

---

# 平成 28 年度 食育・健康づくりに関する市民アンケート調査報告書（概要版）

## 1. 調査目的

「新潟市食育推進計画（H24～28）」、「新潟市健康づくり推進基本計画（H26～30）」および「新潟市歯科保健計画（H26～30）」の中間評価のために、市民の食育・健康づくりに関する意識や実践状況等を把握するとともに、今後の施策検討の基礎資料とすることを目的とする。

## 2. 調査項目

- (1) 体格（BMI の状況）
- (2) 「食育」に対する意識
- (3) 日ごろの食生活の状況
- (4) 「食の安全」について
- (5) 健康づくりに対する意識や状況
- (6) 農林漁業体験について
- (7) 食育や健康づくりに関する情報やサービスの利用状況等

## 3. 調査の設計

- |          |                           |
|----------|---------------------------|
| (1) 調査地域 | 新潟市                       |
| (2) 調査対象 | 新潟市に住民登録している満 20 歳以上の男女個人 |
| (3) 標本数  | 3,000 人                   |
| (4) 抽出方法 | 無作為抽出法                    |
| (5) 調査方法 | 郵送法（調査票の配布・回収とも）          |
| (6) 調査期間 | 平成 28 年 9 月 5 日～9 月 23 日  |

## 4. 回収結果

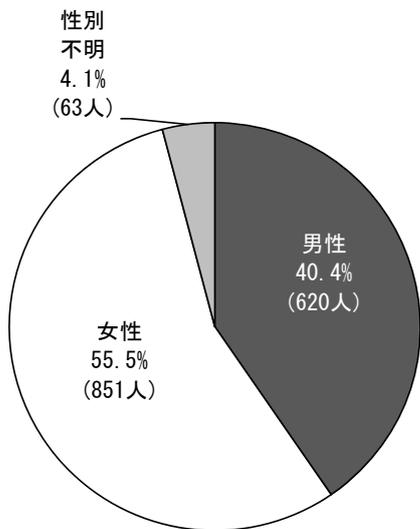
有効回収数（率） 1,534 人（51.1%）

## 5. 集計結果の数字の見方

- (1) 結果は百分率（%）で表示し、小数点以下第 2 位を四捨五入して算出した結果、個々の比率が合計 100% にならないことがある。  
また、複数回答（2 つ以上の回答）では、合計が 100% を超える場合がある。
- (2) 図表中の「n（number of cases の略）」は、質問に対する回答者の総数（該当者質問では該当者数）を示し、回答者の比率（%）を算出するための基数である。

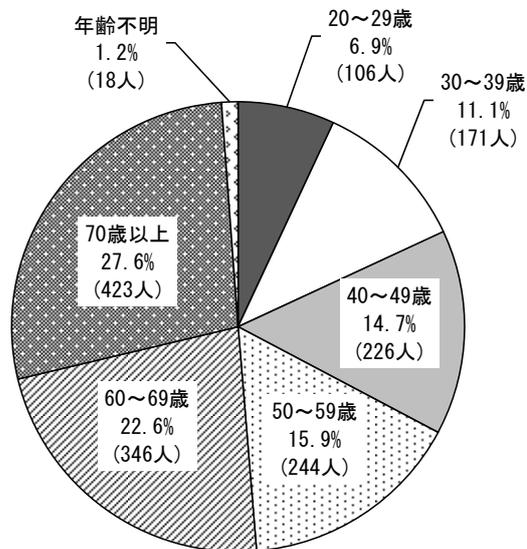
## 6. 回答者の構成

### (1) 性別



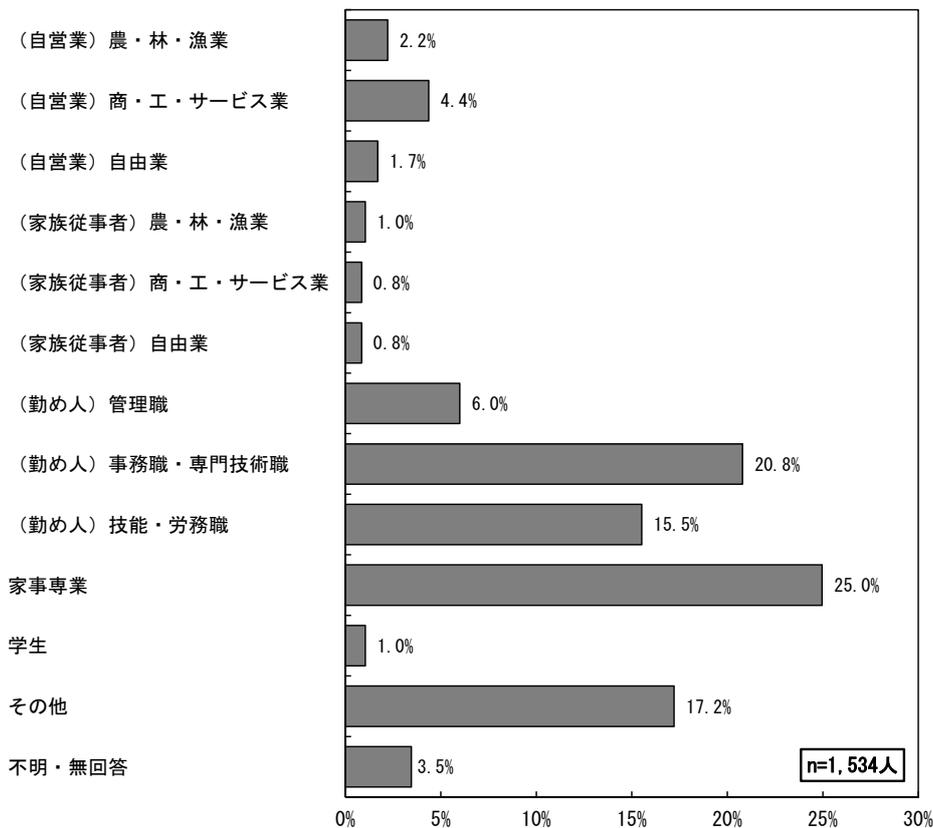
n=1,534人

### (2) 年齢



n=1,534人

### (3) 職業

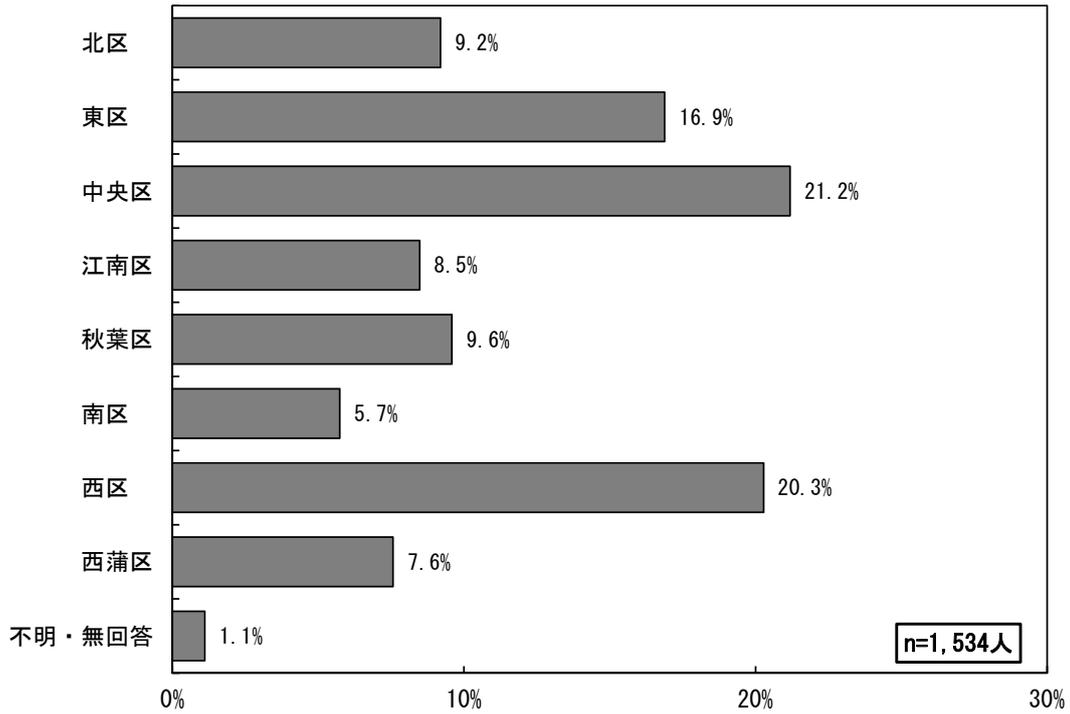


n=1,534人

全体	自営業			家族従事者			不明・無回答	
	農・林・漁業	商・工・サービス業	自由業	農・林・漁業	商・工・サービス業	自由業		
1,534	34	67	26	16	13	13		
		勤め人			無職			不明・無回答
		管理職	事務職・専門技術職	技能・労務職	家事専業	学生	その他	
		92	319	238	383	16	264	53

(人)

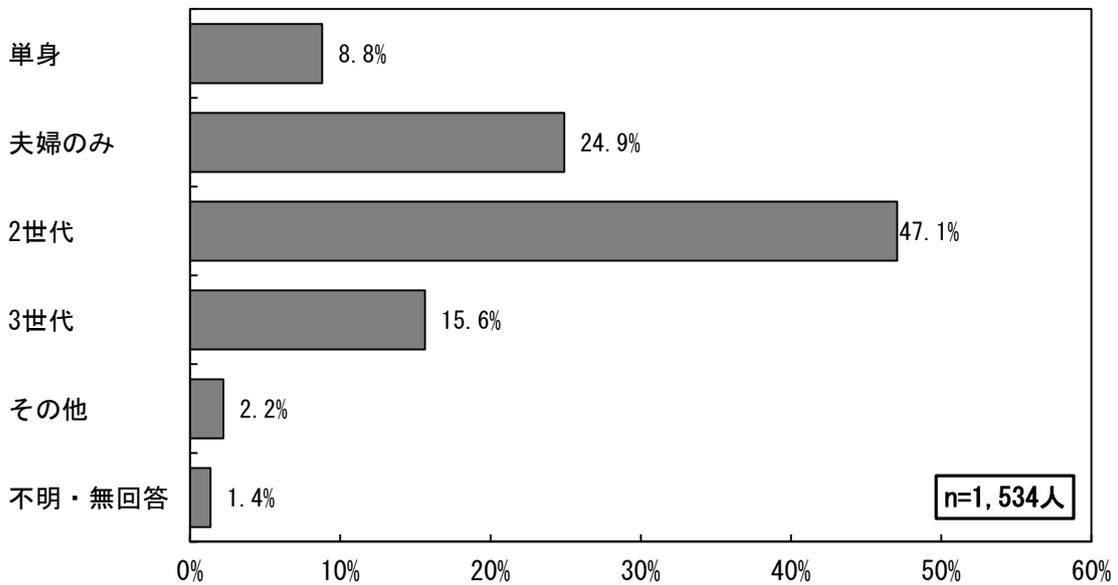
(4) 地区



全体	北区	東区	中央区	江南区	秋葉区	南区	西区	西蒲区	不明・無回答
1,534	141	259	325	130	147	88	311	116	17

(人)

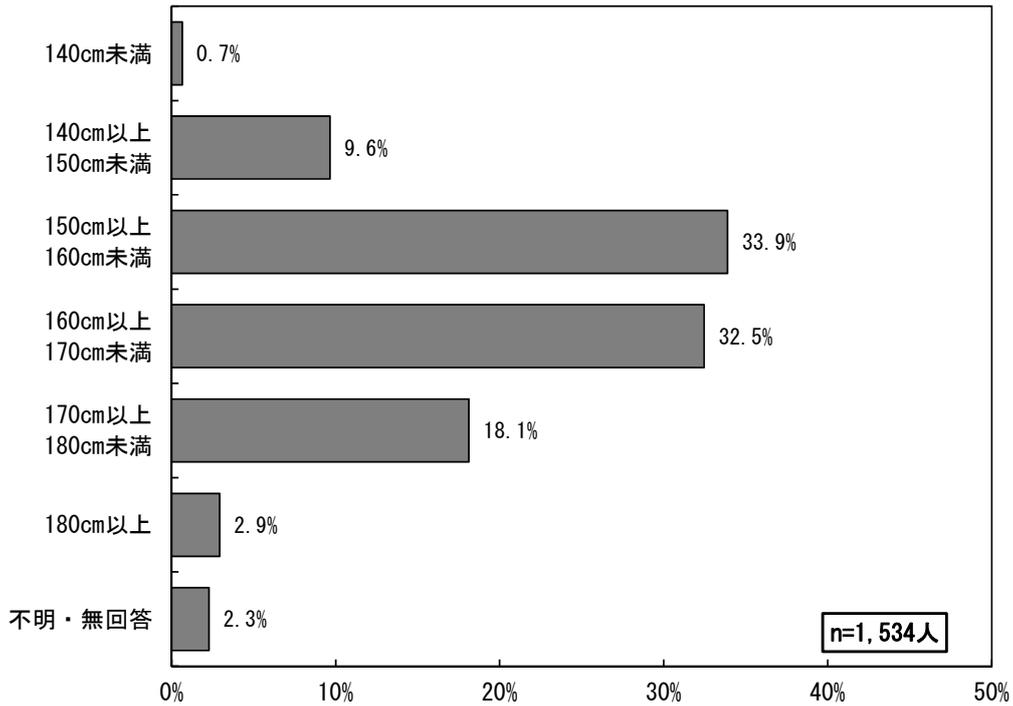
(5) 家族構成



全体	単身	夫婦のみ	2世代	3世代	その他	不明・無回答
1,534	135	382	722	240	34	21

(人)

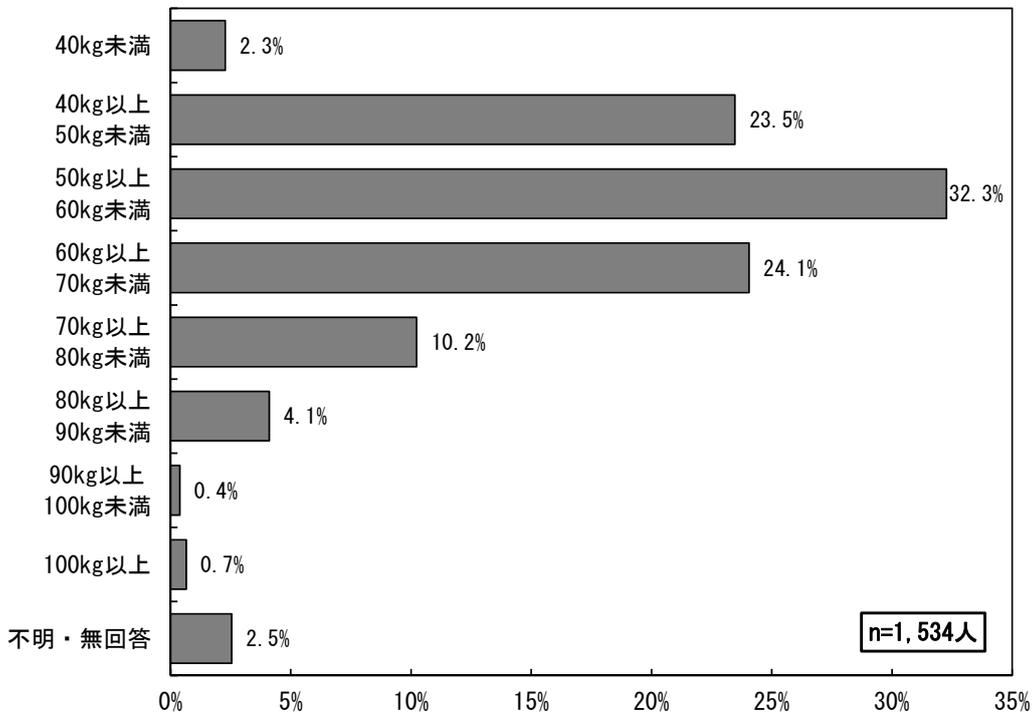
(6) 身長



全体	140cm未満	140cm以上 150cm未満	150cm以上 160cm未満	160cm以上 170cm未満	170cm以上 180cm未満	180cm以上	不明・無回答
1,534	10	148	520	498	278	45	35

(人)

(7) 体重



全体	40kg未満	40kg以上 50kg未満	50kg以上 60kg未満	60kg以上 70kg未満	70kg以上 80kg未満	80kg以上 90kg未満	90kg以上 100kg未満	100kg以上	不明・無回答
1,534	35	360	495	369	157	63	6	10	39

(人)

## 結果概要

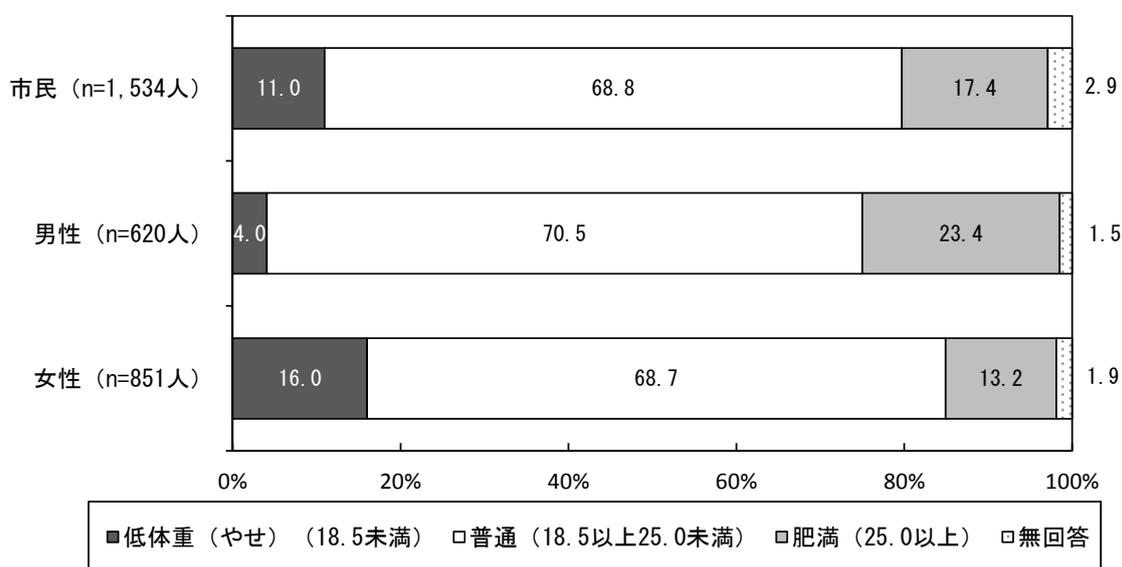
### 1 体格 (BMI の状況)

男性の2割強が肥満 (BMI25.0以上)、女性の2割弱が低体重 (やせ) (BMI18.5未満)

全体で見ると、「低体重 (やせ) (18.5未満)」(11.0%) が1割強、「普通 (18.5以上25.0未満)」(68.8%) が7割弱、「肥満 (25.0以上)」(17.4%) が2割弱となった。

