

VI まとめ・考察

本調査では、藤沢市健康増進計画（第2次）の中間評価及び第2次藤沢市食育推進計画最終評価を目的とし、アンケート調査を行った。各計画の評価とともに今後の保健事業や健康増進施策を検討するため、アンケート結果のまとめと考察を行う。

1 対象者の特性とアンケート内容について

今回、3歳6か月児、小学校6年生、中学校2年生、成人を対象にアンケート調査を行った。子どもの対象者内訳は年齢が限定されているため前回と概ね同様であったが、成人の回答者内訳は、平成25年度調査と比較して20～29歳が少なく、65歳以上が多いという状況だった。

また、前回からの変更点や今回新たに追加された項目としては、受動喫煙に関する項目や、食事中的スマホの使用状況、食品ロスや食文化の伝承に関する項目、適正飲酒に関する項目などが挙げられる。

2 まとめ・考察

【健康状態について】

自分が「健康だと思う」人の割合は、全体で約8割であり、平成25年度調査と大きな変化は見られなかった。世代別では、若い人ほど健康だと思う人の割合が高い傾向がみられた。体型（BMI）について、全体では約7割が標準、肥満が約2割、やせが約1割であり、性別年齢別に見ると、40～64歳男性で肥満が約4割、20～39歳女性でやせが約2割と他の世代に比べて高かった。また、20～39歳男性を除く全ての世代において肥満の増加傾向がみられた。特に、壮年期の肥満や若年期女性のやせについて対策が必要であると考えられる。

治療中の病気については、全体で約5割が「ある」と回答し、世代別では65歳以上が7割以上と他の世代に比べて高い状況だった。また、治療中の病気の内容については、「高血圧」が最も多く約4割で、平成25年度調査と同様だった。次いで「むし歯・歯周病などの歯・口腔の病気」、「運動器の疾患」、「脂質異常症」、「糖尿病」などの回答があった。

【栄養・食生活について】

朝食を食べている割合は、全ての世代において、若干の増減はあるもののほぼ前回と同様の結果だった。世代間を比較すると、ほとんどの世代が90%前後なのに対して、20～39歳男性は他の世代に比べて約7割と低い結果だった。よく噛んで味わって食べる人の割合について、小学校6年生及び中学校2年生では平成25年度調査と比較して10ポイント以上増加しており、学校や家庭における歯科保健の浸透が伺えた。食育に関心がある人の割合は、どの世代も減少傾向だった。

今回新規項目である生活習慣病の予防や改善のための食生活を実践している人の割合は女性の方が男性より実践している人の割合が高かった。また、年齢が高くなるほど実践している人の割合が高かった。

食事中にスマートフォン・携帯電話を使用している人の割合についても今回新たに調査を行ったが、20～39歳で他の世代に比べて高く約5割なのに対し、65歳以上ではほとんどいないという結果で、時代による食環境の変化や、世代間の差が伺えた。

VI まとめ・考察

食品ロス削減のために食べ物を無駄にしないよう行動している人の割合についても今回新規項目であるが、実践している人の割合は約8割で、年齢が高いほどその割合が高いという結果だった。

【身体活動・運動について】

1日60分以上（65歳以上は40分以上）体を動かしているかについて、平成25年度調査と比較すると全年代で減少しており、「実行していないし、これから先も実行するつもりはない」という人の割合は20～39歳で約3割であった。日頃運動をしている人の割合は、設問で日常生活での歩行などを含まないと追加したこともあり、どの世代においても大きく減少した。世代別に見ると、女性の20～39歳で「ほとんど（まったく）しない」人の割合が約7割と他の世代に比べて高く、年齢が高くなるほど運動している人の割合が高かった。身体活動・運動については、全年代において促進するための対策が必要と考える。

【歯の健康について】

定期的に歯科健康診査を受ける人の割合や、デンタルフロスや歯間ブラシを使う人の割合は、どの世代においても増加し、80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合も約10ポイント増加して約50%だった。

【喫煙について】

喫煙率は65歳以上男性以外のすべての世代で減少がみられた。今回新規項目として未成年と同居する大人の喫煙率を調べたが、3歳6か月児では約25%、小学6年生及び中学2年生では約40%と、子どもの年齢が上がるともに、同居する大人の喫煙率が高くなる傾向がみられた。

