

5 食生活に関する事項

(1) 食事に関して気をつけていること(Q32)

「食事に関してどのようなことに気をつけているか」について尋ねたところ、総数では、「規則正しい食事をする」が53.2%で最も高く、以下、「栄養が偏らないようにする」(47.9%)、「食べ過ぎないようにする」(46.2%)、「塩辛いものを控える」(43.1%)、「手作りの料理を増やすようにする」(42.6%)、「カロリーや脂肪分を控える」(36.8%)、「食品の安全性(無農薬,無添加等)」(33.9%)、「鮮度の良いものをとるようにしている」(32.4%)などとなっている。

年齢別にみると、年齢層が低い方で「栄養が偏らないようにする」「カロリーや脂肪を控える」、高い方で「塩辛いものを控える」「かたいものをとらないようにする」が高い傾向にある。

図5 - 1 - 1 食事に関して気をつけていること(Q32 M.A.)

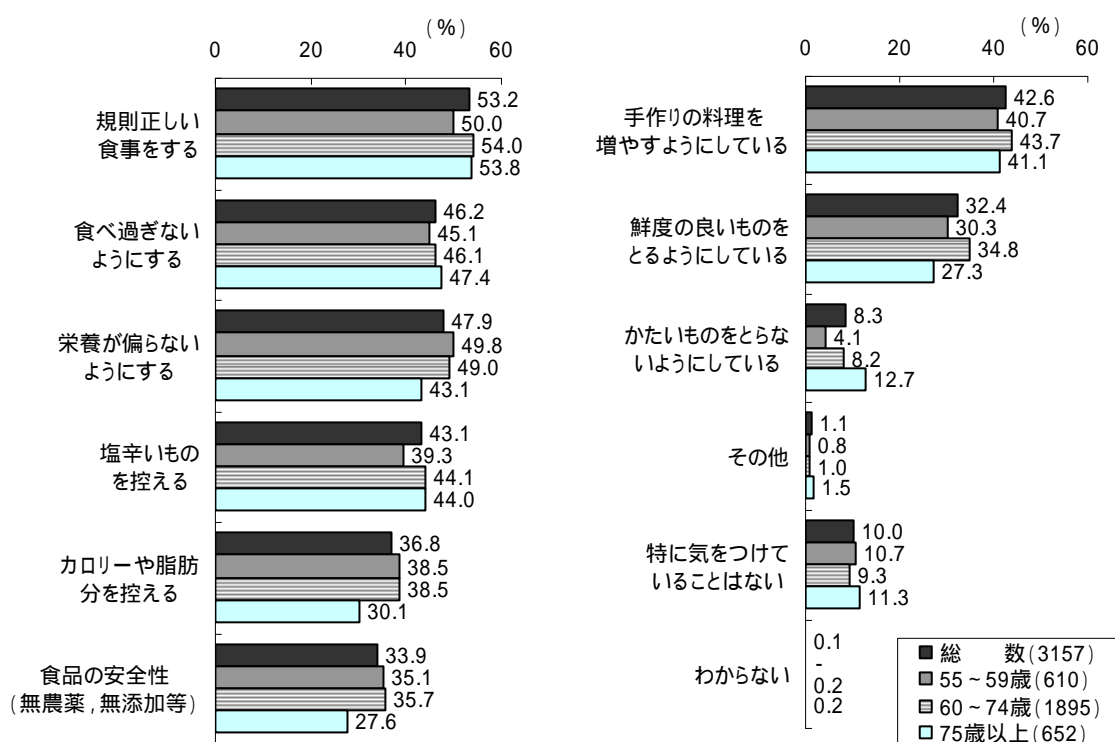
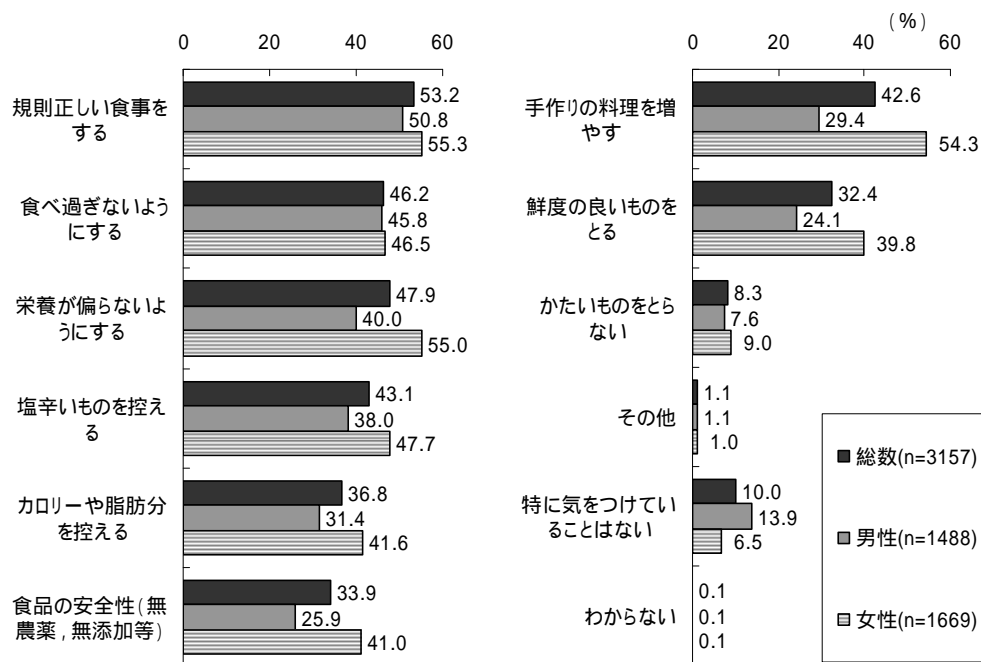


図5 - 1 - 2 性別にみた食事に関して気をつけていること (Q 3 2 M . A .)



<総数>

都市規模別にみると、大都市では「規則正しい食事をする」が高い。

性別にみると、全項目にわたって、男性よりも女性の方が気を付ける傾向が強い。特に、「栄養が偏らないようにする」「食品の安全性（無農薬，無添加等）」「手作りの料理を増やす」では、差が顕著である。

現在の健康状態別にみると、全体的に良くない層よりも良い層で気を付ける傾向が強い。ただし、「塩辛いものを控える」は、良い（計）層よりも良くない（計）層でやや高くなっている。

<55～59歳>

都市規模別にみると、町村では「食べ過ぎないようにする」「塩辛いものを控える」傾向が強い。

性別では、全項目にわたって、男性よりも女性の方が気を付ける傾向が強い。特に、「栄養が偏らないようにする」「手作りの料理を増やす」「鮮度の良いものをとるようにする」で、差が顕著である。

現在の健康状態別にみると、全体的に良くない層よりも良い層で気を付ける傾向が強い。良くない（計）層では、「特に気をつけていることはない」がやや高くなっている。

<60歳以上>

都市規模別にみると、大都市では「規則正しい食事をする」が高い。

性別では、全項目にわたって、男性よりも女性の方が気を付ける傾向が強いが、55～59歳と比較すると、男性の回答比率がやや高まり、女性との差がわずかながらも縮小している。

現在の健康状態別にみると、良い（計）層では良くない（計）層よりも「手作りの料理を増やす」「鮮度の良いものをとるようにしている」傾向が強い。逆に、良くない層では良い層よりも「塩辛いものを控える」傾向が強い。

表5 - 1 - 1 属性別にみた食事に関して気をつけていること (Q 3 2 M . A .)

