

## vol.20「朝食」に関する調査

株式会社マーケティングジャンクション(本社:東京都渋谷区 代表取締役:吉澤隆)が運営するモニターサイト「Amazonet」では15歳以上の会員を対象に、「朝食」をテーマにしたアンケートを実施しました。

実施日時...2007年9月10日~9月12日  
 調査エリア...全国  
 対象者...Amazonet会員の方(20歳~69歳を有効回答とする)  
 有効回答者数...1300人(男性650人 女性650人)  
 (男女各:20代 300人 30代 300人 40代 300人 50代 300人 60代 100人)  
 実査機関...株式会社マーケティングジャンクション

### 【アンケート結果トピックス!】

- 「朝食は大切」との意識は9割が持ち、毎日食べている人は7割。
- 「未婚/一人暮らし」は「朝食が大切」という意識を持ちつつも、朝食を毎日食べている人が少なく、食べている人でも半数近くがしっかりメニューより、簡単メニューを食べている。
- 「肉まんなどの中華まん」や「生ケーキ」といったものでも朝食にしている女性は少なくない。

### 【Q1.朝食摂取状況】

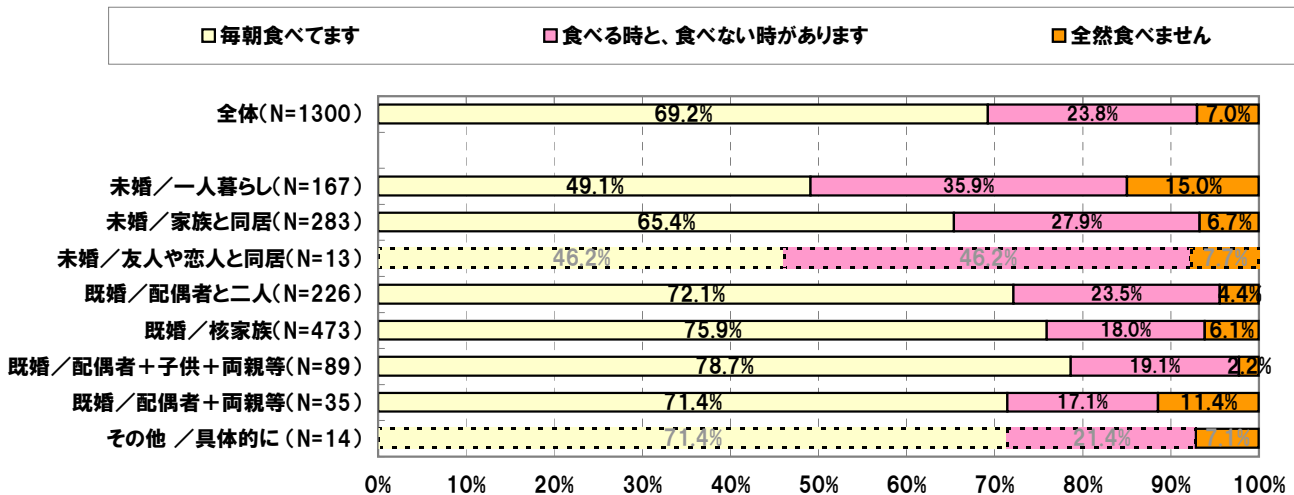
#### 朝食は毎日食べていますか? 当てはまるものをお選びください

朝食を毎日食べているかという問いについては、全体の69.2%が「毎日食べてます」とのこと。「食べる時と、食べない時があります」が23.8%で、計93%が朝食を「食べる」と回答しています。

