

わたし[◆]みがき アンケートレポート

はたらく女性の『食生活と料理』に関する興味と現実 アンケート 結果レポート

このレポートは、
「(株)カウネット わたしみがき <http://www.watashimigaki.com>」を
出典元として記載すれば、自由に引用や転載をしていただけます。

2009年11月25日

目次

調査概要

1 調査の目的	2
2 調査の設計	2
3 回答者の属性	2

調査結果

1 朝食の喫食率	3
2 昼食の弁当率	4
3 夕食の自炊率	5
4 好きな料理家ランキング	6
5 料理の腕を上げるためにしていること	7
6 料理に関してやっていることと今後やりたいこと	8

このレポートについて

結果の%は小数第2位を四捨五入して小数第1位まで表示している。
このため、全体の計と内訳の合計が一致しないことがある。

なお、図表中の「n」とはnumber of caseの略で、比率算出の基数を示している。

調査概要

1 調査の目的

はたらく女性の食生活と料理に対する意識と実態を把握し、「わたしみがき」サイトユーザーへの状況提供の参考資料とする。

2 調査の設計

- (調査対象) 全国のはたらく女性 (『わたしみがき』会員および『カウネットモニカ』会員)
- (調査方法) インターネット調査
- (有効回答数) 564名
- (調査時期) 2009年10月28日～11月4日

3 回答者の属性

職業

	会社員	公務員	自営業	教育学校関係	専門職・自由業	契約社員・派遣社員	パート・アルバイト	全体
N	351	10	20	21	13	51	98	564
%	62.2%	1.8%	3.5%	3.7%	2.3%	9.0%	17.4%	100.0%

年代

	20代	30代	40代以上	全体
N	78	278	208	564
%	13.8%	49.3%	36.9%	100.0%

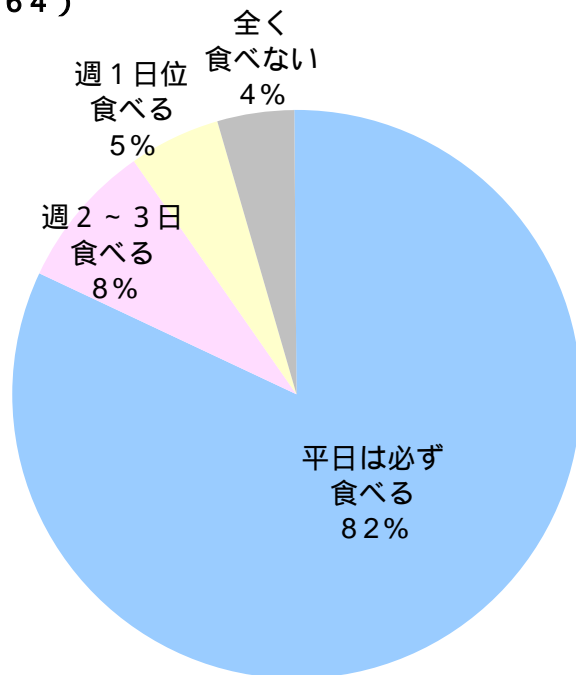
職種

	一般事務・管理	経理・財務	人事・総務	営業・販売	クリエイティブ・デザイン	経営者・役員・店主	技術・製造	設計・施工	SE・プログラマー	企画・マーケティング	基礎研究・開発	ソフト開発・設計	その他の職種	全体
N	281	89	47	23	12	11	10	8	7	6	2	1	67	564
%	49.8%	15.8%	8.3%	4.1%	2.1%	2.0%	1.8%	1.4%	1.2%	1.1%	0.4%	0.2%	11.9%	100.0%

