

令和5年度  
推定野菜摂取量測定会  
集計結果

令和6年1月  
守山市

# 測定者の性別・年代

性別	人数	割合
男性	226	28%
女性	549	68%
未回答	31	4%
合計	806	100%

参加者の半数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35%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7.5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	99	12%	10%
10歳代	36	5%	11%
20歳代	24	3%	10%
30歳代	78	10%	12%
40歳代	90	11%	15%
50歳代	113	14%	14%
60歳代	98	12%	10%
70歳代	188	23%	11%
80歳以上	70	9%	7%
未回答	10	1%	
合計	806	100%	100%

※令和5年11月30日時点

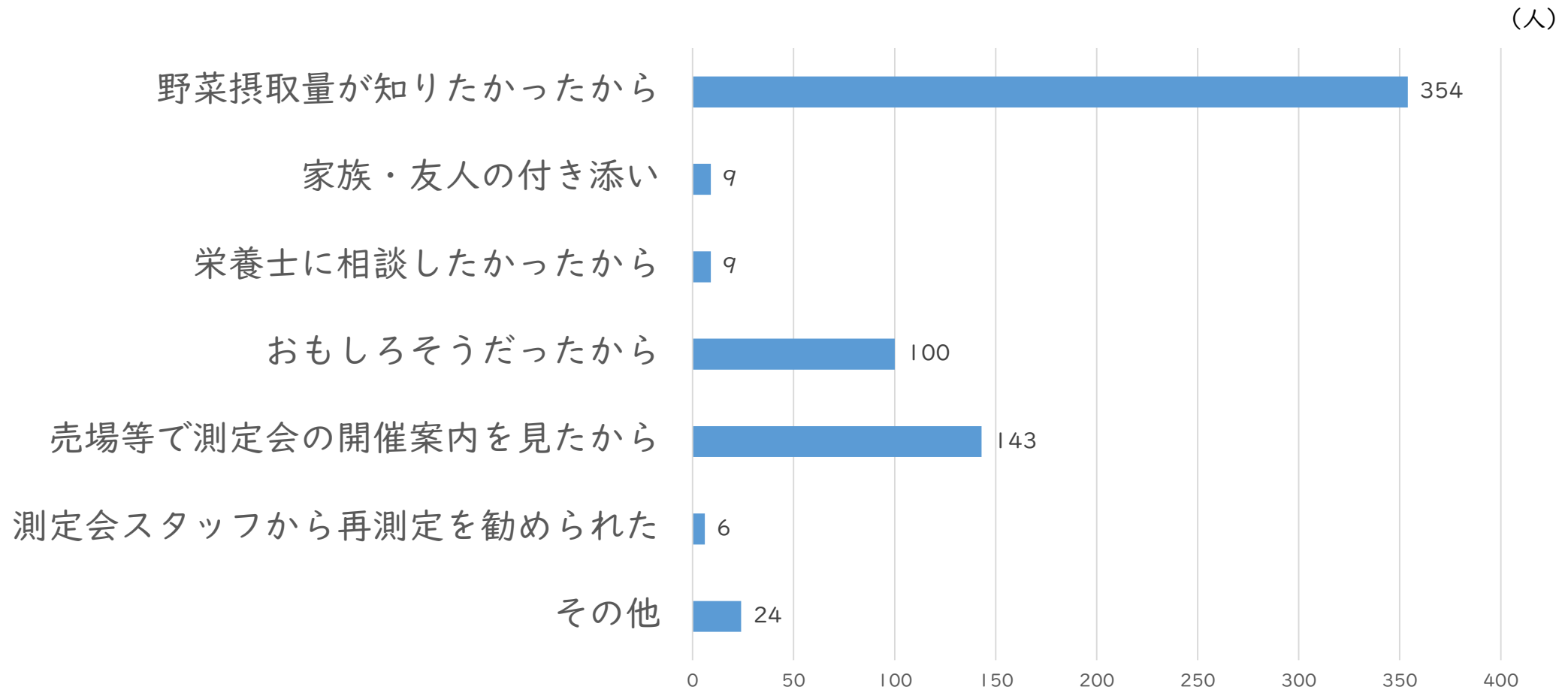
	人数	割合
市内	508	74%
市外	176	26%

