

【お正月に関する調査 2024】

50代以上の8割超がお正月に「おせち」を食べている

大半が「おせち」を購入しており、

今年（2024年）のおせちを準備するためにかかった費用は平均20,671円

女性誌販売部数 No.1^(※1) 雑誌「ハルメク」などのマーケティングやリサーチのコンサルティングを通じて、50代以上のインサイトを日々探求する、ハルメク 生きかた上手研究所は、50～86歳のハルトモ（ハルメクモニター 通称ハルトモ）の女性611名を対象に「お正月に関する調査」をWEBアンケートにて実施しました。

(※1) 日本ABC協会発行社レポート（2023年7月～12月）

【 調査結果のポイント 】

- 年間「行事食」の中で食べた割合が高いのは、お正月と大晦日で9割前後。今年（2024年）のお正月に「おせち」を食べた人は8割を超え、食べた人のうち86.4%が満足している。
- 今年のおせちを準備するためにかかった費用は平均20,671円。高年代ほどお金をかけている傾向がみられた。
- 今年おせちを食べた人のうち、「全て手づくり」した人は1割に満たなかった。おせち購入者の3割は「冷凍の詰め合わせおせち」を利用しており、70代以上での割合が高い。

【調査背景】

ハルメク 生きかた上手研究所は、50代以上女性のインサイトについて調査・分析を行っています。ハルメクは「おせち」の販売を始めて19年の実績があり、現在、「おせちキャンペーン」を実施中です。それに合わせて、ハルメク世代の方々にお正月の過ごし方やおせちについて聞いてみました。

【調査概要】

調査方法：WEBアンケート

調査対象・有効回答者数：50～86歳の全国のハルトモ（ハルメクのモニター組織）の女性・611名

調査実施日：2024年9月4日（水）～9月9日（月）

調査主体：株式会社ハルメク・エイジマーケティング ハルメク 生きかた上手研究所

※9月18日（水）にハルトモ女性5名（59～76歳）による「お正月やおせちに関する座談会」も実施。

※調査結果のパーセンテージは、小数点以下第2位を四捨五入したため、総数と内訳の合計が一致しないことがあります。

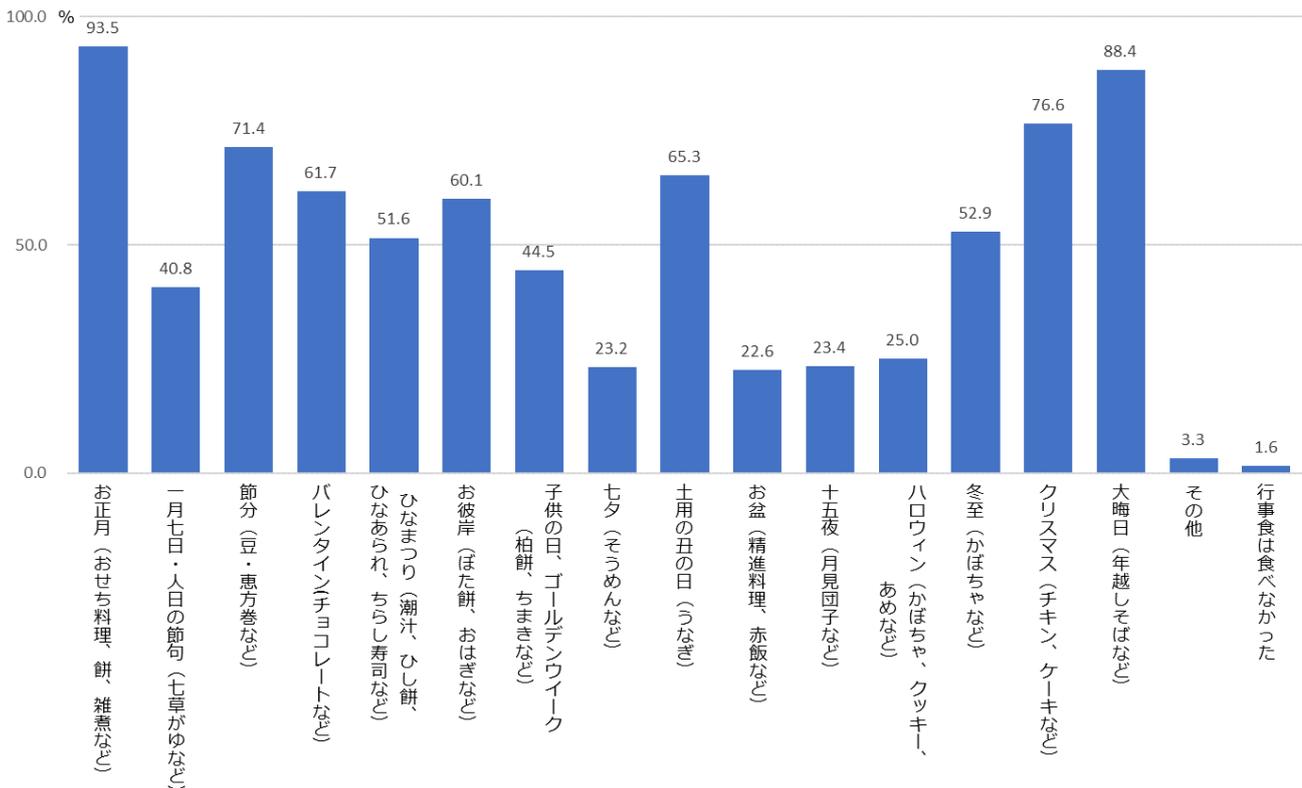
※本リリース内容を掲載いただく際は、出典「ハルメク 生きかた上手研究所調べ」と明記をお願いいたします。

