

## 第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

### 1. 千歳市の食育を取り巻く現状

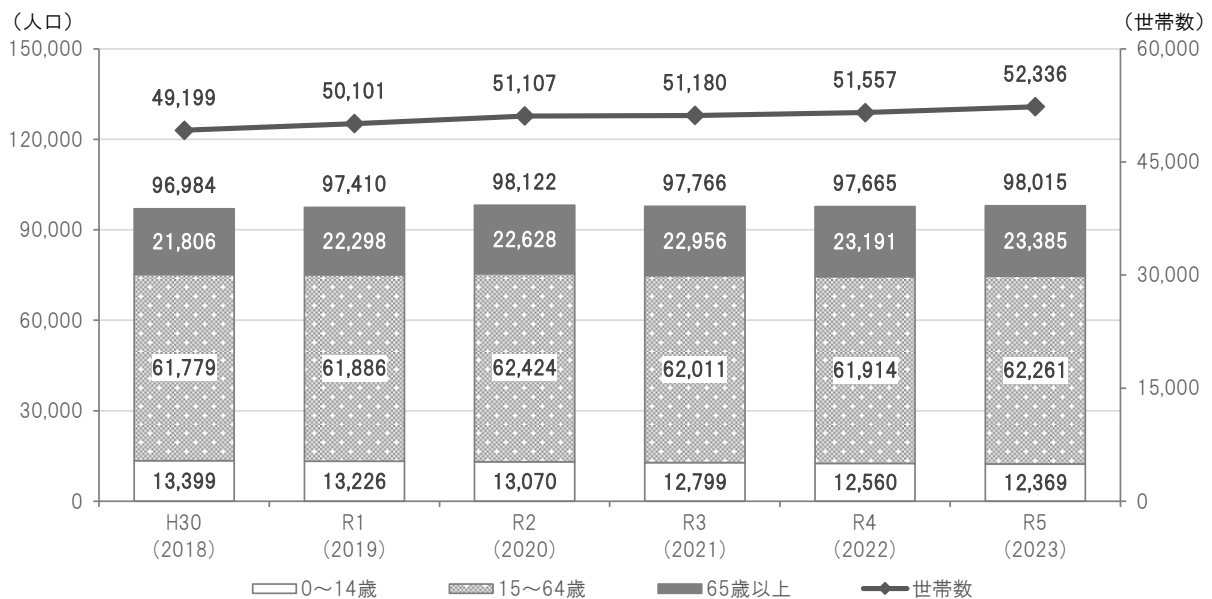
#### (1) 人口の推移

住民基本台帳による令和5年10月1日時点の千歳市の人口は98,015人、世帯数は52,336世帯となっています。人口は、令和3年以降減少傾向にありましたが、令和5年に増加に転じています。世帯数については、増加傾向が続いています。

平均世帯人数は、平成30年が1.97人、令和4年が1.87人となっており、1世帯当たりの人数は減少傾向で世帯構成の少人数化が進んでいます。

年齢3区分人口の推移をみると、0～14歳人口（年少人口）は減少傾向にありますが、65歳以上人口（老年人口）は増加しており、人口増加とともに高齢化が一層進んでいます。

図表1 人口（総人口・年齢3区分人口）・世帯数の推移



出典：千歳市住民基本台帳（各年10月1日時点）

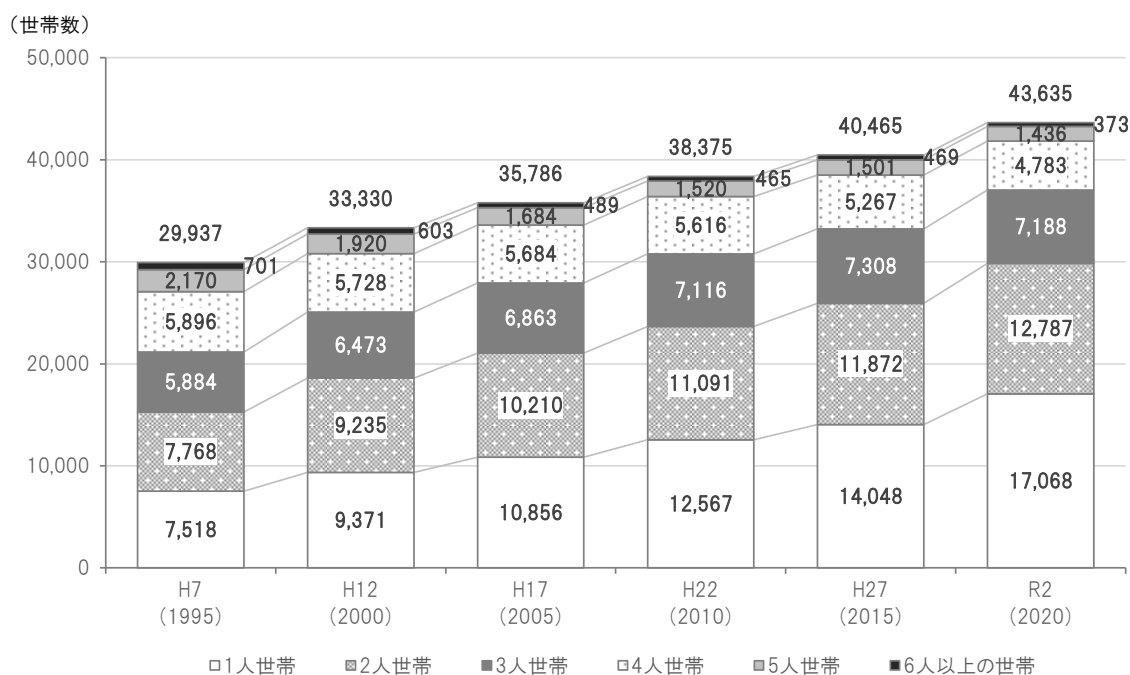
## (2) 世帯構造の推移

世帯構造の推移をみると、4人以上の世帯は減少傾向にあります。「夫婦のみ」、「ひとり親と子ども」といった構造の2人世帯、「一人暮らし」の1人世帯（単独世帯）が増加傾向にあります。

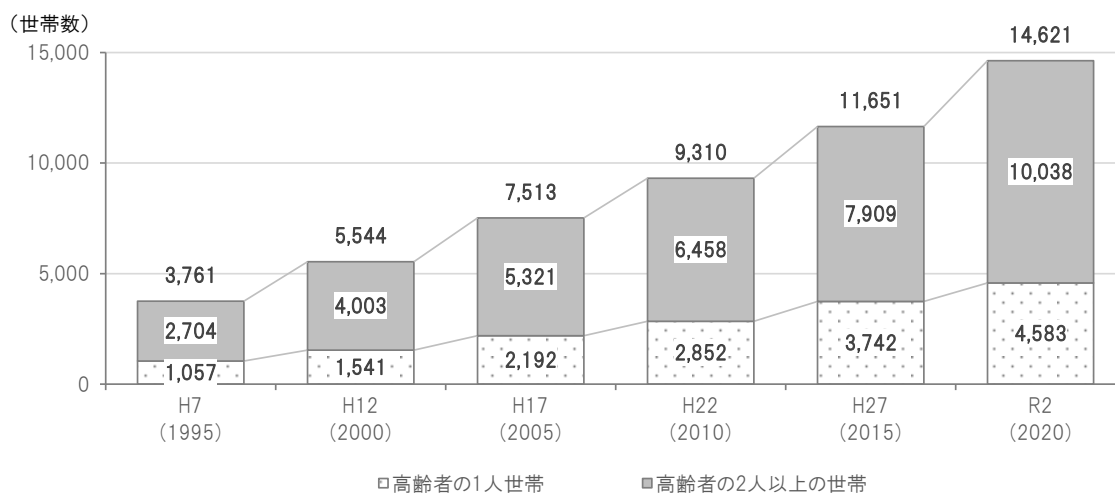
単独世帯の増加といった社会情勢の変化は、食の簡便化志向につながるとともに、食習慣や食文化の継承にも影響があると考えられます。

また、一人暮らしの高齢者の食生活は、買い物や調理が億劫になることで食生活が偏り、心身の不調や活動量の低下等を引き起こし、食事量や回数が減少することで、低栄養状態になってしまうことも考えられます。

図表 2 世帯構造の推移



図表 3 世帯構造の推移（高齢者）



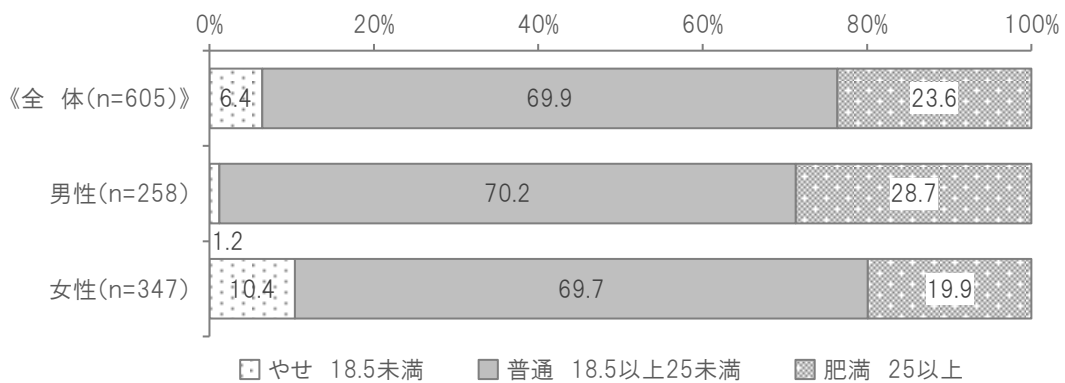
出典：国勢調査

### (3) 健康に関する状況

令和4年度アンケート調査による千歳市民のBMI<sup>※2</sup>の普通（18.5以上25未満）の割合は、男性が70.2%、女性が69.7%であり、平成30年度調査と比較すると、男性が2.8ポイント改善、女性が1.4ポイント悪化しています。

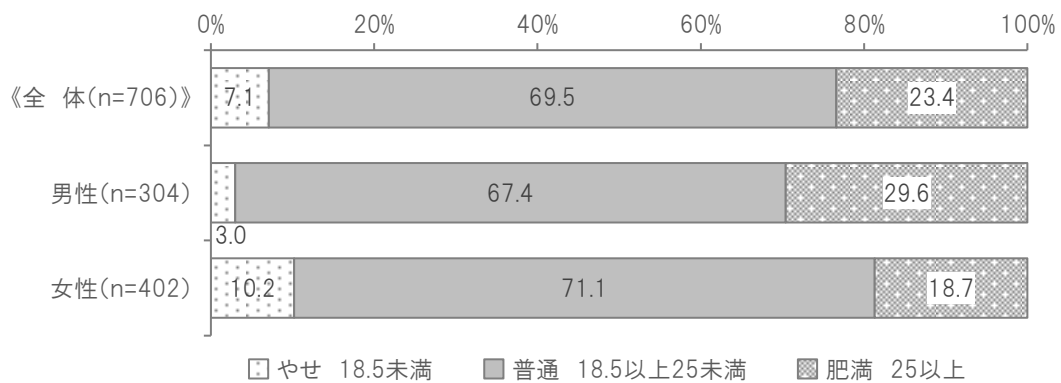
調査名	BMI 普通の割合 (男性 20 歳以上)	BMI 普通の割合 (女性 20 歳以上)
令和4年度 千歳市食育に関するアンケート	70.2%	69.7%
平成30年度 千歳市食育に関するアンケート	67.4%	71.1%

図表 4 体格の状況（千歳市 令和4年度調査）



出典：令和4年度 千歳市食育に関するアンケート（20歳以上の男女 無回答を除く）

図表 5 体格の状況（千歳市 平成30年度調査）



出典：平成30年度 千歳市食育に関するアンケート（20歳以上の男女 無回答を除く）

▶体系評価グラフの留意点

- ・図表中の「n」は回答者数を表しています。
- ・図表中の構成比（%）については、小数点第2位を四捨五入しているため、合計は100.0%にならない場合があります。

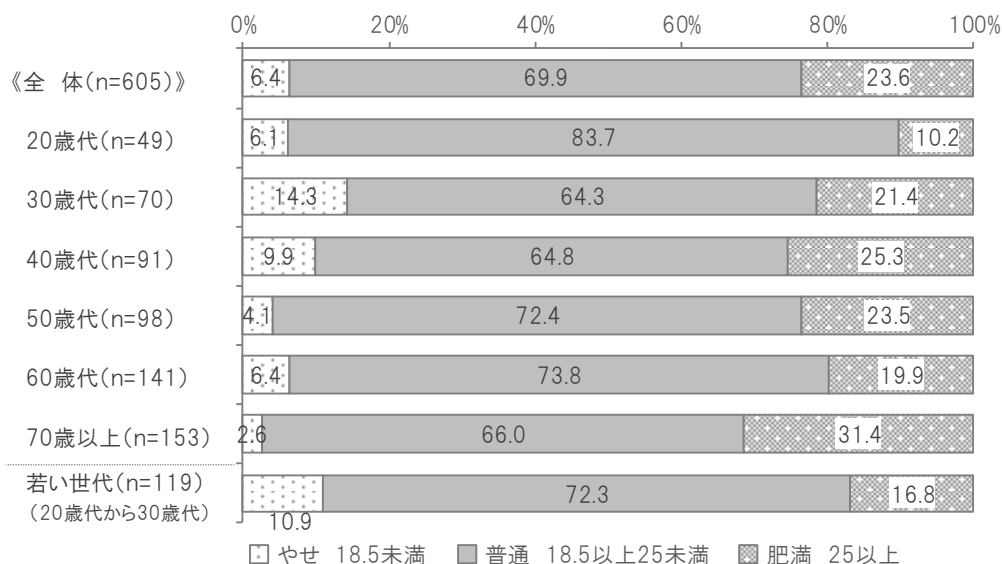
※2 「BMI」とは、肥満度を表す指標に用いられている体格指数で、 $[体重(kg)] \div [身長(m)の2乗]$ で求められます。BMI値22が標準体重であり、最も病気になりにくい状態であるとされています。

## 第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

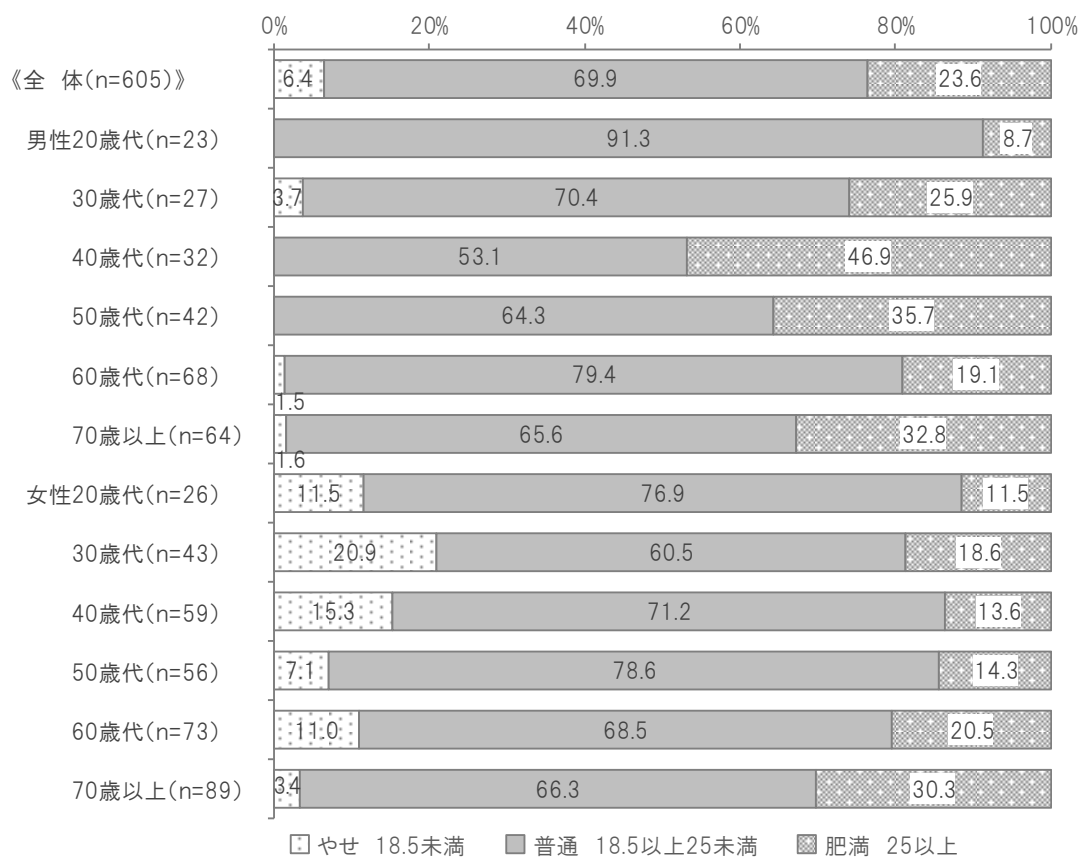
アンケートの調査対象別（年齢・性別）では、70歳以上の肥満の割合が3割以上と高く、肥満は生活習慣病や健康状態に大きく影響します。やせについては、30歳代が14.3%と高く、女性のやせ願望が原因として考えられます。また、肥満については、男性の40歳代で46.9%と非常に高く半数程度となっています。

正しい健康情報の提供、適切な食生活についての知識の普及啓発などにより、適正体重を目指し、保つための働きかけが重要です。

図表 6 体格の状況（年代別）



図表 7 体格の状況（性別・年代別）



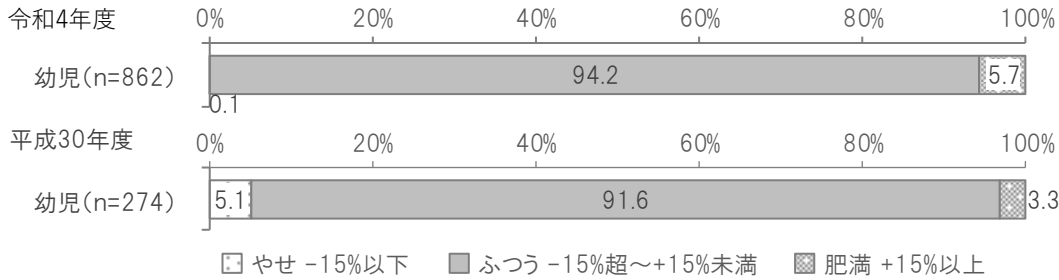
出典：令和4年度 千歳市食育に関するアンケート（無回答を除く）

高校生以下については、成人とは判定基準が異なり「肥満度<sup>※3</sup>」を用いています。

幼児は、「やせ -15%以下」、「ふつう -15%超～+15%未満」、「肥満 +15%以上」となっています。

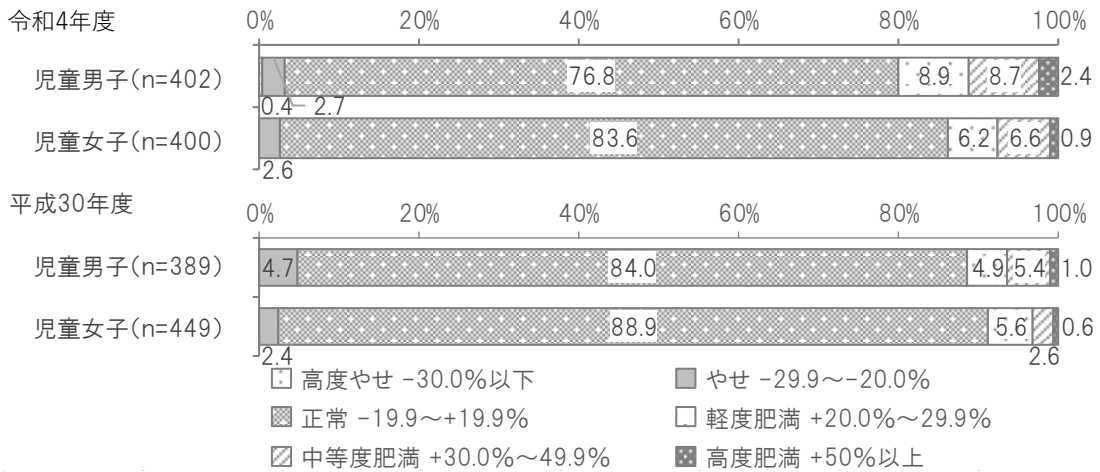
児童及び中学生、高校生は、「高度やせ -30.0%以下」、「やせ -29.9%～-20.0%」、「正常 -19.9%～+19.9%」、「軽度肥満 +20.0%～29.9%」、「中度肥満 +30.0%～49.9%」、「高度肥満 +50%以上」となっています。

