

令和3年度 第8回市政モニターアンケート  
食生活と消費生活に関するアンケート調査  
報告書

令和4年3月

## 1 調査目的

(1) 食生活に関する調査について（担当：健康福祉局保健衛生部健康政策課）

仙台市では、地域特性を活かした食育の取り組みを総合的かつ計画的に推進するため、平成 30 年 3 月に「仙台市食育推進計画第 2 期 後期計画」を策定し、市民の皆様や関係団体、事業者等と連携しながら食育推進に取り組んでいます。

市民の皆様の食生活や食習慣、食育に関する意識などをお伺いし、令和 5 年に行う最終評価と次期計画策定のための基礎資料や今後の食育活動の参考とするため、調査を行いました。

(2) 消費生活に関する調査について（担当：市民局生活安全安心部消費生活センター）

消費生活基本計画に係る消費者の意識を確認するため、消費生活センターの認知度、消費者被害に遭わないための取り組み、消費者市民社会の形成に寄与する取り組みなどについて調査を行いました。

## 2 調査対象

令和 3 年度市政モニター 200 名

## 3 調査時期

令和 4 年 2 月 7 日から 21 日まで

## 4 調査実施方法

郵送回収及びインターネットによる無記名式調査

## 5 回収結果

有効回答票 189

回答率 94.5%

## 6 集計結果の留意事項

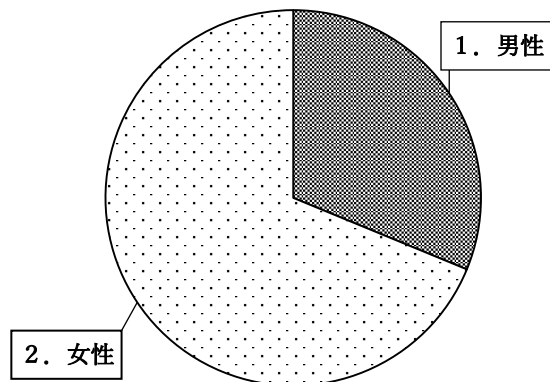
複数の選択肢を選択する問いの回答割合は、設問項目毎の回答数を有効回答者数（n）で除したものである。

## 7 調査結果

〈回答者の属性〉

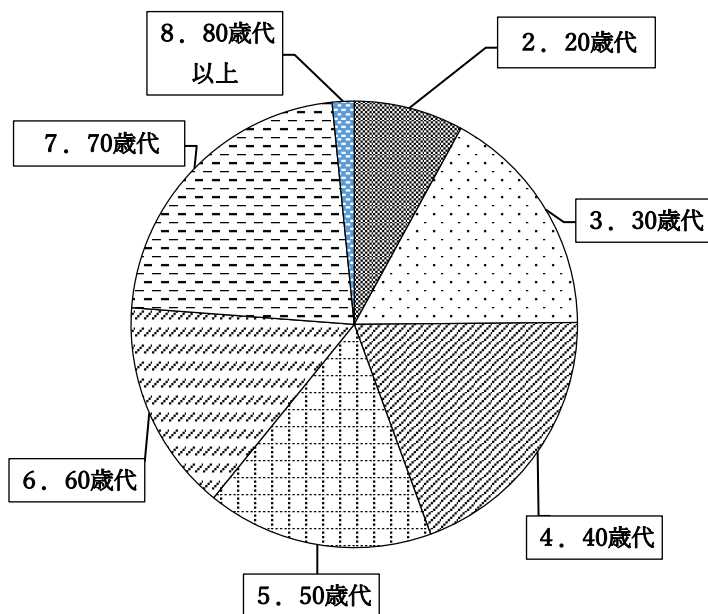
問1 あなたの性別を教えてください。(n=189)

選択肢	回答数	割合
1. 男性	59	31.2%
2. 女性	130	68.8%
合計	189	100.0%



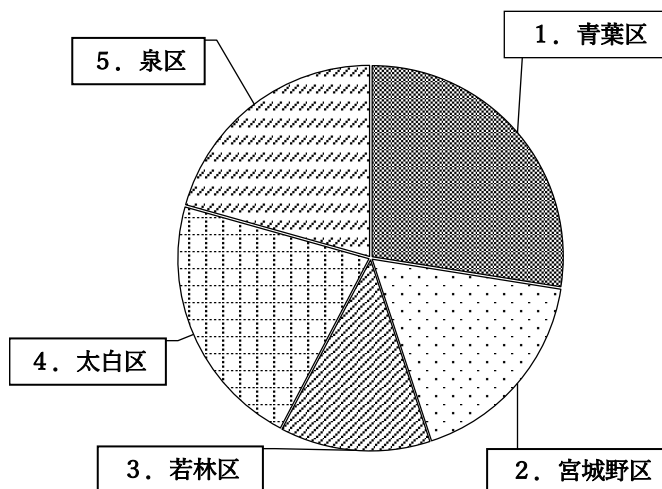
問2 あなたの年齢を教えてください。(n=189)

選択肢	回答数	割合
1. 10歳代	0	0%
2. 20歳代	15	7.9%
3. 30歳代	32	16.9%
4. 40歳代	37	19.6%
5. 50歳代	31	16.4%
6. 60歳代	29	15.3%
7. 70歳代	42	22.3%
8. 80歳代以上	3	1.6%
合計	189	100.0%



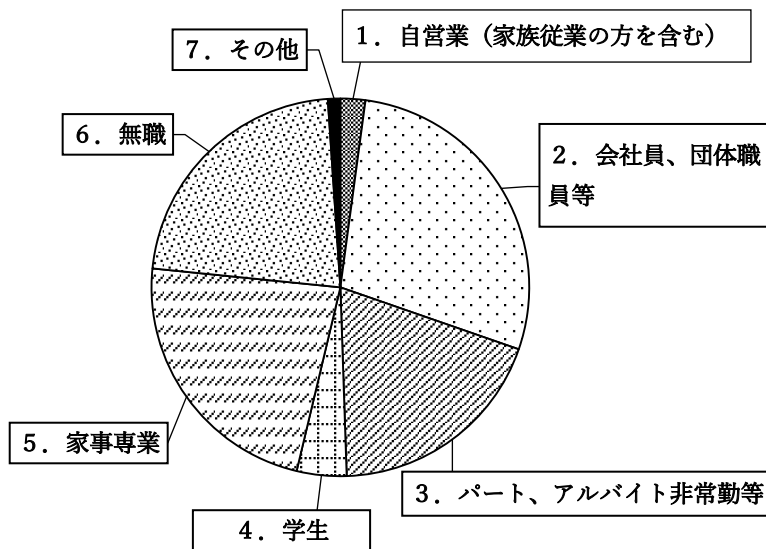
問3 あなたの居住区を教えてください。(n=189)

選択肢	回答数	割合
1. 青葉区	52	27.5%
2. 宮城野区	33	17.5%
3. 若林区	24	12.7%
4. 太白区	41	21.7%
5. 泉区	39	20.6%
合計	189	100.0%



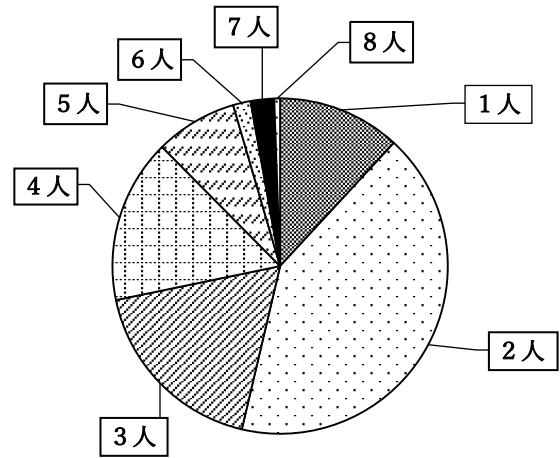
問4 あなたの職業等を教えてください。(n=188)

選択肢	回答数	割合
1. 自営業（家族従業の方を含む）	4	2.1%
2. 会社員、団体職員等	53	28.2%
3. パート、アルバイト、非常勤等	36	19.1%
4. 学生	8	4.3%
5. 家事専業	43	22.9%
6. 無職	42	22.3%
7. その他	2	1.1%
合計	188	100.0%



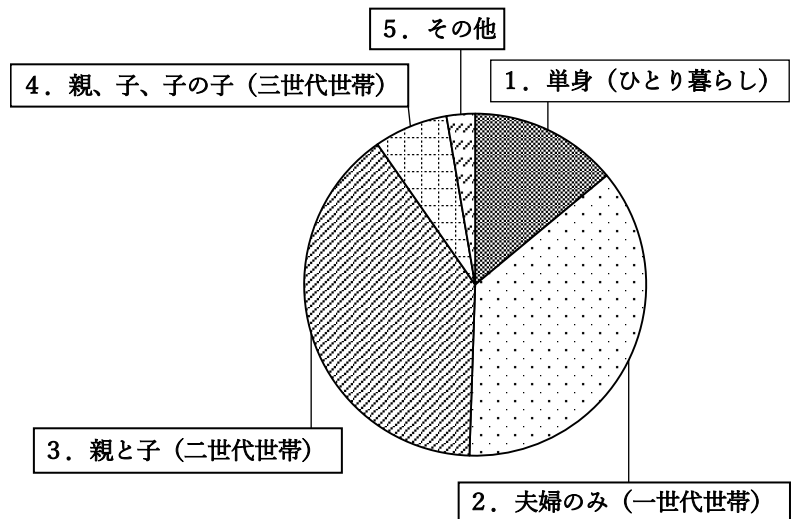
問 5-1 あなたの家族は何人ですか。(n=177)

