

2017年 居家長者飲食輪廓及分群分析 研究報告

研究對象：大台北地區50歲以上銀髮族及準銀髮族
(800位經年齡層加權調整)



行政院農業委員會 補助
財團法人 食品工業發展研究所 編印
中華民國一〇六年十二月



主要發現-市場區隔

市場區隔 – Cluster 1 健康活力族摘要



Cluster 1:

「經常運動、注重健康及養生、重視體態與外觀容貌」

描述 (人口佔比: 10.3%)

- 性別: 男 24% vs. 女 76% (較高)
- 年齡: 50~64 歲 75% 平均年齡: 58.9 歲 (較年輕)
- 教育程度: 專科 19.6%、大學及研究所以上 15.6% (教育程度較高)
- 家庭收支: 相當充裕且有餘 28.2% (較高)
- 可支配所得: NT\$ 25,526/月 (較高)
- 工作狀況: 未退休 56.0%、退休 32.2%、退休擔任義工 11.9% (較高)
- 健康狀況: 很好 53.9% (最佳)
- 牙齒咬合能力: 完全沒有問題 69.9% (較佳)
- 自己是備餐者: 86.6% (較高)
- 每天平均烹調時間: 1.46 小時
- 使用保健食品: 81.5% / 25.46 次/月
- 身體活動量: 高 15.8% (活動量較高)

三餐飲食習慣

- 一週三餐餐食來源*: A/B/C/D: 68.1% (較高): 2.1%: 25.1%: 0.5%
✓ 主要為自備 (A+D): 64.7%、主要為外買 (B+C): 34.7%
- 共餐者: 獨自晚餐 34% 比例較高
- 備餐者: 三餐自己備餐比例均較高
- 買外食在家吃之食物來源: 宅配到府比例較高
- 買外食之平均花費: 早餐 NT\$ 65、午餐 NT\$103、晚餐 NT\$ 126 (午餐/晚餐較高)

餐食購買通路

- 蛋品: 散裝蛋 57.6%、包裝洗選蛋 40.3% (較高)
- 肉品: 傳統市場溫體肉品 74.2%、冷藏肉品 22.6% (較高)
- 三餐食材購買通路 (Top 5): 菜市場/菜販 96.3%、量販店 67%、超市 60.9%、傳統雜貨店 53.6%、便利商店 24.1%，其他: 電視購物頻道 11.8%、有機/生機飲食店 10.8% (除了傳統雜貨店外，各通路均較高。)
- 社區提供共餐活動: 有 10.7%、沒有 58.6%、不知道 30.7%
- 有網購經驗: 30.4% (較高)
- 有電話購物經驗: 17.8% (較高)
- 便利商店預購經驗/使用頻率: 28.3% 3.27次/週 (較高)
- 餐食管道購買意願: 宅配服務 56%、電話訂購 50.3%、網路訂購 34.2% (較高)

Note: 餐食來源 A 在家煮在家吃 B. 買外食在家吃
C. 買外食在外吃 D. 家中食物在外吃

備餐困擾 (Top 5) (較其他族群低)

- 一起用餐人數少餐食份量難掌握 34.7%
- 菜色變化及搭配有限以致常常吃固定的菜色 30.1%
- 農產新鮮食材清洗才洩耗時 28.2%
- 不擅長調味常常無法煮出好味道 16.2%
- 餐飲店的餐食在內容及份量上常常不適合 (較高) 16.0%

食品與餐食採購困擾 (Top 5) (較其他族群低)

- 現有食品外包裝說明文字太小，不易閱讀 27.5%
- 替銀髮長者設計的食品太貴不敢常買 22.7%
- 現有食品的份量過大，不適合銀髮長者單次食用 19.4%
- 市售食品多未為銀髮長者需求設計 18.9%
- 不清楚如何上網訂購餐食 14.5%
- 不清楚如何替訂購餐食付款 (較高) 13.0%

飲食上的困擾 (Top 5) (均較其他族群低)

- 鈣質攝取過少 38.8%
- 熱量攝取過多 34.2%
- 吃比較乾的東西時傾向搭配湯/飲料一起吃 31.2%
- 油脂攝取過多 29.2%
- 膳食纖維攝取過少 28.3%

各項服務願意參與/購買使用之比例:

- 標示食物柔軟程度的食品 71.7%
- 便利商店推出長者餐食訂購、到店取餐及宅配服務 59.1%
- 專業餐食網路平台推出長者餐食訂購及宅配服務 49.7%
- 社區舉辦長者共餐活動 49.2%
- 長者溫熱餐食配送服務 46.1%

理想餐食特色 (Top 5)

- 少油/不要油炸 35.3%
- 少鹽 32.0%
- 對身體無負擔/健康 23.4%
- 菜色豐富/種類多 21.3%
- 少糖 19.0%

產品概念評價 (5分量表平均數)	少量多樣 開運餐盒	烤豬肉	宅配溫熱餐食	便利商店 店宅配
n=	31	16	18	18
一定會買	21.8%	23.3%	---	32.4%
一定會+可能會買	91.5%	71%	59.2%	73.9%
購買意願平均數	4.01	3.6	2.93	3.78
每年購買數量* (Avg.盒)	109.53	74.49	85.33	90.28
喜歡程度(6分量表)	4.28	3.36	4.02	4.1
值得程度	3.95	3.46	2.61	3.33
新穎程度	3.83	2.38	3.72	3.6
相信程度	4.29	3.91	3.84	3.87
滿足需求 (%)	91.5%	91.4%	74.7%	90.2%

概念句篩選 (5分量表平均數)	吸引力	符合需求度
均衡補給飲料 (n=46)	3.57	3.69
冷凍調味魚片 (n=34)	4.04	3.82
柔軟精緻冷凍水餃 (n=27)	4.27 (2)	4.37 (1)
無麩質機能性米菓 (n=23)	4.19 (3)	4.27 (3)
柔順吐司 (n=29)	3.86	3.88
易消化雞肉粽 (n=41)	4.34 (1)	4.33 (2)
專業樂齡餐食網路平台 (n=47)	3.66	3.51

市場區隔 – Cluster 2 樂齡外食族摘要



Cluster 2:

「願意多花一點錢購買品質好且方便入口、質地一致的外食」

描述 (人口佔比：20.6%)

- 性別: 男 46.4% vs. 女 53.6%
- 年齡: 50~64 歲 72% 平均年齡: 60.5 歲
- 教育程度: 專科 17.4%、大學及研究所以上 12.1% (教育程度較高)
- 家庭收支: 相當充裕 16.7% (較高) 大致夠用 67.1%
- 可支配所得: NT\$ 20,925/月
- 工作狀況: 未退休 57.9% (較高)、退休 39.3%、退休擔任義工 2.9%
- 健康狀況: 尚可 46.4%、不好 15.2%
- 牙齒咬合能力: 還算沒有問題 42.8% (較佳)
- 自己是備餐者: 60.5% (較低)
- 每天平均烹調時間: 1.25 小時
- 使用保健食品: 79.5% / 22.12 次/月
- 身體活動量: 低 16%、稍低 41.3% (活動量低)

三餐飲食習慣

- 一週三餐餐食來源*: A/B/C/D: 43.1% : 2.9% : 44.9% (較高): 1.6%
✓ 主要為自備 (A+D): 36.8%、主要為外買 (B+C): 63.2% (較高)
- 共餐者: 子女/親人午餐 70.6% 比例較高
- 備餐者: 午餐 配偶 45.8%、晚餐 子女/親人 32.9% 比例較高
- 買外食在家吃之食物來源: 晚餐自己/家人外出購回較高
- 買外食之平均花費: 早餐 NT\$ 63、午餐 NT\$ 100、晚餐 NT\$ 116

餐食購買通路

- 蛋品: 散裝蛋 39.1%、包裝洗選蛋 42.9% (較高)、沒有購買 18.0% (較高)
- 肉品: 傳統市場溫體肉品 66.4%、冷藏肉品 9.5%、沒有購買 24.2% (較高)
- 三餐食材購買通路 (Top 5): 菜市場/菜販 69.9%、傳統雜貨店 41.5%、量販店 40.8%、超市 35.8%、社區型民生消費連鎖零售通路 12.5%、沒有購買 23.9% (較高)
- 社區提供共餐活動: 有 5.0%、沒有 68.4% (較高)、不知道 26.6%
- 有網購經驗: 7.1%
- 有電話購物經驗: 1.9%
- 便利商店預購經驗/使用頻率: 16.2% 3.58次/週 (較高)
- 餐食管道購買意願: 電話訂購 45.0%、宅配服務 37.3%、網路訂購 17.4%

Note: 餐食來源 A 在家煮在家吃 B. 買外食在家吃
C. 買外食在外吃 D. 家中食物在外吃

備餐困擾 (Top 5)

- 菜色變化及搭配有限以致常常吃固定的菜色(較高) 70.4%
- 農產生鮮食材清洗才洩耗時 47.6%
- 一起用餐人數少餐食份量難掌握 35.5%
- 常常忘了瓦斯爐爐火, 感覺危險(較高) 28.6%
- 體力無法負荷三餐備餐工作(較高) 27.0%

食品與餐食採購困擾 (Top 5)

- 現有食品外包裝說明文字太小, 不易閱讀 40.8%
- 市售食品多未為銀髮長者需求設計 23.2%
- 不清楚何處能買到適合銀髮長者的食品 18.1%
- 不方便外出購物(較高) 15.8%
- 銀髮長者設計的食品太貴、不敢常買 15.0%

飲食上的困擾 (Top 5)

- 油脂攝取過多(較高) 48.6%
- 鹽分攝取過多 41.2%
- 隨便吃, 營養不均衡 38.2%
- 熱量攝取過多 37.6%
- 吃到比較硬的食物或不好咬的食物會吐出來(較高) 36.3%

各項服務願意參與/購買使用之比例:

- 長者溫熱餐食配送服務(較高) 83.3%
- 標示食物柔軟程度的食品 74.5%
- 社區舉辦長者共餐活動(較高) 71.4%
- 便利商店推出長者餐食訂購、到店取餐及宅配服務 66.7%
- 專業餐食網路平台推出長者餐食訂購及宅配服務 51.0%

理想餐食特色 (Top 5)

- 少油/不要油炸 28.2%
- 食材新鮮 25.5%
- 對身體無負擔/健康 25.4%
- 少鹽 24.5%
- 菜色豐富/種類多 17.3%

產品概念評價 (5分量表平均數)	少量多樣 開運餐盒	烤豬肉	宅配溫 熱餐食	便利商 店宅配
n=	30	44	44	46
一定會買	24.1%	20.2%	13.2%	23.3%
一定會+可能會買	89.6%	72.4%	68.5%	68.0%
購買意願平均數	4.12	3.58	3.57	3.47
每年購買數量* (Avg.盒)	98.65	57.02	78.86	79.38
喜歡程度(6分量表)	3.93	3.68	4.04	3.66
值得程度	3.84	3.37	3.05	3.13
新穎程度	3.44	2.83	3.64	3.10
相信程度	3.8	3.58	3.98	3.76
滿足需求 (%)	91.4%	76.3%	91.9%	69.9%