図表 8 体格の状況 (幼児)



出典：令和4年度 千歳市3歳児健診栄養調査

図表 9 体格の状況(小学5年生)



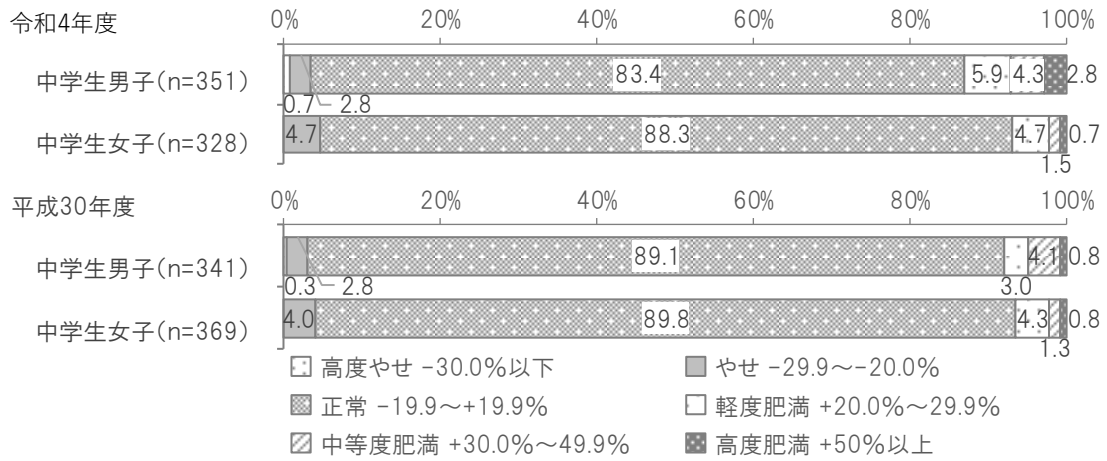
出典：令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査（千歳市教育委員会）

※3 「肥満度」とは、子どもの肥満度を標準体重に対して実測体重が何%上回っているかで評価します。

3歳以上6歳未満の幼児は、幼児身長体重曲線（性別・身長別標準体重）を用いた評価方法で[実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)] / 身長別標準体重(kg) × 100 (%)で求められます。

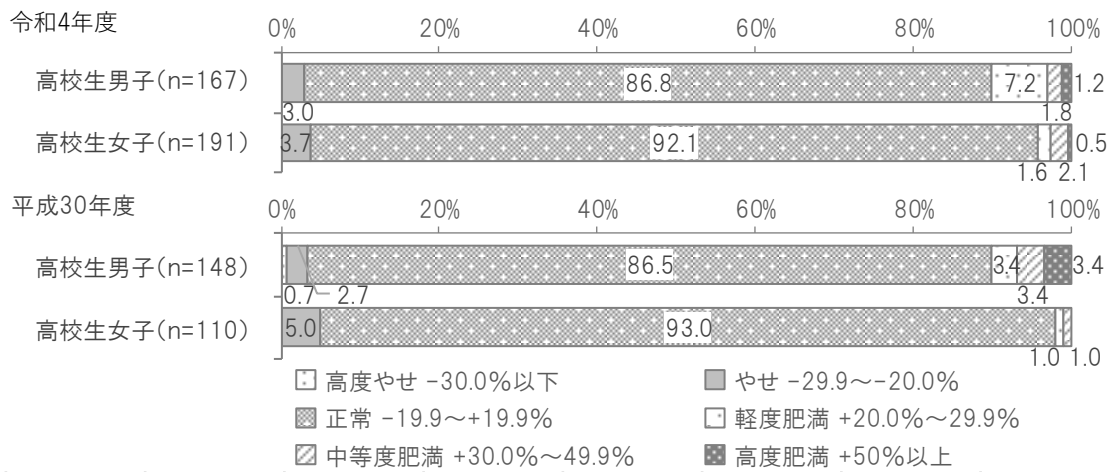
児童・生徒は、学校保健統計調査方式（性別・年齢別・身長別標準体重）を用いた評価方法で、[実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)] / 身長別標準体重(kg) × 100 (%)で求められます。

図表 10 体格の状況(中学2年生)



出典：令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査（千歳市教育委員会）

図表 11 体格の状況(高校2年生)



出典：令和4年度 千歳市食育に関するアンケート（無回答を除く）

## 2. アンケート調査からみた食育の現状

### (1) アンケート調査概要

#### 調査名称

千歳市食育に関するアンケート

#### 調査目的

本調査は、「第4次千歳市食育推進計画」の策定に向けた基礎資料として、現状の市民の食育への関心、日常の食生活の実態、地産地消や食の環境に関する意識・意向などを把握することを目的に実施しました。

#### 調査対象者

調査対象者を以下のとおりとしました。

一般市民	20歳から69歳の一般市民
保護者	認定こども園、幼稚園、小学生（4年生）の保護者
生徒	中学生（2年生）、高校生（2年生）の生徒
老人クラブ	老人クラブに所属する市民

(参考) 平成30年度調査時調査対象者

一般市民	20歳から69歳の一般市民
保護者	認定こども園、保育所、幼稚園、小学生（4年生）の保護者
生徒	中学校、高校へ配布回収を依頼
高齢者	老人クラブに所属する高齢者

#### 調査方法

一般市民	郵送配布・郵送回収
保護者	認定こども園、保育所、幼稚園、小学校へ配布回収を依頼
生徒	中学校、高校へ配布回収を依頼
老人クラブ	老人クラブへ配布回収を依頼

#### 調査期間

令和4年10月31日～12月2日（調査基準日 令和4年9月1日）

## 回収状況

調査対象者	配布数 (件)	回収数 (件)	回収率 (%)
一般市民	1,196	443	37.0
保護者	996	831	83.4
生徒	726	605	83.3
老人クラブ	200	175	87.5
合計	3,118	2,054	65.9

(参考) 平成 30 年度調査時回収率

調査対象者	配布数 (件)	回収数 (件)	回収率 (%)
一般市民	1,185	565	47.7
保護者	954	665	69.7
生徒	628	570	90.8
高齢者	200	186	93.0
合計	2,967	1,986	66.9

## アンケート調査結果の留意点

- 図表中の「n」は回答者数を表しています。
- 図表中の中区分（調査対象者別）には、対象区分無回答が含まれるため、小区分（各年代別）の合計と一致しない場合があります。
- 図表中の中区分の「小学生以下の子ども」は、調査対象者の保護者を表しています。
- 図表中の中区分の「一般」には、調査対象者の一般市民と老人クラブを合計して表しています。
- 図表中の構成比（%）については、小数点第2位を四捨五入しているため、合計は100.0%にならない場合があります。

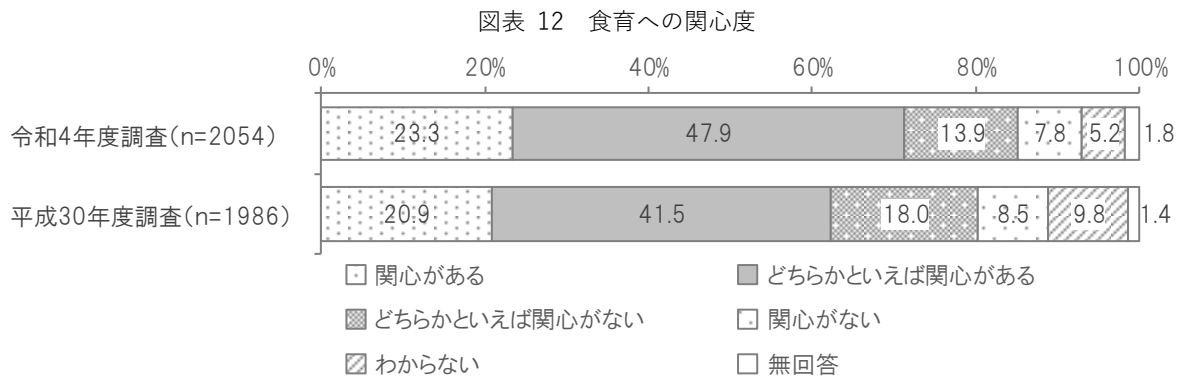
## (2) アンケート調査結果

### ① 食育に関心を持っている人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
食育に関心を持っている人の割合	62.4%	90.0%	71.2%	○	78.9%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

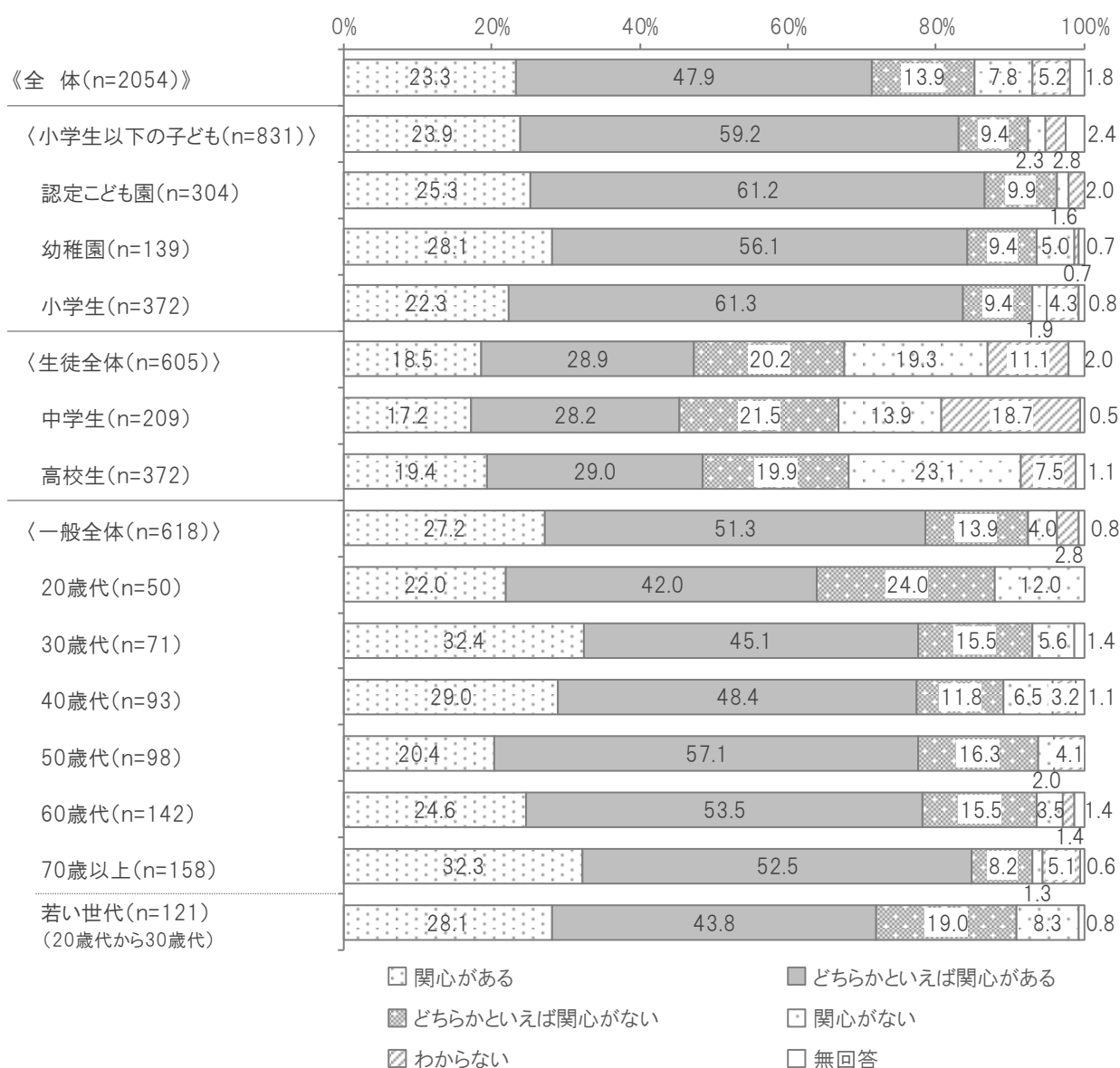
食育への関心度は、「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」が、令和4年度調査では71.2%となっており、平成30年度調査の62.4%と比較すると、8.8ポイント上がっています。



調査対象別では、小学生以下の子どもの保護者自身の「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」が83.1%、一般は78.5%と食育への関心度が高い傾向にある一方、生徒は47.4%となっており、平成30年度調査の生徒の37.8%と比較すると9.6ポイント高くなっていますが、調査生徒の食育への関心度の低さが伺えます。次世代が食に関する知識を深め、意識を高めることができるように食育を推進することが重要と考えられます。

特に、食育への関心度が低い世代に、食育に関する情報提供、普及啓発によって、食育への知識・理解の促進が重要です。

図表 13 食育への関心度（調査対象別）

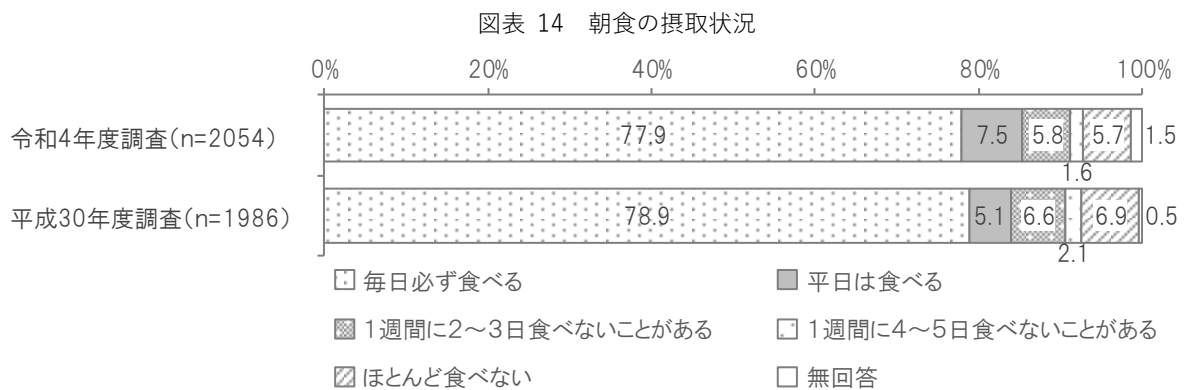


② 朝食を食べている人の割合

指標名		前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
朝食を食べている人の割合	全体	78.9%	—	77.9%	△	79.0%
	子ども※4	93.7%	100.0%	90.1%	△	95.4%(R1)
	若い世代※5	60.8%	85.0%	53.7%	△	59.3%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

朝食の摂食状況について、「毎日必ず食べる」が、令和4年度調査では77.9%となっており、平成30年度調査の78.9%と比較すると、1.0ポイント下がっています。



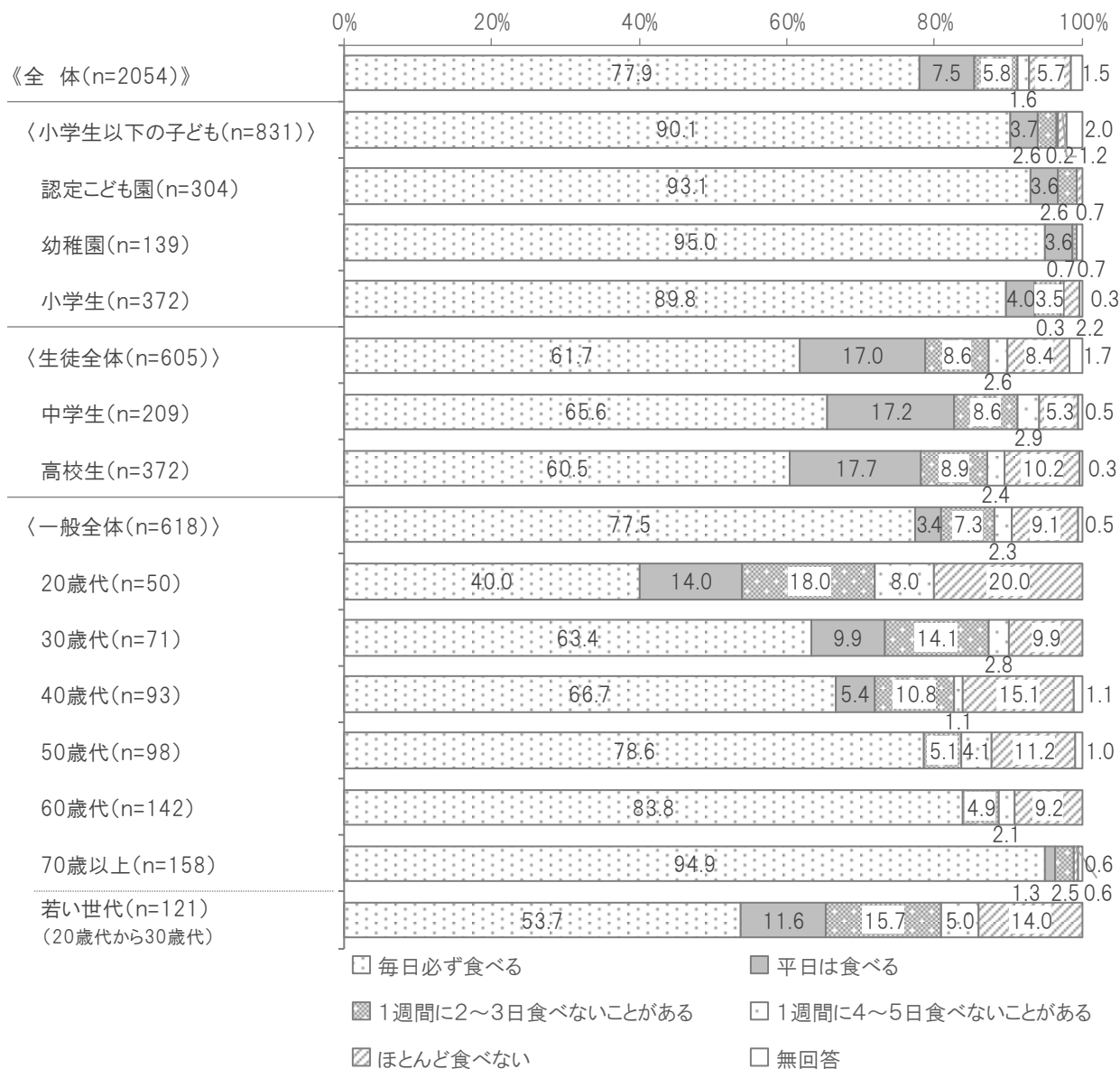
※4 調査対象者のうち、「子ども」とは、認定こども園・保育所・幼稚園児、小学4年生を指します。

※5 調査対象者のうち、「若い世代」とは、20歳代から30歳代を指します。

小学生以下の子どもでは、「毎日必ず食べる」が90.1%となっています。一般の70歳以上は94.9%で、若い世代より高い傾向となっています。若い世代は53.7%で、ほかの世代と比較して低い傾向となっています。生徒は61.7%で、生徒と若い世代は朝食の欠食率が高い傾向となっています。

若い世代の朝食摂取率を上げるための働きかけが重要と考えられます。

図表 15 朝食の摂取状況（調査対象別）



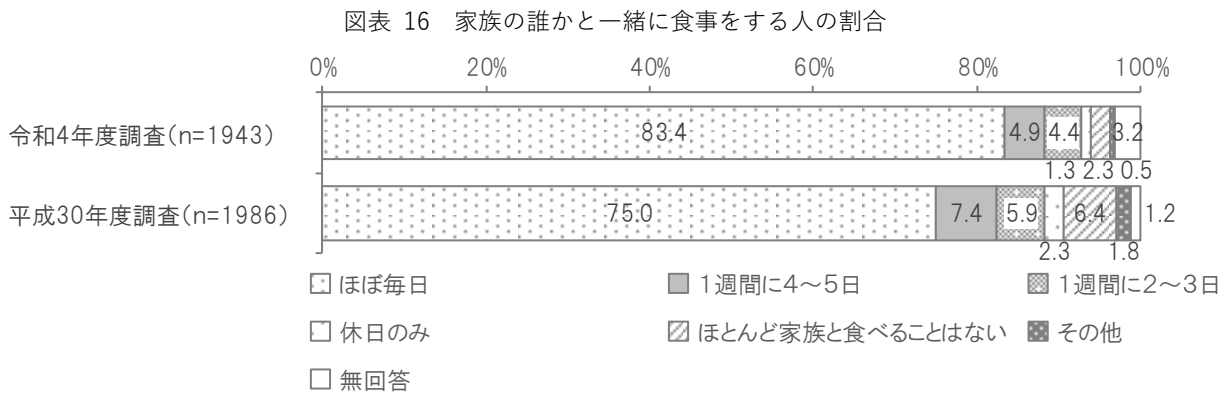
③ 家族の誰かと一緒に食事をする人の割合

指標名		前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値
家族の誰かと一緒に食事をする 人の割合	全体	75.0%	—	83.4%	○	—
	子ども	97.1%	99.5%	95.4%	△	—

