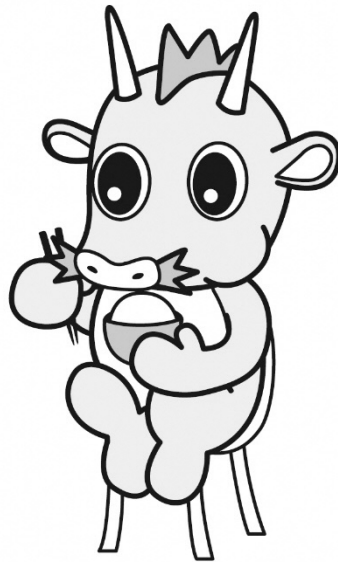


さいたま市
食育についての調査

結果報告書



平成30年2月
さいたま市

目 次

I	調査概要	1
	1 調査の目的.....	2
	2 調査設計.....	2
	3 回収結果.....	2
	4 報告書の見方.....	3
II	総括.....	5
	1 第2次さいたま市食育推進計画の目標指標に関する結果概要.....	6
III	調査結果	9
IV	使用した調査票.....	51

I 調査概要

1 調査の目的

本調査は、市民の食生活をお聞きし、計画における目標の達成状況を把握することで、平成29年度に予定している「第2次さいたま市食育推進計画」の評価及び次期計画の策定の基礎資料とするために実施しました。

2 調査設計

調査期間：平成29年6月16日～平成29年7月14日

調査地域：市内全域

調査対象者：市内在住の15歳以下の男女各700人、計1,400人

抽出方法：0～5歳、6～15歳の2階層に分け、無作為抽出

調査方法：郵送による配布・回収

3 回収結果

年齢階層	配付数（票）	有効回収数（票）	有効回収率（％）
乳幼児期（0～5歳）	700	493	70.4
学齢期（6～15歳）	700	473	67.6
年齢不詳	—	5	—
合計	1,400	971	69.4

※有効回収数（票）：回収調査票のうち、無効票（全問未記入）を引いた数

（参考）平成23年「さいたま市 食育に関する調査」

年齢階層	配付数（票）	有効回収数（票）	有効回収率（％）
乳幼児期（0～5歳）	666	355	53.3
学齢期（6～15歳）	666	329	49.4

4 報告書の見方

- 結果は、それぞれの設問に該当する回答者を基数とした回答率（％）で表しています。
- 回答率は小数点第2位を四捨五入して掲載しているため、合計が100%にならないことがあります。
- 回答者が2つ以上回答することができる設問(複数回答)の場合、その回答率の合計は100%を超えることがあります。
- クロス集計結果の図表については、それぞれに「無回答」があるため、全体の示す数値とは一致していない場合があります。
- クロス集計の表については、「その他」「無回答」を除いて、横軸で見た際の第1位を■で網かけをしています。
- 選択肢の一部を省略・編集している場合があります。
- 「計画における数値目標のデータ」は、次のマークで表示しています。



：第2次さいたま市食育推進計画



：さいたま市ヘルスプラン21（第2次）

- 各ライフステージの年齢は次の通りです。

乳幼児期：0～5歳

学齢期：6～15歳

Ⅱ 総括

1 第2次さいたま市食育推進計画の目標指標に関する結果概要

- ① 朝食を食べている人の割合は、大きな変化はみられませんでした。
 今回の調査結果によると、「ほとんど毎日食べている」の割合が、朝食では、1～5歳で93.3%、6～15歳で94.5%、昼食では、1～5歳で97.2%、6～15歳で98.9%、夕食では、1～5歳で97.0%、6～15歳で98.9%となっています。(P22)
- ② 毎日、三食野菜を食べている人の割合は、増加しています。
 今回の調査結果によると、1～15歳では、「毎日、三食野菜を食べている人」の割合が36.5%となっています。また、年齢別でみると、3～5歳で「毎日、三食野菜を食べている人」の割合が低くなっています。(P26)
- ③ 適正体重の人の割合は、大きな変化はみられませんでした。
 今回の調査結果によると、学齢期では、「普通」の割合が85.0%と最も高くなっています。(P15)
- ④ 朝食または夕食を家族と一緒に食べる回数は、減少しています。
 今回の調査結果によると、学齢期では、朝食で「ほとんど毎日食べる」の割合が63.4%、夕食で「ほとんど毎日食べる」の割合が78.9%となっています。(P31～35)
- ⑤ 食事のあいさつを習慣としている人の割合は、大きな変化はありませんでした。
 今回の調査結果によると、「いただきます」のあいさつをしている」の割合が89.7%と最も高く、次いで「ごちそうさま」のあいさつをしている」の割合が88.0%、「食事の感想やねぎらいの言葉(ありがとう、おいしい、など)をかけている」の割合が61.7%となっています。(P40)

目標指標	ベースライン (H23)	直近値 (H29)	目標値 (H28)	
①朝食を食べている人の割合	学齢期 (6～15歳)	96.0%	94.5%	100%
②毎日、三食野菜を食べている人の割合	16歳未満 (0～15歳)	29.1%	37.5%	増える
③適正体重の人の割合	学齢期 (6～15歳)	88.9%	89.9%	増える
④朝食または夕食を家族と一緒に食べる回数	学齢期 (6～15歳)	12.4回/週	11.6回/週	増える
⑤食事のあいさつを習慣としている人の割合	16歳未満 (0～15歳)	89.5%	87.3%	増える

【課題】

市民一人ひとりが、食に関する正しい知識を身に付け、望ましい食習慣を実践・継続していく必要があります。

「朝食」をはじめとした規則正しい食生活や、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の大切さについて、様々な機会を通じて市民に伝え、実践・継続を支援していく必要があります。

外食や中食については、上手な利用方法を啓発するとともに、事業者等と連携し、野菜や食塩の量など健康に配慮した食品・料理の提供を推進するなど、食環境の整備に取り組む必要があります。

「共食」について、家族や仲間と食卓を囲むことで得られる利点などを、様々な機会を通じて市民に伝え、「共食」の機会を増やし、食によるコミュニケーションを促進していく必要があります。

食生活は自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の様々な活動によって支えられていることについて、市民が理解を深め、食への感謝の気持ちを育み、食べ物を大切に、環境に配慮した食生活を実践できるよう、行政・関係機関・各種団体が、様々な機会を通じて啓発していく必要があります。

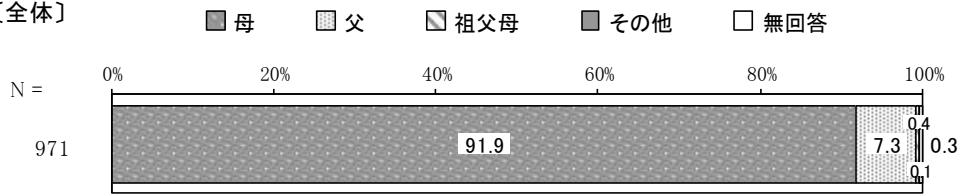
Ⅲ 調査結果

Ⅲ 調査結果

問1 この調査票の記入者はどなたですか。（〇は1つだけ）

「母」が91.9%となっています。

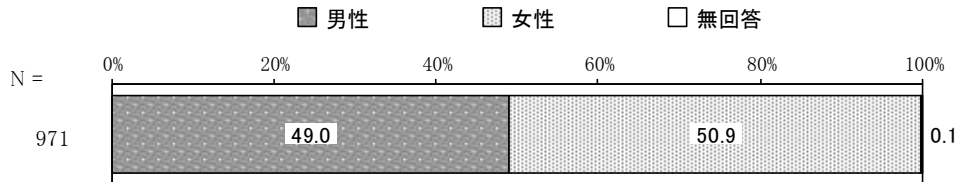
図1 調査票記入者〔全体〕



問2 お子さんの性別を教えてください。（〇は1つだけ）

「男性」が49.0%、「女性」が50.9%となっています。

図2 性別〔全体〕



問3 お子さんの年齢を教えてください。（数字を記入）（平成29年6月1日現在の満年齢）

「3歳」が10.2%と最も高く、次いで「4歳」が9.7%、「1歳」が8.5%となっています。乳幼児期（0～5歳）、学齢期（6～15歳）ともに、女性の割合が男性より高くなっています。

図3-1 年齢〔全体〕

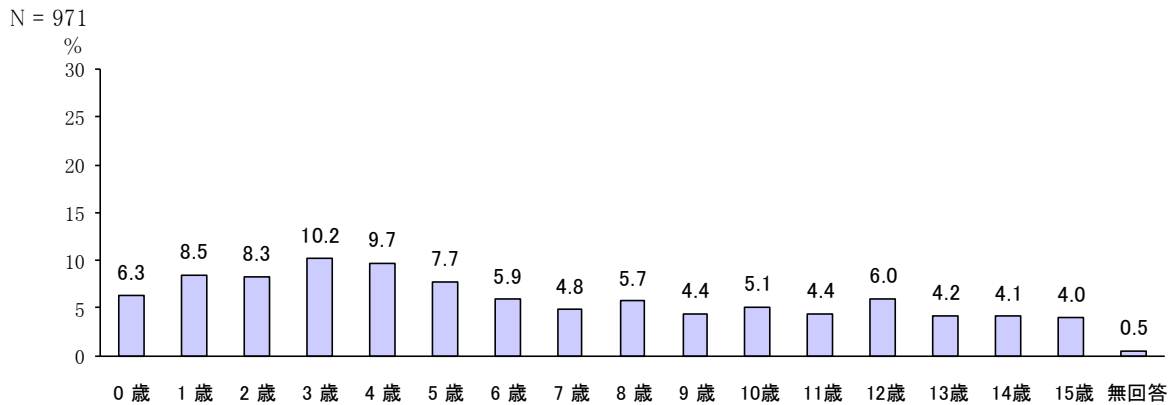
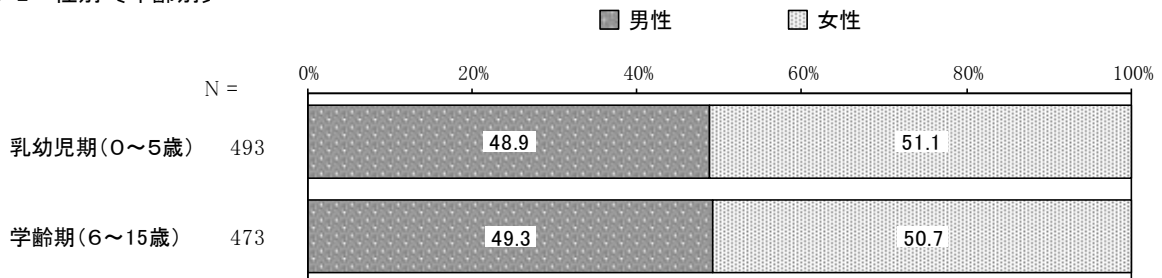


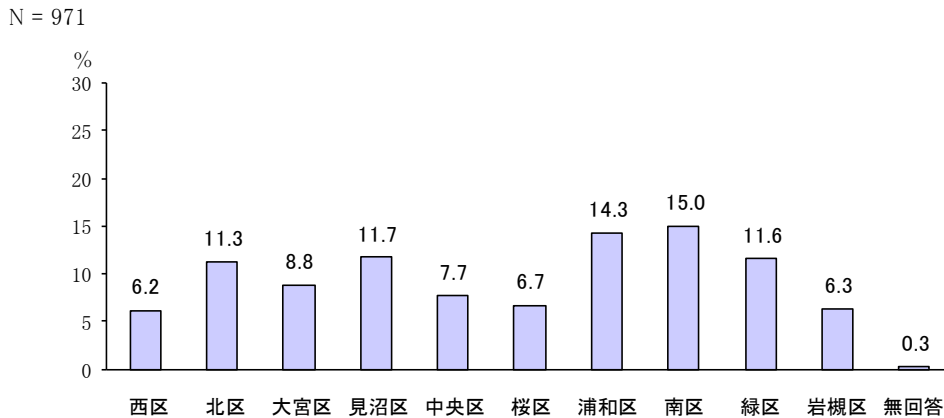
図3-2 性別〔年齢別〕



問4 お子さんは何区に住んでいますか。(〇は1つだけ)

「南区」が15.0%と最も高く、次いで「浦和区」が14.3%、「見沼区」が11.7%となっています。

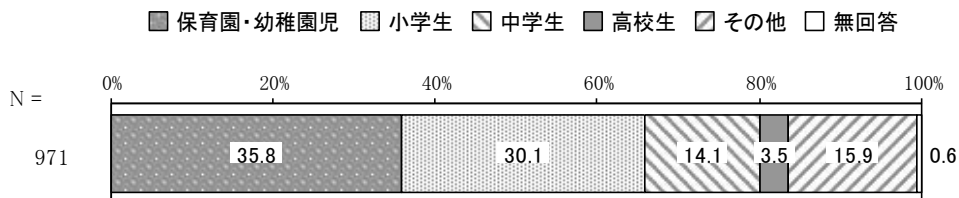
図4 居住区〔全体〕



問5 現在、お子さんは次のどれにあてはまりますか。(〇は1つだけ)

「保育園・幼稚園児」が35.8%と最も高く、次いで「小学生」が30.1%、「中学生」が14.1%となっています。

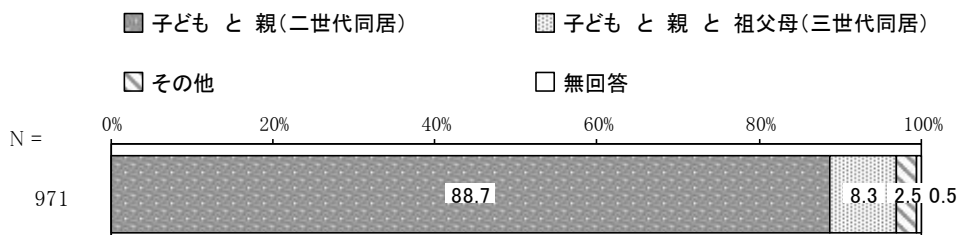
図5 就園・就学の状況〔全体〕



問6 現在、お子さんの家族構成(世帯)は次のどれにあてはまりますか。(〇は1つだけ)

「子どもと親(二世帯同居)」が88.7%、「子どもと親と祖父母(三世帯同居)」が8.3%となっています。

図6 家族構成〔全体〕

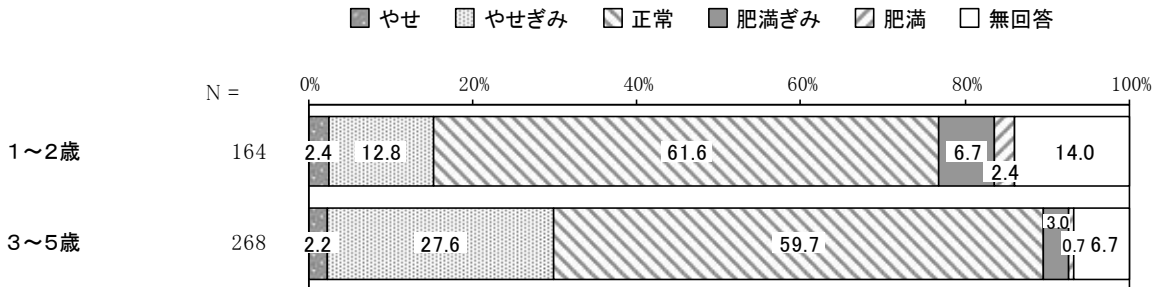


問7 お子さんの身長と体重を教えてください。(数字を記入)

カウプ指数 (5歳以下)

3～5歳は、1～2歳よりも「やせぎみ」の割合が高くなっています。

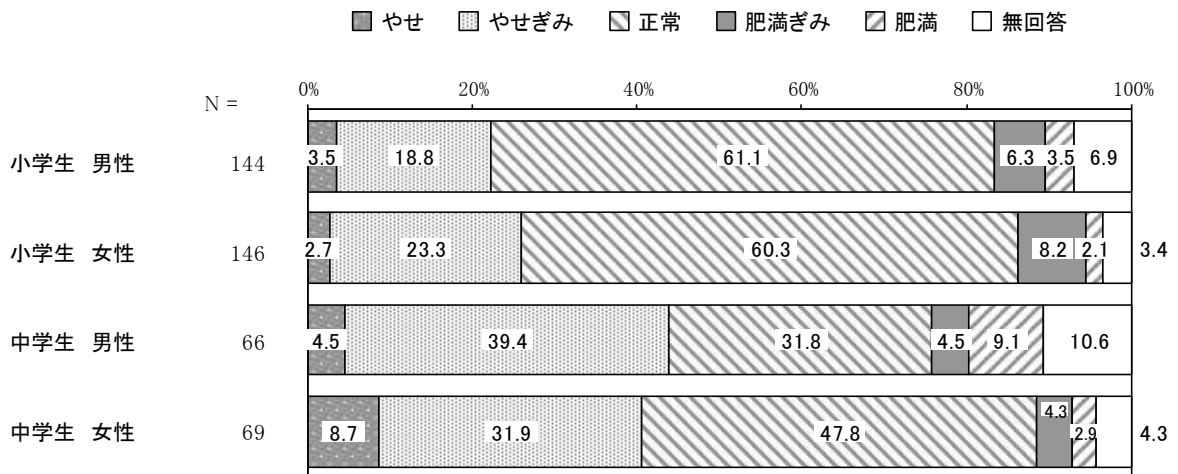
図7-1 カウプ指数〔年齢別〕



ローレル指数 (小学生・中学生)

