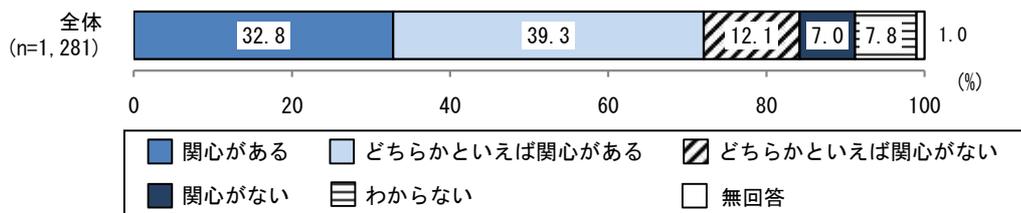


6. 「食育」について

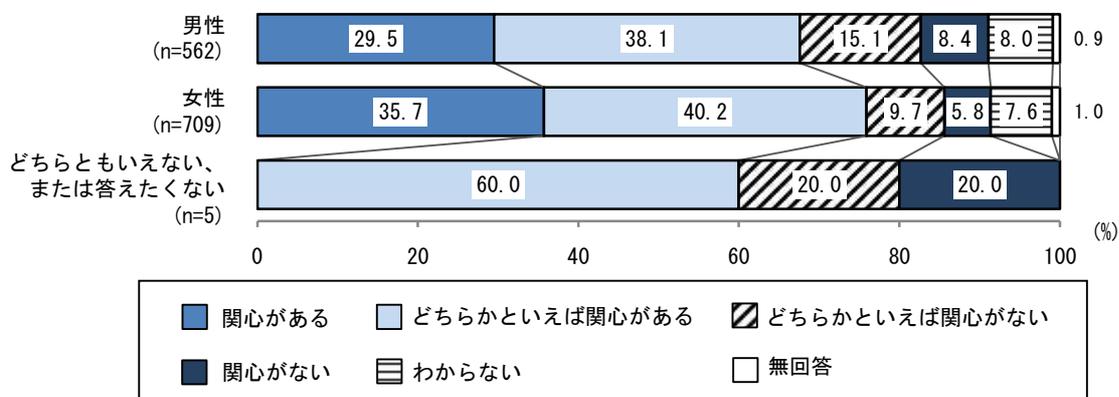
問 28 あなたは、食育に関心がありますか。(○は1つ)

図 6-1 食育に関心があるか



食育に関心があるかをたずねた。「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『関心がある』は72.1%、「どちらかといえば関心がない」と「関心がない」を合わせた『関心がない』は19.1%となっている。(図 6-1)