人数	回答数	割合
1人	21	11.9%
2人	74	41.8%
3人	32	18.1%
4人	28	15.8%
5人	14	7.9%
6人	3	1.7%
7人	4	2.2%
8人	1	0.6%
合計	177	100.0%



問 5-2 あなたの家族構成を教えてください。(n=186)

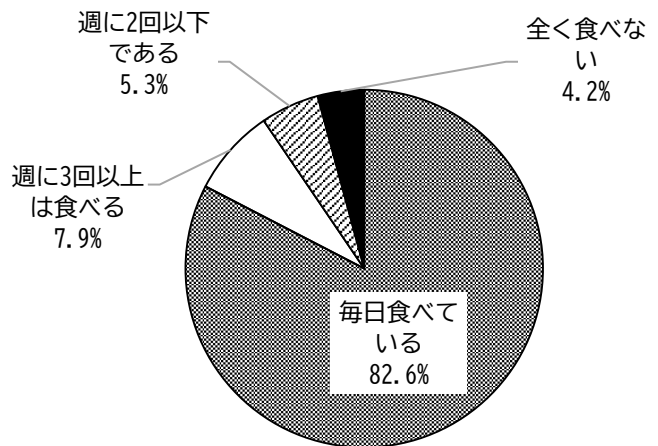
選択肢	回答数	割合
1. 単身 (ひとり暮らし)	26	14.0%
2. 夫婦のみ (一世代世帯)	68	36.5%
3. 親と子 (二世帯世帯)	74	39.8%
4. 親、子、子の子 (三世帯世帯)	13	7.0%
5. その他	5	2.7%
合計	186	100.0%



〈設問回答〉(1) 食生活について

問6 あなたは、朝食をきちんと食べていますか。(n=189)

項目	回答数	割合
毎日食べている	156	82.6%
週に3回以上は食べる	15	7.9%
週に2回以下である	10	5.3%
全く食べない	8	4.2%
計	189	100.0%



〈毎日食べている理由(自由記載)件数〉

(n=156)

	回答数
習慣だから(3食食べる習慣にしている含む)	20
健康のため	15
1日のエネルギー、1日のスタートのため	11
お腹がすくから	9
食べないとやる気が出ない・活動できない	8
食べたほうが調子が良い	4
当たり前のこと・普通のこと・朝食だから	4
頭を働かせる(集中力をあげる)・身体を動かすため	3
お腹がすいているから	2
家族が作ってくれるから	2
生活リズムのため	2
子供が小さいから	1
生きていくため	1
回答数計	82

〈毎日食べていない理由(自由記載)件数〉

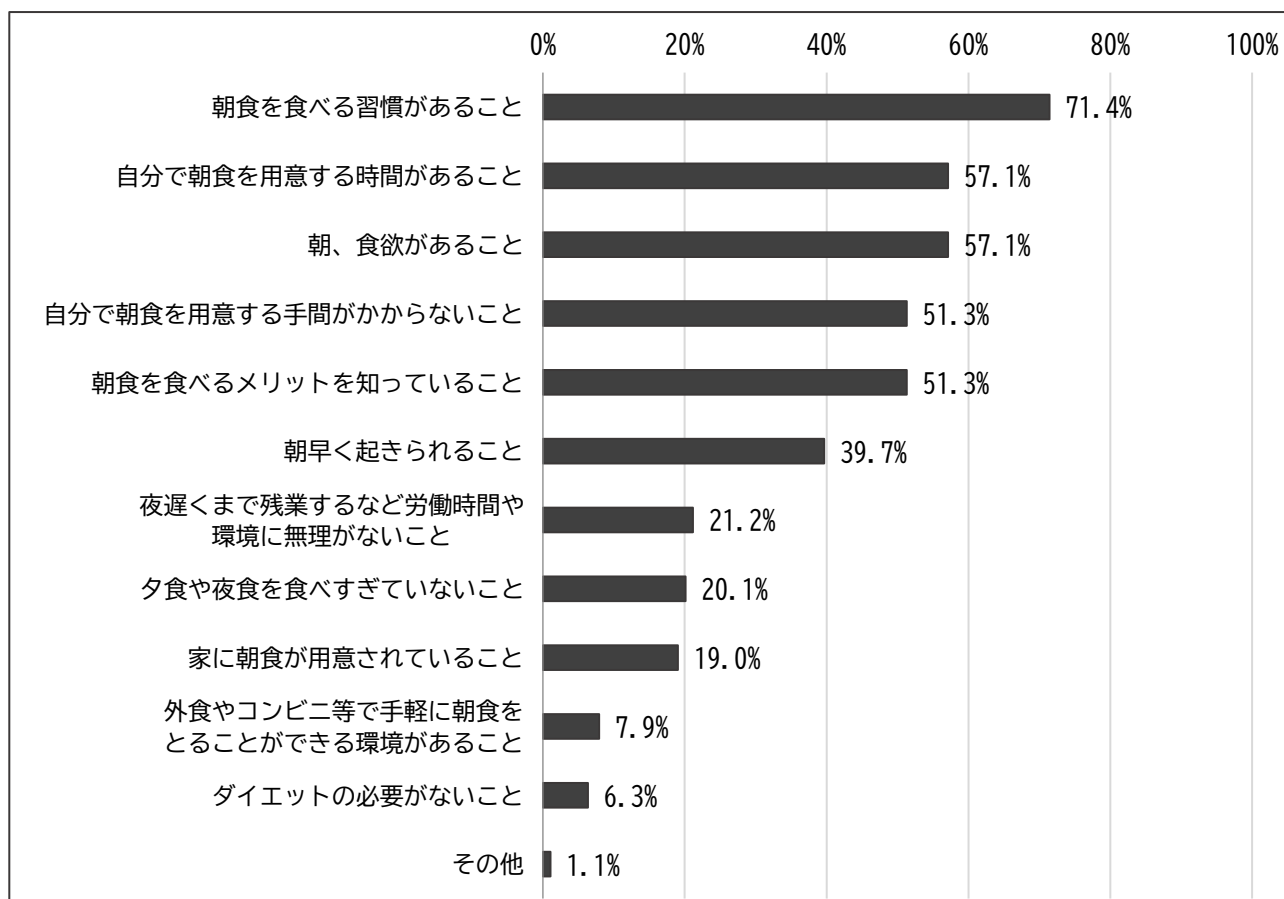
(n=33)

	回答数
時間がない・忙しい	8
食欲がない	4
起床時間が決まっていない	2
起きる時間が遅い(仕事の都合含む)	2
食べない方が調子が良い、ダイエット、学校へ行く日は食べるが休みの日は食べない、健康に良いと思う、消化するまで胃腸が重くなる、体調をみて食べるため、昼食が多いため、動作が重くなるため	各1
回答数計	24

問7 あなたが朝食を食べるためには、どのようなことが必要だと思いますか。あてはまるものすべてに○をしてください。(n=189)

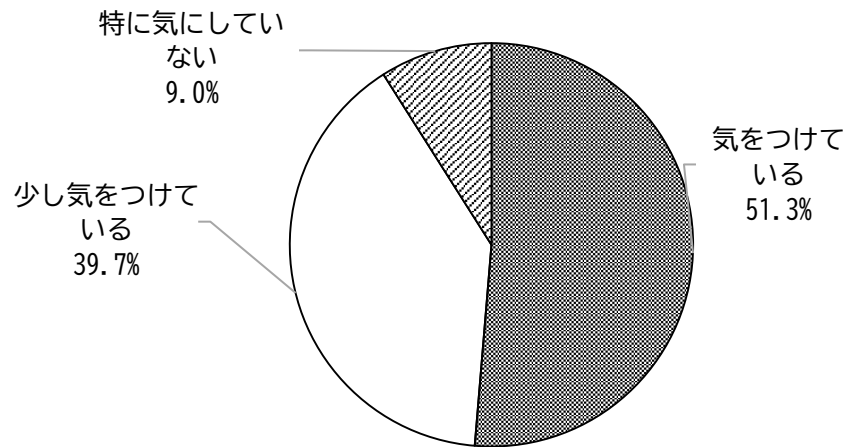
項目	回答数	割合
朝食を食べる習慣があること	135	71.4%
自分で朝食を用意する時間があること	108	57.1%
朝、食欲があること	108	57.1%
自分で朝食を用意する手間がかからないこと	97	51.3%
朝食を食べるメリットを知っていること	97	51.3%
朝早く起きられること	75	39.7%
夜遅くまで残業するなど労働時間や環境に無理がないこと	40	21.2%
夕食や夜食を食べすぎていないこと	38	20.1%
家に朝食が用意されていること	36	19.0%
外食やコンビニ等で手軽に朝食をとることができる環境があること	15	7.9%
ダイエットの必要がないこと	12	6.3%
その他	2	1.1%

