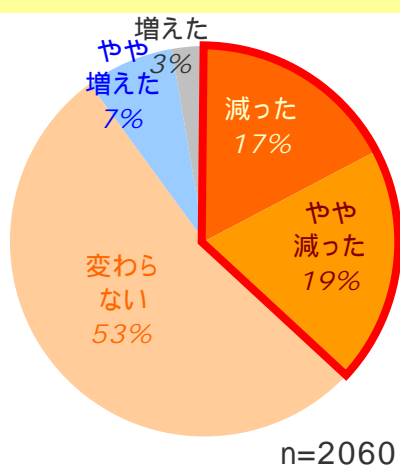


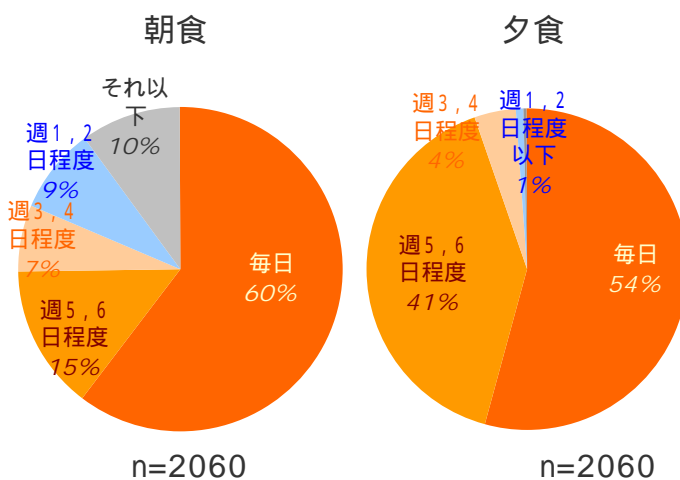
1 内食化と調理で活躍する電子レンジ

- 1年前と比べて、平日の夕食に外出する回数は「減った」が36%。
- 朝食・夕食とも、週に5～6日以上自宅で作って食事をしている。
- 平日休日ともにほぼ毎回使う調理家電は、コンロに次いで電子レンジが多い。

