

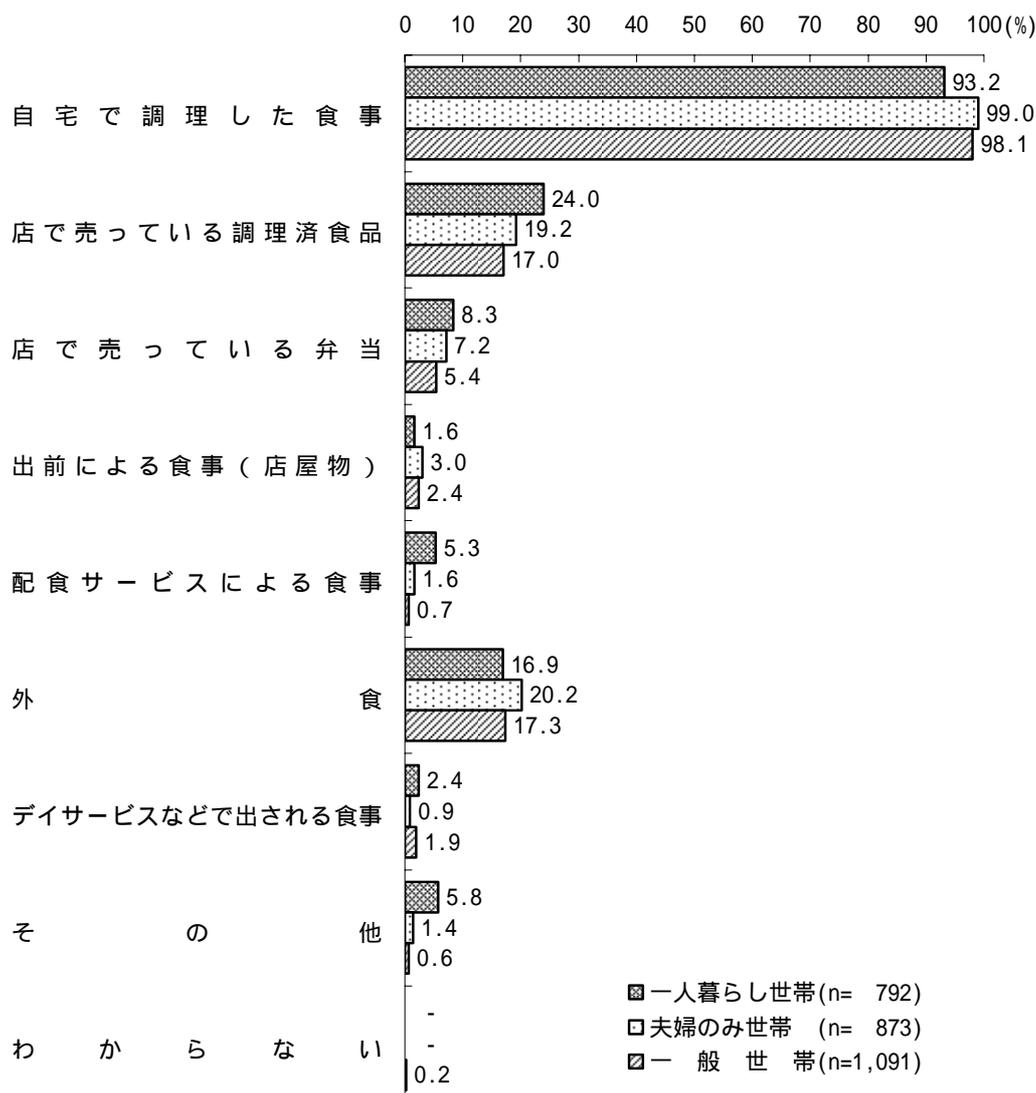
## 2 食事に関する事項

### (1) 食事の内容(Q6)

「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、いずれの世帯も「自宅で調理した食事」が最も高く、一人暮らし世帯で 93.2%、夫婦のみ世帯で 99.0%、一般世帯で 98.1%となっている。以下、「店で売っている調理済食品」(一人暮らし世帯 24.0%、夫婦のみ世帯 19.2%、一般世帯 17.0%)、「外食」(一人暮らし世帯 16.9%、夫婦のみ世帯 20.2%、一般世帯 17.3%)が 20%前後で続いている。「店で売っている弁当」(一人暮らし世帯 8.3%、夫婦のみ世帯 7.2%、一般世帯 5.4%)、「配食サービスによる食事」(一人暮らし世帯 5.3%、夫婦のみ世帯 1.6%、一般世帯 0.7%)、「出前による食事(店屋物)」(一人暮らし世帯 1.6%、夫婦のみ世帯 3.0%、一般世帯 2.4%)、「デイサービスなどで出される食事」(一人暮らし世帯 2.4%、夫婦のみ世帯 0.9%、一般世帯 1.9%)はいずれの世帯でも 10%未満となっている。