今回、新規項目として把握した受動喫煙の機会の有無については、路上で約6割、飲食店で5割弱が月1回以上「ある」という状況であった。

【飲酒について】

生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人の割合は、国の直近値と比較すると、女性の割合がやや高い傾向がみられた。また、「お酒の適量を知らない」「適量の内容を知らない」割合は20～39歳で最も高く、若年期からの適正飲酒の周知啓発が必要と考える。

全体的に見ると、20～39歳の若年期において、朝食欠食率の高さや、女性のやせや健康への関心度の低さ、身体活動や運動量の少なさなど、課題が多く見られたことから、若い世代に対し、健康への関心を高め、実践につなげるための効果的なアプローチを検討する必要があると考えられる。

3 年代別アンケート結果まとめ

1 3歳6か月児の保護者を対象とした調査

(1) 睡眠について

- ・ お子さんの睡眠時間は、10時間以上が多いが8時間の割合が増加している。（問3）

(2) 食生活について

- ・ 朝食を食べている割合は、前回と比べると若干減少しているものの、ほぼ9割以上が食べていると回答している。（問5）
- ・ お子さんが家族とともに朝食を食べるのは「毎日」が最も多く、約6割となっている。（問9）
- ・ お子さんは、食事を奥歯でよく噛み、飲み込むことができるかという設問では、「よく噛んで上手に食べる」が最も高く、77.6%。前回調査と比べて「硬いものが噛めない」が3.7ポイント、「よく噛まずに丸飲みする」が2.2ポイントそれぞれ低い。（問18）
- ・ 主食（米・パン・麺などの料理）、主菜（肉・魚・卵、大豆を主材料にした料理）、副菜（主食・主菜以外の料理）のそろった食事をしているかという設問では、「朝・昼・夕の3食ともそろっている」は、19.5%、「2食だけそろっている」が最も高く、61.6%となっている。「1食だけそろっている」は10.1%と前回調査と比べて8.4ポイント、平成22年調査と比べて7ポイント低くなっている。2食以上の割合は、前回より増加している。（問23）
- ・ 食事中に、誰かがスマートフォン・携帯電話を見たり、操作したりしながら食事をする習慣があるかという設問では、「よくある」が2.9%、「あまりない」が19.3%、「時々ある」が22.9%、「ほとんどない」が最も高く52.4%となっている。（問30：新規項目）

(3) たばこについて

- ・ 同居家族の喫煙率は26.6%で、割合としては「父親」が最も高く87.4%、次いで「母親」が18.9%、「祖父母」が11.0%となっている。（問34）

2 小学校6年生を対象とした調査

(1) 睡眠について

- ・ 睡眠時間は、「8時間位」が45.7%で最も多いが、H22年調査と比較すると「8時間位」が減少し、「7時間位」が増加している。（問3）
- ・ 学校では「たまに眠くなる」が前回に比べて若干増加している。（問4）

(2) 活動について

- ・ 放課後の過ごし方については、前回と比べ「外遊び」が減り、「塾や習い事」、「テレビやビデオを見る」が増加している。（問5）

(3) 食生活について

- ・ 朝食を食べるという回答は9割以上を占めており平成27年調査とほぼ同様だが、「毎日食べる」は平成22年調査と比べて6.1ポイント、平成25年と比べて1.0ポイント低くなっている。（問6）。また、朝食を食べない理由は、「食べる時間がない」が一番多いが、「朝食の準備がで

VI まとめ・考察

きていない」も前回に比べて増加している。(問7)

- ・ 朝食を家族とともに食べる頻度は、「週に1～2回」が最も高く31.4%で前回と比べて4.6ポイント高くなっている。(問10)
- ・ 夕食を家族とともに食べる頻度は「毎日」が最も高く35.6%となっているが、前回調査と比べて11.5ポイント低い。(問15)
- ・ 食事をよく噛んで食べている割合は前回に比べて増加している。(問20)
- ・ 主食・主菜・副菜がそろった食事が「2食以上」と答えた割合は平成25年とほぼ同じだが、平成27年と比べて減少している(問27)
- ・ 食事の時にスマートフォンや携帯電話を使うことは「よくある」が2.6%、「時々ある」と「あまりない」がそれぞれ11.7%、「ほとんどない」が最も高く71.4%となっている。(問29：新規項目)

