



クリナップ株式会社 おいしい暮らし研究所では、日経新シニアライフデザイン研究会、株式会社JTB総合研究所、株式会社デンソー、株式会社富士通総研、大和ハウス工業株式会社と共同でシニアの暮らしの意識とライフスタイルについて調査し、結果から各世代の食に関する意識、実態と幸せ度の関係性を探りました。

### 要約

#### <料理のモチベーション>

料理したいと思うとき、料理が楽しいと思うときには男女で差が見られ、比較的男性は「自分>食べる人」、女性は「自分<食べる人」の傾向。

若年層は「誰かと一緒に料理するとき」にも料理が楽しい

#### <料理頻度・スキル>

男性は「不幸せ」な人ほど、女性は「幸せ」な人ほど、料理頻度が高い

男女ともに、「幸せ」な人ほど料理のスキルが高い

#### <共食頻度>

男性は年代が上がるほど同居家族との共食頻度が高くなり、友人知人との共食頻度、孤食頻度が低くなる

女性は年代によって同居家族との共食頻度にそれほど変化はなく、一旦低くなる友人知人との共食頻度、孤食頻度が40~50代を境に再び増える

若年層は、共食の機会を全般的に増やしていきたい

「幸せ」な人ほど同居、非同居共に家族と共食する頻度が高く、同居家族との共食をさらに増やしたい

「不幸せ」な人ほど孤食の頻度が高く、非同居家族や友人、知人との共食頻度を増やしたい

