

【食育についてのアンケート調査結果(抜粋)】

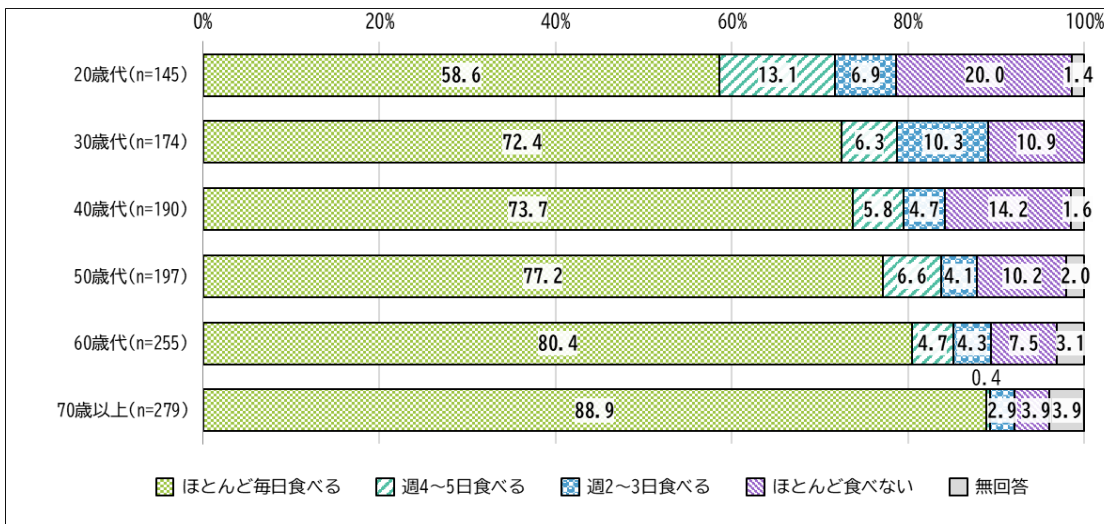
食育についてのアンケート調査は、第五次諫早市食育推進計画策定に向け、市民の食に関する現状と意識の把握・分析と第四次計画の評価及び第五次計画策定の基礎資料とすることを目的に実施しました。

○調査の実施要領・回答数

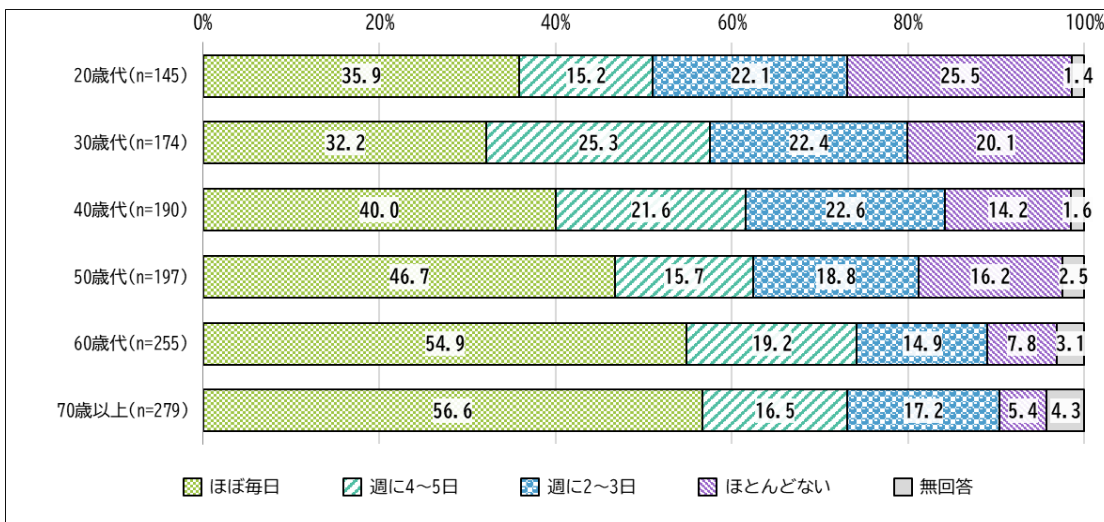
調査期間	令和7年1月
調査対象者	20歳以上の市民から無作為抽出
調査方法	郵送による配布・回収及びインターネット回収

