

「メニューからみた食卓調査 2018」結果の報告

— 若い主婦ほどネット頼りの“短・初・安”メニュー成功でやる気アップ —

株式会社日本能率協会総合研究所（代表取締役社長：譲原正昭 本社：東京都港区）は、2018年7月に、20代～60代の主婦を対象に、「メニューからみた食卓調査 2018」を実施いたしました。本調査は、主婦の調理に関する手作り志向やこだわり意識、加工食品・中食の利用実態など、その変化を検証するために実施しているものです。下記のような実態を明らかにしましたのでご報告いたします。

(<http://www.jmar.biz/report/life/2019/02/22.html>)

Summary

◆がんばったメニューは『ハンバーグ』『ロールキャベツ』『餃子』のひき肉料理。

「がんばった」メニューの上位は『ハンバーグ』『ロールキャベツ』『餃子』。『ハンバーグ』は全年代で1位、20代では6割超、30代でも5割以上、60代では4人に1人程度。

◆料理は“短時間・初体験・安い食材”でうまくできた時にやる気アップ。

料理で満足感や充実感を感じるのは、『短時間でおいしいもの』『作ったことがない料理』『安い食材を使っておいしいものができた時』と“短・初・安”が上位。20代は『盛り付け』、30代は『短時間で品数が多く』、60代は『手間と時間を惜しまず本格的な料理を作った時』で高い。

◆メニューのレシピはネットから。簡単に作れそうと『レシピ動画』が大活躍。

『インターネットのレシピサイト』は09年→18年で倍増し、7割半。20代・30代は約9割、40代は8割、50代は7割、60代は6割弱が利用。『レシピ動画』は20代4割半、30代2割半。

◆夕食で、20代～40代は簡単・節約・ボリュームを意識、高齢ほど健康に配慮。

夕食メニューの心がけは、『健康メニュー』が6割強で高齢ほど高く、『簡単メニュー』が6割弱で20代～40代は6割超。20代～40代は『節約』『ボリューム』とコスパが気になり、50代・60代は『食べ切れる』かどうかの方が心配。40代・60代は『品数』『見栄え』に配慮。

◆野菜サラダに40代はトッピングで彩り、20代・30代は袋入りカット野菜も利用。

野菜サラダは『市販のドレッシング』『手でちぎる』『生野菜は包丁でカット』が7割超。40代はトッピングを多用。20代・30代で『ゆで野菜は電子レンジ』『サラダ用カット野菜を利用』。

【調査概要】

- ・調査対象： 首都圏・中部圏・近畿圏に居住する、20代～60代の既婚女性
 - ・調査方法： 日本能率協会総合研究所「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： 1,072人（発送数1,500人・有効回収率71.5%）
 - ・調査実施日： 2018年7月12日(木)～7月19日(木)
- ※母集団人口の地域構成比・地域ごとの年代構成比に基づきウエイトバック集計を行いました。