男性、女性ともに、中学生は小学生よりも「やせ」「やせぎみ」の割合が高くなっています。

図7-2 ローレル指数〔学年別・性別〕



カウプ指数

乳幼児の肥満の判定に用いられる指標。

計算式 : $\text{体重(g)} \div \text{身長(cm)} \div \text{身長(cm)} \times 10$

または $\text{体重(kg)} \div \text{身長(cm)} \div \text{身長(cm)} \times 10,000$

ローレル指数

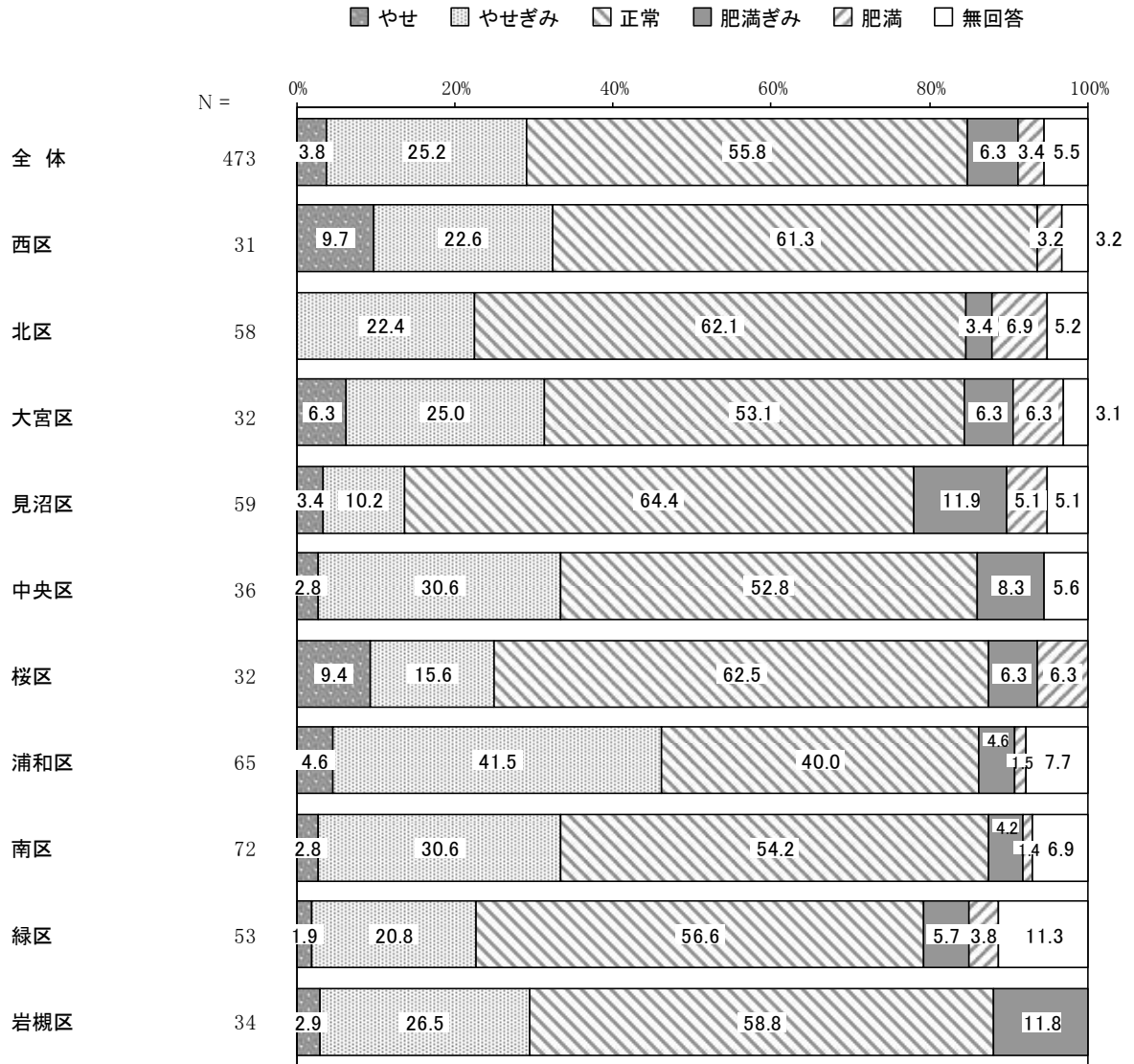
学童児の肥満の判定に用いられる指標。

計算式 : $\text{体重(kg)} \div \text{身長(cm)}^3 \times 10^7$

ローレル指数（6歳以上）

全体では、「正常」が55.8%と最も高く、次いで「やせぎみ」が25.2%となっています。居住区別でみると、見沼区と岩槻区で「肥満ぎみ」の割合が高くなっています。

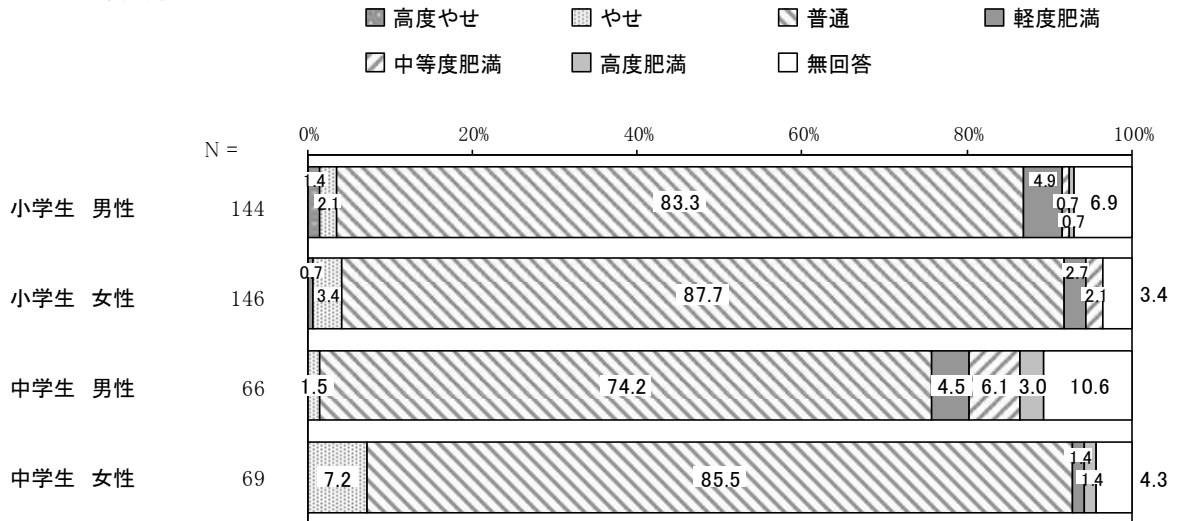
図 7-3 ローレル指数〔全体、居住区別〕



学校保健会 肥満度（小学生・中学生）

小学生では、女性よりも男性で「軽度肥満」の割合が高くなっています。また、中学生では、女性よりも男性で「軽度肥満」「中等度肥満」「高度肥満」の割合が高く、男性よりも女性で「やせ」の割合が高くなっています。

図 7-4 肥満度〔学年別・性別〕



学校保健会 肥満度

身長と体重の測定値に基づき肥満度を計算し、肥満とやせを判定する。

$$\text{肥満度} = (\text{実測体重} - \text{身長別標準体重}) \div \text{身長別標準体重} \times 100(\%)$$

肥満度に基づく判定

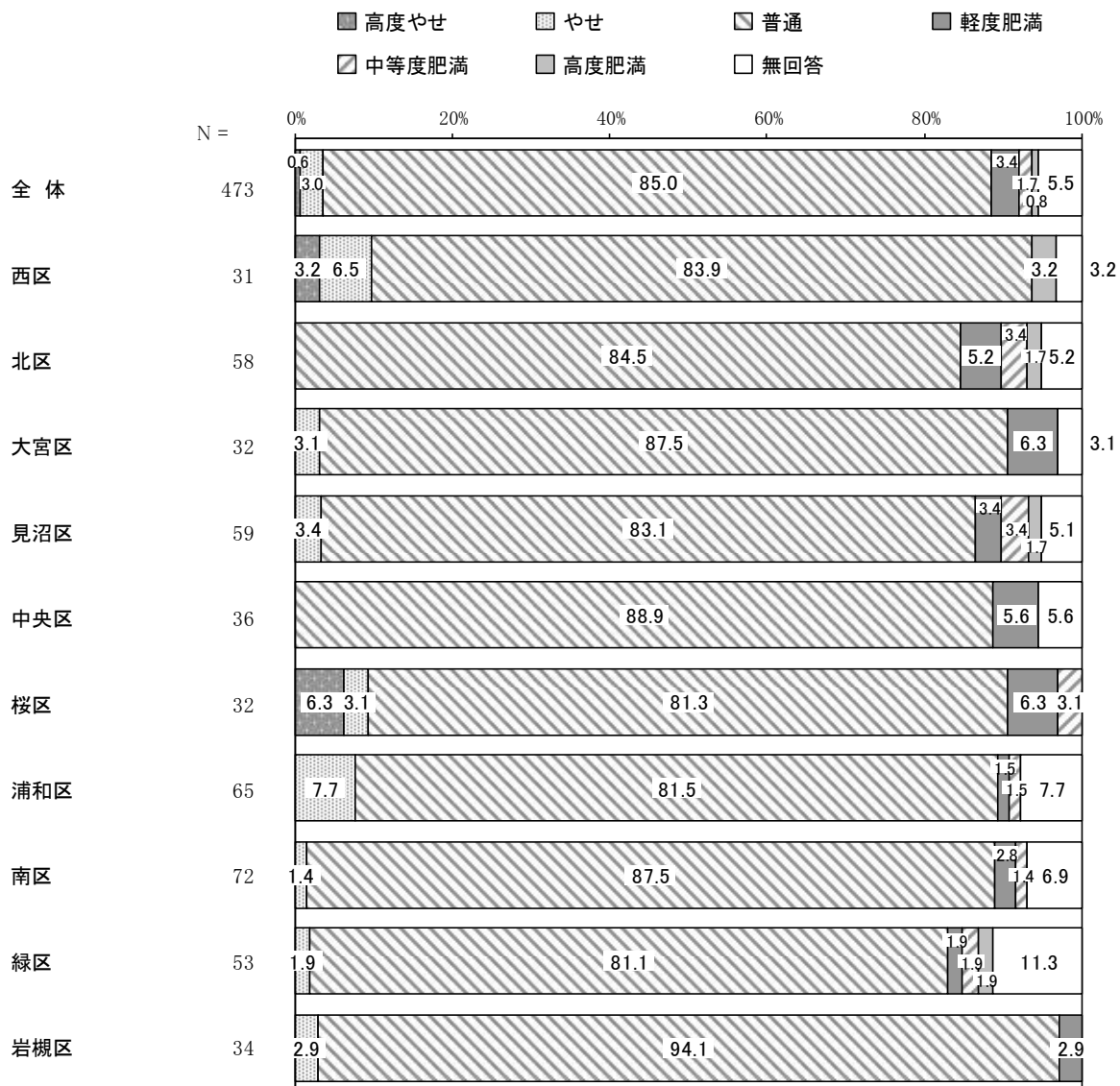
	やせ傾向		普通	肥満傾向		
	-20%以下			20%以上		
判定	高度やせ	やせ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	-30%以下	-30%超 -20%以下	-20%超~ +20%未満	20%以上 30%未満	30%以上 50%未満	50%以上

出典：公益財団法人 日本学校保健会「児童生徒等の健康診断マニュアル 平成27年度改訂」

学校保健会 肥満度（6歳以上）

全体では、「普通」が85.0%と最も高くなっています。
 居住区別でみると、桜区で「高度やせ」の割合が、浦和区で「やせ」の割合が高くなっています。

図 7-5 肥満度〔全体、居住区別〕



計画における数値目標のデータ



適正体重の人の割合

・学齢期 89.9%

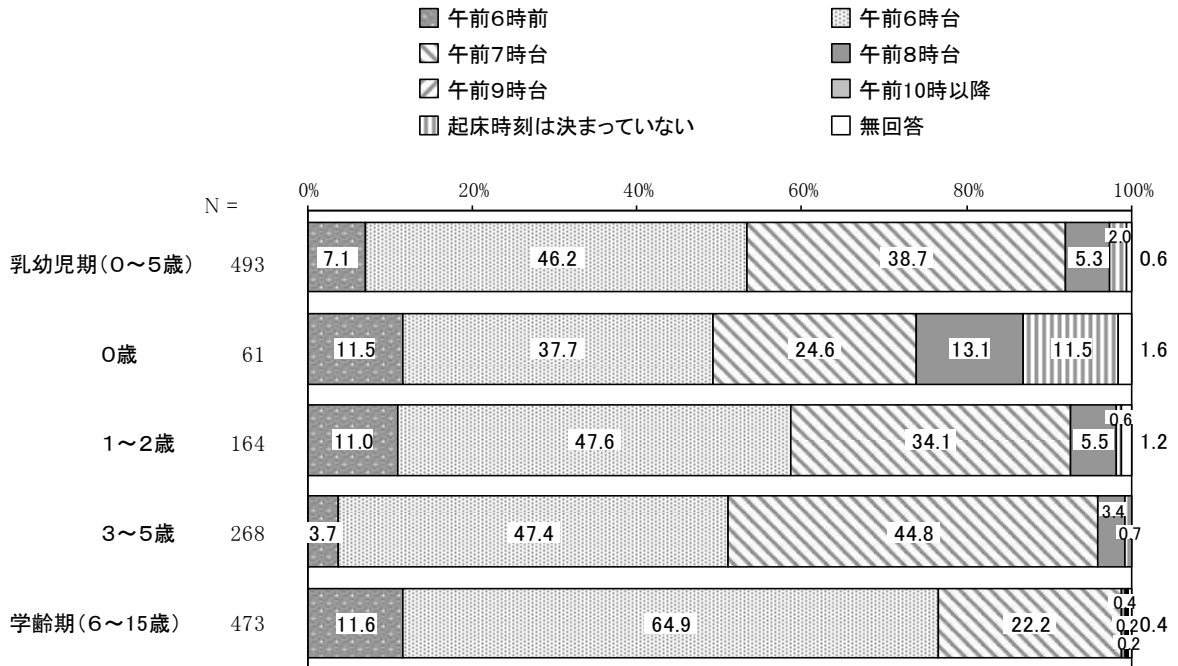
<学校保健会の肥満度判定で「普通」の割合（無回答を除く）>

問8 お子さんの普段の起床・就寝時刻は次のどれにあてはまりますか。
 (○は起床時刻・就寝時刻いずれも、平日、休日それぞれに1つずつ)

起床時刻 平日

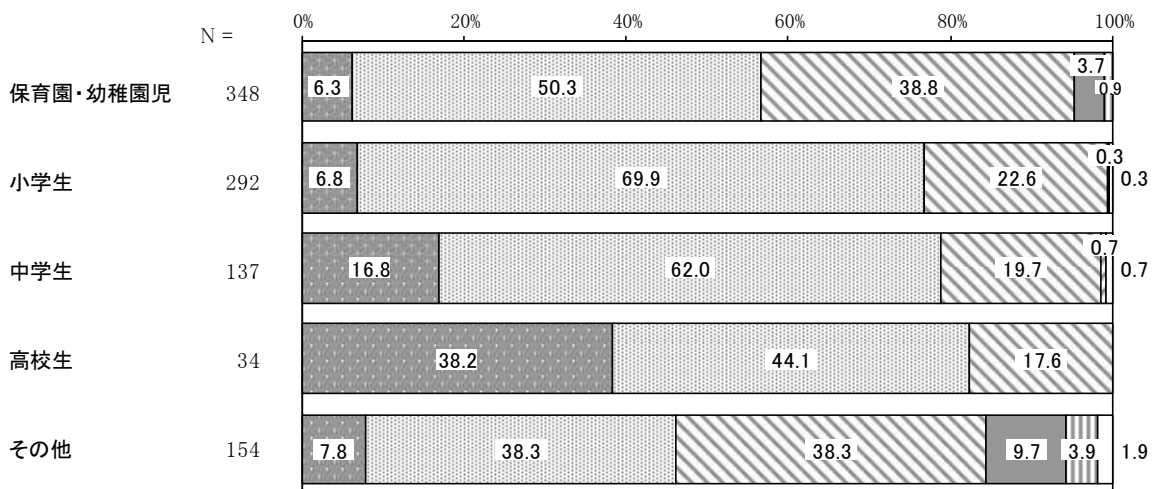
ライフステージ別で見ると、3～5歳で「午前7時台」の割合が、学齢期（6～15歳）で「午前6時台」の割合が高くなっています。

図8-1 平日の起床時刻〔ライフステージ別〕



就園・就学別で見ると、高校生で「午前6時前」の割合が高くなっています。

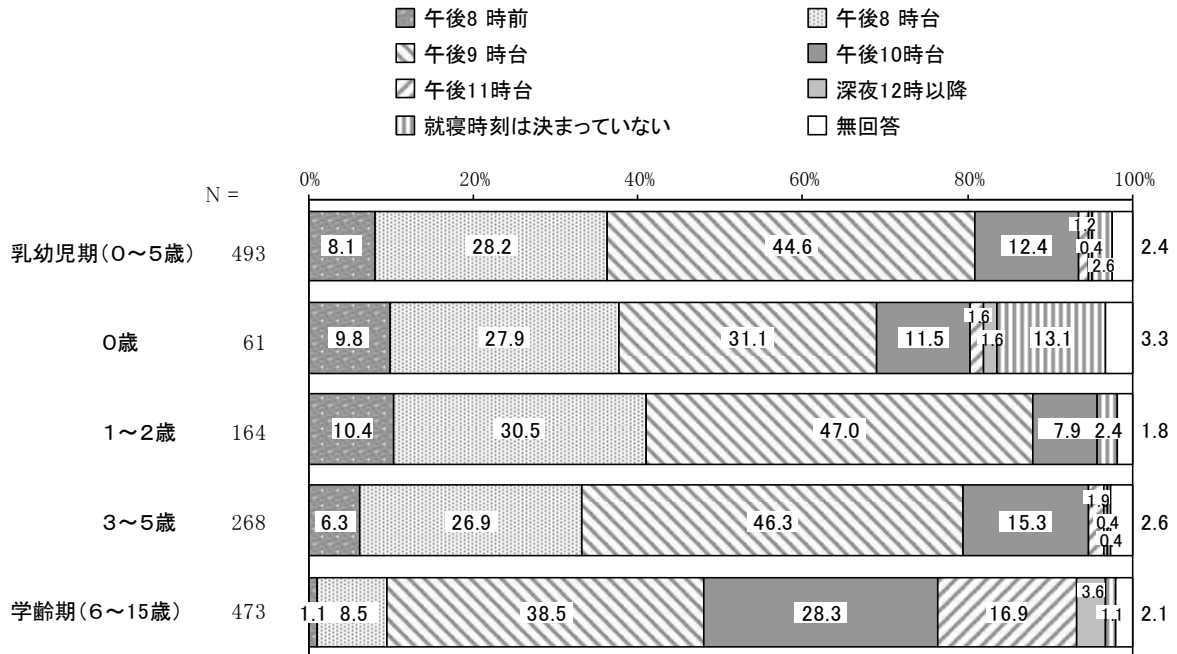
図8-2 平日の起床時刻〔就園・就学別〕



就寝時刻 平日

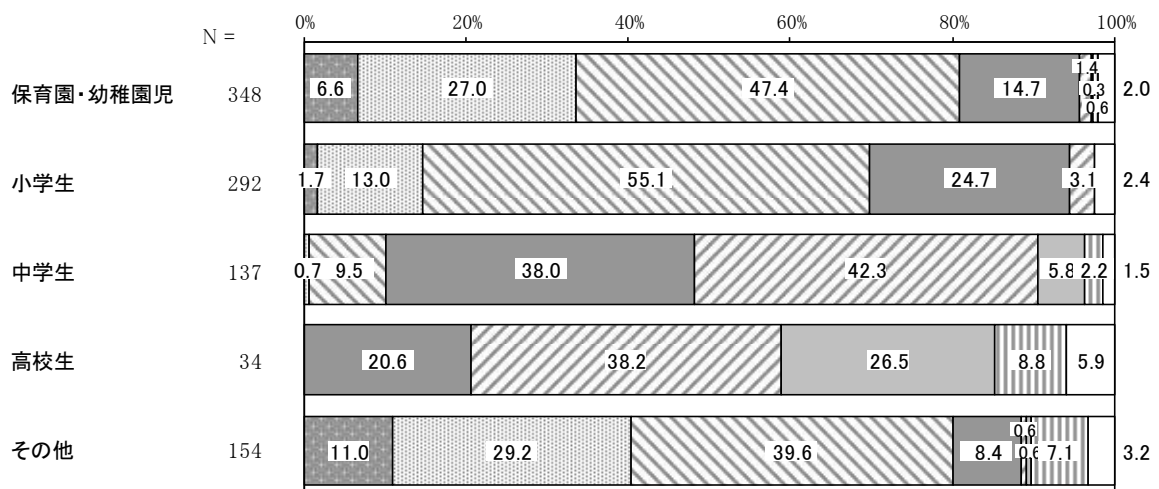
ライフステージ別でみると、乳幼児期（0～5歳）の中では3～5歳で「午後10時台」の割合が高くなっています。学齢期（6～15歳）は、乳幼児期よりも「午後11時台」の割合が高くなっています。

