

令和5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年度から令和6年度までの7年間を計画期間とする「第3次宮崎市食育・地産地消推進計画(改訂版)」を策定しています。本計画の目標達成に向け、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6年2月(発送日:令和6年2月6日、回答期限:令和6年2月29日)
(2) 対象者 3,000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 1,216人(回答率40.5%) 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:571名 女性:632名 答えたくない:10名 無回答:3名
- 問2 10代:110名 20代:82名 30代:148名 40代:121名 50代:164名
60代:213名 70代:219名 80代:156名 無回答:3名
- 問3 農林水産業:14名 自営業:83名 会社員:299名 公務員:87名
パート・アルバイト:154名 主婦・主夫:119名 学生:109名 無職:319名
その他:25名 無回答:7名
- 問4 一人暮らし:294名 家族と住んでいる:902名 施設:1名 無回答:19名
中学生以下のいる世帯:259世帯 65歳以上がいる世帯:362世帯
- 問5 0皿:44名 1皿(70g):352名 2皿(140g):365名 3皿(210g):235名
4皿(280g):133名 5皿(350g):51名 6皿(420g):12名 7皿(490g):9名
無回答:15名
- 問6 知っていた:542名 知らなかった:645名 無回答:29名
- 問7 知っていた:161名 知らなかった:1,045名 無回答:10名
- 問8 体験したことがある:563名 体験したことがない:639名 無回答:14名
- 問9 米作り:294名 農作業:223名 収穫:619名 畜産:127名 漁業:418名
里山:317名 栽培:513名 その他:50名
- 問10 ない:17名 週1日:8名 週2日:8名 週3日:14名 週4日:10名
週5日:25名 週6日:22名 週7日:134名 週8日:37名 週9日:46名
週10日:73名 週11日:21名 週12日:54名 週13日:14名 週14日:414名
無回答:25名
- 問11 毎日(週7日):426名 週6日:92名 週5日:142名 週4日:107名
週3日:94名 週2日:70名 週1日:40名 ない:57名 無回答:188名
- 問12 0g:276名 50g:379名 100g:351名 150g:115名 200g以上:79名 無回答:16名
- 問13 実践している:740名 実践していない:469名 無回答:7名
- 問14 実践している:634名 実践していない:576名 無回答:6名
- 問15 行動している:804名 行動していない:396名 無回答:16名
- 問16 宮崎産の食品:284名 国内産の食品:665名 輸入品:6名 特にこだわらない:252名
無回答:9名

◆調査結果まとめ

今回の調査では、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5.9%でした。(問5)

また、45%の人が、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6)にもかかわらず、86%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7)

さらに、食品を購入する際に78%の人が宮崎産や国産の食品を選択し、その中でも23%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16)

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。

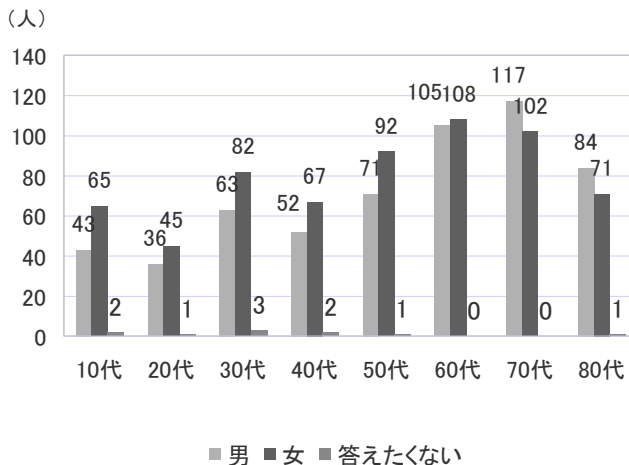
◎調査結果

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。

男女別では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。

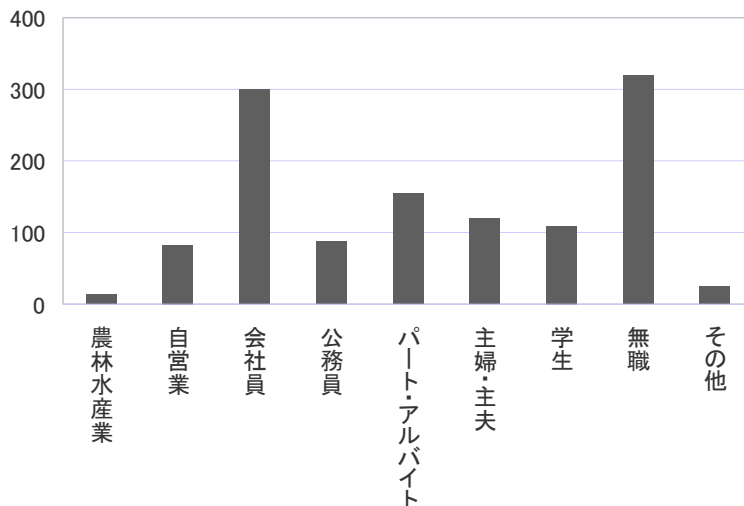
選択肢	男	女	答えたくない	計	無回答
10代	43	65	2	110	0
20代	36	45	1	82	0
30代	63	82	3	148	0
40代	52	67	2	121	0
50代	71	92	1	164	0
60代	105	108	0	213	0
70代	117	102	0	219	0
80代	84	71	1	156	0
総計	571	632	10	1,213	0
無回答	0	0	0	0	3



問3 あなたの職業を教えてください。

無職が最も多く、次いで会社員が多いという結果になりました。

選択肢	回答数	割合
農林水産業	14	1.2%
自営業	83	6.9%
会社員	299	24.7%
公務員	87	7.2%
パート・アルバイト	154	12.7%
主婦・主夫	119	9.8%
学生	109	9.0%
無職	319	26.4%
その他	25	2.1%
総計	1,209	100.0%
無回答	7	-



その他として回答のあった職業

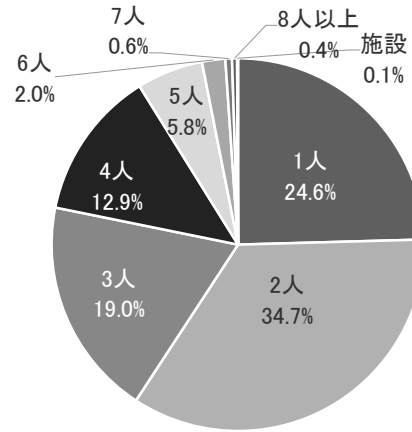
・団体職員

問4 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。

選択肢	回答数	割合
1人	294	24.6%
2人	415	34.7%
3人	227	19.0%
4人	155	12.9%
5人	69	5.8%
6人	24	2.0%
7人	7	0.6%
8人以上	5	0.4%
施設	1	0.1%
総計	1,197	100.0%
無回答	19	-



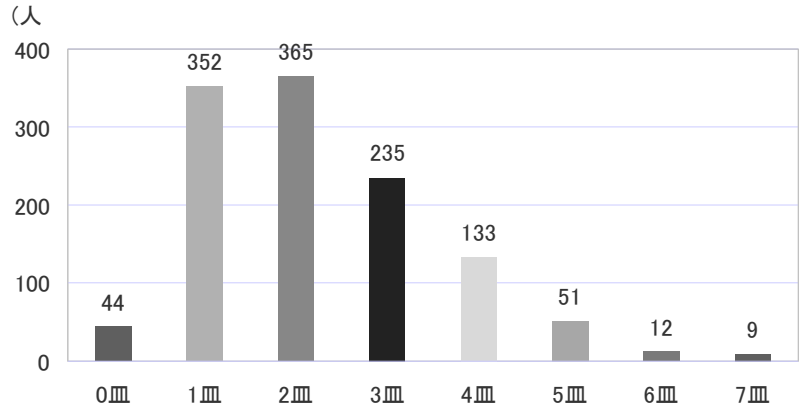
	回答数	割合
中学生以下がいる世帯	259	21.3%
65歳以上がいる世帯	362	29.8%

