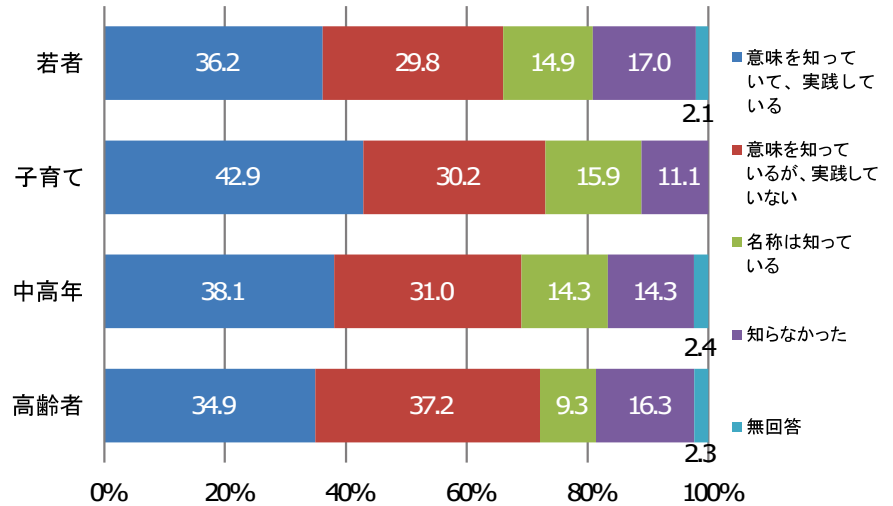
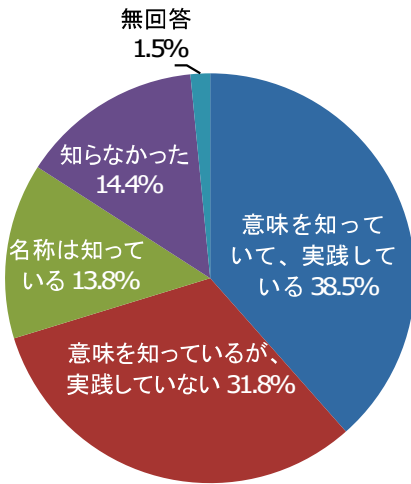


<食の健康づくりについて>

問1 「ベジファースト※」の認知度 (N=195)

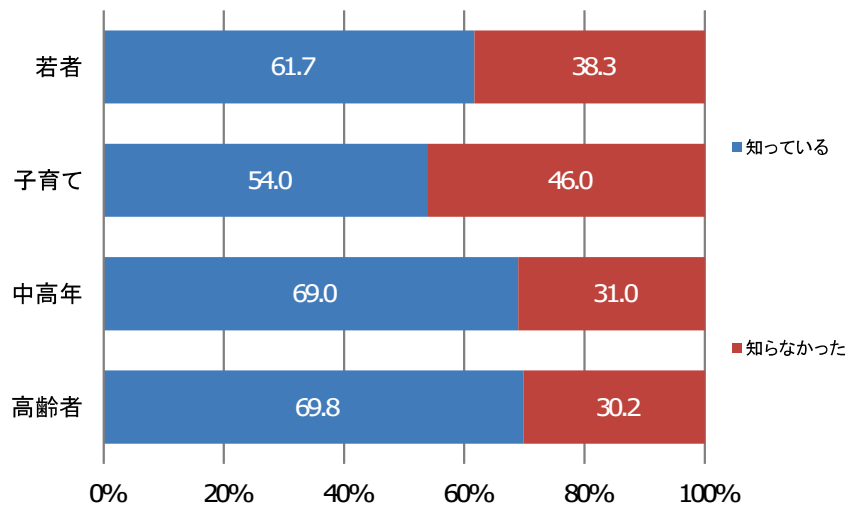
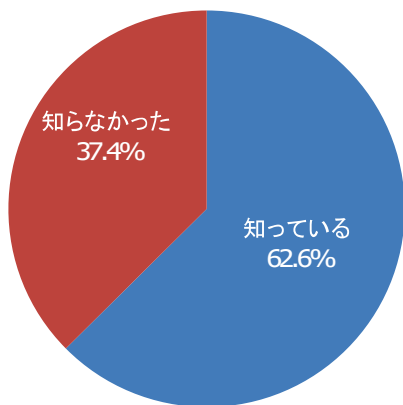
※ ベジファースト:野菜、キノコ、海藻類から食べ始める食べ方のこと。食物繊維の働きにより、食後の急激な血糖値の上昇を抑えることが期待できる。