#### 【調査概要】

実施期間：2016年10月25日～11月10日

調査地域：全国

調査対象：18歳から79歳までの男女

過去1年以内に1回以上、旅行（国内外問わず、日帰り含む。ビジネス旅行は除く）経験あり

回答者数：2,472名

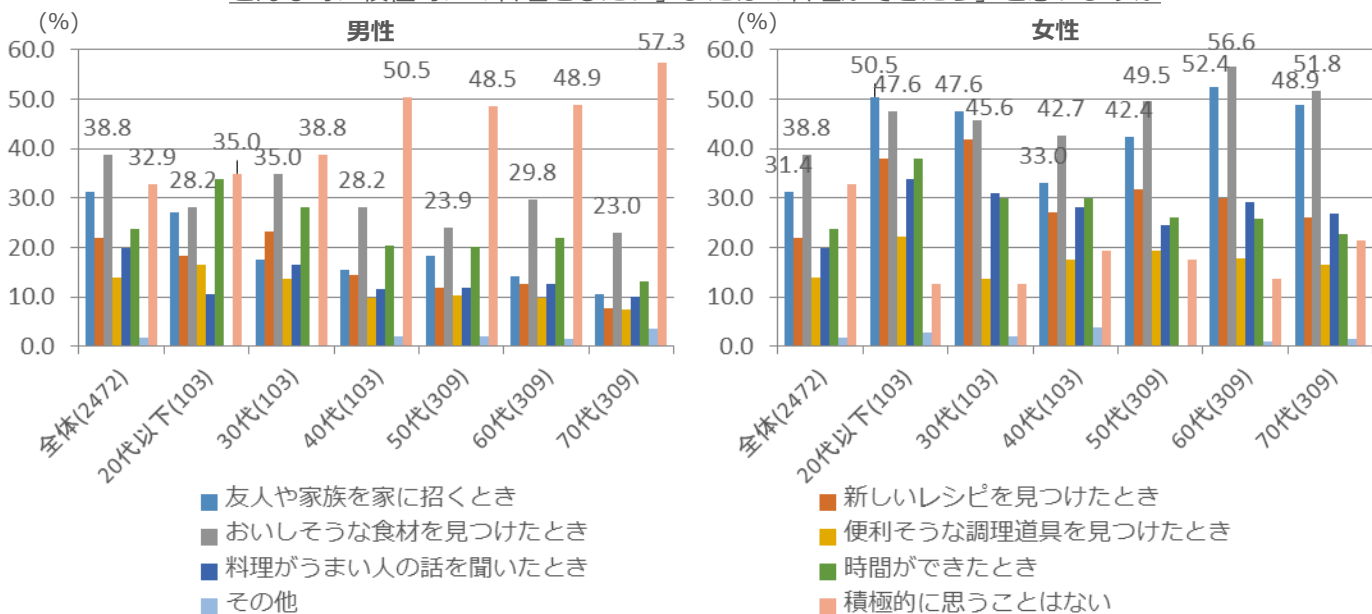
調査方法：インターネットによるアンケート調査

日経新シニアライフデザイン研究会、株式会社JTB総合研究所、株式会社デンソー、株式会社富士通総研、大和ハウス工業株式会社と共同で実施

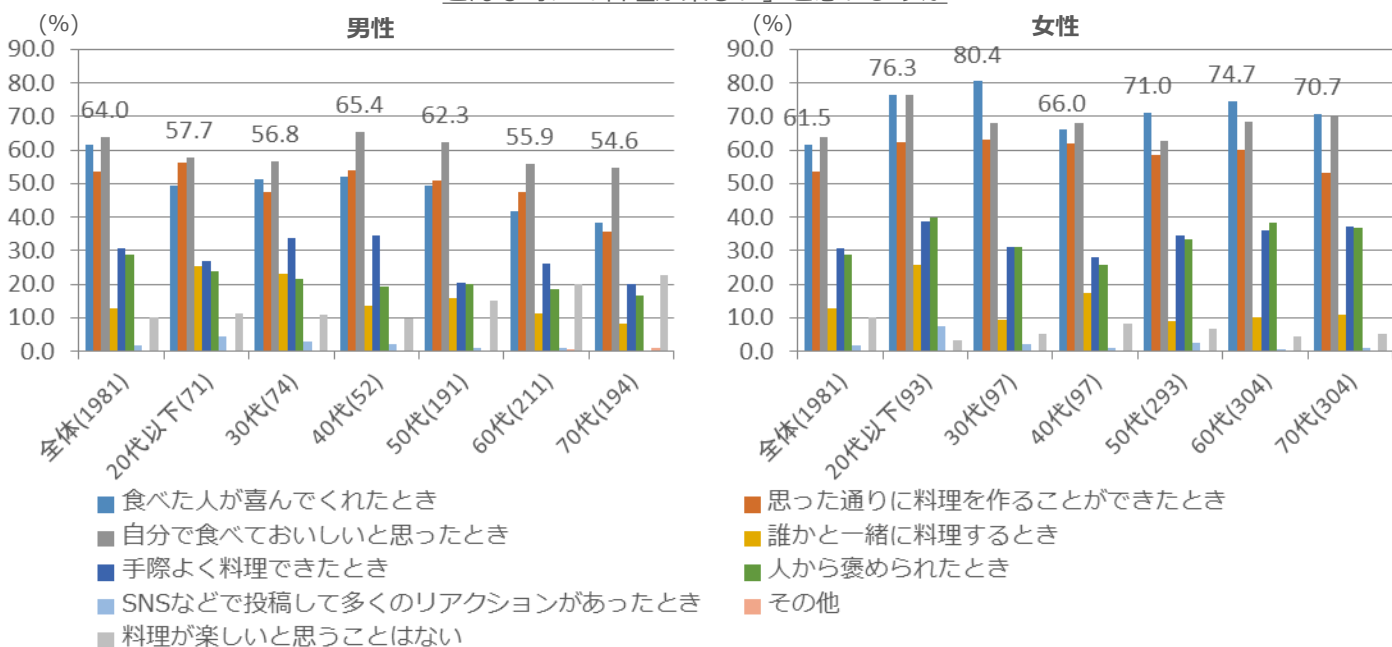
### <料理のモチベーション（性年代別）>

- ・積極的に料理をしたいと思うのは、女性は「人を招くとき」「おいしそうな食材を見つけたとき」。男性も「食材を見つけたとき」に料理したいと思う人もいるが、40代以上の半数は「料理したいと思うことはない」と消極的。男女ともに若年層は「時間ができたとき」にも料理をしたいと思う人が多い。
- ・料理が楽しいと思うのは、男性は「自分で食べておいしいと思ったとき」、女性は「食べた人が喜んでくれたとき」。比較的、男性は「自分>食べる人」、女性は「自分<食べる人」。
- ・若年層は「誰かと一緒に料理するとき」にも料理の楽しさを感じている。

