

## 令和3年度「食育に関する市民アンケート」調査結果

■調査目的 市民の食育に対する関心や知識、食育を実践している割合などの現状を把握し、今後も全市民的運動として食育を推進していく上で、施策の参考とするため、市民に対してアンケート調査を行う。  
(第3次計画の指標項目の検証データ及び第4次計画の市民の現状値の把握)

■調査期間 令和3年9月10日(金)～令和3年9月30日(木) 21日間

■調査対象者 上越市の住民基本台帳に登録されている満18歳以上の市民3,000人を無作為抽出

■調査方法 郵送によるアンケートの配布ならびに回収

■回収数・回収率 □回収数 1,280 (令和元年度1,192人 88人増)

□回収率 42.7% (令和元年度39.7% 3.0ポイント増)

### ■回答者の構成

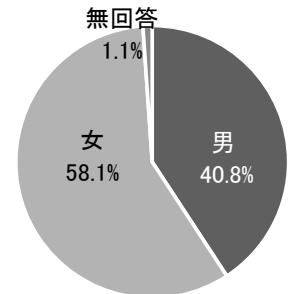
#### 年齢

年齢層	人数	%	R1割合 (%)
18～19歳	26	2.0%	0.8%
20～29歳	136	10.6%	8.7%
30～39歳	178	13.9%	14.2%
40～49歳	202	15.8%	14.8%
50～59歳	240	18.8%	18.5%
60～69歳	272	21.3%	24.2%
70歳以上	216	16.9%	18.1%
無回答	10	0.8%	0.7%

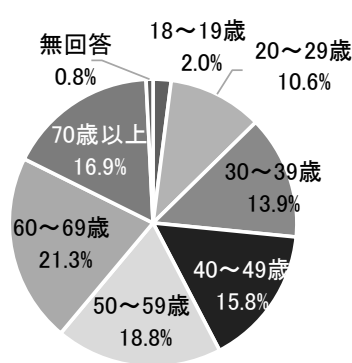
#### 性別

性	人数	%	R1割合 (%)
男	522	40.8%	39.6%
女	744	58.1%	48.4%
無回答	14	1.1%	12.0%

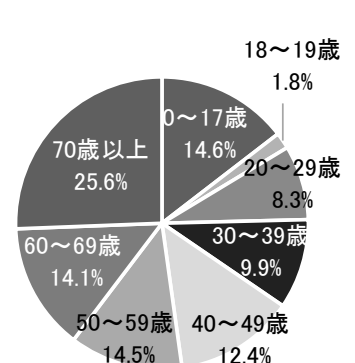
#### <回答者の性別>



#### <回答者の年齢>



#### <参考:上越市の年齢構成比>



#### 【アンケート調査結果の記載方法について】

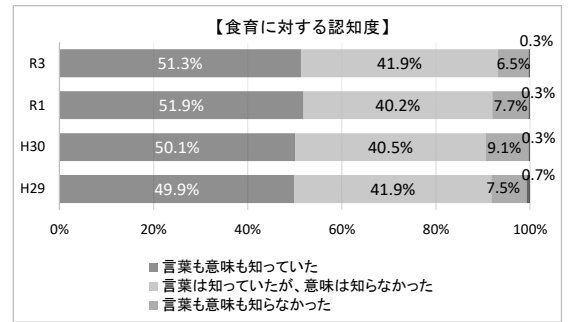
1. 表中の「n」は有効回答者総数を示し、各選択肢の比率算出の基礎となっている。
2. 表中の比率(%)は小数点第2位を四捨五入しているため、個々の選択肢の比率の合計が100%にならない場合がある。

問1:あなたは「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
				人数	割合
ア 言葉も意味も知っていた	49.9%	50.1%	51.9%	657	51.3%
イ 言葉は知っていたが、意味は知らなかった	41.9%	40.5%	40.2%	536	41.9%
ウ 言葉も意味も知らなかった	7.5%	9.1%	7.7%	83	6.5%
無回答	0.7%	0.3%	0.3%	4	0.3%

「言葉も意味も知っていた」、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」人の割合:93.2%



問2:あなたは「食育」に関心がありますか。(1つだけ○)

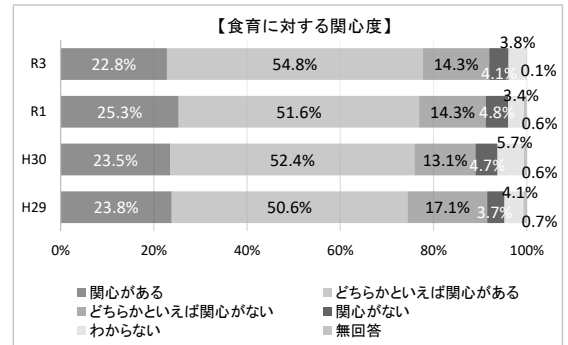
n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
				人数	割合
ア 関心がある	23.8%	23.5%	25.3%	292	22.8%
イ どちらかといえば関心がある	50.6%	52.4%	51.6%	702	54.8%
ウ どちらかといえば関心がない	17.1%	13.1%	14.3%	183	14.3%
エ 関心がない	3.7%	4.7%	4.8%	53	4.1%
オ わからない	4.1%	5.7%	3.4%	49	3.8%
無回答	0.7%	0.6%	0.6%	1	0.1%

「関心がある」、「どちらかといえば関心がある」人の割合:77.7%  
※参考:R1食育市民アンケート結果:76.9%(0.8ポイント増)

【傾向】  
「関心がある」、「どちらかといえば関心がある」人の割合で、60代が一番数値が高く81.7%であった。  
10代は65.4%で、次に低い20代は73.5%で8.1ポイントの差がある。

【参考】高校2年生対象アンケート結果:77.7%  
高校生までは「食育」への関心が高いが、高校卒業後、関心が低下し、また20代で数値が上昇する結果となった。

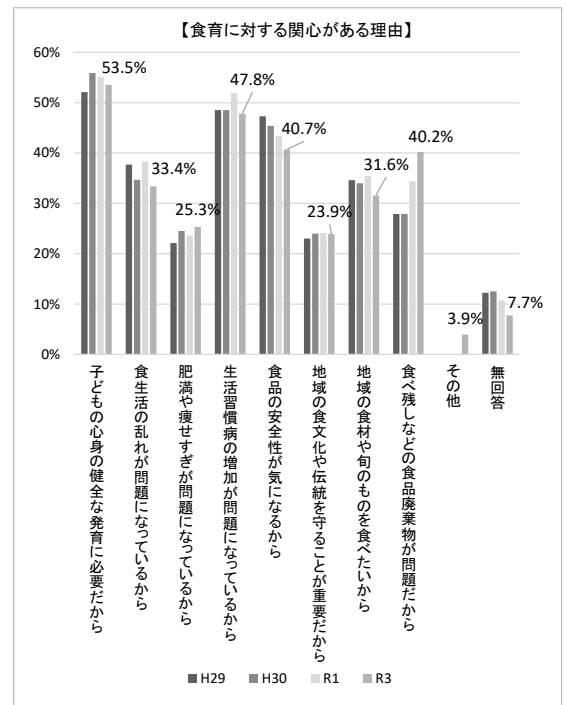


問3:あなたが「食育」に関心がある理由は何ですか。(あてはまるもの全てに○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
				人数	割合
ア 子どもの心身の健全な発育に必要だから	52.1%	55.9%	55.1%	685	53.5%
イ 食生活の乱れが問題になっているから	37.7%	34.7%	38.3%	427	33.4%
ウ 肥満や痩せすぎが問題になっているから	22.1%	24.5%	23.6%	324	25.3%
エ 生活習慣病の増加が問題になっているから	48.5%	48.5%	51.9%	612	47.8%
オ 食品の安全性が気になるから	47.3%	45.4%	43.4%	521	40.7%
カ 地域の食文化や伝統を守ることが重要だから	23.0%	24.0%	24.1%	306	23.9%
キ 地域の食材や旬のものを食べたいから	34.6%	34.0%	35.4%	404	31.6%
ク 食べ残しなどの食品廃棄物が問題だから	27.9%	27.9%	34.4%	515	40.2%
ケ その他	-	-	-	50	3.9%
無回答	12.2%	12.5%	10.7%	99	7.7%

【傾向】  
10代は「食生活の乱れ」や「生活習慣病」、20代から50代は「子どもの心身の健全な発育」に多くの回答があった。また、60歳以上では「生活習慣病」、「食品の安全」について多くの回答があった。



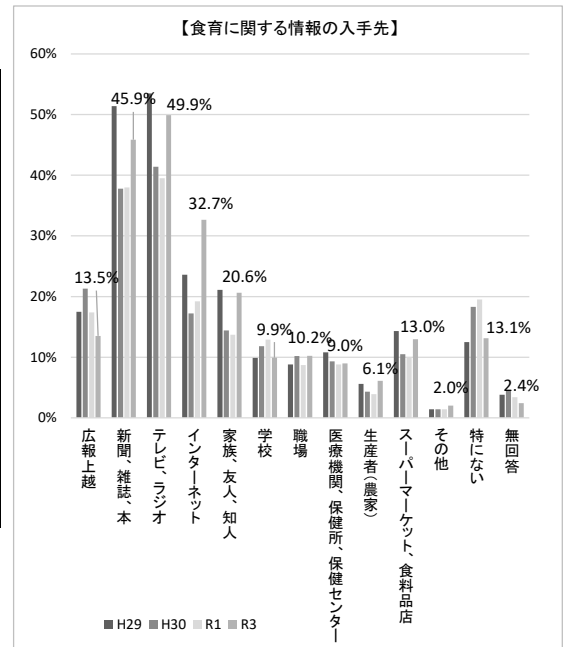
問4:あなたは、食育に関する情報をどこから入手していますか。(あてはまるもの全てに○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
				人数	割合
ア 広報上越	17.5%	21.3%	17.4%	173	13.5%
イ 新聞、雑誌、本	51.4%	37.8%	38.0%	587	45.9%
ウ テレビ、ラジオ	53.5%	41.4%	39.5%	639	49.9%
エ インターネット	23.6%	17.2%	19.2%	418	32.7%
オ 家族、友人、知人	21.1%	14.4%	13.7%	264	20.6%
カ 学校	9.9%	11.8%	12.9%	127	9.9%
キ 職場	8.8%	10.2%	8.7%	131	10.2%
ク 医療機関、保健所、保健センター	10.8%	9.3%	8.8%	115	9.0%
ケ 生産者(農家)	5.6%	4.3%	3.9%	78	6.1%
コ スーパーマーケット、食料品店	14.3%	10.5%	10.0%	166	13.0%
サ その他	1.4%	1.4%	1.4%	26	2.0%
シ 特にない	12.5%	18.3%	19.5%	168	13.1%
無回答	3.8%	4.6%	3.4%	31	2.4%

