

### 「ランチと仕事の満足度に関する意識調査」

4割以上が、金銭面を理由に工作中的ランチで食べたいものを食べられていない  
会社が補助すべきと思う費用は「交通費」「住宅費」に次いで「食事代」が第3位  
半数以上が、満足度の高いランチだと「仕事のモチベーションがあがる」と回答

全国61,700店以上の飲食店やコンビニで毎日利用できる福利厚生の食事補助サービス「Ticket Restaurant® (チケットレストラン)」を提供する株式会社エデンレッドジャパン（本社：東京都千代田区 代表取締役：マリック・ルマーヌ）は、全国の20～40代ビジネスパーソン男女600名を対象に「ランチと仕事の満足度に関する意識調査」を実施しました。

#### 【 調査サマリー 】

- 工作中的ランチに対する不満。1位「ランチを食べる場所（38.1%）」、2位「ランチ代（37.0%）」
- デスクランチになる頻度は、5割以上が「頻繁にある」「時々ある」と回答
- 工作中的ランチタイムに食べたいものを食べられていない人は約5割  
その理由として4割以上が「お金がかかるから」と回答
- 満足度のいくランチが毎日食べられれば、  
仕事のモチベーションが「今よりもあがると思う」と半数以上が回答
- 「本来、会社が補助すべき」と思う費用は、1位「交通費」2位「住宅費」  
日常的に発生するコストである「食事代」が3位に
- 企業による金銭面での従業員の生活保障  
3人に1人が「会社がどのような状況下でも保証すべき」と回答

#### 【調査背景】

4月に入り新年度が始まりました。新入社員・後輩を迎え入れた人、新たなスタートを切った人もいるかと思えます。同僚と一緒にランチタイムを過ごしてコミュニケーションを図る人も多いのではないのでしょうか。そこでビジネスパーソンのランチの実態や、ランチが仕事に与える影響を明らかにするため、全国の20～40代ビジネスパーソン男女600名を対象に「ランチと仕事の満足度に関する意識調査」を実施しました。  
※調査主体の「株式会社エデンレッドジャパン」への取材、コメント提供も可能です。

#### 【調査概要】

調査の方法：WEBアンケート方式

調査の対象：全国の20～40代正社員・男女（N=600） ※年代・性別・婚姻状況均等割付

調査実施日：2020年12月21日～12月23日

調査主体：株式会社エデンレッドジャパン

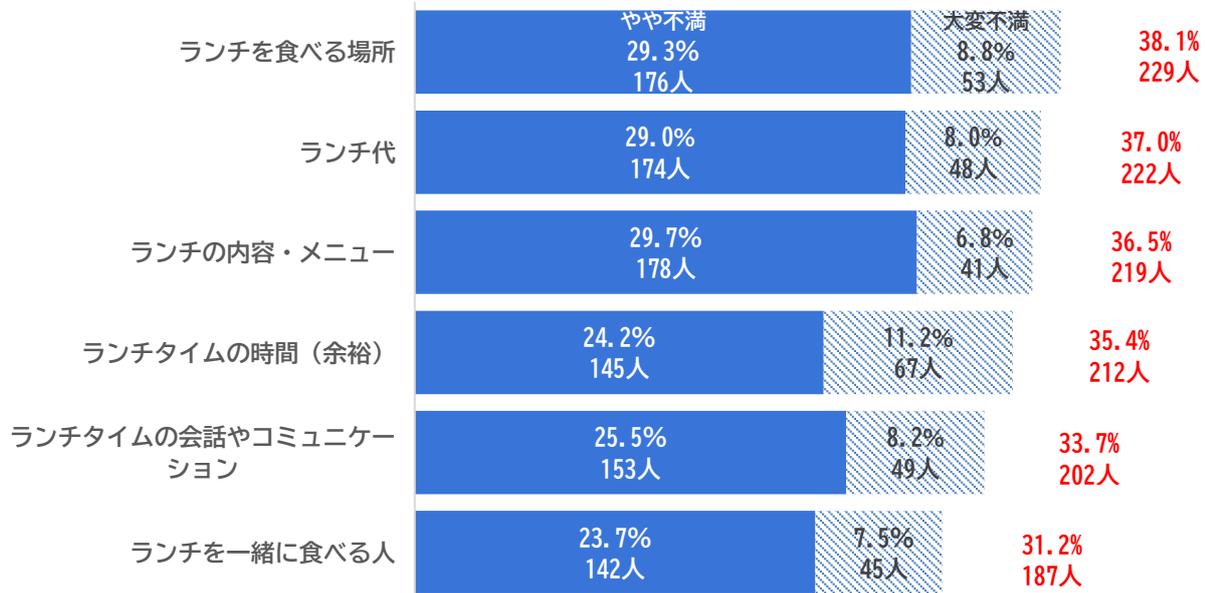
※本リリース内容を掲載いただく際は、出典「エデンレッドジャパン調べ」と明記をお願いいたします。