# 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3日	66	66		87	87		153
7月22日	115	101	14	115	91	24	230
10月23日	74	44	30	78	70	8	152
11月4日	66	44	22	58	51	7	124
12月2日	63	43	20	84	59	25	147
合計	384	298	86	422	358	64	806
1日の平均参加者数	76	59	21	84	71	16	161

# 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3日	5.6		268.8	
7月22日	5.4	5.8	256	267.5
10月23日	5.7	6.5	267	297
11月4日	5.5	6.2	249	279
12月2日	5.2	6.2	264	288

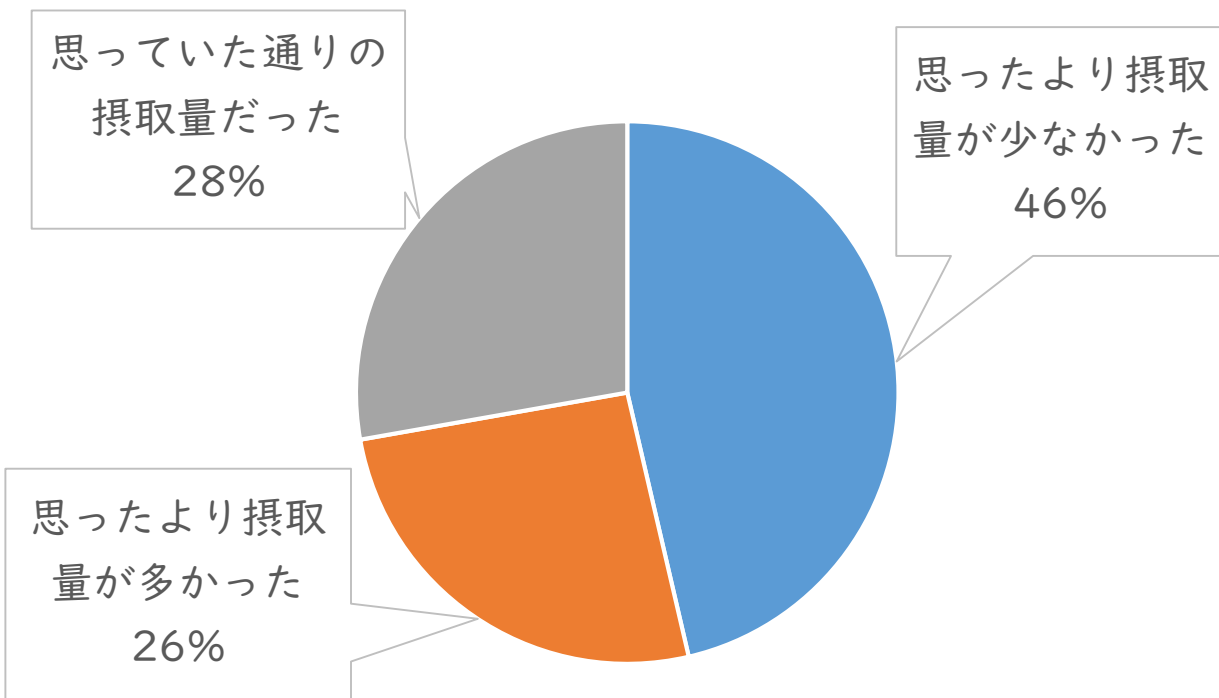
全測定会を通して、初回参加者よりも2回目参加者のほうが野菜摂取量レベル、推定野菜摂取量が高かった。

2回以上参加者の数値は7月よりも12月の方が高くなっていた。  
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。