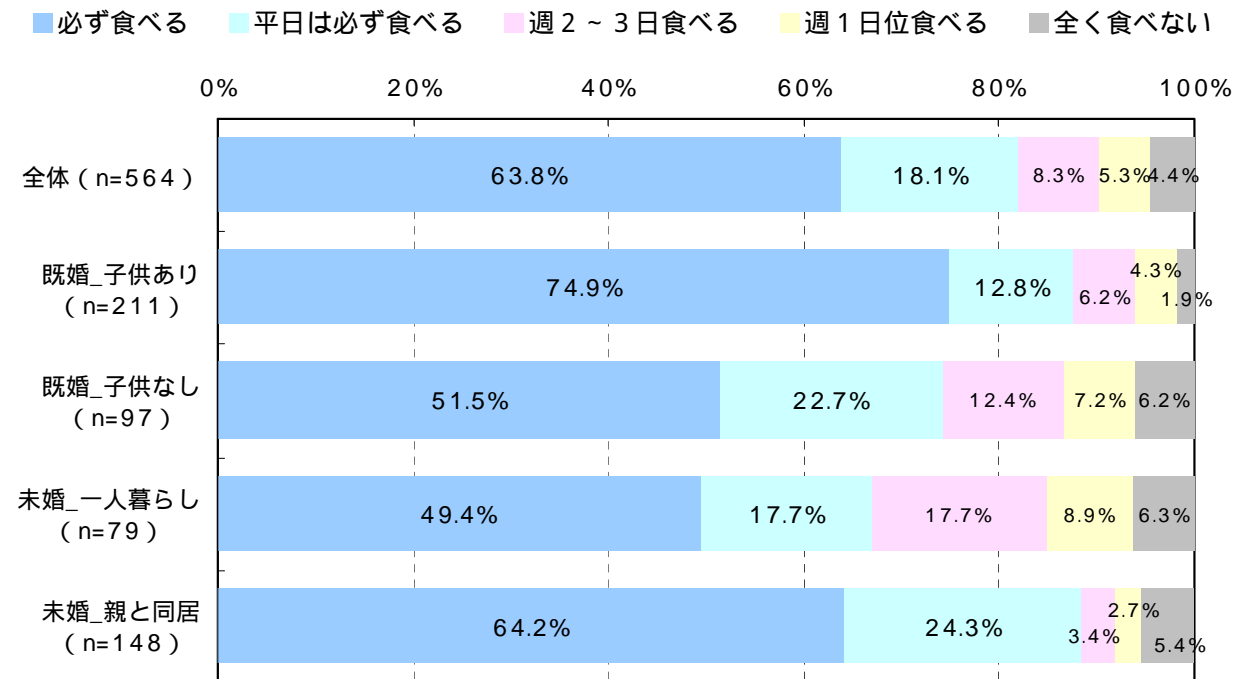
調査結果 1 朝食の喫食率

- 朝食をどの程度食べているか、という問いについては、64%が「必ず食べる」と回答し、平日は必ず食べる」と合わせると、8割以上が平日朝食を食べているという結果となった。
- 婚姻・同居者別に見ると、「既婚_子供あり」「未婚_親と同居」に比べると、「未婚_一人暮らし」「既婚_子供なし」の喫食率は低めの傾向が見られた。

毎日「朝食」を食べていますか？
(n=564)



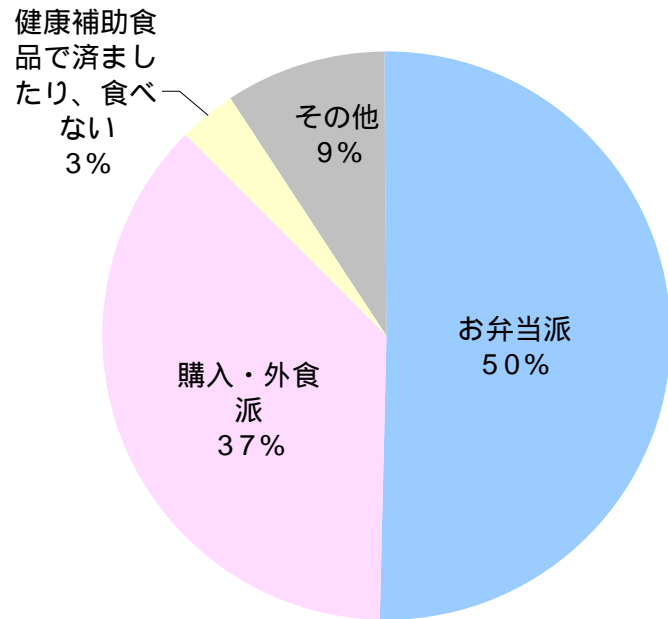
毎日「朝食」を食べていますか？ < 詳細> (婚姻・同居者別)



