
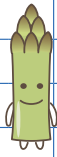

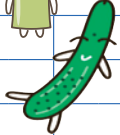










## 資料1 しものせき旬の農水産物カレンダー

豊かな自然に恵まれた下関市は、四季をとおして沢山の農水産物に溢れています。

農産物名	春			夏			秋			冬		
	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
タケノコ												
トマト												
アスパラガス												
タマネギ												
キュウリ												
グリーンピース												
ソラマメ												
マクワウリ												
ラッキョウ												
モロッコ												
ナス												
白ネギ												
エダマメ												
モロヘイヤ												
サトイモ												
エビイモ												
ローマ (春菊)												
ハナッコーリー												
セリ												
ハクサイ												
キャベツ												
レタス												
ミニトマト												
ブロッコリー												
ハウレンソウ												
ダイコン												
ニンジン												
ミズナ												
パセリ												
木の芽 (山椒)												
青ネギ												
小ネギ												
コマツナ												
イヨカン												
スイカ												
ナシ												
ミカン												
ユズ												
イチゴ												

注) 現在は新品種の開発やハウス栽培の普及等により、本来の旬と出荷時期がかわってきています。

水産物名	春			夏			秋			冬		
	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
マダイ												
マダコ												
ガザミ												
アワビ												
サザエ												
イサキ												
スズキ												
ヒラマサ												
メダイ												
ワカメ												
サヨリ												
タチウオ												
シロウオ												
ムシガレイ												
メイタガレイ												
コウイカ												
スルメイカ												
ムラサキウニ												
アラメ												
アンコウ												
ヒラメ												
カワハギ												
トラフグ												
アオノリ												
ヒジキ												
ワカサギ												
マアジ												
ケンサキイカ												
アカエビ												
マエソ												
カツオ												
アユ												
バフンウニ												
テングサ												
サワラ												
アカウニ												
シロサバフグ												
ウチワエビ												
マサバ												
マグロ												
マナマコ												

# 資料2 しものせき農水産物産地マップ



## 資料3 関連データ集

第3次計画評価アンケートより得られたデータをグラフにして第3次計画の目標項目ごとに掲載しています。  
 〈第3次下関がちうま食育プラン評価アンケート〉

- (目的) 第3次下関がちうま食育プランに掲げる目標に対する達成度の把握  
 (実施時期) 令和4年4～5月  
 (対象) ① 市内在住20歳以上 ② 市内小学6年生  
 (回収数等) ① 配布者数：2,100人 回収数：827人 (回収率：39.4%)  
 ② 回収数：2,067人 (回収率：概ね100%)  
 (方法) ① 下関市住民基本台帳より性別及び年代別に層化無作為抽出し、郵送またはWEB調査を実施。  
 ② 市内小学校を通じて実施。

※42ページからは目標項目以外のデータをグラフ化しています (グラフ⑳から)。

### 回答者の属性〈大人〉

回答数=( )

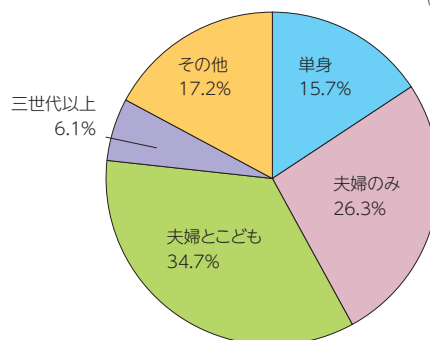
#### ① 性別・年代

(単位:人)

年代	男性	女性	不明(無回答)	合計
20代	37	67	1	105
30代	54	102	0	156
40代	67	87	2	156
50代	70	97	0	167
60代	52	66	0	118
70歳以上	47	75	2	124
不明(無回答)	0	1	0	1
合計	327	495	5	827

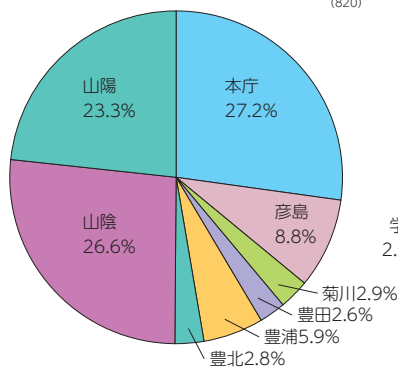
#### ② 世帯構成

(821)



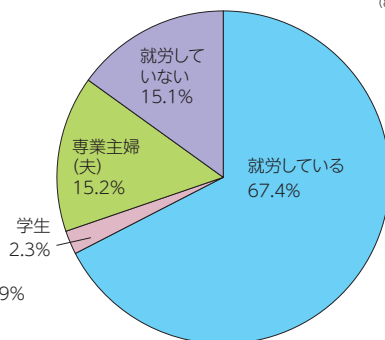
#### ③ 住まい

(820)



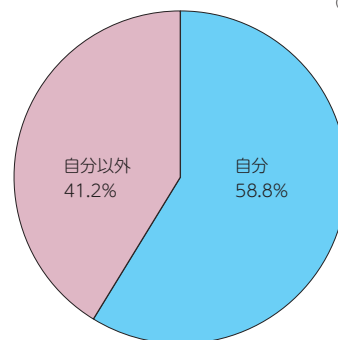
#### ④ 就労状況

(823)

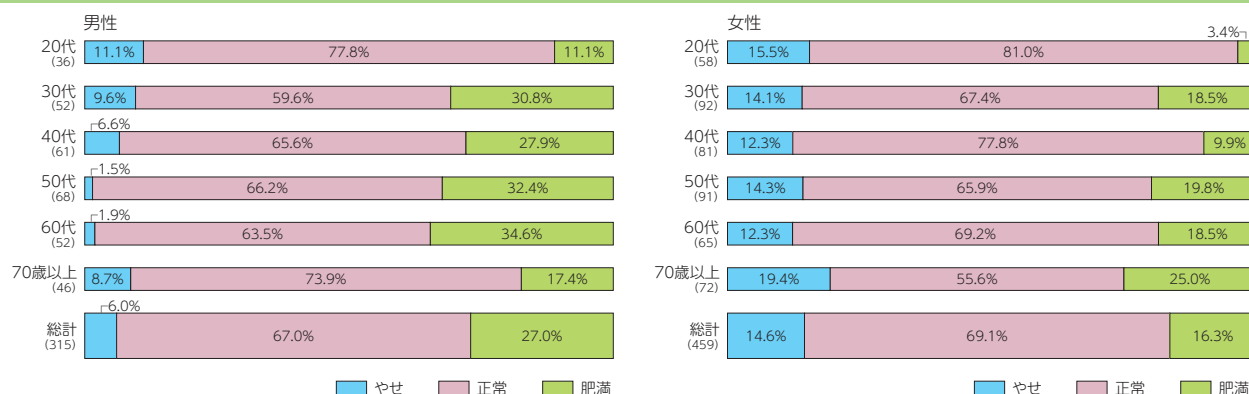


#### ⑤ 食事の準備をしている人

(822)

