

2017 年 3 月 23 日
エバラ食品工業株式会社

手作りのお弁当に関する意識調査

エバラ食品工業株式会社（本社：神奈川県横浜市、代表取締役社長：宮崎 遵）は、2017年2月18日～19日の2日間、20～60代の男女1,000人を対象に「手作りのお弁当に関する意識調査」をインターネットリサーチで実施しました。

子どもが自分でお弁当を作って食べる食育活動「お弁当の日」の全国的な広がりや、有職主婦の増加に伴う男性の家事参加、長引く節約志向、健康志向の高まりなどを背景に、お弁当を作る機会が増えていることから、当社ではお弁当が持つ価値や、お弁当がもたらす変化について調査しました。

トピックス

【お弁当の手作り経験】

- ✓ 20～30代男性の2人に1人はお弁当男子！？約半数がお弁当を作った経験あり
- ✓ 自分や配偶者、子ども以外の相手にお弁当を作ってあげた経験のある人は5割
- ✓ 20代は男女ともに、4人に1人が「恋人・パートナー」に作ってあげた経験あり

【お弁当を作ってあげたい相手/理由】

- ✓ お弁当を作ってあげたい相手。女性の第1位は「自分の子ども」、男性は「配偶者」
- ✓ 女性よりも男性の方が「恋人・パートナー」にお弁当を作ってあげたい
- ✓ 配偶者や子どもにお弁当を作ってあげたい理由。男性は「愛情重視」、女性は「健康重視」

【お弁当の作り手の気持ち】

- ✓ お弁当作りは面倒だと思っている人は7割
- ✓ 相手が喜んでくれることや感想を聞くことが、お弁当作りのモチベーションにつながっている！

【お弁当がもたらす変化】

- ✓ お弁当を作ってもらうことで、相手への愛情が増し、気づかいが生まれる！
- ✓ 手作りのお弁当は大切な人とのコミュニケーションツール

【調査概要】

調査期間	2017 年 2 月 18 日～19 日
調査対象	今までに手作りのお弁当を日常的に食べていたことがある 20 代～60 代の男女（全国）
有効回答数	1,000 人（男性 500 人、女性 500 人）※年代・性別ごとに各 100 人
調査方法	インターネット調査

※小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

本件に関するお問い合わせ

■ 報道関係の方のお問い合わせ

エバラ食品工業株式会社 広報室 電話 045-226-0234 / FAX 045-650-9025

■ お客様のお問い合わせ

エバラ食品工業株式会社 お客様相談室 電話 0120-892-970(フリーダイヤル)

