

平成 30 年度

キッチン関係調査・研究報告書

自炊学生が日々の生活でキッチンをどのように捉え、 どのように使っているかの意識調査（その 2）

— 食生活が自炊なのか、或は調理済食品による自炊なのか、からキッチン
の新しいシステムデザインを研究する —

2019 年 2 月

学生アパート用のキッチン研究会

目次

1. はじめに
2. 研究の背景
3. 研究の目的
4. 調査・研究活動の計画
 - 4-1. アパートのキッチンスペース
 - 4-2. 自炊と調理済食品
 - 4-3. 調理済食品に対する意識
6. 研究の考察

平成31年2月

学生アパート用のキッチン研究会

棒田邦夫（金沢学院大学）代表

石黒鳴子（積水ハウス株式会社北陸支店）

新舛静香（（株）スパイラル）

高橋未樹子（コマニー株式会社）

森信太郎（さんのきファクトリー合同会社）

1. はじめに

21世紀に入り WiFi による携帯電話や家電製品の制御が行われ、炊飯器・冷蔵庫・電子レンジなどの調理器具を全世帯が持つようになり、自炊に掛かる手間が大幅に省けるようになってきた。また、学生の暮らす周辺にはファーストフード店やコンビニエンスストアが数多くある。一方、食品においてもレトルト食品、冷凍食品、インスタント食品など調理済食品の普及も進んでいる。このように大きく変化した世の中で、はたして学生たちはキッチンを活用して自炊をしているのか、という疑問から前年度「食生活における自炊とキッチンの活用状況に関する調査」をした。

この意識調査では、関東地域・北陸地域の2地域の大学生を自宅、自宅外に関係なく大学内の授業をとおしてアンケートの実施をし、報告書にまとめた。しかし、この報告書で分かったことが、

- ① 回答者の7割が自宅通学生であったこと。そして自炊をしていないことであった。
- ② 1人暮らしで自炊をしていると回答した学生の被験者が少なかった。
- ③ 調理時間と料理内容から自炊時間が短いのではないか、という疑問につながった。
- ④ 学生は外食をしていなければすべてが自炊であり、調理済食品も自炊と考えている可能性が見えてきた。

と、いう結果であった。

本研究の意識調査アンケートの主旨としては、

- ① キッチンが備わっていて、使っているのだろうか？
- ② キッチンを使って自炊をしているのだろうか？
- ③ 電子レンジ、冷蔵庫は備わっているのだろうか？

と、いう状況から大多数の1人暮らし学生は自炊をして暮らしているものと期待していたのであるが、先の結果のとおりとなった。

2. 研究の背景

電子レンジと冷蔵庫は全ての学生が備えており、キッチンの加熱設備はIHを備えていた。一方の食材では子ども、若者が好んで食べるカレー、焼きそば、ピザ、お好み焼き、餃子、オムライス、パスタ、ラーメン、ハンバーグ、卵焼き、肉じゃが、グラタン、親子丼、牛丼など、家庭での定番食が調理済食品として豊富に販売されている。それも手頃な価格で購入できるという現状もある。このような調理済食品の主なものに冷凍品、インスタント品、レトルト品がある。冷凍品は電子レンジによる加熱、インスタント品はお湯をかけて、レトルト品は沸騰したお湯に付けて10数分加熱する。食品によっては加熱時間が多少差があるが概ね3分～10分(パスタ等のゆでて食べる)の加熱で食べることができる。自炊にかける時間が15分以下との回答が多くあったが、この15分以下と回答した学生は自炊ではないのではないだろうか。

3. 研究の目的

そこで、(その2)として本研究では、自炊という定義をしっかりと被験者に示して、「自炊」をしているか、いないかを今一度問うこと、そして自炊と称するものが実は調理済食品ではないのか、また調理済食品がどの程度生活の中に浸透していて、調理済食品の嗜好や意識を購入頻度、キッチン空間の広さ・位置より求めていくことを目的とした。

これらのことから先のアンケートで不足していた①一人暮らしをしている学生のみを対象とした自炊の意識調査(100人の回答)②自炊の定義にしたがっているかどうか、調理済食品が自炊なのかどうかの意識調査③部活動の有無④帰宅時間の把握など、を加えた設問を追加して改めてアンケートをとることにより、当初の目的である一人暮らしの食生活でキッチンを用いた自炊が行えているかどうかを明らかにしたいと考えている。また、前年度は実施できなかった不動産業者の協力を得て、一人暮らしの食生活における自炊とキッチンの活用状況を明らかにしていく。なお、一人暮らしには学生ばかりではなく、社会人の単身者の場合についても考えることができる。単身者の場合、学生アパートと生活者とは異なり、設備に対する意識が高いものと推察できる。今回は学生を対象とするが、社会人の単身者を対象としたアンケートも今後実施し、比較検討によりこれらの相違についても研究する必要があると考えている。

4. 調査・研究活動の計画

今回のアンケートでは、(その1)で不足していた項目、1行を加えて以下の分類とした。

1. アパートのキッチンスペース

自炊のする、しないの関係がキッチンスペースの広さと加熱設備・調理台・流し台の広さ、キッチンの位置より考察をする。(問01～問13)

2. 自炊と調理済食品

自炊というものの意味を説明した文面をつけて、自炊の判断をしてもらい自炊の確証を得るものとした。(問14～問22+問29問31問32)

3. 調理済食品に対する意識

調理済食品は、今の共稼ぎ夫婦世帯にとっては大変ありがたい食品であり、学生たちにとっても身近な食品である。そのため下ごしらえをせずに食べられる調理済食品を使った自炊意識があるのではないかと捉えている。その意識について考察をする。

