



食トレ研究

# ヤオコーキューザーにみる、 2017年の生活者の食ニーズ

健康・ダイエット・簡便・時短・節約…その先

## 〈献立〉解体新書

—〈食べたい力〉の応援団になろう—

2016/12/7

食のトレンド®  
TREND OF FOODS

## 目 次

### Part1 レポートサマリー KEYWORD

▶ = サンプル

▶ KEYWORD①	ヤオコーを利用する〈飼育員さん〉こそがコアターゲットだ! ——何故この生活者から2017年を予測するのか?	7
▶ KEYWORD②	丸一日、一週間の〈生活文脈〉をみないと予測に失敗するのだ! ——何故「生活日記調査」でみないと間違ってしまうのか?	9
▶ KEYWORD③	あらためて「朝食」シーンに照準をあわせるべきだ! ——簡便・時短・節約ですませるから開発出来ないのだ	11
KEYWORD④	「惣菜」は食卓の組合せでこそ活かされるのだ! ——「即食」に勝てないという「即食病」への特効薬を	13
KEYWORD⑤	もう一度「家族の手作り」という「一手間」に注目すべきだ! ——「個食」「孤食」から「三世代食」まで重層化するからこそ	15
KEYWORD⑥	やはり「パン」「おにぎり」「お弁当」は開発の「宝の山」だ! ——〈微変化〉をつけ〈始末〉をつけるために	17
KEYWORD⑦	30代ママだからこそ「やまと心」が鍵となる! ——「ひじき」「切干し」…〈季知らず〉の凄みを使いたおす	19
KEYWORD⑧	来春までに「サラダ」を徹底して掘り下げる事だ! ——〈メインディッシュ病〉〈献立病〉というがんを克服しよう	21
KEYWORD⑨	暮しに「ふうう~」「よしあ!」。〈4食目〉の〈間食〉が主役!? ——健康、ダイエットが「えらい」と考えるから失敗するのだ	23
KEYWORD⑩	〈食べたい力〉をきちんと応援することが食の価値だ! ——〈季節感〉〈旬〉〈彩り〉〈さし色〉〈微変化〉〈季知らず〉〈始末〉	25

補足 食トレ“道場”	マーケティングエクササイズ① 白い食パン、はんぺんをリステージしてみる	27
補足 食トレ“道場”	マーケティングエクササイズ② 「サラダ」をリバイタルしてみる	29
補足 食トレ“道場”	マーケティングエクササイズ③ 乾物、保存食…〈季知らず〉に「売り」をつくる	31

## ①〈食べたい力〉で動く生活者の写し鏡 —— なぜ今、ヤオコーユーザーなのか

(1) 買って良かった“とろけるアボカド”との出会い	目的外の買い物をさせるヤオコーの〈接点力〉	34
▶(2) 旬がある「パン屋」とも「ミニあんぱん」ともちょっと違うパン	パスタをセットしたヤオコーベーカリーのとりわけスタイル	36
(3) 惣菜メンチカツと朝の残りの豚汁…「これだけで満足」	ヤオコーの天ぷら・フライの使われ方	38
(4) かぼちゃの煮物を合わせた、母と娘の昼弁当	子供に食べさせても安心なヤオコーのお弁当	40
(5) つい買いたくなるお惣菜を我慢する…ヤオコーユーザーの心理	生活バランスを取るために使われるヤオコーの強さ	42

## ②「コマ切れ」生活の「縫い目」としての「食」 —— 生活動線パターンの類型

(1) 家族で味噌汁を飲んだ朝、ママとパスタを食べた昼、パパのいない夜うどん—1人、親子、夫婦、家族の食シーン	44	
▶(2) 朝からインスタントラーメンと冷凍焼きおにぎり	主婦とワーキングママの生活動線	46
(3) 「流れるようにスーパーへ」の買い物行動	子供の〈送り迎え〉と〈病院〉というきっかけ	48
(4) 義実家で食べたしゃぶしゃぶと焼肉と和菓子と洋菓子と…	家族を取り巻く人々	50
(5) 駐車料無料のために買った大袋の菓子とビール	飼育員さんたちの日常生活	52

## ③〈献立〉〈メニュー〉よりも〈食べたい力〉 —— 生活動線から見た食シーン

(1) 朝に集まる家族の食	自宅での食事	54
(2) 週末の夜のごちそう焼肉、家で焼肉はちょっと…	家族での外食	56
(3) 日常食の選択と異なる自宅近くのカフェパスタとサラダ	子供の習い事とママ友ランチ	58
(4) 屋上で食べた「おにぎり」と、こどもルームで食べた「いなり寿司」	〈屋内〉〈屋外〉〈半屋外〉での食シーン	60
(5) 車の中はママがホッと一息、お一人カフェ空間	車で移動中の食	62

## ④家庭内家族食の「最後の砦」 —— 朝食にみる〈微変化〉の欲求

(1) 朝食の「パン」は〈微変化〉の強い味方	チビたちの目先を変える、そして完食へ	64
(2) すぐ食べられるように「おにぎり」にした朝食	おにぎりと焼きおにぎり	66
(3) 朝食に付け合わせの一品「ミニグラタン」「ポテトガレット」「肉じゃが」	〈残り物〉〈作り置き〉〈冷凍食品〉の価値	68
(4) 昨晩のズッキーニのスープを豆乳でアレンジ	朝から具だくさんスープ	70
(5) チャーハンにもうどんにも「野菜ジュース」	健康づくりの朝	72
(6) 土曜日の朝はホームベーカリーで焼き上がった食パン	週末の家族の朝食	74

### ⑤〈メニュー名〉はあっても〈献立〉が消える —— 〈メニュー名のある食卓〉

(1) 付け合わせの一品としての鯖の塩焼き	焼き魚の価値	76
(2) 本日決行!ママ力炸裂メニュー 全力手作り餃子!〈使い回し〉もきく	ギョーザを取り巻く生活シーン	78
(3) お刺身に負けた…賞味期限が切れそうになった牛モモステーキ肉	牛肉に見たごちそう感	80
(4) 夫の海外出張日…祈りを込めた朝の豚汁…からの〈使い回し〉	豚汁のベネフィット	82
(5) 子供がパクパク、ひじきの煮物から切り干し大根まで	手づくり和惣菜の強さ	84
(6) ルワー箱分つくった「カレー」と、女子のお楽しみ「グラタン」	カレー、グラタン・ドリアの実際	86
(7) 締めのリゾットでミラクルが起きたトマト鍋	しゃぶしゃぶと鍋の満足度	88
(8) 多品種少量の断片「小皿に乗った唐揚げひとつ」	唐揚げの大量生産にみる料理の価値	90
▶(9) 「しゃぶしゃぶ」はサラダ!食卓全部がサラダ!?	「サラダ」が崩れていく	92
(10) ヨーカドーで買ったサラダレトルトと、朝からサラダのその後	生野菜サラダとサラダ風野菜と漬物	94
(11) 子供がたくさん食べてくれる…野菜たっぷりの焼うどん	パスタ・ラーメンとうどんの価値の違い	96

### ⑥〈メインディッシュ病〉〈料理病〉からの解放 —— 〈メニュー名のない食卓〉

(1) 「おでん」はあれども〈献立〉は崩壊	メンチカツと一緒に意味不明のもの	98
(2) とりあえず乗せておけば…野菜炒めのチーズのせ	調味料化したチーズ	100
(3) 息子が完食した「野菜と鶏肉のめんつゆバター炒め」	解き放たれた炒め料理	102
(4) 残り物をアレンジした「若鶏の炒め物の卵とじ」	卵焼きに具を入れるという行為	104
(5) 漬物とチーズを同じ皿にのせる朝食の〈食卓力〉	たくあんとピクルス、浅漬け	106
▶(6) マンネリ化した白菜とクックパッドのクリーム煮	困ったときのレシピ検索	108

### ⑦「簡便」「時短」「節約」… その先の価値 —— 〈買い物力〉の生活文脈

(1) エンターテインメント「コストコ」…結果冷凍庫パンパン	お店めぐりとコストコにみる〈買い置き力〉	110
▶(2) 皿にもケーキにもヨーグルトにもお弁当にも…最もビビッドな〈さし色〉	“苺”に見た旬の強さ	112
(3) 子供の友達宅でのお持ち寄りに、パンとおにぎりうどん	コンビニが果たす役割をみる	114
(4) 「カルビ弁当」を買ったパパも、おばあちゃんには「十五品目の黒米弁当」	男女の価値観が表れたマックスバリュのお弁当	116
▶(5) 水筒を忘れた日のボルヴィックとポカリスエット	日常生活での自販機のイレギュラー利用	118

