



No. 17

2018 年 8 月 22 日

野菜に関するアンケート「サラダ白書 2018」調査結果

- * 普段の生活の中で短くしたい時間のトップは「調理をする時間」
- * 女性の約 7 割が「時短支援商品」を利用
- * ダイエット効果を実感している人ほど「野菜中心の食生活」を意識
- * 野菜不足の理由 1 位は「野菜の価格が高いから」

株式会社サラダクラブ

株式会社サラダクラブ（代表取締役社長：萩芳彰、本社：東京都調布市）は、野菜の日（8 月 31 日）に合わせ、サラダの食文化の把握を目的とした年次調査を毎年実施し、その結果を「サラダ白書」として発表しています。

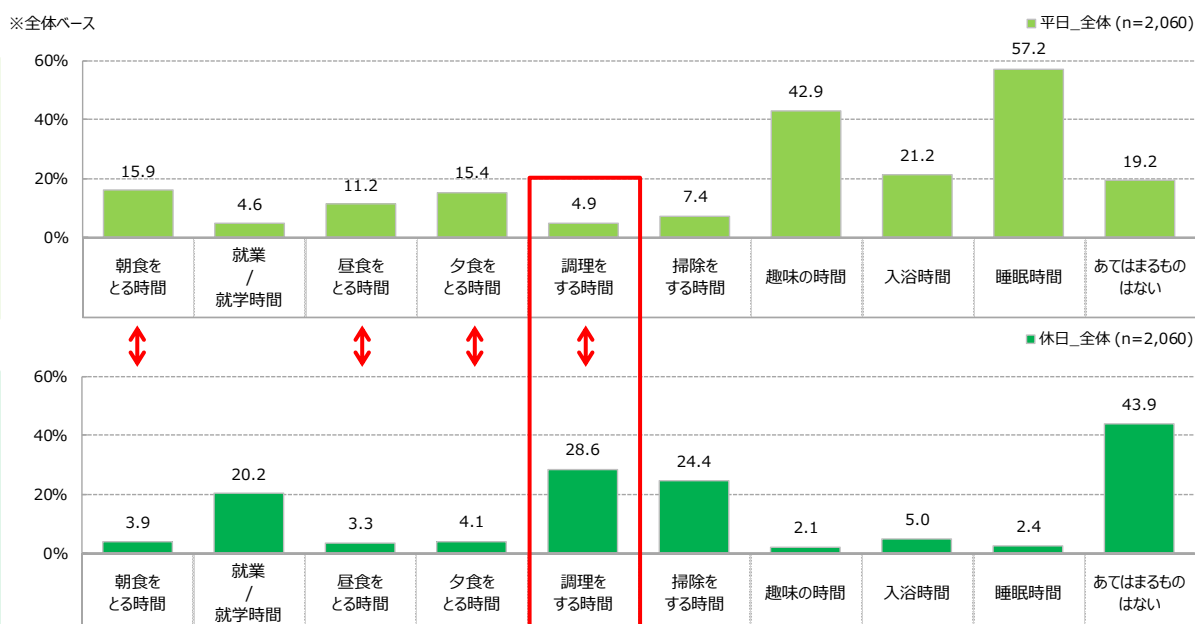
今年は、ダイエットに関する意識や、食に関するライフスタイルなどについて、全国 2,060 人の 20～69 歳の男女に WEB アンケート調査を行いました。

<主な調査結果>

◆ 普段の生活の中で短くしたい時間のトップは「調理をする時間」

普段の生活の中で長くしたい、または短くしたいと思っている時間（こと）について尋ねたところ、長くしたい時間のトップが「睡眠時間」（57.2%）であったのに対し、短くしたい時間のトップは「調理をする時間」（28.6%）でした。「調理をする時間」を短くしたい人が多い一方、食事をする時間は「朝食」「昼食」「夕食」とも長くしたい人が多くっており、調理に時間をかけず、ゆっくりと食事をとりたいという志向がうかがえます。