■7月 アンケートの実施：不動産業者にアンケートの主旨を理解してもらい、金沢学院大学芸術学部3年の学生アルバイトを動員して、アパートの各郵便受けに投函する。

■8月 返信封筒によるアンケートの回収。

■9月 アンケートの集計：男女別、学年別などにより集計をする。

■10月～11月 アンケートの分析：分析より考察できる結果をまとめる。

■12月～2月 報告書のまとめ：集計結果を目的、方法、結果、考察、結びの順にまとめる。

5. 研究の結果

- アンケートの被験者および配布数：金沢大学学生に対して 380 枚配布。
- アンケート配布の期間：7 / 26 (木) ~ 8 / 1 (水)
- アンケートの回収方法：回答したアンケートを同封の返信封筒に入れて郵送する。
- 回収数：57 名 (男子学生 33 名、女子学生 24 名) / 回収率 15%
- 年齢：男子学生 (19 才~22 才に集中) 女子学生 (19 才~22 才に集中)
- 出身地域：男子学生 (北陸 14 名、東海・関西各 4 名) 女子学生 (北陸 10 名、東海 6 名)

5-1. アパートのキッチンスペース

問 01 アパートのキッチンスペースに近いキッチン配置はどれですか。

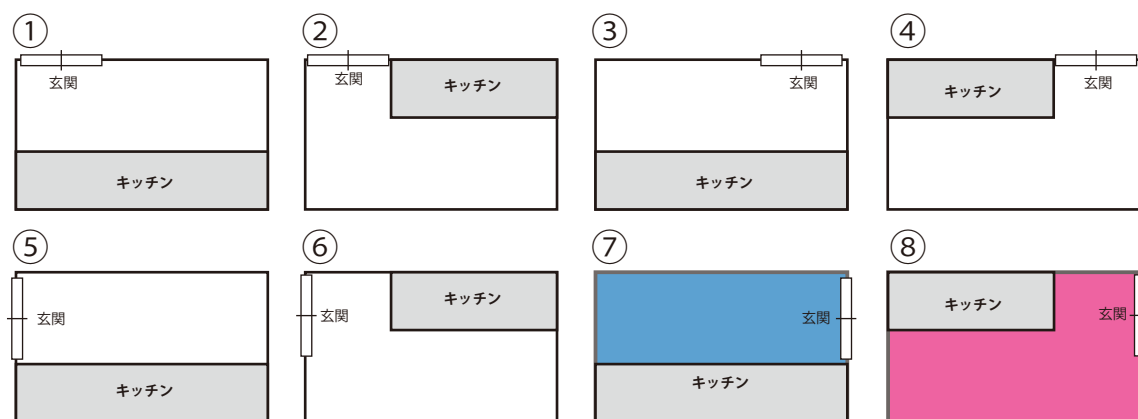


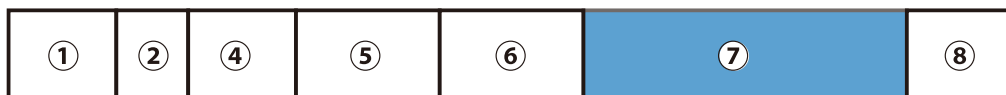
写真 01



写真 02



男子学生
33 名



女子学生
24 名



図-1 アパートのキッチンスペースに近いキッチン配置

自炊をする、しないの要因の1つにアパートのキッチン環境が影響を与えているのではないかと考えた。写真-1、写真-2は学生アパートに設置されている一般的なキッチンである。この大きさのキッチンを実際に使用している学生へ聞き取ってみると写真-1では「料理をするという意欲は低い」、写真-2では「料理つくっているよ」と答えていた。このことからキッチンの環境調査の必要性を考え、設問を設けた。

問01の【アパートのキッチンスペースに近いキッチン配置はどれですか】は、玄関位置に対してキッチンがどの位置に置かれているか、そして選んだキッチン位置と玄関位置の好みの違いを問う設問である。男子学生と女子学生では好みが異なっていて、男子学生は玄関に入り左側面に沿って置かれているキッチンスペースを好むのに対し、女子学生は玄関に入りクランクして置かれているキッチンスペースを好む結果となった。

(図-1参照)

続いて、キッチン自体の状況をキッチンの広さ・流し台の広さ・調理台の広さ・加熱設備より設問を設けた。

問02【問01で選んだキッチン部分の広さはどうですか】では、[やや狭い][やや広い]に2分されていた。(図-2参照)アパートの立地条件や敷地の大きさ、部屋数によって現れたようである。概ね空間の広さは改善されてきているようである。(図-2参照)

問03【問01で選んだ配置の加熱設備を教えてください】では、圧倒的にIH化が進んでいることがわかる。(図-3参照)

問05【問01で選んだキッチン流し台の広さはどうですか】では、男子学生は違和感を感じていないのか[③普通]と回答しているのが多い。女子学生は分散していた。(図-5参照)

