



# ワーキングマザー150人に“お弁当事情”を調査！ 約3人に2人がお弁当づくりを“負担に感じている”ことが判明 お弁当づくりで大変だと思うこと第1位は「メニューを考えること」 “お弁当を残さず食べてもらう”ことを考えてお弁当づくりをする傾向に

わさび製品を中心に香辛料・調味料を開発・製造する、株式会社万城食品（ばんじょうしょくひん 本社：静岡県三島市、代表取締役社長：米山一郎）は、全国の働くママ「ワーキングマザー」155人を対象に、「お弁当に関する調査」を実施しました。

## 調査概要

調査タイトル：「お弁当に関する調査」

調査対象：20歳以上49歳以下／子供のいる女性／155人  
／週に3日以上働いており、かつ週に1回以上お弁当を作っている

調査方法：インターネットを用いたアンケート調査

調査期間：2018年3月8日～3月12日

## 調査サマリー

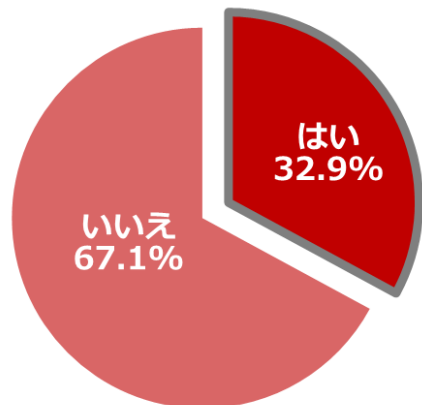
- \* 約3人に2人がお弁当づくりを“負担に感じている”？！  
約半数のママ達はお弁当を作るよりも、“**メニューを考えることが大変**”と**思っていることが判明！**
- \* 毎朝のお弁当づくりは“30分”一本勝負！？困っていることは“**レポートリーが少ない**”ことという実態も
- \* **忙しくても「おいしさ」と「栄養バランス」を大切にしているママ達が多数！**  
ママ達が重視することは“**お弁当を残さず食べてもらう**”こと
- \* お弁当のおかずで一番多いものは“肉類”、  
作ってみたいおかずは“揚げもの”キャラクターもの”に続き“**魚料理**”がランクイン！

## 調査結果

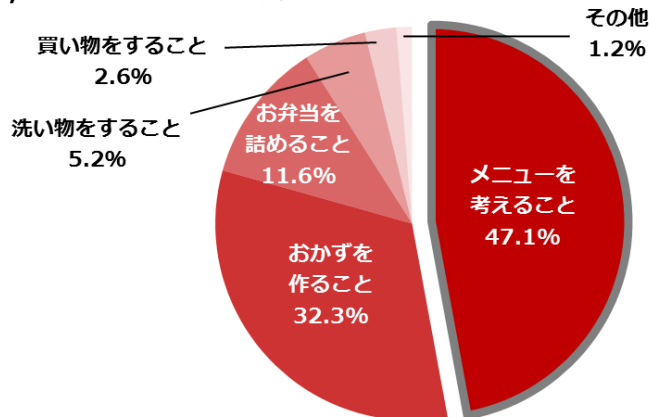
### 約3人に2人がお弁当づくりを“負担に感じている”？！

**意外にも約半数は“おかず作り”よりも、“メニューを考える方が大変”と感じていることが判明！**

Q1,お弁当作りは好きですか？



Q2,あなたがお弁当づくりで最も大変だと思うことは何ですか？



週に1回以上お弁当を作る方々にお弁当を作る頻度について聞いたところ半数以上が「週5日以上」と回答、またママ達の約3人に2人がお弁当づくりを負担に感じているという結果が明らかになりました。さらに、お弁当づくりにおいて「買い物をする」「メニューを考える」「おかずを作る」「お弁当に詰める」「洗い物をする」という工程があるなかで最も大変なことを聞いたところ、約半数の方々が「メニューを考える」ことだと回答。続いて、「おかずを作ること」「おかずを詰めること」という作業がランクインしました。“目に見えない家事負担”が話題になっている昨今、「メニューを考える」というお弁当づくりに欠かせない工程に頭を悩ませる方々が多い実情が見えてきました。

