

【こんぶネット】食の伝承について アンケート報告書

■報告書作成日 2011年1月30日

株式会社ハーストリープラス
〒733-0834 広島市西区草津新町2丁目15-17
URL: <http://www.hs-plus.jp>

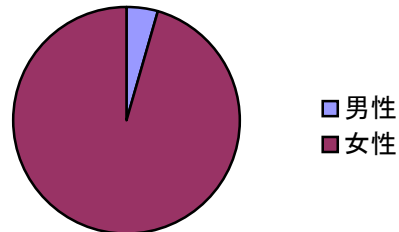
【こんぶネット】「食について」子どもの世代に伝えたいことを教えてください。

【有効回答】 1,579人
【アンケート実施日程】 2010年12月24日～2011年01月18日

■属性

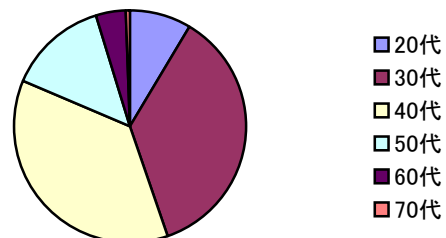
【性別】

性別	人数	割合
男性	68	4.3
女性	1511	95.7
合計	1579	100



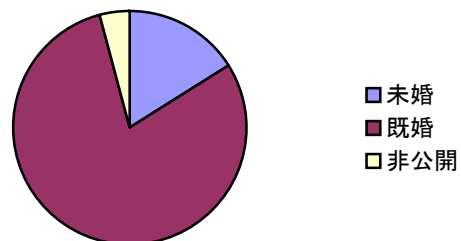
【年代】

年代	人数	割合
20代	135	8.5
30代	572	36.2
40代	576	36.5
50代	221	14
60代	66	4.2
70代	9	0.6
合計	1579	100



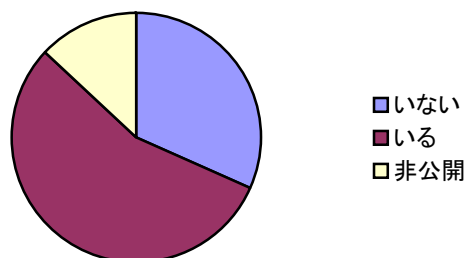
【未既婚】

未既婚	人数	割合
未婚	253	16
既婚	1260	79.8
非公開	66	4.2
合計	1579	100



【子どもの有無】

有無	人数	割合
いない	502	31.8
いる	869	55
非公開	208	13.2
合計	1579	100



【都道府県】

地域	県名	人数	比率
北海道			
北海道	北海道	76	4.8
東北			
	青森県	6	0.4
	岩手県	8	0.5
	宮城県	16	1
	福島県	12	1
	秋田県	3	0.2
	山形県	5	0.3
関東			
	茨城県	19	1.2
	栃木県	16	1
	群馬県	11	0.7
	埼玉県	94	6
	千葉県	69	4.4
	東京都	298	18.1
	神奈川県	147	9.3
中部			
	新潟県	18	1.1
	福井県	8	0.5
	山梨県	8	0.5
	長野県	12	0.7
	岐阜県	14	0.9
	静岡県	30	1.9
	愛知県	91	5.8
	三重県	17	1.1
	富山県	9	0.6
	石川県	3	0.2
関西			
	滋賀県	9	0.6
	京都府	32	2
	大阪府	143	9
	兵庫県	91	5.8
	奈良県	17	1.1
	和歌山県	10	0.6
中国			
	鳥取県	4	0.3
	島根県	12	1
	岡山県	24	1.5
	広島県	106	6.7
	山口県	10	0.6
四国			
	徳島県	5	0.3
	香川県	15	0.9
	愛媛県	12	1
	高知	3	0.2
九州			
	福岡県	54	3.4
	佐賀県	3	0.2
	長崎県	8	0.5
	熊本県	9	0.6
	鹿児島県	9	0.6
	大分県	1	0.1
	宮崎県	4	0.3
	沖縄県	8	0.5
合計		1579	100

