

「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7年度第3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。

(保健医療介護部健康増進課)

【調査時期】

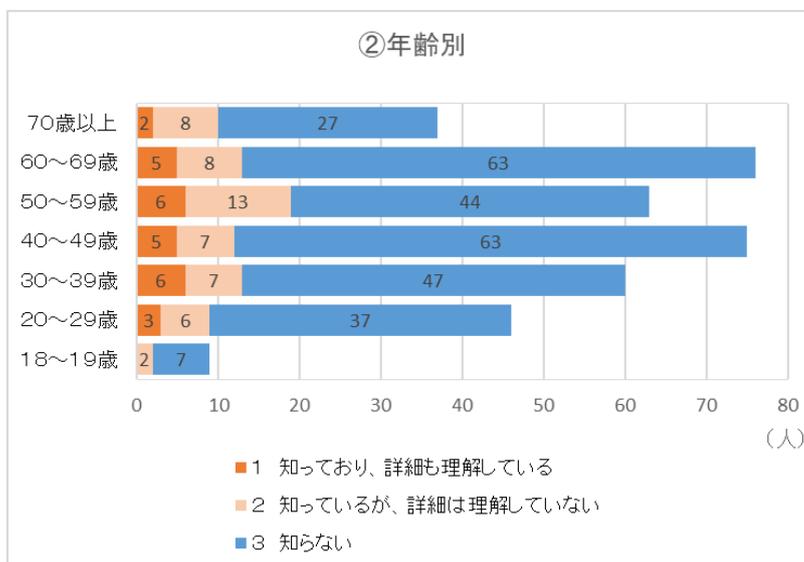
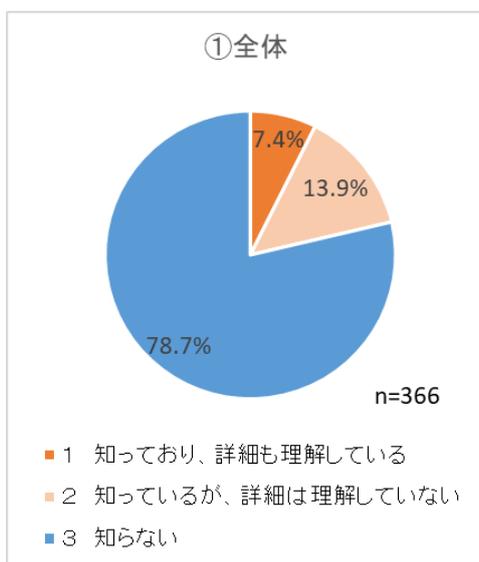
令和7年9月9日～10月5日

【回答者数】

366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。



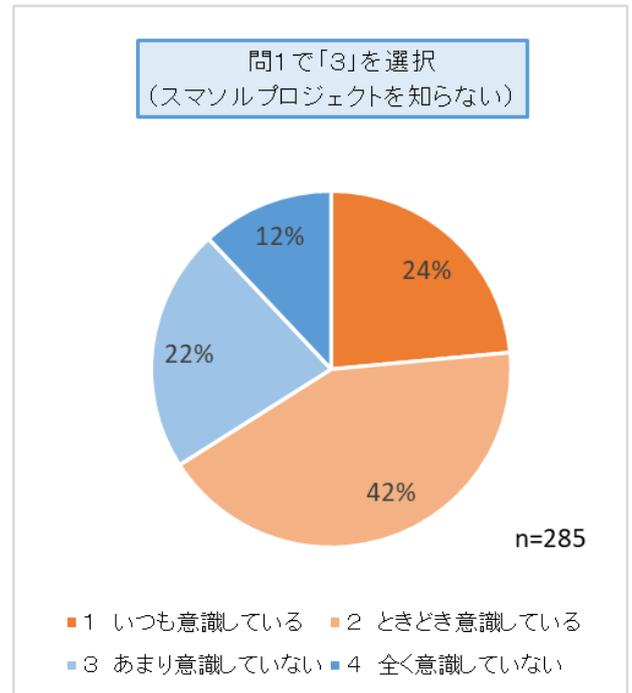
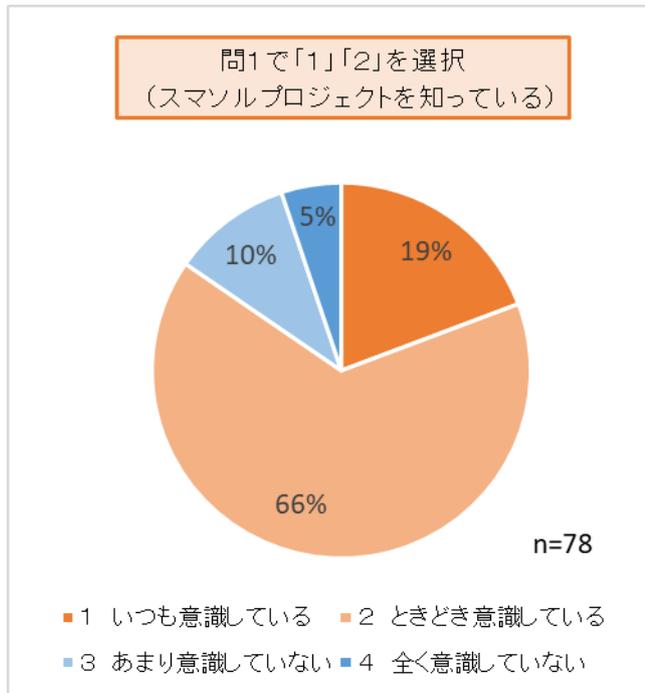
【回答内容】

