

# 「牛乳乳製品に関する食生活動向調査2012」 速報版

---

2012.12.14



社団法人 日本酪農乳業協会

## 調査の概要

	第一次調査	第二次調査
調査手法	インターネットを活用した 消費者パネルに対する年1回のアンケート調査	
対象者	15～60代の男女	3～18才の子どもを持つ主婦 子供の年齢分布について、第一次調査後確認し ひどい偏りが無い場合は、割付を行わない
サンプル数	10,000サンプル	600サンプル
実施時期	毎年10月	毎年11月
割付	総務省統計局の22年の人口構成データなどを参考に 実際の性別、年代、地域の構成比に近似させる。	

<b>1</b>	<b>生活者の牛乳関与の実態</b>	<b>P4</b>
1-①	牛乳類の飲用(利用)頻度について	P5
1-②	牛乳類の購入状況と、飲用・利用の方法	P10
1-③	直近の牛乳飲用増加の「理由」	P17
1-④	牛乳を「大切」と思う意識について	P22
<b>2</b>	<b>生活者の健康／食生活意識と牛乳関与の関係</b>	<b>P28</b>
2-①	「健康／食事意識」と牛乳関与の関係	P29
2-②	「ダイエット意識」と牛乳関与の関係	P36
2-③	「食生活の現状」その確認と牛乳関与との関係	P42
<b>3</b>	<b>食育意識・思い出・共感意識</b> (子供の牛乳関与を強化するためのヒント)	<b>P50</b>
3-①	母親の「食育」意識と「牛乳推奨」行動	P51
3-②	母親の「親子の絆」と「料理」の意識	P58
3-③	牛乳に関する「思い出」について	P63
3-④	牛乳に感じる「共感価値」について	P69
<b>4</b>	<b>生活者の情報接触</b> (効果的な情報発信を実現するためのヒント)	<b>P74</b>
4-①	生活者の「情報接触」の現状(母親を中心に)	P75
4-②	ビッグママの「情報接触」の特徴	P79
4-③	母親(ビッグママ)の「情報接触」変化	P84
<b>5</b>	<b>牛乳の「4大重点訴求機能」</b> (その効果的訴求のためのヒント)	<b>P87</b>
	※この章全体の知見	P88
5-①	牛乳の「4大重点訴求機能」について	P90
5-②	母親における、牛乳の「4大重点訴求機能」に関する意識の変化	P105
<b>6</b>	<b>参考データ</b> (フリーアンサーコメント集を中心に)	<b>P112</b>
6-①	母親は、いかにして子供に牛乳飲用を促しているのか	P113
6-②	母親の各情報メディアに対する質的評価	P116
6-③	母親に対する各メディア・人物の影響が変化した理由	P122
6-④	母親の「4大重点訴求機能」に関する健康意識変化の理由	P126
6-⑤	母親の「4大重点訴求機能」認知変化の理由コメント	P141



## 生活者の牛乳関与の実態

1-①

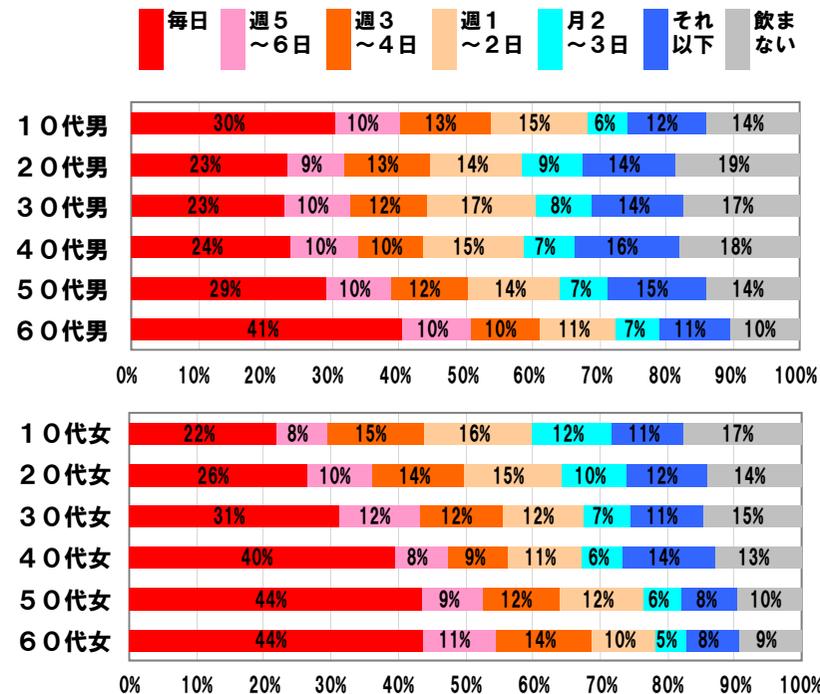
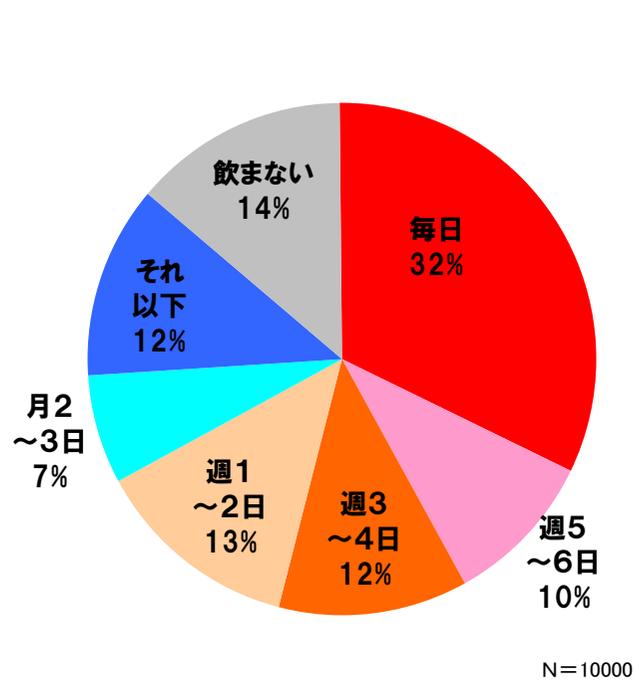
**牛乳類の飲用(利用)頻度について**

## 女性、年齢が高いほどより飲まれている牛乳。進む、二極化構造。

- 現状、生活者一般の牛乳類飲用(利用)頻度は、毎日が32%、週1-6日が35%、週1日未満が33%。男女別では**女性の頻度が高く**、10代男を除けば、**年齢が高いほど頻度が高い**。《→P. 7》
- 生活者一般における牛乳飲用の増減は、増加が17%、減少が20%で全体としては**やや減少傾向**。増加者は男性よりも女性のほうにやや多くいる。減少者は年齢が低いほど多く、特に**女性10代の減少**が目立つ。  
《→P. 8》
- 牛乳類の飲用(利用)頻度が多い人ほど、牛乳飲用が増加。牛乳類の飲用(利用)頻度が少ない人ほど、牛乳飲用が減少。現状、**牛乳類の飲用(利用)は二極化**が進んでいる。《→P. 9》

## 現在の牛乳類飲用（利用）頻度

いま現在、あなたご自身は牛乳類をどれくらいの割合で飲んだり、利用していますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。

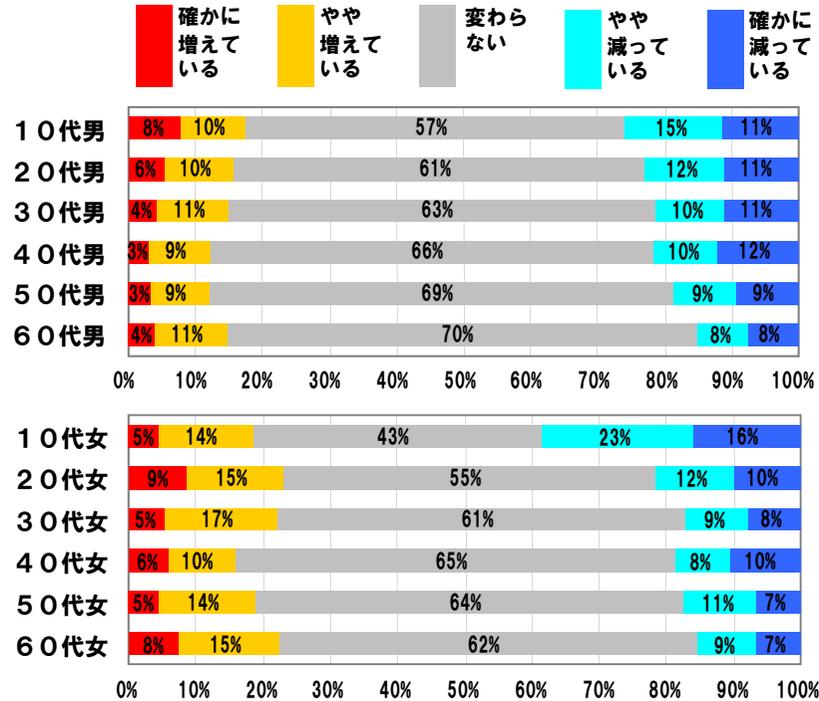
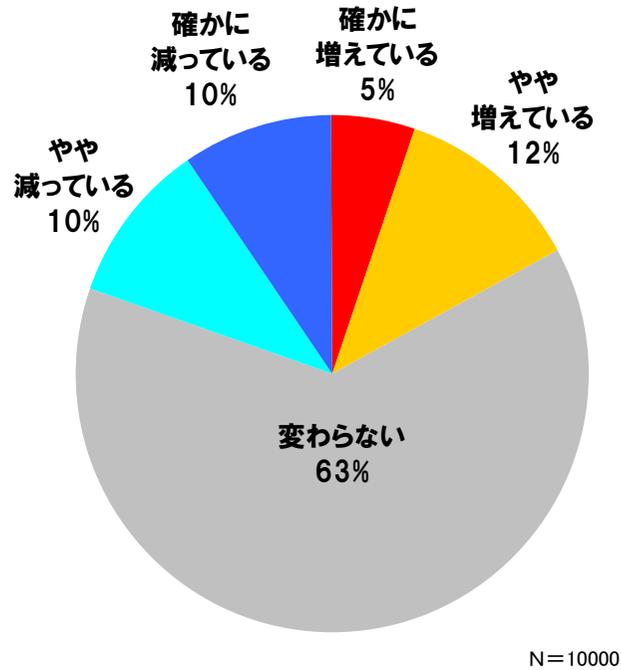


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**現状、生活者一般の牛乳類飲用（利用）頻度は  
毎日が32%、週1～6日が35%、週1日未満が33%。  
男女別では女性の頻度が高く、  
10代男を除けば、年齢が高いほど頻度が高い。**

# 牛乳飲用の変化

最近のあなた自身が、「牛乳」を飲む量や回数は、以前に比べて、増えたり減ったりしていますか。



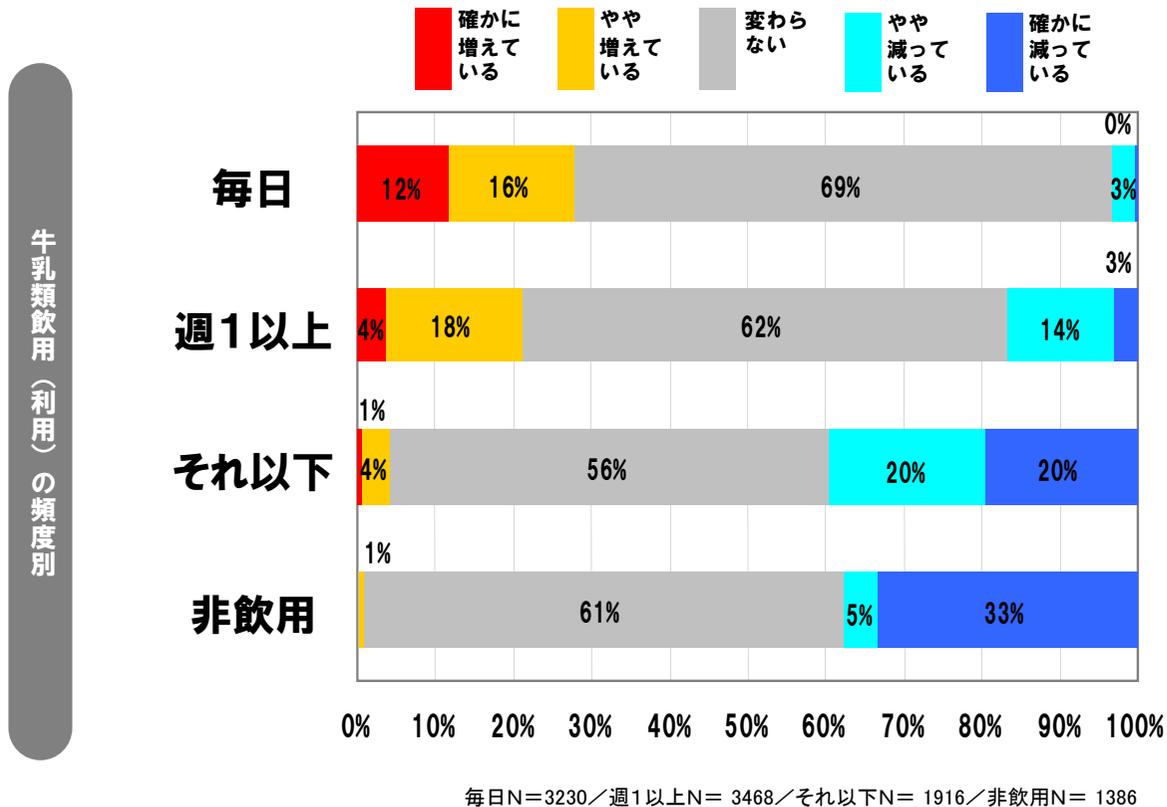
10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**生活者一般における牛乳飲用の増減は、  
 増加が17%、減少が20%で全体としては減少傾向。  
 増加者は男性よりも女性のほうにやや多くいる。  
 減少者は年齢が低いほど多く、特に女性10代に目立つ。**

(※本調査において10代は15~19才)

## 現在の牛乳類飲用（利用）頻度 × 牛乳飲用の変化

最近のあなた自身が、「牛乳」を飲む量や回数は、以前に比べて、増えたり減ったりしていますか。



**牛乳類の飲用（利用）頻度が多い人ほど、牛乳飲用が増加。  
牛乳類の飲用（利用）頻度が少ない人ほど、牛乳飲用が減少。  
現状、牛乳類の飲用（利用）は二極化が進んでいる。**

## 1-②

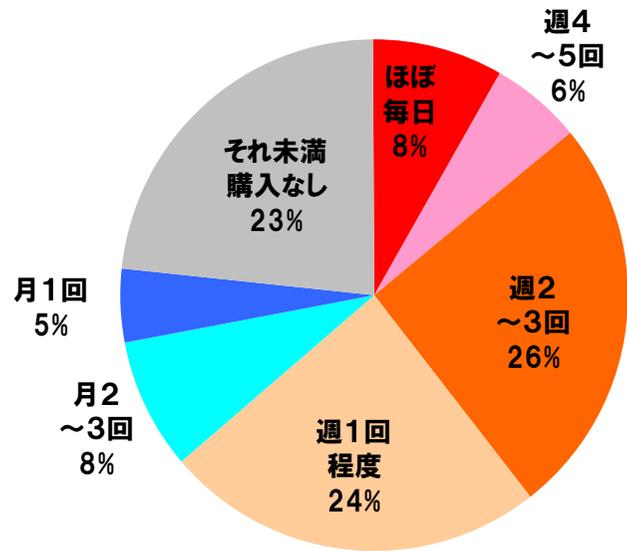
### 牛乳類の購入状況と、飲用・利用の方法

**購入の6割は週1以上、1リットル。ほとんどがスーパーマーケット。  
牛乳をよく飲む人と女性30-40代は「まぜ飲み」多い。**

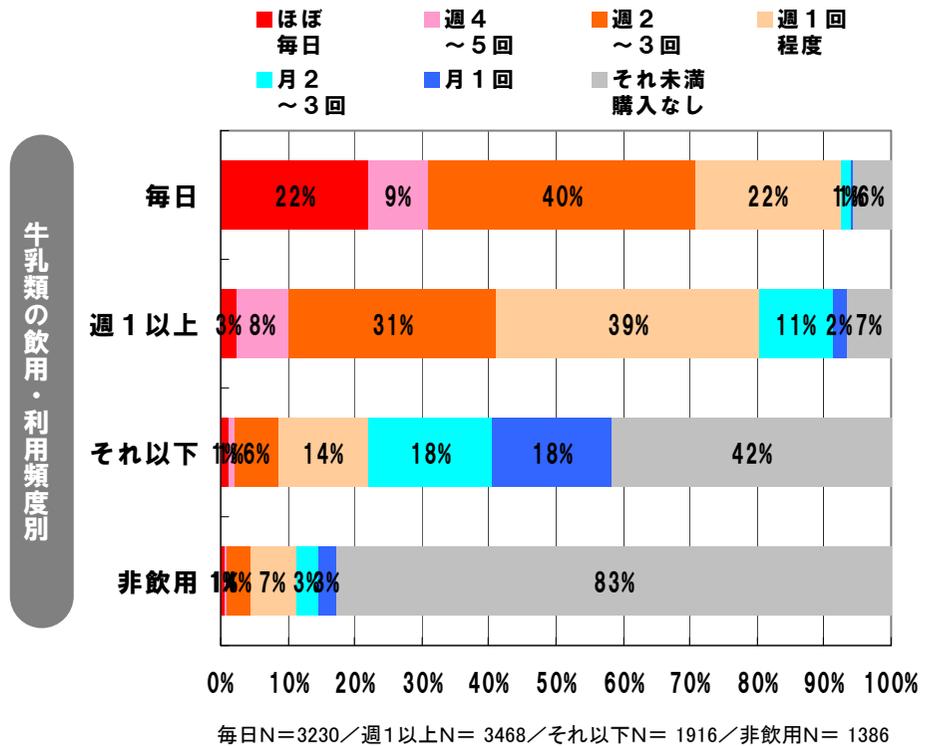
- 牛乳類の購入頻度は、**週1回以上が6割強**。ほぼ毎日では1割弱。牛乳類の飲用(利用)頻度が高いほど「牛乳類の購入頻度」は当然高い。  
《→P. 12》
- 牛乳類の1回あたり購入量は、**6割が「1リットル」**。牛乳類の飲用(利用)頻度が高いほど「牛乳類の1回あたり購入量」は多い。《→P. 13》
- 牛乳類を購入する場所は、「**スーパーマーケット**」が大勢を占める。  
《→P. 14》
- 牛乳類の飲用・利用方法をみると、飲用(利用)頻度が高いひとと、母親が多く含まれる女性30-40代は「**他の飲み物に混ぜる**」という人が特徴的に多く、男女ともに年齢が低い人ほど「**他の食べ物にかける**」という人が多い。  
《→P. 15、16》

## 牛乳類の購入頻度／牛乳類飲用・利用頻度別

あなたご自身は普段、家族で飲むためのものも含めて、どれくらい牛乳類を購入していますか。



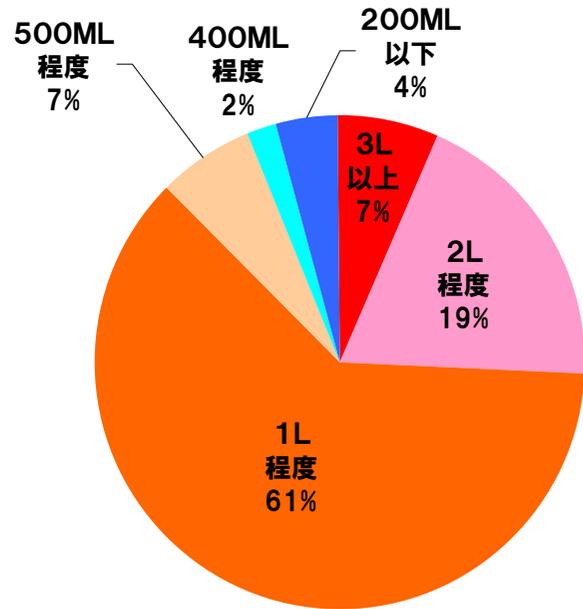
N=10000



「牛乳類の購入頻度」は週1回以上が6割強。ほぼ毎日は1割弱。  
牛乳類の飲用（利用）頻度が高いほど「牛乳類の購入頻度」は当然高くなる。

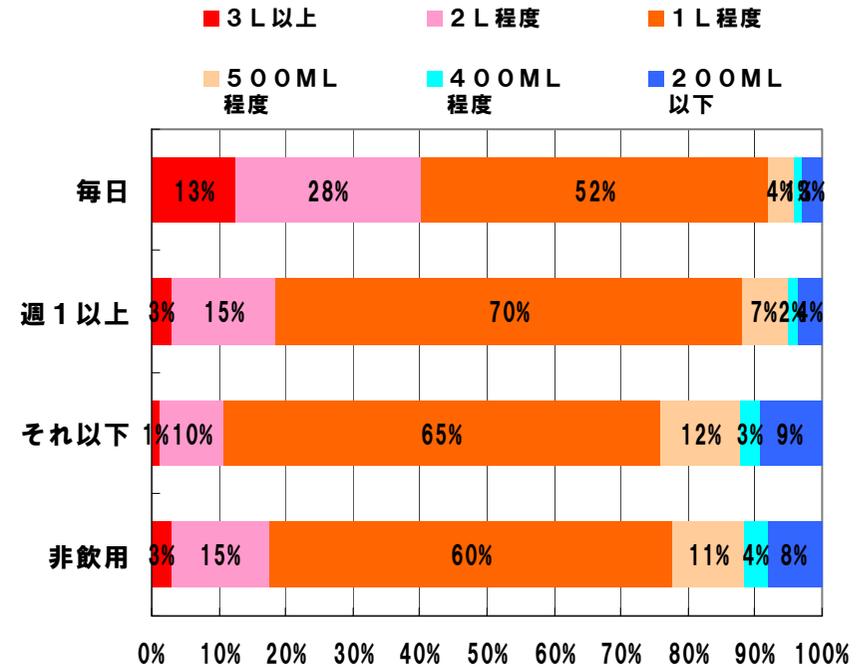
## 牛乳類の一回あたり購入量／牛乳類飲用・利用頻度別

あなたが普段、牛乳類を購入する際の、1回あたりの購入量(だいたいの平均)をお知らせください。



N=10000

牛乳類の飲用・利用頻度別

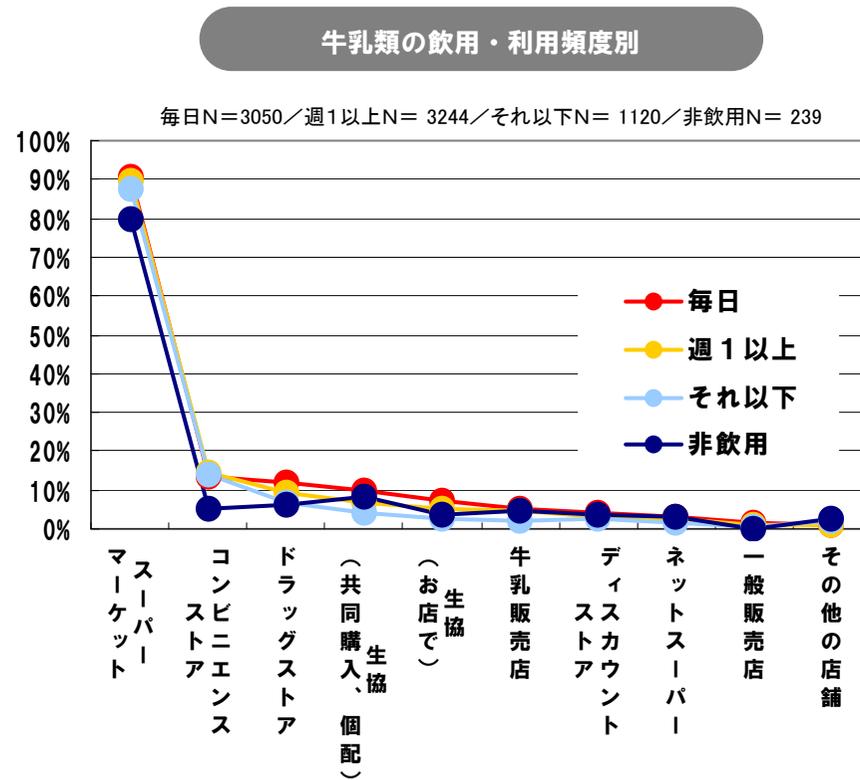


毎日N=3050／週1以上N= 3244／それ以下N= 1120／非飲用N= 239

**「牛乳類の1回あたり購入量」は6割が「1リットル」。**  
**牛乳類の飲用（利用）頻度が高いほど**  
**「牛乳類の1回あたり購入量」は多くなっている。**

## 牛乳類の購入場所／牛乳類飲用・利用頻度別

あなたが牛乳類を購入する際に、この一ヶ月で利用したことがある購入場所をお知らせください。



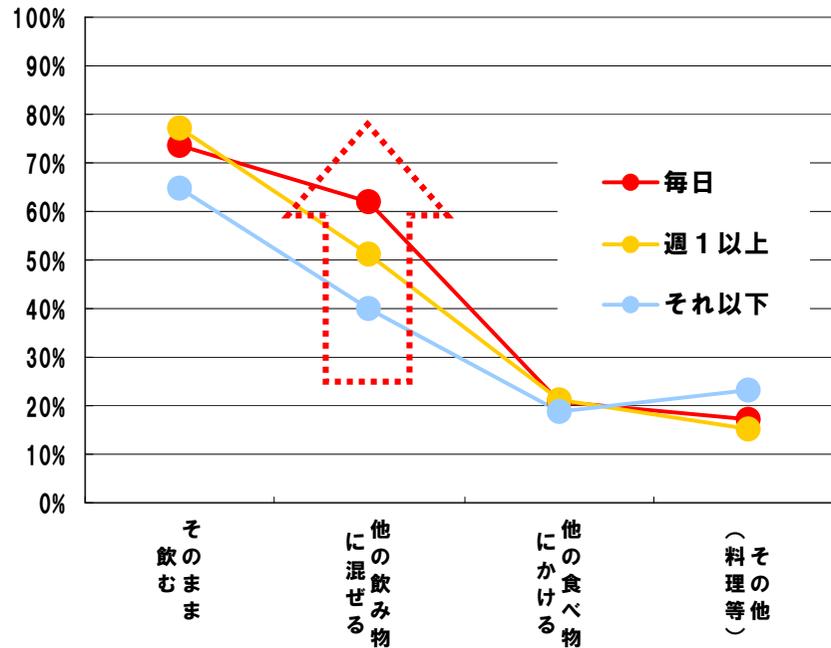
「牛乳類を購入する場所」は「スーパーマーケット」が大勢を占める。  
(牛乳類の飲用(利用)頻度の高低によって、ほとんど変わらない。)

# 牛乳類の利用方法／牛乳類飲用・利用頻度別

いま現在、あなたが牛乳類を利用するときの方法をお知らせください。

## 牛乳類の飲用・利用頻度別

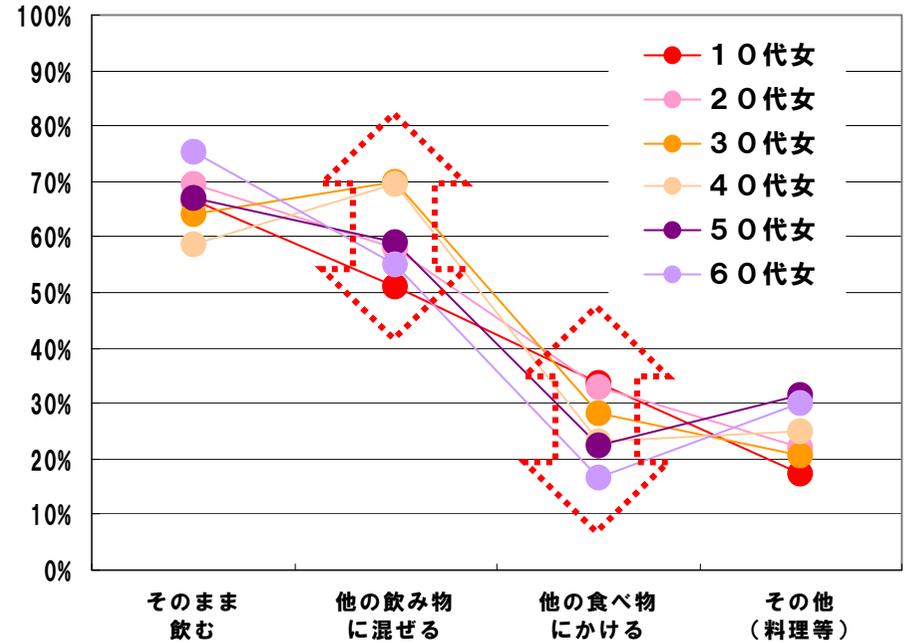
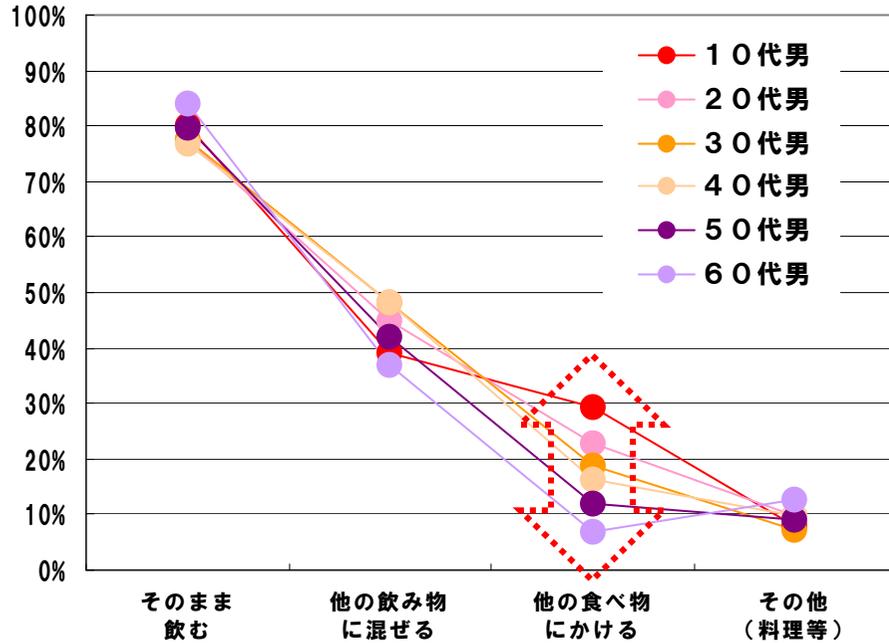
毎日N=3230／週1以上N= 3468／それ以下N= 1916



