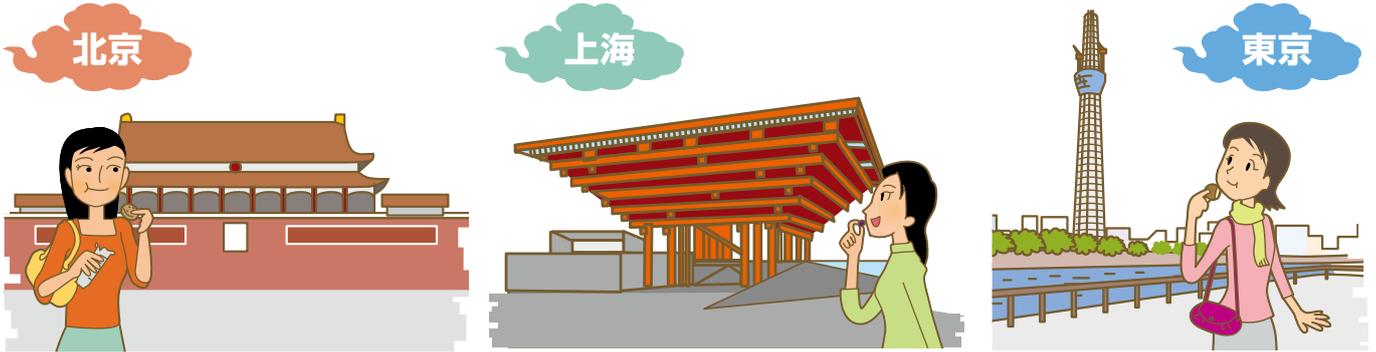


## 会社員の間食事情

～ 3都市(北京・上海・東京)における意識と実態の比較～



### 調査背景

2010年、中国上海では万博が開催され、歴代最多入場数となるなど大変盛況のうちに終了し、その直接経済効果は1300億元(約1兆6千億円)とも試算されています。今年の中国の名目GDPは日本を抜き、米国に次いで世界第2位となることが見込まれているなど、今後ますますの経済発展が予想されます。また経済発展と同様に、食品の消費支出額も年々増加しており(図1)、中国の食事情も大きく変化していくことが考えられます。

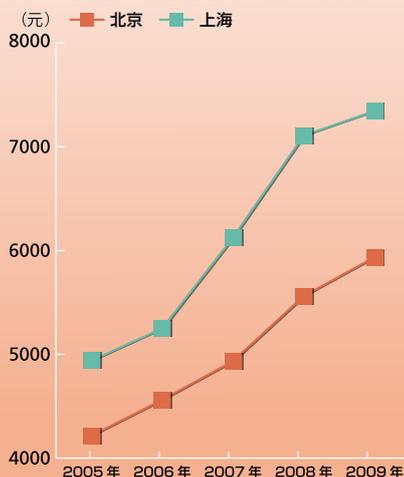
近年、日本では偏食、欠食、不規則な食事時間など食への関心の低さや食生活の乱れが問題視されています。日本では食に関する情報や多様な食材などに恵まれてはいるものの、日清オイリオグループ生活科学研究室が以前調査した、北京・上海・東京にお

ける若年層の「食」スタイルの比較によると、中国と比較して調理離れや孤食が進んでいる現状が浮き彫りになりました。

また、日本で間食する人は年々増えており(図2)、食生活の乱れによって間食の位置づけが変わりつつあります。さらにここ数年、会社向けの配置菓子の設置が増えたり、会社での需要を意識したスイーツ専門カタログが発行されるなど、間食する場として「職場」が注目されています。

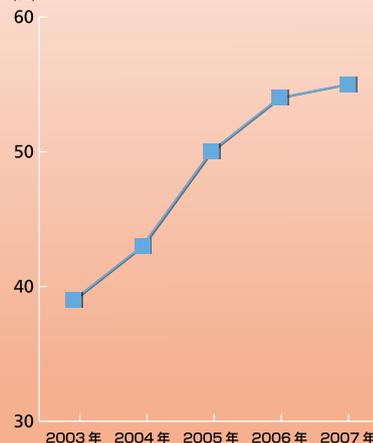
そこで、今後の中国市場を牽引していくであろう中高所得者層の北京、上海の20-40代会社員と、東京の同年代の会社員を対象とし、3都市における間食の意識と実態の違いを把握することを目的にアンケート調査を実施しました。

図1 食品の消費支出の額(中国)



北京統計局「北京統計年鑑」  
上海統計局「上海統計年鑑」

図2 毎日1回以上間食している人(20-40代)の割合(日本)



厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室  
「国民健康・栄養調査」より改編

### 目次

調査背景	1
朝食・昼食・夕食をとる場所はどこ?	2
通勤途中に何を食べているの?	3
会社での間食はどうしているの?	4
これから増えそう&減りそうな間食って何?	6
チョコレートへの想い/スナック菓子への想い	7
お菓子への想いあれこれ	8
Pick Up 中国レポート	10
まとめ	

# 朝食・昼食・夕食をとる場所はどこ？

北京、上海では社員食堂や飲食店、  
東京では会社のデスクが多い昼食

「朝食をとる場所」については、3都市とも「自宅」と答えた人の割合がトップで、特に東京で高くなりました。北京、上海では屋台などの手頃な値段の飲食店が数多くあり、通勤途中に朝食を食べる人も多いようです。また、「食べない」と答えた人の割合は北京、上海では3%でしたが、東京では12%もあり、朝食の欠食率が高いことが特徴的でした。この理由と

