

令和元年 食事に関するアンケート集計結果

【調査期間】 令和元年5月～令和元年8月

【調査項目】 朝食の摂取頻度、主食・主菜・副菜のそろった食事の頻度、共食の頻度、
1日当たりの野菜の摂取量、府中産農産物の摂取状況の5項目

【調査対象及び方法】

食生活応援講座・食育講演会受講者及び元気いっぱいサポーターを対象とした。

食生活応援講座・食育講演会受講者は受講時に回答・回収、

元気いっぱいサポーターは郵送による調査票の配布・回収とした。

食生活応援講座・食育講演会受講者及び元気いっぱいサポーター 1,507人

《内訳》

- ①5/22 食生活応援講座「プロが教える！ひと振り酒で手軽に減塩」 22人
- ②6/19 食育講演会「お酒との上手な付き合い方」 41人
- ③8/3 食生活応援講座「LET's TRY 朝ごはん♪」 14人
- ④6/5～6/17元気いっぱいサポーターアンケート 1,430人

【有効回答数】 479人

【回収率】 31.9%

【性別と年齢】						
性別	合計	年齢				回答なし
		19歳以下	20～39歳	40～64歳	65歳以上	
男	107	0 0.0%	2 1.9%	18 16.8%	87 81.3%	0 0.0%
女	372	0 0.0%	17 4.6%	119 32.0%	236 63.4%	0 0.0%
合計	479	0 0.0%	19 4.0%	137 28.6%	323 67.4%	0 0.0%

