

“内食”に関する意識調査

～「こだわり」と「満足」のギャップに着目～

東日本大震災以降、家族の絆が高まったことを受け、家で食事をする「内食回帰」の傾向がより強まっているといわれています。2011年5月に生活科学研究室が実施した調査でも、

「普段こだわっているもの」の1位が「内食」という結果になりました。

そこで、今回は「内食」について男女年代別に調査したところ、低い年代においてその頻度やこだわりが増していることや、高い年代で健康面が強く意識されていることが明らかになりました。また、特に女性において、節約や健康の面で、内食への「こだわり」に比べ「満足」が追いついていない状況がうかがえました。

内食の作り手として皆さんの考える「こだわり」と「満足」をぜひ知りたいわ!

ふたばさん



リーフ

「こだわり」と「満足」にギャップがあるみたいだよ。気になるなあ

調査概要

調査方法：インターネット

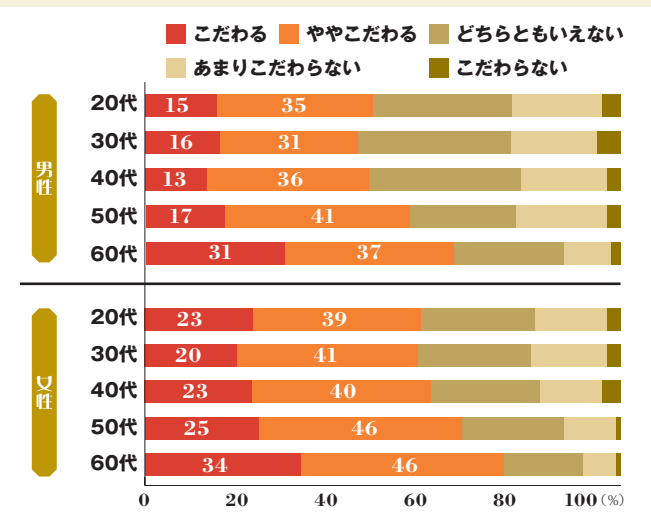
調査地域：全国

調査対象：週に1日以上内食をする20～60代の男女

サンプル数：2060サンプル（男女・年代 各206サンプル）

調査実施日：2011年11月11～12日

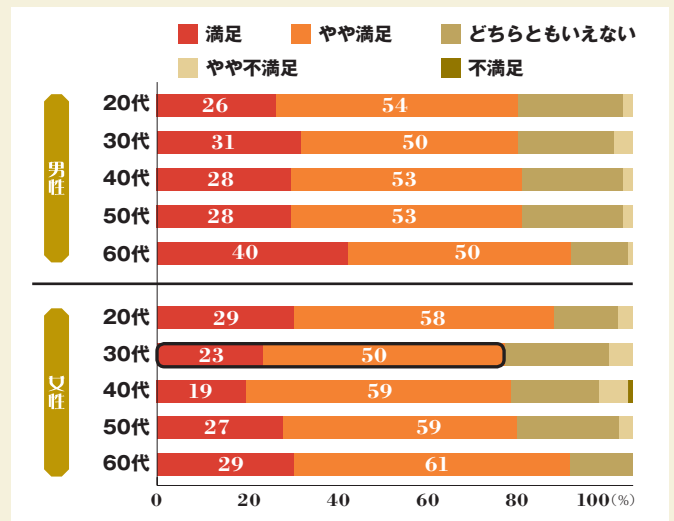
Q. 内食について、どの程度こだわっていますか？



ポイント

- 内食にこだわっている（「こだわる」＋「ややこだわる」）人は、20～40代においては、男性で50%程度、女性で60%程度になりましたが、60代ではさらに約20ポイント高くなり、男性では68%、女性では80%となりました。

Q. 内食について、どの程度満足していますか？



ポイント

- 内食に満足（「満足」＋「やや満足」）している人は、男性の20～50代は80%程度となりましたが、60代のみが90%と高くなりました。
- 女性では20、50、60代の割合が90%程度と高くなりましたが、30代は73%と他の年代と比較して低くなりました。

30代女性の満足度が低いのかあ。何でだろう？色々大変なのかな…？





内食について、それぞれの項目にどの程度こだわっていますか？

(各項目で「こだわる」「ややこだわる」を選んだ人の計)

