

# 年代によって異なる 和食に関する実態と意識

現代の日本の食卓には和食以外の様々な料理が並んでおり、若年層を中心に和食離れが進んでいると言われている。2013年12月、和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたことによって和食に対する見方は変わるのだろうか。本レポートでは2014年5月に実施した和食に関する調査から、年代ごとの和食に対する意識や実態を分析し、和食をより身近なものにするためのヒントを探った。

## ■ 和食を食べる頻度を今後増やしたい人は20~40代に多い。増やしたい理由は、「健康」「おいしい」

- ・ 夕食に和食を食べる頻度は高齢層ほど高いが、朝食では20代も高い。20代は「朝食にご飯を食べたい」意向が高いことが特徴的である。
- ・ 「おせち料理」をはじめとする多くの行事食は、高齢層の方が食べる人が多い傾向だが、「恵方巻」のように近年新たに全国的に広まったものは若年層の方が多い。

## ■ 若年層ほど和食作りに苦手意識を持っている。20~40代の4割前後は、今後作る頻度を増やしたい。

- ・ 若年層は「和食作りは難しい、大変」という苦手意識を持っており、和食を作る際に何かで調べる20代は約5割を占める。
- ・ 若年層が作る頻度を増やしたいメニューは「だしから作る汁物」「揚げ物」。

## ■ 料理教室で和食を習ったことがある人は、年代を問わず1割前後。今後和食を習いたい人は若年層ほど多い。

- ・ 習いたいテーマは「和食の基本」がトップで特に20~30代で高い。「時短・簡単な和食」も年代を問わず高い。

### 調査概要

#### ■ 定量調査

調査時期：2014年5月

調査方法：インターネット調査

調査対象：一都三県在住 20~60代男女

回答者数：1137名 ※詳細は最終ページで参照