

『第三回 食と健康のセンサス』 調査概要

調査地域
首都圏

調査方法
WEB調査

調査対象と回収サンプル数
15～69歳の男女個人 1000人
対象者の性・年齢別内訳

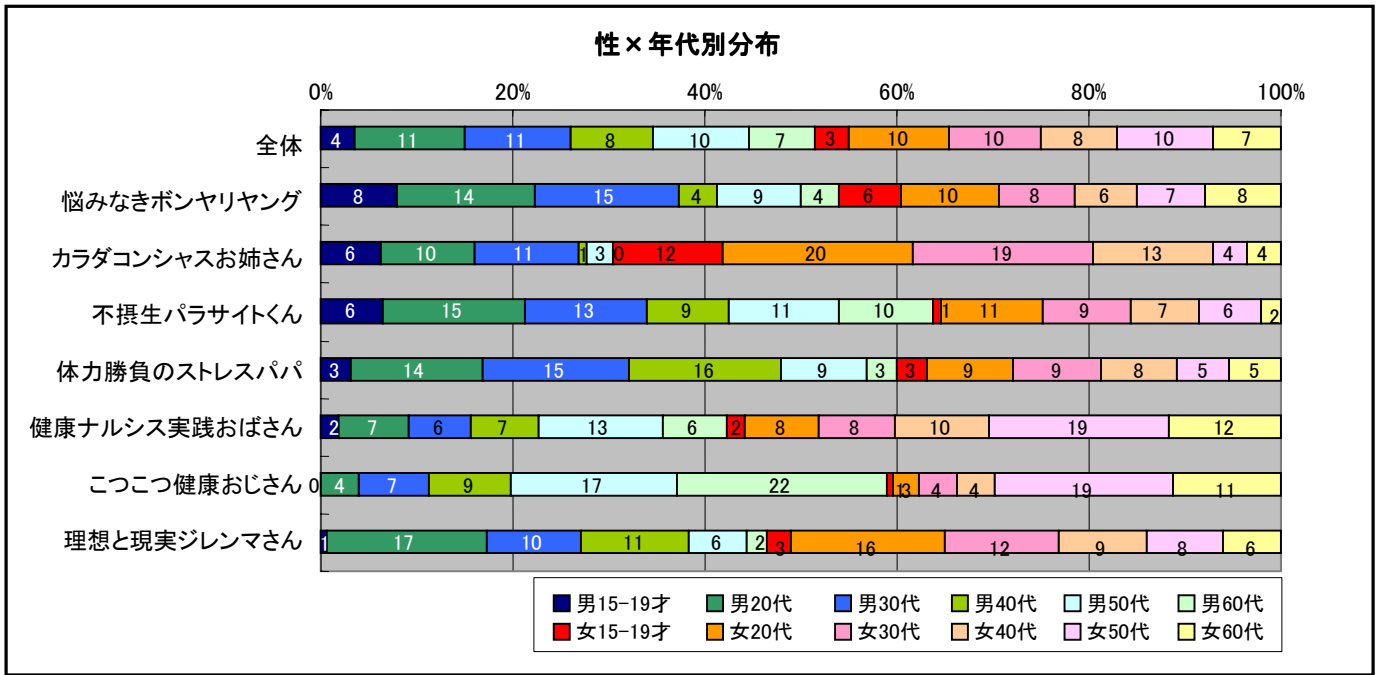
	15-19歳	20代	30代	40代	50代	60代	計
男性	35	115	110	85	100	70	515
女性	35	105	95	80	100	70	485
合計	70	220	205	165	200	140	1000

