

第4次新潟市食育推進計画 数値指標

資料 4 - 1

No.	指 標		策定時 (令和3年度)	令和4年度	令和5年度	令和6年度	目標値 (令和8年度)	評価	課題・今後の対応等	所管課	出典
【1】食を楽しむ											
1	食べることを「楽しい」と思う市民の割合		73.3%	—	—	69.9%	80.0%	C	「楽しむ」ことから食への関心につながるよう、引き続き啓発を図る。	食と花の推進課	R3(1) R6(7)
2	1日に1回以上、誰か(家族・友人・知人等)と一緒に食事をしている市民の割合		80.9%	—	—	81.6%	90.0%	C	「食育の日」の普及啓発と関連し、「共食」の周知も図る。	食と花の推進課	R3(1) R6(7)
3	農林漁業体験を経験した市民(世帯)の割合		47.1%	—	—	56.5%	50.0%	A	農林漁業体験がさらに市民に浸透し、楽しみながら食への関心が高まるよう取組む。	食と花の推進課	R3(1) R6(7)
4	アグリ・スタディ・プログラムを体験し、本市の農業への誇りが醸成された小・中学生の割合		94.0%	95.1%	92.0%	93.0%	100.0%	C	本市の農業への誇りが醸成されるよう、取組を継続する。	食と花の推進課	(2)
【2】食を大切にする											
5	身近な場所とれた食材を選ぶ市民の割合		74.8%	—	—	74.6%	80.0%	C	給食や食文化継承とも連携させ、地元の農産物のPRを図る。	食と花の推進課	R3(1) R6(7)
6	「食品ロス」を減らすために取り組んでいる市民の割合		93.1%	—	—	97.0%	95.0%	A	組織横断的な体制により、今後とも食品ロス削減に向けて積極的に取り組む。	循環社会推進課 食と花の推進課	R3(1) R6(7)
7	学校給食における地場産物を使用する割合(金額ベース)	県内産	58.4%	57.2%	59.9%	56.8%	60.2%	C	区役所等との連携のもと、地産地消に協力的な生産者と学校等を繋ぐなど、地域での取組を地道に積み重ねること、地場産品の提供を通じた食育の推進を図っていく。	保健給食課 食と花の推進課	(3)
		(参考)市内産	24.7%	25.4%	25.3%	24.3%	—				
8	小学校における「食に関する指導」実施校の割合		94.3%	—	—	97.1%	100.0%	B	家庭や地域との連携しながら、食育指導を推進する。		(4)
9	食文化(郷土料理や行事食)を受け継いでいる市民の割合	18歳以上	53.7%	—	—	42.3%	70.0%	D	SNS等を活用し、郷土料理や行事食の周知を継続して実施する。また、保育園や学校での給食提供を通じ、子どもへの普及啓発につなげる。	食と花の推進課	R3(1) R6(7)
		18～39歳	41.5%	—	—	34.5%	60.0%	D			
【3】食で健康になる											
10	「主食」、「主菜」、「副菜」の言葉や意味を知っている市民の割合	18歳以上	80.0%	—	—	—	90.0%	E	広報や各種講習会、健康教育を通じ、引き続き普及啓発を図る。	健康増進課 食と花の推進課	(1)
		18～39歳	79.9%	—	—	—	90.0%	E			
11	主食・主菜・副菜のそろった食事をしている市民の割合	18歳以上	63.2%	—	75.4%	—	80.0%	B			(5)
		18～39歳	54.3%	—	58.4%	—	70.0%	C			
12	朝食を欠食する市民の割合 ※18～39歳:1週間で「週に1～2回食べる」「ほとんど食べていない」と回答した割合 ※小・中学生:1週間で「ほとんど食べていない」と回答した割合 ※小学生・中学生は全年を对象とする	18～39歳	23.2%	—	23.9%	—	15.0%以下	C	市ホームページ等でのレシピ公開や各種講習会、健康教育を通じ、引き続き普及啓発を図る。	保健給食課	(5)
		小・中学生	1.9%	2.3%	2.6%	2.5%	0.0%	D	他部署や民間企業と連携し、食育・健康教育の普及啓発に取り組む。		(6)

【出典】

- (1)令和3年度「食育」に関する市民アンケート調査(食と花の推進課)
- (2)令和6年度 児童・生徒の農業についての意識調査(食と花の推進課)
- (3)令和6年度 学校給食における地場産農林水産物の使用状況調査(保健給食課)
- (4)令和6年度 学校における「食に関する指導」の取組状況調査(食と花の推進課)
- (5)令和5年度 新潟市民の健康づくりに関する調査(保健所健康増進課)
- ※(5)を出典とした指標は、現状値において無回答を除いた有効回答数で再計算したため、新潟市健康づくり推進計画(第3次)の最新値と異なる。
- (6)令和6年度 新潟市生活・学習意識調査(新潟市立総合教育センター)
- (7)令和6年度 第51回市政世論調査(広聴相談課)

【評価区分】

- A 目標達成
- B 改善傾向(±1割以上の改善)
- C 不変(±1割未満の変化)
- D 悪化傾向(±1割以上の悪化)
- E 評価せず(評価不能)

【年齢区分について】

- ベースライン値となるR3年度「食育アンケート」は18歳以上対象(当該実施)。
- 指標11「主食・主菜・副菜のそろった食事をしている市民の割合」について(R5年度数値)。
→「20歳以上」「20～39歳」で「1日2回以上」と回答した割合を記載
- 指標12「朝食を欠食する市民の割合(18～39歳)」(R5年度数値)。
→「20～39歳」で「週に1～2回食べる」「ほとんど食べていない」と回答した割合を記載
- R6年度実施の世論調査について
→調査対象は15歳以上
- 健康づくりアンケートは20歳以上が対象であったため、20歳以上のデータを掲載(保健所健康増進課実施)

第 4 次新潟市食育推進計画の中間評価について

1. 中間評価について

令和 6 年度は、第 4 次新潟市食育推進計画の中間年度に当たることから、目標の妥当性や達成状況について中間評価を実施する。

2. 中間評価の方法について

本計画について、目標値を設定している 12 項目 16 指標について、計画策定時の値（ベースライン値）と直近の値である中間実績値を比較する。

目標の達成状況についての評価は、達成状況に応じて 5 段階で評価する。

評価区分		指標数	割合
A	目標達成	2	12.5%
B	改善傾向（±1 割以上の改善）	2	12.5%
C	不変（±1 割未満の変化）	7	43.8%
D	悪化傾向（±1 割以上の悪化）	3	18.8%
E	評価せず（評価不能）	2	12.5%
計		16	100%

3. 中間評価結果について

(1) 全体の達成状況

評価区分		指標数	割合
A	目標達成		
	3. 農林漁業体験を経験した市民(世帯)の割合 6. 「食品ロス」を減らすために取り組んでいる市民の割合	2 指標	12.5%
B	改善傾向（±1 割以上の改善）		
	8. 小学校における「食に関する指導」実施校の割合 11①. 主食・主菜・副菜のそろった食事をしている市民の割合(18 歳以上)	2 指標	12.5%
C	不変（±1 割未満の変化）		
	1. 食べることを「楽しい」と思う市民の割合 2. 1 日に 1 回以上、誰か（家族・友人・知人等）と一緒に食事をしている市民の割合 4. アグリ・スタディ・プログラムを体験し、本市の農業への誇りが醸成された小・中学生の割合	7 指標	43.8%