その他の内容：「朝食を用意する自分が健康であること」「朝食を食べられる心身状態であること」



問8 あなたは、食事を食べたり、作ったりするとき、栄養のバランスに気をつけていますか。  
(n=189)

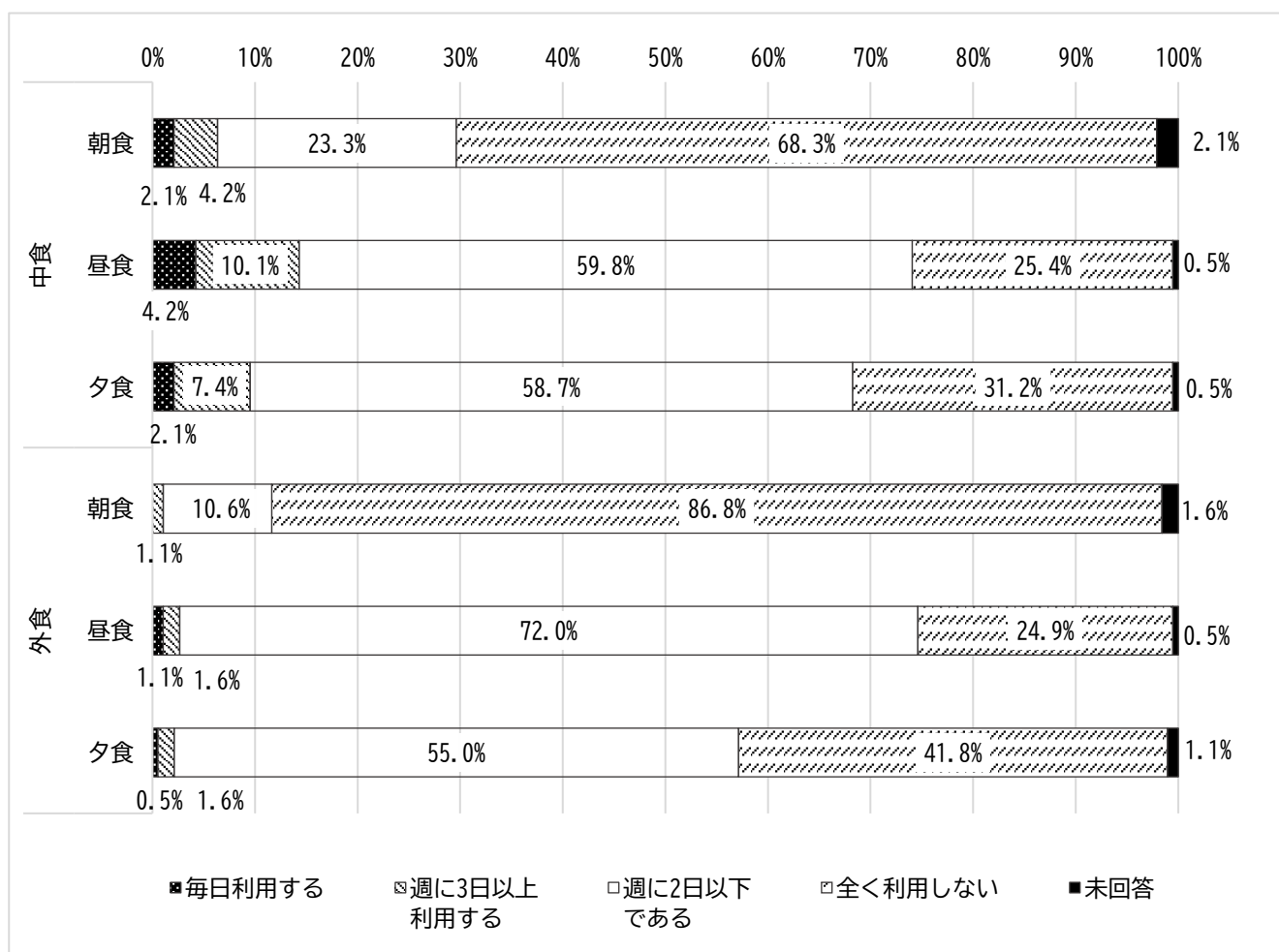
項目	回答数	割合
気をつけている	97	51.3%
少し気をつけている	75	39.7%
特に気にしていない	17	9.0%
計	189	100.0%





問9 あなたは中食・外食を利用することがありますか。(n=189)

食事の形態		毎日利用する		週に3日以上利用する		週に2日以下である		全く利用しない		未回答	
		件数	割合	件数	割合	件数	割合	件数	割合	件数	割合
中食	朝食	4	2.1%	8	4.2%	44	23.3%	129	68.3%	4	2.1%
	昼食	8	4.2%	19	10.1%	113	59.8%	48	25.4%	1	0.5%
	夕食	4	2.1%	14	7.4%	111	58.7%	59	31.2%	1	0.5%
外食	朝食	0	0.0%	2	1.1%	20	10.6%	164	86.8%	3	1.6%
	昼食	2	1.1%	3	1.6%	136	72.0%	47	24.9%	1	0.5%
	夕食	1	0.5%	3	1.6%	104	55.0%	79	41.8%	2	1.1%

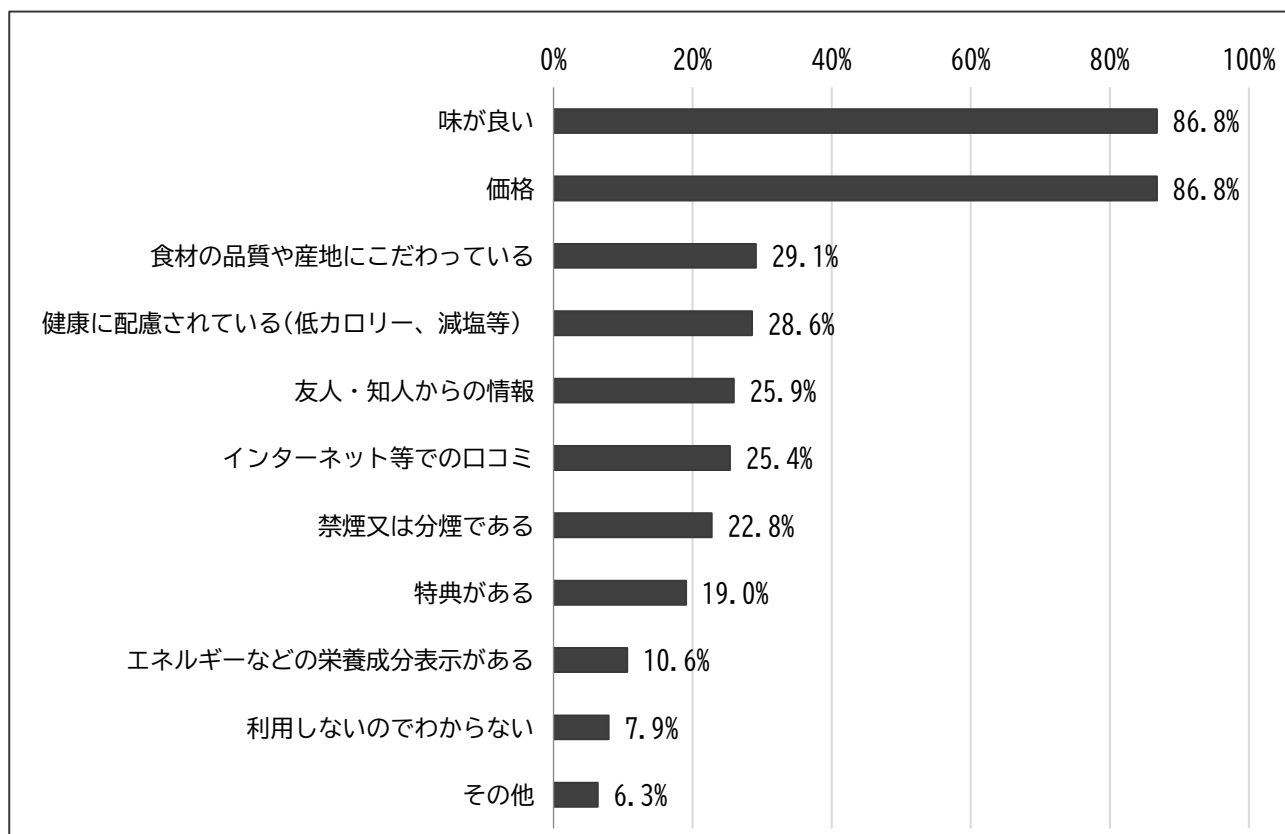


問10 あなたが、中食や外食をする際、料理やお店などを選ぶ基準は何ですか。あてはまるものすべてに○をしてください。(n=189)