問5 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。

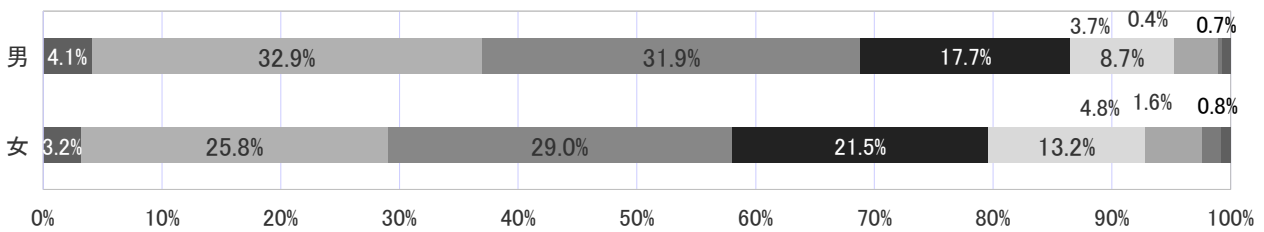
全体では、1皿～3皿の人が約80%を占めるという結果になりました。

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

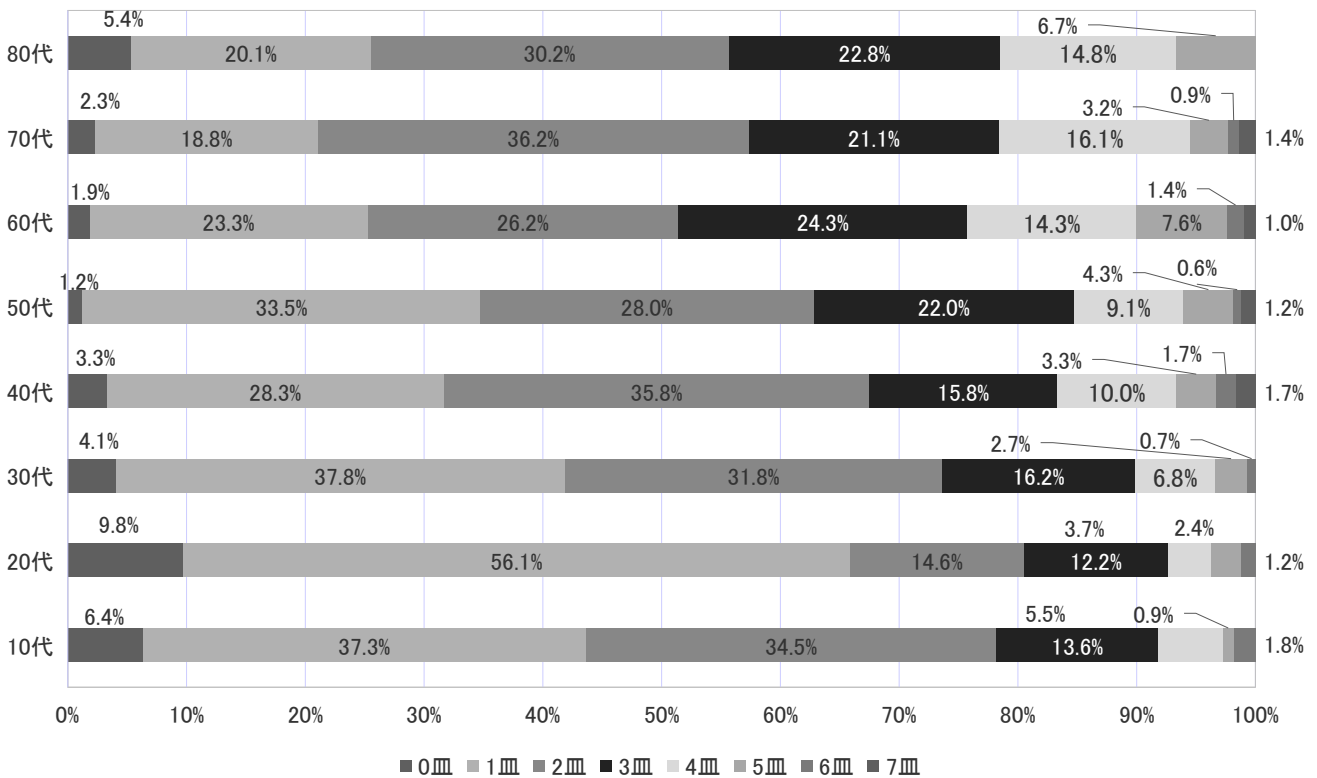
選択肢	回答数	割合
0皿	44	3.7%
1皿(70g)	352	29.3%
2皿(140g)	365	30.4%
3皿(210g)	235	19.6%
4皿(280g)	133	11.1%
5皿(350g)	51	4.2%
6皿(420g)	12	1.0%
7皿(490g)	9	0.7%
総計	1,201	100.0%
無回答	15	—



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)							目標値 (2024年度)
	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度		
(1)成人1日あたりの野菜摂取量	男性154g 女性174g	男性160g 女性185g	男性160g 女性175g	男性171g 女性200g	男性156g 女性174g	男性147g 女性168g	350g	

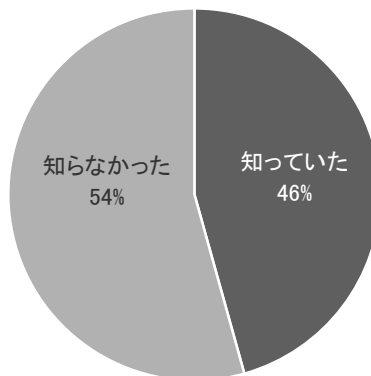
問6 あなたは、厚生労働省が推奨している「健康の維持・増進のため1日350g以上の野菜を食べること」をご存知でしたか。

全体では、45%以上の方が知っていました。

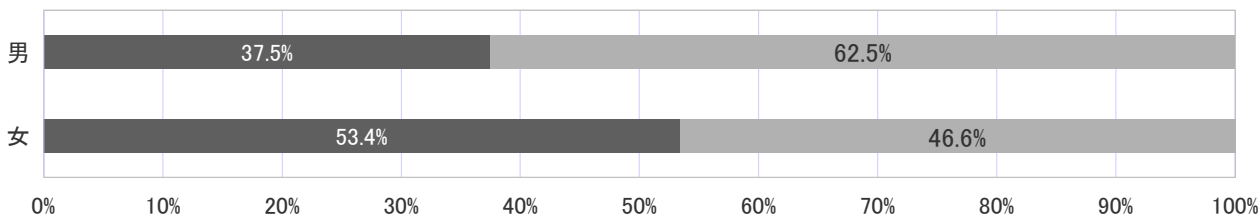
男女別では、女性の約50%の方が知っているにもかかわらず、男性では40%に満たないという結果になりました。

年代別では、10代、20代で知っている人が40%に満たないという結果になりました。

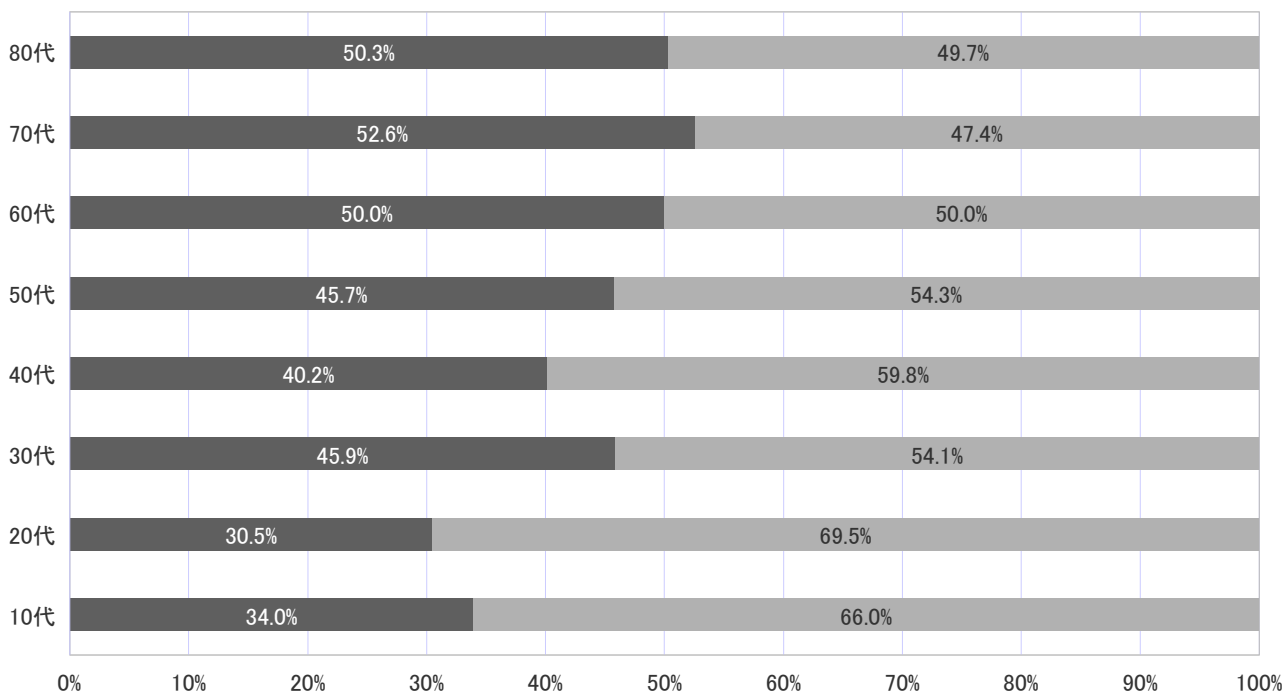
選択肢	回答数	割合
知っていた	542	45.7%
知らなかった	645	54.3%
総計	1,187	100.0%
無回答	29	—



