

ネットリサーチDIMSDRIVE
第212回公開調査
『ひとり外食』に関するアンケート

2010年4月13日
インターワイヤード株式会社

「おひとりさま」という言葉も浸透しつつありますが、外食についてはどうでしょうか。

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、「ひとり外食」についてアンケートを行い、ひとり外食の頻度、利用する店、行きやすい店・行きにくい店などについてまとめました。調査は2009年9月16日(水)～10月1日(木)にかけて実施し、DIMSDRIVEモニター9,409人から回答を得ています。

調査結果の詳細

<http://www.dims.ne.jp/timelyresearch/2010/100413/>

CONTENTS

- 49.7%、半数近くが“ひとり外食”をしている
- 女性の6割以上が、『一人での外食は抵抗がある』
- 男性は「牛丼・カレー店」、女性は「カフェ・コーヒーショップ」へ。行き当たりばったりで入る人は48.1%
- ひとり外食の魅力は、人に合わせずに自由にできる「気楽さ」
- ひとり外食をしやすいのは「落ち着けるお店」。隣のお客との距離が近いと落ち着かない...?
- ここまでだったら1人で入れる！ひとり外食の“限界店”は「ファミレス」

調査概要

調査方法	インターネットを利用したアンケート調査				
調査期間	2009年9月16日～10月1日				
調査対象者	DIMSDRIVEモニター 9,409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	%	配偶者	N	%
男性	4778	50.8	いる	6003	63.8
女性	4631	49.2	いない	3406	36.2
年代	N	%	同居人数	N	%
10代	101	1.1	1人暮らし	1346	14.3
20代	1028	10.9	2人	2318	24.6
30代	3005	31.9	3人	2371	25.3
40代	2978	31.7	4人	2148	22.8
50代	1537	16.3	5人以上	1226	13.0
60代以上	760	8.1			

調査項目

- ・「ひとり外食」実施率
- ・「ひとり外食」への抵抗感
- ・「ひとり外食」状況(時間帯、店舗、店の選び方)
- ・あえて1人で外食したいと思うとき
- ・「ひとり外食」の魅力
- ・「ひとり外食」がしやすい店、入りにくい店
- ・ひとりで入れる店の限界
- ・「ひとり外食」をしない理由
- ・外食以外での「おひとりさま」経験

49.7%、半数近くが“ひとり外食”をしている

■「一人」で外食をしますか？

“一人での外食”について尋ねたところ、「毎日のようにしている」4.4%、「よくしている」9.8%と、『頻繁にしている』人は14.2%であった。「たまにしている」人は39.2%で、『ふだん一人で外食をしている』人は49.7%と半数であった。「一人で外食をした事がない」人は11.1%と1割である。

<性年代別>

女性よりも男性の方が『ふだん一人で外食をしている』割合が高く、40代以下の男性は6割を超えた。また、男女ともに年代が若いほど一人で外食をしている割合が高い。60代以上の女性の24.0%が「一人で外食をした事がない」と回答している。