項目	回答数	割合
味が良い	164	86.8%
価格	164	86.8%
食材の品質や産地にこだわっている	55	29.1%
健康に配慮されている(低カロリー、減塩等)	54	28.6%
友人・知人からの情報	49	25.9%
インターネット等での口コミ	48	25.4%
禁煙又は分煙である	43	22.8%
特典がある	36	19.0%
エネルギーなどの栄養成分表示がある	20	10.6%
利用しないのでわからない	15	7.9%
その他	12	6.3%

その他の内容：「衛生面」「コロナ対策がされている」「家の近く・早く食べられる」

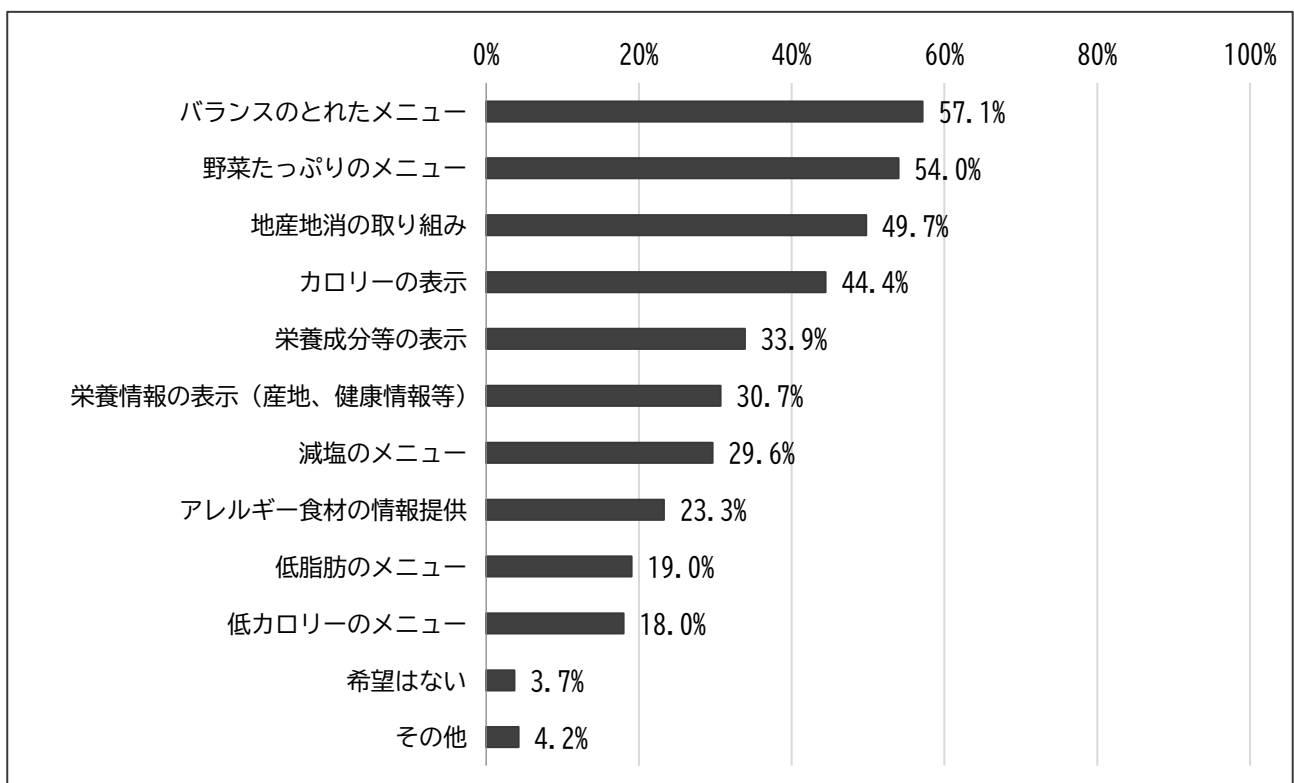
「子どもが食べられる」「店舗の雰囲気・SNS映え」「従業員の対応」



問 11 あなたは、外食・中食を提供する飲食業者に対して、栄養に関するメニューや表示について行ってほしいことはありますか。あてはまるものすべてに○をしてください。(n=189)

項目	回答数	割合
バランスのとれたメニュー	108	57.1%
野菜たっぷりのメニュー	102	54.0%
地産地消の取り組み	94	49.7%
カロリーの表示	84	44.4%
栄養成分等の表示	64	33.9%
栄養情報の表示(産地、健康情報等)	58	30.7%
減塩のメニュー	56	29.6%
アレルギー食材の情報提供	44	23.3%
低脂肪のメニュー	36	19.0%
低カロリーのメニュー	34	18.0%
希望はない	7	3.7%
その他	8	4.2%

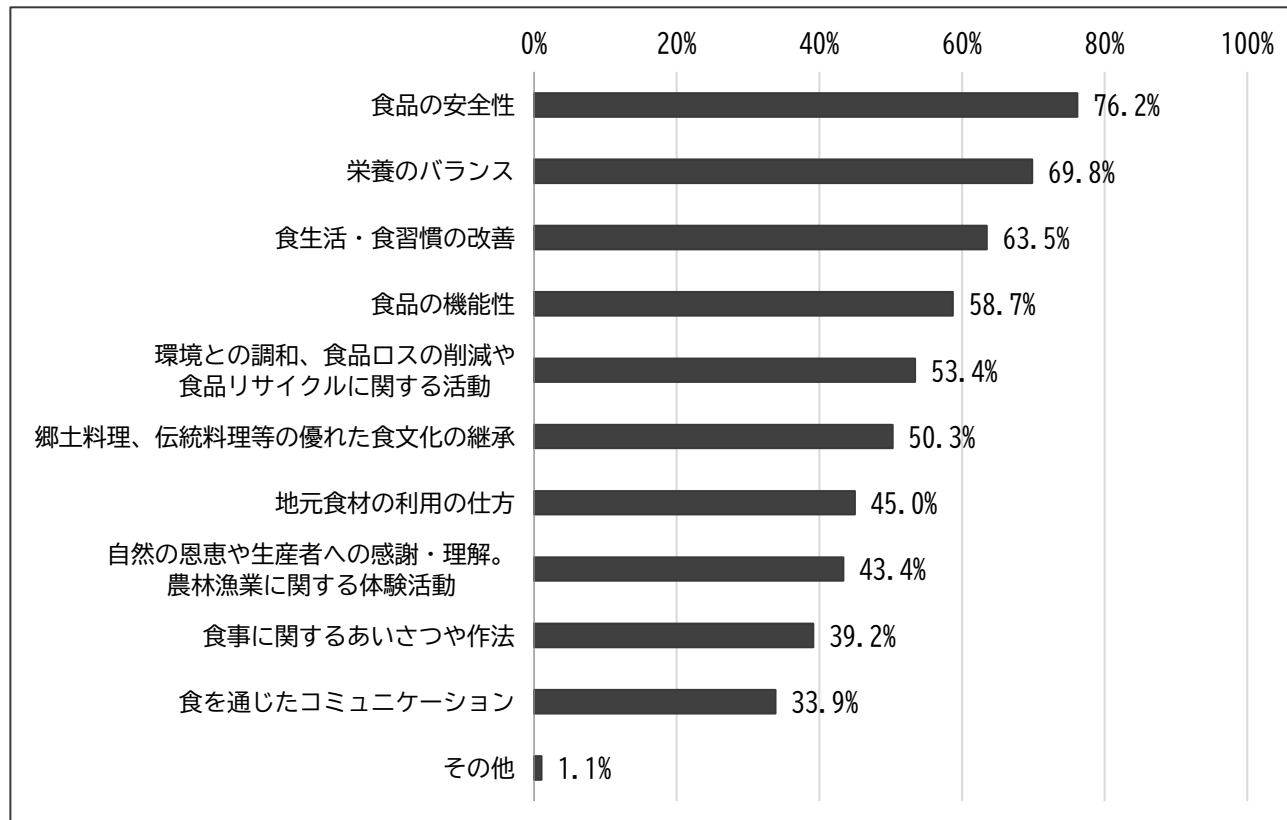
その他の内容：「タンパク質を中心としたメニュー」「タンパク質の表示」「食塩量の表示」  
「添加物についての表示」「食べたいものを組み合わせられる」「小盛りメニュー」



問 12 食育について、あなたはどんなことについて関心がありますか。あてはまるものすべてに○をしてください。(n=189)

