

# 令和3年度 食育に関する実態調査 集計結果

## ◆調査の目的

本市では、市民の健康寿命の延伸と地産地消の推進を図るため、平成30年3月に平成30年度から令和4年度までの5年間の計画期間とする「第3次宮崎市食育・地産地消推進計画」を策定しました。そこで、本計画の達成に向け、市民の食に関する実態を把握し、よりいっそうの食育・地産地消の推進に取り組むため調査を実施しました。

## ◆調査の概要

- (1) 調査時期 令和3年11月（発送日：令和3年11月16日、返送期限：令和3年12月3日）
- (2) 対象者 2,000人（住民基本台帳データより無作為に抽出した16歳以上の宮崎市民）
- (3) 回答数 788人（回答率39.4%） 10代から80代の男女にアンケート用紙を郵送配布

## ◆調査結果概要

- 【問1】 男性:362名 女性:422名 無回答:4名
- 【問2】 10代:53名 20代:47名 30代:77名 40代:105名 50代:100名  
60代:144名 70代:140名 80代:121名 無回答:1名
- 【問3】 農林水産業:15名 自営業:49名 会社員:181名 公務員:63名  
パート・アルバイト:101名 主婦・主夫:88名 学生:44名 無職:211名  
その他:33名 無回答:3名
- 【問4】 宮崎市佐土原町:74名 宮崎市田野町:20名 宮崎市高岡町:14名  
宮崎市清武町:65名 それ以外の宮崎市内:611名 無回答:4名
- 【問5】 一人暮らし:176名 家族と住んでいる:611名 施設:0名 無回答:1名  
中学生以下のいる世帯:148世帯 65歳以上がいる世帯:374世帯
- 【問6】 0皿:23名 1皿(70g):135名 2皿(140g):223名 3皿(210g):207名  
4皿(280g):107名 5皿(350g):70名 6皿(420g):9名 7皿(490g):6名  
無回答:8名
- 【問7】 知っていた:360名 知らなかった:417名 無回答:11名
- 【問8】 知っていた:83名 知らなかった:689名 無回答:16名
- 【問9】 体験したことがある:426名 体験したことがない:352名 無回答:10名
- 【問10】 米作り:280名 農作業:187名 収穫:316名 畜産:58名 漁業:146名  
里山:79名 栽培:169名 その他:7名 体験したことがない、無回答:10名
- 【問11】 毎日(週7日)食べる:395名 週5~6日食べる:98名 週3~4日食べる:45名  
週1~2日食べる:28名 一人で食べる人が多い:38名 一人暮らしや無回答:184名
- 【問12】 毎日(週7日)食べる:300名 週5~6日食べる:180名 週3~4日食べる:148名  
週1~2日食べる:71名 ほとんどない:39名 無回答:50名
- 【問13】 宮崎産の食品:245名 国内産の食品:503名 輸入品:5名 特にこだわらない:146名  
無回答:14名

## ◆調査結果まとめ

今回のアンケートでは、市民の野菜摂取量は、厚生労働省が生活習慣病予防の目安と掲げている1日の摂取量350gよりも少ない人が多く、350g以上摂取しているのは全体の11%でした。（問6）

また、半数以上の人々が、厚生労働省が推奨している「健康の維持・増進のため1日350g以上の野菜を食べること」を認知している（問7）にもかかわらず、約9割の人が1日350gの野菜を食べることを推奨する「MVP350」の取り組みを認知していませんでした。（問8）

このことから、「MVP350」を多くの市民に認知していただくよう周知することで、野菜を350g以上摂取することをより身近に感じていただき、野菜摂取量増加につながると考えられます。

さらに、食品を購入する際に8割以上の人々が宮崎産や国産の食品を選択し、その中でも約3割の人が宮崎産の食品を選択しており、地元の食品へのこだわりや「食の安心・安全」への関心の高さがうかがえる結果となりました。（問13）

全体で見ると、男女別では、男性よりも女性のほうが野菜摂取に対する意識が高く、実際の野菜摂取量も多いという結果になりました。また、国産や県内産のものを選ぶ人も女性のほうが多いという結果になりました。

年代別では、若年層よりも高齢の世代のほうが野菜摂取に対する意識が高く、野菜摂取量も多いという結果になりました。また、国産や県内産のものを選ぶ人も高齢の世代が多いという結果になりました。

これらのことから、今後は、若年層のとくに男性を中心に「MVP350」の取り組みを展開していくことで、市民全体の野菜摂取に対する意識の向上による野菜摂取量の底上げから健康寿命の延伸につながると考えられます。