概念句篩選 (5分量表平均數)	吸引力	符合需求度
均衡補給飲料 (n=70)	3.91	3.86
冷凍調味魚片 (n=77)	3.73	3.59
柔軟精緻冷凍水餃 (n=65)	4.29 (3)	4.2
無麩質機能性米菓 (n=66)	4.45 (1) (較高)	4.23 (3) (較高)
柔順吐司 (n=70)	4.26	4.24 (1)
易消化雞肉粽 (n=72)	4.38 (2)	4.24 (1)
專業樂齡餐食網路平台 (n=73)	3.55	3.4

市場區隔 – Cluster 3 自煮困擾族 摘要



Cluster 3:

「自己備餐費時費力，且對於控制營養均衡及熱量，感到困擾」

描述 (人口佔比：14.4%)

- 性別：男 43% vs. 女 57%
- 年齡：50~64歲 53.3% 平均年齡：64.6 歲 (較年長)
- 教育程度：國中/初中 29.7%、國小或以下 27.6% (教育程度較低)
- 家庭收支：大致夠用 75.2%
- 可支配所得：NT\$ 16,434/月 (較低)
- 工作狀況：未退休 26.8%、退休 72.1% (較高)、退休擔任義工 1.2%
- 健康狀況：普通 35.5% 不好 15.9% (健康狀況較差)
- 牙齒咬合能力：有問題 29% (較差)
- 自己是備餐者：78.2% (較高)
- 每天平均烹調時間：1.60 小時 (較高)
- 使用保健食品：81.7% / 26.44 次/月
- 身體活動量：適度 47.5%

三餐飲食習慣

- 一週三餐餐食來源*：A/B/C/D：84.9% (較高)：3.5%：10.8%：-
✓ 主要為自備 (A+D)：81% (較高)、主要為外買 (B+C)：19%
- 共餐者：獨自晚餐 36.8% 比例較高
- 備餐者：三餐自己備餐比例均較高
- 買外食在家吃之食物來源：早餐宅配到府比例較高
- 買外食之平均花費：早餐 NT\$ 64、午餐 NT\$ 95、晚餐 NT\$ 113

餐食購買通路

- 蛋品：散裝蛋 74.9% (較高)、包裝洗選蛋 19.8%
- 肉品：傳統市場溫體肉品 84.7% (較高)、冷藏肉品 8.5%
- 三餐食材購買通路 (Top 5)：菜市場/菜販 93.1%、量販店 59.5%、傳統雜貨店 58.1%、超市 48.7%、便利商店 19.5
- 社區提供共餐活動：有 1.9%、沒有 72.4% (較高)、不知道 25.7%
- 有網購經驗：3.1%
- 有電話購物經驗：1.9%
- 便利商店預購經驗/使用頻率：11.3% 2.16次/週
- 餐食管道購買意願：電話訂購 46.6%、宅配服務 45.8%、網路訂購 14.1%

Note: 餐食來源 A 在家煮在家吃 B. 買外食在家吃
C. 買外食在外吃 D. 家中食物在外吃

備餐困擾 (Top 5) (均較其他族群高)

- 農產新鮮食材清洗切割耗時 66.5%
- 菜色變化及搭配有限，以致常常吃固定的菜色 64.8%
- 為了要煮軟一點，常常要花許多時間 46.8%
- 不擅長調味，常常無法煮出好味道 46.1%
- 適合入菜或成為菜色的市售冷凍調理食品種類太少 38.7%

食品與餐食採購困擾 (Top 5) (均較其他族群高)

- 現有食品外包裝說明文字太小，不易閱讀 58.1%
- 不清楚如何挑選適合銀髮長者的食品 48.1%
- 不清楚如何上網訂購餐食 45.6%
- 市售食品多未為銀髮長者需求設計 43%
- 不清楚何處能買到適合銀髮長者的食品 39.6%

飲食上的困擾 (Top 5) (均較其他族群高)

- 鈣質攝取過少 66.6%
- 隨便吃，營養不均衡 56.6%
- 膳食纖維攝取過少 54.7%
- 因為牙齒問題，會選擇吃柔軟一點的食物 54.6%
- 油脂攝取過多 53.1%

各項服務願意參與/購買使用之比例：

- 標示食物柔軟程度的食品 84.1%
- 便利商店推出長者餐食訂購、到店取餐及宅配服務 66.9%
- 長者溫熱餐食配送服務 65.2%
- 社區舉辦長者共餐活動 63.5%
- 專業餐食網路平台推出長者餐食訂購及宅配服務 54.6%

理想餐食特色 (Top 5)

不油膩/清爽	23.4%
對身體無負擔/健康	23.3%
鹹度適中/不會太鹹	22.2%
少鹽	18.9%
營養均衡/豐富	16.4%

產品概念評價 (5分量表平均數)	少量多樣開運餐盒	烤豬肉	宅配溫熱餐食	便利商店宅配
n=	33	33	24*	24*
一定會買	17.3%	28.1%	14.9%	7.4%
一定會+可能會買	87.8%	67.1%	34.7%	47.8%
購買意願平均數	3.92	3.52	2.69	2.96
每年購買數量* (Avg.盒)	134.02	44.61	41.78	39.05
喜歡程度 (6分量表)	4.65	3.93	3.28	3.35
值得程度	3.97	3.28	2.06	2.66
新穎程度	3.66	2.88	3.4	2.86
相信程度	4.19	3.99	4.19	3.92
滿足需求 (%)	89.1%	65.8%	48.7%	43.6%

概念句篩選 (5分量表平均數)	吸引力	符合需求度
均衡補給飲料 (n=55)	4.24	4.23
冷凍調理魚片 (n=58)	4.32 (2)	4.25 (2)
柔軟精緻冷凍水餃 (n=48)	4.27 (3)	4.25 (2)
無麩質機能性米菓 (n=47)	3.45	3.43
柔順吐司 (n=42)	4.14	4.13
易消化雞肉粽 (n=45)	4.44 (1)	4.36 (1)
專業樂齡餐食網路平台 (n=49)	3.51	3.45

市場區隔 – Cluster 4 美味導向族 摘要



Cluster 4:

「食物的美味/好吃最重要」

描述 (人口佔比: 22.4%)

- 性別: 男 50.8% (較高) vs. 女 49.2%
- 年齡: 55~64歲 69.4%、平均年齡: 60.6歲
- 教育程度: 高中或高職 53.5%、國中/初中 23.6%
- 家庭收支: 大致夠用 63.6%
- 可支配所得: NT\$ 20,569/月
- 工作狀況: 未退休 58.1% (較高)、退休 39.3%、退休擔任義工 2.6%
- 健康狀況: 尚可 50% 不好 19.5%
- 牙齒咬合能力: 有問題 19% (稍差)
- 自己是備餐者: 65.8%
- 每天平均烹調時間: 1.23 小時 (較低)
- 使用保健食品: 69.4% / 21.03 次/月
- 身體活動量: 低 32.1% (活動量較低)

三餐飲食習慣

- 一週三餐餐食來源*: A/B/C/D: 55.9% : 6.9% : 33.3% (較高) : 1.5%
✓ 主要為自備 (A+D): 55.9% (較高)、主要為外買 (B+C): 43.8% (較高)
- 共餐者: 獨自早餐 52.6%、獨自晚餐 31%、配偶晚餐 90.5%、子女/親人晚餐 89.9% (比例均較高)
- 備餐者: 三餐配偶或子女/親人備餐比例較高
- 買外食在家吃之食物來源: 三餐自己/家人外出購回均較高
- 買外食之平均花費: 早餐 NT\$ 70、午餐 NT\$ 99、晚餐 NT\$ 130 (早餐/晚餐較高)

餐食購買通路

- 蛋品: 散裝蛋 47.4%、包裝洗選蛋 43.1% (較高)
- 肉品: 傳統市場溫體肉品 63.2%、冷藏肉品 22.3% (較高)
- 三餐食材購買通路 (Top 5): 菜市場/菜販 78.6%、量販店 62.1%、超市 56.7%、傳統雜貨店 37.7%、便利商店 19.3% (傳統雜貨店較低)
- 社區提供共餐活動: 有 9%、沒有 63.1% (較高)、不知道 27.9%
- 有網購經驗: 6.1%
- 有電話購物經驗: 7%
- 便利商店預購經驗/使用頻率: 18.5% 3.39次/週 (較高)
- 餐食管道購買意願: 電話訂購 66.7%、宅配服務 63.3%、網路訂購 34% (均較高)

Note: 餐食來源 A 在家煮在家吃 B. 買外食在家吃
C. 買外食在外吃 D. 家中食物在外吃

備餐困擾 (Top 5)

- 菜色變化及搭配有限, 以致常常吃固定的菜色 47.6%
- 農產新鮮食材清洗切割耗時 46.2%
- 一起用餐的人數少, 餐食份量難掌握 45.6%
- 不擅長調味, 常常無法煮出好味道 34.4%
- 常常忘了瓦斯爐爐火, 感覺危險 21.1%

食品與餐食採購困擾 (Top 5)

- 現有食品外包裝說明文字太小, 不易閱讀 (較高) 47%
- 現有食品的份量過大, 不適銀髮長者單次食用 (較高) 25%
- 不清楚如何挑選適合銀髮長者的食品 (較高) 24.6%
- 替銀髮長者設計的食品太貴, 不敢常買 20.9%
- 市售食品多未為銀髮長者需求設計 20.6%

飲食上的困擾 (Top 5) (均較其他族群高)

- 油脂攝取過多 52.9%
- 熱量攝取過多 52.4%
- 膳食纖維攝取過少 43.8%
- 隨便吃, 營養不均 41.5%
- 吃的食物種類受限, 營養不均衡 38.4%

各項服務願意參與/購買使用之比例:

- 標示食物柔軟程度的食品 74%
- 長者溫熱餐食配送服務 (較高) 70.3%
- 便利商店推出長者餐食訂購、到店取餐及宅配服務 69.4%
- 專業餐食網路平台推出長者餐食訂購及宅配服務 64.2%
- 社區舉辦長者共餐活動 56.4%

理想餐食特色 (Top 5)

菜色豐富/種類多	28.3%
少鹽	27.7%
少油/不要油炸	27.7%
對身體無負擔/健康	21.2%
營養均衡/豐富	15.9%

產品概念評價 (5分量表平均數)	少量多樣開運餐盒	烤豬肉	宅配溫熱餐食	便利商店宅配
n=	41	46	42	50
一定會買	22%	16.9%	11.7%	8.2%
一定會+可能會買	85%	78.6%	50.6%	68.6%
購買意願平均數	3.78	3.73	3.17	3.35
每年購買數量* (Avg.盒)	168.92	87.65	156.88	97.21
喜歡程度 (6分量表)	4.53	4.24	3.91	3.67
值得程度	3.77	3.53	3.34	3.36
新穎程度	3.52	3.43	3.3	3.15
相信程度	3.77	3.79	3.61	3.57
滿足需求 (%)	83.9%	81.1%	73.8%	74.6%

