

# 令和5年度 食育アンケート調査結果の報告

## 1 アンケート調査の目的

令和5年度は「第2次会津若松市食育推進計画」(計画期間:令和3年度～令和7年度)の中間年度にあたることから、アンケートにより評価指標の現状値を把握すること、また、結果について地域全体の食傾向等の把握を行い、引き続き計画の推進を図ることを目的とする。

## 2 アンケート調査の概要

### (1)成人に対する「地域食状況調査」

#### ●対象等

対象者	対象数	抽出方法	調査方法	回答方法	調査期間	回答者数 (回収率)
20歳から89歳の成人男女	2,400件	無作為抽出法	郵送	郵送またはオンライン	7月～8月	841 (35.0%)

#### ●回答者内訳

性別や年代などの未記入により、有効回答数841件のうち779件を有効回答として分析しました。

対象年代 (基準日:令和5年6月1日)	送付数内訳		回答者数(回答率)	
	男性	女性	男性回答数	女性回答数
20歳代	200人	200人	91(22.8%)	
			25	66
30歳代	200人	200人	106(26.5%)	
			34	72
40歳代	200人	200人	110(27.5%)	
			45	65
50歳代	200人	200人	126(31.5%)	
			52	74
60歳代	150人	150人	130(43.3%)	
			58	72
70歳代	150人	150人	135(45.0%)	
			64	71
80歳代	100人	100人	81(40.5%)	
			46	35
<b>合計</b>	<b>1,200人</b>	<b>1,200人</b>	<b>779(32.5%)</b>	
			<b>324</b>	<b>455</b>
<b>(再掲)20～70歳代 合計</b>	<b>1,100人</b>	<b>1,100人</b>	<b>698(31.7%)</b>	
			<b>278</b>	<b>420</b>

※回答率は各年代のアンケート送付数に対する回答者数の割合

### (2)中学生に対する「食の状況調査」

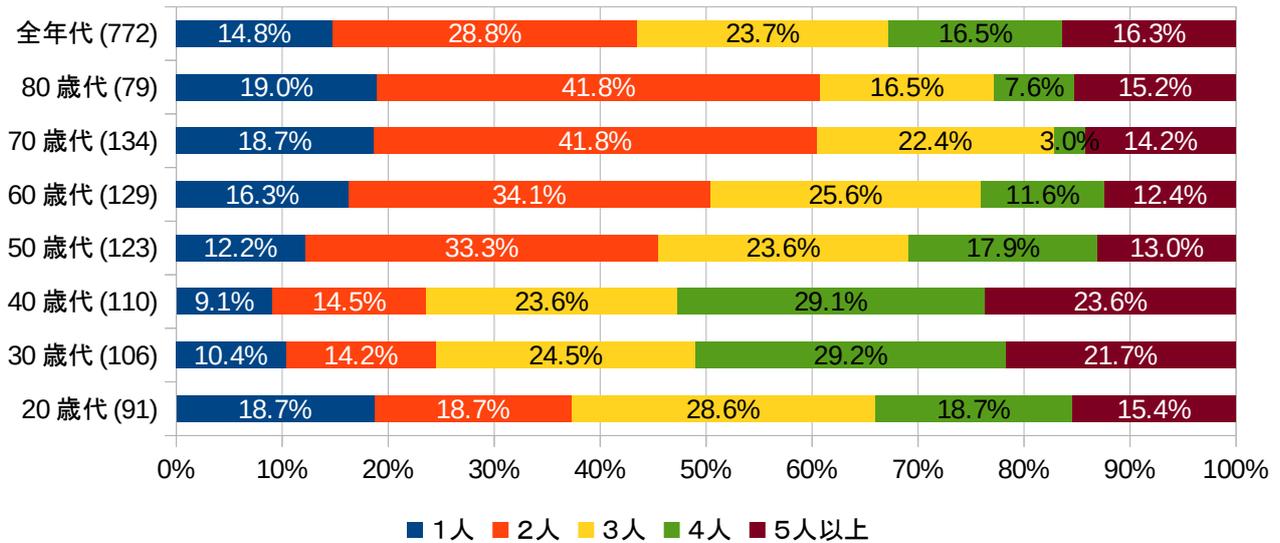
#### ●対象等

対象者	対象数	調査方法	調査期間	回答者数(割合%)
市内公立中学校第3学年生徒	933件	学校での調査	8月～9月	798(85.5%)

### 3 アンケート調査の結果(基本項目について)

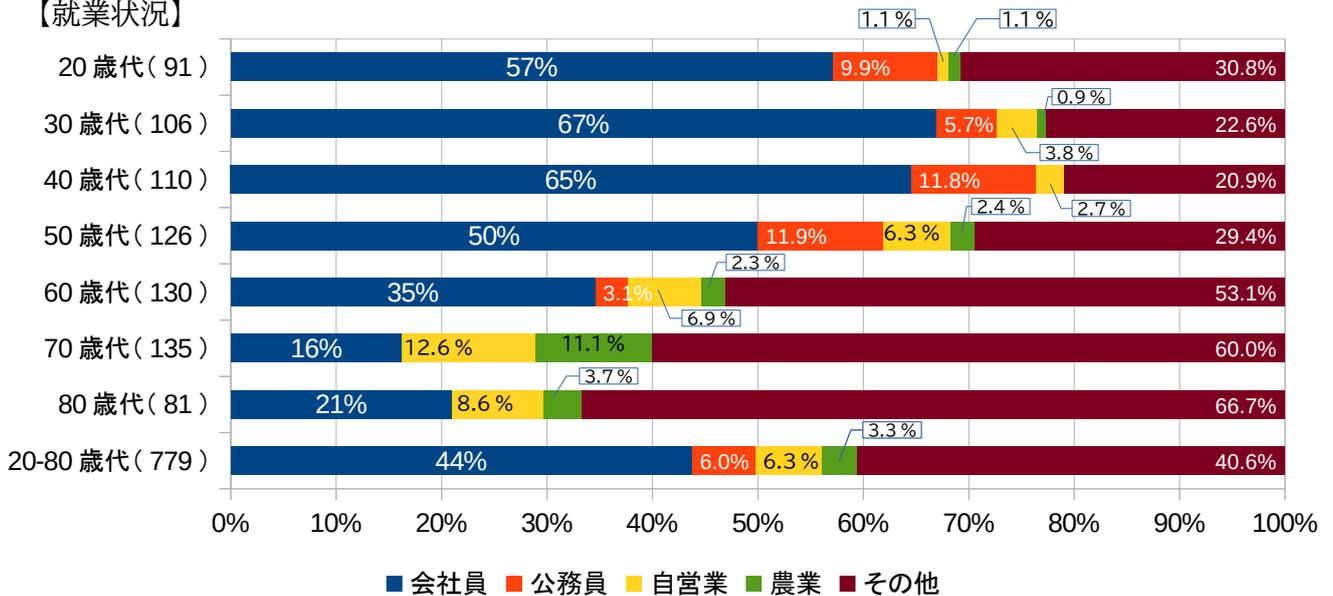
#### (1) 地域食状況調査(成人アンケート)

##### 【同居世帯人数】



一人暮らしの人は全体の14.8%であり、20歳代と、60歳代～80歳代において、平均よりその割合は高くなっています。  
 また、20歳代～40歳代では、2人暮らしの方は少なく、3人以上が60%以上と高くなっており、ライフスタイルの変化により、家族構成が変化することが推測されます。

##### 【就業状況】



60歳代より、就業者が半数以下と大きく減少しています。しかし、70歳代以降でも会社員として就業している方が15%以上いる結果でした。

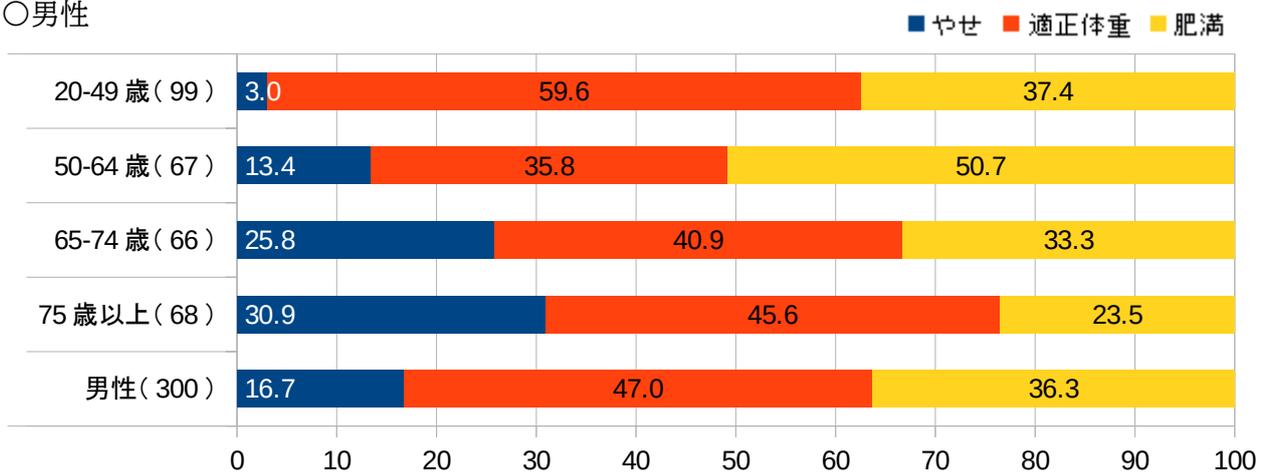
##### 【体格指数(BMI)による判定】

目標とするBMIの範囲(18歳以上)

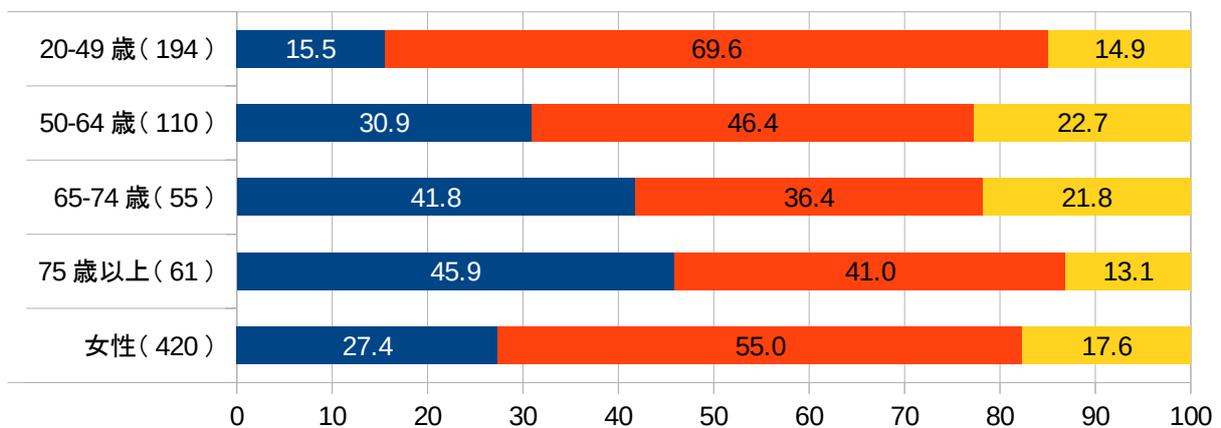
年齢(歳)	目標とするBMI(kg/m <sup>2</sup> )
18～49	18.5～24.9
50～64	20.0～24.9
65～74	21.5～24.9
75以上	21.5～24.9

※出典:日本人の食事摂取基準 2020年版

○男性



○女性

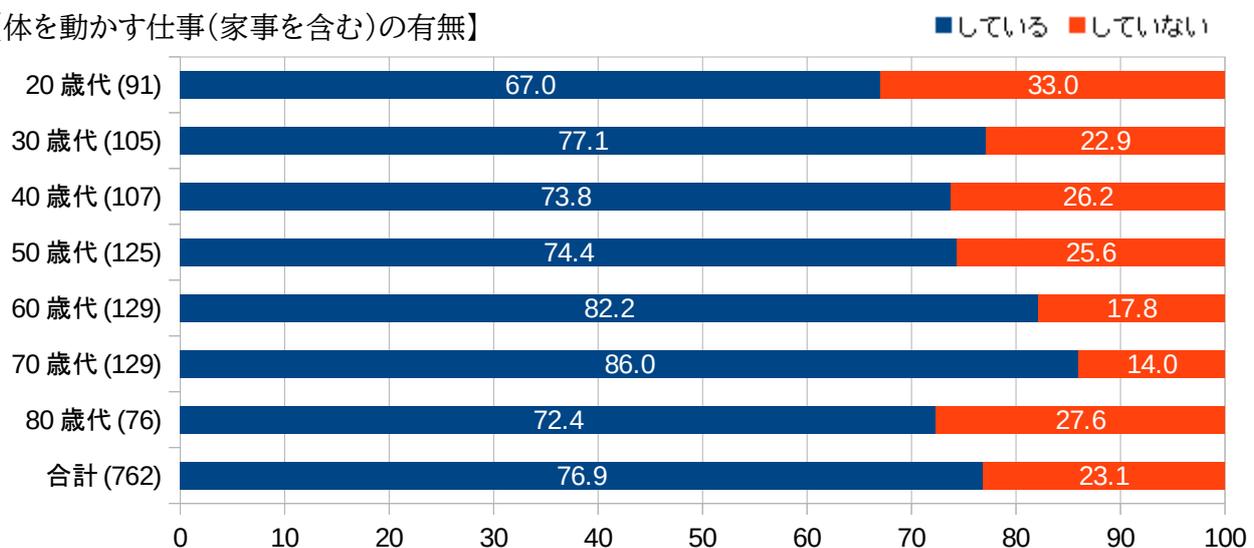


男性は、肥満が全体の36.3%で、特に50歳～64歳は回答者の半数以上が肥満でしたが、女性の肥満は、全体の17.6%と男性の約半分という結果でした。

やせは、男性全体で見ると16.7%ですが、年齢が上がるごとにやせの割合が増加しており、65歳以上では1/4以上がやせという現状でした。女性は年齢区分が上がるごとにやせの割合も増加し、65歳以上では4割以上がやせと、骨粗しょう症等の他の疾患との関連も注視する必要があります。

