

(経営者の食生活編)結果概要

調査概要

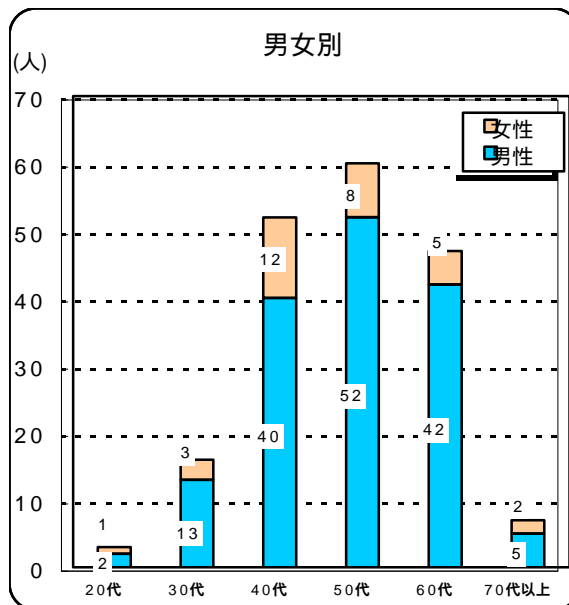
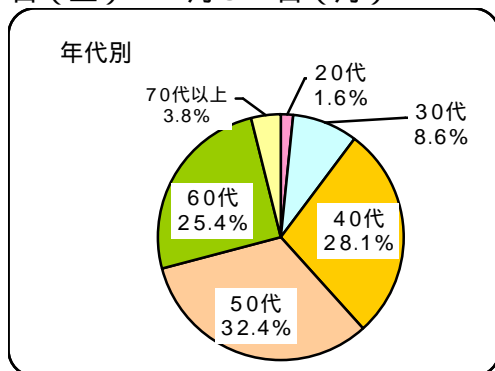
調査対象  
市内会員事業所(代表者)

調査期間  
平成18年7月1日(土)~7月31日(月)

調査方法  
直接記入方式

回答数  
185人

調査機関  
熊本商工会議所



Key Word  
Key Word

朝・昼・夕の食事の頻度、その内容は・・・

三食の中では、ほぼ毎日朝食を取る割合が約7割、昼食・夕食を取る割合は9割を超えている。その反面、朝食を欠食する人も1割以上となった。

食事の内容は、昼食において「外食」「購入した弁当・惣菜」が合わせて半数近くになった。

健康面において食事の際に配慮する内容は・・・

「栄養のバランス」への配慮は5割超

飲食店に望む健康面でのサービスは・・・

「カロリー表示」がトップ、次いで「少量で多品目」が続く

オススメ健康法 (自由回答)

最も多かった回答は・・・

毎日決まった食品を必ず取る。  
(納豆、ヨーグルト、青汁、黒酢、牛乳など)

休酒日(週2日)を守る。

寝起きに水一杯を飲む。

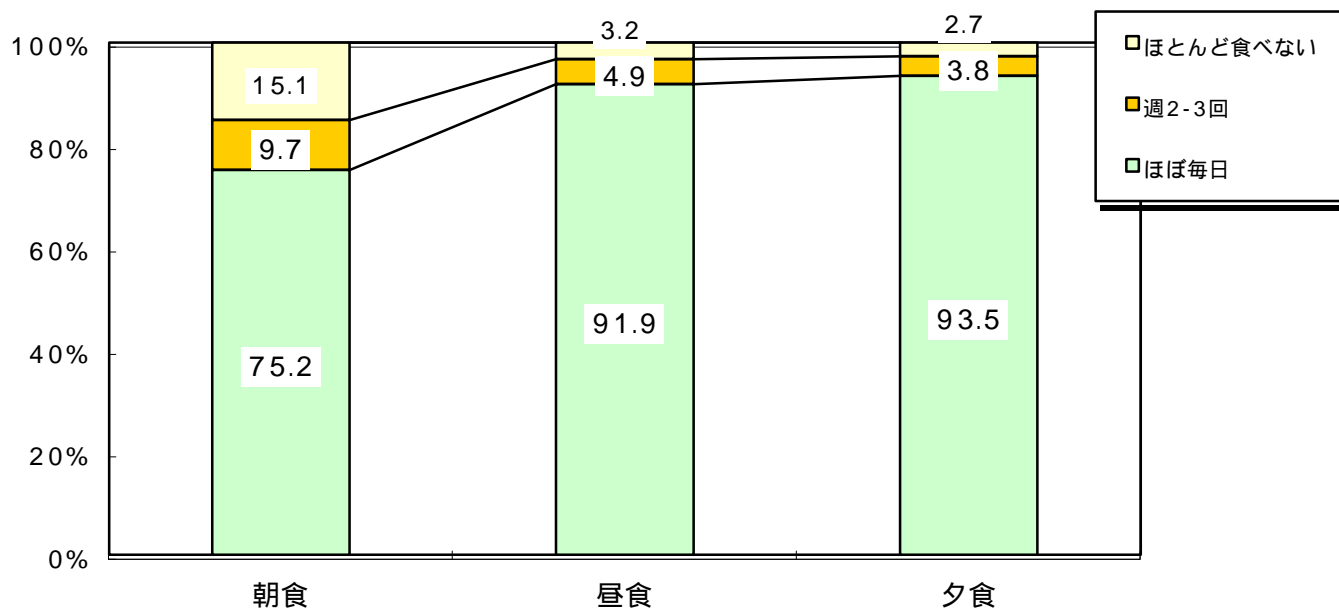
和食中心の食事になっている。  
(魚・豆腐・野菜が多い)