### ⑧〈暮らしの接続詞〉「ふうう～」「よしっ！」——「間食」「コーヒー」「アルコール」の重要性

(1) 子供の体力が尽きた帰り道、駆け込んだイオンのフードコート	レストランとフードコート	120
(2) 週末の夜更かしで食べた〈買い置き〉のシュークリーム	1人のコーヒータイムと夫婦のコーヒータイム	122
▶(3) 家計簿の傍にコーヒーとビスケット	コーヒー＆菓子とデスクワーク	124
(4) コックピット的に食べたソフトサラダとチョコレート	子供の帰宅後から習い事までの時間に食べたお菓子	126
(5) 〈小晴れ〉気分の句読点	アルコール飲料の価値を探る	128

### ⑨ TOPIX

(1) 寒いから食べたい…朝仕込んで夜食べた小鉢の「おでん」	寒の戻りがあった調査期間	130
(2) おかしのまちおかで買ったハローキティマシュマロ	ホワイトデーと子供のお菓子交換	132
(3) 食材スケジュールが狂ってしまう…	ちょっと困った義母からの色々な差し入れ	134
▶(4) 私が料理を手抜きすると子供が風邪をひきそう	家族の健康を守る「子供>夫>自分」の価値観	136

## Part③ 生活日記調査全データ

モニタープロフィール

データ:別紙(A3)参照計155ページ

ID	性別	年齢	結婚	子供	家族構成				職業
					夫	子供1	子供2	子供3	
01	女性	33歳	既婚	あり	39歳	7歳	5歳	6か月	パート
02	女性	33歳	既婚	あり	43歳	9歳	7歳	2歳	パート
03	女性	36歳	既婚	あり	36歳	9歳	4歳		専業主婦
04	女性	37歳	既婚	あり	37歳	3歳	0歳		専業主婦
05	女性	37歳	既婚	あり	36歳	1歳			専業主婦
06	女性	39歳	既婚	あり	43歳	8歳	1歳		会社員
07	女性	39歳	既婚	あり	39歳	6歳	1歳		専業主婦
08	女性	40歳	既婚	あり	40歳	11歳	3歳		パート
09	女性	41歳	既婚	あり	41歳	7歳	1歳		専業主婦
10	女性	41歳	既婚	あり	42歳	8歳	5歳		パート
11	女性	45歳	既婚	あり	45歳	9歳			パート

## Part① レポートサマリー KEYWORD10

---

## ヤオコーを利用する〈飼育員さん〉こそがコアターゲットだ！ 何故この生活者から2017年を予測するのか？

このレポートで食生活の実態やそのニーズの探索の対象としているセグメントは、主として30代のママである。もちろん40代も入っているが、いずれにせよ末子がまだ6歳未満の幼児を持つママたちである。私はこのセグメントのことを「ポストマタニティ世代」と呼ぶこともある。出産を経て乳幼児を抱えているママのことをさしている。

女性は出産を経て乳幼児を抱えることになった時に、食に対する態度と行動が明確に変化する。夫婦共働きで子供のいない時代には「パンを焼くことさえもなかった」ということもあるのに対して、「ポストマタニティ」になるとすべてが画期的に変わるのだ。

食材を買い調理をして子供に食べさせるという日常行動が、その食生活の実態に現われ食に対する価値観を規定することになる。そのことを指して、私はこのセグメントのママたちのことを〈飼育員さん〉と呼んでいる。時折誤解される方もいるが、この〈飼育員さん〉という言い方は全面的に好意的なニュアンスをこめている。動物園や水族館の飼育員さんたちは、自分の担当している動物たちに対しては全面的な愛情をこめて接している。その最大の接点は食事ということになる。

だから、〈飼育員さん〉になったママたちは、子供の食ということを最優先の事柄にすることになり、生活を規定する価値観も子供を中心のことになる。

その意味で、この画期的な変化を遂げて食の担い手となった〈飼育員さん〉のママたちに受容されることのない、食ビジネスは衰退せざるを得ないのだ。

新製品であろうが、従来からの製品であろうが、この〈飼育員さん〉たちをとらえることができなければ失敗となってしまう。また、既存のブランドの継続性にとっても、ここでのリステージが出来なければ、次世代という次の時代に生き残っていくことはできない。だから、このセグメントの実態とニーズに対しては真剣に受けとめておく必要がある。調理もできない、“手抜きと時短しか考えていないママたち”などと言う悪意に満ちた風評に踊らされていてはいけないのである。

かと言って、30～40年前の主婦と同じようなイメージを持っていてもいけないのであるが。



## ヤオコーを利用する〈飼育員さん〉こそがコアターゲットだ！ 何故この生活者から2017年を予測するのか？

食の市場を考えてみれば、圧倒的なボリュームを占めているのは当然シニア層ということになる。このセグメントについても「健康」を一義に考えているストイックな食生活の担い手といった、これもまた誤解と曲解がまかり通っている。また、シニア層の主婦と〈飼育員さん〉のママとの間には、食に対する価値観が異なっていて当然のところもある。

〈飼育員さん〉と言うように、このママたちの食の前提は子供である、それに対してシニア層の食の前提是自分自身にしかないものである。これほど相異したママのセグメントの食の実態と価値を比較するためには、まずは変わりゆく新世代である〈飼育員さん〉たちの食行動を素直にみておくべきなのである。それを基礎にして異同をみなくてならないのだ。

ところが、実はこの〈飼育員さん〉のママと子供たちの食行動に、シニア層が相互の影響を与えているというのが現代ということになる。それは間接的な影響ではなく、直接的なものである。このことを私は「妻方近接別居」に伴う「三世代食」という見方をしているのだ。母と娘という間に流れる、食行動という日常的な連鎖なのである。もちろん、シニア層の食行動と価値観については、当然別に掘り下げてはいるが、この〈飼育員さん〉のセグメントをみると多くのことがわかることになる。

さて、この〈飼育員さん〉たちの生活を追跡するために、今回はとりわけヤオコーのユーザー層に絞ってある。関東圏を中心にしたリージョナルスーパーであるヤオコーを日常的に利用している〈飼育員さん〉たちに対象を絞って調査を行ないスタディをした。

何はともあれ軒並苦戦をしているSM、GMSという小売業の中で、唯一といつていい「勝ち組」といわれているのがヤオコーということになる。私はこのレポートでヤオコーという経営体の成功要因を抽出、分析するつもりは全くないといつていい。

ここで対象とした〈飼育員さん〉たちの食行動と価値観、ニーズというものが、かなりの確率でヤオコーという小売業の売り場とシンクロしているのは事実である。その点でいえば、ここで抽出した食のニーズに対して、ヤオコーというお店は応援できることになる。逆説的にいえば、このニーズとシンクロしているヤオコーが「勝ち組」であるならば、これらのニーズにも相応の普遍性があるとみておくことができるはずである。



## 丸一日、一週間の〈生活文脈〉をみないから予測に失敗するのだ！ 何故「生活日記調査」でみないと間違えてしまうのか？

食行動の実態やその背景にある価値観というものから、主として食のトレンドは予測されていくものである。この食行動の実態などを把握するための方法論を間違うと、予測はまるで正反対のものになってしまうことはよくあることだ。これは主として調査手法ということになるが、私はまず「生活日記調査」というものが基本になるべきだと考えている。その基本の上に、定量調査やインタビューなどの各種の調査が成立していくのであり、その逆はまずありえない。このレポートはこの基本を整理している。

「生活日記調査」というものは、その一人の生活者の丸一日の行動と価値観の蓄積がベースとなり、丸々一週間の流れというものがみえるようになっている。一人の生活者の生活行動から始まって、食行動と価値観というものが丸ごと“見える化”されているといつてもいい。この“見える化”という点では、たとえば朝食シーンばかりの写真を集めたデータというものもあり、“見える化”ということにはなっている。だが、これでは全くダメなのだ。

