	110	19.8
無回答	-	-

質問9 あなたは、食生活でこころがけていることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
楽しく食べる	249	44.9
家族そろって食事をする	110	19.8
3回決まった時間に食事をする	66	11.9
バランスのとれた食事をする	172	31.0
好き嫌いをなく食べる	171	30.8
ごはんなどの穀類をしっかりとする	133	24.0
塩分をひかえめにする	105	18.9
脂肪をひかえめにする	70	12.6
間食や甘いものをひかえめにする	135	24.3
食べ過ぎないようにする	191	34.4
外食や出来合いのものをひかえた手作りの料理	61	11.0
地域の産物を生かした料理	23	4.1
旬の食材を取り入れた料理	58	10.5
栄養成分表示、カロリー表などを参考にしている	74	13.3
テレビで良いと紹介のあった食品・栄養法を取り入れている	44	7.9
食事の時のあいさつやマナーを大切にする	165	29.7
買いすぎ、作りすぎに気をつけ、食品の廃棄が少なくなるようにする	89	16.0
おいしい、安全な水を飲む	166	29.9
よくかんで味わって食べる	148	26.7
特になし	53	9.5
その他	11	2.0
無回答	1	0.2

質問10 あなたは今後、信頼できる情報源として、食育・食生活に関する情報をどこから入手したいと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
新聞	59	10.6
テレビ	269	48.5
フェイスブック	7	1.3
ツイッター	104	18.7
インスタグラム	185	33.3
ユーチューブ	168	30.3
インターネットのニュース・情報サイト	172	31.0
雑誌(有料の情報誌)	35	6.3
タウン誌(無料の情報誌)	14	2.5
家族や友人からの口コミ	121	21.8
学校からの情報	146	26.3
スーパーマーケットなど食品の購入場所	119	21.4
行政機関(広報など)	55	9.9
大学や研究機関	65	11.7
わからない	74	13.3
その他	6	1.1
無回答	5	0.9

問11 あなたは自分で、食べ物や飲み物を買うために、コンビニエンスストア・自動販売機・ファストフード店をどのくらい利用していますか。(それぞれに○は1つ)

質問11 コンビニエンスストア

カテゴリ	件数	割合
ほぼ毎日	68	12.3
週に3~4回	107	19.3
週に1~2回	188	33.9
月に1~2回	118	21.3
ほとんど利用しない	73	13.2
無回答	1	0.2

質問11 ①コンビニエンスストアで「1」~「4」を選択した方に質問です。(481件)
 どんな商品を購入しますか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
パン(サンドイッチ、そう菜パン)	168	34.9
おにぎり	246	51.1
弁当	122	25.4
カップ麺	66	13.7
菓子類(菓子パン含む)	161	33.5
からあげ、焼き鳥	90	18.7
無糖飲料(お茶、水など)	210	43.7
砂糖入り飲料	133	27.7
その他	21	4.4
無回答	18	3.7

質問11 自動販売機

カテゴリ	件数	割合
ほぼ毎日	44	7.9
週に3~4回	66	11.9
週に1~2回	86	15.5
月に1~2回	149	26.8
ほとんど利用しない	197	35.5
無回答	13	2.3

質問11 ②自動販売機で「1」~「4」を選択した方に質問です。(345件)
 どんな商品を購入しますか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
炭酸飲料	121	35.1
果汁飲料(野菜ジュース含む)	88	25.5
スポーツドリンク	34	9.9
無糖飲料(お茶、水など)	240	69.6
その他	12	3.5
無回答	16	4.6

質問11 ファストフード店

カテゴリ	件数	割合
ほぼ毎日	4	0.7
週に3～4回	22	4.0
週に1～2回	152	27.4
月に1～2回	255	45.9
ほとんど利用しない	118	21.3
無回答	4	0.7

質問11 ③ファストフード店で「1」～「4」を選択した方に質問です。(433件)
 どんな店舗を利用しますか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
ハンバーガー店	314	72.5
牛丼店	142	32.8
回転すし店	207	47.8
そば・うどん・ラーメン店(チェーン店)	204	47.1
その他	13	3.0
無回答	18	4.2

