

2012年11月29日
株式会社ニッセン

報道関係各位

30代・40代女性の約90%以上が「内食」派。

1日3食自炊でも充実度は68点。

＜30代・40代女性の食生活に関する意識調査＞

1カ月の内食費は半数以上が、1万円以下

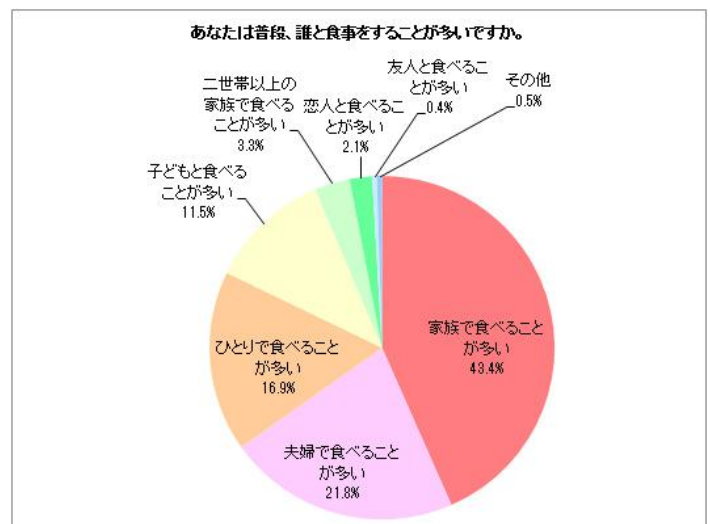
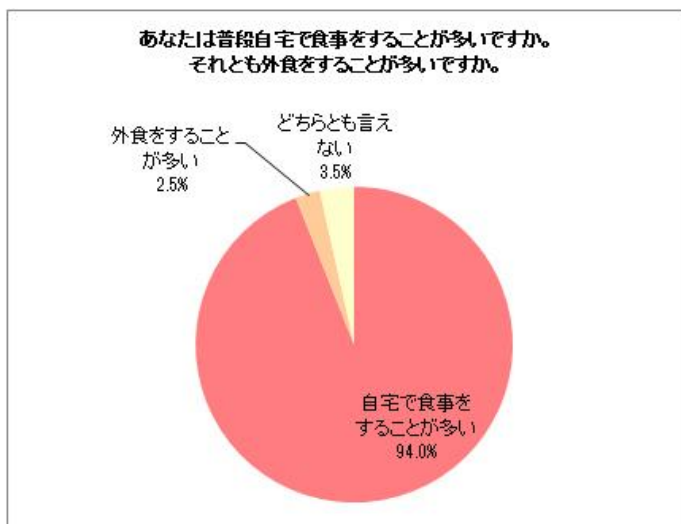
通販カタログの株式会社ニッセン(東京都品川区:代表取締役 佐村信哉、以下ニッセン)が運営するプレゼント・懸賞サイト「nissen もらえるネット」は、このたび30代・40代女性約1,800名に対して、【食生活に関する意識調査】を実施いたしましたので、調査結果をお知らせ致します。