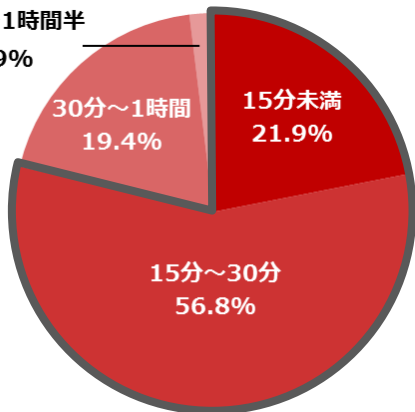


## 毎朝のお弁当づくりは“30分”一本勝負！？ 困っていることは“レパートリーが少ない”ことという実態も

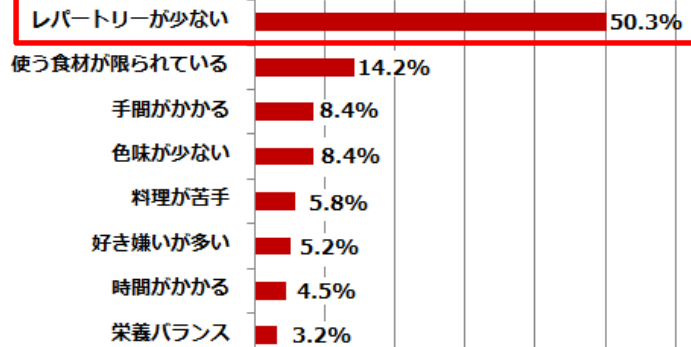
Q3, 日々のお弁当づくりにかける時間はどのくらいですか？

1時間～1時間半

1.9%



Q4, お弁当づくりで困っていることはなんですか？



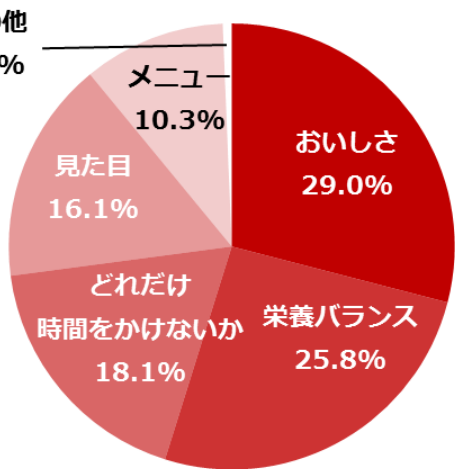
毎朝のお弁当づくりにかける時間を聞いたところ、約8割が“30分未満”と回答する結果に。毎日バタバタで忙しい朝の時間を有効活用すべく、ママ達が試行錯誤し時短に励んでいる様子が伺えます。さらに、半数以上の方々がお弁当づくりで最も困っていることは「レパートリーが少ない」と回答、作る回数が多いのはもとより、冷めてもおいしいおかずを作る、ある程度の品数を揃えるなどお弁当だからこそその工夫が必要になるため、レパートリー不足を悩みに感じる方々が多いようです。

