

ネットリサーチDIMSDRIVE 第177回公開調査
『朝食』に関するアンケート

2008年8月20日

インターワイヤード株式会社

食べないと元気が出ない人、食べるより眠っていたい人。「朝食」についての習慣は人それぞれようです。

インターワイヤード株式会社が運営するネットリサーチのDIMSDRIVEでは、「朝食」に関するアンケートを2008年4月30日(水)～5月8日(木)にかけて行い、朝食を食べる頻度やどんなものを食べているか、朝食の夕食、などについてまとめました。

DIMSDRIVEモニター7,965人から回答を得ています。

調査結果の詳細 <http://www.dims.ne.jp/timelyresearch/2008/080820>

目次

- 毎日朝食を食べる人は66.1%、20代男性は半数以下
- 会社員の1割が「オフィスで朝食」
- 朝食で食べるのは？「ごはん系」は53.0%と半数。「パン系」は68.2%
- 朝食を食べなかった日は・・・「昼食前に空腹でツライ」、「やる気が出ない」
- 朝食のパン、手作りする人は7.9%
- 自宅での朝食にかかる時間、約4割が「10分以下」
- 朝食を外食するときにかかる費用は？・・・82.1%が「500円以下」
- 朝食を食べない理由・・・約半数の人が「習慣がない」

調査概要

調査方法	インターネットを利用した市場調査	
調査期間	2008年4月30日(水)～5月8日(木)	
調査対象者	DIMSDRIVEモニター 7,965人	
回収方法	DIMSDRIVEのモニターサイトにURL記載(配信なし)	

性別	N	%
男性	3771	47.3
女性	4194	52.7

年代	N	%
10代	76	1.0
20代	1065	13.4
30代	2873	36.1
40代	2384	29.9
50代	1070	13.4
60代以上	497	6.2

職業	N	%
会社役員・経営者	148	1.9
会社員	3265	40.9
自営業	554	7.0
パート・アルバイト	937	11.8
公務員	271	3.4
自由業	180	2.3
専業主婦(主夫)	1636	20.5
学生	208	2.6
定年退職	129	1.6
無職	430	5.4
その他	207	2.6

調査項目

- ・朝食を食べる頻度
- ・朝食をとる場所
- ・朝食に心がけている事
- ・パン類の調達について
- ・自宅での朝食の準備方法
- ・どんな店で食べるか
- ・朝食の夕食にかかる金額
- ・朝食をとる時間帯
- ・朝食でよく食べるもの
- ・朝食を食べなかった日はどんな変化が？
- ・自宅での朝食にかかる時間
- ・飲食店での朝食にかかる時間
- ・朝食を外食する利点
- ・朝食を食べない理由

毎日朝食を食べる人は66.1%、20代男性は半数以下

■ふだん朝食を食べる頻度

普段朝食を食べる頻度を尋ねたところ、「毎日」食べる人は66.1%であった。「週に1～2日」は5.6%、「週に1回未満」の人は4.2%であった。また、「全く食べていない」人は6.0%であった。

＜性年代別＞

「毎日」食べる人は、10代は高いが20代で大きく減り、それ以上は男女とも年代が上がるにつれて多くなっている。毎日食べる人が最も多かったのは60代以上の男性で91.1%と9割以上であった。男女とも20代は毎日食べる人が少なく、特に20代男性は46.1%と半数以下であった。

また、20代と30代の男性では、1割以上の人が「全く食べていない」と回答している。

＜職業別＞

毎日食べる人が最も多かったのは【定年退職】の人で92.2%、次いで【専業主婦】74.7%と続いた。仕事を持つ人では【公務員】が73.8%で最も多く、【会社員】の62.0%よりも1割以上多い結果となった。

＜首都圏、近畿1府2県の比較＞

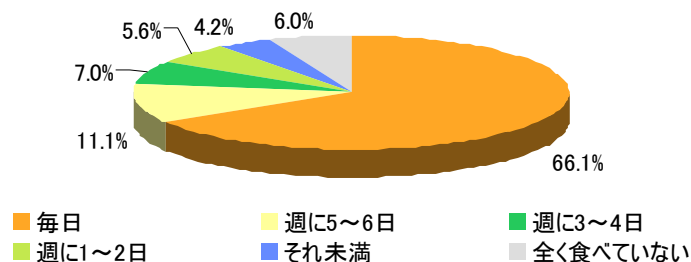
首都圏（東京・神奈川・埼玉・千葉）と近畿（大阪・兵庫・京都）について比較をしてみたところ、「毎日」朝食を食べる人は、首都圏の62.7%に比べ、近畿1府2県は71.0%となっており、近畿の方が8.3ポイント高かった。

