



<家庭での夕食の食卓はどんな場か>

家族にとって夕食の食卓は 楽しい会話をする場であり、情報共有の場

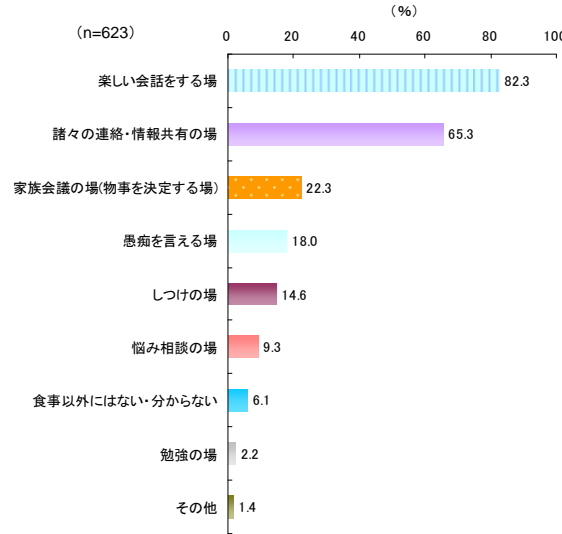
家族にとって夕食時は食べると同時にどんな場だと思うか、複数回答で尋ねた(グラフ①)。「楽しい会話をする場」が8割以上と多く、次いで「連絡・情報共有の場」が65.3%と高くなっている。夕食時の会話の中心は「子ども」が48.3%(グラフ②)。「自分自身」が22.8%、「配偶者(夫)」が15.5%と続く。

家族コミュニケーションで食卓が占める割合は 「5~6割程度」が38.3%

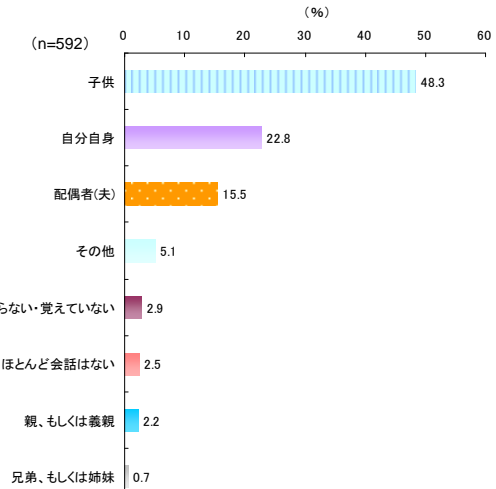
家族との様々なコミュニケーションの中で「食卓」が占める割合はどのくらいだと思うかについては、「5~6割程度」38.3%、「7~8割程度」23.1%、「3~4割程度」21.0%が上位(グラフ③)。

ライフステージ別に見ても順位はさほど変わらないが、子どもが「学校卒業以上の大人」「独立しており同居していない」家庭では、行動がバラバラになるためかコミュニケーションの中で食卓が占める比率がやや高まり、ほかの世代に比べて「9割以上」という回答が多い。一方で一緒に食べる回数が減る、子どもが「大学以上の学生」「学校卒業以上の大人」の家庭では、「1~2割程度」という回答もやや多い。

(グラフ①) 家族にとって夕食時は食べると同時にどんな場だと思いますか?(複数回答)