《本件についてのお問い合わせ先》

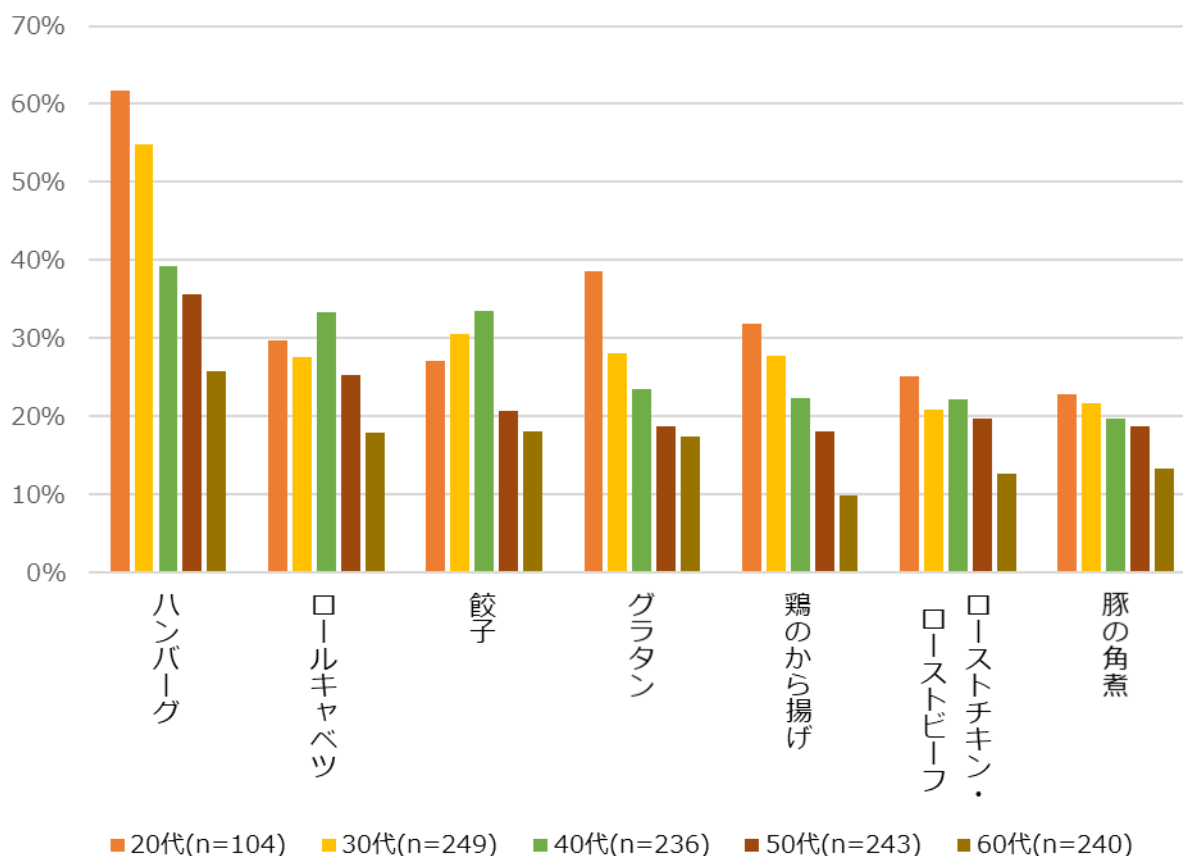
株式会社 日本能率協会総合研究所 経営・マーケティング研究部 担当：土井
〒105-0011 東京都港区芝公園3-1-22
TEL:03-3578-7607 FAX:03-3578-7614 E-mail:info_mlmc@jmar.co.jp

Point!

- ◆ 「がんばった」メニューは、『ハンバーグ』『ロールキャベツ』『餃子』とひき肉料理が上位。『グラタン』『ローストビーフ』『角煮』等のオープン料理や肉の塊料理も達成感が大きい。
- ◆ 『ハンバーグ』は全年代で1位。20代では6割を超え、30代でも5割以上なのに対し、60代では4人に1人程度。
- ◆ 『ロールキャベツ』『餃子』は40代で、『グラタン』『鶏のから揚げ』は20代で、特に達成感が高い。

図表1 がんばったと思えるメニュー

「Q. 料理をがんばったと思えるメニューは？」
65の選択肢を提示(複数回答)

