

野菜に関するアンケート調査

2011 年度「サラダ白書」



手作りサラダのこだわりは 「品目数」「彩り」「栄養バランス」

株式会社サラダクラブ

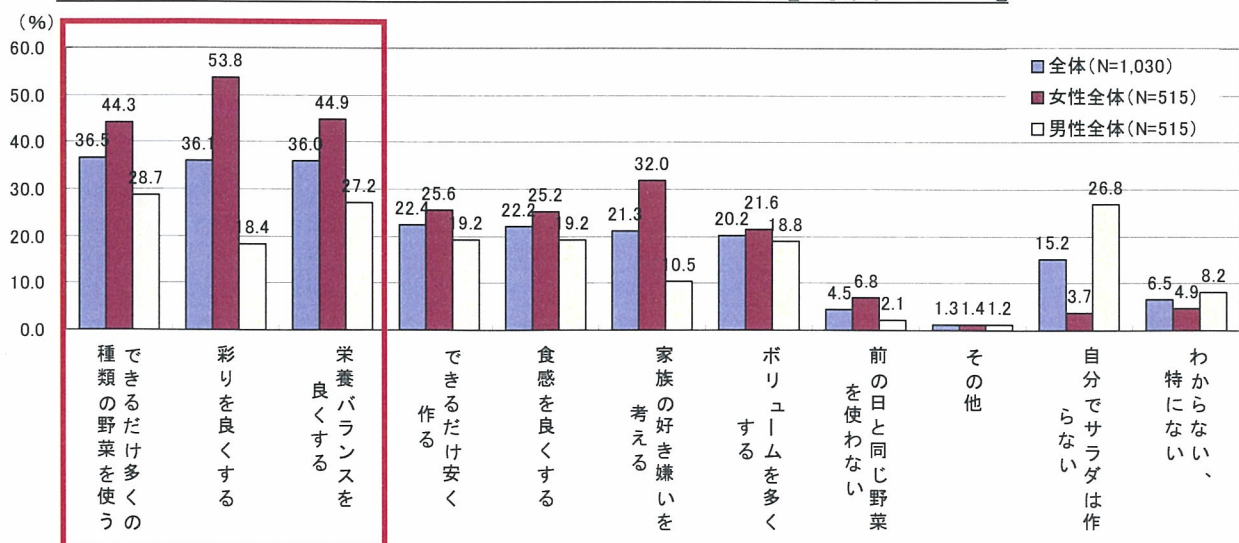
株式会社サラダクラブ（本社：東京都府中市、代表取締役社長：宮崎徳美）では、サラダの食文化の把握を目的とした年次調査を 2010 年から実施し、結果を「サラダ白書」として発表しています。今回は 1 都 3 県に住む 20 歳以上の男女合計 1,000 名を対象に行いました。

家庭でサラダを作るときに心がけることを尋ねたところ、「できるだけ多くの種類の野菜を使う」（36.5%）、「彩りを良くする」（36.1%）、「栄養バランスを良くする」（36.0%）ことを意識している人が多いことがわかりました。特に女性では「彩り」にこだわりを持つ人が多く見られました（53.8%）。しかし、実際にサラダに入れる野菜の種類は、1～3 種類が全体の半数以上を占め、心がけていることを実現するのは難しいようです。

サラダに入れる野菜で人気があるのは「レタス」が 85.8%で 1 位、次いで「トマト」（75.1%）、「きゅうり」（70.4%）でした。「品目数」や「彩り」にこだわりを持ちながらも、家庭で作るサラダの品目数を増やせない原因として、買い物をする際に「買いすぎないように気を付けている」という意識が挙げられます。