項 目	回答数	割合
食品の安全性	144	76.2%
栄養のバランス	132	69.8%
食生活・食習慣の改善	120	63.5%
食品の機能性	111	58.7%
環境との調和、食品ロスの削減や食品リサイクルに関する活動	101	53.4%
郷土料理、伝統料理等の優れた食文化の継承	95	50.3%
地元食材の利用の仕方	85	45.0%
自然の恩恵や生産者への感謝・理解。農林漁業に関する体験活動	82	43.4%
食事に関するあいさつや作法	74	39.2%
食を通じたコミュニケーション	64	33.9%
その他	2	1.1%
わからない	0	0.0%
関心はない	0	0.0%

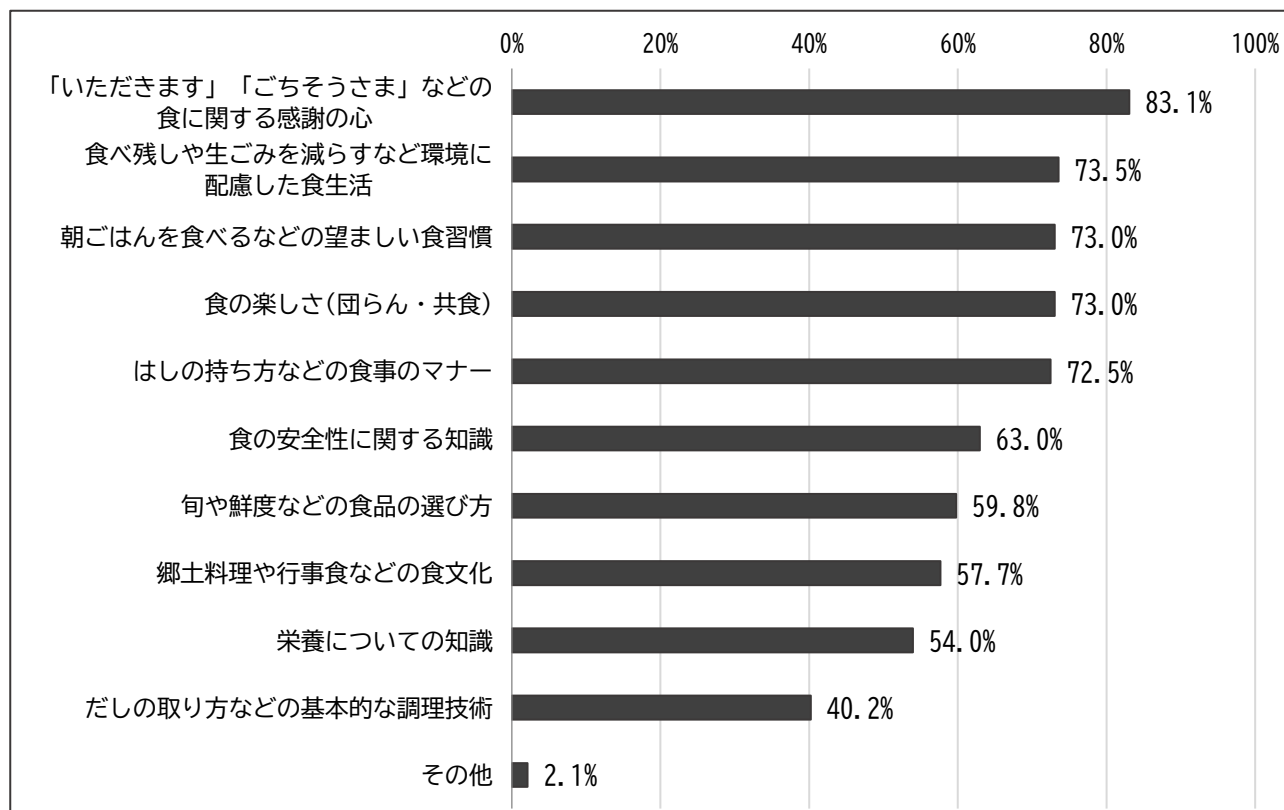
その他の内容：「『食べる』は生活の基本であり体の健康=幸せの土台」「自分の身体に必要なものを取捨選択する判断力の育成。世界状況やその時々科学的知性に応じて、食生活をかえりみて考えられる力と感性の育成」



問 13 あなたが地域や次世代（子どもやお孫さんを含む）に対し、伝えていくべきだと思うことはなんですか。あてはまるものすべてに○をしてください。（n=189）

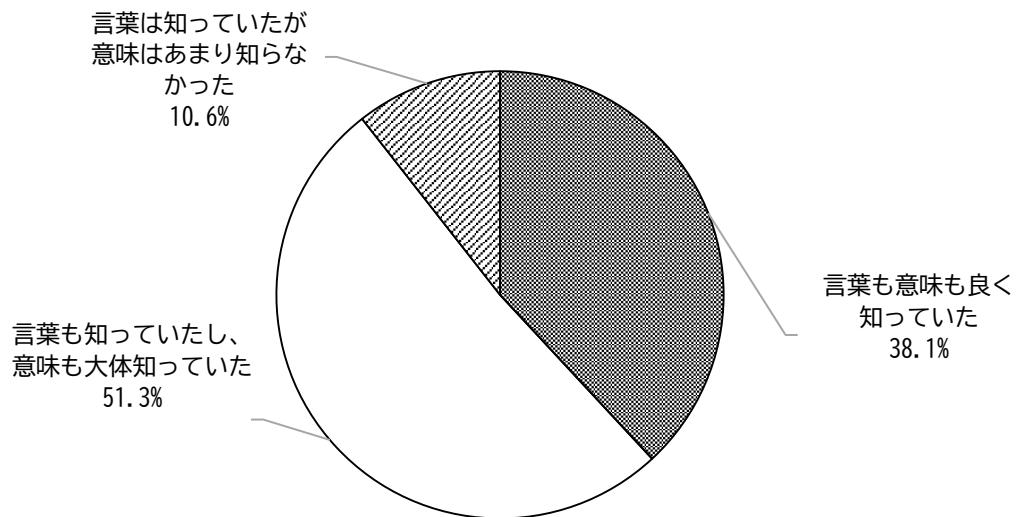
項 目	回答数	割合
「いただきます」「ごちそうさま」などの食に関する感謝の心	157	83.1%
食べ残しや生ごみを減らすなど環境に配慮した食生活	139	73.5%
朝ごはんを食べるなどの望ましい食習慣	138	73.0%
食の楽しさ(団らん・共食)	138	73.0%
はしの持ち方などの食事のマナー	137	72.5%
食の安全性に関する知識	119	63.0%
旬や鮮度などの食品の選び方	113	59.8%
郷土料理や行事食などの食文化	109	57.7%
栄養についての知識	102	54.0%
だしの取り方などの基本的な調理技術	76	40.2%
その他	4	2.1%
特になし	0	0.0%

その他の内容：「お手伝いを通して自分でも調理を体験する」「だらしない生活を改め片づけ(食器・調理用具を片づける等)の大事さを体験させる」「スーパー店で食材を仕込む事を通じて生活の基本を学ぶ」「地域だけに限らず、常に世界を考えて食生活に臨んでいく姿勢」



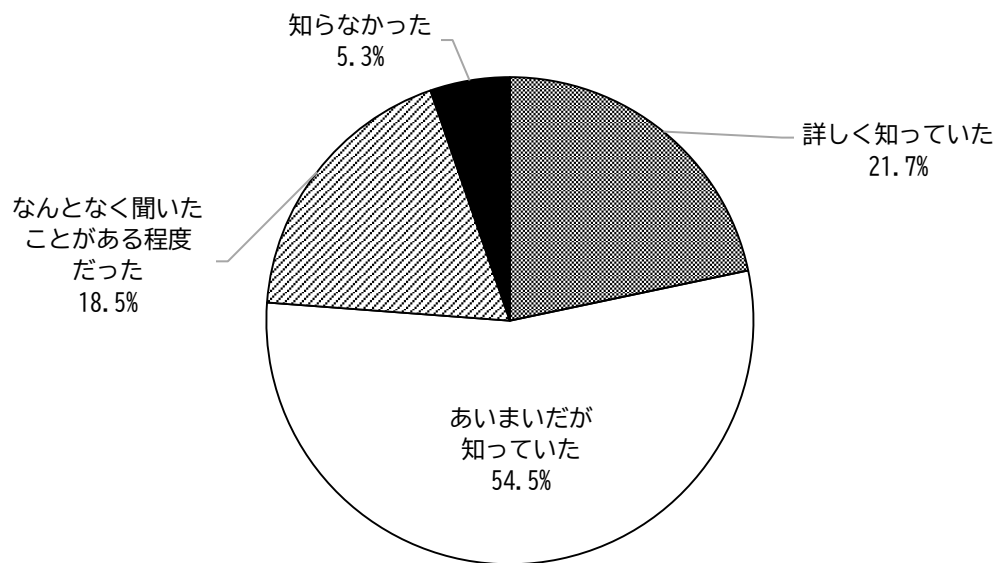
問 14 あなたは「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」という言葉やその意味を知っていましたか。(n=189)

