

食育に関することについて

□調査期間

令和8年2月2日～2月13日

□調査の趣旨

食育に関することについて、皆様のご意見をお聞きます。

□対象者数

1,541 人(令和8年2月2日現在)

□回答者数

977 人

□回答率

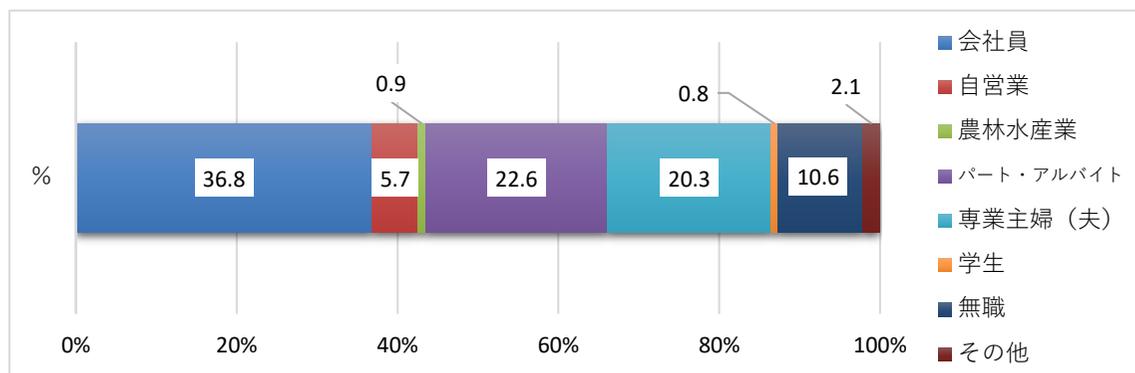
63.4 %

(図および表中の比率は、少数点第2位を四捨五入して表示しています。したがって、内訳を合計しても100%に合致しない場合があります。)

【Q1】まずは、モニター情報を教えてください。

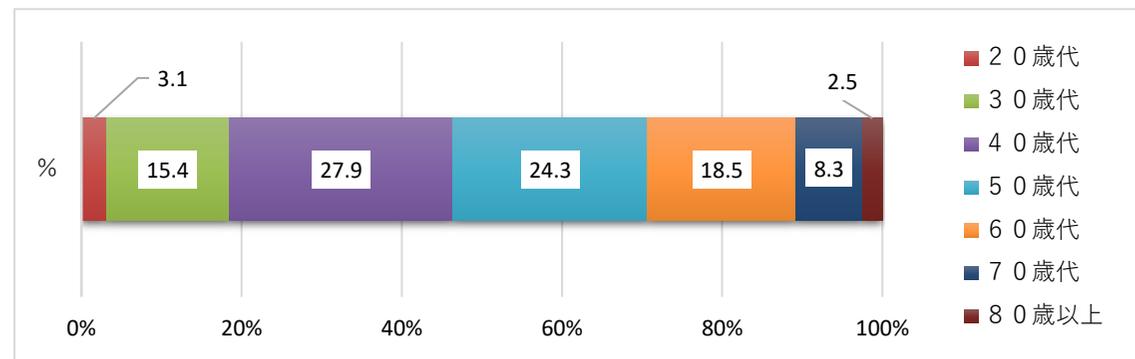
【職業】

内訳	人数	%
会社員	360	36.8
自営業	56	5.7
農林水産業	9	0.9
パート・アルバイト	221	22.6
専業主婦(夫)	198	20.3
学生	8	0.8
無職	104	10.6
その他	21	2.1
合計	977	99.8



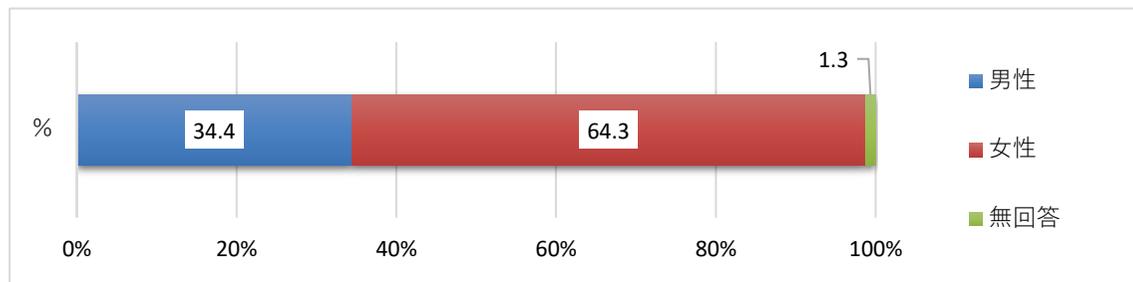
【年齢】

内訳	人数	%
10歳代	1	0.1
20歳代	30	3.1
30歳代	150	15.4
40歳代	273	27.9
50歳代	237	24.3
60歳代	181	18.5
70歳代	81	8.3
80歳以上	24	2.5
合計	977	100.1



【性別】

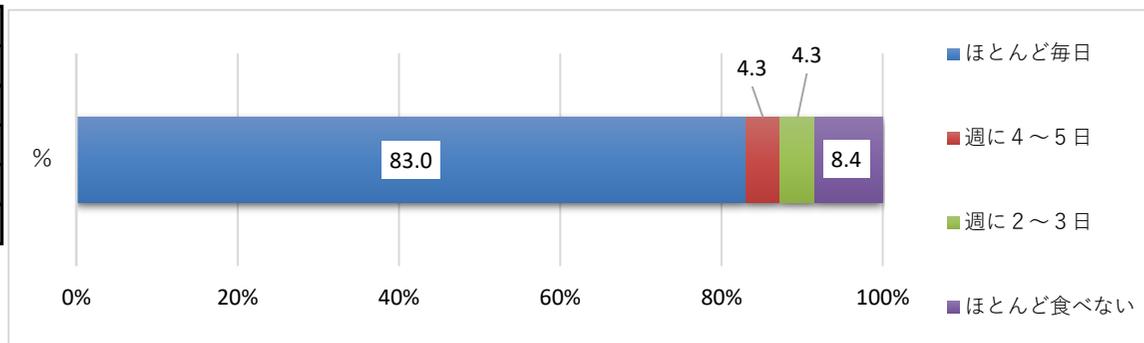
内訳	人数	%
男性	336	34.4
女性	628	64.3
無回答	13	1.3
合計	977	100.0



【Q2】あなたは、普段朝食を食べますか？（ひとつだけ選択）

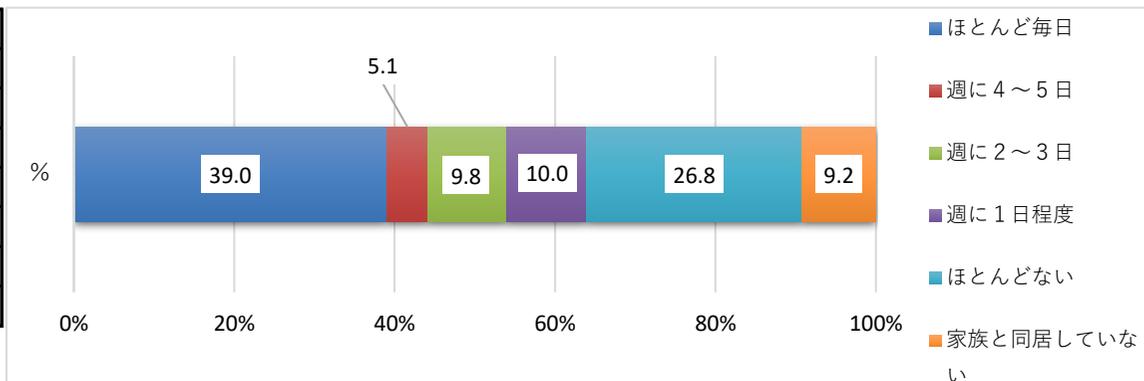
※「朝食を食べる」とは、エネルギー源となる食べ物、飲み物を飲食した場合の事をいい、砂糖・ミネラルを加えないお茶類（日本茶・コーヒー・紅茶など）、水及び錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラルしかとらない場合は、「朝食を食べた」ことにはなりません。