図 8-3 平日の就寝時刻〔ライフステージ別〕



就園・就学別でみると、保育園・幼稚園児、小学生は「午後9時台」の割合が最も高くなっています。中学生、高校生は「午後11時台」の割合が最も高くなっています。

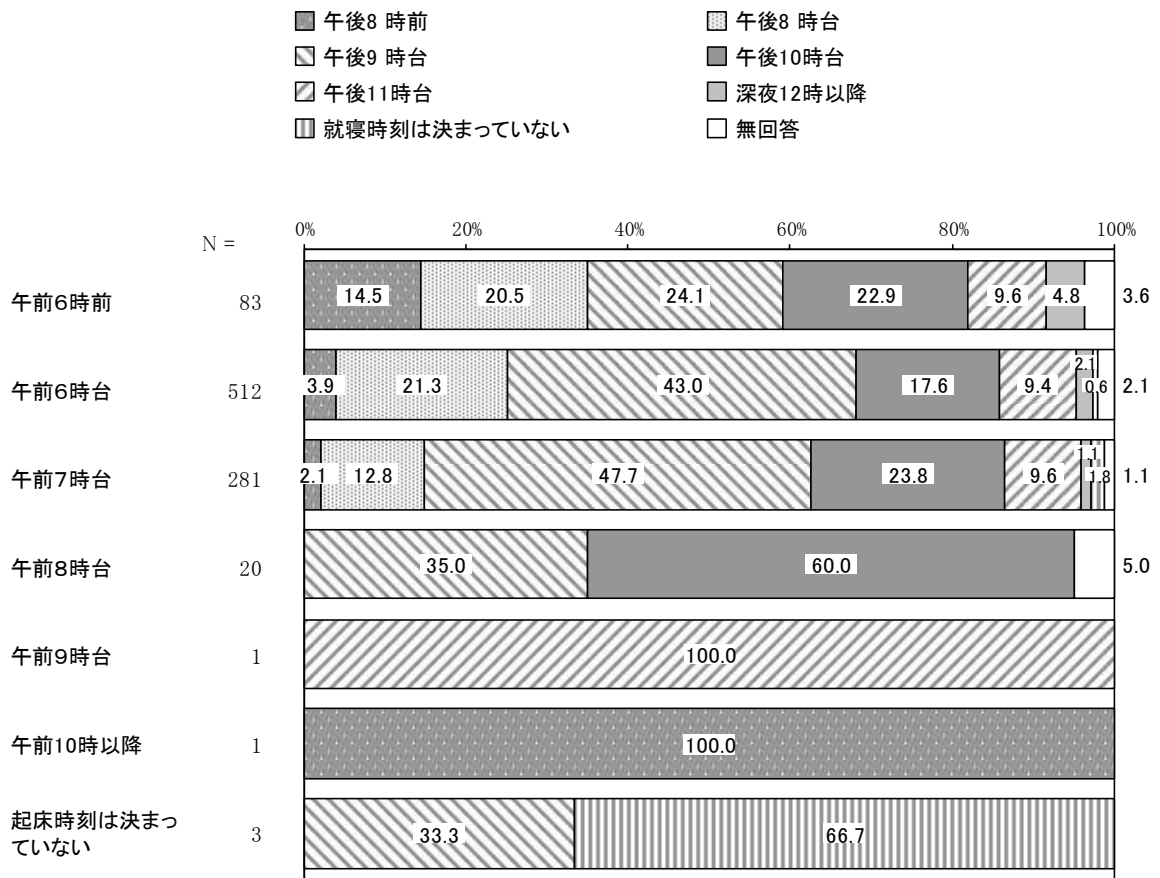
図 8-4 平日の就寝時刻〔就園・就学別〕



Ⅲ 調査結果

平日の起床時刻別でみると、午前8時台で「午後10時台」の割合が高くなっています。

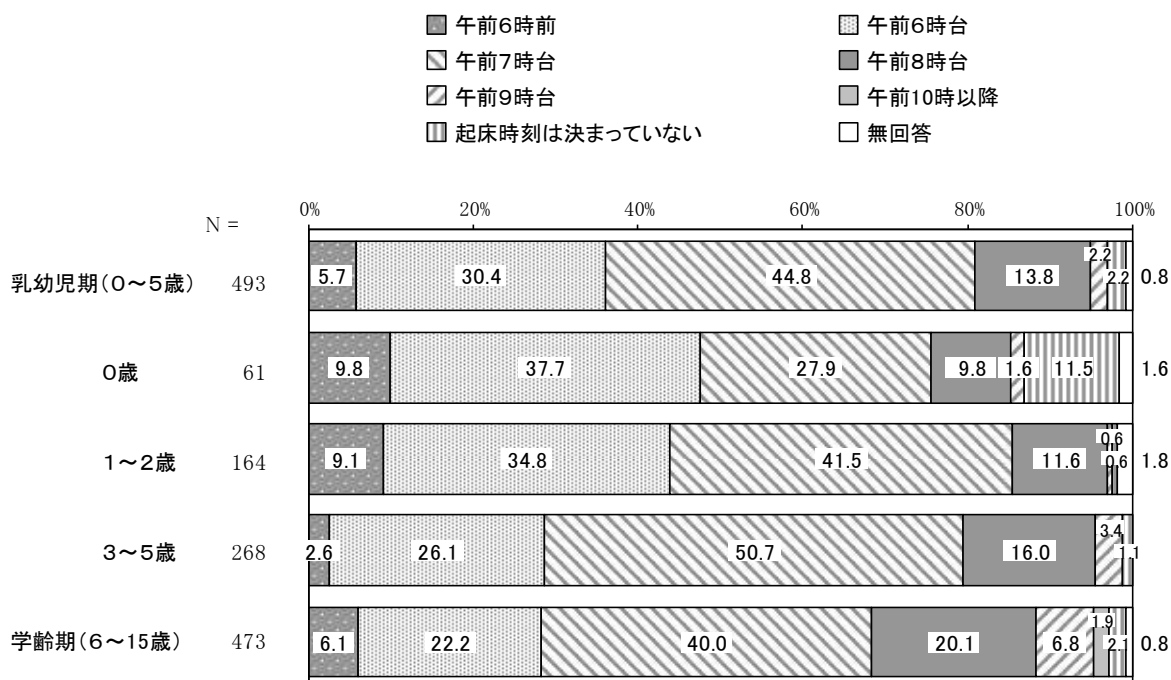
図 8-5 平日の就寝時刻〔平日の起床時刻別〕(1~15歳)



起床時刻 休日

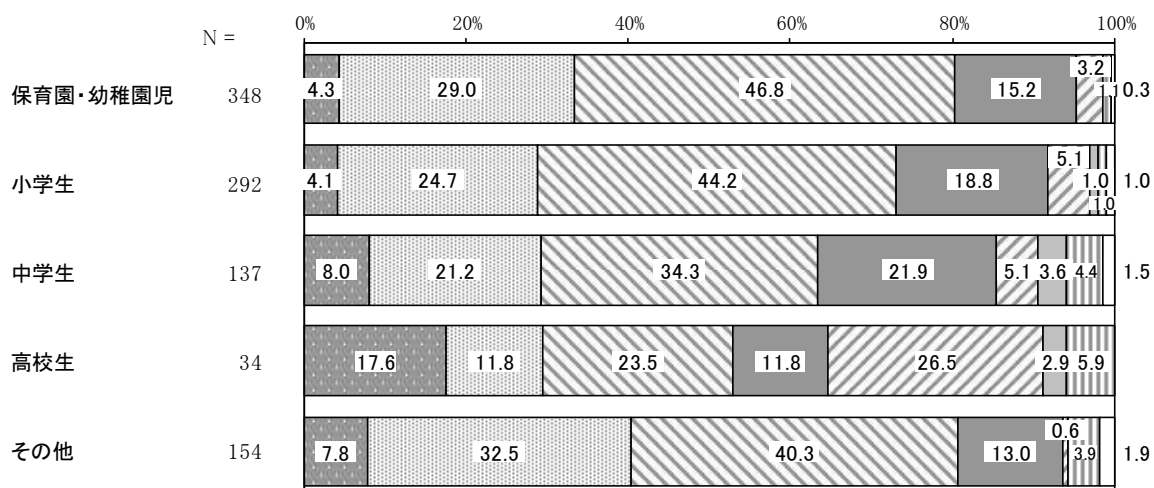
ライフステージ別でみると、3～5歳で「午前7時台」の割合が、学齢期（6～15歳）で「午前8時台」の割合が高くなっています。

図 8-6 休日の起床時刻〔ライフステージ別〕



就園・就学別でみると、保育園・幼稚園児で「午前7時台」の割合が高くなっています。

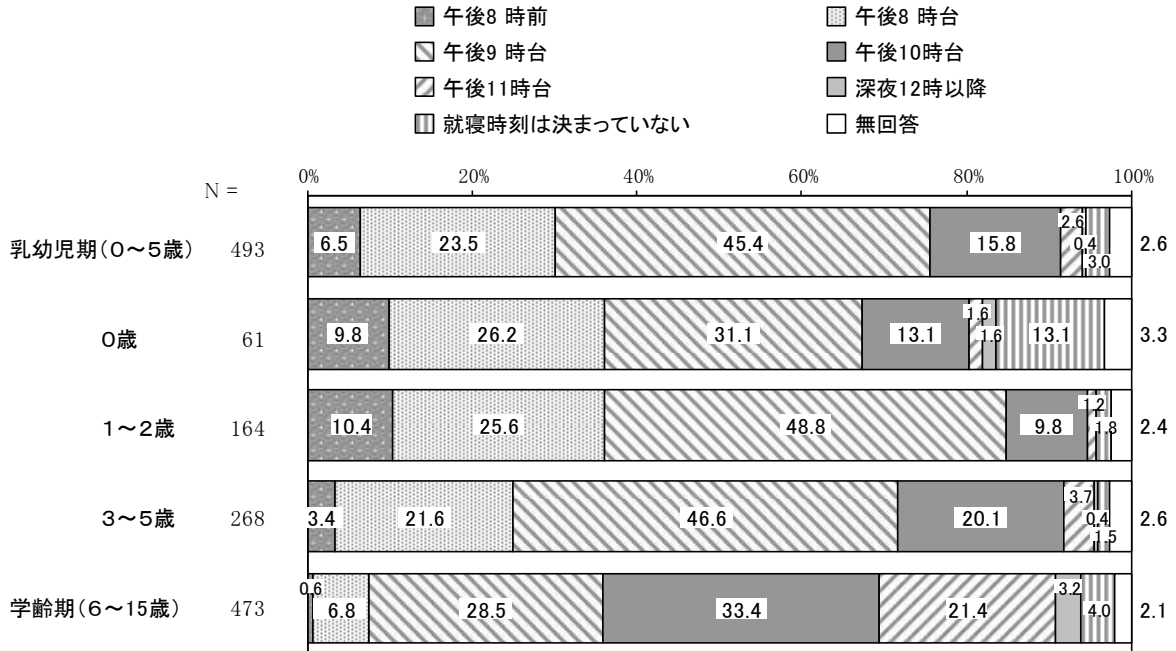
図 8-7 休日の起床時刻〔就園・就学別〕



就寝時刻 休日

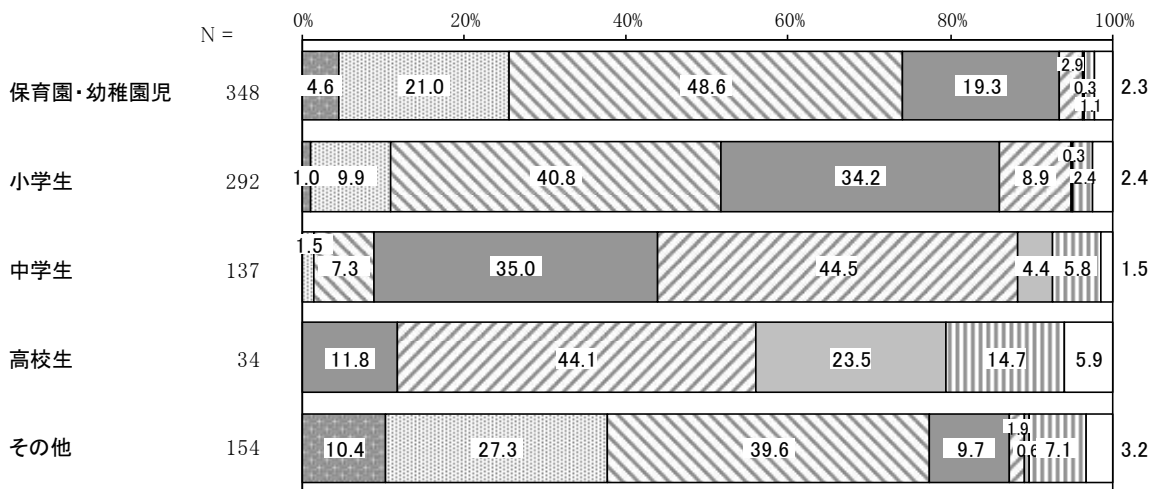
ライフステージ別でみると、3～5歳で「午後10時台」の割合が、学齢期（6～15歳）で「午後11時台」の割合が高くなっています。

図 8-8 休日の就寝時刻〔ライフステージ別〕



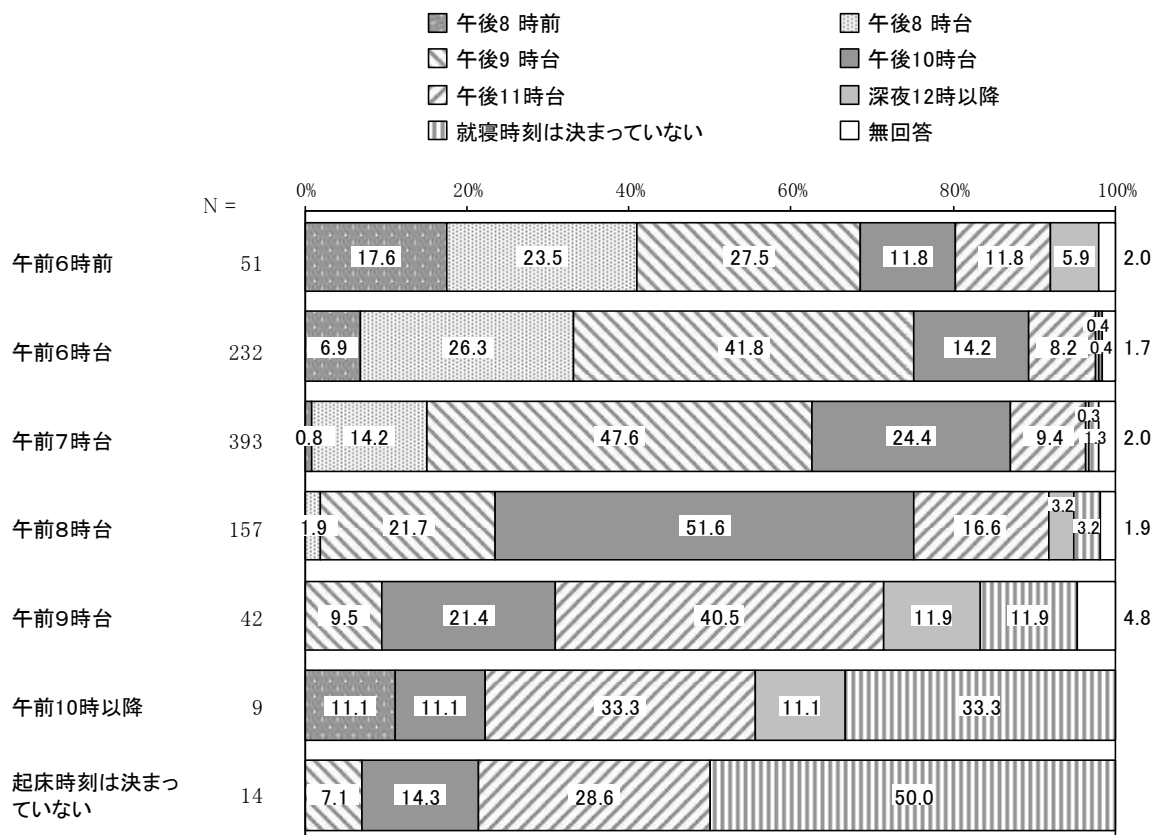
就園・就学別でみると、保育園・幼稚園児、小学生で「午後9時台」の割合が最も高くなっています。中学生、高校生で「午後11時台」の割合が最も高くなっています。

図 8-9 休日の就寝時刻〔就園・就学別〕



休日の起床時刻別でみると、午前8時台で「午後10時台」の割合が高くなっています。

図 8-10 休日の就寝時刻〔休日の起床時刻別〕（1～15歳）



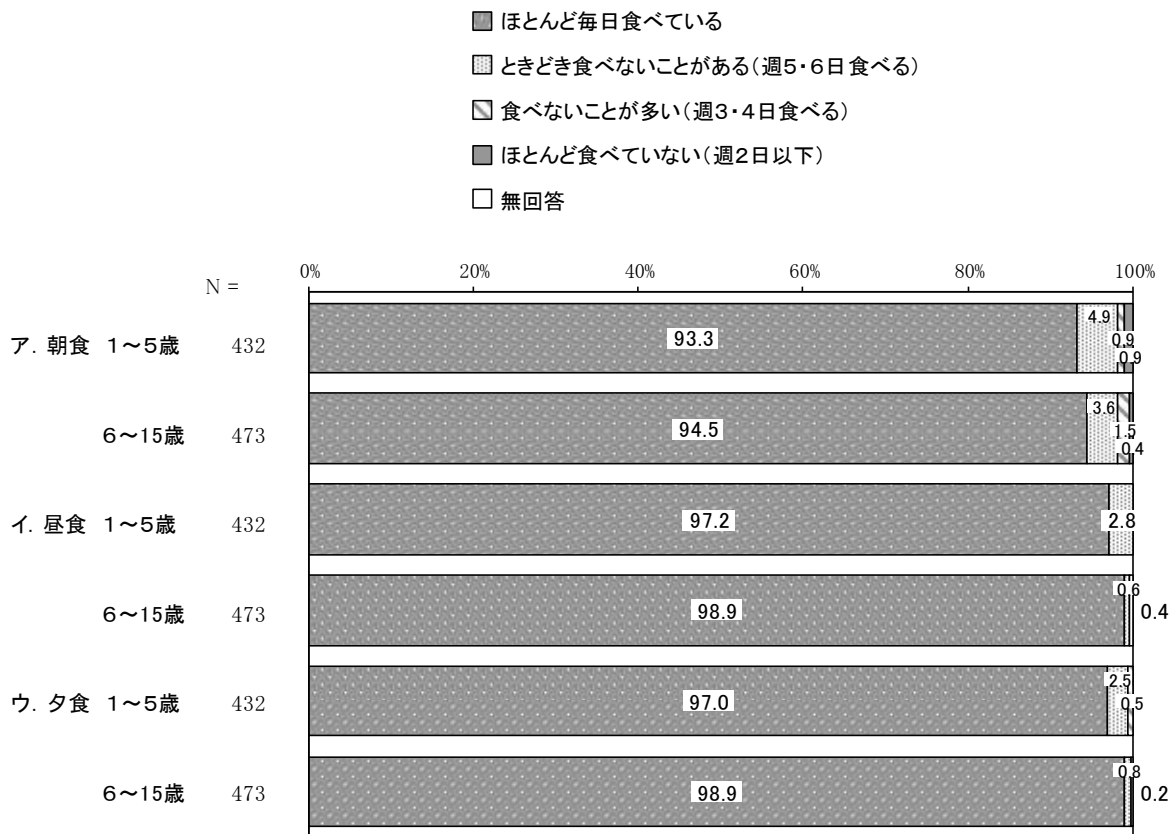
Ⅲ 調査結果

問9 お子さんは、朝食・昼食・夕食を食べていますか。

(○はア、イ、ウそれぞれに1つずつ)

「ほとんど毎日食べている」の割合が、朝食では、1～5歳で93.3%、6～15歳で94.5%、
 昼食では、1～5歳で97.2%、6～15歳で98.9%、夕食では、1～5歳で97.0%、6～15歳
 で98.9%となっています。

図9-1 朝食・昼食・夕食の摂取状況〔年齢別〕



計画における数値目標のデータ



朝食を食べている人の割合

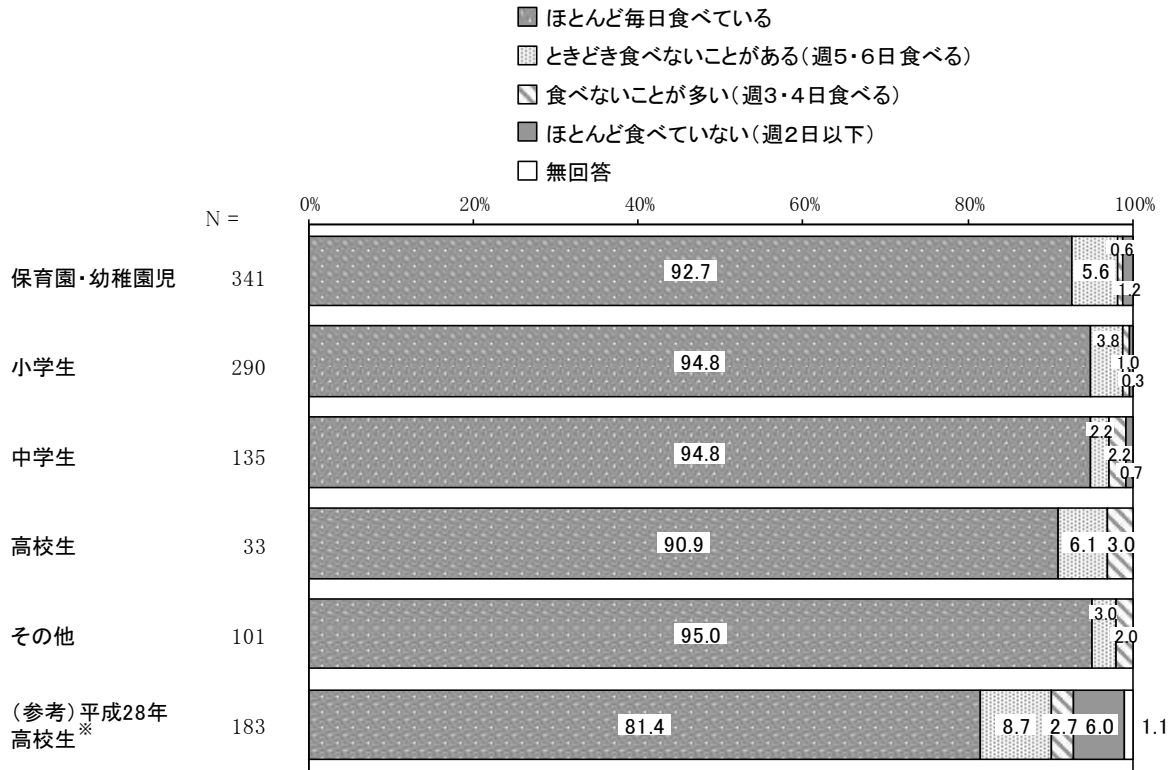
・学齢期 94.5%

<問9ア. で「ほとんど毎日食べている」と答えた人の割合(無回答を除く)>

ア. 朝食

就園・就学別でみると、高校生で「ほとんど毎日食べている」の割合が低くなっています。

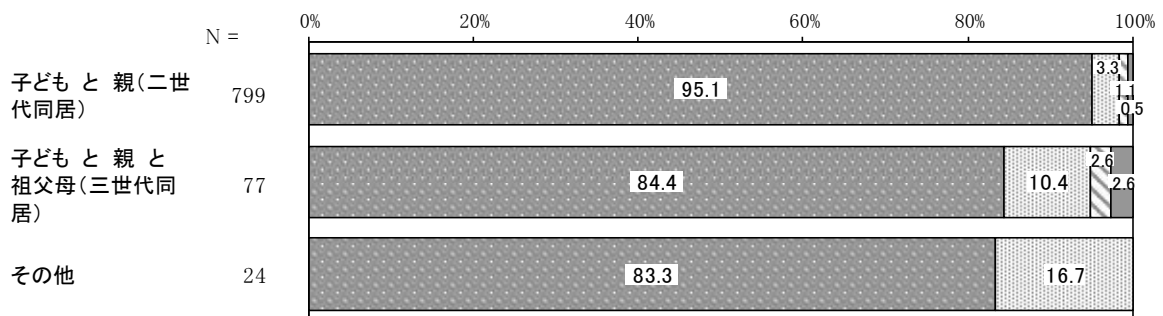
図 9-2 朝食の摂取状況〔就園・就学別〕(1~15 歳)