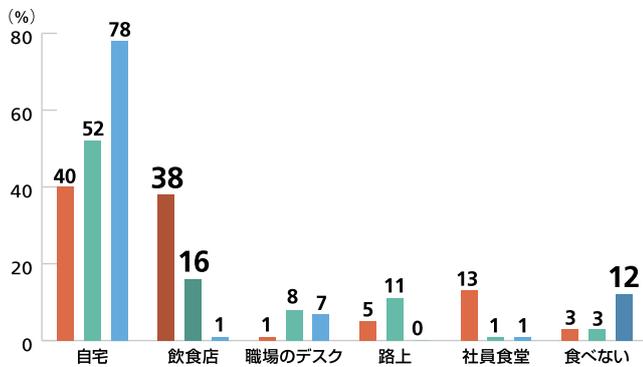
して、東京の食に関する意識の低さや通勤時間の長さなども関係していると推測できます。

「昼食をとる場所」については、北京、上海では「社員食堂」や「飲食店」が上位に入っていましたが、東京では「会社のデスク」の割合が最も高くなり、会社のデスクで弁当などを食べる様子が見えます。これは、コンビニの普及率や外食費の節約、給食施設の有無などの影響があると考えられます。

「夕食をとる場所」については、3都市とも朝食と同様に「自宅」と答えた人の割合がトップとなりましたが、北京では9%の人が社員食堂で食べることが特徴的でした。

## 朝食をとる場所

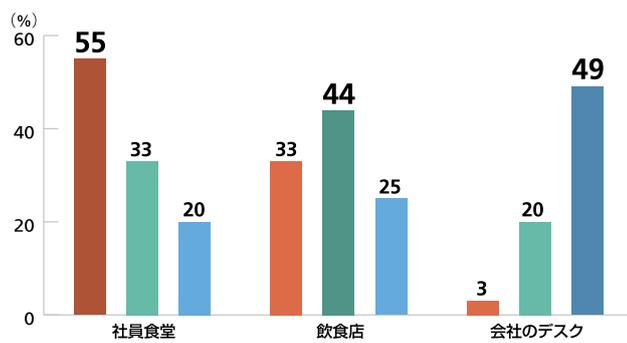
北京 n=300 上海 n=300 東京 n=300



北京・上海の屋台風景

## 昼食をとる場所

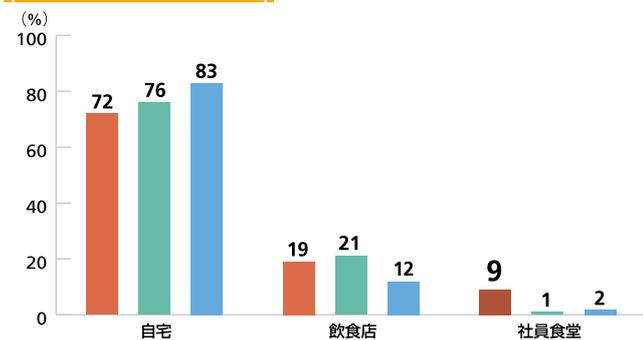
北京 n=300 上海 n=300 東京 n=300



北京・上海のオフィスビル内に併設されている飲食店  
社員食堂として提携されているところもある

## 夕食をとる場所

北京 n=300 上海 n=300 東京 300



東京の会社のデスクでパソコンを使用しながらコンビニ弁当を食べている様子

# 通勤途中に何を食べているの？

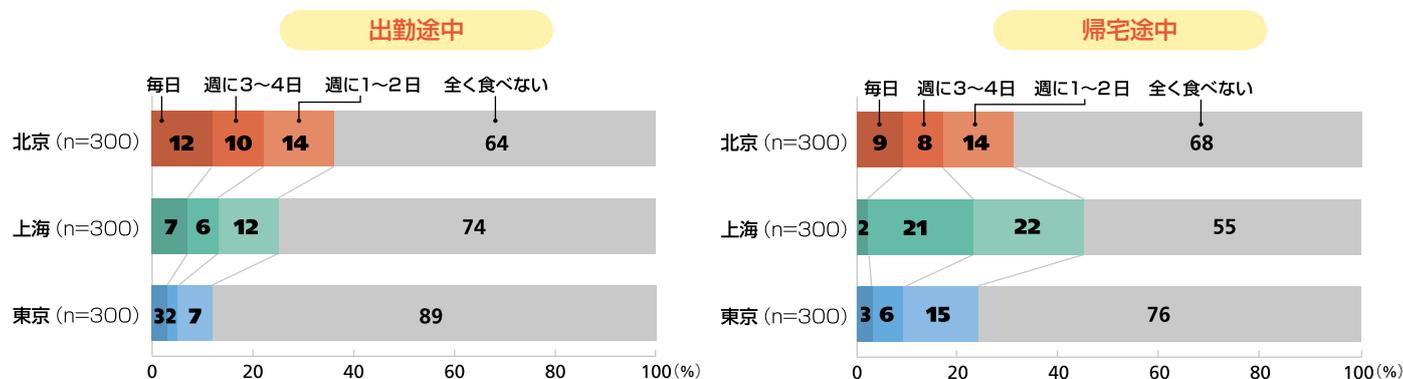
※本調査の間食は「ガム、飴、粒状清涼菓子、飲料を除く、食事と食事の間に口にすることをすべて」と定義しています。

