

8/8(金)は「お米の日」 お米の消費動向に関する意識調査

「米無し」生活 3日間が我慢の限界?!

年代が若くなるほどお米を食べる頻度が増加傾向に

熱と暮らしを支える総合熱エネルギー機器メーカーのリンナイ株式会社(本社:愛知県名古屋市、社長:内藤 弘康)は、8月8日の「お米の日」を目前に、当社の公式部品販売サイト「R.STYLE(リンナイスタイル)」の会員、日本全国の男女6,795人を対象として、6月中旬に「お米の消費動向の実態」についてインターネット調査を実施しました。

日本のお米の消費量は減少傾向が続き、2012年の総務省調査では、一世帯あたりの消費額においてパンがお米を抜き、「米離れ」は社会的な関心事になっています。このような現状を受け、コンロやガス炊飯器など、食に関わる製品を提供している当社では、普段の生活で人々がどれくらいの頻度でお米を食べているか、また、世代ごとに消費傾向の違いがあるかを把握するため、お米の消費行動に関する実態を調査しました。

【 調査結果のポイント 】

■ お米を食べたくなる期間

- どのくらいの期間が空くとお米を食べたくなるか尋ねたところ、「3日間以内」が8割を超える結果に。

■ お米を食べる頻度

- 朝食、昼食、夕食におけるお米を食べる頻度は、夕食にお米を食べる頻度が多く、「ほぼ毎日食べる(毎日、週に5~6日)」の回答が76%

■ お米を食べる頻度の変化

- ここ1年間でお米を食べる頻度が変わったか尋ねたところ、「変わらない」の回答が7割強と最も多い。
- 年代別で見ると、年代が若くなるほど、お米を食べる頻度が増える傾向となった。
- 頻度が増えた理由では、全年代で「家で食事をする頻度が増えた」が多い。
- 頻度が減った理由は年代ごとに違いがあり、30代以下では「お米以外の主食が増えた」がトップ。40代では「お米は太るという認識があり、ダイエットのため」が多く、年代が高いほど「健康・栄養バランスを考えた」という割合が高い傾向。

■ 「ごはんのある食卓」のイメージ

- 「ごはんのある食卓」と聞いてイメージする漢字は、「和」が最も多く4割にのぼる。

【 調査概要 】

調査方法 : インターネット調査  
調査地域 : 全国  
調査対象 : 「リンナイスタイル」会員の男女  
有効回答数 : 合計6,795サンプル  
①~20代(126人) ②30代(688人) ③40代(1,593人)  
④50代(2,000人) ⑤60代~(2,388人)  
調査時期 : 2014年6月中旬