	20代	30代	40代	50代	60代
男性	1位 料理の美味しさ 79%	料理の美味しさ 66%	料理の美味しさ 72%	料理の美味しさ 78%	野菜を多く食べられること 73%
	2位 料理のボリューム 68%	お金をかけないこと 62%	野菜を多く食べられること 65%	野菜を多く食べられること 66%	料理の美味しさ 72%
	3位 お金をかけないこと 65%	好きな味* 59%	好きな味 58%	健康に良い食事 61%	食材の新鮮さ 71%
女性	1位 料理の美味しさ 90%	料理の美味しさ 86%	料理の美味しさ 88%	料理の美味しさ 90%	野菜を多く食べられること 92%
	2位 好きな味 78%	好きな味 85%	野菜を多く食べられること 86%	野菜を多く食べられること 88%	料理の美味しさ 89%
	3位 料理のボリューム 75%	野菜を多く食べられること 82%	好きな味 85%	健康に良い食事 86%	食材の新鮮さ/健康に良い食事 86%

*好きな味：自分や家族、同居人が好きな味

ポイント

●内食にこだわっている項目は、男女ともに20～50代では「料理の美味しさ」がトップとなりましたが、60代では「野菜を多く食べられること」がトップとなり、この年代の健康意識の高さがうかがえました。

●20～30代男性と20代女性でのみ「料理のボリューム」「お金をかけないこと」が上位に入っていることも特徴的でした。

「料理の美味しさ」の1位が目立つ。それに男女とも年代が上がるにつれ健康に関わるキーワードが出てくるのね



内食について、それぞれの項目にどの程度満足していますか？

(各項目で「満足」「やや満足」を選んだ人の計)

	20代	30代	40代	50代	60代
男性	1位 料理の美味しさ 79%	料理のボリューム/ 料理の美味しさ 73%	料理のボリューム 80%	料理の美味しさ 75%	料理の美味しさ 81%
	2位 料理のボリューム 78%		料理の美味しさ 74%	料理のボリューム 70%	出来立ての料理を味わえること 76%
	3位 手作りであること 65%	好きな味* 65%	好きな味 71%	野菜を多く食べられること 69%	野菜を多く食べられること/ 手作りであること 75%
女性	1位 料理の美味しさ 84%	好きな味 76%	料理のボリューム/ 好きな味/ 好きな食材 78%	料理の美味しさ/ 好きな味/ 好きな食材 82%	好きな味 89%
	2位 料理のボリューム 82%	料理のボリューム 75%			手作りであること 88%
	3位 手作りであること 79%	好きな食材* 73%			野菜を多く食べられること/ 出来立ての料理を味わえること 87%

*好きな味：自分や家族、同居人が好きな味 *好きな食材：自分や家族、同居人が好きな食材

ポイント

●内食に満足している項目は、20～40代男女と50代男性では「料理のボリューム」が2位までに入っており、こだわっている項目と比較すると「質」より「量」的な部分で満足度が高いことが分かりました。

●50代男性と60代男女では「野菜を多く食べられること」が上位に入っており、健康に関する満足度が高いことも特徴的でした。



多くの世代が「ボリューム」で満足してるワン!