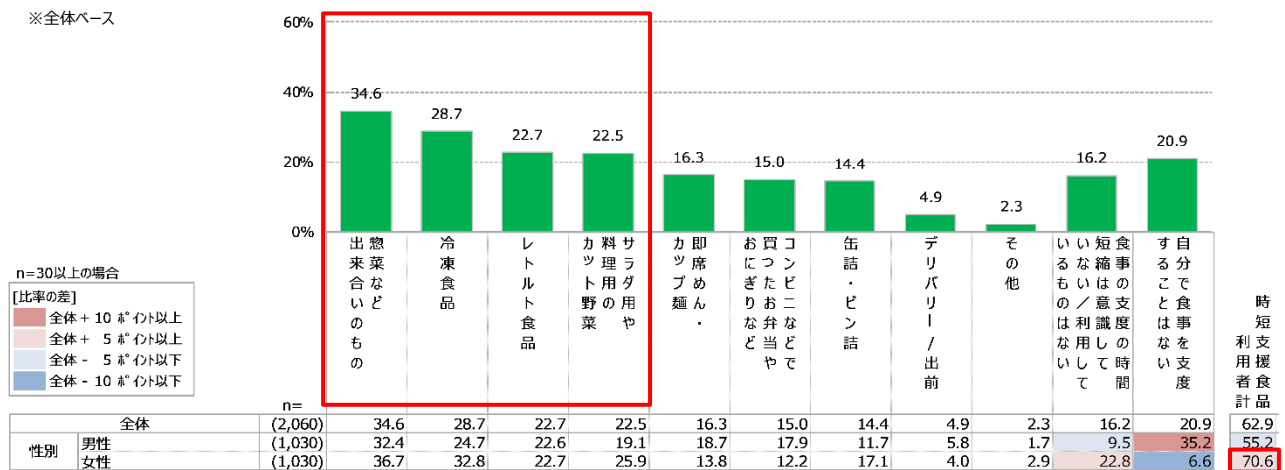
Q あなたが普段の生活の中で長くしたい、または短くしたいと思っている時間（こと）はありますか。（複数回答）



◆ 女性の約7割が時短支援商品を利用

食事の支度の時間短縮のためによく利用しているものについて尋ねたところ、「惣菜など出来合いのもの」(34.6%)、「冷凍食品」(28.7%)、「レトルト食品」(22.7%)、「サラダ用や料理用のカット野菜」(22.5%)が上位に並びました。また、女性の約7割が何らかの時短支援食品を利用していることが分かりました。

Q あなたがご自宅で食事をとるときに、食事の支度の時間短縮のためによく利用しているものをお選びください。(複数回答)
※平日、休日に限らずお考えください。 ※食事は朝、昼、夕のいずれかに限らず、すべてお答えください。



