

～資料編～

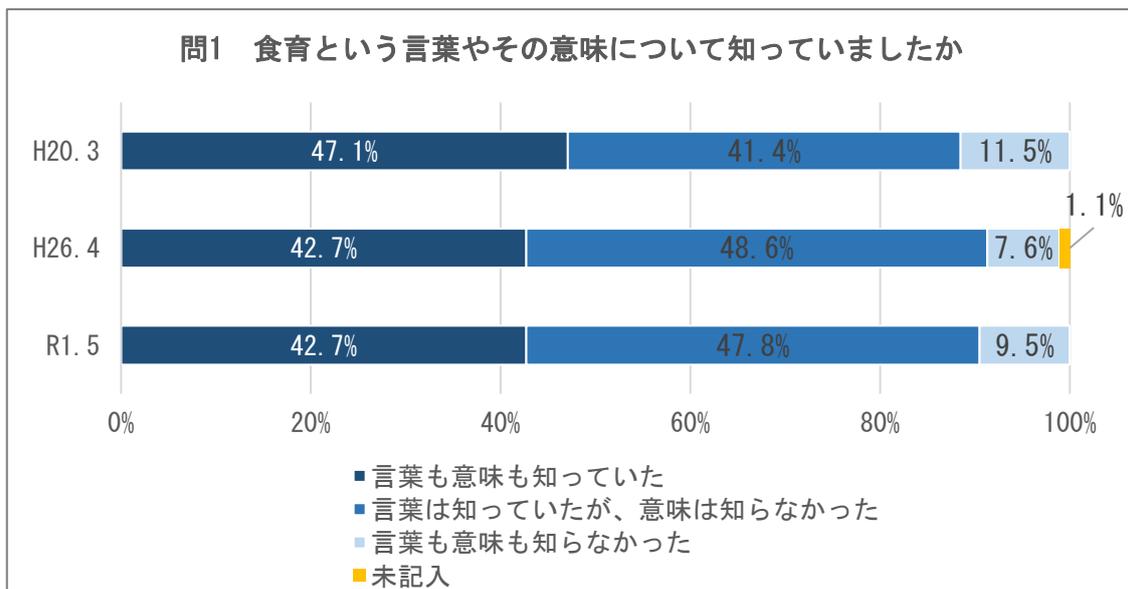
1. 食育に関するアンケート調査概要

西条市食育推進計画の見直しにあたり、「第2次西条市食育推進計画」で設定した目標値の達成度を把握し課題を見直し、令和2年度から始まる「第3次西条市食育推進計画」の基礎資料を目的として実施しました。

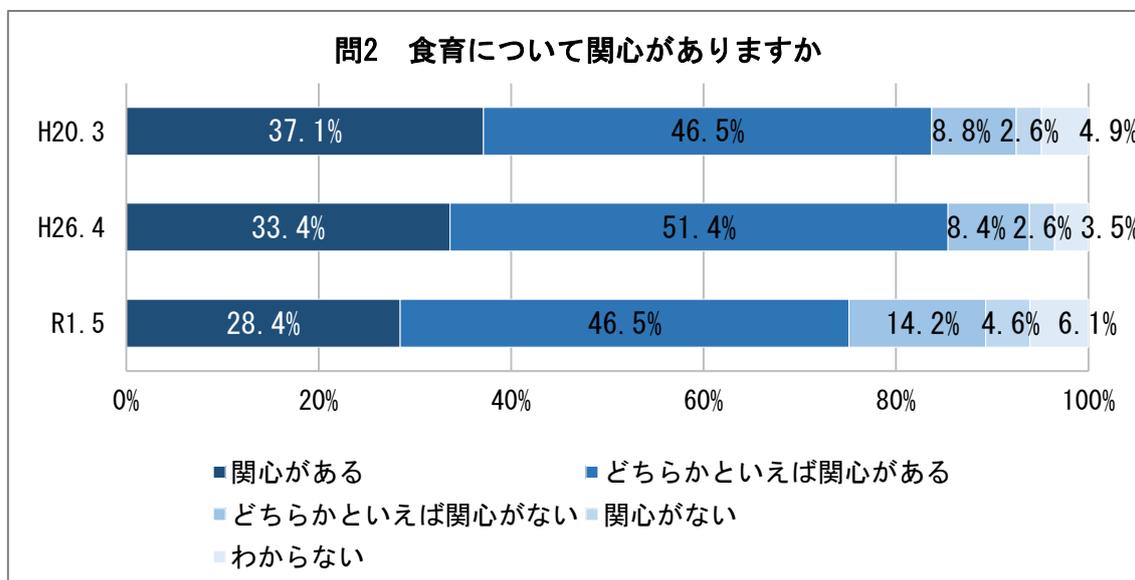
(1) 令和元年度 西条市食育に関するアンケート調査（成人）

- ①主 題 食育に関するアンケート調査
- ②対 象 20歳～79歳の西条市民（無作為抽出）
- ③調査方法 郵送配布、郵送回収
- ④調査期間 平成31年4月～令和元年5月
- ⑤配布数（a） 2,000件
- ⑥有効回収数（b） 789件
- ⑦有効回収率（a/b） 39.5%
- ⑧年度別有効回収数（n） ア. 平成20年度：387件
イ. 平成26年度：724件
ウ. 令和元年度：789件

問1 食育という言葉を知っていた者の割合は、「言葉も意味も知っていた」「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」を合わせて90.5%です。平成26年度の調査と比較すると、0.8%減少となっています。

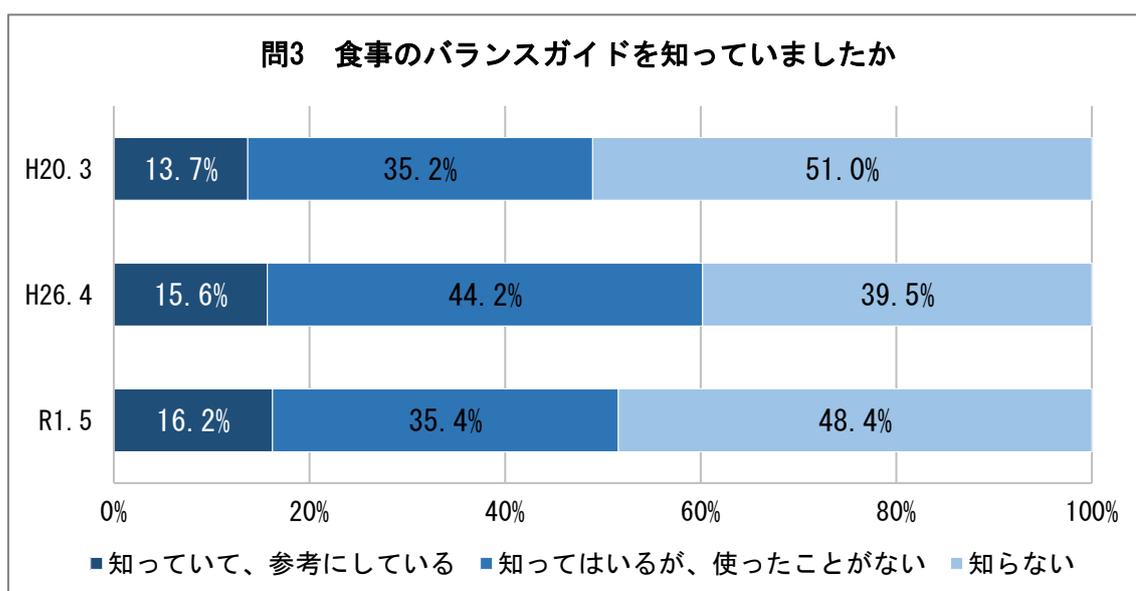


問2 食育について関心がある者の割合は、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせて74.9%です。平成26年度の調査と比較すると、9.9%減少しています。



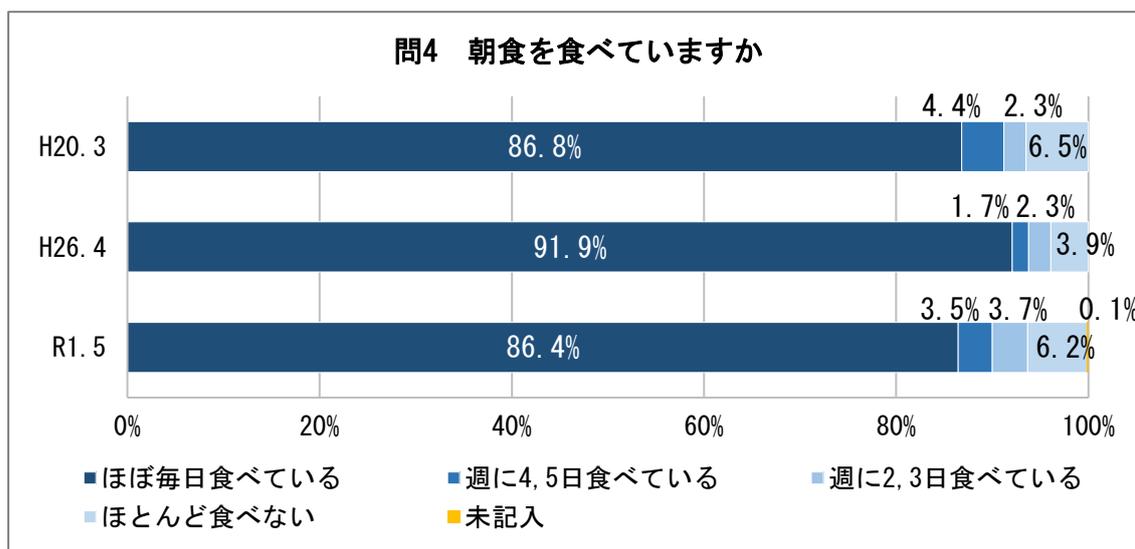
問3 食事のバランスガイドを知っている者の割合は、「知っている、参考に使っている」「知っているが、使ったことがない」を合わせて51.6%です。平成26年度の調査と比較すると、8.2%減少しています。

