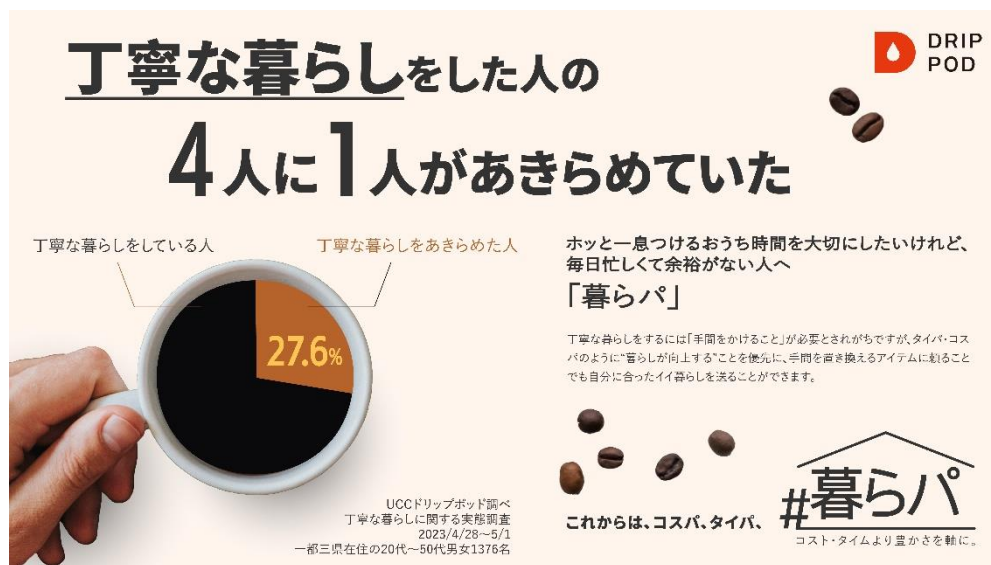


— 丁寧な暮らしは余裕のある人だけのもの？ 丁寧な暮らしに関する調査 —
20～30代の若い世代を中心に「丁寧な暮らし」への憧れ、約6割に。
一方で、実践者の約4人に1人が諦め。
忙しい日常とのジレンマに悩む「丁寧な暮らし疲れ」も。
かしく暮らしを豊かにする「暮らパ」の考え方が解決の一助に。

UCC 上島珈琲株式会社

UCC 上島珈琲株式会社（本社／兵庫県神戸市、資本金／10 億円、社長／朝田文彦、以下 UCC）の展開するコーヒー豆本来の特徴を引き出した「最高一杯」を、いつでもボタンひとつで味わえるカプセル式ドリップコーヒーシステム「ドリップポッド」は、一都三県の20～50代の男女にむけて「丁寧な暮らしに関する調査」を実施しました。

アンケートの結果、「丁寧な暮らし」と言われるようなこだわりのある暮らしに憧れる一方で、忙しい日常のなかで時間や手間をやりくりできないというジレンマに悩む人も多い実態が明らかになりました。時間や手間をかけないと丁寧な暮らしができないのでは・・・と悩む人たち。調査の結果と共に、有識者の方のアドバイスなどをご紹介します。



調査サマリー

1. 20～30代の若い世代を中心に「丁寧な暮らし」への憧れ、約6割に
2. 約3割の人が「丁寧な暮らし」を実践したことがあり、その4人に1人が諦めている。
 「お金」「手間が負担・面倒」「疲れた」等「丁寧な暮らし疲れ」の実態が顕在化。
3. 「丁寧な暮らし」をしている人ほど、
 「手間・時間をかけてこだわること」=「丁寧な暮らし」と認識。
 一方で、実は約半数が「手間をかけること」より「こだわった生活」そのものに価値。
4. 「丁寧な暮らし」実践者の4割が「コーヒーの種類や淹れ方にこだわる」と回答。
 一方、おいしいコーヒーの淹れ方は徹底が難しい一面も。