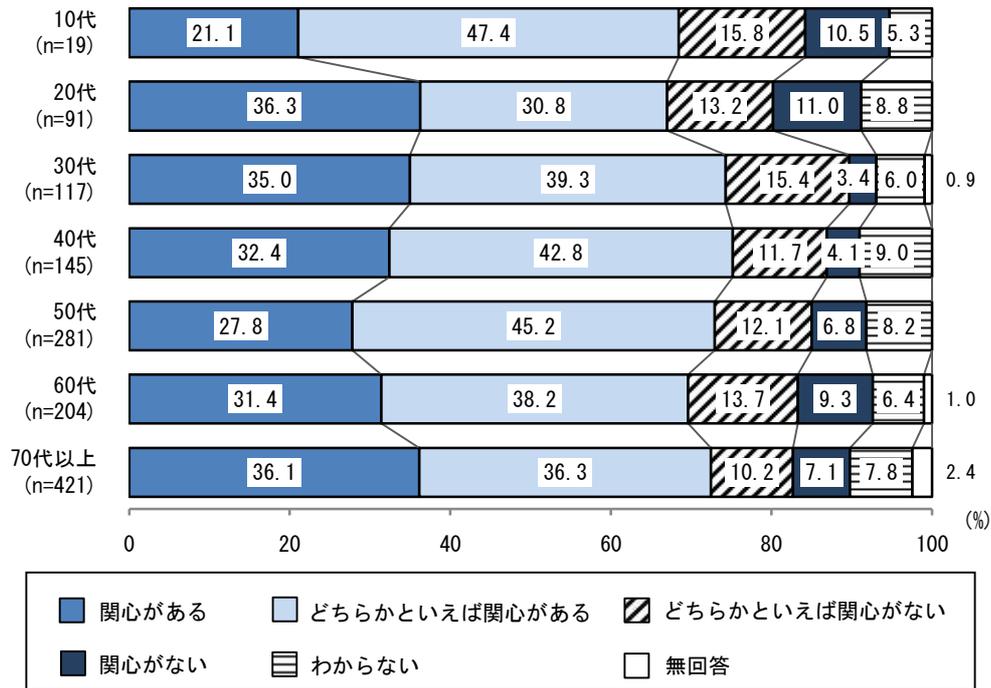
図 6-2 性別 食育に関心があるか



性別にみると、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『関心がある』は女性が75.9%と、男性の67.6%を8.3ポイント上回っている。

一方、「どちらかといえば関心がない」と「関心がない」を合わせた『関心がない』は男性が23.5%と、女性の15.5%を8.0ポイント上回っている。(図 6-2)

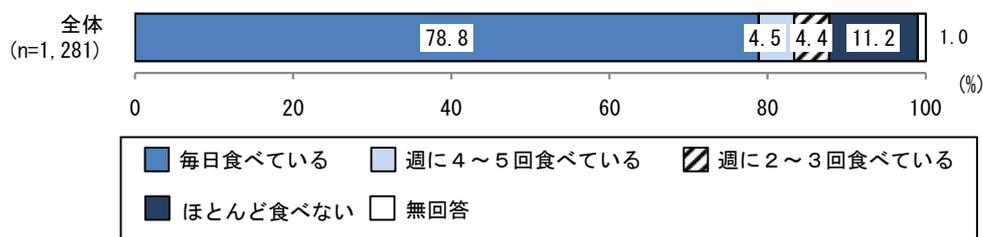
図 6-3 年代別 食育に関心があるか



年代別にみると、すべての年代で「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」を合わせた『関心がある』は、40代で75.2%と最も高く、次いで、30代で74.3%、50代で73.0%となっている。(図 6-3)

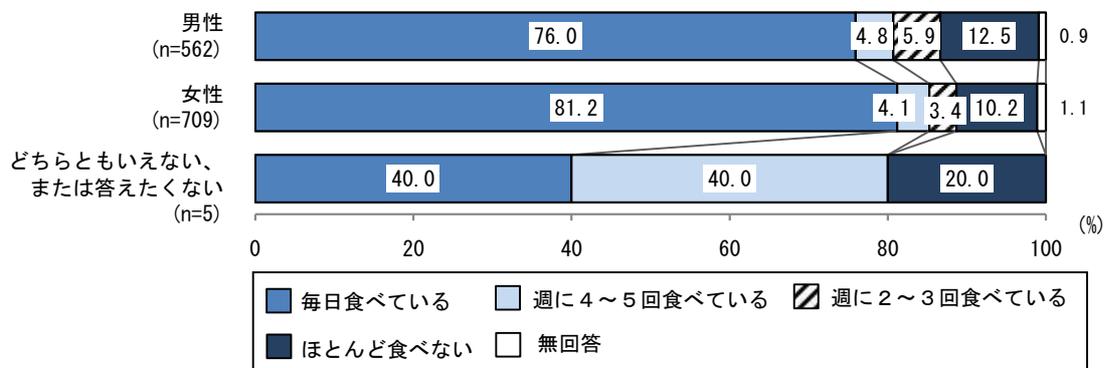
問 29 あなたは、朝食を食べていますか。(○は1つ)

