

## 一、前言

依據內政部人口統計顯示，我國 65 歲以上老年人口比例在 1993 年已達 7 %，正式邁入高齡化社會，2007 年我國老年人口比例已達 10%；經建會估計，2018 年老年人口比例將達 14%，邁入高齡社會，2027 年老年人口比例將達 21 %，邁入超高齡社會。並且衛生署國民健康局民國九十二年台灣地區中老年身心社會生活狀況長期追蹤（第五次）調查成果報告指出，台灣地區 50 歲以上中老年「自覺現在健康情形」偏向不好者，「75 歲以上」國民的比率大於「65~74 歲」的比率，「65~74 歲」的比率又大於「50~64 歲」的比率，表示隨年齡增加自覺健康好的人口比率減少；此外，自述吃東西能力不好或很不好的人口比率亦隨年齡層增加而增加。因此隨著年齡結構老化，飲食需求特性與結構也會隨之轉變，如何因應需求變化以提供飲食相關產品與服務將為未來 5-10 年食品產業發展面臨之重要課題。由於進入 50 歲已為中年期之中後期，且為未來步入老年期之潛在消費者，同時二次世界大戰後的嬰兒潮亦在其中，是重要的消費族群，因此本文以 50-75 歲年齡層族群為研究對象。

本文資料來源為 2007 年台灣地區食品消費與通路調查資料，該調查以 15-75 歲年齡層國民為調查對象，以行政區分層隨機抽樣，並配合年齡及性別比例，利用縣市別內之村里進行村里抽樣，再由訪員按各村里之性別年齡配額表，選取一定點(如村里辦公室)為起始點，以隔三訪四隨機抽樣調查消費者食品消費情況，抽樣誤差在 3% 以內，共獲得 1241 份有效回收問卷，本文擷取其中 50-75 歲族群調查資料進行分析。由於此一調查資料含蓋產品範圍很廣，本文只提供食品偏好率較高或超過五成者，來彰顯銀髮族或年齡 50-75 歲族群在食品消費及食品偏好之主要資訊，作為廠商研發及行銷產品的參考。本文在年齡分層上，區分為 50-59 歲及 60-75 歲二個年齡層，並以性別、年齡及整體樣本資料進行平均數分析。在生活型態及食品偏好等變數處理上，將原調查資料六分制歸類為二分制，作為偏好/重視或不偏好/重視的分類。

## 二、台灣 50-75 歲族群之食品偏好

### （一）對日常飲食之喜好

50-75 歲族群對日常飲食之喜好(見表 1)，相對較多的女性比率愛吃麵條、苦瓜、牛奶、現榨果汁及酸味食物，相對較多的男性比率喜歡中式食品、愛吃青菜、水果、魚、蛋、肉、米飯、軟一點的食物、茶等。在年齡層方面，60-75 歲族群有相對較多的人口比率喜歡中式食品、米飯、苦瓜、茶、軟一點的食物、食物處理成方便咀嚼的小塊狀/粒狀。50-59 歲族群有相對較多的人口比率愛吃青菜、麵條、魚、蛋、生菜沙拉、酸味食物、牛奶、現榨果汁等。

表 1 對日常飲食之喜好

日常飲食偏好	全體	男	女	50-59 歲	60-75 歲
(樣本數)	353	181	172	203	150
青菜	89.8%	92.3%	87.2%	90.1%	89.3%
水果	89.5%	91.2%	87.8%	89.7%	89.3%
中式食品	85.0%	85.1%	84.9%	83.7%	86.7%
麵條	83.9%	83.4%	84.3%	86.7%	80.0%
米飯	83.0%	85.1%	80.8%	81.3%	85.3%
魚	81.3%	84.0%	78.5%	81.8%	80.7%
蛋	81.0%	82.9%	79.1%	81.8%	80.0%
肉	79.6%	81.2%	77.9%	79.8%	79.3%
牛奶	73.1%	71.3%	75.0%	74.9%	70.7%
苦瓜	71.7%	70.7%	72.7%	70.4%	73.3%
茶	70.0%	78.5%	61.0%	69.0%	71.3%
現榨果汁	65.7%	60.2%	71.5%	69.0%	61.3%
軟一點的食物	64.3%	65.7%	62.8%	60.6%	69.3%
生菜沙拉	57.8%	58.0%	57.6%	60.6%	54.0%
酸味食物	55.5%	54.1%	57.0%	59.6%	50.0%
食物處理成方便咀嚼的小塊狀/粒狀	52.7%	53.6%	51.7%	49.3%	57.3%