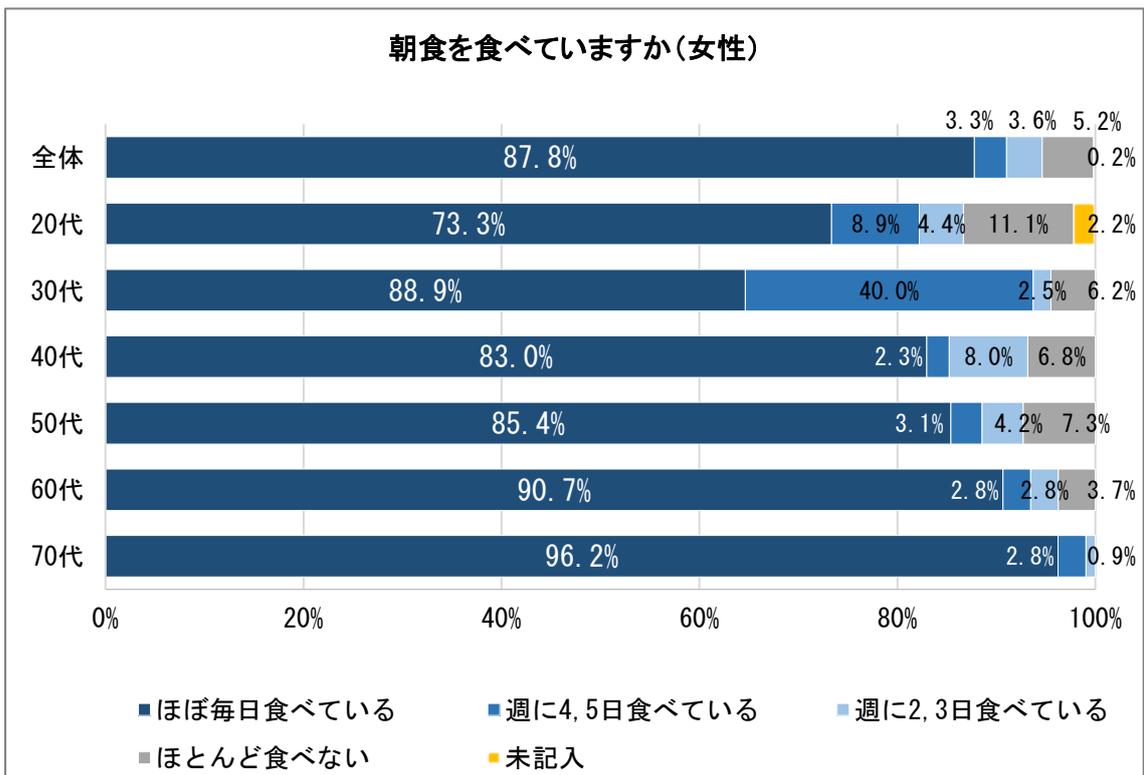
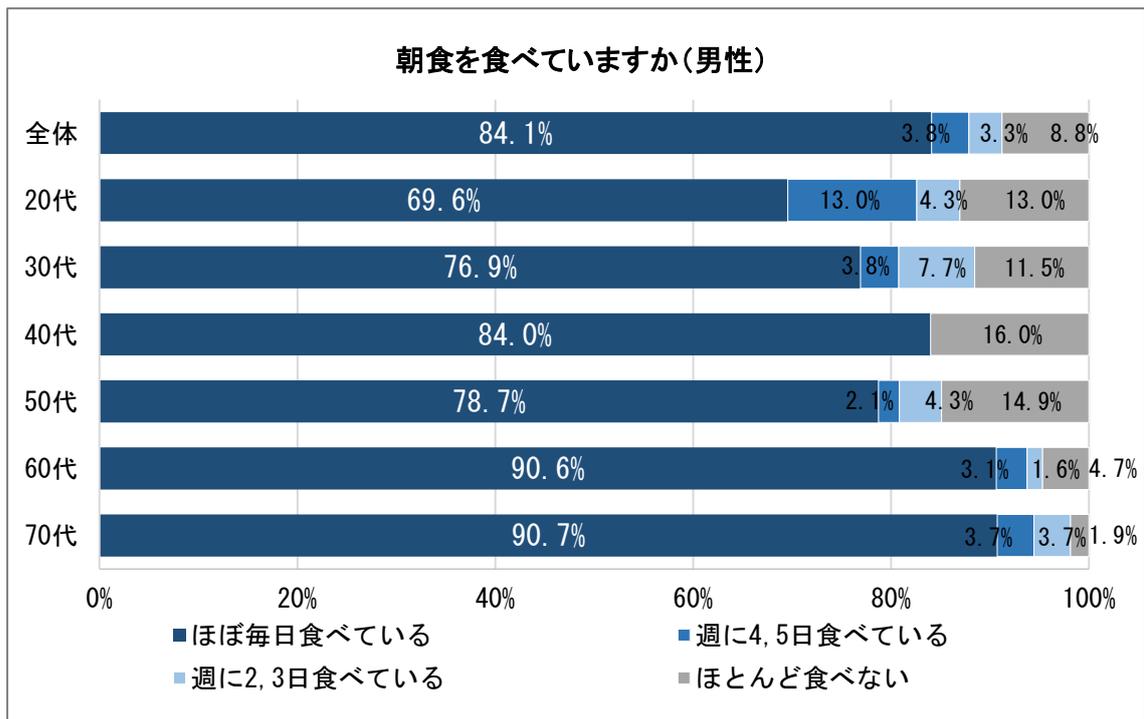
知っている、参考に使っている者の割合は、平成20年度以降少しずつ増加しています。



問4 朝食をほぼ毎日食べている者の割合は、86.4%です。平成26年度の調査と比較すると、5.5%減少しています。

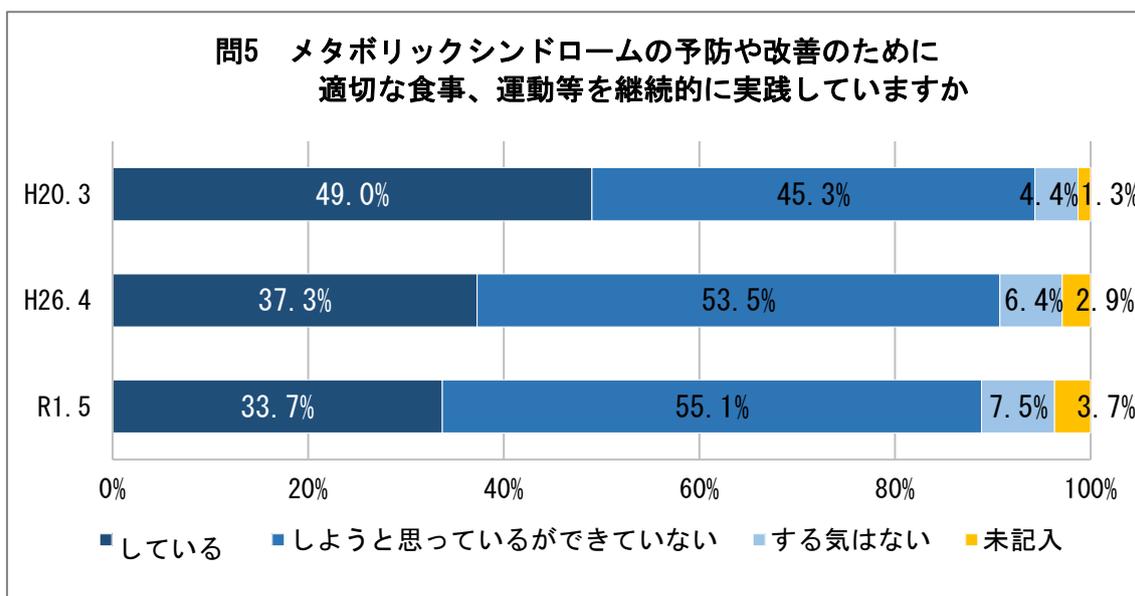
年代別、男女別で比較すると、ほぼ毎日食べている者の割合は、60～70代の男女で9割を超えています。欠食率は、20～50歳の男性と20歳の女性で高くなっています。



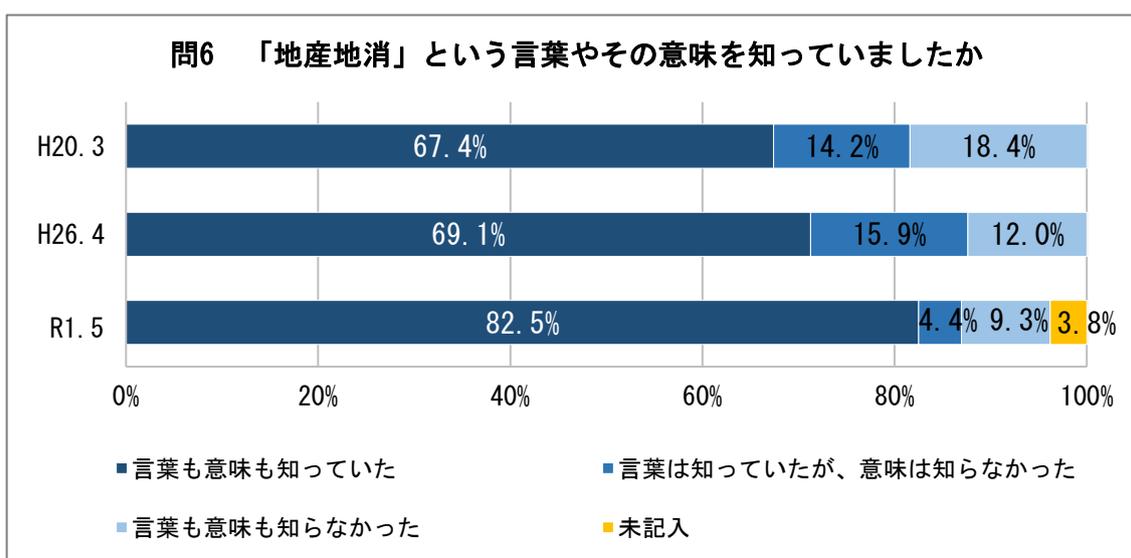


問5 メタボリックシンドロームの予防や改善のために適切な食事、運動等を継続的に実践している者の割合は、33.7%です。平成26年度の調査と比較すると、3.6%減少しています。