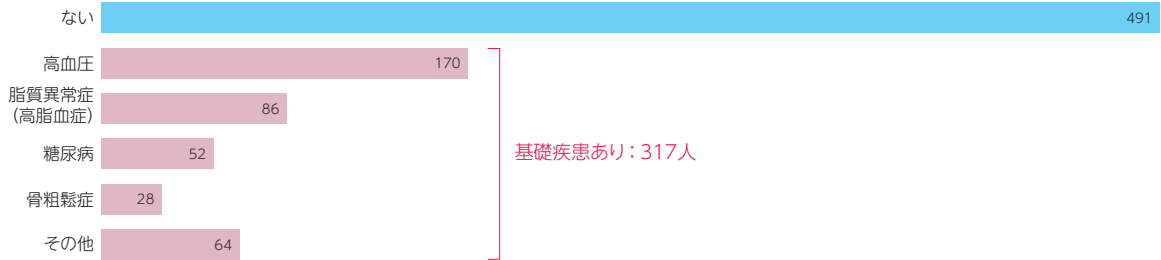


#### ⑥ BMIの割合 ※BMIとは身長と体重を用いて算出した体格指数



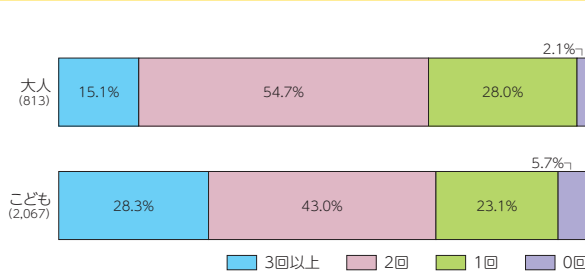
⑦ 基礎疾患の有無

〈これまでに、医療機関や健康診断で下記の病気と言われたり、その疑い（要観察、要精密検査等）と言われたことがありますか。〉  
 (複数回答可) (単位:人)

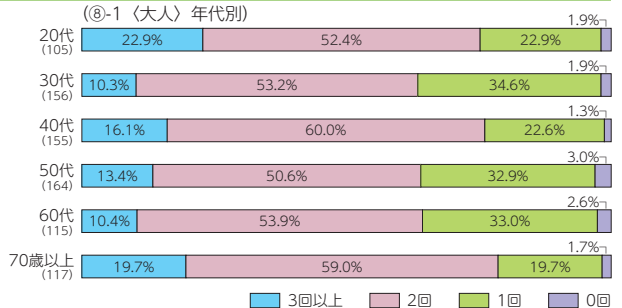


目標1 お米を1日2回以上食べる人を増やす

⑧-1 あなたは普段、お米(ご飯、おかゆ、焼き飯等)を1日に何回食べていますか。

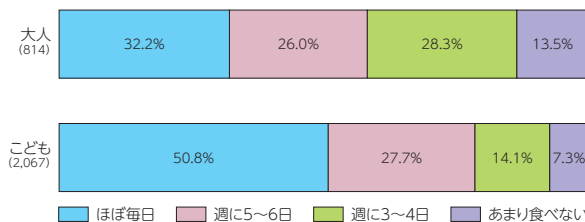


⑧-2 (大人) あなたは普段、お米(ご飯、おかゆ、焼き飯等)を1日に何回食べていますか。

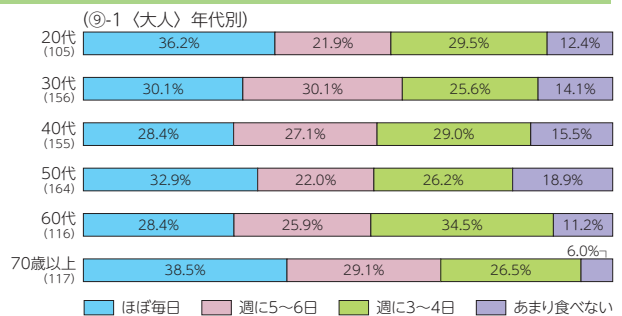


目標2 緑黄色野菜を毎日食べる人を増やす

⑨-1 あなたは普段、緑黄色野菜(トマト、人参、ほうれん草、南瓜、ピーマン等)をどのくらい食べていますか。

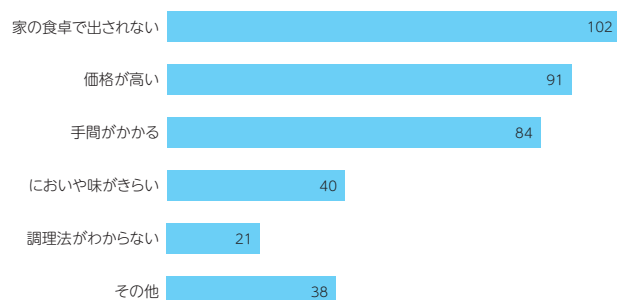


⑨-2 (大人) あなたは普段、緑黄色野菜(トマト、人参、ほうれん草、南瓜、ピーマン等)をどのくらい食べていますか。



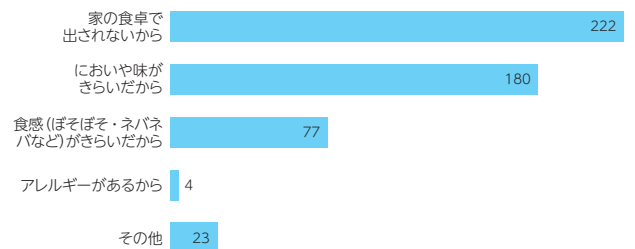
⑨-3 (大人) あなたが緑黄色野菜を食べない理由は何ですか。(複数回答可) (人)

〈⑨-1で緑黄色野菜を食べる頻度が「週に3~4日」「あまり食べない」と回答した人の食べない理由〉



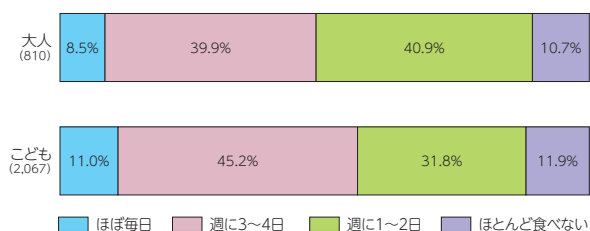
⑨-4 (子ども) あなたが緑黄色野菜を食べない理由は何ですか。(複数回答可) (人)

〈⑨-1で緑黄色野菜を食べる頻度が「週に3~4日」「あまり食べない」と回答した人の食べない理由〉



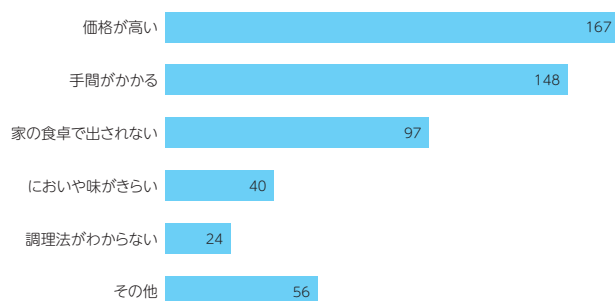
## 目標3 魚を週に3日以上食べる人を増やす

⑩-1 あなたは普段、魚(刺身、煮魚、焼き魚等)や貝類、エビ・かに・たこ・イカをどのくらい食べていますか。

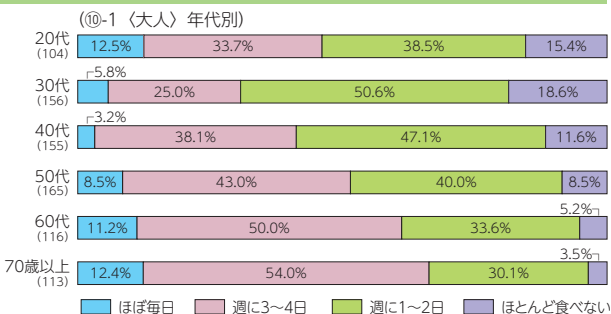


⑩-3 (大人) あなたが魚介類を食べない理由は何ですか。(複数回答可) (人)