	5. 身近な場所でとれた食材を選ぶ市民の割合 7. 学校給食における地場産物を使用する割合（金額ベース）（県内産） 11②. 主食・主菜・副菜のそろった食事をしている市民の割合（18～39 歳） 12①. 朝食を欠食する市民の割合（18～39 歳）		
D	悪化傾向（±1 割以上の悪化）		
	9①. 食文化（郷土料理や行事食）を受け継いでいる市民の割合（18 歳以上） 9②. 食文化（郷土料理や行事食）を受け継いでいる市民の割合（18～39 歳） 12②. 朝食を欠食する市民の割合（小・中学生）	3 指標	18.8%
E	評価せず（評価不能）		
	10①. 「主食」、「主菜」、「副菜」の言葉や意味を知っている市民の割合（18 歳以上） 10②. 「主食」、「主菜」、「副菜」の言葉や意味を知っている市民の割合（18～39 歳）	2	12.5%

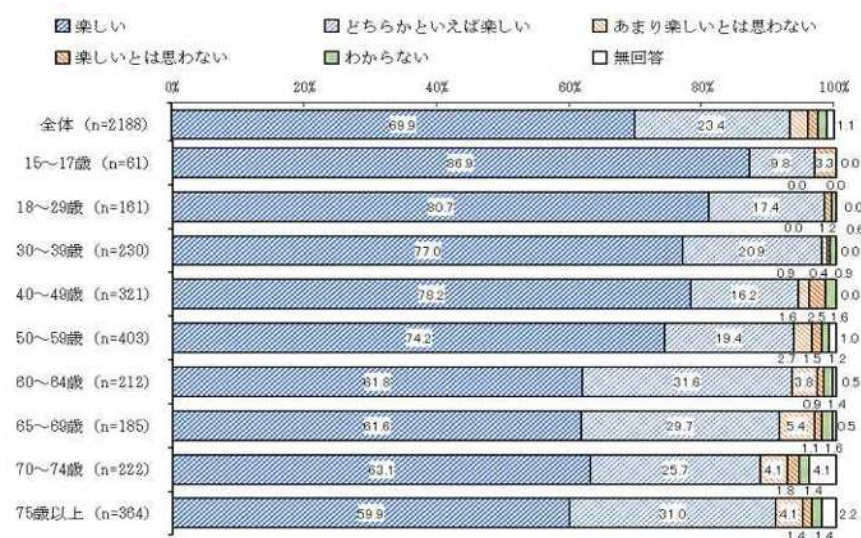
(2) 各目標項目の達成状況

① 食べることを「楽しい」と思う市民の割合 (図1-1)

目標値：80.0% 現状値：69.9% 評価：C

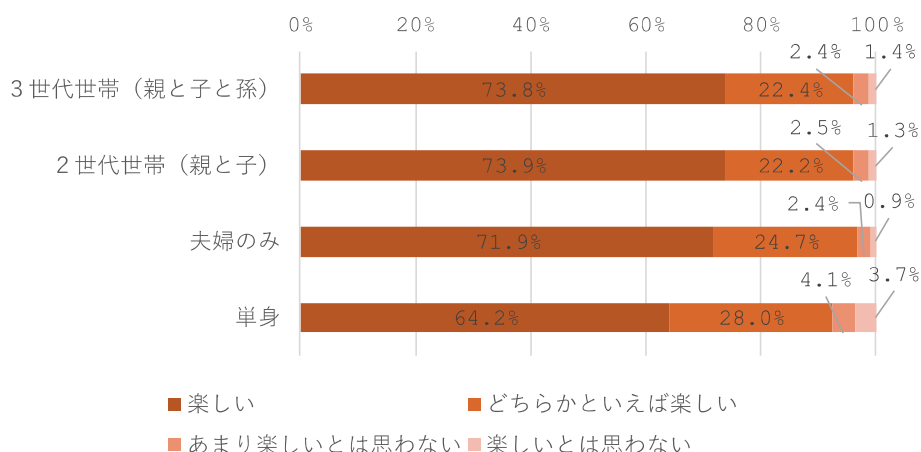
- 「楽しい」と回答した割合は、全体の 69.9%であった。年代別に見ると、年齢が高いほど割合が低くなる傾向がみられた。
- 目標とする 80%を超えた年代は 15～17 歳、18～29 歳。
- 世帯別に見ると、単身世帯において「楽しいとは思わない」と回答した割合が高かった (図1-2)。