性別で見ると、「肥満 (BMI25.0以上)」は女性 (13.2%) と比べて男性 (23.4%) で割合が高く、「低体重 (やせ) (18.5未満)」は男性 (4.0%) と比べて女性 (16.0%) で割合が高い。「普通 (18.5以上25.0未満)」では大きな男女差は見られない。

図1 BMI区分による肥満・普通・やせの者の割合



BMI = 体重 [kg] ÷ 身長 [m] ÷ 身長 [m] により算出  
BMI < 18.5 低体重 (やせ)  
18.5 ≤ BMI < 25.0 普通体重 (正常)  
25.0 ≤ BMI 肥満

## 2 「食育」に対する意識

### (1) 「食育」への関心度

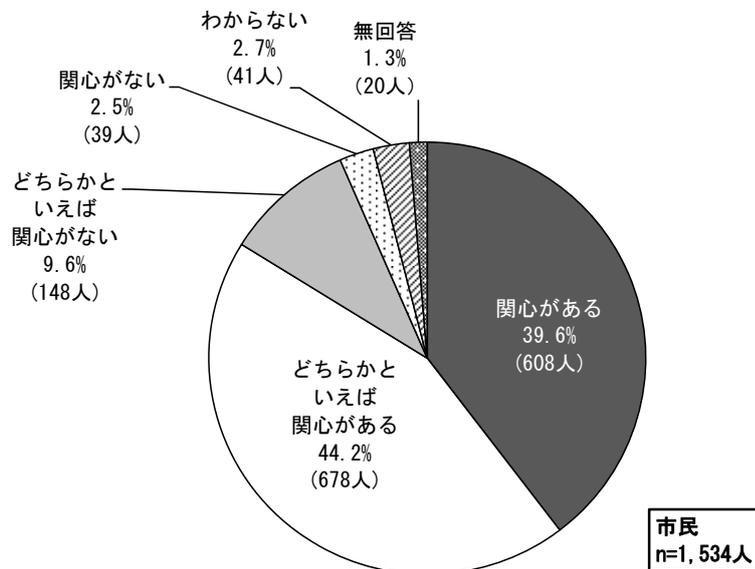
#### 「食育」とは

「食育」は、心身の健康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ひと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。

8割強が「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答

「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答した人の割合は8割強（83.8%）で、「関心がない」「どちらかといえば関心がない」と回答した人の割合は1割強（12.1%）となっている。

図2 「食育」への関心度

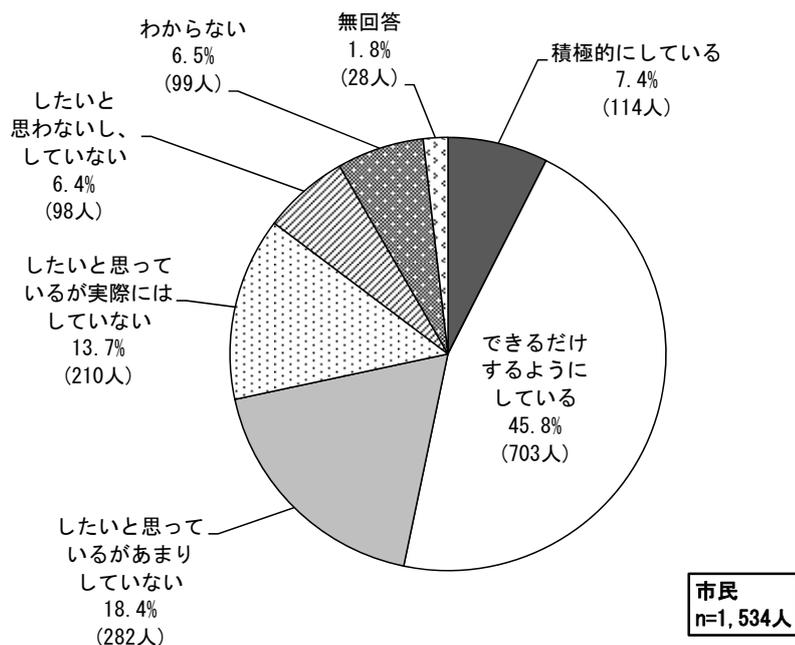


## (2)「食育」の実践度

5割強が「積極的にしている」「できるだけするようにしている」と回答

「積極的にしている」「できるだけするようにしている」と回答した人の割合は5割強（53.2%）となっている。「したいと思っているが、あまりしていない」「したいと思っているが、実際にはしていない」と回答した人の割合は3割強（32.1%）で、「したいとは思わないし、していない」と回答した人の割合は1割弱（6.4%）となっている。

図3 「食育」の実践度

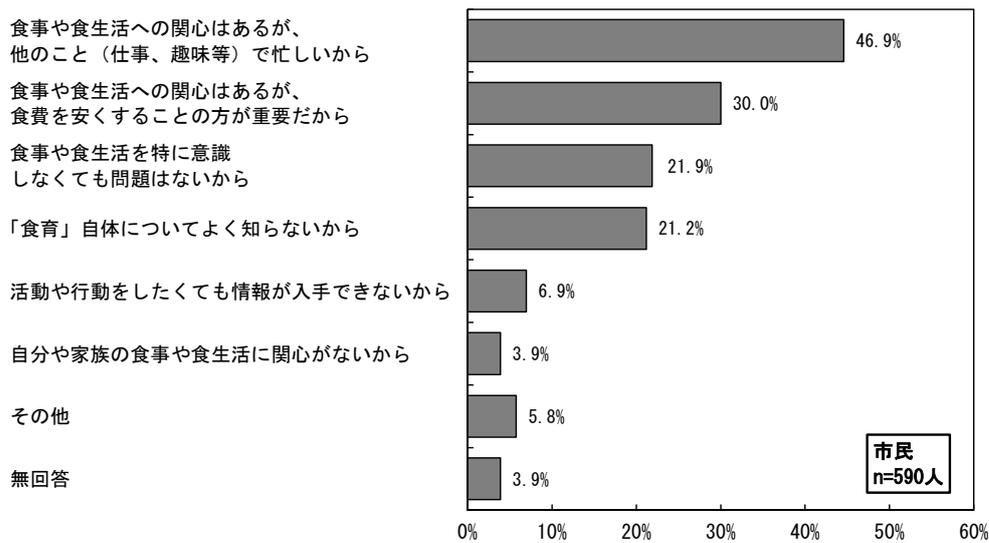


(3) 食育を実践していない理由

「食事や食生活への関心はあるが、他のこと（仕事、趣味等）で忙しいから」が5割弱

食育を実践していない理由については、「食事や食生活への関心はあるが、他のこと（仕事、趣味等）で忙しいから」と回答した人が5割弱（46.9%）と最も多く、以下「食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから」（30.0%）、「食事や食生活を特に意識しなくても問題はないから」（21.9%）、「食育」自体についてよく知らないから」（21.2%）、「活動や行動をしたくても情報が入手できないから」（6.9%）、と続いている。

図4 食育を実践していない理由



全体	他のこと（仕事、趣味等）で忙しいから	食事や食生活を安くすることの方が重要だから	食事や食生活を特に意識しなくても問題はないから	「食育」自体についてよく知らないから	活動や行動をしたくても情報が入手できないから	自分や家族の食事や食生活に関心がないから	その他	無回答
590	263	177	129	125	41	23	34	23

(人)

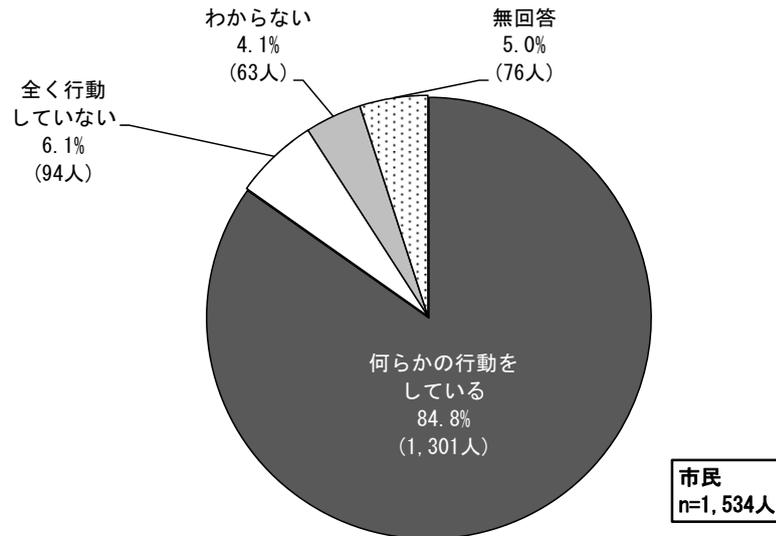
---

(4) 食べ物を無駄にしないための行動

8割強が「何らかの行動をしている」と回答

食べ物を無駄にしないための行動については、「何らかの行動をしている」(84.8%)と回答した人が最も多く、以下「全く行動していない」(6.1%)、「わからない」(4.1%)と続いている。

図5 食べ物を無駄にしないための行動

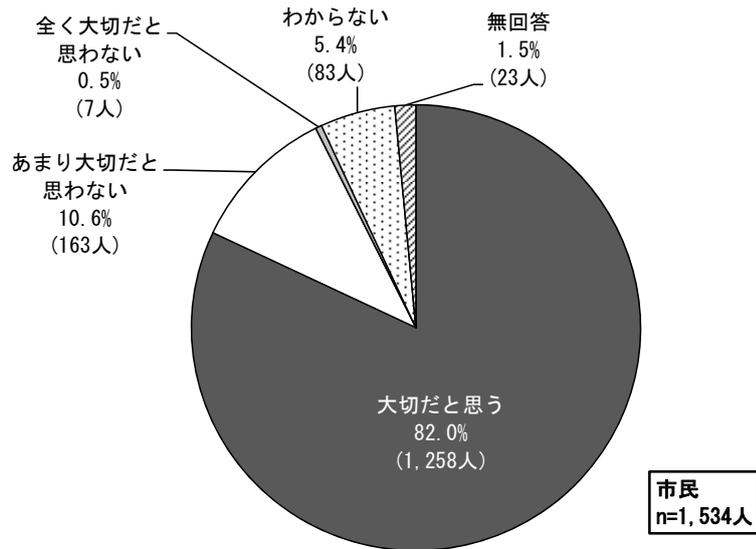


(5) 伝統的な料理や作法の大切さ

8割強が「大切だと思う」と回答

伝統的な料理や作法の大切さについては、「大切だと思う」(82.0%)、と回答した人が最も多く、以下「あまり大切だと思わない」(10.6%)、「わからない」(5.4%)、「全く大切だと思わない」(0.5%)と続いている。

図6 伝統的な料理や作法の大切さ

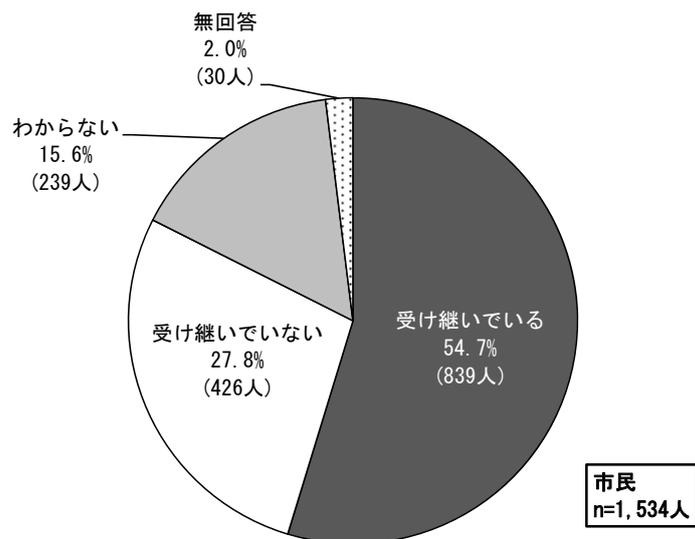


(6) 地域や家庭で受け継がれてきた料理や食べ方・作法の継承

5割強が「受け継いでいる」と回答

郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいるかについては、「受け継いでいる」(54.7%)と回答した人が最も多く、以下「受け継いでいない」(27.8%)、「わからない」(15.6%)と続いている。

図7 地域や家庭で受け継がれてきた料理や食べ方・作法の継承

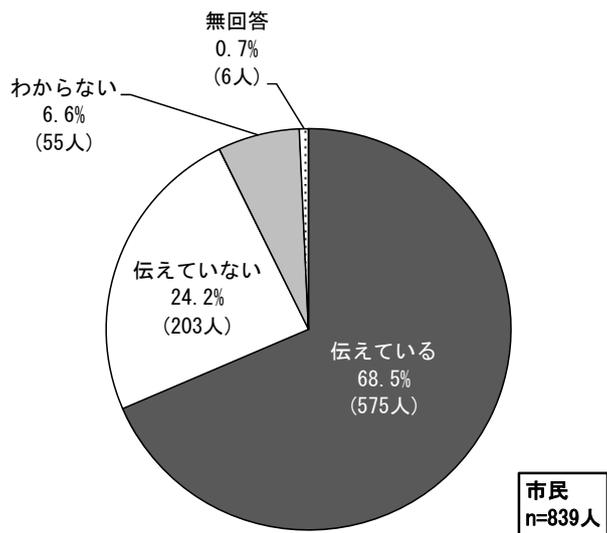


(7) 地域や家庭で受け継がれてきた料理や食べ方・作法の次世代へ伝承

7割弱が「伝えている」と回答

郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代（子どもや孫）に対して伝えているかについては、「伝えている」（68.5%）と回答した人が最も多く、以下「伝えていない」（24.3%）、「わからない」（6.6%）と続いている。

図8 地域や家庭で受け継がれてきた料理や食べ方・作法の次世代へ伝承



### 3 日ごろの食生活の状況

#### (1) 健全な食生活実践のために参考にしている指針等

**【食事バランスガイド】**  
1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかの望ましい食事のとり方や  
おおよその量を、「コマのイラスト」で示したもの。

**【食生活指針】**  
「主食、主菜、副菜を基本に、食事バランスを」「ごはんなどの穀類をしっかりと」  
等、10項目からなる望ましい食生活を実践するための指針。

**【日本人の食事摂取基準】**  
1日の必要なエネルギー量や栄養素の摂取量の目安を示したもの。

**【六つの基礎食品】**  
食品を体内での主な働きにより6つ（1～6群）に分類したもの。  
（1群）魚・肉・卵・大豆  
（2群）牛乳・乳製品、小魚  
（3群）緑黄色野菜  
（4群）その他の野菜・果物  
（5群）ご飯・パン・めん・いも  
（6群）油脂類

**【3色分類】**  
食品を体内での主な働きにより3つ（赤・緑・黄）に分類したもの  
（赤）魚・肉・卵・大豆、牛乳・乳製品  
（緑）野菜・果物  
（黄）ご飯・パン・めん、油

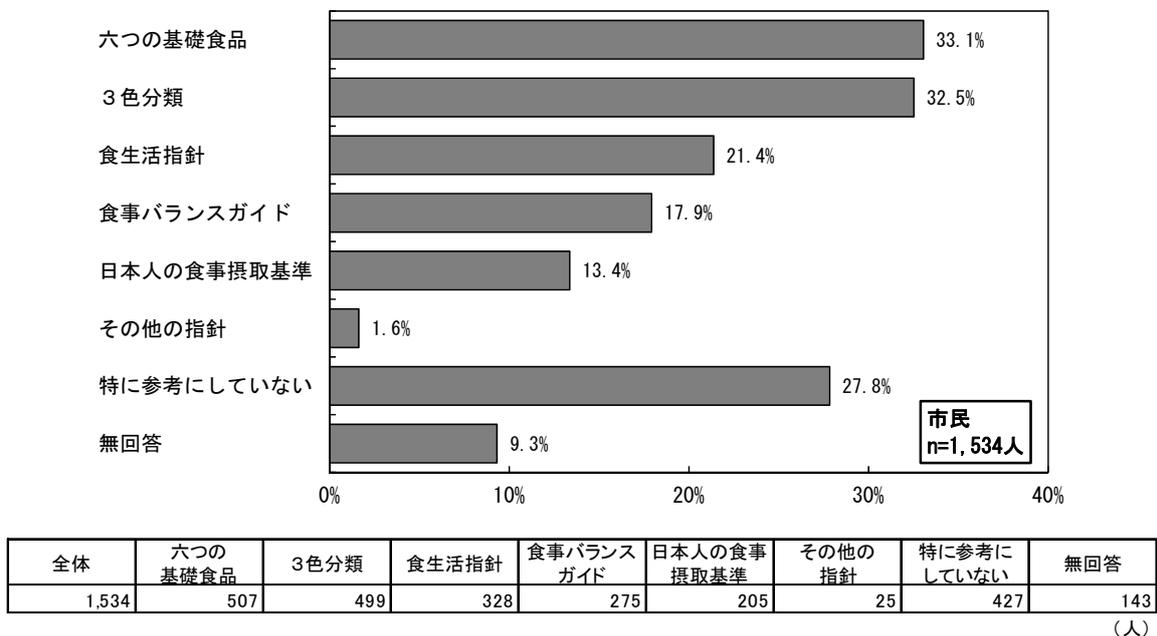


#### 6割強が何らかの指針を参考にしていると回答

「特に参考にしていない」(27.8%)、「無回答」(9.3%)を除いた、何らかの指針を参考にしていると回答した人の割合は6割強(62.9%)となっている。

その中で、「六つの基礎食品」を参考にしていると回答した人の割合が3割強(33.1%)で最も高く、以下「3色分類」(32.5%)、「食生活指針」(21.4%)と続いている。

図9 健全な食生活実践のために参考にしている指針等

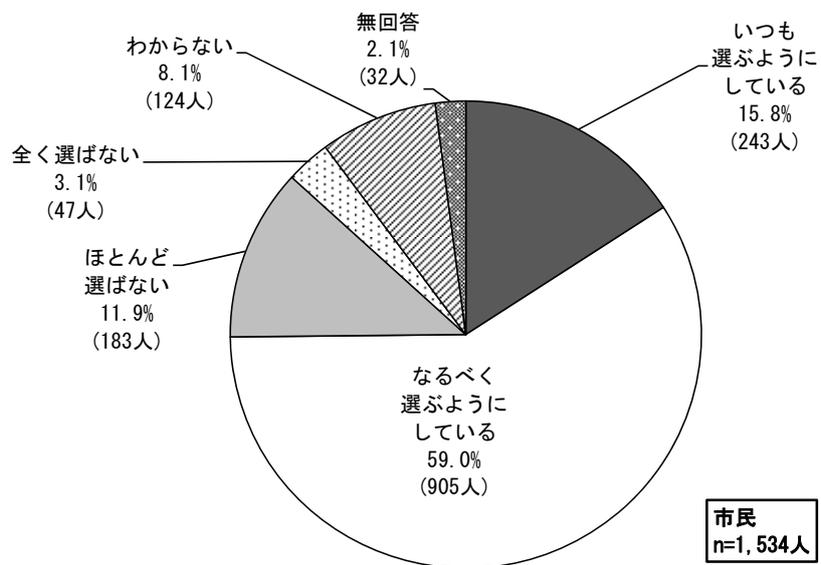


## (2) 「地産地消」の実践度

7割強が「いつも選ぶようにしている」「なるべく選ぶようにしている」と回答

「いつも選ぶようにしている」(15.8%)、「なるべく選ぶようにしている」(59.0%)を合わせると、7割強(74.8%)の人が食材を選ぶ際に身近な場所でとれたものを選ぶ、いわゆる「地産地消」を実践している。