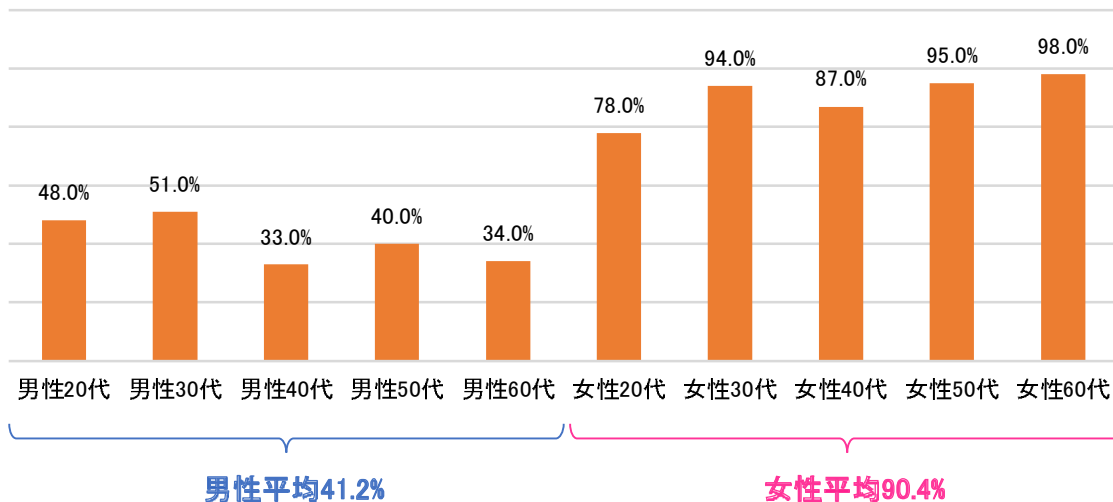
【お弁当の手作り経験】

20～30代男性の2人に1人はお弁当男子！？約半数がお弁当を作った経験あり

お弁当を作った経験の有無を聞いたところ、9割(90.4%)の女性がお弁当を手作りしたことがあると回答したのに対し、男性では半数以下(41.2%)となりました。

年代別に見ると、20～30代の男性は約半数(20代:48.0%、30代:51.0%)がお弁当を手作りしたことがあると回答しました。1993年から中学校で家庭科教育が男女問わず必修になったことや、共働き世帯の増加、節約意識の高まりを背景に、積極的に料理を楽しむ男性が増えているようです。

あなたは、今までにお弁当を手作りしたことがありますか。
(単数回答、回答者:1,000人/性別・世代ごとに100人ずつ)



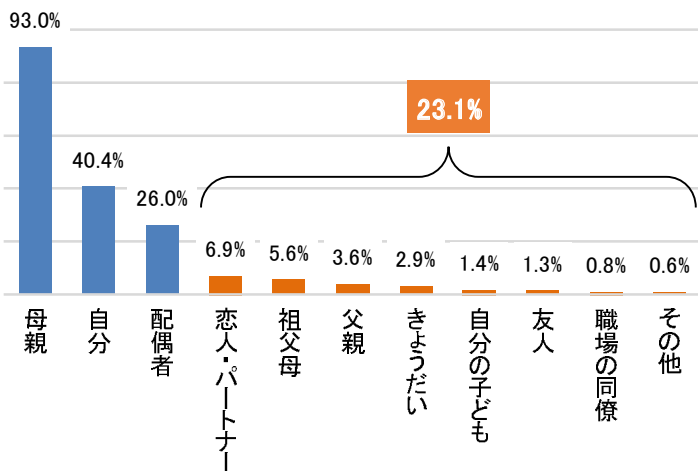
自分や配偶者、子ども以外の相手にお弁当を作った経験のある人は5割 20代は男女ともに、4人に1人が「恋人・パートナー」に作ってあげた経験あり

お弁当を作ってもらった相手を聞いたところ、「母親」(93.0%)が最も多く、「自分」(40.4%)、「配偶者」(26.0%)と続きました。それ以外の人に作ってもらった経験がある人は23.1%でした。

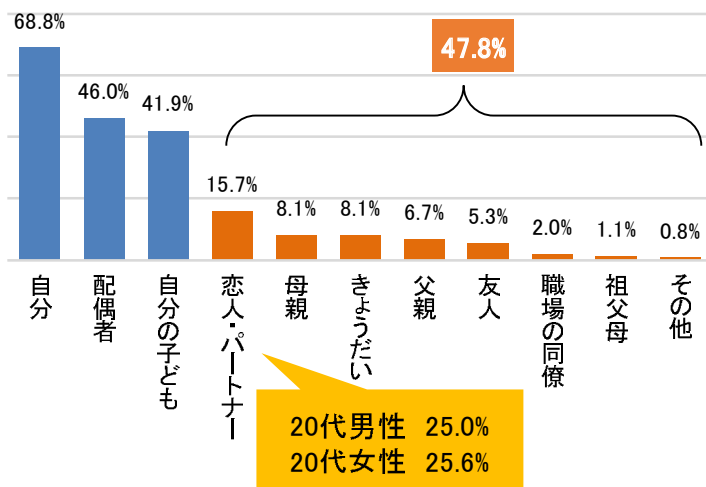
一方、お弁当を作ったことがある相手について聞くと、「自分」(68.8%)、「配偶者」(46.0%)、「自分の子ども」(41.9%)の順となり、それ以外の人に作った経験がある人はおよそ5割(47.8%)でした。また、20代は男女ともに、4人に1人(20代男性:25.0%/20代女性:25.6%)が「恋人・パートナー」に作ったことがあると回答しました。

母から子へ、または自分のために作られることのお弁当ですが、家族以外の相手へ作る機会も増えているようです。

あなたは、今までに、
誰が作ったお弁当を食べたことがありますか。
(複数回答、回答者:1,000人)