質問12 あなたの食事や生活の問題点は、どのようなものですか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
食べすぎ	172	31.0
食欲がない	34	6.1
間食が多い	150	27.0
栄養のバランスが悪い(野菜不足など)	239	43.1
高カロリー食が多い(油、糖分など)	156	28.1
塩分のとりすぎ	109	19.6
欠食がある	98	17.7
お酒の飲みすぎ	17	3.1
食事の時間が不規則	178	32.1
運動不足	299	53.9
ストレスがたまっている	146	26.3
睡眠不足	204	36.8
特にない	40	7.2
その他	6	1.1
無回答	1	0.2

質問13 あなたは今後、食生活を改善したいと思いますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
はい	443	79.8
いいえ	109	19.6
無回答	3	0.5

問13で「2」を選択した方に質問です】(109件)
 質問 13-1 それはなぜですか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
面倒だから	28	25.7
時間の余裕がないから	8	7.3
今のところ健康だから	52	47.7
経済的事情のため	7	6.4
好きなように食事をするのが楽しみだから	30	27.5
食生活に問題がないから	28	25.7
その他	3	2.8
無回答	5	4.6

質問14 あなたの現在の食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前に比べてかわりましたか。(それぞれ○は1つ)

質問14 ①栄養バランスのとれた食事

カテゴリ	件数	割合
増えた	50	9.0
変わらない	425	76.6
減った	46	8.3
もともとない	28	5.0
無回答	6	1.1

質問14 ②規則正しい生活リズム

カテゴリ	件数	割合
増えた	41	7.4
変わらない	381	68.6
減った	89	16.0
もともとない	37	6.7
無回答	7	1.3

質問14 ③自宅で料理をする回数

カテゴリ	件数	割合
増えた	181	32.6
変わらない	308	55.5
減った	19	3.4
もともとない	41	7.4
無回答	6	1.1

質問14 ④自宅で食事をする回数

カテゴリ	件数	割合
増えた	217	39.1
変わらない	298	53.7
減った	27	4.9
もともとない	7	1.3
無回答	6	1.1

質問14 ⑤食事づくりに要する時間や労力

カテゴリ	件数	割合
増えた	112	20.2
変わらない	381	68.6
減った	17	3.1
もともとない	37	6.7
無回答	8	1.4

質問14 ⑥市販の弁当やそう菜を利用すること

カテゴリ	件数	割合
増えた	91	16.4
変わらない	355	64.0
減った	58	10.5
もともとない	45	8.1
無回答	6	1.1

質問14 ⑦市販食品を取り入れて食事を準備すること

カテゴリ	件数	割合
増えた	90	16.2
変わらない	377	67.9
減った	35	6.3
もともとない	46	8.3
無回答	7	1.3

「地域の食」について

質問15 あなたは、「地産地消」について、以前から知っていましたか。(聞いたことがありましたか。)(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
言葉も意味も知っており、実践している	104	18.7
言葉も意味も知っていたが、実践はしていない	297	53.5
言葉だけは知っていた(聞いたことがあった)	62	11.2
知らなかった(聞いたことがなかった)	88	15.9
無回答	4	0.7

質問16 あなたは、郷土料理を知る機会がありますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
はい	430	77.5
いいえ	122	22.0
無回答	3	0.5

「歯のこと」について

質問17 あなたは、定期的に歯科受診をしていますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
1年に1回	87	15.7
6か月に1回	100	18.0
行っていない	347	62.5
その他	17	3.1
無回答	4	0.7

質問18 あなたは、口の悩みや気になることは何かありますか。(あてはまるものすべてに○)

カテゴリ	件数	割合
むし歯	127	22.9
歯ぐきの腫れや出血	52	9.4
口臭	137	24.7
歯並びやかみ合わせ	205	36.9
歯の色	211	38.0
その他	24	4.3
無回答	106	19.1

質問19 前橋市民の人は、20・25歳を対象に成人歯科健診が受けられることを知っていますか。(○は1つ)

カテゴリ	件数	割合
全体	555	100.0
知っている	29	5.2
知らない	507	91.4
無回答	19	3.4