## 北京、上海ではスナック菓子を 食べながら通勤！

「出勤途中」の間食頻度は、北京、上海、東京の順に高くなっていました。北京、上海では、電車やバスなどの交通機関内で食べたり、歩きながら食べる習慣があり、そのことも影響していると推測できます。また、北京、上海では「スナック菓子」、東京では「チョコレート」が最も食べられており、「栄養調整食品」も3位に入っていました。

「帰宅途中」の間食頻度は、上海が最も高く、ついで北京、東京となりました。北京では「アイスクリーム」、上海では「ビスケット・クッキー・クラッカー」、東京では「チョコレート」が最も食べられており、さらに東京と上海で「栄養調整食品」がそれぞれ2位、3位となりました。また、東京、上海では北京と比べ、「パン類」や「軽食類」といった空腹を満たす間食が上位に入っていました。3都市の就労時間を比較すると北京では8時間以上の割合が最も低くなっていることから、就労時間の長さも間食の種類の違いに影響していると推測できます。

### 間食頻度

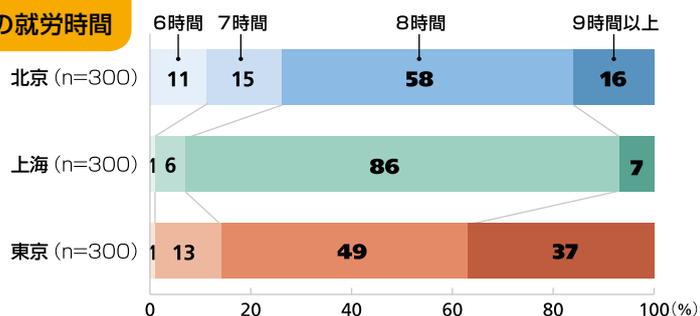


### 間食の種類

都市	出勤途中			帰宅途中		
	1位	2位	3位	1位	2位	3位
北京 (n=109)	スナック菓子 17%	ビスケット・クッキー・クラッカー 15%	果物・野菜 14%	アイスクリーム 24%	果物・野菜 15%	ナッツ類 11%
上海 (n=77)	スナック菓子 29%	チョコレート 14%	パン類 12%	ビスケット・クッキー・クラッカー 19%	チョコレート 16%	栄養調整食品 パン類 各10%
東京 (n=34)	チョコレート 29%	パン類 15%	栄養調整食品 ビスケット・クッキー・クラッカー 各12%	チョコレート 35%	栄養調整食品 14%	軽食類 10%



### 1日の就労時間



# 会社での間食はどうしているの？

北京、上海では果物・野菜  
東京ではチョコレート

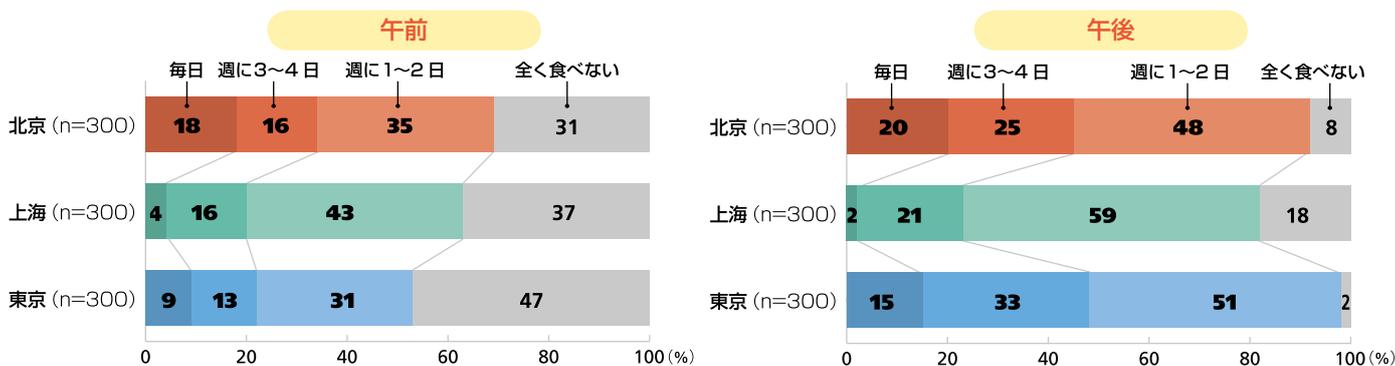
会社での間食頻度について、午前は3都市とも50%を超え、午後になると、東京98%、北京92%、上海82%とほとんどの人が間食していることがわかりました。午前は、北京、上海で「果物・野菜」、東京では「チョコレート」が最も食べられていました。また、東京では「栄養調整食品」も上位にあげられており、間食理由として「小腹がすいた」、「食事をする時間がない」があげられていることから、ここでも朝食の欠食による影響が推測できます。

午後の間食については、北京では「果物・野菜」、「ナッツ類」、「ビスケット・クッキー・クラッカー」の順となり、その理由として「暇つぶし」がトップとなっていました。また、上海、東京では、午前とほぼ同じ内容が上位に入っていました。間食理由としては上海、東京とも「小腹がすいた」、「気分転換」、「眠気覚まし」の順となっており、さらに東京では「小腹がすいた」と答えた人の割合が70%にも達していることから、帰宅途中と同様に就労時間の影響も考えられます。