■単純集計

Q1. あなたが「食について」親の世代から教わったこと、言われてきたことはなんですか？【複数選択可】

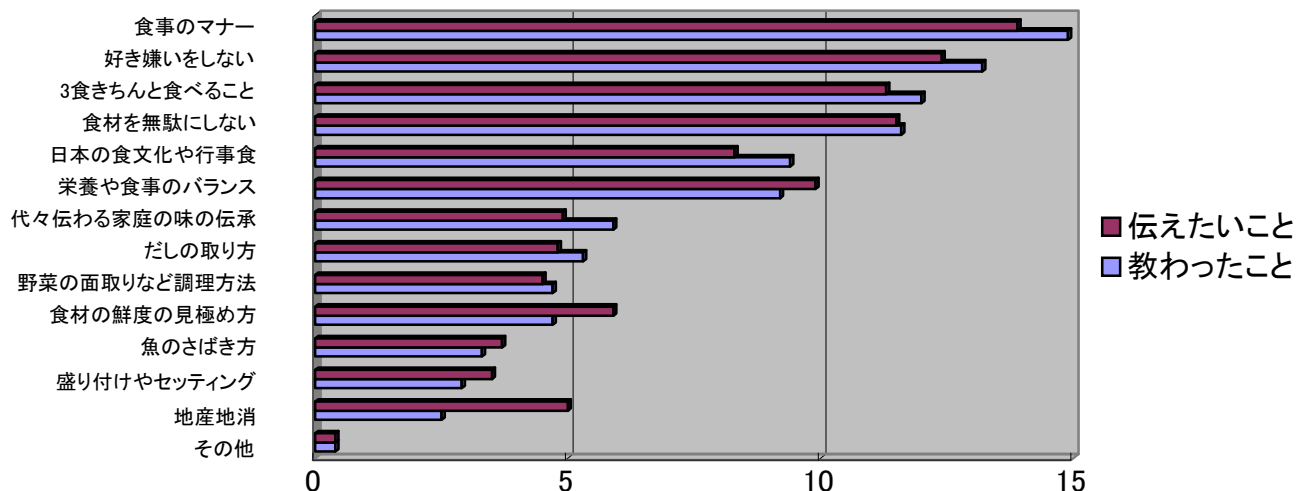
	回答	人数	比率
1	食事のマナー(お箸の持ち方や肘について食べないなど)	1089	14.9
2	好き嫌いをしない	970	13.2
3	3食きちんと食べること	872	12
4	食材を無駄にしない	845	11.6
5	日本の食文化や行事食(おせち料理や節句など行事に合わせた料理)	686	9.4
6	食品の栄養や食事の栄養バランスについて	669	9.2
7	代々伝わる家庭の味の伝承	434	5.9
8	だしの取り方	388	5.3
9	野菜の面取りやかかし包丁など調理方法	341	4.7
10	食材の鮮度の見極め方	340	4.7
11	魚のさばき方	238	3.3
12	盛り付けやセッティングの仕方	210	2.9
13	地産地消	184	2.5
14	その他	31	0.4
	合計	7297	100

その他
戦後の食糧難の時につらかった体験など
自分で作ったものが安心
添加物の有無ととらない事
食べてる時に、話すのは、口を、手で、隠して話す
動物や植物の命をいただくことへの感謝
体調のすぐれない時に食べたらいいもの
なるべく農薬や化学的なものを使っていない食事を選ぶ
いかに楽に早くおいしく作るか。家庭料理はスピード勝負。
皆で一緒に、笑って楽しく美味しくいただく事
肉料理と魚料理をバランスよく食べる(1日交代)
お米など一粒残さず感謝して食べる。
食材の製造過程
特になし

Q2. あなたが「食について」子どもの世代に対して伝えたいことは何ですか？【複数選択可】

	回答	人数	比率
1	食事のマナー(お箸の持ち方や肘について食べないなど)	1211	13.9
2	好き嫌いをしない	1082	12.4
3	食材を無駄にしない	998	11.5
4	3食きちんと食べること	987	11.3
5	食品の栄養や食事の栄養バランスについて	865	9.9
6	日本の食文化や行事食(おせち料理や節句など行事に合わせた料理)	727	8.3
7	食材の鮮度の見極め方	515	5.9
8	地産地消	437	5
9	代々伝わる家庭の味の伝承	431	4.9
10	だしの取り方	415	4.8
11	野菜の面取りやかかし包丁など調理方法	390	4.5
12	魚のさばき方	310	3.7
13	盛り付けやセッティングの仕方	305	3.5
14	その他	37	0.4
	合計	8710	100

