

「TRY！スマソる？」プロジェクトの認知度等に係る県政モニターアンケート結果
(令和6年度第2回県政モニターアンケート結果)

【調査目的】

本県では県民の約2人に1人が高血圧であること、県民一人あたりの食塩摂取量が全国平均を上回っていることなどの状況を踏まえ、R5年度からタレントの平野レミ氏、パラシュート部隊を起用して、スマートにソルトを使う減塩プロジェクト「TRY！スマソる？」を実施しています。

そこで、本事業の認知度や食塩の適正摂取に対する意識、中食、外食での減塩の需要等、皆さんの御意見をお聴かせいただき、今後の事業の参考とさせていただくため調査を行いました。

【調査時期】

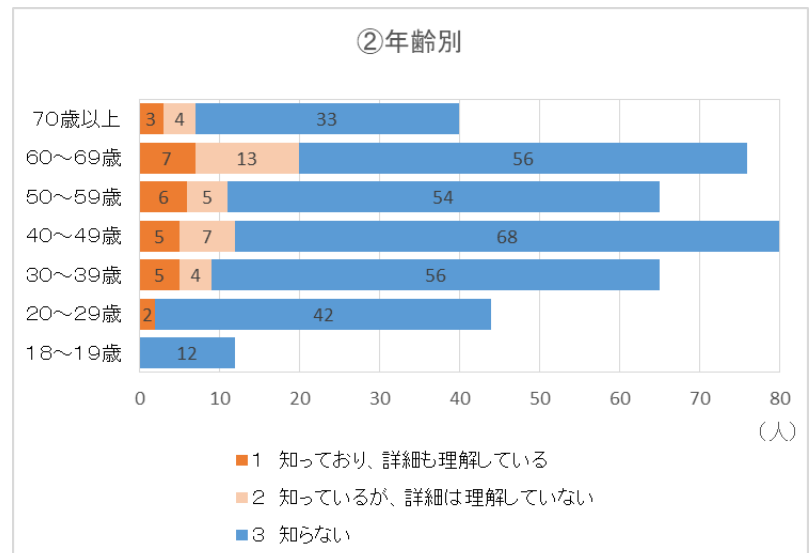
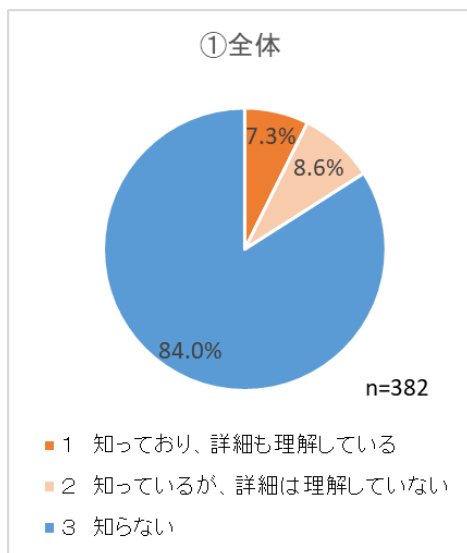
令和6年8月7日～9月5日

