新発田市健康づくり計画策定に係る
市民健康栄養実態調査報告書

新発田市

令和７年 10 月

目次

第１章　調査の概要 1
１　調査の目的 2
２　調査の設計 2
３　調査項目 2
４　回収結果 3
５　集計方法及び本調査結果利用上の留意点 3
第２章　結果の概要 4
１ 栄養摂取状況 5
１　エネルギー産生栄養素バランス・脂肪エネルギー比率 5
２　野菜摂取量・緑黄色野菜摂取量 7
３　果実類摂取量 8
４　食塩摂取量 9
５　カルシウム摂取量 11
６　カリウム摂取量 11
２ 身体状況・生活習慣に関する状況 12
１　健康状態 12
２　朝食の摂取状況 15
３　１日の食事の回数 16
４　食生活の状況 17
５　健康な食習慣の妨げとなっていること 19
６　市公式クックパッド「新発田市 100 彩食堂」について 28
７　栄養ドリンクやエナジードリンクを飲む頻度 29
８　飲酒の状況 30
９　誰かと一緒に食事をする頻度（家庭や職場・学校） 32
10　誰かと一緒に食事をする頻度（お住まいの地域） 34
11　運動の状況 36
12　歩数の把握 39
13　歩く意識 40
14　スマートフォンの利用時間 41
15　睡眠の状況 42
16　心理的状況 44
17　歯の健康に関する状況 51
18　「フレイル」の認知度 54
19　身体的状況 55
20　薬の使用状況 56
21　糖尿病について 63
22　糖尿病が他の病気等に与える影響 68

23　喫煙状況..... 71
24　体重測定の頻度..... 74
25　地域の互助..... 75
26　保険証の種類..... 76
27　過去１年間の健（検）診の受診状況..... 77
28　血圧測定..... 90
第３章　結果集計表..... 91