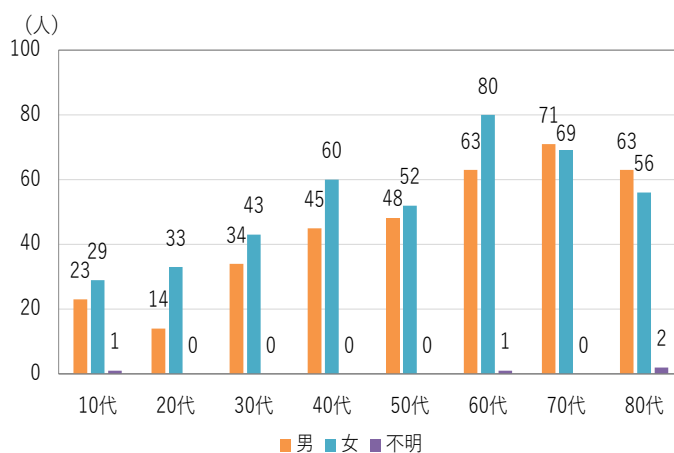
## ◎調査結果

問1 あなたの性別を教えてください。

問2 あなたの年齢を教えてください。

全体的に女性のほうが回答率が高く、世代別では高齢の世代で回答率が高くなりました。

	男	女	不明	計	割合
10代	23	29	1	53	6.7%
20代	14	33	0	47	6.0%
30代	34	43	0	77	9.8%
40代	45	60	0	105	13.3%
50代	48	52	0	100	12.7%
60代	63	80	1	144	18.3%
70代	71	69	0	140	17.8%
80代	63	56	2	121	15.4%
計	361	422	4	787	100.0%
無回答	1	0	0	1	-



問3 あなたの職業を教えてください。

全体的に無職が最も多く、次いで会社員が多い結果となりました。

選択肢	回答数	割合
農林水産業	15	1.9%
自営業	49	6.2%
会社員	181	23.1%
公務員	63	8.0%
パート・アルバイト	101	12.9%
主婦・主夫	88	11.2%
学生	44	5.6%
無職	211	26.9%
その他	33	4.2%
計	785	100.0%
無回答	3	-

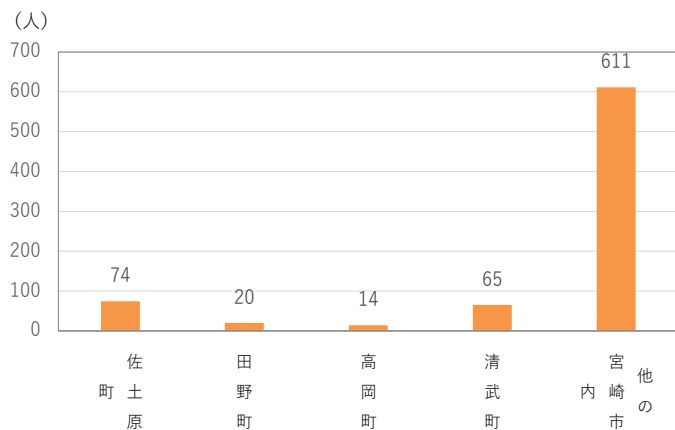


その他として回答のあった職業  
 ・公園管理 ・司法修習生 ・団体職員

#### 問4 あなたのお住まいを教えてください。

旧4町以外の宮崎市内が最も多いという結果になりました。

選択肢	回答	割合
佐土原町	74	9.4%
田野町	20	2.6%
高岡町	14	1.8%
清武町	65	8.3%
他の宮崎市内	611	77.9%
計	784	100.0%
無回答	4	-



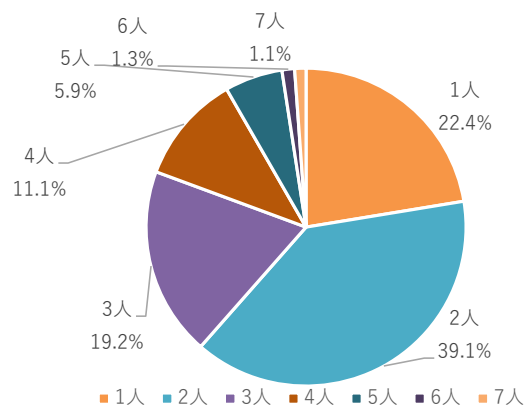
#### 問5 あなたと一緒に暮らしているご家族について教えてください。( )内にご記入ください。

一緒に暮らしている家族は、あなたを含めて( )名、そのうち、中学生以下が( )名、65歳以上が( )名

2人暮らしが最も多く、次いで1人暮らし、3人暮らしが多いという結果になりました。

一緒に住んでいる人数	回答数	割合
1人	176	22.4%
2人	307	39.0%
3人	151	19.2%
4人	87	11.1%
5人	46	5.8%
6人	10	1.3%
7人	9	1.1%
8人以上	1	0.1%
施設	0	0.0%
計	787	100.0%
無回答	1	-