回答方法	配布数	有効回収数	有効回答率
郵送	3,000件	873件	29.1%
インターネット		405件	13.5%
計	3,000件	1,278件	42.6%

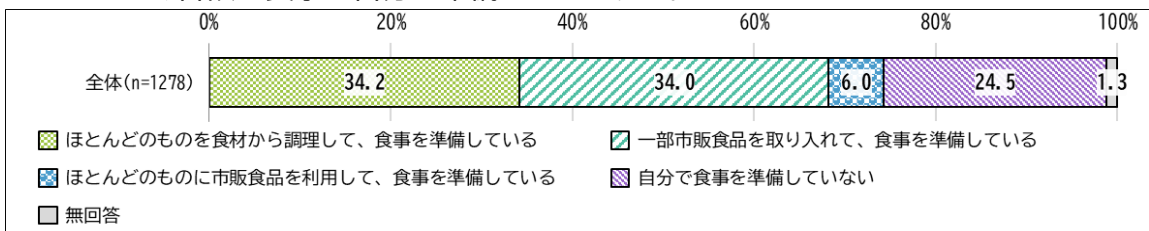
○あなたは、ふだん朝食を食べますか。



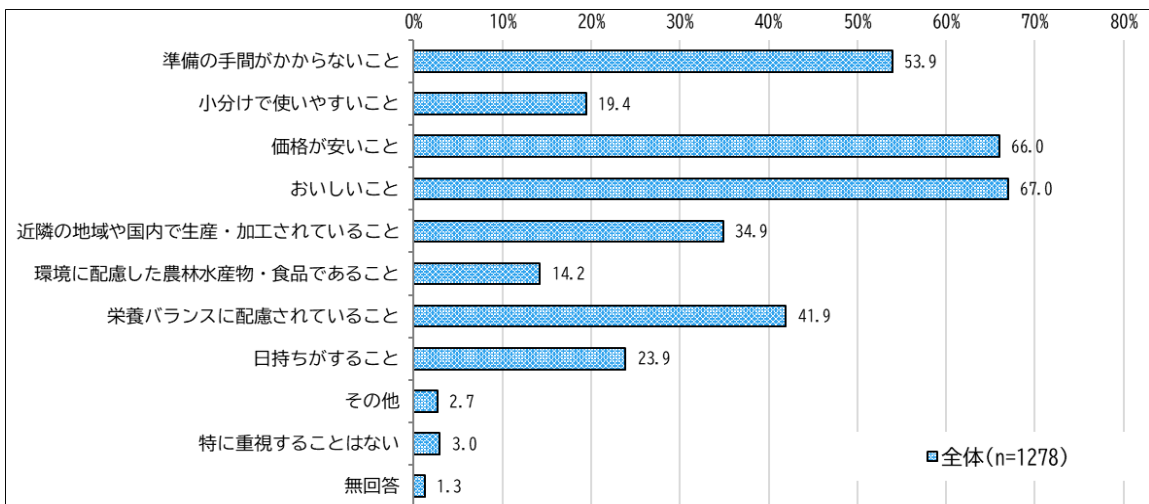
○あなたは主食、主菜、副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。