調査実施日

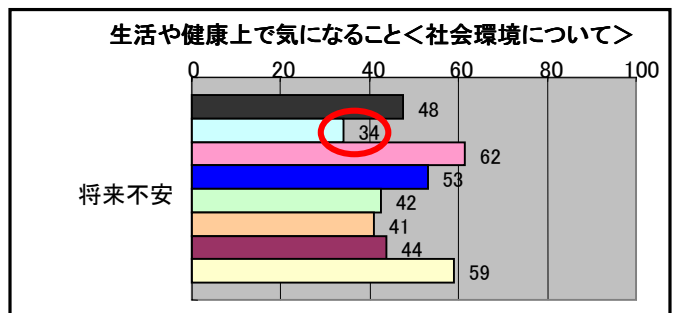
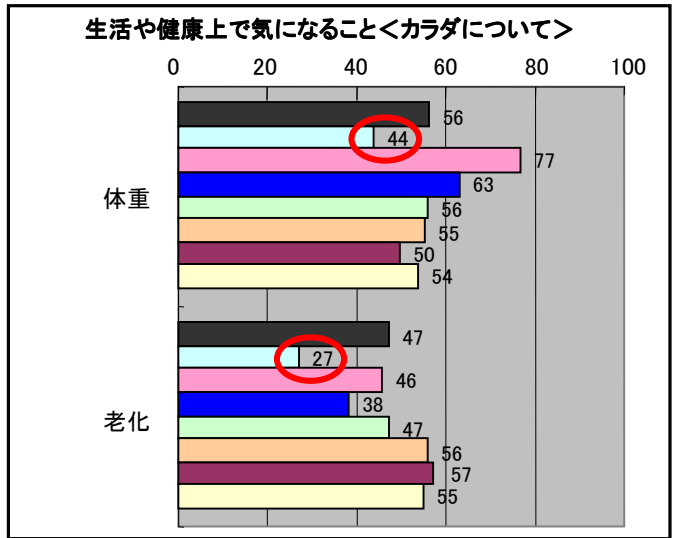
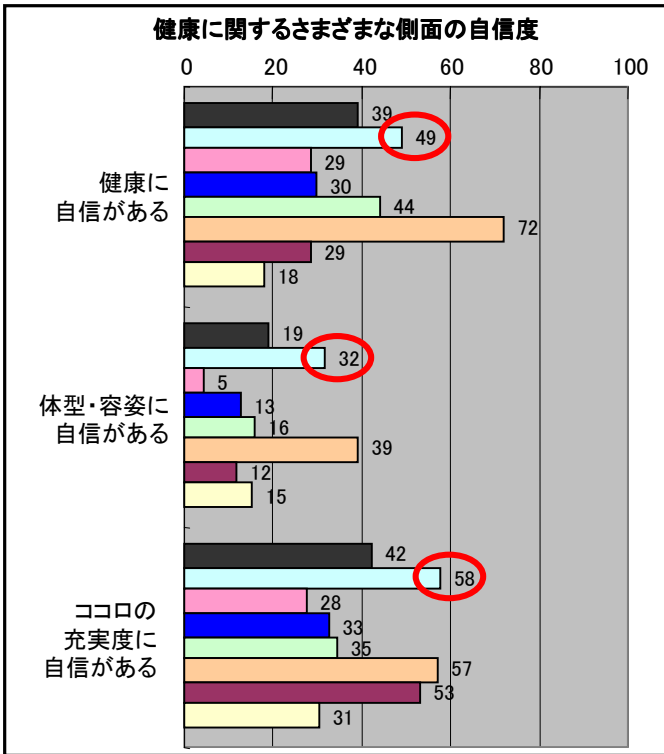
2003年7月14日～7月21日

1. 『健康意識・行動』のパターン分類

【7つのパターンの基本プロフィール】



■悩みなきボンヤリヤング(構成比率:12.6%)
 若年男性が多い。今のところは、健康・容姿・心を含めた生活全般が充実していると思っており、現在の気になるトラブルや将来不安がない。