【傾向】

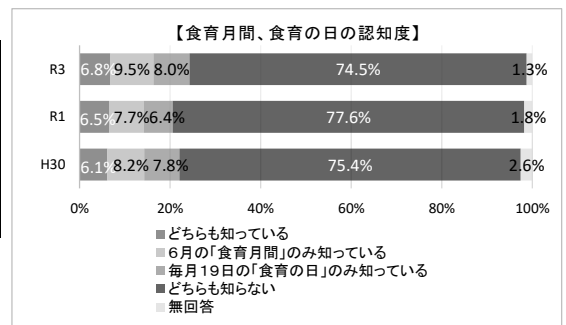
10代では、テレビ・ラジオ、インターネット、学校から情報を入手することが多く、20～40代ではインターネットから情報を入手することが多い傾向にある。50代以上では、新聞・雑誌・本、広報上越から情報を多く入手している傾向にある。



問5:あなたは6月の「食育月間」、毎月19日の「食育の日」を知っていますか。

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
				人数	割合
ア どちらも知っている	—	6.1%	6.5%	87	6.8%
イ 6月の「食育月間」のみ知っている	—	8.2%	7.7%	122	9.5%
ウ 毎月19日の「食育の日」のみ知っている	—	7.8%	6.4%	102	8.0%
エ どちらも知らない	—	75.4%	77.6%	953	74.5%
無回答	—	2.6%	1.8%	16	1.3%

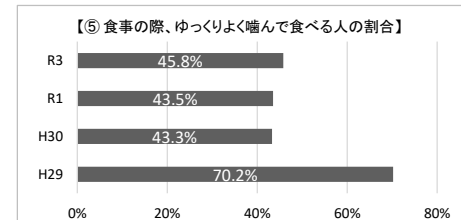
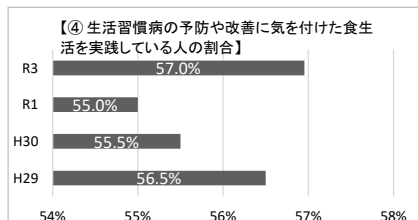
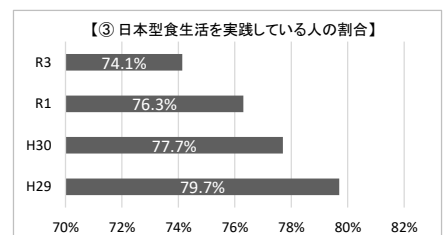
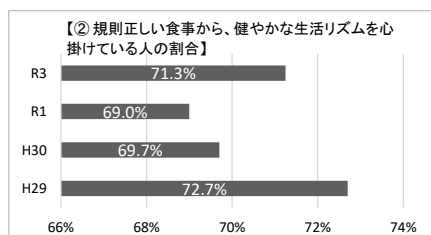
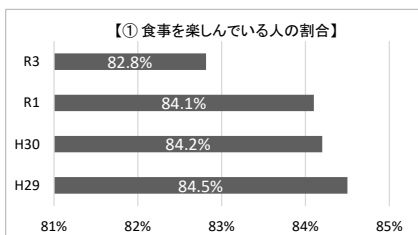


問6:あなたは、普段の食生活で、下記の内容をどの程度実践していますか。(それぞれ1つだけ○)

n = 1,280

項目	ほとんどできている	おおむねできている	あまりできていない	まったくできていない	無回答
① 食事を楽しんでいる	400	660	155	13	52
② 規則正しい食事から、健やかな生活リズムを心掛けている	251	661	274	46	48
③ ごはんを中心とした和食(日本型食生活)を実践している	294	655	262	29	40
④ 生活習慣病の予防や改善のため、適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践している	142	587	448	63	40
⑤ 食事の際に、ゆっくりよく噛んで食べている	142	444	572	71	51

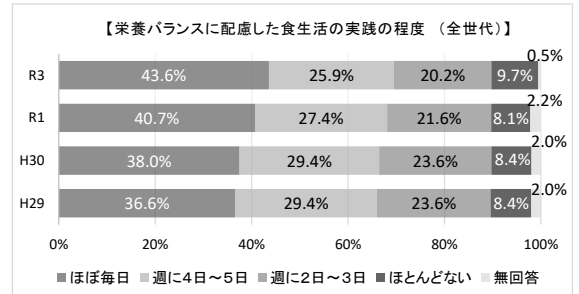
項目	H29	H30	R1	R3
				割合
① 食事を楽しんでいる	84.5%	84.2%	84.1%	82.8%
② 規則正しい食事から、健やかな生活リズムを心掛けている	72.7%	69.7%	69.0%	71.3%
③ 日本型食生活を実践している	79.7%	77.7%	76.3%	74.1%
④ 生活習慣病の予防や改善のため、適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践している	56.5%	55.5%	55.0%	57.0%
⑤ 食事の際に、ゆっくりよく噛んで食べている	70.2%	43.3%	43.5%	45.8%



問7:あなたは、主食(ごはん・パン・麺など)・主菜(肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理)・副菜(野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理)を3つ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。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア ほぼ毎日	36.6%	38.0%	40.7%	558	43.6%
イ 週に4日～5日	29.4%	29.4%	27.4%	332	25.9%
ウ 週に2日～3日	23.6%	23.6%	21.6%	259	20.2%
エ ほとんどない	8.4%	8.4%	8.1%	124	9.7%
無回答	2.0%	2.0%	2.2%	7	0.5%



【若い世代(20歳～39歳)のみ】

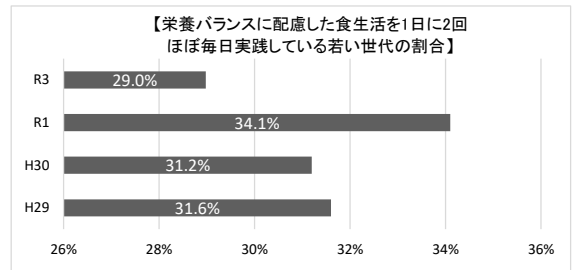
n = 314

項目	H29	H30	R1	R3	
ア ほぼ毎日	31.6%	31.2%	34.1%	91	29.0%

【傾向】

主食・主菜・副菜を揃えた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べる割合では、20代が最も少なく26.5%で、年齢が上がるにつれて割合が高くなる。もっとも高いのは、70歳以上で、54.5%。男女別では、20歳代、30歳代の男性がもっとも割合が低く、60歳代女性が最も割合が高い。

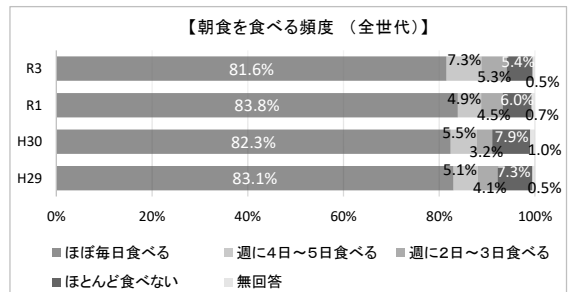
【参考】 主食・主菜・副菜を揃えた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べる割合 (高校2年生): 64.0%



問8:あなたは普段朝食を食べますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア ほぼ毎日食べる	83.1%	82.3%	83.8%	1,044	81.6%
イ 週に4日～5日食べる	5.1%	5.5%	4.9%	93	7.3%
ウ 週に2日～3日食べる	4.1%	3.2%	4.5%	68	5.3%
エ ほとんど食べない	7.3%	7.9%	6.0%	69	5.4%
無回答	0.5%	1.0%	0.7%	6	0.5%



【若い世代(20歳～39歳)のみ】

n = 314

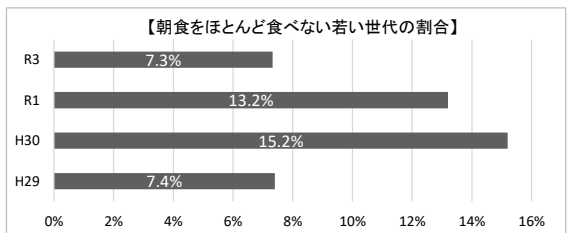
項目	H29	H30	R1	R3	
エ ほとんど食べない	7.4%	15.2%	13.2%	23	7.3%

【傾向】

朝食を食べない最も多い年代は、18・19歳の18.5%で次に20代の8.1%と40代の8.5%となる。20代になると数値が減少するが、理由としては、親となり家族と朝食を食べる機会が増えることが考えられる。男女別では、18・19歳男性が22.2%と最も多く、次いで40代男性が11.7%となっている。