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

家族の誰かと一緒に食べる共食<sup>※6</sup>の頻度は、「ほぼ毎日」が令和4年度調査では83.4%となっており、平成30年度調査の75.0%と比較すると、8.4ポイント上がっています。

一方で、指標での子どもの現状値では95.4%となっており、前回値の97.1%と比較すると、1.7ポイント下がっています。



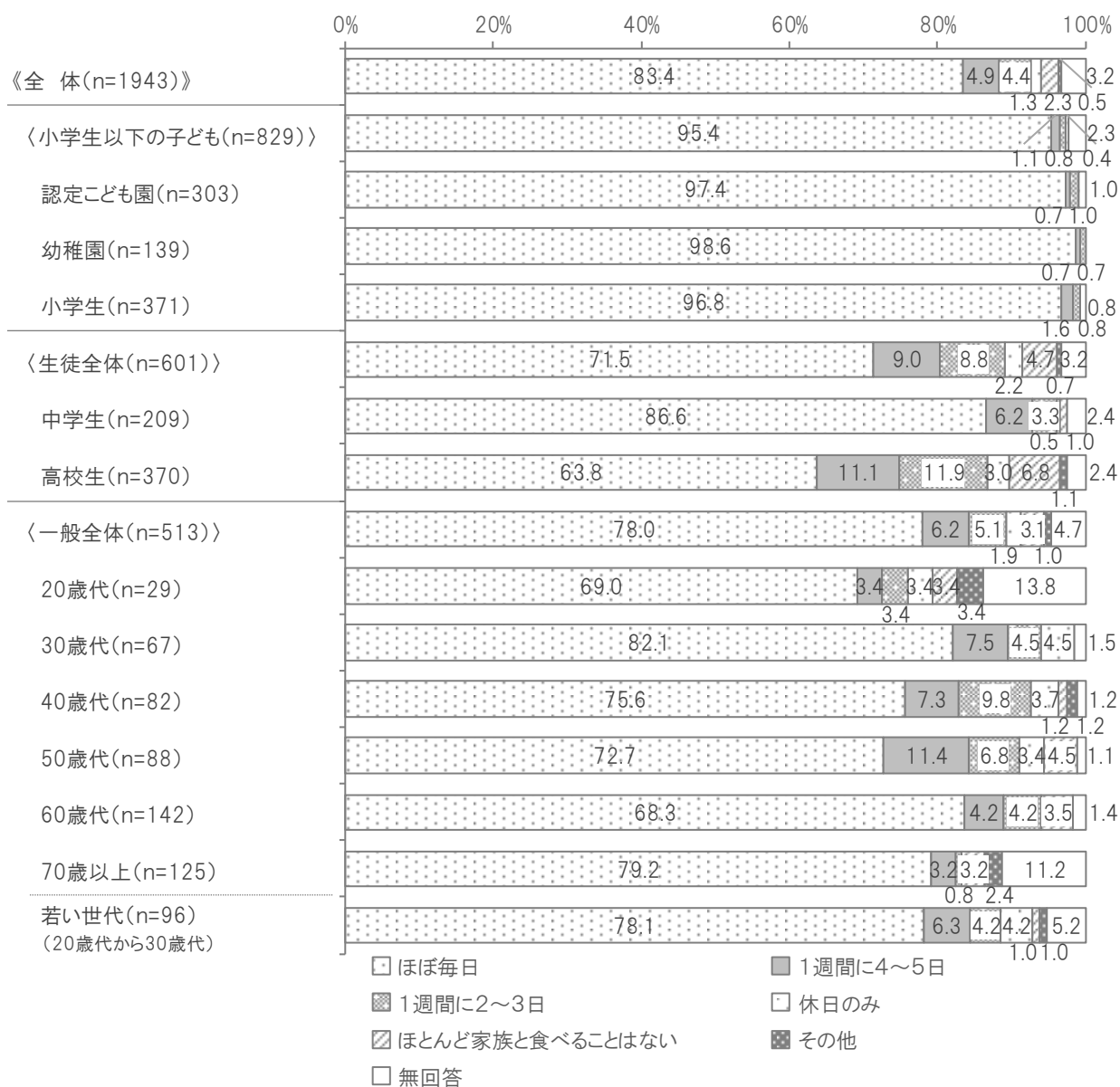
※6 「共食」とは、一人で食べるのではなく、家族や友人、職場や地域の人など、誰かと共に食事をすることです。そのうち、ここでは家族との共食を指標としています。「共食」に対して、一人で食事することを「孤食」といいます。

## 第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

調査対象別では、小学生以下の子どもの「ほぼ毎日」が95.4%と高い一方、生徒は71.5%、一般は78.0%となっています。

小学生以下の子どもの所属別の共食状況は、未就学児で「ほぼ毎日」が9割以上となっています。小学校・中学校・高校と進学するほど「ほぼ毎日」の割合が下がる傾向となっています。

図表 17 家族の誰かと一緒に食事をする人の割合（調査対象別）

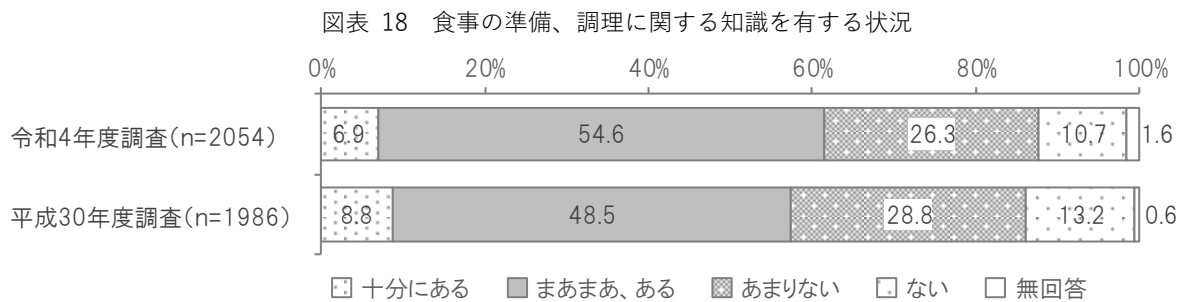


④ 食事の準備や調理をするための基礎的な知識をもっている人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値
食事の準備や調理をするための基礎的な知識をもっている人の割合	57.3%	—	61.5%	—	—

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

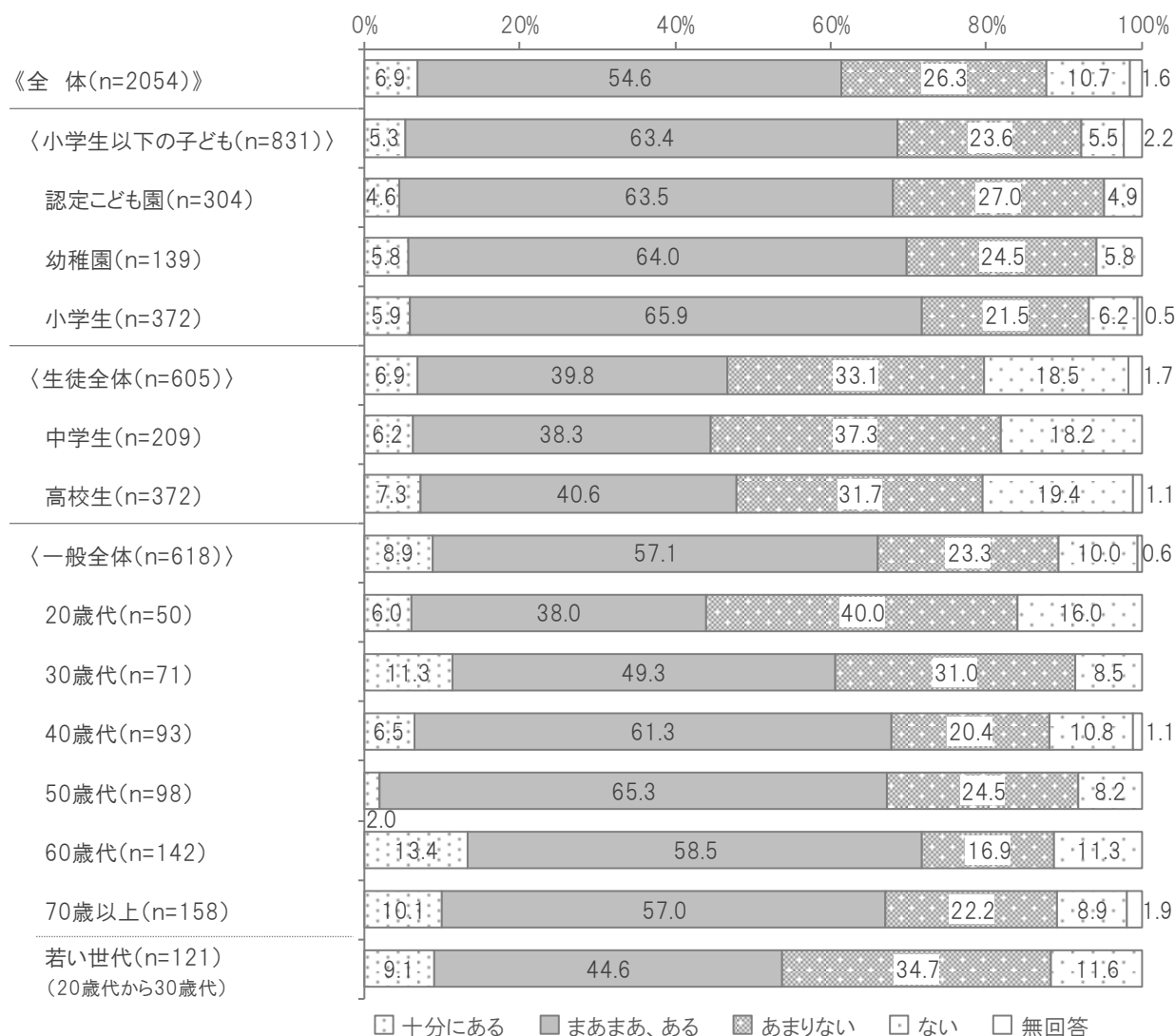
食事の準備や調理をするための基礎的な知識をもっている人は、「十分にある」及び「まあまあ、ある」が、令和4年度調査では61.5%となっており、平成30年度調査の57.3%と比較すると、4.2ポイント上がっています。



第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

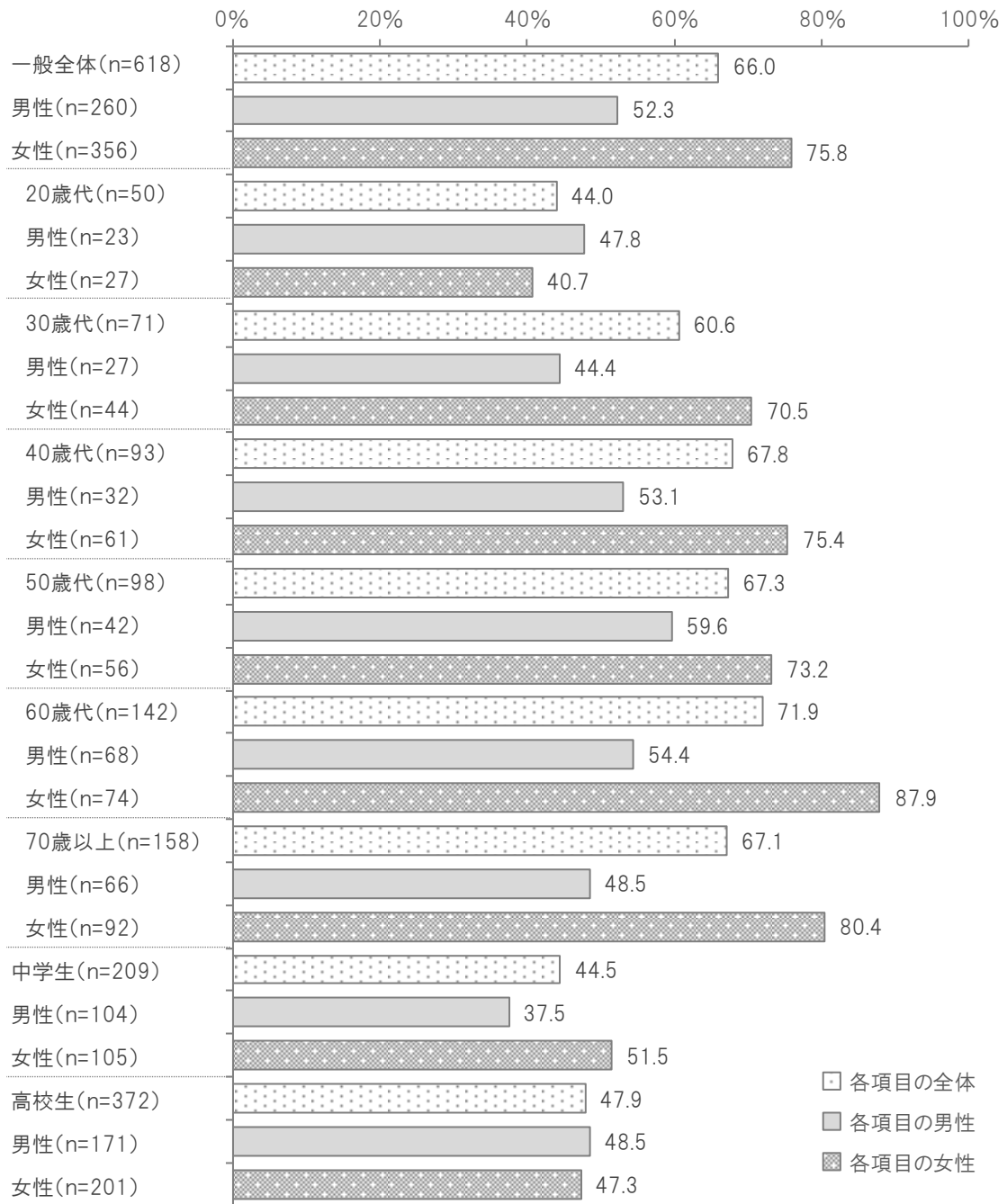
調査対象別では、小学生以下の子どもの保護者自身の「十分にある」及び「まあまあ、ある」が68.7%、一般の70歳以上は67.1%と同程度の割合になっています。

図表 19 食事の準備、調理に関する知識を有する状況（調査対象別）



男女別では、「十分にある」及び「まあまあ、ある」を合わせた割合は、20歳代が最も低く、次いで中学生、高校生の順に低くなっています。

図表 20 食事の準備、調理に関する知識を有する状況（男女別）  
 （「十分にある」及び「まあまあ、ある」を合わせた回答者の割合）

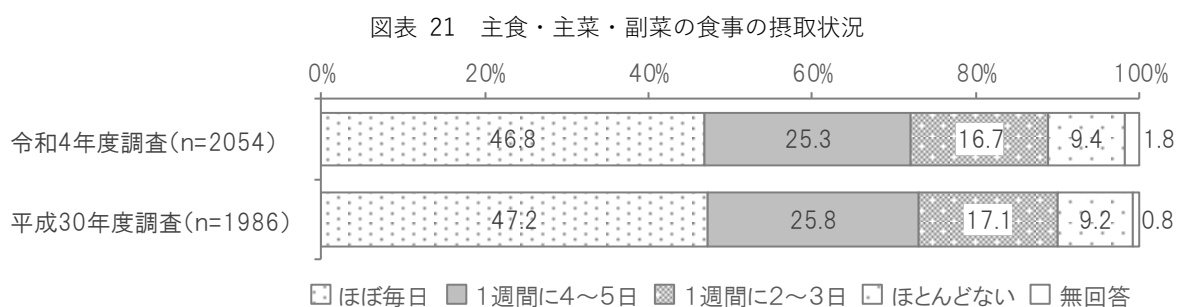


⑤ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合

指標名		前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合	全体	47.2%	70.0%	46.8%	△	40.6%
	若い世代	37.0%	55.0%	28.9%	△	28.4%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

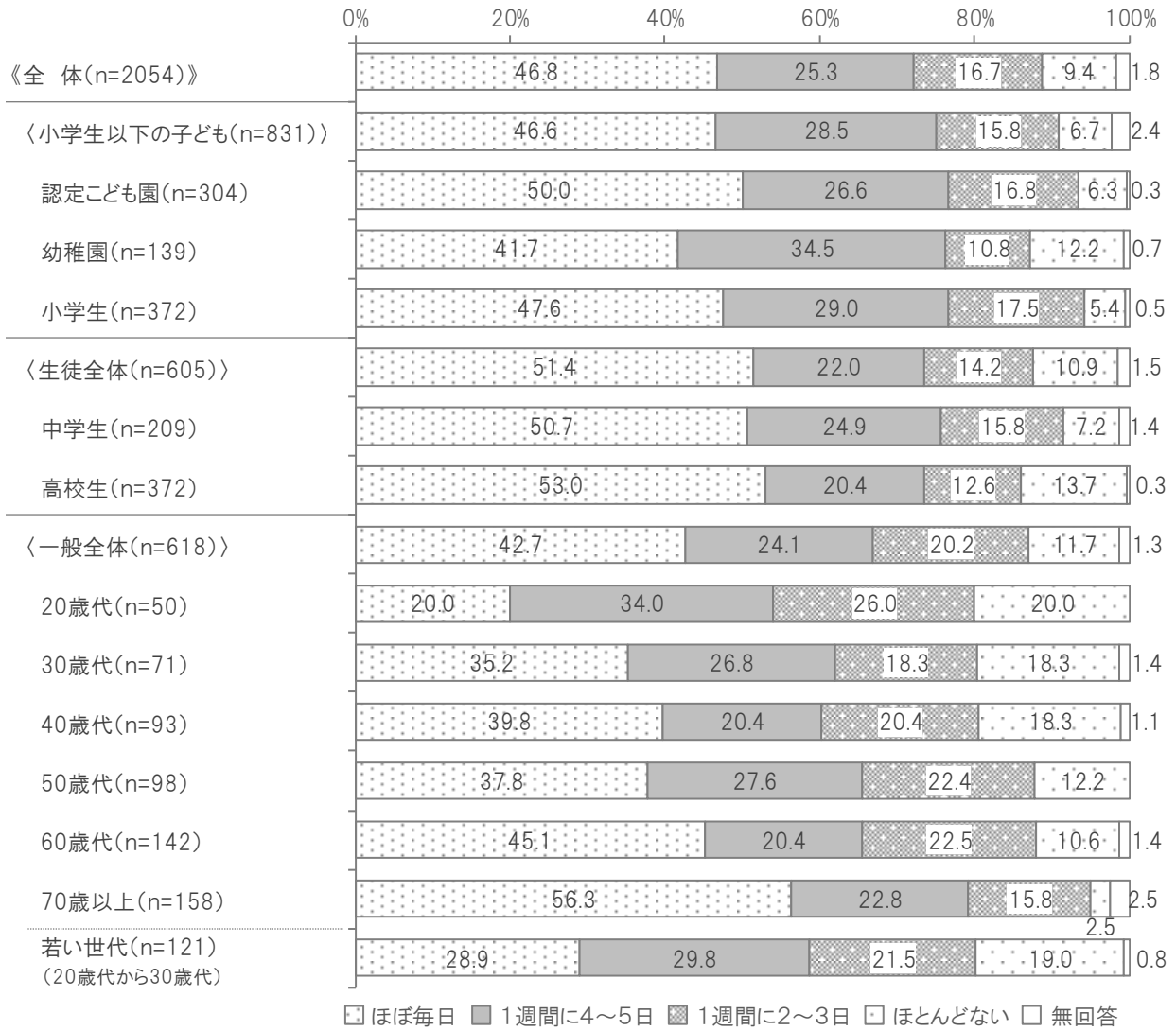
主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度については、「ほぼ毎日」が、令和4年度調査では46.8%となっており、平成30年度調査の47.2%と比較すると、0.4ポイント下がっているものの、国の現状値の40.6%と比較すると、6.2ポイント高くなっています。



