

時系列でみる
食卓の変化!!

メニューからみた食卓調査2012

～手作り・こだわり意識・加工食品や中食の利用実態を、メニュー別に検証～
時系列でみる、震災後に加速した手間なし簡単調理の実態は？

オフショ調査

◎東名阪の20～60代の主婦1,000人の食卓作りの意識と実態。20～60代
単身世帯男女を追加!



メニュー別、手作り～中食の利用意識 (5年間の時系列比較)

◆日常メニュー61品目のポジショニング：主婦の意識と実態からメニューを解明!

①定番メニュー：月1回以上登場 ②手作りメニュー ③イベントメニュー

④中食を調理して利用★ ⑤中食をそのまま利用★：冷凍・レトルト・インスタント・惣菜

◆代表メニュー6品目の作り方：調理方法／こだわり／中食・半調理品・市販の素の活用

①パスタ ②お好み焼き★ ③ハンバーグ ④鶏のから揚げ ⑤肉じゃが ⑥餃子

夕食＆朝食シーン・弁当作りの実態

◆夕食シーンの意識と実態：家で夕食を食べる頻度、夕食メニューの決め方、夕食準備する人★、レシピの情報源

◆朝食シーンの意識と実態：家で朝食を食べる頻度、朝食準備する人・準備の仕方、朝食メニュー

◆弁当作りの意識と実態：誰の弁当／実態(弁当作りの増減／作り手／ご飯の用意／おかずの使いまわし／冷凍食品)

中食利用と買い物行動・食卓の変化

◆市販の素・調理用ソース・簡便調味料の利用／利用実態と理由★

◆中食・外食の利用 時系列変化(99年→02年→06年→08年→09年→10年→11年→12年)と年代差 ①利用 ②抵抗感

◆生鮮食品(野菜・肉・魚)・加工食品(冷凍食品・レトルト食品等)購入重視点：安全 ⇄ 価格 ⇄ …

◆食品購入の心がけ：まとめ買い、旬、PB、品質のいい店、ポイント集め、特売品、ネットスーパー…

◆継続している震災後の変化：節電、生活時間、家族の集い、脱家電(電子レンジ・電気ポット・冷蔵庫)、節電レシピ

◆時系列でみる日常の調理意識・行動の変化：手作り、中食活用、食費切り詰め、時短、安全、エコ、健康…

★印：2012年追加予定項目

オフショ調査 単身世帯の男女500人の食卓について追加調査を実施!!

「メニューからみた食卓調査2012」調査項目一覧

★印:2012年追加項目
08 09 10 11:各年との時系列比較項目

1. 日常メニューのポジショニング

◆日常メニュー61品目について

- (1) 定番メニュー **08 09 10 11** : 月に1回以上食卓に登場するメニュー (2) 手作りメニュー **08 09 10 11** : 手作りするメニュー
(3) イベントメニュー **08 09 11** : 家族が揃う・誕生日等ちょっとしたイベントのときによく食卓に登場するメニュー
(4) 中食を調理して利用★ : 冷凍食品・レトルト食品・インスタント食品・市販の総菜等便利な市販品を調理してから食卓に出すメニュー
(5) 中食をそのまま利用★ : 冷凍食品・レトルト食品・インスタント食品・市販の総菜等便利な市販品を調理せずそのまま食卓に出すメニュー
【主食系メニュー】 チャーハン・ピラフ・焼き飯/炊き込みご飯・釜飯/おかゆ・雑炊/おにぎり/寿司/カレー(カレーライス)/丼もの(牛丼・親子丼等)/おかずつきのパン(サンドイッチ・ピザトースト・ハンバーガー等)/和風めん類(そば・うどん等)/中華めん類(焼きそば・ラーメン等)/パスタ・スパゲッティ/ピザ/お好み焼き★/たこ焼き★
【肉料理】 ハンバーグ/しょうが焼き/焼き鳥・照り焼き/トンカツ等肉のフライ/鶏のから揚げ(ナゲット・フライドチキンを含む)/肉じゃが/豚の角煮/ロールキャベツ★/肉の煮物/焼き肉/ステーキ/餃子/シウマイ等中華点心
【魚料理】 焼き魚(干物・塩焼き等)/煮魚・魚介類の煮物/刺身/魚介類のフライ/魚介類の蒸し焼き・ホイル焼き等
【野菜料理】 かぼちゃの煮物/きんぴら/ひじき・切り干し大根・煮豆等乾物の煮物/野菜の煮物/ポテトサラダ/野菜サラダ/ゆで野菜(枝豆・アスパラガス等)/温野菜・蒸し野菜/野菜のおひたし・和え物/野菜炒め/野菜フライ(ポテトフライ・素揚げ等)
【その他】 麻婆豆腐・麻婆ナス等/中華風炒め物/炒め物/コロッケ/天ぷら/豆腐料理/酢の物・マリネ/おでん/すき焼き/しゃぶしゃぶ/鍋料理/シチュー・ポトフ等の煮込み料理
【オープン料理】 グラタン/ラザニア・キッシュ・ドリア/ローストチキン・ローストビーフ/オープン料理
【汁物】 味噌汁/スープ(洋風・中華風等)

