

令和7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市民の割合などの現状を把握するため、市民に対してアンケート調査を行う。

- **調査期間** 令和7年10月14日(月)～11月4日(火) 22日間

- **調査対象者** 住民基本台帳に登録されている満18歳以上(令和7年4月1日現在)の市民2,000人を無作為抽出

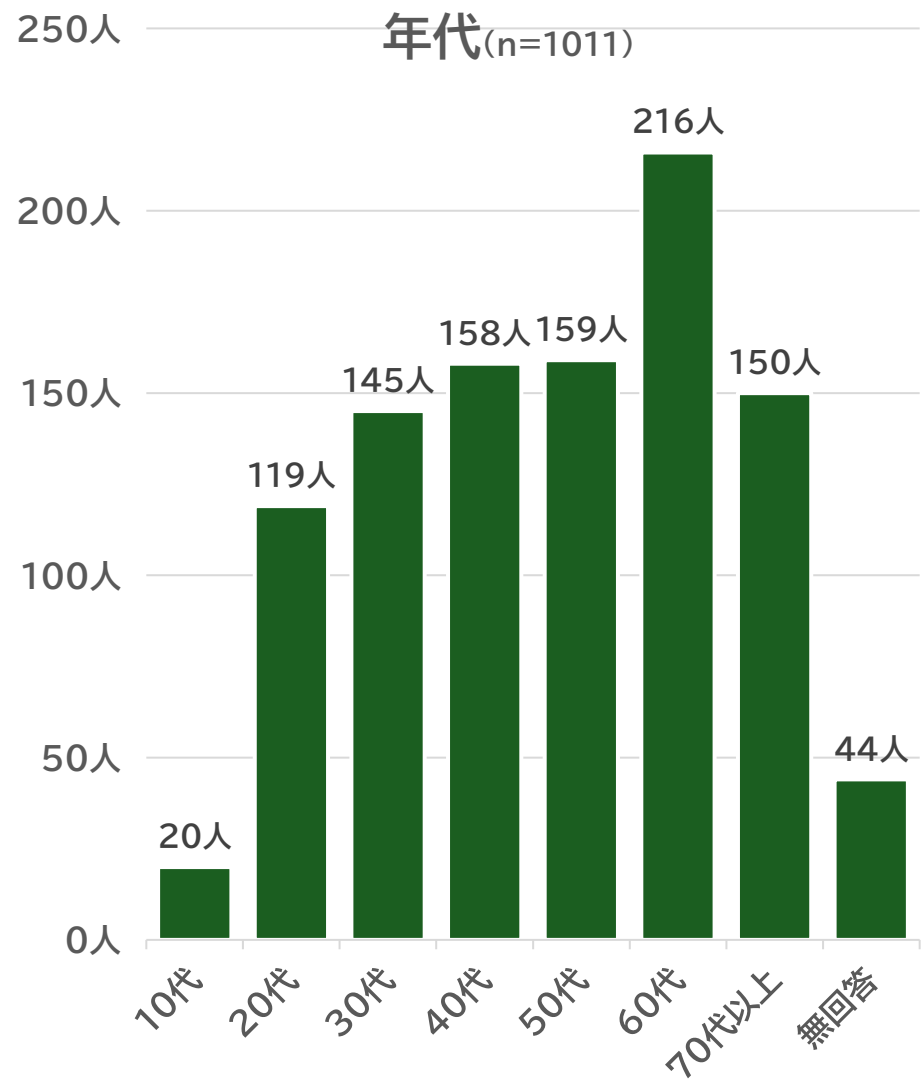
- **回収結果** ・回収者数 1,011人 (R5年度 1,218人 ▲ 207人)
 ・回収率 50.6% (R5年度 40.6% +10.0ポイント)

【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。



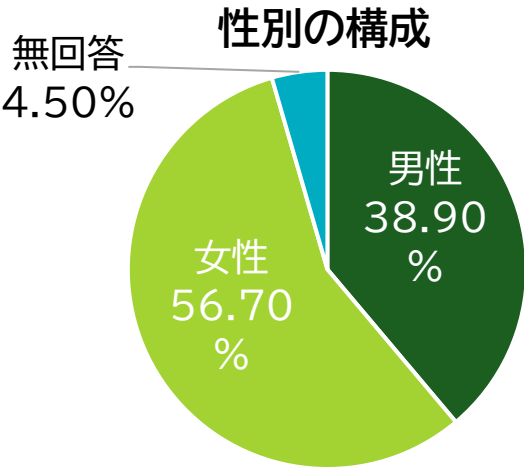
年代	人数	割合	【参考】 R5割合
10代	20人	2.0%	1.4%
20代	119人	11.8%	9.7%
30代	145人	14.3%	13.5%
40代	158人	15.6%	15.6%
50代	159人	15.7%	18.1%
60代	216人	21.4%	20.9%
70代以上	150人	14.8%	20.0%
無回答	44人	4.4%	0.7%



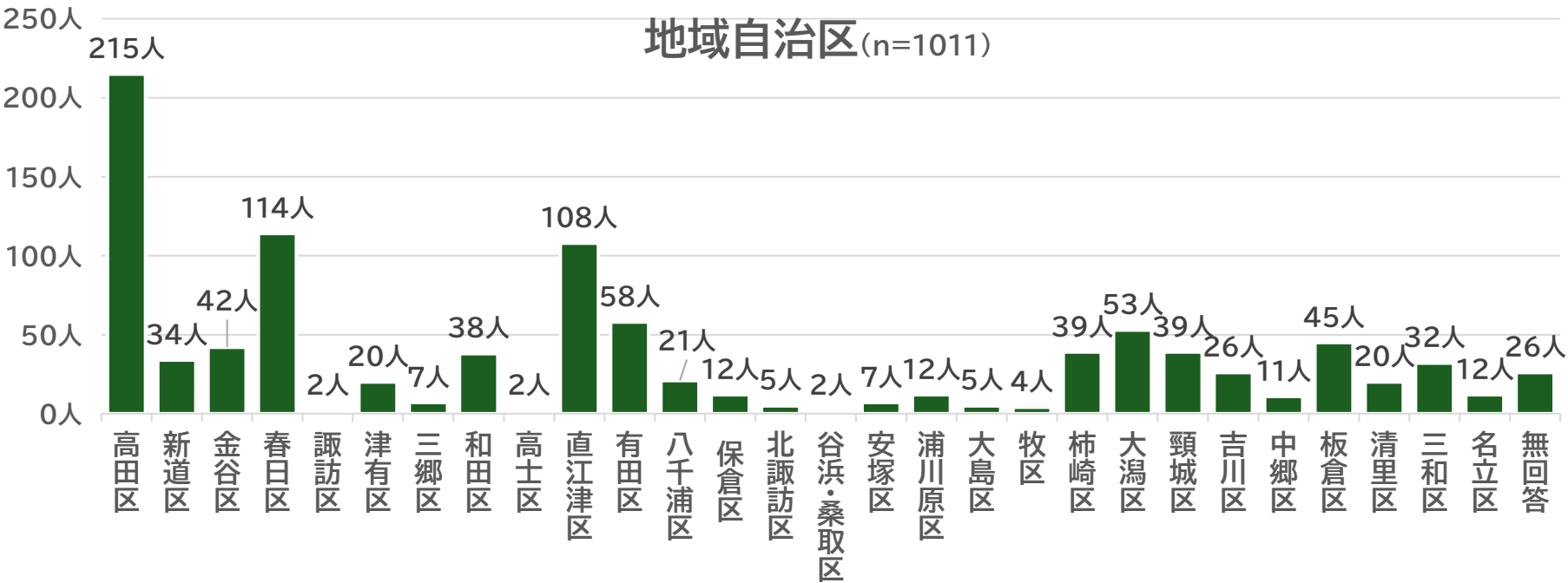
回答者の構成（性別の構成）



項目	人数	割合	【参考】 R5割合
男性	393人	38.9%	40.8%
女性	573人	56.7%	58.1%
無回答	45人	4.5%	1.4%



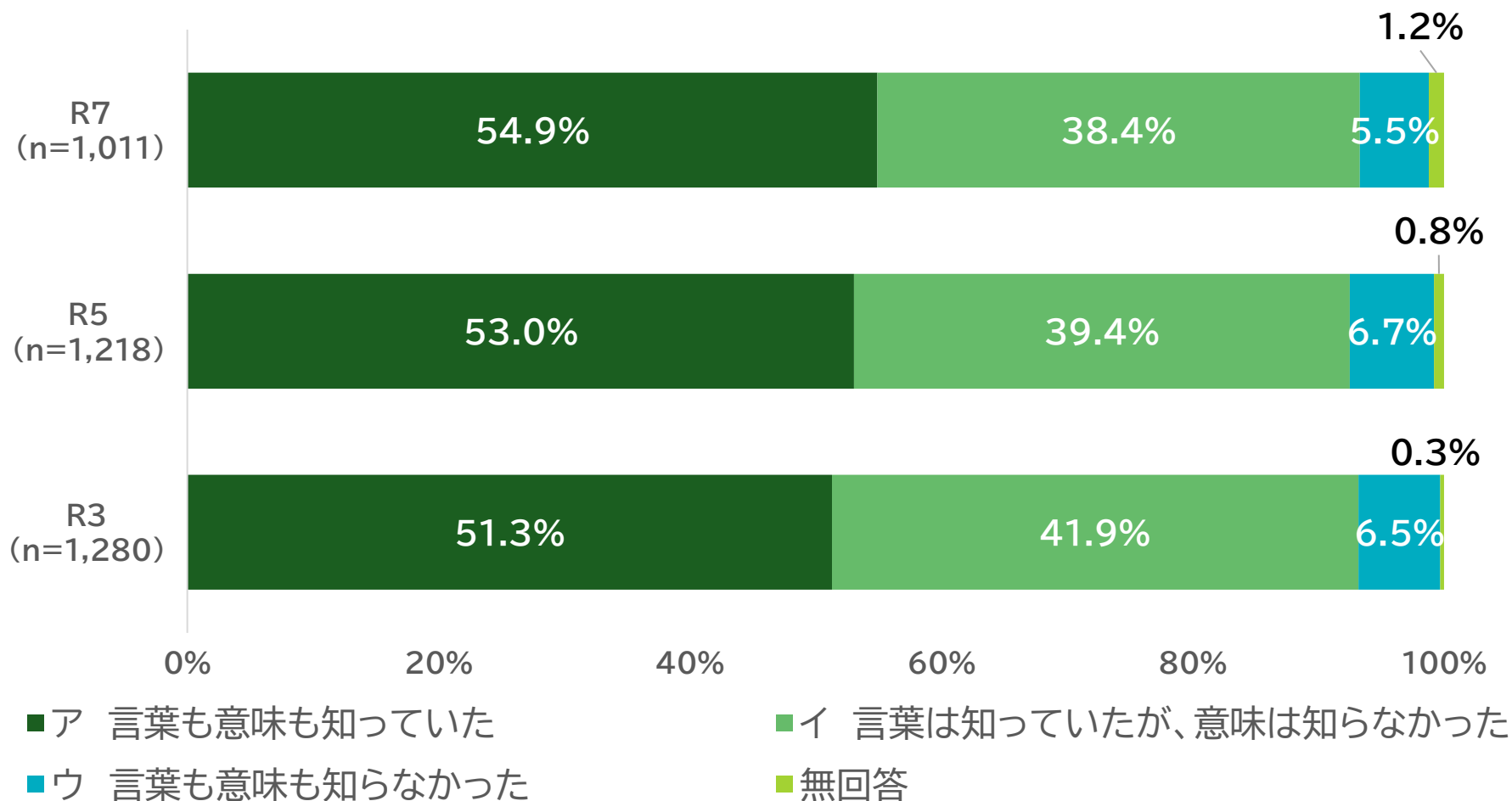
回答者の構成（地域自治区の構成）



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つ選択)



5



「言葉を知っていた」と回答した方の割合 **93.3%**

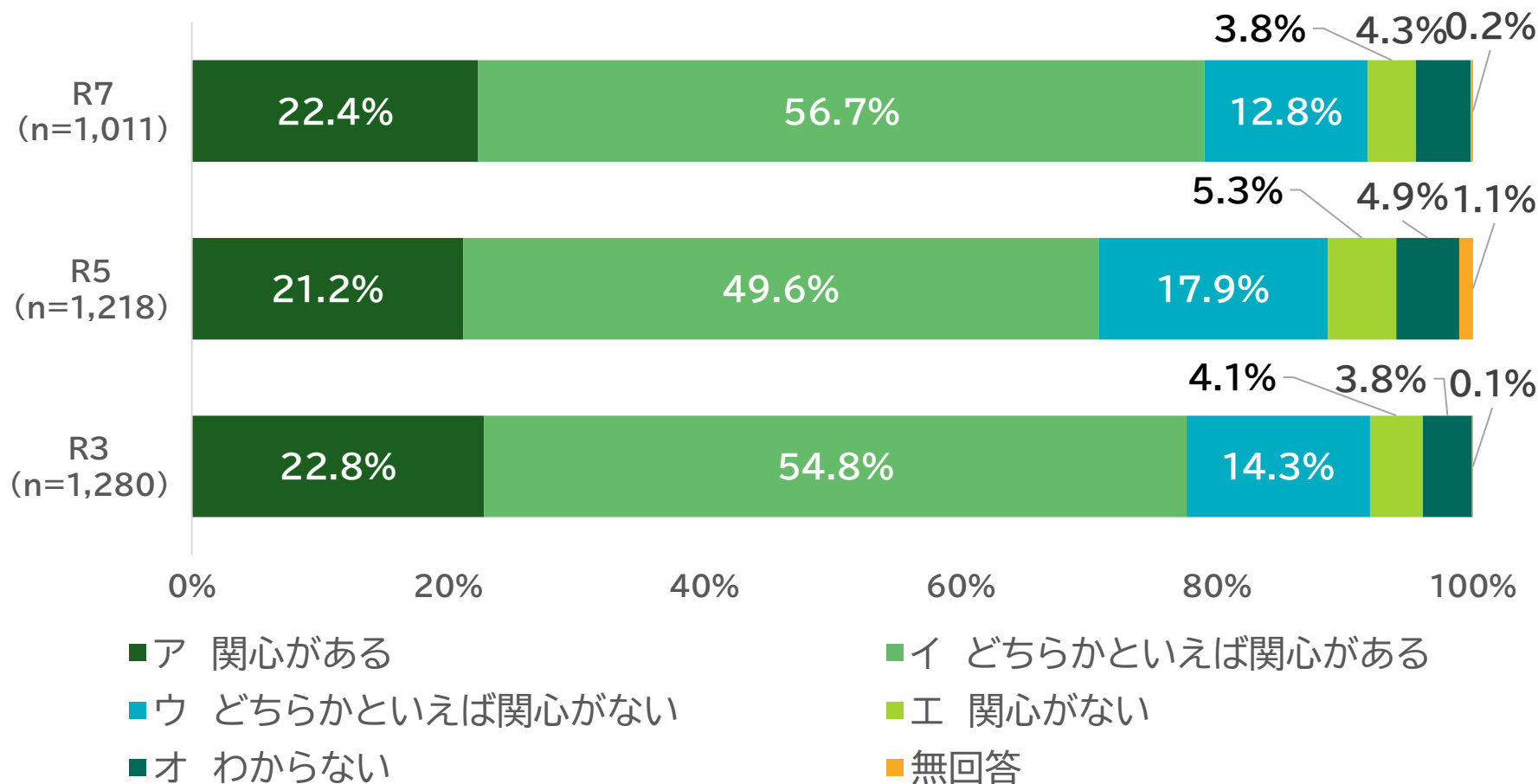
(「言葉も意味も知っていた」54.9%+「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」38.4%)、

「言葉も意味も知らなかった」と回答した方の割合 **5.5%**

問2 「食育」への関心についておたずねします。



① あなたは「食育」に関心がありますか。(1つ選択)



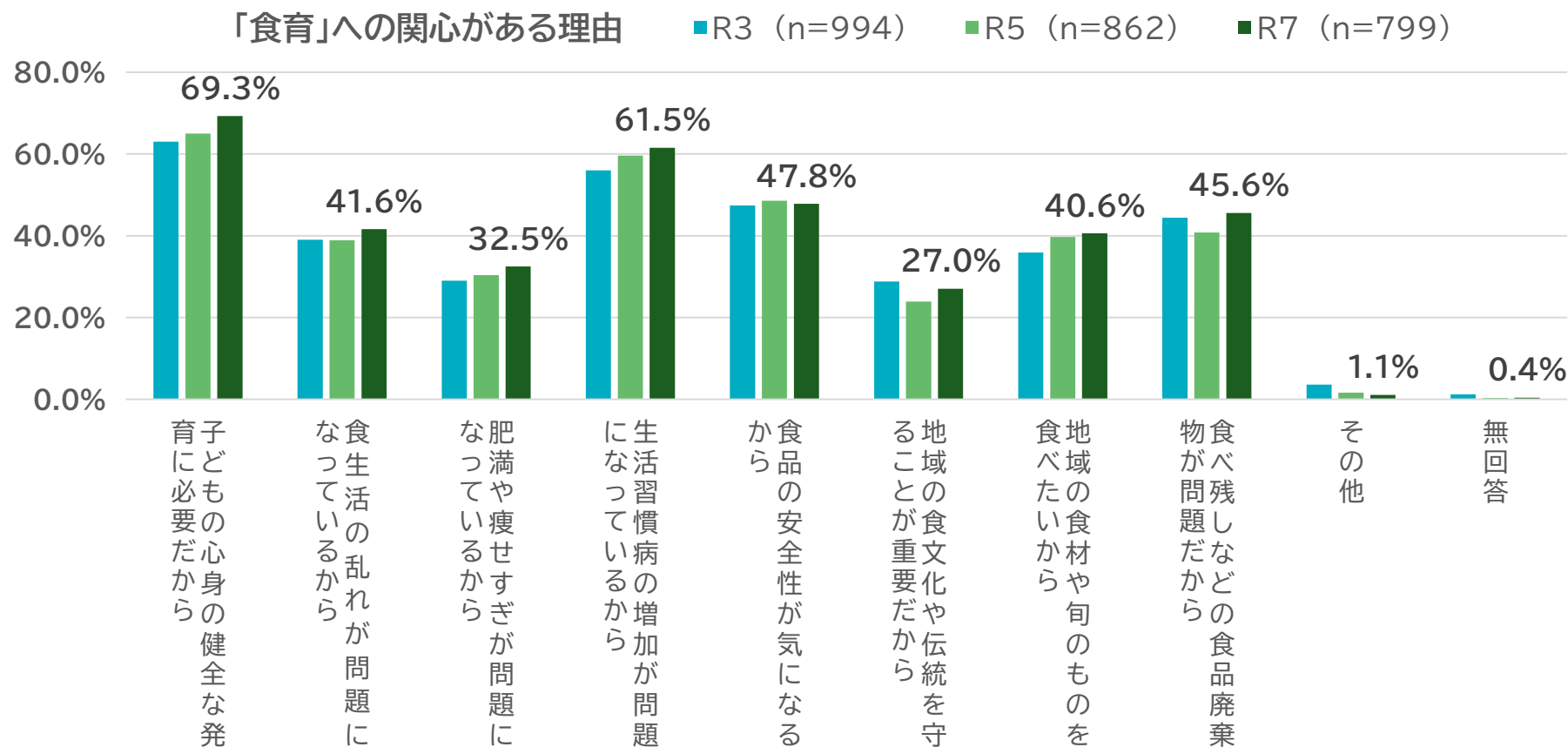
関心があると回答した方の割合 **79.1%** (R5=70.8% +8.3%)
('関心がある'22.4%+'どちらかといえば関心がある'56.7%)

