

30代～40代の既婚男女400名に聞いた「週末の食卓に関する調査」

30代～40代の夫婦の食卓幸せ度の平均は74.1点  
幸せな食卓の秘訣は「料理に対する“ありがとう”の一言」

**お酒落だと思えるメニュー「カフェメニュー」「バルメニュー」が上位に！**  
**バルメニューの家庭実施率は約5割**

水産練り製品を主体としたチルド食品事業を中心に事業展開を行っている株式会社紀文食品（本社：東京都中央区）は、「週末の食卓」をテーマに、全国の30代～40代の既婚男女400人を対象として、調査を行いました。

#### 【サマリー】

今回の調査で、30代～40代の夫婦の食卓幸せ度が7割を超えている事が分かりました。また幸せな食卓の秘訣は「料理に対する感謝の一言」にあるようです。またお酒落だと思えるメニューは「カフェメニュー」「バルメニュー」が上位となりました。

#### 【調査背景】

3月も後半にさしかかり、春の陽気が感じられるようになってきました。現在は夫婦共働きが多くを占め、夫婦そろって週末にゆっくり夕食をとる時間も少なくなっていると思います。働き盛りの30代～40代の夫婦は、週末の夕食をどのように過ごしているのでしょうか？

紀文食品では、今回は30代～40代の既婚男女400人に「週末の食卓」に関する調査を行いました。

#### 【調査概要】

1. 調査の方法：WEBアンケート方式で実施
2. 調査の対象：全国の30代～40代の子供のいない既婚の男女
3. 有効回答数：400人（男性200人、女性200人）
4. 調査実施日：2016年3月1日(火)～2016年3月3日(木)

株式会社紀文食品ホームページ

URL : <http://www.kibun.co.jp/>

## <トピックス>

### 家庭の食事・料理での「幸せ度」は？

全体の平均74.1点 夫の平均75.9点 妻の平均72.2点

### 週末の夕食で大切だと思っている事・実行している事は？

思っている事のトップは「楽しい話題・会話」87.0%。しかし「楽しい話題・会話」を実行していると回答したのは、69.8%と17.2ポイントも開きがある事が判明！

### 妻が言われて嬉しい事、夫が言った方がいいと思うが普段言えていない事は？

ともに第1位は「料理に対する感謝の一言」。夫の約4割が普段言えていない事が明らかにまた、夫の第2位は「料理にかけたひと手間への気づき」27.5%とこちらも約3割にのぼり、普段気づいているが、言葉に出来ていない事が分かった！

### 配偶者に料理を作ってもらった時、「ありがとう」と言いたくなるきっかけは？

「幸せ度」が高い夫・妻ほど「冷蔵庫の常備品を活用した料理が出た時」、  
「新しいメニューが出た時」が上位

### おしゃれなイメージだと思う料理は？

第1位「カフェメニュー」45.5% 第2位「バルメニュー」35.3%

**(1) あなたが思う現在の家庭の食事・料理での「幸せ度」を0～100点の点数でお答えください。  
(単数回答 n=400)**

現在の家庭の食事・料理での「幸せ度」を点数でお聞きしたところ下記のような結果となりました。全体の平均点は74.1点でした。

**【家庭の食事での「幸せ度」ランキング】**

全体 平均点 74.1点

夫 平均点 75.9点

妻 平均点 72.2点

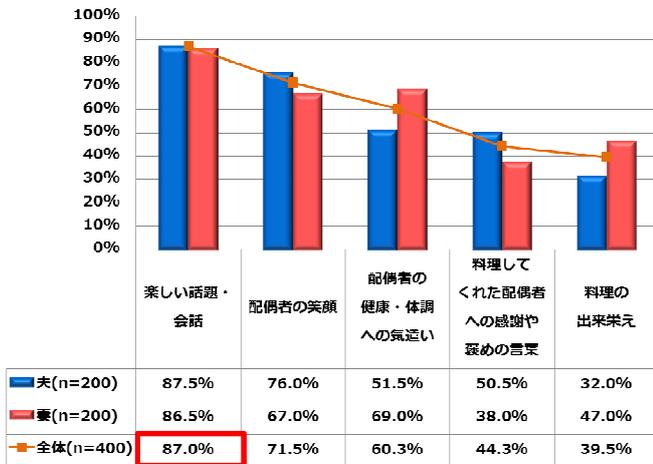
夫	点数	妻
27.5%	91点～100点	22.5%
38.5%	71点～90点	36.0%
15.0%	51点～70点	16.0%
11.0%	31点～50点	15.0%
8.0%	0点～30点	10.5%

