

#### 4. 食事（外食・欠食）状況

##### 国民1人当たりでは5回に1回は外食

外食について年次推移をみると図42のとおり、昭和50年には15.6%であったものが、徐々に増加し、平成6年には18.8%までになっており、男女別にみても同様に増加傾向がみられる。

また、性・年齢階級別に推移をみると図43のとおり、男女とも各年代において増加の傾向を示し、特に20～30歳代の伸びが大きい。

図42 外食率の年次推移（性別）

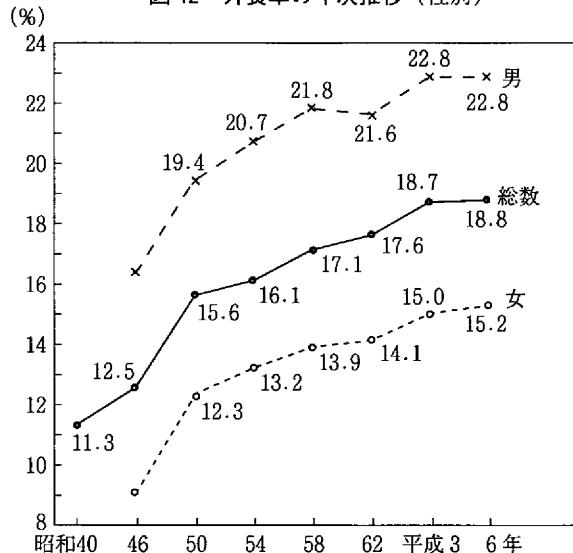
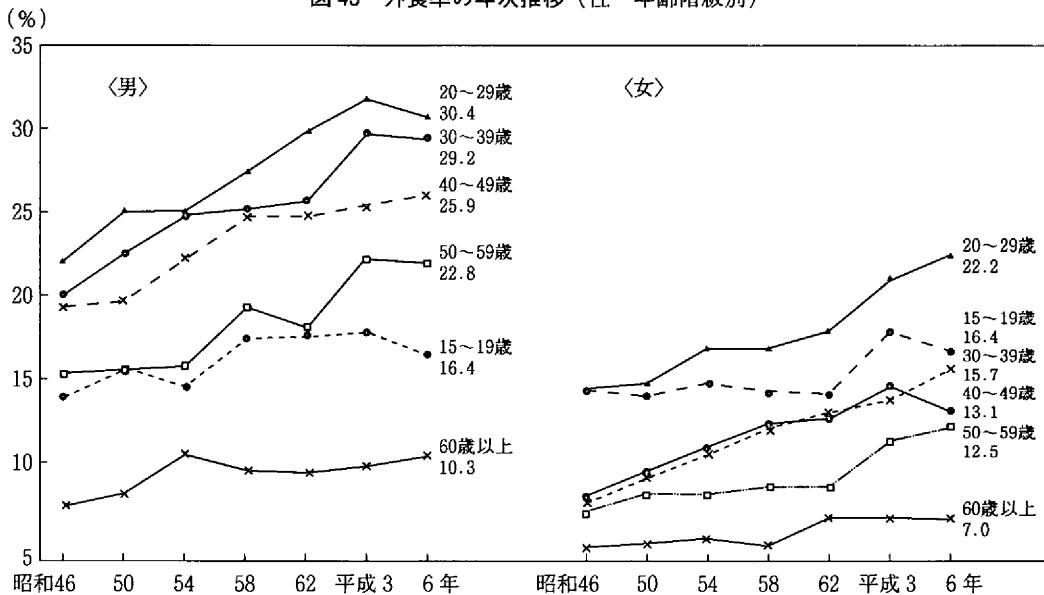


図43 外食率の年次推移（性・年齢階級別）



昼食の構成割合は昭和 60 年に比べて一般飲食店が増加し、職場給食が減少

外食が多い昼食の内容構成をみると図 44 のとおり、一般飲食店による外食は昭和 60 年の 18.7% から平成 6 年には 24.1% に増加したのに対し、職場給食は逆に 15.1% から 6.9% に減少している。

また、性別に外食の構成内容をみると表 6 のとおり、男女ともに和定食、そば・うどん類が好まれ、両方で 5 割程度を占め、女性は男性と比べてパン類、すし類等の単品が多く、外食において軽く済ませる傾向がうかがわれる。

図 44 昼食の構成割合 (%)