「関心がない」と回答した割合 **16.6%** (R5=23.2% ▲6.6%)
('どちらかといえば関心がない'12.8%+'関心がない'3.8%)

問2 「食育」への関心についておたずねします。



- ② ①で「ア 関心がある」または「イ どちらかといえば関心がある」を選択した方におたずねします。
あなたが「食育」に関心がある理由は何ですか。(すべて選択)

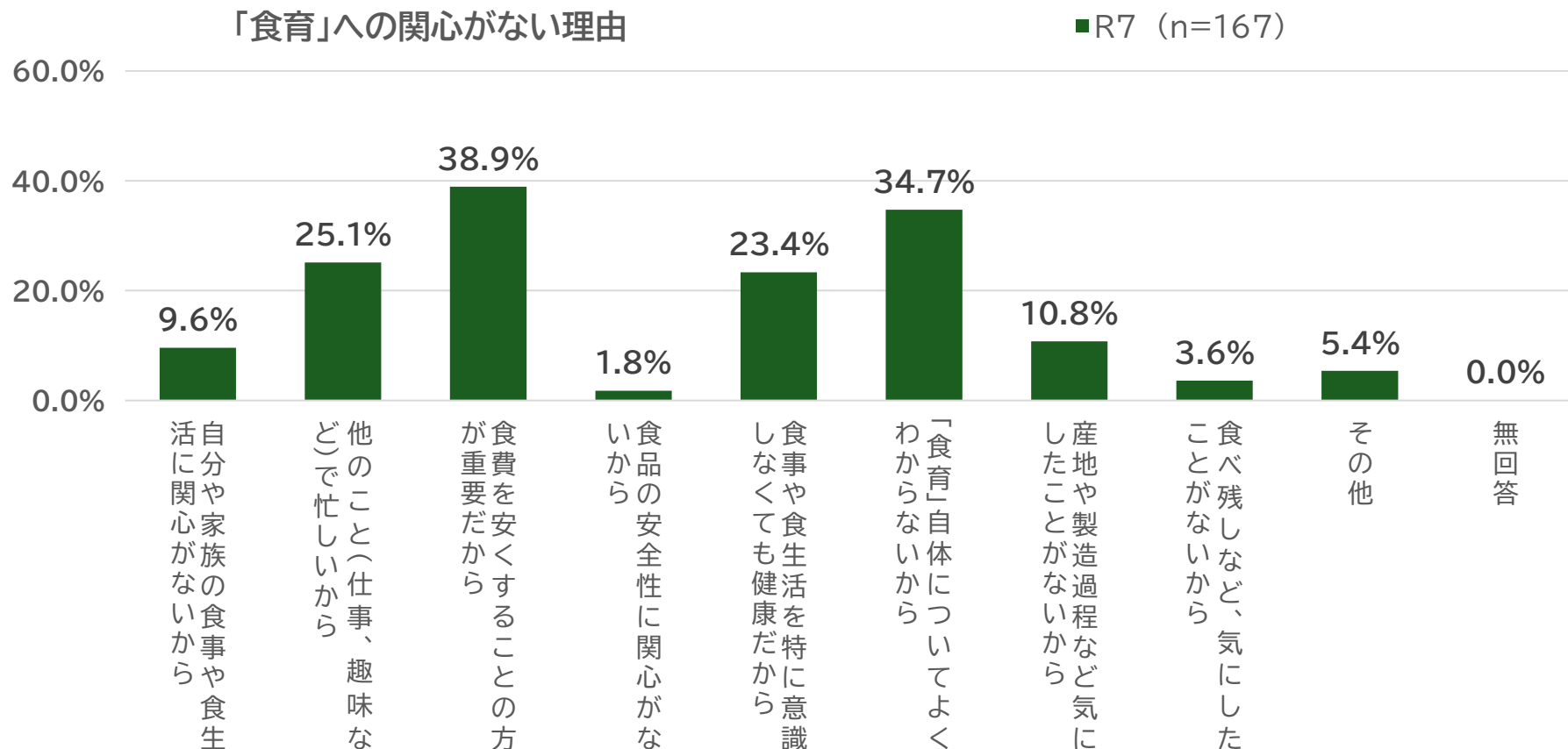


食育に関心がある理由で、最も多かったものは「子どもの心身の健全な発育に必要なから」(69.3%)で、次いで「生活習慣病の増加が問題になっているから」(61.5%)、「食品の安全性が気になるから」(47.8%)の順となっている。

問2 「食育」への関心についておたずねします。

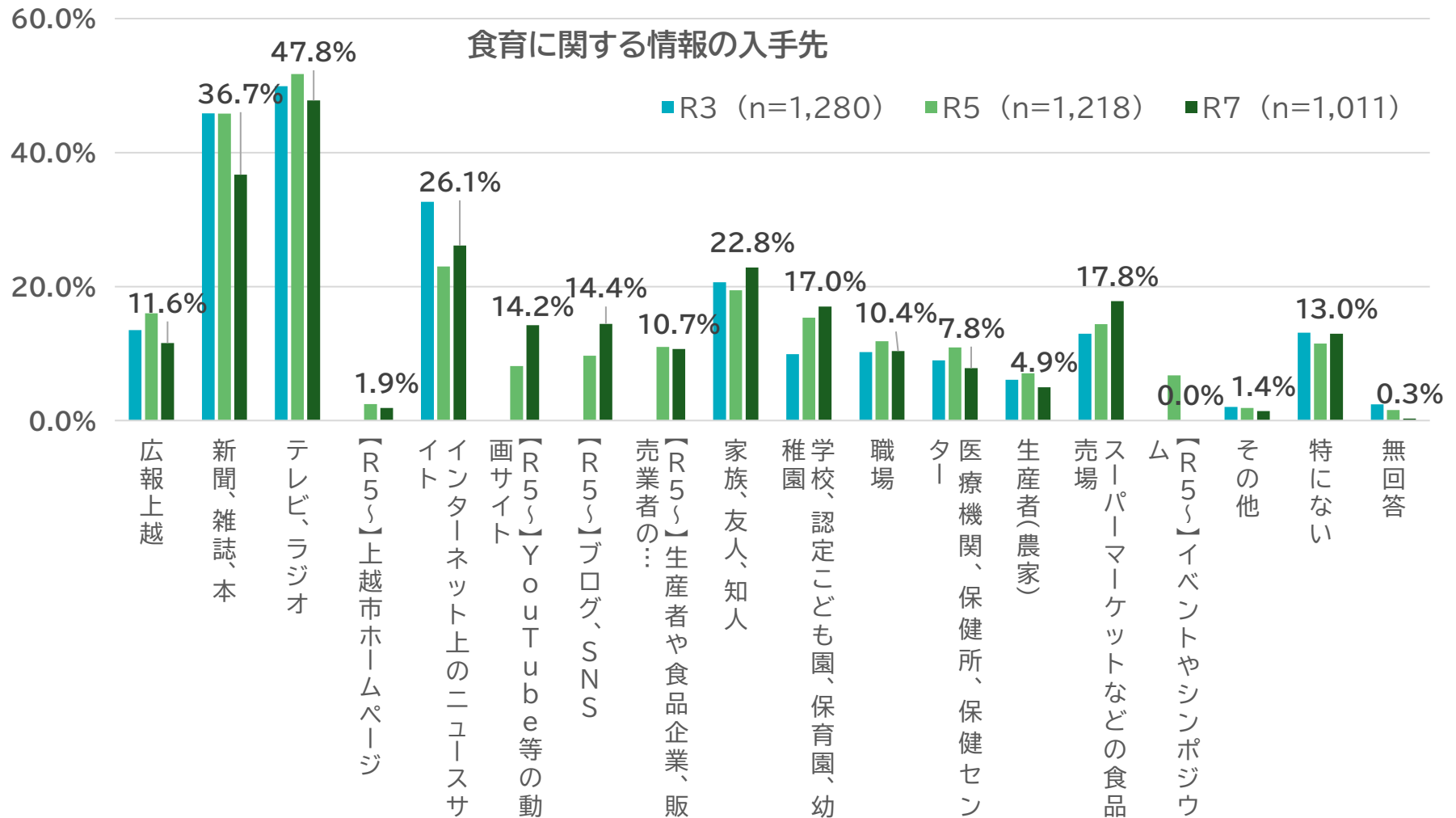


- ③ ①で「ウ どちらかといえば関心がない」または「エ 関心がない」を選択した方におたずねします。
あなたが「食育」に関心がない理由は何ですか。(すべて選択) **(R7新規設問)**



食育に関心がない理由で、最も多かったものは「食費を安くすることの方が重要だから」(**38.9%**)で、次いで「「食育」自体についてよくわからないから」(**34.7%**)、
「他のこと(仕事、趣味など)で忙しいから」(**25.1%**)の順となっている。

問3 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。(すべて選択)

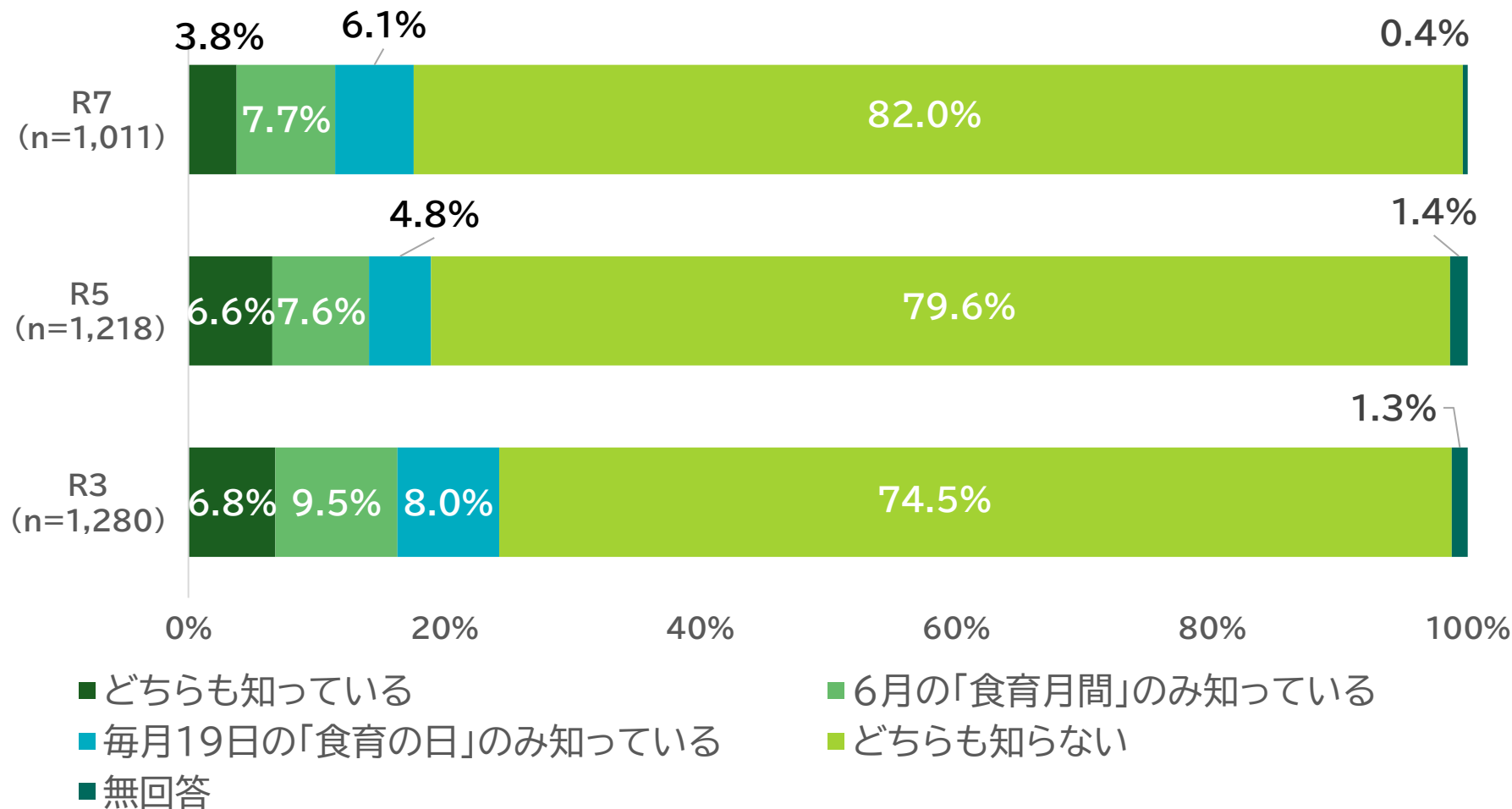


食育に関する情報の入手先として、最も多かったものは、「テレビ、ラジオ」(**47.8%**)が最も高く、次いで『新聞、雑誌、本』(**36.7%**)、『インターネット上のニュースサイト』(**26.1%**)の順となっている。

問4 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。
(1つ選択)



10



「食育月間」または「食育の日」を知っていると回答した方の割合 **17.6%**

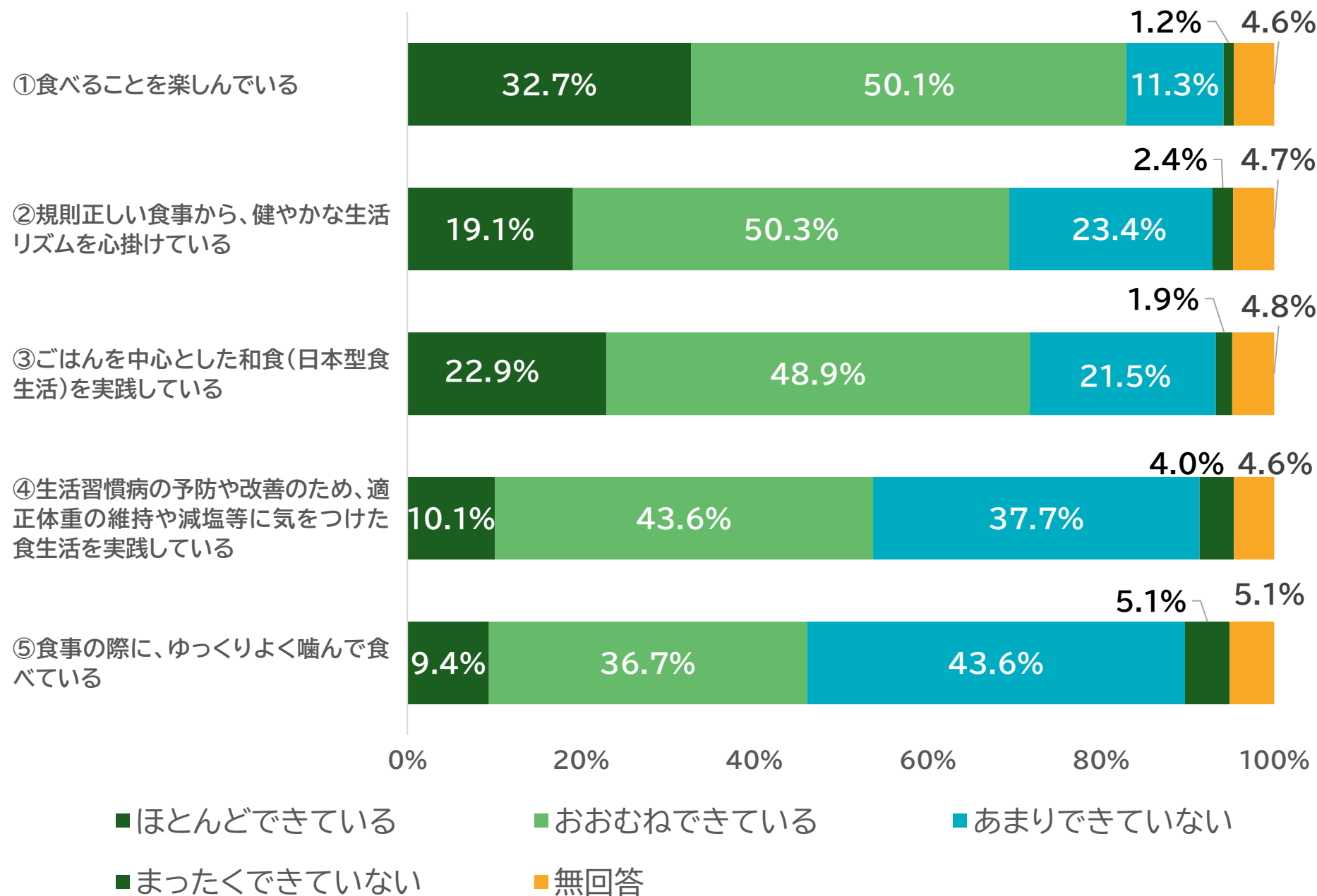
(「どちらも知っている」3.8%+「6月の「食育月間」のみ知っている」7.7%+「毎月19日の「食育の日」のみ知っている」6.1%)

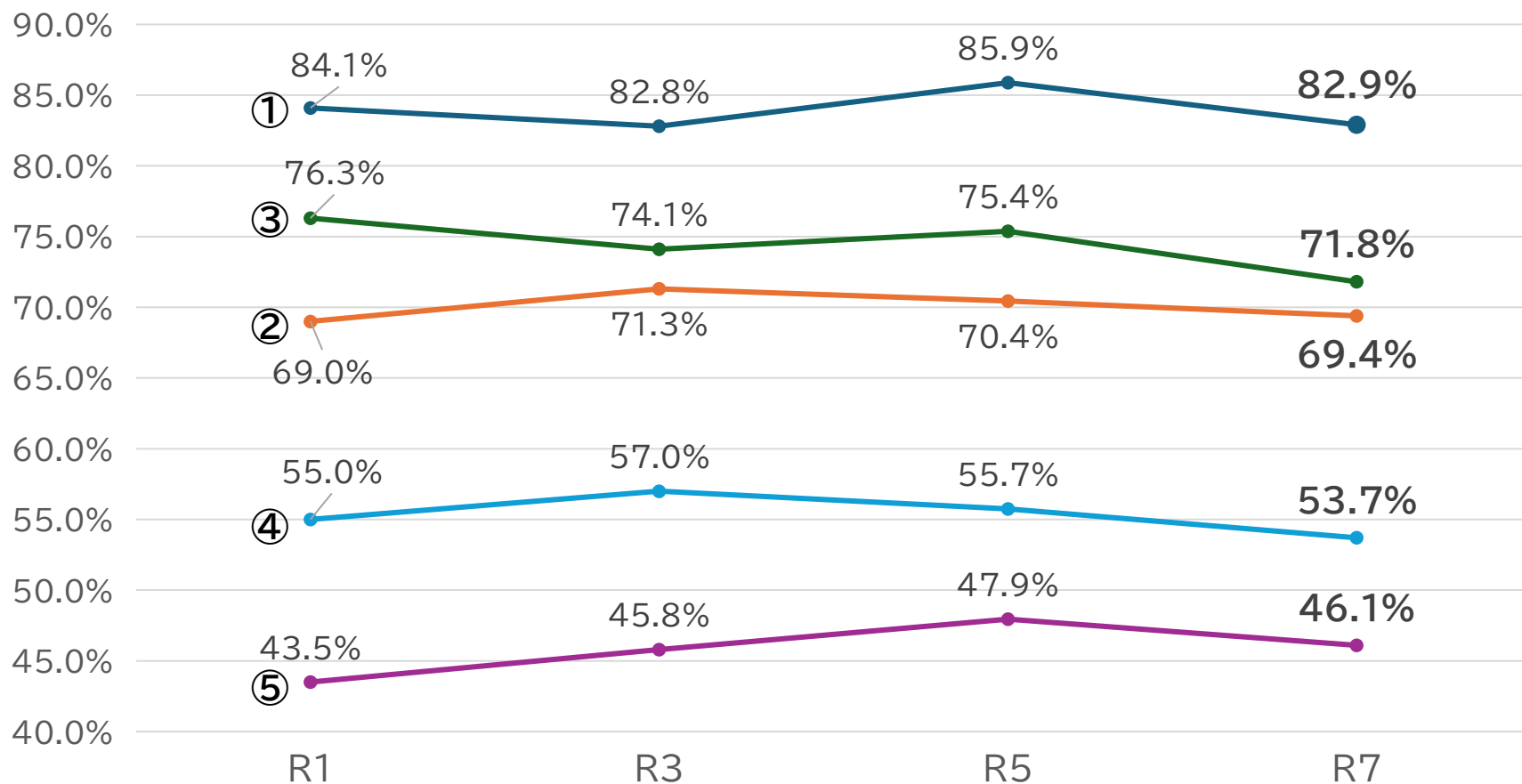
「どちらも知らない」と回答した方の割合 **82.0%**

問5 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。
(1つ選択)