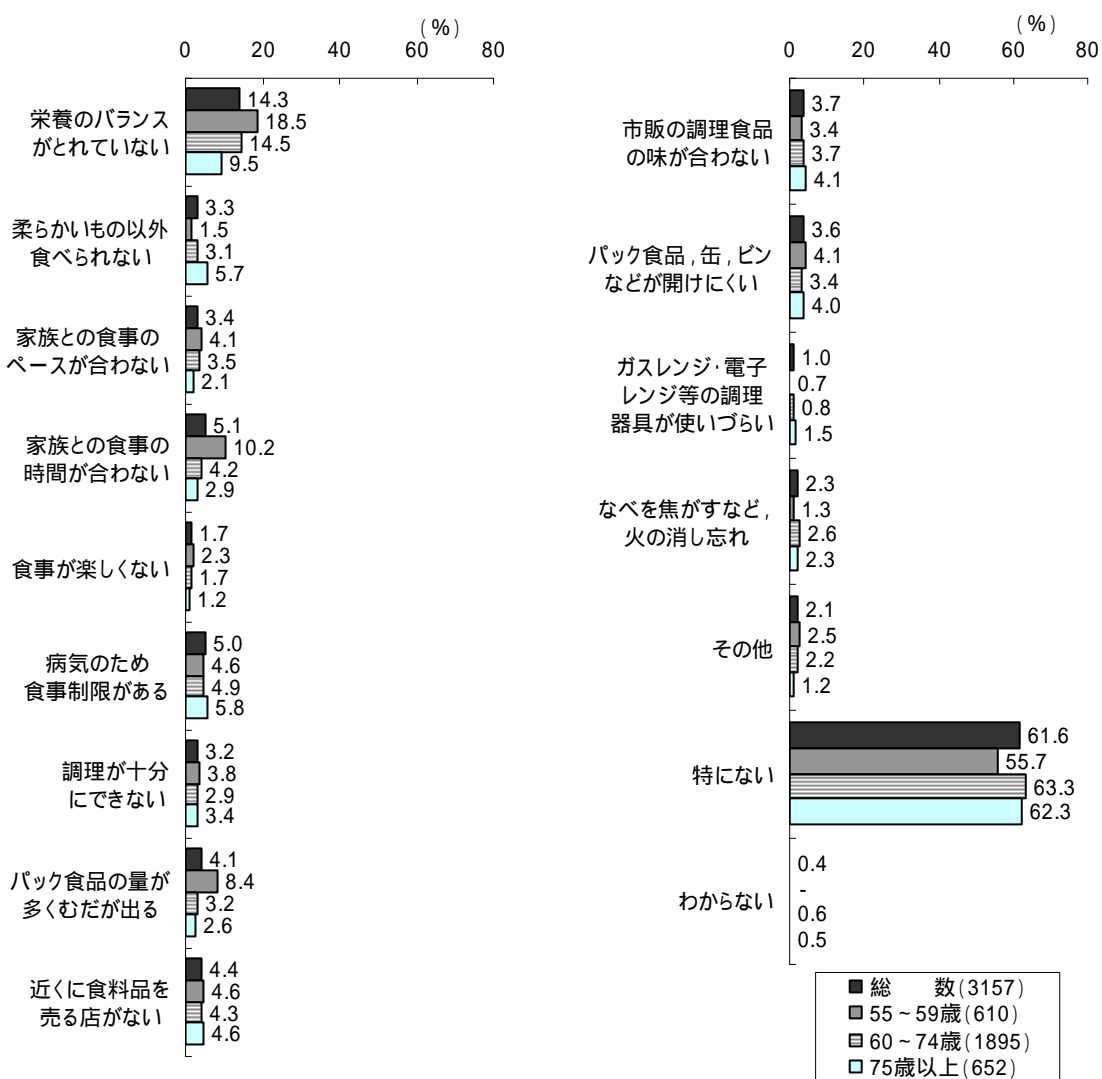
(単位：%)	総数	規則正しい食事を する	食べ過ぎ ないよう にする	栄養が偏 らないよ うにする	塩辛いも のを控え る	カロリー や脂肪分 を控える	食品の安 全性(無 農薬、無 添加等)	手作りの 料理を増 やす	鮮度の良 いものを とる	かたいも のをとら ない	その他	特に気を つけてい ることは ない	わからな い
**【総数】	3157	53.2	46.2	47.9	43.1	36.8	33.9	42.6	32.4	8.3	1.1	10.0	0.1
*都市規模別													
大都市	703	56.8	43.5	48.2	40.7	35.3	31.9	40.3	32.1	7.3	1.8	9.2	-
中都市	1262	54.4	47.8	48.7	45.1	38.4	35.0	43.8	34.5	10.5	0.7	8.6	-
小都市	790	50.1	46.1	48.0	43.2	36.1	33.2	43.0	30.3	5.9	1.0	11.0	0.4
町村	402	49.3	46.0	44.8	41.3	35.6	35.3	41.8	30.6	8.2	1.0	13.7	0.2
F1 性別													
男性	1488	50.8	45.8	40.0	38.0	31.4	25.9	29.4	24.1	7.6	1.1	13.9	0.1
女性	1669	55.3	46.5	55.0	47.7	41.6	41.0	54.3	39.8	9.0	1.0	6.5	0.1
F2 年齢													
55～59歳	610	50.0	45.1	49.8	39.3	38.5	35.1	40.7	30.3	4.1	0.8	10.7	-
60～64歳	676	52.7	44.5	48.2	38.6	37.9	36.5	43.6	34.5	7.1	0.6	7.7	0.4
65～69歳	675	52.4	46.7	50.2	46.7	39.3	34.7	43.4	35.3	7.6	1.3	10.1	-
70～74歳	544	57.5	47.4	48.3	47.6	38.4	35.8	44.1	34.7	10.3	1.1	10.5	-
75～79歳	404	52.7	46.8	44.3	43.8	30.9	31.2	43.3	29.7	11.1	1.5	10.4	-
80歳以上	248	55.6	48.4	41.1	44.4	28.6	21.8	37.5	23.4	15.3	1.6	12.9	0.4
Q1 現在の健康状態													
良い	1085	54.3	42.5	47.2	41.6	34.7	35.3	43.8	33.5	6.5	1.2	10.9	0.2
まあ良い	657	53.4	47.3	51.1	43.1	38.7	35.5	44.0	32.9	6.8	0.8	9.0	0.2
普通	822	52.7	50.7	48.9	42.5	37.3	35.4	45.7	34.4	10.0	1.1	7.9	0.1
あまり良くない	493	51.3	45.6	44.0	47.9	38.5	28.6	35.9	28.4	11.0	0.4	12.2	-
良くない	100	53.0	44.0	46.0	43.0	34.0	22.0	27.0	20.0	12.0	5.0	14.0	-
良い(計)	1742	54.0	44.3	48.7	42.1	36.2	35.4	43.9	33.3	6.6	1.0	10.2	0.2
良くない(計)	593	51.6	45.4	44.4	47.0	37.8	27.5	34.4	27.0	11.1	1.2	12.5	-
【55～59歳】													
総数	610	50.0	45.1	49.8	39.3	38.5	35.1	40.7	30.3	4.1	0.8	10.7	-
*都市規模別													
大都市	126	49.2	36.5	50.0	33.3	38.9	30.2	33.3	29.4	4.0	0.8	11.9	-
中都市	226	50.9	44.7	51.3	41.6	38.9	38.9	42.5	30.1	3.5	0.4	10.2	-
小都市	166	46.4	47.0	50.6	37.3	40.4	30.1	42.8	28.9	4.8	1.2	11.4	-
町村	92	55.4	54.3	44.6	45.7	33.7	41.3	42.4	34.8	4.3	1.1	8.7	-
F1 性別													
男性	271	49.1	46.5	39.5	33.9	31.4	24.0	24.4	19.9	4.4	1.1	16.2	-
女性	339	50.7	44.0	58.1	43.7	44.2	44.0	53.7	38.6	3.8	0.6	6.2	-
Q1 現在の健康状態													
良い	278	50.7	45.3	49.3	41.0	36.7	35.6	42.4	32.7	5.4	0.7	10.1	-
まあ良い	107	52.3	44.9	55.1	45.8	43.0	39.3	41.1	24.3	2.8	0.9	8.4	-
普通	165	47.9	47.3	50.3	34.5	38.2	36.4	40.0	30.9	3.6	1.2	10.9	-
あまり良くない	51	49.0	37.3	37.3	33.3	39.2	21.6	33.3	29.4	2.0	-	17.6	-
良くない	9	44.4	44.4	66.7	33.3	44.4	22.2	33.3	22.2	-	-	11.1	-
良い(計)	385	51.2	45.2	50.9	42.3	38.4	36.6	42.1	30.4	4.7	0.8	9.6	-
良くない(計)	60	48.3	38.3	41.7	33.3	40.0	21.7	33.3	28.3	1.7	-	16.7	-
【60歳以上】													
総数	2547	53.9	46.4	47.5	44.1	36.4	33.6	43.0	32.9	9.3	1.1	9.9	0.2
*都市規模別													
大都市	577	58.4	45.1	47.8	42.3	34.5	32.2	41.8	32.8	8.0	2.1	8.7	-
中都市	1036	55.1	48.5	48.2	45.8	38.3	34.2	44.1	35.4	12.0	0.8	8.3	-
小都市	624	51.1	45.8	47.3	44.7	34.9	34.0	43.1	30.6	6.3	1.0	10.9	0.5
町村	310	47.4	43.5	44.8	40.0	36.1	33.5	41.6	29.4	9.4	1.0	15.2	0.3
F1 性別													
男性	1217	51.2	45.7	40.1	38.9	31.4	26.4	30.6	25.1	8.3	1.2	13.4	0.2
女性	1330	56.5	47.1	54.2	48.7	40.9	40.2	54.4	40.1	10.3	1.1	6.6	0.2
Q1 現在の健康状態													
良い	807	55.5	41.5	46.5	41.8	34.0	35.2	44.2	33.8	6.8	1.4	11.2	0.2
まあ良い	550	53.6	47.8	50.4	42.5	37.8	34.7	44.5	34.5	7.6	0.7	9.1	0.2
普通	657	53.9	51.6	48.6	44.4	37.1	35.2	47.2	35.3	11.6	1.1	7.2	0.2
あまり良くない	442	51.6	46.6	44.8	49.5	38.5	29.4	36.2	28.3	12.0	0.5	11.5	-
良くない	91	53.8	44.0	44.0	44.0	33.0	22.0	26.4	19.8	13.2	5.5	14.3	-
良い(計)	1357	54.8	44.1	48.0	42.1	35.5	35.0	44.4	34.1	7.1	1.1	10.3	0.2
良くない(計)	533	52.0	46.2	44.7	48.6	37.5	28.1	34.5	26.8	12.2	1.3	12.0	-

