

# 奈良市「食育」に関する意識調査 集計結果



## 目次

I 調査の概要	
1 調査の目的	5
2 調査対象及び回収結果	5
II 調査結果 <一般市民>	
1 回答者属性	7
2 「食育」と「食生活」について	10
(1) 「食育」の認知度	10
(2) 「食育」への関心	10
(3) 「食育」について心がけていること	11
(4) 「食育」の情報源	14
(5) 「食育」の重点施策	17
(6) 次世代に伝えたいこと	18
(7) 朝食の摂取状況	19
(8) 主食・主菜・副菜の摂取状況	24
(9) 野菜料理の摂取状況	29
(10) 外食の利用状況	31
(11) 調理済み食品の利用状況	33
(12) 自分で料理を作るかどうか	36
(13) 共食の状況	39
(14) 食生活の問題点	43
(15) 食事や食材で重視する点	47
(16) 食事の際のあいさつ	49
3 地産地消・食文化について	52
(1) 「地産地消」の認知度	52
(2) 「地産地消」の推進に必要なこと	53
(3) 食文化や郷土料理・伝統食への関心	54
(4) 奈良の郷土料理・伝統食の認知度	54
(5) 行事食を食べる習慣	55
(6) 農業体験の有無	58
4 食の安全性について	59
(1) 食の安全性に関する知識	59
(2) 食に対する不安	59
(3) 食の安全性について身につけたい知識	61

### Ⅲ 調査結果 <小中学生>

(1) 学年・性別	63
(2) 起床・就寝時間	64
(3) 朝食の摂取状況と食べない理由	66
(4) 朝食によく食べるもの、野菜の摂取状況	69
(5) 夕食の時間	71
(6) 誰と食事をするか(朝食・夕食)	72
(7) 食事のあいさつ	74
(8) 食事の手伝いと内容	77
(9) 好き嫌いの有無・嫌いなものを食べるかどうか	79
(10) 体のだるさや疲れやすさ、イライラを感じるか	80
(11) 食事が楽しい時	85
(12) 自分だけで料理を作るか	86
(13) 夜食を食べるか・よく食べる夜食	88
(14) 将来一人での生活に必要なこと	90
(15) 食べ残しをもったいないと思うか	91
(16) 食事について家の人から言われること	92