

令和6年度  
推定野菜摂取量測定会  
集計結果

令和7年3月  
守山市

# 測定者の性別・年代

性別	人数	割合
男性	268	29%
女性	596	66%
未回答	45	5%
合計	909	100%

参加者の6割以上が女性であった。  
 ターゲットとする働き盛り層（30～50歳代）の参加者は32%であり、最も多かったのが70歳代であった（23%）。  
 市内参加者が多く、約7割であった。

年代	人数	割合	(参考) 守山市の人口割合※
10歳未満	110	12%	10%
10歳代	47	5%	12%
20歳代	23	2%	10%
30歳代	71	8%	12%
40歳代	108	12%	15%
50歳代	112	12%	15%
60歳代	145	16%	10%
70歳代	205	23%	10%
80歳以上	71	8%	6%
未回答	17	2%	※令和7年2月28日時点
合計	909	100%	100%

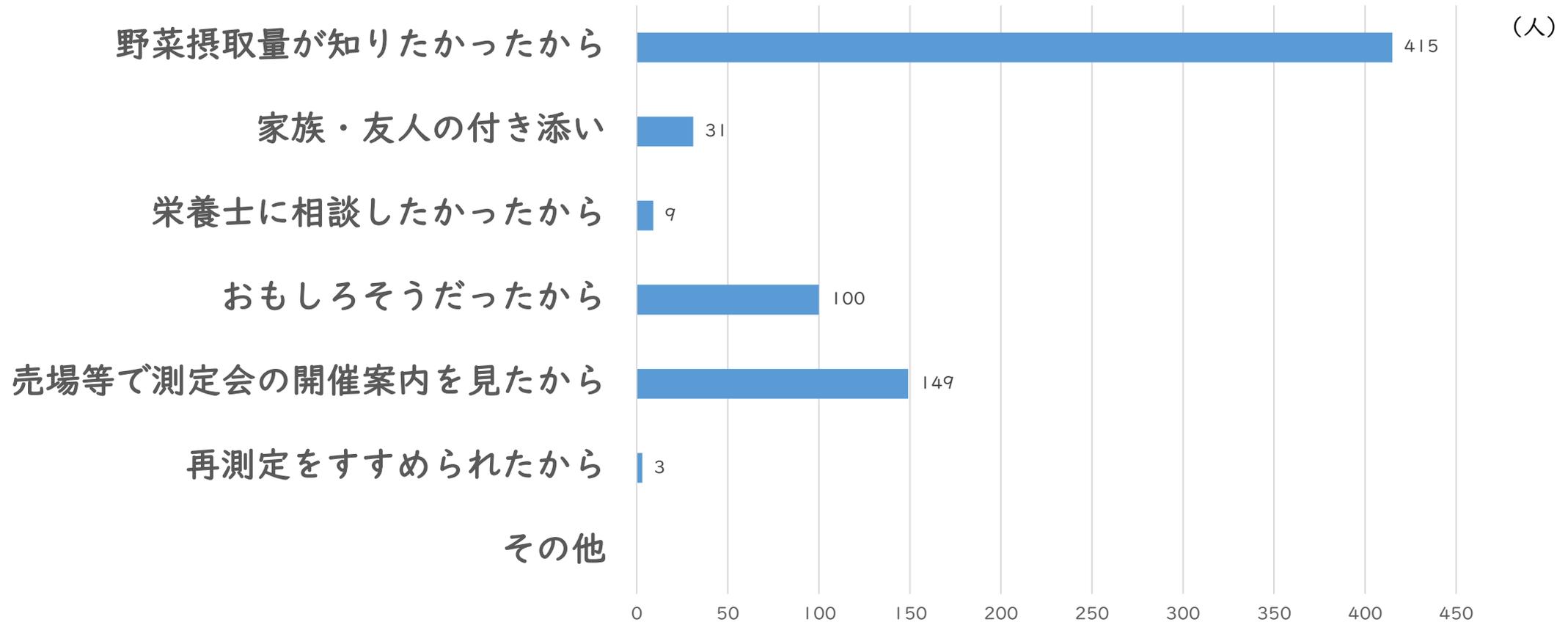
	人数	割合
市内	614	71%
市外	246	29%

# 実施日別測定者数

(単位：人)