(2) 食生活について気になること (Q33)

「食生活について日頃どのようなことが気になっているか」について尋ねたところ、「特にない」が61.6%を占めた。他項目の中では、「栄養のバランスがとれていない」が14.3%で最も高く、「家族との食事の時間が合わない」(5.1%)、「病気のため食事制限がある」(5.0%)、「近くに食料品を売る店がない」(4.4%)、「パック食品の量が多くむだが出る」(4.1%) などとなっている。

年齢別にみると、いずれの年代も「特にない」が最も高くなっている。「栄養のバランスがとれていない」は年齢が上がるほど低くなっている。「家族との食事の時間が合わない」は55～59歳で特に高くなっている。

図5-2-1 食生活について気になること (Q33 M.A.)



<総数>

都市規模別にみると、大都市、中都市で「栄養のバランスがとれていない」ことをやや気にする傾向がみられる。町村では「特にない」が66.2%と高い。

性別にみると、女性では「栄養のバランスがとれていない」ことを気にする傾向がみられる。男性では「特にない」が68.5%と高い。

年齢別にみると、年齢層が低いほど「栄養のバランスがとれていない」「家族との食事の時間が合わない」ことを気にする傾向がある。80歳以上では、10.1%が「体が衰えて買い物に行きづらい」をあげている。

現在の健康状態別にみると、良くない層では「病気のため食事制限がある」(21.0%)、「体が衰えて買い物に行きづらい」(17.0%)が高くなっている。

<55～59歳>

都市規模別にみると、大都市では「栄養のバランスがとれていない」ことがやや高い。

性別では、女性で「パック食品、缶、ビンなどが開けにくい」がやや高くなっている。

現在の健康状態別にみると、良くない層では「病気のため食事制限がある」が高い。

<60歳以上>

都市規模別にみると、町村では「特にない」が68.4%と高い。

性別にみると、男性では「特にない」が69.8%と高い。

現在の健康状態別にみると、良くない層では「病気のため食事制限がある」「体が衰えて買い物に行きづらい」が高くなっている。

表5-2-1 属性別にみた食生活について気になること(Q33 M.A.)(1)

(単位：%)	総数	栄養のバランスがとれていない	柔らかいもの以外食べられない	家族との食事のペースが合わない	家族との食事の時間が合わない	食事が楽しくない	病気のため食事制限がある	調理が十分にできない	パック食品の量が多くむだが出る	近くに食料品を売る店がない
**【総数】	3157	14.3	3.3	3.4	5.1	1.7	5.0	3.2	4.1	4.4
*都市規模別										
大都市	703	14.4	2.8	2.6	4.1	2.1	6.1	2.7	4.4	3.3
中都市	1262	15.8	3.7	3.3	5.5	2.1	4.8	3.1	3.6	4.2
小都市	790	12.8	3.0	4.6	5.9	1.0	4.6	3.4	3.7	6.3
町村	402	12.2	3.5	2.5	3.7	1.2	5.0	3.7	6.0	3.2
F1 性別										
男性	1488	12.8	3.2	2.7	3.7	1.9	5.2	2.6	3.5	2.6
女性	1669	15.6	3.5	4.0	6.4	1.6	4.9	3.7	4.6	6.1
F2 年齢										
55～59歳	610	18.5	1.5	4.1	10.2	2.3	4.6	3.8	8.4	4.6
60～64歳	676	13.9	3.0	4.0	6.4	1.8	3.3	3.4	4.3	3.3
65～69歳	675	15.3	2.1	2.5	3.4	1.8	5.5	2.2	2.8	4.4
70～74歳	544	14.3	4.6	4.2	2.6	1.5	6.3	3.1	2.4	5.3
75～79歳	404	9.2	4.5	2.0	3.2	1.0	5.4	2.5	2.0	5.0
80歳以上	248	10.1	7.7	2.4	2.4	1.6	6.5	4.8	3.6	4.0
55～59歳(計)	610	18.5	1.5	4.1	10.2	2.3	4.6	3.8	8.4	4.6
60～74歳(計)	1895	14.5	3.1	3.5	4.2	1.7	4.9	2.9	3.2	4.3
75歳以上	652	9.5	5.7	2.1	2.9	1.2	5.8	3.4	2.6	4.6
Q1 現在の健康状態										
良い	1085	12.0	2.0	2.7	5.1	1.2	1.0	1.6	4.7	3.7
まあ良い	657	16.3	2.3	3.7	5.0	0.9	3.5	3.7	3.5	4.0
普通	822	14.2	4.3	3.2	5.5	1.7	4.1	3.0	4.5	5.2
あまり良くない	493	16.2	5.5	4.7	5.5	3.2	14.2	5.1	2.6	5.3
良くない	100	16.0	6.0	4.0	1.0	5.0	21.0	9.0	5.0	4.0
良い(計)	1742	13.6	2.1	3.0	5.1	1.1	2.0	2.4	4.2	3.8
良くない(計)	593	16.2	5.6	4.6	4.7	3.5	15.3	5.7	3.0	5.1