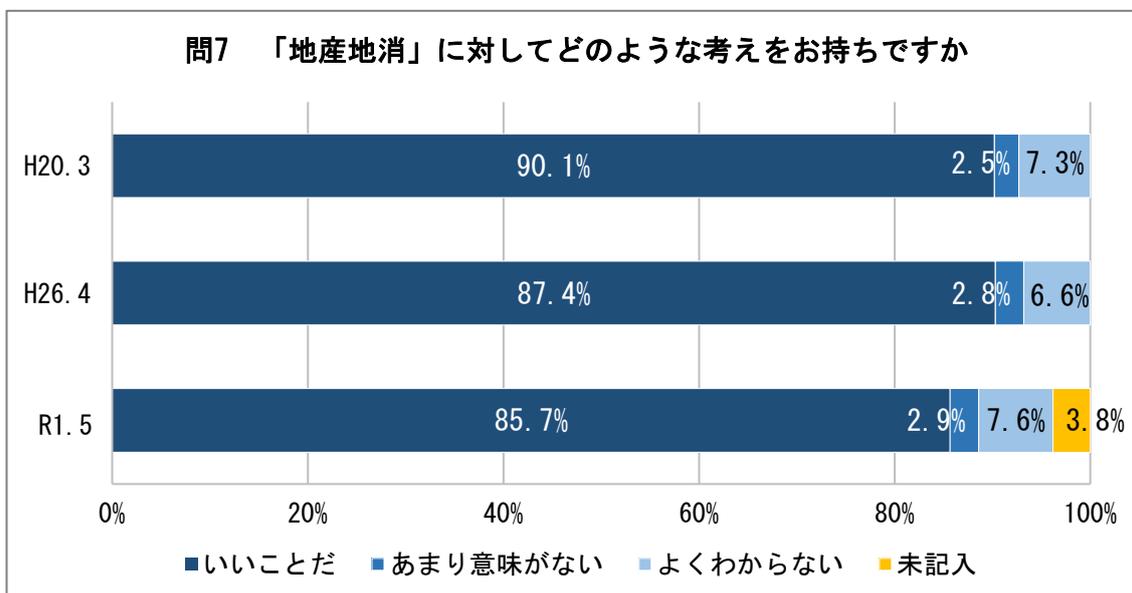
「しようと思っているができていない」「する気はない」者の割合は、少しずつ増加傾向にあります。



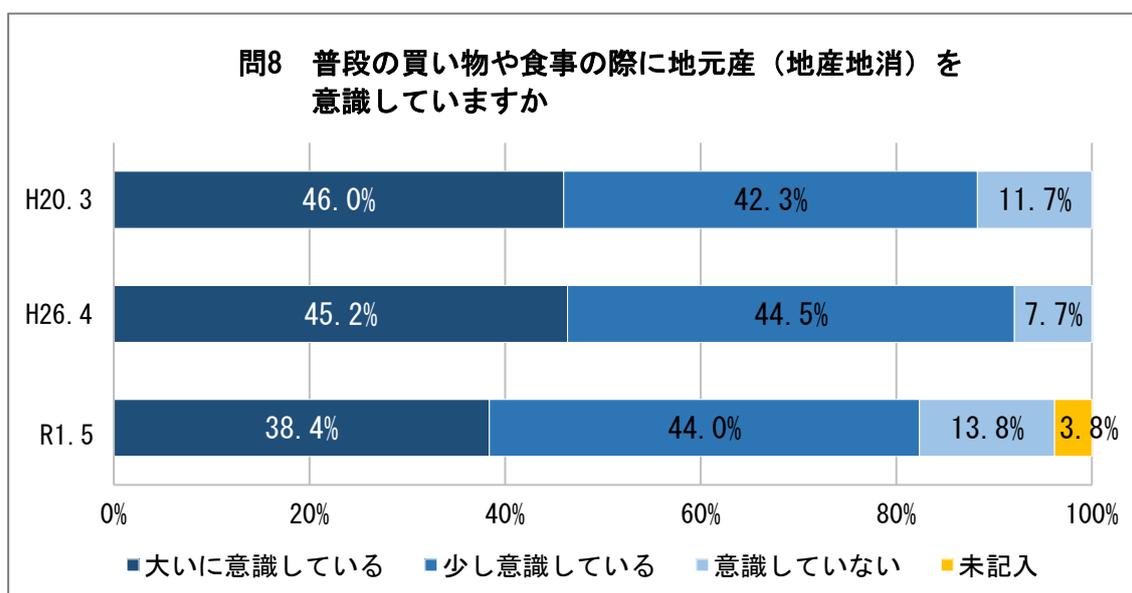
問6 「地産地消」という言葉も意味も知っていた者の割合は、82.5%です。平成26年度の調査と比較すると、13.4%増加しています。



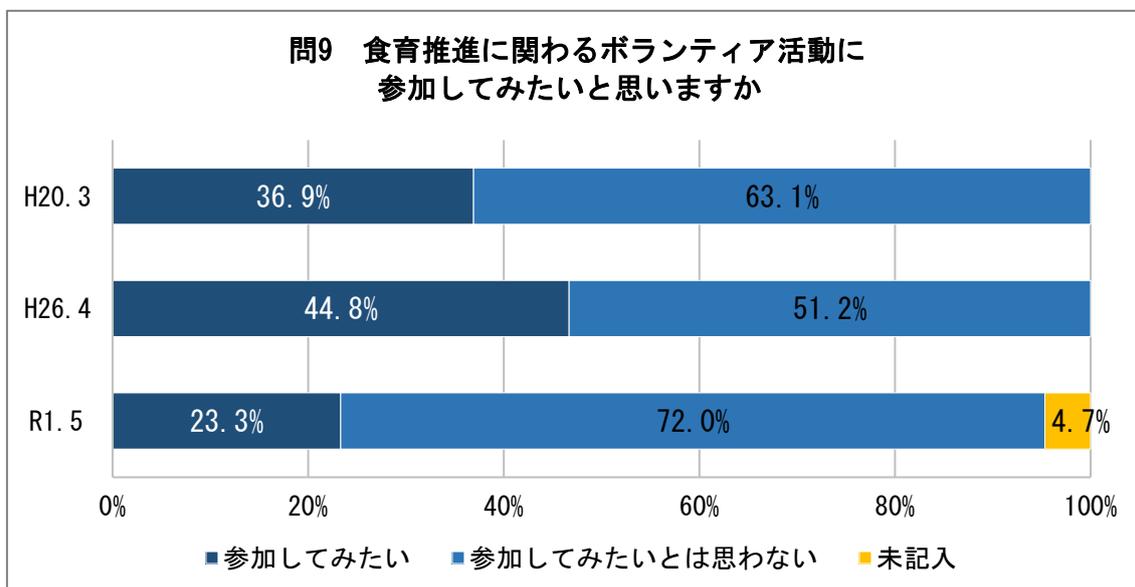
問7 「地産地消」に対して、「いいことだ」と考えている者の割合は、85.7%です。平成26年度の調査と比較すると、1.7%減少しています。



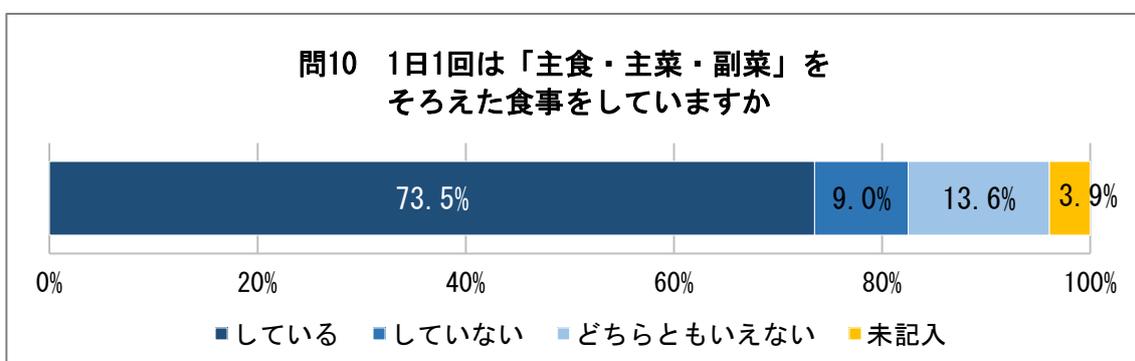
問8 普段の買い物や食事の際に地産地消を意識している者の割合は、「大いに意識している」「少し意識している」を合わせて82.4%です。平成26年度の調査と比較すると、7.3%減少しています。



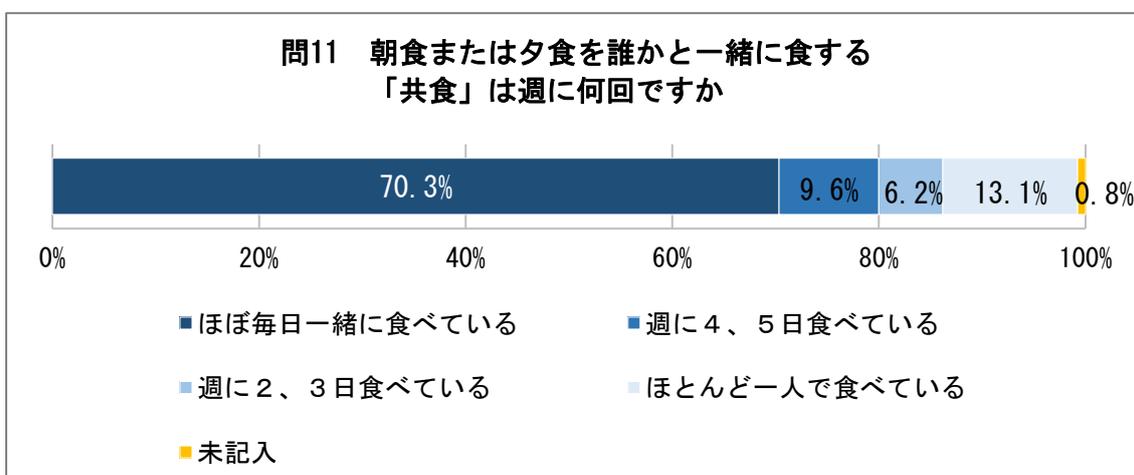
問9 食育推進に関わるボランティア活動に参加してみたい者の割合は、23.3%です。平成26年度の調査と比較すると、21.5%減少しています。