どんな時に積極的に「料理をしたい」または「料理ができれば」と思いますか



どんな時に「料理が楽しい」と思いますか

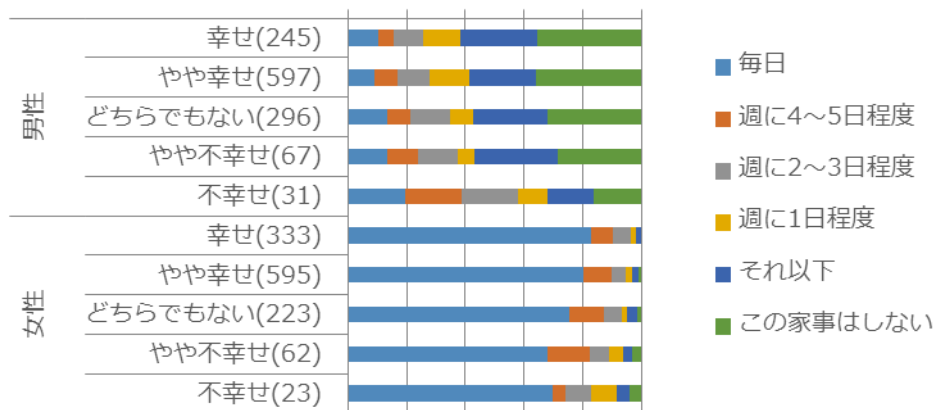


### <料理の頻度・スキル（幸福度別）>

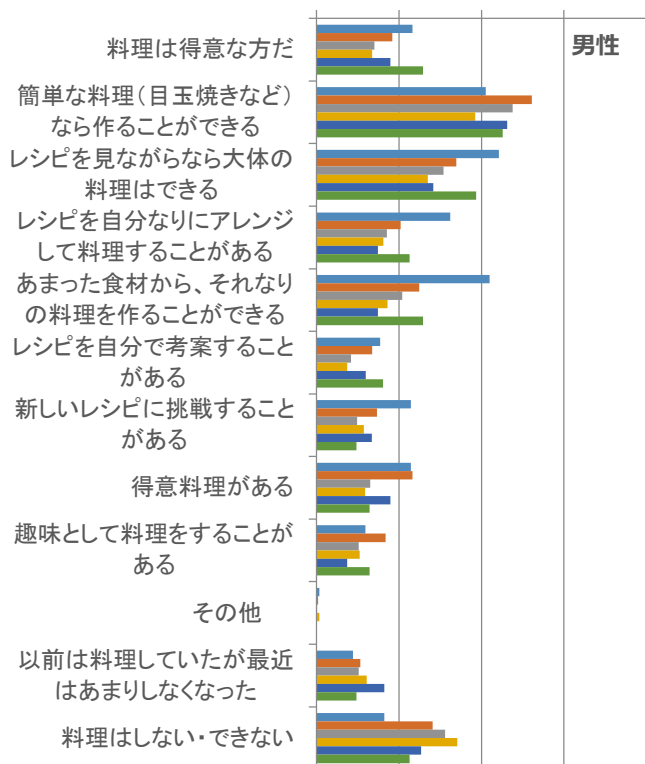
- ・男性は「不幸せ」だと感じている人ほど、女性は「幸せ」だと感じている人ほど料理頻度が高い。
- ・男女ともに、「幸せ」だと感じている人ほど料理のスキルが高い。

