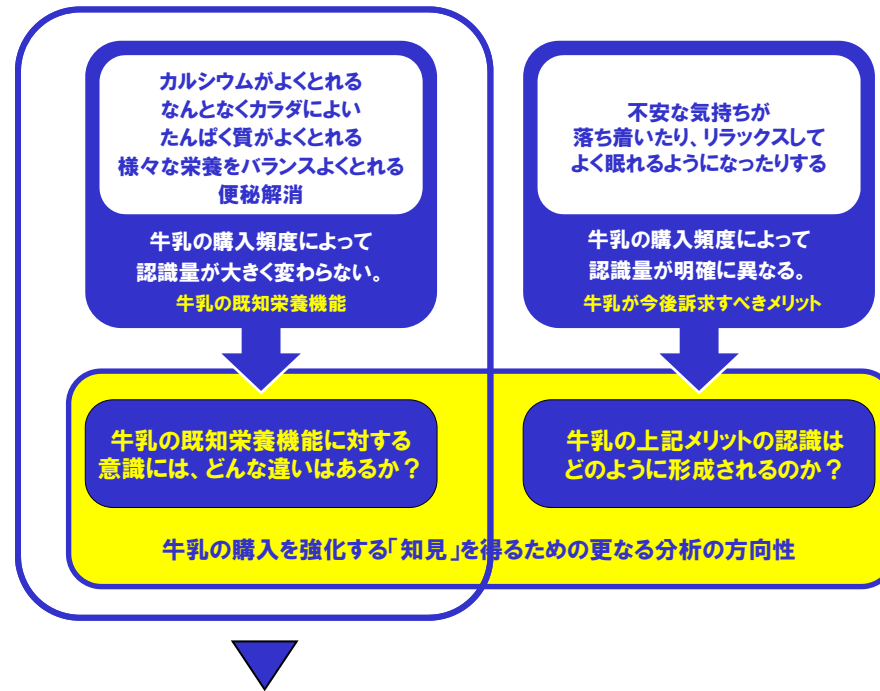


牛乳の価値認識に関する根源的考察②

牛乳の既知栄養機能に対する生活者の価値意識(≠認知)について

分析の具体化



カルシウムがよくとれる／なんとなくカラダによい／たんぱく質がよくとれる
様々な栄養をバランスよくとれる／便秘解消

×

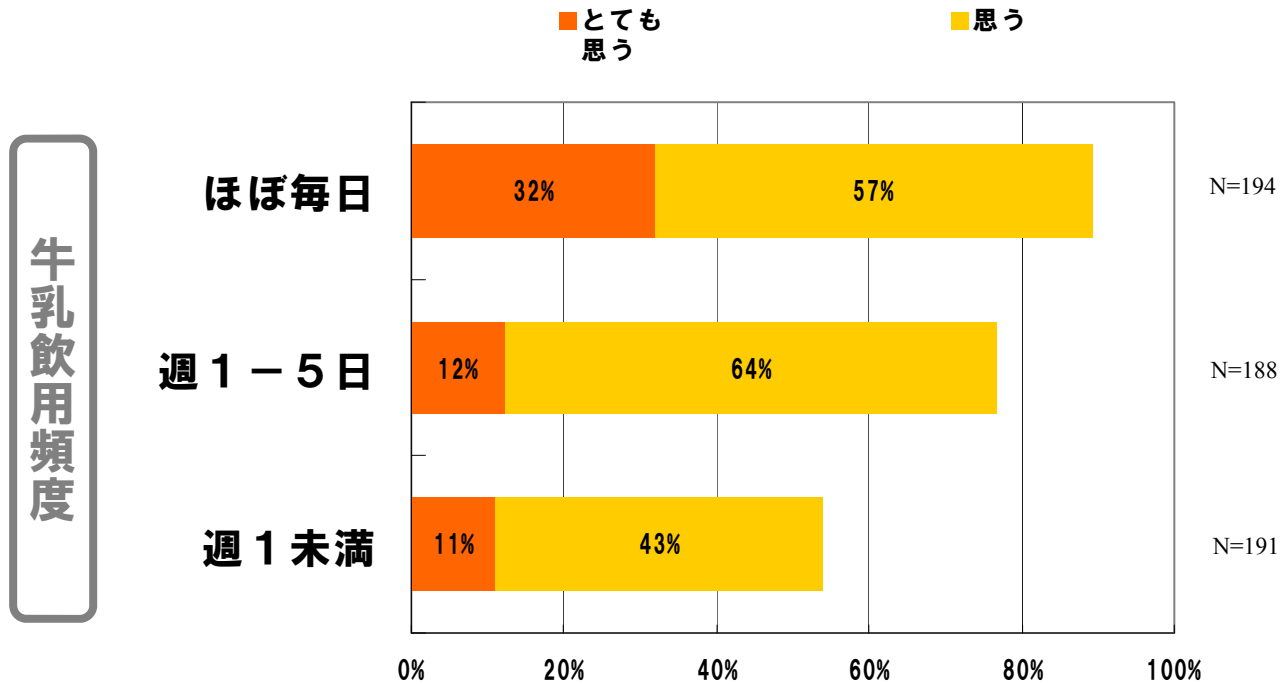
あなたは牛乳の「※5つの既知栄養機能」というメリットを、
いまの自分にとって、どれくらい必要、もしくは魅力的だと思いますか。

+

あなたがそうおもうのは何故ですか。

「カルシウムがよくとれる」の質的価値認識

あなたは牛乳の「カルシウムがよくとれる」というメリットをいまの自分にとって、どれくらい必要、もしくは魅力的だと思いますか。



牛乳の「カルシウムがよくとれる」というメリットを必要／魅力的と感じるかどうか、牛乳飲用頻度で異なる。

牛乳の「カルシウムがよくとれる」というメリットを必要／魅力的と思う気持ち

10代女 ほほ毎日 将来老いた時に骨粗鬆症になる可能性が低くなる。
10代女 ほほ毎日 成長期だし、まあカルシウムは必要だろうなあ。イライラ解消にも良いらしいし。

10代女 週1回 骨を強くしたい
10代男 ほほ毎日 カルシウムは必要な栄養だと思うから。
10代男 週4-5回 カルシウムは重要な栄養。
20代女 ほほ毎日 なかなかカルシウムをとれていないので、牛乳で手軽にカルシウムを取ることが出来、とても魅力的だと思う

20代女 ほほ毎日 カルシウム不足だと、病院で言われました。手軽に摂取できる牛乳は欠かせないと思います。
20代女 週2-3回 骨密度が低めなので
20代女 週1回 カルシウムが十分摂れているとは思えないから。
20代女 週4-5回 食事の中でカルシウムを摂取するのはなかなか難しい。献立を考えるより牛乳を飲む方が手軽。

20代女 週4-5回 魚で摂取するよりは、手軽で毎日飲めるのがいいです。
20代男 ほほ毎日 イライラした気持ちを抑えたり、骨の健康に良いという点
20代男 ほほ毎日 骨粗しょう症の予防になるため、カルシウムは若いうちからしっかり摂取しておきたい

20代男 週2-3回 年齢と共に吸収率が下がるため、積極的に摂りたい
20代男 週1回 普段、精神力がかなり必要となるので、心の安定という意味で魅力的。
20代男 週2-3回 昔から聞かされているから
20代男 週4-5回 骨の強化につながると思うし、ビタミンもとれるから。
30代女 ほほ毎日 自分の食生活ではカルシウムが足りないと感じているので、牛乳は欠かせないものだった

30代女 ほほ毎日 魚をあまり食べないので、牛乳から取れるカルシウムは大切
30代女 週4-5回 年齢を重ねたときに、骨密度がスカスカにならないために手軽に飲める飲み物だと思うので

30代女 週2-3回 カラダにとってカルシウムは必要不可欠だと思っている。とても大事だと思う
30代女 週4-5回 カルシウム不足な私にとって、手軽においしくとれる牛乳はありがたい存在。
30代女 週2-3回 おだやかでいられる。
30代男 ほほ毎日 他に摂取できる食物をあまり採らないので、毎日手軽に摂取できてありがたい。