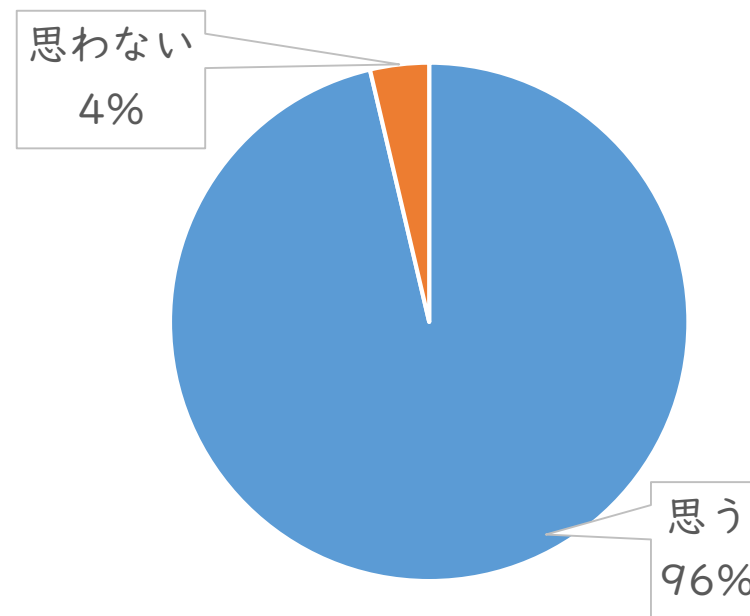
※推定野菜摂取量  
野菜摂取レベルと同じ測定方法ですが、計算方法が異なるため、同じ野菜摂取レベルでも異なる推定野菜摂取量を示すことがあります。