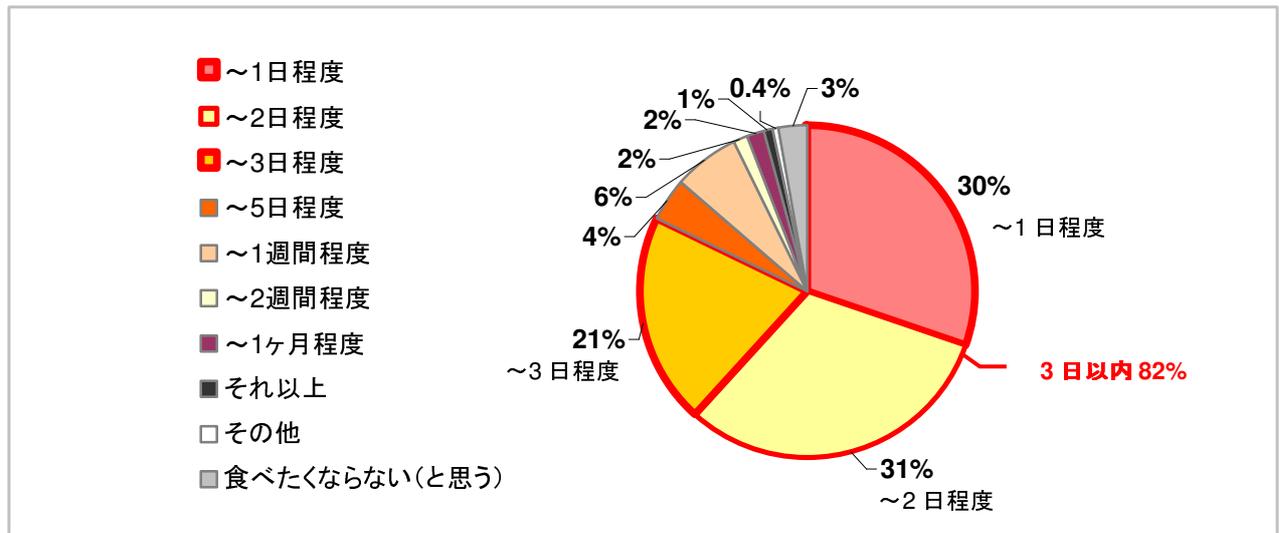
《本件へのお問い合わせ先》

リンナイ株式会社 広報室 : TEL 052-361-8211 (代表)

## 【 調査結果 】

### お米を食べたくなる期間 ～「3日以内」が8割超え～

Q. どのくらいの期間、お米を食べなかったら、お米を食べたくなると思いますか？



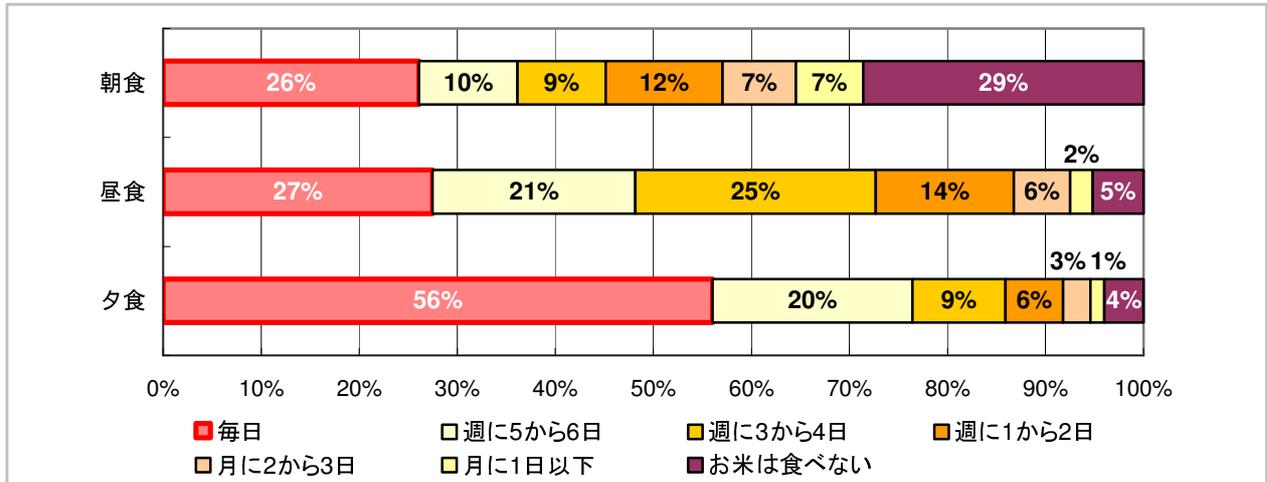
(全体 n=6,795)

どのくらいの期間が空くと、お米を食べたくなるか尋ねたところ、「～1日」が30%、「～2日」が31%、「～3日」が21%にのぼり、3日空くとお米を食べたくなるという回答が合計82%を占める結果となりました。普段は特別意識する機会が無くても、多くの人々が潜在的にお米を好きな様子がかげえました。生活環境が変わったり、海外旅行などでお米を食べる機会が減ると、慣れ親しんだお米の味を欲するとも推測されます。