	am			pm			1日合計
	合計	1回目	2回目以降	合計	1回目	2回目以降	
6月1日	85	85		118	118		203
7月20日	99	45	54	98	84	14	197
12月14日	62	56	6	80	72	8	142
1月18日	84	74	10	104	78	26	188
2月22日	77	59	18	102	81	21	179
合計	407	319	88	502	433	69	909
1日の平均参加者数	81	64	22	100	87	17	182

# 参加理由（複数回答可）



参加理由として、「野菜摂取量が知りたかったから」が最も多かった。次に「売場等で測定会の開催案内を見たから」が多かった。

# 全測定者の測定結果（平均値）

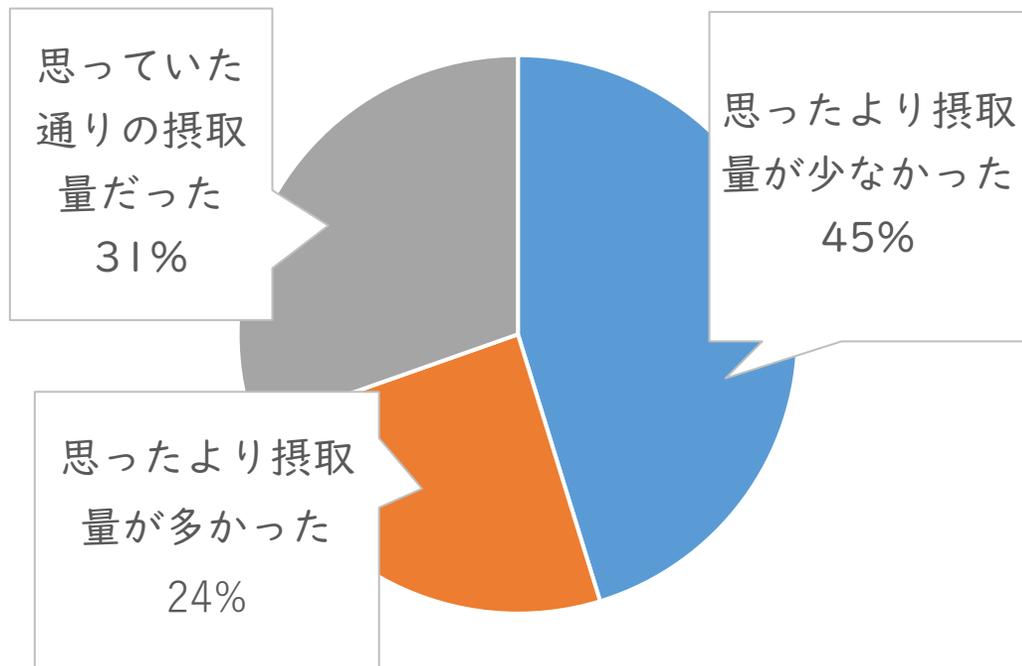
	野菜摂取レベル	野菜摂取レベル	推定野菜摂取量 (g)	推定野菜摂取量 (g)
	初回参加者	2回目以降参加者	初回参加者	2回目以降参加者
6月1日	5.6		256.9	
7月20日	5.6	5.9	252.4	273.8
12月14日	6.2	7.0	303.1	325
1月18日	6.5	6.6	312.8	307
2月22日	6.3	7.1	303.5	331.3

