

新大人研レポート No.27 シニアから新大人へ、新型50・60代に。 その11

新しい大人世代の食の意識と行動 60代、夫婦ふたりの「アラカルトグルメ」

- ・60代、夫婦ふたり（子どもとの同居なし）の場合、朝食のおかず2～3品以上が69.1%、夕食では4～5品以上が59.2%。40代、50代と比べても、おかずの品数が多い。
- ・60代の93.5%は「食事や料理に楽しみ」を感じており、食への意識は「手づくり」「旬のもの」「国産食材」「栄養バランス」とグルメ志向

博報堂新しい大人文化研究所では、40～60代を“新しい大人世代”と呼び、調査研究を行っています。調査結果を見ると、40～60代の変化は、さらに本格感を増しています。新大人研レポート2012～13年は「絶滅!? する中高年—“新しい大人世代の登場”」、2013～14年は「いま高齢社会は“新しい大人社会”へと大きく変化」でした。2015年からはあらためて生活者の変化に注目して『シニアから新大人へ』。自分たちは従来の50・60代とは違うという意識が高まっています。40代も含めて、単なる「若々しさ」だけでなく多方面での新たな兆しが見えて来ました。今回のシリーズでは、消費にも大きな影響を与えるその生活者の意識変化を明らかにして行きます。

おかずの品数は、朝食で2～3品以上を摂る人が40～60代全体の52.4%に対し、60代は66.8%、60代・夫婦ふたり（子どもとの同居なし）では69.1%。夕食で4～5品以上が全体の43.6%に対し、60代は57.1%、60代・夫婦ふたり（子どもとの同居なし）では59.2%。40代・50代と比較しても、おかずの品数が多いのが特徴です。

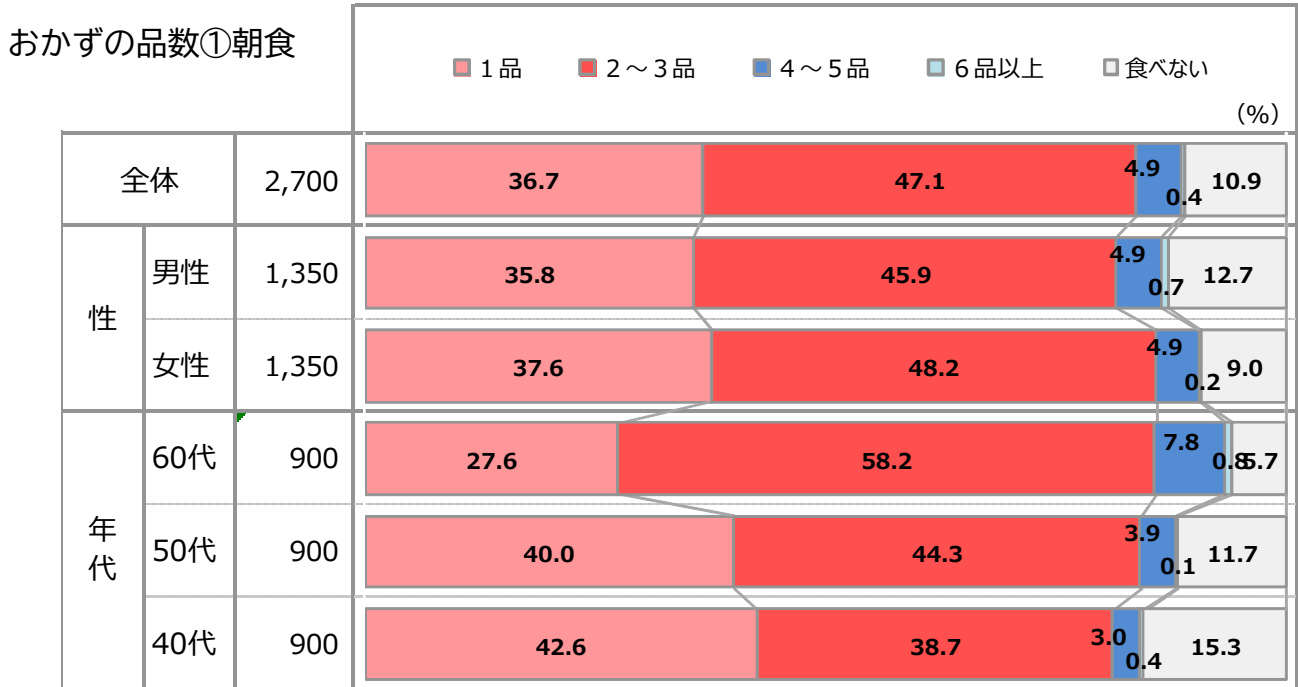
食事や料理に楽しみを感じている人は40～60代全体で91.7%に達しており、60代は93.5%とやや高くなっています。

