

# 私(我が家)のやさしおベジ増し宣言追跡結果 「宣言を継続」する方について(1P)

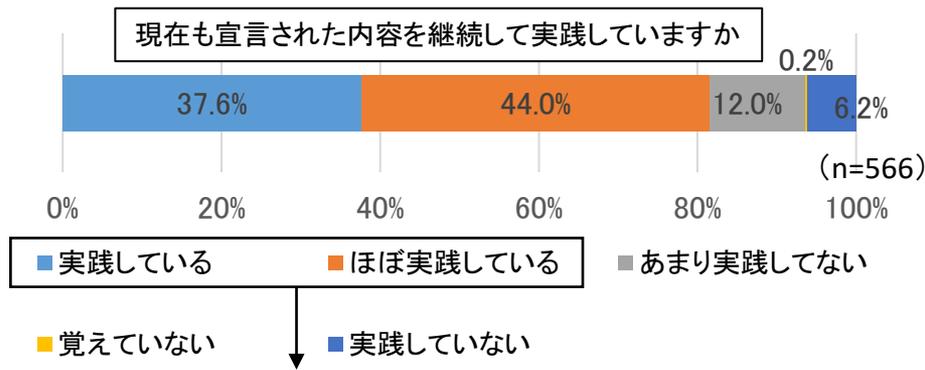
## 趣旨

やさしおベジ増し宣言における3年間分の追跡調査※結果から、宣言を継続される方の特徴を示す

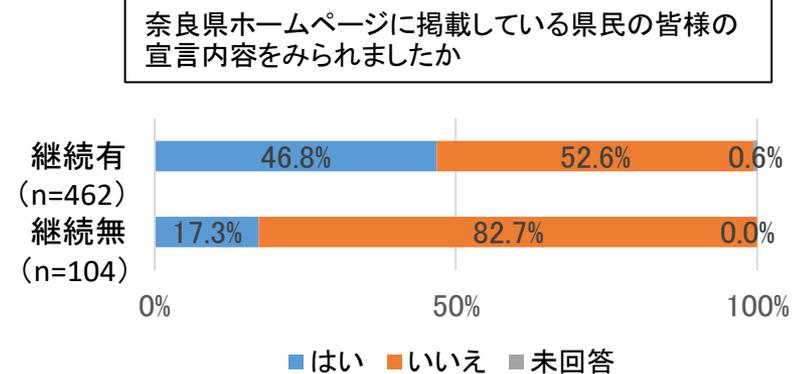
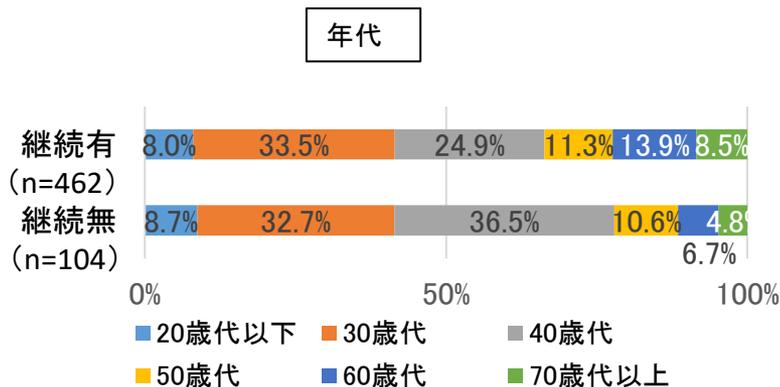
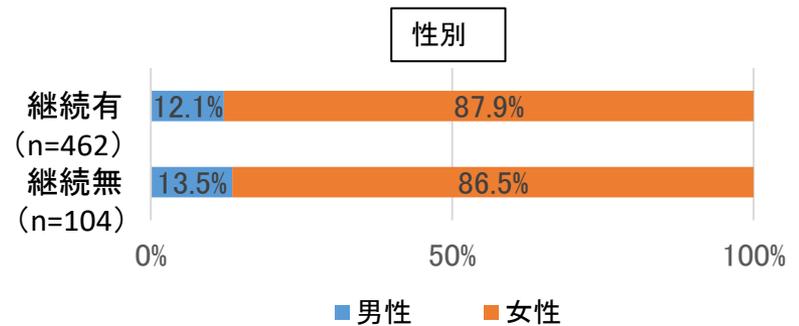
※追跡調査とは「やさしおベジ増し宣言」された方のうち、「郵送によるアンケート調査などについて協力できますか」に対して「協力できる」と回答した方を対象に実施した追加のアンケートです。