ひと粒と、世界に、愛を

コロナ禍によるおうち時間の増加に伴い、「丁寧な暮らし」がトレンドになり、憧れて「食事をできるだけ手作りする」「家電に頼らず自身の手で家事をする」等、じっくりと手間をかけたこだわった生活に挑戦する人も増えました。一方で、少しずつ元通りの生活に戻りつつある中、手間に疲れてしまったり金銭的・時間的に続かなくなったりと、「丁寧な暮らし疲れ」を感じて諦めてしまっている人も多いと考えられます。外出の機会が増えたからこそ、「ほっと一息つけるおうち時間が一層大切になった」「忙しいけれども丁寧な暮らしを諦めたくない」と思う方も多いのではないのでしょうか。

忙しい日常の中で、「手間をかけること」自体にとらわれるのではなく、理想とする暮らし（丁寧な暮らし）をするなかで、充足感や明日への活力を得ることが大切なはず。“暮らし”は続いていくもの。かしく理に適ったアイテムやサービスにうまく頼りながら、無理のない手段・範囲で「丁寧な暮らし」をすることが、自分の心の潤いにつながります。UCC は、いつでも最高の一杯を味わえる「ドリップポッド」を通じて、手間や時間にとらわれず、全ての方が心地よく毎日を過ごすお手伝いすることで、「暮らパ」をアップするサポートをまいります。

調査概要

調査名 : 丁寧な暮らしに関する実態調査

日時 : 2023年4月28日～2023年5月1日

調査対象 : 一都三県（東京都、千葉県、埼玉県、神奈川県）在住の20代～50代男女

調査人数 : ①「丁寧な暮らしを実践しているかどうか」の調査 n=4,509 ②上記調査以外 n=480

調査手法 : インターネット調査

調査会社 : ネオマーケティング

※引用、転載の際は出典元として『UCC ドリップポッド調べ』の明記をお願いします。

Topic1

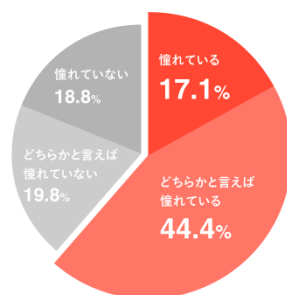
20～30代の若い世代を中心に「丁寧な暮らし」への憧れ、約6割に

「丁寧な暮らし」に憧れるかどうかを聞いたところ、「憧れている」（17.1%）「どちらかと言えば憧れている」（44.4%）と答えた人は全体で約6割（61.5%）に上りました。性年代別にみると20代男性が最も多く69.8%、次いで30代女性が68.8%、20代女性66.2%と、特に20～30代の若い世代において「丁寧な暮らし」への憧れが強くあることが分かりました。

Q あなたは「丁寧な暮らし」に憧れますか。(回答者:480名)



約6割が「丁寧な暮らし」に憧れ



性年代別にみると20代男性が1位

1位	20代男性	69.8%
2位	30代女性	68.8%
3位	20代女性	66.2%
4位	40代女性	60.7%
5位	50代男性	58.1%

Topic2

約 3 割の人が「丁寧な暮らし」を実践したことがあり、 その 4 人に 1 人が諦めている。

「お金」「手間が負担・面倒」「疲れた」等「丁寧な暮らし疲れ」の実態が顕在化。

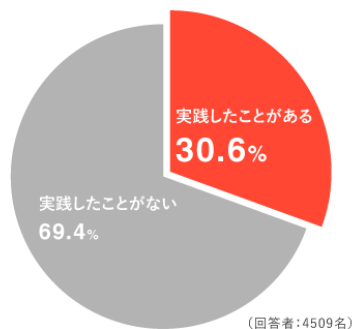
「丁寧な暮らし」を実践したことがある人は全体の 30.6%に上りました。一方で「丁寧な暮らし」実践者のうち、4 人に 1 人以上（27.6%）が「丁寧な暮らし」をやめていることがわかりました。

やめた理由として、「暮らしに掛けられるお金が減った」（39.4%）、「手間が負担・面倒になった」（38.1%）が大きく、次いで「暮らしに掛けられる時間が減った」（31.9%）、「精神的余裕がなくなった・疲れた」（31.3%）も 3 割以上の方から挙がりました。「丁寧な暮らし」で得られるメリットは感じているものの、丁寧に暮らすためにかかる手間やお金、時間などが次第に負担になり、「丁寧な暮らし疲れ」を感じていることが明らかになりました。

