

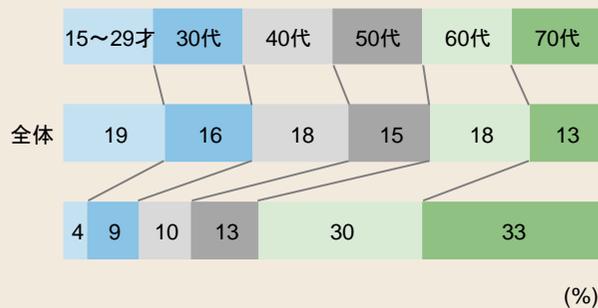
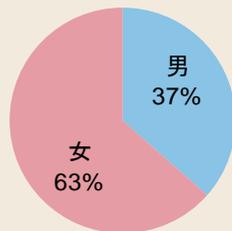
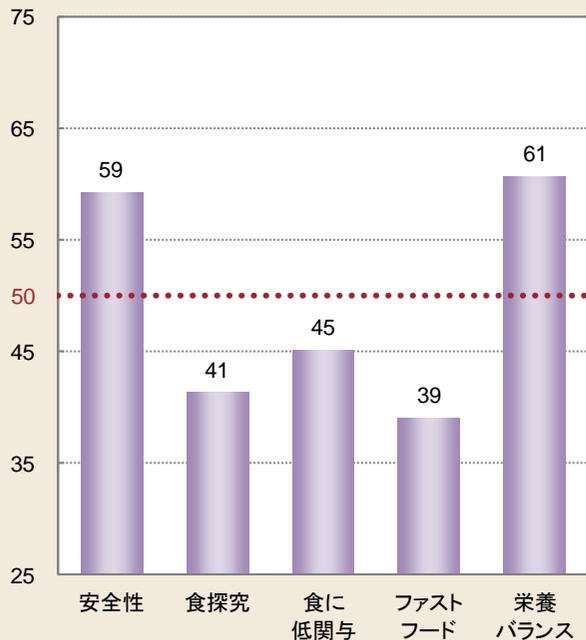
健康第一おふくろの味

食の安全性を気にしつつ栄養バランスの良い食生活を心がけているスローフード志向のクラスター。
安全性と栄養バランス重視で、和食・薄味・腹八分目、三食欠かさず規則的な食生活を送っている堅実派。
外食や中食はせず、ウチで手作り料理をしている。

■ 食因子プロフィール（偏差値）

■ 性別

■ 年代



平均年齢 60才

構成比 13% (推計1,339万人)



◆ 食生活

- 安全性、栄養バランス因子のスコアが高く、食探究、ファストフード利用、食に低関与因子のスコアが低い（**食に高関与なクラスター**）。
- 肉より魚、洋食より和食派である。甘いものやスナック菓子はあまり食べず、薄味、腹八分目、三食欠かさず規則的な食事をするなど、健康的な食生活をしている。外食、中食（市販の惣菜）、インスタント食品の利用が少なく、手作り料理が中心。食生活の満足度は高い。また、食の賞味期限を気にしており、無農薬や地元でとれたものを食べるようにしている。
- ランチは和食、夕食の主菜は魚料理、お菓子は和菓子が好み。魚料理、乳製品、果物を食べるが多い。家族や友人知人等との外食が少なく、コンビニで食べ物を買うことが少ない。

◆ 基本属性

- 女性が多い。
- シニア（60～70代）が64%と過半数。
- 既婚が多い。
- 夫婦だけの世帯が多い。
- 無職が多い。

◆ ライフスタイル / パーソナリティ

- 健康的で規則正しい生活をしている。
- 社会的な成功や出世への関心が低い。忙しくて時間に追われることがなく、日々ストレスを感じる事が少ない。都会より自然に囲まれたスローライフ生活を望んでいる。
- 環境にやさしい商品を買うようにしている。
- ネットから情報を得ることは少ない。