本調査は、「nissen もらえるネット」のメインユーザーである30代・40代女性の嗜好調査を目的として実施いたしました。

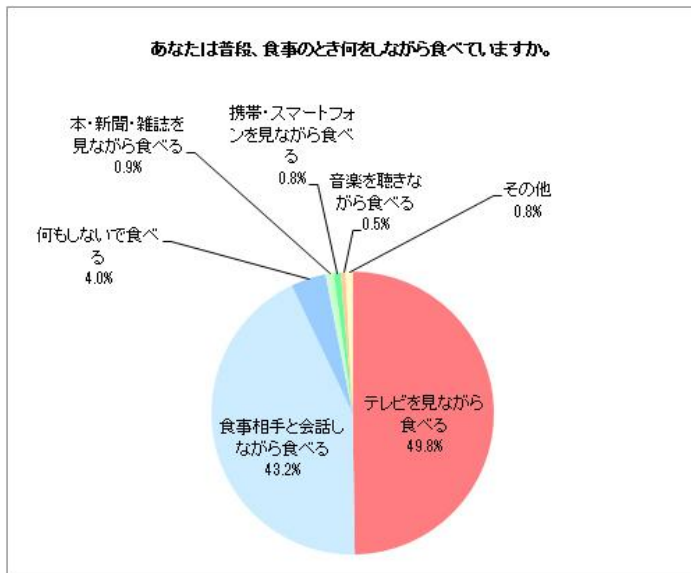
■全体の約43%が食事中のコミュニケーションを重視

普段の食事は、全体の約94%以上が「自宅で食事をすることが多い」と回答しました。

さらに誰と食べる人が多いかという質問に関しては、全体の約43%が「家族で食べる人が多い」と回答し、自宅で家族と一緒に食事をとる人が多いことがわかりました。

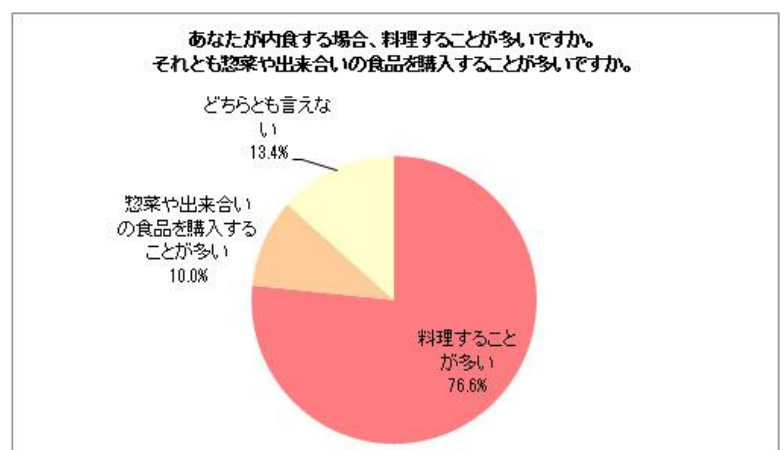
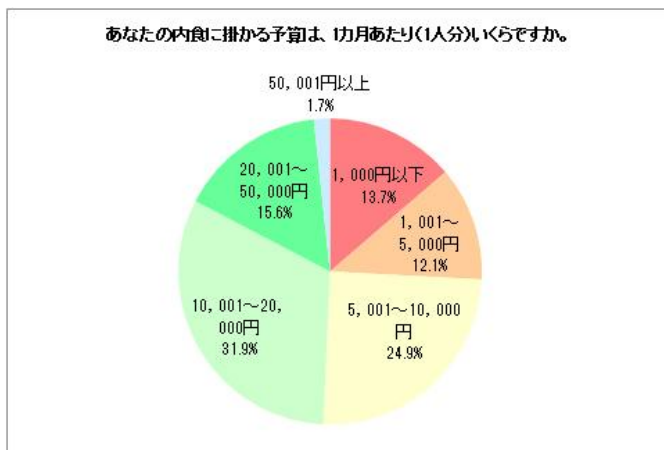


食事のとき何をしながら食べているかという設問には、「テレビを見ながら食べる」(約50%)と「食事相手と会話しながら」(約43%)という回答が二分する結果に。家族での食事が多いということもあり、食事の時間を家族のコミュニケーションの場として、重要視している方が多いようです。

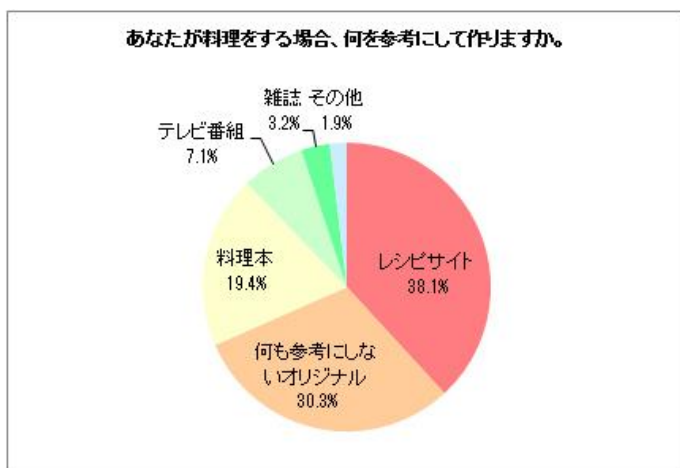


■内食費は約 32%が月「1 万円台」と節約傾向

自炊にかかる食費は「10,001～20,000 円」との回答がもっとも多く全体の約 32%で、次いで「5,001～10,000 円」という回答が多く見られました。また普段の食事は惣菜や出来合いの食品ではなく、料理をすることが多いという方が全体の約 77%。料理することによって、賢く食費をおさえ、節約している方が多いと言えます。



