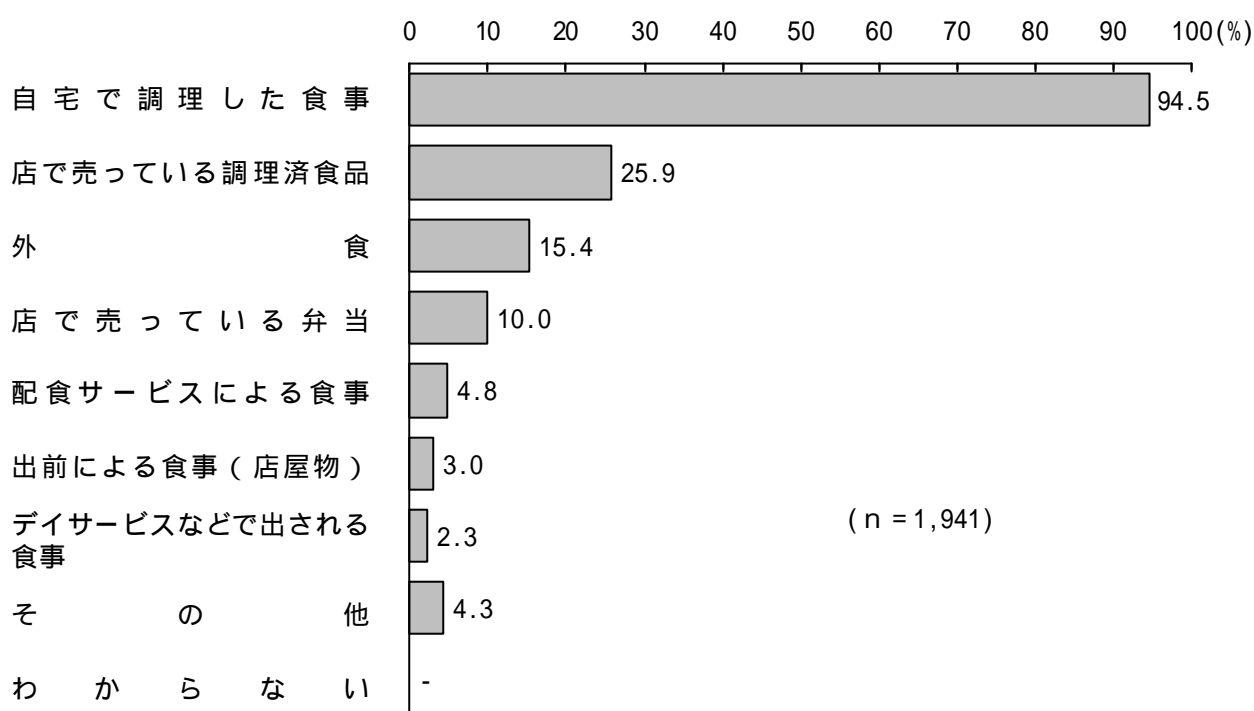


## 2 食事に関する事項

### (1) 食事の内容(Q5)

「普段どのような食事をとっているか。この一週間を例にして」についてみると、「自宅で調理した食事」が94.5%と最も高く、以下、割合が大きく下がり、「店で売っている調理済食品」25.9%、「外食」15.4%、「店で売っている弁当」10.0%、「配食サービスによる食事」4.8%、「出前による食事(店屋物)」3.0%、「デイサービスなどで出される食事」が2.3%の順となっている。

図2 - 1 食事の内容(Q5)(3つまでの複数回答)



性別にみると、「自宅で調理した食事」(男性 87.2%、女性 96.7%)は女性の、「店で売っている調理済食品」(男性 37.2%、女性 22.4%)、「店で売っている弁当」(男性 17.6%、女性 7.7%)、「外食」(男性 19.6%、女性 14.1%)は男性の割合が高くなっている。

年齢別にみると、「外食」は年齢が低いほど割合が高く、80歳以上(9.4%)では1割に満たないが、65~69歳(21.2%)では2割を超えている。一方、「配食サービスによる食事」は年齢が高くなるほど割合が高くなっている。

都市規模別にみると、「外食」は都市規模が大きくなるほど割合が高く、大都市(19.8%)は町村(11.0%)より8.8ポイント高くなっている。

健康状態別にみると、「自宅で調理した食事」、「外食」は健康状態が『良い』で割合が高く、「店で売っている調理済食品」、「店で売っている弁当」、「配食サービスによる食

