

第9章 アンケート調査結果（概要）

9-1 調査実施の概要

1 調査目的

市民の皆様の健康状態や生活習慣を把握し、本市の健康づくりの施策の取り組み状況を評価するために実施しました。

2 調査の対象・方法

- | | |
|----------|------------------|
| (1) 調査地域 | 総社市全域 |
| (2) 調査対象 | 市内に在住する20歳以上の男女 |
| (3) 標本数 | 4,082 |
| (4) 抽出法 | 年齢構成を背景とした無作為抽出法 |
| (5) 調査方法 | 郵送配布、郵送回収 |
| (6) 調査期間 | 平成20年11月～12月 |

3 回収結果

- | | |
|---------|-------|
| (1) 標本数 | 4,082 |
| (2) 回収数 | 1,920 |
| (3) 回収率 | 47.0% |

4 報告書の見方

- (1) 集計は、小数点第2位を四捨五入してある。
- (2) 回答の比率は、その設問の回答者数を基数として算出した。
- (3) 年齢層は、以下の4期に分類した。

- | | |
|-----|--------|
| 青年期 | 20～29歳 |
| 壮年期 | 30～44歳 |
| 中年期 | 45～64歳 |
| 高年期 | 65～74歳 |

9-2 集計結果

年齢階層	回答(人)	率(%)
青年期	501	26.1
壮年期	555	28.9
中年期	557	29.0
高年期	291	15.2
不明	16	0.8
全体	1920	100.0

家族数	回答(人)	率(%)
1 1人	74	3.9
2 2人	305	15.9
3 3人	399	20.8
4 4人	485	25.3
5 5人	284	14.8
6 6人	219	11.4
7 7人	97	5.1
8 8人	34	1.8
9 9人	7	0.4
10 10人	3	0.2
無回答	13	0.7
全体	1920	100.0

あなたの性別は	回答(人)	率(%)
1 男性	812	42.3
2 女性	1100	57.3
無回答	8	0.4
全体	1920	100.0

現在の就業状況は〔○は1つ〕	回答(人)	率(%)
1 勤め人(公務員・会社員)	805	41.9
2 パート・アルバイト	232	12.1
3 自営業	107	5.6
4 農林水産業	34	1.8
5 家事従業者	299	15.6
6 学生	102	5.3
7 その他()	38	2.0
8 無職	289	15.1
無回答	14	0.7
全体	1920	100.0

あなたのお住まいの地域(地区)はどこですか	回答(人)	率(%)
1 総社	734	38.2
2 常盤	203	10.6
3 三須	90	4.7
4 服部	50	2.6
5 阿曾	76	4.0
6 池田	41	2.1
7 秦	56	2.9
8 神在	58	3.0
9 久代	113	5.9
10 山田	19	1.0
11 新本	40	2.1
12 日美	51	2.7
13 下倉	22	1.1
14 水内	24	1.3
15 富山	10	0.5
16 山手	126	6.6
17 清音	177	9.2
無回答	30	1.6
全体	1920	100.0

問1 家庭で血圧を測っていますか。	回答(人)	率(%)
1 はい	331	17.2
2 いいえ	1574	82.0
無回答	15	0.8
全体	1920	100.0

問1-1 1と回答された方にお聞きします。血圧はいつ測っていますか。〔複数回答可〕	回答(人)	率(%)
1 朝	135	40.8
2 昼	19	5.7
3 夕	71	21.5
4 不定期	173	52.3
無回答	4	1.2
全体	331	100.0

問2 メタボリックシンドロームという言葉を知っていますか。	回答(人)	率(%)
1 はい	1859	96.8
2 いいえ	54	2.8
無回答	7	0.4
全体	1920	100.0

問3	メタボリックシンドロームの人は脳卒中や心臓病になりやすいと思いますか。	回答(人)	率(%)
1	はい	1535	79.9
2	いいえ	43	2.2
3	わからない	326	17.0
	無回答	16	0.8
	全体	1920	100.0

問4	毎日の睡眠で疲れがとれていますか。	回答(人)	率(%)
1	はい	869	45.3
2	いいえ	431	22.4
3	どちらともいえない	613	31.9
	無回答	7	0.4
	全体	1920	100.0

問5	寝る前にアルコールや薬を飲用していますか。	回答(人)	率(%)
1	寝るためにアルコールを飲用している	114	5.9
2	睡眠を助ける薬を飲用している	81	4.2
3	1と2の両方とも飲用している	12	0.6
4	飲用していない	1691	88.1
	無回答	22	1.1
	全体	1920	100.0