料理頻度

0% 20% 40% 60% 80% 100%

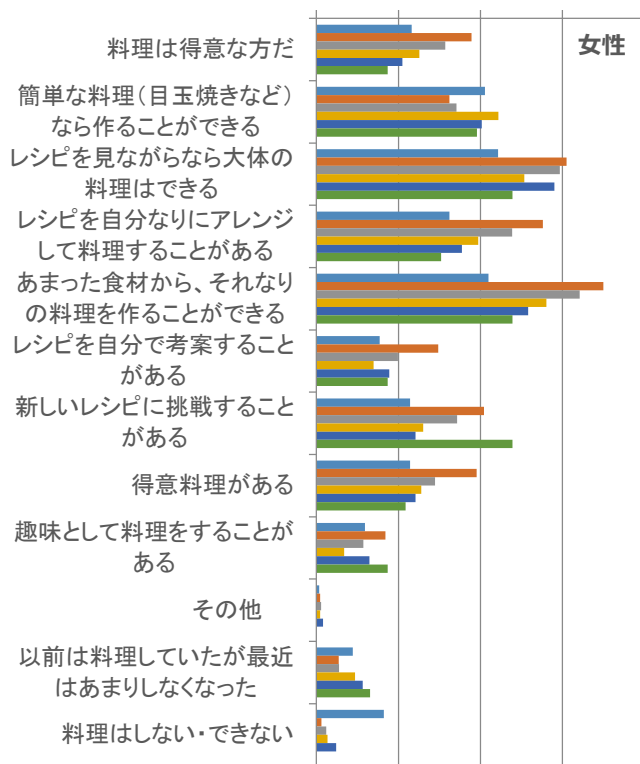


0.0 20.0 40.0 60.0 80.0 (%)



■ 全体(2472) ■ やや不幸せ(67)  
 ■ やや幸せ(597) ■ どちらでもない(296)  
 ■ 幸せ(245) ■ 不幸せ(31)

0.0 20.0 40.0 60.0 80.0 (%)



■ 全体(2472) ■ やや不幸せ(62)  
 ■ やや幸せ(595) ■ どちらでもない(223)  
 ■ 幸せ(333) ■ 不幸せ(23)

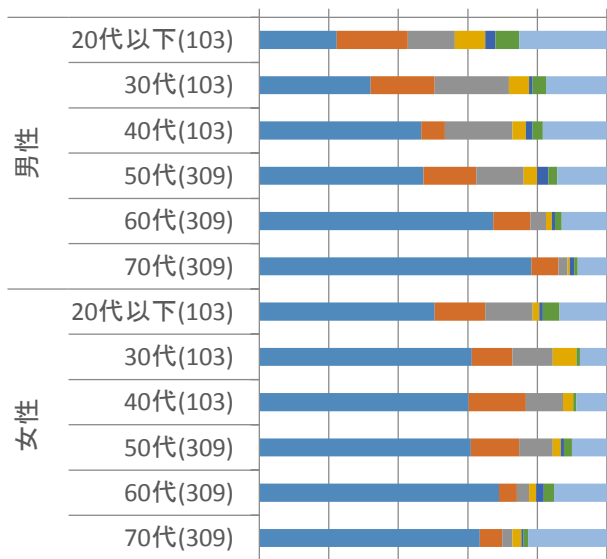
### <共食頻度（性年代別）>

- ・男性は年代が上がるほど同居家族との共食頻度が高くなり、友人知人との共食頻度、孤食頻度が低くなる。
- ・もともと子供と共食する機会が多いと思われる女性は同居家族との共食頻度に年代による変化はそれほどなく、一旦低くなる友人知人との共食頻度、孤食頻度が40～50代を境に再び増える。