【参考】

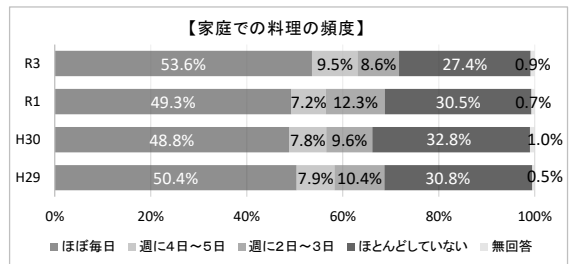
主食・主菜・副菜を揃えた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べる割合 (高校2年生): 5.2%  
小学生・中学生・高校生、若い世代に年代が上がるにつれ、朝食の欠食率は上がっていくが、50代以降は朝食の欠食率は減少していく傾向にある。



問9:あなたは、家庭で料理を週に何日程度していますか。(1つだけ○)

n = 1,280

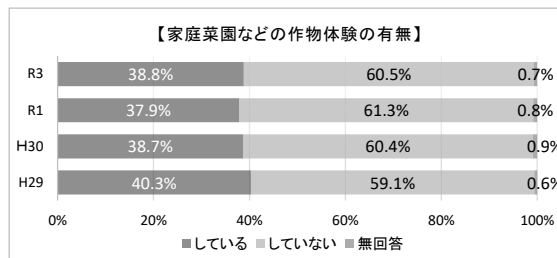
項目	H29	H30	R1	R3	
ア ほぼ毎日	50.4%	48.8%	49.3%	686	53.6%
イ 週に4日～5日	7.9%	7.8%	7.2%	122	9.5%
ウ 週に2日～3日	10.4%	9.6%	12.3%	110	8.6%
エ ほとんどしていない	30.8%	32.8%	30.5%	351	27.4%
無回答	0.5%	1.0%	0.7%	11	0.9%



問10:あなたは、家庭菜園(畑やプランター)などの作物栽培等をしていますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア している	40.3%	38.7%	37.9%	497	38.8%
イ していない	59.1%	60.4%	61.3%	774	60.5%
無回答	0.6%	0.9%	0.8%	9	0.7%

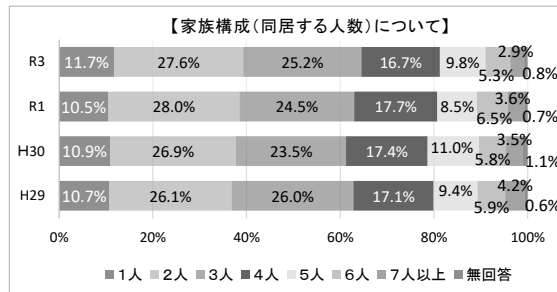


問11:家族との食事についておたずねします。

①あなたの家族構成について、あなたが同居している方はあなたを含めて何人ですか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア 1人	10.7%	10.9%	10.5%	150	11.7%
イ 2人	26.1%	26.9%	28.0%	353	27.6%
ウ 3人	26.0%	23.5%	24.5%	323	25.2%
エ 4人	17.1%	17.4%	17.7%	214	16.7%
オ 5人	9.4%	11.0%	8.5%	125	9.8%
カ 6人	5.9%	5.8%	6.5%	68	5.3%
キ 7人以上	4.2%	3.5%	3.6%	37	2.9%
無回答	0.6%	1.1%	0.7%	10	0.8%



家族と同居している方だけに①で「イ」から「キ」と回答した方おたずねします。

②あなたが朝食または夕食を家族と一緒に食べる回数は1週間にどのくらいありますか。(1週間7日で朝食・夕食2回、14回を最大とする。)

n = 1,120

項目	H29	H30	R1	R3	
1週間のうち朝食または夕食を家族と一緒に食べる回数(平均)	10回	9回	9回	9回	

【参考】 高校2年生対象アンケート結果

- ・1週間で朝食を家族と一緒に食べる回数: 平均6.2日
- ・1週間で夕食を家族と一緒に食べる回数: 平均3.4日

問12:地域等での共食についておたずねします。

①地域や所属コミュニティ(職場等を含む)での食事会等の機会があれば、あなたは参加したいと思いますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア とても思う	6.3%	6.5%	5.4%	101	7.9%
イ そう思う	28.5%	27.9%	30.2%	323	25.2%
ウ どちらともいえない	31.5%	30.5%	29.4%	359	28.0%
エ あまりそう思わない	22.3%	23.0%	21.5%	310	24.2%
オ 全くそう思わない	9.3%	8.9%	10.8%	173	13.5%
無回答	2.2%	3.1%	2.7%	14	1.1%

地域で共食したいと思う人の割合(「とても思う」、「そう思う」の合計): 33.1%  
※参考: R1 食育市民アンケート結果35.6%(2.5ポイント減)

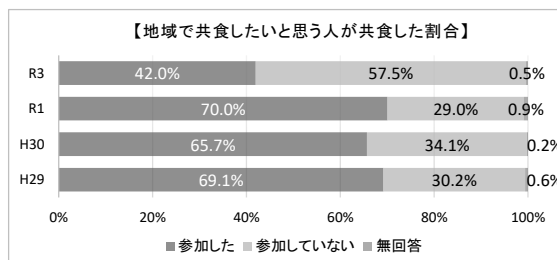
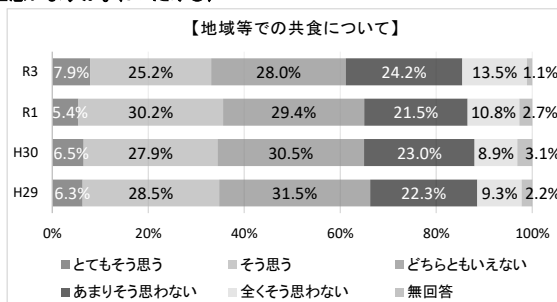
①でア(とても思う)またはイ(そう思う)を選択した方にお聞きします。

②あなたは過去1年間に、地域や所属コミュニティでの食事会等に参加しましたか。

n = 424

項目	H29	H30	R1	R3	
ア 参加した	69.1%	65.7%	70.0%	178	42.0%
イ 参加していない	30.2%	34.1%	29.0%	244	57.5%
無回答	0.6%	0.2%	0.9%	2	0.5%

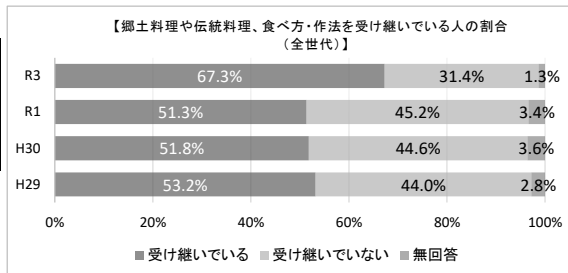
※コロナ禍において、地域や職場における共食の機会がなかったことが数値に影響している。



問13: あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継がれてきた料理や味、着づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。(1つだけ○)

n = 1,280

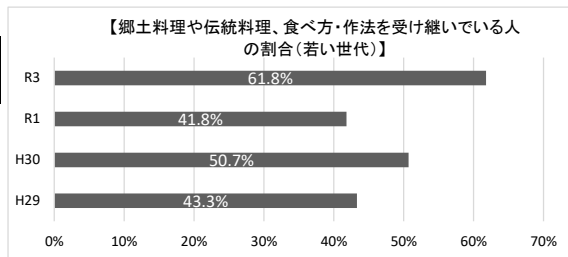
項目	H29	H30	R1	R3	
ア 受け継いでいる	53.2%	51.8%	51.3%	861	67.3%
イ 受け継いでいない	44.0%	44.6%	45.2%	402	31.4%
ウ 無回答	2.8%	3.6%	3.4%	17	1.3%



【若い世代(20歳~39歳)のみ】

n = 314

項目	H29	H30	R1	R3	
ア 受け継いでいる	43.3%	50.7%	41.8%	194	61.8%

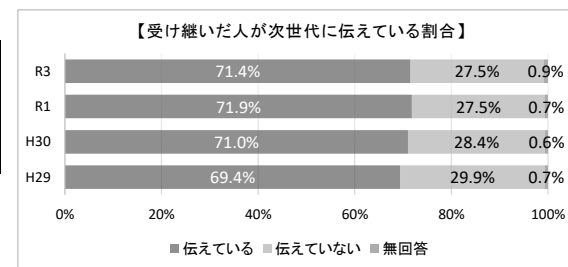


①でア(受け継いでいる)と回答した方におたずねします。

②あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継がれてきた料理や味、着づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代(子やお孫さんを含む)に対し伝えていますか。(1つだけ○)

n = 861

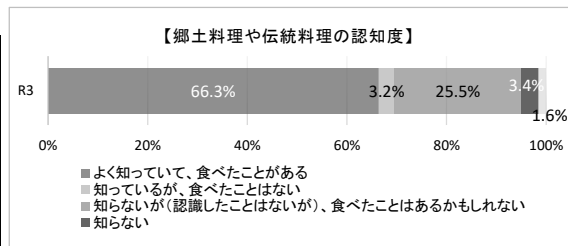
項目	H29	H30	R1	R3	
ア 伝えている	69.4%	71.0%	71.9%	615	71.4%
イ 伝えていない	29.9%	28.4%	27.5%	237	27.5%
ウ 無回答	0.7%	0.6%	0.7%	8	0.9%



