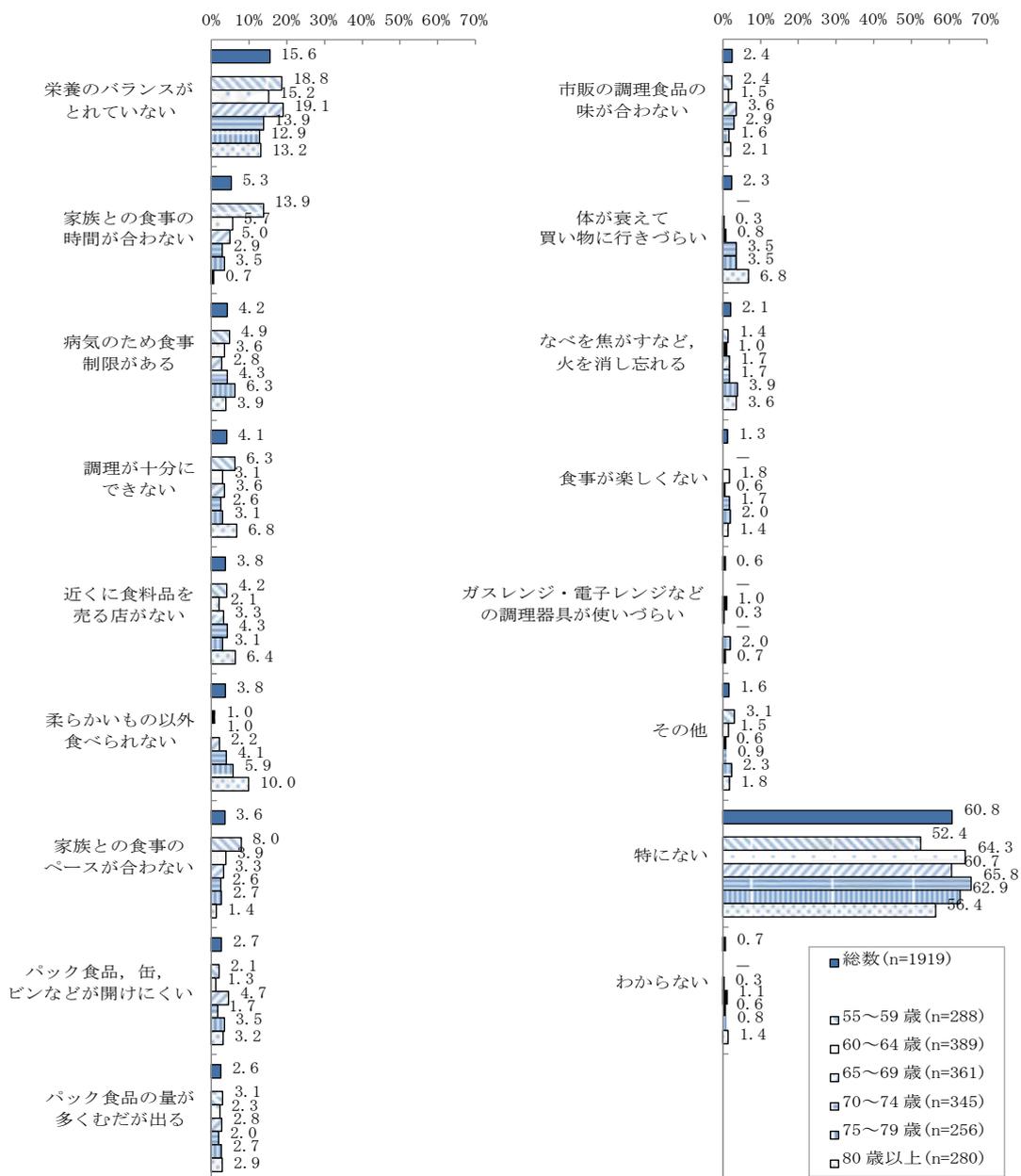


(2) 食生活について気になること (Q34)

「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」についてたずねたところ、総数で、6割を占めたのは「特にない」で60.8%である。他項目で最も多いのは、「栄養のバランスがとれていない」が15.6%である。以下、「家族との食事の時間が合わない」が5.3%、「病気のため食事制限がある」が4.2%、「調理が十分にできない」が4.1%、「近くに食料品を売る店がない」が3.8%、「柔らかいもの以外食べられない」が3.8%などとなっている。

年齢階級別にみると、いずれの年齢階級でも「特にない」が最も多い。「家族との食事の時間が合わない」、「家族との食事のペースが合わない」は55～59歳で、「柔らかいもの以外食べられない」、「体が衰えて買い物に行きづらい」は80歳以上で高くなっている。

図5-2-1 食生活について気になること (M. A.)



