「元気なとり」食育プラン（第２次）

最終評価報告書

アンケート実施主体　　：名取市保健センター
食育アンケート実施期間　：平成３０年６月～７月
食育推進状況調査実施期間：平成３０年１１月

1. 目的

「食育」は、生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり 、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てることです。

市においても、平成26年3月に「元気なとり」食育プラン第2次を策定し、市の食育関連施設と連携しながら推進してきました。

この計画の進捗状況を確認するため最終評価を行い、第3次計画作成や今後の効果的な推進方法を決定します。

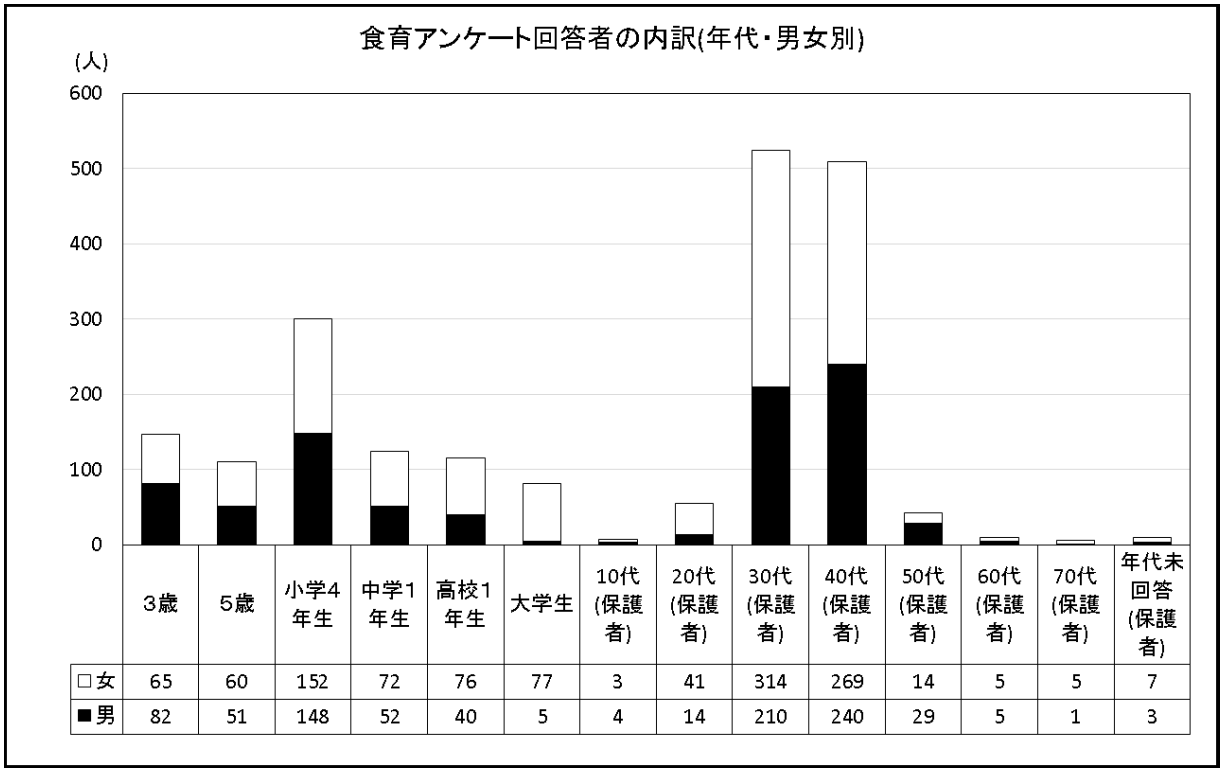
2. 調査方法

調査項目	対象	方法
食育 アンケート	①3歳6か月児健診対象児 ※保護者含 ②市内保育所・保育園・幼稚園児 ※保護者含 ③市内小中学校 ※保護者含 ④名取北高等学校 ⑤尚絅学院大学	①幼児健診対象者に対し事前郵送し、健診当日回収。当日来所した対象者にも配布・回収。（保護者含） ②保育所・保育園・幼稚園を通して配布・回収。（保護者含） ③小中学校を通して学童に配布・回収。（保護者含） ④高校を通して学生に配布・回収。 ⑤大学を通して学生に配布・回収。
食育推進 状況調査	市内施設	各施設に対し調査を事前郵送し、 FAXにて回収

3. 食育アンケート対象者ならびに回収率

配布総数　2830件

ライフステージ	対象者	配布数 （A）	回収数 （B）	回収率（%） （B／A）
幼児期	3歳6か月児健診受診者	171	147	85. 9
	公立保育所5歳児クラス	84	40	47. 6
	民間保育園5歳児クラス	70	31	44. 2
	私立幼稚園5歳児クラス	66	40	60. 6
学童・思春期	小学4年生（1クラス分×11校）	322	300	93. 1
	中学1年生（1クラス分×5校）	157	124	78. 9
	名取北高等学校	120	116	96. 6
成人	尚絅学院大学	100	82	82. 0
	3歳6か月児健診保護者	342	255	74. 6
	公立保育所5歳児保護者	168	81	48. 2
	民間保育園5歳児保護者	140	66	47. 1
	私立幼稚園5歳児保護者	132	77	58. 3
	小学4年生保護者×11校	644	494	76. 7
	中学1年生保護者×5校	314	191	60. 8
総計(回収数)		2830	2044	72. 2



	3歳	5歳	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	10代(保護者)	20代(保護者)	30代(保護者)	40代(保護者)	50代(保護者)	60代(保護者)	70代(保護者)	年代未回答(保護者)
□女	65	60	152	72	76	77	3	41	314	269	14	5	5	7
■男	82	51	148	52	40	5	4	14	210	240	29	5	1	3

4. 食育推進状況調査対象施設ならびに回収率　依頼施設数　63施設

ライフステージ	調査依頼施設	依頼施設数（A）	回収数（B）	回収率（%）（B／A）
幼児期	私立幼稚園	4	4	100.0
	公立保育所	4	4	100.0
	民間公営保育所（認定こども園含）	6	6	100.0
学童・思春期	小学校	11	11	100.0
	中学校	5	5	100.0
	学校給食センター	1	1	100.0
	児童センター	11	11	100.0
成人期	尚絅学院大学	1	1	100.0
全ライフステージ	公民館	11	11	100.0
	農林水産課	1	1	100.0
	生涯学習課	1	1	100.0
	名取岩沼農協	1	1	100.0
	商工会	1	1	100.0
	産直ネットワーク	1	1	100.0
	仙台保健福祉事務所	1	1	100.0
	東北農政局	1	1	100.0
	食生活改善推進員連絡協議会	1	1	100.0
	保健センター	1	1	100.0
総計		63	63	100.0

5. 指標に対する達成度（一覧）

【基本方針】

☆名取の食材の活用と食文化の伝承を通して豊かな人間性を育む。

☆市民ひとりひとりが自立して、健康的でより良い食生活を目指す。

【基本目標】

①乳幼児期から「はやね・はやおき・あさごはん」の習慣化を図る。

②3度の食事を大切にし、嗜好品（間食等）のとりすぎを防止する。

③主食・主菜・副菜を基本としたバランス食で、健康づくりのための「食」を実践する。

④家族や友人または地域での世代間交流により食文化を継承する。

⑤料理教室や食農体験を通し、地産地消や食の安全を学習する。

⑥食事づくりを通した自立を推進する。

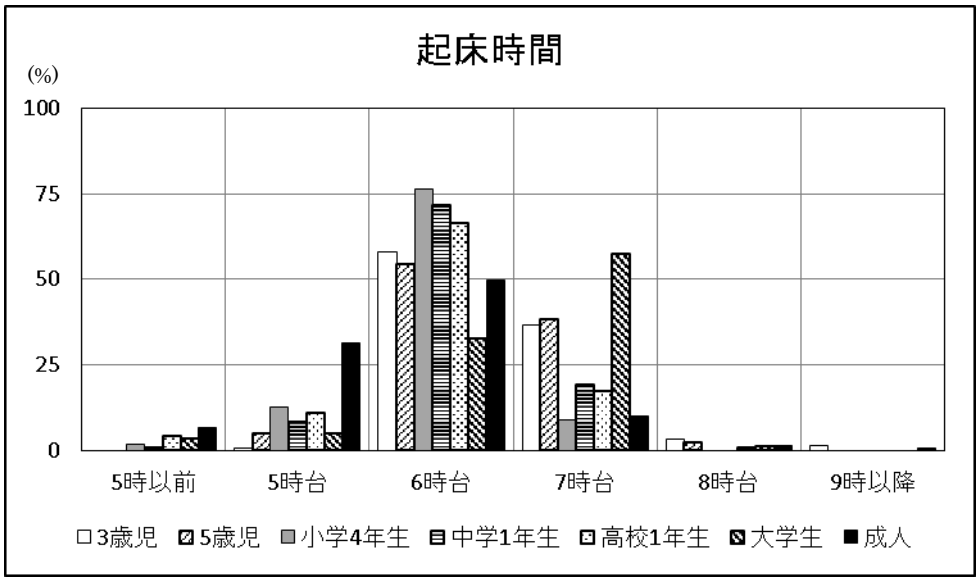
※評価について・・・「○」目標の達成、「×」目標の不達成

項目	対象	目標	H25	H28	H30	評価
朝食を毎日食べる	①3 歳 6 か月児	増加	93.2%		95.3%	○
	②5 歳児		97.6%		98.9%	○
	③小学 4 年生		96.3%		95.3%	×
	④中学 1 年生		88.6%		86.5%	×
	⑤高校生		86.4%		85.3%	×
	⑥大学生		69.5%		46.3%	×
	保護者（①～④）		統計なし		72.3%	－
主食・主菜・副菜を揃えて食べる	①3 歳 6 か月児	増加	36.1%		44.2%	○
	②5 歳児		35.2%		35.1%	×
	③小学 4 年生		53.2%		61.3%	○
	④中学 1 年生		57.6%		52.4%	×
	⑤高校生		51.7%		41.4%	×
	⑥大学生		25.6%		7.3%	×
	保護者（①～④）		統計なし		30.3%	－
野菜を 1 日 5 皿食べる（3 歳 6 か月児・5 歳児は 3 皿以上食べる）	①3 歳 6 か月児	増加	27.5%		20.9%	×
	②5 歳児		26.4%		25.2%	×
	③小学 4 年生		18.7%		14.7%	×
	④中学 1 年生		8.3%		12.5%	○
	⑤高校生		1.8%		4.3%	○
	⑥大学生		4.9%		0.0%	×
	保護者（①～④）		統計なし		6.1%	－

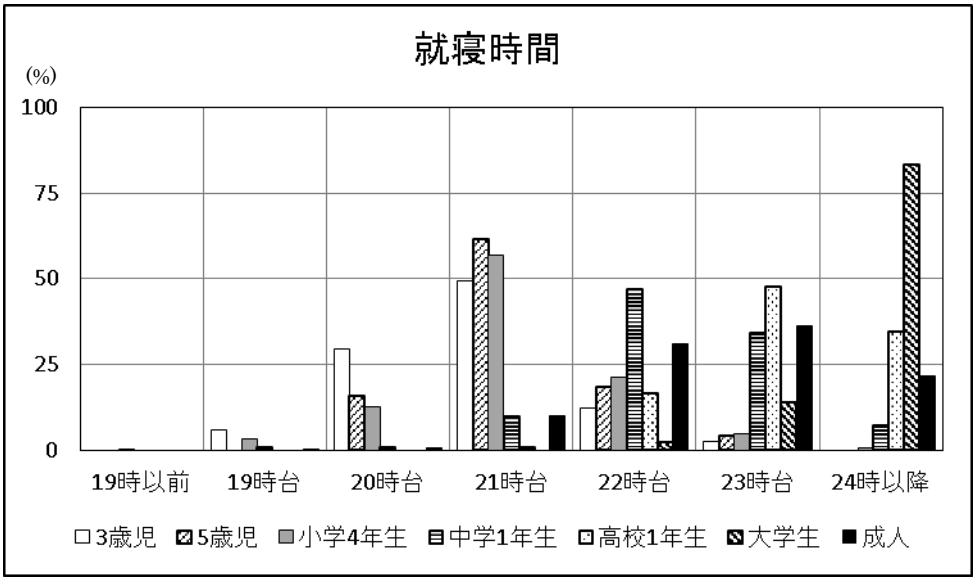
項目	対象	目標	H25	H28	H30	評価
1 日の摂取目標 カロリーを知っている	①3 歳 6 か月児 ②5 歳児 ③小学 4 年生 ④中学 1 年生 ⑤高校生 ⑥大学生 保護者 （①～④）	増加	16.2% 19.4% 統計なし 統計なし 22.8% 86.6% 統計なし		20.3% 15.3% 6.1% 4.7% 12.2% 67.1% 30.9%	○ × － － × × －
肥満者の割合 BMI25 以上 （成人）	30～60 歳代男 40～60 歳代女	28% 19%	30.3% 21.4%	35.1% 24.3%	37.8% 25.5%	× ×
肥満度 20%以上 （学童）	10 歳児男 10 歳児女	減少 減少	13.2% 11.6%	統計なし 統計なし	11.9% 7.3%	○ ○
BMI17 以上 （3 歳）	3 歳 6 か月児男 3 歳 6 か月児女	減少 減少	13.1% 10.1%	15.9% 10.2%	（H29 年度） 13.7% 14.0%	× ×
血液検査の 有所見者 （高コレステロール 120mg/dl 以上）	小学4年生　男 女 中学2年生　男 女	減少 傾向	15.2% 20.4% 4.3% 9.2%	13.1% 20.6% 6.0% 10.9%	（H29 年度） 8.2% 9.8% 5.7% 14.6%	○ ○ × ×
朝食をほぼ毎日 家族と一緒に 食べる人の割合 （毎日＋週 4～6 日）	①3 歳 6 か月児 ②5 歳児 ③小学4年生 ④中学1年生	増加	91.7% 88.0% 84.5% 73.7%		93.1% 95.9% 83.1% 72.7%	○ ○ × ×
食生活改善推進員 の増員	養成講座 受講者数	30 人	17 人		19 人	×
名取の特産物を知 っている人の割合	成人 小学4年生 中学1年生	増加 傾向	61.6% 63.2% 64.6%		73.6% 59.8% 62.8%	○ × ×
学校給食の 地産地消		増加 傾向	統計なし	8.0%	13.5%	○
男性や子供の料理 教室への参加延べ 人数	子供 男性	現状 維持 または 増加	11,920 人 224 人	14,770 人 497 人	8,800 人 399 人	× ○