図 6-4 朝食を食べているか



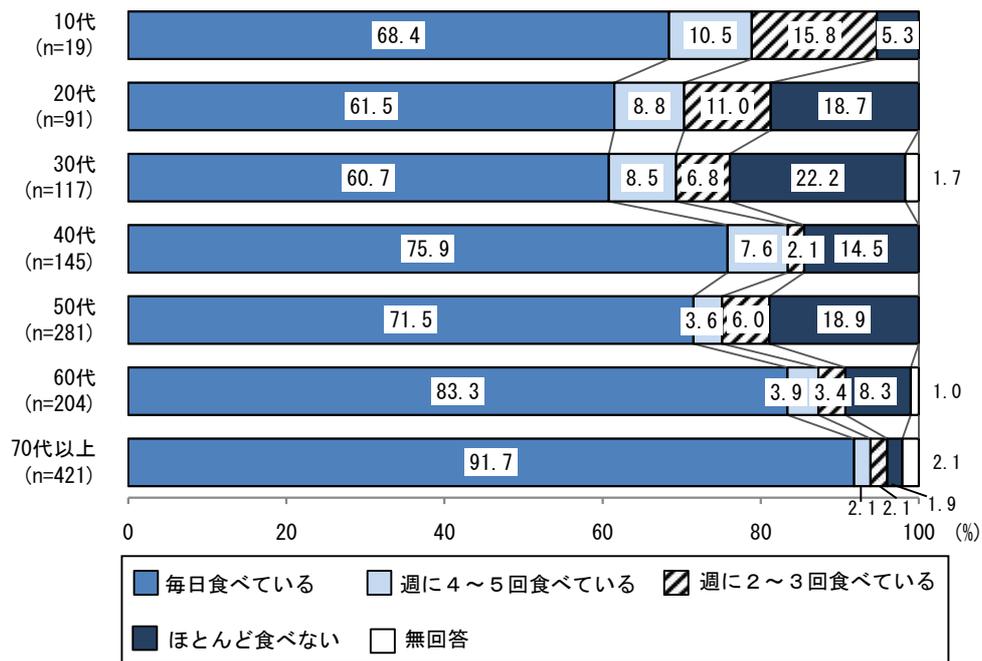
朝食を食べているかたずねた。「毎日食べている」が78.8%、「週に4~5回食べている」が4.5%、「週に2~3回食べている」が4.4%、「ほとんど食べない」が11.2%となっている。(図 6-4)

図 6-5 性別 朝食を食べているか



性別にみると、男女ともに「毎日食べている」が最も高く、女性で81.2%と、男性の76.0%を5.2ポイント上回っている。(図 6-5)

図 6-6 年代別 朝食を食べているか

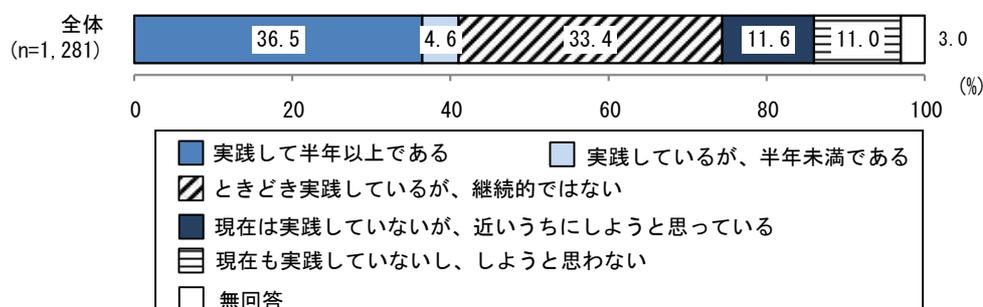


年代別にみると、すべての年代で「毎日食べている」が最も高く、特に70代以上で91.7%となっている。

一方、「ほとんど食べない」が30代で22.2%と最も高く、次いで、50代で18.9%、20代で18.7%となっている。(図 6-6)

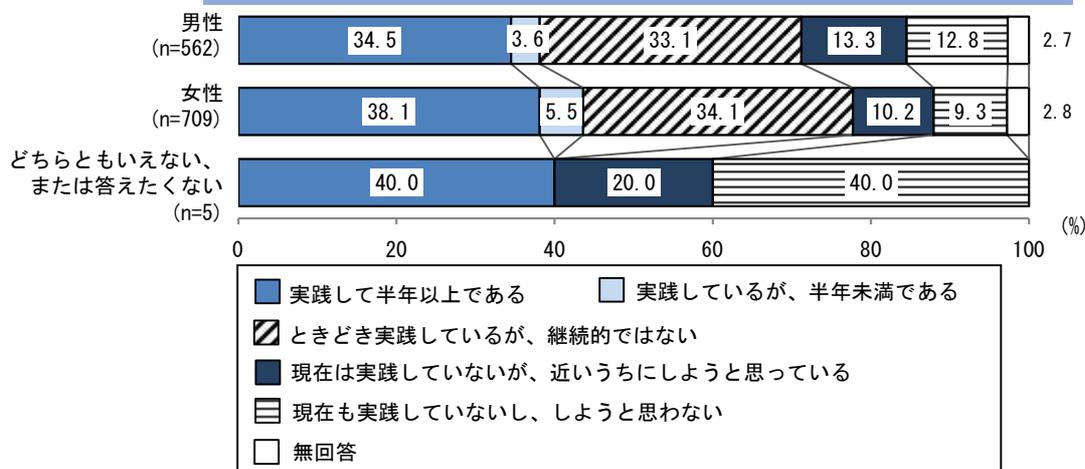
問 30 生活習慣病やフレイルの予防のために、適切な食事、定期的な運動、週に複数回の体重測定のいずれかを実践していますか。(○は1つ)