<総数>

性別でみると、「特にない」は女性 (55.9%) よりも男性 (66.7%) の方が高い。

世帯構成別にみると、「栄養のバランスがとれていない」(24.4%)、「調理が十分にできない」(9.9%)は一人暮らしで高い。

現在の健康状態別にみると、「病気のため食事制限がある」(14.5%)、「体が衰えて買い物に行きづらい」(9.0%)は、「良くない(再掲)」(「あまり良くない」と「良くない」を合わせた割合)で高くなっている。

<55~59歳> 性別でみると、「特にない」は女性(49.4%)よりも男性(56.3%)の方が高い。世帯構成別にみると、「家族との食事の時間が合わない」は二世帯世帯(本人と子)(21.1%)

で高く、「近くに食料品を売る店がない」では夫婦のみ世帯(12.1%)で高くなっている。

現在の健康状態別にみると、「良い(再掲)」(「良い」と「まあ良い」を合わせた割合)

では、「特にない」(52.8%)が最も多く、次いで「栄養のバランスがとれていない」(18.3%)、「家族との食事の時間が合わない」(14.4%)の順となっている。

<60歳以上> 性別でみると、「特にない」は女性(57.1%)よりも男性(68.5%)の方が高い。世帯構成別にみると、「栄養のバランスがとれていない」(25.3%)、「調理が十分に