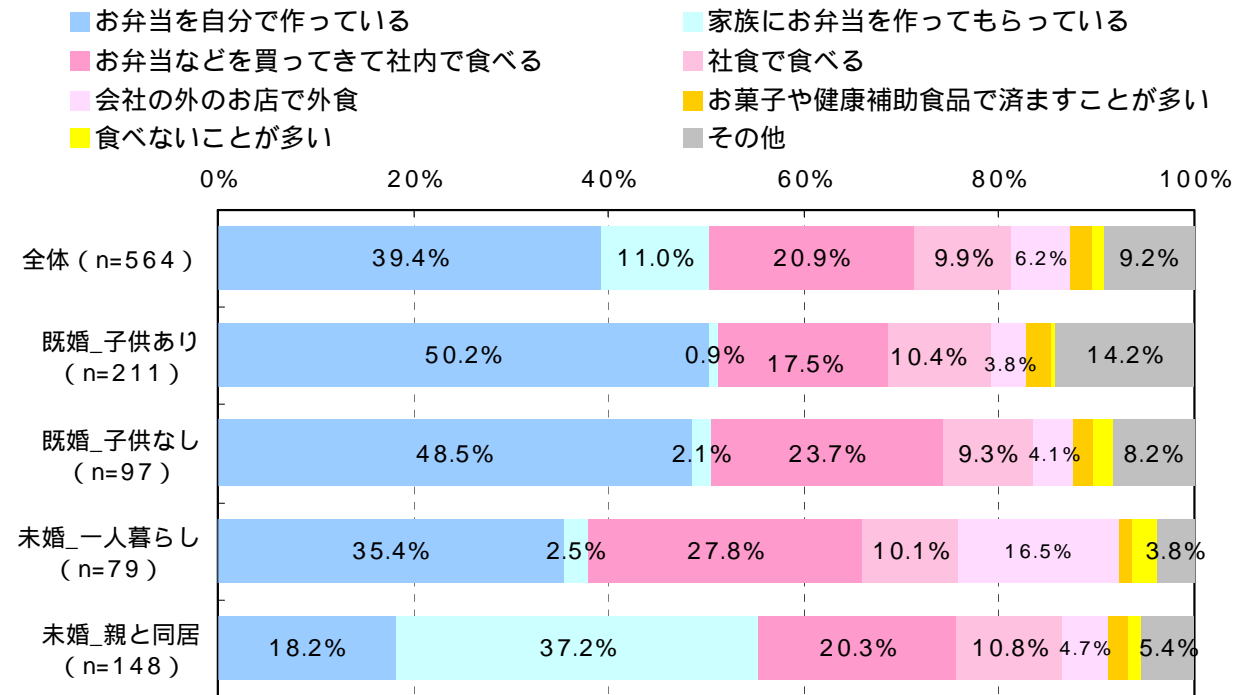
調査結果 2 昼食の弁当率

- 昼食については、「お弁当を自分で作っている」「家族にお弁当を作ってもらっている」という“お弁当派”が半数であり、「お弁当などを買ってきて食べる」「社食で食べる」「会社の外のお店で外食」という“購入・外食派”は4割弱という結果となった。
- 婚姻・同居者別に見ると、「未婚・一人暮らし」の“お弁当派”はやや少なく、「未婚_親と同居」の“お弁当派”の3分の2が「家族にお弁当を作ってもらっている」ことがわかった。