あなたは、今までに、
誰のためにお弁当を作ったことがありますか。
(複数回答、回答者:お弁当を作ったことがある658人)

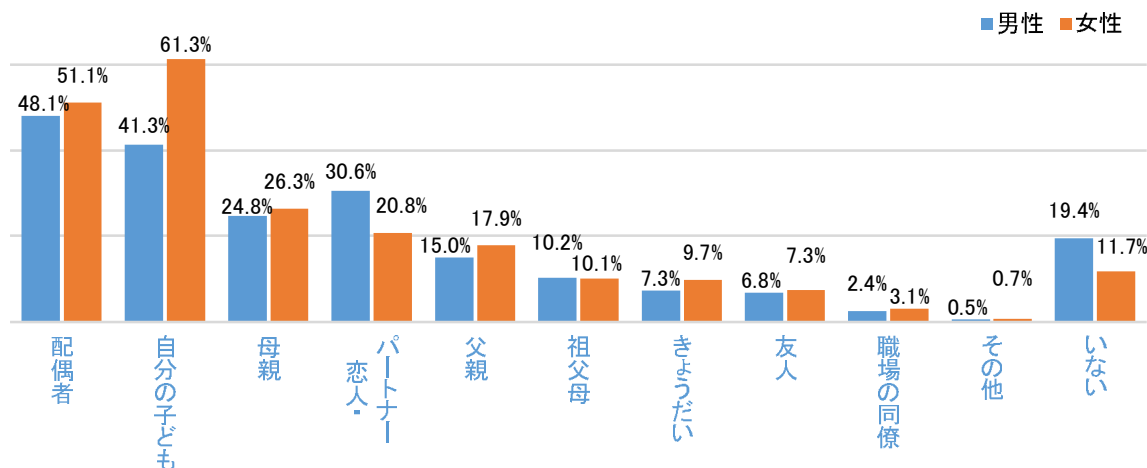


【お弁当を作ってあげたい相手/理由】

お弁当を作ってあげたい相手。女性の第1位は「自分の子ども」、男性は「配偶者」 女性よりも男性の方が「恋人・パートナー」にお弁当を作ってあげたい

お弁当を作ってあげたい相手を聞いたところ、61.3%の女性が「自分の子ども」と回答しました。男性は「配偶者」（48.1%）が最も多く、「恋人・パートナー」に対しては女性よりも作ってあげたいと思っている人が多いことがわかりました。