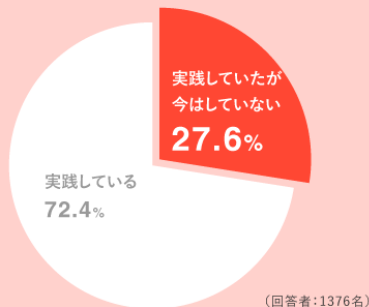
Q あなたはいわゆる「丁寧な暮らし」といわれるような生活へのこだわりを、なにか実践していますか。



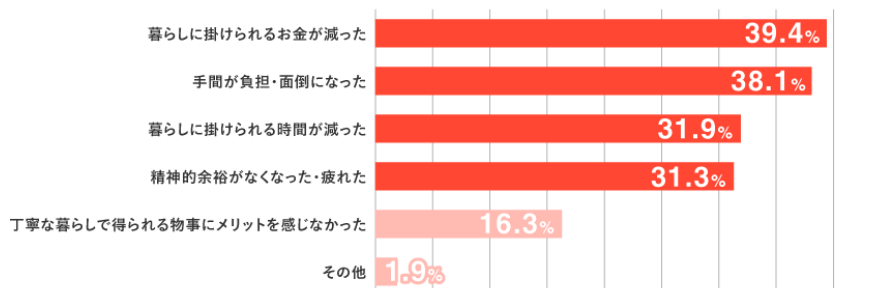
約3割の人が「丁寧な暮らし」を実践したことがある



「丁寧な暮らし」実践者のうち、4人に1人以上（27.6%）が「丁寧な暮らし」をやめている



Q 「丁寧な暮らし」について「実践していたが今は実践していない」と答えた方にお伺いします。その理由を全て教えてください。(回答者: 160名)



「お金」「手間が負担・面倒」「疲れた」等「丁寧な暮らし疲れ」の実態が顕在化

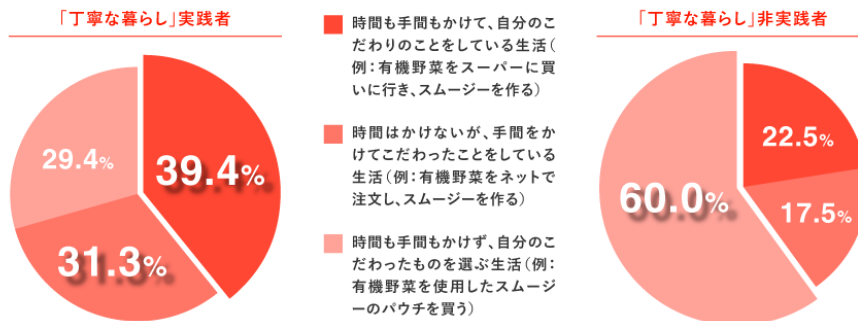
Topic3

「丁寧な暮らし」実践者のうち 7 割が 「手間や時間をかけてこだわること」＝「丁寧な暮らし」と認識。

一方で、実は約半数が「手間をかけること」より「こだわった生活」そのものに価値を感じている。

「丁寧な暮らし」のイメージについて聞いたところ、「丁寧な暮らし」実践者と非実践者で捉え方に差があることが分かりました。実践者は「手間・時間をかける」こと、非実践者は手間・時間ではなく「自分のこだわりのものを選ぶ」ことであると認識していることが分かりました。「丁寧な暮らし」をする人にとっては、「手間と時間を掛けなければ手に入らないものだ」という考えが定着しているようです。

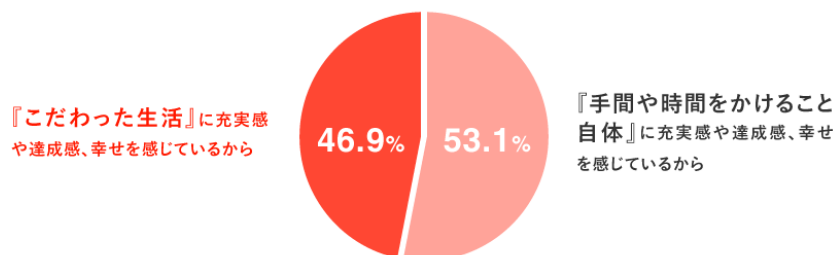
Q あなたが思う「丁寧な暮らし」とはどのような暮らしを指しますか。
※あてはまるものがない方もしいて言えばでお答えください。(回答者:各160名)