概念句篩選 (5分量表平均數)	吸引力	符合需求度
均衡補給飲料 (n=79)	4.22 (3)	3.87
冷凍調味魚片 (n=87)	4.43 (1)	4.38 (1)
柔軟精緻冷凍水餃 (n=99)	4.18	3.96
無麩質機能性米菓 (n=79)	4.12	3.86
柔順吐司 (n=68)	4.26 (2)	4.11 (2)
易消化雞肉粽 (n=64)	4.11	3.98 (3)
專業樂齡餐食網路平台 (n=62)	3.19	3.13

市場區隔 – Cluster 5 平價美味外食族 摘要



Cluster 5:

「樂於學習與嚐新、維持社交生活、
在意外食的美味及價格」

描述 (人口佔比：32.4%)

- 性別：男 50.4% (較高) vs. 女 49.6%
- 年齡：50~64 歲 66.3% 平均年齡:61.03 歲
- 教育程度：專科 18.3% (較高)、大學 9% (教育程度較高)
- 家庭收支：大致夠用 63.1%
- 可支配所得：NT\$ 22,842/月 (較高)
- 工作狀況：未退休 53.2%、退休 44.8%、退休擔任義工 1%
- 健康狀況：很好 31.3% (較佳)
- 牙齒咬合能力：完全沒有問題 36.2%、還算沒有問題 32.3% (較佳)
- 自己是備餐者：72.2%
- 每天平均烹調時間：1.48 小時
- 使用保健食品：71.8% / 22.74 次/月
- 身體活動量：高 16.8%、適度 53% (活動量較高)

三餐飲食習慣

- 一週三餐餐食來源*：A/B/C/D：51.5%：5.4%：31.3% (較高)：1.1%
✓ 主要為自備 (A+D)：46.4%、主要為外買 (B+C)：53.6% (較高)
- 共餐者：獨自晚餐 31.1% 比例較高
- 備餐者：配偶午餐 45.8% 比例較高
- 買外食在家吃之食物來源：自己/家人外出購回較高
- 買外食之平均花費：早餐 NT\$ 70、午餐 NT\$ 103、晚餐 NT\$ 122 (早餐/午餐較高)

餐食購買通路

- 蛋品：散裝蛋 58.2%、包裝洗選蛋 34.8%
- 肉品：傳統市場溫體肉品 65.5%、冷藏肉品 26% (較高)
- 三餐食材購買通路 (Top 5)：菜市場/菜販 88%、超市 55.4%、傳統雜貨店 52%、量販店 50%、有機/生機飲食店 14.8% (較高)
- 社區提供共餐活動：有 9.2%、沒有 44.8%、不知道 46% (較高)
- 有網購經驗：16.5% (較高)
- 有電話購物經驗：9.2% (較高)
- 便利商店預購經驗/頻率：26.3%/3.43 (較高)
- 餐食管道購買意願：宅配服務 72%、電話訂購 69.2%、網路訂購 40.2% (均較高)

Note: 餐食來源 A 在家煮在家吃 B. 買外食在家吃
C. 買外食在外吃 D. 家中食物在外吃

備餐困擾 (Top 5)

- 農產生鮮食材清洗切割耗時 48%
- 一起用餐的人數少，餐食份量難掌握 45.1%
- 菜色變化及搭配有限，以致常常吃固定的菜色 39.6%
- 不擅長調味，常常無法煮出好味道 28.5%
- 不方便外出採買三餐所需食材 (較高) 22.4%

食品與餐食採購困擾 (Top 5)

- 現有食品外包裝說明文字太小，不易閱讀 (較高) 52.1%
- 市售食品多未為銀髮長者需求設計 22.8%
- 現有食品的份量過大，不適銀髮長者單次食用 (較高) 22.7%
- 不清楚如何挑選適合銀髮長者的食品 (較高) 21.5%
- 替銀髮長者設計的食品太貴，不敢常買 21%

飲食上的困擾 (Top 5)

- 隨便吃，營養不均衡 (較高) 58.1%
- 油脂攝取過多 (較高) 48.6%
- 吃的食物種類受限，營養不均衡 (較高) 44.5%
- 鹽分攝取過多 39.2%
- 熱量攝取過多 35.9%

各項服務願意參與/購買使用之比例：

- 標示食物柔軟程度的食品 80.9%
- 專業餐食網路平台推出長者餐食訂購及宅配服務 (較高) 68.4%
- 便利商店推出長者餐食訂購、到店取餐及宅配服務 66.5%
- 長者溫熱餐食配送服務 61.2%
- 社區舉辦長者共餐活動 54.3%

理想餐食特色 (Top 5)

菜色豐富/種類多	30.3%
少油/不要油炸	27.6%
少鹽	27.3%
食材新鮮	18.3%
營養均衡/豐富	16.4%

產品概念評價 (5分量表平均數)	少量多樣 開運餐盒	烤豬肉	宅配溫 熱餐食	便利商 店宅配
n=	65	61	71	61
一定會買	41.9%	12.5%	22.7%	24%
一定會+可能會買	92.5%	62.8%	67.3%	65.2%
購買意願平均數	4.28	3.29	3.49	3.57
每年購買數量* (Avg.盒)	128.65	55.88	52.48	58.32
喜歡程度(6分量表)	4.55	3.5	3.82	3.96
值得程度	4.05	3.33	3.12	3.35
新穎程度	3.63	3.06	3.31	3.46
相信程度	4.13	3.62	3.71	4.05
滿足需求 (%)	87.6%	66.4%	78.5%	76%

概念句篩選 (5分量表平均數)	吸引力	符合需求度
均衡補給飲料 (n=104)	4.21	4.01
冷凍調味魚片 (n=100)	4.33 (3)	4.27 (2)
柔軟精緻冷凍水餃 (n=114)	4.44 (1)	4.47 (1)
無麩質機能性米菓 (n=121)	4.14	3.96
柔順吐司 (n=120)	4.27	4.25 (3)
易消化雞肉粽 (n=117)	4.42 (2)	4.17
專業樂齡餐食網路平台 (n=102)	4.05	4

市場區隔

◆ 信度分析(Reliability Analysis)

本研究針對飲食意見量表進行的信度分析，採用Cronbach's Alpha係數，是一般最常用的信度考驗方式，倘若Alpha值在0.70至0.90之間，則有很可信的程度；本問卷進行信度分析，45個題項下得到Cronbach's Alpha值為0.889，表示整體量表是穩定且很可信的程度。

◆ 效度分析(Validity Analysis)

檢測飲食意見量表是否具備建構效度最常使用的方法為因素分析法。透過KMO與Bartlett球型檢定，設定採用因素負荷量0.45以上之題項。由原本的45個句子，逐步刪除13個句子後，再執行一次因素分析，結果顯示選定之32個句子之KMO值為0.795、評選標準為很好，且在95%信心水準之下，Bartlett球型檢定的結果已達顯著，代表本意見量表適合進行因素分析。針對32個句子再次進行信度分析，其Cronbach's Alpha值為0.844，顯示題項具備可信度。

◆ 因素分析(Factor Analysis)

以該32個句子的飲食意見量表進行因素分析，獲得九個因素，各別因素所對應的句述詳見後頁。

◆ 集群分析(Cluster Analysis)

依據因素分析產出之九個因素，透過集群分析將本研究飲食意見方面性質相似的長者聚集在一起，形成族群(Cluster)，共計歸為五大族群，並且依據各族群在九個因素方面的因素負荷係數為該族群命名。市場區隔分析各族群之特性、餐食習慣與態度、以及對新產品接受度。

因素分析(Factor Analysis)

Factor 1 – 健身／社交／嚐新

- 8. 我時常運動來維持體能與健身
- 15. 我常常和朋友聚會
- 7. 我重視身材體態勻稱及容貌外觀維持
- 13. 我喜歡接觸與學習新事物
- 16. 我的健康狀況比同年齡的多數人還要好
- 29. 我覺得市售的調理食品調味太重

Factor 2 – 飲食困擾／費時費力

- 40. 我不知道如何搭配飲食，才能吃到足夠的營養且熱量不會過多
- 39. 我覺得不容易找到適合慢性病設計的輔助餐食
- 23. 我認為日常飲食要達到營養均衡並不容易
- 30. 我常常吃隔餐的菜餚
- 42. 我認為自備餐食相當費時費力

Factor 3 – 外食傾向

- 44. 三餐愈來愈常到外面吃
- 43. 三餐愈來愈常買外面的食物回家吃，減少開伙

Factor 4 – 保健養生

- 10. 我透過膠囊錠片、粉狀、液狀的保健食品來養生
- 19. 我購買食品時會注意其保健機能訴求(如有助於腸道、骨骼健康等)
- 17. 我買包裝食品時，有看營養成分/產品內容物標示的習慣
- 20. 我常常閱讀健康營養相關資訊或參加健康營養相關講座活動

Factor 5 – 自主務實／享受嚼勁

- 12. 我喜歡獨立自主不求人
- 6. 我重視環保
- 32. 我喜歡吃有咬感/嚼勁的食物，飲食過程感到很享受
- 3. 買東西時我會多方考量評估自己是不是真的需要

Factor 6 – 好吃／滿足口慾

- 22. 若食物不好吃，即使有益健康，也不想吃
- 27. 我常常吃點心及零食
- 24. 我常常吃重口味食物

Factor 7 – 自己調理／重視營養熱量

- 38. 我會關注飲食營養均衡
- 37. 我會關注飲食熱量攝取
- 31. 我對於外出用餐感到麻煩

Factor 8 – 食物大小／質地之限制

- 34. 我喜歡吃形狀大小方便入口的食物
- 33. 我偏好質地一致的食物，比較好咀嚼吞嚥

Factor 9 – 重質／便利

- 2. 我願意多花錢購買好品質的產品
- 5. 同類型商品，無論什麼品牌，我偏好選購最便宜的(負向)
- 45. 即使較貴，我會去離家近的商店購買食品或餐食

集群分析 (Cluster Analysis)