全員に伺います。

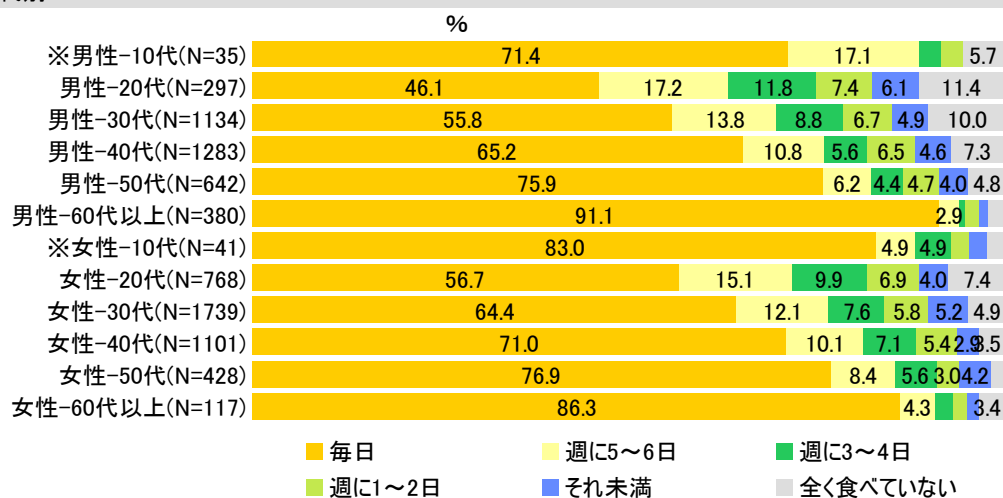
N=7965

あなたはふだん、朝食をどのくらいの頻度で食べていますか。（単一回答）

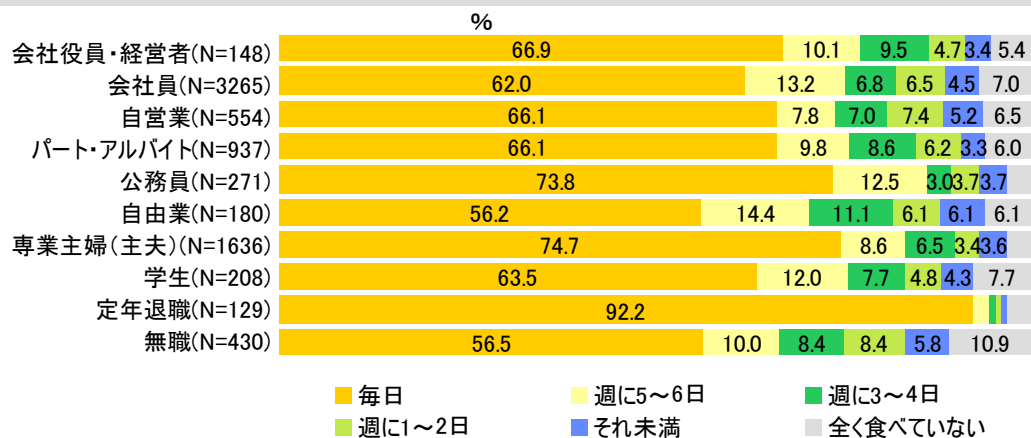
※自宅で、外食で、オフィスなどで、場所は問いません。



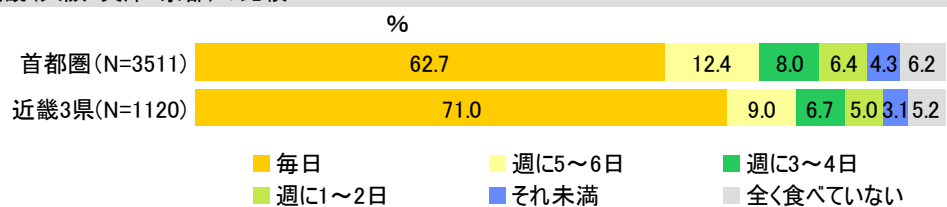
◆性年代別



◆職業別



◆首都圏、近畿(大阪・兵庫・京都)の比較



会員の1割が「オフィスで朝食を食べる事もある」

■朝食を摂る時間帯

朝食を週に1回以上食べている人に、「何時に食べる事が多いか」を尋ねたところ、「7～8時」42.4%が最も多く、「6～7時」26.9%、「8～9時」14.9%と続いた。