問07【問01で選んだキッチンの調理台の広さは

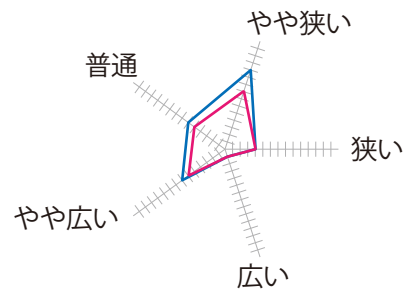


図-2 問01で選んだキッチン部分の広さはどうですか

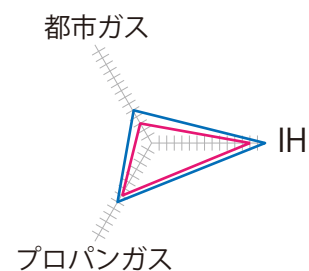


図-3: 加熱設備は何ですか

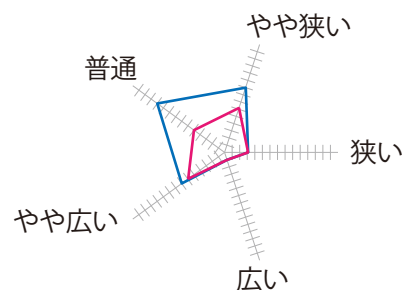


図-5 キッチンの流し台の広さはどうですか

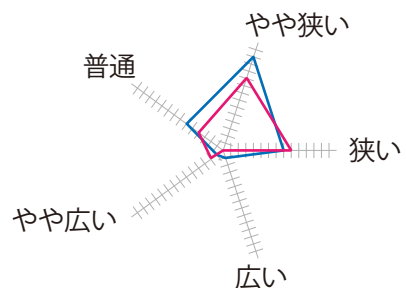


図-7 キッチンの調理台の広さはどうですか

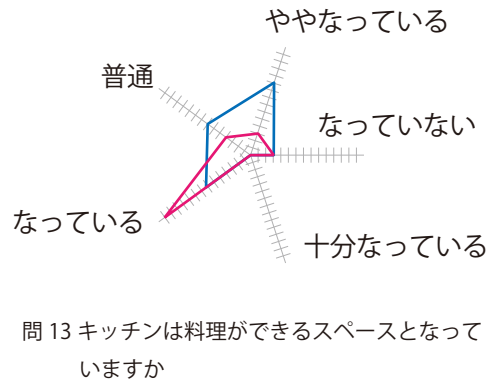
【どうですか】では、男女共にやや狭いと回答している。調理スペースが確保されていないキッチンが装備されているようであった。(図-7 参照)

問 09【電子レンジはありますか】では、2名が [②ない] と回答している以外は全ての学生が電子レンジを備えていた。

問 11【冷蔵庫はありますか】では、全ての学生が冷蔵庫を備えていた。

問 13 では、キッチン自体の客観的な感想を聞いた

設問【キッチンが料理ができるスペースがありますか】では、男女で2分化された。男子学生は満足感が低く、女子学生は満足感が高い結果となった。



5-2. 自炊と調理済食品

この項目では、自炊の条件を提示して自炊者の食生活について問う設問とした。その結果、問 14【主な主食は何ですか】では、53名中 48名の学生が [①ごはん]、次いで5名の学生が [③ 麺類] と回答している。[②パン] と回答した学生はいなかった。なお、女子学生は全て [① ごはん] と回答、[③ 麺] と回答したのは全て男子学生であった。

問 15【自炊をしていますか】では、53名中 46名の学生が自炊を [①している] と回答した。男女別では、男子学生は 29名中 25名、女子学生は 24名中 21名であった。

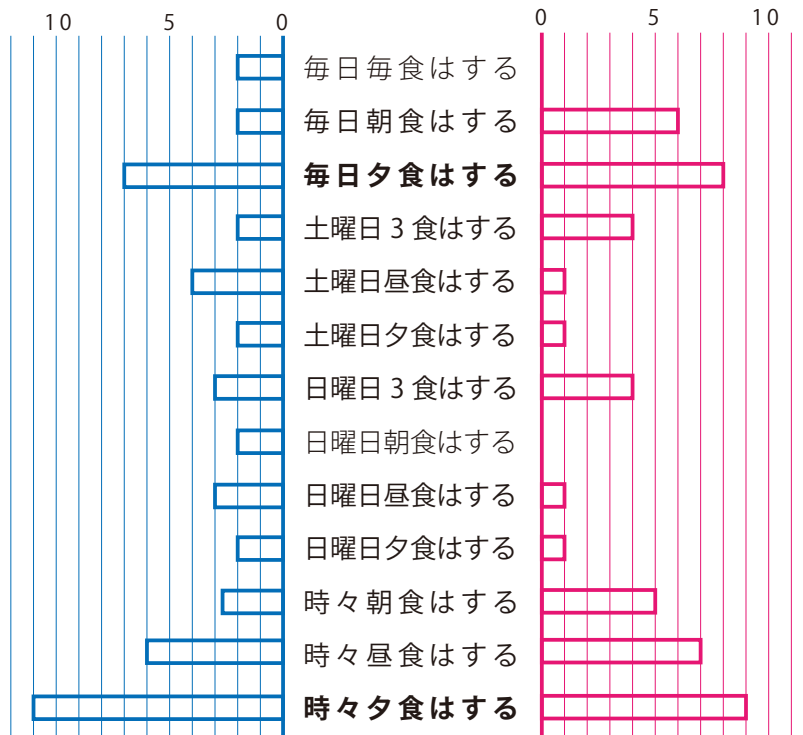


図 17 問 15①を選んだ方の自炊の頻度

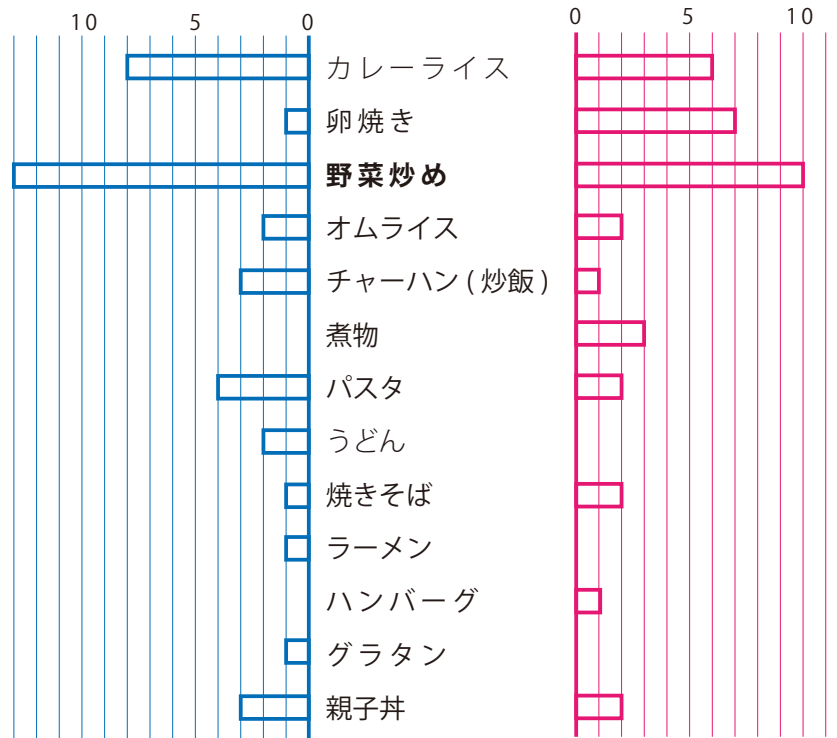


図 17 問 15①を選んだ方の主な料理は何ですか

問 16 【問 15①を選んだ方、自炊の頻度はどれだけですか】では、男女共に [⑩時々夕食はする] が最も多く男子学生で 11 名 / 25 名中、女子学生で 9 名 / 21 名中であった。2 番目に多かったのが [④毎日夕食はする] で、男子学生で 7 名 / 25 名中、女子学生で 8 名 / 21 名中であった。