パソコンの横にはきゅうりが

## 間食頻度



## 間食の種類

時間	都市	順位		
		1位	2位	3位
午前	北京 (n=206)	果物・野菜 39%	チョコレート 11%	スナック菓子 10%
	上海 (n=190)	果物・野菜 19%	チョコレート 17%	ビスケット・クッキー・クラッカー 15%
	東京 (n=160)	チョコレート 45%	ビスケット・クッキー・クラッカー 15%	栄養調整食品 9%
午後	北京 (n=276)	果物・野菜 45%	ナッツ類 12%	ビスケット・クッキー・クラッカー 9%
	上海 (n=247)	ビスケット・クッキー・クラッカー 22%	果物・野菜 19%	チョコレート 18%
	東京 (n=294)	チョコレート 43%	ビスケット・クッキー・クラッカー 14%	スナック菓子 9%

## 理由

[複数回答]

1位 暇つぶし ..... 35%  
2位 小腹がすいた ..... 32%  
3位 食べたいものがあつた ..... 20%

1位 小腹がすいた ..... 34%  
2位 気分転換 ..... 19%  
3位 食べたいものがあつた ..... 17%

1位 小腹がすいた ..... 71%  
2位 食べたいものがあつた ..... 30%  
3位 食事をする時間がない ..... 18%

1位 暇つぶし ..... 41%  
2位 小腹がすいた ..... 35%  
3位 食べたいものがあつた ..... 16%

1位 小腹がすいた ..... 28%  
2位 気分転換 ..... 27%  
3位 眠気覚まし ..... 22%

1位 小腹がすいた ..... 70%  
2位 気分転換 ..... 43%  
3位 眠気覚まし ..... 17%



## 北京、上海では間食がコミュニケーションの一環に！

会社で食べる間食の購入場所は3都市とも「コンビニ」、「スーパー」が上位に入っており、「社内の売店・配置菓子」は割合は低いものの3都市とも5位以内に入っていました。また、1週間の間食費用として北京、上海では多くのお金をかけている（50元以上）のに対し、東京ではあまりお金をかけていない（250円未満）ことがわかりました。

「自分のデスクで間食可能か」については、「間食できる」と答えた人の割合は東京では86%にもなりましたが、北京、

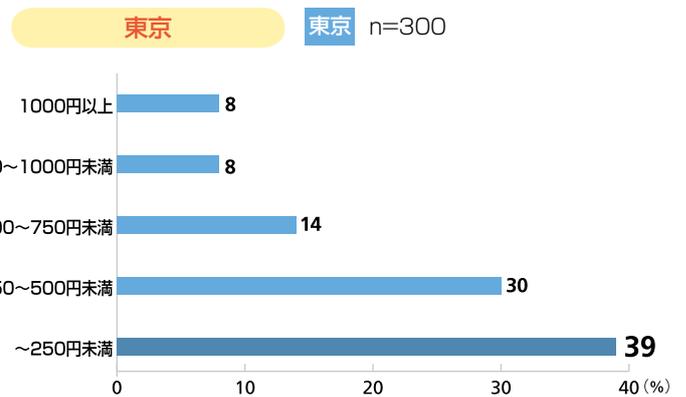
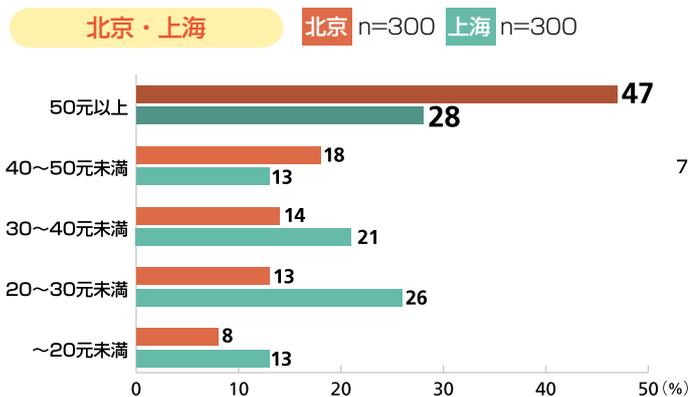
上海では50%未満でした。「会社で間食を配るか」については、東京では「ほとんど配らない」や「たまに配る」が多かったのに対し、上海では「ほとんど配る」、北京では「毎回配る」が多くなっていました。

これらのことから、北京、上海では果物・野菜が多く食べられているなど間食の種類の違いや、職場での間食に対する意識の違いなどにより、会社のデスクから離れた場所に集まり、皆で間食する様子うかがえます。また、北京、上海では間食する際に皆に配る習慣があり、このことが間食にかけられる費用が高い理由にもなっていると推測できます。

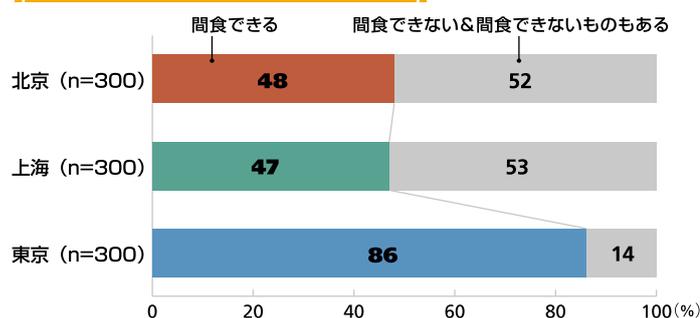
[複数回答]

購入場所	1位	2位	3位	4位	5位
北京 (n=300)	スーパー 95%	コンビニ 51%	市場 13%	菓子専門店 11%	社内の売店・配置菓子 9%
上海 (n=300)	コンビニ 87%	スーパー 72%	菓子専門店 43%	社内の売店・配置菓子、駅の売店 各18%	
東京 (n=300)	コンビニ 71%	スーパー 31%	社内の売店・配置菓子 18%	ほとんど人からもらう 13%	駅の売店 9%

