

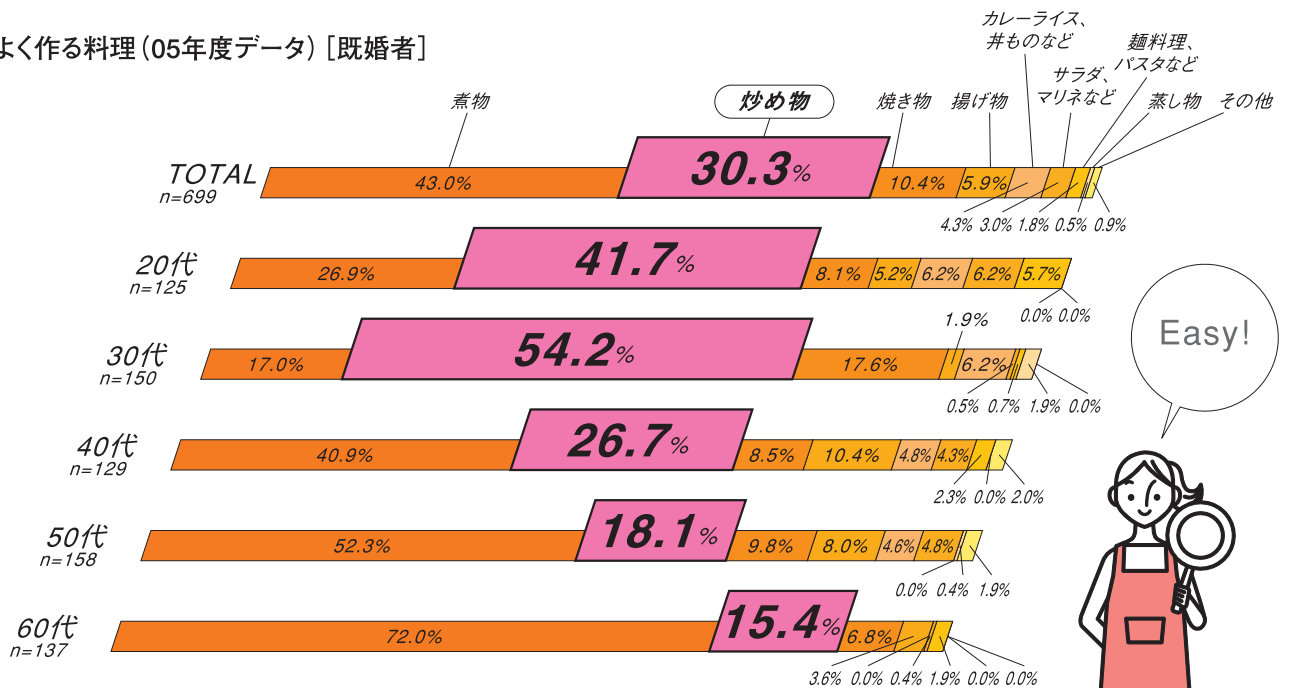
調理スタイル

『炒め物』の良い点は『調理が簡単』なこと! 特に若い世代に支持されている。

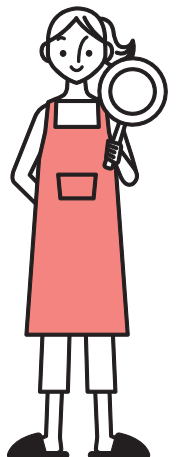
05年度のデータでよく作るメニューランキングは、1位『煮物』2位『炒め物』3位『焼きもの』。特に『炒め物』は20代、30代で支持されており、若い世代ほど『ほぼ毎日』と答えた人が多い。また、『炒め物』の良い点として、全年代を通して『調理が簡単だから』『いろいろな野菜・食材がとれるから』が挙げられている。キッチンに立つ時間が短く、食事作り以外のことに時間を有効活用しようとする若者の姿が見えてくる。

●炒め物について

●最もよく作る料理 (05年度データ) [既婚者]



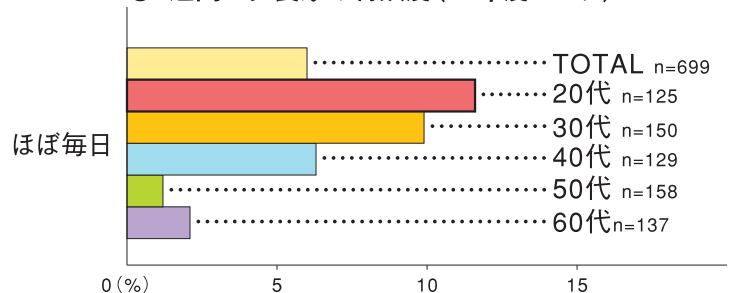
Easy!



●炒め物の良い点 (05年度データ)



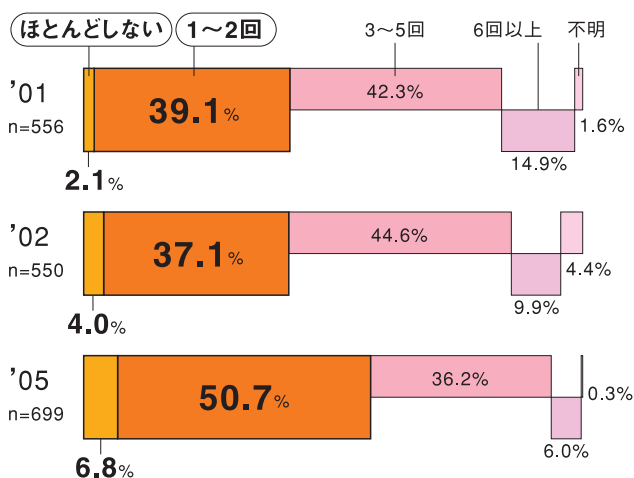
●1週間の夕食炒め物頻度 (05年度データ)



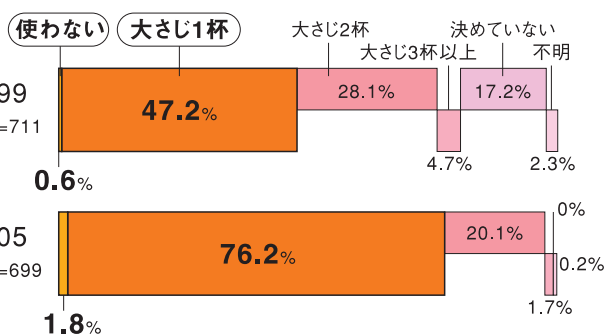
『炒め物』の調理頻度は減少傾向。『炒め物』の嫌な点は、『油の摂りすぎ』『油ハネ』『ワンパターンになる』！

炒め物の調理頻度が減少傾向にある。また、調理時の油使用量も減少傾向である。炒め物の嫌な理由としては、比較的高い年代で『油の摂り過ぎ』が気にされており、高い年代ほど【カロリー摂取】に気を使う姿勢がうかがえる。また、『油はね』や『レンジの汚れ』などがすべての年代で共通の悩み事となっており、【油汚れ】も炒め物減少の大きな要因となっている。一方で、子供2人以上の家庭では、『汚れ』や『油の摂りすぎ』よりも、『冷めると味が落ちる』や『ワンパターンになる』といった不満が多く、家族が多いほど【豊かな食卓】を演出したいという気持ちが見える。

●1週間の夕食炒め物頻度



●炒め物での食用油使用量



●炒め物の悪い点 (05年度データ)



[家族形態]



片付けや汚れについての不満 カロリーや栄養面の不満 調理品についての不満