**牛乳類の飲用（利用）頻度が高いひとほど「他の飲み物に混ぜる」という人が特徴的に多い。**

# 牛乳類の利用方法／性年代別

いま現在、あなたが牛乳類を利用するときの方法をお知らせください。



10代男N= 301 / 20代男N= 638 / 30代男N= 851 / 40代男N= 772 / 50代男N= 778 / 60代男N= 887  
 10代女N= 276 / 20代女N= 652 / 30代女N= 857 / 40代女N= 818 / 50代女N= 827 / 60代女N= 957

**男女ともに年齢が低いほど「他の食べ物にかける」という人が多い。  
 女性は30代40代に限り、「他の飲み物に混ぜる」という人が特徴的に多い。**

### 1-③

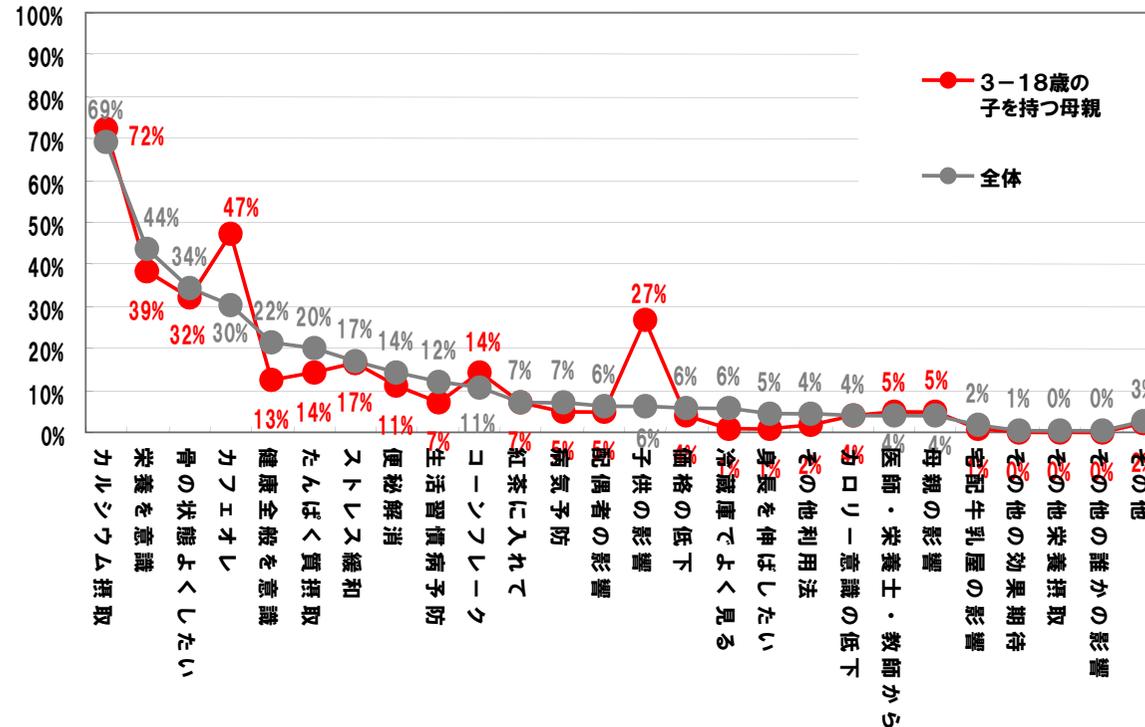
直近の牛乳飲用増加の「理由」

現状、牛乳飲用が増える理由は、もっぱらカルシウム関連。  
60代は「健康意識」、母親層は「カフェオレ」などが特徴的。

- 生活者一般(全体)において「牛乳を飲む量や回数」が増えた理由ベスト3は、1. **カルシウム**摂取、2. **栄養**を意識、3. **骨の状態**をよくしたい。《→P. 19》
- Jミルクの重要な生活者ターゲットである母親において「牛乳を飲む量や回数」が増えた理由は、上記のベスト3に加えて、「**カフェオレ**」と「**子供の影響**」が特徴的に多い。《→P. 19》
- 男性の「牛乳を飲む量や回数」が増えた理由は全体のベスト3に加えて、60代は「健康全般を意識」「生活習慣病予防」が特徴的多く、10代は「身長を伸ばしたい」が特徴的に多い。《→P. 20》
- 女性の「牛乳を飲む量や回数」が増えた理由は全体のベスト3に加えて、60代は「健康全般を意識」が特徴的に多く、加えて50代 60代は「骨の状態をよくしたい」がベスト3のうちでも特徴的に多い。《→P. 21》

## 飲用量増加の理由／全体－母親

最近のあなた自身の「牛乳」を飲む量や回数が、以前に比べて増えているのは、どんな理由や事情からだと思いますか。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。



生活者一般（全体）において「牛乳を飲む量や回数」が増えた理由ベスト3は以下。

1. カルシウム摂取、
2. 栄養を意識、
3. 骨の状態をよくしたい

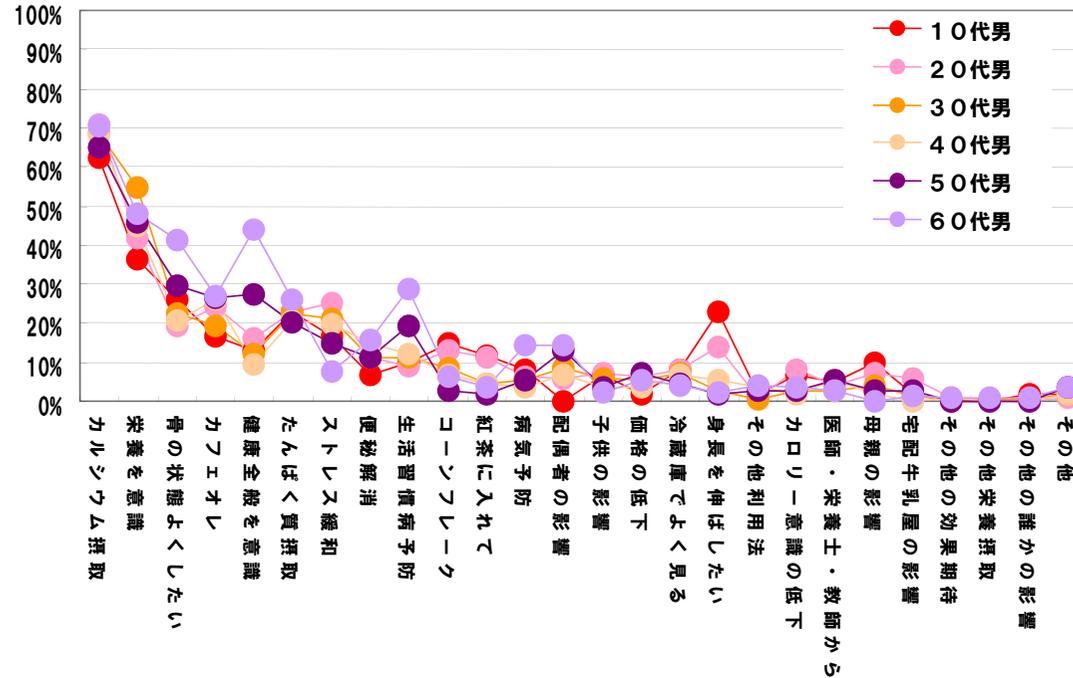
「Jミルクの重要な生活者ターゲットである「3-18歳の子を持つ母親」において

「牛乳を飲む量や回数」が増えた理由は

上記、全体のベスト3に加えて「カフェオレ」と「子供の影響」が特徴的に多い。

## 飲用量増加の理由／男性年代別

最近のあなた自身の「牛乳」を飲む量や回数が、以前に比べて増えているのは、どんな理由や事情からだと思いますか。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。

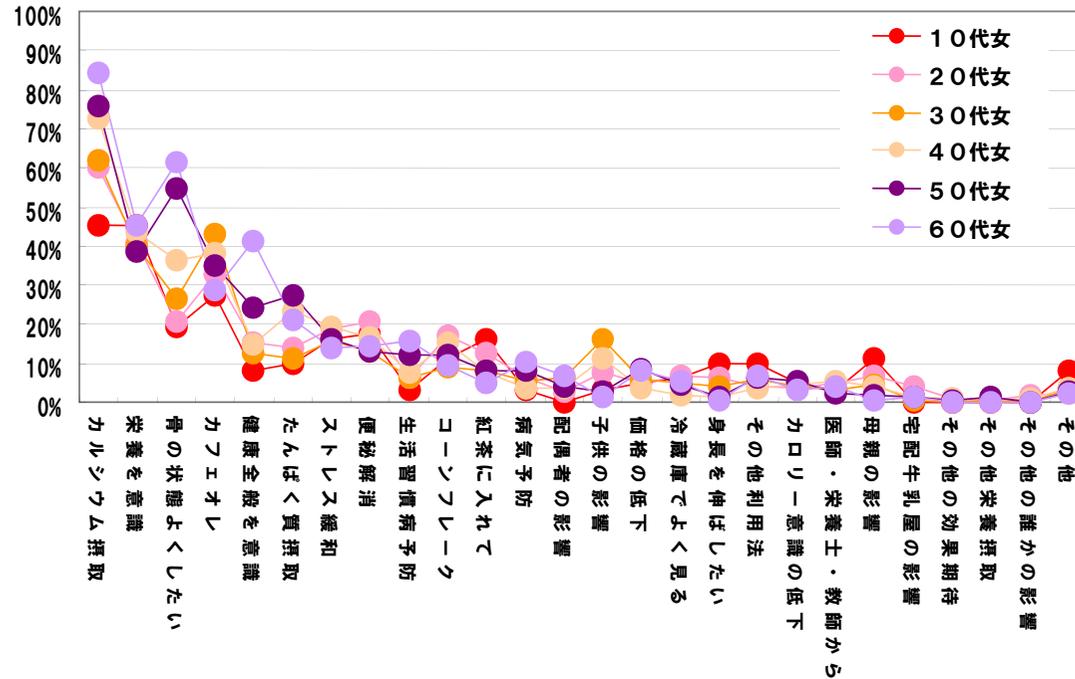


10代男N= 61 / 20代男N= 123 / 30代男N= 155 / 40代男N= 116 / 50代男N= 109 / 60代男N= 146

**男性の「牛乳を飲む量や回数」が増えた理由は全体のベスト3に加えて、  
60代は「健康全般を意識」「生活習慣病予防」が特徴的に多く、  
10代は「身長を伸ばしたい」が特徴的に多い。**

## 飲用量増加の理由／女性年代別

最近のあなた自身の「牛乳」を飲む量や回数が、以前に比べて増えているのは、どんな理由や事情からだと思いますか。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。



10代女N= 62／20代女N= 175／30代女N= 224／40代女N= 149／50代女N= 172／60代女N= 237

女性の「牛乳を飲む量や回数」が増えた理由は全体のベスト3に加えて、  
60代は「健康全般を意識」が特徴的に多く、  
加えて50代60代はベスト3のうちでも「骨の状態をよくしたい」が特徴的に多い。

1-④

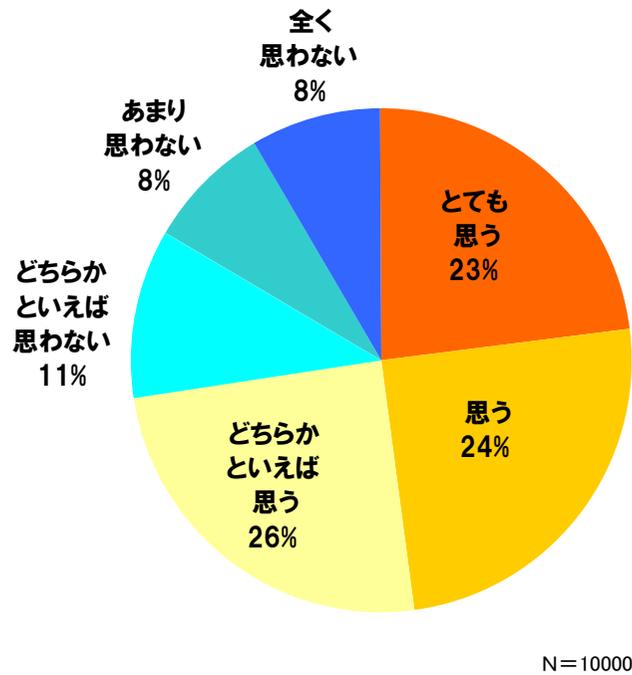
牛乳を「大切」と思う意識について

**「自分にとって大切」意識は飲用頻度と強く関係。  
そして、母親層の「子供(家族)にとって大切」意識とも強く関係。**

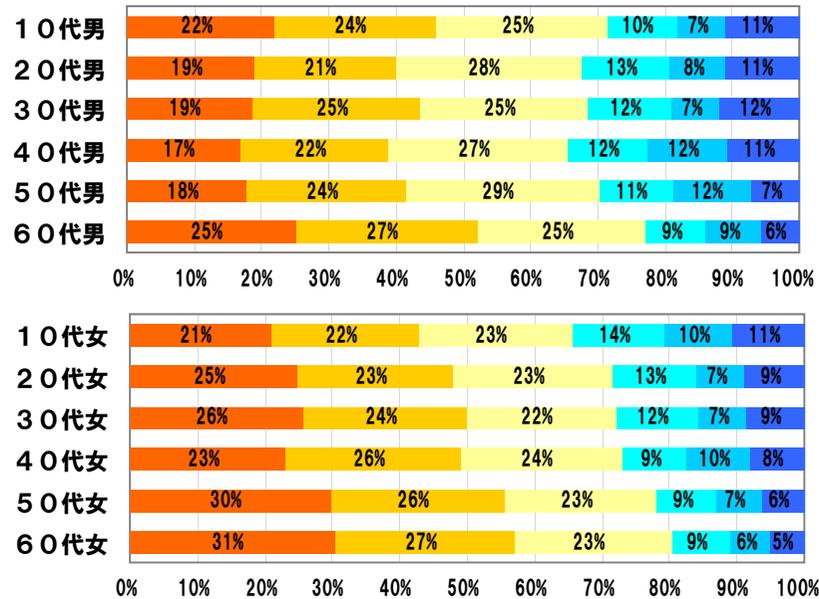
- 現状、牛乳を「自分にとって大切」という意識を持つのは全体の7割強。その意識は男性よりも女性のほうが強く、年上ほど意識がやや強め。牛乳を「自分にとって大切」と思う気持ちと、牛乳類の飲用(利用)頻度は強く関係している。《→P. 24、25》
- 母親の「自分にとって大切」の意識は、全体より強い。また彼女たちの「自分にとって大切」と思う気持ちと「子供(家族)にとって大切」と思う気持ちは強く関係していて、彼女たちが「子供(家族)にとって大切」と思うことは当然「子供に牛乳を多く飲んでもらいたい」気持ちと強く関係。《→P. 26、27》

# 自分自身にとって大切な意識

あなたは「牛乳」のことを、「自分自身にとって、なくてはならない大切な食べ物(飲み物)である」と、どれくらい思いますか。



■ とても思う
 ■ 思う
 ■ どちらかといえば思う
 ■ どちらかといえば思わない
 ■ あまり思わない
 ■ 全く思わない

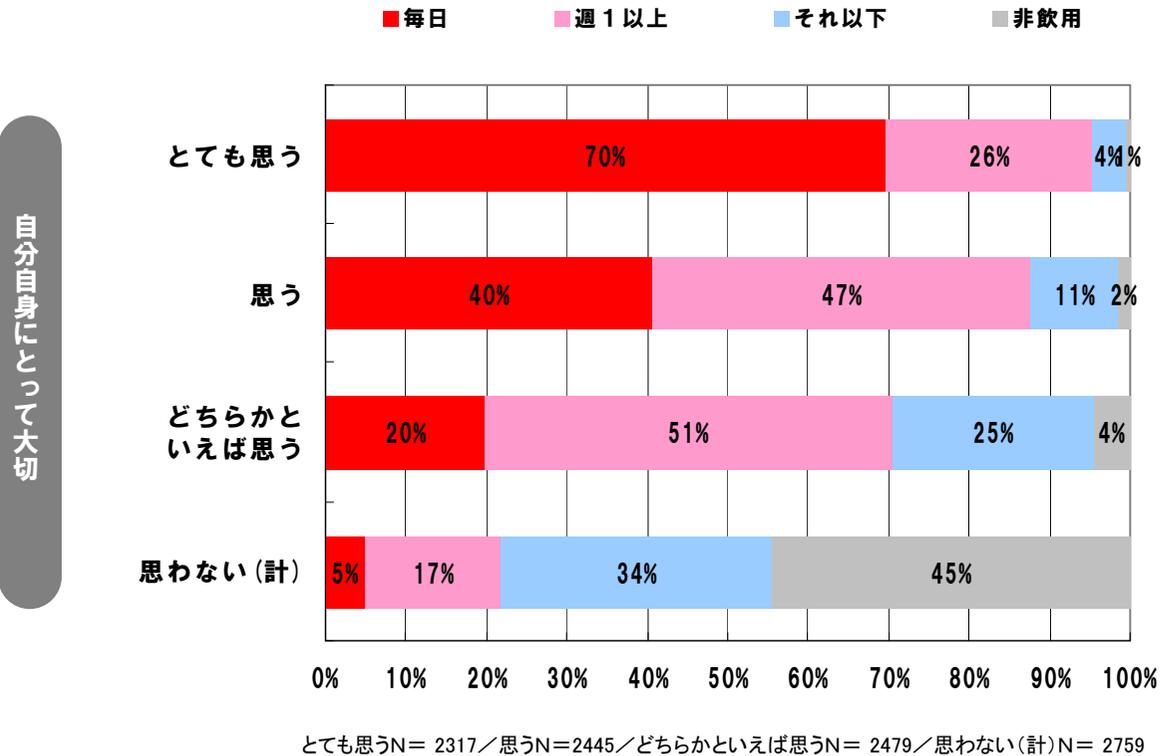


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**現状では「自分にとって大切」という意識を持つのは全体の7割強。  
 男女差は、男性よりも女性のほうがその意識は強く、  
 男女差ほど明確ではないが年代差は、年上の意識が強め。**

## 「自分自身にとって大切な意識」と「現在の牛乳類飲用（利用）頻度」

いま現在、あなたご自身は牛乳類をどれくらいの割合で飲んだり、利用していますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。



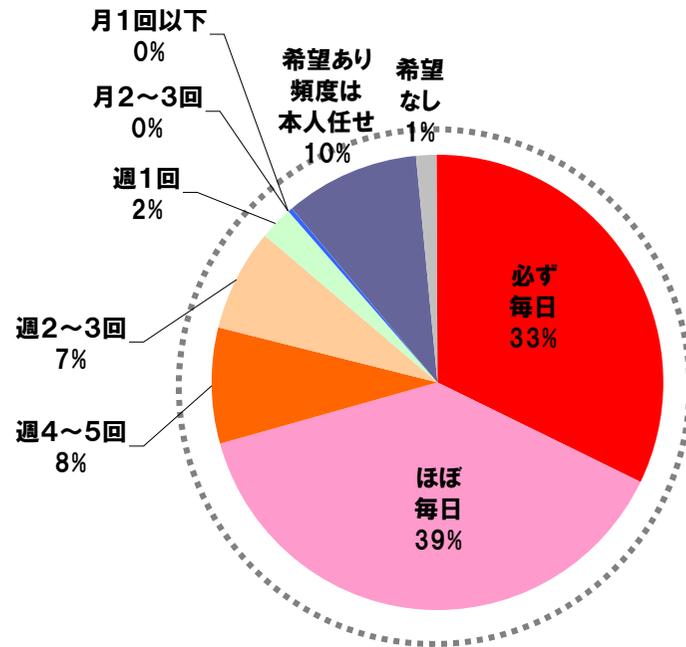
**牛乳を「自分にとって大切」と思う気持ちと、  
牛乳類の飲用（利用）頻度は強く関係している。**



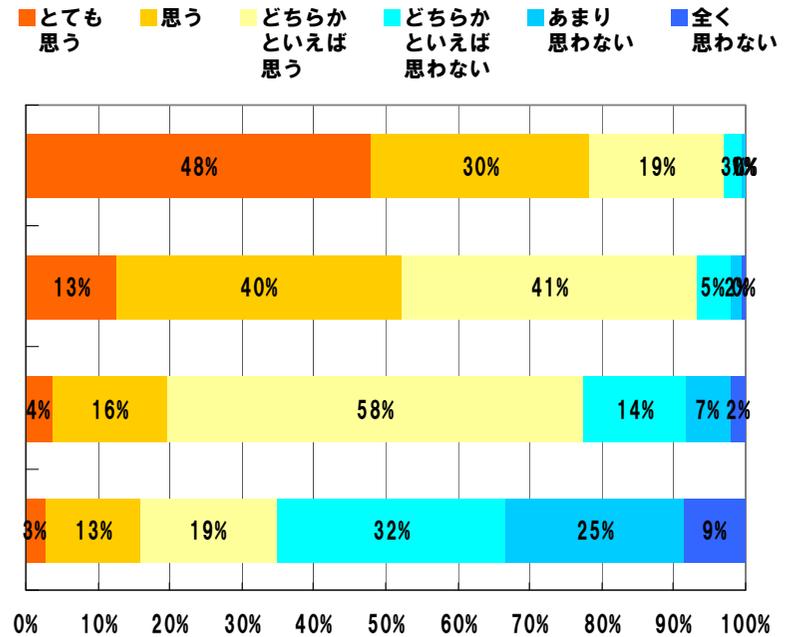
# 母親が「子供に希望する牛乳飲用頻度」と「子供(家族)にとって大切意識」

いま現在、あなたは「牛乳」を自分のお子様に、  
どれくらい飲んでもらいたいと思いますか。

あなたは「牛乳」のことを、「あなたの子供や家族にとって、なくては  
ならない大切な食べ物(飲み物)である」と、どれくらい思いますか。



子持ち母親N=600



必ず毎日N=194/ほぼ毎日N=230/週1以上N=107/それ以下N=69

**「子供(家族)にとって大切」と思ってもらうことは  
当然、3-18歳の子供を持つ主婦の  
子供に牛乳を多く飲んでもらいたいと思う気持ちにつながる。**

# 2

**生活者の健康／食生活意識と牛乳関与の関係**

## 2-①

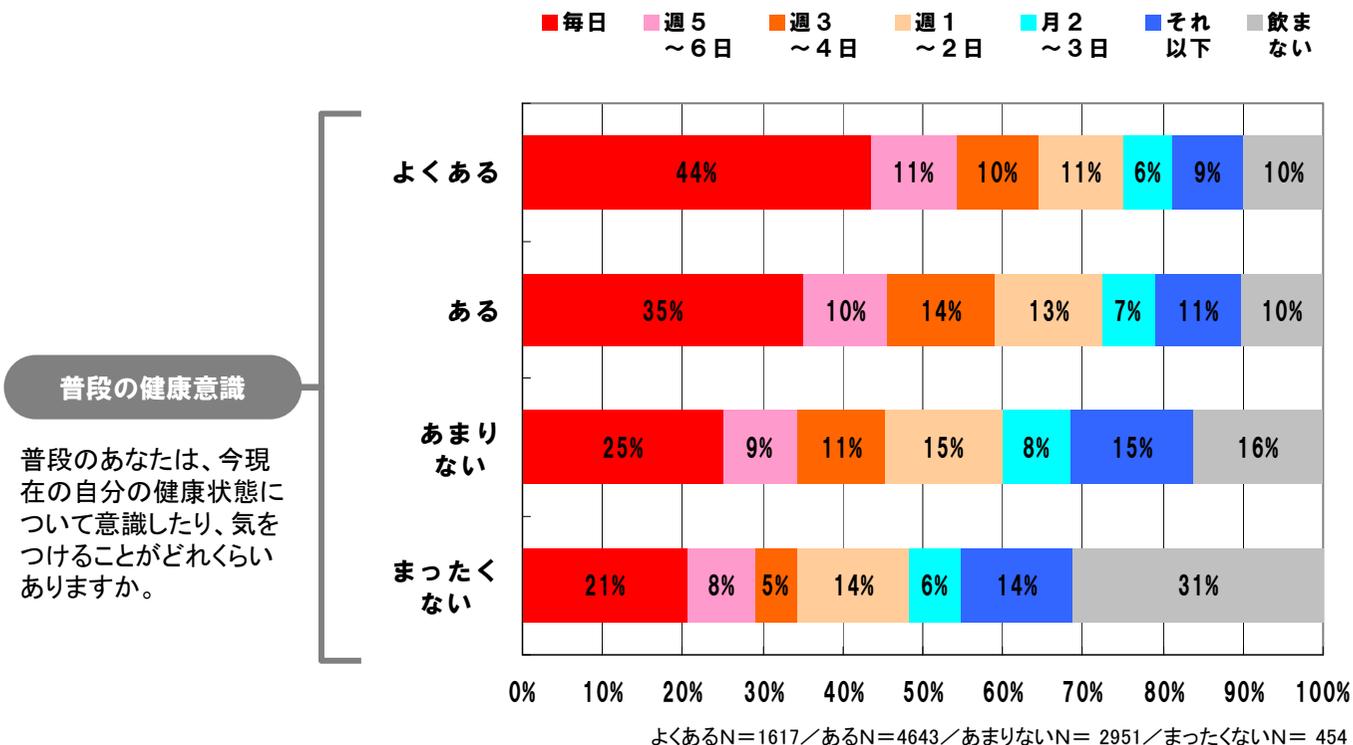
「健康／食事意識」と牛乳関与の関係

普段の健康への意識や、  
「栄養」を重視にする気持ちなどが、牛乳飲用を促進する。

- 今現在の自分の健康状態に対する意識が高い人ほど、牛乳類の飲用(利用)頻度が高い。《→P. 31》
- 食品に含まれる成分(栄養素)に対する関心が高い人ほど、牛乳類の飲用(利用)頻度が高い。《→P. 32》
- 牛乳類の飲用(利用)頻度が高いほど食事において、「栄養」「会話やコミュニケーション」を重視している。その一方で、牛乳類の飲用(利用)頻度が低いひとほど「簡単に食べられる」を重視している。《→P. 34》
- 全体との比較において、母親は食品に含まれる成分(栄養素)に対する関心が高く、食事においては「栄養」と「会話やコミュニケーション」をより重視している。《→P. 33、35》

## 普段の健康意識 × 牛乳類の飲用・利用頻度

いま現在、あなたご自身は牛乳類をどれくらいの割合で飲んだり、利用していますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。

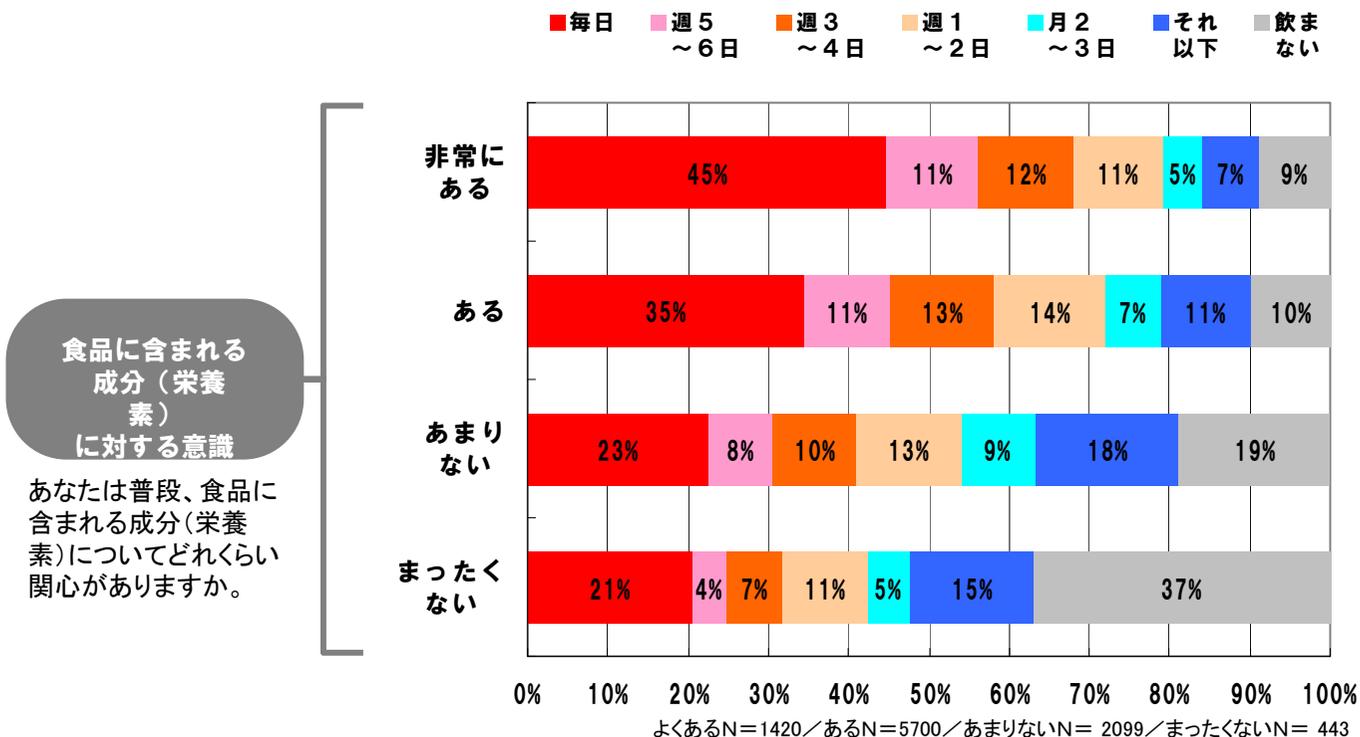


### 普段の健康意識

普段のあなたは、今現在の自分の健康状態について意識したり、気をつけることがどれくらいありますか。

**今現在の自分の健康状態に対する意識が高い人ほど牛乳類の飲用（利用）頻度が高い。**

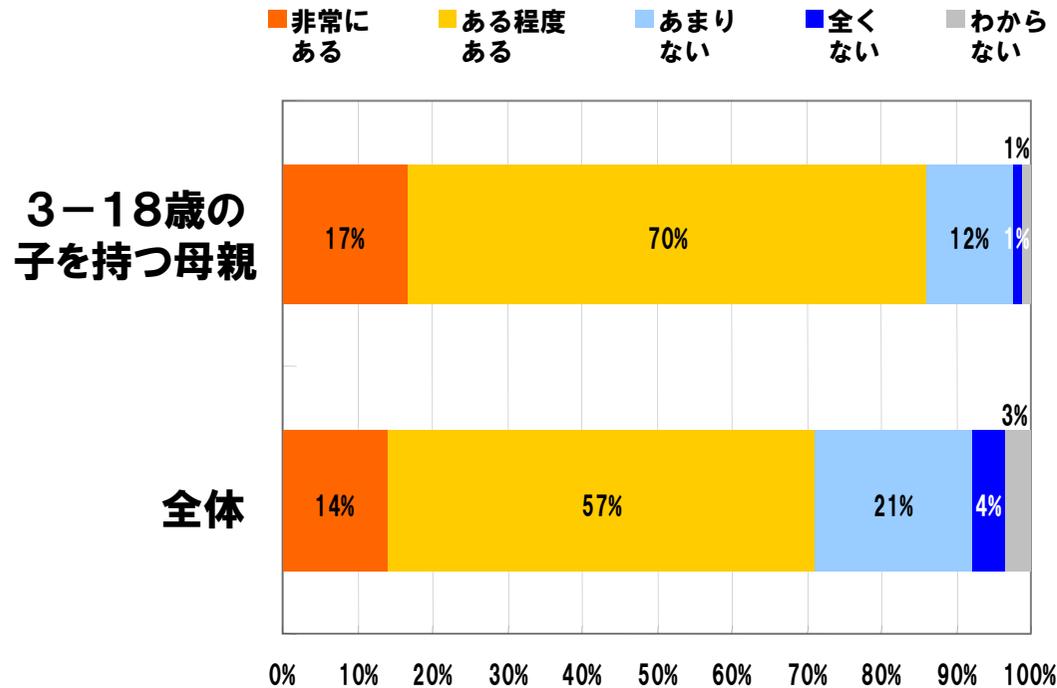
いま現在、あなたご自身は牛乳類をどれくらいの割合で飲んだり、利用していますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。