問 17 【問 15①を選んだ方、主な料理を 5 つ以内でお書きください】では、[野菜炒め] と回答した学生が最も多く 13 名 / 25 名中 (男子学生)、10 名 / 21 名中であった。(図 -17 参照)

問 18 【問 15②、問 16①以外を選んだ方、自炊をしない場合の食事をお答えください】では、男女共に学食、外食が多い。また、男子学生よりは女子学生の方が調理済食品 (レトルト食品・冷凍食品) を購入しているようである。(図 -18 参照)

問 19 【問 15②を選んだ方、自炊をしない理由をお答えください】では、2 名の男子学生で [食材のムダができる] [つくる時間がない] と回答しており、3 名の女子学生で [つくる時間がない] と

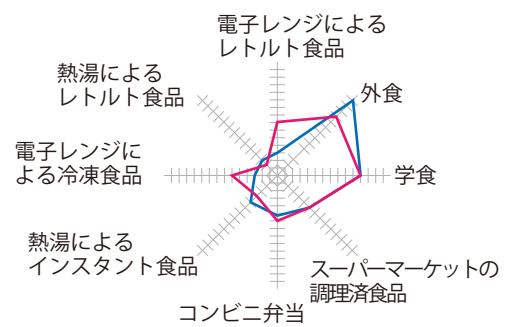


図 18 自炊をしない場合の食事

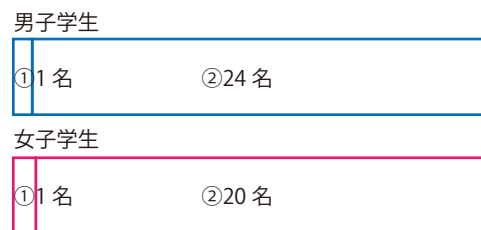


図 -20 食材の購入先で最も多いのは

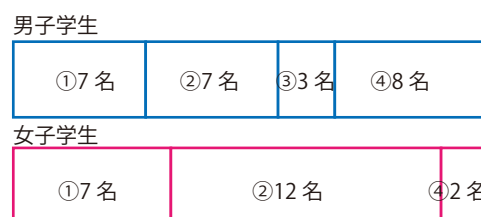


図 -21 購入先までの移手段をお答えください

回答した。

問 20【食材の購入先で最も多いのは】では、[①コンビニエンスストア] 1名、[②スーパーマーケット] 24名で、大半の学生はスーパーマーケットで買い物をしていることがわかった。

(図-20 参照)

問 21【購入先までの移手段をお答えください】(図-21 参照)

男子学生 徒 歩 7名 自転車 7名 バイク 3名 自動車 8名

女子学生 徒 歩 6名 自転車 12名 バイク 0名 自動車 2名

問 22【購入先までのおおよその往復移動時間をお答えください】(地図参照)では、



	10分以内	20分以内	30分以内
男子学生	13	11	1
女子学生	11	4	5

問 29【調理時間は、おおよその程度ですか】では、大きく2分されていて男子学生が[④30分以下]が多く。女子学生が[⑧60分以下]が多かった。(図-29 参照)

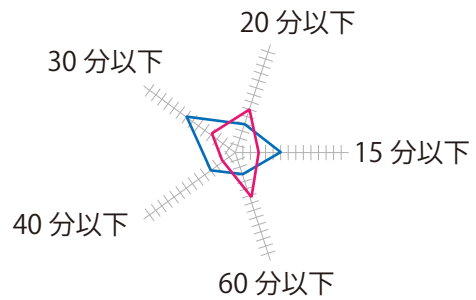


図 29 調理時間は、おおよその程度ですか？

問 31【買い物の頻度は、おおよその程度ですか】では、男女共に[③3日に1回]と回答している学生が多かった。(図-31 参照)

問 32【1回の買い物に使う金額は、おおよその程度ですか】では、[②1000円以下] [③1500円以下] [④2000円以下] [⑤3000円以下]が中心に回答していてほぼ均一な人数分布であった。

(図-32 参照)

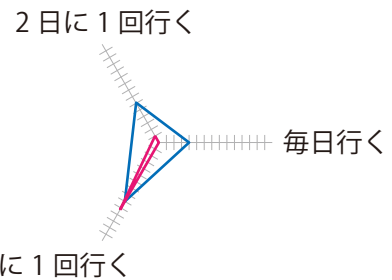


図 31 買い物の頻度は、おおよその程度ですか？

5-3. 調理済食品に対する意識

問 23 【イレトルト食品でよく買う食品】では、男子学生の 8 名が [③カレーライス] [⑥パスタソース] と回答していて、[⑩買わない] と回答した男子学生が 7 名いた。女子学生は [⑥パスタソース] と回答したのが最も多かった。[③カレーライス] [⑩買わない] と回答した女子学生が各 5 名いた。(図-23 参照)

問 24 【冷凍食品でよく買う食品】では、男子学生の 8 名が [①チャーハン] と回答していて、[⑩買わない] と回答した男子学生が 5 名いた。女子学生は [①チャーハン] [⑨唐揚げ] と回答したのが最も多かった。[⑩買わない] と回答した女子学生が各 7 名いた。(図-24 参照)

問 25 【インスタント食品でよく買う食品】では、男子学生の 13 名が [③カップラーメン] と回答し、女子学生の 10 名が [⑥粉末スープ] と回答した。この食品では他の食品と違って [⑦買わない] と回答したのが男女それぞれ各 1 名と少なかった。(図-25 参照)

