



新社会人への新生活での不安と 食生活に関する調査

【調査概要】

*調査期間: 2016年3月28日~3月30日

* 対 象: 2016年4月から新社会人となる全国の男女 386人(22歳~25歳)

* 方 法: インターネットによるアンケート回答方式

2016年4月

カゴメ株式会社

＜4月より約70万人の新社会人が誕生！そのうち386名に調査＞

「新生活での不安と食生活に関する調査」

新社会人の80.3%が「野菜不足」を感じていることが判明！

さらに「野菜不足」になる可能性？新生活開始で「食生活の乱れ」を不安に思っている人が66.4%
その理由として多かったのは「食事の時間が不規則になりそう」(58.6%)に次いで、
「野菜摂取が減ること」が50%という結果に！

～“カラダの調子を整える”野菜摂取の重要性を広く発信～

厚生労働省が発表した【平成27年度「大学等卒業予定者の就職内定状況調査」】及び【平成27年度「高校・中学新卒者の求人・求職・内定状況」取りまとめ】によると、今年新たに68万3千9百人(※)もの新社会人が誕生したことが予測されます。

「自然を、おいしく、楽しく。」をブランド・ステートメントに掲げ、様々な形で野菜摂取啓発に関する取り組みを行っているカゴメ株式会社(社長:寺田直行)では、そんな新社会人386名に対して「新生活での不安と食生活」に関する意識調査を行いました。

※:平成27年11月時点の大学・短大・高専・専修学校・高校の就職(内定)者数を合算して算出

＜主な調査結果＞

■新社会人のうち80.3%の人が野菜不足と感じている

・野菜不足を感じている新社会人が8割以上もいることが判明しました。

■新生活を始めるにあたり「食生活が乱れてしまうこと」を不安に思っている新社会人は66.4%

・新社会人の約3人に2人が「食生活が乱れてしまうこと」を不安に思っていることが判明。「金銭面に不安を感じる」と回答した人(70.2%)とほぼ同じ結果になりました。

・4月から一人暮らしを始める人の78.2%が食生活に不安を感じていると回答しました。

■「食生活が乱れてしまうこと」を不安に思っている新社会人のうち50%が「野菜摂取が減ること」を心配している

・「食事の時間が不規則になりそう」という回答(58.6%)について、50%の人が「野菜の摂取が減りそう」と回答しました。

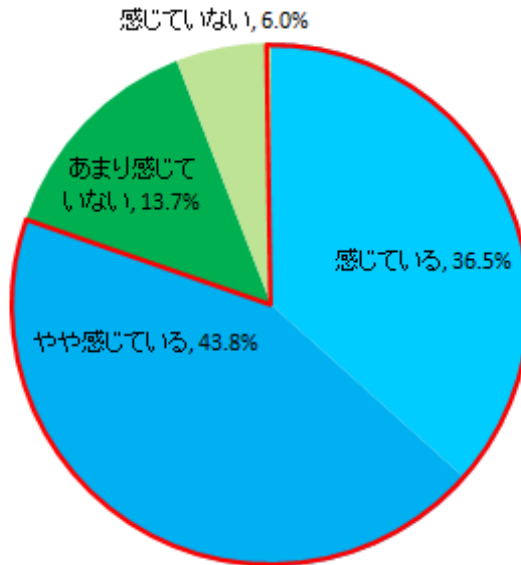
・4月から一人暮らしを始める人に限っては、「野菜不足になりそうだから」(64%)が最も多い不安の理由という結果になりました。

厚生労働省が【平成26年度国民健康・栄養調査】にて発表した成人1日の野菜摂取量の平均は292.3gと、目標の350gを大きく下回っており、日本人の野菜不足は年々深刻化しています。そのことを示すように、今回の調査結果ではほとんどの新社会人が野菜不足を感じており、新生活を迎えることでさらに野菜摂取が減ることを心配している方が多いことが判明しました。

カゴメでは本結果を受けて、生鮮野菜や野菜飲料をはじめとする当社の野菜関連商品を通じて、“カラダの調子を整える野菜”摂取の重要性を広く発信することで、新社会人の野菜不足解消に繋がっていきたくと考えております。

