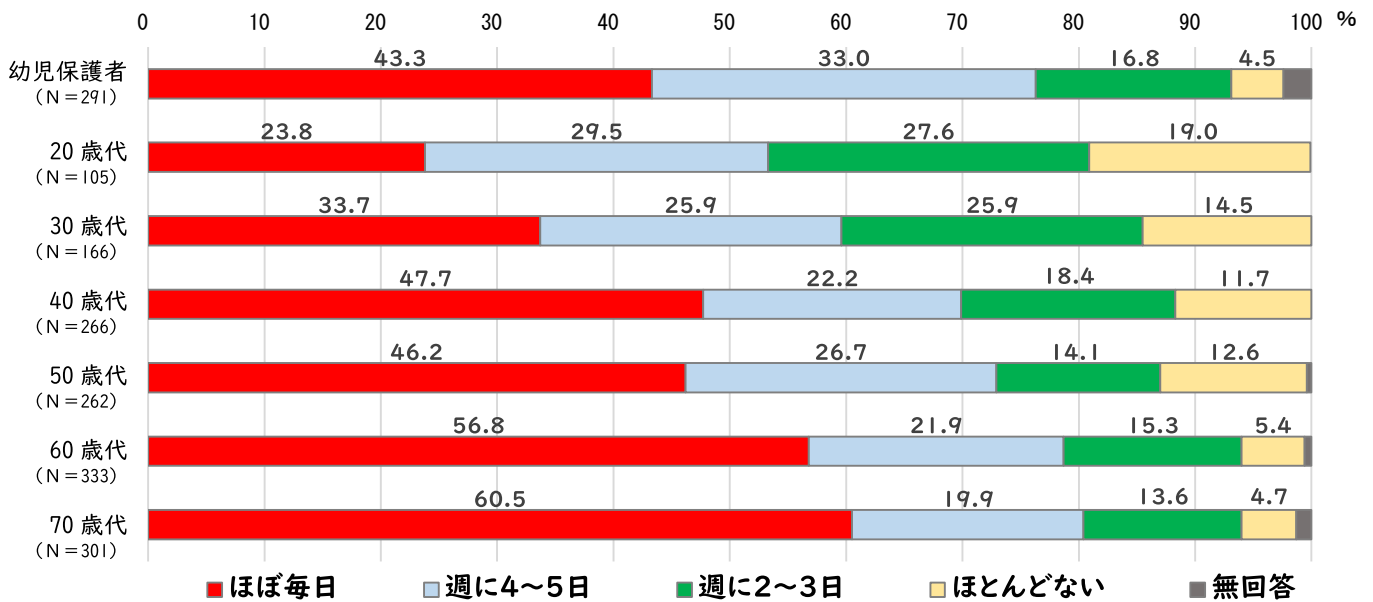


高知市の現状 (栄養バランスについて)

～平成 30 年度高知市食育に関するアンケート調査結果～

栄養バランスに配慮した食生活の実践

Q. 「主食・主菜・副菜」の3つをそろえて食べることが、1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか？



米くん

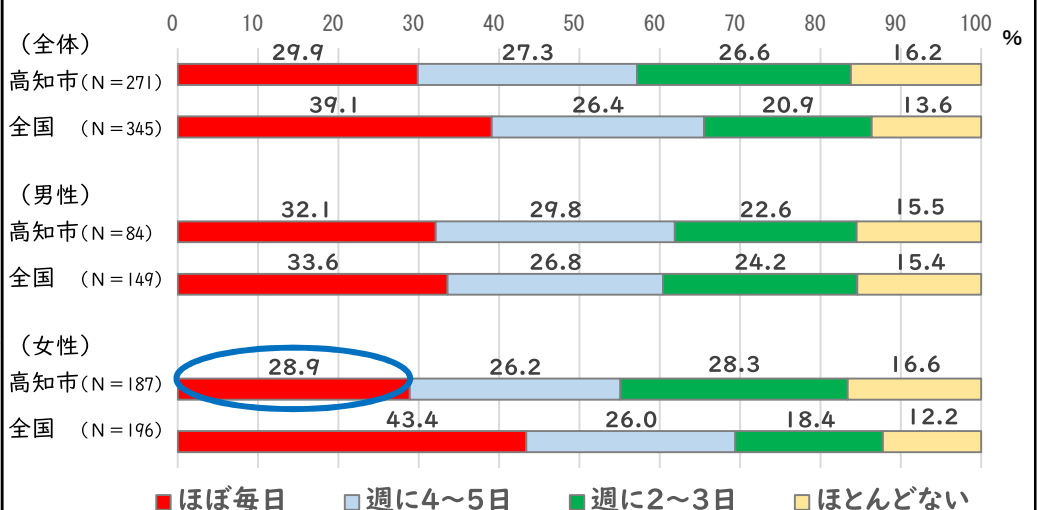
年代が高い人ほど、
栄養バランスに配慮した食生活を実践している人の割合が多くなっています。

20歳代は他の年代に比べて、
栄養バランスに配慮した食生活を実践している人の割合が少なく、同年代でも幼児保護者の方は、実践している人の割合が多くなっています。



いたどりちゃん

栄養バランスに配慮した食生活の実践 (20~30歳代 全国と比較)



特に、
若い世代 (20~30歳代) の女性の実践割合が、
全国と比べて低くなっているなあ。



トマトちゃん