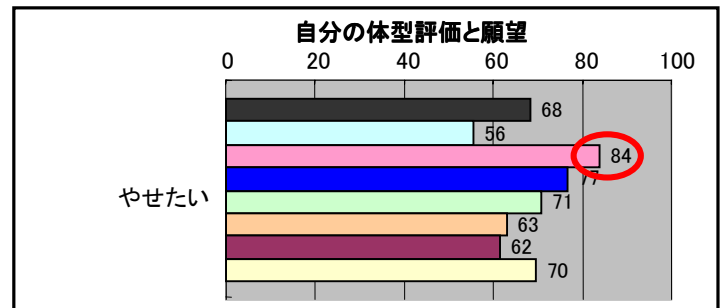
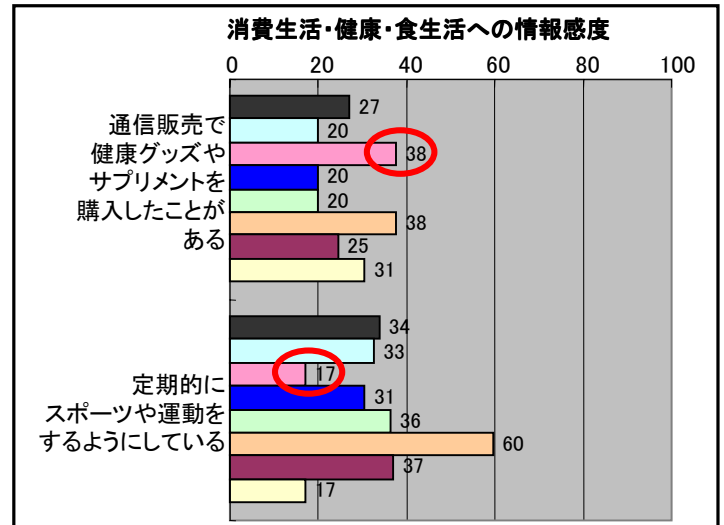
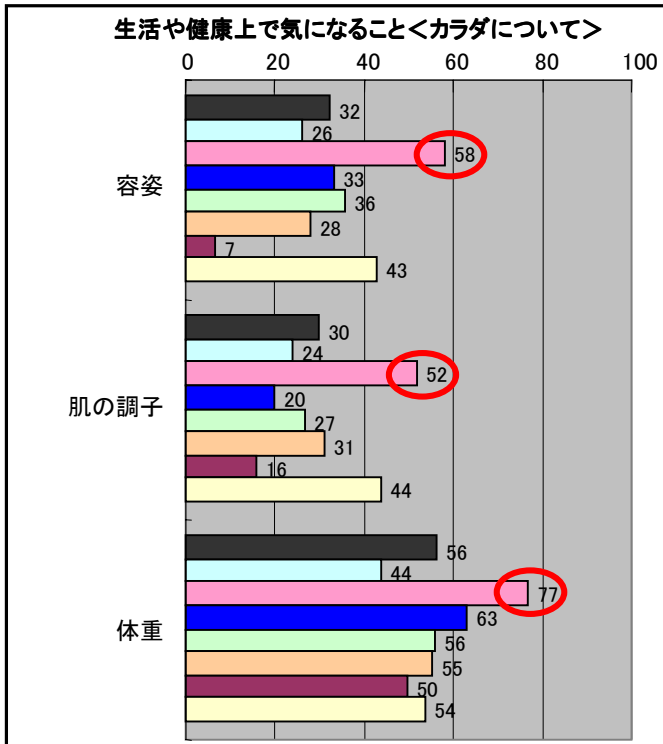