問6	今の自分の生活に満足していますか。	回答(人)	率(%)
1	たいへん満足	94	4.9
2	満足	879	45.8
3	どちらともいえない	702	36.6
4	不満	187	9.7
5	たいへん不満	46	2.4
	無回答	12	0.6
	全体	1920	100.0

問7	この1年間に様々な出来事や生活上の変化などで憂うつな気分になったことがありますか。	回答(人)	率(%)
1	まったくない	91	4.7
2	ほとんどない	505	26.3
3	どちらともいえない	301	15.7
4	ある	849	44.2
5	非常にある	161	8.4
	無回答	13	0.7
	全体	1920	100.0

問8 日頃の自分の気持ちや悩みを打ち明けたり、相談にのってくれる人がいますか。	回答(人)	率(%)
1 身近にいる	1350	70.3
2 身近ではないがいる	318	16.6
3 いない	238	12.4
無回答	14	0.7
全体	1920	100.0

問9 日常生活の中で不満、悩み、ストレスなどをうまく解消していますか。	回答(人)	率(%)
1 ほぼできている	321	16.7
2 まあまあできている	1202	62.6
3 できていない	207	10.8
4 どちらともいえない	181	9.4
無回答	9	0.5
全体	1920	100.0

問10 運動不足だと思いますか。	回答(人)	率(%)
1 思う	1242	64.7
2 思わない	387	20.2
3 どちらともいえない	280	14.6
無回答	11	0.6
全体	1920	100.0

問11 意識的に体を動かすように心がけていますか。〔複数回答可〕	回答(人)	率(%)
1 できるだけ歩くようにしている	676	35.2
2 通勤や買い物などには、歩いたり、自転車で行く	316	16.5
3 仕事や家事の合間には、歩いたり体操する	245	12.8
4 バス停は、1つ手前で降り歩く	4	0.2
5 エレベーターやエスカレーターを使うよりも階段を使う	423	22.0
6 家事で積極的に体を使う(布団干し、雑巾がけ等)	365	19.0
7 スポーツをする	361	18.8
8 その他()	182	9.5
9 心がけていない	412	21.5
無回答	23	1.2
全体	1920	100.0

問12 現在、1回につき15分以上の運動(畑などの農作業を除く)を定期的に(週1回以上)行っていますか。	回答(人)	率(%)
1 している	697	36.3
2 していない	1205	62.8
無回答	18	0.9
全体	1920	100.0