	回答数	割合
中学生以下がいる世帯	148	18.8%
65歳以上がいる世帯	374	47.5%

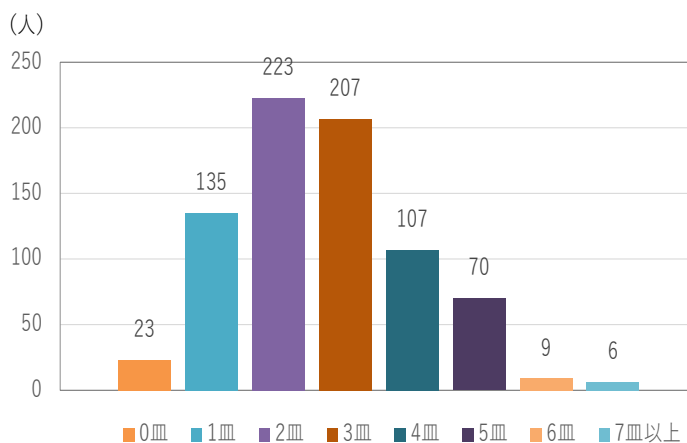


**問6 あなたは、1日平均およそ何gの野菜を摂取していると思いますか。下の1皿当たり70gの野菜を使った料理の例を参考に、毎日およそ何皿の野菜料理を食べていると思いますか。**

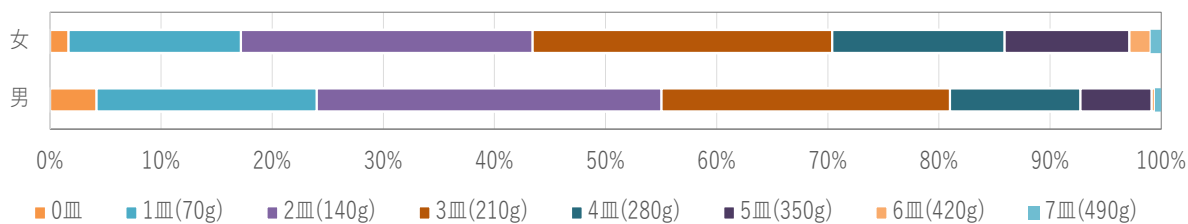
全体的に、1皿～3皿の人が約7割を占める結果になりました。

男女別では女性の方が皿数が多く、世代別で見ると高齢の世代の方が皿数が多い結果になりました。

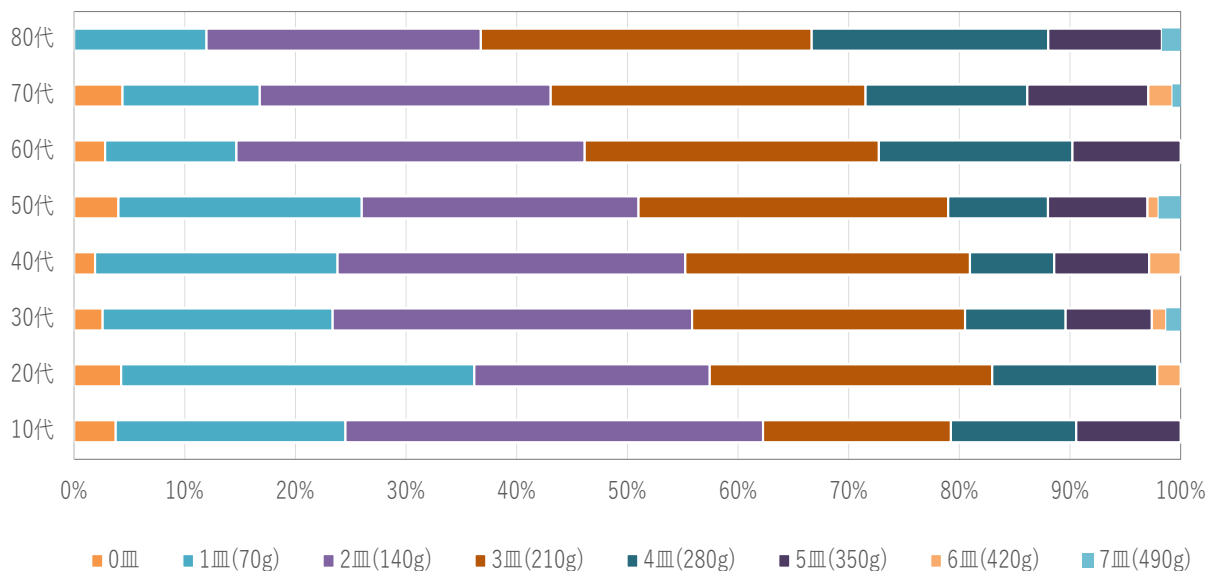
選択肢	回答数	割合
0皿(0g)	23	2.9%
1皿(70g)	135	17.3%
2皿(140g)	223	28.6%
3皿(210g)	207	26.5%
4皿(280g)	107	13.7%
5皿(350g)	70	9.0%
6皿(420g)	9	1.2%
7皿(490g)以上	6	0.8%
計	780	100.0%
無回答	8	-



男女別



年代別



第3次宮崎市食育・地産地消推進計画における数値目標

指標	基準値 (2016年度)	2018年度	2019年度	2020年度	今回 2021年度	目標値 (2022年度)
(1) 成人1日あたりの野菜摂取量	男性292g 女性278g	男性154g 女性174g	男性160g 女性185g	男性160g 女性175g	男性171g 女性200g	350g