(単位：%)	体が衰えて買い物に行きづらい	市販の調理食品の味が合わない	パック食品、ビンなどが開けにくい	レンジ等の調理器具が使いづらい	なべを焦がすなど、火の消し忘れ	その他	特にない	わからない	気になっていることがある(計)
**【総数】	2.5	3.7	3.6	1.0	2.3	2.1	61.6	0.4	37.9
*都市規模別									
大都市	3.7	4.0	5.1	0.7	2.8	3.0	59.7	0.4	39.8
中都市	2.5	4.0	4.0	1.2	2.7	1.7	59.5	0.4	40.1
小都市	1.8	3.5	3.2	0.8	1.6	1.5	64.4	0.5	35.1
町村	2.2	2.7	0.7	1.0	1.2	2.7	66.2	0.5	33.3
F1 性別									
男性	1.5	2.7	1.7	1.1	0.7	2.3	68.5	0.3	31.2
女性	3.5	4.7	5.3	0.8	3.7	1.9	55.5	0.5	43.9
F2 年齢									
55～59歳	0.5	3.4	4.1	0.7	1.3	2.5	55.7	-	44.3
60～64歳	0.7	3.4	3.3	0.9	2.5	1.8	62.3	0.6	37.1
65～69歳	2.1	3.7	3.4	0.7	1.9	2.4	65.2	0.4	34.4
70～74歳	3.3	4.0	3.5	0.9	3.5	2.6	62.3	0.7	36.9
75～79歳	3.7	4.0	3.7	1.2	1.5	1.2	65.1	-	34.9
80歳以上	10.1	4.4	4.4	2.0	3.6	1.2	57.7	1.2	41.1
55～59歳(計)	0.5	3.4	4.1	0.7	1.3	2.5	55.7	-	44.3
60～74歳(計)	2.0	3.7	3.4	0.8	2.6	2.2	63.3	0.6	36.1
75歳以上	6.1	4.1	4.0	1.5	2.3	1.2	62.3	0.5	37.3
Q1 現在の健康状態									
良い	0.5	4.4	1.9	0.9	1.5	2.2	69.4	0.4	30.2
まあ良い	1.2	3.7	3.0	0.9	2.1	1.7	60.3	0.3	39.4
普通	1.6	3.3	4.6	0.5	2.3	2.1	61.6	0.2	38.2
あまり良くない	7.5	3.4	6.1	1.4	3.7	2.6	49.1	1.2	49.7
良くない	17.0	2.0	6.0	3.0	5.0	-	49.0	-	51.0
良い(計)	0.7	4.1	2.4	0.9	1.7	2.0	66.0	0.3	33.7
良くない(計)	9.1	3.2	6.1	1.7	3.9	2.2	49.1	1.0	49.9

表5 - 2 - 2 属性別にみた食生活について気になること (Q33 M.A.)(2)

(単位：%)	総数	栄養のバランスがとれていない	柔らかいもの以外食べられない	家族との食事のペースが合わない	家族との食事の時間が合わない	食事が楽しくない	病気のため食事制限がある	調理が十分にできない	パック食品の量が多くむだが出る	近くに食料品を売る店がない
【55～59歳】										
総数	610	18.5	1.5	4.1	10.2	2.3	4.6	3.8	8.4	4.6
*都市規模別										
大都市	126	22.2	2.4	4.0	5.6	3.2	4.8	3.2	8.7	0.8
中都市	226	19.9	0.4	4.0	12.4	2.7	4.9	3.1	7.1	5.3
小都市	166	16.3	1.8	4.8	10.8	1.8	4.8	4.2	6.6	7.8
町村	92	14.1	2.2	3.3	9.8	1.1	3.3	5.4	14.1	2.2
F1 性別										
男性	271	19.6	1.8	3.3	8.1	3.7	4.1	1.8	7.4	3.3
女性	339	17.7	1.2	4.7	11.8	1.2	5.0	5.3	9.1	5.6
Q1 現在の健康状態										
良い	278	15.1	0.7	4.7	10.4	2.2	2.5	2.2	9.0	4.7
まあ良い	107	27.1	2.8	2.8	8.4	1.9	4.7	6.5	8.4	4.7
普通	165	17.6	1.2	4.2	12.1	2.4	4.2	3.6	8.5	5.5
あまり良くない	51	17.6	3.9	3.9	7.8	3.9	11.8	5.9	2.0	2.0
良くない	9	44.4	-	-	-	-	33.3	11.1	22.2	-
良い(計)	385	18.4	1.3	4.2	9.9	2.1	3.1	3.4	8.8	4.7
良くない(計)	60	21.7	3.3	3.3	6.7	3.3	15.0	6.7	5.0	1.7
【60歳以上】										
総数	2547	13.2	3.8	3.2	3.9	1.6	5.1	3.0	3.1	4.4
*都市規模別										
大都市	577	12.7	2.9	2.3	3.8	1.9	6.4	2.6	3.5	3.8
中都市	1036	14.9	4.4	3.2	4.1	1.9	4.7	3.1	2.8	4.0
小都市	624	11.9	3.4	4.5	4.6	0.8	4.5	3.2	2.9	5.9
町村	310	11.6	3.9	2.3	1.9	1.3	5.5	3.2	3.5	3.5
F1 性別										
男性	1217	11.3	3.5	2.5	2.7	1.5	5.5	2.7	2.6	2.4
女性	1330	15.0	4.1	3.8	5.0	1.7	4.8	3.3	3.5	6.2
Q1 現在の健康状態										
良い	807	10.9	2.5	2.0	3.2	0.9	0.5	1.4	3.2	3.3
まあ良い	550	14.2	2.2	3.8	4.4	0.7	3.3	3.1	2.5	3.8
普通	657	13.4	5.0	2.9	3.8	1.5	4.1	2.9	3.5	5.2
あまり良くない	442	16.1	5.7	4.8	5.2	3.2	14.5	5.0	2.7	5.7
良くない	91	13.2	6.6	4.4	1.1	5.5	19.8	8.8	3.3	4.4
良い(計)	1357	12.2	2.4	2.7	3.7	0.8	1.6	2.1	2.9	3.5
良くない(計)	533	15.6	5.8	4.7	4.5	3.6	15.4	5.6	2.8	5.4

(単位：%)	体が衰えて買い物に行きづらい	市販の調理食品の味が合わない	パック食品、ビンなどが開けにくい	レンジ等の調理器具が使いづらい	なべを焦がすなど、火の消し忘れ	その他	特にない	わからない	気になっていることがある(計)
【55～59歳】									
総数	0.5	3.4	4.1	0.7	1.3	2.5	55.7	-	44.3
*都市規模別									
大都市	-	4.8	5.6	-	-	4.0	54.8	-	45.2
中都市	1.3	4.0	4.9	0.9	1.8	1.3	53.1	-	46.9
小都市	-	1.8	4.2	0.6	1.8	1.8	58.4	-	41.6
町村	-	3.3	-	1.1	1.1	4.3	58.7	-	41.3
F1 性別									
男性	0.4	2.6	2.2	1.1	0.4	3.0	62.7	-	37.3
女性	0.6	4.1	5.6	0.3	2.1	2.1	50.1	-	49.9
Q1 現在の健康状態									
良い	0.7	4.0	3.2	0.7	1.8	2.5	62.2	-	37.8
まあ良い	0.9	5.6	2.8	-	0.9	0.9	39.3	-	60.7
普通	-	1.2	4.8	0.6	0.6	3.0	57.6	-	42.4
あまり良くない	-	2.0	7.8	2.0	2.0	3.9	52.9	-	47.1
良くない	-	11.1	11.1	-	-	-	33.3	-	66.7
良い(計)	0.8	4.4	3.1	0.5	1.6	2.1	55.8	-	44.2
良くない(計)	-	3.3	8.3	1.7	1.7	3.3	50.0	-	50.0
【60歳以上】									
総数	3.0	3.8	3.5	1.0	2.5	2.0	63.1	0.5	36.4
*都市規模別									
大都市	4.5	3.8	5.0	0.9	3.5	2.8	60.8	0.5	38.6
中都市	2.7	4.1	3.9	1.3	2.9	1.7	60.9	0.5	38.6
小都市	2.2	4.0	2.9	0.8	1.6	1.4	66.0	0.6	33.3
町村	2.9	2.6	1.0	1.0	1.3	2.3	68.4	0.6	31.0
F1 性別									
男性	1.7	2.7	1.6	1.1	0.8	2.1	69.8	0.4	29.8
女性	4.2	4.8	5.3	1.0	4.1	1.8	56.9	0.7	42.4
Q1 現在の健康状態									
良い	0.4	4.6	1.5	1.0	1.4	2.1	71.9	0.5	27.6
まあ良い	1.3	3.3	3.1	1.1	2.4	1.8	64.4	0.4	35.3
普通	2.0	3.8	4.6	0.5	2.7	1.8	62.6	0.3	37.1
あまり良くない	8.4	3.6	5.9	1.4	3.8	2.5	48.6	1.4	50.0
良くない	18.7	1.1	5.5	3.3	5.5	-	50.5	-	49.5
良い(計)	0.7	4.1	2.1	1.0	1.8	2.0	68.8	0.4	30.7
良くない(計)	10.1	3.2	5.8	1.7	4.1	2.1	49.0	1.1	49.9