11



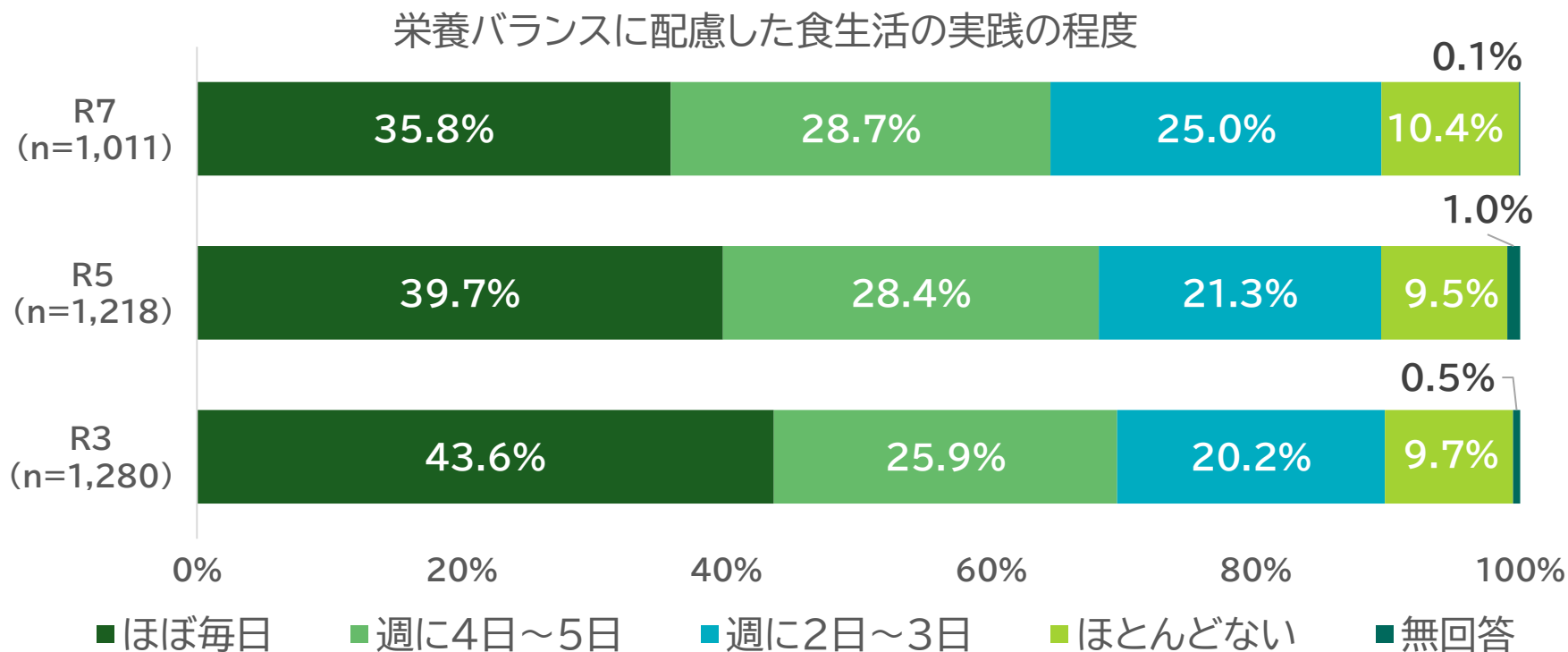


- ① 食べることを楽しんでいる
- ② 規則正しい食事から、健やかな生活リズムを心掛けている
- ③ ごはんを中心とした和食(日本型食生活)を実践している
- ④ 生活習慣病の予防や改善のため、適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践している
- ⑤ 食事の際に、ゆっくりよく噛んで食べている

問6 あなたは、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、週に何日程度ありますか。

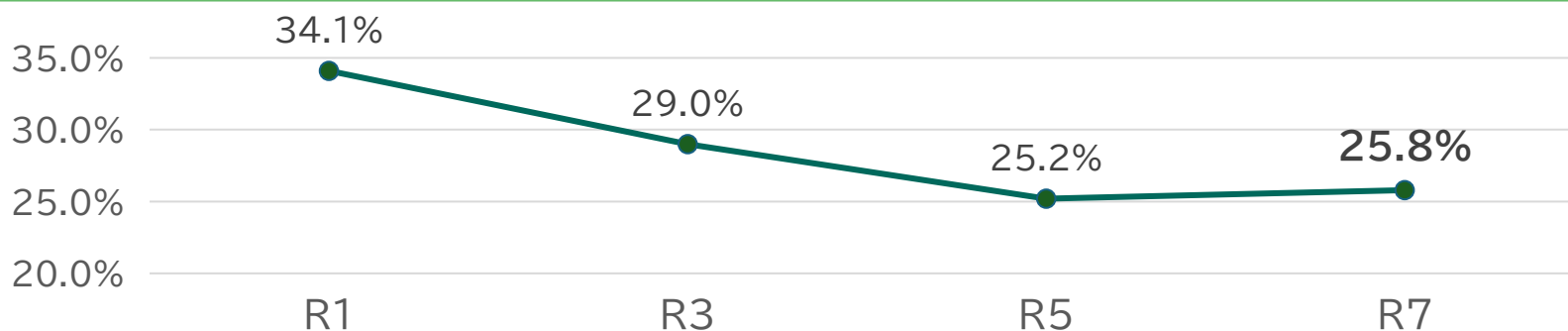


13



※主食(ごはん、パン、麺など)・主菜(肉・魚・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)

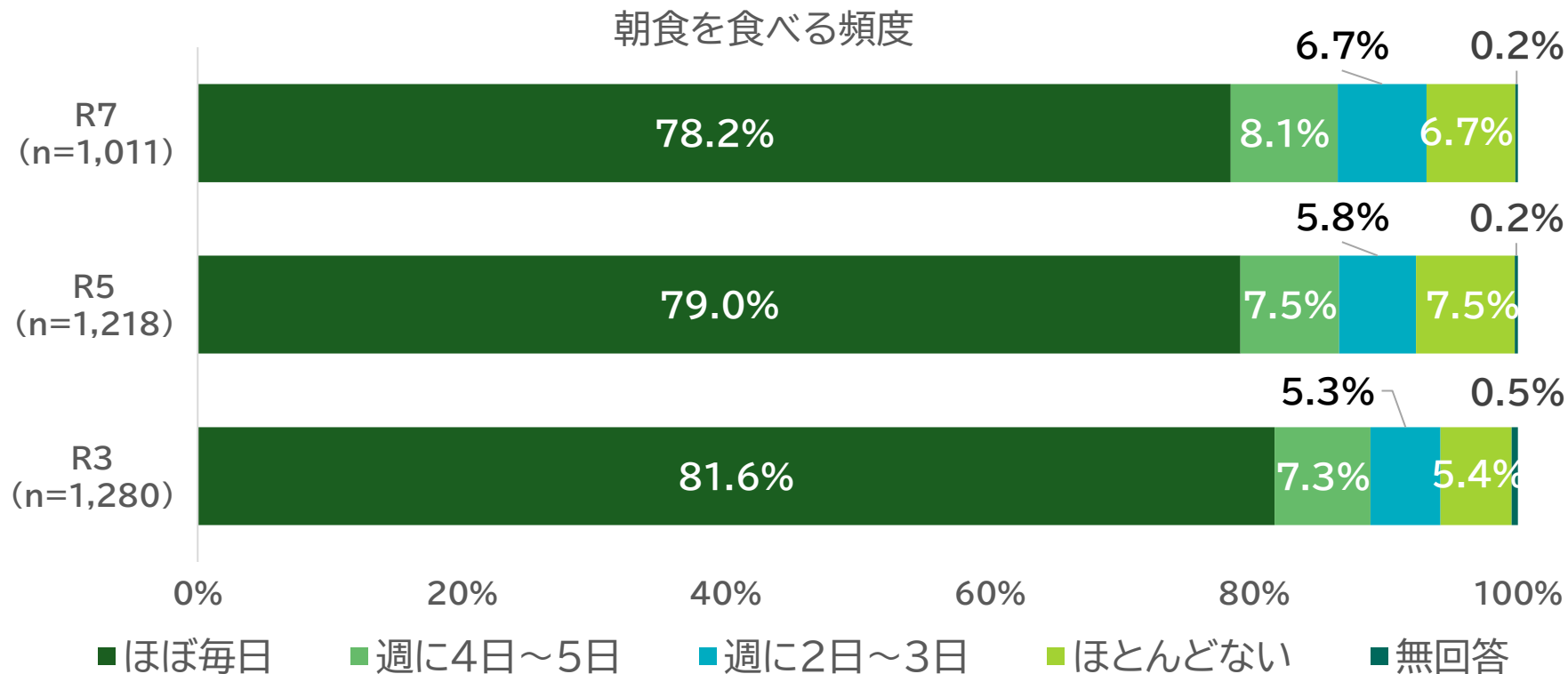
【参考】若い世代(20～39歳)において、「ほぼ毎日」と回答した人の割合



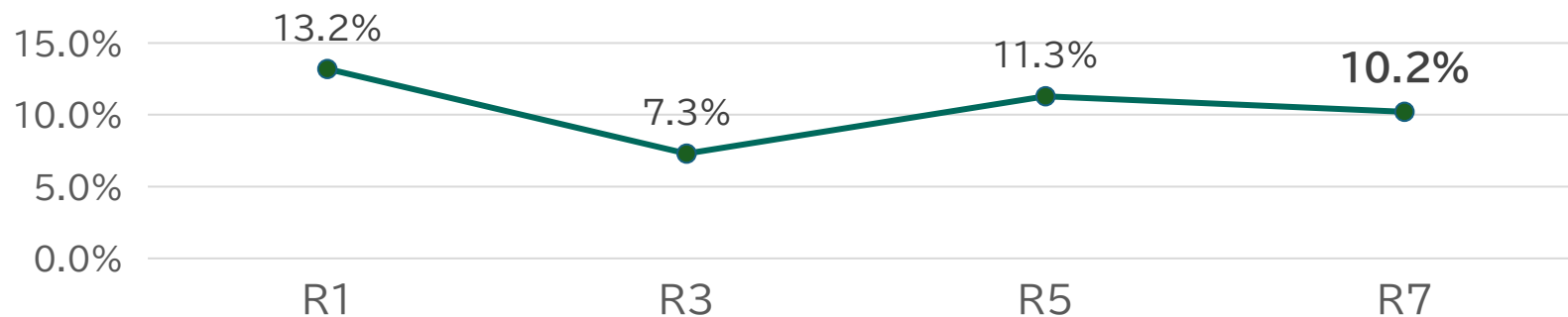
問7 あなたは朝食を週に何日程度食べますか。



14



【参考】若い世代(20～39歳)において、「ほとんど食べない」と回答した人の割合

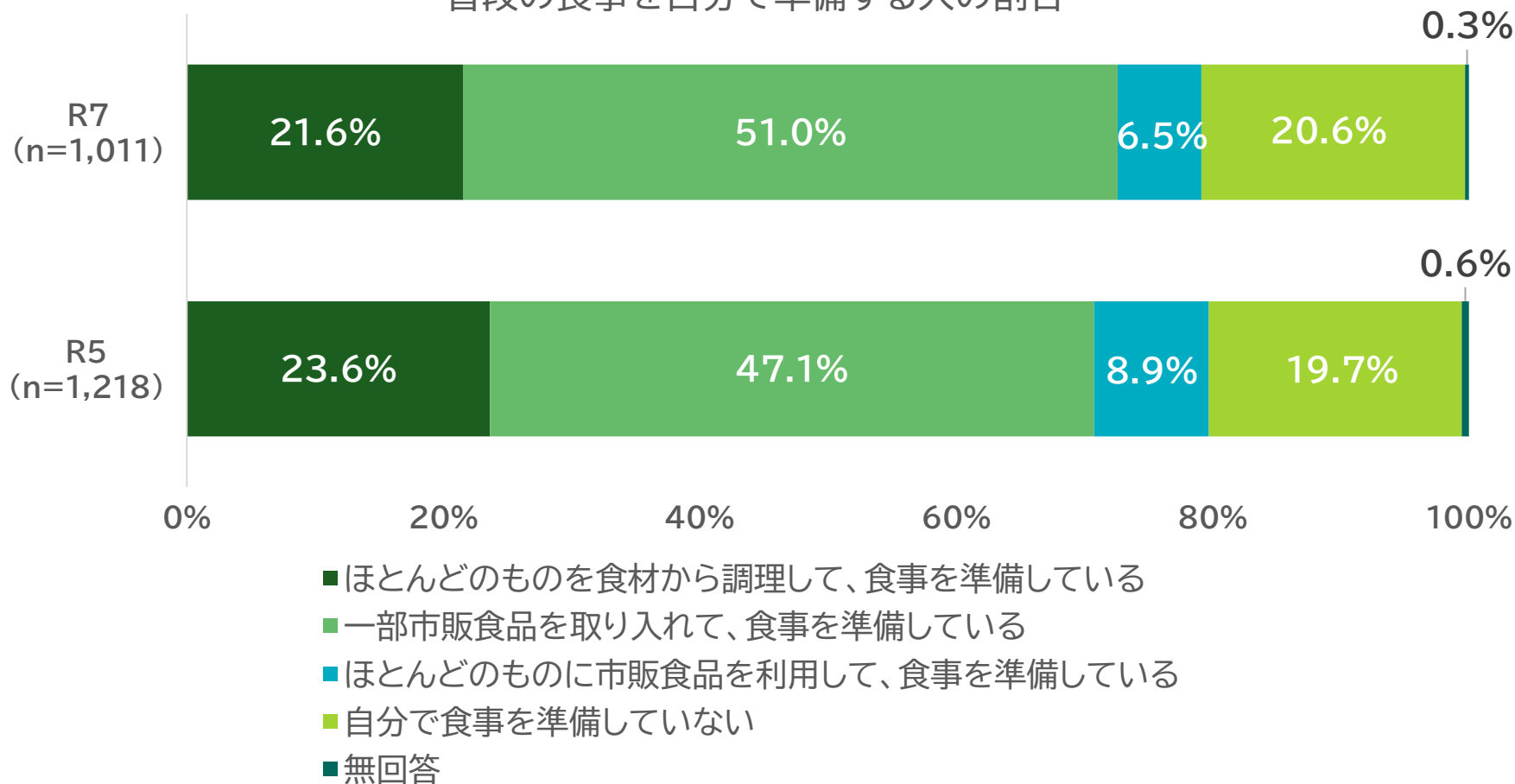


問8 あなたは、普段の食事を自分で準備しますか。



15

普段の食事を自分で準備する人の割合



「普段の食事を自分で準備する」と回答した方の割合 **79.1%**

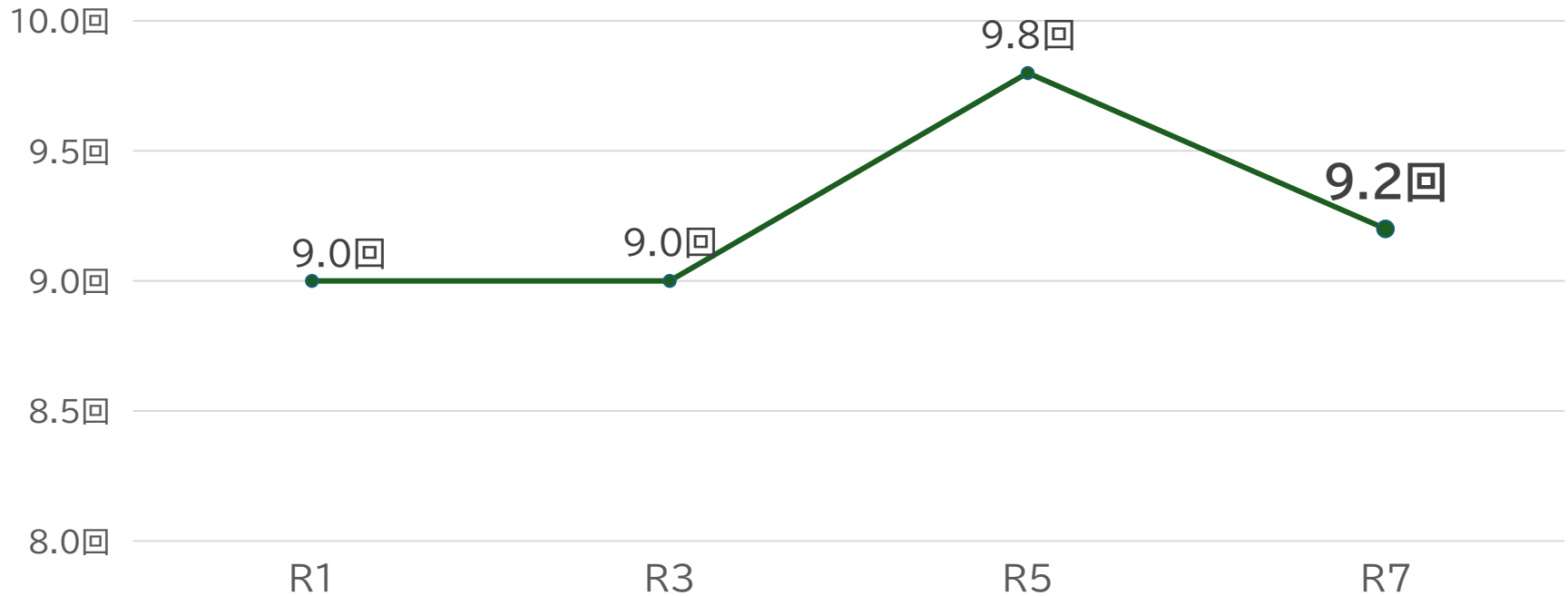
(『ほとんどのものを食材から調理して、食事を準備している』21.6%+『一部市販食品を取り入れて、食事を準備している』51.0%+『ほとんどのものに市販食品を利用して、食事を準備している』6.5%)

