

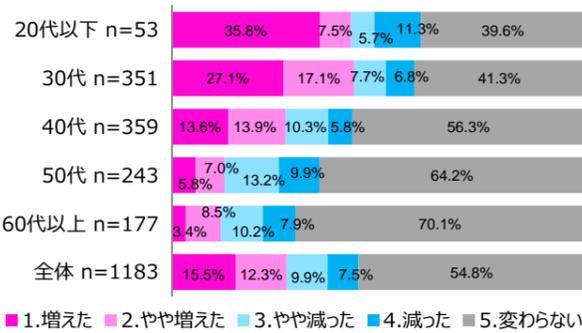
01 Woman's Trend

家で炊いたお米を毎日食べている割合は85%。20代・30代は、食べる頻度が上昇 身体にいいの？ 太るの？ あふれる健康情報に揺れる「私のごはん」

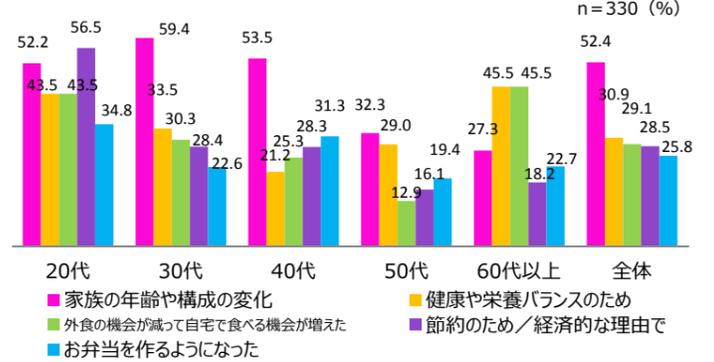
グラフ1. 自宅で炊いたお米を食べる頻度



グラフ2. 自宅で炊いたお米を食べる頻度の3年前との比較



グラフ3. 自宅で炊いたお米を食べる頻度が増えた理由 *複数回答* 上位5位



“米離れ”が言われて久しいが、主婦は家で米をどう食べているのだろうか。「お米についてのアンケート」から既婚女性のデータを見てみよう。1日に1回以上自宅で炊いたごはんを食べる人は85.2%。うち1日2回が37.9%、3回が13.1%と、かなり食べている印象だ。20代の頻度が高く、40代・50代が比較的低い点も、イメージと少し違うのではないかと(グラフ1)。

3年前と比較した「自宅で炊いたお米を食べる頻度」では、全年代で「変わらない」が最も多かったが、20代・30代では「増えた+やや増えた」が4割を超えた。頻度が「減った+やや減った」が比較的多いのは、50代、60代(グラフ2)。

頻度の増減は家族の状況と連動する。20代~40代の子育て世代では、子どもが生まれ成長する「家族の年齢や構成の変化」を理由に、頻度が増える(20代では「節約・経済的な理由」も多い)。一方、子どもが手を離れる50代・60代

は、同じ「家族の変化」により頻度が低下する。「お弁当作り」も、20代・40代で頻度の増加に、50代は減少に影響を与えている。また頻度増の理由の2位は、「健康や栄養バランスのため」(30.9%)だが、頻度が減る理由の1位は「ダイエット・減量」(30.6%)で、30代・40代では半数を超えた(グラフ3・4)。

毎日一定量を食べるからこそ、ごはんはダイエットのターゲットになりやすい。しかし米に関するFAを見ると、疑問や不安がいろいろ。「ダイエットだと米は敬遠しがちだが、ネットで太らないということも見たりする。正しい情報はどうなんだろう」(38歳)、「糖質を控えるのが流行っている。お米は沢山食べたいが、なんとなく不安」(60歳)、「冷やごはんは太りにくいと聞いたが、炊き立てごはんは好きには敵しい」(39歳)など。断片的な健康情報の氾濫が混乱を生んでいるようだ。米穀機構の森嶋道子さんは、「ごはんは消化吸収が遅く、脂肪を貯めるホルモンの分泌も穏やかなので、実は太りにくい食物だ。

そういった米の栄養について、もっと伝える必要がある。特に妊娠・出産した女性は栄養への関心が高まり、ごはん食が増える傾向にあるため、妊産婦向けの発信を強化したいと話す。

「朝食はパン派」「ごはん派」にその理由(FA)を聞くと、パンは簡便性を、ごはんは腹持ちや具体的なメニューを挙げる声が多く、米への愛着が感じられた(表1)。

子どもには、栄養面でも経済的にもごはんを食べさせたい。でも、自分だけなら、好きだけれど控えたほうがいいか...と迷う女性は多い。「太らないお米があればいいのに」(30歳)という声は切実だ。断片的でない、バランスの取れたごはんとの付き合い方を伝えることが、「我慢」からの解放につながるはずだ。(副所長 滑川恵理子)