■朝食を摂る場所

朝食を食べる場所については、「自宅で」が圧倒的で96.0%、「オフィス・学校で」は5.8%、「飲食店で」は3.0%と少数であった。

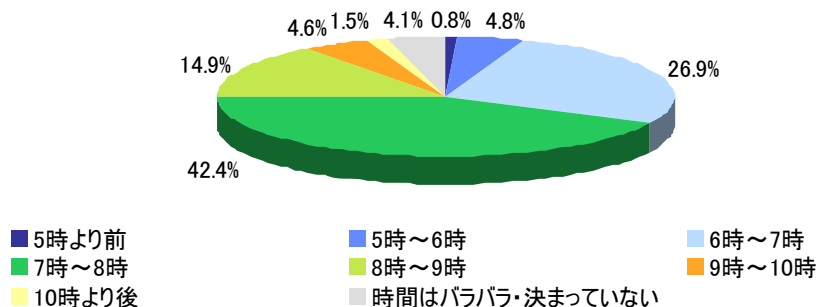
＜「オフィス・学校」、「飲食店」の職業別＞

「オフィス・学校で」の回答は、【会社員】が10.6%、【公務員】が10.7%で、1割以上であった。「飲食店で」は、【会社役員・経営者】のみ、10.4%で1割を超えている。

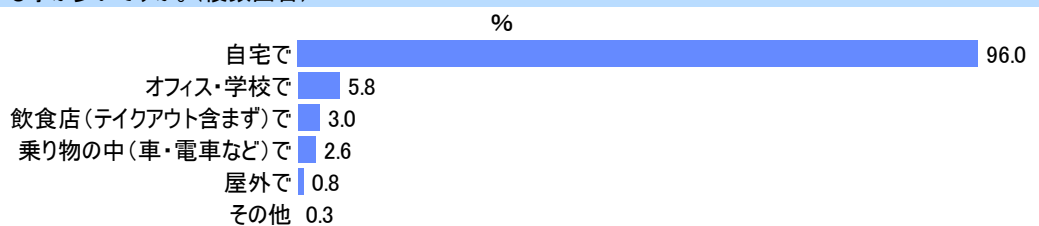
朝食を週に1回以上食べている人に伺います。

N=7151

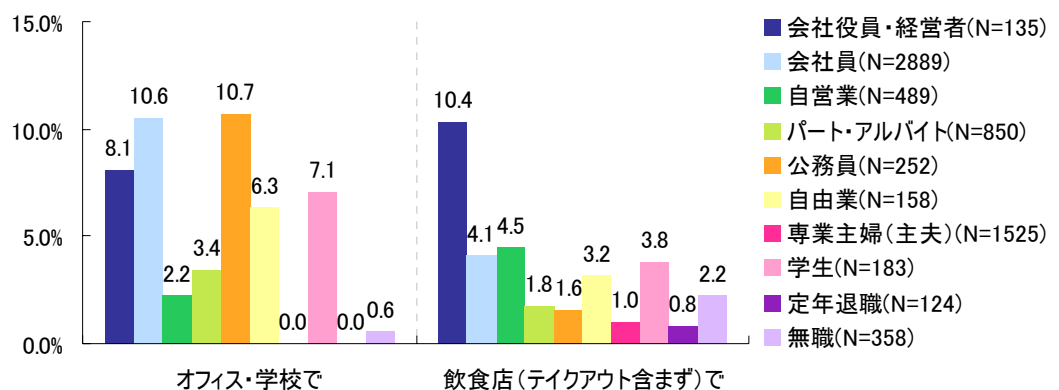
ふだん、朝食は何時に食べる事が多いですか。（単一回答）



ふだん、朝食はどこで食べる事が多いですか。（複数回答）



◆職業別、「オフィス・学校」、「飲食店」の割合



朝食で食べるのは？「ごはん系」は53.0%と半数。「パン系」は68.2%

■朝食で食べるもの

朝食で”よく食べるもの”については、主食では「パン系」が68.2%だったのに対し、「ごはん系」は53.0%と15ポイント以上少なく、ほぼ半数にとどまった。「シリアル」は11.0%であった。

