

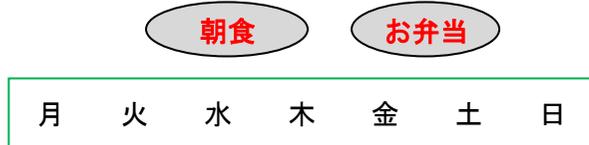
子有ミセスの育ち盛りのための「調理する食事」の実態調査について

朝食・お弁当、塾前食など、育ち盛りの子供の食を考える上で母親と子供のライフスタイル×食の実態を把握する

*一般的な夕食という概念の食事は除き、塾前食として準備中の夕食の早廻し、夕食素材を流用する塾用お弁当などは含むものとします。

1. 調査内容の考え方

ママの
❖欠食はよくない。食事が不規則になるのも好ましくない
❖栄養バランスも考えたい



ウィークデーの塾・習い事 スポーツ系

習い事：週1日～週〇日（勉強系・スポーツ系・芸術系）

定番食：朝 お弁当 幼稚園塾 習い事の前後食

*夕食メニューの関与

ママのライフスタイル パートタイム 専業主婦

どのようにリカバー・工夫しているのか

どのような 食材 食品 を使い どのように実践 しているのか？

その食材・食品を選ぶ背景は？

調理器具の工夫／調理法の工夫
そこまで考えていない？

手法

郵送・留置き ①基本プロフィールパーツ
②日記式記入パーツ

期間

10日～2週間（週末を1回はさむ）

2. 調査手法について

いつもの豚肉と〇〇で
ササッと(今週まだ登場していないし...)

1食(1軽食)の撮影

献立カレンダー(10日間)の作成

献立レポートの作成 ⇒ 食の位置づけ(気持ち)、使用食材・食品・所要時間

■ レポート事例

* 記入事例を作成し、モニターが記入しやすいようガイダンスを作成します。

記入見本

平日1日目 11月XX日(火)曜日

	朝食	昼食	夕食	間食1	間食2	間食3
Q1) 食べた時間帯(24時間制で記入)と所要時間(分)	11:00 ~ 11:30 (30分)	12:00 ~ 12:30 (30分)	18:00 ~ 18:30 (30分)	15:00 ~ 15:15 (15分)	14:40 ~ 14:50 (10分)	~ ()分
Q2) 一緒に食べた人(子供から見た続柄)	母	幼稚園の先生友人	母	母	本人のみ	
Q3) 献立(メニュー)内容	・牛乳 ・フルーツヨーグルト ・ホットドリンク ・白玉焼、アヲチキ	・おにぎり(ウチ、お母) ・鶏唐揚げ ・アヲチキ、アヲチキ ・アヲチキ、アヲチキ ・麦茶	・ごまんと ・ハヤシ菜 ・おひたし ・おひたし、おひたし	・たこ焼き ・りんご	・りんごジュース ・カール	・ ・ ・
Q3-1) 献立(メニュー)内容の調理度合いについて、あてはまるものに○を1つつけてください。	①手作り品が多い 2. 冷食・チルド品など加工品の利用が多い 3. 市販惣菜の利用が多い 4. 市販弁当 5. 給食・外食	1. 手作り品が多い 2. 冷食・チルド品など加工品の利用が多い 3. 市販惣菜の利用が多い 4. 市販弁当 5. 給食・外食	①手作り品が多い 2. 冷食・チルド品など加工品の利用が多い 3. 市販惣菜の利用が多い 4. 市販弁当 5. 給食・外食	1. 手作りのやつ ②冷食・チルド品を利用 3. 市販惣菜 4. 惣菜のおやつ・外食(ファーストフードなど)	1. 手作りのやつ 2. 冷食・チルド品を利用 3. 市販惣菜 4. 惣菜のおやつ・外食(ファーストフードなど)	1. 手作りのやつ 2. 冷食・チルド品を利用 3. 市販惣菜 4. 惣菜のおやつ・外食(ファーストフードなど)
Q3-2) 献立(メニュー)に、2. 冷食・チルド品など加工食品や3. 市販惣菜を利用した時は、その商品名・メーカー名をご記入ください。(わかる範囲で結構です)	2. 冷食・チルド品などの加工品 3. 市販惣菜	2. 冷食・チルド品などの加工品 味楽、鶏唐揚げ	2. 冷食・チルド品などの加工品 味の素、ハヤシ菜	2. 冷食・チルド品 生協、冷庫、焼	2. 冷食・チルド品 生協、りんごジュース、暇台カール	2. 冷食・チルド品 市販菓子
Q4) メニューの決定に影響した人(子供から見た続柄)	母	本人	母	本人	本人	
Q5) お母様からみたお子様の食事に対する満足度(Oは1つ)と理由	1. 満足 ②やや満足 3. どちらともいえない 4. あまり満足していない 5. 満足していない	①満足 2. やや満足 3. どちらともいえない 4. あまり満足していない 5. 満足していない	1. 満足 2. やや満足 3. どちらともいえない 4. あまり満足していない 5. 満足していない	1. 満足 2. やや満足 ③どちらともいえない 4. あまり満足していない 5. 満足していない	1. 満足 2. やや満足 3. どちらともいえない 4. あまり満足していない ⑤満足していない	1. 満足 2. やや満足 3. どちらともいえない 4. あまり満足していない 5. 満足していない
理由	野菜が足りなかった	少し手抜きで、朝、お弁当も作りました。	おにぎり、アヲチキ、おひたし、アヲチキ	簡単に用意でき、子供も好きだったので増やしたかった。	風邪を引いて、お弁当も作りました。	