資料來源：2007 年台灣地區食品消費與通路調查，財團法人食品工業發展研究所。

## (二) 對加工食品之喜好

在 17 類加工食品中，受訪者喜好普及率最高的是食用油脂，其次依次為調味品、麵條粉條食品、乳品、米豆漿、烘焙及休閒食品、米加工食品、茶類飲料，詳如表 2。男性相對女性較偏好的產品類別是米豆漿、不含酒精飲料、冰品及酒類，其餘 13 類產品女性的喜好率相對比男性高。60-75 歲族群相對比 50-59 歲族群偏好率高的產品類別為食用油脂、米加工食品及罐頭食品，其餘 14 類產品 50-59 歲族群的喜好率相對比 60-75 歲族群高。

表 2 對各類加工食品之喜好

加工食品種類	全體	男	女	50-59 歲	60-75 歲
(樣本數)	353	181	172	203	150
食用油脂	85.3%	83.4%	87.2%	84.7%	86.0%
調味品	80.2%	75.1%	85.5%	80.3%	80.0%
麵條粉條食品	77.6%	75.7%	79.7%	83.3%	70.0%

乳品	76.8%	71.3%	82.6%	77.8%	75.3%
米豆漿	73.9%	75.1%	72.7%	77.8%	68.7%
烘焙及休閒食品	66.3%	58.0%	75.0%	69.0%	62.7%
米加工食品	65.2%	62.4%	68.0%	64.5%	66.0%
茶類飲料	63.7%	60.2%	67.4%	67.0%	59.3%
不含酒精飲料	57.5%	58.0%	57.0%	61.1%	52.7%
冰品	57.2%	57.5%	57.0%	61.1%	52.0%
果蔬汁	54.1%	50.8%	57.6%	56.2%	51.3%
沖泡式飲品	52.4%	47.0%	58.1%	57.1%	46.0%
罐頭食品	51.6%	47.0%	56.4%	50.7%	52.7%
保健食品	47.9%	43.6%	52.3%	48.3%	47.3%
酒類(直接飲用)	44.5%	56.4%	32.0%	48.3%	39.3%
冷凍食品	43.9%	42.5%	45.3%	44.3%	43.3%
糖果	38.5%	34.3%	43.0%	41.9%	34.0%

資料來源：2007 年台灣地區食品消費與通路調查，財團法人食品工業發展研究所。

### (三) 各加工食品之普及率

針對 199 項加工食品進行食用普及率分析，並將之區分成兩大群，一類為米、麵條、醬油、沙拉油等日常飲食料理經常使用之產品，一類為一般加工食品。在日常飲食料理經常使用之產品(見表 3)中，以醬油最普及。而男性食用率相對比女性高的產品是乾麵條/麵線及沙拉油；在年齡層方面，60-75 歲族群的食用率相對比 50-59 歲族群高的產品類別為洗選蛋及沙拉油。在一般加工食品(見表 4)中，則以盒裝豆腐及鮮乳最普及。男性食用率相對比女性高的產品是香腸、肉鬆/肉酥、冷凍水餃；在年齡層方面，60-75 歲族群的食用率相對比 50-59 歲族群高的產品類別則為肉鬆/肉酥。

表 3 食用油脂、調味品及米麵條類加工食品普及率

產品品項	全體	男	女	50-59 歲	60-75 歲
(樣本數)	353	181	172	203	150
醬油	90.4%	90.6%	90.1%	90.6%	90.0%
醋	79.9%	77.3%	82.6%	81.8%	77.3%
乾麵條/麵線	63.5%	65.2%	61.6%	67.0%	58.7%
沙茶醬/素沙茶醬	62.9%	56.4%	69.8%	64.5%	60.7%
蕃茄醬	62.0%	55.8%	68.6%	66.0%	56.7%
冬粉/粉絲	61.2%	55.8%	66.9%	66.0%	54.7%
味精	58.4%	55.8%	61.0%	59.1%	57.3%
麻油	57.5%	53.6%	61.6%	61.1%	52.7%

