JMAR
JMA Research Institute Inc



高齢者６０９０レポートシリーズ

高齢者 普段の食事調査2025年

高齢者60～90歳を対象とした大規模郵送調査で普段の食事を把握



これまで定量データで把握が難しかった
高齢者の普段の食事を明らかにします

株式会社日本能率協会総合研究所

https://www.jmar.biz/

Feature

高齢者 普段の食事調査2025年 レポートの特徴

01 高齢者60～90歳対象の国内唯一の大規模郵送調査

高齢者60～90歳を対象とした2,500名の大規模郵送調査のため、インターネットを利用しない高齢者やインターネット調査ではなかなか出現が難しい80代の実態を把握できます。



02 加齢に伴う食への向き合い方の変化を把握

調査報告書は男女別・年齢5歳刻みでの結果を掲載いたしますので、加齢に伴う食の向き合い方の変化を把握することが可能です。また2019年調査・2022年調査との時系列比較も実施。

03 様々な分析軸から食生活の把握が可能

調査内では、健康状態や家族状況、経済状態、フレイルの可能性など様々な角度から高齢者の状態を確認しますので、ご関心にあった分析軸で集計データを確認することができます。

04 新商品開発につながるニーズを導きます

食品やメニューについて、食べる・飲むといった実態のみならず、「健康のために食べているか」「もっと食べたいか」「目新しい商品を食べたいか」といった意識を把握できます。

05 おやつ・飲料、酒類などの嗜好品についても調査

朝食・昼食・夕食の三度の食シーンに加えて、おやつや飲料、酒類といった嗜好品についても調査いたします。頻度はもちろん新製品へのニーズも確認できます。

Case

レポートの活用シーン

1 商品開発担当者様

社内で企画を通す説得材料として活用

▶ 開発プロセスを効率化！

2 営業企画担当者様

消費者ニーズの裏付けデータとして

▶ プレゼン時の説得力UP！

3 ブランドマネージャー様

消費者ニーズとブランド価値の合致度確認

▶ 適切なプロモーション戦略を構築

4 調査担当者様

高い汎用性ちょっとした確認作業で重宝

▶ コスト・労力を大幅削減！





高齢者 普段の食事調査2025年　調査項目

Survey item

Chapter1　家族・住まい

◇性別　◇年齢
◇身長　◇体重
◇未既婚
◇同居家族
◇同居家族人数
◇近居家族の有無
◇一緒に食事をする家族
◇住居形態
◇居住地域タイプ

Chapter2　仕事・お金・購買行動

◇仕事の有無・頻度
◇自身の生活費の財源
◇同居家族全員の年収合計
◇1ヶ月あたりの食費
◇経済的なゆとりの有無
◇外出頻度
◇食品の主な購入者　◇食品の買い物に行く頻度
◇食品の買い物をする店・サービス
◇利用している情報機器

Chapter3　健康状態・老い

◇自覚している症状・傾向
　高血圧／高脂血症(高コレステロール)／糖尿病／痛風／心臓病／変形性関節症（ひざ等）…etc
◇健康管理として行っていること
　年に1回以上、病院や市区町村の健康診断を受けている／年に1回以上、人間ドックを受けている…etc
◇自分自身でできること
　電話をかける／電車・バス、自家用車で一人で外出する／ATMや駅の券売機を一人で利用する…etc
◇介護認定の有無
◇フレイル診断項目

Chapter4　普段の食事

◇食事の機会
　〔朝食／昼食／夕食／おやつ・間食／夜食〕毎に
　(1)普段食べる頻度　(2)食べる量

◇食シーン〔自分で作った食事／家族が作った食事／ヘルパーが作った食事や宅配弁当／買ってきた総菜や弁当／冷凍食品／レトルト食品…etc〕毎に
　普段食べる頻度

◇メニュー・食品・飲料毎に
　(1)普段食べる頻度
　(2)市販のものを食べることが多い
　(3)健康に良いと思って食べている
　(4)もっと食べたい・頻度を増やしたい
　(5)目新しいものを食べてみたい
　【主食メニュー】
　　白飯・ご飯／チャーハン・ピラフ・焼き飯、等、
　　全部で23項目を聴取
　【肉や魚中心のおかず】
　　ハンバーグ／しょうが焼き、等、
　　全部で22項目を聴取
　【野菜やその他のおかず】
　　野菜の煮物／野菜炒め、等、
　　全部で18項目を聴取
　【菓子やデザート】
　　チョコレート／クッキー・ビスケット・クラッカー、等、全部で15項目を聴取
　【飲み物やお酒】
　　日本茶／麦茶／ウーロン茶、等、
　　全部で19項目を聴取