夜遅くは食べない。  
夕食は、8時頃までに済ませる。

(経営者の食生活編)結果概要

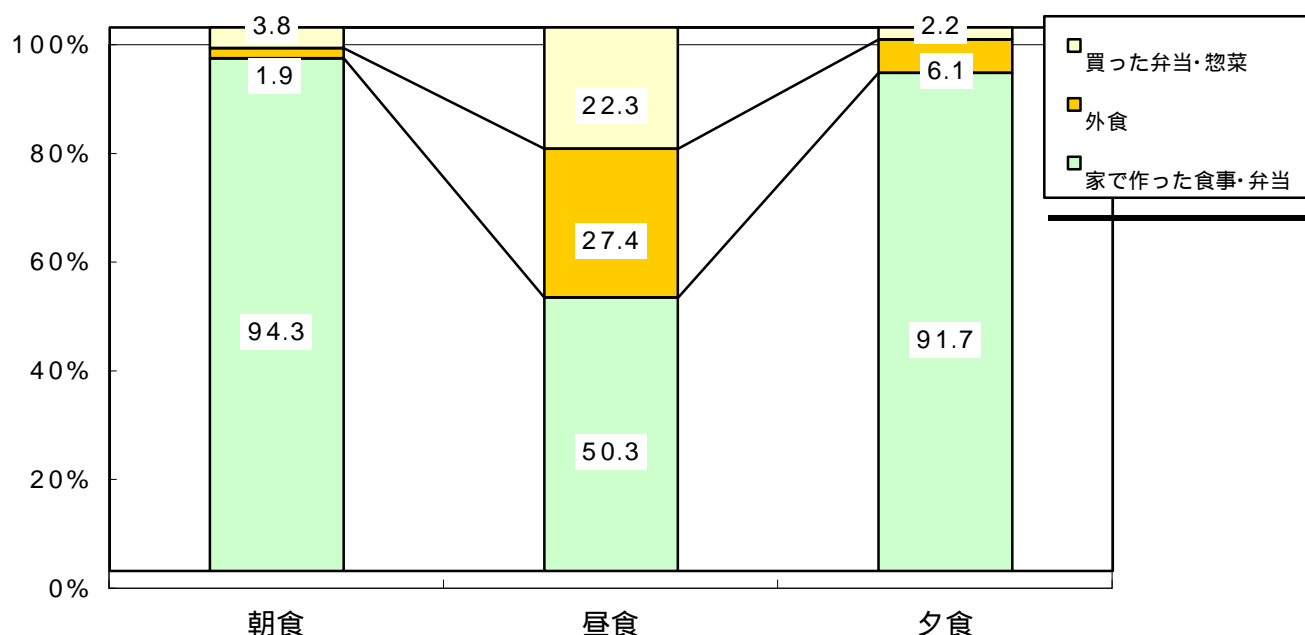
Q1 普段の食事の頻度は？

昼食、夕食は9割が取っているものの、朝食は7割に減少  
しかも1割以上が朝食を欠食



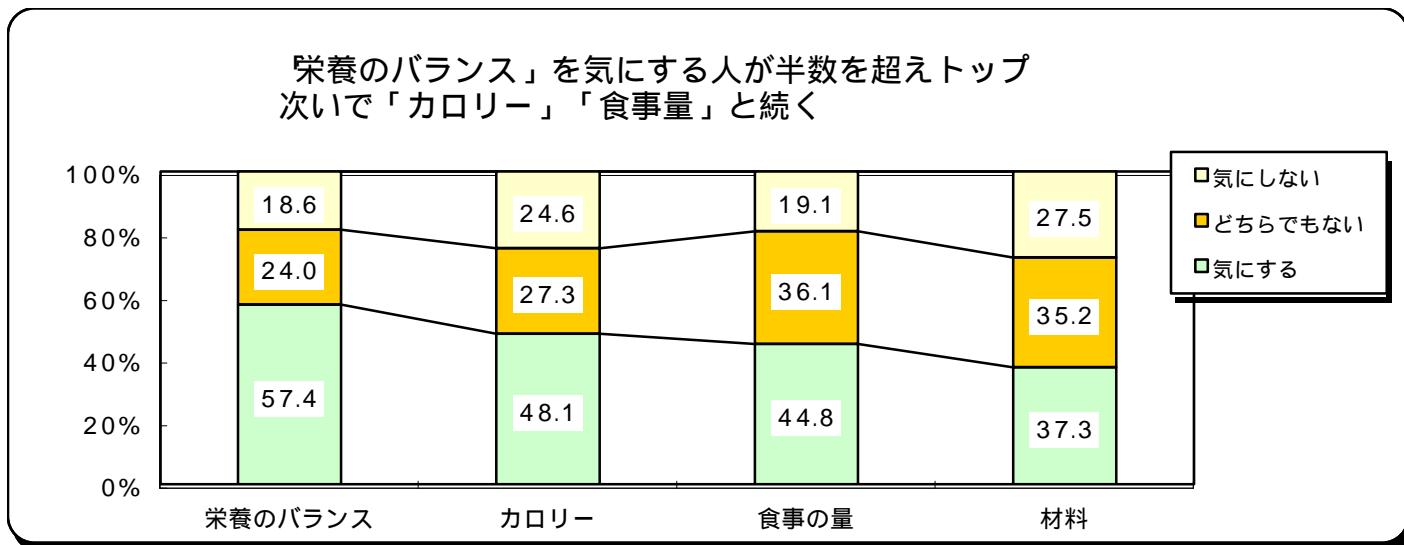
Q2 普段の食事の内容は？