◆代表メニューの調理実態

- (1) パスタ・スパゲティ **08 09 10 11** : めんを手作りする/お湯をわかしてゆでる/電子レンジを利用してゆでる/マカロニ・ショートパスタを使う/具は野菜・肉・魚介類等の食材を使う/具の材料を洗う・皮をむく・切る/具の材料に下味をつける/具を炒める/具を煮る・煮込む/ワインを使う/本格スパイス・ハーブ(バジル・ローリエ等)を使う/市販のパスタソース(レトルトや缶詰)を利用する/市販のパスタソース(あえるだけのタイプ)を利用する★/市販のパスタソースは、めんをゆでるお湯と一緒に温める/市販のパスタソースを利用するが、具や調味料を加える/市販のパスタソースは利用しない/カップパスタ・インスタント食品を利用/電子レンジ専用インスタント食品・冷凍食品を利用/弁当・惣菜を利用/イタリアン専門店等のテイクアウト・出前を利用/作るときにいつも隠し味に使う材料がある
(2) お好み焼き★ : 小麦粉を使う/お好み焼き粉を使う/お好み焼きセット(粉・かつおぶし・あおりの詰め合わせ)を使う/生鮮の食材(肉・魚介類・卵等)を使う/乾物の食材(かつおぶし・あおりの・干しえび等)を使う/キャベツを刻む/ヤマモモをすりおろす/ソースはお好み焼きソースを使う/ソースは2種類以上を合わせて使う/マヨネーズを使う/チーズをトッピングする/冷凍食品のお好み焼きを利用/惣菜を利用/宅配を利用/お好み焼き専門店等のテイクアウトを利用/作るときにいつも隠し味に使う材料がある
(3) ハンバーグ **08 09** : 肉をミンチにしてひき肉を手作りする/野菜を洗う・皮をむく・刻む/ひき肉に野菜等を混ぜて作る/豆腐・おから等肉以外の食材で増量・かさ増しする/フードプロセッサ等を利用して材料を刻む・混ぜる/調味料(塩・こしょう・スパイス等)で味をつける/市販のハンバーグの素(ひき肉に混ぜるだけ)を利用/冷凍食品を利用/フライパンで焼く/オープンで焼く/煮る・煮込む/市販の生ハンバーグ(焼くだけ)を利用/焼いた肉汁からハンバーグソースを作る/ケチャップやソース等の調味料からソースを作る/市販のハンバーグソースを利用/惣菜を利用/洋食専門店等のテイクアウト・出前を利用/作るときにいつも隠し味に使う材料がある/多めに作り生のまま冷凍保存★/多めに作り焼いてから冷凍保存★
(4) 鶏のから揚げ(ナゲット・フライドチキンを含む) **08 10** : 肉に塩・こしょう・しょう油など基本調味料で下味をつける/下味に酒やみりんを使う/肉に衣をつける/たっぷりの油で揚げる/少ない油で揚げる/スチームレンジ等で油で揚げない調理をする/電子レンジで油で揚げない加熱調理をする★/市販のから揚げの素を利用/油で揚げない調理ができる市販のから揚げの素を利用★/味つき・衣つきの精肉(生)を利用/冷凍食品を利用/コンビニで買って持ち帰る/ファーストフード店で買って持ち帰る/スーパーで買って持ち帰る/から揚げ専門店で購入して持ち帰る★/お弁当店・惣菜店・肉屋等のテイクアウト・出前を利用/作るときにいつも隠し味に使う材料がある
(5) 肉じゃが **09 11** : 材料を洗う・皮をむく・刻む/材料を油で炒める/昆布・かつお節等の乾物からだしをとる/市販のだしの素を使う/しょう油・みりん・砂糖等の基本調味料で味をつける/つゆの素・めんつゆ等を利用/すき焼きのたれを利用/肉じゃがの素(市販の合わせ調味料)を利用/フライパンで作る/鍋で作る/炊飯器を使って作る/レトルトや缶詰の肉じゃがを利用/冷凍食品を利用/惣菜を利用/和食専門店等のテイクアウト・出前を利用/作るときにいつも隠し味に使う材料がある
(6) 餃子 **08 09 10 11** : 肉をミンチにしてひき肉を手作りする/皮を手作りする/市販の餃子の皮を利用/野菜を洗う・皮をむく・刻む/ひき肉に野菜・調味料等の材料を混ぜて具を作る/フードプロセッサ等を利用して材料を刻む・混ぜる/市販の餃子の素(ひき肉に混ぜるだけ)を利用/市販の餃子の具(生の具入りひき肉)を利用/皮に具を入れ、餃子の形に包む/皮に包むのは何人かで共同で行う/チーズ・キムチなど変わりダネの具を入れる/フライパンで焼く/ホットプレートで焼く/市販の生餃子を利用/冷凍食品を利用/タレはしょう油・酢・ラー油等を合わせる/餃子に付いてきたタレを利用/市販のポン酢・餃子専用のタレ等を利用/惣菜を利用/餃子・中華専門店等のテイクアウト・出前を利用/作るときにいつも隠し味に使う材料がある/多めに作り生のまま冷凍保存★/多めに作り焼いてから冷凍保存★