(4) お酒とたばこについて

- ・ 「お酒を飲んだことがある」は8.6%、「たばこを吸ったことがある」は0.2%となっており、どちらも前回調査と比べると減少している。(問30)
- ・ 同居家族の喫煙率は37.2%、たばこを吸う人との続柄では、「父親」が最も高く、80.5%、次いで、「母親」が32.7%、「祖父母」が15.7%となっている。(問31)

(5) 健康知識について

- ・ 生活習慣病を「知っている・だいたい知っている」が5割以上の一方、「知らない」が44%となっており、「知らない」が若干増加している。(問33)

3 中学校2年生を対象とした調査

(1) 睡眠について

- ・ 起床時間の「6時より前」が年々増加している。(問1)
- ・ 睡眠時間は、平成27年と比べて「8時間位」、「7時間位」が若干増加している。(問3)
- ・ 学校では「たまに眠い」「よく眠い」が若干増加している。(問4)

(2) 活動について

- ・ 放課後の過ごし方については、「部活動」「塾や習い事」が減り、「家でゲームをする」「テレビやビデオを見る」が増加している。(問5)

(3) 食生活について

- ・ 朝食は、「毎日食べる」の割合が若干減少し、「食べる日の方が多い」の割合が若干増加している。両者の合計は、約9割となっており、前回とほぼ同様である。(問6)
- ・ 朝食を家族とともに食べるのは「週1～2回」が最も高く、30.4%となっている。(問10)
- ・ 夕食を家族とともに食べるのは「毎日」が最も高く37.0%、次いで「週に1～2回」が20.8%となっている。(問18)
- ・ 食事をよく噛んで食べている割合は前回よりも若干増加している。(問23)
- ・ 主食・主菜・副菜がそろった食事が「2食以上」と答えた割合は前回より微増している(問30)

- ・ 食事の時にスマートフォンや携帯電話を使うことは「ほとんどない」が最も高く、58.3%。よくある、時々あるを合わせると、21.2%と約2割の中学校2年生が食事中にスマートフォンや携帯電話を使うことがあると答えている。（問33：新規項目）

(4) お酒とたばこについて

- ・ 「お酒を飲んだことがある」は8.1%、「たばこを吸ったことがある」は0.9%と前回に比べて減少している。（問34）
- ・ 「同居家族の喫煙率」は40.2%。たばこを吸う人との続柄では「父親」が最も高く78.5%、「母親」が35.1%、「祖父母」が11.5%となっている。（問35）

(5) 健康のことについて

- ・ 回答者のBMI（体格指数）は、前回と比べ「やせ」と「肥満」の割合が減少している。（問36）
- ・ 生活習慣病を「知っている・だいたい知っている」が6割以上、知らないが31.4%となっている。（問38）

4 成人を対象とした調査

(1) 健康状態について

- ・ 回答者のBMI（体格指数）は、全体的に「やせ」の割合が減少し、「肥満」が増加している。特に、40～64歳男性の「肥満」の割合が多く、37.9%と3人に1人以上が肥満であり、平成25年度と比べて10ポイント以上増加している。（問11）
- ・ 治療中の病気は、「高血圧」が最も多く30.0%、「むし歯・歯周病」が17.1%、「運動器疾患」が16.8%と続く。経年でみると、「糖尿病」に関しては年々増加傾向が見られる。（問16）
- ・ 健診（検診）の受診状況は、種類により受診率に差があるものの、「定期的に健診・がん検診を受けている」と回答した方は76.3%となっている。（問19）
- ・ 健診（検診）を受けない理由は、「お金がかかる」「面倒」「時間がない」が多い傾向は変わらないが、「必要性を感じない」「通院中」「検査がこわい」「受け方がわからない」が前回と比べて増加している。（問21）