- 「ベジファースト」の認知度については、「意味を知っていて、実践している」が約4割と最も多い回答となっています。
- 世代別にみると、若者・子育て・中高年では「意味を知っていて、実践している」が、高齢者では「意味を知っているが、実践していない」が最も多い回答となっています。

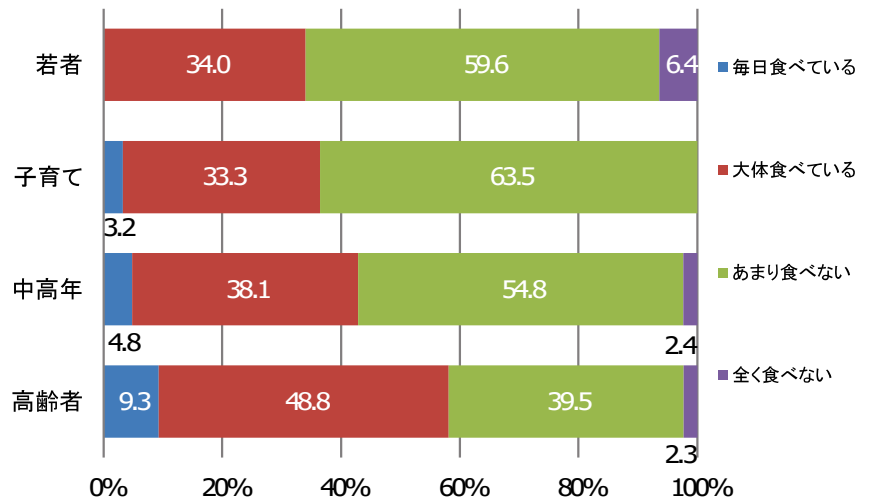
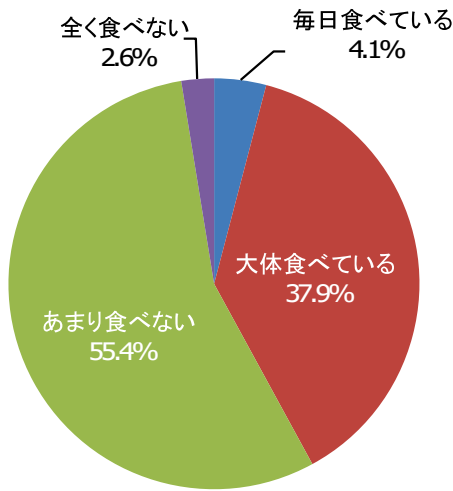
問2 1日に必要な野菜の量(350g以上※)の認知度 (N=195)