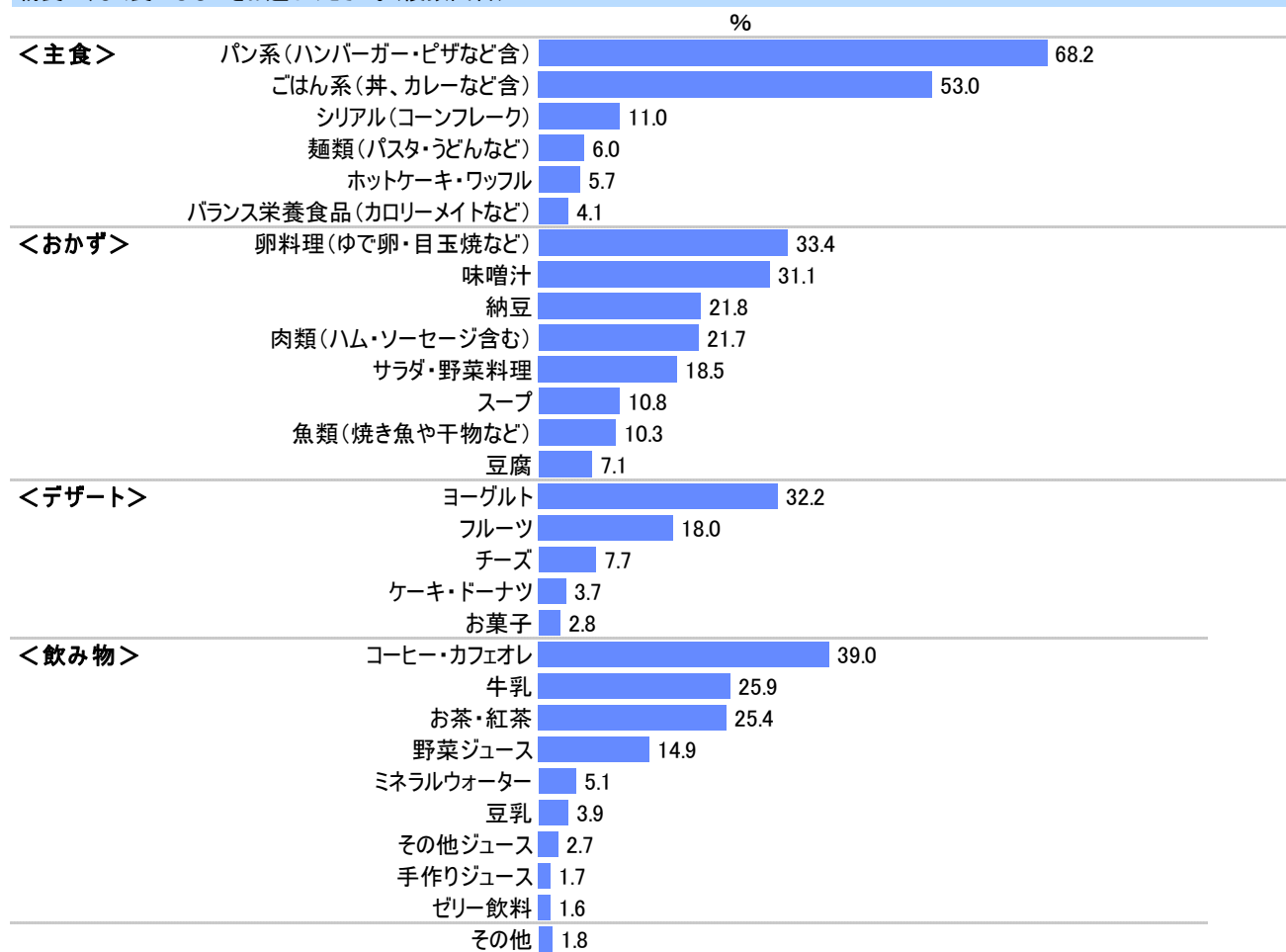
おかずでは「卵料理」33.4%と「味噌汁」31.1%が3割を超えた。また、朝食に「ヨーグルト」を食べる人は32.2%、「フルーツ」を食べる人は18.0%であった。