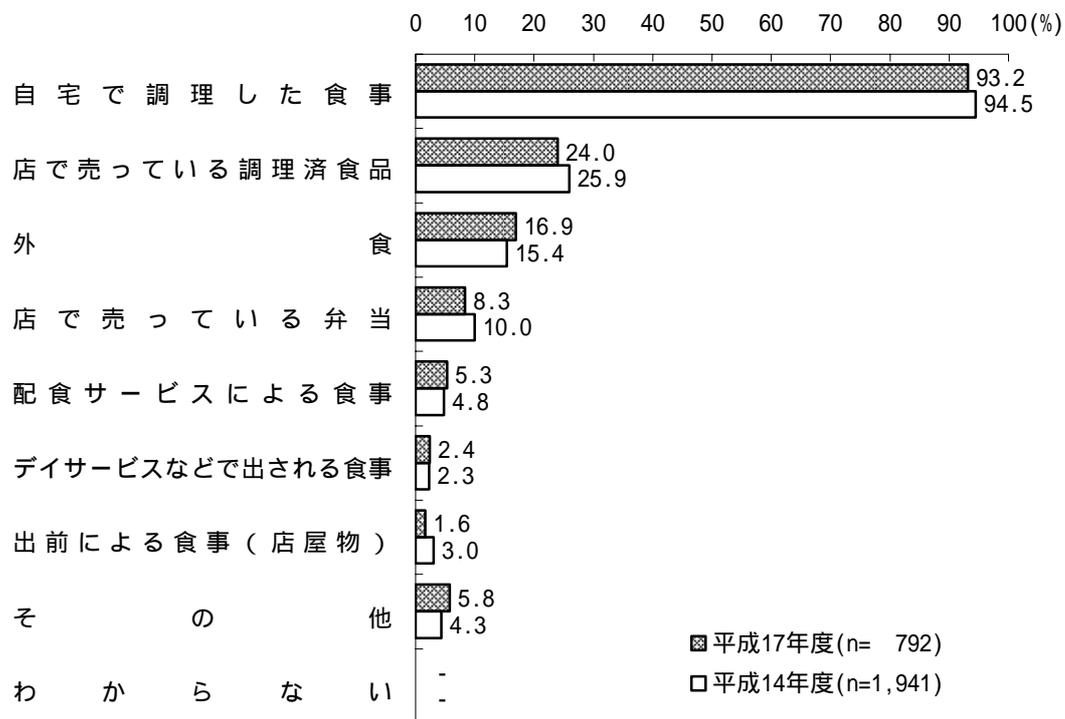
夫婦のみ世帯、一般世帯に比べ一人暮らし世帯で、「店で売っている調理済食品」、「配食サービスによる食事」の割合が高くなっている。

図2-1-1 食事の内容(Q6)(3つまでの複数回答)



前回調査との比較では、ほとんど差はみられない。

図2 - 1 - 2 食事の内容(Q6)(3つまでの複数回答)(前回比較)



#### 一人暮らし世帯

性別にみると、「自宅で調理した食事」(男性 84.7%、女性 95.9%)は女性の、「店で売っている調理済食品」(男性 33.9%、女性 20.9%)、「店で売っている弁当」(男性 17.5%、女性 5.5%)、「外食」(男性 23.3%、女性 14.9%)は男性の割合が高くなっている。

年齢別にみると、「外食」は後期高齢者(12.2%)より前期高齢者(21.9%)で高くなっている。「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、「店で売っている弁当」、「外食」は大都市で高くなっている。

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『良くない』に比べ『良い』で割合が高く、「店で売っている調理済食品」、「配食サービスによる食事」は『良い』に比べ『良くない』で割合が高くなっている。

#### 夫婦のみ世帯

性別による差はあまりみられない。

年齢別にみると、「外食」は後期高齢者(16.3%)より前期高齢者(22.4%)で高くなっている。「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、「店で売っている調理済食品」、「外食」は中都市で最も高く、次いで町村で高くなっている。