**(2) 週末に家で夕食をとる際に、大切だと思う事と実行している事をお答えください。  
(複数回答 n=400)**

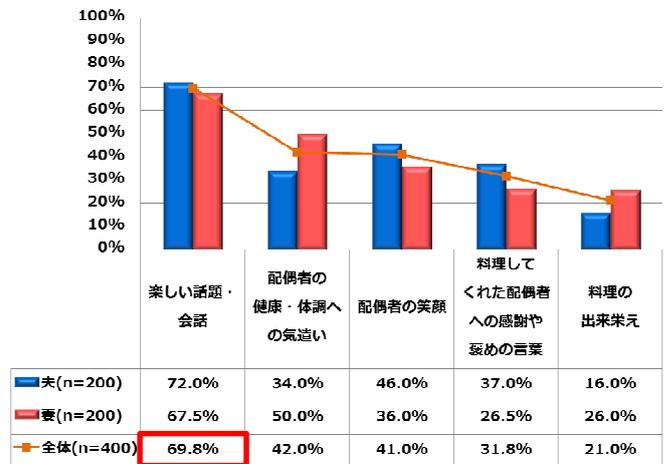
週末に家で夕食をとる際に、大切だと思う事と実行している事をそれぞれお聞きしたところ、ともに最も多かった回答は「楽しい話題・会話」でした。ただ全体で見ると、大切だと思う事での回答が87.0%だったのに対して、実行している事での回答は69.8%と17.2ポイントも差がある事が分かりました。

「楽しい話題・会話」が大切だと思っているものの、実行できていないという方が多い事が明らかとなりました。

**【大切だと思う事 TOP5】**



**【実行している事 TOP5】**

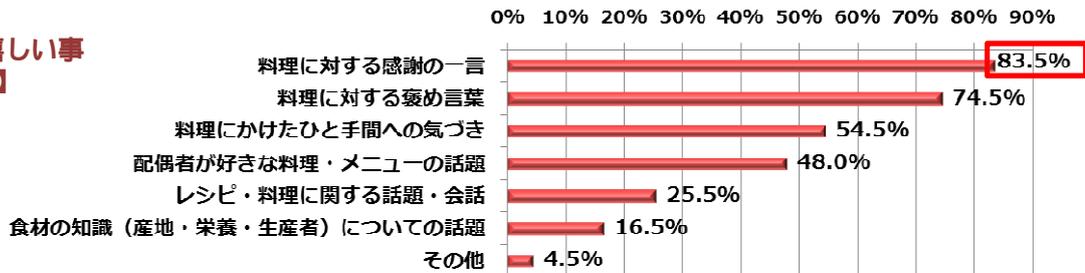


**17.2ポイント差**

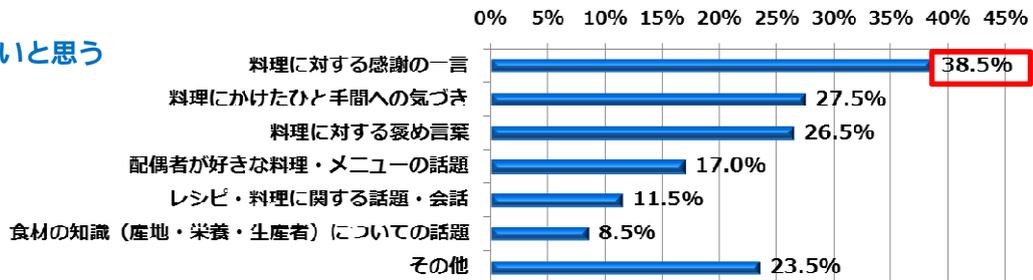
## (3) 週末の自宅での夕食中、妻が言われて嬉しい事、夫が言った方がいいと思うが言えていない事をお答えください。(複数回答 n=400)

