

健康・生活全般に関する意識



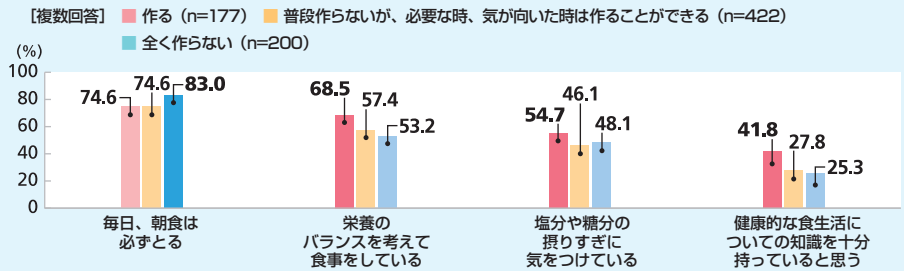
料理をしている人ほど、健康にも気を付けています!

食生活における健康意識について、料理の実施度別にみみると、料理を“作らない”と答えた人に、「毎日朝食をとる」人が多い傾向がありました。一方で、料理を“作る”人にほど「栄養のバランスを考えて食事をしている」「健康的な食生活の知識を持っている」人が多い傾向がありました。朝食に関しては、家族が作ったものを食べる“家族依存度”が高いものの、栄養バランスや

知識等の自ら気を付けたり、習得したりするものに関しては、日頃から料理

を行っていく中でも身につけているの
でしょう。

健康意識 (2009年)



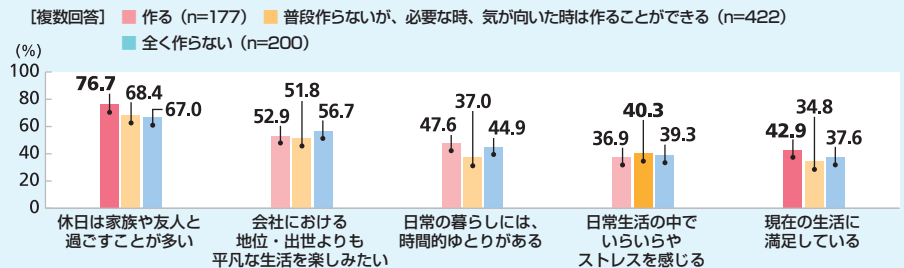
作れるけど、普段料理を作らない人は、日常の暮らしにゆとりなし??

生活全般に対する考え方について、料理の実施度別にみみると、料理を“作る”と答えた人は「休日は家族や友人と過ごす」人や、「現在の生活に満足している」人が多い傾向がありました。一方で“普段作らないが、必要な時、気が向いた時には作ることができる”と答えた人は、“作らない”と答えた人より、「時間的なゆとり」がなく、「日常生活の中でイライラやストレス」を感じて

いる傾向がありました。このようなゆとりのなさが、料理を“作りたい”“作れ

る”男性をキッチンから遠ざけているの
かもしれません。

生活全般に対する考え方 (2009年)



日常的に料理を作る人は、家庭を大事にしています

性格を表す言葉について、自分に当てはまると思う言葉を選んでもらいました。料理の実施度別に比較してみると、料理を“作る”人は「家庭を大事にする」「やさしい」といった項目が高くみられました。「家庭を大事にする」という意識は、“普段作らないが、必要な時、気が向いた時には作ることができる”と“作らない”と答えた人の間にはあまり差がみられませ

んでした。また、料理を“作る人”は、「向上心のある」と答えた人も多く、このよ

うな性格が料理のレパートリーを増やす
ことに寄与していることが推察されます。

性格 (2009年)