『自分で食事を準備していない』と回答した方の割合 **20.6%**

問9 あなたは、朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」を実践している
回数は週に何回程度ありますか。



朝食または夕食を家族と一緒に食べる平均回数(週)

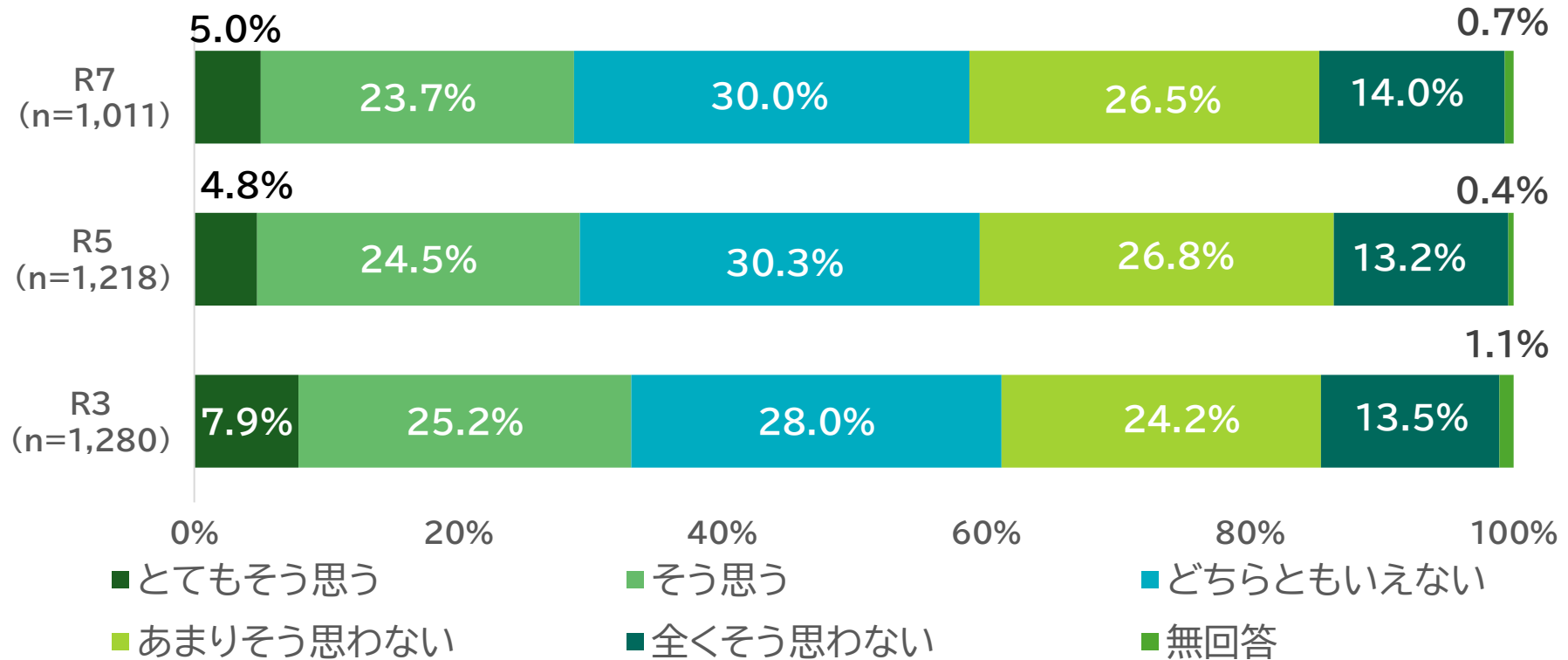


家族と同居している方に、「朝食または夕食を家族と一緒に食べる「共食」を実践している回数」を聞いたところ、平均回数は「**週9.2回**」であった。



問10 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つ選択)



「参加したいと思う」と回答した人の割合 **28.7%**

(「とてもそう思う」5.0%+「そう思う」23.7%)

「どちらともいえない」と回答した人の割合 **30.0%**

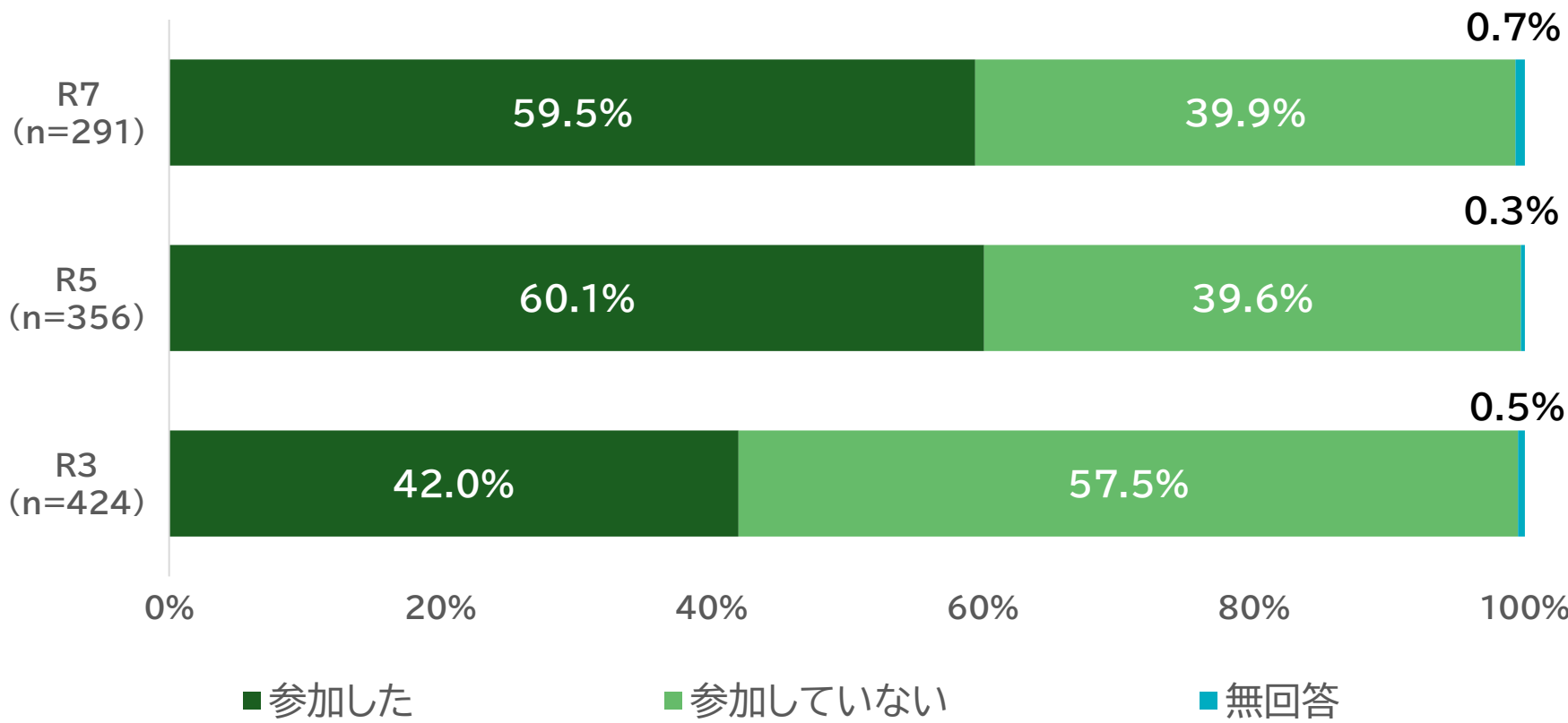
参加したいと思わないと回答した人の割合 **40.5%**

(「あまりそう思わない」26.5%+「全くそう思わない」14.0%)

問10 地域等での共食についておたずねします。



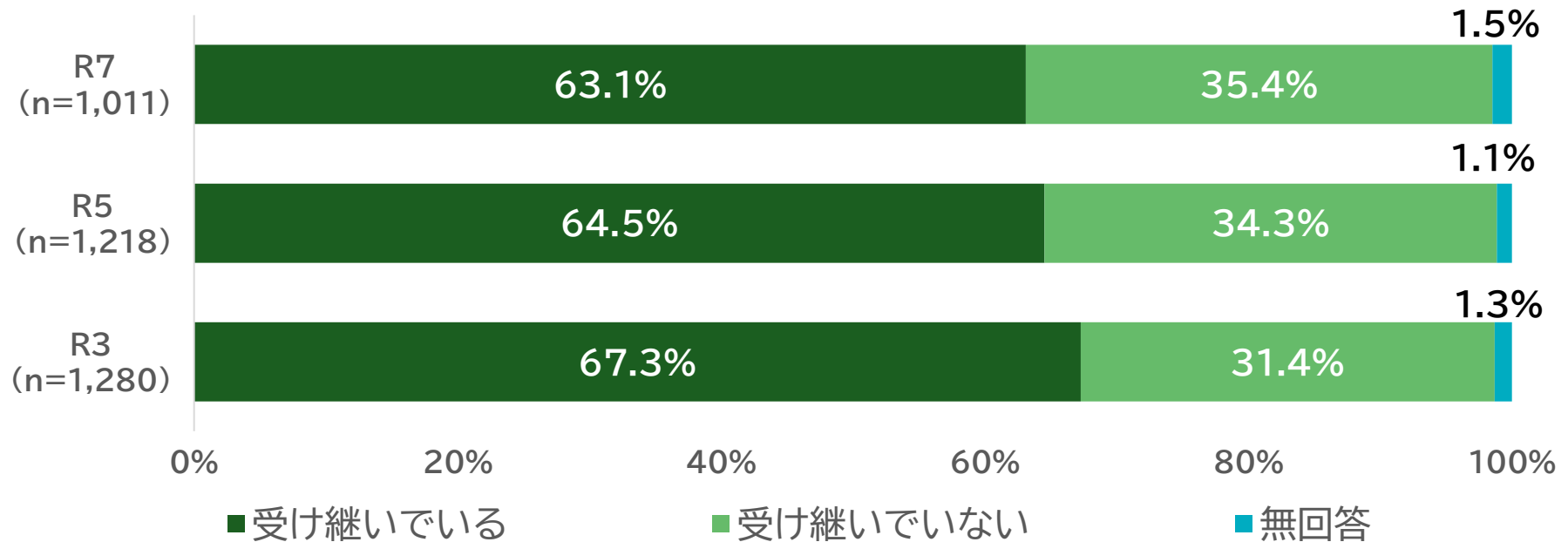
② ①で「とてもそう思う」または「そう思う」を選択した方におたずねします。
あなたは過去1年間に、地域や所属コミュニティでの食事会等に参加しましたか



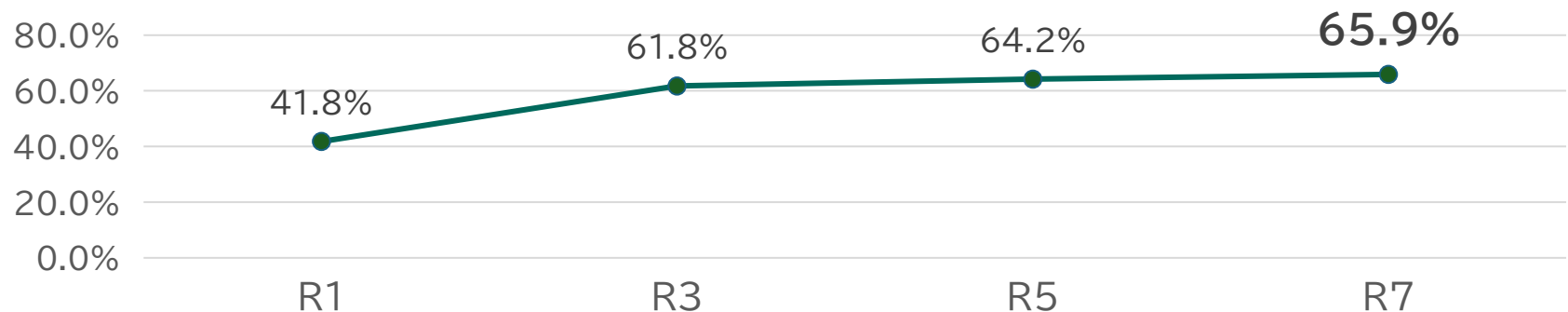
問11 郷土・伝統料理や作法の継承・伝承についておたずねします。



- ① 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、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。(1つ選択)

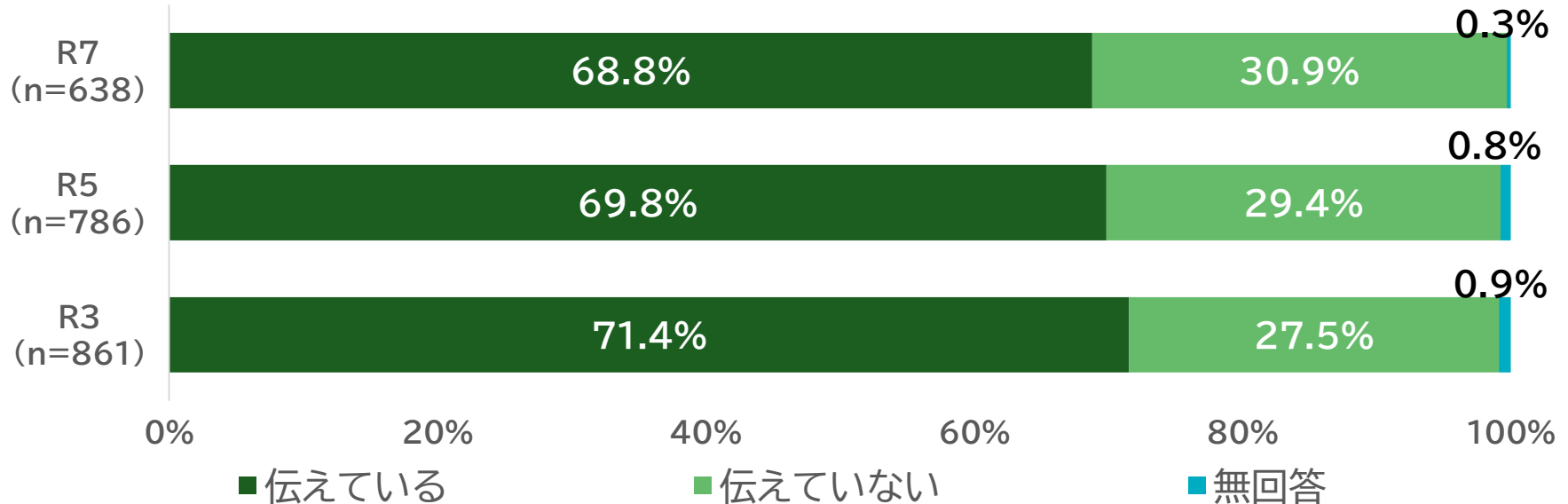


【参考】若い世代(20～39歳)において、「受け継いでいる」と回答した人の割合

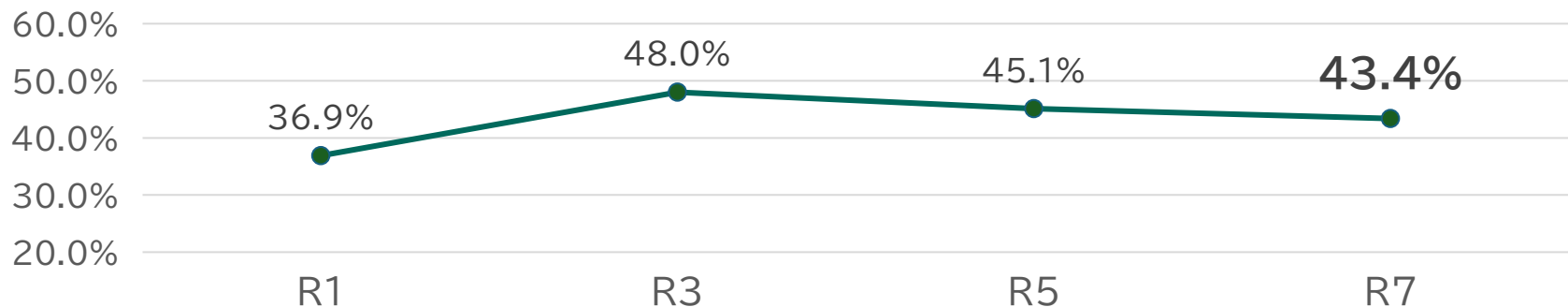




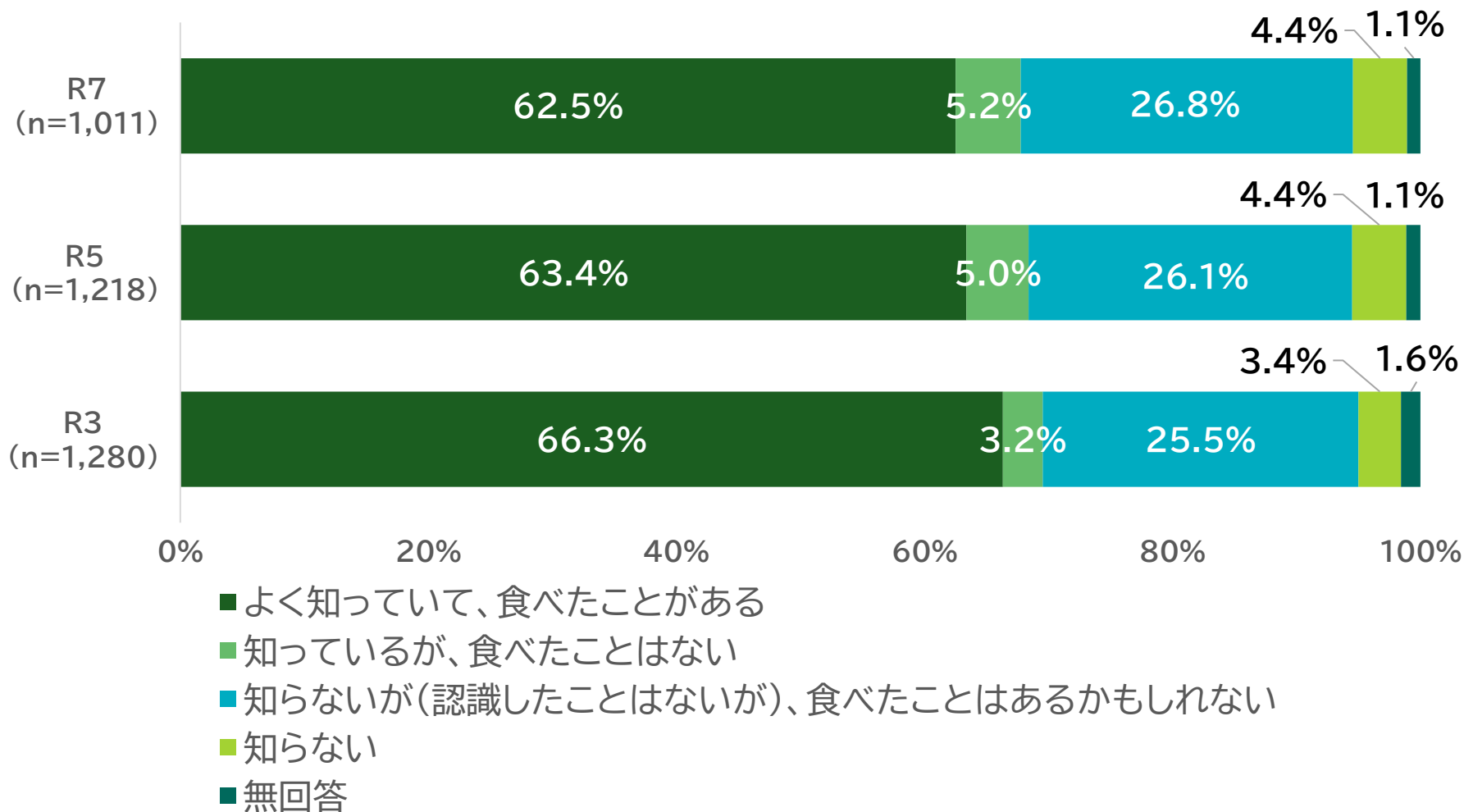
- ② ①で「受け継いでいる」を選択した方におたずねします。あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代（子やお孫さんを含む）に伝えていますか。（1つ選択）



