

ミドル・シニアの食生活

～50代・60代の意識と実態における年代別比較～



調査背景

2010年8月1日現在、65歳以上の高齢者人口は過去最高の2,936万人と推計され、総人口に占める割合も23%となり、我が国は本格的な高齢社会となっています。また、50代・60代の人口を見ると、その合計人口に大きな変化はないものの、団塊の世代が60代に突入したことを背景に、2007年より50代が減少し、60代が増加し始めました（図1）。さらに、10年前と比較すると、継続雇用制度導入や定年延長、女性の就業率増加等に伴い、60代の就業者数が年々増加しています。

昨今、不況による巣ごもり消費の影響で内食傾向がますます強くなっています。また、食品に関する支出は「食料品全体」で減っていますが、その内訳をみると「外食」の支出は年々減少傾向にあるものの、「菓子」や「調理食品」の変化はほとんどありません（図2）。また、過疎化進展や都市部での小売店減少等に伴い、食料品等の日常の買い物に困難な「買い物弱者」の存在が高齢者を中心に問題視されるとともに、ネットスーパー等の新たな買い物形態が注目されています。

今後、急速な高齢化、団塊世代のリタイヤ、60代における就業者数の増加が進むとともに、買い物形態の変化等により、50代・60代における食生活のさらなる変化が見込まれます。

生活科学研究室では、2000年に食生活全般、健康、生活観について50代・60代を対象にアンケート調査を実施しています。今回、前回調査と同様に50代・60代の食生活における意識と実態を調査し、比較することで、2000年からの変化、現在のトレンドを分析するとともに、今後の予測について考察します。

図1. 年代別人口推計（各年10月1日現在）

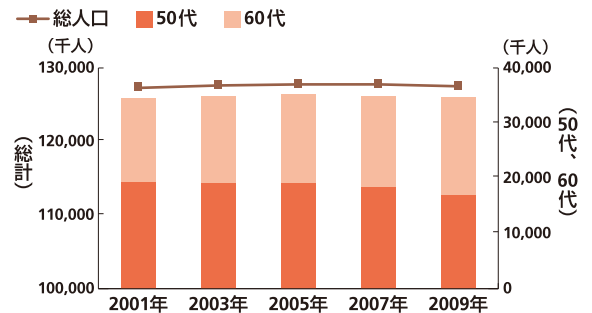
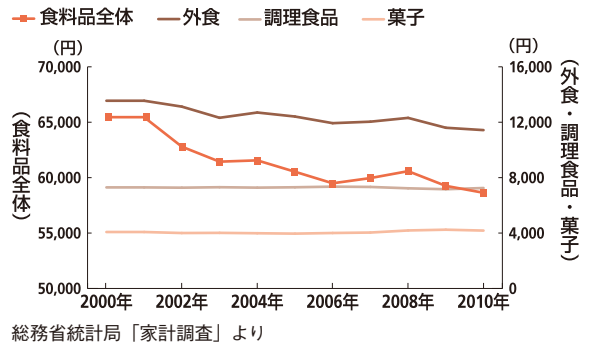


図2. 1世帯当たり1ヵ月間の食料消費支出（総世帯）



調査概要

調査方法：インターネットリサーチ 調査時期：2011年1月14日～16日 調査地域：全国
調査対象：50～69歳男女600人（右表参照）

（2000年に実施した調査の概要）
調査方法：郵送 調査時期：2000年6月～7月
調査地域：全国 調査対象：50～69歳男女436人

プロフィール (人)		男性	女性	合計
年齢	50～54歳	75	75	150
	55～59歳	75	75	150
	60～64歳	75	75	150
	65～69歳	75	75	150

目次

調査背景・調査概要	1	買い物スタイル／食に関するインターネットの利用	6
普段の食事メニュー	2	生活観	7
食事で気になる成分／間食スタイル	3	食生活観	8～9
中食スタイル／外食スタイル	4～5	“団塊の世代”プロファイリング／まとめ	10