

「お菓子にコスパを求める」が4割

～おうち時間増加で間食は増えた？ 減った？～

国内1,400社超が利用する日用品流通の情報基盤を運営する株式会社プラネット（所在地：東京都港区、代表取締役社長：田上正勝）は消費財や暮らしにまつわるトピックスをお届けする『Fromプラネット』の第190号として、おやつ・お菓子に関する意識調査の結果をご紹介します。未掲載のデータ提供や当社担当者が解説を差し上げることもできますので、お気軽にお問い合わせください。

※回答率(%)は小数点第2位以下を四捨五入し同第1位までを表示しています。そのため、内訳の合計と表示値が異なる場合があります。

■ アイスとチョコがお菓子の双璧に君臨

生きていく上で食事は欠かせませんが、ただ栄養を得るだけではなく、日々の生活に潤いを与えてくれるのがおやつやお菓子です。今回はおやつやお菓子に対して人々がどのような思いを抱いているかを調べました。

まず、「あなたが好きなお菓子を教えてください」と質問したところ(図表1)、トップは「アイスクリーム」の73.4%でした。それとほぼ差がなく2位になったのが「チョコレート」(71.6%)です。

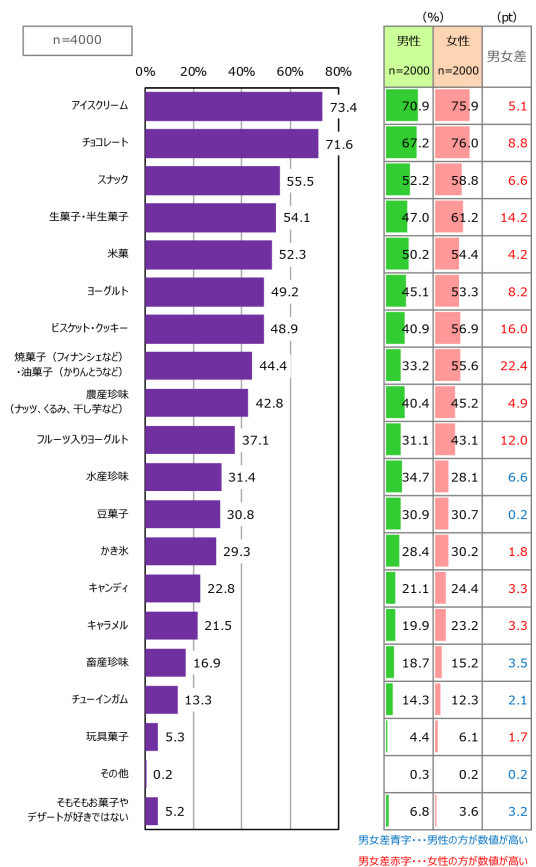
「好き」と回答した人の割合は多くの項目で男性よりも女性のほうが高くなっていますが、「生菓子・半生菓子」(男性：47.0%、女性：61.2%)、「ビスケット・クッキー」(男性：40.9%、女性：56.9%)、「焼菓子(フィナンシェなど)・油菓子(かりんとうなど)」(男性：33.2%、女性：55.6%)などは10ポイント以上の差があります。

また、「そもそもお菓子やデザートが好きではない」という人は5.2%と、かなり低い水準でした。

■ この夏に一番売れたアイスは？

今回の調査は8月末から9月頭に行いました。夏真っ盛りが一番売れたアイスは何でしょうか。ドラッグストアと食品スーパーマーケットでの販売個数ランキング(図表2)を見ると、どちらでも1位に輝いたのが「森永製菓 チョコモナカジャンボ 150ml」です。どちらのランキングでも登場商品の顔ぶれは似通っていますが、ドラッグストアではランキング圏外ながら、食品スーパーマーケットでは「あずきバー」が4位、「白くまデザート練乳」が10位に食い込んでいます。逆にドラッグストア10位の「ガリガリ君 ソーダ」は食品スーパーマーケットでは圏外。お店の形態によって手に取るアイスにも違いが出るようです。