6. 食育アンケート結果

＜生活リズムについて＞

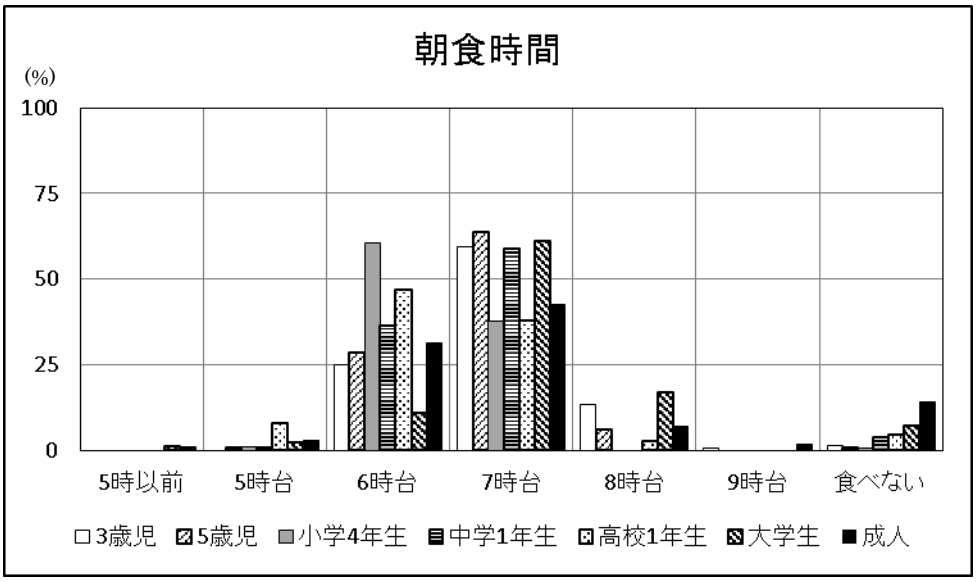


（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
5時以前	0.0	0.0	2.0	0.8	4.3	3.7	6.6
5時台	0.7	4.9	12.7	8.5	11.2	4.9	31.3
6時台	58.1	54.5	76.3	71.5	66.4	32.9	49.7
7時台	36.5	38.2	9.0	19.2	17.2	57.3	9.9
8時台	3.4	2.4	0.0	0.0	0.9	1.2	1.6
9時以降	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9

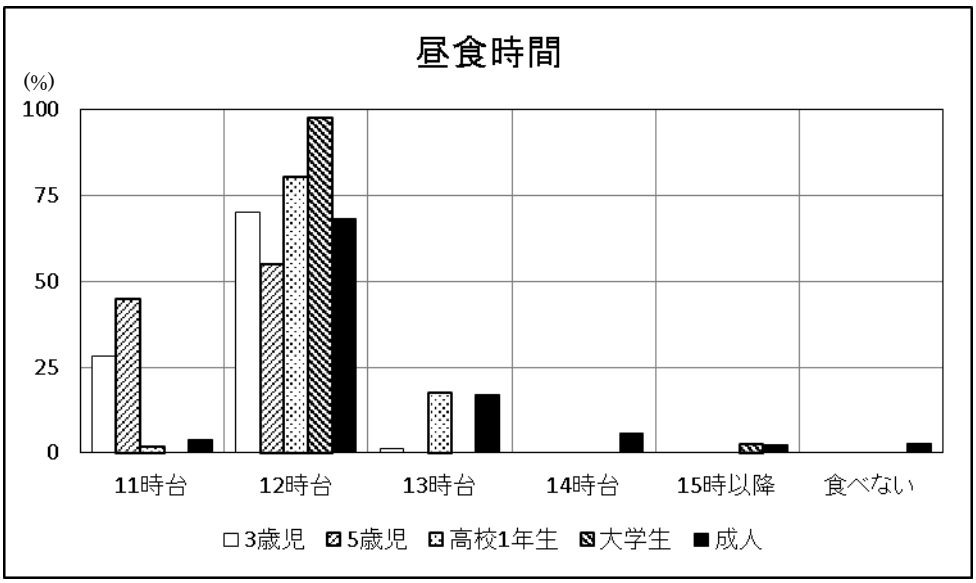


（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
19時以前	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0
19時台	6.1	0.0	3.4	0.8	0.0	0.0	0.1
20時台	29.7	15.8	12.6	0.8	0.0	0.0	0.6
21時台	49.3	61.4	56.8	9.8	0.9	0.0	10.0
22時台	12.2	18.4	21.4	47.2	16.8	2.6	31.1
23時台	2.7	4.4	4.8	34.1	47.7	14.1	36.5
24時以降	0.0	0.0	0.7	7.3	34.6	83.3	21.7

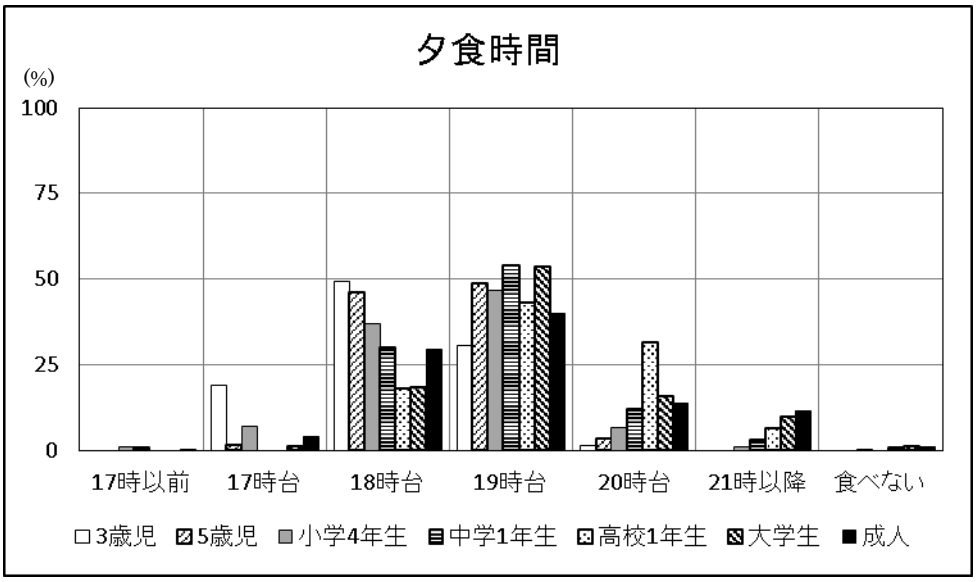
「起床時間」を見るとほとんどの世代で6時～7時台の起床が多いが、「就寝時間」をみると年代が上がるにつれて就寝時間が遅くなっている。小学4年生でも0．7%だが、24時以降に就寝する者が出現している。



（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
5時以前	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.8
5時台	0.0	0.8	1.0	0.8	8.0	2.4	3.0
6時台	25.0	28.6	60.7	36.2	46.9	11.0	31.3
7時台	59.5	63.9	37.6	59.1	38.1	61.0	42.5
8時台	13.5	5.9	0.0	0.0	2.7	17.1	6.8
9時台	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5
食べない	1.4	0.8	0.7	3.9	4.4	7.3	14.0



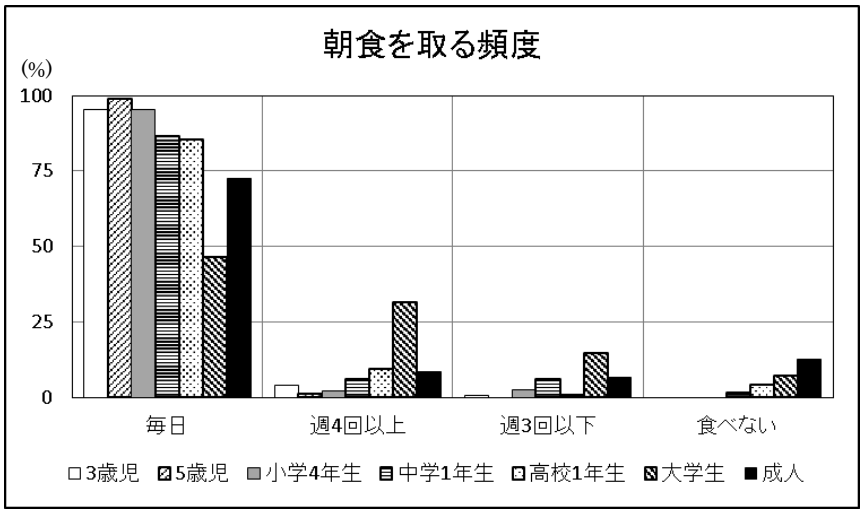
（%）	3歳児	5歳児	高校1年生	大学生	成人
11時台	28.4	44.9	1.8	0.0	3.8
12時台	70.3	55.1	80.5	97.6	68.4
13時台	1.4	0.0	17.7	0.0	17.1
14時台	0.0	0.0	0.0	0.0	5.8
15時以降	0.0	0.0	0.0	2.4	2.2
食べない	0.0	0.0	0.0	0.0	2.7



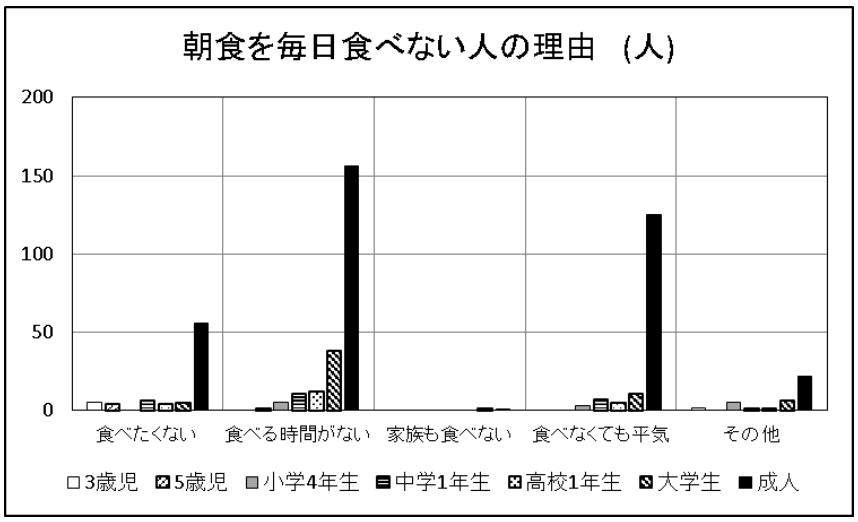
（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
17時以前	0.0	0.0	1.0	0.8	0.0	0.0	0.4
17時台	18.9	1.7	7.1	0.0	0.0	1.2	4.2
18時台	49.3	46.2	37.0	30.2	18.0	18.3	29.3
19時台	30.4	48.7	46.8	54.0	43.2	53.7	40.0
20時台	1.4	3.4	6.7	11.9	31.5	15.9	13.7
21時以降	0.0	0.0	1.0	3.2	6.3	9.8	11.6
食べない	0.0	0.0	0.3	0.0	0.9	1.2	0.8

「朝食時間」をみると6～7時台が一番多い。また、『食べない』という回答をみると年代が上がるにつれて増加している。夕食時間も19時台が一番多いが、年代が上がるにつれ夕食時間が遅くなる人が増える傾向が見える。

＜朝食の摂取について＞



（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
毎日	95.3	98.9	95.3	86.5	85.3	46.3	72.4
週4回以上	4.1	1.1	2.0	6.0	9.5	31.7	8.3
週3回以下	0.7	0.0	2.7	6.0	0.9	14.6	6.8
食べない	0.0	0.0	0.0	1.5	4.3	7.3	12.5