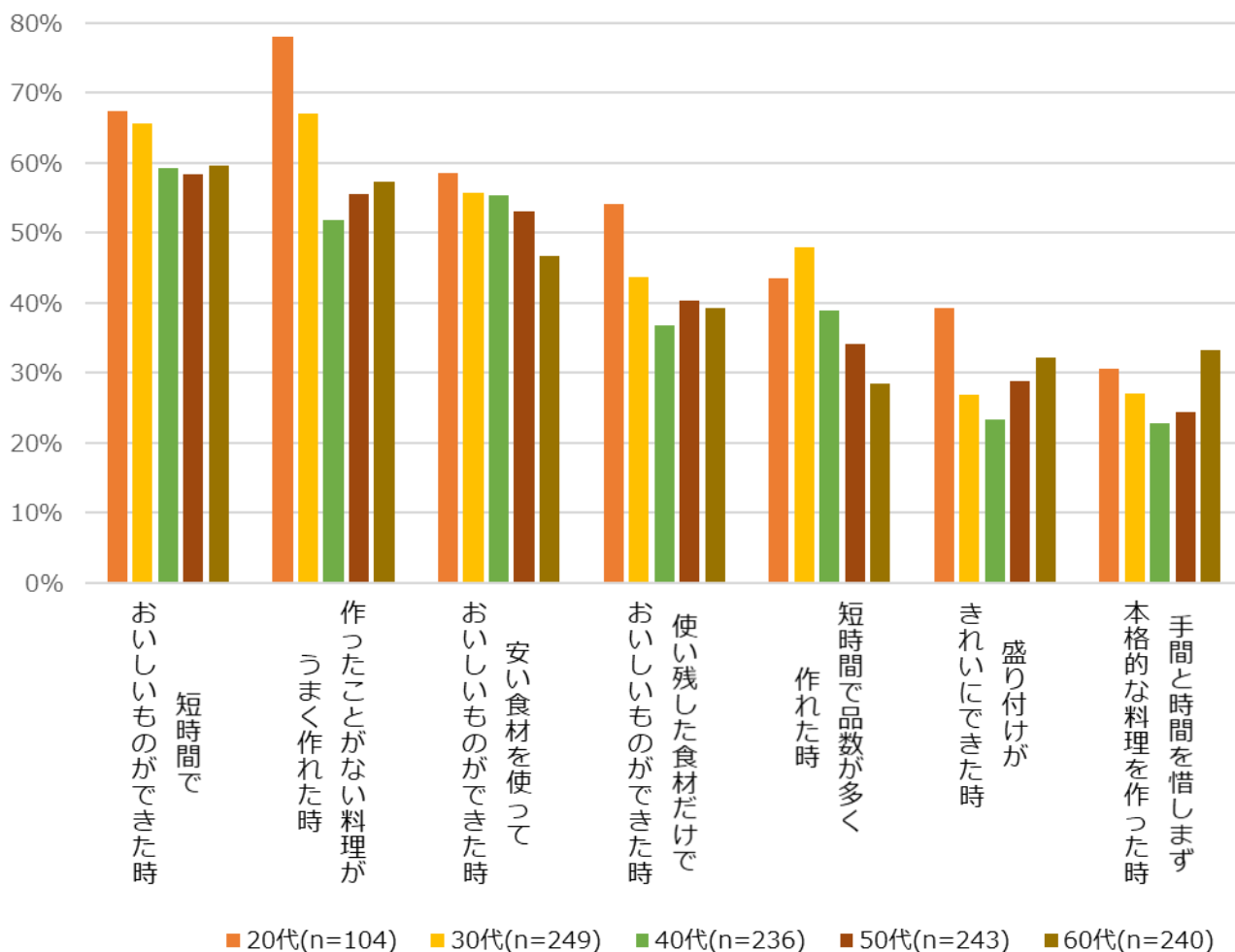


Point!

- ◆料理の満足感や充実感を感じるのは、『短時間でおいしいもの』『作ったことがない料理をうまく作れた』『安い食材を使っておいしいもの』と“短時間・初体験・安い食材”での成功が上位。
- ◆20代は『盛り付けがきれいにできた時』と映えを意識、30代は『短時間で品数が多く作れた時』と手際の良さを自賛。
- ◆60代は『手間と時間を惜しまず本格的な料理を作った時』と本格志向の高さが目立つ。

図表2 料理の充実感

「Q. あなたは料理に関して、どのような時に満足感や充実感を感じますか。」
14の選択肢を提示(複数回答)