図10 「地産地消」の実践

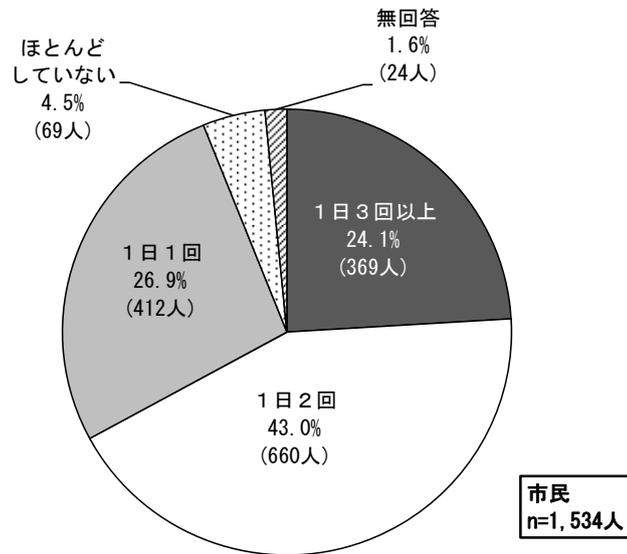


(3) 主食・主菜・副菜のそろった食事の回数

7割弱が「1日2回」以上と回答

「1日3回以上」(24.1%)、「1日2回」(43.0%)を合わせると、7割弱(67.1%)の人がバランスのとれた食事を1日2回以上実践している。

図11 主食・主菜・副菜のそろった食事の回数

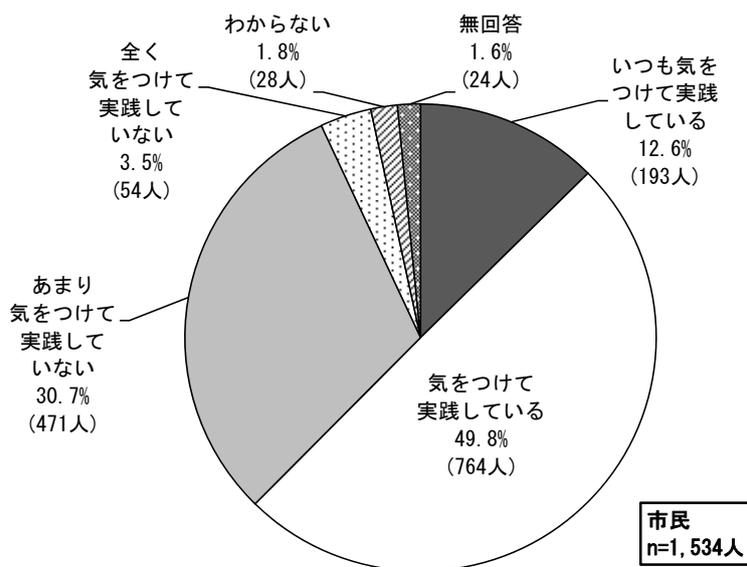


#### (4) 生活習慣予防や改善を意識した食生活の実践度

6割強が「いつも気をつけて実践している」「気をつけて実践している」と回答

「いつも気をつけて実践している」(12.6%)、「気をつけて実践している」(49.8%)を合わせると、6割強(62.4%)の人が生活習慣予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩、野菜の摂取などに気をつけた食生活を実践している。

図 12 生活習慣予防や改善を意識した食生活の実践度



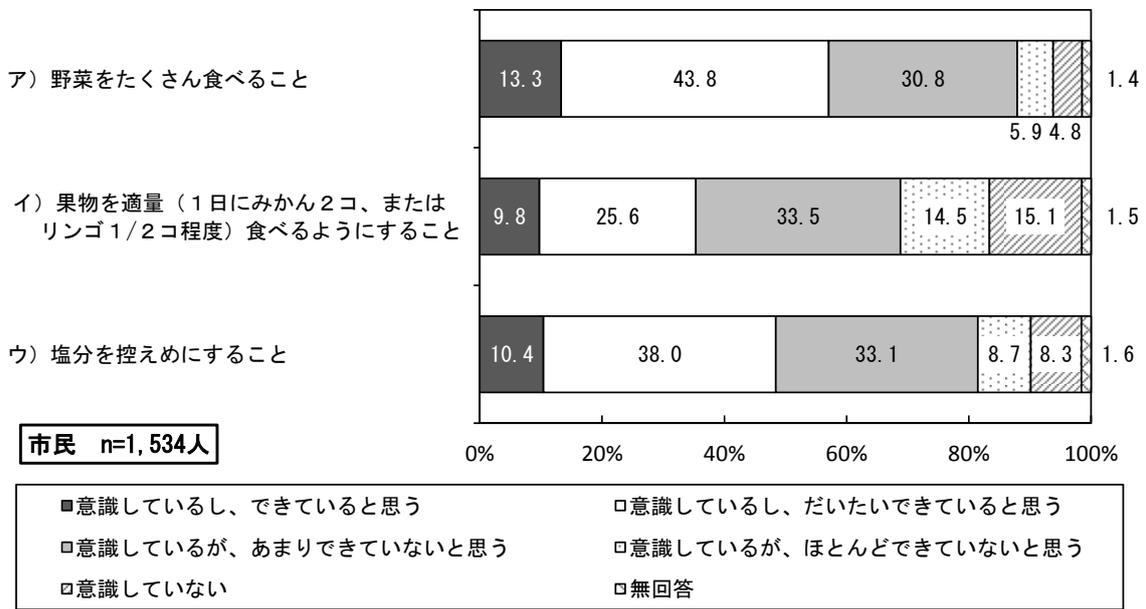
(5) 健康のための食事の認識と程度の度合い

6割弱が「野菜をたくさん食べること」を意識している

「意識しているし、できていると思う」「意識しているし、だいたいできていると思う」を回答した人を合わせた割合は、『ア) 野菜をたくさん食べること』(57.1%)の項目が6割弱と高くなっている。

一方、「意識しているが、あまりできていないと思う」「意識しているが、ほとんどできていないと思う」と回答した人を合わせた割合は、『イ) 果物を適量(1日にみかん2コ、またはリンゴ1/2コ程度)食べるようにすること』(48.0%)で最も高く、僅差で『ウ) 塩分を控えめにすること』(41.8%)が続いている。「意識していない」の割合は、『イ) 果物を適量(1日にみかん2コ、またはリンゴ1/2コ程度)食べるようにすること』(15.1%)が2割弱で最も高くなっている。

図13 健康のために食事で意識していること



	全体	意識しているし、できていると思う	意識しているし、だいたいできていると思う	意識しているが、あまりできていないと思う	意識しているが、ほとんどできていないと思う	意識していない	無回答
ア) 野菜をたくさん食べること	1,534	204	672	473	90	73	22
イ) 果物を適量(1日にみかん2コ、またはリンゴ1/2コ程度)食べるようにすること	1,534	150	392	514	223	232	23
ウ) 塩分を控えめにすること	1,534	160	583	507	133	127	24

(人)

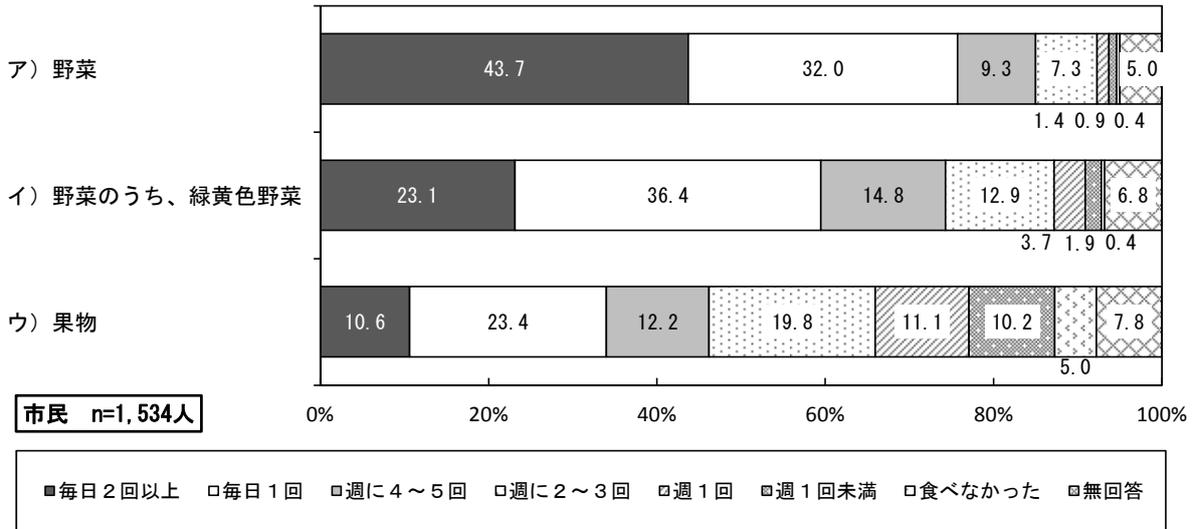
(6) この1か月間の野菜・緑黄色野菜・果物の摂取頻度

8割弱が「野菜」を「毎日1回以上食べる」と回答

「毎日2回以上」と「毎日1回」を合わせた「毎日1回以上」食べたと回答した人の割合は、『ア)野菜』(75.7%)の項目が8割弱と最も高くなっている。

一方、「週1回」「週1回未満」「食べなかった」と回答した人を合わせた「週1回以下」の割合は、『ウ)果物』(26.3%)の項目が3割弱で最も高くなっている。

図14 この1か月間の野菜・緑黄色野菜・果物の摂取頻度



	全体	毎日2回以上	毎日1回	週に4~5回	週に2~3回	週1回	週1回未満	食べなかった	無回答
ア)野菜	1,534	671	491	142	112	22	14	6	76
イ)野菜のうち、緑黄色野菜	1,534	355	558	227	198	57	29	6	104
ウ)果物	1,534	163	359	187	303	171	156	76	119

(人)

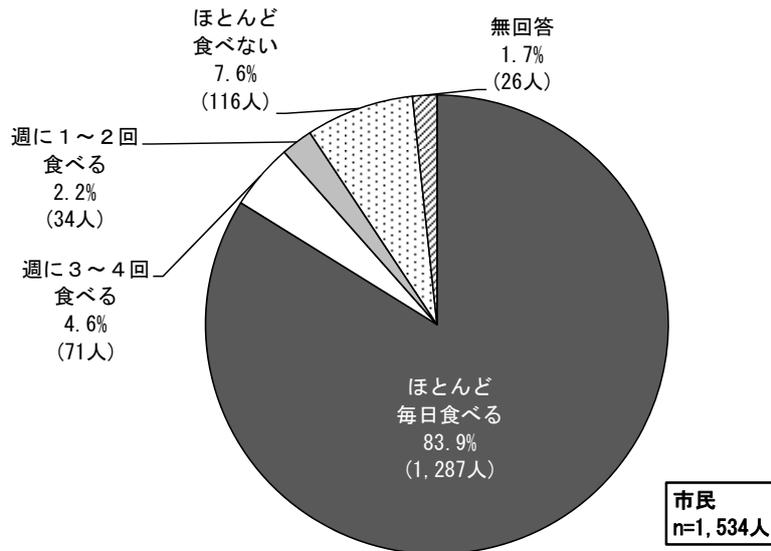
(7) 朝食の回数

約1割が「ほとんど食べない」「週に1～2回食べる」と回答

8割強 (83.9%) が「ほとんど毎日食べる」と回答し、「週に3～4回食べる」(4.6%) を合わせると、9割弱 (88.5%) の人が朝食を食べている。

一方、「週に1～2回食べる」(2.2%)、「ほとんど食べない」(7.6%) と回答した、朝食を食べない人は約1割 (9.8%) となっている。

図15 朝食の回数

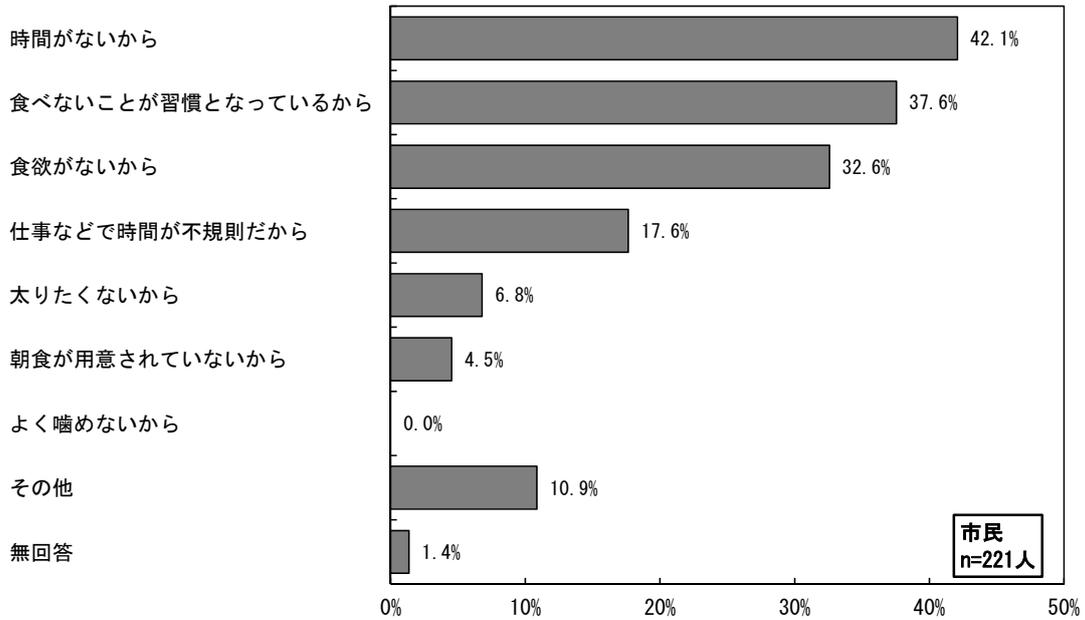


(8) 朝食を食べない理由

「時間がないから」が4割強、「食べないことが習慣となっているから」が4割弱

朝食を食べない理由については、「時間がないから」(42.1%)を回答した人が最も多く、以下「食べないことが習慣となっているから」(37.6%)、「食欲がないから」(32.6%)、「仕事などで時間が不規則だから」(17.6%)と続いている。

図16 朝食を食べない理由



全体	時間がないから	食べないことが習慣となっているから	食欲がないから	仕事などで時間が不規則だから	太りたくないから	朝食が用意されていないから	よく噛めないから	その他	無回答
221	93	83	72	39	15	10	0	24	3

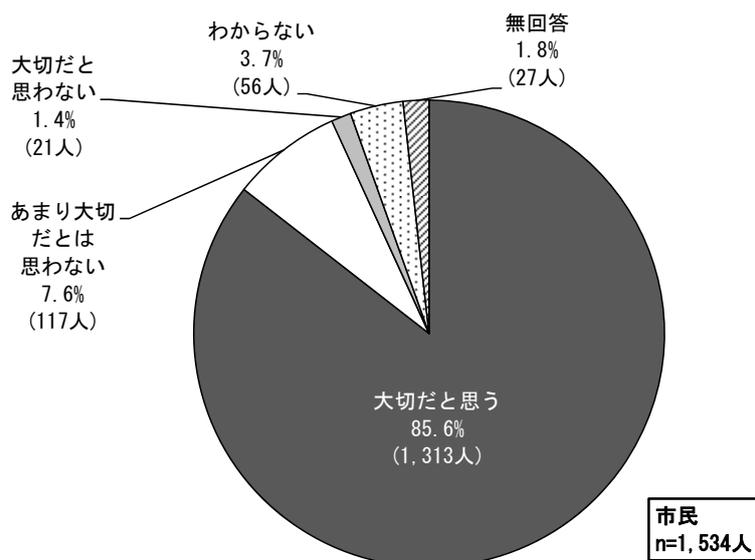
(人)

(9) 地域や家族、友人などと食卓を囲んで食事をすることの大切さ

9割弱が「大切だと思う」と回答

地域や家族、友人などと食卓を囲んで食事をすることの大切さについては、「大切だと思う」(85.6%)を回答した人が最も多く、以下「あまり大切だとは思わない」(7.6%)、「わからない」(3.7%)、「大切だと思わない」(1.4%)と続いている。

図17 地域や家族、友人などと食卓を囲んで食事をすることの大切さ



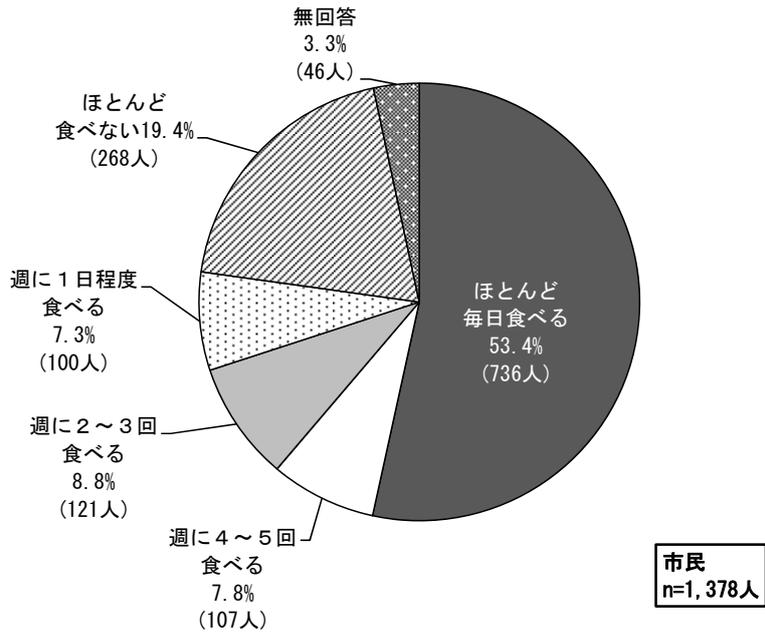
(10) 家族と朝食を食べる回数

5割強が「ほとんど毎日食べる」と回答

5割強 (53.4%) が「ほとんど毎日食べる」と回答し、「週に4～5日食べる」(7.8%)、「週に2～3日食べる」(8.8%) を合わせると、7割 (70.0%) の人が家族と一緒に朝食を食べている。