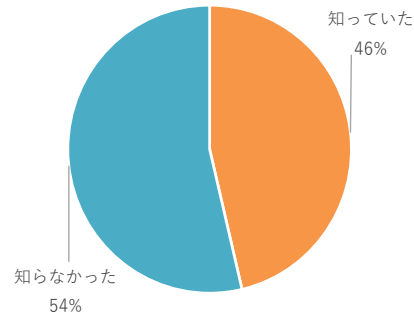
**問7 あなたは、厚生労働省が推奨している「健康の維持・増進のため1日350g以上の野菜を食べること」をご存知でしたか。**

全体的に、約半数の人が「健康の維持・増進のため1日350g以上の野菜を食べること」を知っていました。

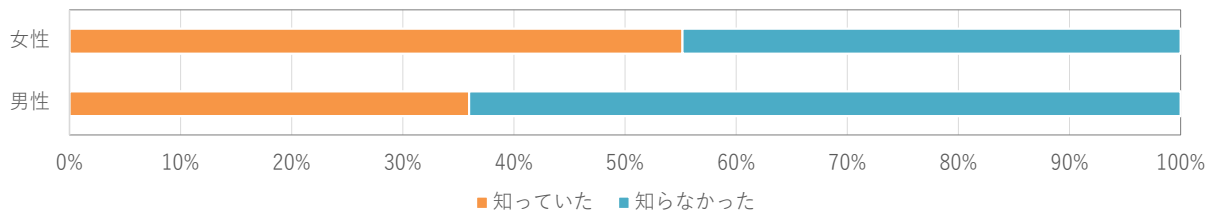
男女別では、女性が半数以上の人を知っているにもかかわらず、男性では4割にも満たないという結果になりました。

年代別では、10代と50代で知っている人が4割に満たないという結果になりました。

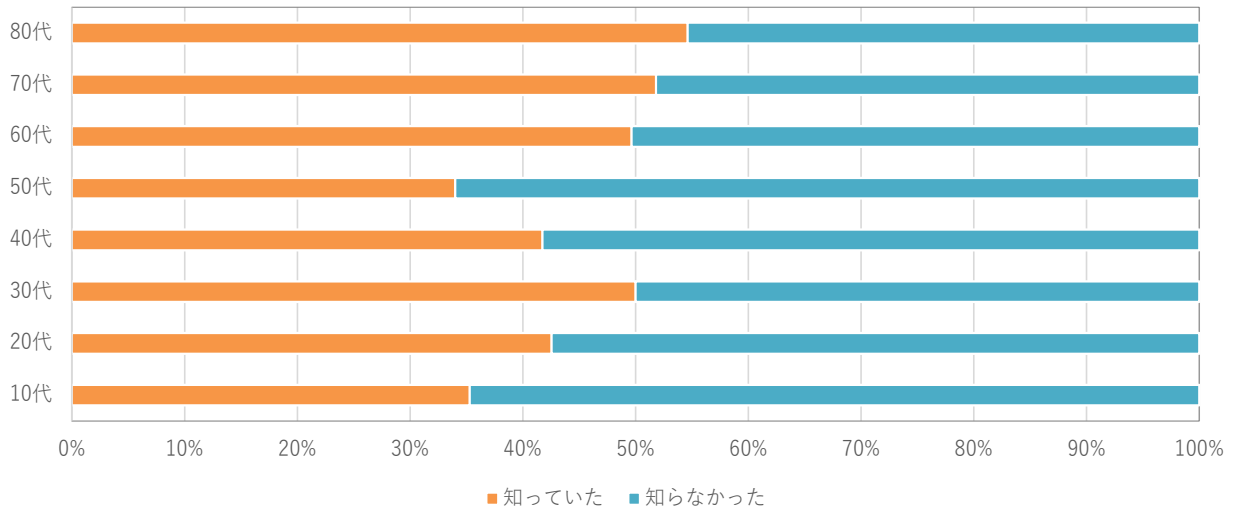
選択肢	回答数	割合
知っていた	360	46.3%
知らなかった	417	53.7%
計	777	100.0%
無回答	11	-



男女別



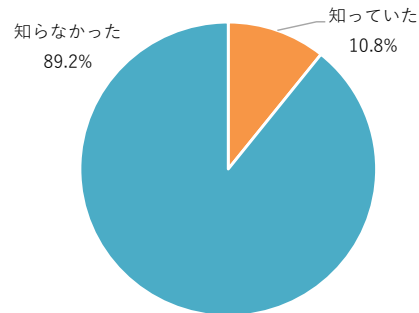
世代別



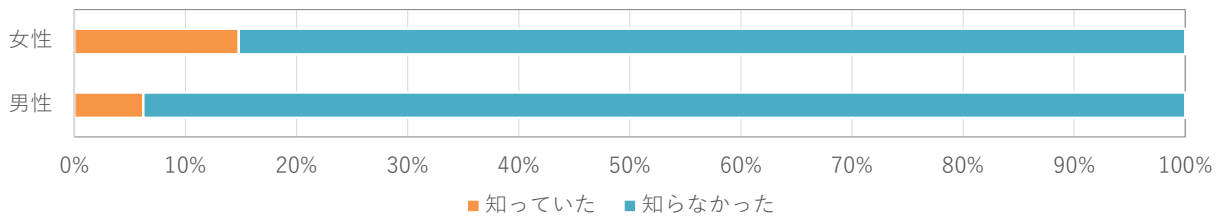
**問8** 本市では、成人1日あたり350gの野菜を食べることを推奨する「MVP350(ミヤザキ・ベジタブル・プロジェクト350)」に取り組み、栄養バランスのとれた食生活を促す市民運動を展開しています。  
この「MVP350」の取組をご存知でしたか。