【参考】 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている市民の割合



問12 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つ選択)

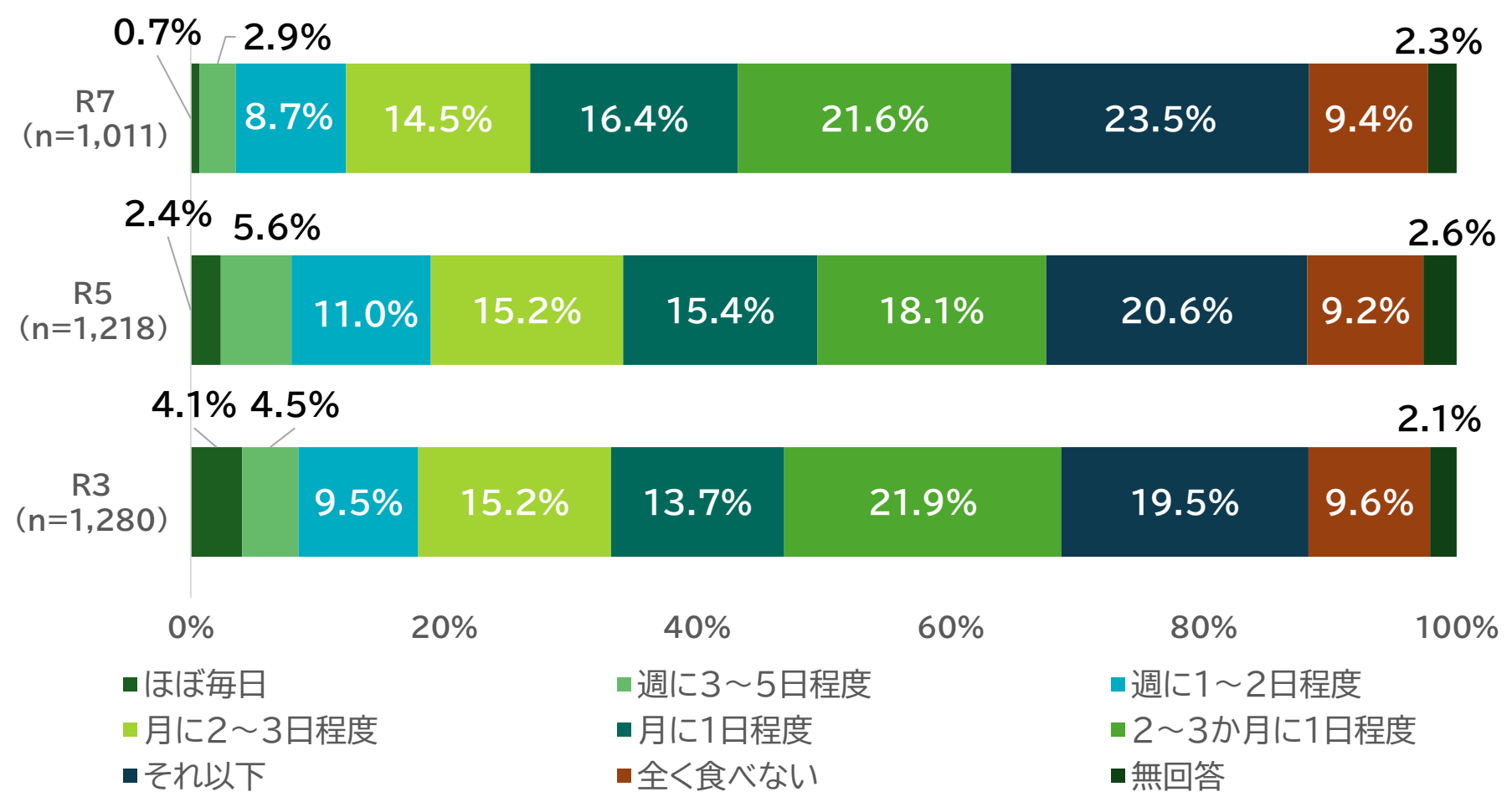


「地域の郷土料理や伝統料理を知っている」と回答した人の割合 **67.7%**

(「よく知っていて食べたことがある」62.5%+「知っているが、食べたことはない」5.2%)

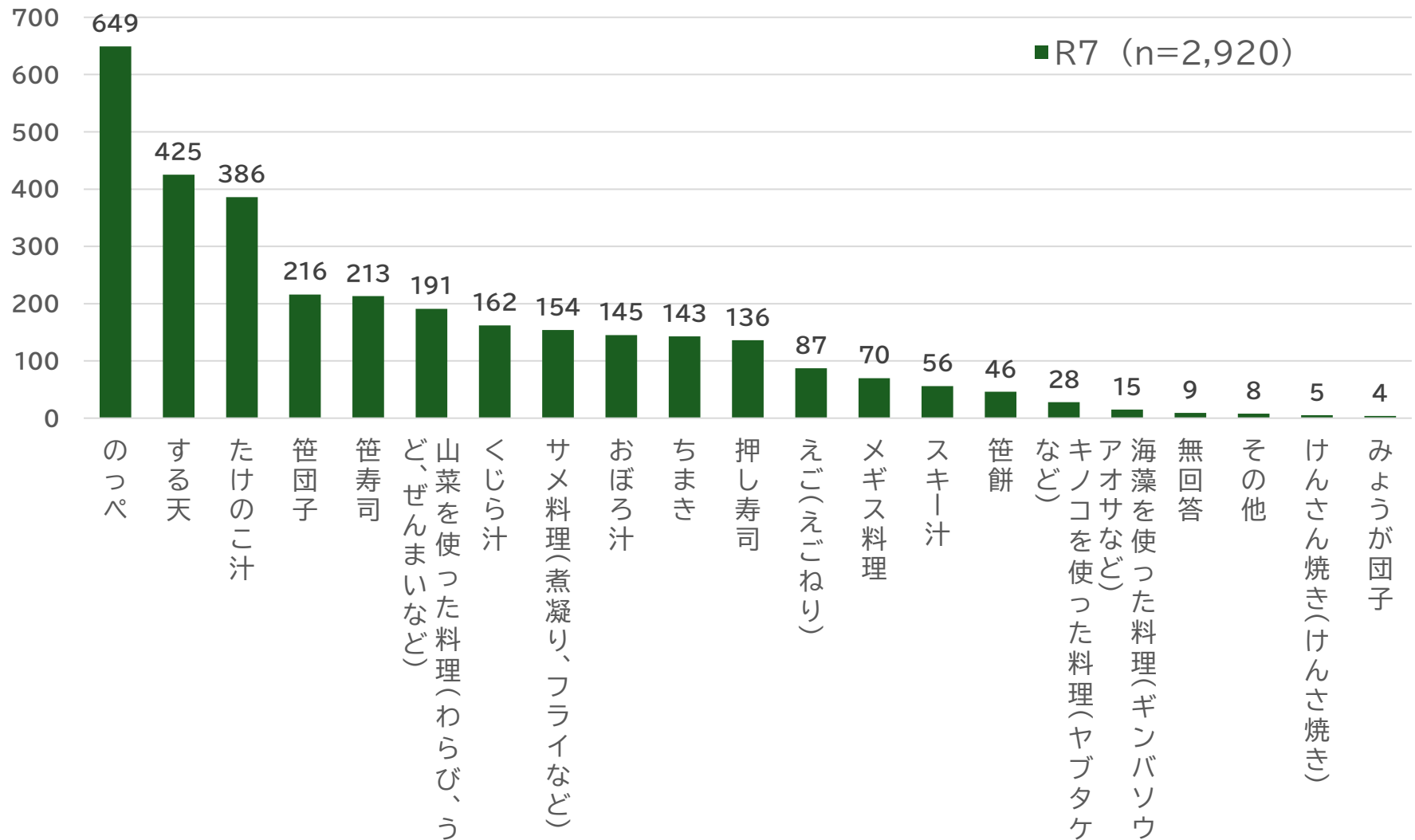
「知らない」と回答した人の割合 **4.4%**

問13 あなたは、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つ選択)

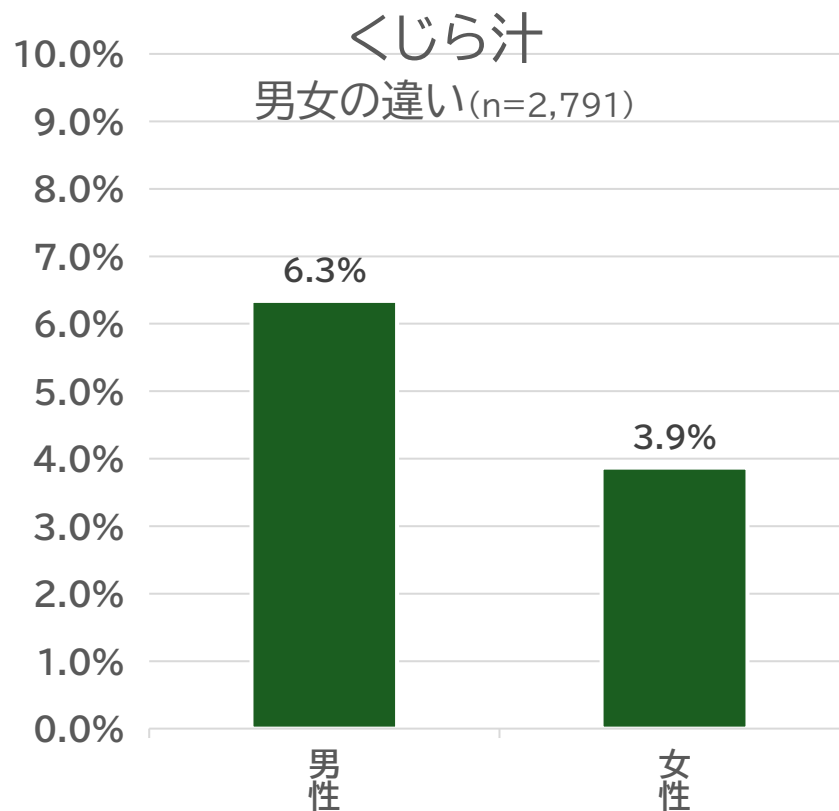
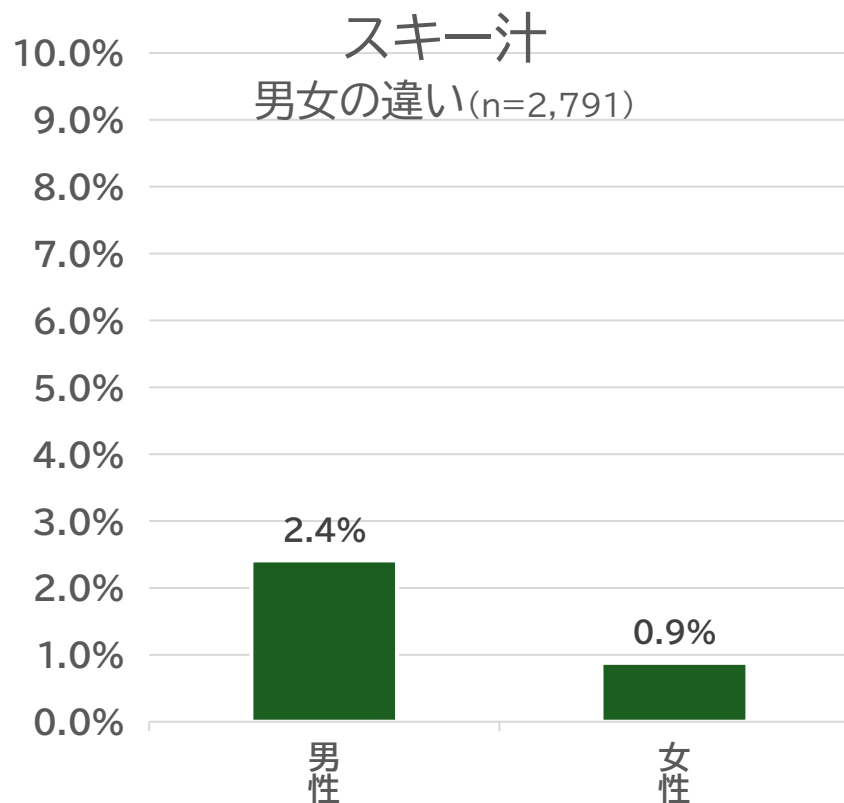


「月に1日以上」と回答した人の割合 **43.2%**
(「ほぼ毎日」0.7%+「週に3～5日程度」2.9%+「週に1～2日程度」8.7%+「月に2～3日程度」14.5%+「月に1日程度」16.4%)

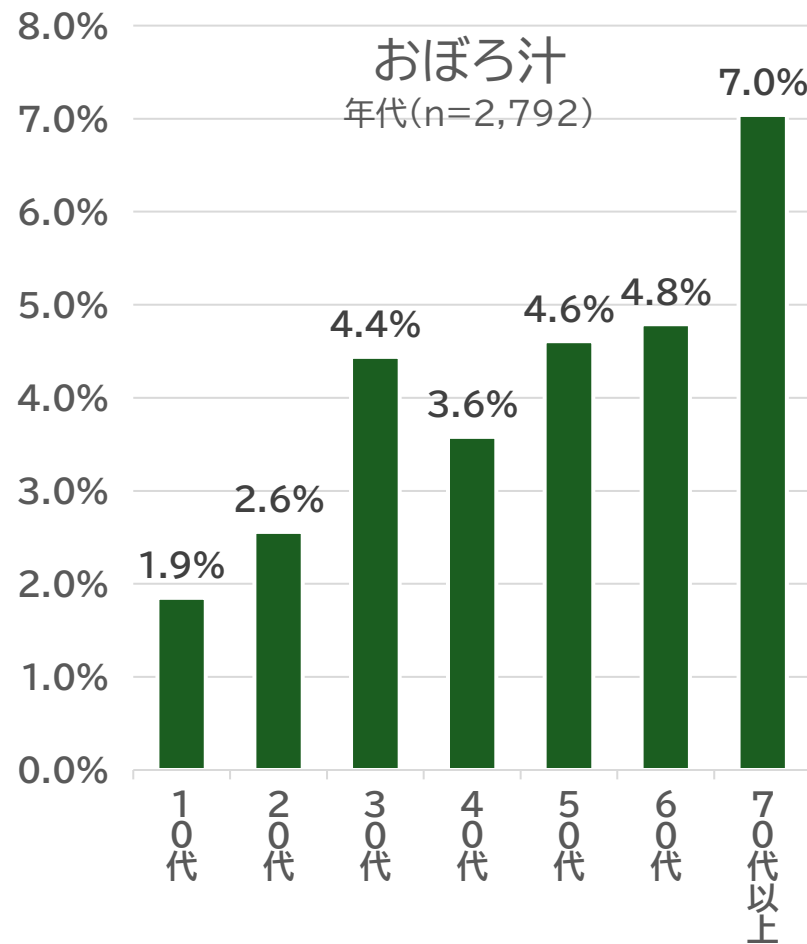
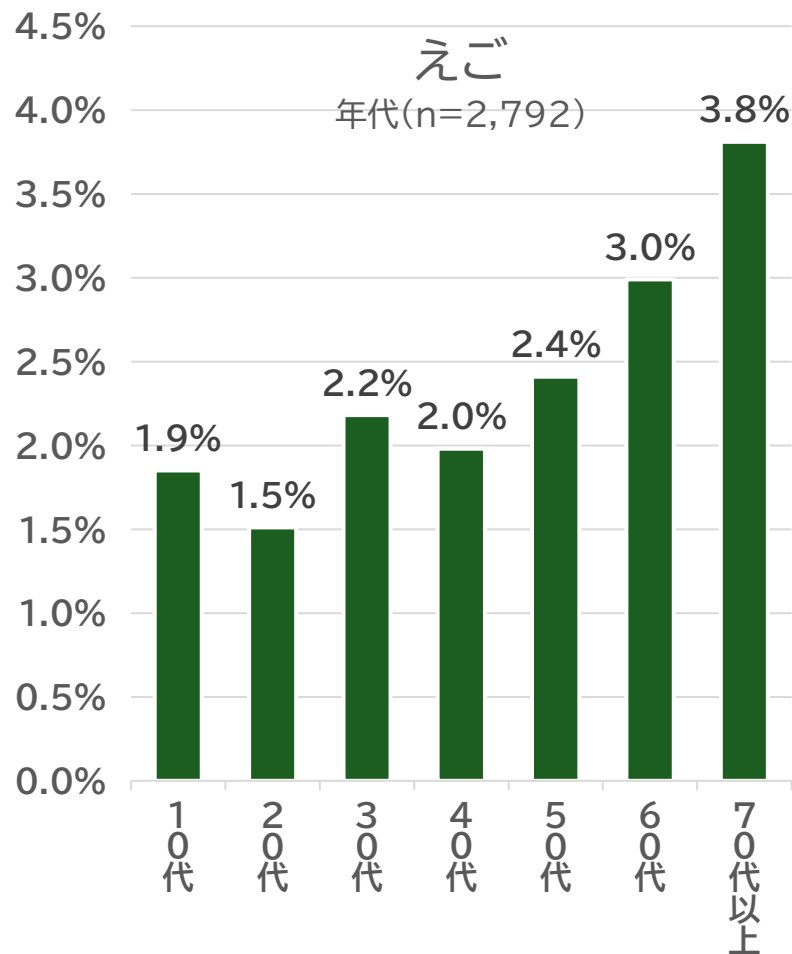
問14 上越市の郷土料理や伝統料理と聞いて、特に思い浮かぶものを
3つまで選んでください。(R7新規設問)