これは朝食シーンという出土品の断片だけを集めたに過ぎず、出土状況やその他の出土品とのつながりが全く把握できないのだ。たとえば、その日の昼食や夕食、はたまた前日の朝食シーンとのつながりが全く見えてこない。また、その食シーンが生みだされることになった生活行動の前後との関連が全く見えないのである。このことを私は〈生活文脈〉と呼んでおり、生活の流れの中で1つ1つの行動を解析しておく必要をいっている。〈生活文脈〉と切り離したところで、1つ1つの食行動についてとやかく言ったところで、ほとんど不毛なインサイトしか生みださない。あるいは不毛どころか誤りといつてもいいかもしれない。だから予測に失敗することになってしまうのだ。

「ファクトファインディングス」でも紹介してあるが、「娘はラーメン、息子は焼きおにぎり」という朝食シーンが事実として存在している。「1食分づつしかなかったので好きな方をえらんでもらった」ということで、これだけをみると、絵に描いたような手抜き、ジャンクフードになってしまった朝食ということにしかならない。ここを前提にしてしまうと、「大手抜き」「時短」「究極の簡便」ということで結論づけられてしまうのだ。

だが、実態は彼女はワーキングママ、迫りくる出勤時間の中での朝食シーン、時間という価値がつくりだした「簡略化」に過ぎないのだ。



6	7	8	9	10
起床・朝食	学校・幼稚園出勤	就寝	私生活	
娘 ラーメン				
娘 息子 焼きおにぎり				
娘、息子				
高				
1食分づつしかなかったので				
好きな方をえらんでもらった。				

## 丸一日、一週間の〈生活文脈〉をみないから予測に失敗するのだ！ 何故「生活日記調査」でみないと間違えてしまうのか？

ここで、「大手抜き」「めちゃくちゃな食実態」とみるのか、時間価値との相関での「簡略化」とみるのかで、天と地ほどそのインサイトは変質してしまうのだ。ここで必要な視点が〈生活文脈〉なのである。

この日の昼食は家に戻って息子、夫との3人での食シーンとなる。自営業なのでこんなシーンになる。そしてメニューだけをみていると「レトルトカレー、ワインナー、チキボーン、おみそ汁」ということで、やはり「時短」そのものにみえてしまう。もちろん、朝よりは時間があるとはいえ、どちらにせよ時間の価値との相関で「簡略化」されることは間違いないのだ。だからレトルトカレーが選択されているのだが、ここにみてとれるのは決して「簡便、手抜き」ではない。一応の食卓は成立している。レトルトを使うことでこそ完成させることのできた〈食卓力〉とみることができる。メニューの記述にはないが食卓の写真には「福神漬、らっきょう」が並んでいる。これを私は〈食卓力〉と呼んでいる。

この朝、昼の食シーンをみて「簡便、時短」の一言で片づけてはいけないのだ。簡略にすべきところを、時間価値との相関で選択しているに過ぎないのであり、すべてが時短一辺倒でないことがわかることが重要なのである。

そして夕食、「ひじき煮、ほっけ、オムレツ、塩キャベツ、ダイコン、ワカメのおみそ汁、ごはん」となる。一汁四菜の立派な食卓が出現しているのだ。30代ママの食卓にも焼き魚がちゃんと登場する。ただし、どうみてもこの魚がメインディッシュであるとは思えない。ひじき煮と塩キャベツが非常に大きなウェイトを占めていそうなのである。そして、レトルトミートボールをきざんでチーズとつんだアレンジオムレツ、これは子供達の好物だ。その点でいえば子供達や自分の〈食べたい力〉を全開させている。だからいわゆる〈献立〉は崩れてしまっている。

夕食は朝食よりも時間の相関でいえば、時間がかけられるのかもしれない。ただ、この日夕方から彼女は体調を崩してしまい、その状況での食の実態なのである。

このように最低でも丸一日の〈生活文脈〉の中で“見える化”をすることがトレンドの予測にあたっての基本だといつていい。



20	21	22	23
お夫 3・帰 3宅	夕食	3・旅 3連 3連	3・3連 3連
		私はあまり食べや く	
ひじき煮、 ほっけ オムレツ 塩キャベツ ひじき、ワカメのおみそ汁 ごはん			
家族			
家			

とにかく「朝食」シーンは面白いのである。何故かって？それはこれほど何でもありの食シーンはないからである。だから、開発やマーケティングにとっては、最大のエクササイズになる。

何でもありということの1つの側面を言ってみる。すでにお気づきのようにたとえばドーナツ1ヶの食シーンから、ラーメン、おにぎり、「数種類のパンのとり分けスタイル」もあるし、「フレンチトーストとバナナ」、サンドイッチ、トーストにハムエッグにサラダもあれば、シリアルだけなんてのもある。もちろん、ごはんとひじき煮にみそ汁といった和食然としたスタイルもあれば、朝から具沢山の豚汁が一から手作りされることもある。プレーンのヨーグルトに旬の苺が綺麗に盛りつけられることもあれば、中華スープもあれば、野菜ジュースがおにぎりにつけられたり、アサイもでてくるし、コーヒーは本当によくでてくる。

まさに百花繚乱といったところだ。別の視点でいえば、あまりいい言葉ではないけれども、いわゆる和、洋、中華、エスニックまでそのスタイルも混在しているのだ。そして、一人の生活者の丸一週間の朝食シーンに、日替わりであらゆるスタイルが混在しているのが特徴である。つまり、トーストとハムエッグとサラダという朝食らしいといえる献立を毎日繰返しているという人はほぼ皆無だといえる。ここが何でもありというポイントだ。

比較のためにいえば、ここがシニア層の朝食シーンとの違いだといえる。もちろん、シニア層の朝食でも混在という特徴はあるにせよ、かなりの度合朝食は定番化しているといえる。パンを中心とした朝食の選択をしている人ならば、ハムエッグやサラダ、ヨーグルトなどという構成要素はある一定の規範があるといっていいし、それほどのブレはないのだ。その中で、その核となるパンが微妙に日替わりを起こしたりする。たとえば、チーズのセトーストの次の日はクロワッサンになり、くるみパンになり、さらにバームクーヘンになり、卵サンドイッチになるというような一週間の中での変化を起こすのだ。

また、サラダの彩りになる野菜がトマトであったりパプリカであったりするし、プレーンヨーグルトのトッピングが苺になったりキウイになったりする。この変化のことを私は「朝食」シーンにおける〈微変化〉の欲求と実現ととらえている。

子育てママというセグメントでは、定番の中の〈微変化〉ではなく、日々の日替わりとしての変化なのである。定番のない〈微変化〉といえる。



## あらためて「朝食」シーンに照準をあわせるべきだ！ 簡便・時短・節約ですませるから開発出来ないのだ

これは時間という価値との相関のなせる技といえそうだ。シニア層には朝食シーンに相関する時間は多めだが、ママたちにはそれが安定的に毎日変化なく確保されている訳ではない。幼児の体調なども含めて直前に変化してしまうこともあるからだ。

だから逆に相関する時間が確保できる時には、普段とは異なった朝食シーンが形成されたりもする。前日はパン1ヶだったけれど、今日は「パンケーキにホイップクリームを乗せて、ヨーグルトもたっぷり」といった、どことなくカフェのモーニングシーンを想定するような事も起こるのだ。これは時間価値との相関で出現するシーンであり、私はこのシーンの価値を〈小晴れ〉気分の実現だと言っているのだ。普段とは異なったフレンチトーストが登場するのもこんな場面だし、白いごはんを炊いてみたりすることもあつたりする。

休日の朝にこの〈小晴れ〉は到来するのだが、爆睡を選んで朝は欠食、早い昼をブランチとして〈小晴れ〉気分の演出をしたりすることになったりすることもある。

そして、この「朝食」シーンは、家庭内での家族食としての最期の砦であるともいえる。パパの食事がなくなったり、早ズレしたりすることもあるが、昼、夕食に比べて家庭内からその食シーンが逸脱することはまずない。だからこそ、そのシーンの時間の価値との相関が強く影響し、何でもありの状況を出現させてしまっているといえる。

別の観点でいえば、「朝食」シーンには最初から〈献立〉などという概念と規範は存在していないのだ。〈献立〉が前提としての規定力を保持しているのならば、時間との相関でその〈献立〉を実現するために〈時短〉や〈簡便〉を欲求するかもしれないが、前提がなければ簡略化してしまうだけなのだ。時間との相関の中で〈食べたい力〉に適合したものだけが選ばれることになるといえる。