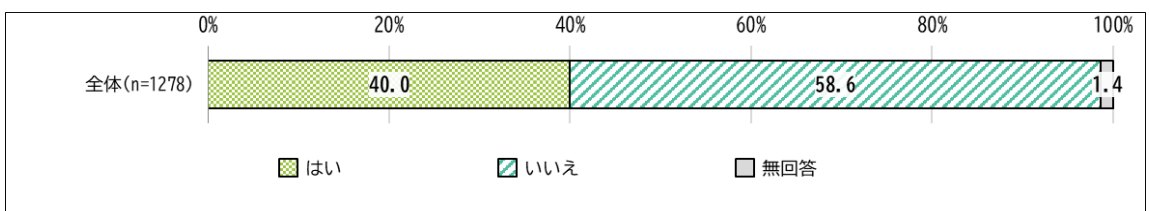
○あなたは、普段の食事を自分で準備していますか。



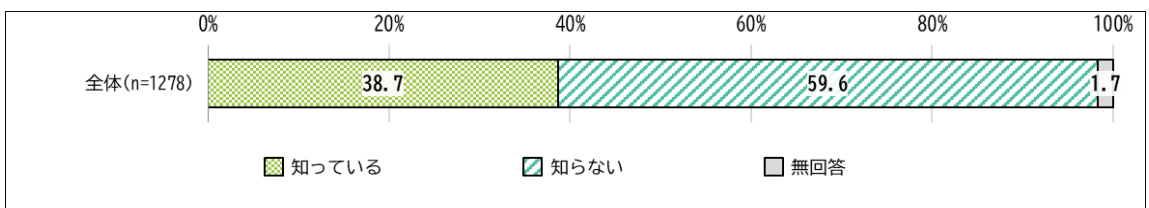
○あなたは、ふだん食品や料理を選択する際に何を重視していますか。(複数回答)



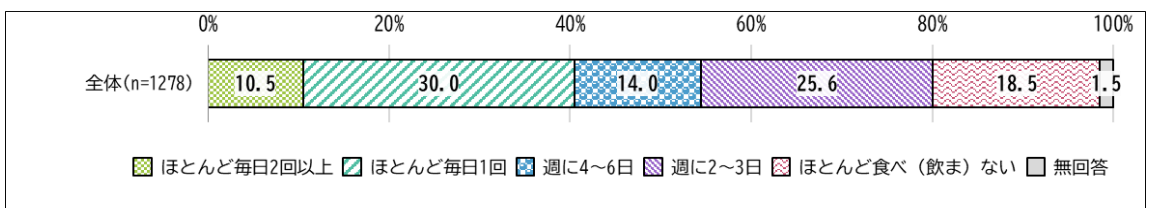
○あなたは、健康な人の望ましい1日の塩分摂取量(食塩に換算して)が男性7.5グラム未満、女性6.5グラム未満であることを知っていますか。



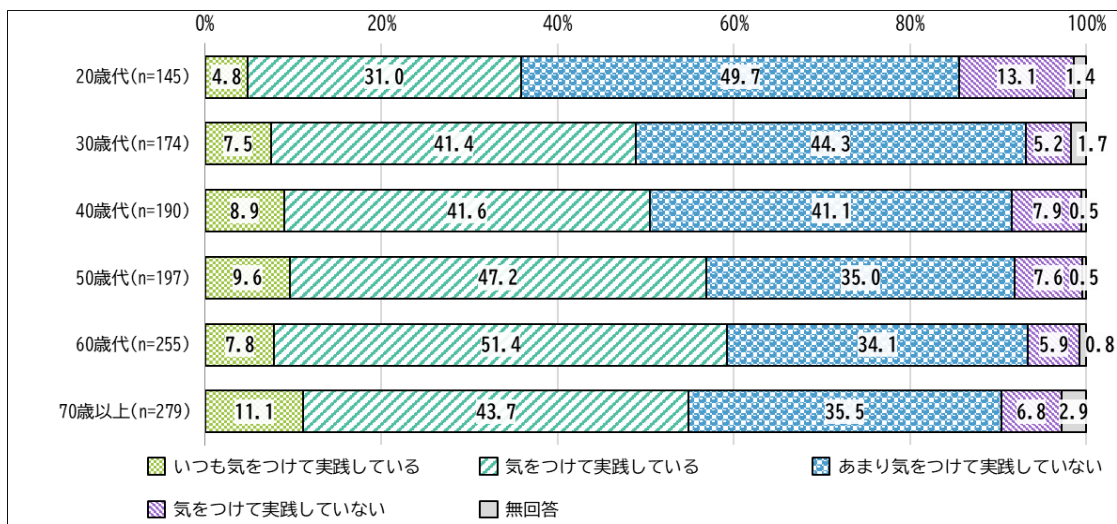
○あなたは、ご自身の適正体重(身長に見合った健康的な体重)を維持するための食事量を知っていますか。