野菜摂取レベル、推定野菜摂取量の数値ともに2月の2回目以降参加者が最も高かった。  
 継続して参加することが、野菜摂取への意識付けとなっていると考えられる。

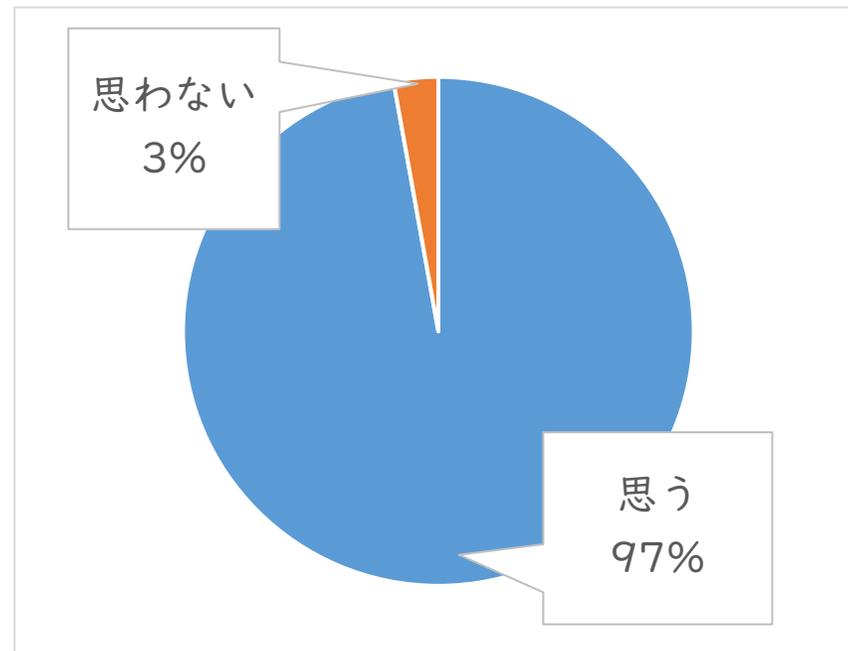
※推定野菜摂取量  
 野菜摂取レベルと同じ測定方法ですが、計算方法が異なるため、同じ野菜摂取レベルでも異なる推定野菜摂取量を示すことがあります。