その簡略化の中に、前夜の残り物やつくり置き、買い置きしたものが自由に参画してくる。パンなのにかぼちゃの煮物やひじきの煮物が出てくるなど縦横無尽なのだ。あるいはおべんとうを作っているママならば、当然のごとくその一部が「朝食」シーンに登場する。ある意味、家庭内で作られたりするものの、いい意味での〈始末〉の場なのである。〈始末〉をつけるシーンとしての「朝食」、だから何でもありなのだ。

〈時短〉〈簡便〉〈節約〉などではなく、この何でもありに適合できるコンセプトこそが求められているものといえる。「朝食」ニーズなどというものはないということだ。



## ①〈食べたい力〉で動く生活者の写し鏡 ——なぜ今、ヤオコーウィーののか

## (2) 旬がある「パン屋」とも「ミニあんぱん」ともちょっと違うパン パスタをセットしたヤオコーベーカリーのとりわけスタイル

● ● 1/2

旬がある「パン屋」とは、そのパンが食べてなくてわざわざ出かける価値を持つ、例えば近所のお気に入りのブーランジェリーである。「ミニあんぱん」とは、菓子としての価値を強めている例えばヤマザキの5個入りの「薄皮つぶあんぱん」である。そしてヤオコー店内のベーカリーはどうとも少し違った価値を持つ。「安いながら（パン一つ94円の日もある）もそこそこ美味しい」のである。そして取り分けできるシーンで出現するパンであり、誰かと食べる…例えば家族と一緒に食べるパンなのである。

生活日記調査シート【03-3】

生活行動		< 3月 13日(日) の生活・行動記録 >																				ID: 03	女性	36歳	既婚	子供あり	専業主婦
4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3				
起居 朝食 朝食準備 お風呂 朝食準備	朝食	お風呂 お風呂	ホットドッグ ミンチ	自家製の風食	豚 主婦の風食	朝食	自家製の風食																				

食べたり、飲んだり	食べたもの 飲んだもの	デイトロール ワッフル ヨーグルト サンドイッチ ウインナー・スクランブル 果物	パン コンヌード パン エスカルゴ サンドイッチ カレー デザート	昼はお気に入りのベーカリーで買った大好きなパンのとり分けスタイルである。
	誰と 食べましたか?	家族みんな		
	どこで 食べましたか?	自宅		
	食べたもの 飲んだものを ・選んだ理由 ・作った理由 ・食べた感想	日曜日コストコで買ったパンを毎週食べる デイトロールはカリカリ温めると中は柔らかくて いい味もあり、おいしい 今日はサンドイッチがあるから朝からボリュームのある朝食を作りました。		

買いたい物	買ったもの ※レシートの 写真でも可	ヤオコレシート(写真) 500円お買い物券Get!! カードポイント 500P たまご	パンの「日々の消費用」「小晴れの楽しみ用」「おやつ・間食用」の使い分けが見られる。
	どこで 買いましたか?	その買いたい物を した理由	ヤオコー <sup>ヤオコー</sup> 明日は買い物に行きそうな時角が ついでで明日の夕飯まで買いたい 火曜日朝からまでの食料・飲み物を 購入。パンなどは子供のおやつと 明日は朝食前に食べようと思つた。  ヤオコーの買い物でヤマザキのパンを購入 している。子供のおやつと間食用に。

朝は前日に買ったコストコのディナーロールとミニクロワッサンを食べた。

チラシ、口コミなど	チラシ、口コミなど	今日一日の感想	連絡状況が遅らうつてるので、早めのお風呂を用意して朝送りをしたり、会場に買い付けていたりして、ゆっくりできる日曜日はなくとも、どちらも飛ぶた。1日で2回だ。	今日の食事の満足度	朝食はシリと食べてもいいが、今日も夕食は外食。それを朝の時に買ったあとはコストコのオムライスをよくメイン野菜と一緒に食べられてよい。	今日の買い物で気を付けた点	明日買い物ができないようだったので、火曜日の朝食くらいまでの食料と飲み物を買うように気をつけた。お風呂はどれかねばならないのをいつもためにストップを
-----------	-----------	---------	--	-----------	--	---------------	--

## (2) 旬がある「パン屋」とも「ミニあんぱん」ともちょっと違うパン

パスタをセットしたヤオコーベーカリーのとりわけスタイル

取り分けスタイルが出現するのは、特に自宅での昼食で子供と一緒にいるシーンである。「ミニあんぱん」は買い物では出現するが、本人の食シーンにはほとんど出現しないため、子供のおやつや間食専用になっている可能性もある。取り分けスタイルにはパンと、飲み物の他にサラダやスープが追加されるなど、パンそのものを楽しむ食シーンになる傾向がある。ヤオコーベーカリーのパンは、小さな娘とヤオコーに買い物に出かけた後の昼食に、そのコストパフォーマンスを発揮する。

[3-6]

< 3月 16日(水) の生活・行動記録 >								
11	12	13	14	15	16	17	18	19
娘迎え	昼食		買物		娘おもちゃ屋に遊びに行きました		娘とアフタヌーンティー	

(パン(ヤオコー)  
（ミニ）まんぱんとう  
バゲット（レトルト）ス

ドリンク

ヤオコー  
がまち  
お茶（  
牛乳）

娘

食事

自宅

写真)

ヤオコーショート(写真)

赤枠で囲まれた部分の手書きメモ:

昨日ヨリ午前中家にナビリ、娘は娘と 朝はまよ。今朝娘がおもてなしにパンとおもてなし。おうち田舎からささいな時間 といひいひこのじめ おみきのレトルトソースの ということで迎えの前に娘に下りてくの 入りを空しました。朝食を娘が下り 聞きおもてなし前に食べさせてカレーパンを 食べられるようこよつてこまうねんとうを 含めて おもてなし。セカリがけ娘と 加えてバゲット（レトルト）ス にしました。 一緒に食べました。XOソースと玉子 レトルトソースともおもてなしにこう なりました。中止おもてなし。とてもおいしいと おもてなし。レトルトソースもこうも



ヤオコーのパン。娘ととりわけスタイルで  
昼食に食べる。レトルトのパスタをセット。

[3-7]



お気に入りのベーカリーパンは娘との自宅  
での昼食、これも取り分けスタイルである。

[4-6]



こらちはヤオコーパンの自宅での昼食。午  
前の買い物から帰り、娘と家で食べた。

[6-5]

6	7	8	9	10
お出迎え	娘	娘	娘	お出迎え
娘	娘	娘	娘	娘
娘	娘	娘	娘	娘

・ カレーパン  
- 牛乳

夫・娘

夫

・ カレーパン、牛乳  
甘美がちゅうどいい。  
牛乳置き、食べ物を冷凍  
してしまりました。



こらちは出社時間が迫るパンの朝食。家族  
がいても取り分けスタイルにならないのだ。

## ②「コマ切れ」生活の「縫い目」としての「食」——生活動線パターンの類型

### (2) 朝からインスタントラーメンと冷凍焼きおにぎり 主婦とワーキングママの生活動線

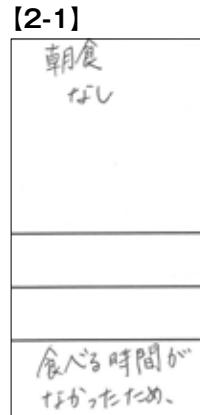
子供の朝食の "インスタントラーメン" と "冷凍焼きおにぎり" をみて「ひどい ...」とみてはならない。夕食はひじき煮にほっけ、塩キャベツ、オムレツに味噌汁と、体調の悪さを押しても作った立派な食卓なのである。朝の出勤前に子供たちに朝食を食べさせる苦肉の素なのか、子供がすんなり食べて、朝から「食べなさい」と叱らないためのアイデアなのか、朝食の理由は何であれ、この生活者が1日を通して取っている食のバランスは、「ひどい ...」どころか、意外と「良い」のである。