「お昼ごはん」は主にどうしていますか？
(n=564)



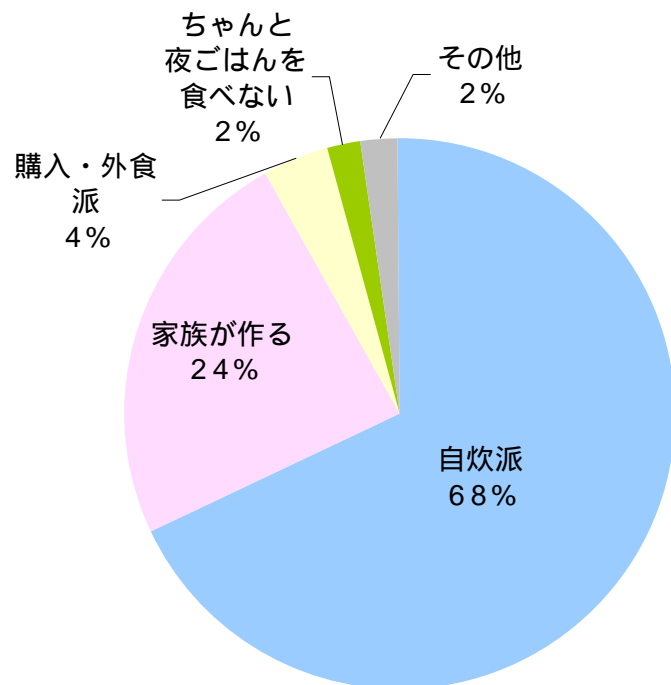
「お昼ごはん」は主にどうしていますか？ < 詳細 > (婚姻・同居者別)



