

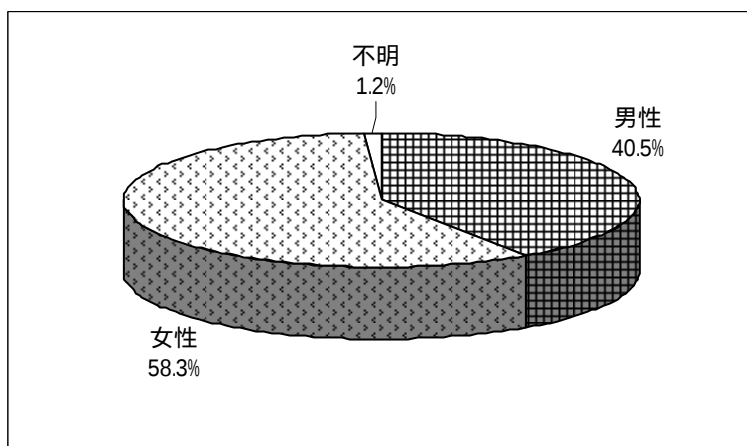
第6章 高年期

1. 回答者の属性

(1) 性別

回答者の性別は、「男性」が40.5%、「女性」が58.3%となっています。

図表 288 回答者の性別 [N=587]



図表 289 前期・後期高齢者 × 回答者の性別 [N=587]

[単位：(上段) 件 / (下段) %]

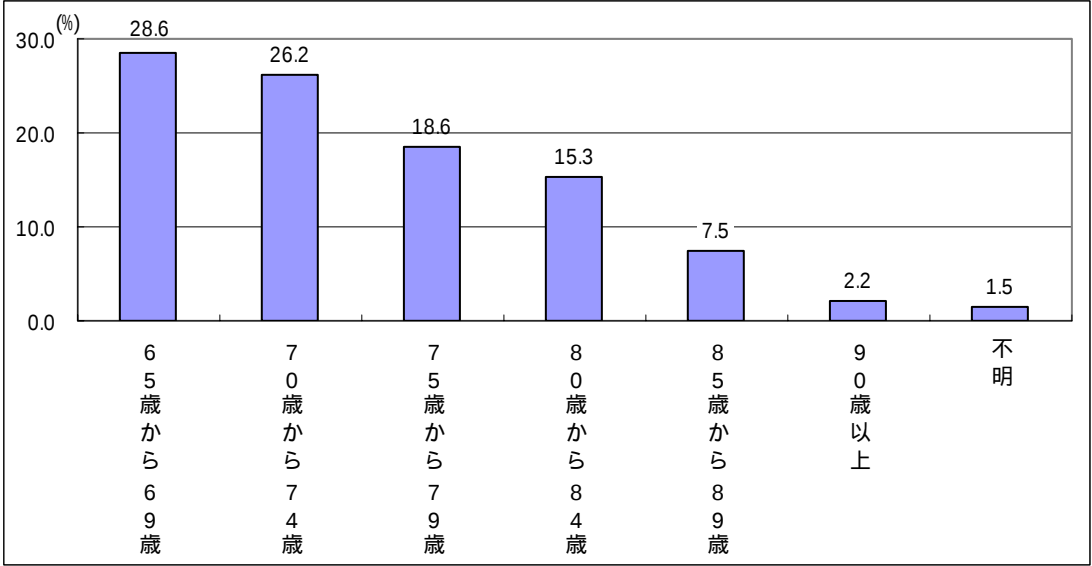
	合計	男性	女性	不明
合計	587	238	342	7
	100.0	40.5	58.3	1.2
前期高齢者	322	145	176	1
	100.0	45.0	54.7	0.3
後期高齢者	256	90	165	1
	100.0	35.2	64.5	0.4
不明	9	3	1	5
	100.0	33.3	11.1	55.6

* 前期高齢者は65～74歳、後期高齢者は75歳以上の方です。

(2) 年齢

回答者の年齢は、「65 歳から 69 歳」が 28.6%と最も多く、「70 歳から 74 歳」が 26.2%となっています。

図表 290 回答者の年齢 [N=587]



図表 291 回答者の性別 × 回答者の年齢 [N=587]

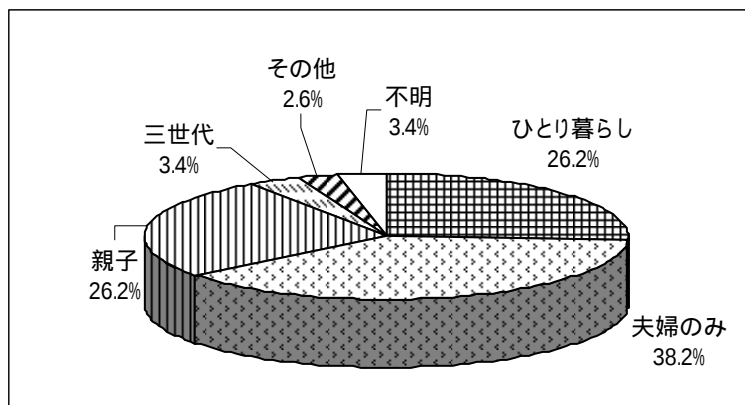
[単位 : (上段) 件 / (下段) %]

	合計	65 歳から 69 歳	70 歳から 74 歳	75 歳から 79 歳	80 歳から 84 歳	85 歳から 89 歳	90 歳以上	不明
合計	587	168	154	109	90	44	13	9
	100.0	28.6	26.2	18.6	15.3	7.5	2.2	1.5
男性	238	73	72	43	26	16	5	3
	100.0	30.7	30.3	18.1	10.9	6.7	2.1	1.3
女性	342	95	81	65	64	28	8	1
	100.0	27.8	23.7	19.0	18.7	8.2	2.3	0.3
不明	7	-	1	1	-	-	-	5
	100.0	-	14.3	14.3	-	-	-	71.4

(3) 家族構成

家族構成については、「夫婦のみ」が38.2%と最も多く、次いで、「ひとり暮らし」、「親子」がそれぞれ26.2%となっています。

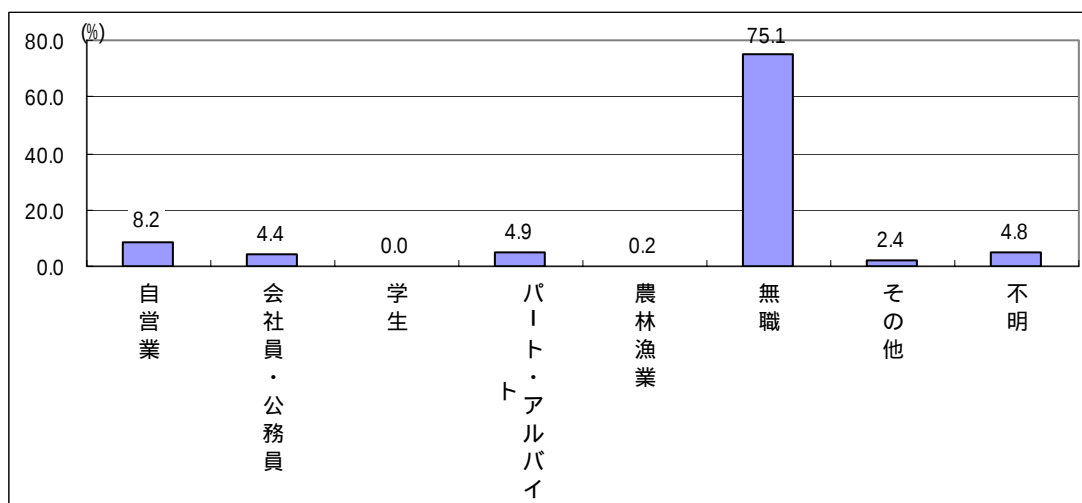
図表 292 家族構成 [N=587]



(4) 職業

職業については、「無職」が75.1%と多くなっています。

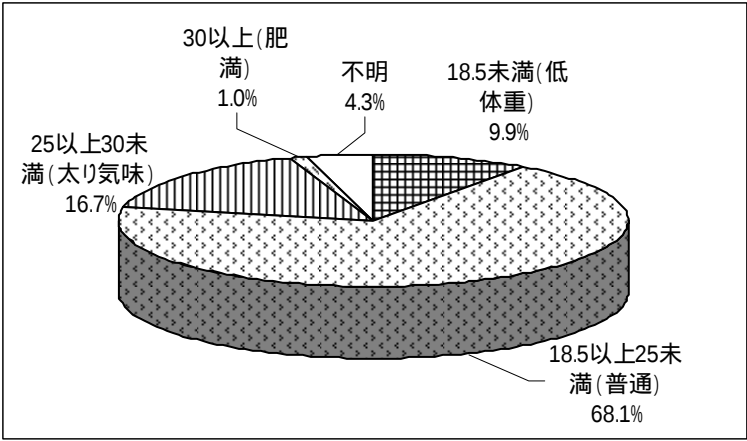
図表 293 回答者の職業 [N=587]



(5) B M I

B M I については、「18.5 以上 25 未満 (普通)」が 68.1%と最も多く、「25 以上 30 未満 (太り気味)」が 16.7%と続いています。男女別にみると、女性では、やや「18.5 未満 (低体重)」の割合が多くなっています。

図表 294 B M I [N=587]



図表 295 回答者の性別 × B M I [N=587]

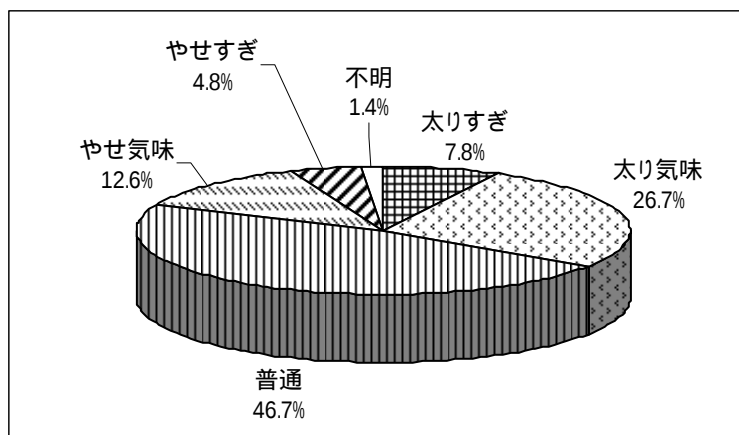
[単位 : (上段) 件 / (下段) %]

	合計	18.5 未満 (低体重)	18.5 以上 25 未満 (普通)	25 以上 30 未 満 (太り気味)	30 以上 (肥満)	不明
合計	587	58	400	98	6	25
	100.0	9.9	68.1	16.7	1.0	4.3
男性	238	15	163	51	1	8
	100.0	6.3	68.5	21.4	0.4	3.4
女性	342	42	236	46	5	13
	100.0	12.3	69.0	13.5	1.5	3.8
不明	7	1	1	1	-	4
	100.0	14.3	14.3	14.3	-	57.1

(6) 自身の体型をどう思うか

自身の体型をどう思うかについては、「普通」が46.7%と最も多く、次いで、「太り気味」が26.7%となっています。BMI別にみると、「18.5以上25未満(普通)」の場合でも、自身の感覚として、「太り気味」と感じている割合が、25%程度いることがわかります。

図表 296 自身の体型をどう思うか [N=587]



図表 297 BMI × 自身の体型をどう思うか [N=587]

[単位：(上段)件 / (下段)%]

	合計	太りすぎ	太り気味	普通	やせ気味	やせすぎ	不明
合計	587	46	157	274	74	28	8
	100	7.8	26.7	46.7	12.6	4.8	1.4
18.5 未満 (低体重)	58	-	1	9	24	23	1
	100	-	1.7	15.5	41.4	39.7	1.7
18.5 以上 25 未満 (普通)	400	9	91	247	47	5	1
	100	2.3	22.8	61.8	11.8	1.3	0.3
25 以上 30 未満 (太り気味)	98	31	59	8	-	-	-
	100	31.6	60.2	8.2	-	-	-
30 以上 (肥満)	6	5	1	-	-	-	-
	100	83.3	16.7	-	-	-	-
不明	25	1	5	10	3	-	6
	100	4	20	40	12	-	24

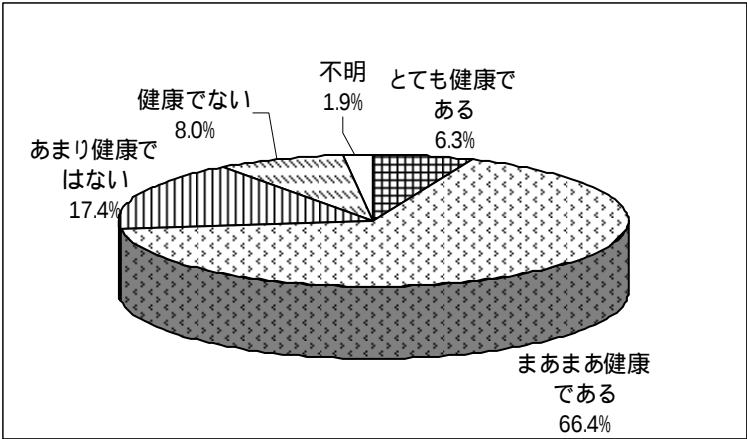
(7) 健康状態

健康状態については、「とても健康である」、「まあまあ健康である」と良好な健康状態であるとする人が 72.7%と多数を占めており、一方、「あまり健康でない」、「健康でない」とする人は 25.4%となっています。

回答者のBMI別にみると、「18.5未満（低体重）」で「健康でない」という回答が他に比べて多くなっています。

前期・後期別にみると、前期高齢者は後期高齢者に比べて比較的健康と思う人が多くなっています。

図表 298 自身の健康状態をどう思うか [N=587]



図表 299 BMI × 自身の健康状態をどう思うか [N=587]

[単位：(上段) 件 / (下段) %]

	合計	とても健康である	まあまあ健康である	あまり健康ではない	健康でない	不明
合計	587	37	390	102	47	11
	100.0	6.3	66.4	17.4	8.0	1.9
18.5 未満 (低体重)	58	1	34	13	9	1
	100.0	1.7	58.6	22.4	15.5	1.7
18.5 以上 25 未満 (普通)	400	29	272	69	26	4
	100.0	7.3	68.0	17.3	6.5	1.0
25 以上 30 未満 (太り気味)	98	7	69	17	4	1
	100.0	7.1	70.4	17.3	4.1	1.0
30 以上 (肥満)	6	-	2	2	2	-
	100.0	-	33.3	33.3	33.3	-
不明	25	-	13	1	6	5
	100.0	-	52.0	4.0	24.0	20.0

図表 300 前期高齢者・後期高齢者×自身の健康状態をどう思うか [N=587]

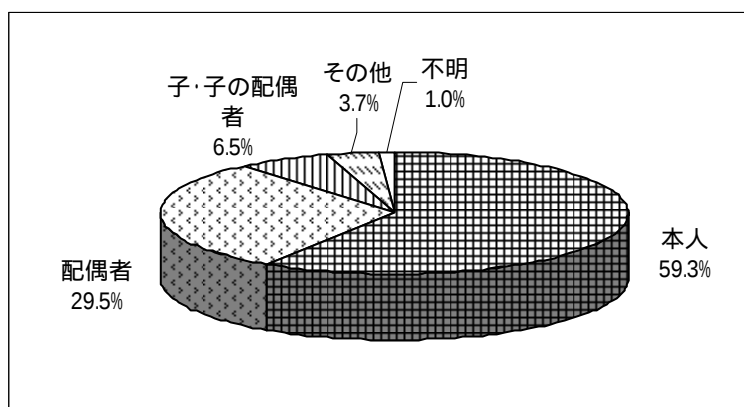
[単位：(上段)件 / (下段)%]