全体的に、約9割の人が「MVP350」の取組を知りませんでした。  
男女別では、女性の方が知っている割合が高く、男性は女性の5割以下でした。  
年代別では、20代で知っている割合が最も低いという結果になりました。

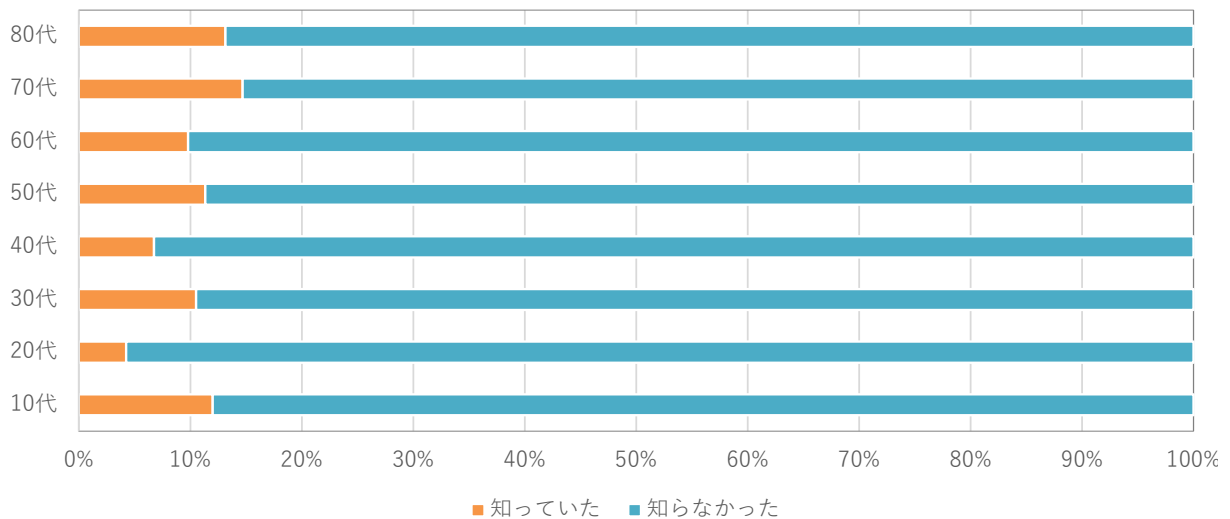
選択肢	回答数	割合
知っていた	83	10.8%
知らなかった	689	89.2%
計	772	100.0%
無回答	16	-



男女別



世代別



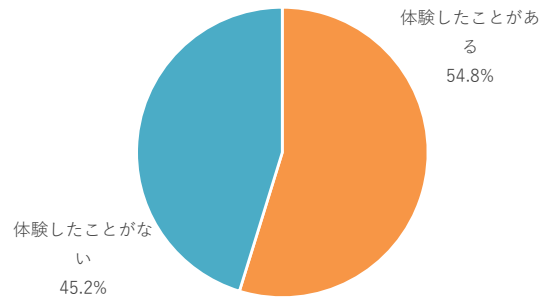
第3次宮崎市食育・地産地消推進計画における数値目標

指標	基準値 (2016年度)	2018年度	2019年度	2020年度	今回 2021年度	目標値 (2022年度)
(2)MVP350の認知度	21.7%	18.8%	18.3%	17.1%	10.8%	50%

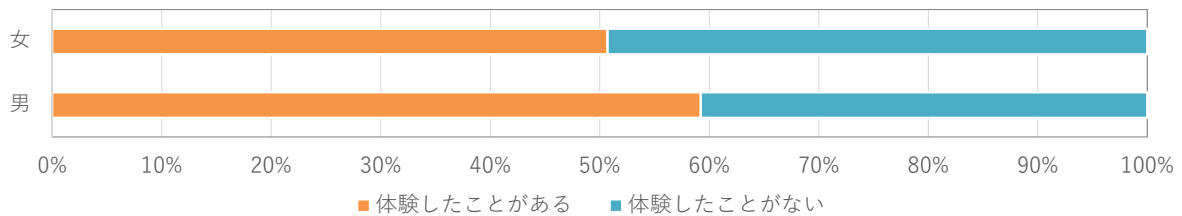
## 問9 あなたは、農林漁業体験をしたことがありますか。

全体的に、半数以上の方が農林漁業体験をしたことがあるという結果になりました。  
 男女別では、男性のほうが体験をしたことがある割合が高いという結果になりました。  
 年代別では、10代と80代で体験をしたことがある人が6割を超えているという結果になりました。

