

報道関係者各位

2018年12月21日

出前総合研究所

師走はやっぱり忙しい！？
忙しい時の食事の準備は、出前の利用が1番人気
～「時短」「色々なメニュー」「気分転換」のニーズを取り込む～

出前・デリバリーに関する調査研究と情報発信を行う『出前総研』は、出前館会員を対象に忙しい時期の食事の準備に関する調査を行いましたので、その結果を報告いたします。

<調査結果サマリ>

1. 忙しい時期とその原因

● **忙しい時期**

1年で忙しくなる時期では

1位 12月 (80.1%)

2位 3月 (30.1%)

3位 1月 (29.6%)

「12月」が2位以下に50ポイントの差をつけて、ダントツの1位でした。

● **忙しくなる原因**

忙しくなる原因のトップ3は以下の結果でした。

1位 仕事の量が増える (70.2%)

2位 大掃除などの家事が増える (33.5%)

3位 仕事の付き合いが増える (33.0%)

また、男女で回答を比較すると、男性は「仕事の付き合い」という回答が女性よりも15ポイント高く、女性は「家事」という回答が男性よりも20ポイント高くなっており、男性は「仕事」と「仕事の付き合い」で、女性は「仕事」と「家事」で忙しくなる傾向が見られます。

2. 忙しい時に負担に感じる家事

忙しい時に最も負担に感じる家事は「食事の準備 (57.9%)」でした。

忙しい時の食事の準備では、

1位 出前の利用 (75.1%)

2位 デパートやスーパー、コンビニなどで購入する (64.0%)

3位 外食する (56.9%)

と、自炊よりも外食や中食が多い結果となりました。

出前を利用する主な理由は、「時短」「色々なメニューがある」「気分転換」でした。

【本リリースに関する報道関係者からのお問合せ先】

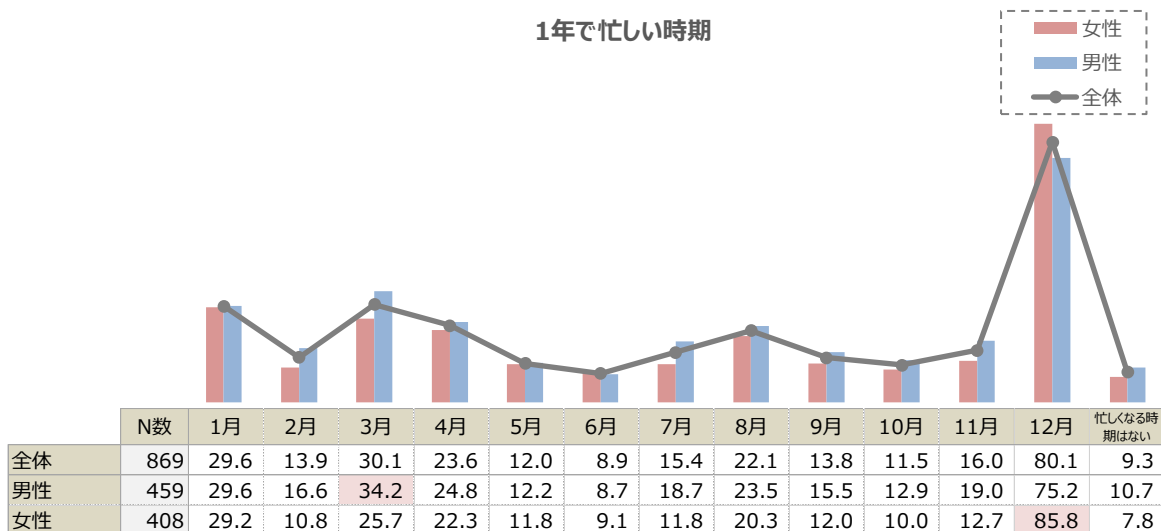
出前総研 担当：大谷

TEL: 03-4500-9380 FAX:03-4500-9390 Mail: dri@yumenomachi.co.jp

はじめに1年で忙しくなる時期を聞いたところ、最も多かったのは「12月」で回答者の80.1%が「忙しい時期」と回答しました。2番目に多かった「3月（30.1%）」、「1月（29.6%）」と比較しても50ポイント近く差がありました。

男女別で見ると、男性より女性の方が忙しい時期として「12月」を選んだ人が10ポイントほど多い結果となりました。一方で男性は「3月」を選んだ人が女性より10ポイント多いことが分かりました。