問 26 【好きな調理済食品はどれですか】では、男子学生の多くが、冷凍食品、インスタント食品、お惣菜と回答していたのに対し、女子学生の場合イレトルト食品、冷凍食品、お惣菜と回答していたのが多かった。一方、[④ない] と回答した学生は男子学生で 6 名、女子学生で 2 名であった。(図-26 参照)

問 27 【調理済食品を食べる頻度は】では、男子学生が [③毎日 1 食] に 6 名、[⑤3 日に 1 食] に

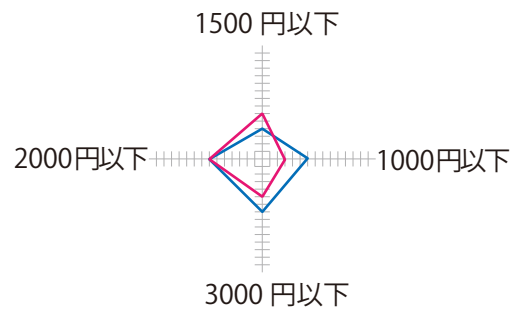


図 32 1 回の買い物に使う金額は、おおよそどの程度ですか？

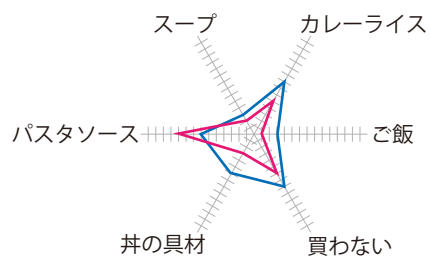


図 23 イレトルト食品でよく買う食品

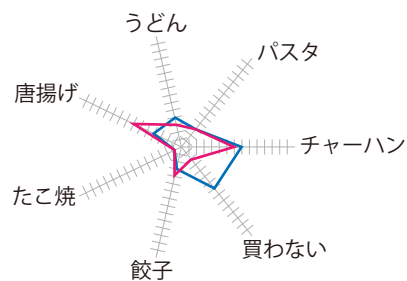


図 24 冷凍食品でよく買う食品

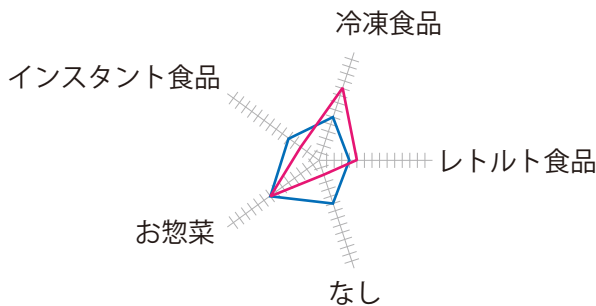


図 26 好きな調理済食品はどれですか

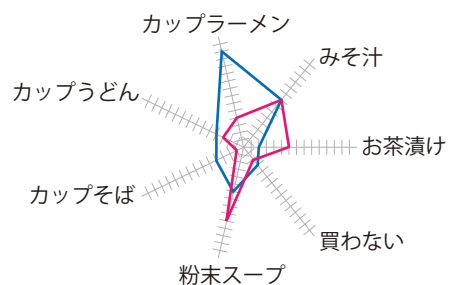


図 25 インスタント食品でよく買う食品

も6名回答していた。女子学生では7名が〔④2日に1食〕と回答していた。(図-27参照)

問28【野菜・果物は食べていますか】では、男女共に〔②野菜は時々食べる〕〔⑤果物は時々食べる〕に多く回答していた。(図-28参照)

問30【今後、レトルト食品・冷凍食品・インスタント食品などの品数が増えると、調理済食品による食事が増えますか】では、男女共に〔④現状のまま〕が最も多かった。17名回答していた。

(図-30参照)

問33【アパートにキッチン(加熱設備+流し台+調理台)が必要だと思いますか】では、男子学生は24名/25名中が〔①必要である〕と回答した。女子学生は20名/21名中が〔①必要である〕と回答した。

問34【アパートに加熱設備が無くても電子レンジと流し台があればよいと思いますか】では、男子学生は21名/25名中が〔①思わない〕と回答した。女子学生は18名/21名中が〔①思わない〕と回答した。

問35【将来1人暮らしとなった場合、自炊しますか】では、男子学生は〔③わからない〕と回答した2名を除いて23名/25名中が〔①する〕と回答した。女子学生は〔③わからない〕と回答した3名を除いて18名/21名中が〔①する〕と回答した。

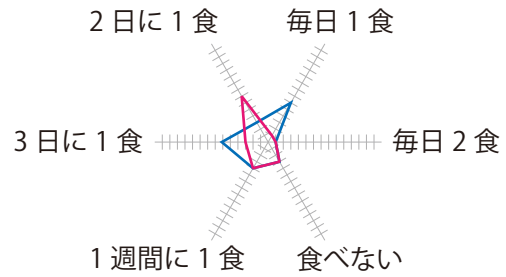


図27 調理済食品を食べる頻度は

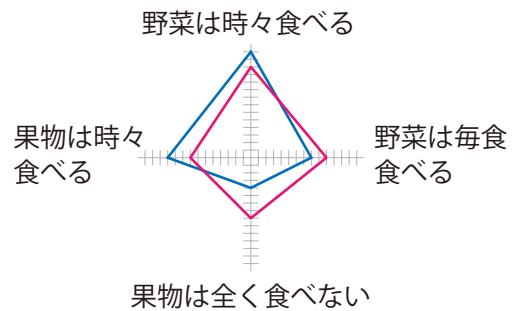


図28 野菜、果物は食べていますか

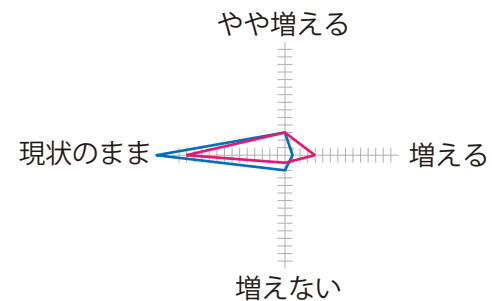


図30 調理済食品の品数が増えると、購入が増えますか

6. 研究の考察

「ハンバーグが食べたい」と、思えばスーパーマーケットまたはコンビニエンスストアに行けば調理済食品が手軽に買って、熱湯で温めた鍋に付けておくか、電子レンジで温めるだけで食べることができる。具材を買って下ごしらえをして、フライパンで焼いての手間をかけずに食べられるのである。これも冷蔵庫、電子レンジといった食の道具のおかげでもあり、値段も高価ではなくなり、一人暮らしを始める学生たちの必需品としてアパートに備えられていることが