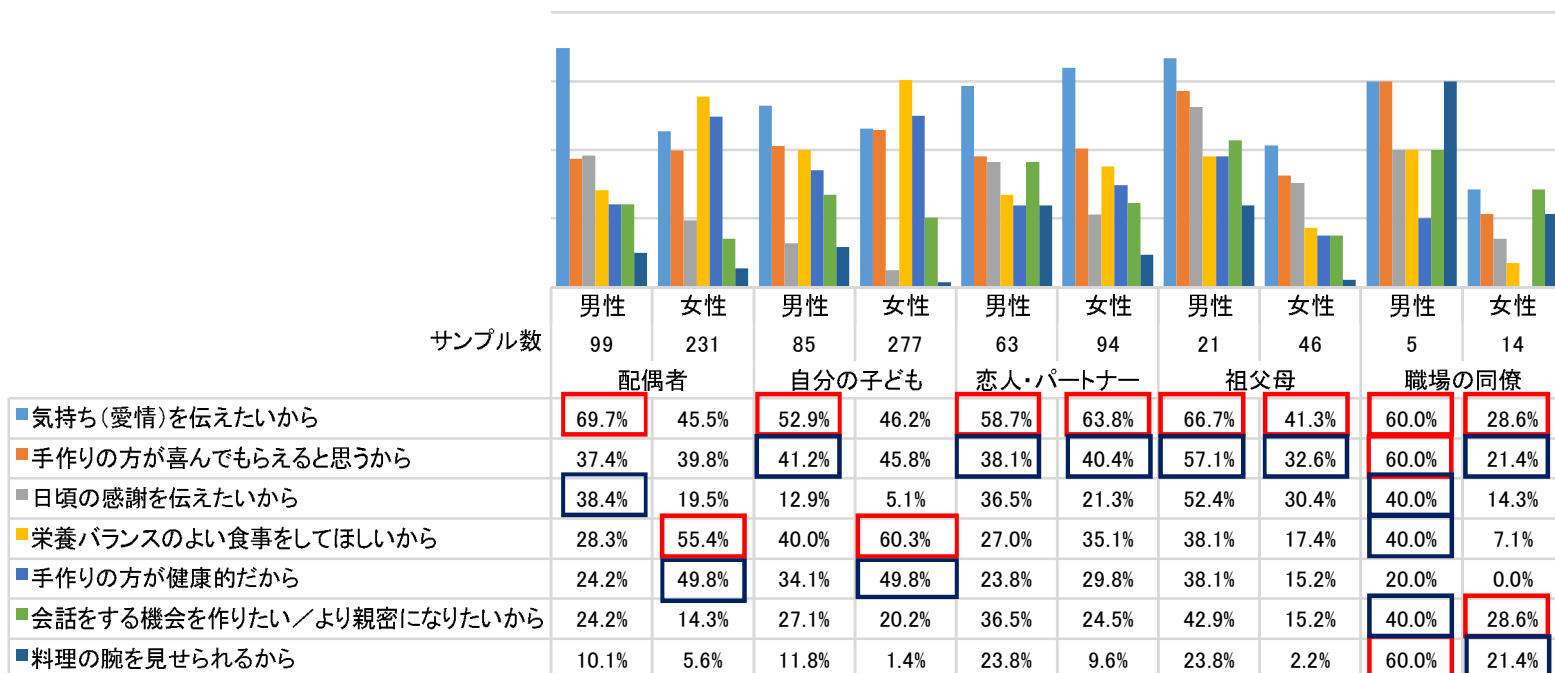
手作りのお弁当を作るとしたら、誰に作ってあげたいと思いますか。
(複数回答、回答者:お弁当を作ったことがある男性206人、女性452人)



配偶者や子どもにお弁当を作ってあげたい理由。男性は「愛情重視」、女性「健康重視」

お弁当を作ってあげたいと思った理由を聞いたところ、男性は「気持ち(愛情)を伝えたいから」(配偶者:69.7%、子ども:52.9%)という理由が多い一方、女性は「栄養バランスのよい食事をしてほしいから」(配偶者:55.4%、子ども:60.3%)「手作りの方が健康的だから」(配偶者・子どもともに49.8%)と、相手の健康を意識していることがわかりました。また、祖父母への理由としては「気持ち(愛情)を伝えたいから」の次に「手作りの方が喜んでもらえると思うから」が多く、職場の同僚への理由としては「料理の腕を見せられるから」が他の属性と比べて高い傾向となりました。

この人に作ってあげたいと思った理由は何ですか。
(複数回答)