問12-1 1と回答された方にお聞きします。定期的に行っている運動をすべて選んでください。	回答(人)	率(%)
1 ふつう速度の歩行	296	42.5
2 急ぎ足の歩行	101	14.5
3 ジョギング	55	7.9
4 水泳・水中ウォーキング	40	5.7
5 テニス・バレーボール等球技	68	9.8
6 サイクリング	34	4.9
7 グランドゴルフ	16	2.3
8 ゴルフ	49	7.0
9 体操・ダンス	93	13.3
10 その他	139	19.9
無回答	15	2.2
全体	697	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(ふつう速度の歩行)	回答(人)	率(%)
1 週1回	21	7.1
2 週2回	33	11.1
3 週3回	56	18.9
4 週4回	27	9.1
5 週5回	66	22.3
6 週6回	30	10.1
7 週7回	61	20.6
無回答	2	0.7
全体	296	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(ふつうの速度の歩行)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	184	62.2
2 30分～45分	44	14.9
3 45分～60分	50	16.9
4 61分～90分	4	1.4
5 90分以上	4	1.4
無回答	13	4.4
全体	296	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(急ぎ足の歩行)	回答(人)	率(%)
1 週1回	14	13.9
2 週2回	12	11.9
3 週3回	11	10.9
4 週4回	11	10.9
5 週5回	25	24.8
6 週6回	9	8.9
7 週7回	19	18.8
無回答	-	-
全体	101	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(急ぎ足の歩行)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	59	58.4
2 30分～45分	14	13.9
3 45分～60分	20	19.8
4 61分～90分	5	5.0
5 90分以上	3	3.0
無回答	3	3.0
全体	101	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(ジョギング)	回答(人)	率(%)
1 週1回	10	18.2
2 週2回	10	18.2
3 週3回	15	27.3
4 週4回	5	9.1
5 週5回	9	16.4
6 週6回	2	3.6
7 週7回	4	7.3
無回答	-	-
全体	55	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(ジョギング)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	33	60.0
2 30分～45分	2	3.6
3 45分～60分	14	25.5
4 61分～90分	4	7.3
5 90分以上	-	-
無回答	2	3.6
全体	55	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(水泳・水中ウォーキング)	回答(人)	率(%)
1 週1回	5	12.5
2 週2回	12	30.0
3 週3回	9	22.5
4 週4回	8	20.0
5 週5回	4	10.0
6 週6回	-	-
7 週7回	1	2.5
無回答	1	2.5
全体	40	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(水泳・水中ウォーキング)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	11	27.5
2 30分～45分	4	10.0
3 45分～60分	17	42.5
4 61分～90分	2	5.0
5 90分以上	3	7.5
無回答	5	12.5
全体	40	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(テニス・バレーボール等球技)	回答(人)	率(%)
1 週1回	37	54.4
2 週2回	13	19.1
3 週3回	6	8.8
4 週4回	3	4.4
5 週5回	5	7.4
6 週6回	3	4.4
7 週7回	1	1.5
無回答	-	-
全体	68	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(テニス・バレーボール等球技)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	5	7.4
2 30分～45分	3	4.4
3 45分～60分	16	23.5
4 61分～90分	8	11.8
5 90分以上	14	20.6
無回答	29	42.6
全体	68	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(サイクリング)	回答(人)	率(%)
1 週1回	8	23.5
2 週2回	7	20.6
3 週3回	7	20.6
4 週4回	2	5.9
5 週5回	7	20.6
6 週6回	3	8.8
7 週7回	-	-
無回答	-	-
全体	34	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(サイクリング)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	19	55.9
2 30分～45分	4	11.8
3 45分～60分	5	14.7
4 61分～90分	3	8.8
5 90分以上	3	8.8
無回答	3	8.8
全体	34	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(グランドゴルフ・ゲートボール)	回答(人)	率(%)
1 週1回	5	31.3
2 週2回	6	37.5
3 週3回	3	18.8
4 週4回	1	6.3
5 週5回	-	-
6 週6回	1	6.3
7 週7回	-	-
無回答	-	-
全体	16	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(グランドゴルフ・ゲートボール)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	1	6.3
2 30分～45分	-	-
3 45分～60分	2	12.5
4 61分～90分	4	25.0
5 90分以上	5	31.3
無回答	8	50.0
全体	16	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(ゴルフ)	回答(人)	率(%)
1 週1回	32	65.3
2 週2回	11	22.4
3 週3回	3	6.1
4 週4回	1	2.0
5 週5回	-	-
6 週6回	-	-
7 週7回	-	-
無回答	2	4.1
全体	49	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(ゴルフ)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	6	12.2
2 30分～45分	1	2.0
3 45分～60分	14	28.6
4 61分～90分	4	8.2
5 90分以上	9	18.4
無回答	19	38.8
全体	49	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(体操・ダンス)	回答(人)	率(%)
1 週1回	41	44.1
2 週2回	11	11.8
3 週3回	11	11.8
4 週4回	6	6.5
5 週5回	9	9.7
6 週6回	3	3.2
7 週7回	12	12.9
無回答	-	-
全体	93	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(体操・ダンス)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	37	39.8
2 30分～45分	-	-
3 45分～60分	27	29.0
4 61分～90分	20	21.5
5 90分以上	18	19.4
無回答	9	9.7
全体	93	100.0

問12-1 週に行う回数はどれくらいですか(その他)	回答(人)	率(%)
1 週1回	51	36.7
2 週2回	22	15.8
3 週3回	13	9.4
4 週4回	6	4.3
5 週5回	16	11.5
6 週6回	7	5.0
7 週7回	23	16.5
無回答	1	0.7
全体	139	100.0

問12-1 1回にかかる時間はどれくらいですか(その他)	回答(人)	率(%)
1 30分以下	48	34.5
2 30分～45分	6	4.3
3 45分～60分	31	22.3
4 61分～90分	18	12.9
5 90分以上	23	16.5
無回答	31	22.3
全体	139	100.0