（人）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
食べたくない	5	4	0	6	4	5	56
食べる時間がない	0	1	5	11	12	38	156
家族も食べない	0	0	0	0	0	1	1
食べなくても平気	0	0	3	7	5	11	125
その他	2	0	5	1	1	6	22

「朝食を取る頻度」は、すべての年代で『毎日』の割合が高いが、年代が上がるにつれて回数の減少が見られる。また、5歳以下でも食べない者の出現が見られた。

「朝食を毎日食べない人（「朝食の頻度」で毎日以外を回答した人）の理由」として、幼児期（3～5歳）は『食べたくない』、それ以降は『食べる時間がない』の回答が多かった。また、『食べなくても平気』の回答も小学4年生から出現していた。

『その他』として、

●3歳「眠すぎて食べられない」「起床時間が遅い」

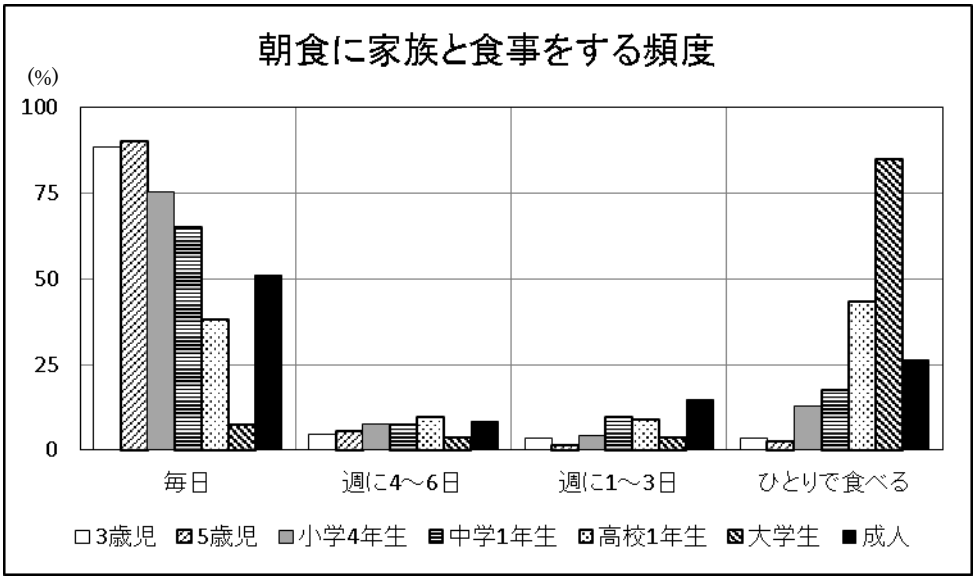
●小学生「食べる気がしない」「めんどくさい」「母が仕事で朝からいない」など

●大学生「睡眠時間を確保したい」「食べない方が体調が良い」「忙しい」など

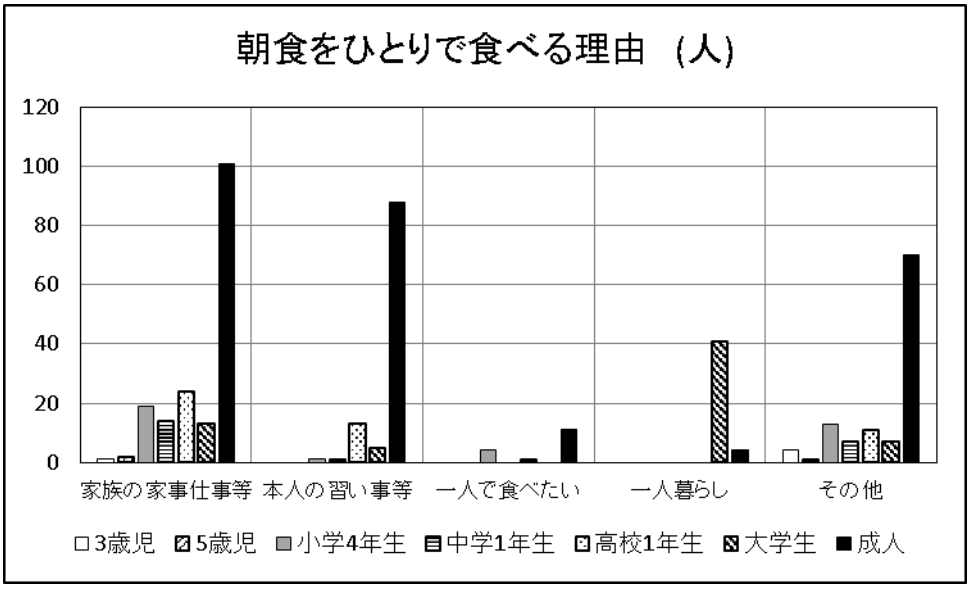
●成人「仕事の都合」「健康（痩せたい、食べ過ぎ）のため」「節約」など

という回答だった。

＜家族との食事について＞



（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
毎日	88.4	90.3	75.3	65.2	38.1	7.6	50.9
週に4～6日	4.8	5.6	7.8	7.6	9.7	3.8	8.2
週に1～3日	3.4	1.6	4.1	9.8	8.8	3.8	14.7
ひとりで食べる	3.4	2.4	12.8	17.4	43.4	84.8	26.2



（人）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
家族の家事仕事等	1	2	19	14	24	13	101
本人の習い事等	0	0	1	1	13	5	88
一人で食べたい	0	0	4	0	1	0	11
一人暮らし	0	0	0	0	0	41	4
その他	4	1	13	7	11	7	70

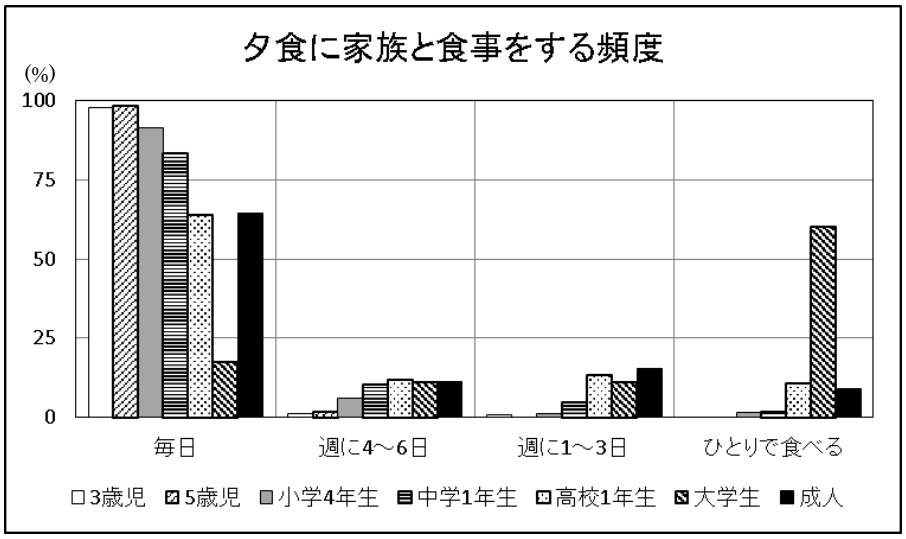
「朝食に家族と食事をする頻度」では、幼児期（3歳～5歳）でも100％ではなく、週に4～6日以下が出現していた。また、小学生でも約75％、中学生でも約65％と減少する傾向がみられる。

「朝食をひとりで食べる理由」として、『家族の家事や仕事の都合上』が一番多く、大学生の場合は、『一人暮らし』のため家族と朝食がとれないとの回答が一番多かった。

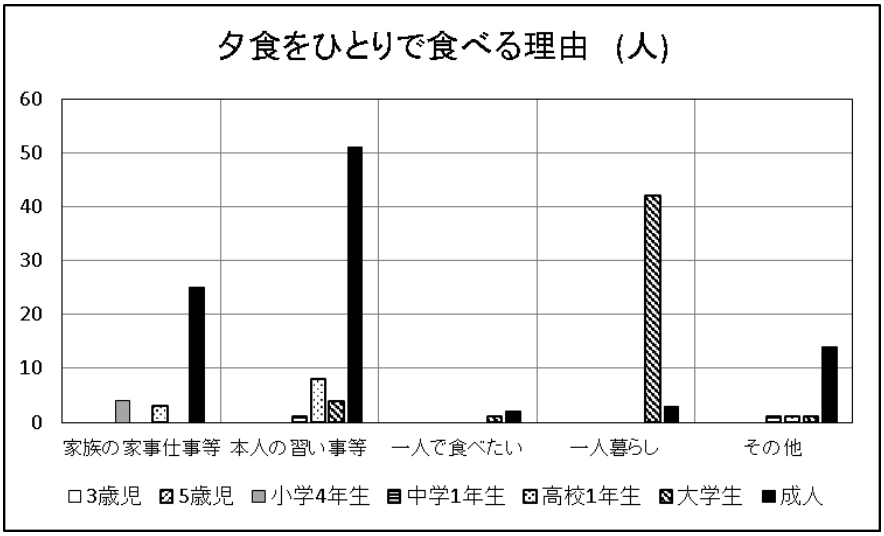
『その他』として、

●3歳「親のおなかがすいていないので朝ごはんがない」「起床時間が遅い」
●5歳「家族が食べない」
●小学4年生「起きる時間が違う」「寝坊して食べられない」「一人で起きて自分で食べる」

●中学1年生「起きる時間が違う」「家族がそうしているから」
●高校生「(自分の)起床が遅い」「おなかがすかない」
●大学生「(本人の)通学のため朝が早い」
●成人「子供たちを先に食べさせてから」「(本人の)仕事のため」「朝食は食べない」
という回答だった。



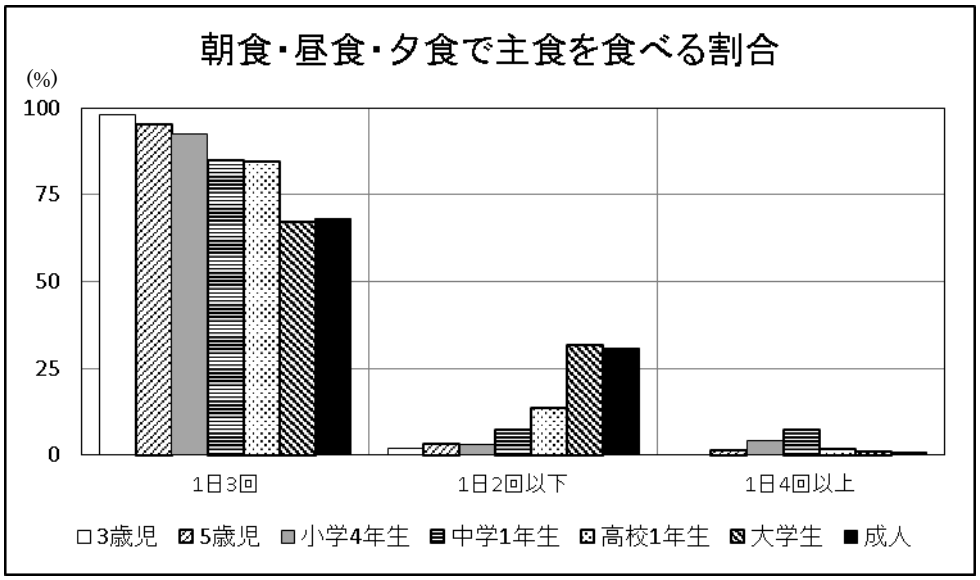
(%)	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
毎日	98.0	98.3	91.5	83.3	64.0	17.5	64.3
週に4～6日	1.4	1.7	6.0	10.3	11.7	11.3	11.2
週に1～3日	0.7	0.0	1.1	4.8	13.5	11.3	15.2
ひとりで食べる	0.0	0.0	1.4	1.6	10.8	60.0	9.2



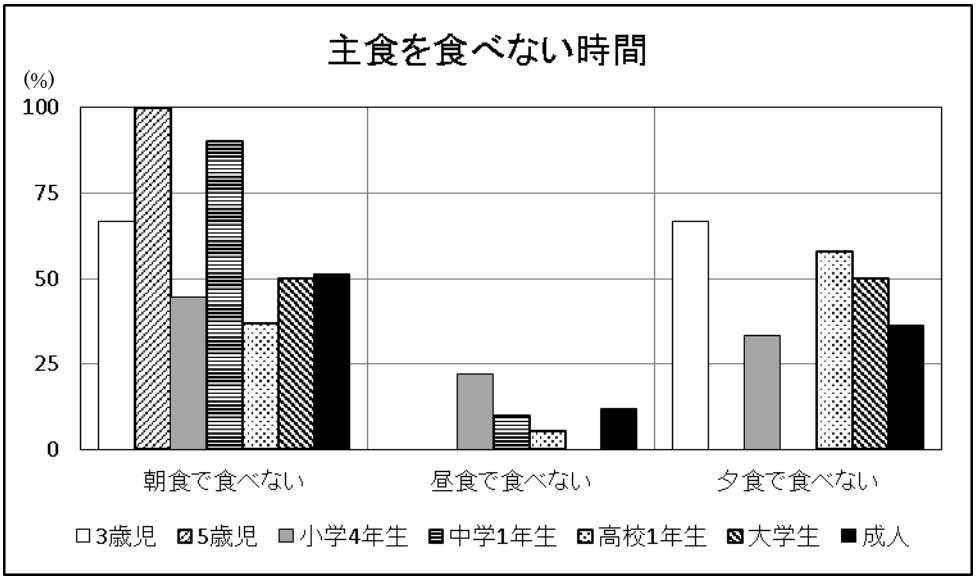
(人)	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
家族の家事仕事等	0	0	4	0	3	0	25
本人の習い事等	0	0	0	1	8	4	51
一人で食べたい	0	0	0	0	0	1	2
一人暮らし	0	0	0	0	0	42	3
その他	0	0	0	1	1	1	14