週末の自宅での夕食中、妻が言われて嬉しい事、夫が言った方がいいと思うが言えていない事をそれぞれお聞きしたところ、妻が言われて嬉しい事の第1位は「料理に対する感謝の一言」83.5%でした。一方で、夫が言った方がいいと思うが言えていない事の第1位は「料理に対する感謝の一言」38.5%でした。幸せな食卓の秘訣は、夫から妻への「料理に対する感謝の一言」なのかもしれません。

### 【妻が言われて嬉しい事 妻 (n=200)】



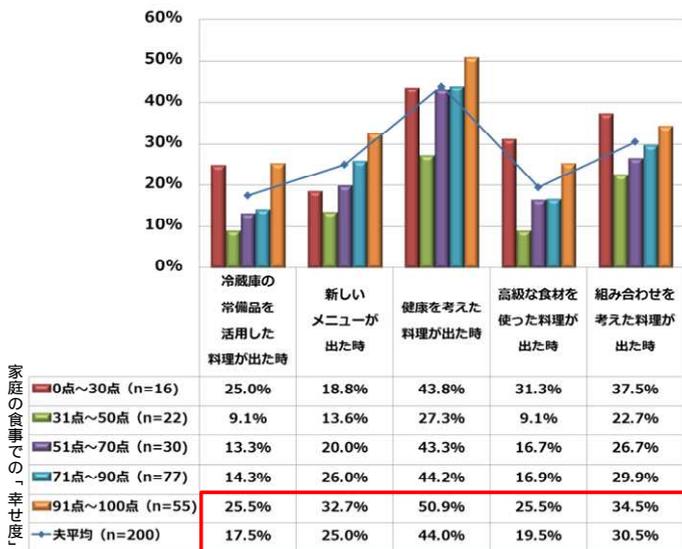
### 【夫が言った方がいいと思う が言えていない事 夫 (n=200)】



## (4) 配偶者に料理を作ってもらった時、「ありがとう」と言いたくなるきっかけは何ですか。(複数回答 n=400)

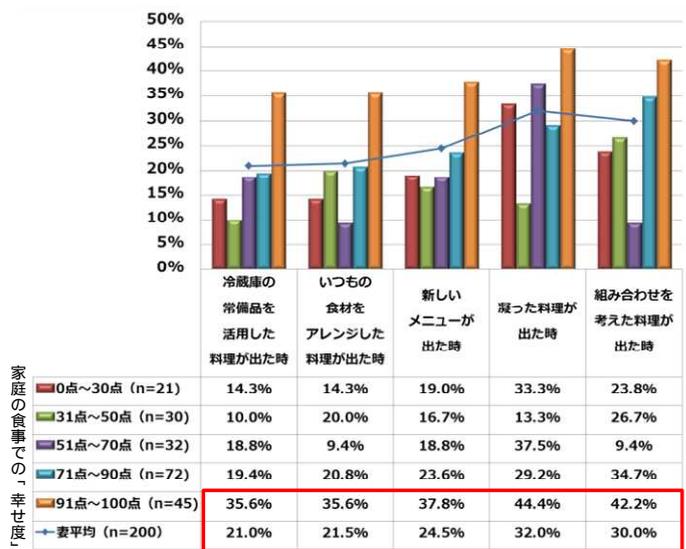
夫・妻に料理を作ってもらった時、「ありがとう」と言いたくなるきっかけを、(1)の幸せ度別で比較してみました。夫・妻それぞれの全体平均と、幸せ度の高い人を比べると、最もポイント差があったのは「冷蔵庫の常備品を活用した料理が出た時」でした。