図 6-7 生活習慣病やフレイルの予防を実践しているか



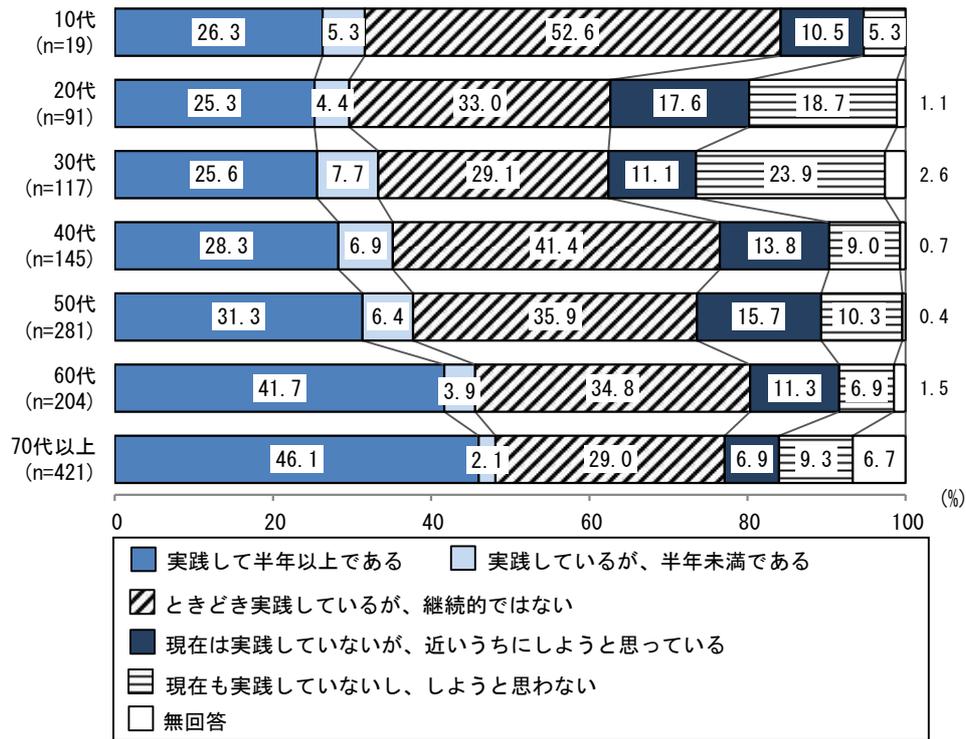
生活習慣病やフレイルの予防を実践しているかたずねた。「実践して半年以上である」が36.5%、「実践しているが、半年未満である」が4.6%、「ときどき実践しているが、継続的ではない」が33.4%、「現在は実践していないが、近いうちにしようと思っている」が11.6%、「現在も実践していないし、しようと思わない」が11.0%となっている。(図 6-7)

図 6-8 性別 生活習慣病やフレイルの予防を実践しているか



性別にみると、男女ともに「実践して半年以上である」が最も高く、女性で38.1%となっている。(図 6-8)

図 6-9 年代別 生活習慣病やフレイルの予防を実践しているか



年代別にみると、「実践して半年以上である」が70代以上で46.1%と最も高く、次いで、60代で41.7%、50代で31.3%と年代が上がるにつれ、生活習慣病やフレイルの予防を実践している割合が多くなっている。(図 6-9)