《結果》

1【あなたは、朝食を食べる日が週に何日ありますか】

図1-1

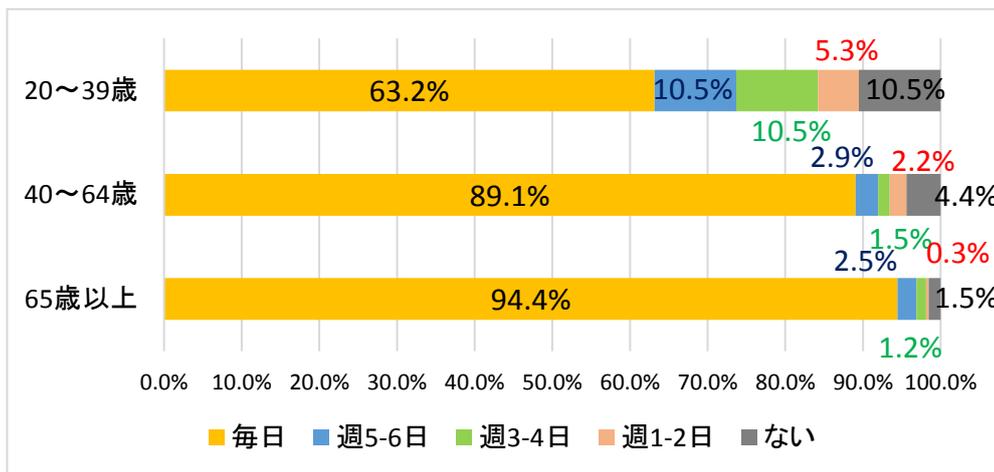


図1-2

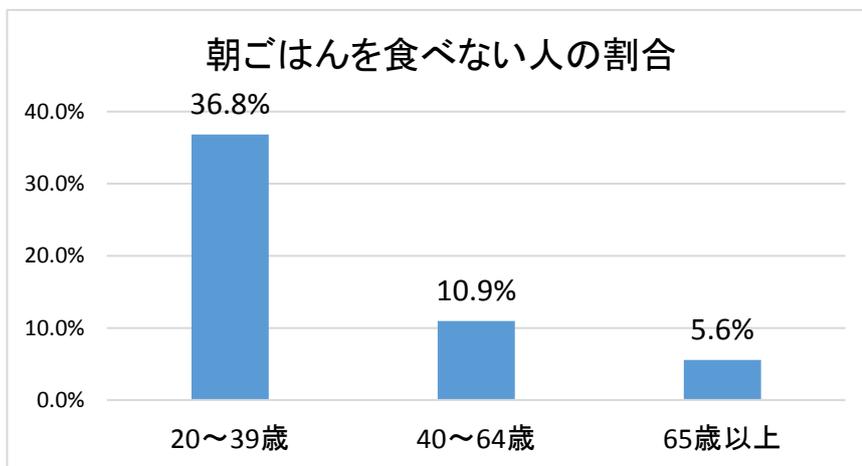
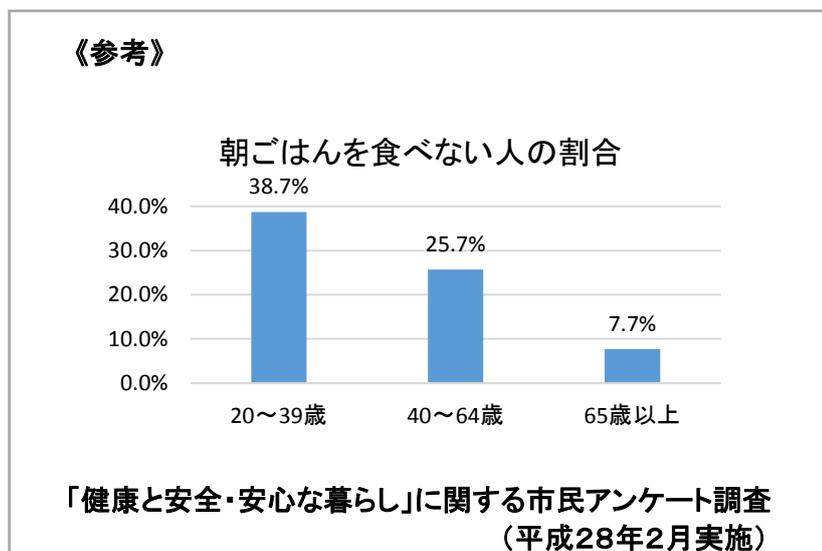


図1-3



- ・20~39歳が36.8%と朝食の欠食が最も多い。
前回調査と比較すると、40~64歳で改善がみられた。

2【主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とる日は週にどのくらいありますか】

図2-1

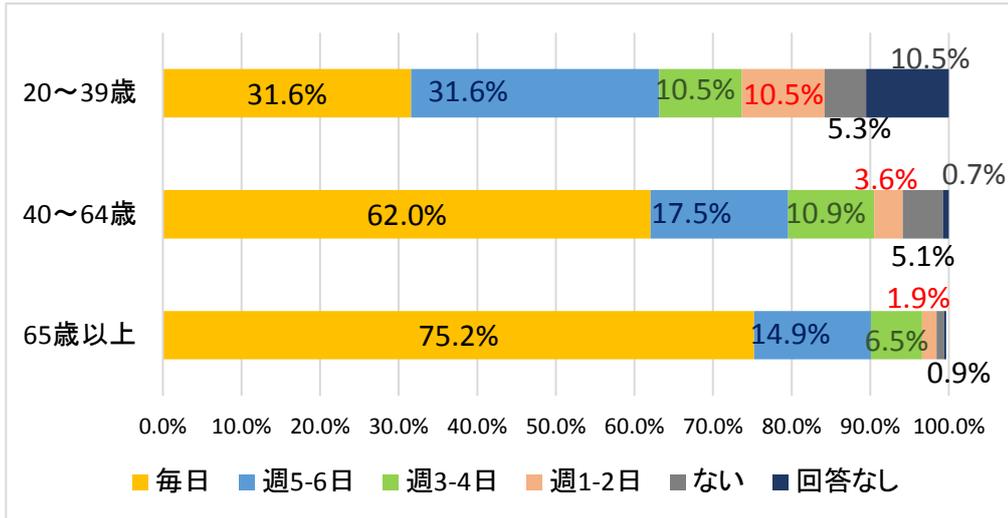
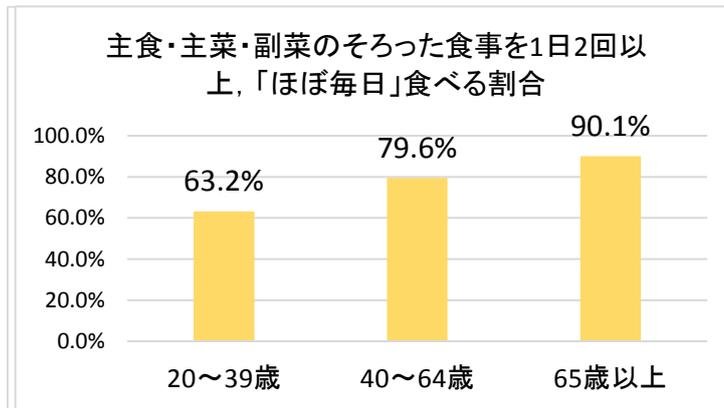