	合計	とても健康である	まあまあ健康である	あまり健康ではない	健康でない	不明
合計	587	37	390	102	47	11
	100.0	6.3	66.4	17.4	8.0	1.9
前期高齢者	322	29	230	46	16	1
	100.0	9.0	71.4	14.3	5.0	0.3
後期高齢者	256	7	158	55	31	5
	100.0	2.7	61.7	21.5	12.1	2.0
不明	9	1	2	1	-	5
	100.0	11.1	22.2	11.1	-	55.6

(8) 主に家庭で食事づくりを担当する人

主に家庭で食事づくりを担当する人についてきいたところ、「本人」が59.3%と最も多く、次いで、「配偶者」が29.5%となっています。

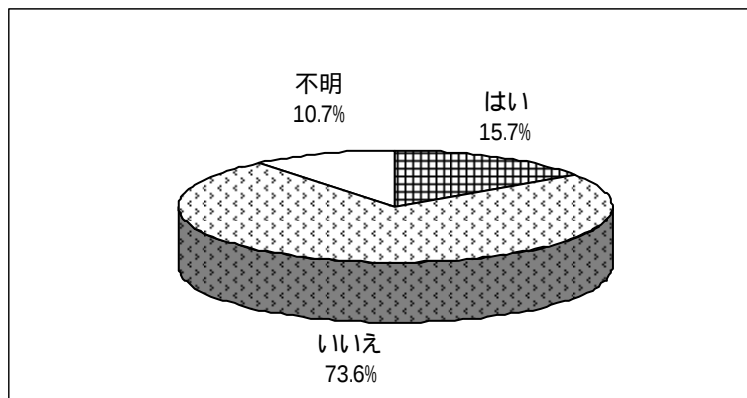
図表 301 主に家庭で食事づくりを担当する人 [N=587]



(9) 主に食事づくりを担当する人の就労状況

主に食事づくりを担当する人の就労状況については、「いいえ(就労していない)」が73.6%と多くなっています。

図表 302 主に食事づくりを担当する人の就労状況 [N=587]



(1 0) 主に食事づくりを担当する人の就労形態

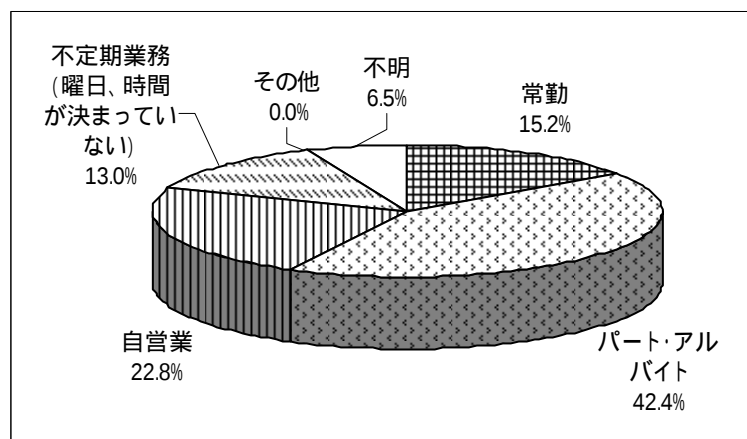
主に食事づくりを担当する人のうち、就労している場合の就労形態についてきいたところ、「パート・アルバイト」が42.4%、「自営業」が22.8%、「常勤」が15.2%となっています。

また、「常勤」で働く人の1日あたり勤務時間については、「8時間以上」が50.0%と最も多く、次いで、「6時間以上8時間未満」が21.4%と多くなっています。

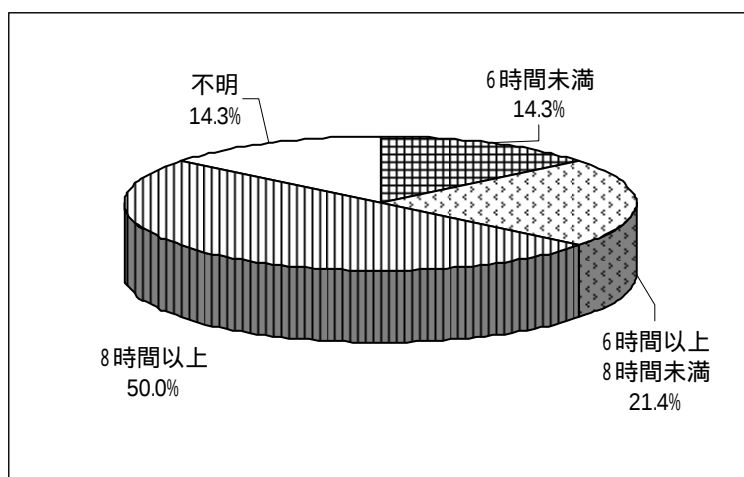
「パート・アルバイト」で働く人の1週間あたり勤務日数については、「5日以上」が43.6%を占め、次いで「3、4日」という人が33.3%となっています。「パート・アルバイト」で働く人の1日あたり勤務時間は、「4時間以上6時間未満」が41.0%と最も多くなっています。

一方、「自営業」で働く人の1日あたり勤務時間は「8時間以上」が52.4%と最も多くなっています。

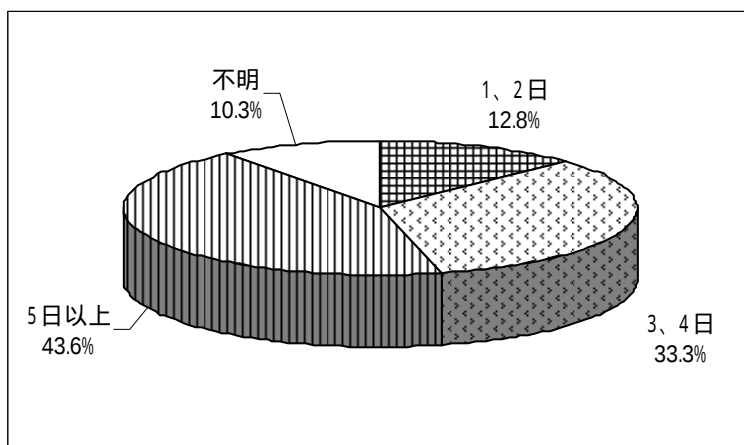
図表 303 主に食事づくりを担当する人の就労形態 [N=92]



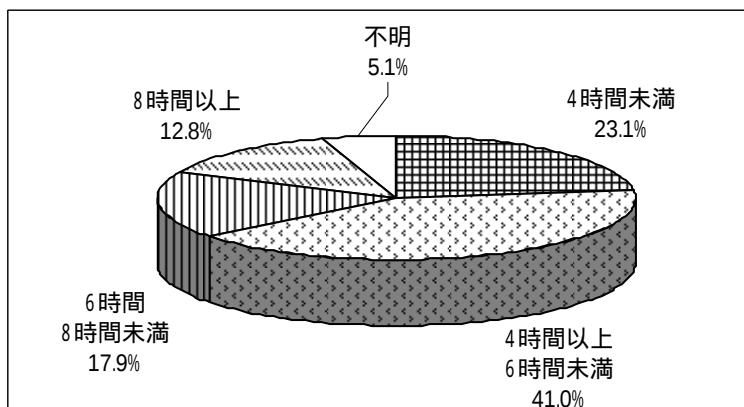
図表 304 常勤で働く人の1日あたり勤務時間 [N=14]



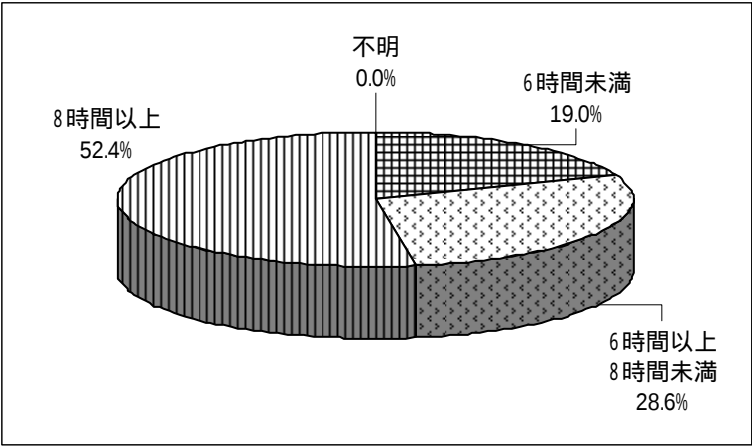
図表 305 パート・アルバイトで働く人の1週あたり勤務日数 [N=39]



図表 306 パート・アルバイトで働く人の1日あたり勤務時間 [N=39]



図表 307 自営業で働く人の1日あたり勤務時間 [N=21]

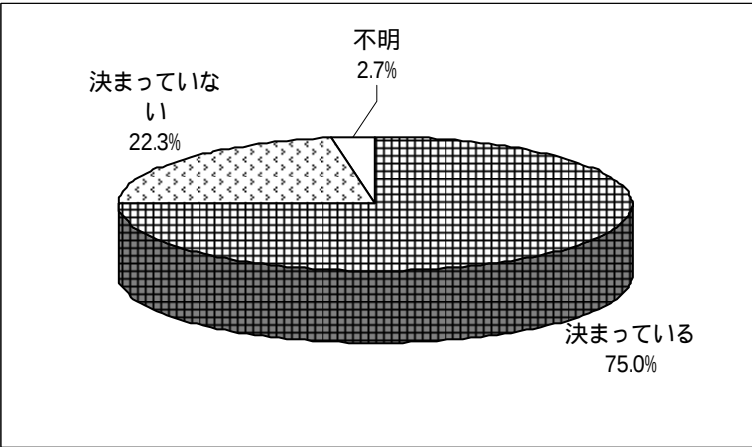


2. 生活リズムについて

(1) 起床時間と就寝時間

生活リズムについて、起床時間・就寝時間が「決まっている」が75.0%、「決まっていない」が22.3%となっています。

図表 308 起床時間と就寝時間 [N=587]

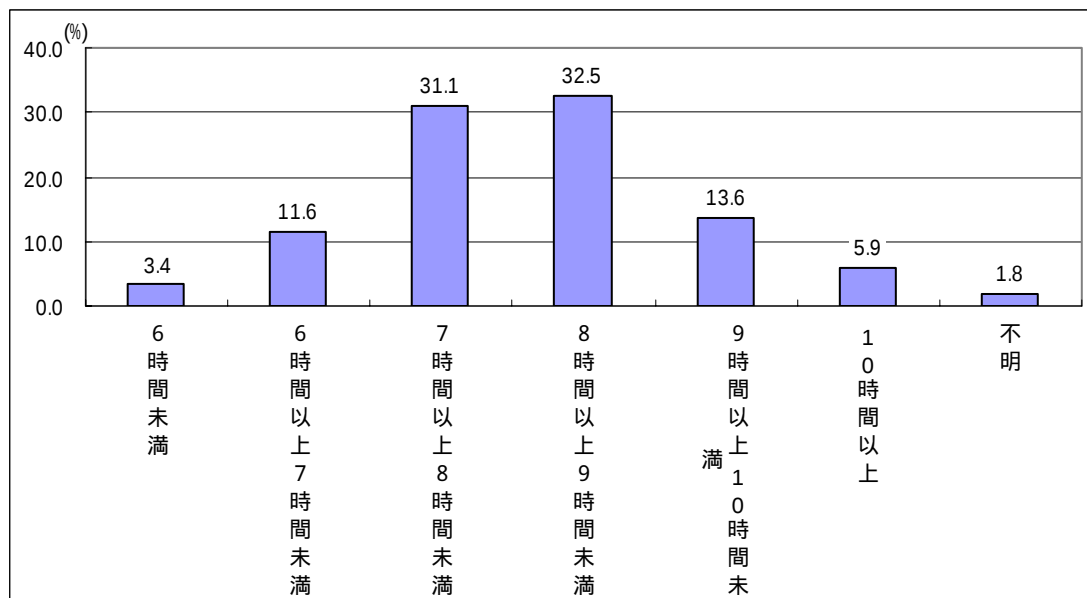


(2) 睡眠時間

睡眠時間についてみると、「8時間以上9時間未満」が最も多く、32.5%、次いで、「7時間以上8時間未満」が31.1%と続いています。

前期・後期別にみると、全体的に後期高齢者の方が前期高齢者に比べて睡眠時間が長くなっています。

図表 309 睡眠時間 [N=440]



図表 310 前期高齢者・後期高齢者×睡眠時間 [N=440]

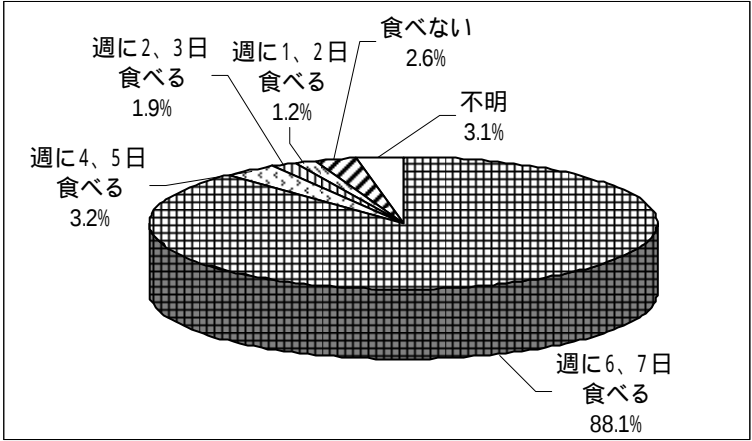
[単位：(上段) 件 / (下段) %]

	合計	6時間未満	6時間以上7時間未満	7時間以上8時間未満	8時間以上9時間未満	9時間以上10時間未満	10時間以上	不明
合計	440	15	51	137	143	60	26	8
	100.0	3.4	11.6	31.1	32.5	13.6	5.9	1.8
前期高齢者	234	14	34	81	69	24	6	6
	100.0	6.0	14.5	34.6	29.5	10.3	2.6	2.6
後期高齢者	201	1	16	55	74	33	20	2
	100.0	0.5	8.0	27.4	36.8	16.4	10.0	1.0
不明	5	-	1	1	-	3	-	-
	100.0	-	20.0	20.0	-	60.0	-	-

(3) 朝食の摂取状況

朝食の摂取状況について、「週に 6、7 日食べる」という回答が 88.1%と多くなっています。

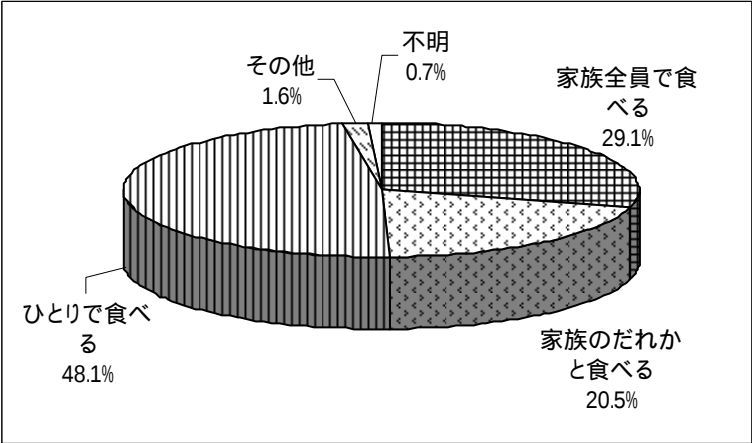
図表 311 朝食の摂取状況 [N=587]