2. 夕食&朝食シーン・弁当作りの実態

◆夕食シーンの意識・実態

- (1) 家族全員が家で夕食を食べる頻度 **09 10 11** : 毎日~月に1回程度/それ以下
(2) 夕食メニューの決め方・準備する人 **09 10 11** : 【買い物するとき】メニューを決めてから買い物に行く/買い物した後にメニューを決める/チラシを見て/売切場で食材を見て/売切場の物勧めレシビを見て/携帯電話・スマートフォンでレシビや材料の情報収集をしながら/お買い得品・見切り品から【買い置き・残り物】まとも買った食材/使い残した食材/買い置き・常備している食材/生協や個別宅配で届いた食材/作り置きした料理/食べ残りの料理【心がけ】自分の好み/夫の好み/子供の好み/子供の食育(好き嫌いをなくす等)/健康メニュー・栄養バランス/節約メニュー・安い食材/簡単メニュー・手軽に作れる/ボリューム・腹持ちがいい/品数・種類が多い/見栄え・彩りがいい★/高齢者が食べやすい/作り置きできるメニュー/ゴミを出さないメニュー/食材を丸ごと食べ切れるメニュー/その日に食べ切れるメニュー/翌日のお弁当に使えるメニュー【準備する人】自分★/夫がいつも準備★/夫が準備することもある★/子供がいつも準備★/子供が準備することもある★/その他の家族★
(3) メニューの作り方・レシビの情報源 **09 10 11** : 母親・姑(義母)/姉妹・兄弟/友人・知人/店頭で作り方を聞いて/レストラン・外食時に作り方を聞いて/料理教室/カリスマ主婦・芸能人/プロの料理人/テレビ番組・新聞記事/雑誌記事/料理本・レシビ集/インターネットのレシビサイト等★/インターネットのブログ・SNS等★/店頭や商品パッケージにあるレシビ/調理家電や鍋付属のメニューブック