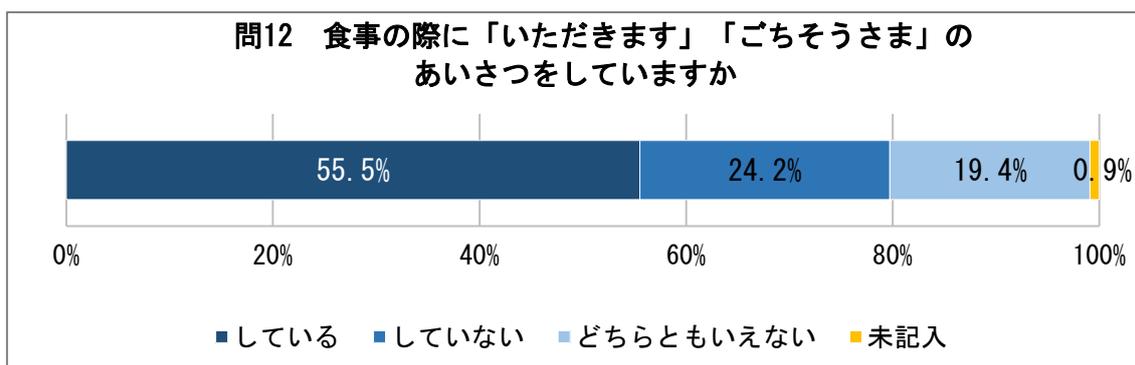
問10 1日1回は「主食・主菜・副菜」をそろえた食事をしている者の割合は、73.5%です。



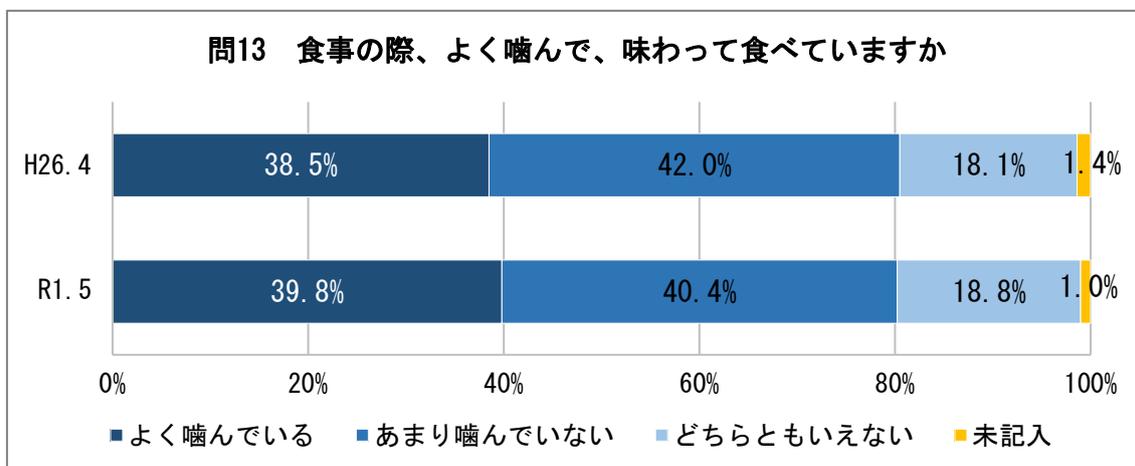
問1 1 「共食」をほぼ毎日している者の割合は、70.3%です。
ほとんど一人で食べている者の割合は、13.1%です。



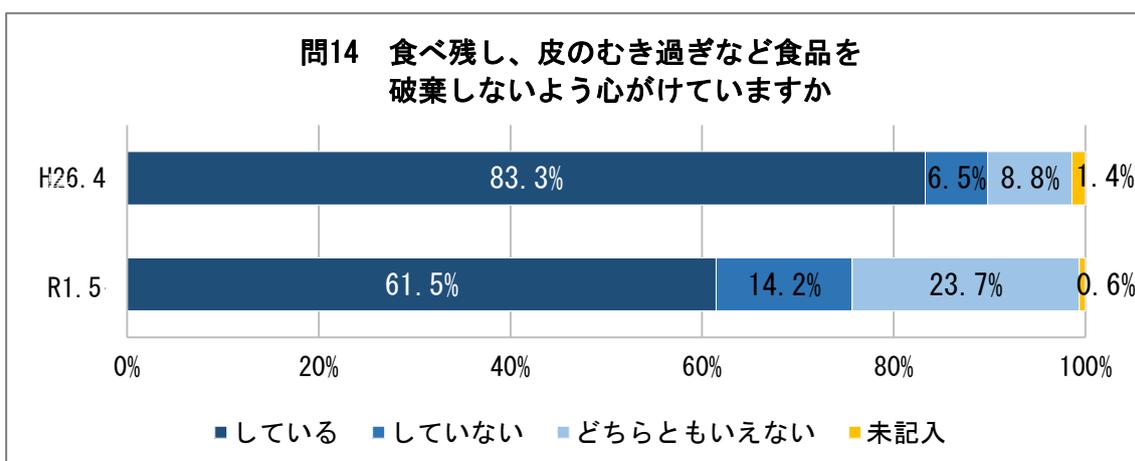
問1 2 食事の際に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている者の割合は、55.5%です。



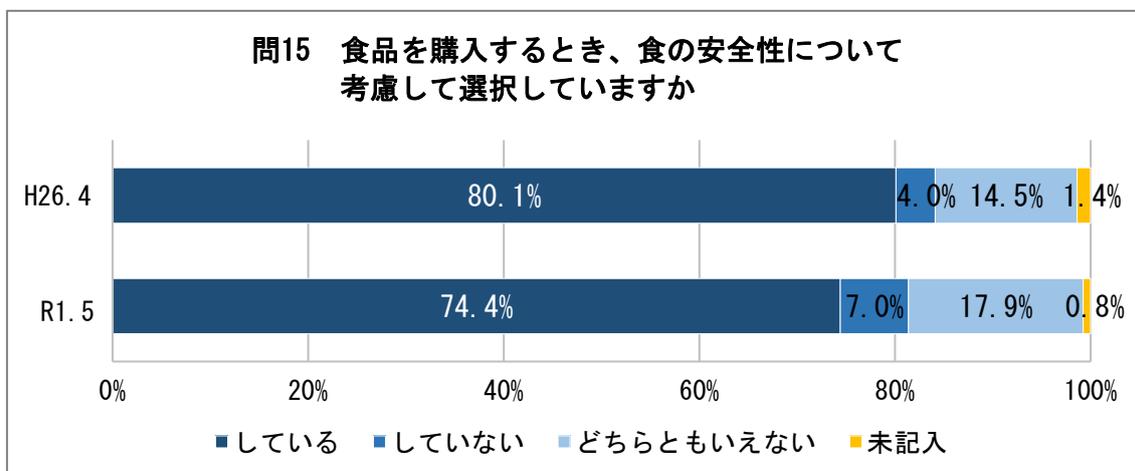
問13 食事の際、よく噛んで、味わって食べている者の割合は、39.8%です。前回の調査と比較すると、1.3%増加しています。全体的な数字はおおむね横ばいとなっています。



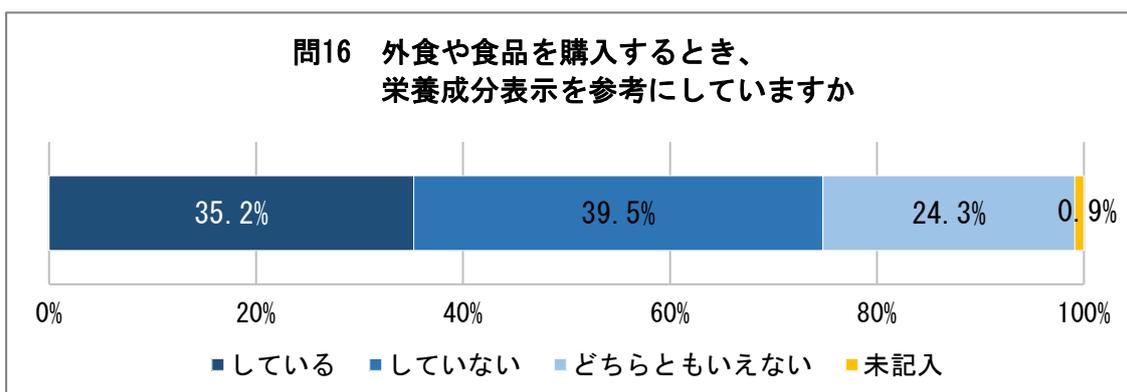
問14 食べ残しを減らす努力をしている者の割合は、61.5%です。前回の調査と比較すると、21.8%減少しています。