(3) 食事に関するサービスの利用意向(Q34)

「今後、自分で食事の用意ができなくなったり、用意してくれる人がいなくなった場合、どのようなサービスを利用したいか」について尋ねたところ、「公的な配食サービス」が35.4%で最も高く、以下、「民間による多様な配食サービス」(26.6%)、「ヘルパーや家政婦による食事の用意」(24.6%)、「食材の宅配サービス」(23.1%)、「施設での会食サービス」(8.8%)、「多様な調理食品や半調理食品の販売」(5.7%)となっている。

年齢別にみると、55～59歳では、「民間による多様な配食サービス」が31.3%、「食材の宅配サービス」が27.0%とやや高くなっている。60～74歳、75歳以上では、50歳代に比べて「特にない」が高くなっている。

図5-3-1 食事に関するサービスの利用意向(Q34 M.A.)

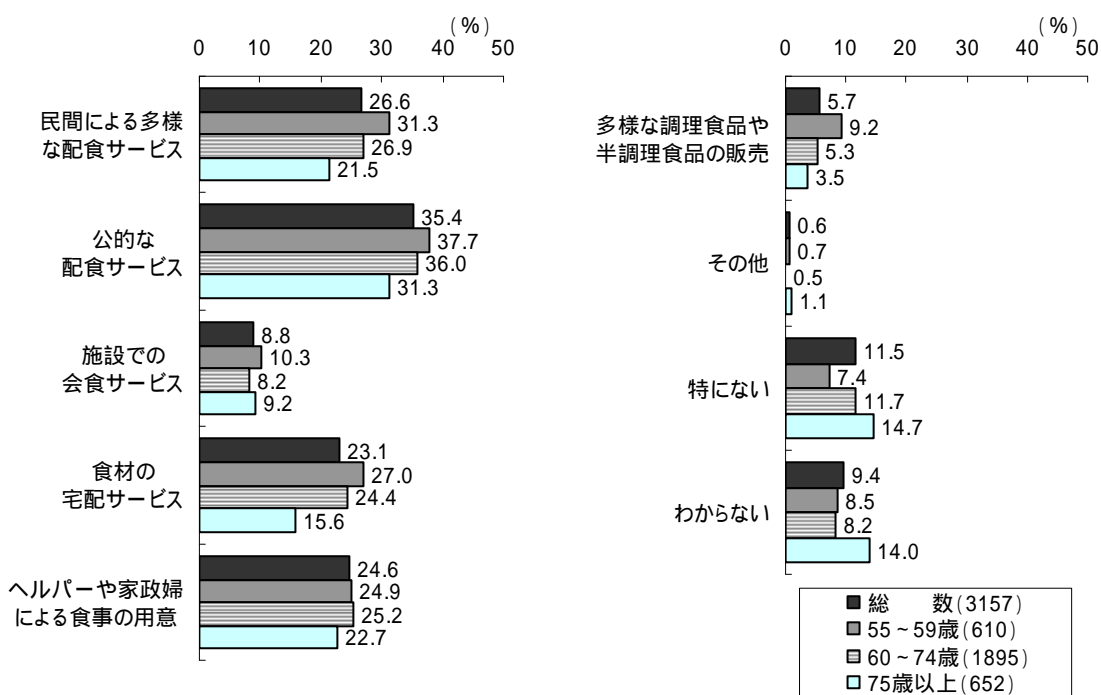
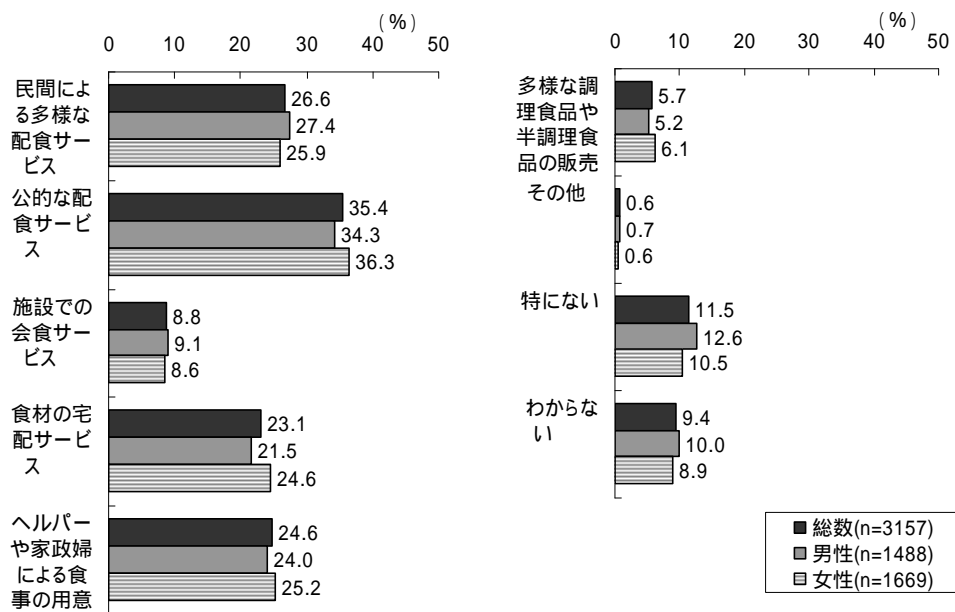


図5 - 3 - 2 性別にみた食事に関するサービスの利用意向 (Q 3 4 M . A .)



<総数>

都市規模別にみると、大都市では「民間による多様な配食サービス」「公的な配食サービス」がやや高い。

性別にみると、大きな差はみられない。

年齢別にみると、年齢層が低いほど「民間による多様な配食サービス」「食材の宅配サービス」の利用意向が高い。一方、年齢層が高いほど「特にない」が高くなっている。

世帯構成別にみると、二世帯世帯（本人と親）では、「公的な配食サービス」「施設での会食サービス」の利用意向が高く、三世帯世帯では「特にない」が高くなっている。

<55～59歳>

都市規模別にみると、大都市、中都市で「民間による多様な配食サービス」がやや高い。

性別にみると、女性で「食材の宅配サービス」「ヘルパーや家政婦による食事の用意」の利用意向が強い。

世帯構成別にみると、一世帯世帯では「公的な配食サービス」、三世帯世帯では「民間による多様な配食サービス」がやや高い。

<60歳以上>

都市規模別にみると、大都市では「民間による多様な配食サービス」「公的な配食サービス」がやや高い。

性別では、大きな差はみられない。

世帯構成別にみると、二世帯世帯（本人と親）では、「公的な配食サービス」「食材の宅配サービス」の利用意向が強く、三世帯世帯では「特にない」が高くなっている。

表5-3-1 属性別にみた食事に関するサービスの利用意向(Q34 M.A.)