問14: あなたは、ご自身が生まれ育った地域の郷土料理や伝統料理について知っていますか。(1つだけ○)

n = 1,280

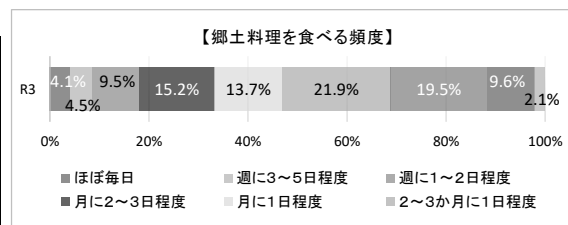
項目	H29	H30	R1	R3	
ア よく知っていて、食べたことがある	—	—	—	849	66.3%
イ 知っているが、食べたことはない	—	—	—	41	3.2%
ウ 知らないが(認識したことはないが)、食べたことはあるかもしれない	—	—	—	326	25.5%
エ 知らない	—	—	—	44	3.4%
無回答	—	—	—	20	1.6%



問15: あなたは、いわゆる郷土料理や伝統料理をどのくらいの頻度で食べていますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア ほぼ毎日	—	—	—	52	4.1%
イ 週に3~5日程度	—	—	—	57	4.5%
ウ 週に1~2日程度	—	—	—	121	9.5%
エ 月に2~3日程度	—	—	—	195	15.2%
オ 月に1日程度	—	—	—	175	13.7%
カ 2~3か月に1日程度	—	—	—	280	21.9%
キ それ以下	—	—	—	250	19.5%
ク 全く食べない	—	—	—	123	9.6%
無回答	—	—	—	27	2.1%



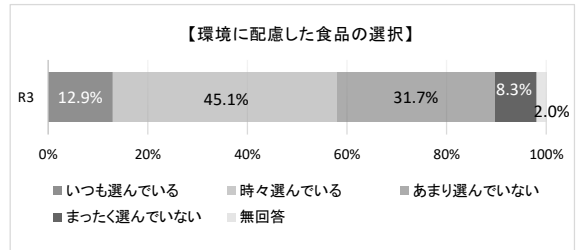
※月に1回以上、いわゆる郷土料理や伝統料理を食べる割合: 47.0%

問16:あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア いつも選んでいる	—	—	—	165	12.9%
イ 時々選んでいる	—	—	—	577	45.1%
ウ あまり選んでいない	—	—	—	406	31.7%
エ まったく選んでいない	—	—	—	106	8.3%
無回答	—	—	—	26	2.0%

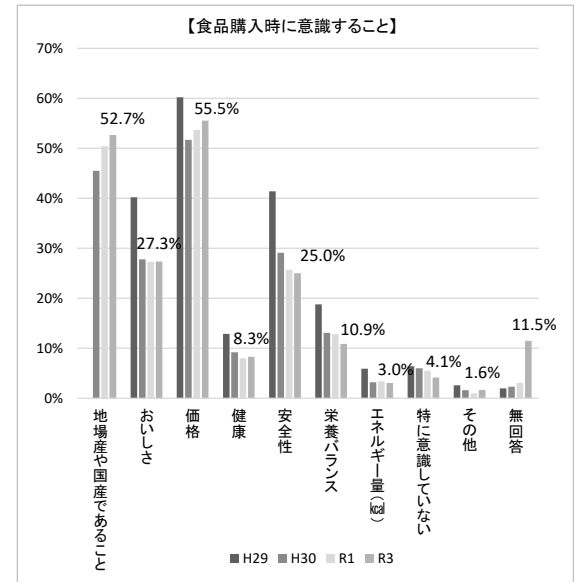
※「いつも選んでいる」、「時々選んでいる」人の割合:58.0%



問17:あなたは、食品を購入する際に特に意識していることを選んでください。(2つまで○)

n = 1,280

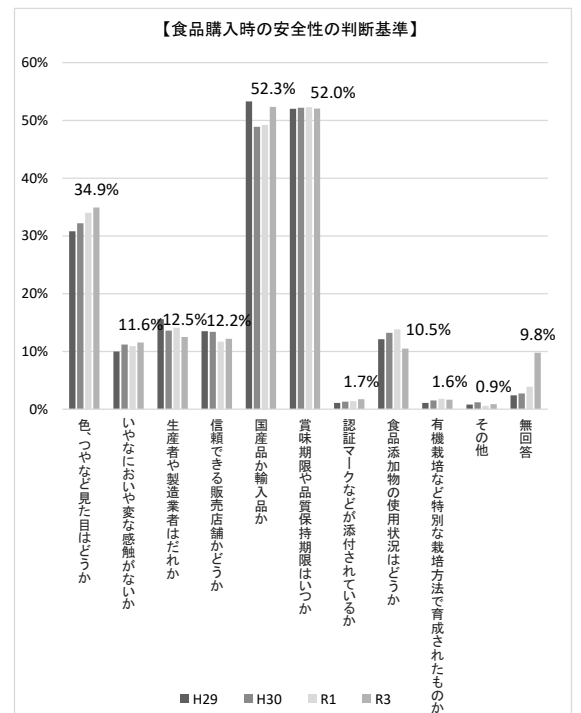
項目	H29	H30	R1	R3	
ア 地場産や国産であること	—	45.5%	50.4%	674	52.7%
イ おいしさ	40.2%	27.8%	27.3%	350	27.3%
ウ 価格	60.2%	51.7%	53.7%	711	55.5%
エ 健康	12.9%	9.2%	8.0%	106	8.3%
オ 安全性	41.4%	29.1%	25.7%	320	25.0%
カ 栄養バランス	18.8%	13.1%	12.8%	139	10.9%
キ エネルギー量(kcal)	5.9%	3.2%	3.4%	39	3.0%
ク 特に意識していない	6.4%	6.0%	5.5%	53	4.1%
ケ その他	2.6%	1.6%	1.0%	21	1.6%
無回答	2.0%	2.3%	3.1%	147	11.5%



問18:あなたが、食品を購入する際に安全性をどのように判断しますか。(2つまで○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア 色、つやなど見た目はどうか	30.8%	32.2%	34.0%	447	34.9%
イ いやなおいや変な感触がないか	10.0%	11.2%	10.9%	148	11.6%
ウ 生産者や製造業者はだれか	15.6%	13.6%	14.1%	160	12.5%
エ 信頼できる販売店舗かどうか	13.5%	13.4%	11.7%	156	12.2%
オ 国産品か輸入品か	53.3%	48.9%	49.2%	670	52.3%
カ 賞味期限や品質保持期限はいつか	52.0%	52.2%	52.3%	666	52.0%
キ 認証マークなどが添付されているか	1.1%	1.3%	1.4%	22	1.7%
ク 食品添加物の使用状況はどうか	12.1%	13.2%	13.8%	134	10.5%
ケ 有機栽培など特別な栽培方法で育成されたものか	1.1%	1.5%	1.8%	21	1.6%
コ その他	0.8%	1.2%	0.6%	11	0.9%
無回答	2.4%	2.7%	3.9%	125	9.8%

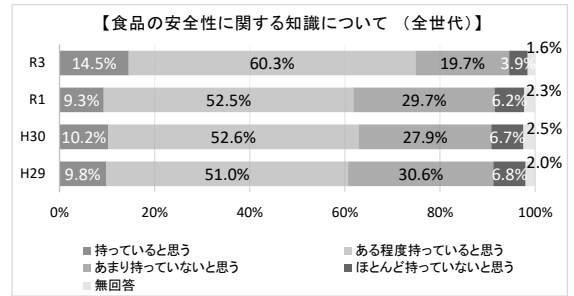


問19:あなたは、安全な食生活を送るための、食品の安全性に関する基礎的な知識を持っていますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア 持っていると思う	9.8%	10.2%	9.3%	186	14.5%
イ ある程度持っていると思う	51.0%	52.6%	52.5%	772	60.3%
ウ あまり持っていないと思う	30.6%	27.9%	29.7%	252	19.7%
エ ほとんど持っていないと思う	6.8%	6.7%	6.2%	50	3.9%
無回答	2.0%	2.5%	2.3%	20	1.6%

「持っていると思う」、「ある程度持っていると思う」人の割合:74.8%

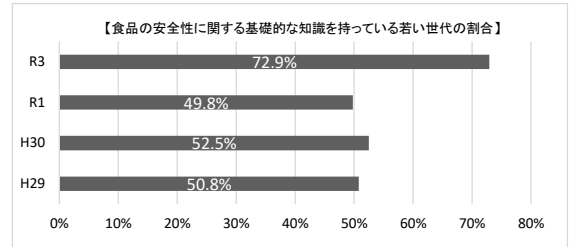


【若い世代(20歳~39歳)のみ】

n = 314

項目	H29	H30	R1	R3	
食品の安全性に関する基礎的な知識を持っている市民の割合	50.8%	52.5%	49.8%	229	72.9%

※食品の安全性について基本的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合:69.0%  
食品の安全性について基本的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合(若い世代):63.7%

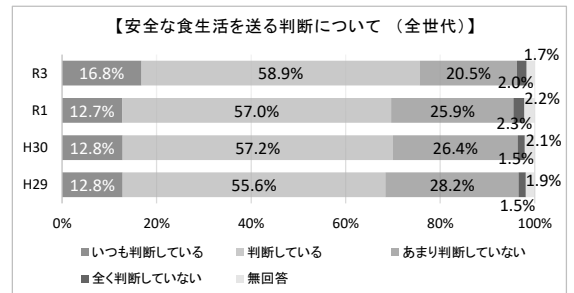


問20:あなたは、日頃から安全な食生活を送る判断をどの程度していますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア いつも判断している	12.8%	12.8%	12.7%	215	16.8%
イ 判断している	55.6%	57.2%	57.0%	754	58.9%
ウ あまり判断していない	28.2%	26.4%	25.9%	263	20.5%
エ 全く判断していない	1.5%	1.5%	2.3%	26	2.0%
無回答	1.9%	2.1%	2.2%	22	1.7%

