

## <調査レポート>

# ～おやつタイムをつくって働き方改革！～ 間食をする人ほど、 働き方に関する意識が高い!?

20代～50代の働く人に聞いた、  
“仕事の間食”に関する調査レポート

間食する人ほど、「効率よく仕事をするを心がけている」「集中して仕事をこなせているほうだと思う」「定時に仕事を終わることを意識して働いている」「メリハリをつけて仕事をしている」という回答割合が高い。

キリンビバレッジ株式会社（社長：堀口英樹）は、「キリン生茶」のパッケージデザインを刷新し、3月6日(火)より全国でリニューアル発売しています。

今の暮らしにあった緑茶のあり方を提案する「キリン 生茶」が、この度、20代～50代の働く人約3,000人に対し、仕事の間食に関する調査を実施。調査の結果、間食をする人ほど、働き方に関する意識が高い傾向、かつ、間食をする人の小腹が減る平均時間が16時17分という結果が明らかになりました。「3時のおやつ」というように間食は15時という認識がありますが、実態とは差があるようです。生産性の向上など、働き方改革の議論が加速する中、柔軟に間食をするおやつタイムをつくりながら、メリハリのある時間の使い方を意識する人が増えているのかもしれませんが。

つきましては、調査レポートをご送付させていただきますので、本調査結果を是非ご活用頂けると幸いです。



## = 調査結果ダイジェスト =

### ■ 「小腹が減って毎回間食する人」ほど、働き方に関する意識が高い。

⇒「効率よく仕事をするを心がけている」「集中して仕事をこなせているほうだと思う」

「定時に仕事を終わることを意識して働いている」「メリハリをつけて仕事をしている」と回答した割合が高い。

### ■ 間食をする人の小腹が減る平均時間は「16時17分」。

### ■ 「午後、ほぼ毎日小腹が減る」有職者は4割弱。女性の割合が高い。

### ■ 「午後、小腹が減る」人で、間食をする人は6割強。女性の割合が高い。

# <<調査概要>>

【調査対象と回収サンプル数】 20歳～59歳 男女有職者 2,734サンプル

【調査地域】 全国

【調査方法】 インターネット調査（調査会社の登録モニター活用）

【調査期間】 2018年2月16日（金）-18日（日）

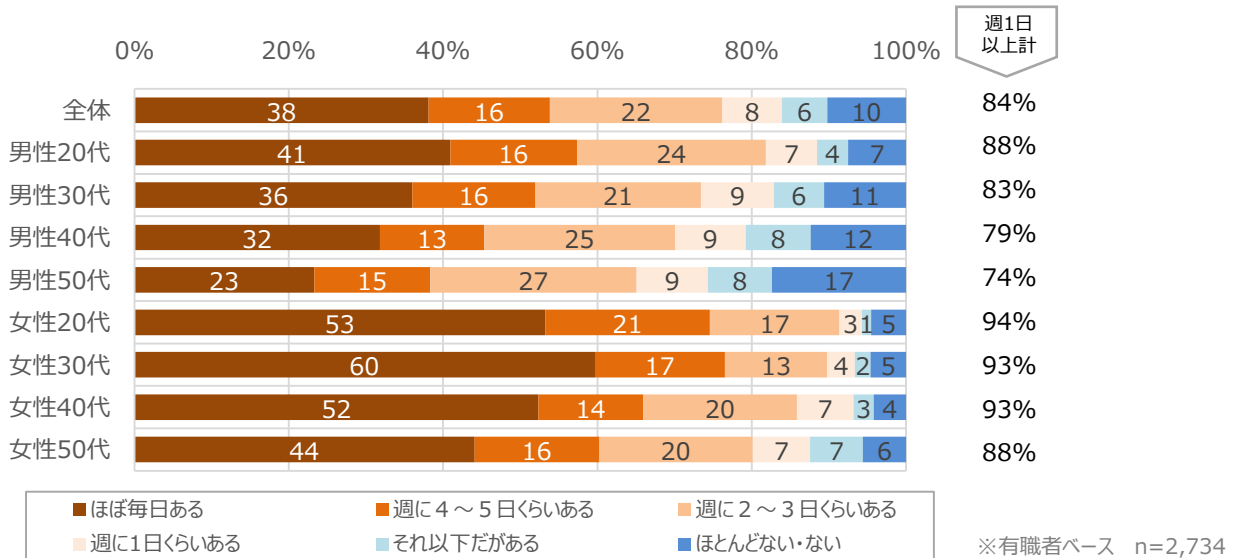
※本リリース内容の掲載にあたりましては、出典として「2018年 キリンビバレッジ調べ」という表記をお使い頂きますよう、お願い申し上げます。