問12-2 2と回答された人にお聞きます。運動をしていない理由はなんですか。〔複数回答可〕	回答(人)	率(%)
1 仕事、家事等で十分働いているから必要がない	283	23.5
2 時間がない	596	49.5
3 何をしたいかわからない	121	10.0
4 めんどく	340	28.2
5 やりたくない	52	4.3
6 以前体を動かしていたが、調子が悪くなりやめた	50	4.1
7 その他	114	9.5
無回答	19	1.6
全体	1205	100.0

問13 歯磨きは1日何回しますか。	回答(人)	率(%)
1 0回	20	1.0
2 1回	506	26.4
3 2回	1018	53.0
4 3回以上	361	18.8
無回答	15	0.8
全体	1920	100.0

問14 毎年歯科の定期健診を受診していますか。	回答(人)	率(%)
1 はい	439	22.9
2 いいえ	1460	76.0
無回答	21	1.1
全体	1920	100.0

問15 現在、何本の歯がありますか。かぶせた歯、さし歯、根だけが残っている歯も含めます。(成人の歯は親しらずを除くと28本です。)	回答(人)	率(%)
1 0～4本	58	3.0
2 5～9本	36	1.9
3 10～14本	45	2.3
4 15～19本	53	2.8
5 20～24本	175	9.1
6 25本以上	1455	75.8
無回答	98	5.1
全体	1920	100.0

問16 歯間部清掃用器具を使っていますか。(デンタルフロス、歯間ブラシ等)	回答(人)	率(%)
1 はい	581	30.3
2 いいえ	1294	67.4
無回答	45	2.3
全体	1920	100.0

問17 アルコール類を飲みますか。	回答(人)	率(%)
1 毎日飲む	325	16.9
2 時々飲む	285	14.8
3 たまに飲む	423	22.0
4 飲まない	855	44.5
無回答	32	1.7
全体	1920	100.0

問17-1 1または2と答えた方にお聞きします。飲むアルコールの種類はなんですか。	回答(人)	率(%)
1 日本酒	89	14.6
2 ビール	359	58.9
3 ワイン	25	4.1
4 ウイスキー	15	2.5
5 焼酎	144	23.6
6 チューハイ	64	10.5
7 その他	19	3.1
無回答	37	6.1
全体	610	100.0

問17-1 平均すると1日のアルコール量は、どれくらいですか。(日本酒) 参考: 1合は180ml、ビール大ビン1本633ml。ウイスキーや焼酎は薄めない量を記入。	回答(人)	率(%)
1 1合	43	48.3
2 2合	34	38.2
3 3合	5	5.6
4 4合	-	-
5 5合	3	3.4
無回答	4	4.5
全体	89	100.0

問17-1 平均すると1日のアルコール量は、どれくらいですか。(ビール) 参考: 1合は180ml、ビール大ビン1本633ml。ウイスキーや焼酎は薄めない量を記入。	回答(人)	率(%)
1 ~100ml	13	3.6
2 101~200ml	19	5.3
3 201~350ml	187	52.1
4 351~500ml	41	11.4
5 501~1000ml	74	20.6
6 1001ml~	18	5.0
無回答	7	1.9
全体	359	100.0

問17-1 平均すると1日のアルコール量は、どれくらいですか。(ワイン) 参考: 1合は180ml、ビール大ビン1本633ml。ウイスキーや焼酎は薄めない量を記入。	回答(人)	率(%)
1 ~100ml	9	36.0
2 101~200ml	6	24.0
3 201~350ml	2	8.0
4 351~500ml	3	12.0
5 501~1000ml	-	-
6 1001ml~	1	4.0
無回答	4	16.0
全体	25	100.0

問17-1 平均すると1日のアルコール量は、どれくらいですか。(ウイスキー) 参考: 1合は180ml、ビール大ビン1本633ml。ウイスキーや焼酎は薄めない量を記入。	回答(人)	率(%)
1 ~30ml	2	13.3
2 31~50ml	4	26.7
3 51~100ml	2	13.3
4 101ml以上	2	13.3
無回答	5	33.3
全体	15	100.0

問17-1 平均すると1日のアルコール量は、どれくらいですか。(焼酎) 参考: 1合は180ml、ビール大ビン1本633ml。ウイスキーや焼酎は薄めない量を記入。	回答(人)	率(%)
1 ~100ml	45	31.3
2 101~200ml	56	38.9
3 201~350ml	12	8.3
4 351~500ml	17	11.8
5 501~1000ml	5	3.5
6 1001ml~	-	-
無回答	9	6.3
全体	144	100.0