男女別



年代別

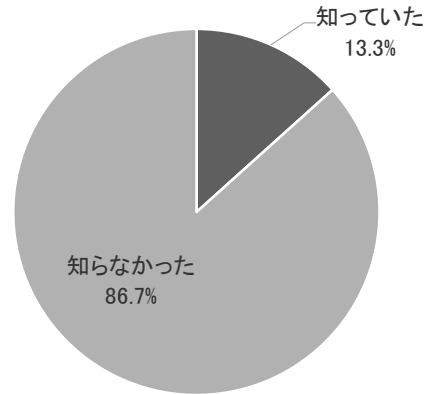


■ 知っていた ■ 知らなかった

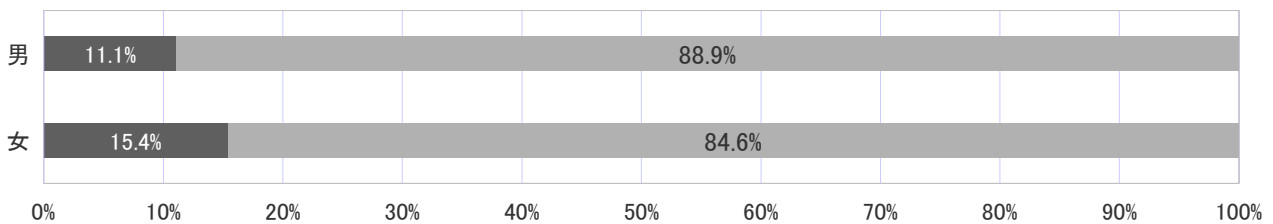
問7 本市では、成人1日あたり350gの野菜を食べることを推奨する「MVP350（ミヤザキ・ベジタブル・プロジェクト350）」に取り組み、栄養バランスのとれた食生活を促す市民運動を展開しています。
この「MVP350」の取組をご存知でしたか。

全体では、86%の人が「MVP350」の取組を知らませんでした。
男女別では、女性の方が知っている割合が高く、男性は10%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。

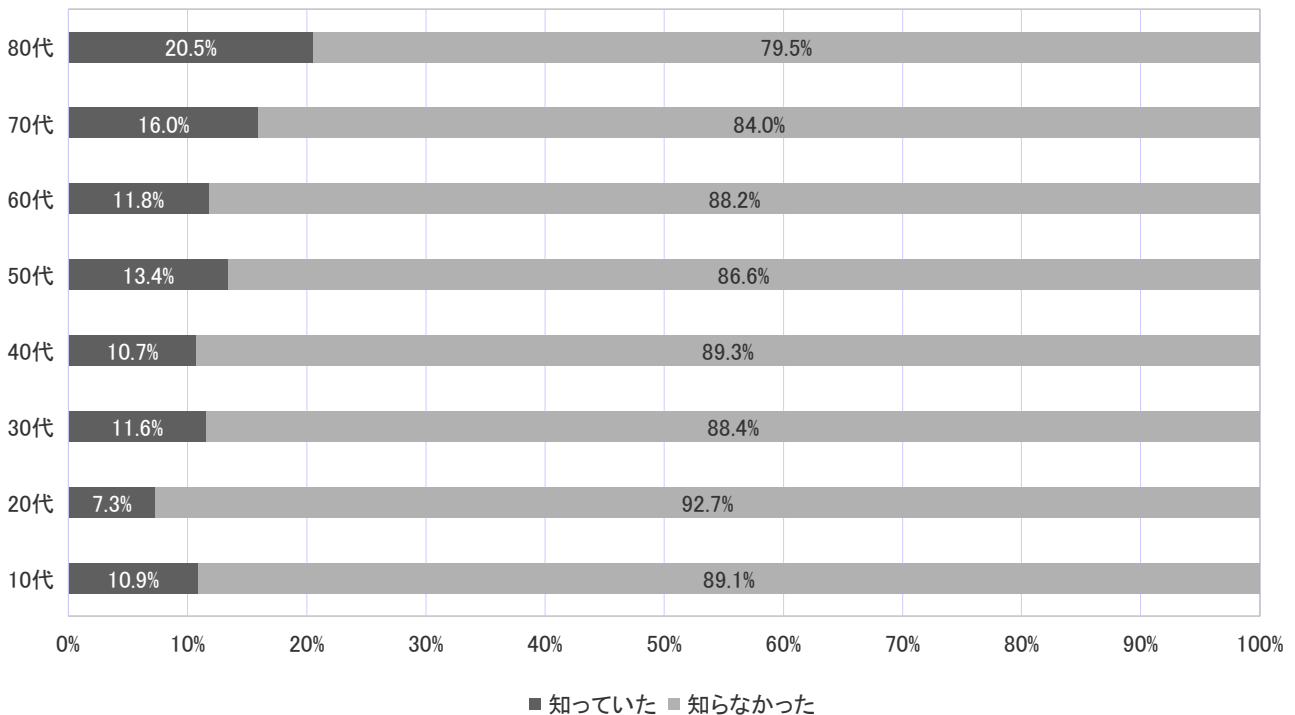
選択肢	回答数	割合
知っていた	161	13.3%
知らなかった	1,045	86.7%
総計	1,206	100.0%
無回答	10	-



男女別



年代別



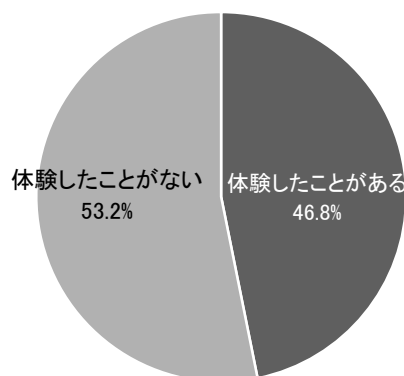
第3次宮崎市食育・地産地消推進計画における数値目標

指標	基準値 (2016年度)	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度	目標値 (2024年度)
(2)MVP350の認知度	21.7%	18.8%	18.3%	17.1%	10.8%	11.4%	13.3%	50%

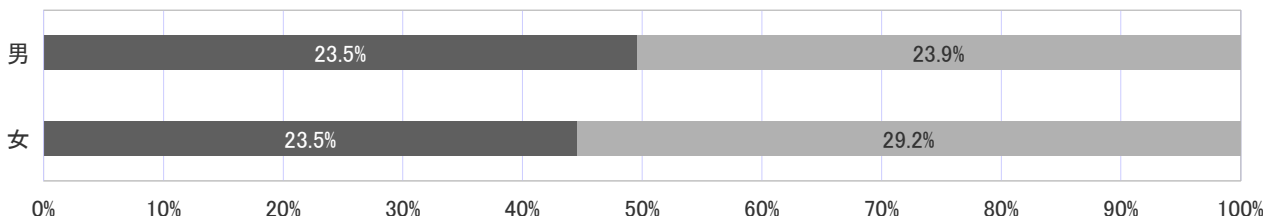
問8 あなたは、農林漁業体験をしたことがありますか。

全体では、ほぼ半数の人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、どの年代も体験をしたことがある人が40%を超えているという結果になりました。