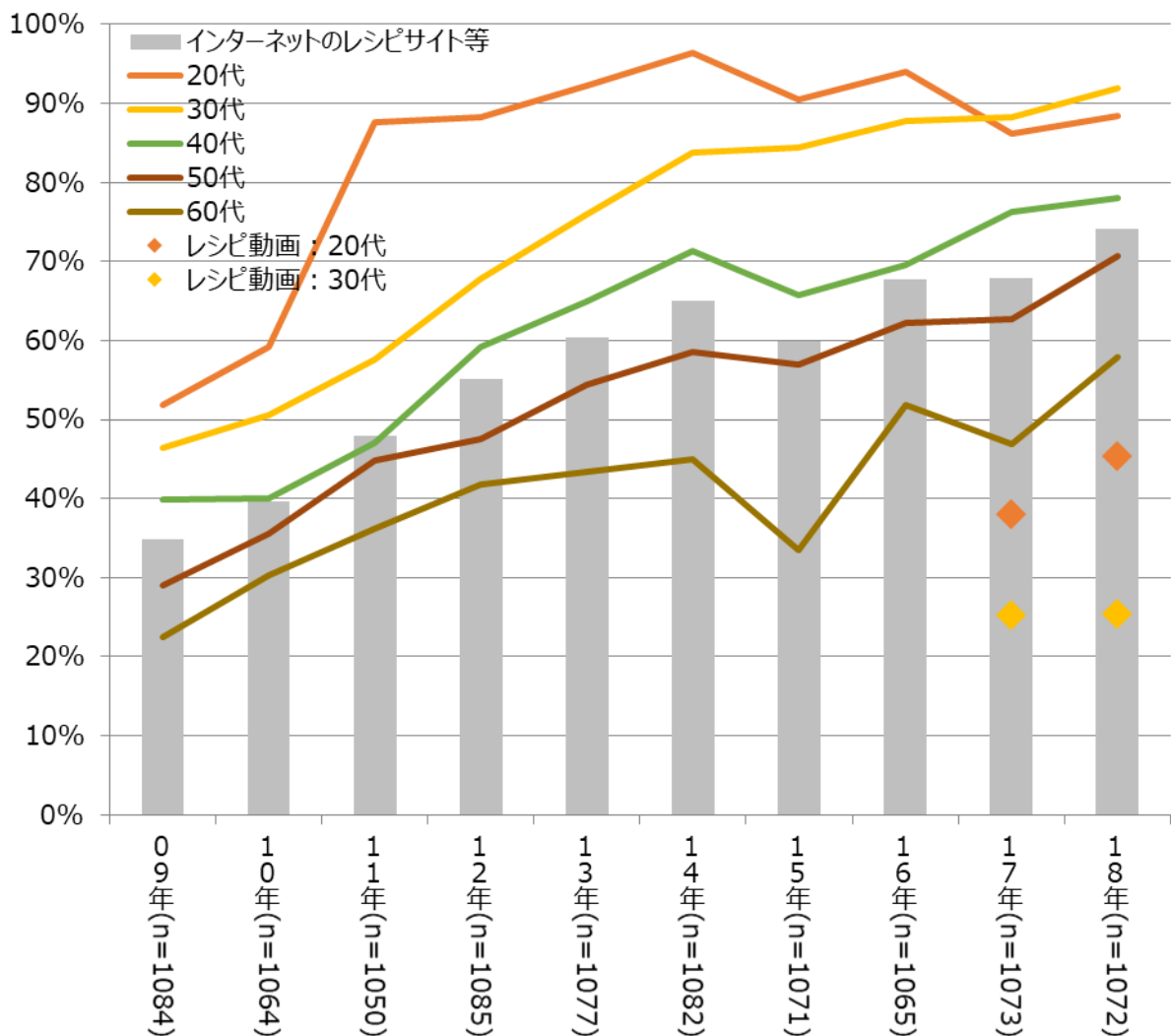


Point!

- ◆『インターネットのレシピサイト』は09年→18年で倍増し、7割半が利用。
- ◆20代・30代は約9割が利用して高止まり。別選択肢の『レシピ動画』は20代の4割半、30代の2割半が利用中。
- ◆40代は8割、50代は7割が利用しており、増加中。
- ◆60代は17年→18年で10ポイント以上増加し、6割弱まで伸長した。

図表3 メニューの作り方・レシピの情報源

「Q.あなたはメニューの作り方・レシピを、誰から・何から知ることが多いですか？」
17の選択肢を提示(複数回答)

