

ノーリツ、食生活に関する意識調査

シニア層ほど夏バテ知らず!? 高齢層ほど夏バテにならない傾向に! 9割が食事で夏バテ対策! うなぎ、焼き肉などが人気

～ 夏バテ対策は食事から! ～

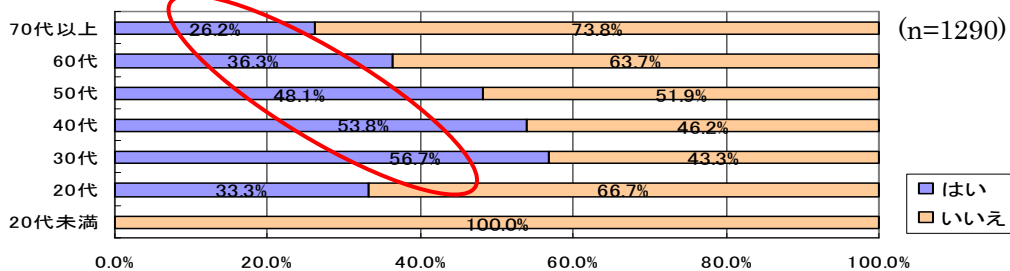
湯まわり設備メーカーの(株)ノーリツ(本社:神戸市、代表取締役社長:國井総一郎、資本金201億円、東証一部上場)は、全国全世帯男女(20～70代)の当社製品ユーザーを対象に、自宅での食事回数や外出回数、食事時間などについて意識調査を行いました。季節に合わせ「夏バテ」にも焦点を当てて調査結果をまとめました。有効回答数は1290人です。

《調査の結果ハイライト》

■ 30代・40代が70代の約2倍、夏バテを経験!

夏バテになったことがある人は41.2%と半数近くに上りました。20代を除き、年齢が高くなるにつれ、夏バテをしたことのある割合が減少する傾向に。30代・40代では夏バテをしたことのある人が50%を超えているのに対し、70代以上では26.2%と約半分ほどの割合になり、シニア層の方が夏に体調を崩したことが少ないという結果になりました。

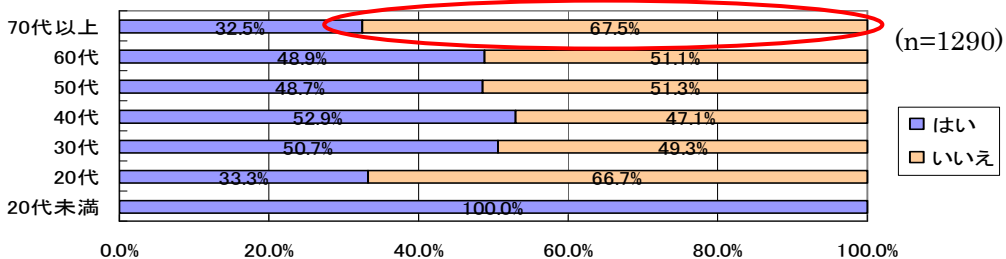
・夏バテになったことがありますか?



■ 30代から60代は、ほぼ半数が夏バテ対策を実施したことがある結果に!

夏バテ対策をしたことがあるかでは、46.1%の人が対策していることがわかりました。30代から60代まではほぼ横並びでしたが、70代以上が突出して夏バテ対策をしないという結果に。夏バテを経験したことがなく、対策もしない像が浮かび上がります

・夏バテ対策をしたことがありますか?

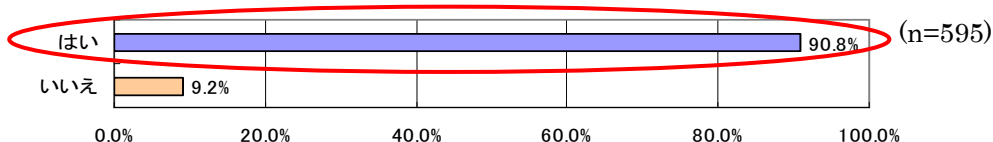


■ 夏バテ対策をしたことがある人の中の9割が食に関する対策を実施!