(4) 一緒に朝食を食べる人

一緒に朝食を食べる人については、「ひとりで食べる」が 48.1%と最も多くなっています。男女別にみると、女性では、「ひとりで食べる」の割合が半数を超え、孤食の割合が男性よりもやや多くなっています。

図表 312 一緒に朝食を食べる人 [N=547]



図表 313 回答者の性別 × 一緒に朝食を食べる人 [N=547]

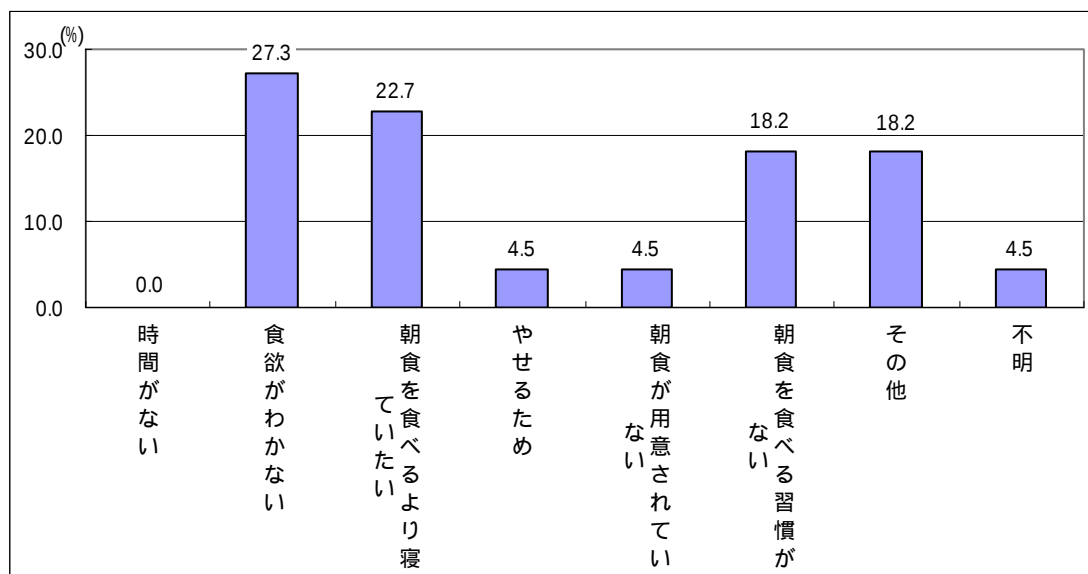
[単位：(上段) 件 / (下段) %]

	合計	家族全員で食べる	家族の誰かと食べる	ひとりで食べる	その他	不明
合計	547	159	112	263	9	4
	100.0	29.1	20.5	48.1	1.6	0.7
男性	221	74	59	85	2	1
	100.0	33.5	26.7	38.5	0.9	0.5
女性	323	84	53	177	7	2
	100.0	26.0	16.4	54.8	2.2	0.6
不明	3	1	-	1	-	1
	100.0	33.3	-	33.3	-	33.3

(5) 朝食を食べない理由

朝食を食べない理由については、「食欲がわからない」が27.3%と最も多く、次いで、「朝食を食べるより寝ていたい」が22.7%となっています。

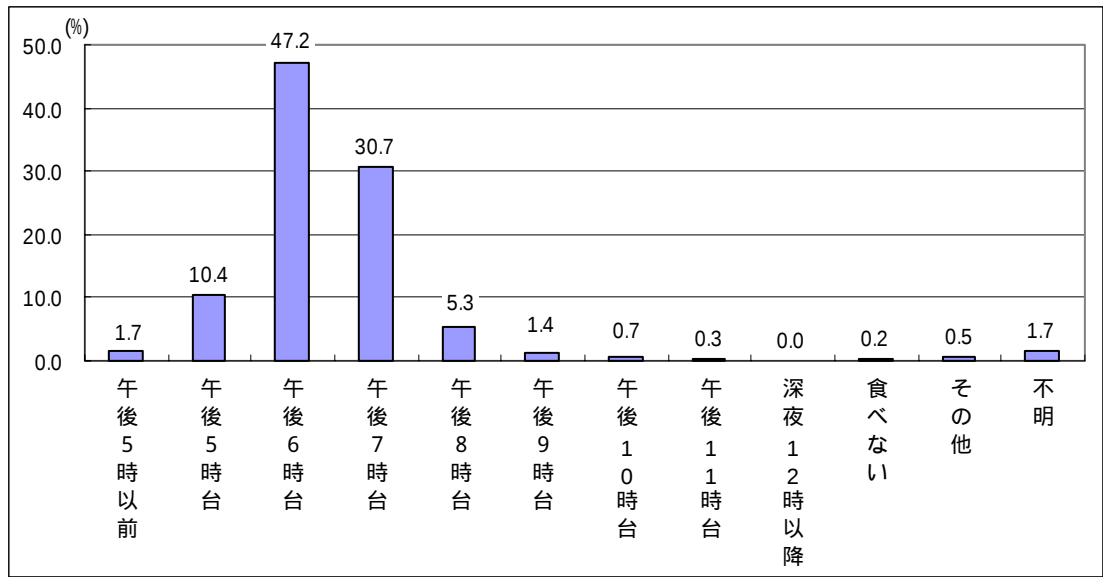
図表 314 朝食を食べない理由 [N=22]



(6) 夕食時間

夕食の時間については、「午後 6 時台」が 47.2%と最も多く、次いで、「午後 7 時台」が 30.7%となっています。

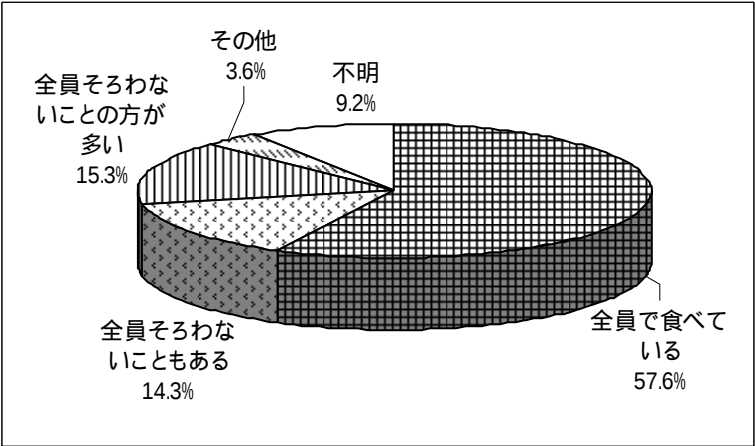
図表 315 夕食時間 [N=587]



(7) 夕食時の状況

夕食時の「孤食」の状況について、夕食時に、家にいる人「全員で食べている」が 57.6%と半数を超えています。

図表 316 夕食時に、家にいる人全員で食べているか [N=413]

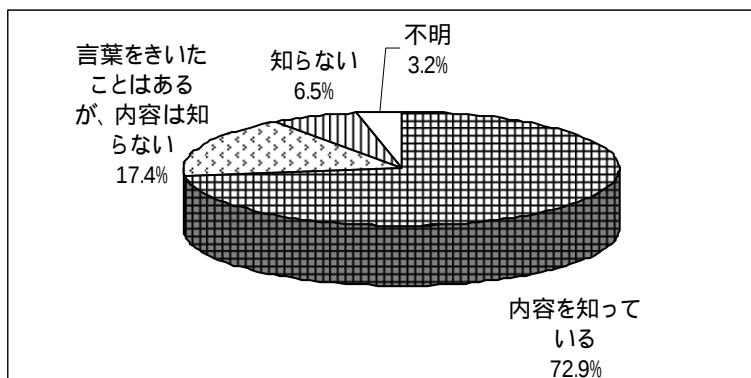


(8) 「メタボリックシンドローム」の認知度

「メタボリックシンドローム」の認知度については、「内容を知っている」という回答が72.9%と最も多くなっています。

前期・後期別にみると、前期高齢者は後期高齢者に比べて「内容を知っている」人が多くなっています。

図表 317 「メタボリックシンドローム」の認知度 [N=587]



図表 318 前期高齢者・後期高齢者×「メタボリックシンドローム」の認知度 [N=587]

[単位：(上段)件 / (下段) %]

	合計	内容を知っている	言葉をきいたことはあるが、内容は知らない	知らない	不明
合計	587	428	102	38	19
	100.0	72.9	17.4	6.5	3.2
前期高齢者	322	267	37	8	10
	100.0	82.9	11.5	2.5	3.1
後期高齢者	256	155	64	30	7
	100.0	60.5	25.0	11.7	2.7
不明	9	6	1	-	2
	100.0	66.7	11.1	-	22.2

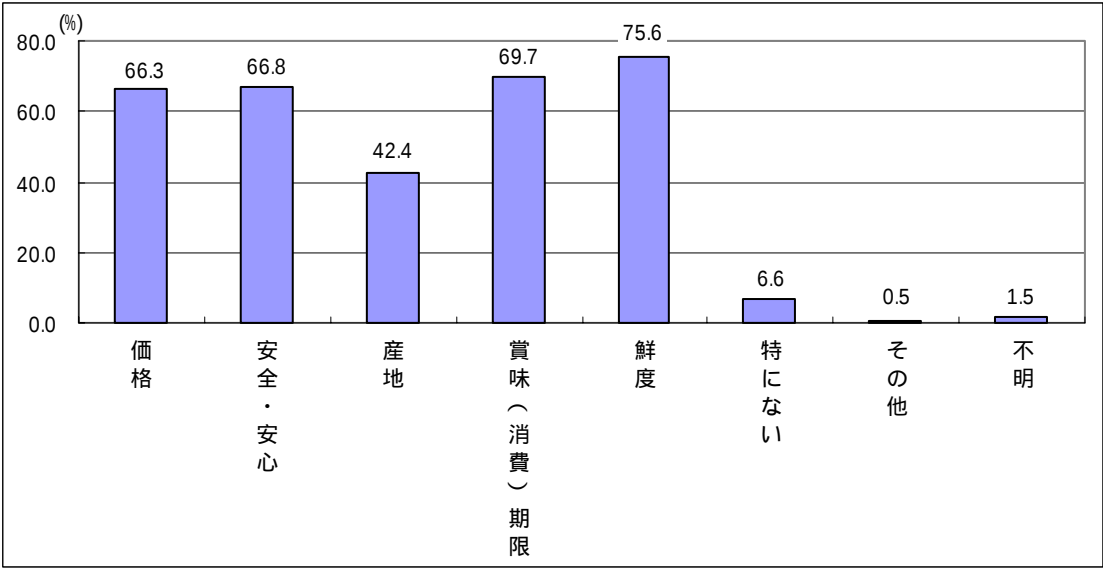
3. 食事について

(1) 食材選定基準

食材の選定基準についてきいたところ、「鮮度」が75.6%と最も多く、「賞味（消費）期限」、「安全・安心」、「価格」がそれぞれ約70%で続いています。

男女別にみると、「価格」については両者ともに66%程度となっていますが、その他の項目については、概ね女性の方が気にかけていることがわかります。

図表 319 食材選定基準 [N=587]（複数回答）



図表 320 回答者の性別×食材選定基準 [N=587]（複数回答）

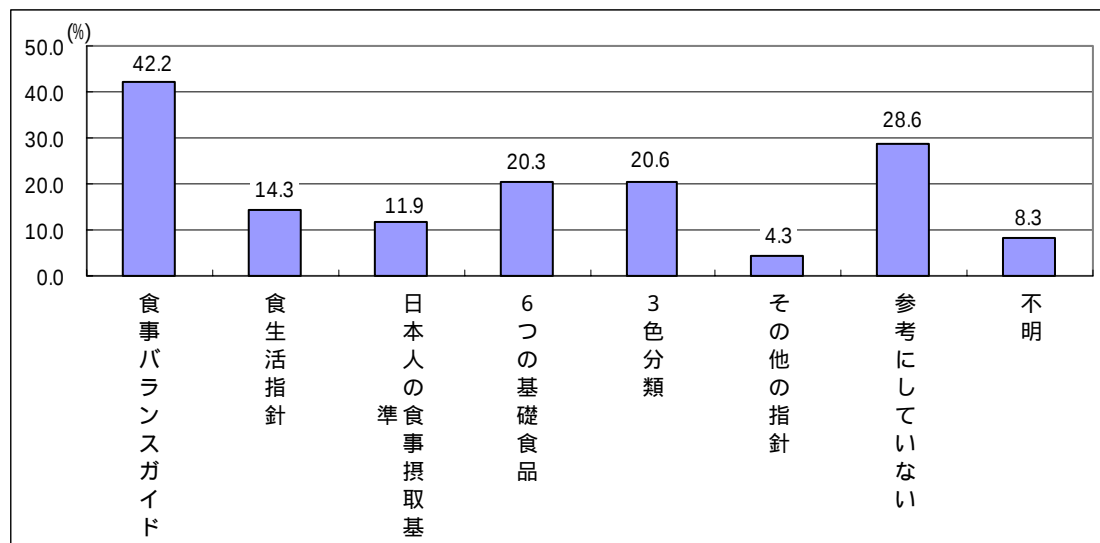
[単位：(上段) 件 / (下段) %]									
	合計	価格	安全・安心	産地	賞味（消費）期限	鮮度	特にない	その他	不明
合計	587	389	392	249	409	444	39	3	9
	100.0	66.3	66.8	42.4	69.7	75.6	6.6	0.5	1.5
男性	238	159	146	76	145	162	22	1	4
	100.0	66.8	61.3	31.9	60.9	68.1	9.2	0.4	1.7
女性	342	225	245	172	261	277	16	2	4
	100.0	65.8	71.6	50.3	76.3	81.0	4.7	0.6	1.2
不明	7	5	1	1	3	5	1	-	1
	100.0	71.4	14.3	14.3	42.9	71.4	14.3	-	14.3

(2) 参考とする指針

日頃の健全な食生活を実践するために参考とする指針については、何らかの指針を参考に行っている人は63.1%となっており、そのうち「食事バランスガイド」が42.2%と最も多く、次いで「3色分類」が20.6%、「6つの基礎食品」が20.3%となっています。一方、「参考にしていない」人は28.6%となっています。

男女別の傾向としては、概ね女性の方が下記項目を指針として参考に行っている様子がみうけられます。

図表 321 参考とする指針 [N=587] (複数回答)



図表 322 回答者の性別 × 参考とする指針 [N=587] (複数回答)

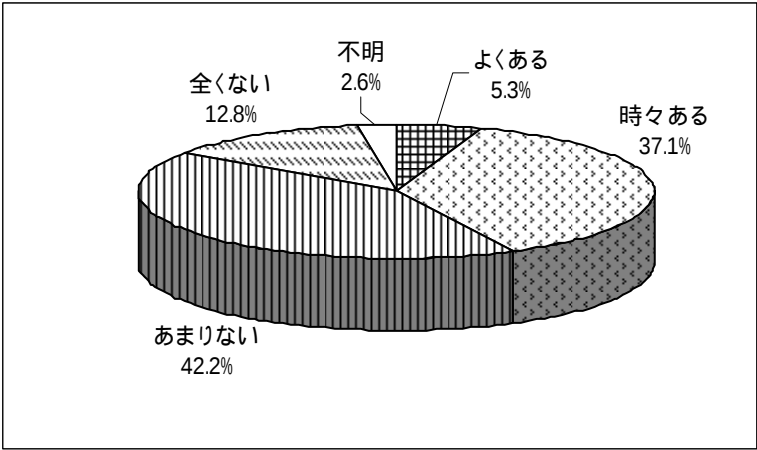
[単位:(上段)件/(下段)%]

