



<家庭での食生活・メニュー>

主婦が役割として意識しているのは
「家族の喜ぶ料理を作ること」

家庭での食生活で、主婦が自分の役割として意識しているのは「家族の喜ぶ料理を作る」が7割弱(グラフ①)。「旬の食材や季節を感じる盛り付けをする」「料理のレパートリーを広げる」という声も4割超。

新しいメニューの情報は
「レシピ専門サイト」から入手

新しいメニューの情報は「レシピ専門サイト」から入手するという人が57.4%と多い。「テレビ」「雑誌・新聞・情報誌」という意見も根強く、4割程度いる。(グラフ②)。

2011年新しく作って定番化したメニューは
カレー鍋やトマト鍋などの「鍋料理」に、「韓国料理」

「今年新しく作って、定番化したメニュー」を聞いたところ、様々な味のつゆが市販化されて、家庭でのバリエーションが広がったことを受けてか、最も多かったのは「鍋料理」に。カレー鍋、トマト鍋、餃子鍋などの変わり鍋のほか、小栗旬のCMで話題の豚バラと白菜の重ね鍋などの声も挙がった。

ほか、同じく家庭で作りやすくなったサムゲタン、スンドゥブ、チャプチェなどの「韓国料理」、タイカレーや焼きカレー、カレー肉じゃがなどの「カレーやカレー味の料理」が上位に。

<回答者プロフィール>

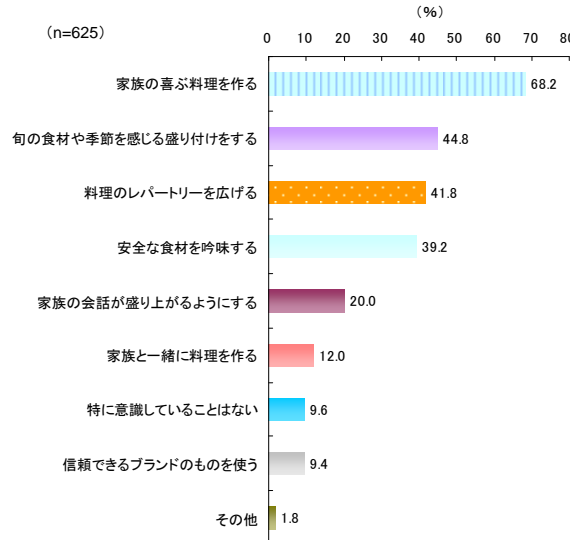
●年齢:20代以下 3.8%、30代 28.4%、40代 37.9%、50代 19.0%、60代以上10.8%。●職業:専業主婦 61.6%、フルタイム 12.8%、パートアルバイト 23.3%、そのほか 2.3%。●未既婚:既婚 100%。●居住地:北海道3.0%、東北2.7%、関東47.9%(東京都16.8%、神奈川県14.6%、千葉県8.5%、埼玉県6.4%、茨城県0.3%、栃木県1.3%)、中部7.7%、近畿34.2%(大阪府15.1%、兵庫県11.2%、京都府2.0%、滋賀県1.0%、奈良県0.1%、和歌山県0.4%、三重県0.1%)、中国2.7%、四国1.8%、九州・沖縄4.3%。

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。

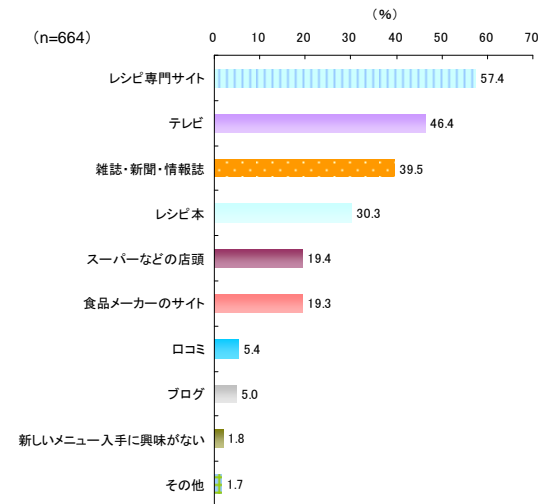
ウェブサイト <http://www.kurashihow.co.jp>

問い合わせ TEL03-5216-9420 FAX03-5216-9430

(グラフ①)家庭での食生活で最近、自分の役割として意識していることはありますか?(複数回答)



(グラフ②)新しいメニューの情報は、どこから入手することが多いですか? 多い順に3つまで選んでください。



<2011年新しく作って、定番化したメニューと作ったきっかけ>ベスト5 (n=366)

●1位...鍋料理(豚バラと白菜の重ね鍋、トマト鍋、餃子鍋、カレー鍋、キムチ鍋、豆乳鍋など) 43票

・豚バラと白菜の重ね鍋をテレビで大好きな小栗旬くんが美味しく食べてたのを見て作って見たら美味しい...家族みんなしたり顔になりました。(兵庫県・41歳)
・餃子鍋。子供でも簡単に包めて楽しく作れるから。(東京都・35歳)
・トマト鍋。あまりトマトが好きでなかったのですが、鍋のスープをいただいたので作って見たら美味しかった。(福岡県・51歳)