わかった。一昔前までは考えられない食生活となっている。キッチンにしても備えつけのものは流し台、調理台、加熱設備は一体化したものであり、加熱設備のほとんどはIHであることもわかった。

このように恵まれている環境であれば誰しも「ちゃんと自炊をして食事をとっている」と考えてしまう。この食生活の意識調査アンケートを始めようと思ったきっかけもこのような思いからである。考察はこのアンケート分析結果として設けた3つの視点よりおこなった。

■ アパートのキッチンスペース

ここではキッチンそのものの広さと作業空間の広さより考えてみる。この項目を設けたのには写真-1のような狭いキッチンを想像していたからである。実際のキッチンそのものは想像していたようにまだまだ「狭い」という回答が多かった。が、作業をする空間からのイメージでは十分ではないものの多くのアパートには広さのあることがわかった。結果をみると思っていたほど「狭い／窮屈」といった回答はなかった。

この結果から自炊という行為に対して、このキッチンでは「できないから」「使えないから」という状況ではないことがわかる。また、十分とはいえないまでも「洗って」→「調理して」→「煮る」・「焼く」・「炒める」といった工程ができる環境に整っているといえる。

また、キッチン以外においては電子レンジ（53名中2名持っていない状況）、冷蔵庫（53名中2名持っていない状況）は100%とはいかなかったが、96%の学生が備えていた。ただし、持っていないと回答した学生と自炊を「していない」と回答した学生の人数が符合することから「電子レンジ」「冷蔵庫」の持ち率は100%と考えられる。

■ 自炊と調理済食品

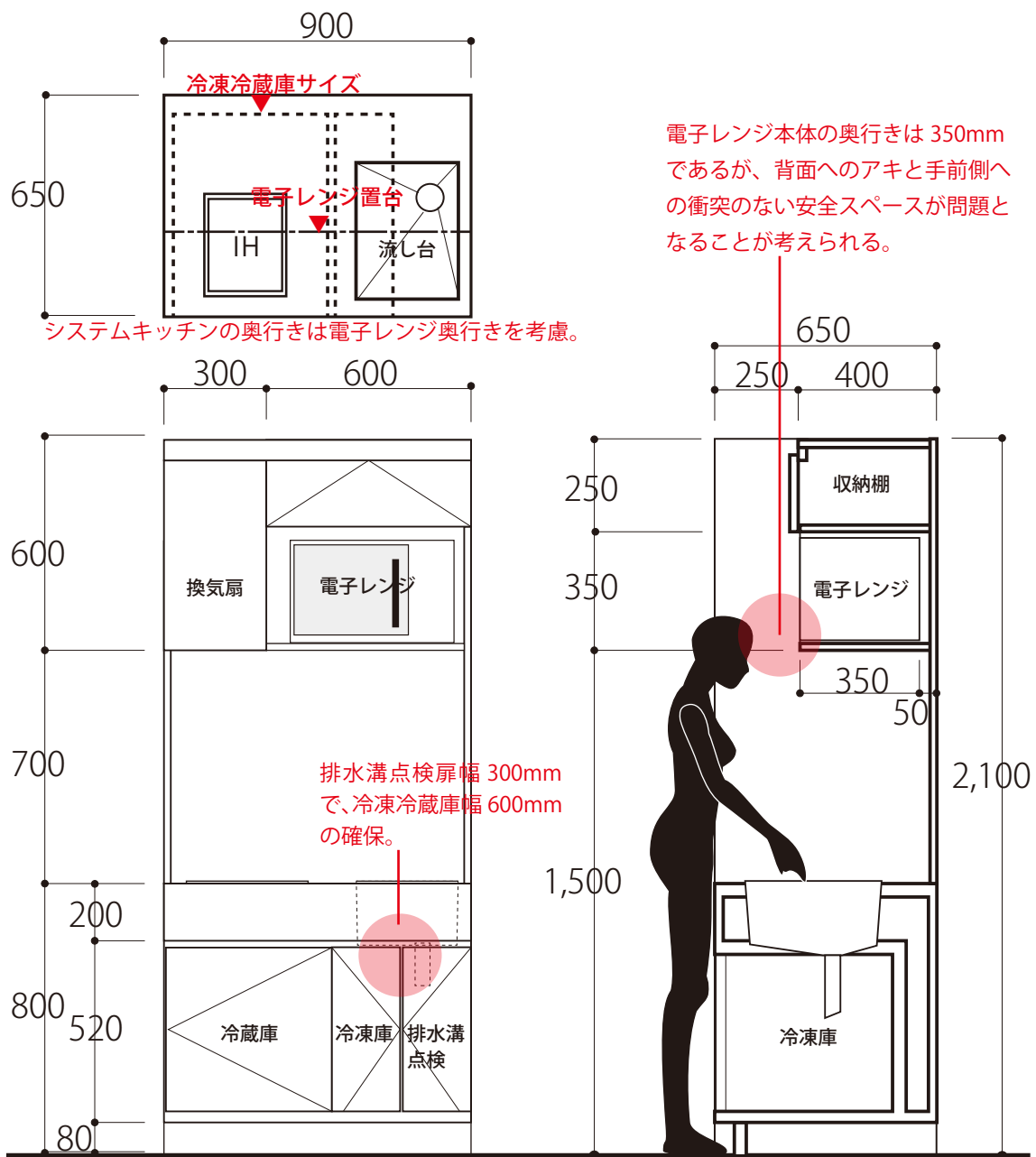
自炊していると回答した学生は全被験者の約87%の46名であった。キッチン及び行為空間、電子レンジ、冷蔵庫と自炊できる環境は「アパートのキッチンスペース」によっても支障無く自炊が可能な状況にあった。にも関わらず100%ではなかった。その原因の1要因として「調理済食品」が上げられるのではないかと考える。アパート内に冷蔵庫が備えられていることで、「調理済食品」であれば長期保存、買い置きができるということである。このことは買い物の頻度が「3日1回」と回答した被験者の多さでもわかる。（図-31）併せて電子レンジも備えている点からしても可能性は高い。また、調理時間であるが洗い→下ごしらえ→調理・盛りつけまでの工程、つくる料理にもよるが20分以下でつくれるとは考えにくい。初めての1人暮らしで料理も初めてとなると調理時間は30分以上はかかるように考える。自炊も「毎日毎食」と回答したのは2名であり、大半は「時々」と回答しており、自炊をするという頻度は少ないように考えられる。自炊と回答した被験者の多くは「調理済食品」に頼っていると考えられる。