## 方法

令和3年度(令和3年11月15日～12月13日)、令和4年度(令和5年1月19日～2月15日)、令和5年度(令和6年1月18日～2月15日)の追跡調査の回答があった方566名(重複あり)を対象として集計した(※性別の回答があった方を対象に集計)

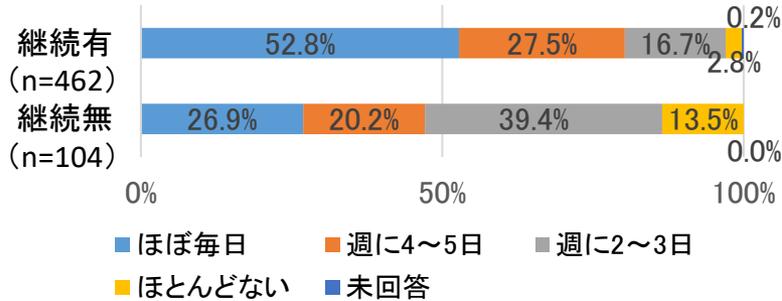


「継続有群(81.6%)」【⇔それ以外「継続無群」】

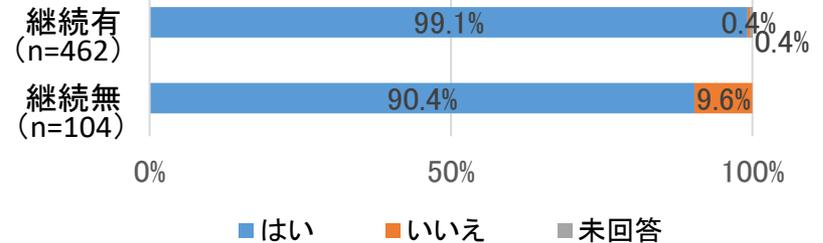


# 私(我が家)のやさしおベジ増し宣言追跡結果 「宣言を継続」する方について(2P)

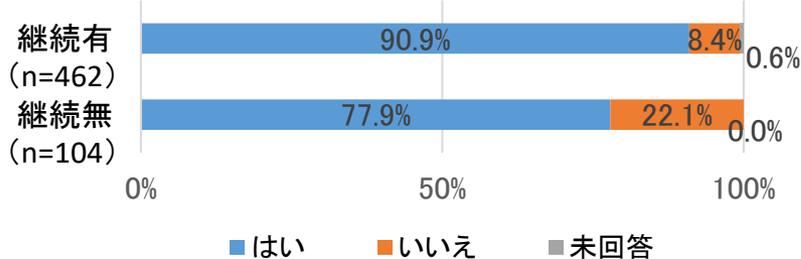
主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とるのは週に何回くらいですか



野菜をたくさん食べることに、気をつけていますか



塩分をとり過ぎないようにすることについて、気をつけていますか



## まとめ

- 3年間で追跡調査へ協力された方は566名で、462名(81.6%)が次年度も取組を継続していました。
- 女性が男性より調査へ協力される割合が高く、継続の有無に性差はありませんでした。

自身のやさしおベジ増し宣言を継続されている方は、そうでない方と比較して

- 40歳代で少なく、60歳代が多かったです。
- 奈良県ホームページに掲載している県民の皆様の宣言内容を見られていました。
- 主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とるのが「ほぼ毎日」「週に4~5日」と回答した割合が高かったです。
- 野菜をたくさん食べることに、気をつけている割合が高かったです。
- 塩分をとり過ぎないようにすることについて、気をつけている割合が高かったです。
- 宣言を継続していない方でも、90.4%が野菜をたくさん食べることを気をつけており、77.9%の方が塩分をとり過ぎないように気をつけていました。

→ 宣言を継続的に実践されている方は健康的な食生活を実践されていることがわかりました。県民の皆様に健康的な食生活を実践していただけるよう、引き続き広く啓発へ取り組みます。