できない」(10.1%)は一人暮らしで高くなっている。現在の健康状態別にみると、「病気のため食事制限がある」(13.7%)、「体が衰えて

買い物に行きづらい」(9.7%)は、「良くない(再掲)」で高くなっている。

表5-2-1 属性別にみた食生活について気になること (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なる
総数	1919	15.6	3.8	3.6	5.3	1.3	4.2	4.1	2.6
〔性別〕									
男性	865	14.3	3.9	3.7	5.1	1.3	4.6	3.2	2.3
女性	1054	16.7	3.6	3.6	5.4	1.2	3.8	4.8	2.8
〔年齢別〕									
55～59歳	288	18.8	1.0	8.0	13.9	-	4.9	6.3	3.1
60～64歳	389	15.2	1.0	3.9	5.7	1.8	3.6	3.1	2.3
65～69歳	361	19.1	2.2	3.3	5.0	0.6	2.8	3.6	2.8
70～74歳	345	13.9	4.1	2.6	2.9	1.7	4.3	2.6	2.0
75～79歳	256	12.9	5.9	2.7	3.5	2.0	6.3	3.1	2.7
80歳以上	280	13.2	10.0	1.4	0.7	1.4	3.9	6.8	2.9
65歳以上(再掲)	1242	15.1	5.2	2.6	3.1	1.4	4.2	3.9	2.6
75歳以上(再掲)	536	13.1	8.0	2.1	2.1	1.7	5.0	5.0	2.8
〔世帯構成〕									
一人暮らし	213	24.4	6.1	0.5	-	3.8	5.6	9.9	6.6
夫婦のみ世帯	712	15.4	3.5	2.1	2.5	0.6	4.6	3.1	2.7
二世帯世帯	621	15.6	3.5	5.8	9.3	1.3	3.2	4.0	1.9
(本人と子)	553	15.4	3.6	6.1	9.8	1.4	3.3	3.6	2.2
(本人と親)	68	17.6	2.9	2.9	5.9	-	2.9	7.4	-
三世帯世帯	293	9.6	3.4	5.1	6.1	1.4	3.1	2.7	1.7
その他の世帯	79	16.5	2.5	3.8	8.9	-	7.6	2.5	-
〔現在の健康状態〕									
良い	572	12.9	1.4	3.7	6.1	0.7	1.0	3.0	2.3
まあ良い	418	15.6	4.3	3.3	5.7	1.2	1.7	3.8	2.2
良い(再掲)	990	14.0	2.6	3.5	6.0	0.9	1.3	3.3	2.2
普通	605	16.0	4.0	3.5	5.3	1.0	3.3	3.6	2.6
あまり良くない	284	19.4	6.7	3.9	3.5	2.5	14.4	7.4	4.2
良くない	40	22.5	7.5	7.5	-	5.0	15.0	7.5	-
良くない(再掲)	324	19.8	6.8	4.3	3.1	2.8	14.5	7.4	3.7
〔55～59歳〕									
総数	288	18.8	1.0	8.0	13.9	-	4.9	6.3	3.1
〔性別〕									
男性	126	15.1	1.6	9.5	16.7	-	6.3	2.4	0.8
女性	162	21.6	0.6	6.8	11.7	-	3.7	9.3	4.9
〔世帯構成〕									
一人暮らし	15	13.3	-	-	-	-	13.3	6.7	-
夫婦のみ世帯	66	21.2	-	4.5	7.6	-	9.1	4.5	4.5
二世帯世帯	159	18.2	1.3	9.4	18.2	-	2.5	6.9	3.1
(本人と子)	123	20.3	0.8	10.6	21.1	-	3.3	5.7	4.1
(本人と親)	36	11.1	2.8	5.6	8.3	-	-	11.1	-
三世帯世帯	30	16.7	-	13.3	6.7	-	6.7	6.7	3.3
その他の世帯	17	23.5	5.9	5.9	23.5	-	-	-	-
〔現在の健康状態〕									
良い	123	13.0	-	4.9	12.2	-	1.6	4.9	2.4
まあ良い	57	29.8	3.5	8.8	19.3	-	5.3	10.5	3.5
良い(再掲)	180	18.3	1.1	6.1	14.4	-	2.8	6.7	2.8
普通	84	13.1	-	7.1	14.3	-	3.6	6.0	2.4
あまり良くない	21	38.1	4.8	19.0	9.5	-	19.0	-	9.5
良くない	3	66.7	-	66.7	-	-	66.7	33.3	-
良くない(再掲)	24	41.7	4.2	25.0	8.3	-	25.0	4.2	8.3
〔60歳以上〕									
総数	1631	15.1	4.2	2.9	3.7	1.5	4.0	3.7	2.5
〔性別〕									
男性	739	14.2	4.3	2.7	3.1	1.5	4.3	3.4	2.6
女性	892	15.8	4.1	3.0	4.3	1.5	3.8	4.0	2.5
〔世帯構成〕									
一人暮らし	198	25.3	6.6	0.5	-	4.0	5.1	10.1	7.1
夫婦のみ世帯	646	14.9	3.9	1.9	2.0	0.6	4.2	2.9	2.5
二世帯世帯	462	14.7	4.3	4.5	6.3	1.7	3.5	3.0	1.5
(本人と子)	430	14.0	4.4	4.9	6.5	1.9	3.3	3.0	1.6
(本人と親)	32	25.0	3.1	-	3.1	-	6.3	3.1	-
三世帯世帯	263	8.7	3.8	4.2	6.1	1.5	2.7	2.3	1.5
その他の世帯	62	14.5	1.6	3.2	4.8	-	9.7	3.2	-
〔現在の健康状態〕									
良い	449	12.9	1.8	3.3	4.5	0.9	0.9	2.4	2.2
まあ良い	361	13.3	4.4	2.5	3.6	1.4	1.1	2.8	1.9
良い(再掲)	810	13.1	3.0	3.0	4.1	1.1	1.0	2.6	2.1
普通	521	16.5	4.6	2.9	3.8	1.2	3.3	3.3	2.7
あまり良くない	263	17.9	6.8	2.7	3.0	2.7	14.1	8.0	3.8
良くない	37	18.9	8.1	2.7	-	5.4	10.8	5.4	-
良くない(再掲)	300	18.0	7.0	2.7	2.7	3.0	13.7	7.7	3.3