図表1 「あなたが好きなお菓子を教えてください。(お答えはいくつでも)」への回答



図表2 今夏のアイス販売個数ランキング(True Data 調べ)

順位	商品名称	メーカー	ブランド
1	森永製菓 チョコモナカジャンボ 150ml	森永製菓	森永製菓
2	エッセルスーパーカップ 超バナラ 200ml	明治	エッセルスーパーカップ
3	バビコ チョココロヒー 80ml×2	江崎グリコ	バビコ
4	ジャイアントコーン 140ml	江崎グリコ	ジャイアントコーン
5	クーリッシュ バナラ 140ml	ロッテ	クーリッシュ
6	アイスボックス グレープフルーツ 135ml	森永製菓	アイスボックス
7	爽 バナラ 190ml	ロッテ	爽
8	エッセルスーパーカップ チョコクッキー 200ml	明治	エッセルスーパーカップ
9	ザクレ レモン 200ml	フタバ食品	ザクレ
10	ガリガリ君 ソーダ 105ml	赤城乳業	ガリガリ君

順位	商品名称	メーカー	ブランド
1	森永製菓 チョコモナカジャンボ 150ml	森永製菓	森永製菓
2	バビコ チョココロヒー 80ml×2	江崎グリコ	バビコ
3	エッセルスーパーカップ 超バナラ 200ml	明治	エッセルスーパーカップ
4	あずきバー BOX 65ml×6	井村屋	あずきバー
5	ジャイアントコーン 140ml	江崎グリコ	ジャイアントコーン
6	ザクレ レモン 200ml	フタバ食品	ザクレ
7	クーリッシュ バナラ 140ml	ロッテ	クーリッシュ
8	MOW バナラ 140ml	森永乳業	MOW
9	爽 バナラ 190ml	ロッテ	爽
10	白くまデザート練乳 175ml	丸永製菓	白くま

データ提供：True Data データ抽出日：2022年9月15日 分析期間：2022年7月1日～8月31日 「パーソナルアイスその他」「ファミリーアイス」「プレミアムアイス」の3カテゴリを1グループとして、商品ランキングを作成

■ 駄菓子屋でお菓子を買う人の割合は？

次に、自分で食べるためのお菓子をどこで買うかを聞きました(図表3)。

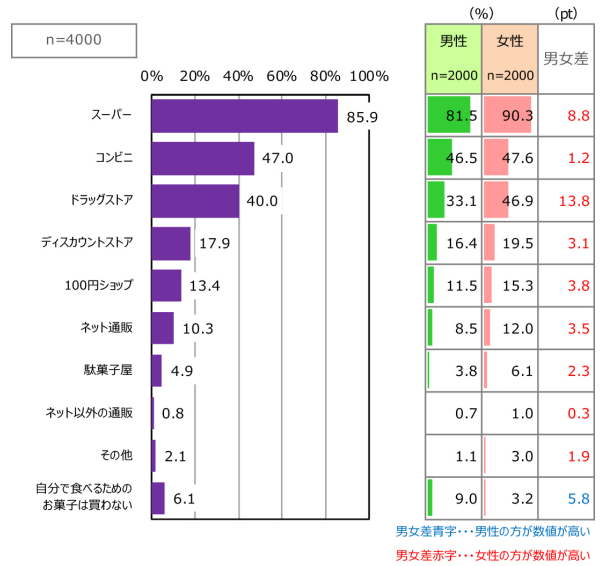
最も割合が高かったのが「スーパー」の85.9%で、2位以下とは大きな開きがあります。2位は「コンビニ」の47.0%、3位は「ドラッグストア」の40.0%です。

上位3項目について性年代別に見ると(図表4)、「スーパー」は若いほど選んだ割合が低く、逆にコンビニは若いほど選んだ割合が高くなっています。

ただ、ポイント差が最も大きかったのが「コンビニ」です。男女ともに20代は6割近いですが、「男性・70代以上」は男性のなかで唯一4割を下回っています。「女性・70代以上」はさらに割合が低く、29.1%と3割を切りました。

