

食生活観① (意識と実態のギャップ)

～男性50代は意識と実態のギャップ大!～

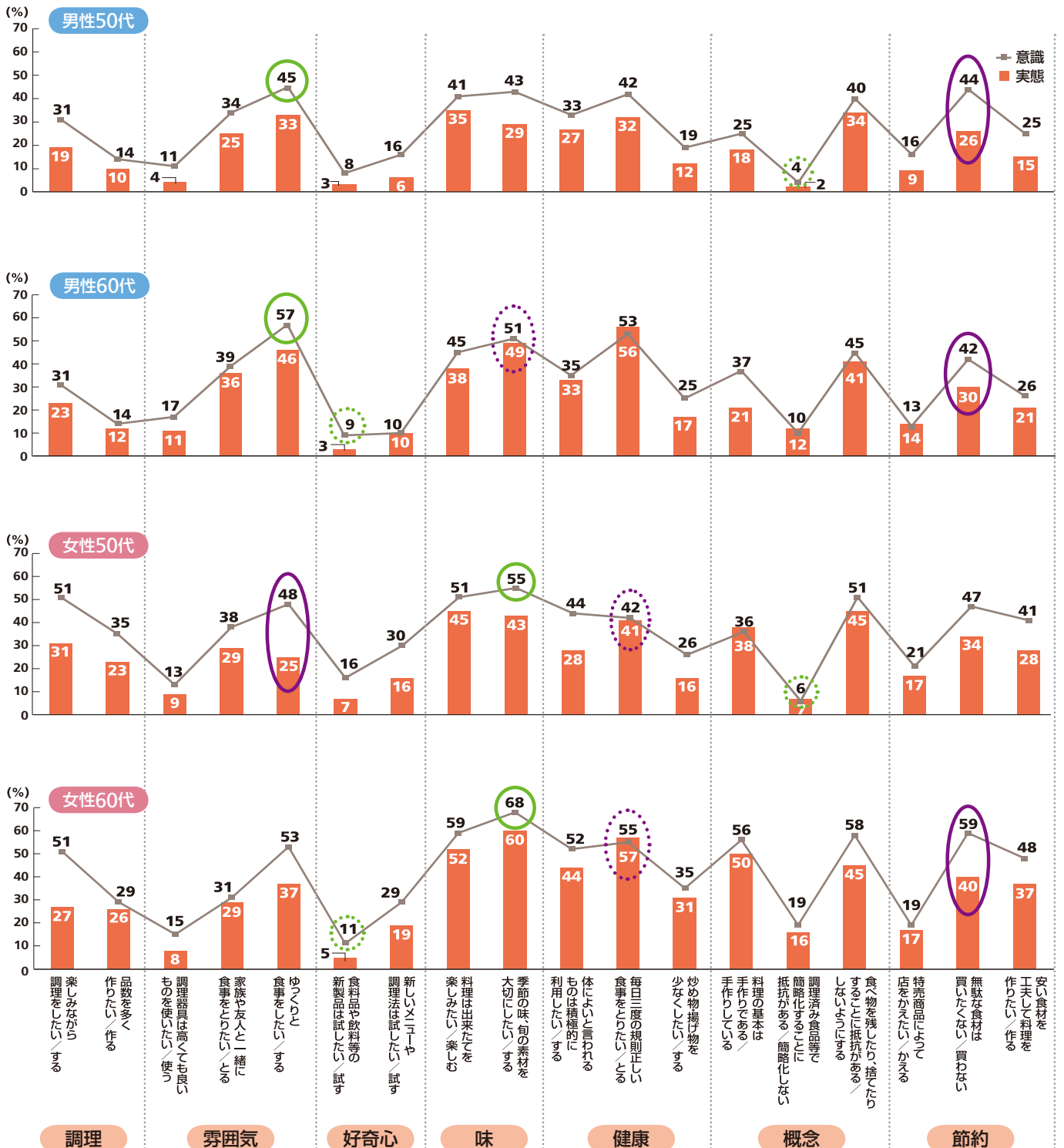
食生活における意識として、男性50代の意識が他と比較して、全般的に低い傾向にありました。また、性別では男性で「ゆっくりと食事をしたい」、女性で「季節の味、旬の素材を大切にしたい」という意識が最も高くなり、年代別では50代で「調理済み食品等で簡略化することに抵抗がある」、60代で「食料品や飲料等の新製品は試したい」という意識が最も低くなりました。