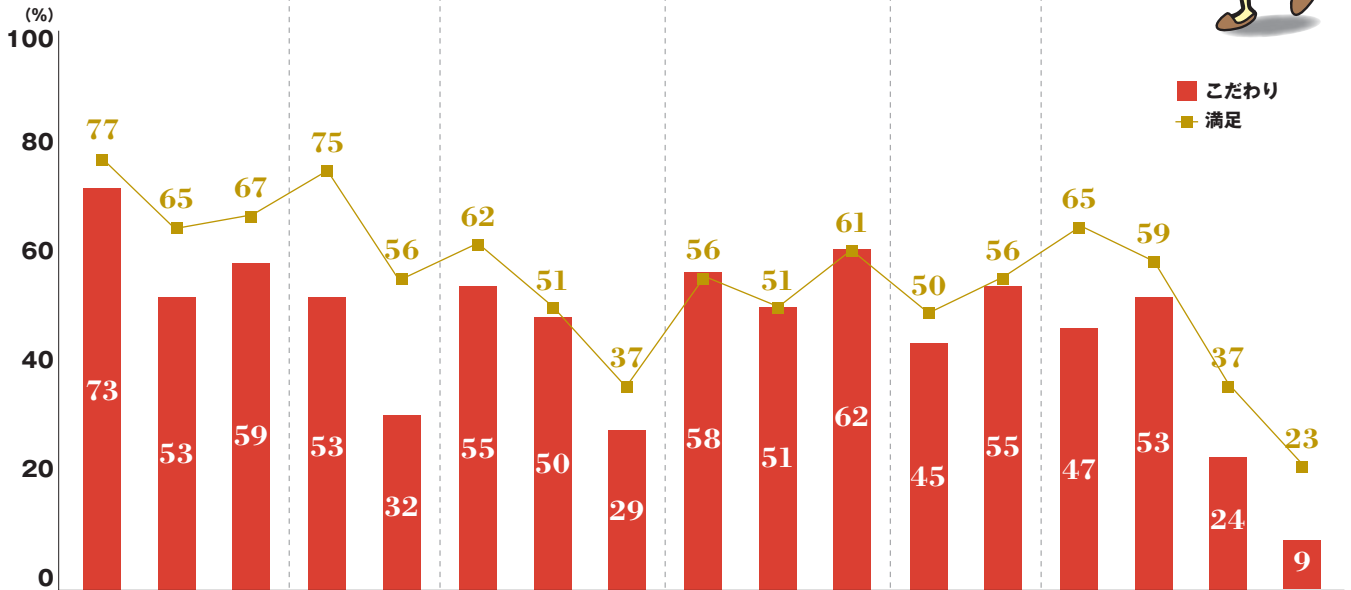
内食のこだわりと満足ギャップ

こだわっている項目を棒グラフに、満足している項目を折れ線グラフにし、項目ごとのこだわりと満足の度合いを比較しました。

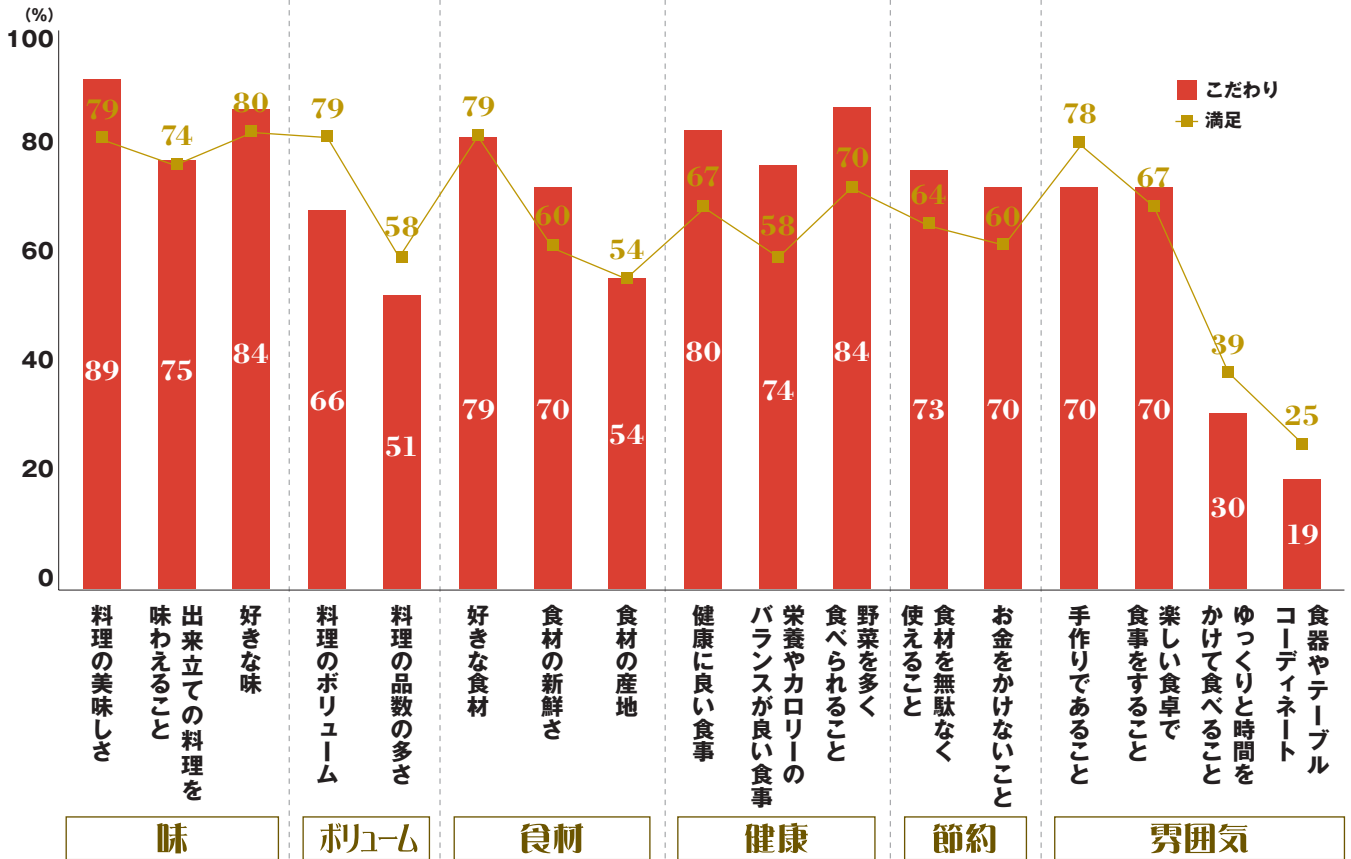
男性は
こだわりが低いのね。
関心が弱いのかしら…。



男性



女性



ポイント

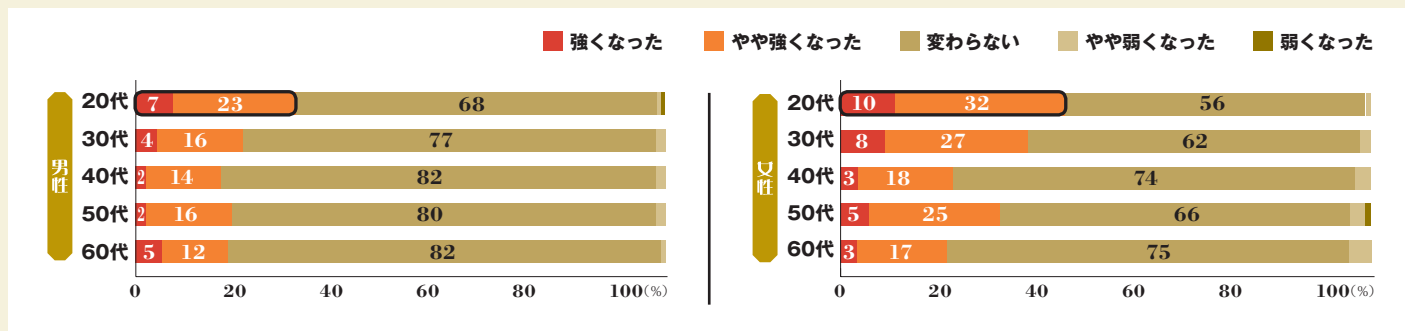
- 男性ではほぼすべての項目で満足がこだわりを上回っていました。
- 女性は男性と比較してこだわりが高く、約半分の項目で満足がこだわりを下回っていました。特に、健康、節約に関する項目で満足がこだわりのレベルに至っていない様子が明らかになりました。

女性は「こだわり」が強いからこそ「満足」とのギャップがあるんだね





Q. 1年前と比較して、内食へのこだわりはどのように変化しましたか？



ポイント

●1年前と比較して、内食へのこだわりは「変わらない」が最も多かったものの、「強くなった」(「強くなった」+「やや強くなった」)割合が「弱くなった」(「弱くなった」+「やや弱くなった」)割合より高くなっており、内食へのこ

だわりが強まっていることが明らかとなりました。また、特に20代でその傾向が顕著になっていました。

Q. 1年前と比較してこだわりが強くなった項目は何ですか？(複数回答)

	20代	30代	40代	50代	60代
男性	1位 お金をかけないこと 32%	お金をかけないこと 32%	野菜を多く食べられること 33%	健康に良い食事 38%	野菜を多く食べられること 52%
	2位 料理の美味しさ 31%	料理の美味しさ/ 健康に良い食事 27%	お金をかけないこと 31%	野菜を多く食べられること 36%	健康に良い食事 51%