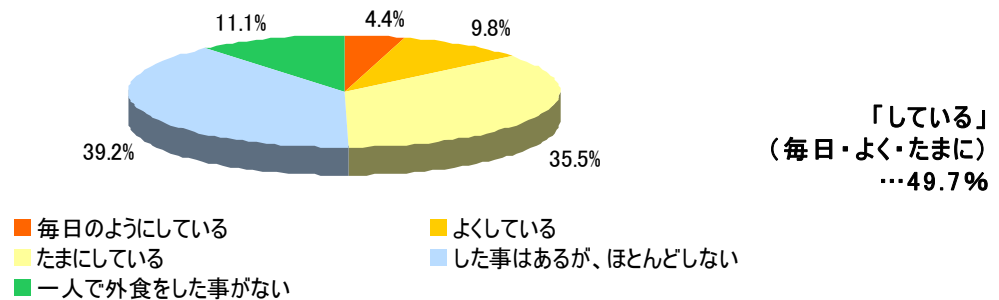
<家族人数別>

同居の家族人数が少ないほど一人で外食をする割合が高く、特に1人暮らしでは68.8%と7割近い。同居人がいる人に比べて2割～3割高くなっている。

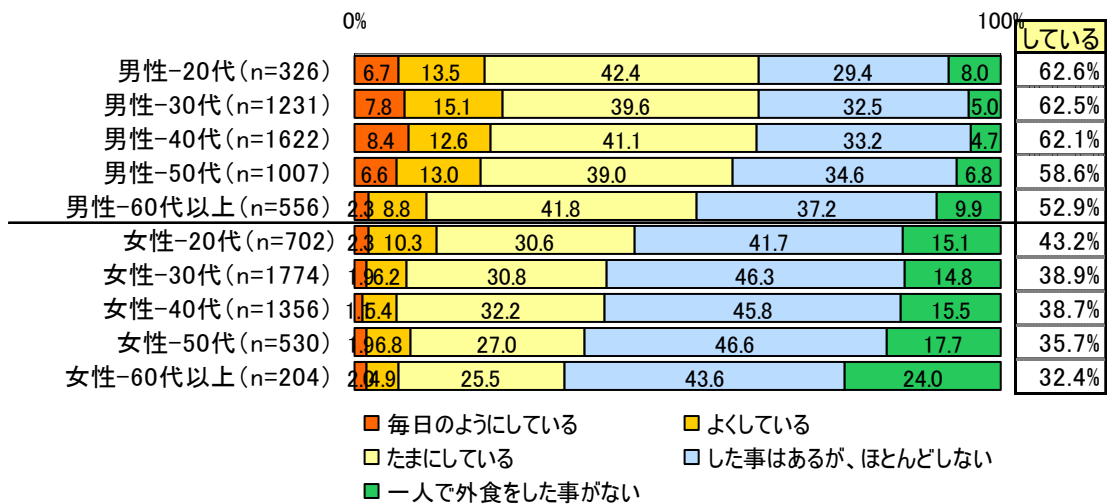
全員 N=9409

あなたは、ふだん一人で外食をしていますか。(単一回答)

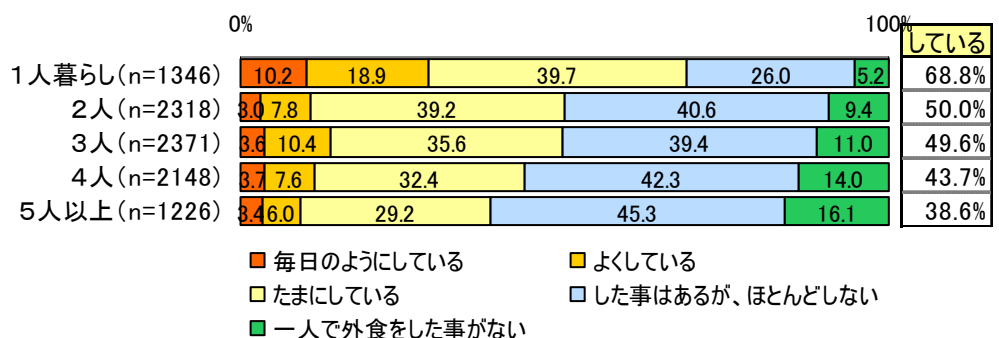
※カフェでのお茶なども含む。社食・学食・キャバクラ・ホストクラブなどは除く



◆性年代別



◆家族人数別



女性の6割以上が、『一人での外食は抵抗がある』

■「ひとり外食」への抵抗感

一人で外食をすることについての抵抗感は、全体では半数の48.5%が「全く抵抗はない」と回答し、半数の51.5%は『抵抗がある』と回答した。

「絶対に1人では外食できない」という人も4.5%いた。

<性年代別>

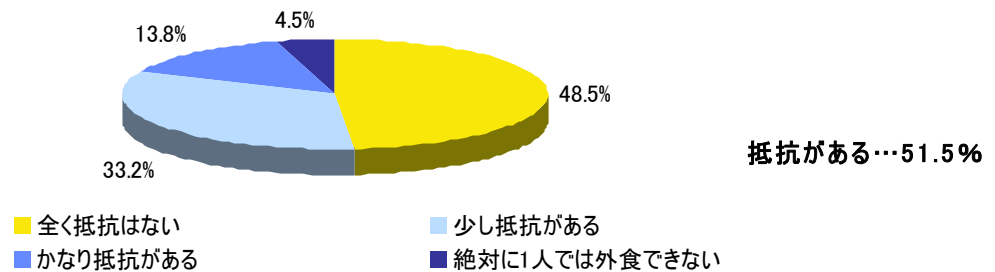
抵抗がある人の割合は、男性はどの年代も3~4割だったのに対し、女性は6~7割と高く、女性の方が抵抗を感じているようである。