※調査主体の「ハルメク 生きかた上手研究所」所長への取材、コメント提供も可能です。

年間「行事食」の中で食べた割合が高いのは、お正月と大晦日で9割前後。
 今年（2024年）のお正月に「おせち」を食べた人は8割を超え、
 食べた人のうち86.4%が満足している。

- ・ 昨年2023年9月～今年2024年8月の1年間に食べた行事食をみると、「お正月」が93.5%で最も多く、次いで「大晦日」88.4%、「クリスマス」76.6%、「節分」71.4%と続く。
- ・ 2021年に実施した行事食調査の結果と比べても、お正月・大晦日に関してはほぼ変化がなかった。（2021年調査 n=470「毎年食べている行事食」として質問。お正月93.6%、大晦日84.7%）

■この1年間（2023年9月～2024年8月）に食べた行事食（複数回答）
 （全体ベース：50～86歳の女性、n=611）

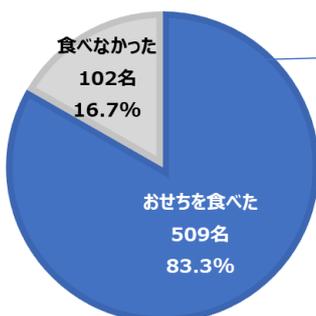


- ・ お正月の「おせち」に限定すると、「食べた」が83.3%(509名)で、そのうち86.4%が満足している。

■今年のお正月における「おせち」喫食の有無と満足度

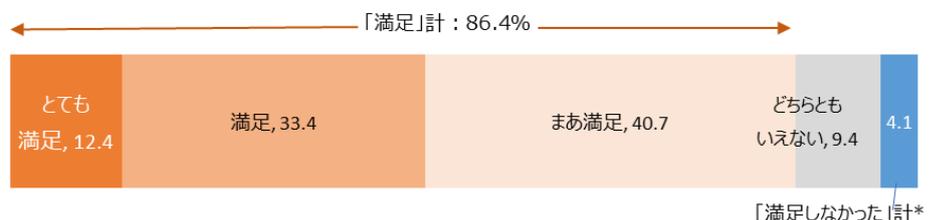
・「おせち」を食べたかどうか

（全体ベース：50～86歳の女性、n=611）



・今年食べた「おせち」の満足度

（おせちを食べた人ベース：n=509）



*「満足しなかった」計：あまり満足しなかった＋満足しなかった＋全く満足しなかった

- ・ 満足理由としては、「美味しかった」以外に、「品数の多さ」や「食べやすい大きさ」「大勢で食べるのが楽しい」などが挙がっている。

今年の「おせち」に満足した理由（FAより抜粋）

<品数の多さ、食べやすい大きさ>

- ・ 味付けと盛り付けが良く、子供にも評判が良かった（63歳）