普段、自分以外の人とどのくらいの頻度で一緒に夕食をとりますか。

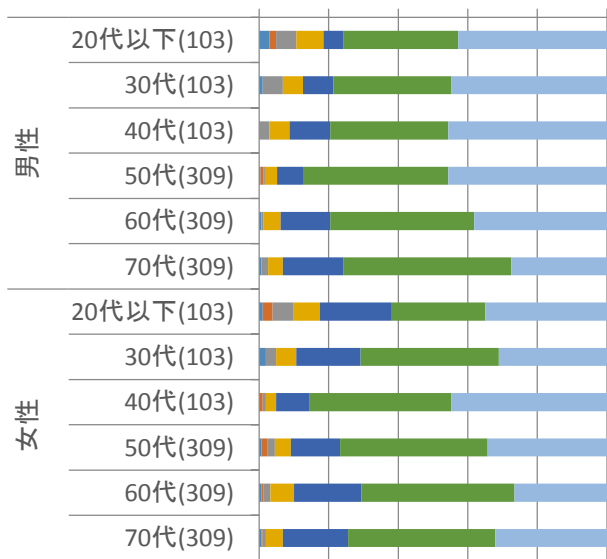
同居している家族と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



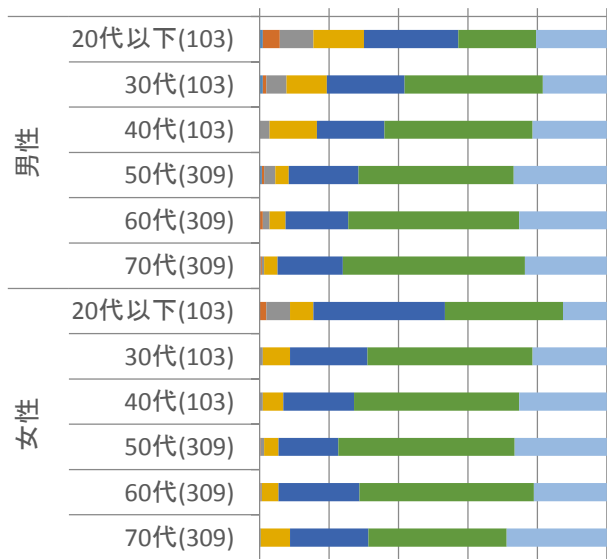
同居していない家族と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



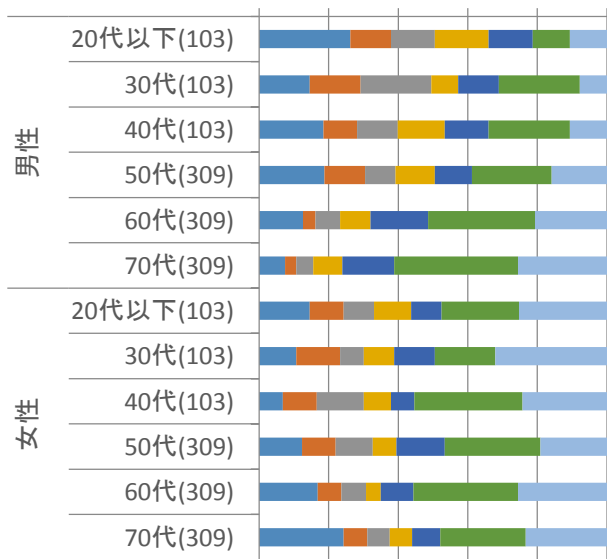
友人、知人と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



一人でとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



■ ほぼ毎日  
■ 週に4~5日程度  
■ 週に2~3日程度  
■ 週に1日程度  
■ 月に1~2日程度  
■ それ以下  
■ 自分にはあてはまらない

