

2017年3月22日

**玄米、雑穀米を食べる人は3～4割弱。お米を食べる量を抑えることがある人は57.7%**

## 「お米(ごはん)に関するアンケート」マーシュ自主調査

マーケティングリサーチ会社の株式会社マーシュ（東京都渋谷区渋谷、代表取締役：町田正一）は、全国の20～69歳の男女を対象に「お米（ごはん）に関するアンケート調査」を実施し、その結果を3月21日に公開しました。調査期間は2017年2月2日（木）～2017年2月3日（金）で、同社が運営する「D STYLE WEB」のアンケート会員を対象に実施しました。

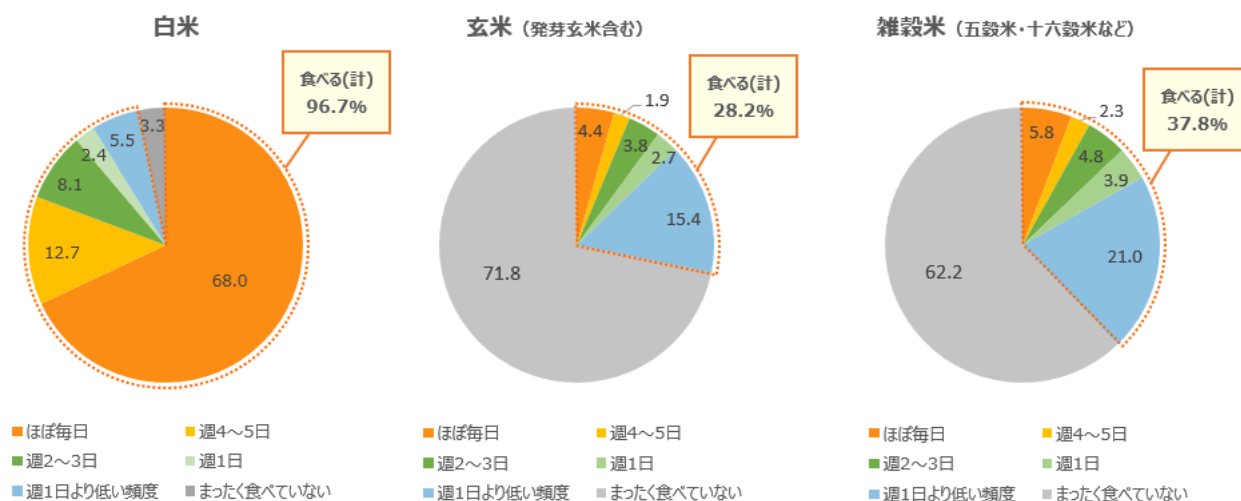
### 【トピックス】

- 現在「ダイエット中」または「少し意識している」人は54.7%
- 白米を「ほぼ毎日」食べる人は7割弱。玄米・雑穀米を食べる人は3～4割。
- 白米は9割が好き。玄米・雑穀米が好きな人は4割台。玄米は2割が嫌い・苦手。
- 玄米／雑穀米の好きなところは「栄養面」がトップ。玄米／雑穀米の嫌い・苦手なところは「味」と「食感」。
- 食事の際にお米を「食べたい分だけ食べる」は54.7%で、約4割がお米を食べる量をセーブしている。
- お米を食べる量を抑える理由は「健康のため」「ダイエット」「体型維持のため」がほぼ同数。
- 8割弱が、ダイエットに成功してもお米を食べる量はセーブし続ける意向。

### 【調査結果】 ※一部抜粋

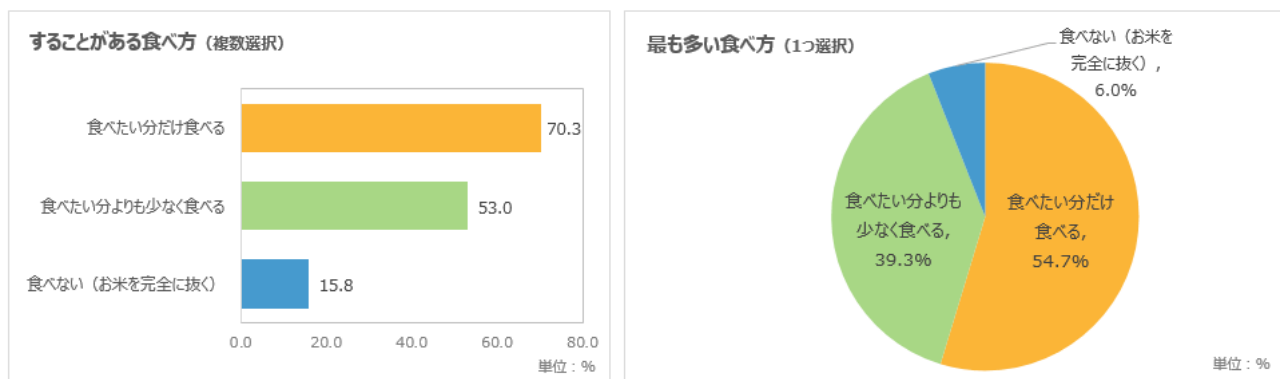
Q2. あなたは、白米・玄米・雑穀米を、それぞれどのぐらい食べていますか。（それぞれ1つずつ選択）