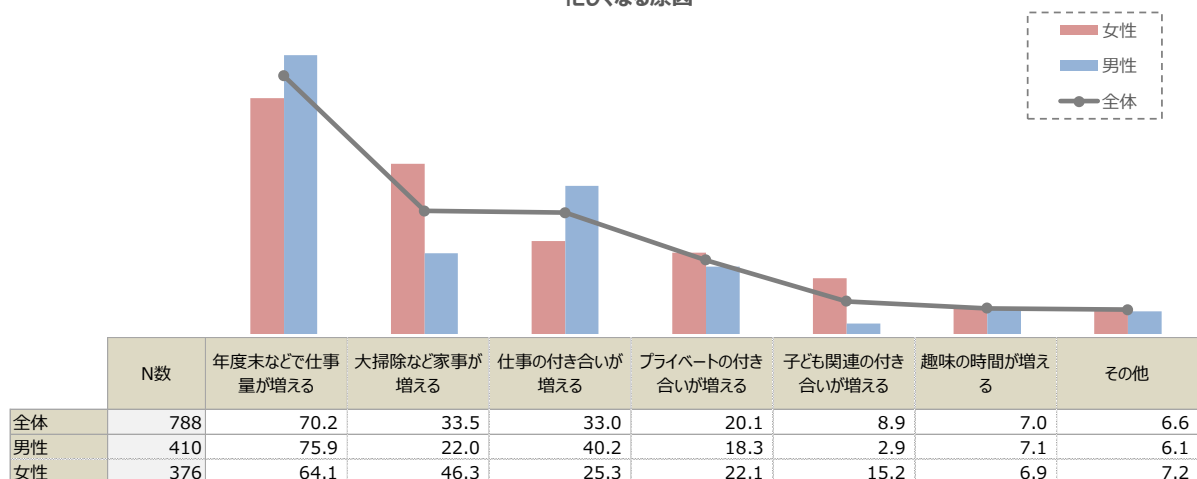
1年で忙しい時期



忙しくなる原因について、1位は「仕事量が増える」で70.2%、次いで「大掃除など家事が増える」が33.5%、「仕事の付き合いが増える」が33.0%でした。こちらも男女別で回答を比較したところ、男性は「仕事量が増える」が最も多くて75.9%、2位が「仕事の付き合いが増える」で40.2%、3位が「大掃除など家事が増える」で22.0%でした。女性では、最も多い回答は「仕事量が増える」で64.1%でしたが、2位は「大掃除など家事が増える」で46.3%と男性より20ポイント高いことが分かりました。

この結果から、女性が忙しくなる原因としては主に「仕事」と「家事」、男性が忙しくなる原因は主に「仕事」と「仕事の付き合い」と考えられます。また、女性の方が12月を忙しいと回答する割合が10ポイント高かったのも大掃除などの「家事」が増えるためと見られます。