「夕食に家族と食事をする頻度」では、朝食時に比べ家族と食事をする頻度が高かった。
「ひとりで食べる理由」として、中学生以降は『本人の習い事等』が多く、成人は『仕事(本人の習い事等に含む)』が一番多い理由だった。
『その他』として、
●中学 1 年生「家族がそうしているから」
●成人「(本人の)仕事で帰宅時間が遅い」
という回答だった。

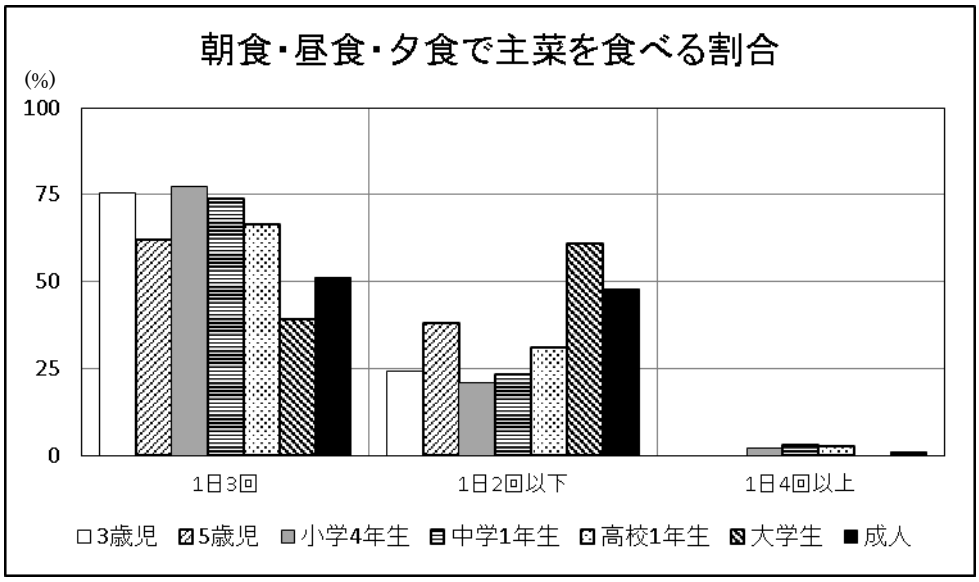
＜食事のバランス（主食・主菜・副菜）について＞



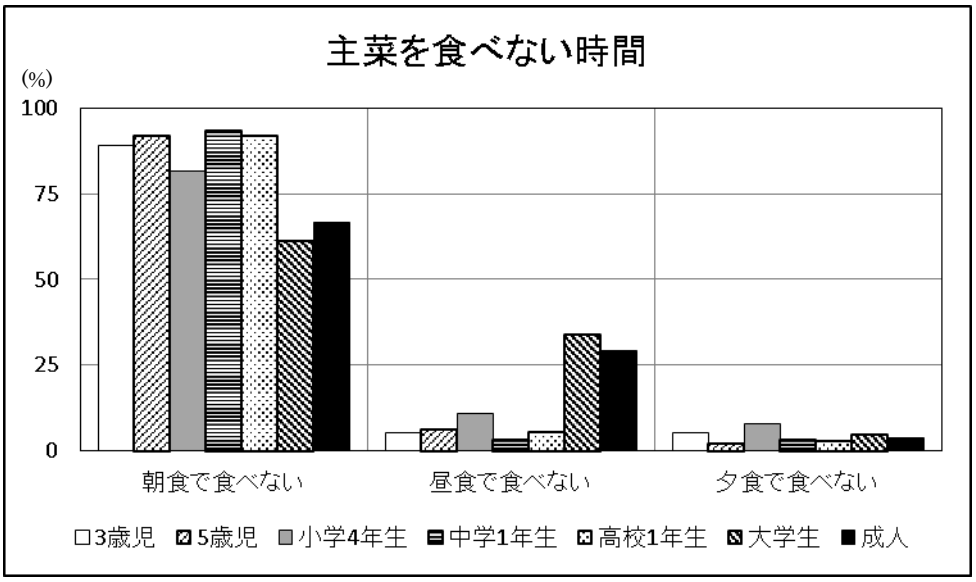
（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
1日3回	98.0	95.2	92.6	85.0	84.5	67.1	68.3
1日2回以下	2.0	3.2	3.0	7.5	13.8	31.7	30.9
1日4回以上	0.0	1.6	4.4	7.5	1.7	1.2	0.9



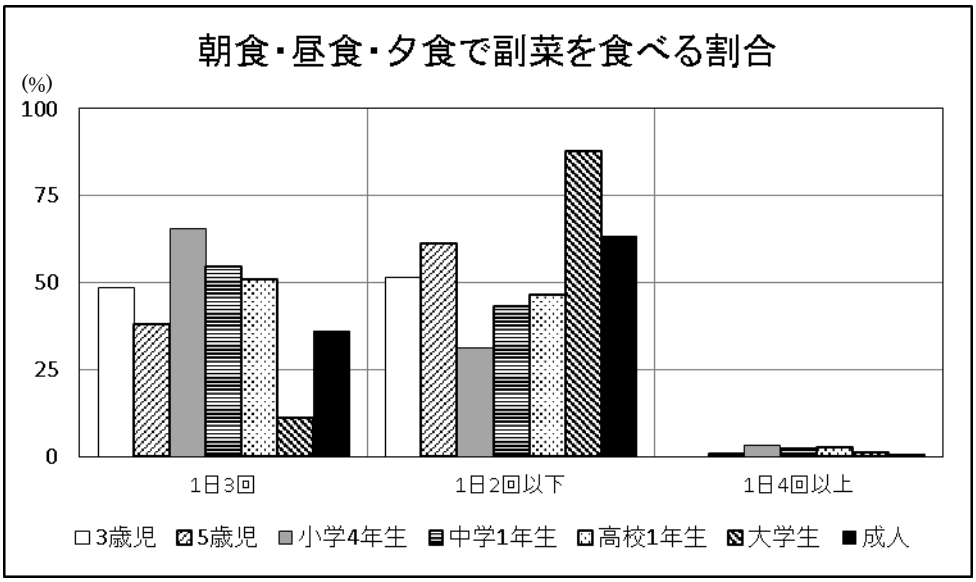
（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
朝食で食べない	66.7	100.0	44.4	90.0	36.8	50.0	51.5
昼食で食べない	0.0	0.0	22.2	10.0	5.3	0.0	12.1
夕食で食べない	66.7	0.0	33.3	0.0	57.9	50.0	36.4



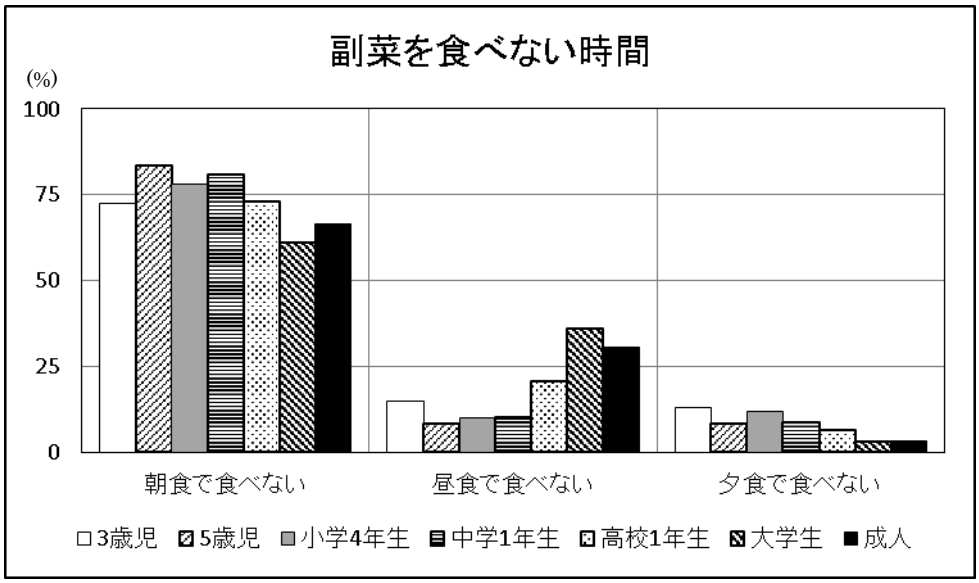
（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
1日3回	75.7	62.1	77.2	73.7	66.4	39.0	51.1
1日2回以下	24.3	37.9	20.8	23.3	31.0	61.0	47.7
1日4回以上	0.0	0.0	2.0	3.0	2.6	0.0	1.2



（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
朝食で食べない	89.2	91.8	81.5	93.3	91.9	61.3	66.8
昼食で食べない	5.4	6.1	10.8	3.3	5.4	33.9	29.3
夕食で食べない	5.4	2.0	7.7	3.3	2.7	4.8	3.8



(%)	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
1日3回	48.6	37.9	65.7	54.6	50.9	11.0	36.2
1日2回以下	51.4	61.3	31.3	43.1	46.6	87.8	63.2
1日4回以上	0.0	0.8	3.0	2.3	2.6	1.2	0.7



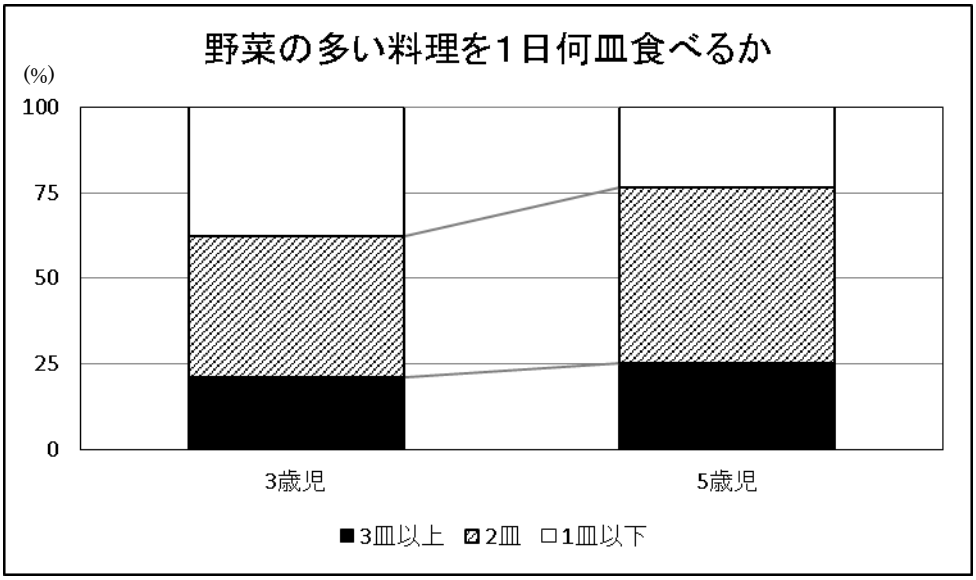
(%)	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
朝食で食べない	72.3	83.5	78.0	80.9	73.0	61.1	66.4
昼食で食べない	14.9	8.2	10.0	10.3	20.6	35.8	30.6
夕食で食べない	12.8	8.2	12.0	8.8	6.3	3.2	3.0

「朝食・昼食・夕食で『主食』『主菜』『副菜』を食べる割合」をみると、『主食』および『主菜』は、『1日3回』の回答が一番多いが、『副菜』になると『1日2回以下』が増加していた。