子どもの頃に100円玉を握りしめて駄菓子屋にお菓子を買いにいったという人は少なくないでしょうが、今回の調査では4.9%に留まりました。

図表3「普段あなたが自分で食べるためのお菓子を買う場所を教えてください。(お答えはいくつでも)」への回答



■ コロナ禍で間食の量に変化は？

コロナ禍以降、間食の量に変化があったかを聞いてみると(図表5)、74.6%の人が「変わらない」と回答しました。ただ、「減った」(6.5%)と比べると、「増えた」という人は18.9%と、高い割合になっています。また、テレワークをしている人の場合、「増えた」と答えたのは34.1%で、全体よりもかなり高くなっています。(テレワークをしていない人で「増えた」は16.5%。図表不掲載。)

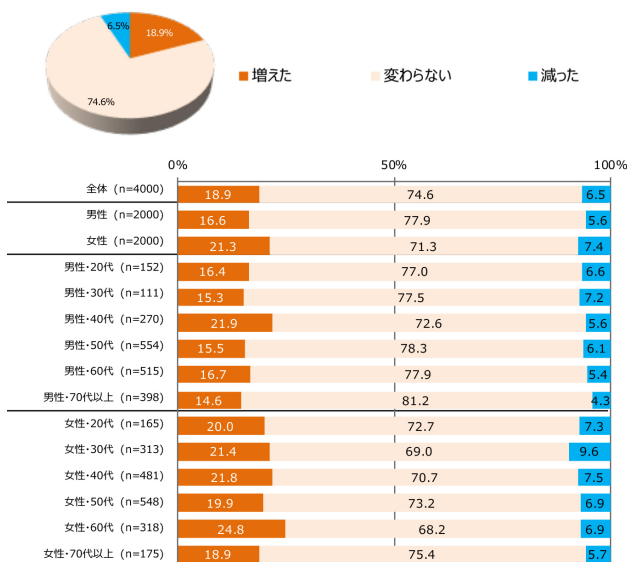
間食が増えた人に対して、その理由を聞いたところ(図表6)、最も多かったのが「家にいる時間が増えたから」(74.6%)でした。「ストレス発散のため」と回答した人も42.8%と、半数近くになります。また、「ストレス発散のため」と回答した男女は10ポイント以上の差がついています。

図表4 上位3項目の性年代別割合

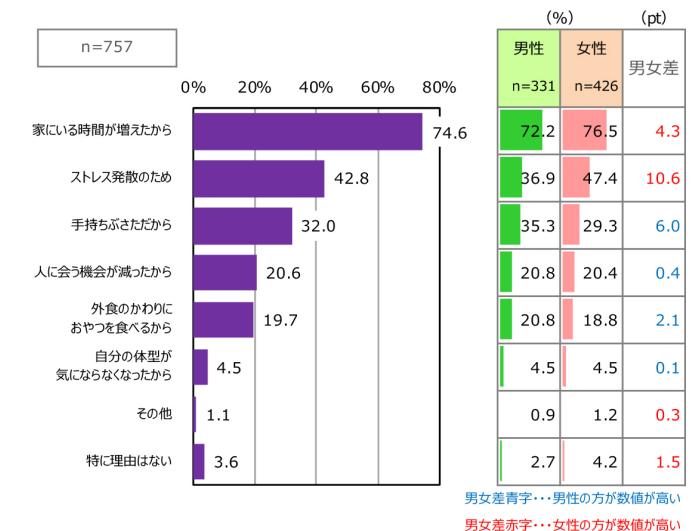
	全体 (人)	スーパー	コンビニ	ドラッグストア
全体	4000	85.9	47.0	40.0
男性・20代	152	72.4	59.2	38.8
男性・30代	111	64.9	46.8	36.0
男性・40代	270	78.5	57.0	39.6
男性・50代	554	83.6	50.0	36.1
男性・60代	515	83.9	41.4	29.9
男性・70代以上	398	85.7	35.9	25.4
女性・20代	165	75.8	57.0	43.0
女性・30代	313	90.7	56.5	55.3
女性・40代	481	89.8	49.5	51.4
女性・50代	548	91.1	49.1	48.2
女性・60代	318	95.6	38.7	39.0
女性・70代以上	175	92.6	29.1	33.1