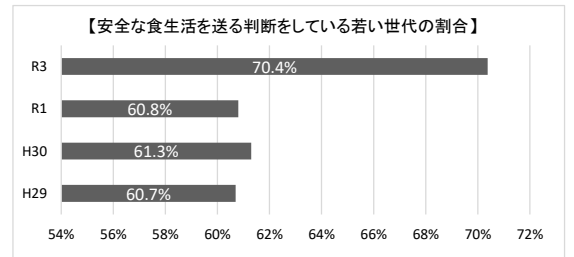
「いつも判断している」、「判断している」人の割合:75.7%



【若い世代(20歳~39歳)のみ】

n = 314

項目	H29	H30	R1	R3	
安全な食生活を送ることについて判断している市民の割合	60.7%	61.3%	60.8%	221	70.4%

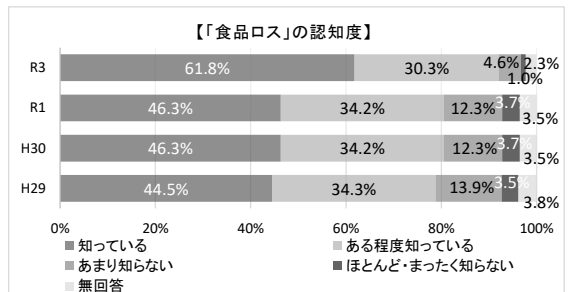


問21:あなたは、「食品ロス」の問題を知っていますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア 知っている	44.5%	46.3%	46.3%	791	61.8%
イ ある程度知っている	34.3%	34.2%	34.2%	388	30.3%
ウ あまり知らない	13.9%	12.3%	12.3%	59	4.6%
エ ほとんど・まったく知らない	3.5%	3.7%	3.7%	13	1.0%
無回答	3.8%	3.5%	3.5%	29	2.3%

「知っている」、「ある程度知っている」人の割合:92.1%

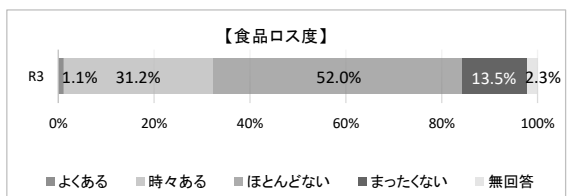


問22:あなたは、購入した食品を食べないまま、捨ててしまうことがありますか。(1つだけ○)

n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
ア よくある	—	—	—	14	1.1%
イ 時々ある	—	—	—	399	31.2%
ウ ほとんどない	—	—	—	665	52.0%
エ まったくない	—	—	—	173	13.5%
無回答	—	—	—	29	2.3%

※「よくある」、「時々ある」人の割合:32.3%





問23:あなたは、「食品ロス」を軽減するために取り組んでいることはありますか。(すべてに○)

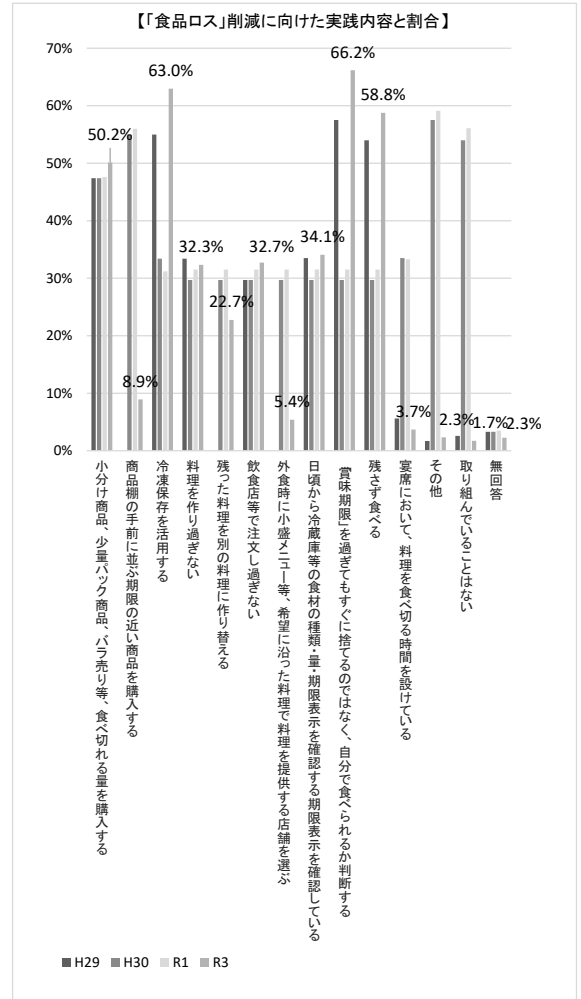
n = 1,280

項目	H29	H30	R1	R3	
				件数	割合
ア 小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べ切れる量を購入する	47.4%	47.4%	47.6%	642	50.2%
イ 商品棚の手前に並ぶ期限の近い商品を購入する	-	55.0%	56.0%	114	8.9%
ウ 冷凍保存を活用する	55.0%	33.4%	31.2%	806	63.0%
エ 料理を作り過ぎない	33.4%	29.7%	31.5%	414	32.3%
オ 残った料理を別の料理に作り替える	-	29.7%	31.5%	291	22.7%
カ 飲食店等で注文し過ぎない	29.7%	29.7%	31.5%	419	32.7%
キ 外食時に小盛メニュー等、希望に沿った料理で料理を提供する店舗を選ぶ	-	29.7%	31.5%	69	5.4%
ク 日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する期限表示を確認している	33.5%	29.7%	31.5%	436	34.1%
ケ 「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する	57.5%	29.7%	31.5%	847	66.2%
コ 残さず食べる	54.0%	29.7%	31.5%	752	58.8%
サ 宴席において、料理を食べ切る時間を設けている	5.6%	33.5%	33.3%	47	3.7%
シ その他	1.7%	57.5%	59.1%	30	2.3%
ス 取り組んでいることはない	2.6%	54.0%	56.1%	22	1.7%
無回答	3.3%	3.3%	3.5%	29	2.3%

食品ロスをよく知っている(ある程度知っている)人が、軽減のために取り組んでいる割合:91.1%

<食品ロス削減のために取り組んでいる其他意見>

- ・保存期間の長いものを購入
- ・料理の持ち帰り
- ・フードロス通販サイトの利用
- ・多く収穫した野菜のお裾分け
- ・買い物に行かない日を決めて使い切る
- ・賞味期限の近く、安くなっているものを購入



新型コロナウイルス感染症と食生活についておたずねします。

Q24:あなたご自身の現在の食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べて変わりましたか。(それぞれ1つだけ○)

n = 1,280

項目	増えた・広がった		変わらない		減った・狭まった		もともとない		無回答	
	件数	割合	件数	割合	件数	割合	件数	割合	件数	割合
① 栄養バランスのとれた食事	112	8.8%	1,070	83.6%	30	2.3%	16	1.3%	52	4.1%
② 自宅で料理を作る回数	341	26.6%	794	62.0%	17	1.3%	82	6.4%	46	3.6%
③ 自宅で食事を食べる回数	494	38.6%	734	57.3%	4	0.3%	4	0.3%	44	3.4%
④ 家族と食事を食べる回数	213	16.6%	939	73.4%	28	2.2%	49	3.8%	51	4.0%
⑤ オンラインを利用して家族や友人と食事を共にすること	45	3.5%	107	8.4%	39	3.0%	1,037	81.0%	52	4.1%
⑥ おいしさや楽しさなど食を通じた精神的な豊かさ	77	6.0%	976	76.3%	106	8.3%	68	5.3%	53	4.1%
⑦ 地場産物の購入	134	10.5%	989	77.3%	23	1.8%	83	6.5%	51	4.0%
⑧ 通販(オンライン)を利用した食品購入	119	9.3%	356	27.8%	18	1.4%	738	57.7%	49	3.8%
⑨ 食事作りに要する時間や労力	191	14.9%	888	69.4%	19	1.5%	129	10.1%	52	4.1%
⑩ 食品の安全性への不安	109	8.5%	1,045	81.6%	7	0.5%	69	5.4%	49	3.8%
⑪ 安定的な食料供給への不安	176	13.8%	957	74.8%	13	1.0%	81	6.3%	53	4.1%
⑫ 食に関する情報の入手	126	9.8%	1,004	78.4%	12	0.9%	85	6.6%	53	4.1%
⑬ 規則正しい食生活リズム	120	9.4%	1,070	83.6%	23	1.8%	24	1.9%	43	3.4%

## 令和3年度「食育に関するアンケート(高校生対象)」調査結果

■調査目的 高校生の食育や食への関心、食生活の現状を把握し、全市民的運動として食育を推進する施策及び第4次上越市食育推進計画の基礎資料とするため実施するもの。

■調査期間 令和3年10月25日(月)～11月5日(金) 9日間(土日・祝日を除く)

■調査対象者 市内高等学校の2年生

- ・学校法人古川学園 上越高等学校
- ・県立直江津中等教育学校
- ・学校法人関根学園 関根学園高等学校
- ・県立久比岐高等学校
- ・県立上越総合技術高等学校
- ・県立南城高等学校
- ・県立高田北城高等学校
- ・県立高田高等学校安塚分校
- ・県立高田高等学校
- ・県立吉川高等特別支援学校
- ・県立高田商業高等学校
- ・県立高田特別支援学校 高等部
- ・県立高田農業高等学校
- ・県立上越特別支援学校
- ・県立有恒高等学校