- ❧ **健康活力族** – 「經常運動、注重健康及養生、重視體態與容貌」：〔購買包裝食品時，有看營養成分/產品內容物標示的習慣〕、〔我時常運動維持體能與健身〕、〔我覺得市售的調理食品調味太重〕、〔我重視身材體態勻稱及容貌外觀維持〕、〔我會關注飲食熱量攝取〕、〔我會關注飲食營養均衡〕。
- ❧ **樂齡外食族** – 「願意多花一點錢購買品質好且方便入口、質地一致的外食」：〔我喜歡吃形狀大小方便入口的食物〕、〔我偏好質地一致的食物，比較好咀嚼吞嚥〕、〔即使較貴，我會去離家近的商店購買食品或餐食〕、〔三餐愈來愈常買外面的食物回家吃，減少開伙〕、〔三餐愈來愈常到外面吃〕、〔我願意多花錢購買好品質的產品〕。
- ❧ **自煮困擾族** – 「自己備餐費時費力，且對於控制營養均衡及熱量，感到困擾」：〔我認為日常飲食要達到營養均衡並不容易〕、〔我不知道如何搭配才能吃到足夠營養且熱量適當〕、〔我覺得不容易找到適合慢性病設計的輔助餐食〕、〔我認為自備餐相當費時費力〕、〔我常吃隔餐的菜餚〕。
- ❧ **美味導向族** – 「食物的美味/好吃最重要」：〔我常常吃重口味食物〕、〔若食物不好吃，即使有益健康，也不想吃〕、〔我常常吃點心及零食〕。
- ❧ **平價美味外食族** – 「維持社交生活、在意外食的美味及價格」：〔我認為自備餐相當費時費力〕、〔我認為日常飲食要達到營養均衡並不容易〕、〔三餐愈來愈常買外面的食物回家吃，減少開伙〕、〔三餐愈來愈常到外面吃〕、〔若食物不好吃，即使有益健康，也不想吃〕、〔同類型商品，無論什麼品牌，我偏好選購最便宜的〕、〔常和朋友聚會〕。

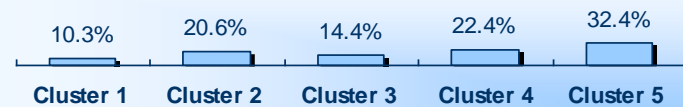
	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
Factor 1 – 健身／社交／嚐新	0.57738	-0.55756	-0.18326	-0.22533	0.40815
Factor 2 – 飲食困擾／費時費力	-0.79103	-0.60151	1.07818	-0.38643	0.42284
Factor 3 – 外食傾向	-0.72309	0.50777	-0.88499	-0.32914	0.52659
Factor 4 – 保健養生	0.73955	0.19999	-0.41217	-0.4929	0.1621
Factor 5 – 自主務實／享受嚼勁	0.22834	0.19153	0.21772	-0.8472	0.29582
Factor 6 – 好吃／滿足口慾	-0.58352	-0.484	-0.81871	0.53152	0.48728
Factor 7 – 自己調理／重視營養熱量	0.54628	0.22765	-0.53092	-0.54442	0.29409
Factor 8 – 食物大小／質地之限制	-1.02514	0.71659	0.13955	-0.30156	0.01686
Factor 9 – 重質／便利	0.29498	0.50998	0.22633	-0.08462	-0.45917

樣本：所有受訪者(n=800)

題目：C3

〈單位：%〉

各族群基本資料



	Total	Cluster1	Cluster2	Cluster3	Cluster4	Cluster5
n=	800	82	165	115	179	259
性別						
男性	45.9	24	46.4	43	50.8	50.4
女性	54.1	76	53.6	57	49.2	49.6
年齡						
50-54 歲	23	33.1	24.7	11.7	21	25
55-59 歲	22.9	26.4	21.3	9.4	31.6	22.8
60-64 歲	21.3	15.5	25.9	32.2	16.8	18.5
65-69 歲	16.2	13.3	17.6	16.8	14.4	17.1
70-74 歲	8.8	7.3	6.5	14.9	7.9	8.7
75-80 歲	7.8	4.3	4.1	15	8.2	7.9
平均年齡	61.11	58.88	60.47	64.61	60.6	61.03
教育程度						
國小或以下	10	6.3	5.6	27.6	8.5	7.3
國中／初中	20.3	16.4	16.9	29.7	23.6	17.3
高中或高職	47	42	48.1	36.6	53.5	48.1
專科	15.2	19.6	17.4	5.7	12.7	18.3
大學	7.3	14	12.1	0.4	1.7	9
研究所或以上	0.2	1.6	-	-	-	-
婚姻狀況						
未婚	1.1	-	1.9	-	-	2.3
已婚	88.4	92.5	89.1	85.6	91.9	85.4
離婚	3	4.1	4.3	2.2	0.7	3.8
喪偶	7.5	3.3	4.7	12.2	7.4	8.5
家庭收支						
相當充裕且有餘	13	28.2	16.7	6.5	11.2	10.1
大致夠用	65.1	56.2	67.1	75.2	63.6	63.1
勉強夠用	21	15.6	16.2	17.5	23.5	25.5
不夠用，支出大於收入	0.6	-	-	0.8	1.7	0.2
需靠政府每月的補助金	0.4	-	-	-	-	1.2
可支配所得						
未滿 5,000 元	2.3	0.5	0.5	6.5	2.4	2.2
5,000-9,999 元	16.3	9.7	15.4	24.4	19.2	13.5
10,000-19,999 元	35.1	27.4	38.3	41.8	34	33.4
20,000-29,999 元	25.5	33.3	29.5	19.8	25	23.3
30,000-39,999 元	12.9	13.3	9.5	4.4	12.4	19
40,000-49,999 元	2.1	3.9	2.2	0.4	3.2	1.3
50,000 元以上	5.8	11.9	4.6	2.7	3.8	7.3
平均數	21,294	25,525	20,925	16,434	20,569	22,842

	Total	Cluster1	Cluster2	Cluster3	Cluster4	Cluster5
n=	800	82	165	115	179	259
工作狀況						
還沒退休	47.8	46	52.2	24.5	57.9	48.8
退休過目前沒有再就業	4	10	5.7	2.3	0.2	4.4
已退休目前沒有再就業	45	32.2	39.3	72.1	39.3	44.8
已退休目前擔任義工／志工	2.9	11.9	2.9	1.2	2.6	1
其他	0.3	-	-	-	-	1
與家人同住						
獨居＋夫或妻＋父或母	18.6	19.9	14.7	9.6	8.6	31.4
子女	65.1	69.9	68.7	55.9	77.3	57
子女＋孫子女	15	10.2	14.6	34	11.7	10.7
身體活動量						
低	14.5	7.7	16	10.1	32.1	5.5
稍低	31.7	32.1	41.3	37.3	29.4	24.7
適度	42.9	44.4	35.9	47.5	31.2	53
高	10.8	15.8	6.8	5.1	7.3	16.8
健康狀況						
很好	26.5	53.9	25.9	14.5	15.4	31.3
稍可	40.8	24.5	46.4	34	50	39.1
普通	19.8	14	12.4	35.5	15	22.8
稍微不好	8.8	6	13.9	8.7	11.6	4.3
不太好	4	1.7	1.3	7.2	7.7	2.3
非常不好	0.1	-	-	-	0.2	0.2
牙齒咬合能力						
完全沒有問題	31.1	69.9	26.2	14.4	21.1	36.2
還算沒有問題	34.2	14.9	42.8	30.9	40.2	32.3
普通	19.5	12.5	16.3	25.6	19.7	20.8
有一點問題	13.3	2.1	13.2	21.8	18.3	9.6
非常有問題	1.9	0.6	1.6	7.2	0.7	1.1
自備餐食						
是	70.7	86.6	60.5	78.2	65.8	72.2
否	29.3	13.4	39.5	21.8	34.2	27.8
食用保健食品						
有	75.2	81.5	79.5	81.7	69.4	71.8
沒有	24.8	18.5	20.5	18.3	30.6	28.2
便利商店使用頻率						
平均數(次/週)	3.25	3.27	3.58	2.16	3.39	3.43
主要餐食來源						
自備	53.4	64.7	36.8	81	55.9	46.4
外買	46.5	34.7	63.2	19	43.8	53.6

樣本：各族群受訪者

題目：S1, S2, Q1, Q2, B1, B10, C11, G1, G2, G4, G5, G6, G7, G9, G11, G12

各族群對餐食使用習慣及主要餐食來源

〈單位：%〉

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=	82	165	115	179	259
一週三餐在四種餐食來源之比例(平日)					
A. 在家煮在家吃	99.5	95.4	100	98.3	95
B. 買外食在家吃	49.7	69.5	59.2	43.6	59.7
C. 買外食在外吃	65.7	84.7	43.9	70.7	73
D. 家中食物在外吃	7.8	3.8	2.8	8.1	13
一週三餐在四種餐食來源之比例(假日)					
A. 在家煮在家吃	92	91.3	98.5	97.2	92.2
B. 買外食在家吃	37.9	49.9	49.2	33	58.7
C. 買外食在外吃	62	79.8	56.7	70.3	71.6
D. 家中食物在外吃	0.5	1.9	0.4	5	4.3
一週三餐在四種餐食來源之比例(平日+假日)					
A. 在家煮在家吃	100	97.6	100	99.7	98.5
B. 買外食在家吃	64.4	75.6	69.6	48.9	71.1
C. 買外食在外吃	80.3	89.3	73.4	79.6	82.6
D. 家中食物在外吃	7.8	3.8	3.1	10	14.8

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=	82	165	115	179	259
一週三餐主要餐食來源*					
A. 在家煮在家吃	68.1	43.1	84.9	55.9	51.5
B. 買外食在家吃	2.1	2.9	3.5	6.9	5.4
C. 買外食在外吃	25.1	44.9	10.8	33.3	31.3
D. 家中食物在外吃	0.5	1.6	-	1.5	1.1
N. 無法區分	4.2	7.4	0.8	2.5	10.7
主要為自備(A+D)	64.7	36.8	81	55.9	46.4
主要為外買(B+C)	34.7	63.2	19	43.8	53.6
自備與外買次數相當(A+D=B+C)	0.5	-	-	0.3	-

* 主要餐食來源之計算方式為受訪者在一週三餐之總餐次(含平日與週末)中，食用最多餐食的來源，則歸於該組別。

各族群一週餐食之共餐者與備餐者

〈單位：%〉

在家煮在家吃或買外食在家吃之共餐者與備餐者(平日+週末)

<u>共餐者</u>	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=	73	131	107	100	216
早餐					
獨自	45.9	28.4	43.9	52.6	41.2
配偶	86	83.3	78.8	77.3	73.7
子女/親人	47.6	45.3	53.9	44.8	43.1
n=	73	149	112	175	240
午餐					
獨自	43	29.4	45.4	34.9	33.9
配偶	81.1	84.6	78.5	87.7	81.5
子女/親人	53.3	70.6	54.7	63.9	55.9
n=	82	158	115	177	256
晚餐					
獨自	34	13.8	36.8	31	31.1
配偶	90.4	89.7	81.6	90.5	80.4
子女/親人	80.4	87.9	86.3	89.9	77.3

<u>備餐者</u>	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=	73	131	107	100	216
早餐					
自己	85.4	59.1	78.5	67.2	67.4
配偶	35.8	43.8	33	52.7	43.4
子女/親人	12.2	7.3	15.4	18.7	8.4
n=	73	149	112	175	240
午餐					
自己	91.5	59.7	73.1	56.6	63.4
配偶	20.5	45.8	39.9	61.3	45.8
子女/親人	13.9	20.4	20.5	27.2	14.9
n=	82	158	115	177	256
晚餐					
自己	84	59.1	73.1	55.9	65.6
配偶	32.2	47.2	36.3	64.8	44.9
子女/親人	15	32.9	34.8	35.4	20.9

各族群一週餐食之食物取得來源與平均花費

〈單位：%〉

買外食在家吃之食物取得來源(平日+週末)