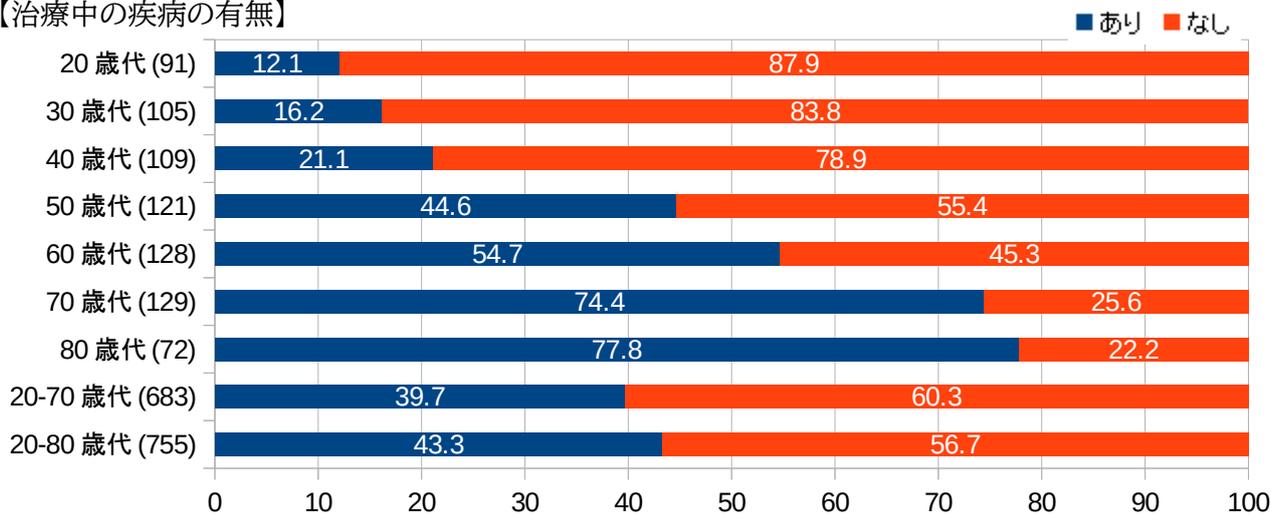
男女ともに、適正体重の割合が増加していくよう、栄養バランスと自分の必要量を継続して伝えていく必要があります。

【体を動かす仕事(家事を含む)の有無】



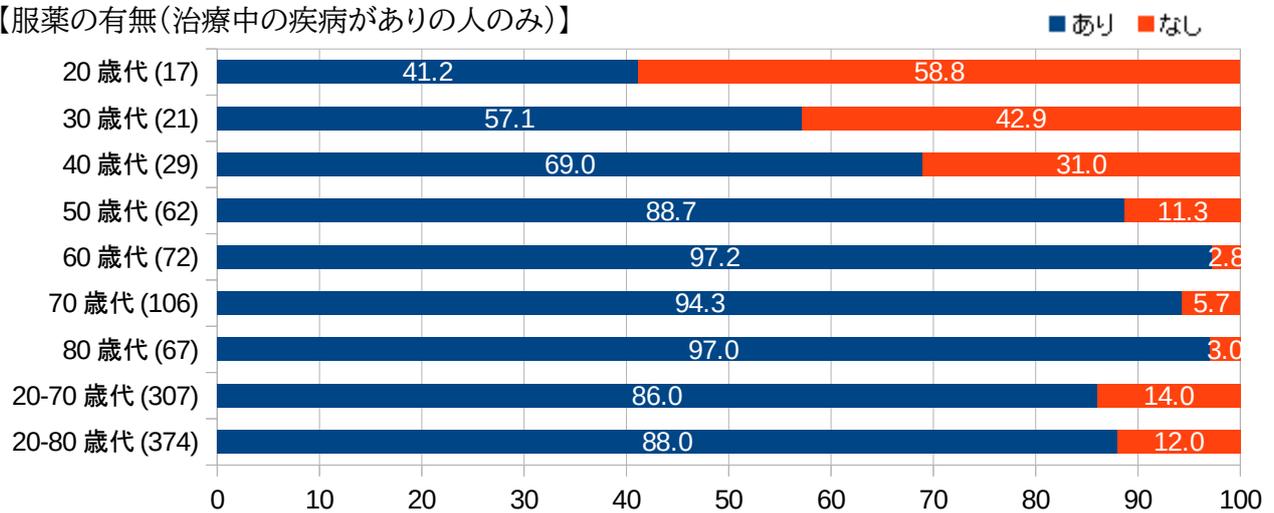
家事を含めて、体を動かす仕事をしている方は、全体で76.9%で、どの年代も6割を超えている状況でした。最も体を動かす仕事をしている年代は70歳代で、次いで60歳代でした。

【治療中の疾病の有無】



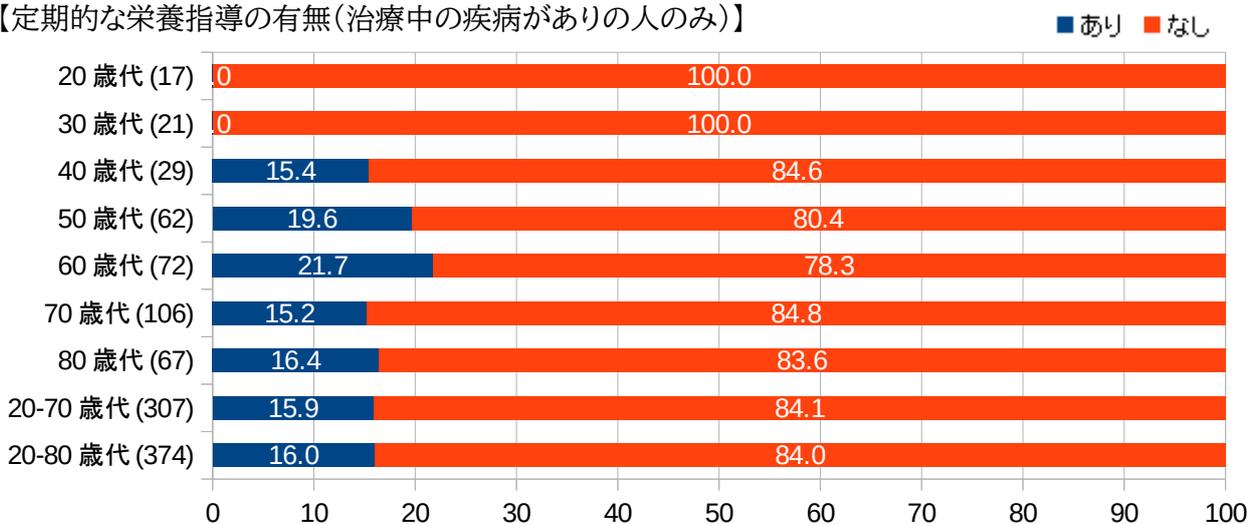
なんらかの疾病を有する人は全体の43.3%であり、50歳代からその割合は増加し、60歳代以降になると、治療中の疾病がある人がない人を上回っています。

【服薬の有無(治療中の疾病がありの人のみ)】



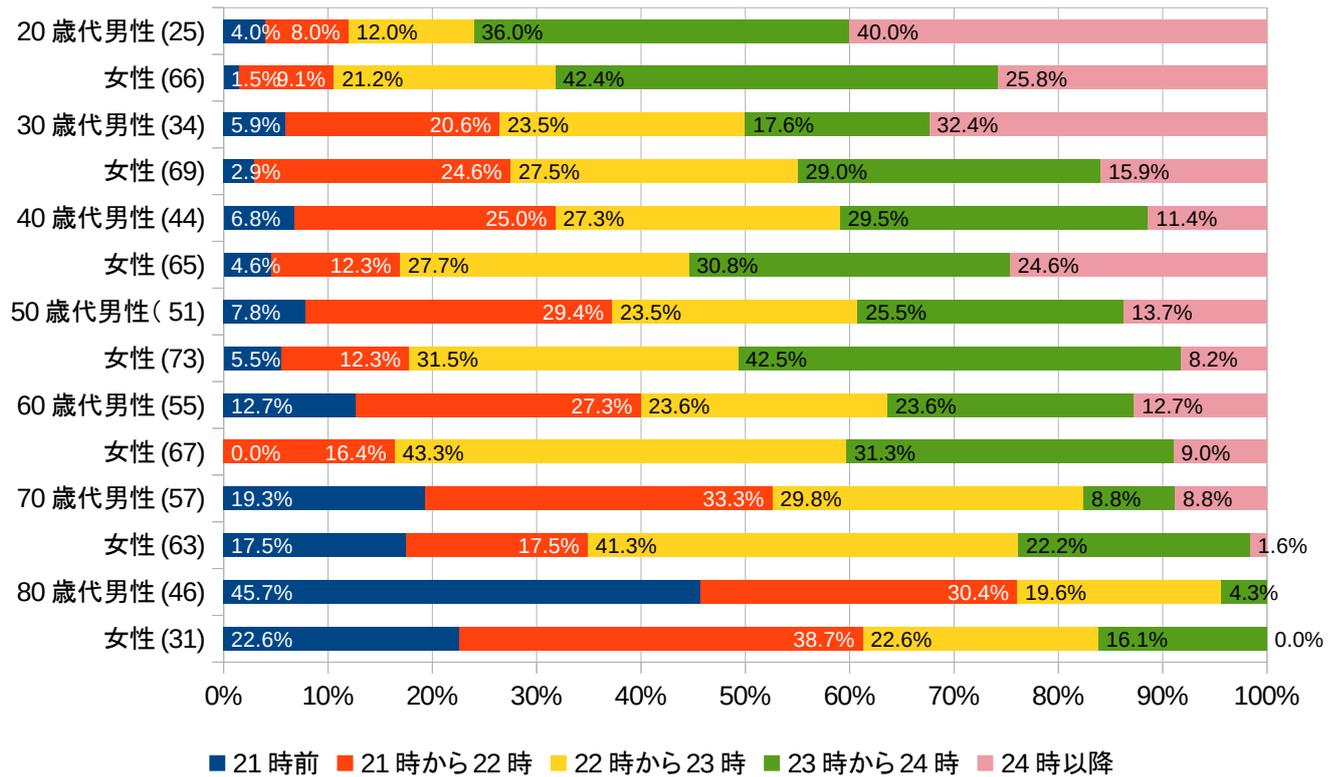
なんらかの疾病を有する人のうち、20歳代を除いた年代では半数以上の方が服薬をされています。

【定期的な栄養指導の有無(治療中の疾病がありの人のみ)】



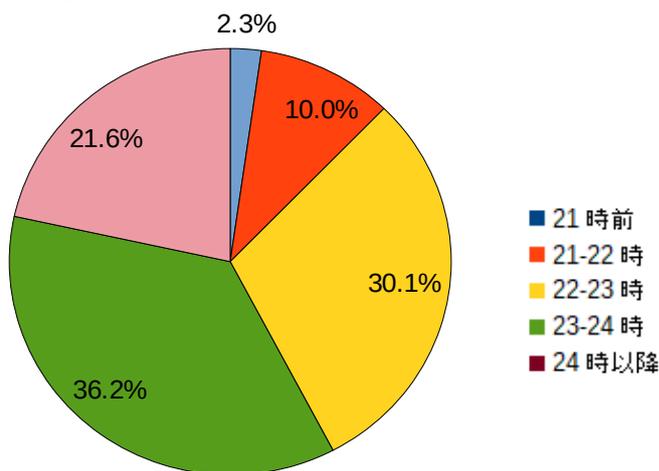
なんらかの疾病を有する人の中で、定期的な栄養指導を受けている人は16.0%でした。40歳代以降を年代別で見ると、60歳代が20%代で最も多く、60歳代以外は15%前後の方が栄養指導を受けていました。

## 【寝る時間】



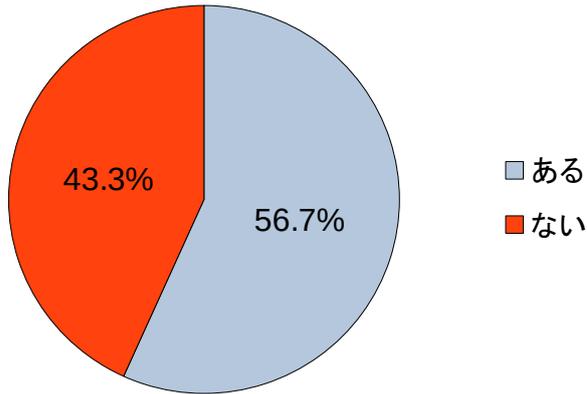
年代と性別により、就寝時間に差がありました。総合的に最も多い時間帯は22時から23時でしたが、年代が上がると就寝時間も早くなり、生活リズムや家庭・就業状況等によっても変化が生じると考えられます。

## (2)食の状況調査(中学3年生アンケート) 【就寝時間】



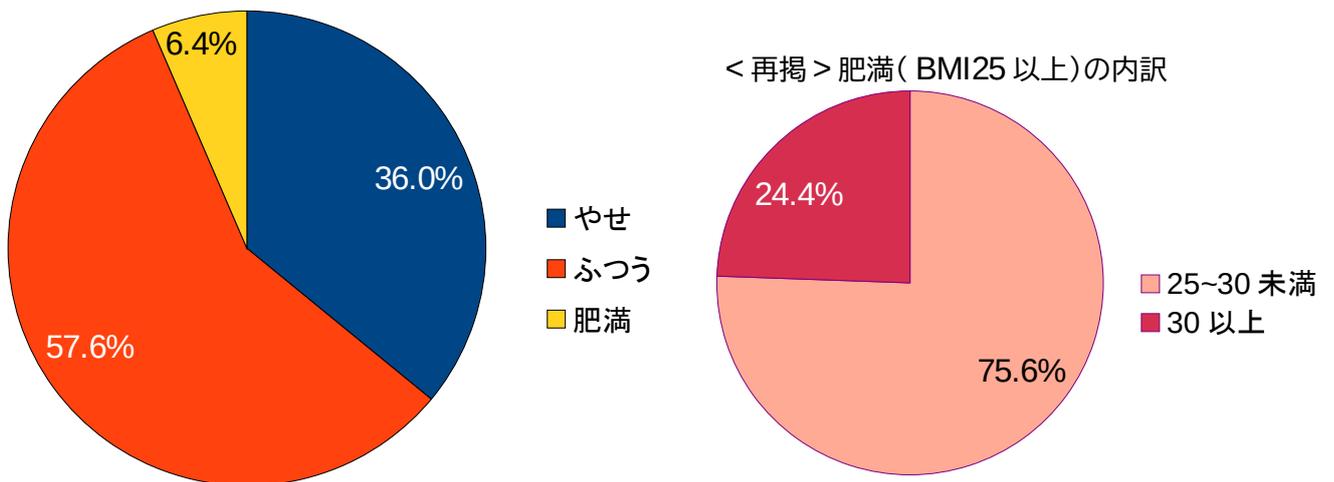
23時から24時の間36.2%と最も多い現状でした。24時以降に寝ている生徒は21.6%と、23時以降に寝ている生徒が半数以上いる結果となりました。