## お米を食べる頻度について

### ～お米を食べる機会が最も多いのは「夕食」～

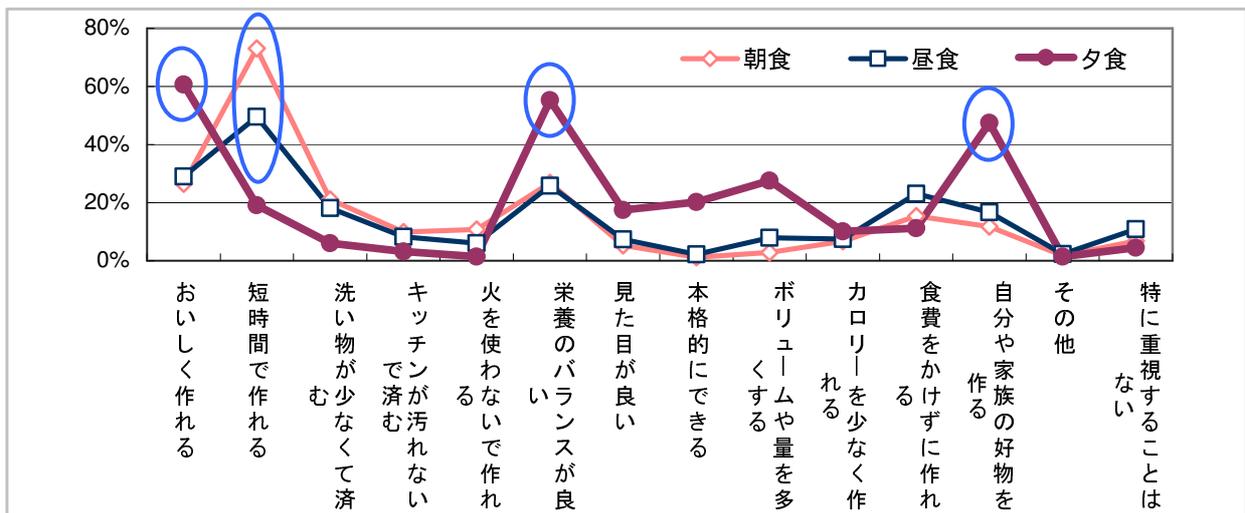
Q. どのくらいの頻度でお米を食べますか？



(全体 n=6,795)

食事別で、どのくらいの頻度でお米を食べるかという設問では、夕食にお米を食べる頻度が最も高く、「ほぼ毎日食べる（毎日、週に5～6日）」の回答が76%にのぼり、朝食・昼食と比較すると、突出して割合が高い結果となりました。一方、朝食では3割近くの人が「お米は食べない」と回答し、食事ごとのお米を食べる頻度の違いが明らかになっています。

Q. 食事を作る際、どのようなことを重視していますか？



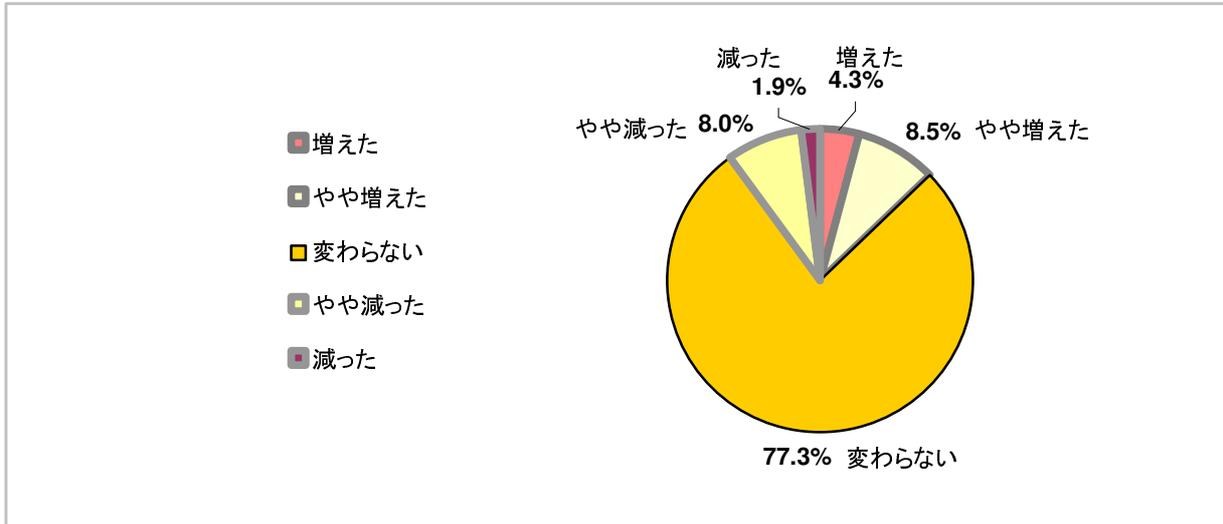
(朝食 n=5,210 昼食 n=5,297 夕食 n=5,683)