内訳	人数	%
ほとんど毎日	811	83.0
週に4～5日	42	4.3
週に2～3日	42	4.3
ほとんど食べない	82	8.4
合計	977	100.0



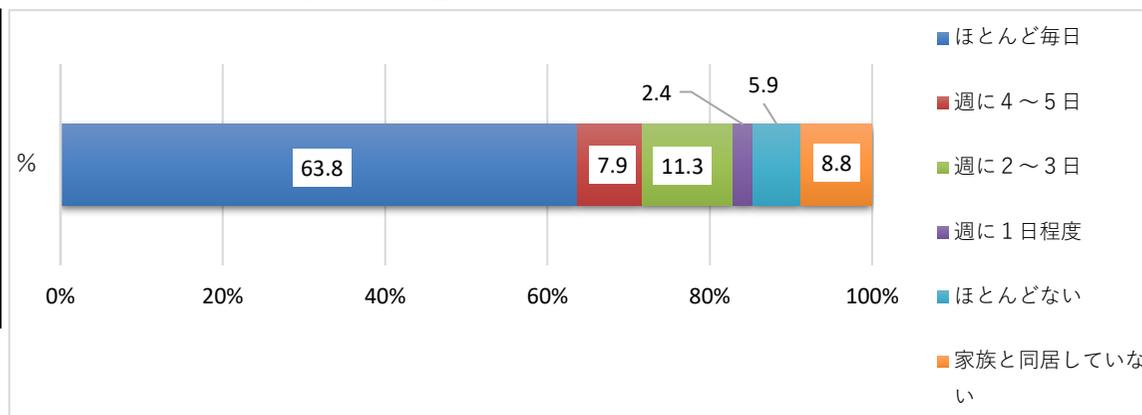
【Q3】あなたが、朝食を同居している家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
ほとんど毎日	381	39.0
週に4～5日	50	5.1
週に2～3日	96	9.8
週に1日程度	98	10.0
ほとんどない	262	26.8
家族と同居していない	90	9.2
合計	977	99.9



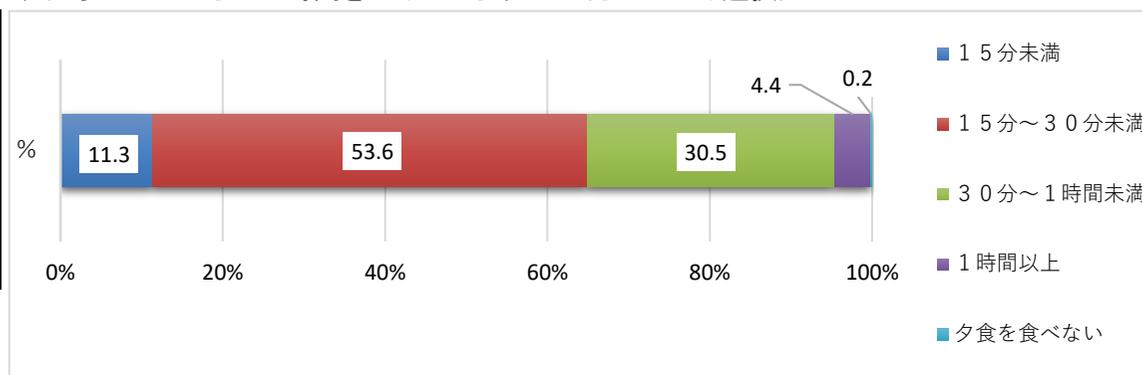
【Q4】あなたが、夕食を同居している家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
ほとんど毎日	623	63.8
週に4～5日	77	7.9
週に2～3日	110	11.3
週に1日程度	23	2.4
ほとんどない	58	5.9
家族と同居していない	86	8.8
合計	977	100.1



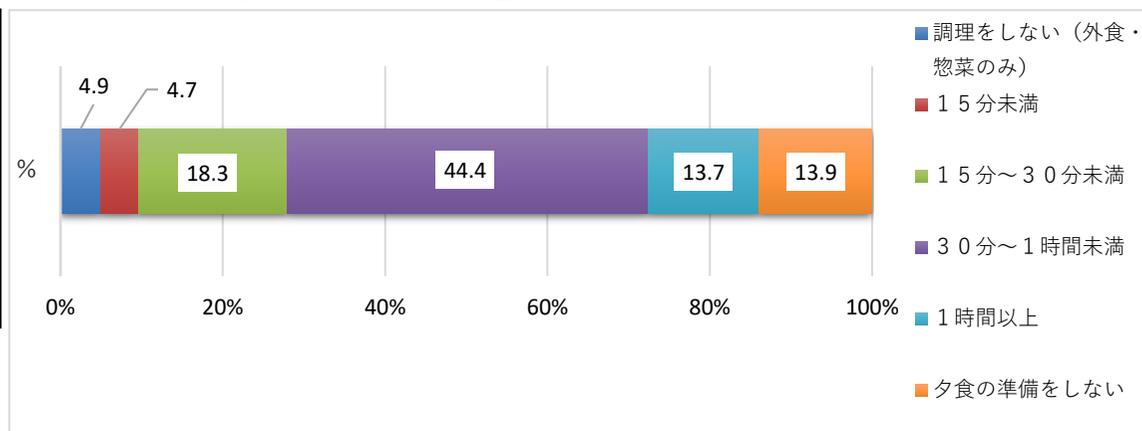
【Q5】あなたは、普段の夕食の食事そのもの(食べている時間)に、平均してどのくらいの時間をかけていますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
15分未満	110	11.3
15分～30分未満	524	53.6
30分～1時間未満	298	30.5
1時間以上	43	4.4
夕食を食べない	2	0.2
合計	977	100.0



【Q6】あなたは、普段の夕食の準備(調理)に、平均してどのくらいの時間をかけていますか？(ひとつだけ選択)

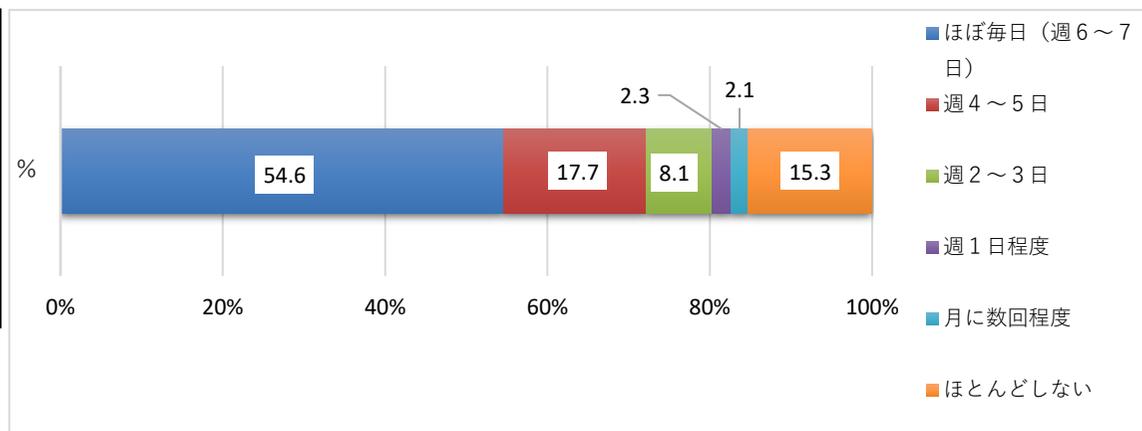
内訳	人数	%
調理をしない(外食・惣菜のみ)	48	4.9
15分未満	46	4.7
15分～30分未満	179	18.3
30分～1時間未満	434	44.4
1時間以上	134	13.7
夕食の準備をしない	136	13.9
合計	977	99.9