30代男 ほほ毎日 怒りやすいから
30代男 ほほ毎日 カルシウムは現代人に不足している栄養素なので積極的に摂取したい。
30代男 ほほ毎日 現代人はカルシウム不足になりがちだと聞いたから
30代男 週4-5回 他にカルシウムを取れるものをそんなに取っていないような気がするから。
30代男 週4-5回 いららすることがないように牛乳を飲んでカルシウムを取るようになっています

40代女 ほほ毎日 ダイエットなので、将来骨粗しょう症防止に。
40代女 ほほ毎日 今の自分はカルシウム不足だから。
40代女 ほほ毎日 骨密度が低いと分かってからよりカルシウムを摂るように気を付けているが、牛乳が一番手軽なので
40代女 週4-5回 骨粗しょう症予防になればとっている

40代女 週4-5回 カルシウムは身体に取り込みにくいと言われるが、牛乳は質の良いミルクカルシウムが取れるし、吸収もいいので。
40代女 週2-3回 カルシウムは必要でしょう。骨粗しょう症予防にもなるし、髪にもよさそう。

40代男 ほほ毎日 骨を丈夫にするイライラを防止する
40代男 週2-3回 カルシウム不足は深刻で、やはり牛乳に頼ってしまう。
40代男 ほほ毎日 牛乳以外でカルシウムを取れる食品をあまりとらないから
40代男 ほほ毎日 なかなか食事だけでとるのは大変なので牛乳は必要です
40代男 週2-3回 小魚が苦手なのでカルシウムは不足気味かと思っているから。
40代男 週2-3回 自分は不足していると思うから
50代女 ほほ毎日 骨粗鬆症は若いころから予防に努めないといけないので
50代女 ほほ毎日 年齢的に骨粗しょう症はかなり気になっている事で、その予防にはカルシウムは欠かせないので
50代女 ほほ毎日 年齢的に必要なものだと思う。
50代女 週4-5回 カルシウムを取らないと、腰痛がさらに悪化しそうなので。
50代女 週4-5回 骨粗しょう症予防になればと思って飲んでいる。
50代女 週2-3回 年齢的にカルシウム摂取は必要だと年々感じているから。
50代男 ほほ毎日 年齢を感じる中、骨を保つ事は非常に大事です。サプリメントがはやっているが、カルシウムにも体に吸収されやすいのは牛乳のカルシウムだと知っている。

50代男 ほほ毎日 あまり魚類を食べないので、カルシウムの摂取元は貴重。
50代男 週2-3回 カルシウムが不足すると骨がもろくなると思う。カルシウムを簡単に摂取できる食品は牛乳・小魚くらいしか思いつかない。特に牛乳は手軽に摂取できてよいと思う。

50代男 ほほ毎日 カルシウム不足になりがちな現代の食事の中で貴重なカルシウム源だと思う
50代男 週4-5回 牛乳カルシウムは吸収率がよい。
50代男 週1回 カルシウムが不足がちだから
60代女 ほほ毎日 更年期以降の女性は、骨が弱くなるので、カルシウムの補給はとても大切なことだと思うから。
60代女 ほほ毎日 年を重ねるごとに骨量が少なくなってきているので必要
60代女 週4-5回 牛乳がないと骨そそう症など骨の健康にも欠かせない大事で魅力的なものです
60代女 週4-5回 カルシウムが足りないと怒りっぽくなったり骨粗相症になったりしないように取る。
60代男 ほほ毎日 カルシウム摂取出来る食物が、年齢とともに咀嚼能力が落ちていから
60代男 ほほ毎日 年を重ねると、カルシウムが大切に思える心が芽生えるのです。若いうちは感じないでしょうが。
60代男 週4-5回 加齢と共に進行すると言われる「骨粗鬆症」を防止する一つの手段としたいから。
60代男 週2-3回 カルシウムなどは、サプリメントでも取れるのですが食品としてとるほうがよいと思うので。

牛乳の「カルシウムがよくとれる」というメリットを必要／魅力的と思わない気持ち

- | | | | |
|------------|--|------------|------------------------------------|
| 10代女 月2-3回 | カルシウムがどういう効果を持っているのかよくわからないから | 40代女 月1回以下 | 手軽にカルシウムが取れるものが他にもあるため。例えばサプリメントなど |
| 10代女 月1回以下 | 骨は丈夫だから特に必要ではない。 | 40代女 月1回以下 | 現在あまり必要としていないし、他の食べ物で摂取するほうが好きだから |
| 10代男 月1回以下 | 成長が止まってきたから | 40代男 月2-3回 | 49歳で、カルシウムはそれほど必要ない |
| 10代男 月1回以下 | すでにカルシウムは良くとれているから。 | 40代男 月1回以下 | 他で代用できるから |
| 20代女 月1回以下 | サプリメントでとれるから | 40代男 月1回以下 | 他でも取れるので |
| 20代女 月1回以下 | 他のものでもそれなりに足りてると思うので。 | 50代女 月1回以下 | 他の物でも取れるので |
| 20代男 月1回以下 | 栄養の偏りはあると思うが、カルシウムが不足しているかどうかかわからない。 | 50代女 月1回以下 | サプリメントを飲んでいるから。 |
| 20代男 月1回以下 | カルシウムは、魚類でもとれるし、他の食品でも取れるから別にどうってことはありません。 | 50代男 月1回以下 | カルシウムは他の食品からでも十分摂取可能。 |
| 30代女 月1回以下 | 他の食品から摂れるから。 | 50代男 月1回以下 | 年齢的に考えれば問題ないのでは |
| 30代女 月1回以下 | 他の食材で補えるから。 | 50代男 月1回以下 | 子供にとっては必要と思うが、今の自分では特に必要ではない |
| 30代男 月2-3回 | 年齢的に、それほど多量なカルシウムは必要ないと思っている。 | 60代女 月1回以下 | 魚などからカルシウムはとれる |
| 30代男 月1回以下 | 不足していると感じないから | 60代女 月1回以下 | 他の食品で摂取している。 |
| 30代男 月1回以下 | 別の食品で摂取できるから | 60代男 月1回以下 | 特に必要としていない |
| 40代女 月2-3回 | 牛乳を飲まなくても他の食品でカルシウムはとれていると思う。 | 60代男 月1回以下 | もう骨が出来るような年齢ではないので |

牛乳の「カルシウムがよくとれる」という
メリットを必要／魅力的と思うひと

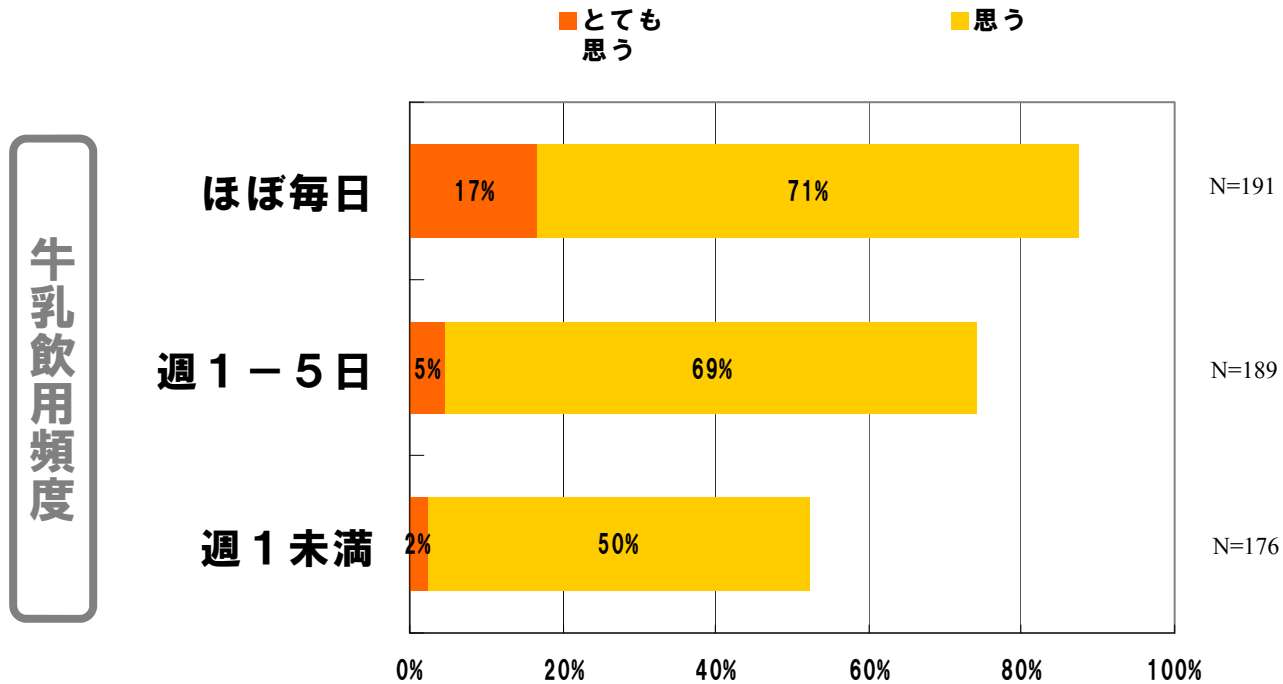
カルシウム大切の意識が強い
(骨密度意識／骨粗鬆症予防／精神安定)
手軽にカルシウム補給できて重宝