＜主食とデザートの男女別＞

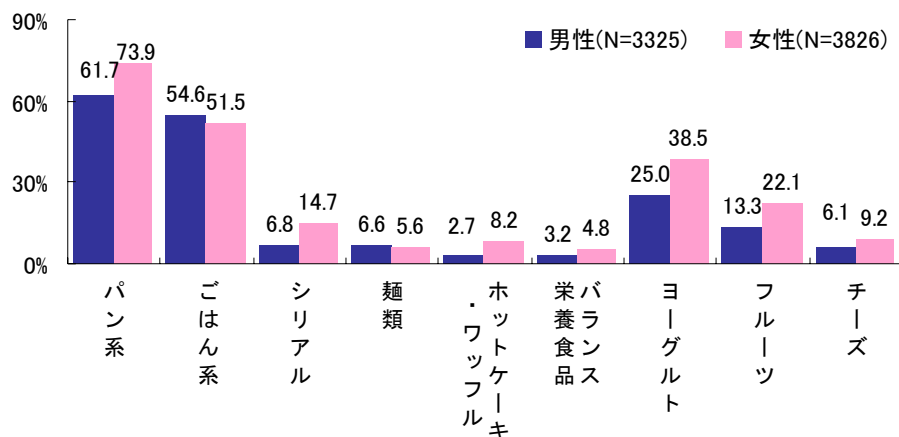
男女の回答を見てみると、「パン系」は男性61.7%だったのに対し女性は73.9%と女性の方が12.2ポイント多い。一方「ごはん系」は男性54.6%に対し女性は51.5%と、男性の方が3.1ポイント多い結果となった。

「シリアル」、「ヨーグルト」、「フルーツ」も女性の方が多く回答している。

朝食で、よく食べるものをお選びください。（複数回答）



◆男女別、主食とデザートの割合



朝食を食べなかった日は・・・「昼食前に空腹でツライ」、「やる気が出ない」

■心がけていること

朝食について、“心がけている事”を尋ねたところ、「なるべく毎日食べる」が73.3%と圧倒的で、「バランスよく食べる」23.5%が続いた。

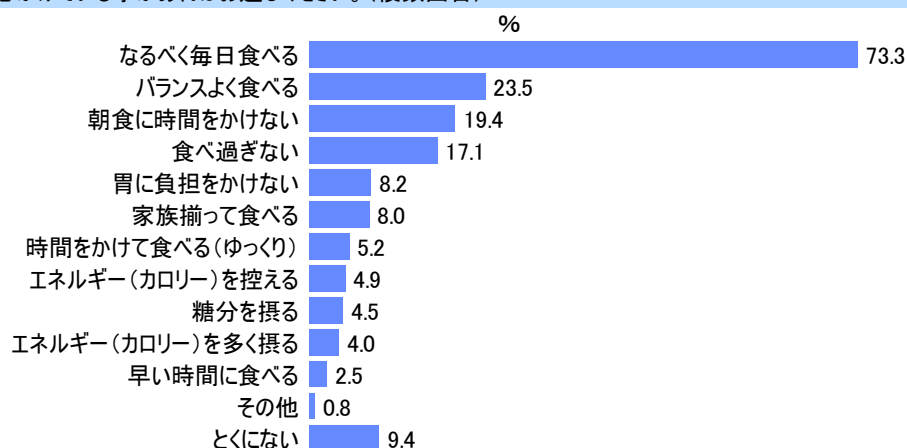
「朝食に時間をかけない」は19.4%と約2割で、「時間をかけて食べる」人5.2%よりも多かった。