問15 食品を購入するとき、食の安全性について考慮している者の割合は、74.4%です。前回の調査と比較すると、5.7%減少しています。

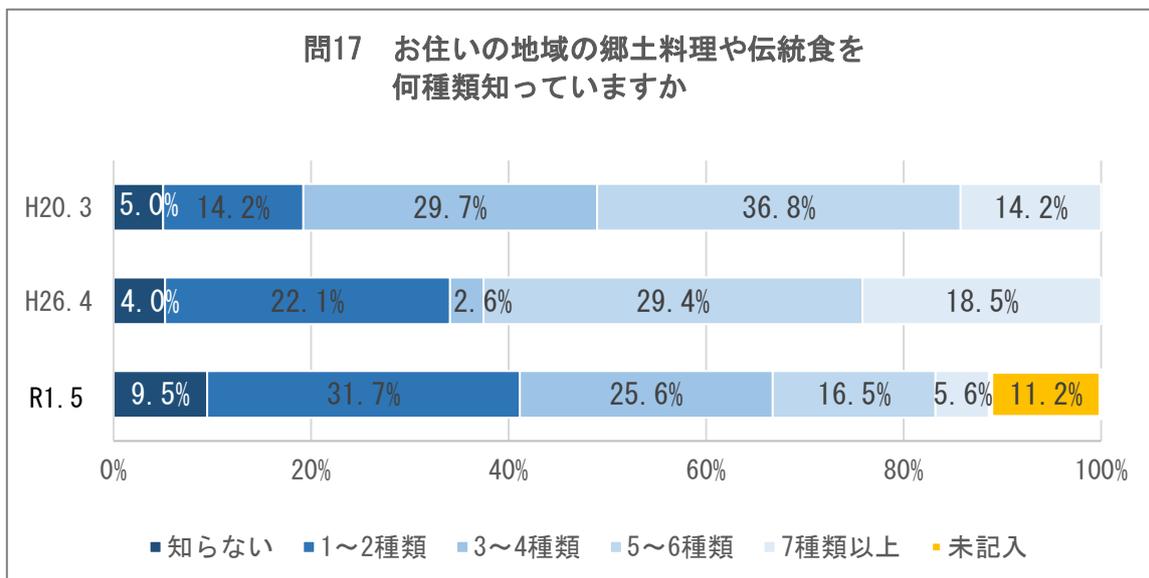


問16 外食や食品を購入するとき、栄養成分表を参考にしている者の割合は、35.2%です。



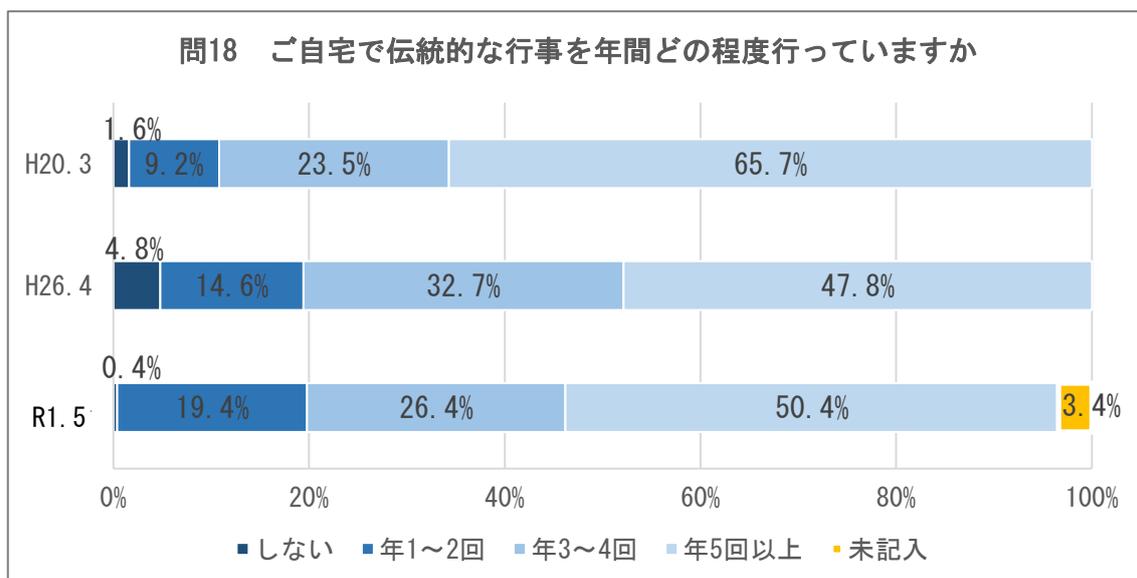
問17 郷土料理・伝統食を1種類以上知っている者の割合は、79.4%です。平成26年度の調査と比較すると、6.8%増加しています。

郷土料理を知らないと答えた者の割合は9.5%で、平成26年度の調査と比較して、5.5%増加しています。



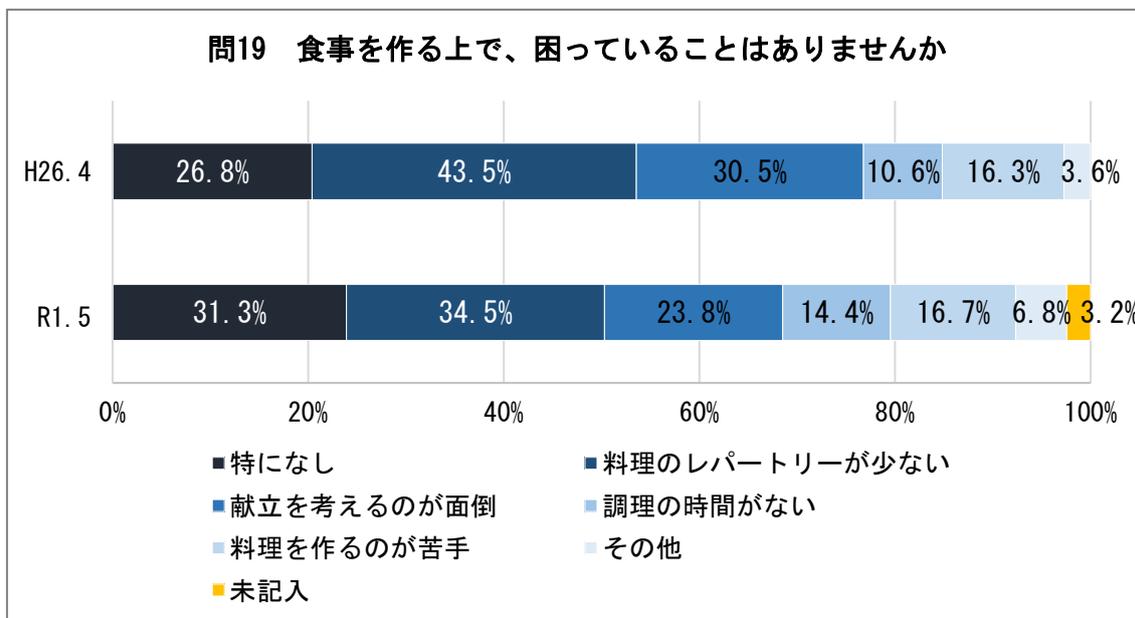
問18 伝統的な行事を1回以上行っている者の割合は、96.2%です。平成26年度の調査と比較すると、1.1%増加しています。

伝統的な行事をしない者の割合は0.4%で、平成26年度の調査と比較すると4.4%減少しています。9割以上の方が自宅で伝統行事を行っていることが分かります。



問19 食事を作る上で、困っていることについて、最も多かった項目は「料理のレパートリーが少ない」で、次に「献立を考えるのが面倒」です。

「困っていることは特になし」の者の割合は31.3%で、前回の調査と比較して4.5%増加しています。



(2) 令和元年度 西条市食育に関するアンケート調査 (1歳児)

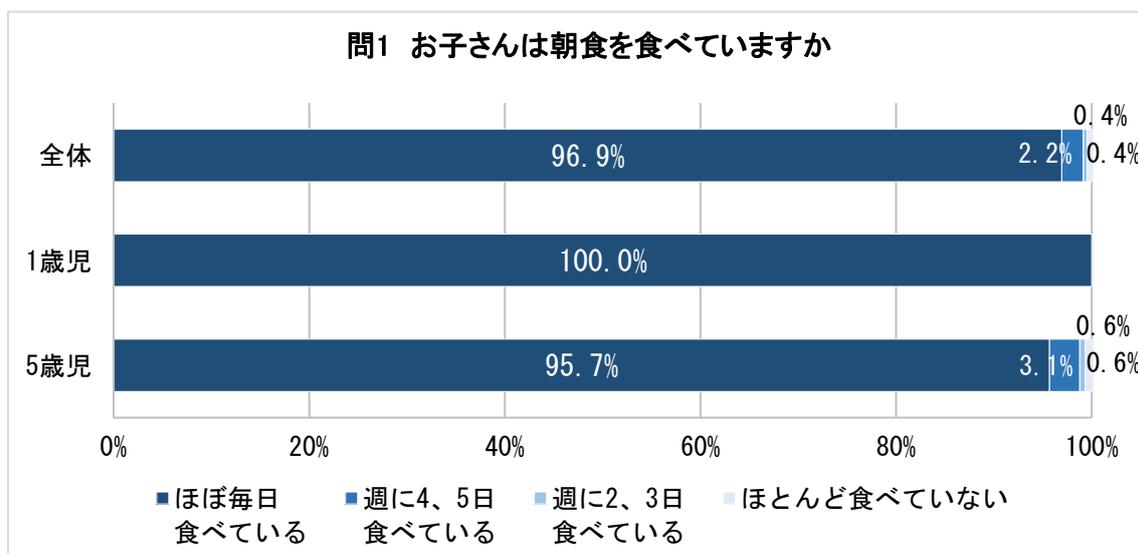
- ①主 題 食育に関するアンケート調査
- ②対 象 1歳6か月児の保護者
- ③調査方法 1歳6か月児健診時に直接配布、直接回収
- ④調査期間 令和元年5月
- ⑤配布数 (a) 67件
- ⑥有効回収数 (b) 67件
- ⑦有効回収率 (a/b) 100%

(3) 令和元年度 西条市食育に関するアンケート調査 (5歳児)

- ①主 題 食育に関するアンケート調査
- ②対 象 5歳児の保護者 (無作為抽出)
- ③調査方法 郵送配布、郵送回収
- ④調査期間 令和元年5月
- ⑤配布数 (a) 300件
- ⑥有効回収数 (b) 162件
- ⑦有効回収率 (a/b) 54.0%