小包米(含糙米)	56.4%	53.6%	59.3%	59.6%	52.0%
米粉絲(米粉)	55.8%	51.4%	60.5%	57.6%	53.3%
橄欖油	54.7%	49.2%	60.5%	60.6%	46.7%
洗選蛋	54.4%	54.1%	54.7%	53.7%	55.3%
沙拉油	51.3%	53.6%	48.8%	47.8%	56.0%
蠔油/素蠔油	50.1%	47.0%	53.5%	57.1%	40.7%

資料來源：2007 年台灣地區食品消費與通路調查，財團法人食品工業發展研究所。

表 4 一般加工食品普及率

產品品項	全體	男	女	50-59 歲	60-75 歲
(樣本數)	353	181	172	203	150
盒裝豆腐	73.9%	69.6%	78.5%	76.4%	70.7%
鮮乳	73.4%	70.7%	76.2%	76.8%	68.7%
冷凍火鍋餃	62.9%	58.6%	67.4%	66.0%	58.7%
餅乾	62.3%	56.9%	68.0%	65.0%	58.7%
蛋捲	60.6%	60.2%	61.0%	65.0%	54.7%
香腸	59.5%	60.2%	58.7%	63.1%	54.7%
麵筋罐頭	58.6%	57.5%	59.9%	62.1%	54.0%
肉鬆/肉酥	58.6%	59.7%	57.6%	55.2%	63.3%
布丁	58.1%	53.6%	62.8%	58.1%	58.0%
冷凍水餃	57.2%	61.3%	52.9%	59.1%	54.7%
魚罐頭	56.9%	54.7%	59.3%	58.1%	55.3%
綠茶飲料	55.2%	50.3%	60.5%	59.1%	50.0%
玉米罐頭	53.5%	45.9%	61.6%	56.2%	50.0%
豆漿/豆奶	53.3%	48.1%	58.7%	57.6%	47.3%
烏龍茶飲料	50.7%	49.7%	51.7%	52.7%	48.0%

資料來源：2007 年台灣地區食品消費與通路調查，財團法人食品工業發展研究所。

#### (四) 重視之食品特質

在食品特質的重視項目與程度方面，50-75 歲族群優先考量食品之衛生、營養及安全，其次為品質及價格，口味及保健功能等次之(見表 5)。以年齡觀之，60-75 歲族群有相對較多的人口比率重視食品衛生、價格、購買方便性、口味、使用方便性、保健功能等。整體而言，男性相對於女性對食品特質的重視項目較多，60-75 歲族群相對於 50-59 歲族群對食品特質的重視項目也較多。

表 5 重視之食品特質

食品特質	全體	男	女	50-59 歲	60-75 歲
------	----	---	---	---------	---------

(樣本數)	353	181	172	203	150
食品衛生	90.4%	91.2%	89.5%	89.7%	91.3%
食品營養	90.4%	92.3%	88.4%	90.6%	90.0%
食品安全	90.1%	90.6%	89.5%	90.6%	89.3%
食品品質	89.8%	91.7%	87.8%	89.7%	90.0%
食品價格	89.8%	90.1%	89.5%	88.2%	92.0%
食品口味	86.7%	89.0%	84.3%	83.7%	90.7%
食品保健功能	86.1%	86.2%	86.0%	84.2%	88.7%
食品標示	82.2%	83.4%	80.8%	82.3%	82.0%
食品包裝	74.5%	75.1%	73.8%	75.4%	73.3%
購買食品方便性	88.7%	88.4%	89.0%	87.2%	90.7%
食品使用方便性	86.4%	89.0%	83.7%	85.2%	88.0%

