

通勤途中に何を食べているの？

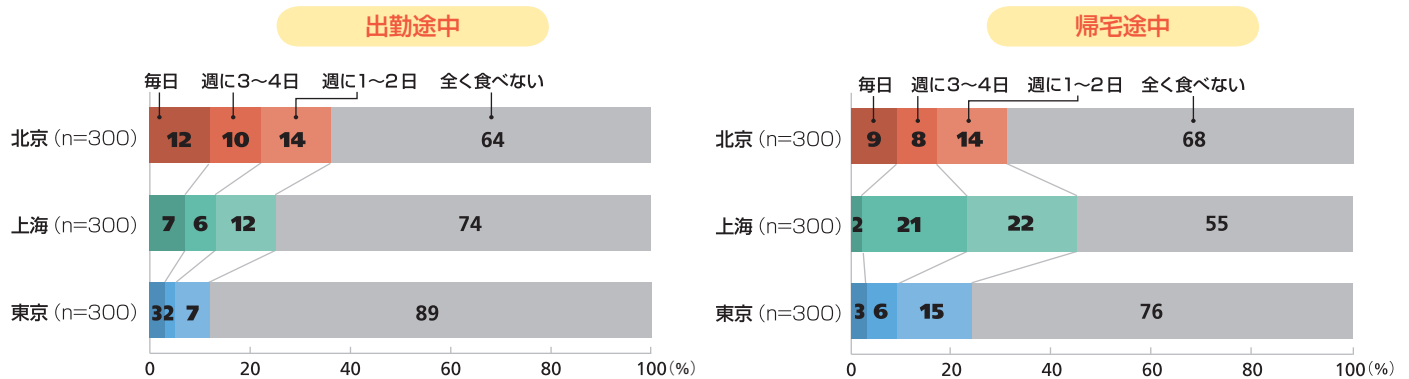
※本調査の間食は「ガム、飴、粒状清涼菓子、飲料を除く、食事と食事の間に口にすることをすべて」と定義しています。

北京、上海ではスナック菓子を 食べながら通勤！

「出勤途中」の間食頻度は、北京、上海、東京の順に高くなっていました。北京、上海では、電車やバスなどの交通機関内で食べたり、歩きながら食べる習慣があり、そのことも影響していると推測できます。また、北京、上海では「スナック菓子」、東京では「チョコレート」が最も食べられており、「栄養調整食品」も3位に入っていました。

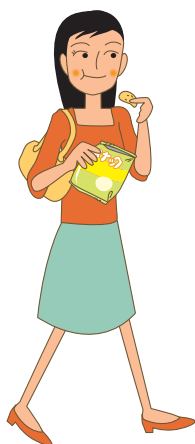
「帰宅途中」の間食頻度は、上海が最も高く、ついで北京、東京となりました。北京では「アイスクリーム」、上海では「ビスケット・クッキー・クラッカー」、東京では「チョコレート」が最も食べられており、さらに東京と上海で「栄養調整食品」がそれぞれ2位、3位となりました。また、東京、上海では北京と比べ、「パン類」や「軽食類」といった空腹を満たす間食が上位に入っていました。3都市の就労時間を比較すると北京では8時間以上の割合が最も低くなっていることから、就労時間の長さも間食の種類の違いに影響していると推測できます。

間食頻度



間食の種類

都市	出勤途中			帰宅途中		
	1位	2位	3位	1位	2位	3位
北京 (n=109)	スナック菓子 17%	ビスケット・クッキー・クラッカー 15%	果物・野菜 14%	アイスクリーム 24%	果物・野菜 15%	ナッツ類 11%
上海 (n=77)	スナック菓子 29%	チョコレート 14%	パン類 12%	ビスケット・クッキー・クラッカー 19%	チョコレート 16%	栄養調整食品 パン類 各10%
東京 (n=34)	チョコレート 29%	パン類 15%	栄養調整食品 ビスケット・クッキー・クラッカー 各12%	チョコレート 35%	栄養調整食品 14%	軽食類 10%



1日の就労時間