女性全体では64.4%で、6割以上が一人での外食に抵抗があるという事が分かった。

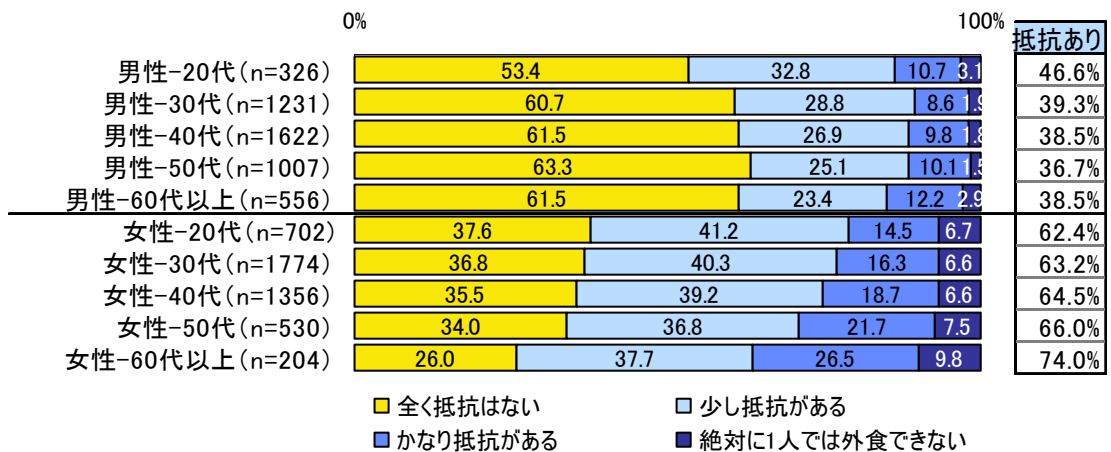
女性については、年代が上がるほど抵抗を感じる割合が高く、60代以上では7割を超えている。

全員 N=9409

あなたは、一人で外食をすることについて、抵抗はありますか。(単一回答)



◆性年代別



男性は「牛丼・カレー店」、女性は「カフェ・コーヒーショップ」へ。行き当たりばったりで入る人は48.1%

■ひとり外食の時間帯

ふだん“ひとり外食”をする人の時間帯については、「昼食/ランチ」が83.2%と圧倒的であった。

■ひとり外食をする店舗

ひとり外食をする際の店舗については、「ファーストフード」59.6%、「カフェ・コーヒーショップ」47.1%、「牛丼店・カレー店」41.9%、「ラーメン屋」41.3%、「うどん・そば店」40.3%、「定食屋」35.9%と続いた。

安価で短時間で食事を済ませられる店がよく利用されている。

また、昼食に合ったメニューを提供する店が良く利用されている事が伺える。

<男女別>

男女別ではよく利用する店に違いが出ている。

男性では・・・「牛丼店・カレー店」59.0%が最も多く、「ラーメン屋」55.1%、「うどん・そば店」51.8%、「ファーストフード」51.0%と続く。

女性では・・・「カフェ・コーヒーショップ」75.5%、「ファーストフード」73.2%の2つが圧倒的で、「パン屋のイートインなど」39.5%、「ファミリーレストラン」33.0%と続く。

男性は米・麺類の店にひとりで訪れており、女性はパン系の店に訪れているようである。

■店の選び方

ひとり外食をする際の店の選び方については、48.1%が「行きあたりばったりでふらっと入ることが多い」と回答し、37.4%は「事前に決めて行くことが多い」と回答した。

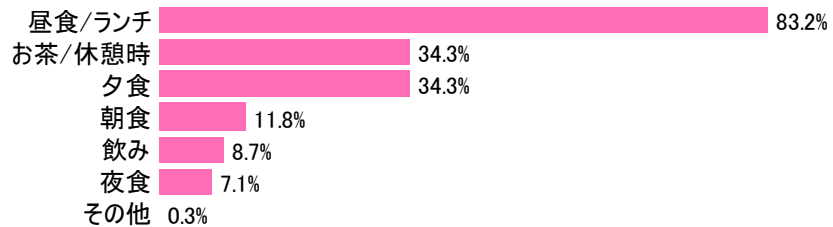
<性年代別>

男女間での差はほとんど見られなかった。

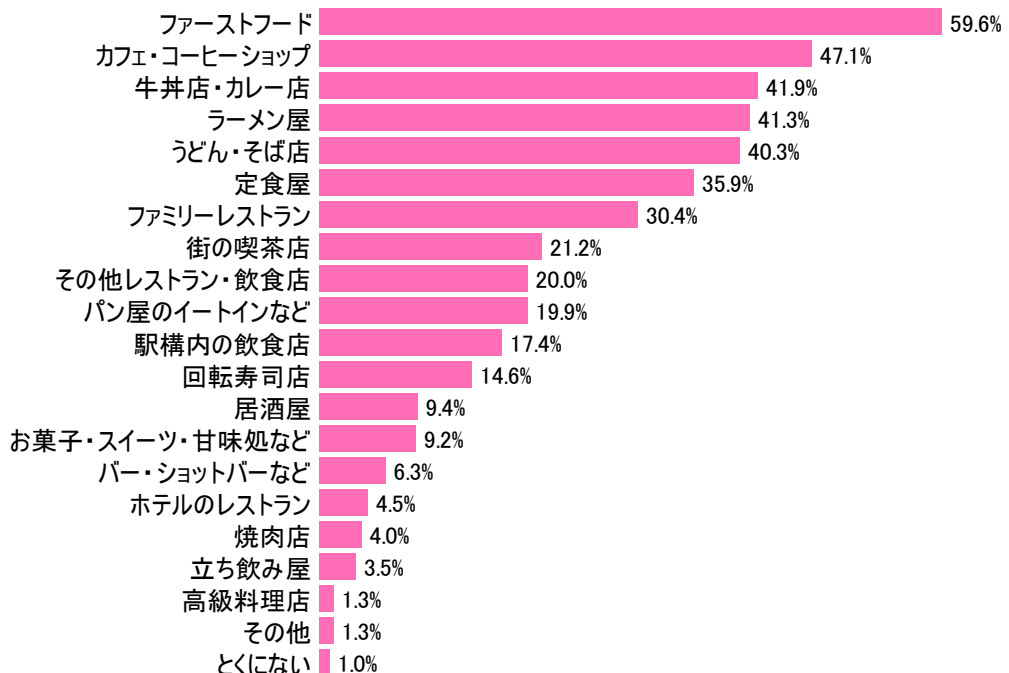
男女とも年代が若いほど「行きあたりばったり」という人の割合が多い。60代以上では4割未満なのに対し、20代では6割近くに上る。