※平成 28 年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」より

世帯別でみると、子どもと親(二世帯同居)で「ほとんど毎日食べている」の割合が高くなっています。

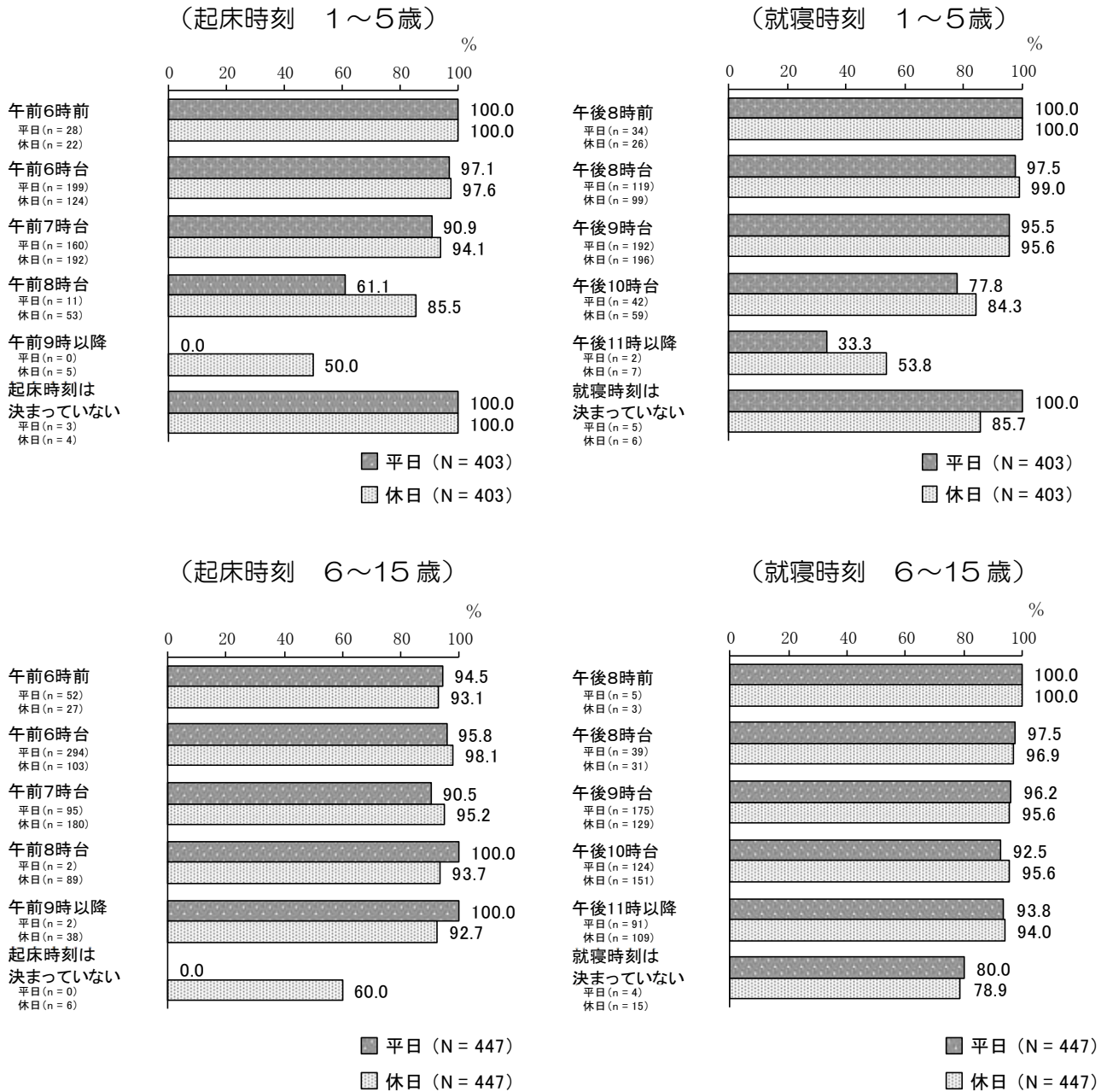
図 9-3 朝食の摂取状況〔世帯別〕(1~15 歳)



Ⅲ 調査結果

起床時刻・就寝時刻（平日、休日）別に、朝食を「ほとんど毎日食べている」子どもの割合をみると、1～5歳では、起床時刻、就寝時刻ともに遅くなるにつれて割合が低くなっています。6～15歳では、就寝時刻が遅くなるにつれて割合が低くなっています。

図 9-4 朝食をほとんど毎日食べている子どもの割合〔起床時刻・就寝時刻（平日、休日）・年齢別〕



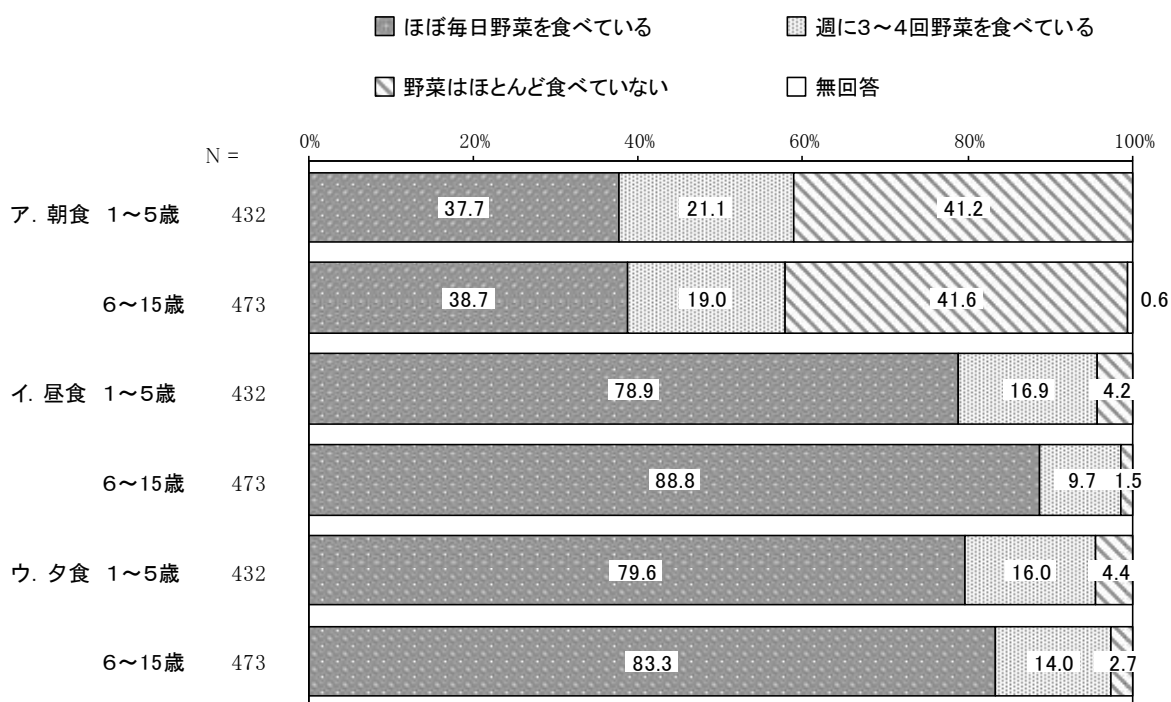
※起床時刻「午前9時以降」は「午前9時台」と「午前10時以降」の合計
 就寝時刻「午後11時以降」は「午後11時台」と「深夜12時以降」の合計

問 10 お子さんは、朝食・昼食・夕食に野菜を食べていますか。

(○はア、イ、ウそれぞれに1つずつ) ※野菜を一口でも食べている、また野菜ジュースでも、「食べている」とします。

「ほぼ毎日野菜を食べている」の割合が、朝食では、1～5歳で37.7%、6～15歳で38.7%、昼食では、1～5歳で78.9%、6～15歳で88.8%、夕食では、1～5歳で79.6%、6～15歳で83.3%となっています。

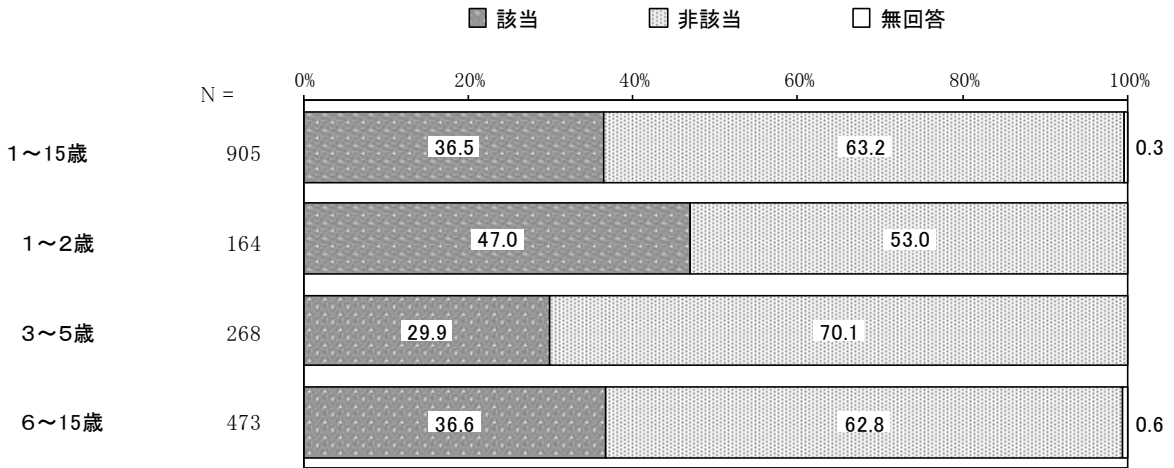
図 10-1 朝食・昼食・夕食の野菜の摂取状況〔年齢別〕



★毎日、三食野菜を食べている人

1～15歳では、「毎日、三食野菜を食べている人」は36.5%となっています。
年齢別でみると、3～5歳で「毎日、三食野菜を食べている人」の割合が低くなっています。

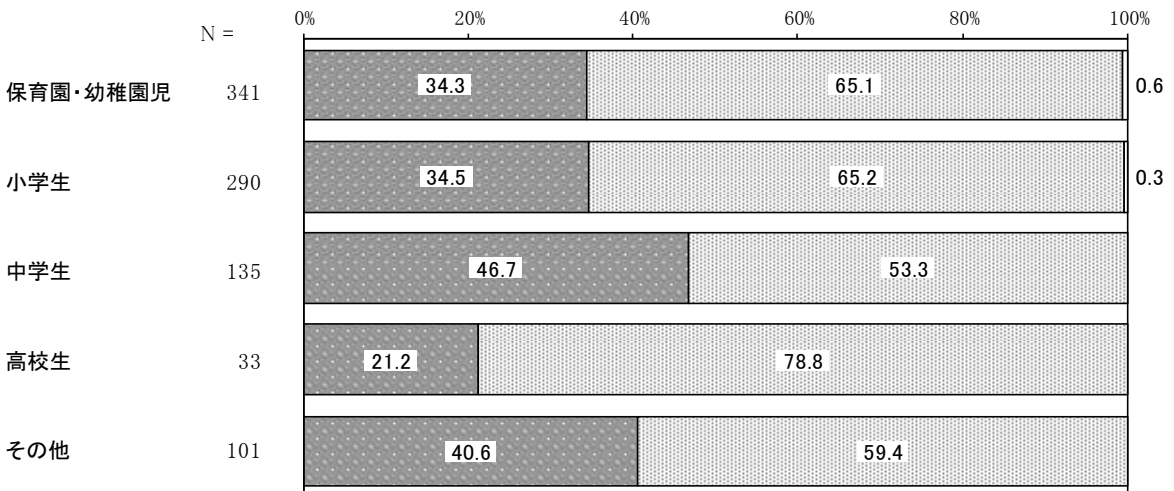
図 10-2 毎日、三食野菜を食べている人〔年齢別〕



該 当：問 10 で、朝食・昼食・夕食すべて「ほぼ毎日野菜を食べている」に○をした人
非該当：「該当」「無回答」以外の人
無回答：問 10 で、朝食・昼食・夕食のうち1つでも無回答がある人

就園・就学別でみると、高校生で「毎日、三食野菜を食べている人」の割合が低くなっています。

図 10-3 毎日、三食野菜を食べている人〔就園・就学別〕(1～15歳)



計画における数値目標のデータ



毎日、三食野菜を食べている人の割合



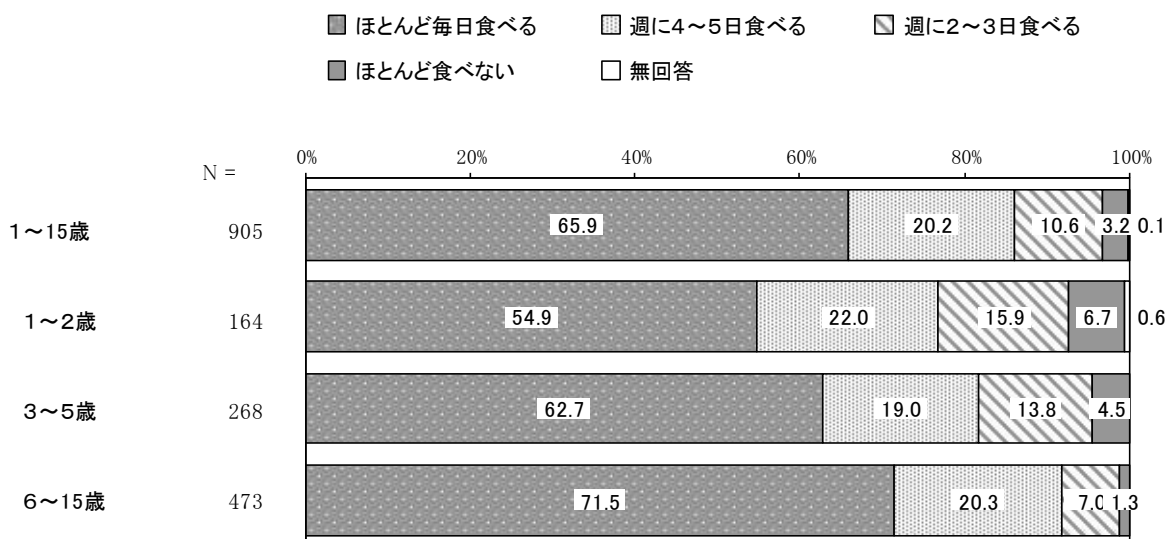
毎日3食野菜を食べる人の割合

- ・16歳未満 37.5%
- <問10ア.イ.ウ.すべて「ほぼ毎日野菜を食べている」と答えた人の割合（無回答を除く）>

問11 お子さんは、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。（〇は1つだけ）

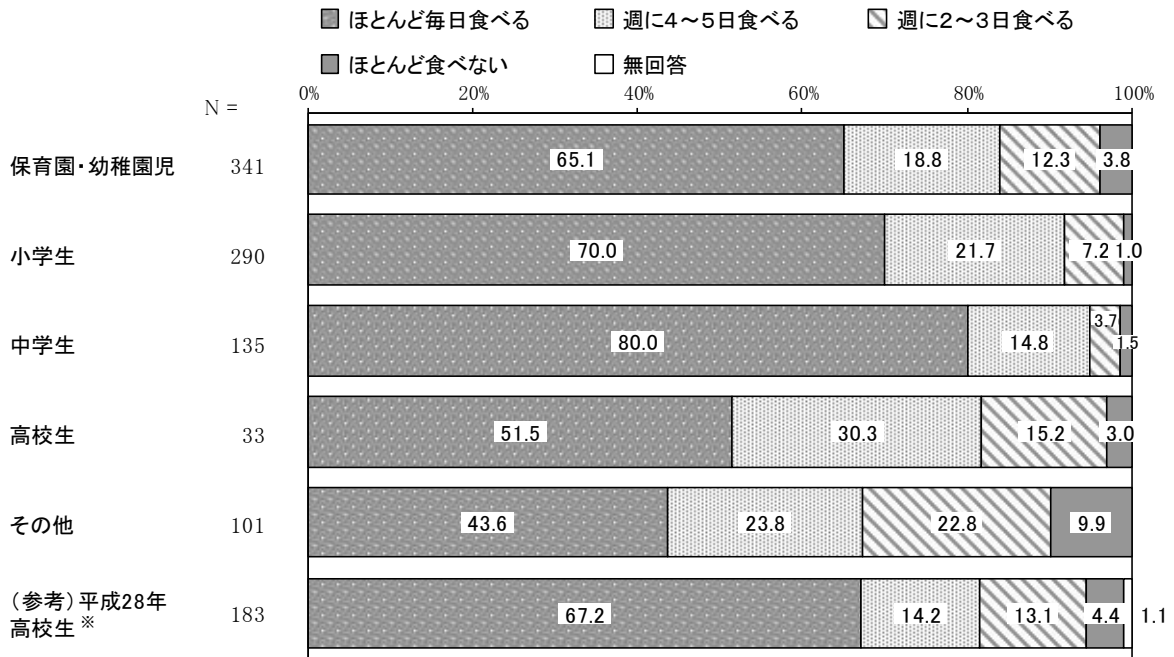
1～15歳では、「ほとんど毎日食べる」が65.9%と最も高く、次いで「週に4～5日食べる」が20.2%、「週に2～3日食べる」が10.6%となっています。年齢別でみると、年齢が高くなるにつれて「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。

図11-1 主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上食べる頻度〔年齢別〕



就園・就学別でみると、高校生で「ほとんど毎日食べる」の割合が低くなっています。

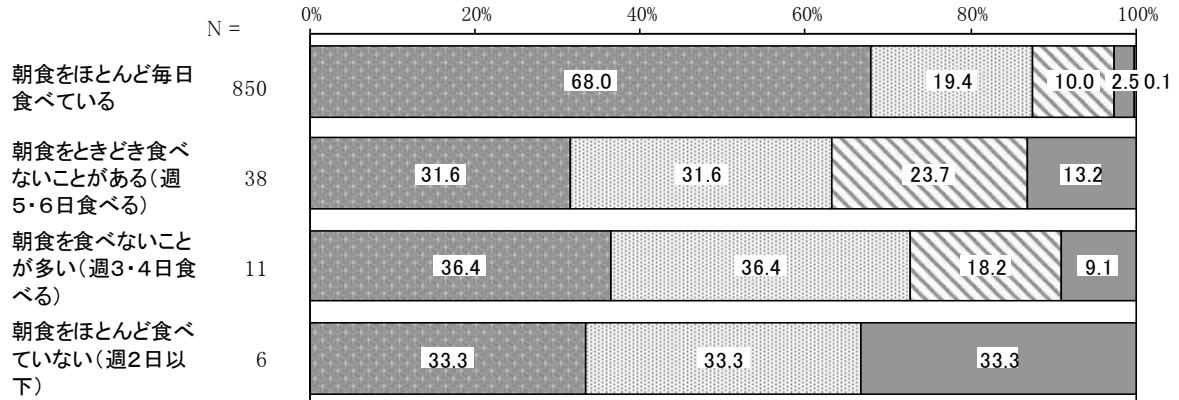
図 11-2 主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上食べる頻度〔就園・就学別〕(1~15歳)