■ **白米を「ほぼ毎日」食べる人が7割弱。玄米・雑穀米を食べる人は3～4割。** n=1,000



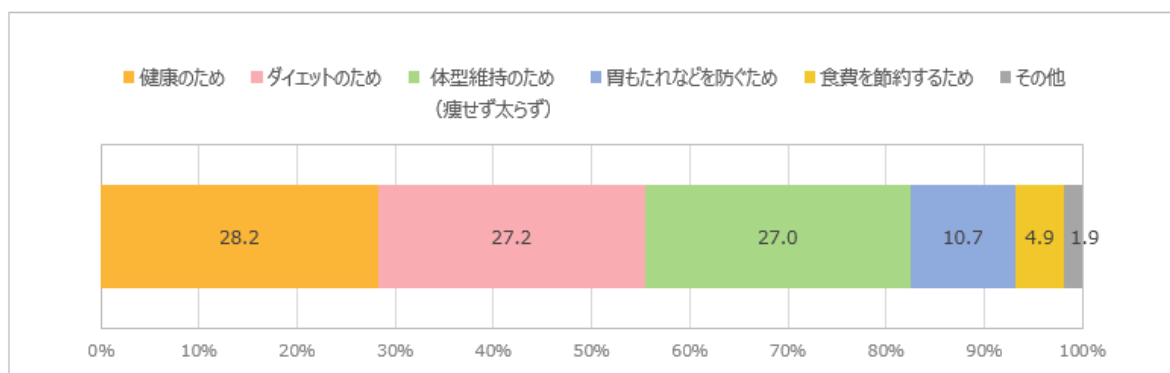
Q 6. あなたが本来食べたい量に対して、食事ごとに「実際に食べている量」としてあてはまるものをすべてお選びください。（複数選択可） その中で、最も多い食べ方を 1 つお選びください。（1 つ選択）

■ お米を食べる量を減らす、または抜くことがある人は 6 割弱。 n=1,000



Q 7. お米(ごはん)を少なく食べたり抜いたりするときの理由として最も大きいものを 1 つお選びください。（1 つ選択）

■ 食べる量を抑える理由は「健康のため」「ダイエット」「体型維持のため」がほぼ同数。 n=577



## 【ダウンロード】

すべての調査結果は下記より無料でダウンロードしていただけます。

[https://www.marsh-research.co.jp/mini\\_research/mr201703rice.html](https://www.marsh-research.co.jp/mini_research/mr201703rice.html)

（提供データ：簡易レポート、ローデータ、GT、クロス集計）

## 【調査項目】

- ・基本属性（性別、年代、居住地、未婚既婚、職業）
- ・現在ダイエットをしているか（SA）
- ・白米／玄米／雑穀米を食べる頻度（SA）
- ・白米／玄米／雑穀米の好き嫌い（SA）
- ・玄米／雑穀米が好きな理由（MA）
- ・玄米／雑穀米が嫌い（苦手）な理由（MA）
- ・食事ごとのお米（ごはん）の食べ方（MA）／最も多い食べ方（MA）
- ・お米（ごはん）を食べる量を減らす最も大きな理由（SA）
- ・ダイエットに成功した場合の食べる量（SA）

## 【調査概要】

調査名：お米（ごはん）に関するアンケート調査

対象者：全国、20 歳～69 歳、男女

サンプル数：1,000s

調査期間：2017 年 2 月 2 日（木）～2017 年 2 月 3 日（金）

調査方法：インターネット調査

調査機関：株式会社マーシュ

自社モニター「D STYLE WEB」(<http://www.dstyleweb.com/>) 登録会員を対象に実施

---

## 【会社概要】

会社名：株式会社マーシュ

代表取締役：町田 正一

所在地：【本社】 〒150-0002 東京都渋谷区渋谷 1-2-5 MFPR 渋谷ビル 3F

電話番号：03-5468-5101

FAX 番号：03-5468-5102

設立：2001 年 12 月 21 日

資本金：5,000 万円

加盟団体：社団法人日本マーケティングリサーチ協会、社団法人日本マーケティング協会

取得認証：プライバシーマーク（登録番号：12390094）

《本件に関するお問い合わせ先》

株式会社マーシュ 担当：板東／観野

[https://www.marsh-research.co.jp/inquiry\\_form.html](https://www.marsh-research.co.jp/inquiry_form.html)

TEL：03-5468-5101 FAX：03-5468-5102

---