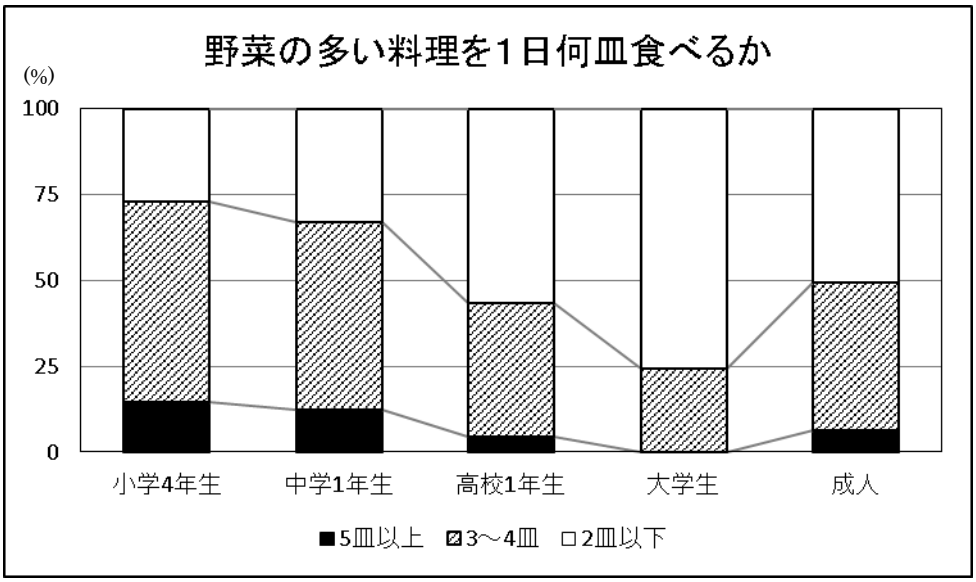
『1日4回以上』は『中学1年生』および『高校生』が多いため、部活動や習い事等で3食以外にも摂食していると考えられる。

「『主食』『主菜』『副菜』を食べない時間」をみると、すべてで『朝食で食べない』が一番多かった。

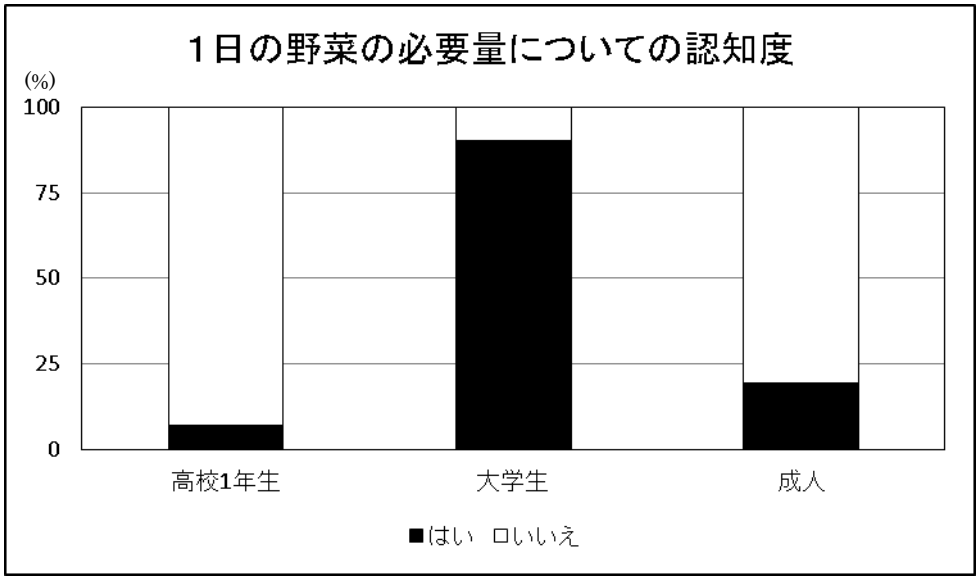
＜野菜の摂取について＞



（%）	3歳児	5歳児
3皿以上	20.9	25.2
2皿	41.2	51.2
1皿以下	37.8	23.6



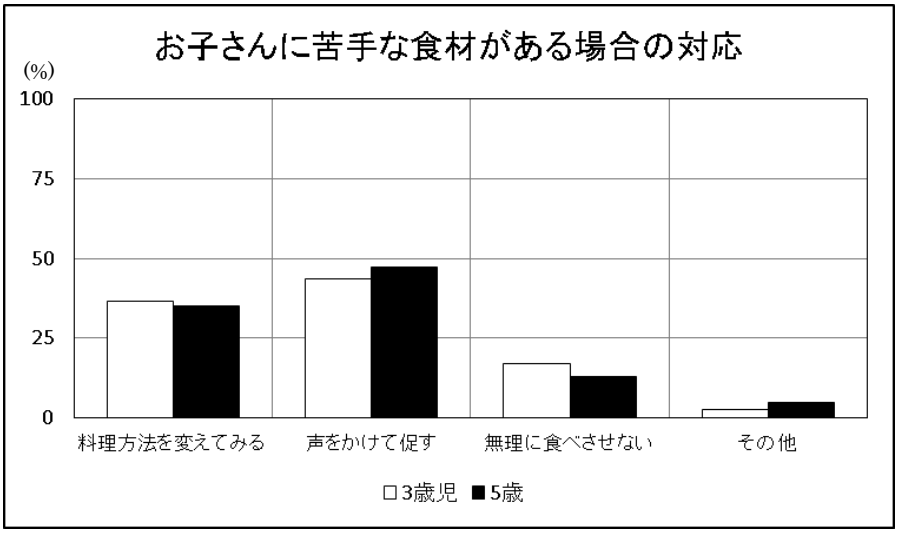
（%）	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
5皿以上	14.7	12.5	4.3	0.0	6.2
3～4皿	58.3	54.7	39.1	24.4	43.4
2皿以下	27.0	32.8	56.5	75.6	50.4



（%）	高校1年生	大学生	成人
はい	6.9	90.2	19.4
いいえ	93.1	9.8	80.6

「野菜の多い料理を1日何皿食べるか」をみると、3歳から5歳にかけて回数は増加していたが、小学生以降になると、野菜料理は食べるが量が少なくなっていることがみえる。「1日の野菜の必要量についての認知度」も併せてみると、特に大学生では量は知っているが、5皿以上食べる割合が「0」のため、食事に取り入れることが難しい様子が伺える。

＜食事の対応について＞



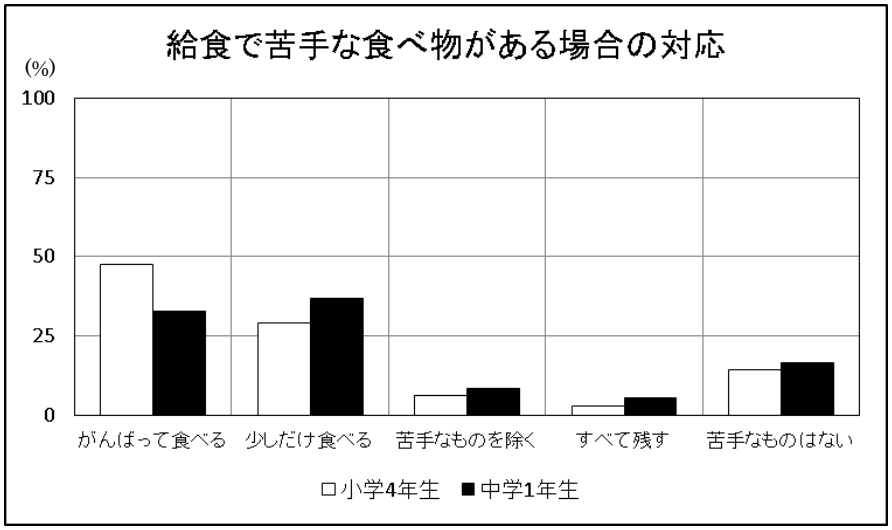
（%）	3歳児	5歳
料理方法を変えてみる	36.7	35.0
声をかけて促す	43.5	47.2
無理に食べさせない	17.0	13.0
その他	2.7	4.9

幼児期への「お子さんに苦手な食材がある場合の対応」として、『声をかけて促す』が一番多く、ついで『料理方法を変えてみる』だった。

苦手という意味においては『味が嫌い』『固さが合わない』『一口量が合わない』といった複数の要因を持つため、それぞれの要因にあわせて対応が必要となる。

『その他』として、

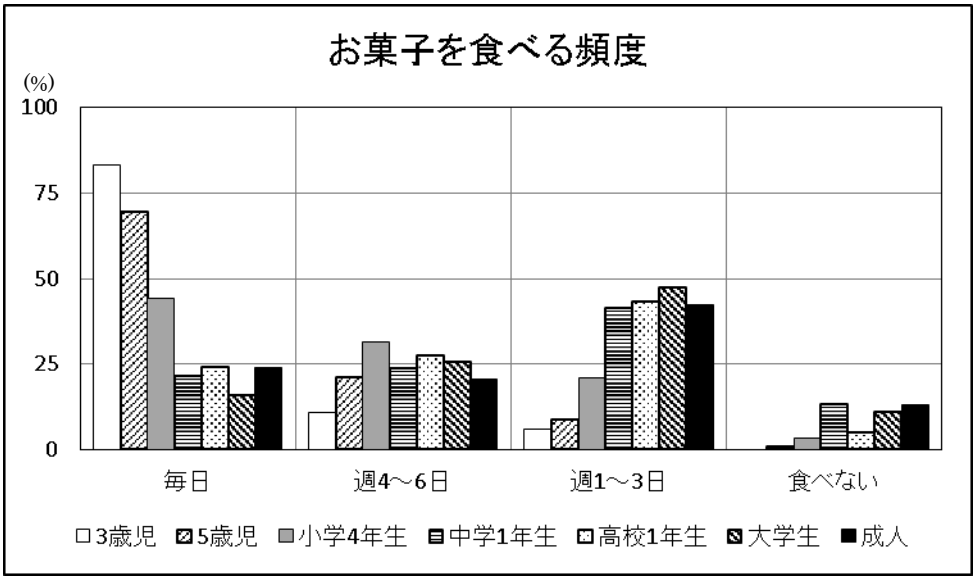
●「嫌い(苦手)なものがない」 という回答だった。



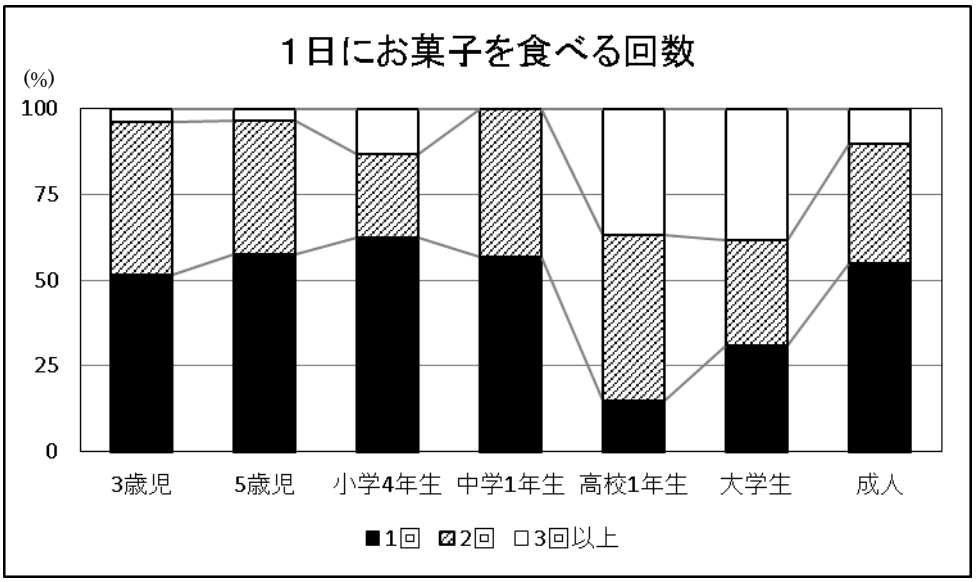
（%）	小学4年生	中学1年生
がんばって食べる	47.5	32.8
少しだけ食べる	29.2	36.7
苦手なものを除く	6.1	8.6
すべて残す	3.1	5.5
苦手なものはない	14.2	16.4

小学生、中学生の「給食で苦手な食べ物がある場合の対応」の回答では、『苦手なものを除く』だけでなく『すべて残す』児童もいる一方で、『がんばって食べる』『少しだけ食べる』の回答が多いことから、まずは口にすることに挑戦している様子が伺える。

＜間食（お菓子）について＞



（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
毎日	83.1	69.4	44.1	21.5	24.1	15.9	24.0
週4～6日	10.8	21.0	31.4	23.8	27.6	25.6	20.6
週1～3日	6.1	8.9	21.1	41.5	43.1	47.6	42.3
食べない	0.0	0.8	3.3	13.1	5.2	11.0	13.1