男女別で最も割合が高い世代を赤字、最も割合が低い世代を青字で表示

図表5「あなたはコロナ禍(2020年3月)以降、間食の量に変化がありましたか。(お答えは1つ)」への回答



図表6「コロナ禍(2020年3月)以降、間食の量が増えた理由を教えてください。(お答えはいくつでも)」への回答



■ 人から何か言われる前にお菓子を自主規制

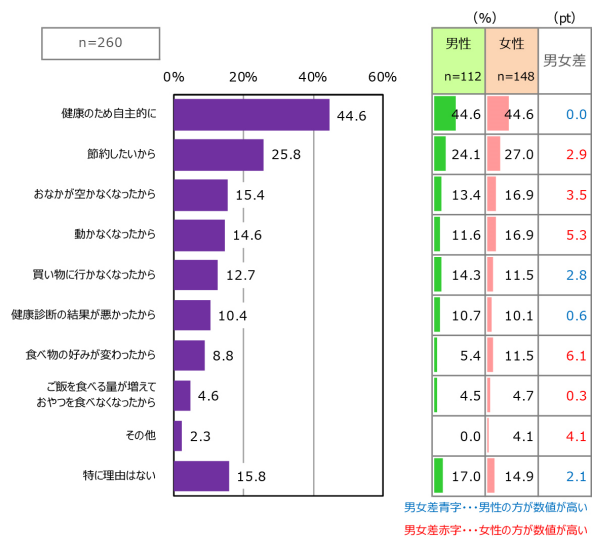
逆に、コロナ禍以降、間食の量が減った人にその理由を聞いたところ(図表7)、最も多かったのは「健康のため自主的に」(44.6%)という答えでした。「健康診断の結果が悪かったから」(10.4%)という人と比べると、ずいぶん高い割合です。

コロナ禍だからこそ健康状態に気をつけているのか、世の中の流れとして健康意識が強くなっているからなのか、根本の理由まではわかりませんが、他人から指摘される前に、自分の行動を変えようという人は少なくないようです。

のちほど、自由回答で教えてもらったお菓子に関するエピソードや考えを紹介しますが、健康に関するものだと「体重が気になる」「食べすぎて太った」という声のほか、「歯が悪くなって以前のように固いお菓子を食べられなくなった」「虫歯になって甘いお菓子を控えるようになった」など、歯に関する話も多く寄せられました。

お菓子をいつまでも楽しむためには歯の健康も忘れてはいられません。

図表7「コロナ禍(2020年3月)以降、間食の量が減った理由を教えてください。(お答えはいくつでも)」への回答



■ 世代でバラバラ お菓子に求めるもの

どんなお菓子が食べたいかは、味や好み以外にもいろいろな決め手があるはずです。そこで、お菓子を選ぶときに重視することを聞いたところ(図表8)、最も割合が高かったのが「コストパフォーマンス」(41.4%)でした。「コストパフォーマンス」は20~60代と、幅広い年代でトップになっています。

この質問では、年代によるグラデーションがきれいに出了項目が多いです。

たとえば、「70代以上」が最重要視したのは「日持ちするかどうか」です。「70代以上」では42.8%の人が挙げている一方で、「20代」は12.5%だけでした。また、「日本製」を挙げた「70代以上」の人は39.1%ですが、「20代」では13.7%で、こちらも大きな開きがあります。

ほかにも「個包装になっている」「カロリー」「添加物の有無や量」の項目は、若いほど重視する割合が低く、年齢が上がるほど高くなっています。

逆に、若いほど重視する割合が高いのが「手が汚れない」「期間限定」「新製品」「話題性」です。健康と関連がある項目は年配のほうが重視する傾向にありますが、「トクホ・機能性」については、若いほど割合が高いという意外な結果です。若い人にとって「トクホ・機能性」は、話題性や目新しさとも関連しているのかもしれませんが。

