

米食離れ？ ご飯を控える一番の理由は「カロリー」

■ クイッキングモニター リサーチ結果

株式会社マインドシェア調べ

首都圏で15万部を配布しているフリー・レシピマガジン「365日毎日健康！簡単レシピ！クイッキング」の発行元である株式会社マインドシェア（本社：東京都港区、代表取締役社長：今井 祥雅 <http://www.mindshare.co.jp/>）は、「クイッキング」の読者で構成されている主婦モニターを対象に、「米食の変化」に関する調査を実施した。

■ 調査結果

1. 米食の頻度、量ともに「増えた」方と「減った」方がほぼ同数
2. 米食の頻度「減った」方々、量が「減った」方々とも、最大の理由は「カロリーが気になる」

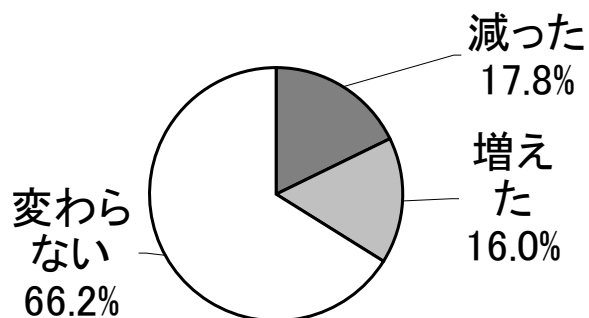
「ご飯が減らした」方はカロリーを気にしている

「米離れ」とも言われていますが、ご飯を食べる頻度、量とも6割以上の方は特に変わらないと回答し、「減った」とする回答とほぼ同程度「増えた」とする回答がありました。

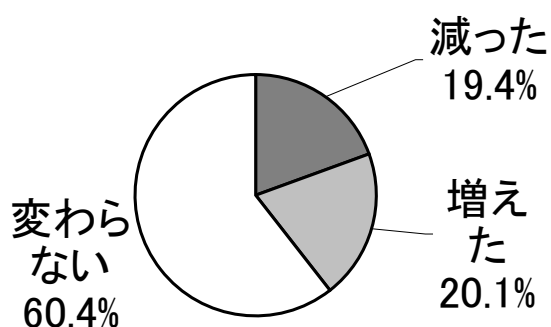
「減った」と回答された方々にその理由を聞くと、「頻度が減った」と回答された方々の41.1%、「量が減った」と回答された方々の48.9%が「お米のカロリーが気になる」と回答し、ともにトップ。

「減った」理由の第2位はともに「炊飯の手間」でしたが、「頻度が減った」と回答された方々で30.6%、「量が減った」と回答された方々では18.5%と、1位の「カロリーが気になる」とは大きく開いており、カロリーを気にする方々が「米食離れ」の傾向にあることが分かりました。

