

『MRSメニューセンサス』 新Vol.4 (2015年～2016年) 「シニアの食」に関するレポート 発刊

2017.3.21

シニア（60代・70代）の食の実態と、食の未来は？

1978年から続く、“唯一の家庭の食卓メニュー調査”である『MRSメニューセンサス』。

日本の食卓の長期トレンドを把握するために「家庭内で、いつ・誰が・何を食べたか／飲んだか」を日記形式で調査したものです。

現在のシニアの実態を、若い頃の実態と比べることで、特定の世代の加齢による変化をコーホートの視点で分析できます（例えば、現在の50代主婦の場合、10年前の40代、20年前の30代、30年前の20代と遡ってデータを比較します）。

60代以上のシニア層は、『品数』『バリエーション』が若年主婦層に比べて多く、『食意識』『調理意識』も高め。60代～70代を5歳刻みで見ると、料理への関心度・負担感が異なるなど、シニア層を一括りにはできず、細分化してみる必要があることがわかった。

『簡便化』『洋風化』は時代効果、『肉食化』は加齢効果がみられる。現在の40～50代がシニアになる頃には、簡便化や洋風化傾向が加速度的に進行していると推測される。

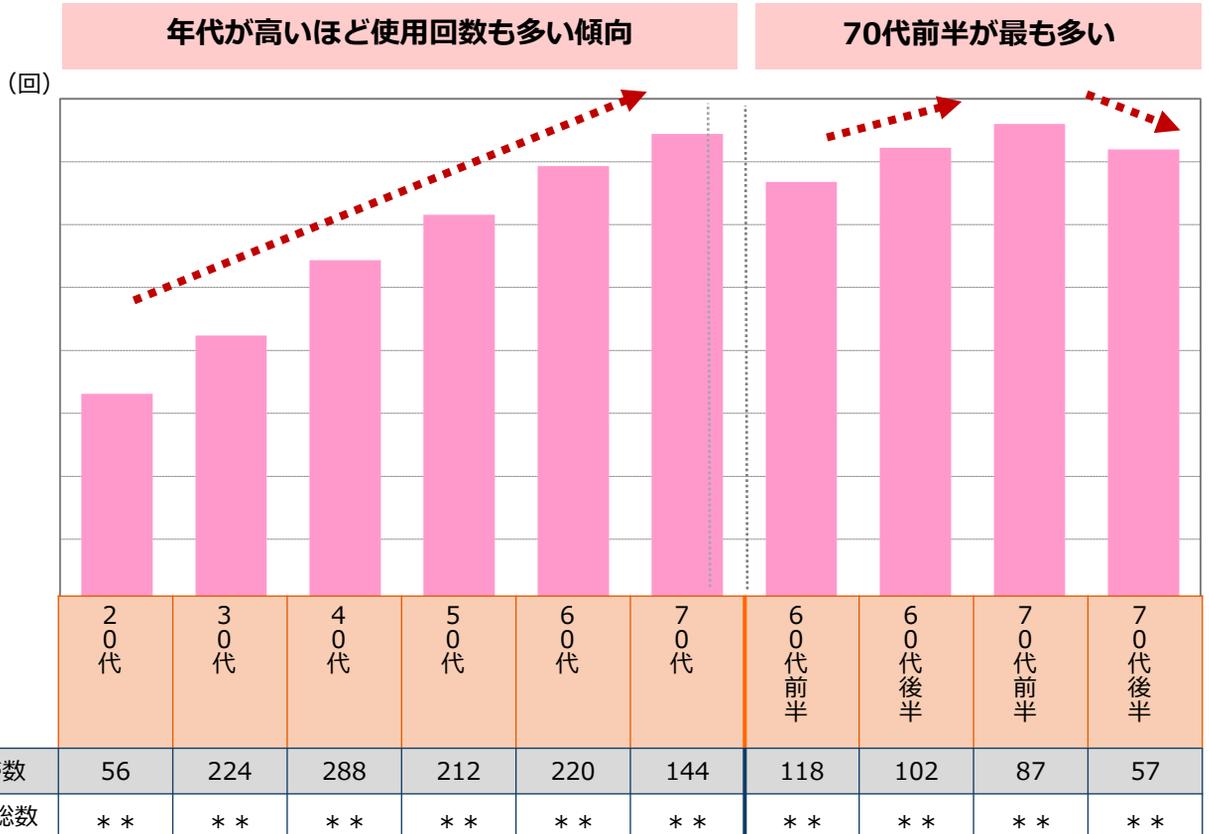
ポイント

- ◆ 70代の品数は20代の1.6倍、材料数は1.8倍。
ただし品数・材料数ともピークは60代後半～70代前半で、70代後半になると減少する。
- ◆ 「料理への関心」「手作り意識」は70代前半が最も高い。
実態面でも意識面でも70代後半は息切れ。
- ◆ 「揚げ物」「焼き物」「肉料理」は40代がピークで以降は減少。
年齢効果と考えられる。