### 【体育の授業以外で体を動かす機会の有無】



半数以上の生徒が、体育の授業以外でも体を動かす機会がある現状でした。  
アンケートの実施は、多くの生徒が部活動を引退している時期でしたが、体を動かす習慣がある結果となりました。

### 【体格について】



体格指数(BMI)の区分で見ると、57.6%は「ふつう(目標とするBMI)」の範囲でしたが、6.4%が「肥満」という結果でした。BMI25以上の肥満者の内訳では、32.4%がBMI30以上の高度肥満でした。また、BMI18.5未満のやせも36.0%と、将来の生活習慣病の予防や、心身の健やかな成長のために正しい知識と行動を伝え続ける必要があります。

## 4 評価項目における調査結果

### (1) 地域食状況調査: アンケート 18 問中、評価項目は 5 項目

	令和 2 年度	令和 5 年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○朝食または夕食で「主食とおかず」を組み合わせた食事を食べる成人	77.2%	75.6%	80%	減少 (未達成)

令和2年度の調査時より 1.6 ポイント減少したため、目標の 80%には及びませんでした。  
主食やおかずのみに偏らず、バランスよく食べることは肥満予防のみならず、生活習慣病の予防、健康寿命の延伸にもつながるため、引き続きバランス食の必要性を伝えていきます。

	令和 2 年度	令和 5 年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○早食い習慣のある成人	36.7%	39.4%	30%	増加 (未達成)

令和2年度の調査時より 2.7 ポイント増加したため、目標の 30%には及びませんでした。  
早食いは肥満につながりやすい食習慣であるため、今後も継続してよく噛んで、ゆっくり食べることの必要性を啓発していきます。

	令和 2 年度	令和 5 年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○甘い飲み物の摂取習慣のある成人 (甘い飲みものを週4杯以上摂取する成人)	13.1%	23.1%	10%	増加 (未達成)

令和2年度の調査時より 10 ポイント増加したため、目標達成に及びませんでした。  
甘い飲みものは、含まれる砂糖類により肥満を引き起こしやすいだけでなく、処理できなかった糖が血液にあふれることで、血糖値や中性脂肪等の血液データへの影響も及ぼすことや、含まれる砂糖類の量の見方等を周知していきます。

	令和 2 年度	令和 5 年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○なんらかの適塩行動がある成人 (調味料使用量「やや少なめ・かなり少なめ」の成人)	38.9%	38.2%	45%	減少 (未達成)

令和2年度の調査時より 0.7 ポイント減少し、目標の 45%に及びませんでした。  
市の健康課題である高血圧は、調味料による塩分摂取の影響があるため、減塩の必要性や適塩行動につながる方法を引き続き、広く周知していきます。

	令和 2 年度	令和 5 年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○郷土料理(こづゆ)を作ったことがある成人	52.1%	53.8%	60%	増加 (未達成)

令和2年度の調査時より 1.7 ポイント増加しましたが、目標の 60%には及びませんでした。  
会津の郷土食である「こづゆ」を、食べるだけでなく自分で作ることが出来るよう、こづゆの作り方の講座の開催や作り方の配信等を、今後も継続して進めていきます。

(2)食の状況調査:アンケート 8 問中、評価項目は5項目  
 ※中学3年生に対する食の状況調査は、令和3年度に実施

	令和3年度	令和5年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○寝る前飲食習慣のあるこども (寝る前の飲食習慣のある中学3年生) ※計画策定時(令和元年)57.2%	46.8%	59.6%	50%	増加 (未達成)

令和3年度は、令和元年の計画策定時より改善しましたが、今回は令和3年度より12.8ポイント増加したため、目標の50%を上回り目標の達成となりませんでした。

成人の「早食い習慣」と同様に、肥満につながる食習慣のため、規則正しい生活リズムの確立となる行動が出来るよう、知識を普及していきます。

	令和3年度	令和5年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○朝食または夕食を誰かと一緒に食べるこども(中学3年生)	96.5%	94.2%	増加	減少 (未達成)

令和3年度の調査時より2.3ポイント減少したため、目標の達成となりませんでした。  
 習い事等により、夕飯を家族と異なる時間にひとりで食べる機会が増えていること等が考えられますが、食事を一緒に食べることにより、食事のバランスやマナー等を学ぶ食育の機会となり、心の安定も図られるよう、今後も引き続き啓発していきます。

	令和3年度	令和5年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○主食とおかずを組み合わせた食事を自分で用意できる青少年(中学3年生)	83.9%	84.3%	増加	増加 (達成)

令和3年度の調査時より0.4ポイント増加し、目標の達成となりました。  
 食事を作らなくても、食べ物がそろう環境が増えたこと等が、増加の要因と考えられますが、自分でバランスを考えて購入できることに加え、簡単なもから調理する経験につながるよう取り組みます。

	令和3年度	令和5年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○朝食を食べるこどもの増加(中学3年生)	82.4%	77.4%	増加	減少 (未達成)

令和3年度の調査時より5.0ポイント減少したため、目標の達成となりませんでした。  
 朝食は、1日を健やかに過ごすための土台であるため、今後も引き続き必要性について啓発していきます。

	令和3年度	令和5年度	目標値	策定時からの経過 (目標値に対する結果)
○郷土料理(こづゆ)を作ったことがある中学3年生	28.8%	31.5%	増加	増加(達成)

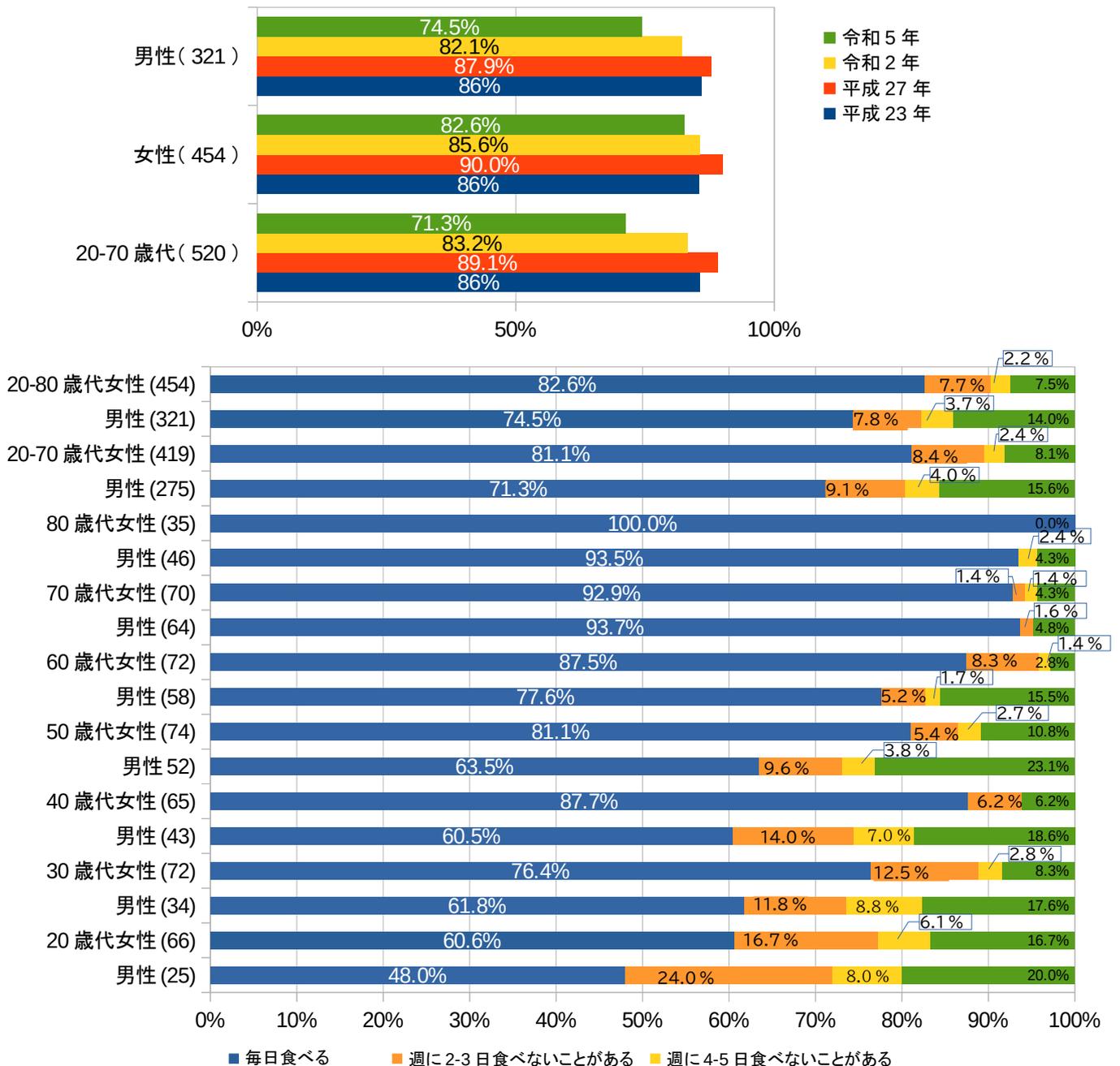
令和3年度の調査時よりも2.7ポイント増加し、目標の達成となりました。  
 親世代も郷土料理の作り方を伝えていけるよう、親子対象の講座の開催等で令和7年度も目標の達成が継続できるよう取り組んでいきます。

## 5.一次計画から継続しているアンケート項目の経過

○朝食を毎日食べる人の割合	平成 23 年度	平成 27 年度	令和 2 年度	令和 5 年度	令和2年度からの経過
20 歳代から 70 歳代	85.7%	89.1%	83.2%	<b>71.3%</b>	減少
20 歳代から 80 歳代	—※	—※	84.0%	<b>79.2%</b>	減少

※平成 23 年度・27 年度は、調査対象が 70 歳代までだったため、結果なし

【朝食を毎日食べる人の割合（経年）】



女性は、全年代で男性よりも摂取率が高く、全年代の朝食摂取率は 82.6%でした。

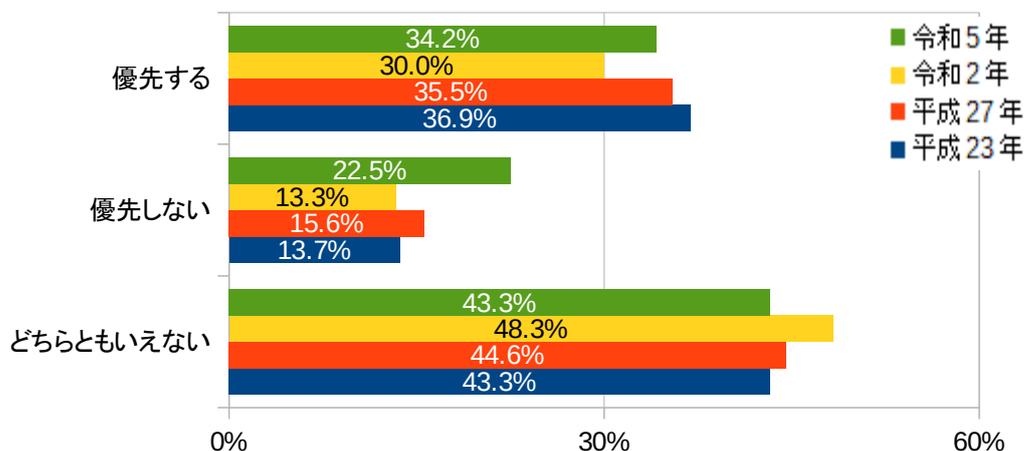
男性は、70 歳代以降は 90%以上と摂取率が高いものの、20 歳代男性は半数を切る現状でした。

男女の合計を経年で見ると、令和5年度はアンケート調査を始めてから最も低い 71.3% (20-80 歳代 79.2%) で、朝食を食べない理由としては、20~30 歳代では「食べる時間がない」だったため、今後も朝食摂取の必要性を引き続き啓発していく必要があります。

○食材購入時に会津産を優先している人の割合	平成 23 年度	平成 27 年度	令和 2 年度	令和 5 年度	令和2年度からの経過
20 歳代から 70 歳代	36.9%	35.5%	30.0%	34.2%	増加
20 歳代から 80 歳代	—※	—※	29.6%	35.5%	増加

※平成 23 年度・27 年度は、調査対象が 70 歳代までだったため、結果なし

【会津産を優先して購入するか(経年)】



会津産を優先して購入する人の割合は、令和 2 年度から増加しました。一方で、優先しないと回答した方の割合はこれまでで最も多く 20% を超えました。

どちらともいえないと回答した方の理由を見ると、「欲しい商品が会津産にない」「鮮度により選択する」という意見もあり、産地を意識しているものの商品の関係で購入できないという方が一定数いました。

	平成 23 年度	平成 27 年度	令和 2 年度	令和 5 年度	目標値
○郷土料理(こづゆ)を作ったことがある成人(再掲)	52.7%	57.0%	52.1%	53.8%	60%

会津の郷土料理であるこづゆを作った経験は、食育計画を策定した平成 23 年度から増減がありましたが、令和 5 年度には増加しています。しかし、目標値の 60% には及んでいないため、目標の達成に向けた事業を進めていきます。

○食育に取り組む個人・家庭・団体・事業者数の増加	平成 23 年度	平成 27 年度	令和 2 年度	令和 5 年度	令和2年度からの経過
会津若松市食育ネットワーク参加団体数	0	17	29	29	変化なし

会津若松市食育ネットワークの参加団体数は令和 2 年度の 29 団体以降変化していないため、一緒に市の食育活動に取り組む団体が増加するよう声かけや周知を行っていきます。

## 6 市の健康課題から見た調査結果

市の健康課題である肥満と高血圧に焦点を当てた分析を行いました。(分析協力:会津大学)