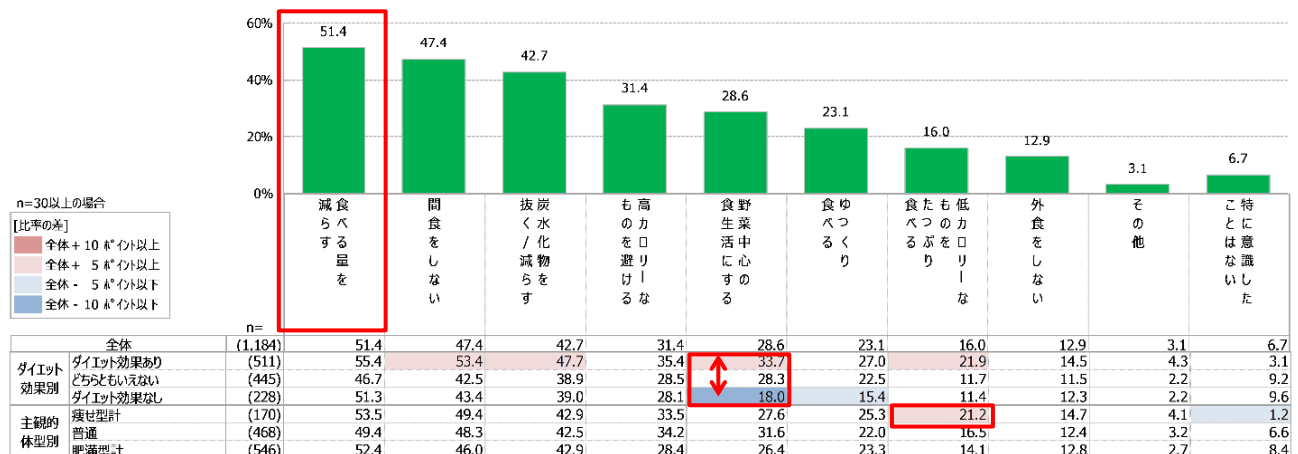
◆ ダイエット効果を実感している人ほど「野菜中心の食生活」を意識

ダイエット経験者に、ダイエット中に意識していたことについて尋ねたところ、「食べる量を減らす」が半数以上(51.4%)でトップとなりました。また、ダイエット効果を実感している人は、効果を実感できない人に比べ、「野菜中心の食生活にする」意識が顕著に高いという結果が出ました。さらに、ダイエット効果を実感している人と痩せ型であると自覚している人は、共通して「低カロリーなものをたっぷり食べる」ことを意識している人が比較的多くなっています。

Q ダイエット中の食生活について、どのようなことを意識していましたか。(意識していますか。)
あてはまるものを全てお選びください。(複数回答)

※ダイエット経験者ベース (n=1,184)

※ダイエットの定義：健康や美容のため、あるいは肥満防止・解消のために食事の制限をすること



◆ 経験したことがある／興味のあるダイエット方法 1 位は「野菜から先に食べる」

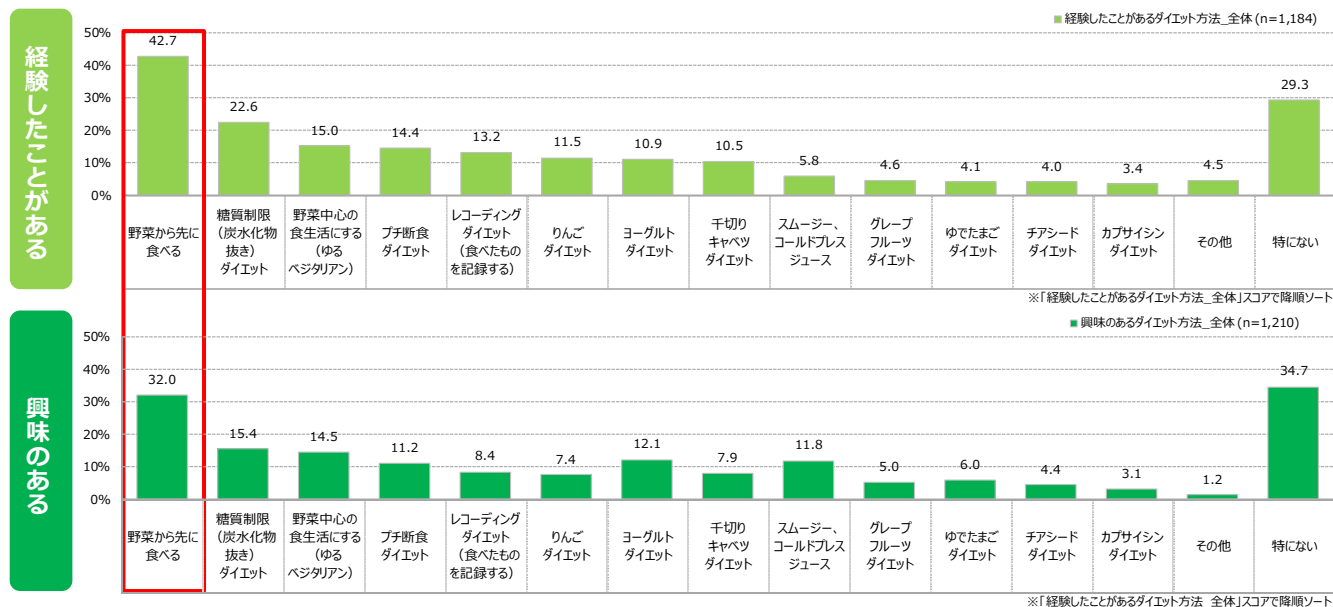
ダイエット経験者とダイエット志向者に、経験したことがある、もしくは興味のあるダイエット方法について尋ねたところ、いずれも「野菜から先に食べる」が突出して高い結果となりました。