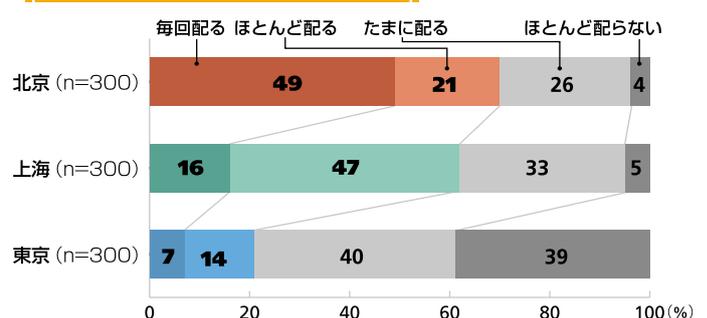
## 1週間の間食費用



## 自分のデスクで間食可能か



## 会社で間食を配るか



# これから増えそう&減りそうな間食って何？

## 今後減りそうな間食は 3都市ともスナック菓子

今後増えそうな間食として、北京、上海では「果物・野菜」が最も多く、「ナッツ類」、「ドライフルーツ」なども上位にあげられていました。東京では「チョコレート」が最も多かったものの、それ以上に「特にない」と答えた人の割合が高くなりました。増えそうな理由としては、「体に良い」が共通してあげられています。

今後減りそうな間食は、3都市とも「スナック菓子」がトップとなり、東京で増えそうな間食のトップの「チョコレート」

が、北京、上海では逆に減りそうな間食の2位にあげられていました。減りそうな理由としては、「体に悪い」、「カロリーが気になる」といったことが共通してあげられていました。また、増えそうな間食と同様に、東京は「特にない」と答えた人が31%もあり、現状の間食に特に不満は感じておらず、今後間食で食べるものはそれほど変化がないと推測できます。

会社で食べるお菓子に求めることについては、3都市とも「おいしい」がトップとなり、次いで「手が汚れない」、「匂いが少ない」、「音がしない」といった利便性を求めています。北京、上海では「油控えめ」、「糖分控えめ」、「塩分控えめ」といった健康面を気にしていることも特徴的でした。

### 今後増えそうな間食

	1位	2位	3位	4位	5位	番外
北京 (n=300)	果物・野菜 75%	ナッツ類 24%	デザート類 12%	ドライフルーツ 11%	アイスクリーム 9%	ない 0%
上海 (n=300)	果物・野菜 46%	ビスケット・クッキー・クラッカー 19%	ナッツ類 14%	栄養調整食品 13%	ドライフルーツ 13%	ない 0%
東京 (n=300)	チョコレート 17%	アイスクリーム 15%	果物・野菜 13%	デザート類 12%	栄養調整食品 11%	ない 27%

#### 理由

- [複数回答]
- 1位 好き……………33%
  - 2位 体に良い……………24%
  - 3位 栄養がある……………18%
- 1位 体に良い……………25%
  - 2位 おいしい……………24%
  - 3位 栄養がある……………15%
- 1位 好き……………17%
  - 2位 体に良い……………12%
  - 3位 食べやすい……………7%

### 今後減りそうな間食

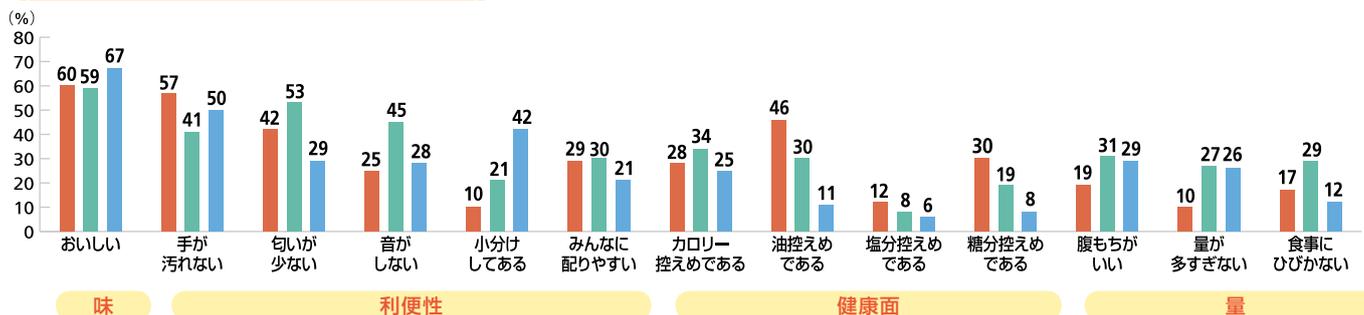
	1位	2位	3位	4位	5位	番外
北京 (n=300)	スナック菓子 49%	チョコレート 18%	ビスケット・クッキー・クラッカー 12%	デザート類 10%	乾物類 9%	ない 0%
上海 (n=300)	スナック菓子 36%	チョコレート 19%	せんべい 14%	ビスケット・クッキー・クラッカー 12%	中国菓子 9%	ない 0%
東京 (n=300)	スナック菓子 26%	せんべい、和菓子、洋菓子 各10%			軽食類 10%	ない 31%

#### 理由

- [複数回答]
- 1位 体に悪い……………42%
  - 2位 嫌い……………20%
  - 3位 カロリーが気になる……………14%
- 1位 体に悪い……………34%
  - 2位 カロリーが気になる……………13%
  - 3位 飽きた……………10%
- 1位 カロリーが気になる……………17%
  - 2位 体に悪い……………9%
  - 3位 味覚が変わると思う……………8%