「丁寧な暮らし」実践者ほど手間・時間をかけてこだわる

また、「丁寧な暮らし」をしている人に実践する理由を聞いたところ、「手間や時間をかけること自体」に充実感や達成感、幸せを感じているのは 53.1%、「こだわった生活」に充実感や達成感、幸せを感じているのは 46.9%と、過程である手間そのものよりも、結果として得られる気持ちの良い生活に価値を感じている人も約半数存在することが明らかになりました。

Q 「丁寧な暮らし」について「実践している」と答えた方にお伺いします。あなたが「丁寧な暮らし」といわれるような生活へのこだわりをもつ理由として最も当てはまるものを教えてください。
※あてはまるものがない方もしいて言えばでお答えください。(回答者:160名)



実は約半数が「手間をかけること」より「こだわった生活」に価値

Topic4

「丁寧な暮らし」実践者の4割が「コーヒーの種類や淹れ方にこだわる」と回答。一方、おいしいコーヒーの淹れ方は徹底が難しい一面も。

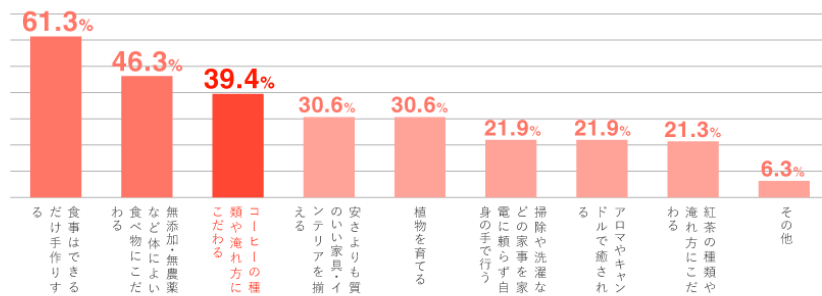
丁寧な暮らしで実践していることを聞いたところ、「食事はできるだけ手作りする」「無添加・無農薬など体によい食べ物にこだわる」に次いで、約4割の方が「コーヒーの種類や淹れ方にこだわる」と、回答しました。

一方で、こだわりがあっても時間と手間を毎回かけられるかというとなかなか難しいもの。実際にコーヒーへのこだわりのある方においしいコーヒーの淹れ方（レシピ）を意識しているかという設問に対しては、ほぼすべての項目で3割以下という結果になりました。

丁寧な暮らしを手に入れるためには手間をかけることが必要、とされがちですが、それはあくまで充足感を得るための一つの手段でしかないはず。宅食サービスやカプセル式コーヒーマシンなど、暮らしのパフォーマンスをあげてくれる「暮らパ」のよいアイテムを取り入れることで、忙しい日常においても、丁寧な暮らしを無理なく続けることができるのではないのでしょうか。

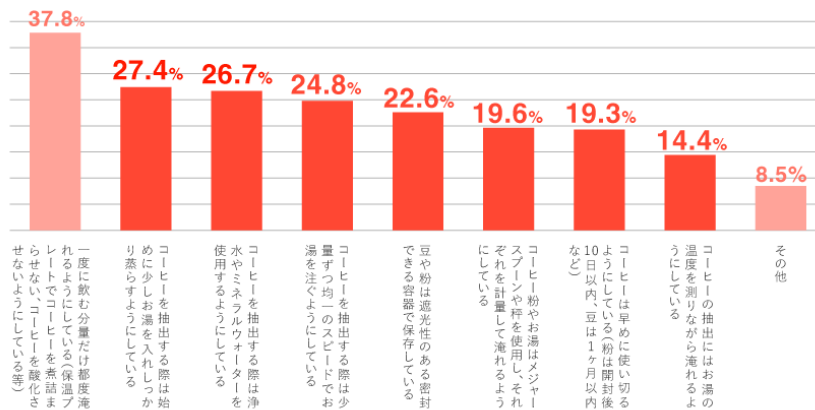
時間や心の余裕にあわせて、手間そのものを楽しむか、かしく理にかなったアイテムを取り入れるか、選択できることこそが豊かな生活につながる第一歩なのではないのでしょうか。