【お弁当の作り手の気持ち】

お弁当作りは面倒だと思っている人は7割

相手が喜んでくれることや感想を聞くことが、お弁当作りのモチベーションにつながっている！

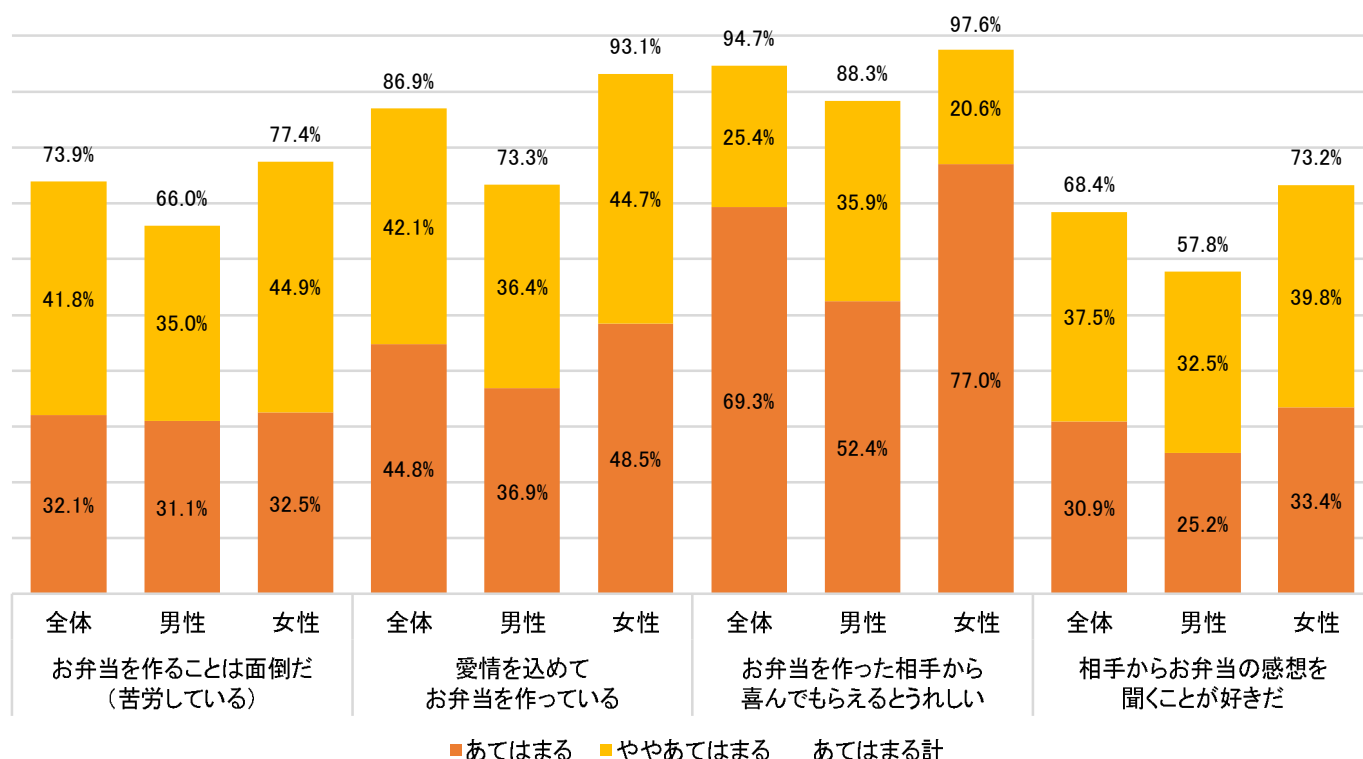
今までにお弁当を作ったことがある人にお弁当作りについてどう思うか聞いたところ、およそ7割の人が「お弁当を作ることは面倒だ」(全体:73.9%、男性:66.0%、女性:77.4%)と感じていることがわかりました。

しかし、面倒と感じている以上に、「愛情を込めてお弁当を作っている」(全体:86.9%、男性:73.3%、女性:93.1%)、「お弁当を作った相手から喜んでもらえるとうれしい」(全体:94.7%、男性:88.3%、女性:97.6%)と回答しており、面倒だと感じながらも、相手に喜んでもらえることがうれしくて、愛情を込めてお弁当を作っていることがわかりました。

また、およそ7割の人が「相手からお弁当の感想を聞くことが好きだ」(全体:68.4%、男性:57.8%、女性:73.2%)と回答しており、感謝の気持ちやお弁当の感想を伝えることが、愛情を込めてお弁当を作ってくれた相手のモチベーションを高めることにつながっているようです。

他人にお弁当を作ることに、あなたのお気持ちに近いものをそれぞれお選びください。

(それぞれ単数回答、回答者:お弁当を作ったことがある男性206人、女性452人)



手作りのお弁当にまつわる、うれしかったエピソードをご紹介します

- ドライブデートではいつも私がお弁当を用意していた。ある日「疲れてる」と伝え、「明日はコンビニでお昼を買おう」と彼が提案してくれた。当日、彼がサプライズでお弁当を作ってくれてすごくうれしかった。
- わが家の揚げ物が息子の友だちに人気で、友だちの分も作ってほしいと言われた。食費は余分にかかったが、息子だけでなく友だちにまでほめてもらったのがうれしかった。
- いつもおかずを残していた子どもが、初めて残さずきれいに食べて帰った時はすごくうれしかった。明日もがんばってお弁当を作ってあげようと思った。
- 中学生のとき、おかずがだし巻き卵だけの日があった。びっくりしたし、恥ずかしかったが、今思えば仕事をしていた母にとって精一杯のお弁当だった。今は感謝している。