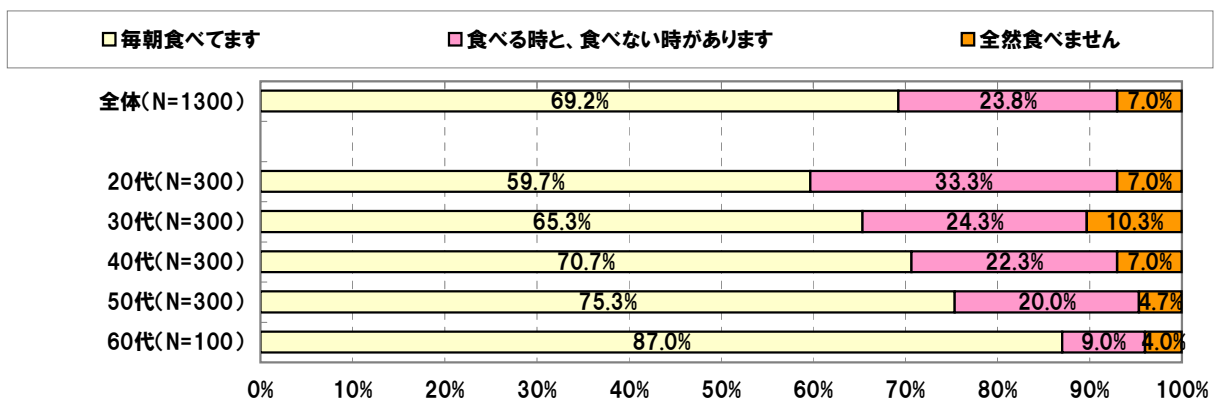
【グラフ1】の「婚姻状況と、家族形態別」を見ると、『未婚/一人暮らし』の「毎日食べてます」が全体より20%ほど低い結果に。「食べる時と食べない時があります」が35.9%の部分からみて一人暮らししていると、どうしても朝食がきちんと取れない方が多いようです。

また、[年代]が上がるにつれて毎日食べる度が高くなっていきます。(【グラフ2】より)