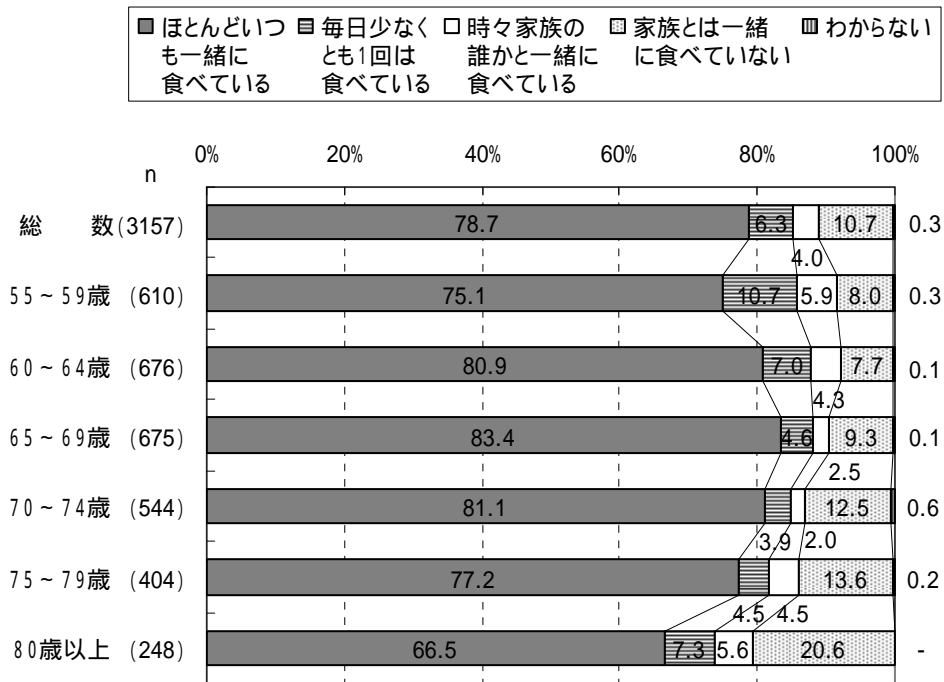
(単位：%)	総数	民間による多様な配食サービス	公的な配食サービス	施設での会食サービス	食材の宅配サービス	ヘルパーや家政婦による食事の用意	多様な調理食品や半調理食品の販売	その他	特になし	わからない
**【総数】	3157	26.6	35.4	8.8	23.1	24.6	5.7	0.6	11.5	9.4
*都市規模別										
大都市	703	30.2	39.3	8.7	20.8	23.3	7.7	0.9	9.4	9.7
中都市	1262	27.7	34.9	8.2	24.2	24.8	5.9	0.8	10.2	9.3
小都市	790	22.5	34.2	10.3	22.7	26.2	4.9	0.3	14.4	9.4
町村	402	25.4	32.3	8.2	24.6	23.4	3.0	0.5	13.4	9.7
F1 性別										
男性	1488	27.4	34.3	9.1	21.5	24.0	5.2	0.7	12.6	10.0
女性	1669	25.9	36.3	8.6	24.6	25.2	6.1	0.6	10.5	8.9
F2 年齢										
55~59歳	610	31.3	37.7	10.3	27.0	24.9	9.2	0.7	7.4	8.5
60~64歳	676	29.1	39.5	9.3	27.7	25.6	6.4	0.4	10.2	5.3
65~69歳	675	26.4	36.3	8.9	23.9	25.3	5.3	0.3	11.9	7.9
70~74歳	544	24.8	31.3	5.9	21.1	24.6	4.0	0.7	13.4	12.1
75~79歳	404	23.0	33.4	9.9	15.8	22.0	4.5	0.5	13.6	13.1
80歳以上	248	19.0	27.8	8.1	15.3	23.8	2.0	2.0	16.5	15.3
*世帯構成										
一人暮らし	302	25.5	32.8	9.3	18.9	23.5	4.0	1.7	9.6	10.3
一世代世帯	1240	27.9	38.1	9.0	24.7	23.5	5.8	0.5	9.4	8.3
二世帯世帯	1008	27.2	37.8	10.5	24.1	28.7	6.6	0.7	9.5	9.5
(本人と子)	870	27.2	36.7	9.3	23.9	28.7	6.7	0.8	9.8	10.3
(本人と親)	138	26.8	44.9	18.1	25.4	28.3	6.5	-	8.0	4.3
三世帯世帯	534	23.8	27.2	5.4	20.6	19.9	5.1	0.4	20.4	10.9
その他の世帯	73	23.3	26.0	5.5	19.2	27.4	2.7	-	17.8	13.7
【55~59歳】										
総数	610	31.3	37.7	10.3	27.0	24.9	9.2	0.7	7.4	8.5
*都市規模別										
大都市	126	33.3	40.5	7.1	26.2	25.4	13.5	1.6	7.9	8.7
中都市	226	35.4	35.8	14.2	27.9	22.6	10.2	0.4	6.6	9.3
小都市	166	27.7	35.5	9.6	27.7	26.5	7.8	0.6	7.8	9.0
町村	92	25.0	42.4	6.5	25.0	27.2	3.3	-	7.6	5.4
F1 性別										
男性	271	32.1	35.4	11.1	23.6	21.8	5.9	0.7	10.3	8.9
女性	339	30.7	39.5	9.7	29.8	27.4	11.8	0.6	5.0	8.3
*世帯構成										
一人暮らし	42	31.0	28.6	2.4	21.4	19.0	7.1	-	7.1	16.7
一世代世帯	163	36.2	43.6	11.0	31.9	23.3	11.0	-	4.3	4.3
二世帯世帯	285	27.0	38.6	13.0	27.4	27.4	8.4	1.4	8.1	9.8
(本人と子)	226	26.5	38.9	11.1	29.2	27.9	9.3	1.8	8.0	10.6
(本人と親)	59	28.8	37.3	20.3	20.3	25.4	5.1	-	8.5	6.8
三世帯世帯	99	39.4	29.3	7.1	23.2	23.2	10.1	-	8.1	7.1
その他の世帯	21	14.3	38.1	-	14.3	23.8	4.8	-	19.0	14.3
【60歳以上】										
総数	2547	25.5	34.8	8.4	22.2	24.6	4.9	0.6	12.5	9.7
*都市規模別										
大都市	577	29.5	39.0	9.0	19.6	22.9	6.4	0.7	9.7	9.9
中都市	1036	26.0	34.7	6.9	23.5	25.3	5.0	0.9	11.0	9.3
小都市	624	21.2	33.8	10.4	21.3	26.1	4.2	0.2	16.2	9.5
町村	310	25.5	29.4	8.7	24.5	22.3	2.9	0.6	15.2	11.0
F1 性別										
男性	1217	26.4	34.0	8.6	21.0	24.5	5.1	0.7	13.1	10.3
女性	1330	24.7	35.5	8.3	23.2	24.7	4.7	0.6	11.9	9.1
*世帯構成										
一人暮らし	260	24.6	33.5	10.4	18.5	24.2	3.5	1.9	10.0	9.2
一世代世帯	1077	26.6	37.2	8.6	23.6	23.6	5.0	0.6	10.1	8.9
二世帯世帯	723	27.2	37.5	9.5	22.8	29.2	5.9	0.4	10.1	9.4
(本人と子)	644	27.5	35.9	8.7	22.0	29.0	5.7	0.5	10.4	10.2
(本人と親)	79	25.3	50.6	16.5	29.1	30.4	7.6	-	7.6	2.5
三世帯世帯	435	20.2	26.7	5.1	20.0	19.1	3.9	0.5	23.2	11.7
その他の世帯	52	26.9	21.2	7.7	21.2	28.8	1.9	-	17.3	13.5

(4) 家族との食事の頻度 (Q35)

「ふだん、食事を家族と一緒に食べているか」について尋ねたところ、総数では、「ほとんどいつも一緒に食べている」が78.7%を占めて最も多く、「毎日少なくとも1回は食べている」が6.3%、「時々家族の誰かと一緒に食べている」が4.0%となっている。「家族とは一緒に食べていない」は10.7%となっている。