ひとり外食を毎日・よく・たまにしている人 N=4674

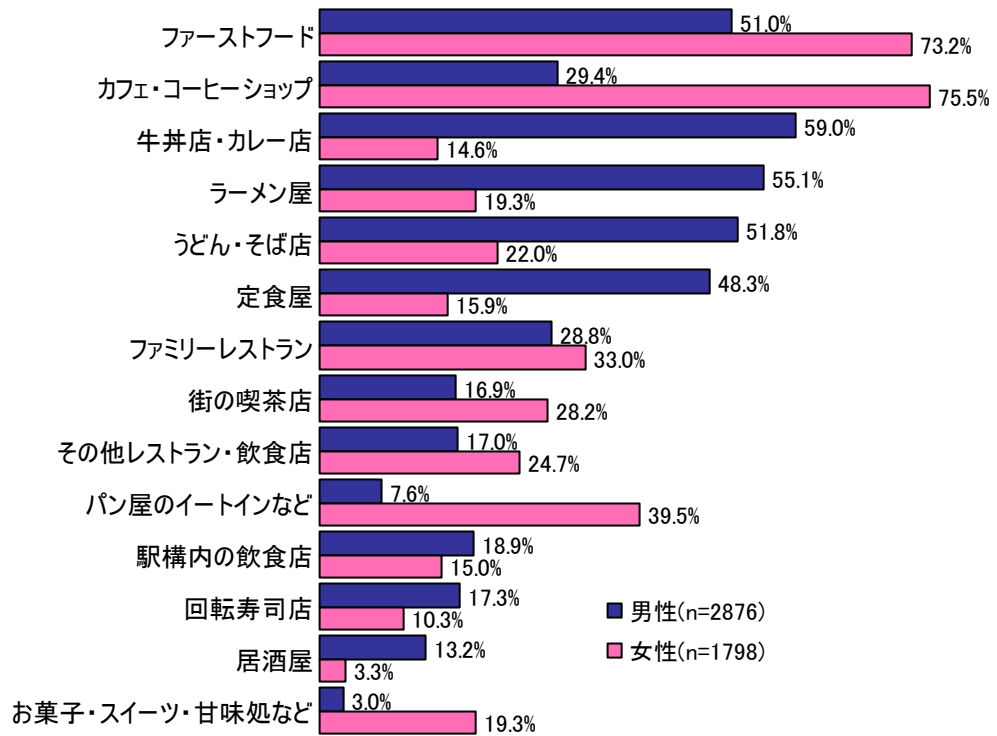
「ひとり外食」をよくするのはいつですか。(複数回答)



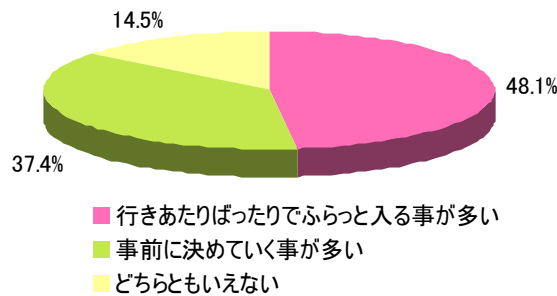
「ひとり外食」の際によく利用するお店は？(複数回答)