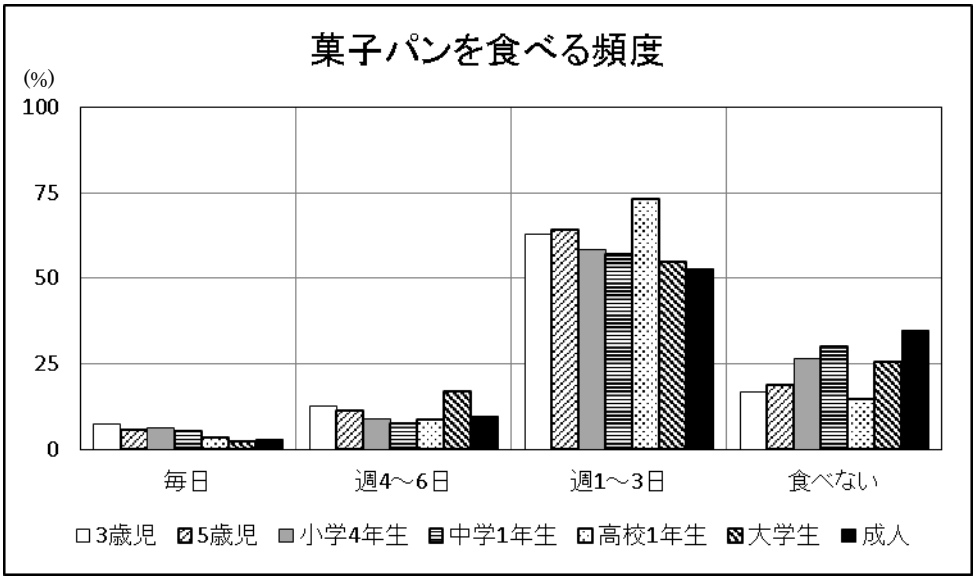
（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
1回	51.6	57.6	62.5	56.7	14.8	30.8	55.0
2回	44.3	38.8	24.2	43.3	48.1	30.8	34.5
3回以上	4.1	3.5	13.3	0.0	37.0	38.5	10.4

「お菓子を食べる頻度」では、『毎日』と『週４～６日』を合計すると、すべての年代でほぼ毎日何かしら間食をしていることが見える。

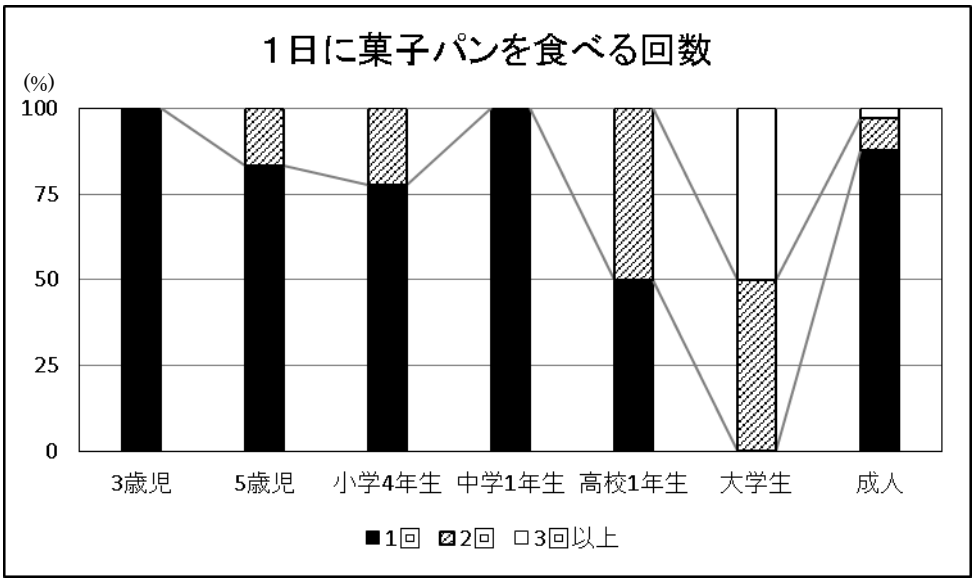
「１日にお菓子を食べる回数」では、『3回以上』を年代別でみると高校生から大学生にかけて割合が高い。

幼児期の間食には『補食』という意味があるため、『お菓子』としてだけではなく、『補食』として捉えてもらう学習が必要だと思われる。また、学童期以降についても嗜好品としての摂食が多くなることから、量や時間の学習が必要である。

＜菓子パンについて＞



（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
毎日	7.4	5.7	6.4	5.4	3.4	2.4	2.8
週4～6日	12.8	11.4	8.8	7.7	8.6	17.1	9.7
週1～3日	62.8	64.2	58.2	56.9	73.3	54.9	53.0
食べない	16.9	18.7	26.6	30.0	14.7	25.6	34.6

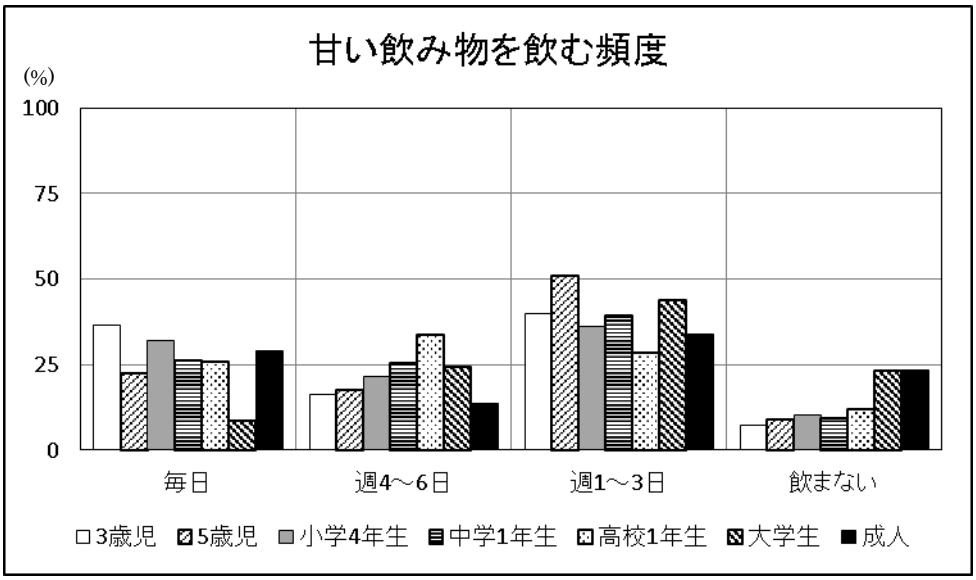


（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
1回	100.0	83.3	77.8	100.0	50.0	0.0	87.9
2回	0.0	16.7	22.2	0.0	50.0	50.0	9.1
3回以上	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	3.0

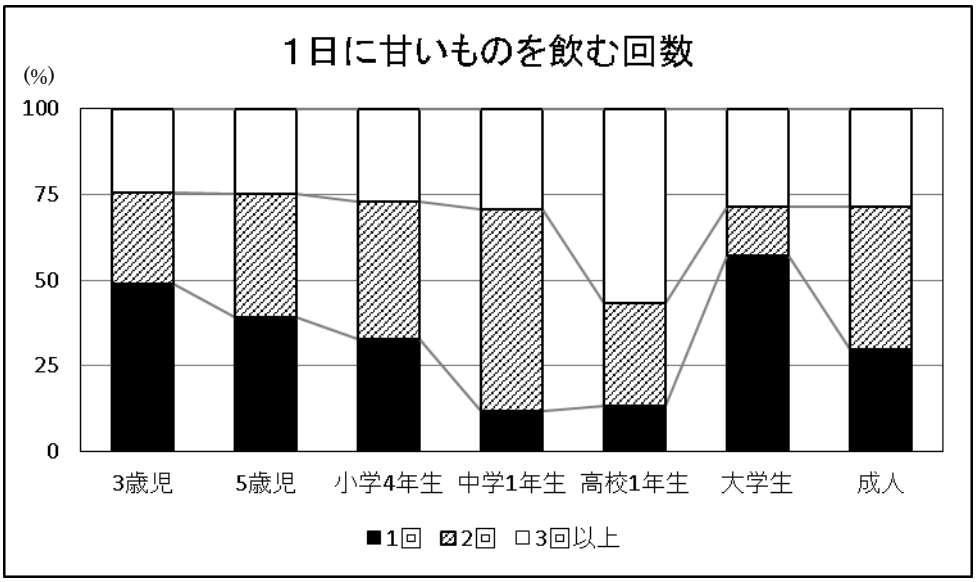
「菓子パンを食べる頻度」では、すべての年代で『週1～3日』が一番多かった。

「毎日菓子パンを食べる者」のうち『1日に菓子パンを食べる回数』は、大学生を除き、ほとんどの年代で1回程度であった。

＜甘い飲み物について＞



（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
毎日	36.5	22.6	32.0	26.2	25.9	8.5	29.2
週4～6日	16.2	17.7	21.7	25.4	33.6	24.4	13.8
週1～3日	39.9	50.8	36.0	39.2	28.4	43.9	33.8
飲まない	7.4	8.9	10.3	9.2	12.1	23.2	23.3

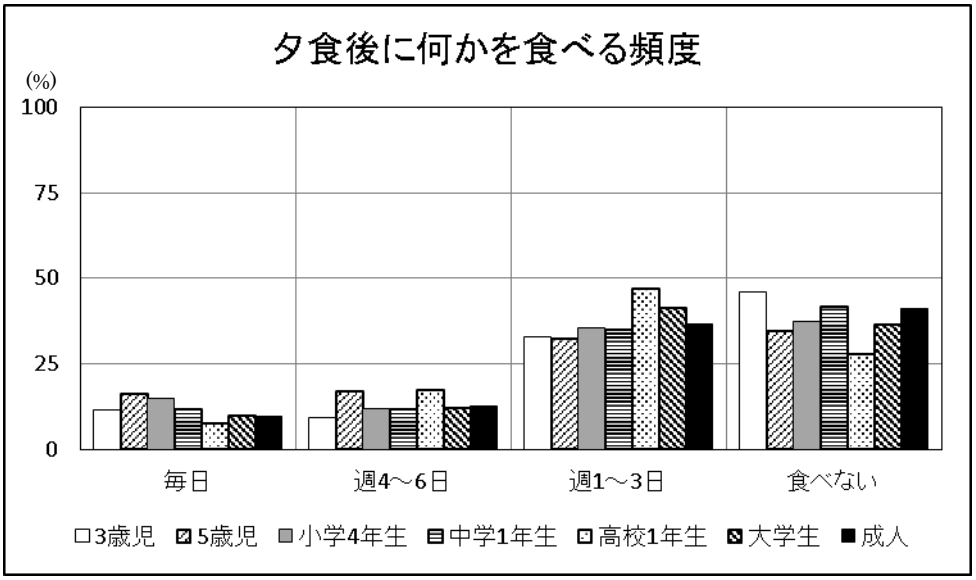


（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
1回	49.1	39.3	32.6	11.8	13.3	57.1	29.8
2回	26.4	35.7	40.2	58.8	30.0	14.3	41.6
3回以上	24.5	25.0	27.2	29.4	56.7	28.6	28.6

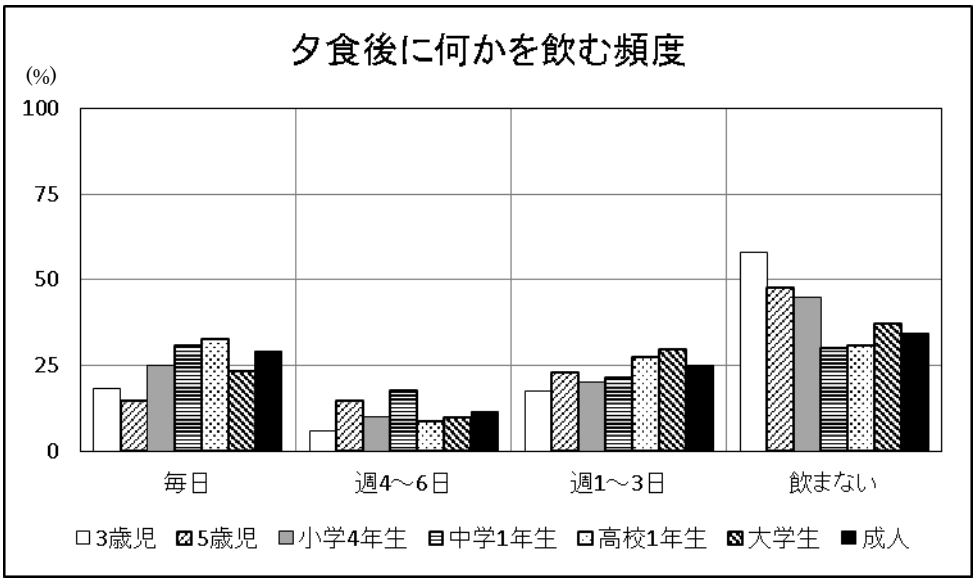
「甘い飲み物を飲む頻度」では、ほぼすべての年代で『週に1～3日』が多くなっているが、『毎日』と『週4～6日』の合計を見ると約50%が、何かしら甘い飲み物を飲んでいる傾向が伺える。

また、「毎日甘いものを飲む者」で「1日に甘い飲み物を飲む回数」をみると、3 歳児をのぞく年代で『3回以上』飲んでいるものが25%以上いることが分かった。

＜夕食後の摂取について＞



（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
毎日	11.5	16.1	15.1	11.6	7.8	9.8	9.7
週4～6日	9.5	16.9	12.1	11.6	17.4	12.2	12.7
週1～3日	33.1	32.3	35.6	34.9	47.0	41.5	36.5
食べない	45.9	34.7	37.2	41.9	27.8	36.6	41.1