〈⑩-1で魚や貝類等を食べる頻度が「週に1~2日」「ほとんど食べない」と回答した人の食べない理由)

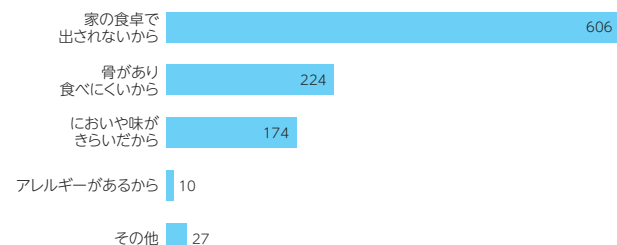


⑩-2 (大人) あなたは普段、魚(刺身、煮魚、焼き魚等)や貝類、エビ・かに・たこ・イカをどのくらい食べていますか。



⑩-4 (子ども) あなたが魚介類を食べない理由は何ですか。(複数回答可) (人)

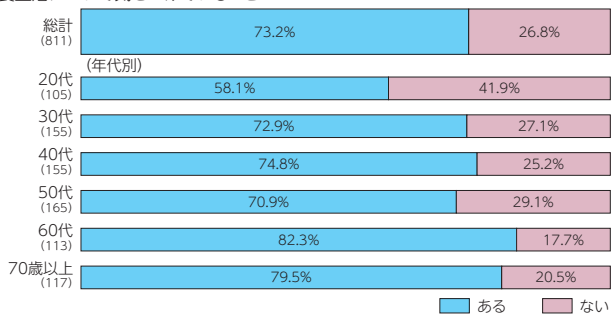
〈⑩-1で魚や貝類等を食べる頻度が「週に1~2日」「ほとんど食べない」と回答した人の食べない理由)



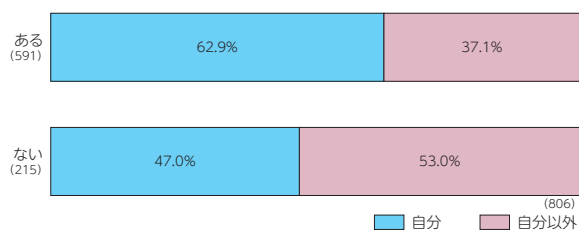
## 目標4 食生活について気をつけていることがある大人を増やす

⑪-1 (大人) あなたは普段、食生活について気をつけていることがありますか。

食生活について気をつけていること

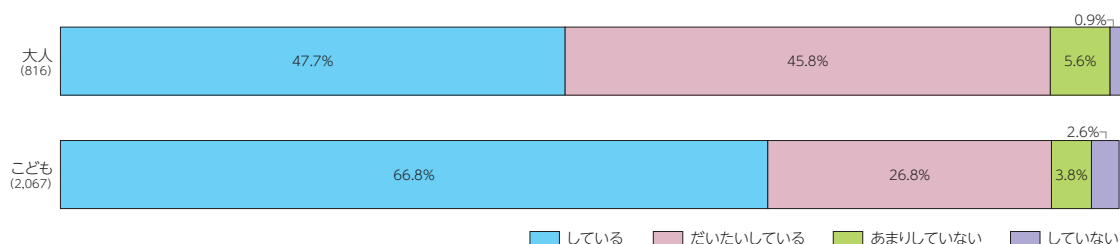


⑪-2 (大人 クロス集計) 食生活について気をつけていること × 食事の準備をする人

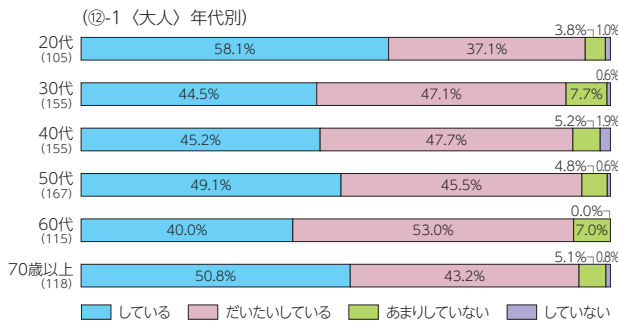


## 目標5 食べ物を無駄にしない人を増やす

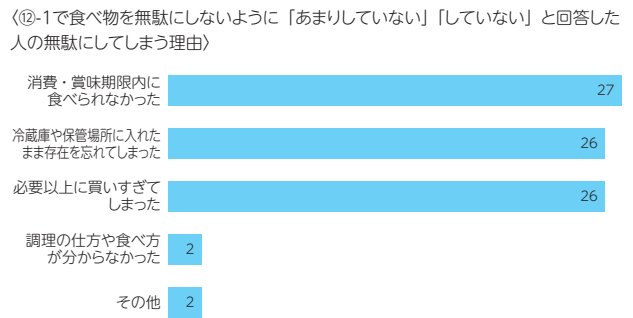
⑫-1 あなたは、食べ物を無駄にしないようにしていますか。(例: 買いすぎない、作りすぎない、自分が食べられる量だけお皿に盛る等、食品ロスを出さないようにすること)



⑫-2 (大人) あなたは、食べ物を無駄にしないようにしていますか。

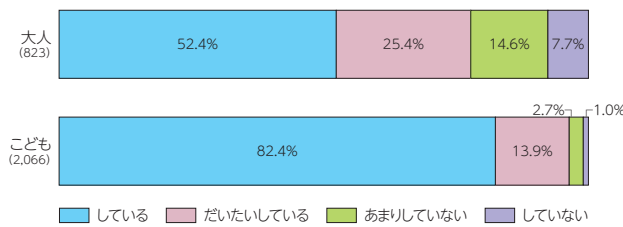


⑫-3 (大人) 食べ物を無駄にしてしまう原因は何ですか。(複数回答可) (人)