牛乳の「カルシウムがよくとれる」という
メリットを必要／魅力的と思わないひと

カルシウム大切の意識が弱い
他の食品でも十分にとれる
(どうしても牛乳が好きでない)

「なんとなくカラダによい」の質的価値認識

あなたは牛乳の「なんとなくカラダによい」というメリットをいまの自分にとって、どれくらい必要、もしくは魅力的だと思いますか。



牛乳の「なんとなくカラダによい」というメリットを必要／魅力的と感じるかどうか、牛乳飲用頻度で異なる。

牛乳の「なんとなくカラダによい」というメリットを必要／魅力的と思う気持ち

10代男 週2-3回 安心感が得られる
 20代女 ほぼ毎日 牛乳を飲むだけで元気が出るので、とても魅力的だと思っている
 20代女 ほぼ毎日 牛乳ほどわかりやすいカラダによいものってない。
 20代女 ほぼ毎日 ちゃんと健康に気を使っている感じがするから。
 20代女 週4-5回 昔からそういわれて来たので
 20代女 週4-5回 いろんな栄養が手軽に摂取できるのがいいです。料理にも使います。
 20代女 週2-3回 身体に良いものは積極的に食べたい
 20代男 週2-3回 昔から体にも良いと聞かされていて、「好きなものを飲む」ということが何かしら良いことにつながると思うから。
 20代男 ほぼ毎日 健康に対する意識が高いので、カラダによいものはできる限り摂っていききたい
 20代男 ほぼ毎日 体が丈夫でないとしっかりとした生活ができないので。
 20代男 ほぼ毎日 カロリーは多少気になるが、それ以外は癌の予防にも良いと聞いたので健康に良いものだと思っている。
 20代男 週2-3回 カルシウム、たんぱく質が取れる良い食べ物である
 20代男 週1回 実際の効果は別にして、体に良いという暗示にかかるだけでも健康になった気になれる。
 30代女 ほぼ毎日 94歳まで生きた祖父の好物が牛乳だった
 30代女 ほぼ毎日 健康なせいかつを送りたいから
 30代女 ほぼ毎日 体に良さそうなものを摂るのは精神衛生上も良いから。
 30代女 週4-5回 とにかく、牛乳は栄養素がたくさんある飲み物なので、大事にしたい。
 30代女 週2-3回 手軽に栄養が取れる気がするから
 30代女 週1回 子供の頃からのすりこみ
 30代男 ほぼ毎日 毎朝の体調が良い。
 30代男 ほぼ毎日 気持ちの問題で体調は変わってくると思うから
 30代男 ほぼ毎日 体調を崩しがちなので、牛乳に少しでも助けてもらいたいから。
 30代男 週4-5回 栄養バランスのため
 30代男 週4-5回 バランス栄養食です毎朝の要です
 30代男 週2-3回 牛乳に入っている成分をきちんとわかっていないが、たんぱく質やカルシウム以外にも色々栄養がありそうだから
 40代女 ほぼ毎日 整腸作用がありカルシウムもとれると思い、日課で飲んでいたので
 40代女 ほぼ毎日 今の自分はカラダによい栄養素が不足しているから。
 40代女 ほぼ毎日 飲み続ける事でなんとなく体に良いというのはプラス思考だと思ふ。

40代女 ほぼ毎日 小さい頃からずっとそういう風になされているし、飲んでいて体調をよくしてくれているような気がするから魅力的だと思う。
 40代女 週4-5回 意識しなくても飲んでいて体に良いというのが良い。
 40代女 週2-3回 小さい頃からずっと飲んでいる飲み物だから
 40代女 週1回 カルシウムが不足しがちなので補うためにちょうど良い
 40代男 ほぼ毎日 簡単にバランスの良い食事の補助ができるから。
 40代男 ほぼ毎日 たとえブラシーボ効果でも良いものは良い。
 40代男 ほぼ毎日 色々な栄養素が含まれているので。
 40代男 週4-5回 日頃の食事の栄養バランスが悪いと思うので
 40代男 週2-3回 希望も込めてそう思う。
 40代男 週1回 確固たる理由があるわけでなくまさに「なんとなく」良いものは良いという感覚的なところが強い。盲目的に牛乳は栄養素が高いと教えられて育ったこともその理由のひとつ。
 50代女 ほぼ毎日 手軽にバランスよく栄養を取れるので体にいいと思っている
 50代女 ほぼ毎日 摂り難いカルシウムの他バランスの良い栄養素が豊富
 50代女 ほぼ毎日 栄養があると思って、安心して使える食品という感じがあるので。
 50代女 週4-5回 バランスよく栄養がとれると思っている。
 50代女 週2-3回 いろんな成分がふくまれているからだに良さそうなので
 50代女 週2-3回 加齢により体力が落ちているので。
 60代女 ほぼ毎日 年をとってきたから
 60代女 ほぼ毎日 安価だし栄養的にも優れているし飲みやすい
 60代女 ほぼ毎日 完全栄養食品だと思う
 60代女 週4-5回 毎日疲れが取れなくて眠かったり日がよくあるので、少しでも健康的な暮らしが出来ないものかと思ふ。牛乳が自分にとっても体に良い食品だと思っています。
 60代女 週2-3回 薬に頼らなくてよいので、安心食材だと思う。
 60代女 週2-3回 摂取後の充足感は代用品には無い。
 60代男 ほぼ毎日 幼児の頃から壮年の今まで飲んで居るから
 60代男 ほぼ毎日 そうおしえられている
 60代男 ほぼ毎日 その日の活力を感じる。
 60代男 週4-5回 何がどれだけ必要かは分からないがなんとなく身体にはいいはず
 60代男 週4-5回 そのように言われているから
 60代男 週2-3回 栄養のバランスが良いので出来る限り飲むようにしたい。

牛乳の「なんとなくカラダによい」というメリットを必要／魅力的と思わない気持ち

- | | | | |
|------------|--|------------|---|
| 10代女 月1回以下 | 具体的ではないから。 | 40代女 月1回以下 | 牛乳は嫌いなので、体に良いといわれても、飲めない。 |
| 10代男 月1回以下 | 健康体だから。 | 40代男 月2-3回 | 他の食品で十分に栄養を摂っている |
| 20代女 月1回以下 | 魅力的だがあまり牛乳が好きではないから。 | 40代男 月1回以下 | 飲むと下痢になるので、あまりそう思わない。 |
| 20代女 月1回以下 | 自分の健康についてあまり危機感を持ってないから | 40代男 月1回以下 | 牛乳を飲んだから、確実に体調がよくなるわけではない。 |
| 20代男 月1回以下 | 牛乳は好きじゃないから。 | 50代女 月1回以下 | 栄養を考えて意識して食品を選んでいない。 |
| 20代男 月1回以下 | 目に見えてこないの | 50代女 月1回以下 | 自分にとっては、好きなもので補いたい。 |
| 30代女 月2-3回 | サプリメント等で、必要な栄養を補っている為。 | 50代女 月1回以下 | 牛乳に頼らずその他の栄養取る又運動するストレス溜めずとかでカラダに良いことに努めているので |
| 30代女 月1回以下 | 健康上、特に問題は無いから。 | 50代女 月1回以下 | 牛乳の代わりに、からだに良い豆乳や大豆製品を多く食べているの。 |
| 30代女 月1回以下 | 「なんとなく」なら「ちゃんと」摂れるものが良い | 50代男 月1回以下 | 特に気にしていない |
| 30代男 月2-3回 | 特に調子が悪いわけではないので、特別必要だとは思わないため。 | 50代男 月1回以下 | 他にも体に良い物は、いっぱいある |
| 30代男 月2-3回 | 太るから | 60代女 月2-3回 | ヨーグルトを毎日飲んでいるから |
| 30代男 月1回以下 | 牛乳が体に良いというのは知っているが、今の自分が必要かと言えばあまり必要じゃあないと思う。体の為には飲みたい気持ちはあるが、味も美味しいと思わないし、お腹を壊すので必要でない。 | 60代女 月1回以下 | 牛乳を飲まなくても栄養はとれる |
| 40代女 月1回以下 | 普段からあまり牛乳を飲まないの | 60代男 月1回以下 | 豆乳を飲んでいる。 |
| 40代女 月1回以下 | 他の食べ物の組み合わせで摂取できると思うから | 60代男 月1回以下 | あまりのまないから |