(2) 食生活について

- ・ 朝食を食べている人の割合は前回と比べて増加しており、平成25年調査と比べて「毎日食べる」が4.2ポイント高くなっている。（問23）
- ・ 「主食・主菜・副菜のそろった食事を2食以上食べている人の割合」は前回に比べて微増。（問24）
- ・ 野菜摂取の状況をBMI別に見ると、痩せている人ほど野菜を多く食べる傾向がある。（問25）
- ・ 「野菜（野菜ジュースは除く）を食べる場面は、全体では夕食が87.6%で最も高く、昼食が42%、朝食が37.2%。男女別・年代別では、65歳以上では昼食より朝食の割合が高い。このことから、食事の準備にかけられる時間など生活リズムとの関連も見えてくる。（問26：新規項目）

VI まとめ・考察

- ・ 食事の時によく噛んで食べる人の割合は、40～64歳でやや少ない傾向あり。BMI別では、痩せている人ほどよく噛んでいるという傾向がある。（問27）
- ・ ふだんゆっくりよく噛んで食べているかを尋ねたところ、全体では「ゆっくりよく噛んで食べている」が8.6%、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が36.8%、合わせて約45%。男女別では、男性の40～64歳の世代がよく噛んで食べている人が他の世代に比べて少なく、女性の65歳以上がよく噛んで食べている人の割合が多い。（問28：新規項目）
- ・ ふだん、誰かと一緒に食事をしているかを尋ねたところ、「1日のうち1食以上は家族や友人と食べる」が76.8%、「ほとんど1人で食べる」が21.1%「1日のうち1食以上は家族や友人と食べる」という回答は、男女とも20歳代・30歳代で他の年代よりも高い。（問29）
- ・ 誰かと一緒に食事をする頻度は、「ほとんど毎日」は全体の約7割、男性では全年代で6割以上、女性では65歳以上を除いて7割以上を占めている。（問30：新規項目）
- ・ 食育への関心を尋ねたところ、「関心がある」が39.7%、「どちらかといえば関心がある」が38.8%。平成25年調査と比べると、『関心がある』が微減傾向。男女別・年代別では、男性よりも女性の方が『関心がある』人の割合が高い。（問31）
- ・ 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気を付けた食生活を実践しているかを尋ねたところ、「いつも気をつけて実践している」が13.9%、「気をつけて実践している」が48.8%、合わせて約6割の人が「気をつけて実践している」。性・年齢別では、女性の方が男性より『実践している』人の割合が高い。（問32：新規項目）
- ・ 伝統的な料理や行事食を、地域や家庭等で作ったり食べたりする機会は、「よくある」「時々ある」を合わせると、41%、「あまりない」「ほとんどない」を合わせて56.2%となっている。（問33：新規項目）
- ・ 「どのような食品を選ぶか」「どのような調理が必要か」などの、「食品の安全性に関する基礎的な知識が「十分にあると思う」「ある程度あると思う」を合わせて69.5%、「あまりないと思う」「全くない」を合わせて28.2%となっており、経年で見ても大きな変化がなかった。（問34）
- ・ スマートフォン・携帯電話を見たり、操作したりしながら、食事することは、「よくある」「時々ある」を合わせて約20%、「あまりない」「ほとんどない」を合わせて79.4%。性・年齢別では、『ある』と回答した人の割合は女性の20～39歳で最も高く、65歳以上では、男女とも『ない』と回答した人の割合が90%以上となっている。（問35：新規項目）
- ・ 食生活で普段から気をつけていることは、「1日3回食事をする」が61.3%で最も多く、次いで「野菜を多く食べる」が58.7%、「栄養バランスを考える」が54.5%、「塩分を控える」が44.6%となっている。（問36）
- ・ 食品ロス削減のために、食べ物を無駄にしないような行動を「いつも気をつけて実践している」が23.3%、「気をつけて実践している」が55.7%、合わせて79%の人が「実践している」と回答。性・年齢別では、男女とも65歳以上で『実践している』と回答した人の割合が高い。（問37：新規項目）
- ・ 食品ロスを減らすために取り組んでいることは、「残さず食べる」が69.0%で最も多く、次いで「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」が61.6%、「日頃から冷蔵庫等にある食品の種類・量・期限等を把握している」が56.6%となっている。（問38）