全体
 カラダコンシャスお姉さん
 体力勝負のストレスパパ
 こつこつ健康おじさん

悩みなきボンヤリヤング
 不摂生パラサイトくん
 健康ナルシス実践おばさん
 理想と現実ジレンマさん

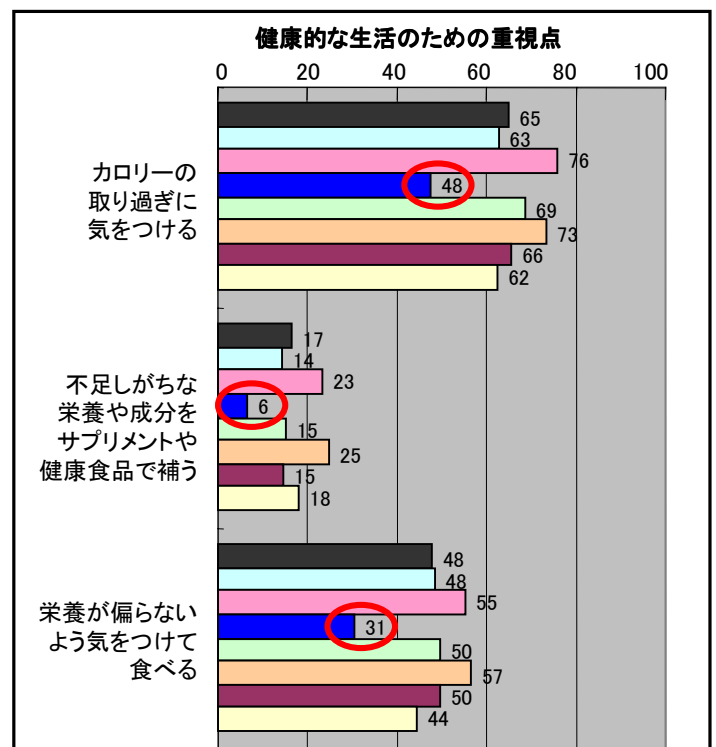
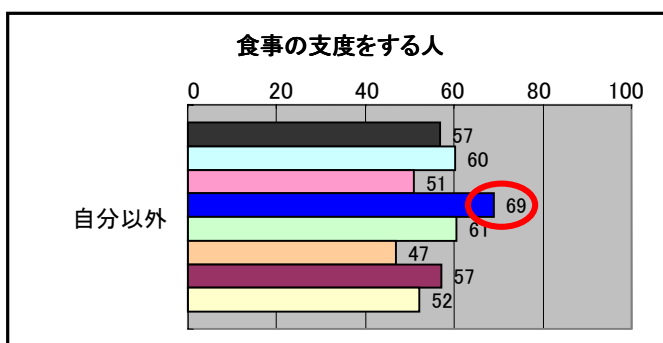
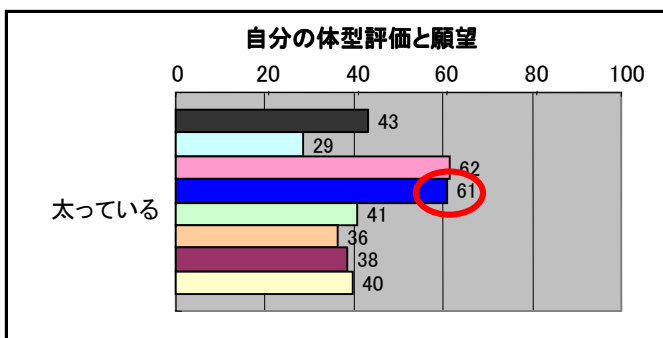
■カラダコンシャスお姉さん(構成比率:11.2%)

若年女性が多く、関心事は健康より容姿。容姿への願望を強く持っているものの、ライフスタイルを変えるほどの行動には至らず、健康食品などで手軽に対処している。



■不摂生パラサイトくん(構成比率:14.1%)