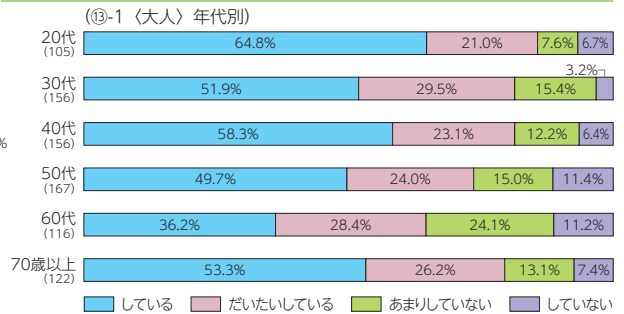


目標6 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする人を増やす

⑬-1 あなたは普段、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をしていますか。

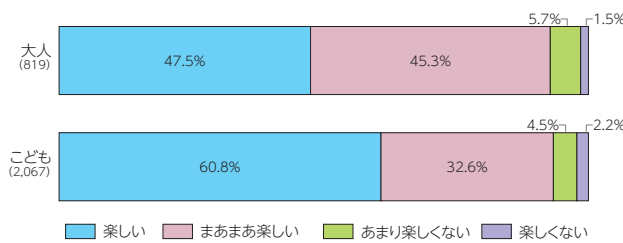


⑬-2 (大人) あなたは普段、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をしていますか。

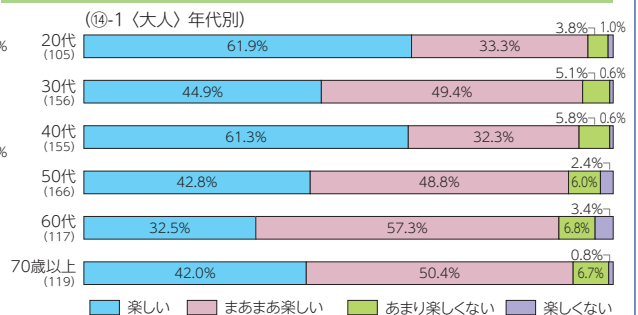


目標7 食事の時間が楽しいと感じる人を増やす

⑭-1 あなたは、食事の時間を楽しいと感じていますか。



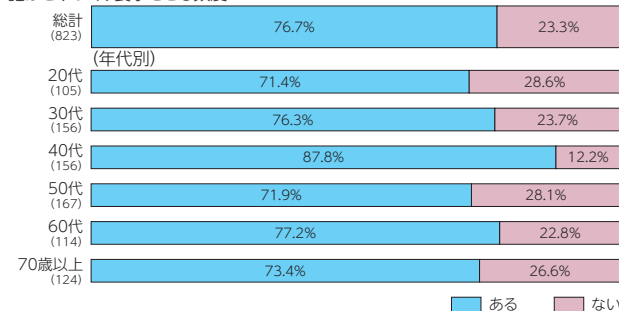
⑭-2 (大人) あなたは、食事の時間を楽しいと感じていますか。



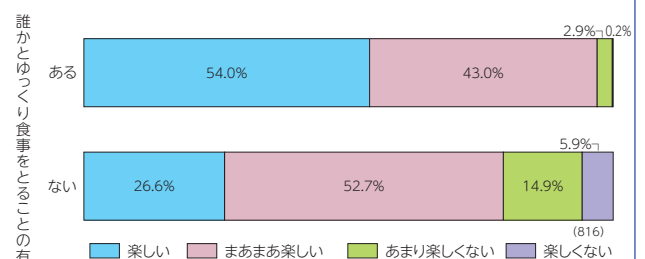
目標8 1日1回誰かとゆっくり食事をする大人を増やす

⑮-1 (大人) あなたは、1日に1回は誰かとゆっくり食事をすることがありますか。

誰かとゆっくり食事をする頻度

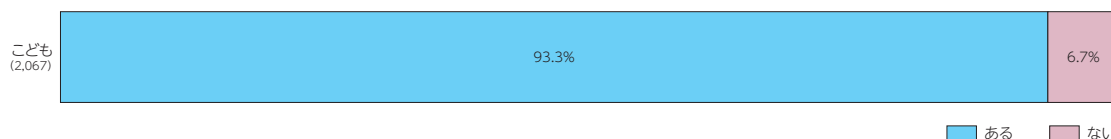


⑮-2 (大人 クロス集計) 誰かとゆっくり食事をするものの有無 × 食事の時間が楽しい



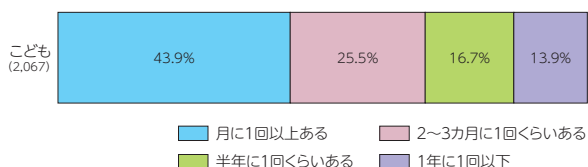
## 目標8 1日1回家族とゆっくり食事をとるこどもを増やす

⑩ 〈こども〉 あなたは、1日に1回は家族のだれかとゆっくり食事をすることがありますか。

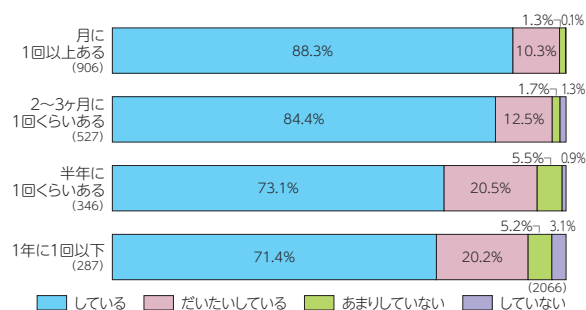


## 目標9 月に1回誰かと一緒に食事をつくるこどもを増やす

⑩-1 〈こども〉 あなたは、家族や友人といっしょに食事をつくることがありますか。



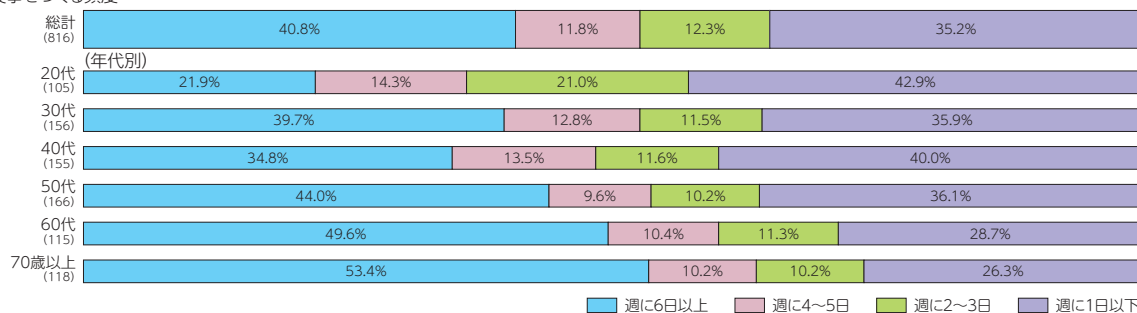
⑩-2 〈こども クロス集計〉 誰かと一緒に食事をつくる頻度 × 食事のあいざつ



## 目標10 週に2回以上自分で食事をつくる大人を増やす

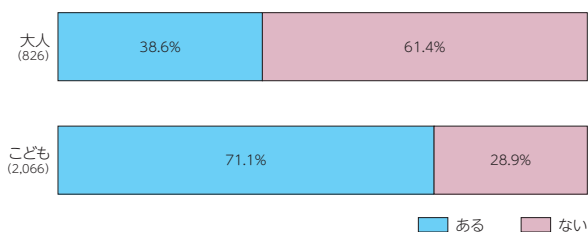
⑪ 〈大人〉 あなたが、家で、自分で料理を作る頻度を教えてください。(お湯を入れる、温めるだけ等の調理は除く)

自分で食事をつくる頻度

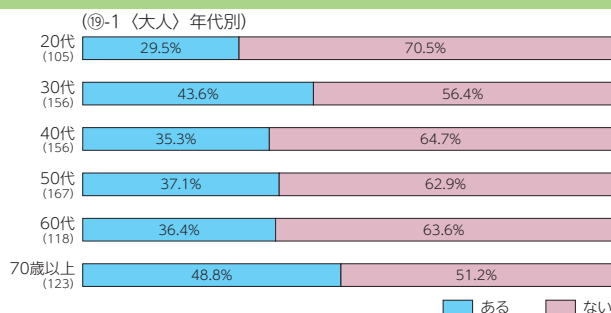


## 目標11 農林漁業体験のある人を増やす (過去1年)

⑪-1 あなたは、過去1年間で、農業や漁業の体験(家庭菜園、田植え、くだもの狩り、魚つり等)をしたことがありますか。



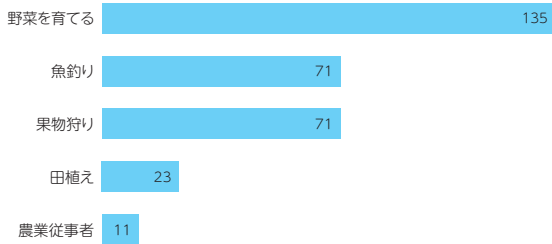
⑪-2 〈大人〉 あなたは、過去1年間で、農業や漁業の体験(家庭菜園、田植え、くだもの狩り、魚つり等)をしたことがありますか。