【Q7】あなたは、週に何日くらい夕食を自炊(調理)していますか？(ひとつだけ選択)

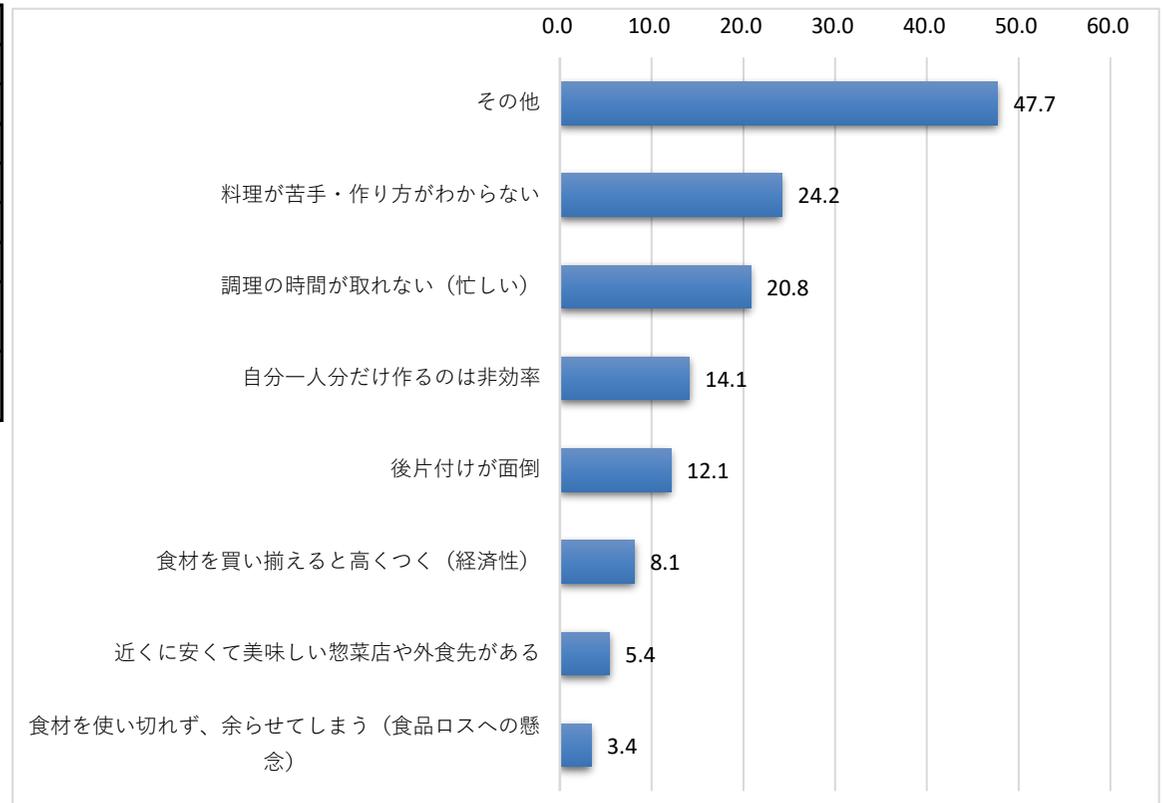
※「自炊(調理)」とは「本格調理(生鮮食品(肉・魚・野菜)から包丁を使って作る。)」や「半調理(下処理済みの食材や、ミールキット(カット野菜付)を活用する。)」のことを指します。簡易調理「冷凍食品やレトルトを加熱したり、和えたりする程度。」非調理「お惣菜や弁当の盛り付けのみ、または外食。」は含みません。

内訳	人数	%
ほぼ毎日(週6～7日)	533	54.6
週4～5日	173	17.7
週2～3日	79	8.1
週1日程度	22	2.3
月に数回程度	21	2.1
ほとんどしない	149	15.3
合計	977	100.1



【Q8】Q7で「ほとんどしない」と回答した方にお聞きします。あなたが、自炊をしない理由は何ですか。(あてはまるもの全て選択)(対象149人)

内訳	人数	%
その他	71	47.7
料理が苦手・作り方がわからない	36	24.2
調理の時間が取れない(忙しい)	31	20.8
自分一人分だけ作るのは非効率	21	14.1
後片付けが面倒	18	12.1
食材を買い揃えると高くつく(経済性)	12	8.1
近くに安くて美味しい惣菜店や外食先がある	8	5.4
食材を使い切れず、余らせてしまう(食品ロスへの懸念)	5	3.4



【Q8-1】その他(対象71人)

- 家族が作ってくれるから。(同様内容を、66名が回答)
- ダイエット食なのでメニューが特殊。
- 簡易調理
- 食の宅配を利用してるから。
- 身体が不自由
- 夕飯時は仕事なので。

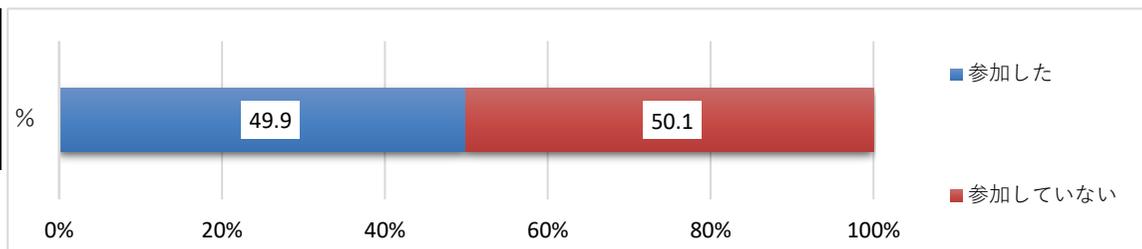
【Q9】あなたは、地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等の機会があれば、参加したいと思いますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
とてもそう思う	104	10.6
そう思う	255	26.1
どちらともいえない	246	25.2
あまりそう思わない	218	22.3
全くそう思わない	154	15.8
合計	977	100.0



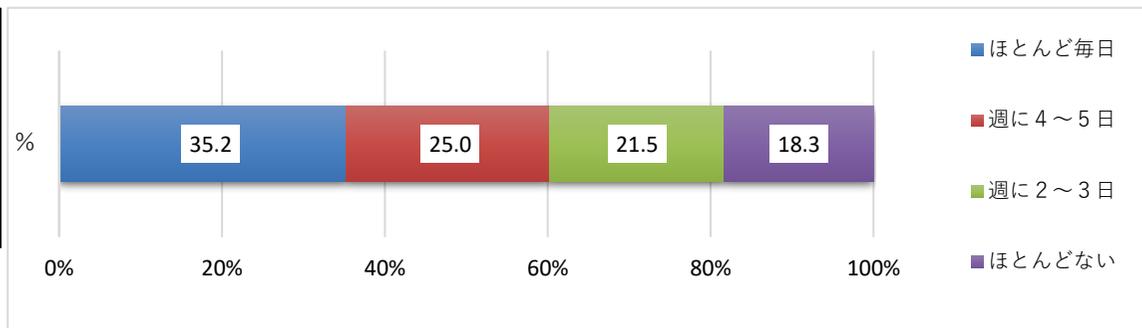
【Q10】Q9で「とてもそう思う」「そう思う」と回答した方にお聞きします。あなたは、過去1年間に、地域や所属コミュニティでの食事会等に参加しましたか？（ひとつだけ選択）（対象359人）