◆朝食シーンの実態

- (1) 家族全員が家で朝食を食べる頻度 **10** : 毎日~月に1回程度/それ以下
(2) 朝食の準備 **10** : 【準備する人】自分/夫がいつも準備/夫が準備することもある/子供がいつも準備/子供が準備することもある/その他の家族【準備の仕方】朝食用に調理したもの/お弁当用に調理したもの/常備している日持ちするおかず/夕食の残り物/1人用パック(カップ入りヨーグルト・納豆等)/味噌汁やスープはインスタントを利用/ご飯は朝に炊く★/パンはホームベーカリー等で朝に焼く★/毎日だいたい同じメニューを用意する/家族によってメニューが異なる/朝食を食べない家族がいる/朝食を弁当(おにぎりやサンドイッチ等)で持っていく家族がいる/朝食を外で買ったり外食している家族がいる/朝食を飲み物だけで済ませる家族がいる
(3) 普段の平日の朝食メニュー **10** : 【ごはん・パン】ごはんが多い/パンが多い/ごはんの日とパンの日がある/ごはんの人とパンの人がいる【その他主食系】麺類/おにぎり★/シリアル・コーンフレーク/パンケーキ・ホットケーキ・ワッフル/バランス栄養食品(カロリーメイト・バランスアップ・ウィダーインゼリー等)【おかず】野菜料理・サラダ/卵料理/肉類(ハム・ソーセージ・ベーコン等)/魚類(干物・焼き魚等)/チーズ/納豆/のり/味噌汁/スープ【飲み物】コーヒー/紅茶/日本茶・お茶/牛乳/野菜・果汁ジュース/水/ミネラルウォーター【その他】果物/ヨーグルト/菓子・デザート

<生活者HOTメンバー>登録(無料)のおすすめ

JMARでは、自主企画による「生活者HOTアンケート」をシリーズ化し、継続的に実施しております。家庭の中の変化に着目し、これから動き出す市場・大きな潮流となるテーマについて、タイムリーな調査を実施しております。注目市場の基礎データが欲しいが、本格的に自社調査を実施するには時機尚早…このようなテーマを総合的にとらえ、大規模調査を実施し、リーズナブルな費用で傾向値や企画開発のヒントとなる基礎データをご提供しております。

生活者HOTメンバー(無料)にご登録いただければ、新規テーマの調査予告・ご案内と、調査終了のご報告(A4判数頁程度のサマリー)を随時FAXにてご送付させていただきます。

また、生活者HOTメンバーの皆様から調査テーマの募集や調査設計時のご意見募集も随時行なっております。

第41弾 メニューからみた食卓調査2011

～震災後、増加したメニューは何? 食意識・買い物意識はどう変化?～
⇒震災後も続く、簡単調理と肉食化、
『母』に関して『ネット』で調べてチャレンジも
◆増加した定番メニューは、『丼もの』と肉料理。
4年間で減少が目立つ煮物・野菜料理・魚料理。
◆生鮮食品選びは『鮮度』『価格』に次ぎ、『国産』は低下、
安全が分かりやすい「魚」「福島産」を回避へ。

- ・調査対象: 首都圏・中部圏・近畿圏の20～60代の主婦(既婚女性)
- ・調査方法: 「モニターリサーチ・システム」利用によるFAX調査
- ・有効回収数: 1,060人(発送数1,500人・有効回収率70.0%)
- ・調査期間: 2011年7月7日(木)～14日(木)
- ・価格: 定価42万円(税込44.1万円)・MDBメンバー価格38万円(税込39.9万円)