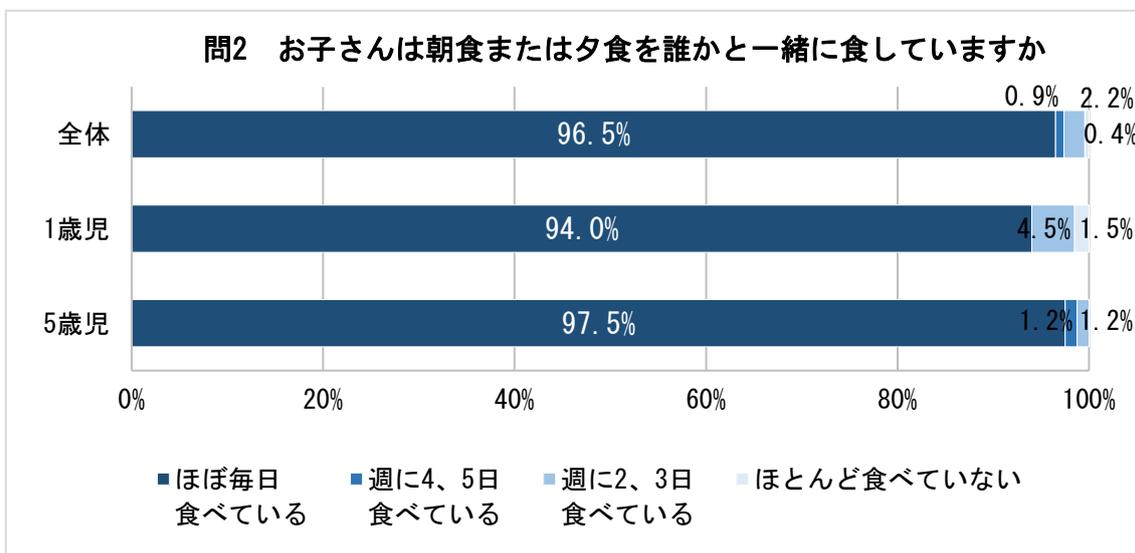
問1 朝食を食べている者の割合は、全体で見ると96.9%です。1歳児では100%、5歳児では95.7%となっています。

ほとんど食べていない者の割合は、1歳児では0%、5歳児では0.6%です。



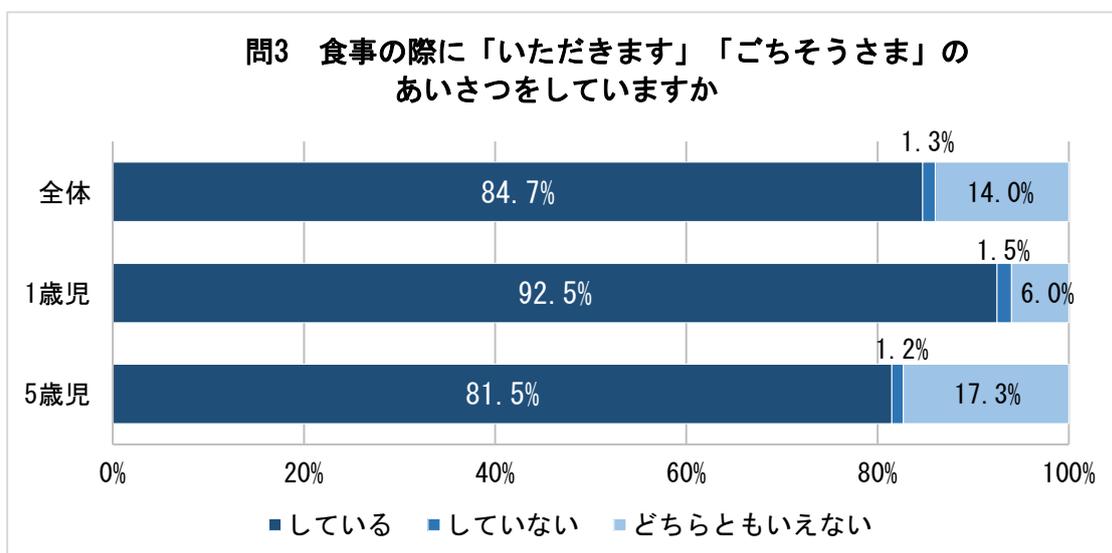
問2 共食している者の割合は、全体で見ると96.5%です。1歳児では94.0%、5歳児では97.5%となっています。

ほとんど食べていない者の割合は、1歳児では1.5%、5歳児では0%です。



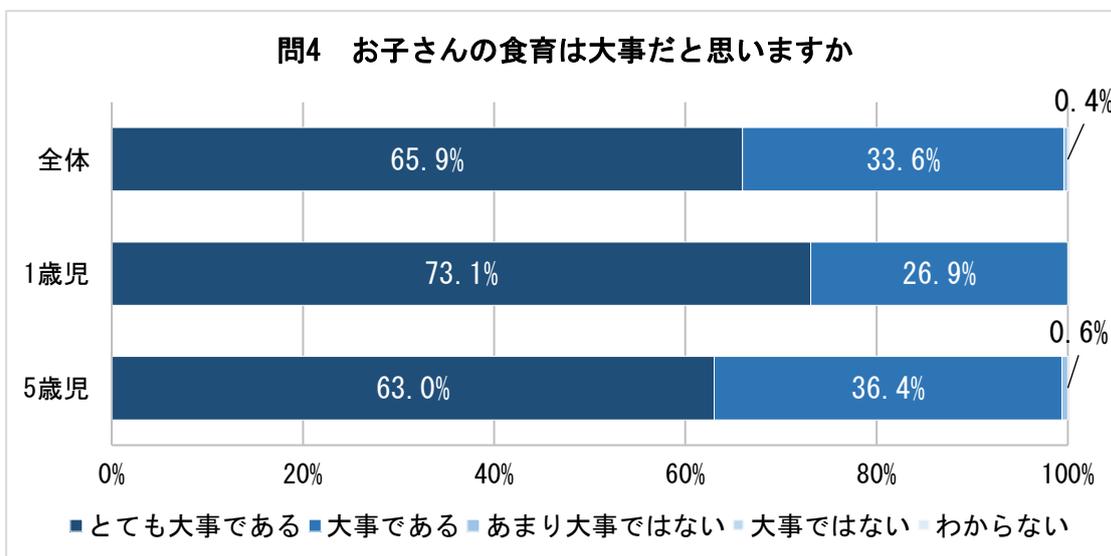
問3 食事の際にあいさつをしている者の割合は、全体で84.7%です。1歳児では92.5%、5歳児では81.5%となっています。

あいさつをしていない者の割合は、1歳児では1.5%、5歳児では1.2%です。

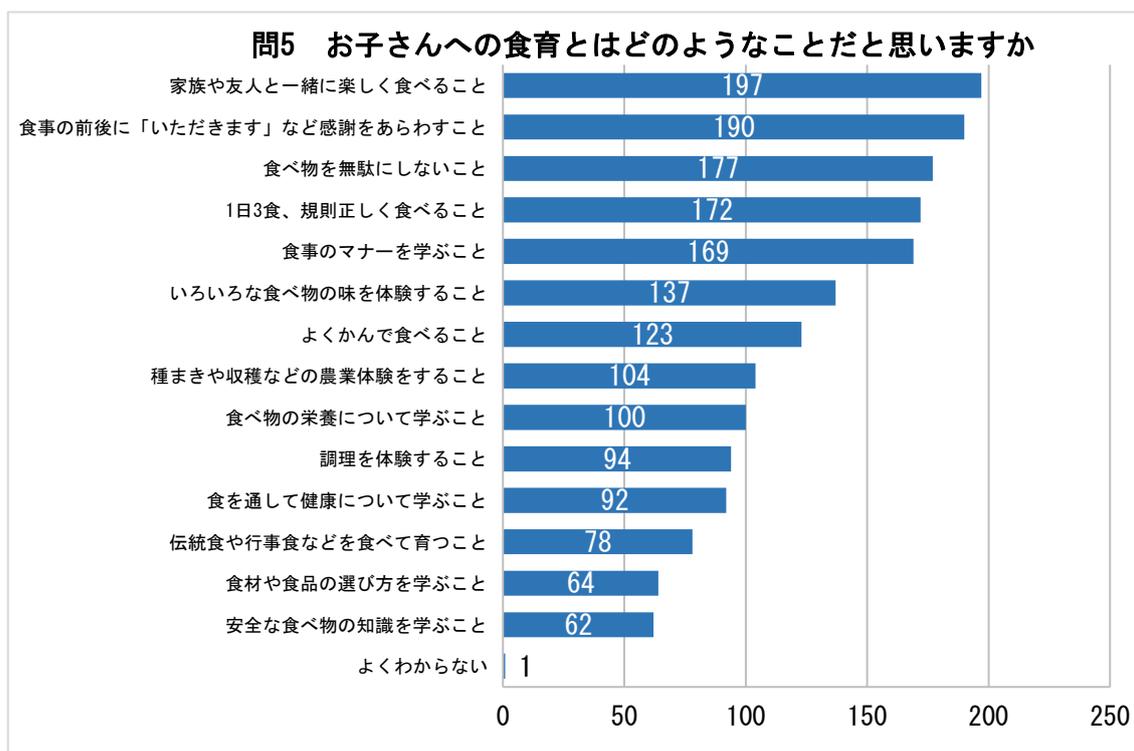


問4 子どもの食育は大事だと思うかについて、ほとんどの保護者が「とても大事である」「大事である」と回答しており、子どもの食育は大事だと考えています。

「あまり大事ではない」と答えた者の割合は、5歳児で0.6%です。「大事ではない」と答えた者はいませんでした。



問5 食育で大事だと思うことは、「家族や友人と一緒に楽しく食べること」「食事の前後に「いただきます」など感謝をあらわすこと」「食べ物を無駄にしないこと」「1日3食、規則正しく食べること」「食事のマナーを学ぶこと」などの意見が多くなっています。