図1-1.食べることを「楽しい」と思う市民の割合



資料：新潟市 令和6年度 第51回市政世論調査

図1-2.世帯別の「食の楽しさ」



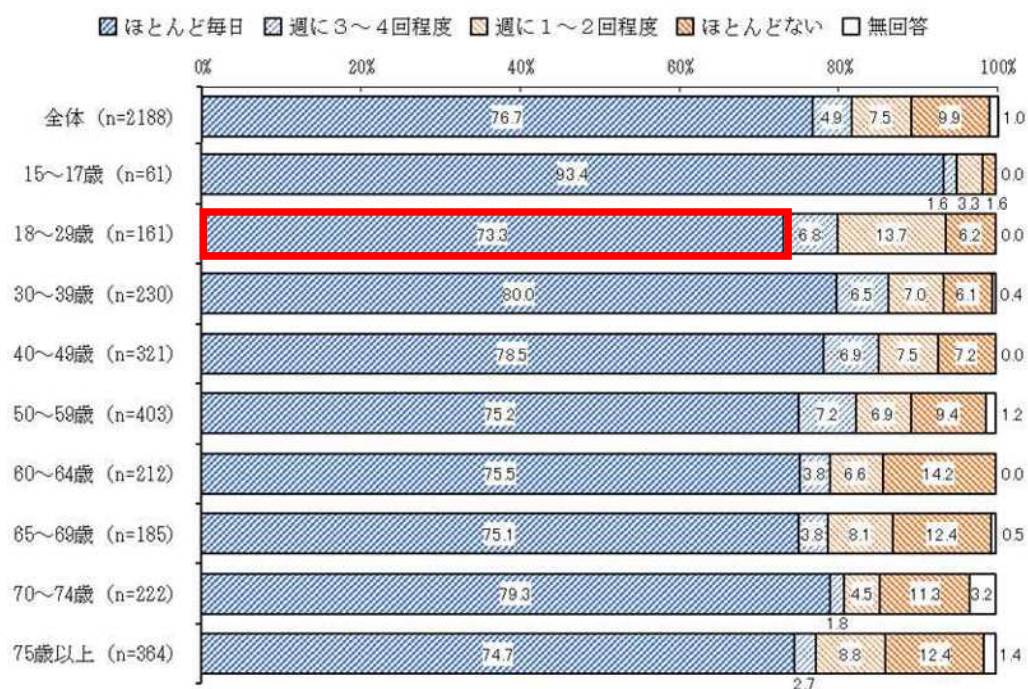
資料：新潟市 令和6年度 第51回市政世論調査から作成

② 1日に1回以上、誰か（家族・友人・知人等）と一緒に食事をしている市民の割合
 目標値：90.0% 現状値：81.6% 評価：C

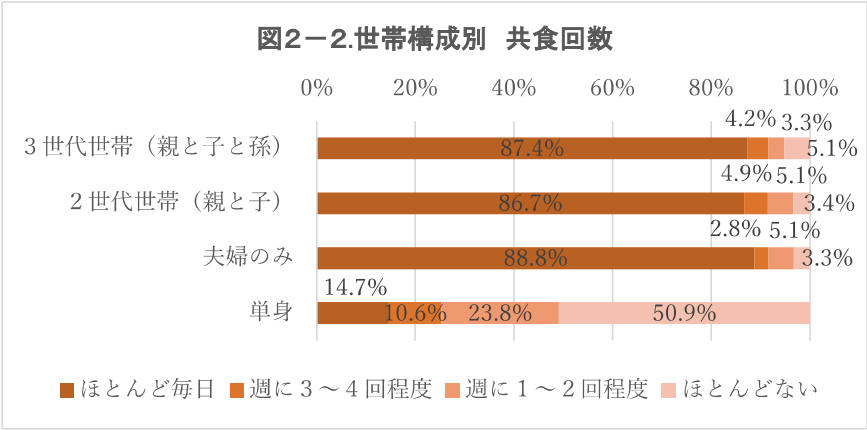
- ちょうど高校を卒業し、自立するタイミングでもある18歳以降（18～29歳）の世代で低下している。
- 年齢が高くなるにつれ、共食回数が「ほとんどない」と回答する割合が高い。
- 世帯構成で見ると、単身世帯において、共食の回数が「ほとんどない」と回答する割合が高い（図2-2）。
- 共食回数が「ほとんどない」と回答した人では、食事を「あまり楽しいとは思わない」「楽しいと思わない」人の割合が高かった（図2-3）。
- 国計画の数値目標「朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数」を見ると、「ほとんど毎日食べる」人の割合が低下している（図2-4）。

→世帯構成・年代に関わらず、共食の機会を増やすことが食事の楽しさを感じることに繋がると考えられる

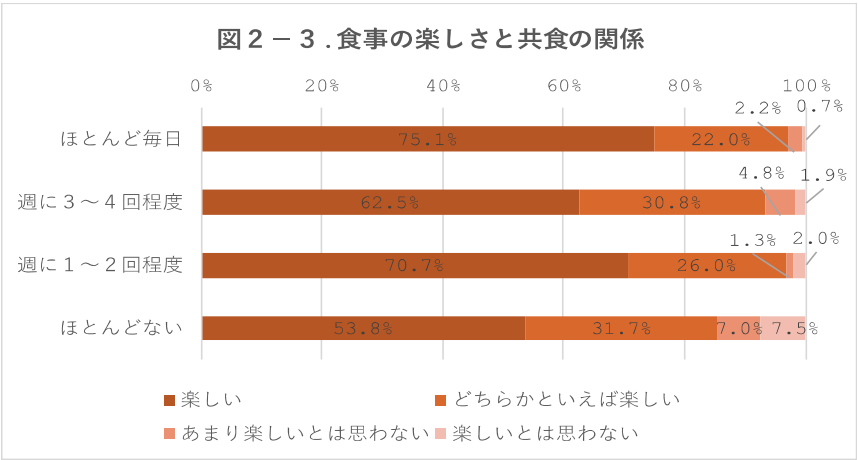
図2-1.共食をしている市民の割合



資料：新潟市 令和6年度 第51回市政世論調査

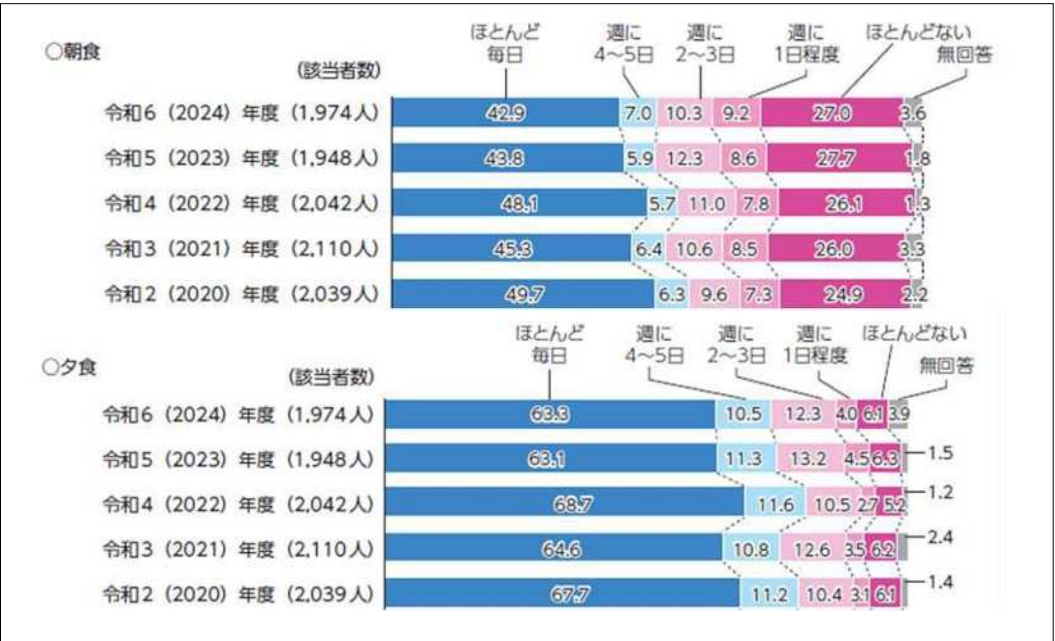


資料：新潟市 令和6年度 第51回市政世論調査から作成



資料：新潟市 令和6年度 第51回市政世論調査から作成

図2-4.朝食、夕食を家族と一緒に食べる頻度の推移（国）



資料：農林水産省「食育に関する意識調査」

③ 農林漁業体験を経験した市民（世帯）の割合（図3－1）

目標値：50.0% 現状値：56.5% 評価：A

- 「いる」と答えた割合は、15～17歳（82.0%）で最も高く、75歳以上（36.5%）で最も低い。年齢が高いほど、割合が低くなる傾向がみられた。
- 世帯構成別に見ると、「2・3世代世帯」で「いる」と答えた割合が高かった。（図3－2）。
- 国計画の数値目標「農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合」を見ると、減少傾向で推移している（図3－3）。