## 工作中的ランチに対する不満

### 1位「ランチを食べる場所 (38.1%)」、2位「ランチ代 (37.0%)」

- ・工作中的ランチに対する満足度を各項目で段階的に聞いた。
- ・ランチの内容・メニューより、食べる場所やランチ代に対して不満を抱える人が多い。

図表1：工作中的ランチに対し不満を抱えている項目  
全国の20～40代正社員男女600名  
(各項目「非常に満足」「やや満足」「やや不満」「大変不満」で単一回答)

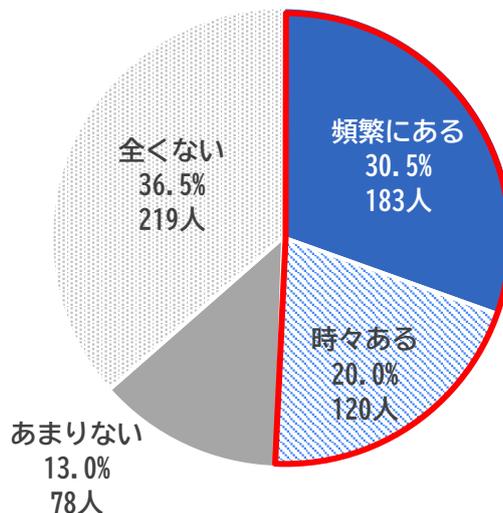


## デスクランチになる頻度

### 5割以上が「頻繁にある」「時々ある」と回答

- ・前問では、「ランチを食べる場所」への不満が最も多かったが、オフィスの自席でランチを食べる「デスクランチ」の頻度をたずねたところ5割以上が「頻繁にある」「時々ある」と回答した
- ・仕事とランチ休憩の切り替えができずに休まらないことから、不満の要因になりやすいのではないか。

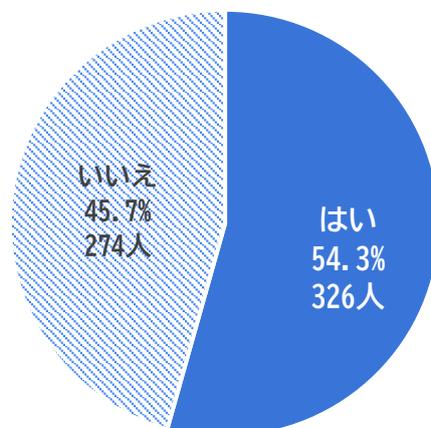
図表2：デスクランチになる頻度  
全国の20～40代正社員男女600名 (単一回答)



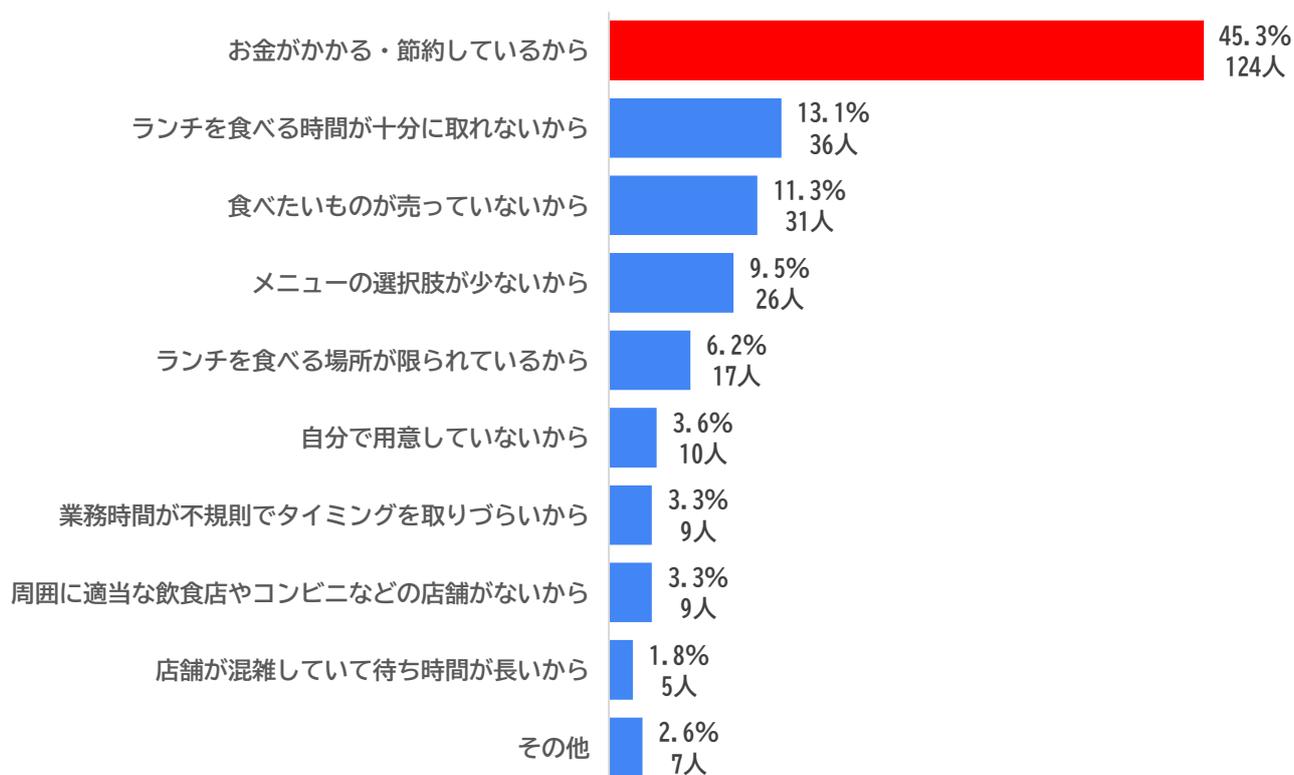
**仕事中のランチタイムに食べたいものを食べられていない人は約5割  
その理由として4割以上が「お金がかかるから」と回答**