- ・ 一人前ずつのおせちにしたので気兼ねなく食べることができた。おせちは代表的なメニューが彩りよく入って、味付けも上品な味で美味しかった（66歳）
- ・ 自分では調理できないようなものもあるし品数も多く見た目も豪華。時間も節約できた（69歳）
- ・ 嫌いなものがなく、食べやすく一口サイズになっている（73歳）
- ・ 種類が多く少しずつ入っていたので飽きずに楽しめた（74歳）

<大勢で食べて楽しかった>

- ・ いつも決まったものだが、年に一度子どもたちに煮物など手づくりで作ったものを食べてもらえる日なので、量もたくさん作りみんなで飲んで食べるのは楽しかった（68歳）
- ・ 50年以上続く手づくりおせちです。子供や孫たちにも大好評で、みんなの笑顔を見るのが楽しみです。ちなみに、姉、親戚にも届けて喜ばれています（75歳）

- ・ 座談会でも、おせちを囲んで家族との会話を楽しんだり、思い出にひたるなど家族との時間を享受している様子が見られた。

**今年の「おせち」を準備するためにかかった費用は平均 20,671 円*。
高年代ほどお金をかけている傾向がみられた。**

- ・ 「おせち」を手づくり、もしくは購入した人に、「おせち」の準備にかかった費用をきいたところ、平均額は 20,671*円であった。年代別にみると、50代が最も低く、60代、70代と年代が上がるにつれて高くなり、高年代ほどお金をかけている傾向がみられた。

■おせちを準備するための平均額（単位：円）

（おせちを手づくり、もしくは購入した人、かつ金額回答者ベース n=463）

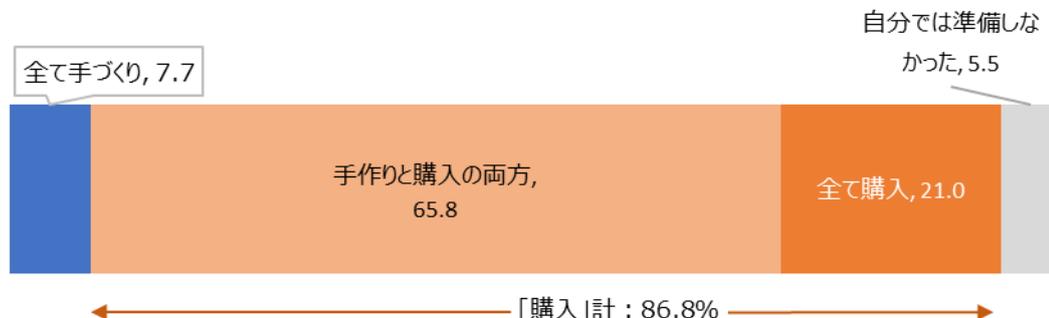


*平均額は、3,000円未満を3,000円、3,000円～5,000円未満を4,000円、5,000～10,000円未満を7,500円、10,000円～20,000円未満を15,000円、20,000円～30,000円未満を25,000円、30,000円～50,000円未満を40,000円、50,000円以上を50,000円として算出