図2-2



《参考》

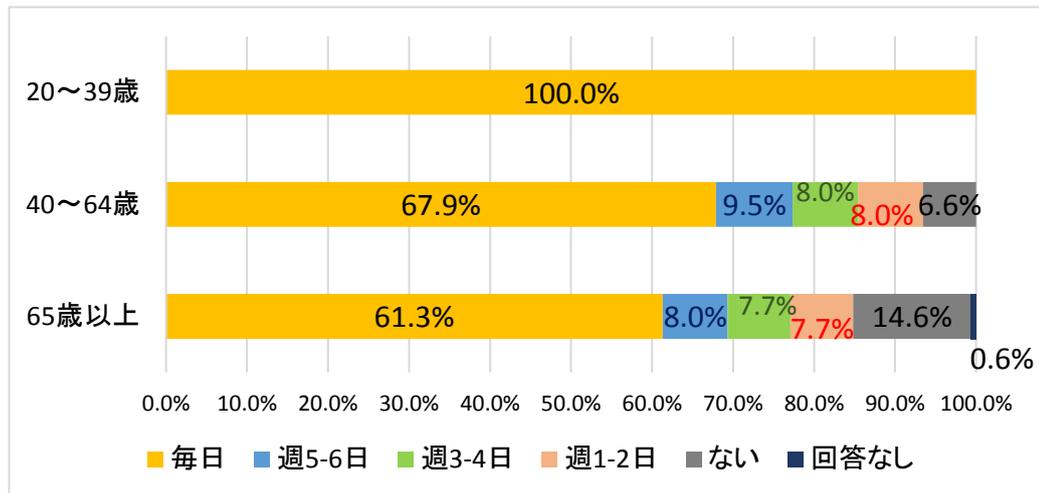
国の第3次食育推進計画目標値

主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とる国民の割合
57.7%→70%以上

・65歳以上が90.1%と最も多く、年齢が上がるにつれて、主食・主菜・副菜が揃ったバランスの良い食事をしている。

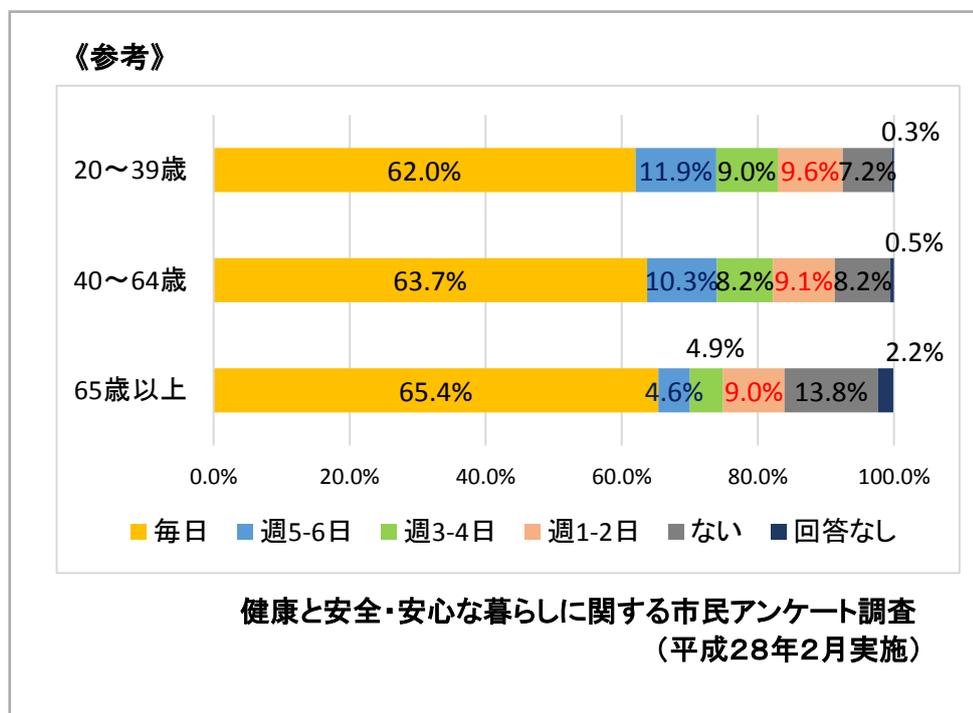
3【1日に1度はどなたかと一緒に食事をする日が、週に何日ありますか】

図3-1



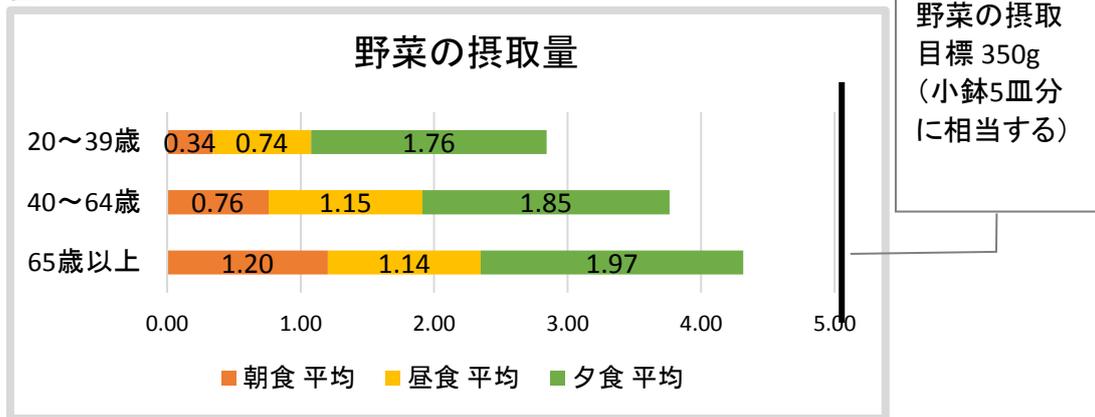