事』は『良くない』で割合が高くなっている。また、「デイサービスなどで出される食事」は健康状態が良くないと答えた人で8.8%と割合が高くなっている。

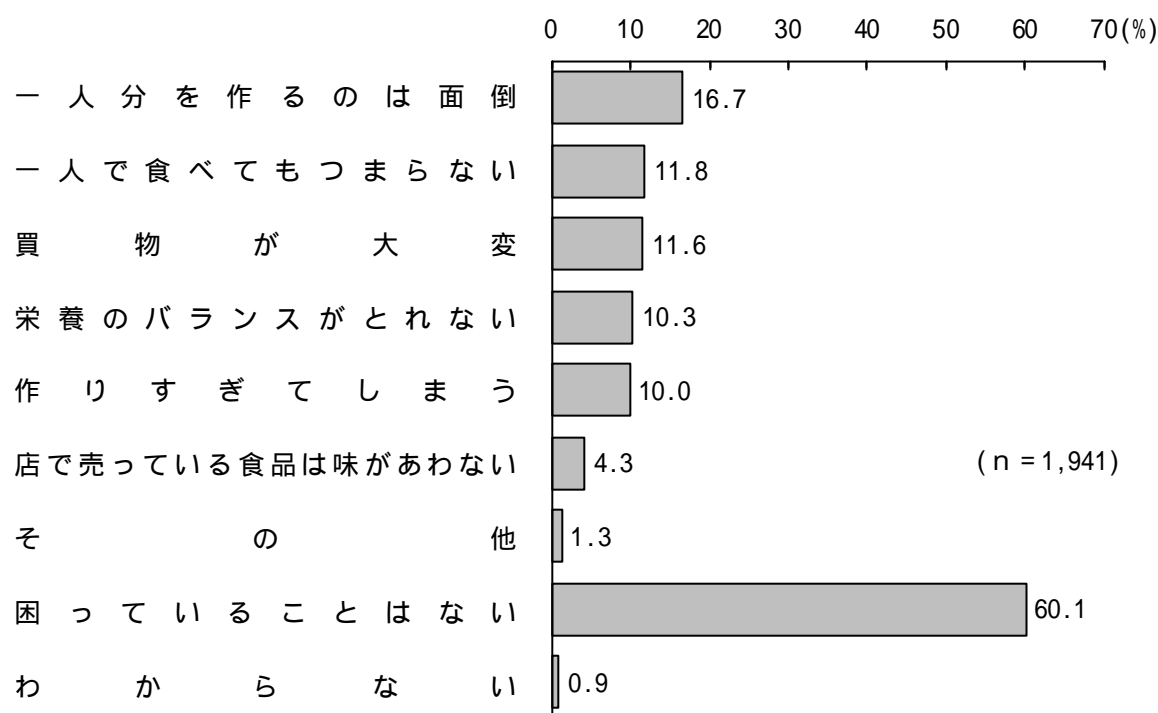
表2 - 1 食事の内容(Q5)(3つまでの複数回答)

	総数	自宅で調理した食事	店で売っている調理済食品	店で売っている弁当	出前による食事(店屋物)	配食サービスによる食事	外食	デイサービスなどで出される食事	その他	わからない	(%)
【総数】	1,941	94.5	25.9	10.0	3.0	4.8	15.4	2.3	4.3	-	
(性別)											
男性	454	87.2	37.2	17.6	5.3	4.8	19.6	1.8	8.4	-	
女性	1,487	96.7	22.4	7.7	2.3	4.8	14.1	2.4	3.1	-	
(年齢別)											
65～69歳	519	96.0	25.6	11.8	2.3	1.7	21.2	0.4	2.3	-	
70～74歳	551	94.2	27.9	10.7	2.9	1.8	15.2	2.0	2.5	-	
75～79歳	435	97.5	24.4	7.4	3.0	5.5	14.7	3.0	3.7	-	
80歳以上	436	90.1	25.0	9.6	3.9	11.5	9.4	4.1	9.6	-	
65～74歳(計)	1,070	95.0	26.8	11.2	2.6	1.8	18.1	1.2	2.4	-	
75歳以上(計)	871	93.8	24.7	8.5	3.4	8.5	12.1	3.6	6.7	-	
(都市規模別)											
大都市	489	94.9	26.2	11.9	2.9	2.9	19.8	1.4	5.3	-	
中都市	645	94.4	26.8	9.5	2.9	3.9	16.1	1.1	5.0	-	
小都市	371	94.9	25.9	7.5	4.0	5.4	13.5	3.5	4.0	-	
町村	436	93.8	24.1	10.8	2.3	7.8	11.0	3.9	2.5	-	
(健康状態)											
良い	444	98.0	18.7	6.5	1.4	1.8	20.0	1.1	2.3	-	
まあ良い	423	95.5	25.5	6.9	3.1	4.5	15.6	1.9	3.3	-	
普通	506	94.5	27.7	12.1	2.8	5.5	17.0	0.8	4.3	-	
あまり良くない	466	91.4	30.5	13.9	4.5	6.9	10.7	3.9	6.4	-	
良くない	102	89.2	28.4	9.8	3.9	5.9	7.8	8.8	7.8	-	
良い(計)	867	96.8	22.0	6.7	2.2	3.1	17.9	1.5	2.8	-	
良くない(計)	568	91.0	30.1	13.2	4.4	6.7	10.2	4.8	6.7	-	