問17-1 平均すると1日のアルコール量は、どれくらいですか。(チューハイ) 参考:1合は180ml、ビール大ビン1本633ml。ウイスキーや焼酎は薄めない量を記入。	回答(人)	率(%)
1 ~100ml	4	6.3
2 101~200ml	7	10.9
3 201~350ml	30	46.9
4 351~500ml	12	18.8
5 501~1000ml	9	14.1
6 1001ml~	2	3.1
無回答	-	-
全体	64	100.0

問17-1 平均すると1日のアルコール量は、どれくらいですか。(その他) 参考:1合は180ml、ビール大ビン1本633ml。ウイスキーや焼酎は薄めない量を記入。	回答(人)	率(%)
1 ~100ml	9	47.4
2 101~200ml	5	26.3
3 201~350ml	3	15.8
4 351~500ml	2	10.5
5 501~1000ml	-	-
6 1001ml~	-	-
無回答	-	-
全体	19	100.0

問18 たばこを吸いますか。	回答(人)	率(%)
1 まったく吸わない	1250	65.1
2 過去に吸っていた	295	15.4
3 現在吸っている	359	18.7
無回答	16	0.8
全体	1920	100.0

問18-1 2と回答された方にお聞きします。なぜ、やめましたか。	回答(人)	率(%)
1 病気をきっかけに	61	20.7
2 他人にすすめられて	19	6.4
3 体に悪いと思い	141	47.8
4 その他	70	23.7
無回答	4	1.4
全体	295	100.0

問18-2 3と答えた方にお聞きします。吸っている期間は何年ですか。	回答(人)	率(%)
1 ~4年	38	10.6
2 5~9年	49	13.6
3 10~19年	88	24.5
4 20~39年	107	29.8
5 40年~	53	14.8
無回答	24	6.7
全体	359	100.0

問18-3 3と答えた方にお聞きします。1日の喫煙数は何本ですか。	回答(人)	率(%)
1 ~5本	27	7.5
2 6~10本	78	21.7
3 11~20本	185	51.5
4 21~30本	44	12.3
5 31~40本	10	2.8
6 41本~	5	1.4
無回答	10	2.8
全体	359	100.0

問18-3 3と答えた方にお聞きします。禁煙したいと思いますか。	回答(人)	率(%)
1 思う	180	50.1
2 思わない	163	45.4
無回答	16	4.5
全体	359	100.0

問18-3 3と答えた方にお聞きします。周囲の人への影響を考えて吸っていますか。	回答(人)	率(%)
1 はい	284	79.1
2 いいえ	61	17.0
無回答	14	3.9
全体	359	100.0

問19 食育という言葉を知っていますか。	回答(人)	率(%)
1 知っている	1362	70.9
2 知らない	513	26.7
無回答	45	2.3
全体	1920	100.0

問20 食事バランスガイドを知っていますか。	回答(人)	率(%)
1 知っている	630	32.8
2 知らない	1269	66.1
無回答	21	1.1
全体	1920	100.0

問20-1 1と回答した方にお聞きします。食事バランスガイドを参考に食生活を送っていますか。	回答(人)	率(%)
1 参考にしている	213	33.8
2 参考にしていない	410	65.1
無回答	7	1.1
全体	630	100.0

問21 毎日の食事が楽しいですか。	回答(人)	率(%)
1 楽しい	678	35.3
2 どちらかといえば楽しい	708	36.9
3 どちらともいえない	455	23.7
4 どちらかといえば楽しくない	39	2.0
5 楽しくない	26	1.4
無回答	14	0.7
全体	1920	100.0

問22 家族や友人などと一緒に食事をするのがどれくらいありますか。	回答(人)	率(%)
1 毎日	1220	63.5
2 週に4日以上	228	11.9
3 週に2~3日	203	10.6
4 週に1日	125	6.5
5 ほとんどない	118	6.1
無回答	26	1.4
全体	1920	100.0

問23 朝食を毎日食べますか。	回答(人)	率(%)
1 ほぼ毎日食べる	1611	83.9
2 時々食べる	169	8.8
3 ほとんど食べない	128	6.7
無回答	12	0.6
全体	1920	100.0

問23-1 2または3と答えた方にお聞きします。いつ頃から食べないことがあるようになりましたか。	回答(人)	率(%)
1 幼児の頃から	5	1.7
2 小学生の頃から	18	6.1
3 中学、高校生頃から	69	23.2
4 高校を卒業した頃から	89	30.0
5 20~29歳	70	23.6
6 30~39歳	23	7.7
7 40歳以降	14	4.7
無回答	9	3.0
全体	297	100.0