# アンケート結果（第1～5回合計）

測定結果を見て



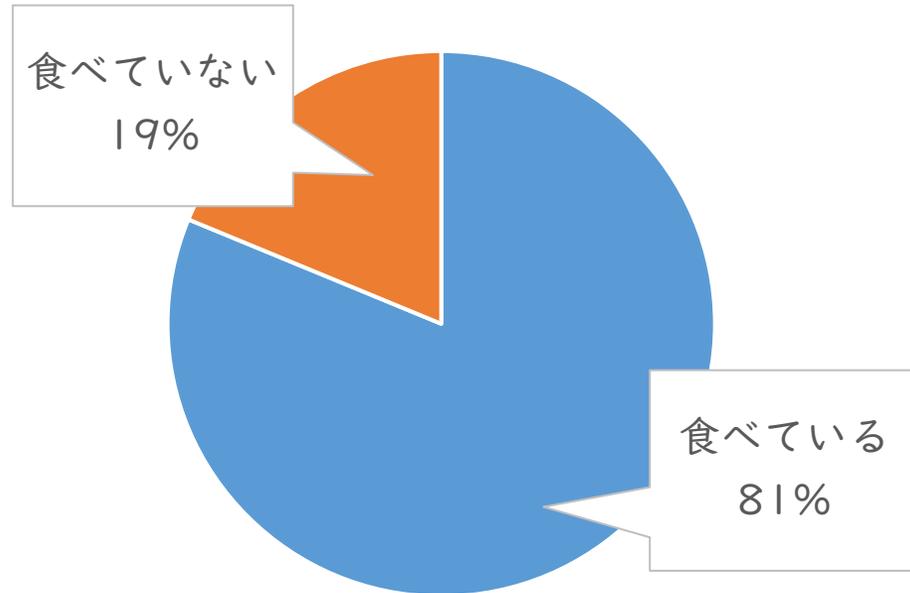
今後今まで以上に  
野菜を食べようと思ったか



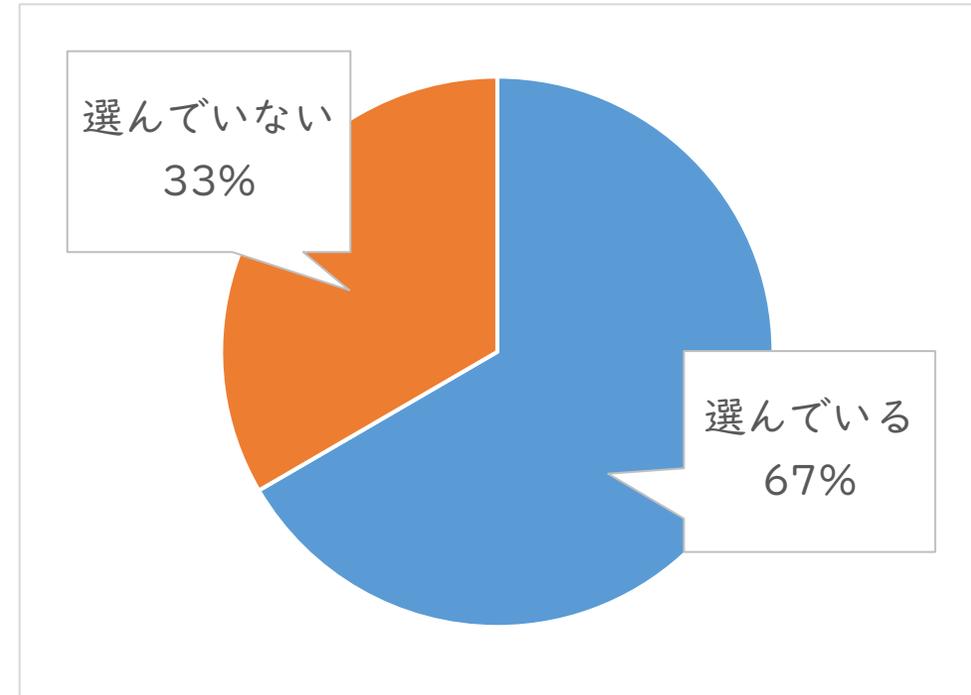
4.5割の参加者が「思ったより摂取量が少なかった」と答えている。  
また、参加者の9割以上が「今後今まで以上に野菜を食べようと思う」と感じている。