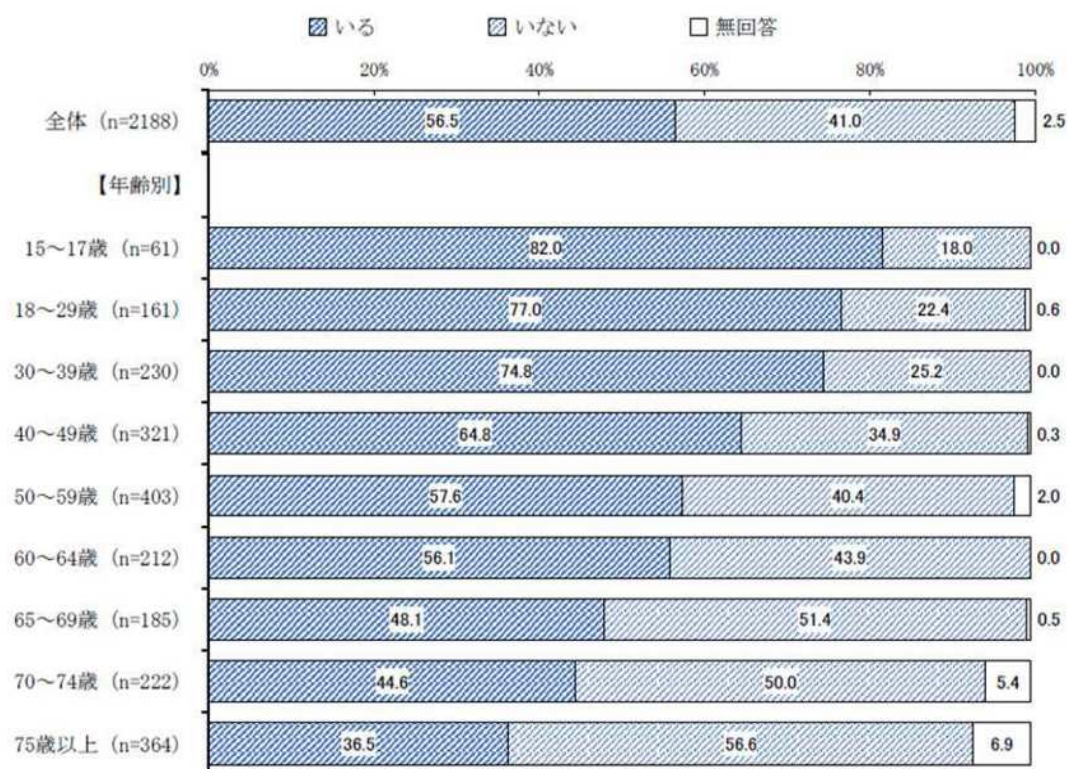
→H28～順調に増加している（第4次計画本冊 P19）。アグリパークや区役所・

J A・A S Pなど体験できる環境、機会が整ってきている。

→国の調査では、体験に参加しない理由は「方法がわからない」が最も高い。環境整備、体験機会を提供し、ハードルを下げることで継続して参加できるようになると良い。

→国の調査では、農林漁業体験に参加して変化したこととして「自然の恩恵や生産者への感謝を感じられるようになった」「地元産や国産の食材を積極的に選ぶようになった」などの回答あり（図3－4）。

図3－1．農林漁業体験を経験した市民（世帯）の割合



資料：新潟市 令和6年度 第51回市政世論調査

図 3 - 2. 世帯構成別にみた農林漁業体験の割合

	いる		いない		総計 人数
	人数	割合	人数	割合	
2 世代世帯（親と子）	674	63.5%	388	36.5%	1062
3 世代世帯（親と子と孫）	145	68.1%	68	31.9%	213
夫婦のみ	268	50.4%	264	49.6%	532
単身	123	45.6%	147	54.4%	270
総計	1210	58.3%	867	41.7%	2077

資料：新潟市 令和 6 年度 第 51 回市政世論調査から作成

図 3 - 3. 農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合の推移（国）

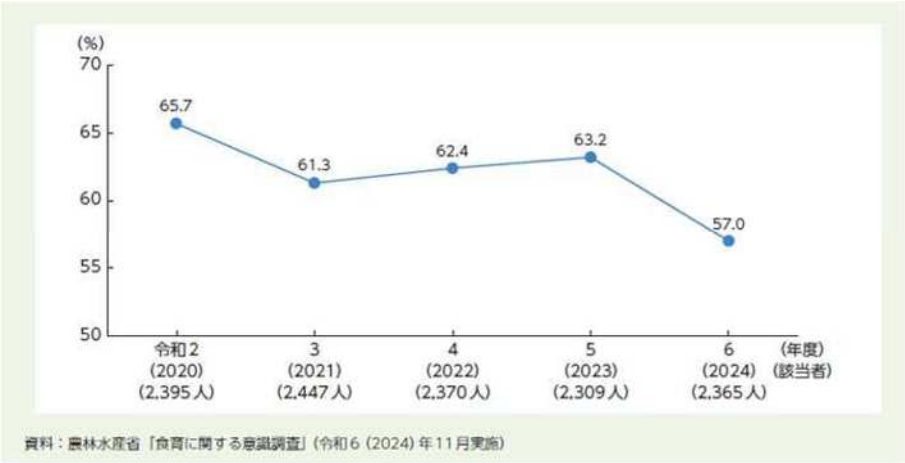
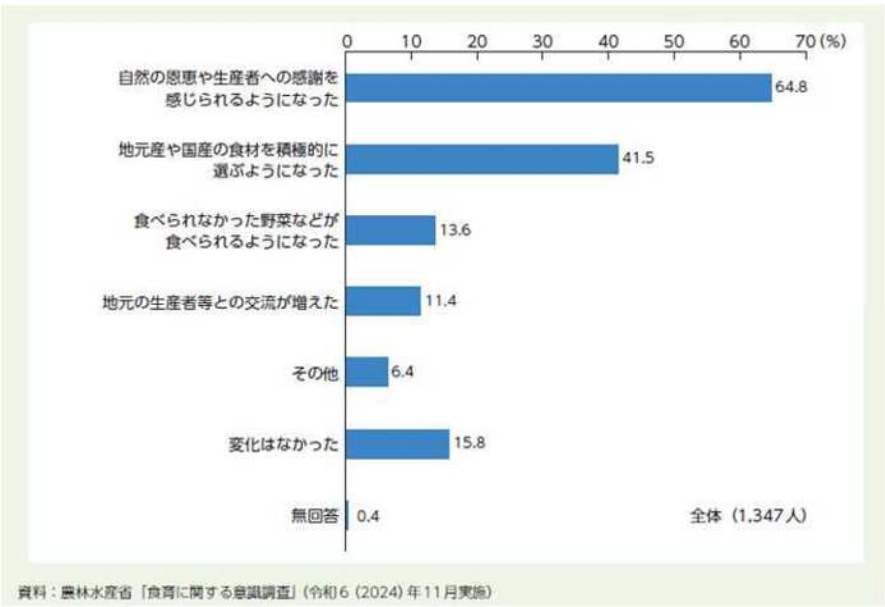


図 3 - 4. 農林漁業体験に参加して変化したこと



④ アグリ・スタディ・プログラムを体験し、本市の農業への誇りが醸成された小・中学生の割合

目標値：100.0% 現状値：93.0% 評価：C

- アグリパークでアグリ・スタディ・プログラムを実施する前後に、児童・生徒に「新潟市は、農業が盛んな市です。農業は、新潟市の自慢になると感じますか。」と質問し、実施後に肯定的評価または肯定的に変容した割合を調査した。
- 学習前も学習後も「自慢になる」と答えた割合は 63.6%、「少し自慢になる」と答えた割合は 7.2%であった。
- 学習後に学習前と比べて肯定的に変化した割合は 22.1%とであった。

→学習前から肯定的評価の割合が高いものの、学習の結果、更に肯定的評価の割合が高くなっている。

→R3 年度は 94.0%、R4 年度は 95.1%、R5 年度は 92.0%、R6 年度は 93.0%と、これまで 4 年連続で 90%を超える割合を維持しており、取り組みの効果がみられる。目標値に届くよう、取り組みを継続していく。

◆調査方法

アグリパークでASPを実施する前後に4件法を用いて、児童・生徒の農業についての意識を調査した。

①調査項目

新潟市は、農業が盛んな市です。農業は、新潟市の自慢になると感じますか。

②評定尺度

4…自慢になる 3…少し自慢になる 2…あまり自慢にならない 1…自慢にならない

③評価基準

ASP後に肯定的評価または肯定的に変容した割合

ASP前		ASP後
1	→	3 U 4
2	→	3 U 4
3	→	3 U 4
4	→	4

◆結果

項目		実施後の結果	
		人数	割合
肯定的に変化		113	22.1%
変化ないが肯定的評価	4のまま	325	63.6%
	3のまま	37	7.2%
否定的に変化	4→3に変化	20	3.9%
	4→2に変化	0	0.0%
	4→1に変化	1	0.2%
	3→2に変化	3	0.6%
	3→1に変化	0	0.0%
	2→1に変化	0	0.0%
変化ないが否定的評価	2のまま	6	1.2%
	1のまま	5	1.0%
肯定的だが低評価	1→2に変化	1	0.2%
		511	100.0%