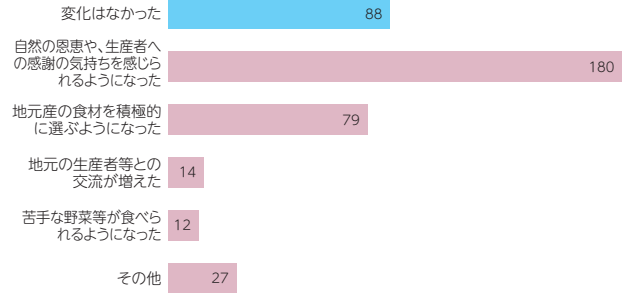
⑱-3 (大人) 農林漁業体験で、具体的にどんなことを体験しましたか。(複数回答可) (人)

〈⑱-1で過去1年間で農林漁業体験をしたことが「ある」と回答した人の具体的な体験の内容〉



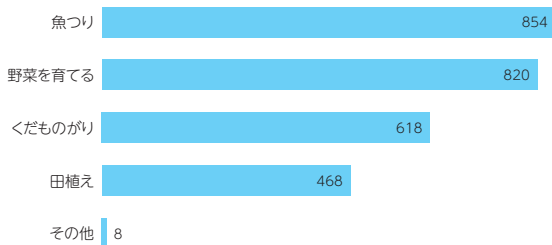
⑱-4 (大人) 農林漁業体験をして、どんな変化がありましたか。(複数回答可) (人)

〈⑱-1で過去1年間で農林漁業体験をしたことが「ある」と回答した人の体験して変化したこと〉



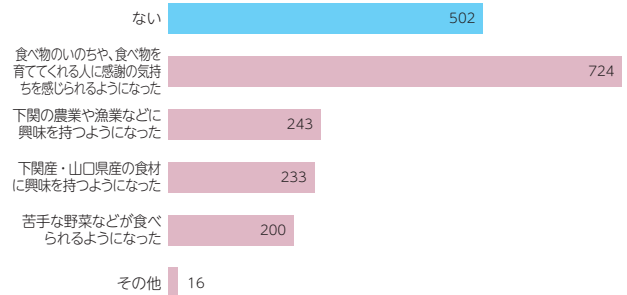
⑱-5 (子ども) 農林漁業体験で、具体的にどんなことを体験しましたか。(複数回答可) (人)

〈⑱-1で過去1年間で農林漁業体験をしたことが「ある」と回答した人の具体的な体験の内容〉



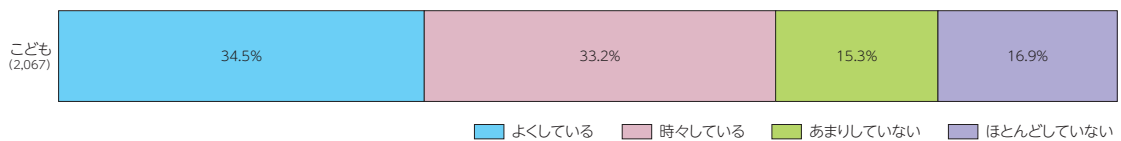
⑱-6 (子ども) 農林漁業体験をして、どんな変化がありましたか。(複数回答可) (人)

〈⑱-1で過去1年間で農林漁業体験をしたことが「ある」と回答した人の体験して変化したこと〉



目標12 食事の手伝いをする子どもを増やす

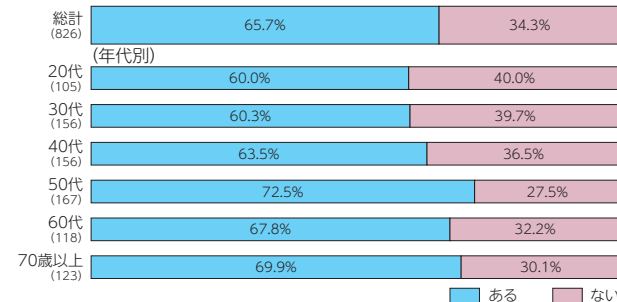
㉔ (子ども) あなたは、ふだん、家で食事のお手伝いをしていますか。(おつかい、調理、食事の準備、食事の片付けなど)



目標13 郷土料理を家で食べたことがある人を増やす (過去1年)

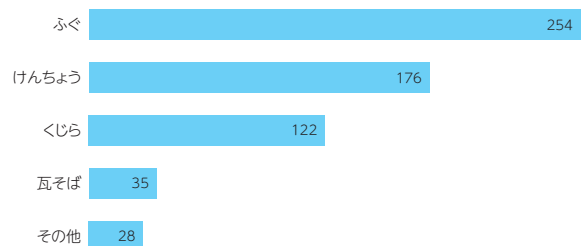
㉔-1 (大人) あなたは、過去1年間で、下関市や山口県の郷土料理(けんちょう、ふぐやくじら料理等)を食べたことがありますか。

過去一年で郷土料理を食べたことがある



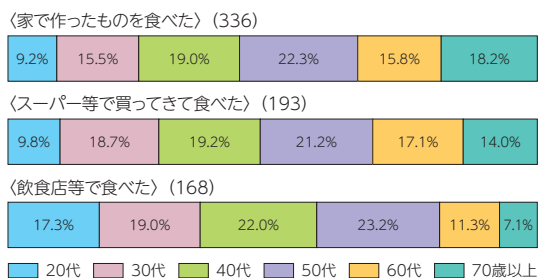
㉔-2 (大人) 具体的にどんな郷土料理を食べたことがありますか。(複数回答可) (人)

〈㉔-1で過去1年間で郷土料理を食べたことが「ある」と回答した人の具体的な料理〉

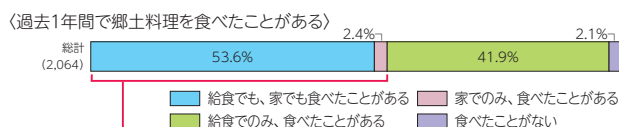


②-3 (大人) あなたは、郷土料理をどこで食べたことがありますか。(複数回答可)

②-1で過去1年間で郷土料理を食べたことが「ある」と回答した人の食べた場所別の年代)



②-4 (子ども) 家でどんな郷土料理を食べたことがありますか。(複数回答可)

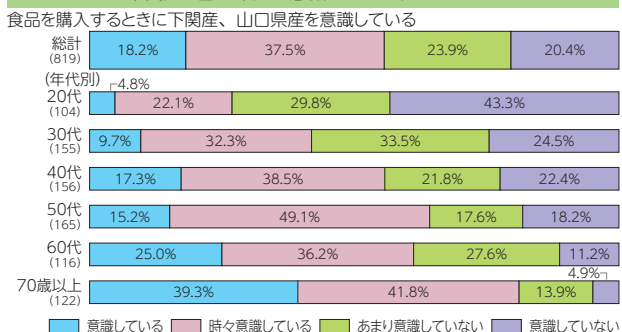


②-1年間で郷土料理を「給食でも家でも食べたことがある」「家でのみ、食べたことがある」と回答した人の具体的な料理)