※平成28年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」より

朝食の摂取状況別でみると、ほとんど毎日食べているで「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。

図 11-3 主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上食べる頻度〔朝食の摂取状況別〕(1~15歳)



計画における数値目標のデータ



主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合

・0歳以上 55.3%

<問11で「ほとんど毎日食べる」と答えた人数(0~15歳)と平成28年調査*の同じ質問(問33)で「ほとんど毎日食べる」と答えた人数(16歳以上)の合計を、問11の回答者数と平成28年調査*の問33の回答者数の合計で割り、算出>

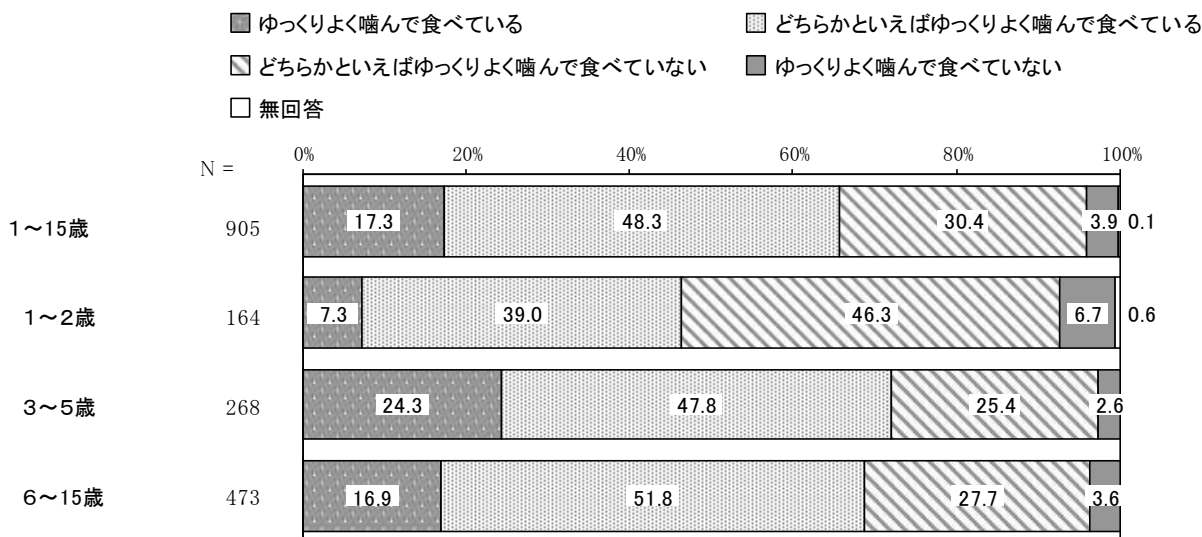
※平成28年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」

問 12 お子さんは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。(〇は1つだけ)

1～15歳では、「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」が48.3%と最も高く、次いで「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」が30.4%、「ゆっくりよく噛んで食べている」が17.3%となっています。

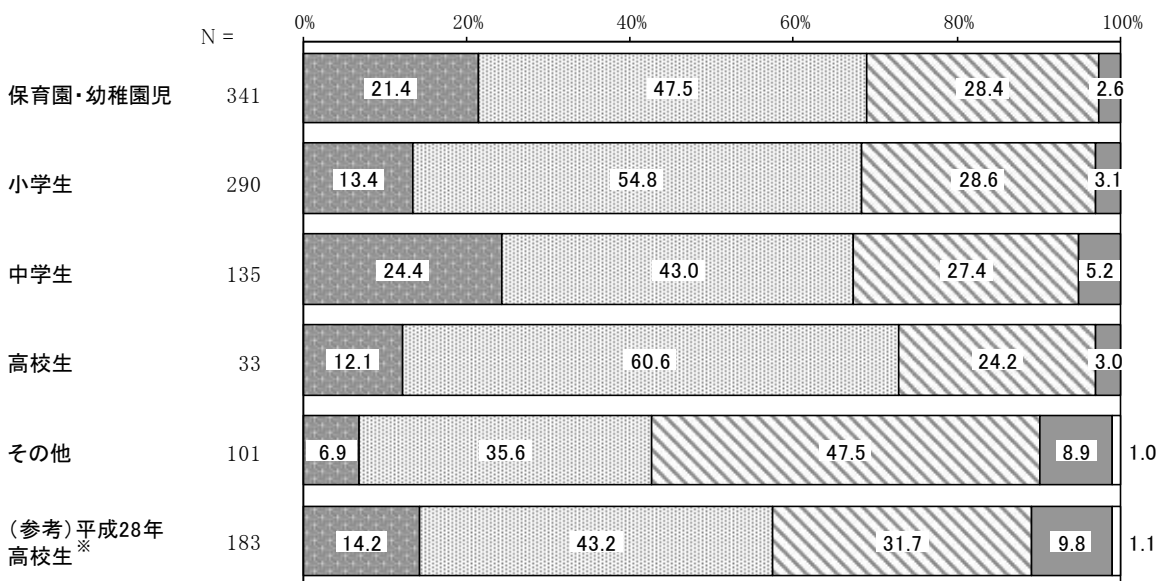
年齢別でみると、1～2歳で「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」の割合が高くなっています。

図 12-1 ゆっくりよく噛んで食べているか〔年齢別〕



就園・就学別でみると、高校生で「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」の割合が高くなっています。

図 12-2 ゆっくりよく噛んで食べているか〔就園・就学別〕(1～15歳)



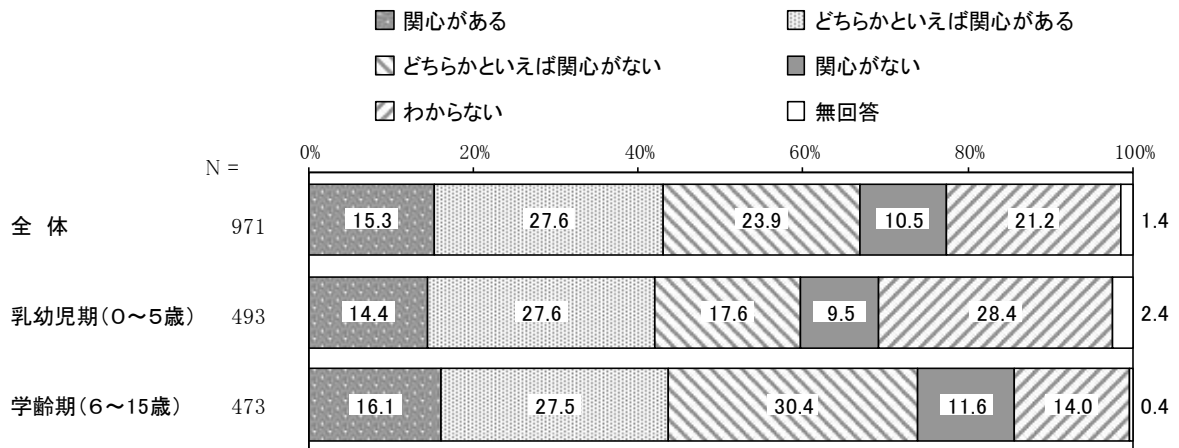
※平成28年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」より

Ⅲ 調査結果

問 13 お子さんは、噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。
 (○は1つだけ)

全体では、「どちらかといえば関心がある」が27.6%と最も高く、次いで「どちらかといえば関心がない」が23.9%、「わからない」が21.2%となっています。
 ライフステージ別でみると、学齢期(6~15歳)で「どちらかといえば関心がない」の割合が高くなっています。

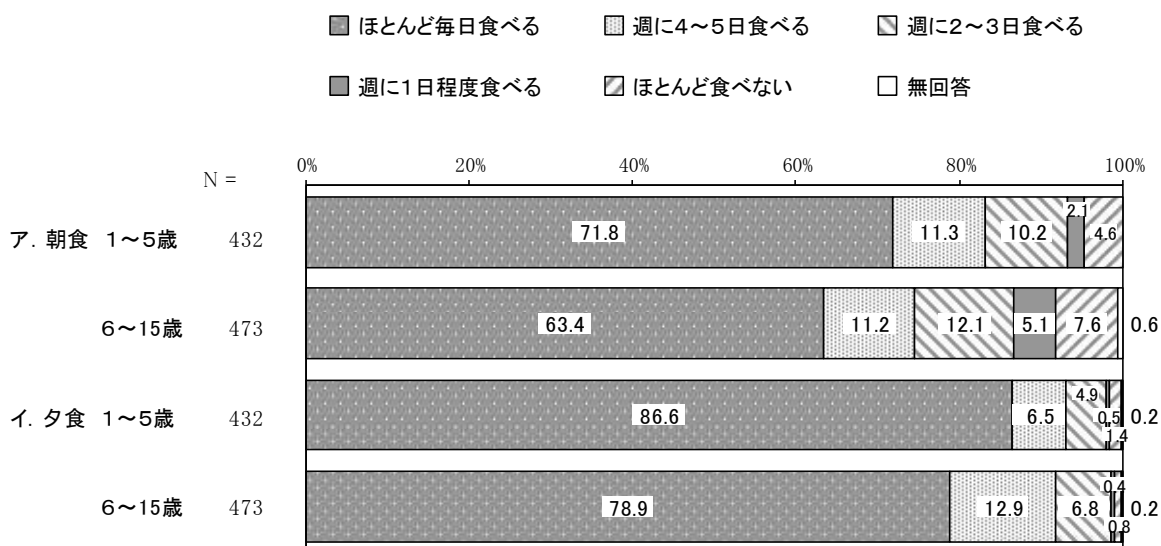
図 13 食べ方への関心の有無〔全体・ライフステージ別〕



問 14 お子さんは、朝食・夕食を家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか。
 (○はア、イそれぞれに1つずつ)

年齢別でみると、朝食、夕食とも、1～5歳は6～15歳よりも「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。

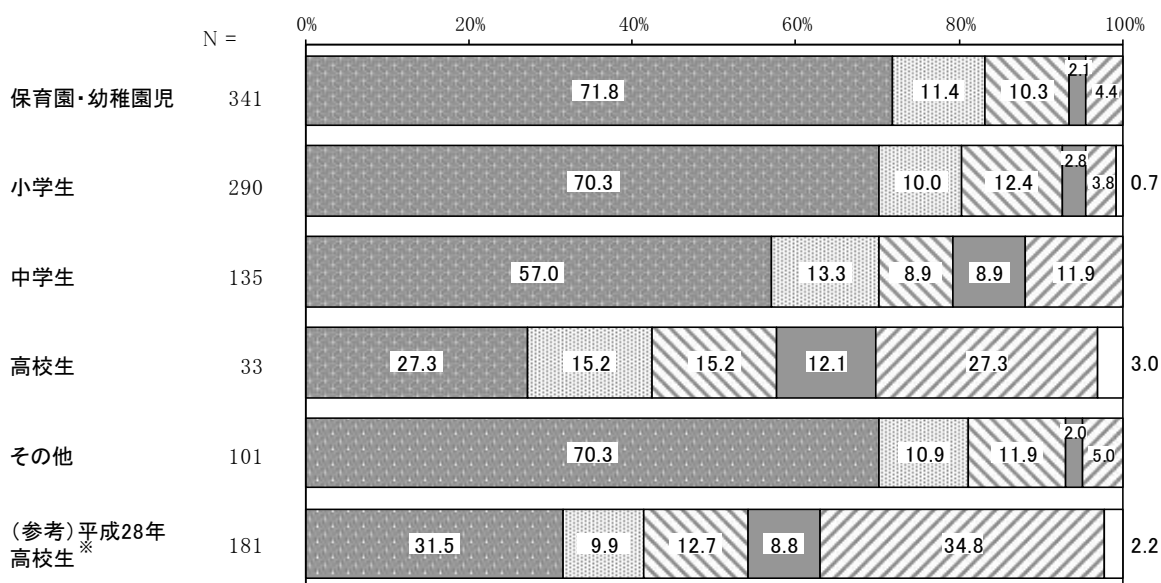
図 14-1 朝食・夕食の共食状況〔年齢別〕



ア. 朝食

就園・就学別でみると、年代が高くなるにつれて「ほとんど毎日食べる」の割合が低くなっています。

図 14-2 朝食の共食状況〔就園・就学別〕(1～15歳)

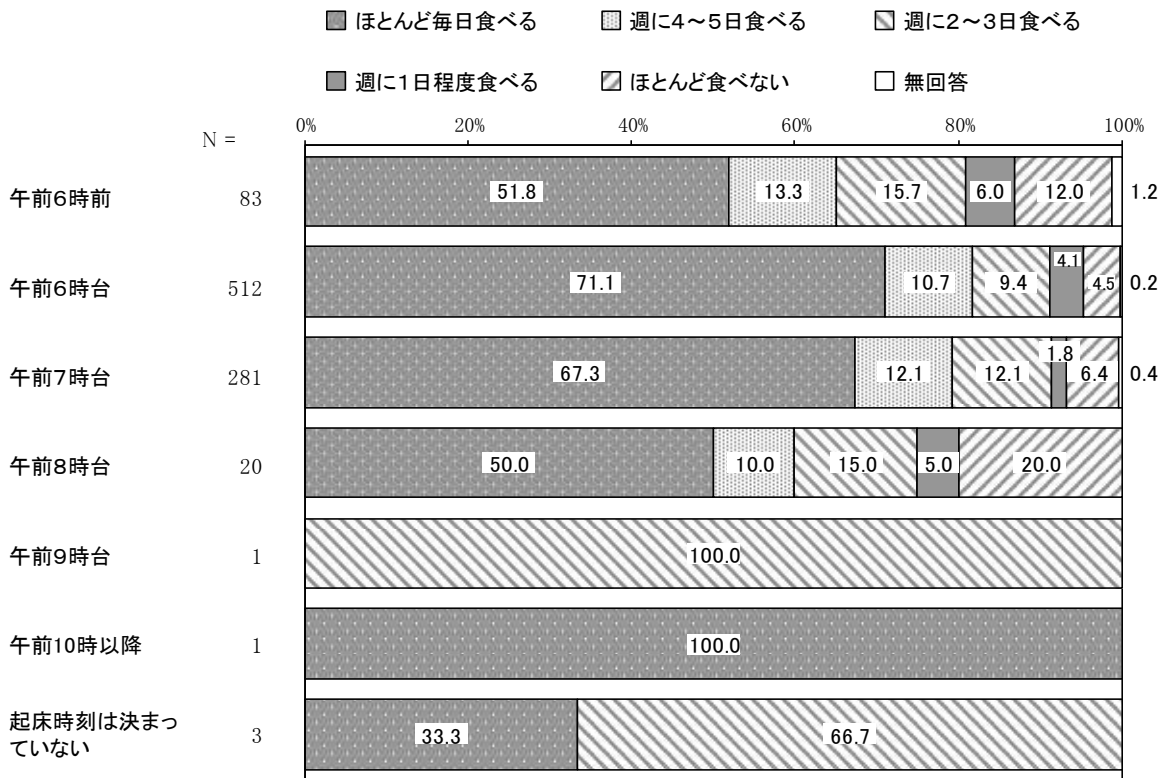


※平成 28 年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」より

Ⅲ 調査結果

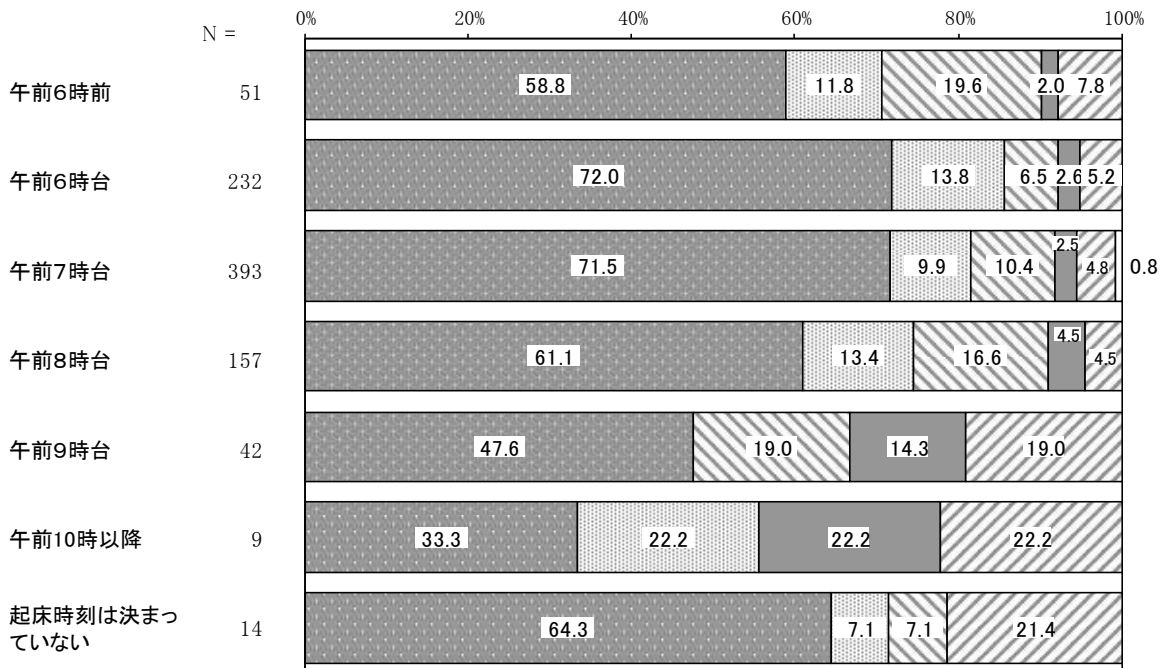
平日の起床時刻別でみると、午前6時台で「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。

図 14-3 朝食の共食状況〔平日の起床時刻別〕（1～15歳）



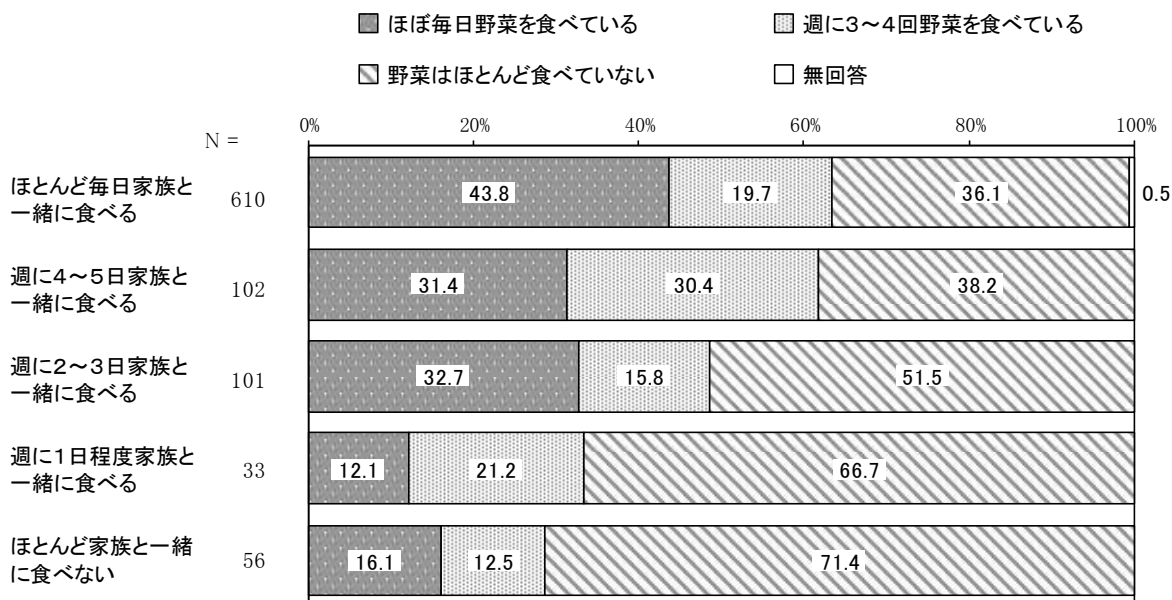
休日の起床時刻別でみると、午前6時台、午前7時台で「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。