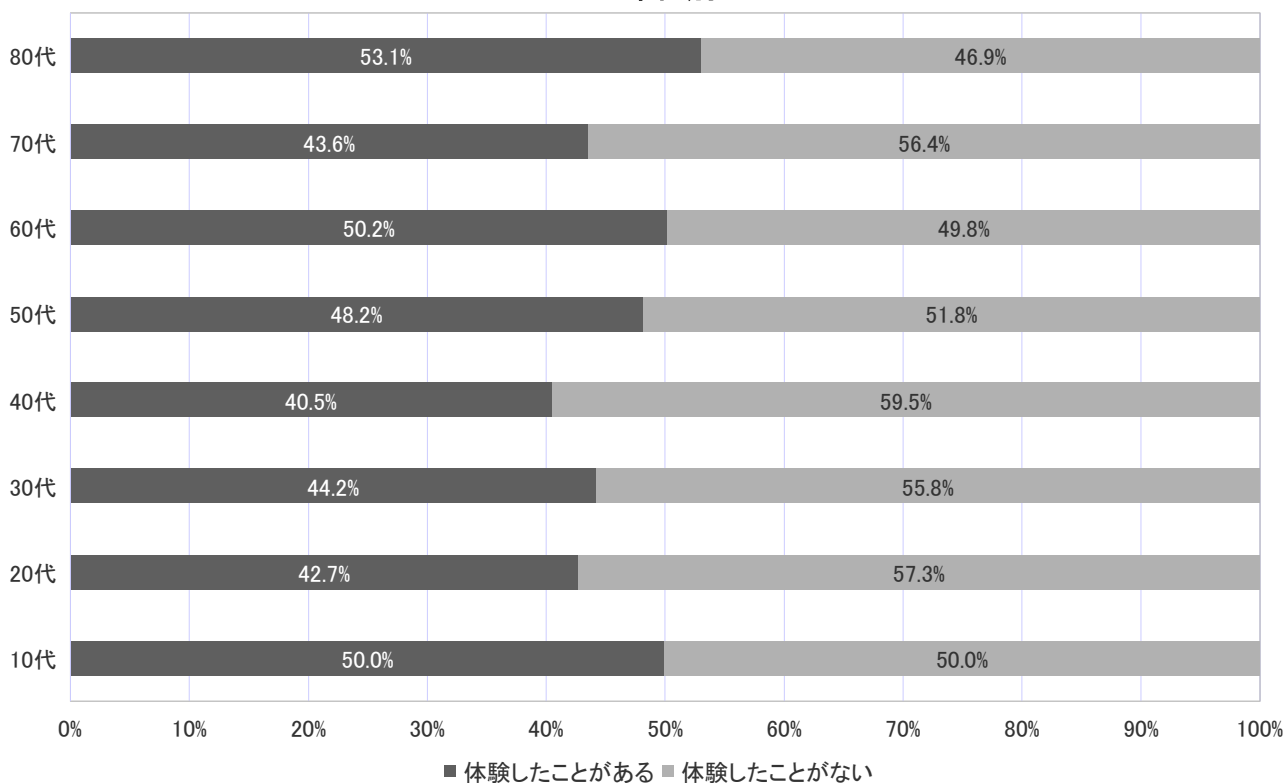
選択肢	回答数	割合
体験したことがある	563	46.8%
体験したことがない	639	53.2%
総計	1,202	100.0%
無回答	14	-



男女別



年代別



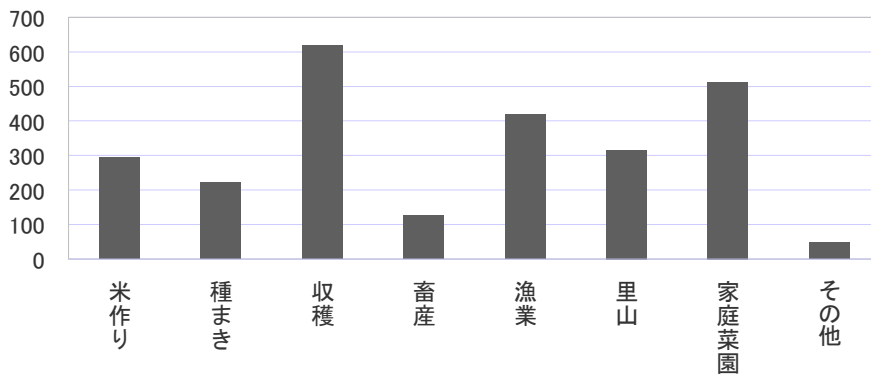
第3次宮崎市食育・地産地消推進計画における数値目標

指標	基準値 (2016年度)	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度	目標値 (2024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%	47.6%	46.8%	60%

問9 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、次いで家庭菜園や市民農園を借りて、野菜などの栽培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	294	11.5%
種まきや苗の植付けなどの農作業に関する体験	223	8.7%
イモ掘りや野菜・果物などの収穫体験	619	24.2%
乳搾りやニワトリの飼育などの畜産体験	127	5.0%
魚釣りや潮干狩りなどの漁業体験	418	16.3%
山菜の収穫や植林などの里山体験	317	12.4%
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	513	20.0%
その他	50	2.0%
計	2561	100.0%

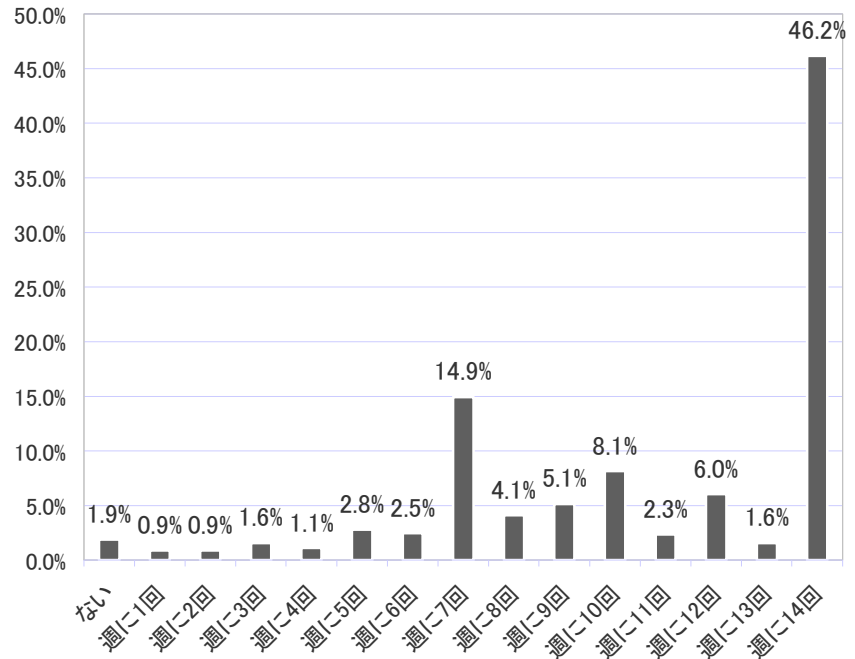


問10 あなたは、同居されてる方と朝食又は夕食をどの程度一緒に食べていますか。

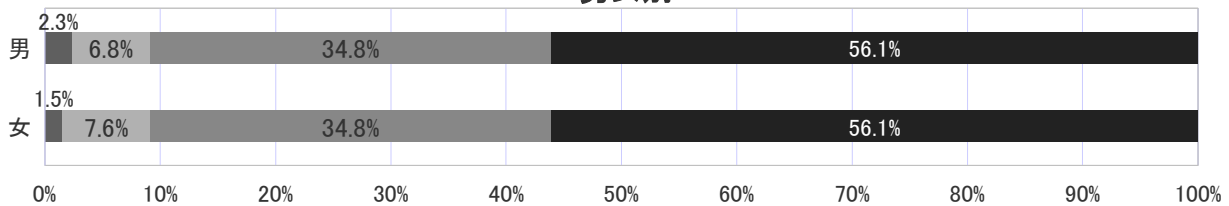
全体的では、週14日同居されている方と食べるという人が46%と最も多くなりました。