牛乳の「なんとなくカラダによい」という
メリットを必要／魅力的と感じるひと

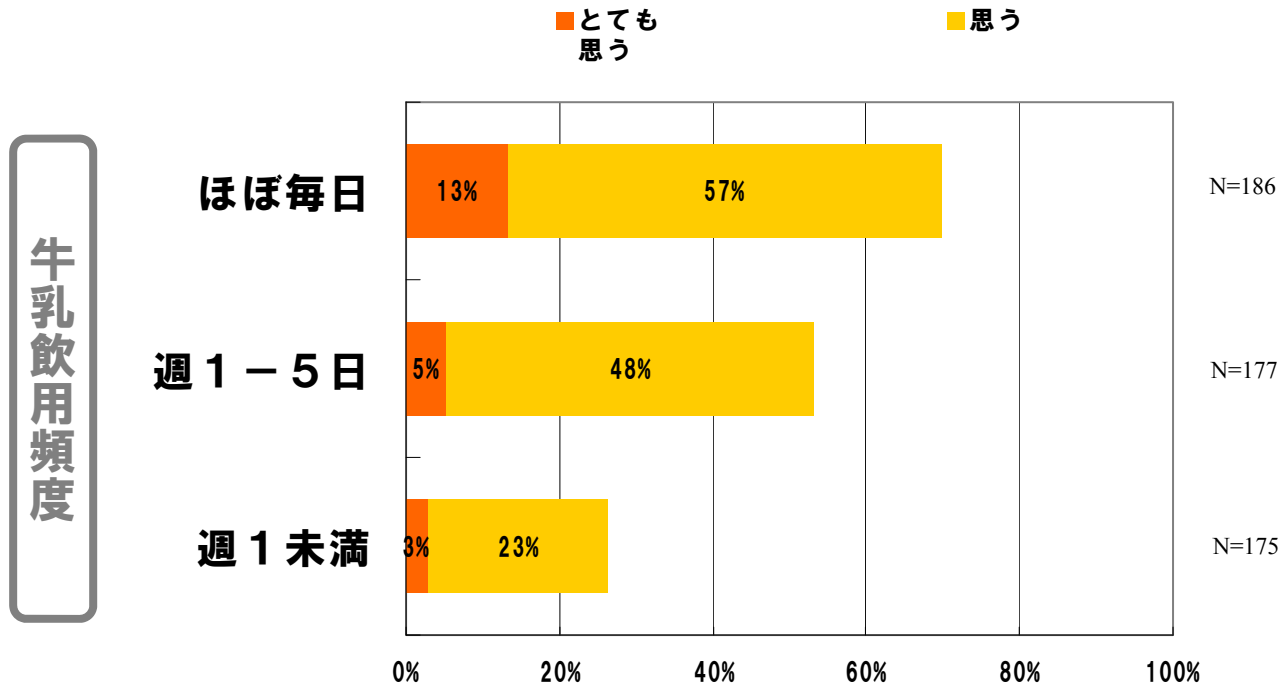
健康・栄養に対する強い意識
(牛乳によって得られる安心感)

牛乳の「なんとなくカラダによい」という
メリットを必要／魅力的と感じないひと

効能が漠然としている
他の手段でも大丈夫(健康法全般)
牛乳が好きでない

「たんぱく質がよくとれる」の質的価値認識

あなたは牛乳の「たんぱく質がよくとれる」というメリットをいまの自分にとって、どれくらい必要、もしくは魅力的だと思いますか。



牛乳の「たんぱく質がよくとれる」というメリットを必要／魅力的と感じるかどうか、牛乳飲用頻度で異なる。

牛乳の「たんぱく質がよくとれる」というメリットを必要／魅力的と思う気持ち

10代女 ほぼ毎日 肉があまり好きではないため、他のもので補えるならそうしたいから。
 10代女 週1回 成長するにあたり、さまざまな栄養を取りたいから
 10代男 週4-5回 たんぱく質も重要。
 20代女 ほぼ毎日 他に簡単にたんぱく質が取れるものをしらないので
 20代女 ほぼ毎日 ダイエットをしているので、たんぱく質がよくとれる牛乳をととても魅力的に感じている
 20代女 ほぼ毎日 タンパク質は体をつくるのに必要だから。
 20代女 週4-5回 たんぱく質が不足していると血液の循環が悪くなると聞いた事があるので。しかし、動物性たんぱく質は摂取しすぎるとよくないとも聞いた事があるので詳しいことはよくわからない。
 20代女 週4-5回 小腹がすいたときに飲むと、お茶だけよりはおなかがよくれます。たんぱく質は運動と合わせてとると良いので、運動後に手軽に飲める牛乳はいいです。
 20代女 週2-3回 タンパク質を摂取しようと思って食事する機会などなかなかないので、牛乳は必要だと思う。
 20代男 ほぼ毎日 タンパク質は体をつくるうえで非常に重要なので。
 20代男 ほぼ毎日 丈夫な体作りや維持ができる点
 20代男 ほぼ毎日 なんとなく健康になった気分になるの
 20代男 週2-3回 良質のたんぱく質を取れるため
 20代男 週2-3回 家庭科の授業で習った覚えがある
 20代男 週1回 肉を減らして牛乳を飲むことで家計にやさしい。
 30代女 ほぼ毎日 脂質と炭水化物は取りすぎているが、たんぱく質は不足しているから。
 30代女 ほぼ毎日 魚類を受け付けけない
 30代女 ほぼ毎日 体のために必要だから
 30代女 週4-5回 たんぱく質も摂取できる飲み物は貴重だと思う
 30代女 週2-3回 他の食品で取り切れないので
 30代女 週2-3回 たんぱく質は摂りにくそうだから
 30代男 ほぼ毎日 少食なので楽に摂取できるのはありがたい。
 30代男 ほぼ毎日 普段の食生活で不足しがちなたんぱく質を手軽に補えるから。
 30代男 ほぼ毎日 体の筋力などを維持するのに重要な栄養素だから
 30代男 週4-5回 食生活が炭水化物ばかりで、たんぱく質が不足していると思うからです。
 30代男 週2-3回 良質なたんぱく質が手軽に摂取できるので
 30代男 週1回 朝食などで簡単に栄養が取れるから
 40代女 ほぼ毎日 ダイエットなので、良質のたんぱく質が手軽に取れるのはうれしい。
 40代女 ほぼ毎日 骨を強くするにはカルシウムだけでなくタンパク質も大切だと分かり、どちらも簡単に摂れるものが牛乳なので
 40代女 ほぼ毎日 肉に頼らなくても済む。
 40代女 週4-5回 パワーを付けたい
 40代女 週2-3回 体にとって大切なものだと思うから
 40代女 週2-3回 健康の源