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

	近くに食料品を売る店がない	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、缶、ビンなどが開けにくい	ガスレンジ・電子レンジなどの調理器具が使いづらい	なべを焦がすなど、火を消し忘れる	その他	特にない	わからない
(単位：%)									
総数	3.8	2.3	2.4	2.7	0.6	2.1	1.6	60.8	0.7
〔性別〕									
男性	2.4	0.8	1.4	0.7	0.5	0.9	1.4	66.7	0.6
女性	4.9	3.5	3.2	4.4	0.8	3.0	1.8	55.9	0.8
〔年齢別〕									
55～59歳	4.2	-	2.4	2.1	-	1.4	3.1	52.4	-
60～64歳	2.1	0.3	1.5	1.3	1.0	1.0	1.5	64.3	0.3
65～69歳	3.3	0.8	3.6	4.7	0.3	1.7	0.6	60.7	1.1
70～74歳	4.3	3.5	2.9	1.7	-	1.7	0.9	65.8	0.6
75～79歳	3.1	3.5	1.6	3.5	2.0	3.9	2.3	62.9	0.8
80歳以上	6.4	6.8	2.1	3.2	0.7	3.6	1.8	56.4	1.4
65歳以上(再掲)	4.3	3.5	2.7	3.3	0.6	2.6	1.3	61.6	1.0
75歳以上(再掲)	4.9	5.2	1.9	3.4	1.3	3.7	2.1	59.5	1.1
〔世帯構成〕									
一人暮らし	3.3	6.1	3.3	5.2	0.5	2.8	0.9	48.8	1.9
夫婦のみ世帯	5.8	2.1	2.7	2.4	0.4	2.4	2.0	61.7	0.6
二世帯世帯	3.4	1.9	2.3	3.2	1.1	2.1	1.4	58.9	0.5
(本人と子)	3.8	2.0	2.5	3.3	1.1	2.0	1.4	58.2	0.5
(本人と親)	-	1.5	-	2.9	1.5	2.9	1.5	64.7	-
三世帯世帯	1.0	1.0	2.0	1.4	0.3	1.0	1.0	71.3	0.7
その他の世帯	1.3	1.3	-	-	-	1.3	3.8	60.8	-
〔現在の健康状態〕									
良い	2.8	0.5	2.3	2.1	0.2	0.7	1.9	67.3	0.2
まあ良い	5.0	1.4	2.4	2.9	0.5	2.6	1.7	60.3	0.5
良い(再掲)	3.7	0.9	2.3	2.4	0.3	1.5	1.8	64.3	0.3
普通	3.0	1.0	2.0	2.5	0.7	2.0	1.3	61.8	1.2
あまり良くない	6.3	8.5	3.5	3.2	1.4	4.2	1.8	47.9	0.7
良くない	-	12.5	2.5	10.0	2.5	2.5	-	47.5	2.5
良くない(再掲)	5.6	9.0	3.4	4.0	1.5	4.0	1.5	47.8	0.9
【55～59歳】									
総数	4.2	-	2.4	2.1	-	1.4	3.1	52.4	-
〔性別〕									
男性	2.4	-	1.6	0.8	-	0.8	2.4	56.3	-
女性	5.6	-	3.1	3.1	-	1.9	3.7	49.4	-
〔世帯構成〕									
一人暮らし	-	-	6.7	-	-	-	-	66.7	-
夫婦のみ世帯	12.1	-	3.0	1.5	-	1.5	4.5	53.0	-
二世帯世帯	2.5	-	2.5	3.1	-	1.9	3.1	50.3	-
(本人と子)	3.3	-	3.3	3.3	-	1.6	3.3	44.7	-
(本人と親)	-	-	-	2.8	-	2.8	2.8	69.4	-
三世帯世帯	-	-	-	-	-	-	-	60.0	-
その他の世帯	-	-	-	-	-	-	5.9	47.1	-
〔現在の健康状態〕									
良い	4.1	-	1.6	-	-	0.8	4.1	61.0	-
まあ良い	3.5	-	-	3.5	-	1.8	5.3	35.1	-
良い(再掲)	3.9	-	1.1	1.1	-	1.1	4.4	52.8	-
普通	4.8	-	3.6	2.4	-	2.4	1.2	56.0	-
あまり良くない	4.8	-	9.5	-	-	-	-	42.9	-
良くない	-	-	-	66.7	-	-	-	-	-
良くない(再掲)	4.2	-	8.3	8.3	-	-	-	37.5	-
【60歳以上】									
総数	3.7	2.7	2.4	2.8	0.7	2.2	1.3	62.2	0.8
〔性別〕									
男性	2.4	0.9	1.4	0.7	0.5	0.9	1.2	68.5	0.7
女性	4.8	4.1	3.3	4.6	0.9	3.3	1.5	57.1	0.9
〔世帯構成〕									
一人暮らし	3.5	6.6	3.0	5.6	0.5	3.0	1.0	47.5	2.0
夫婦のみ世帯	5.1	2.3	2.6	2.5	0.5	2.5	1.7	62.5	0.6
二世帯世帯	3.7	2.6	2.2	3.2	1.5	2.2	0.9	61.9	0.6
(本人と子)	4.0	2.6	2.3	3.3	1.4	2.1	0.9	62.1	0.7
(本人と親)	-	3.1	-	3.1	3.1	3.1	-	59.4	-
三世帯世帯	1.1	1.1	2.3	1.5	0.4	1.1	1.1	72.6	0.8
その他の世帯	1.6	1.6	-	-	-	1.6	3.2	64.5	-
〔現在の健康状態〕									
良い	2.4	0.7	2.4	2.7	0.2	0.7	1.3	69.0	0.2
まあ良い	5.3	1.7	2.8	2.8	0.6	2.8	1.1	64.3	0.6
良い(再掲)	3.7	1.1	2.6	2.7	0.4	1.6	1.2	66.9	0.4
普通	2.7	1.2	1.7	2.5	0.8	1.9	1.3	62.8	1.3
あまり良くない	6.5	9.1	3.0	3.4	1.5	4.6	1.9	48.3	0.8
良くない	-	13.5	2.7	5.4	2.7	2.7	-	51.4	2.7
良くない(再掲)	5.7	9.7	3.0	3.7	1.7	4.3	1.7	48.7	1.0