内訳

1→3	0	0%
1→4	3	0.6%
2→3	9	1.8%
2→4	10	2.0%
3→4	91	17.8%
	113	22.1%

	R6	R5
ASP後に肯定的評価または肯定的に変容した割合	93.0%	92.0%

⑤ 身近な場所でとれた食材を選ぶ市民の割合

目標値：80.0% 現状値：74.6% 評価：C（図5－1）

- 「選ぶようにしている」と答えた割合は、男性（66.8%）より女性（80.6%）で高い。
- 「選ぶようにしている」と答えた割合は、60～64 歳（82.1%）で最も高く、15～17 歳（42.6%）で最も低い。年齢が高いほど、割合が高くなる傾向がみられる。
- 一方で「わからない」と回答した割合は年齢が低いほど、割合が高くなる傾向がみられる。
- 国計画の数値目標「産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合」を見ると、減少傾向で推移している（図5－2）。

→15～17 歳については、自身で買い物をしていないと考えられるが、それ以外の若い世代においては、そもそも産地を気にしていない層も一定数いると考えられる。

→令和5年度「新潟市総合計画2030」成果指標に関するアンケート調査 調査結果報告書において、「新潟市の農水産物に誇りや愛着を感じているか」の設問あり。「誇りや愛着を感じない」と回答した人の理由として、

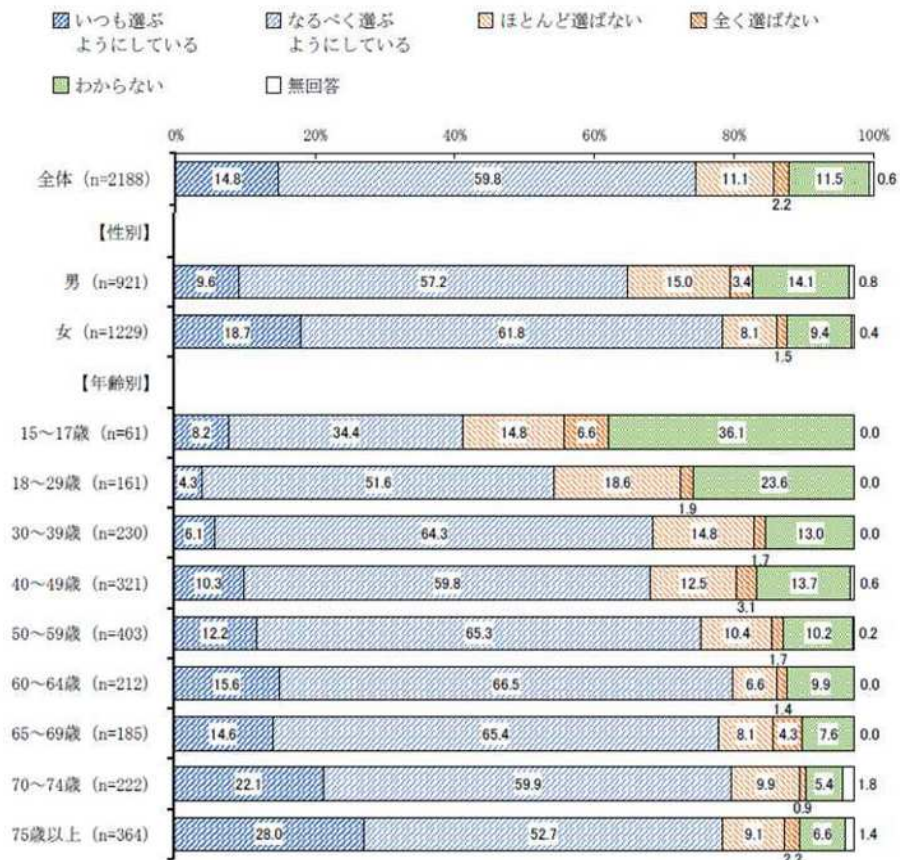
①小売店や飲食店においてどれが新潟市産の農水産物かわからない(27.6%)、

②農水産物またはその産地に関心がない(24.4%)

が上位であり、市産農水産物のPR不足が要因と考えられる。

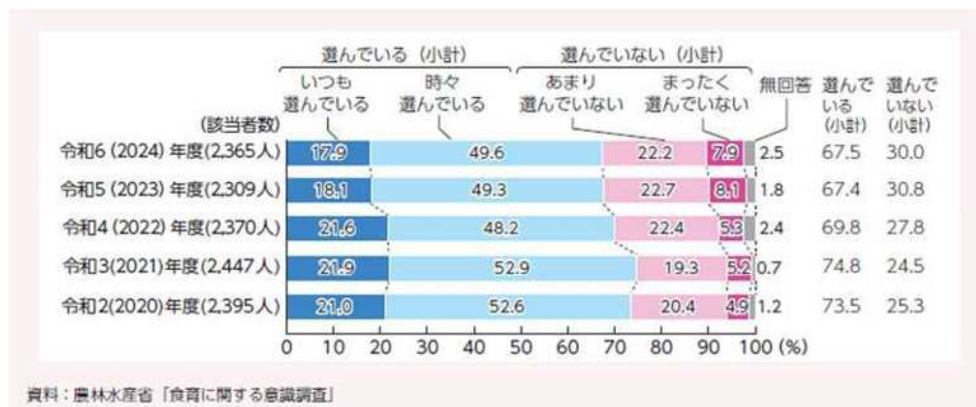
→国の調査では「食育に関心のない理由」として「食費を安くすることの方が重要」と答えた人が最も多い。自立を始める18歳以降に関しては、地産地消について経済的な側面も関連しているのでは、と推測される。

図 5 - 1. 身近な場所でとれた食材を選ぶ市民の割合



資料：新潟市 令和 6 年度 第 51 回市政世論調査

図 5 - 2. 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ国民の割合の推移(国)



