

# 中食スタイル

～男性は油分・カロリー、女性は添加物に不満！～

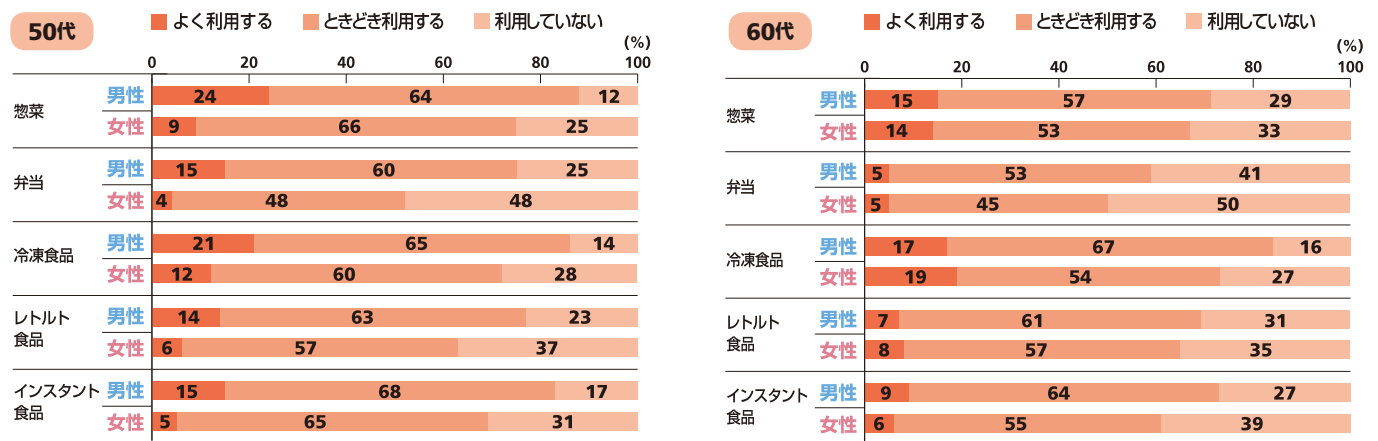
中食（総菜、弁当、冷凍食品、レトルト食品、インスタント食品）を「よく利用する」は、男性は60代より50代の方が高くなっていましたが、逆に女性は60代の方が高くなっていました。また「弁当」に関しては、他の中食と比較して「利用していない」が全年代とも高くなっていきます。

利用理由として、全年代とも「忙しくて料理を作る時間がない」が上位にあがっていましたが、男性60代においては「料理の材料を買って作るより割安」等の理由も上位にあがっていました。

不満については、ほとんどの中食において男性は「特に不満はない」、女性は「添加物が不安」がトップでしたが、「弁当」に関しては「油分が多い」、「カロリーが高い」といった不満が多くあがっていました。

今後の利用意向は、全ての中食について現状と「変わらない」が最も高くなりましたが、中食間の比較では「総菜」、「冷凍食品」において「増える」が高くなりました。一方、「インスタント食品」は特に女性60代で「減る」が高くなりました。