	合計	食事 バランス ガイド	食生活 指針	日本人の 食事摂取 基準	6つの 基礎食品	3色 分類	その他の 指針	参考に して いない	不明
合計	587 100.0	248 42.2	84 14.3	70 11.9	119 20.3	121 20.6	25 4.3	168 28.6	49 8.3
男性	238 100.0	87 36.6	31 13.0	26 10.9	30 12.6	25 10.5	9 3.8	91 38.2	17 7.1
女性	342 100.0	159 46.5	53 15.5	43 12.6	89 26.0	96 28.1	15 4.4	76 22.2	30 8.8
不明	7 100.0	2 28.6	-	1 14.3	-	-	1 14.3	1 14.3	2 28.6

(3) 直接廃棄頻度

食べ物を直接廃棄する頻度については、「よくある」、「時々ある」と頻度が高いとする人が42.4%、「あまりない」、「全くない」と頻度が低いとする人が55.0%と多くなっています。

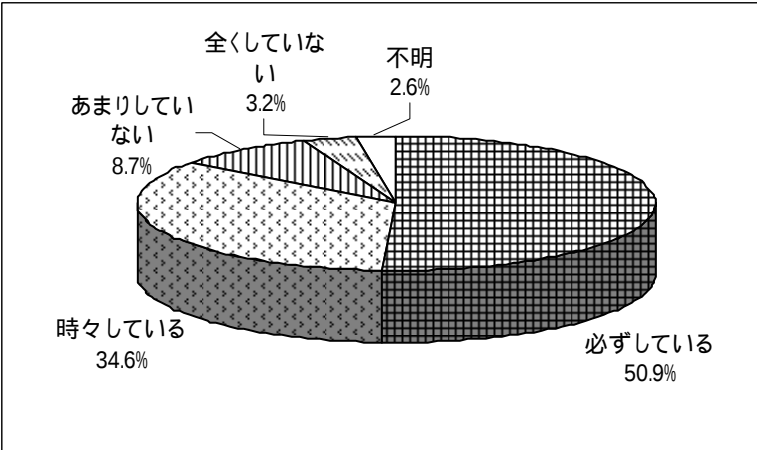
図表 323 直接廃棄頻度 [N=587]



(4) 食べ残しを減らす努力

食べ残しを減らす努力についてきいたところ、「必ずしている」が50.9%と最も多く、「時々している」が34.6%と、大半が食べ残しを減らす努力をしています。一方で、「あまりしていない」、「全くしていない」と、あまり努力をしていない人が11.9%います。

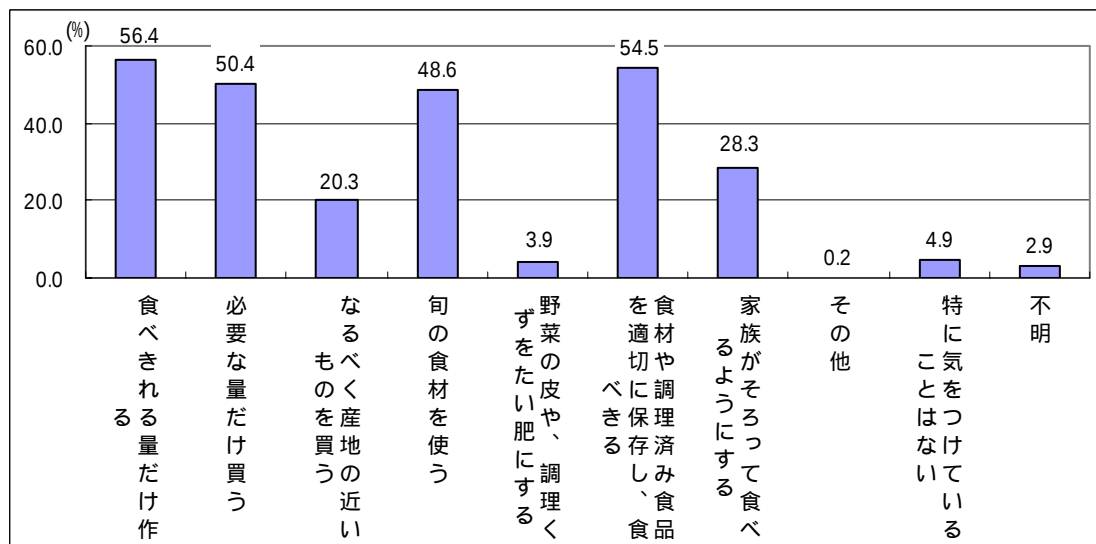
図表 324 食べ残しを減らす努力 [N=587]



(5) 環境への配慮

食生活で環境に配慮していることについてきいたところ、「食べきれる量だけ作る」が56.4%と最も多く、次いで、「食材や調理済み食品を適切に保存し、食べきる」が54.5%と続いています。

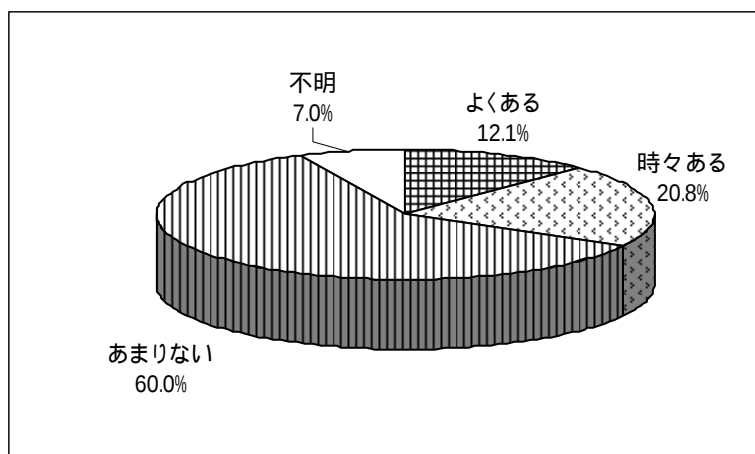
図表 325 環境への配慮 [N=587] (複数回答)



(6) 別メニューの食事

家庭で一緒に食事をする人が別メニューの食事をとることがあるかきいたところ、「あまりない」という回答が最も多く 60.0%となっています。一方、「よくある」という回答も 12.1%みられます。

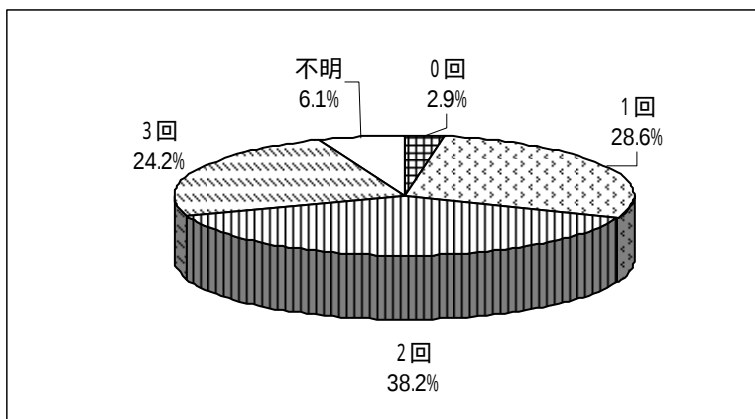
図表 326 別メニューの食事を食べることがあるか [N=413]



(7) 主食・主菜・副菜がそろった食事

主食・主菜・副菜がそろった食事の1日あたりの頻度をきいたところ、「2回」という回答が38.2%と最も多く、次いで、「1回」、「3回」という回答がそれぞれ25%～30%程度みられます。

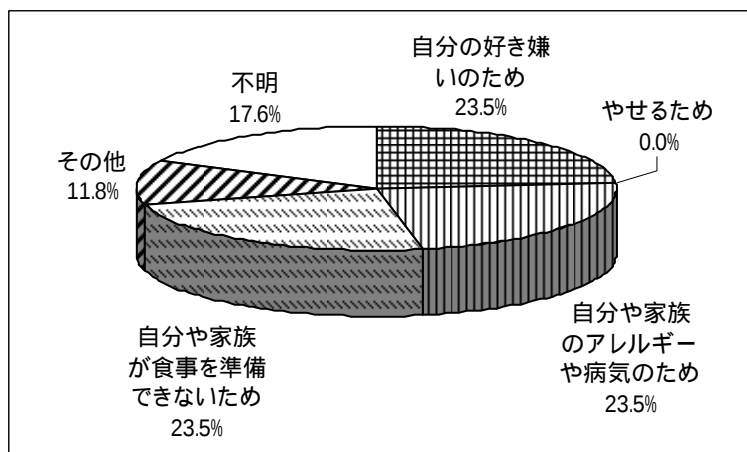
図表 327 主食・主菜・副菜がそろった食事の回数 [N=587]



(8) 主食・主菜・副菜がそろった食事を取らない理由

主食・主菜・副菜がそろった食事を取らない理由としては、「自分の好き嫌いのため」、「自分や家族のアレルギーや病気のため」、「自分や家族が食事を準備できないため」という回答がそれぞれ23.5%となっています。

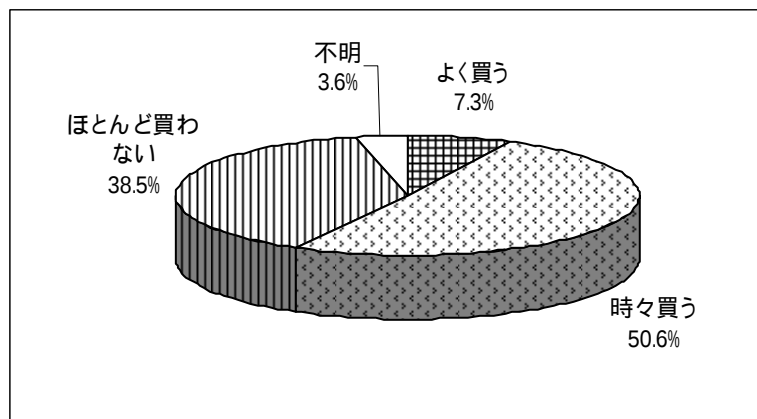
図表 328 主食・主菜・副菜がそろった食事を取らない理由 [N=17]



(9) 弁当や総菜の購入頻度

弁当や総菜を購入する頻度については、「時々買う」が50.6%と最も多く、「ほとんど買わない」が38.5%となっています。

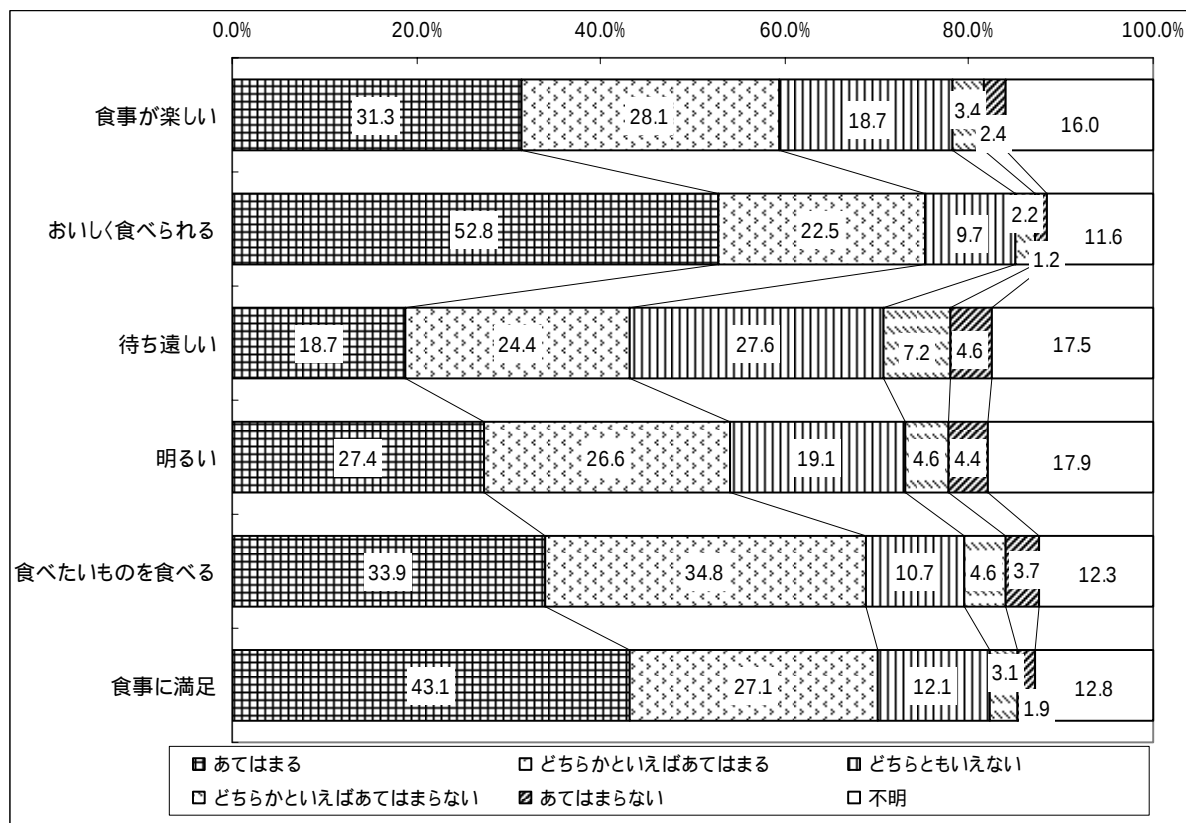
図表 329 弁当や総菜の購入頻度 [N=587]



(10) 家庭での食生活の様子

家庭での食生活に関する項目では、「おいしく食べられる」、「食事に満足」、「食べたいものを食べる」の各項目は「あてはまる」、「どちらかといえばあてはまる」を含めた回答の割合が7～8割を占めています。

図表 330 家庭での食生活の様子 [N=587]

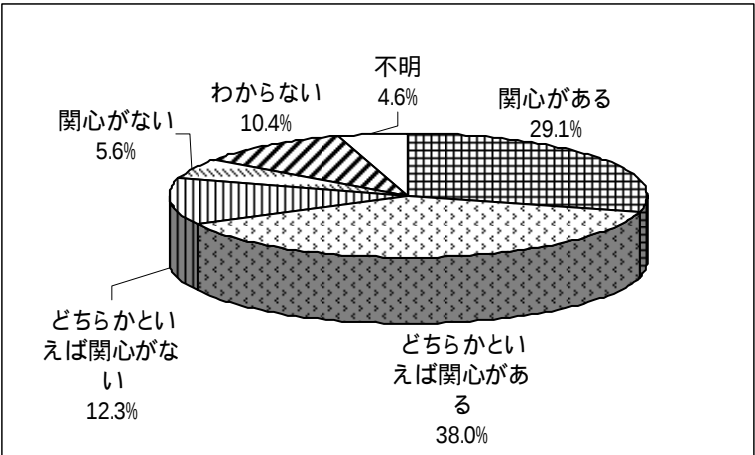


4 . 食育について

(1) 「食育」への関心

「食育」への関心については、「関心がある」が 29.1%、「どちらかといえば関心がある」が 38.0%と、関心がある傾向の人が 67.1%と半数以上となっています。一方、「どちらかといえば関心がない」が 12.3%、「関心がない」が 5.6%と、関心がない傾向の人が 17.9%となっています。特に、「関心がある」と回答した女性の割合は同様に回答した男性よりも 10 ポイント程上回っています。

図表 331 「食育」に関心があるか [N=587]