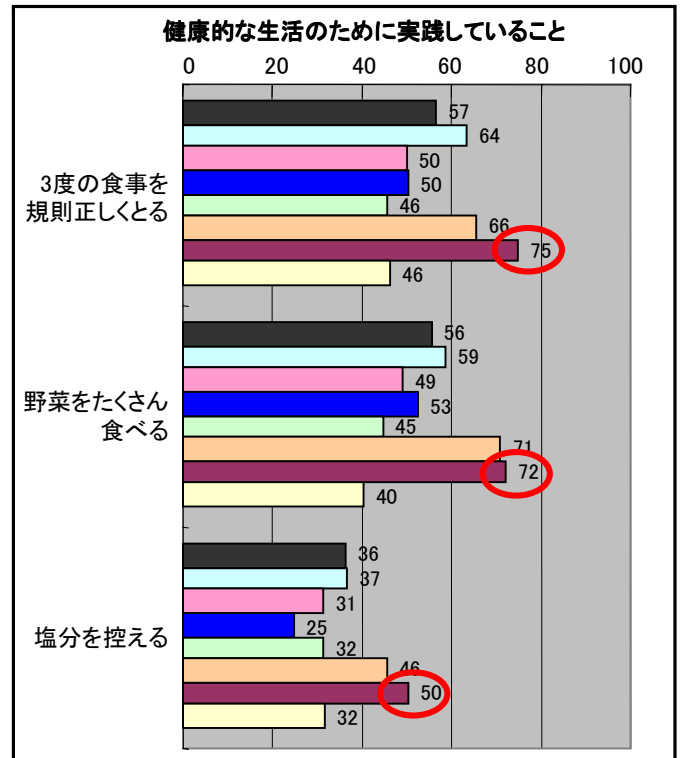
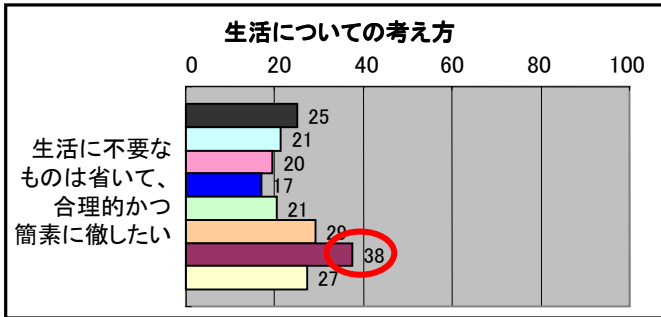
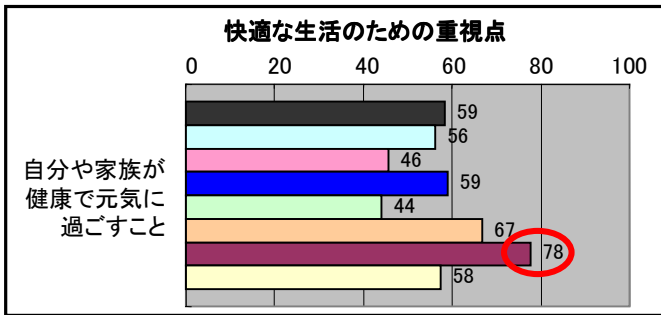
若年男性がやや多く、肥満以外の自覚トラブルがないため、健康に対する意識が希薄。食事の支度は他人まかせで自分は何もしない。



全体
 カラダコンシャスお姉さん
 体力勝負のストレスパパ
 こつこつ健康おじさん
 悩みなきボンヤリヤング
 不摂生パラサイトくん
 健康ナルシス実践おばさん
 理想と現実ジレンマさん