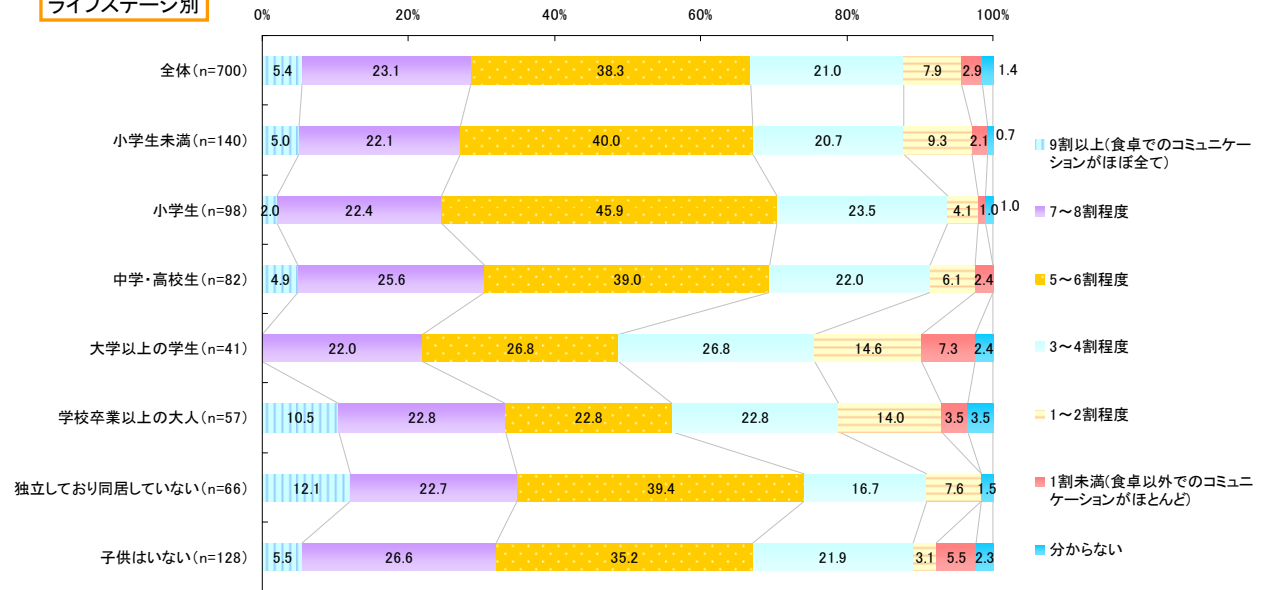


(グラフ②) 同居する家族全員がそろう家での夕食が、週に1日以上ある方。夕食時、会話の中心は誰のことが多いですか?



(グラフ③) 家族との様々なコミュニケーションの中で「食卓」が占める割合はどのくらいだと思いますか?

ライフステージ別



<回答者プロフィール>

●年齢: 20代以下 3.8%、30代 28.4%、40代 37.9%、50代 19.0%、60代以上 10.8%。●職業: 専業主婦 61.6%、フルタイム 12.8%、パートアルバイト 23.3%、そのほか 2.3%。●未既婚: 既婚 100%。●居住地: 北海道 3.0%、東北 2.7%、関東 47.9% (東京都 16.8%、神奈川県 14.6%、千葉県 8.5%、埼玉県 6.4%、茨城県 0.3%、栃木県 1.3%)、中部 7.7%、近畿 34.2% (大阪府 15.1%、兵庫県 11.2%、京都府 2.0%、滋賀県 1.0%、奈良県 0.1%、和歌山県 0.4%、三重県 0.1%)、中国 2.7%、四国 1.8%、九州・沖縄 4.3%。

リビングくらしHOW研究所 女性の意識と行動を分析・研究する、リビング新聞グループのマーケティングカンパニーです。あらゆる消費の中心に存在する女性生活者と、より深く、効果的なコミュニケーションを実現するための情報を発信しています。

ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>

問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430



<家庭での夕食の食卓はどんな場か>

食卓コミュニケーションで心がけているのは 明るい話題や楽しい会話

「食卓でのコミュニケーションをよくするために心がけていること」をフリーアンサーで回答してもらったところ、「明るい話題、楽しい会話で盛り上げる」がダントツ1位に。ほか、「暗い話や愚痴は避ける」「テレビをつけない」「話を聞く」「おいしいものを作る」などの意見が多かった。

家族が家で食事をする機会を増やすために スケジュール確認、連絡をまめにとるなどで工夫

「家族が家で食事をする機会が増えるように工夫していること」については、「家族のスケジュールを確認する、連絡をまめにとるなどして時間を合わせる」という声が圧倒的に多かった。ほか、「鍋料理をする」「おいしいもの、旬のものを作る」「家族が好きなものを作る」「外食を減らす」などが上位に。家族の食卓を守るための、主婦の努力がうかがえる。