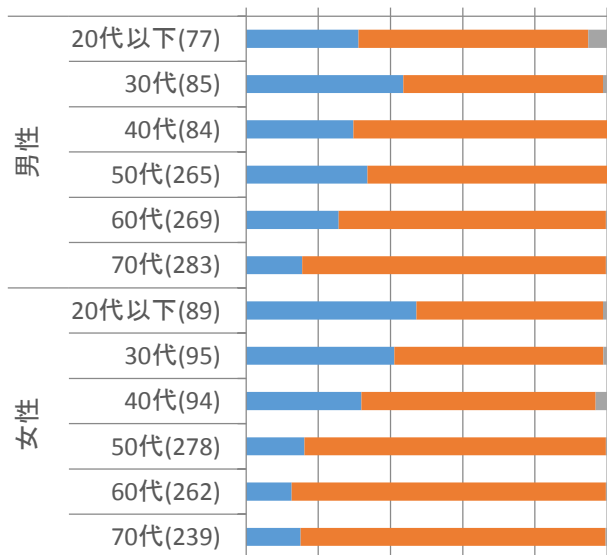
### <共食意向（性年代別）>

- ・若年層ほど共食の機会を全般的に増やしたいと考えているが、ほとんどの人は現在の共食機会に不満はない様子。

前問でお伺いした食事の頻度を、今後どうしていきたいですか。

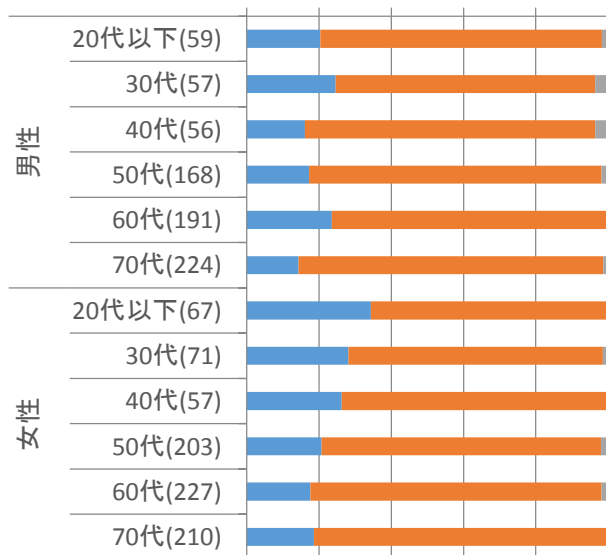
同居している家族と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



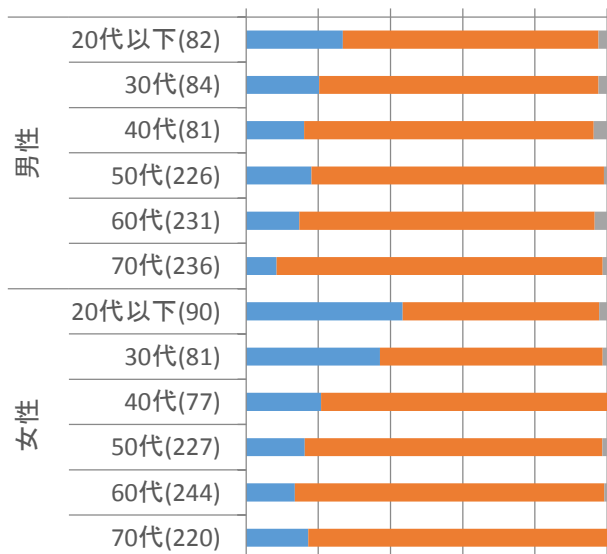
同居していない家族と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



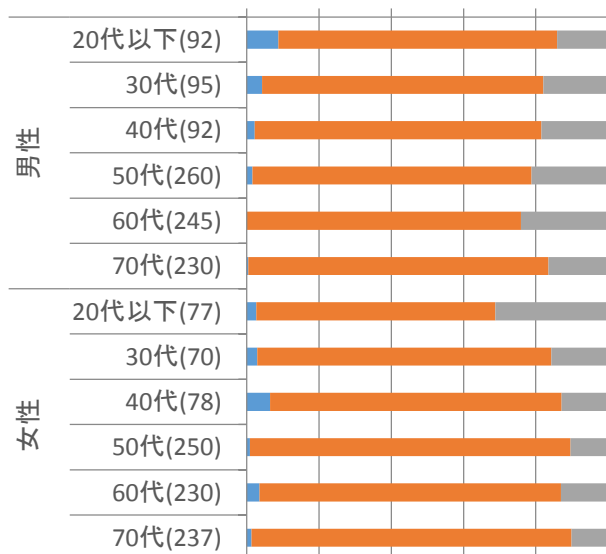
友人、知人と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