食事や料理における気持ちや行動では、40～60代全体で1位が「自分自身で料理を作る」、2位「栄養バランス」、3位「手づくり」、4位「季節の旬のもの」、5位「海外産より国産の食材」であり、特に女性にその傾向が強く表れています。60代では「季節の旬のもの」が3位に浮上、「海外産より国産の食材」が4位と、食材へのこだわりがみえる結果となっており、60代のグルメ志向がうかがえます。

おかずの品数をみると、60代になると食が太くなっているような印象を持ちますが、定年後に子どもが独立した家庭では、夕食で小皿や小鉢が数多く並ぶ食卓となり、言わばビストロ化・居酒屋化が進んでいます。夫婦ふたりの食卓になって、一皿一皿は少量ですが、たくさんの種類の料理や食材を楽しむ“アラカルトグルメ”となっているようです。

■60代の朝食のおかずの品数2～3品以上は66.8%、40・50代よりかなり品数が多い。
 朝食のおかずの品数が2～3品以上なのは40～60代全体の52.4%に対し、60代は66.8%とかなり品数
 が多くなっています。男女別や40代・50代別でも大きな違いは見られませんが、60代は突出して多くの
 おかずを摂っているようです。

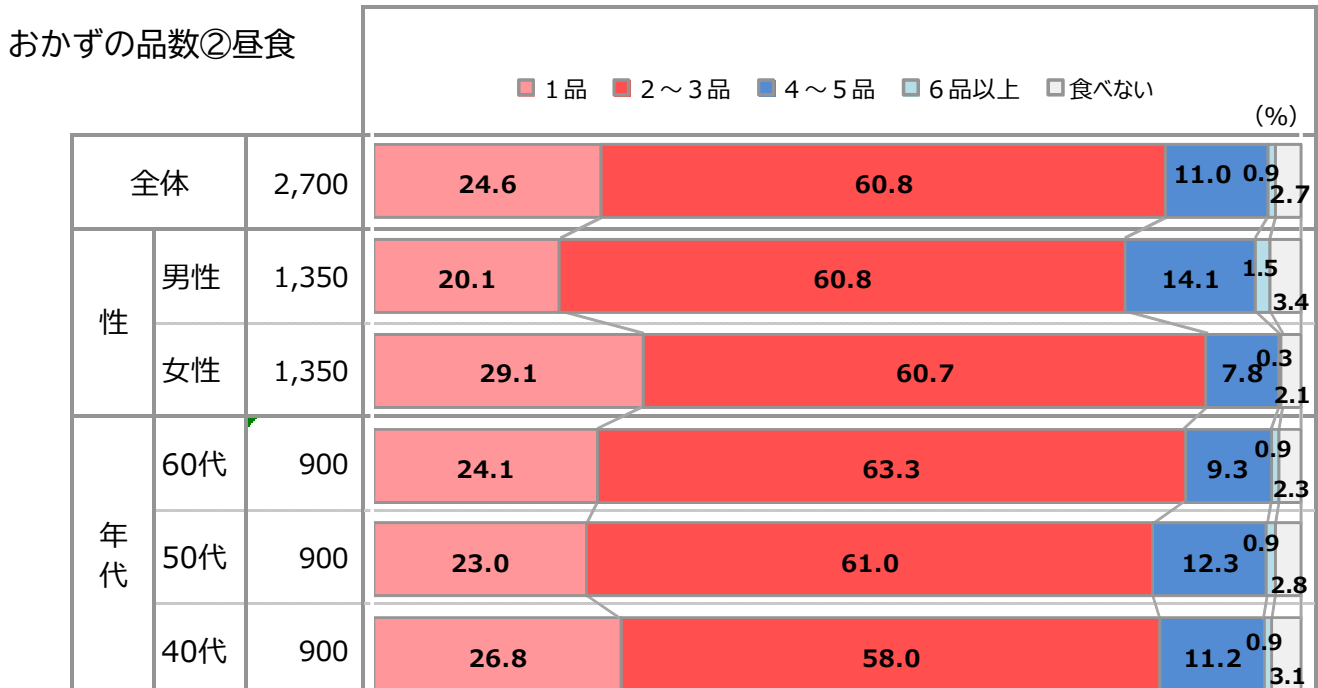
Q. あなたが、普段の朝食で摂る「おかず」の品数（主食は除く）は、1食あたり平均で何品程度ですか。