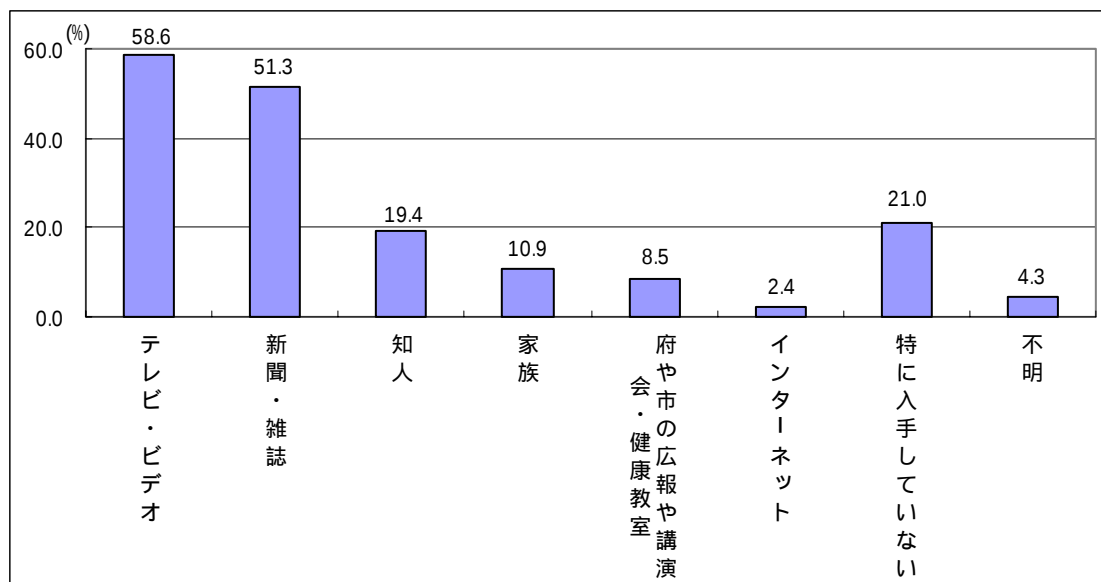
図表 332 回答者の性別 × 「食育」に関心があるか [N=587]

[単位：(上段) 件 / (下段) %]							
	合計	関心がある	どちらかといえば関心がある	どちらかといえば関心がない	関心がない	わからない	不明
合計	587	171	223	72	33	61	27
	100.0	29.1	38.0	12.3	5.6	10.4	4.6
男性	238	57	87	36	22	26	10
	100.0	23.9	36.6	15.1	9.2	10.9	4.2
女性	342	113	134	34	10	35	16
	100.0	33.0	39.2	9.9	2.9	10.2	4.7
不明	7	1	2	2	1	-	1
	100.0	14.3	28.6	28.6	14.3	-	14.3

(2) 食育に関する情報の入手先

食育に関する情報の入手先についてきいたところ、「テレビ・ビデオ」が58.6%と最も多く、次いで、「新聞・雑誌」が51.3%、「特に入手していない」が21.0%となっています。

図表 333 食育に関する情報の入手先 [N=587] (複数回答)

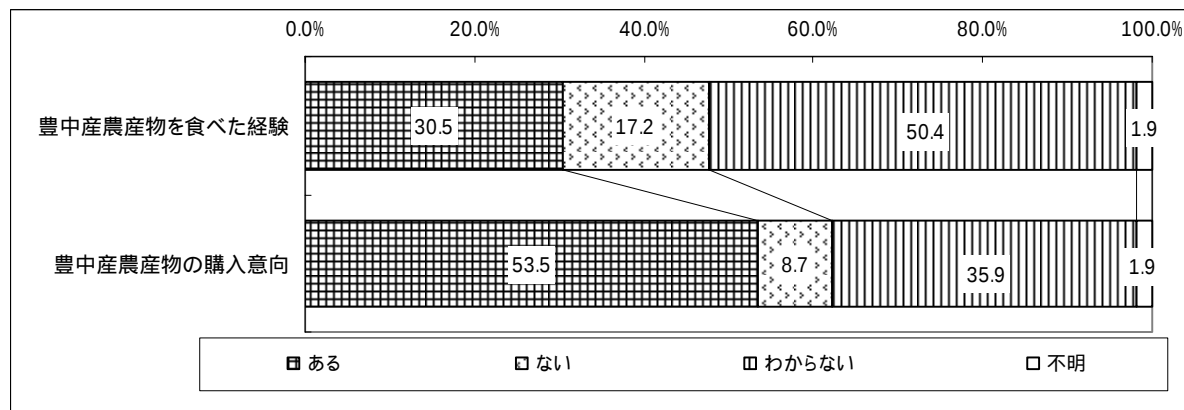


(3) 豊中産農産物について

豊中産の農産物を食べた経験や購入意向についてきいたところ、「食べた経験」が「ある」という回答が30.5%であるのに対し、「購入意向」が「ある」という回答は53.4%と、購入意向が高くなっています。

購入意向については、女性の方がより購入したいと「思う」割合が高くなっています。

図表 334 豊中産農産物について [N=587]



図表 335 回答者の性別 × 豊中産農産物を購入したいと思うか [N=587]

[単位：(上段)件 / (下段) %]					
	合計	思う	思わない	わからない	不明
合計	587	314	51	211	11
	100.0	53.5	8.7	35.9	1.9
男性	238	101	32	101	4
	100.0	42.4	13.4	42.4	1.7
女性	342	211	17	108	6
	100.0	61.7	5.0	31.6	1.8
不明	7	2	2	2	1
	100.0	28.6	28.6	28.6	14.3

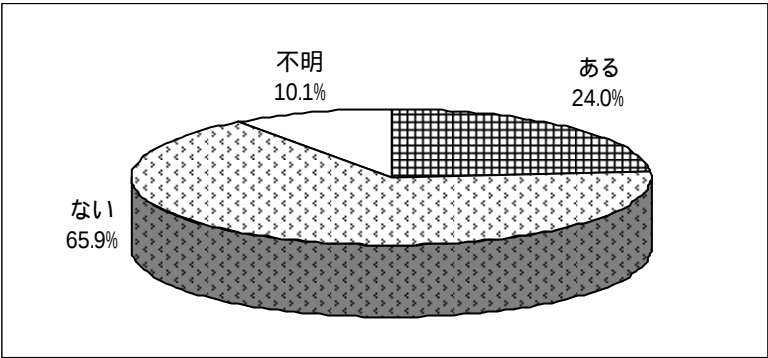
(4) 農体験への興味

農体験への興味については、「ある」が 24.0%、「ない」が 65.9%となっています。

「ある」という回答のうち、体験してみたい農体験としては、「栽培開始時期の作業体験」、「収穫作業の体験」が 53.9%と最も多くなっています。

前期・後期別にみると、前期高齢者は「興味がある」人が後期高齢者に比べて多くなっています。

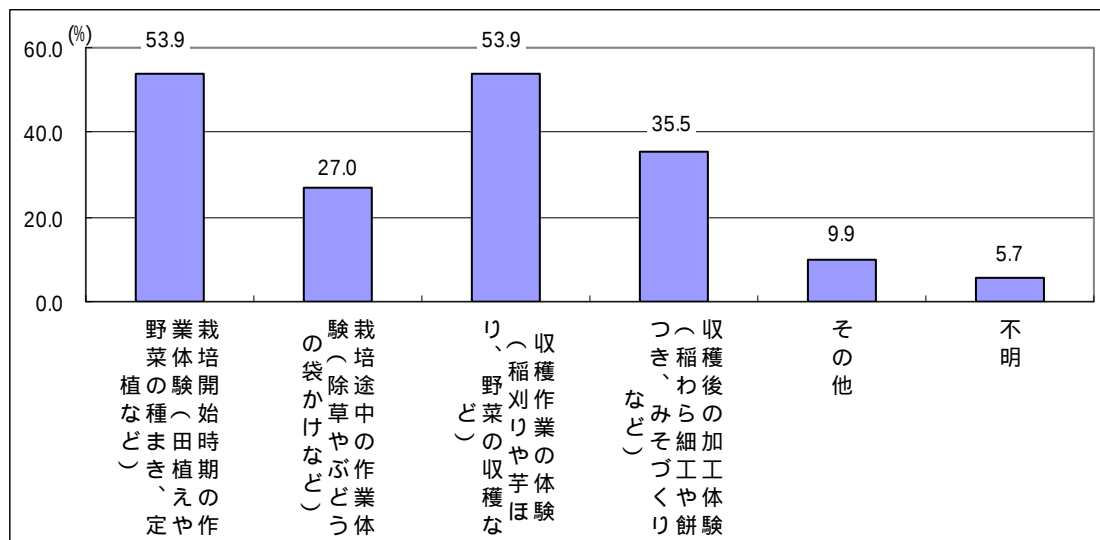
図表 336 農体験への興味 [N=587]



図表 337 前期高齢者・後期高齢者 × 農体験への興味 [N=587]

[単位：(上段)件 / (下段) %]				
	合計	ある	ない	不明
合計	587	141	387	59
	100.0	24.0	65.9	10.1
前期高齢者	322	99	201	22
	100.0	30.7	62.4	6.8
後期高齢者	256	41	180	35
	100.0	16.0	70.3	13.7
不明	9	1	6	2
	100.0	11.1	66.7	22.2

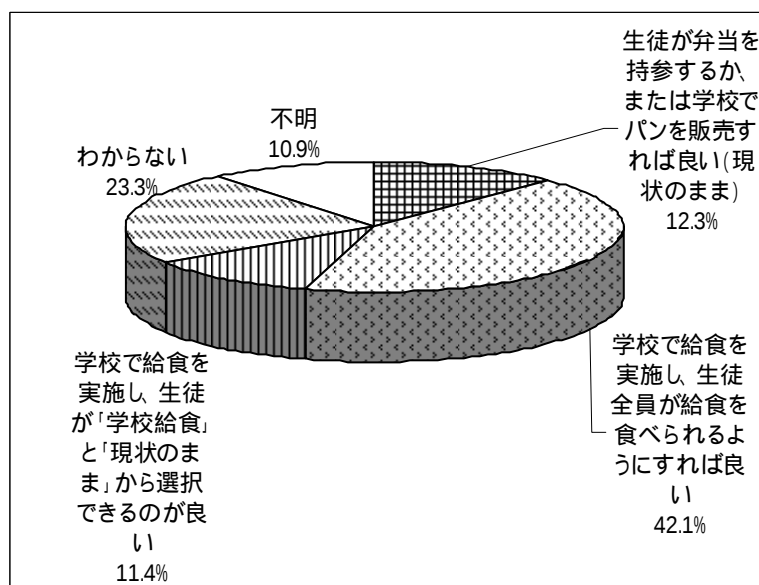
図表 338 体験してみたい農体験 [N=141] (複数回答)



(5) 中学校給食に関する食育の取組に対する考え

中学校給食に関する食育の取組に対する考えについてきいたところ、「学校で給食を実施し、生徒全員が給食を食べれば良い」という回答が42.1%と最も多くなっています。

図表 339 中学校給食に関する食育の取組に対する考え [N=587]

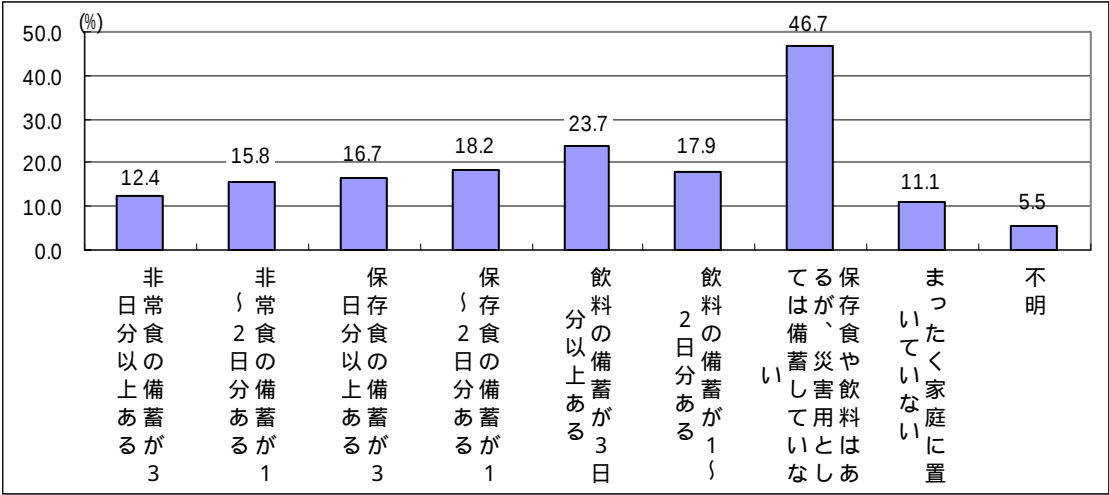


(6) 非常食・保存食・飲料の備蓄状況

非常食・保存食・飲料の備蓄については、「保存食や飲料はあるが、災害用としては備蓄していない」という回答が 46.7%と最も多くなっています。非常食については、「備蓄が1～2日分ある」という回答が 15.8%と多く、保存食については、「備蓄が1～2日分ある」という回答が 18.2%と多くなっています。

また、飲料については、「備蓄が3日以上ある」という回答が 23.7%と多くなっています。

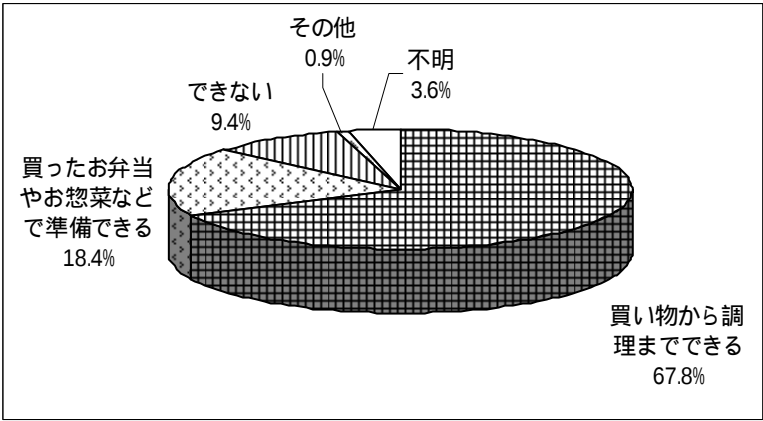
図表 340 非常食・保存食の備蓄状況 [N=587] (複数回答)



(7) 食事の準備

1人で1回分の食事の準備ができるかきいたところ、「買い物から調理までできる」という回答が 67.8%と圧倒的に多くなっています。しかし、男女別にみると、「買い物から調理までできる」と回答した男性は5割にとどまっています。また、前期・後期別にみると、後期高齢者は前期高齢者に比べて「買い物から調理までできる」という回答者の割合が少なくなっています。

図表 341 1人で食事の準備ができるか [N=587]



図表 342 回答者の性別 × 1人で食事の準備ができるか [N=587]

[単位：(上段)件 / (下段)%]

	合計	買い物から調理 までできる	買ったお弁当や 惣菜などで準備 できる	できない	その他	不明
合計	587	398	108	55	5	21
	100.0	67.8	18.4	9.4	0.9	3.6
男性	238	115	81	33	2	7
	100.0	48.3	34.0	13.9	0.8	2.9
女性	342	281	25	20	3	13
	100.0	82.2	7.3	5.8	0.9	3.8
不明	7	2	2	2	-	1
	100.0	28.6	28.6	28.6	-	14.3

図表 343 前期高齢者・後期高齢者 × 1人で食事の準備ができるか [N=587]