夏バテ対策として、9割以上の人が食に関する対策を行っていることがわかりました。具体的に何を食べているかかかったところ、スタミナをつけるために「うなぎ」や「焼き肉」などを食べている人が多いという結果になりました。

・スタミナが付くものを食べるなど、食に関する夏バテ対策をしたことはありますか?

(“夏バテ対策をしたことがありますか”に“はい”と答えた方)



調査概要

● 調査目的

夏バテとその対策について、また自宅での食事回数や調理実態についてなど、食生活に関する意識調査をする。

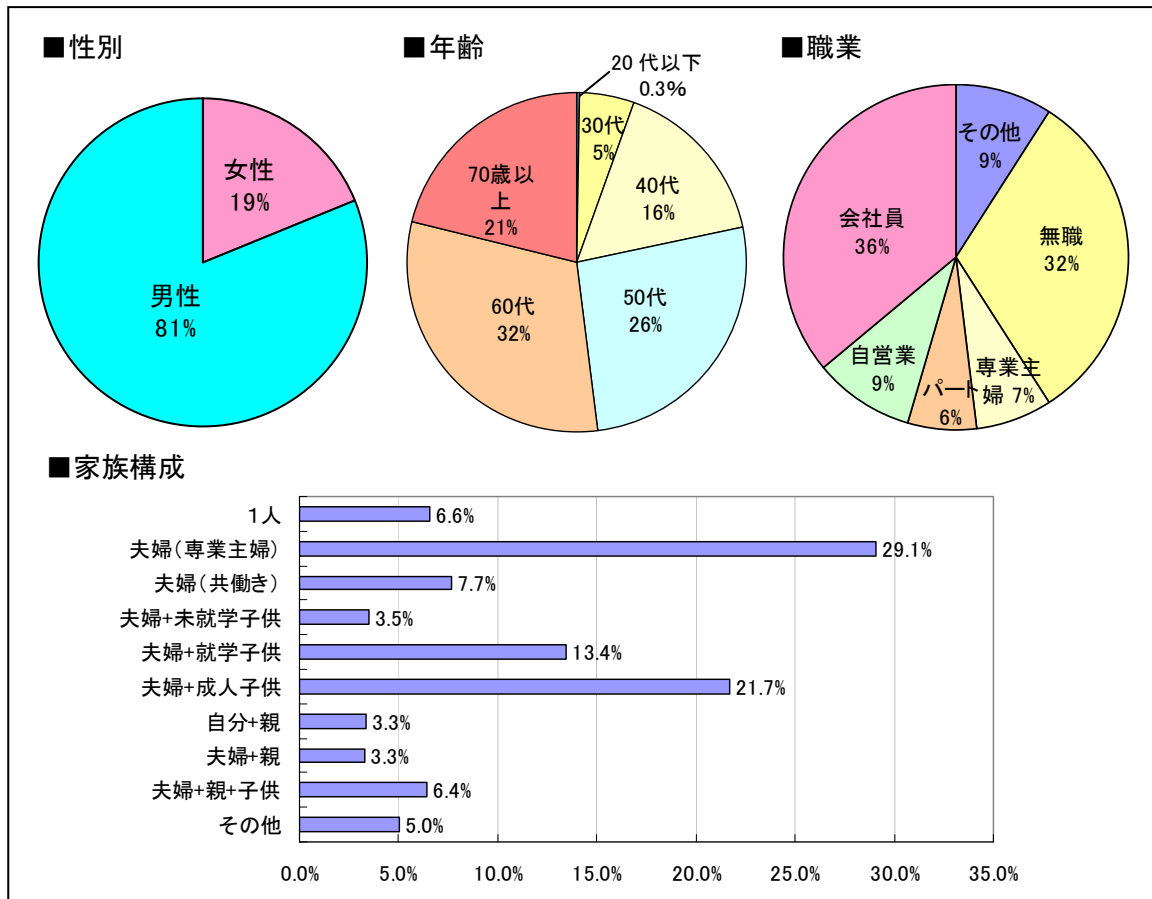
● 調査方法

WEBアンケート

● 調査対象

ノーリツインターネットサイト「CLUB NORITZ (クラブノーリツ)」会員

● 回答者の構成 (n=1290)