	3位 健康に良い食事 28%		栄養やカロリーのバランス が良い食事 30%	栄養やカロリーのバランス が良い食事 35%	栄養やカロリーのバランス が良い食事 44%
女性	1位 お金をかけないこと 51%	野菜を多く食べられること 52%	野菜を多く食べられること 45%	野菜を多く食べられること 51%	野菜を多く食べられること 69%
	2位 料理の美味しさ 49%	お金をかけないこと 49%	健康に良い食事 43%	健康に良い食事 48%	健康に良い食事 65%
	3位 野菜を多く食べられること 48%	健康に良い食事 45%	お金をかけないこと 40%	栄養やカロリーのバランス が良い食事 46%	栄養やカロリーのバランス が良い食事 58%

ポイント

●男女ともに、年代が低いほど「お金をかけないこと」が上位に入っており、低い年代における節約志向の強さが明らかとなりました。

●年代が高いほど、「野菜を多く食べられること」「健康に良い食事」といった健康に関する項目が上位に入る傾向がありました。

調査結果のまとめ!

- 60代は男女ともに内食へのこだわり度が高く、特に「野菜を多く食べられること」にこだわり!
- 30代女性は他の年代と比較して内食への満足度が低い。50代までは「ボリューム」に満足

- 女性は健康、節約に関する項目でこだわりと満足にギャップが!
- 20代で強まる内食へのこだわり。低い年代における節約志向の強さが明らか!

CHECK!

調査結果の詳細を日清オイリオホームページ「生活科学研究室」サイトで公開しています。

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 2012年2月28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。



揮発性有機化合物を含まない植物油のNon-VOCインキを使用しています。

