

特定給食講演会 II ・ I 共通講演

講演 II 「大阪府民の健康を給食の力で

～平成27年度大阪版健康・栄養調査結果から～

講師 大阪府立大学大学院総合リハビリテーション学研究科 講師

(大阪府立大学21世紀科学研究機構公衆栄養実践研究センター) 黒川 通典先生



平成27年度大阪版健康栄養調査の結果

〈対象者の体格と健康意識・行動〉

・どの年齢層も体格が「普通 (BMI18.5以上25.0未満)」を維持する人が多い。

- ・およそ2割の人が健康ではないと感じている。
- ・健康への無関心層は男性約2割、女性約1割。
- ・メタボ予防及び改善の実践の首位は男性「運動」、女性「体重測定」。

〈食生活の状況〉

- ・若年者 (18～29歳) の約半数が朝食を食べる習慣がない。理由として「食欲がない」「食べる時間がない」が多い。
- ・働く世代の約4割が「外食で野菜が少ない」と感じている。
- ・若年者の約半数が外食、中食とも週1食以上となっている。男性はBMIが高い人ほど外食の摂取頻度が高い。
- ・男女とも4人に1人は1日に1食以上主食の重ね食べをしている。重ね食べる頻度が高い人ほど男＝外食、女＝中食の頻度が高い。重ね食べる頻度が高い人ほど摂取エネルギー量が多く、肥満の割合も多くなる。重ね食べる頻度が多い人ほど太りそうと思っている人が多く、おいしいと思っている人が多い。
- ・高校生の約2割が食事の代わりに菓子パンを

利用している。菓子パンの摂取頻度が高いほど、重ね食べる頻度も高くなる。

- ・栄養成分表示を活用しない人は約4割。アレルギーと原材料表示についてはニーズがある。
 - ・家族との料理機会がない人ほど、1人で料理ができない。
 - ・たんぱく質摂取量が不足気味の高齢者は男性約3割、女性約2割。
- 結果より、効果的な介入方法を探り、府民への動機付けに活用を。

(文責 行政 松本友希子)



〔緊急事態発生時の講習会などの対応について〕

(公社)大阪府栄養士会が開催を予定しております講習会など、当日に緊急事態 (台風・地震など) が発生しました場合は栄養士会事務局にて当日の開催状況を電話 (テープ) にて対応いたします。

(公社)大阪府栄養士会事務局 TEL. 06-6943-7970