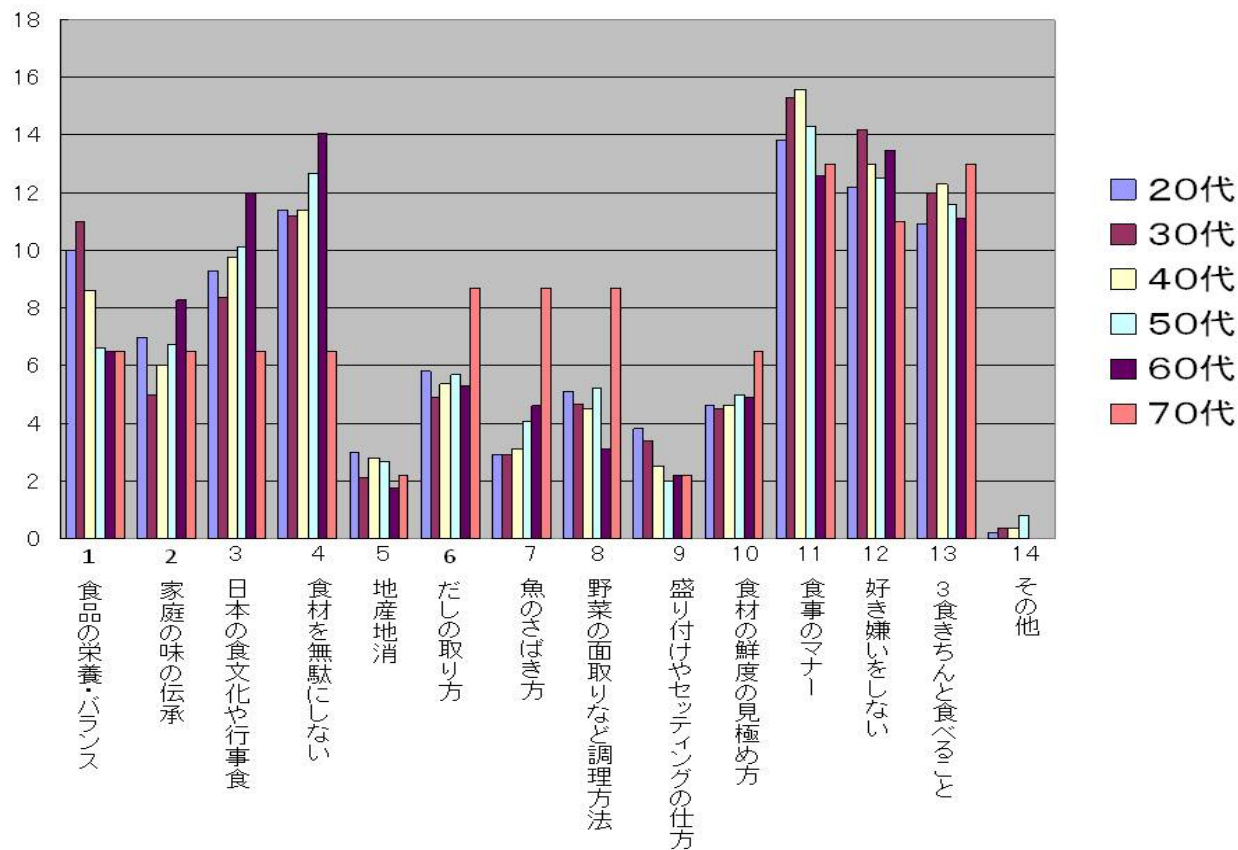
その他
食材の製造過程
生産者のこと
頂きますと御馳走様でしたが言え、感謝の気持ちを持つ
出来るだけ自分で作る
添加物をなるべくとらないこと
家族みんなで、楽しく、食事をする
良く噛んで食べる
出されたものは残さず食べること
昔の人の知恵
出来るだけ手料理を心掛けること！
もてなしの仕方
食は、生きることの基本の一つです。大切にしたい。
愛情
特になし