【回答者数】

382人

「TRY！スマソる？」プロジェクトの認知度

問1 スマートにソルトを使う減塩プロジェクト「TRY！スマソる？」プロジェクトを知っていますか。



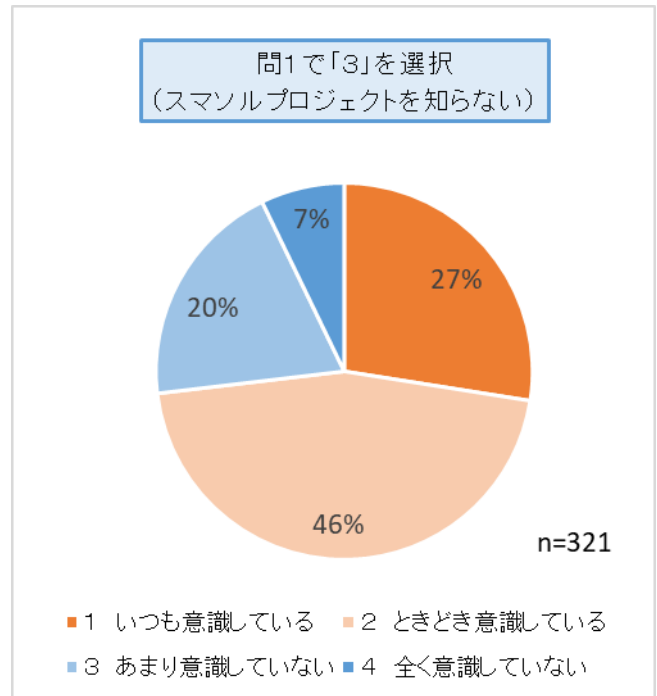
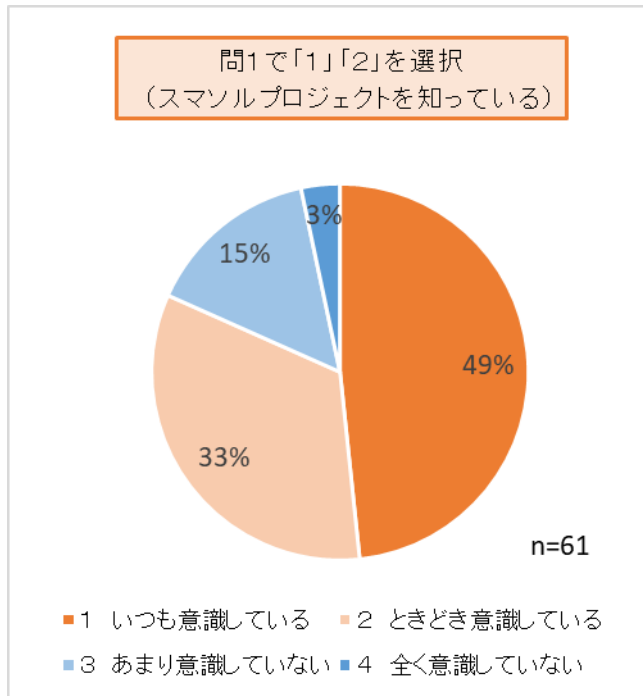
【回答内容】

- ・全体では、「知っており、詳細も理解している」と「知っているが、詳細は理解していない」の割合は15.9% (61人) となっている。
- ・年齢別でみると、最も認知度が高かったのは60～69歳であり、年齢が上がるにつれて認知度が高い傾向にある。

「食塩の適正摂取」への意識

問2、3 普段の食生活において「食塩の適正摂取」(※)をどれくらい意識して食事や食品を選択していますか。

(※) 調味料をかけ過ぎない、麺類の汁を残す、減塩商品を選ぶ など



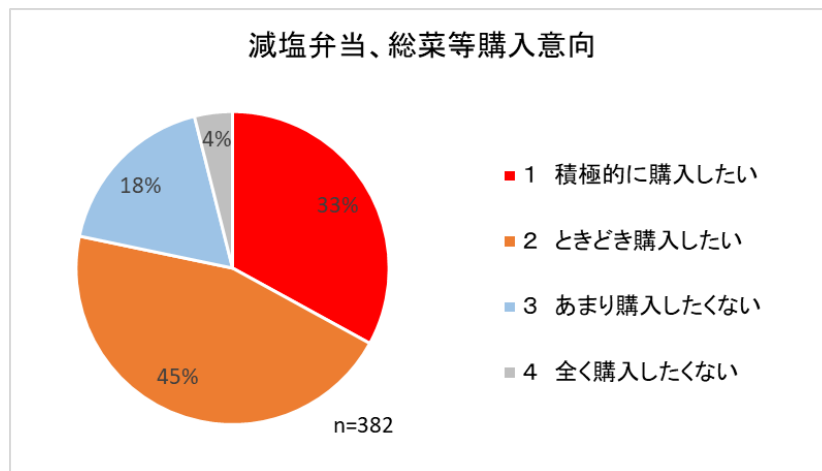
【回答内容】

- ・問1で「1」、「2」を選択した者（スマソルプロジェクトを知っている）のうち、普段の食生活において「食塩の適正摂取」を意識している者は、「いつも意識している」、「ときどき意識している」を合わせると **8割程度**であった。一方で、問1で「3」を選択した者（スマソルプロジェクトを知らない）のうち、普段の食生活において「食塩の適正摂取」を意識している者は、**7割程度**であった。
- ・食塩の適正摂取を意識している者の割合は意識していない者の割合より高い結果となった。