「20代」において「コストパフォーマンス」の次に高かったのが「手が汚れない」です。20代はお菓子を食べるときに「スマホを見ながら」という人が多く(男性:38.8%、女性:32.7%、図表不掲載)、そのこともこの結果と関係がありそうです。

図表8「あなたがお菓子を選ぶときに重視することを教えてください。(お答えはいくつでも)」への回答

	全体 (人)	コストパフォーマンス	個包装になっている	日持ちするかどうか	食べ切れる量かどうか	日本製	手が汚れない	カロリー	期間限定	添加物の有無や量	新製品	話題性	トクホ・機能性
全体	3758	41.1	28.3	25.1	21.2	21.0	19.0	18.9	13.9	13.3	9.9	7.6	4.2
性別													
男性	1821	41.6	23.1	25.2	18.2	22.0	18.0	16.5	9.0	10.4	7.2	5.9	3.6
女性	1937	40.7	33.3	25.1	24.1	20.1	19.9	21.2	18.5	15.9	12.4	9.1	4.9
年代別													
20代	271	38.4	23.6	12.5	21.0	13.7	28.0	18.8	19.2	7.4	16.2	13.3	6.6
30代	392	40.6	27.8	14.3	21.9	14.0	24.5	17.3	19.9	11.0	13.5	8.9	5.6
40代	715	42.9	25.5	20.3	21.8	16.5	19.2	17.3	17.1	10.2	12.7	8.8	4.6
50代	1047	43.5	27.7	22.2	20.9	18.2	16.6	16.6	15.6	11.6	10.5	8.1	3.9
60代	796	42.5	29.1	31.2	18.1	22.6	17.3	21.0	8.2	14.8	5.4	4.4	3.1
70代以上	537	34.1	35.0	42.8	25.3	39.1	17.1	23.6	7.8	22.9	5.6	5.8	3.7

項目ごとに最も割合が高い世代を赤字で表示

■ お菓子やおやつ時間が生み出す人とのつながり

お菓子やおやつについて考えていること、感じていることや、お菓子にまつわる思い出を自由回答で教えてもらいました。どんな状況でお菓子を楽しむかは人それぞれのように、「ひとりでこっそり」という人もいれば、誰かと一緒にお菓子を食べるのが好きという人もいます。「あの頃、あの人と一緒にお菓子を食べたことが大切な思い出」という素敵なエピソードも。

《お菓子やおやつについて考えることや、いい思い出、失敗談など》

【お菓子はコミュニケーションを生む】

- おやつは親子の潤滑油。学校から帰ってきた子どもとおやつを食べるのが、テレワークならではの日課になっている。子どもは饒舌になるし、親も嬉しい気分でお話を楽しめる。(男性50代)
- 3時のお茶の時間は夫婦で必ずコーヒーと何かしらのおやつを楽しんでいます。お互い忙しくしていても、家にいる時は必ず一緒にお茶を楽しむのが暗黙のルールです。(女性70代以上)
- 亡くなった愛犬にも少しだけ人間のおやつをあげていた。愛犬との楽しい時間におやつがあった。(女性50代)
- 中学生のとき、買い食いは禁止だったが、アイスクリームやお菓子を買って、仲間と楽しく下校時間を過ごした。ちょっとした時間、少しのおやつが至福の時だった。(女性40代)
- 幼い頃、おばあちゃんに「ポテトチップスが食べたい」と言うと、自家製ポテトチップスを作ってくれた。だけど私は「コンソメ味が食べたかったのに」と言ってしまう、おばあちゃんはちょっとしょんぼり。「ごめん！ おばあちゃんのおやつもおいしいよ」と謝った。その後、おばあちゃんはスーパーで一生懸命探して、コンソメ味を買ってきてくれた。(女性50代)

【オフィスにもお菓子！】

- 職場のチーム内でお菓子を分け合う習慣があり、コロナ前は小袋入りのお菓子をよく買っていた。(女性20代)
- オフィスの机には、いつも好きなお菓子を常備して疲れた時に休憩している。(女性50代)
- テレワークをしていた影響で、オフィスでもデスクにお菓子を置くようになった。(男性50代)