【グラフ1】 朝食は毎日食べていますか? / 婚姻状況 & 家族形態別



【グラフ2】 朝食は毎日食べていますか? / 年代別



【Q2.朝食についての意識】

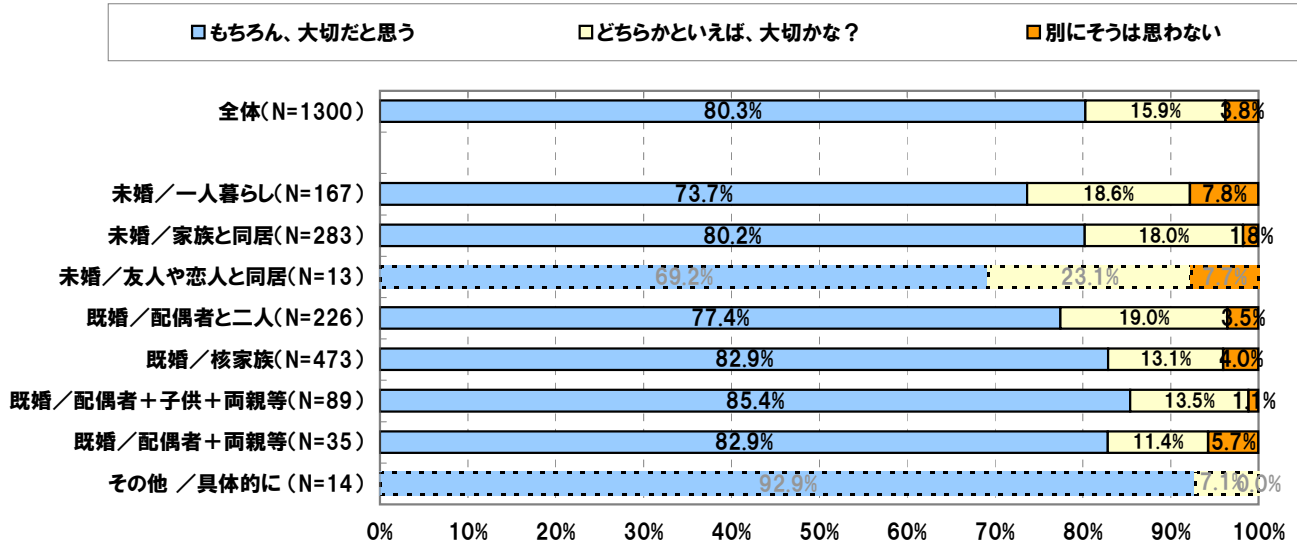
**朝食は大切だと思いますか？**

「もちろん、大切だと思う」が全体の8割の80.3%、「どちらかといえば、大切かな？」と合わせ、大半が『朝食は大切』という意識を持っているようです。

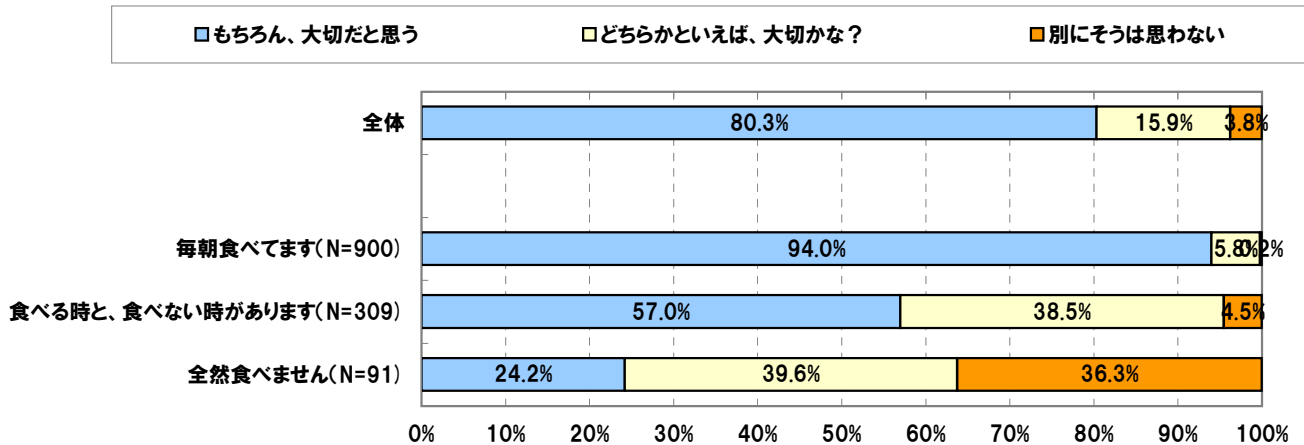
[婚姻状況 & 家族形態別] で見ても、あまり大きな差は見られません。しいて言うならば、「未婚／一人暮らし」の方がやや、大切という意識が全体より低めのようなのですが、皆さん『大切』という意識を持っているようです。(【グラフ1】より)

“朝食を食べている実態別”で、この意識を見たところ、「毎日食べてます」という人は9割以上が『もちろん、大切だと思う』と回答しています。反対に「全然食べません」という人は『別にそうは思わない』が全体の3割を超える、36.3%という結果に。また、『もちろん、大切だと思う』という人の中にも「全然食べません」という人もいますね。(【グラフ2】より)