**食品に含まれる成分(栄養素)に対する関心が高い人ほど、牛乳類の飲用(利用)頻度が高い。**

## 母親の食品に含まれる成分(栄養素)に対する意識

あなたは普段、食品に含まれる成分(栄養素)についてどれくらい関心を持っていますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。



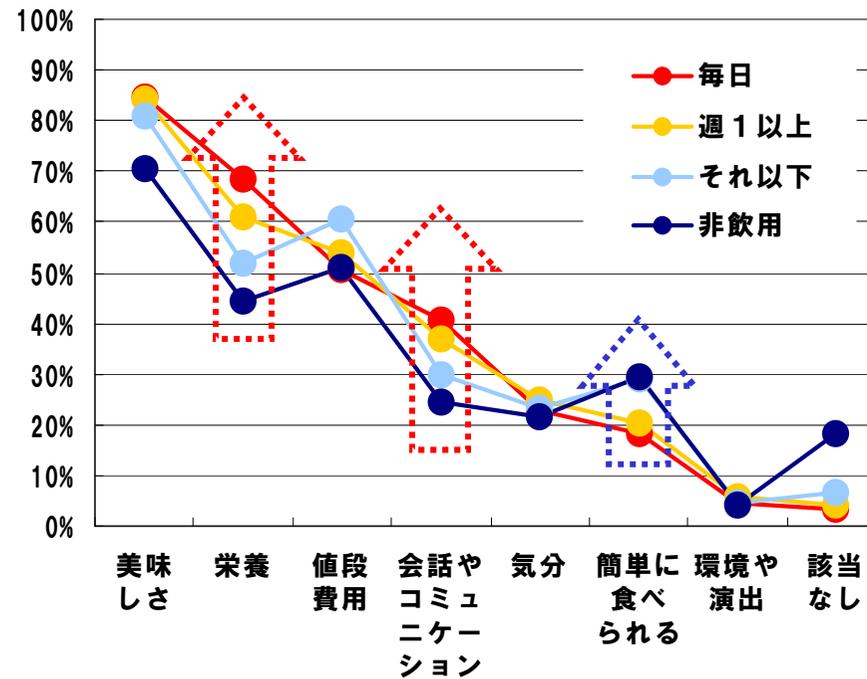
子持ち母親N= 600  
全体N= 10000

**Jミルクの重要な生活者ターゲットである「3-18歳の子を持つ母親」は全体と比べて、食品に含まれる成分(栄養素)に対する関心が高い。**

あなたが普段、毎日のご自分の食事についてより大切にしていることは何ですか。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものを上から3つお答えください。

## 牛乳類の飲用・利用頻度別

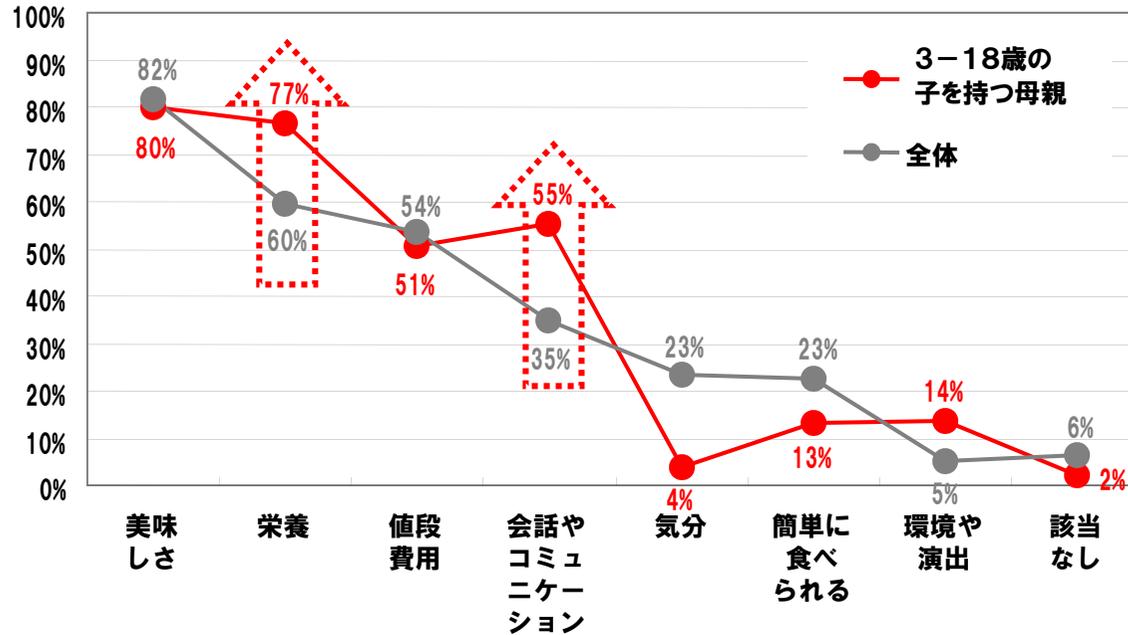
毎日N=3230/週1以上N= 3468/それ以下N= 1916/非飲用N= 1386



**牛乳類の飲用（利用）頻度が高いほど  
「栄養」「会話やコミュニケーション」を重視している。**  
**その一方で、牛乳類の飲用（利用）頻度が低いひとほど  
「簡単に食べられる」を重視している。**

# 母親が食事で大切にしていること

あなたが普段、毎日のご自分の食事についてより大切にしていることは何ですか。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものを上から3つお答えください。



子持ち母親N= 600  
全体N= 10000

全体との比較において「3-18歳の子どもを持つ母親」も、「栄養」と「会話やコミュニケーション」をより重視している。

## 2-②

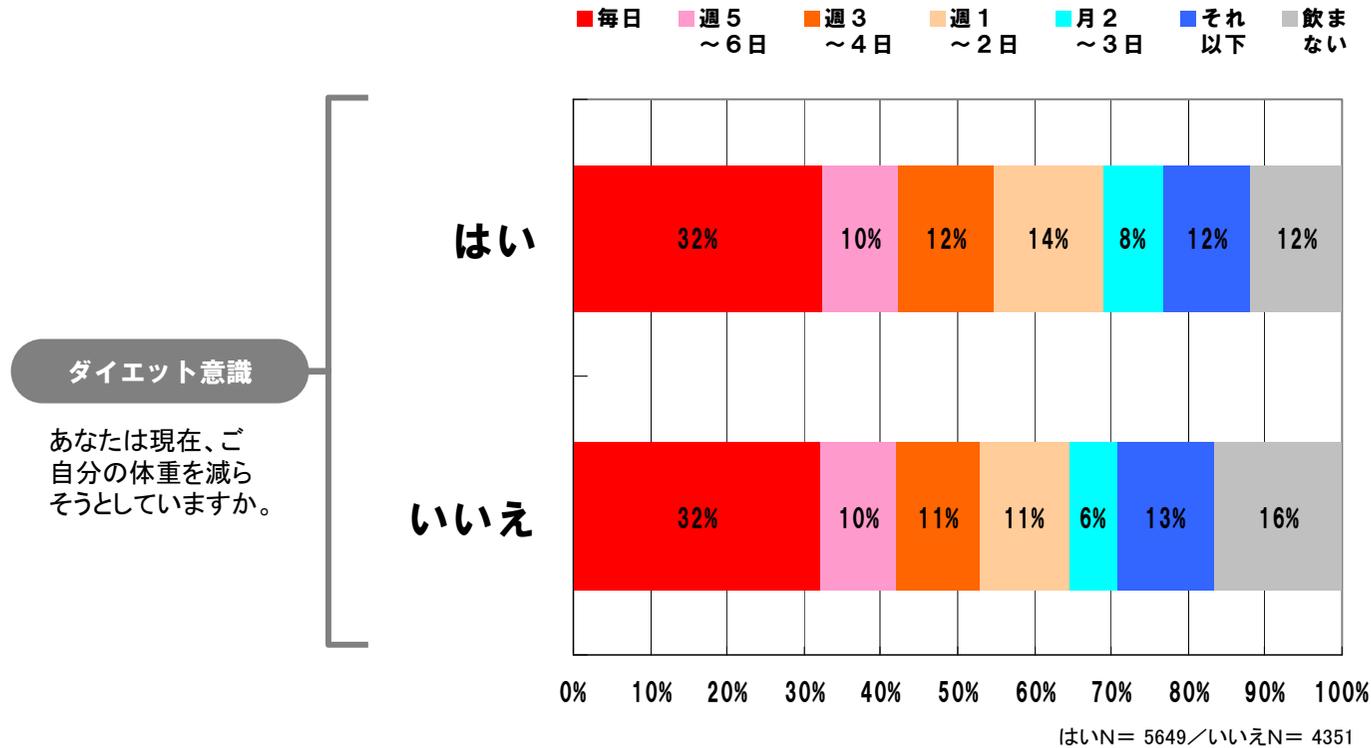
「ダイエット意識」と牛乳関与の関係

## ダイエット意識は牛乳飲用の妨げにならず、むしろ健康意識を伴って、牛乳飲用を促進する。

- 「体重を減らそう」という**ダイエット意識がある人**のほうが、牛乳類の**飲用(利用)頻度は高め**。《→P. 38、39》
- 性別年代によらず**ダイエット意識をもつ**ことは、むしろ**牛乳飲用量の増加**につながりやすい。(牛乳飲用量の減少はダイエット意識の有無によらない。) 《→P. 40》
- 行動においても意識においても、牛乳の飲用(利用)頻度が高い人ほど「体重を減らすための**(真っ当な)取り組み**」全般の意識が高く、特に「**バランスの取れた食生活**」が特徴的に高くなっている。《→P. 41》

## ダイエット意識 × 牛乳類の飲用・利用頻度

いま現在、あなたご自身は牛乳類をどれくらいの割合で飲んだり、利用していますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。



**「体重を減らそう」というダイエット意識がある人のほうが牛乳類の飲用（利用）頻度は高め。**

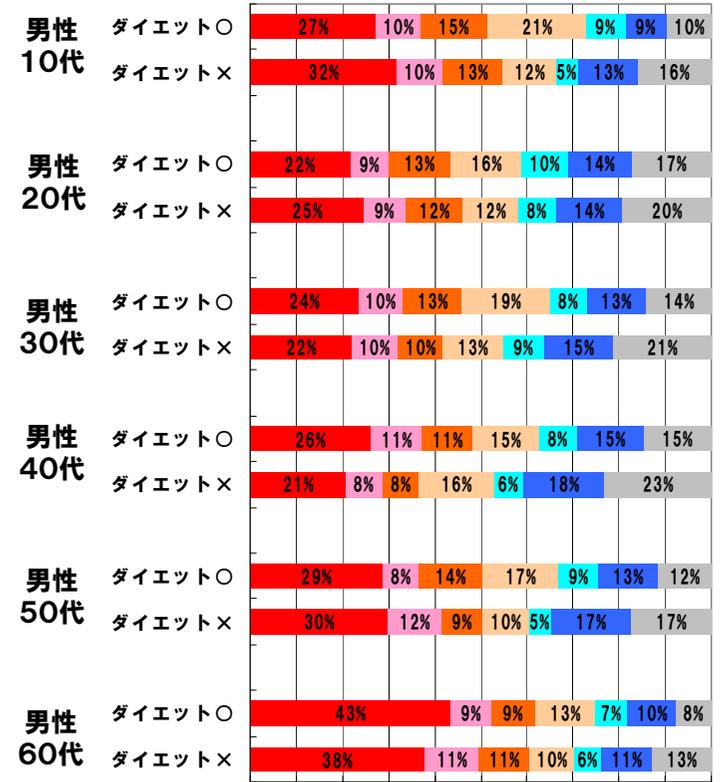
# 性年代別 / ダイエット意識 × 牛乳類の飲用・利用頻度

いま現在、あなたご自身は牛乳類をどれくらいの割合で飲んだり、利用していますか。

■毎日 ■週5 ■週3 ■週1 ■月2 ■それ ■飲まない  
 ~6日 ~4日 ~2日 ~3日 以下 ない

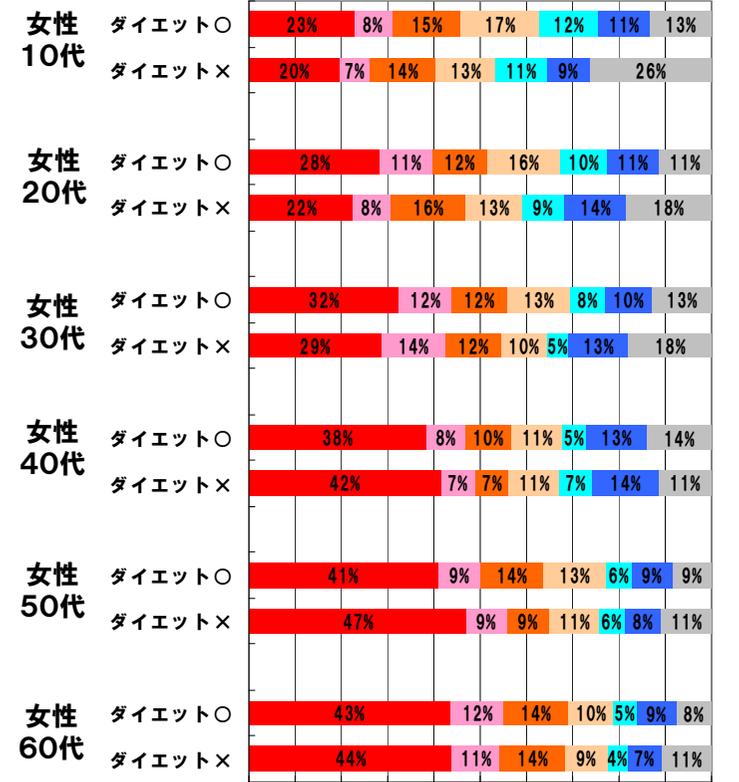
## ダイエット意識

あなたは現在、ご自分の体重を減らそうとしていますか。



0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

男性ダイエット○-60代N=507/50代N=515/40代N=565/30代N=582/20代N=348/10代N=103  
 男性ダイエット×-60代N=482/50代N=391/40代N=377/30代N=446/20代N=435/10代N=247



0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

女性ダイエット○-60代N=543/50代N=517/40代N=596/30代N=661/20代N=485/10代N=227  
 女性ダイエット×-60代N=510/50代N=398/40代N=343/30代N=343/20代N=272/10代N=107

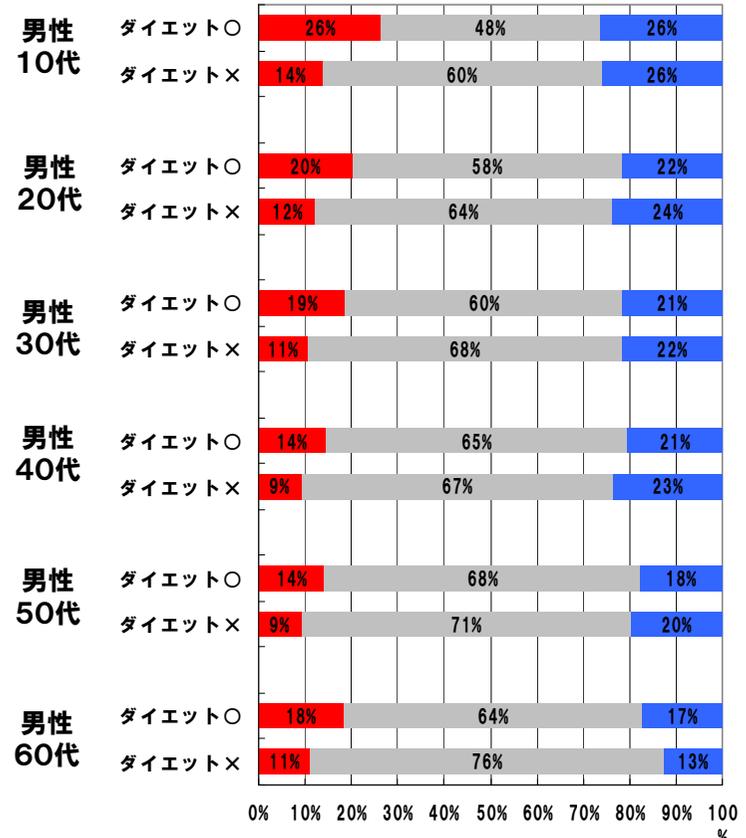
**男性10代20代50代、女性の40代50代以外は、「体重を減らそう」というダイエット意識がある人のほうが牛乳類の飲用（利用）頻度は明確に高い。**

最近のあなた自身が、「牛乳」を飲む量や回数は、以前に比べて、増えたり減ったりしていますか。

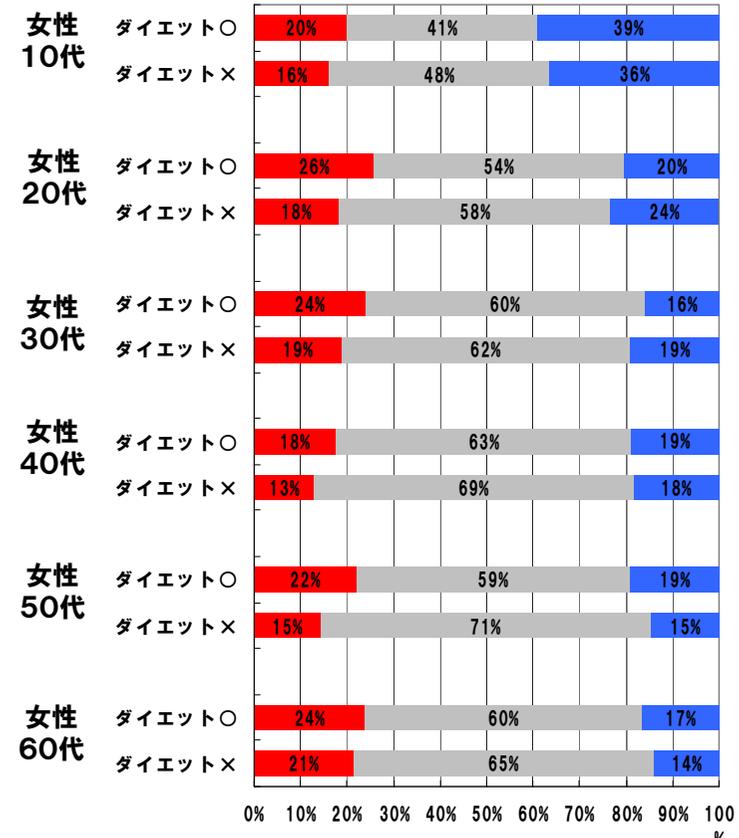
■ 増えている ■ 変わらない ■ 減っている

ダイエット意識

あなたは現在、ご自分の体重を減らそうとしていますか。



男性ダイエット○-60代N=507/50代N=515/40代N=565/30代N=582/20代N=348/10代N=103  
 男性ダイエット×-60代N=482/50代N=391/40代N=377/30代N=446/20代N=435/10代N=247

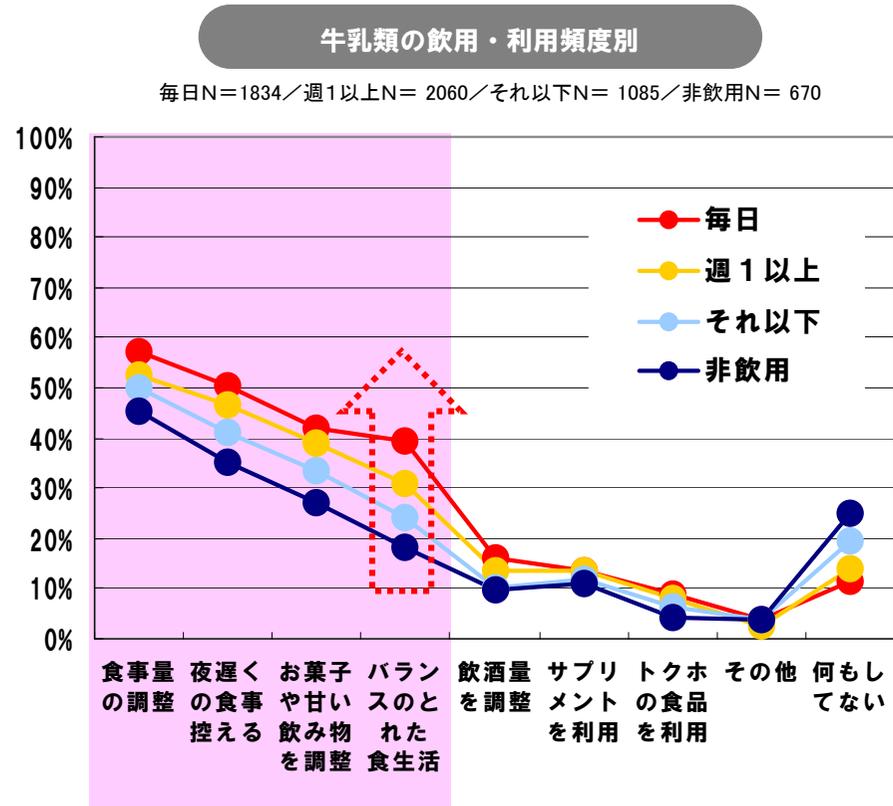


女性ダイエット○-60代N=543/50代N=517/40代N=596/30代N=661/20代N=485/10代N=227  
 女性ダイエット×-60代N=510/50代N=398/40代N=343/30代N=343/20代N=272/10代N=107

男女ともにダイエット意識をもつことは、牛乳飲用量の増加につながりやすい。  
 (牛乳飲用量の減少はダイエット意識の有無によらない。)

## 牛乳類の飲用・利用頻度 × ダイエットの取り組み内容

あなたのご自分の体重を減らすために、食事面で行っているのは次のうちのどれですか。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。



**行動においても意識においても、牛乳の飲用（利用）頻度が高い人ほど「体重を減らすための（真っ当な）取り組み」全般の意識が高い。**

**（中でも「バランスの取れた食生活」が特徴的に高くなっている。）**

## 2-③

「食生活の現状」その確認と牛乳関与との関係

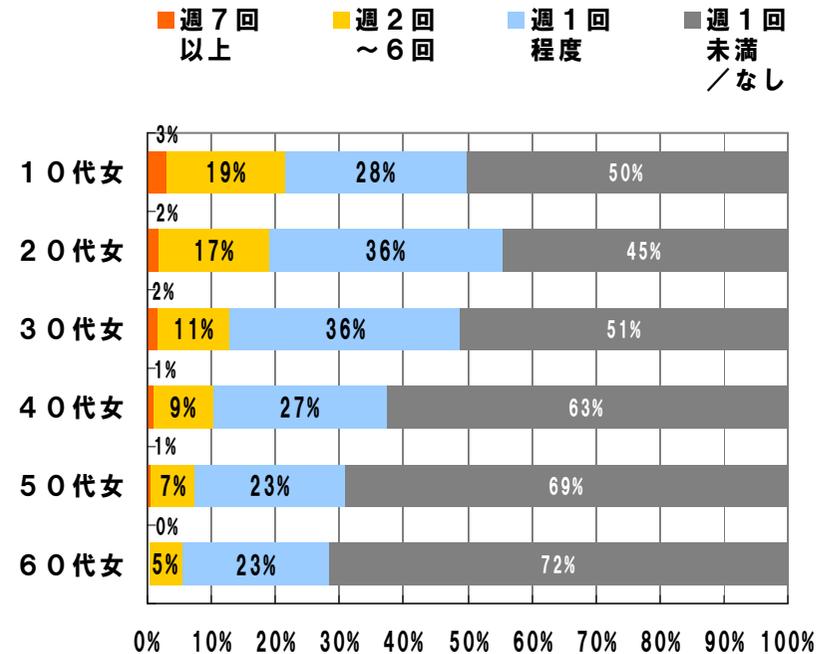
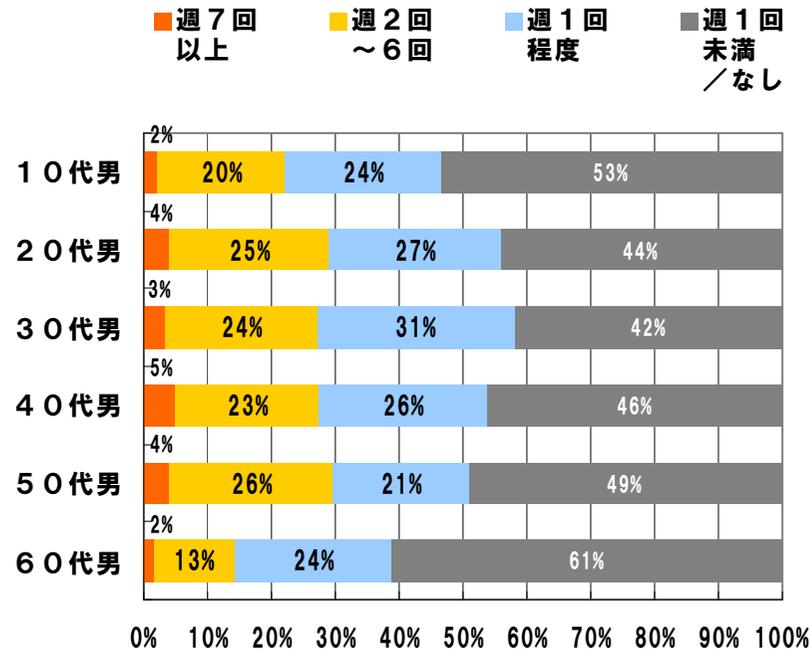
## 若い人ほど多くなりがちな外食・中食・間食・欠食 (牛乳飲用が多い人は間食多く、欠食少ない)。

- 男性における「外食」頻度は10代と60代が明確に低く、それ以外は大きな差がない。女性における「外食」の頻度が高いのは20代をピークに10-30代。40代から先は「外食」の頻度がはっきりと減少していく。《→P. 44》
- 男性における「中食」頻度は10代と60代が明確に低く、それ以外は大きな差がない。女性における「中食」の頻度は年齢が低いほど高く、50代から先は頻度がはっきりと減少していく。《→P. 45》
- 男女共に「間食」頻度は年齢が低いほど高く、年齢との関係が強くなる。その一方で、男女差をみれば、女性は、どの年代においても男性より「間食」頻度が高く、特に年齢が高くなるほど、同じ年代の男性との差が大きくなる。《→P. 46》
- 男性の「欠食」頻度は20代30代がピークで、40代から明確に低くなっていく。その一方で、女性の「欠食」頻度は10代20代がピークで、30代から明確に低くなっていく。《→P. 48》
- 牛乳類の飲用(利用)頻度が高いひとは「間食」の頻度が多く「欠食」の頻度が特徴的に低い。《→P. 47、49》

## 外食の状況／性年代別

普段のあなたは、外食を、どれくらいしていますか。

※外食とは自宅の外でとる食事全般を指します。例えば飲食店での食事や、職場で市販のお弁当を買って食べたり、職場で出前をとる場合なども外食とします。

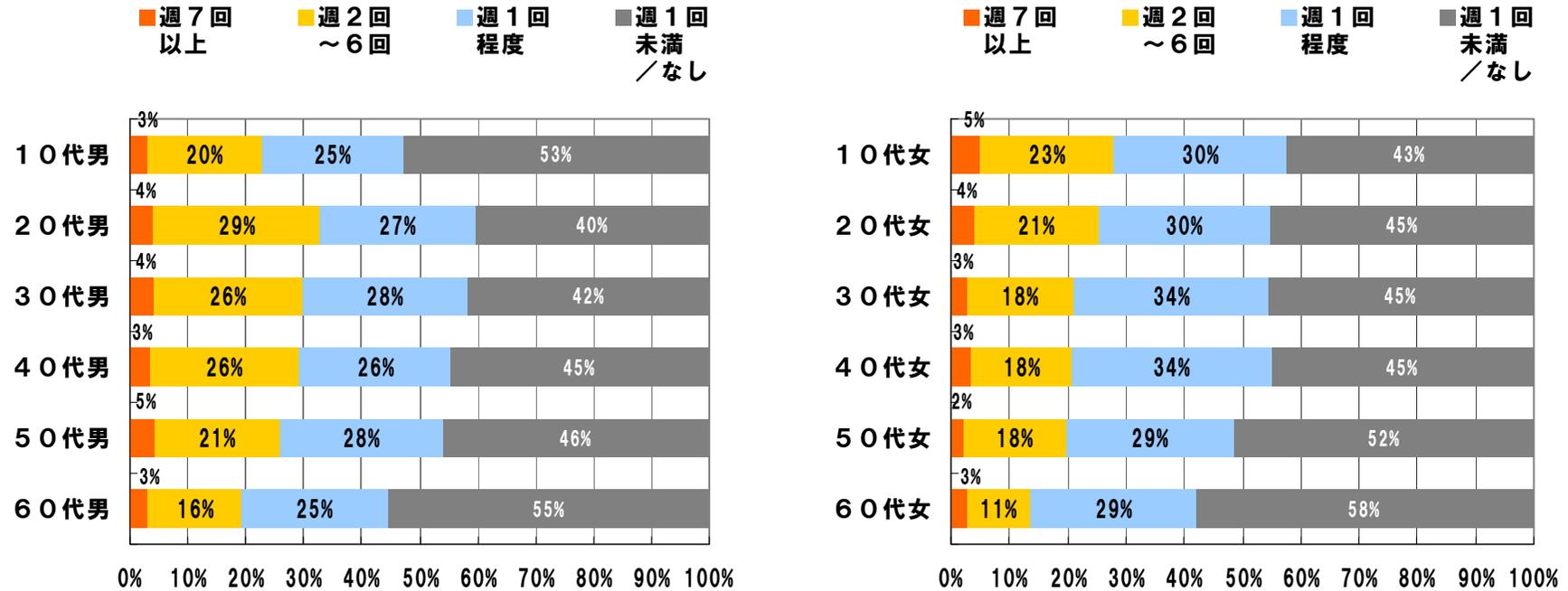


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**男性の「外食」頻度は10代と60代が明確に低く、  
 それ以外は大きな差がない。  
 女性で「外食」の頻度が高いのは20代をピークに10-30代。  
 40代から先は「外食」の頻度がはっきりと減少していく。**