・金銭面が理由で食べたいものを我慢している人が多いことが浮き彫りになった。

**図表3：仕事中のランチに食べたいものを食べられているか**  
全国の20～40代正社員男女600名（単一回答）



**図表4：仕事中のランチに食べたいものを食べられていない理由**  
全国の20～40代正社員男女のうち前問で「いいえ」と回答した274名（単一回答）



**悲惨だった工作中的ランチ**  
**「ポテトチップス」・「おにぎりだけ」などの回答が多数**

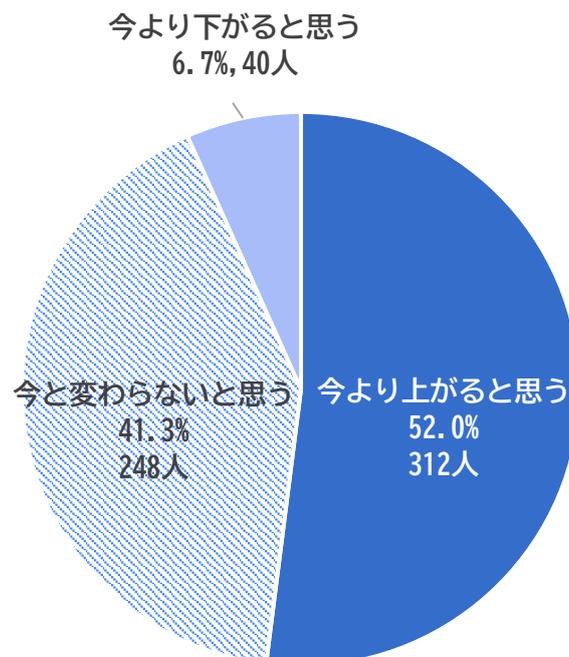
図表5：今まで経験した中で最も悲惨だった工作中的ランチ  
全国の20～40代正社員男女600名（フリーアンサーから抜粋）

- ・白米のみ（東京都・27歳男性）
- ・コンビニのおにぎり一つだけ（京都府・34歳男性）
- ・おにぎりとカップラーメンのみ（福岡県・47歳男性）
- ・ポテトチップス、当時給与が激安だったので食事代に回せなかったため（福岡県・35歳女性）
- ・お金が無くて自分で握って持っていった「塩むすび」1個で我慢した時があった（山形県・27歳男性）

**満足のいくランチが毎日食べられれば、**  
**仕事のモチベーションが「今よりもあがると思う」と半数以上が回答**

- ・ランチの充実度が仕事へのモチベーションに関わると考える人が多かった。
- ・企業は従業員のランチタイムの充実を図ることで、生産性の向上を期待できるかもしれない。