■クロス集計

Q1. あなたが「食について」親の世代から教わったこと、言われてきたことはなんですか？【複数選択可】

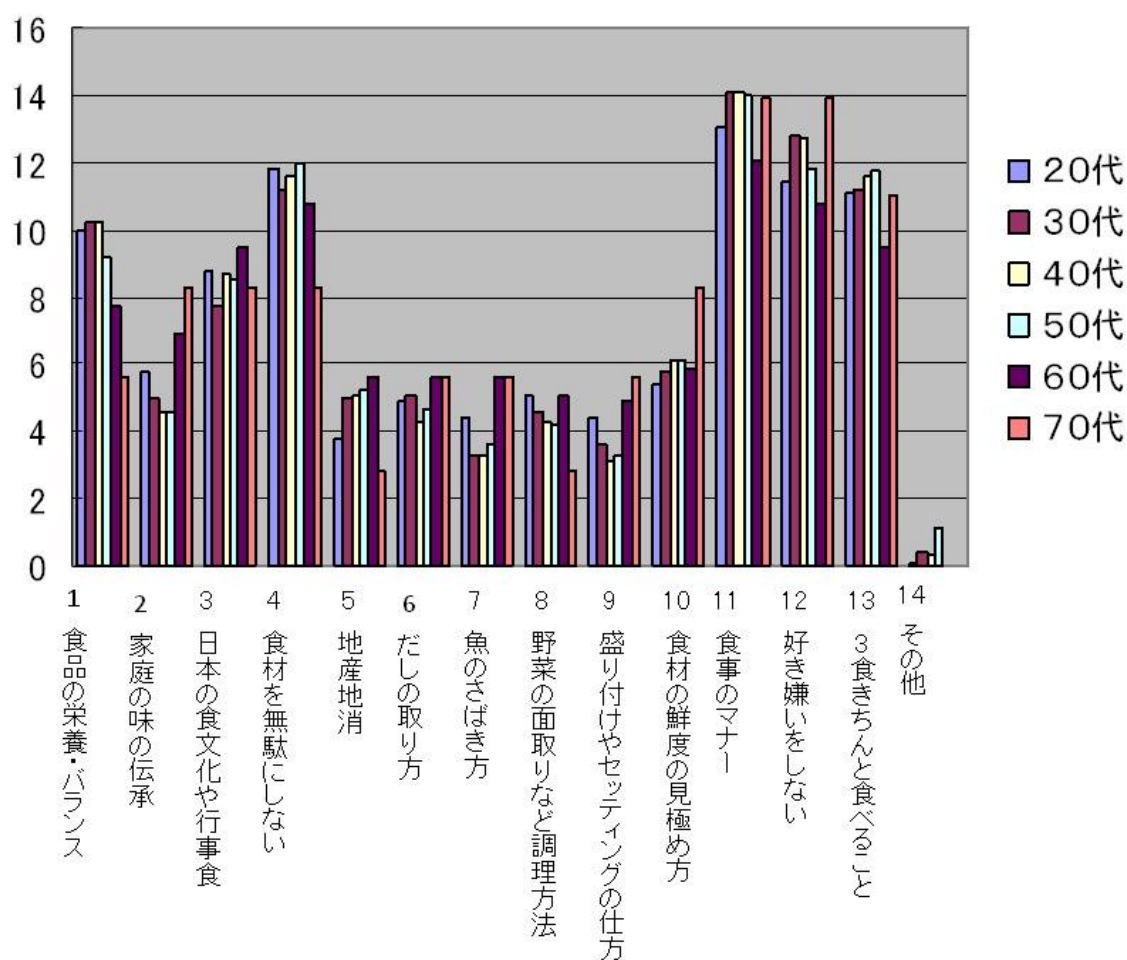
年代	20代	回答率	30代	回答率	40代	回答率	50代	回答率	60代	回答率	70代	回答率
1.食品の栄養や食事の栄養バランスについて	63	10	285	11	226	8.6	71	6.6	21	6.5	3	6.5
2.代々伝わる家庭の味の伝承	44	7	129	5	159	6	72	6.7	27	8.3	3	6.5
3.日本の食文化や行事食(おせち料理や節句など行事に合わせた料理)	58	9.3	217	8.4	260	9.8	109	10.1	39	12	3	6.5
4.食材を無駄にしない	71	11.4	288	11.2	300	11.4	137	12.7	46	14.1	3	6.5
5.地産地消	19	3	55	2.1	74	2.8	29	2.7	6	1.8	1	2.2
6.だしの取り方	36	5.8	126	4.9	143	5.4	62	5.7	17	5.3	4	8.7
7.魚のさばき方	18	2.9	74	2.9	83	3.1	44	4.1	15	4.6	4	8.7
8.野菜の面取りやかくし包丁など調理方法	32	5.1	121	4.7	118	4.5	56	5.2	10	3.1	4	8.7
9.盛り付けやセッティングの仕方	24	3.8	89	3.4	69	2.5	23	2	7	2.2	1	2.2
10.食材の鮮度の見極め方	29	4.6	117	4.5	121	4.6	54	5	16	4.9	3	6.5
11.食事のマナー(お箸の持ち方や肘について食べないなど)	86	13.8	395	15.3	407	15.6	154	14.3	41	12.6	6	13
12.好き嫌いをしない	76	12.2	367	14.2	343	13	135	12.5	44	13.5	5	11
13.3食きちんと食べること	68	10.9	309	12	326	12.3	125	11.6	36	11.1	6	13
14.その他	1	0.2	10	0.4	11	0.4	9	0.8	0	0	0	0
N数	625	100	2582	100	2640	100	1080	100	325	100	46	100