健康状態別にみると、「外食」は健康状態が『良い』で 22.3%と高くなっている。

#### 一般世帯

性別にみると、「店で売っている調理済食品」(男性 13.6%、女性 19.9%)は女性の、「外食」(男性 20.7%、女性 14.4%)は男性の割合が高くなっている。

年齢別にみると、「外食」は後期高齢者(10.8%)より前期高齢者(21.6%)で高くなっている。

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(20.6%)は町村(10.5%)より 10.1 ポイント高くなっている。

健康状態別にみると、「外食」は健康状態が『良くない』(9.8%)に比べ『良い』で 20.0%と高く、「店で売っている調理済食品」は『良い』(13.4%)に比べ『良くない』で 18.7%と高くなっている。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 6.0%と高くなっている。

表2 - 1 - 1 食事の内容(Q6)(3つまでの複数回答)

一人暮らし世帯	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】	792	93.2	24.0	8.3	1.6	5.3	16.9	2.4	5.8	-
(性別)										
男性	189	84.7	33.9	17.5	2.1	7.9	23.3	2.6	7.4	-
女性	603	95.9	20.9	5.5	1.5	4.5	14.9	2.3	5.3	-
(年齢別)										
65～69歳	170	90.0	28.2	8.8	2.9	1.8	22.4	-	2.4	-
70～74歳	219	95.4	24.2	11.0	2.3	5.0	21.5	0.9	4.1	-
75～79歳	200	96.5	27.5	5.0	0.5	5.5	14.5	3.0	4.0	-
80歳以上	203	90.1	16.7	8.4	1.0	8.4	9.9	5.4	12.3	-
65～74歳(計)	389	93.1	26.0	10.0	2.6	3.6	21.9	0.5	3.3	-
75歳以上(計)	403	93.3	22.1	6.7	0.7	6.9	12.2	4.2	8.2	-
(都市規模別)										
大都市	158	90.5	26.6	13.3	1.9	6.3	21.5	3.8	9.5	-
中都市	332	93.7	25.6	7.8	2.4	4.5	17.2	2.1	5.7	-
小都市	196	94.4	16.8	7.7	1.0	4.1	13.8	1.5	3.6	-
町村	106	93.4	28.3	3.8	-	8.5	15.1	2.8	4.7	-
(健康状態)										
良い	140	96.4	17.1	5.0	2.9	2.1	21.4	0.7	2.9	-
まあ良い	230	95.2	24.3	7.4	1.7	4.3	19.1	2.6	6.1	-
普通	245	94.3	25.7	11.0	1.2	4.1	15.5	2.0	4.5	-
あまり良くない	144	86.1	27.8	9.0	1.4	10.4	13.9	3.5	9.0	-
良くない	33	87.9	21.2	6.1	-	12.1	6.1	6.1	12.1	-
良い(計)	370	95.7	21.6	6.5	2.2	3.5	20.0	1.9	4.9	-
良くない(計)	177	86.4	26.6	8.5	1.1	10.7	12.4	4.0	9.6	-
<b>夫婦のみ世帯</b>										
【総数】	873	99.0	19.2	7.2	3.0	1.6	20.2	0.9	1.4	-
(性別)										
男性	533	98.7	17.8	7.7	3.2	2.1	19.1	1.1	1.3	-
女性	340	99.4	21.5	6.5	2.6	0.9	21.8	0.6	1.5	-
(年齢別)										
65～69歳	214	100.0	13.6	7.0	1.9	-	22.4	0.9	0.9	-
70～74歳	334	98.8	22.2	7.2	2.7	0.9	22.5	0.6	1.8	-
75～79歳	237	98.7	19.0	7.2	4.2	1.7	19.8	0.8	0.8	-
80歳以上	88	97.7	22.7	8.0	3.4	8.0	6.8	2.3	2.3	-
65～74歳(計)	548	99.3	18.8	7.1	2.4	0.5	22.4	0.7	1.5	-
75歳以上(計)	325	98.5	20.0	7.4	4.0	3.4	16.3	1.2	1.2	-
(都市規模別)										
大都市	190	98.9	16.3	10.5	4.2	2.6	17.4	2.6	1.1	-
中都市	361	98.9	23.8	6.6	3.0	2.2	22.4	0.6	1.9	-
小都市	201	100.0	12.9	6.5	1.5	-	18.4	-	1.0	-
町村	121	97.5	20.7	5.0	3.3	0.8	20.7	0.8	0.8	-
(健康状態)										
良い	178	99.4	15.2	7.3	2.2	1.1	21.3	-	1.1	-
まあ良い	266	100.0	19.9	5.6	3.4	0.4	22.9	0.4	1.1	-
普通	251	98.4	20.3	7.6	2.4	2.4	19.1	-	1.2	-
あまり良くない	142	98.6	21.1	9.9	3.5	2.1	18.3	2.8	2.1	-
良くない	34	94.1	20.6	2.9	5.9	5.9	5.9	8.8	2.9	-
良い(計)	444	99.8	18.0	6.3	2.9	0.7	22.3	0.2	1.1	-
良くない(計)	176	97.7	21.0	8.5	4.0	2.8	15.9	4.0	2.3	-