■ 調理済食品に対する意識

調理済食品の品数、量はすごいものである。食品の鮮度と加工技術の融合といえる。しかし、このような状況であっても「調理済食品による食事は増えますか」との問いに対して「増える」「やや増える」と回答したのが全被験者の20%に留まり、「将来1人暮らしでも自炊しますか」の問いに対しても「する」と回答したのが75%いたことには安堵する。

■ 考えられる学生アパートのキッチンデザイン

「自炊をしている」と回答している学生の内、毎日しているという学生は少数であり、また、よくつくる料理の多くは調理済食品によくある料理名でもある。すべての学生が調理済食品に頼っているとは考えたくはないが、自炊時の調理時間と調理済食品に記載されている時間が符合する。一方、電子レンジ・冷蔵庫はほぼ100%の学生が備えており、電子レンジ・冷蔵庫は生活の必需品であることもわかった。このことから学生アパートに備えるべきシステムキッチンは流し台、加熱設備に加え、電子レンジ・冷蔵庫も備えたシステムキッチンの必要性が考えられる。結びに、写真-1のシステムキッチンをベースに電子レンジ・冷蔵庫を備えた場合のキッチンデザインを提案する。



■ 基本事項

性別 ① 男性 ② 女性

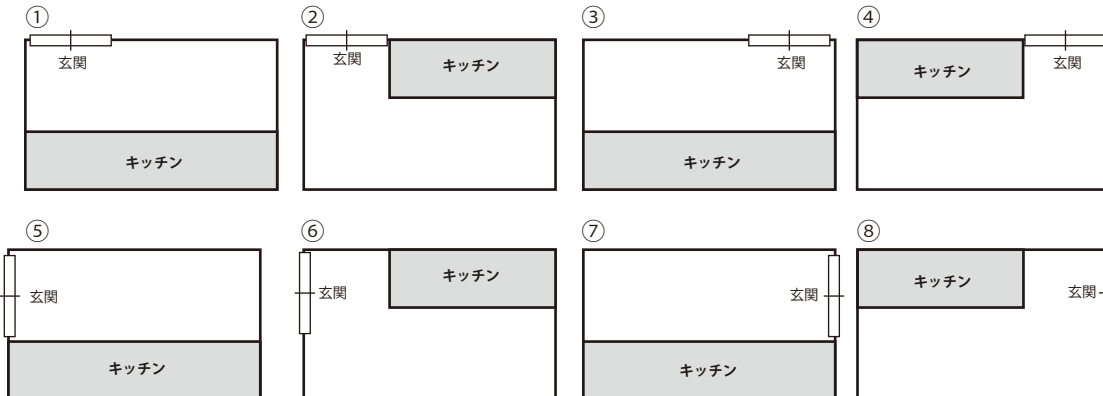
年齢 ① 18歳 ② 19歳 ③ 20歳 ④ 21歳 ⑤ 22歳 ⑥ 23歳 ⑦ () 歳

出身地域 ① 北海道 ② 東北 ③ 関東 ④ 北陸 ⑤ 東海 ⑥ 関西 ⑦ 中国 ⑧ 四国

⑨ 九州 ⑩ 沖縄 ⑪ その他 ()

■ キッチンについてお伺いします。

問01 アパートのキッチンスペースに近いキッチン配置はどれですか。



問02 問01 で選んだキッチン部分の広さはどうですか。

① 狭い ② やや狭い ③ 普通 ④ やや広い ⑤ 広い

問03 問01 で選んだ配置の加熱設備を教えてください。

① IH ② 都市ガス ③ プロパンガス

問04 問01 で選んだキッチンの加熱設備の位置をキッチンの枠内に「△」を付けてください。

問05 問01 で選んだキッチンの流し台の広さはどうですか。

① 狭い ② やや狭い ③ 普通 ④ やや広い ⑤ 広い

問06 問01 で選んだキッチンの流し台の位置としてキッチンの枠内に「○」を付けてください。

問07 問01 で選んだキッチンの調理台の広さはどうですか。

① 狭い ② やや狭い ③ 普通 ④ やや広い ⑤ 広い

問08 問01 で選んだキッチンの調理の位置としてキッチンの枠内に「□」を付けてください。

問09 電子レンジはありますか。

① ある ② ない

問10 問01 で選んだキッチンの電子レンジの位置に「■」を付けてください。

問11 冷蔵庫はありますか。

① ある ② ない

問12 問01 で選んだキッチンの冷蔵庫の位置に「▲」を付けてください。

問13 キッチンが料理ができるスペースとなっていますか。

① なっていない ② ややなっている ③ 普通 ④ なっている ⑤ 十分なっている

■自炊について

ここで問う自炊とは、食材を流し台で洗い、調理台でカットし、鍋・フライパン等の器具によって加熱調理することを意味します。この条件のもとで自炊についてお答えください。

