

(1/2)

NO.09-00018

2009年5月14日

報道関係者各位

株式会社 千趣会

『ベルメゾン生活スタイル研究所 スタイルモニターレポートVol. 26』

20-50代女性 4030人に「食事の実態」について聞きました
**家族全員そろって食事をしているのは、
休日の夕食で72.0%、平日の夕食はわずか36.1%**

株式会社千趣会(本社 大阪市 代表取締役社長 行待 裕弘)が運営するベルメゾン生活スタイル研究所では、このたび“食事の実態”について、スタイルモニター4,030人に聞きました。

景気低迷が続き、さらなる節約志向の高まりが食生活にも影響を及ぼしています。そんな中、食事を作る人は節約をしながらも家族や自分自身の健康を考え、日々工夫を凝らしています。また『食事』は、家族とのコミュニケーションをはかる大切な役割も果たしています。現状においては、3食の中で『家族が揃う』『準備に最も時間がかけられる』という理由から夕食が重視されていますが、一方で、まだまだ少数派ではあるものの、「本当は朝を重視したい」「朝にもっとしっかり食べたい」などの意見も見られます。今後は、朝食やブランチを重視する人も増えていくのではないのでしょうか。

◆ **1日3食とっている、平日88.1%、休日77.1%**

1日に3食とっているかどうかは、子どもの有無で差がでています。子どものいる人は、平日休日を問わず約9割が1日3食とっています。子どものいない人は、平日では約8割、休日になると約6割という結果。

◆ **平日の夕食、家族全員がそろって食事をしているのは36.1%**

家族全員そろって食事がとれるのは休日の夕食で72.0%、次いで休日の昼食54.1%、休日の朝食47.7%、平日の夕食は36.1%で6食中(平日・休日の朝昼夕)4番目という結果。

◆ **最も重視している食事は休日の夕食(72.0%)**

平日・休日に大差はなく、約7割の人が夕食を重視しています。ただ未既婚で差が見られ、既婚者では夕食重視が8割弱、未婚者は半数前後にとどまっています。夕食を重視する背景には、『家族全員がそろろう』『食事の準備に費やす時間が比較的ある』などの理由があるようです。

(2/2)