表2 - 1 - 1 食事の内容(Q6)(3つまでの複数回答)(続き)

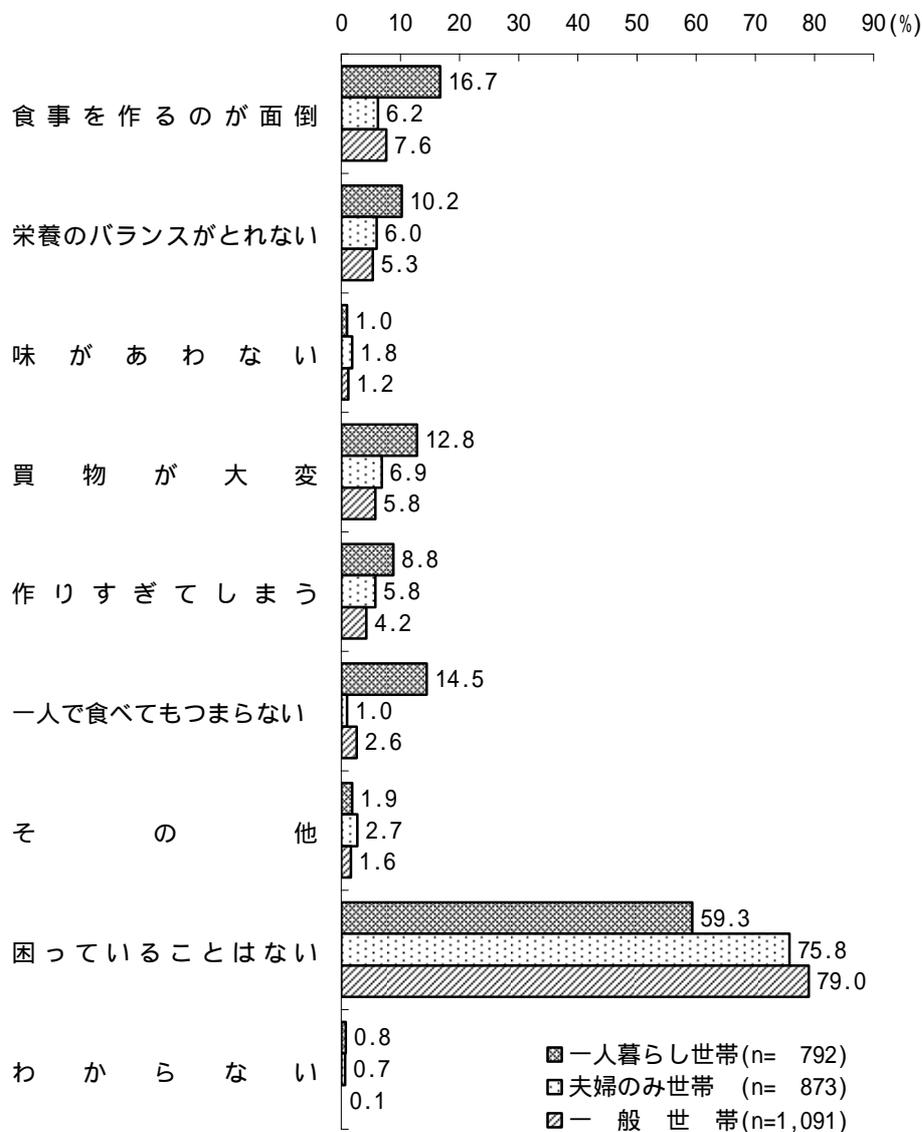
一 般 世 帯	総数	(%)								
		自宅で調理した食事	店で売っている調理済食品	店で売っている弁当	出前による食事(店屋物)	配食サービスによる食事	外食	デイサービスなどで出される食事	その他	わからない
【総数】	1,091	98.1	17.0	5.4	2.4	0.7	17.3	1.9	0.6	0.2
(性別)										
男性	513	97.5	13.6	5.7	1.8	0.6	20.7	1.6	0.6	0.4
女性	578	98.6	19.9	5.2	2.9	0.9	14.4	2.2	0.7	-
(年齢別)										
65～69歳	341	98.8	16.4	7.9	2.3	0.3	20.8	0.6	0.6	-
70～74歳	315	98.7	16.2	4.8	3.2	0.6	22.5	0.6	0.6	0.3
75～79歳	231	97.0	19.0	4.8	1.7	0.9	15.2	1.7	0.9	0.4
80歳以上	204	97.1	16.7	2.9	2.0	1.5	5.9	6.4	0.5	-
65～74歳(計)	656	98.8	16.3	6.4	2.7	0.5	21.6	0.6	0.6	0.2
75歳以上(計)	435	97.0	17.9	3.9	1.8	1.1	10.8	3.9	0.7	0.2
(都市規模別)										
大都市	204	98.0	19.1	9.3	3.4	0.5	20.6	2.5	-	0.5
中都市	445	97.3	18.4	5.4	2.9	0.7	19.3	2.5	1.1	0.2
小都市	271	98.5	12.9	3.7	0.4	-	15.9	1.5	0.7	-
町村	171	99.4	17.0	3.5	2.9	2.3	10.5	0.6	-	-
(健康状態)										
良い	206	99.5	10.7	4.4	1.5	-	19.9	-	0.5	-
まあ良い	360	100.0	15.0	5.8	1.9	0.8	20.0	0.8	0.3	-
普通	290	97.9	22.4	5.9	3.1	0.3	18.3	1.4	0.3	-
あまり良くない	189	95.2	18.0	4.8	2.6	1.1	10.1	6.3	2.1	0.5
良くない	46	89.1	21.7	6.5	4.3	4.3	8.7	4.3	-	2.2
良い(計)	566	99.8	13.4	5.3	1.8	0.5	20.0	0.5	0.4	-
良くない(計)	235	94.0	18.7	5.1	3.0	1.7	9.8	6.0	1.7	0.9