[年代別比較(15-16年)]レポート項目

1. 実食率（朝食・昼食・夕食）
2. メニュー総数・材料総数(1世帯1日平均)
3. メニュー大分類別の出現回数(1世帯1日平均)
4. 主食メニューの出現回数（1000世帯1日平均）
5. おかずの出現回数
 - ①1000世帯1日平均
 - ②調理形態別（1000世帯1日平均）
 - ③調理方法別（調理形態計ベース）
 - ④調理方法別（「手作り」ベース）
6. 2週間に出るおかずの種類数（1世帯平均）
7. 汁物
 - ①出現回数（1000世帯1日平均）
 - ②調理形態比率
8. 菓子・果物・飲料の出現回数（1000世帯1日平均）
9. 生鮮材料の使用回数（1000世帯1日平均）
10. 調味料
 - ①基礎調味料の使用回数（1000世帯1日平均）
 - ②麺そば液体調味料の使用回数（1000世帯1日平均）
11. 食事の準備時間分布
 - ①朝食
 - ②昼食（弁当含む）
 - ③夕食
12. 食生活の意識
13. 品質・価格についての意識
14. 料理についての意識

レポート見本：材料総数（1世帯1日平均）



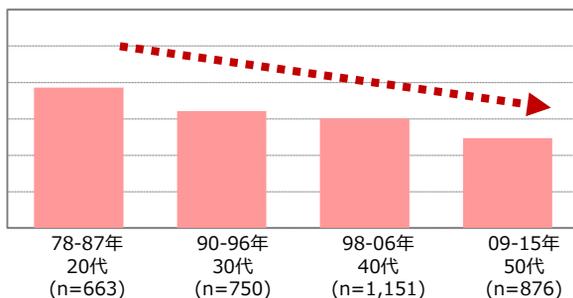
1. 実食率 ①朝食
②昼食（弁当含む）
③夕食
2. メニュー総数（1世帯1日平均）
3. 材料総数（1世帯1日平均）
4. 主食の出現回数（1000世帯1日平均）
5. おかず ①出現回数（1000世帯1日平均）
②調理形態比率
③調理方法比率（調理形態計ベース）
④調理方法比率（「手作り」ベース）
6. 汁物 ①出現回数（1000世帯1日平均）
②調理形態比率
7. 菓子・果物・飲料の出現回数（1000世帯1日平均）
8. 調味料 ①基礎調味料の使用回数（1000世帯1日平均）
②麺そば液体調味料の使用回数（1000世帯1日平均）

レポート見本：基礎調味料使用回数（1000世帯1日平均）

いずれの世代も共通して年々減少傾向にあり、時代効果と考えられる

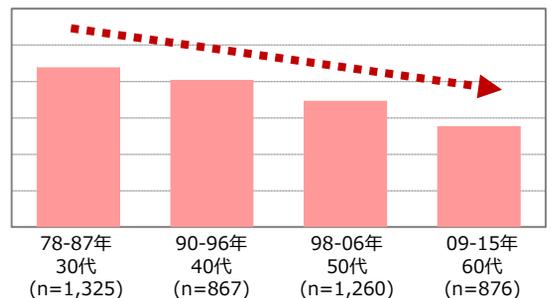
50代主婦

(回)



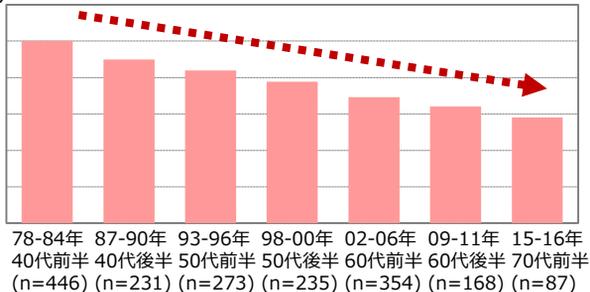
60代主婦

(回)



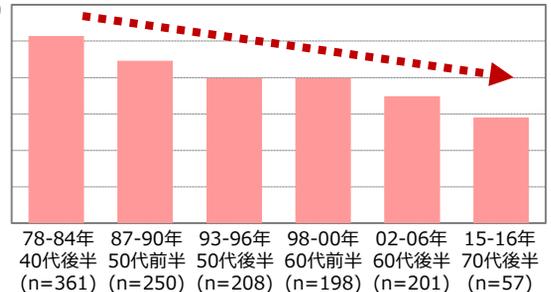
70代前半主婦

(回)



70代後半主婦

(回)



2015-16年調査（新Vol.4）の調査設計

- 調査地域：首都圏30km圏内
- 調査対象：夫婦二人以上の世帯の20～79歳の主婦、4季節で1,144世帯
（最新の国勢調査・既婚率から主婦年代別のサンプル数を割り付け）
- 調査方法：郵送調査（初期／中間／最終チェックは電話で行う）
- 調査内容：①日記帳：家庭内で調理・喫食したすべての飲食物のメニュー・材料・調理方法
②付帯調査：対象主婦の基本属性や調理への意識・考え方
- 調査期間：4季節の実施時期は以下の通り（※各世帯の記入は2週間連続）

2015年						2016年			
7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月
夏			秋			冬		春	

◆レポート価格◆

[年代別比較編+サマリー] (A4横 35ページ) 定価25万円 (税別)

[世代別比較編+サマリー] (A4横 31ページ) 定価20万円 (税別)

[年代別比較編+世代別比較編+サマリー] (A4横 57ページ) セット価格40万円 (税別)

◆データ◆

パワーポイント・PDFでご納品

◆お問合せ先◆

株式会社 マーケティング・リサーチ・サービス

調査部メニューセンサスグループ

TEL：03-5981-5663 お問い合わせURL: <https://www.mrs.co.jp/contact/>

〒170-0005 東京都豊島区南大塚2-45-8 ニッセイ大塚駅前ビル5F

<https://www.mrs.co.jp>