年齢別にみると、「ほとんどいつも一緒に食べている」は、60～74歳では8割を超えているが、55～59歳や75～79歳では7割台半ば、80歳以上になると6割台半ばとなっている。

図5-4-1 家族との食事の頻度 (Q35)



<総数>

都市規模別にみると、小都市、町村では「ほとんどいつも一緒に食べている」が8割を超えて高い。

性別では、男性の82.1%は「ほとんどいつも一緒に食べている」が、女性は75.7%と低くなっており、「家族とは一緒に食べていない」が13.1%とやや高い。

世帯構成別にみると、一世代世帯では92.8%が「ほとんどいつも一緒に食べている」と回答している。

現在の健康状態別にみると、良くない(計)層では「家族とは一緒に食べていない」が15.7%とやや高い。

<55~59歳>

都市規模別にみると、小都市、町村では「ほとんどいつも一緒に食べている」がやや高い。大都市では、「家族とは一緒に食べていない」が14.3%とやや高い。

性別にみると、「ほとんどいつも一緒に食べている」は女性では78.5%であるが、男性は70.8%と低く、「家族とは一緒に食べていない」が11.1%とやや高い。

現在の健康状態別にみると、良くない(計)層では「家族とは一緒に食べていない」が15.0%とやや高い。

<60歳以上>

都市規模別にみると、小都市、町村では「ほとんどいつも一緒に食べている」が8割を超えて高い。

性別にみると、55~59歳とは逆に、「ほとんどいつも一緒に食べている」は、男性では84.6%であるが、女性は75.0%と低く、「家族とは一緒に食べていない」が15.0%とやや高い。

現在の健康状態別にみると、良くない(計)層では「家族とは一緒に食べていない」が15.8%とやや高い。

表5 - 4 - 1 属性別にみた家族との食事の頻度 (Q 3 5)

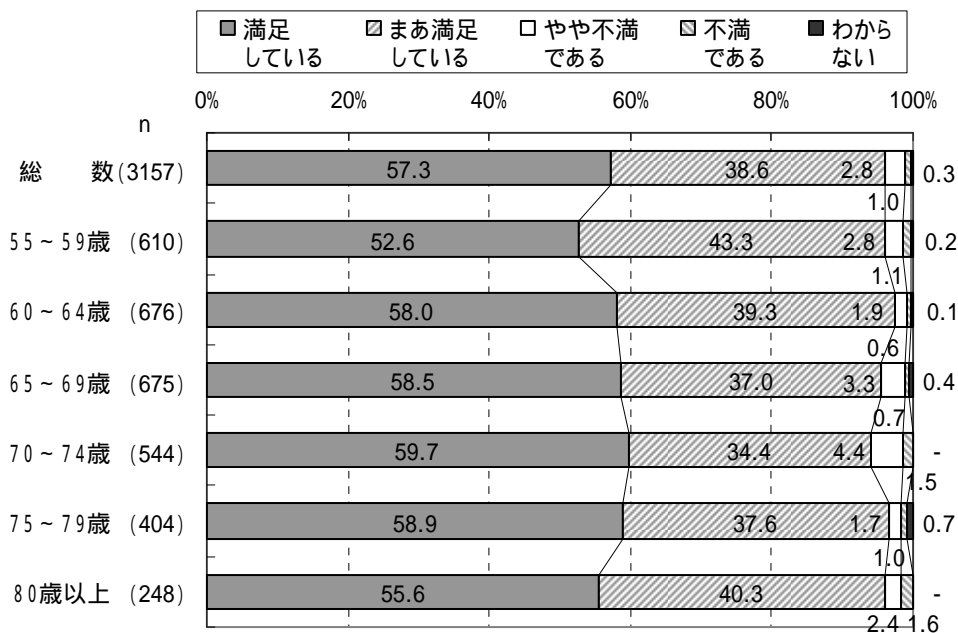
	総数	ほとんどいつも一緒に食べている	毎日少なくとも1回は食べている	時々家族の誰かと一緒に食べている	家族とは一緒に食べていない	わからない	食べることがある(計)
(単位: %)							
【総数】	3157	78.7	6.3	4.0	10.7	0.3	89.0
*都市規模別							
大都市	703	77.0	5.4	4.3	12.9	0.4	86.6
中都市	1262	76.0	7.1	4.6	12.1	0.2	87.7
小都市	790	82.9	7.1	3.2	6.6	0.3	93.2
町村	402	82.3	4.0	3.0	10.4	0.2	89.3
F 1 性別							
男性	1488	82.1	6.3	3.2	8.0	0.5	91.5
女性	1669	75.7	6.4	4.7	13.1	0.1	86.8
F 2 年齢							
5 5 ~ 5 9 歳	610	75.1	10.7	5.9	8.0	0.3	91.6
6 0 ~ 6 4 歳	676	80.9	7.0	4.3	7.7	0.1	92.2
6 5 ~ 6 9 歳	675	83.4	4.6	2.5	9.3	0.1	90.5
7 0 ~ 7 4 歳	544	81.1	3.9	2.0	12.5	0.6	86.9
7 5 ~ 7 9 歳	404	77.2	4.5	4.5	13.6	0.2	86.1
8 0 歳以上	248	66.5	7.3	5.6	20.6	-	79.4
*世帯構成							
一人暮らし	302	1.7	0.3	8.3	87.4	2.3	10.3
一世代世帯	1240	92.8	4.8	1.3	1.0	0.1	99.0
二世帯世帯	1008	80.8	9.6	5.9	3.8	-	96.2
(本人と子)	870	80.1	9.9	6.2	3.8	-	96.2
(本人と親)	138	84.8	8.0	3.6	3.6	-	96.4
三世帯世帯	534	85.4	6.6	4.1	3.9	-	96.1
その他の世帯	73	82.2	9.6	4.1	4.1	-	95.9
Q 1 現在の健康状態							
良い	1085	81.3	6.8	3.7	7.9	0.3	91.8
まあ良い	657	80.2	5.6	3.0	10.7	0.5	88.9
普通	822	78.0	6.8	4.1	10.8	0.2	88.9
あまり良くない	493	73.6	5.5	5.1	15.8	-	84.2
良くない	100	73.0	6.0	6.0	15.0	-	85.0
良い(計)	1742	80.9	6.4	3.4	9.0	0.3	90.7
良くない(計)	593	73.5	5.6	5.2	15.7	-	84.3
【5 5 ~ 5 9 歳】							
総数	610	75.1	10.7	5.9	8.0	0.3	91.6
*都市規模別							
大都市	126	68.3	9.5	7.9	14.3	-	85.7
中都市	226	73.5	11.9	7.5	6.6	0.4	92.9
小都市	166	81.3	9.0	3.6	5.4	0.6	94.0
町村	92	77.2	12.0	3.3	7.6	-	92.4
F 1 性別							
男性	271	70.8	11.1	6.3	11.1	0.7	88.2
女性	339	78.5	10.3	5.6	5.6	-	94.4
*世帯構成							
一人暮らし	42	-	-	7.1	90.5	2.4	7.1
一世代世帯	163	86.5	10.4	1.8	0.6	0.6	98.8
二世帯世帯	285	75.8	13.3	8.1	2.8	-	97.2
(本人と子)	226	74.3	14.2	8.8	2.7	-	97.3
(本人と親)	59	81.4	10.2	5.1	3.4	-	96.6
三世帯世帯	99	85.9	8.1	5.1	1.0	-	99.0
その他の世帯	21	76.2	9.5	9.5	4.8	-	95.2
Q 1 現在の健康状態							
良い	278	75.9	10.1	6.8	6.8	0.4	92.8
まあ良い	107	76.6	11.2	1.9	10.3	-	89.7
普通	165	75.8	10.9	6.7	6.1	0.6	93.3
あまり良くない	51	64.7	11.8	7.8	15.7	-	84.3
良くない	9	77.8	11.1	-	11.1	-	88.9
良い(計)	385	76.1	10.4	5.5	7.8	0.3	91.9
良くない(計)	60	66.7	11.7	6.7	15.0	-	85.0
【6 0 歳以上】							
総数	2547	79.6	5.3	3.5	11.3	0.2	88.4
*都市規模別							
大都市	577	78.9	4.5	3.5	12.7	0.5	86.8
中都市	1036	76.5	6.1	4.0	13.3	0.1	86.6
小都市	624	83.3	6.6	3.0	6.9	0.2	92.9
町村	310	83.9	1.6	2.9	11.3	0.3	88.4
F 1 性別							
男性	1217	84.6	5.2	2.5	7.3	0.4	92.3
女性	1330	75.0	5.4	4.4	15.0	0.1	84.9
*世帯構成							
一人暮らし	260	1.9	0.4	8.5	86.9	2.3	10.8
一世代世帯	1077	93.8	4.0	1.2	1.0	-	99.0
二世帯世帯	723	82.7	8.2	5.0	4.1	-	95.9
(本人と子)	644	82.1	8.4	5.3	4.2	-	95.8
(本人と親)	79	87.3	6.3	2.5	3.8	-	96.2
三世帯世帯	435	85.3	6.2	3.9	4.6	-	95.4
その他の世帯	52	84.6	9.6	1.9	3.8	-	96.2
Q 1 現在の健康状態							
良い	807	83.1	5.7	2.6	8.3	0.2	91.4
まあ良い	550	80.9	4.5	3.3	10.7	0.5	88.7
普通	657	78.5	5.8	3.5	12.0	0.2	87.8
あまり良くない	442	74.7	4.8	4.8	15.8	-	84.2
良くない	91	72.5	5.5	6.6	15.4	-	84.6
良い(計)	1357	82.2	5.2	2.9	9.3	0.4	90.3
良くない(計)	533	74.3	4.9	5.1	15.8	-	84.2