### 会社で食べるお菓子に求めること

北京 上海 東京 [複数回答]



# チョコレートへの思い ~どんなイメージ?~

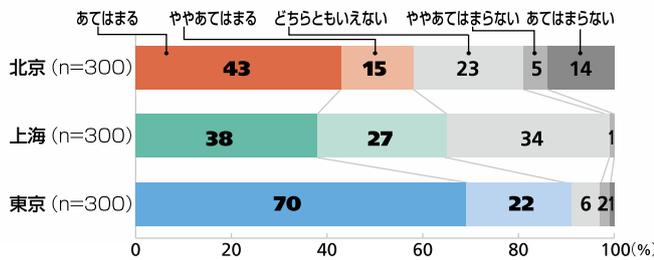


北京、上海では高級なイメージ! 東京では親しみやすいイメージ!

チョコレートの好き嫌いについて、東京は肯定率(「好き」「やや好き」の合計)が92%であったのに対し、上海は65%、北京は58%となり、大きな差が見られました。また、北京や上海では「高級」なイメージが強いようですが、東京では「親しみやすい」ものとなっていました。

チョコレートに求めることは、3都市とも「おいしい」がトップでしたが、北京、上海では「カロリー控えめ」「虫歯にならない」といった健康面が気になるようでした。一方、東京では「暑い日でも溶けない」「後味がよい」といった機能性などを求めていることが特徴的でした。

## チョコレートの好意度



## イメージ [複数回答]

- 1位 高級……50%
- 2位 健康的……42%
- 3位 女性的……40%
- 1位 女性的……33%
- 2位 高級……32%
- 3位 子供っぽい……27%
- 1位 親しみやすい……43%
- 2位 女性的……31%
- 3位 冬……29%

## チョコレートに求めること

	1位	2位	3位	4位	5位
北京 (n=300)	おいしい 77%	カロリー控えめ 50%	虫歯にならない 40%	口どけがよい 36%	気分転換になる 21%
上海 (n=300)	おいしい 62%	カロリー控えめ 42%	口どけがよい 40%	虫歯にならない 28%	暑い日でも溶けない 25%
東京 (n=300)	おいしい 72%	暑い日でも溶けない 56%	後味がよい 40%	空腹が解消する 32%	カロリー控えめ 29%

# スナック菓子への思い ~何を求めるの?~

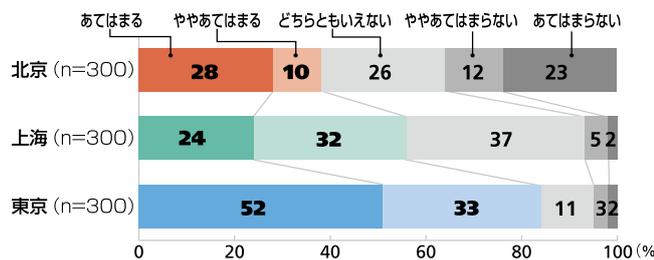


北京、上海は健康! 東京は空腹解消!

スナック菓子の好き嫌いについて、東京は肯定率が85%であったのに対し、上海は56%、北京は38%となり、チョコレート以上に大きな差が見られました。また、北京や上海では「不健康」や「子供っぽい」というイメージを、東京では「安い」「親しみやすい」というイメージを持っていました。

スナック菓子に求めることも、3都市とも「おいしい」がトップでした。北京、上海では「カロリー」「糖分」「塩分」控えめなど健康面に対する要望が多かったのに対し、東京では「空腹が解消する」ことを求める割合が多く、スナック菓子が食事を補うアイテムの一つと考えられていることも推測できました。

## スナック菓子の好意度



## イメージ [複数回答]

- 1位 不健康……60%
- 2位 子供っぽい……53%
- 3位 安い……30%
- 1位 子供っぽい……48%
- 2位 不健康……45%
- 3位 安い……28%
- 1位 安い……52%
- 2位 親しみやすい……49%
- 3位 不健康……40%

## スナック菓子に求めること

	1位	2位	3位	4位	5位
北京 (n=300)	おいしい 71%	油っぽくない 66%	カロリー控えめ 43%	糖分控えめ 33%	味付けが薄い 30%
上海 (n=300)	おいしい 66%	油っぽくない 57%	カロリー控えめ 42%	気分転換になる 29%	糖分控えめ 28%
東京 (n=300)	おいしい 74%	空腹が解消する 38%	カロリー控えめ 36%	油っぽくない 33%	気分転換になる 29%

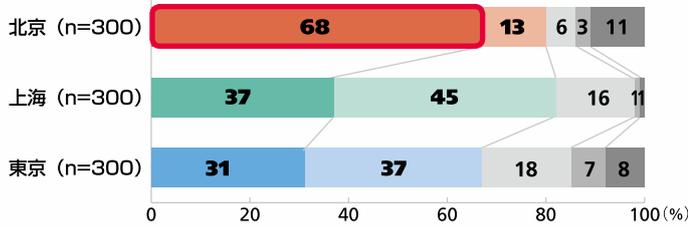
# お菓子への思いあれこれ



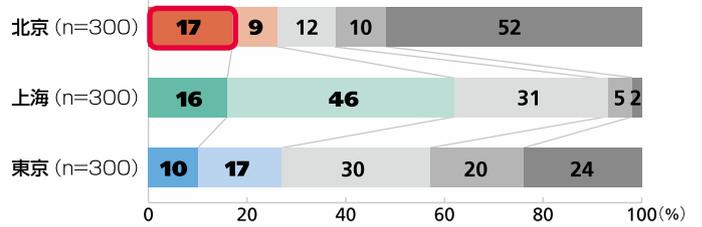
## 好奇心

北京では好奇心は強いが、並ぶことは好まない!?