内訳	人数	%
参加した	179	49.9
参加していない	180	50.1
合計	359	100.0



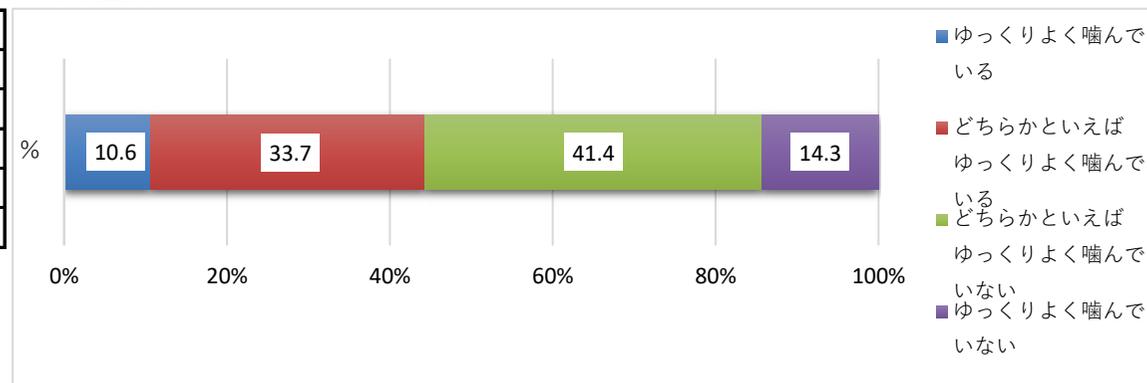
【Q11】あなたが、主食（ごはん・パン・麺など）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理）・副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
ほとんど毎日	344	35.2
週に4～5日	244	25.0
週に2～3日	210	21.5
ほとんどない	179	18.3
合計	977	100.0



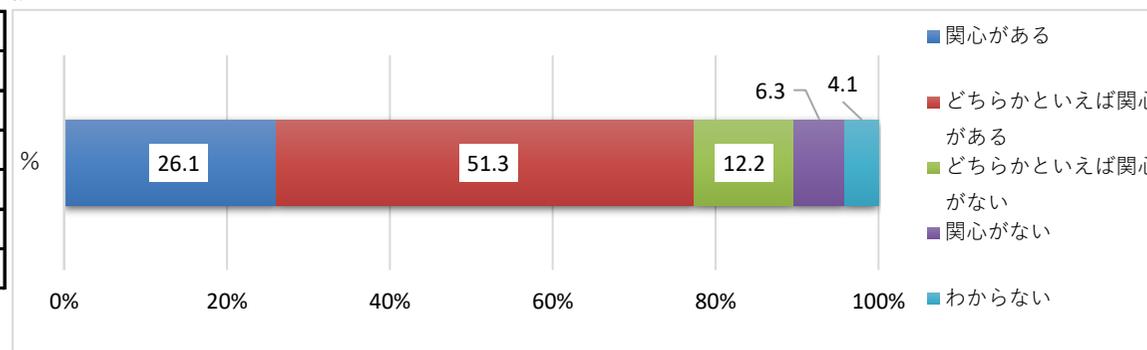
【Q12】あなたは、普段ゆっくりよく噛んで食べていますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
ゆっくりよく噛んでいる	104	10.6
どちらかといえばゆっくりよく噛んでいる	329	33.7
どちらかといえばゆっくりよく噛んでいない	404	41.4
ゆっくりよく噛んでいない	140	14.3
合計	977	100.0



【Q13】あなたは、「食育」に関心がありますか？（ひとつだけ選択）

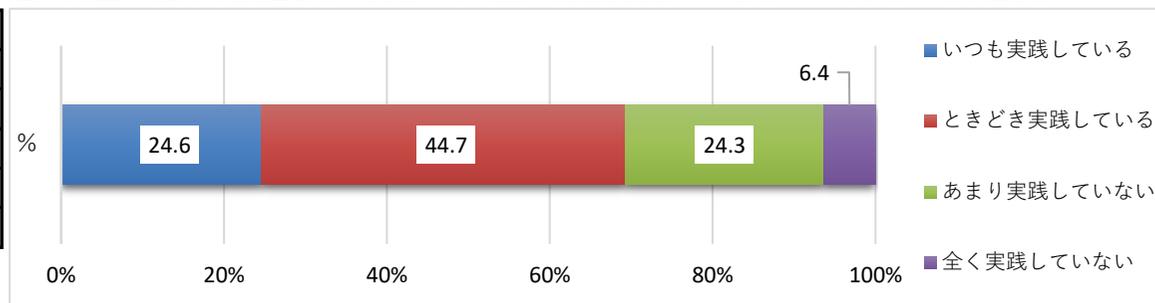
内訳	人数	%
関心がある	255	26.1
どちらかといえば関心がある	501	51.3
どちらかといえば関心がない	119	12.2
関心がない	62	6.3
わからない	40	4.1
合計	977	100.0



※食育は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、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。その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

【Q14】あなたは、生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していますか？（ひとつだけ選択）

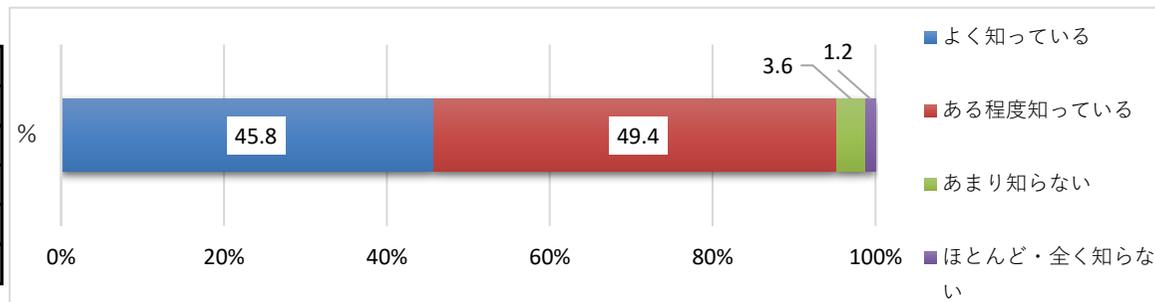
内訳	人数	%
いつも実践している	240	24.6
ときどき実践している	437	44.7
あまり実践していない	237	24.3
全く実践していない	63	6.4
合計	977	100.0