● 調査エリア

全国

● 調査期間

2014年4月25日～4月28日

■夏バテ対策をしている人の9割以上が、食での対策をしていると回答！

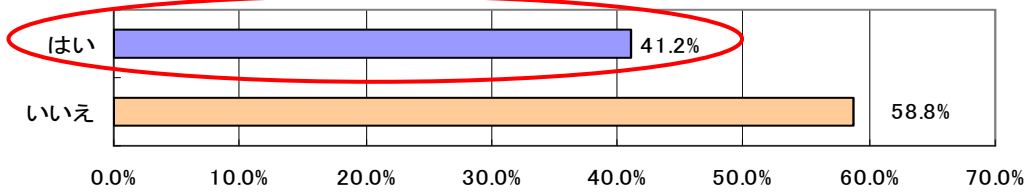
まず、季節に合わせて、夏バテになったことがあるか質問しました。

夏バテになったことがある人は41.2%と半数近くいました。30代、40代では夏バテをしたことのある人が半数を超えていました。しかし、20代を除き、年齢が高くなるにつれ、夏バテをしたことのある人が減る傾向にありました。

また夏バテ対策をしたことがあるかを尋ねると、46.1%の人が対策した経験があることがわかりました。夏バテ対策としては、9割以上の人食に関する対策を行っていることがわかりました。具体的に何を食べているかという質問には、“うなぎ”や“焼き肉”、“ニンニク料理”と回答する人が多い結果となりました。

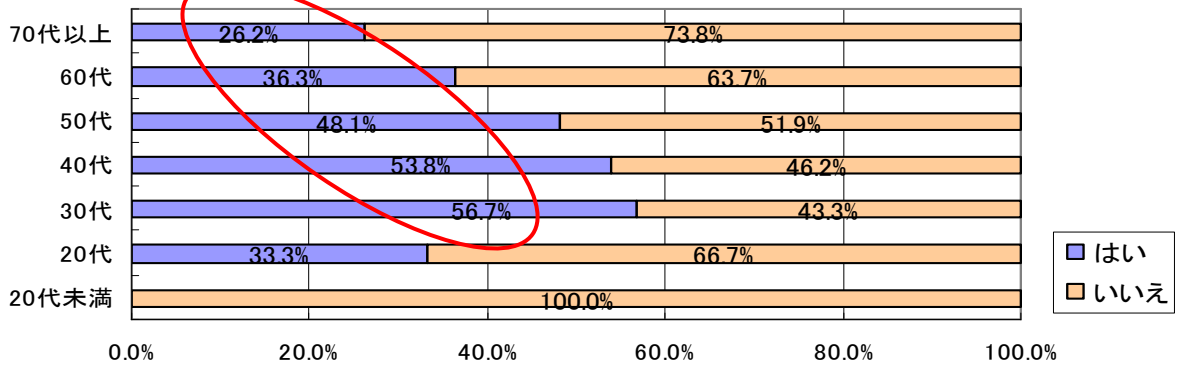
・夏バテになったことがありますか？

(n=1290)



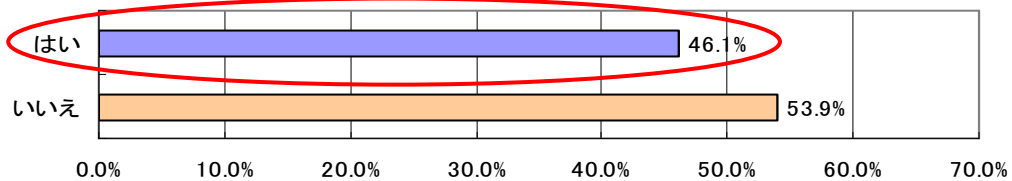
<世代ごと>

(n=1290)