② 使用記録シート 記入例

①使用目的	②使用方法	③使用日(複数可)	④使用回数	⑤初めてこの使い方をしたきっかけ	⑥この使い方が気に入っている理由	⑦使用メニュー(複数可)	⑧利用場面(どんな時)
ピザとカリッと仕上げる	ホトシロに焼く	10/19	2	アトシロで焼いて、追加でホトシロを焼くことでカリッと仕上がる。	ホトシロの下面もカリッと仕上がる。	ピザ(カリッと)	子供との簡単な昼食
		10/22				お弁当ピザ	ランチ
汁と味の両方蒸焼がある	魚と野菜を一緒に焼く	10/23	1	アトシロで焼いて、外食した時に、アトシロの両方を包まれて出てきた。感じが良かった。	アトシロ程ではないが、魚と包みやすく、汁と味がおいしい。調理時間は短かからず、割りに見映えがいい。	魚の包焼き	夕食
クッキーの下ごしらえからホットシートとして	型抜きの下ごしらえからホットシートとして	10/30	3	スコーン等の焼菓子の作りかたに、ホットシートの上から、クッキーの生地をのせて焼くことで、生地が柔らかくなる。	型抜きから焼く工程は、そのままで使える。	アイスクッキー(型抜き)	10/30 10/31
		10/26				型抜きクッキー	子供の友人が送ったプレゼント
		11/22			ホットシートで焼くと、生地が柔らかくなる。	アイスボックスクッキー	翌日の休日の朝の時間に焼く。

3. 調査対象者

年少～小3生の母親

* 家族属性に配慮し長子年齢とする
下にチビちゃんがいる忙しいママ～一人子ママ

* 20代ママの既婚率は低いが確保しておく
中心は30代ママ

20代	25名	100名
30代前半	25名	
30代後半	25名	
40代	25名	

4. 予算・スケジュール

■スケジュール

準備	2～3W	
実査	2W	
集計	3W	要約考察 3W

■予算

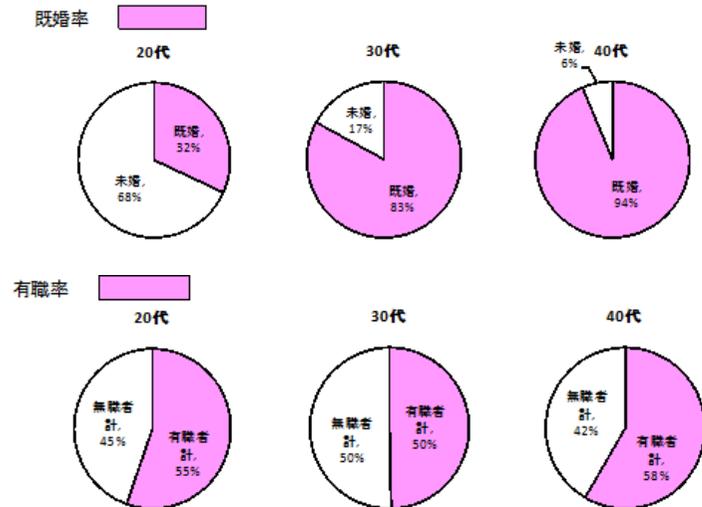
ケース①N=100 F A中心のレポート ⇒要素集計をしっかりとめる
180万円～200万円

ケース②100名はTelヒアリング

絞り込んだ対象者に日記式の実施等、調査手法の組合せで予算を
下げる(昨年と同等の予算)
集計を要約集計とし、考察にウエイトをかける

<参考> 増える未婚者、増える有職者率(主にパートタイムが急増していますが、既婚フルタイムも全年代で増加傾向)

2008年度 N=1030



2012年度 N=1036