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=	30	88	61	50	142
早餐					
宅配到府	13.7	5.1	10.7	5.9	1.2
自己/家人外出購回	76.3	94.4	79.6	77.6	90
兩者皆有	10	0.5	9.7	16.5	8.8
n=	31	73	50	54	132
午餐					
宅配到府	20.4	1.2	-	0.8	1
自己/家人外出購回	76.8	98.2	99.1	90	90.8
兩者皆有	2.9	0.6	0.9	9.2	8.2
n=	26	100	32	48	119
晚餐					
宅配到府	20.9	0.4	-	-	5.6
自己/家人外出購回	65.4	97.8	90.4	90.5	85.1
兩者皆有	13.7	1.8	9.6	9.5	9.3

買外食回家吃或買外食在外吃之平均花費(平日+週末)

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=	59	142	79	133	212
早餐	65.1	63.49	64.03	70.33	69.78
n=	64	147	81	128	223
午餐	103.15	99.98	95.36	99	102.53
n=	58	138	65	87	193
晚餐	125.83	116.08	112.61	129.93	121.69

各族群餐食的準備與備餐的困擾

〈單位：%〉

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=	82	165	115	179	259
P3M有為自己準備餐食	86.6	60.5	78.2	65.8	72.2
n=有為自己備餐者	71	100	90	118	187
平均一日花費的烹調時間(單位:小時/天)	1.46	1.25	1.6	1.23	1.48
烹調或復熱的工具					
電鍋	96.4	96.9	99.5	93.5	97.2
瓦斯爐	99.4	97.2	100	100	95.1
電磁爐	10	24.3	31.2	36.8	12.2
微波爐	33.2	43.1	49.3	53.2	33.2
烤箱	30.4	29	42.8	44.9	27.4
備餐的困擾或問題					
農產生鮮食材清洗截切耗時	28.2	47.6	66.5	46.2	48
不擅長調味，常常無法煮出好味道	16.2	21.4	46.1	34.4	28.5
適合入菜或成為菜色的市售冷凍調理食品種類太少	5.1	8.4	38.7	18.4	19.3
菜色變化及搭配有限，以致常常吃固定的菜色	30.1	70.4	64.8	47.6	39.6
不清楚如何將餐食煮成適合的柔軟度	5.6	12.5	23.1	14.9	19.3
為了要煮軟一點，常常要花許多時間	9.5	25	46.8	20.3	16.1
一起用餐的人數少，餐食份量難掌握	34.7	35.5	37.3	45.6	45.1
體力無法負荷三餐備餐工作	4.3	27	12.3	9	21.2
不方便外出採買三餐所需食材	0.7	11.3	23	6.5	22.4
常常忘了瓦斯爐爐火，感覺危險	9.8	28.6	24.7	21.1	16.4
對於新的加工烹調工具接受度或利用率不高	4.8	7.3	36.5	9.5	7.9
餐飲店的餐食在內容及份量上常常不合適	16	10.5	24.9	1.8	7.1
其他	-	-	-	0.4	-

各族群對農產食材/食品/餐食使用頻率、餐食購買通路

〈單位：％〉

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=為自己備餐者	71	100	90	118	187
農產食材/食品/餐食 使用頻率(次/月)					
生鮮農畜水產食材	23.57	20.36	38.55	20.18	20.71
經清洗截切組合好的 生鮮食材，附調味料 ，需自行烹調煮熟	3.83	4.16	2.92	5.68	5.24
奶粉/沖調穀粉/麥片 粉	13.66	9.13	22.89	6.61	10.03
常溫調理包，需復熱 食用	0.78	1.39	0.78	1.71	2.33
罐頭食品，可即食或 復熱食用	1.56	1.22	1.64	3.87	2.71
速食麵/泡麵，熱水 沖泡後食用	1.97	1.78	1.24	1.78	3.45
冷凍冷藏調理食品， 需重新復熱烹煮食用	3.93	2.89	2.63	3.77	4.87
立即可食之現成菜餚 或餐食	8.49	10.35	7.38	6.78	10.43

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
蛋品購買通路					
散裝蛋	57.6	39.1	74.9	47.4	58.2
包裝洗選蛋	40.3	42.9	19.8	43.1	34.8
沒有購買	2.1	18	5.3	9.5	7
肉品購買通路					
在傳統菜市場購買溫 體肉品	74.2	66.4	84.7	63.2	65.5
在量飯店/超級市場/ 全聯社等店家購買冷 藏肉品	22.6	9.5	8.5	22.3	26
沒有購買	3.2	24.2	6.8	14.4	8.6
餐食管道的購買意願					
願意網路訂購	34.2	17.4	14.1	34	40.2
願意電話訂購	50.3	45	46.6	66.7	69.2
願意宅配服務	56	37.3	45.8	63.3	72

樣本：各族群受訪者

題目：B5.B6a.B6b.B7

各族群對食材餐食的購買通路、保健食品的食用與採購困擾 (單位：%)

	Cluster 1 健康 活力族	Cluster 2 樂齡 外食族	Cluster 3 自煮 困擾族	Cluster 4 美味 導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
購買三餐所需食材之通路					
量販店	67	40.8	59.5	62.1	50
超市	60.9	35.8	48.7	56.7	55.4
便利商店	24.1	6	19.5	19.3	11
社區型民生消費連鎖零售通路	7.7	12.5	9.9	14.8	13.9
傳統雜貨店	53.6	41.5	58.1	37.7	52
菜市場/菜販	96.3	69.9	93.1	78.6	88
購物網站	-	0.5	0.4	1.7	3.4
有機/生機飲食店	10.8	0.3	1.9	2.4	14.8
電視購物頻道	11.8	0.3	0.8	5.5	1.2
廣播購物頻道	-	-	-	0.2	0.2
業務員/攤販到府推銷	-	-	-	-	-
電話訂購	3.8	0.3	1.2	-	2.1
沒有購買	3.1	23.9	3.8	6.5	4.6

	Cluster 1 健康 活力族	Cluster 2 樂齡 外食族	Cluster 3 自煮 困擾族	Cluster 4 美味 導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
P3M有食用保健食品	81.5	79.5	81.7	69.4	71.8
食用保健食品頻率(次/月)	25.46	22.12	26.44	21.03	22.74

	Cluster 1 健康 活力族	Cluster 2 樂齡 外食族	Cluster 3 自煮 困擾族	Cluster 4 美味 導向族	Cluster 5 平價美味 外食族
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
食品與餐食採購困擾					
不清楚何處能買到適合銀髮長者的食品	11.5	18.1	39.6	17.5	19.8
不清楚如何挑選適合銀髮長者的食品	7	14.4	48.1	24.6	21.5
替銀髮長者設計的食品太貴，不敢常買	22.7	15	36.6	20.9	21
市售食品多未為銀髮長者需求設計	18.9	23.2	43	20.6	22.8
現有食品的份量過大，不適銀髮長者單次食用	19.4	11.7	34	25	22.7
現有食品外包裝說明文字太小，不易閱讀	27.5	40.8	58.1	47	52.1
不清楚如何電話訂購餐食	11.2	6.2	16.6	6.4	9.2
不清楚如何上網訂購餐食	14.5	10.2	45.6	10.9	16
不清楚如何替訂購餐食付款	13	2.4	25.1	12.2	7
不方便外出購物	4.4	15.8	14.6	5.9	19.7
其他	-	-	0.4	-	-

樣本：各族群受訪者

題目：B8.B9.B10.B11

各族群飲食上的問題或困擾

- 咖啡色粗體字表示有顯著差異
(單位：%)

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
隨便吃，營養不均衡	20.9	38.2	56.6	41.5	58.1
吃的食物種類受限，營養不均衡	12.6	28.5	47.3	38.4	44.5
常常覺得沒有食慾／胃口不佳，吃得少	2.6	14.5	21.1	17.6	20.9
常常覺得食物沒有味道	5.8	13.3	14.6	24.9	18.7
熱量攝取過多	34.2	37.6	47.2	52.4	35.9
油脂攝取過多	29.2	48.6	53.1	52.9	48.6
鹽分攝取過多	24.3	41.2	44	31.7	39.2
蛋白質攝取過多	7.2	4.7	31.4	12	11.8
糖分攝取過多	19.9	24.1	19.3	20.3	26.2
鈣質攝取過少	38.8	20.5	66.6	24.6	29.8
膳食纖維攝取過少	28.3	34.1	54.7	43.8	28.2
蛋白質攝取過少	4.3	15.7	10.7	11.6	27.9
因慢性病需要進行飲食限制與調整	3.2	12.3	24.5	18.2	8.2
因為牙齒問題，會選擇吃柔軟一點的食物	6.4	28.1	54.6	14.7	16.5
飲食時會盡量避開比較硬或不好咬的食物	4.3	23.7	42.3	12	19.6
吃到比較硬的食物或不好咬的食物會吐出來	4.4	36.3	34	16.2	14
吃比較乾的東西時傾向搭配湯／水／飲料一起吃	31.2	27.2	39	33.2	23.4
常常忘了喝水	10.3	13	24.9	16.4	21.5
喝水時容易嗆到	4.9	17.4	11.8	8.1	9.9
常常一個人吃飯	5.2	3.4	13.7	4.7	8.3
常常一頓飯吃很久	1.1	3	15.9	1.8	4.9
常常因為食品包裝容器不容易徒手打開而尋求協助	7.9	19.6	17.2	6.7	15.3
其他	-	-	0.4	-	-

各族群對餐食態度/行為的認同度

-7分量表平均數，7:非常同意，1:非常不同意

〈單位：%〉

	Cluster 1	Cluster 2	Cluster 3	Cluster 4	Cluster 5
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
不論價格高低，我喜歡搶先嘗試剛上市的新產品	4.26	3.26	3.19	3.53	4.65
我願意多花錢購買好品質的產品	5.68	5.38	5.34	4.46	5.21
買東西時我會多方考量評估自己是不是真的需要	5.79	5.73	5.97	4.47	5.66
我覺得產品價格的高低常意味著產品品質的好壞	5.44	4.23	4.65	4.53	5.5
同類型商品，無論什麼品牌，我偏好選購最便宜的	3.01	2.95	3.56	3.6	4.86
我重視環保	5.84	5.13	5.31	4.17	5.21
我重視身材體態勻稱及容貌外觀維持	5.61	4.19	4.09	4.03	5.28
我時常運動來維持體能與健身	5.84	4.39	4.43	4.18	5.4
我重視生活作息的規律性	6.14	5.57	5.51	4.57	5.56
我透過膠囊錠片、粉狀、液狀的保健食品來養生	5.47	5.07	5.07	4.14	5.05
我偏好以安全衛生高優質的食材／食品／餐食來養生	5.72	5.47	4.78	4.12	5.45
我喜歡獨立自主不求人	5.34	5.21	5.1	4.61	5.62
我喜歡接觸與學習新事物	5.24	4.64	4.19	4.12	5.31
我常常整天都沒出門	2.57	2.83	2.95	3.27	4.1
我常常和朋友聚會	4.51	4.21	4.25	4.19	5.15
我的健康狀況比同年齡的多數人還要好	5.29	4.3	4.39	4	5.42
我買包裝食品時，有看營養成分／產品內容物標示的習慣	5.87	5.05	4.46	4.04	5.4
我不太理解包裝上營養成分標示內容的意思	4.4	4.38	4.55	4.24	5.02
我購買食品時會注意其保健機能訴求	5.34	5.38	4.39	4.01	5.26
我常常閱讀健康營養相關資訊或參加健康營養相關講座活動	4.99	4.07	3.25	3.45	4.86
我覺得有機食物比較安全	4.69	4.84	5.01	3.83	5.23
若食物不好吃，即使有益健康，也不想吃	3.5	3.55	3.7	4.71	5.11
我認為日常飲食要達到營養均衡並不容易	4.59	4.87	6.05	4.66	5.74