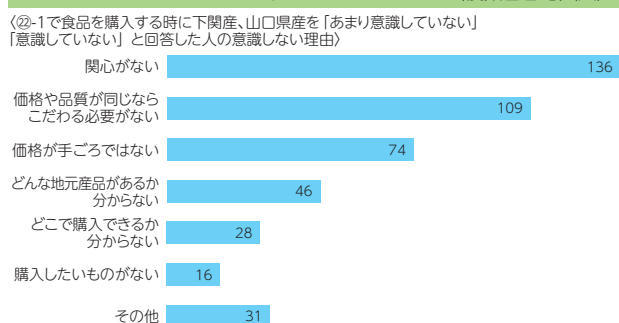


目標14 食品を購入するときに下関産、山口県産を意識する大人を増やす

②-1 (大人) あなたは、外食をする時や食品を購入する時に、下関産、山口県産を意識していますか。

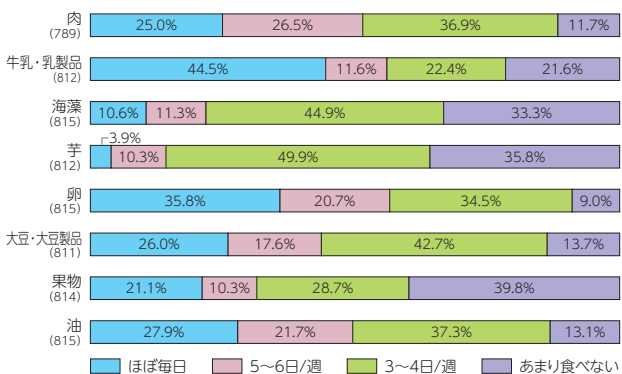


②-2 (大人) 下関産、山口県産を意識しない理由はどのようなことですか。(複数回答可) (人)

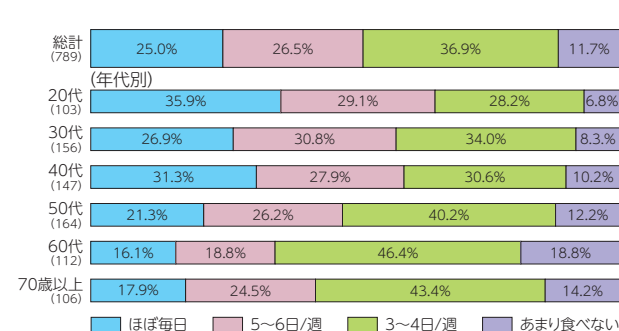


食品を食べる頻度 (大人)