### 新しいお菓子を試したい



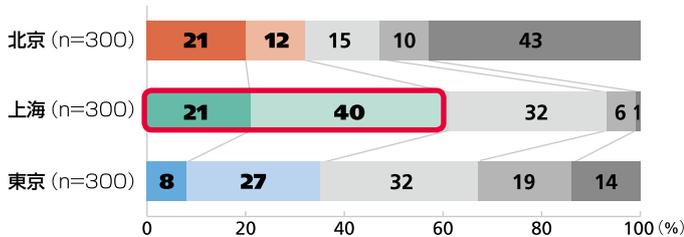
### 話題のお菓子は並んでも購入したい



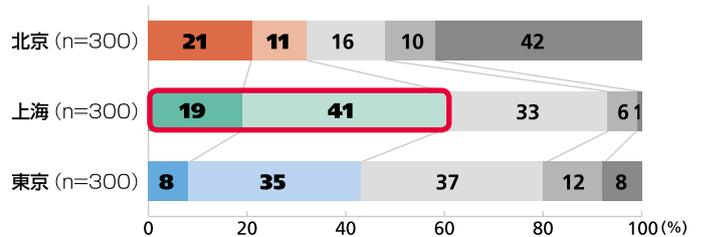
## 経済性・利便性

上海では価格や利便性に敏感!

### 安く売っているものをまとめ買いする



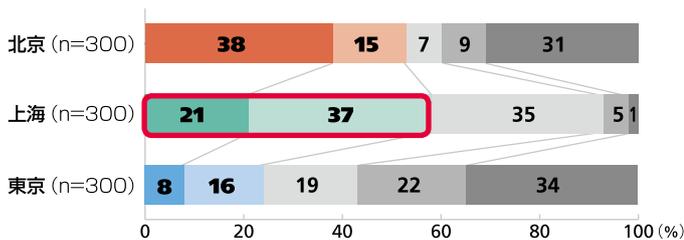
### 個包装のお菓子を選びたい



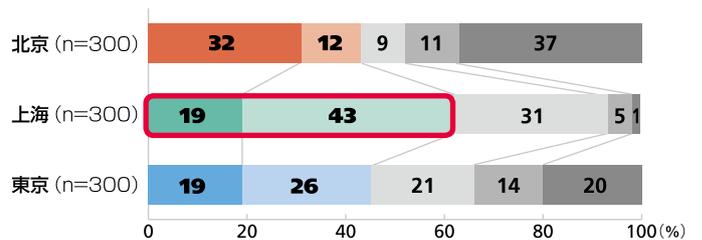
## 習慣性

上海ではいつもお菓子を手元に!