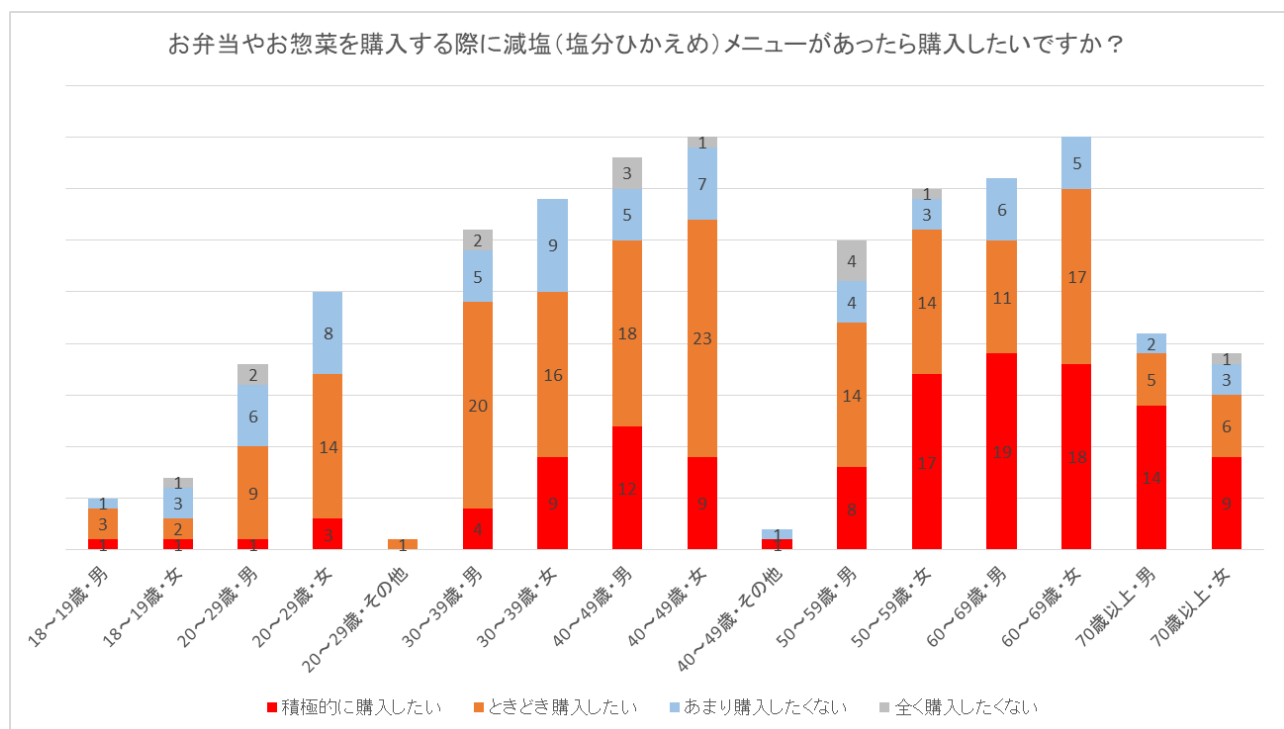
弁当・惣菜の“塩分控え目”ニーズ

問4 お弁当やお惣菜を購入する際に減塩（塩分ひかえめ）メニューがあったら購入したいですか。

【①全体】



【②年齢別】



【回答内容】

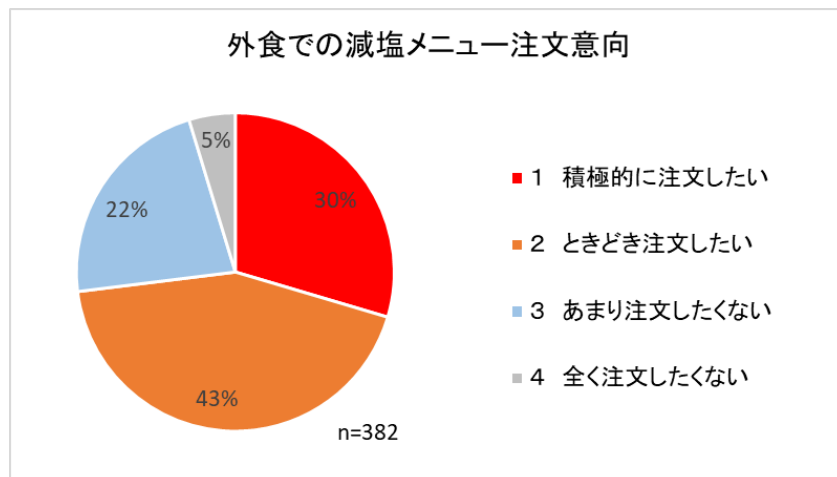
・弁当や惣菜を購入する際に、減塩メニューがあったら「積極的に購入したい」、「ときどき購入したい」と回答した割合は約8割、「あまり購入したくない」「全く購入したくない」と回答した割合は約2割となっており、弁当・惣菜の“塩分控え目”ニーズは高い傾向にある。