第38弾 メニューからみた食卓調査2010

～節約疲れからプチゼいたく? 料理が余ったときの再利用方法は?～
⇒『寿司』『肉』『ケーキ』でプチゼいたくな食卓を
◆「食費を切り詰める」は7割、特に20代で対前年低下、
“節約疲れ”から「たまには“プチゼいたく”」8割以上。

- ・調査対象: 首都圏・中部圏・近畿圏の20～60代の主婦(既婚女性)
- ・調査方法: 「モニターリサーチ・システム」利用によるFAX調査
- ・有効回収数: 1,064人(発送数1,500人・有効回収率70.9%)
- ・調査期間: 2010年7月15日(木)～22日(木)
- ・価格: 定価42万円(税込44.1万円)・MDBメンバー価格38万円(税込39.9万円)

第33弾 メニューからみた食卓調査2009

～「家族が揃う」から内食回帰・「もったいない」からエコブーム～
⇒あの手この手で節約しながら食卓づくり
◆特売品・見切り品・安い店、賢く買い物する30代、
少量・品質重視が薄れてきた60代。

- ◆パン・ハム・めん類はPB商品を買う30代。
・調査対象: 首都圏・中部圏・近畿圏の20～60代の主婦(既婚女性)
- ・調査方法: 「J-FAXリサーチ」システム利用によるFAX調査
- ・有効回収数: 1,064人(発送数1,500人・有効回収率72.3%)
- ・調査期間: 2009年7月17日(金)～24日(金)
- ・価格: 定価40万円(税込42万円)・MDBメンバー価格36万円(税込37.8万円)

第30弾 メニューからみた調理スタイルに関する調査

～食品の信頼感崩壊・値上がり時代の生活防衛・エコブーム～
⇒「餃子」「カレー」で中食より“家ごはん”、
若い主婦はエコ・安全より生活防衛

- ◆惣菜・インスタント利用の抵抗感は希薄化進む。
- ◆安さ求める20代主婦、エコ・安全性配慮は60代主婦。
・調査対象: 首都圏・中部圏・近畿圏の20～60代の主婦(既婚女性)
- ・調査方法: 「J-FAXリサーチ」システム利用によるFAX調査
- ・有効回収数: 1,064人(発送数1,500人・有効回収率70.3%)
- ・調査期間: 2008年7月10日(木)～16日(水)
- ・価格: 定価40万円(税込42万円)・MDBメンバー価格36万円(税込37.8万円)

FAXフリーダイヤル 0120-78-7620

【連絡先・申込書ご送付先】

●東京都千代田区大手町2-2-1 新大手町ビル2階 〒100-0004

(株)日本能率協会総合研究所

「生活者HOTアンケート」事務局 (担当: 土井)

TEL 03-6202-1287 FAX 03-6202-1294

●大阪市中央区今橋3-1-7 日本生命今橋ビル7階 〒541-0042

(株)日本能率協会総合研究所 MDB大阪

TEL 06-6233-2306 FAX 06-6233-2349

e-mail <info_mlmc@jmar.co.jp>

<http://www.jmar.biz/hot/>

「生活者HOTアンケート」シリーズ●申込書

※下記にレ印を付け、必要事項をご記入の上、ご送付ください。FAXにてご送信いただいても結構です。

「メニューからみた食卓調査2012」を

購入する 興味がある(説明が聞きたい、調査票が見たい、報告書が見たい)

オプション調査を購入する オプション調査に興味がある(説明が聞きたい)

過去調査に興味がある (説明が聞きたい、調査票がみたい、報告書が見たい)

第41弾「メニューからみた食卓調査2011」 第33弾「メニューからみた食卓調査2009」

第38弾「メニューからみた食卓調査2010」 第30弾「メニューからみた調理スタイルに関する調査2008」

<生活者HOTメンバー>に登録する。(登録無料、本シリーズの案内を随時ご送付いたします。)

※下記所定欄にご記入いただくお客様の個人情報は、商品の発送及び小社からの新商品・調査・企画・情報提供サービスのご案内に利用させていただきます。
本主旨をご了承賜りご記入くださいますようお願いいたします。

(GB1017)

20 年 月 日

フリガナ				MDBメンバーコード		
会社名				印		
部課・役職名	フリガナ					
	ご担当者名					
TEL	FAX					
郵便番号	〒	—	e-mail			
住所						
連絡事項	ご請求金額			お支払い予定日		
	円 (消費税込)			年 月 日		

メニューからみた食卓調査2012

〔オプション調査〕のご案内

単身世帯(1人暮らし)の男女500人の食卓について調査を実施!!