表5-2-1 属性別にみた食生活について気になること (M. A.) (3)

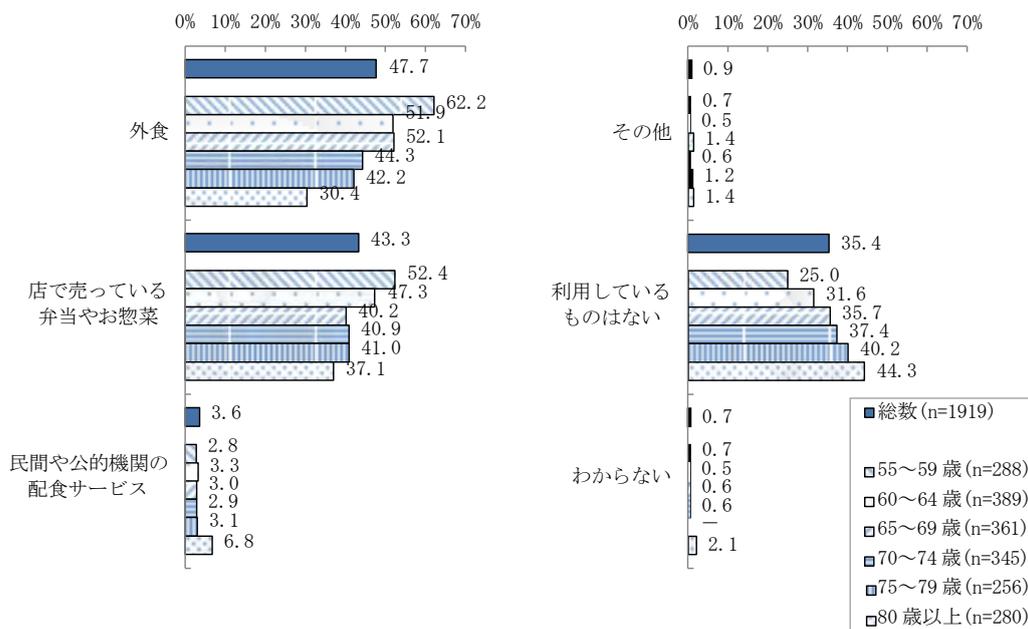
	気になっ ているこ とあり (計)
(単位：%)	
総 数	38.6
〔性 別〕	
男 性	32.7
女 性	43.4
〔年 齢 別〕	
55～59 歳	47.6
60～64 歳	35.5
65～69 歳	38.2
70～74 歳	33.6
75～79 歳	36.3
80 歳以上	42.1
65 歳以上 (再掲)	37.4
75 歳以上 (再掲)	39.4
〔世帯構成〕	
一人暮らし	49.3
夫婦のみ世帯	37.8
二世帯世帯	40.6
(本人と子)	41.2
(本人と親)	35.3
三世帯世帯	28.0
その他の世帯	39.2
〔現在の健康状態〕	
良 い	32.5
まあ良い	39.2
良 い (再掲)	35.4
普 通	37.0
あまり良くない	51.4
良くない	50.0
良くない (再掲)	51.2
【55～59 歳】	
総 数	47.6
〔性 別〕	
男 性	43.7
女 性	50.6
〔世帯構成〕	
一人暮らし	33.3
夫婦のみ世帯	47.0
二世帯世帯	49.7
(本人と子)	55.3
(本人と親)	30.6
三世帯世帯	40.0
その他の世帯	52.9
〔現在の健康状態〕	
良 い	39.0
まあ良い	64.9
良 い (再掲)	47.2
普 通	44.0
あまり良くない	57.1
良くない	100.0
良くない (再掲)	62.5
【60 歳以上】	
総 数	37.0
〔性 別〕	
男 性	30.9
女 性	42.0
〔世帯構成〕	
一人暮らし	50.5
夫婦のみ世帯	36.8
二世帯世帯	37.4
(本人と子)	37.2
(本人と親)	40.6
三世帯世帯	26.6
その他の世帯	35.5
〔現在の健康状態〕	
良 い	30.7
まあ良い	35.2
良 い (再掲)	32.7
普 通	35.9
あまり良くない	51.0
良くない	45.9
良くない (再掲)	50.3

