

〔目的〕近年、メディアの発展等による情報化や食品の製造技術の進歩により食の多様化が進み、食生活はますます変化している。この食生活における生活者の意識・行動、および健康意識と食生活の関係をアンケート調査により明らかにすることを試みた。

〔方法〕2000年の7月に往復郵送による留め置き法でアンケート調査を行い、首都圏に在住する18歳から69歳の1628名から有効回答を得た。内訳は男性799名、女性829名であった。健康についての意識や、食生活で心がけていること、食生活に関する考え、行動などについての質問から得られた回答についてクロス集計、因子分析、クラスター分析などで解析を行った。

〔結果〕調査対象者で健康に自信を持っている人は59%であった。健康について不安を感じている内容は、体力低下(51%)、視力の低下(42%)が多かった。健康のために食生活で心掛けていることは(27項目提示)、「野菜を多くとる」(58%)、「朝食を必ずとる」(58%)、「1日3食を規則正しくとる」(47%)が上位3項目であり、全ての項目で、男性より女性の数値の方が高く、食生活に対する女性の意識の高さを示していた。食生活に関する意識や行動についての質問(40項目)の回答について、因子分析を行った結果、「自然・天然志向」を示す軸、「簡単・便利志向」を示す軸、「流行・トレンド志向」を示す軸の3軸を抽出した。また、この因子分析の結果を元に、クラスター分析を行い、生活者を6つのクラスターに分類し、クラスターの違いによる食意識・行動の傾向を明らかにすることができた。