



ニュースリリース

2024年10月17日

冷凍食品の利用頻度、1年前より「上がった」約3割。

「ほぼ1000人にききました」が調査結果を発表。

～原因は「物価高騰」と、もう一つは!?～

暮らしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ1000人にききました」。10月は「冷凍食品月間」。そこで、どのくらいの人が、どれくらいの頻度で冷凍食品を利用しているかや、よく利用するもの、利用する理由やメリットなどについて、オレンジページが国内在住の20歳以上の女性1232人に調査。利用頻度の変化には、社会的な要因が影響していることも明らかになりました。

【ダイジェスト】

冷凍食品を利用する人は8割強。よく使うのは「肉のおかず」と「冷凍野菜」

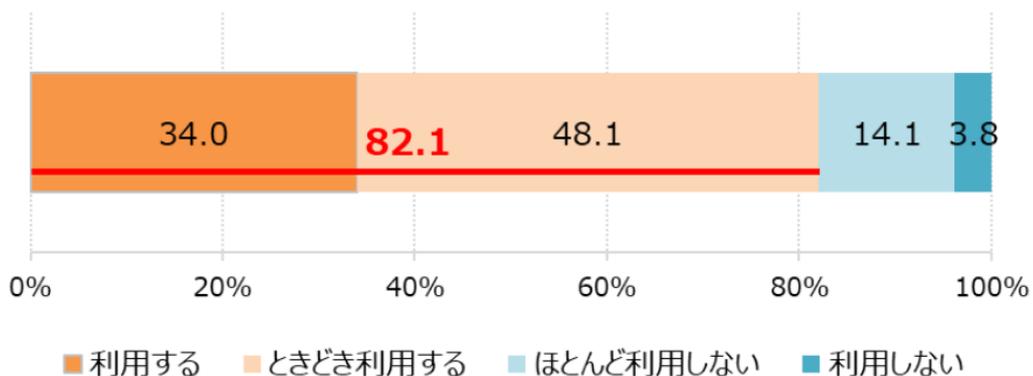
利用頻度が上がった理由は、生鮮食品と比較した経済性と、夏の暑さ！

「昼食を冷凍食品だけですませることがある」は30代・40代で半数超え

[Q]ふだん、冷凍食品※を利用することはありますか？

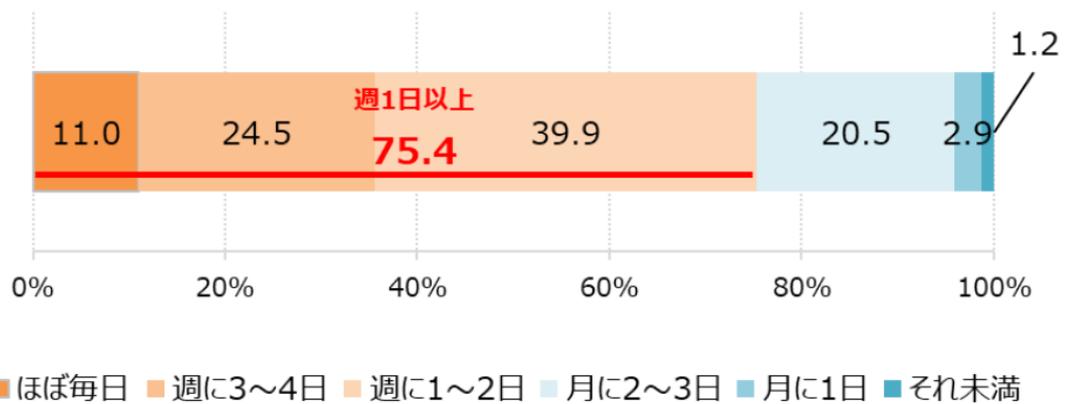
(n=1232)

※野菜や魚介類、肉類などの食材、総菜や麺、ご飯ものなど、冷凍食品全般を含みます。



[Q]冷凍食品を利用する頻度を教えてください。

(n=1011・冷凍食品を利用している人)