男女別では、ほぼ差はなく、年代別では、20代で一緒に食べる頻度が低いという結果になりました。

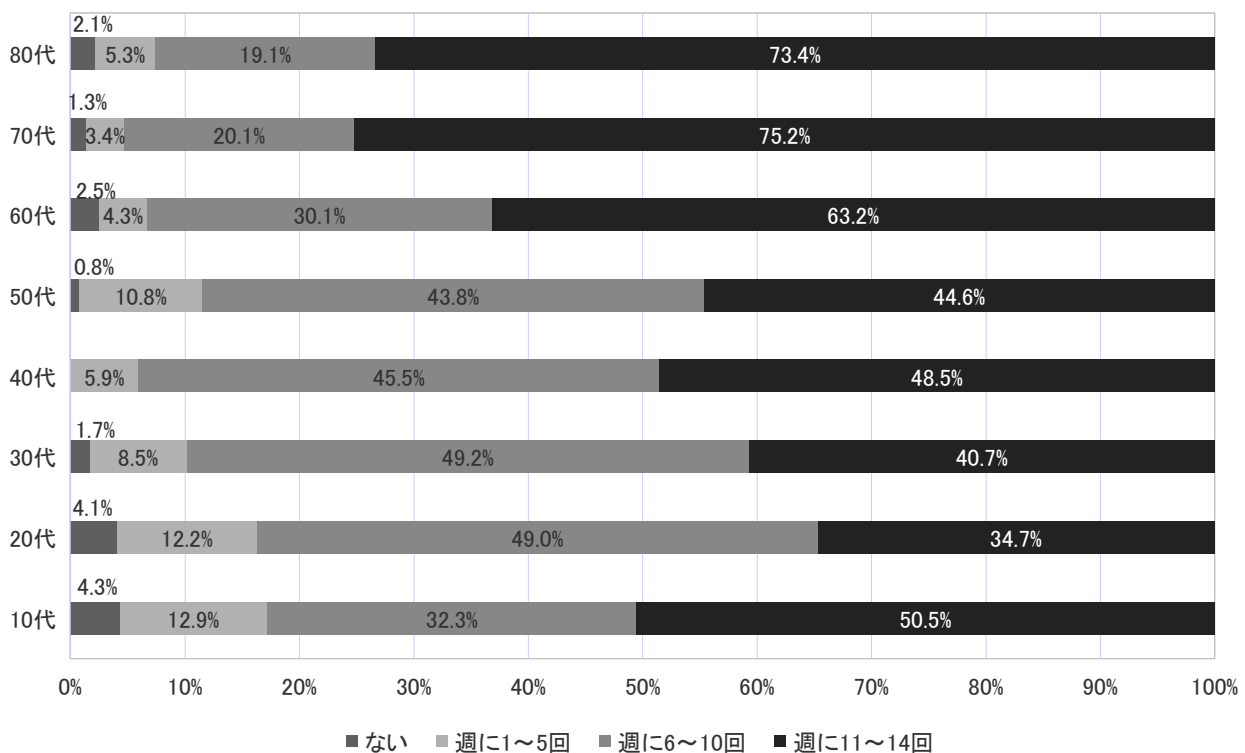
選択肢	合計	割合
ない	17	1.9%
週に1回	8	0.9%
週に2回	8	0.9%
週に3回	14	1.6%
週に4回	10	1.1%
週に5回	25	2.8%
週に6回	22	2.5%
週に7回	134	14.9%
週に8回	37	4.1%
週に9回	46	5.1%
週に10回	73	8.1%
週に11回	21	2.3%
週に12回	54	6.0%
週に13回	14	1.6%
週に14回	414	46.2%
計	897	100.0%
無回答	25	—



男女別



年代別



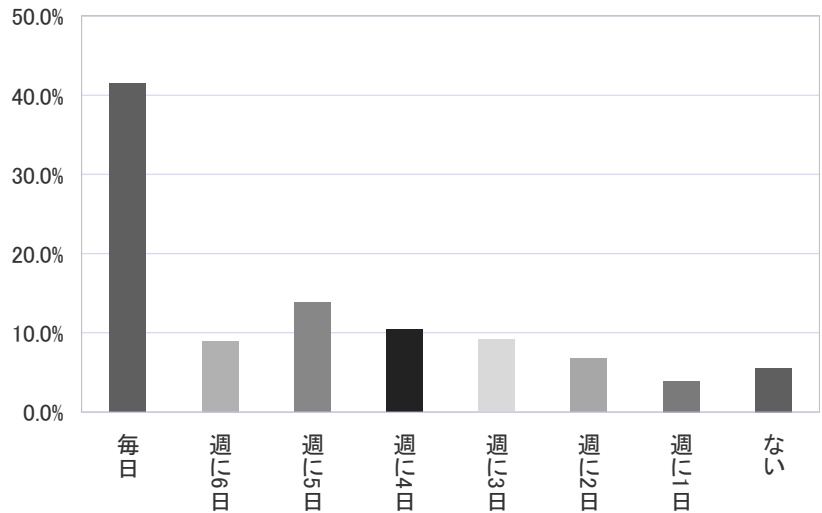
■ ない ■ 週に1~5回 ■ 週に6~10回 ■ 週に11~14回

問11 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。

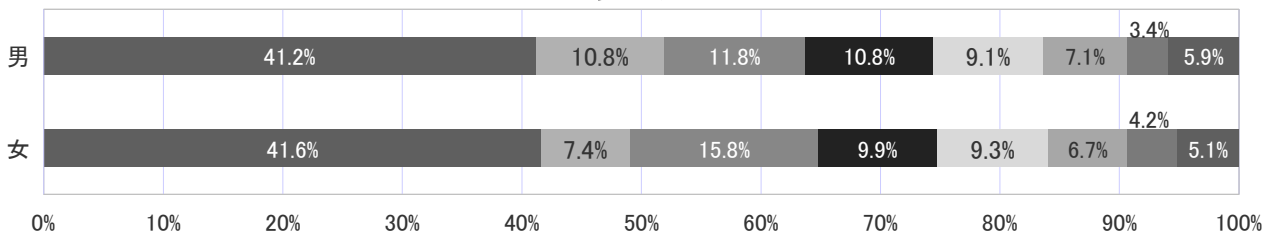
全体では、毎日（週7日）と答えた人が40%以上を占めました。

男女別ではほぼ差がなく、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。

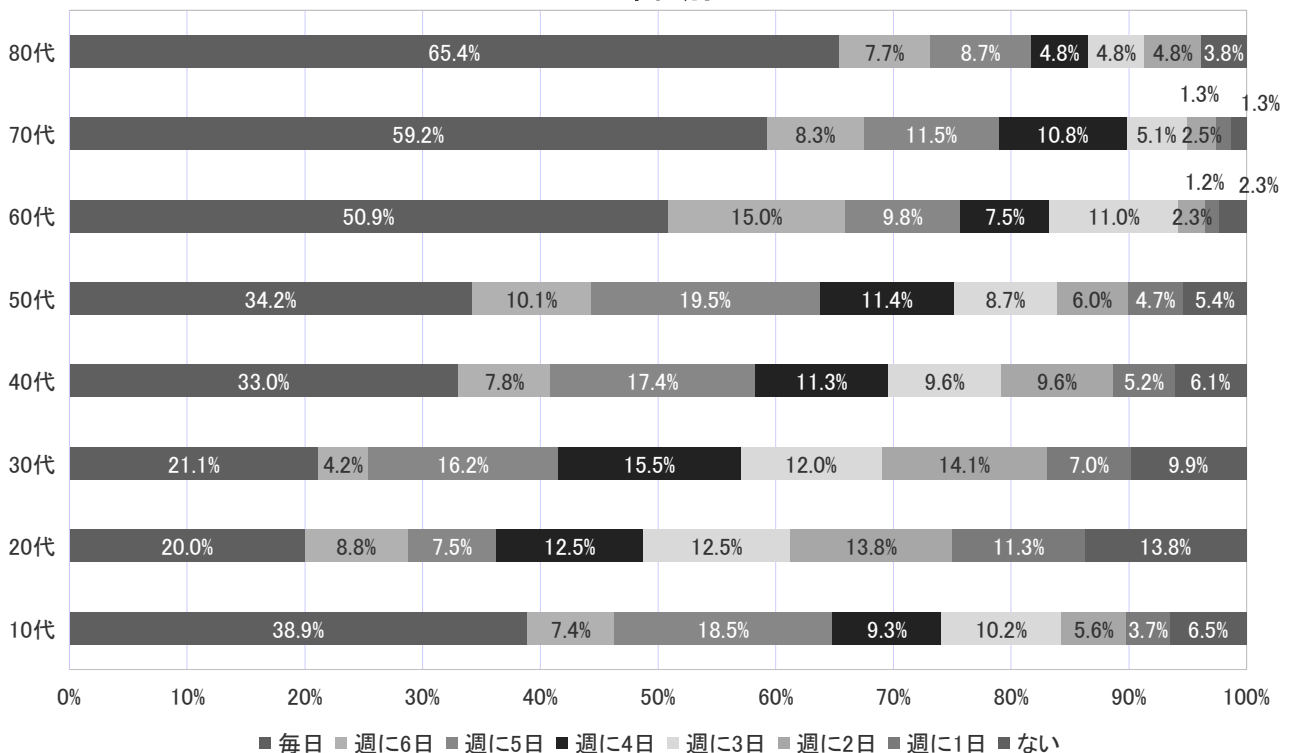
選択肢	回答数	割合
毎日	426	41.4%
週に6日	92	8.9%
週に5日	142	13.8%
週に4日	107	10.4%
週に3日	94	9.1%
週に2日	70	6.8%
週に1日	40	3.9%
ない	57	5.5%
総計	1,028	100.0%
無回答	188	-