一方、「週に1日程度食べる」(7.3%)、「ほとんど食べない」(19.4%) と回答した、家族と一緒に朝食を食べない人は2割強 (26.7%) となっている。

図 18 家族と朝食を食べる回数



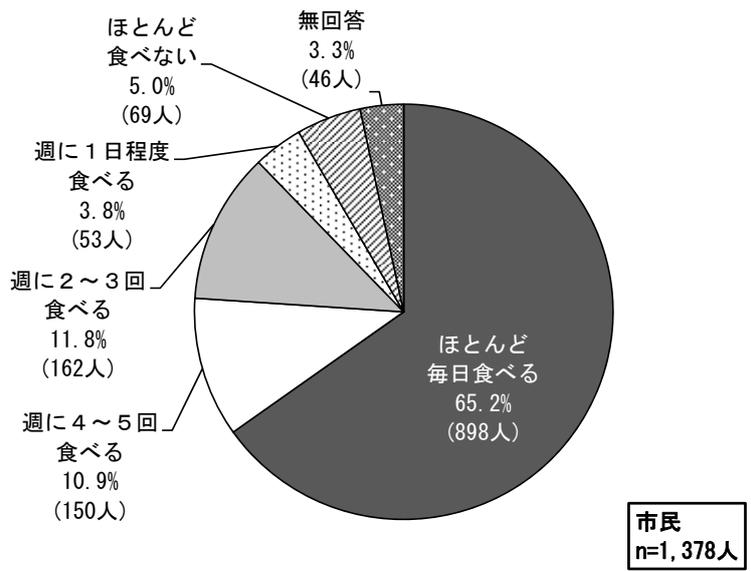
(11) 家族と夕食を食べる回数

7割弱が「ほとんど毎日食べる」と回答

7割弱（65.2%）が「ほとんど毎日食べる」と回答し、「週に4～5日食べる」（10.9%）、「週に2～3日食べる」（11.8%）を合わせると、9割弱（87.9%）の人が家族と一緒に夕食を食べている。

一方、「週に1日程度食べる」（3.8%）、「ほとんど食べない」（5.0%）と回答した、家族と一緒に夕食を食べない人は1割弱（8.8%）となっている。

図19 家族と夕食を食べる回数



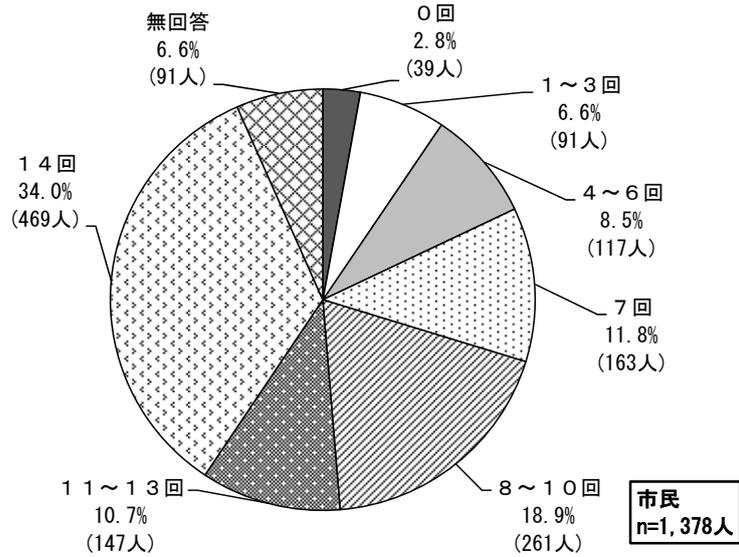
(12) この1週間で朝食または夕食を家族と食べた回数

3割強が「14回（毎回）」家族と食事をしたと回答

この1週間で家族と一緒に朝食または夕食を食べた回数が「14回（毎回）」（34.0%）と回答した人が最も多く、以下「8～10回」（18.9%）、「7回」（11.8%）、「11～13回」（10.7%）と続いている。

一方、「0回」（2.8%）、「1～3回」（6.8%）と回答した、家族と食べた回数が少ない人は1割弱（9.4%）となっている。

図20 この1週間で朝食または夕食を家族と食べた回数

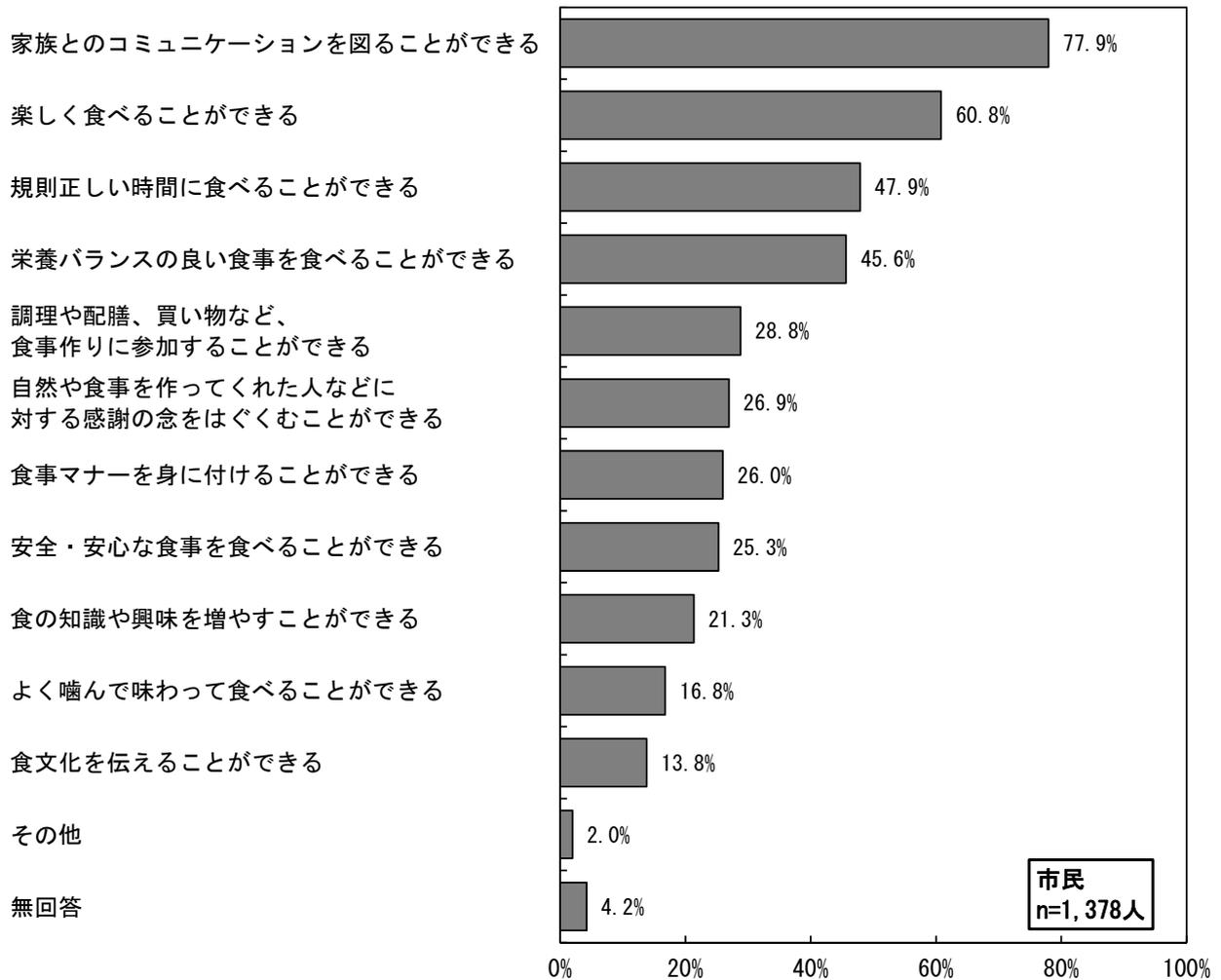


(13) 家族と食事を一緒に食べることの良い点

7割強が「家族とのコミュニケーションを図ることができる」と回答

家族と食事を一緒にすることの良い点は、「家族とのコミュニケーションを図ることができる」(77.9%)をあげる人が最も多くなっている。以下「楽しく食べることができる」(60.8%)、「規則正しい時間に食べることができる」(47.9%)、「栄養バランスの良い食事を食べることができる」(45.6%)と続いている。

図21 家族と食事を一緒に食べることの良い点



全体	家族とのコミュニケーションを図ることができる	楽しく食べることができる	規則正しい時間に食べることができる	栄養バランスの良い食事を食べることができる	調理や配膳、買い物など、食事作りに参加することができる	自然や食事を作ってくれた人などに対する感謝の念をはぐくむことができる	食事マナーを身に付けることができる	安全・安心な食事を食べることができる	食の知識や興味を増やすことができる	よく噛んで味わって食べることができる	食文化を伝えることができる	その他	無回答
1,378	1,074	838	660	629	397	371	358	348	294	231	190	27	58

(人)

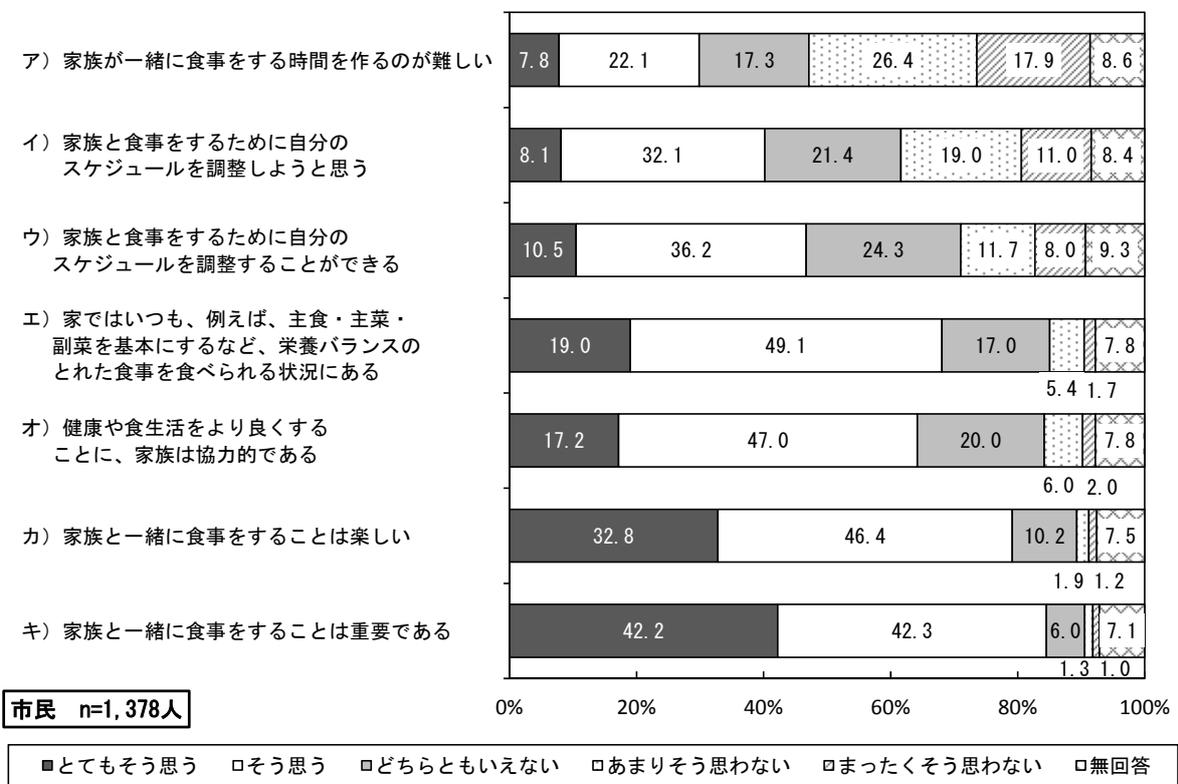
(14) 家族との食事に対する意識

8割強が「家族と一緒に食事をすることは重要である」、  
8割弱が「家族と一緒に食事をすることは楽しい」と回答

「とてもそう思う」「そう思う」と回答した人を合わせた割合は、『キ) 家族と一緒に食事をすることは重要である』(84.5%)で8割強、『カ) 家族と一緒に食事をすることは楽しい』(79.2%)で8割弱と高くなっている。

一方、「あまりそう思わない」「まったくそう思わない」と回答した人を合わせた割合は、『ア) 家族が一緒に食事をする時間を作るのが難しい』(44.3%)で4割強と高くなっている。

図 22 家族との食事に対する意識



	全体	とても そう思う	そう 思う	どちらとも いえない	あまりそう 思わない	まったくそう 思わない	無回答
ア) 家族が一緒に食事をする時間を作るのが難しい	1,378	108	304	238	364	246	118
イ) 家族と食事をするために自分のスケジュールを調整しようと思う	1,378	112	442	295	262	151	116
ウ) 家族と食事をするために自分のスケジュールを調整することができる	1,378	145	499	335	161	110	128
エ) 家ではいつも、例えば、主食・主菜・副菜を基本にするなど、栄養バランスのとれた食事を食べられる状況にある	1,378	262	676	234	75	24	107
オ) 健康や食生活をより良くすることに、家族は協力的である	1,378	237	648	275	83	28	107
カ) 家族と一緒に食事をするのは楽しい	1,378	452	639	140	26	17	104
キ) 家族と一緒に食事をするのは重要である	1,378	582	583	83	18	14	98

(人)

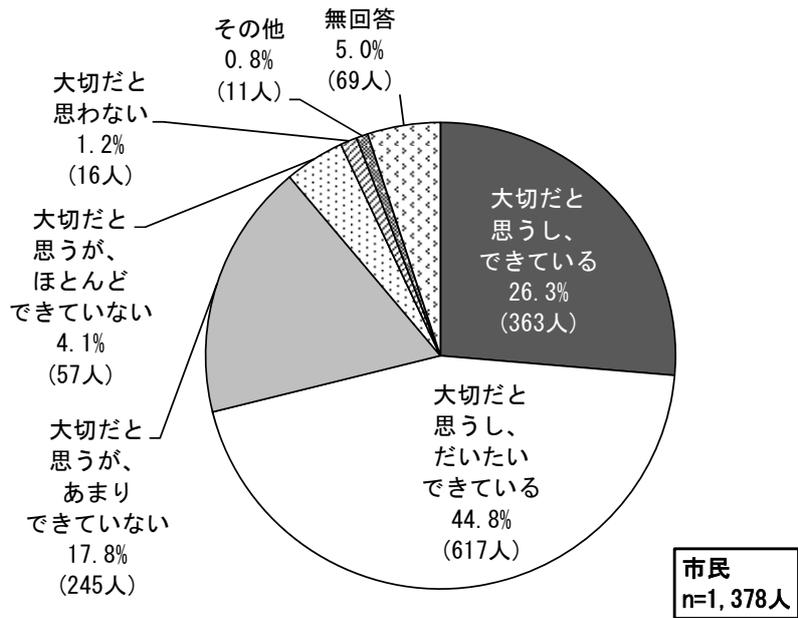
(15) 食事の時の家族間の会話の大切さについての認識や実践の程度

7割強が「大切だと思うし、できている」「大切だと思うし、だいたいできている」と回答

「大切だと思うし、できている」「大切だと思うし、だいたいできている」と回答した人を合わせた割合は7割強（71.1%）となっている。

一方、「大切だと思うが、あまりできていない」「大切だと思うが、ほとんどできていない」と回答した人を合わせた割合は2割強（21.9%）となっている。

図 23 食事の時の家族間の会話の大切さについての認識や実践の程度

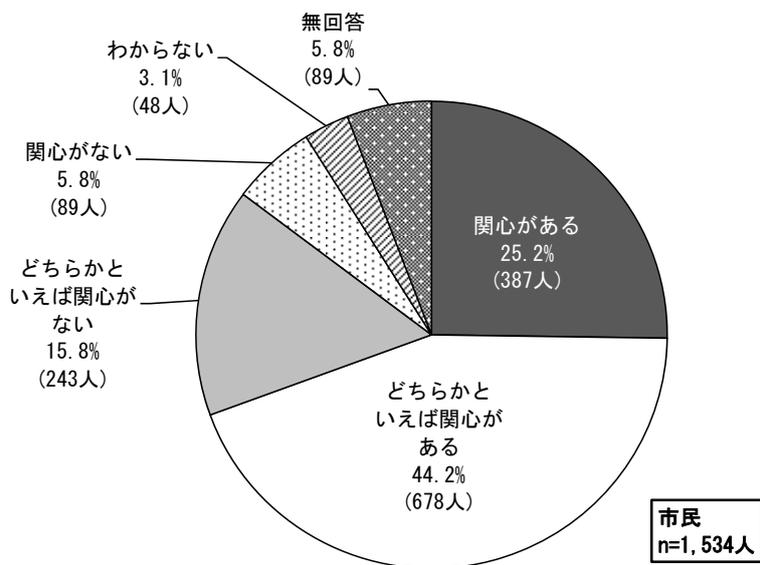


(16) 食べ方への関心度

7割弱が「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答

「関心がある」「どちらかといえば関心がある」と回答した人の割合は7割弱（69.4%）で、一方、「関心がない」「どちらかといえば関心がない」と答えた人の割合は2割強（21.6%）となっている。

図24 食べ方への関心度

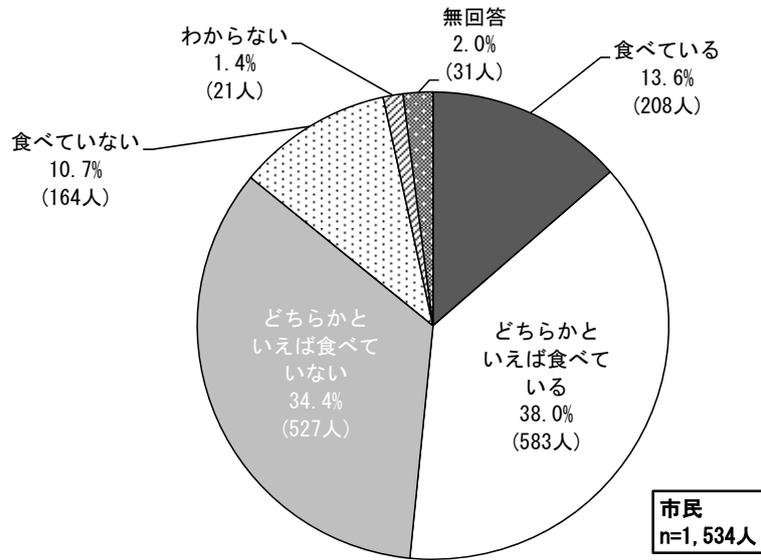


(17) ゆっくりよく噛んで味わって食べる頻度

5割強が「食べている」「どちらかといえば食べている」と回答

「食べている」「どちらかといえば食べている」と回答した人の割合は5割強（51.6%）で、一方、「食べていない」「どちらかといえば食べていない」と答えた人の割合は5割弱（45.1%）となっている。