グラフ4. 自宅で炊いたお米を食べる頻度が減った理由 *複数回答* 上位5位

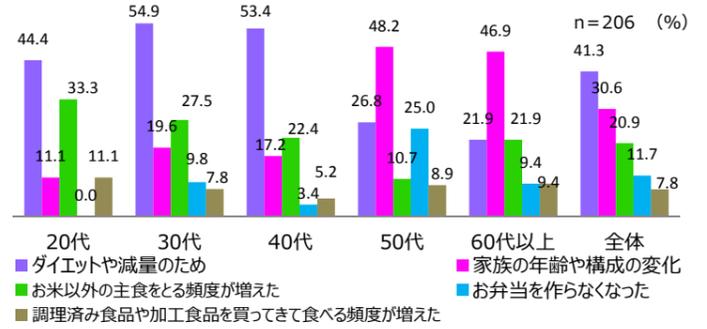


表1. 朝食の主食を選ぶ理由 FAから名詞を抜粋 *出現数の多い上位10位まで

「朝食はごはん」派		「朝食はパン」派	
名詞	出現回数	名詞	出現回数
1位 腹持ち	89	簡単	112
2位 好き	71	手軽	111
3位 弁当	25	好き	41
4位 おかず	22	時間	40
5位 納豆	19	準備	33
6位 味噌汁	18	おかず	32
7位 一番	17	習慣	31
8位 健康	16	用意	29
9位 習慣	15	子供	25
10位 子供	14	コーヒー	24
回答数	399	回答数	585

02 Working Woman's Real

【共働き夫婦のお財布事情】 夫も妻も大多数が互いの収入を把握 小遣いの行方も、そこそこ知っている

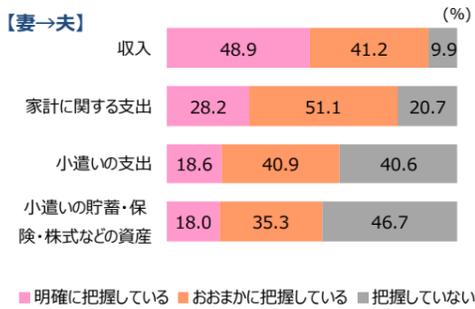
共働きの女性を対象に、夫婦が互いのお財布事情を把握しているか調査したところ、夫の収入を「明確に・おおまかに把握」している妻が9割超。一方、妻の収入を「明確に・おおまかに把握」している夫は8割弱。妻より「明確に把握」している率はぐっと低いものの、おおまかは知っている人が多い。

家計に関するそれぞれの支出も、妻は約8割、夫は約6割が「明確に・おおまかに把握」。家計について緩やかに情報共有されている様子が窺える。

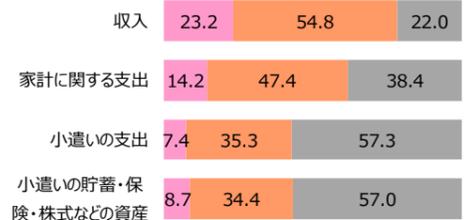
お互いの小遣い(自分で自由に使えるお金)の支出や資産では、妻は過半数、夫は4割超が把握している。個人的なお金の使い道の情報を共有している夫婦は意外と多い。ちなみに、毎月の小遣いの額は夫婦ともに「1万円~3万円未満」(夫23.5%、妻33.7%)、「3万円~5万円未満」(夫27.9%、妻24.1%)がボリュームゾーンだ。

2017.06.30~07.09. 全国の働く女性(パート・アルバイト・自営除く)を対象としたWeb調査。集計数: 323

【夫婦、お互いのお財布事情を把握しているか?】



【夫→妻】



03 Living Woman's Network

リビング新聞グループの女性組織紹介 ~OLモニター組織「City's」ユニーク! オフィスがステージのプロモーション

年齢、趣味・嗜好はもちろん、オフィス(職場)で利用できる器具・施設など約30項目のプロフィールを登録しているOLモニター組織「City's」。モニター数は約1万3000人、オフィス内ではオピニオンリーダー的な、クチコミのハブになる存在だ。

彼女たちを通じて、周りの同僚10人に商品などを配布できるのが「x10サンプリング」。オフィス内をステージに全国約13万人のOLにアプローチできるという、他にはないプロモーション手法が好評だ。

モニターへの感想には「忙しくてなか



なかコミュニケーションがとれない人もモニターのおかげできっかけができました(32歳)という声もあり、社内コミュニケーションにも役だっているようだ。

City'sプロモーションならではの機能

OLから男性社員へ手渡しサンプリング 同僚男性や男性上司への配布も可能	チルド商品もサンプリング可能 受け取り対象が確実。 冷蔵庫の有無も把握
化粧室や休憩室に商品を設置 オフィス内で使用シーンを創出	エリア指定のセグメント設定 商圏内のオフィスといったエリア指定も可能

「City's」の詳細は
http://www.sankeiliving.co.jp/cityliving/city/

全国City's人数 2017年8月1日現在

エリア	City's人数	オフィス数
札幌	459	407
仙台	303	281
東京	8,113	4,713
横浜	791	549
名古屋	701	574
京都	304	263
大阪・神戸	2,479	1,724
福岡	244	228
合計	13,394	8,739