Q あなたが経験したことがある／現在行っているダイエット方法を、全てお選びください。（複数回答）※上グラフ

Q あなたが興味のある（やってみたい／やっている）ダイエット方法を、全てお選びください。（複数回答）※下グラフ

※経験したことがある：ダイエット経験者ベース

※興味のある：ダイエット志向者ベース

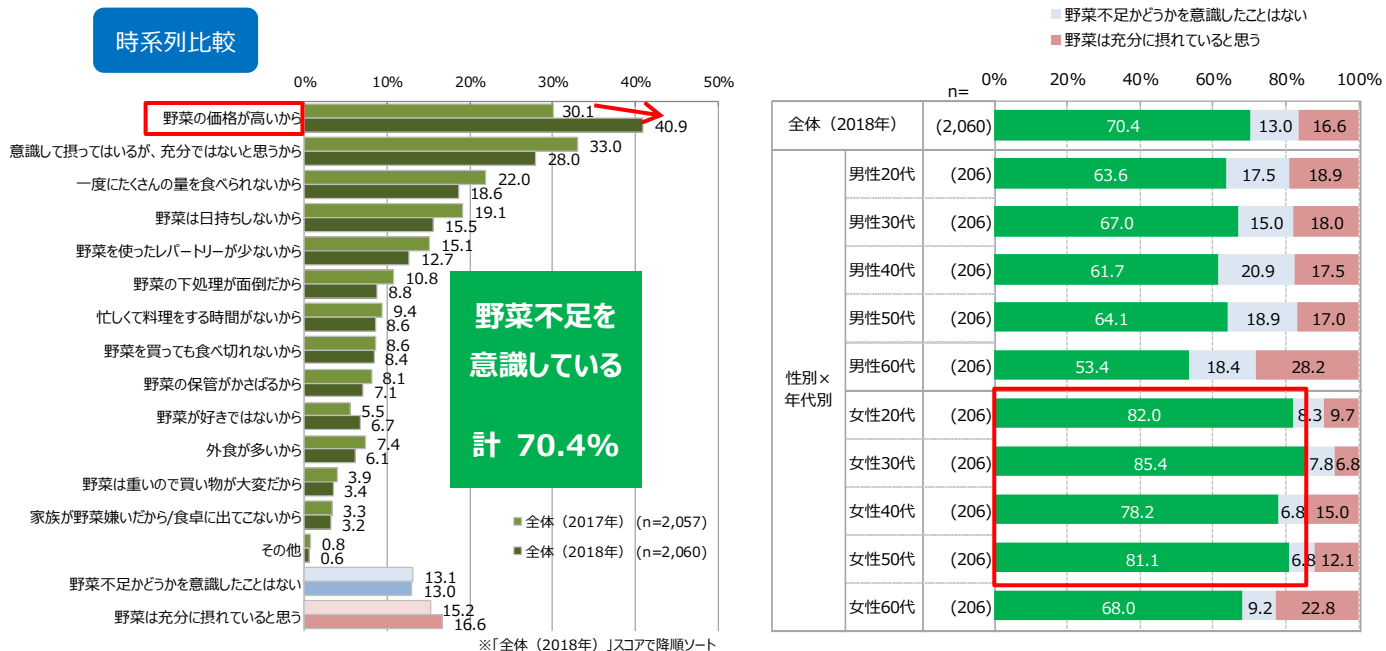


◆ 野菜不足の理由 1 位は「野菜の価格が高いから」

野菜不足の意識については、全体の約 7 割が野菜不足を意識しているという結果になりました。野菜不足の理由について、「野菜の価格が高いから」(40.9%) が昨年より 10 ポイント以上増えてトップとなりました。調査時期が天候不良による野菜高騰時と重なったことも一因だと推測されます。また、男性より女性の方が野菜不足への意識が強く、20～50 代の女性の約 8 割が野菜不足を感じていることが分かりました。