図 25 ゆっくりよく噛んで味わって食べる頻度

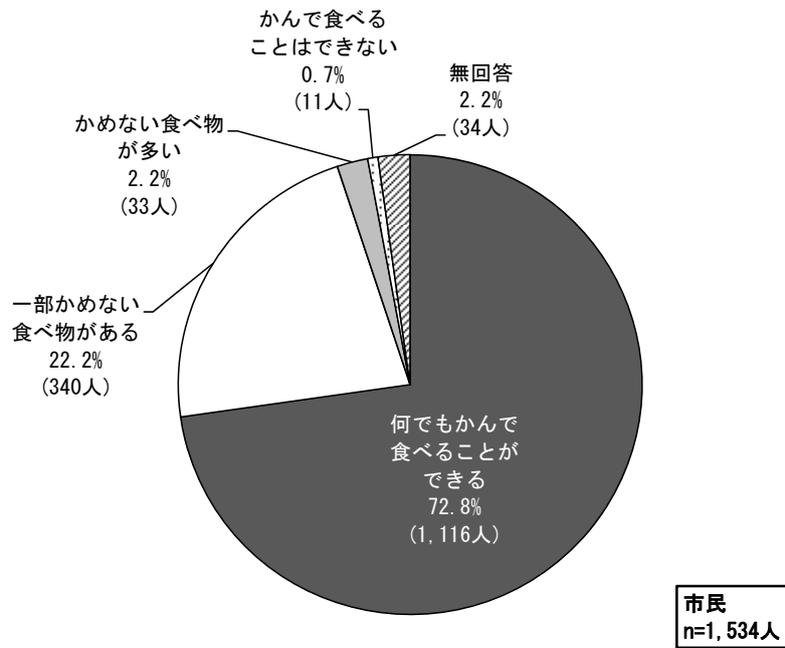


(18) かんで食べる時の状態

7割強が「何でもかんで食べることができる」と回答

「何でもかんで食べることができる」と回答した人の割合は7割強（72.8%）で、一方、「かめない食べ物が多い」（2.2%）、「かんで食べることはできない」（0.7%）と回答した人の割合は合わせて2.9%であった。

図 26 かんで食べる時の状態



#### 4 「食の安全」について

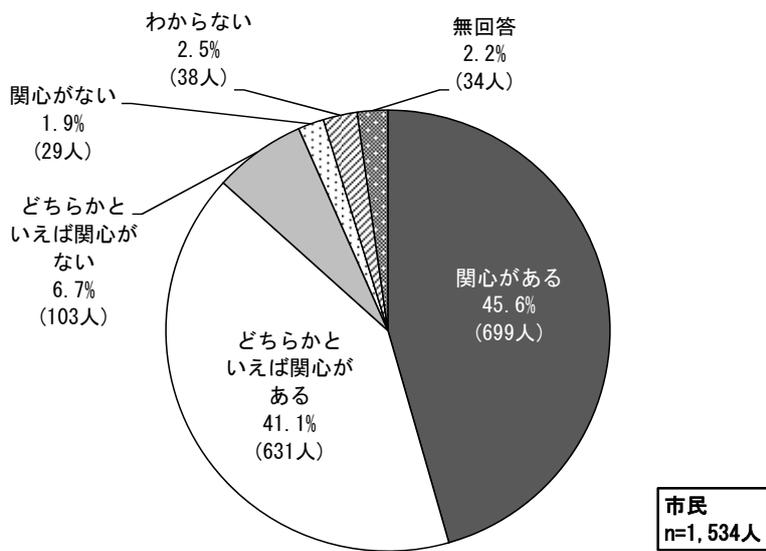
##### (1) 食の安全に対する関心度

9割弱が食の安全に関心があると回答

「関心がある」(45.6%)、「どちらかといえば関心がある」(41.1%)を合わせた、関心がある人の割合は9割弱(86.7%)となっている。

一方、「関心がない」(1.9%)、「どちらかといえば関心がない」(6.7%)を合わせた、関心がない人の割合は、1割弱(8.6%)となっている。

図27 食の安全に対する関心度

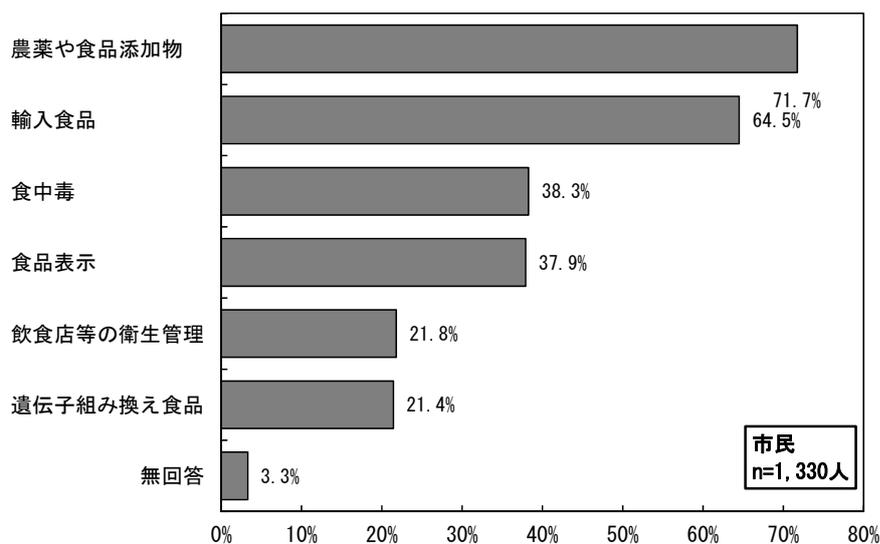


(2) 特に関心があること

7割強が「農薬や食品添加物」と回答

特に関心があることについては、「農薬や食品添加物」(71.7%)と回答した人が最も多く、以下「輸入食品」(64.5%)、「食中毒」(38.3%)、「食品表示」(37.9%)「飲食店等の衛生管理」(21.8%)、「遺伝子組み換え食品」(21.4%)となっている。

図 28 特に関心があること



全体	農薬や食品添加物	輸入食品	食中毒	食品表示	飲食店等の衛生管理	遺伝子組み換え食品	無回答
1,330	954	858	509	504	290	285	44

(人)

### (3) 食の安全に関する知識を持っている程度

#### 「食の安全に関する知識」の例

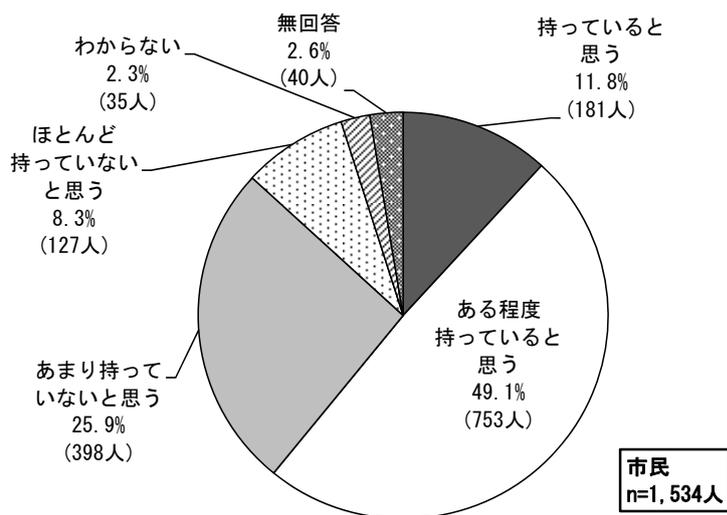
- ◆ 食品表示の見方について  
(消費期限や賞味期限、保存料などの食品添加物、遺伝子組み換え食品、食物アレルギーなど)
- ◆ 食中毒の予防方法について
- ◆ 輸入食品について
- ◆ 健康食品について
- その他、農薬使用の実態や鳥インフルエンザに関する知識など

#### 6割強が知識を持っていると回答

「持っていると思う」(11.8%)、「ある程度持っていると思う」(49.1%)と回答した人を合わせた、知識を持っている人の割合は6割強(60.9%)となっている。

一方、「あまり持っていないと思う」(25.9%)、「ほとんど持っていないと思う」(8.3%)と回答した人を合わせた割合は3割強(34.2%)となっている。

図29 食の安全に関する知識を持っている程度



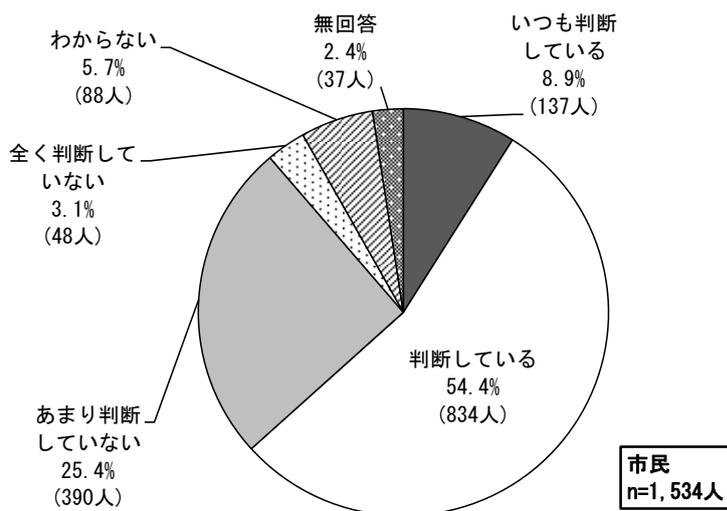
#### (4) 安全な食生活を送ることについての判断の程度

##### 6割強が判断していると回答

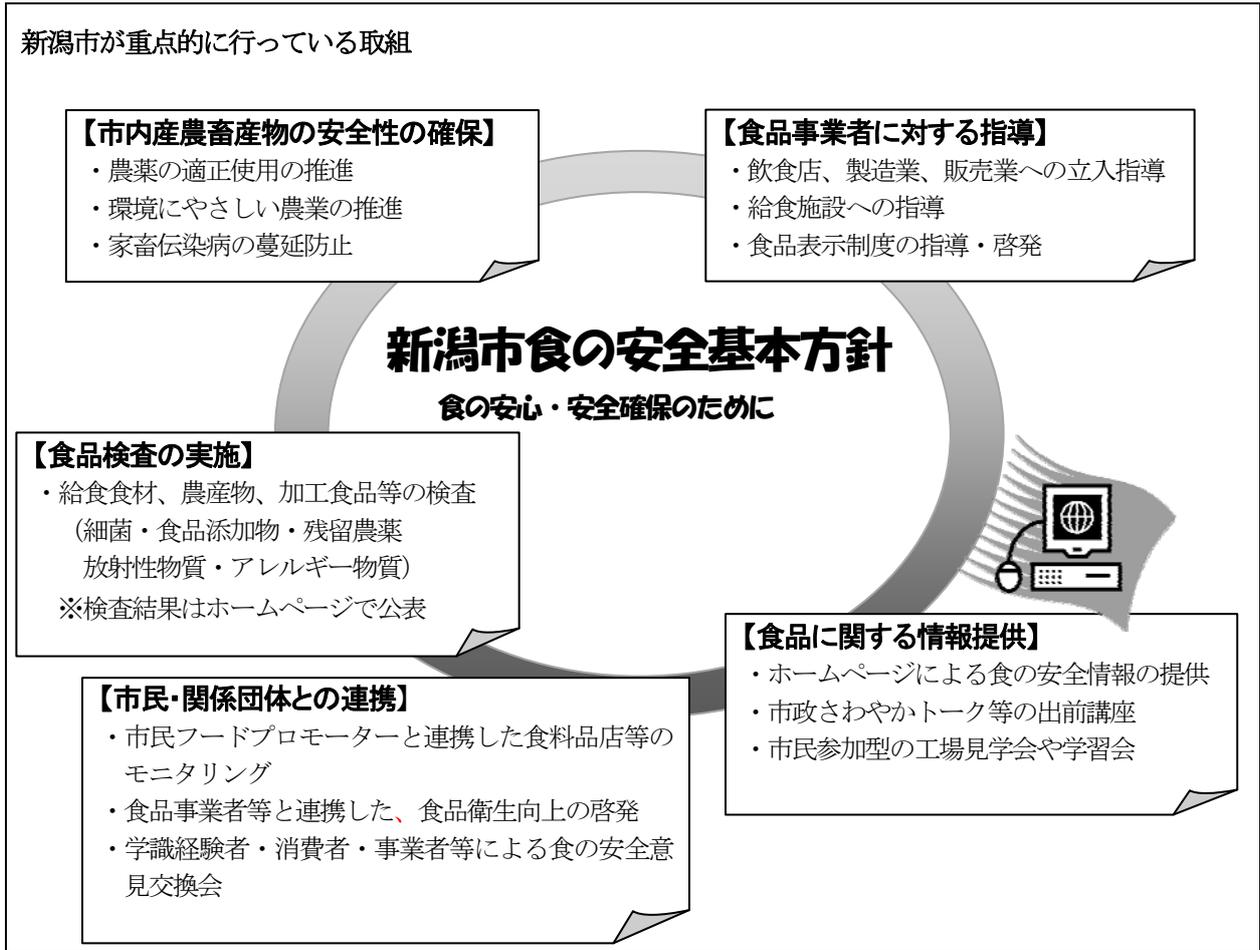
「いつも判断している」(8.9%)、「判断している」(54.4%)と回答した人を合わせた、判断している人の割合は6割強(63.3%)となっている。

一方、「あまり判断していない」(25.4%)、「全く判断していない」(3.1%)と回答した人を合わせた割合は3割弱(28.5%)となっている。

図30 食の安全に関する知識を持っている程度



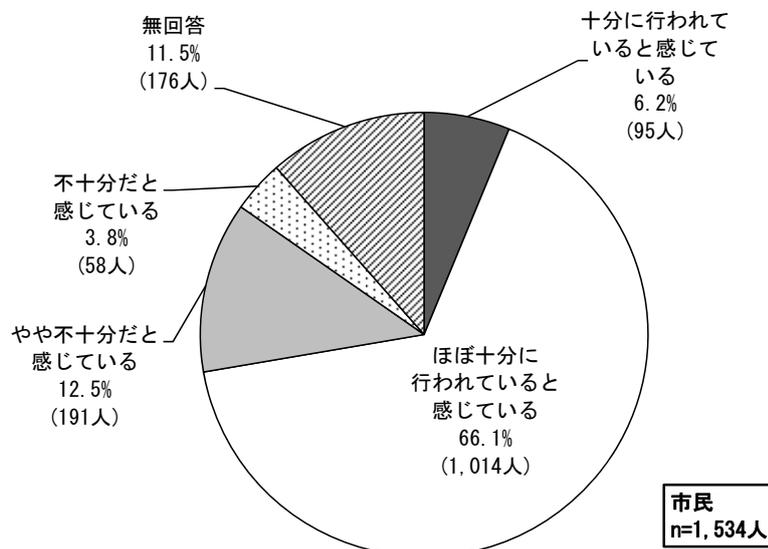
(5) 新潟市における食の安心・安全の確保に対する取組状況



7割強が十分に、もしくはほぼ十分に行われていると感じていると回答

「十分に行われていると感じている」(6.2%)、「ほぼ十分に行われていると感じている」(66.1%)と回答した人を合わせた割合は7割強(72.3%)となっている。「やや不十分だと感じている」(12.5%)、「不十分だと感じている」(3.8%)と回答した人を合わせた割合は2割弱(16.3%)となっている。

図 31 新潟市における食の安心・安全の確保に対する取組状況

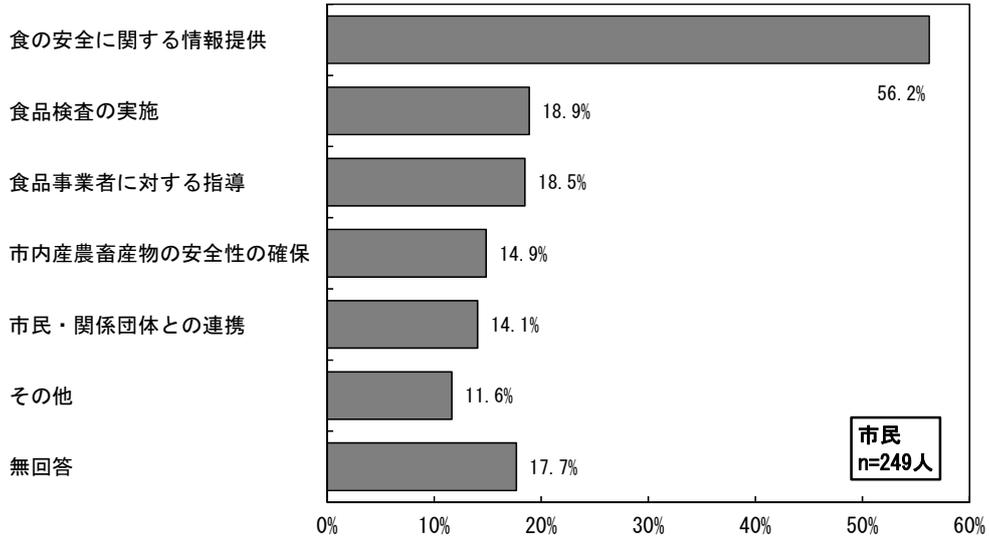


(5) 特に不十分だと感じている取組

6 割弱が「食の安全に関する情報提供」と回答

特に不十分だと感じている取組については、「食の安全に関する情報提供」(56.2%)と回答した人が最も多く、「その他」を除き以下「食品検査の実施」(18.9%)、「食品事業者に対する指導」(18.5%)、「市内産農畜産物の安全性の確保」(14.9%)、「市民・関係団体との連携」(14.1%)となっている。

図 32 特に不十分だと感じている取組



全体	食の安全に関する情報提供	食品検査の実施	食品事業者に対する指導	市内産農畜産物の安全性の確保	市民・関係団体との連携	その他	無回答
249	140	47	46	37	35	29	44

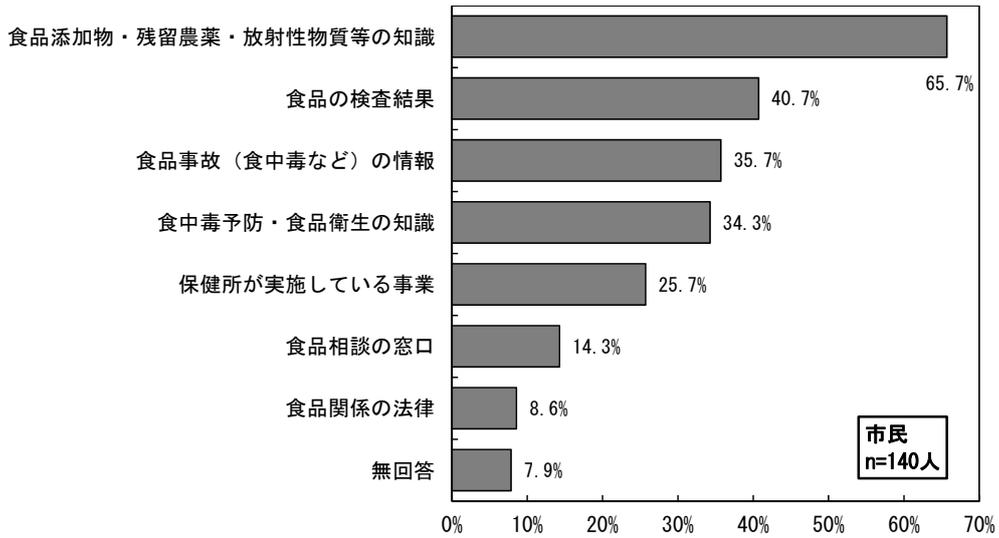
(人)