【グラフ1】 朝食は大切だと思いますか？／婚姻状況 & 家族形態別



【グラフ2】 朝食は大切だと思いますか？／朝食摂取状況別



【Q3.朝食として食べているメニュー】

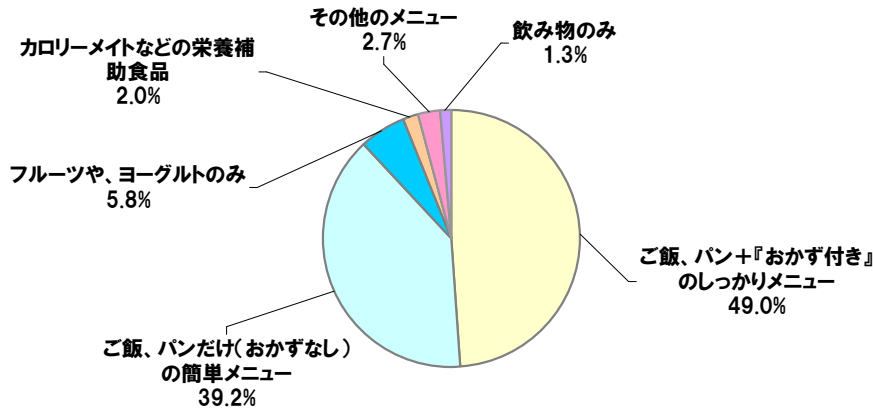
主に具体的には朝食にどんなメニューを食べていますか？

朝食を食べている人1209人中、主に食べているメニューとしては「ご飯、パン+『おかず付き』のしっかりメニュー」が全体の半数の49%でトップに。続いて「ご飯、パンだけ(おかずなし)の簡単メニュー」39.2%となります。(【グラフ1】より)

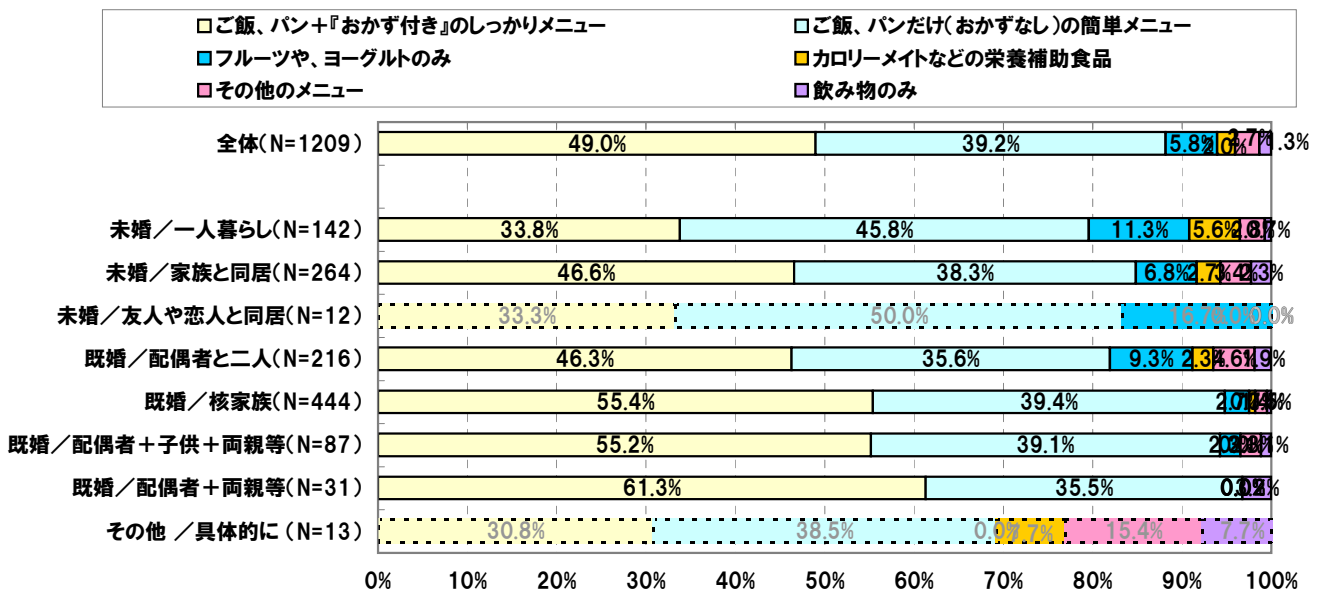
【婚姻状況 & 家族形態別】でみると、『未婚/一人暮らし』の「ご飯、パン+『おかず付き』のしっかりメニュー」が33.8%と低く、「ご飯、パンだけ(おかずなし)の簡単メニュー」が「しっかりメニュー」より高いという他とは異なる結果に。『未婚/一人暮らし』の人の中では、朝食を毎日食べている人が少なかったのですが、食べている人でも、簡単なメニューですませている人が多いようです。(【グラフ2】より)