若い世代では、主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度について、「ほぼ毎日」の割合が28.9%と3割を下回っており、平成30年度調査の37.0%と比較すると、8.1ポイント下がっています。

また、「ほとんどない」の割合は19.0%であり、全体と比較して9.6ポイント高い割合となっています。このことから、今まで以上に、若い世代に対し、栄養バランスが整った食生活の実践への働きかけが重要と考えられます。

図表 22 主食・主菜・副菜の食事の摂取状況（調査対象別）



⑥ 生活習慣病予防・改善のために気をつけた食生活を実践する人の割合

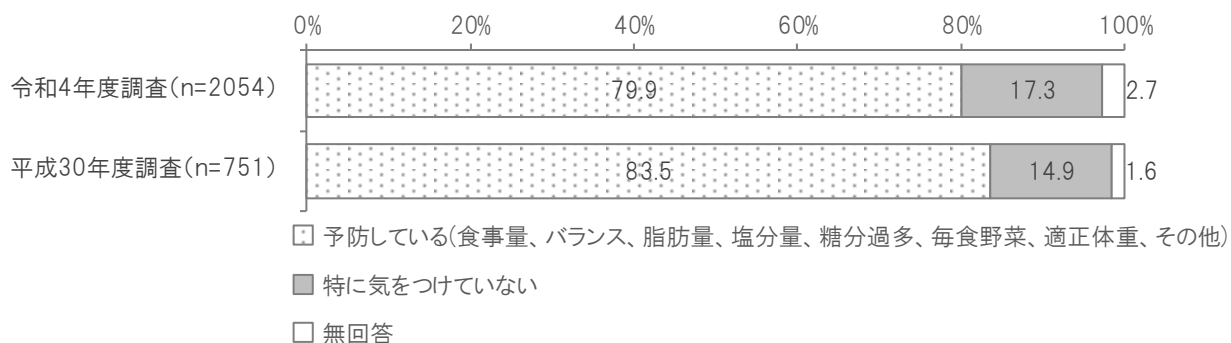
指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
生活習慣病予防・改善のために気をつけた食生活を実践する人の割合	83.5%	85.0%	79.9%	△	66.5%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

生活習慣病予防・改善のために気をつけたことがある人は、令和4年度調査では79.9%となっており、平成30年度調査の83.5%と比較すると、3.6ポイント下がっています。また、国の現状値の66.5%と比較すると、13.4ポイント高くなっています。

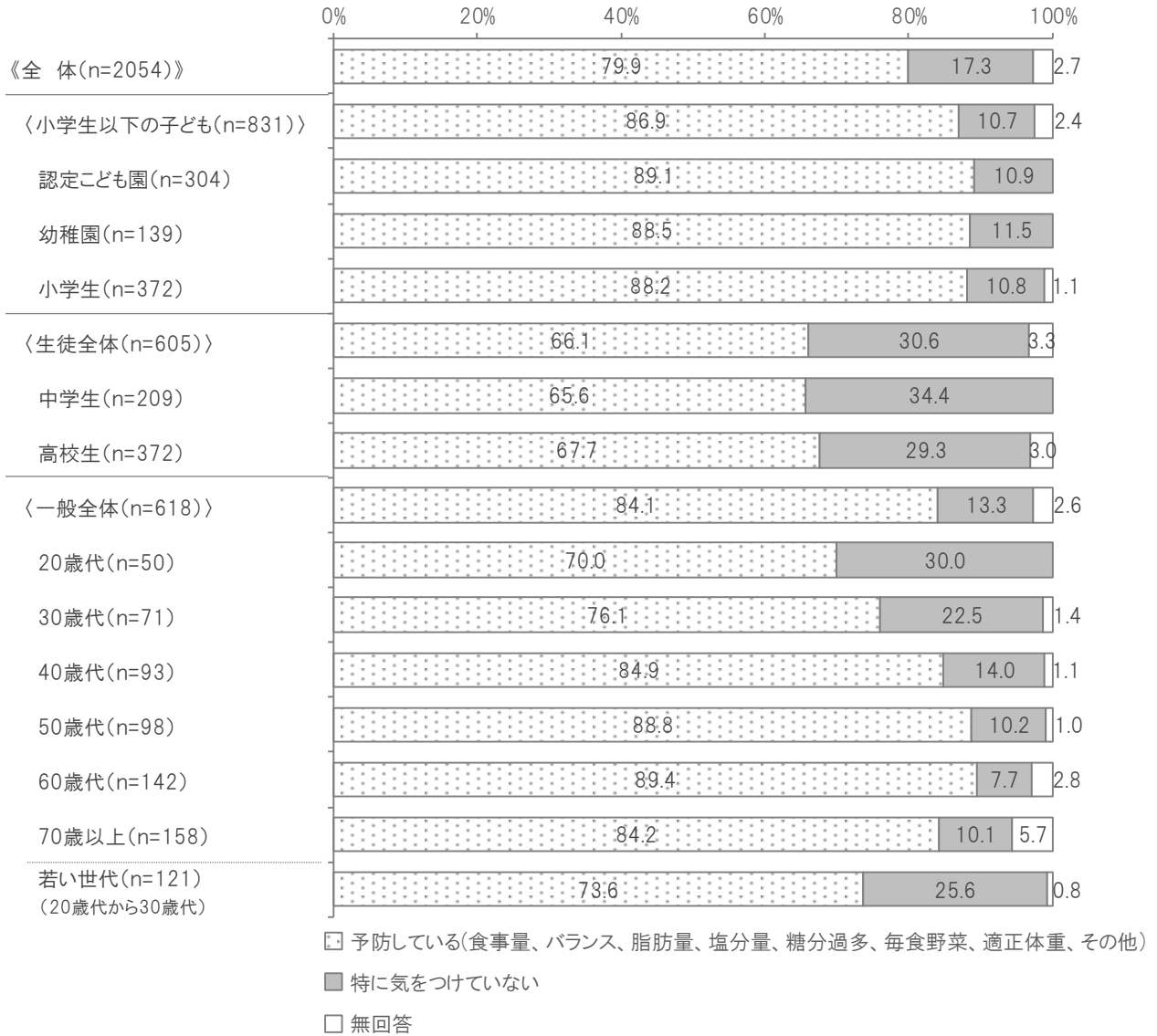
生活習慣病予防・改善のために気をつけたことが1つでもある人を「予防している」と集計しています。

図表 23 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践状況



若い世代では「予防している」が73.6%と、ほかの調査対象者に比べて低くなっており、生活習慣予防・改善を意識した食生活を若いうちから心がけることができる働きかけが重要と考えられます。

図表 24 生活習慣病予防・改善のための食生活の実践状況（調査対象別）

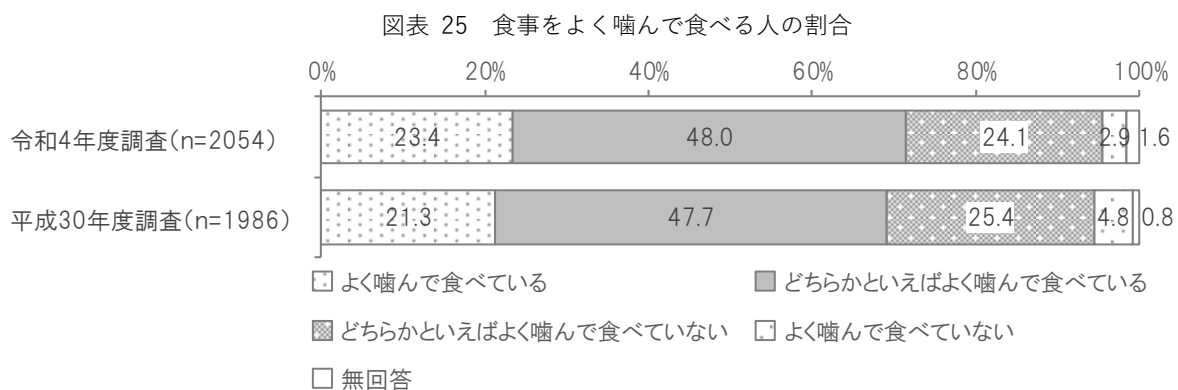


⑦ 食事をゆっくりよく噛んで食べる人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
食事をゆっくりよく噛んで食べる人の割合	69.0%	70.0%	71.4%	◎	46.8%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

食事をゆっくりよく噛んで食べる人は、令和4年度調査では「よく噛んで食べている」及び「どちらかといえばよく噛んで食べている」が71.4%となっており、平成30年度調査の69.0%と比較すると2.4ポイント上がっています。また、国の現状値の46.8%と比較すると、24.6ポイント高くなっています。

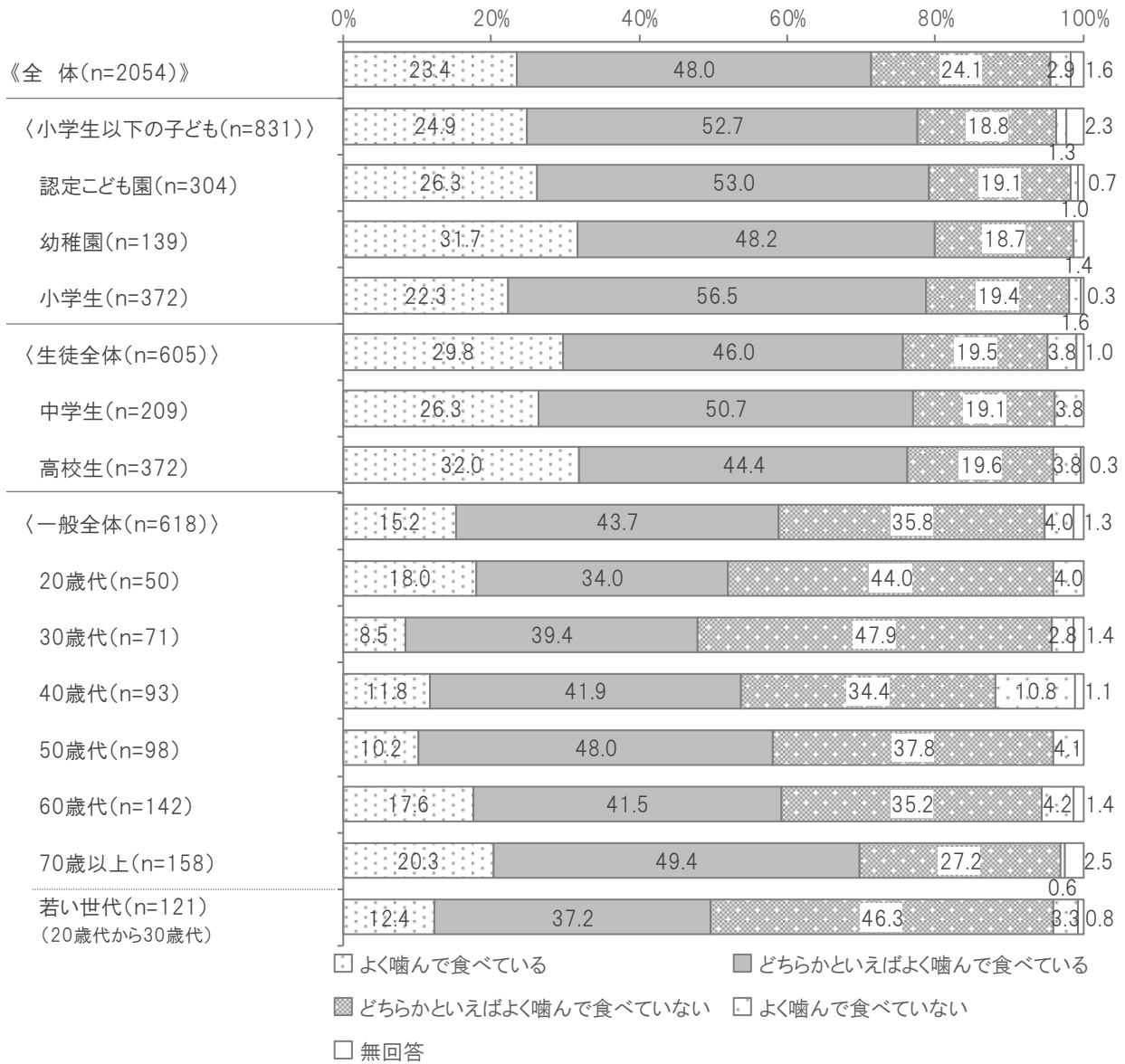


調査対象別では、小学生以下の子どもの「よく噛んで食べている」及び「どちらかといえ  
ばよく噛んで食べている」が77.6%、生徒は75.8%でいずれも7割を超えています。

一般は58.9%と、ほかの調査対象者と比較すると、低くなっています。

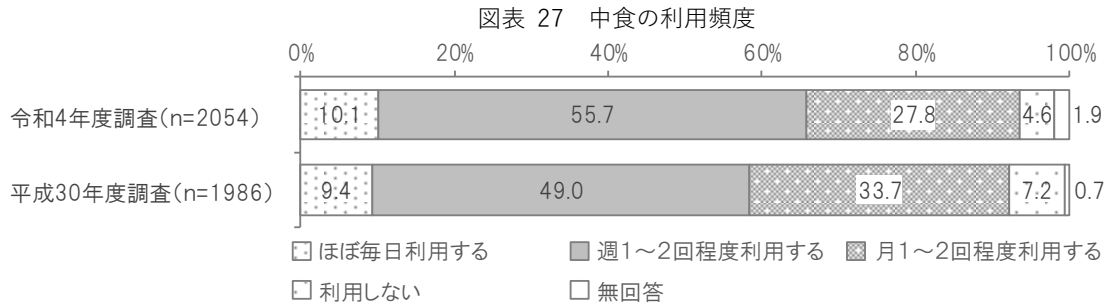
特に20～50代の働き世代に対する食事方法や咀嚼の重要性に対する働きかけが必要と考え  
られます。

図表 26 食事をよく噛んで食べる人の割合（調査対象別）

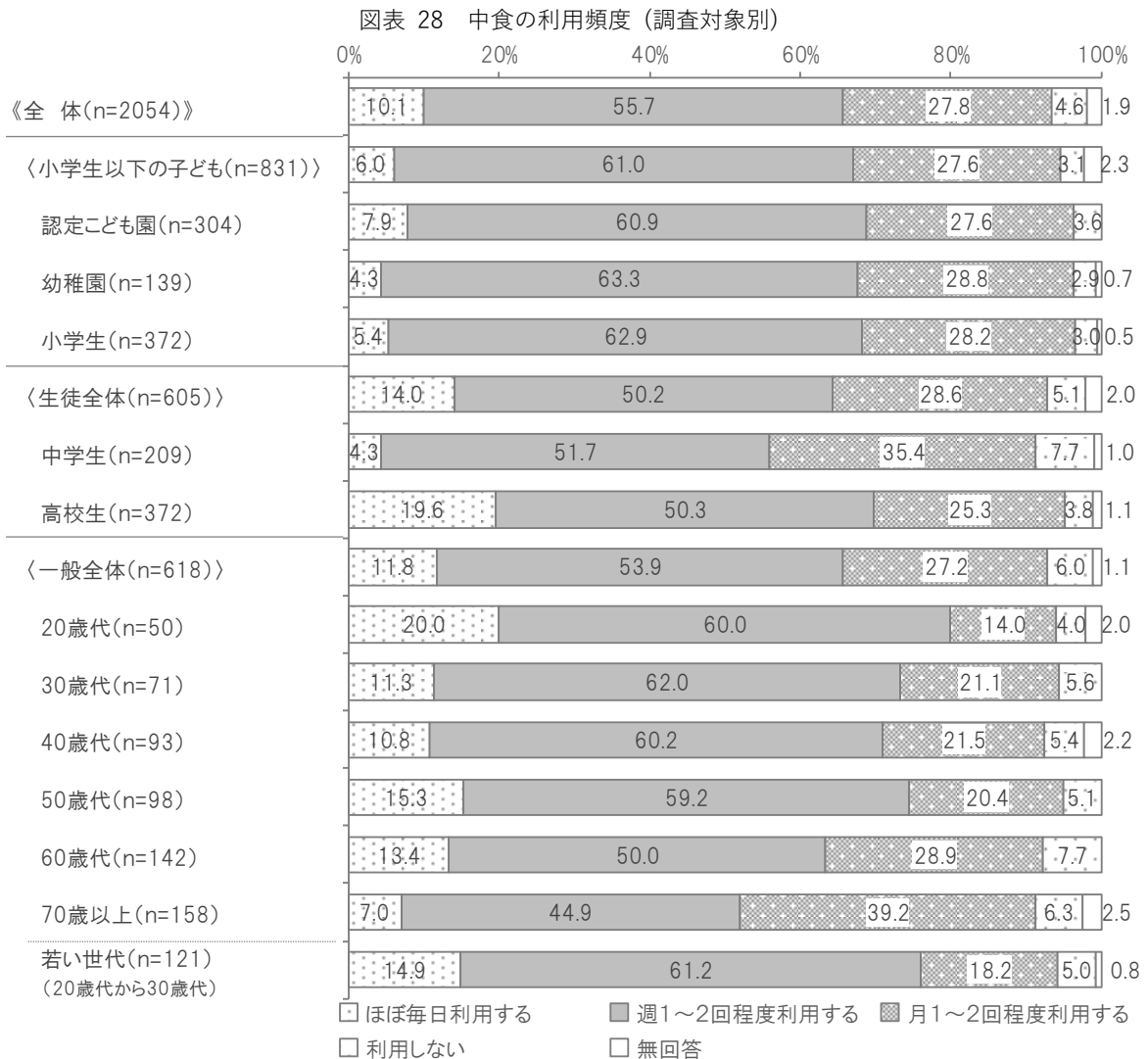


⑧ <sup>なかしよく</sup> 中食の利用頻度

中食の利用頻度は、令和4年度調査の「週1～2回程度利用する」が最も多く55.7%となっており、平成30年度調査の49.0%と比較すると、6.7ポイント上がっています。