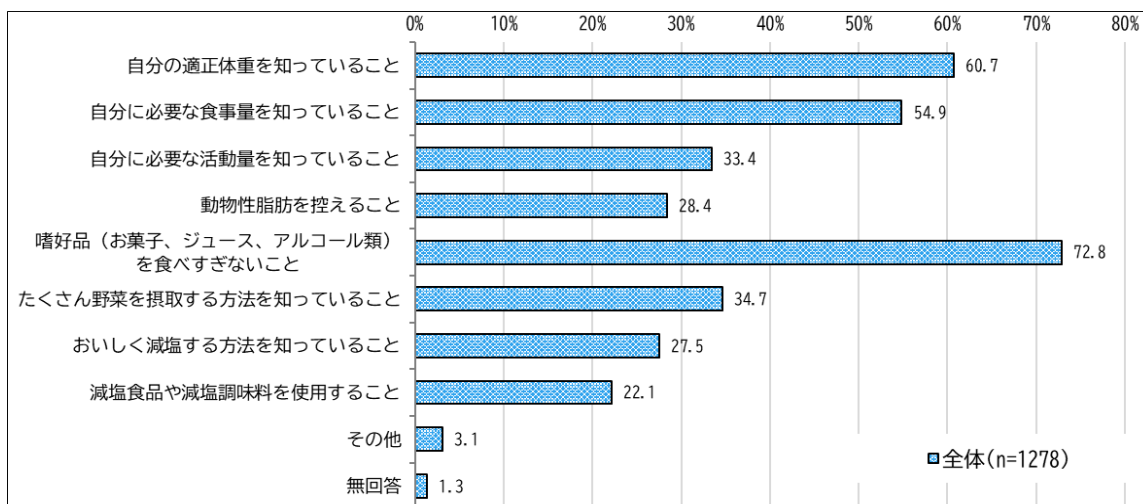
○甘いおやつや甘い飲みもの(ジュース、スポーツドリンク、缶コーヒーなど)をどのくらいの頻度で食べ(飲み)ますか。



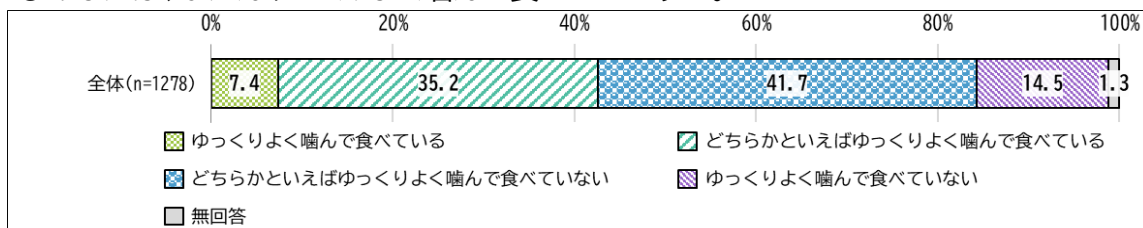
○生活習慣病の予防や改善のために、あなたは、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していますか。



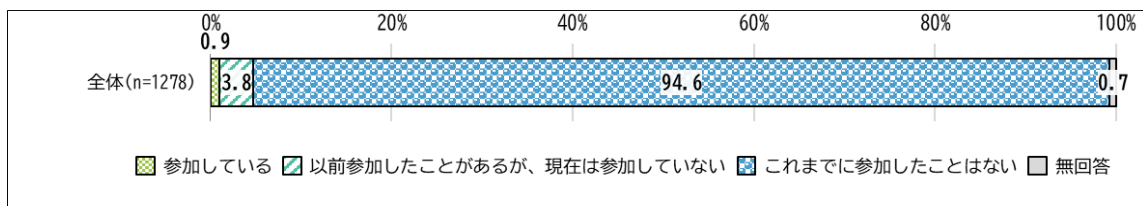
○ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践するためには、どのようなことが必要だと思いますか。(複数回答)