【Q15】あなたは食品ロスという問題を知っていますか？（ひとつだけ選択）

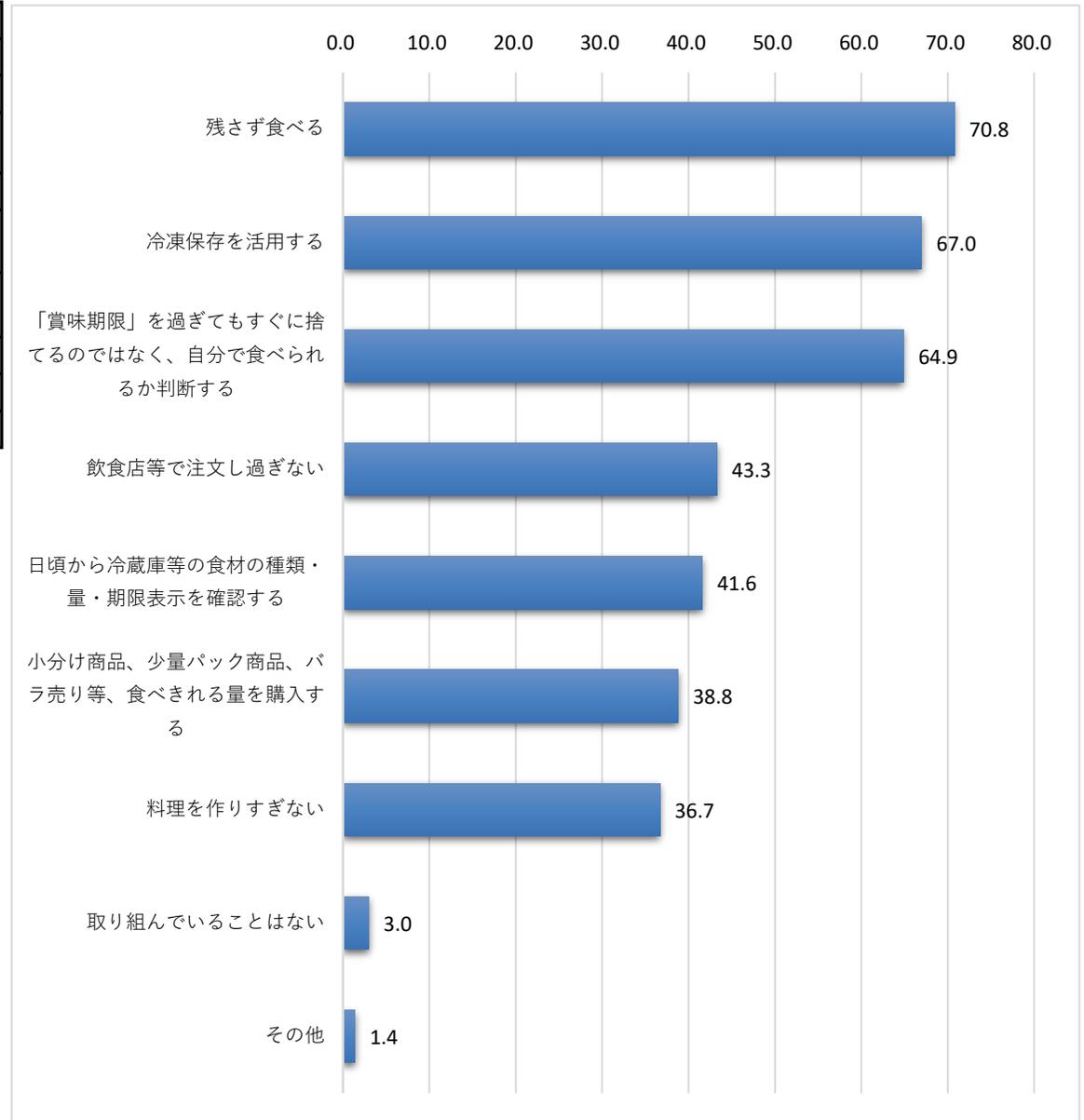
※日本では年間約2,232万トンの食品廃棄物が排出されています。このうち、食べられるのに廃棄される食品（食品ロス）は約464万トンとなっており、大きな問題となっています。

内訳	人数	%
よく知っている	447	45.8
ある程度知っている	483	49.4
あまり知らない	35	3.6
ほとんど・全く知らない	12	1.2
合計	977	100.0



【Q16】食品ロスを軽減するために取り組んでいることはありますか。当てはまるもの全てをお選びください。(あてはまるもの全て選択)

内訳	人数	%
残さず食べる	692	70.8
冷凍保存を活用する	655	67.0
「賞味期限」を過ぎててもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する	634	64.9
飲食店等で注文し過ぎない	423	43.3
日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する	406	41.6
小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べきれる量を購入する	379	38.8
料理を作りすぎない	359	36.7
取り組んでいることはない	29	3.0
その他	14	1.4

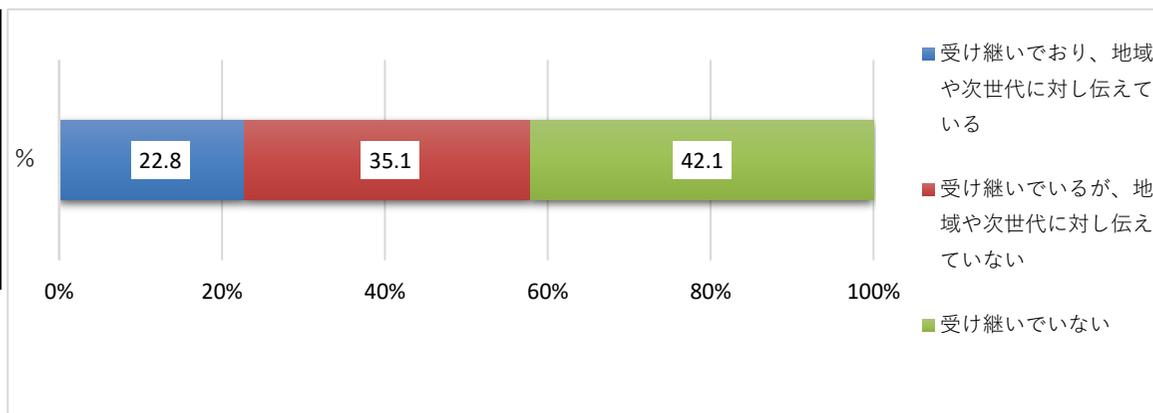


【Q16-1】その他(対象14人)

- 地域産の食料を買う、値引きされた賞味期限間近の食品を買って調理する工夫をする。
- 1週間に一回冷蔵庫の食材使い切って翌週の副菜を作りリセットして買い物に行く。
- スーパーで賞味期限が近いものから買うようにする。
- スーパーの見切り品を優先的に買う。
- スーパーの半額シールを買ったり手前取りをしたりしています。
- すぐ使うものは賞味期限近いものを買う。
- 家で消費出来ない物があればフードドライブなどに持っていき廃棄することのないようにしている。買い物する際も買いすぎないようにしている。
- 基本自宅で食品を廃棄することは無いです。食品ロスって家庭より流通過程、コンビニ・スーパー、飲食業界が大半なのは？
- 期限ギリの安売り品を買う。
- 献立を立てて必要な分だけ買っている。
- 見切り品をなるべく買うようにしている。
- 見切り品を買う。
- 同居人がしてくれている事です。私は、あまり、食事の段取りをしません。
- 買い物時に必ず手前取りをする。

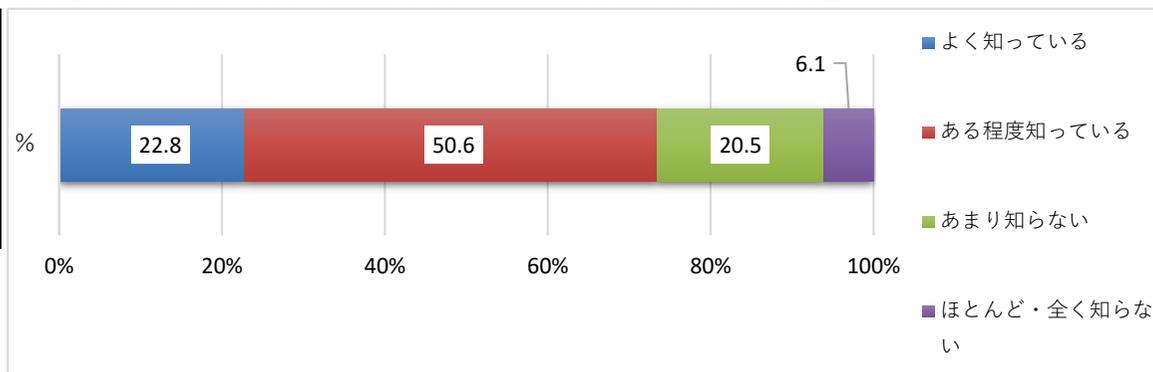
【Q17】あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継ぎ、地域や次世代(子供や孫を含む)に対し伝えていますか？(ひとつだけ選択)