(6) 食の安全に関して必要としている情報

7割弱が「食品添加物・残留農薬・放射性物質等の知識」と回答

食の安全に関する情報提供が特に不十分だと感じている人が必要としている情報については、「食品添加物・残留農薬・放射性物質等の知識」(65.7%)と回答した人が最も多く、以下「食品の検査結果」(40.7%)、「食品事故(食中毒など)の情報」(35.7%)、「食品事故(食中毒など)の情報」(35.7%)、「食中毒予防・食品衛生の知識」(34.3%)、「保健所が実施している事業」(25.7%)、「食品相談の窓口」(14.3%)、「食品関係の法律」(8.6%)、「無回答」(7.9%)となっている。

図 33 必要としている情報



全体	食品添加物・残留農薬・放射性物質等の知識	食品の検査結果	食品事故(食中毒など)の情報	食中毒予防・食品衛生の知識	保健所が実施している事業	食品相談の窓口	食品関係の法律	無回答
140	92	57	50	48	36	20	12	11

(人)

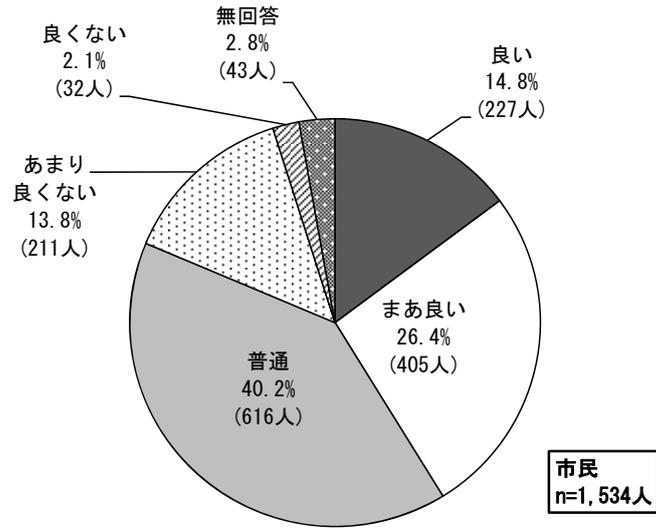
## 5 健康づくりに対する意識や状況

### (1) 自身の現在の健康状態

4割強が「良い」「まあ良い」と回答

「良い」「まあ良い」と回答した人を合わせた割合は4割強（41.2%）となっている。  
一方、「あまり良くない」「良くない」と回答した人を合わせた割合は2割弱（15.9%）となっている。

図 34 自身の現在の健康状態



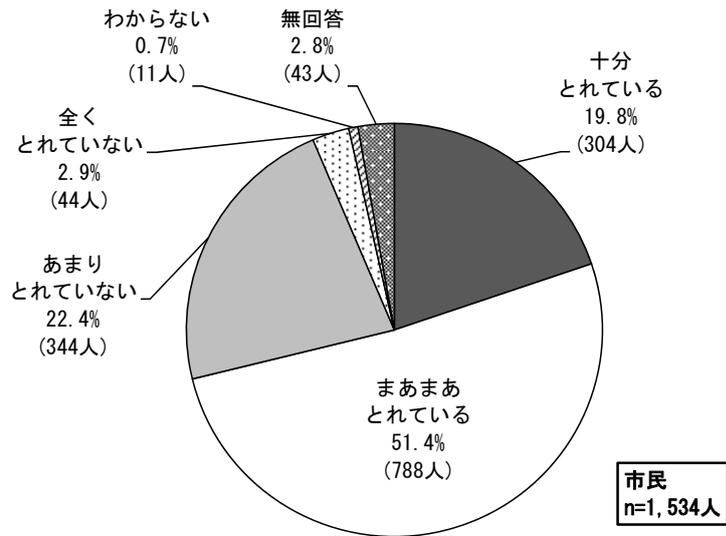
## (2) 睡眠による休養

### 7割強が睡眠による休養がとれていると回答

睡眠による休養が「十分とれている」「まあまあとれている」と回答した人を合わせた割合は7割強(71.2%)となっている。

一方、「あまりとれていない」「全くとれていない」と回答した人を合わせた割合は3割弱(25.3%)となっている。

図35 睡眠による休養

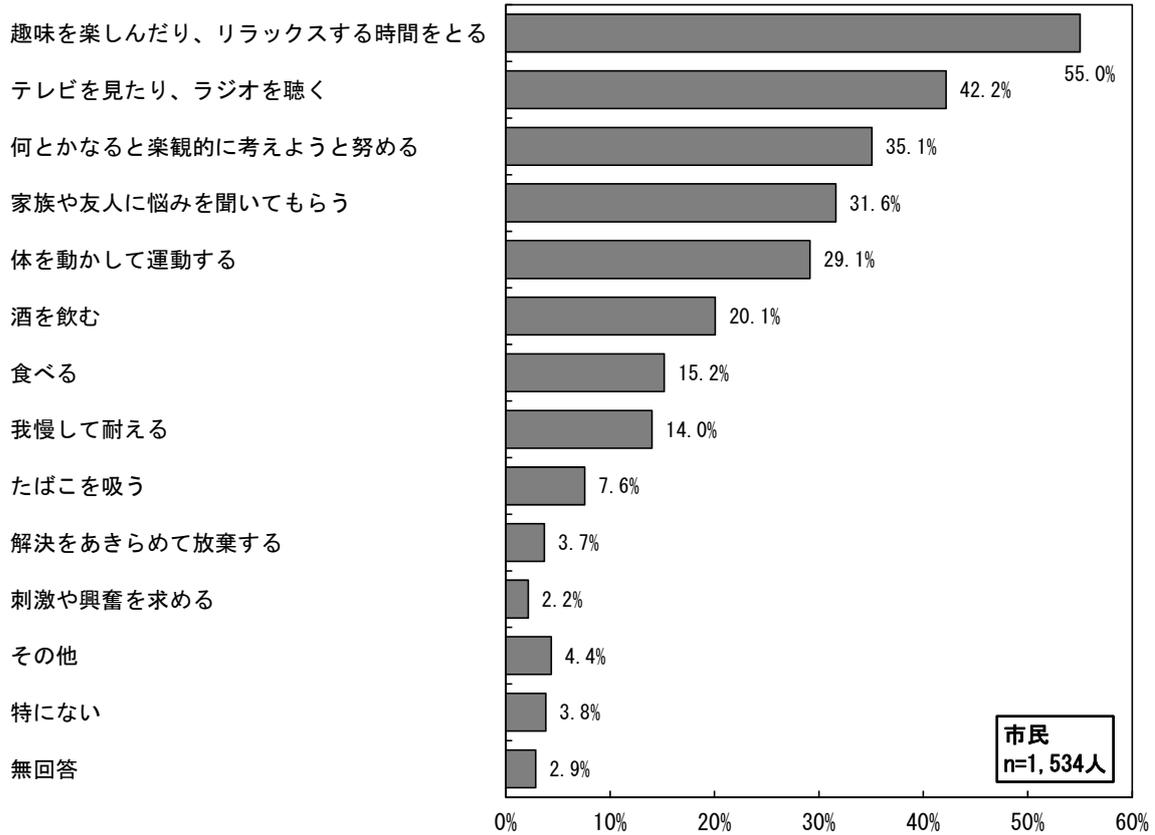


(3) ストレスがある時の対処法

5割強が「趣味を楽しんだり、リラックスする時間をとる」と回答

ストレスがある時の対処法については、「趣味を楽しんだり、リラックスする時間をとる」と回答した人が5割強 (55.0%) と最も多く、以下「テレビを見たり、ラジオを聴く」(42.2%)、「何とかなると楽観的に考えようと努める」(35.1%)、「家族や友人に悩みを聞いてもらう」(31.6%)、「体を動かして運動する」(29.1%)、と続いている。

図36 ストレスがある時の対処法



全体	趣味を楽しんだり、リラックスする時間をとる	テレビを見たり、ラジオを聴く	何とかなると楽観的に考えようと努める	家族や友人に悩みを聞いてもらう	体を動かして運動する	酒を飲む	食べる	我慢して耐える	たばこを吸う	解決をあきらめて放棄する	刺激や興奮を求める	その他	特にない	無回答
1,534	844	647	538	485	447	308	233	215	116	57	33	67	59	44

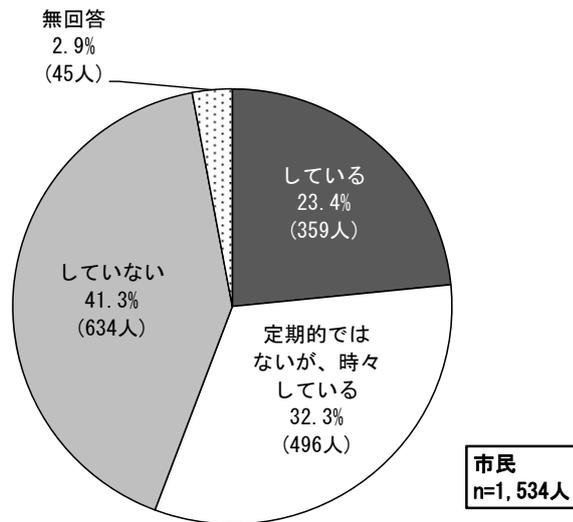
(人)

(4) 定期的に継続している運動の実施状況

6割弱が運動を実施していると回答

定期的に継続している運動の実施状況については、「している」(23.4%)と「定期的ではないが、時々している」(32.3%)と回答した人を合わせた割合は6割弱(55.7%)となっている。一方、「していない」と回答した人が4割強(41.3%)となっている。

図37 定期的に継続している運動の実施状況



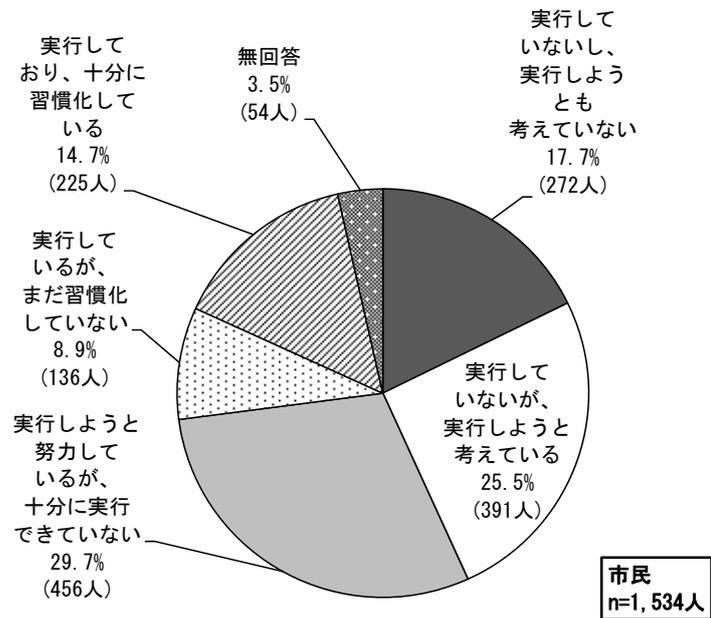
(5) 1日60分くらいの運動習慣

2割強が1日60分くらいの運動を実行していると回答

1日60分くらいの運動習慣については、「実行しており、十分に習慣化している」(14.7%)と「実行しているが、まだ習慣化していない」(8.9%)と回答した人を合わせた実行している割合は2割強(23.6%)となっている。

一方「実行していないが、実行しようと考えている」(25.5%)、「実行しようとしているが、十分に実行できていない」(29.7%)、「実行していないし、実行しようとも考えていない」(17.7%)を合わせた実行していない割合は7割強(72.9%)となっている。

図38 1日60分くらいの運動習慣

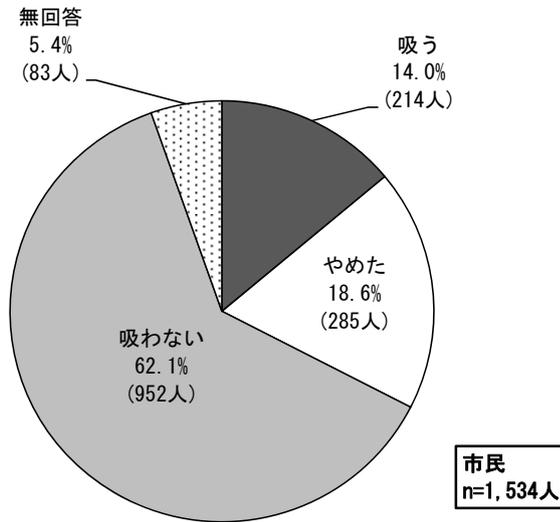


(6) 喫煙習慣

8割強が喫煙をしていないと回答

「やめた」「吸わない」と回答した人を合わせた喫煙をしていない人の割合は8割強（80.7%）となっている。

図 39 喫煙習慣

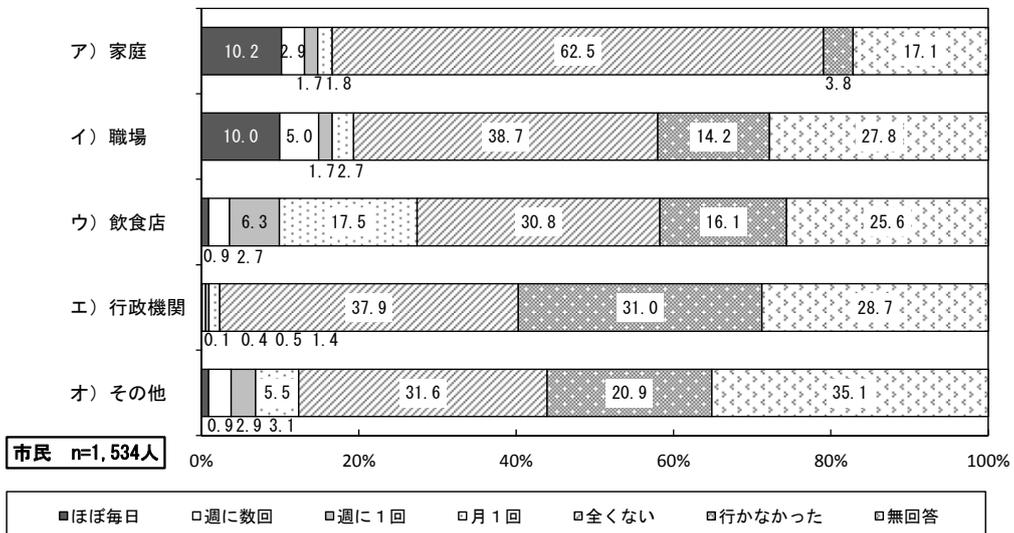


(7) 受動喫煙の機会

6割強が家庭で「全くない」と回答

受動喫煙の機会はすべて「全くない」が最も多く、中でも「ア) 家庭」は6割強（62.5%）と高く、「イ) 職場」(38.7%)、「ウ) 飲食店」(30.8%)、「エ) 行政機関」(37.9%)、「オ) その他」(31.6%) のいずれも3割を超えた。

図 40 受動喫煙の機会



(8) 慢性閉塞性肺疾患（COPD）という言葉や意味の認知度

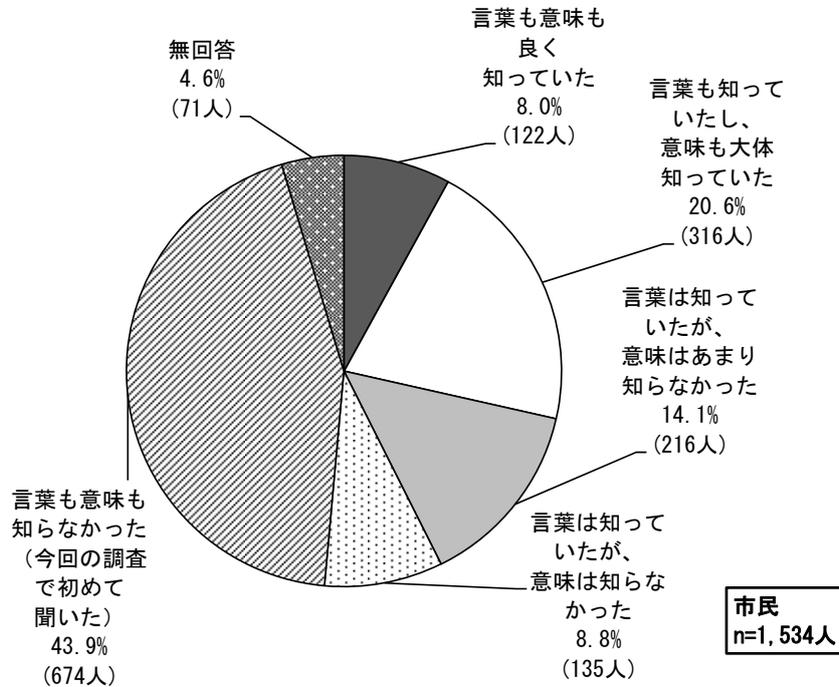
「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」とは

主として喫煙などにより、有害物質を長期に吸い込むことによって肺に炎症がおき、肺の中の組織が破壊されて、酸素の取り込みや二酸化炭素を排出する機能が低下する疾患です。  
せき・たん・息切れを主な症状とし、徐々に呼吸障害が進行します。

3割弱が言葉や意味を認知していると回答

「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」という言葉や意味の認知の程度については、「言葉も意味も良く知っていた」(8.0%)、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」(20.6%)と回答した人を合わせた割合は3割弱(28.6%)となっている。

図 41 慢性閉塞性肺疾患（COPD）という言葉や意味の認知度

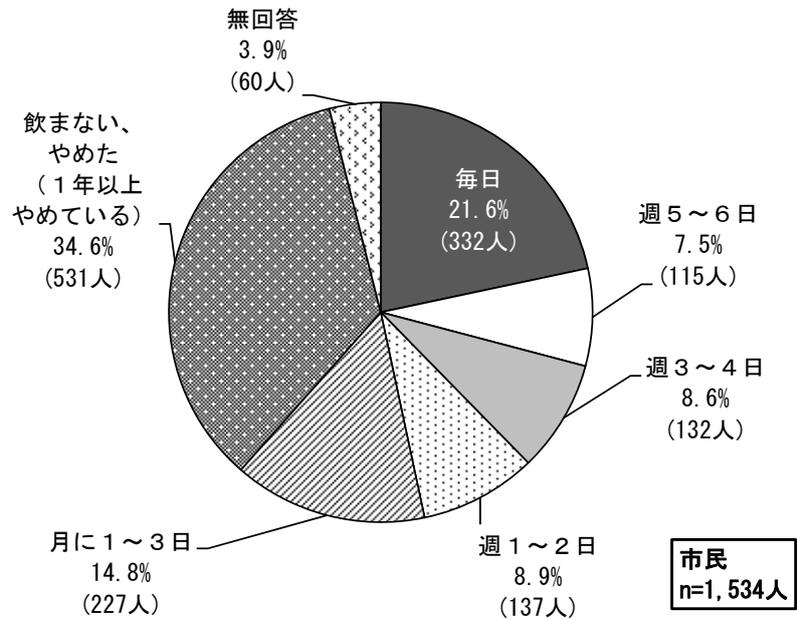


(9) 飲酒の頻度

3割強が「飲まない、やめた（1年以上やめている）」と回答

「飲まない、やめた（1年以上やめている）」と回答した人の割合が3割強（34.6%）となっている。一方、飲酒の回数では「毎日」が2割強（21.6%）と、最も高くなっている。