- ・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21.3% (78人) となっている。
- ・年齢別で見ると、認知度が最も高かったのは50～59歳であり、最も低かったのは18～19歳であった。

## 「食塩の適正摂取」への意識

問2、4 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、「いつも意識している」、「ときどき意識している」者は、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「いつも意識している」、「ときどき意識している」者は、合わせると**6割程度**であった。

・スマソルプロジェクトの認知の有無にかかわらず、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。

## 「TRY!スマソる？」を知ったきっかけ

問3 (問1で「1」「2」を選択された方にお尋ねします。)

スマートにソルトを使う減塩プロジェクト「TRY!スマソる？」を知ったきっかけとなった情報手源として、該当するものを【3つまで】お選びください。

1	自治体広報誌・公式ホームページ（県・市町村広報誌、公式ホームページなど）	33%
2	テレビ番組（情報番組・ニュース、県広報番組など）	28%
3	店頭啓発（スーパー・ドラッグストア、外食店舗等に設置されたポスター、チラシなど）	10%
4	雑誌・新聞記事（インターネットニュース含む）	9%
5	公共施設（役所、図書館、公民館に設置されたポスター、チラシなど）	7%
6	自治体イベント（市民公開講座、市町村健康イベントなど）	5%
7	「TRY!スマソる？」特設サイト	3%
8	その他	3%
9	家族、友人、知人の口コミ	2%
10	SNS（X、Instagram、Facebook など）	1%

### 【回答内容】

・プロジェクトを知ったきっかけとなった情報手源として最も割合が高かったのは、「自治体広報誌・公式ホームページ（県・市町村広報誌、公式ホームページなど）」で33%、次いで「テレビ番組（情報番組・ニュース、県広報番組など）」で28%、「店頭啓発（スーパー・ドラッグストア、外食店舗等に設置されたポスター、チラシなど）」で10%であった。

## 減塩に取り組みやすい環境

問5 減塩（＝「食塩の適正摂取」）により取り組みやすい環境として、特にどのような環境があったら良いと考えますか。

次の中から該当するものを【3つまで】選んでください。

1	減塩食品の価格が通常品と同等又は安価であること	19%
2	スーパー・ドラッグストア等で減塩食品の数、種類がより充実していること	18%
3	減塩に関する情報（※）がサイトに集約されていること	12%
4	外食店舗での減塩対応メニュー（塩分控えめ等のオプションのあるもの）が提供されていること	11%
5	SNS等で、減塩に関する情報（※）が定期的に発信されていること	10%
6	スーパー・ドラッグストア等で減塩食品が集約されたコーナーが設置されていること	10%
7	職場や学校などで減塩に関する学習機会があること	9%
8	医療機関や自治体で減塩のアドバイスを受けることができること	9%
9	その他	2%

（※）減塩のコツ、栄養成分表示の見方、食塩の過剰摂取が体に及ぼす影響、減塩食品一覧など

### 【回答内容】

・減塩（＝「食塩の適正摂取」）により取り組みやすい環境として最も割合が高かったのは、「減塩食品の価格が通常品と同等又は安価であること」で19%、次いで「スーパー・ドラッグストア等で減塩食品の数、種類がより充実していること」で18%、「減塩に関する情報（※）がサイトに集約されていること」で12%であった。