一人でとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



■ 増やしていきたい ■ このままでよい ■ 減らしていきたい

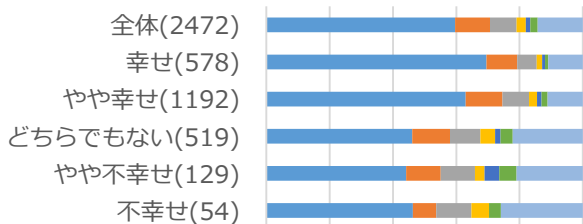
### <共食頻度／意向（幸福度別）>

- ・幸せだと感じている人ほど同居、非同居共に家族と共食する頻度が高い。
- ・不幸せだと感じている人ほど、孤食の頻度が高い。→既未婚と幸せ度には相関あり
- ・幸せだと感じている人は同居家族との共食頻度をさらに増やしたいと考え、不幸せだと感じている人は非同居家族や友人、知人との共食頻度を増やしたいと考えている。

普段、自分以外の人とどのくらいの頻度で一緒に夕食をとりますか／今後どうしていきたいですか

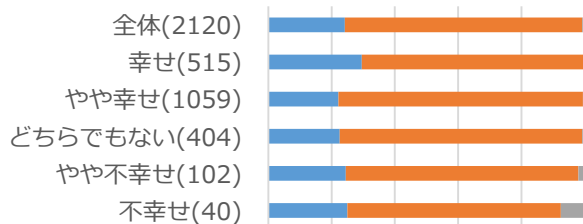
同居している家族と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



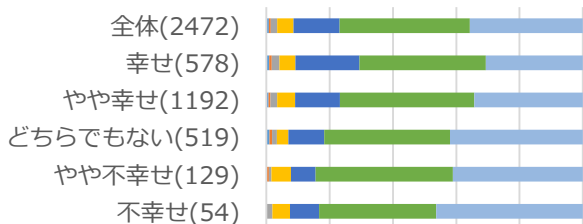
同居している家族と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



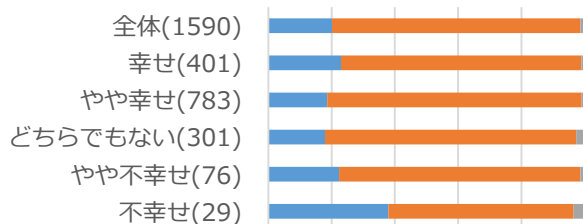
同居していない家族と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



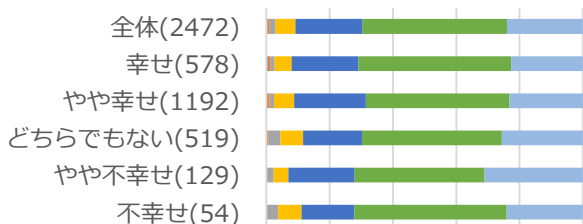
同居していない家族と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



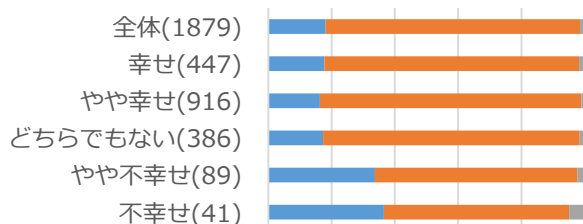
友人、知人と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



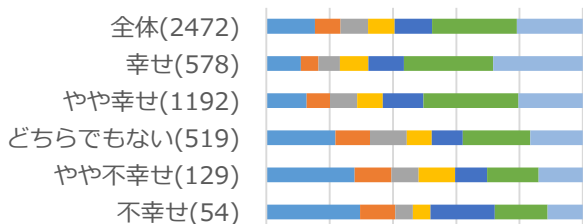
友人、知人と一緒にとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



一人でとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%



一人でとる

0% 20% 40% 60% 80% 100%