・全体の6割以上が毎回と回答している一方、65歳以上の方で共食する機会がない人が14.6%いる。

図3-2



4【あなたは、ふだんの食事で野菜をどのくらい食べますか】

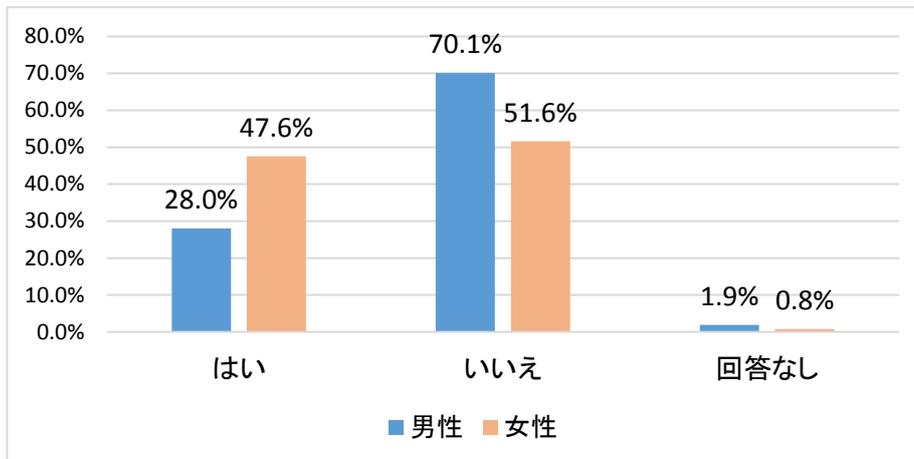
図4-1



- ・20～39歳で野菜摂取量が最も少なく、65歳以上で野菜の摂取量が最も多いが、どの年代も目標量に達していない。

5【あなたは、府中産の農産物を意識的に食べていますか】

図5-1



- ・府中産の農産物を意識的に食べている人は半数以下であった。
- ・男女で比較すると女性の方が意識的に食べている。

図5-2

《参考》