※ 生活習慣病などを予防し、健康な生活を維持するための目標値



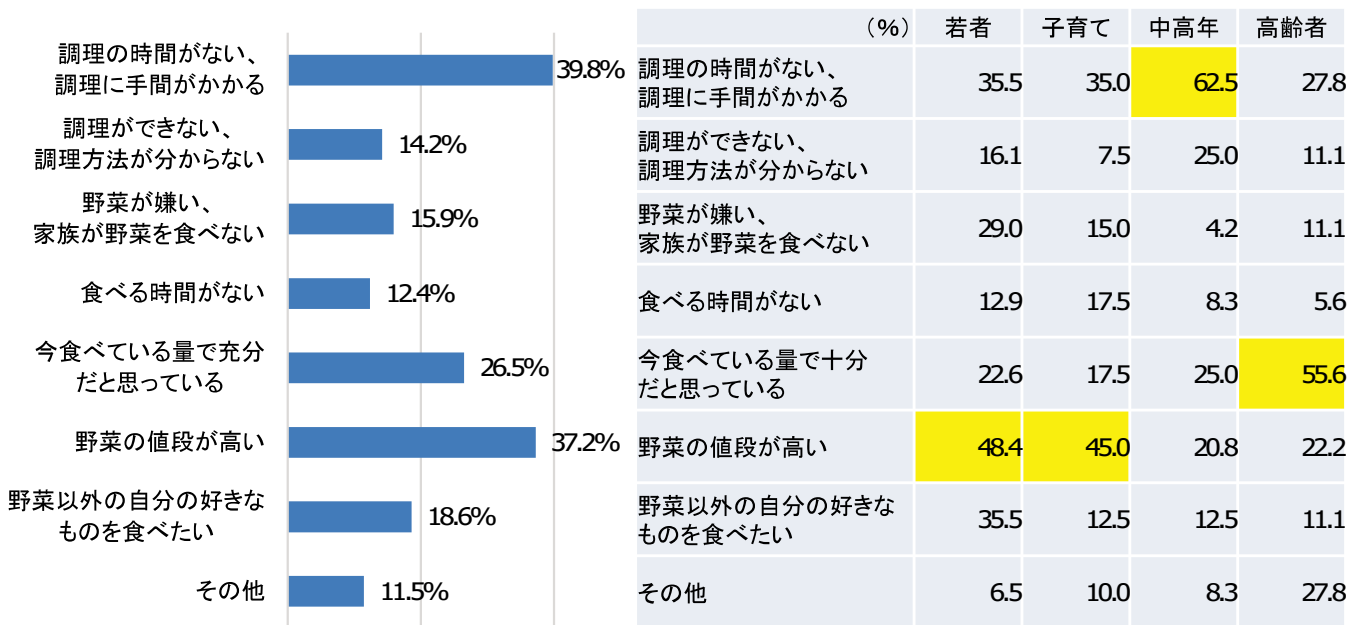
- 1日に必要な野菜の量(350g以上)の認知度については、「知っている」が約6割となっています。
- 世代別にみると、子育ては約5割ですが、若者の約6割、中高年・高齢者の約7割が「知っている」と回答しています。

■問3 1日に必要な野菜350g以上を摂取しているかどうか (N=195)



- 1日に必要な野菜350g以上を摂取しているかどうかについては、『食べていない』(「あまり食べない」と「全く食べない」の合計)が約6割となっています。
- 世代別にみると、世代が高くなるにつれて『食べていない』の回答割合が低くなっています。

■問4 1日に必要な野菜の量を摂取しない理由 (N=113 複数回答)
(問3で「3 あまり食べない」「4 全く食べない」と回答した方)

