

【こんぶネット】食に関するアンケート報告 男性対象

■報告書作成日 2015年12月20日

一般社団法人日本昆布協会
〒530-0001 大阪市北区梅田1-1 大阪駅前第3ビル12階
URL: <http://www.kombu.or.jp/index.html>

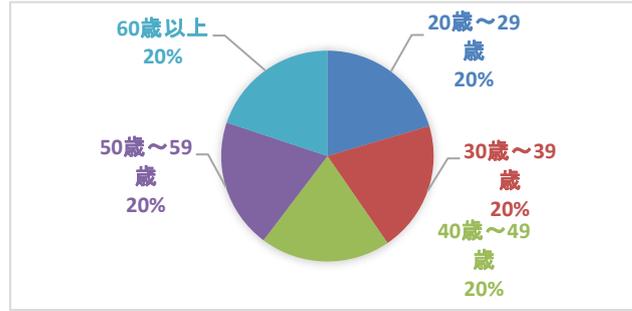
株式会社ハーストリープラス
〒733-0834 広島市西区草津新町2丁目15-17
URL: <http://www.hs-plus.jp/>

■ 男性対象
 ■ 調査方法: インターネットリサーチ

■ 実施期間: 2015年11月25日～
 ■ 有効サンプル数: 559

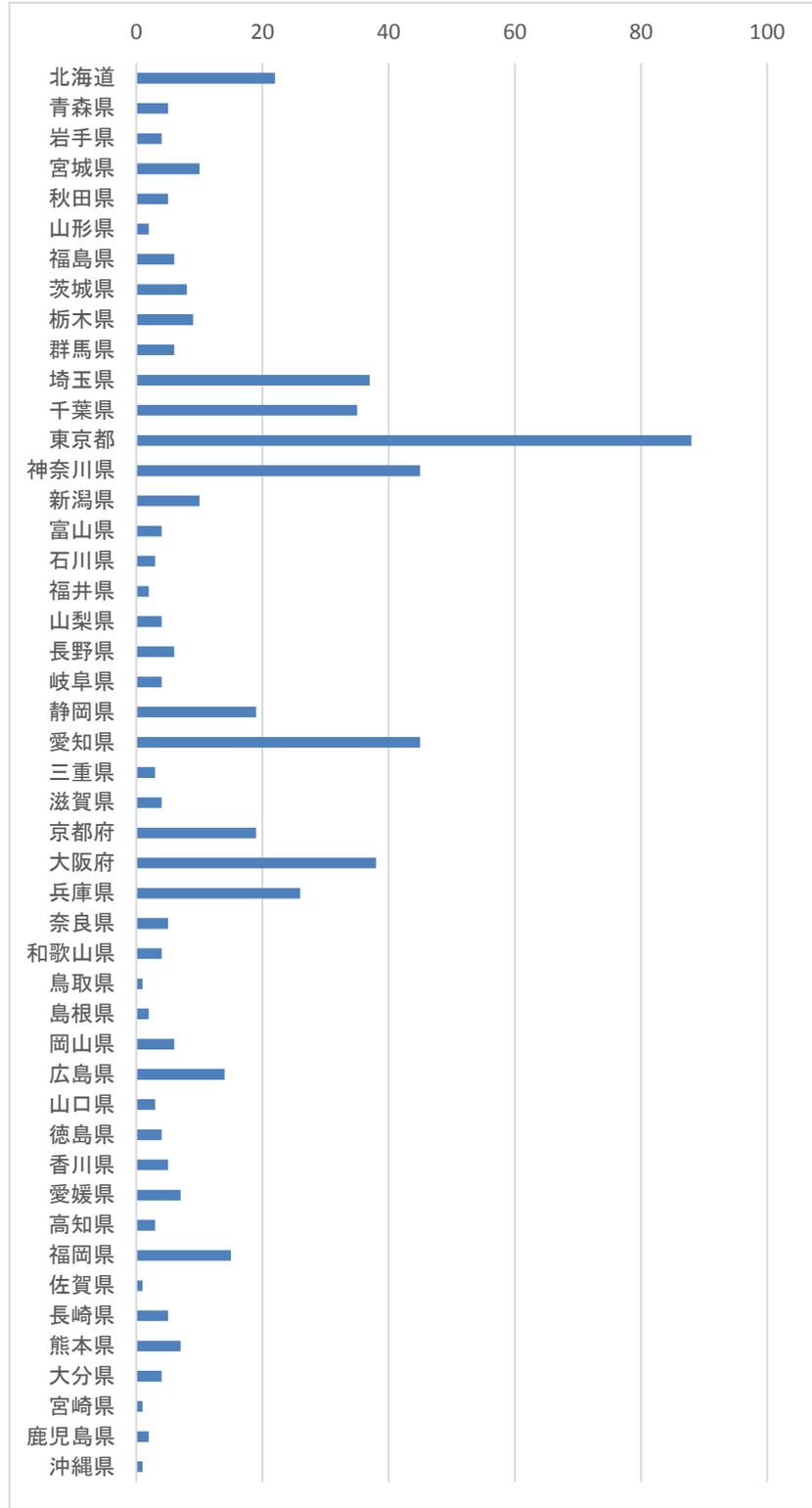
GEN 年齢

回答	度数	%
20歳～29歳	114	20.4%
30歳～39歳	112	20.0%
40歳～49歳	111	19.9%
50歳～59歳	111	19.9%
60歳以上	111	19.9%
総数	559	100.0%



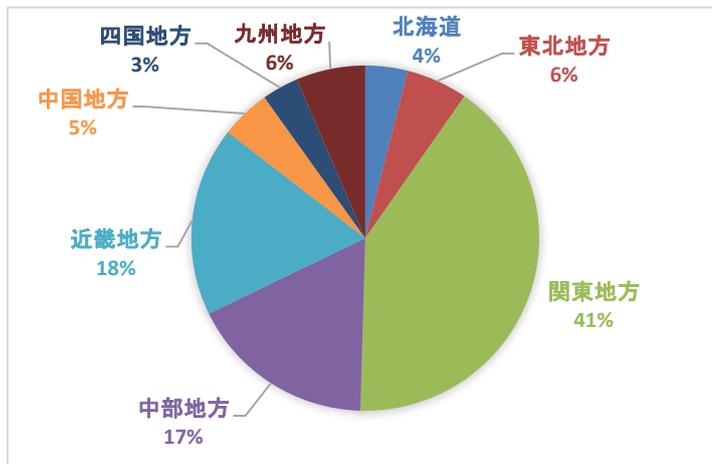
PRE 都道府県

北海道	22	3.9%
青森県	5	0.9%
岩手県	4	0.7%
宮城県	10	1.8%
秋田県	5	0.9%
山形県	2	0.4%
福島県	6	1.1%
茨城県	8	1.4%
栃木県	9	1.6%