# アンケート結果（第2～5回合計）

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を  
1日2回以上ほぼ毎日食べていますか



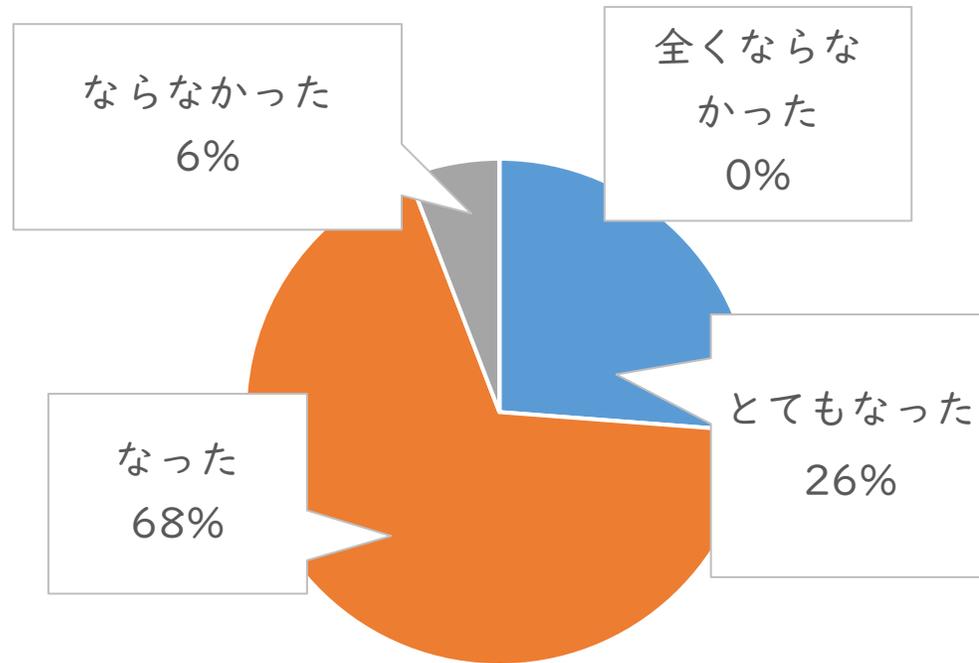
買い物の際に産地や生産者を意  
識して食品を選んでいきますか



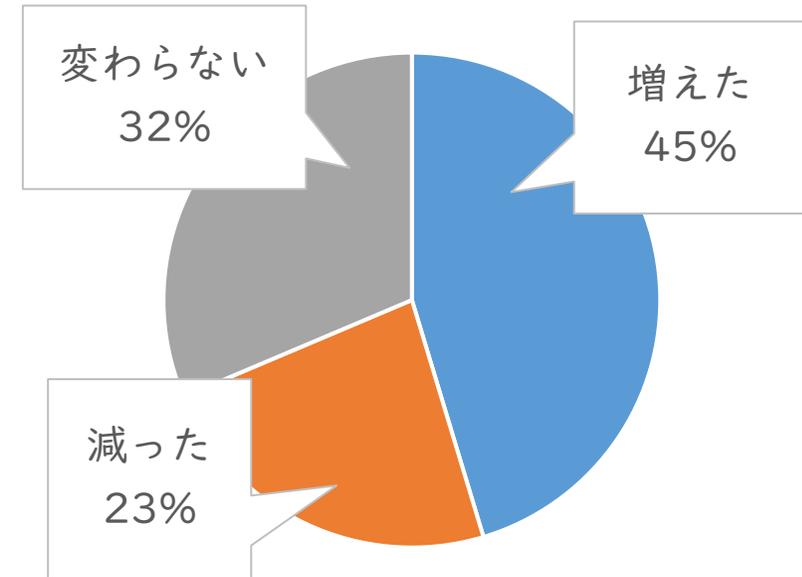
約8割の参加者が「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている」と答えている。  
また、参加者の約7割が「買い物の際に産地や生産者を意識して食品を選んでいる」と答えている。