図 14-4 朝食の共食状況〔休日の起床時刻別〕（1～15歳）



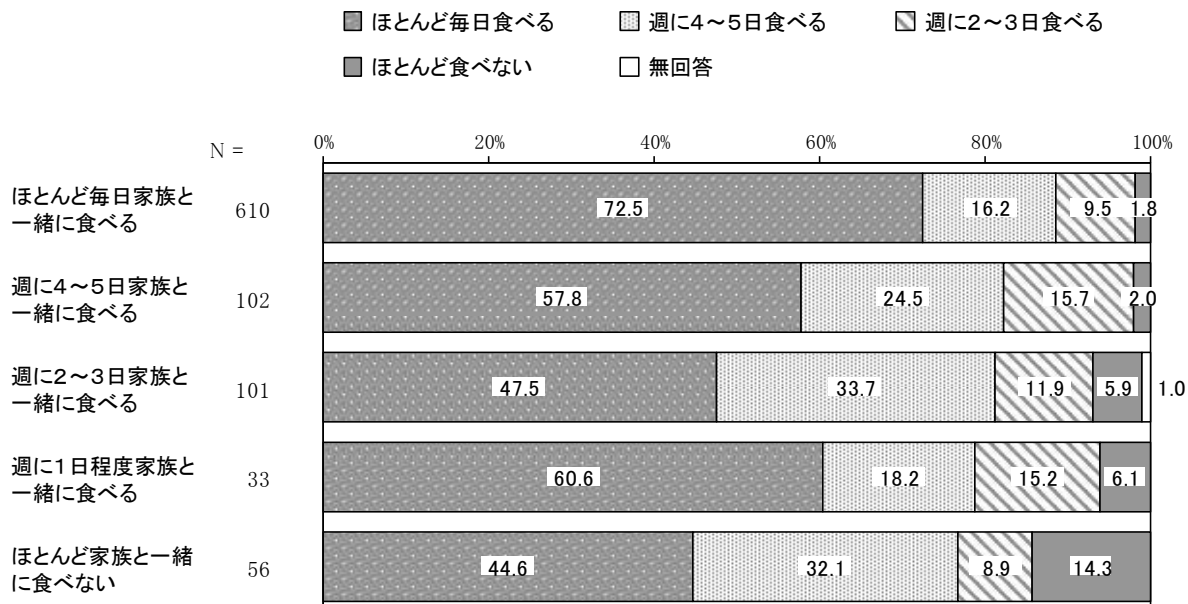
朝食の共食状況別に朝食の野菜摂取状況をみると、ほとんど毎日家族と一緒に食べるで「ほぼ毎日野菜を食べている」の割合が高くなっています。

図 14-5 朝食の野菜摂取状況〔朝食の共食状況別〕(1~15歳)



朝食の共食状況別に主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上食べる頻度をみると、ほとんど毎日家族と一緒に食べるで「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。

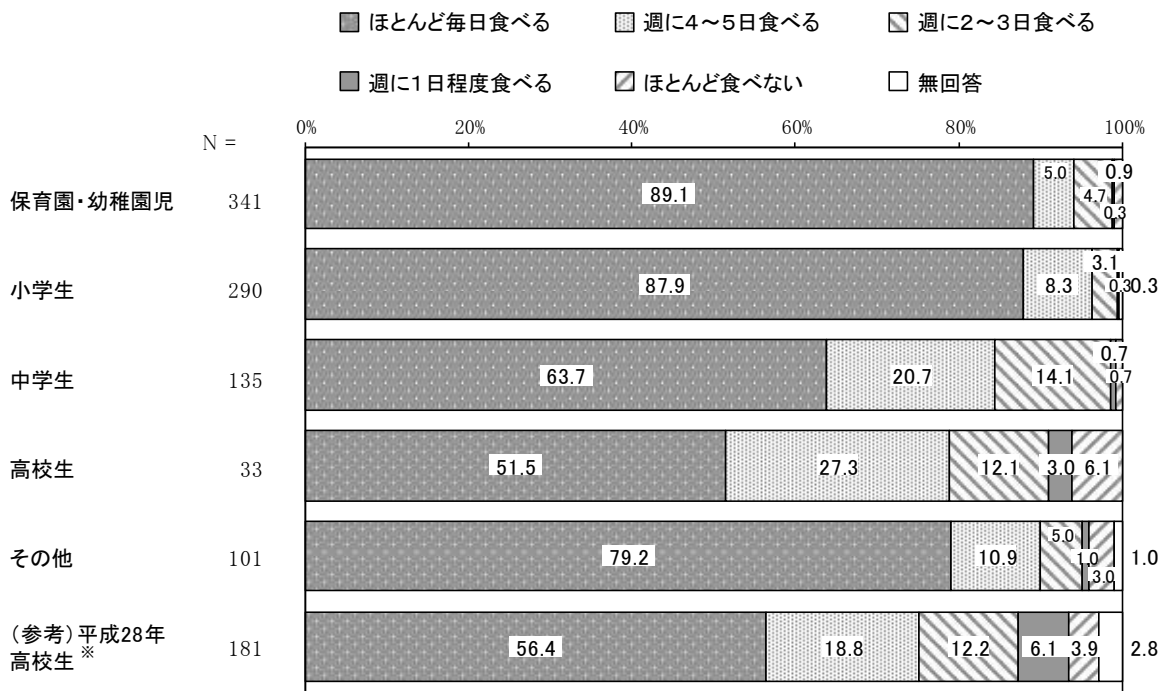
図 14-6 主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上食べる頻度〔朝食の共食状況別〕(1~15歳)



イ. 夕食

就園・就学別でみると、年代が高くなるにつれて「ほとんど毎日食べる」の割合が低くなっています。

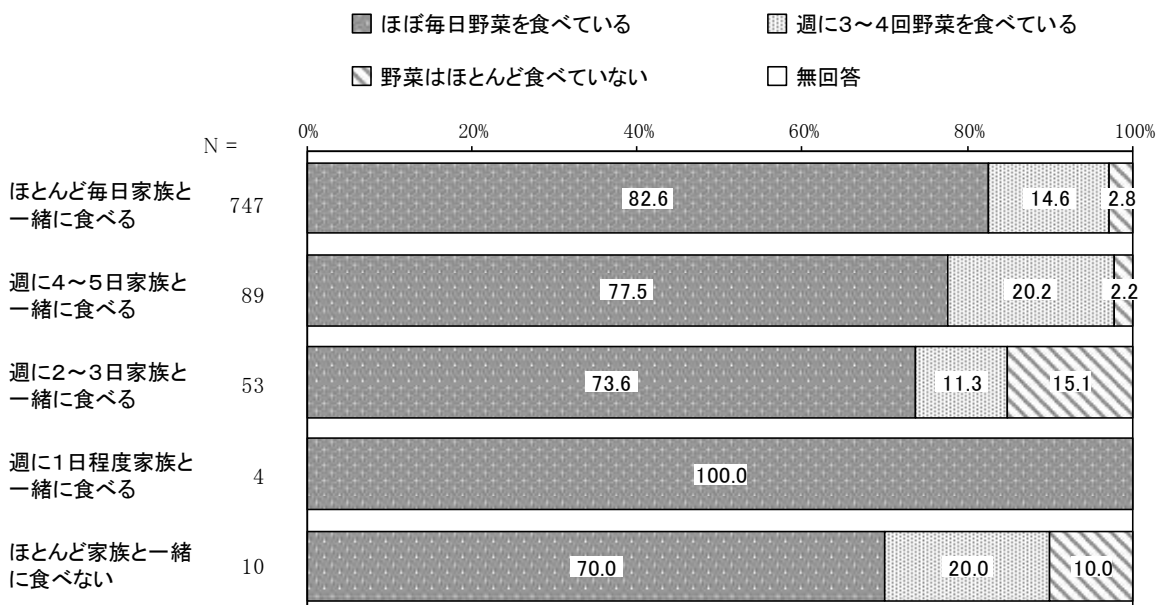
図 14-7 夕食の共食状況〔就園・就学別〕（1～15 歳）



※平成 28 年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」より

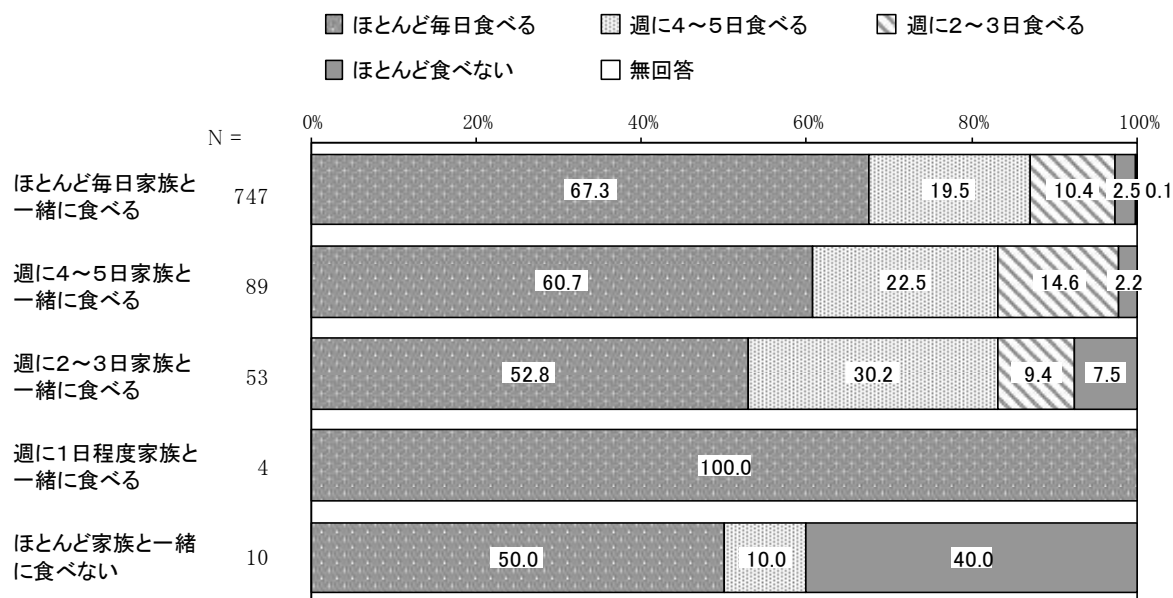
夕食の共食状況別に夕食の野菜摂取状況をみると、共食の頻度が高くなるにつれて「ほぼ毎日野菜を食べている」の割合が高くなっています。

図 14-8 夕食の野菜摂取状況〔夕食の共食状況別〕（1～15 歳）



夕食の共食状況別に主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上食べる頻度をみると、共食の頻度が高くなるにつれて「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。

図 14-9 主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上食べる頻度〔夕食の共食状況別〕(1~15歳)



計画における数値目標のデータ



朝食または夕食を家族と一緒に食べる回数

・学齢期 11.6回/週

<問 14 で「ほとんど毎日食べる」を7回、「週に4~5日食べる」を4.5回、「週に2~3日食べる」を2.5回、「週に1日程度食べる」を1回、「ほとんど食べない」を0回とし、それぞれ朝食・夕食ごとに該当人数を掛け、合計したものを回答者数で割り、朝食と夕食の回数を足して週あたりの回数を算出>



ほとんど毎日家族と食べる子どもの割合

・朝食 学齢期男性 67.2% 学齢期女性 60.5%

・夕食 学齢期男性 78.5% 学齢期女性 79.5%

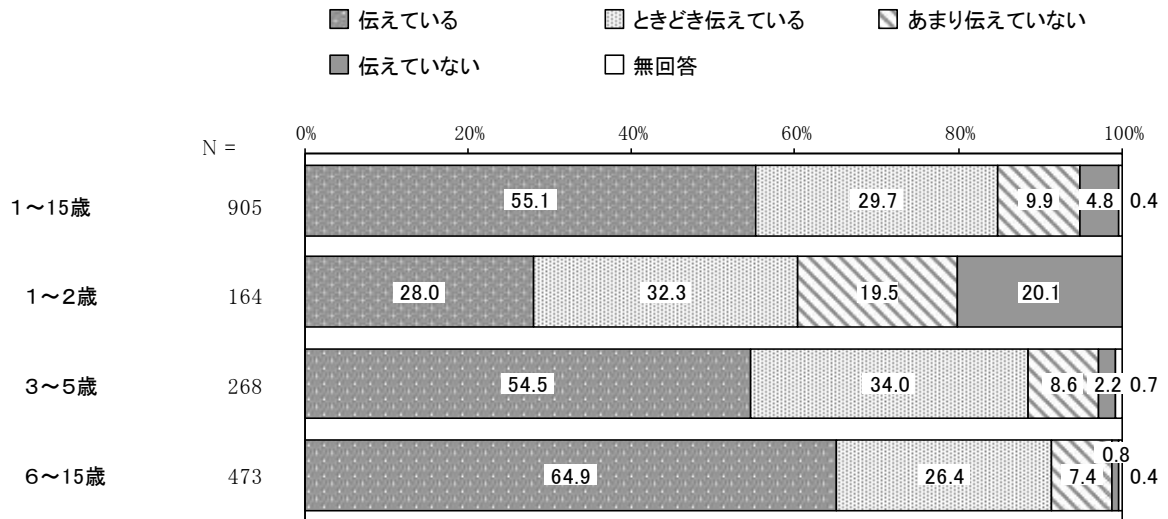
<問 14 で「ほとんど毎日食べる」と答えた人の割合(無回答を除く)>

Ⅲ 調査結果

問 15 箸の持ち方や食器の並べ方など、食事の行儀作法について、お子さんに伝えていますか。（○は1つだけ）

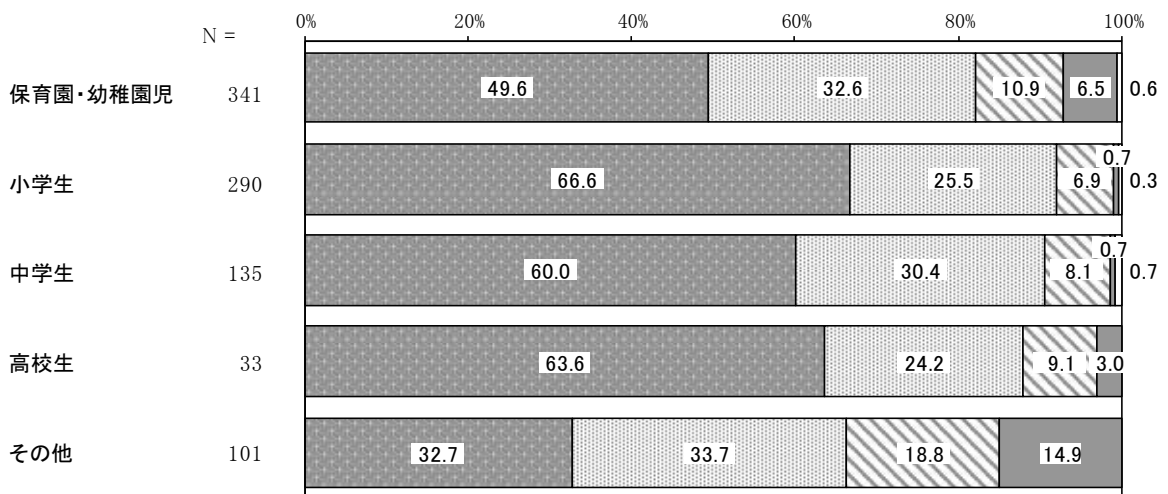
1～15歳では、「伝えている」が55.1%と最も高く、次いで「ときどき伝えている」が29.7%、「あまり伝えていない」が9.9%となっています。
年齢別でみると、年齢が高くなるにつれて「伝えている」の割合が高くなっています。

図 15-1 子どもに食事の行儀作法を伝えているか〔年齢別〕



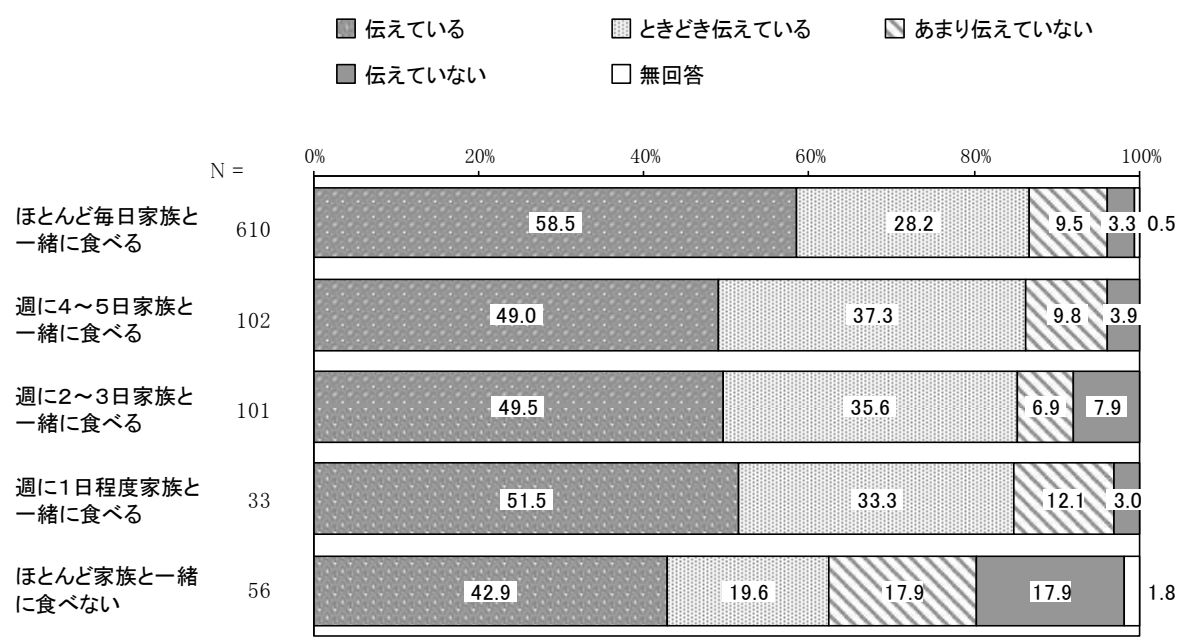
就園・就学別でみると、保育園・幼稚園児で「伝えている」の割合が低くなっています。

図 15-2 子どもに食事の行儀作法を伝えているか〔就園・就学別〕（1～15歳）



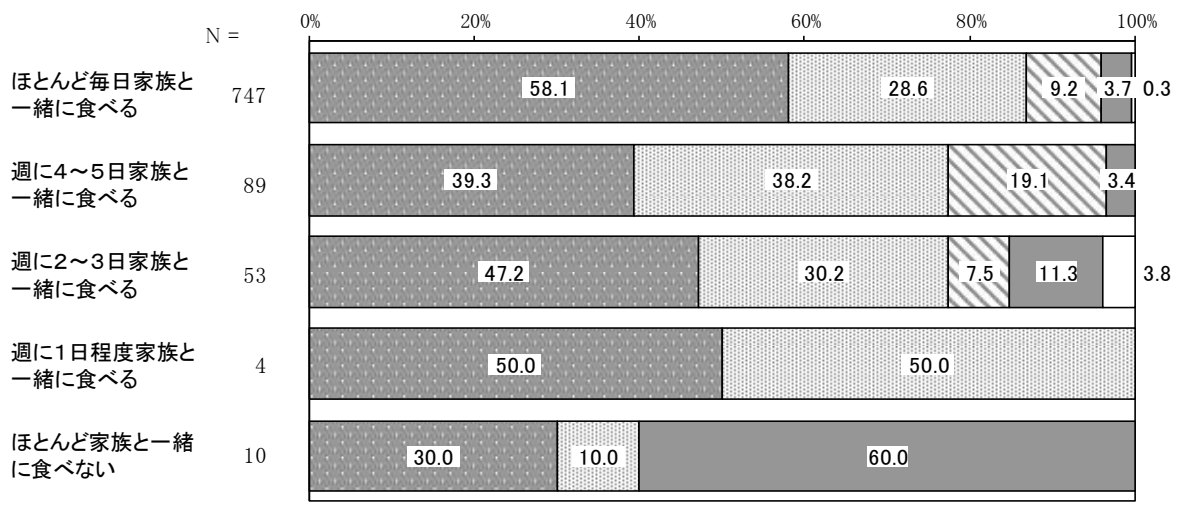
朝食の共食状況別でみると、ほとんど家族と一緒に食べないで「伝えている」の割合が低くなっています。

図 15-3 子どもに食事の行儀作法を伝えているか〔朝食の共食状況別〕(1~15歳)



夕食の共食状況別でみると、ほとんど毎日家族と一緒に食べるで「伝えている」の割合が高くなっています。

図 15-4 子どもに食事の行儀作法を伝えているか〔夕食の共食状況別〕(1~15歳)