■クロス集計

Q2. あなたが「食について」子どもの世代に対して伝えたいことは何ですか？【複数選択可】

年代	20代	回答率	30代	回答率	40代	回答率	50代	回答率	60代	回答率	70代	回答率
食品の栄養や食事の栄養バランスについて	73	10	326	10.2	319	10.2	115	9.2	30	7.7	2	5.6
代々伝わる家庭の味の伝承	42	5.8	159	5	143	4.6	57	4.6	27	6.9	3	8.3
日本の食文化や行事食(おせち料理や節句など行事に合わせた料理)	64	8.8	247	7.7	270	8.7	106	8.5	37	9.5	3	8.3
食材を無駄にしない	85	11.8	358	11.1	360	11.6	150	12	42	10.8	3	8.3
地産地消	28	3.8	161	5	160	5.1	65	5.2	22	5.6	1	2.8
だしの取り方	36	4.9	162	5.1	134	4.3	59	4.7	22	5.6	2	5.6
魚のさばき方	32	4.4	106	3.3	103	3.3	45	3.6	22	5.6	2	5.6
野菜の面取りやかくし包丁など調理方法	37	5.1	146	4.6	134	4.3	52	4.2	20	5.1	1	2.8
盛り付けやセッティングの仕方	32	4.4	116	3.6	95	3.1	41	3.3	19	4.9	2	5.6
食材の鮮度の見極め方	39	5.4	184	5.8	191	6.1	75	6.1	23	5.9	3	8.3
食事のマナー(お箸の持ち方や肘について食べないなど)	95	13	449	14.2	440	14.1	175	14	47	12.1	5	13.9
好き嫌いをしない	83	11.4	410	12.8	395	12.7	147	11.8	42	10.8	5	13.9
3食きちんと食べること	81	11.1	358	11.2	361	11.6	146	11.7	37	9.5	4	11
その他	1	0.1	13	0.4	9	0.3	14	1.1	0	0	0	0
N数	728	100	3195	100	3114	100	1247	100	390	100	36	100