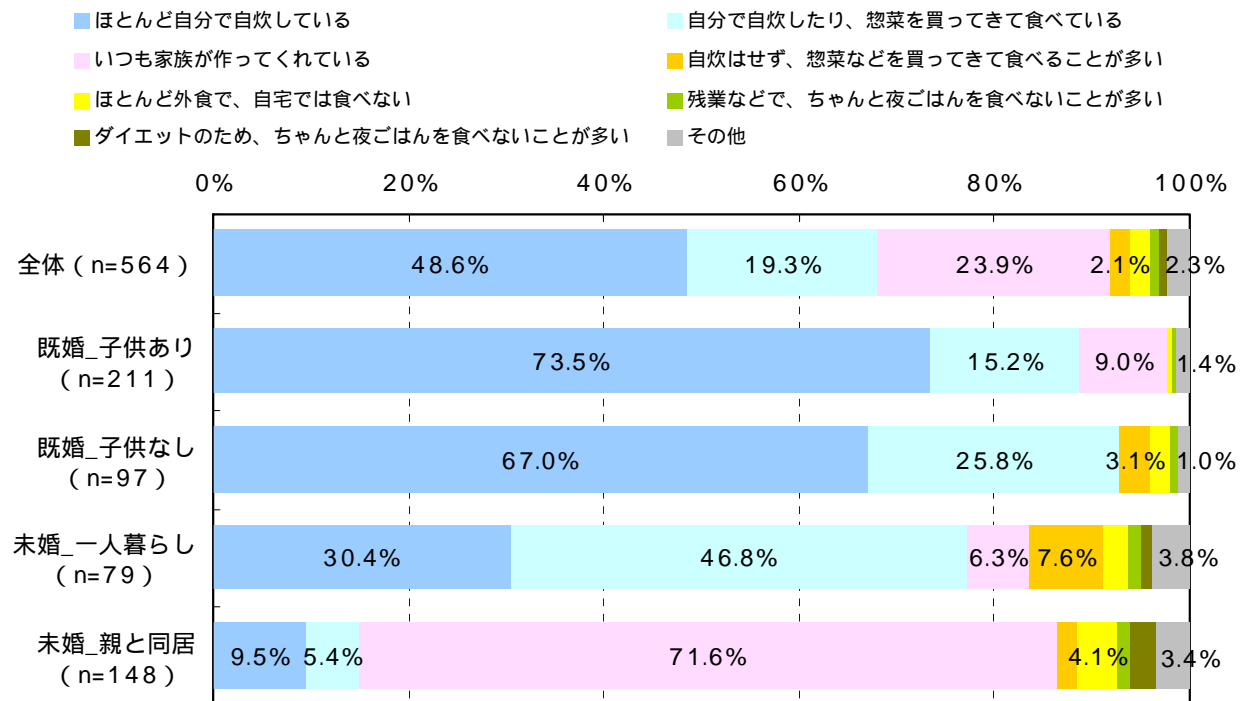
調査結果 3 夕食の自炊率

- 夕食について尋ねたところ、「ほとんど自炊している」という人が48.6%、「自分で自炊したり惣菜を買ってきて食べている」という人と合わせると“自炊派”は7割にのぼり、高い自炊率が伺えた。
- 婚姻・同居者別に見ると、「既婚」の自炊率が9割前後、「未婚_一人暮らし」が8割弱なのに対して、「未婚_親と同居」の自炊率は15%程度に留まった。

自宅で食べる「夜ごはん」、あなたは
どうしていますか？ (n=564)



自宅で食べる「夜ごはん」、あなたは どうしていますか？ < 詳細 >



調査結果 4 好きな料理家ランキング

- 好きな料理家の上位は、「ケンタロウ」、「栗原はるみ」、「コウケンテツ」。
- 好きな理由としては「簡単でおいしい」「家にある材料でつくれる」「家庭的」というポイントが多く挙げられ、なかなか料理に時間をかけられない“はたらく女性”に支持された。

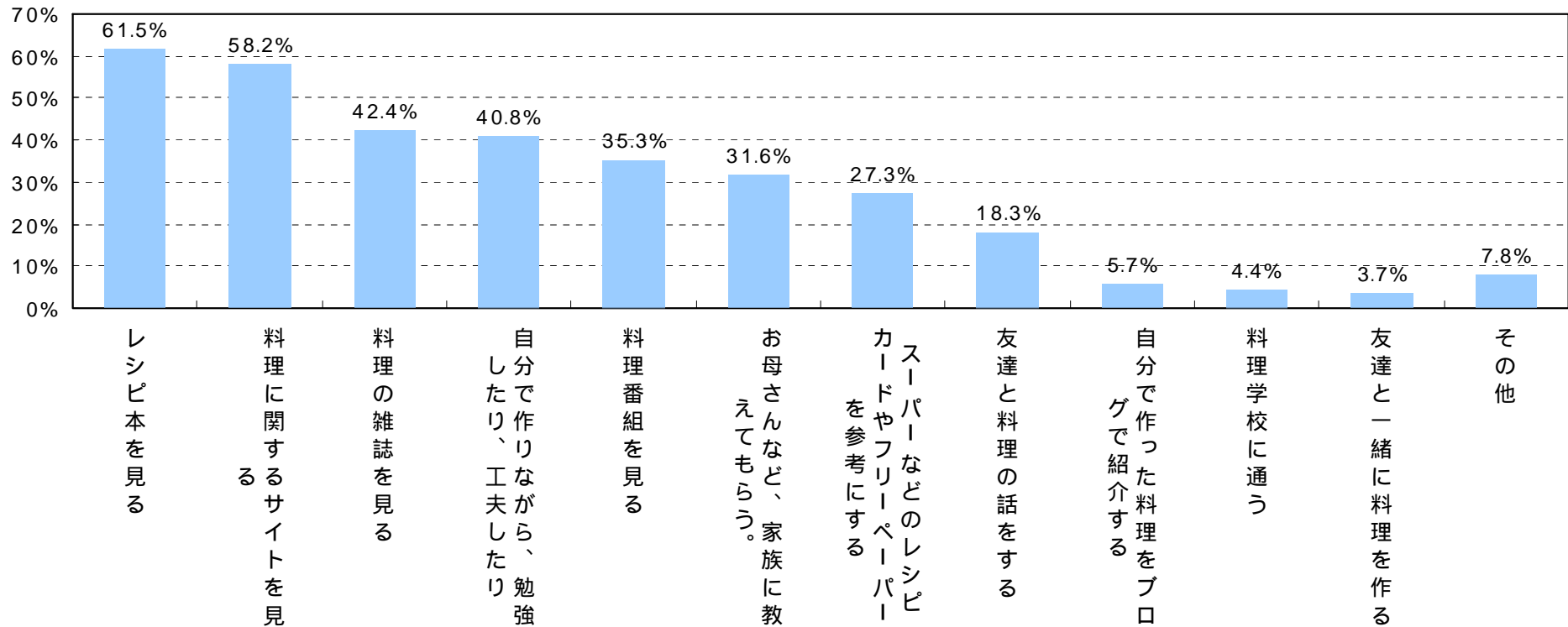
好きな料理家の先生がいれば、お名前とどんなところが好きなのか教えてください。(n=564)