中食の利用頻度（よく利用する：週に数回、ときどき利用する：月に数回、利用していない：それ未満）



利用理由【複数回答】

総菜		1位		2位		3位	
男性	50代 (n=132)	料理によっては買ったほうがおいしい	47%	もう一品ほしい	42%	忙しくて料理を作る時間がない	39%
	60代 (n=107)		47%		44%		料理の材料を買って作るより割安
女性	50代 (n=113)	もう一品ほしい	54%	料理の材料を買って作るより割安	43%	料理によっては買ったほうがおいしい 忙しくて料理を作る時間がない	43%
	60代 (n=101)		47%		忙しくて料理を作る時間がない		46%
弁当		1位		2位		3位	
男性	50代 (n=112)	忙しくて料理を作る時間がない	53%	料理をするのが面倒	30%	自分で料理を作らない・作れない	29%
	60代 (n=88)		46%		31%		料理の材料を買って作るより割安
女性	50代 (n=78)	忙しくて料理を作る時間がない	56%	料理の材料を買って作るより割安	47%	料理の材料を買って作るより割安	32%
	60代 (n=75)		63%		料理をするのが面倒		29%
冷凍食品		1位		2位		3位	
男性	50代 (n=129)	忙しくて料理を作る時間がない	33%	もう一品ほしい	32%	料理によっては買ったほうがおいしい	30%
	60代 (n=126)		料理の材料を買って作るより割安		37%		料理によっては買ったほうがおいしい
女性	50代 (n=108)	もう一品ほしい	43%	忙しくて料理を作る時間がない	32%	料理によっては買ったほうがおいしい	28%
	60代 (n=110)		42%		料理の材料を買って作るより割安		31%
レトルト食品		1位		2位		3位	
男性	50代 (n=115)	忙しくて料理を作る時間がない	39%	料理をするのが面倒	35%	料理によっては買ったほうがおいしい	24%
	60代 (n=103)		料理の材料を買って作るより割安、料理によっては買ったほうがおいしい		32%		料理をするのが面倒
女性	50代 (n=95)	忙しくて料理を作る時間がない	35%	料理をするのが面倒	28%	料理によっては買ったほうがおいしい	24%
	60代 (n=97)		38%		料理の材料を買って作るより割安		27%
インスタント食品		1位		2位		3位	
男性	50代 (n=125)	忙しくて料理を作る時間がない	41%	料理をするのが面倒	35%	自分で料理を作らない・作れない	24%
	60代 (n=109)		35%		34%		料理の材料を買いに行くのが面倒
女性	50代 (n=104)	忙しくて料理を作る時間がない	48%	料理をするのが面倒	34%	料理の材料を買いに行くのが面倒	23%
	60代 (n=91)		41%		32%		20%