(5) 食生活全般に関する満足度 (Q36)

「食生活全般に関して満足しているか」について尋ねたところ 総数では「満足している」が57.3%と高く、「まあ満足している」が38.6%となっており、両項目で全体の95.9%を占めている。「やや不満である」は2.8%、「不満である」は1.0%となっている。

年齢別にみると、55～59歳、80歳以上では「満足している」が低く、「まあ満足している」が高くなっているが、いずれの年代でも、食生活全般の満足層の割合が高いことがわかる。

図5-5-1 食生活全般に対する満足度 (Q36)



<総数>

都市規模別には、大きな差はみられない。

性別では、「満足している」は女性（54.1%）よりも男性（60.9%）で高い。

世帯構成別にみると、三世帯世帯では「満足している」が63.7%と高い。一人暮らしでは、「満足している」が38.4%と低く、「やや不満である」「不満である」の合計が10.3%とやや高い。

<55～59歳>

都市規模別には、大きな差はみられない。

性別では、「満足している」は女性（51.3%）よりも男性（54.2%）で高い。

世帯構成別にみると、一人暮らしで「満足している」が28.6%と低く、「やや不満である」「不満である」の合計が14.3%とやや高い。

<60歳以上>

都市規模別にみると、町村では「満足している」が61.0%とやや高い。

性別では、「満足している」は女性（54.8%）よりも男性（62.4%）で高い。

世帯構成別にみると、三世帯世帯では「満足している」が65.1%と高い。

表5-5-1 属性別にみた食生活全般に対する満足度(Q36)

(単位：%)	総数	満足している	まあ満足している	やや不満である	不満である	わからない	満足(計)	不満(計)
【総数】	3157	57.3	38.6	2.8	1.0	0.3	95.9	3.8
*都市規模別								
大都市	703	56.5	38.8	3.1	1.0	0.6	95.3	4.1
中都市	1262	57.7	38.2	2.5	1.4	0.2	95.9	3.9
小都市	790	56.6	40.1	2.9	0.3	0.1	96.7	3.2
町村	402	59.0	36.6	3.2	1.2	-	95.5	4.5
F1 性別								
男性	1488	60.9	34.3	3.0	1.4	0.4	95.2	4.4
女性	1669	54.1	42.5	2.6	0.7	0.1	96.6	3.3
F2 年齢								
55～59歳	610	52.6	43.3	2.8	1.1	0.2	95.9	3.9
60～64歳	676	58.0	39.3	1.9	0.6	0.1	97.3	2.5
65～69歳	675	58.5	37.0	3.3	0.7	0.4	95.6	4.0
70～74歳	544	59.7	34.4	4.4	1.5	-	94.1	5.9
75～79歳	404	58.9	37.6	1.7	1.0	0.7	96.5	2.7
80歳以上	248	55.6	40.3	2.4	1.6	-	96.0	4.0
*世帯構成								
一人暮らし	302	38.4	50.0	5.6	4.6	1.3	88.4	10.3
一世帯世帯	1240	59.2	37.5	2.3	0.7	0.2	96.7	3.1
二世帯世帯	1008	57.4	38.9	3.2	0.5	-	96.3	3.7
(本人と子)	870	57.7	38.4	3.3	0.6	-	96.1	3.9
(本人と親)	138	55.8	42.0	2.2	-	-	97.8	2.2
三世帯世帯	534	63.7	34.3	1.3	0.6	0.2	97.9	1.9
その他の世帯	73	54.8	38.4	5.5	1.4	-	93.2	6.8
【55～59歳】								
総数	610	52.6	43.3	2.8	1.1	0.2	95.9	3.9
*都市規模別								
大都市	126	56.3	38.9	3.2	1.6	-	95.2	4.8
中都市	226	50.0	46.0	2.2	1.3	0.4	96.0	3.5
小都市	166	53.6	42.8	3.0	0.6	-	96.4	3.6
町村	92	52.2	43.5	3.3	1.1	-	95.7	4.3
F1 性別								
男性	271	54.2	41.0	2.6	1.8	0.4	95.2	4.4
女性	339	51.3	45.1	2.9	0.6	-	96.5	3.5
*世帯構成								
一人暮らし	42	28.6	54.8	7.1	7.1	2.4	83.3	14.3
一世帯世帯	163	51.5	44.8	3.1	0.6	-	96.3	3.7
二世帯世帯	285	55.4	41.4	2.5	0.7	-	96.8	3.2
(本人と子)	226	56.2	39.8	3.1	0.9	-	96.0	4.0
(本人と親)	59	52.5	47.5	-	-	-	100.0	-
三世帯世帯	99	57.6	40.4	1.0	1.0	-	98.0	2.0
その他の世帯	21	47.6	47.6	4.8	-	-	95.2	4.8
【60歳以上】								
総数	2547	58.4	37.5	2.8	1.0	0.3	95.9	3.8
*都市規模別								
大都市	577	56.5	38.8	3.1	0.9	0.7	95.3	4.0
中都市	1036	59.4	36.5	2.5	1.4	0.2	95.8	4.0
小都市	624	57.4	39.4	2.9	0.2	0.2	96.8	3.0
町村	310	61.0	34.5	3.2	1.3	-	95.5	4.5
F1 性別								
男性	1217	62.4	32.8	3.1	1.3	0.4	95.2	4.4
女性	1330	54.8	41.8	2.6	0.7	0.2	96.6	3.2
*世帯構成								
一人暮らし	260	40.0	49.2	5.4	4.2	1.2	89.2	9.6
一世帯世帯	1077	60.4	36.4	2.2	0.7	0.3	96.8	3.0
二世帯世帯	723	58.2	37.9	3.5	0.4	-	96.1	3.9
(本人と子)	644	58.2	37.9	3.4	0.5	-	96.1	3.9
(本人と親)	79	58.2	38.0	3.8	-	-	96.2	3.8
三世帯世帯	435	65.1	32.9	1.4	0.5	0.2	97.9	1.8
その他の世帯	52	57.7	34.6	5.8	1.9	-	92.3	7.7