### 【夫 (n=200) TOP5】



ポイント差 8.0 7.7 6.9 6.0 4.0

### 【妻 (n=200) TOP5】

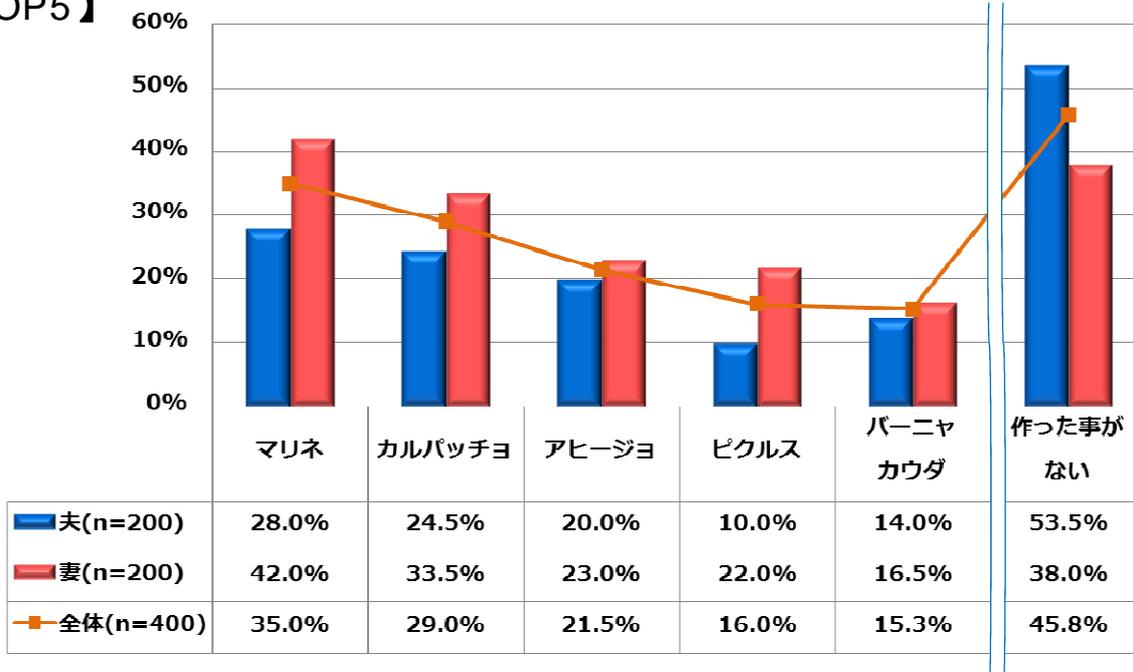


ポイント差 14.6 14.1 13.3 12.4 12.2

## (5) あなたが自宅で作ったことがあるバルメニューは何ですか。(複数回答 n=400)

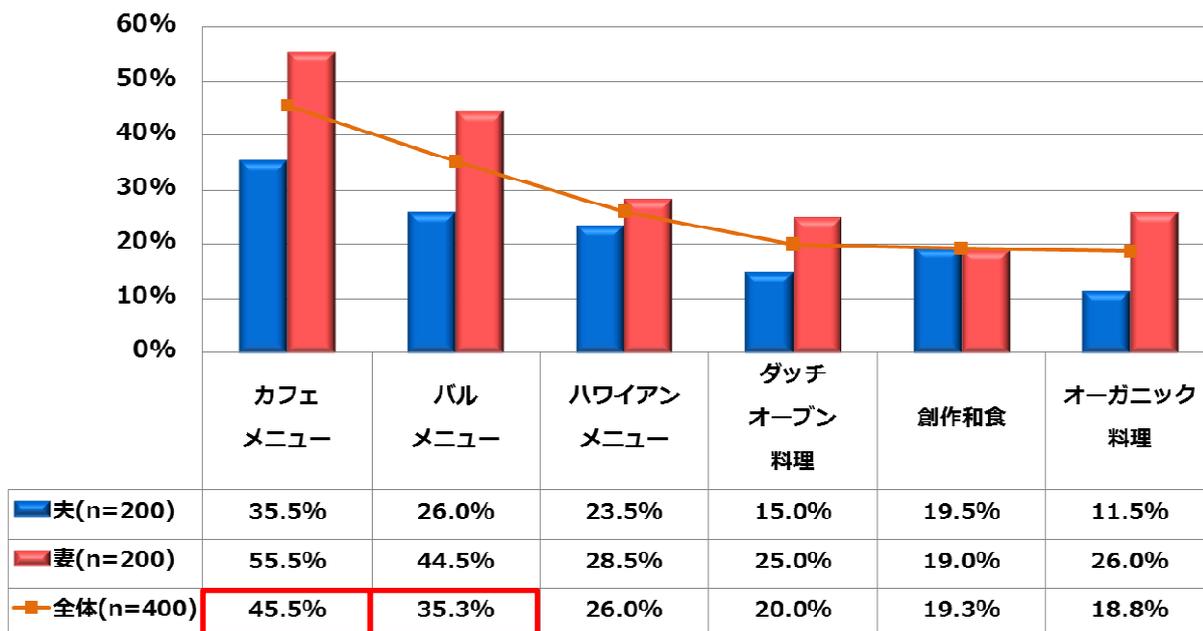
自宅で作ったことがあるバルメニューをお聞きしたところ、最も多かった回答は「マリネ」35.0%でした。次いで「カルパッチョ」29.0%、「アヒージョ」21.5%と続いています。  
自宅でバルメニューを作ったことがある家庭は全体の54.2%と半数を超える結果となりました。

### 【TOP5】



## (6) お洒落なイメージだと思う料理をお答えください。(複数回答 n=400)

お洒落なイメージだと思う料理をお聞きしたところ、最も多かった回答は「カフェメニュー」45.5%でした。次いで「バルメニュー」35.3%となりました。特に女性は、「カフェメニュー」が5割以上、「バルメニュー」が4割以上と多くの方がお洒落だと思っているようです。



## 【魚河岸あげ®の炙りチーズ】

### 材料（2人分）

・紀文 魚河岸あげ®	1パック
・ミニトマト	8～10個
・ブラックオリーブ（種なし）	6個
・バジル	適宜
・モッツアレラチーズ	1個
・パルメザンチーズ	適宜

A：イタリアンドレッシング	100cc
A：ごま昆布	30g

### 作り方

- ：魚河岸あげ®は十文字の4等分にし、よく混ぜたAとあえる。