生活日記調査シート【01-6】												< 3月 16日(水) の生活・行動記録 >												ID: 01	女性	33歳	既婚	子供あり	パート					
生活行動	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3										
食べたり、飲んだり	食べたもの 飲んだもの	娘 ラーメン 息子 冷凍焼きおにぎり											レトルトカレー 惣菜 チキンポーリング おめでたい											ひじき煮 ほっけ オムレツ 塩キャベツ たこひき、ワカメのあめ芋ヨシ ごはん										
	誰と 食べましたか?	娘、息子											娘、夫											家族										
	どこで 食べましたか?	家											家											家										
	食べたもの 飲んだものを ・選んだ理由 ・作った理由 ・食べた感想	1食分づらくなかったので 子供たちがえらんでもらつた											SEKIで レトルトなど買って ずっとにおひる											家にあるもの オムレツの中は、レトルト ニットホールドをさしだしてチーズとフランジ										
	買ったもの 楽しげシートの 写真でも可																																	
その買い物を した理由	朝食は、娘がラーメン、息子が焼きおにぎり。出勤時間が迫りくるなかでの食卓だ。											昼はレトルトカレーなどであるが、福神漬けや、らっきょうもきちんと並ぶのだ。											この日の食事の感想は「体にいいと思う。」である。朝がラーメンでも問題ないようだ。											
気になつたり 自分の行動に つながった情報と 見た・聞いた感想 ネット(スマホ、PC)、 テレビ、雑誌、 チラシ、口コミなど	いまがり情報わからなくて、朝食がいから空腹 つくので、でも私はあまり食べながら出勤 まが十分かし?くれるから大丈夫。											今日の食事の 満足度											セントラル、おおいたオフレイジングを今までの野菜の野菜。 で、でも、もはつけも食べて、体はいいと思う。											
今日一日の 感想																																		

## (2) 朝からインスタントラーメンと冷凍焼きおにぎり 主婦とワーキングママの生活動線

忙しく働くワーキングママは物理的に朝食に凝ることはできない。最悪の場合 "朝食なし" になってしまうこともある。ワーキングママが休みになる週末にはどうなるのだろうか。朝食に手間をかけるどころか、遅くまで寝ていて食べないことすらある。結果、朝食兼昼食や外食になっていくのである。実際に、その時のランチのメニューは冷凍のたこ焼きでもOKなのだ。朝食は毎日のことである。物理的な条件として、主婦とワーキングママの食のギャップは朝に出やすいとみることができる。

## 仕事ありのワーキングママの仕事がある日の朝食



ワーキングママの朝は優雅ではない。時間が迫るなか子供に何とか食べさせるのだ。

遅く起きた休日の朝食。

## 主婦の平日の朝食



主婦の朝食はワーキングママに比べると、まだ、精神的に逼迫していないように見える。

⑤〈メニュー名〉はあっても〈献立〉が消える — 〈メニュー名のある食卓〉

(9) 「しゃぶしゃぶ」はサラダ! 食卓全部がサラダ! ? 「サラダ」が崩れていく

1/2

しゃぶしゃぶ、味噌汁、トマトとモツツアレラチーズのオリーブオイルがけが食卓に並んだ。野菜をいっぱい摂るために「しゃぶしゃぶ」を選択したのである。野菜具材たっぷりのみそ汁も、スープとサラダ（温野菜）のミックスとみれば、この〈献立〉は、すべて「サラダ」で形成されている。〈献立〉や〈メニュー名〉という規範は崩れ、消え去つたのである。キャベツの豚しゃキ鍋はキャベツを食べるためを選択される。このシーンにおいて「鍋」の持つ価値は明確である。

夫  
ステーキ  
お肉がたべたくて  
ステーキにならん。  
サラダ、スープ、デザートは  
パッキングにならんでおり、  
色々食べてみた。

具沢山すぎるしゃぶしゃぶ、味噌汁にカブ  
レーゼ。食卓全部がサラダに見える。



1904

・幸佳穀米がいいと言っていた。  
って何うかな…。

今日の買い物で  
気をつけた点

シャブシャブを作る材料を中心して  
買つた。

あんバター(9)	「ラウニー	キャベツの丹波チキン丼
チヨコナッツハッピ	(作り置き分)	ご飯.
コ-ヒー(ドリンク)20	麦茶	麦茶

一人	一人	夫・娘・息子
自宅	自宅	自宅
出でつけたついでに お菓子に入りのパン屋 で昼食を買つた。 甘いパンだけにな ってしまった。	物足りたより。た ので、あやつ。	夫と息子の からだいいき 定期券のスケ カたっかりり 今こそチャレン ジ自身買つた

ecuteレシート  
(写真)  
八の屋のレシート  
(写真)  
ヤブコ-レシート(写真)

キャベツの豚シャキ鍋はキャベツを食べるためである。「鍋」の価値は明確なのだ。

(ハシ)	(マオゴー)
かごでしからしたものと 骨の追加部分。 息子のお出でかけの 用。	出でけたついでに お風呂入りのパン層の パンを食べたくなったので、 月に2回以上焼いている。

お家に入りのパンが食べさせて満足。 夕食でチャバソーサーを一緒に食べて満足。	今日の良い物で 気を付けた点	明日は壹、夜と外食の予定なので、 余分な物は買わないよう心にした。
---	-------------------	--------------------------------------

## (9)「しゃぶしゃぶ」はサラダ!食卓全部がサラダ!? 「サラダ」が崩れていく

毎朝決まって出てくるサラダであればマンネリ化は避けられない。子供が野菜が苦手なのはその面だけを見れば無理はないのである。一方、野菜を食べるという点から見ればママの予想に反して子供達がよく食べるのが「具沢山の豚汁」である。さらに「野菜たっぷり餃子」、「野菜たくさんラーメン」、「野菜いっぱい焼きうどん」いずれも子供たちはペロリと食べてしまうのである。サラダには大きな可能性がある。必然的に過去の「サラダ」は崩れ、"野菜を食す"という価値に発展していくのである。



[3-6]



[10-1]

- 夫 ローストチキン バケット
- サラダ** (レタス、さゅうり、ベビーリーフ、アボカド、トマト)
- ジャスミン茶
- 夫、娘、息子
- 先 宅

朝や夜のサラダはドレッシングに工夫するなど、マンネリ化を防ぐ努力をしている。

次女	1人
自家	自宅
朝食は簡単に済ませたいので、すぐ出せる物にしつこく残り物の豚汁を出すが、娘達は良く食べる。	至福の時間
バランス良いには良かったのかなー。彩りが良ければもっと良かったか。今朝は寝坊してしまったので余裕がなかった。	ねむい



[7-3]

きょうだい
とん汁
たまごどうふ
かぼちゃ蒸物
主人・長男・次男
自家
昨日、丼を作っていたので、今日はつむだけで。長男も一緒につむんでくれた。ちちコ完食!! 野菜たっぷりでこれから。ちちコもペロリ!!! そぞろ100か??!



野菜たっぷりの豚汁は勿論、野菜餃子、野菜ラーメン、すべて子供達はペロリである。

[4-5]

娘・奥母
実家
外は寒かったので温かいラーメン(しかも野菜がたくさん入っている)は嬉しい!! 娘も野菜はハクハク食べていたので、うちでもラーメンに野菜を入れようと思った。
娘の手料理



豆、豆腐 野菜たっぷり 焼きうどん いろどり 麦茶
息子
自家
お屋に米を食べたり、野菜たっぷりの焼きうどんを食べたり入れたり!! と娘の手作りの豆乳も美味しいわいやつ。

[5-6]

息子と昼食の野菜たっぷり焼うどん。野菜で頭がいっぱい、肉を入れ忘れたそうだ。



## (6) マンネリ化した白菜とクックパッドのクリーム煮 困ったときのレシピ検索

「あら、こんなところに牛肉が…♪」この生活者は"牛丼"を閃いたのだそうだが、その次のアクションはクックパッドで"牛丼"の検索である。別の日には前日買った豚バラと余っていた長ネギで材料からも「検索」である。さらには、何回も繰り返し作っているお気に入りの"鍋レシピ"もある。その鍋のために夕方ヤオコーに材料を買いに行ってしまうほど〈食べたい〉のだ。すっかりクックパッドが食生活に浸透したこのユーザー、まるでレシピ検索オケージョンの縮図をみているようだ。

[10-4]