Q 「丁寧な暮らし」について「実践している」と答えた方にお伺いします。生活へのこだわりとして具体的にどのようなことを実践されているか当てはまるものを全て教えてください。（回答者：160名）



「丁寧な暮らし」の内容TOP3に「コーヒーへのこだわり」

Q 自宅で飲むコーヒーのこだわりについて「ある」「たまにある」と答えた方にお伺いします。普段コーヒーを淹れる際に意識していることを全て教えてください。（回答者：270名）



美味しいコーヒーの淹れ方全8項目中7項目で3割を下回る

専門家の声

エッセイスト 柳沢小実氏

「丁寧な暮らし」に憧れるものの、忙しくて手間はかけられない。

在宅期間中に、心を満たす上質な生活へのニーズがますます高まりました。ですが、コロナが明けた今はますます多忙になり、時間をかけられる人ばかりではありません。そのため、暮らしを豊かにしてくれるツールやサービスを合理的に取り入れて、手をかけずに暮らしの質を上げることが、新たなトレンドになりつつあります。

手のかけどころと、抜きどころ。高くオリティなツールに手間を任せて、無理なく継続し、幸福度を上げる。そのようなスマートな選択は、今後さらに広がっていくでしょう。

※「暮らパ」とは…

心地よい「暮らし」に対するパフォーマンスのこと。丁寧な暮らしをするには、手間や時間をかけるべきという思い込みから脱却し、理にかなったモノやサービスにうまく頼ることで、自分の状況に合わせて、かきこく暮らしを豊かにしようという考え方を指します。

コスパ（コストパフォーマンス）、タイパ（タイムパフォーマンス）に次ぐ新たな考え方として、「ドリップポッド」は「暮らパ」を提唱します。



<プロフィール>

1975年、東京都生まれ。エッセイストとして、新聞や雑誌、WEBサイトなどで執筆し、衣・食・住、旅、台湾にまつわる本など、30冊以上の著書をリリース。

また、収納好きが高じて整理収納アドバイザー1級を取得。身軽ですっきりとした暮らし方を研究している。

いつでも「最高の一杯」が味わえる、UCCのカプセル式コーヒーシステム『ドリップポッド』

ボタンひとつで、プロのハンドドリップのような本格的な味わい

コーヒーは淹れ方ひとつで大きく味が変わる飲み物。忙しい日常でも、気負わずに「おいしいコーヒー」を楽しんでもらいたい…。

ドリップポッドは、そんな思いから、コーヒーひと筋90年のUCCが開発した、カプセル式のドリップコーヒーシステムです。

プロのハンドドリップの抽出メカニズムを搭載し、いつでもボタンひとつで本格的なコーヒーをお楽しみいただけます。①豆の鮮度、②計量、③蒸らし、④抽出速度、⑤ドリッパーの形、プロが大切にする5つのポイントをおさえ、コーヒー豆本来の味わいを引き出します。

カプセルはコーヒー・紅茶・お茶を含む全15種類。世界のコーヒーを旅するように味わえる豊富なラインアップが特徴です。さらに、お客さまの好みや気分に合わせて3つの抽出モードも搭載。様々な気分やシーンにあわせて異なる味わいが選べます。

ボタンひとつで本格的な味わいのコーヒーを淹れられるからこそ、純粹においしいコーヒーを飲みたい人にも、手間をかける余裕がなく誰かに頼りたい人にも、心地よい暮らしに1杯のコーヒーを通じて寄り添います。



ひと粒と、世界に、愛を

■関連 URL

- ・UCC ドリップポッド 公式ブランドサイト : <https://www.ucc.co.jp/drip-pod/>
- ・UCC ドリップポッド 公式オンラインストア : <https://drip-pod.jp/>

UCC ひと粒と、世界に、愛を

ひと粒のコーヒーやその可能性にかける想い。その想いを世界中の人々に届けたい。そして、より良い世界をつくっていきたい。
そんな私たち UCC グループからのメッセージが込められています。