40代男 ほぼ毎日 筋肉を作るのに欠かせない摂取量が不足すると筋力低下につながるから
 40代男 週4-5回 1人暮らしで食事が乱れがちなので栄養豊富な牛乳は健康維持に役立つ。
 40代男 週2-3回 朝など食事時間が取れないときは、動物性たんぱく質を摂って朝食代わりにする。
 40代男 ほぼ毎日 楽にたんぱく質が取れる気がする
 40代男 ほぼ毎日 食事だけでとるのは大変なので大事です
 40代男 週2-3回 筋トレをしているから。
 50代女 ほぼ毎日 好き嫌いが多く、焼き魚やちりめんじゃこくらいしか動物性たんぱく質が摂取できないので牛乳は貴重な飲み物です
 50代女 ほぼ毎日 食欲がない時でも、牛乳を飲めば、たんぱく質補給に良いと、母親から言い聞かされている。
 50代女 ほぼ毎日 血と肉を作ると小学校で習い、給食には必ず出ている。私の常識になっている。
 50代女 ほぼ毎日 骨はカルシウムとたんぱく質の両方がバランスよく摂取できることで、丈夫になると聞いたので
 50代女 週4-5回 良質なたんぱく質が簡単に取れる
 50代女 週2-3回 簡単に摂取できる。
 50代男 週2-3回 年を摂るとたんぱく質の摂取がより大事になってくるとテレビで報道していた。自分は肉をあまり食べないので魚や牛乳からたんぱく質を摂取するように心がけている。
 50代男 ほぼ毎日 人間の体は殆どタンパク質と水分なので。
 50代男 ほぼ毎日 タンパク質は欠かせない栄養素なので牛乳は手軽に摂取できる
 50代男 週4-5回 炭水化物が中心の朝食時には欠かせないもの。
 50代男 週2-3回 生き物の恵み
 50代男 週1回 子牛が育つ栄養がある。
 60代女 ほぼ毎日 安く良質のたんぱく質がとれるから
 60代女 ほぼ毎日 痩せすぎのため健康になりたい。胃腸が弱いため、沢山たべれない。私には必要。
 60代女 ほぼ毎日 良質のたんぱく質で少しでも筋肉保ちたい。
 60代女 週4-5回 タンパク質はほかの者でもとれますが牛乳の手軽さは欠かせません
 60代女 週2-3回 たんぱく質は他でも摂れるがカルシウムも同時に摂れるので、大事だと思う。
 60代女 週2-3回 年を取ってきていると余計に牛乳の必要性が分かります。
 60代男 ほぼ毎日 たんぱく質も重要な栄養で、手軽に取れる気がする。
 60代男 ほぼ毎日 咀嚼能力が低下しても簡単に栄養分がとれるから
 60代男 ほぼ毎日 これも、手軽に動物性たんぱく質が摂取できるので、欠かせない。とにかく、牛乳は毎日飲んでもアキないのが一番の魅力。
 60代男 週4-5回 やはり老化しつつある身体にたいしてのたんぱく源
 60代男 週2-3回 その通りです吸収力が一番いいのでしょ飲むだけでOKですからね
 60代男 週2-3回 肉料理を控えている

牛乳の「たんぱく質がよくとれる」というメリットを必要／魅力的と思わない気持ち

10代男 月1回以下 たんぱく質は日頃の食事で取っているから
 10代男 月1回以下 自分にとってたんぱく質が足りてないという実感がなく、健康に生活できているので
 10代男 月1回以下 すでにたんぱく質は良くとれているから。
 20代女 月2-3回 たんぱく質は普通の食事で十分な気がするの、わざわざ牛乳に頼らなくても大丈夫だと思う。
 20代女 月2-3回 タンパク質は肉や玉子からでも補えるから
 20代女 月1回以下 ほかの食べ物からでも十分摂取できるから
 20代女 月2-3回 タンパクをとりたなら、肉をとったほうが効率がいいから。
 20代男 月1回以下 栄養の偏りはあると思うが、タンパク質が不足しているかどうかはわからない。
 20代男 月1回以下 タンパク質は取れていると思うから
 20代男 月1回以下 たんぱく質に、貴重な栄養源というイメージがない。
 20代男 月1回以下 別の食品でも補えるから。
 30代女 月2-3回 他の食品でとっているの。
 30代女 月1回以下 飲みものにそれほどたんぱく質が多いイメージがないです。なんとなく、牛乳以外から、摂取した方がいいような気がします。
 30代女 月1回以下 嫌いだから
 30代女 月1回以下 たんぱく質はアミノコラーゲンで補給している為
 30代男 月2-3回 たんぱく質は他の食品でも取れていると思っているため
 30代男 月1回以下 タンパク質は他の食品で十分に摂取しているから
 30代男 月1回以下 牛乳以外の食べ物で摂取できると思うので
 30代男 月1回以下 カロリーオーバーになりそうなので、逆に取りすぎがよくないように思う
 40代女 月2-3回 牛乳でなくても他の食品で間に合いそうだと思うから。

40代女 月2-3回 大豆たんぱくがとれていればイイかなと思う
 40代女 月1回以下 たんぱく質もカルシウムと同様、ほかの食品で補えるから
 40代女 月1回以下 ほかの食品でも十分補えるものなので。
 40代男 月2-3回 タンパク質に関してはよく分かりません。
 40代男 月1回以下 別の食事で補っている
 40代男 月1回以下 毎日の食事で足りているので。
 40代男 月1回以下 他で代用できるから
 50代女 月2-3回 牛乳を信じてないから スーパーにあれほど並ぶほど 乳牛が居るように思えない
 50代女 月1回以下 いろんな食品から取れるので意識していない
 50代女 月1回以下 他の物で補える。
 50代女 月1回以下 肉や魚や豆類や豆腐などで十分に採れている
 50代男 月2-3回 牛乳を飲む習慣がなく、他の食物かでもたんぱく質は採れるから
 50代男 月2-3回 他の食品の方がタンパク質の摂取量が多いと思えるから。
 50代男 月1回以下 成長期ではないから
 50代男 月1回以下 牛乳でなくともたんぱく質はよくとれる
 50代男 月1回以下 別の方法で足りる。
 60代女 月2-3回 食事で取れているように考えるから
 60代女 月2-3回 タンパク質はほかのものでとれる
 60代女 月1回以下 牛乳以外の物でもたんぱく質はとれるから。
 60代男 月2-3回 他のものからでも充分とれると思うので。
 60代男 月1回以下 豆乳でOK
 60代男 月1回以下 蛋白質は、卵にもあるので、卵に頼っているから。

牛乳の「たんぱく質がよくとれる」という
 メリットを必要／魅力的と感じるひと

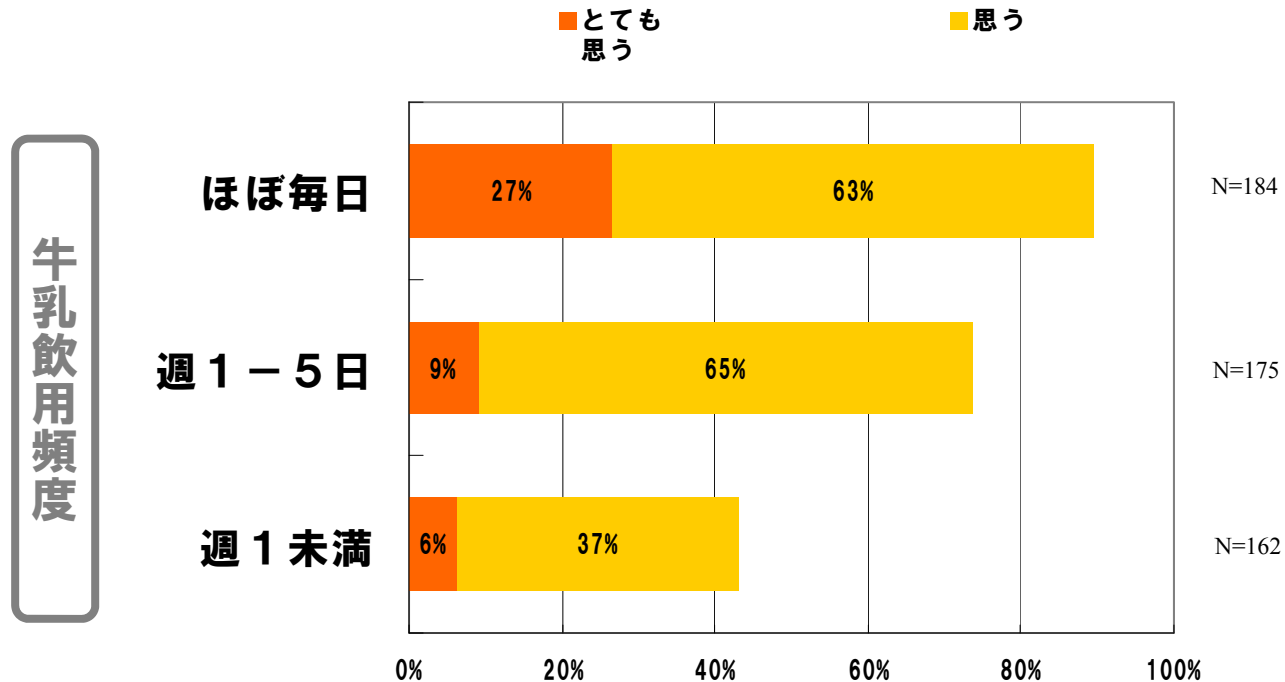
たんぱく質が大切
 手軽にたんぱく質が補給できる
 たんぱく質が不足(肉や魚が苦手)