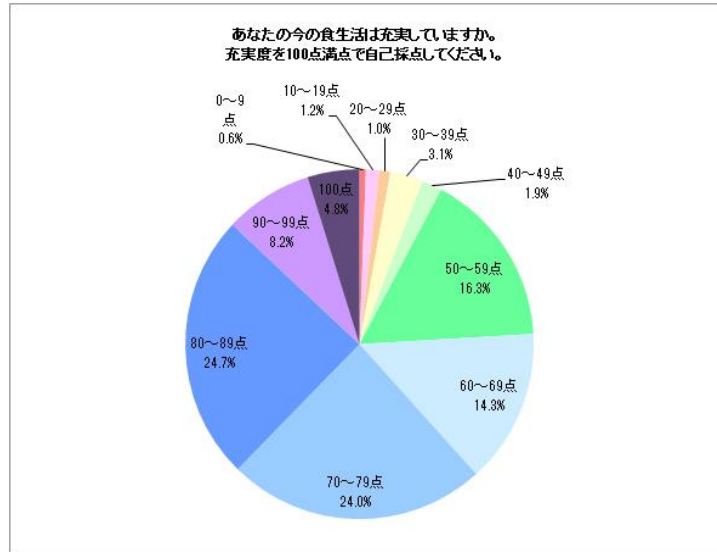
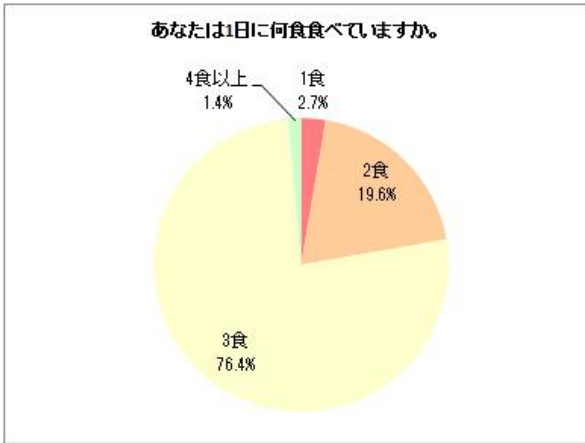
料理をする場合、何を参考にしているかという質問に対しては、「何も参考にしないオリジナル」と回答した方が全体の約 30%と多く見られましたが、さらに多かったのは「レシピサイト」を参考にしているという回答で全体の約 38%でした。料理本を上回る結果となり、お料理の情報収集にネットは欠かせないようです。



■「1日3食」派は約76%。一方充実度は低め

1日の食事の回数は、全体の約76%の方が1日3食食べていると回答する一方、充実度の自己採点の平均点は68.2点とやや低い印象でした。

特に「栄養バランスがとれているか心配」「野菜不足気味」「レパートリーが少ない」という理由が多く見られ、3食しっかり食べていても、もっと充実させたいという意識があるようです。



■調査期間:2012年11月5日(月)~11月12日(月)

■調査テーマ:30代・40代女性の食生活に関する意識調査

■対象者:30代・40代の女性

■サンプル数:女性約1,800人

■調査項目

・あなたは普段自宅で食事をすることが多いですか。それとも外食をする人が多いですか。

・あなたの内食に掛かる予算は、1カ月あたり(1人分)いくらですか。

・あなたが内食する場合、料理することが多いですか。それとも惣菜や出来合いの食品を購入することが多いですか。 など

■リリースの詳細はこちらでもご覧いただけます。

<http://present.nissen.co.jp/release.html>

■ nissen もらえるネットとは？

『ニッセンオンライン』でお買い物を楽しむお客様に、

お得な『プレゼント情報』や『モニター・お試し情報』をお届けしているサイトです。

様々な企業様から提供された有益な情報をお客様にお届けすることで、お客様の流動を活性化。

企業様とお客様を双方向で強く結びつける「かけ橋」となります。

<http://present.nissen.co.jp/>

本件に関する詳細は下記までお問い合わせください。

株式会社ニッセン BtoB本部 東日本ソリューションチーム 企画開発 小宮 孝文 / 廣瀬 亜由美

Tel.(03) 3493-3431 Fax.(03)3493-3658 E-mail. member@present.nissen.co.jp URL www.nissen.jp

〒141-0031 東京都品川区西五反田8-9-5 ポーラ第3五反田ビル5階

株式会社ニッセンの広報に関しては下記までお問い合わせください。

株式会社ニッセン 広報企画チーム 浪花 勝史 / 小田 一宏

Tel.(075) 682-6109, 090-5127-2433 Fax.(075)662-5042 E-mail. nissen-koho@nissen.co.jp URL www.nissen.jp

〒601-8353 京都市南区吉祥院這登中町18