(3) 身体活動・運動習慣について

- ・ 身体活動の制限は、65歳以上の女性が30.1%、65歳以上の男性が19.5%と増加している。(問40)
- ・ 運動頻度は、女性の20～39歳で「ほとんど(全く)しない」が67.9%で、他の年代と比べて高い。(問41)
- ・ 「日頃運動をしている人の割合」は、平成25年度と比べて減少。特に20～39歳女性で「運動していない」割合が高い。(ただし、今回は「日頃運動していますか」の後の「ただし通勤や買い物など日常生活で行う歩行は含みません」の注記がないため、単純な比較はできない。「運動」と「身体活動」を分けるため、今回は設問文を変更した。)(問41)
- ・ 運動の種類傾向は前回アンケートと変わらないが、「ウォーキング」や「体操」「トレーニング」などは、平成25年と比べると増加の幅が大きい。(問43)
- ・ 運動をしない理由は、「時間がない」が最も多い傾向は変わらないが、前回と比べて、「面倒である」「腰やひざが痛くてできない」が増加している。(問44)
- ・ 「1日60分以上(65歳以上は40分以上)元気に身体を動かしている人の割合」は前回と比べて若干減少。20～39歳では「実行していないし、これからも実行するつもりはない」が33.1%と最も多い。(問45)
- ・ 1日のうち、座ったり横になったりしている時間は、前回と比べて「8時間以上」の割合が多くなっている。20～64歳男性の「8時間以上」の割合が過半数を占めており、特に目立つ。(問47)
- ・ 「1時間以上(60分以上)、歩行と同等の強さの身体活動を行っている割合」は、前回と比べて増加。先ほどの「運動」を行っている割合では減少傾向だが、「身体活動」としては増加傾向がみられる。(問49)

(4) ストレス・睡眠について

- ・ 睡眠時間が6時間未満の人の割合は、40～64歳が多い。(問52)
- ・ 睡眠時間は、男性では20～64歳、女性では40～64歳で「足りていない」と感じる割合が高い傾向にある(問53)
- ・ 「すっきり目覚めることができている」人の割合は、65歳以上で他の年代と比べて高い。(問54)
- ・ 「ストレス解消法を持っている」人の割合は年々減少傾向にあり。「持っている」人の割合は、男女とも65歳以上で低い。(問55)

(5) お酒とたばこについて

- ・ たばこを「吸っている」が10.7%と前回と比べて減少。65歳以上男性を除き、全ての年代で減少傾向。特に20～39歳で減少の割合が大きい(問57)。また、喫煙者でも「近いうちに禁煙したい」と思っている人が前回調査と比べ増加している。(問59)
- ・ 受動喫煙の頻度が高かった場所は、「路上」「飲食店」「遊技場」「職場」の順。(問62)
- ・ 飲酒習慣は、平成25年と比べて「お酒を飲む」が若干減り、「飲まない」が増加。生活習慣病のリスクを高める飲酒の割合として、国や県と同じ方法で算出した結果、男性12.6%、女性10.4%となっている。(問65)

VI まとめ・考察

- ・ 「お酒の適量」について「知っている」人は39.4%。「適量があることを知らない」「適量があることは知っているが、内容は知らない」の割合は男女とも20～39歳が多い。（問66）

(6) 歯の健康について

- ・ 65歳以上の「歯の本数」は、「全部ある」「だいたいある」が5割以上。（問67）
- ・ 歯の健康維持のために心がけていることは、「時間をかけて丁寧にみがく」、「デンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使う」、「定期的に歯科検診を受ける」、「ときどき歯石除去や歯のクリーニングをしてもらう」の4項目とも平成25年と比べて増加している。（問69）

(7) 地域での活動やかかわりについて

- ・ 地域活動に「参加している」が前回と比べて増加している。年代別では65歳以上の割合が多い。地区別にみると、「参加している」が最も多かったのは「片瀬地区」で38.5%、「参加していない」が最も多かったのは「湘南台地区」で71.2%となっている。（問75）
- ・ 地域活動への参加意向は、前回（平成25年）と比べ、「参加したい」が減少し、「参加したくない」「わからない」が増加している（問76）。参加したくない理由としては、「人付き合いが面倒」「仕事や家事、育児、介護等で時間がない」が多い。（問77）
- ・ 地域の人とのかかわりでは「相談し合える人がいる」割合が減り、「つきあいはない」人の割合が増加している。（問78）
- ・ 地域では困ったときに支え合うと思うかを尋ねたところ、そう思う」の割合が減り、「そう思わない」の割合が増加している。（問80）