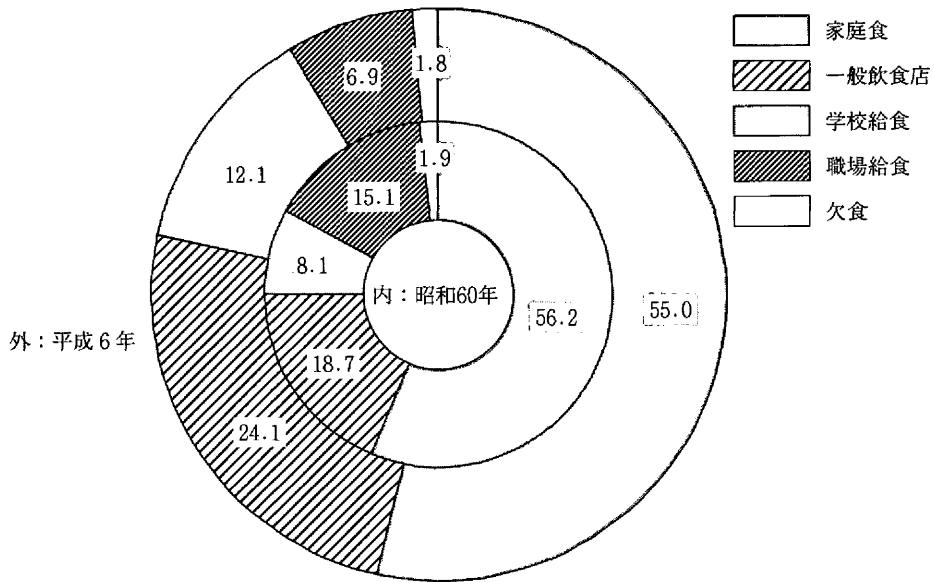


表 6 外食の構成内容 (性別)

(%)

		そば・うどん類	どんぶりもの	パン類	すし類	カレーライス類	マカロニ類	その他の和食	その他の洋食
性別	昭和60年	20.7	7.0	6.8	6.5	5.7	1.1	38.8	13.4
	平成6年	18.1	5.8	10.3	7.1	5.1	1.3	36.7	15.5
性別	昭和60年	23.1	4.2	15.0	10.9	3.9	2.7	30.7	9.4
	平成6年	16.5	3.8	17.3	11.1	4.3	2.9	31.6	12.5

## 朝食の欠食率は女性50歳代、男女60歳以上を除いて各年代において増加傾向

欠食の多い朝食について、性別に年次推移をみると図45のとおり、昭和50年には6.3%であったものが徐々に増加し、平成6年には8.6%になっており、男女別にみると男性の伸びが大きくなっている。

また、性・年齢階級別に推移をみると表7のとおり、女性50歳代、男女60歳以上を除いて各年代で増減を繰り返しながらも全体的には徐々に増加傾向を示し、特に20~30歳代の伸びが大きくなっている。

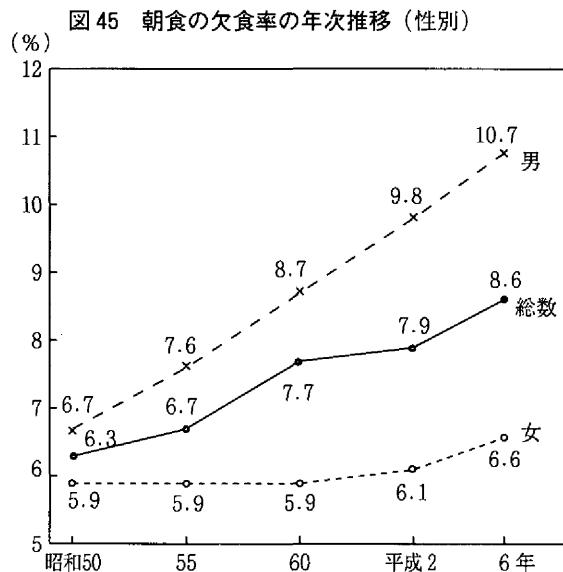


表7 朝食の欠食状況（性・年齢階級別） (%)

		昭和50年	55年	60年	平成2年	6年
男	15~19歳	10.7	12.7	10.3	14.1	12.6
	20~29	15.5	19.5	23.5	25.5	28.9
	30~39	8.5	11.6	13.8	17.8	19.1
	40~49	4.9	6.6	8.7	11.1	11.6
	50~59	4.6	4.6	6.1	6.5	7.8
	60歳以上	3.4	2.8	3.5	2.0	3.1
女	15~19歳	14.1	8.3	13.1	10.1	9.7
	20~29	11.7	12.9	14.7	14.3	17.1
	30~39	5.3	8.1	6.4	6.5	8.3
	40~49	5.8	5.7	6.7	7.5	8.8
	50~59	4.5	4.3	5.3	5.1	3.8
	60歳以上	4.1	3.1	3.4	2.8	2.7