## 働く人の「間食」実態

- 週1日以上「午後、小腹が減る」人が8割を超え、女性では9割を超える。
- 「ほぼ毎日小腹が減る」人は4割弱。女性の割合が高い。
- 「午後、小腹が減る」人で、間食をする人は6割強。女性の割合が高い。

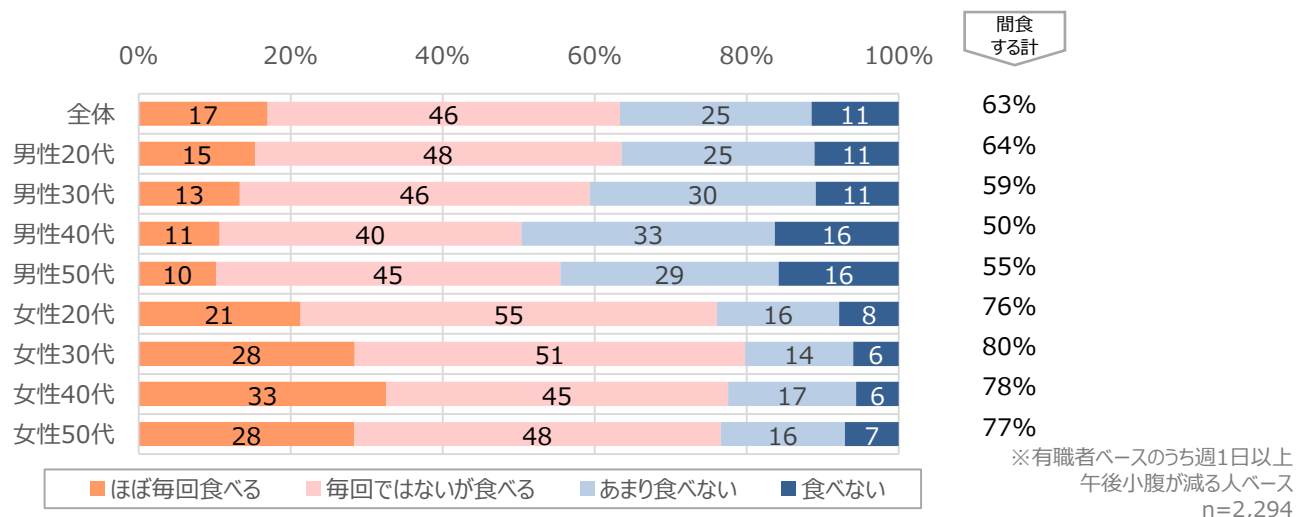
### 【午後、小腹が減る頻度】

Qあなたは、午後、仕事や家事等をしているときに、「ちょっとお腹が空く・小腹が減る」といったことはありますか？ <単一回答>



### 【午後、小腹が減った際の間食有無】

Qあなたは、午後、「ちょっとお腹が空く・小腹が減る」時に、お菓子やスイーツ、軽食等を食しますか？ <単一回答>

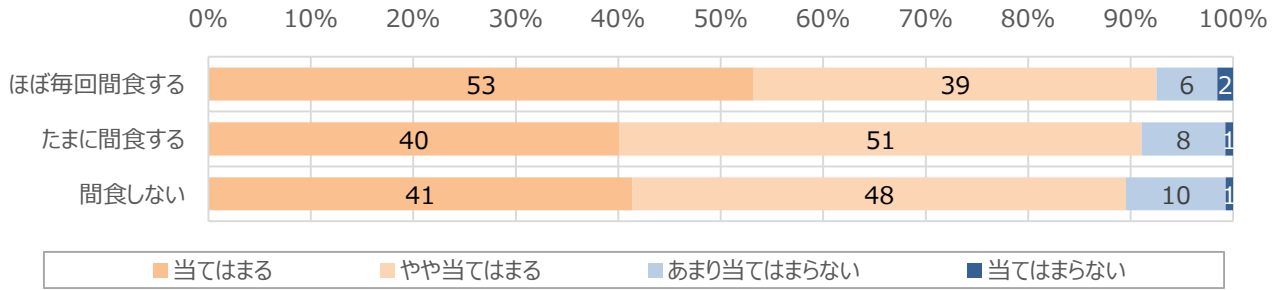


# 間食の有無によって、働き方への意識に違い。

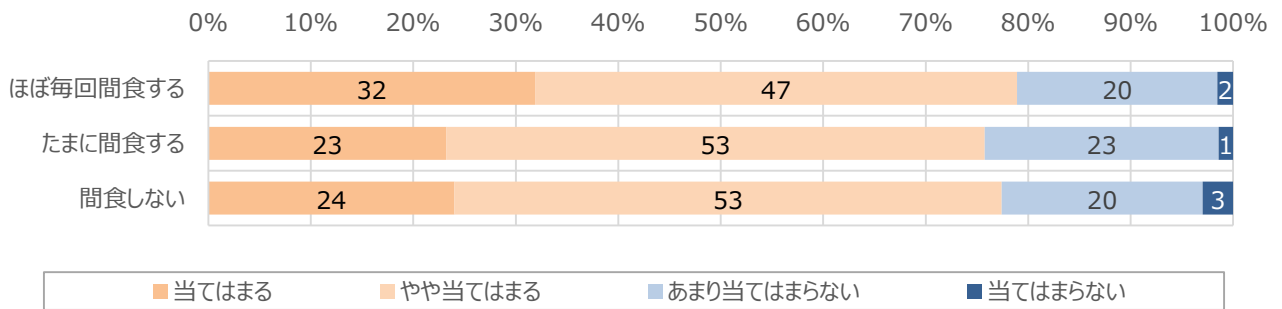
- ▶ 午後、小腹が減る有職者のうち、「毎回間食する人」ほど、「効率よく仕事をする事を心がけている」「集中して仕事をこなせているほうだと思う」「定時に仕事を終わることを意識して働いている」「メリハリをつけて仕事をするようにしている」といった、いわゆる“働き方改革”に該当する項目に当てはまる人が多い。