群馬県	6	1.1%
埼玉県	37	6.6%
千葉県	35	6.3%
東京都	88	15.7%
神奈川県	45	8.1%
新潟県	10	1.8%
富山県	4	0.7%
石川県	3	0.5%
福井県	2	0.4%
山梨県	4	0.7%
長野県	6	1.1%
岐阜県	4	0.7%
静岡県	19	3.4%
愛知県	45	8.1%
三重県	3	0.5%
滋賀県	4	0.7%
京都府	19	3.4%
大阪府	38	6.8%
兵庫県	26	4.7%
奈良県	5	0.9%
和歌山県	4	0.7%
鳥取県	1	0.2%
島根県	2	0.4%
岡山県	6	1.1%
広島県	14	2.5%
山口県	3	0.5%
徳島県	4	0.7%
香川県	5	0.9%
愛媛県	7	1.3%
高知県	3	0.5%
福岡県	15	2.7%
佐賀県	1	0.2%
長崎県	5	0.9%
熊本県	7	1.3%
大分県	4	0.7%
宮崎県	1	0.2%
鹿児島県	2	0.4%
沖縄県	1	0.2%
総数	559	100.0%



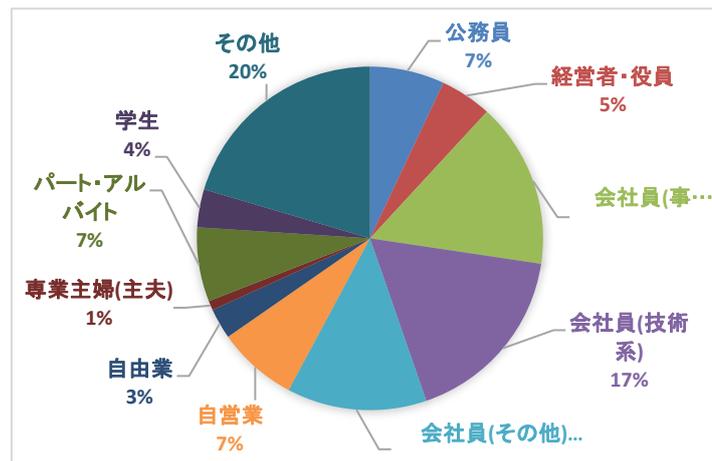
ARE 地域

回答	度数	%
北海道	22	3.9%
東北地方	32	5.7%
関東地方	228	40.8%
中部地方	97	17.4%
近畿地方	99	17.7%
中国地方	26	4.7%
四国地方	19	3.4%
九州地方	36	6.4%
総数	559	100.0%