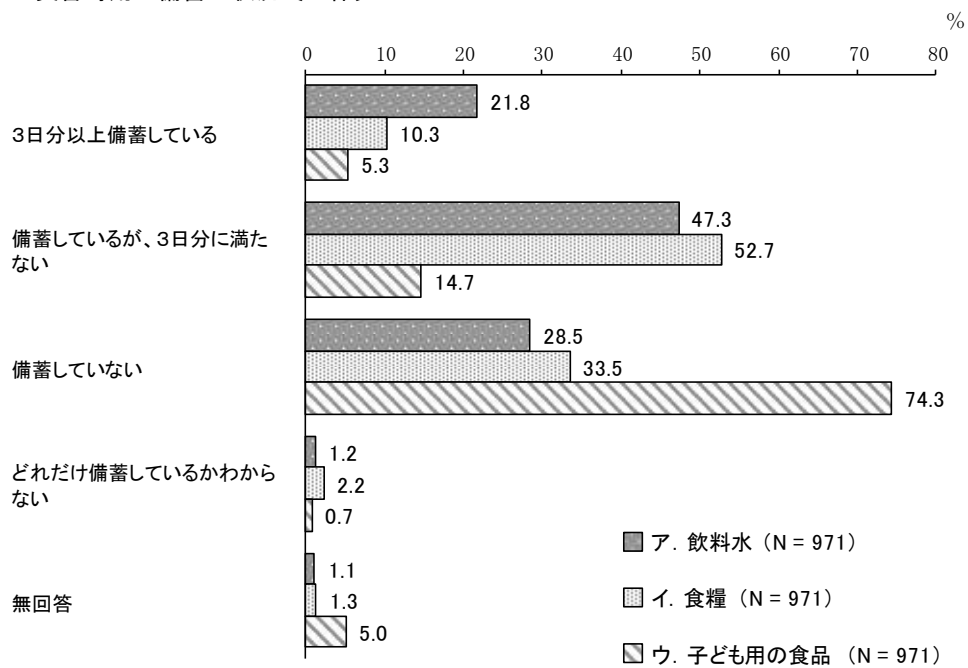


問 16 お子さんの家庭では、災害に備えて、食糧や飲料水を備蓄していますか？

(○はあてはまるものすべて)

飲料水、食糧は「備蓄しているが、3日分に満たない」の割合が最も高く、子ども用の食品は「備蓄していない」の割合が最も高くなっています。
 飲料水、食糧、子ども用の食品のうち、「3日以上備蓄している」の割合が最も高かったのは飲料水で21.8%となっています。

図 16-1 災害時用の備蓄の状況〔全体〕



飲料水 : 1人1日3リットルが目安
 食糧 : カンパン、缶詰、レトルト食品など
 子ども用の食品 : 粉ミルク、離乳食(ベビーフード)など

ウ. 子ども用の食品（粉ミルク、離乳食（ベビーフード）など）

年齢別でみると、0歳の子どものいる家庭で「3日以上備蓄している」の割合が高くなっています。

表 16 子ども用の食品の備蓄の状況〔年齢別〕

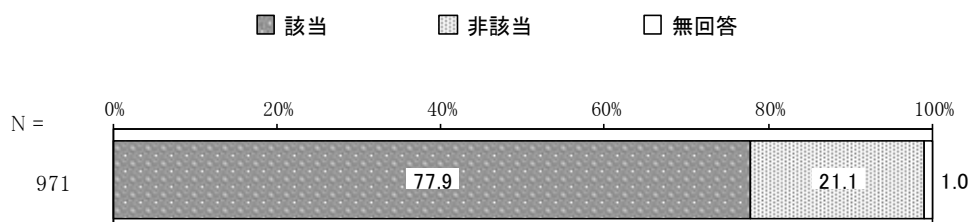
単位：％

区分	有効回答数（件）	3日以上備蓄している	備蓄しているが、3日分に満たない	備蓄していない	どれだけ備蓄しているかわからない	無回答
0歳	61	26.2	27.9	41.0	—	4.9
1～2歳	164	6.7	26.2	62.2	2.4	2.4
3～5歳	268	5.6	14.9	75.4	0.4	3.7

★何か1つでも備蓄している家庭

飲料水、食糧、子ども用の食品のうち、何か1つでも備蓄している家庭の割合は77.9%となっています。

図 16-2 何か1つでも備蓄しているか〔全体〕



該 当：問 16 の ア（飲料水）・イ（食糧）・ウ（子ども用の食品）のうち1つでも、「3日以上備蓄している」または「備蓄しているが、3日分に満たない」に○をした家庭

非該当：「該当」「無回答」以外の家庭

無回答：問 16 の ア（飲料水）・イ（食糧）・ウ（子ども用の食品）すべて無回答の家庭

問 17 お子さんは、食事のあいさつをしていますか。（○はあてはまるものすべて）

「その他のあいさつをしている」を選んだ場合は、その内容を記入してください。

「いただきます」のあいさつをしている」が89.7%と最も高く、次いで「ごちそうさま」のあいさつをしている」が88.0%、「食事の感想やねぎらいの言葉（ありがとう、おいしい、など）をかけている」が61.7%となっています。

図 17-1 食事のあいさつの状況〔全体〕（1～15 歳）

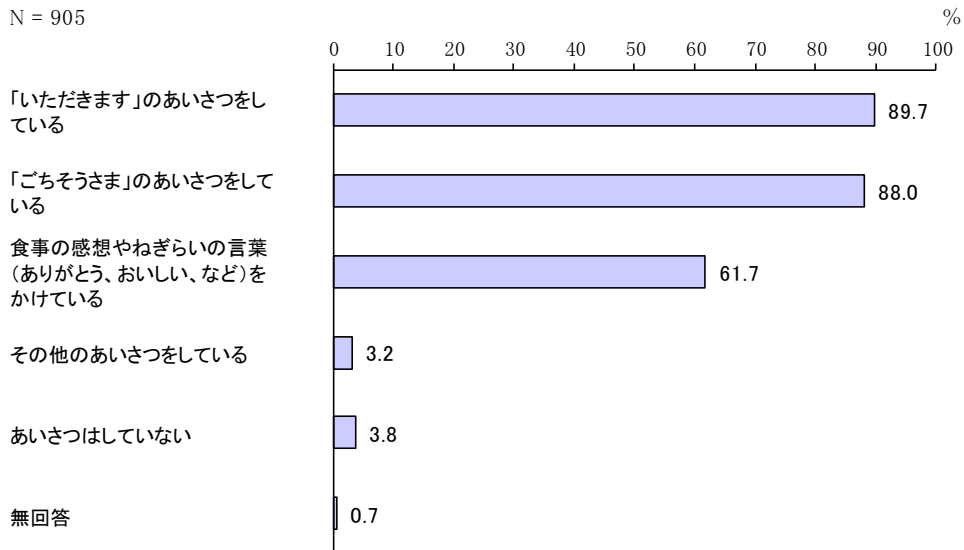


表 17-1 食事のあいさつの内容

項目	件数
感謝の言葉	5
手を合わせるなどの動作	5
料理・味の感想など	4
食事を残した際の言葉	3
親のあいさつを見せる	2
その他	13

計画における数値目標のデータ



食事のあいさつを習慣としている人の割合

- ・ 16 歳未満 87.3%
 <問 17 で「『いただきます』のあいさつをしている」と答えた人の割合（無回答を除く）>

年齢別で見ると、1～5歳、6～15歳ともに「いただきます」のあいさつをしている、「ごちそうさま」のあいさつをしている」が約9割となっています。

表 17-2 食事のあいさつの状況〔年齢別〕

単位：％

区分	有効回答数 (件)	「いただきます」の あいさつをしてい る	「ごちそうさま」の あいさつをしてい る	食事の感想やねぎ らいの言葉(ありが とう、おいしい、な ど)をかけている	その他のあいさつ をしている	あいさつはしてい ない	無回 答
1～5歳	432	88.4	87.7	62.3	3.2	4.4	0.5
6～15歳	473	90.9	88.2	61.1	3.2	3.2	0.8

就園・就学別で見ると、高校生で「あいさつはしていない」の割合が高くなっています。

表 17-3 食事のあいさつの状況〔就園・就学別〕(1～15歳)

単位：％

区分	有効回答数 (件)	「いただきます」の あいさつをしてい る	「ごちそうさま」の あいさつをしてい る	食事の感想やねぎ らいの言葉(ありが とう、おいしい、な ど)をかけている	その他のあいさつ をしている	あいさつはしてい ない	無回 答
保育園・幼稚園児	341	89.4	89.1	63.6	3.8	3.5	0.6
小学生	290	91.4	90.3	63.4	3.1	2.8	0.3
中学生	135	91.9	84.4	60.7	3.0	1.5	2.2
高校生	33	81.8	81.8	39.4	3.0	15.2	—
その他	101	85.1	84.2	59.4	2.0	6.9	—
(参考)H28 高校生*	183	78.7	77.0	36.6	1.1	14.2	2.2

※平成28年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」より

Ⅲ 調査結果

朝食の共食状況別でみると、「いただきます」のあいさつをしている、「ごちそうさま」のあいさつをしている」の割合は、家族と一緒に食べることが週に2日以上の方は約9割、週に1日以下の方は約8割となっています。

表 17-4 食事のあいさつの状況〔朝食の共食状況別〕(1～15歳)

単位：%

区分	有効回答数(件)	「いただきます」のあいさつをしている	「ごちそうさま」のあいさつをしている	食事の感想やねぎらいの言葉(ありがとう、おいしい、など)をかけている	その他のあいさつをしている	あいさつはしていない	無回答
ほとんど毎日家族と一緒に食べる	610	91.3	88.0	63.0	3.0	3.1	0.7
週に4～5日家族と一緒に食べる	102	86.3	88.2	58.8	3.9	3.9	—
週に2～3日家族と一緒に食べる	101	90.1	91.1	58.4	3.0	2.0	1.0
週に1日程度家族と一緒に食べる	33	78.8	81.8	51.5	6.1	9.1	—
ほとんど家族と一緒に食べない	56	83.9	83.9	64.3	3.6	10.7	1.8

夕食の共食状況別でみると、ほとんど毎日家族と一緒に食べる人は「いただきます」のあいさつをしている、「ごちそうさま」のあいさつをしている」の割合が高くなっています。

表 17-5 食事のあいさつの状況〔夕食の共食状況別〕(1～15歳)

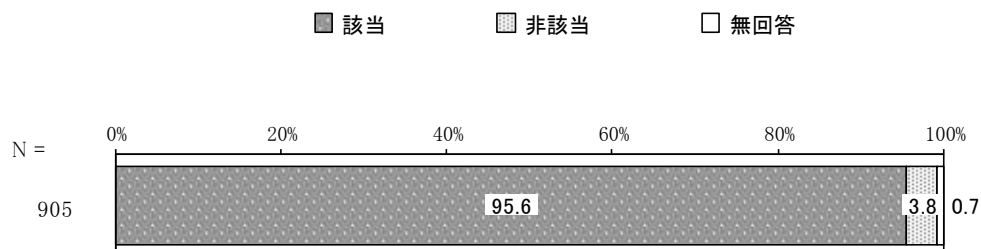
単位：%

区分	有効回答数(件)	「いただきます」のあいさつをしている	「ごちそうさま」のあいさつをしている	食事の感想やねぎらいの言葉(ありがとう、おいしい、など)をかけている	その他のあいさつをしている	あいさつはしていない	無回答
ほとんど毎日家族と一緒に食べる	747	91.3	89.3	63.5	3.3	2.9	0.4
週に4～5日家族と一緒に食べる	89	87.6	84.3	53.9	3.4	4.5	1.1
週に2～3日家族と一緒に食べる	53	81.1	84.9	56.6	1.9	3.8	3.8
週に1日程度家族と一緒に食べる	4	100.0	100.0	75.0	—	—	—
ほとんど家族と一緒に食べない	10	30.0	30.0	20.0	—	60.0	—

★何らかの食事のあいさつをしている人

何らかの食事のあいさつをしている人の割合は 95.6%となっています。

図 17-2 何らかの食事のあいさつをしているか〔全体〕(1~15 歳)



該 当：「『いただきます』のあいさつをしている」「『ごちそうさま』のあいさつをしている」「食事の感想やねぎらいの言葉をかけている」「その他のあいさつをしている」のいずれか1つ以上に○をした人

非該当：「あいさつはしていない」に○をした人

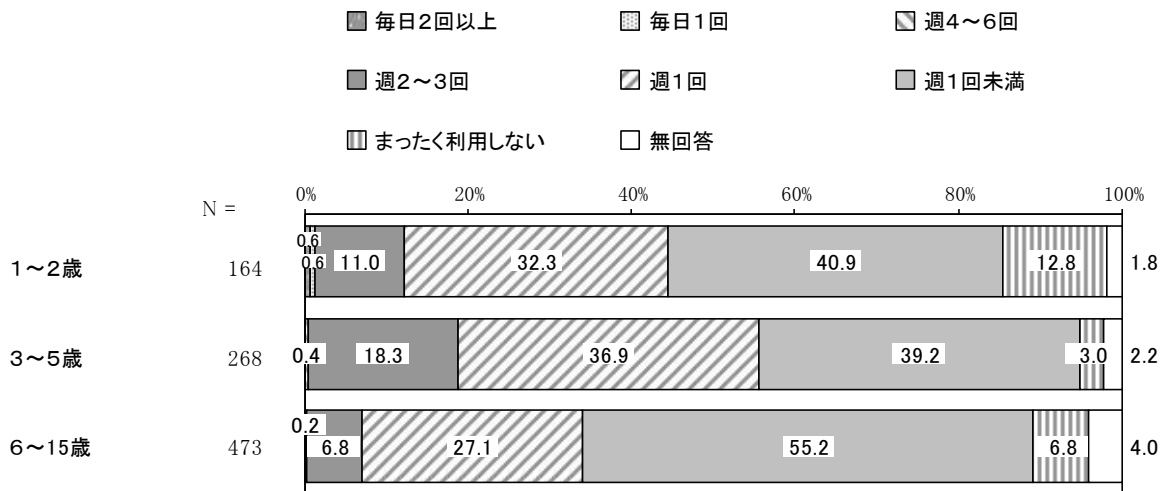
無回答：問 17 が無回答の人

問 18 【1歳以上のお子さんの保護者のみお答えください】

お子さんは、外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか。（〇は1つだけ）

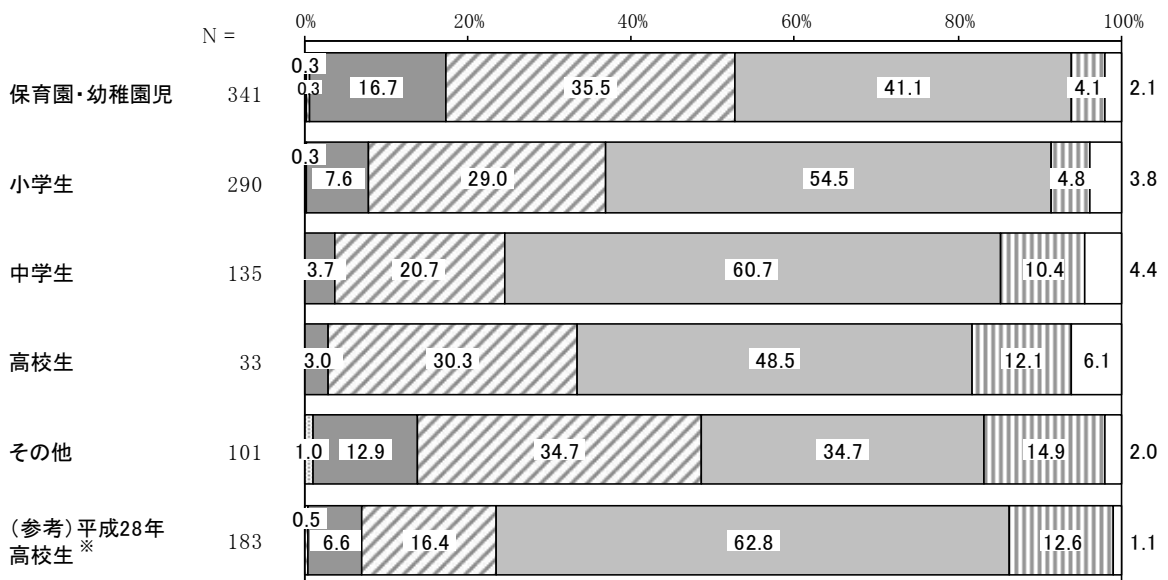
年齢別でみると、6～15歳で「週1回未満」の割合が高くなっています。

図 18-1 外食の利用頻度〔年齢別〕



就園・就学別でみると、中学生で「週1回未満」の割合が高くなっています。

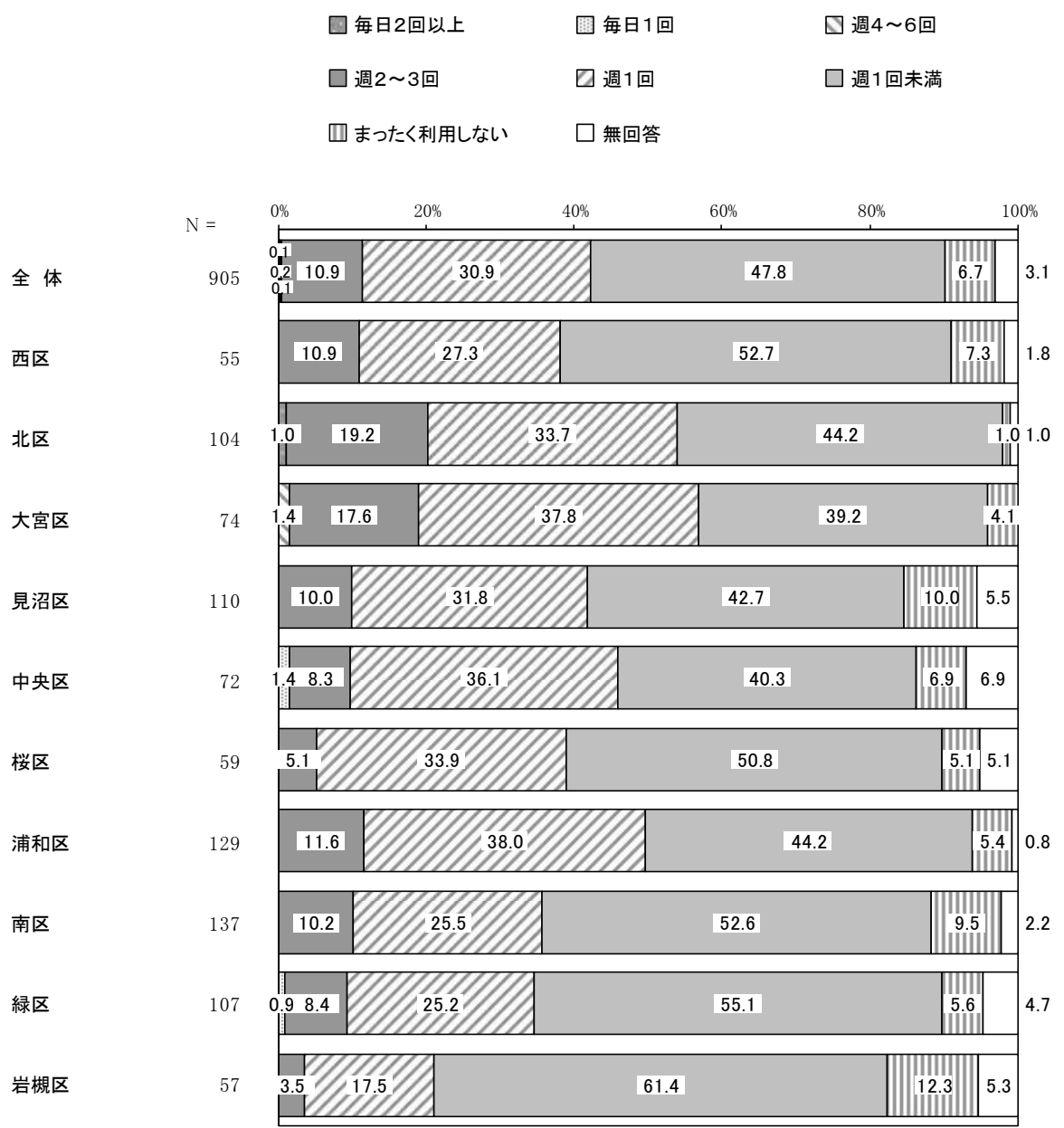
図 18-2 外食の利用頻度〔就園・就学別〕



※平成 28 年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」より

全体では、「週1回未満」が47.8%と最も高く、次いで「週1回」が30.9%、「週2～3回」が10.9%となっています。
 居住区別でみると、岩槻区で「週1回未満」の割合が、大宮区、中央区、浦和区で「週1回」の割合が高くなっています。