## 忙しくても「おいしさ」と「栄養バランス」を大切にしているママが多数！ “お弁当を残さず食べてもらう”ことを考えてお弁当づくりをする傾向も

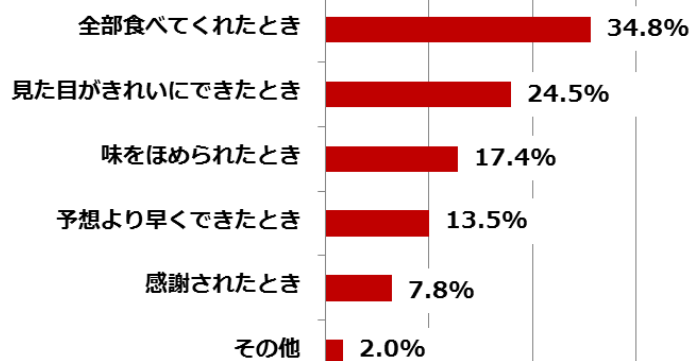
Q5, お弁当づくりで工夫していることはなんですか？

その他

0.7%



Q6, お弁当づくりで嬉しい・楽しい瞬間はどんなときですか？



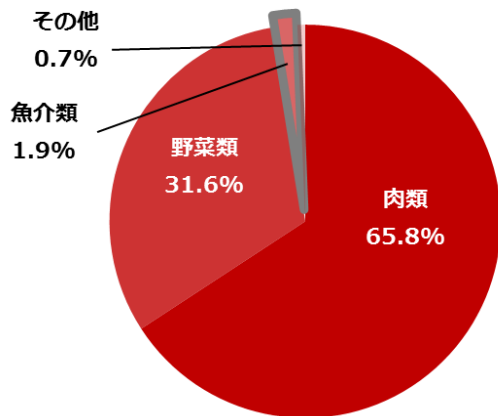
ママ達がお弁当づくりで工夫していることを聞いたところ、第1位は「おいしさ」次いで、第2位「栄養バランス」という結果に。お弁当づくりを負担に感じる声が多いなか、それでも、“お弁当の時間を楽しんでもらいたい”“バランスの取れたおいしいものを食べてもらいたい”というあたたかい気持ちを感じられる結果となりました。また、お弁当づくりで嬉しい・楽しい瞬間について聞いたところ「全部食べてくれたとき」が第一位に。おいしさや栄養バランスにこだわったお弁当だからこそ、感謝されることよりも空になったお弁当箱を持って帰ってきてくれたときに喜びを感じる方々が多いのかもしれない。

# お弁当のおかずで一番多いものは“肉類”

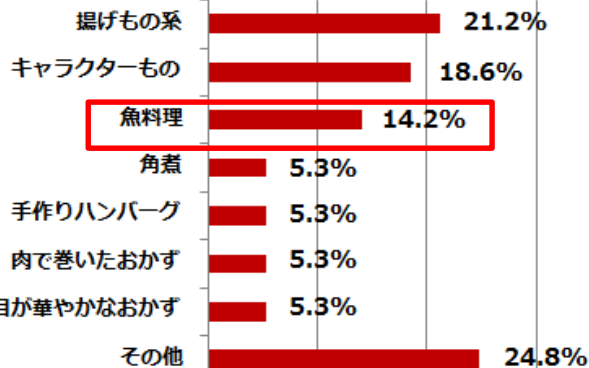


## 作ってみたいおかずでは“揚げもの”キャラクターもの”に続き“魚料理”がランクイン

Q7,お弁当のおかずで一番多いものは何ですか？



Q8,時間があれば作ってみたいお弁当のおかずを教えてください。(n=113)



お弁当を完食してくれたときに喜びを感じる方々が多いなか、ママ達を作るお弁当に登場頻度が高いのは子どもたちに人気の「肉類」、次いで栄養バランスを重視してか「野菜類」が続きました。一方、**登場頻度最下位だった「魚類」**ですが、**「時間があれば作ってみたいお弁当のおかず」**を聞いたところ、第1位「揚げもの系」、第2位の「キャラクターもの」に次いで**第3位にランクイン**しました。調理工程も多く、肉類に比べ手間がかかる印象が強いのか、普段は敬遠されがちな魚類ですが、栄養満点の食材のため、「魚料理」をお弁当のレパートリーに加えたい方々も多いようです。

### 魚料理の時短を叶える、ママ達のお弁当づくりの味方！ 万城食品「さかなごはん」シリーズでお弁当に魚料理を

万城食品は、日々の忙しさの中で、ごはんづくりに真剣に向き合い日々奮闘しているママ達を応援する商品を多数販売、オリジナルアプリでレシピの公開なども行っております。調査結果の中でも「メニューを考えるのが大変」「味も栄養バランスも妥協できない」「魚料理にも挑戦してみたい」という声がありましたが、そんな方々にぴったりなのが万城食品の「さかなごはん」シリーズ。パッケージにレシピが紹介されており、「下処理が簡単」「調理工程もシンプル」でフライパン一つで完成するよう設計されているため、魚介類と「さかなごはん」があれば、本格的な魚料理が最短5分で完成します。全国のスーパーの鮮魚売り場にて販売されており、旬の鮮魚と合わせて購入することができるため買い物時間を短縮でき、全国の忙しい朝を戦うママ達におすすです。

万城食品はこれからも、手軽に本格的な魚介料理を楽しめる“もっとおいしく、もっとたのしい”商品を提供し、笑顔あふれる食卓を創出していきます。



#### ■株式会社万城食品／会社概要

万城食品は1952年に創業した、わさび製品が主力の香辛料・調味料のメーカーです。わさび産出額、日本一の静岡県の三島市に本社を構え、産地から全国の食卓へわさびを届けています。

現在ではわさび製品に加え、蒲焼のたれ、からし酢みそ、ドレッシング、そうざい用調味料など多様な商品を製造・販売しています。

ホームページ：<https://www.banjo.co.jp/>

【本件に関するお問い合わせ】

万城食品 PR事務局（インシャル内） 担当：内原、佐藤、前岡

tel:03-5572-7332 fax:03-5572-6065 mail:banjo@vectorinc.co.jp