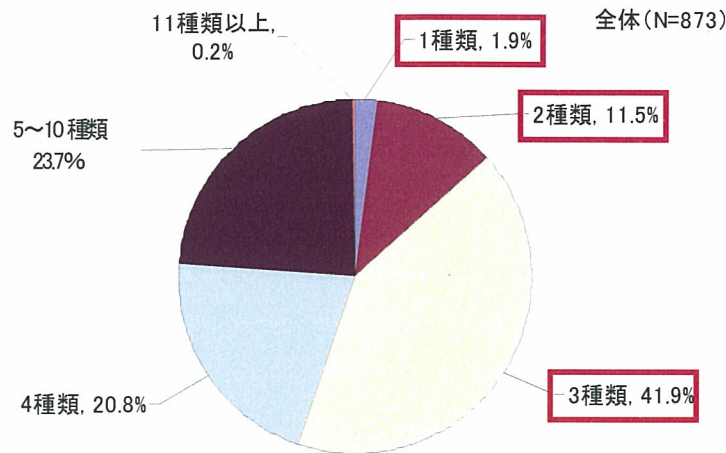
今回の調査で得られた、野菜を無駄にしないための工夫として最も多い回答が「食べきれる量を買う」（43.8%）であり、購入した野菜の廃棄率が全体でわずか 6.4%であることからその様子がうかがえます。品目が多く、彩りの良い理想のサラダを手軽に食べられる工夫が求められていると考えられます。

1. サラダを作る時に心がけていることは「品目数」「彩り」「栄養バランス」



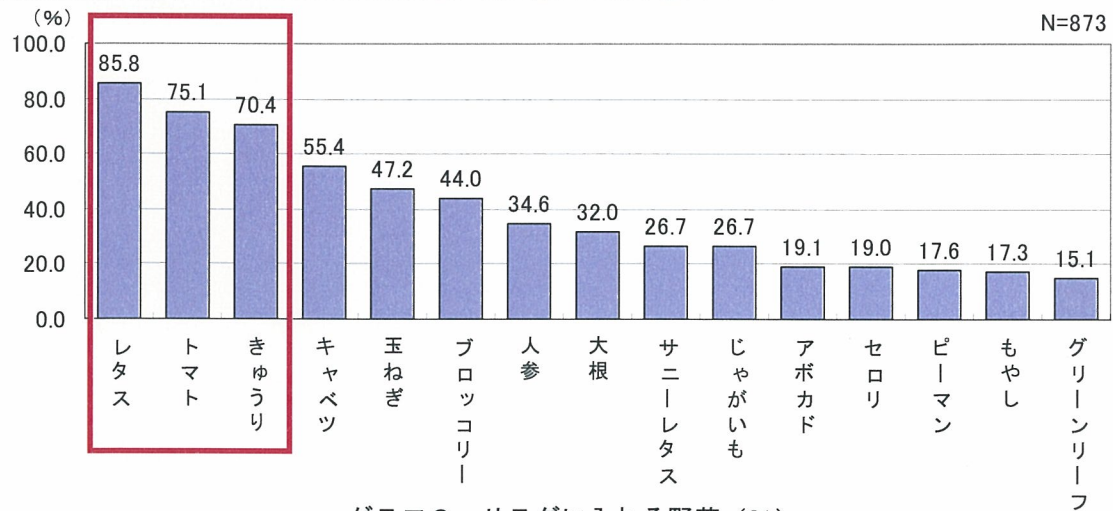
グラフ 1. サラダを作る時に心がけていること (%)

2. サラダに入れる野菜の種類は「1～3種類」が半数以上



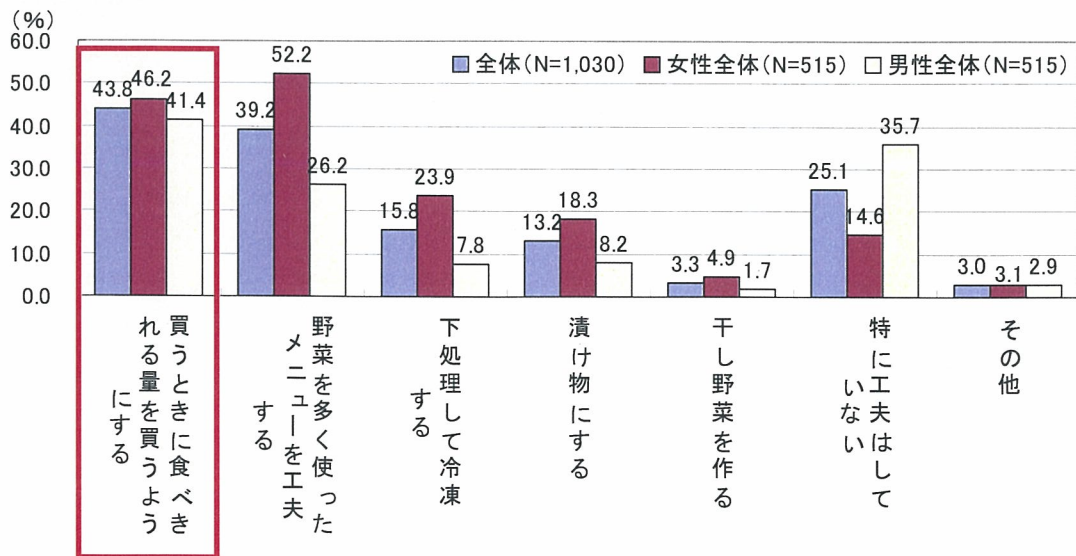
グラフ2. サラダに入れる野菜の種類 (%)