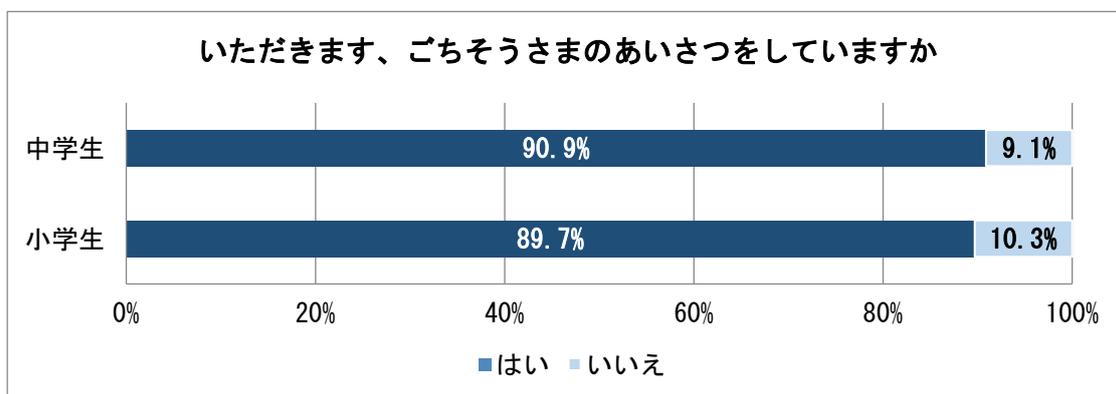


2. 平成 30 年度 食生活調査

西条市内の小学4年生 872名、中学1年生 667名を対象とした児童・生徒の生活調査結果による現状は次のとおりです。

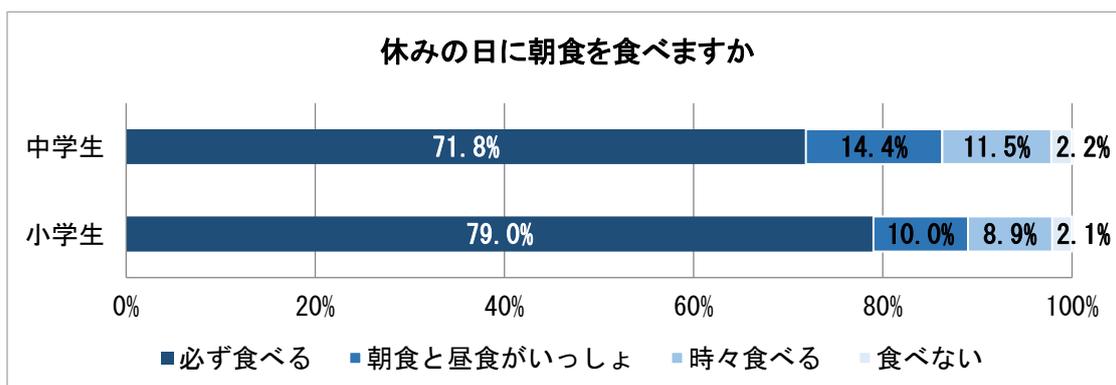
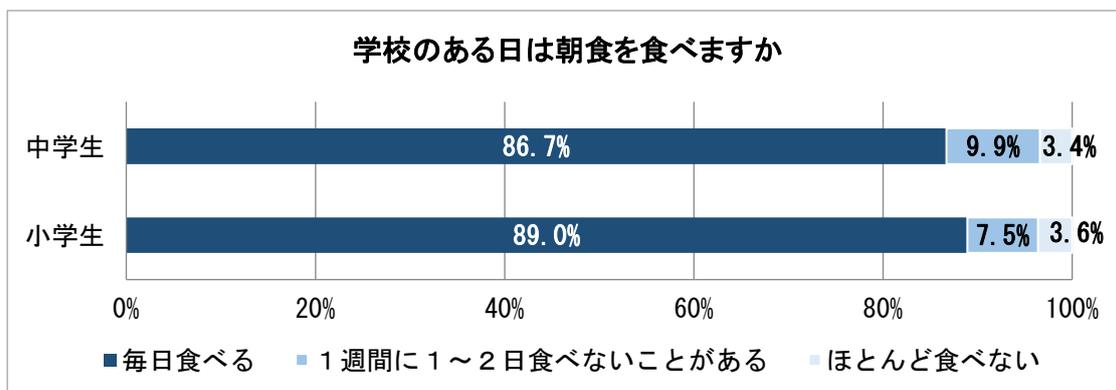
① 食事の際のあいさつの有無

あいさつをしている者の割合は、全体で約9割です。していない者の割合は、全体で約1割となっています。



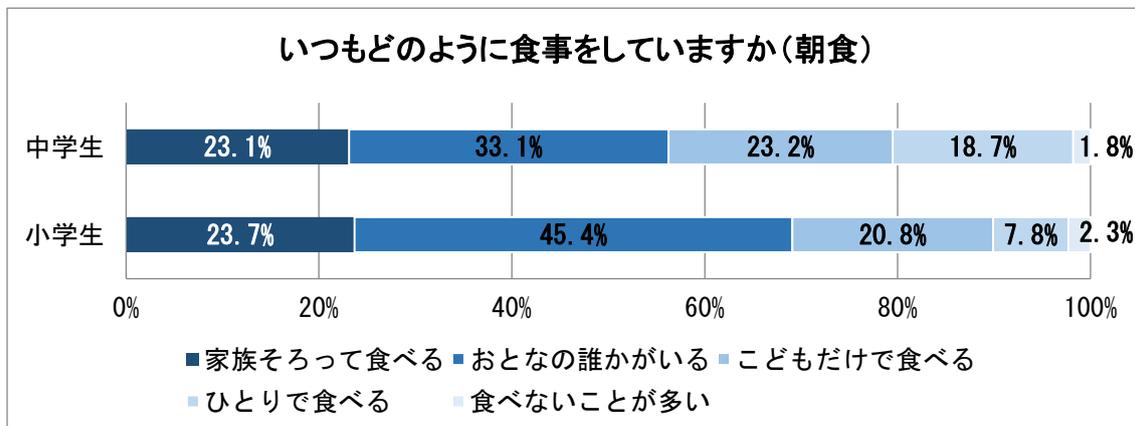
② 朝食の摂取状況

休日の方が朝食を食べていない者の割合が高くなっています。

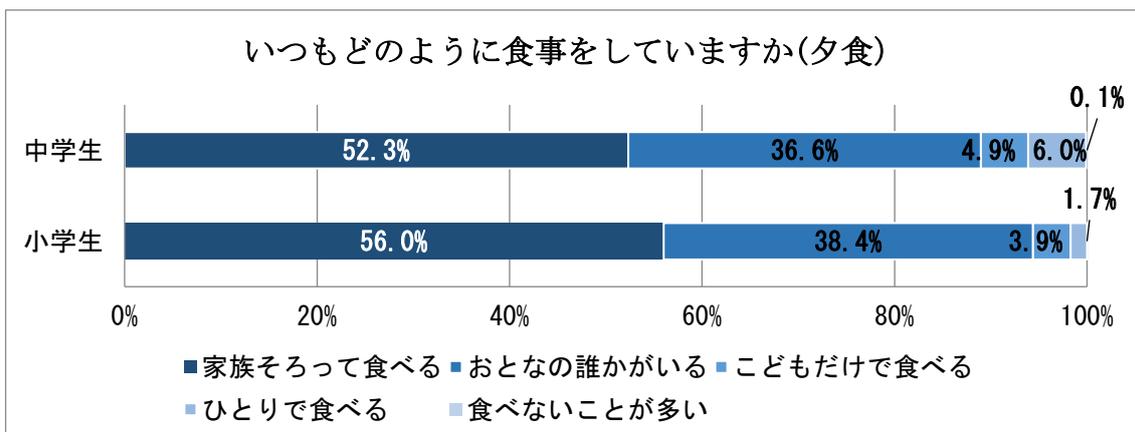


③ 共食状況

朝食を一緒に誰かと食べている者の割合は、小学生では約9割、中学生では約8割となっており、年齢が上がるとともに減少傾向にあります。



夕食を一緒に誰かと食べている者の割合は、小学生では98.3%、中学生では93.8%となっています。朝食時よりは、夕食時の方が家族そろって食べています。



3. 西条市の郷土料理マップ



12. ほた煮
朝晩冷え込む晩秋になると、里芋の親芋と小豆と一緒に炊いた、この料理が恋しくなる。熱々の芋を吹きながら食べる習慣は、この時期、体を芯から温める効果があるのであろう。

11. シャコのしょうゆ煮
燧灘沿岸一帯、東予地方を代表する素朴な漁師料理である。鍔兜をつけた武将のような外見とは裏腹の上品なしょうゆ風味があとをひく。

10. 押しぬき寿司
道前平野の米どころと瀬戸内海の鮮魚が捕れるこの地域は古くから祭りや門日の行事に必ず作り来客のお土産として各地に届けていた。季節々の味が酢魚で味わえるものとして楽しい料理である。

7. 酢のり
海苔をさっと洗い、細かく切ってスダチや橙の果汁を搾ると濡れ羽色の素晴らしい黒光りになる。ふくいくとした磯の香が暮れの慌ただしい気持ちを和ませてくれる。

1. とり貝飯
柔らかく、弾力性がありほのかに甘い。冬が来ると滋味溢れる、この磯の香りがたまらなく恋しくなってしまう。

13. ごま豆腐
山菜をふんだんに使った精進料理に欠かせない一品である。白ゴマで作ると透明に、茶ゴマで作ると香り高く仕上がる。素朴な中にも、香ばしく豊かな風味と柔らかな舌ざわりである。

2. 押しずし
山海の幸をふんだんに盛り込み、家ごとに合わせ酢の風味が異なる押し寿司である。伝統が今も生きついている。

15. いも炊き(中山川)
中秋の名月の候、河原で里芋、にんじん、ごぼう、こんにゃく、鶏肉などを鍋に入れ、出汁で煮上げる。芋がとろけるように旨い。

6. 鯨(コノシロ)の生寿司
祭り好きの西条っ子には古くから馴染みのあるご馳走である。酢漬けにした銀白色のコノシロに酢飯を形良く詰めて仕上げる。秋祭りに欠かせない海の幸である。

3. いも炊き(加茂川)
中秋の名月の候、加茂川の澄み切った流れを眺めながら仲間と鍋を囲む。西条の水を使うと芋の味がこんなにもまろやかになる。

14. 天狗漬
石鎧の麓で生まれた、芳醇で柔らかな歯ざわりの、きゅうりの粕漬け。ご馳走の後口にも、お茶請けにもぴったりである。

4. おねり(おつり)
鶏肉や根菜類をふんだんに入れた味噌汁にトウキビ粉を入れてトロトロ煮上げる。優しくて、陽だまりのような味である。

14. 天狗漬
石鎧の麓で生まれた、芳醇で柔らかな歯ざわりの、きゅうりの粕漬け。ご馳走の後口にも、お茶請けにもぴったりである。

16. 手作りコンニャクの刺身
夏は冷たくひやし、季節のものをあしらった刺身。冬には熱々の湯気立つおでん。柚子味噌をつけると、もちもちした歯ざわり、喉ごしが際立つ。