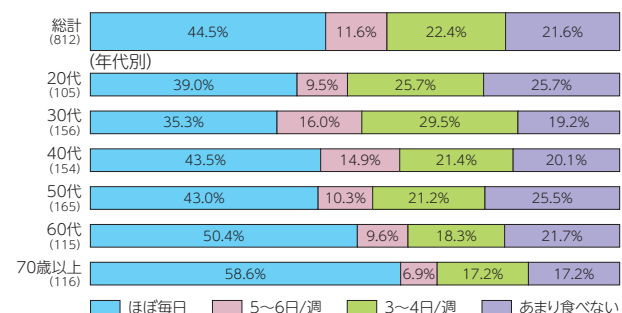
②-1 あなたが普段、下記の食品を食べる頻度について教えてください。



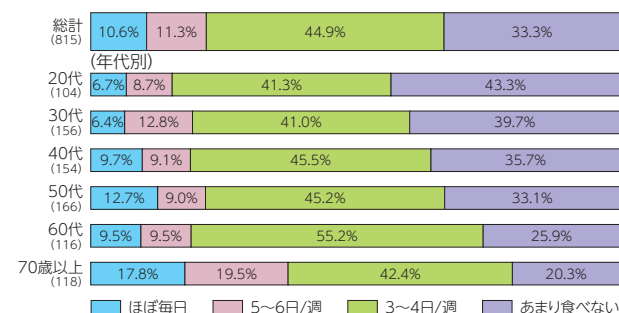
②-2 肉 (ハム・ウインナー等も含む) の摂取頻度



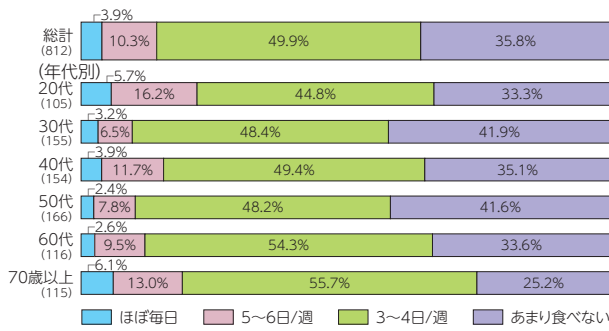
②-3 牛乳・乳製品 (牛乳・ヨーグルト・チーズ等) の摂取頻度



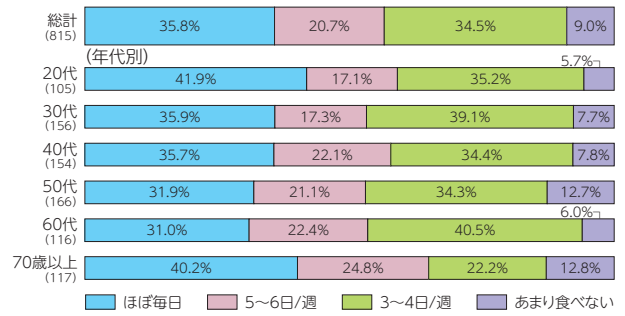
②-4 海藻 (わかめ・海苔・もずく等) の摂取頻度



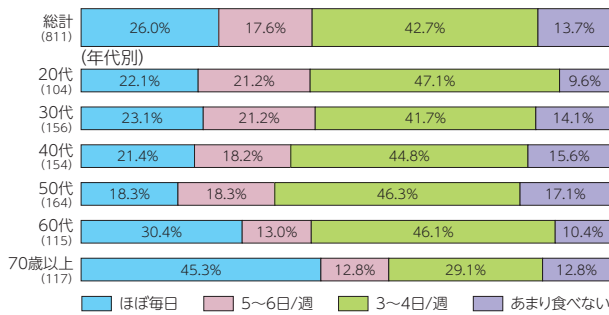
②-5 芋(じゃがいも・さつまいも等)の摂取頻度



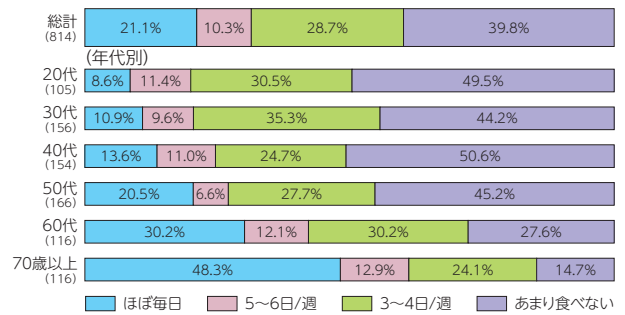
②-6 卵(鶏卵・うずら卵等)の摂取頻度



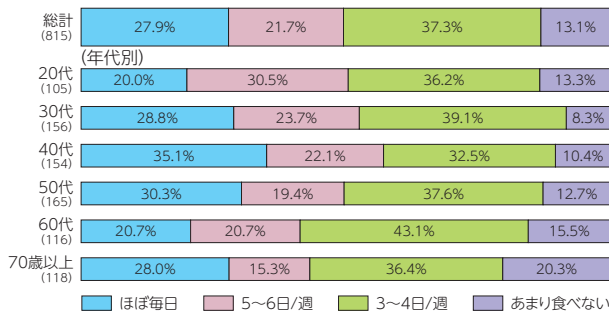
②-7 大豆・大豆製品(豆腐・納豆等)の摂取頻度



②-8 果物(ドライフルーツ等も含む)の摂取頻度



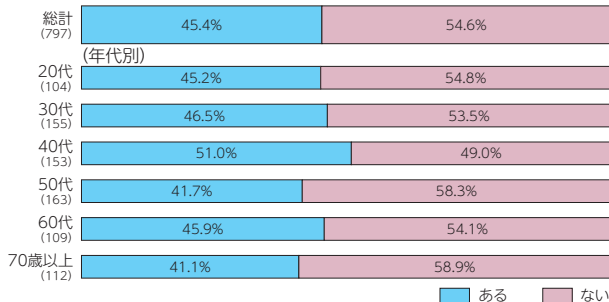
②-9 油(揚げ物・サラダ油・バター等)の摂取頻度



次世代に伝えていきたいこと 〈大人〉

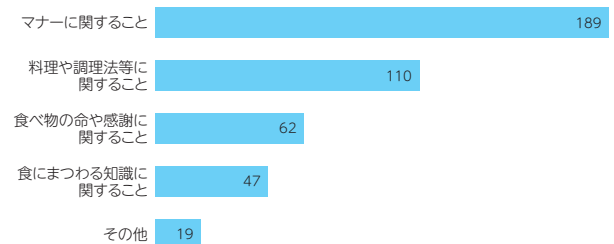
②-1 あなたが、家庭や地域で受け継がれてきた料理や、食事のマナー等、次世代に伝えていきたいことはありますか。

次世代に伝えていきたいこと



②-2 次世代に伝えていきたいことは、具体的にどんなことですか。(複数回答可) (人)

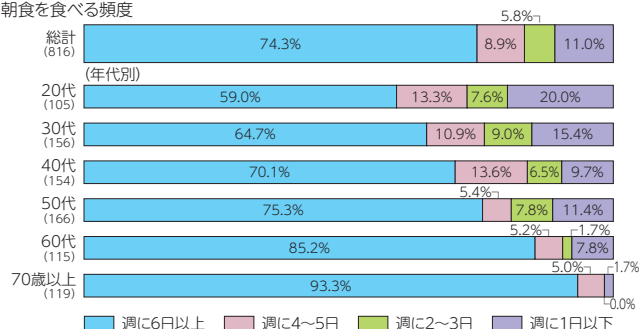
〈②-1で次世代に伝えていきたいことが「ある」と回答した人の具体的に伝えていきたいこと〉



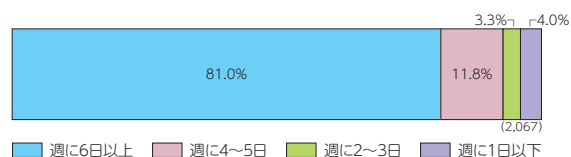
## 朝食を食べる頻度

㉔-1 (大人) あなたは、普段、どれくらいの頻度で朝食を食べていますか。

朝食を食べる頻度



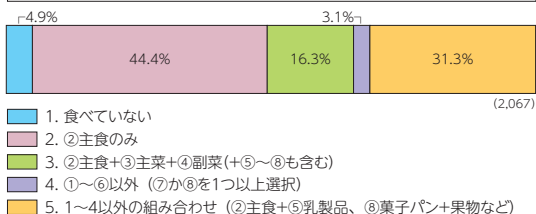
㉔-2 (子ども) あなたは、ふだん、朝ごはんを週に何日食べていますか。



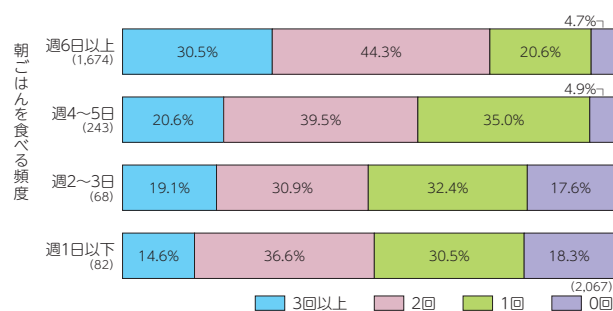
㉔-3 (子ども) あなたが、今日の朝、食べたものを全て教えてください。(複数回答可)

【①~⑧の複数選択】

- ① 食べていない
- ② 米、パン(菓子パン以外)、麺
- ③ 肉、魚、卵、大豆製品
- ④ 野菜、海藻、きのこ
- ⑤ 乳製品
- ⑥ 果物
- ⑦ その他(スープ・お茶・漬物など)
- ⑧ その他(菓子パン・ジュース類)

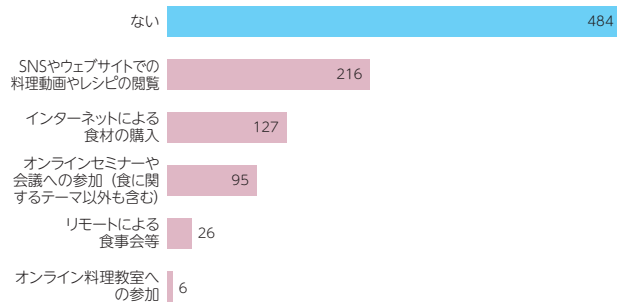


㉔-4 (子ども クロス集計) 朝ごはんを食べる頻度 × お米を食べる頻度

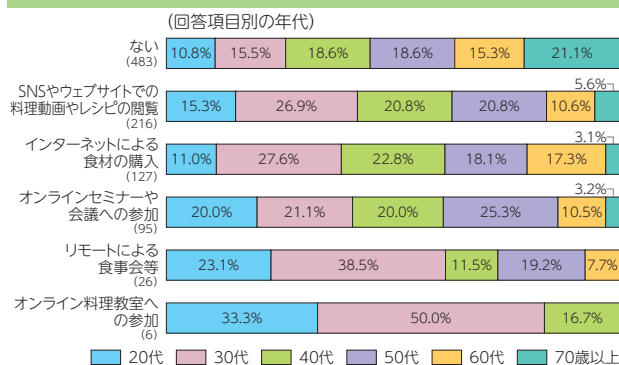


## 新型コロナウイルスによる影響

㉔-1 (大人) あなたは、コロナ禍でどんなオンラインサービスを利用してありますか。(複数回答可) (人)



㉔-2 (大人) あなたは、コロナ禍でどんなオンラインサービスを利用してありますか。(複数回答可)

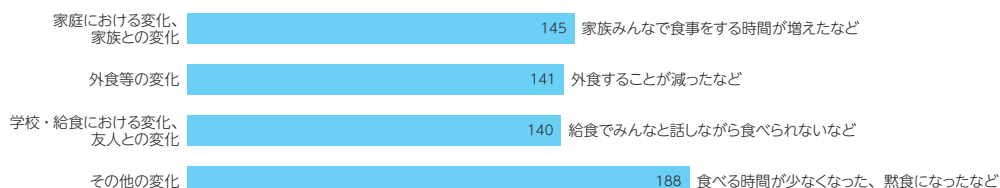


㉔-3 (子ども) 新型コロナウイルス感染症をきっかけに、食生活が変わったことがありますか。

新型コロナウイルス感染症をきっかけとした食生活の変化の有無



〈新型コロナウイルス感染症をきっかけとした食生活の変化が「ある」と回答した人の具体的な変化〉 (人)