# アンケート結果（第1～5回合計）

## 測定結果を見て



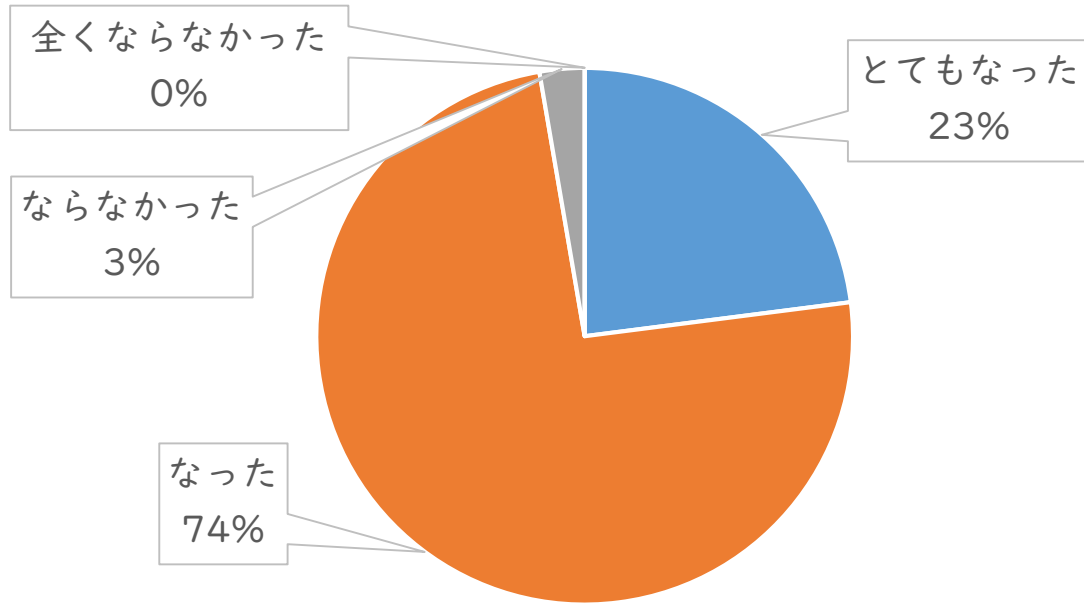
## 今後今まで以上に野菜を食べようと思ったか



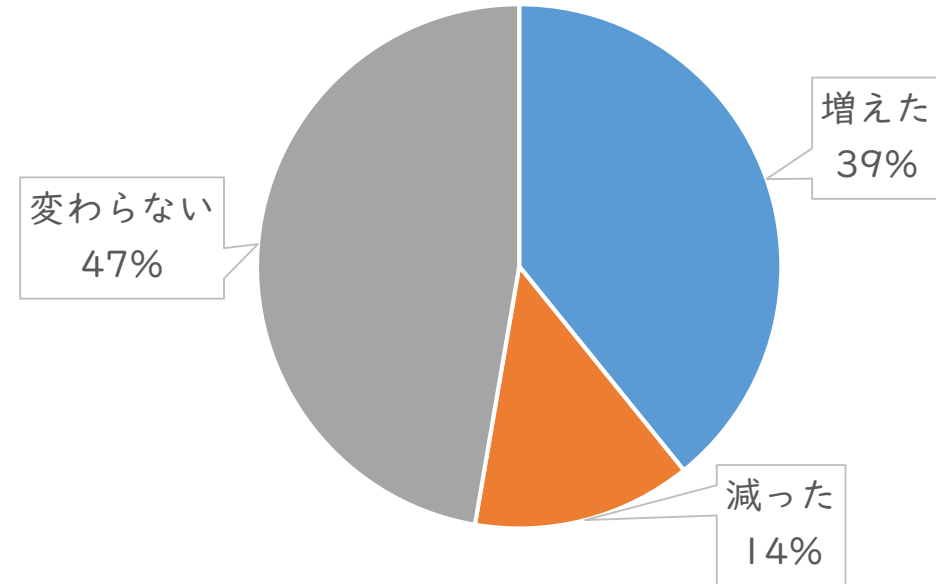
約半数の参加者が「思ったより摂取量が少なかった」と答えている。  
また、参加者の9割以上が「今後今まで以上に野菜を食べようと思う」と感じている。