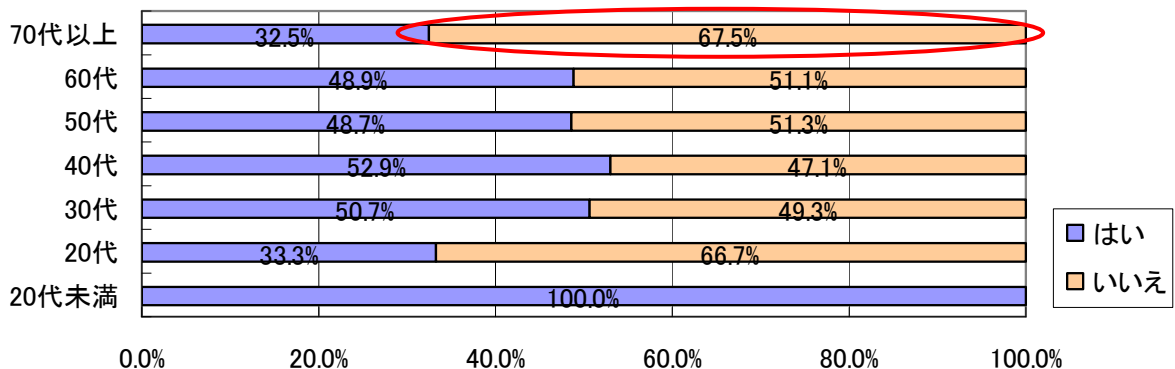
・夏バテ対策をしたことがありますか？

(n=1290)



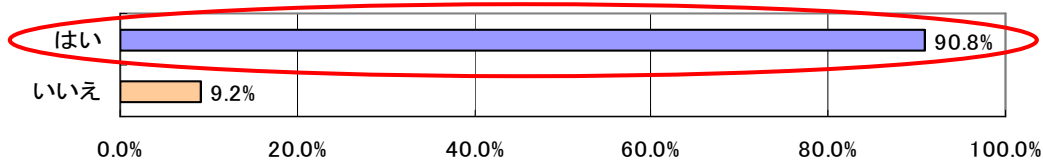
<世代ごと>

(n=1290)



・スタミナが付くものを食べるなど、食に関する夏バテ対策をしたことはありますか？
 (“夏バテ対策をしたことがありますか”に“はい”と答えた方)

(n=595)

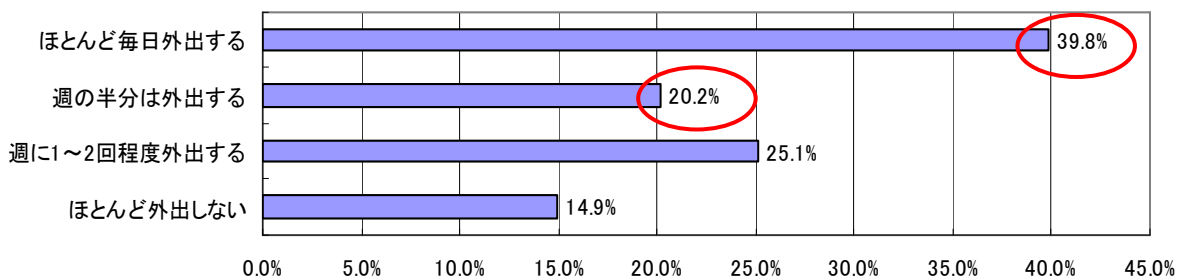


■自宅で夕食をとる人が8割超！ 外出するが外食しない傾向！

週にどのくらい外出するか尋ねたところ、「ほとんど毎日外出する」「週の半分は外出する」をあわせて60%に達し、大半の人が週に半分以上外出している傾向が明らかになりました。しかし、自宅で作った夕食をとる頻度は、「毎日」と答えた方が81.0%と8割を超え、外出はするが夕食は自宅できていることが明らかになりました。

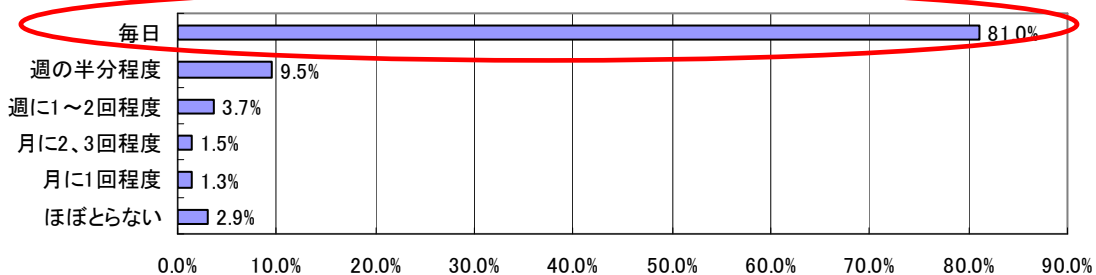
・あなたは週にどのくらい「外出」しますか？

(n=1290)