# アンケート結果（2回以上参加）

1回目から意識して野菜を食べるようになったか



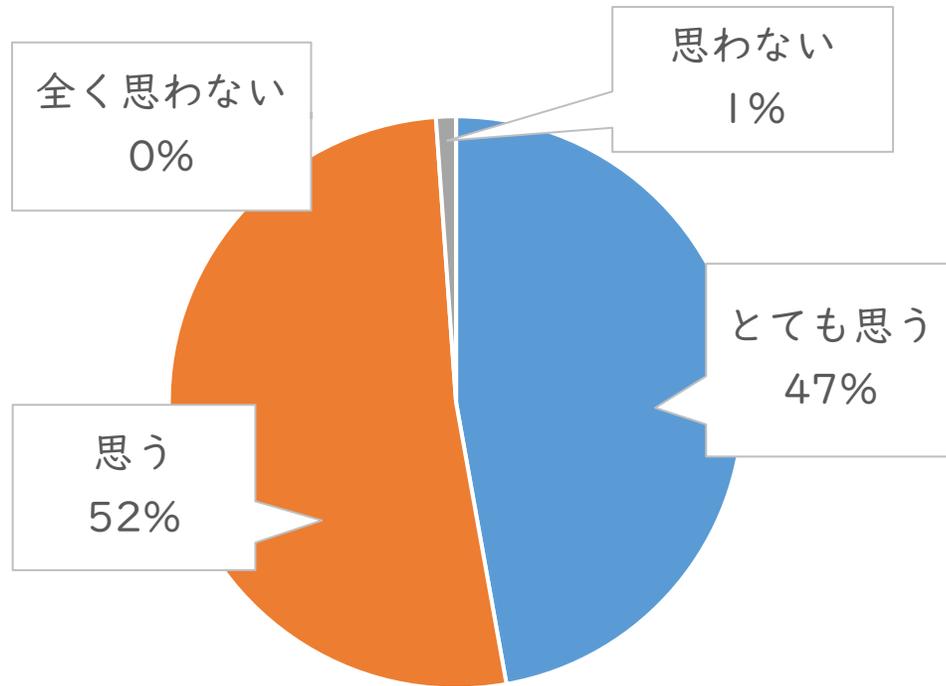
前回の数値と比較して



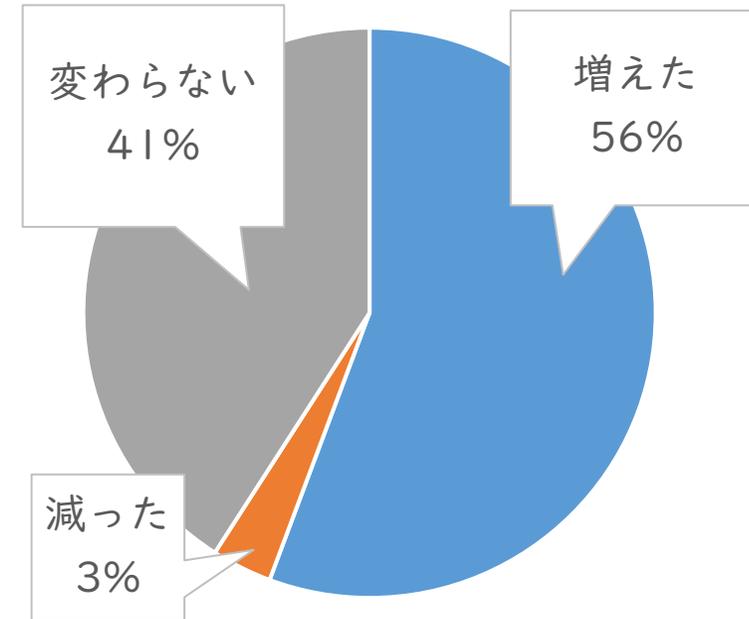
2回以上参加者の約9.5割が「1回目から意識して野菜を食べるようになった」と答えている。前回の数値と比較すると「増えた」と答えた人が最も多くは4.5割であった。