## 中食の状況／性年代別

普段のあなたは、中食を、どれくらいしていますか。  
 ※中食とは、自宅の外で購入したお惣菜やお弁当を自宅において食べたり、自宅で出前をとって食事する場合を指します。

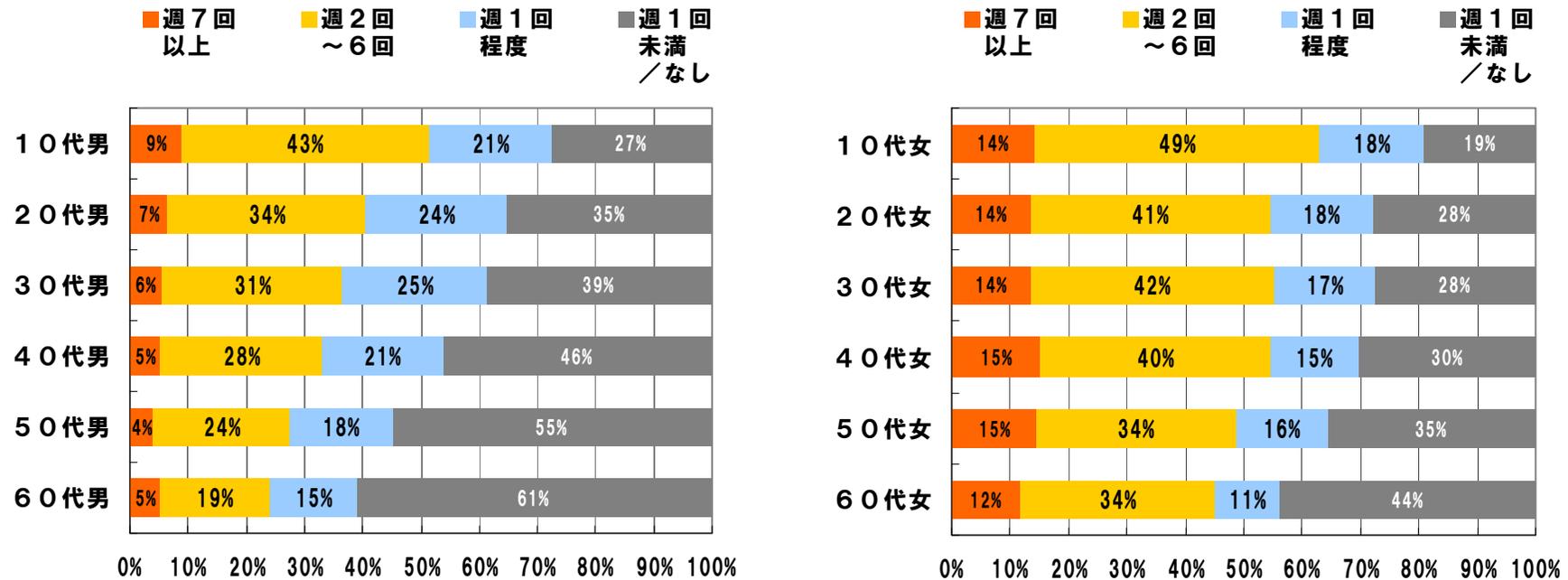


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**男性の「中食」頻度は10代と60代が明確に低く、  
 それ以外は大きな差がない。  
 女性で「中食」の頻度は年齢が低いほど高く、  
 50代から先は頻度があきりと減少していく。**

## 間食の状況／性年代別

普段のあなたは、間食を、どれくらいしていますか。  
 ※間食とは、朝ごはん昼ごはん晩ごはん以外のタイミングで、何らかの食事やおやつをとることを指します。

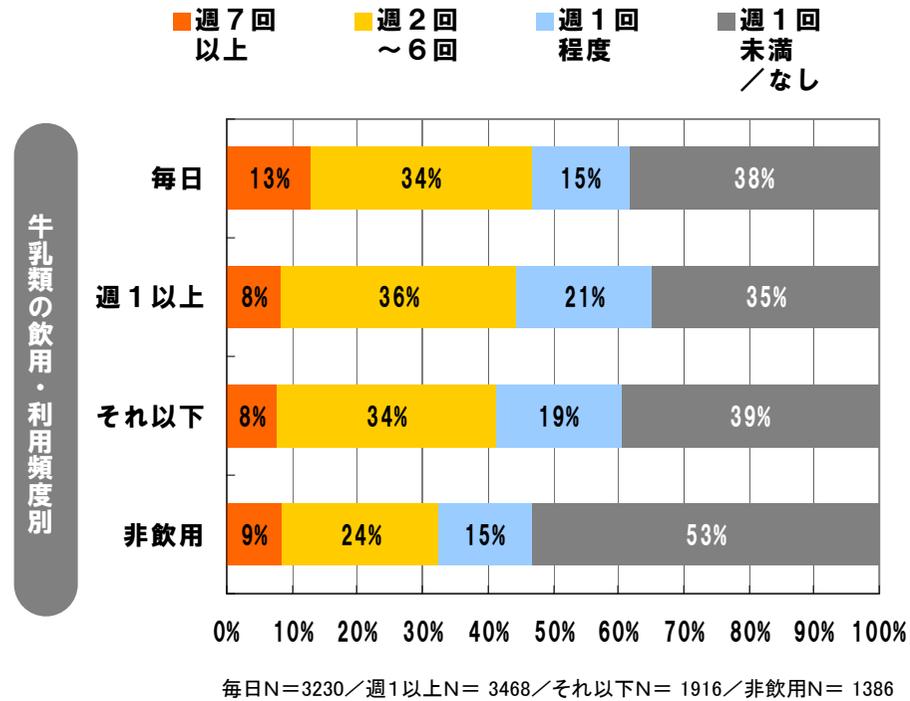


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**男性女性共に「間食」頻度は年齢が低いほど高く、  
 年齢との関係が強くある。  
 その一方で、男女差をみれば、  
 女性は、どの年代においても男性より「間食」頻度が高く、  
 特に年齢が高くなるほど、同じ年代の男性との差が大きくなる。**

## 間食の状況／牛乳類飲用・利用頻度別

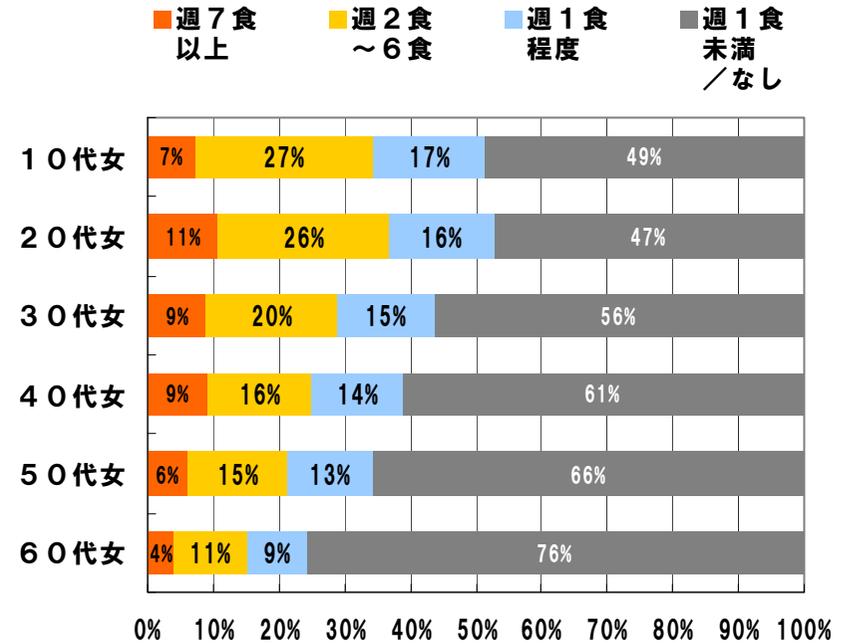
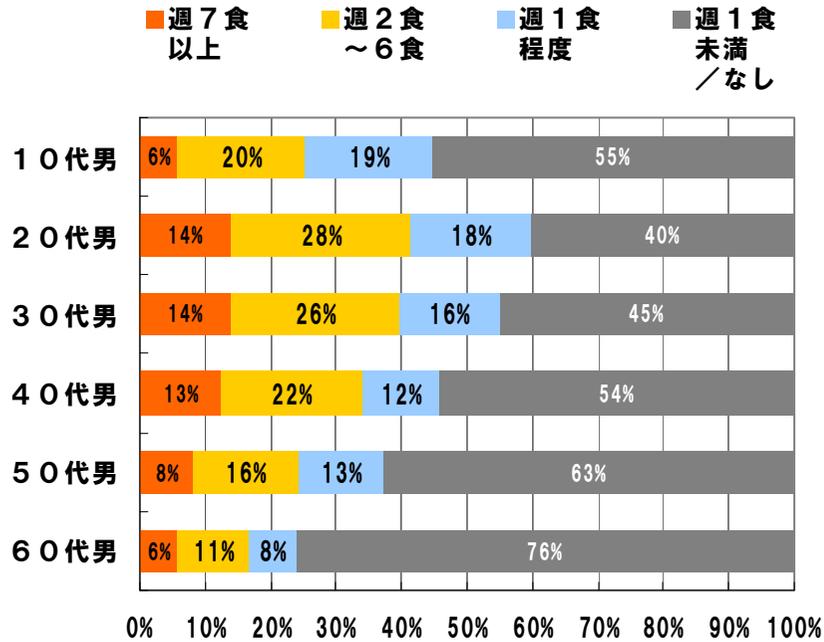
普段のあなたは、間食を、どれくらいしていますか。  
 ※間食とは、朝ごはん昼ごはん晩ごはん以外のタイミングで、何らかの食事やおやつをとることを指します。



**牛乳類の飲用（利用）頻度が高いほど、「間食」の頻度は多い。**

## 欠食の状況／性年代別

毎日、朝ごはん昼ごはん晩ごはんの3食食べることを基準にしたとき、あなたは普段、どれくらい欠食する(食事を抜く)ことがありますか。

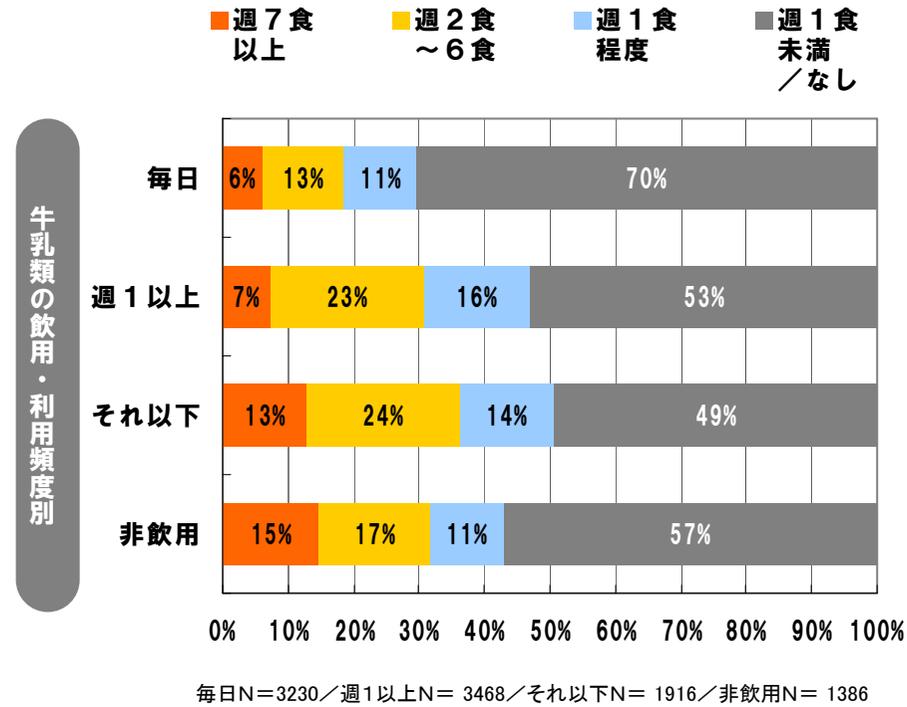


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

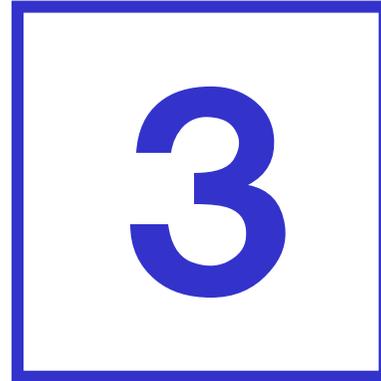
**男性の「欠食」頻度は20代30代がピークで、  
 40代から明確に低くなっていく。  
 その一方で、女性の「欠食」頻度は10代20代がピークで、  
 30代から明確に低くなっていく。**

## 欠食の状況／牛乳類飲用・利用頻度別

毎日、朝ごはん昼ごはん晩ごはんの3食食べることを基準にしたとき、あなたは普段、どれくらい欠食する(食事を抜く)ことがありますか。



**牛乳を毎日飲むひとは「欠食」の頻度が特徴的に低い。**



**食育意識・思い出・共感意識**  
(子供の牛乳関与を強化するためのヒント)

### 3-①

母親の「食育」意識と「牛乳推奨」行動

## 母親の子供に対する牛乳飲用促進の働きかけは、出来るだけ子供が幼い間の「習慣づけ」が効果的。

- 子供に希望する牛乳飲用頻度が高い母親ほど食生活の正しい習慣づけも、正しい知識理解も、熱心に取り組んでいる。《→P. 53》
- 食生活の正しい習慣づけは、子供が小さいときほど成果が得られやすい。食生活の正しい知識理解促進は、中学生までは年齢によって大きく変わらないが、なかでも小学校高学年のタイミングが比較的、成果が得られやすい。《→P. 54》
- 子供に希望する牛乳飲用頻度が高い母親ほど、子供に対して牛乳を飲むように働きかけをしていて、成功もしている。《→P. 55》
- 母親が子供に牛乳を飲ませる働きかけの度合いは、年代によってそれほど大きく変わらない。ただし、その成功率は年代が若いほど確かに高い。《→P. 56》
- 現状、最も多くの母親がもつ食育意識は『毎日の食事を通じて、「感謝する気持ち」や「生命を大切にすること」を子供に身につけさせたい』になっている。また、子供に希望する牛乳飲用頻度が高い母親は、食育への取り組み意識が全般的に高く、中でも『毎日の食事が、ひとの成長や心身の健康に対してどう影響するのかを子供に理解させたい』が高くなっている。《→P. 57》

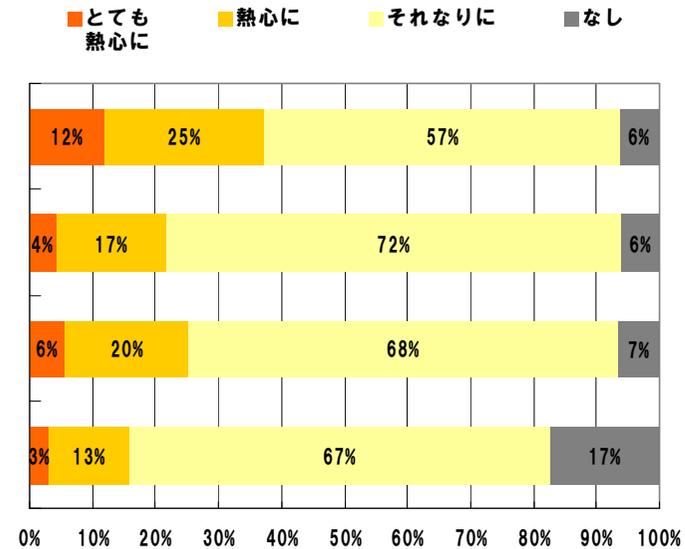
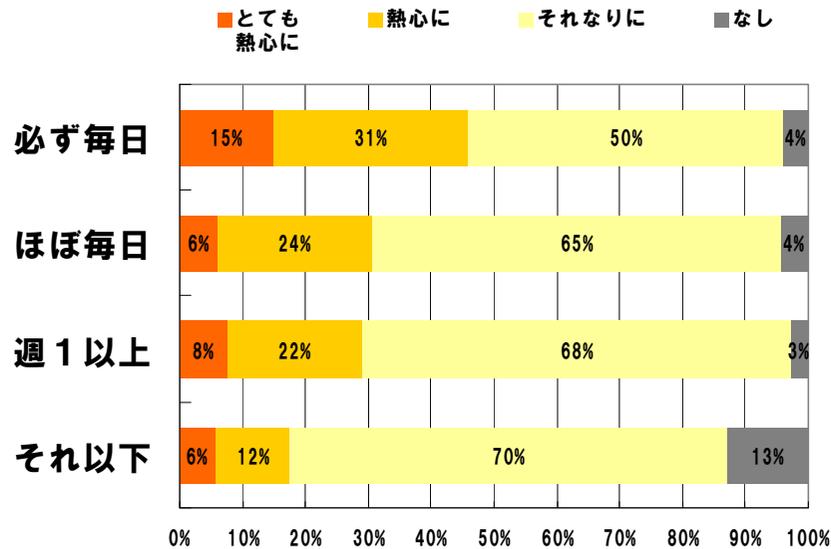
## 正しい習慣づけ

あなたはこれまで、お子様に対して、食生活の正しい習慣を身につけさせることに、どれくらい取り組んできましたか。

## 正しい知識理解

あなたはこれまで、お子様に対して、食生活の正しい知識を理解させることに、どれくらい取り組んできましたか。

子供に希望する牛乳飲用頻度

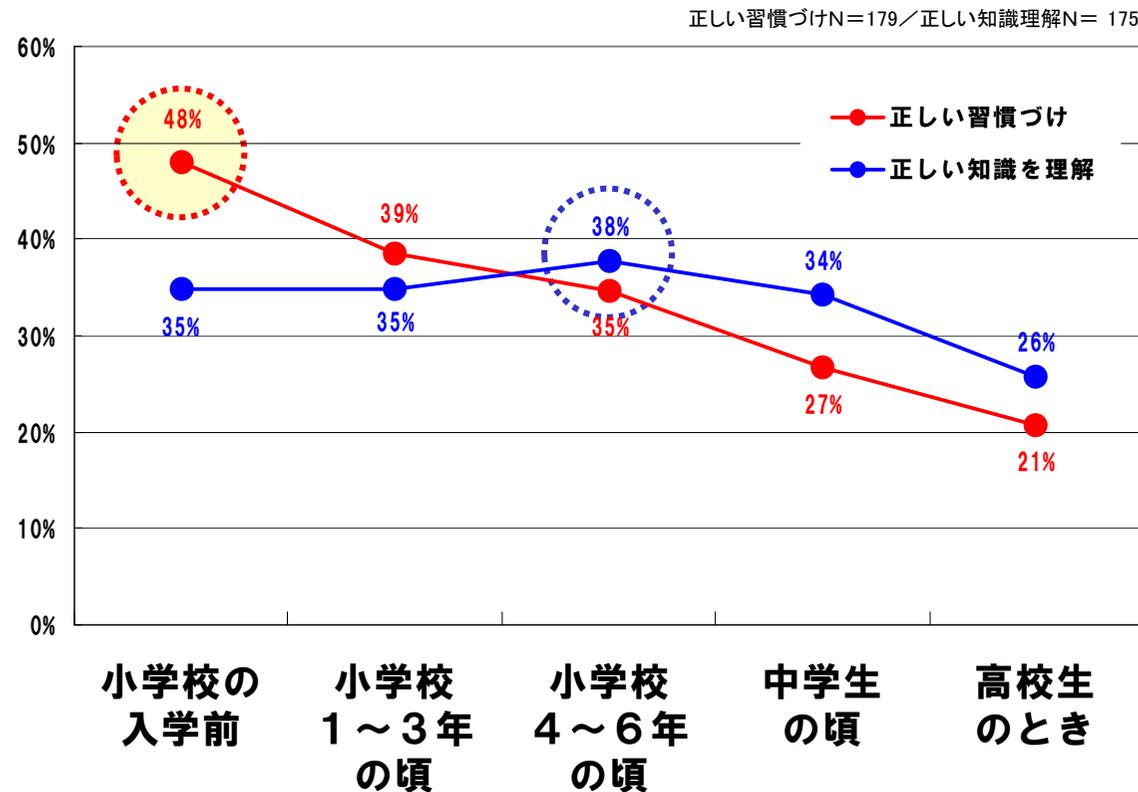


必ず毎日N=194／ほぼ毎日N=230／週1以上N=107／それ以下N=69

**Jミルクの重要な生活者ターゲットである「3-18歳の子を持つ母親」は、子供に希望する牛乳飲用頻度が高い人ほど食生活の正しい習慣づけも、正しい知識理解も、熱心に取り組んでいる。**

## 母親が、食育に取り組んで成功した時期の意識

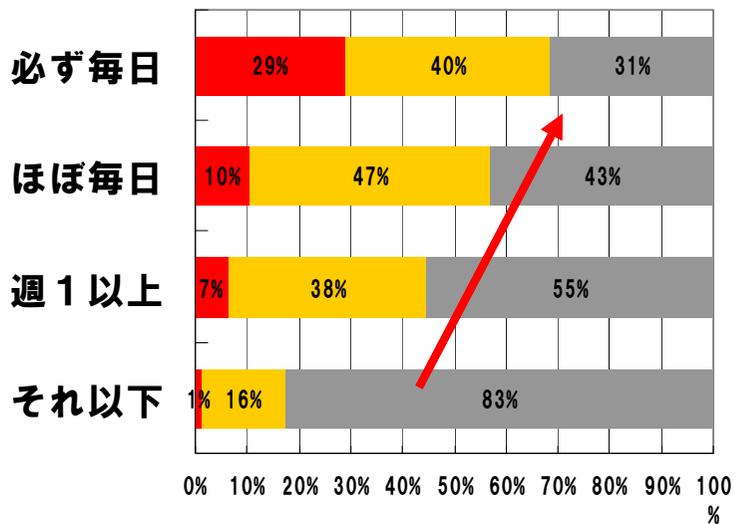
あなたの「15才～18才のお子様」に対する、食生活の正しい習慣づけの取り組みが、うまくいった(いっている)と思う時期をお知らせください。  
あなたの「15才～18才のお子様」に対して、食生活の正しい知識を理解させる取り組みが、うまくいった(いっている)と思う時期をお知らせください。



**食生活の正しい習慣づけは、子供が小さいときほど成果が得られやすい。  
食生活の正しい知識理解促進は、中学生までは年齢によって大きく変わらないが、  
なかでも小学校高学年のタイミングが比較的、成果が得られやすい。**

あなたはこの1-2年以内に、あなたの「3才～18才のお子様」に対して、牛乳をもっと飲むように働きかけたことがどれくらいありますか。

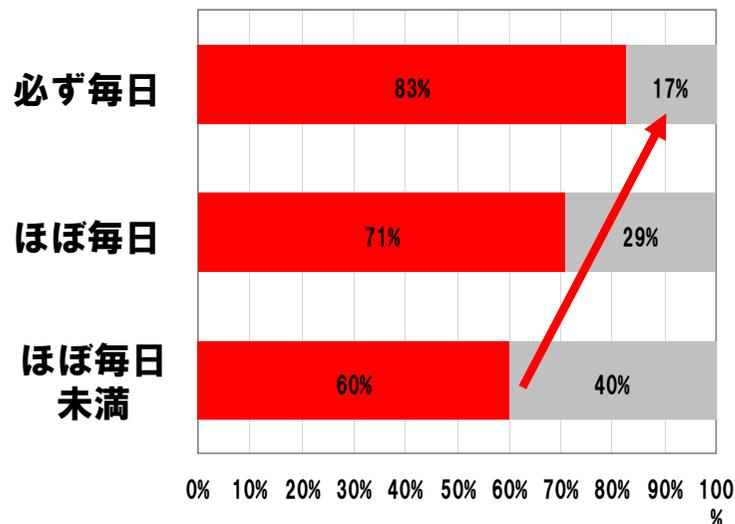
■たくさんある ■ある ■ない



必ず毎日N=194 / ほぼ毎日N=230 / 週1以上N=107 / それ以下N=69

あなたがこの1-2年以内に、「3才～18才のお子様」に対して、牛乳をもっと飲むように働きかけた結果、お子様が、牛乳を前よりも飲むようになりましたか。

■飲むようになった ■飲むようにならなかった



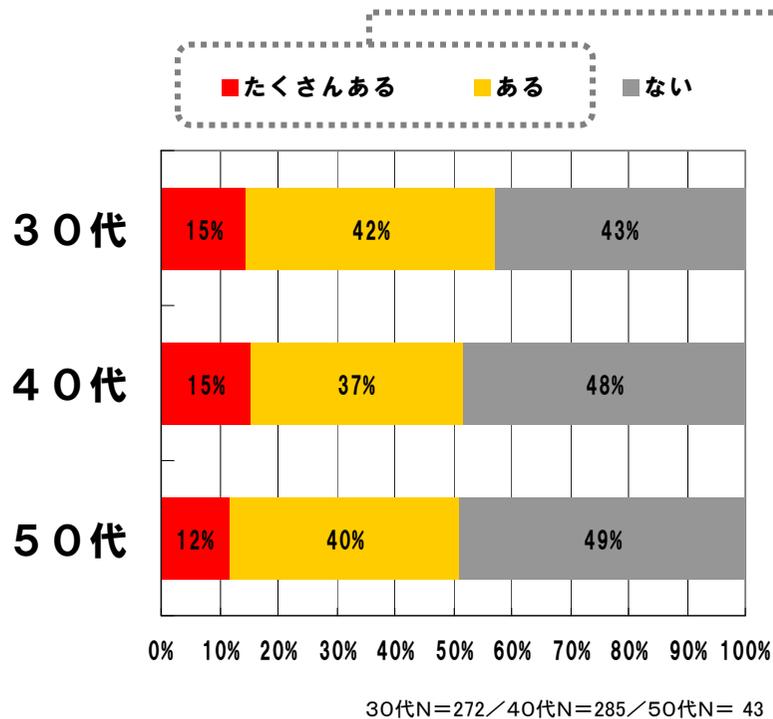
必ず毎日N=133 / ほぼ毎日N=131 / ほぼ毎日未満N=60

「3-18歳の子を持つ母親」は、子供に希望する牛乳飲用頻度が高い人ほどお子様に対して牛乳を飲むように働きかけをしていて、成功もしている。

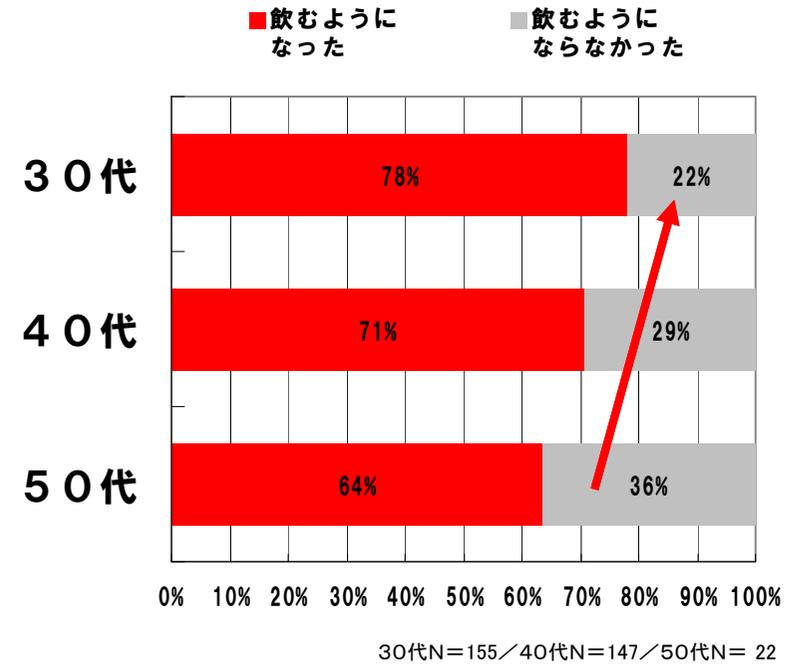
子供に希望する牛乳飲用頻度

子供に希望する牛乳飲用頻度

あなたはこの1-2年以内に、あなたの「3才～18才のお子様」に対して、牛乳をもっと飲むように働きかけたことがどれくらいありますか。



あなたがこの1-2年以内に、「3才～18才のお子様」に対して、牛乳をもっと飲むように働きかけた結果、お子様が、牛乳を前よりも飲むようになりましたか。



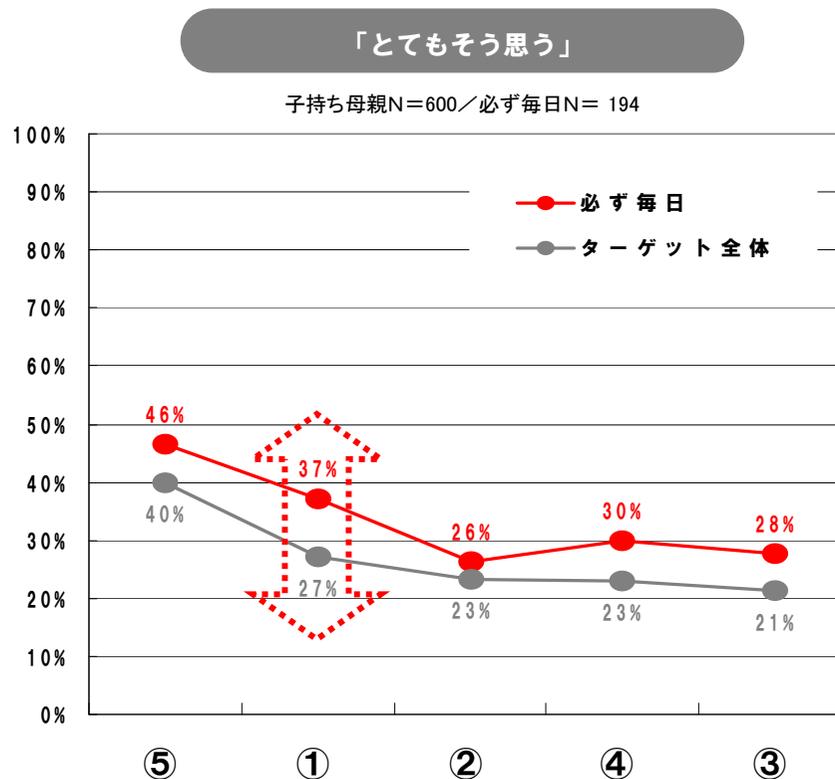
「3-18歳の子を持つ母親」の子供に牛乳を飲ませる働きかけの度合いは、年代によってそれほど大きく変わらない。  
ただし、その成功率は年代が若いほど確かに高い。