朝食・昼食・夕食でそれぞれ重視するポイントをたずねたところ、夕食では「おいしく作れる」「栄養のバランスが良い」「自分や家族の好物を作る」が朝食・昼食と比べて高い傾向が見られました。前問の夕食にお米を食べる頻度が高い背景としては、夕食はより栄養のバランスを考え、様々なおかずと相性の良いお米が積極的に食べられていると推察されます。一方、朝食・昼食では「短時間で作れる」ことの重要度が高いことからわかるように、時短が優先され、おかずやお米を料理する時間や、ゆっくり食事をする時間が省略されていることがうかがえます。忙しい一日を終え、夕食でおいしく栄養のある食事をとることで、1日の食事のバランスを保っていると考えられます。

## お米を食べる頻度の変化について

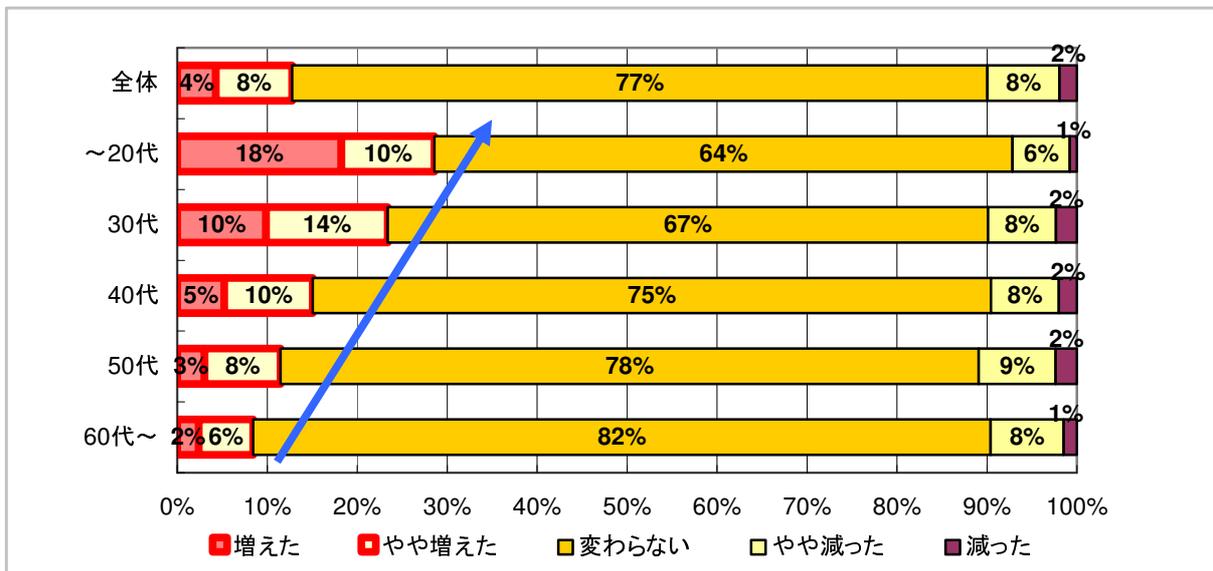
～「変わらない」が大多数の一方、若い年代ほど「増えた」と回答～

Q. ここ1年間で、お米を食べる頻度に変化はありましたか？



(全体 n=6,795)