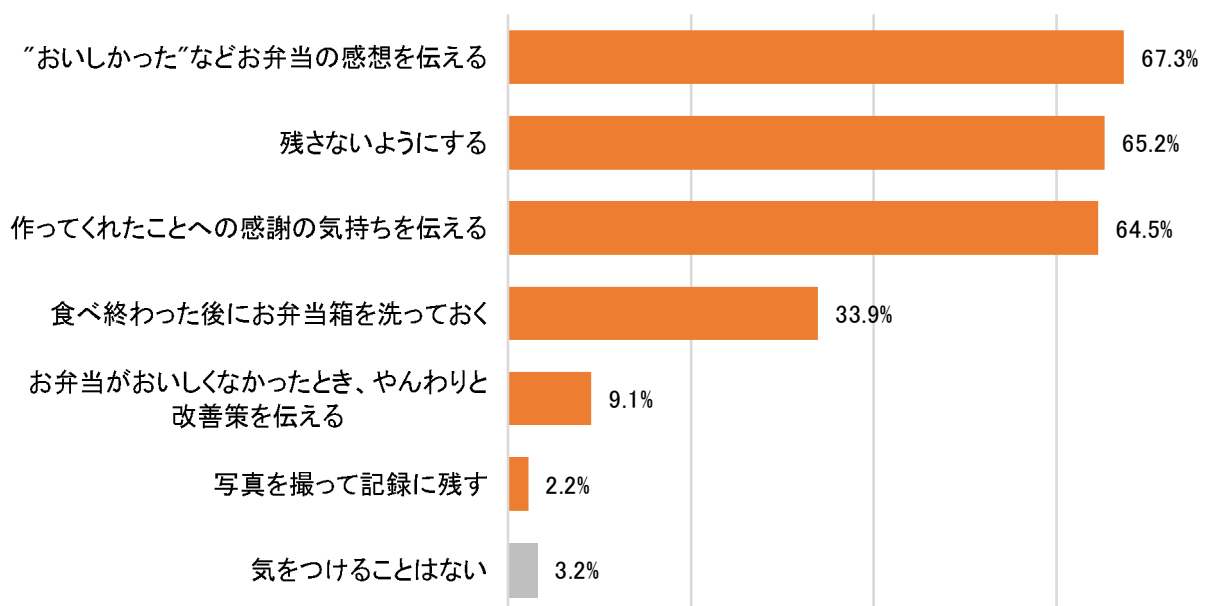
【お弁当がもたらす変化】

お弁当を作ってもらうことで、相手への愛情が増し、気づかいが生まれる！

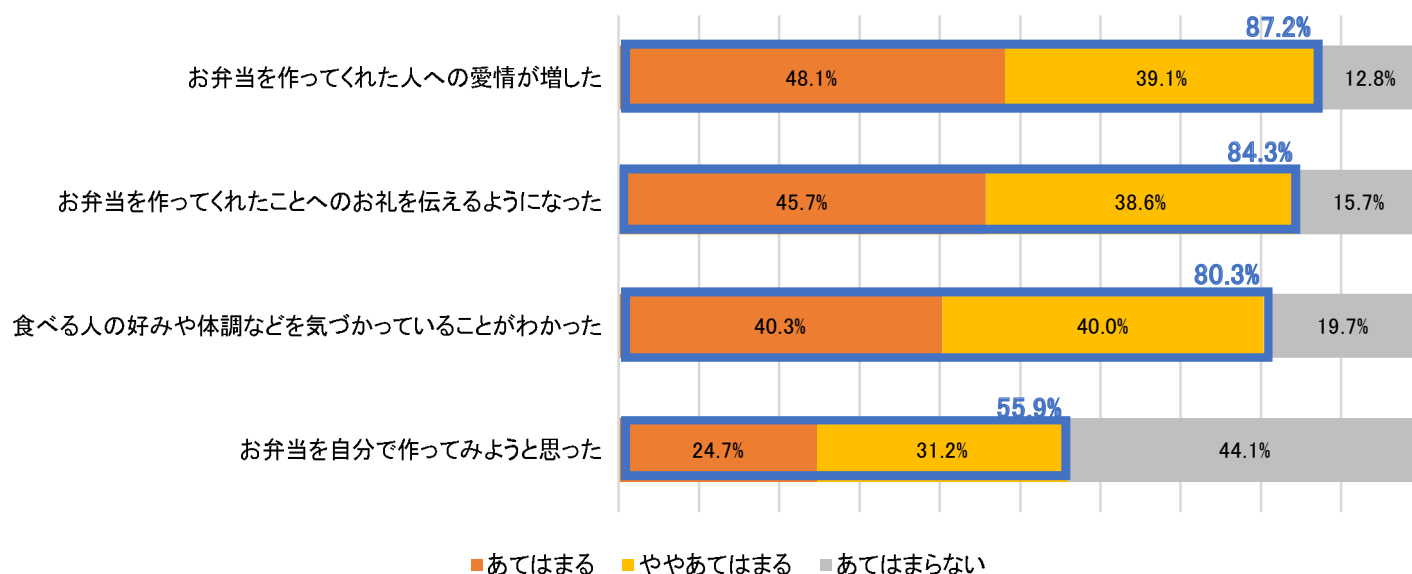
お弁当を作ってくれた相手に対して、食べる側がどのようなことに気をつけているか聞いたところ、「“おいしかった”などお弁当の感想を伝える」(67.3%)、「作ってくれたことへの感謝の気持ちを伝える」(64.5%)と、6割以上の方が感謝の気持ちを伝えていることがわかりました。