また、性別で見ると、男性で「ご飯、パン+『おかず付き』のしっかりメニュー」が半数を超え、女性より高いという傾向が出ています。「簡単」というよりは「しっかり」朝ごはんを食べている人が多いようです。(【グラフ3】より)

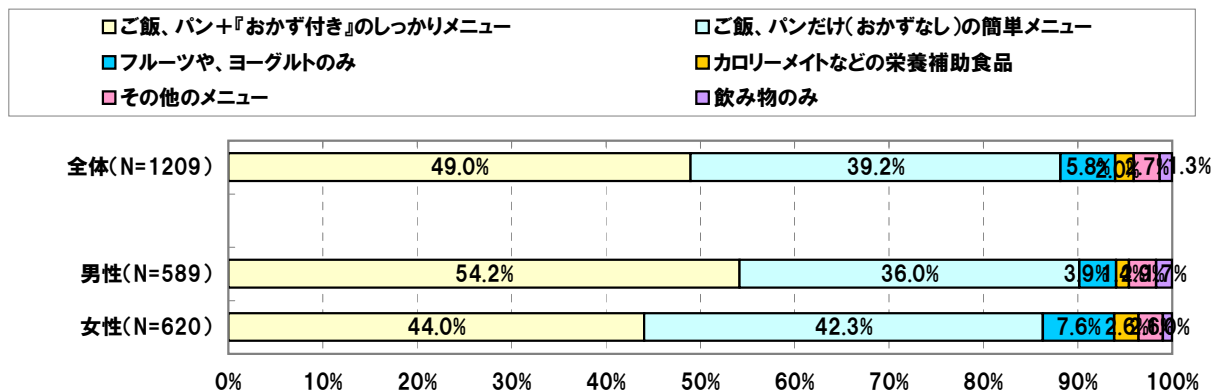
【グラフ1】 主に朝食にどんなメニューを食べていますか？ / 全体(N=1209)



【グラフ2】 主に朝食にどんなメニューを食べていますか？ / 婚姻状況 & 家族形態別



【グラフ3】 主に朝食にどんなメニューを食べていますか？ / 性別



【Q4.好きな朝食は】

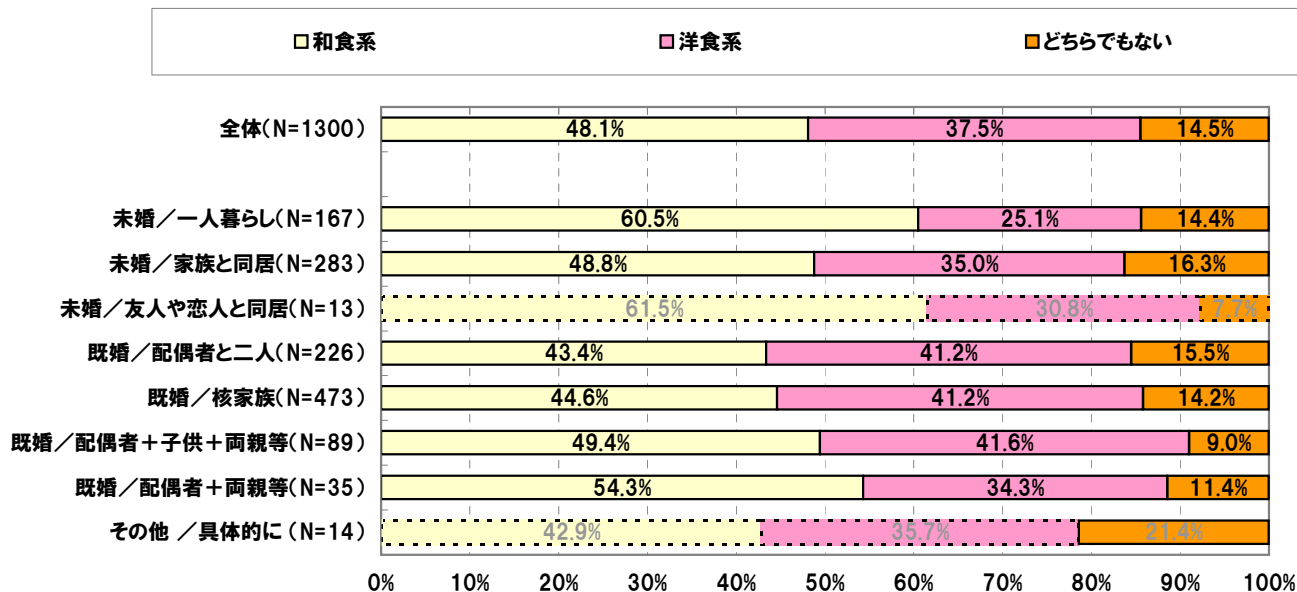
**朝ご飯と言えば、あなたは和食・洋食どちらが好きですか？**  
**(普段食べない方も、もし食べるとしたらと仮定してお答えください)**