ここ1年間でお米を食べる頻度が変わったか尋ねたところ、「変わらない」の回答が77%と最も多い結果となりました。一方で、「増えた」「やや増えた」「減った」「やや減った」のどちらも1割程度がお米を食べる頻度に変化があったと答えています。



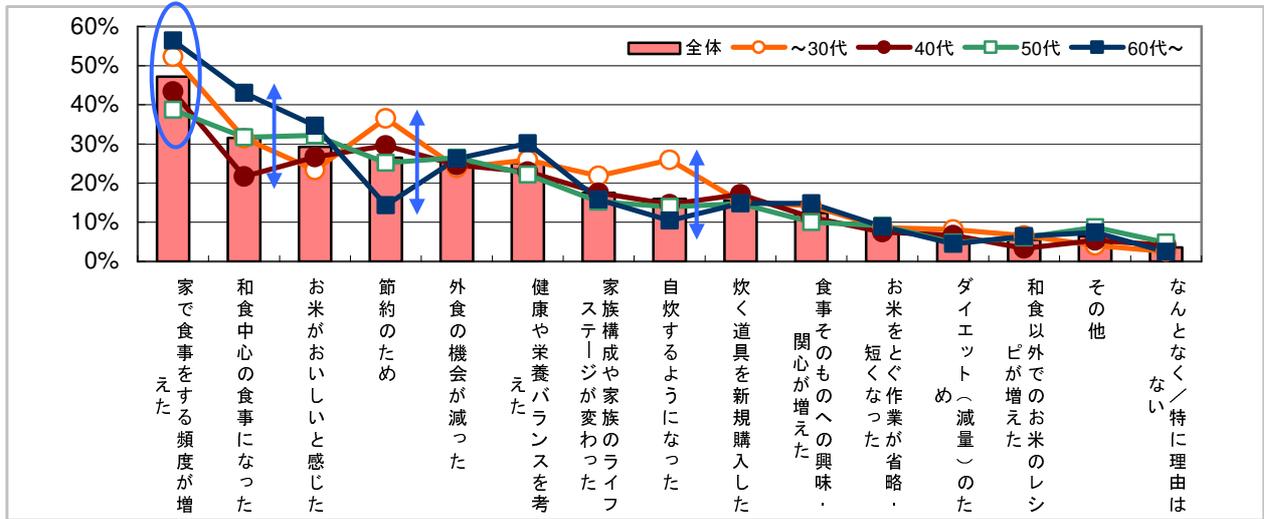
(全体 n=6,795、～20代 n=126、30代 n=688、40代 n=1,593、50代 n=2,000、60代～ n=2,388)

次に、それぞれの回答内訳を年代別で見ると、年代が若くなるほど、お米を食べる頻度が増えた人の割合が多い傾向が明らかになりました。20代以下では、お米を食べる頻度が「増えた」「やや増えた」の回答が約3割にのぼり、他の年代と比べて最も割合が高くなっています。若い年代はもともとお米を食べる機会が上の年代よりも少なく、食べる機会が増えた人の割合がおのずと高くなるのかもしれませんが。