ID: 10 女性 41歳 単身						
18	19	20	21	22	23	24
タ食	タ食	入浴	湯	コイン	自	就寝
食薄	食	湯	時間	由	已	
ジャスミン茶	マカロン	ジャスミン茶				
まいたけご飯	ジャスミン茶					
カリキレ大根						
りんごの漬物						
豚キムチ						
娘・良子	夫					
自宅	自宅					
冷蔵庫に余り物があるから						
あつたので、使い切れで、娘と良子のお弁当にも						
（うつ）よくスーパーで、金子亭						
カリキレ大根に付けてしまって。						
今日は娘と良子が金子亭で買ったのを						
まわしたが、温めながら残してたから。						

"冷蔵庫の余り物"で"お弁当にも使えそうなメニュー"。茶色で塩分高めに。

タ食	今日の買ひ物で気を付けた点	やくわるまちあ用したつもりが、要
トウモロコシ	今日の買ひ物で気を付けた点	トマト

[10-5]

ID: 10 女性 41歳 既婚 子供あり パート						
18	19	20	21	22	23	24
タ食	入浴	湯	時間	自	お	就寝
食の準備	湯	時間	自	お	お	
ジャスミン茶	マカロン	ジャスミン茶				
まいたけご飯	ジャスミン茶					
カリキレ大根						
豆苗・小松菜のつけ湯						
ごはん						
ジャスミン茶	マカロン					
娘・良子	夫					
自宅	自宅					
昨日買った豚バラと一緒に温めに余った長い巻きの						
長ねぎを1束。たレシピを「クックパッドで」						
探してた見つけた。1束を大切に、豚肉も						
も香いてくれたので作り切った。豚肉は						
味噌汁でとろみよくにして。						
食す。昨日もらったマカロンをろくで食べて娘たちが喜ぶ。						

家にある食料でクックパッドでレシピ検索をして、人気のレシピを作った。

家にある食料でクックパッドでレシピ検索をして、人気のレシピを作った。

今日の買ひ物で気を付けた点

[10-6]

ID: 10 女性 41歳 既婚 子供あり パート					
20	21	22	23	24	
タ食	就寝				
食の準備					
ジャスミン茶					
まいたけご飯					
カリキレ大根					
豆苗・小松菜のつけ湯					
ごはん					
ジャスミン茶	マカロン				
娘・良子	夫				
自宅	自宅				
昨日買った豚バラと一緒に温めに余った長い巻きの					
長ねぎを1束。たレシピを「クックパッドで」					
探してた見つけた。1束を大切に、豚肉も					
も香いてくれたので作り切った。豚肉は					
味噌汁でとろみよくにして。					
食す。昨日もらったマカロンをろくで食べて娘たちが喜ぶ。					

買い物の牛肉で思いついた牛丼。検索で最初に出てきたレシピを作った。

買い物の牛肉で思いついた牛丼。検索で最初に出てきたレシピを作った。

今日の買ひ物で気を付けた点

[10-7]

ID: 10 女性 41歳 既婚							
18	19	20	21	22	23	24	1
タ食	就寝						
食の準備							
ジャスミン茶							
まいたけご飯							
カリキレ大根							
豆苗・小松菜のつけ湯							
ごはん							
ジャスミン茶	マカロン						
娘・良子	夫						
自宅	自宅						
娘と良子の帰りを待って、作る時間のかからない時間には何でも作っている							
タケノコ入りのタマゴ							
カリキレ大根							
豆苗・小松菜のつけ湯							
ごはん							
ジャスミン茶	マカロン						

何回も作っている定番の鍋。子供達がよく食べてくれるこの鍋に決めていたのである。

（ヤオコー）

日用品の新商品と、夕食用の材料を追加したため、迷っている。

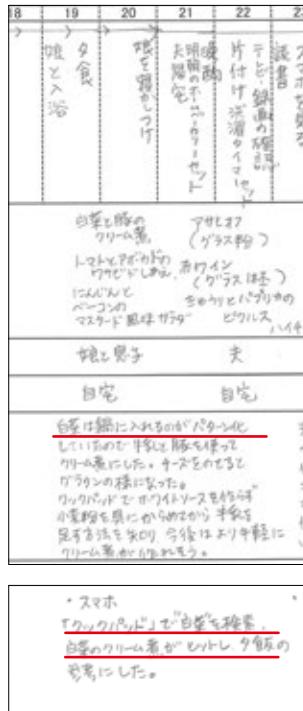
多機能の電子レンジで簡単に調理できる。

今日の買ひ物で気を付けた点

## (6) マンネリ化した白菜とクックパッドのクリーム煮 困ったときのレシピ検索

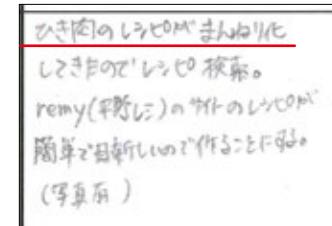
大量に出回る旬の野菜や、大量買いされた肉について、困りごとにレシピのマンネリ化である。「何か目新しいものはないか...」このときにスマホでレシピを検索するのだ。確かに、レシピサイトは困りごとを解決してくれるツールではある。一方、ヤオコーの冊子「クッキングサポート」を見たユーザーが、翌日の夕飯を決めるシーンがある。卵料理の特集が「コストコで買った玉子があるのとイースターの時期」に合致し、オムライスに決めたという。ちなみにこの冊子に"イースター"の文字はない。

[8-1]



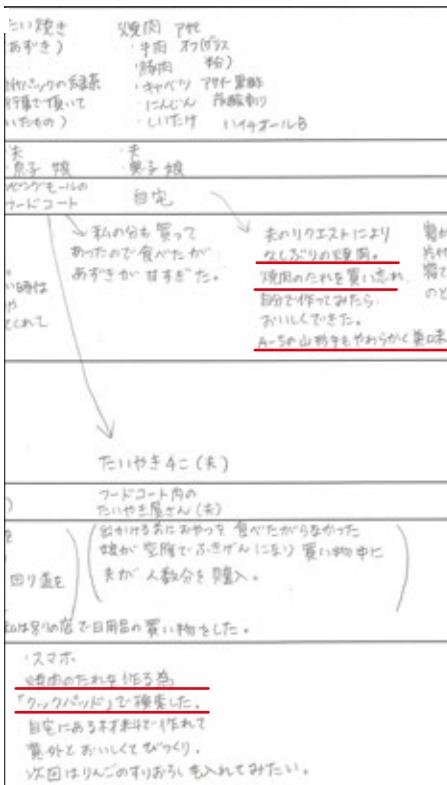
白菜の料理がマンネリ化したこの日、  
クックパッドのクリーム煮を参考にした。

焼肉のタレも自作である。良い肉にはこだ  
わったが、タレは買ひ忘れたのだといふ。



「remy」でひき肉のレシピを検索。素材大  
量買いの弊害はレシピのマンネリ化だ。

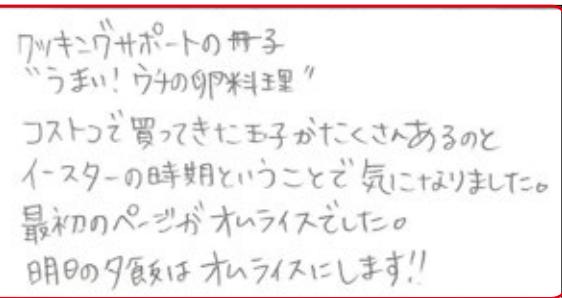
[8-2]



[4-6]



[3-6]



ヤオコーの冊子「クッキングサポート」を見  
て明日の夕飯をオムライスに決めた。



[3-7]



オムライス (ヨコヒヨコ子、テミソース)  
くるくるパスタと角セカリ野菜のコンソメス  
バジルオイルの牛羽中グリル  
牛乳(子供)  
お茶(私)

翌日の夕飯、実際にオムライスは食卓に並  
んだ。その決意は固かつたようだ。

## (2) 皿にもケーキにもヨーグルトにお弁当にも…最もビビッドな〈さし色〉 “苺”に見た旬の強さ

旬の“いちご”はなんでもない日々の食卓をビビッドな差し色で彩ってくれる。朝のヨーグルトに果物を入れる他、昼屋上で食べた家庭内食持ち出し弁当にも、夕食の皿にもいちごは出現した。旬の果物というのは確かな意思を持って食卓に加えられる〈食べたい力〉のリトマス試験紙のような存在にすら見える。〈食べたい力〉を湧き立たせための最も確実なメソッドなのである。