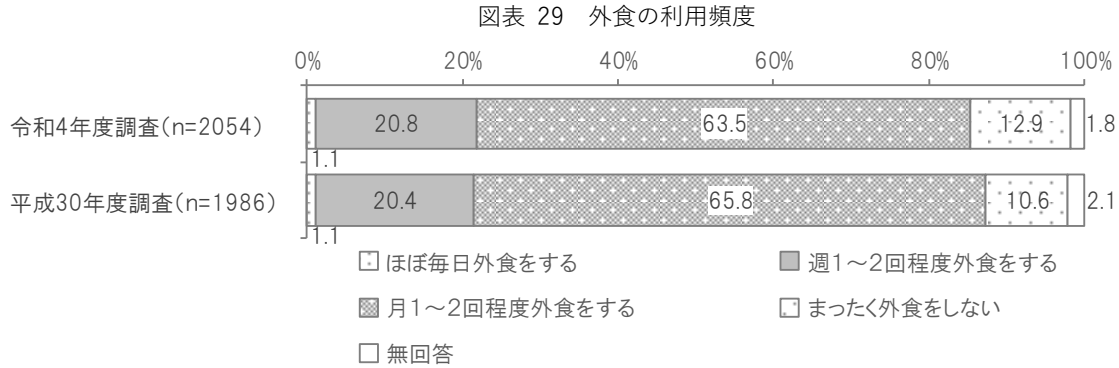


調査対象別では、いずれも「週1～2回程度利用する」が最も多く、5～6割程度の割合となっています。

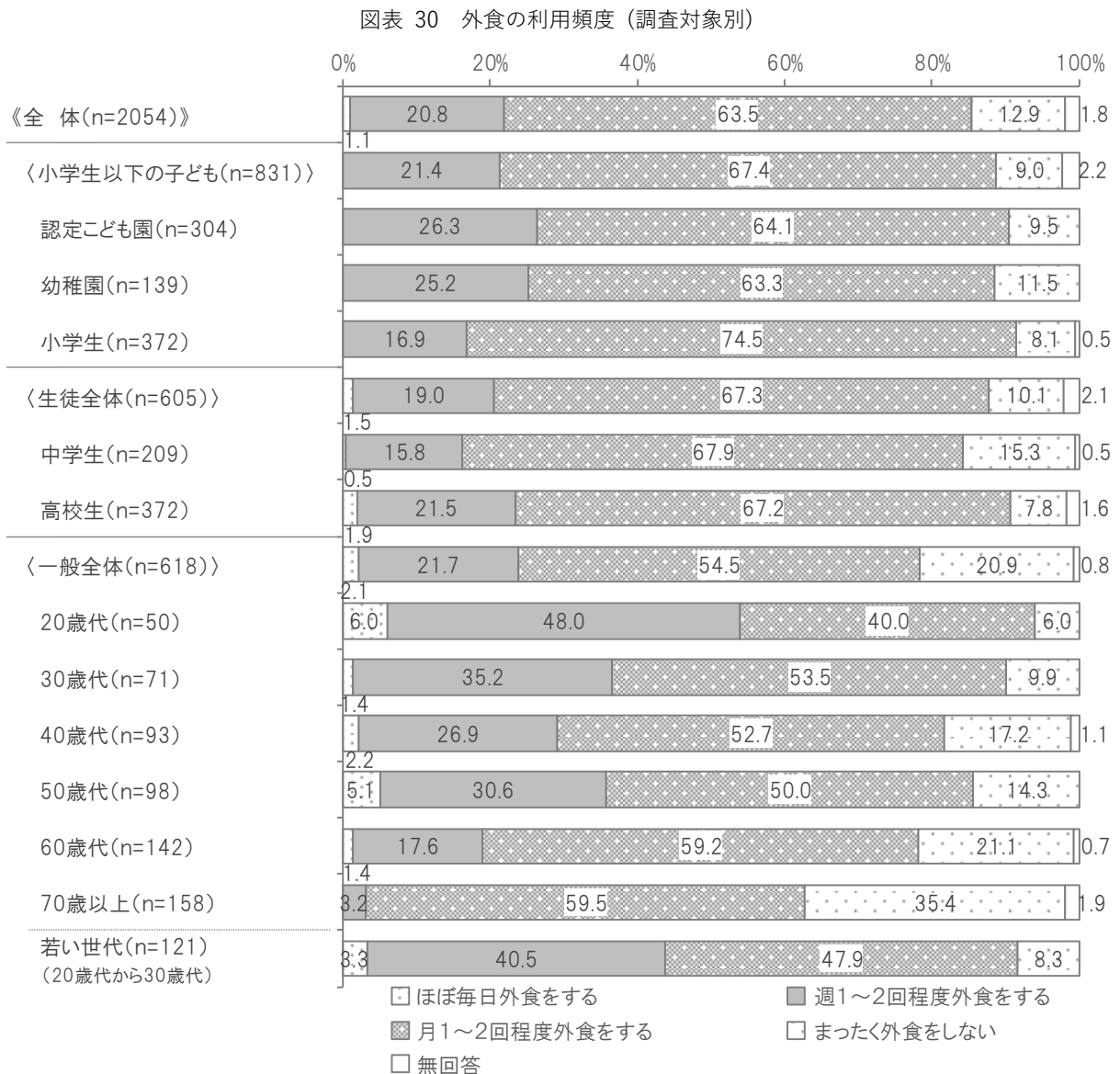


⑨ 外食の利用頻度

外食の利用頻度は、「月1～2回程度利用する」が最も多く63.5%となっており、平成30年度調査の65.8%と比較すると、2.3ポイント下がっています。

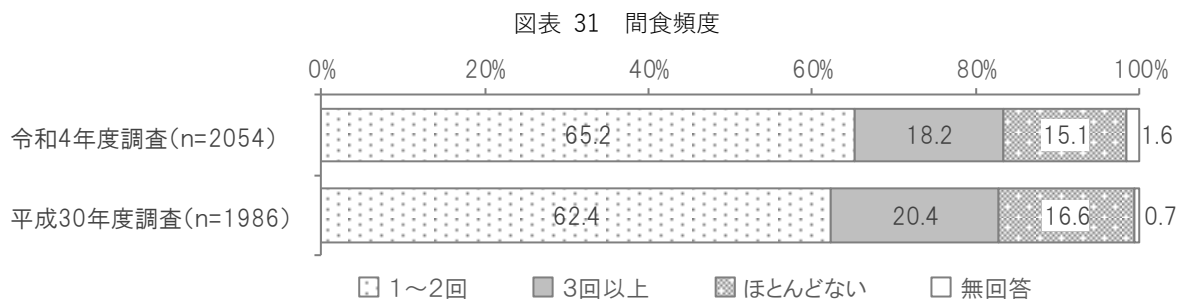


調査対象別では、若い世代で週に1回以上利用している人が43.8%となっており、ほかの調査対象者と比較すると、割合が高くなっています。

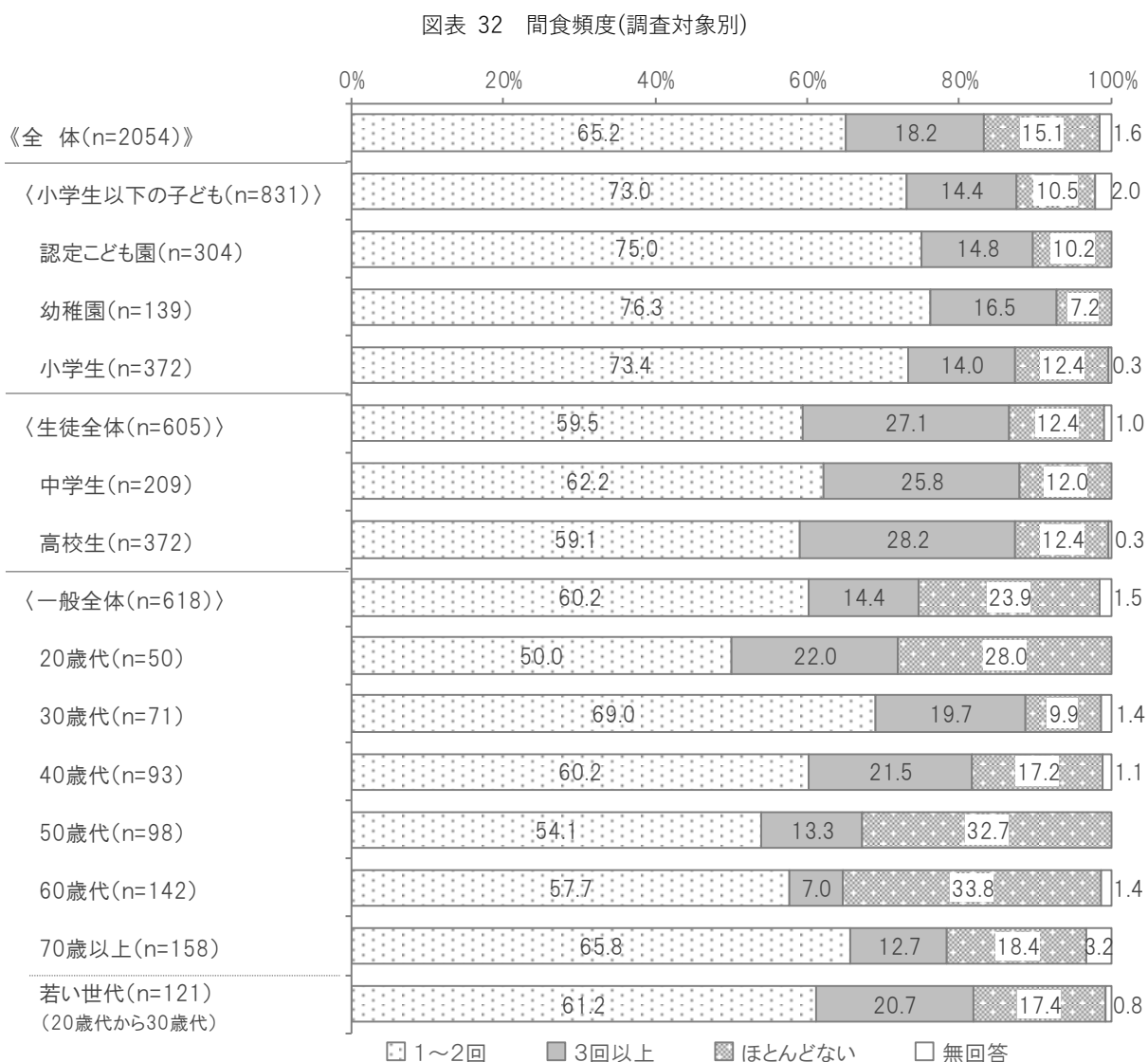


⑩ 間食頻度

間食頻度では、令和4年度調査において、1日「1～2回」及び「3回以上」と回答した人は83.4%であり、平成30年度調査の82.8%と比較すると、0.6ポイント上がっています。



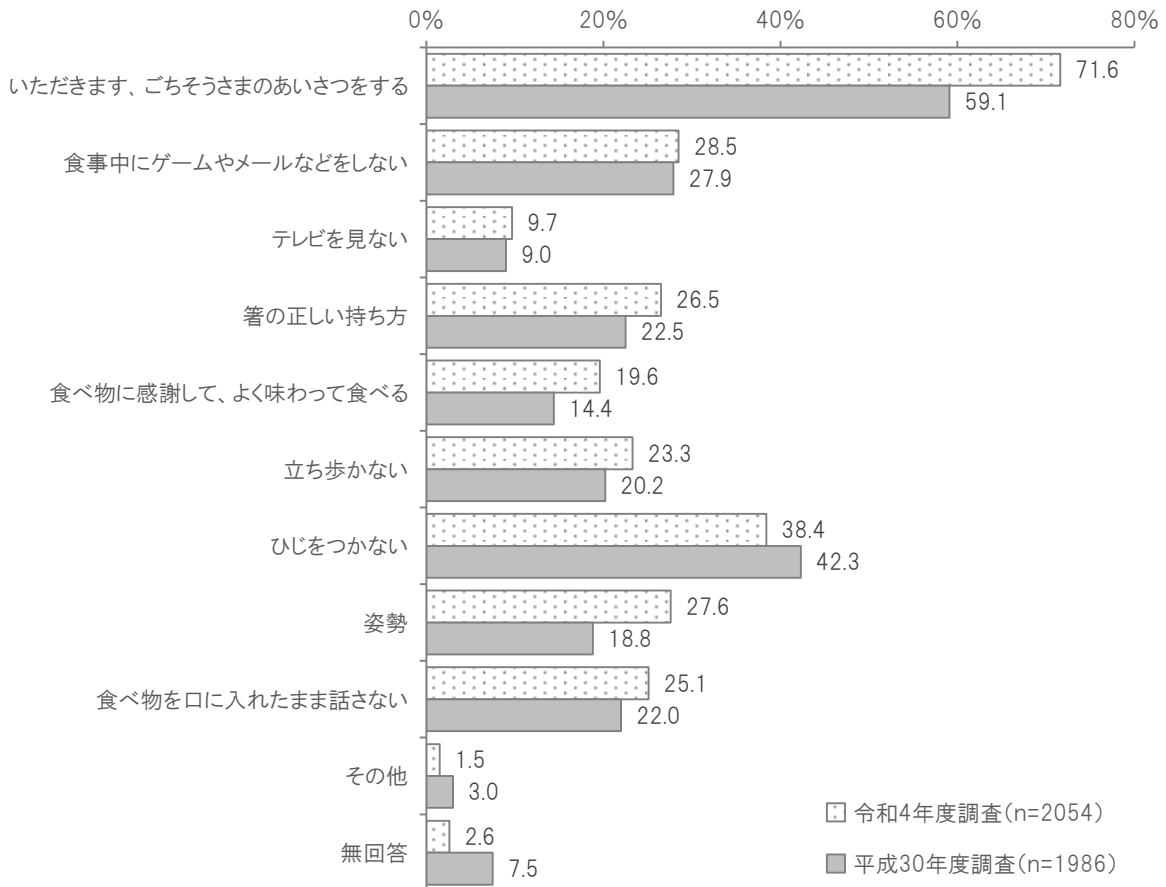
調査対象別では、30歳代で88.7%と9割近く、1日1回以上の間食をしています。年代が上がるにつれて、減少はするものの、70歳代以上になると78.5%に上がり、8割近い方が間食をしています。



⑪ 食事のマナーで気をつけていること

食事のマナーで気をつけていることでは、令和4年度調査の「いただきます、ごちそうさまのあいさつをする」が全体で最も多く71.6%、次いで「ひじをつかない」が38.4%、「食事中にゲームやメールなどをしない」が28.5%となっています。

図表 33 食事マナーで気をつけていること



図表 34 食事マナーで気をつけていること(調査対象別)

	調査数	いただきます、ごちそうさまのあいさつをする	食事中にゲームやメールなどをしてしない	テレビを見ない	箸の正しい持ち方	食べ物に感謝して、よく味わって食べる	立ち歩かない	ひじをつかない	姿勢	食べ物を口に入れたまま話さない	その他	無回答
全体	2,054	71.6	28.5	9.7	26.5	19.6	23.3	38.4	27.6	25.1	1.5	2.6
小学生以下の子ども	831	71.0	29.8	17.6	22.7	10.6	33.6	37.3	39.0	17.1	1.8	3.1
認定こども園	304	77.6	21.7	20.4	20.7	11.2	48.4	33.2	33.9	16.4	2.3	0.0
幼稚園	139	75.5	24.5	16.5	23.7	4.3	39.6	43.2	38.1	19.4	1.4	0.7
小学生	372	66.9	39.8	16.4	25.0	12.9	20.7	40.1	45.2	17.5	1.6	1.6
生徒全体	605	78.5	28.4	5.0	32.4	18.8	13.9	41.0	14.5	28.4	1.2	2.6
中学生	209	80.9	31.6	4.8	29.7	16.3	13.4	45.0	14.8	31.6	1.4	0.0
高校生	372	79.0	26.1	4.6	34.9	20.7	14.0	40.1	14.5	26.9	0.8	1.9
一般全体	443	65.5	26.7	3.7	25.7	32.5	18.8	37.4	24.9	32.5	1.5	1.9
20歳代	50	68.0	20.0	0.0	30.0	26.0	16.0	54.0	18.0	42.0	0.0	0.0
30歳代	71	66.2	31.0	8.5	32.4	23.9	18.3	45.1	26.8	16.9	2.8	0.0
40歳代	92	71.0	39.8	2.2	30.1	18.3	24.7	43.0	30.1	18.3	0.0	1.1
50歳代	98	61.2	26.5	1.0	31.6	26.5	19.4	44.9	26.5	35.7	1.0	0.0
60歳代	128	60.6	25.4	3.5	23.2	28.2	0.0	35.9	23.2	38.0	2.8	3.5
70歳以上	121	68.4	20.9	5.7	17.1	53.8	17.1	22.2	23.4	37.3	1.3	3.8
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	66.9	26.4	5.0	31.4	24.8	17.4	48.8	23.1	27.3	1.7	0.0

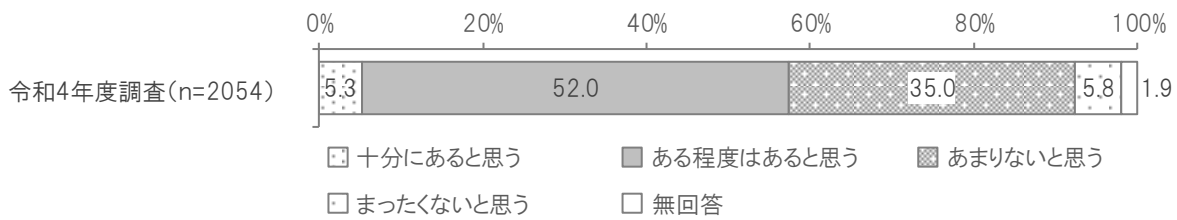
⑫ 食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R2)
食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人の割合	-	-	57.3%	-	75.2%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

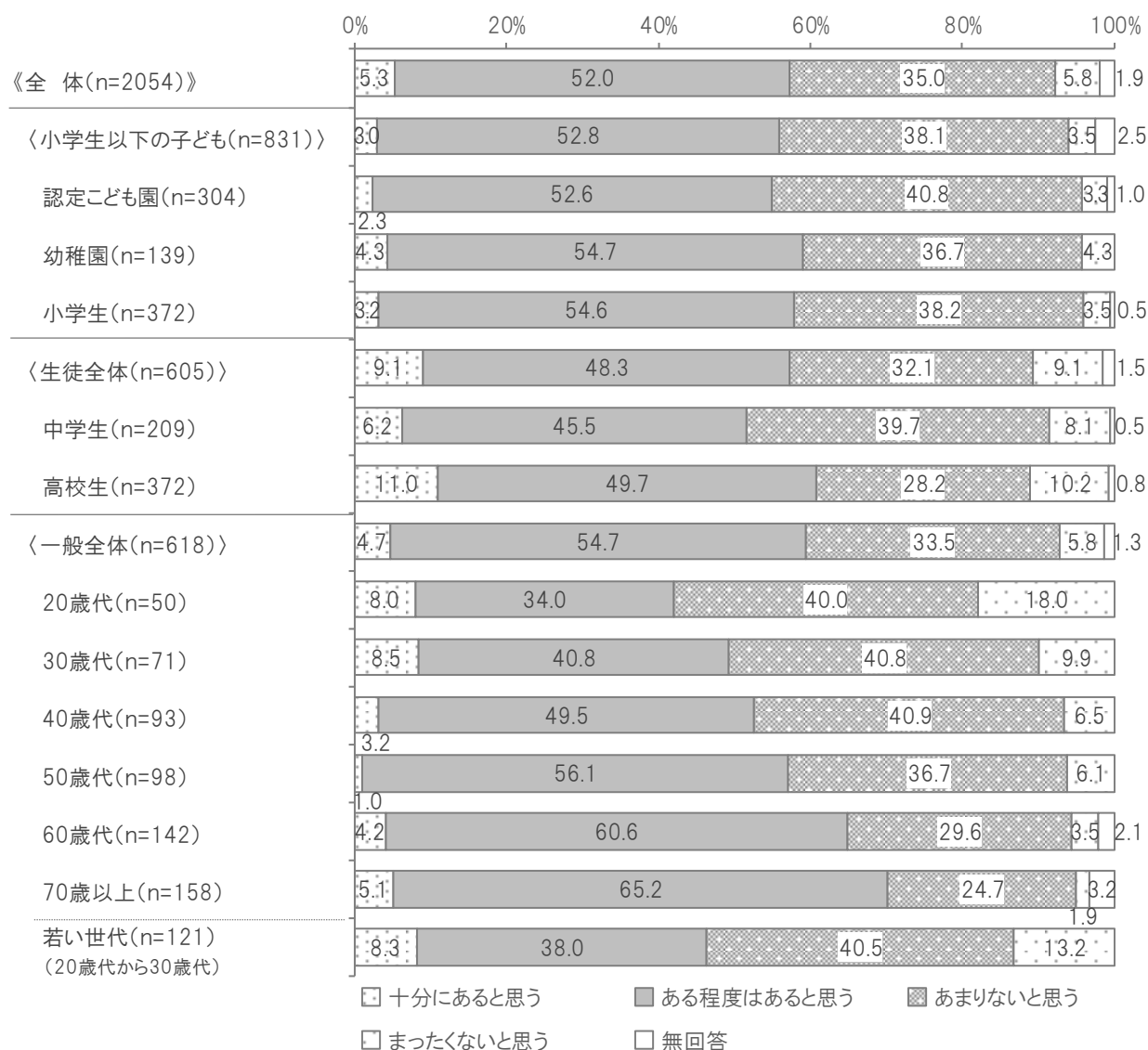
食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人は、「十分にあると思う」及び「ある程度はあると思う」が57.3%となっています。

図表 35 食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人の割合



調査対象別では、若い世代の「十分にあると思う」及び「ある程度はあると思う」が46.3%となっており、ほかの調査対象者と比較すると、割合が低くなっています。

図表 36 食品の安全性に関する基礎的知識をもっている人の割合(調査対象別)