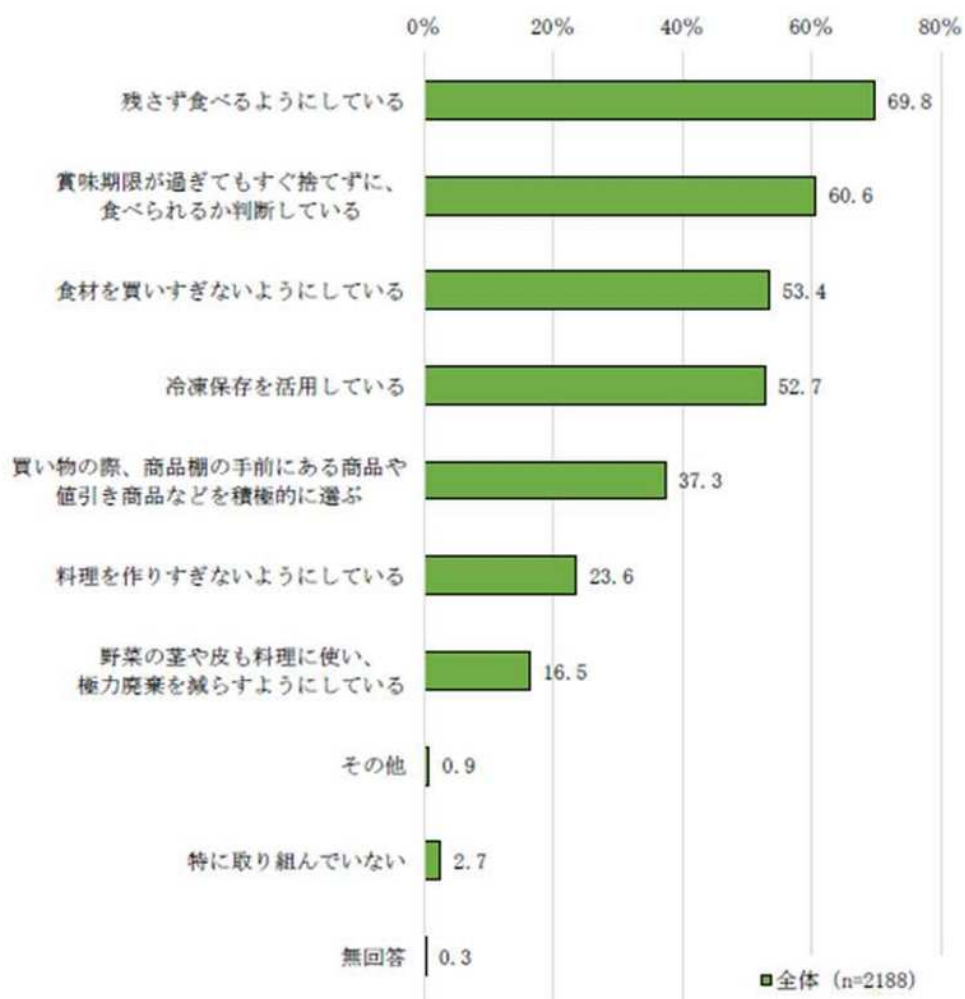
資料：農林水産省「食育に関する意識調査」

⑥ 「食品ロス」を減らすために取り組んでいる市民の割合（図6）

目標値：95.0% 現状値：97.0% 評価：A

- 多くの人（97.0%）が、食品ロスについて何らかの取り組みを実践している。
- 食品ロスの取り組みは、「残さず食べるようにしている」（69.8%）が最も割合が高く、約7割となった。次いで「賞味期限が過ぎてもすぐ捨てずに、食べられるか判断している」（60.6%）、「食材を買いすぎないようにしている」（53.4%）、「冷凍保存を活用している」（52.7%）の順で続いた。

図6. 「食品ロス」を減らすために取り組んでいる市民の割合



資料：新潟市 令和6年度 第51回市政世論調査

⑦ 学校給食における地場産物を使用する割合（金額ベース）

目標値：60.2%（県内産） 現状値：56.8% 評価：C

- 前年度（59.9%）に比べ、3ポイントほど低下（56.8%）した（図7－1）。
- 国平均は微増（55.4%→56.4%）したが、新潟県においては市と同様に、前年度（60.7%）から3ポイントほど低下（57.2%）した。
- 都道府県別の使用割合を見ると、新潟県は15位に位置している（図7－2）。

→これまで、現場努力により可能な限り地場産物の活用に努めていたが、食材費の全体的な高騰により、予算内でのやりくりが非常に厳しくなっているのが現状。

→国は、子どもたちに地域や食に関する理解を増進させるために、地場産物の活用等と食育を一体的に推進することに重きを置いている。本市においても、地場産物使用割合増加に向けては地産地消に積極的な生産者と学校を繋ぐなどの取り組みを継続しつつ、給食をとおして子どもたちの農業に対する理解関心向上を図り、食育推進及び農業振興へとつなげていく取り組みをより強化していきたい。

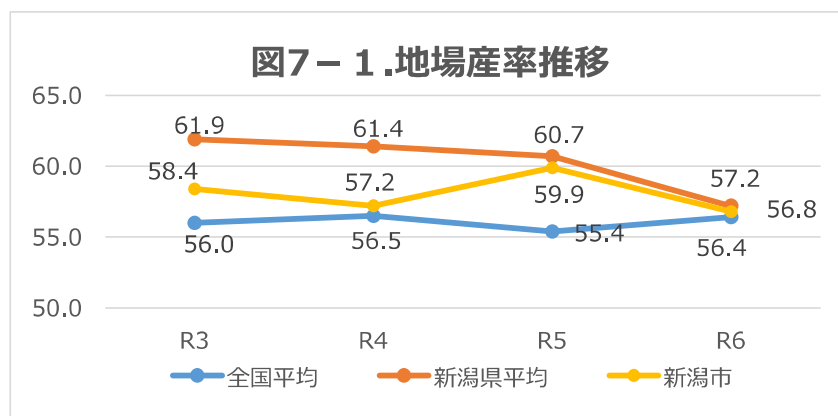


図7－2. 学校給食における地場産物及び国産食材の使用割合（令和6年度）

No.	都道府県名	地場産物	国産食材
1	北海道	72.8%	88.9%
2	青森県	70.4%	90.3%
3	岩手県	60.7%	90.2%
4	宮城県	61.5%	89.3%
5	秋田県	47.3%	83.7%
6	山形県	59.5%	90.7%
7	福島県	71.8%	90.6%
8	茨城県	74.4%	90.2%
9	栃木県	80.1%	95.3%
10	群馬県	61.6%	86.3%
11	埼玉県	47.2%	88.4%
12	千葉県	62.0%	91.8%
13	東京都	8.1%	88.2%
14	神奈川県	33.0%	83.4%
15	新潟県	57.2%	86.2%
16	富山県	56.1%	86.1%
17	石川県	56.2%	90.9%
18	福井県	34.7%	93.8%
19	山梨県	65.2%	92.7%
20	長野県	68.1%	95.6%
21	岐阜県	58.0%	88.3%
22	静岡県	59.7%	92.5%
23	愛知県	54.7%	89.3%
24	三重県	54.1%	88.1%
25	滋賀県	54.1%	92.7%

No.	都道府県名	地場産物	国産食材
26	京都府	17.4%	91.2%
27	大阪府	7.9%	85.7%
28	兵庫県	50.4%	83.9%
29	奈良県	31.2%	85.5%
30	和歌山県	25.9%	90.2%
31	鳥取県	72.5%	95.5%
32	島根県	78.1%	97.1%
33	岡山県	60.5%	88.6%
34	広島県	61.5%	90.2%
35	山口県	84.5%	97.4%
36	徳島県	69.0%	91.5%
37	香川県	53.6%	86.1%
38	愛媛県	73.7%	93.7%
39	高知県	61.5%	94.8%
40	福岡県	51.8%	85.9%
41	佐賀県	57.0%	89.4%
42	長崎県	67.8%	87.2%
43	熊本県	63.9%	89.1%
44	大分県	63.6%	87.6%
45	宮崎県	64.5%	87.2%
46	鹿児島県	65.2%	85.8%
47	沖縄県	31.7%	72.3%
	全国平均	56.4%	89.4%

※ 金額ベース

資料：文部科学省

「学校給食における地場産物・国産食材の使用状況調査

⑧ 小学校における「食に関する指導」実施校の割合（図 8）

目標値：100.0% 現状値：97.1% 評価：B

- 実施校の割合は、ベースライン値（R3 94.3%）に比べ、97.1%と増加した。
- すべての項目において、実施校の割合が増加した。

→小学校においては、食に関する指導が高い割合で実施されている。食物アレルギー対応が増加、複雑化している中で、食育指導の時間を確保することが難しいと答えた校も複数あったが、ICT を活用することで効果的・効率的に指導を実施している校もあった。

→R7.夏～中学校全員給食化、栄養教諭の配置に伴い、中学校での給食・食育の状況が大きく変化する。

図 8. 小学校における「食に関する指導」実施校の割合の変化

調査項目	ベースライン値 (R3年度)	中間実績値 (R6年度)	目標値 (R8年度)
(1) 教科等の時間を使った児童への直接の指導	85.2%	92.4%	
(2) 学校給食の時間を使った児童への直接の指導	50.0%	66.7%	
(3) 学級担任への資料提供など	73.9%	78.1%	
※ (1)～(3) 実施率	94.3%	97.1%	100.0%
(4) 校内放送、給食だより、掲示物による普及啓発	98.9%	99.0%	
(5) その他の取組	31.8%	29.5%	