また、お弁当を食べる前と後の変化について聞いたところ、「作ってくれた人への愛情が増した」(87.2%)、「お礼を伝えるようになった」(84.3%)、「食べる人の好みや体調などを気づかっていることがわかった」(80.3%)と、お弁当を作ってくれた相手の気づかいが伝わり、気持ちが通じるようになっていくことがわかりました。また、半数以上の方が「お弁当を自分で作ってみようと思った」(55.9%)と回答し、手作りのお弁当によって気持ちや行動に変化が生まれていることがわかりました。

お弁当を作ってくれた相手に対して、どんなことを気をつけていますか。
(複数回答、回答者数：1,000人)



手作り弁当を作ってもらった時、食べる前と食べた後でどのような変化がありますか。
(それぞれ単数回答、回答者：1000人)

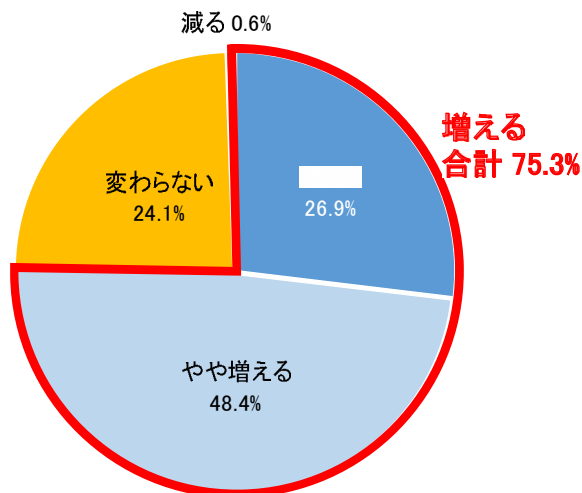


手作りのお弁当は大切な人とのコミュニケーションツール 8割の人が「お弁当を作ると会話が増える」と回答

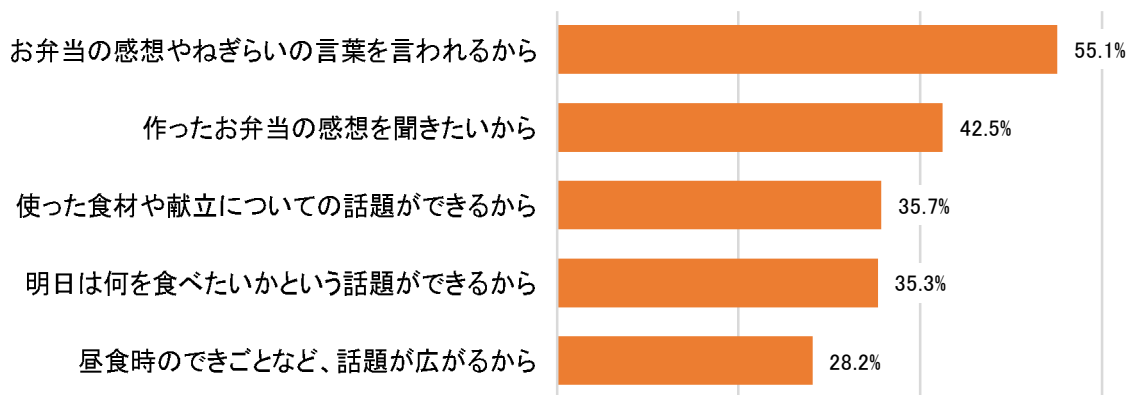
手作りのお弁当によって会話（コミュニケーション）が増えるかどうか聞いたところ、およそ8割（75.3%）の人が「増える」または「やや増える」と回答しました。

また「会話が増える」と回答した人に対し、その理由を聞いたところ、「お弁当の感想やねぎらいの言葉を言われるから」（55.1%）、「作ったお弁当の感想を聞きたいから」（42.5%）という回答が多く寄せられました。手作りのお弁当をきっかけに会話が生まれており、お弁当がコミュニケーションツールとなっていることがわかりました。

誰かにお弁当を手作りすることで、その人と会話が増えると思いますか。
（単数回答、回答者：1,000人）



お弁当を手作りすることによって、なぜ会話が増えると思いますか。
（複数回答、回答者：会話が増えると回答した753人）



エバラ食品では、「お弁当を作る機会が増えれば、世の中は気づかいにあふれ、もっとやさしく、もっと豊かになる」と考えています。この調査結果からも、日頃からお弁当を作ってくれている相手に感謝の気持ちを伝えることは、相手とのコミュニケーションを活発にし、思いやりのある良好な関係を構築できることがわかりました。