各族群對餐食態度/行為的認同度

- 7分量表平均數，7:非常同意，1:非常不同意

(單位：%)

	Cluster 1	Cluster 2	Cluster 3	Cluster 4	Cluster 5
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
我常常吃重口味食物	2.95	4.17	3.34	4.81	5.01
我對新的料理或食品有興趣	4.87	4.99	4.29	4.63	5.29
我喜歡多樣少量的餐食菜色組合	5.09	5.23	4.95	4.63	5.36
我常常吃點心及零食	3.32	3.51	2.6	4.32	4.87
我覺得自家開伙才能吃到想要的口味/口感	5.5	5.39	5.67	4.68	5.32
我覺得市售的調理食品調味太重	5.73	5.08	6.17	4.63	5.49
我常常吃隔餐的菜餚	2.84	2.87	4.63	3.82	4.65
我對於外出用餐感到麻煩	3.35	3.6	3.86	3.43	4.45
我喜歡吃有咬感/嚼勁的食物，飲食過程感到很享受	4.87	4.59	3.63	3.98	5.4
我偏好質地一致的食物，比較好咀嚼吞嚥	3.61	5.69	5.09	4.23	5.32
我喜歡吃形狀大小方便入口的食物	4.04	5.75	5.1	4.4	5.14
餐館/餐廳個人餐的份量對我來說太多	4.31	4.28	4.72	3.63	5.01
我常常買單人/兩人份量的小包裝食品，比較適合、不浪費	4.45	4.89	4.29	4.02	5.26
我會關注飲食熱量攝取	5.55	5.05	3.8	3.69	5.01
我會關注飲食營養均衡	5.64	5.44	3.97	3.85	5.26
我覺得不容易找到適合慢性病設計的輔助餐食	3.94	4.68	5.43	4.2	5.29
我不知道如何搭配飲食，才能吃到足夠的營養且熱量不會過多	3.76	4.39	5.75	4.61	5.39
家裡煮什麼就吃什麼，即使不喜歡，也會將就著吃	4.18	4.94	4.99	4.34	5.4
我認為自備餐食相當費時費力	3.66	4.79	5.22	4.37	5.86
三餐愈來愈常買外面的食物回家吃，減少開伙	2.91	4.72	2.84	3.57	5.33
三餐愈來愈常到外面吃	3.2	4.6	2.73	3.81	5.16
即使較貴，我會去離家近的商店購買食品或餐食	3.94	4.73	3.69	4.17	4.57

各族群餐食對餐食服務餐、網購/電話購物/便利超商預購經驗 (單位：%)

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
社區有提供共餐活動					
有	10.7	5	1.9	9	9.2
沒有	58.6	68.4	72.4	63.1	44.8
不知道	30.7	26.6	25.7	27.9	46
願意參與以下各項服務之比例:					
社區舉辦長者共餐活動	49.2	71.4	63.5	56.4	54.3
長者溫熱餐食配送服務	46.1	83.3	65.2	70.3	61.2
便利商店推出長者餐食訂購、到店取餐及宅配服務	59.1	66.7	66.9	69.4	66.5
專業餐食網路平台推出長者餐食訂購及宅配服務	49.7	51	54.6	64.2	68.4
標示食物柔軟程度的食品	71.7	74.5	84.1	74	80.9

	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=全體受訪者	82	165	115	179	259
網購/電話購物經驗					
有網購經驗/頻率*(次/月)	30.4 /1.01	7.1/0.87	3.1/0.69	6.1/1	16.5 /1.37
有電話購物經驗/頻率*(次/月)	17.8 /1.05	1.9/0.5	1.9/0.5	7/0.64	9.2 /0.92
便利商店預購/前往便利商頻率					
便利商店預購經驗	28.3	16.2	11.3	18.5	26.3
前往便利商店頻率(單位:次/週)	3.27	3.58	2.16	3.39	3.43

樣本：各族群受訪者

題目：C4.C6.C7.C8.C9.C10.C11.C12

- *網購頻率與電話購物頻率僅針對有網購/電話購經驗者

對「少量多樣的開運餐盒」的意見

- ◆ 五個不同族群的長者對「少量多樣的開運餐盒」之購買意願均高，其中以平價美味外食族之購買意願最高，有42%表示「一定會買」；另外自煮困擾族及美味導向族每年購買數量相對亦較高。

	TOTAL	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=全體受訪者	200	31	30	33	41	65
<u>購買意願</u>						
一定會買(%)	28	21.8	24.1	17.3	22	41.9
一定會買+可能會買(%)	89.6	91.5	89.6	87.8	85	92.5
平均數(5分量表平均數)	4.05	4.01	4.12	3.92	3.78	4.28
<u>每年購買數量*</u> (Avg.盒)	129.5	109.53	98.65	134.02	168.92	128.65
<u>喜歡程度</u> (6分量表平均數)	4.43	4.28	3.93	4.65	4.53	4.55
<u>值得程度</u> (5分量表平均數)	3.93	3.95	3.84	3.97	3.77	4.05
<u>新穎程度</u> (5分量表平均數)	3.61	3.83	3.44	3.66	3.52	3.63
<u>相信程度</u> (5分量表平均數)	4.04	4.29	3.8	4.19	3.77	4.13
<u>滿足需求</u> (%)	88.2	91.5	91.4	89.1	83.9	87.6

對「烤豬肉」的意見

- ◆ 美味導向族對「烤豬肉」接受度較高，各指標項目之評價亦高。
- ◆ 自煮困擾族對「烤豬肉」一定會買的比例及喜歡程度較高，但購買數量及值得程度評價低，滿足需求之比例亦低。
- ◆ 平價美味外食族對「烤豬肉」購買意願及各指標項目評價較低。

	TOTAL	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=全體受訪者	200	16*	44	33	46	61
<u>購買意願</u>						
一定會買(%)	18.6	23.3	20.2	28.1	16.9	12.5
一定會買+可能會買(%)	69.9	71	72.4	67.1	78.6	62.8
平均數(5分量表平均數)	3.52	3.6	3.58	3.52	3.73	3.29
<u>每年購買數量</u> *(Avg.盒)	63.51	74.49	57.02	44.61	87.65	55.88
<u>喜歡程度</u> (6分量表平均數)	3.77	3.36	3.68	3.93	4.24	3.5
<u>值得程度</u> (5分量表平均數)	3.39	3.46	3.37	3.28	3.53	3.33
<u>新穎程度</u> (5分量表平均數)	3.01	2.38	2.83	2.88	3.43	3.06
<u>相信程度</u> (5分量表平均數)	3.73	3.91	3.58	3.99	3.79	3.62
<u>滿足需求</u> (%)	73.8	91.4	76.3	65.8	81.1	66.4

對「宅配溫熱健康餐食」的意見

- ◆ 平價美味外食族及樂齡外食族對「宅配溫熱健康餐食」接受度較高；但平價美味外食族對其每年購買數量略低、新穎程度評價亦略低；
- ◆ 健康活力族、自煮困擾族及美味導向族對「宅配溫熱健康餐食」購買意願較低。

	TOTAL	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=全體受訪者	200	18*	44	24*	42	71
購買意願						
一定會買(%)	15.3	-	13.2	14.9	11.7	22.7
一定會買+可能會買(%)	59.4	59.2	68.5	34.7	50.6	67.3
平均數(5分量表平均數)	3.29	2.93	3.57	2.69	3.17	3.49
每年購買數量*(Avg.盒)	82.92	85.33	78.86	41.78	156.88	52.48
喜歡程度(6分量表平均數)	3.84	4.02	4.04	3.28	3.91	3.82
值得程度(5分量表平均數)	2.98	2.61	3.05	2.06	3.34	3.12
新穎程度(5分量表平均數)	3.43	3.72	3.64	3.4	3.3	3.31
相信程度(5分量表平均數)	3.82	3.84	3.98	4.19	3.61	3.71
滿足需求(%)	76.5	74.7	91.9	48.7	73.8	78.5

樣本：各族群受訪者

題目：E1,E4,E5,E6,E7,E8,E9,E10

- * 僅詢問表示一定會會買/可能會賣/可能會也可能不會/可能不會買者

對「便利商店宅配/到店取貨健康餐食」的意見

- ◆ 健康活力族對「便利商店宅配/到店取貨健康餐食」接受度最高；
- ◆ 平價美味外食族對「便利商店宅配/到店取貨健康餐食」接受度也相對不錯，但對其每年購買數量略低；
- ◆ 自煮困擾族及美味導向族之接受度較低。

	TOTAL	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=全體受訪者	200	18*	46	24*	50	61
購買意願						
一定會買(%)	18.7	32.4	23.3	7.4	8.2	24
一定會買+可能會買(%)	65.4	73.9	68	47.8	68.6	65.2
平均數(5分量表平均數)	3.44	3.78	3.47	2.96	3.35	3.57
每年購買數量*(Avg.盒)	73.65	90.28	79.38	39.05	97.21	58.32
喜歡程度(6分量表平均數)	3.76	4.1	3.66	3.35	3.67	3.96
值得程度(5分量表平均數)	3.21	3.33	3.13	2.66	3.36	3.35
新穎程度(5分量表平均數)	3.24	3.6	3.1	2.86	3.15	3.46
相信程度(5分量表平均數)	3.83	3.87	3.76	3.92	3.57	4.05
滿足需求(%)	71.6	90.2	69.9	43.6	74.6	76