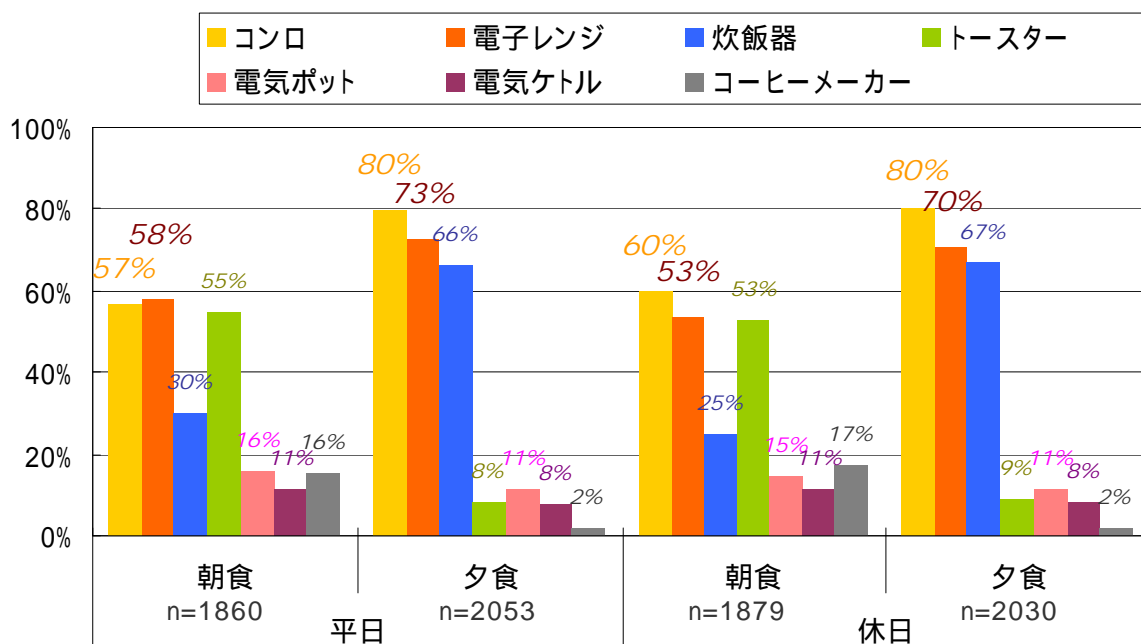
Q1 1年前に比べ、平日の夕食に外出する回数はどうなりましたか？



Q2 自宅で作って食事をする頻度はどれくらいですか？



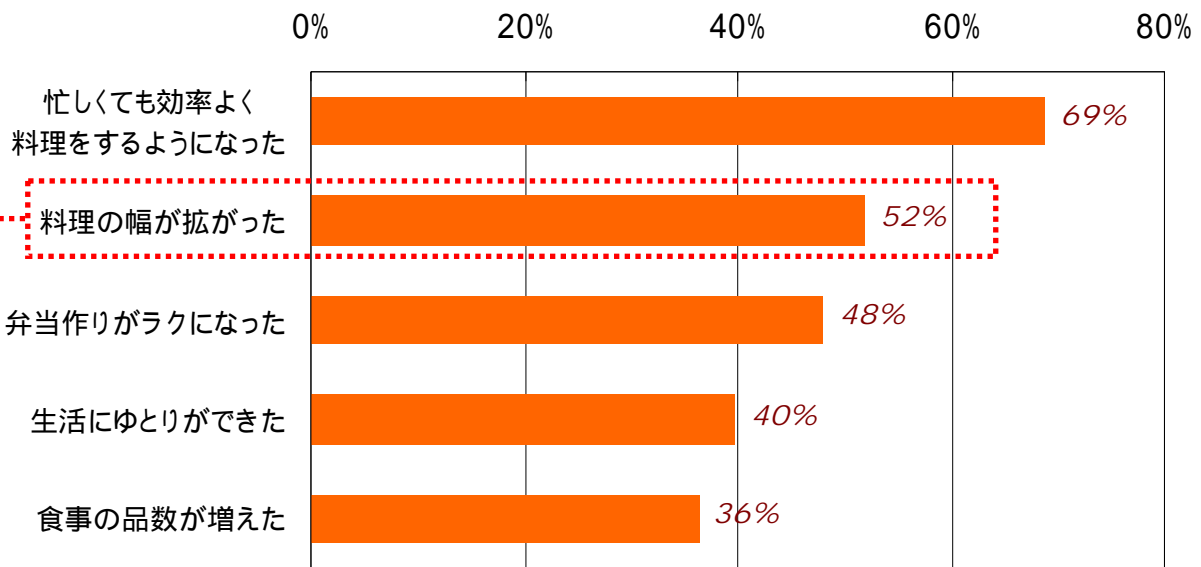
Q3 ほぼ毎回使う調理家電は何ですか？(複数回答)



本資料のグラフの割合は、四捨五入しているため、合計値が100%にならないことがあります。

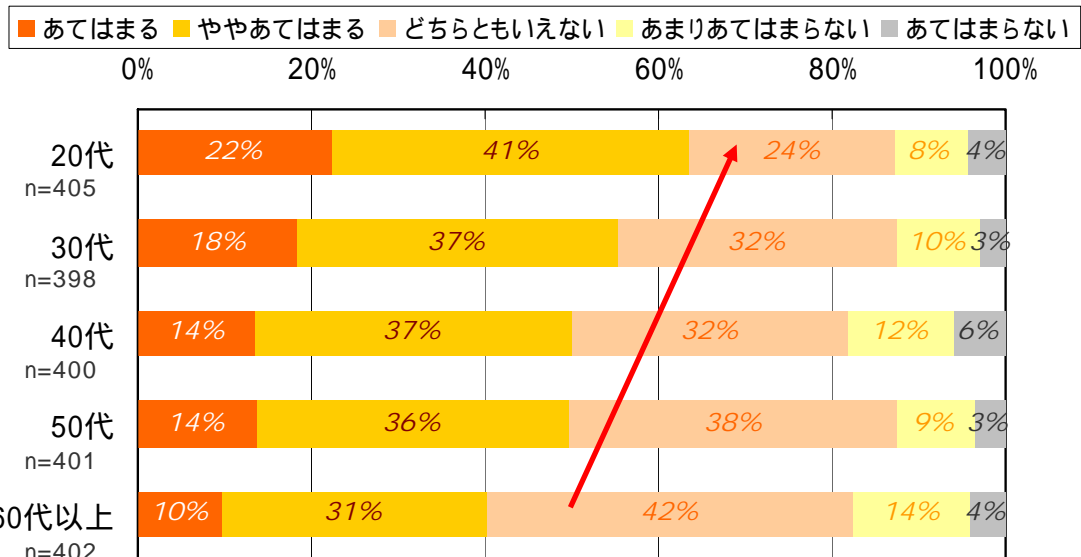
- 電子レンジ/オープンレンジの使用によって、「忙しくても効率よく料理するようになった」方が69%、「料理の幅が広がった」方が52%。
- 若い年代ほど「料理の幅が広がった」と感じている割合が高い。
料理のレパートリーを増やしたい年代にとって、電子レンジは特に必要性の高い調理家電といえる。