・あなたは、自宅で作った(作られた)夕食をとる頻度はどれくらいですか？

(n=1290)



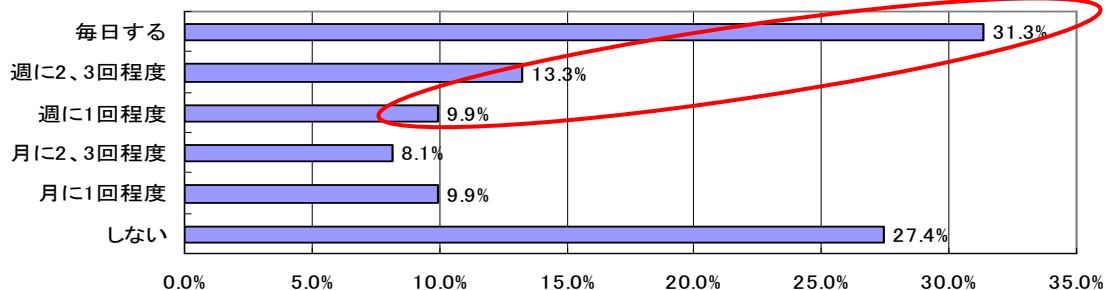
■家で、毎日料理をする女性は90%近くに！

家で料理を作る人は週一回以上する層が54.5%と多数を占めました。2007年の調査と比較すると、「毎日する」「週に2,3回程度」「週に1回程度」という層が伸びており、全体的に料理をする層が増えている様子が読み取れます。また、女性のみで聞くと「毎日」と答えた方が89.0%と、女性が多く料理を作っている実態が明らかになりました。

夕食の調理時間について尋ねると、「1時間程度」という人が54.7%と最も多く、夕食を食べ始めてから食べ終わるまでの時間を尋ねると65.5%が「30分程度」という結果になりました。また、世代別に見ると、30代では「10分程度」が17.9%と2割近くの回答がある一方で、60代以上では9.9%、70代以上では5.9%と半分以下の割合となっていることがわかりました。

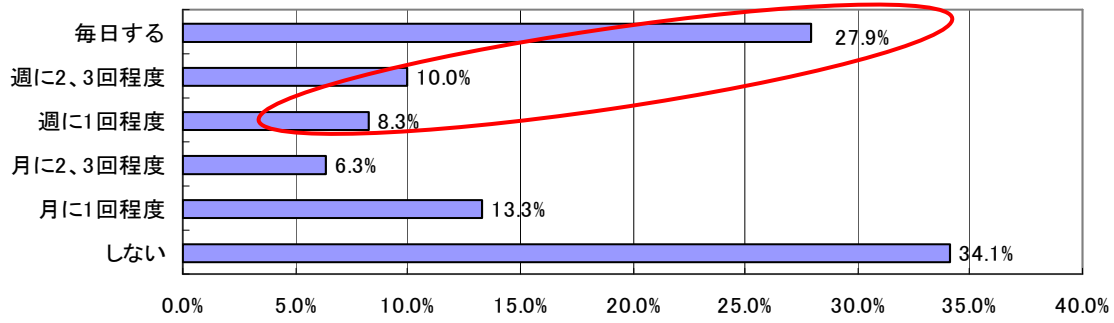
・あなたは家で料理をしますか？

(n=1290)