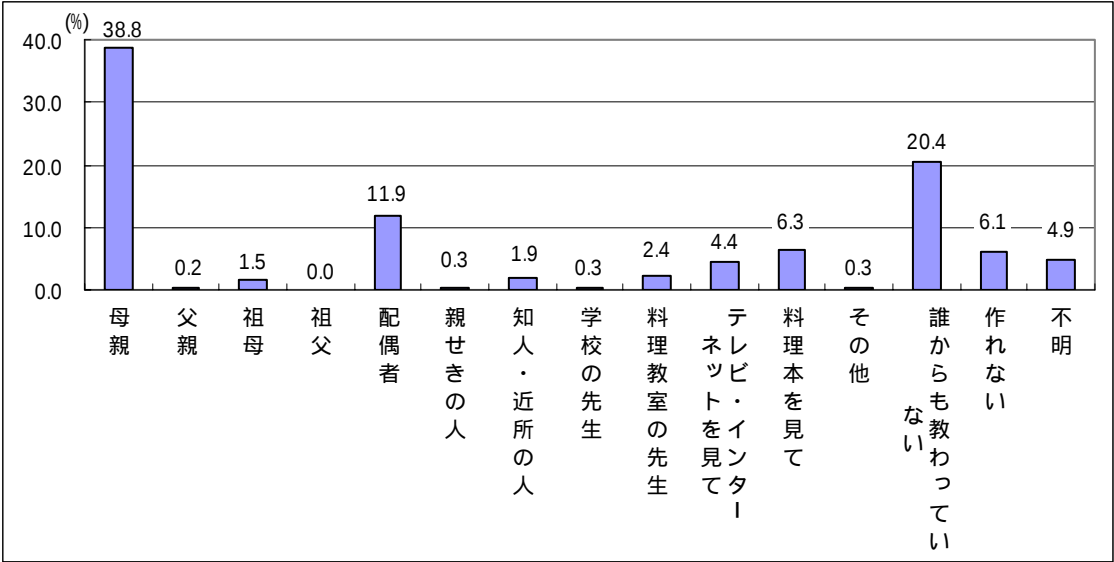
[単位：(上段)件 / (下段)%]

	合計	買い物から調理 までできる	買ったお弁当や 惣菜などで準備 できる	できない	その他	不明
合計	587	398	108	55	5	21
	100.0	67.8	18.4	9.4	0.9	3.6
前期高齢者	322	242	54	17	1	8
	100.0	75.2	16.8	5.3	0.3	2.5
後期高齢者	256	150	53	37	4	12
	100.0	58.6	20.7	14.5	1.6	4.7
不明	9	6	1	1	-	1
	100.0	66.7	11.1	11.1	-	11.1

(8) メニューや調理の習得

日常の食事のメニューや調理方法を教わった相手としては、「母親」が 38.8%と最も多く、次いで、「誰からも教わっていない」が 20.4%、「配偶者」が 11.9%となっています。

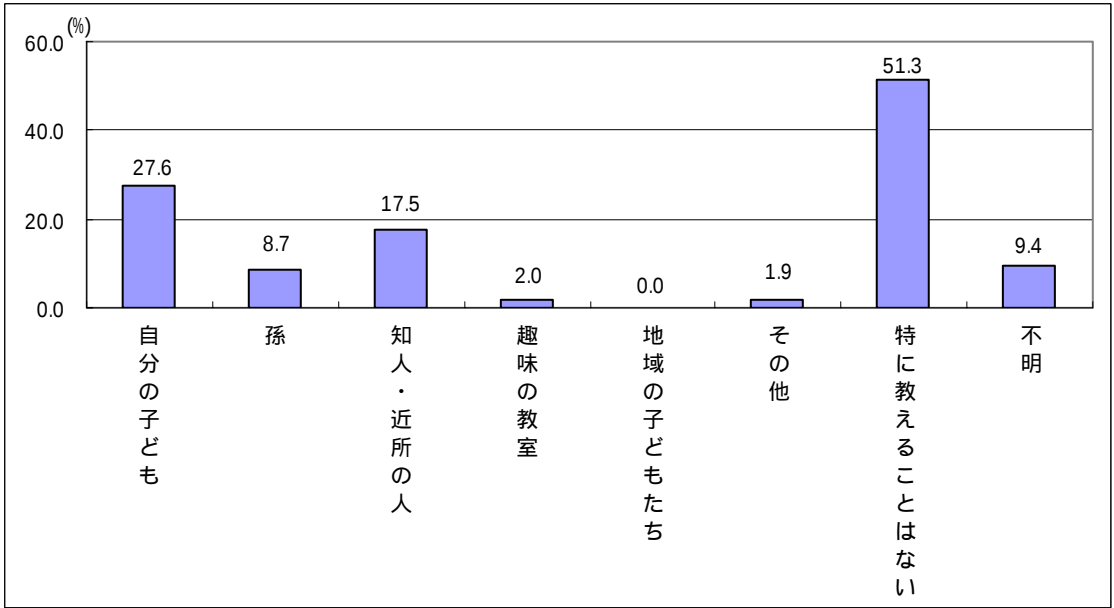
図表 344 メニューや調理を誰から教わったか [N=587] (複数回答)



(9) メニューや調理の指導

日常の食事のメニューや調理方法を教える相手としては、「特に教えることはない」という回答が 51.3%と最も多く、次いで、「自分の子ども」が 27.6%、「知人・近所の人」が 17.5%となっています。

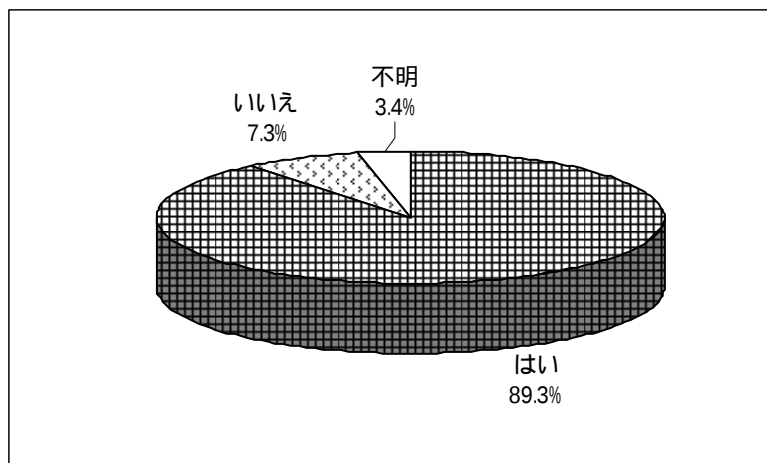
図表 345 メニューや調理を誰かに教えることがあるか [N=587] (複数回答)



(10) 食前の手洗い

食事前の手洗いの実施については、「はい(洗う)」という回答が89.3%と、「いいえ(洗わない)」という回答の7.3%を大幅に上回っています。

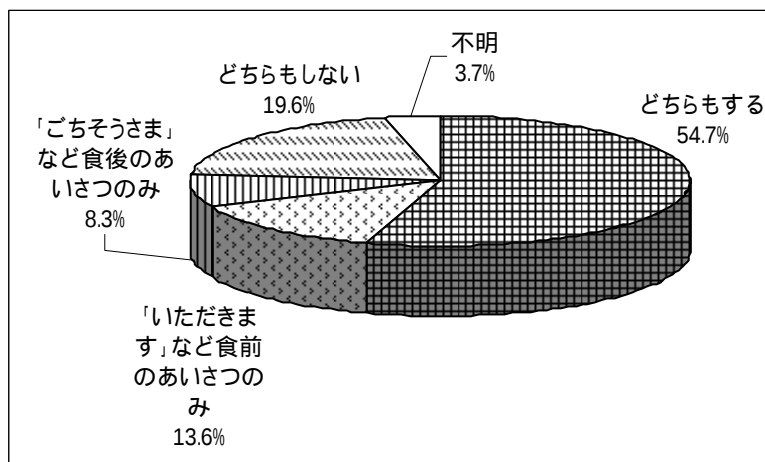
図表 346 食前に手洗いをするか [N=587]



(11) 食事の前後のあいさつ

食事の前後のあいさつについては、「(いただきます・ごちそうさま)どちらもする」という回答が54.7%と最も多くなっています。一方、「『いただきます』など食前のあいさつのみ」という回答も13.6%存在しています。

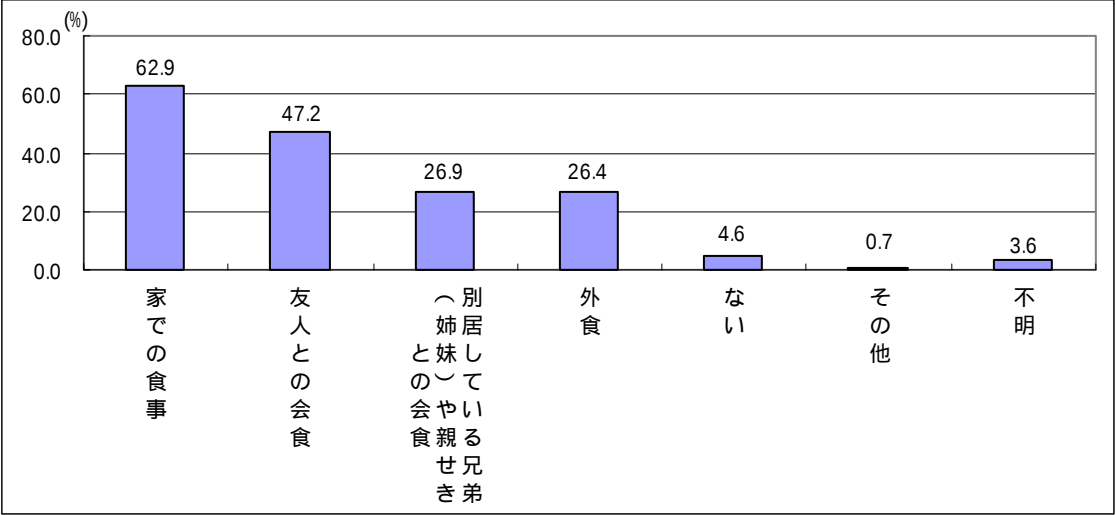
図表 347 食事の前後にあいさつをするか [N=587]



(1 2) 食事が楽しいと思うとき

食事が楽しいと思うときには、「家での食事」が 62.9%と最も多く、次いで、「友人との会食」が 47.2%となっています。

図表 348 食事が楽しいと思うとき [N=587] (複数回答)

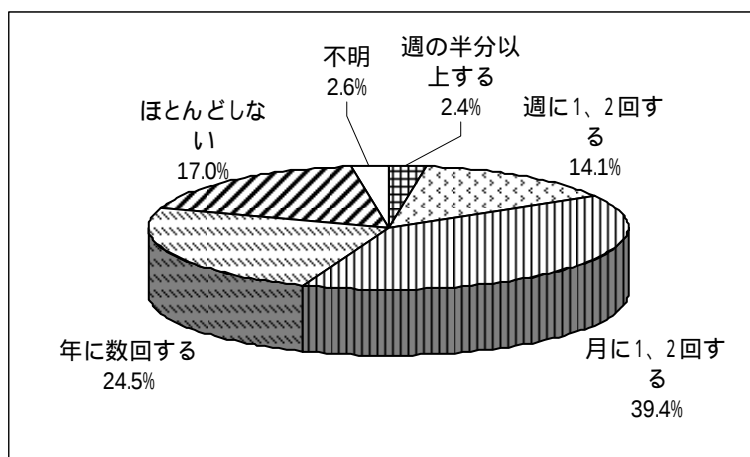


5. 外食について

(1) 外食の頻度

外食の頻度については、「月に1、2回する」が39.4%と最も多く、次いで、「年に数回する」が24.5%となっています。一方、「ほとんどしない」人も17.0%います。

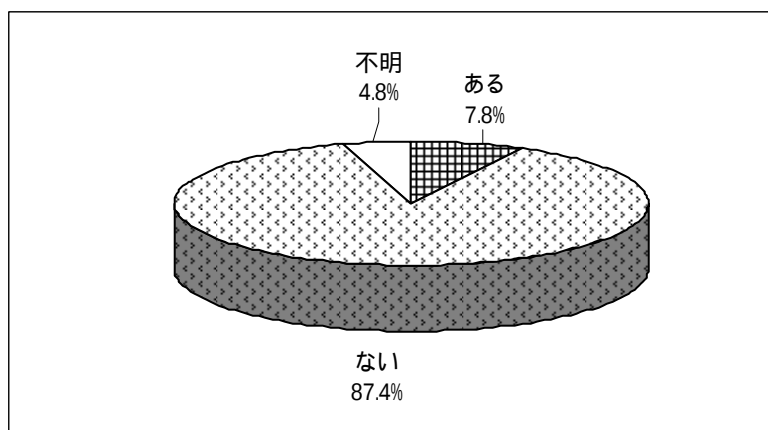
図表 349 外食の頻度 [N=587]



(2) 「うちのお店も健康づくり応援団」マークの認知度

「うちのお店も健康づくり応援団」マークの認知度について、見たことが「ない」という回答が87.4%となっています。

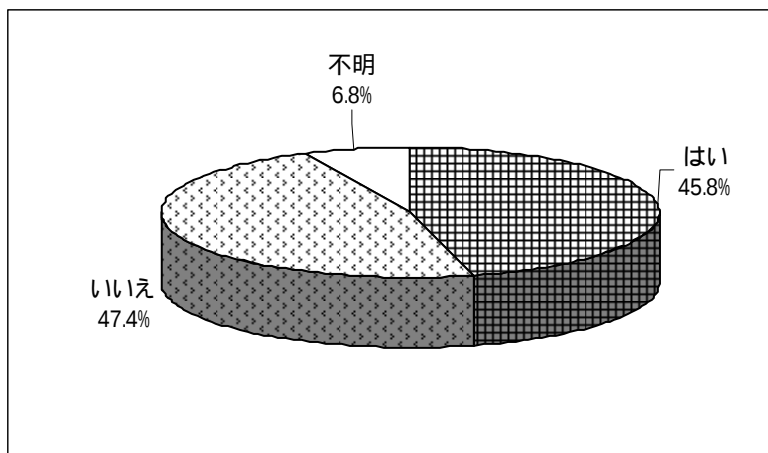
図表 350 「うちのお店も健康づくり応援団」マークを見たことがあるか [N=587]



(3) ヘルシーメニューの提供

外食等でヘルシーメニューの提供を希望するか聞いたところ、「いいえ(希望しない)」という回答が47.4%と、「はい(希望する)」という回答を若干上回っています。

図表 351 外食等でヘルシーメニューの提供を希望するか [N=587]



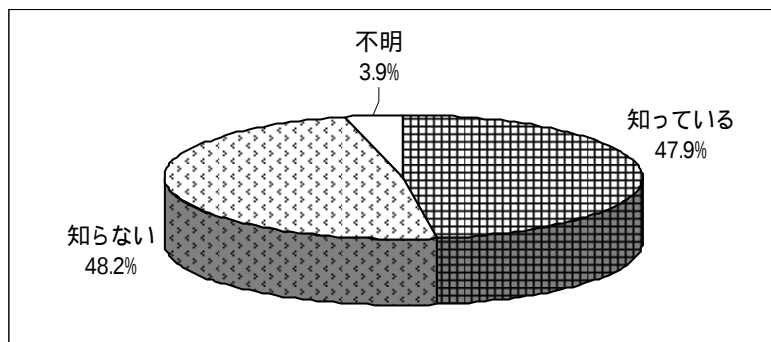
6. 介護予防について

(1) 「低栄養」の認知度

「低栄養」という言葉の認知度については、「知っている」が47.9%、「知らない」が48.2%となっています。

男女別にみると、女性では、「知っている」という回答が55.6%となっている一方、男性では、「知っている」と回答したのは37.8%にとどまっています。

図表 352 「低栄養」という言葉を知っているか [N=587]