生活日記調査シート【05-6】		< 3月 16日(水) の生活・行動記録 >																				ID: 05	女性	37歳	既婚	子供あり	専業主婦
生活行動		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3		
		洗顔	起牀	床掃除	朝食	片付け	洗濯(洗濯物)	スクイズ等	日程時間	食事	食事準備	食事	食事	食事準備	食事	食事	夕食	片付け	食事	食事準備	片付け	朝食	洗濯(洗濯物)	ゴミ袋の仕分け	日記記入	就寝	

[2-7]

16	火	17	水	18	木	19	金	20	土	21	日	22	月
朝食	自宅												
朝食(朝食)	(朝食)												

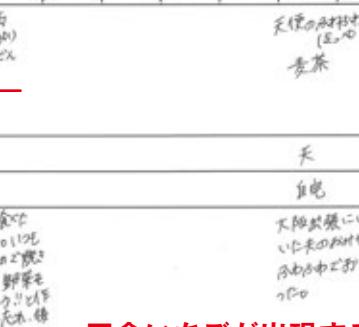
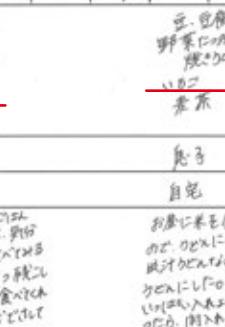
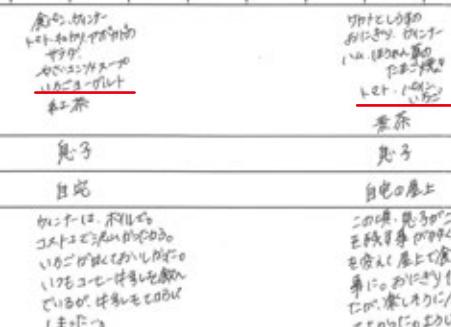


ケーキが食べたかったママ会  
でもいちごのタルトを選択。



全体的に彩度の高い朝食でもひときわビビットなのがいちごである。

買い物	どこで買いましたか？
	その買い物をした理由
気になつたり自分の行動につながった情報と見た・聞いた感想ネット(スマホ、PC)、テレビ、雑誌、チラシ、口コミなど	・ヨコミ 近所の人々にアドバイス カレーツをヨコミお風呂を楽しむ そうなの、おいしかったり買 たひなーと思った。
今日一日の感想	いつもヨコミと良馬がバビ・ローラー車でお風呂をしてい ます。お風呂ができるとても良かった一日でした。
	今日の食事の満足度
	お量をいつもちょうど 毎日、まためしを炊き ました。



三食いちごが出現することもこの季節ならではの旬の威力だ。飽きる兆しは全くない。



弁当にして屋上に持ち出したある日の息子との昼食。いちごとパンも一緒に。

阿丁から(おじさん)お手洗い便利で便利  
便利の(便利)お手洗い便利を便利

## (2) 皿にもケーキにもヨーグルトにもお弁当にも…最もビビッドな〈さし色〉 “苺”に見た旬の強さ

柑橘類の“いよかん”や“ぶんたん”も旬の果物である。このページの日記のモニターに限って言えば、昼食にごはんが出ることはない。うどんかパスタかパンである。特にこの日のうどんには梅干しととろろ昆布を入れた。昔食べた居酒屋の“食べたい味”がすでに頭の中で固まっていたのだ。別の日のうどんには薬味に柚子を入れた。実家でもらった柚子を冷凍保存してあったものを薬味にしただけで「美味しさUP」したそうだ。柚子の薬味の差し色が〈食べたい力〉を湧き立たせたのである。

生活日記調査シート【09-5】		< 3月 15日(火) の生活・行動記録 >																				ID: 09	女性	41歳	既婚	子供あり	専業主婦
4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3				
		<p>ご飯(じるい・ゆめいのせ) 味噌汁(味噌・わかめ・味噌・玉ねぎ・大根) ミニトマト(牛乳) ブロッコリー パイン・青菜 アサヒ野菜のヨーグルト</p> <p>うどん(わかき・人蔵・鶴見 チキン丼(鶏肉・玉ねぎ・人参) オメlette(卵・りんご) レモン・青菜 クッキー・黒糖チョコレート(販賣 コーヒー)</p> <p>ご飯・ 餃子 ボウル・ラーメン チキン丼の西和風(牛蒡風) 豆腐(豆)</p>																									
こなせ		泣せ		娘(むすめ)																							
自宅		自宅		自宅																							
<p>今朝食卓にある物でなるべく簡単な ブロッコリーは前日のおもてなし。 こなせは母を泣くのが好きなので、 娘も喜んでくれた。 ミニトマトは半分も残せるかな?</p>		<p>娘・まーちゃんは14歳の 娘とおもにあわせ入浴したが、娘 だけが14歳で、娘が喜んで済み 娘が入れてくれた。夫も喜んで、一 泣きもどうか大きさなので娘も、 食事のせいぢや、泣けなくなってしまう。</p>		<p>娘を朝夕食準備の時間間に掛かってるので 冷蔵庫保存しておいた食事にした。 ボウル・ラーメンは昨日おもてなし。 豆腐のみおかずば、カリーパ でも口の中はJOOY!</p>																							
買ったものを 選んだ理由 ・食べた感想		買ったもの ※レシートの 写真でも可		ダイソーレシート(写真) ダイソーレート(写真)		ダイソーレート(写真)		支那料理店ミニート																			
どこで 買いましたか?		マルエリ		マルエリ		支那料理店																					
その買った物を した理由		<p>マルエリは苺が安いから。 野菜も特徴で安かった。 マルエリは品数が多く、豊富。 オシャレな商品も沢山あって嬉しい。</p>		<p>マルエリの上階におられた洋菓子 店は、お土産などはダイソーリー。 天井看板も七七八八なので、雰囲気を 購入お茶しながらゆっくり読もう。</p>																							
気になつたり 自分の行動に つながった情報と 見た・聞いた感想 ネット(スマホ、PC)、 テレビ、雑誌、 チラシ、口コミなど		<p>テレビ ZIPで紹介された「さるフルースみにぎり」 苺が春が好きなので今度作ってみようと思った。</p>		<p>・テレビ Honoko「おひさまを理髪のハイフ。 店内に操作用に椅子があるが、 音連れともなると操作せりやう引き先は 監視されれば」「食べたい時はハイフ 食いしん坊がなーない。</p>																							
今日一日の 感想		<p>長生きの算数の先生が退職されると、 そこでお隣園に遊びに行つて来ました。偶然に同じ お友達さんと会えて嬉しい気持ちだった。</p>		今日の食事の 満足度		<p>うどんが美味しいだ。</p>																					



“緑色のおかずばかり”と不満点があるよう  
だが、苺の差し色が効いたのは確かだ。



うどんに梅干しととろろ昆布を入れたのは、  
思いつきではない。〈食べたかった〉のだ。

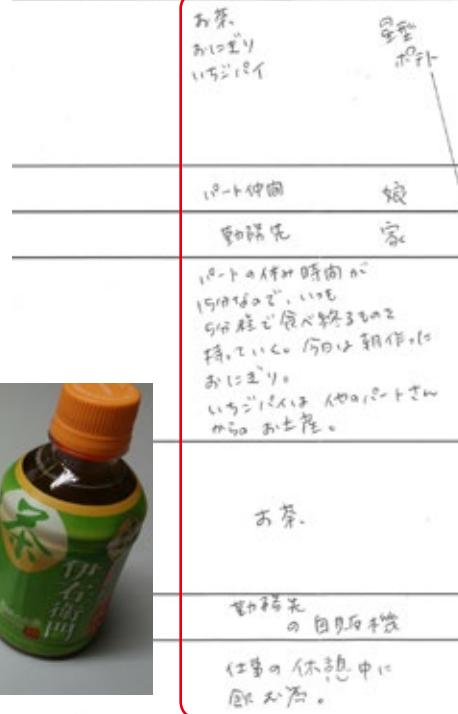
## (5) 水筒を忘れた日のボルヴィックとポカリスエット 日常生活での自販機のイレギュラー利用