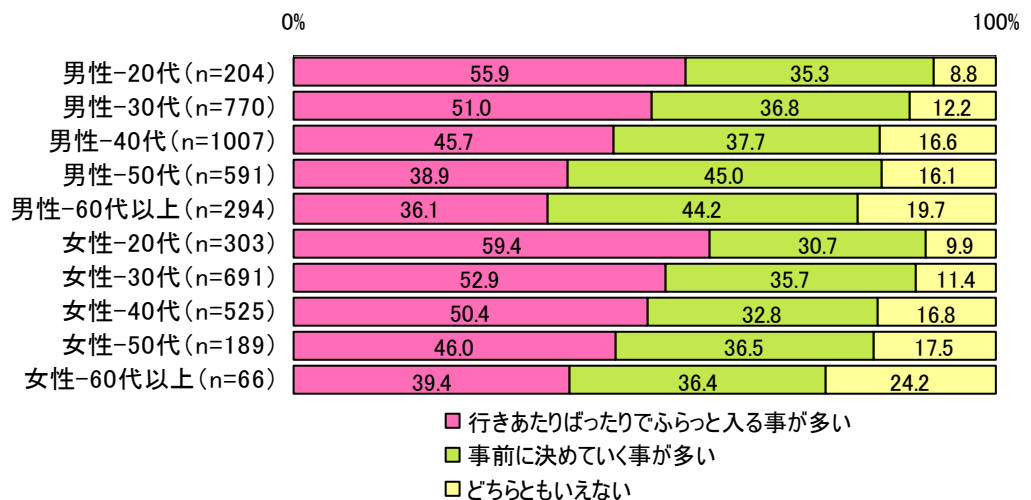
◆男女別



「ひとり外食」でお店を選ぶ時は、どのようなパターンが多いですか。(単一回答)



◆性年代別



ひとり外食の魅力は、人に合わせずに自由に行ける「気楽さ」

■あえて「1人で」外食をしたいとき

あえて「1人で」外食をしたいと思うシチュエーションを尋ねたところ、「手短に食事を済ませたいとき」が最も多く46.4%、「自分のペースで食べたいとき」39.2%、「好きな物を食べたいとき」35.7%、「ゆったりした時間を過ごしたいとき」32.4%、「1人になりたいとき」31.6%と続いた。

「ゆったりした時間を過ごしたい」人よりも「手短に済ませたい」という理由で“ひとり外食”をする人が多いことが分かった。また、『自分の思うように食べたい』といった理由が多い。

■「ひとり外食」の魅力は？

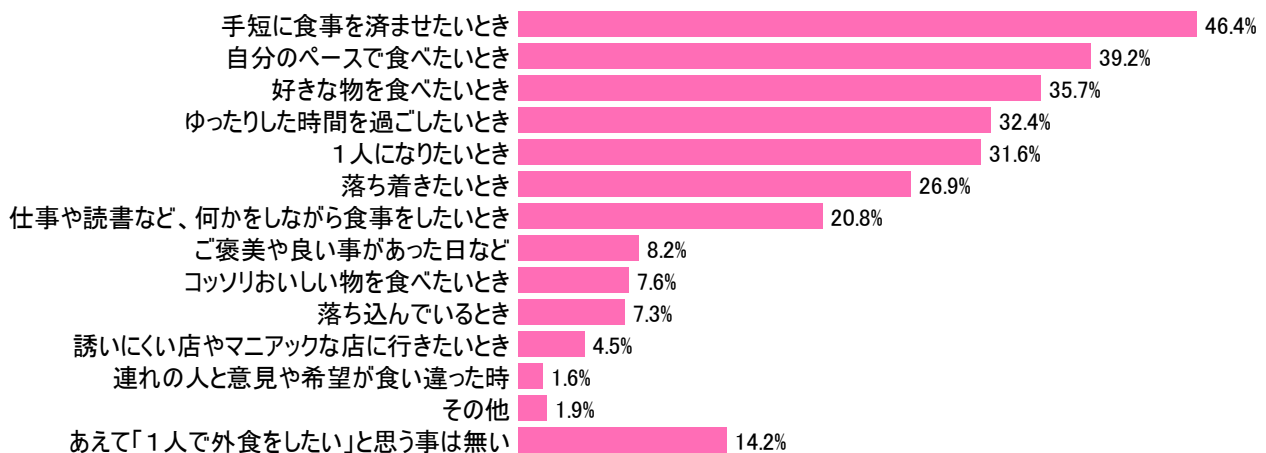
“ひとり外食”の魅力については、「気楽である」62.0%が最も多かった。次いで「思いついたときに行ける」46.7%、「落ち着ける」37.4%、「食べたいものだけを食われる」37.1%、「ゆったりできる」35.8%と続いた。