(8) その他

- ・ COPDを「聞いたことがない」は減少、「内容を知っている」は増加している。（問82）
- ・ 食事バランスガイドのを「聞いたことがない」は減少。「内容を知っている」も減少している。（問82）
- ・ 健康情報の入手方法は、「テレビ」「インターネット」が多い傾向。前回調査と若干項目を変えているので単純に比較はできないが、平成25年度調査では「広報」「テレビ」「医療機関」の順となっていたので、変化がみられる。（問83）
- ・ 健康づくりについて知りたい情報を尋ねたところ、上位に「体力測定、体組成測定などの健康チェック」「身体活動」に関する項目や「栄養・食事」に関する項目がある。（問84）

4 健康増進計画（第2次）の策定時との比較

※ 今回調査から比較できる項目のみ掲載

(1) 乳幼児期～青少年期

分野	指標	対象	目標値	今回調査	策定時 (H25)
栄養・食生活	朝食を食べている人の割合	3歳6か月児	100%に近づける	95.2%	96.5%
		小学校6年生		94.1%	94.6%
		中学校2年生		93.6%	91.2%
	主食・主菜・副菜のそろった食事を食べている(2食以上)人の割合	3歳6か月児	80%	81.1%	74.2%
		小学校6年生		75.2%	73.5%
		中学校2年生		74.6%	72.6%
よく噛んで味わって食べる人の割合	小学6年生	80%	67.7%	52.0%	
	中学2年生		63.3%	49.2%	
喫煙	未成年期の喫煙率	小学6年生	0%	0.2%	0.4%
		中学3年生		0.9%	3.2%
	未成年者と同居する大人の喫煙率	3歳6か月児	0%	26.6%	—
		小学校6年生		37.2%	—
		中学校2年生		40.2%	—
飲酒	飲酒経験のある人の割合	小学6年生	0%	8.6%	15.3%
		中学2年生		8.1%	17.7%

VI まとめ・考察

(2) 成人期・高齢期

分野	指標	対象	目標値	今回調査	策定時 (H25)
栄養・食生活	朝食を食べている人の割合	20～39歳	85%	83.5%	79.5%
		40～64歳	90%	88.9%	87.3%
		65歳以上	100%に近づける	95.0%	94.2%
	主食・主菜・副菜のそろった食事を食べている(2食以上)人の割合	20～39歳	80%	63.2%	63.1%
		40～64歳	80%	75.1%	78.0%
		65歳以上	100%に近づける	88.4%	91.5%
	よく噛んで味わって食べる人の割合	20～39歳	80%	58.3%	49.1%
		40～64歳		57.0%	59.6%
		65歳以上		72.3%	76.5%
身体活動・運動	運動を含めて1日60分以上元気に身体を動かしている人の割合 ※6か月以上または6か月以内の人の割合	20～39歳	30%	17.4%	20.4%
		40～64歳	34%	23.2%	24.2%
	運動を含めて1日40分以上元気に身体を動かしている人の割合 ※6か月以上または6か月以内の人の割合	65歳以上	52%	38.0%	41.6%
	日頃運動をしている人の割合 ※週に1～2日以上運動している人の割合	20～39歳	54%	38.9%	43.8%
		40～64歳	68%	46.7%	58.3%
65歳以上	現状維持	63.9%	75.9%		
歯・口腔	定期的に歯科健康診査を受ける人の割合	20～39歳	70%	33.1%	23.7%
		40～64歳		41.1%	30.3%
		65歳以上		46.4%	35.9%
	80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合	80歳代	50%	50.4%	40.2%
	デンタルフロスや歯間ブラシを使う人の割合	20～39歳	50%	40.3%	29.2%
40～64歳		49.9%		45.9%	
喫煙	成人喫煙率	20歳以上	0%に近づける	10.7%	13.4%
		65歳以上		6.2%	6.9%
		男性20～39歳		24.5%	28.9%
		男性40～64歳		22.4%	26.3%
		男性65歳以上		10.5%	10.2%
		女性20～39歳		4.3%	9.7%
		女性40～64歳		8.7%	10.0%
		女性65歳以上		2.8%	3.6%
	COPD認知率	20歳以上	増加	29.4%	29.8%