## (2) 食事に関して困っていること(Q7)

「普段の食事に関して困っていること」についてみると、いずれの世帯も「困っていることはない」が多数を占めるが、その割合は一人暮らし世帯が 59.3%と、夫婦のみ世帯(75.8%)や一般世帯(79.0%)に比べ低くなっている。

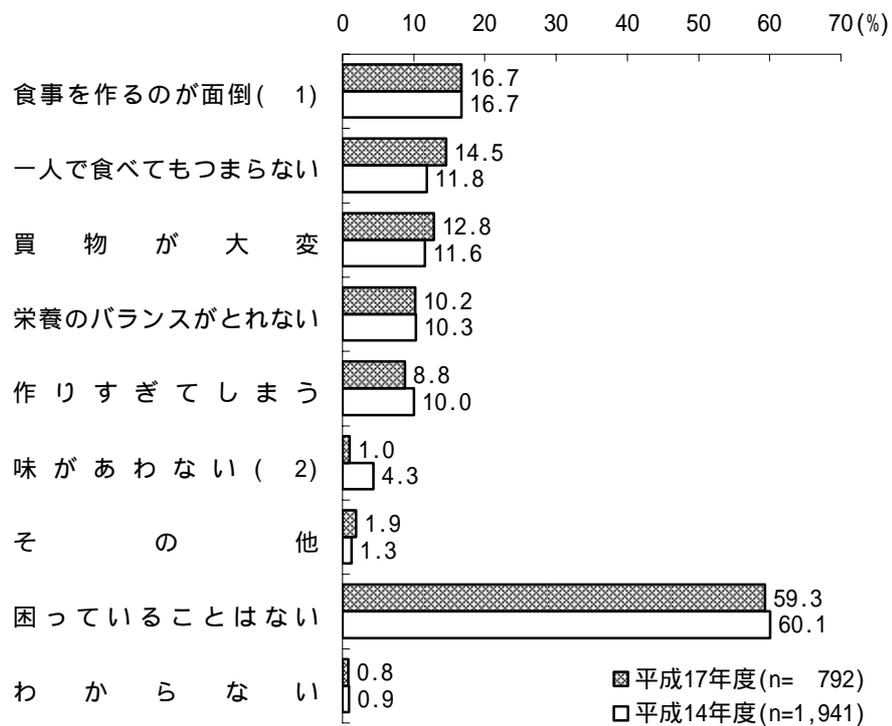
具体的に困っているとされている項目では、「味があわない」以外は、いずれも一人暮らし世帯での割合が高くなっている。「食事を作るのが面倒」(一人暮らし世帯 16.7%、夫婦のみ世帯 6.2%、一般世帯 7.6%)、「一人で食べてもつまらない」(一人暮らし世帯 14.5%、夫婦のみ世帯 1.0%、一般世帯 2.6%)、「買物が大変」(一人暮らし世帯 12.8%、夫婦のみ世帯 6.9%、一般世帯 5.8%)、「栄養のバランスがとれない」(一人暮らし世帯 10.2%、夫婦のみ世帯 6.0%、一般世帯 5.3%)、「作りすぎてしまう」(一人暮らし世帯 8.8%、夫婦のみ世帯 5.8%、一般世帯 4.2%)の順となっている。