※具体的な働きかけの成功コメントは、参考6-① (P113-115)

## 母親の食育に対する取り組みの意向

- ① 毎日の食事が、ひとの成長や心身の健康に対してどう影響するのかについて、あなたは自分のお子様に、正しい知識を理解させたいと、どれくらい思いますか。
- ② 食べ物の「安全」について、あなたは自分のお子様に、正しい知識を理解させたいと、どれくらい思いますか。
- ③ 毎日の食事における、栄養面からの適切な食べ物の「選び方」について、あなたは自分のお子様に、正しい知識を理解させたいと、どれくらい思いますか。
- ④ 毎日の食事がもつ、親子や家族や親しい人との、「心のつながり」を強めたり深めたりする効果について、あなたは自分のお子様に、理解させたいと、どれくらい思いますか。
- ⑤ あなたは毎日の食事を通じて、「感謝する気持ち」や「生命を大切にすることを、あなたのお子様に身につけさせたいと、どれくらい思いますか。

選択肢 → とてもそう思う／そう思う／ややそう思う／あまりそう思わない／全くそう思わない



**現状「3－18歳の子を持つ母親」の食育への取組意識は⑤と①が高くなっている。**

**また子供に希望する牛乳飲用頻度が高い人ほど、食育への取り組み意識は高く、特に①については、やや目立って「とてもそう思う」の人が多い。**

### 3-②

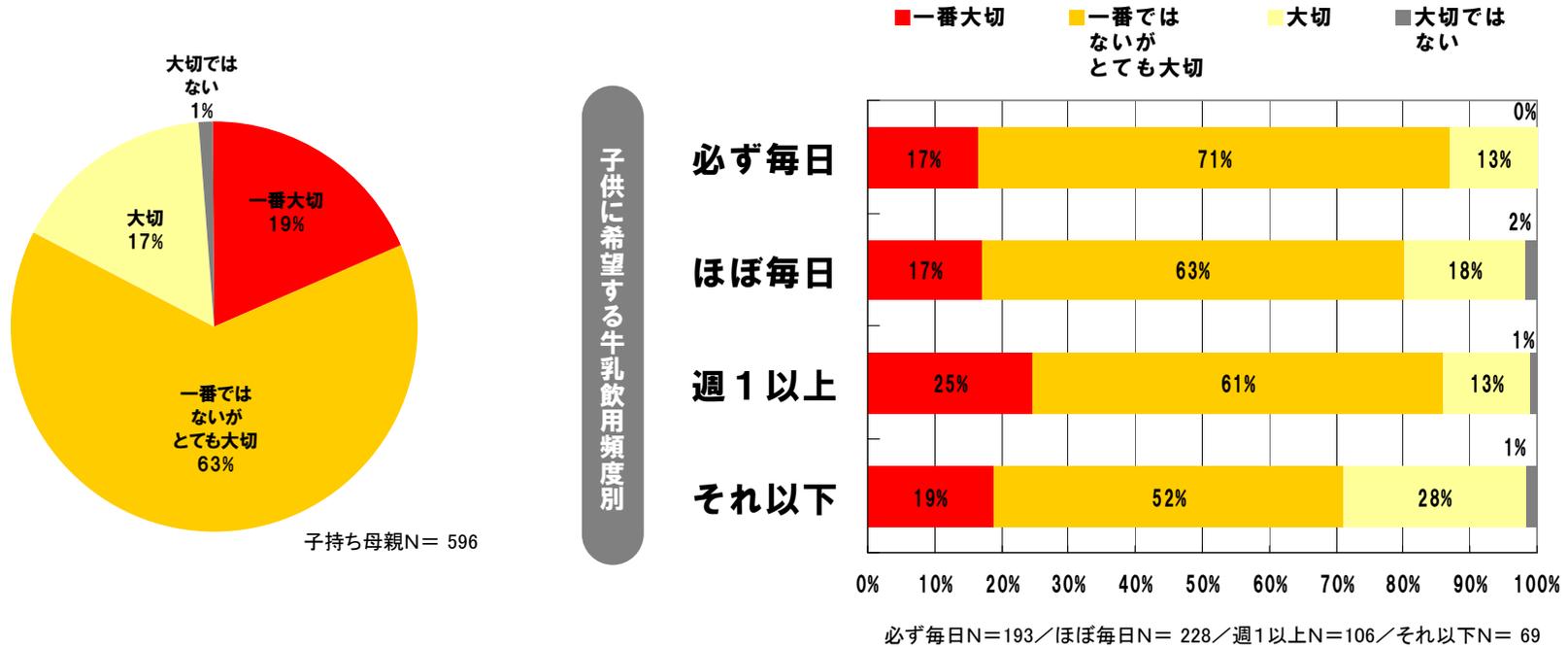
母親の「親子の絆」と「料理」の意識

ほとんどの母親は、食事や料理が親子の絆を深めると認識。  
絆を深める牛乳料理は「シチュー／グラタン／ホットケーキ」。

- 母親の8割以上が、親子の絆を深める上で**食事や料理は「とても大切(一番大切)」**と思っている。《→P. 60》
- 親子の絆を深めるために食事や料理を大切と思っている母親のうちの**6割**は**親子の絆を深める料理**を持っていて、そのうちの**3/4**の人は、そこに**牛乳を用いた料理**が含まれる。《→P. 61》
- 「親子の絆を深める牛乳を用いた料理」の代表格は、**シチュー／グラタン／ホットケーキ**の3つ。《→P. 62》

# 「親子の絆づくり」から見た「食事・料理の機会」の大切さ認識

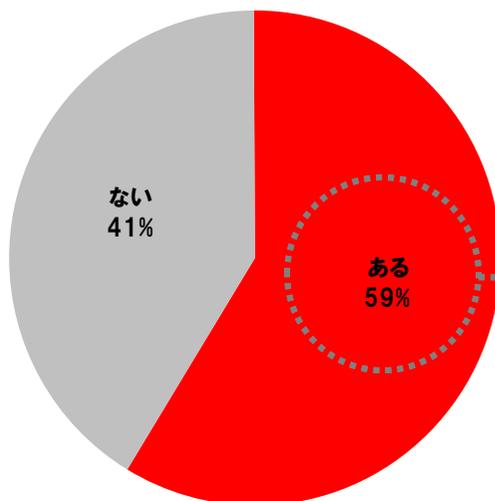
あなたがお子様と「親子(家族)の絆」を深めるうえで、食事や料理の機会は、どれくらい大切だと思いますか。



**「3-18歳の子を持つ母親」の8割以上が親子の絆を深める上で食事や料理は「とても大切（一番大切）」と思っている。（その意識は子供に牛乳を飲んで欲しい気持ちの強弱と、あまり関係ない。）**

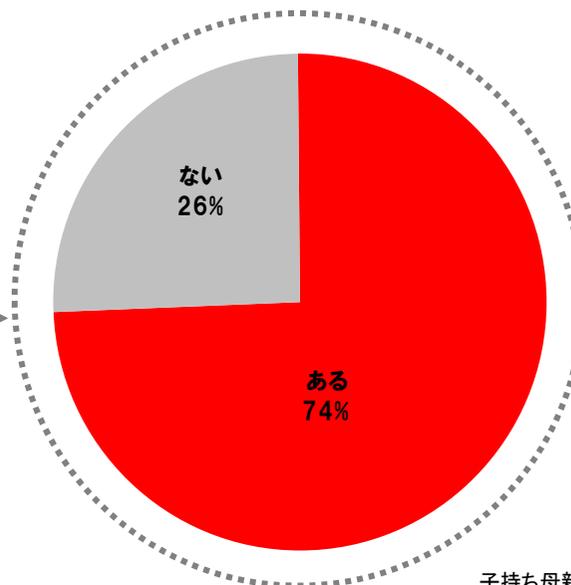
## 母親と子供(家族)を結びつける料理

「自分と子供(家族)を結びつける料理」といわれて、  
あなたには何か思いつく料理がありますか。



子持ち母親N= 590

「自分と子供(家族)を結びつける牛乳を使う料理」といわれて、  
あなたには何か思いつく料理がありますか。

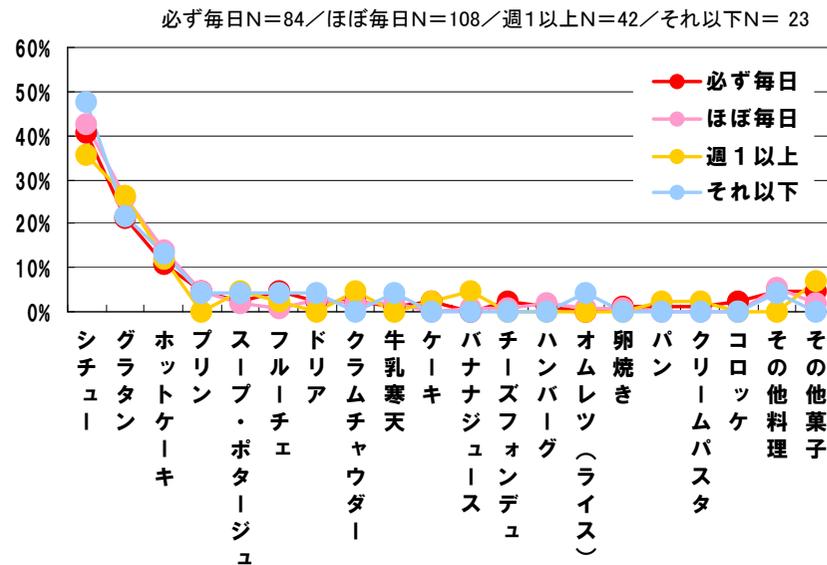
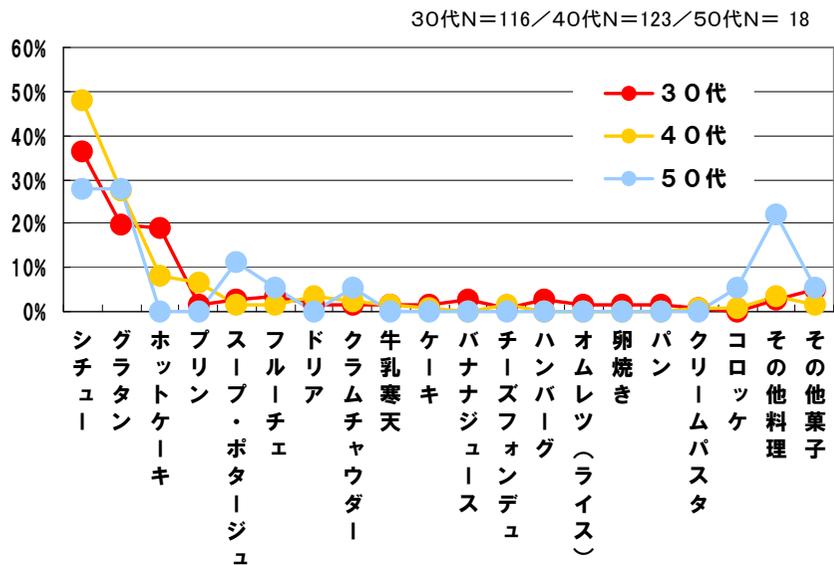


子持ち母親N= 346

**親子の絆を深めるために食事や料理を大切に思っている  
「3-18歳の子を持つ母親」のうち、6割は親子の絆を深める料理を持っていて  
そのうち3/4の人については、そこに牛乳を用いた料理が含まれる。**

# 母親と子供(家族)を結びつける牛乳を使う料理の中身

「自分と子供(家族)を結びつける牛乳を使う料理」といわれて、あなたが思いつく料理をお知らせください。



**「親子の絆を深める牛乳を用いた料理」**  
 その代表格は、シチュー／グラタン／ホットケーキの3つ。

### 3-③

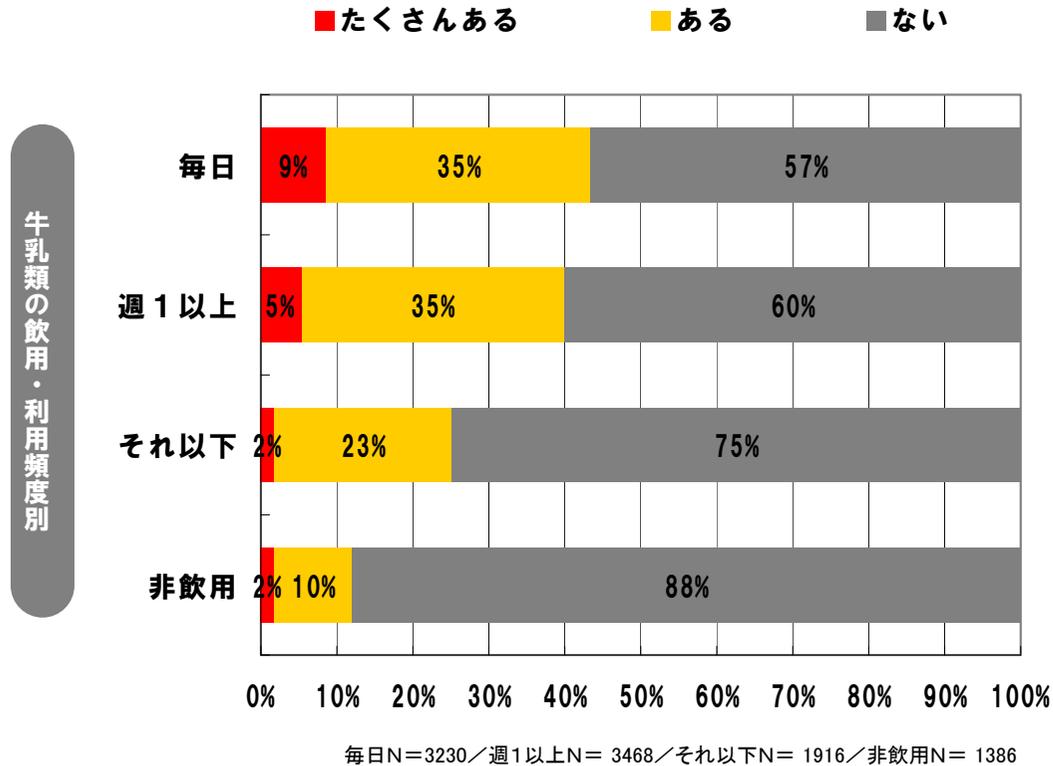
牛乳に関する「思い出」について

## 牛乳飲用頻度と強い関係があるのは「よい思い出」。 学校給食での「思い出づくり」は重要なポイント。

- 牛乳類の飲用(利用頻度)が高い人ほど、牛乳に関して何らかの「よい思い出(記憶)」をもつ比率は明確に高くなる。牛乳に関して何らかの「よくない思い出(記憶)」をもつ比率は牛乳類の飲用・利用頻度別の高低によって、それほど大きくは変わらない。《→P. 65、66》
- 「よい思い出(記憶)」の中身で一番多いのは「学校給食関連」。牛乳類の飲用・利用頻度別が高いひとほど「美味しさを実感した思い出」「ホットミルク」が多い傾向にある。《→P. 67》
- 「よくない思い出(記憶)」の中身で一番多いのは「お腹をこわした」。牛乳類の飲用・利用頻度別が低いひと(非飲用／思わない)は「給食で無理やり飲まされた」をあげる人が特徴的に多い。《→P. 68》

# よい思い出

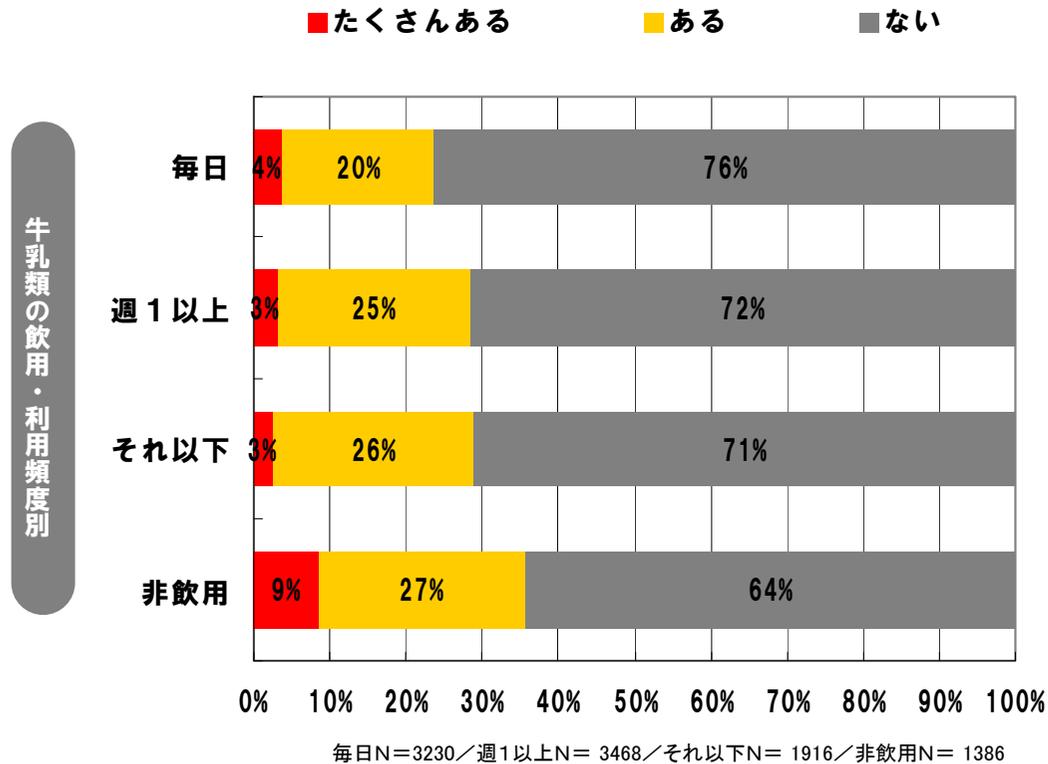
牛乳に関する「よい思い出(記憶)」といわれて、あなたは何か思い出すことがありますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。



**牛乳類の飲用・利用頻度別が高い人ほど、  
牛乳に関して何らかの「よい思い出(記憶)」をもつ比率は  
明確に高くなる。**

# よくない思い出

牛乳に関する「よくない思い出(記憶)」といわれて、あなたは何か思いつことがありますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。



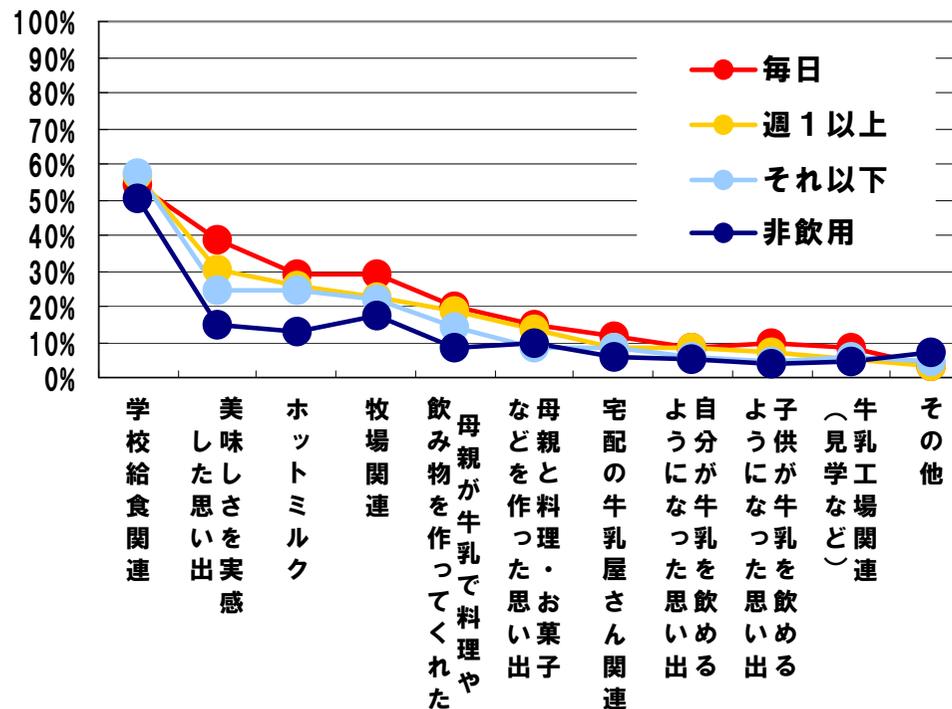
**牛乳に関して何らかの「よくない思い出(記憶)」をもつ比率は牛乳類の飲用・利用頻度別の高低によって、それほど大きくは変わらない。**

## よい思い出の中身

牛乳に関する「よい思い出（記憶）」といわれて、あなたが思いつくことをお知らせください。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。

### 牛乳類の飲用・利用頻度別

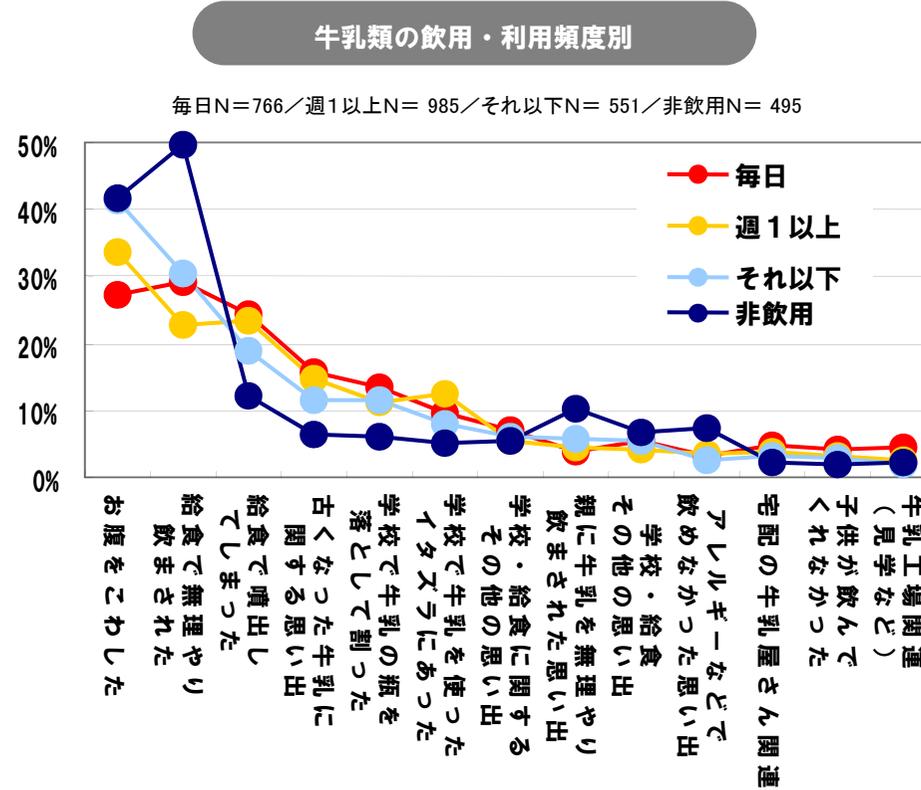
毎日N=1403／週1以上N= 1389／それ以下N= 480／非飲用N= 167



「よい思い出（記憶）」の中身で一番多いのは「学校給食関連」。  
牛乳類の飲用・利用頻度別が高いひとほど  
「美味しさを実感した思い出」「ホットミルク」が多い傾向にある。

# よくない思い出の中身

牛乳に関する「よくない思い出(記憶)」といわれて、あなたが思いつくことをお知らせください。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。



「よくない思い出(記憶)」の中身で一番多いのは「お腹をこわした」。  
牛乳類の飲用・利用頻度別が低いひと(非飲用／思わない)は  
「給食で無理やり飲まされた」をあげる人が特徴的に多い。

### 3-④

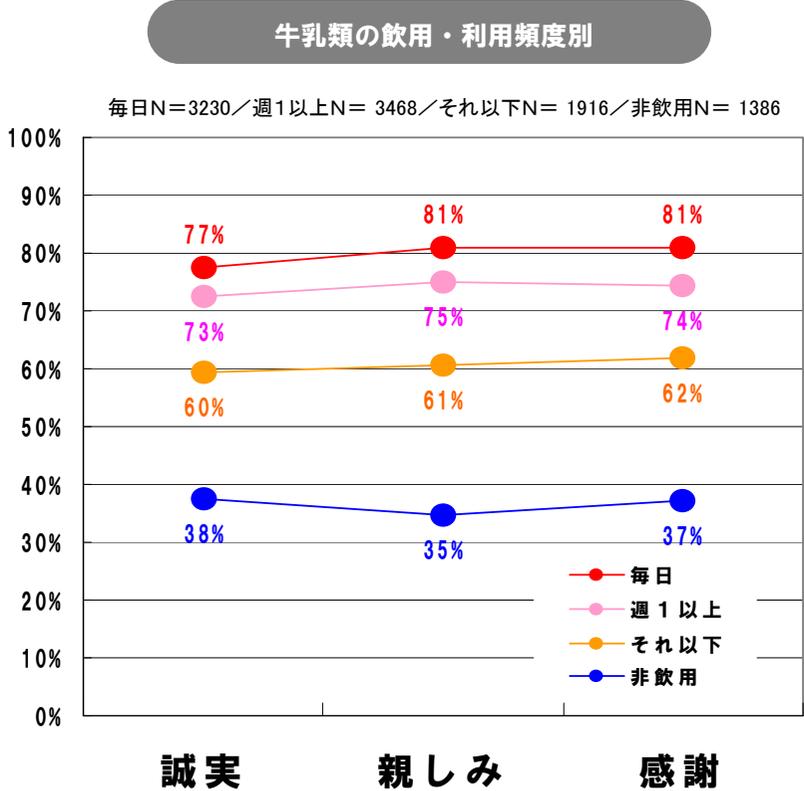
牛乳に感じる「共感価値」について

**牛乳の飲用(利用)頻度が高いほど、共感の意識も高い。  
牛乳の共感意識を強化するのは酪農家(+乳牛)。**

- 牛乳類の飲用(利用頻度)が高いほど、牛乳に対する**共感の意識(誠実／親しみ／感謝)**はどれも**一様に高い**。《→P. 71》
- 他の食品と比較すると、最も共感意識(誠実／親しみ／感謝)が高いのは「ご飯」であるが、牛乳はそれに次いで**高い共感意識**をもたれている。《→P. 72》
- 牛乳と関連する4つの存在に対する共感意識(誠実／親しみ／感謝)を見ると、どの共感意識においても**酪農家(+乳牛)**が**高く評価**されている。今後、牛乳に対する共感意識全般を醸成していくためには、酪農家(+乳牛)を押し出した訴求が効果的であると考えられる。《→P. 73》

# 生活者一般が、牛乳に対して感じる共感系3意識

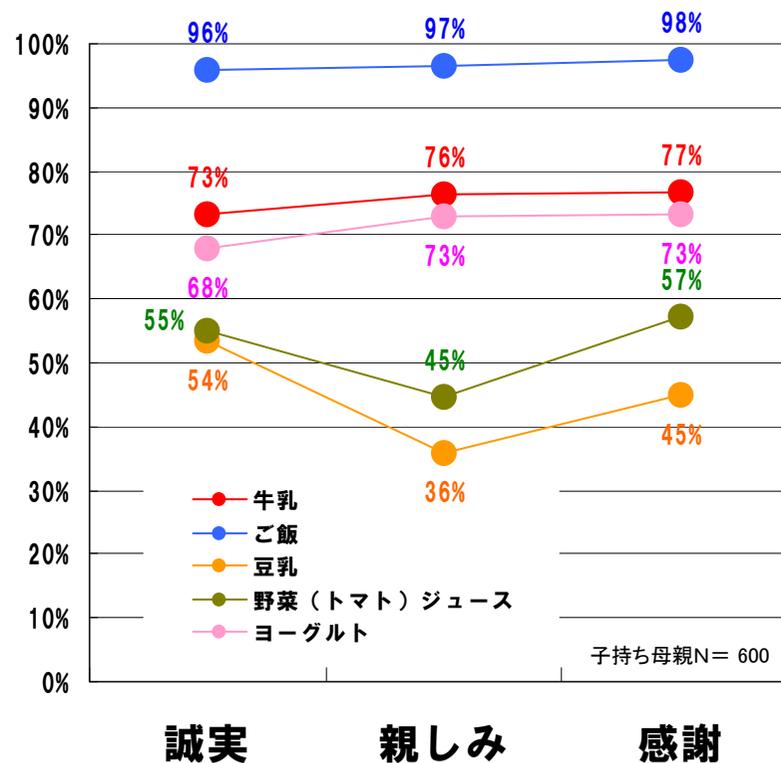
イメージしてください。もし食べ物(飲み物)の「牛乳」を人物に見立てるとしたら、あなたはその人物に対して、以下の「印象」や「気持ち」をどれくらい感じますか。