Q現在、お仕事をされている方にお聞きます。日々働くうえで、下記のことはあなたの意識にどのくらい当てはまりますか。  
 <単一回答>

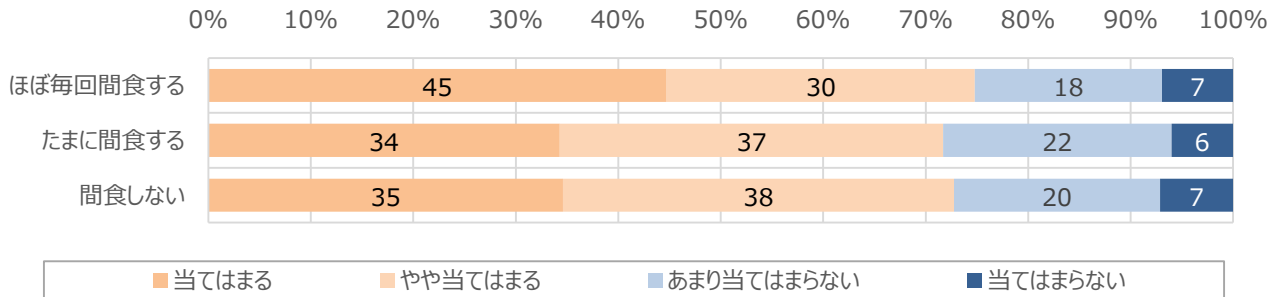
## 効率よく仕事をする事を心がけている



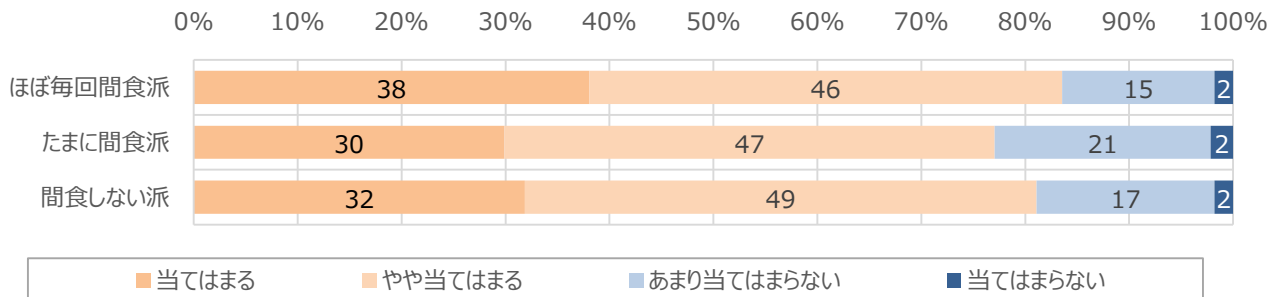
## 集中して仕事をこなせているほうだと思う



## 定時に仕事を終わることを意識して働いている



## メリハリをつけて仕事をするようにしている



# 今の暮らしにおける「間食する時間」の平均は、「16時17分」。

- 働く人が、午後小腹が減る時間の平均時間は、「16時19分」。
- 間食をする人の小腹が減る平均時間は「16時17分」。間食しない人は「16時24分」と、やや間食をする人のほうが早い。
- 「3時のおやつ」と呼ばれるように、一般的に認識されていた「おやつの時間」「間食の時間」よりも、1時間強遅めの時間となっている。

Qあなたが、午後、“ちょっとお腹が空く・小腹が減る”時は、だいたい何時くらいが多いですか？ <複数回答>

## 有職者全体

16時19分

	男性	女性
20代	16時12分	16時15分
30代	16時24分	16時14分
40代	16時25分	16時14分
50代	16時22分	16時12分

※有職者ベースのうち週1日以上午後小腹が減る人ベース  
n=2,294

## 有職者・間食する人

16時17分

	男性	女性
20代	16時11分	16時14分
30代	16時21分	16時15分
40代	16時23分	16時09分
50代	16時21分	16時11分

※有職者ベースのうち  
週1日以上午後小腹が減り間食する人ベース  
n=1,453

※間食する人 = 午後小腹が減った時に間食を  
「ほぼ毎回食べる」「毎回ではないが食べる」と回答した人

## 有職者・間食しない人

16時24分

	男性	女性
20代	16時13分	16時23分
30代	16時29分	16時10分
40代	16時27分	16時37分
50代	16時24分	16時18分

※有職者ベースのうち  
週1日以上午後小腹が減り間食しない人ベース  
n=841

※間食しない人 = 午後小腹が減った時に間食を  
「あまり食べない」「食べない」と回答した人