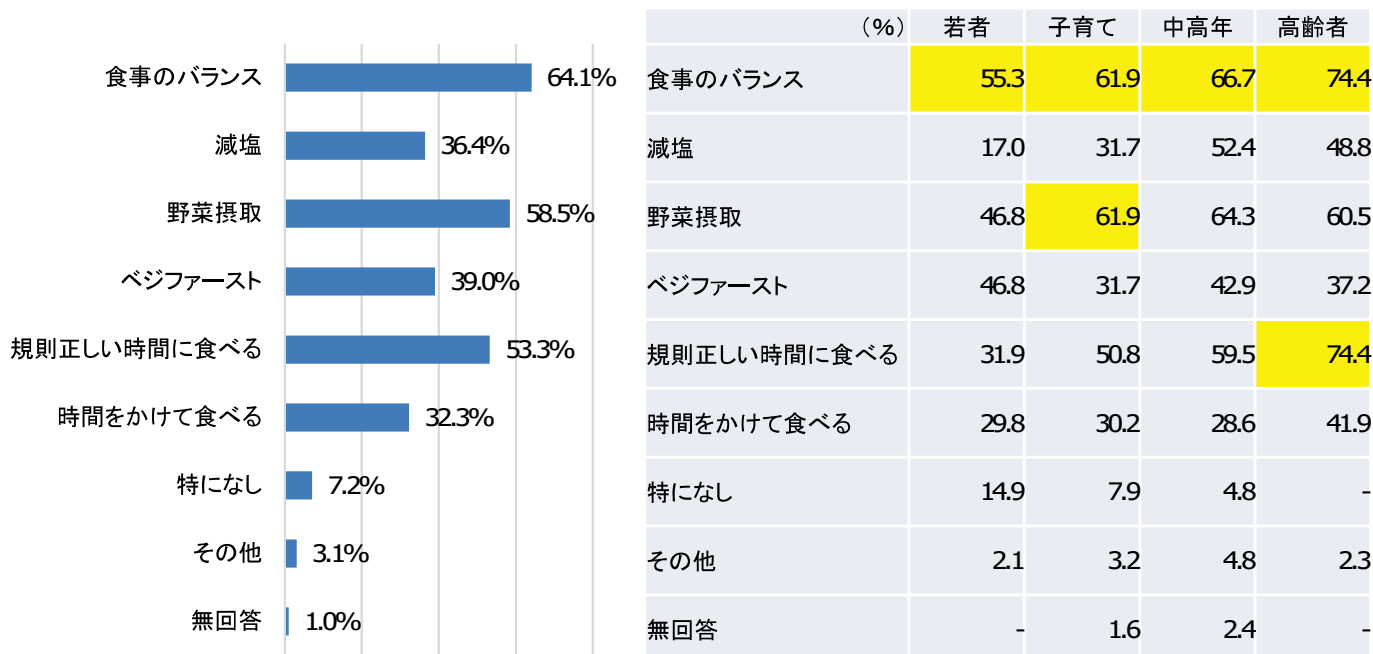


■その他意見

- ・毎日は難しい、面倒
- ・意識はしているが摂れていると言えない
- ・野菜ジュースを飲んでいる
- ・サプリメントを摂取している
- ・自分で調理していない、食卓に上がらない
- ・気にしていない

- 1日に必要な野菜の量を摂取しない理由については、「調理の時間がない、調理に手間がかかる」が約4割と最も多い回答となっています。
- 世代別にみると、若者・子育てでは「野菜の値段が高い」が、中高年では「調理の時間がない、調理に手間がかかる」が、高齢者では「今食べている量で十分だと思っている」が最も多い回答となっています。

問5 「食」について気にしていること (N=195 複数回答)



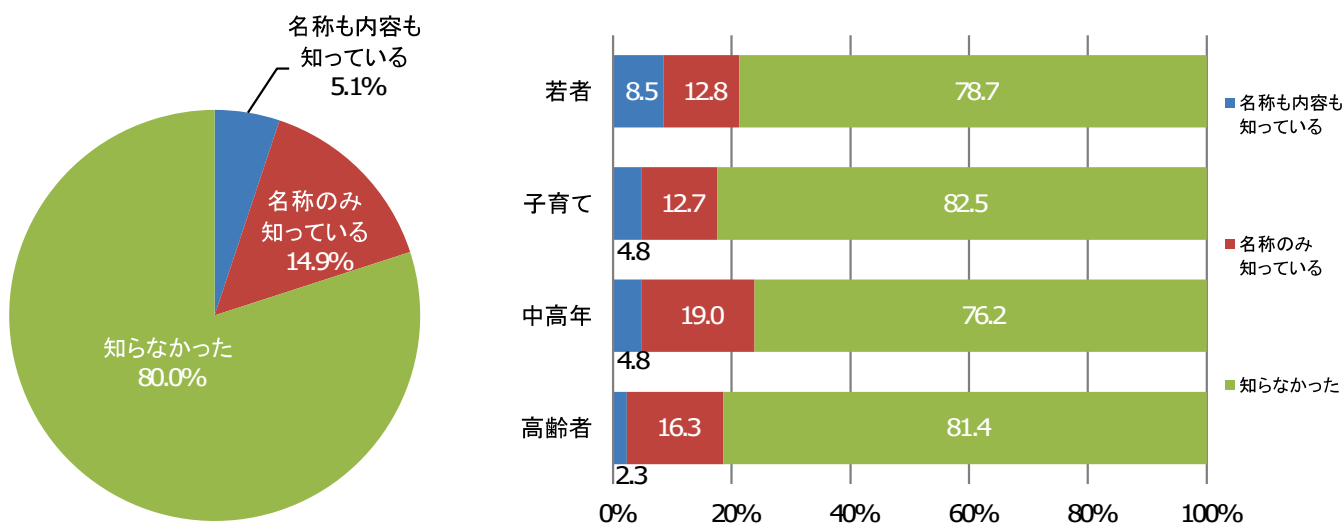
■その他意見

- ・安全な食材(添加物や農薬など)
- ・旬のものを取り入れる
- ・食品ロスをしない

- 「食」について気にしていることについては、「食事のバランス」が約6割と最も多い回答となっています。
- 世代別にも見て、全ての世代で「食事のバランス」が最も多い回答となっています(子育てでは「野菜摂取」、高齢者では「規則正しい時間に食べる」も同率)。