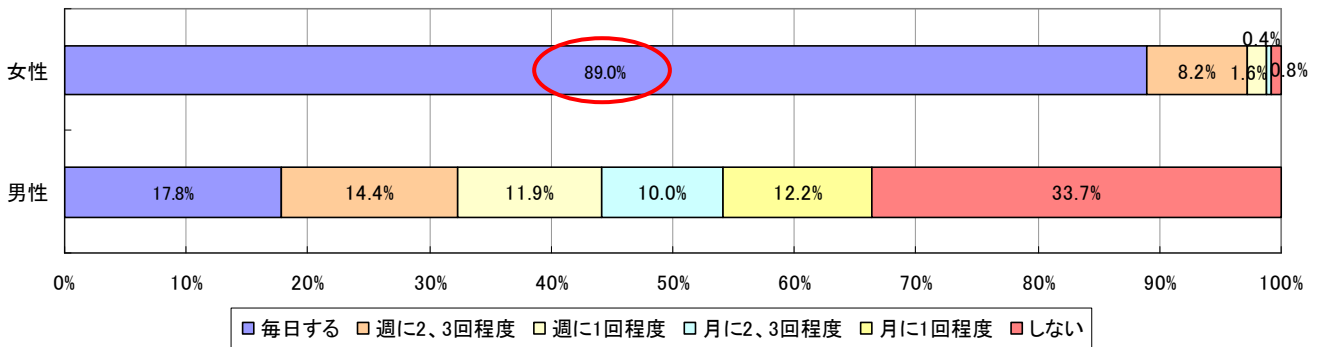
・あなたは家で料理をしますか？＜2007年調査結果＞

(n=820)



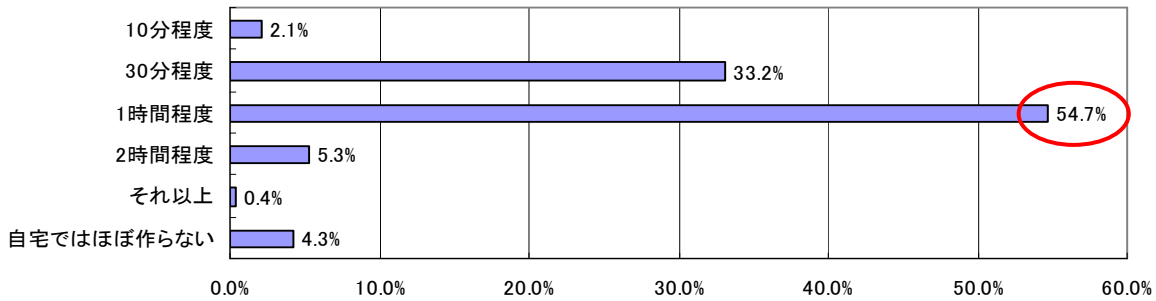
・あなたは家で料理をしますか？＜2014年調査・男女別＞

(n=1290)



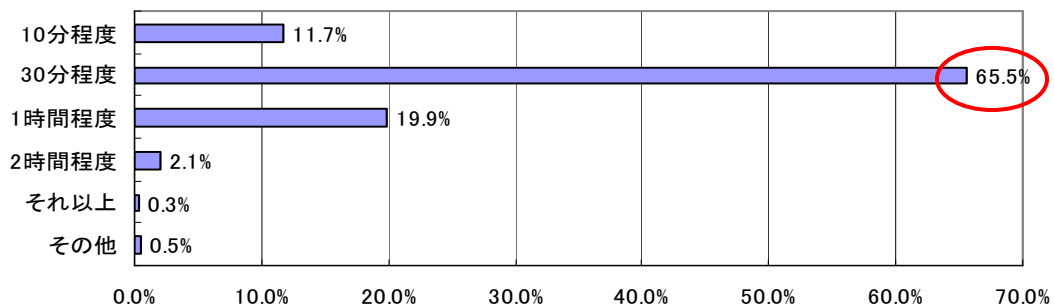
・通常の夕食の調理時間はどれくらいですか？（ご家族が作る場合も含め）

(n=1290)