■朝食を食べなかった日は・・・

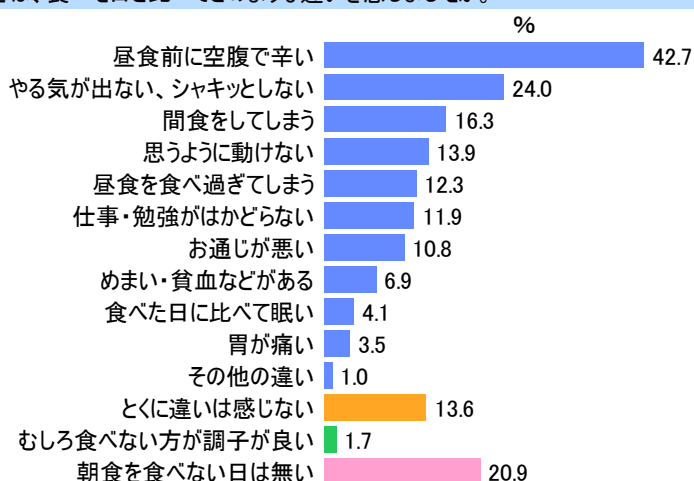
“朝食を食べなかった日は食べた日とどう違うか”を尋ねたところ、最も多かったのは「昼食前に空腹で辛い」42.7%であった。

次いで「やる気が出ない、シャキッとしない」24.0%、「間食をしてしまう」16.3%、「思うように動けない」13.9%と続いた。「(食べた日と)特に違いは感じない」という人は13.6%、「むしろ食べない方が調子が良い」人は1.7%であった。

朝食について、あなたが心がけている事があればお選びください。(複数回答)



朝食を食べなかったときは、食べた日と比べてどのような違いを感じましたか。



自宅での朝食にかかる時間、約4割が「10分以下」

■自宅での朝食にかかる時間

“自宅での朝食”に準備を含めてどれぐらい時間をかけているかを尋ねたところ、「6～10分」が最も多く30.6%、次いで「11～15分」28.6%、「16～20分」16.6%と続いた。「5分以下」7.6%で、『10分以下』の人は38.2%と約4割だった。

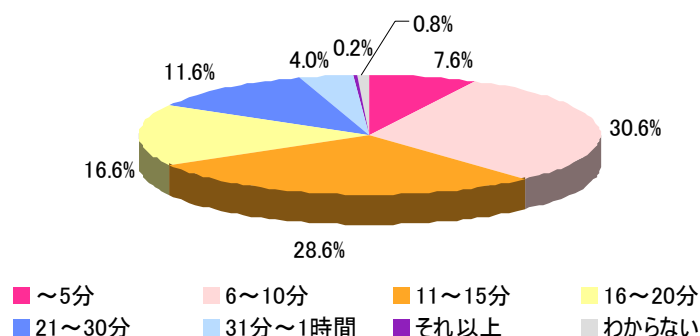
■朝食の準備法

“朝食の準備”については、「自分で調理する」が64.1%と最も多く、「家族などが調理する」35.8%、「出来たものを購入し、そのまま」23.7%と続いた。

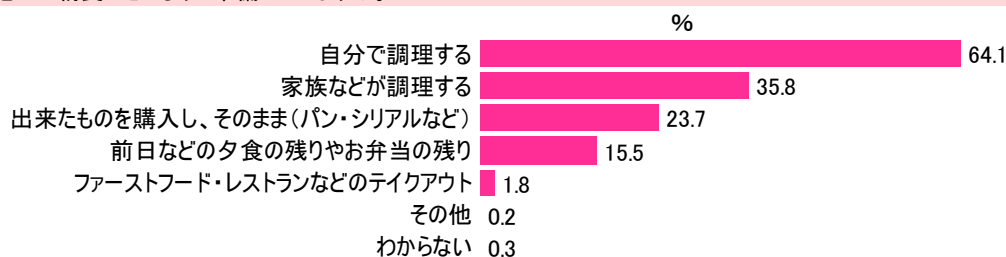
自宅で朝食をとる事が多い人に伺います。

N=6866

ご自宅での朝食に、平均でどれぐらいの時間を掛けていますか。(準備含む)



ご自宅での朝食はどのように準備していますか。



自宅での朝食にかかる時間、約4割が「10分以下」

■飲食店での朝食にかかる時間

“飲食店での朝食にかかる時間”については、「11～15分」が最も多く26.8%で、次いで「21～30分」20.2%、「16～20分」19.7%と続いた。『10分以下』は19.2%と2割以下、「31分以上」という人は10.8%と1割以上に上っている。

<自宅と飲食店での比較>

一方自宅での朝食は、『10分以下』が38.2%と約4割、『30分以上』は4.2%しかいなかった。飲食店での朝食の方が自宅よりも長い時間をかけていると思われる。

■どんな店で食べるか

“朝食を食べる店”については、「ファーストフード店」が60.1%と最も多く、次いで「カフェ・コーヒーショップ」53.1%と続き、この2つがダントツであった。以下、「うどん・そば店」23.0%、「牛丼店」21.1%、「ファミリーレストラン」21.1%と続いた。