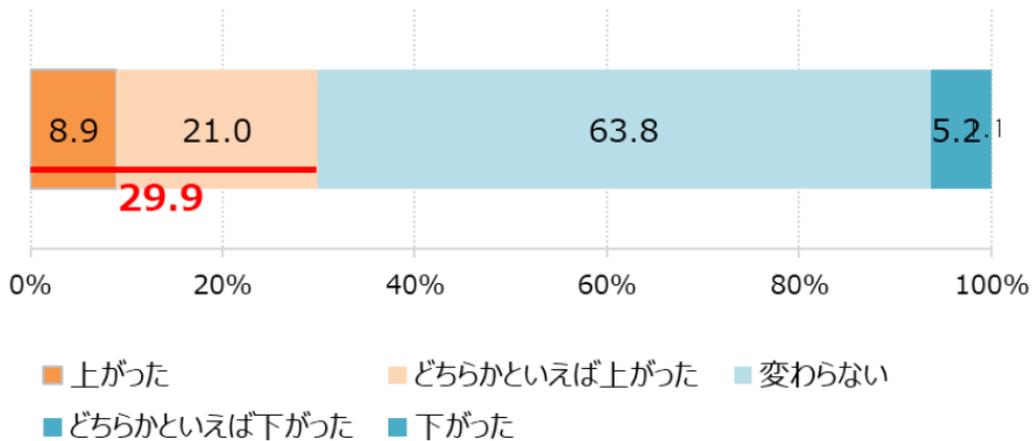


冷凍食品を利用する人は8割強。よく使うのは「肉のおかず」と「冷凍野菜」

ふだん冷凍食品を利用する人は82.1%。そのうち週に1日以上使う人は75.4%という高い結果に。使うタイミングでは「夕食に」が66.5%、「昼食に」も47.8%と半数近くに上り、日々の食事に冷凍食品が欠かせない存在になっているもよう。実際、8割の人が「冷凍食品を使うことで食事作りのストレスが減る」と感じていて、「冷凍食品は常にストックしておきたい」も69.9%と7割近くに。「週に一度はゆで野菜と冷凍おかずだけの『ノー晩ごはん作りデー』に。明日からまたおいしい晩ごはんを作るわよー！ と気分をリセットします」(60代・のりにゃん)といった声もありました。そして、ふだんよく利用する冷凍食品は、から揚げやハンバーグ、餃子などの肉のおかずが65.0%でトップ。冷凍庫に常備しているものはブロッコリー、枝豆、ミックスベジダブルなどの冷凍野菜が60.5%でトップでした。「冷凍から揚げを入れたお弁当は夫うけがいい。メインのおかずになるし、すきまも埋まる」(30代・ふみママ)、「業務スーパーの冷凍野菜は価格も安く、カット済みなので調理がラク」(60代・ゆうちゃん)などのコメントも見られました。

[Q]1年前と比べて、冷凍食品の利用頻度に変化はありましたか？

(n=1011・冷凍食品を利用している人)