資料來源：2007 年台灣地區食品消費與通路調查，財團法人食品工業發展研究所。

#### (五) 重視之食品標示內容

雖然食品標示在重視之各項食品特質中排序在中後段，但標示卻為引領食品知識、管理與購買的重要指標。在各項標示內容中，50-75 歲族群優先考量食品使用期限及製造日期，其次為內容成份，熱量、含糖量及脂肪則次之(見表 6)。以年齡觀之，60-75 歲族群有相對較多的人口比率重視食品的內容成份、卡路里、含糖量及脂肪含量。50-59 歲族群有相對較多的人口比率重視食品製造日期。整體來看，男性相對於女性對食品標示的重視項目較多，60-75 歲族群相對於 50-59 歲族群對食品內容物如成份、熱量、糖、脂肪含量降為重視。

表 6 重視之食品標示內容

食品標示內容	全體	男	女	50-59 歲	60-75 歲
(樣本數)	353	181	172	203	150
食品使用期限	88.7%	91.2%	86.0%	88.7%	88.7%
食品製造日期	86.1%	89.0%	83.1%	87.2%	84.7%
食品內容成份	78.8%	78.5%	79.1%	77.8%	80.0%
食品卡路里	74.8%	75.7%	73.8%	73.4%	76.7%
食品含糖量	73.9%	74.6%	73.3%	73.4%	74.7%
食品脂肪含量	72.5%	74.0%	70.9%	71.9%	73.3%

資料來源：2007 年台灣地區食品消費與通路調查，財團法人食品工業發展研究所。

#### (六) 對食品標章之認知與購買

在政府推行之食品相關標章之認知與購買方面(見表 7)，50-75 歲族群對於 CAS 及 GMP 之認知率約為七成，有機農產品則較少約為五成，皆隨年齡增加而

遞減。購買情形，常買的人口比率約在 65-69%間，亦隨年齡增加而遞減。顯現宜加強中高年齡族群食品相關標章之廣宣。

表 7 食品標章之認知與購買

項目	全體	男	女	50-59 歲	60-75 歲
(樣本數)	353	181	172	203	150
知道 CAS 優良食品標誌	70.5%	71.3%	69.8%	75.9%	63.3%
知道食品 GMP 標誌	68.3%	70.2%	66.3%	73.4%	61.3%
知道有機農產品驗證標章	53.8%	53.6%	54.1%	60.6%	44.7%
常買有 CAS 優良食品標誌之產品	68.8%	71.3%	66.3%	73.9%	62.0%
常買有食品 GMP 標誌之產品	65.4%	65.7%	65.1%	71.4%	57.3%

資料來源：2007 年台灣地區食品消費與通路調查，財團法人食品工業發展研究所。

### 三、結論

研究發現 50-75 歲族群在日常飲食中偏好蔬果多於魚肉，以年齡觀之，60-75 歲年齡族群相對偏好中式食品、米飯、苦瓜、茶、軟一點的食物及實物處理成方便咀嚼的小塊狀/粒狀。在加工食品方面，排除食用油脂、調味品、米食及麵食，在偏好比率方面以乳品為最高的產品類別，在食用普及率方面，個別產品觀之以盒裝豆腐及鮮乳最高，若以年齡區別則 60-75 歲族群食用率相對較高之產品則為肉鬆/肉酥，顯現 60-75 歲族群對於加工食品的食用仍較傳統。在重視之食品特質方面，60-75 歲族群最重視食品價格及衛生，其次為口味及品質，保健功能次之，其優先重視價格顯現經濟因素在飲食生活中之考量。此外，在食品標示內容方面，50-75 歲族群優先考量食品使用期限及製造日期，但年齡較長之 60-75 歲族群則較為重視食品的內容成份、卡路里、糖及脂肪含量。而在食品相關標章方面，銀髮族對於 CAS 及 GMP 之認知與購賣約七成上下，但隨年齡增加而減少。顯現宜加強中高年齡族群食品相關標章之廣宣。(本文為「行政院農業委員會」科技計畫「建立食品產業及消費資訊知識庫」研究成果之一，取材自臺灣保健食品學會 2008 年會員大會壁報論文「台灣銀髮族之食品偏好」)