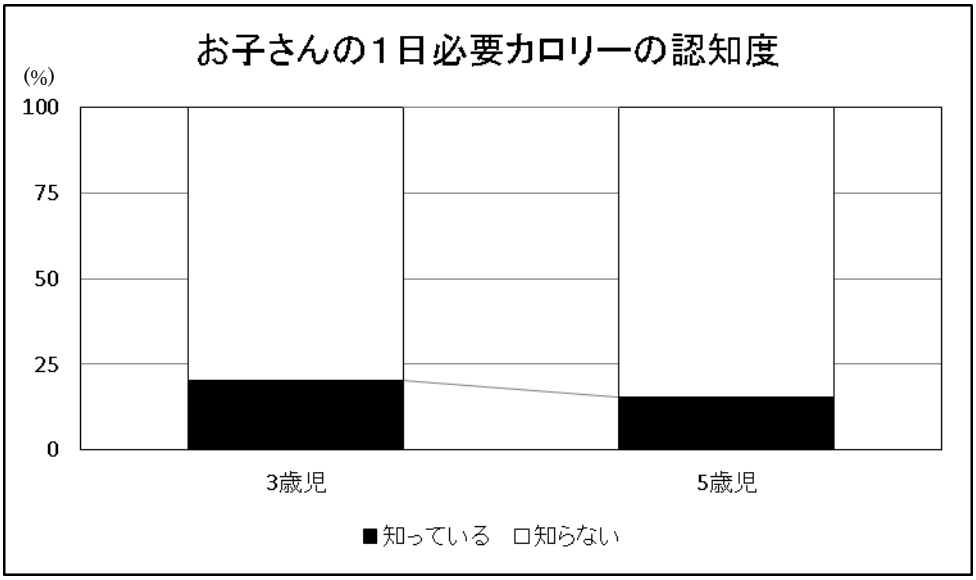


（%）	3歳児	5歳児	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
毎日	18.2	14.8	25.1	30.8	32.7	23.5	29.2
週4～6日	6.1	14.8	10.2	17.7	8.8	9.9	11.5
週1～3日	17.6	23.0	20.0	21.5	27.4	29.6	24.9
飲まない	58.1	47.5	44.7	30.0	31.0	37.0	34.4

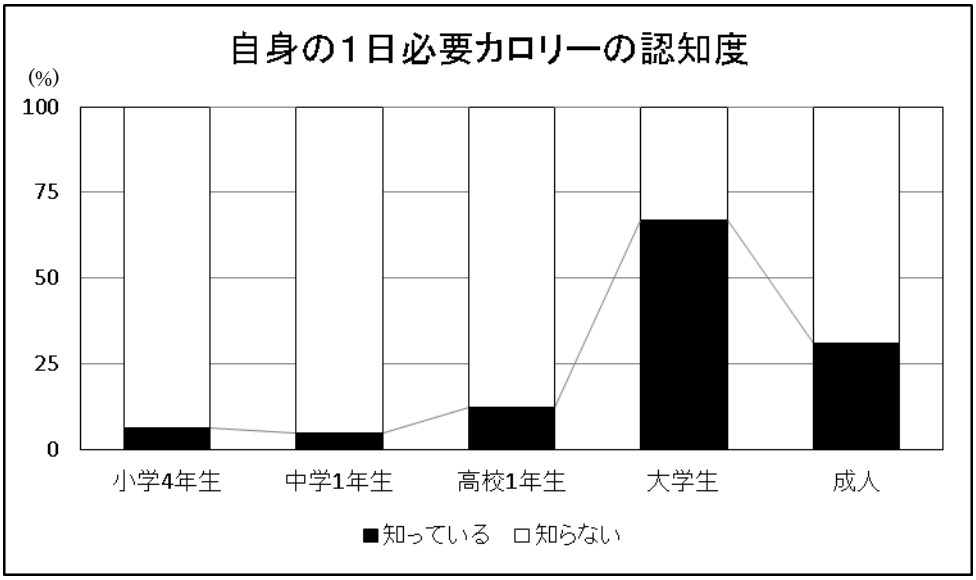
「夕食後に何かを食べる頻度」では、『週１～３日』と『食べない』を合計すると、半数以上がほぼ毎日夕食後の摂食をしていないことが伺える。

しかし、「夕食後に何かを飲む頻度」では、「何かを食べる」に比べ、『毎日』何かをのむ割合が高いことがみられる。

＜1 日必要カロリーの認知について＞



（%）	3歳児	5歳児
知っている	20.3	15.3
知らない	79.7	84.7

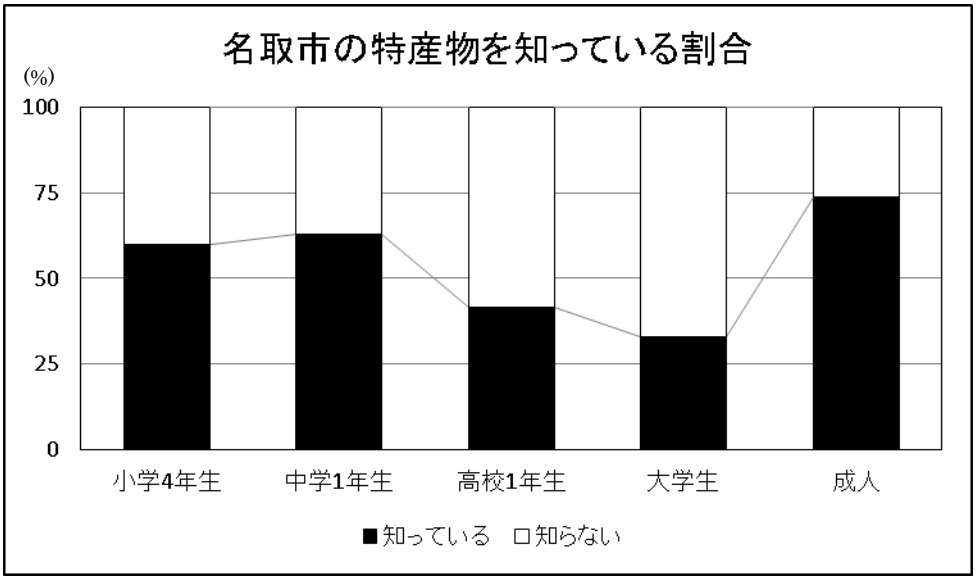


（%）	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
知っている	6.1	4.7	12.2	67.1	31.0
知らない	93.9	95.3	87.8	32.9	69.0

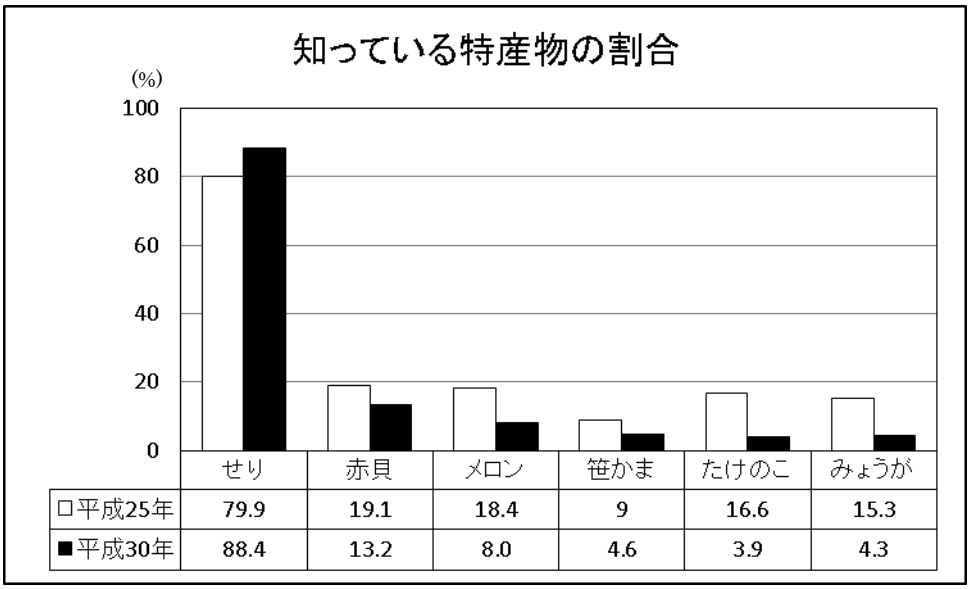
「お子さんの1日必要カロリーの認知度」および「自身の1日必要カロリーの認知度」から、保護者（成人）は自身のカロリーを知ってはいるが、子のカロリーまでの認知は低いことが伺える。

カロリーは飲食したものの総計になるが、体に必要な栄養素も偏らないようカロリーだけにとらわれず、飲食するものの量や内容についての学習が必要となる。

＜特産物の認知について＞



（%）	小学4年生	中学1年生	高校1年生	大学生	成人
知っている	59.8	62.8	41.7	32.9	73.7
知らない	40.2	37.2	58.3	67.1	26.3



「名取市の特産物を知っている割合」から、『高校1年生』および『大学生』は住まいが名取市以外であることが考えられるが、『小学4年生』および『中学1年生』の認知度は約半分という結果だった。

また、「知っている特産物の割合」で一番多いのは『せり』で、次に多い『赤貝』に比べても多い結果となった。他にも、『しらす』が 1.5%、『ゆきな』『チンゲンサイ』『ほうれん草』等の葉物が 1.4%と回答があった。

名取市には、生活習慣病予防のために摂取が必要な野菜（小松菜やほうれん草、トマトなど）の栽培が盛んであり、特産物を知ることや地場産品を購入することで、地元生産者の食に対する取り組み等、目で見える食の安全を学ぶことや、自身の健康増進にも繋がる。

7. 食育推進状況調査の結果

（人）

	乳幼児期	学童期	成人期	高齢期	総計（平成30年度）	総計（平成25年度）
保健センター	3,785	30	2,300	289	6,404	4,747
保育所・保育園	59,474	0	15,388	43	74,905	28,795
幼稚園	519,054	0	17,130	0	536,184	19,475
小学校(PTA除く)	0	17,916	0	0	17,916	6,011
小学校PTA	0	1,715	1,010	0	2,725	1,923
中学校(PTA除く)	0	4,345	0	0	4,345	6,043
中学校PTA	0	252	15	0	267	1,050
児童センター	23	6,257	38	0	6,318	11,476
学校給食栄養士	0	(13.5%)	0	0	0	
公民館	102	0	498	237	837	1,449
食生活改善推進員	20	264	1,135	40	1,459	1,958
大学	0	0	417	30	447	958
生涯学習課 農林水産課	0	97	79	61	237	461
					652,044	84,346
東北農政局	0	0	394	0	394	
仙台保健福祉事務所	0	0	137	0	137	
商工会	0	0	0	0	0	
農協(JA名取岩沼)	0	2,657	0	0	2,657	
産直	0	0	696	0	696	
総計（平成30年度）	582,458	33,533	39,237	700	655,928	
総計（平成25年度）	37,630	26,197	20,898	599		

※学童の項目内『13.5%』は、「学校給食の地産地消」のため、人数の総計に含んでいません。

男性や子供の料理教室等への参加延べ人数

	H25	H28	H30
子ども	11,920 人	14,770 人	8,800 人
男性	224 人	497 人	399 人

全てのライフステージで、平成 25 年度調査より食に関する学習人数は増加していた。

施設別では、保育所・保育園、幼稚園、小学校で増加しており、保育所・保育園と幼稚園では、園児に対する食事指導（栄養バランス、朝ごはんを食べよう等）や野菜の栽培・収穫等の取り組みの増加によるものだった。小学校は、栄養教諭・学校栄養士が食事の大切さについての伝達、委員会による食育活動の増加によるものだった。

男性や子供の料理教室等への参加延べ人数は、平成 25 年度と比較すると子供は減少したが男性は増加していた。

8. 学童期の肥満者の割合および高LDLコレステロール出現率の結果

＜肥満率20%以上の児童数および割合（10歳児（5年生）・男女別）＞

小学5年生（10歳）	該当者数(人) A	学年男女別数(人) B	該当者割合(%) A／B
肥満度20%以上(男子)	48	404	11．9
再掲）肥満度30%以上	40		9．9
肥満度20%以上(女子)	30	409	7．3
再掲）肥満度30%以上	19		4．6

【平成 30 年度データ】

＜高LDLコレステロール（120mg/dl 以上）の出現率（小学4年生および中学2年生・男女別）＞

小学4年生（9歳）	該当者数(人) A	学年男女別数(人) B	該当者(%) A／B
高LDLコレステロール（120mg/dl 以上）（男子）	30	366	8．2
高LDLコレステロール（120mg/dl 以上）（女子）	38	386	9．8

【平成 29 年度データ】

中学2年生（13歳）	該当者数(人) A	学年男女別数(人) B	該当者(%) A／B
高LDLコレステロール（120mg/dl 以上）（男）	14	244	5．7
高LDLコレステロール（120mg/dl 以上）（女）	37	254	14．6