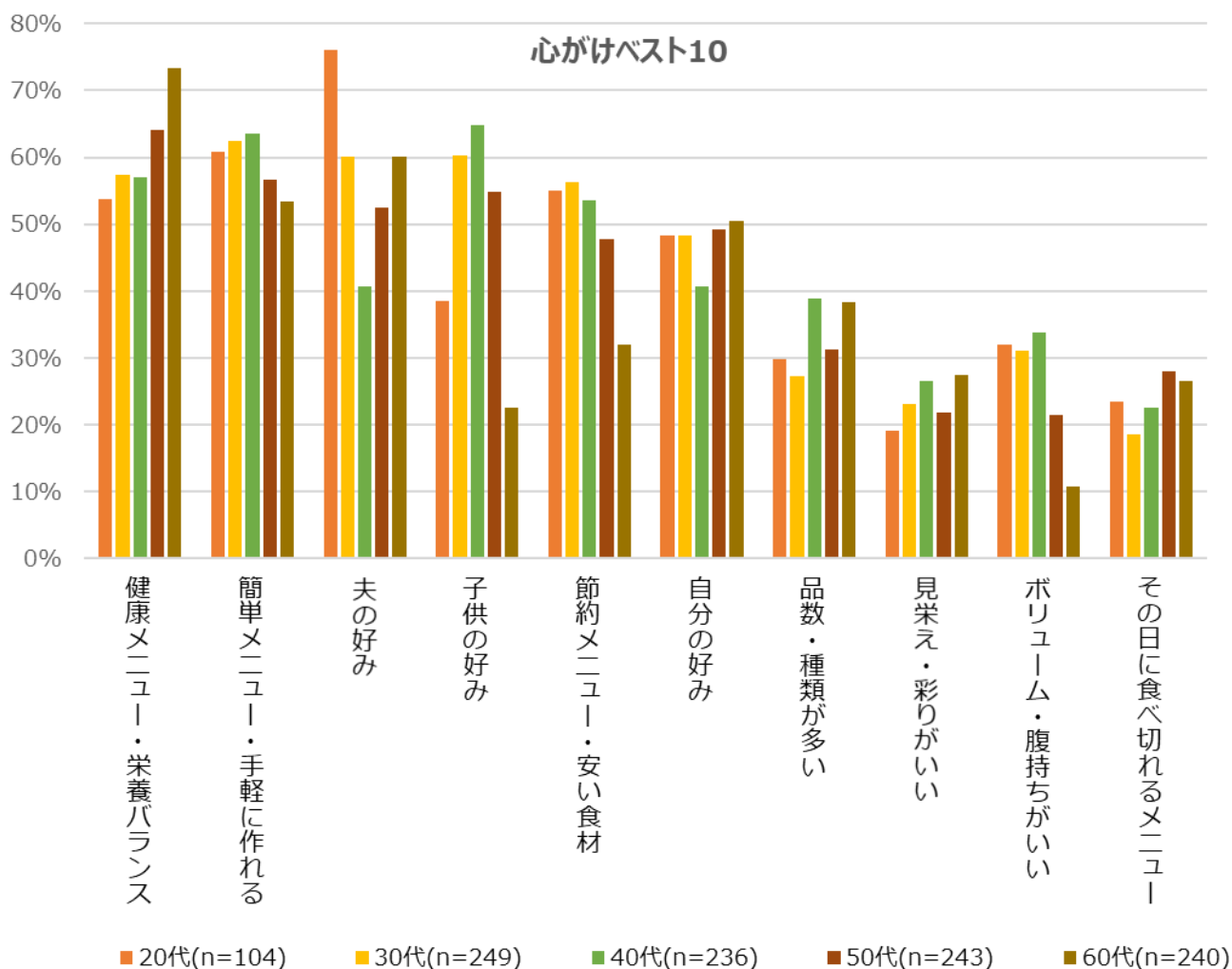


Point!

- ◆夕食メニューの心がけは、『健康メニュー』6割強で高齢ほど高く、『簡単メニュー』6割弱で20代~40代は6割超。
- ◆20代は『夫』、30代・40代は『子供』の好みが優先されるが、ほとんどの年代では『自分の好み』が約5割。
- ◆20代~40代は『節約』『ボリューム』とコスパが気になり、50代・60代は『食べ切れる』かどうかの方が心配。
- ◆40代・60代は『品数』『見栄え』にも配慮。

図表4 夕食メニューの決め方

「Q.夕食のメニューは、どのようなタイミングで、何を意識して決めますか？」
全32の選択肢を提示、うち「心がけ」に分類された選択肢の上位10項目（複数回答）



Point!

- ◆野菜サラダの主流は、『市販のドレッシングを使う』『生野菜は手でちぎる』『生野菜は包丁でカットする』が7割超。
- ◆50代は『生野菜は包丁で千切りや薄切りにする』と高スキル。
- ◆40代は『缶詰』『肉類』『乾物』、50代は『肉類』とトッピングを多用。
- ◆20代・30代で高い『ゆで野菜は電子レンジを使う』『サラダ用カット野菜（袋入り）を利用する』。

図表5 野菜サラダの作り方

「Q.野菜サラダを家庭で食べる場合、どのようなパターンが多いですか？」
22の選択肢を提示(複数回答)