●2位...韓国料理(サムゲタン、スンドゥブ、チャプチェ、チヂミ、ナムルなど) 19票

・サムゲタンです。体に良いこの料理を、TV番組でレシピを紹介していたのを作ったら、手軽に作れて、家族全員に、今後のメニューに加えていいと、言われました。嬉しかったです。(東京都・50歳)
・チャプチェ、サムゲタンなどの韓国料理。コウケンテツさんの料理番組を見たのがきっかけで作り始めたのですが、買い集めた韓国食材を使い切らなくてはならないので、定番化していきました。(北海道・32歳)

●3位...カレーやカレー味の料理(カレー鍋は除く) 18票

・タンドリーチキンのカレー味。鶏といえば唐揚げが定番だったのですが、ほかのレパートリーはないの?と言われて。(東京都・48歳)

●4位...蒸し料理(タジン鍋やシリコンスチーマーで作る料理など) 11票

・蒸し料理。流行りのシリコン製の蒸し器を買ったから。(兵庫県・49歳)

●5位...タニタの社員食堂のレシピでつくる料理 8票

・タニタの社員食堂のメニューでささみのタニタソースあえです。カロリーも低くて、とても美味しいです!(愛知県・37歳)
・タニタの社員食堂のレシピ。メタボ体型なので。(千葉県・51歳)



<家庭での食生活・メニュー>

食卓が盛り上がるメニューは 「鍋料理」など皆でわいわい囲んで食べるもの

家族の会話が弾むメニューの1位には237票と圧倒的な票数で「鍋料理」がランクイン。2位は「焼き肉、鉄板焼き、ステーキ」、3位は「手巻き寿司、お寿司」だった。皆で囲み、皆で作るメニューはやはり食卓がにぎやかになるようだ。

家庭での食生活での悩みは 夫や子どもの好き嫌い、メニューのマンネリ化など

家庭での食生活の悩みは、「夫や子どもの食べ物の好き嫌い」が1位に。好き嫌いが多いことで、栄養の偏りが気になる、作るメニューが限られる、皆が食べられるメニューを考えるのが大変など、様々な悩みに派生している。

続いて「メニューがマンネリ、ワンパターン」「家族の食事時間がバラバラで揃わない」などが上位に。ほか、夫が夕食を遅い時間にとるので肥満が気になる、朝食がパン党とごはん党に分かれるので用意が面倒くさいなど、切実な声が寄せられた。

<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

<家族の会話が弾む、食卓が盛り上がるメニューとその理由>ベスト5 (n=491)

●1位...鍋料理 237票

・お鍋。みんなでわいわい鍋をつつきながら会話が弾みます。(京都府・41歳)
・お鍋。毎回、違うお鍋にして食材を変えたり、しめも雑炊やうどん、スパゲッティなど変えると楽しく盛り上がります。(大阪府・48歳)

●2位...焼肉、鉄板焼き、ステーキ 80票

・焼肉。家族みんなが大好きだから。(大阪府・36歳)
・焼肉。肉が大好きでわいわい言いながら食べるのが楽しいです。(兵庫県・41歳)

●3位...手巻き寿司、お寿司 45票

・手巻き寿司。好きなネタを自由に巻いて、食べられるから。(石川県・31歳)
・手巻き寿司です。各自自分で作るので忙しいですが、その分お箸がテーブル上を行き来するので賑やかになります。(福岡県・51歳)

●4位...お好み焼き 36票

・お好み焼き。みんなで焼いて食べるから。(兵庫県・32歳)
・お好み焼きと焼きそば。いつも何もしない主人が参加して作ってくれる。(愛知県・57歳)

●5位...カレー 26票

・カレー、シチュー。家族皆が好きなメニューだから。(埼玉県・60歳)

<家庭での食生活の悩み>ベスト5 (n=355)

●1位...夫や子どもに食べ物の好き嫌いがある 68票

・家族の好き嫌いが多いこと。なんでもよく食べるわけではないので、作るメニューが限られてしまうこと。(東京都・34歳)
・野菜が嫌いで、一人一人の好みが違うので、みんなが喜んで食べられる、毎日の献立を考えるのが大変。(和歌山県・49歳)
・子供の食わず嫌いが多い。(鳥取県・31歳)

●2位...メニューがマンネリ、ワンパターン 64票

・レパートリーが少なく、マンネリ気味なのが悩み。(千葉県・36歳)
・料理のレパートリーが少ないので、夕食の献立に悩んでしまう。(宮城県・58歳)

●3位...家族の食事時間がバラバラ 53票

・家族の行動パターンがそれぞれ違うので食事の時間がバラバラなことが多い。(東京都・48歳)
・家族全員が働いていて帰宅時間もバラバラなので、揚げたて、出来立てを食べてもらえないのが残念です。(埼玉県・52歳)
・主人が毎日遅く、家でまったく食べないので、料理が上達しない。凝ったものを作らないので。(神奈川県・47歳)
・料理を作っても急な飲み会や食事会が入ったと言って、家族がそろわないことが増えたこと。(北海道・51歳)

●4位...家族の健康や栄養のバランスが気になる 34票

・家族の好物を作るとハイカロリーなものが多くなりがちで、付合せや副菜でバランスを考えてはいるものの少し心配。(愛知県・41歳)
・主人の帰宅時間が遅いので、夕食が遅く、食べてすぐに寝るため、最近太り気味です。仕方が無いのですが・・・。(東京都・39歳)

●5位...家族の好みバラバラ 23票

・各自の好みが違うので、数種類も多く作らないといけない事です。(福岡県・54歳)
・朝ご飯が洋食派と和食派に分かれるので、困る。(東京都・34歳)