少量多樣的開運餐盒-喜歡的地方

	Total	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡餐外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
N=	200	31	30	33	41	65
**產品	88.7	95.8	98.6	93.4	77.2	85.8
*食材／內容物	88.3	95.8	98.6	93.4	76.1	85.2
菜色多樣化	75.7	84.3	97.1	90.8	71.8	56.7
菜色份量小／不會太多	23.2	29.9	30.8	37.2	12	16.5
三種米飯	22.7	15.4	36.9	23.7	14.1	24.6
菜色顏色豐富	5.9	8.9	14	2.6	2.2	4.8
菜色份量剛好	4	10.1	1.5	-	2.2	5.5
菜色新鮮	3.8	1.4	-	1.3	1.1	9.8
米飯份量少／剛好	1.6	1.4	9	-	-	-
整體份量充足	1.5	-	-	-	-	4.6
*功效／營養／成份	51.8	64.1	52.8	47	51.1	48.5
營養均衡／豐富	32.4	42	22.5	21.9	38.8	33.5
促進食慾	20.6	28.9	28.9	17.4	18	16.3
健康／不會造成身體負擔	2.3	-	-	11.1	2.1	-
適合老年人吃／針對高齡者	1.9	-	1.5	7.7	1.1	0.7
*口味	17.4	19.3	22.6	17.5	10	18.8
吃起來不會膩	7.4	8.9	10.4	9	7.7	4.2
產品好吃／美味	3.6	1.4	-	-	1.1	9.7
菜色清爽	2.7	8.9	-	-	-	4.2
口感豐富	2.3	-	12.1	-	1.1	0.7
微波加熱後，口感容易掌握	1.4	-	-	8.5	-	-
**包裝	24.9	29	39.1	25.3	13.3	23.7
九宮格方式擺放	17.1	27.5	26.7	9.3	12.2	14.9
包裝利用間格讓菜色味道不會相互干擾	15	1.4	30.5	21.3	10.1	14.1
擺放方式整潔／美觀	4.9	8.9	-	3.9	3.3	6.9
**經濟性	18.4	21.4	24.2	27.7	19.6	8.8
價格便宜／合理	18.4	21.4	24.2	27.7	19.6	8.8
**便利性／配送服務／訂購	11.8	17.6	2.9	19	9.5	10.9
一般零售通路及網路平台都可買到	9.4	17.6	-	17.7	3.1	9.6
微波加熱／隔水加熱方便	2.4	-	2.9	-	7.4	1.3
**其他	1.1	-	1.5	-	1.1	2
有信譽的品牌有保障	1.1	-	1.5	-	1.1	2
沒意見	4.2	4.2	1.4	1.3	6.4	5.4

少量多樣的開運餐盒-不喜歡的地方

	Total	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡餐外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
N=	200	31	30	33	41	65
**產品	9	8.4	4.3	13.5	15	5.4
*食材/內容物	5.2	5.6	4.3	3.9	8.6	4
菜色份量太少	2.4	4.2	-	-	6.4	1.4
米飯太多種	1.5	-	-	-	6.4	0.7
米飯份量太多	0.9	-	2.9	1.3	1.1	-
菜色樣式少	0.4	1.4	-	-	-	0.7
*口味	4.9	2.8	-	9.6	12.8	0.7
不是現煮	1.8	2.8	-	-	6.4	-
怕口味/食材不喜歡	1.4	-	-	8.3	-	-
菜色普通	1.3	-	-	-	6.4	-
*功效/營養/成份	1.8	-	-	8.3	-	1.3
不健康/對身體有負擔	1.4	-	-	8.3	-	-
**復熱方式	6.1	5.6	11.8	5.2	2.1	6.6
微波加熱不方便	3.9	1.4	10.4	3.9	1.1	3.9
微波加熱會破壞食物的營養	1.1	1.4	-	1.3	-	2
微波加熱會破壞食物口感/味道/顏色	0.6	2.8	1.4	-	-	-
微波加熱食物會不新鮮/口感軟	0.4	-	-	-	1.1	0.7
微波加熱食物，吃多會致癌/不健康	0.4	1.4	-	-	-	0.7
**包裝	5.3	8.3	9.5	-	6.4	4.1
包裝加熱不安全/有塑化劑	2.7	8.3	9.5	-	-	-
格子式的擺放方式太制式化/沒有食慾	2.7	-	-	-	6.4	4.1
**便利性/配送服務/訂購	1.7	-	8.6	-	1	0.7
網路平台會怕被騙	1.5	-	8.6	-	1	-
**經濟性	0.9	-	1.5	4	-	-
價格貴	0.4	-	-	2.6	-	-
**其他	1.8	-	9.5	1.3	-	0.7
沒標示熱量	1.4	-	9.5	-	-	-
沒意見	79.8	81.9	65.7	78.6	81.8	84.6

烤豬肉-喜歡的地方

	Total	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡餐外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
N=	200	16*	44	33	46	61
**產品	63.5	47.9	63.1	66.8	78.4	55
*口味	50.4	11.2	48.7	65.5	61.7	45
軟硬適中入口即化	36.6	11.2	32	57.6	35.9	35.6
肉質軟嫩	12	-	13.7	7.9	24.8	6.6
色香味俱全	4.7	3	2	3.9	6	6.6
鎖住豬肉美味	3.5	-	2	5.1	0.9	6.4
產品好吃/美味	1.1	-	1	-	2.9	0.8
*食材/內容物	26.4	36.7	34.4	10.4	32.4	22.1
使用特殊酵素製法軟化熟成豬肉	16.8	36.7	24.4	7.8	11.8	14.9
整體份量剛好/可以一次吃完	8.5	-	7.3	1.3	20.5	6.5
菜色新鮮	2.4	-	8	-	1	1.4
*安全/衛生	22.1	25.8	37	35.9	14.6	8.5
好咀嚼	14.7	5.5	26.4	25.4	12.7	4.3
好吞嚥	5.5	-	16.8	-	2.8	3.6
甚或吞嚥困難的長者都可安心食用	2.8	2.7	2	10.6	-	1.4
不加防腐劑/化學添加物	1.4	17.6	-	-	-	-
*功效/營養/成份	18	19.3	19.6	16	26.1	11.7
適合老年人吃/針對高齡者	13.3	-	11.6	12.2	24.2	10.3
好消化	2.8	-	7.9	2.6	1.9	0.7
低熱量/不會胖	1.3	16.3	-	-	-	-
**便利性/配送服務/訂購	40.8	65.4	26.1	49.2	39.6	41.5
微波加熱/隔水加熱方便	32.9	59.8	13.7	46.6	23.8	39.4
一般零售通路及網路平台都可買到	7	19.1	12.3	-	3.8	6.3
不用太多時間去準備/烹調	3.5	-	-	11.6	6.9	-
可宅配到府	3.1	2.8	-	-	6	4.9
**包裝	9.6	17.6	10.3	10.2	14.7	2.9
本產品採用單人份冷凍料理包	9.6	17.6	10.3	10.2	14.7	2.9
**經濟性	4.4	-	1	7.7	4.9	5.7
價格便宜/合理	4.4	-	1	7.7	4.9	5.7
**其他	6.2	2.8	6.2	2.7	5.8	9.4
產品特別	4.4	-	6.2	2.7	5.8	4.2
產品品質好	1.4	-	-	-	-	4.5
沒意見	16.2	8.6	24.7	11.8	3.9	23.7

烤豬肉-不喜歡的地方

	Total	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡餐外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
N=	200	16*	44	33	46	61
**產品	30.2	23.4	30	30.3	21.4	38.7
*食材／內容物	19.3	5.8	22.8	29	7.8	23.5
食材不新鮮	6.7	-	13.5	1.4	1.9	9.9
只有肉，沒有菜／湯	5.2	3	8.3	12.1	2.9	1.4
整體份量小	4.1	5.8	1	14.2	2	2.1
菜色樣式少	1.8	-	-	-	1	5.2
不喜歡冷凍的／喜歡溫體肉	1.7	-	-	-	1	4.9
*功效／營養／成份	11.4	17.6	2	2.6	14.6	19
不健康／對身體有負擔	5.7	-	2	1.3	9	9.6
營養會流失	2.9	-	-	-	6	4.9
肉類膽固醇高	1.6	17.6	-	1.3	-	-
營養不均衡	1.4	-	-	-	-	4.5
會胖	1.3	-	-	-	5.6	-
*口味	2.2	-	6.2	1.3	1	1.4
味道不天然	1.4	-	6.2	-	-	-
*安全／衛生	1.8	-	1	-	1	4.3
有防腐劑／人工香料	1.8	-	1	-	1	4.3
**包裝	13.1	17.6	28	1.4	3.9	14.5
是冷凍料理包／冷凍餐盒	10.2	-	20.7	1.4	3.9	14.5
包裝加熱不安全／有塑化劑	3	17.6	7.3	-	-	-
**經濟性	12.5	22.2	3	29	8	11.3
價格貴	11	5.8	3	29	7	11.3
宅配要收費	3.3	16.3	-	1.3	7	0.7
**復熱方式	4.1	23.3	2	-	2	4.6
微波加熱不方便	1.6	20.5	-	-	-	-
微波加熱會破壞食物的營養	1.4	-	-	-	-	4.6
**其他	4	2.8	2	9.5	1	5
沒有標示產品來源	1.4	-	-	8.2	-	-
不清楚製造過程是否符合衛生	1.3	-	-	-	-	4.3
沒意見	60	37.2	65	57.5	69.7	56.2

宅配溫熱健康餐食-喜歡的地方

- 僅列出Total大於3%的項目

	Total	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡餐外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
N=	200	18*	44	24*	42	71
**產品	83.2	77.1	91.9	72.3	82.4	83.4
*功效/營養/成份	49.4	44.2	52	45.2	52.8	48.5
營養均衡/豐富	28	22.4	39.4	21.6	16.9	31
健康/不會造成身體負擔	25.4	24.2	30.9	27.5	33.9	16.5
控制對於熱量、鹽分、蛋白質、蔬菜攝取	9	4.9	17	12.3	3.1	7.4
適合老年人吃/針對高齡者	5.2	4.9	2.9	12.3	6.2	3.7
*安全/衛生	38.2	59.2	29.2	31	31.7	45
每一份餐點都經由醫師·營養管理師嚴格						
把關精心調配	35	56.7	27.3	31	31.7	37.7
少鹽	4.6	2.5	12.1	10.5	-	1.2
有控制整份餐食熱量	4.5	2.5	1.9	10.5	-	7.3
*口味	33.2	32.4	42.9	16.7	29.2	35.4
每天變換菜色	20.9	16.9	39.9	7.5	18.6	16
產品好吃/美味	5.9	15.5	-	5.5	9.6	5.1
*食材/內容物	29.2	17.9	40.1	25.2	33.3	24.2
菜色多樣化	15	15.5	13.9	1.8	21.7	16.2
使用健康五穀米及多達15種以上的食材	8.8	2.4	9.1	3.8	16.2	7.5
樂齡健康餐、療養食、介護食、減肥餐等						
四大類餐食供選擇	6.4	-	13.3	14.1	1	4.4
餐食選擇多元化	4.9	-	15.2	10.5	1	-
**便利性/配送服務/訂購	25.6	15	31.8	11.1	35.5	23.6
可宅配到府	9.6	-	8.9	7.4	11.6	11.8
可依您個人的喜好調整餐食份量	7	-	21.8	3.7	4.1	2.4
不用太多時間去準備/烹調	4	-	1	1.9	16.8	-
可以單次購買或長期訂購	3.6	-	6.2	1.8	2	4.4
收到餐食是溫熱的可立即食用	3.5	-	8.2	-	1	4.2
每日提供配送服務	3.3	15	1	1.9	5.1	1.3
**包裝	2.5	-	-	3.7	2.1	4.4
**其他	17.7	30.1	22.7	5.5	15.8	16.9
本產品為熱食	6.7	-	7.1	5.5	9.6	7
宅配溫熱健康餐食	4.8	-	14.7	-	3	2.5
產品品質有保障	3.6	30.1	-	-	1.1	1.9
沒意見	12.8	22.9	1	25.9	10.4	14.7