<回答者プロフィール>

●年齢:20代以下 3.8%、30代 28.4%、40代 37.9%、50代 19.0%、60代以上10.8%。●職業:専業主婦 61.6%、フルタイム 12.8%、パートアルバイト 23.3%、そのほか 2.3%。●未既婚:既婚 100%。●居住地:北海道3.0%、東北2.7%、関東47.9%(東京都16.8%、神奈川県14.6%、千葉県8.5%、埼玉県6.4%、茨城県0.3%、栃木県1.3%)、中部7.7%、近畿34.2%(大阪府15.1%、兵庫県11.2%、京都府2.0%、滋賀県1.0%、奈良県0.1%、和歌山県0.4%、三重県0.1%)、中国2.7%、四国1.8%、九州・沖縄4.3%。

リビングくらしHOW研究所 女性の意識と行動を分析・研究する、リビング新聞グループのマーケティングカンパニーです。あらゆる消費の中心に存在する女性生活者と、より深く、効果的なコミュニケーションを実現するための情報を発信しています。

ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>
問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430

<食卓でのコミュニケーションをよくするために、心がけていること>ベスト5 (n=420)

●1位...明るい話題・楽しい会話で盛り上げる 136票

- ・なるべく自分から家族に話しかけて、会話の機会をふやしている。(神奈川県・34歳)
- ・楽しい会話をしながら美味しく食べる。(福島県・39歳)

●2位...暗い話や愚痴は避ける 64票

- ・いろいろ会話をする時間だが、相手の嫌がることや傷つける話はしない。食事しながら悪口は言わないようにしている。(岡山県・65歳)
- ・食事中に愚痴や文句を言わない。(大阪府・43歳)

●3位...テレビをつけない 50票

- ・できるだけ、テレビをつけずに食事するよう、心がけている。(千葉県・38歳)
- ・最近テレビを見るのが減っていることもあって、食事の時もテレビを消している。と、自然に会話も増える。(東京都・35歳)

●4位...話を聞く 45票

- ・愚痴でもつまらない話でも何でも興味深く聞く。何でも話せば誰かが真剣に聞いてくれるという状況をつくっておく。(兵庫県・63歳)
- ・自分もたくさん話をするけど、今日どんなことしたの?とも聞くようにしている。(宮城県・29歳)

●5位...おいしいものを作る、バラエティ豊かな食卓にする、大皿料理をする 31票

- ・メニューに変化をつける。変わった食材にも挑戦している。(千葉県・57歳)
- ・大皿に盛り、みんなで分けて食べるようにする。(京都府・48歳)
- ・美味しい料理!!(大阪府・36歳)

<家族が家で食事をする機会が増えるように工夫していること>ベスト5 (n=309)

●1位...家族のスケジュールを確認する、連絡をまめにとるなどして時間を合わせる 94票

- ・帰宅するときにメールをもらうようにしています。そうするとあとどれくらいで帰ってくるから待ってよう...と、家族が揃う人数が増える確率が高くなります。(東京都・39歳)
- ・主人の帰りが毎日違うので、夕方に子供が電話で大体の帰宅時間を聞いて、もし待てる範囲なら待って、みんなで食べています。(大阪府・36歳)

●2位...鍋料理をする 28票

- ・お鍋やホットプレートを使ってわいわい楽しめるメニューを増やす。(静岡県・35歳)
- ・温かい鍋料理をつくると皆が寄ってきてくれる。(新潟県・49歳)

●3位...おいしいもの、旬のものを作る 25票

- ・美味しいものを作るように努力する。(神奈川県・59歳)
- ・毎回旬の食材を用いた料理を作る。(京都府・38歳)

●4位...家族が好きなものを作る 24票

- ・「●●が食べたいな」という何気ない主人の言葉を、できるだけ取り入れた献立作りをするよう工夫している。(千葉県・38歳)
- ・家族の好きなメニューを増やす。(東京都・42歳)

●5位...外食を減らす 21票

- ・外食よりも買ってきたものを自宅で一緒に食べるようにする。(東京都・55歳)
- ・外食を減らして料理のレパートリーを増やす。(神奈川県・41歳)
- ・なるべく外食せず、出かける時も、夕食用に作っておいたり、下ごしらえしてから出かけるようになるべくしている。(神奈川県・34歳)