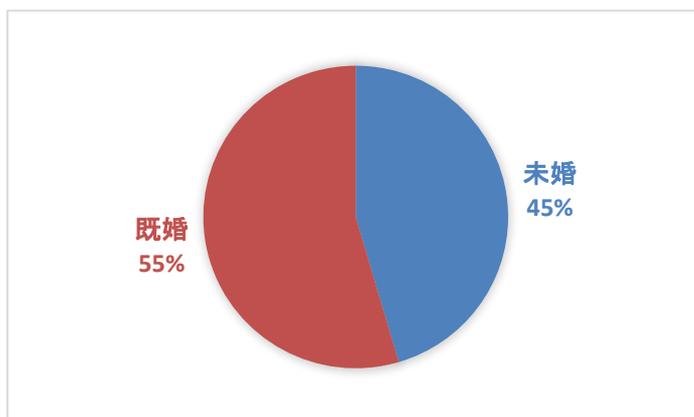
JOB 職業

回答	度数	%
公務員	39	7.0%
経営者・役員	27	4.8%
会社員(事務系)	87	15.6%
会社員(技術系)	97	17.4%
会社員(その他)	73	13.1%
自営業	42	7.5%
自由業	16	2.9%
専業主婦(主夫)	5	0.9%
パート・アルバイト	39	7.0%
学生	20	3.6%
その他	114	20.4%
総数	559	100.0%



