

食育アンケートの結果を報告します

市では、平成21年に「福津市食育推進計画」を策定してどのくらい食育が進んだのか、3年に1度アンケート調査を行っています。

平成25年度にアンケートを実施した結果について、その一部を紹介します。皆さんはどのように感じますか？福津市の現状と自分の現状を照らし合わせてみてください。

【問い合わせ】 市いきいき健康課(ふくとぴあ) ☎0940・34・3351

アンケート調査対象者

	対象者	回答数	回答率
18歳以上の市民	1500人	642人	42.8%
光陵高校2年生	315人	403人	91.4%
水産高校2年生	126人		
市内中学2年生	473人	451人	95.3%
市内小学5年生	491人	477人	97.1%
乳幼児保護者	500人	255人	51.0%

アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。今回の紙面でお知らせできるのは、ごくわずかです。詳しい内容については、アンケートの集計分析結果を市ホームページやいきいき健康課窓口でご覧いただけます。

Q:あなたは朝食を食べていますか？

朝食をほとんど食べない、もしくは1週間に2~3日程度食べる人の割合(食育推進計画指標8)

	基準値 H19年度	H22年度	中間 目標値	H25年度	目標値 H28年度
小学5年生	4.4%	3.5%	3%	3.8%	0%
中学2年生	6.8%	5.3%	5%	4.2%	
高校2年生	14.7%	17.5%	13%	12.4%	
男性18~20歳	37.0%	38.1%	30%	39.1%	15%
女性18~20歳	21.1%	16.7%	18%	21.1%	
男性30歳代	18.3%	20.0%	17%	18.9%	

3~6歳児の保護者にも尋ねました。

	H22年度	H25年度
3歳~6歳児	3.5%	2.4%

朝ごはんは1日の始まりの大切なエネルギー源です。特に体や脳を作る時期には3食をきちんと食べることでホルモンのバランスも整い、丈夫な体を作られ、生涯を通して健康な体を維持することに繋がります。欠食することは、単に1食分のエネルギーが入ってこないというだけではありません。

アンケート結果から、これから出産や育児を担っていく世代の欠食が増えていることが分かります。朝食の大切さについて考えてみましょう。



※ は悪くなっている項目

Q:食事の際「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを必ずする人の割合(食育推進計画指標13)

	基準値 H19年度	H22年度	中間 目標値	H25年度	目標値 H28年度
3~6歳児	68.0%	68.4%	80%	68.6%	90%
小学5年生	63.2%	66.8%	70%	67.5%	90%
中学2年生	44.8%	59.5%	60%	53.0%	80%
高校2年生	35.1%	42.9%	50%	44.2%	70%
18歳以上	54.8%	55.3%	60%	54.2%	70%

※ は悪くなっている項目

福津市では、3~6歳の幼児の時期にも約3割の子どもが「いただきます」「ごちそうさま」を言わない時があります。両親が忙しいなど、家庭の事情もあると思いますが、小さな頃の習慣は大人になっても残ります。

また、幼児のいる家庭だけでなく、皆さんは外食する時などに「いただきます」「ごちそうさま」を忘れていませんか？周囲の大人がお手本になることも大切です。作ってくれた人に感謝する、命を頂くことに感謝する。そんな感謝の気持ちを持つことも食育の一つです。



「食べること」「食育」に関する中学生・高校生の自由意見の抜粋

【中学生】

- ・「いただきます」「ごちそうさま」は、元は生きていたお肉や野菜に感謝を伝えるための言葉だと思う。
- ・朝ごはん、昼ごはん、夜ごはんはしっかり食べた方がいいと思う。だって頭もまわらないと思うから。
- ・自然の恵みを感じながら食べると、さらに食べ物がおいしく感じると思う。
- ・「地産地消」はとても良いこと。自分の住んでいる地域で生産されるものをあまり知らないことに気付いた。
- ・食べ物によって幸せを感じる。

【高校生】

- ・食事のことを振り返ってみて自分の食事バランスが悪かったと思ったので、少しでも改善できればと思う。
- ・食事は家族や友達などと一緒に食べるともっとおいしくなると思う。
- ・分かってないことが多かった。
- ・生きているからには食べることは絶対なので、それを楽しむことは大事だと思う。
- ・もっと料理について知りたい。
- ・食事は感謝をして食べる。「いただきます」を必ず言う。



食育意識調査の結果を受けて



福津市食育推進会議会長
福岡女子大学
水元 芳 准教授

福津市の食育意識調査(食育アンケート)に関わらせていただいています。食育推進条例が制定された平成22年度のアンケート結果では、食育推進活動の指標が大きく動き、福津市民の食育に対する意識や行動の変化が確認されました。平成25年度調査では、平成22年度の結果からは大きな変化は見られず維持している状態でしたが、自由記載の内容に大きな変化がありました。それまで主流であった、「食育は誰がすべきか、どのようなことが重要か」といった意見から、「幅広い年齢層を巻き込んでいかに食育を楽しむか」の提案が多くなりました。楽しいことは継続できる！「楽しむ」「続ける」をスローガンとした新しいタイプの食育モデルの構築ができそうで楽しみです。