# アンケート結果（2回以上参加）

これからも定期的に  
測定したいと思うか



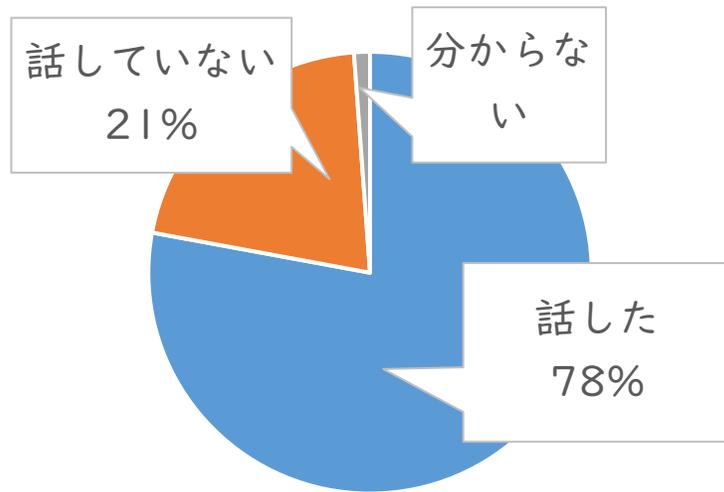
測定会参加後、  
野菜の購入量は



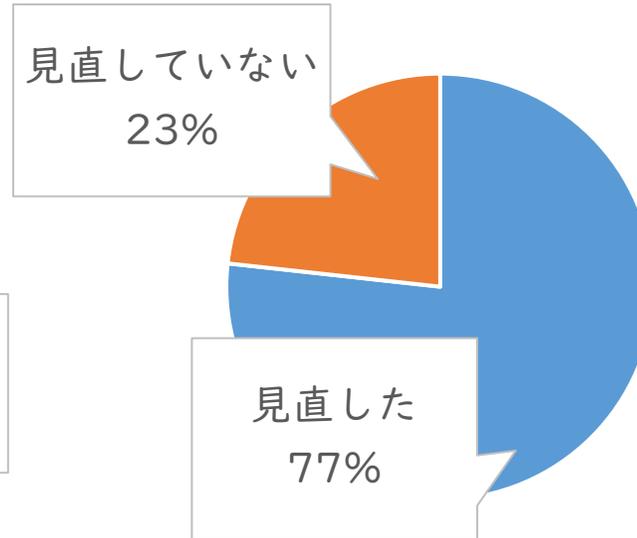
ほとんどの方が「これからも定期的に測定したいと思う」と答えている。  
参加後、野菜購入量が「増えた」人が半数以上であった。