### 【平均時間の算出方法】：

「13:00～19:00の間で30分刻みの時間帯」と「19時以降」「わからない」と選択肢を提示。

「13:00～13:30」は「13:15」として、「19時以降」は「19時」として平均値を計算。「わからない」は除外。

# 現代の間食習慣に向けた、「キリン 生茶」の活動

## 「キリン 生茶」プチうまカレンダー

2018年の「キリン 生茶」は新しい緑茶カルチャーの確立を目指し、様々なコンテンツを通じて、生茶の新たな楽しみ方の提案や、これまでの現代的なイメージをさらに強化していきます。その一環として、この度、プチうまカレンダーをローンチしました。

生茶300mlとお気に入りの食でちょっと休憩。うまみのお茶、生茶と楽しむ“プチうまTIME”を毎日お届けしていきます。現代の間食習慣に寄り添った提案です。また、今後は、コラボレーションなども検討していきます。

コンテンツ：「キリン 生茶」プチうまカレンダー

展開URL：<http://namacha-special.kirin.co.jp/>

概要：「キリン 生茶」に合うメニューを毎日ご紹介。3月のメニューはスイーツ。

商品：300mlペットボトル

期間：2018年3月6日（水）～終了未定

※本コンテンツは、予告なく終了する可能性もあります。あらかじめご了承ください。



## 「キリン 生茶」商品概要

### ●味覚について

「キリン 生茶」ならではの“苦みを抑えたうまみ”が特長です。

微粉碎茶葉による緑茶らしいうまみと、飲んだ後のあまい香りの余韻が広がる味わいを楽しめます。

### ●パッケージについて

・評価の高い、ガラスびんのような形状をより引き立たせるため、濃い緑色と明るい緑色のコントラストを生かして、視認性を高めました。

・洗練されたデザインで現代性を強化するとともに、緑茶カテゴリーの中での差別化を目指します。

商品名：「キリン 生茶」

発売地域：全国

発売日：2018年3月6日（火）

容量・容器：  
①525ml・ペットボトル（手売り専用） ②430ml・ペットボトル  
③300ml・ペットボトル（手売り専用） ④280ml・ペットボトル  
⑤555ml・ペットボトル ⑥2L・ペットボトル  
⑦340g・缶 ⑧185g・缶 ⑨250ml・紙（LLスリム）

価格：  
①140円 ②127円 ③115円 ④115円 ⑤140円  
⑥330円 ⑦115円 ⑧80円 ⑨100円