**Q3. 昆布は、美容や健康により栄養素を含むバランス食品です。
あなたが昆布の良さを子どもの世代に対して伝える時どんな言葉で伝えますか？**

現在子供が4歳と2歳なので、おでんに入れるとおいしいよーとか、自分が食べているのを見せて、食べると髪の毛がのびるんだよ〜など、食べても安全なんだ〜って事をまず伝えています。子供がもう少し成長したら、料理に必要な食材だよって一緒に料理を作りながら説明していきたいです。
昆布から出るだしの美味しさ、素晴らしさを伝え、小さいうちから食べられるようにしてあげたいと思います。
昆布を使ってダシを取ることは日本料理の基礎であること食物繊維やミネラルがたっぷりの食品なので、体に良い
美味しいだしもとれるし、とった後は佃煮にしたり、最後まできちんと食べれる貴重な食材だと。
だしにもなり、そのまま食べてもおいしい。昔から「よろこぶ」といわれてめでたいときには欠かせないんだよ
昆布は日本中で昔から活用されてきた伝統の食材で、美味しいだけでなく身体にも良いものです。
昆布は地味に見える食品だけれど、日本の伝統食に欠かせない。 美味しいお出汁になるし、ミネラルや食物繊維が豊富で体や美容に欠かせない食材である事。
おだし汁をとる時は必ず昆布といりこ（我が家はずっと昆布、いりこ）から作って、市販のだしの素を使わない事を伝えたいですね。昆布の良さは、おだし汁を飲めば言葉なしで実感できますので。
身体に良い栄養がいっぱいなんだよ。毒素も身体の中から絡め取ってくれるの。
「カルシウムやビタミンをたっぷり含んでいて、健康と美容にとってもいいのよ」と美味しい昆布料理を食べさせてあげながら言いたいです。
使っているところを実際に見せる
こんぶは、食物繊維がありミネラルが豊富でこの上ない食材なので化学調味料を使わず昆布でしっかりだしをとってそれから色んなアイデアでその昆布を使っていって欲しい
調理する時に欠かすことが出来ない「旨み」と「ミネラル」は「昆布」から。また、だし汁に使用した後も「簡単な味付け」で昆布料理一品が出来ること。
だしをとるときに昆布やカツオをつかってだしがとれたら、それだけで料理ができる！って株が上がるんだよ！
便通を整えるのに必要な食物繊維が豊富。低カロリーで体重調整（増やしたくない減らしたい時）の際に役立つ。体に必要なミネラル分を摂取することができる。
昆布はおいしい食材である事。また、だしを取った後も、おいしく食べられるということ。一切れ入れるだけで、いいだしがでること。塩昆布や、とろろ昆布など、いろんな利用方法がある事。
昆布はビタミンやミネラル、カルシウムが豊富で身体を健康にするには凄く良い食べ物。頭を良くしたり、身体を健康にするんだよ。
栄養素がギュッと詰まった賢い優秀食品。
まずどこに生えているのか、地理と自然状況などからはじまって美味しい食べ方、栄養についてまで分かり易く伝えたい
身体を健康にする自然の力だよ、と。
日常のお料理に昆布を欠かさず使っているの、子どもが美味しそうに食べてくれたら、「昆布さんのおかげで、こんなにおいしいごはんになるんだよ！昆布さん食べてるから、こんなに元気一杯だね！」と教えてあげたいです。（現在、子どもは1歳10ヶ月）
今4歳の子供に言っているのは、「昆布を食べると髪の毛やお肌や体の中まできれいにしてくれるんだよ〜」と説明すると女の子なので喜んで食べます。
東京にいる時はあまり昆布を見ませんでした。関西人と言えば、ダシには絶対昆布。栄養豊かな海の恵み。
我が家では昆布は人気者です。お正月のおせちも昆布は「喜ぶ」だとみんな食べますし、普段も塩昆布はよく食卓に登場します。言葉で伝えるより毎日の食卓からきっとわかってきていると思っています。
おいしい料理を作るための魔法の海藻
外国は海藻を食べないからミネラルをサプリでとっている。日本は海藻を食べる文化があるから食事でとれるんだよ。
昆布は日本人の最高の調味料だよ
昆布はノンカロリーでミネラルいっぱい。食物繊維も豊富な食材よ！たくさん食べなさい！
ねばねばしている所が健康のもとなんだよ。昆布は体の中の悪いものを掃除してくれるよ。病気に負けない強い体になるよ。って言うと思います。
ミネラルが豊富である、特にフコイタンは脂肪を貯めにくくし身体をきれいにし、昆布はカロリーも低いので毎日何かしらで食べよう。
美味しいダシも取れるし、食べても美味しい、日本人にとってとても大切な食べ物。細かく刻んで味付けした佃煮は最高のご飯のお供ですよ。ねばねばは美容にも良いしね。
昆布は「よろこぶ」にも通じる。ミネラルを含んで 美しい髪を作る。水溶性繊維なので 身体を内側からきれいにする。
おせちの昆布の説明から、昆布は、喜ぶといって、縁起のいいたべもので、だしをどつたり、料理には欠かせないものだと、伝えま
子供がいないので具体的には思い浮かばない。今まであまり「昆布」の存在を意識していなかったけれども、今回こんぶネットを覗いてみて、「昆布」の存在感が随分と大きくなりました。その辺を伝えたいと思うのではないかと思います。
昆布は髪の毛をきれいに、黒々としてくれるのよ。また、腸のお掃除にもなるのでとても良い食品であること。また、減塩のためにも昆布で取っただしはうまみがありお料理には欠かせないことを伝えたい
こんぶは血管の病気を防いだり、きれいな髪や肌にしてくれたり、本当の意味で健康美人になれるよ。と娘に伝えたいです。

Q4. 『こんぶネット』で実施してほしいネット上のイベントやご要望をお書きください。

回答	人数
レシピ(簡単・応用・子ども向け・奥園先生・郷土など)	547
企画(料理教室・試食会・コンテスト・子ども向けなど)	367
情報	111
使い方	81
今のまま、なし	443
その他	29
	1578