# アンケート結果（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



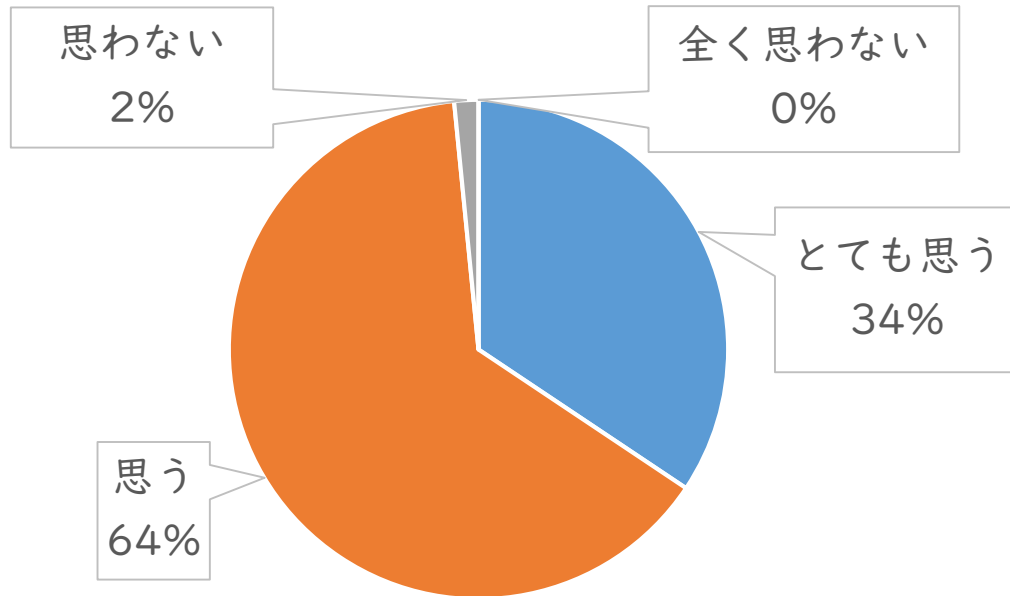
前回の数値と比較して



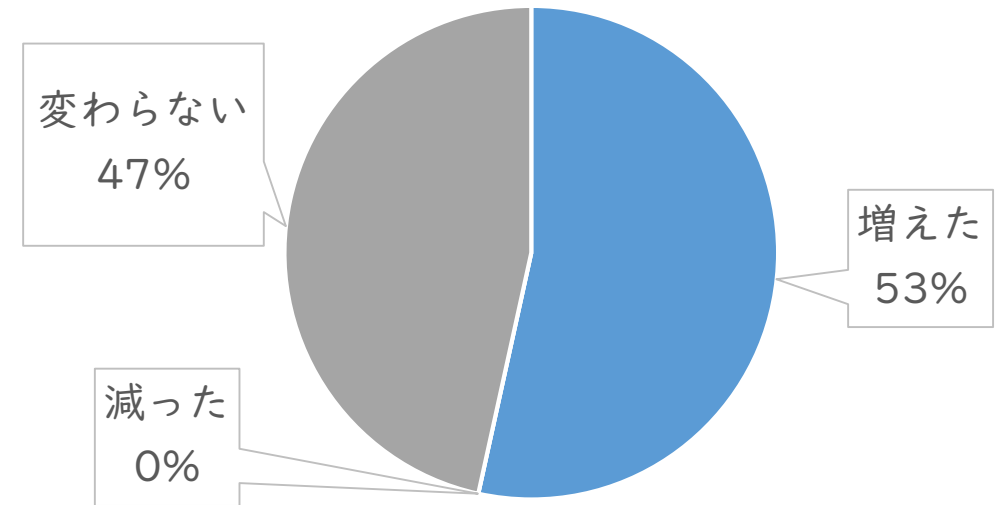
2回以上参加者の約7.5割が「1回目から意識して野菜を食べるようになった」と答えている。前回の数値と比較すると「変わらない」人が約半数、「増えた」という人は約4割であった。