図 42 飲酒の頻度



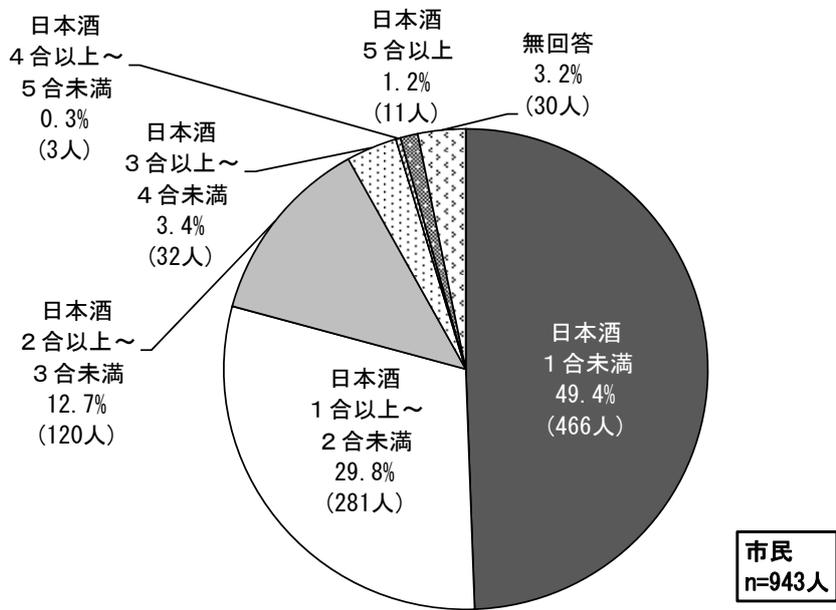
(10) 平均飲酒量

※日本酒1合= (180ml)	}	ビール、発泡酒1本(500ml) ワイン2杯(240ml) ウイスキーダブル1杯(60ml) 焼酎 20度(135ml) 焼酎 25度(110ml) 酎ハイ7度(350ml)	}	を目安にしてください。
--------------------	---	--	---	-------------

5割弱が「日本酒1合未満」と回答

平均飲酒量については、「日本酒1合未満」(49.4%)と回答した人が5割弱と最も多く、以下「日本酒1合以上～2合未満」(29.8%)、「日本酒2合以上～3合未満」(12.7%)、「日本酒3合以上～4合未満」(3.4%)、と続いている。

図43 平均飲酒量

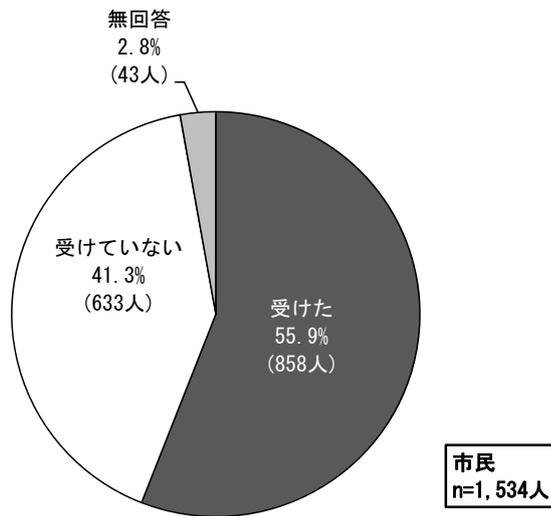


(11) 歯科検診の受診状況

6割弱が「受けた」と回答

「受けた」と回答した人は6割弱（55.9%）、「受けていない」と回答した人は4割強（41.3%）となっている。

図 44 歯科検診の受診状況

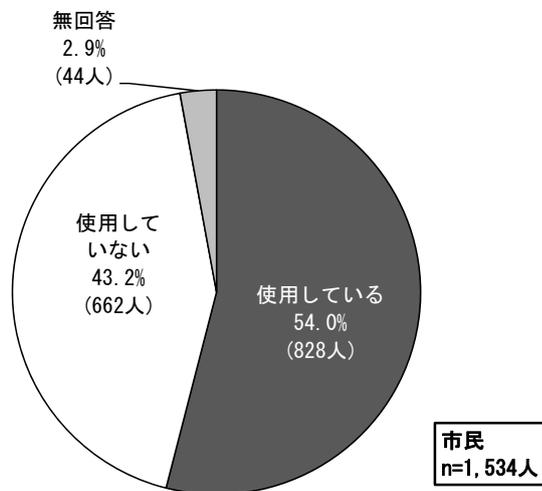


(12) 歯間部清掃用具の利用状況

5割強が「使用している」と回答

「使用している」と回答した人は5割強（54.0%）、「使用していない」と回答した人は4割強（43.2%）となっている。

図 45 歯間部清掃用具の利用状況



(13) 「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」という言葉や意味の認知度

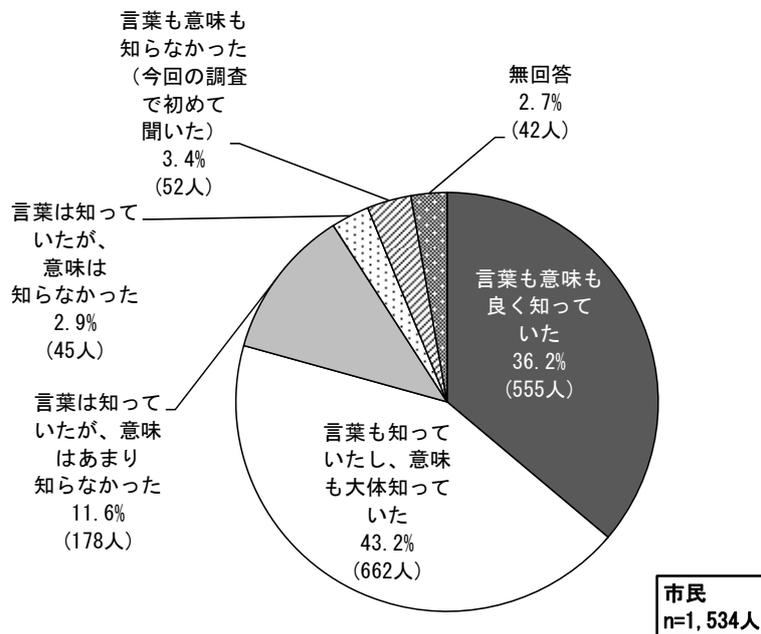
「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」とは

内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常をおこしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態のことです。

8割弱が言葉や意味を認知していると回答

「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」という言葉や意味の認知の程度については、「言葉も意味も良く知っていた」（36.2%）、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」（43.2%）と回答した人を合わせた割合は8割弱（79.4%）となっている。

図 46 「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」という言葉や意味の認知度



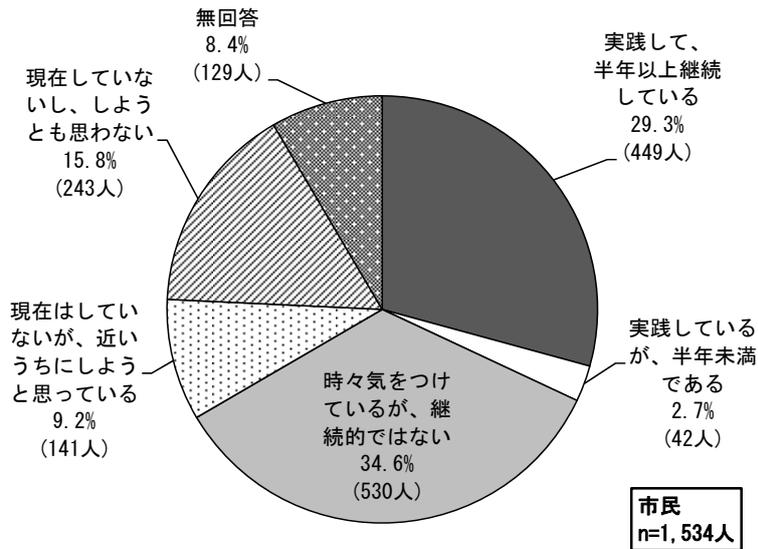
(14) メタボリックシンドロームの予防・改善の取組状況

3割強が予防・改善を実践していると回答

期間に程度の差はあるが、予防・改善を「実践して、半年以上継続している」(29.3%)、「実践しているが、半年未満である」(2.7%)と回答した人を合わせた割合は3割強(32.0%)となっている。

一方、「現在はしていないが、近いうちにしようと思っている」(9.2%)、「現在していないし、しようとも思わない」(15.8%)と回答した人を合わせた、現在予防・改善を実践していない人は3割弱(25.0%)となっている。

図 47 メタボリックシンドロームの予防・改善の取り組み状況

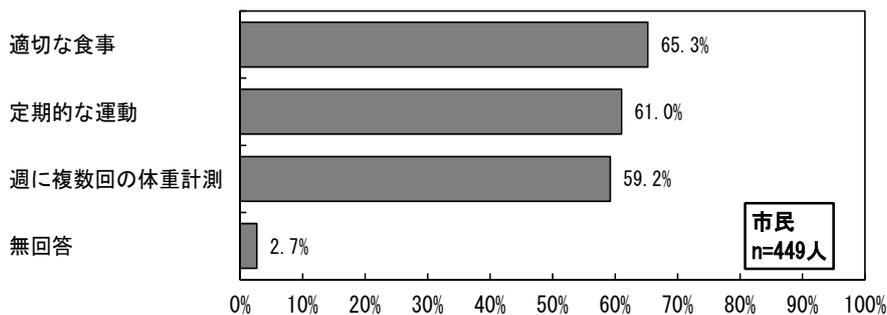


(15) メタボリックシンドロームの予防・改善のために実践していること

7割弱が「適切な食事」と回答

メタボリックシンドロームの予防・改善を半年以上実践している人に、具体的な実践内容を聞いたところ、「適切な食事」と回答した人が7割弱(65.3%)で最も高くなっている。「定期的な運動」(61.0%)は6割を、「週に複数回の体重計測」(59.2%)は5割を超えている。

図 48 メタボリックシンドロームの予防・改善のために実践していること



全体	適切な食事	定期的な運動	週に複数回の体重計測	無回答
449	293	274	266	12

(人)

(16) 「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」という言葉や意味の認知度

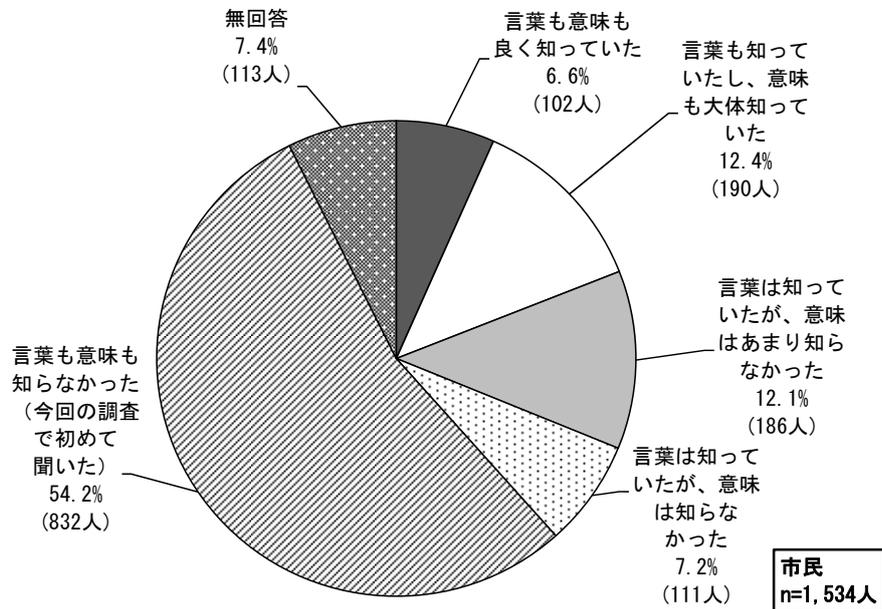
「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」とは

筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数に障がいが起こり、歩行や日常生活に何らかの機能低下をきたして、要介護になっていた、要介護になる危険の高い状態を「ロコモティブシンドローム（略称：ロコモ、和名：運動器症候群）」といいます。

2割弱が言葉や意味を認知していると回答

「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」という言葉や意味の認知の程度については、「言葉も意味も良く知っていた」（6.6%）、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」（12.4%）と回答した人を合わせた割合は2割弱（19.0%）となっている。

図 49 「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」という言葉や意味の認知度

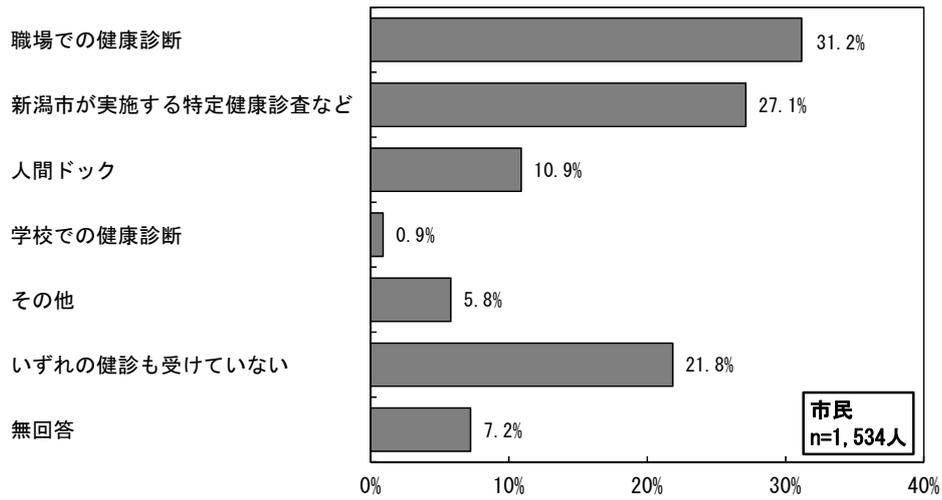


(17) 最近1年間の健診や人間ドックの受診状況

3割強が「職場での健康診断」と回答

「職場での健康診断」と回答した人が3割強（31.2%）となっている。以下「新潟市が実施する特定健康診断など」（27.1%）、「人間ドック」（10.9%）、「学校での健康診断」（0.9%）と続いている。一方、「いずれの健（検）診も受けていない」と回答した人は2割強（21.8%）となっている。

図50 最近1年間の健診や人間ドックの受診状況



全体	職場での健康診断	新潟市が実施する特定健康診断など	学校での健康診断	人間ドック	その他	いずれの健診も受けていない	無回答
1,534	478	416	167	14	89	335	111

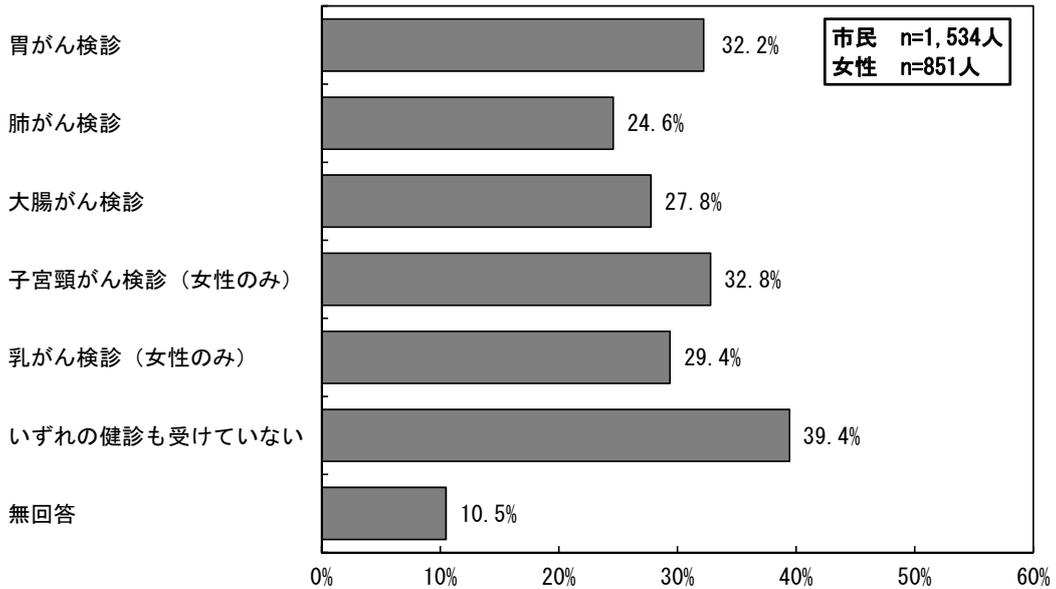
(人)

(18) 最近1年間のがん検診の受診状況

4割弱が「いずれのがん検診も受けていない」と回答

「いずれのがん検診も受けていない」と回答した人が4割弱 (39.4%) となっている。  
 一方、受診したがん検診については、「胃がん検診」の回答が最も多く、3割強 (32.2%) となっている。  
 また、女性のみが対象の「子宮頸がん検診」(32.8%) は3割強、「乳がん検診」(29.4%) は3割弱となっている。

図 51 最近1年間のがん検診の受診状況



※全体 (内は女性 の人数)	胃がん 検診	肺がん 検診	大腸がん 検診	子宮頸がん 検診 (女性のみ)	乳がん 検診 (女性のみ)	いずれの 健診も 受けて いない	無 回 答
1,534 (851)	494	377	426	279	250	605	161