分野	指標	対象	目標値	今回調査	策定時 (H25)
飲酒	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している(1日あたりの純アルコール量が男性40g以上、女性20g以上)人の割合	男性 40～74 歳	減少	—	12.0%
		女性 40～74 歳		—	5.0%
		男性		12.6%	—
		女性		10.4%	—
休養・ こころ	ストレス解消法をもっている人の割合	20 歳以上	増加	57.8%	61.1%
	6 時間以上睡眠する人の割合	20～39 歳	増加	55.7%	46.6%
		40～64 歳		45.9%	46.6%
		65 歳以上		64.0%	66.9%
生活習慣病予防の取組	BMI18.5 未満の人の割合	男性 20～39 歳	減少	3.9%	2.6%
		男性 40～64 歳		1.4%	4.1%
		男性 65 歳以上		3.1%	4.9%
		女性 20～39 歳		17.9%	21.2%
		女性 40～64 歳		11.4%	14.3%
		女性 65 歳以上		11.5%	11.3%
	BMI25.0 以上の人の割合	男性 20～39 歳	減少	20.6%	21.9%
		男性 40～64 歳		37.9%	26.8%
		男性 65 歳以上		20.3%	16.8%
		女性 20～39 歳		11.4%	6.7%
		女性 40～64 歳		16.1%	10.7%
		女性 65 歳以上		17.4%	10.4%

5 第2次食育推進計画各指標値の策定時との比較

※ 今回調査から比較できる項目のみ掲載

《目標1》健康に生活するための食習慣をつくる

指標	対象	目標値	今回調査	策定時 (H25)
朝食を食べる市民を増やす	3歳6ヶ月児	100%に近づける	95.2%	96.5%
	小学校6年生		94.1%	94.6%
	中学校2年生		93.6%	92.2%
	20～39歳	85%	83.5%	79.5%
	40～64歳	90%	88.9%	87.3%
	65歳以上	100%に近づける	95.0%	94.2%
主食・主菜・副菜のそろった食事を食べている（2食以上）市民を増やす	3歳6ヶ月児	80%	81.1%	74.2%
	小学校6年生		75.2%	73.5%
	中学校2年生		74.6%	72.6%
	20～39歳		63.2%	63.1%
	40～64歳		75.1%	78.0%
	65歳以上	100%に近づける	88.4%	91.5%
食事を家族や友人と食べる（共食・きょうしよく）市民を増やす	3歳6ヶ月児	90%	86.0%	89.3%
	小学校6年生		74.7%	74.9%
	中学校2年生		69.9%	62.0%
	20～39歳		84.7%	81.0%
	40～64歳		80.4%	82.4%
	65歳以上		70.1%	79.0%
よく噛んで味わって食べる市民を増やす	小学6年生	80%	67.7%	52.0%
	中学2年生		63.3%	49.2%
	20～39歳		58.3%	49.1%
	40～64歳		57.0%	59.6%
	65歳以上		72.3%	76.5%
食事バランスガイドを知っている市民を増やす	20歳以上	50%	12.3%	17.2%

《目標2》市民が主役となって食育を推進する

指標	対象	目標値	今回調査	策定時 (H25)
食育に関心をもって いる市民を増やす	20～39歳	90%以上	75.6%	81.1%
	40～64歳		78.2%	83.7%
	65歳以上		80.1%	87.3%
食品の安全性について 基礎的な知識を持つ ている市民を増やす	20～39歳	85%	51.2%	55.2%
	40～64歳		67.2%	68.1%
	65歳以上		79.8%	77.4%

《目標3》食文化や食べ物を大切にすゝる気持ちを育てる

指標	対象	目標値	今回調査	策定時 (H25)
なるべく地場産を購 入する市民を増やす	20～39歳	30%	5.4%	11.8%
	40～64歳		11.9%	20.2%
	65歳以上		20.9%	22.6%