忙しくなる原因

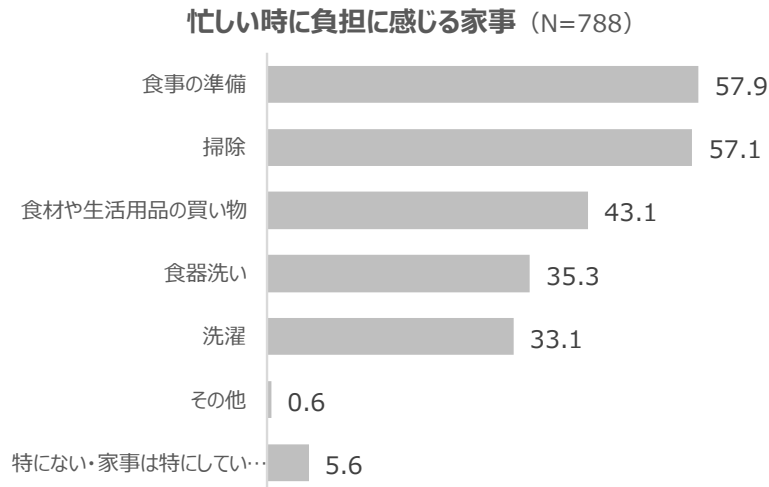


【本リリースに関する報道関係者からのお問合せ先】

出前総研 担当：大谷

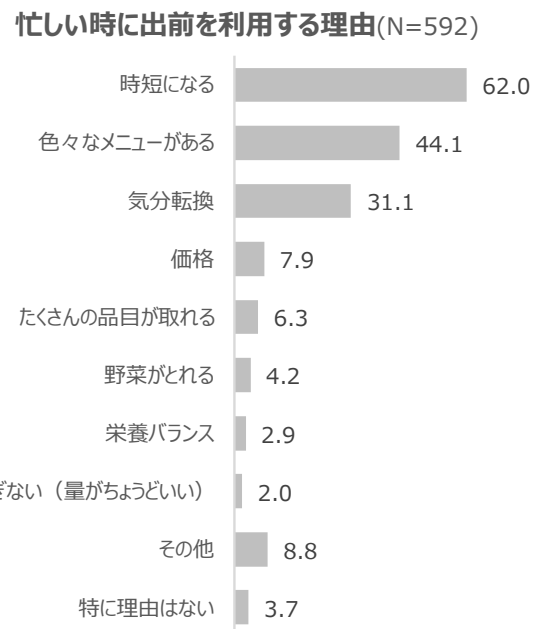
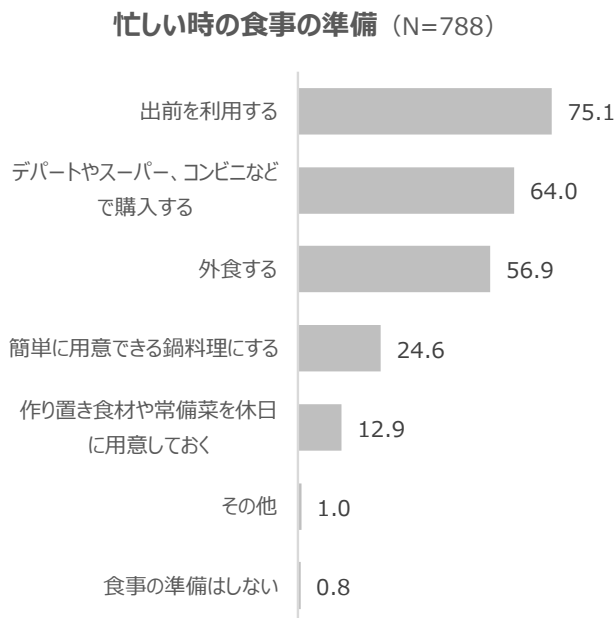
TEL: 03-4500-9380 FAX:03-4500-9390 Mail: dri@yumenomachi.co.jp

次に、忙しい時に負担に感じる家事を聞きました。最も多い回答は「食事の準備」で57.9%、次が僅差で「掃除」で57.1%となりました。







忙しい時に最も負担となる「食事の準備」についてどのようにしているのか聞いたところ、「出前を利用する」が75.1%、「デパートやスーパー、コンビニなどで購入する」が64.0%、「外食する」が56.9%でした。総務省統計局の家計消費状況調査によると、インターネットを利用した「出前」の支出額は12月に最も多くなっており、忙しい時の食事の準備として「出前」の利用が増えることがうかがえます。

忙しい時に「出前を利用する」理由で最も多かったのは、「時短になる」で62.0%、次いで「色々なメニューがある」が44.1%、「気分転換」が31.1%という結果で、忙しい時期に負担の大きい食事の準備を「時短」しつつも、色々なメニューから食事を選んで「気分転換」したいというニーズを取り込んだと見られます。



忘年会や年度末の仕事、大掃除などの家事で仕事もプライベートも忙しい時期、ストレスもたまりやすく、つい食べすぎたり飲みすぎたりすることも多いと思います。そんな忙しい年末年始、バランスのいい食事をとって少しでも疲れがたまらないようにしましょう。疲労回復の栄養素の一つであるビタミン B1 は、疲労物質である乳酸を蓄積せずにエネルギーに変換させる働きがあり、豚肉やそば、鮭、大豆、うなぎなどに多く含まれています。

以下ではビタミン B1 を多く含む食材を使った出前メニューを紹介します。

豚肉と木耳の玉子炒め	ソイモスバーガー	生サーモン親子丼	うな丼セット
			
880 円	370 円	972 円	750 円
大阪王将	モスバーガー	平禄寿司	宇奈とと

今後も『出前総研』では、最新の出前・デリバリーに関する調査研究と情報発信を行って参ります。

※本リリースに記載されている会社名および商品・サービス名は、各社の商標または登録商標です。
※本リリースに記載されている価格はすべて税込価格です。また、価格は地域によって異なる場合があります。

【調査概要および参考データ】

忙しい時期の食事の準備に関する調査
調査期間：2018年12月14日～12月16日
調査対象：全国の出前館利用者 869人

【出前総研 概要】

これまでの『出前館』運営により蓄積してきた経験と知見を活かし、自ら情報を発信していくことにより、日本の出前・デリバリーを含めた中食産業、外食産業を中心とした「食」産業の活性化に貢献していくことを目的に開設された機関です。出前・デリバリーを含む中食に関する領域を総合的に調査・研究し、情報発信しております。また、日本最大級の宅配ポータルサイト『出前館』の運営によって得た様々なデータや、その経験を活かしたメニュー開発、プロモーションや配送等の出前・デリバリーに関連するコンサルティング活動も同時に行っております。

（『出前総研』：<https://dri.themedia.jp/>）

【運営会社：夢の街創造委員会株式会社 概要】

- 設立：1999年9月9日
- 資本金：11億1,330万円（2018年8月末現在）
- 所在地：（大阪本社）〒541-0056 大阪市中央区久太郎町3-6-8 御堂筋ダイワビル8階
（東京本社）〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-8-1 丸の内トラストタワーN館11階
- 代表者：代表取締役社長 中村 利江
- WEBサイト：<http://www.yumenomachi.co.jp/>
- 主な事業概要：日本最大級の宅配ポータルサイト『出前館』<https://demaecan.com/>の運営

【本リリースに関する報道関係者からのお問合せ先】

出前総研 担当：大谷

TEL: 03-4500-9380 FAX:03-4500-9390 Mail: dri@yumenomachi.co.jp