男女別



年代別

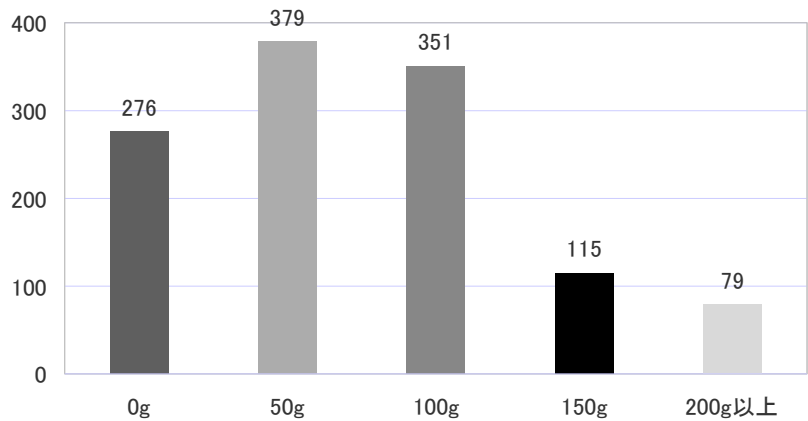


問12 あなたは、1日平均およそ何gの果物を食べていると思いますか。下の果物100gの例を参考に、毎日およそ何gの果物を食べていると思いますか。

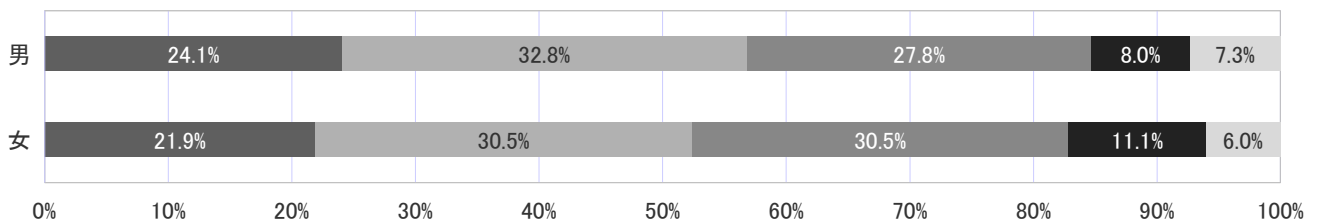
全体では、50g～100gの人が約60%を占めるという結果になりました。

男女別では女性の方がやや摂取量が多く、年代別で見ると高齢の世代の方が摂取量が多い結果になりました。

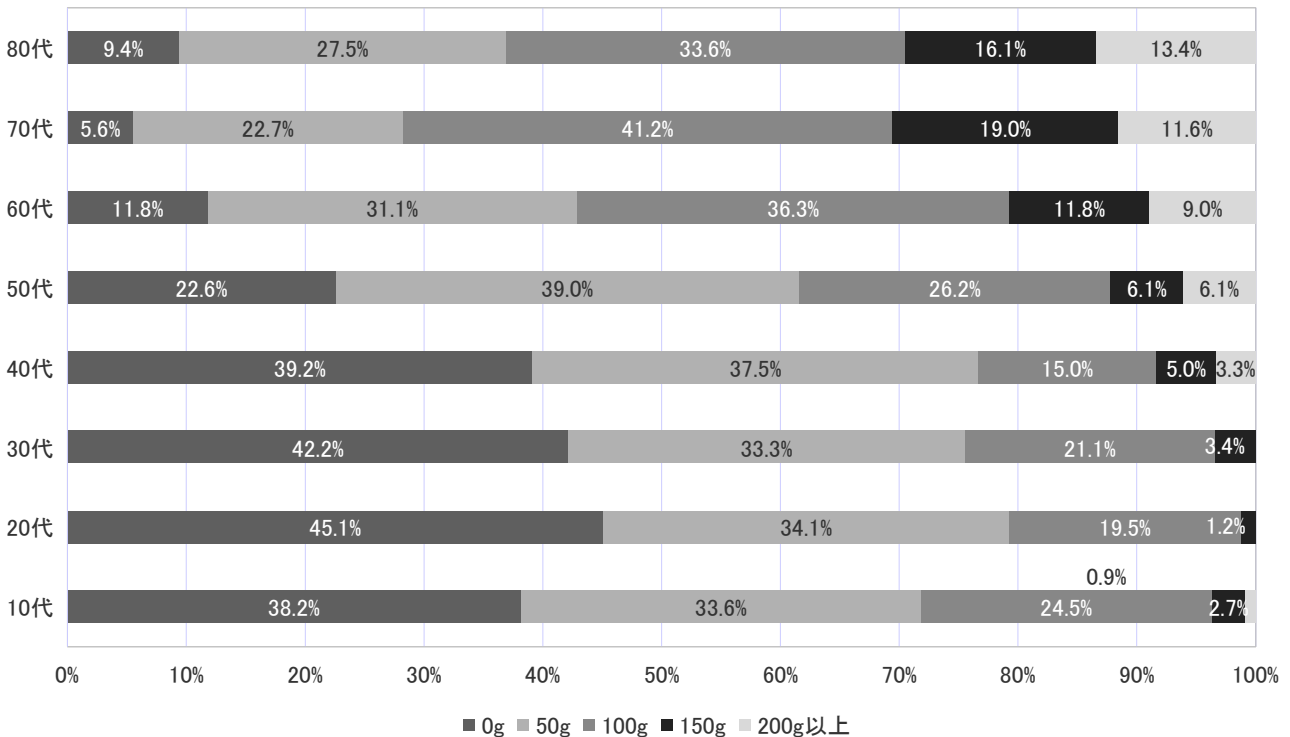
選択肢	回答数	割合
0g	276	23.0%
50g	379	31.6%
100g	351	29.3%
150g	115	9.6%
200g以上	79	6.6%
総計	1,200	100.0%
無回答	16	-