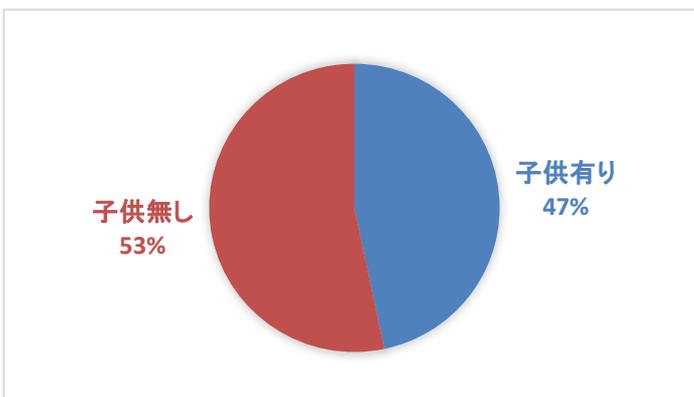
MAR 未既婚

回答	度数	%
未婚	254	45.4%
既婚	305	54.6%
総数	559	100.0%



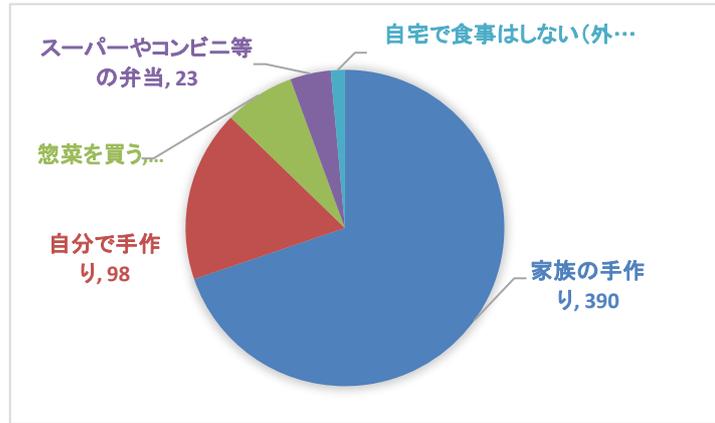
CHI 子供の有無

回答	度数	%
子供有り	261	46.7%
子供無し	298	53.3%
総数	559	100.0%



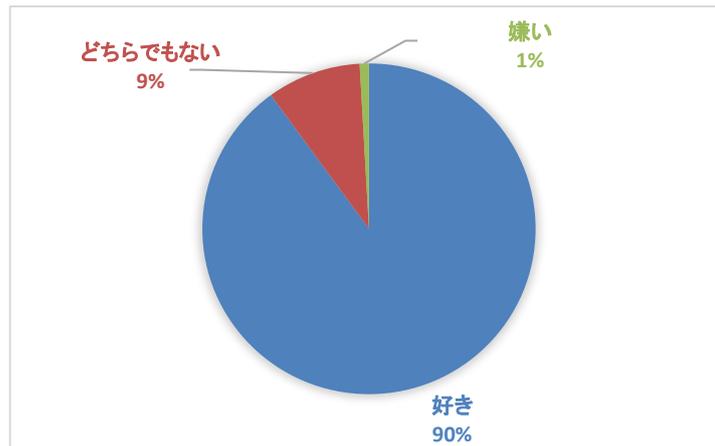
Q1 あなたは主に自宅での食事はどのように準備しますか？

回答	度数	%
家族の手作り	390	69.4%
自分で手作り	98	17.5%
惣菜を買う	40	7.2%
スーパーやコンビニ等の弁当	23	4.1%
自宅で食事はしない(外食)	8	1.4%
総数	559	100.0%



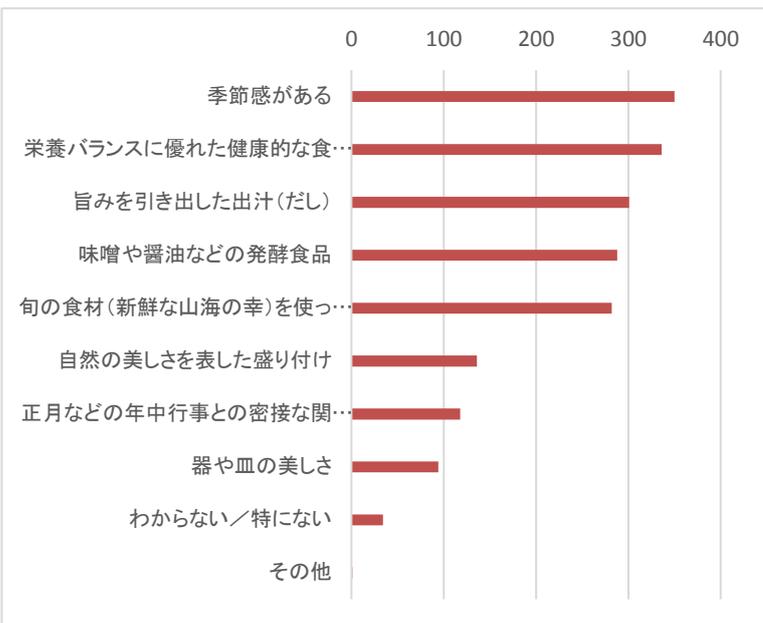
Q2 あなたは和食は好きですか？

回答	度数	%
好き	503	90.0%
どちらでもない	51	9.1%
嫌い	5	0.9%
総数	559	100.0%



Q3 和食のよいところ(魅力)だとあなたが感じるものをお選びください。

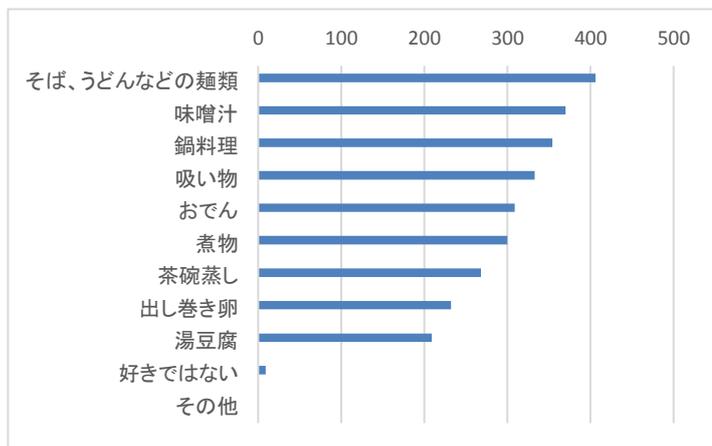
回答	度数	%
季節感がある	350	62.6%
栄養バランスに優れた健康的な食生活	336	60.1%
旨みを引き出した出汁(だし)	301	53.8%
味噌や醤油などの発酵食品	288	51.5%
旬の食材(新鮮な山海の幸)を使ったメニュー	282	50.4%
自然の美しさを表した盛り付け	136	24.3%
正月などの年中行事との密接な関わり	118	21.1%
器や皿の美しさ	94	16.8%
わからない／特にない	34	6.1%
その他	1	0.2%
総数	559	100.0%