意識と実態のギャップについては、男性50代で全項目において意

識と実態にギャップがあることがわかりました。また、意識の高い項目の中では、男性50代・60代、女性60代では「無駄な食材は買いたくない/買わない」、女性50代では「ゆっくりと食事をしたい/する」に最もギャップがあり、逆に男性60代では「季節の味、旬の素材を大切にしたい/する」、女性50代・60代では「毎日三度の規則正しい食事をとりたい/とる」のギャップが小さいことがわかりました。

食生活における意識と実態のギャップ [複数回答]

○ ギャップが大きい項目 ● ギャップが小さい項目 ● 意識が高い項目 ● 意識が低い項目



食生活観② (関心・傾向の変化)

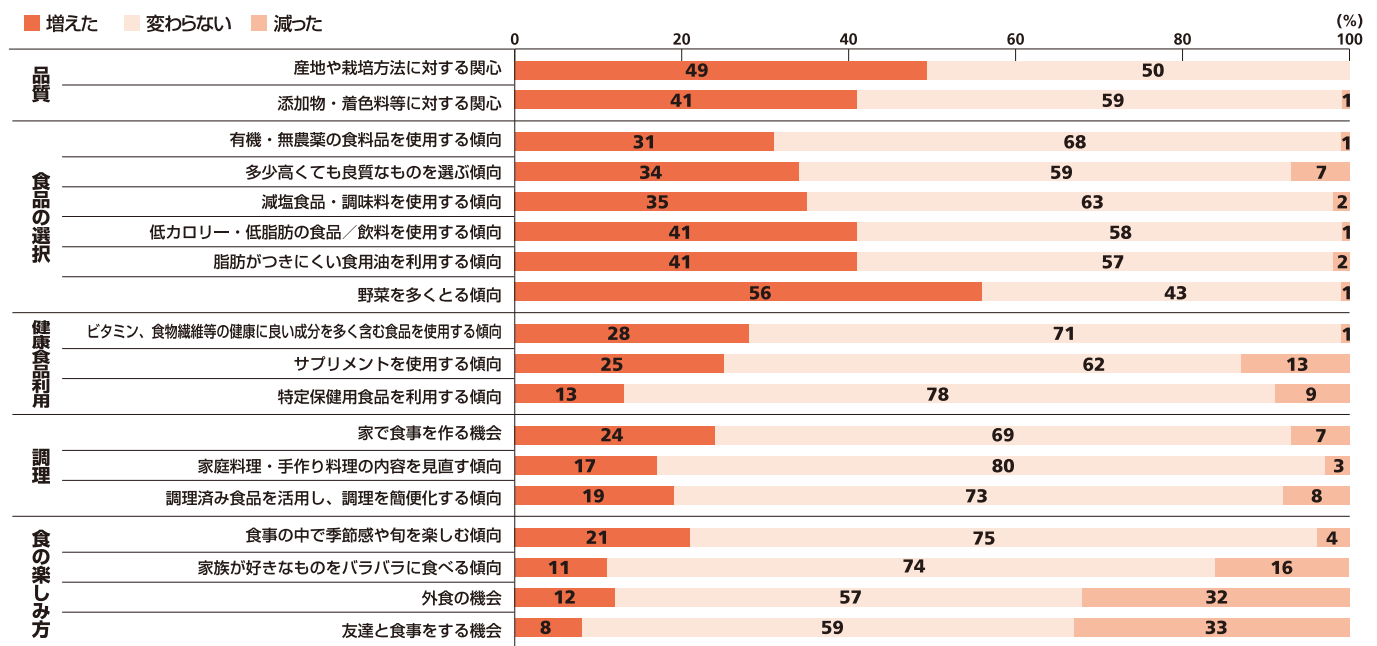
～今も、これからも、野菜をたくさん食べたい！～

食事における関心・傾向について、10年前と現在とを比較すると、全体値では「野菜を多くとる傾向」、「産地や栽培方法に対する関心」について「増えた」が50%程度となり、一方「外食の機会」、「友達と食事をする機会」は「減った」が30%程度となりました。また男性50代においては、全体値と比較して「産地や栽培方法に対する関心」、「添加物・着色料等に対する関心」等への関心があまり高まっていないことがわかりました。

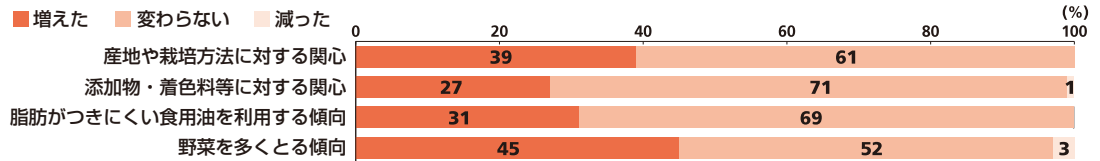
今後の食生活で強くなる関心・傾向としては、全年代とも現在と同様に「野菜を多くとる傾向」がトップとなり、次いで「産地や

栽培方法に対する関心」、「添加物・着色料等に対する関心」といった品質に関する項目も上位にあがっていました。また年代別に見ると、男性50代は他と比較して、関心・傾向の低い項目が多いこと、さらに50代の「低カロリー・低脂肪の食品／飲料を使用する傾向」、男性60代の「減塩食品・調味料を使用する傾向」、女性60代の「脂肪がつきにくい食用油を利用する傾向」といった健康に関する項目が上位にあがっていたことも特徴的でした。一方、「特に変わることはないと思う」も男性で20%、女性で10%程度いました。