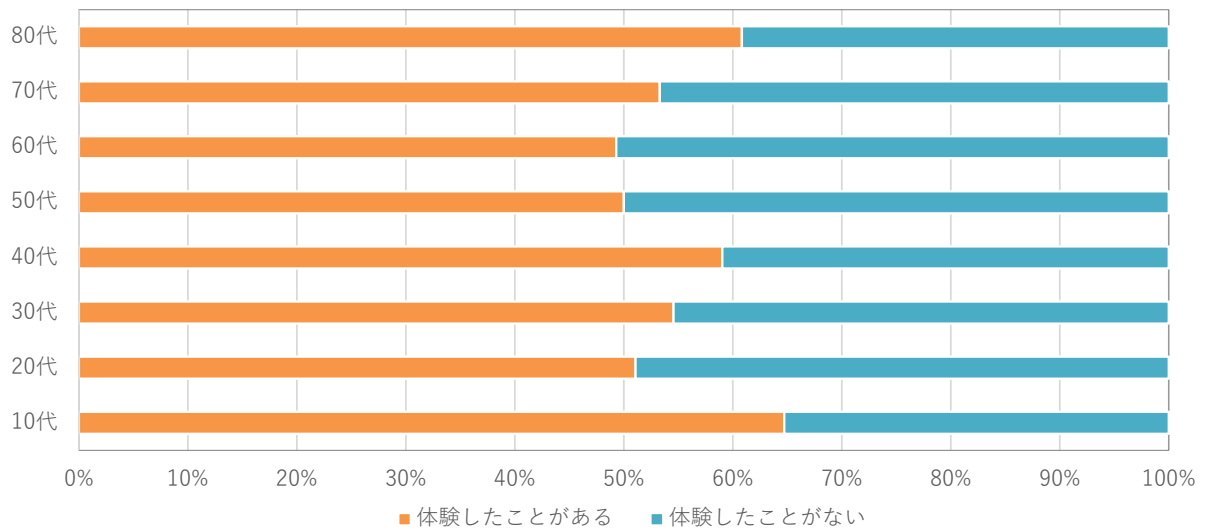
選択肢	回答数	割合
体験したことがある	426	54.8%
体験したことがない	352	45.2%
計	778	100.0%
無回答	10	-



### 男女別



### 世代別



第3次宮崎市食育・地産地消推進計画における数値目標

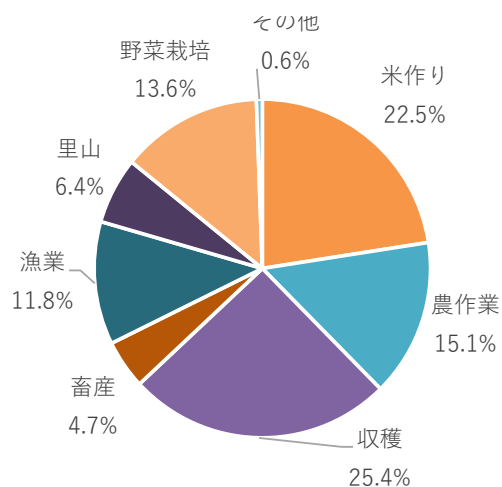
指標	基準値 (2016年度)	2018年度	2019年度	2020年度	今回 2021年度	目標値 (2022年度)
(8) 農林漁業体験を経験した割合	55.1%	57.6%	52.2%	53.7%	54.7%	60%



**問10 あなたが経験した農林漁業体験は、どのような体験でしたか。  
あてはまるものを3つまで選んでください。**

イモ掘りや野菜・果物などの収穫体験が最も多く、次いで米作りが多い結果となりました

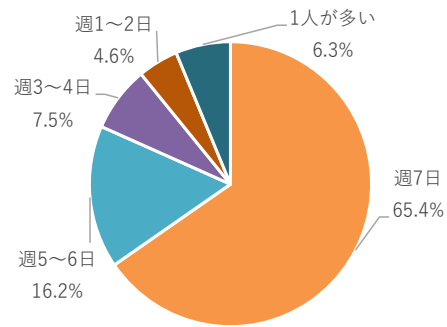
選択肢	回答数	割合
田植えや稲刈りなどの米作りに関する体験	280	22.5%
種まきや苗の植付けなどの農作業に関する体験	187	15.1%
イモ掘りや野菜・果物などの収穫体験	316	25.4%
乳搾りやニワトリの飼育などの畜産体験	58	4.7%
魚釣りや潮干狩りなどの漁業体験	146	11.8%
山菜の収穫や植林などの里山体験	79	6.4%
自宅などの家庭菜園や市民農園を借りて、野菜などの栽培	169	13.6%
その他	7	0.6%
計	1,242	100.0%
体験なし・無回答	10	-