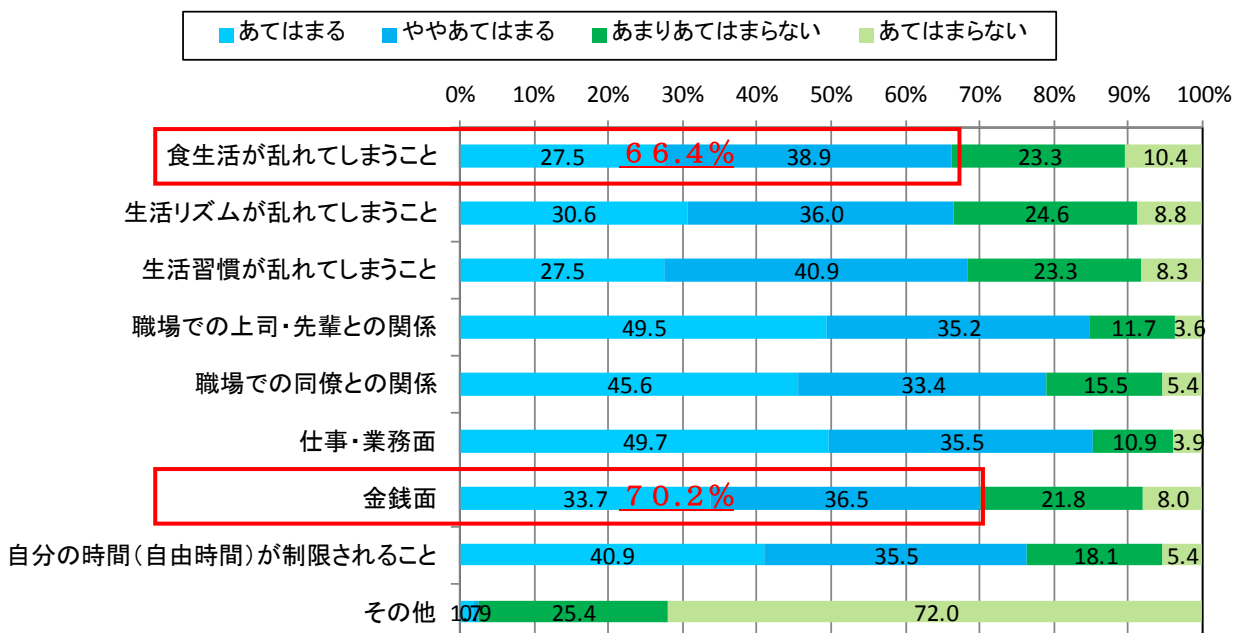
新社会人のうち80.3%もの人が野菜不足と感じていることが判明！

【Q1】あなたは現在、野菜不足を感じていますか。(SA) /N=386
 野菜不足を感じている新社会人は8割以上いることが判明しました。

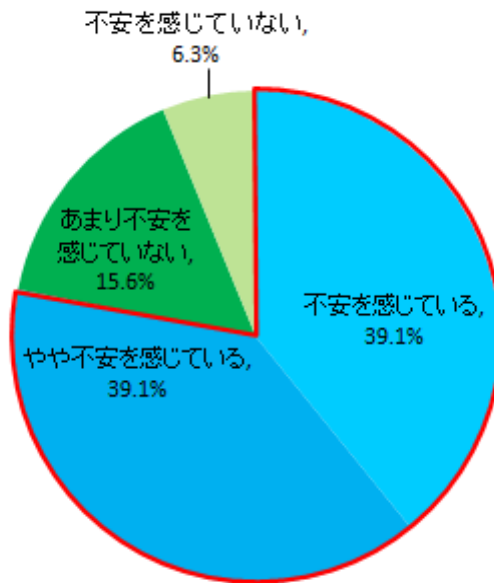


新生活を始めるにあたり「食生活が乱れてしまうこと」を不安に思っている新社会人は66.4%

【Q2】あなたが新生活を始めるにあたり4月以降、不安に思うことをお答えください。(MA) /N=386
 最も多かった回答は「仕事・業務面」で85.2%、次いで「職場での上司・先輩との関係」の84.7%という結果になりました。尚、約3人に2人(66.4%)が「食生活が乱れてしまうこと」を不安に思っており、これは「金銭面」での不安を感じている人の割合(70.2%)とほぼ同じという結果になりました。

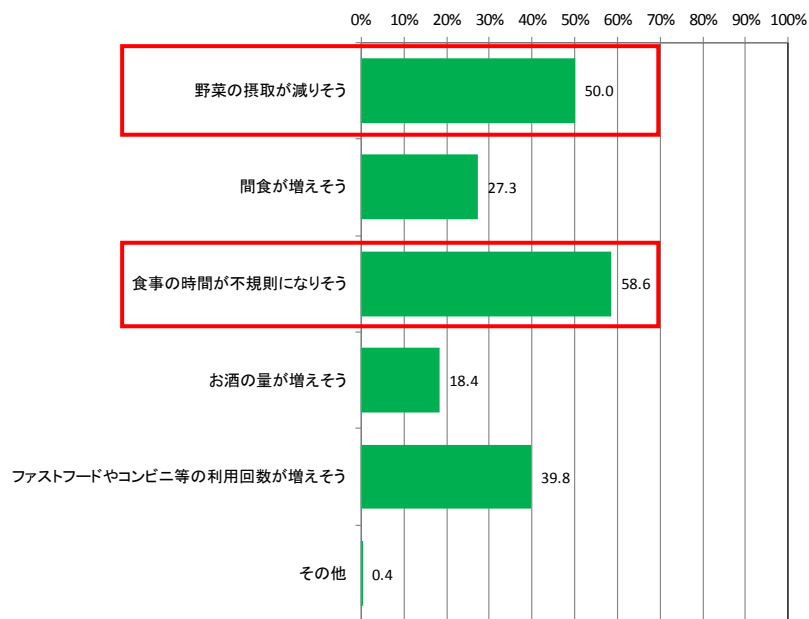


【Q3】あなたが1人暮らしを始めるにあたり食生活への不安を感じていますか。(SA)／N=64
 4月から一人暮らしを始める人にいたっては、78.2%が食生活に不安を感じていると回答しました