図表 353 回答者の性別 × 「低栄養」という言葉を知っているか [N=587]

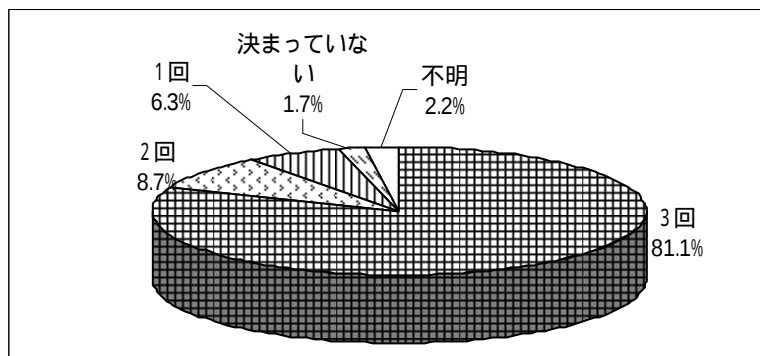
[単位：(上段)件 / (下段) %]

	合計	知っている	知らない	不明
合計	587 100.0	281 47.9	283 48.2	23 3.9
男性	238 100.0	90 37.8	137 57.6	11 4.6
女性	342 100.0	190 55.6	142 41.5	10 2.9
不明	7 100.0	1 14.3	4 57.1	2 28.6

(2) 1日あたりの食事回数

1日あたりの食事回数は、「3回」が81.1%と多くなっています。

図表 354 1日あたりの食事回数 [N=587]



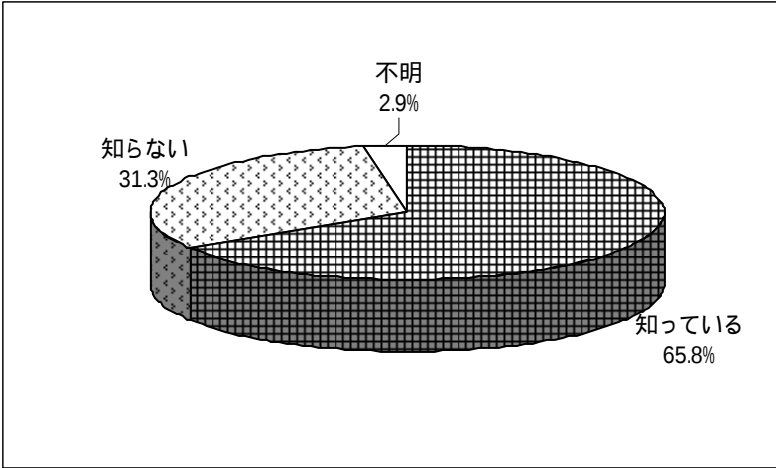
7 . お口の健康について

(1) 「 8 0 2 0 運動 」 の認知度

「8020 運動」という言葉の認知度については、「知っている」という回答が 65.8%と、「知らない」という回答の 31.3%を大きく上回っています。

男女別にみると、「知っている」と答えた女性は 71.6%であるのに対し、男性では 58.0%にとどまっています。

図表 355 「 8 0 2 0 運動 」 という言葉を知っているか [N=587]



図表 356 回答者の性別 × 「 8 0 2 0 運動 」 の認知度 [N=587]

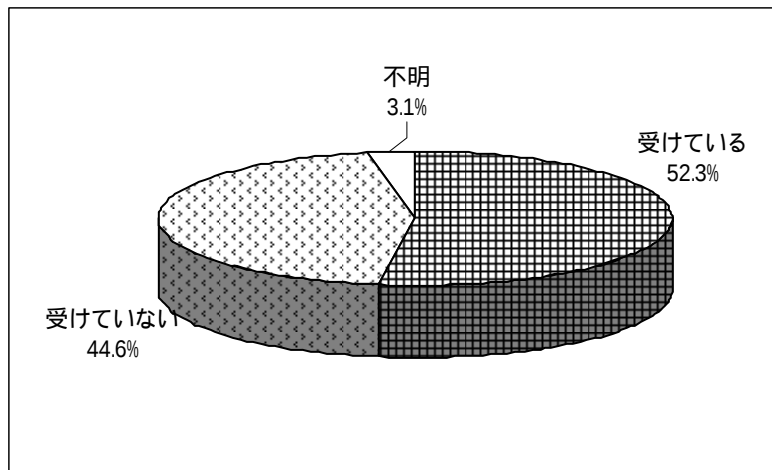
[単位 : (上段) 件 / (下段) %]

	合計	知 っ て い る	知 ら な い	不 明
合計	587	386	184	17
	100.0	65.8	31.3	2.9
男性	238	138	92	8
	100.0	58.0	38.7	3.4
女性	342	245	89	8
	100.0	71.6	26.0	2.3
不明	7	3	3	1
	100.0	42.9	42.9	14.3

(2) 歯科健診

定期的な歯科健診の受診については、「受けている」が52.3%、「受けていない」が44.6%となっています。

図表 357 定期的な歯科健診の受診状況 [N=587]

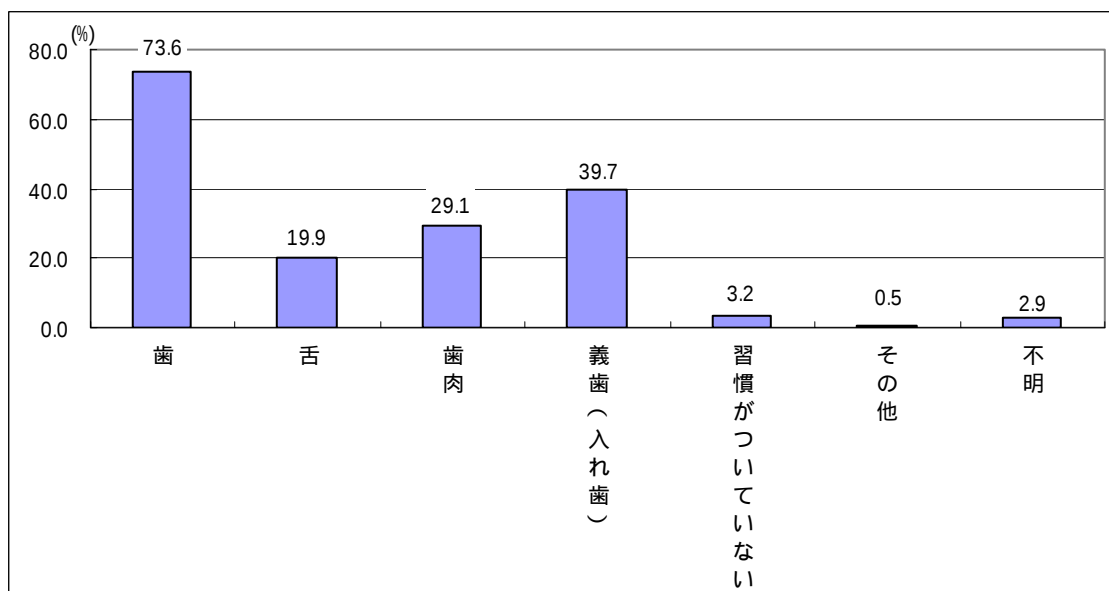


(3) お口の手入れ

お口の手入れとして習慣がついている項目については、「歯」が最も多く、73.6%で、「義歯（入れ歯）」が39.7%となっています。

前期・後期別にみると、「歯」については、前期高齢者の大半があげています。一方、後期高齢者は「歯」と「義歯（入れ歯）」が同割合となっています。

図表 358 お口の手入れとして習慣がついているもの [N=587]（複数回答）



図表 359 前期高齢者・後期高齢者×お口の手入れとして習慣がついているもの [N=587]（複数回答）

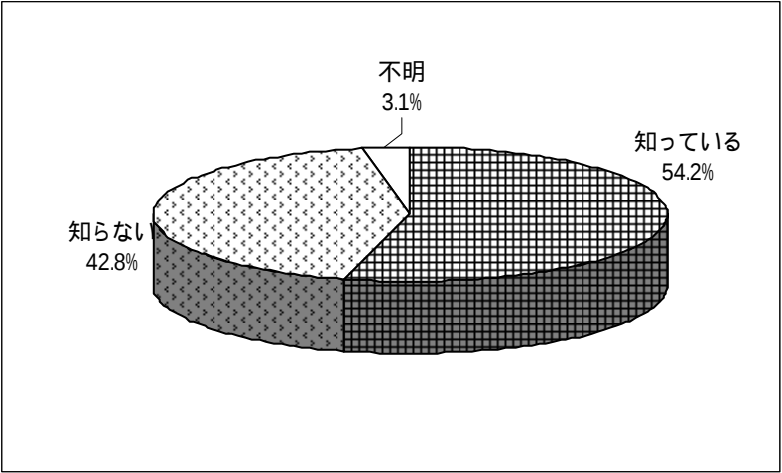
[単位：(上段)件 / (下段)%]								
	合計	歯	舌	歯肉	義歯(入れ歯)	習慣がついていない	その他	不明
合計	587	432	117	171	233	19	3	17
	100.0	73.6	19.9	29.1	39.7	3.2	0.5	2.9
前期高齢者	322	273	70	112	88	12	1	8
	100.0	84.8	21.7	34.8	27.3	3.7	0.3	2.5
後期高齢者	256	153	45	57	143	7	2	8
	100.0	59.8	17.6	22.3	55.9	2.7	0.8	3.1
不明	9	6	2	2	2	-	-	1
	100.0	66.7	22.2	22.2	22.2	-	-	11.1

(4) 「誤嚥性肺炎」の認知度

「誤嚥性肺炎」という言葉の認知度については、「知っている」という回答が54.2%と、「知らない」という回答を上回っています。

男女別にみると、男性では4割、女性では6割の人が「知っている」と回答しています。

図表 360 「誤嚥性肺炎」という言葉を知っているか[N=587]



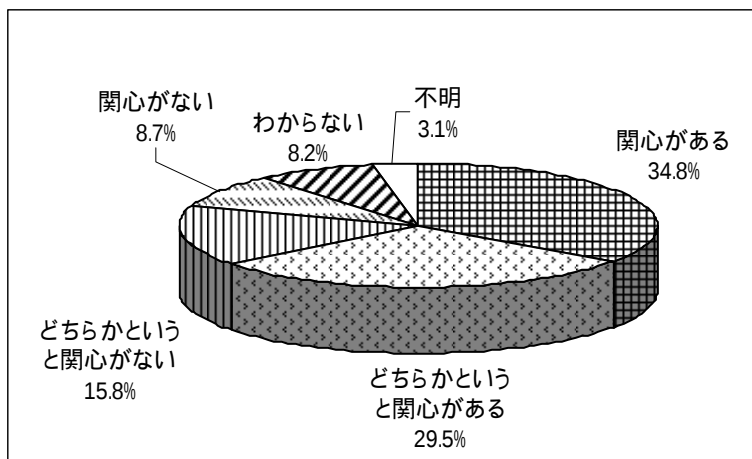
図表 361 回答者の性別×「誤嚥性肺炎」の認知度 [N=587]

[単位：(上段)件 / (下段)%]				
	合計	知っている	知らない	不明
合計	587	318	251	18
	100.0	54.2	42.8	3.1
男性	238	105	125	8
	100.0	44.1	52.5	3.4
女性	342	213	120	9
	100.0	62.3	35.1	2.6
不明	7	-	6	1
	100.0	-	85.7	14.3

(5) 食べ方への関心

噛み方、味わい方のような食べ方への関心については、「関心がある」が34.8%と最も多く、次いで、「どちらかというに関心がある」が29.5%となっています。男女別にみると、男性では2割、女性では4割の人が「関心がある」と回答しています。

図表 362 食べ方への関心 [N=587]



図表 363 回答者の性別×食べ方への関心 [N=587]

[単位:(上段)件/(下段)%]

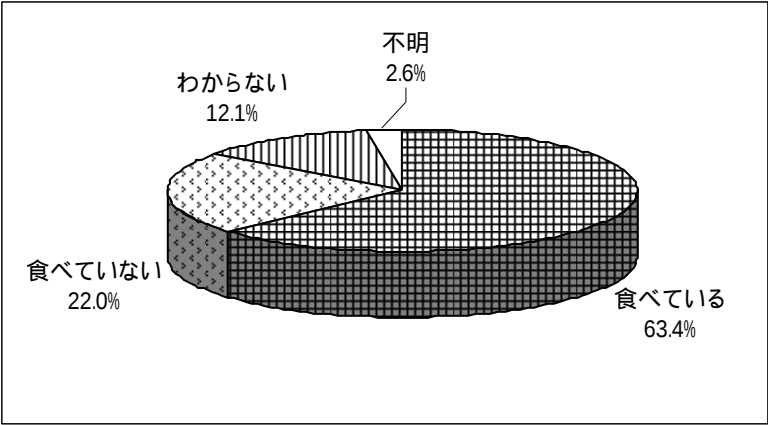
	合計	関心がある	どちらかというに関心がある	どちらかというに関心がない	関心がない	わからない	不明
合計	587	204	173	93	51	48	18
	100.0	34.8	29.5	15.8	8.7	8.2	3.1
男性	238	56	67	45	35	27	8
	100.0	23.5	28.2	18.9	14.7	11.3	3.4
女性	342	147	105	45	15	21	9
	100.0	43.0	30.7	13.2	4.4	6.1	2.6
不明	7	1	1	3	1	-	1
	100.0	14.3	14.3	42.9	14.3	-	14.3

(6) よく噛んで、味わって食べているか

よく噛んで、味わって食べているかきいたところ、「食べている」という回答が63.4%、「食べていない」という回答が22.0%となっています。

前期・後期別にみると、後期高齢者は前期高齢者に比べて、よく噛んで、味わって「食べている」という回答が多くなっています。

図表 364 よく噛んで、味わって食べているか [N=587]



図表 365 回答者の年齢×よく噛んで、味わって食べているか [N=587]

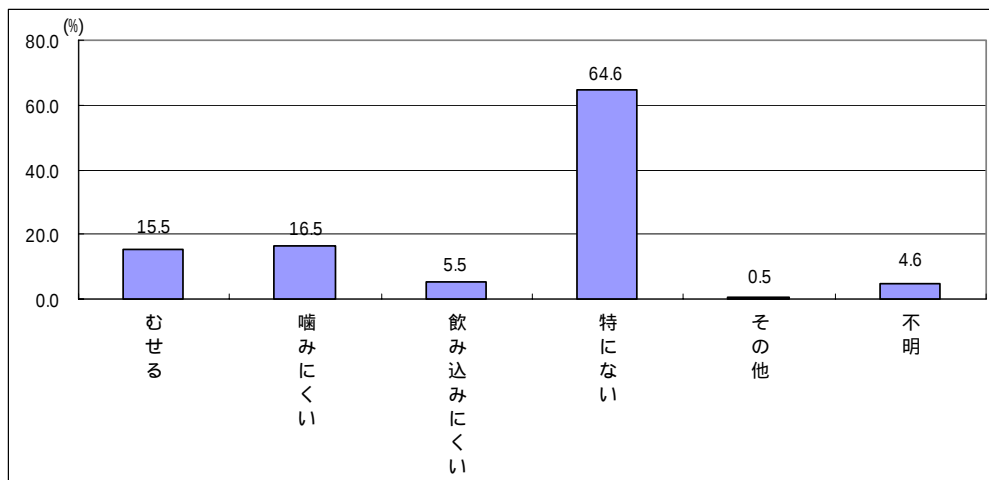
[単位 : (上段) 件 / (下段) %]