資料：新潟市 令和 6 年度学校における「食に関する指導」の取組状況調査

※第 4 次食育推進計画における指標の考え方について

もともと実施率の高い（4）を除いた、（1）～（3）実施率の向上（100%）を指標として取り入れた（いずれかの実施＝実施としてカウント）

⑨ 食文化（郷土料理や行事食）を受け継いでいる市民の割合（図 9-1）

【18 歳以上】目標値：70.0% 現状値：42.3% 評価：D

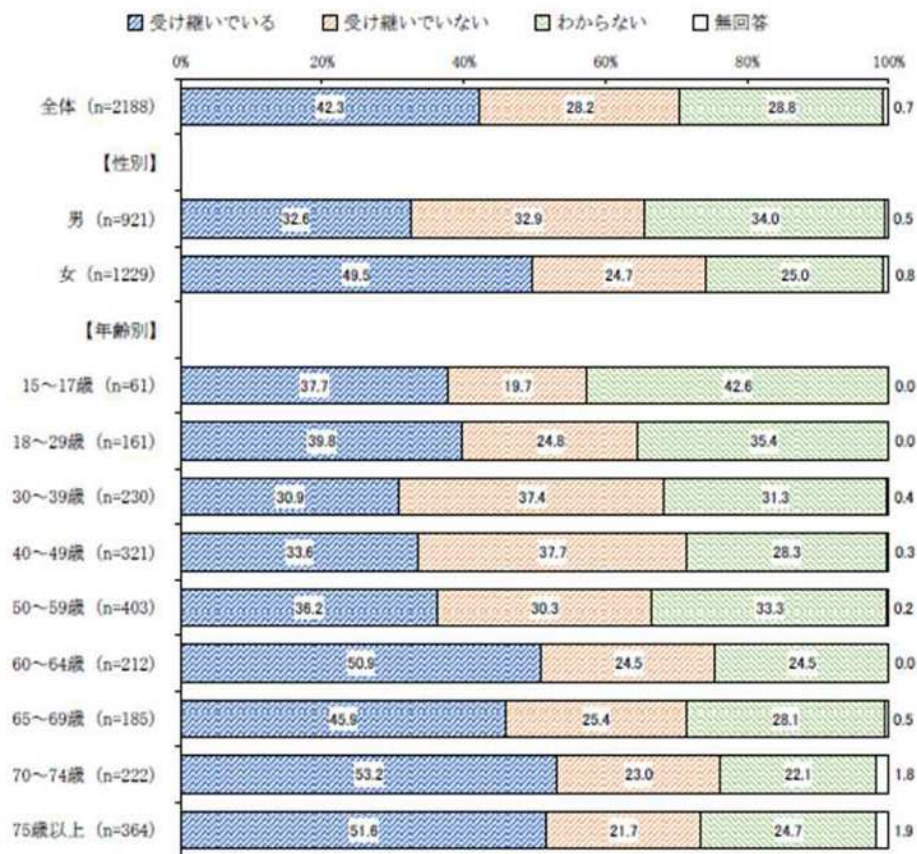
【18～39 歳】目標値：60.0% 現状値：34.5% 評価：D

- 「受け継いでいる」と答えた割合は、男性（32.6%）より女性（49.5%）が高い。
- 「受け継いでいる」と答えた割合は、70～74 歳（53.2%）で最も高く、30～39 歳（30.9%）で最も低い。59 歳以下の若い世代で低く、60 歳以上の高齢層で高くなっている。
- 若い世代（15～39 歳）においては、「わからない」と回答した割合も高い。
- 国計画の数値目標「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合」を見ると、横ばいで推移している（図 9-2）。

→核家族化と共働きの増加、忙しいライフスタイル等により、家庭内での継承がさ

れていないと考えられる。30～40代は食文化の「受け手」「伝え手」として重要な世代だが、家庭や社会の構造の変化によって、受け継ぐことが困難な現状。→策定時から見ると「わからない」と回答した割合が全体的に増えている傾向があり、「食文化を受け継いでいる」とはどのような状態なのか。今後、次世代へ伝えていきたい食文化とは何かを改めて考える必要があると考える。

図9－1. 食文化（郷土料理や行事食）を受け継いでいる市民の割合



資料：新潟市 令和6年度 第51回市政世論調査

図9－2. 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合（国）



- ⑩ 「主食」「主菜」「副菜」の言葉や意味を知っている市民の割合
評価不能

- ⑪ 主食・主菜・副菜のそろった食事をしている市民の割合

【18 歳以上】目標値：80.0% 現状値：75.4% 評価：B

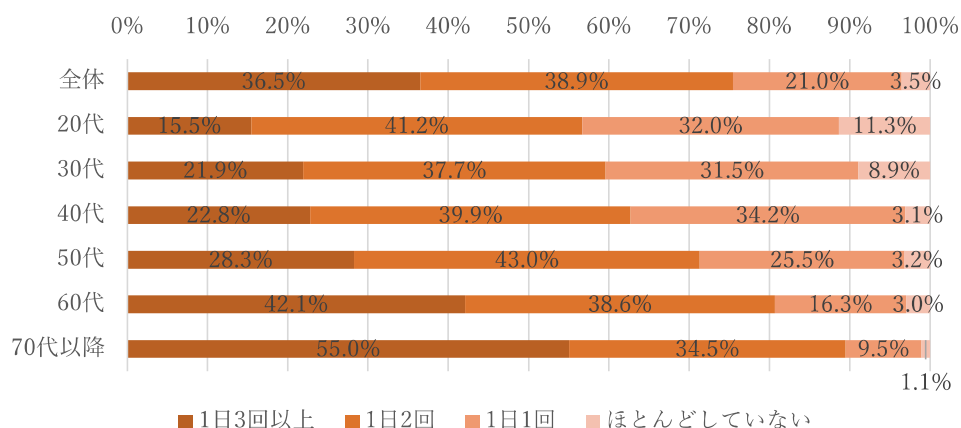
【18～39 歳】目標値：70.0% 現状値：58.4% 評価：C

※中間評価（R5 値）は、アンケート対象 20 歳以上

- 策定時に比べ、全体でみると改善傾向だが、18～39 歳の若い世代でみると、やや数値は上がっているものの、評価としては不変である。
【18 歳以上】R3：63.2% → R5：75.4%
【18～39 歳】R3：54.3% → R5：58.4%
年代別に見ると、年代が高くなるにつれ主食・主菜・副菜をそろえて食べる割合が高くなる傾向がみられた（図 11-1）。
- 国計画の数値目標「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の摂取頻度」を見ると、1 週間の中で主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を 1 日 2 回以上食べることが「ほとんどない」と回答した人の割合が、若い世代で高い結果となっている（図 11-2）。
- 国の調査において、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を増やすために必要なことについて聞いたところ、「手間がかからないこと」の割合が 61.4%と特に高いという結果だった（図 11-2）。また、若い世代では、「時間があること」、「食費に余裕があること」の割合が高い結果だった。