### (1)地域食状況調査:肥満

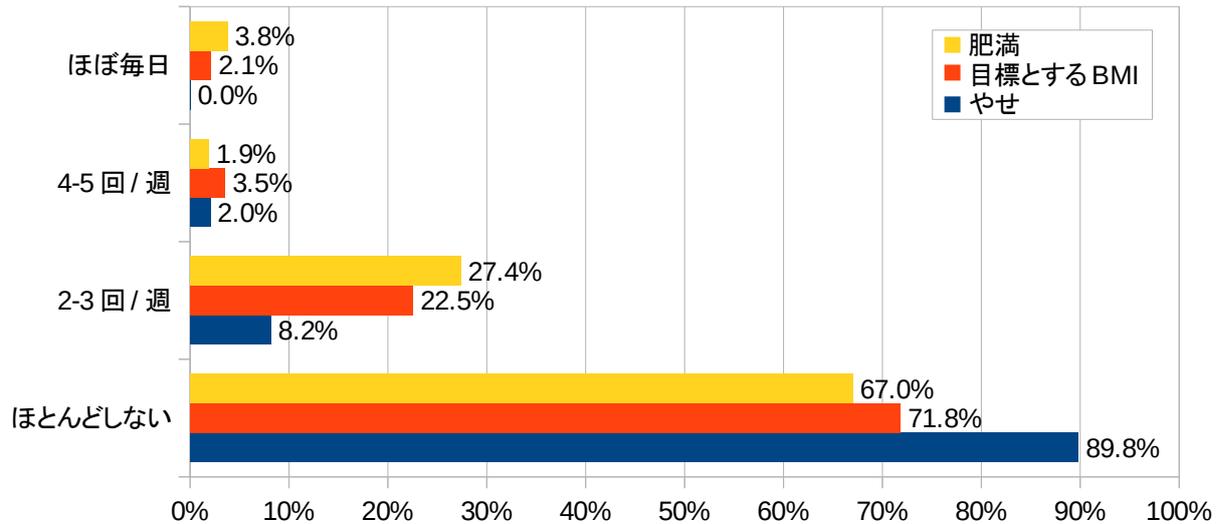
今回のアンケート項目から、肥満の要因になりうるものを関連づけて集計しました。

肥満の要因に関連のある項目は、「朝昼夕食の内容」「外食頻度」「総菜や購入したお弁当の利用頻度」「寝る前のカロリーのあるものの飲食の有無」「食事の速さ」「甘い飲み物の摂取頻度」です。

#### ●朝昼夕食の食事の内容

年代や体格による大きな差はありませんでした。これは、アンケート項目が摂取頻度や摂取の有無に関する調査であるため、量まで把握していないためとも考えられます。

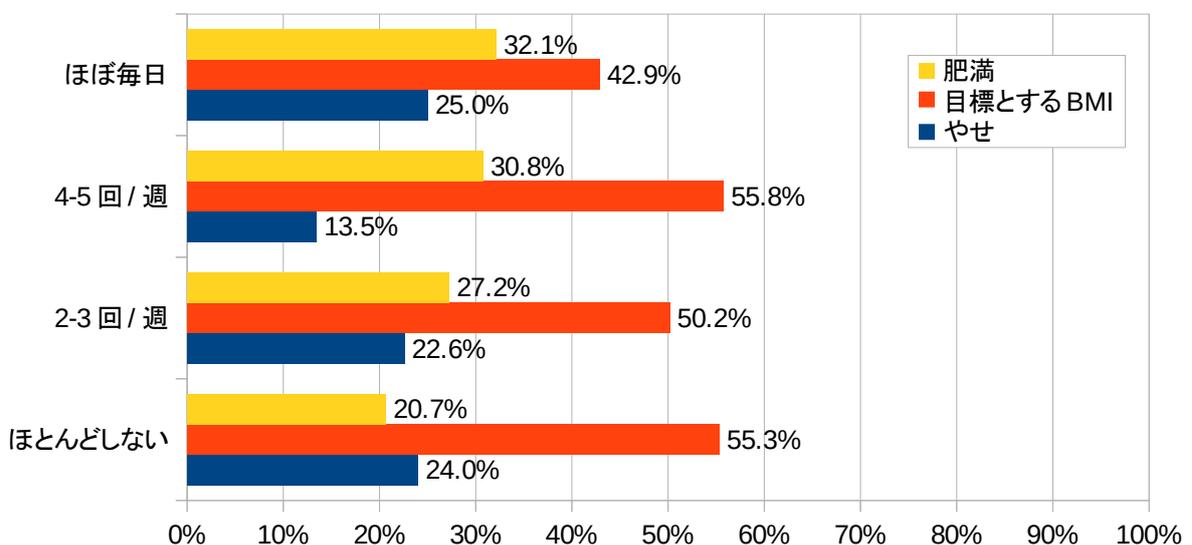
#### ●外食の利用頻度



外食頻度は、肥満の方はやせや目標とするBMIの方と比較すると、外食頻度が高い結果となりました。一方で、やせの方の89.8%が「ほとんど外食をしない」と回答しており、外食が体格に影響しやすい要因であることがわかりました。一方、外食の種類までは把握していないため、体格に影響を与えやすい外食の種類まではわかりませんでした。

市で実施している、外食や中食でも自然に健康になれるまちづくりの取り組みますである「健康のおもてなし店」の実施店舗を増やすための働きかけを行う等により、外食でも肥満にならない取り組みが必要です。

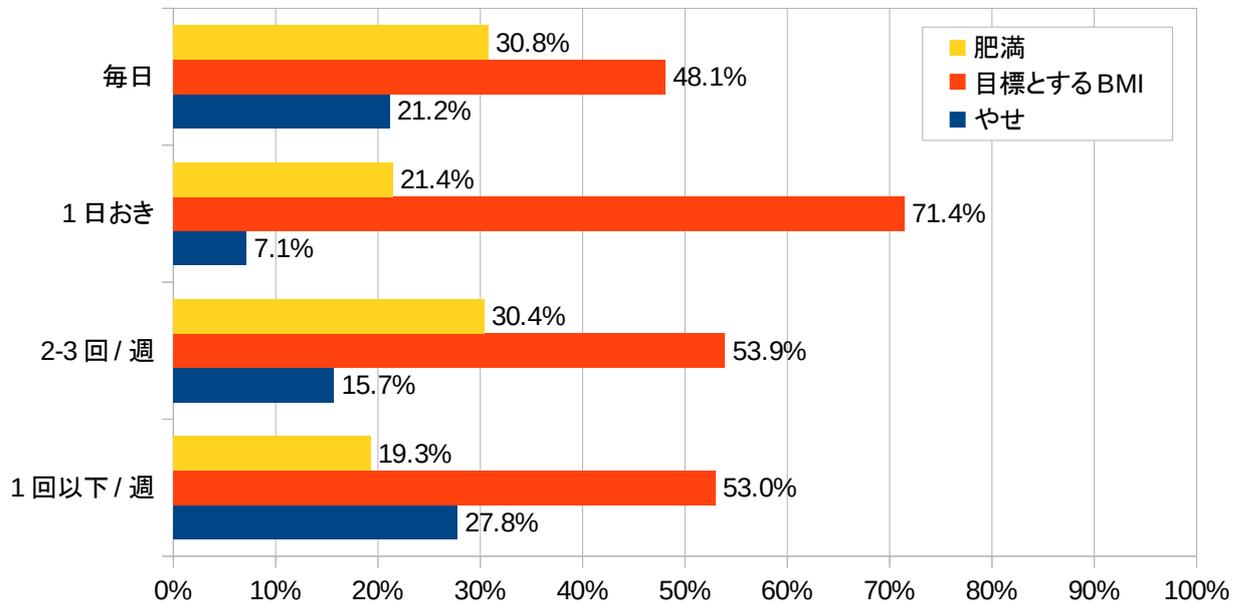
#### ●惣菜や購入したお弁当の利用頻度



お惣菜や購入したお弁当の購入頻度については、目標とするBMI(ふつう)の方がどの項目においても最も高くなりました。1日の中の購入の回数や内容、量等までは把握していないため、体格にどの程度影響が出るかは確定できませんが、体格別で見ると、やせの方は全体的に購入したものを食べる頻度は少なく、肥満の方は購入して食べる頻度が上がるほど高くなっていることがわかります。

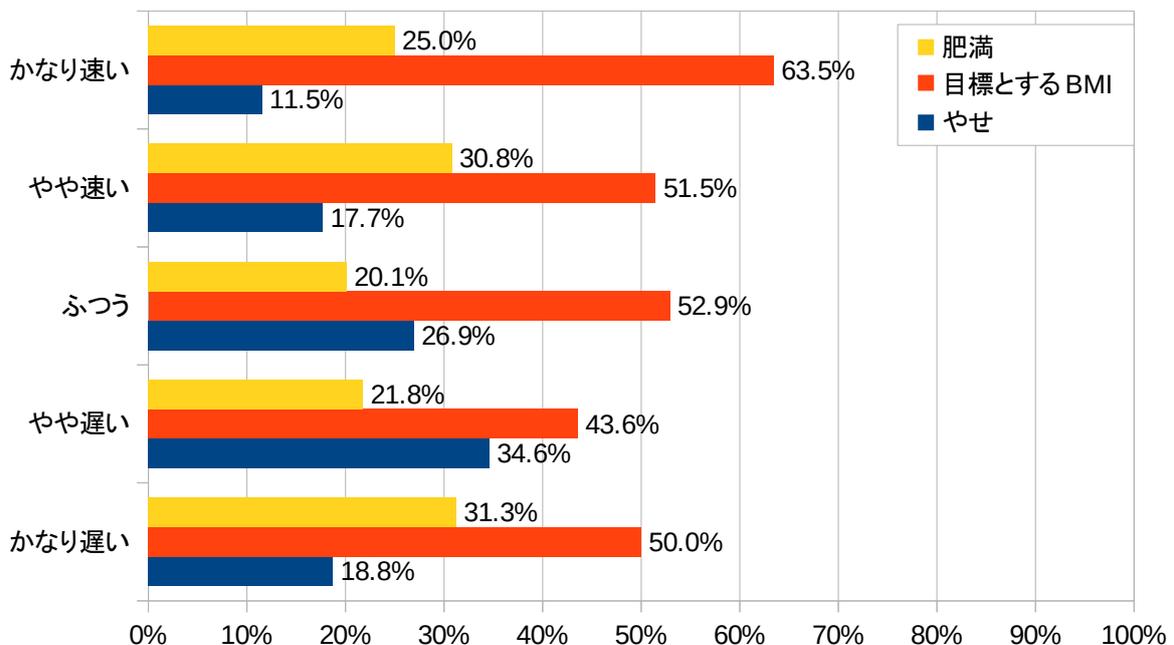
外食と同様に、現在実施している食環境整備事業の「健康のおもてなし店」の普及等により、販売店舗と連携し、購入したものでも健康になれる取り組みを行っていく必要があります。

### ●就寝前2時間以内にカロリーのあるものを食べたり飲んだりする頻度



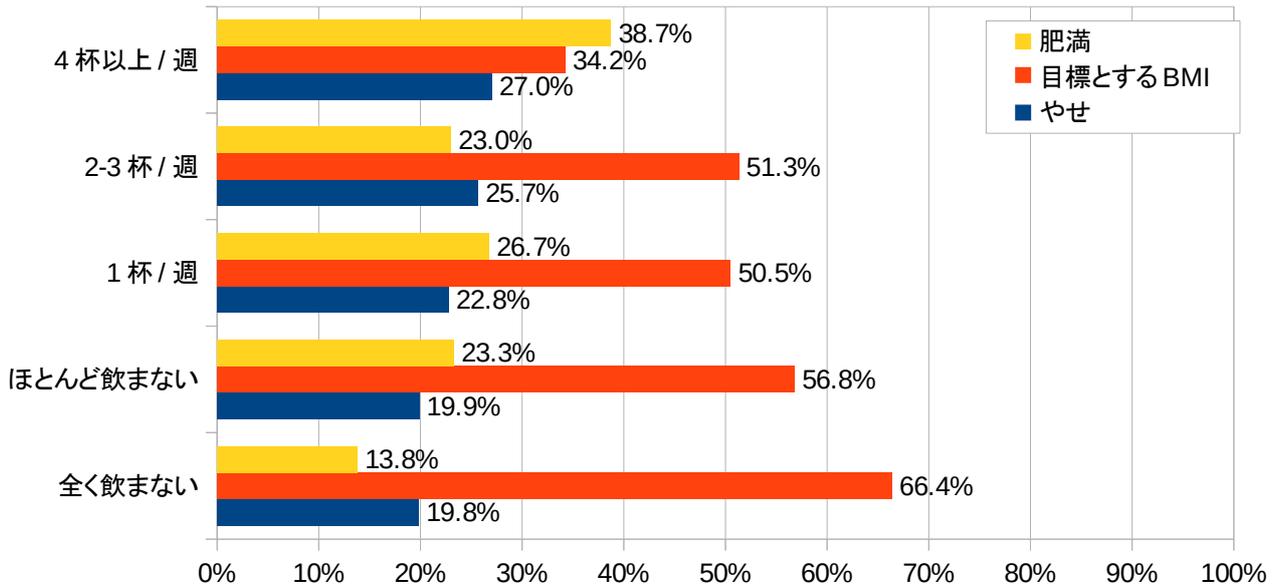
寝る前2時間以内に飲食をする人の割合を体格別で見ると、肥満の方は、毎日が多一方、週1回以下が少ない状況です。やせの方は肥満の方と逆の割合となっているため、寝る前2時間以内にカロリーのあるものの飲食が体格に影響しやすいと考えられます。

### ●食事を食べる速さ



食べる速さを体格別で見ると、ふつうの速さより速くなるとやせの割合が減り、肥満の割合が増加しています。肥満の方が最も少ない分布がふつうの速さのため、極端にならない食べ方の普及を継続して普及する必要があります。

## ●甘い飲み物の摂取頻度

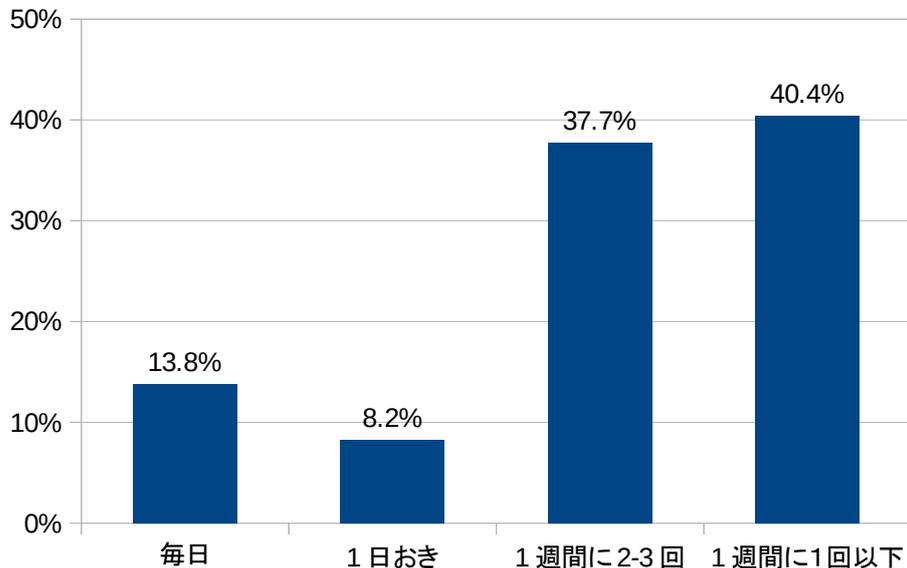


甘い飲み物の摂取頻度を体格別で見ると、1週間に4杯以上飲む方の体格は、肥満が多く、やせが少ない状況でした。全く飲まない方は、肥満が少なくやせがやや多いことから、甘い飲み物が体格に与える影響が少なからずあると考えられます。