10年前と現在との食事における関心・傾向の変化 (全体値)



男性50代において、「増えた」の割合が全体値と比べて10%以上差があった項目



今後の食生活で強くなる関心・傾向 [複数回答]

■1位 ■2位 ■3位

		品質		食品の選択					健康食品利用			
		産地や栽培方法に対する関心	添加物・着色料等に対する関心	有機・無農薬の食料品を使用する傾向	多少高くても良質なものを選ぶ傾向	減塩食品・調味料を使用する傾向	低カロリー・低脂肪の食品／飲料を使用する傾向	脂肪がつきにくい食用油を利用する傾向	野菜を多くとる傾向	ビタミン、食物繊維等の健康に良い成分を多く含む食品を使用する傾向	サプリメントを使用する傾向	特定保健用食品を利用する傾向
男性	50代	36%	30%	21%	23%	31%	41%	32%	53%	23%	9%	6%
	60代	46%	43%	31%	33%	46%	45%	33%	63%	25%	14%	9%
女性	50代	45%	44%	26%	36%	33%	45%	41%	57%	26%	16%	11%
	60代	43%	51%	31%	37%	38%	41%	47%	66%	30%	21%	9%
		調理			食の楽しみ方							
		家で食事を作る機会	家庭料理・手作り料理の内容を見直す傾向	調理済み食品を活用し、調理を簡便化する傾向	食事の中で季節感や旬を楽しむ傾向	家族が好きなものをバラバラに食べる傾向	外食の機会	友達と食事をする機会	特に変わることはないと思う			
男性	50代	19%	12%	9%	20%	3%	8%	9%	18%			
	60代	24%	11%	12%	26%	1%	7%	8%	18%			
女性	50代	20%	17%	9%	30%	3%	6%	9%	13%			
	60代	33%	23%	13%	37%	2%	10%	11%	11%			