朝食、夕食は「自家製」が8割超  
一方、昼食は「外食」「購入した弁当・惣菜」が約半数を占める

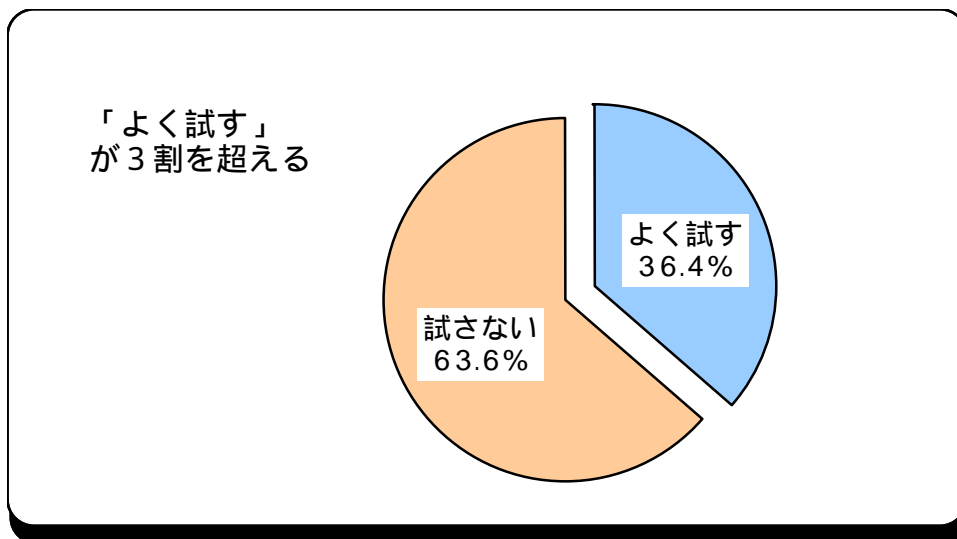


**(経営者の食生活編) 結果概要**

Q3 健康面において、食事の際に配慮することは？



Q4 雑誌やテレビで「健康に良い」と紹介された食材・食品を試すことはありますか？



Q5 飲食店に提供して欲しい、健康に関するサービスは？