9. 湯葉
昔から精進料理に使われる。タンパク質が豊富で栄養価が高い。生は刺身で試し、乾燥湯葉は吸い物、すき焼きのあしらいに最適である。

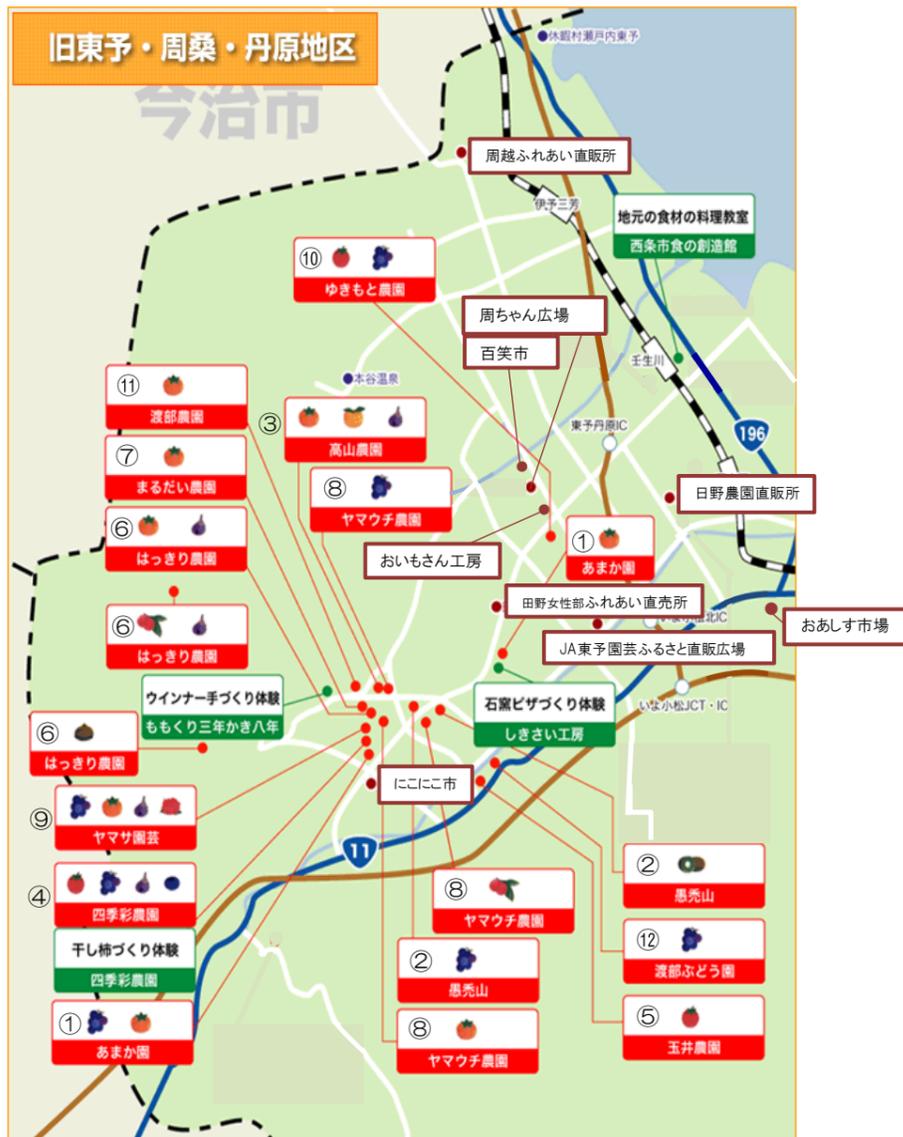
8. 柚練り
西条の山畑や古い屋敷には柚子が家庭果樹として今も多く残る。鮮黄色の皮と搾り汁を砂糖で煮詰めて柚練りにする。柚餅子や餡に爽やかな香気を移し、お茶受けにも愛されている。

5. かき干しのほた煮
初冬の風物詩「軒先の芋のれん」サツマイモと小豆と砂糖でコトコト煮上げる。つつい食べ過ぎてしまう、腹持ちのよい間食である。

5. 西条市の農園・体験・直売所 M A P

- ① あまか園
西条市丹原町高松甲
☎ 090-9559-7762
ブドウ・いちじく・柿
- ② 愚禿山(くどくさん)
西条市丹原町長野
☎ 090-7781-4163
ブドウ・いちじく・キウイ・ブルーベリー
- ③ 高山農園(こうやまのうえん)
西条市丹原町田滝甲
☎ 090-8696-8059
みかん・いちじく・柿
- ④ 四季彩農園
西条市丹原町高松
☎ 0898-68-7936
ブドウ・イチゴ・いちじく・ブルーベリー
[URL:http://www.dokidoki.ne.jp/home2/masaa/](http://www.dokidoki.ne.jp/home2/masaa/)
- ⑤ 玉井農園
西条市丹原町志川甲
☎ 090-1003-7120
イチゴ
- ⑥ はっきり農園
西条市丹原町高松甲
☎ 090-1177-1546
柿・いちじく・すもも・栗
- ⑦ まるだいの農園
西条市丹原町川根甲
☎ 0898-68-7545
柿
- ⑧ ヤマウチ農園
西条市丹原町高松甲
☎ 090-4335-7523
ブドウ・柿・いちじく・すもも
- ⑨ ヤマサ園芸
西条市丹原町高松
☎ 090-5144-9267
ブドウ・柿・ブルーベリー
[URL:http://www.yamasa-farm.com/](http://www.yamasa-farm.com/)
- ⑩ ゆきもと農園
西条市丹原町丹原
☎ 090-9552-9788
ブドウ・イチゴ
- ⑪ 渡部農園
西条市丹原町田滝
☎ 0898-68-6621
柿
- ⑫ 渡部ぶどう園
西条市小松町安井
☎ 0898-72-2144
ブドウ

- ⑬ 西条ブルーベリー農園
西条市飯岡
☎ 090-9188-4193
ブルーベリー、フリーズ・デ・ボア
木苺、ブラックベリー
[URL:http://saijoblueberry.ina-ka.com/index.html](http://saijoblueberry.ina-ka.com/index.html)
- ⑭ ひのいちご園
西条市玉津
☎ 090-7627-0667
イチゴ
[URL:http://hinoichigoen557930.web.fc2.com/](http://hinoichigoen557930.web.fc2.com/)
- ⑮ 有機ブルーベリー園「瑠成」(ようなる)
西条市西泉
☎ 0897-57-7955
ブルーベリー
- ⑯ ベリーガーデンいしづち
西条市小松町新屋敷
☎ 090-1329-1162
ブルーベリー
[URL:http://www.berrygarden1421.com/](http://www.berrygarden1421.com/)



直売所

- ときめき水都市本店
西条市神拝甲487-4
☎ 0897-53-6771
- みのりちゃん市場
西条市栄町260
☎ 0897-53-7333
- 周ちゃん広場
西条市丹原町池田290
☎ 0898-76-2022
- 百笑市
西条市丹原町徳能出作93
☎ 0898-64-0341
- 周越ふれあい直売所
西条市実報寺1062
☎ 0898-66-3791
- おあしす市場
西条市小松町新屋敷乙22-29
☎ 0898-76-3111
- JA東予園芸ふるさと直販広場
西条市丹原町田野上方462
☎ 0898-68-3600
- 日野農園直売所
西条市吉田53
☎ 0898-68-0739
- 田野女性部 ふれあい直売所
西条市丹原町高松1514-1
☎ 0898-68-4448
- にこここ市
西条市丹原町来見甲1048-1
☎ 0898-73-2170
- おいもさん工房
西条市周布1778-3 (雅園) 西条市上市
☎ 0898-68-8280 ☎ 090-1575-2256

手作り体験のできる施設

- 手作りウイナーソーセージ教室
パーベキューレストラン ももくり三年かき八年
西条市丹原町大字開屋甲257
☎ 0898-76-6900
[URL:http://www.momokuri.co.jp/momo.html](http://www.momokuri.co.jp/momo.html)
- しきさい工房・干し柿づくり体験 ● 地元食材の料理教室
石窯ピザづくり体験 西条市 食の創造館
(四季彩農園) 西条市三津屋南2-54
西条市丹原町高松 ☎ 0898-65-7150
☎ 0898-68-7936 [URL:http://www.shoku-souzou.jp/](http://www.shoku-souzou.jp/)
西条市丹原町高松 [URL:http://www.dokidoki.ne.jp/home2/masaa/](http://www.dokidoki.ne.jp/home2/masaa/)

【表紙】

西条産の食材を使った“具だくさん豚汁”

《材料（2人分）》

豚バラ薄切り肉	・・・	100 g
大根	・・・	100 g
こんにゃく	・・・	60 g
里芋	・・・	1 個
人参	・・・	1/4 本
ごぼう	・・・	1/4 本
青ネギ	・・・	1 本
ごま油	・・・	小さじ 1
だし汁	・・・	400ml
味噌	・・・	大さじ 2
七味唐辛子	・・・	少々



《作り方》

1. 豚肉、野菜、こんにゃくは、食べやすい大きさに切る。
2. 鍋にごま油を熱し豚肉を入れ、肉の色が変わるまで炒める。青ネギ以外の野菜とこんにゃくを加え、全体がしんなりするまで炒める。
3. 水を加えて強火で煮立て、沸騰したら火を弱め、野菜が柔らかくなるまで煮込む。
4. 味噌を溶き入れたら、火を止める。
5. 器に盛って、青ネギを添える。お好みで七味唐辛子をかける。

【 レシピで使っている西条産の食材 】

豚肉、大根、里芋、人参、ごぼう、青ネギ

第3次西条市食育推進計画

発行日 令和2年3月
発行 西条市
窓口課 西条市 こども健康部 健康医療推進課
(西条市中央保健センター)
〒793-0041 西条市神拝甲 324 番地 2
TEL 0897-52-1215
FAX 0897-52-1293