→栄養バランスのとれた食事をとるためには、手間や時間、費用の面でハードルがあり、特に若い世代においては、食事の簡便化志向が強いと示唆される。

図11-1.主食・主菜・副菜の揃った食事をしている市民の割合

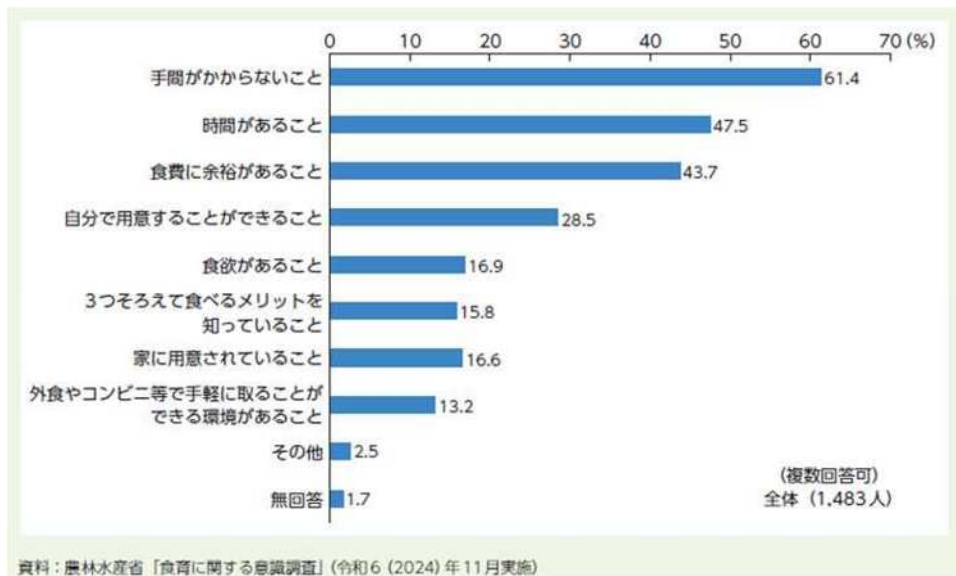


資料：新潟市 令和 5 年度 新潟市民の健康づくりに関する調査から作成

図 11-2. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の摂取頻度



図 11-3. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を増やすために必要なこと（国）



⑫ 朝食を欠食する市民の割合

【18～39 歳】目標値：15.0%以下 現状値：23.9% 評価：C

【小・中学生】目標値：0.0% 現状値：2.5% 評価：D

※中間評価（R5 値）は、アンケート対象 20 歳以上

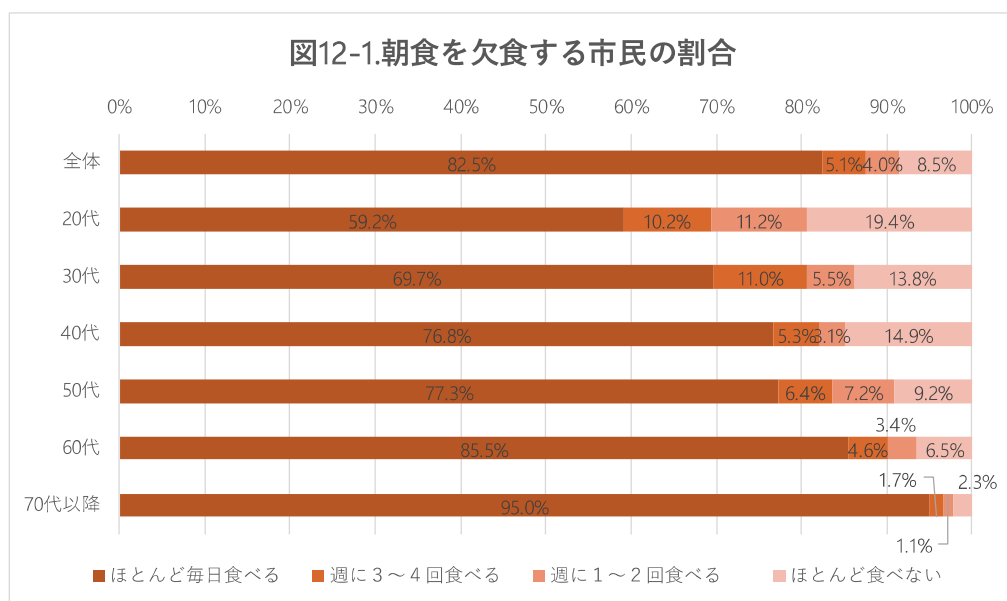
若い世代

- 年代別に見ると、若い世代、特に 20 代での朝食欠食率（30.6%）が高い（図 12-1）。国の調査における若い世代（20～30 代）の朝食欠食率は 29.6%であり、増加傾向にある（図 12-2）。
- 国の調査において、若い世代に朝食を食べるためにはどのようなことが必要だと思うか尋ねたところ、「朝早く起きられること」「自分で朝食を用意する時間があること」「朝食を食べる習慣があること」等の理由が挙げられた。

小中学生

- 小・中学校における朝食欠食率は、学年が上がるにしたがって高くなっている（図 12-3）。
- 国の調査と比較すると、【小 6】市 2.3%、国 6.3%、【中 3】市 4.5%、国 8.6%であった（図 12-4）。
- 国の調査において、朝食を食べない理由として「食欲がないから」「家族が食べる習慣がないから」「朝食を食べる時間が取れないから」等の理由が挙げられた。

→若い世代における朝食欠食については、起床時間を含めた生活改善も必要である
と考える。また、朝食を食べる習慣のない保護者のいる世帯では、子どもも朝食を
欠食していると考えられる。朝食を食べることのメリットや、簡単に作れるレシピ
を紹介するなど普及啓発を行うとともに、学校を通じた指導も継続して実施して
いく必要があると考える。



資料：新潟市 令和5年度 新潟市民の健康づくりに関する調査から作成

※「無回答」を除いた割合で算出

図 12-2. 朝食を欠食する若い世代の割合の推移（国）



図 12-3.朝食を欠食する小・中学生の割合

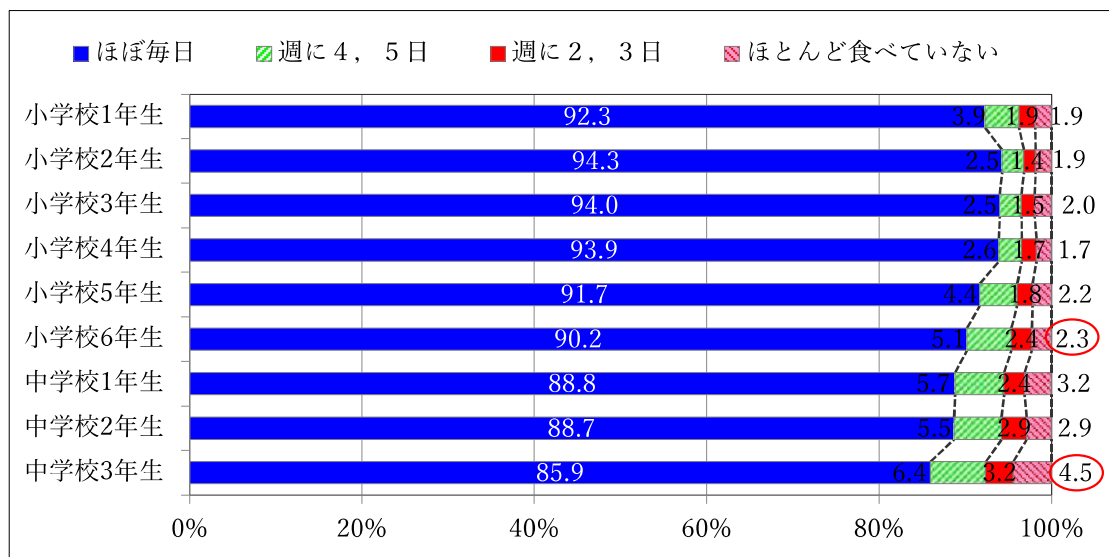


図 12-4.小・中学生の朝食欠食率の推移（国）