問24 塩分を控えていますか。	回答(人)	率(%)
1 控えている	364	19.0
2 少し控えている	856	44.6
3 控えていない	694	36.1
無回答	6	0.3
全体	1920	100.0

問25 脂肪を控えていますか。	回答(人)	率(%)
1 控えている	381	19.8
2 少し控えている	902	47.0
3 控えていない	630	32.8
無回答	7	0.4
全体	1920	100.0

問26 食事の時、腹八分目にしていますか。	回答(人)	率(%)
1 常にしている	341	17.8
2 時々している	955	49.7
3 していない	617	32.1
無回答	7	0.4
全体	1920	100.0

問27 間食を食べますか。	回答(人)	率(%)
1 食べない	246	12.8
2 時々食べる	1109	57.8
3 毎日食べる	559	29.1
無回答	6	0.3
全体	1920	100.0

問28 偏った食事をしないように気をつけていますか。	回答(人)	率(%)
1 常に気をつけている	676	35.2
2 時々気をつけている	920	47.9
3 気をつけていない	305	15.9
無回答	19	1.0
全体	1920	100.0

問29 普段1日に何回米飯を食べていますか。	回答(人)	率(%)
1 0回	15	0.8
2 1回	308	16.0
3 2回	1091	56.8
4 3回	492	25.6
5 4回以上	5	0.3
無回答	9	0.5
全体	1920	100.0

問30 野菜の摂取についてお聞きます。色の濃い野菜(ほうれん草、小松菜、にんじんなど)を十分とれていますか。	回答(人)	率(%)
1 毎日とれている	298	15.5
2 ほとんどとれている	614	32.0
3 時々とれている	837	43.6
4 ほとんどとれていない	146	7.6
5 まったくとれていない	18	0.9
無回答	7	0.4
全体	1920	100.0

問30-1 色の淡い野菜(きゅうり、なす、キャベツなど)を十分とれていますか。	回答(人)	率(%)
1 毎日とれている	255	13.3
2 ほとんどとれている	678	35.3
3 時々とれている	829	43.2
4 ほとんどとれていない	126	6.6
5 まったくとれていない	16	0.8
無回答	16	0.8
全体	1920	100.0

問31 普段肉と野菜のどちらを多く食べていますか。	回答(人)	率(%)
1 肉	634	33.0
2 魚	455	23.7
3 同じくらい	812	42.3
4 どちらも食べない	14	0.7
無回答	5	0.3
全体	1920	100.0

問32 旬のものを食べるようにしていますか。	回答(人)	率(%)
1 している	1325	69.0
2 していない	221	11.5
3 よくわからない	364	19.0
無回答	10	0.5
全体	1920	100.0

問33 食品を選んだり、食事を作るのに困らない知識や技術がありますか。	回答(人)	率(%)
1 十分ある	174	9.1
2 まあまあある	928	48.3
3 あまりない	628	32.7
4 まったくない	180	9.4
無回答	10	0.5
全体	1920	100.0

問34 あなたは、地元の食材を選ぶようにしていますか。	回答(人)	率(%)
1 選んでいる	897	46.7
2 選んでない	651	33.9
3 選ぶ機会がない	358	18.6
無回答	14	0.7
全体	1920	100.0

問35 外食や食品を購入する時に栄養成分の表示を参考にしますか。	回答(人)	率(%)
1 参考にする	326	17.0
2 時々参考にする	865	45.1
3 しない	722	37.6
無回答	7	0.4
全体	1920	100.0

問36 食材の食べ残しや廃棄を減らすよう気をつけていますか。	回答(人)	率(%)
1 気をつけている	1621	84.4
2 気をつけていない	291	15.2
無回答	8	0.4
全体	1920	100.0

問37 現在の食生活をどのように思いますか。	回答(人)	率(%)
1 よい	671	34.9
2 問題がある	692	36.0
3 よく分からない	548	28.5
無回答	9	0.5
全体	1920	100.0

問38 食生活を今後どのようにしたいですか。	回答(人)	率(%)
1 改善したい	740	38.5
2 今のままでよい	620	32.3
3 特に考えていない	546	28.4
無回答	14	0.7
全体	1920	100.0