図2-2-1 食事に関して困っていること(Q7)(複数回答)



前回調査との比較では、一部選択肢の変更があったが、あまり変化はみられない。

図2 - 2 - 2 食事に関して困っていること(Q7)(複数回答)(前回比較)



(注)(1)平成14年度は「一人分を作るのは面倒」  
 (2)平成14年度は「店で売っている食品は味があわない」

#### 一人暮らし世帯

性別にみると、「食事を作るのが面倒」(男性 32.3%、女性 11.8%)、「栄養のバランスがとれない」(男性 20.1%、女性 7.1%)、「一人で食べてもつまらない」(男性 22.8%、女性 11.9%)は男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 46.6%、女性 63.3%)は女性が 16.7 ポイント高い割合となっている。

健康状態別にみると、「食事を作るのが面倒」、「栄養のバランスがとれない」、「買物が大変」、「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』と答えた人では 71.6%を占めるが、『良くない』と答えた人では 35.6%と約半分となっている。

#### 夫婦のみ世帯

性別にみると、「食事を作るのが面倒」(男性 3.4%、女性 10.6%)、「買物が大変」(男性 4.7%、女性 10.3%)、「作りすぎてしまう」(男性 2.3%、女性 11.5%)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 80.9%、女性 67.9%)は男性が 13.0 ポイント高い割合となっている。

健康状態別にみると、「食事を作るのが面倒」、「栄養のバランスがとれない」、「買物が大変」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』と答えた人では 80.9%を占めるが、『良くない』と答えた人では 64.2%となっている。

#### 一般世帯

性別にみると、「食事を作るのが面倒」(男性 4.5%、女性 10.4%)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 85.6%、女性 73.2%)は男性が 12.4 ポイント高い割合となっている。

健康状態別にみると、「困っていることはない」は健康状態が『良い』と答えた人で 81.3%と、『良くない』と答えた人(73.6%)より高くなっている。

表2 - 2 - 1 食事に関して困っていること(Q7)(複数回答)