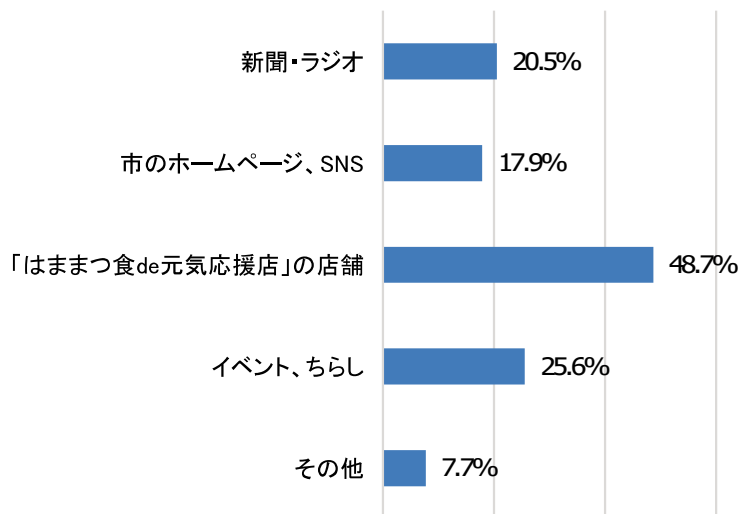
問6 「はままつ食de元気応援店※」事業の認知度 (N=195)

※ はままつ食de元気応援店: 栄養バランスやベジファースト、野菜たっぷりメニュー、減塩などの健康に配慮した商品やメニューの提供に積極的に取り組んでいるお店。(295店舗が登録)



- 「はままつ食de元気応援店」事業の認知度については、「知らなかった」が8割となっています。
- 世代別にも見て、全ての世代で「知らなかった」が約8割となっています。

■ 問7 「はままつ食de元気応援店」を何で知ったか (N=39 複数回答)
(問6で「1 名称も内容も知っている」「2 名称のみ知っている」と回答した方)

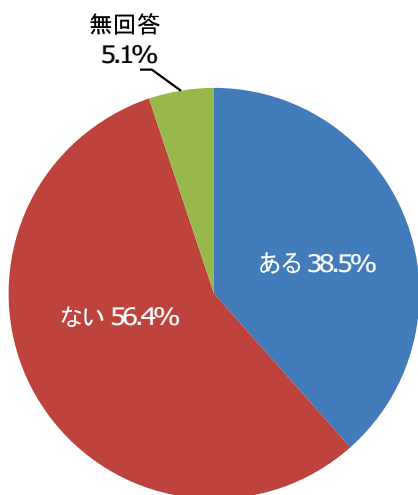


■ その他意見

・勤務先(飲食店、そうざい店)

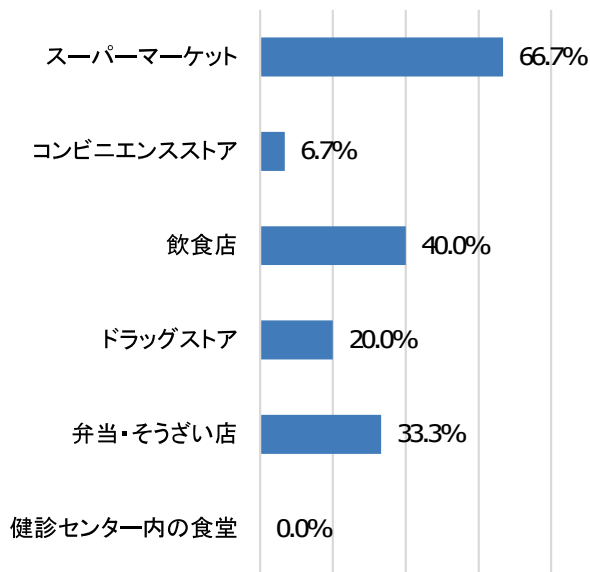
■ 「はままつ食de元気応援店」を何で知ったかについては、「『はままつ食de元気応援店』の店舗」が最も多い回答となっています。