前問で最も多かった「手短に食事を済ませられる」は、『魅力』では6番目となっている。「手短に済ませられる」以外の、別の点にも魅力を感じているようである。

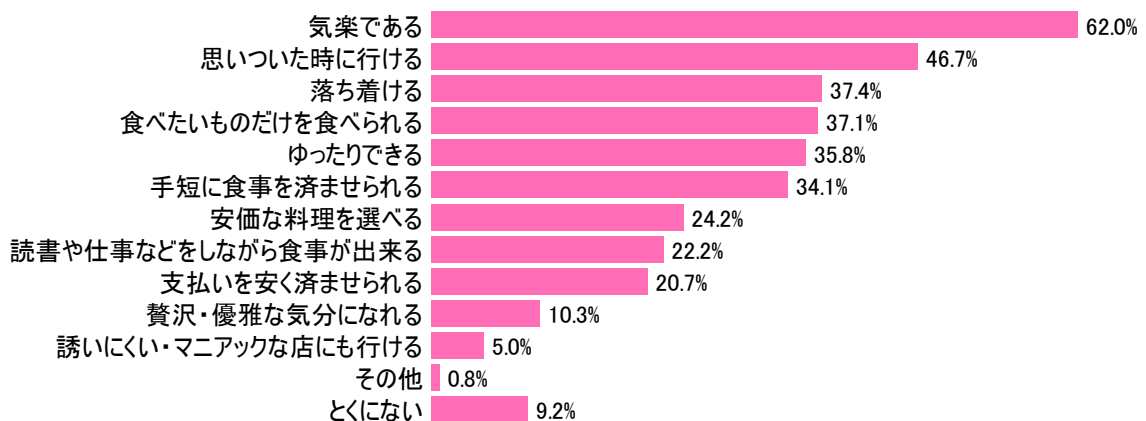
前問の『自分の思うように食べたい』という結果も踏まえると、『人に合わせずに自由に行ける気楽さ』を、ひとり外食の魅力と考えている人が多いことが伺える。

ひとり外食を毎日・よく・たまにしている人 N=4674

人と一緒ではなく、あえて「1人で外食をしたい」と思うのはどんな時ですか。（複数回答）



あなたにとっての、「ひとり外食」の魅力は何ですか。（複数回答）



ひとり外食をしやすいのは「落ち着けるお店」。隣のお客との距離が近いと落ち着かない…？

■ひとり外食をしやすい店とは…

“ひとり外食をしやすい店”について尋ねたところ、「1人で来ている人が多い」50.0%、「落ち着ける雰囲気がある」47.8%、「カウンターや1人テーブルなど、1人用の席がある」42.3%と続いた。
「オシャレな雰囲気」は9.5%と少なかった。

■ひとり外食では入りにくい店とは…

反対に“ひとり外食では入りにくい店”では、「騒がしい/せかせかしている」50.2%、「グループ客が多い」50.1%、「隣のお客さんとの距離が近い」41.6%、「常連客が多い」32.4%、「自分と違う客層のお店」32.3%と続いた。