# アンケート結果（2回以上参加）

前回の測定会后、  
野菜摂取やベジチェックについて  
家族と友人と話したか



測定会后、食生活や生活習慣を  
見直したか



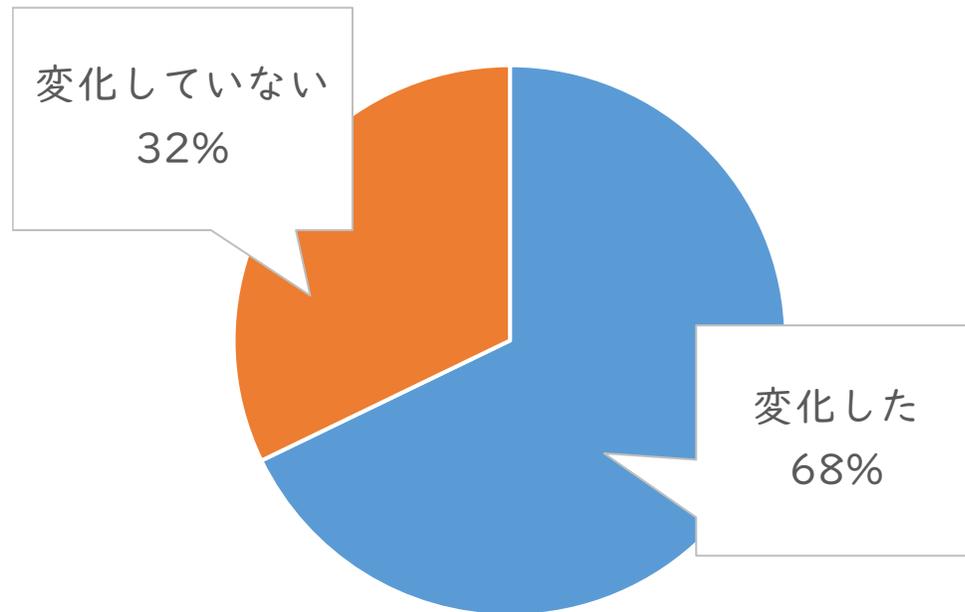
見直した内容として…

- ・「緑黄色野菜を多めに摂るように意識した。」
- ・「野菜の種類を増やすようにした。」
- ・「野菜ジュースを飲むようにした。」

参加後に野菜摂取やベジチェックについて家族に話した人は約8割であった。  
また食生活や生活習慣を見直した人は約8割であった。

# アンケート結果（2回以上参加）

測定会后、買い物意識は変化したか

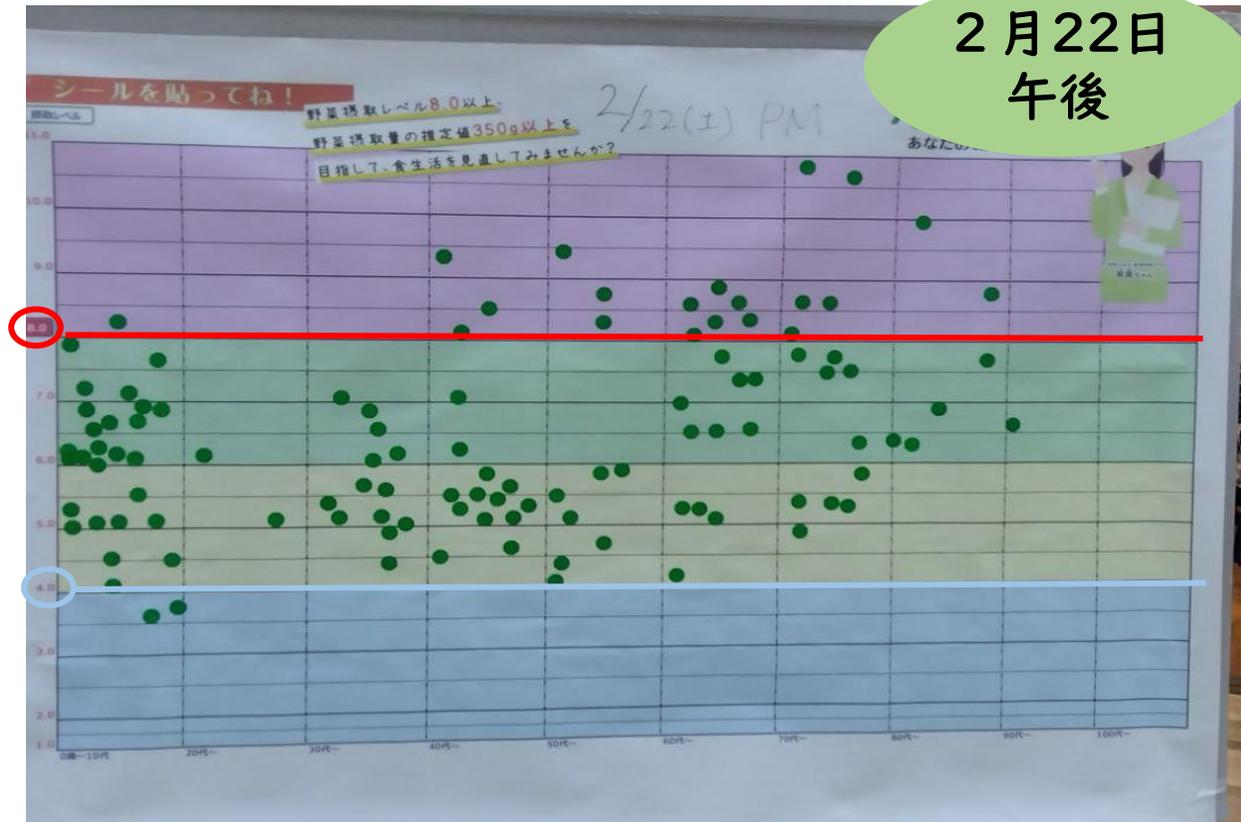


約7割の方が買い物の意識が変化したと答えている。

変化した内容として…

- ・「野菜の購入量が多くなった。」
- ・「今まで買わなかった野菜を買うようになった。」

# 摂取集計ボードの変化



初回と最終回を比較すると、最終回の方が野菜摂取レベルの目標である8.0（野菜摂取量350g）を超える人が多くなり、また4.0を下回る人が少なくなっている。

# 総括

- 一日の平均参加人数は182人と昨年の161人に比べて約20人増加した。
- 初回参加者と2回以上参加者を比較すると、2回以上参加者の方が野菜摂取レベル、推定野菜摂取量が高い傾向にあった。  
継続して参加することが、野菜摂取の意識付けとなっていると考えられる。
- 野菜摂取の意識を高めた参加者が、その意識を継続できるような取組を行うことが必要であると考えられる。
- 来年度の開催においては、参加者が野菜摂取の意識を継続できるよう、平和堂の売場と連動した取組を検討し、また、他ブースとのコラボを積極的に行い、充実した健康イベントを目指す。