好きな朝ごはんは和食か洋食か？という問いに対しては「和食系」が48.1%と半数近くで「洋食系」を上回りました。

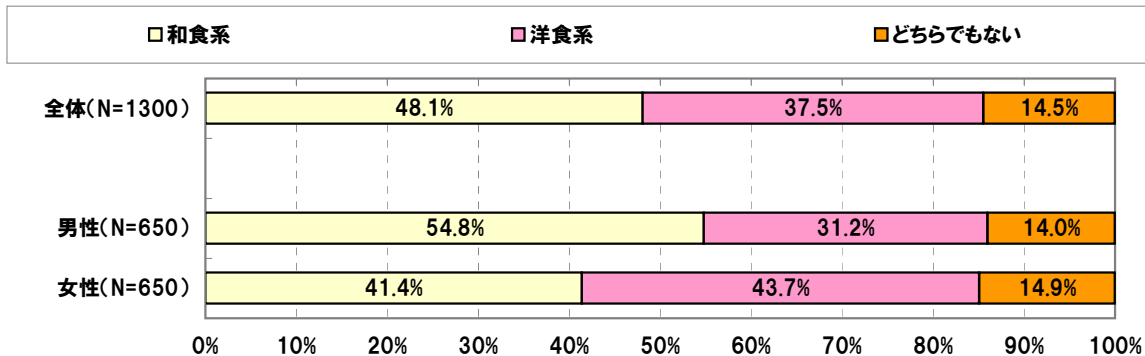
【婚姻状況 & 家族形態別】でみると、『未婚／一人暮らし』の人では、6割が「和食系」と回答し、ここでも特徴が見られました。朝食を食べる機会も少なく、食べても簡単メニューが多い『未婚／一人暮らし』。ヘルシーな和食系の朝食に憧れがあるのかもしれないね。([グラフ1]より)

【性別】で見ると、男性が「和食系」が多く、女性はほぼ均衡です。([グラフ2]より)