### お菓子を持ち歩いている



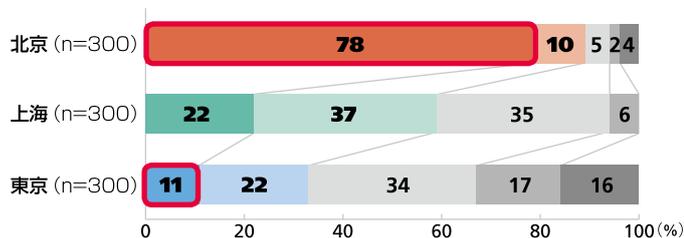
### 会社のデスクに買い置きしている



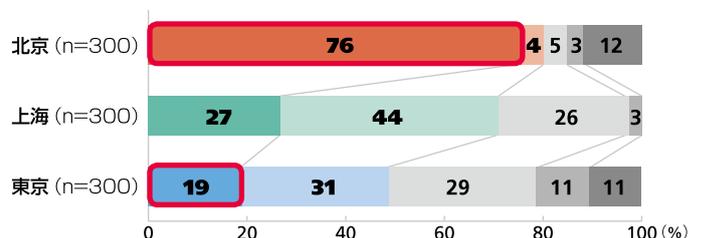
## 健康面

北京では特に健康面を気にしているが、東京ではあまり…

### 栄養成分が強化されているお菓子を選びたい



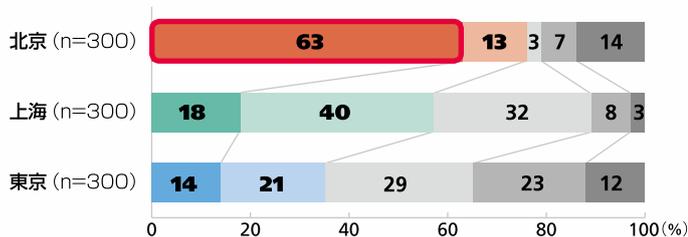
### 脂質の少ないお菓子を選びたい



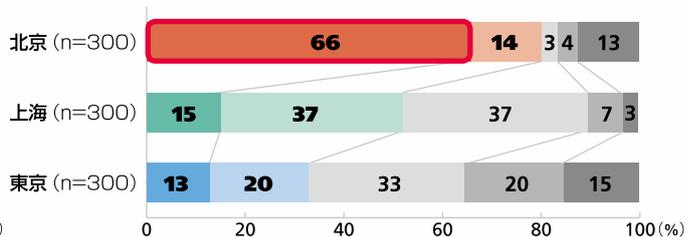
安心・安全性

北京では安心・安全に対する関心が高い！

添加物が気になる



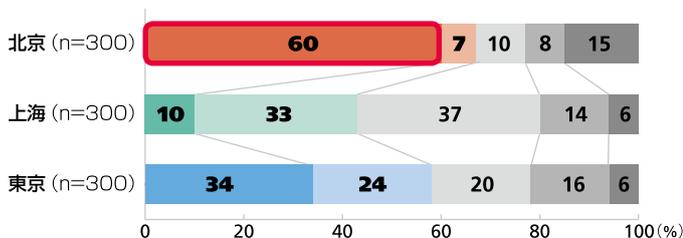
原材料が気になる



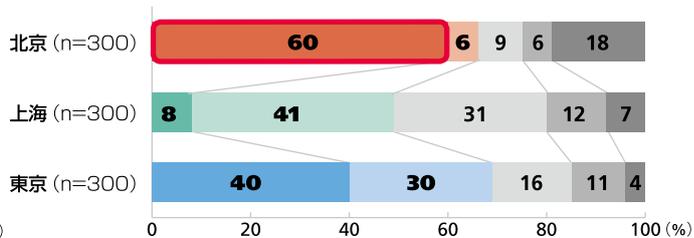
道徳・マナー

北京では道徳意識が高い！?

街中を歩きながら食べるのは抵抗がある



交通機関の中で食べるのは抵抗がある



北京の人は…

感情に走りやすく、衝動消費を起こしやすい。だけど、面倒くさがり。品質を気にする気持ちが特に強い。オリンピック時の教育により道徳意識は高いが、実際は…



このお菓子、食べても大丈夫かしら？  
添加物や原材料が気になる…

上海の人は…

金銭に敏感に反応し、物の見た目と値打ちを追求。こだわりを持ち慎重なので、新しいものを試すときはブランド力を信じて購入。ただし、マナーは…



テレビで取り上げられていたお菓子だ！人がいっぱい並んでいるけど、食べたい!!

東京の人は…

食生活同様にお菓子に対してもこだわりのない人（無関心）が多い。特に現状に不満はないともいえる



おいしければなんでもいいや～

〇〇食品商店

北京、上海では菓子専門店として「〇〇食品商店」と名付けられるお店が数多くあるようです。地元でおいしいと評判のお菓子やお土産が対面販売されており、地方からの観光客も多く立ち寄ります。



こんなお菓子が  
大好き

今回の調査で北京、上海の人が特に好きなお菓子としてあげてくれたものです。ポテトチップス好きが目立ちました。



スナック菓子

チョコレート菓子

よく食べられている野菜・果物、ナッツ類

きゅうりやトマト、パプリカなどの「野菜」、梨やぶどうなどの「果物」、ひまわりやスイカの種などの「ナッツ類」、なつめ、ドライフルーツなど日本では間食として馴染みのないものが多く食べられていました。



上から時計回りにドライイチゴ、パプリカ、トマト、きゅうり、ドライトマト、なつめ、ひまわりの種、スイカの種

写真提供：Mintel社GNPD

まとめ

今回の調査より、北京、上海、東京における会社員の間食の実態や意識について、北京と東京では大きな違いが見られ、上海は経済発展と同様に北京と東京の中間的な位置づけになっていることが、改めて明らかになりました。

まず、間食の種類の違いとして、東京で間食と言えばお菓子や軽食類が主ですが、北京では野菜・果物、ナッツ類が多く食べられており、上海では野菜・果物をはじめとして、お菓子や軽食類なども食べられていました。次に間食にかかる費用ですが、北京、上海では東京と比較してかなり多いことがわかりました。さらに会社での間食スタイルにも違いが見られ、東京ではデスクで仕事をしながら一人で間食するのに対し、北京や上海ではコミュニケーションの一環として、デスクを離れて皆で間食するという違いも明らかになりました。これら、間

食の種類、費用、スタイルが、相互に密接に関連し、3都市の違いとなって表れていることが推測できました。

お菓子に求めることは、「おいしさ」が3都市とも共通して重要なポイントとなっていました。さらに、北京では安心・安全、上海では経済性・利便性と、「おいしさ」以外も重要視しているのに対し、東京では特にこだわりはなく、食事同様に「おいしければ何でもいい」といった関心の低さが表れていました。

今後、日本だけでなく中国においても、3回の食事を基本として、間食が食生活を乱すことのないよう、上手に利用していくことがますます必要になってくるでしょう。また、中国の消費者は国内の菓子、特にスナック菓子やチョコレートの品質や味にまだまだ満足しておらず、今後その要望や好みを取り入れた商品が普及することで急激な市場の拡大が見込まれると思われま

調査概要

調査対象：〈共通〉：週1回以上会社で間食する人  
 〈北京・上海〉：20～40代会社員 男女 世帯年収60,000元以上  
 〈東京〉：20～40代会社員 男女 年収不問  
 サンプル数：900名（各都市・年代 男女各50名）  
 調査方法：インターネット調査

実施期間：〈北京・上海〉：2010年7月30日～8月9日  
 〈東京〉：2010年8月6日～16日

※本レポートの文章、データ、イラストを許可なく複写・複製・転載することを禁じます

日清オイリオグループ株式会社

■お問い合わせ先  
 生活科学研究室

http://www.nisshin-oillio.com ※ホームページでは、バックナンバーをご覧いただけます。

〒104-8285 東京都中央区新川1-23-1 TEL.03-3206-5218

■発行日 2010年11月15日



揮発性有機化合物を含まない大豆油の Non-VOCインキを使用しています。