今年おせちを食べた人のうち、「全て手づくり」した人は1割に満たなかった。購入者の3割が「冷凍の詰め合わせおせち」を利用しており、70代以上の割合が高い。

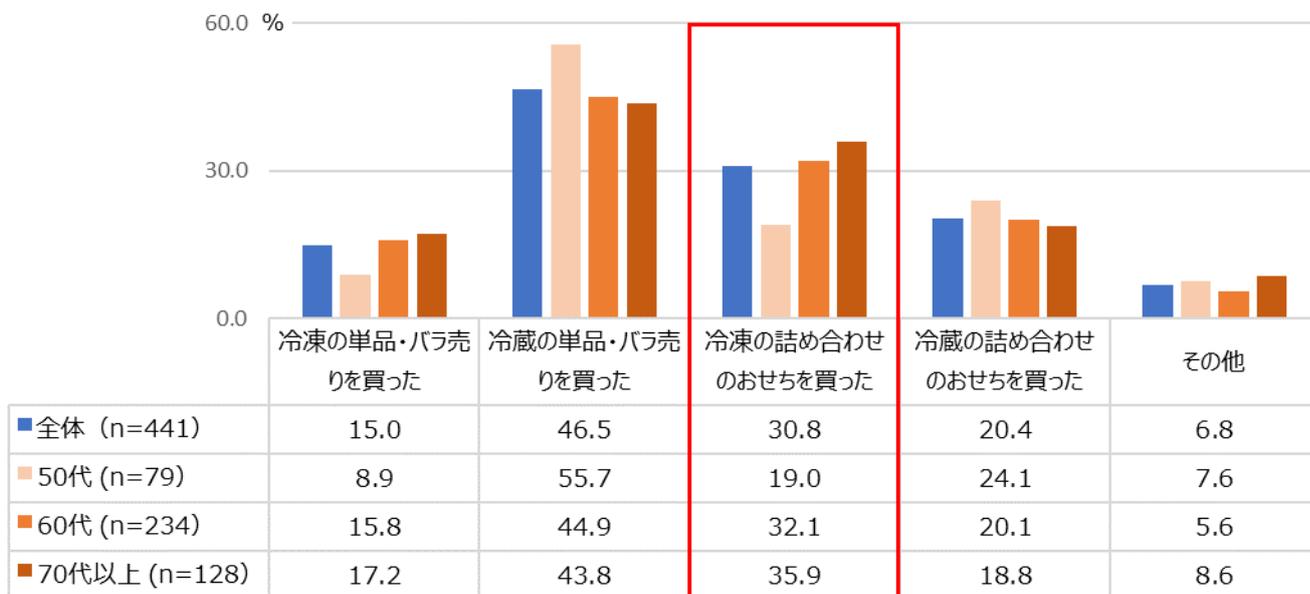
- 今年食べたおせちを「全て手づくり」した人は、わずか7.7%にとどまった。

■今年食べたおせちの準備方法 (今年おせちを食べた人ベース：n=509)



- 購入したおせちの内容をみると、3割が「冷凍の詰め合わせおせち」を購入している。
- 「冷凍の詰め合わせおせち」の購入割合は高年代ほど多い。

■今年のおせちの購入内容 (今年のおせちを購入した人ベース、複数回答)



- 座談会では、「冷凍おせち」に対して抵抗感がないどころか、利点が多く挙げられた。具体的には、「解凍タイミングを調整することで、自分のスケジュールに合わせて食べられる」「冷蔵に比べて味が濃すぎない」「素材の味が楽しめる」「日持ちさせるための保存料を使う必要がないので安心」などである。なお、「冷凍庫の場所をとる」「解凍がうまくできない」というデメリットも挙げられた。

「お正月やおせち」に関する座談会 レポート

実施日：2024年9月18日（水）10：00～12：00

参加者：ハルトモ女性5名（59～76歳）（アンケートにて参加希望者を募り、抽選）

場 所：千代田区神保町 株式会社ハルメク社内会議室



「お正月やおせち」に関する座談会の様子

【座談会の要約】

- おせちは、日本の伝統文化なので大事にしていきたい、という。60,70代の今回の参加者は、元旦と2日に、子供や孫世代を迎えたり、実家で親と一緒におせちを食べていた。おせちはお正月に欠かせないものとして、大事に次の世代に継承している様子がうかがえた。
- おせちの準備については、すべて手づくりは時間的にも体力的にも難しいので、手づくりの煮物やきんぴらと市販のおせちを組み合わせる量も充実させたい意向がみられた。「黒豆や数の子などが、なぜおせちに入っているのか」を家族と話しながら食べるので、「意味ある品目はなくしたくない」という願いも聞かれた。
- 「詰め合わせおせち」を選ぶ際に重視する点は、自分では作れないもの、見た目も楽しめるものが挙げられた。また、「間違いたくない」という意識から同じ企業や商品からおせちを継続購入するケースが目立ったが、何となく飽きも出てくるので、「New!」「新登場」などのフレーズも必要とされた。
- 「冷凍の詰め合わせおせち」には抵抗がない。むしろ、「解凍を自分のスケジュールに合わせて調整しやすい」「素材の味を楽しめる」「保存料を入れなくて済む」などメリットが多いとされた。
- 「詰め合わせおせち」の購入単位は、2人前、5～6人前が目立った。「1人前×人数分にするとうれしさを味わえる」という話題も挙げられた。
- おせちのカタログ到着時期に関しては、「8月頃でも早すぎず、すでに予約済」という者と、「まだまだ先と忘れてしまう」という意見に分かれた。