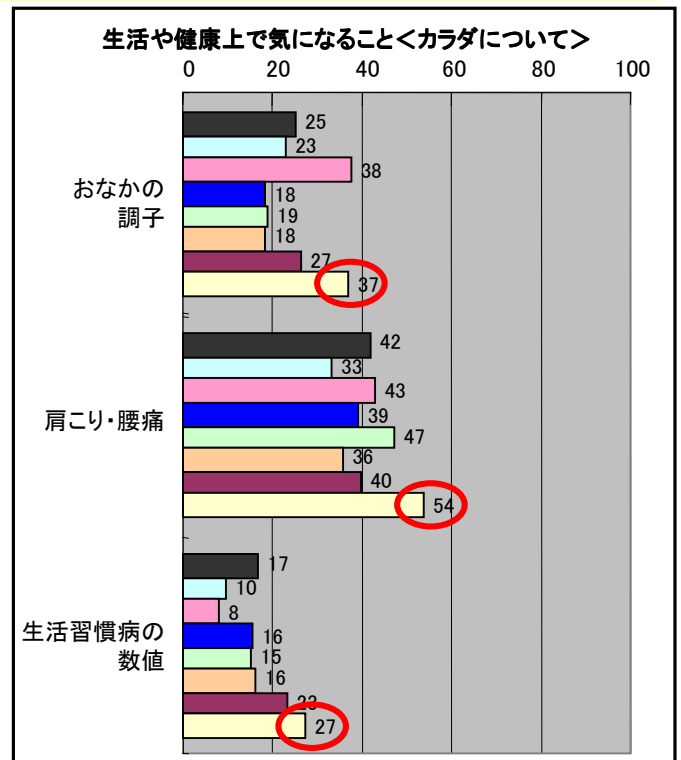
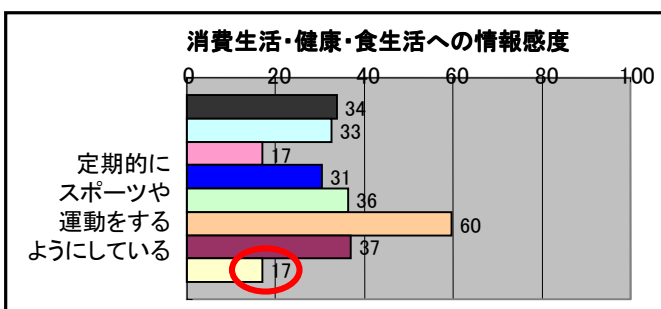
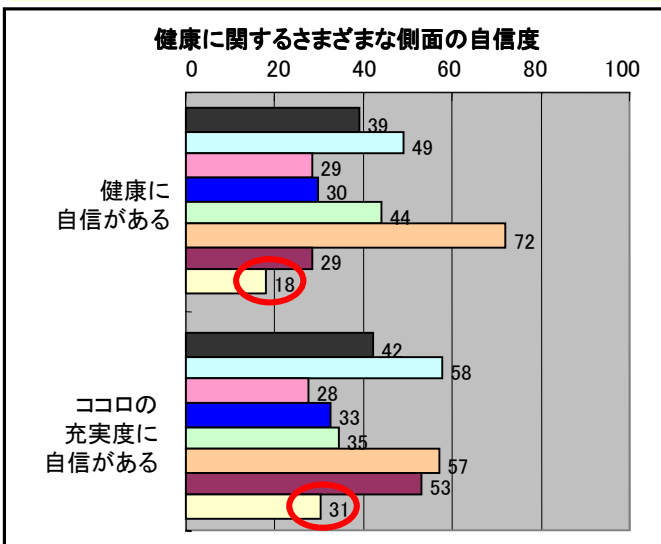
■こつこつ健康おじさん(構成比率:15.1%)

高年の男女が中心。容姿よりも健康への関心が高く、健康的な食生活を心がけている。



■理想と現実ジレンマさん(構成比率:15.1%)