甘い飲み物に含まれる糖分の見方等を伝え、自分で選択する力をつける必要があります。

## (2)食の状況調査(中学3年生)

### ●就寝前の2時間以内のカロリーのあるものの飲食の有無

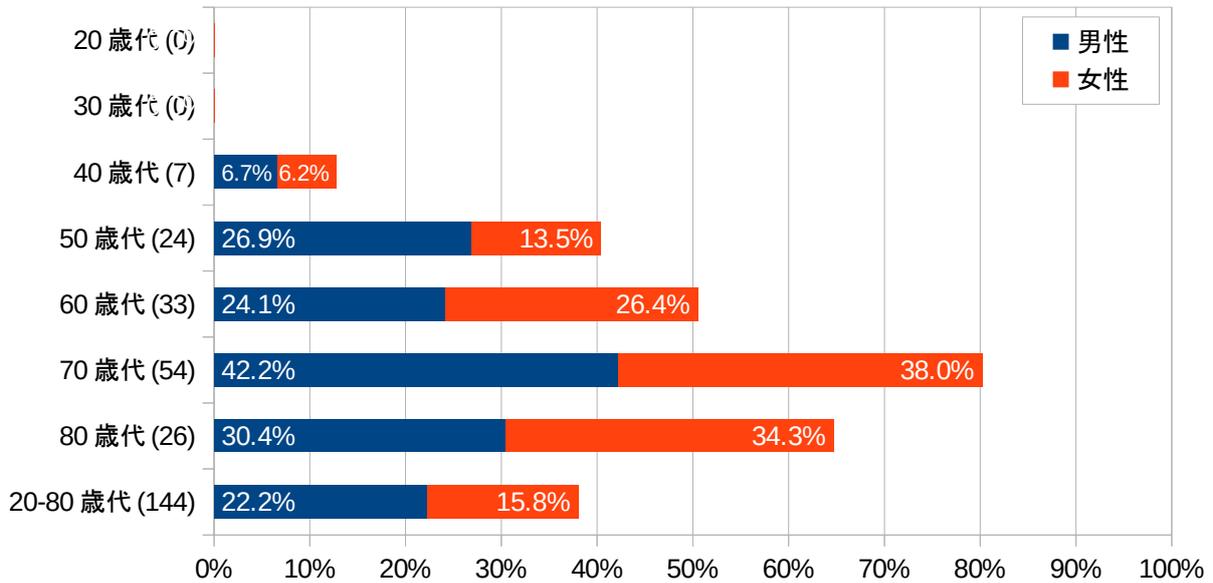


寝る前2時間以内に、カロリーのあるものを飲んだり食べたりする中学3年生は、1週間に1回以下が最も多いですが、毎日もしくは1日おきに摂取する生徒が20%以上いるため、2時間以内に摂取する物の量や内容により、体重増加から肥満につながりやすい事を伝えていく必要があります。

(1)地域食状況調査：高血圧

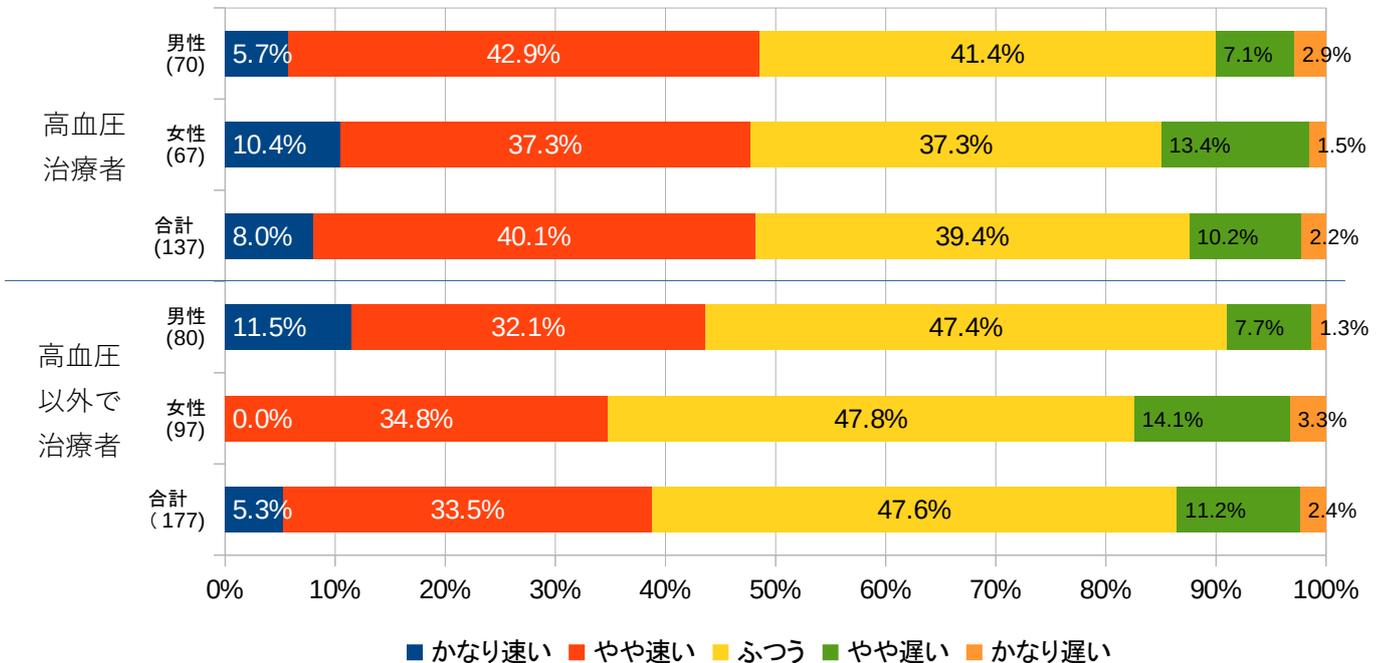
今回のアンケート項目から、高血圧で治療中の方と、高血圧以外で治療中の方を、高血圧と関連があると想定される、「体格(BMI)の比較」「調理以外で使う調味料の頻度・量」「食べる速さ」で比較・分析しました。

●高血圧治療者の状況



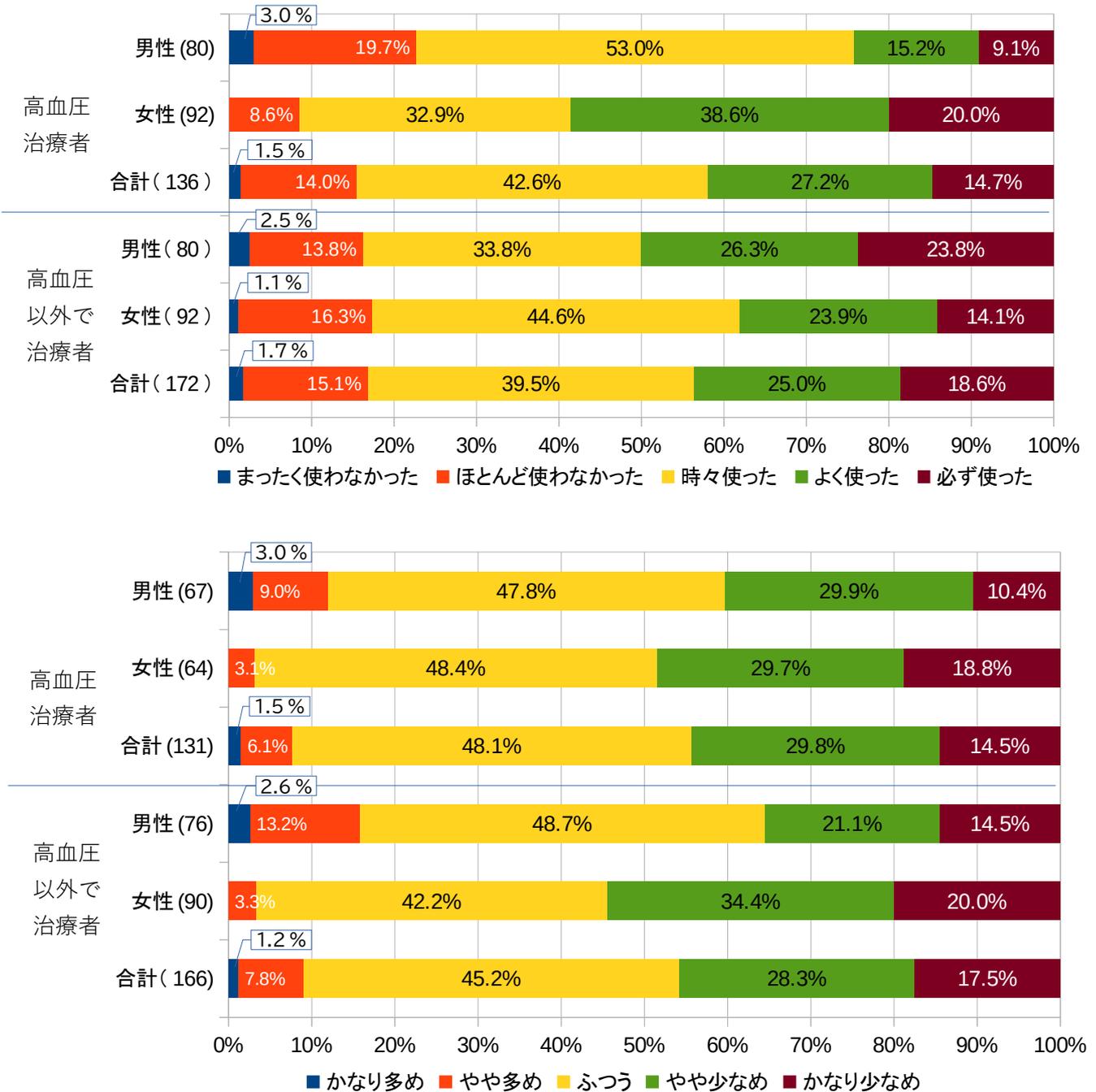
今回のアンケート調査を回答された方に、20 歳代・30 歳代で高血圧で治療されている方はいませんでした。40 歳代から服薬治療が開始し、70 歳代以降では回答者の3割以上が高血圧で治療していました。全年代の平均では、男性で 22.2%、女性で 15.8%と男性が女性より多い状況です。

●体格(BMI)の比較



今回のアンケート調査の結果では、高血圧で治療している方は、高血圧以外で治療している方よりもやせの方の割合が多い現状でした。また、いずれも男性のやせの割合が多い状況でした。

●調理以外で使う調味料の頻度・量の比較



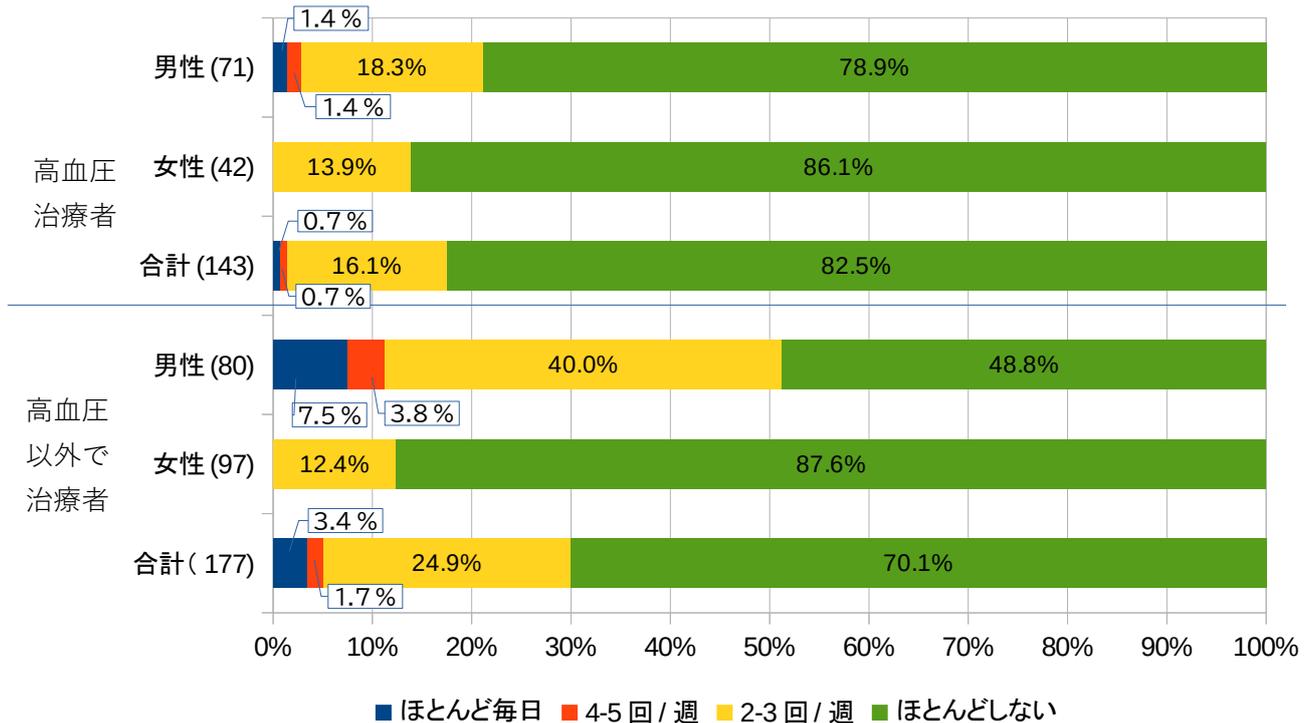
調理以外で使う調味料の頻度は、治療中の内容に関わらず、女性よりも男性の方が「よく使った」「必ず使った」と回答された方が多い現状でした。

高血圧で治療されている女性は「ほとんど使わなかった」方の割合も高く、約半数が「時々使った」にとどまっており、減塩への意識が高いことがわかりました。一方、男性は高血圧の治療の有無による調味料の使用頻度に大きな差は見られませんでした。

また、使用量も男性は「やや多め」の方が女性より多く、女性では「かなり多め」はいませんでしたが、男性は少数ながらも「かなり多め」に調味料を使用すると自覚されている方がいる状況でした。