	合計	食べている	食べていない	わからない	不明
合計	587	372	129	71	15
	100.0	63.4	22.0	12.1	2.6
前期高齢者	322	178	90	47	7
	100.0	55.3	28.0	14.6	2.2
後期高齢者	256	190	35	24	7
	100.0	74.2	13.7	9.4	2.7
不明	9	4	4	-	1
	100.0	44.4	44.4	-	11.1

(7) 飲食時の不調

飲食時に感じる不調については、「特にない」が最も多く 64.6%となっています。
一方、「むせる」、「噛みにくい」という回答が 15%程度存在しています。

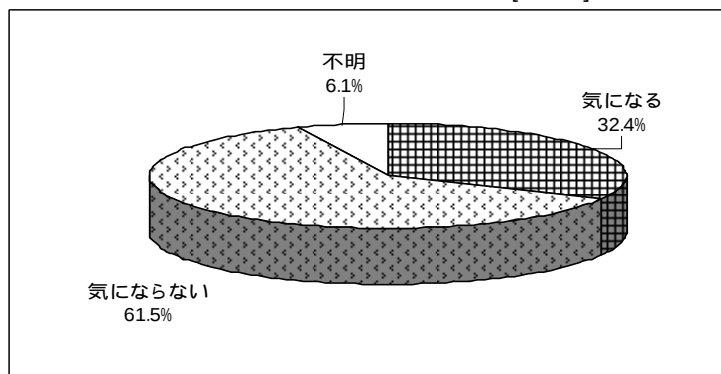
図表 366 飲食時の不調 [N=587] (複数回答)



(8) 口の渇き

口の渇きが気になるかどうかきいたところ、「気にならない」という回答が 61.5%、「気になる」という回答が 32.4%となっています。

図表 367 口の渇きが気になるか [N=587]



図表 368 前期高齢者・後期高齢者×口の渇きが気になるか [N=587]

[単位:(上段)件/(下段)%]

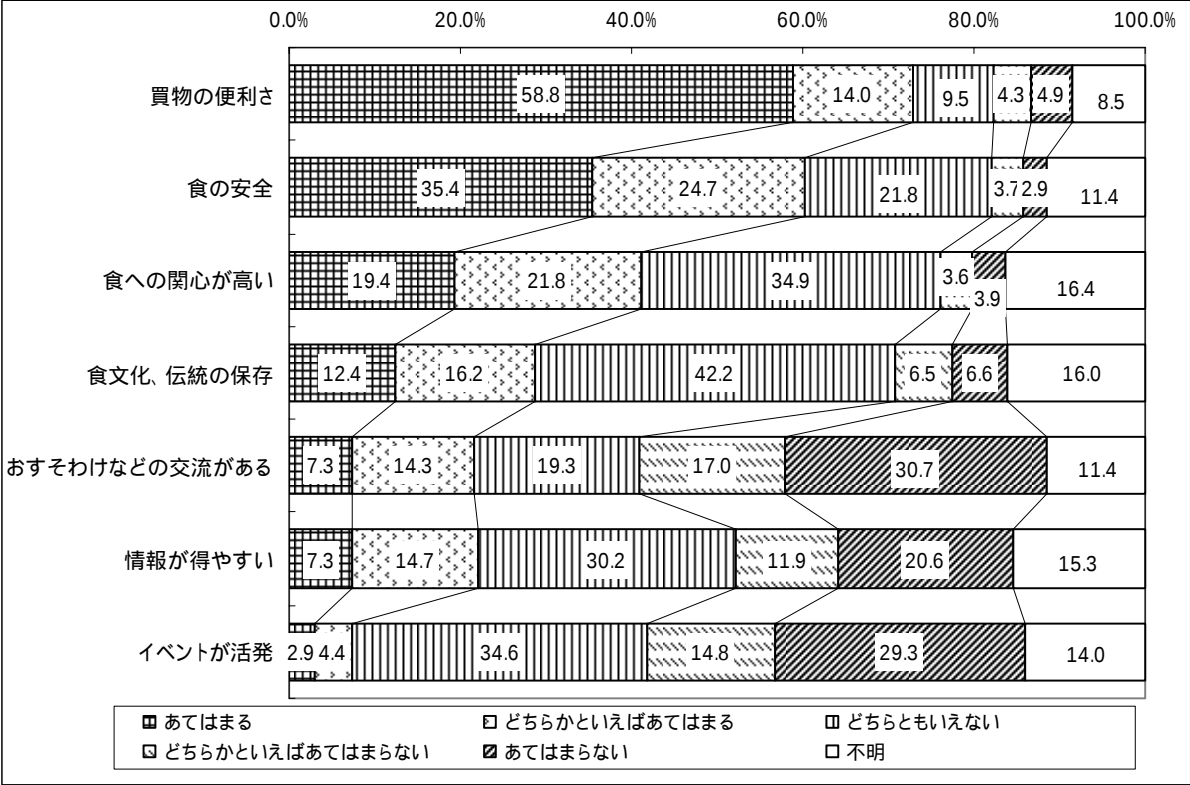
	合計	気になる	気にならない	不明
合計	587	190	361	36
	100.0	32.4	61.5	6.1
前期高齢者	322	92	217	13
	100.0	28.6	67.4	4.0
後期高齢者	256	95	140	21
	100.0	37.1	54.7	8.2
不明	9	3	4	2
	100.0	33.3	44.4	22.2

8 . 豊中市食育推進計画について

(1) 地域の食環境

地域の食環境についてきいたところ、「買物の便利さ」や「食の安全」については概ね肯定的な評価が多くなっています。

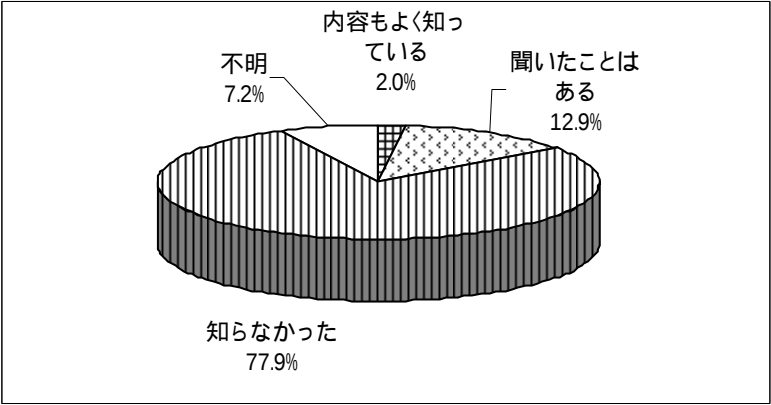
図表 369 地域の食環境 [N=587]



(2) 「豊中市食育推進計画」の認知度

「豊中市食育推進計画」の認知度については、「内容もよく知っている」が2.0%、「聞いたことはある」が12.9%と、「豊中市食育推進計画」を知っている人は14.9%となっています。一方、「知らなかった」という回答が77.9%となっています。

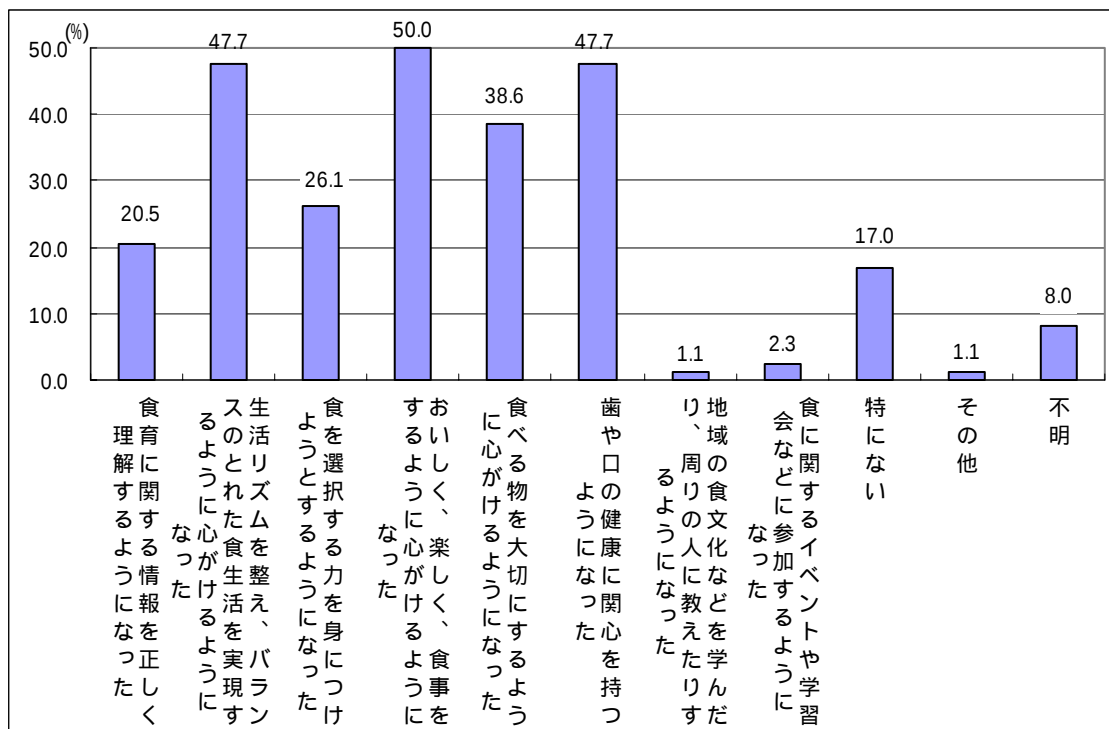
図表 370 「豊中市食育推進計画」の認知度 [N=587]



(3) 「豊中市食育推進計画」策定後の意識の変化

「豊中市食育推進計画」策定後の意識の変化についてきいたところ、何らかの意識の変化があった人では、「おいしく、楽しく、食事をするように心がけるようになった」という回答が50.0%と最も多くなっています。次いで、「生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現するように心がけるようになった」と「歯や口の健康に関心を持つようになった」が47.7%と続いています。一方、「特にない」という回答も17.0%あります。

図表 371 「豊中市食育推進計画」策定後の意識の変化 [N=88] (複数回答)



図表 372 前期高齢者・後期高齢者×「豊中市食育推進計画」策定後の意識の変化 [N=88] (複数回答)

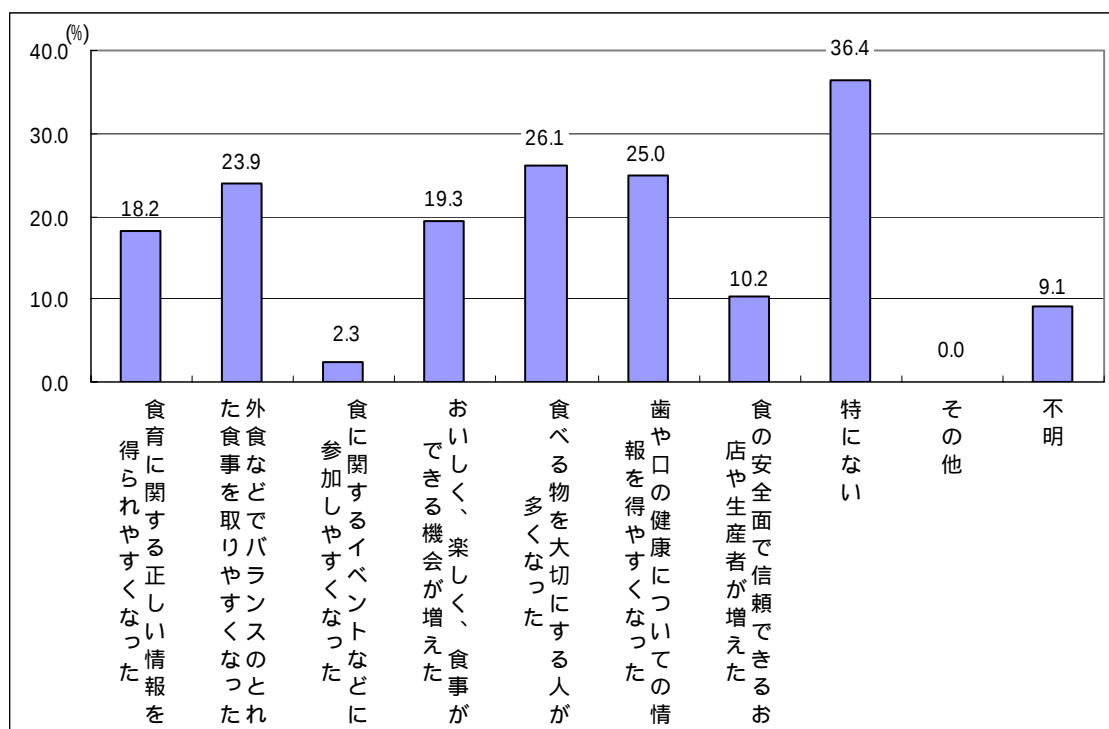
[単位:(上段)件/(下段)%]

	合計	食育に関する情報を正しく理解するようになった	生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現するように心がけるようになった	食を選択する力を身につけようとするようになった	おいしく、楽しく、食事をするように心がけるようになった	食べる物を大切にするように心がけるようになった	歯や口の健康に関心を持つようになった	地域の食文化などを学んだり、周りの人に教えた	食に関するイベントや学習会などに参加するようになった	特にない	その他	不明
合計	88	18	42	23	44	34	42	1	2	15	1	7
	100.0	20.5	47.7	26.1	50.0	38.6	47.7	1.1	2.3	17.0	1.1	8.0
前期高齢者	51	7	27	11	24	23	24	-	-	10	1	5
	100.0	13.7	52.9	21.6	47.1	45.1	47.1	-	-	19.6	2.0	9.8
後期高齢者	36	11	14	12	20	11	18	1	2	5	-	2
	100.0	30.6	38.9	33.3	55.6	30.6	50.0	2.8	5.6	13.9	-	5.6
不明	1	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	100.0	-	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-

(4) 「豊中市食育推進計画」策定後の環境の変化

「豊中市食育推進計画」策定後の食生活を取り巻く環境の変化については、変化があったとする人のなかでは「食べる物を大切にする人が多くなった」が26.1%と最も多く、次いで、「歯や口の健康についての情報を得やすくなった」が25.0%、「外食などでバランスのとれた食事を取りやすくなった」が23.9%となっています。一方、「特にない」という回答が36.4%あります。

図表 373 「豊中市食育推進計画」策定後の環境の変化 [N=88] (複数回答)



第6章 高年期

図表 374 前期高齢者・後期高齢者×「豊中市食育推進計画」策定後の環境の変化 [N=88]（複数回答）

[単位：(上段)件 / (下段)%]											
	合計	食育に関する正しい情報を得られやすくなった	外食などでバランスのとれた食事を取りやすくなった	食に関するイベントなどに参加しやすくなった	おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた	食べる物を大切にする人が多くなった	歯や口の健康についての情報を得やすくなった	食の安全面で信頼できるお店や生産者が増えた	特にない	その他	不明
合計	88	16	21	2	17	23	22	9	32	-	8
	100.0	18.2	23.9	2.3	19.3	26.1	25.0	10.2	36.4	-	9.1
前期高齢者	51	8	12	1	11	15	15	4	21	-	3
	100.0	15.7	23.5	2.0	21.6	29.4	29.4	7.8	41.2	-	5.9
後期高齢者	36	8	8	1	6	8	7	5	11	-	5
	100.0	22.2	22.2	2.8	16.7	22.2	19.4	13.9	30.6	-	13.9
不明	1	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-
	100.0	-	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-