順位	好きな料理家	票数	
1	ケンタロウ	47	<p>ケンタロウ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パパッと手軽に作れる料理が多いし、男女問わず美味しいメニューが多い。(未婚_一人暮らし/30代前半) ・使っている物(材料・道具は)家にある物が多く、料理が簡単な所がいい。(既婚_子供なし/30代後半) ・女性の料理家にはない独特の工夫や、ボリュームのある料理が多いため。(既婚_子供あり/30代前半) ・男性目線でのメニューも多いので、女性としては大変勉強になります。(既婚_親と同居/20代後半) ・大雑把でもおいしそうにできるし、簡単だから。(既婚_子供あり/30代前半) <p>栗原はるみ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・使う食材が冷蔵庫にあるものや身近なものを使っていてかしまった料理ではなく家庭的なものだから好きです(既婚_子供あり/20代後半) ・等身大で手軽にちょっと素敵な料理を提案してくれる。お人柄も良さそうでとても楽しんでいる幸せな雰囲気が伝わってくるように思う。(未婚_一人暮らし/30代後半) <p>コウケンテツ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康的で美味しそうなレシピが多いです。家庭でも作りやすいレシピが多いことも良いです。(未婚_親と同居/30代前半) ・イケメンな上に、食材や料理だけでなくもてなす相手を思いやる優しさを感じるから。(既婚_子供あり/30代後半)
2	栗原はるみ	43	
3	コウケンテツ	24	
4	奥園壽子	22	
5	平野レミ	17	
6	こうちゃん	13	
7	小林カツ代	9	
8	枝元なほみ	6	
8	マロン(板井典夫)	6	
8	SHIORI	6	

調査結果 5 料理の腕を上げるためにしていること

●「料理の腕を上げるためにしていること」を尋ねたところ、6割前後が「レシピ本を見る」「料理に関するサイトを見る」を挙げた。また、「料理の雑誌を見る」「料理番組を見る」という人も4割程度おり、レポートリーを増やしたり、新しいレシピにチャレンジする様子が伺えた。