Q4 電子レンジ/オープンレンジの使用によって、以下のような変化はありましたか？



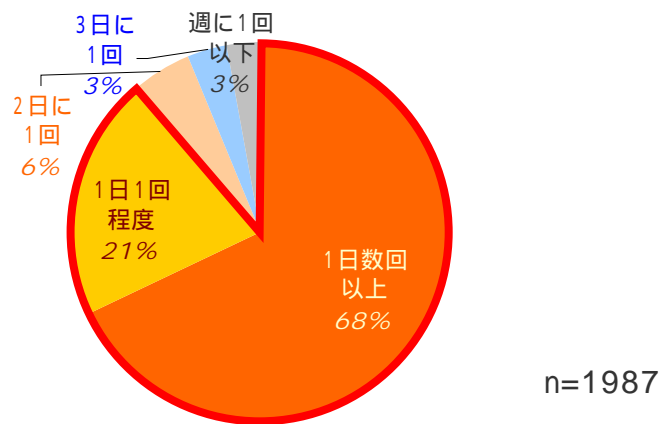
n=2006

年代別

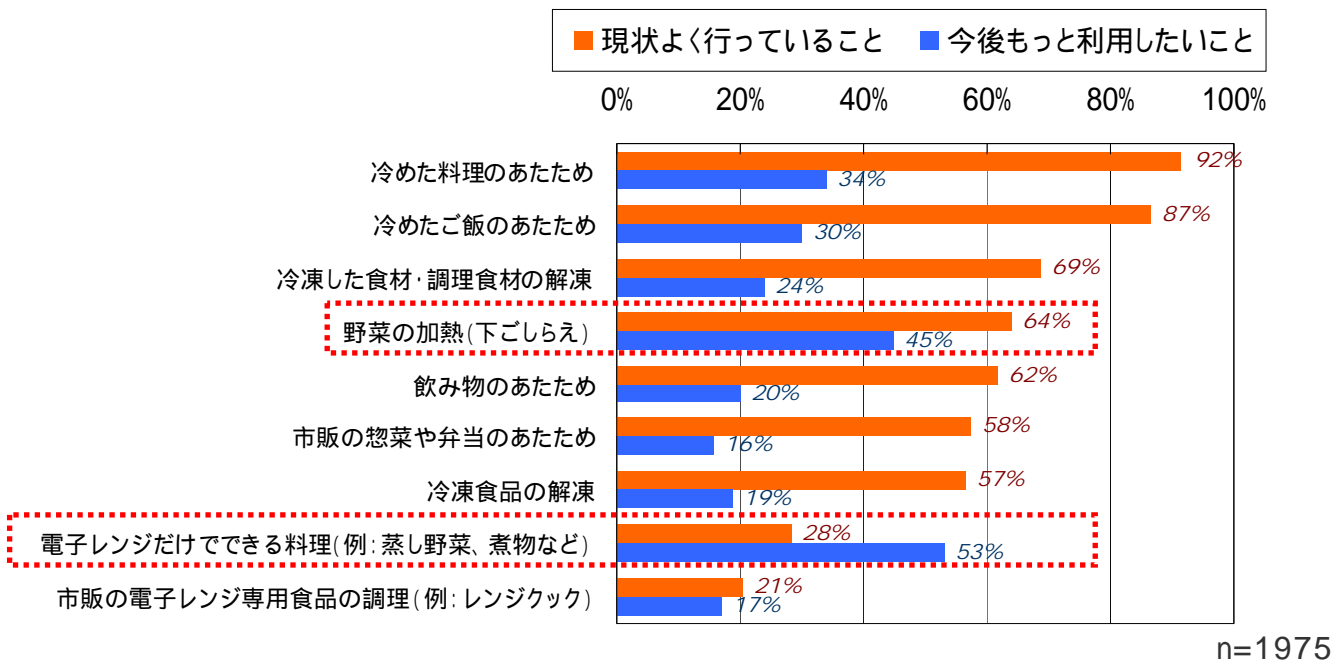


- レンジ機能を使用する頻度は「1日数回以上」が約70%。1回以上で約90%。
- レンジ機能の使用用途別で見ると、あたためや解凍だけでなく、「野菜の下ごしらえ」に使用している割合も64%と高い。今後もっと利用したいこととして「電子レンジだけでできる料理」が53%、「野菜の下ごしらえ」が45%。