レシピ(簡単)
電子レンジでできる簡単昆布料理が調べられるといいな。
簡単にできる、出汁をとった後の昆布の調理法を知りたいです。
超簡単手間いらずなこんぶ活用術
簡単レシピ&だしに使った後のこんぶの利用法
こんぶ料理の簡単時短レシピ
簡単に出来る昆布料理の掲載をずっと続けて欲しい 出来れば洋風や中華を知りたい
レシピ(応用)
若い世代はこんぶを食することが親世代に比べ減っていると思うので若い世代が抵抗なく食べれるレシピを教えてください
こんぶは、和風の味付けで食べることが多いので、飽きずに食べ続けられるような、変わった調理法を知りたいです。
これが昆布！？と思わせるようなメニューを教えてください。
こんぶ嫌いでも、食べれそうなお菓子や料理
昆布を主役にした料理レシピ特集
昆布料理のバラエティー
こんぶを使った意外なレシピ。こんな料理になるんだーとか、こんな食材との組み合わせも良いとか。
レシピ(子ども向け)
食べやすく子供好きのするようなメニューの紹介
子供が食べやすい昆布のお菓子の作り方
昆布料理を子供があまり好んで食べてくれないので、昆布を使った子供用のメニューやレシピ、盛り付け後の写真などを載せてほしい
子どもが小さいので手軽に出来て昆布の良さを生かした料理やおつまみ、おやつなどの紹介をして欲しいです
昆布嫌いの子どもでも食べられる、昆布料理
こんぶは、こりこりした歯ごたえが、大人には魅力ですが、うちの子供には苦手なようで、ぜひ食べてもらいたいので、他のお宅ではどんな材料でどんな風に料理に取り入れているか、紹介してほしい。
レシピ(奥園レシピ)
このサイト初めて知りました!!大好きな奥園先生も出ているとは～♪
昆布って意外と敷居が高い感じがして、私にとっては使いづらい食材なのですが、私の尊敬する奥園嘉子さんのレシピもあってとても親しみを感じますね。できればもっとレシピ数が多いと嬉しいです。お忙しい方なのだと思いますが・・・
ずばら昆布レシピを、もっと充実してほしいです。もっと簡単に昆布料理を作りたいです。
今のところ要望はありません。奥園先生のレシピは献立に困った時に助かります。
レシピ(郷土料理)
こんぶを使った地方料理のレシピ。
その土地ならではのレシピいいですね。いろいろ知りたいです。
よく読んだら、レシピの中にあるのかもしれませんが、昆布がとれる地域での、その昔ながらの食べ方を知りたいです。また、その地域でとれる昆布の種類とかも知りたいです。
レシピ(要望)
レシピの公開・検索がたくさんできるようにしてほしい。