**牛乳類の飲用・利用頻度別が高いほど  
牛乳に対する共感意識（誠実／親しみ／感謝）はどれも一様に高い。**

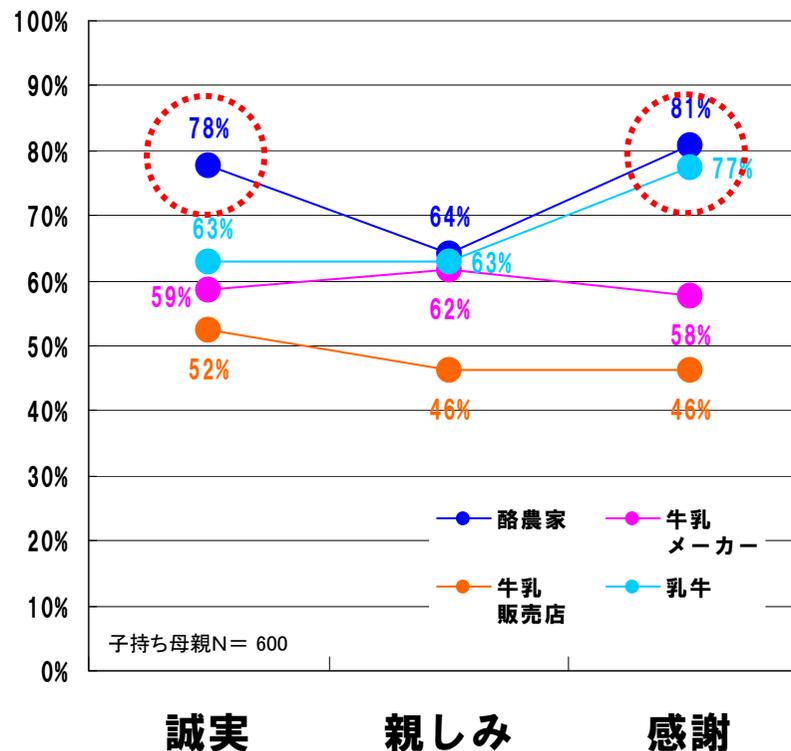
## 母親が、牛乳とその他の食品・飲料に対して感じる共感系3意識

イメージしてください。もし〇〇〇を人物に見立てるとしたら、  
あなたはその人物に対して、以下の「印象」や「気持ち」をどれくらい感じますか。



他の食品との比較をしてみると、  
最も共感意識（誠実／親しみ／感謝）が高いのは「ご飯」であるが、  
牛乳はそれに次いで高い共感意識をもたれている。

あなたは〇〇〇に対して、以下の「印象」や「気持ち」をどれくらい感じますか。



牛乳と関連する4つの存在に対する共感意識（誠実／親しみ／感謝）を見ると、どの共感意識においても酪農家（+乳牛）が高く評価されている。

今後、牛乳に対する共感意識全般を醸成していくためには、酪農家（+乳牛）を押し出した訴求が効果的であると考えられる。



**生活者の情報接触**  
(効果的な情報発信を実現するためのヒント)

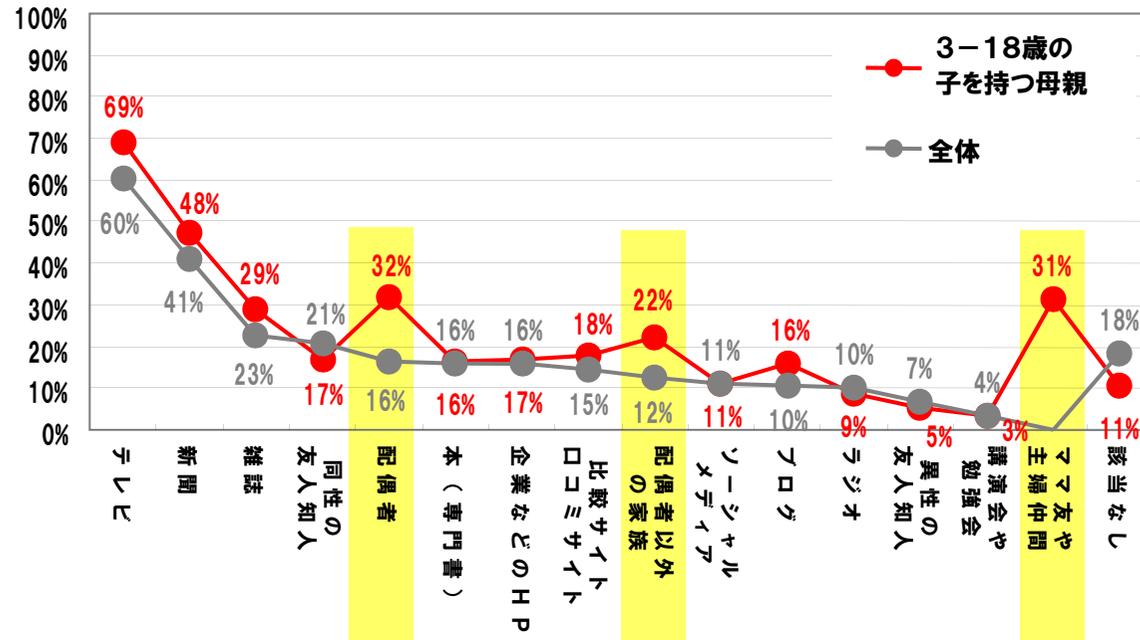
#### 4-①

生活者の「情報接触」の現状  
(母親を中心に)

**生活者一般は「テレビ」「新聞」の影響がやはり強い。  
母親は「ママ友」を中心に身近なひとの影響をよくうける。**

- この一ヶ月で、生活者一般(全体)が情報・知識・アイデアを手に入れたことがある情報源(人物)のトップ3は、**1. テレビ、2. 新聞、3. 雑誌**。Jミルクの重要な生活者ターゲットである母親は特徴的に**「配偶者」「配偶者以外の家族」「ママ友や主婦仲間」**を情報源としている。《→P. 77》
- この一ヶ月で、生活者一般(全体)が影響を受けた情報源(人物)は**「テレビ」**が圧倒的。母親が影響を受けた情報源(人物)を見ると**「テレビ」**の数値がやや低く、**「ママ友や主婦仲間」**の数値が高い。《→P. 78》

この一ヶ月で、あなたが日常生活に関する情報・知識・アイデアを手に入れたことがある情報源や人物をお知らせください。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。



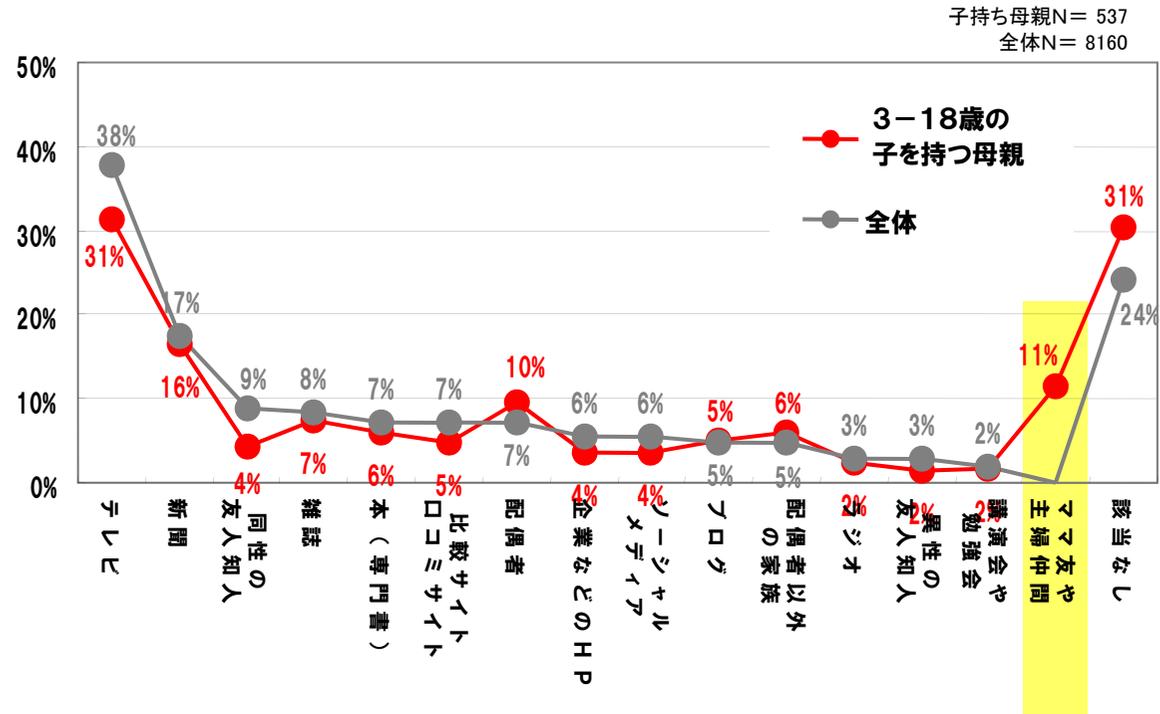
子持ち母親N= 600  
全体N= 10000

この一ヶ月で、生活者一般（全体）が  
情報・知識・アイデアを手に入れたことがある情報源（人物）のトップ3は以下。

1. テレビ
2. 新聞
3. 雑誌

「Jミルク」の重要な生活者ターゲットである「3-18歳の子を持つ母親」は  
特徴的に「配偶者」「配偶者以外の家族」「ママ友や主婦仲間」を情報源としている。

この一ヶ月で、あなたが日常生活に関する情報・知識・アイデアを手に入れて、実際に何らかの明確な影響を受けた情報源や人物をお知らせください。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。



この一ヶ月で、生活者一般（全体）が接触し、影響を受けた情報源（人物）は「テレビ」が圧倒的。

「3-18歳の子を持つ母親」が接触し、影響を受けた情報源（人物）を見ると、「テレビ」の数値がやや低く、その一方で「ママ友や主婦仲間」の数値が高い。

## 4-②

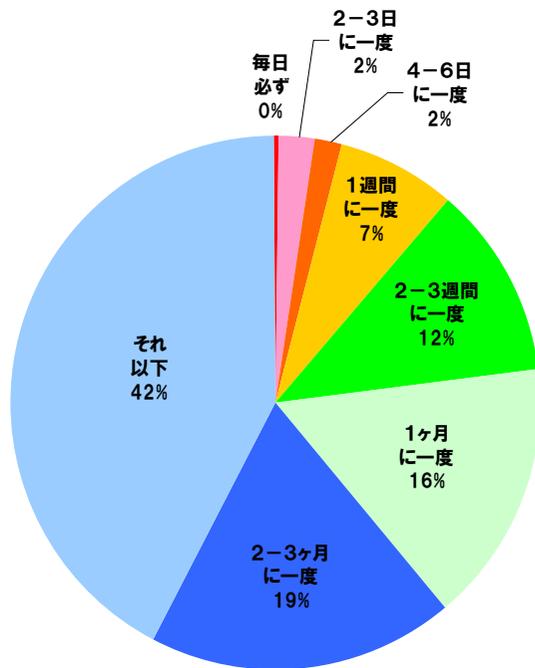
### ビッグママの「情報接触」の特徴

## ビッグママは母親間の情報流通を活性化する触媒。 現状、「雑誌」などの文字メディアによるアプローチが効果的。

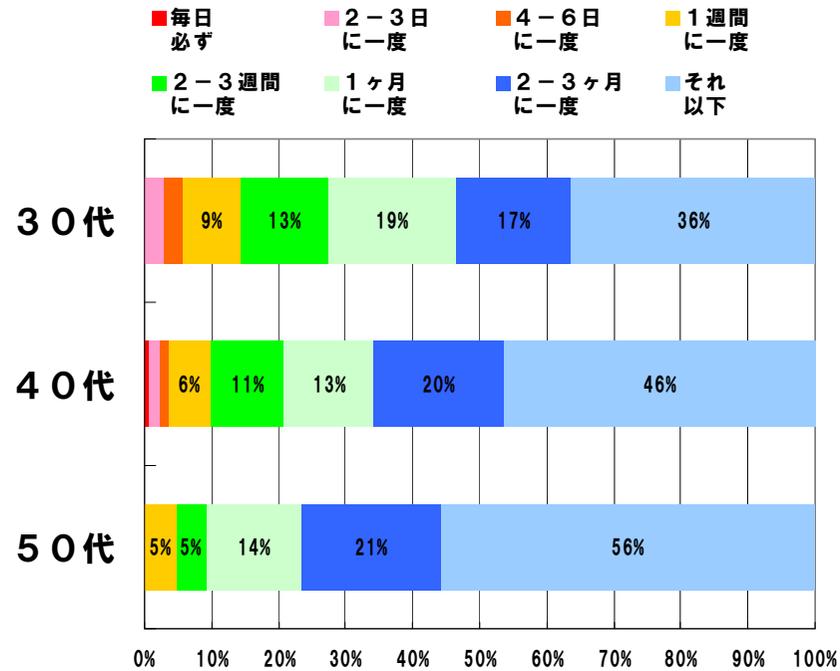
- 母親ネットワークにおいて、情報の発信元となる週1回以上、他の母親から相談をうける母親(ビッグママ)は全体の10%強。年齢が若いほど、ビッグママの出現率は高まる。《→P. 81》
- 母親ネットワークにおいて、情報の発信元となるビッグママは「ママ友や主婦仲間」「同性の友人知人」からの情報入手が特徴的に高く、一方的な情報発信者というより、情報流通を活性化する触媒のように機能している。また現状の彼女達は「雑誌」や「本(専門書)」といった文字メディアからの情報入手が特徴的に多い。《→P. 82》
- 母親ネットワークにおいて、情報の発信元となるビッグママは「ママ友」「配偶者」からの情報に、特に強い影響を受けている。また現状の彼女達は「雑誌」や「本(専門書)」からの影響も特徴的に大きく、いま母親ネットワークの外部から彼女たちにアプローチするには、文字メディアの利用が効果的と考えられる。《→P. 83》

# ビッグママ度

普段のあなたは、他の母親から日常的な疑問や悩みについて相談されることがどれくらいありますか。



子持ち母親N = 600

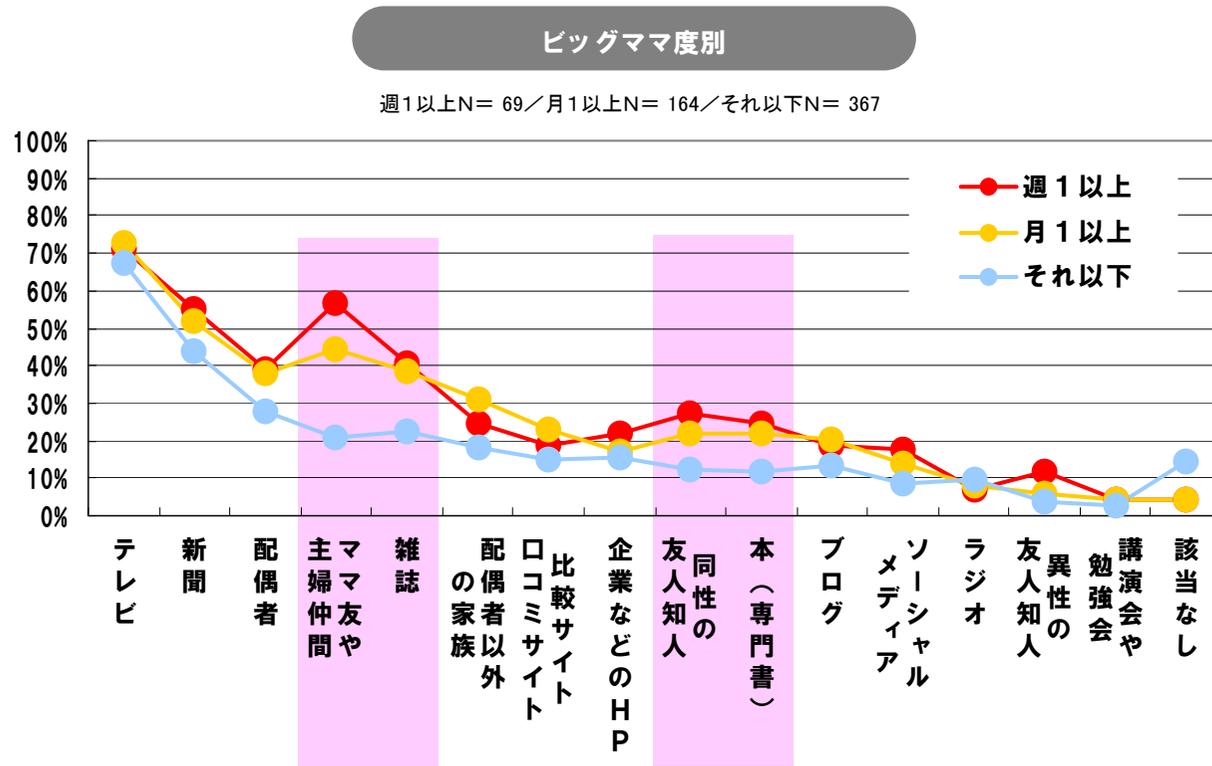


30代N = 272 / 40代N = 285 / 50代N = 43

**「3-18歳の子を持つ母親」のネットワークにおいて、情報の発信元となる週1回以上、他の母親から相談をうける母親（ビッグママ）は全体の10%強。  
年齢が若いほど、ビッグママの出現率は高まる。**

### 3-18歳の子を持つ母親の接触メディア(ビッグママ度別)

この一ヶ月で、あなたが日常生活に関する情報・知識・アイデアを手に入れたことがある情報源や人物をお知らせください。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。

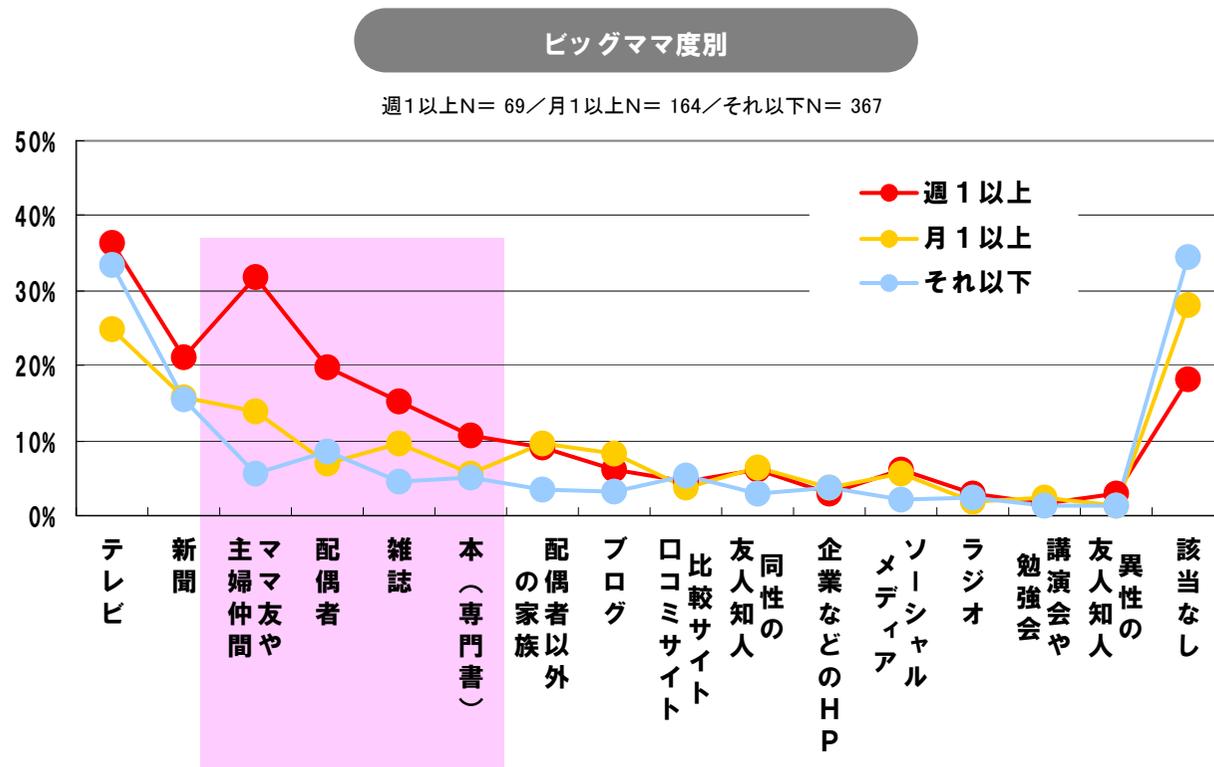


**「3-18歳の子を持つ母親」のネットワークにおいて情報の発信元となるビッグママ度が高い母親は「ママ友や主婦仲間」「同性の友人知人」からの情報入手が特徴的に高く一方的な情報発信者というより、情報流通を活性化する触媒のように機能している。**

**また現状の彼女達は「雑誌」や「本(専門書)」からの情報入手が特徴的に多く外部からのアプローチとしては、文字メディアの利用が効果的と考えられる。**

### 3-18歳の子を持つ母親の影響メディア(ビッグママ度別)

この一ヶ月で、あなたが日常生活に関する情報・知識・アイデアを手に入れて、実際に何らかの明確な影響を受けた情報源や人物をお知らせください。  
以下のなかから、あなたにあてはまるものをすべてお答えください。



「3-18歳の子を持つ母親」のネットワークにおいて  
情報の発信元となるビッグママ度が高い母親は  
「ママ友」「配偶者」からの情報に、特に強い影響を受けている。

また現状の彼女達は「雑誌」や「本(専門書)」からの影響も特徴的に大きく  
外部からのアプローチとしては、やはり文字メディアの利用が効果的と考えられる。

※母親による各メディアの質的評価は、参考6-②(P. 116-121)

#### 4-③

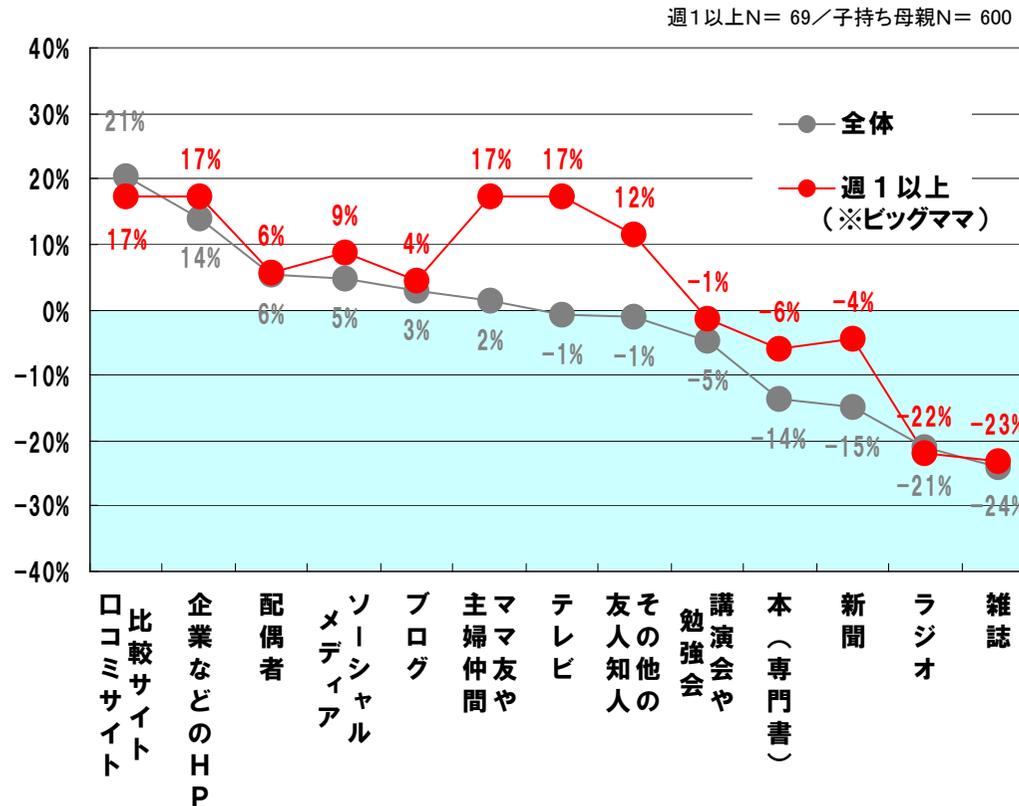
### 母親(ビッグママ)の「情報接触」変化

## 母親(ビッグママ)に対する、文字メディアの影響は減少傾向。 「ロコミ/比較サイト」「企業HP」の影響が増加傾向。

- 母親全般における「雑誌」「新聞」「本(専門書)」といった文字メディアの影響度は減少傾向にあり、その一方で「ロコミ/比較サイト」「企業HP」の影響度が増加傾向にある。またビッグママにおいては「ママ友」「テレビ」などの影響度が特徴的に増加傾向にある。《→P. 86》
- 「ロコミ/比較サイト」は生活者目線の情報を評価(主婦は情報の真贋・価値を自分なりに評価できる自信を持っている)。「企業HP」は、主婦の詳細情報を求める気持ちの高まりに応じて高評価。「ママ友」はズバリ母親目線での有益な情報を得られる点を評価。「テレビ」は特に情報番組が改良されていると評価されていて、震災以降、いち早く状況確認ができる「ながらメディア」として存在感UP。  
《→P. 123、124》
- 「雑誌/新聞/本(専門書)」といった文字メディアの影響度の減少は、インターネットによって活字情報が安価かつタイムリーに、自分の欲しい内容だけ手に入るようになったことと、母親サイドの経済的な理由による。加えて「雑誌」はその内容自体に魅力を感じなくなったこと、「新聞」はその信頼感が揺らいできていることが特徴的な理由。《→P. 125》

## メディアの影響変化(増減統合)

最近のあなたは、〇〇〇から日常生活に関する情報やアイデアを手に入れたり、実際に何らかの明確な影響を受けることが、以前に比べて、増えたり減ったりしていますか。



ただしビッグママ度によらず「3-18歳の子を持つ母親」全般における「雑誌」「新聞」「本(専門書)」といった文字メディアの影響度は減少傾向にあり、その代わりに「口コミ/比較サイト」「企業HP」の影響度は増加傾向にある。

またビッグママ度が高い母親は「ママ友」「テレビ」「その他友人知人」の影響度が特徴的に増加傾向にある。

※母親に対する各メディア・人物の影響が変化した理由は、参考6-③(P. 122-125)



**牛乳の「4大重点訴求機能」**  
**(その効果的訴求のためのヒント)**

**牛乳の4大重点訴求機能の認知は、  
いずれも、生活者の牛乳関与と強く関係。**

**A** 骨の状態（骨粗鬆症など）  
を良くする効果

**B** 精神状態（ストレス）や  
睡眠の質を良くする効果

**C** 生活習慣病（高血圧やメタボなど）  
を予防・改善する効果

**D** 病気（インフルエンザや風邪など）  
を予防する効果

- 上記の4大重点訴求機能の認知は、いずれも生活者全般の牛乳類の飲用・利用頻度と強く関係している。《→P. 97》
- 上記の4大重点訴求機能テーマの認知は、いずれも母親が子供に牛乳を飲ませたい気持ちと強く関係している。《→P. 104》

「骨の状態を良くする効果(A)」については、骨に関するニーズ強化が課題。  
その他の重点訴求機能(BCD)については、機能認知強化が課題

- 現状、4大重点訴求機能で牛乳飲用促進の実績がもっとも明確なのはAである《→P. 19》。しかし、すでに生活者におけるAの「機能」認識が十分高く《→P. 97、104》、その効果はAの「機能」認識の高まり以上に、むしろ「骨の状態(骨粗鬆症など)」を改善したい意識の高まりによる《→P. 96、102、103、109》。ただし、生活者全般と子持ち母親の「骨の状態(骨粗鬆症など)」を改善したい意識は、現在、他のBCDに関する改善意識よりも明らかに低く《→P. 91、103》、今後Aについては自らの「機能」をアピールする以上に、Aに関する生活者ニーズを刺激し強化することが求められる。
- 現状、4大重点訴求機能BCDに関する日常的な改善意識は、どれもAより高い《→P. 91、103》。ただし4大訴求機能BCDは牛乳機能としての認識が決して高くないため《→P. 97、104》、生活者全般と子持ち母親にある高い改善意識を、まだまだ牛乳需要に十分結びつけることが出来ていない。よって、今後BCDについては、まず効果の認識そのものを高めるアピール手法の開発が求められる。

## 5-①

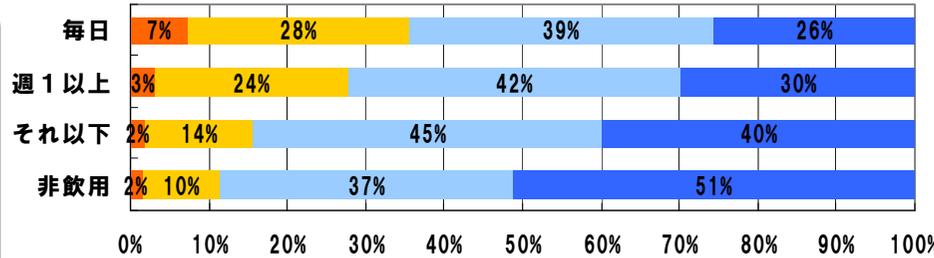
牛乳の「4大重点訴求機能」について

# 自分が牛乳類を飲む(利用する)頻度と、健康に関する取り組み意識

普段のあなたは、ご自分について、以下にあげた「4つの取組」を、どれくらい意識していますか

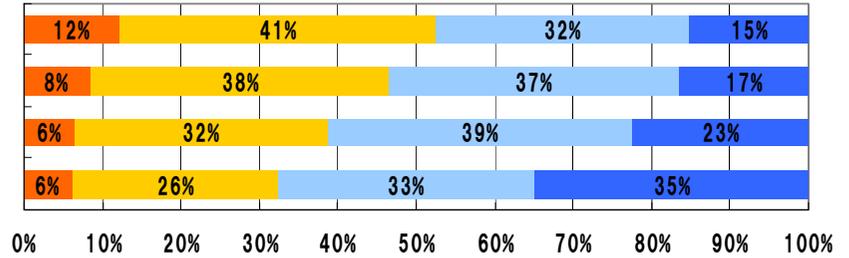
**A** 自分の骨の状態（骨粗鬆症など）を良くすること

■ とても意識している
 ■ 意識している
 ■ あまり意識していない
 ■ 全く意識していない



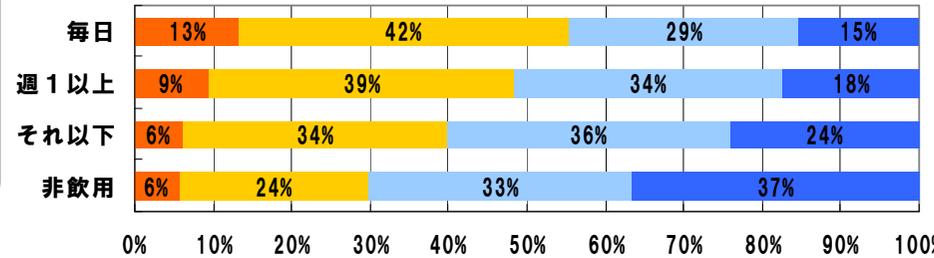
**B** 自分の精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くすること