※その他: 日本人にあった食事であること

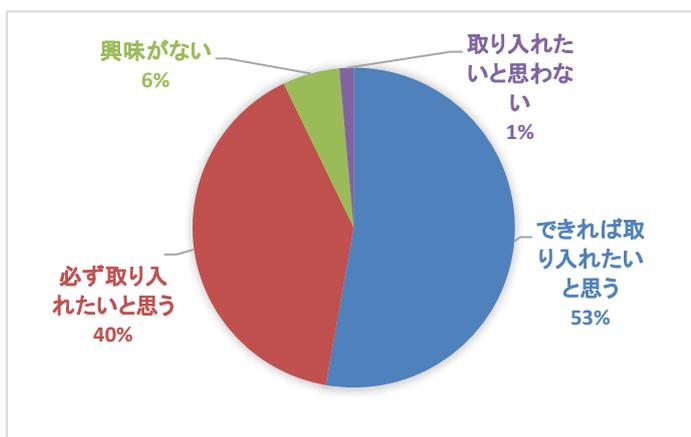
Q4 あなたは「だし」を使ったどんな料理が好きですか？（家族の手作り、外食含む）

回答	度数	%
そば、うどんなどの麺類	406	72.6%
味噌汁	370	66.2%
鍋料理	354	63.3%
吸い物	333	59.6%
おでん	309	55.3%
煮物	300	53.7%
茶碗蒸し	268	47.9%
出し巻き卵	232	41.5%
湯豆腐	209	37.4%
好きではない	9	1.6%
その他	0	0.0%
総数	559	100.0%



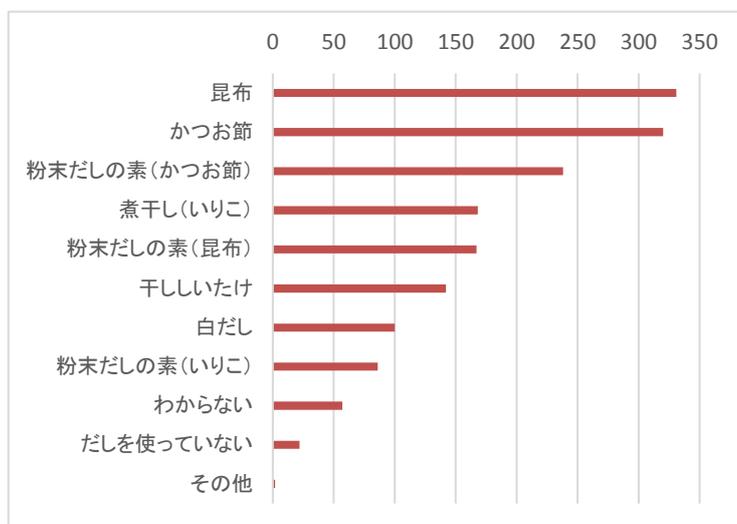
Q5 ふだんの料理に「だし」を取り入れたいですか？

回答	度数	%
できれば取り入れたいと思う	295	52.8%
必ず取り入れたいと思う	224	40.1%
興味がない	32	5.7%
取り入れたいと思わない	8	1.4%
総数	559	100.0%



Q6 家庭では、ご自身や家族はどんな「だし」を使っていますか？

回答	度数	%
昆布	331	59.2%
かつお節	320	57.2%
粉末だしの素(かつお節)	238	42.6%
煮干し(いりこ)	168	30.1%
粉末だしの素(昆布)	167	29.9%
干しいたけ	142	25.4%
白だし	100	17.9%
粉末だしの素(いりこ)	86	15.4%
わからない	57	10.2%
だしを使っていない	22	3.9%
その他	2	0.4%
総数	559	100.0%