内訳	人数	%
受け継いでおり、地域や次世代に対し伝えている	223	22.8
受け継いでいるが、地域や次世代に対し伝えていない	343	35.1
受け継いでいない	411	42.1
合計	977	100.0



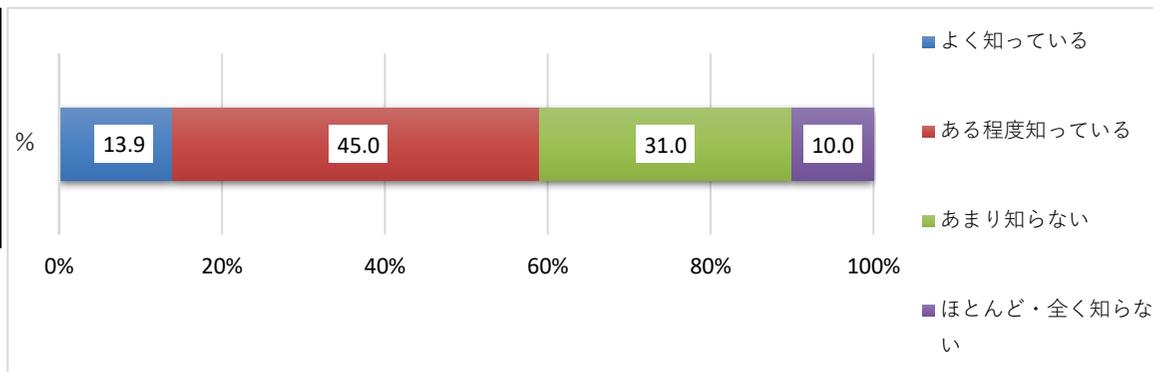
【Q18】あなたは、和歌山市で多く生産されている農産物や水産物(布引大根、新生姜や足赤エビなど)を知っていますか。(ひとつだけ選択)

内訳	人数	%
よく知っている	223	22.8
ある程度知っている	494	50.6
あまり知らない	200	20.5
ほとんど・全く知らない	60	6.1
合計	977	100.0



【Q19】あなたは、和歌山市で多く生産されている農産物や水産物(布引大根、新生姜や足赤エビなど)がどこで購入できるか知っていますか。(ひとつだけ選択)

内訳	人数	%
よく知っている	136	13.9
ある程度知っている	440	45.0
あまり知らない	303	31.0
ほとんど・全く知らない	98	10.0
合計	977	99.9



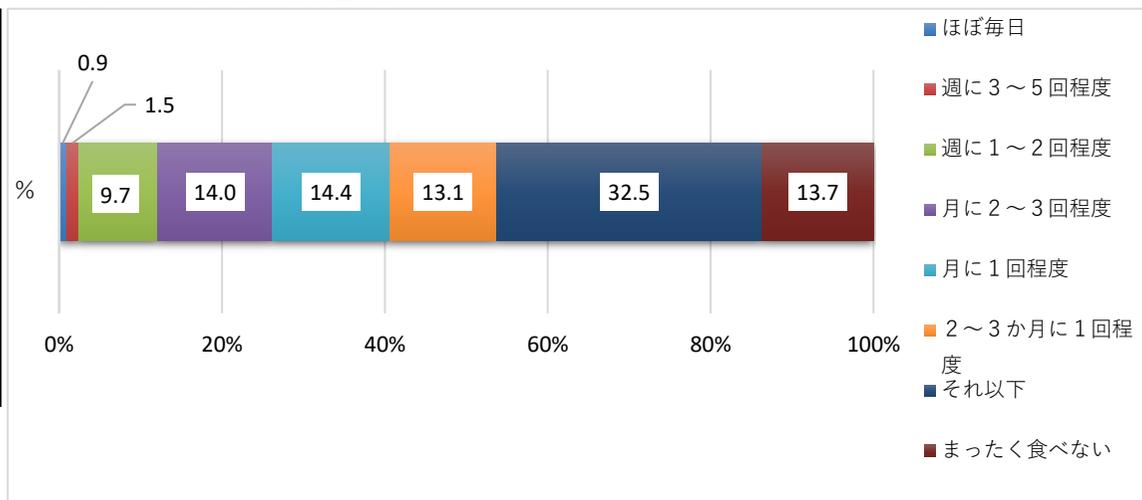
【Q20】あなたは、和歌山市立の小学校で、市産農産物がどの程度使われているか知っていますか。(ひとつだけ選択)

内訳	人数	%
よく知っている	42	4.3
ある程度知っている	153	15.7
あまり知らない	410	42.0
ほとんど・全く知らない	372	38.1
合計	977	100.1



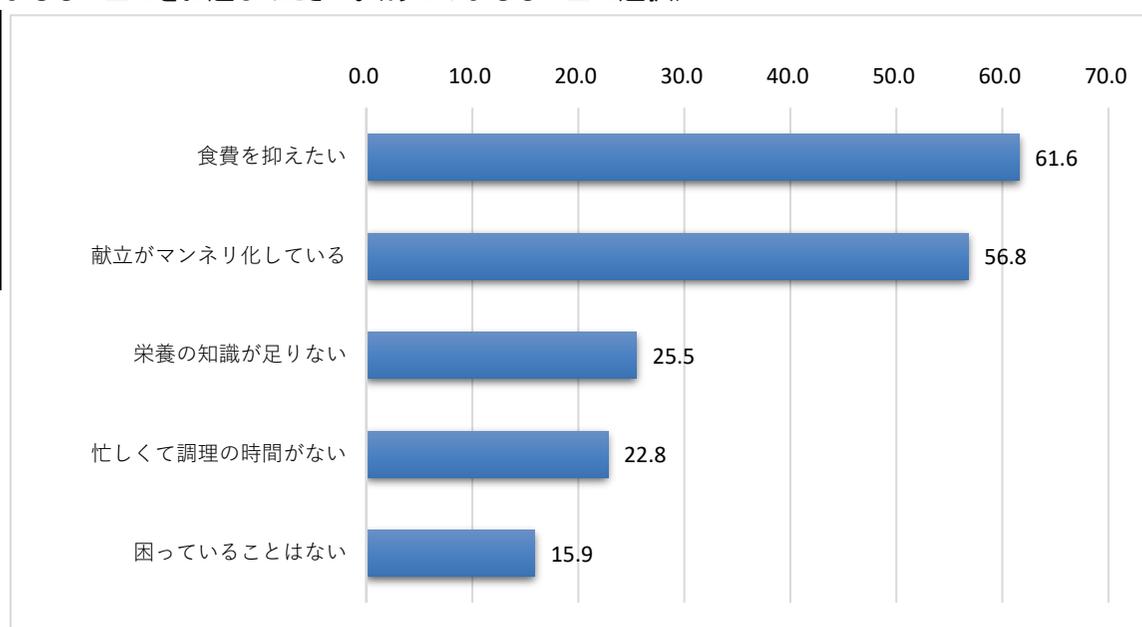
【Q21】あなたは、郷土料理や伝統料理をどのくらいの頻度で食べていますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
ほぼ毎日	9	0.9
週に3～5回程度	15	1.5
週に1～2回程度	95	9.7
月に2～3回程度	137	14.0
月に1回程度	141	14.4
2～3か月に1回程度	128	13.1
それ以下	318	32.5
まったく食べない	134	13.7
合計	977	99.8