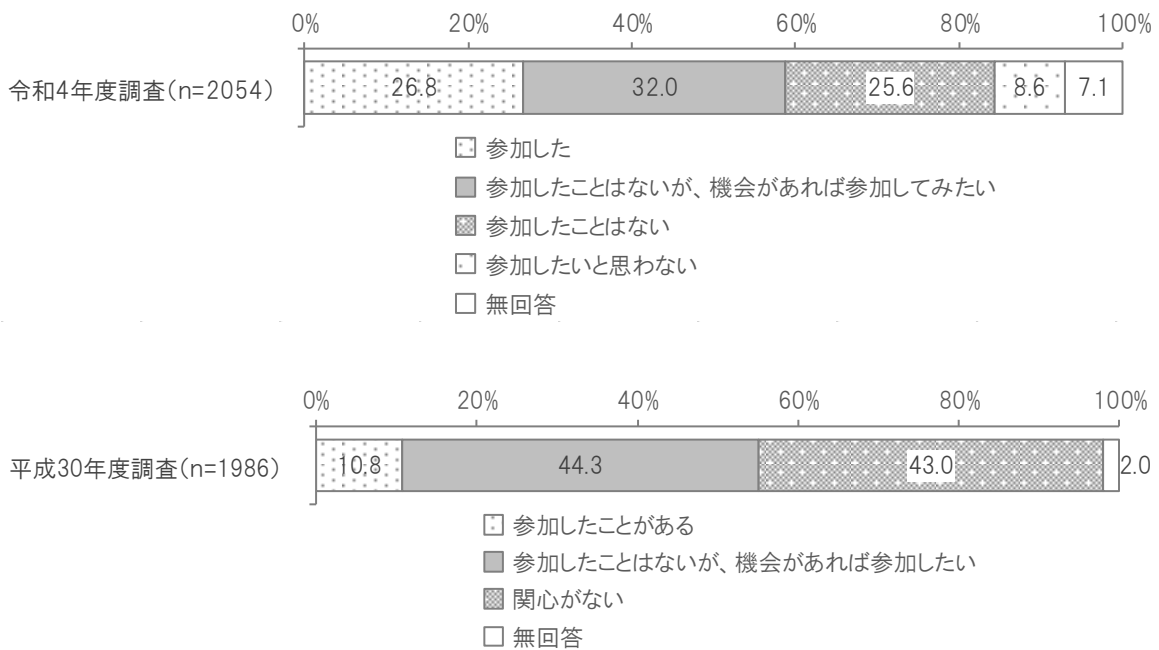
⑬ 食育に関する活動・体験に参加した人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値
食育に関する活動・体験に参加した人の割合	10.8%	30.0%	26.8%	○	—

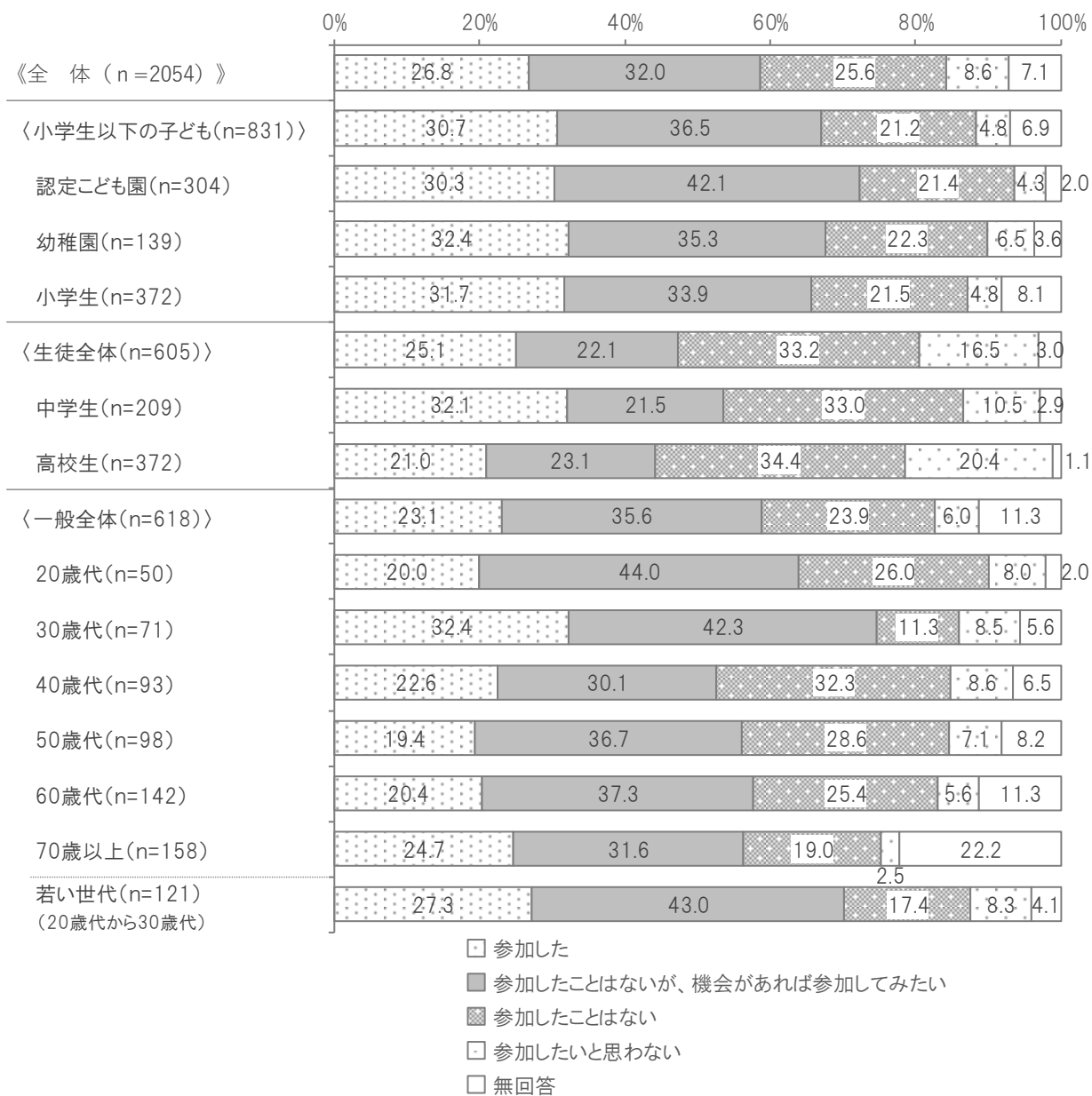
(目標値を達成・・・○、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

食育に関する活動・体験に参加した人は、令和4年度調査では26.8%となっており、平成30年度調査の10.8%と比較すると、16.0ポイント上がっています。

図表 37 食育に関する活動・体験の参加状況



図表 38 食育に関する活動・体験の参加状況(調査対象別)

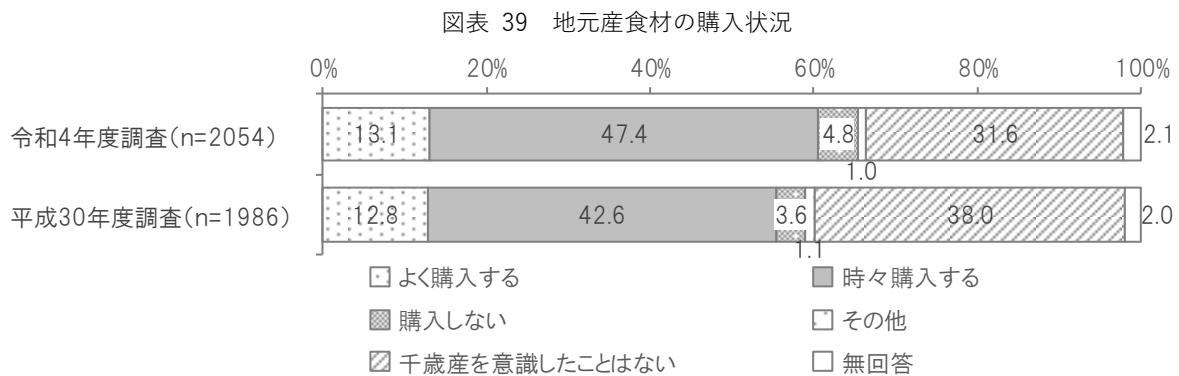


⑭ 地元産の食材を購入する人の割合

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
地元産の食材を購入する人の割合	55.4%	80.0%	60.5%	○	69.8%

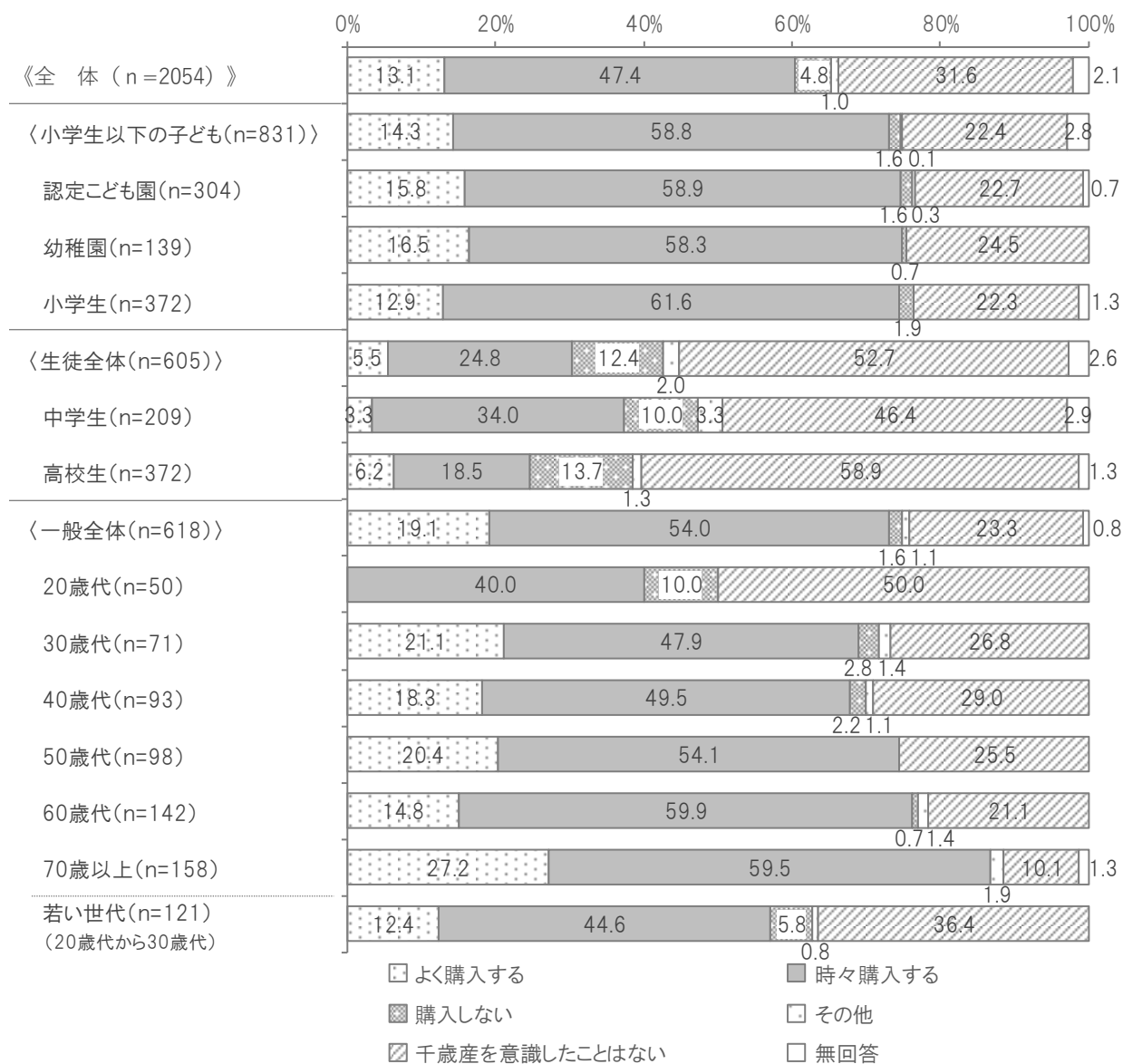
(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

地元産の食材を購入する人は、「よく購入する」及び「時々購入する」が令和4年度調査では60.5%となっており、平成30年度調査の55.4%と比較すると、5.1ポイント上がっています。



調査対象別では、50歳代が74.5%、60歳代が74.7%、そして70歳代以上が86.7%となっており、50歳代以降だと7割を超える人が地元産の食材を購入しています。

図表 40 地元産食材の購入状況(調査対象別)



⑮ 産地や生産者を意識して食品を選んでいる人

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R2)
産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合	-	-	59.0%	-	73.5%

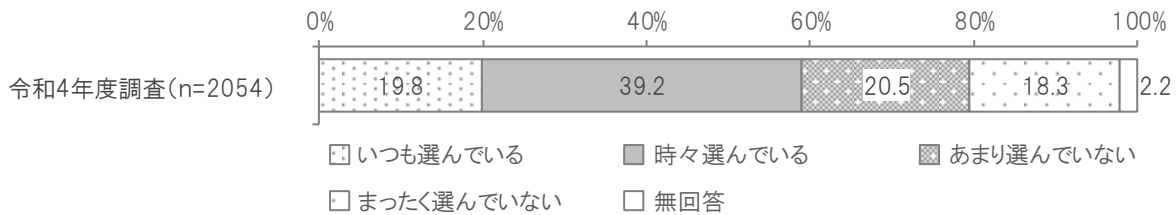
(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

産地や生産者を意識して食品を選んでいる人は、「いつも選んでいる」及び「時々選んでいる」が59.0%となっています。

また、前述のとおり地元産の食材を購入する人のうち、「よく購入する」及び「時々購入する」が令和4年度調査では60.5%であったことから、6割程度の人が食品を意識して選んでいることとなります。

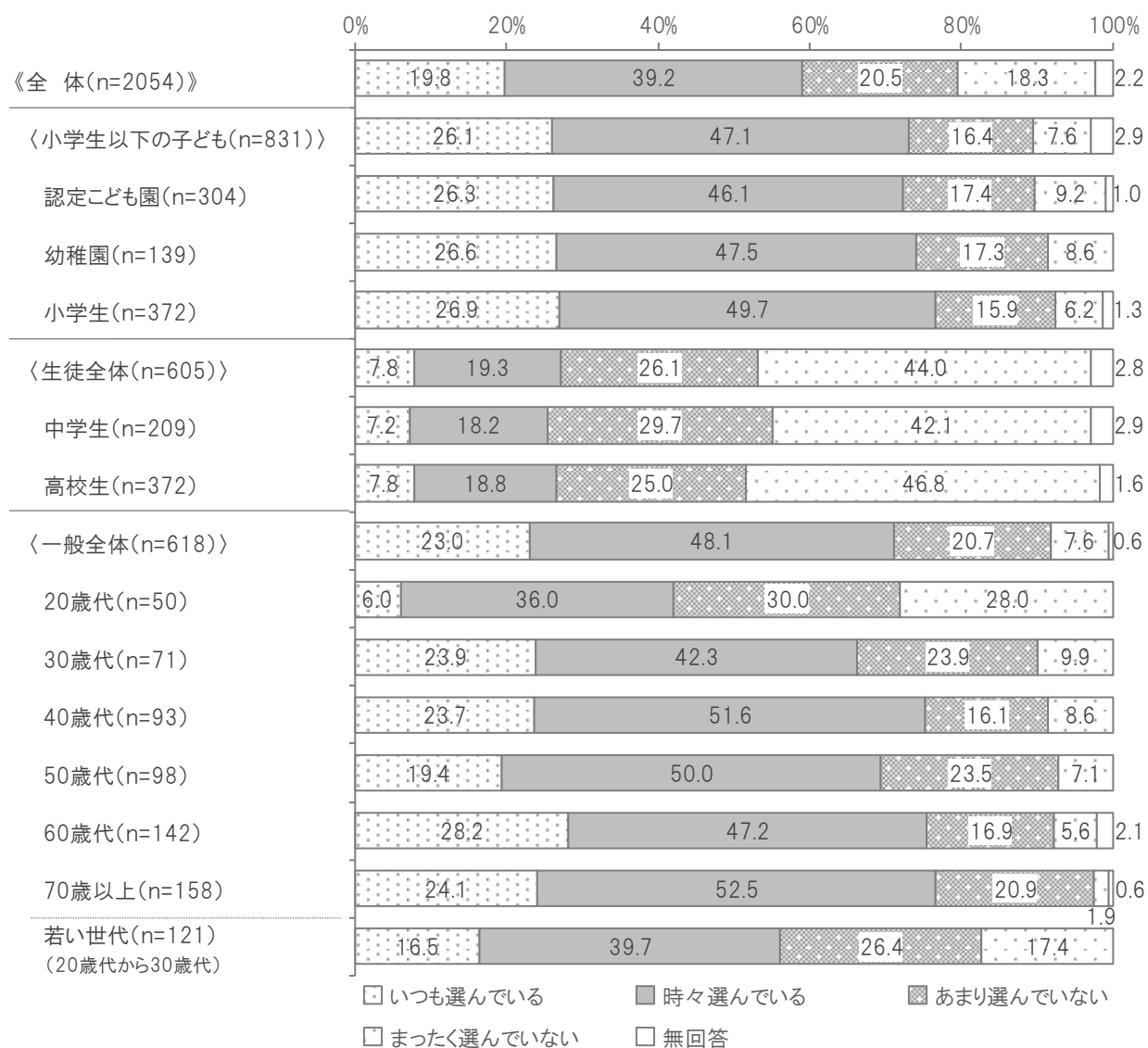
これらの結果を踏まえて、6割程度の人が食品を選ぶ際に、地元産のものを購入したり、産地や生産者を意識して選んでいることとなります。

図表 41 産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合



調査対象別では、若年層ほど「いつも選んでいる」及び「時々選んでいる」の割合が低くなっています。

図表 42 産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合(調査対象別)



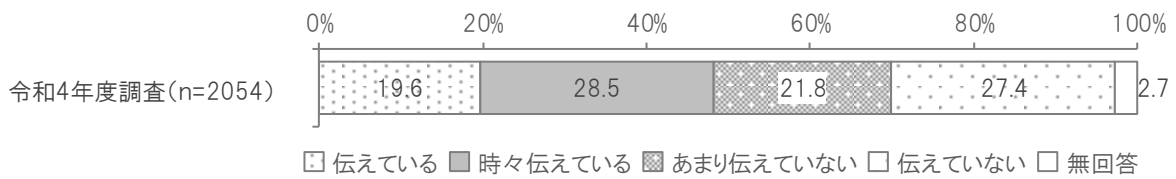
⑩ 地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・作法を伝えている人

指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R2)
地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・ 作法を伝えている人の割合	-	-	48.1%	-	50.4%

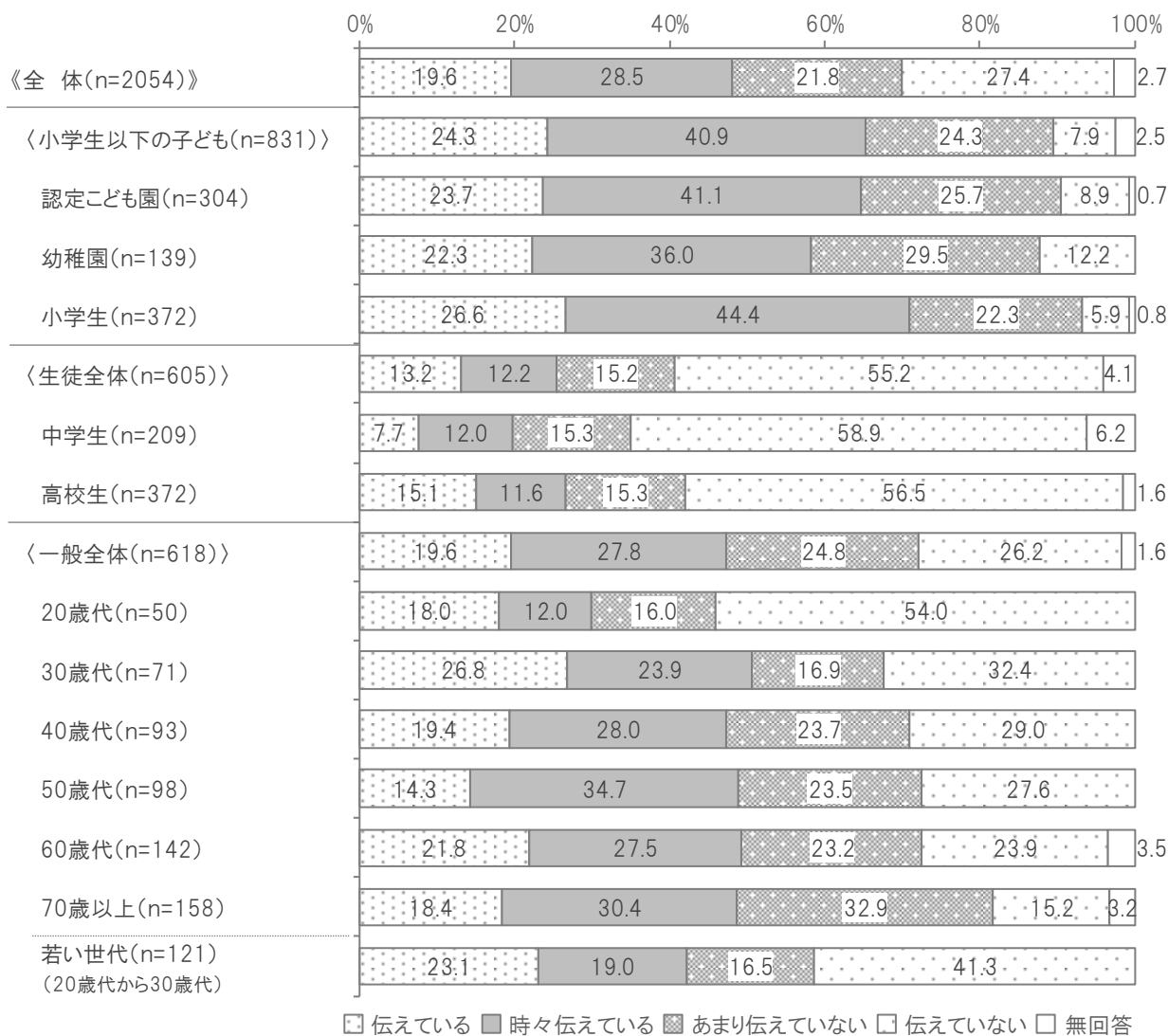
(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・作法を伝えている人は、「伝えている」及び「時々伝えている」が48.1%となっています。