牛乳の「たんぱく質がよくとれる」という
 メリットを必要／魅力的と感じないひと

他のものでもたんぱく質は取れる
 たんぱく質は足りている
 牛乳が好きでない

「様々な栄養をバランスよくとれる」の質的価値認識

あなたは牛乳の「様々な栄養をバランスよくとれる」というメリットをいまの自分にとって、どれくらい必要、もしくは魅力的だと思いますか。



牛乳の「様々な栄養をバランスよくとれる」というメリットを必要／魅力的と感じるかどうか、牛乳飲用頻度で異なる。

牛乳の「様々な栄養をバランスよくとれる」というメリットを必要／魅力的と思う気持ち

10代女 ほぼ毎日 牛乳と言う一つの品でさまざまな栄養が取れるというのは手軽で好ましい。
10代女 週1回 食生活が乱れているから
10代男 ほぼ毎日 栄養をバランスよく取れるのであればぜひ取りたいから
10代男 週2-3回 ある程度の安心感が得られる
20代女 ほぼ毎日 ストレスが多くなり、栄養バランスが偏っている食生活なので、とても魅力的に感じる
20代女 ほぼ毎日 普段あまり、栄養を気にして食事していないので
20代女 ほぼ毎日 サプリメントに頼るよりも、たくさんの栄養価がある飲み物だとおもう
20代女 週4-5回 手軽に健康食品を摂取しているような気持ちになるし、だんだんと食べ物も量が食べられなくなってきているので助かる。
20代女 週4-5回 女性はカルシウム不足になりやすいので、気をつけています。ですが、そのまま飲むのは苦手なので、たくさんは飲みません。紅茶や珈琲と一緒に、少しずつでも摂取するように心がけるだけです。
20代女 週2-3回 一日に数十品目食べることは難しいから
20代男 週1回 偏った食生活をしているから
20代男 ほぼ毎日 栄養バランスは健康にとって大切なので、様々な栄養が取れるメリットは大きい
20代男 ほぼ毎日 カルシウムやたんぱく質が気軽に摂れる
20代男 週1回 費用的に効率よく栄養を取れる。
30代女 ほぼ毎日 自然な感じがする。体に良い飲み物
30代女 ほぼ毎日 バランスがあまり良くない食生活をしてる感じがするから。
30代女 週4-5回 栄養価が高く、飲むとホッと安心した気持ちになる飲み物は他にないと思うので
30代女 ほぼ毎日 なかなかバランスよく食品をとることは難しいので牛乳のように簡単にバランスよくいろいろな成分が最初からあれば簡単でうれしいので
30代女 週2-3回 一人暮らしなので、栄養バランスを手軽なもので維持したい。
30代女 週2-3回 毎日グラス1杯でバランスよく栄養補給が出来る
30代男 ほぼ毎日 カルシウムが取れ、子供の成長にも良い
30代男 ほぼ毎日 日頃ダメな食生活を送っているとは思わないが、牛乳はそのレベルの嵩上げをしていてくれると思う。
30代男 ほぼ毎日 仕事が忙しく、食事をとる時間が限られているので、すばやく飲める牛乳は魅力的。
30代男 週2-3回 一人暮らしなので、栄養のバランスが重要だと思っているので
30代男 週2-3回 気楽に取れるから
30代男 週2-3回 牛乳を飲むことでたんぱく質やカルシウムが手軽にとれるから
40代女 ほぼ毎日 日頃から体調がわるいのでできるだけ栄養のバランスを良くしたいから
40代女 ほぼ毎日 食品から様々な栄養がとれることは理想だから。
40代女 ほぼ毎日 栄養はサプリメントからではなく、食品から摂取するものと、子供の頃から教えられて育ってきたので、牛乳は理想的な食品だと思うから。
40代女 週4-5回 カルシウムやビタミンが簡単に取れる
40代女 週4-5回 手軽に取れるのがいい。たんぱく質やカルシウムは秀逸だと思う。ビタミンが不足しているが、必要ならば強化した加工乳もある。
40代女 週2-3回 いつも簡単な食事しかしてないから
40代男 ほぼ毎日 体調がすぐれないいまこそ、牛乳で元気になりたい。
40代男 ほぼ毎日 変な栄養ドリンクより良い。
40代男 ほぼ毎日 人工的なものではなく、自然の栄養バランスが取れているから抵抗無く飲める

40代男 ほぼ毎日 天然素材は概して身体によいものであるから
40代男 ほぼ毎日 偏食傾向なので牛乳でバランスをとっている気がする
40代男 週2-3回 どうしても食生活をよく意識していないと、バランスの悪い状態となってしまいがちなので、様々な栄養がバランスよくとれる手軽な飲食ができることは良いことだと思う。健康に対してや食生活に対し、日常の忙しさからそれほど気を使っていられないというのが現実なので。
40代男 週2-3回 手軽に一杯で最低限の栄養が摂れるので絶対の必需品。
40代男 週2-3回 日頃から外食や内食(ファストフードのテイクアウト等)が多く、栄養バランスが偏っているように感じているので。
50代女 ほぼ毎日 中年期に入り、量より質を重視した食事をしなければいけないので
50代女 ほぼ毎日 肉類が嫌いで動物性タンパク質の摂取が少ないので牛乳は簡単に栄養素が摂取できる大事な飲み物です
50代女 ほぼ毎日 食事の支度に時間が取れず、偏ったような食事になりがちなときでも栄養素がある程度とれるので欠かすことができないものだ
50代女 週4-5回 自然食であっておいしく栄養価が高いといういいことづくめだから。
50代男 ほぼ毎日 自然から得られる栄養は貴重だから
50代男 ほぼ毎日 乳というものは哺乳類なら目的は赤ちゃんを育てる食べ物です。完全食品といってもいい。
50代男 週2-3回 先ほども書きましたが、子供のころ親から牛乳は完全栄養食品だと教えられてきた。以降、一人暮らしを始めた時も毎日飲み続けた。
50代男 ほぼ毎日 牛乳はもともと牛が赤ちゃんを育てるために大切なものであり、それを人間が飲むのだから栄養豊富な飲み物であるのは疑う余地がない
50代男 週4-5回 低価格のわりに栄養のバランスがいいから日本人もよく摂取したほうがいいと思うからです
50代男 週4-5回 手軽にカルシウムやたんぱく質を取れるのが魅力です。
50代男 週4-5回 時間のない朝でもさっと摂取できる。
60代女 ほぼ毎日 骨粗しょう症だと診断されたので、牛乳は簡単にカルシウムが摂れる飲み物だから
60代女 ほぼ毎日 骨量検査でも、いつも年齢以上と言われるので、長年牛乳を飲んでるお陰だと思います。
60代女 ほぼ毎日 成長期の子供には飲め飲めと口うるさく言った。今は骨粗鬆症であろうわたしが必要としている。
60代女 ほぼ毎日 何より比較的低価格で入手しやすくまた摂取しやすい理想的食品の一つでしょう。「牛乳」にこだわっています。加工乳類や低脂肪や脱脂乳は好みません。
60代女 週4-5回 年齢とともに、カルシウムやビタミンも大事になってきているので。
60代男 ほぼ毎日 小牛にとつての母乳であり、これだけで摂取栄養素の全てを賄っている訳で、人が飲んでも充分な栄養を補給する食品だと思うので。
60代男 週4-5回 還暦を過ぎた今、タンパク質やカルシウムの補給源として、身体の栄養バランスを調整するためにも、水の代わりに飲むくらいに必要な品だから。
60代男 ほぼ毎日 手軽にカルシウムやたんぱく質が摂取できるので、自分には欠かせない。
60代男 ほぼ毎日 そうおしえられているから
60代男 ほぼ毎日 栄養の偏りの解消に役立ってくれるから、牛乳はありがたい
60代男 週4-5回 何の成分がどれくらい入っているかの詳細までは分からないにしても必要な栄養素が含まれていることだけは容易に分かる
60代男 週2-3回 喉が温いたとき、母から牛乳を勧められていたから。
60代男 週2-3回 高齢になってたんぱく質・カルシウム不足が気になってきた