・あなたは通常夕食を食べ始めてから食べ終わるまで何分くらいかかりますか？

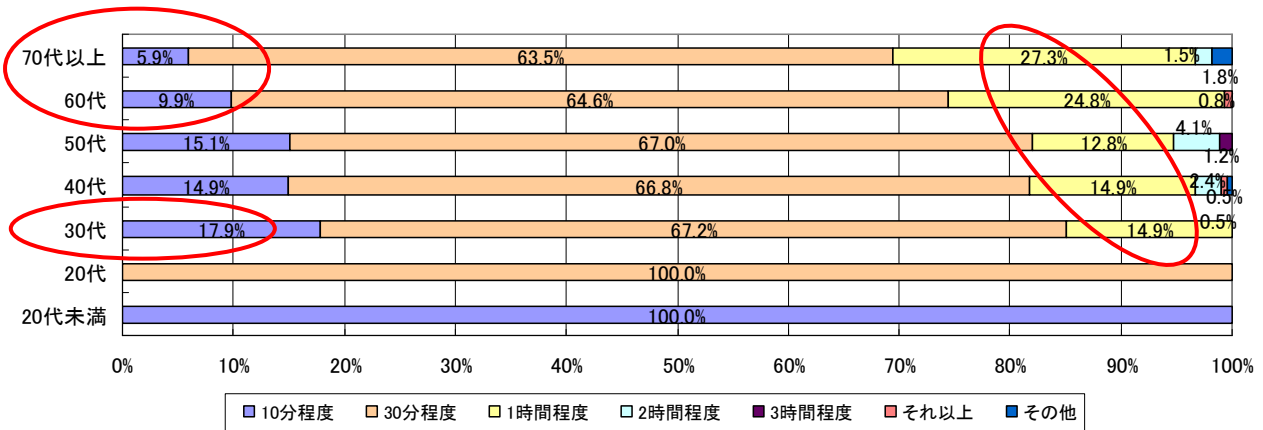
(n=1290)



・あなたは通常夕食を食べ始めてから食べ終わるまで何分くらいかかりますか？

(n=1290)

<世代ごと>

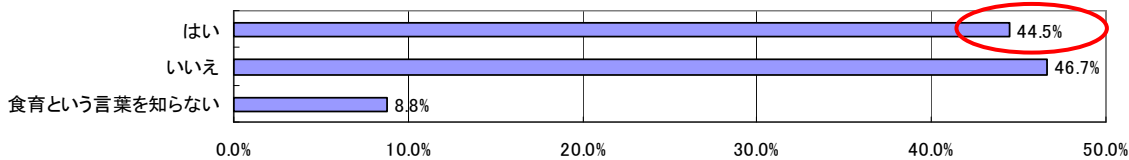


■食育は素材を意識している人が大半という結果に！

食育について尋ねたところ、食育を意識している人は44.5%と半数近くに上りました。どのような形で食育を意識しているかがあったところ、「素材」が61.3%でトップとなり、「食事中的コミュニケーション」「食事のマナー」などより大幅に高い結果となりました。食品偽装などにより、「素材」に高い関心が集まっている様子が見られます。

・あなたは、食育という言葉を普段意識しますか？

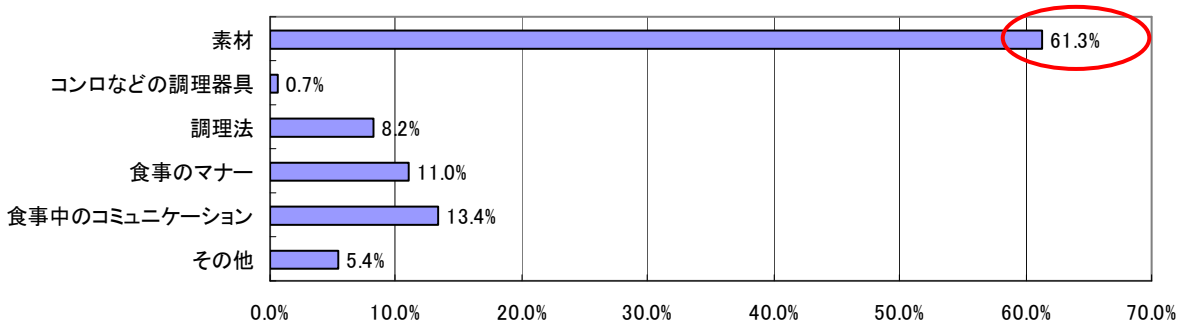
(n=1290)