(3) 食事における利用サービス (Q35)

「食事に関してふだん利用しているサービスがあるか」についてたずねたところ、総数で、最も多いのは「外食」で47.7%である。以下、「店で売っている弁当やお惣菜」が43.3%、「民間や公的機関の配食サービス」が3.6%などとなっており、「利用しているものはない」は35.4%である。

年齢階級別にみると、「外食」、「店で売っている弁当やお惣菜」は55～59歳で高い。「民間や公的機関の配食サービス」は80歳以上でやや高くなっている。「利用しているものはない」は年齢階級が上がるほどその割合は高くなり、75歳以上では4割を超える。

図5-3-1 食事における利用サービス (M. A.)



<総数>

都市規模別にみると、「外食」は中都市（54.5%）、大都市（52.7%）で高い。「利用しているものはない」は町村（49.3%）、小都市（43.7%）で高い。

性別では、大きな差はみられない。未既婚別にみると、「店で売っている弁当やお惣菜」は未婚が59.0%、既婚（配偶者と離別）が53.2%で高い。「利用しているものはない」は既婚（配偶者と死別）が41.3%で高い。

収入別にみると、「外食」は40万円以上（62.7%）で高い。「利用しているものはない」は20万円未満（41.4%）で高くなっている。

<55～59歳>

都市規模別にみると、「外食」は大都市（71.8%）で高く、中都市（66.7%）でやや高くなっている。

性別でみると、「外食」は女性（57.4%）よりも男性（68.3%）の方が高い。未既婚別にみると、「外食」は既婚（配偶者あり）が66.4%でやや高い。収入別にみると、「外食」は20万円～40万円未満（67.3%）、40万円以上（67.0%）で高くなっている。「利用しているものはない」は20万円未満（38.6%）で高い。

<60歳以上>

都市規模別にみると、「外食」は中都市（52.3%）で高く、「店で売っている弁当やお惣菜」も中都市（45.9%）でやや高くなっている。「利用しているものはない」は町村（50.3%）、小都市（46.3%）で高い。

性別では、大きな差はみられない。未既婚別にみると、「店で売っている弁当やお惣菜」は既婚（配偶者と離別）で55.6%、未婚で54.8%と高い。「利用しているものはない」は既婚（配偶者と死別）が41.7%でやや高くなっている。

収入別にみると、「外食」は40万円以上（60.6%）で高くなっている。「利用しているものはない」は20万円未満（41.6%）でやや高い。

表5-3-1 属性別にみた食事における利用サービス (M. A.)