■ 問8 「はままつ食de元気応援店」の利用経験 (N=39)
(問6で「1 名称も内容も知っている」「2 名称のみ知っている」と回答した方)



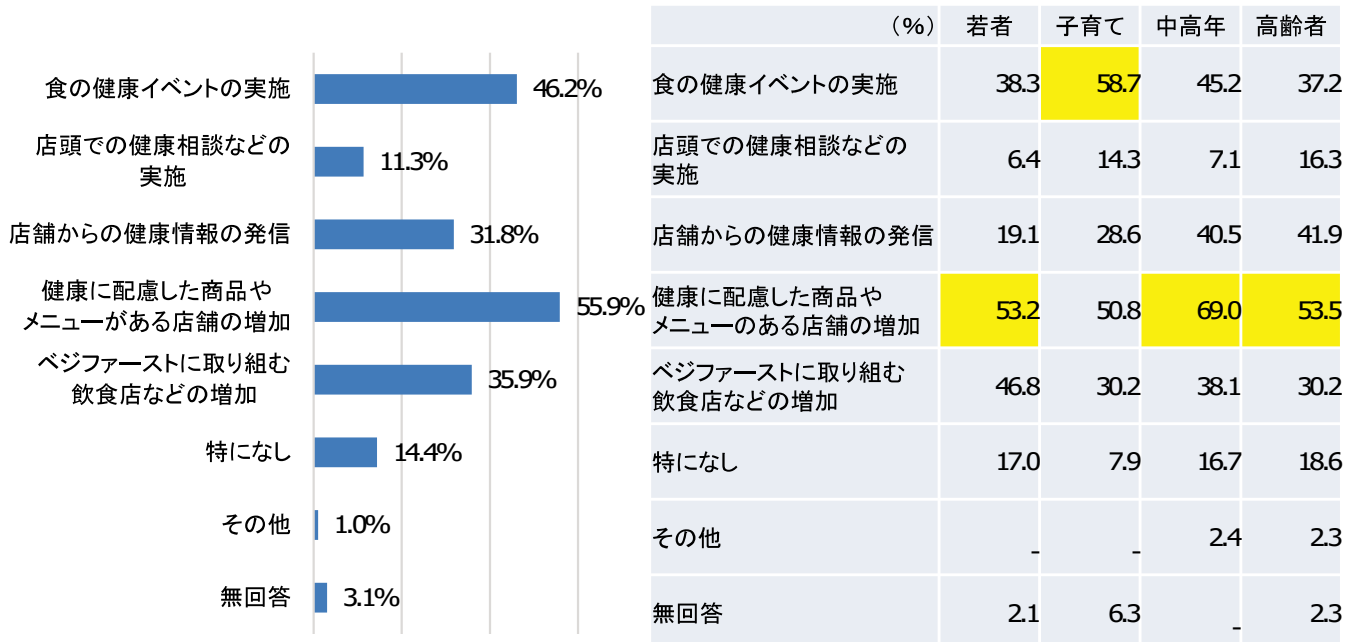
■ 「はままつ食de元気応援店」の利用経験については、「ある」が約4割となっています。

■ 問9 「はままつ食de元気応援店」を利用した店舗 (N=15 複数回答)
 (問8で「1 ある」と回答した方)



■ 「はままつ食de元気応援店」を利用した店舗については、「スーパーマーケット」が最も多い回答となっています。

■ 問10 「はままつ食de元気応援店」に今後期待すること (N=195 複数回答)



■ その他意見

・浜松の「食」を全国にPRする

■ 「はままつ食de元気応援店」に今後期待することについては、「健康に配慮した商品やメニューがある店舗の増加」が約6割と最も多い回答となっています。

■ 世代別にみると、若者・中高年・高齢者では「健康に配慮した商品やメニューがある店舗の増加」が、子育てでは「食の健康イベントの実施」が最も多い回答となっています。