【Q22】あなたが食生活で困っていることはありますか。当てはまるもの全てをお選びください。（あてはまるもの全て選択）

内訳	人数	%
食費を抑えたい	602	61.6
献立がマンネリ化している	555	56.8
栄養の知識が足りない	249	25.5
忙しくて調理の時間がない	223	22.8
困っていることはない	155	15.9
その他	25	2.6

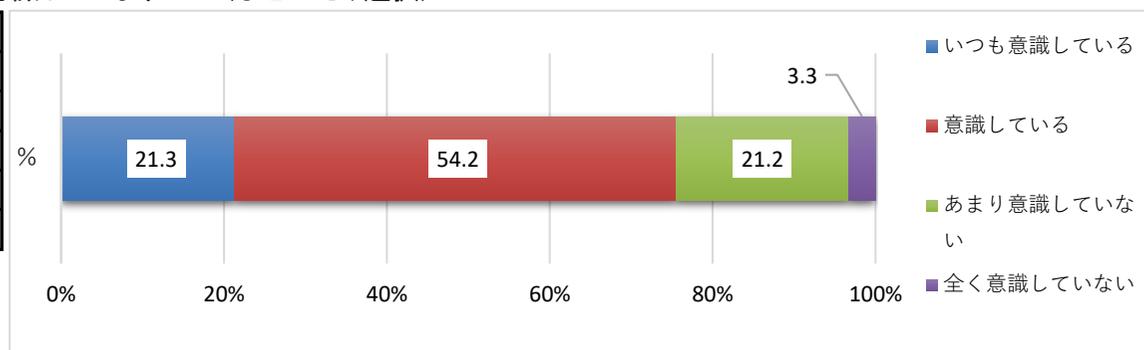


【Q22-1】その他(対象25人)

- 家族が作ってくれた食事を信頼して頂いています。
- めんどくさい。
- 一人暮らしで、どうしても食材を使いきれないで残ってしまうことが多くなること。
- 一人暮らしで料理の意義が感じられない。
- 近くにスーパーがない、忙しくて買いに行けない。
- 減塩など健康に気をつけた料理方法がわからない。
- 子どもの適性食事がわからない。食べられる分だけ提供しているが、それが多いのか少ないのかわからない。よく夕飯後にしばらくしてパンを求められる。寝る前は与えたくないが成長期ならいいのかなと思ひ、結局与えているがそれが大丈夫かわからない。
- 私が菜食主義じゃないので、菜食好きな家族と献立がズレる事。
- 準備後片付け洗いが面倒。仕方ないけど。
- 食べ過ぎてしまう。
- 食べ過ぎる。残り物の片付け担当。
- 食材の値段高騰、作るのめんどくさい。
- 食材を買いに行くスーパーが近くにない。
- 食費(食材の値段)高騰。
- 食費を抑えることと健康的な食材を揃えることのバランスを取るのが難しい。
- 痩せない。
- 調理が苦手で、献立を考えるのも苦痛です。
- 買い物がめんどくさい。
- 必要な栄養が現状で、多いのか少ないのか把握できていません。
- 歩きにくいこと。
- 毎日野菜を中心にした体に良い食事作りをしているので、調理や準備に時間がかかる。
- 欲しい食材が手に入りにくい。
- 料理のほとんどを同居人がしてくれていて、私は全く料理の知識や技術が無い事です。
- 料理を 作るのが 面倒になってきました。
- 和歌山特産品が手軽に手に入れられないのが残念。

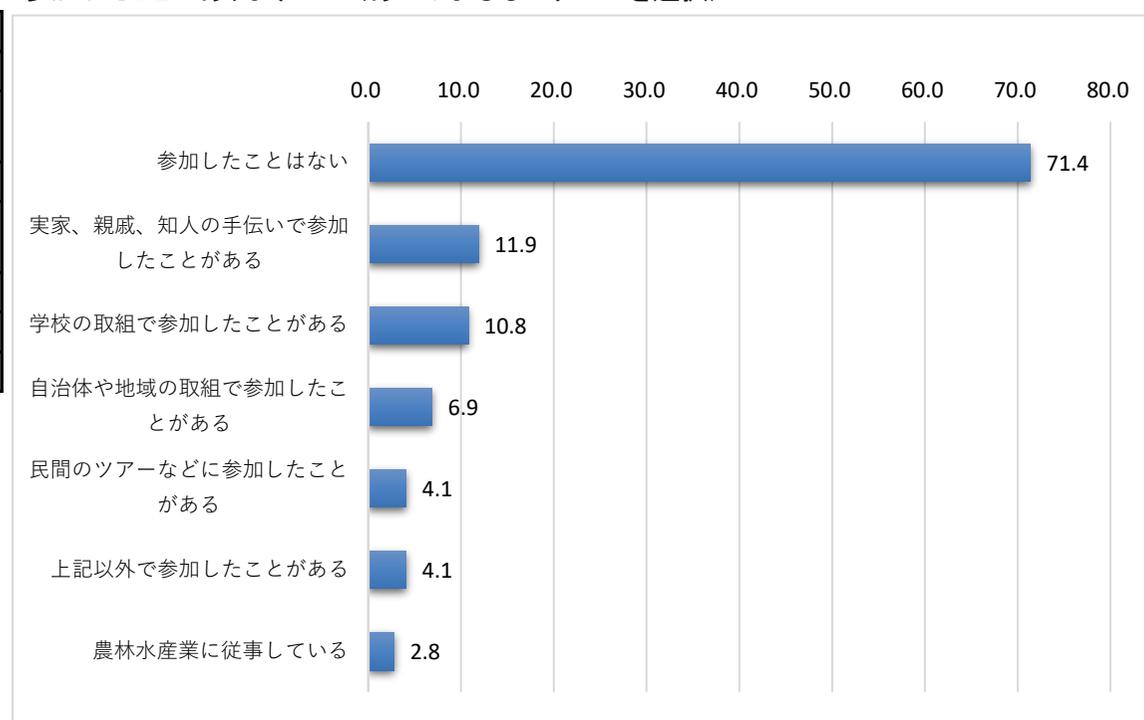
【Q23】あなたは、安全な食生活を送ることについて、どの程度意識していますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
いつも意識している	208	21.3
意識している	530	54.2
あまり意識していない	207	21.2
全く意識していない	32	3.3
合計	977	100.0



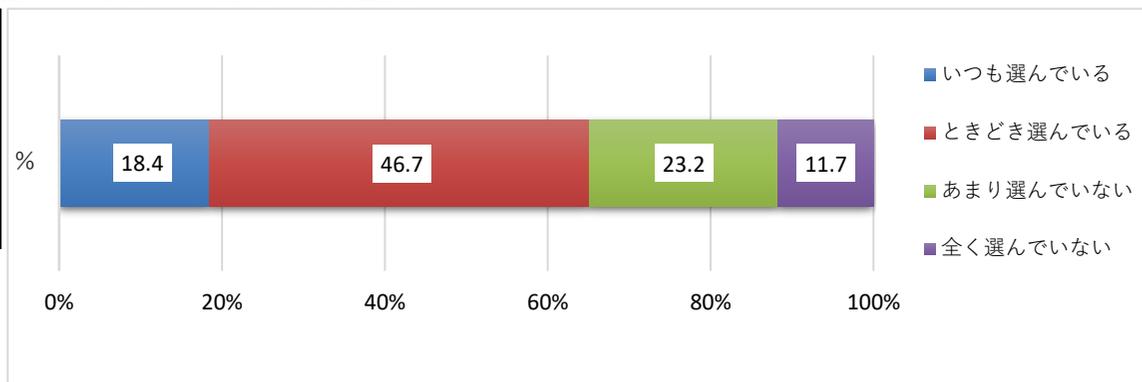
【Q24】これまであなた、又はあなたの家族で、農林水産業体験に参加したことがありますか？（あてはまるものすべてを選択）