【グラフ1】好きな朝食は？／婚姻状況 & 家族形態別



【グラフ2】好きな朝食は？／性別



【Q5.食べたことのある朝食】

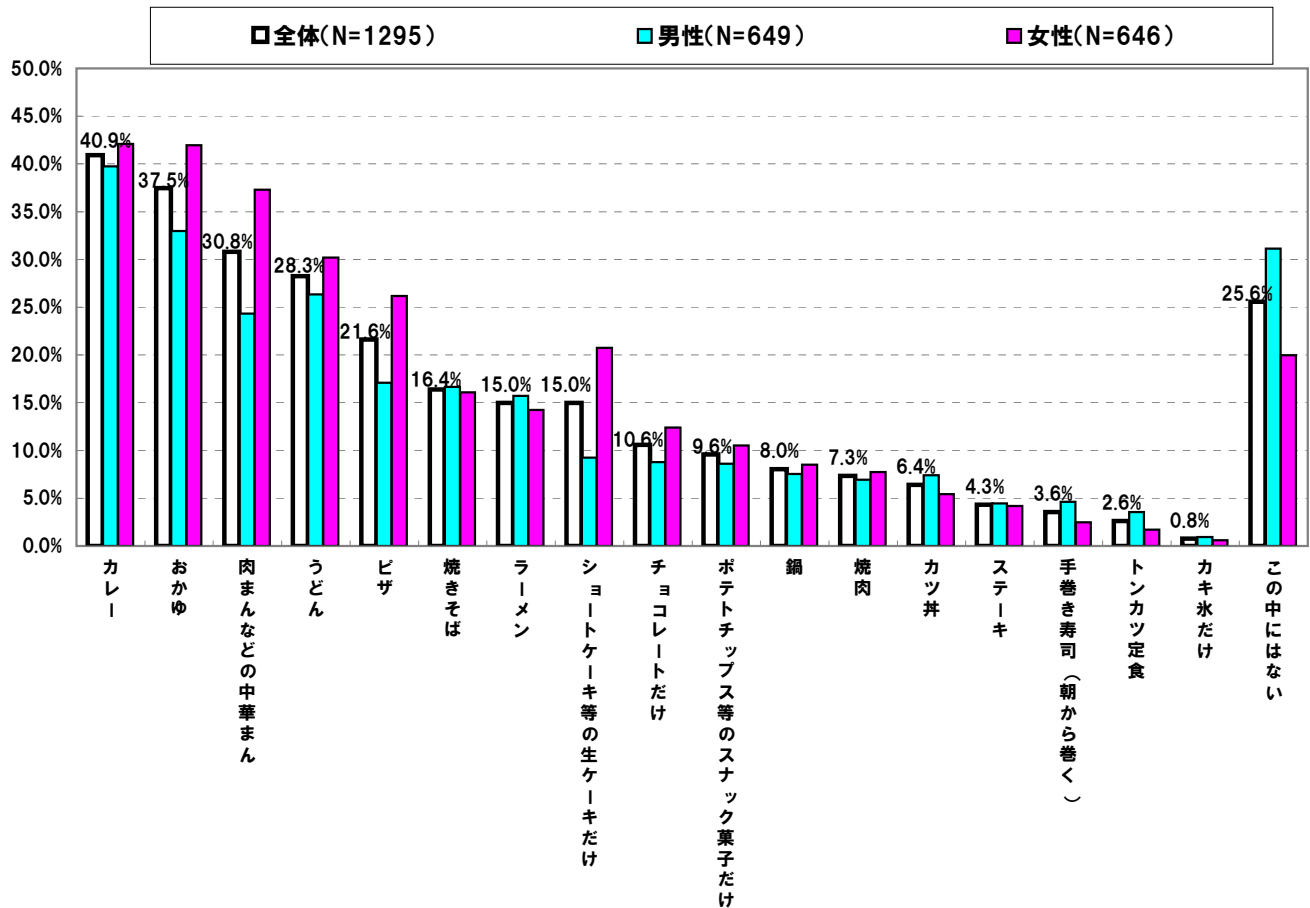
実際に“家で”朝ご飯として食べたことのあるものを全てお選びください。

この質問では、あまり朝食としては通常食べないようなものを挙げて、皆さんの実態をお聞きしてみました。

すると、最も多かったのは「カレー」で40.9%、「おかゆ」37.5%、「肉まんなどの中華まん」30.8%と続きます。このグラフを見て、お分かりいただける通り、女性の方が朝食として食べたことのある食べ物が多いようです。

特に目立ったのが「肉まんなどの中華まん」「ショートケーキ等の生ケーキだけ」が男性より10%以上高い結果に。中華まんやお菓子も、朝食として食べる女性が少なくないということが明らかに。女性のほうが色々なものを朝食としてチョイスしているということですね。

朝食として食べたことのあるもの



この調査のデータは、Amazonetからのものと明記していただければ  
ご自由に引用・転載いただけます。

詳細はお問い合わせください。 >>info2@amazonet.com

株式会社マーケティングジャンクション  
モニターサイト「Amazonet」

<http://www.marketing-j.co.jp>  
<http://www.amazonet.com>