・どんなことで意識していますか？

(“あなたは、食育という言葉を普段意識しますか？”の質問に“はい”と答えた方)

(n=574)

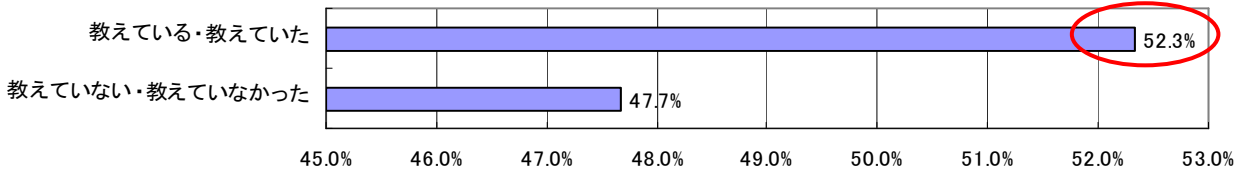


■料理をつくれるのが子どもの将来にとって必要と考えている結果に！

子どもに料理を教えているか尋ねたところ、52.3%と過半数の人が料理を教えていたことがわかりました。また、料理を教える目的は「将来のため」が78.3%と大半を占めました。子どもにも料理ができるようになって欲しいと思っている親心がうかがえます。

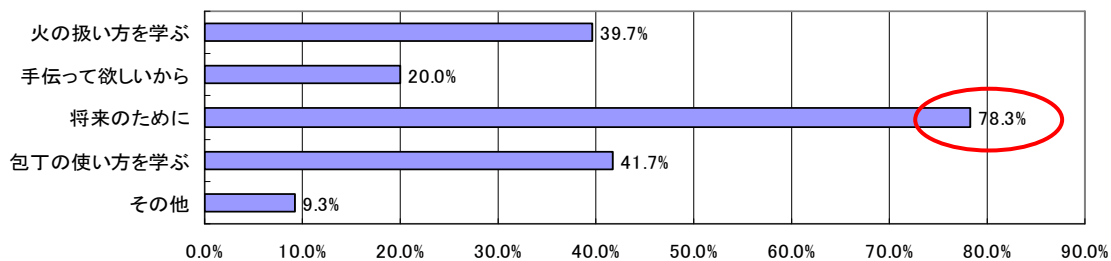
・あなたのご家庭では子どもに料理を教えていますか(教えていましたか)?

(n=944)



・料理を教える目的は何ですか？(複数回答)

(“あなたのご家庭では子どもに料理を教えていますか”の質問に“はい”と答えた方) (n=494)

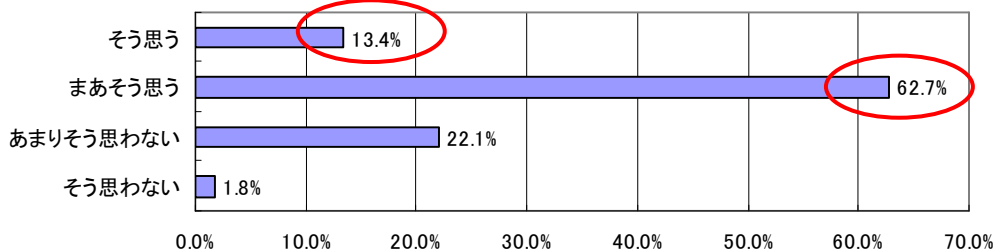


■現在の食生活は正しいが改善点はある人という答えが多数！

現在の食生活が正しいと思っているか尋ねたところ、「そう思う」「まあそう思う」があわせて76.1%と、ほとんどの人が現在の食生活に満足していることがわかりました。現在の食生活が正しいと「思わない」「あまりそう思わない」人に、今後どのように食生活を正したいか質問すると、「今のままでいい」と思っている人は10.7%と少数で、「食事の質に気を付ける」という回答が62.0%と、改善の余地があるという人が多いという結果となりました。

・自分の今の食生活は正しいと思いますか？

(n=1290)



・今後どんなことで自分の食生活を正しくしていきたいですか？

(n=308)

(“自分の今の食生活は正しいと思いますか”の質問に“あまりそう思わない”“そう思わない”と答えた方)