・年齢別にみても、全世代で「購入したい」と回答した割合が「購入したくない」と回答した割合と比較すると高くなっている。

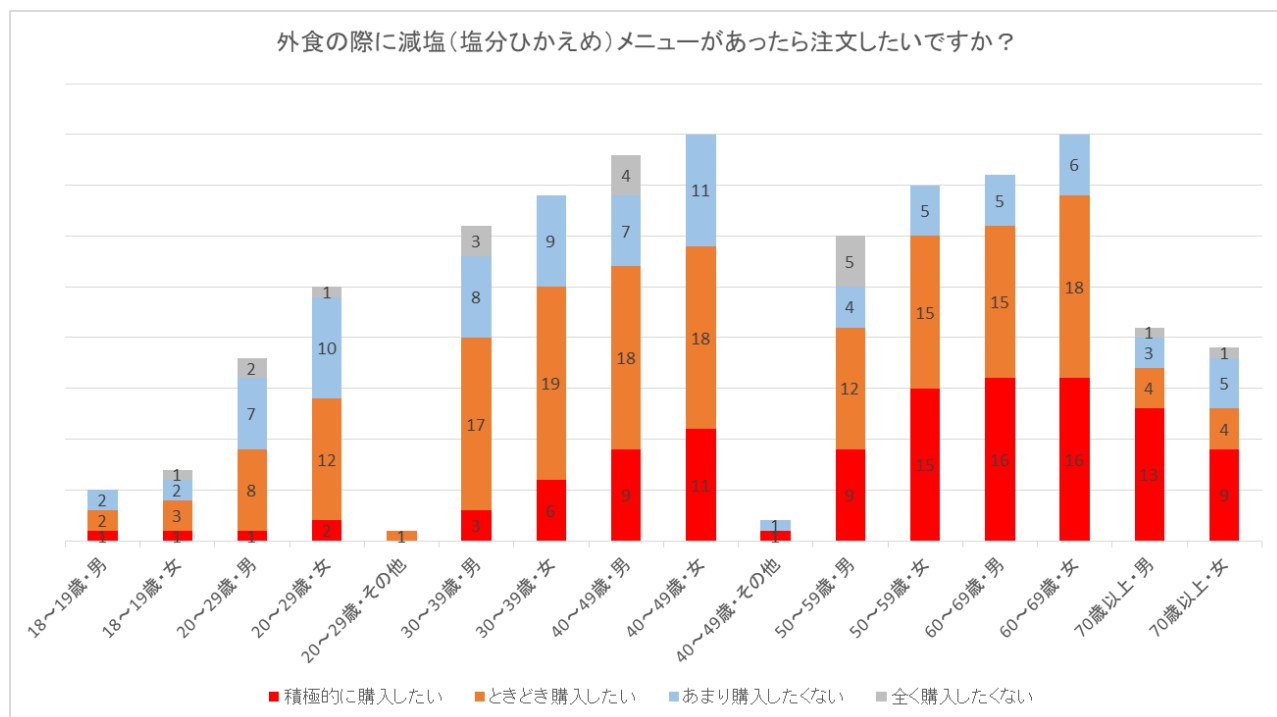
飲食店での“塩分控え目”ニーズ

問5 外食の際に減塩（塩分ひかえめ）メニューがあったら注文したいですか。

【①全体】



【②年齢別】



【回答内容】

・外食の際に、減塩（塩分控えめ）メニューがあったら「積極的に購入したい」、「ときどき購入したい」と回答した割合は約7割、「あまり購入したくない」「全く購入したくない」と回答した割合は約3割となっており、飲食店での“塩分控え目”ニーズは高い傾向にある。

・年齢別にみると、「購入したい」と回答している割合は30代以下ではやや低い、40代以降では「購入したくない」と回答した割合と比較すると高くなっている。

問6 「TRY！スマソる？」プロジェクトの認知度と食塩の適正摂取の意識について、これまでの設問以外に意見はありますか。

ある場合は、その内容を具体的に入力してください。

【主な意見（抜粋）】

- ・講習会などを開いて、もっと意識を高めるようにすればいいと思う。
- ・減塩は健康にとってとても良いことですので、もっと若者にも知ってもらえるような効果的な広報が必要と思いました。（学校でのポスター掲示、SNS など）
- ・実際に減塩食を作ると割高になり手間がかかるので、そういうものを克服できたら、もっと広がると思う。
- ・私は高血圧では無いので、適切な味で美味しく食事は、楽しみたいです。
- ・塩分摂取量はできるだけ少ない方がいいとはわかっているが、塩分控えめはあまり美味しくないという認識があるので、頻繁に口にするもの以外はあまり積極的に手に取らない。