※その他:トビウオ、あごだし

Q7 和食またはだしへの思い、こだわりがあればお書きください。

◆和食のこだわり

和食は最高の食事です。
あきない味。
体が疲れているときに食べたくなるのが和食かもしれません。
さっぱりとしていて、健康的であるので徐々に和食系を増やしている。
食生活の原点。
たたずまいの美しさ。
退職したので、時間があり、また運動量も少なくなったのでカロリーの少ない和食(魚・野菜中心)が健康に よい。和食には、だしが不可欠で料理を左右する。
体調の良いときでも食べられるのは、やはりあっさりした和食である。
季節の旬のものを摂るようにしている。
なるべく無添加のものを使いたい。
修学旅行の京都の嵯峨野で食べた、いがらっぽいほどだしの効いた、うどんに食文化の違いに衝撃を受け 自分の体調に合わせた塩加減で料理が作れる。
子供の頃から和食が大好きで、毎日頂いています。
健康的な食事と日本人であることへの誇りを感じている。
バランスのとれた健康的な食事だと思います。
料理を作ること自体に、食べる人へのおもてなし、食材への感謝、かかわった人への感謝を感じます。食品 製造という言葉を使用することが申し訳ない。
歳と共に和食に魅力を感じるようになってきた。
なんせ料理下手で仕方がないから作っています、こだわりどころか毎日同じものしか作れませんのです。
我が家だけの味が好き。
白飯は、やはり国内産がいい。
地味目な器に彩豊かに盛り付けられた食卓。
素材の味も生かしつつ、調味料との調和が取れた和食が好きです。
日本人の食生活にもっとも適した食事だと思う。
伝統の味。
妻の作る煮物が一番おいしい。
一日に一食は和食を食べるようにする。
日本人でよかったと思える。
肉食よりはダイエットによいと思っています。
少量の盛りつけが多いが、お酒を飲むので、丁度良い。
味わいの良さというこだわりがある。
自分の料理では面倒。
こだわりより、自分で作るのが、楽しい。
和食はだしが命。
小さい頃から和食生活、洋食は贅沢なご馳走だった。
空気のように自然にあるもの。
ヘルシーで体に優しい食材を取り入れる。
素材を大切にしたい、食作り。
和食はおいしく、美的にも良い、海外でも評価も高い。
朝食は必ず和食にしている。
味薄目。
日本人で良かった。手間をかけてだしを取って料理してくれる女房の愛情。

◆だしへの思い、こだわり-1

いつも市場で新鮮な煮干を仕入れ、頭と内臓を取り除いた後にフードプロセッサーで粉末にしたものでだし をとって、自家製の味噌でつくったお味噌汁は最高です。
鰹だしは粉末のものを使っているが、それに加えて昆布や干し椎茸から取っただしを、普段なるべく加えるよ うにして、だしを取った後の昆布なども、後で煮物や佃煮にして無駄の無いようにしている。また、だしをきか せて塩味は極力うすくしている。
薄味で出汁が効いていると旨いと思う。
できればテレビでやってるような取り方をしてほしいが、手間がかかるのでお願いしにくい。
だしを濃く出したい。
動物性出汁と植物性それと魚の出汁のトリプル出汁。
おでんの出汁は確かにいろいろな食材の旨味がよく出ていておいしい！ 鍋や煮物など野菜などを煮る 事によっておいしい自然な旨味が出ると思う。