※60代夫婦世帯（子どもとの同居なし、900人中384人）では、2～3品以上が69.1%。

■昼食のおかずの品数2～3品以上は、60代は73.5%、50代は74.2%と、40代よりやや品数が多い。
 普段の昼食で摂るおかずの品数は、2～3品以上が40代では70.1%、50代は74.2%、60代は73.5%、
 と50・60代ではやや品数が多くなっています。

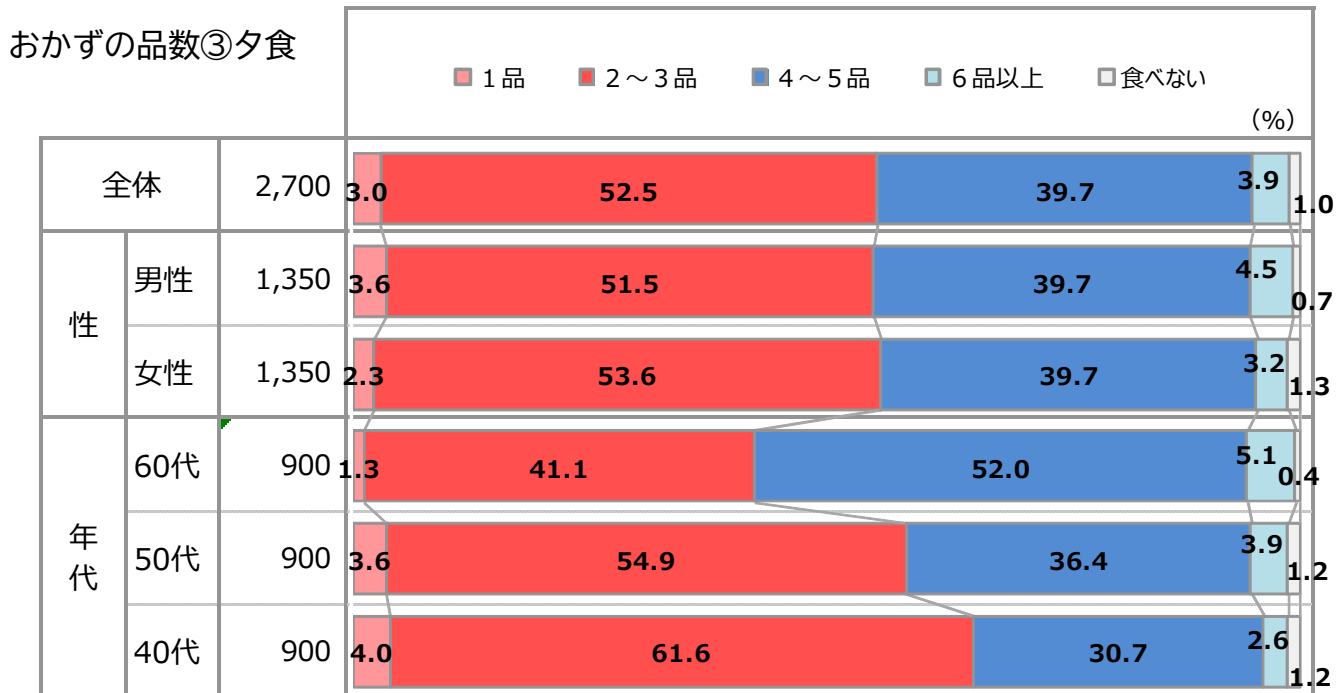
Q. あなたが、普段の昼食で摂る「おかず」の品数（主食は除く）は、1食あたり平均で何品程度ですか。