		(%)								
一人暮らし世帯	総数	食事を作るのが面倒	栄養のバランスがとれない	味があわない	買物が大変	作りすぎでしまう	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】	792	16.7	10.2	1.0	12.8	8.8	14.5	1.9	59.3	0.8
(性別)										
男性	189	32.3	20.1	2.6	13.8	6.3	22.8	2.1	46.6	0.5
女性	603	11.8	7.1	0.5	12.4	9.6	11.9	1.8	63.3	0.8
(年齢別)										
65～69歳	170	18.8	15.3	1.8	8.8	9.4	14.7	1.8	59.4	-
70～74歳	219	16.4	8.7	0.5	13.2	11.0	14.6	2.7	55.7	0.5
75～79歳	200	16.0	13.0	-	14.0	9.5	16.5	1.0	58.5	1.5
80歳以上	203	15.8	4.9	2.0	14.3	5.4	12.3	2.0	64.0	1.0
65～74歳(計)	389	17.5	11.6	1.0	11.3	10.3	14.7	2.3	57.3	0.3
75歳以上(計)	403	15.9	8.9	1.0	14.1	7.4	14.4	1.5	61.3	1.2
(健康状態)										
良い	140	7.1	3.6	-	5.0	4.3	2.9	0.7	81.4	1.4
まあ良い	230	10.0	9.1	0.9	10.0	11.3	12.6	0.9	65.7	0.9
普通	245	20.4	9.0	0.8	9.4	7.8	15.9	2.0	58.0	0.4
あまり良くない	144	29.9	18.8	1.4	28.5	12.5	26.4	1.4	35.4	-
良くない	33	18.2	18.2	6.1	21.2	3.0	15.2	15.2	36.4	3.0
良い(計)	370	8.9	7.0	0.5	8.1	8.6	8.9	0.8	71.6	1.1
良くない(計)	177	27.7	18.6	2.3	27.1	10.7	24.3	4.0	35.6	0.6
<b>夫婦のみ世帯</b>										
【総数】	873	6.2	6.0	1.8	6.9	5.8	1.0	2.7	75.8	0.7
(性別)										
男性	533	3.4	5.6	2.1	4.7	2.3	1.3	3.0	80.9	0.8
女性	340	10.6	6.5	1.5	10.3	11.5	0.6	2.4	67.9	0.6
(年齢別)										
65～69歳	214	6.1	6.1	0.9	4.2	8.4	0.9	-	80.4	0.9
70～74歳	334	6.6	7.5	1.8	5.4	4.8	0.9	4.8	74.3	0.3
75～79歳	237	5.9	4.6	3.4	9.7	6.3	1.7	1.7	74.7	0.4
80歳以上	88	5.7	3.4	-	11.4	2.3	-	4.5	73.9	2.3
65～74歳(計)	548	6.4	6.9	1.5	4.9	6.2	0.9	2.9	76.6	0.5
75歳以上(計)	325	5.8	4.3	2.5	10.2	5.2	1.2	2.5	74.5	0.9
(健康状態)										
良い	178	1.1	2.2	0.6	2.2	5.1	0.6	0.6	87.6	0.6
まあ良い	266	5.3	5.3	2.6	6.0	6.8	-	3.0	76.3	0.4
普通	251	6.4	5.6	1.6	9.2	4.8	1.2	3.2	74.9	0.8
あまり良くない	142	11.3	12.7	2.8	7.0	7.7	2.1	2.8	64.8	0.7
良くない	34	17.6	5.9	-	20.6	2.9	5.9	8.8	61.8	2.9
良い(計)	444	3.6	4.1	1.8	4.5	6.1	0.2	2.0	80.9	0.5
良くない(計)	176	12.5	11.4	2.3	9.7	6.8	2.8	4.0	64.2	1.1
<b>一般世帯</b>										
【総数】	1,091	7.6	5.3	1.2	5.8	4.2	2.6	1.6	79.0	0.1
(性別)										
男性	513	4.5	4.3	1.2	4.1	2.7	1.4	1.9	85.6	0.2
女性	578	10.4	6.2	1.2	7.3	5.5	3.6	1.4	73.2	-
(年齢別)										
65～69歳	341	8.2	6.5	0.6	3.8	6.2	2.9	1.8	78.9	-
70～74歳	315	8.6	5.4	0.6	4.4	5.4	1.9	1.6	78.4	-
75～79歳	231	5.6	3.9	1.7	7.8	2.6	3.5	1.3	80.1	-
80歳以上	204	7.4	4.9	2.5	8.8	1.0	2.0	2.0	78.9	0.5
65～74歳(計)	656	8.4	5.9	0.6	4.1	5.8	2.4	1.7	78.7	-
75歳以上(計)	435	6.4	4.4	2.1	8.3	1.8	2.8	1.6	79.5	0.2
(健康状態)										
良い	206	5.3	4.9	2.4	3.4	3.4	1.9	1.5	82.5	-
まあ良い	360	6.7	4.2	0.3	5.8	4.4	2.8	1.1	80.6	-
普通	290	9.0	5.9	1.0	5.5	4.8	1.7	1.0	79.0	-
あまり良くない	189	5.3	5.8	0.5	6.3	4.2	2.6	3.2	78.3	-
良くない	46	26.1	10.9	6.5	15.2	2.2	8.7	4.3	54.3	2.2
良い(計)	566	6.2	4.4	1.1	4.9	4.1	2.5	1.2	81.3	-
良くない(計)	235	9.4	6.8	1.7	8.1	3.8	3.8	3.4	73.6	0.4