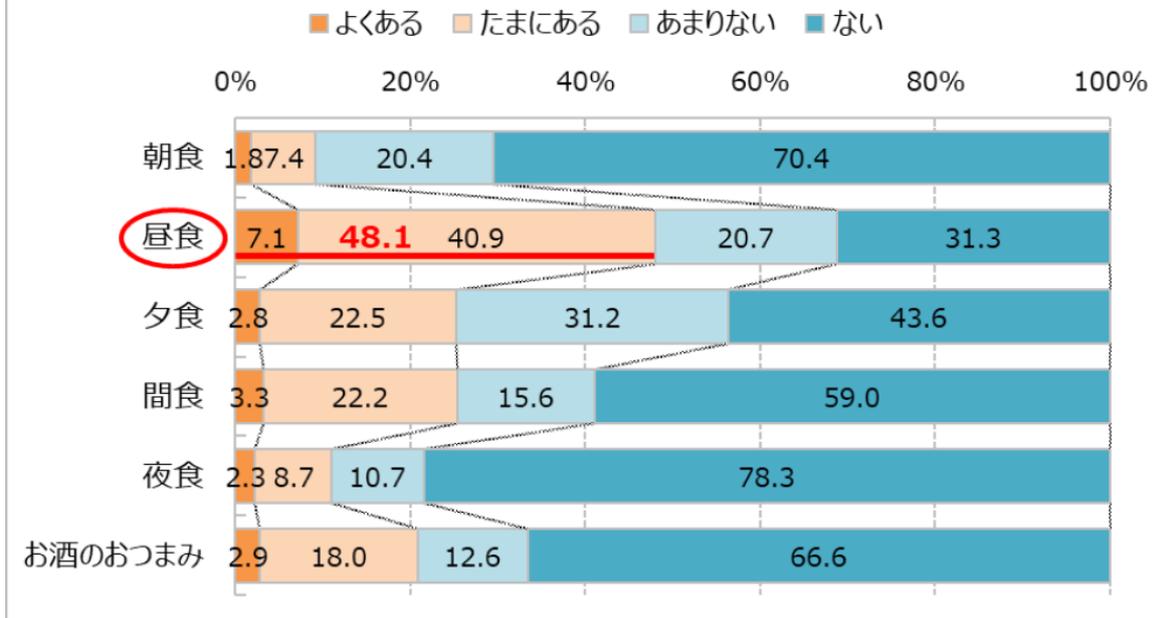


利用頻度が上がった理由は、生鮮食品と比較した経済性と夏の暑さ！

冷凍食品を利用する人に、この1年間で利用頻度に変化があったかをきいたところ、頻度が「上がった」人が約3割。その理由として、物価高騰を挙げる声が目立ちました。全体の9割近くが冷凍食品の価格が上がったと感じつつ、「生鮮食品の価格が上がっているので冷凍食品のほうが経済的だ」と思う人は50.1%と半数に達していて、「食品価格の高騰で、野菜や主食を安定してとるために冷凍食品を活用しています」(30代・まるちゃん)とのコメントもありました。さらにもう一つ、利用頻度が上がった理由として多く見られたのが、夏の暑さ。「今年の夏は特に暑く、火を使わなくてすむ、レンジ調理の冷凍食品の使用頻度が上がりました」(40代・だいふく)、「暑い最中にスーパーに出かけるのが大変なので、冷凍品をストックすることが多くなりました」(60代・p子)といった声が寄せられました。

[Q]食事を冷凍食品だけで済ませることはありますか？

(n=1011・冷凍食品を利用している人)



「昼食を冷凍食品だけで済ませることがある」は 30 代・40 代で半数超え

一日の食事のうち、冷凍食品だけで済ませることがあるのは「昼食」が 48.1% でトップ。30 代では 57.6%、40 代では 50.8% と半数を超えました。一人の昼食時に冷凍食品だけで済ませる人が多く、自分のためだけに調理の手間や時間をかけたくないという声が多数派ですが、一人のランチで「簡単でおいしいピラフやパスタを食べるのが至福の時」(40 代・しましま)、「自分以外の人が作った味のものや、ちょっと凝ったものを食べたい」(50 代・かなかな)など、自分の好きな冷凍食品を食べることが楽しみになっているというコメントも見られました。なお、ランチで利用する冷食メニューとしては、パスタやうどんなどの麺類、炒飯を挙げる人が目立ちました。

時短や手軽さに加えて、昨今の物価高騰を受け、比較的価格が安定している冷凍食品を利用する人がじわじわと増えているようす。「野菜をとりたくてもたくさん買うと、使い切れずに腐らせてしまうので、冷凍野菜は助かります」(50 代・ゆうこ)といった声もあり、保存可能な期間が長く廃棄も少ないため、より割安に感じている人も多そう。冷凍食品の味やおいしさのクオリティを評価する声も多く、物価高が続く中で、今後さらに冷凍食品が日々の生活の頼もしい味方になりそうです。

アンケート概要

- 調査対象: オレンジページメンバーズ・国内在住の 20 歳以上の女性 (有効回答数 1232 人)
- 調査方法: インターネット調査
- 調査期間: 2024 年 8 月 16 日～8 月 25 日
- 「ほぼ 1000 人にききました」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまなくらし情報・くらし体験によってはぐくまれた生

活感度の高い読者が数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めて、「くらしのリアル」な数字、リアルな声を集めたのが「ほぼ 1000 人にききました」企画です。WEB 上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊 39 周年を迎えた生活情報誌。30～40 代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。

この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

次のくらしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp