



2019年11月25日

一正蒲鉾株式会社

<働くお母さんの朝の準備に関する調査レポート発表>

朝のお母さんには時間がない！最も時間がかかるのは「朝食の準備」！

それでも「子供には栄養バランスのいいものを食べさせたい」お母さんが9割！

～時短希望のお母さん必見！“朝ごはんに調理済おでん”のすすめ～

一正蒲鉾株式会社(本社所在地:新潟県新潟市東区、代表取締役社長:野崎正博)は、全国の働くお母さん200名に対して「朝の準備」に関する調査を実施しました。

記

【調査概要】

調査名 : 働くお母さんの朝の準備に関する調査
対象 : 全国、20～50代、4歳から小学生以下の子供のいる働くお母さん
サンプル数 : 200名
調査手法 : インターネット調査
期間 : 2019年10月12日(土)～2019年10月14日(月)

【調査結果サマリー】

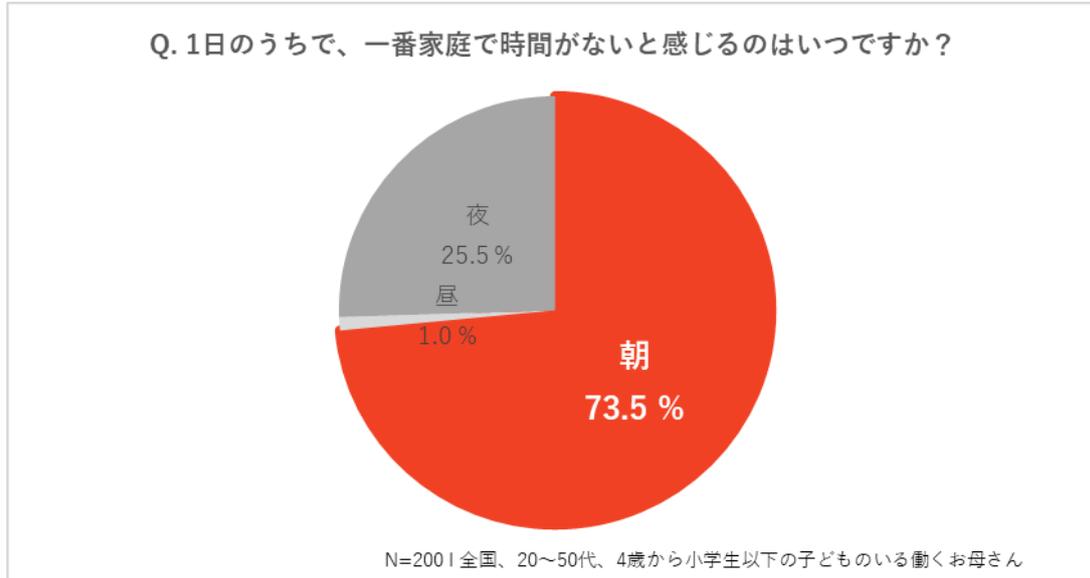
- ◆ 7割以上の働くお母さんが「一日のうち1番時間がないのは“朝”」と回答！
- ◆ 忙しい朝、最も時間がかかってしまうこと第1位は「朝ごはんの準備」という結果に！
- ◆ 働くお母さんの朝時間は平均「2時間」！そのうち、朝ごはんの準備にかけられる時間は「18.4分」！
- ◆ 9割以上のお母さんが「時間がない」！
それでも、「家族には野菜や栄養バランスのとれた朝ごはんを食べさせたい」と回答！
- ◆ 「朝ごはんにおでんを食べる」という人が意外にも存在！？実は「朝おでん」がおすすめの理由とは！？



【調査結果詳細】

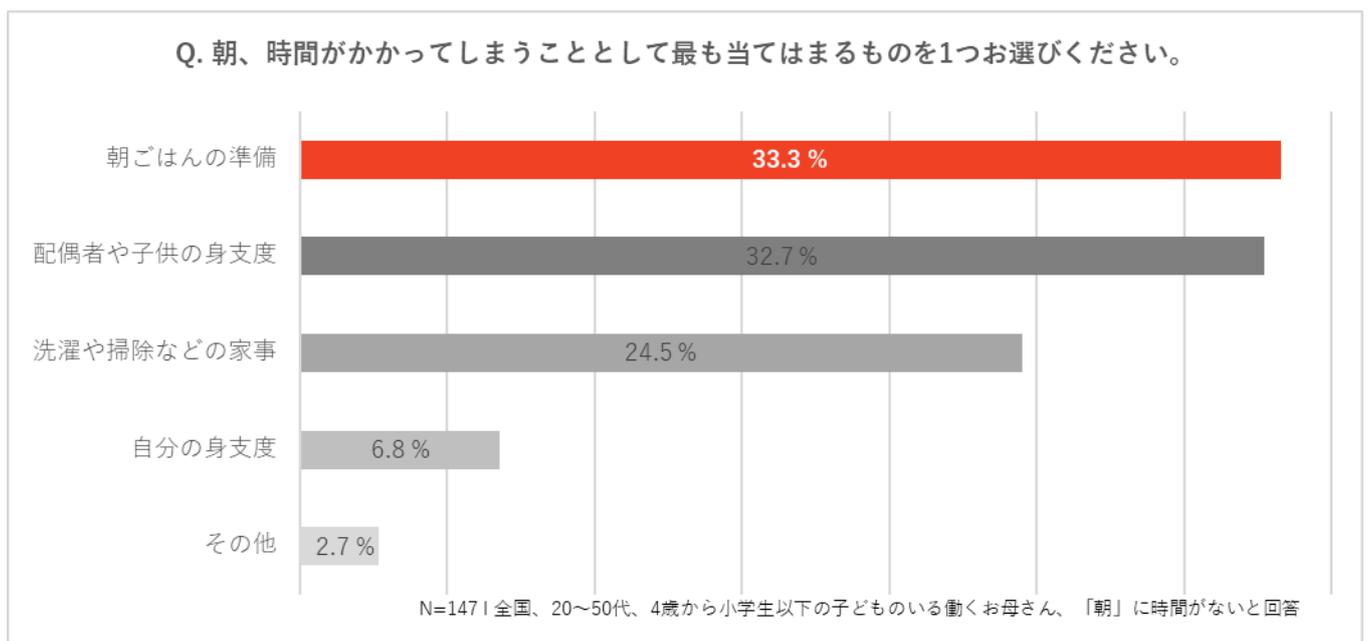
◆7割以上の働くお母さんが「1日のうち1番時間がないのは“朝”」と回答！

「朝」「昼」「夜」のうち、1番家庭で時間がないと感じるのはいつかという質問に対し、73.5%のお母さんが「朝」と回答しました。



◆忙しい朝、最も時間がかかってしまうこと第1位は「朝ごはんの準備」という結果に！

「朝」に時間がないというお母さんに、何に最も時間がかかっているか聞いたところ、「朝ごはんの準備」(33.3%)が1位となり、次いで「配偶者や子供の身支度」(32.7%)「洗濯や掃除などの家事」(24.5%)と続きました。家族の身の回りの準備というお母さんとしての役割と、自分の身支度のどちらもしなければいけない大変さが伺えます。

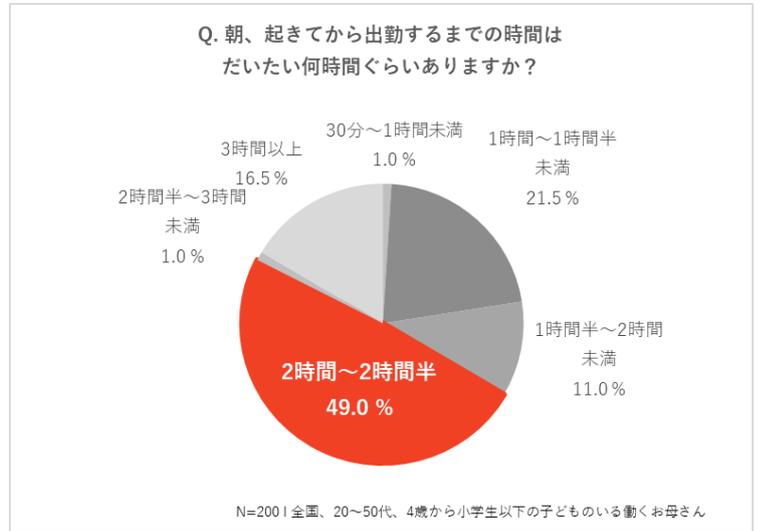




◆働くお母さんの朝時間は平均「2時間」！そのうち、朝ごはんの準備にかけられる時間は「18.4分」！

朝起きてから出勤するまでの時間は何時間ぐらいあるかという質問に対しては、約半数の49.0%の人が「2時間以上2時間30分未満」と回答し、全体の平均は2時間という結果となりました。

また、「理想の朝ごはんの準備時間はどれぐらいか？」という質問に対しては平均18.4分という結果となりました。前日の作り置きや、マルチタスクなど、忙しいお母さんの工夫が垣間見ることのできる数字になり、忙しいお母さんを支える便利なレシピや食品が必要なが分かります。

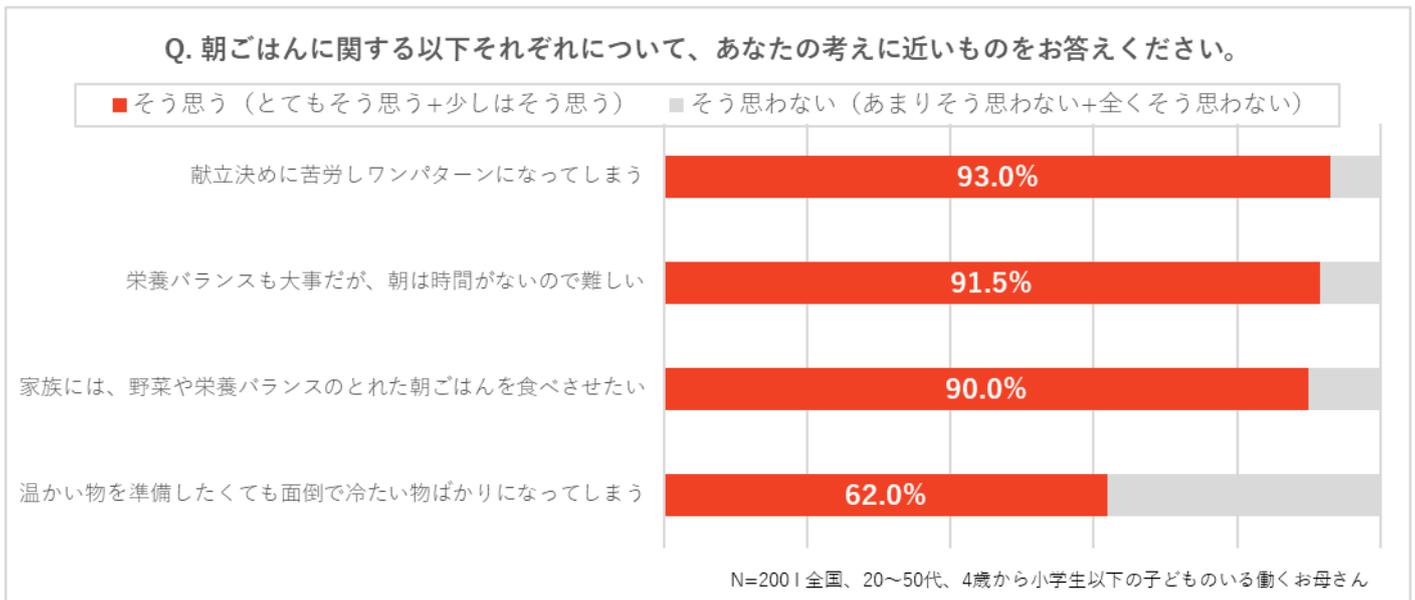


◆9割以上のお母さんが「時間がない」！

それでも、「家族には、野菜や栄養バランスのとれた朝ごはんを食べさせたい」と回答！

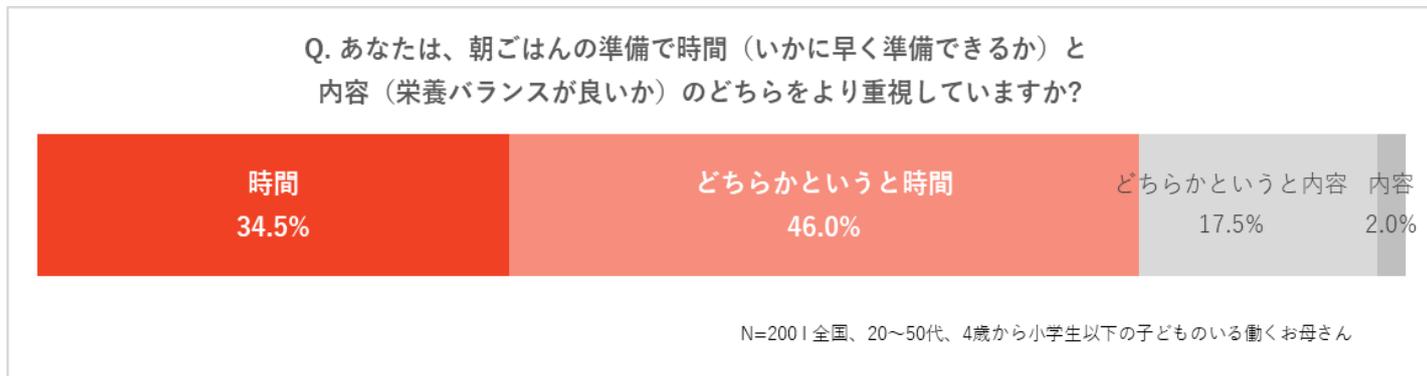
朝ごはんに関して、ほとんどのお母さんが「献立決めに苦労しワンパターンになってしまう」や「栄養バランスも大事だが、朝は時間がないので難しい」に「そう思う」と回答し、献立決めの苦労や時間がないことへの悩みを感じていました。また、「温かい物を準備したくても面倒で冷たい物ばかりになってしまう」と回答したお母さんも6割以上いました。

一方、それでも「家族には、野菜や栄養バランスのとれた朝ごはんを食べさせたい」と回答した人も同様に多く、理想の朝ごはんはあるが、現実的には難しく、働くお母さんは朝ごはんの準備に関して様々な悩みを抱えているということが分かりました。



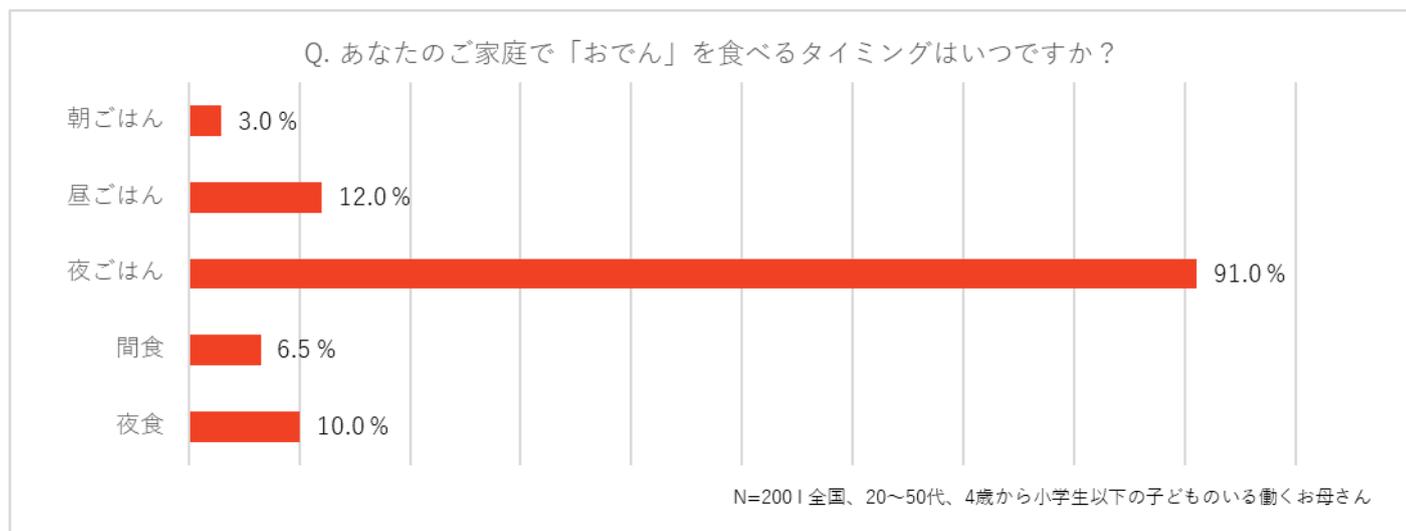


また、時間と内容のどちらをより重視するかの質問に対しては、「時間重視派」が 80.5%（※「時間」34.5%と「どちらかという時間」46.0%の合算）で大多数という結果となりました。



◆「朝ごはんにおでんを食べる」という人が意外にも存在！？「朝おでん」がおすすめの理由とは！？

これからの季節にぴったりの「おでん」を食べるタイミングについて聞いたところ、大多数が「夜」と回答しました。しかし、意外にも「朝」と回答した人も存在しました。一正蒲鉾ではお母さんの様々な悩みを解決する“朝ごはん調理済おでん”をおすすめします。



管理栄養士の小沼明美先生曰く、魚介類の魚肉たんぱく製品や卵で構成されたおでんは、たんぱく質、ドコサヘキサエン酸(DHA)やエイコサペンタエン酸(EPA)といったオメガ3脂肪酸など、心身共に成長するお子さまにぜひ摂っていただきたい栄養素が入っているメニューとのことです。

特に、5分で温めるだけでできる調理済おでんは、忙しいお母さんやお父さんでも安心して作ることができ、上記の栄養素を手軽に摂ることができ、手軽にアレンジすることもできます。ポトフやスープ風にしても良いし、ごはんや麺類に合わせてもおいしく簡単に食べられます。時間がない働くお母さんの「子供に栄養のあるものを食べさせたい」というニーズを手軽に満たすことができます。

小沼先生自身、子供を持つ働く母親として、朝食の献立は悩むことが多いとのこと。そんな中、寒くなってきたこの季節、朝おでんはとても喜ばれるとのこと。小沼先生曰く「子供たちは、起床してすぐにはなかなか食欲がわかないことが多いですが、うちの家族は温かい具たくさんスープ系のは食べてくれるので朝おでんは好評です。朝に体を温めてくれることで免疫力がつくので寒い外に出勤、登校していく家族には朝おでんは好都合。腹持ちもよいので



朝おでん生活は大変おすすめですよ」とのこと。朝に食べるおでんの新しい魅力を伺うことができました。

【会社概要】

組織名：一正蒲鉾株式会社

所在地：新潟市東区津島屋七丁目 77 番地

代表取締役社長：野崎正博

創業：1965 年 1 月

URL：<https://www.ichimasa.co.jp/>

事業内容：水産練製品の製造販売およびまいたけの生産販売

【調理済おでん新商品のご案内】



一正蒲鉾は、調理済タイプのおでんのパック商品「濃い旨(こいうま)おでん」と「80kcalおでん」を新発売いたしました。

「濃い旨おでん」は、しょうがとニンニクを効かせ、ご飯に合うように仕上げたコクのある濃い味スープを具材にしっかりしみこませており、「おでんはご飯のおかずにならない」と考えていた消費者に新しい提案ができると考えています。

「80kcalおでん」は大根、うずら卵2個、ちくわ、白滝、玉こんにゃく(黒・赤)、昆布と具を多くしつつも低カロリーに抑えています。健康志向の若い女性の声を受け、商品を開発しました。忙しい女性の遅くなってしまった夕食でもカロリーを低くしつつも満足感を得られるようになっています。

いちまさの美味しい時短おでんサイト

https://www.ichimasa.co.jp/products/retort_oden/