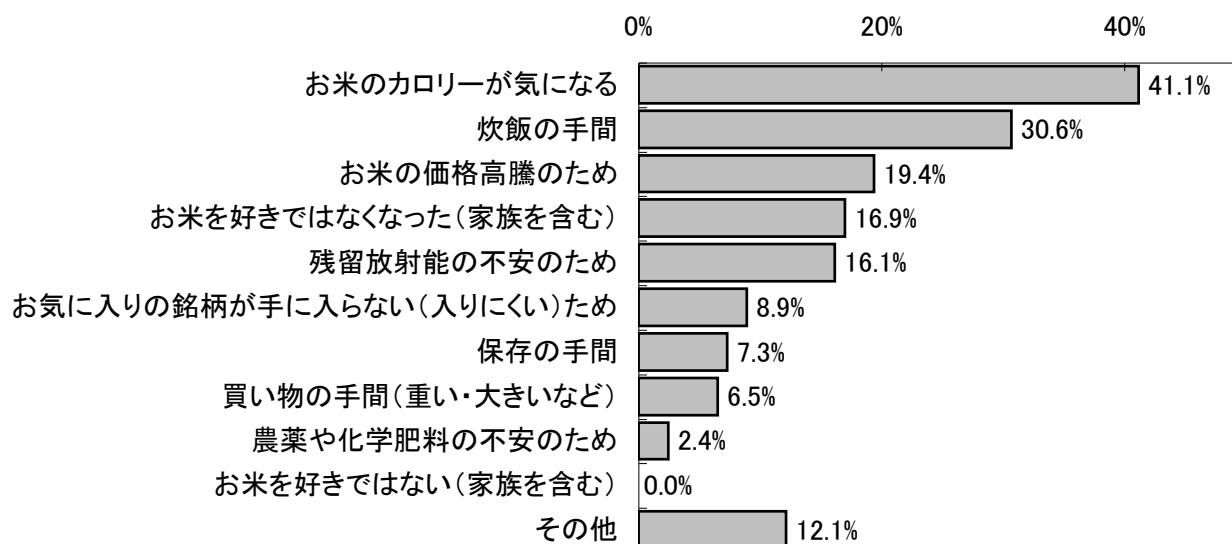
■ お米（ご飯）を食べる頻度は
変わりましたか？



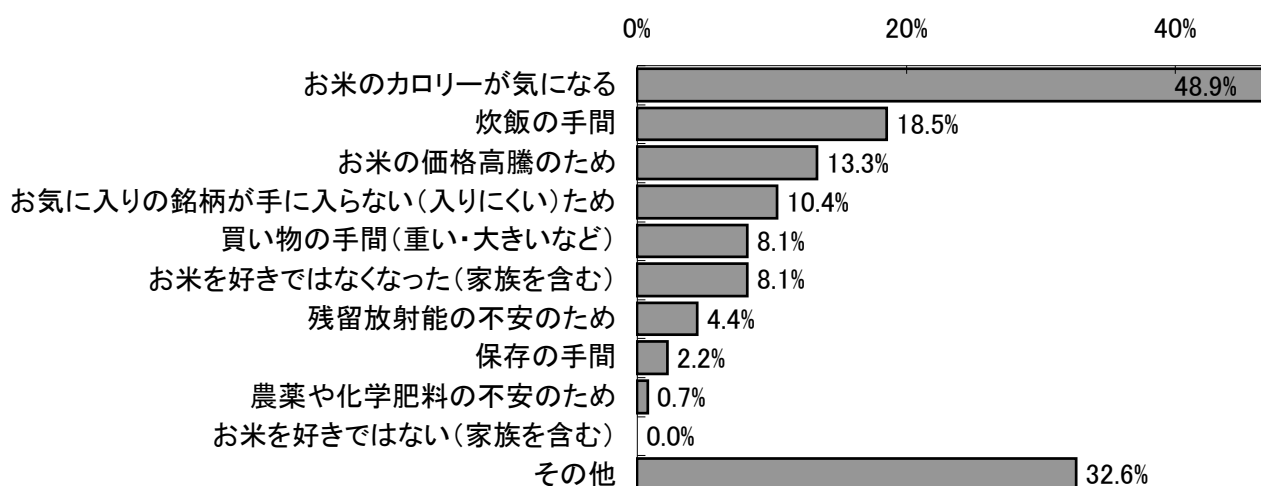
■ お米（ご飯）を食べる量は
変わりましたか？



■(お米(ご飯)を食べる頻度が「減った」方々に)その理由は何ですか？(複数回答)



■(お米(ご飯)を食べる量が「減った」方々に)その理由は何ですか？(複数回答)



■ 調査概要「米食の変化について」

1. 調査対象:「クイッキング」読者(主婦)モニター
2. 調査方法:非公開型インターネット／モバイルアンケート
3. 調査期間:平成24年10月29日(月)～平成24年10月31日(水)
4. 有効回答者数:20代～50代女性695名
5. お問い合わせ: 株式会社マインドシェア クイッキング編集部
URL: <http://www.mindshare.co.jp/> メール: quic@mindshare.co.jp
TEL: 03-5232-6880／FAX: 03-5232-0586

【「クイッキング」&「クイッキングモニター」とは】

- ・全国にネットワークを持つレシピ・フリーペーパー
(マインドシェアでは発行部数15万部の首都圏版を制作発行)
- ・確実に主婦の手に届き、主婦の目にとまる仕組みとコンテンツを兼ね備えている
365日使えるフリーペーパー
- ・クイッキングモニターは「クイッキングの読者＝主婦」で構成されており、
約7割が子供を持つ30代の主婦
- ・家庭を預かる主婦達の生の声を用いた調査が可能

本リリースに関するお問い合わせ

株式会社マインドシェア クイッキング編集部 鈴木

URL: <http://www.mindshare.co.jp/> メール: quic@mindshare.co.jp

TEL: 03-5232-6880／FAX: 03-5232-0586