■ とても意識している
 ■ 意識している
 ■ あまり意識していない
 ■ 全く意識していない



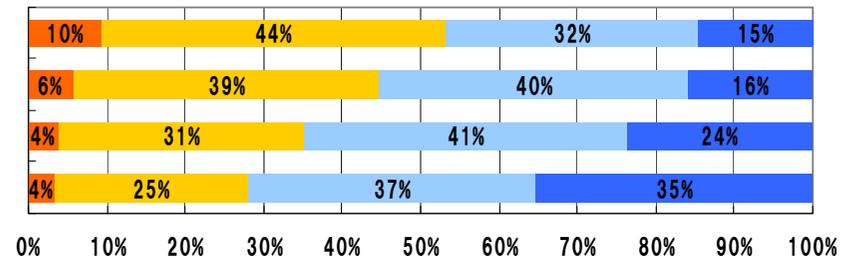
**C** 自分の生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善すること

■ とても意識している
 ■ 意識している
 ■ あまり意識していない
 ■ 全く意識していない



**D** 自分の病気（インフルエンザや風邪など）を予防すること

■ とても意識している
 ■ 意識している
 ■ あまり意識していない
 ■ 全く意識していない



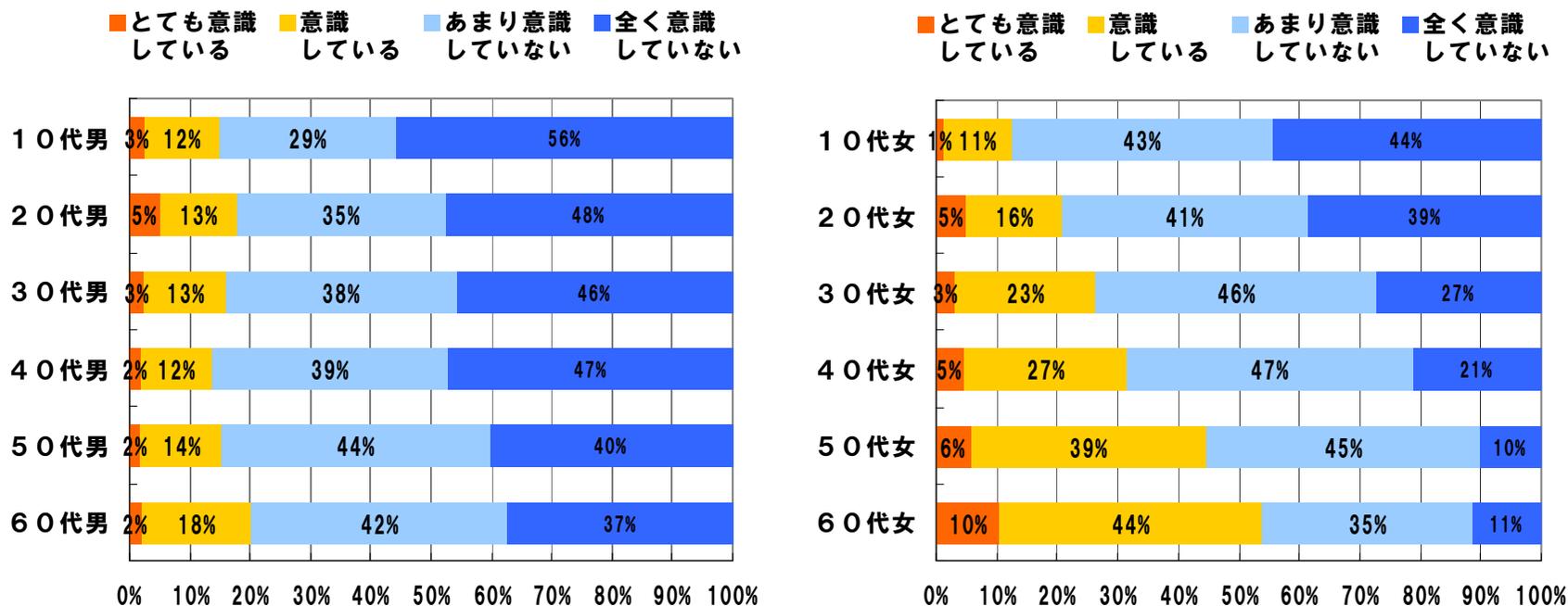
毎日N=3230/週1以上N= 3468/それ以下N= 1916/非飲用N= 1386

牛乳類飲用(利用)の頻度別

**牛乳を多く飲んでいる人ほど  
4大重点訴求機能に対応する、自分の健康に関する取り組み意識がどれも高い。  
ただし「骨の状態をよくする」意識は他と比べて意識の全体量が低い。**

## 性年代別／自分の「A. 骨の状態（骨粗鬆症など）を良くする」意識

普段のあなたは、ご自分について、「骨の状態（骨粗鬆症など）を良くすること」を、どれくらい意識していますか。

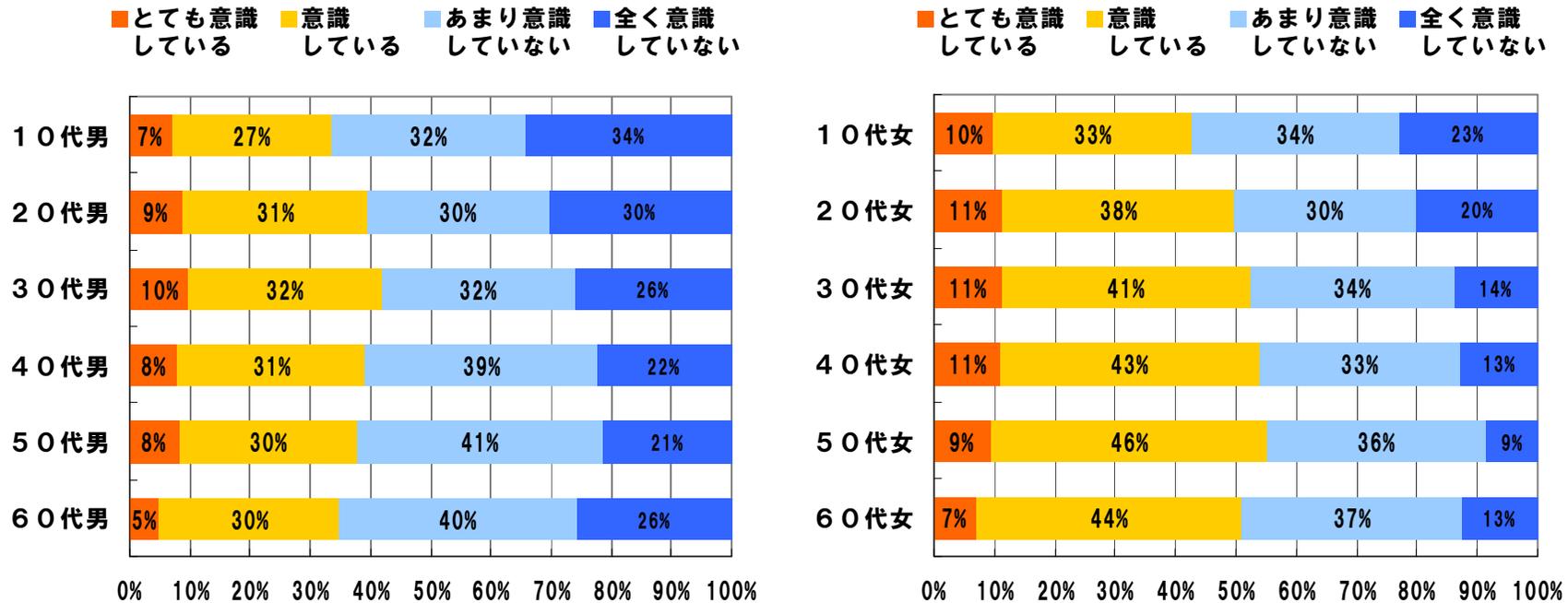


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**「骨の状態（骨粗鬆症など）を良くする」という取り組みの意識は  
 女性は年齢が高い層において明確に強い。  
 男性は年齢が高くなっても意識がほとんど変わらず低いまま。**

## 性年代別／自分の「B. 精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くする」意識

普段のあなたは、ご自分について、「精神状態(ストレス)や睡眠の質を良くすること」を、どれくらい意識していますか。

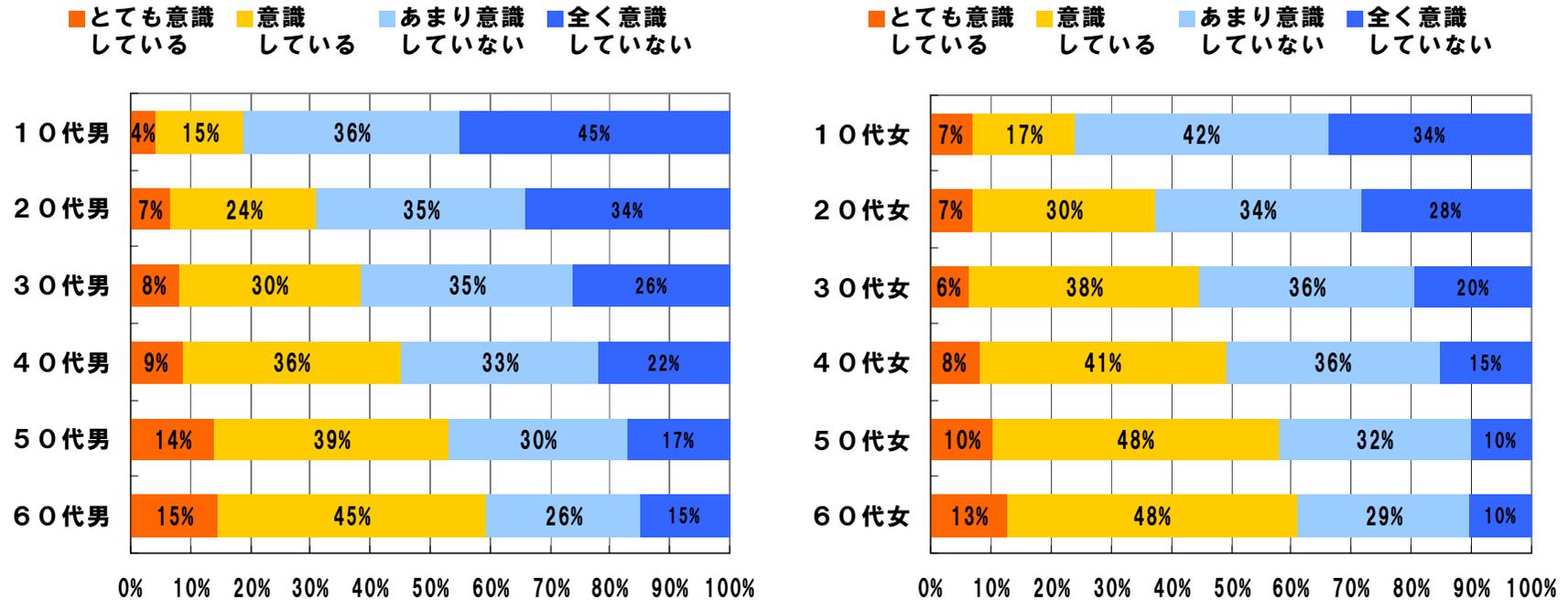


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**「精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くする」という取り組みの意識は  
 男性よりも女性のほうが高く、  
 男女ともに年齢によっては変わらない。**

## 性年代別／自分の「C. 生活習慣病(高血圧やメタボなど)を予防・改善する」意識

普段のあなたは、ご自分について、「生活習慣病(高血圧やメタボなど)を予防・改善すること」を、どれくらい意識していますか。

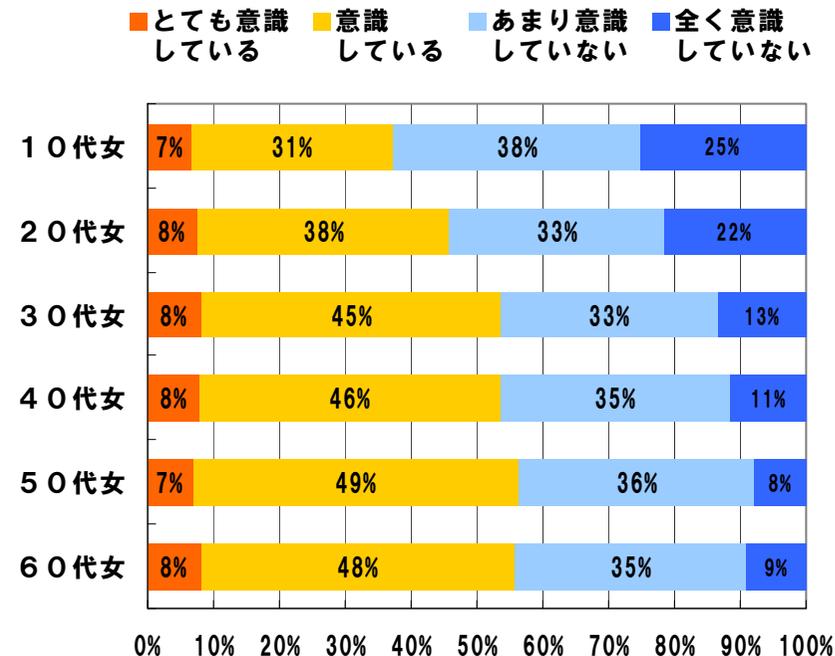
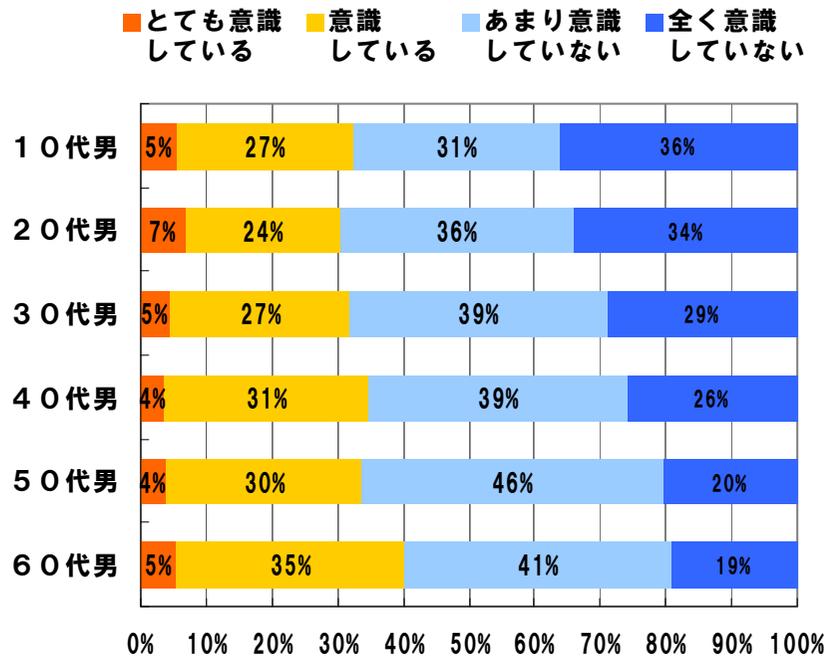


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**「生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善する」という取り組みの意識は  
 男性よりも女性のほうがやや高めで、  
 男女ともに年齢が高いほどが明確に強くなる。**

## 性年代別／自分の「D. 病気(インフルエンザや風邪など)を予防する」意識

普段のあなたは、ご自分について、「病気(インフルエンザや風邪など)を予防すること」を、どれくらい意識していますか。



10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

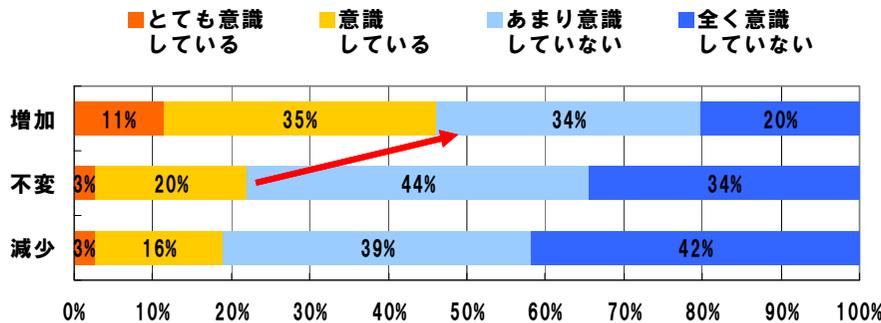
**「病気(インフルエンザや風邪など)を予防する」という取り組みの意識は  
 男性よりも女性のほうが高く、  
 女性は年齢が高いほどゆるやかに強くなる。**

# 最近の牛乳類を飲用(利用)増減と、健康に関する取り組み意識

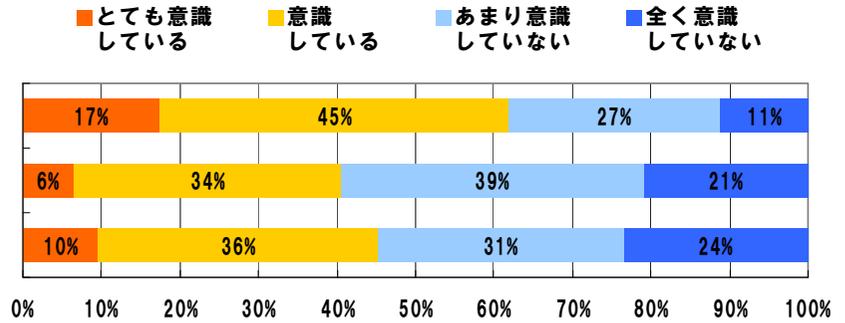
普段のあなたは、ご自分について、以下にあげた「4つの取組」を、どれくらい意識していますか

牛乳飲用の増減傾向別

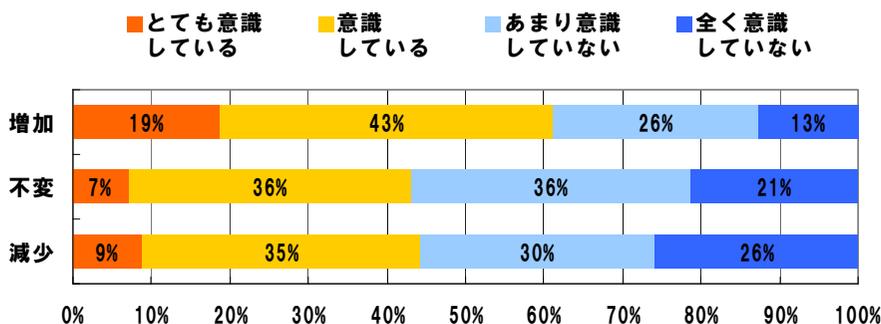
**A** 自分の骨の状態（骨粗鬆症など）を良くすること



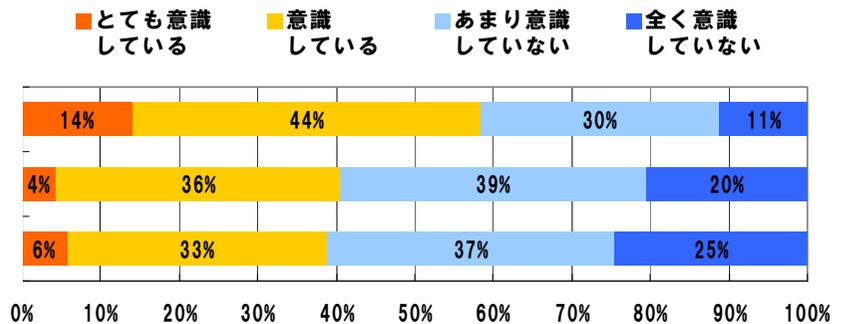
**B** 自分の精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くすること



**C** 自分の生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善すること



**D** 自分の病気（インフルエンザや風邪など）を予防すること



増加N= 1729 / 不変N= 6300 / 減少N= 1971

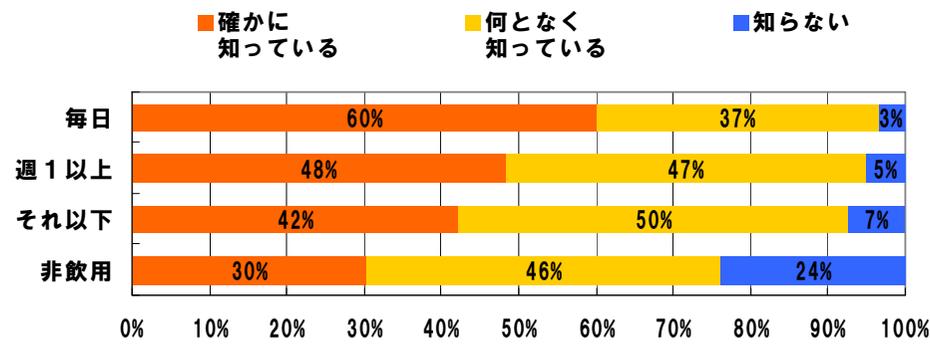
**最近、牛乳の飲用が増えた人は  
4大重点訴求機能に対応する、自分の健康に関する取り組み意識がどれも高い。  
Aの取り組み意識は、増加者とそれ以外の差が他と比べて大きい。**

# 自分が牛乳類を飲む(利用する)頻度と、牛乳の4大重点訴求機能認識

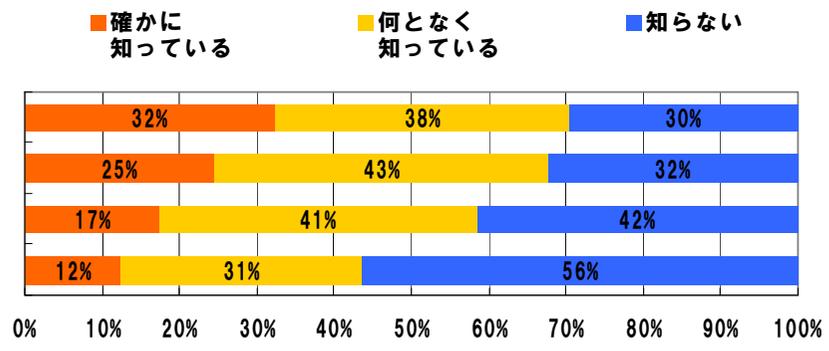
あなたご自身は、牛乳について、以下の「4つの特徴」があることを、どれくらいご存知でしたか。

牛乳類飲用(利用)の頻度別

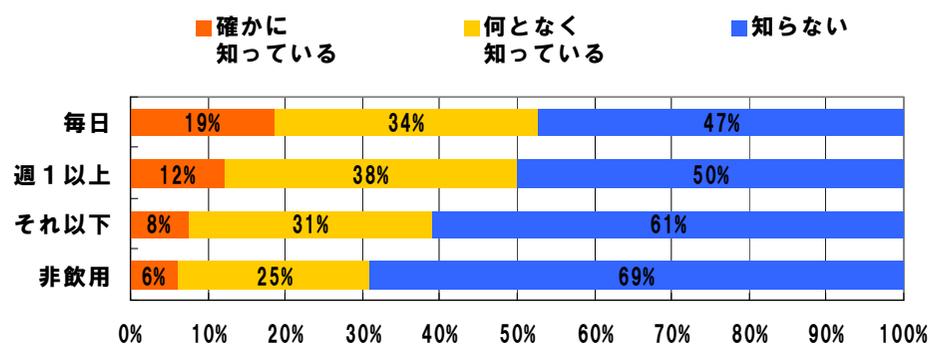
**A** 骨の状態(骨粗鬆症など)を良くする効果



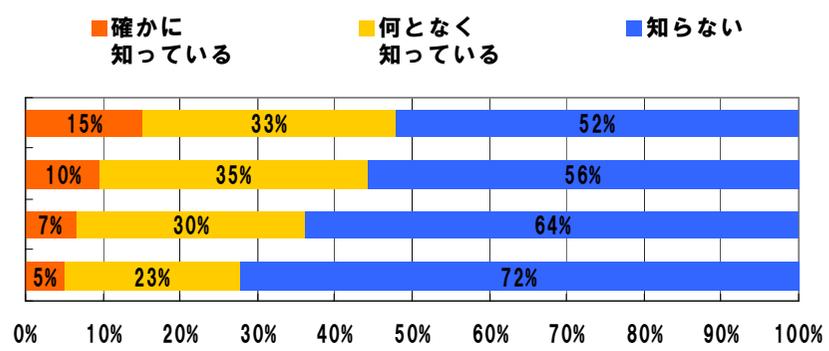
**B** 精神状態(ストレス)や睡眠の質を良くする効果



**C** 生活習慣病(高血圧やメタボなど)を予防・改善する効果



**D** 病気(インフルエンザや風邪など)を予防する効果

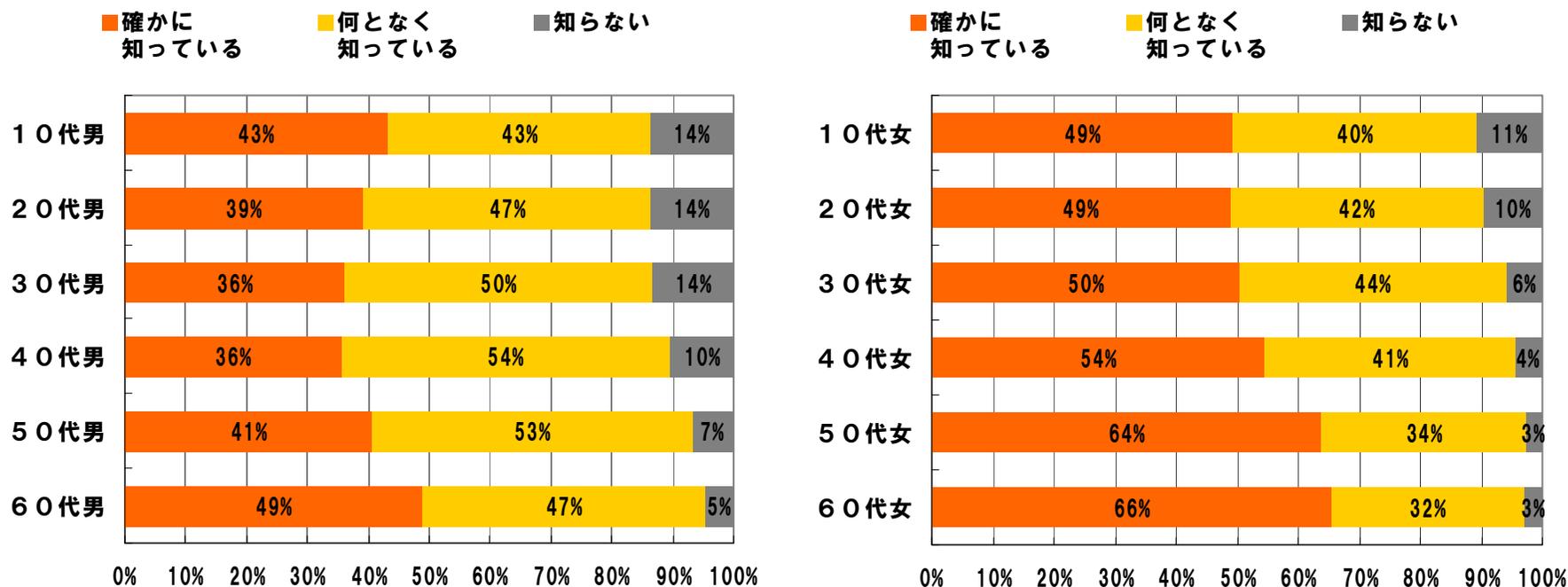


毎日N=3230/週1以上N= 3468/それ以下N= 1916/非飲用N= 1386

**牛乳を多く飲んでいる人ほど  
牛乳の4大重点訴求機能の認識がどれも高い。  
ただし、Aを知らないという人はすでに少ない。**

## 性年代別／牛乳の「A. 骨の状態（骨粗鬆症など）を良くする効果」認知

あなたご自身は、牛乳について「骨の状態（骨粗鬆症など）を良くする効果」があることを、どれくらいご存知でしたか。

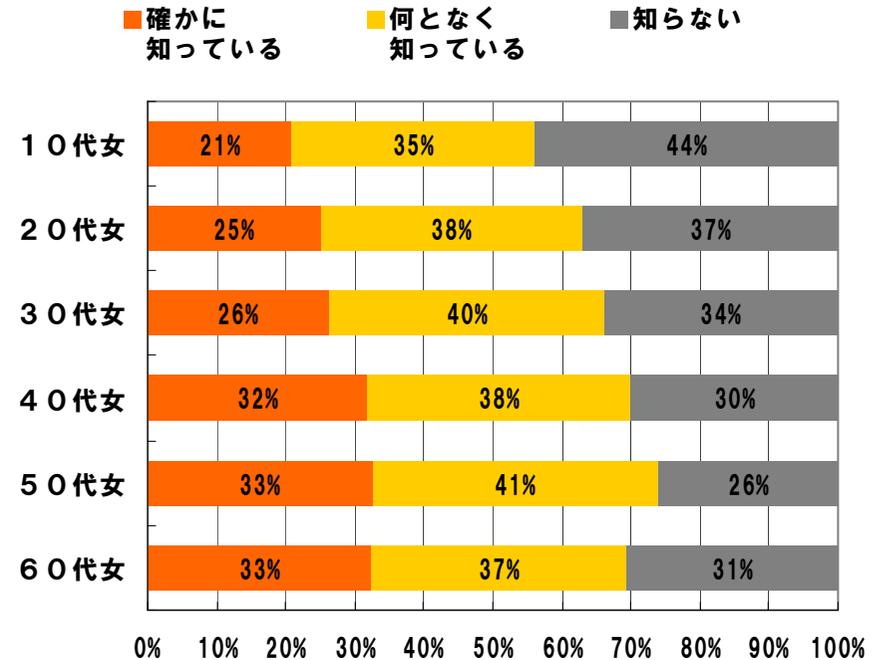
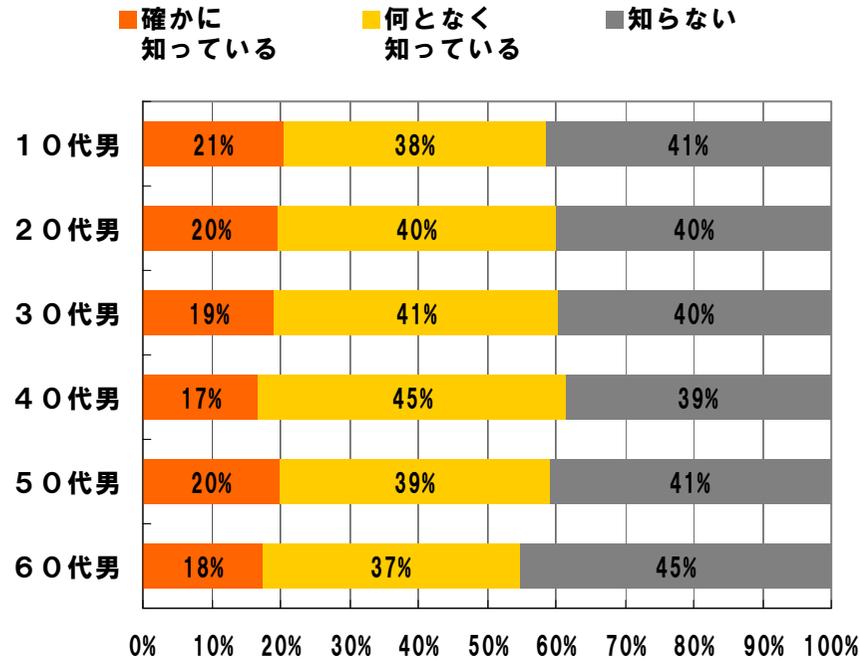