## お米を食べる頻度の変化について(理由)

～「増えた」「減った」理由ともに、年代ごとの違いが明らかに～

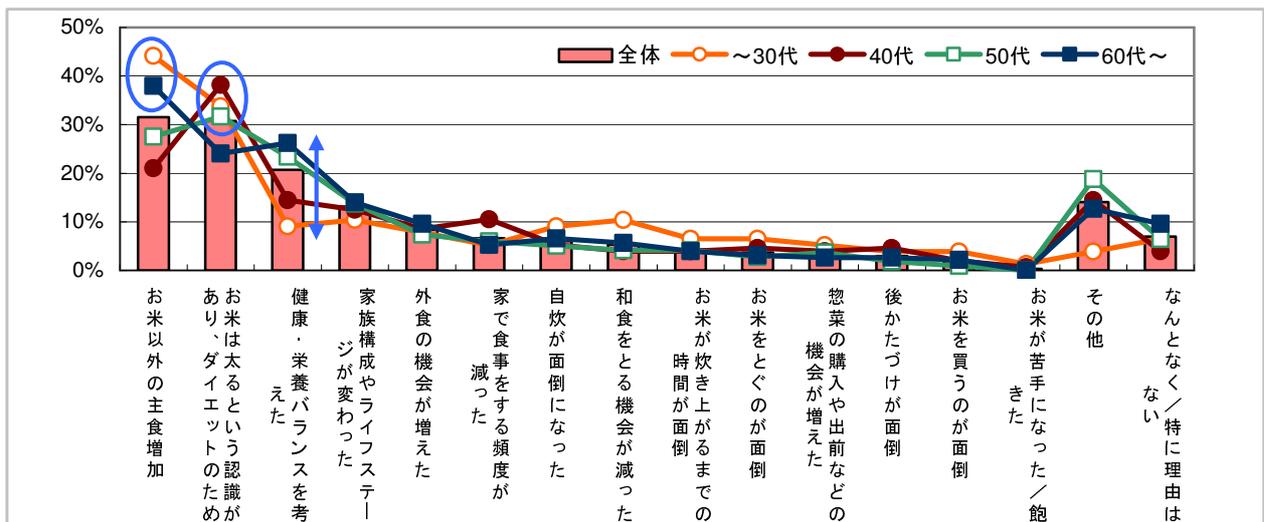
Q. (頻度が増えた方への質問) ここ1年間で、お米を食べる頻度が増えた理由は何かありますか？



(全体 n=869、~30代 n=197、40代 n=240、50代 n=230、60代~ n=202)

ここ1年間でお米を食べる機会が増えた理由としては、全年代で「家で食事をする頻度が増えた」が最も多い結果となりました。年代別の特徴としては、60代以上では他の年代に比べ「和食中心の食事になった」の割合が多く、30代以下は他の年代にくらべ、「自炊するようになった」が多いことがうかがえます。また、年代が低くなるほど、「節約のため」にお米を食べる頻度が増える傾向が浮き彫りになりました。60代以上では和食中心の食事を心がけていたり、若い年代では節約のために自炊するようになったり、食生活や生活スタイルに対する意識の変化がお米を食べる頻度に影響しているようです。

Q. (頻度が減った方への質問) ここ1年間で、お米を食べる頻度が減った理由は何かありますか？



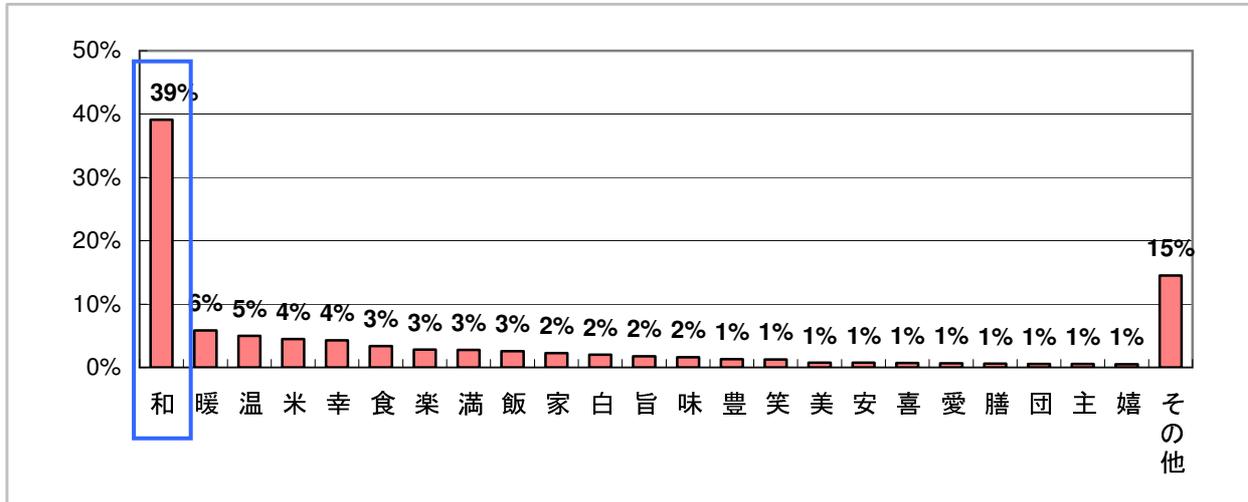
(全体 n=676、~30代 n=77、40代 n=152、50代 n=218、60代~ n=229)