Q あなたご自身は現在の食生活で、野菜不足を意識することはありますか。野菜不足だと思う場合はその理由について、あてはまるものを全てお選びください。（複数回答）

※全体ベース

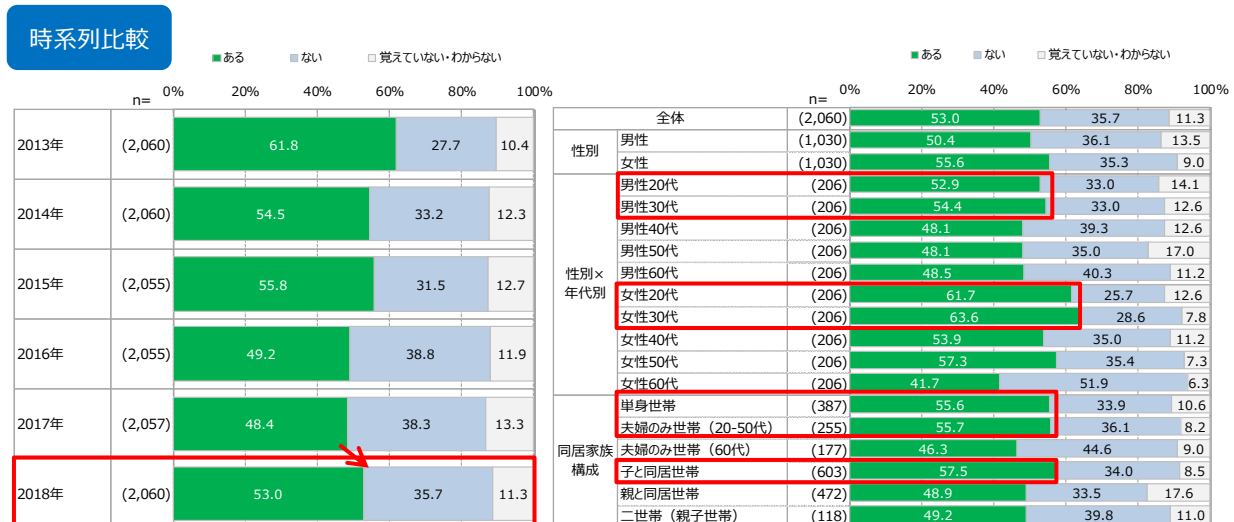


◆ 女性の 20～30 代の 6 割以上がパッケージサラダを利用している

パッケージサラダを 1 年以内に利用した人は全体の 53% で、昨年より 5 ポイント増えました。男性より女性の方が利用率は高く、特に女性の 20～30 代で 6 割を超えています。また、男性では 20～30 代が 5 割を超えており、他の世代に比べて高くなっています。同居家族構成別では、単身世帯や夫婦のみ世帯（20～50 代）、子と同居世帯が約 6 割と高くなっています。

Q あなたは、過去 1 年ほどの間に、パッケージサラダを利用したことはありますか。（単回答）

※全体ベース



■サラダ白書 2018 調査概要

調査方法 : Web アンケート調査

調査対象 : 全国の 20 歳～69 歳の男女 合計 2,060 名

調査期間 : 2018 年 2 月 28 日（水）～3 月 2 日（金）

■サラダ白書について

サラダ白書はサラダの食文化を把握するために行っている年次調査です。野菜の日（8 月 31 日）にあわせて調査結果を発表しています。その年ごとのテーマトピックスと、パッケージサラダの認知・利用経験・購入経験についての定点観測を行います。調査結果は、サラダクラブで得意先向けに配布している冊子にて紹介しています。

■株式会社サラダクラブについて

株式会社サラダクラブは、野菜の鮮度とおいしさにこだわり、色々な種類の野菜を組み合わせ、洗わずにそのまま食べられる「パッケージサラダ」を製造・販売しています。キューピー株式会社と三菱商事株式会社の共同出資により 1999 年に設立されました。利便性と価格が一定という経済性が支持され、需要が拡大しているパッケージサラダ市場で、サラダクラブは国内最大のシェア（金額）*1 を誇り、販売店舗数は 15,000 店（2017 年 11 月現在）に及びます。

サラダクラブのパッケージサラダは、国産野菜を中心に使用しています。（自社工場における全体使用量の約 95% *2）春夏秋冬、途切れることのない産地リレーで、年間を通して旬の野菜を調達しています。産地はパッケージの表面に記載しています。

*1 : マクロミル QPR（サラダメーカー別 2017 年 1 月-12 月） *2 : 2017 年度実績

<本件に関する問い合わせ先>

株式会社サラダクラブ 商品部 小林・荒金・佐々木

TEL. 03-5384-7690（直通） FAX. 03-5384-7805

〒182-0002 東京都調布市仙川町 2-5-7

<http://www.saladclub.jp> E-mail. info@saladclub.jp

<お客様からの問い合わせ先>

お客様相談室 TEL. 0120-662-831