※60代夫婦世帯（子どもとの同居なし、900人中384人）では、2～3品以上が74.5%。

■夕食のおかずの品数は、4～5品以上が全体の43.6%なのに対し、60代では57.1%とかなり品数が多い。夕食のおかずの品数は、4～5品以上摂る人が全体の43.6%なのに対し、60代は57.1%とより高い数値になっています。40代では33.3%、50代では40.3%と年代が上がるにつれ、増えてきています。これは、50代で子供が独立し、夕食を夫婦ふたりで摂ることが増えるにしたがって、大人向けの小皿・小鉢が食卓に沢山並ぶようになることが反映されていると考えられます。

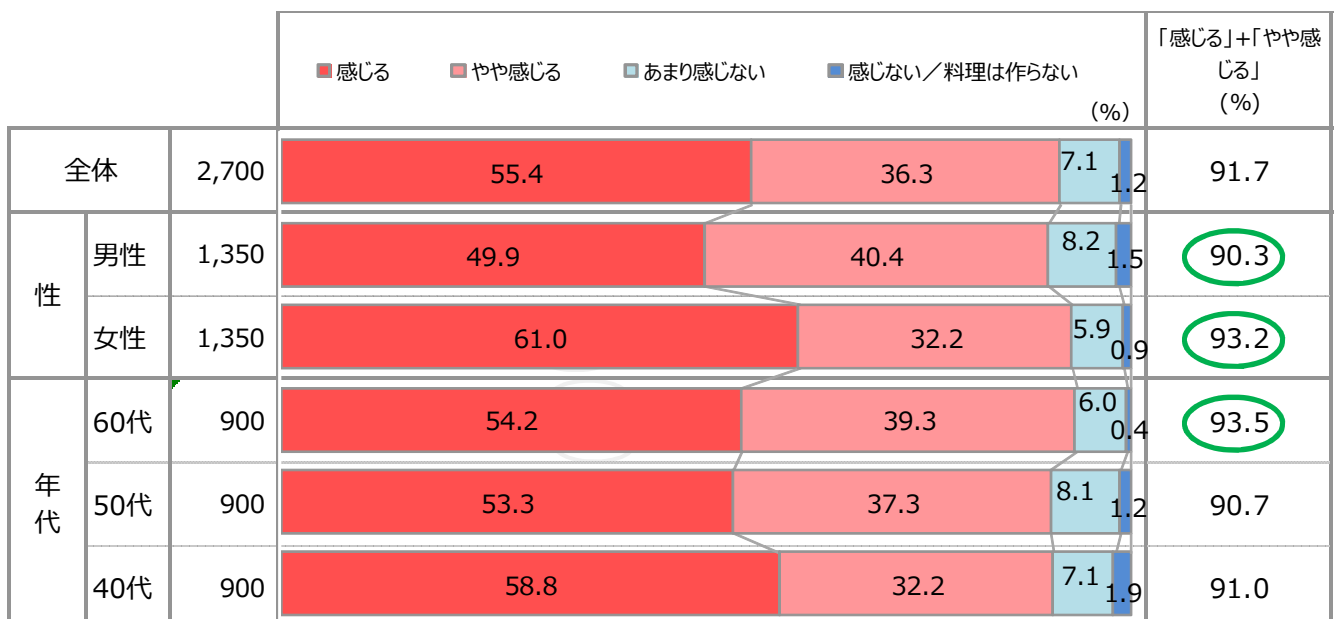
Q. あなたが、普段の夕食で摂る「おかず」の品数（主食は除く）は、1食あたり平均で何品程度ですか。



※60代夫婦世帯（子どもとの同居なし、900人中384人）では、4～5品以上が59.2%。

■全体の91.7%と高い割合で「食」への楽しみを感じており、とくに60代は93.5%とやや高い傾向。「食事や料理をすることに楽しみを感じているか」を聞いたところ、40～60代の91.7%が「楽しみを感じている」と回答しています。また、男女別では、男性90.3%、女性は93.2%と女性のほうがより高い数値になりました。60代は93.5%とやや高くなっており、60代は団塊世代・ポパイJ」（ポスト団塊）世代でグルメ第一世代であり、リタイア後に「食」に関心が向いてるとみられます。