企画(子ども向け)
子供にも分かりやすいページを作って欲しい
最近ではパソコンを使いこなせる子供も多いので 子供向けの昆布クイズなどがあったら 楽しみながら昆布のよさを知ることが出来ると思います。
子供も好んで食べるような興味をそそるサイトにしてもらいたい
「こんぶのひみつ」子どもでも見て分かるような簡単なサイト(絵が多く字が少なくわかりやすい言葉)もあれば良いと思います。
昆布を使ったパズルやすごろくなど、子供が楽しめるゲーム。
昆布の良さ(栄養に良い事など)を子供でもわかるようなページがあるといいなあー。とおもいました。
子供が楽しめる、子供が理解できる内容載せてほしいです。また子供が食べやすい、お菓子でもいいので昆布を使った製品を教えてください。
昆布が嫌いな子供に食べ方法
子供といっしょに作る料理大会
小さい子供でも理解できるような日本の食文化について企画してほしい
季節の行事食にこんぶを使った、子供にも食べやすいメニューの紹介などに興味があります。
昆布って・・・水槽でも育てられる?? なんて、子供向けの実験は無理でしょうか?(^^;)
子供達がもっとこんぶに触れる機会を作る
こんぶの役割がわかる絵本を作ってほしいです。
提案(クイズ)
利きこんぶ? みたいなクイズイベント
昆布クイズ
提案(ゲーム)
何かアクションをすると昆布が成長していくのが分かるようなゲームイベント
子供が遊びながら勉強できるゲームのような企画があると良いと思った。
昆布を使ったミニゲーム
簡単なゲーム
奥園先生の楽しいレシピっていいですね!
目指せ昆布マイスターもおもしろいけれども、トップページで昆布マイスターチェック! なんてやって点数をつけてみたりして参加できたら面白いと思います。
企画(料理教室/講習会・試食会)
親子で参加するお料理教室
昆布を使った簡単美味しい料理の講習会
昆布講習会
試食会
情報
昆布に関するうわさ
どうやって昆布は収穫されるのか? です。
料理だけでなく、こんぶにまつわる様々なこと。
昆布関連の食品、変わった名産品の紹介。
良いこんぶの選び方
昆布の分布図は大変勉強になります。良く言えば「真昆布」であれば函館市尾札部産が代表だとか記述していただけると嬉しいです。尾札部昆布は、私たちの口に殆ど入らず「切れ端」でも高値で大阪市場へと運ばれるんですね。良品であれば一枚の真昆布は万単位で取引されるんです。ですから「クズ昆布」でも、出荷するんですね。また、根の部分はダシが最高でカレーライスに水の代わりにだし汁を使用すると最高級レストランや専門店より一枚上の料理になります。この部分も値が張りますね。最近、北海道では健康に良いということで「ガゴメ昆布」が色々な製品となって出回ってます。当地は函館市近郊です。
昆布の比較と見極め方
わたしも最近感じたことですが、食の大切さや食物の素材に関することについてお願いしたいです。
日本以外の国での、こんぶの活用方法などの情報
昆布を利用している他国の例を紹介。
食べることにこだわらず、他の利用法も教えてくれると、昆布があまり好きでない人にも共感されるのではと思います。

使い方

古くなったコブの使い方など。

昆布巻きが上手につくれるようになりたいので、昆布のプロの教える昆布巻きの王道調理法。昆布巻きに合う昆布は何か。にしんだけではなく、その他合うおすすめ食材。

昆布の使い方を若い世代がもっと身近に感じるような企画をどんどんやってください。

おいしいおだしのとり方をレシピで教えてほしい！できれば昆布の種類別に…

しお昆布やおぼろ昆布などの加工品の上手な使い方

だしを取った後の昆布の利用方法を知りたい

おかずの作り方、生臭くない味にするにはどうしたらいいか、昆布嫌いの人へのていあんがほしい

保存方法(出汁をとったあとの昆布は保存可能か)が知りたいです

こんぶは調理が難しそうですのでそれを払拭するような企画

だしの取り方を動画で載せてほしい。

昆布をもっと日常で使いやすくしたい。わたしはミルサーで引いていますが、みなさんはどうなの？

今のまま

思いつかないくらい今のサイトが充実していると思う。

今のままでも楽しいと思います。

こんなサイトはあるの初めて知った。お気に入りに登録しました。超かんたんレシピなどは実践しやすい

こんぶを使ったおかしのレシピや、手軽な昆布の使い方、保存の仕方などが知りたいと思っていましたが、すべてもうあるんですね…。とてもいいですね。

とくにありません。このようにある食材に特化しているWEBは素晴らしいと思います。

まだまだ初心者なのでこんぶネットの内容を拝見するだけで十分に参考になります。

とても充実しているので楽しく読ませていただいております。しいて要望といえばレシピの更新を早めて欲しい…くらいです。

今のままで十分な情報量とわかりやすさが工夫されていると思います。

今まで昆布にこんなに注目したことがなかったので、初めて「こんぶネット」を見て、充実した内容に驚いています。これ以上は思いつきません…。レシピを見て研究したいと思います。

こんぶネット…はじめて知りました。やはりレシピがめづかしいと思います。昆布はなかなかレシピが思いつかなくて…お困りですね。

その他

昆布グルメの美味しいお店紹介

昆布の特別販売など。

コンブのお菓子の開発。

形は悪いけど、美味しい昆布などの発売をして欲しい

おすすめのこんぶを販売してくれるとうれしいなあ。

柔らかく美味しい昆布。

昆布お試し価格での販売

昆布の格安販売

コンブのふりかけを作ったら手軽にコンブを楽しめそう。

料理用だけでなくおやつにもなる昆布の商品など開発していただきたいです

Q5. 昆布の日記念＜昆布川柳＞コンテストの投票受付中！です。興味がありますか？

回答	人数	比率
興味がある	835	52.9
興味はない	744	47.1
合計	1579	100