【専門家の見解】

ハルメク 生きかた上手研究所 所長 梅津 順江（うめづ ゆきえ）

2016年3月から現職。主に年間約900人のシニアを対象にインタビューや取材、ワークショップを実施。



冷凍おせちを活用することで体の負担が減り、家族とゆっくり過ごせる

50代以上の女性は、お正月におせちを食べることは変わらぬ習慣として定着しています。24年も8割以上がお正月におせちを食べています。変わったことといえば、おせちという行事食にお金をかけるが、時間は省力化していること。「全て手づくり」した人は1割未満でした。特に、70代以上が平均22,844円をかけておせちを準備し、「冷凍の詰め合わせおせち」を上手く利用するようになってきている点はいへん興味深いです。まさに「シニアは体（タイ）パ」ということではないでしょうか。冷凍おせちを活用することで、時間だけではなく、体の負担を減らすことができます。そして、ラクなのに品数の多いおせちを食卓に並べたいという欲求も満たせます。昔から伝わる風習やしきたりを大事にしながらも、縛られすぎることなく、全て手作りせずに冷凍おせちを賢く活用している実態は、おせちを展開している企業としても嬉しいことです。

インタビューでは、「買ったおせちでも、おせち料理を食べると厳かな気持ちになれる」（59歳）、「帰省した子供となるべくおしゃべりしたいから、おせちは買うようにしている。お正月はのんびりしたい」（69歳）、「毎年恒例で子供も孫も来るからくたびれる。お煮しめだけは作るが、毎年冷凍の詰め合わせおせちを注文」（76歳）など、詰め合わせおせちを買うことに好意的な発言が複数ありました。

冷凍おせちを選んでいる理由は、時間が効率的に使えて、体にやさしいだけではありませんでした。「自分のスケジュールに合わせて解凍のタイミングを調整できる」「保存料が入ってなくて安心」「持たせなくていいからか、冷蔵品より味が濃すぎない」などの利点も。一昔前に頻出した「冷凍おせちは水っぽくておいしくなさそう」という抵抗感やマイナスイメージは殆ど聞こえてきませんでした。

25年のお正月も大多数の家族が集まって、当該世代に浸透している「冷凍おせち」を囲みながら、楽しく談笑する光景が浮かんでいます。まだ少し早いですが、よいお正月が迎えられますように。

■女性誌販売部数 No.1！ 50代からの生きかた・暮らしかた応援雑誌「ハルメク」

50代からの女性が前向きに明るく生きるための価値ある情報をお届けしています。健康、料理、おしゃれ、お金、著名人のインタビューなど、幅広い情報が満載です。また、雑誌「ハルメク」の定期購読者には、本誌とともに提供するカタログと、オンラインでの通信販売を行っています。販売している商材は、ファッション・インナー・コスメ・美容・健康など多岐にわたり、独自のシンクタンクである「ハルメク 生きかた上手研究所」を通じて利用者の声を徹底的に調査、反映した商品開発で、多くの女性から支持を得ています。

■ハルメク 生きかた上手研究所のシニアリサーチデータは、[「ハルメク シニアマーケティング LAB」](#)で掲載しています。

「ハルメク シニアマーケティング LAB」は、ハルメク世代（シニア）を顧客とする企業にとって有益な情報をお届けしている情報サイトです。ハルメクグループが提供する定期購読誌や通販等を通じて得たマーケティングデータや記事、シンクタンク「ハルメク 生きかた上手研究所」の調査レポートなど豊富な情報が満載です。