項目	回答数	割合
言葉も意味も良く知っていた	72	38.1%
言葉も知っていたし、意味も大体知っていた	97	51.3%
言葉は知っていたが意味はあまり知らなかった	20	10.6%
言葉は知っていたが意味は知らなかった	0	0.0%
言葉も意味も知らなかった	0	0.0%
計	189	100.0%



問 15 あなたは、メタボリックシンドロームの診断基準をご存知でしたか。(n=189)

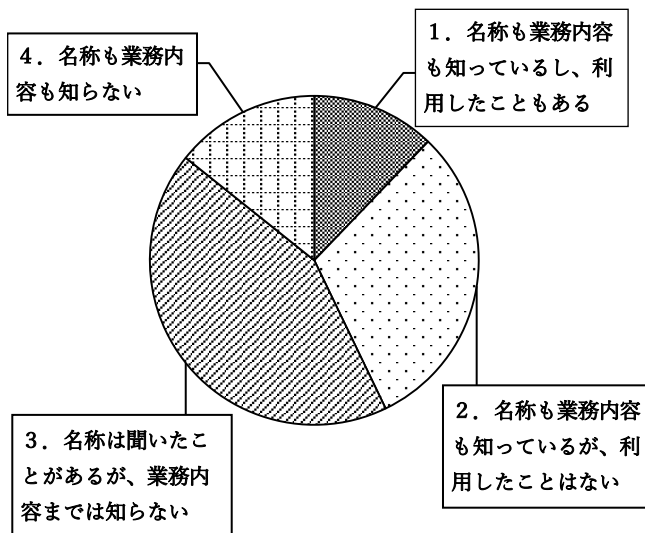
項目	回答数	割合
詳しく知っていた	41	21.7%
あいまいだが知っていた	103	54.5%
なんとなく聞いたことがある程度だった	35	18.5%
知らなかった	10	5.3%
計	189	100.0%



〈設問回答〉(2) 消費生活について

問 16-1 あなたは、「仙台市消費生活センター」を知っていますか。また、利用したことがありますか。いずれか1つに○をつけてください。(n=189)

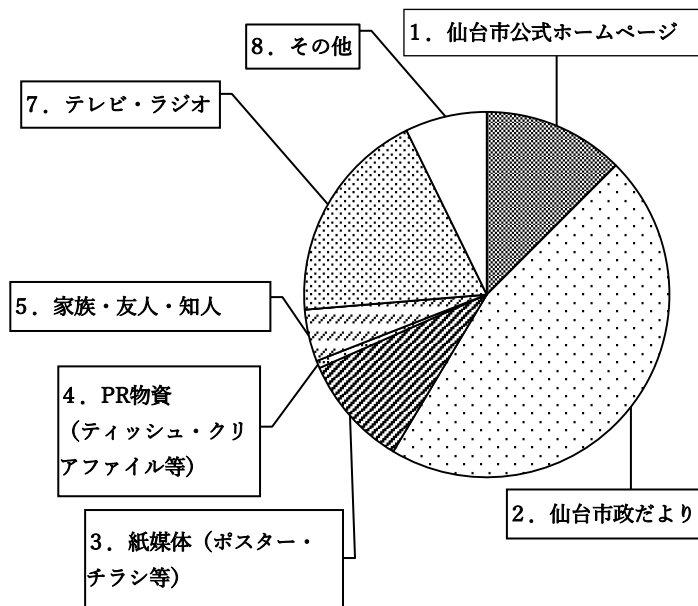
選択肢	回答数	割合
1. 名称も業務内容も知っているし、利用したこともある	23	12.2%
2. 名称も業務内容も知っているが、利用したことはない	58	30.7%
3. 名称は聞いたことがあるが、業務内容までは知らない	81	42.8%
4. 名称も業務内容も知らない	27	14.3%
合計	189	100.0%



【問 16-1 の質問で、1～3 と答えた方にお聞きします。】

問 16-2 「仙台市消費生活センター」を何で(どのような媒体で)お知りになりましたか。いずれか1つに○をつけてください。(n=152)

選択肢	回答数	割合
1. 仙台市公式ホームページ	19	12.5%
2. 仙台市政だより	70	46.1%
3. 紙媒体(ポスター・チラシ等)	15	9.9%
4. PR 物資(ティッシュ、クリアファイル等)	1	0.6%
5. 家族・友人・知人	7	4.6%
6. 仙台市消費生活センターYouTube	0	0.0%
7. テレビ・ラジオ	29	19.1%
8. その他	11	7.2%
合計	152	100.0%

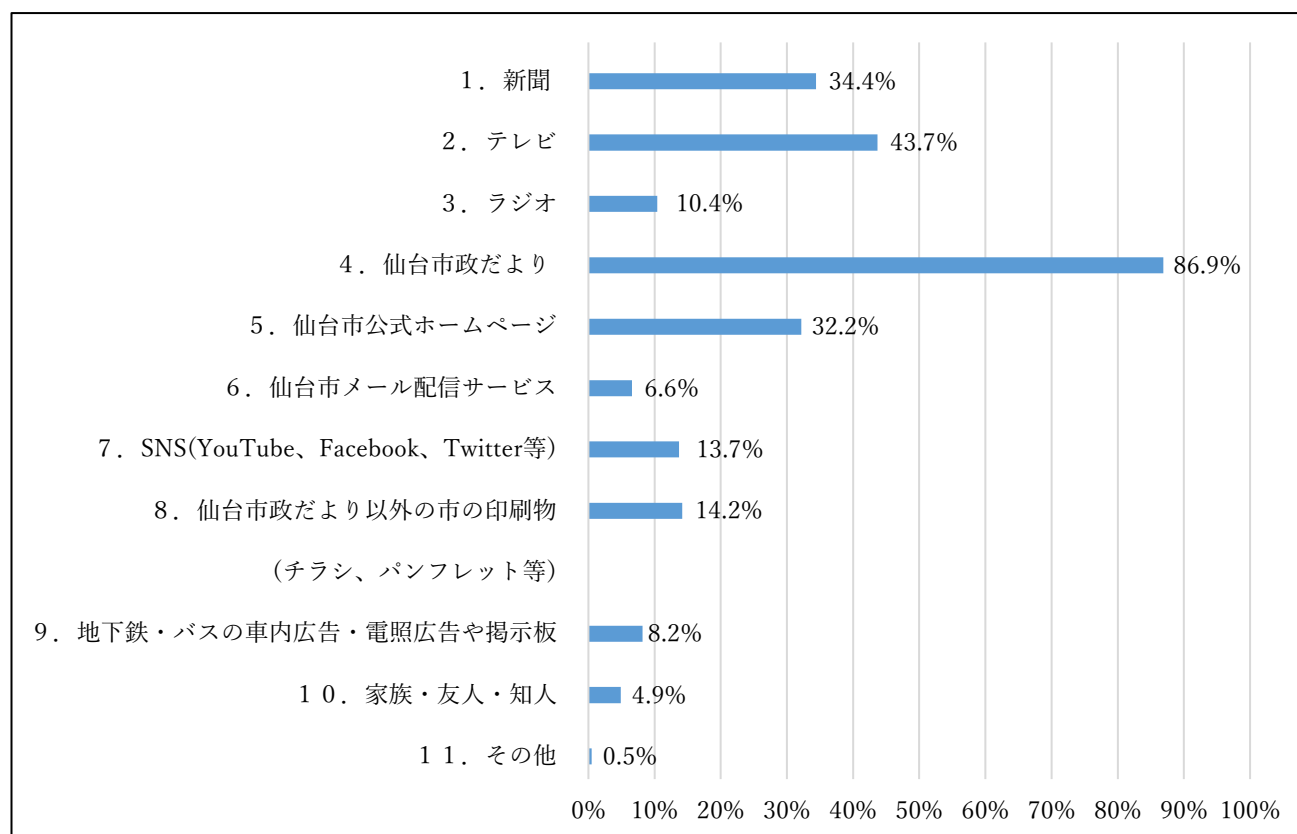




【ここからは再び全員の方がお答えください】

問 17 あなたは、仙台市や仙台市政に関する情報を何から得ていますか。多いものを3つまで選んで○をつけてください。(n=183)

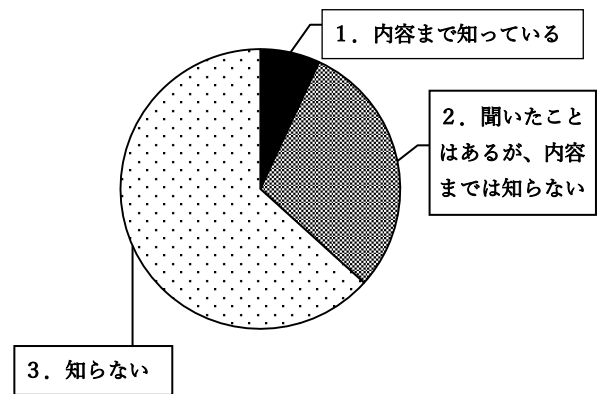
選択肢	回答数	割合
1. 新聞	63	34.4%
2. テレビ	80	43.7%
3. ラジオ	19	10.4%
4. 仙台市政だより	159	86.9%
5. 仙台市公式ホームページ	59	32.2%
6. 仙台市メール配信サービス	12	6.6%
7. SNS(YouTube、Facebook、Twitter等)	25	13.7%
8. 仙台市政だより以外の市の印刷物(チラシ、パンフレット等)	26	14.2%
9. 地下鉄・バスの車内広告・電照広告や掲示板	15	8.2%
10. 家族・友人・知人	9	4.9%
11. その他	1	0.5%