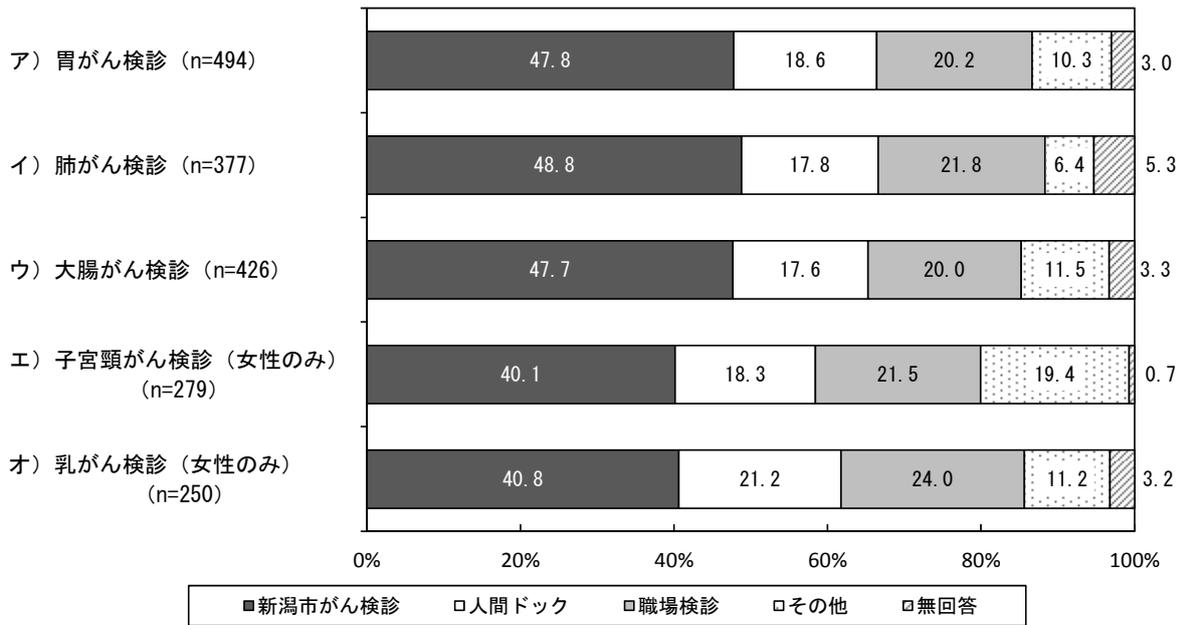
(人)

(19) がん検診の検診場所

検診場所は「新潟市がん検診」が最も多い

いずれのがん検診も「新潟市がん検診」と回答した人が最も多くなっており、「肺がん検診」(48.8%)が最も高く、以下「胃がん検診」(47.8%)、「大腸がん検診」(47.7%)と続き、いずれも5割弱となっている。

図 52 がん検診の検診場所



	全体	新潟市がん検診	人間ドック	職場検診	その他	無回答
ア) 胃がん検診	494	236	92	100	51	15
イ) 肺がん検診	377	184	67	82	24	20
ウ) 大腸がん検診	426	203	75	85	49	14
エ) 子宮頸がん検診(女性のみ)	279	112	51	60	54	2
オ) 乳がん検診(女性のみ)	250	102	53	60	28	8

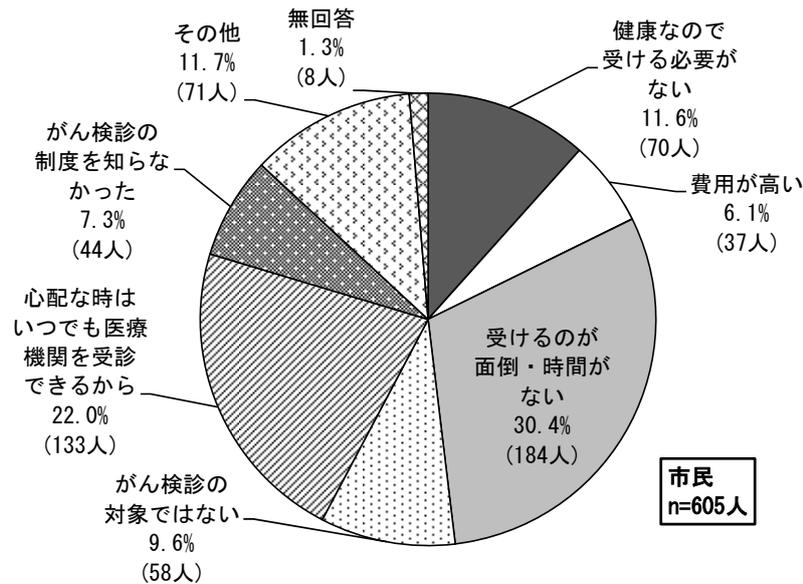
(人)

(20) がん検診を受けなかった主な理由

3割強が「受けるのが面倒・時間がない」と回答

がん検診を受けなかった主な理由は、「受けるのが面倒・時間がない」(30.4%)、「心配な時はいつでも医療機関を受診できるから」(22.0%)と回答した人の割合が高くなっている。以下「健康なので受ける必要がない」(11.6%)、「がん検診の対象ではない」(9.6%)と続いている。

図 53 がん検診を受けなかった主な理由



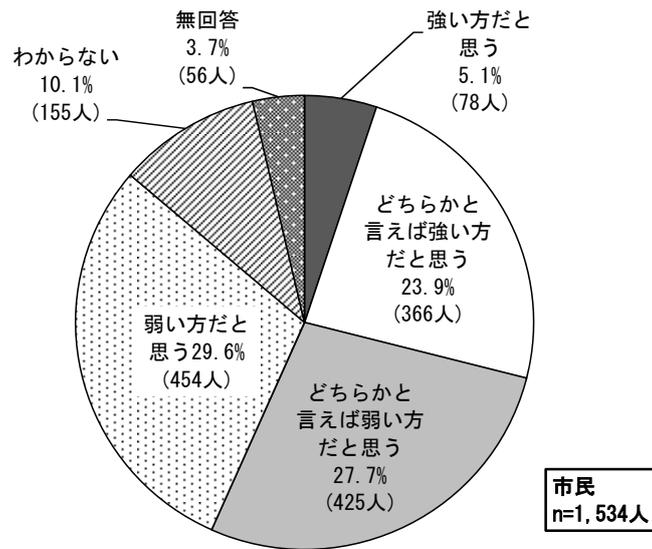
(21) 地域の人たちとのつながり

3割弱が地域の人たちとのつながりは強いと回答

「強い方だと思う」(5.1%)、「どちらかと言えば強い方だと思う」(23.9%) 回答した人を合わせた強いと思う割合は3割弱 (29.0%) となっている。

一方、「どちらかと言えば弱い方だと思う」(27.7%)、「弱い方だと思う」(29.6%) と回答した人を合わせた割合は6割弱 (57.3%) となっている。

図 54 地域の人たちとのつながり



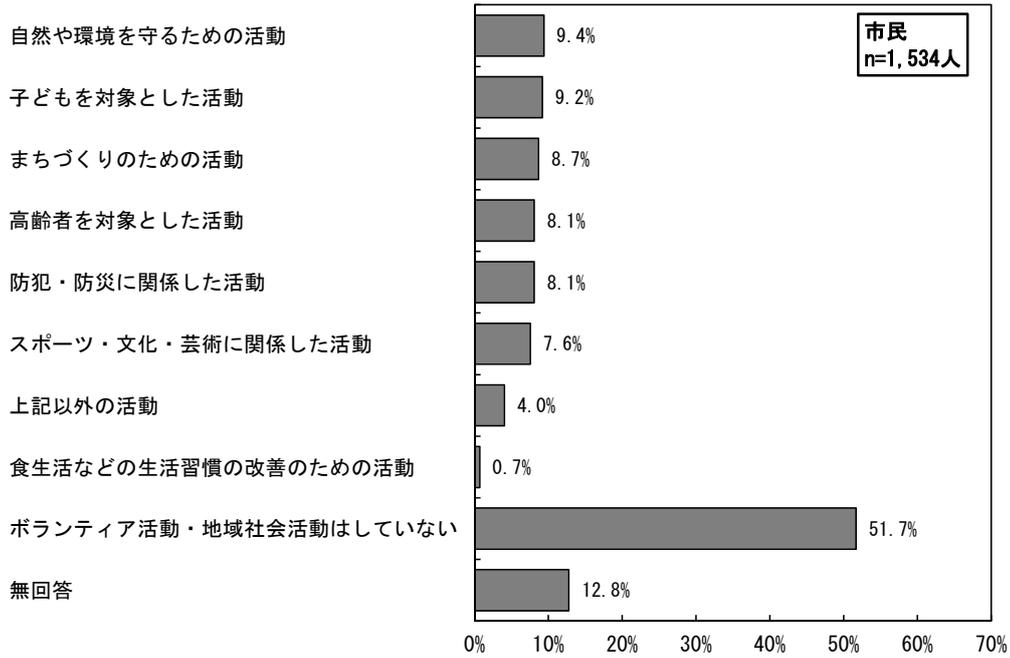
(22) 最近1年間のボランティア活動・地域活動の参加状況

4割弱が最近1年間に何らかのボランティア活動・地域社会活動に参加したと回答

「ボランティア活動・地域社会活動はしていない」(51.7%)、「無回答」(12.8%)を除いた、何らかのボランティア活動・地域活動に参加したと回答した人の割合は4割弱(35.5%)となっている。

その中で、「自然や環境を守るための活動」(9.4%)を回答した人が最も多く、以下「子どもを対象とした活動」(9.2%)「まちづくりのための活動」(8.7%)と続いている。

図55 最近1年間のボランティア活動・地域活動の参加状況



全体	自然や環境を守るための活動	子どもを対象とした活動	まちづくりのための活動	高齢者を対象とした活動	防犯・防災に関係した活動	スポーツ・文化・芸術に関係した活動	上記以外の活動	食生活などの生活習慣の改善のための活動	ボランティア活動はしていない	無回答
1,534	144	141	133	124	124	116	62	11	793	196

(人)

## 6 農林漁業体験について

### (1) 農林漁業体験の参加経験の有無

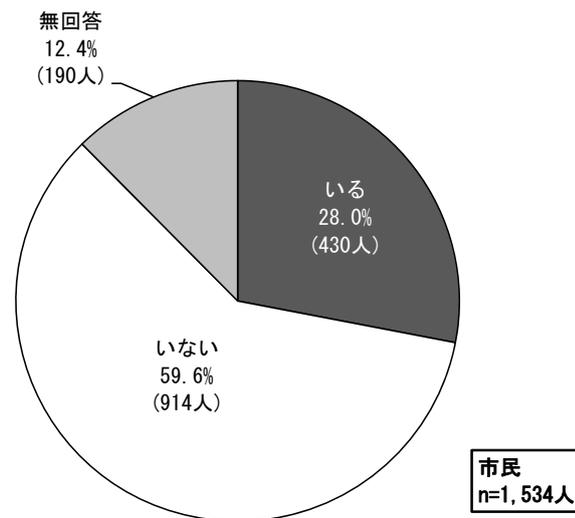
#### 「農林漁業体験」の例

- ◆ 水田での田植え、栽培管理、稲刈り、はさがけなどの米に関する体験
- ◆ 畑での種まき・苗植え、栽培管理、収穫などの野菜に関する体験
- ◆ 樹園地での花粉付け、袋がけ、収穫などの果樹に関する体験
- ◆ 花の栽培・育種などの花に関する体験
- ◆ 乳しぼり、エサやり・ミルクやり、畜舎の管理などの酪農体験、その他の畜産体験
- ◆ 植林、下草刈り、枝打ち、除伐・間伐などの林業体験
- ◆ 釣り、底引き網などの漁業体験

#### 3割弱が参加経験者は「いる」と回答

自身や家族の中に農林漁業体験に参加したことがある人が「いる」と回答した人は3割弱（28.0%）、「いない」と回答した人は約6割（59.6%）となっている。

図 56 農林漁業体験の参加経験の有無

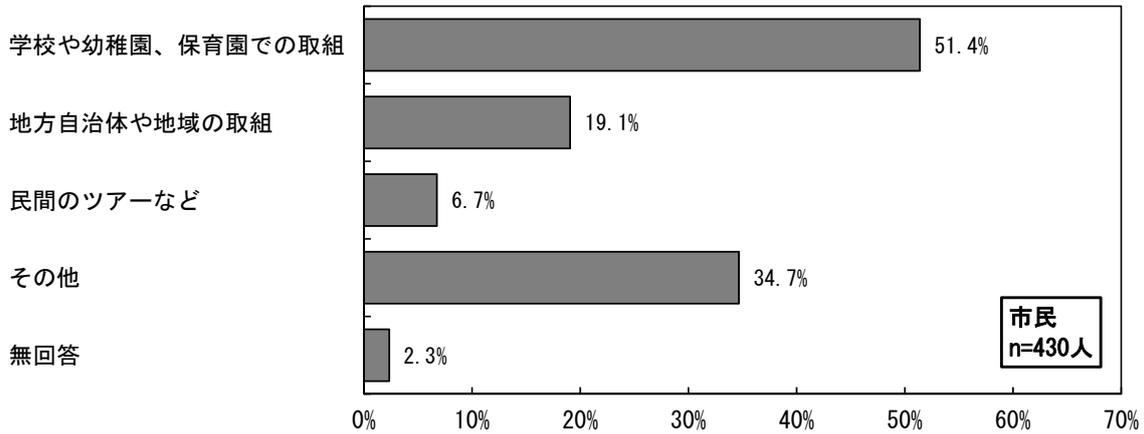


(2) 参加した農林漁業体験の内容

5割強が「学校や幼稚園、保育園での取組」と回答

「学校や幼稚園、保育園での取組」(51.4%)と回答した人が最も多くなっている。「その他」を除き、以下「地方自治体や地域の取組」(19.1%)、「民間のツアーなど」(6.7%)と続いている。

図 57 参加した農林漁業体験の内容



全体	学校や幼稚園、保育園での取組	地方自治体や地域の取組	民間のツアーなど	その他	無回答
430	221	82	29	149	10

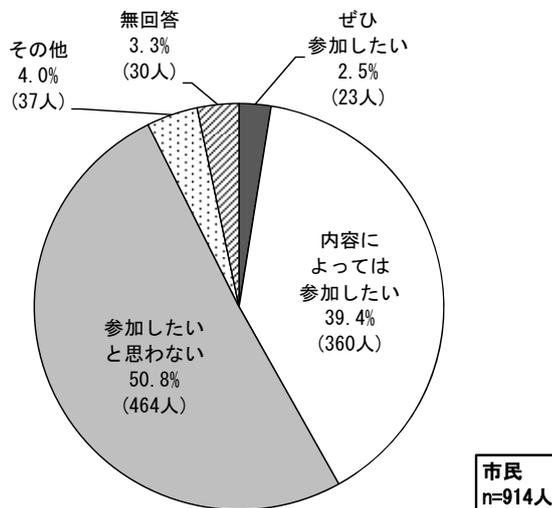
(人)

(3) 今後の農林漁業体験への参加意向

4割強が「ぜひ参加したい」「内容によっては参加したい」と回答

「ぜひ参加したい」(2.5%)、「内容によっては参加したい」(39.4%)と回答した人を合わせた割合は4割強(41.9%)となっている。

図 58 今後の農林漁業体験への参加意向



## 7 食育や健康づくりに関する情報やサービスの利用状況等

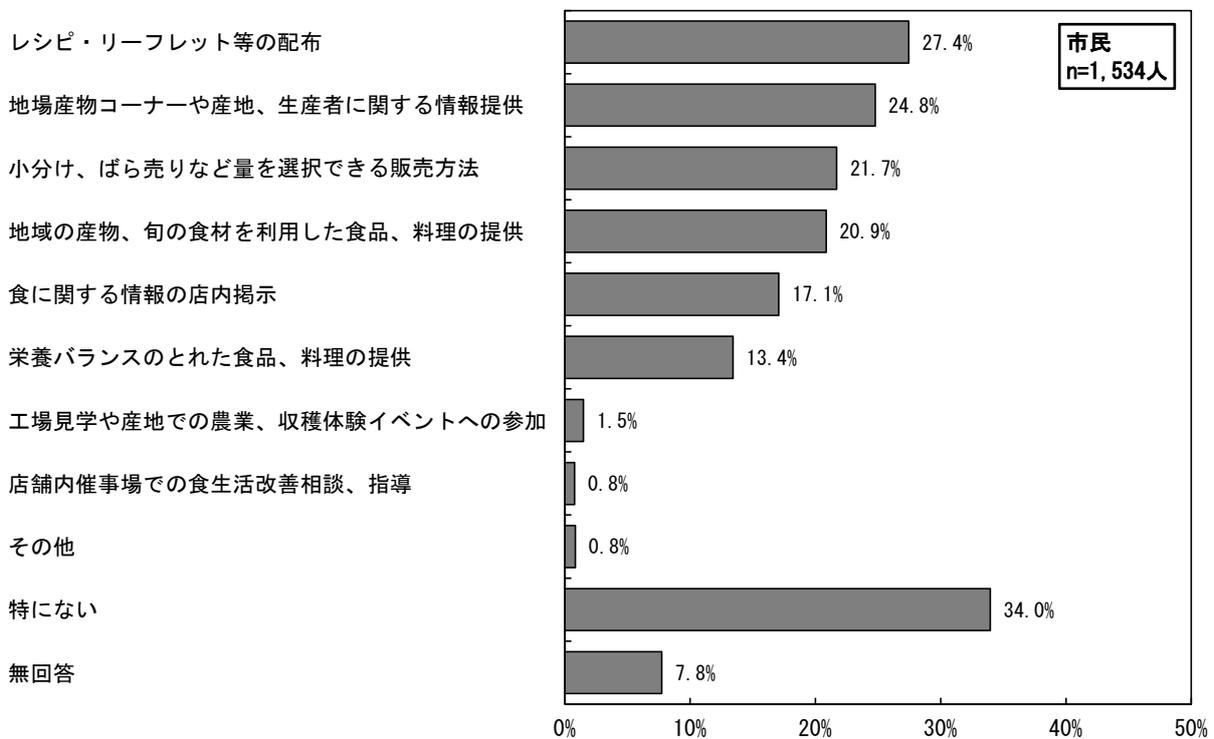
### (1) スーパーマーケット等の取組や情報で利用しているもの

#### 3割強が「レシピ・リーフレット等の配布」と回答

スーパーマーケット等の取組や情報で利用しているものについては、「レシピ・リーフレット等の配布」(27.4%)と回答した人が最も多く、以下「地場産物コーナーや産地、生産者に関する情報提供」(24.8%)、「小分け、ばら売りなど量を選択できる販売方法」(21.7%)、「地域の産物、旬の食材を利用した食品、料理の提供」(20.9%)、「食に関する情報の店内掲示」(17.1%)、と続いている。

一方、利用しているものは「特にない」(34.0%)が3割強となっている。

図59 スーパーマーケット等の取組や情報で利用しているもの



全体	レシピ・リーフレット等の配布	地場産物コーナーや産地、生産者に関する情報提供	小分け、ばら売りなど量を選択できる販売方法	地域の産物、旬の食材を利用した食品、料理の提供	食に関する情報の店内掲示	栄養バランスのとれた食品、料理の提供	工場見学や産地での農業、収穫体験イベントへの参加	店舗内催事場での食生活改善相談、指導	その他	特にない	無回答
1,534	421	380	333	320	262	206	23	12	13	521	119

(人)

(2) 食育に取り組むスーパーマーケット等に対する印象

7割強が好感がもてると回答

「好感がもてるし、店舗を選ぶ要素の1つと考えている」(27.5%)、「好感がもてる」(44.9%)と回答した人を合わせた、好感がもてると感じている人の割合は7割強(72.4%)となっている。

図 60 食育に取り組むスーパーマーケット等に対する印象