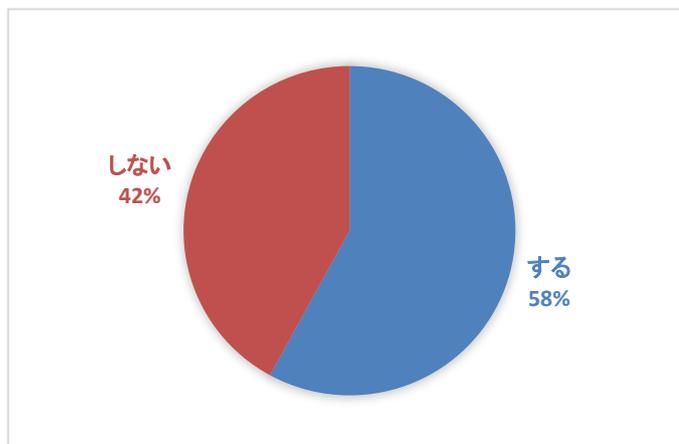
Q7 和食またはだしへの思い、こだわりがあればお書きください。

◆だしへの思い、こだわり-2

こだわりというほどのものはありませんが、だし自体は味の決め手なので重視します。
手作りのだしは手間がかかるが、よい風味を出すには欠かせない。
特に無いが、塩分控えるのに有効だとか。
粉末は味気ない。
アミノ酸とグルタミン酸の調和のとれた出しにこだわる。特に、あご入りのだしにこだわっている。
日本人ならではの出汁で、五感を満足させたい。
魚貝類の出しは最高。
毎日美味しいみそ汁が元気のもとです。
自分でだしを引く。
最近忙しくて時間が無いのですが、出来れば自分流の味を探してみたいものです。
年齢とともに出汁の味にほっとすることが多くなりました。子供たちにはまだそれほど理解できているようには思えないけれど、家庭の味として彼らの味覚になっていってくれば、自分たちの年齢になる頃には自分たちと同じ感じ方をしてくれるようになるのだろうと思います。
雑煮は焼きアゴ出汁を毎年欠かさない。
だしをきかせて、薄味でそざいの味を楽しむ。
一手間かけても美味しいだしをとりたい。
雑煮を作るときはかつおの荒削り節を使ってだしをとっている。
だしは関西風の薄味が好み。
昆布は前日に水につけてを置いて基本通りに出汁を取る。取り出した昆布は、佃煮に。
正月のお雑煮の時だけ鰹節から作るのでふだんより美味さがUPする。
だしはとても好きだが、煮干しのだしだけは好まない。においが多少苦手。
かつおは枕崎産のを使う
味噌汁、鍋が好きだが、出汁で大きく変わるので重要だと思うし、食べてて日本人で良かったと思う。
自ら出汁を作りたいも、粉末、粒子など便利なものがありますのでそれらを使うことが多いです。本物の味と簡便さのトレードオフですね。
だしをきかせると、塩味が薄くてもおいしく食べることができて、健康的でおいしいと思います。ダイエットの時は、塩味を薄くして、だしをきかせます！
時間があれば、出しをあわせて使うようにしている。
出汁を効かせると塩分を減らすことが出来るので良い。
外国で食事をすると、日本のだしの良さがよくわかる。
特別な日には、専門店のかつおぶしを使う。
塩分を少なくし、だしで整える。
動物性、植物性のダシをうまくあわせる
塩分を減らしてもだしのうま味でおいしくなるので、だしを積極的に使っていきたいと思う。
利尻昆布と花鰹でとった出汁はとても美味しく、健康的だと思う。
鰹節と昆布で自分でだしをとるとおいしいのでよくやる。
朝の味噌汁にはだしがないとなんか足りないような気分になる。
出来るだけ化学調味料を使わず、酒や昆布、ごま油などを使って鍋のスープを作る。
自分で、煮干と鰹節と干しいたけを粉々にして作る。
市場のかつおぶし専門店で削り節を求めるが、普段は削った後の削りかすの粉末でだしをとる。値段も安くむしろこの方がいいだしがとれる。
手間はかかるが、きちんとした食事を作りたいときは、乾燥シイタケとか昆布からだしをとっている。改まった食事の時はそのようにしている。
ふだんは、だしの素だが、たまに鰹だしでとると、抜群にうまい。
いりこでだしを取った後に、粉末だしで調節しています。
だし昆布などを入れると鍋料理が一層美味しくなる。
単なる野菜の炒め物でも仕上げに必ず出平たらず。これで格段においしく変身するから止められない。

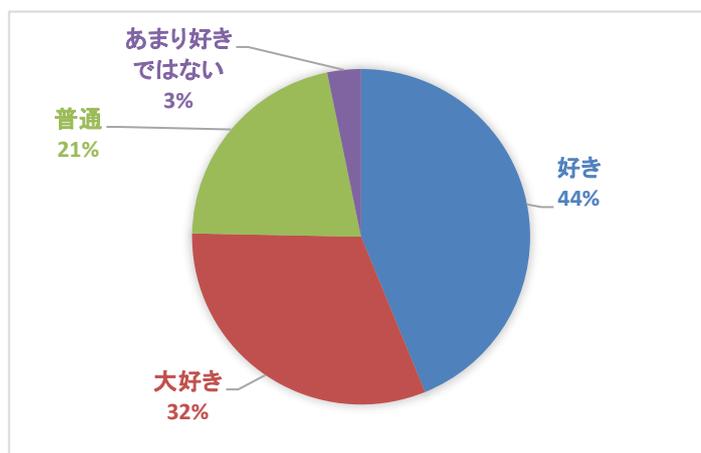
Q8 あなたは自分で料理をすることがありますか？

回答	度数	%
する	324	58.0%
しない	235	42.0%
総数	559	100.0%



Q9 あなたは「昆布」が好きですか？

回答	度数	%
好き	245	43.8%
大好き	176	31.5%
普通	120	21.5%
あまり好きではない	18	3.2%
総数	559	100.0%



Q10「だし」や「昆布」について知りたいこと、関心があることをお書きください。

◆だしの取り方について

磯臭くならないダシのとり方。
最適な旨み成分を引き出すコツ。
出しをなるべく手間かけずに使う方法。
単時間でだしが取れる方法。
昆布の使い方には色々あると思うが、色々なだしのひき方を知りたいと思う。
簡単なだしの取り方のアイデアが知りたい。
うまいだしのとりかた、保存方法。
簡単で本格的な出汁の取り方。
うまみを効率的に最大限引き出す方法。
一番旨味を引き出す量を知りたい。
昆布で出汁を取る際の工夫やポイントなどです。
昆布の種類によって出汁のうまみがどの様になるのか。
出汁を取る一番良い時間。
産地による味の違いがあるのか？ 高級でなく家庭でも気軽に購入できるような昆布で、美味しい出汁をとる方法を学んでみたい。
二番出汁の上手な取り方。
昆布のだしの取り方が良くわからないから粉末だしになる。
昆布のうまみを最大限、引き出す方法は何だろう。
適切な出し方が見極められない。
安くておいしく出汁を取る方法。
出汁のベースの組み合わせでの美味しさアップの方法など。
昔、昆布だしの取り方について、美味しんぼではサッとお湯にくぐらせるだけで良いと紹介されていましたが、実際にはどうなのか。