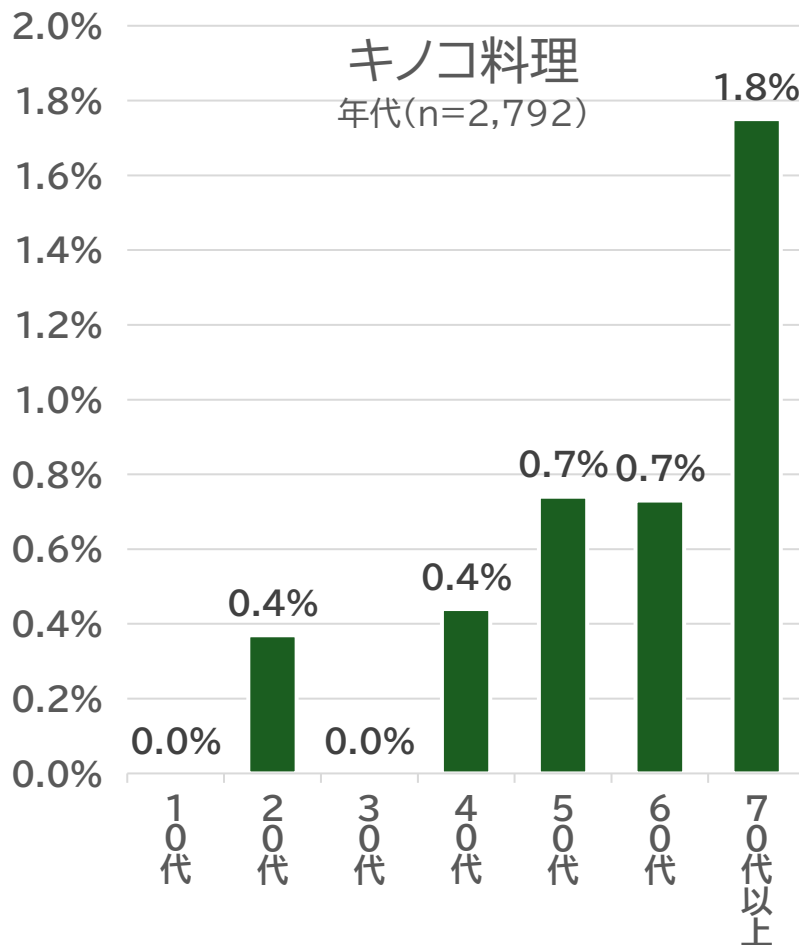
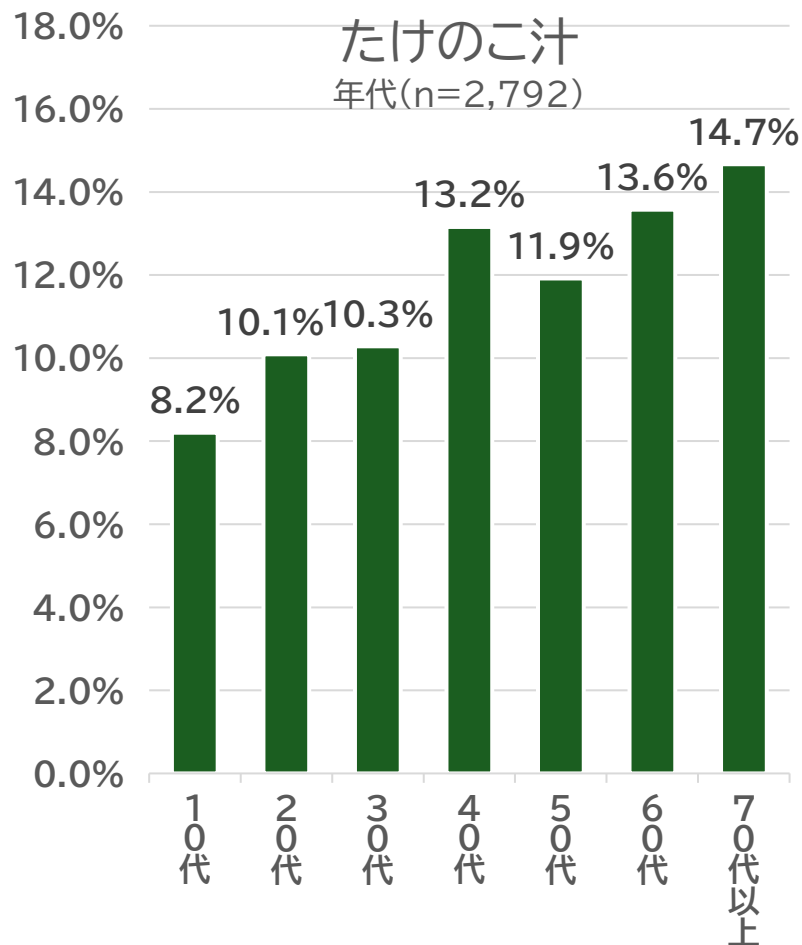
上越市の郷土料理・伝統料理と聞いて、思い浮かぶものとして、最も多かったのが、「のっぺ」、次いで「する天」、「たけのこ汁」、「笹団子」の順になっている。



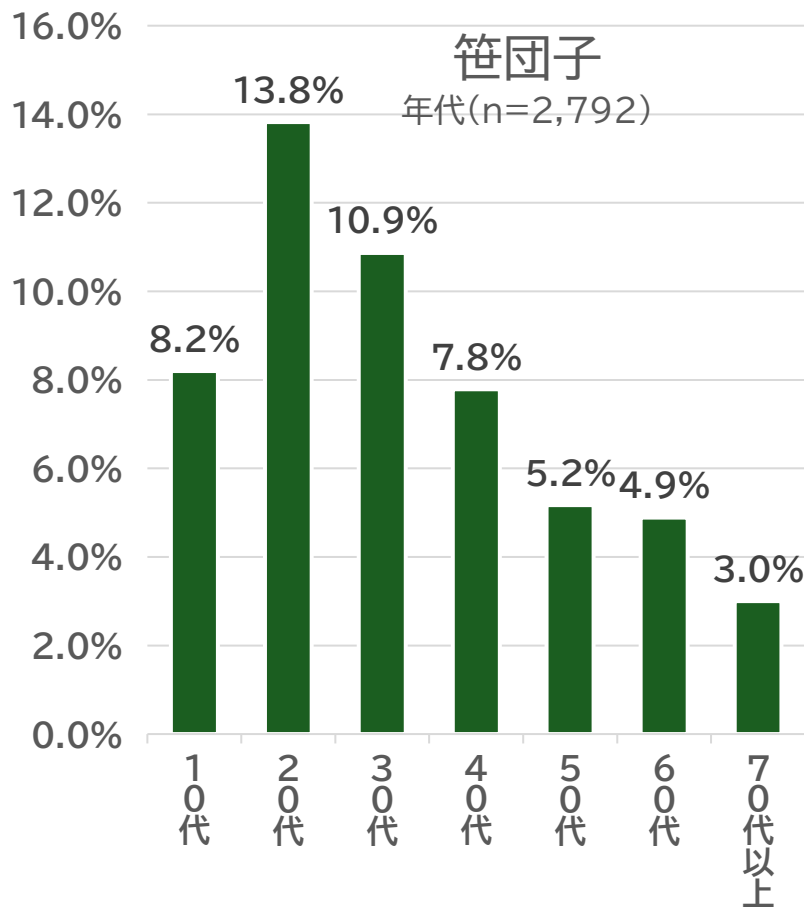
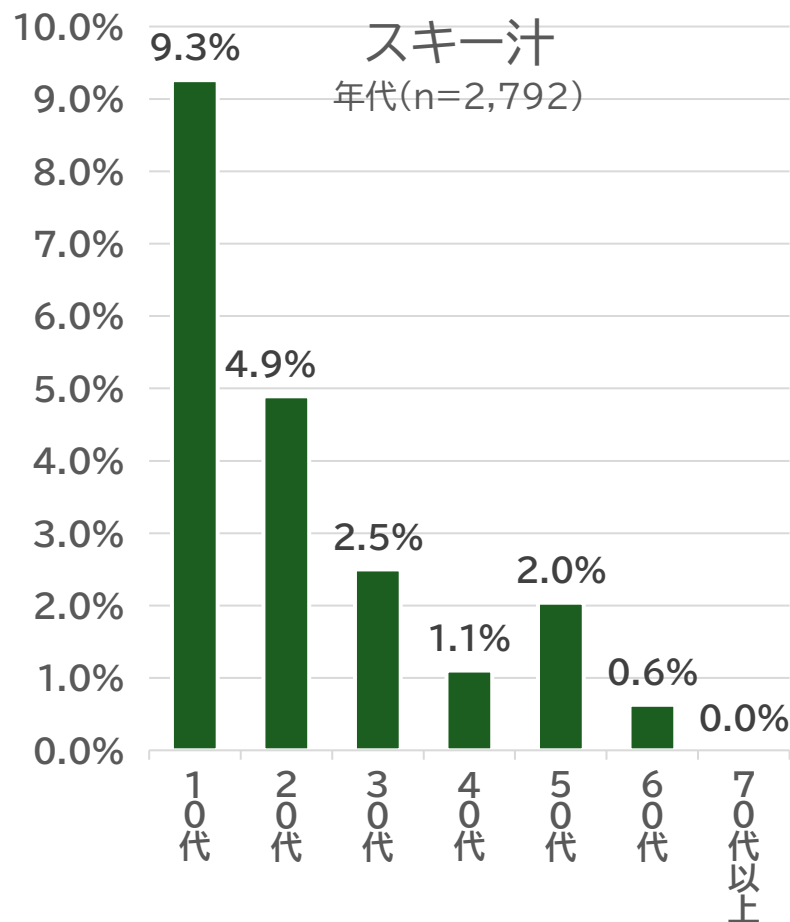
男女差では、『スキー汁』、『くじら汁』の選択割合は男性のほうが高い傾向がみられた。



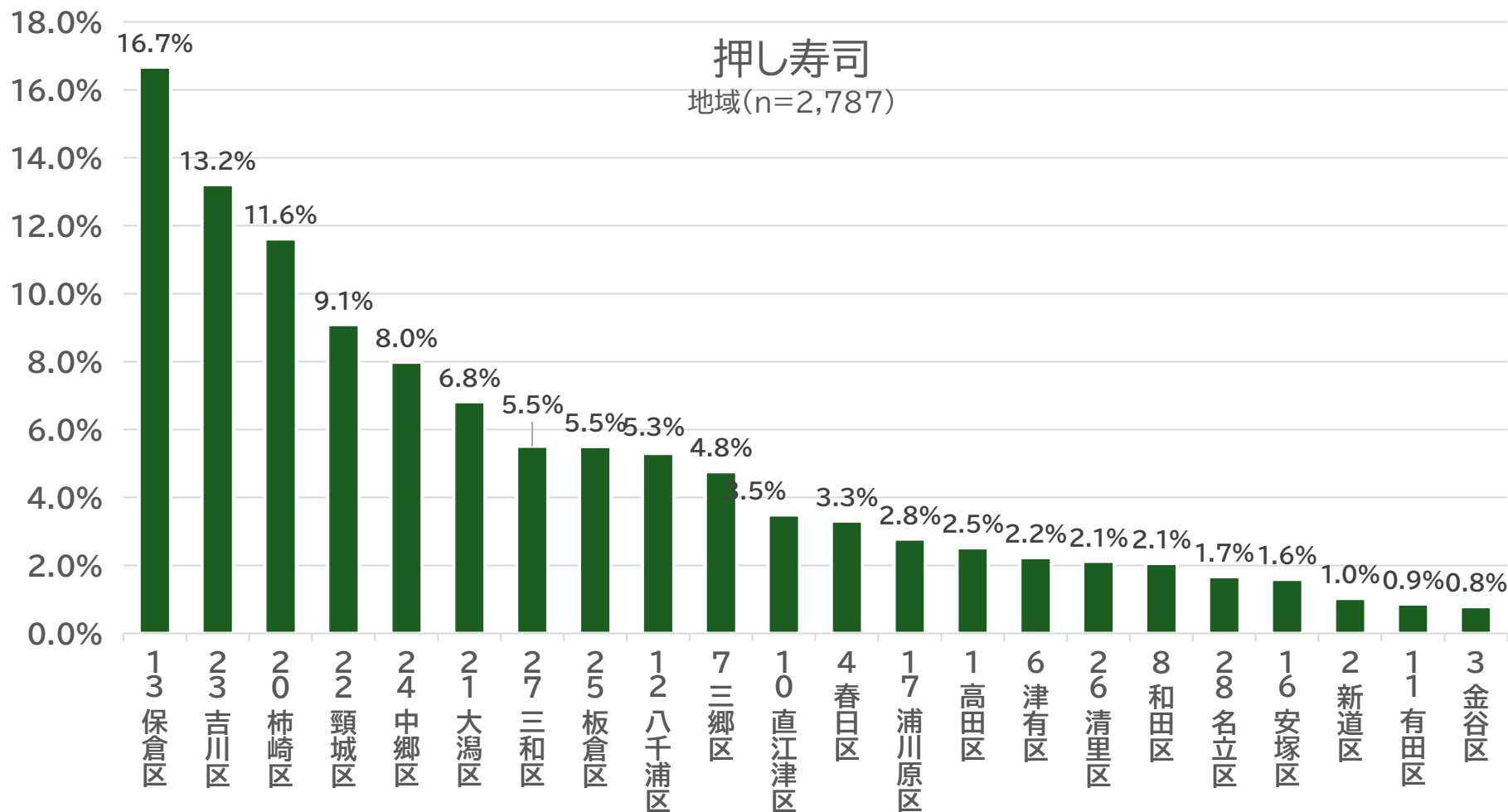
『えご』、『おぼろ汁』は、年齢が上がるほど選択割合が高くなる傾向がみられた。



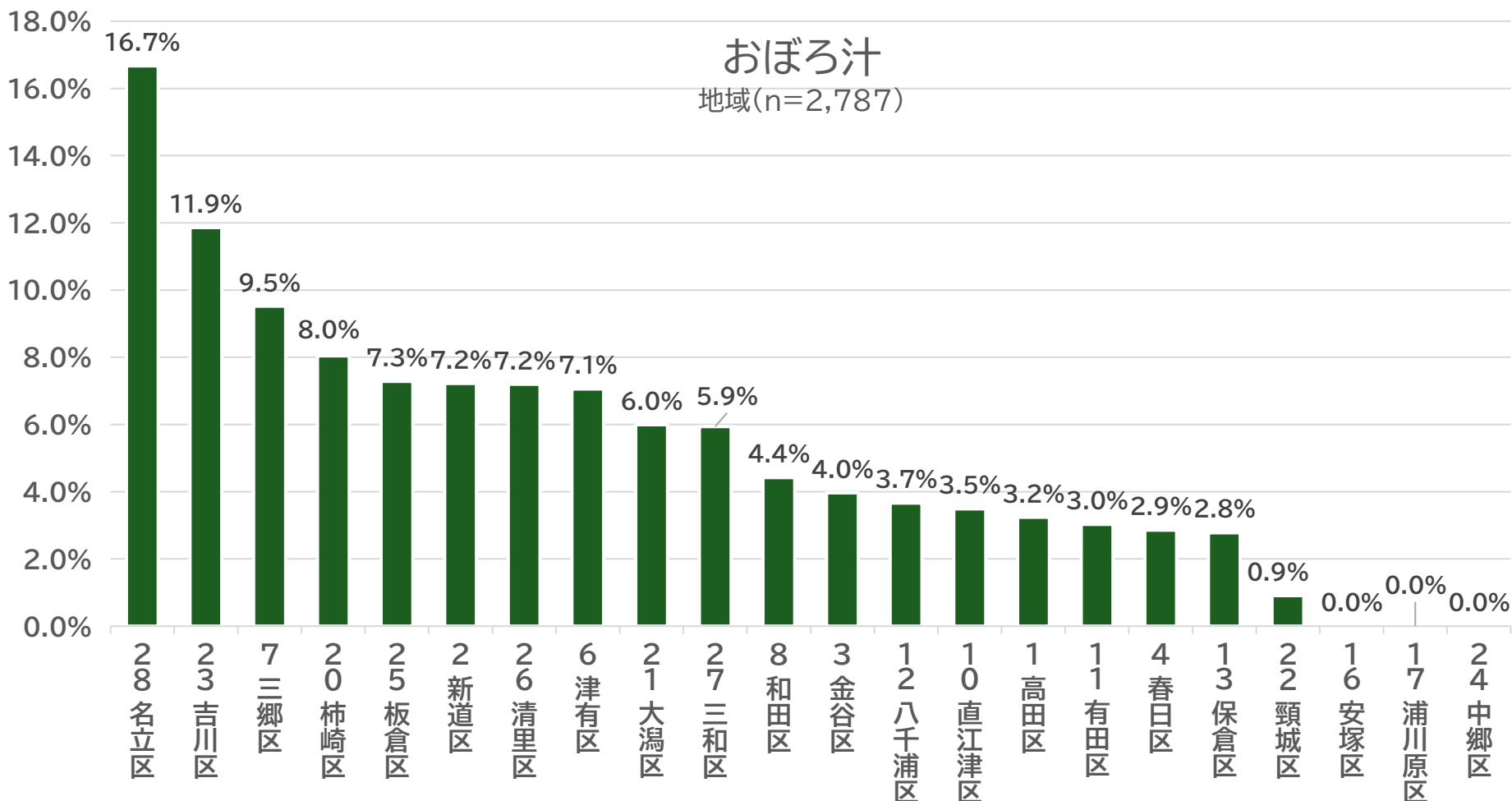
『たけのこ汁』、『キノコ料理』は、年齢が上がるほど選択割合が高くなる傾向がみられた。



『スキー汁』、『笹団子』は、年齢が若い層ほど選択割合が高い傾向がみられた。



押し寿司は、地域によって選ばれ方に差があることが分かりました(差の大きさは小さめ)。

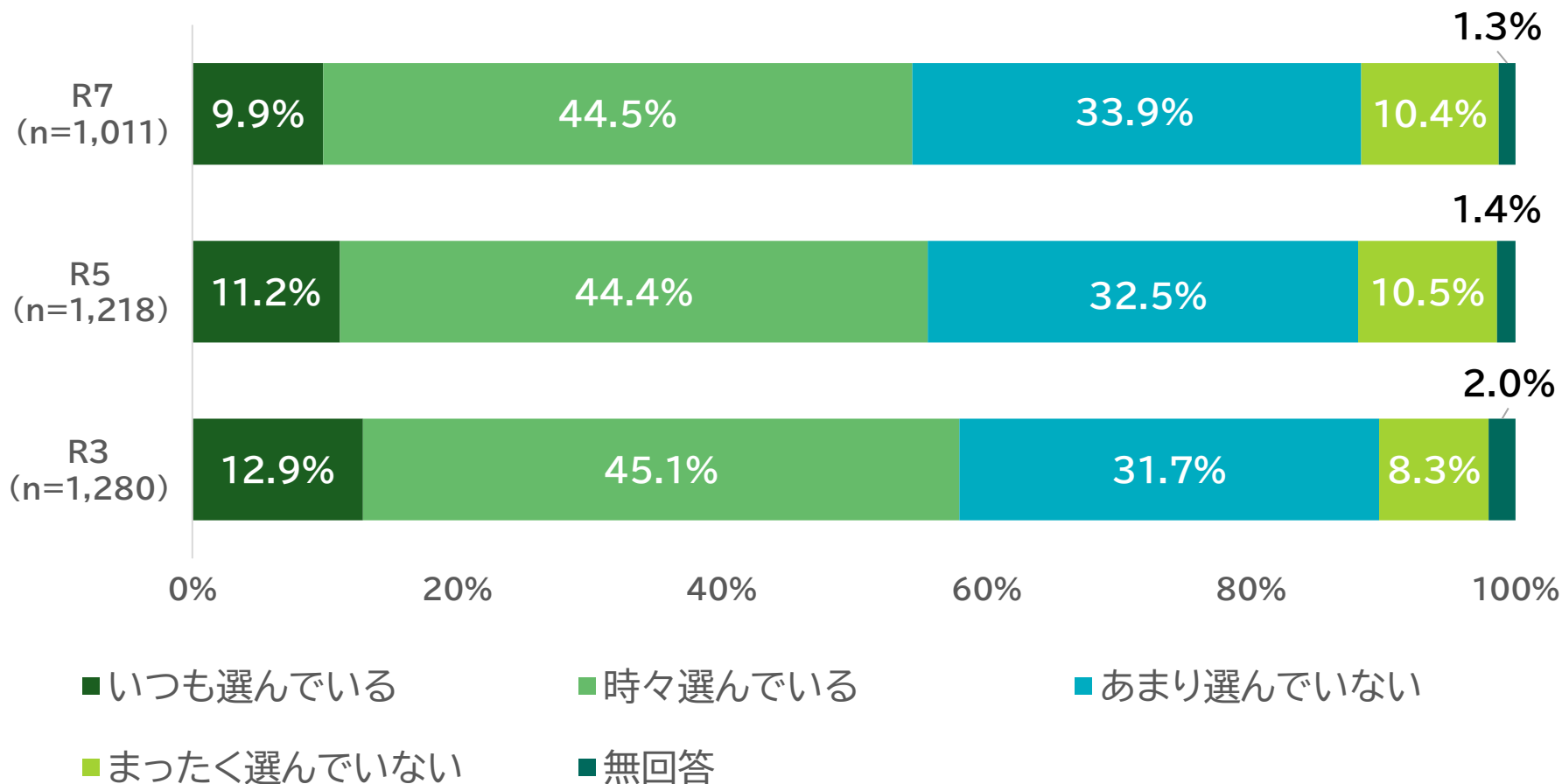


おぼろ汁は、地域によって選ばれ方に差があることが分かりました(差の大きさは小さめ)。

問15 あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいますか。
(1つ選択)