一方、ここ1年間でお米を食べる機会が減った理由は、30代以下と60代以上では「お米以外の主食が増えた」が最も多く見受けられました。40代では「お米は太るという認識があり、ダイエットのため」という回答がトップとなりました。また、年代が高いほど「健康・栄養バランスを考えた」という理由が高い傾向にあり、年代が上がるほどお米を食べる量を調整したり、全体的に健康や栄養バランスに気を遣う様子がうかがえます。

## 「ごはんのある食卓」のイメージ

### ～「和食」や「家族団らん」のイメージから「和」がトップ～

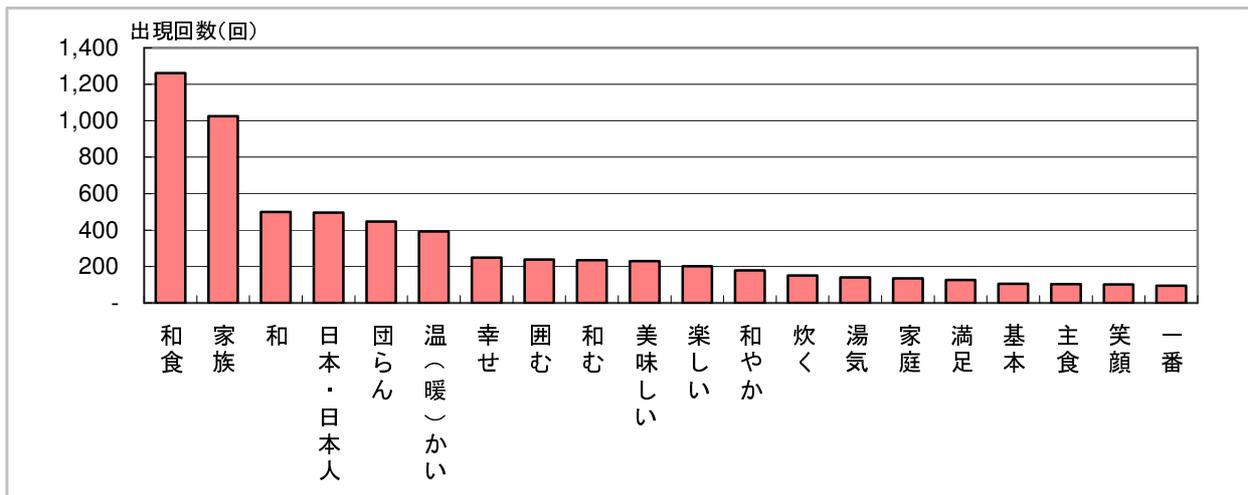
Q. 「ごはんのある食卓」と聞いてイメージする漢字1文字をお答えください。(1文字自由記入)



(n=6,017 有効回答のみ)

最後に、「ごはんのある食卓」と聞いてイメージする漢字を質問したところ、4割近くが「和」と回答しました。2位以下は「暖」が6%、「温」が5%、「米」と「幸」4%などが続いています。

Q. 前問の漢字を選んだ理由を教えてください。(自由記入)



(n=5,226 有効回答のみ; 自由記入回答から頻出語を抽出)

イメージする漢字を選んだ理由は、「和食」「家族」「日本・日本人」「団らん」などが多く挙がりました(自由記入回答から多く出てきた語句を抽出)。また、前問で4割となった「和」につながる語句も複数あり、「和食」に加えて、「和」、「和む」、「和やか」などの回答が出ています。「ごはんのある食卓」と聞くと、日本人としての和食への思い入れや、あたたかい家族団らんの様子を思い浮かべたり、和気あいあいとした和やかで楽しい食事の風景を想起する人が多い結果となりました。