■調査方法 各校へアンケートを持参し、ホームルーム時に生徒が回答したものを回収。

■回収数 1,527

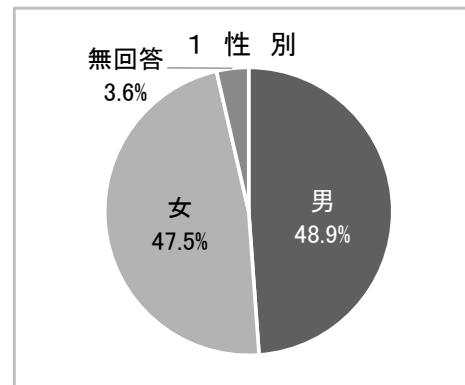
### ■回答者の構成

#### 1 性別

	人数	%
男	746	48.9%
女	726	47.5%
無回答	55	3.6%

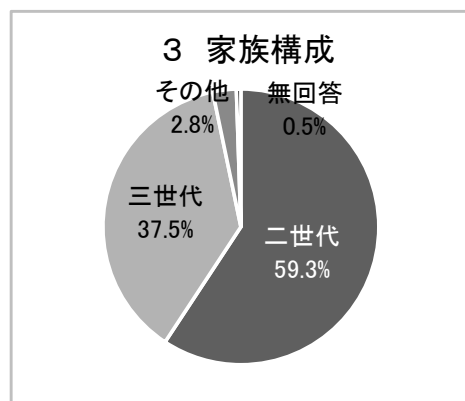
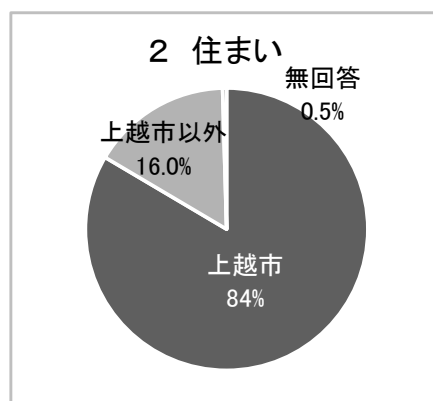
#### 2 住まい

	人数	%
上越市	1,275	83.5%
上越市以外	245	16.0%
無回答	7	0.5%



#### 3 家族構成

	人数	%
二世代	905	59.3%
三世代	572	37.5%
その他	42	2.8%
無回答	8	0.5%



#### 【アンケート調査結果の記載方法について】

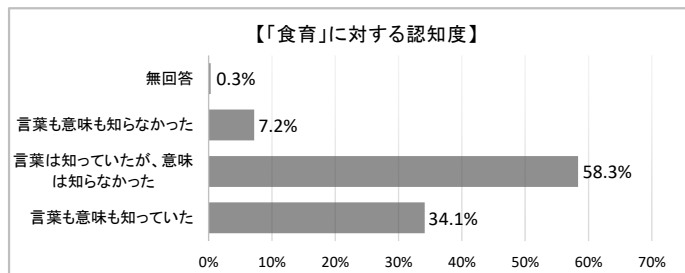
1. 表中の「n」は有効回答者総数を示し、各選択肢の比率算出の基礎となっている。
2. 表中の比率(%)は小数点第2位を四捨五入しているため、個々の選択肢の比率の合計が100%にならない場合がある。

## ■高校生食育アンケート結果(全体)

n = 1,527

	R3	
ア 言葉も意味も知っていた	521	34.1%
イ 言葉は知っていたが、意味は知らなかった	891	58.3%
ウ 言葉も意味も知らなかった	110	7.2%
無回答	5	0.3%

「言葉も意味も知っていた」、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」人の割合:92.4%  
18歳以上対象のアンケートでは93.2%であったことから、高校生においても認知度は高い。

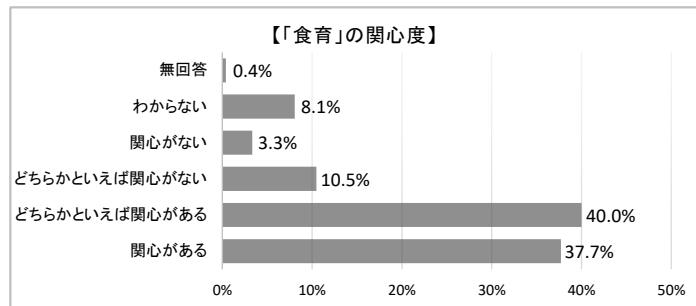


### 問2:あなたは「食育」に関心がありますか。

n = 1,527

	R3	
ア 関心がある	576	37.7%
イ どちらかといえば関心がある	611	40.0%
ウ どちらかといえば関心がない	160	10.5%
エ 関心がない	51	3.3%
オ わからない	123	8.1%
無回答	6	0.4%

「関心がある」、「どちらかといえば関心がある」人の割合:77.7%  
18歳以上対象のアンケートと同数値であった。また、若い世代(20~39歳)の数値より、若干高い数値となった。(20~29歳:73.5%、30~39歳:75.3%)

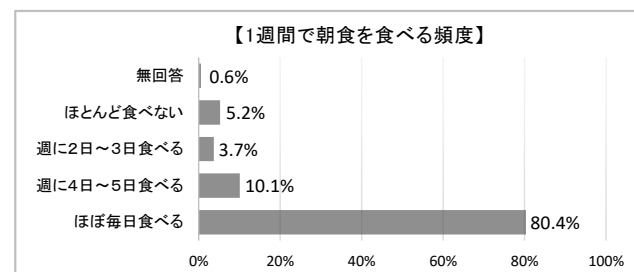


### 問3:朝食を週に何日食べますか。

n = 1,527

	R3	
ア ほぼ毎日食べる	1,227	80.4%
イ 週に4日~5日食べる	154	10.1%
ウ 週に2日~3日食べる	57	3.7%
エ ほとんど食べない	80	5.2%
無回答	9	0.6%

1週間に朝食を食べる平均日数:6.2日

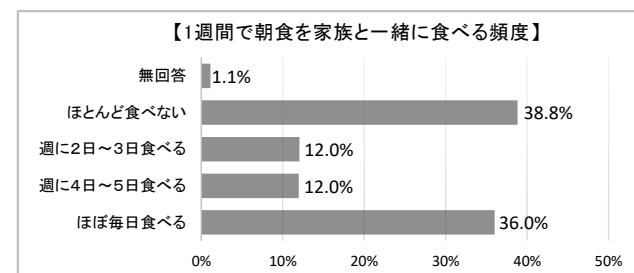


### 問4:朝食を家族と一緒に食べることは週に何日ありますか。

n = 1,527

	R3	
ア ほぼ毎日食べる	550	36.0%
イ 週に4日~5日食べる	183	12.0%
ウ 週に2日~3日食べる	184	12.0%
エ ほとんど食べない	593	38.8%
無回答	17	1.1%

1週間に家族と一緒に朝食を食べる平均日数:3.4日



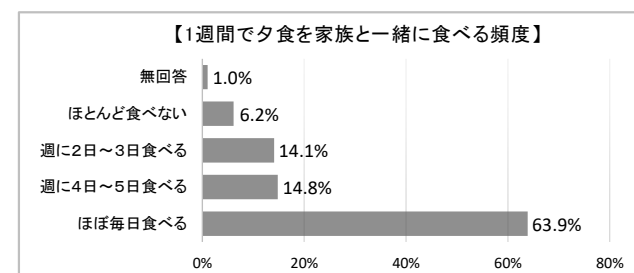
### 問5:夕食を家族と一緒に食べることは週に何日ありますか。

n = 1,527

	R3	
ア ほぼ毎日食べる	976	63.9%
イ 週に4日~5日食べる	226	14.8%
ウ 週に2日~3日食べる	215	14.1%
エ ほとんど食べない	94	6.2%
無回答	16	1.0%

1週間に家族と一緒に夕食を食べる平均日数:5.5日

家族と一緒に食事をする割合について、ほぼ毎日一緒に食べる割合及び回数、朝食より夕食のほうが高い数値となっている。

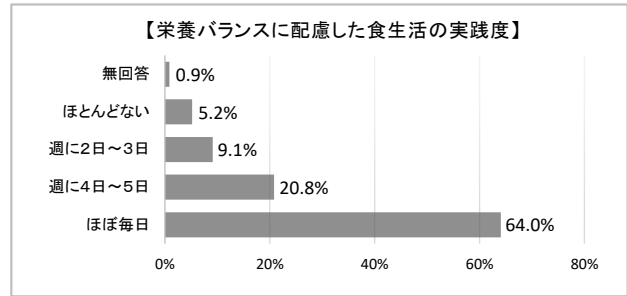


問6: 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。

n = 1,527

	R3	
ア ほぼ毎日	978	64.0%
イ 週に4日～5日	318	20.8%
ウ 週に2日～3日	139	9.1%
エ ほとんどない	79	5.2%
無回答	13	0.9%

1週間に主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上ある平均日数: 5.7日

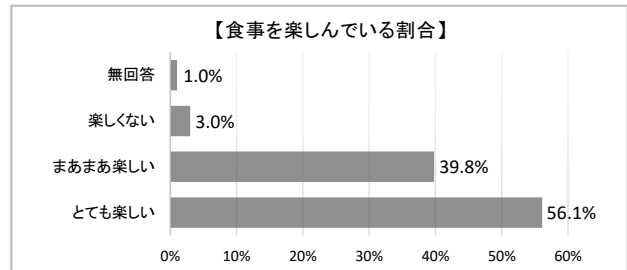


問7: 食事は楽しいですか。

n = 1,527

	R3	
ア とても楽しい	857	56.1%
イ まあまあ楽しい	608	39.8%
ウ 楽しくない	46	3.0%
無回答	16	1.0%

「とても楽しい」「まあまあ楽しい」人の割合: 95.9%

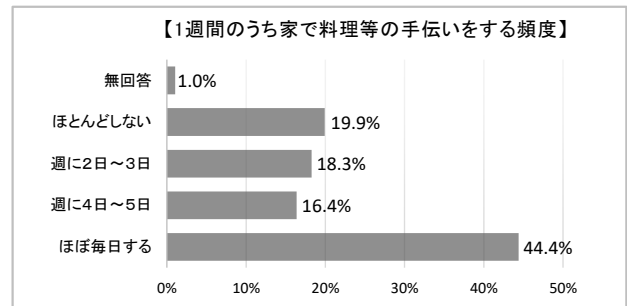


問8: 家で料理の手伝い(食器運び、後片付け、簡単な調理)を週に何日していますか。

n = 1,527

	R3	
ア ほぼ毎日する	678	44.4%
イ 週に4日～5日	250	16.4%
ウ 週に2日～3日	279	18.3%
エ ほとんどしない	304	19.9%
無回答	16	1.0%