30



「選んでいる」と回答した人の割合 **54.4%**

(「いつも選んでいる」9.9%+「時々選んでいる」44.5%)

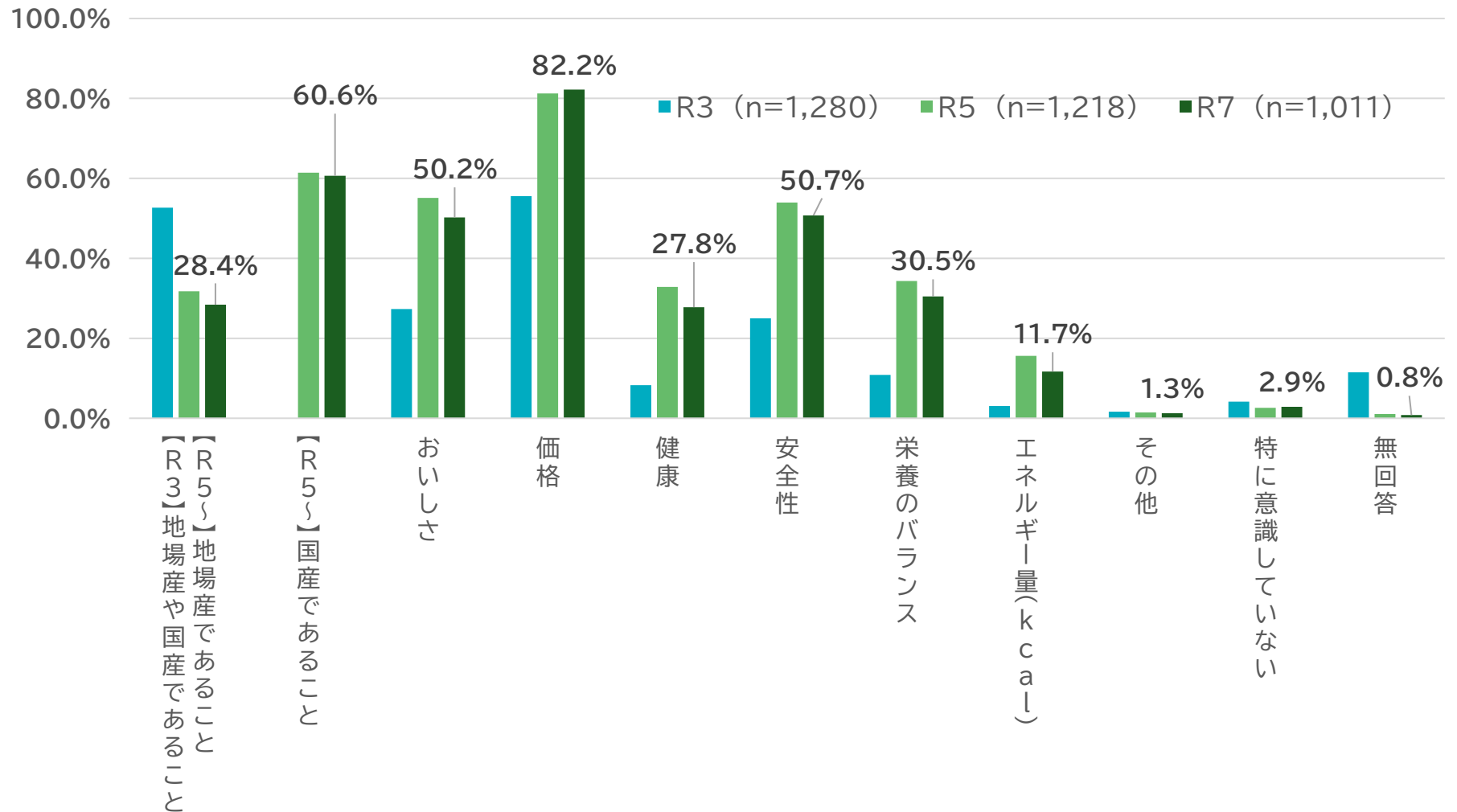
「選んでいない」と回答した人の割合 **44.3%**

(「あまり選んでいない」33.9%+「まったく選んでいない」10.4%)

問16 あなたが、食品を購入する際に意識していることは何ですか（全て選択）



31

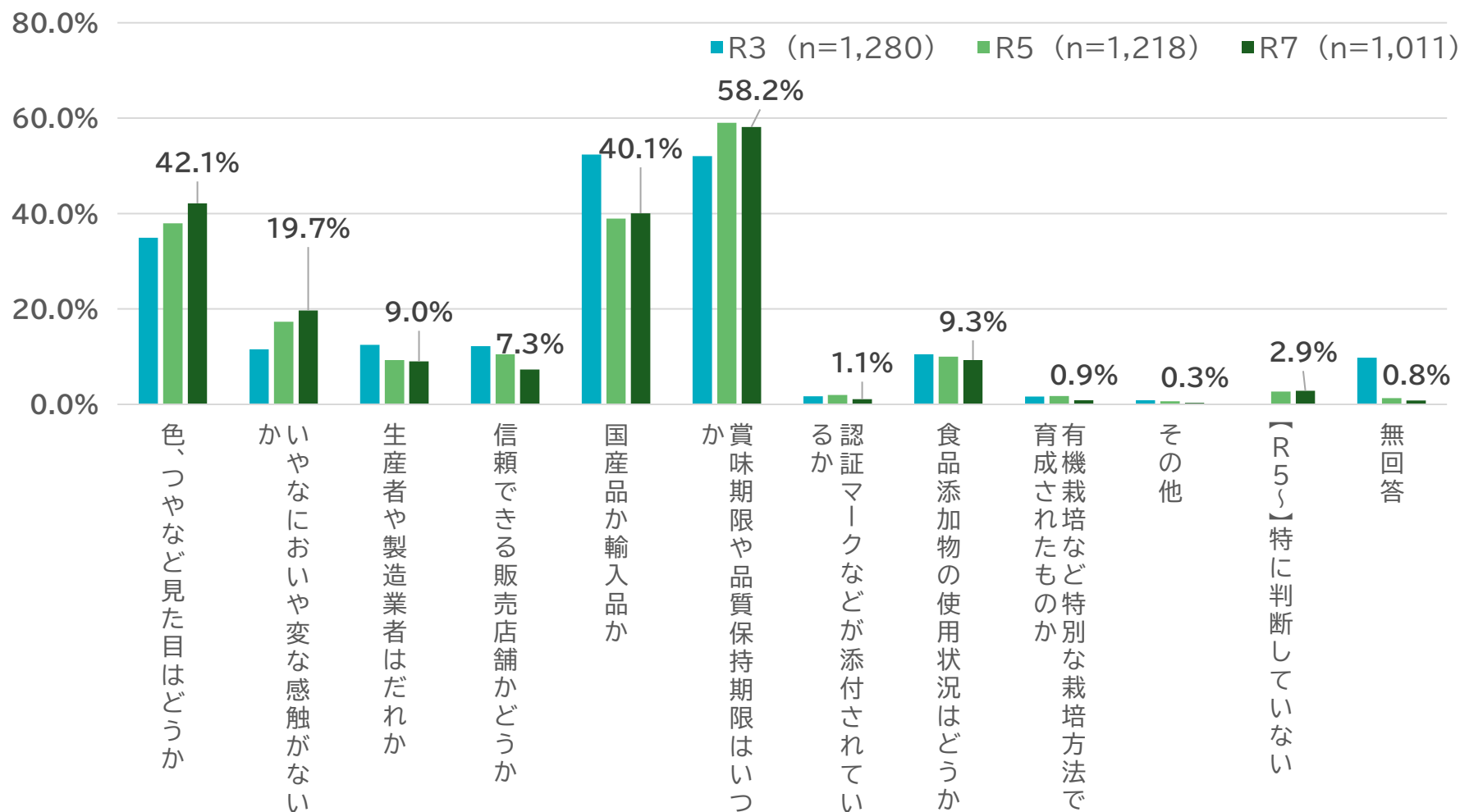


「価格」と回答した方の割合が82.2%と最も高く、次いで、「国産であること」が60.6%、「安全性」が50.7%、「おいしさ」が50.2%の順となっている。

問17 あなたは、食品を購入する際に安全性をどのように判断していますか。
(2つまで選択)



32

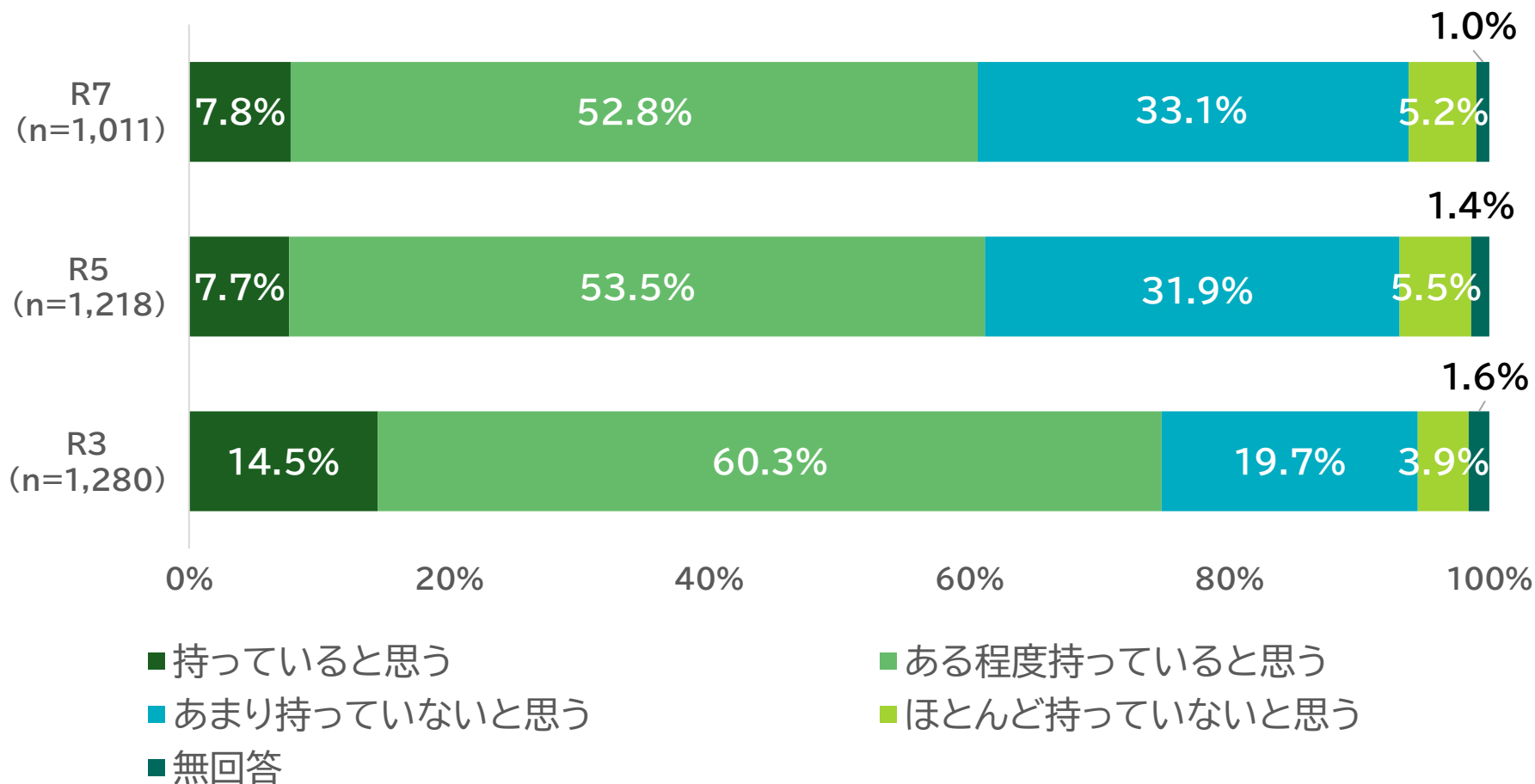


「賞味期限や品質保持期限はいつか」と回答した方の割合が58.2%と最も高く、次いで、「色、つやなど見た目はどうか」が42.1%、「国産品か輸入品か」が40.1%となっている。

問18 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ると思いますか。(1つ選択)



33



「持っていると思う」と回答した人の割合 **60.6%**

(「持っていると思う」7.8%+「ある程度持っている」52.8%)

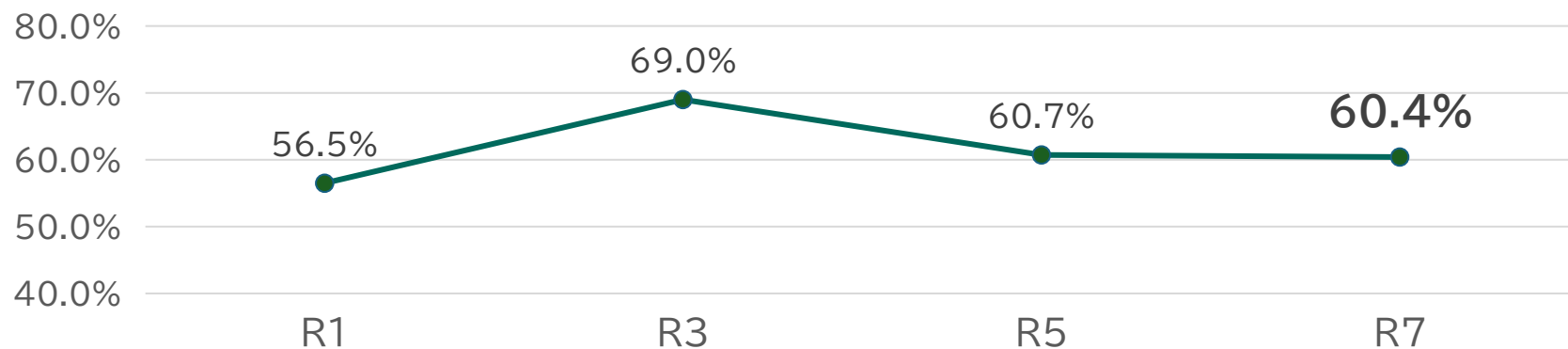
「持っていないと思う」と回答した人の割合 **38.3%**

(「あまり持っていない」33.1%+「まったく持っていない」5.2%)

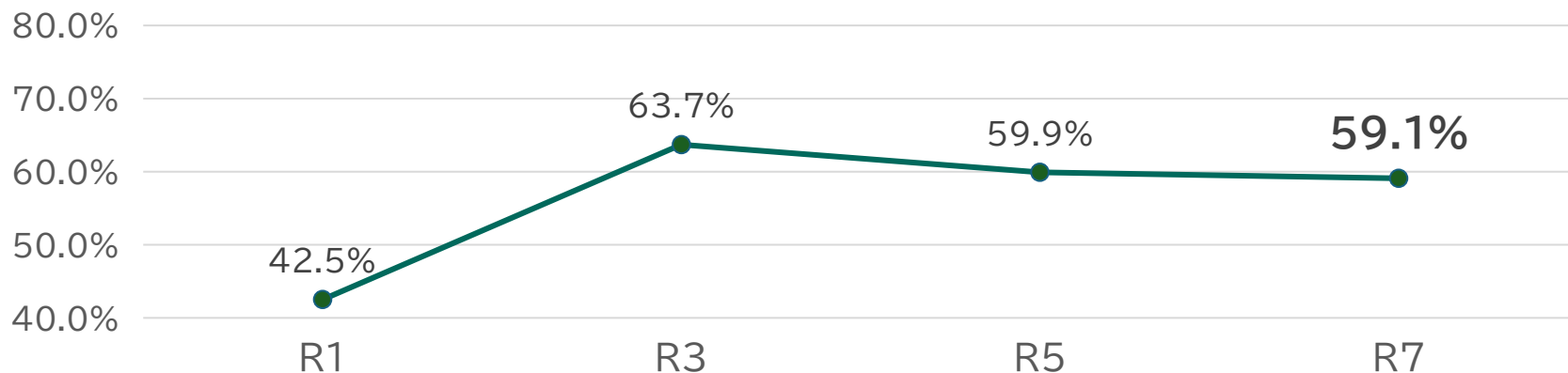
問18 あなたは、安全な食生活を送るための、食品の安全性に関する基礎的な知識を持っていると思いますか。(1つ選択)