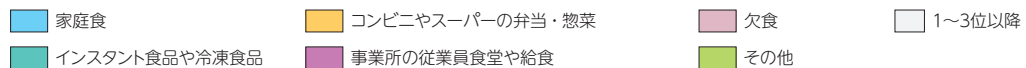
## 普段の食事状況〈大人〉

⑦ あなたの朝食・昼食・夕食の普段の食事の状況を教えてください。

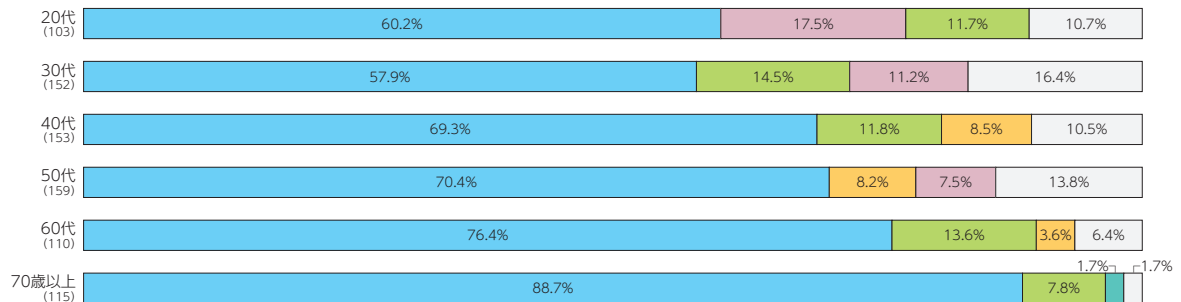
【それぞれの食事で最も頻度の多いものを1.~9.から1つずつ選ぶ】

- |                      |                        |                                      |
|----------------------|------------------------|--------------------------------------|
| 1. 家庭食 (家族や自分で作った料理) | 4. 販売、持ち帰り専門の弁当・惣菜     | 7. レストランや居酒屋等の飲食店                    |
| 2. インスタント食品や冷凍食品     | 5. 宅配や出前               | 8. 欠食 (錠剤等による栄養素の補給のみ、嗜好飲料のみ等も欠食に含む) |
| 3. コンビニやスーパーの弁当・惣菜   | 6. 事業所 (会社等) の従業員食堂や給食 | 9. その他                               |

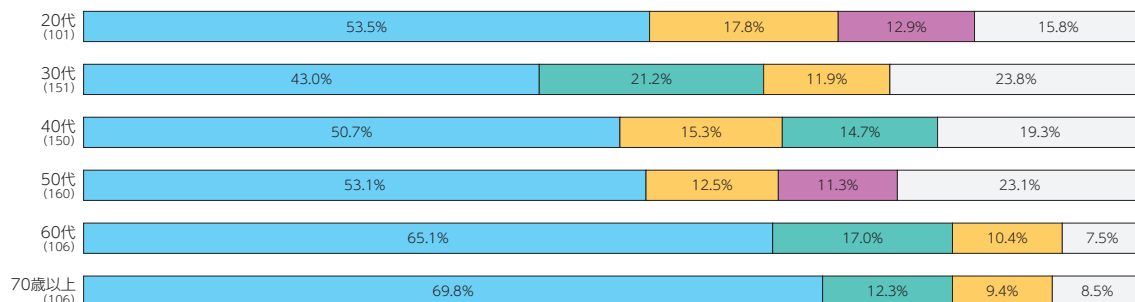
	1位	2位	3位
朝食 (n=793)	家庭食 (70.0%)	その他 (11.1%)	欠食 (7.9%)
昼食 (n=775)	家庭食 (54.7%)	インスタント食品や 冷凍食品 (13.9%)	コンビニやスーパーの 弁当・惣菜 (12.9%)
夕食 (n=777)	家庭食 (89.4%)	コンビニやスーパーの 弁当・惣菜 (4.2%)	インスタント食品や 冷凍食品 (2.6%)



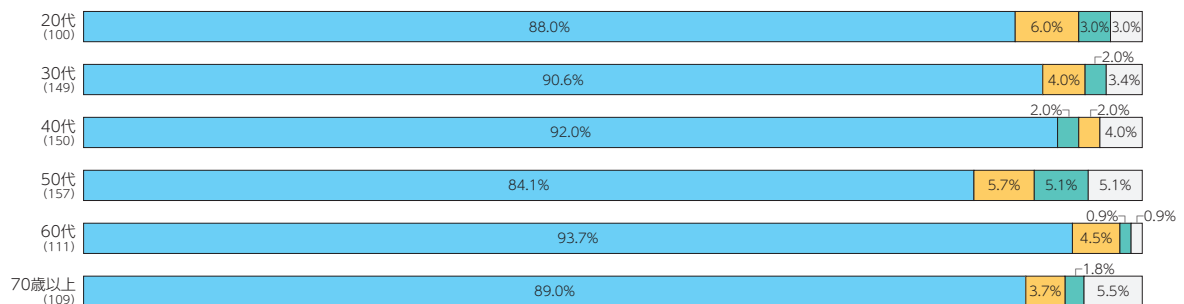
### 朝食 (年代別)



### 昼食 (年代別)

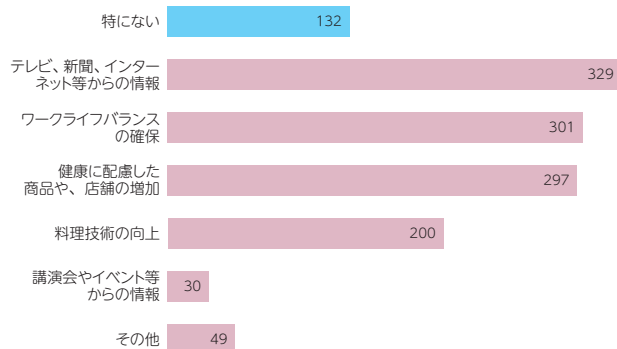


### 夕食 (年代別)

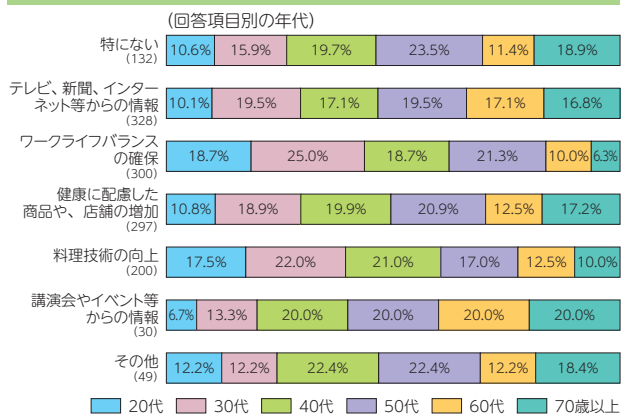


## その他

㉔-1 (大人) あなたは、健康的な食生活を送る上で、どんなことが必要だと思いますか。(複数回答可) (人)



㉔-2 (大人) あなたは、健康的な食生活を送る上で、どんなことが必要だと思いますか。(複数回答可)



㉔ (子ども) 食べ物のはたらきについての問題

- ① おもにエネルギーのもとになる食品 (炭水化物や脂質を多く含む) を2つ選んでください。  
 ② おもに体をつくるもとになる食品 (たんぱく質やカルシウムを多く含む) を2つ選んでください。  
 ③ おもに体の調子を整えるもとになる食品 (ビタミンや無機質を多く含む) を2つ選んでください。

1:ごはん 2:ほうれん草 3:とうふ 4:油 5:わかめ 6:牛乳

①おもにエネルギーのもとになる食品 (正解:ごはん、油)



②おもに体をつくるもとになる食品 (正解:とうふ、牛乳)



③おもに体の調子を整えるもとになる食品 (正解:ほうれん草、わかめ)