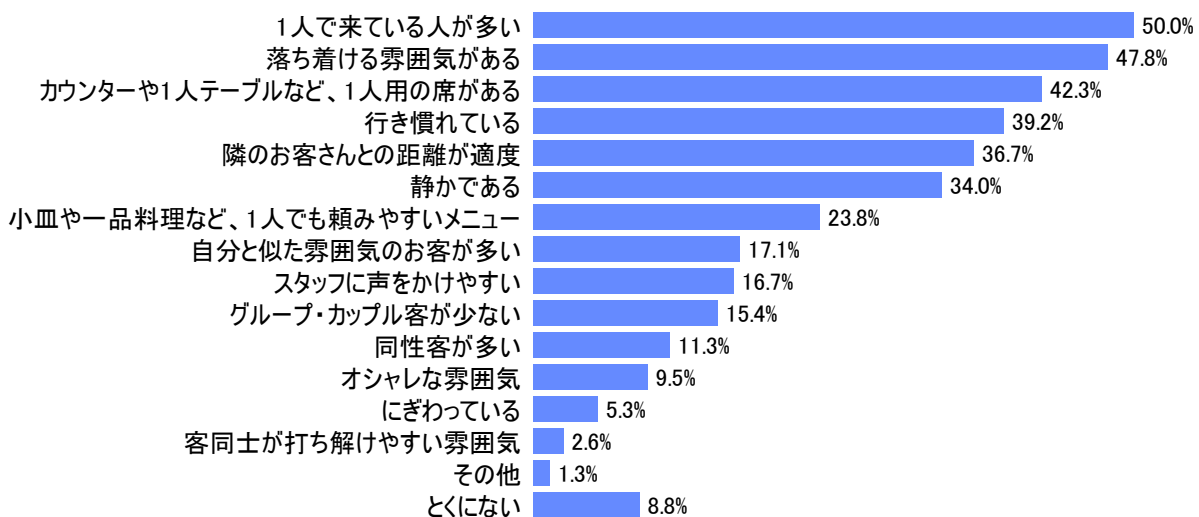
入りやすい店、入りにくい店を併せて見てみると…、

“入りやすい店”では『店の雰囲気』に関する項目に回答が集まったが、“入りにくい店”では『周囲の客・距離感』に関する項目に回答が多かった。

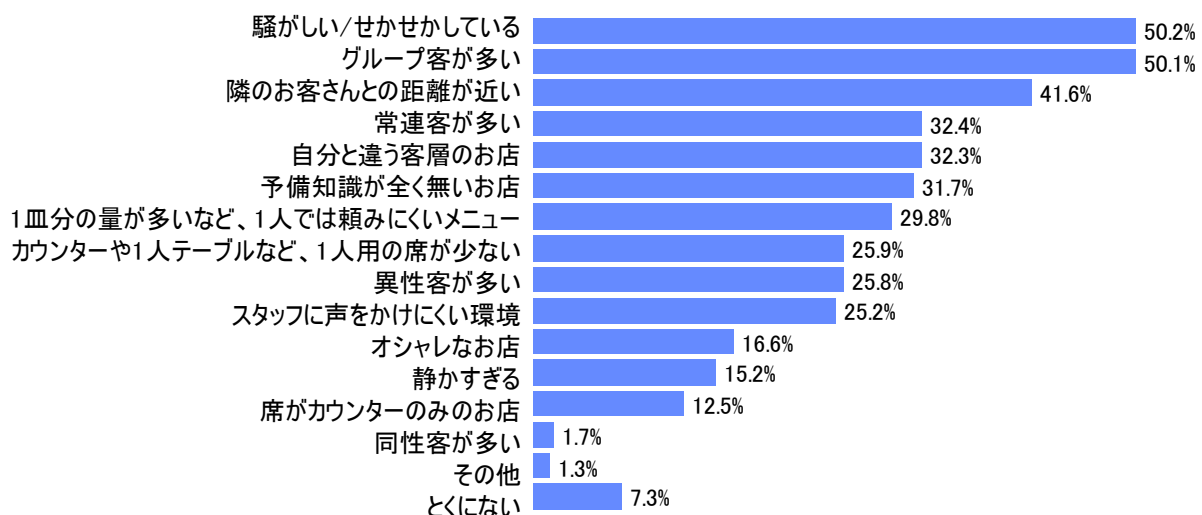
周囲の客が気になる店は入りづらく、落ち着ける雰囲気がある店は、ひとり外食をする人に人気のようである。

ひとり外食経験者 N=8363

「ひとり外食をしやすいお店」はどんなお店ですか。（複数回答）



「ひとり外食では入りにくいお店」はどんなお店ですか。（複数回答）



ここまでだったら1人で入れる！ひとり外食の“限界店”は「ファミレス」

■ここまでだったら1人で入れる！ひとり外食の「限界店」

「ここまでなら一人で入れる」という、“ひとり外食の限界店”を尋ねた。

1位は「ファミリーレストラン」2011票で、圧倒的であった。ファミリーレストランまでなら1人で行ける…という人が多いようである。2位は「ファーストフード」539票、3位は「居酒屋」520票、4位は「焼肉店」427票、5位は「ラーメン店」390票と続いた。10位までのランキングを見ると、短時間で食べられる、ランチで行けるお店が多い。

<男女別>

男女別では順位に違いが出ているが、男女とも1位は「ファミリーレストラン」だった。

男性・・・2位「居酒屋」、3位「焼肉店」、4位「どこでも行ける」、5位「ラーメン店」と続いた。

女性・・・2位「ファーストフード」、3位「カフェ・コーヒーショップ」、4位「軽食・喫茶店」、5位「ラーメン店」と続いた。

男性の2位「居酒屋」、3位「焼肉店」は女性では7位と6位である。

■ひとり外食のエピソードいろいろ

ひとり外食についてのエピソードを自由回答で尋ねたところ、色々な回答が挙げられた。

多かったのは「必ず雑誌や本を持参する」、「店のスタッフと仲良くなっておまけしてもらった」、「落ち着かず、急いで食べてしまった」などであった。

全員 N=9409

「ここまでなら一人で入れる」という、あなたにとっての『ひとり外食の限界店』を教えてください。(自由回答)

全体

順位	お店	票
1	ファミリーレストラン	2011
2	ファーストフード	539
3	居酒屋	520
4	焼肉店	427
5	ラーメン店	390
6	カフェ・コーヒーショップ	320
7	どこでも行ける	303
8	軽食・喫茶店	260
9	牛丼屋	218
10	定食屋	139

男性

順位	お店	票
1	ファミリーレストラン	943
2	居酒屋	398
3	焼肉店	292
4	どこでも行ける	210
5	ラーメン店	188
6	ファーストフード	135
7	牛丼屋	131
8	定食屋	84
9	回転寿司店	69
10	軽食・喫茶店	54

女性

順位	お店	票
1	ファミリーレストラン	1068
2	ファーストフード	404
3	カフェ・コーヒーショップ	296
4	軽食・喫茶店	206
5	ラーメン店	202
6	焼肉店	135
7	居酒屋	122
8	どこでも行ける	93
9	牛丼屋	87
10	回転寿司店	68