- ・子供向けに売られた食べ物で塩分控えめのものがもっと増えればいいと思う。
- ・とても良い施策だと思うので、もっと積極的にPRして普及させるべき。
- ・塩分を控えても美味しい調理法があれば 積極的に広報してほしい。安価で美味しいと感じるものは塩分が多いと思うので、そこに誤魔化されないようなおいしい調理法を広めてほしい。
- ・必要な人にとって、有益な情報かと思いますので、良いと思います。
- ・食事での塩分補給は熱中症対策にもつながるので健康面等正しい方向で減塩について教えて欲しい。
- ・「TRY!スマソる?」プロジェクトについては初めて聞いたが、食事における減塩については、日頃から気をつけているので、大いに関心がある。ただし、現状では外食時や食品を購入する際に、減塩食品を選択できるほど、種類が多くない。減塩食品の種類を増やし、健康指向を食品面からも後押ししてほしい。
- ・自分がどれくらい摂っているのかどのくらい減塩したらよいのか知るきっかけがあれば意識づけになると思います。
- ・高血圧の為減塩は意識している。減塩を進める為の具体的な参考資料を紹介してほしい。
- ・外食やお弁当の塩分表示をもっと積極的に実施してほしい。
- ・病院やクリニックで目に入るよう、チラシやポスターを用意すべき。期間限定でも良いので、県内の飲食店で減塩食を提供する催しをしてはどうか。福岡ローカルのテレビ番組でも定期的に減塩食を取り上げるよう働きかけてはどうか。
- ・減塩は大事だが味や価格とのバランスが重要だと思います。
- ・家系的に血圧が高いので、普段から血圧を計り、減塩の調味料を使用していますが、「TRY！スマソる？」プロジェクトを知ったのをきっかけに、出汁やお酢や香辛料で工夫して料理するようになりました。ありがとうございます。