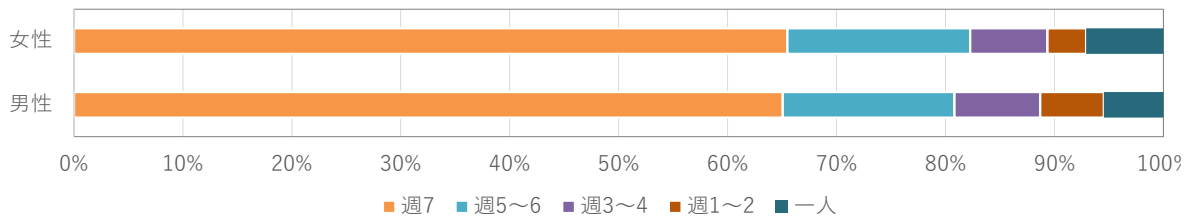
## 問11 あなたは、同居されてる方と朝食又は夕食をどの程度一緒に食べていますか。

全体的に、毎日（週7日）同居されている方と食べるという人が7割弱を占めました。  
男女間で割合の差はほとんどなく、年代別では、10代と高齢の世代で一緒に食べる頻度が高いという結果になりました。

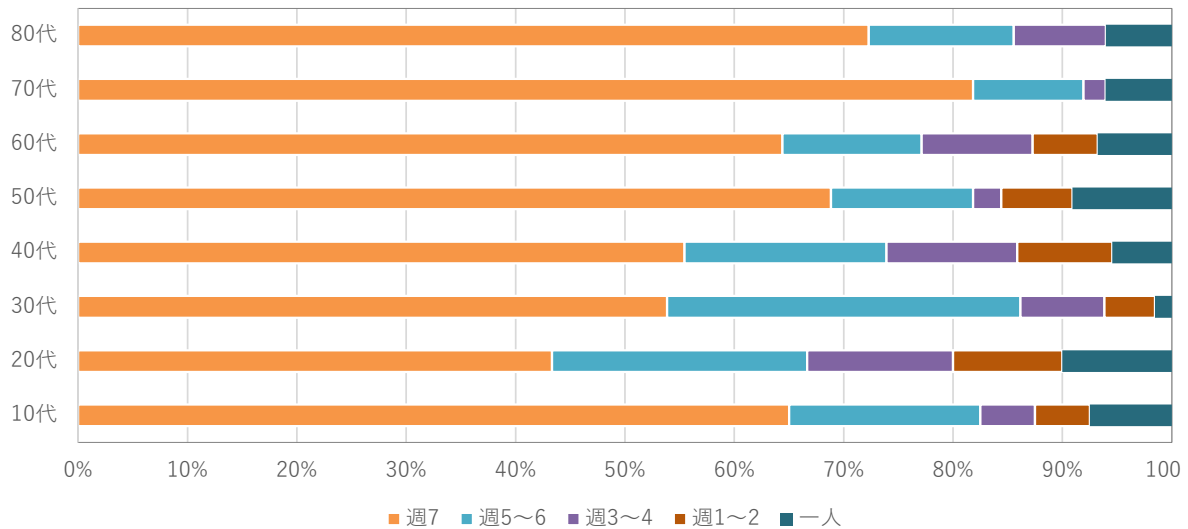
選択肢	回答数	割合
毎日(週7日)食べる	395	65.4%
週に5～6日食べる	98	16.2%
週に3～4日食べる	45	7.5%
週に1～2日食べる	28	4.6%
1人で食べることが多い	38	6.3%
計	604	100.0%
一人暮らし・無回答	184	-



### 男女別



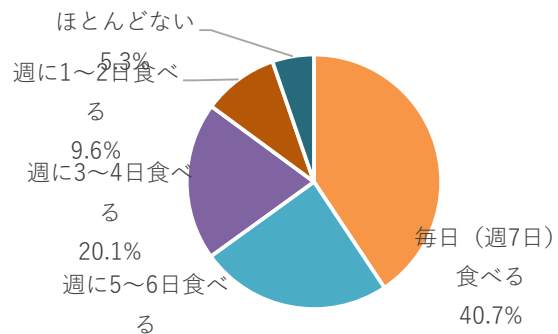
### 世代別



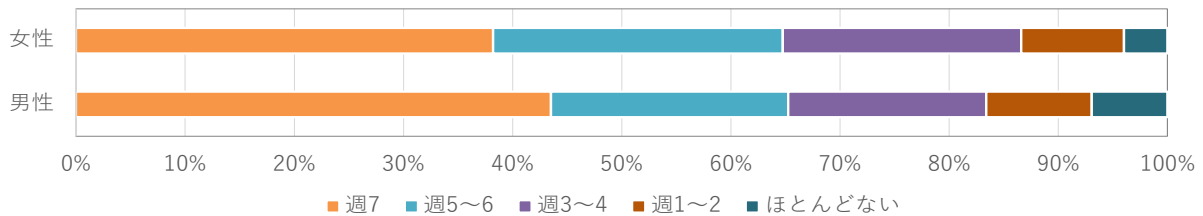
**問12 あなたは、主食・主菜・副菜の3つがそろった食事を、1日に2回以上食べる日が週に何日ありますか。**