牛乳の「様々な栄養をバランスよくとれる」というメリットを必要／魅力的と思わない気持ち

10代女 月1回以下 特に体が悪いわけではないから。
 10代男 月1回以下 野菜ジュースのほうが健康によさそう
 10代男 月1回以下 すでに栄養はバランス良くとれているから。
 20代女 月2-3回 特に栄養を気にした生活を送っていないので。
 20代女 月2-3回 牛乳があまり好きではない
 20代女 月1回以下 普段から栄養バランスについてはあまりきにしてないから
 20代女 月1回以下 好きであれば飲みたいと思うが、味が苦手なので。
 20代男 月1回以下 栄養バランスを考えて食事をすれば済む問題
 20代男 月1回以下 他の食物からも栄養を取れるので、そんなに重要に感じないから
 20代男 月1回以下 子供のころとは違う
 20代男 月1回以下 栄養バランスは何も牛乳だけではないから、他の食品で補えばよいことですから。
 30代女 月2-3回 必要な栄養素を、サプリメント等で補える為。
 30代女 月1回以下 牛乳以外の食品で補えるから。
 30代女 月1回以下 もう年齢的に必要ではなかなと思えます。カルシウムは必要かもしれませんが、他の栄養分がとりすぎになると思うので、私の場合は、カルシウムは別の食べ物から摂取した方がいいと思います。
 30代女 月1回以下 牛乳はあまり好きではないので、ほかの食品で栄養を補っているから
 30代男 月2-3回 代替食品はあるから
 30代男 月1回以下 カルシウムというイメージしかないから。
 30代男 月1回以下 もともとあまり好きではないので
 30代男 月1回以下 食事で十分とっているから
 40代女 月1回以下 本来はとても必要な栄養源なのですが苦手なので飲めない。

40代女 月1回以下 他の食べ物で摂取できるから
 40代女 月1回以下 牛乳いがいで
 40代女 月1回以下 牛乳は嫌いで飲めない。料理に使うくらいなので、さほど、魅力的には思わないから
 40代男 月2-3回 牛乳を飲まなくても、他の食品でバランスのよい食事を摂っているから
 40代男 月1回以下 飲むと下痢になるので。
 40代男 月1回以下 牛乳じゃなくてもよいから
 40代男 月1回以下 他の食品でもバランスよく取れると思うので
 50代女 月1回以下 飲み物としては好きではないから。
 50代女 月1回以下 体にいいと思っても 好きじゃない
 50代女 月1回以下 栄養のバランスに 牛乳は必要なものだと思っていない
 50代女 月1回以下 ずっと牛乳飲用せずともその他で栄養取るようように努めてきたので
 50代男 月2-3回 現在、脂肪分の摂取を控えているから
 50代男 月1回以下 もう年寄りだから。
 50代男 月1回以下 牛乳は好きでない。
 50代男 月1回以下 発育ざかりなら必要と思うが、年齢を考えればそれほど必要性を感じない
 60代女 月1回以下 牛乳を飲まなくても他の食品で栄養はとれる
 60代男 月2-3回 昔と違って、今は何でも食べることが出来る時代なので、それほど問題にならない。
 60代男 月1回以下 自分はもう若くないから
 60代男 月1回以下 牛乳は年の若い人達にとっては重要な栄養バランスの取れた物であるが高齢者にはさほど必要とは思わない