男女別



年代別

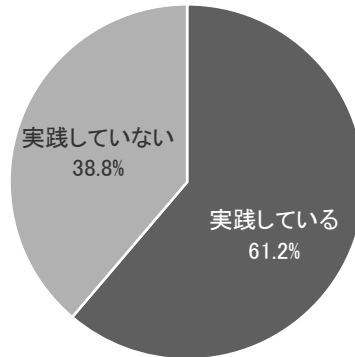


問13 あなたは、生活習慣病予防や改善のために、ふだんから「適正体重の維持」に気を付けた食生活を実践していますか。

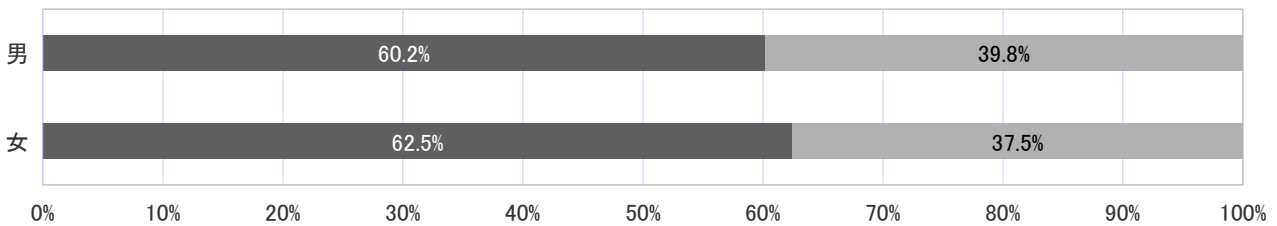
全体では、約60%の人が実践しているという結果になりました。

男女別ではほぼ差がなく、年代別で見ると高齢の世代の方が実践している人が多い結果になりました。

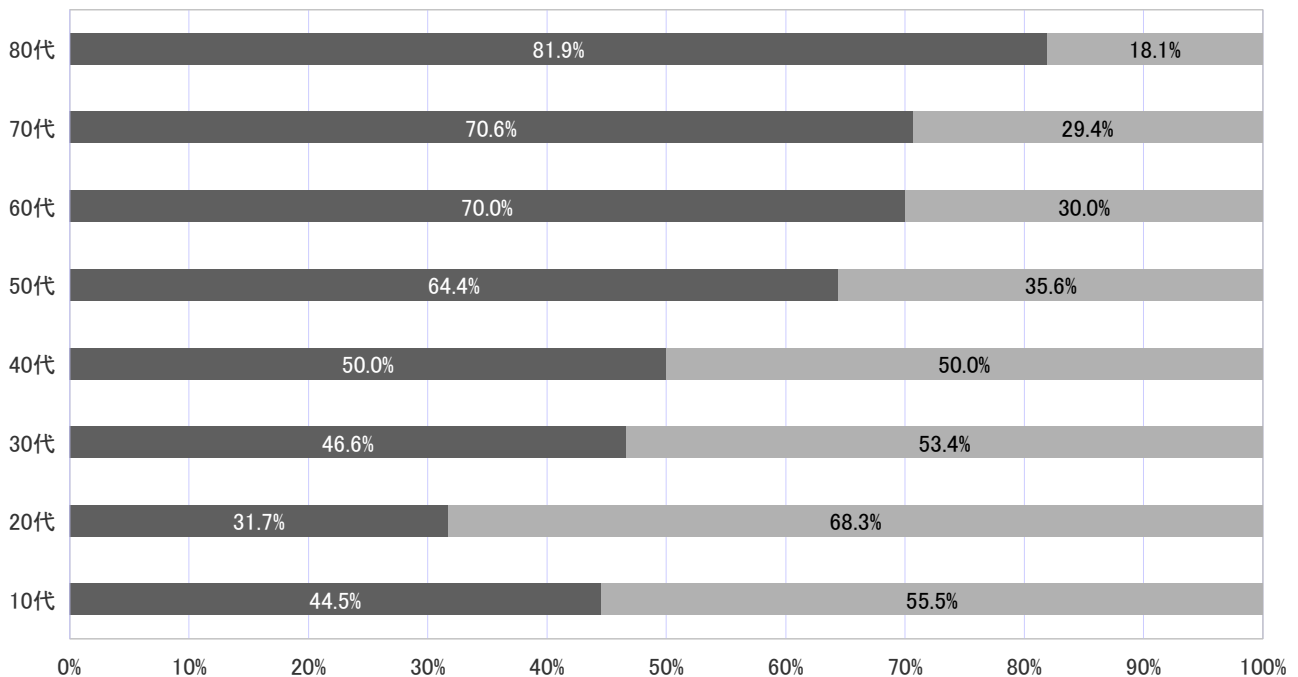
選択肢	回答数	割合
実践している	740	61.2%
実践していない	469	38.8%
総計	1,209	100.0%
無回答	7	—



男女別



年代別



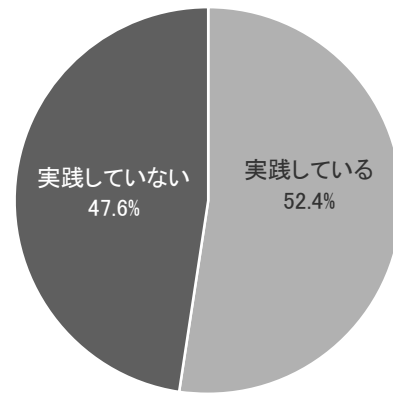
■ 実践している ■ 実践していない

問14 あなたは、生活習慣病予防や改善のために、ふだんから「減塩」に気を付けた食生活を実践していますか。

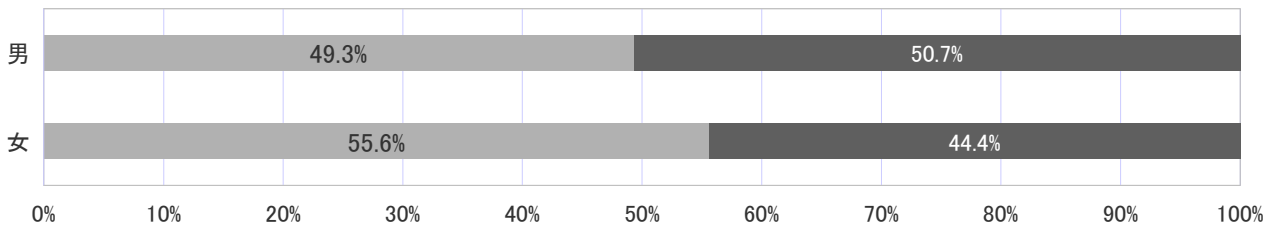
全体では、約50%の人が実践しているという結果になりました。

男女別では女性の方がやや実践している人が多く、年代別で見ると高齢の世代の方が実践している人が多い結果になりました。

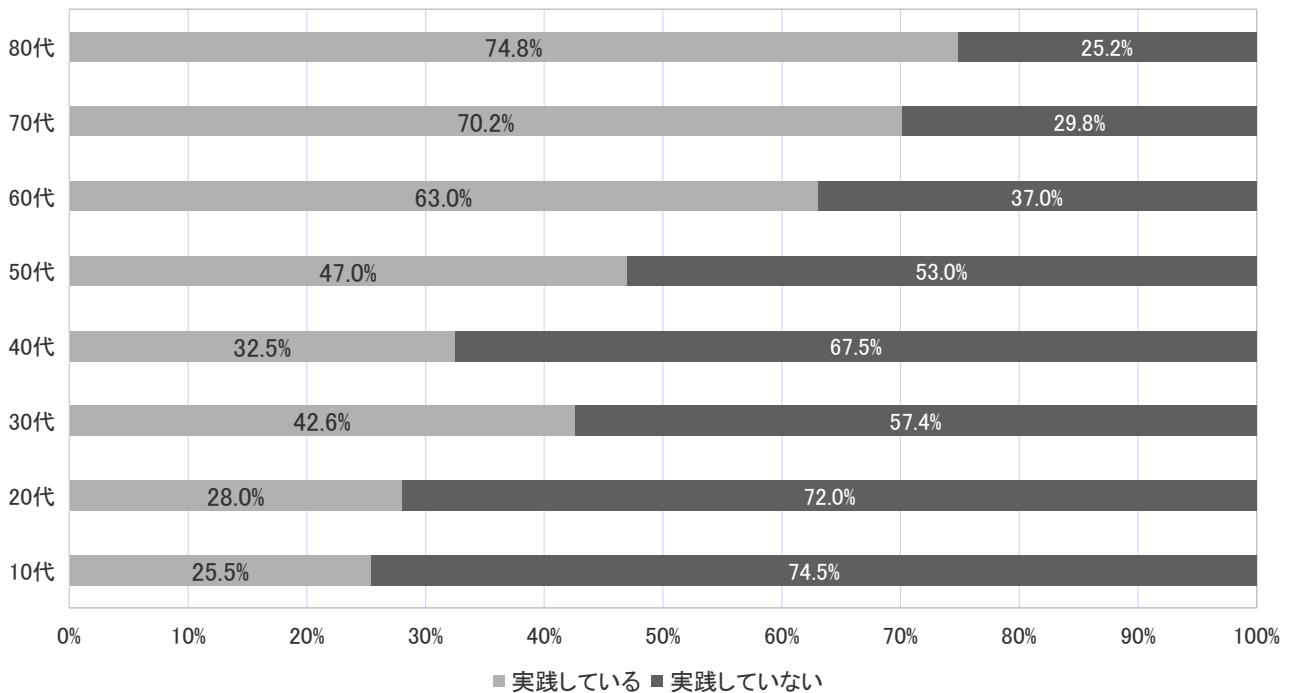
選択肢	回答数	割合
実践している	634	52.4%
実践していない	576	47.6%
総計	1,210	52.4%
無回答	6	—