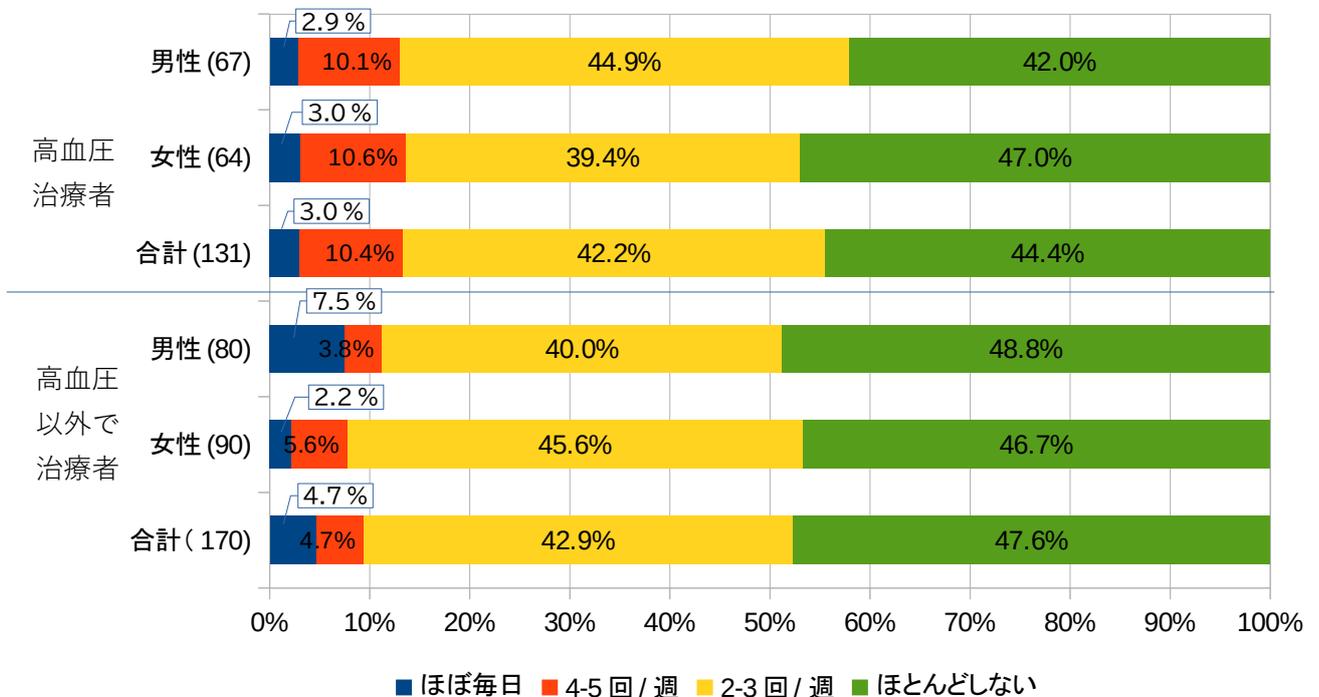
減塩は、高血圧の改善に有効な手段であるため、調味料の使用頻度や使用量について意識し、実践することが、高血圧の解消にも効果があると考えられます。

## ●外食の利用頻度



外食の頻度は、高血圧以外で治療している方よりも、高血圧で治療中の方が低い結果でした。高血圧治療者の82.5%は「ほとんど外食しない」と回答しており、家庭での塩分の調整方法を伝えることで、高血圧が改善につながりやすいとも考えられます。

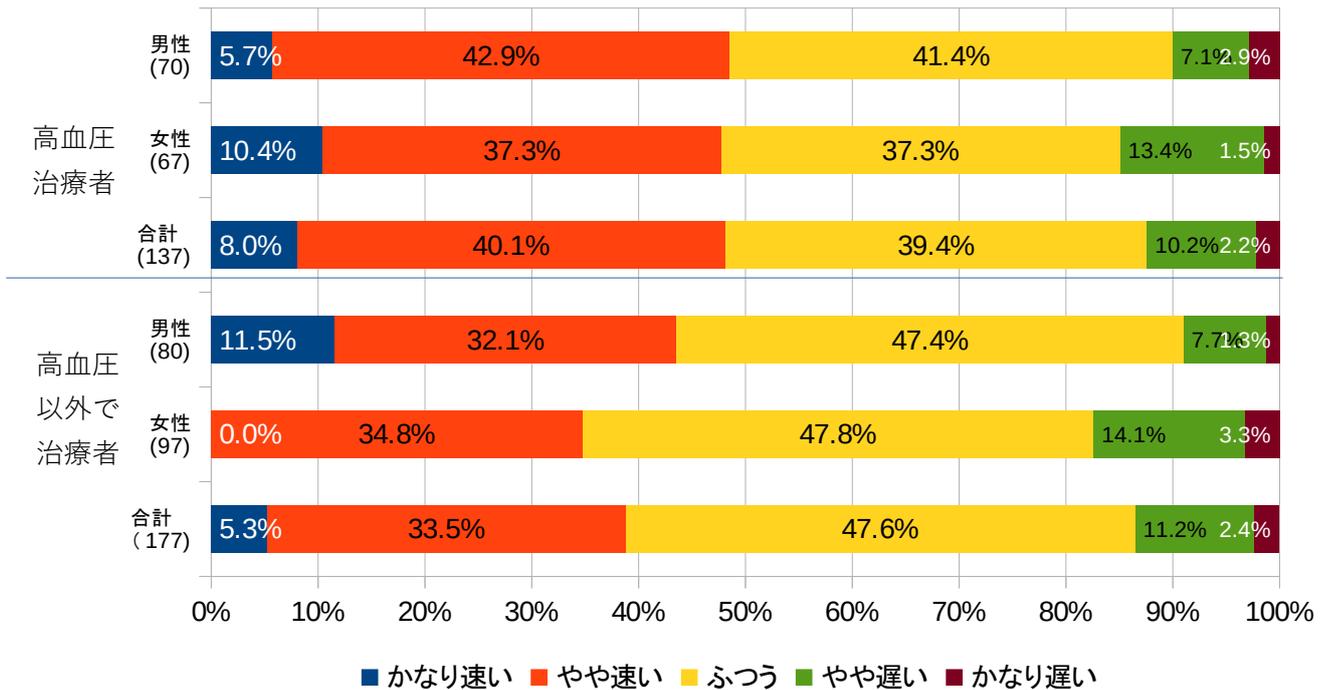
## ●お惣菜や購入したお弁当の利用頻度



お惣菜やお弁当を利用する頻度は、高血圧で治療中の方と高血圧以外で治療している方で大きな差はありませんでした。

全体で見ると、「ほぼ毎日」お惣菜や購入したお弁当を利用する人の割合が、高血圧治療中の方よりも高血圧以外で治療している方がやや多い結果でした。

## ●食べる速さ

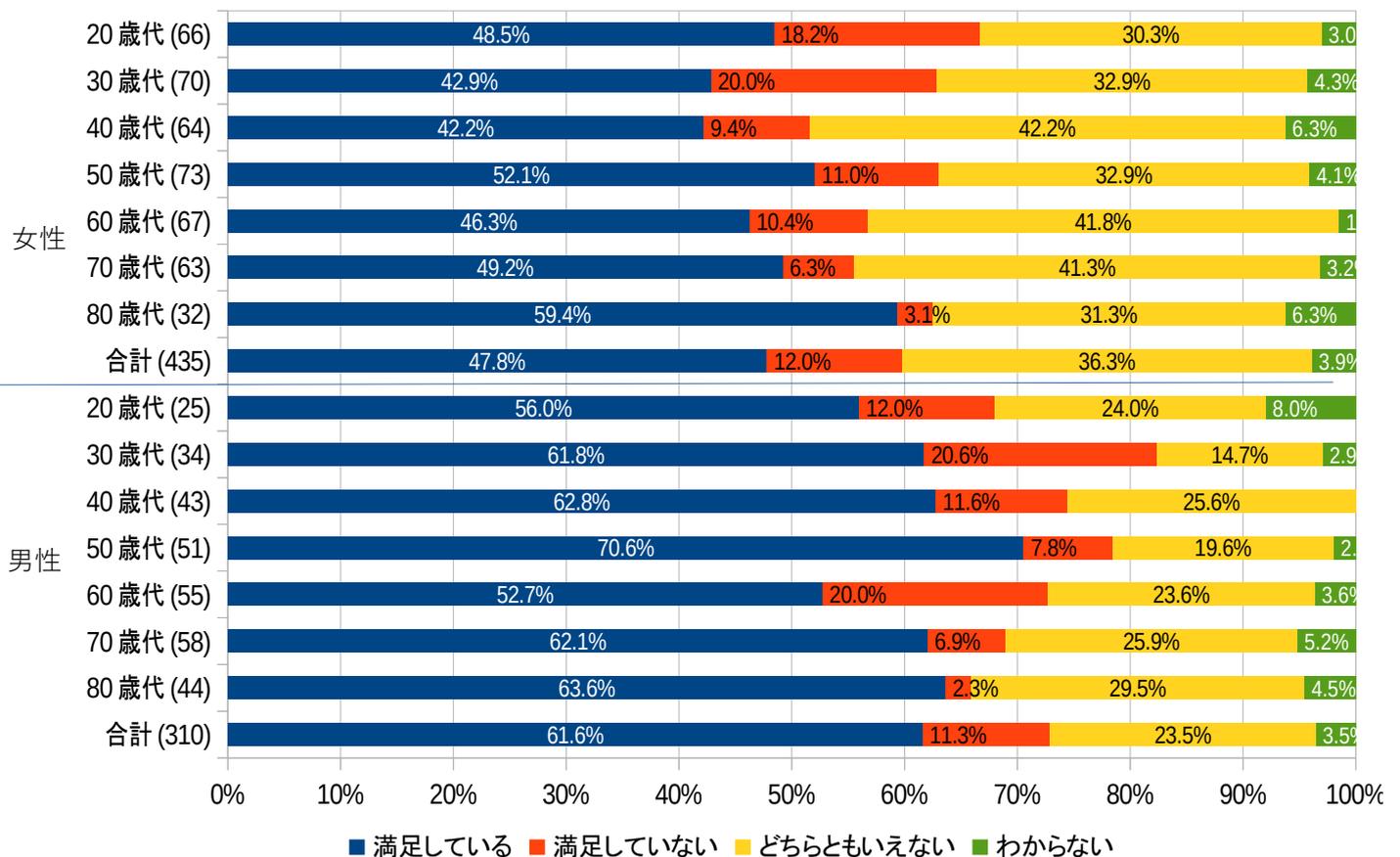


食べる速さについては、高血圧で治療者の方で、食べる速さが「かなり速い」「やや速い」方が多い結果でした。男女差では、「かなり速い」が高血圧で治療中の方は女性が、高血圧以外での治療中の方は男性が多く、「かなり遅い」はいずれの男女差も差はありませんでした。

