

# スポレクフェスタ2025における 岩国市民の炭水化物意識調査について

岩国地域事業推進委員会

○白地弓子 加藤敬子 猪俣有紀 吉井響子

## 【背景・目的】

昨年度の「スポレクフェスタ2024における岩国市民の食事調査」結果の分析過程で、炭水化物に関する誤った認識が食事のバランスの乱れに影響している可能性が浮かび上がった。そこで本年度は、炭水化物の摂取に関する意識を把握し、課題を明確化することを目的に調査を実施した。

## 【方法】

- ①SATシステムを用いた栄養バランスチェックと栄養相談を実施
- ②「主食不足」に関するリーフレットの配布
- ③二次元コードを用いたFormsアンケート調査の実施

### 栄養相談

SATシステムとベジメータの結果を見ながら栄養指導を行います。

参加者377名！  
子どもから高齢者までたくさんの方が参加してくれました。ただ、人が多く「食品サンプルがなかった」という声も、

### SATシステム

### 自分の食事をチェック☆

### ベジメータ



今年は初めて(株)アステムと合同ブースで行いました。皮膚のカロテノイド量を測定し、30日以内の野菜摂取状況を調べます。

### リーフレット



誤解されやすい炭水化物について、正しい知識を広めるためリーフレットを配布しました。

アンケートは男性93名、女性177名、計270名の方に答えてもらいました！

### アンケート内容

1.主食	Q101	Q102	Q103	Q104	Q105
主食不足	Q101	Q102	Q103	Q104	Q105
2.制限群	Q201	Q202	Q203	Q204	Q205
3.炭水化物制限の有無	Q301	Q302	Q303	Q304	Q305
4.炭水化物制限の有無	Q401	Q402	Q403	Q404	Q405
5.炭水化物制限の有無	Q501	Q502	Q503	Q504	Q505
6.炭水化物制限の有無	Q601	Q602	Q603	Q604	Q605
7.制限群について	Q701	Q702	Q703	Q704	Q705
8.制限群について	Q801	Q802	Q803	Q804	Q805
9.制限群について	Q901	Q902	Q903	Q904	Q905
10.制限群について	Q1001	Q1002	Q1003	Q1004	Q1005

炭水化物制限の有無、炭水化物のイメージ（太りやすい・摂りすぎなければ問題はない等）について聞きました。

## 【結果及び考察】

炭水化物制限の有無は、各年代、男女および各年代男女で有意な差はなかった。女性の制限群では「炭水化物＝太りやすい」という強いイメージが根付いていることが明らかとなった。男性の非制限群では「摂りすぎなければ問題はない」などプラスのイメージが多かった。今年は参加者が多く、食品サンプルが不足したことで、SATシステムの結果の信憑性が低くなったと感じた。二次元コードでのアンケートは20代～40代に受け入れられ省力化につながった一方、子連れ・高齢者には紙媒体の需要が高かった。また、アンケート調査を実施する際は、対象者をある程度限定する必要があるなど課題も見つかった。

## 【結語】

岩国地域事業推進委員会では、今回のイベントでの様々な反省を踏まえ、来年度からは新たなステージとして、連携している株式会社アステムのベジメータを使用して野菜摂取量に着目した取り組みを開始していく予定である。今後も食生活の改善と食の重要性の啓発を通じ、岩国市民の健康維持に貢献していきたい。