問 18 あなたは、「消費者市民社会」\*についてどのくらい知っていますか。いずれかひとつに○をつけてください。(n=188)

\*「消費者市民社会」とは、消費者一人一人が、消費生活が、地球環境や経済社会の形成にも影響を与えていることを自覚し、周りの人や、将来生まれてくる世代のことまで考慮して商品やサービスを選択し、社会の一員としてより良い市場とより良い社会の発展のために積極的に参画する社会。

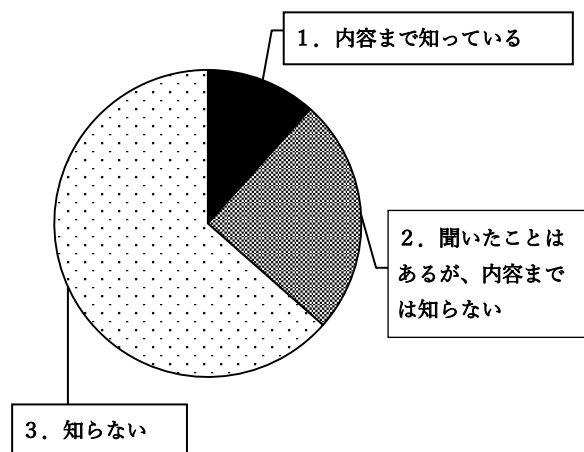
選択肢	回答数	割合
1. 内容まで知っている	13	6.9%
2. 聞いたことはあるが、内容までは知らない	56	29.8%
3. 知らない	119	63.3%
合 計	188	100.0%



問 19 あなたは、「エシカル消費」\*についてどのくらい知っていますか。いずれかひとつに○をつけてください。(n=189)

\*「エシカル消費」とは、エコ商品や認証ラベルのある商品を選ぶ、地産地消を心掛けるなど、人や社会、地球環境に配慮した製品やサービスを選んで消費すること。

選択肢	回答数	割合
1. 内容まで知っている	22	11.6%
2. 聞いたことはあるが、内容までは知らない	47	24.9%
3. 知らない	120	63.5%
合 計	189	100.0%



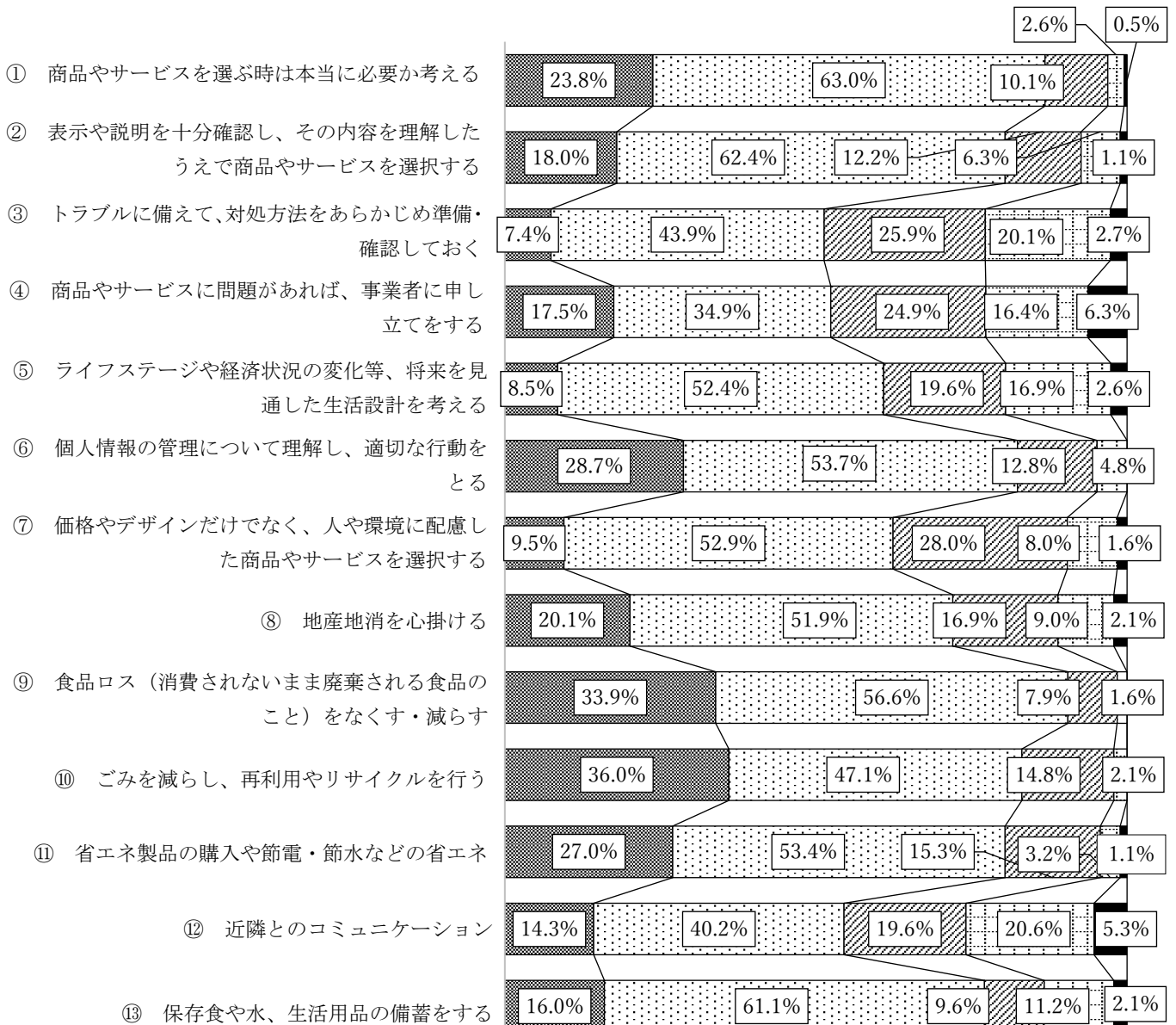
問 20 あなたは、ふだんの生活で下欄①～⑬の項目をどの程度心掛けていますか。それぞれ、いずれか1つに○をつけてください。

設問	選択肢					合計(回答数)
	1. かなり心掛けています	2. ある程度心掛けています	3. どちらともいえない	4. あまり心掛けていない	5. ほとんど全く心掛けていない	合計(割合)
① 商品やサービスを選ぶ時は本当に必要か考える(n=189)	45	119	19	5	1	189
	23.8%	63.0%	10.1%	2.6%	0.5%	100%
② 表示や説明を十分確認し、その内容を理解したうえで商品やサービスを選択する(n=189)	34	118	23	12	2	189
	18.0%	62.4%	12.2%	6.3%	1.1%	100%
③ トラブルに備えて、対処法をあらかじめ準備・確認しておく(n=189)	14	83	49	38	5	189
	7.4%	43.9%	25.9%	20.1%	2.7%	100%
④ 商品やサービスに問題があれば、事業者に申し立てをする(n=189)	33	66	47	31	12	189
	17.5%	34.9%	24.9%	16.4%	6.3%	100%
⑤ ライフステージや経済状況の変化等、将来を見通した生活設計を考える(n=189)	16	99	37	32	5	189
	8.5%	52.4%	19.6%	16.9%	2.6%	100%
⑥ 個人情報の管理について理解し、適切な行動をとる(n=188)	54	101	24	9	0	188
	28.7%	53.7%	12.8%	4.8%	0.0%	100%
⑦ 価格やデザインだけでなく、人や環境に配慮した商品やサービスを選択する(n=189)	18	100	53	15	3	189
	9.5%	52.9%	28.0%	8.0%	1.6%	100%
⑧ 地産地消を心掛ける(n=189)	38	98	32	17	4	189
	20.1%	51.9%	16.9%	9.0%	2.1%	100%
⑨ 食品ロス(消費されないまま廃棄される食品のこと)をなくす・減らす(n=189)	64	107	15	3	0	189
	33.9%	56.6%	7.9%	1.6%	0.0%	100%
⑩ ごみを減らし、再利用やリサイクルを行う(n=189)	68	89	28	4	0	189
	36.0%	47.1%	14.8%	2.1%	0.0%	100%
⑪ 省エネ製品の購入や節電・節水などの省エネ(n=189)	51	101	29	6	2	189
	27.0%	53.4%	15.3%	3.2%	1.1%	100%