図表 43 地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・作法を伝えている人の割合



図表 44 地域や家庭での受け継がれてきた食べ方・作法を伝えている人の割合(調査対象別)



⑰ 食品ロスの認知度及び食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合

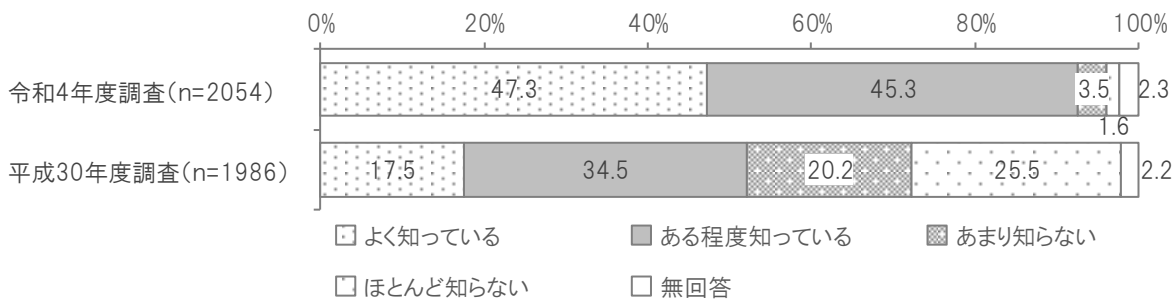
指標名	前回値 (H30)	目標値 (H30 設定)	現状値 (R4)	達成度	国の現状値 (R4)
食品ロスの認知度	52.0%	—	92.6%	—	81.1%
食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合	50.8%	80.0%	93.2%	◎	76.9%

(目標値を達成・・・◎、前回値より上昇・・・○、前回値を下回る・・・△)

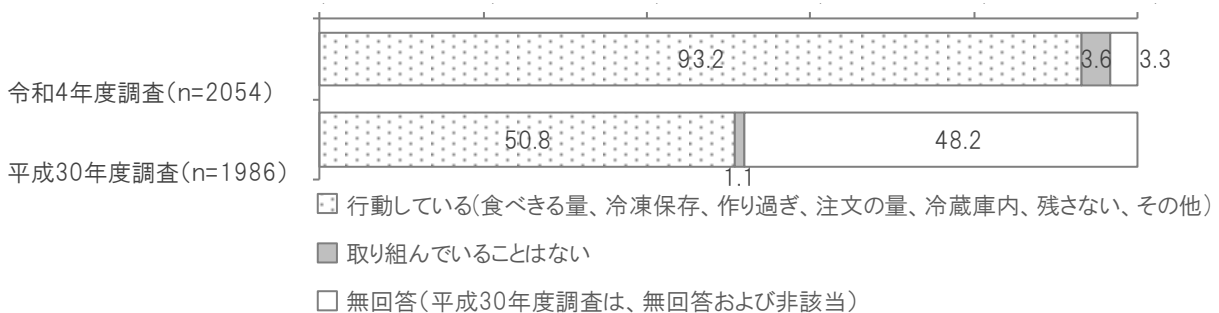
「食品ロス」という言葉を「よく知っている」及び「ある程度知っている」と回答した人は、令和4年度調査では92.6%となっており、平成30年度調査の52.0%と比較すると、40.6ポイント上がっています。

また、食品ロス削減のために何らかの「行動をしている」人は、令和4年度調査では93.2%となっており、平成30年度調査の50.8%と比較すると、42.4ポイント上がっています。

図表 45 「食品ロス」の認知度

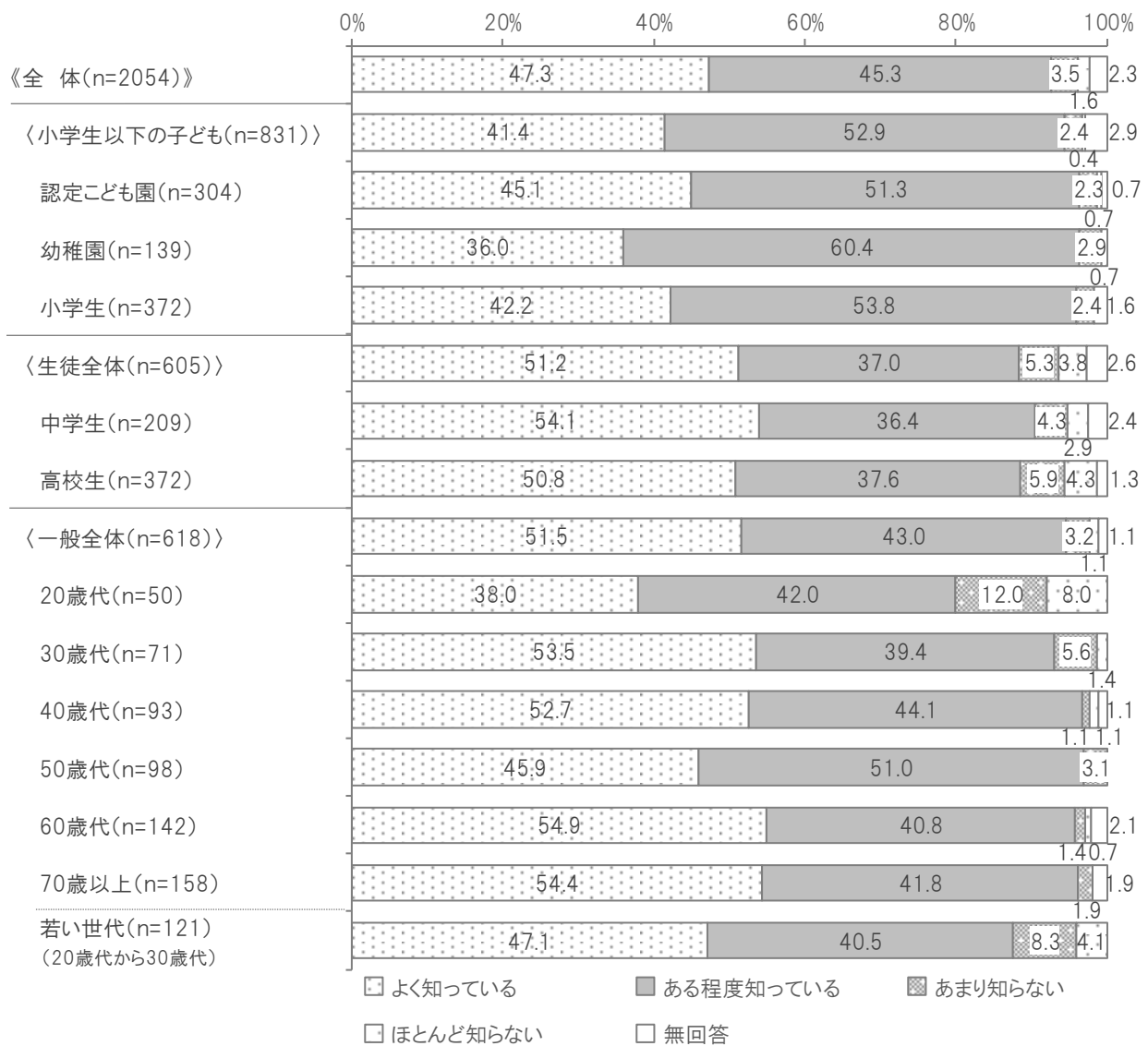


図表 46 食品ロス削減のための実践状況



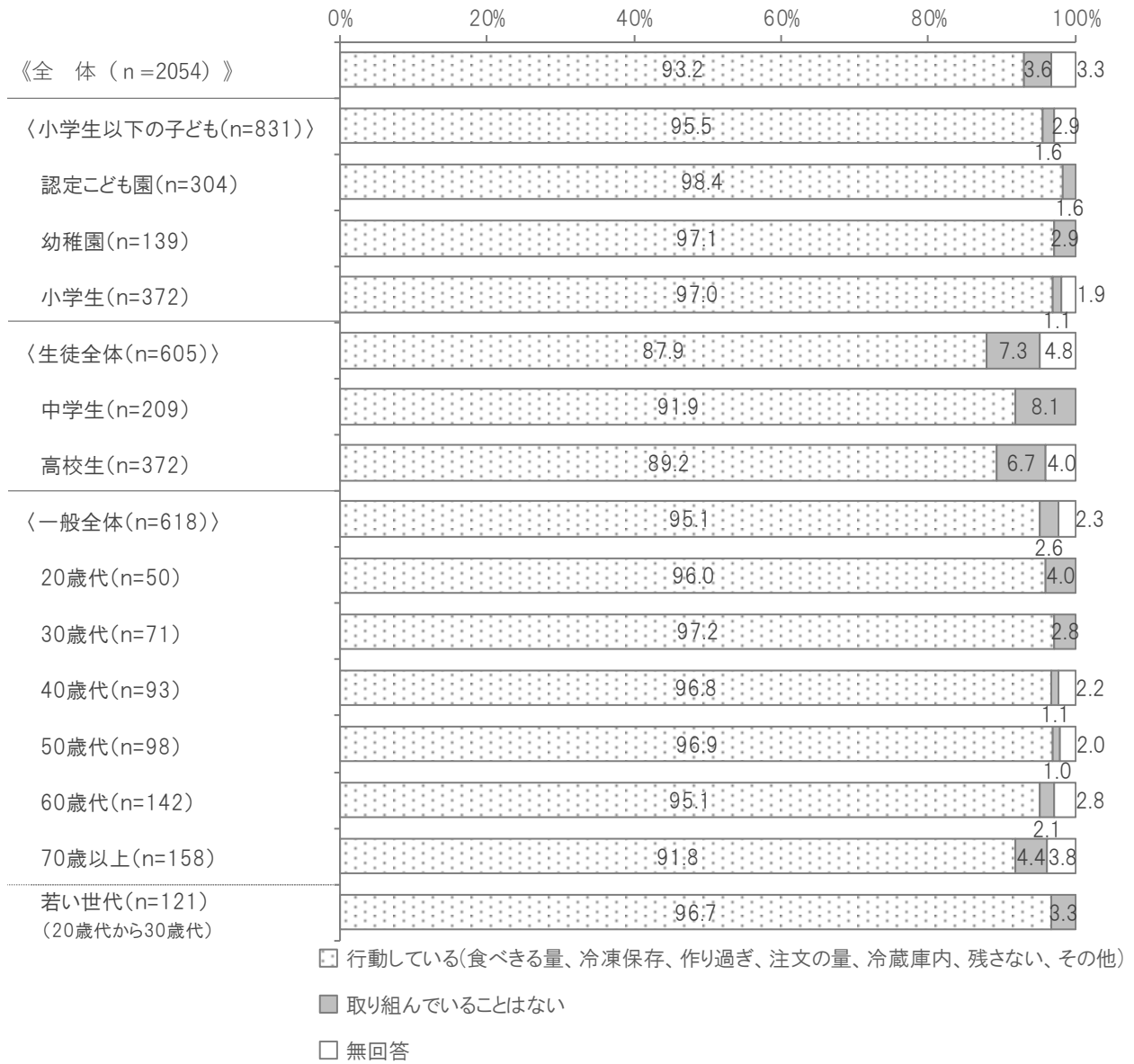
調査対象別では、どの対象者も8割を超えており、食品ロスの認知度がある程度普及していることが分かります。

図表 47 「食品ロス」の認知度(調査対象別)



調査対象別では、ほとんどの対象者で9割を超えており、食品ロス削減のための実践ができていることが分かります。

図表 48 食品ロス削減のための実践状況(調査対象別)

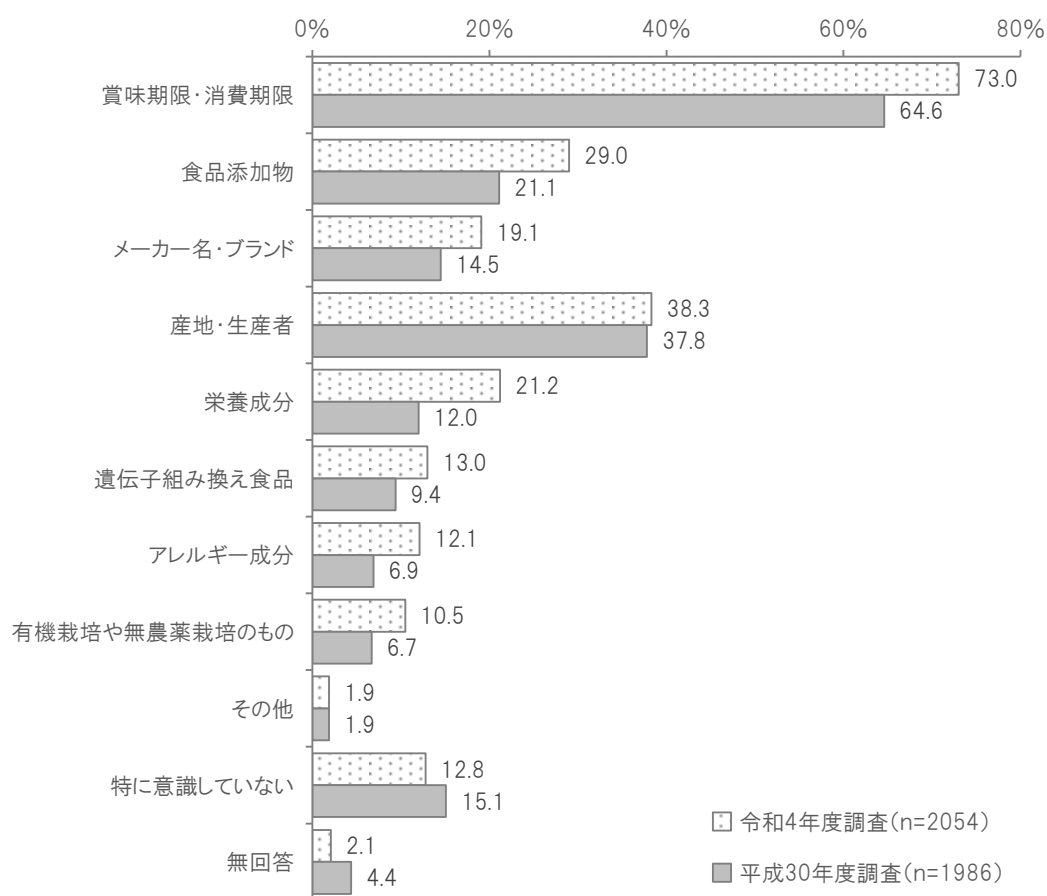


⑱ 食品を選ぶときに意識している項目

食品を選ぶときに意識している項目では、令和4年度調査の「賞味期限・消費期限」が全体で最も多く73.0%、次いで「産地・生産者」が38.3%、「食品添加物」が29.0%となっています。

「特に意識していない」「無回答」以外を回答した人を「食品の安全性について自ら判断している」と集計しており、85.0%の人が食の安全性について意識していると考えられます。

図表 49 食品を選ぶときに意識している項目



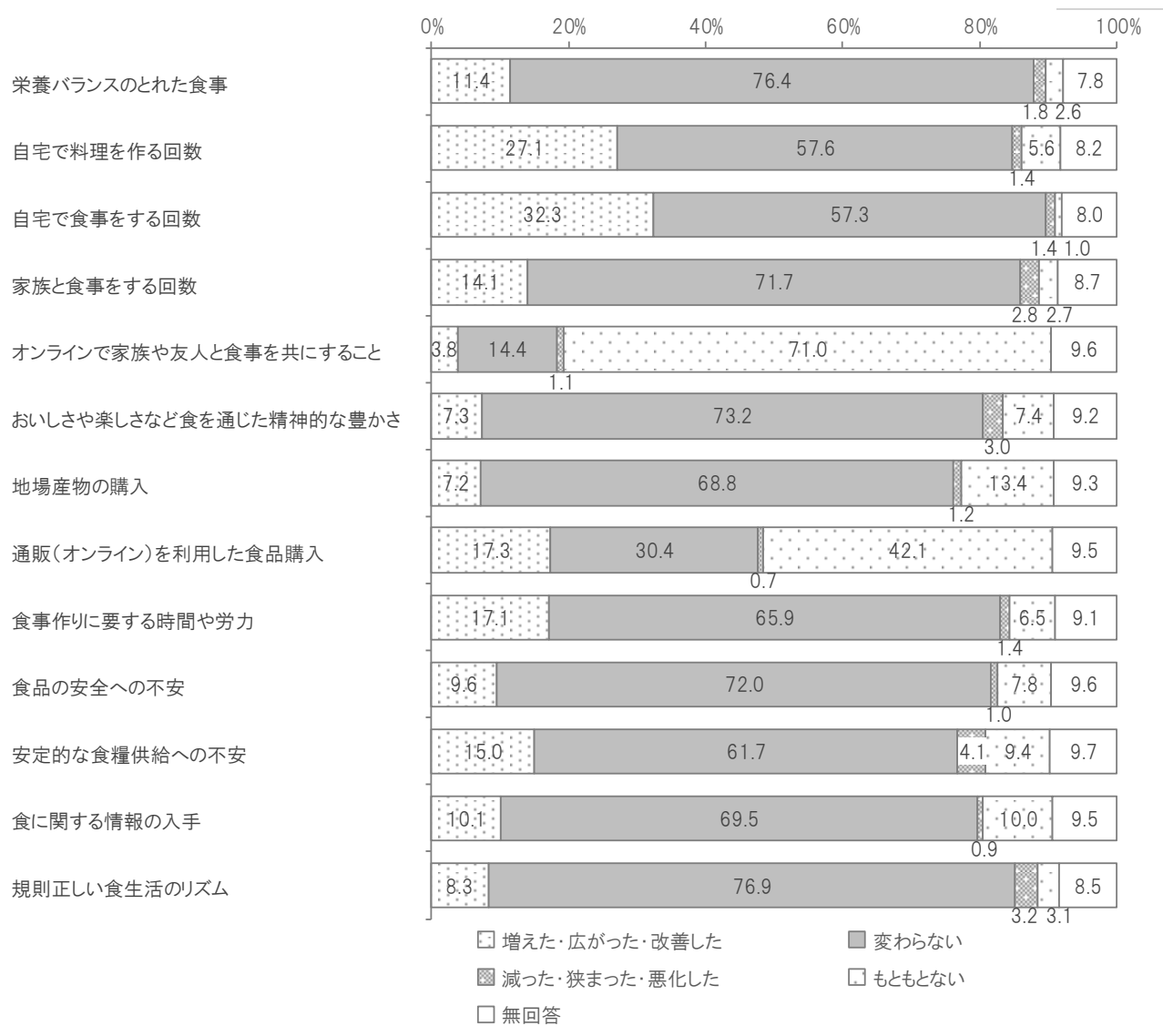
図表 50 食品を選ぶときに意識している項目(調査対象別)