## (2) 食事に関して困っていること(Q6)

「普段の食事に関して困っていること」についてみると、「困っていることはない」が60.1%となっている。具体的に困っているとされている項目では、「一人分を作るのは面倒」が16.7%で最も割合が高く、「一人で食べてもつまらない」11.8%、「買物が大変」11.6%、「栄養のバランスがとれない」10.3%、「作りすぎてしまう」10.0%、「店で売っている食品は味があわない」4.3%の順となっている。

図2-2 食事に関して困っていること(Q6)(複数回答)



性別にみると、「一人分を作るのは面倒」(男性 26.9%、女性 13.7%)、「栄養のバランスがとれない」(男性 17.6%、女性 8.1%)、「一人で食べてもつまらない」(男性 15.6%、女性 10.6%)は男性の割合が高く、「作りすぎてしまう」(男性 5.3%、女性 11.4%)は女性の割合が高くなっている。また、「困っていることはない」(男性 51.3%、女性 62.7%)は女性が11.4ポイント高い割合となっている。

健康状態別にみると、「買物が大変」は健康状態が良くないと答えた人ほど割合が高く、良くないと答えた人(27.5%)は良いと答えた人(2.9%)より24.6ポイント高くなっている。また、「一人分を作るのは面倒」、「栄養のバランスがとれない」、「一人で食べてもつまらない」は健康状態が『良くない』で割合が高くなっている。一方、「困っていることはない」は健康状態が良いほど割合が高く、良くないと答えた人では41.2%となっているが、良いと答えた人では76.6%と4人に3人以上となっている。

近所づきあい別にみると、「一人分を作るのは面倒」は、つきあいの親密度が低いほど割合が高くなっている。一方、「困っていることはない」は、親密度が高いほど割合が高くなっている。

表2 - 2 食事に関して困っていること(Q6)(複数回答)

		(%)								
	総数	一人分を作るのは面倒	栄養のバランスがとれない	店で売っている食品は味があわない	買物が大変	作りすぎてしまう	一人で食べてもつまらない	その他	困っていることはない	わからない
【 総 数 】	1,941	16.7	10.3	4.3	11.6	10.0	11.8	1.3	60.1	0.9
( 性 別 )										
男 性	454	26.9	17.6	6.4	11.0	5.3	15.6	0.4	51.3	1.1
女 性	1,487	13.7	8.1	3.6	11.8	11.4	10.6	1.5	62.7	0.8
( 年 齢 別 )										
6 5 ~ 6 9 歳	519	17.5	12.3	3.3	10.2	11.4	11.8	1.2	59.3	1.0
7 0 ~ 7 4 歳	551	16.7	9.4	4.5	8.3	11.3	10.3	0.9	61.7	1.1
7 5 ~ 7 9 歳	435	15.6	12.4	6.0	13.8	11.5	14.5	1.6	57.2	0.5
8 0 歳 以 上	436	17.0	6.9	3.4	15.1	5.3	11.0	1.6	61.7	0.9
6 5 ~ 7 4 歳 (計)	1,070	17.1	10.8	3.9	9.3	11.3	11.0	1.0	60.6	1.0
7 5 歳以上 (計)	871	16.3	9.6	4.7	14.5	8.4	12.7	1.6	59.5	0.7
( 健 康 状 態 )										
良 い	444	8.8	5.6	2.0	2.9	8.3	4.5	0.9	76.6	0.9
ま あ 良 い	423	12.3	8.5	4.7	6.4	12.1	12.3	0.5	64.1	0.2
普 通	506	18.4	10.9	5.3	10.5	9.9	12.8	0.6	58.1	1.0
あ ま り 良 く な い	466	25.3	14.8	4.3	22.3	10.1	16.1	2.1	47.0	0.9
良 く な い	102	22.5	14.7	6.9	27.5	8.8	16.7	5.9	41.2	2.9
良 い (計)	867	10.5	7.0	3.3	4.6	10.1	8.3	0.7	70.5	0.6
良 く な い (計)	568	24.8	14.8	4.8	23.2	9.9	16.2	2.8	46.0	1.2
( Q10近所づきあい)										
お互いに訪問しあう人がいる	796	12.9	7.7	4.5	10.1	10.1	10.9	1.3	65.2	0.6
立ち話をする程度の人がいる	533	18.6	12.0	4.9	11.4	12.4	10.5	0.9	56.1	1.1
あいさつをする程度の人がいる	438	19.2	12.3	3.4	12.3	8.9	14.4	0.9	57.8	1.1
つきあいはない	172	22.7	12.2	3.5	17.4	5.2	13.4	3.5	54.7	-
わ か ら な い	2	-	-	-	-	-	-	-	50.0	50.0