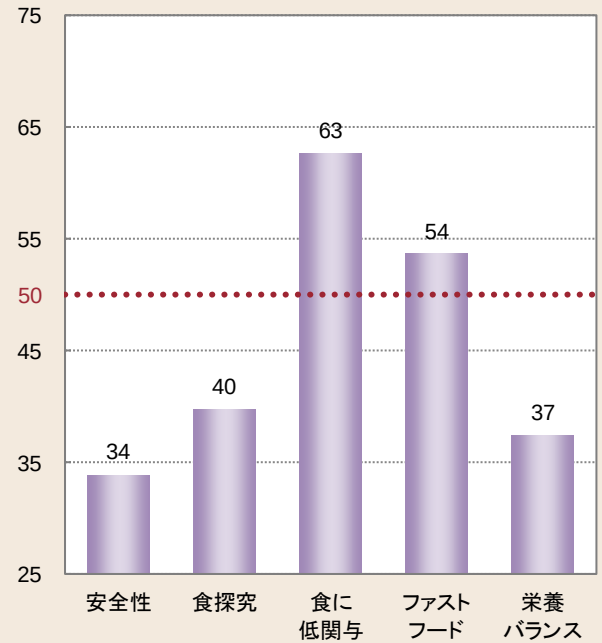
# 個食のアンチグルメ

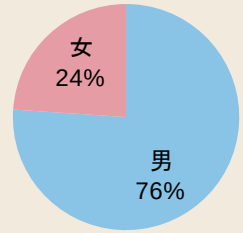
お腹がいっぱいになればよしと考えるような、食に無頓着なクラスター。
食へのこだわりが低く、食事に時間やお金をかけることがイヤ。濃い味や肉が好きで、健康意識は低い。
食べ慣れていないものを敬遠し、食を通じたコミュニケーションも希薄など、自由でマイペースな食生活である。

構成比 9%（推計914万人）

■食因子プロフィール（偏差値）




■性別




■年代

| | 15～29才 | 30代 | 40代 | 50代 | 60代 | 70代 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 全体 | 19 | 16 | 18 | 15 | 18 | 13 |
| | 31 | 14 | 23 | 15 | 11 | 7 |

(%)

平均年齢　41才

## ◆食生活

- 食に低関与、ファストフード利用因子のスコアが高く、安全性、食探究、栄養バランス因子のスコアが低い（食に低関与なクラスター）。「アクティブ食マイスター」の対極にあり、食へのこだわりが低い。
- 大勢で食事をしたり、家族と一緒に食事をすることが少ない。健康のために積極的に食べているものや制限しているものがない。また、脂っこい、こってりしたものや濃い味が好きで、インスタント食品をよく利用している。一方で、好き嫌いが多く、食べ慣れないものや変わったものを嫌う。おいしいものを食べることにお金をかけず、食品の賞味期限や安全性を気にしていないなど、自由でマイペースな食生活と言える。
- 夕食の主菜は肉料理、お菓子は洋菓子が好み。魚料理や乳製品、果物を食べることが少ない。コンビニで食べ物を買うことが多い。

## ◆基本属性

- 男性が多い。
- 20代以下と40代が多い。
- 未婚、単身世帯が他のクラスターに比べて多い。
- 有職、特にフルタイムが多い。

## ◆ライフスタイル / パーソナリティ

- 健康的な生活や規則正しい生活を心がけているとは言えず、定期的に運動やスポーツも行っていない。
- 外出することが少なく、グループ内のリーダー役はやりたくないなど、人との付き合いが苦手。
- 流行を追うよりも、変化のない穏やかな生活を望んでいる。