裏面へつづく

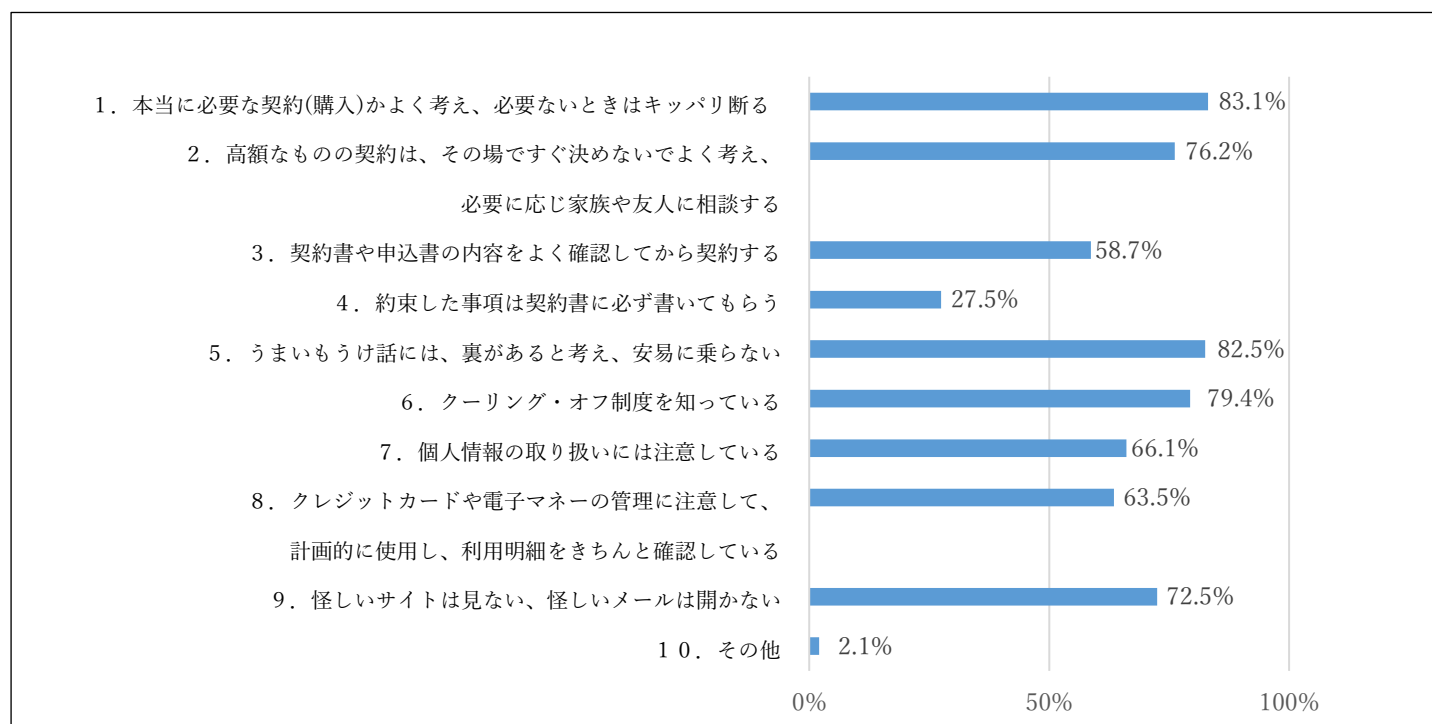
⑫ 近隣とのコミュニケーション(n=189)	27	76	37	39	10	189
	14.3%	40.2%	19.6%	20.6%	5.3%	100%
⑬ 保存食や水、生活用品の備蓄をする(n=188)	30	115	18	21	4	188
	16.0%	61.1%	9.6%	11.2%	2.1%	100%

- 1. かなり心掛けている  
 □ 2. ある程度心掛けている  
 ▨ 3. どちらともいえない  
 □ 4. あまり心掛けていない  
 ■ 5. ほとんど・全く心掛けていない



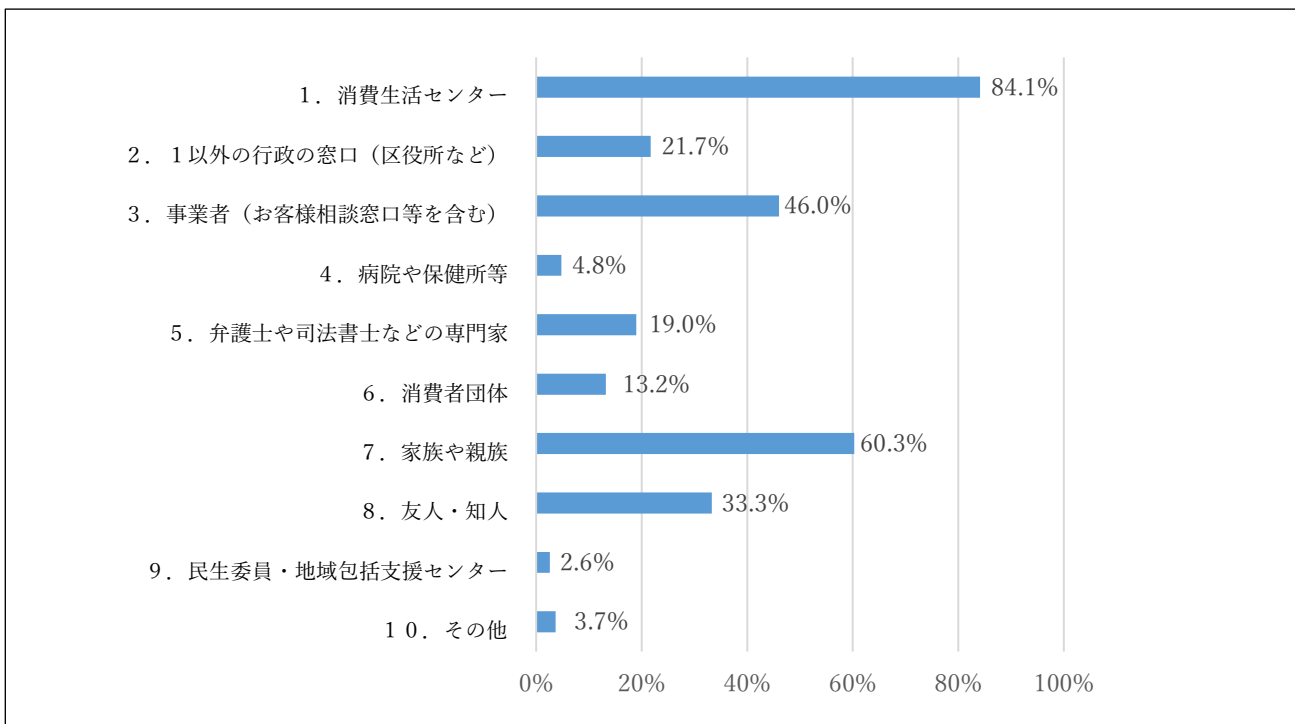
問 21 あなたご自身が消費者被害に遭わないために日頃気をつけていることはありますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(n=189)

選択肢	回答数	割合
1. 本当に必要な契約(購入)かよく考え、必要ないときはキッパリ断る	157	83.1%
2. 高額なものの契約は、その場ですぐ決めないでよく考え、必要に応じ家族や友人に相談する	144	76.2%
3. 契約書や申込書の内容をよく確認してから契約する	111	58.7%
4. 約束した事項は契約書に必ず書いてもらう	52	27.5%
5. うまいもうけ話には、裏があると考え、安易に乗らない	156	82.5%
6. クーリング・オフ制度を知っている	150	79.4%
7. 個人情報の取り扱いには注意している	125	66.1%
8. クレジットカードや電子マネーの管理に注意して、計画的に使用し、利用明細をきちんと確認している	120	63.5%
9. 怪しいサイトは見ない、怪しいメールは開かない	137	72.5%
10. その他	4	2.1%



問22 あなたは、消費者トラブルに遭った場合、どこに相談すると思いますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(n=189)

選択肢	回答数	割合
1. 消費生活センター	159	84.1%
2. 1以外の行政の窓口（区役所など）	41	21.7%
3. 事業者（お客様相談窓口等を含む）	87	46.0%
4. 病院や保健所等	9	4.8%
5. 弁護士や司法書士などの専門家	36	19.0%
6. 消費者団体	25	13.2%
7. 家族や親族	114	60.3%
8. 友人・知人	63	33.3%
9. 民生委員・地域包括支援センター	5	2.6%
10. その他	7	3.7%



問 23 あなたは、消費生活センターに相談するとしたら、どのような方法が相談しやすいと考えますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(n=189)

選択肢	回答数	割合
1. 電話	161	85.2%
2. 窓口に行く	88	46.6%
3. Eメール	66	34.9%
4. SNS(LINE、Twitter 等)	39	20.6%
5. その他	3	1.6%