普段お弁当を作らない人も、父の日や母の日、親しい人の誕生日や記念日に、お弁当を作って、感謝の気持ちや愛情を伝えてみてはいかがでしょうか？

【参考資料】エバラ食品のお弁当活動

お弁当をテーマにした食育教室

エバラ食品では、2008年から神奈川県教育委員会と連携し食育活動「ふれあい食育教室」を実施しています。県内の小中学校を中心に、子どもたちが早期に“食の大切さ”や“共食(きょうしょく)”を楽しく学ぶ機会を創出しています。

食の正しい知識を学ぶ講義と調理実習がセットになったフルプログラム、そして1時限の中で収まるミニプログラムのほかに、2016年には新たに“お弁当”をテーマにした親子向けのプログラムを実施。これまでに84か所、3,400名(2017年3月時点)を超える子どもたちに楽しく学んでいただきました。

エバラ食品はこれからも地域・社会のみなさまとともに、食を通じた学びの場と共食の機会を広げる活動を行ってまいります。



エバラ食品の「お弁当の日」

エバラ食品では、2016年7月から毎月10日を「お弁当の日」として、役員や社員たちが、自社商品を使った手作りのお弁当を持参し、お弁当を通じたコミュニケーションを図っています。部署や年齢、性別が違っていても、お弁当を見せあったり、調理方法について紹介しあうなど、自然と会話が弾み、普段料理をしない社員からも「次はこれを作ってみよう!」「彩りに気をつけてみよう」という声があがるようになるなど、食に対する意識が高まっています。

最初は本社から始まった取り組みも、次第に他の拠点でも行われるようになってきました。今後は全国の支店・営業所・工場へと広めていく予定です。



エバラ食品ホームページ「手作りお弁当講座」を新設

エバラ食品では、2017年3月より、自社ホームページ内に「手作りお弁当講座」のコンテンツを新設いたしました。ここではお弁当作りのポイントだけでなく、お弁当におすすめのレシピも多数紹介しています。今後も順次内容を充実させていく予定です。

■エバラ食品ホームページ「手作りお弁当講座」

URL

http://www.ebarafoods.com/recipe/theme/201703tedukuri_obento.php

※4月中旬以降は以下のURLに変更となります

URL

https://www.ebarafoods.com/recipe/cat_theme/01/index.html