- ：を耐熱皿に盛り付け、食べやすい大きさに切ったミニトマト、オリーブ、モッツアレラチーズをのせ、パルメザンチーズをかけてトースターで焼く。
- ：最後にバジルを添える。



（調理時間5分）

お好みでAに魚河岸あげ®を5～15分漬け込むとより味に深みが出ます。  
2種のチーズはミックスチーズでも代用可能です。  
イタリアンドレッシングはご家庭にあるドレッシングでも代用可能です。

## 【たこ天の串焼き アジアンバルスタイル】

### 材料（2人分）

・紀文 たこ天	2枚
A：ハーブティー	3g
A：おろし生姜	小さじ1/3
A：おろしにんにく	小さじ1/3
A：レモン汁	小さじ1
A：オリーブオイル	大きじ2
B：スイートチリソース	50g
B：マヨネーズ	20g
B：ナンプラー（醤油でも代用可能）	少々

### 作り方

- ：たこ天を6～8等分に切る。ボウルなどでAの材料をよく混ぜ込み、たこ天とあえる。
- ：をトースターで5分ほど焼く。焼いている間にBの材料をよく混ぜソースを作る。
- ：たこ天が焼けたら粗熱をとって串に刺し、ソースを添える。



（調理時間7分）

お好みでAにたこ天を5～15分漬け込むとより味に深みが出ます。

**練り製品を使えばお洒落なバルメニューが短時間にできるので、  
共働きの夫婦におススメです。**

**“楽しい会話”、のきっかけとして是非お試しください。**

引用・転載時のクレジット表記のお願い

本リリースの引用・転載は、必ずクレジットを明記していただきますようお願い申し上げます。

<例> 「株式会社紀文食品が実施した調査結果によると……」