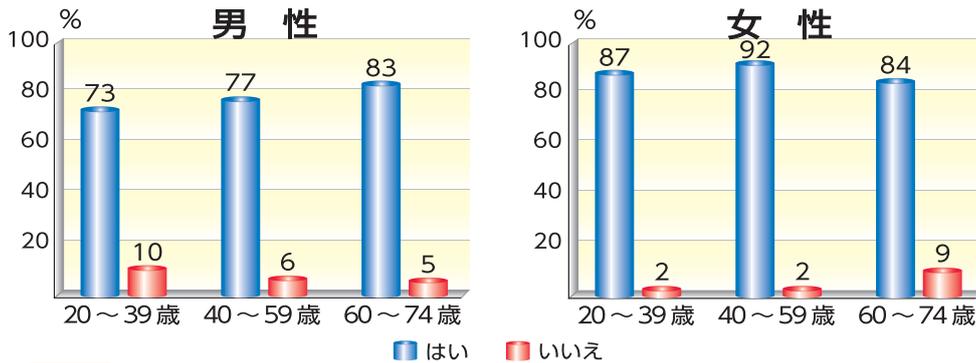


Q 一日一回は家族や仲間と一緒に食事をしますか？



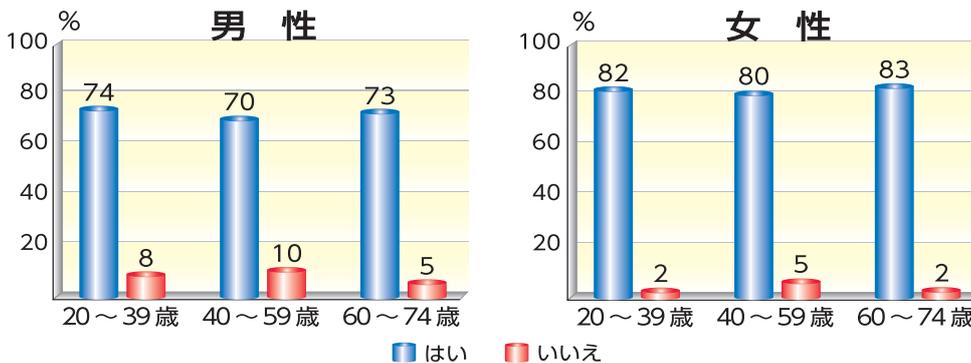
コメント

一日一回家族や仲間と一緒に食事ができている人は男性79%、女性87%と比較的良好な結果が出ていますが、その割合は女性が明らかに高めでした。

結果

この回答には、それぞれの年齢層のライフスタイルの違いや家族構成の違いが反映されているものと考えられますが、それぞれの事情や生活環境に応じて、孤食をなくしていく工夫が必要であることがわかりました。

Q 家族や仲間と食卓を囲むことで食事がおいしく楽しく感じますか？

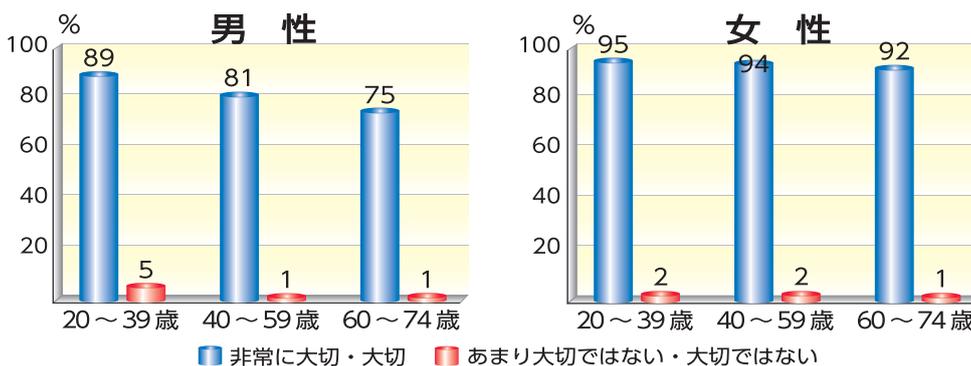


コメント

家族や仲間との食事がおいしく楽しく感じる人は男性72%、女性82%と、ともに比較的高めでした。

男女とも壮年層が最も低い傾向がみられ、いずれの年齢層も女性が高い傾向がみられました。

Q 家族や仲間と一緒に楽しく食べることは大切だと思いますか？



コメント

家族や仲間と食べることは大切だとする人は男性84%、女性93%で、男女とも高い傾向にありました。

女性は全ての年齢層において90%を超えていますが、男性は若年層が最も高く89%、次いで壮年層、高年齢層の順となりました。

結果

食事を楽しく食べることは、QOL(クオリティ オブ ライフ)の大事な要素であることから、全ての年齢層に働きかけていくことが重要であり、食育の重点的なポイントであるとも言えます。

(14 ページへ続きます)



QOL(クオリティ オブ ライフ：生活の質)とは

日々の暮らしの中で、幸福感や生きがいを見つけて自分らしく生きているかを評価する概念。健康、人間関係、仕事、住環境などさまざまな観点から計られる。