## 7 食生活・健康意識・食育に関する調査結果

### (1) 地域食状況調査

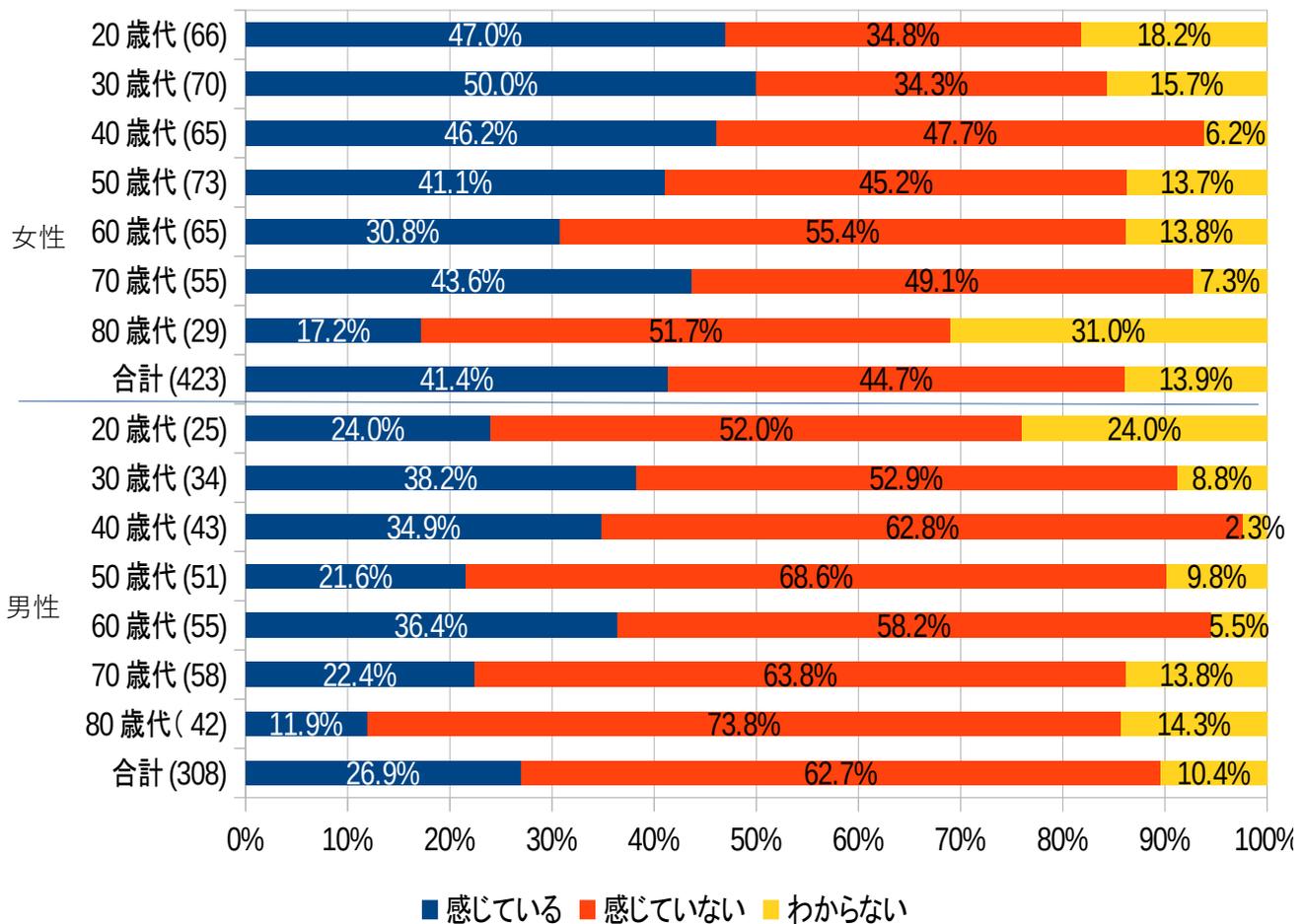
#### 【現在の食生活への満足度】



現在の食生活の満足度は、男女比では女性より男性の方が「満足している」方が多く、10ポイント以上の差がつかしました。「満足していない」方も少ない結果となりました。

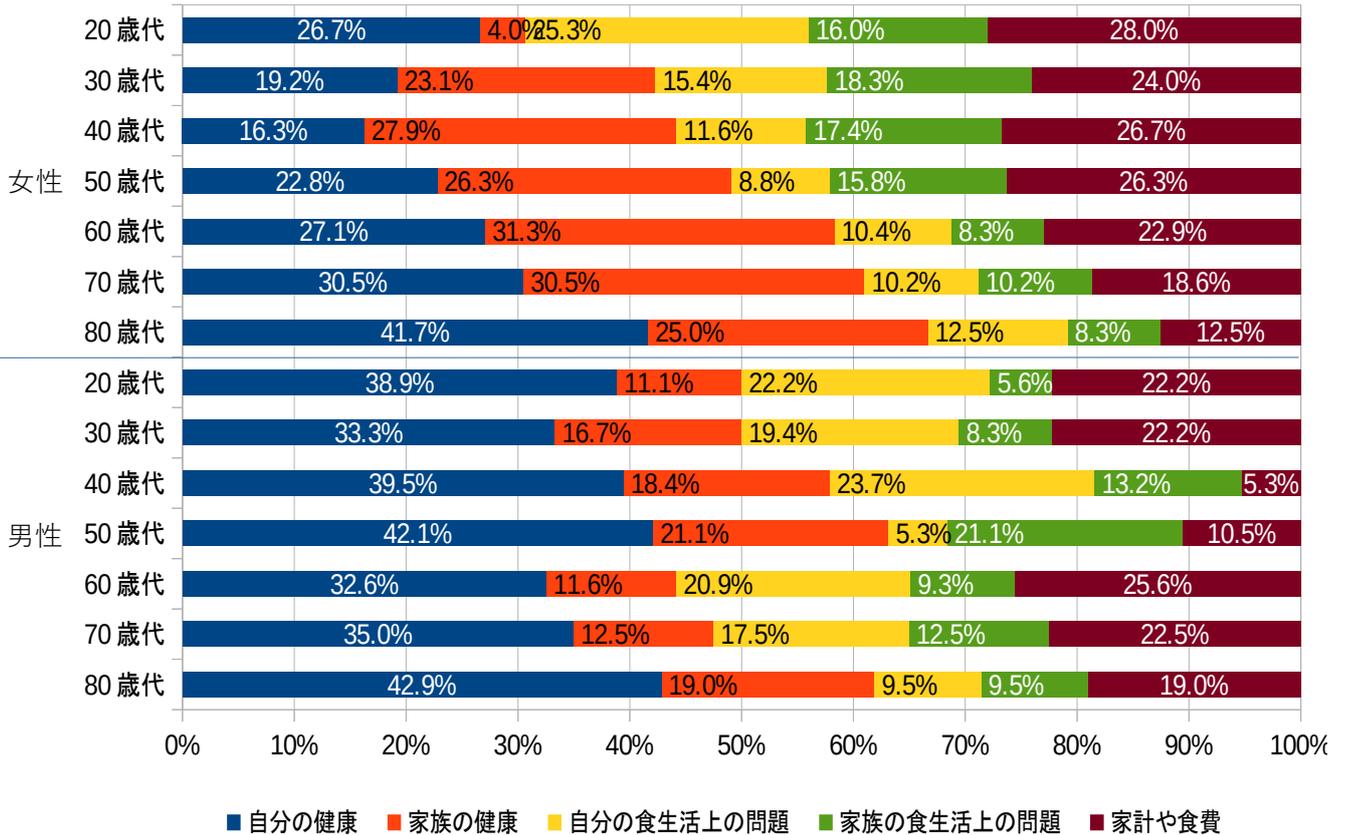
「満足している」と回答した方は、50歳代男性の70.6%が全体で最も高い状況でした。男性は、すべての年代で50%を超えておりますが、女性で50%を超えているのは50歳代と80歳代のみでした。また、女性は「どちらともいえない」と回答した方が男性より多かったものの、「満足していない」は男女比がほとんどありませんでした。「満足していない」と回答した方が最も多かったのは、30歳代男性の20.6%でした。「どちらともいえない」と回答した方は、「満足している」と回答した男女比と逆転し、女性が男性よりも10ポイント以上高い結果となりました。

【日頃の食生活で、悩みや不安があるか】



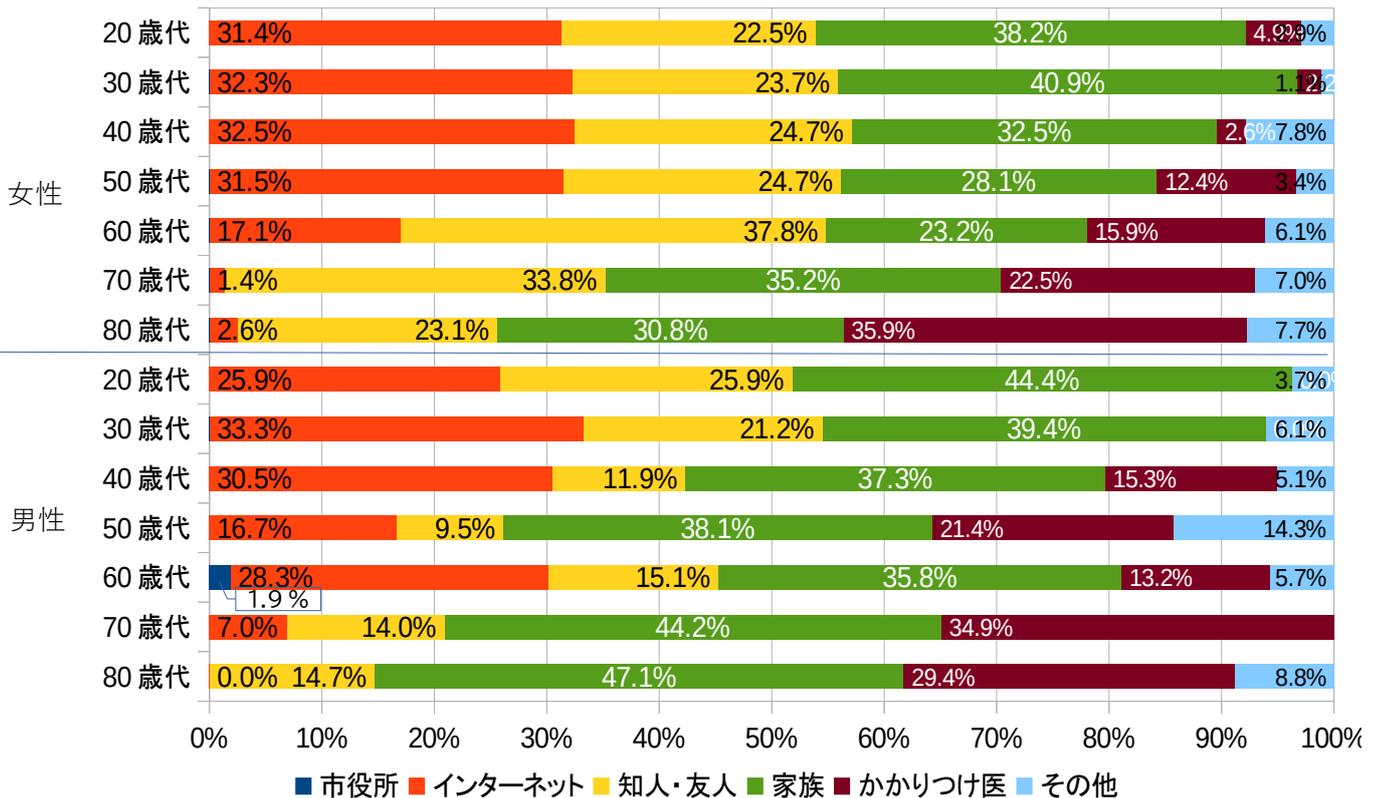
日頃の食生活に悩みや不安を感じている方は、男性よりも女性が多く、60歳代を除いてたすべての年代でも女性が多い状況でした。特に、30歳代の女性は半数が悩みや不安を感じていました。また、60歳代の男性以外では、30歳代を境に割合が減少しており、男女ともに最も食生活への悩みや不安を感じていない年代は80歳代でした。

【悩みや不安の原因(複数回答)】



女性は、30歳代から60歳代までは、「自分の健康」よりも「家族の健康」が悩みや不安の最も多い原因でしたが、男性の全年代と、女性の80歳代では「自分の健康」の方が多く現状でした。しかし、男性がもっとも多い悩みや不安の原因は、「自分の食生活上の問題」である年代が多く、性別による違いが大きいです。

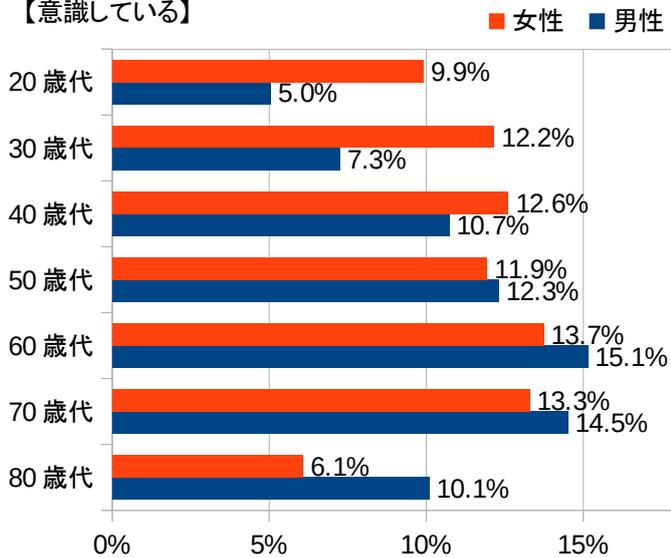
【悩みの相談先(複数回答)】



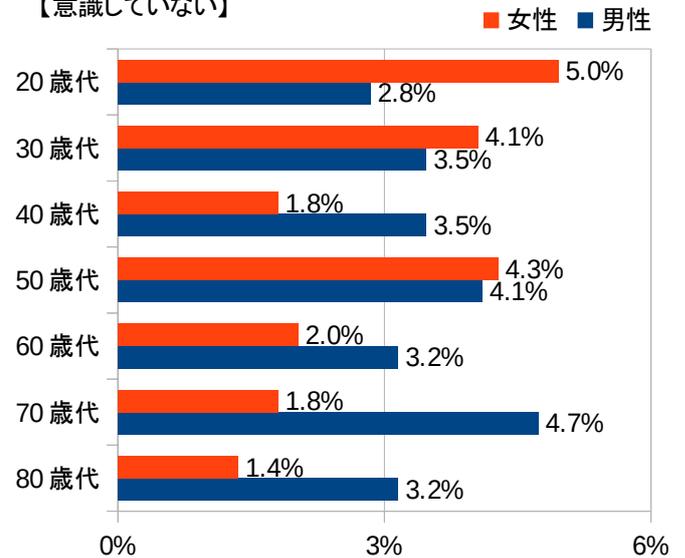
悩みの相談先は、女性はインターネットと家族に相談する方が多く、男性はどの年代でも家族に相談する方が多い結果でした。相談先が市役所の方は、60歳代の男性のみで最も少ない現状でした。  
 年代別で見ると、女性は年齢が上がる毎にかかりつけ医を相談先にしていることも多く、相談の内容によっても相談先が変わると考えられます。

【健康を意識しているか】

【意識している】

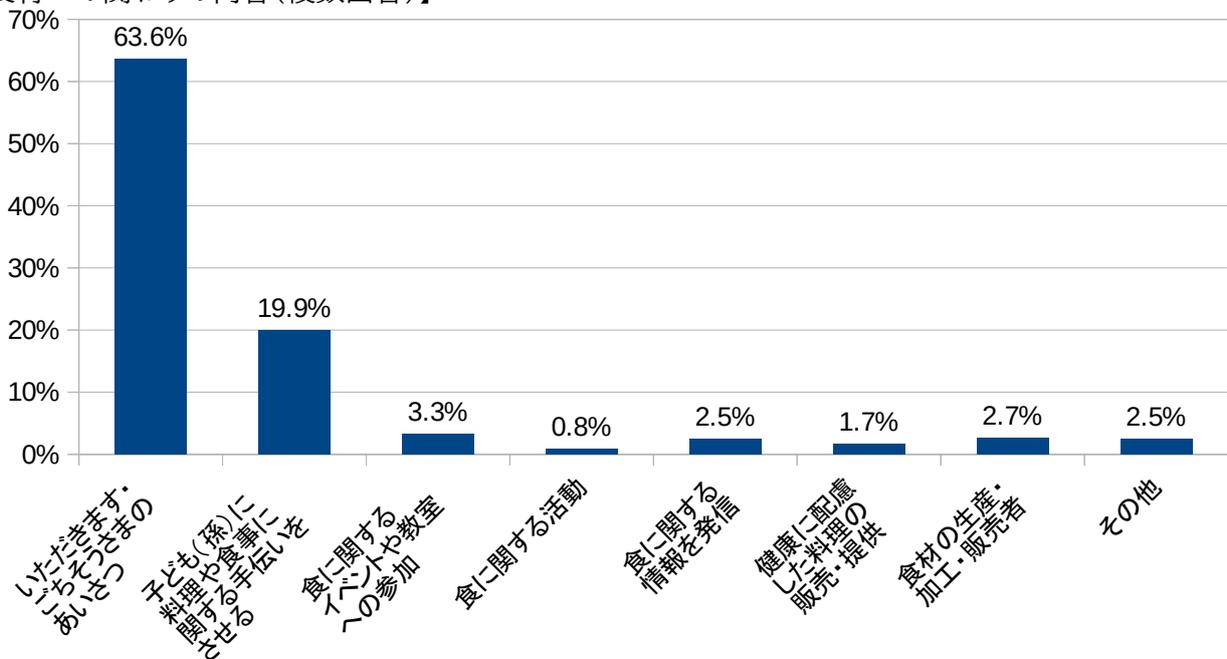


【意識していない】



健康を意識している人は、40歳代までは女性の方が多くですが、50歳代以降は女性を男性が上回りました。もっとも健康を意識していたのは、60歳代の男性でした。  
 意識している内容は、「塩分」「カロリー」「食事のバランス」「野菜をとる」「運動をする(体を動かす)」などで、複数行っている方が多い状況でした。