【平成 29 年度データ】

５歳児用

食育に関するアンケート

参考資料

5歳児クラスのお子さんについてお聞きします。
次の質問にあてはまる数字や文字に〇または記入してください。

性別は？　男 ・ 女
平日の平均的な生活リズムは？ 起床時間　5 時以前　5 時台　6 時台　7 時台　8 時台　9 時以降 朝食時間　5 時以前　5 時台　6 時台　7 時台　8 時台　9 時以降　食べない 昼食時間　11 時台　12 時台　13 時台　14 時以降　食べない 夕食時間　17 時以前　17 時台　18 時台　19 時台　20 時台　21 時以降　食べない 就寝時間　19 時以前　19 時台　20 時台　21 時台　22 時台　23 時台　24 時以降

問1　朝食をとりますか。
1）毎日　2）週 4 日以上　3）週 3 日以下　4）食べない

問2　問1の質問で2～4に〇をした方にお聞きします。食べない理由を教えてください。
いくつ〇をつけても構いません。
1）食べたくない　2）食べる時間がない　3）家族も食べない
4）食べなくても平気　5）その他（　　）

問3　家族の誰かと食事をとっていますか。
朝食　1)毎日　2)週 4～6 日　3)週 1～3 日　4)ひとりで食べる
夕食　1)毎日　2)週 4～6 日　3)週 1～3 日　4)ひとりで食べる

問4　問3の質問で4に〇をした方にお聞きします。ひとりで食べる理由を□に番号を記入してください。
1)家族が家事等仕事をしていて同席できない
2)その他（　　）

朝食	
夕食	

問5　朝食・昼食・夕食で**主食**（ごはん・パン・麺類のいずれか）を食べますか。（給食も含みます）
1）1 日 3 回　2）食べない　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問6　問5の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
いくつ〇をつけても構いません。
1)朝食で食べない　2)昼食で食べない　3)夕食で食べない

問7　朝食・昼食・夕食で**主菜**（肉・魚・卵・納豆・豆腐などを主体にした料理のいずれか）を食べますか。
（給食も含みます）
1）1 日 3 回　2）食べない(1 日 2 回以下)　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問8　問7の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
（いくつ〇をつけても構いません）
1)朝食で食べない　2)昼食で食べない　3)夕食で食べない

問9 朝食・昼食・夕食で**副菜**（野菜・きのこ・海藻などを主体にした料理のいずれか）を食べますか。
（給食も含みます）
1）1 日 3 回　2）食べない(1 日 2 回以下)　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問10 問9の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
（いくつ〇をつけても構いません）
1)朝食で食べない　2)昼食で食べない　3)夕食で食べない

問11 野菜の多い料理（おひたし・サラダ・野菜炒め・煮物・具たくさんの汁物など）を **1 日**何皿（何鉢）食べますか。
1）3 皿以上　2）2 皿　3）1 皿以下

問12 お子さんが苦手な食材がある場合、どのように対応していますか。
（主なものを1つ選んでください）
1)料理方法を変えてみる　2)声をかけて促す　3)無理に食べさせない
4)その他（　　）

問13 お菓子を食べますか。
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）食べない

問14 問13の質問で1に〇をした方にお聞きします。**食べるのは1日何回**ですか。
1）1 回　2）2 回　3）3 回以上

問15 菓子パンを食べますか？（菓子パンは甘いパン）
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）食べない

問16 問15の質問で1に〇をした方にお聞きします。**食べるのは 1 日何回**ですか。
1）1 回　2）2 回　3）3 回以上

問17 甘い飲み物（果汁飲料・乳酸菌飲料・スポーツ飲料や野菜ジュースなどのジュース類）を週何日くらい飲みますか。
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）飲まない

問18 問17の質問で1に〇をした方にお聞きします。**飲むのは 1 日何回**ですか。
1）1 回　2）2 回　3）3 回以上

問19 夕食後、何か食べますか。
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）食べない

問20 夕食後、何か飲みますか。（水・お茶以外の飲み物。例えばジュースや牛乳など）
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）飲まない

問21 お子さんには 1 日にどのくらいのカロリーが必要か知っていますか。
1)知っている（およそ＿＿＿＿kcal）　2)知らない

ご協力ありがとうございました。

小学４年生用

食育に関するアンケート（お願い）

みなさんが毎日元気に学び、楽しく生活を送るためには、食生活がとても大切です。
そのため、食生活について考えていきたいと思います。みなさんの食事について教えてください。

次の質問にあてはまる数字や文字に〇または記入して下さい。

性別は？　男 ・ 女							
学校があるときの生活リズムは？							
起きる時間	5 時より前	5 時台	6 時台	7 時台	8 時台		
朝食の時間	5 時より前	5 時台	6 時台	7 時台	8 時台	食べない	
夕食の時間	17 時より前	17 時台	18 時台	19 時台	20 時台	21 時より後	食べない
寝る時間	19 時より前	19 時台	20 時台	21 時台	22 時台	23 時台	24 時より後

問1　朝食をとりますか。
1)毎日　2)週 4～6 日　3)週 1～3 日　4)食べない

問2　問1の質問で2～4に〇をした方にお聞きします。**食べない理由**を教えてください。
（いくつ〇をつけてもかまいません）
1)食べたくない　2)食べる時間がない　3)家族も食べない
4)食べなくても平気　5)その他（　　）

問3　家族のだれか（親やおじいさん・おばあさん・きょうだいなど）と食事をとっていますか
朝食　1)毎日　2)週 4～6 日　3)週 1～3 日　4)ひとりで食べる
夕食　1)毎日　2)週 4～6 日　3)週 1～3 日　4)ひとりで食べる

問4　問3の質問で4に〇をした方にお聞きします。ひとりで食べる理由を□に番号を記入ください。
1)家族の人が仕事などで一緒に食べることができない　2)習い事などで家族と時間がずれる
3) 1 人で食べたい　4)その他（　　）

朝食		夕食	

問5　朝食・昼食・夕食で**主食**（ごはん・パン・麺類のいずれか）を食べますか。（給食も含みます）
1）1 日 3 回　2）食べない　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問6　問5の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
（いくつ〇をつけてもかまいません）
1）朝食で食べない　2）昼食で食べない　3）夕食で食べない

問7　朝食・昼食・夕食で**主菜**（肉・魚・卵・納豆・豆腐などを使った料理のいずれか）を食べますか。
1）1 日 3 回　2）食べない(1 日 2 回以下)　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問8　問7の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
（いくつ〇をつけてもかまいません）
1）朝食で食べない　2）昼食で食べない　3）夕食で食べない

問9 朝食・昼食・夕食で**副菜**（野菜・きのこ・海そうなどを使った料理のいずれか）を食べますか。

1）1 日 3 回　　2）食べない(1 日 2 回以下)　　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問10 問9の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
（いくつ〇をつけてもかまいません）

1）朝食で食べない　2）昼食で食べない　3）夕食で食べない

問11 **野菜の多い料理**（おひたし・サラダ・野菜いため・煮物・具たくさんの汁物など）を **1 日**何皿または何鉢食べますか。（給食分もはいります）

1）5 皿以上　　2）3～4 皿　　3）2 皿以下

問12 給食で苦手な食べ物がある場合、どうしますか。

1)がんばって食べる　2)少しだけ食べる　3)苦手なものをのぞいて食べる
4)すべて残す　5)苦手な食べ物はない

問13 おかしを食べますか。

1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）食べない

問14 問13の質問で1に〇をした方にお聞きします。**食べるのは1日何回**ですか。

1）1 回　2）2 回　3）3 回以上

問15 菓子パンを食べますか。（菓子パンとは甘い味のするパンです）

1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）食べない

問16 問15の質問で1に〇をした方にお聞きします。**食べるのは1日何回**ですか。

1）1 回　2）2 回　3）3 回以上

問17 あまい飲み物（乳酸菌飲料・スポーツ飲料や野菜ジュースなどのジュース類）を飲みますか。

1）毎日　2）週 4～6 日　3）週 1～3 日　4）飲まない

問18 問17の質問で1に〇をした方にお聞きします。**飲むのは1日何回**ですか。

1）1 回　2）2 回　3）3 回以上

問19 夕食後、何か食べますか。

1）毎日　2）週 4～6 日　3）週 1～3 日　4）食べない

問20 夕食後、何か飲みますか。（水・お茶以外の飲み物。例えばジュースや牛乳など）

1）毎日　2）週 4～6 日　3）週 1～3 日　4）飲まない

問21 名取市の特産物を知っていますか。

1）知っている（どんな食べ物ですか→＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿）　2）知らない

問22 自分が 1 日にどれくらいカロリーが必要か知っていますか？

1）知っている（およそ＿＿＿＿＿＿kcal）　2）知らない

ご協力ありがとうございました。

成人用

食育に関するアンケート

名取市保健センターでは、「元気なとり」食育プラン（第2次）評価のため、アンケートを実施いたします。ご協力をお願いいたします。

次の質問にあてはまる数字や文字に〇または記入してください。

性別は？	男 ・ 女						
年代は？	10 代	20 代	30 代	40 代	50 代	60 代	70 歳以上
平日の平均的な生活リズムは？							
起床時間	5 時以前	5 時台	6 時台	7 時台	8 時台	9 時以降	
朝食時間	5 時以前	5 時台	6 時台	7 時台	8 時台	9 時以降	食べない
昼食時間	11 時台	12 時台	13 時台	14 時台	15 時以降	食べない	
夕食時間	17 時以前	17 時台	18 時台	19 時台	20 時台	21 時以降	食べない
就寝時間	19 時以前	19 時台	20 時台	21 時台	22 時台	23 時台	24 時以降

問1 朝食をとりますか。

1)毎日　2)週 4～6 日　3)週 1～3 日　4)食べない

問2 問1の質問で2～4に〇をした方にお聞きします。食べない理由を教えてください。
（いくつ〇をつけても構いません）

1)食べたくない　2)食べる時間がない　3)家族も食べない

4)食べなくても平気　5）その他（　　）

問3 家族の誰かと食事をとっていますか。

朝食　1)毎日　2)週 4～6 日　3)週 1～3 日　4)ひとりで食べる

夕食　1)毎日　2)週 4～6 日　3)週 1～3 日　4)ひとりで食べる

問4 問3の質問で4に〇をした方にお聞きします。ひとりで食べる理由を□に番号を記入ください。

1)家族が家事など仕事をしていて同席できない　2)習い事・部活・仕事の関係

3)1 人で食べたい　4)ひとり暮らし

5）その他（　　）

朝食		夕食	

問5 朝食・昼食・夕食で**主食**（ごはん・パン・麺類のいずれか）を食べますか。

1）1 日 3 回　2）食べない（1 日 2 回以下）　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問6 問5の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
（いくつ〇をつけても構いません）

1)朝食　2)昼食　3)夕食

問7 朝食・昼食・夕食で**主菜**（肉・魚・卵・納豆・豆腐などを主体にした料理のいずれか）を食べますか。

1）1 日 3 回　2）食べない（1 日 2 回以下）　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問8 問7の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
（いくつ〇をつけても構いません）

1)朝食　2)昼食　3)夕食

問9　朝食・昼食・夕食で**副菜**（野菜・きのこ・海藻などを主体にした料理のいずれか）を食べますか。
1）1 日 3 回　2）食べない（1 日 2 回以下）　3）1 日 4 回以上（朝食・昼食・夕食の他に食べる）

問10　問9の質問で2に〇をした方にお聞きします。**食べないのはいつ**ですか。
（いくつ〇をつけても構いません）
1)朝食　2)昼食　3)夕食

問11　野菜の多い料理（おひたし・サラダ・野菜炒め・煮物・具たくさんの汁物など）を 1 日何皿（何鉢）食べますか。
1)5 皿以上　2)3～4 皿　3)2 皿以下

問12　1 日にどの位野菜が必要か知っていますか。
1)はい（＿＿＿＿グラム＿）　2)いいえ

問13　お菓子を食べますか。
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）食べない

問14　問13の質問で1に〇をした方にお聞きします。**食べるのは1日何回**ですか。
1)1 回　2)2 回　3)3 回以上

問15　菓子パン（甘いパン）を食べますか？（菓子パンとは甘いパン）
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）食べない

問16　問15の質問で1に〇をした方にお聞きします。**食べるのは1日何回**ですか。
1)1 回　2)2 回　3)3 回以上

問17　甘い飲み物（乳酸菌飲料・スポーツ飲料や野菜ジュースなどのジュース類・栄養ドリンク類・砂糖入りのコーヒー類）を週何日くらい飲みますか。
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）飲まない

問18　問17の質問で1に〇をした方にお聞きします。**飲むのは1日何回**ですか。
1)1 回　2)2 回　3)3 回以上

問19　夕食後、何か食べますか。
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）食べない

問20　夕食後、何か飲みますか。（水・お茶以外の飲み物。ジュースやアルコールなど）
1）毎日　2）週 4～6 日　3）週1～3 日　4）飲まない

問21　名取市の特産物を知っていますか。
1)知っている（どんな食べ物ですか→＿＿＿＿＿＿＿＿）　2)知らない

問22　自分には 1 日にどのくらいのカロリーが必要か知っていますか。
1)知っている（およそ＿＿＿＿kcal）　2）知らない

ご協力ありがとうございました。