■朝食を外食する利点

“朝食を外食する利点”を尋ねたところ、「準備・後片付けをしなくて良い」59.6%、「出かけたついでに食べられる」55.9%、「時間をかけずに食べられる」46.0%、「価格が手ごろ」37.1%、「いろいろメニューが選べる」34.3%と続いた。「おいしい」と回答した人は22.5%と2割ほどで、手間や時間をかけずに済む、という理由で夕食している人の方が多いようだ。

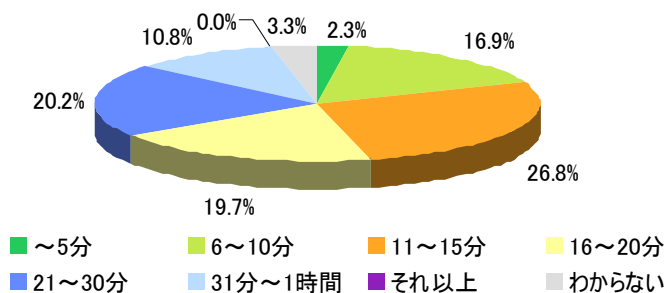
■朝食の外食にかかる金額

“1回あたりの朝食の外食にかかる金額”については、70.4%が「301～500円」と回答し、圧倒的。以下、「501～1,000円」15.0%、「1～300円」11.7%となっており、『500円以下』と回答した人は82.1%と8割を超えている。