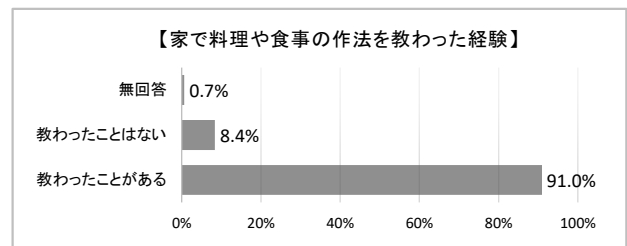
1週間に家で料理などの手伝いをする平均日数: 4.3日



問9: 家で料理や食事の作法を教わったことはありますか。

n = 1,527

	R3	
ア 教わったことがある	1,389	91.0%
イ 教わったことはない	128	8.4%
無回答	10	0.7%

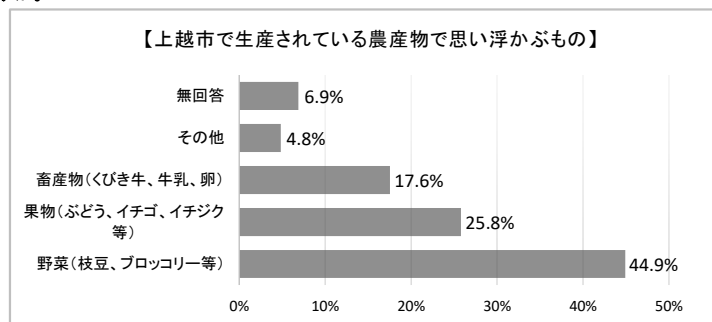


問10: 上越市は、全国屈指の米の生産地で、作付面積は全国第4位です。

お米以外で、上越市で生産されている農産物といえば何を思い浮かべますか。

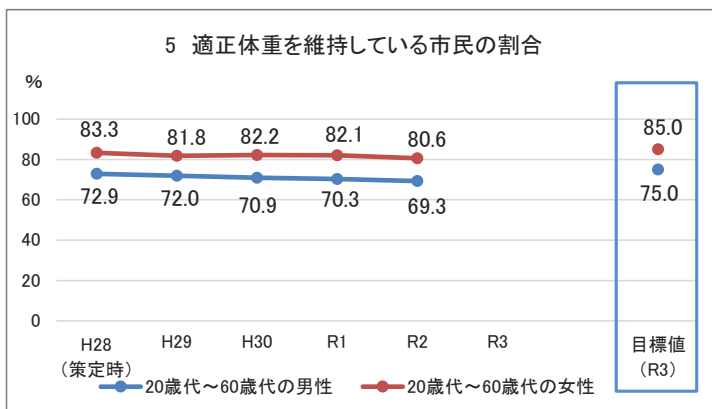
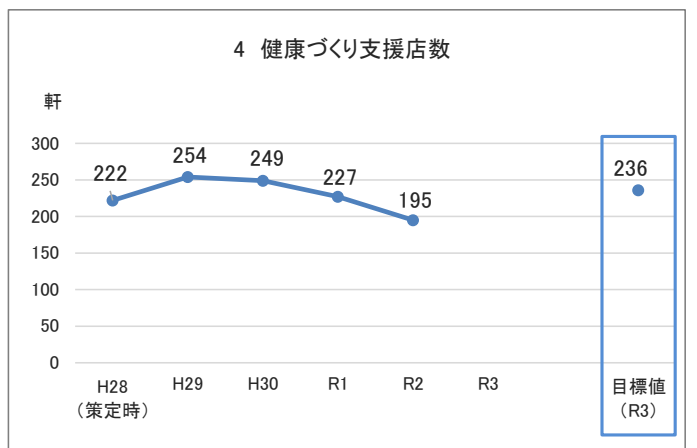
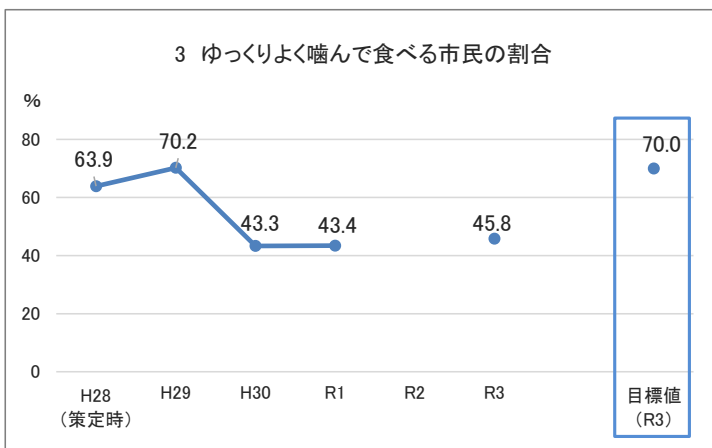
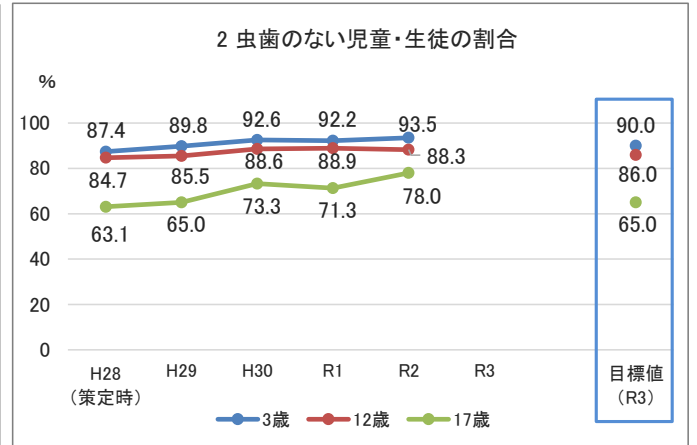
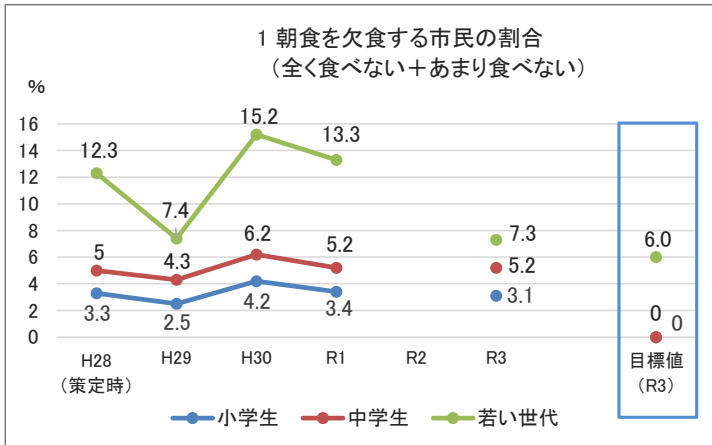
n = 1,527