若年男女がやや多い。健康、体力、心の充実など全般的に自信がなく、そのことに問題を感じつつも対処するための行動に移れないでいる。



全体
 カラダコンシャスお姉さん
 体力勝負のストレスパパ
 こつこつ健康おじさん

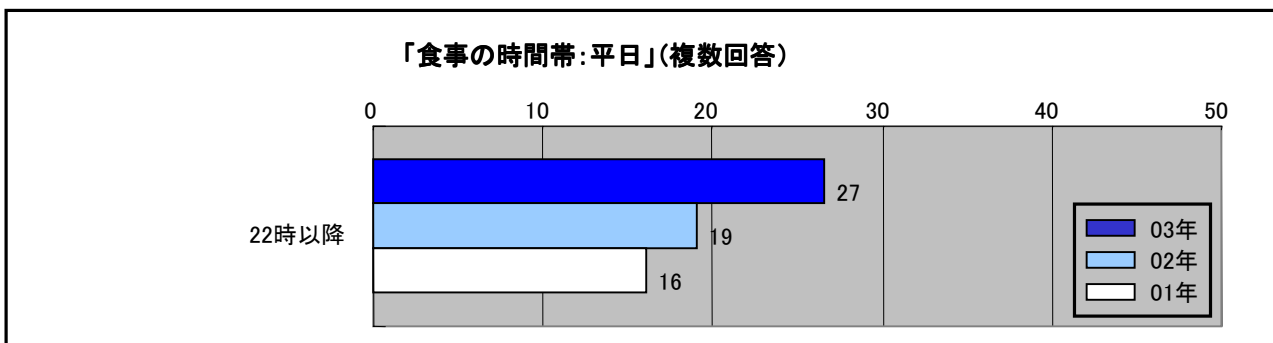
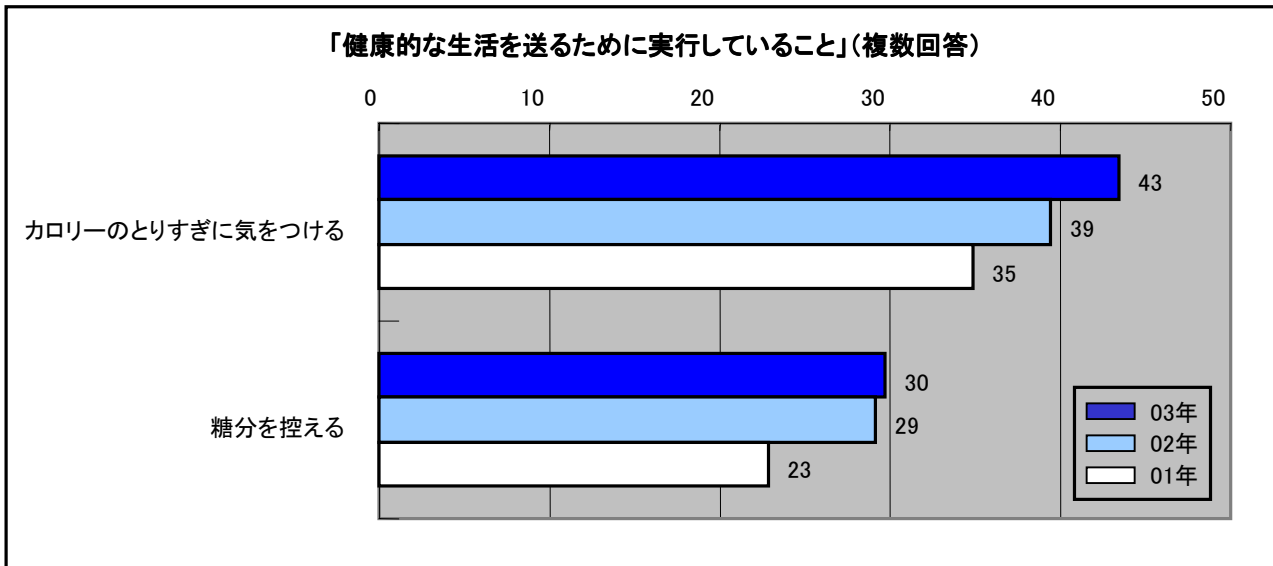
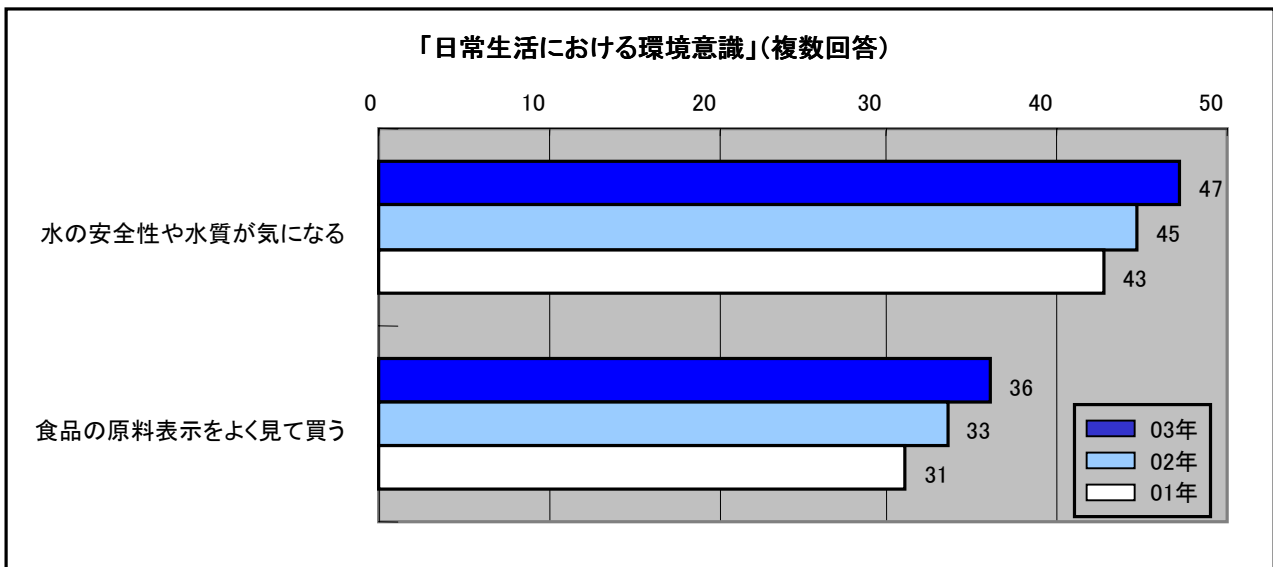
悩みなきボンヤリヤング
 不摂生パラサイトくん
 健康ナルシス実践おばさん
 理想と現実ジレンマさん