全体的に、毎日（週7日）と答えた人が4割以上を占めました。  
年代別では、20代以上で年代が上がるにつれ、バランスの取れた食事を行っている人が多いという結果になりました。

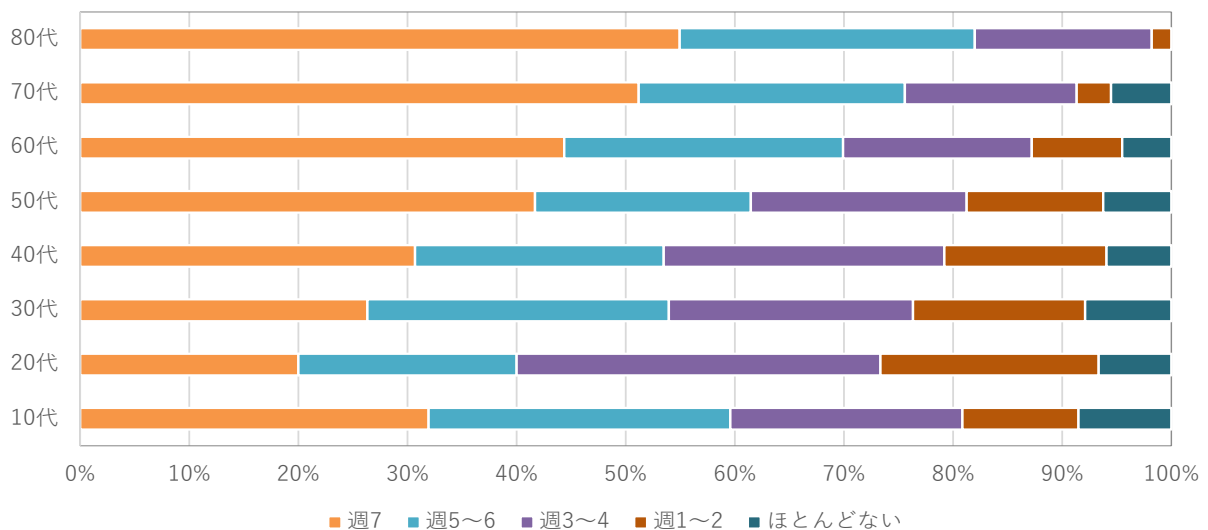
選択肢	回答数	割合
毎日（週7日）食べる	300	40.7%
週に5～6日食べる	180	24.4%
週に3～4日食べる	148	20.1%
週に1～2日食べる	71	9.6%
ほとんどない	39	5.3%
計	738	100.0%
無回答	50	-



**男女別**



**世代別**

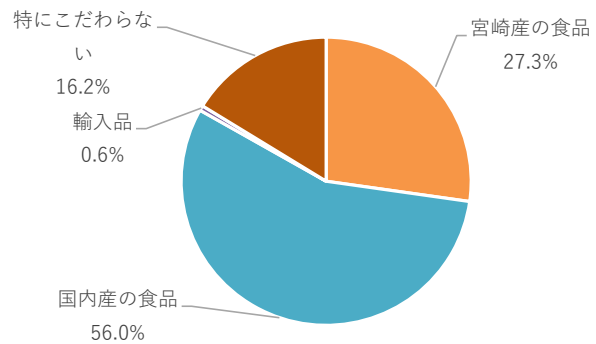


**問13 あなたは、食品を購入する際に「国産や地域の食品」または「輸入品」のどちらを選びますか。**

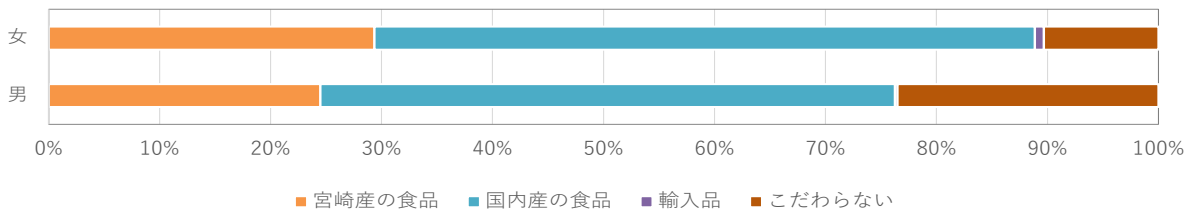
全体的に宮崎産や国内産を選ぶという人が8割以上という結果になりました。  
 男女別では、男性の方がこだわらない人が多く、2割以上という結果になりました。  
 年代別では、20代で約5割、10代で約3割の人がこだわらないという結果になりました。

選択肢	回答数	割合
宮崎産の食品	245	27.3%
国内産の食品	503	56.0%
輸入品	5	0.6%
特にこだわらない	146	16.2%
計	899	100.0%
無回答	14	-

※複数選択可



**男女別**



**世代別**