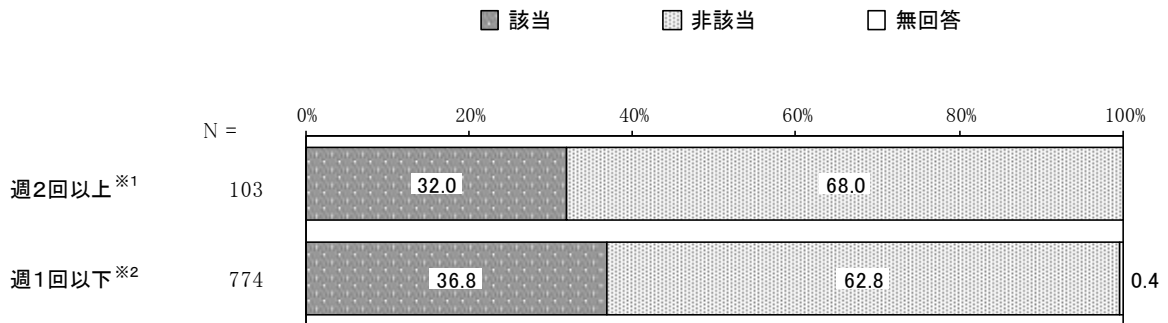
図 18-3 外食の利用頻度〔全体、居住区別〕



Ⅲ 調査結果

外食の利用頻度別に、毎日、三食野菜を食べているかをみると、週1回以下で「該当」の割合が高くなっています。

図 18-4 毎日三食野菜を食べているか〔外食の利用頻度別〕



※1 「毎日2回以上」「毎日1回」「週4~6回」「週2~3回」と回答した人の合計

※2 「週1回」「週1回未満」「まったく利用しない」と回答した人の合計

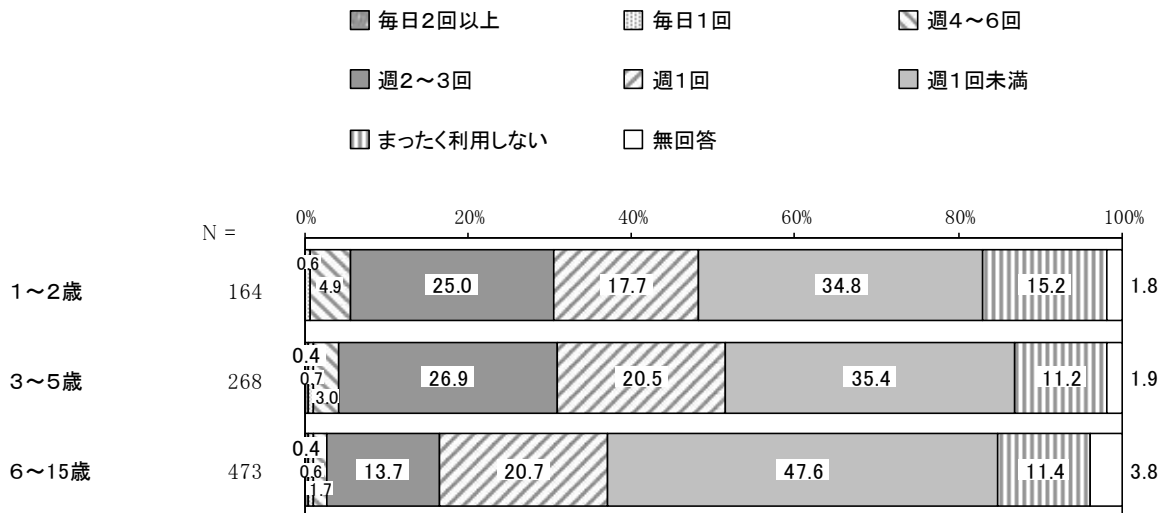
該 当：問 10 で、朝食・昼食・夕食すべて「ほぼ毎日野菜を食べている」に○をした人
 非該当：「該当」「無回答」以外の人
 無回答：問 10 で、朝食・昼食・夕食のうち1つでも無回答がある人

問 19 【1歳以上のお子さんの保護者のみお答えください】

お子さんは、市販の弁当や惣菜をどのくらい利用していますか。（〇は1つだけ）

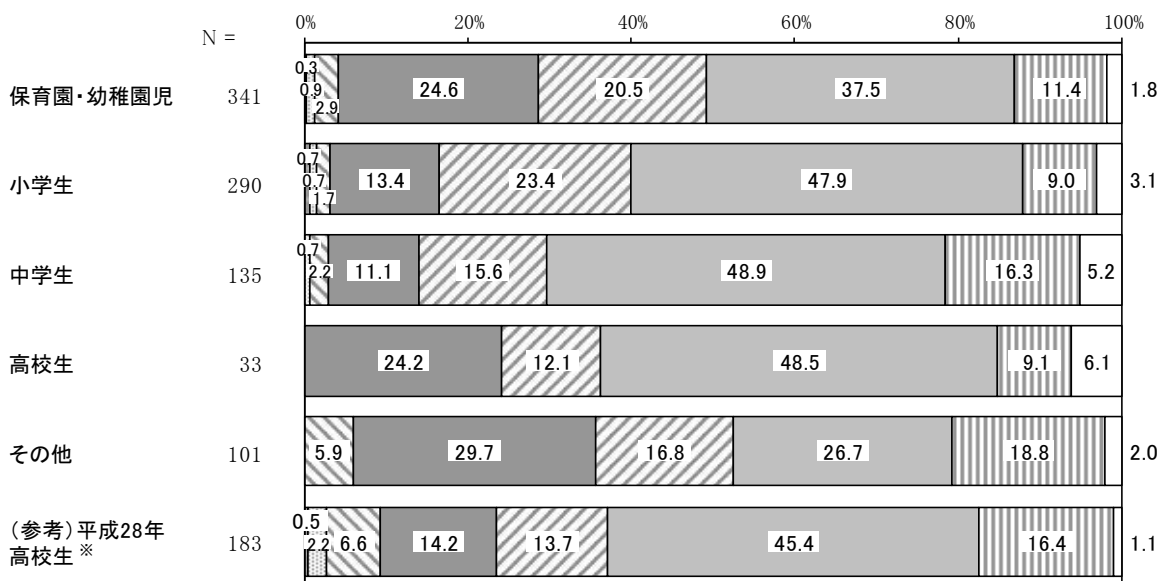
年齢別でみると、6～15歳で「週1回未満」の割合が高くなっています。

図 19-1 市販の弁当や惣菜の利用頻度〔年齢別〕



就園・就学別でみると、保育園・幼稚園児、高校生で「週2～3回」の割合が、小学生で「週1回」の割合が高くなっています。また、中学生で「まったく利用しない」の割合が高くなっています。

図 19-2 市販の弁当や惣菜の利用頻度〔就園・就学別〕

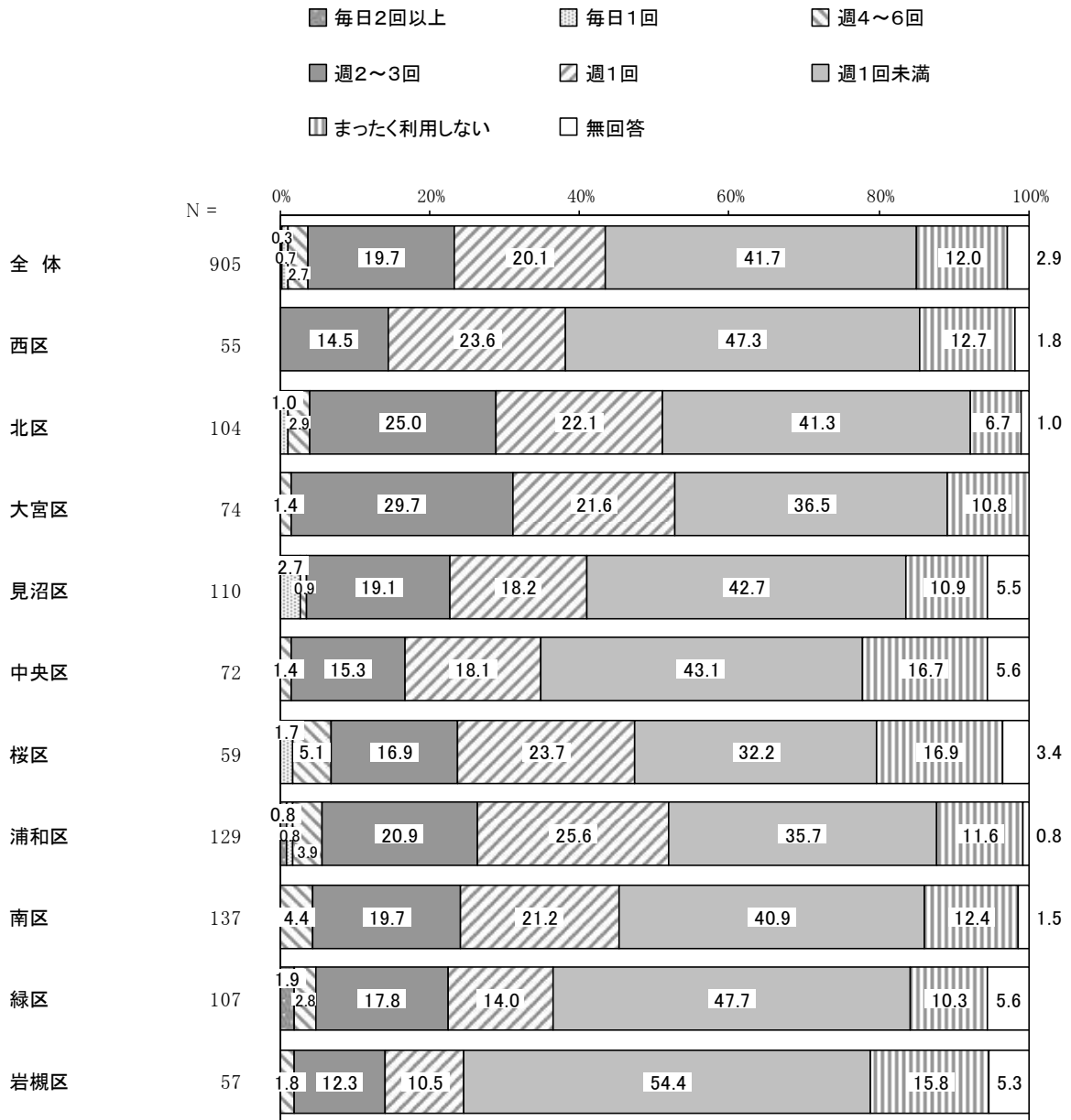


※平成 28 年実施「さいたま市健康づくり及び食育についての調査」より

Ⅲ 調査結果

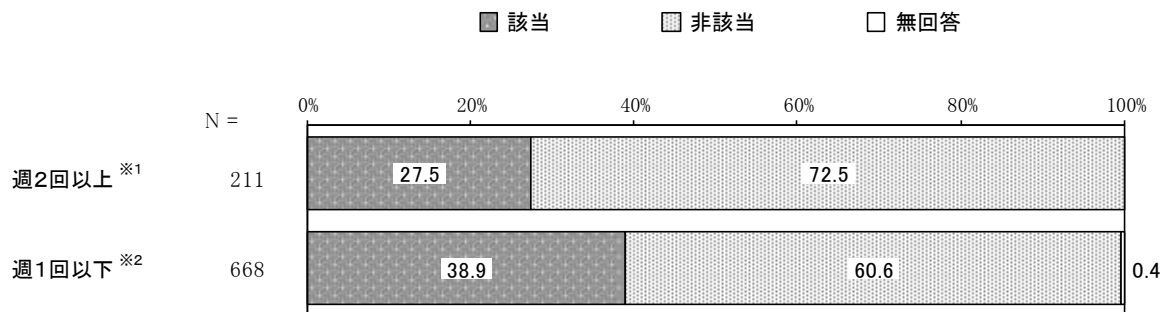
全体では、「週1回未満」が41.7%と最も高く、次いで「週1回」が20.1%、「週2～3回」が19.7%となっています。
 居住区別でみると、岩槻区で「週1回未満」の割合が高くなっています。

図 19-3 市販の弁当や惣菜の利用頻度〔全体、居住区別〕



市販の弁当や惣菜の利用頻度別に、毎日、三食野菜を食べているかをみると、週1回以下で「該当」の割合が高くなっています。

図 19-4 毎日、三食野菜を食べているか〔市販の弁当や惣菜の利用頻度別〕



※1 「毎日2回以上」「毎日1回」「週4~6回」「週2~3回」と回答した人の合計

※2 「週1回」「週1回未満」「まったく利用しない」と回答した人の合計

該当：問10で、朝食・昼食・夕食すべて「ほぼ毎日野菜を食べている」に○をした人
 非該当：「該当」「無回答」以外の人
 無回答：問10で、朝食・昼食・夕食のうち1つでも無回答がある人

IV 使用した調査票

さいたま市食育についての調査

ご協力をお願い

さいたま市では平成 25 年 3 月に「第 2 次さいたま市食育推進計画」を策定し、食育を通して市民の心と身体の健康と豊かな人間性、自然への感謝の気持ちを育むことを目指し、取り組んでいるところです。
この調査は、皆様の食生活をお聞きし、計画における目標の達成状況を把握することと、平成 29 年度に予定している「第 2 次さいたま市食育推進計画」の評価及び次期計画の策定の基礎資料とするものです。
この調査にご協力いただくのは、市内にお住まいの 15 歳以下の方から、無作為に選ばせていただいた 1,400 人の方です。
調査は無記名式であり、ご回答いただいた内容は統計的に処理いたしますので、個々の回答やプライバシーに関わる内容を公表したり、他の目的に利用したりすることはありません。
お忙しいところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

平成 29 年 6 月

さいたま市長 清水 勇人

ご記入にあたって

- この調査票は無記名式です。
- 宛名となっているお子さんのことについて、保護者が記入してください。
- 質問ごとにあてはまる回答の番号を選び、その番号を○で囲んでください。数字を記入していただく質問は、 内に数字を記入してください。
- 回答方法は、質問の後の () 内の指示に沿ってください。
- 「その他」にあてはまる場合は、お手数ですが () 内になるべく具体的にその内容を記入してください。
- 質問によっては、回答していただく方が限られる場合がありますので、[] 内の「ことわり書き」をよくお読みください。

記入例
(例) 問 1 お子さんの性別を教えてください。(○は 1 つだけ)
1. 男 女

- 記入が済みました調査票は、お手数ですが、同封の返信用封筒(切手不要、記名不要)に入れ、**平成 29 年 7 月 3 日(月)まで** に郵便ポストへ投函してください。

●この調査についてのお問い合わせは、下記までお願いいたします。
さいたま市 保健福祉局健康増進課 TEL 048-829-1294
FAX 048-829-1967



くすべて保護者が記入してください。>

問 1 この調査票の記入者はどなたですか。(○は 1 つだけ)

1. 母 2. 父 3. 祖父母 4. その他

問 2 お子さんの性別を教えてください。(○は 1 つだけ)

1. 男性 2. 女性

問 3 お子さんの年齢を教えてください。(数字を記入) (平成 29 年 6 月 1 日現在の満年齢)

歳

問 4 お子さんは何区に住んでいますか。(○は 1 つだけ)

1. 西区 3. 大宮区 5. 中央区 7. 浦和区 9. 緑区
2. 北区 4. 貝沼区 6. 桜区 8. 南区 10. 岩槻区

問 5 現在、お子さんは次のどれに当てはまりますか。(○は 1 つだけ)

1. 保育園・幼稚園児 2. 小学生 3. 中学生 4. 高校生 5. その他

問 6 現在、お子さんの家族構成(世帯)は次のどれに当てはまりますか。(○は 1 つだけ)

1. 子どもと親(二世帯同居) 3. その他(1, 2以外)

2. 子どもと親と祖父母(三世帯同居)

問 7 お子さんの身長と体重を教えてください。(数字を記入)

身長 cm 体重 kg

問 8 お子さんの普段の起床・就寝時刻は次のどれに当てはまりますか。
(○は起床時刻・就寝時刻いずれも、平日、休日それぞれに 1 つずつ)

	起床時刻		就寝時刻	
	平日	休日	平日	休日
午前 6 時前	1	1	午後 8 時前	1
午前 6 時台	2	2	午後 8 時台	2
午前 7 時台	3	3	午後 9 時台	3
午前 8 時台	4	4	午後 10 時台	4
午前 9 時台	5	5	午後 11 時台	5
午前 10 時以降	6	6	深夜 12 時以降	6
起床時刻は決まっていない	7	7	就寝時刻は決まっていない	7

問9 お子さんは、朝食・昼食・夕食を食べていますか。(○はア、イ、ウそれぞれに1つずつ)

	ほとんど毎日 食べている	ときどき食べない ことが多い (週3・4日食べる)	ほとんど 食べないことが多い (週2日以下)
ア. 朝食	1	2	3
イ. 昼食	1	2	3
ウ. 夕食	1	2	3

問10 お子さんは、朝食・昼食・夕食に野菜を食べていますか。

(○はア、イ、ウそれぞれに1つずつ)

※野菜を一口でも食べている。また野菜ジュースでも、「食べている」とします。

	ほぼ毎日野菜を 食べている	週に3〜4回 野菜を食べている	野菜はほとんど 食べていない
ア. 朝食	1	2	3
イ. 昼食	1	2	3
ウ. 夕食	1	2	3

問11 お子さんは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べていることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(○は1つだけ)

※「主食」とは…米、パン、めん類などの穀類
「主菜」とは…魚や肉、卵、大豆製品などを使った中心となる料理
「副菜」とは…野菜などを使った料理

1. ほとんど毎日食べる	3. 週に2〜3日食べる
2. 週に4〜5日食べる	4. ほとんど食べない

問12 お子さんは、ふだんゆっくりよりたくさん食べていますか。(○は1つだけ)

1. ゆっくりよりたくさん食べている	4. ゆっくりよりたくさん食べていない
2. どちらかといえばゆっくりよりたくさん食べている	5. どちらかといえばゆっくりよりたくさん食べていない

問13 お子さんは、噛み方、味わい方といった食べ方に違いがありますか。(○は1つだけ)

1. 関心がある	4. 関心がない
2. どちらかといえば関心がある	5. わからない
3. どちらかといえば関心がない	

問14 お子さんは、朝食・夕食を家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか。

(○はア、イそれぞれに1つずつ)

	ほとんど毎日 食べる	週に4〜5日 食べる	週に2〜3日 食べる	週に1日程度 食べる	ほとんど 食べない
ア. 朝食	1	2	3	4	5
イ. 夕食	1	2	3	4	5

問15 箸の持ち方や食器の並べ方など、食事の行儀作法について、お子さんに伝えてありますか。(○は1つだけ)

1. 伝えている	3. あまり伝えていない
2. ときどき伝えている	4. 伝えていない

問16 お子さんの家庭では、災害に備えて、食糧や飲料水を備蓄していますか？(○はあてはまるものすべて)

	3日以上 備蓄している	備蓄している が、3日分 満たない	備蓄して いない	どれだけ備蓄 しているか わからない
ア. 飲料水 (1人1日3リットルが目安)	1	2	3	4
イ. 食糧 (カンパン、缶詰、レトルト食品など)	1	2	3	4
ウ. 子ども用の食品 (粉ミルク、離乳食(ベビーフード)など)	1	2	3	4

問17 お子さんは、食事のあいさつをしていますか。(○はあてはまるものすべて)
「4. その他のあいさつをしている」を選んだ場合は、その内容を記入してください。

1. 「いただきます」のあいさつをしている
2. 「ごちそうさま」のあいさつをしている
3. 食事の感想やねぎらいの言葉(ありがとう、おいしい、など)をかけている
4. その他のあいさつをしている (あいさつの内容：)
5. あいさつはしていません

問18 【1歳以上のお子さんの保護者のお答えください】

お子さんは、外食(飲食店での食事)をどのくらい利用していますか。(○は1つだけ)

1. 毎日2回以上	4. 週2〜3回	7. まったく利用しない
2. 毎日1回	5. 週1回	
3. 週4〜6回	6. 週1回未満	

問19 【1歳以上のお子さんの保護者のお答えください】

お子さんは、市販の弁当や惣菜をどのくらい利用していますか。(○は1つだけ)

1. 毎日2回以上	4. 週2〜3回	7. まったく利用しない
2. 毎日1回	5. 週1回	
3. 週4〜6回	6. 週1回未満	

以上でアンケートは終了です。最後までご協力いただき、ありがとうございました。
集計結果は、後日、さいたま市の食に関するポータルサイト「さいたま市食育ナビ」
に掲載する予定です。 → <http://www.saitamacity-shokujiku.jp/>

記入が済みましたら調査票は、同封の返信用封筒(切手不要、記名不要)に入れ、
平成29年7月3日(月)までに、郵便ポストへ投入してください。

さいたま市 食育についての調査
結果報告書

平成30年（2018年）2月発行

さいたま市保健福祉局保健部健康増進課
〒330-9588 さいたま市浦和区常盤6丁目4番4号
電話 048-829-1294 FAX 048-829-1967



この食育についての調査結果報告書は 250 部作成し、1 部当たりの印刷費用は、162 円（概算）です。