内訳	人数	%
参加したことはない	698	71.4
実家、親戚、知人の手伝いで参加したことがある	116	11.9
学校の取組で参加したことがある	106	10.8
自治体や地域の取組で参加したことがある	67	6.9
民間のツアーなどに参加したことがある	40	4.1
上記以外で参加したことがある	40	4.1
農林水産業に従事している	27	2.8



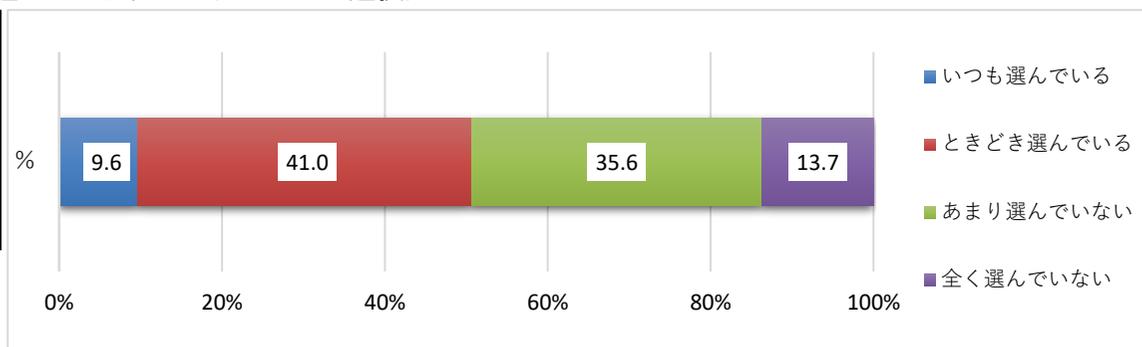
【Q25】あなたは、産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選んでいますか？(ひとつだけ選択)

内訳	人数	%
いつも選んでいる	180	18.4
ときどき選んでいる	456	46.7
あまり選んでいない	227	23.2
全く選んでいない	114	11.7
合計	977	100.0



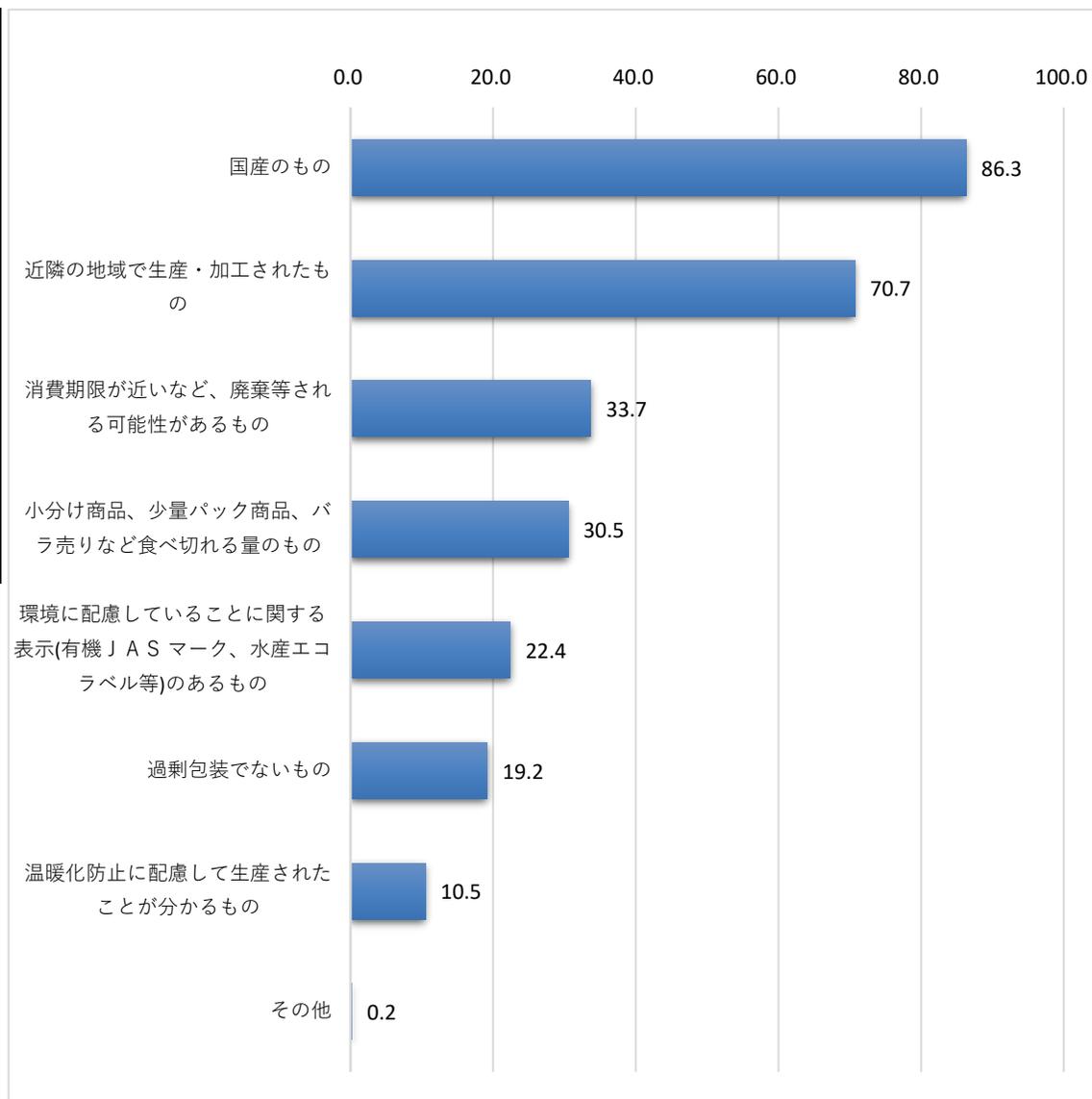
【Q26】あなたは、日頃から環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいますか？(ひとつだけ選択)

内訳	人数	%
いつも選んでいる	94	9.6
ときどき選んでいる	401	41.0
あまり選んでいない	348	35.6
全く選んでいない	134	13.7
合計	977	99.9



【Q27】Q26で「いつも選んでいる」「ときどき選んでいる」と回答された方にお聞きます。どのような環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいますか？(あてはまるものすべて選択)(対象495人)

内訳	人数	%
国産のもの	427	86.3
近隣の地域で生産・加工されたもの	350	70.7
消費期限が近いなど、廃棄等される可能性があるもの	167	33.7
小分け商品、少量パック商品、バラ売りなど食べ切れる量のもの	151	30.5
環境に配慮していることに関する表示(有機JAS マーク、水産エコラベル等)のあるもの	111	22.4
過剰包装でないもの	95	19.2
上記のような具体的な表示はないが、生き物とその生息環境の保全(土壌や水質保全含む)や化石燃料の使用を減らすなど温暖化防止に配慮して生産されたことが分かるもの	52	10.5
その他	1	0.2



【Q27-1】その他(対象1人)

○ 無添加やあまり農薬等の少ないのを選ぶようにしている。

お忙しい中、アンケート調査にご協力いただきありがとうございました。
皆さまからいただきました貴重なご意見を参考にさせていただき、本市の食育に関する施策を推進して参ります。
回答結果につきましては、第4次和歌山市食育推進計画を策定するうえでの資料として活用させていただきたいと考えています。
今後ともご理解とご協力いただきますようお願いいたします。