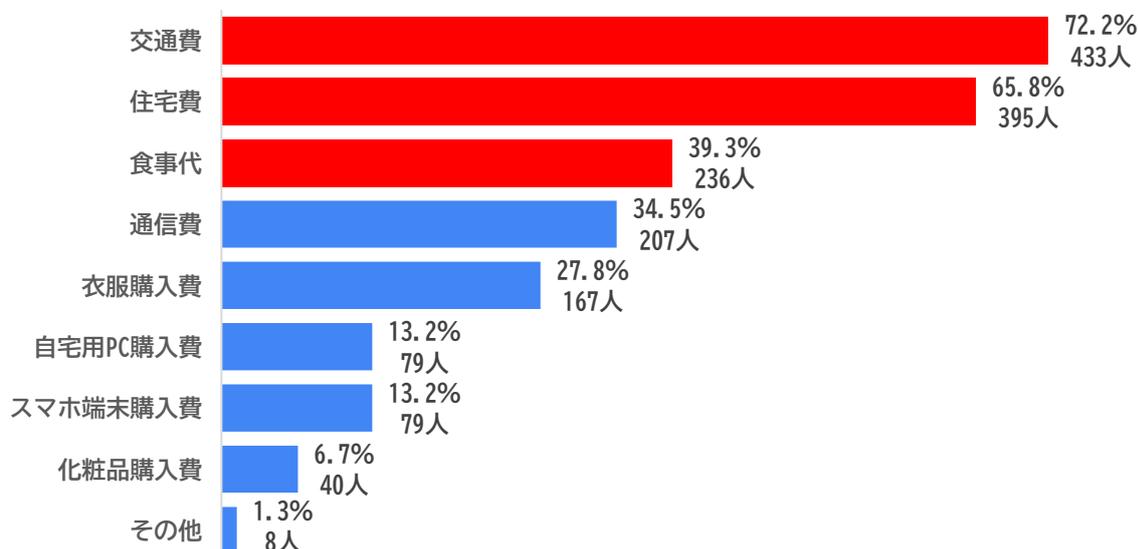
図表6：満足のいくランチを毎日食べられる環境になった場合の仕事のモチベーションの変化  
全国の20～40代正社員男女600名（単一回答）



**「本来、会社が補助すべき」と思う費用は、1位「交通費」2位「住宅費」  
日常的に発生するコストである「食事代」が3位に**

- ・すでに導入が一般的になっている「交通費」が1位で7割以上の方が回答した。
- ・負担が重いと考えられる第2位「住宅費」の補助に続き、「食事代」が第3位に。
- ・高い金額ではないが日常的に発生する「食費」の負担が重いと考える人が多いことが窺える。

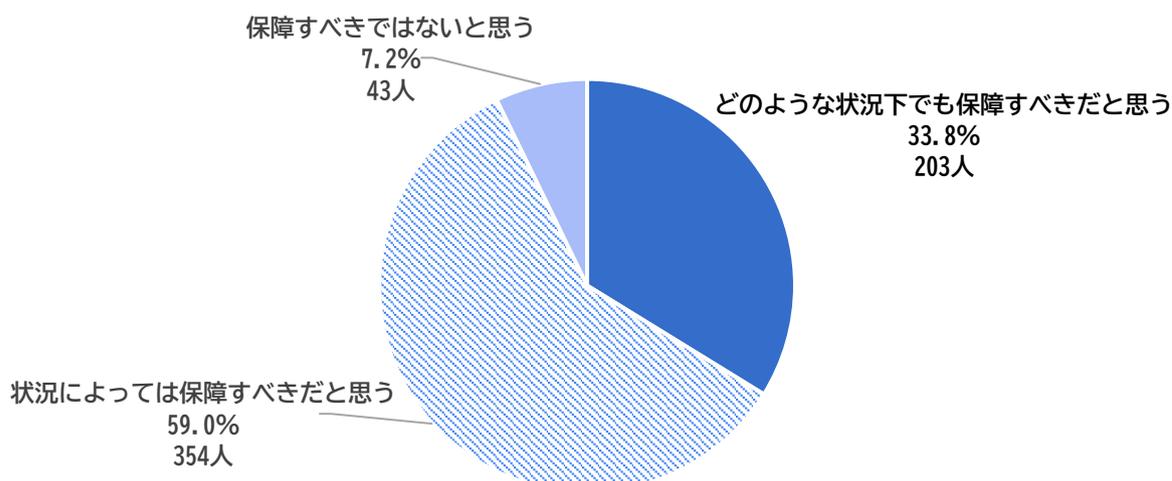
**図表7：「本来、会社が補助すべき」と思う費用**  
全国の20～40代正社員男女600名（複数回答）  
※「補助すべき費用はない」を除外