3. サラダに入れる野菜は「レタス」「トマト」「きゅうり」が人気



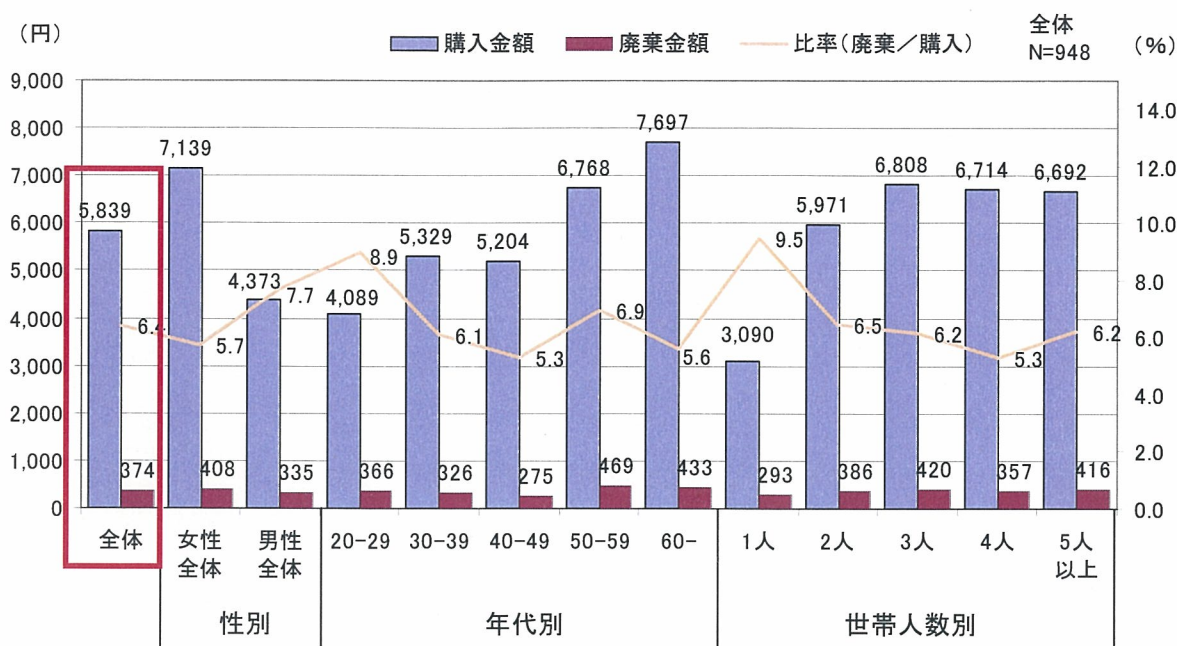
グラフ3. サラダに入れる野菜 (%)

4. 無駄にしないためにも、「食べきれる量を買う」



グラフ4. 野菜を無駄にしないための工夫 (%)

5. 購入した野菜の6%は捨てられている



グラフ5. 1ヵ月の野菜の購入金額と廃棄金額と廃棄率 (円、%)

【調査概要】

- ① 調査方法：ウェブアンケート調査
- ② 調査対象：東京都、埼玉県、神奈川県、千葉県に住む20歳以上の男女
約1,000名
- ③ 調査期間：2011年6月13～14日

本件に関するお問い合わせ先

株式会社サラダクラブ
商品部 千田 茂和
山崎 賀奈子

〒183-0034 東京都府中市住吉町 5-13-1
TEL：042-364-2005 (直通)
FAX：042-335-4862