◎20～60代の単身世帯男女を対象に、主婦調査と同内容の項目で調査を実施しました。

メニュー別、手作り～中食の利用意識

◆日常メニュー61品目のポジショニング：主婦の意識と実態からメニューを解明!!

- ①定番メニュー：月1回以上登場 ②手作りメニュー ③イベントメニュー
④中食を調理して利用 ⑤中食をそのまま利用：冷凍・レトルト・インスタント・惣菜

◆代表メニュー6品目の作り方：調理方法／こだわり／中食・半調理品・市販の素の活用

- ①パスタ ②お好み焼き ③ハンバーグ ④鶏のから揚げ ⑤肉じゃが ⑥餃子

夕食＆朝食シーン・弁当作りの実態

◆夕食シーンの意識と実態：家で夕食を食べる頻度、夕食メニューの決め方、レシピの情報源

◆朝食シーンの意識と実態：家で朝食を食べる頻度、朝食準備の仕方、朝食メニュー

◆弁当作りの意識と実態：弁当作りの有無／実態(弁当作りの増減／ご飯の用意／おかずの使いまわし／冷凍食品)

中食利用と買い物行動・食卓の変化

◆市販の素・調理用ソース・簡便調味料の利用／利用実態と理由

◆中食・外食の利用 ①利用 ②抵抗感

◆生鮮食品(野菜・肉・魚)・加工食品(冷凍食品・レトルト食品等)購入重視点：安全 ⇄ 価格 ⇄ …

◆食品購入の心がけ：まとめ買い、旬、PB、品質のいい店、ポイント集め、特売品、ネットスーパー…

◆継続している震災後の変化：節電、生活時間、家族の集い、脱家電(電子レンジ・電気ポット・冷蔵庫)、節電レシピ

◆時系列でみる日常の調理意識・行動の変化：手作り、中食活用、食費切り詰め、時短、安全、エコ、健康…

【〔オプション調査〕の調査概要】

- ・調査対象：下記エリアに居住する20～60代の単身世帯(1人暮らし)の男性/女性
①首都圏(東京都・千葉県・埼玉県・神奈川県) ②中京圏(岐阜県・静岡県・愛知県・三重県) ③近畿圏(京都府・大阪府・兵庫県)
- ・調査方法：「MDB ネットサーベイ」利用によるWeb調査
- ・調査サンプル数：回収数513人
- ・調査期間：2012年7月6日(金)～11日(水)

【〔オプション調査〕購入のご案内】

- ・追加購入費用：150,000円(税込157,500円)
※〔オプション調査〕のみの購入はできません。「メニューからみた食卓調査2012」(主婦対象の本調査)をご購入いただいた上で、追加購入いただけます。

【〔オプション調査〕のアウトプット】

- (1)集計データ集：A4判・321ページ・2012年8月発行予定(クロス集計：年代別・属性別・他、主婦調査との比較一覧表)
- (2)集計データ(CD-ROM)：クロス集計、ローデータ

※本調査の成果物の著作権は(株)日本能率協会総合研究所が保有します。 ※弊社は、本調査にご参加・購入いただいた企業(法人・個人)以外には、成果物を提供いたしません。ただし、本調査を告知するための限定的な利用、及び発刊から一定期間経過後はこの限りではありません。 ※本調査の成果物のご利用はご参加・購入いただいた企業(法人・個人)の内部でのご利用のみに限らせていただきます。