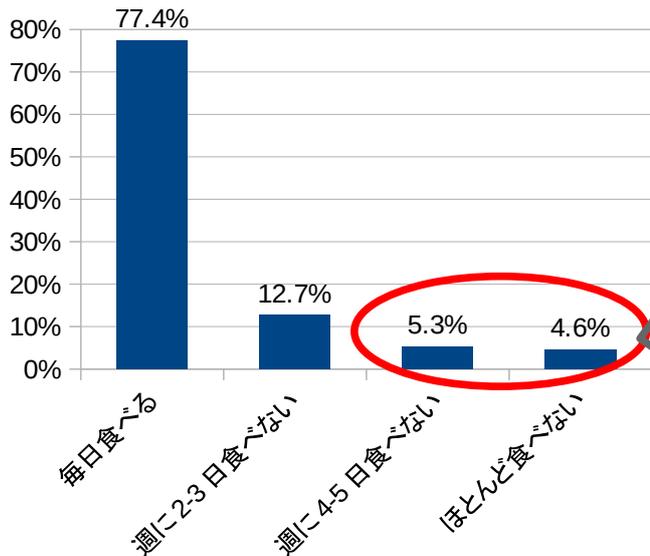
【食育への関わりの内容(複数回答)】



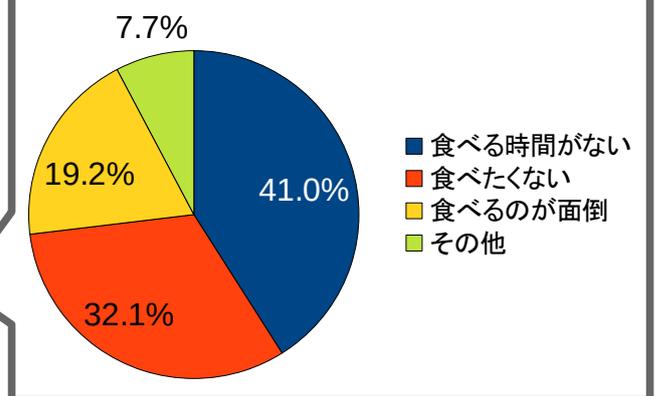
食育への関わりで最も多かったのは、「いただきます・ごちそうさまのあいさつ」をしている人の割合でした。次いで、子どもや孫に料理や食事に関する手伝いをさせている方の割合が多い状況でした。その他では、「テレビを参考に料理をしている」、「子ども達に食の指導をしている」等がありました。

## 8 中学3年生に対する食の状況調査の結果

【毎日朝食を食べるか】



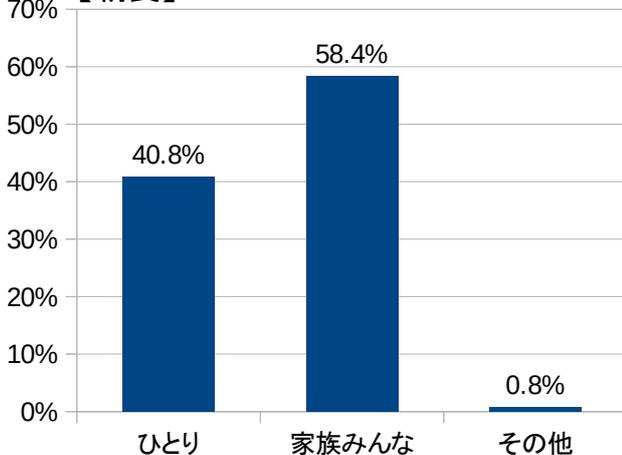
【食べない理由(週4回以上食べない児)】



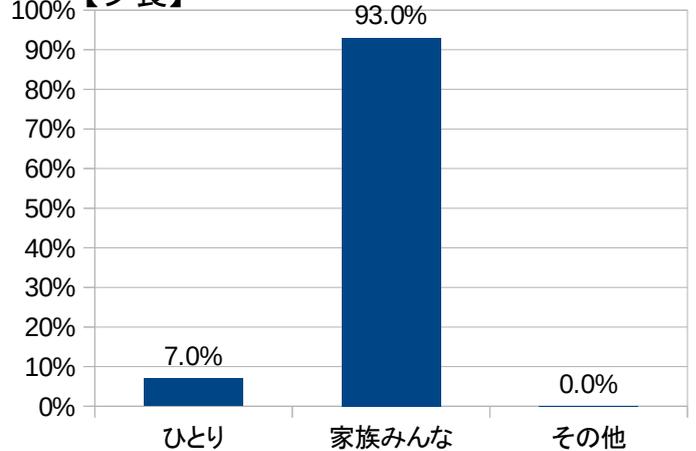
朝食を毎日食べる中学3年生の割合は77.4%でした。週の4回以上食べない生徒は約1割おり、その理由は「食べる時間がない」と回答した生徒が最も多く、次いで「食べたくない」でした。食べる時間や意欲がない原因として、寝る時間が遅いことや、寝る前にカロリーのあるものを飲食していること等が考えられます。

【食事を誰と食べることが多いか(週4回以上)】

【朝食】

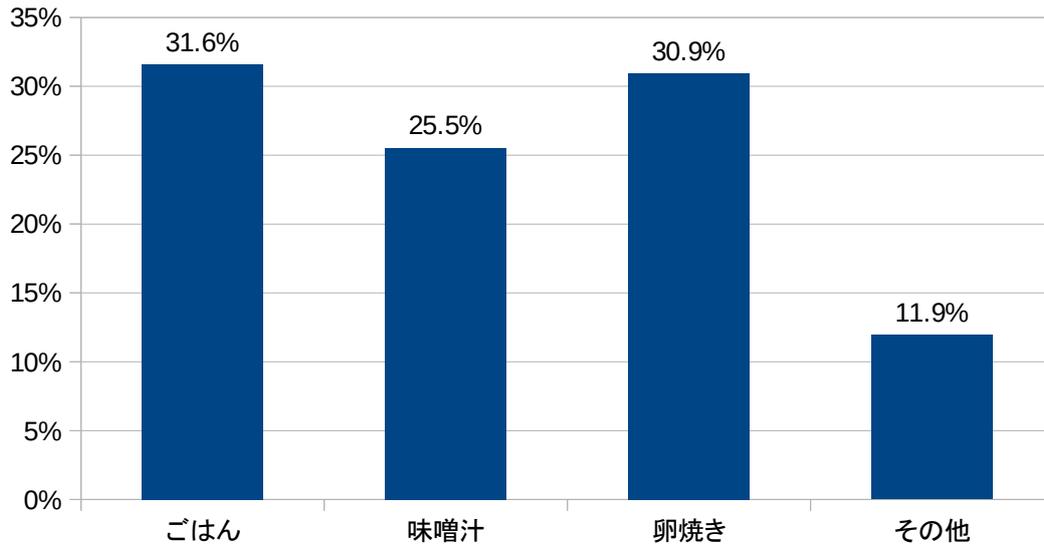


【夕食】



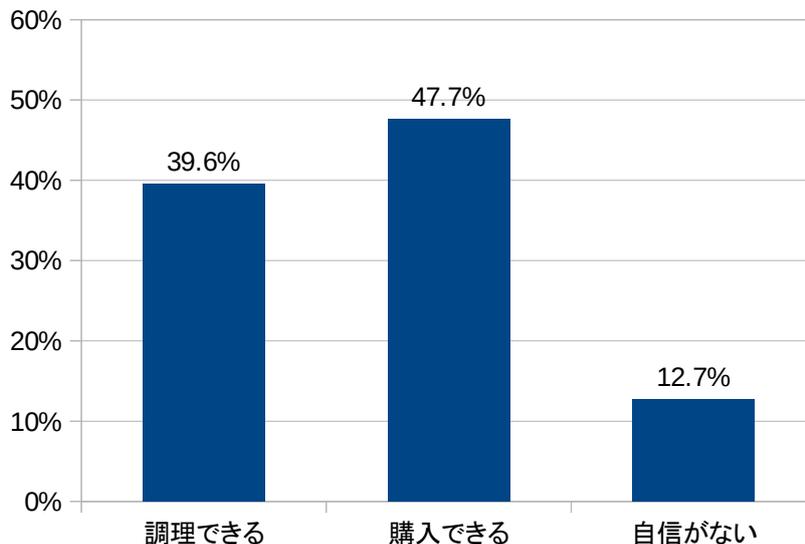
食事を家族みんなで食べる割合は、朝食よりも夕食の方が高い現状でした。夕食は93%が家族みんなで食べており、週4回以上は、団らの時間が確保できている一方、7%の生徒はひとりで食べている孤食の結果でした。朝食のその他は、きょうだいと食べている、という回答でした。

### 【自分一人で作れる料理(複数回答)】



自分一人で作れる料理は、「ごはん」が最も多く、次いで「卵焼き」でした。味噌汁も25.5%の生徒が作れると回答しました。卵焼きは、卵を溶きほぐして調味し、何度かに分けて焼く作業があるため手がかかりますが、30.9%の生徒が作れると回答しました。その他では、「レシピを見ればなんでも作れる」と回答した生徒も多かった一方、「ごはん」は日常的に食す機会が多い料理ですが、半数以上の生徒が作れないと回答した現状でした。

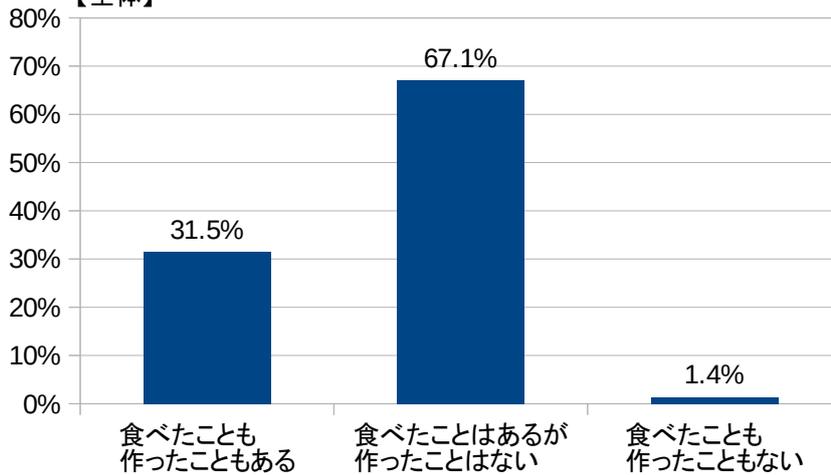
### 【主食とおかずの組み合わせを自分で準備できるか(複数回答)】



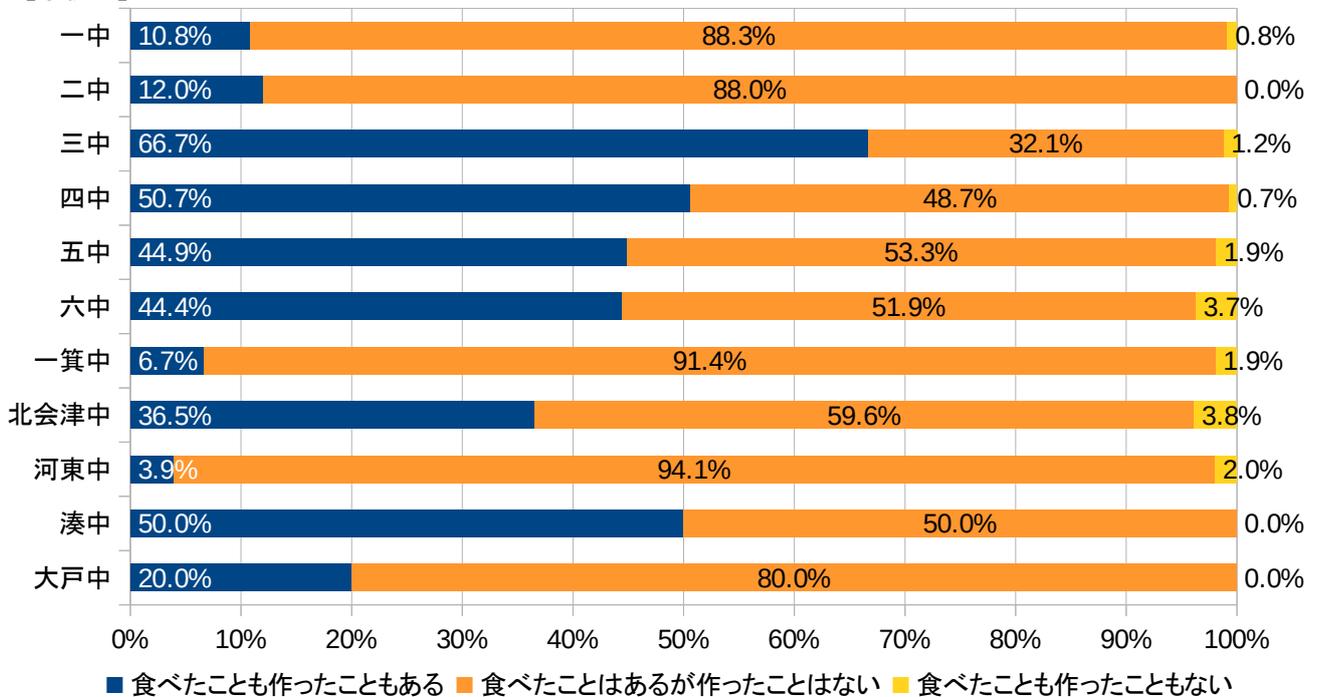
自分で調理をして、主食とおかずの組み合わせを準備できる生徒と、購入してであれば準備できる生徒を合わせると80ポイントを超えています。購入してでも準備できる自信がないと回答した生徒も1割以上いることから、「主食とおかずの組み合わせ」についての知識の普及により、自分に必要な栄養を確保できるよう今後も取り組みを進めていきます。

【会津の郷土料理「こづゆ」を、食べたことや作った経験の有無】

【全体】



【学校別】



こづゆの食体験については、ほとんど全員が食べた経験がありました。しかしながら、「食べたことはあるが作ったことはない」割合が多く、「食べたことも作ったこともある」生徒は食べたことのある生徒の約半数でした。

学校別で見ると、学校により「作ったこともある」生徒の割合が異なり、食べたことも作ったことも多い生徒が最も多い学校は三中で、次いで湊中、四中が半数以上が作った経験もあるという結果でした。また、二中、湊中、大戸中の生徒は、全員がこづゆを「作ったこと」か「食べたこと」がある現状でした。

これまでは作ってもらって食べていたこづゆを、次世代以降に継承していくためにも、家族みんなが作ることができるよう、取り組みを継続していきます。