# 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

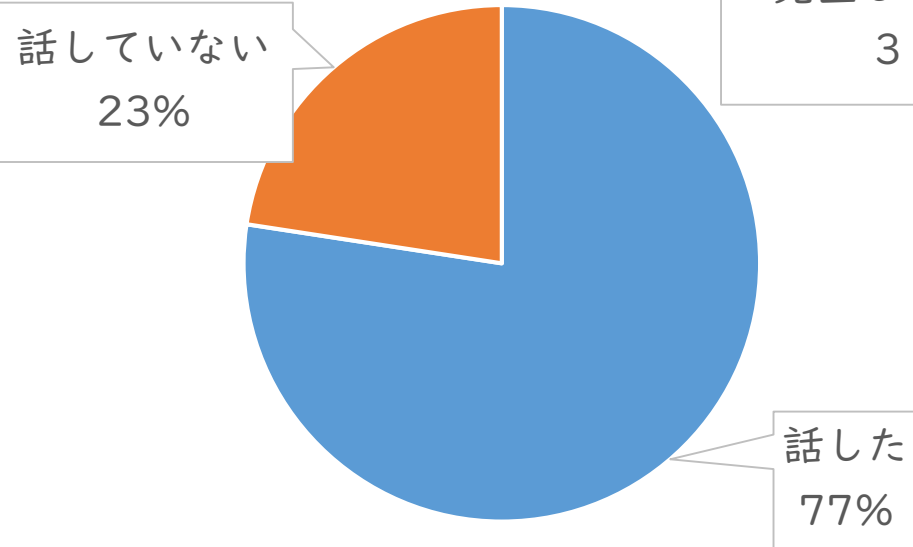


9割以上の方が「これからも定期的に測定したいと思う」と答えている。  
参加後、野菜購入量が「増えた」人が半数以上であった。

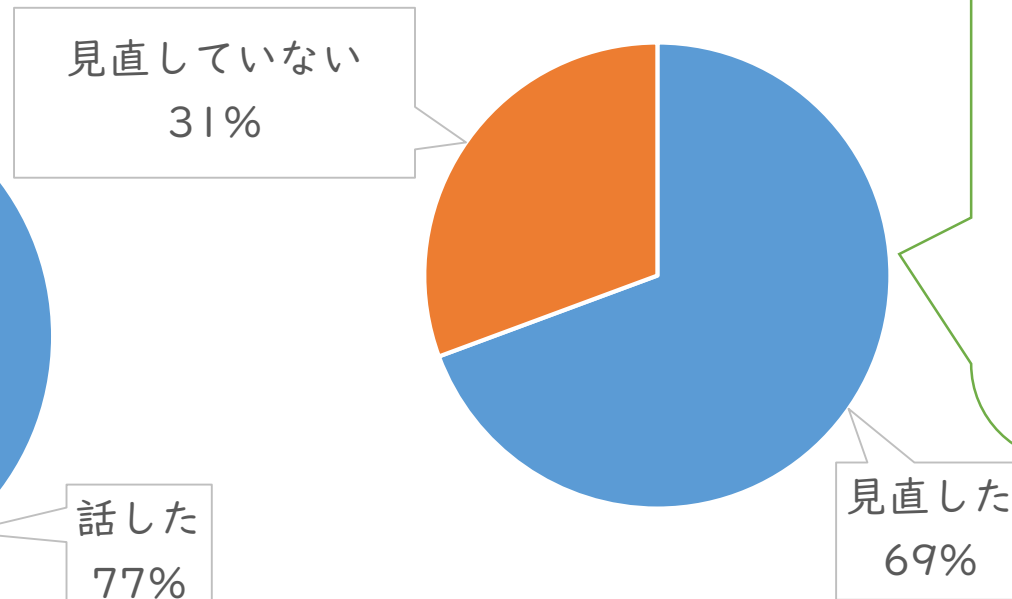


# アンケート結果（2回以上参加）

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



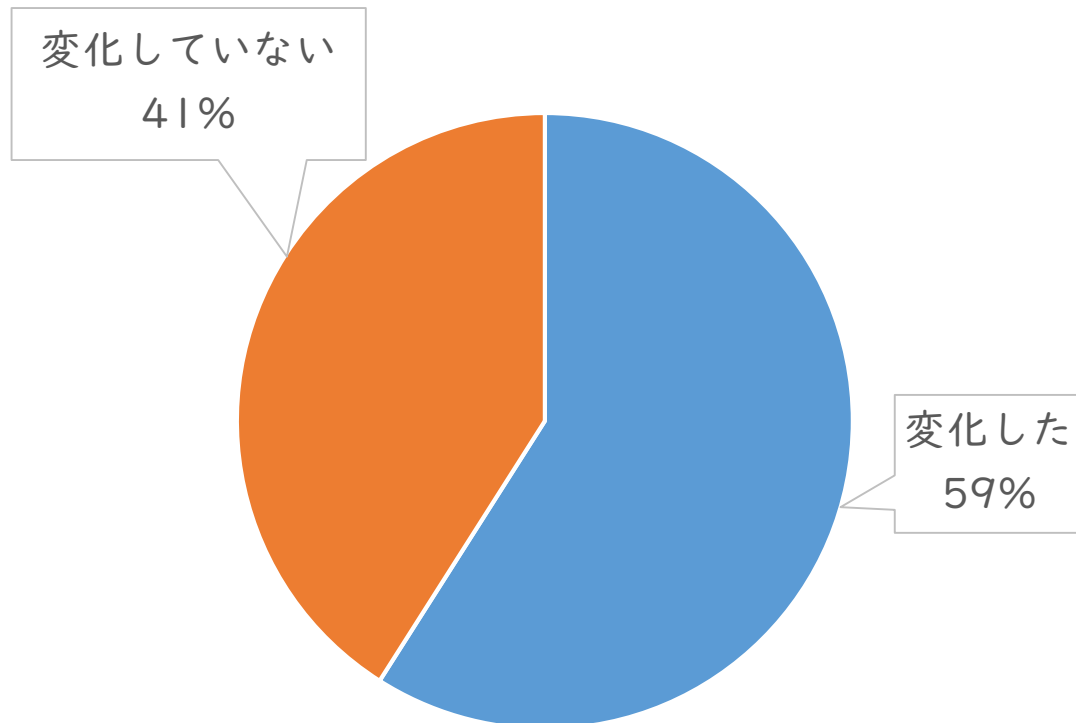
見直した内容として…

- ・「野菜を多めに摂るように意識した。」
- ・「ドレッシングを手作りして野菜を食べるようにした。」
- ・「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7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