宅配溫熱健康餐食-不喜歡的地方

	Total	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡餐外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
N=	200	18*	44	24*	42	71
**經濟性	51.2	75.2	46.7	81.3	35.4	47.2
價格貴	51.2	75.2	46.7	81.3	35.4	47.2
折扣少	0.2	-	-	1.8	-	-
**產品	5.3	4.9	1	5.5	11.4	4.4
*口味	5.1	4.9	-	5.5	11.4	4.4
怕口味／食材不喜歡	2.9	4.9	-	1.9	10.3	-
產品不好吃／太清淡	1.8	-	-	1.8	-	4.4
健康餐食味道太淡	0.4	-	-	1.8	1	-
產品乾乾的／不新鮮	0.2	-	-	1.8	-	-
*食材／內容物	1.8	-	1	1.8	-	3.7
菜色樣式少	1.3	-	-	-	-	3.7
整體份量小	0.2	-	-	1.8	-	-
不喜歡吃魚	0.2	-	1	-	-	-
*功效／營養／成份	0.2	-	-	1.9	-	-
怕食物太硬，會不好消化	0.2	-	-	1.9	-	-
**便利性／配送服務／訂購	3.1	-	1	1.8	12.7	-
怕宅配時間不在家	1.6	-	-	1.8	6.5	-
單次購買要每天打電話訂購	1.3	-	-	-	6.2	-
長期購買後怕吃膩	1.3	-	-	-	6.2	-
每日配送，當天不在是否可以取消	0.2	-	1	-	-	-
**其他	4.3	2.4	-	3.8	7.3	5.8
習慣自己煮	1.5	2.4	-	-	6.3	-
“療養食”像是給病人吃的餐食	1.4	-	-	-	-	3.9
擔心製作過程不衛生	0.2	-	-	1.9	-	-
本身吃素	0.2	-	-	1.9	-	-
不相信概念內容和實際餐食一樣	0.2	-	-	-	-	0.6
沒有說是哪家公司製作的	0.2	-	-	-	-	0.6
沒有說明中央廚房的环境衛生是否合格	0.2	-	-	-	-	0.6
“長期訂購”像是給獨居老人吃的餐食	0.2	-	-	-	-	0.6
宅配到府餐食會變冷／變質	0.2	-	-	-	1	-
沒意見	43.8	24.8	51.3	16.8	53	47.6

便利商店宅配/到店取貨健康餐食-喜歡的地方

	Total	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡餐外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
N=	200	18*	46	24*	50	61
**產品	70.7	63.6	77.7	64.3	63.4	75.9
*功效/營養/成份	46	24.5	55.6	38.6	33.8	58.1
營養均衡/豐富	21.8	4.8	18.9	19.5	19.6	31.7
健康/不會造成身體負擔	17.3	19.7	17.2	31.4	9.8	17.4
適合老年人吃/針對高齡者	11.6	-	20.9	14.2	9.6	8.6
控制每份餐食符合鹽分 2.5g 以下	10.5	2.4	9.8	16	3.5	17
蛋白質 20g 以上	5.5	2.4	1.9	16	2.6	7.3
蔬菜使用量 120g 以上等的營養標準	5	4.8	3.7	14.2	1.7	5.2
低熱量/不會胖	4.9	2.4	7.9	12.4	3.5	1.4
適合慢性疾病人使用	1.5	-	0.9	-	-	4.3
*安全/衛生	40.8	46.7	45.2	37.3	28.7	47
每一份餐點都經由醫師·營養管理師嚴格 把關精心調配	40.8	46.7	45.2	37.3	28.7	47
*口味	24	9.4	17.6	11	30.3	33.1
每天變換菜色	19	2.4	15.7	5.5	29.5	23
不油膩/少油/清爽	4	7	-	1.8	-	10.2
鹹度適中/不會太鹹	1.9	7	-	-	-	4.1
色香味俱全	1.7	-	1.9	3.7	0.9	2.1
*食材/內容物	18.2	34.3	34.5	14.7	9.9	9.4
使用健康五穀米及多達 15 種以上的食材	7.5	34.3	12.2	5.5	0.9	2.1
菜色多樣化	7.4	16.9	12.6	3.7	6.4	2.8
樂齡健康餐、療養食、介護食、減肥餐等 四大類餐食供選擇	5.2	-	9.7	7.4	1.7	5.2
**便利性/配送服務/訂購	37.1	32.5	23.3	8.9	48.7	50.6
一般零售通路及網路平台都可買到	15.9	17.5	9.9	3.5	16.5	24.4
可宅配到府	14.4	15	6.9	-	12.5	26.9
可依您個人的喜好調整餐食份量	5.5	-	7.4	1.8	6.2	6.6
不用太多時間去準備/烹調	3.4	-	-	1.8	12.7	-
微波加熱/隔水加熱方便	1.8	-	-	1.8	6.5	-
**包裝	1.3	4.9	1.9	3.6	-	-
**其他	3	2.4	-	11.6	-	4.5
個人化/客製化的餐盒	1.6	2.4	-	-	-	4.5
產品品質有保障	1.4	-	-	11.6	-	-
沒意見	16.2	16.5	22.3	33.9	14.8	5.8

便利商店宅配/到店取貨健康餐食-不喜歡的地方

- 僅列出Total大於0.2%的項目

<單位：%>

	Total	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡餐外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
N=	200	18*	46	24*	50	61
**產品	23.1	18.8	20.4	26.6	31.6	18.2
*口味	13.4	-	6.9	21.3	29	6.5
不是現煮	6.1	-	0.9	17.7	12.3	2.1
怕口味/食材不喜歡	4.4	-	-	1.8	11.4	4.3
產品不好吃/太清淡	1.5	-	-	1.8	5.3	-
健康餐食味道太淡	1.4	-	5.9	-	-	-
*功效/營養/成份	6.9	14	7.8	1.8	6.3	6.6
營養會流失	5	-	5.9	1.8	5.5	6.6
不健康/對身體有負擔	1.7	14	0.9	-	0.8	-
*食材/內容物	6.6	4.8	6.7	3.5	8.8	6.5
食材不新鮮	2.4	2.4	6.7	-	0.9	1.4
菜色份量太多	2	-	-	1.8	1.8	4.3
整體份量小	1.5	-	-	-	5.3	0.7
**經濟性	22.5	9.5	23.8	43.7	13.9	24.1
價格貴	22.5	9.5	23.8	43.7	13.9	24.1
無二人優惠訂購餐	1.4	-	-	-	-	4.5
**包裝	14.3	18.8	15.4	23.1	13.3	9.4
是冷凍料理包/冷凍餐盒	12.5	18.8	15.4	19.5	13.3	5
外包裝餐盒看起來沒有質感	1.4	-	-	-	-	4.5
產生餐盒垃圾	0.4	-	-	3.6	-	-
**復熱方式	8.3	2.4	7.8	12.7	9.8	7.4
微波加熱會破壞食物的營養	3.9	2.4	0.9	-	5.5	6.7
微波加熱會破壞食物口感/味道/顏色	2.7	-	6.9	5.5	1.7	-
微波加熱食物會不新鮮/口感軟	1.1	-	1	1.8	0.9	1.4
微波加熱食物，吃多會致癌/不健康	0.9	-	-	5.5	0.9	-
**便利性/配送服務/訂購	0.9	5	-	1.8	0.9	-
一次訂購數量太多	0.4	-	-	1.8	0.9	-
**其他	3.1	4.8	1.9	-	2.6	5.1
本身吃素	1.8	-	1	-	0.9	4.3
擔心製作過程不衛生	0.7	2.4	-	-	1.7	-
沒意見	56.1	66.8	58.7	38.7	56	57.8

對「概念句」吸引力的意見

- ◆ 柔軟精緻冷凍水餃及易消化雞肉粽，除美味導向族之外，各族群均有相當不錯的吸引力。
- ◆ 均能補給飲料與冷凍調味魚片對自煮困擾族、美味導向族及平價美味外食族之吸引力高於健康活力族及樂齡外食族。
- ◆ 無麩質機能性米菓對樂齡外食族、柔順吐司對樂齡外食族、美味導向族及平價美味外食族之吸引力較高。

- 5分量表平均數，5:非常有吸引力，1:非常沒有吸引力

	TOTAL	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=	354	46	70	55	79	104
均衡補給飲料	4.07	3.57	3.91	4.24	4.22	4.21
n=	356	34	77	58	87	100
冷凍調味魚片	4.19	4.04	3.73	4.32	4.43	4.33
n=	354	27*	65	48	99	114
柔軟精緻冷凍水餃	4.3	4.27	4.29	4.27	4.18	4.44
n=	335	23*	66	47	79	121
無麩質機能性米菓	4.1	4.19	4.45	3.45	4.12	4.14
n=	328	29*	70	42	68	120
柔順吐司	4.21	3.86	4.26	4.14	4.26	4.27
n=	339	41	72	45	64	117
易消化雞肉粽	4.35	4.34	4.38	4.44	4.11	4.42
n=	333	47	73	49	62	102
專業樂齡餐食網路平台	3.65	3.66	3.55	3.51	3.19	4.05

對「概念句」符合需求的意見

- ◆ 柔軟精緻冷凍水餃除美味導向族之外，對各族群符合需求程度均高。
- ◆ 冷凍調味魚片對自煮困擾族、美味導向族及平價美味外食族符合需求程度較高。
- ◆ 無麩質機能性米菓及易消化雞肉粽對健康活力族、樂齡外食族；柔順吐司對樂齡外食族及平價美味外食族，均衡補給飲料及易消化雞肉粽對自煮困擾族之符合需求程度高。

- 5分量表平均數，5:非常符合，1:完全不符合

	TOTAL	Cluster 1 健康活力族	Cluster 2 樂齡外食族	Cluster 3 自煮困擾族	Cluster 4 美味導向族	Cluster 5 平價美味外食族
n=	354	46	70	55	79	104
均衡補給飲料	3.94	3.69	3.86	4.23	3.87	4.01
n=	356	34	77	58	87	100
冷凍調味魚片	4.1	3.82	3.59	4.25	4.38	4.27
n=	354	27*	65	48	99	114
柔軟精緻冷凍水餃	4.24	4.37	4.2	4.25	3.96	4.47
n=	335	23*	66	47	79	121
無麩質機能性米菓	3.94	4.27	4.23	3.43	3.86	3.96
n=	328	29*	70	42	68	120
柔順吐司	4.17	3.88	4.24	4.13	4.11	4.25
n=	339	41	72	45	64	117
易消化雞肉粽	4.19	4.33	4.24	4.36	3.98	4.17
n=	333	47	73	49	62	102
專業樂齡餐食網路平台	3.56	3.51	3.4	3.45	3.13	4