忙しくて料理する時間がないけれどもう一品欲しいわね



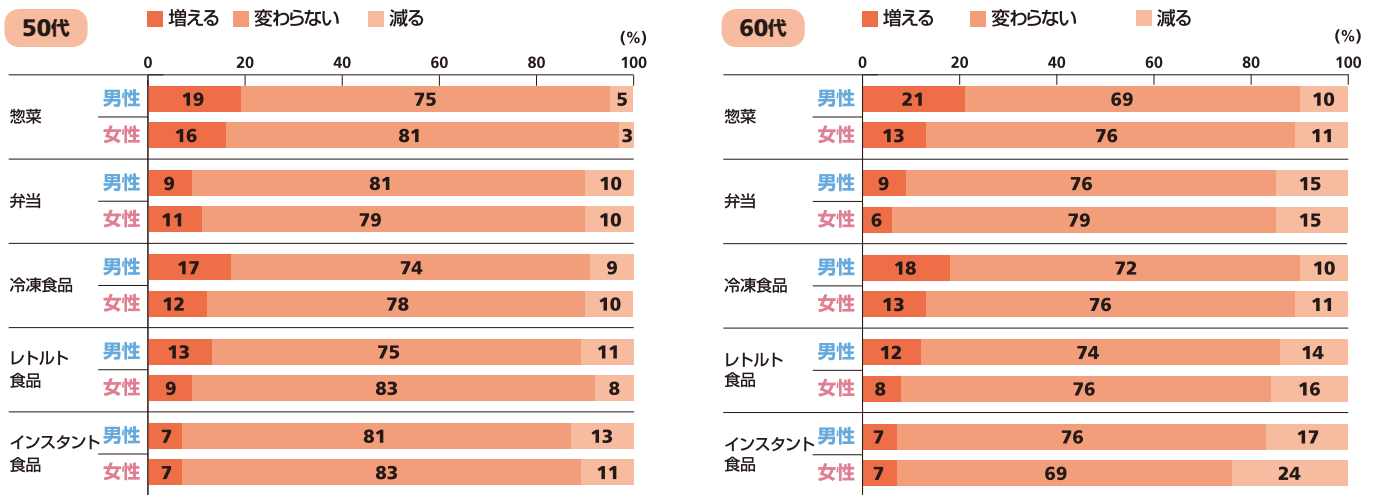
自分で作るより買ったほうがおいしいし割安にすむよなあ



不満【複数回答】

総菜		1位	2位	3位
男性	50代 (n=132)	特に不満はない	値段が高い	原産国・産地がわからない
	60代 (n=107)	41%	27%	24%
女性	50代 (n=113)	値段が高い	油分が多い、原産国・産地がわからない	添加物が不安
	60代 (n=101)	36%	34%	32%
弁当		1位	2位	3位
男性	50代 (n=112)	カロリーが高い、油分が多い	カロリーが高い	特に不満はない
	60代 (n=88)	40%	30%	27%
女性	50代 (n=78)	油分が多い	カロリーが高い	添加物が不安
	60代 (n=75)	41%	35%	35%
冷凍食品		1位	2位	3位
男性	50代 (n=129)	特に不満はない	原産国・産地がわからない	添加物が不安
	60代 (n=126)	44%	21%	17%
女性	50代 (n=108)	添加物が不安	特に不満はない	カロリーが高い、原産国・産地がわからない
	60代 (n=110)	29%	31%	24%
レトルト食品		1位	2位	3位
男性	50代 (n=115)	特に不満はない	添加物が不安	原産国・産地がわからない
	60代 (n=103)	42%	23%	16%
女性	50代 (n=95)	添加物が不安	値段が高い	添加物が不安、原産国・産地がわからない
	60代 (n=97)	36%	28%	18%
インスタント食品		1位	2位	3位
男性	50代 (n=125)	特に不満はない	添加物が不安	栄養バランスが悪い
	60代 (n=109)	30%	28%	20%
女性	50代 (n=104)	添加物が不安	カロリーが高い	添加物が不安
	60代 (n=91)	35%	24%	21%

今後の利用意向

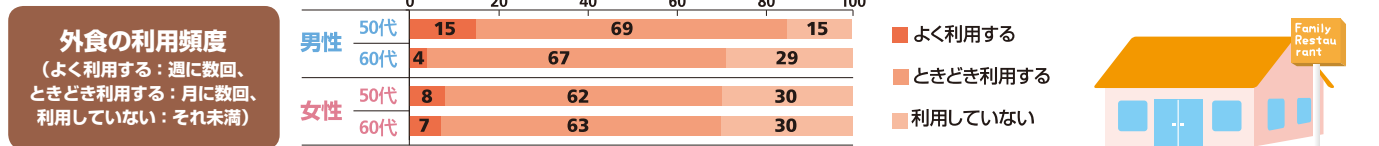


外食スタイル

～価格が手頃なファミレスが人気！～

外食を「よく利用する」は男性50代が最も高くなりました。また、よく利用する外食先は全年代とも「ファミリーレストラン」がトップとなり、それ以外では男性が「うどん・そば屋」、「ラーメン店」などの麺

類系、女性は「寿司屋」、「和食屋」などの和食系を好む様子が見られました。「ファミリーレストラン」を選ぶ理由としては、「価格が手頃だから」、「いろいろなメニューがあるから」等が上位にあげられました。



よく利用する外食先【単一回答】

		1位	2位	3位	4位	5位
男性	50代 (n=127)	17%	うどん・そば屋	15%	ラーメン店	13%
	60代 (n=107)	34%	ファミリーレストラン	20%	和食屋	10%
女性	50代 (n=105)	24%	寿司屋	17%	和食屋	15%
	60代 (n=105)	27%	和食屋	23%	寿司屋	11%

ファミリーレストランを利用する理由

- 1 価格が手頃だから
- 2 いろいろなメニューがあるから
- 3 手軽だから

(※和食屋：寿司屋、うどん・そば屋を除く)