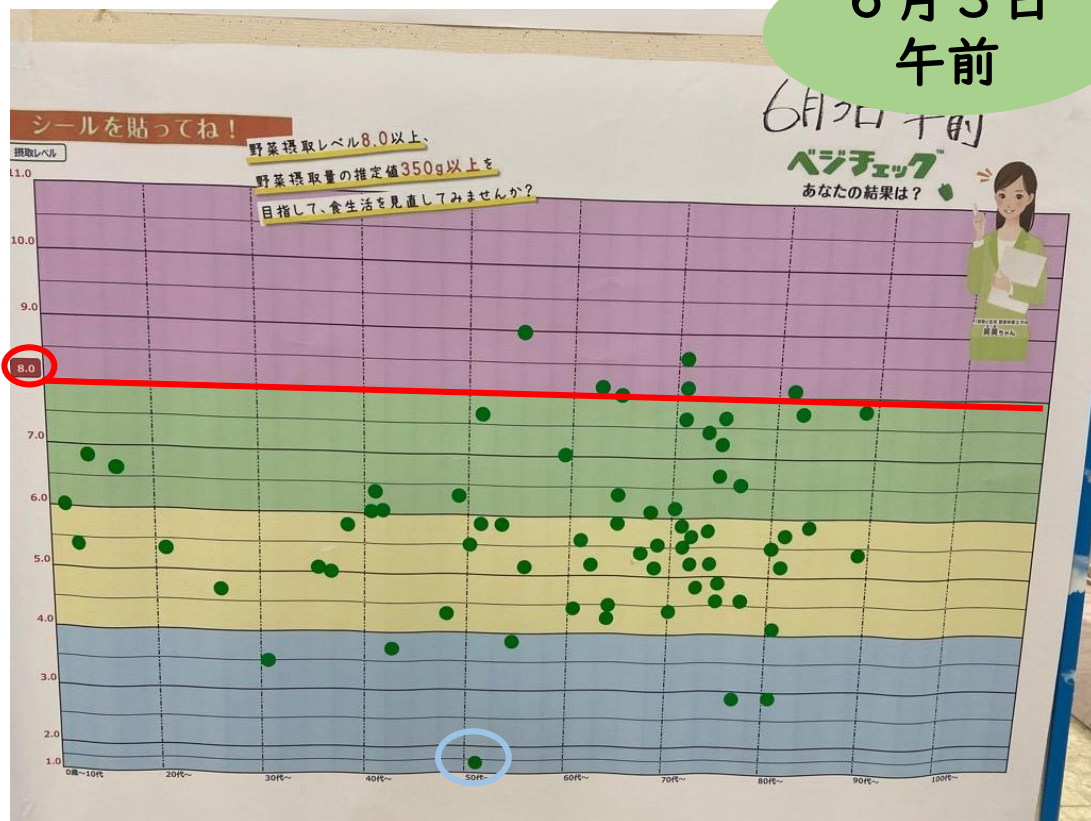
約6割の方が買い物の意識が変化したと答えている。

変化した内容として…

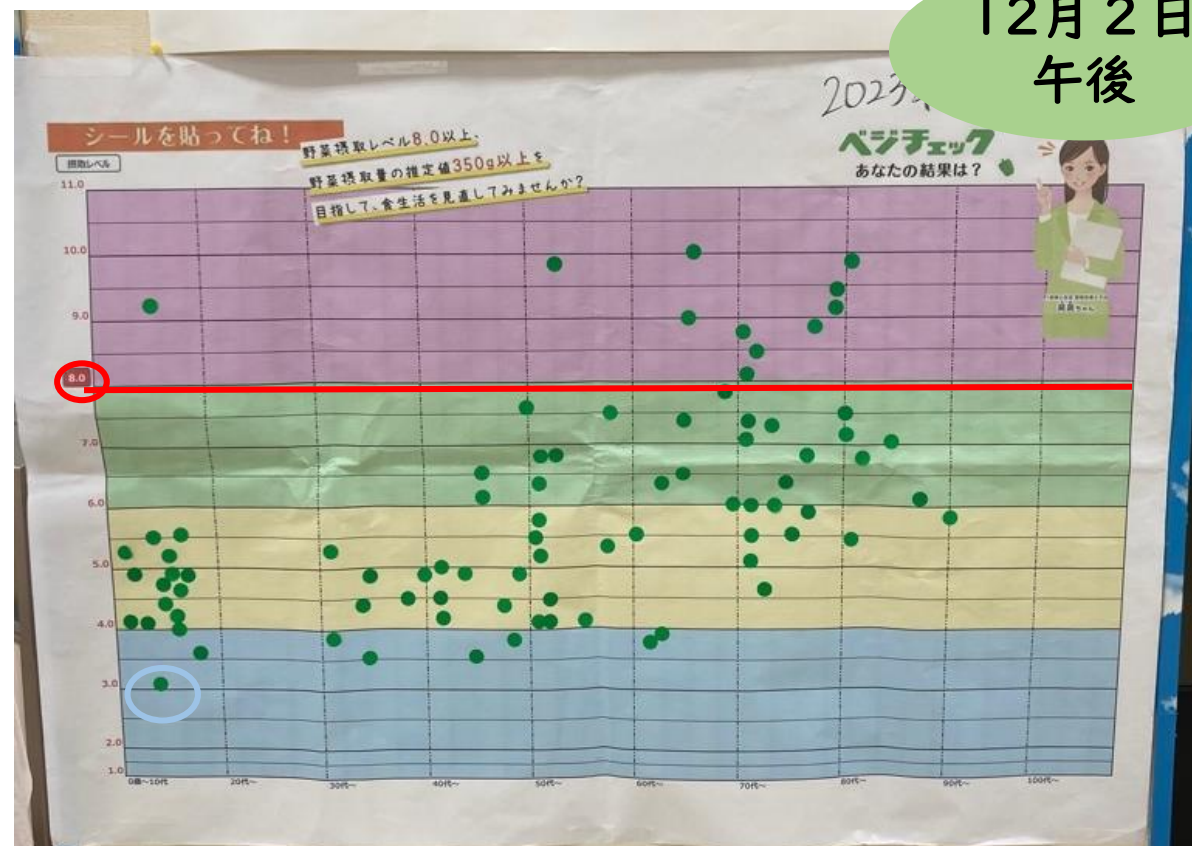
- ・「野菜をできるだけ多く購入する。」
- ・「緑黄色野菜を購入する。」

# 摂取集計ボードの変化

6月3日  
午前



12月2日  
午後



初回と最終回を比較すると、野菜摂取レベルの目標である8.0（野菜摂取量350g）を超える人が最終回の方が多くなっている。また最低値が初回よりも高くなっている。

# 総括

- ・ 一日の平均参加人数は161人と昨年の153人より微増した。
- ・ 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くなっていた。  
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。
- ・ 参加後に野菜を意識して食べるようになった参加者が、継続して野菜摂取できるような取り組みを行うことが必要であると考えられる。