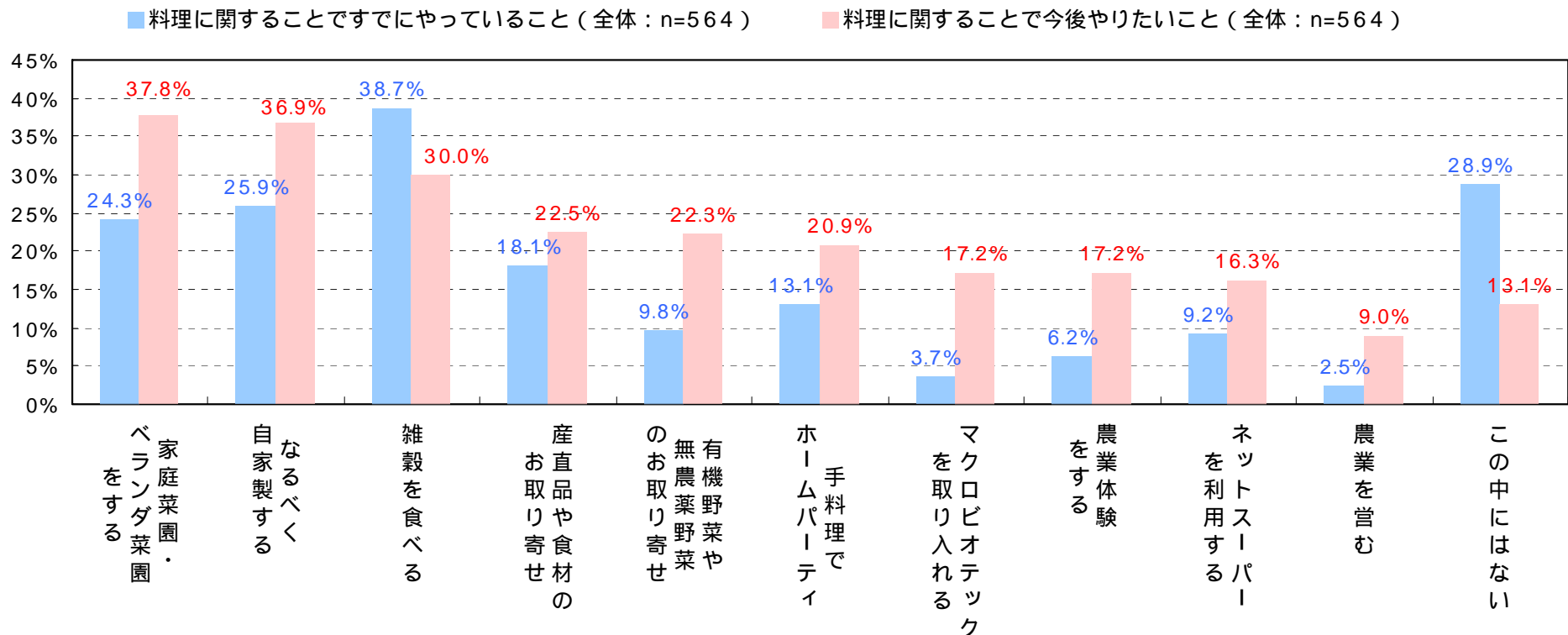
あなたは料理の腕を上げるために何かやっていますか？（n=564）



調査結果 6 料理に関してやっていることと今後したいこと

- 「料理に関してすでにやっていること」では、「雑穀を食べる」が38.7%で1位。「なるべく自家製をする（梅干をつける、パンを焼くなど）」（25.9%）「家庭菜園・ベランダ菜園をする」（24.3%）という結果に。
- また「料理に関して今後やりたいこと」についても、「家庭菜園・ベランダ菜園をする」（37.8%）「なるべく自家製をする」（36.9%）「雑穀を食べる」（30.0%）が上位となった。

料理に関することで、すでにやっていることと今後やりたいこと



わたしみがきアンケートレポート

はたらく女性の『食生活と料理』に関する興味と現実
アンケート 結果レポート

2009年11月25日

本レポートに関するお問合せ先：

株式会社カウネット わたしみがき編集部

〒140-0013 東京都品川区南大井6丁目26番地1号 大森ベルポートA館4階

TEL 0120-861-302 (月-金 9:00-17:30 土日祝日・年末年始除く)

Mail info@watashimigaki.com

URL <http://www.watashimigaki.com>