2. 3年間の時系列変化

『食』への安全性や健康意識の高まり、反して不規則化する食事時間

『日常生活における環境意識(複数回答)』を見ると、「水の安全性や水質が気になる」47%(昨年45%、一昨年43%)、「食品の原材料表示をよく見て買う」36%(同33%、31%)など、食の安全性への関心が高まっている様子が窺えました。また、『健康的な生活を送るために、実際に実行していること(複数回答)』として、「カロリーのとりすぎに気をつける」43%(同39%、35%)、「糖分を控える」30%(同29%、23%)などが増加傾向にあり、食生活において健康に気遣っている様子も垣間見えます。

しかし一方、『食事の時間帯(平日:複数回答)』を見ると、午後10時以降に食事をしている人が27%(同19%、16%)と比率が高まっており、食事時間が遅めになってきていることが窺えました。理想とされる健康的な食生活を実践することは、なかなか難しくなっているのかもしれません。



経済状況や社会環境への不安が、生活の質の低下に影響あり！？

『現在の生活や健康にとって、気になることや悩み(複数回答)』として、「医療や年金などの社会保障」73%(昨年66%、一昨年61%)、「経済問題」56%(同55%、52%)、「大気汚染」56%(同55%、51%)など、経済や社会環境に関わる数値が増加傾向となりました。

その一方、『自分らしく快適に生活するために重視していること(複数回答)』では、「マイペースでのびのび過ごすこと」60%(同62%、63%)、「友人との時間を楽しく過ごすこと」51%(同51%、54%)、「レジャーや趣味に打ち込むこと」49%(同51%、55%)、「新しい刺激を求めたり、新しいものに挑戦すること」40%(同42%、47%)、「自然と触れ合うこと」31%(同32%、39%)などが減少傾向となりました。

それらを表しているのか、『「ココロの充実度」の自信』についても、「自身あり」と答えた人は42%(同45%、46%)と減少傾向にあり、経済状況や社会環境への不安が、人々の生活の質に影響を与えているようにも窺えます。