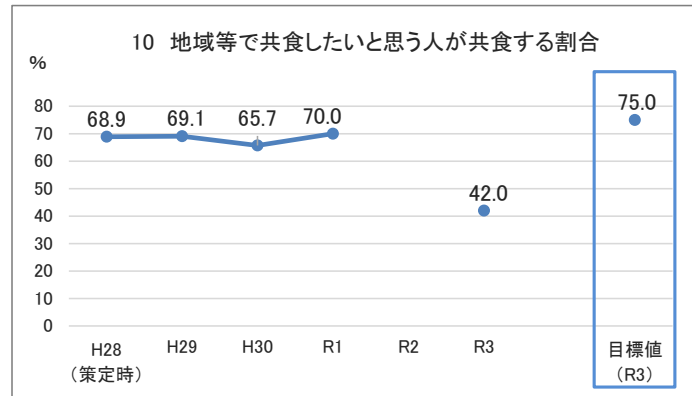
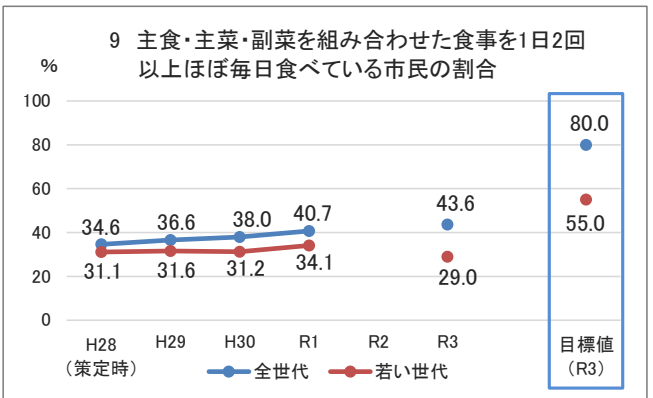
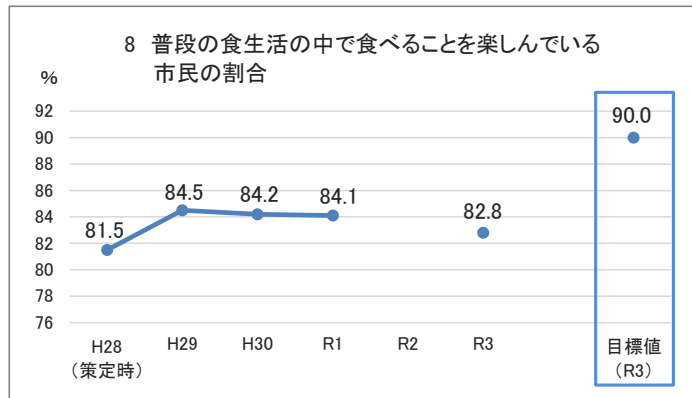
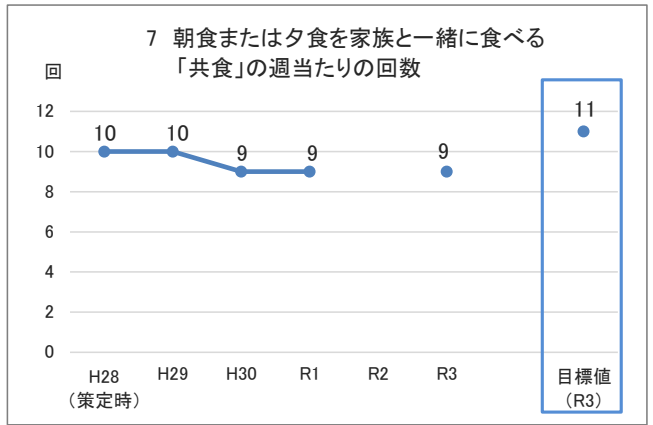
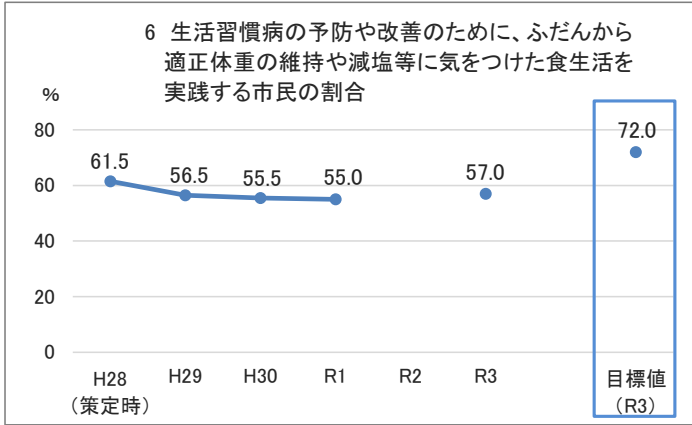
	R3	
ア 野菜(枝豆、ブロッコリー等)	686	44.9%
イ 果物(ぶどう、イチゴ、イチジク等)	394	25.8%
ウ 畜産物(くびき牛、牛乳、卵)	268	17.6%
エ その他	74	4.8%
無回答	105	6.9%



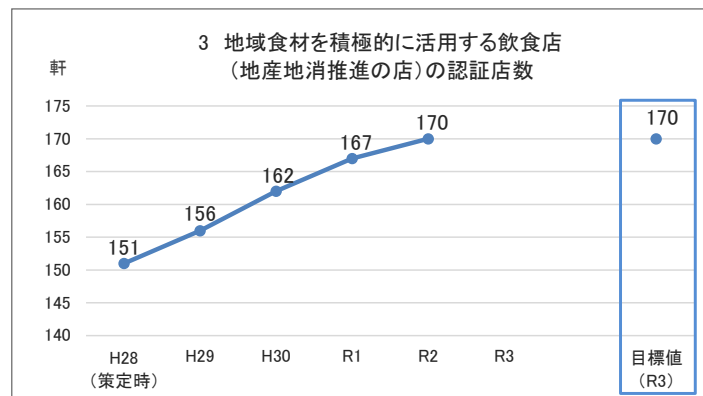
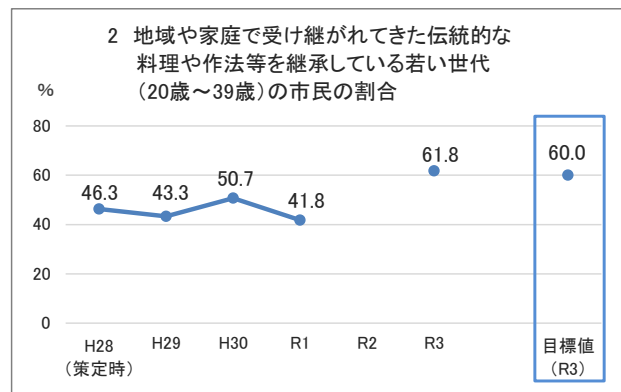
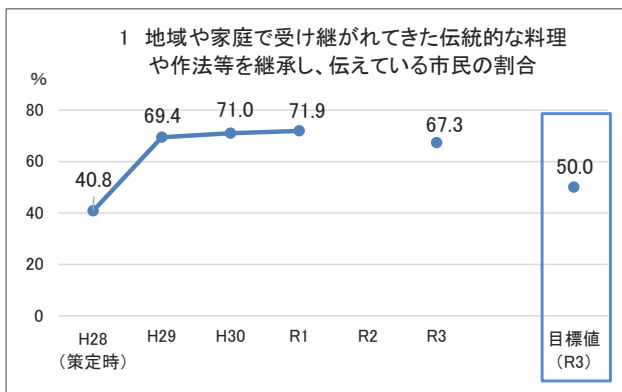
第3次上越市食育推進計画指標項目の取組状況の推移 (H28~R3)

【基本方針1】 家庭を中心に子どもの時から生涯にわたり食を通じた心身の健康づくりを推進します

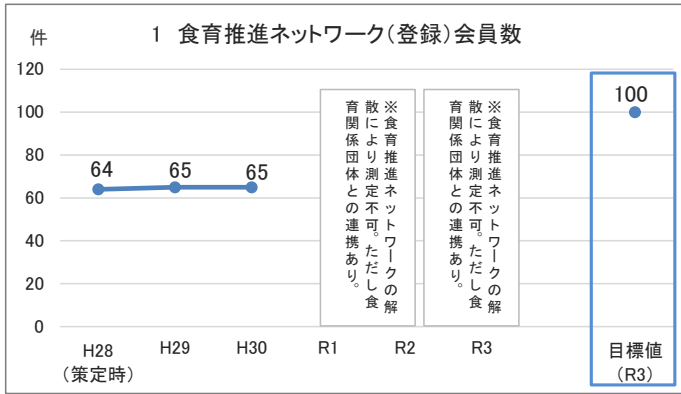




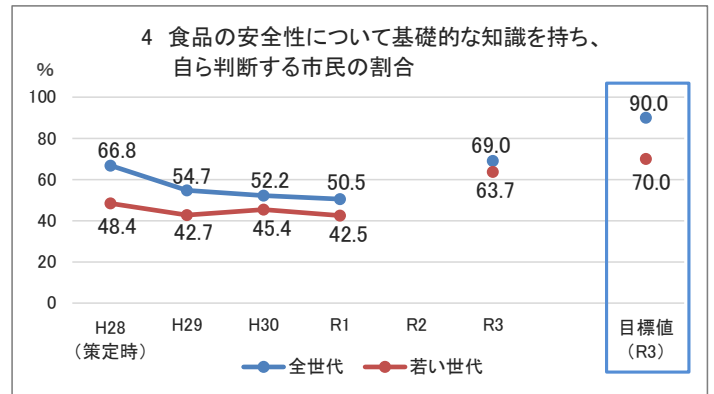
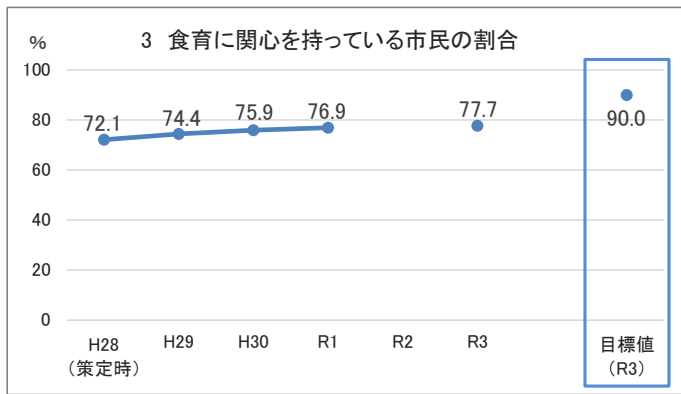
**【基本方針2】食育活動の推進により地域の食文化を継承します**



【基本方針3】食育推進体制の整備と情報を共有できる環境づくりを推進します

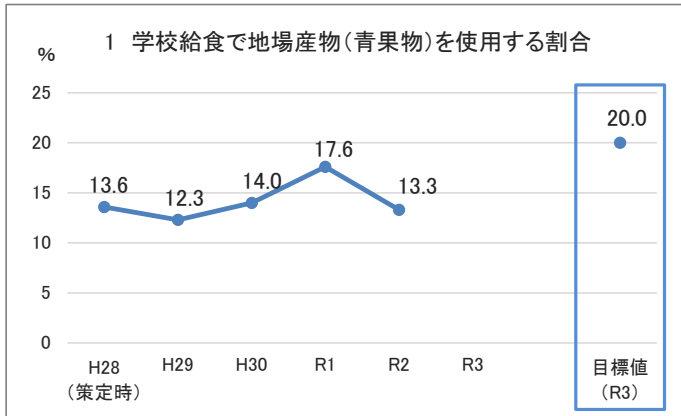


※ 2「保護者や生産者と一緒に食に関する学習会等を実施している小学校の割合」は、H28年度からR3年度まで**全小学校**で推移。





【基本方針4】食育活動の推進により上越の農林漁業への理解を促進します



※ 2「野菜づくりなどの農業体験を行っている小学校の数」は、H28年度からR3年度まで全小学校で推移。