【ひとりで楽しむお菓子もいいものだ】

- 昼間、ひとりでコーヒーを飲みながら食べるお菓子が一番の楽しみになっている。毎日の息付いたときに甘いお菓子を食べると疲れも取れる。(女性40代)
- 家族が寝静まったあとに、自分へのごほうびとしてデザートをこっそり食べるのが好き。(女性40代)
- 好みの食べ物を独り占めともくろんでいた矢先に来訪者。分けざるを得ないときの不満感、食べ物のうらみは恐ろしいぞ!! (男性70代以上)

【あなどれないコンビニスイーツ】

- コロナ禍でカフェに行けなかったときにコンビニのスイーツでおうちカフェをするようになってから、おうちカフェの楽しさを覚えました。(女性50代)
- 以前、週末や休日には少し高めの洋菓子店で買うというのが定番だったが、最近はコンビニのスイーツが専門店に負けていないくらいおいしくなったので、休日もコンビニで買うことが多くなった。(男性50代)
- 独身のときはあまり間食しなかったが、結婚して旦那がコンビニスイーツをしょっちゅう買ってきてくれて間食するようになり、体重が大変な事になってしまった……。 (女性40代)

【歯を大事に！】

- するめが好きで、毎日のように食べていたら、歯を痛めてしまった。(男性70代以上)
- キャラメルを食べていたら、歯のかぶせものが取れてしまい、以来、キャラメルは食べていない。(男性50代)
- ストレスがたまると、めちゃくちゃ硬いせんべいが食べたくなる。お取り寄せしてまで、歯の折れそうな硬いせんべいを探しています。(女性50代)

《 「おやつ・お菓子」に関する意識調査 質問一覧 》

- 【クロス集計用】あなたは現在、テレワークをしていますか。(お答えは1つ)
- Q1.あなたが好きなお菓子を教えてください。(お答えはいくつでも)
- Q2.普段あなたが自分で食べるためのお菓子を買う場所を教えてください。(お答えはいくつでも)
- Q3.あなたは自分で食べるためのお菓子を1週間にいくら分くらい買いますか。(お答えは1つ)
- Q4.あなたはコロナ禍(2020年3月)以降、間食の量に変化がありましたか。(お答えは1つ)
- Q5.コロナ禍(2020年3月)以降、間食の量が増えた理由を教えてください。(お答えはいくつでも)
- Q6.コロナ禍(2020年3月)以降、間食の量が減った理由を教えてください。(お答えはいくつでも)
- Q7.あなたがお菓子を選ぶときに重視することを教えてください。(お答えはいくつでも)
- Q8.あなたがお菓子を食べるときの最も当てはまる状況を教えてください。(お答えは1つ)
- Q9.あなたは机やテーブルなどのいつでも食べられる場所にお菓子を置いていますか。(お答えは1つ)
- Q10.お菓子やおやつについて考えることや、エピソード(いい思い出、失敗談など)を教えてください。

調査機関:株式会社プラネットによる調査企画のもとに、株式会社ネオマーケティングにて「おやつ・お菓子」に関する意識調査を実施。

期間:2022年8月30日～9月2日、インターネットで4,000人から回答を得ています。

株式会社プラネットとは <https://www.planet-van.co.jp/>

メーカー、卸売業、小売業がサプライチェーンとして連携し、生活者へのサービス向上を目指して進化を続ける日本の消費財流通を、情報インフラ運営で支えている上場企業(証券コード2391)です。

From プラネットとは https://www.planet-van.co.jp/news/from_planet.html (バックナンバーもご覧になれます)

株式会社プラネットが発信しているニュースレターです。消費財や暮らしに関する旬なトピックスなどをご紹介します。

本件に関するお問い合わせ先

(今リリースに掲載していない結果や属性データのご紹介や、当社担当者が解説を差し上げることもできます)

株式会社プラネット 広報部(河合)

E-mail : koho-pr@planet-van.co.jp