問39 食品の安全性について不安がありますか。	回答(人)	率(%)
1 ある	1596	83.1
2 ない	121	6.3
3 気にならない	197	10.3
無回答	6	0.3
全体	1920	100.0

問40 家庭で受け継がれている料理がありますか。	回答(人)	率(%)
1 ある	436	22.7
2 ない	1446	75.3
無回答	38	2.0
全体	1920	100.0

家庭で受け継がれている料理

ご飯類

ばら寿司(45)寿司(まき寿司)(35)ちらし寿司(27)祭り寿司(17)カレー類(16)赤飯(15)炊き込みご飯(12)山菜おこわ(5)手巻き寿司、おこわ(3)岡山寿司、いなり寿司、吉備路おこわ、蒜山おこわ、丼類、雑炊(2)ままかり寿司、さば寿司、角寿司、さけすし、ひじきご飯、まいたけご飯、大山おこわ、ハヤシライス、牛丼、つくし丼、他人丼、栗めし、たいめし、菜めし、イカ飯、麦飯、三色ごはん、釜飯、下津井のタコメシ、チャーハン、オムライス(1)

汁物類

雑煮(61)みそ汁(23)豚汁(16)汁物(13)けんちん汁(12)スープ類(10)だんご汁(9)シチュー(4)どじょう汁、ポトフ(2)すいとん(1)

漬物類

漬物(20)なすのからし漬、らっきょう漬、奈良漬(2)ぬか漬、梅漬、千枚漬、きゅうりの漬物、梅干(1)

おかず類

煮物(46)おせち料理(28)きんぴら(21)肉じゃが(19)ぎょうざ(15)おでん(14)酢の物類、煮しめ、野菜の煮物(13)鍋類(11)ハンバーグ類、豆の煮物(10)サラダ類、あえもの類、魚の煮物(9)卵焼き、オムレツ(8)筑前煮、ロールキャベツ(6)てんぷら、すき焼き、ピーナッツ豆腐、おから(5)コロッケ、ぬた、里芋の煮転がし、切干大根、おはぎ、野菜(季節)の料理(4)いりみそ、春巻き、お好み焼き、あみ大根(3)茶碗蒸し、ぶり大根、焼き魚、あじの南蛮漬け、南蛮漬け、豆腐ステーキ、五目豆、さばの煮物、おひたし、ひじき煮、鶏肉のトマト煮、正月料理、佃煮、ゴーヤチャンプル、唐揚げ、焼き豚、ふーよーはい(2)あら煮、白菜と豆腐とシーチキンのスープ煮、いかなごぎ煮、おからの煮付け、きも煮、あげ煮物、ナスの揚げ浸し、青菜の炒り煮、人参葉や大根葉のいため煮、大根葉、あげ、じゃこ、ごまの炒り煮、手羽元の酢じょうゆ煮、白菜のあげの煮もの卵とじ、ミネストローネ、ナスの甘辛煮、白菜のスープ煮(豚バラと)、田作り、にしんの昆布巻き、イワシの甘露煮、しょうゆたまご、目玉焼き、ロールはくさい、中国料理、マーボーナス、マーボー豆腐、八宝菜、酢豚、マリネ、アミの塩漬け、落花生の豆腐(こんにゃく)、ピーナッツ豆餅、カブラの料理、なす料理、ふろふき大根、青トマトの塩もみ、大根おろしは、大根のケンチヤン、ごぼういため、にんじん葉いため、にらいため、れんこんボール(れんこんをすって団子にして揚げたもの)、ナスのみそしぎ、古漬けのいため物、白菜と豚肉のいためもの、セロリ(と豚肉)の炒め物、野菜炒め、夏野菜のみそ炒め、にんにくの芽炒め、しょうがやき、肉詰めピーマン、きのこと鶏肉いため、豚のかりかり、カキのオイル漬け、タイの塩焼き、サンマの塩焼き、さわら料理、エビのバター焼き、鱈のエスカベッシュ、アーモンドじゃこ、魚料理、手造りこんにゃく、ピザ、トリハム、肉たし、年末料理、昔からの料理、くけもの(1)

めん類

そば(5)ミートソース(4)うどん類、パスタ類(2)ラーメン(1)

その他

みそ類(5)ケーキ類、ジュース、もち(2)栗きんとん、ぜんざい、クッキー、菓子、フレンチトースト、あまった食パンの耳を多めの油で炒めて揚げをして、砂糖をからめたもの、とんかつソース(1)