問 14 主な主食は？

- ① ごはん ② パン ③ 麺類 ④ その他 ()

問 15 自炊をしていますか。

- ① している (問 16・問 17 に回答) ② していない (問 18・問 19 に回答)

問 16 問 15 ① を選んだ方、自炊の頻度は？ (複数回答可)

- ① 毎日毎食はする ② 毎日朝食はする ③ 毎日昼食はする ④ 毎日夕食はする
⑤ 土曜日 3食はする ⑥ 土曜日朝食はする ⑦ 土曜日昼食はする ⑧ 土曜日夕食はする
⑨ 日曜日 3食はする ⑩ 日曜日朝食はする ⑪ 日曜日昼食はする ⑫ 日曜日夕食はする
⑬ 時々朝食はする ⑭ 時々昼食はする ⑮ 時々夕食はする
⑯ その他 ()

問 17 問 15 ① を選んだ方、主な料理を 5 つ以内でお書きください。

- () ()
() ()
() ()

問 18 問 15 ②、問 16 ① 以外を選んだ方、自炊をしない場合の食事をお答えください。(複数回答可)

- ① 学食 ② 外食 ③ 電子レンジで温めるレトルト食品 ④ 熱湯で温めるレトルト食品
⑤ 電子レンジで温める冷凍食品 ⑥ 熱湯を注ぐインスタント食品
⑦ コンビニエンスストアの弁当 ⑧ スーパーマーケットでの調理済食品
⑨ その他 ()

問 19 問 15 ② を選んだ方、自炊をしない理由をお答えください。(複数回答可)

- ① つくれない ② 食材のムダがでる ③ つくる時間がない ④ お金がかかる
⑤ 近くにスーパーマーケットがない ⑥ 近くにコンビニエンスストアがある
⑦ 食事は電子レンジで温めるレトルト食品 ⑧ 食事は熱湯で温めるレトルト食品
⑨ 食事は電子レンジで温める冷凍食品 ⑩ 食事は熱湯を注ぐインスタント食品
⑪ 食事はコンビニエンスストアの弁当 ⑫ 食事はスーパーマーケットでの調理済食品
⑬ 食事は外食 ⑭ その他 ()

問 20 食材の購入先で最も多いのは？

- ① コンビニエンスストア ② スーパーマーケット ③ その他 ()

問 21 購入先までの移動手段をお答えください。

- ① 徒歩 ② 自転車 ③ バイク ④ 自動車

問 22 購入先までのおおよその往復移動時間をお答えください。

- ① 10 分以内 ② 20 分以内 ④ 30 分以内 ⑤ 40 分以内 ⑥ 50 分以内 ⑦ 60 分以内
⑧ その他 ()

- 問 23 レトルト食品でよく買う食品（複数回答可）
① ご飯 ② おかゆ ③ カレー ④ シチュー ⑤ スープ ⑥ パスタソース ⑦ 丼物の具
⑧ ハンバーグ ⑨ ミートボール ⑩ 買わない ⑪ その他（ ）
- 問 24 冷凍食品でよく買う食品（複数回答可）
① チャーハン ② 焼きそば ③ パスタ ④ ラーメン ⑤ うどん ⑥ お好み焼き
⑦ グラタン ⑧ ハンバーグ ⑨ からあげ ⑩ やきとり ⑪ たこ焼き ⑫ コロッケ
⑬ メンチカツ ⑭ ポテト ⑮ 餃子 ⑯ 買わない ⑰ その他（ ）
- 問 25 インスタント食品でよく買う食品（複数回答可）
① お茶漬け ② みそ汁 ③ カップラーメン ④ カップうどん ⑤ カップそば
⑥ 粉末スープ ⑦ 買わない ⑧ その他（ ）
- 問 26 好きな調理済食品はどれですか？（複数回答可）
① レトルト食品 ② 冷凍食品 ③ インスタント食品 ④ お惣菜コーナーの食品
⑤ ない ⑥ その他（ ）
- 問 27 調理済食品を食べる頻度は？
① 毎日3食 ② 毎日2食 ③ 毎日1食 ④ 2日に1食 ⑤ 3日に1食 ⑥ 1週間に1食
⑦ 2日に2食 ⑧ 3日に2食 ⑨ 食べない ⑩ その他（ ）
- 問 28 野菜、果物は食べていますか？
① 野菜は毎食 ② 野菜は時々食べる ③ 野菜は全く食べない ④ 果物は毎食
⑤ 果物は時々食べる ⑥ 果物は全く食べない
⑦ その他（ ）
- 問 29 調理時間は、おおよそどの程度ですか？
① 5分以下 ② 10分以下 ③ 15分以下 ④ 20分以下 ⑤ 30分以下 ⑥ 40分以下
⑦ 50分以下 ⑧ 60分以下 ⑨ その他（ ）
- 問 30 今後、レトルト食品、冷凍食品、インスタント食品などの品数が増えると調理済食品による食事が増えますか？
① 益々増える ② 増える ③ やや増える ④ 現状のまま ⑤ 増えない ⑥ 全く増えない
- 問 31 買い物の頻度は、おおよそどの程度ですか？
① 毎日 ② 2日に1回 ③ 3日に1回 ④ その他（ ）
- 問 32 1回の買い物に使う金額は、おおよそどの程度ですか？
① 500円以下 ② 1000円以下 ③ 1500円以下 ④ 2000円以下 ⑤ 3000円以下
⑥ 4000円以下 ⑦ 5000円以下 ⑧ その他（ ）
- 問 33 アパートにキッチン（加熱設備＋流し台＋調理台）が必要と思いますか？
① 必要である ② どちらかという必要 ③ どちらかという必要ではない ④ 必要ではない
- 問 34 アパートに加熱設備が無くても、電子レンジと流し台があればよいと思いますか？
① 思わない ② どちらかという思わない ③ どちらかという思う ④ 思う
- 問 35 将来1人暮らしとなった場合、自炊しますか？
① する ② しない ③ わからない ④ その他（ ）

ご協力をいただき、有難うございました。