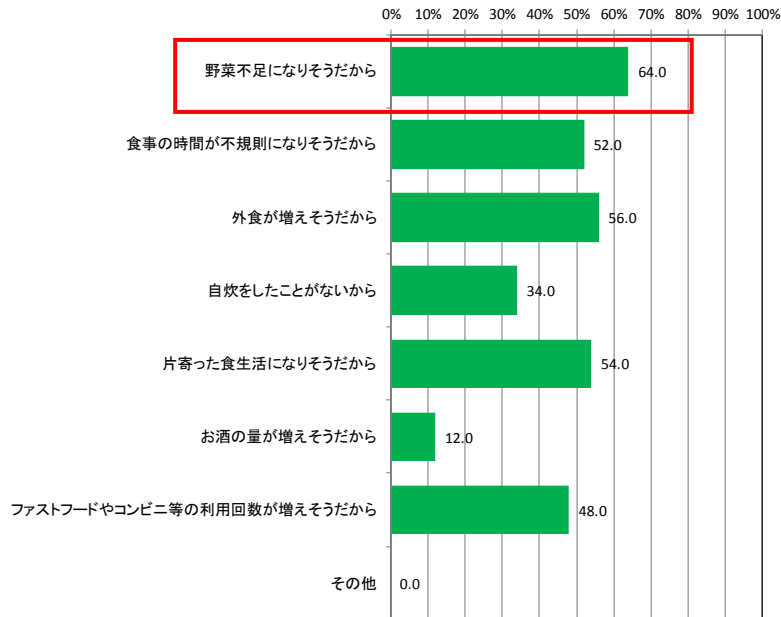


「食生活が乱れてしまうこと」を不安に思っている新社会人のうち50%が「野菜摂取が減ること」を心配している

【Q4】食生活が乱れてしまうことに不安を感じている方は、どのようなことに不安を感じますか。(MA)／N=256
 「食事の時間が不規則になりそう」という回答(58.6%)に次いで、「野菜の摂取が減りそう」という回答(50%)が多い結果となりました。



【Q5】4月から1人暮らしを始めるにあたり食生活への不安を感じる理由をお答えください。(MA)／N=50
 4月から一人暮らしを始める人にいっては、64%の人が「野菜の摂取が減りそう」と回答。最も多い結果となりました。



【カゴメ商品を使ったオリジナル料理レシピ】

カゴメでは、野菜不足を感じている方たちへ当社商品を活用したオリジナル料理レシピを提案してまいります。

① 野菜たっぷりミネストローネ

材料 4人分

- 玉ねぎ-----1/2個
- じゃがいも-----1個
- にんじん-----1/2本
- セロリ-----1/2本
- キャベツ-----1枚
- ベーコン-----2枚
- カゴメ基本のトマトソース(295g)----1缶
- 固形スープの素-----1個
- 塩・こしょう-----各少々
- オリーブ油-----大さじ1



作り方

- ① 玉ねぎ、じゃがいも、にんじん、セロリ、キャベツは1cm角に切る。ベーコンは1cm幅に切る。
- ② オリーブ油を熱し、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、セロリ、じゃがいも、キャベツの順に炒め、水3カップ、基本のトマトソース、固形スープの素を加える。
- ③ 沸騰したら弱火にし、アクをすくいながら、野菜が柔らかくなるまで15分ほど煮込み、塩・こしょうで味を調える。

② 鮭のトマトパッツァ

材料 2人分

カゴメ基本のトマトソース (295g) --1缶
カゴメ サラダプラム-----6個
生鮭-----2切れ
キャベツ-----1/8個
しめじ-----1パック
黒こしょう-----少々
イタリアンパセリ-----少々



作り方

- ①キャベツは食べやすい大きさに切り、しめじは小房に分ける。
- ②フライパンにトマトソースを入れる。
- ③材料を並べる。
- ④ふたをして蒸し煮にする。(※沸騰したら中火にして10分。)
- ⑤黒こしょう、刻んだイタリアンパセリをちらす。

ポイント

※お好みで、仕上げに塩(少々)を加えてください。

③ 春きゃべつとグレープフルーツのスムージー

材料 2人分

カゴメ野菜生活100オリジナル-----200ml
キャベツ-----1枚(50g)
グレープフルーツ-----1/2個(100g)

作り方

- ①キャベツは適当な大きさに切っておく。
グレープフルーツは、外側の皮をむいておく。
- ②野菜生活100と材料全部をミキサーに入れ、滑らかになるまで回す。