**企業による金銭面での従業員の生活保障**  
**3人に1人が「会社がどのような状況下でも保証すべき」と回答**

- ・「会社は従業員の生活を保証すべき」と考える人は9割以上。
- ・そのうち「どんな状況下でも保証すべき」と考える人は3割以上だった。
- ・今回の新型コロナウイルス流行中に金銭的な負担を抱えた人が多く、保証してほしいと考える人が多くなったと推測される。

**図表8：金銭面において従業員の生活は会社が保証すべきだと思うか**  
全国の20～40代正社員男女600名（単一回答）



【お問い合わせ先】株式会社エデンレッドジャパン広報代理（株式会社オンヨミ）  
TEL：050-5328-3998（櫻田）、050-3701-2155（漆畑）／MAIL：edenred-pr@onyomi.jp

## 【専門家の見解】

### 株式会社エデンレッドジャパン 代表取締役 マリック・ルマーヌ

フランス出身。高級食材輸入販売を手掛けるフレンチF&Bジャパン株式会社の代表取締役、ハイジュエリーブランドのヴァンクリーフ&アーペルジャパンおよびカレラ・イ・カレラの最高経営責任者（CEO）を歴任。2017年7月にエデンレッドジャパンの代表取締役に就任した。以来、ビジネスパーソン食事動向を収集。同社が提供する食事補助サービス「チケットレストラン」を通し、ビジネスパーソン食事と健康をサポートしている。



今回の調査を通じて、多くの働き手が十分な休息を得ることなく、充実したお昼休みとは程遠い時間を過ごしていることが明らかになりました。お昼休みは、働き手にとっても、企業にとっても、大事な時間です。バランスの良い昼食をとり、休息を得て午後の仕事に向けてリフレッシュをする時間であるべきです。

リフレッシュをするために最も重要な昼食のあり方に関しても多くの方が様々な不満を抱えながら時間を過ごしている実態は、従業員の生産性向上や健康維持・向上の観点からも企業がすぐに改善に向けて取り組むべき課題であり、比較的簡単に取り組むことができる課題であると考えています。

昼食に、食べたいものを食べられていない人々の実に45%超が、経済的な理由、あるいは節約をしているからと回答をしており、家計における昼食代の負担が大きいことが鮮明になりました。また、デスクランチをしている働き手が50%を超えることから、(弁当や惣菜などを買って帰り、自宅やオフィスで食べる)中食の利用が高く、オフィスから外出をする機会も限定的なこともわかりました。

企業が、従業員が気軽にオフィスの外で、バランスの良い食事をしっかりとれる環境を経済的な側面から補助をしていくこと、オフィスの外へ出るように促すことが、働き手が日々不満として抱えているお昼休みの事情を解決することは明白です。実際、昼食の補助を行うことによって、2018年の株式会社クニエの調べ（※1）では63%の働き手が外食するようになったと回答をしており、その効果はすでに実証されています。

また外食は新型コロナウイルス禍で経営に影響が出ている地域の飲食店の下支えをすることにも繋がります。感染拡大に配慮をしつつお昼休みに外に出て体を動かし、外食をしてバランスの良い食事をとることも必要なのではないのでしょうか。

※1 株式会社クニエ，2018年3月，日本における食事補助による経済効果

#### ■株式会社エデンレッドジャパン（<https://www.edenred.jp>）

株式会社エデンレッドジャパンは、福利厚生制度の一環として食事券および電子食事カード「Ticket Restaurant®（チケットレストラン）」の発行代行を中心に事業展開しています。1987年の創業から30年以上、日本における食事補助ソリューションのパイオニアおよびマーケットリーダーで、Edenred（エデンレッド）の100%子会社です。

#### ■Ticket Restaurant®（チケットレストラン）食事補助サービス（<https://ticketrestaurant.jp/>）

チケットレストランは、全国61,700店以上のレストラン、カフェ、コンビニエンスストアなどの加盟店で利用できる福利厚生の食事補助サービスです。中小企業から大手企業まで全国2,000社以上の企業への導入実績があります。カードタイプの登場は2016年ですが、前身の食事券タイプを含めると日本で30年以上の実績を持つ国内最大規模の食事補助ソリューションで、利用率99%以上を誇ります。電子食事カード「Ticket Restaurant® Touch（チケットレストラン タッチ）」は、株式会社NTTドコモが運営する電子マネー「iD（アイディー）」の端末にかざすだけで利用可能です。Ticket Restaurant® はエデンレッドとその子会社の登録商標です。「iD」は株式会社NTTドコモの商標です。

【お問い合わせ先】株式会社エデンレッドジャパン広報代理（株式会社オンヨミ）  
TEL：050-5328-3998（櫻田）、050-3701-2155（漆畑）／MAIL：edenred-pr@onyomi.jp