◆選び方について

おでんや煮物には昆布でだしをとるが、昆布にも種類が沢山あって選ぶのにちょっと骨が折れる。
良い昆布の見分け方が分からないので、価格で判断するしかない。高いものが本当に良いものか、疑問でいろんな産地の昆布味を比べてみたい。
出しの出やすいもの、そうでないものを知りたい。
昆布の善し悪しは、よく分からない。
用途によってどの昆布がいいのか、少し知りたいかも。
昆布でダシを取るときは必ず日高昆布の名前が出てくる。そんなに日高昆布じゃないとダメなのでしょうか？
いい昆布はやはり高いですね。安くて旨みのある(イノシンサンたっぷり)昆布はどうすれば手に入りますか
どこの昆布が出汁を取るのに良いか。また直接食べるのに良い昆布はどこの昆布か。
昆布の使用する場合ごとの使用昆布。早にえ、地名の昆布等。
市販されているだし用昆布の、商品ごとの違い・特徴・使い方がよく分からない。選び方、使い分け方を知り
味噌汁にはかつお節と決めています。昆布は使えるのでしょうか？どんな昆布を使えばよいのでしょうか？
どの昆布がいいのかわからない。
昆布の種類について極めたい。
だしの種類と料理との相性。
産地とそれに合った料理について。
産地による、昆布の使い分けを知りたい。
昆布の種類によってだしが変わるのか。

◆栄養について

昆布の栄養は、どのような効果を持っているか。
だしの塩分と栄養価に興味がある。
栄養価やうまみの成分。

◆健康について

昆布の旨みや健康に関する知識など。
昆布を食べることによる健康への効果を知りたい。
葉酸が多く含まれていて、身体に良い。
ダシとして使用した際の体への効果。

Q10「だし」や「昆布」について知りたいこと、関心があることをお書きください。

◆髪について

昆布は本当に髪の毛の増毛に効果があるのか？
昆布を食べると髪が健康になると子供の頃に言われ、だしをふくめよく食べる。
髪に良いという俗説が正しいのかどうか。
昆布は髪の毛に良いと思い、出しをとった後の昆布を醤油で煮付けして食べています。

◆レシピについて

昆布を使ったレシピをもっと知りたい。
手軽な調理法。
昆布の調理法で旨さの秘訣が分かり、自分でもできればと思っています。
昆布のバリエーションを増やしたい。
昆布の変わった使い方・食材としての利用方法など知りたいと思う。
食材との相性。
だしを取った後、どのようにしているのか。
出汁を取った後の昆布煮、使い道はありますか？

◆関心

ガゴメ昆布が興味深い。
産地と旬の関係。
西洋料理との比較。コンソメ、ブイヨン、フォンデュ等
良いだしのNO1。
上質の昆布が取れなくなっている事が心配。
資源としての持続性。
生産方法について知りたい。
コ・ス・パの良い出汁があれば使いやすい。
昆布の人工創生。
昆布の生態。どのように増えるのか全く検討もつかない。
産地による昆布のうまみの違い。
昆布の粉末。
安全性ですかね。
どの地方でどのような昆布が使われているのか知りたい。

◆疑問

昆布も椎茸もなぜ日に干すことで旨みが増すのか？
昆布はどこまで大きくなるのか？
海の中でだしが出ないのなんでだろう。
鰹節・昆布の産地で味が違うのだろうか。
最近、欧米でも昆布が人気らしいけど、どういう昆布を食しているのか知りたい。
おでんなどの昆布は長時間煮ても味には影響ない？
どうして旨味が引き出せるのか不思議であること。
だし汁(味の素製品など)に含まれる原料に有害物質は含まれていないのか。
北海道産と東北産では何故出しの旨味がかわるのですか？
本当に利尻昆布はおいしいのかな。
利尻・日高などは産地名なのは分かっていますが、山出し昆布の意味がわかりません。
味を調節できるか？
外国でも昆布はあるのかな。昆布の料理はあるのかな。
最近の和食ブームのせいかわからないが昆布の値段がすごく高い気がする。どうかすると食材よりもだしのほうが高くつく。養殖でもいいからもっと安くならないものか、、、
何故昆布はだしがとれるのか。