【参考】（全世代）食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合



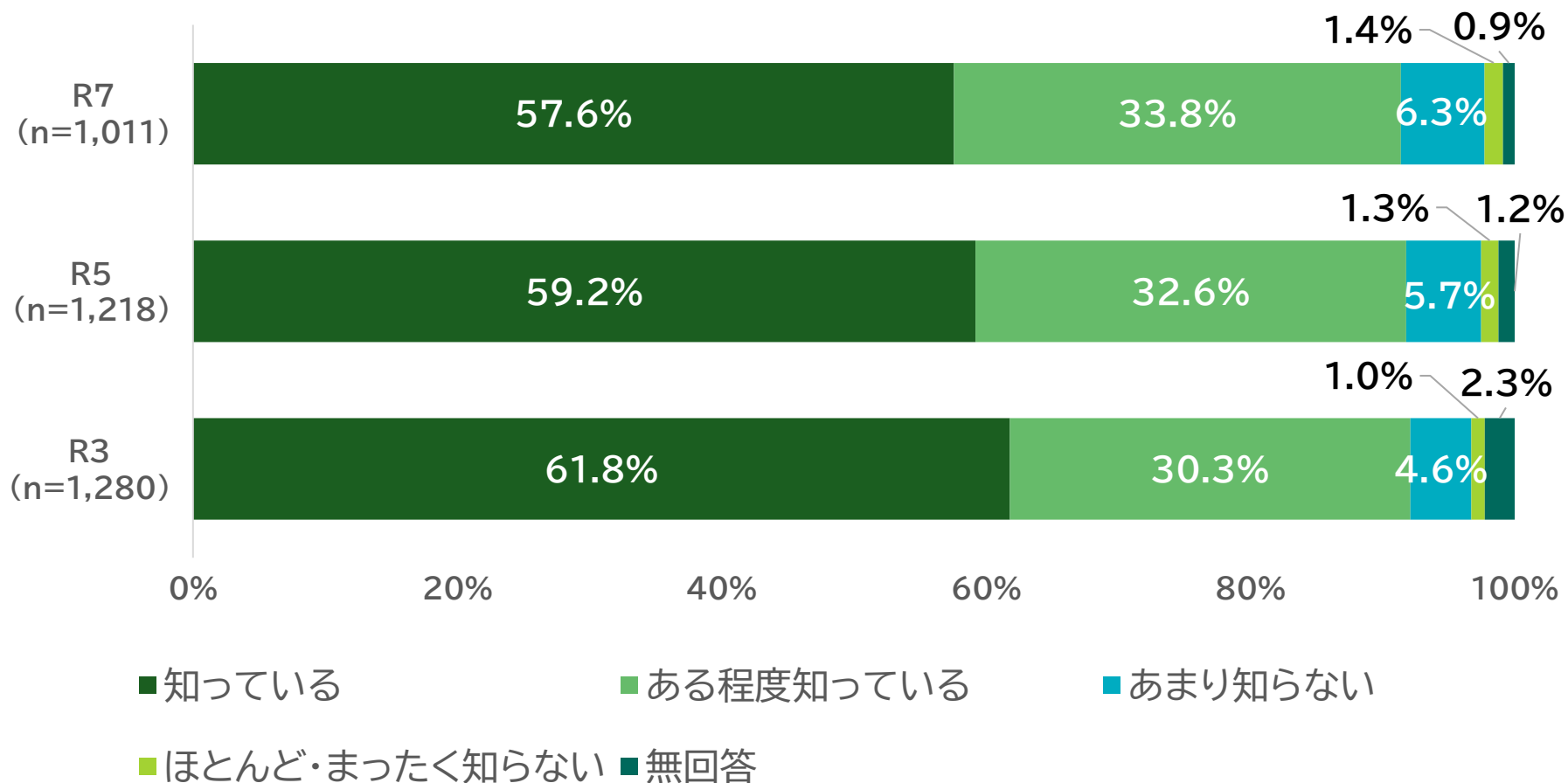
【参考】（若い世代）食品の安全性について基礎的な知識を持ち、自ら判断する市民の割合



問19 あなたは、「食品ロス」という問題を知っていますか。(1つ選択)



35



「知っている」と回答した人の割合 **91.4%**

(「知っている」57.6%+「ある程度知っている」33.8%)

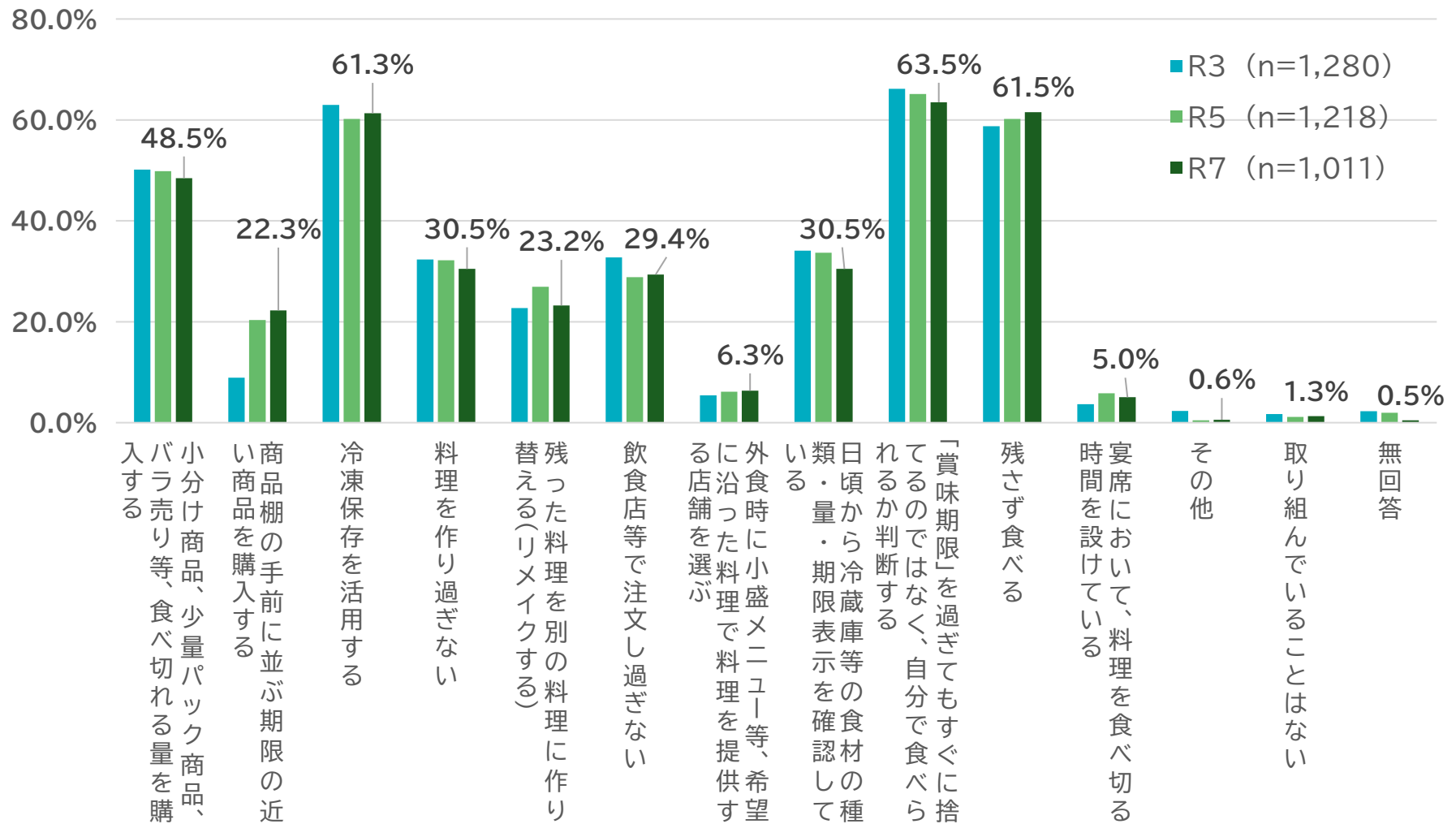
「知らない」と回答した人の割合 **7.7%**

(「あまり知らない」6.3%+「ほとんど・まったく知らない」1.4%)

問19 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。(すべて選択)



36



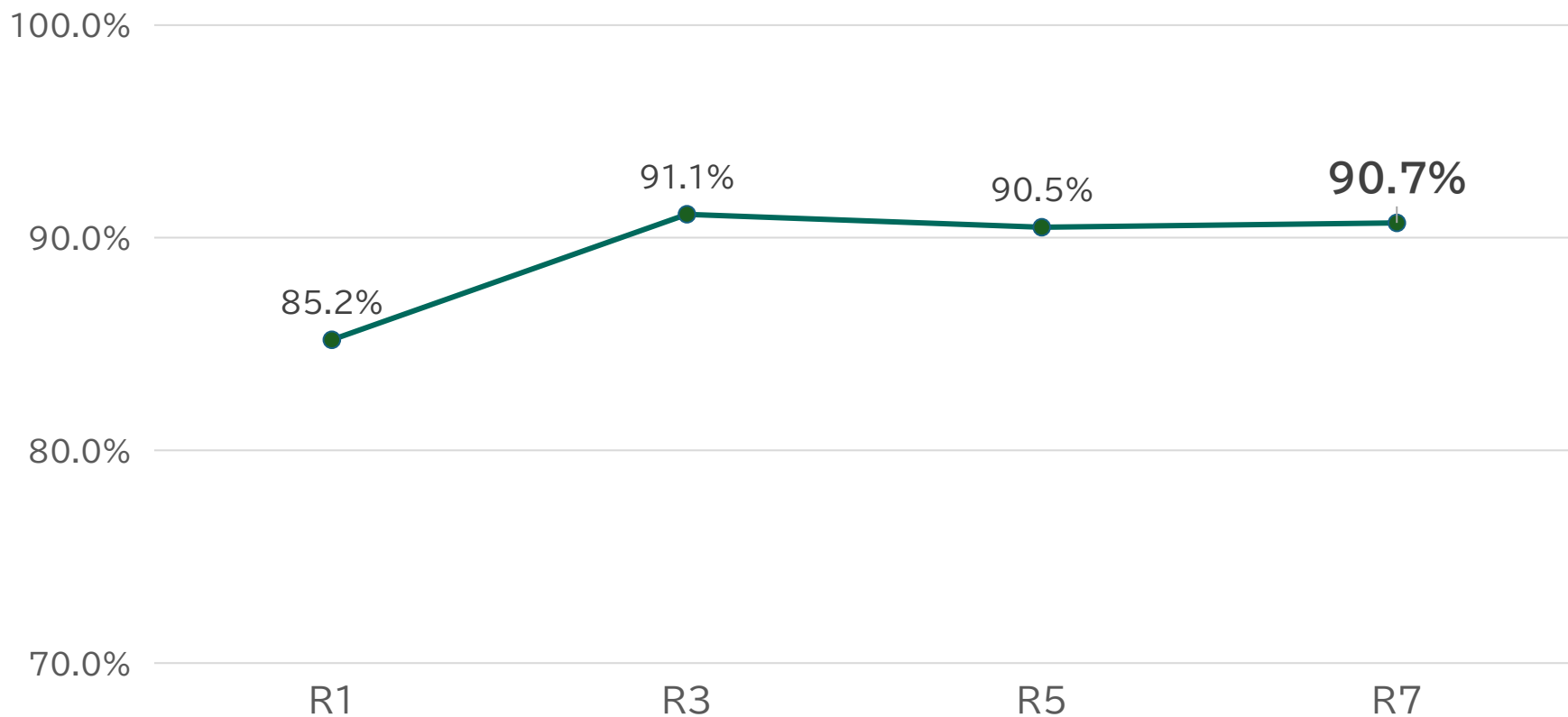
「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する」(63.5%)が最も高く、次いで「残さず食べる」(61.5%)、「冷凍保存を活用する」(61.3%)の順となっている。

問19 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。(すべて選択)



37

【参考】 食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合



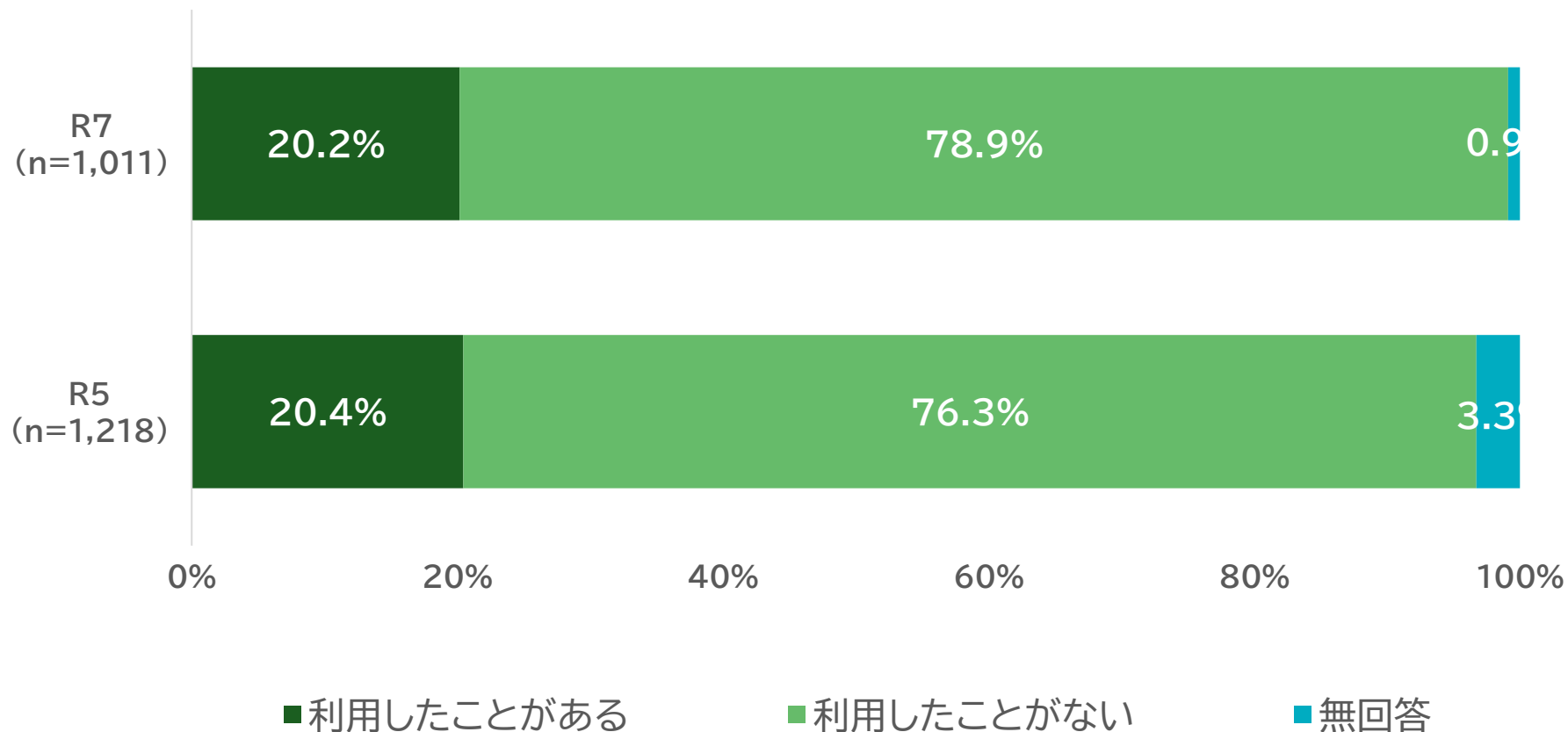
食品ロス問題を「知っている」と回答し、かつ食品ロスを減らすための取組を行っているとは回答した人の割合を算出。

問21 デジタル技術を活用した食育の利用状況についておたずねします。



38

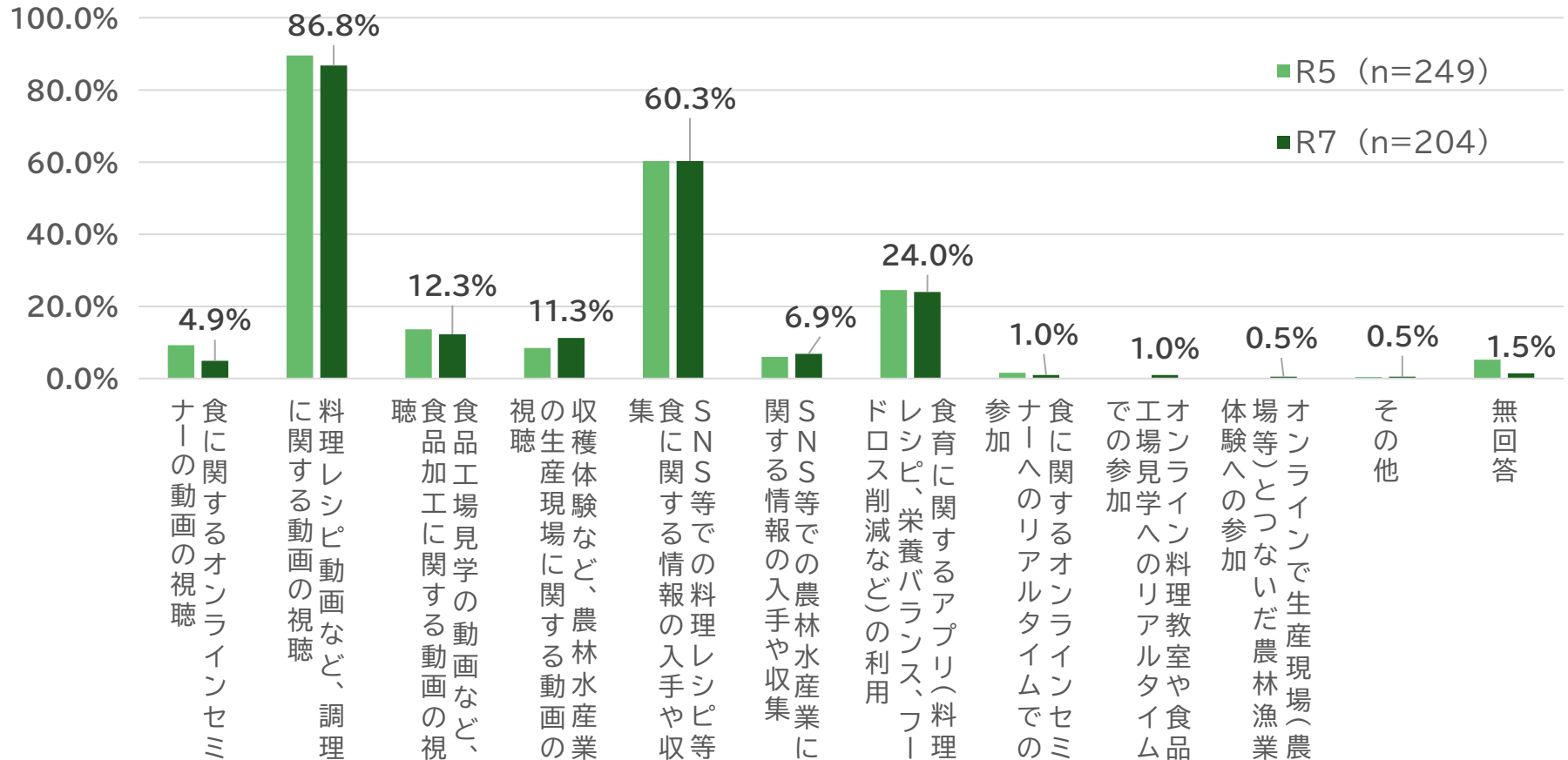
- ① あなた又はあなたのご家族は、これまでにデジタル技術を活用した食育(インターネット等を通じた食育に関する情報や体験など)を利用したことがありますか。(1つ選択)





② ※①で「利用したことがある」を選択した方におたずねします。

利用したことがあるコンテンツを教えてください。



①で「利用したことがある」と回答した方に、利用したことがあるコンテンツを聞いたところ、「料理レシピ動画など、調理に関する動画の視聴」(**86.8%**)と最も高く、次いで「SNS等での料理レシピ等、食に関する情報の入手や収集新聞、雑誌、本」(**60.3%**)の順となっている。