ここまでだったら1人で入れる！ひとり外食の“限界店”は「ファミレス」

■ここまでだったら1人で入れる！ひとり外食の「限界店」

「ここまでなら一人で入れる」という、“ひとり外食の限界店”を尋ねた。

1位は「ファミリーレストラン」2011票で、圧倒的であった。ファミリーレストランまでなら1で行ける…という人が多いようである。2位は「ファーストフード」539票、3位は「居酒屋」520票、4位は「焼肉店」427票、5位は「ラーメン店」390票と続いた。10位までのランキングを見ると、短時間で食べられる、ランチで行けるお店が多い。

＜男女別＞

男女別では順位に違いが出ているが、男女とも1位は「ファミリーレストラン」だった。

男性・・・2位「居酒屋」、3位「焼肉店」、4位「どこでも行ける」、5位「ラーメン店」と続いた。

女性・・・2位「ファーストフード」、3位「カフェ・コーヒーショップ」、4位「軽食・喫茶店」、5位「ラーメン店」と続いた。

男性の2位「居酒屋」、3位「焼肉店」は女性では7位と6位である。

■ひとり外食のエピソードいろいろ

ひとり外食についてのエピソードを自由回答で尋ねたところ、色々な回答が挙げられた。

多かったのは「必ず雑誌や本を持参する」、「店のスタッフと仲良くなっておまけしてもらった」、「落ち着かず、急いで食べてしまった」などであった。

全員 N=9409

「ここまでなら一人で入れる」という、あなたにとっての『ひとり外食の限界店』を教えてください。(自由回答)

全体

順位	お店	票
1	ファミリーレストラン	2011
2	ファーストフード	539
3	居酒屋	520
4	焼肉店	427
5	ラーメン店	390
6	カフェ・コーヒーショップ	320
7	どこでも行ける	303
8	軽食・喫茶店	260
9	牛丼屋	218
10	定食屋	139

男性

順位	お店	票
1	ファミリーレストラン	943
2	居酒屋	398
3	焼肉店	292
4	どこでも行ける	210
5	ラーメン店	188
6	ファーストフード	135
7	牛丼屋	131
8	定食屋	84
9	回転寿司店	69
10	軽食・喫茶店	54

女性

順位	お店	票
1	ファミリーレストラン	1068
2	ファーストフード	404
3	カフェ・コーヒーショップ	296
4	軽食・喫茶店	206
5	ラーメン店	202
6	焼肉店	135
7	居酒屋	122
8	どこでも行ける	93
9	牛丼屋	87
10	回転寿司店	68

「ひとり外食」についてエピソードがあれば、教えてください。（自由回答）

- ・ 必ず本や雑誌をもって入る
- ・ 目線をどこに合わせていいか不明
- ・ 店員さんに何名様ですか？？ときかると気まずい
- ・ たまに誰かと一緒に行くと、店員に妙に気を遣われる
- ・ 初めて一人で外食したときは、気まずくて、料理が熱くて仕方なかったのに、舌が火傷しそうになるのにもかかわらず、大急ぎで食べた思い出があります。

- ・ 一時期凄くはまったラーメンがあり、週に5日行った。一人じゃないと連続で同じのは行けない。

- ・ 中華飯店で店員さんと仲良くなって、小皿とか、スープとか、おまけしてもらった。
- ・ 相席になった異性と気が合って友人になった。
24年位前ですが、JR立川駅の外で1人で立ち食いそばを食べていたら店員の中年女性に「お見合いしても
られないかな」と言われた事があります。
ちょっとビックリ、かなり嬉しいお話でした。 でもその時はもう夫がいました。 30歳の秋でした。

- ・ 独りビアガーデンでは酔いが早くて参った。
- ・ 焼き肉屋の一人は忙しい
- ・ 始めて吉野屋に行ったとき、目の前のしょうがを自由に取って良いのかどうか判らずにいた。店員に聞けばよい
のだが、その勇気が無かった。

- ・ ひとり回転寿司に最近ハマっている。ゆっくり誰にも気かけず、もくもくと食べられるのが良い。
- ・ 最近ではひとりで外食できる店が増えてきているように感じる。
- ・ 一人でランチをするのが好きです。気分をリフレッシュしたり、リセットしたいときにふらっと一人になります。
音楽を聞いたり、本を読んだりするとうまくリセットでき、午後は気分一新で仕事ができます。
- ・ 50歳を超えてからの目標は一人でも美味しくいただけるなじみの店を決めたいと思います。

- ・ ひとり外食は本当にさっさと食事を済ませさっさと出てくる。やはり苦手である。また、どこに入ろうかと悩むので、
それなら多少空腹を我慢しても自宅で食べたほうが良い。

・・・などなど

■ 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18万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。
広告効果測定やライフスタイル分析など、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/>

■ 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> 齊藤 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は ●

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