男女別



年代別



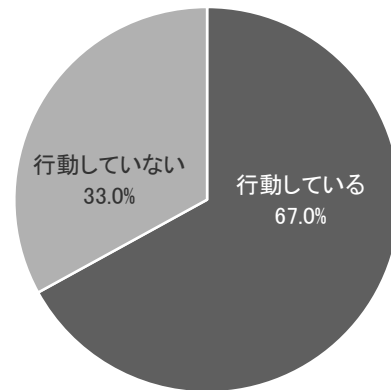
問15 あなたは、食品ロス削減のために何らかの行動をしていますか。

全体では、67%の人が行動しているという結果になりました。

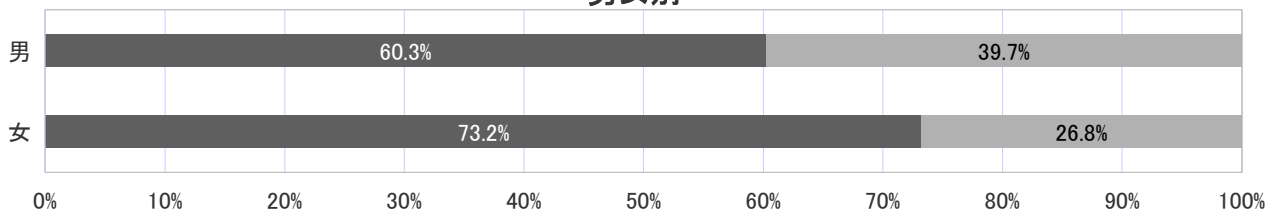
男女別では、女性の方が行動している人が多いという結果になりました。

年代別では、50代以上で約70%の人が行動しているという結果になりました。

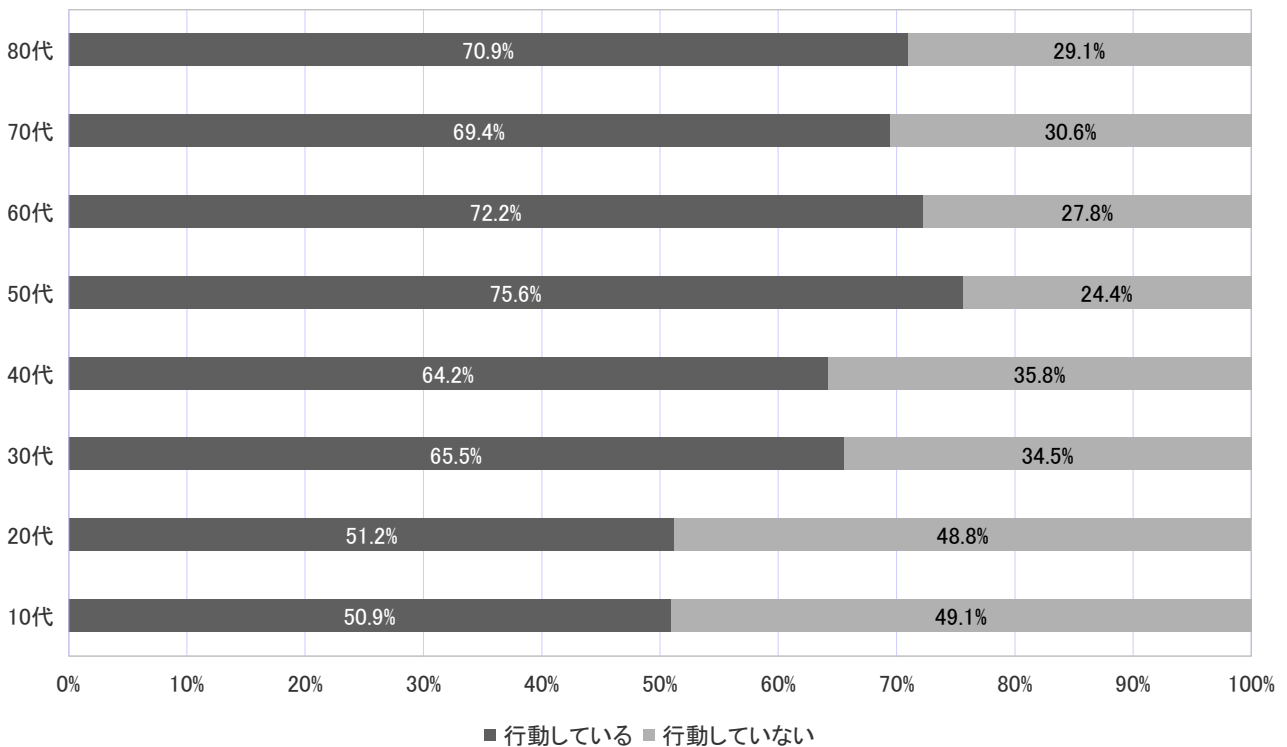
選択肢	回答数	割合
行動している	804	67.0%
行動していない	396	33.0%
総計	1,200	100.0%
無回答	16	—



男女別



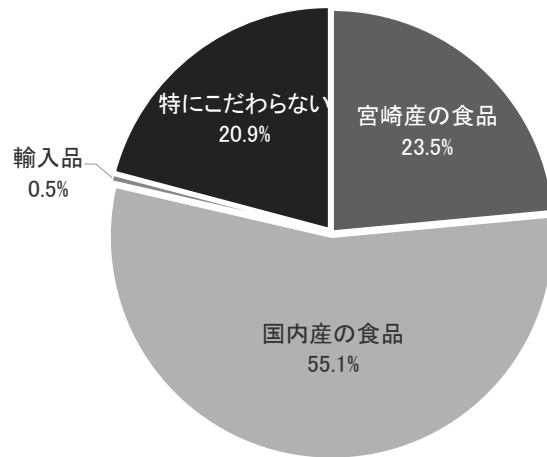
年代別



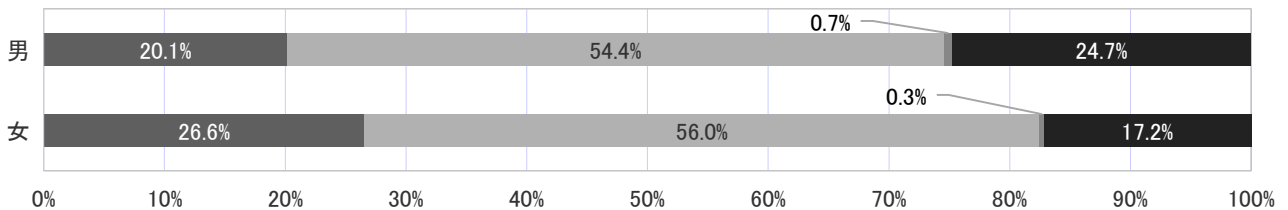
問16 あなたは、食品を購入する際に「国産や地域の食品」または「輸入品」のどちらを選びますか。

全体では、宮崎産や国内産を選ぶという人が75%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、20%以上という結果になりました。
 年代別では、若い世代ほどこだわらないという結果になりました。

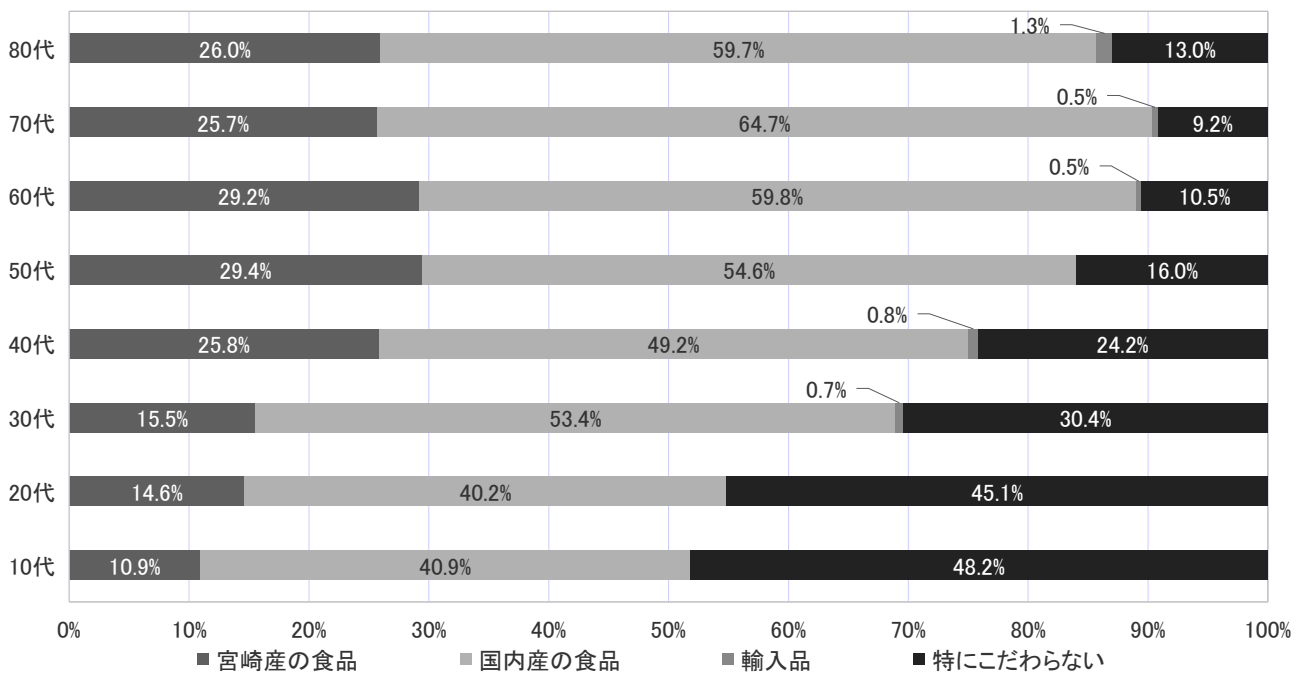
選択肢	回答数	割合
宮崎産の食品	284	23.5%
国内産の食品	665	55.1%
輸入品	6	0.5%
特にこだわらない	252	20.9%
総計	1,207	100.0%
無回答	9	-



男女別



年代別



問17 あなたは、食品を購入する際に何を意識して選びますか。
 次の選択肢を最も意識することから順に並べてください。
 選択肢：価格 産地 成分 鮮度 量

最も意識するのは価格で、次いで鮮度、産地が順位が高く、成分や量は順位が低いという結果になりました。