子育てママも、もちろん職場の自販機で温かいお茶や缶コーヒーを買うことはある。一方、プライベートの親子の日常生活シーンを見ると自販機で飲み物を"買わなければ"ならぬシーンはほとんどないと言つていい。なぜなら、3食を含め飲み物は移動と移動の合間の室内空間で出現することがほとんどだからだ。例えば飲み物を飲むのは、自宅や飲食店、実家、友人の家、スポーツセンターなどである。そもそも外出中にうっかり喉が渴いて(子供の喉を渴かして)しまうような無計画な生活をしていないのだ。

## 職場シーン

[11-4]

10	11	12	13	14	15
	パート 休憩前・昼食		自販 機	午後 休憩	



このユーザーは勤務先の自販機でお茶を買  
うのが日課だ。おにぎりは持参である。

[10-1]

11	12	13	14
仕事	休憩		

同僚

職場

寒かったため、自販機で買入して飲んでいた。

同僚

職場

仕事終業後  
自販機で買入して飲んでいた。

職場の自販機は使う。寒い日にホットの缶  
コーヒーで温まりたいこともあるのだ。

## 親子の日常生活シーン

[7-5]

お別れ会 姫ちゃんの  
用意してくれたお弁当を  
全員で食べた  
おいしかった。

ボトルウォーター	
自販機	
出稼中の練習中の のどがかわいたので	
今日の買い物で 気を付けた点	水筒を忘れてしまって自販機で 買ってしまった。

一方、親子の日常生活で自販機を使うのは  
水筒を忘れた時くらいである。

[7-3]

ポカリスエット
駄菓子屋
長男の飲み物を 持ってきてなかった

## (5) 水筒を忘れた日のボルヴィックとポカリスエット 日常生活での自販機のイレギュラー利用

パンや飲料をコンビニで調達してから車に乗り込む、買い物に行ったスーパーでスポーツセンターで飲むためのペットボトル麦茶を買っておくなど、飲料に関しては極めて計画的に動いている。また、お弁当など自宅の飲み物を移動するによるシーンには水筒やタンブラーが活躍する。子どもの健康と家計を担うママの消費行動から考えて、自販機がイレギュラー利用になるのは自然なことだ。自販機で飲み物を買わなければならないような、サバイバルな暮らしぶりではないのである。

[4-2]

12	13	14
出かける準備	車で昼食	義理家へ
		お早めだよ
・ミニあんぱん ・ぐるみむひのん ・コーヒー		



家族で車での移動前に、ローソンストア100に寄り、パンと飲料を購入。

[11-3]

15	16	17	18	19	20	21
■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■						
■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■						
■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■ ■■■■■						

[10-5]

10	11	12	13	14
仕事	昼食	間食	片付け	

同僚

一人

職場

自宅

作り置きのブラウニー  
を持参して食べた。

10	11	12	13	14
子供のホームへ	昼食	帰宅		

003 マイケ	20
004 アカブトウ	99
008 ベジタベラッサリ	146
008 キロチャヤノモイカ	78
009 オランジーナ	74
009 Gタカラムキチャ	84
009 コマツナフクハ	74

水筒は家の飲み物を移動させる意味を持つ  
事前に買ったペットボトルに近いのである。



## ⑧〈暮らしの接続詞〉「ふうう～」「よしっ！」——「間食」「コーヒー」「アルコール」の重要性

### (3) 家計簿の傍にコーヒーとビスケット コーヒー&菓子とデスクワーク

“コーヒーは自由の象徴”と言ったら大げさに聞こえるかもしれないが、自由な時間が少ない子育てママが、「自由時間」とする時間に必ずといってよいほど登場するのが“コーヒー”や“紅茶”である。ママにとって子供が寝ているときは微かな開放感に包まれる。まだ薄暗い早朝、リビングで一人録画したテレビでを見ながら、洗濯物を干し、保育園の連絡ノートを書く。その傍には抹茶や紅茶が置かれている。同じようにして家計簿などのデスクワークにもコーヒーがその傍に置かれるのである。

家計簿の傍にコーヒーと菓子。これが子育てママのデスクワークである。

[2-1]

4	5	6	7	8
起	洗濯	保育園の準備	朝食	
寝	洗濯	お弁当の準備	お弁当	
起き	保育園の準備	お弁当	お弁当	
ぐら	お弁当	お弁当	お弁当	

抹茶  
紅茶

朝食 ぱし

1人 1人

北山

食べる時間が  
なかったため。

4時に起き録画したテレビを見ながら保育園の連絡ノートを書く。傍に、抹茶、紅茶。

[8-3]

9	10	1
リ通	整理	家計
宅	整	計
整	理	計
通	等	等

コーヒー  
ビスケット  
ザキシュー

[8-2]

1	2	3
タ食	オ	雑
片付	用	洗濯
け	用	物
	洗	物
	濯	たけ

はと麦茶

[5-4]

23	24	1
お	自由	就寝
記入	時	時
	間	

アイス  
(ゼリーアイス)  
いん

この生活者は、深夜に洗濯物を干しながら至福のアイスを楽しんでいる。

[6-3]

22	23	24	1	2	3
次	日	T	V	就寝	
次	記入	な	ど	自由	時間
次	記入	な	ど	自由	時間
次	記入	な	ど	自由	時間
次	記入	な	ど	自由	時間

、コーヒー

夫

、家

うで、  
スピードが、  
くらいだった!!  
して!“クイック”  
と言ってた。

寝る前食はない方が  
いいだけだ、TV見な  
がら飲んでました。



自由時間に行う本調査表記入時にも、傍にコーヒーや菓子が多数出現した。

## ⑧〈暮らしの接続詞〉「ふう～」「よしつ！」——「間食」「コーヒー」「アルコール」の重要性

### (3) 家計簿の傍にコーヒーとビスケット コーヒー&菓子とデスクワーク

特に小さな子どもはママを自由にさせてはくれない。だから子どもが寝ている時間というのは、わずかながら精神的に解放されるのである。子どもが寝ているほんのひとときに、一杯のコーヒーと1枚のクッキーが労ってくれる。そして、「よしつ!がんばろう!」と気持ちのスイッチが入るのだ。ここには絶対的なアイテムが存在しているわけではない。麦茶やはと麦茶、紅茶やコーヒー、ジャスミン茶など…「ゆっくりと飲み物を飲む」その行為そのものが、暮らしの接続詞の価値を持つのである。

[9-1]

9	10	11	
出で食の付込物を準備をしながら	次せと買ひ物	寝寝	自由時間

コーヒー

ジース

身と朝食。 1人	自家
のせきは リキは (ナ)と 隣の日課 風邪を引 ています	コーヒーで一息つきたい。 でも結局おむつ替え算 バタバタして、あれこれし しながう飲むことに… やはりゆっくり飲むには、 寝寝中だったり…も

コーヒーで「ふう～」と一息つきたいのだが、そもそもいかないのが子育てである。

[9-7]

9	10	
片付け、 洗濯(タオル類)	出かけ準備 二近所さんと立話	次せと散歩(寝寝)

コーヒー

コーヒーのような飲料が〈暮らしの接続詞〉の役割を果たすのは確かなのである。



[8-5]

20	23	24	1	2	3
夕食の替りに	就寝		睡眠		

チョコレート  
カルピスウォーター  
ハイターレB

のめに  
切れ  
って  
シテーに  
これで

家事中、小腹が空き  
ホワイトデーのチョコで  
口にした。

余をわり。

カルピスウォーターは義母からの差し入れ、  
チョコレートはホワイトデーのものだ。

[8-5]

スフレロール 4コローキ エコボ 緑茶 カレーパ カレーポー 「いちご味」
娘 娘
自家、 自家
スフレロール カルピスウォーター義母の 差し入れトリ。
消費しなければ 冷蔵庫かいつぱいになら, 明日は COOP 百貨店



食のトレンド®  
TREND OF FOODS

**DIINC.**  
DESIGN INFORMATION

**TRF**  
GROUP

#### 発行元・お問合せ先

食のトレンド® 運営会社：デザイン情報株式会社  
〒335-0023 埼玉県戸田市本町1-25-3-301  
TEL 048-291-9183 FAX 048-291-9184  
E-Mail / [food@diinc.co.jp](mailto:food@diinc.co.jp)  
URL / <http://food.diinc.co.jp>