Q5 【電子レンジを持っている方】 電子レンジの「レンジ機能」を使う頻度はどれくらいですか？

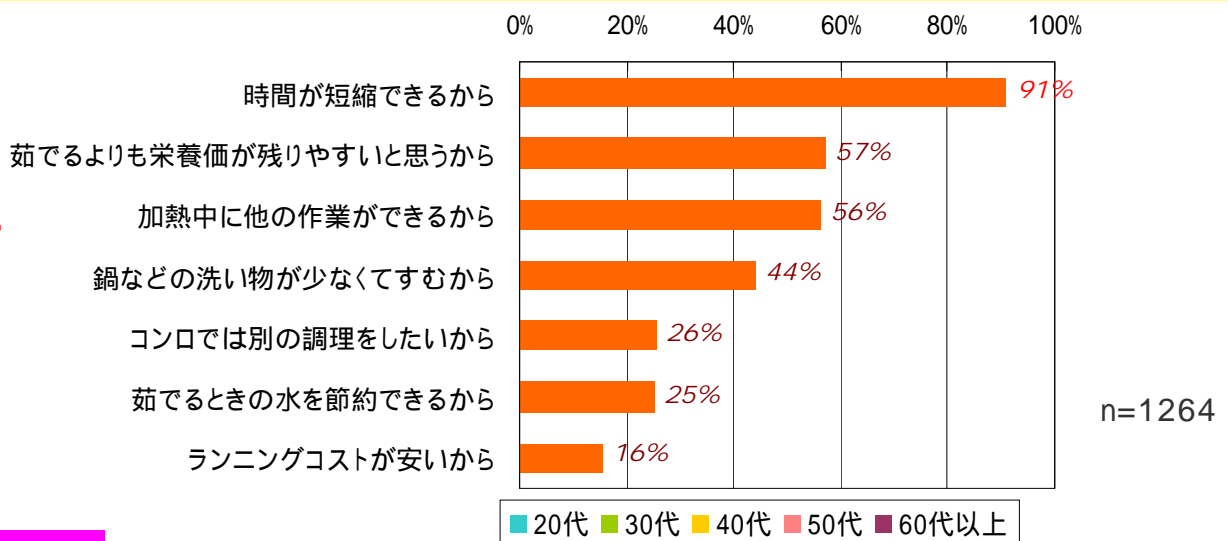


Q6 「レンジ機能」で現状よく行っていること、今後もっと利用したいことは何ですか？（複数回答）

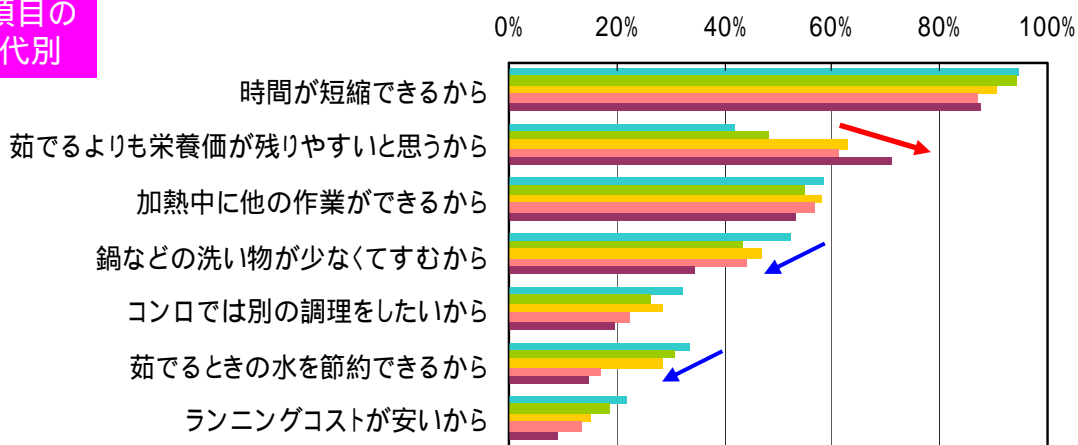


- 電子レンジで野菜の下ごしらえをする理由は「時間短縮」が91%。
「ランニングコストが安い」は16%と低い。
- 若年層は「時間短縮」の他に「洗い物の手間削減」や「水の節約」の割合が高く、
年代が上がるにつれて「栄養価が残りやすい」の割合が増える。

Q7 【電子レンジで野菜の下ごしらえをする方のみ】
電子レンジで野菜の下ごしらえをする理由は何ですか？（複数回答）



各項目の年代別



調査結果まとめ

- 電子レンジは、コンロ同様に朝食・夕食時ともほぼ毎回使う調理家電である。
- 電子レンジの使用によって、効率よく料理をすることができ、料理の幅が広がる。
- レンジ機能はあたため直しや解凍だけでなく、野菜の下ごしらえにも使われている。
- 電子レンジで野菜の下ごしらえをする理由は「時間短縮」や「栄養価が残る」ためが多く、「ランニングコストが安い」については低め。