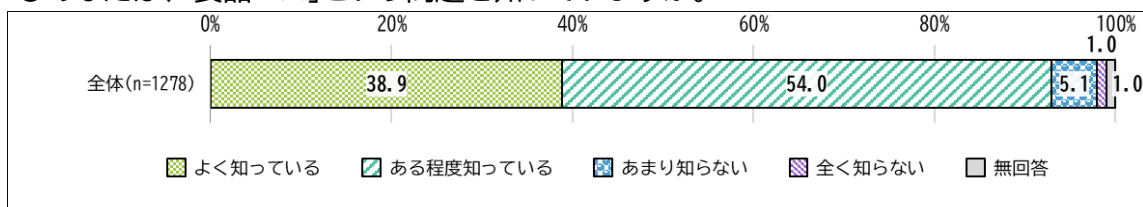
○あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。



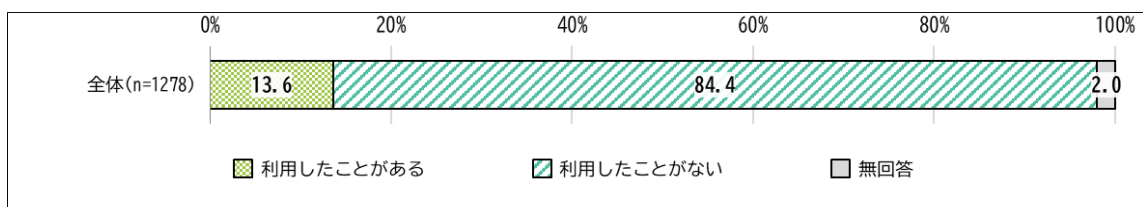
○あなたは、食育の推進に関わるボランティア活動に参加したことがありますか。



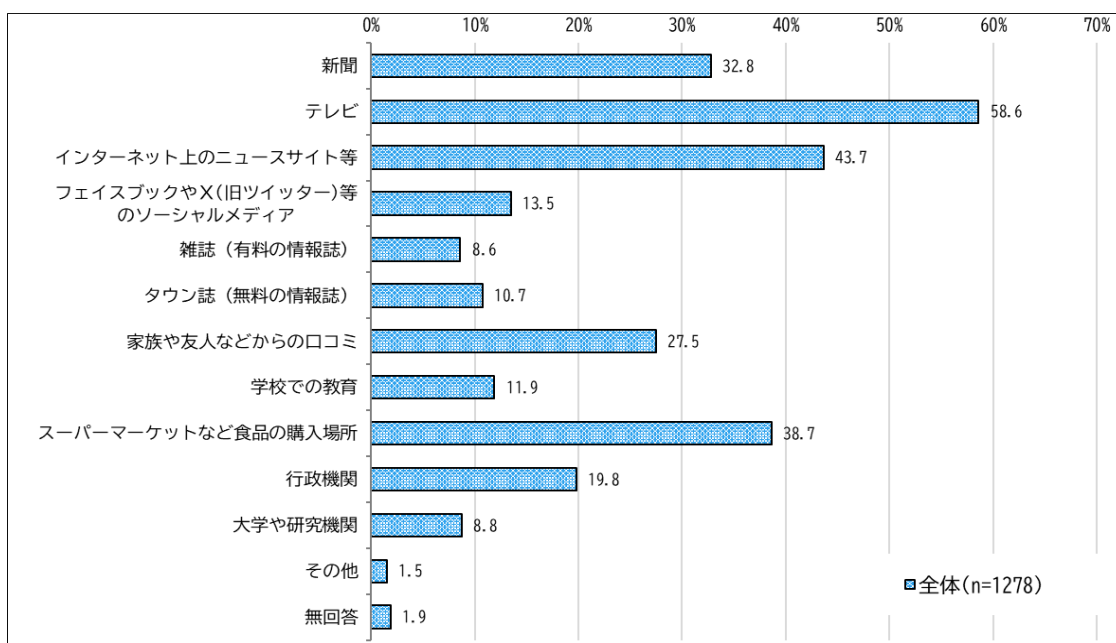
○あなたは、「食品ロス」という問題を知っていますか。



○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。



○あなたは、今後、信頼できる情報源として、食品安全に関する情報をどこから入手したいと思いますか。(複数回答)



○あなたの世帯は災害時に備えて非常用の食料を用意していますか。