(単位：%)	総数	店で売っている弁当やお惣菜	民間や公的機関の配食サービス	外食	その他	利用しているものはない	わからない	利用(計)
総数	1919	43.3	3.6	47.7	0.9	35.4	0.7	63.8
〔都市規模別〕								
大都市	469	45.8	3.6	52.7	0.9	29.4	0.4	70.1
中都市	740	47.2	3.2	54.5	1.5	29.7	0.5	69.7
小都市	501	37.5	3.6	38.9	0.4	43.7	0.8	55.5
町村	209	37.3	4.8	33.5	0.5	49.3	1.9	48.8
〔性別〕								
男性	865	43.2	3.4	49.0	1.4	34.6	0.7	64.7
女性	1054	43.3	3.8	46.6	0.6	36.1	0.8	63.1
〔年齢別〕								
55～59歳	288	52.4	2.8	62.2	0.7	25.0	0.7	74.3
60～64歳	389	47.3	3.3	51.9	0.5	31.6	0.5	67.9
65～69歳	361	40.2	3.0	52.1	1.4	35.7	0.6	63.7
70～74歳	345	40.9	2.9	44.3	0.6	37.4	0.6	62.0
75～79歳	256	41.0	3.1	42.2	1.2	40.2	-	59.8
80歳以上	280	37.1	6.8	30.4	1.4	44.3	2.1	53.6
65歳以上(再掲)	1242	39.9	3.9	43.0	1.1	39.0	0.8	60.1
75歳以上(再掲)	536	39.0	5.0	36.0	1.3	42.4	1.1	56.5
〔未婚〕								
未婚	83	59.0	3.6	41.0	2.4	30.1	1.2	68.7
既婚(配偶者あり)	1429	42.5	3.0	50.0	1.0	34.4	0.6	64.9
既婚(配偶者と死別)	329	40.1	6.1	41.6	0.3	41.3	1.2	57.4
既婚(配偶者と離別)	77	53.2	3.9	39.0	-	35.1	-	64.9
〔月当たり平均月収-3区分〕								
20万円未満	701	41.8	3.7	37.9	1.0	41.4	0.7	57.9
20万円～40万円未満	790	44.6	4.1	51.0	0.9	33.3	0.5	66.2
40万円以上	316	43.7	2.5	62.7	0.9	27.8	0.6	71.5
〔55～59歳〕								
総数	288	52.4	2.8	62.2	0.7	25.0	0.7	74.3
〔都市規模別〕								
大都市	71	56.3	4.2	71.8	-	15.5	-	84.5
中都市	111	54.1	0.9	66.7	1.8	23.4	-	76.6
小都市	80	47.5	3.8	55.0	-	30.0	2.5	67.5
町村	26	50.0	3.8	38.5	-	42.3	-	57.7
〔性別〕								
男性	126	51.6	4.0	68.3	0.8	23.0	-	77.0
女性	162	53.1	1.9	57.4	0.6	26.5	1.2	72.2
〔未婚〕								
未婚	21	71.4	-	42.9	-	28.6	-	71.4
既婚(配偶者あり)	244	51.2	3.3	66.4	0.8	23.0	0.4	76.6
既婚(配偶者と死別)	8	50.0	-	62.5	-	25.0	12.5	62.5
既婚(配偶者と離別)	14	42.9	-	21.4	-	57.1	-	42.9
〔月当たり平均月収-3区分〕								
20万円未満	57	50.9	-	38.6	1.8	38.6	1.8	59.6
20万円～40万円未満	107	57.0	4.7	67.3	0.9	21.5	-	78.5
40万円以上	103	45.6	2.9	67.0	-	24.3	1.0	74.8
〔60歳以上〕								
総数	1631	41.6	3.7	45.1	1.0	37.3	0.7	62.0
〔都市規模別〕								
大都市	398	44.0	3.5	49.2	1.0	31.9	0.5	67.6
中都市	629	45.9	3.7	52.3	1.4	30.8	0.6	68.5
小都市	421	35.6	3.6	35.9	0.5	46.3	0.5	53.2
町村	183	35.5	4.9	32.8	0.5	50.3	2.2	47.5
〔性別〕								
男性	739	41.8	3.2	45.7	1.5	36.5	0.8	62.7
女性	892	41.5	4.1	44.6	0.6	37.9	0.7	61.4
〔未婚〕								
未婚	62	54.8	4.8	40.3	3.2	30.6	1.6	67.7
既婚(配偶者あり)	1185	40.7	3.0	46.6	1.1	36.8	0.7	62.5
既婚(配偶者と死別)	321	39.9	6.2	41.1	0.3	41.7	0.9	57.3
既婚(配偶者と離別)	63	55.6	4.8	42.9	-	30.2	-	69.8
〔月当たり平均月収-3区分〕								
20万円未満	644	41.0	4.0	37.9	0.9	41.6	0.6	57.8
20万円～40万円未満	683	42.6	4.0	48.5	0.9	35.1	0.6	64.3
40万円以上	213	42.7	2.3	60.6	1.4	29.6	0.5	70.0