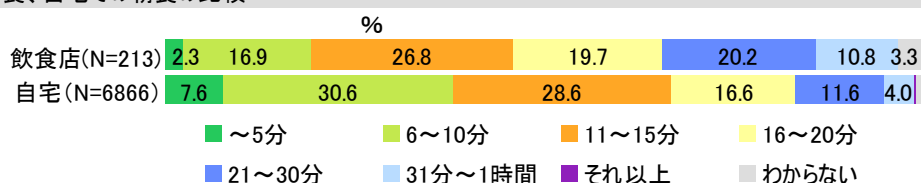
飲食店で朝食をとる事が多い人に伺います。

N=213

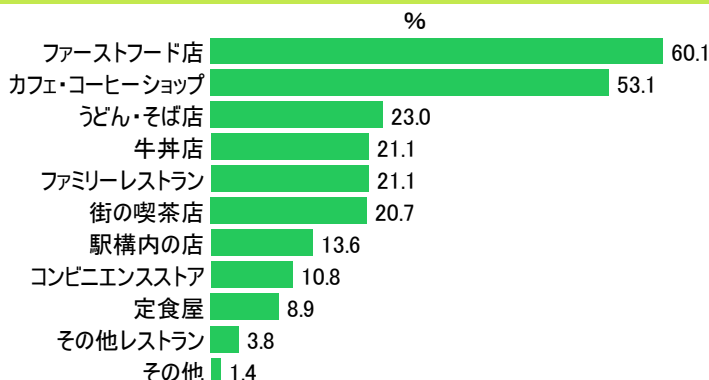
飲食店での朝食に、平均でどれぐらいの時間を掛けていますか。



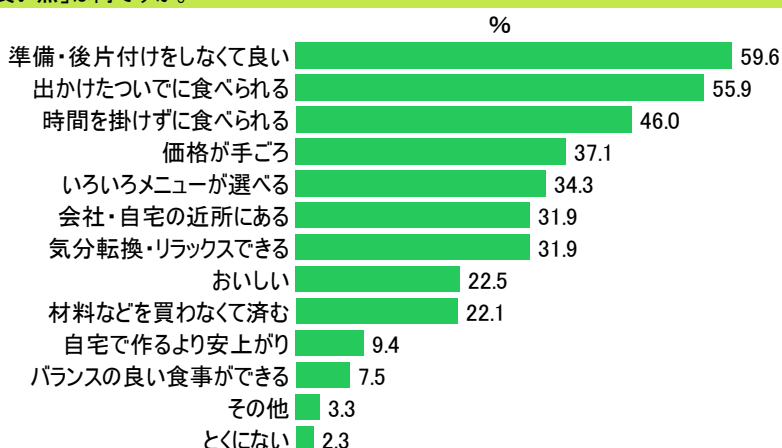
◆飲食店での朝食、自宅での朝食の比較



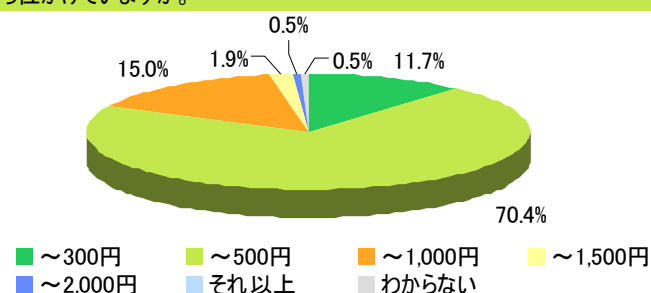
どんな店で食べる事が多いですか。



外食で朝食を食べる、「良い点」は何ですか。



外食の朝食1回に、平均でいくら位かけていますか。



朝食を食べない理由…約半数の人が「習慣がない」

■朝食を食べない理由

朝食を全く食べない人、食べる頻度が週に1回未満の人に「朝食を食べない理由」を尋ねたところ、「食べる習慣がないから」が48.5%と最も多く、半数近くが回答した。

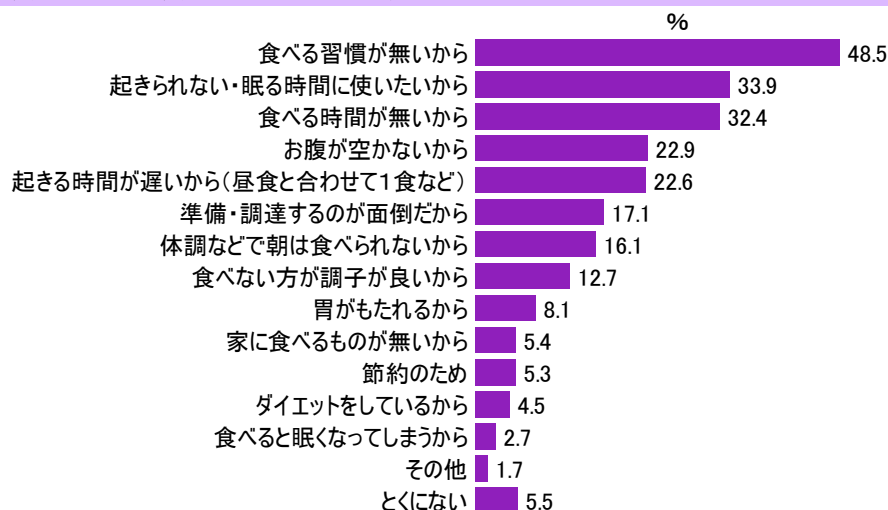
次いで「起きられない・眠る時間にしたいから」33.9%、「食べる時間がないから」32.4%、「お腹が空かないから」22.9%と続いた。

「ダイエットをしているから」と回答した人は4.5%と少数であった。

朝食を全く食べない、または食べる頻度が週に1回未満の人に伺います。

N=814

朝食を食べない・あまり食べないのはなぜですか。



■ネットリサーチのDIMSDRIVEについて■

インターワイヤード株式会社が運営する『DIMSDRIVE』は、全国に17万人のモニターを擁し、インターネットリサーチを通じて調査企画・設計から分析・提案までを提供する、マーケティングのトータルソリューションサービスです。

広告効果測定や新製品需要調査など、目的に応じた調査でお客様の戦略立案をサポートしています。

◆DIMSDRIVEホームページ <http://www.dims.ne.jp/>

◆TimelyResearch <http://www.dims.ne.jp/timelyresearch/>

■インターワイヤード株式会社について■

＜所在地＞ 東京都品川区東品川2-2-25 サンウッド品川天王洲タワー3F
 ＜TEL＞ 03-5463-8255
 ＜代表者＞ 斉藤 義弘
 ＜事業内容＞ ネットマーケティングリサーチサービス「DIMSDRIVE」運営

●調査結果に関するお問い合わせ先●

インターワイヤード株式会社 DIMSDRIVE事務局(ディムスドライブ事務局) 担当:三浦
 TEL:03-5463-8256 E-mail: timely@dims.ne.jp