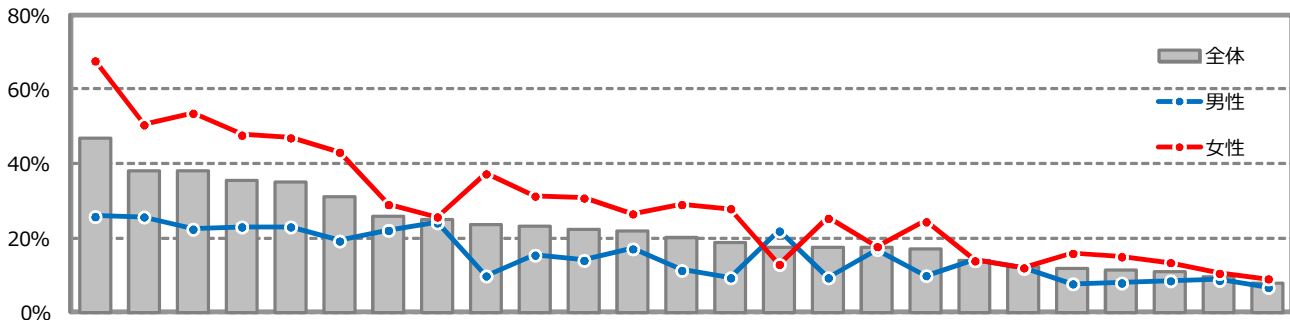
Q.あなたは、食事や料理をすることに楽しみを感じていますか。



■食事や料理をするときの気持ちや行動は、全体で1位が「自分自身で料理をつくる」、2位「栄養バランス」、3位「手づくり」、4位が「季節の旬のもの」、5位が「海外産より国産の食材」。

普段の食事や料理をするときの気持ちや行動は、40～60代で1位が「自分自身で料理をつくる」、2位「栄養バランス」、3位「手づくり」、4位が「季節の旬のもの」、5位が「海外産より国産の食材」であり、女性はとくに強くその傾向を持っています。60代においては、3位に「季節の旬のもの」が浮上して、4位「海外産より国産の食材」、5位が「栄養バランス」の順になっており、この年代のグルメ志向が伺えます。

Q. 普段の食事や料理をするときの気持ちや行動について、あてはまるものをすべてお選びください。



		自分自身で料理をつくる	栄養バランス	手づくり	季節の旬のもの	海外産より国産の食材	冷凍食品をよく利用する	インターネットで調理情報(クックパッドなど)を活用する	最低限の手作りの食品を利用する	健康に良い食べ物に敏感である	食の量や食べ方に関心がある	肉類は量を食べられないが、質の良	食器や調理器具を気にしている	自分で料理をするとき、なるべく楽に済ませたい	男性も積極的に料理に参加する	多量の高カロリー食品を摂取している	市販の弁当や惣菜をよく利用する	普段の料理に敏感である	行きつけのレストランがある	夫婦で一緒に料理をする	材料に加工料を加えるだけの調理ソースや合	食品や食材を買うときは、少量パックや小分けしたものを買う	グルメ情報に敏感である	仕事関係の会議・会合や接待の食	仲間や家族とホームパーティーを開	あてはまるものはない		
全体	2,700	46.7	38.1	38.0	35.4	35.0	31.1	25.5	24.9	23.5	23.3	22.4	21.8	20.2	18.6	17.4	17.3	17.3	17.1	14.0	11.9	11.8	11.4	11.0	9.6	7.9	10.7	
性	男性	1,350	25.8	25.7	22.4	23.0	19.2	22.1	24.1	9.8	15.4	14.0	17.1	11.3	9.3	21.9	9.3	16.9	9.9	14.0	11.8	7.7	7.9	8.5	8.6	6.7	17.6	
	女性	1,350	67.7	50.5	53.6	47.7	47.0	43.1	29.0	25.7	37.3	31.3	30.8	26.5	29.0	12.9	25.3	17.7	24.4	13.9	12.0	15.9	15.0	13.4	10.5	9.0	3.8	
年代	60代	900	52.4	45.1	48.1	46.1	45.4	28.0	26.4	25.1	26.7	30.8	31.8	30.7	24.7	23.0	19.8	25.0	14.3	17.9	17.6	14.8	11.1	13.8	11.0	8.1	8.0	6.9
	50代	900	45.7	38.6	34.1	33.1	32.3	30.9	24.4	24.8	23.6	21.2	19.9	18.0	18.2	15.9	14.4	21.4	17.6	10.9	10.1	13.9	11.1	10.3	10.8	6.4	11.7	
	40代	900	42.1	30.7	31.8	26.9	27.2	34.6	25.7	24.8	20.3	18.0	15.6	16.8	17.7	14.6	12.6	16.1	16.0	13.4	10.8	10.4	9.3	11.6	9.8	9.2	13.6	