	調査数	賞味期限・消費期限	食品添加物	メーカー名・ブランド	産地・生産者	栄養成分	遺伝子組み換え食品	アレルギー成分	有機栽培や無農薬栽培のもの	その他	特に意識していない	無回答
全体	2,054	73.0	29.0	19.1	38.3	21.2	13.0	12.1	10.5	1.9	12.8	2.1
小学生以下の子ども	831	71.1	35.9	17.6	48.3	18.5	16.7	12.3	10.7	1.4	8.4	2.8
認定こども園	304	73.7	36.5	17.1	43.1	20.1	14.1	11.2	11.5	1.6	11.2	0.0
幼稚園	139	66.9	38.8	22.3	54.7	14.4	17.3	12.9	10.1	0.7	10.8	0.0
小学生	372	73.7	35.8	16.9	52.2	19.6	19.4	13.4	10.8	1.6	5.6	0.8
生徒全体	605	73.9	16.0	24.0	16.0	24.3	4.6	16.4	4.6	2.6	19.8	2.0
中学生	209	74.6	12.4	23.4	18.2	19.6	4.3	17.2	5.3	3.3	24.4	0.0
高校生	372	75.3	17.2	24.5	14.5	27.7	4.6	16.1	4.3	2.2	17.5	1.3
一般全体	618	74.8	32.5	16.5	46.6	21.8	16.0	7.8	16.0	1.9	11.7	1.5
20歳代	50	80.0	20.0	24.0	26.0	22.0	6.0	14.0	4.0	2.0	16.0	0.0
30歳代	71	63.4	36.6	22.5	43.7	16.9	16.9	9.9	12.7	2.8	9.9	0.0
40歳代	93	72.0	31.2	20.4	54.8	18.3	18.3	8.6	14.0	3.2	11.8	0.0
50歳代	98	71.4	33.7	17.3	46.9	19.4	20.4	8.2	15.3	1.0	11.2	0.0
60歳代	142	78.2	28.9	14.1	51.4	23.2	0.0	6.3	14.8	1.4	11.3	2.1
70歳以上	158	77.8	38.0	11.4	44.3	26.6	12.7	5.7	24.7	1.9	11.4	3.8
若い世代 (20歳代から30歳代)	121	70.2	29.8	23.1	36.4	19.0	12.4	11.6	9.1	2.5	12.4	0.0

⑱ 新型コロナウイルス感染症による食生活の変化

新型コロナウイルス感染症による食生活の変化は、「増えた・広がった・改善した」が2割を超えた項目は、自宅で料理を作る回数、自宅で食事をする回数となっています。これは、コロナ渦による一時的な外出自粛等によることが影響していると推察されます。

図表 51 新型コロナウイルス感染症による食生活の変化



図表 52 新型コロナウイルス感染症による食生活の変化(調査対象別)

	調査数	栄養バランスのとれた食事					自宅で料理を作る回数					自宅で食事をする回数				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	11.4	76.4	1.8	2.6	7.8	27.1	57.6	1.4	5.6	8.2	32.3	57.3	1.4	1.0	8.0
小学生以下の子ども	831	11.3	77.7	1.6	1.3	8.1	31.8	58.4	1.6	0.2	8.1	37.4	54.0	0.6	0.1	7.8
認定こども園	304	10.5	82.6	1.3	1.0	4.6	31.9	60.5	2.6	0.3	4.6	37.8	56.9	1.0	0.3	3.9
幼稚園	139	10.8	77.7	2.9	2.9	5.8	32.4	60.4	0.0	0.0	7.2	37.4	55.4	0.7	0.0	6.5
小学生	372	12.6	77.2	1.3	1.1	7.8	32.8	58.3	1.3	0.3	7.3	38.7	53.5	0.3	0.0	7.5
生徒全体	605	12.6	75.2	3.0	5.1	4.1	25.0	55.4	1.5	14.0	4.1	29.9	61.0	2.6	2.1	4.3
中学生	209	13.4	77.0	1.9	3.8	3.8	27.3	50.7	1.0	17.2	3.8	29.7	61.2	2.4	2.4	4.3
高校生	372	11.8	76.1	3.2	5.9	3.0	23.4	59.1	1.6	12.9	3.0	29.8	62.4	3.0	1.9	3.0
一般全体	443	10.5	75.7	1.0	1.8	11.0	23.0	58.9	1.1	4.7	12.3	27.8	57.9	1.1	1.1	12.0
20歳代	50	8.0	80.0	0.0	10.0	2.0	26.0	50.0	0.0	24.0	0.0	34.0	56.0	0.0	10.0	0.0
30歳代	71	8.5	83.1	1.4	2.8	4.2	36.6	50.7	0.0	7.0	5.6	43.7	49.3	1.4	0.0	5.6
40歳代	92	15.1	78.5	0.0	1.1	5.4	26.9	62.4	2.2	2.2	6.5	37.6	52.7	1.1	0.0	8.6
50歳代	98	16.3	73.5	1.0	0.0	9.2	29.6	59.2	1.0	2.0	8.2	34.7	57.1	2.0	0.0	6.1
60歳代	128	5.6	79.6	0.7	1.4	12.7	18.3	64.1	0.7	2.1	14.8	20.4	64.8	0.7	0.0	14.1
70歳以上	121	9.5	67.7	1.9	0.6	20.3	13.3	58.2	1.9	3.2	23.4	15.8	59.5	1.3	1.3	22.2
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	8.3	81.8	0.8	5.8	3.3	32.2	50.4	0.0	14.0	3.3	39.7	52.1	0.8	4.1	3.3

	調査数	家族と食事をする回数					オンラインで家族や友人と食事を共にすること					おいさや楽しさなど食を通じた精神的な豊かさ				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	14.1	71.7	2.8	2.7	8.7	3.8	14.4	1.1	71.0	9.6	7.3	73.2	3.0	7.4	9.2
小学生以下の子ども	831	12.6	77.9	1.1	0.1	8.3	3.7	10.1	0.6	76.8	8.8	6.1	77.1	3.2	4.9	8.5
認定こども園	304	10.9	82.9	1.0	0.3	4.9	4.9	13.2	0.3	76.3	5.3	4.9	81.3	2.3	5.9	5.6
幼稚園	139	13.7	78.4	0.7	0.0	7.2	5.0	7.9	0.0	79.1	7.9	6.5	71.9	6.5	7.2	7.9
小学生	372	14.2	76.9	1.3	0.0	7.5	2.4	8.9	1.1	79.6	8.1	7.3	79.0	3.0	3.5	7.3
生徒全体	605	17.5	71.4	4.1	2.8	4.1	5.5	25.1	0.7	64.6	4.1	10.6	73.1	1.7	10.4	4.3
中学生	209	17.2	72.7	2.9	3.3	3.8	4.8	18.7	0.5	72.2	3.8	9.1	72.2	1.9	12.9	3.8
高校生	372	17.5	72.3	4.8	2.4	3.0	5.9	29.0	0.8	61.3	3.0	11.6	74.2	1.6	9.4	3.2
一般全体	443	12.6	63.8	3.9	6.0	13.8	2.4	9.7	2.3	69.6	16.0	5.5	68.0	4.0	7.6	14.9
20歳代	50	16.0	60.0	4.0	20.0	0.0	16.0	16.0	0.0	66.0	2.0	12.0	70.0	0.0	16.0	2.0
30歳代	71	19.7	70.4	2.8	1.4	5.6	7.0	16.9	0.0	70.4	5.6	7.0	74.6	2.8	9.9	5.6
40歳代	92	11.8	76.3	1.1	2.2	8.6	0.0	5.4	5.4	78.5	10.8	4.3	77.4	3.2	6.5	8.6
50歳代	98	17.3	64.3	2.0	5.1	11.2	1.0	7.1	1.0	78.6	12.2	10.2	66.3	3.1	8.2	12.2
60歳代	128	8.5	65.5	7.0	4.9	14.1	0.0	6.3	2.8	75.4	15.5	2.8	74.6	3.5	4.9	14.1
70歳以上	121	10.1	53.2	3.8	7.6	25.3	0.6	11.4	2.5	55.1	30.4	2.5	54.4	7.6	6.3	29.1
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	18.2	66.1	3.3	9.1	3.3	10.7	16.5	0.0	68.6	4.1	9.1	72.7	1.7	12.4	4.1

第2章 食育の現状と課題～食育の問題点って何？～

	調査数	地場産物の購入					通販(オンライン)を利用した食品購入					食事作りに要する時間や労力				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	7.2	68.8	1.2	13.4	9.3	17.3	30.4	0.7	42.1	9.5	17.1	65.9	1.4	6.5	9.1
小学生以下の子ども	831	7.5	74.5	1.1	8.1	8.9	22.0	29.5	0.2	39.7	8.5	21.7	68.0	1.3	0.7	8.3
認定こども園	304	6.9	78.3	0.7	8.6	5.6	27.6	29.6	0.0	37.8	4.9	21.1	71.4	2.3	0.7	4.6
幼稚園	139	11.5	70.5	2.2	7.9	7.9	20.9	23.0	0.0	48.2	7.9	24.5	66.9	0.0	0.7	7.9
小学生	372	6.7	76.1	1.1	8.1	8.1	18.8	33.1	0.5	39.8	7.8	22.0	68.5	1.1	0.8	7.5
生徒全体	605	6.6	64.1	0.8	23.8	4.6	14.5	38.2	0.8	41.7	4.8	13.7	64.1	1.5	15.9	4.8
中学生	209	6.2	67.0	0.5	21.5	4.8	11.5	33.0	1.4	49.3	4.8	11.5	65.1	1.9	16.7	4.8
高校生	372	6.5	62.9	1.1	26.3	3.2	16.1	40.9	0.5	39.0	3.5	14.0	65.1	1.3	16.1	3.5
一般全体	443	7.4	65.9	1.6	10.5	14.6	13.6	24.1	1.1	45.6	15.5	14.2	64.9	1.5	5.2	14.2
20歳代	50	4.0	54.0	2.0	38.0	2.0	14.0	34.0	0.0	50.0	2.0	20.0	54.0	0.0	24.0	2.0
30歳代	71	4.2	73.2	2.8	12.7	7.0	22.5	32.4	1.4	38.0	5.6	18.3	64.8	1.4	9.9	5.6
40歳代	92	6.5	73.1	2.2	8.6	9.7	19.4	31.2	0.0	38.7	10.8	17.2	65.6	2.2	4.3	10.8
50歳代	98	8.2	69.4	2.0	9.2	11.2	14.3	23.5	1.0	50.0	11.2	19.4	64.3	1.0	4.1	11.2
60歳代	128	6.3	69.0	0.7	7.7	16.2	9.9	23.2	2.1	49.3	15.5	8.5	74.6	1.4	1.4	14.1
70歳以上	121	10.8	58.2	0.6	5.1	25.3	9.5	14.6	1.3	45.6	29.1	10.1	59.5	1.9	1.9	26.6
若い世代(20歳代から30歳代)	175	4.1	65.3	2.5	23.1	5.0	19.0	33.1	0.8	43.0	4.1	19.0	60.3	0.8	15.7	4.1

	調査数	食品の安全への不安					安定的な食糧供給への不安					食に関する情報の入手				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答	ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全体	2,054	9.6	72.0	1.0	7.8	9.6	15.0	61.7	4.1	9.4	9.7	10.1	69.5	0.9	10.0	9.5
小学生以下の子ども	831	9.6	76.7	0.8	4.1	8.8	18.1	63.8	4.3	5.1	8.8	9.9	74.6	0.6	5.9	9.0
認定こども園	304	8.2	79.9	0.7	5.6	5.6	18.8	65.8	4.3	5.9	5.3	8.9	78.9	1.0	5.3	5.9
幼稚園	139	13.7	71.9	2.2	4.3	7.9	23.7	57.6	4.3	6.5	7.9	13.7	69.8	0.0	8.6	7.9
小学生	372	9.7	79.0	0.5	3.0	7.8	16.1	67.2	4.6	4.0	8.1	9.7	76.1	0.5	5.6	8.1
生徒全体	605	9.6	68.8	1.0	15.7	5.0	10.1	64.3	1.8	18.8	5.0	10.9	66.1	0.7	17.4	5.0
中学生	209	11.5	65.1	1.4	16.7	5.3	11.5	62.2	1.9	19.1	5.3	10.0	64.6	0.5	19.6	5.3
高校生	372	8.6	71.2	0.8	15.9	3.5	8.9	66.7	1.9	19.1	3.5	11.3	68.0	0.8	16.4	3.5
一般全体	443	9.7	68.8	1.1	5.2	15.2	15.9	56.3	6.1	6.1	15.5	9.5	66.0	1.5	8.3	14.7
20歳代	50	2.0	74.0	0.0	22.0	2.0	14.0	56.0	8.0	20.0	2.0	10.0	70.0	0.0	18.0	2.0
30歳代	71	9.9	77.5	2.8	4.2	5.6	19.7	63.4	7.0	4.2	5.6	11.3	77.5	0.0	5.6	5.6
40歳代	92	10.8	78.5	0.0	2.2	8.6	20.4	58.1	6.5	4.3	10.8	9.7	77.4	0.0	4.3	8.6
50歳代	98	11.2	70.4	0.0	6.1	12.2	19.4	62.2	2.0	5.1	11.2	12.2	67.3	1.0	7.1	12.2
60歳代	128	10.6	70.4	1.4	2.1	15.5	16.9	55.6	7.0	5.6	14.8	9.9	67.6	2.1	5.6	14.8
70歳以上	121	10.1	55.1	1.9	4.4	28.5	8.9	49.4	7.0	5.1	29.7	6.3	50.6	3.2	12.0	27.8
若い世代(20歳代から30歳代)	175	6.6	76.0	1.7	11.6	4.1	17.4	60.3	7.4	10.7	4.1	10.7	74.4	0.0	10.7	4.1

	調査数	規則正しい食生活のリズム				
		ほぼ毎日	1週間に4～5日	1週間に2～3日	ほとんどない	無回答
全 体	2,054	8.3	76.9	3.2	3.1	8.5
小学生以下の子ども	831	7.7	82.2	1.4	0.6	8.1
認定こども園	304	8.2	84.9	1.3	0.7	4.9
幼稚園	139	7.2	83.5	1.4	1.4	6.5
小学生	372	7.8	83.1	1.6	0.3	7.3
生徒全体	605	9.8	71.6	7.1	6.6	5.0
中学生	209	12.0	71.8	6.2	5.3	4.8
高校生	372	8.6	72.6	7.8	7.3	3.8
一般全体	443	7.8	75.1	1.6	3.1	12.5
20歳代	50	12.0	70.0	4.0	12.0	2.0
30歳代	71	5.6	83.1	1.4	4.2	5.6
40歳代	92	8.6	79.6	0.0	3.2	8.6
50歳代	98	10.2	73.5	3.1	1.0	12.2
60歳代	128	6.3	78.2	0.7	1.4	13.4
70歳以上	121	5.7	69.0	1.9	2.5	20.9
若い世代 (20歳代から30歳代)	175	8.3	77.7	2.5	7.4	4.1

### 3.前計画の目標達成状況と今後の課題

#### (1) 前計画の目標達成状況

第3次計画の食育推進の9目標について、下表のA～Eの5段階で評価しました。

評価区分	
A	目標値に達した
B	目標値に達していないが改善傾向にある（10ポイント以上の改善が見られた目標）
C	ほぼ変わらない（増減率が10ポイント未満の目標）
D	悪化している（10ポイント以上の悪化が見られた目標）
E	評価困難

達成状況は下表のとおりです。9目標中、「ほぼ変わらない」が7割以上になっています。

指標名	対象	平成30年度 実績値	目標値 (H30年度設定)	令和4年度 実績値	評価
1 <b>食育に関心を持っている人の割合</b> 食育市民アンケート調査で、「関心がある」及び「どちらかといえば関心がある」と回答した割合	全員	62.4%	90%以上 (国の目標 90%以上)	71.2%	C
2 <b>朝食を食べている人の割合</b> 食育市民アンケート調査で、「朝食を毎日必ず食べる」と回答した割合	子ども (幼児～小学生)	93.7%	100% (国の目標 100%)	90.1%	C
	若い世代 (20～30歳代)	60.8%	85%以上 (国の目標 85%以上)	53.7%	C
3 <b>家族の誰かと一緒に食事をする人の割合</b> 食育市民アンケート調査で、「ほぼ毎日食べる」と回答した割合	子ども (幼児～小学生)	97.1%	99.5%以上 (第2次計画 の目標値)	95.4%	C
4 <b>主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をする人の割合(1日2回以上)</b> 食育市民アンケート調査で、「ほぼ毎日食べる」と回答した割合	全員	47.2%	70%以上 (国の目標 70%以上)	46.8%	C
	若い世代 (20～30歳代)	37.0%	55%以上 (国の目標 55%以上)	28.9%	C
5 <b>生活習慣病予防・改善のために気をつけた食生活を実践する人の割合</b> 食育市民アンケート調査で、「気をつけている食事内容」に回答した割合	全員	83.5%	85%以上 (国の目標 75%以上)	79.9%	C
6 <b>食事をゆっくりよく噛んで食べる人の割合</b> 食育市民アンケート調査で、「よく噛んで食べている」及び「どちらかといえばよく噛んで食べている」と回答した割合	全員	69.0%	70%以上 (国の目標 55%以上)	71.4%	A
7 <b>食育に関する活動・体験に参加した人の割合</b> 食育市民アンケート調査で、「参加したことがある」と回答した割合	全員	10.8%	30%以上 (第2次計画 の目標値)	26.8%	B
8 <b>地元産の食材を購入する人の割合</b> 食育市民アンケート調査で、「よく購入する」及び「時々購入する」と回答した割合	全員	55.4%	80%以上 (第2次計画 の目標値)	60.5%	C
9 <b>食品ロス削減のために何らかの行動をしている人の割合</b> 食育市民アンケート調査で、「食品ロス削減のために何らかの行動をしている」と回答した割合	全員	50.8%	80%以上 (国の目標 80%以上)	93.2%	A

## (2) 千歳市の食育に関する課題

本市の食育を取り巻く現状やアンケート調査の結果、第3次計画の成果を踏まえて、以下の3つの観点から課題を整理しました。

### ① 健康な食生活の実践

生涯を生き生きと過ごしたいという市民共通の願いを実現するためには、生活習慣病を予防し健康寿命を延伸させることが重要です。

体格指数を示すBMIが25以上の肥満である市民は70歳代以上に多く、生活習慣病の発症につながっています。あらゆる世代に対し、栄養バランスのとれた食事の例示や規則正しい生活リズムの定着、噛むことの重要性などを普及することが必要です。働き盛り世代の男性の肥満傾向や若い世代の女性に「やせ」への意識があり、将来の生活習慣病の危険因子でもあることから、特に若い世代や働き盛り世代、健康無関心層を含め、食を通じた働きかけを行っていくことが大切です。

また、子ども・生徒などの世代に、朝食の欠食や誰かと一緒に食事をする「共食」の機会が減っている現状を踏まえ、子どものころからの食生活に関する意識づくりが必要です。

### ② 食文化の継承

ライフスタイルの変化や価値観の多様化などにより、これからの食を通じたコミュニケーションのあり方を踏まえながら、家族団らんでの共食の大切さを伝えると同時に、和食文化などに代表される体にやさしい食の知識や、食品の安全性に関する知識の向上を促していく必要があります。

なお、これまでの取組の成果として、食育に関する活動・体験に参加した人は増加傾向にあり、機会があれば参加したいと希望する方も多いなど、市民の食育に対する関心の高さが伺えます。このような気運の高まりを生かしながら、千産千消の考え方の普及や食文化の継承につなげていく必要があります。

### ③ 食の循環や環境

食品ロスの削減の推進に関する法律が施行されて以来、食品ロスの認知度は市民に定着しつつあり、削減のための行動を実践している人の割合についても9割を超える状況にあります。

一方で、産地や生産者を意識して食品を選んでいる人の割合は、千歳市全体で見ると6割弱と全国と比べて低く、特に中学生・高校生や20歳代は他の年代に比べてかなり低い状況です。食に対する感謝の念を深めていく上で、食を生み出す場所や生産者への理解を高めていくことが大切です。

食品や食材を無駄にしないこと、千産千消に配慮した食生活など、子ども・若い世代を中心に、食の循環や環境に関する普及啓発を推進する必要があります。