牛乳の「様々な栄養をバランスよくとれる」というメリットを必要／魅力的と感じるひと

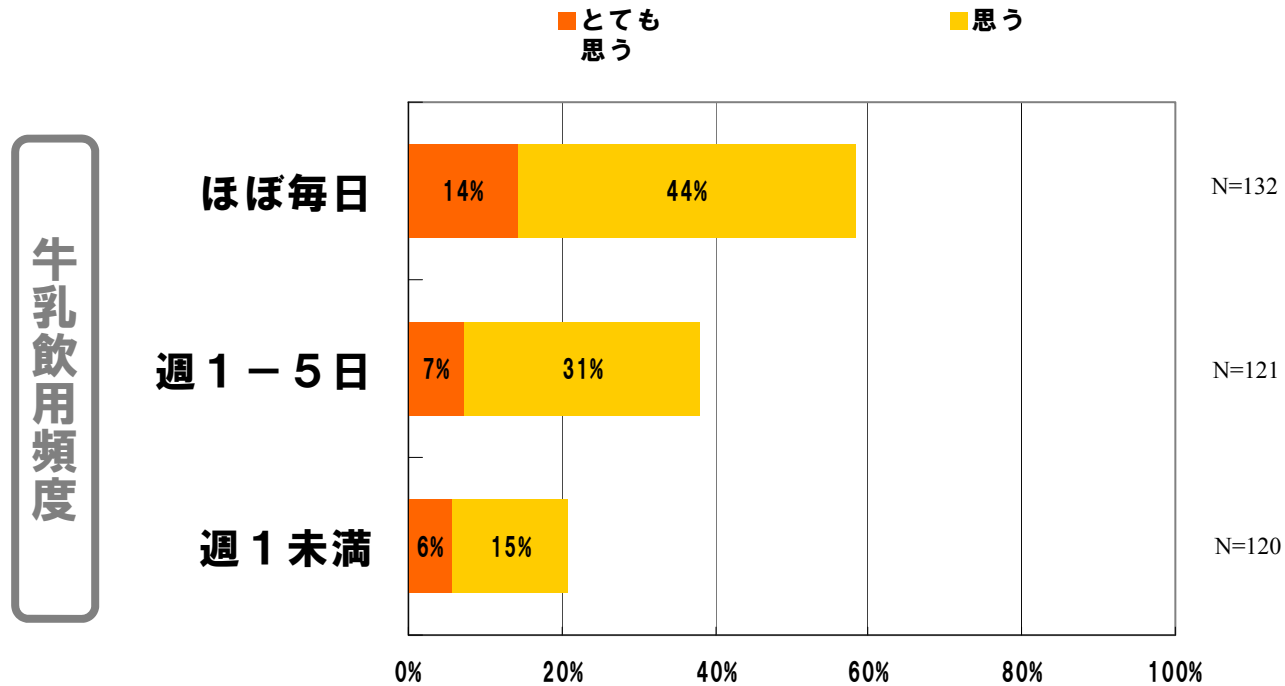
栄養補給手段としての手軽さ
 自然な栄養
 カルシウムとたんぱく質への強い意識

牛乳の「様々な栄養をバランスよくとれる」というメリットを必要／魅力的と感じないひと

他のものでも替わりになる
 牛乳が好きでない

「便秘を解消して普段のお通じがよくなる」の質的価値認識

あなたは牛乳の「便秘を解消して普段のお通じがよくなる」というメリットをいまの自分にとって、どれくらい必要、もしくは魅力的だと思いますか。



牛乳の「便秘を解消して普段のお通じがよくなる」というメリットを必要／魅力的と感じるかどうか、牛乳飲用頻度で異なる。

牛乳の「便秘を解消して普段のお通じがよくなる」というメリットを必要／魅力的と思う気持ち

- | | | |
|------|-------|--|
| 10代女 | ほぼ毎日 | 胃腸の調子が崩れやすく、便秘になることもあるから。 |
| 10代女 | 週1回 | べんぴになるとしんどいので |
| 20代女 | ほぼ毎日 | 実際に通じが良くなたのを実感したから |
| 20代女 | ほぼ毎日 | すぐ便秘になってしまうから。 |
| 20代女 | 週2-3回 | 子供も自分も便秘気味なので、牛乳は必要。 |
| 20代男 | ほぼ毎日 | 普段から便秘気味なので、牛乳はとても大切 |
| 20代男 | ほぼ毎日 | よく、便秘になるので凄く魅力的なものです |
| 20代男 | 週4-5回 | 便秘だけは、回避したい。 |
| 30代女 | ほぼ毎日 | デスクワークなので |
| 30代女 | ほぼ毎日 | 飲まない便秘になり痔になるから |
| 30代女 | 週4-5回 | 昔、自分が苦しんでいたときに、牛乳を飲んで治ったことがあるから。 |
| 30代女 | 週2-3回 | どんな薬より良い。 |
| 30代男 | ほぼ毎日 | 日頃おなかの調子が不安定になりがちなので、牛乳は調子を整えてくれる大切な飲み物だから。 |
| 30代男 | ほぼ毎日 | 快便になる |
| 30代男 | 週1回 | 牛乳は便秘解消に効果的な食品だと思う。 |
| 40代女 | ほぼ毎日 | 便秘症なので、お通じがよくなるものは摂り続けたい。 |
| 40代女 | ほぼ毎日 | 牛乳を飲むようになって、便秘が少し改善している。 |
| 40代女 | ほぼ毎日 | 毎朝コーヒーに牛乳をいれて飲んでいる。その後トイレに行く。習慣になっているので、変えられない。 |
| 40代女 | 週4-5回 | 牛乳を飲むとお腹が若干緩くなる。動きが活発になるのだと思う。便が固めて出にくい時には、確かに牛乳を飲んだりすることで解消できている。 |
| 40代男 | ほぼ毎日 | 便通の調子が良いと気分も良いから。 |
| 40代男 | 週4-5回 | 1人暮らしで食事が乱れがちなので便秘し易いが牛乳を摂取すると便秘予防ができる。 |
| 40代男 | ほぼ毎日 | 自然な便通が期待出来る |
| 40代男 | ほぼ毎日 | 便秘になったことがないのは ミルクを欠かさないからだと思うから。 |
| 50代女 | ほぼ毎日 | 毎朝の1杯の牛乳のおかげで便秘しらずで過ごせているから |
| 50代女 | ほぼ毎日 | 便秘はとても辛く、できるだけ避けたい。 |
| 50代男 | ほぼ毎日 | 習慣で飲んでおり、ほぼ毎日便通がある |
| 50代男 | ほぼ毎日 | 飲んでるほうが通じがいがする |
| 50代男 | 週4-5回 | 気持ちよく排便ができることは健康面でも一番大事だと思います |
| 60代女 | ほぼ毎日 | いつも便秘気味だから |
| 60代女 | ほぼ毎日 | 便秘気味なので効果を期待しているから。 |
| 60代女 | 週4-5回 | 牛乳を飲んだ時と飲まない時では確かに違いが有るようだ。 |
| 60代女 | 週2-3回 | 運動をしないので、食品から補給できるのは、安心だと思う。 |
| 60代男 | ほぼ毎日 | 牛乳を飲まない便秘するから |
| 60代男 | ほぼ毎日 | 近頃、胃腸もロートルになり、仕事を怠けるとか動作が鈍くなってきたので、この機能は重要になっている。 |
| 60代男 | 週2-3回 | 以前から便秘解消できる食品である |

牛乳の「便秘を解消して普段のお通じがよくなる」というメリットを必要／魅力的と思わない気持ち

- | | | |
|------|-------|---|
| 10代女 | 月2-3回 | 便秘ではないから |
| 10代男 | 月1回以下 | 便秘にはなっていないから |
| 10代男 | 月1回以下 | 便秘ではないから |
| 20代女 | 月2-3回 | メリットよりもデメリット(下痢になる)の方が印象が大きいから |
| 20代女 | 月2-3回 | 便秘ではない |
| 20代女 | 月1回以下 | 牛乳を飲まなくてもお通じが良いから。 |
| 20代男 | 月1回以下 | 便秘でないから |
| 20代男 | 月1回以下 | おなかが弱いから |
| 20代男 | 月1回以下 | 普段からよいから |
| 30代女 | 月2-3回 | 牛乳を飲まなくても通じは良い方だから |
| 30代女 | 月2-3回 | 効き目が強すぎておなかが痛くなるので冷たいままでは飲まないの |
| 30代女 | 月1回以下 | 今のところ便秘ではないので。どちらかという、飲みすぎると下痢気味になる気がします。 |
| 30代女 | 月1回以下 | 便秘の症状がないから。 |
| 30代男 | 月1回以下 | 殆ど便秘にならないから |
| 30代男 | 月2-3回 | 便秘をまったくくしないため |
| 30代男 | 月1回以下 | 牛乳の一番飲みたくない原因は、飲むとお腹をこわしやすくなり、下痢等を引き起こすので牛乳が全然魅力的に思えない。 |
| 30代男 | 月2-3回 | あまり便秘をしないので |
| 40代女 | 月1回以下 | 普段便秘しないので |
| 40代女 | 月1回以下 | 便通に問題をかかえていないから |
| 40代女 | 月1回以下 | お通じはいいから |
| 40代男 | 月1回以下 | 自分が便秘とは無縁だから |
| 40代男 | 月1回以下 | 普段から胃腸が弱くどちらかといえば下痢気味なので |
| 40代男 | 月2-3回 | 便秘で困ったことはない |
| 40代男 | 月1回以下 | 飲むと下痢になるので。 |
| 50代女 | 月1回以下 | 便秘ではない |
| 50代女 | 月1回以下 | 飲んでなくても毎日である。 |
| 50代女 | 月1回以下 | お通じは良いほうなので |
| 50代女 | 月1回以下 | 便秘はしない体質。下痢症なので、これ以上下痢したくない。 |
| 50代男 | 月1回以下 | 基本的に便秘を感じないので |
| 50代男 | 月2-3回 | 通じは常に良好 |
| 50代男 | 月1回以下 | 腸が弱いから |
| 60代女 | 月2-3回 | 便秘ではないから |
| 60代女 | 月1回以下 | 便秘をしたことはないの、必要ではない。 |
| 60代男 | 月2-3回 | お通じがよすぎて問題になることが多い。 |
| 60代男 | 月2-3回 | 便秘がない |

牛乳の「便秘を解消して普段のお通じがよくなる」というメリットを必要／魅力的と感じるか感じないかは、当然ながら、そもそも便秘気味が、そうでないかが大きい。

ここまでのまとめ②

牛乳の購入頻度によって 認識量が大きく変わらない	そのメリットを 必要／魅力的と思う気持ち	そのメリットを 必要／魅力的と思わない気持ち
カルシウムが よくとれる	カルシウム大切の意識が強い (骨密度意識／骨粗鬆症予防／精神安定) 手軽にカルシウム補給できて重宝	カルシウム大切の意識が弱い 他の食品でも十分にとれる (牛乳が好きでない)
なんとなく カラダによい	健康・栄養に対する強い意識 (牛乳によって得られる安心感)	効能が漠然としている 他の手段でも大丈夫(健康法全般) 牛乳が好きでない
たんぱく質が よくとれる	たんぱく質が大切 手軽にたんぱく質が補給できる たんぱく質が不足(肉や魚が苦手)	他のものでもたんぱく質は取れる たんぱく質は足りている 牛乳が好きでない
様々な栄養を バランスよくとれる	栄養補給手段としての手軽さ 自然な栄養 カルシウムとたんぱく質への強い意識	他のものでも替わりになる 牛乳が好きでない
便秘を解消して 普段のお通じがよくなる	牛乳の「便秘を解消して普段のお通じがよくなる」というメリットを必要／魅力的と感じるか感じないかは、当然ながら、そもそも便秘気味か、そうでないかが大きい。	

上記の価値認識に関しては、牛乳そのものをアピールするのではなく、むしろカルシウム・たんぱく質・栄養バランス(※牛乳の既知栄養機能)を中心テーマに、栄養状況に関する危機意識の喚起や、健康意識強化の取り組みを、生活者に対して実現すること。その結果として、すぐそこにある牛乳の価値を気付きやすくすること。