<調査概要>

調査主体：博報堂 新しい大人文化研究所

調査対象：40～60代男女

対象エリア：1都3県（東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県）
 中小都市（首都圏、熊本市・岡山市以外の政令指定都市および岩手県・宮城県・福島県を除く）

対象者数：2,700サンプル

調査手法：インターネット調査

調査日時：2015年3月20日（金）～3月22日（日）

<参考資料>

博報堂 新しい大人文化研究所 過去のレポート一覧

※過去のレポートは、下記URLにてご覧いただけます。

<http://www.h-hope.net/> (新しい大人文化研究所WEBサイト)

<http://www.hakuhodo.co.jp/> (博報堂WEBサイト → 「ニュースリリース」 → 「調査レポート」)

【新大人研レポート “新しい大人世代” の～シリーズ】

- No.1 人生のとらえ方(2012.1.19)
- No.2 言われて嬉しい言葉(2012.2.1)
- No.3 コミュニケーション(2012.4.16)
- No.4 健康意識 (2012.5.31)
- No.5 お金に関する意識 (2012.8.27)
- No.6 社会意識 (2012.9.3)
- No.7 夫婦関係 (2013.2.26)

【新大人研レポート いま高齢社会は “新しい大人社会” へと大きく変化 シリーズ】

- No.8 その① おカネ (2013.07.31)
- No.9 その② 食 (2013.9.5)
- No.10 その③ メディア (2013.11.6)
- No.11 その④ 社会性 (2013.11.28)
- No.12 その⑤ クルマ (2013.12.25)
- No.13 その⑥ 住 (2014.2.4)
- No.14 その⑦ 旅 (2014.2.19)
- No.15 その⑧ 介護 (2014.3.28)
- No.16 その⑨ 孫 (2014.3.31)

【新大人研レポート シニアから新大人へ、新型50・60代に。シリーズ】

- No.17 その① 新大人はこれまでの同世代と違う “新型50・60代” (2015.10.8)
- No.18 その② 新大人は “新型50・60代” であり、それをリードするのは「自然体大人女子」 (2015.10.13)
- No.19 その③ 新型50・60代は「新しい大人のライフスタイル」創りへ(2015.10.23)
- No.20 その④ 新型50・60代は「介護予防」「健康向上欲求」の意識高く(2015.11.12)
- No.21 その⑤ クロスジェネレーションを求める新型50・60代(2015.11.18)
- No.22 その⑥ 新しい大人世代を象徴するのは「音楽」(2015.12.21)
- No.23 その⑦ 新しい大人世代、依然として続く「夫婦すれ違い」(2015.1.15)
- No.24 その⑧ 新しい大人世代は「夫婦二人消費」におカネをかける(2015.2.23)
- No.25 その⑨ 新しい大人世代の孫育ては「近居・孫友」の新スタイル(2015.3.2)
- No.26 その⑩ 新しい大人は「ネットショッピング」& 「3世代SNS」(2015.3.30)

「博報堂 新しい大人文化研究所」(新大人研)について

「新大人研」は、博報堂エルダービジネス推進室(2000年設立)を前身とし、2011年2月に「エルダーナレッジ開発 新しい大人文化研究所」を正式名称として設立されました。15年間のナレッジの蓄積を持っています。従来の中高年齢層の間で一般的であった意識やライフスタイルとは異なる、新しい40～60代が誕生しています。新大人研では、年を重ねるごとに前向きな意識を持つ、この新しい中高年齢層生活者を「新しい大人」と名づけ、少子高齢化社会にプラスのインパクトを与える重要な存在として調査・研究しています。さらに、2015年からはクリエイティブなどの実践機能も本格的に加え、よりよい未来のためのソーシャルイノベーションを起こす社会のエンジンを目指しています。2015年度は『新大人研レポート ～シニアから新大人へ、新型50・60代に。』を連続シリーズで発表してきました。

■新大人研著作は台湾版・韓国版など海外へも