Chapter5　食生活の意識と背景

◇食事についての考え：Aに近い～Bに近い
　A:好みよりも健康や体にいいものを優先する
　B:好きなもの・おいしいものを優先する等、
　9項目を聴取
◇食生活の満足度　◇食事での健康気づかい度
◇食事で健康に気づかう際の意識
◇食生活で健康を気づかう際実行していること
◇体力の維持・増進のために積極的に摂る栄養素
◇食事全般の該当事項
◇食べてみたい・利用してみたいもの
◇フレイルについての認知　◇自身の状態の自己認識



調査概要・ご案内

Overview

■調査概要

- **調査対象：**全国に居住する60～90歳の男女
- **調査方法：**日本能率協会総合研究所が保有する「高齢者6090リサーチモニター」を活用した郵送調査
- **サンプル数：**2,500サンプル予定（性別・年齢・エリアに基づき母集団人口構成比に準拠して回収）
- **調査期間：**2025年5月末～6月初旬

■調査のアウトプット

- **調査報告書：**PDFデータ（8月完成予定）
- **集計データ：**Excelデータ
  （性別・年齢別／家族別／居住地域タイプ・居住エリア／経済的なゆとりなど）

「高齢者の食卓写真調査2025年」実施！
50名の食卓写真から食事内容を明らかにします。

■調査購入のご案内

「高齢者 普段の食事調査2025年」 **定価570,000円（税別）／MDBメンバー価格545,000円（税別）**
◆ローデータ（Excelファイル）は別売りとなります。【一式15万円（税別）】※2025年単年のローデータです。
◆集計表にないクロス集計をご希望の際は、オーダーメイド集計にてお承りいたします。
（都度お見積りさせていただきますのでお問い合わせください。）
◇「高齢者の食卓写真調査2025年」 定価450,000円（税別）／MDBメンバー価格420,000円（税別）
「高齢者 普段の食事調査2025年」「高齢者の食卓写真調査2025年」セット価格
定価950,000円（税別）／MDBメンバー価格920,000円（税別）

※MDBメンバー価格の適用は、当社の会員制情報提供サービス「マーケティング・データ・バンク」にご登録いただいている事業所に限ります。
※本調査の成果物の著作権は、株式会社日本能率協会総合研究所が保有します。
※本調査をご購入いただいた企業（法人・個人）以外には、成果物を提供いたしません。
ただし、本調査を告知するための限定的な利用、及び発刊から一定期間経過後はこの限りではありません。
※本調査の成果物のご利用は、ご購入いただいた企業（法人・個人）の内部でのご利用のみに限らせていただきます。

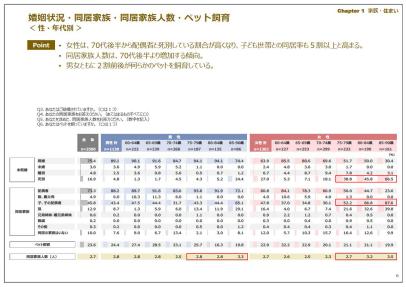
ご案内

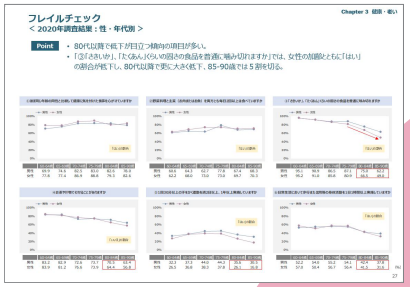
本調査の対象者50名の食卓写真を分析した
「高齢者の食卓写真調査2025年」とのセット購入がおすすめです！

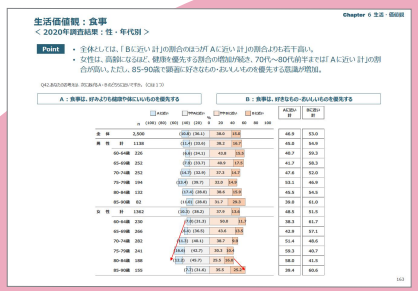
調査票が見たい・詳細説明を聞きたいなどございましたら、お気軽に下記の連絡先までお問い合わせください。

Output

アウトプットのパッケージ例







連絡先

株式会社 日本能率協会総合研究所
経営・マーケティング研究部　（担当：山口・荒木）
〒105-0011　東京都港区芝公園3-1-22

TEL. **03-3578-7607**
e-mail. **info_mlmc@jmar.co.jp**