10代男N= 350 /20代男N= 783 /30代男N= 1028 /40代男N= 942 /50代男N= 906 /60代男N= 989  
 10代女N= 334 /20代女N= 757 /30代女N= 1004 /40代女N= 939 /50代女N= 915 /60代女N= 1053

**牛乳の「骨の状態（骨粗鬆症など）を良くする効果」に関する認知は、すでにどの年代においてもすでに高く「知らない」というひとはきわめて少ない。女性についていえば、40代以降、年齢が高くなるほど「確かに知っている」が高くなっている。**

# 性年代別／牛乳の「B. 精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くする効果」認知

あなたご自身は、牛乳について「牛乳には精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くする効果」があることを、どれくらいご存知でしたか。

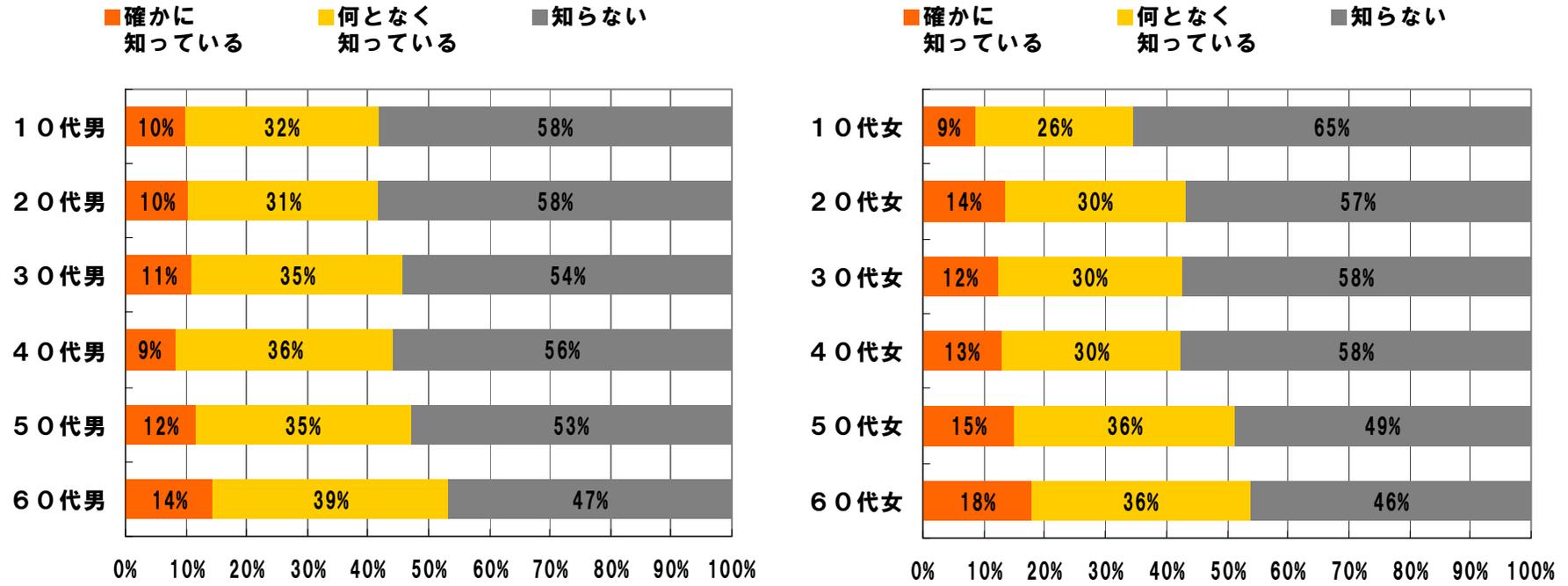


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**牛乳の「精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くする効果」に関する認知は男性についていえば、年齢の高低によって大きく変わらない。女性についていえば、年齢が高いほどやや高くなっている。**

# 性年代別／牛乳の「C. 生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善する効果」認知

あなたご自身は、牛乳について「生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善する効果」があることを、どれくらいご存知でしたか。

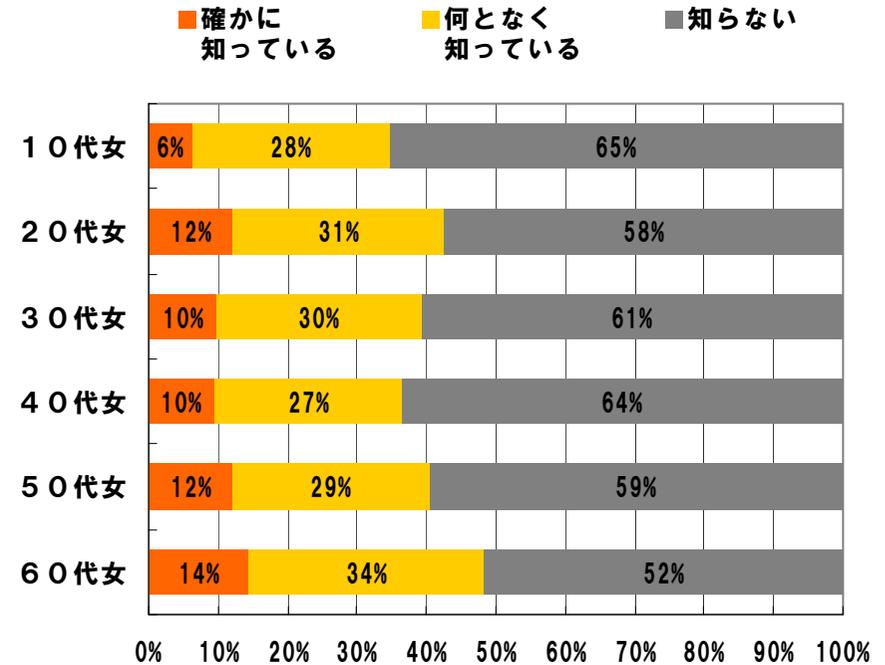
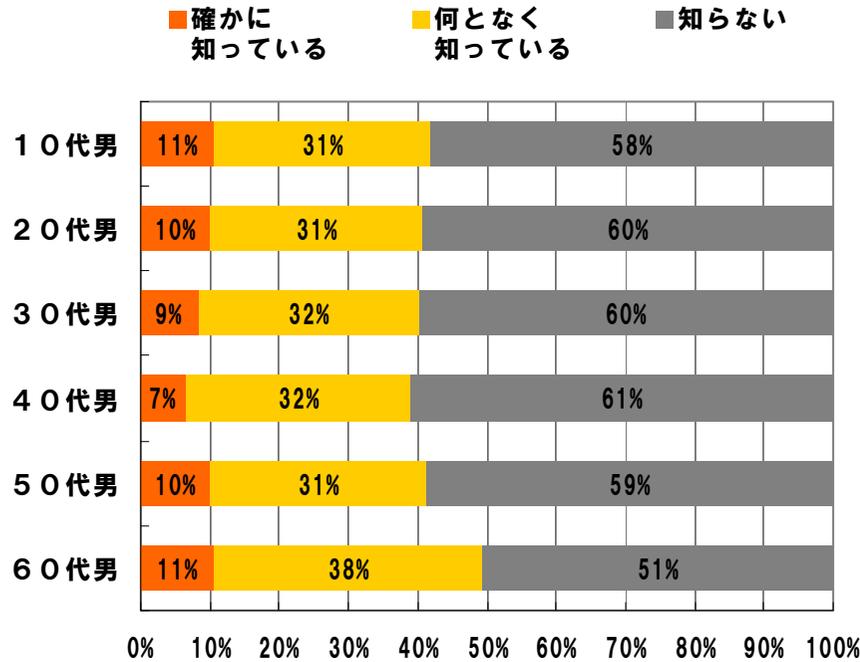


10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**牛乳の「生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善する効果」に関する認知は男女ともに、年齢が高いほどやや高くなっている。**

# 性年代別／牛乳の「D. 病気（インフルエンザや風邪など）を予防する効果」認知

あなたご自身は、牛乳について「病気（インフルエンザや風邪など）を予防する効果」があることを、どれくらいご存知でしたか。



10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
 10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

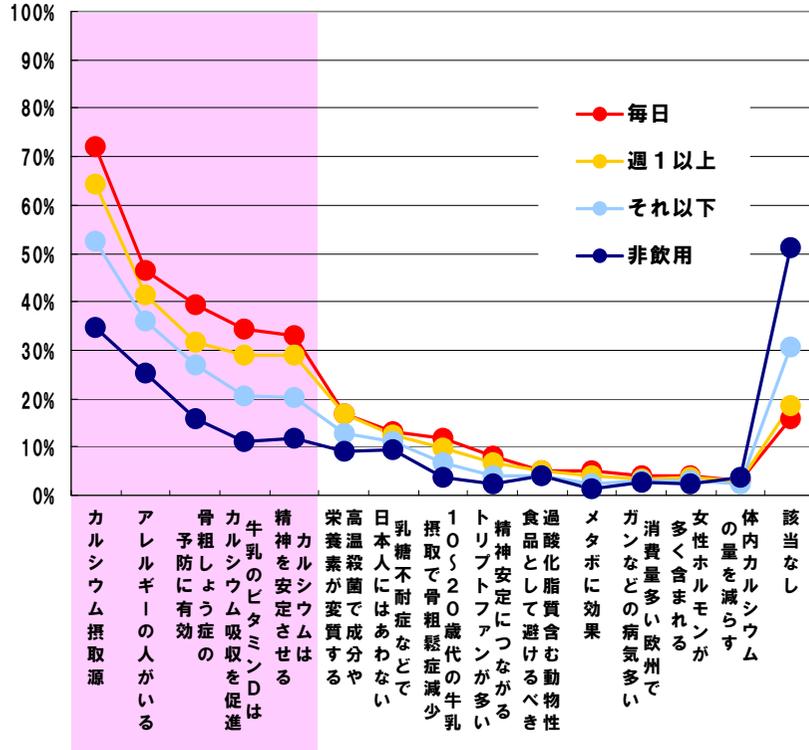
**牛乳の「病気（インフルエンザや風邪など）を予防する効果」に関する認知は  
 男女ともに60代でやや高くなっている。  
 女性の10代と40代がやや低くなっている。**

# 牛乳に関する話題との接触

以下にあげた牛乳・乳製品に関する話の中から、あなたがこの2、3年の間で何かの情報に触れたり、人から話を聞くなどして耳にしたことのあるものを、すべてお知らせください。

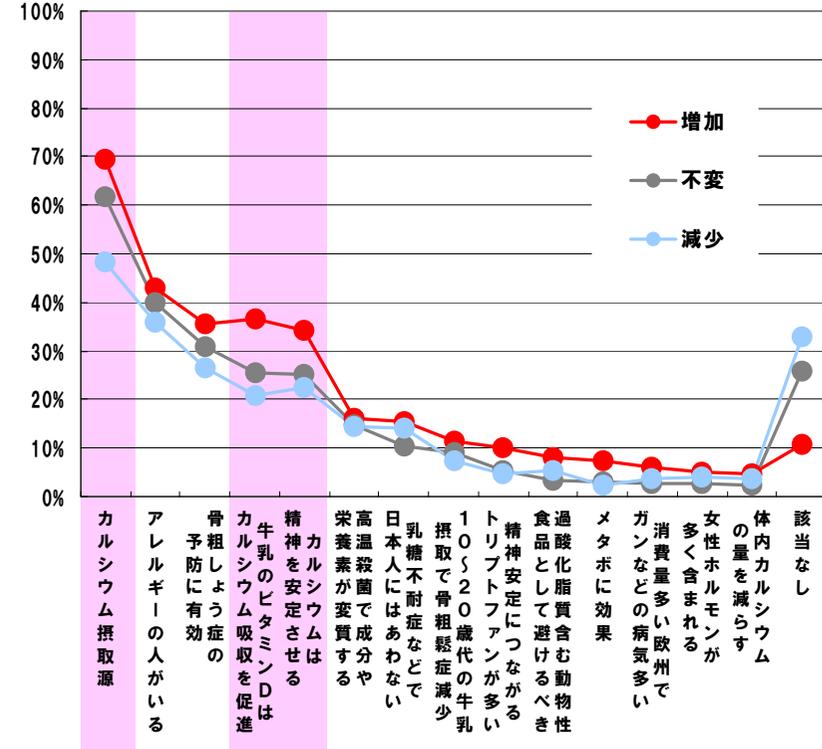
牛乳類飲用（利用）の頻度別

毎日N=3230/週1以上N= 3468/それ以下N= 1916/非飲用N= 1386



牛乳飲用の増減傾向別

増加N= 1729/不変N= 6300/減少N= 1971



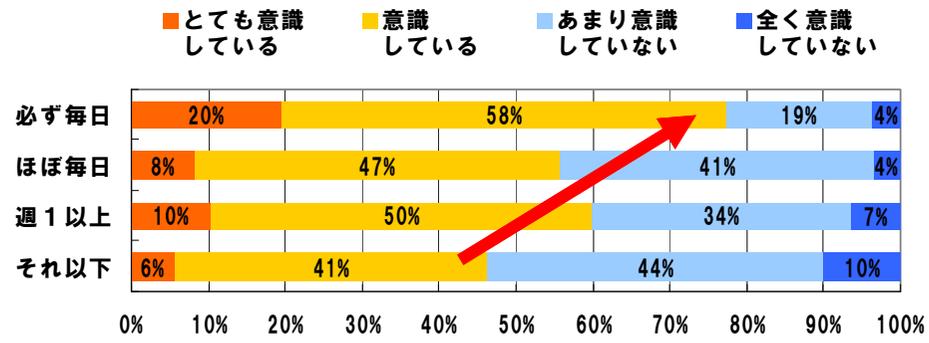
**牛乳をより多く飲んでいる人も、最近、牛乳の飲用が増えた人も  
そうでない人に比べて、  
牛乳のカルシウムにまつわる話題に接触している人が特徴的に多い**

# 母親が子供に牛乳を飲ませたい頻度と子供(家族)に関する健康意識

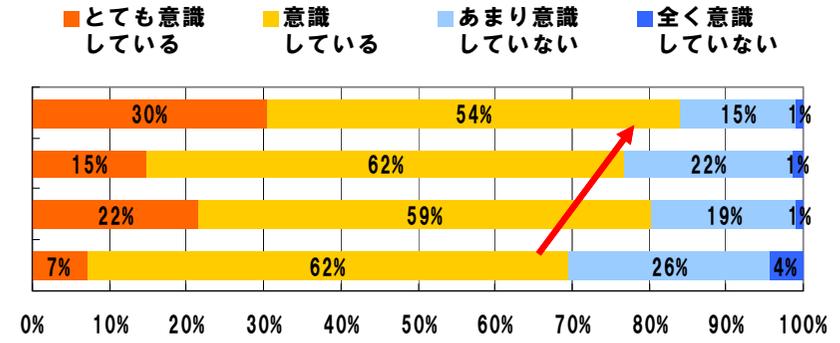
最近のあなたは、お子様やご家族について、以下にあげた「4つの取組」をどれくらい意識していますか

子供に希望する牛乳飲用頻度別

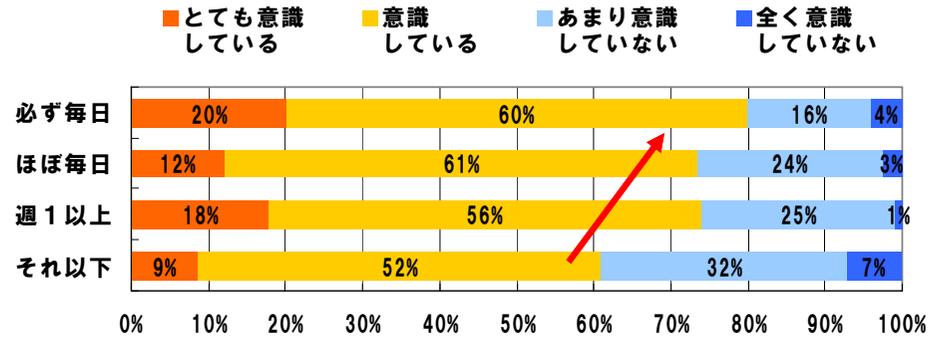
**A** 子供や家族の骨の状態（骨粗鬆症など）を良くすることへの意識



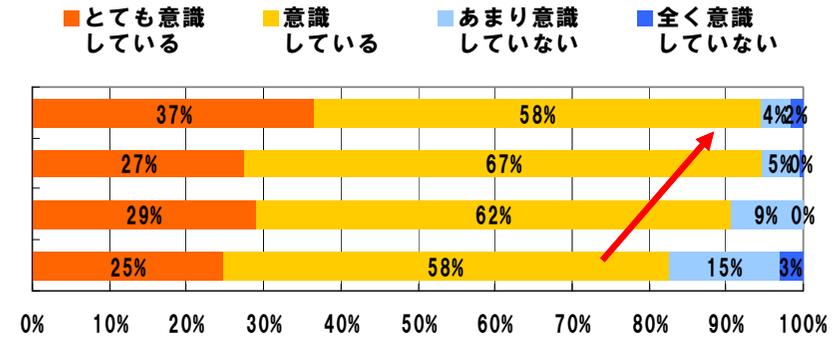
**B** 子供や家族の精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くすることへの意識



**C** 子供や家族の生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善することへの意識



**D** 子供や家族の病気（インフルエンザや風邪など）を予防することへの意識



必ず毎日N=194 / ほぼ毎日N= 230 / 週1以上N= 107 / それ以下N= 69

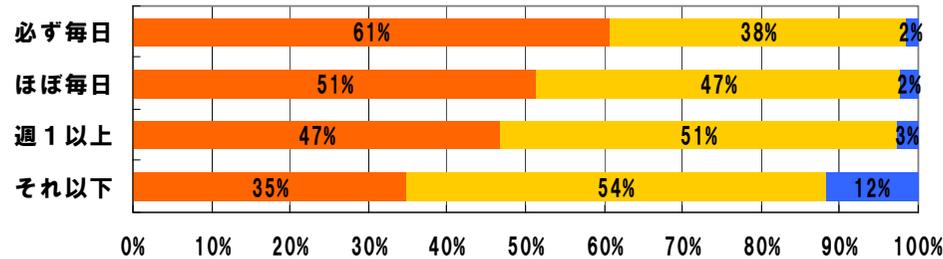
子供により多く牛乳を飲んでもらいたいと思う人は、そうでない人に比べて4大重点訴求機能に対応する子供(家族)の健康に関する意識がどれも高い。中でもとりわけ「骨の状態をよくする」が特徴的に差が大きい。

## 母親が子供に牛乳を飲ませたい頻度と、牛乳の4大重点訴求機能認知

あなたご自身は、牛乳について、以下の「4つの特徴」があることを、どれくらいご存知でしたか。

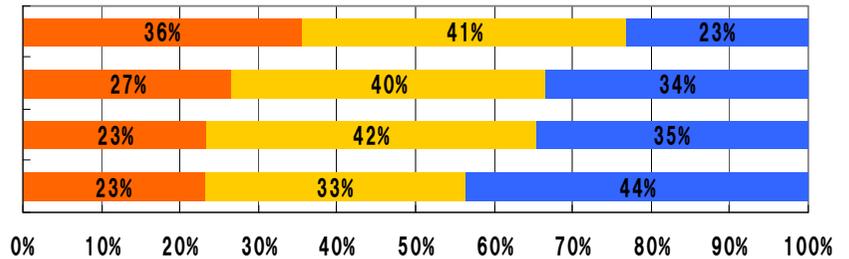
### A 骨の状態（骨粗鬆症など）を良くする効果

■ 確かに知っている    ■ なんとなく知っている    ■ 知らない



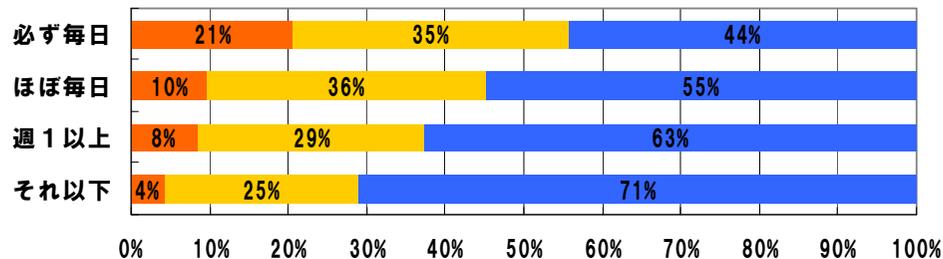
### B 精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くする効果

■ 確かに知っている    ■ なんとなく知っている    ■ 知らない



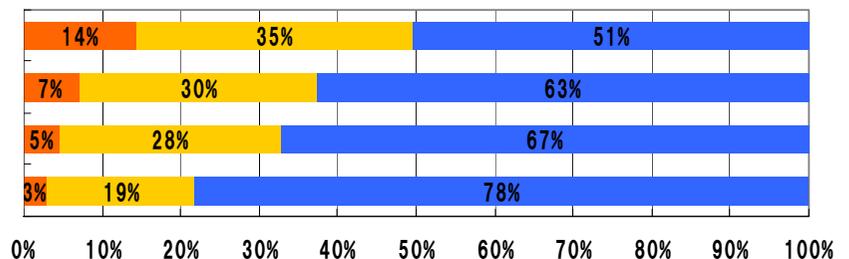
### C 生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善する効果

■ 確かに知っている    ■ なんとなく知っている    ■ 知らない



### D 病気（インフルエンザや風邪など）を予防する効果

■ 確かに知っている    ■ なんとなく知っている    ■ 知らない

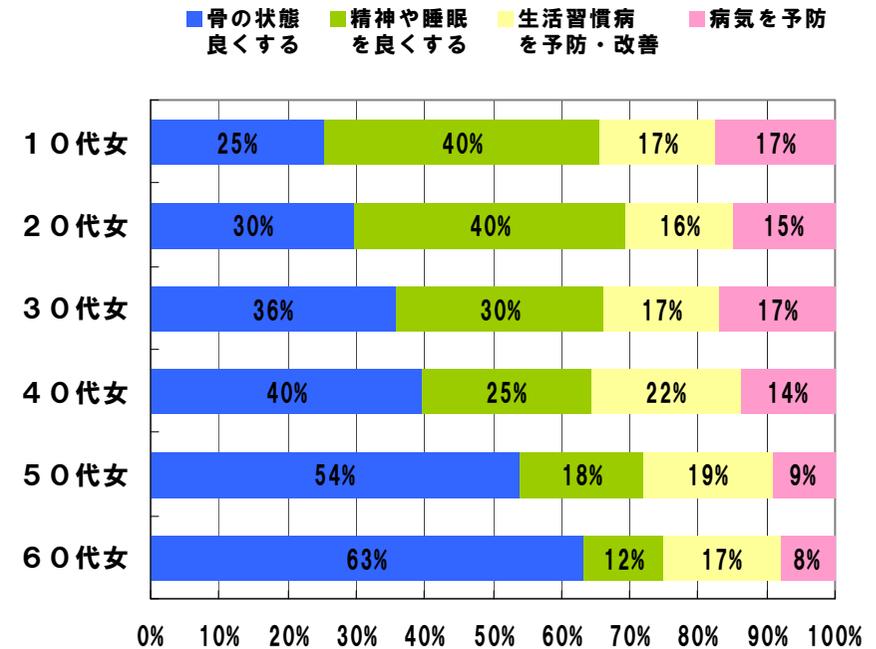
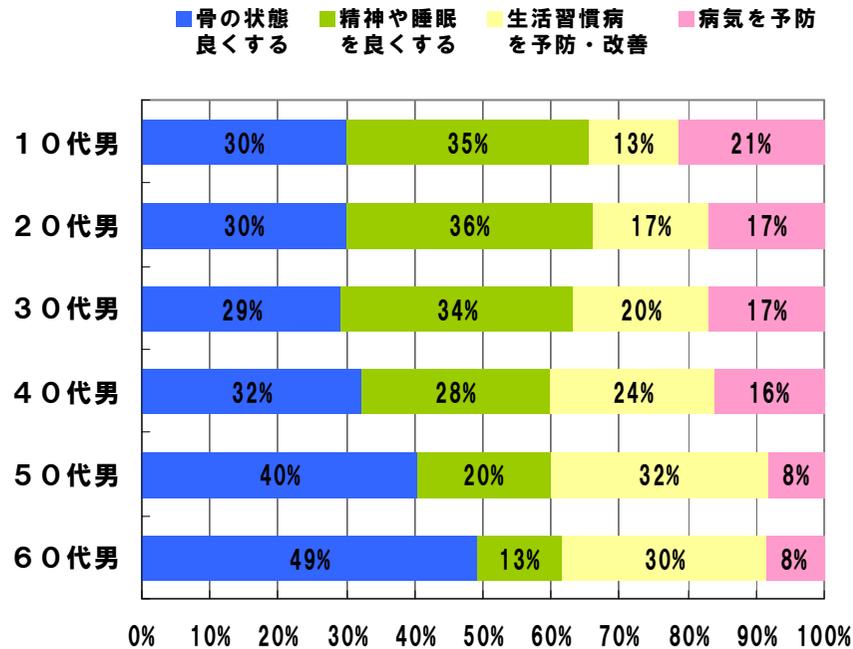


必ず毎日N=194 / ほぼ毎日N= 230 / 週1以上N= 107 / それ以下N= 69

子供により多く牛乳を飲んでもらいたいと思う人は、そうでない人に比べて牛乳の4大重点訴求機能の認知がどれも高くなっている。

## 性年代別／「4大重点訴求機能」に関する魅力の認識

あなたご自身は、以下の牛乳にある「4つの特徴」のうちの、どれに最も魅力を感じますか。  
以下のなかから、あなたに最もあてはまるものをひとつだけお答えください。



10代男N= 350 / 20代男N= 783 / 30代男N= 1028 / 40代男N= 942 / 50代男N= 906 / 60代男N= 989  
10代女N= 334 / 20代女N= 757 / 30代女N= 1004 / 40代女N= 939 / 50代女N= 915 / 60代女N= 1053

**牛乳の「骨の状態（骨粗鬆症など）を良くする効果」は男女ともに年齢が高いほど魅力認識が高くなる。**

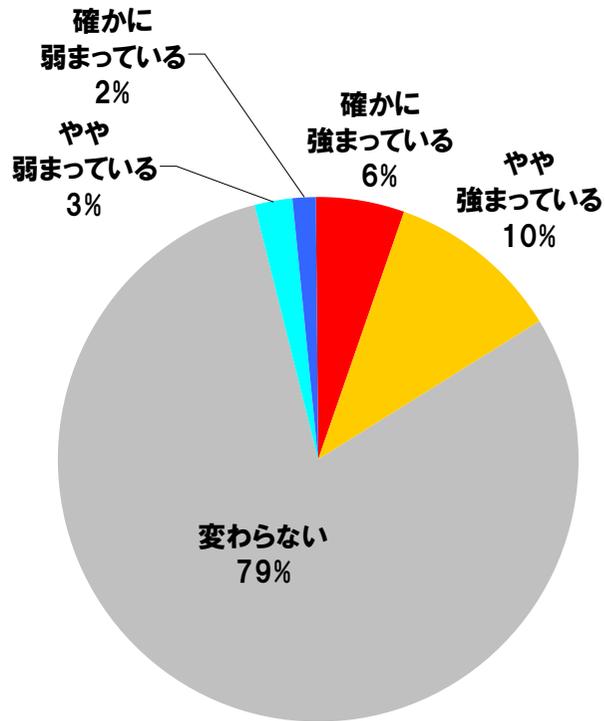
**「精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くする効果」は男女ともに年齢が低いほど魅力認識が高くなる。**

## 5-②

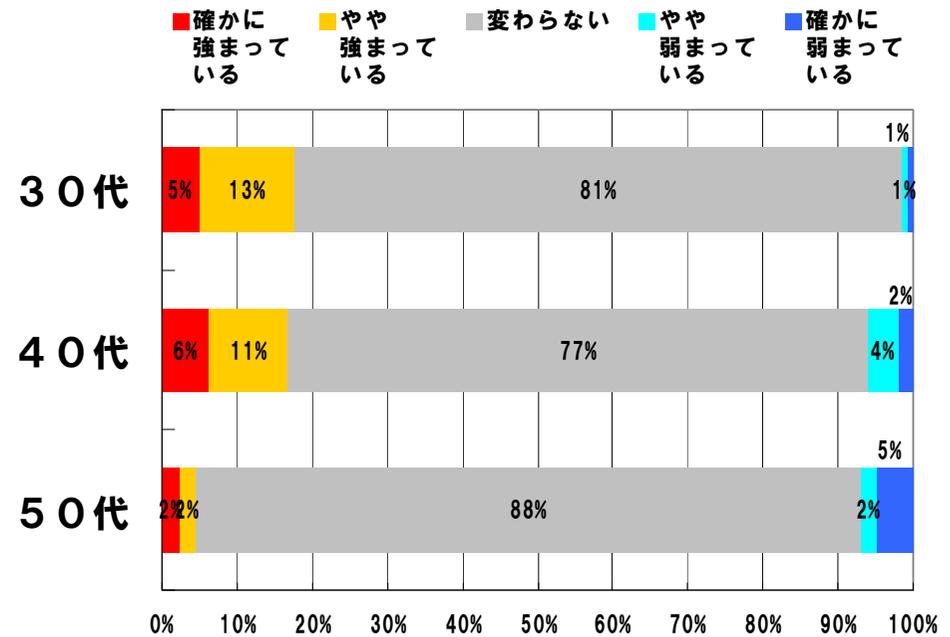
母親における、  
牛乳の「4大重点訴求機能」に関する意識の変化

## 母親が子供に牛乳を飲ませたい気持ちの変化

最近のあなたが、「牛乳」を自分のお子様に飲んでもらいたいと思う気持ちは、以前に比べて強まったり弱まったりしていますか。



子持ち母親N=600



30代N=272 / 40代N=285 / 50代N=43

**3-18歳の子持ち母親の子供に牛乳を飲ませたい気持ちは増加傾向。**

## 母親の子供(家族)に関する健康意識の変化

A

子供や家族の骨の状態（骨粗鬆症など）  
を良くすることへの意識

B

子供や家族の精神状態（ストレス）や  
睡眠の質を良くすることへの意識

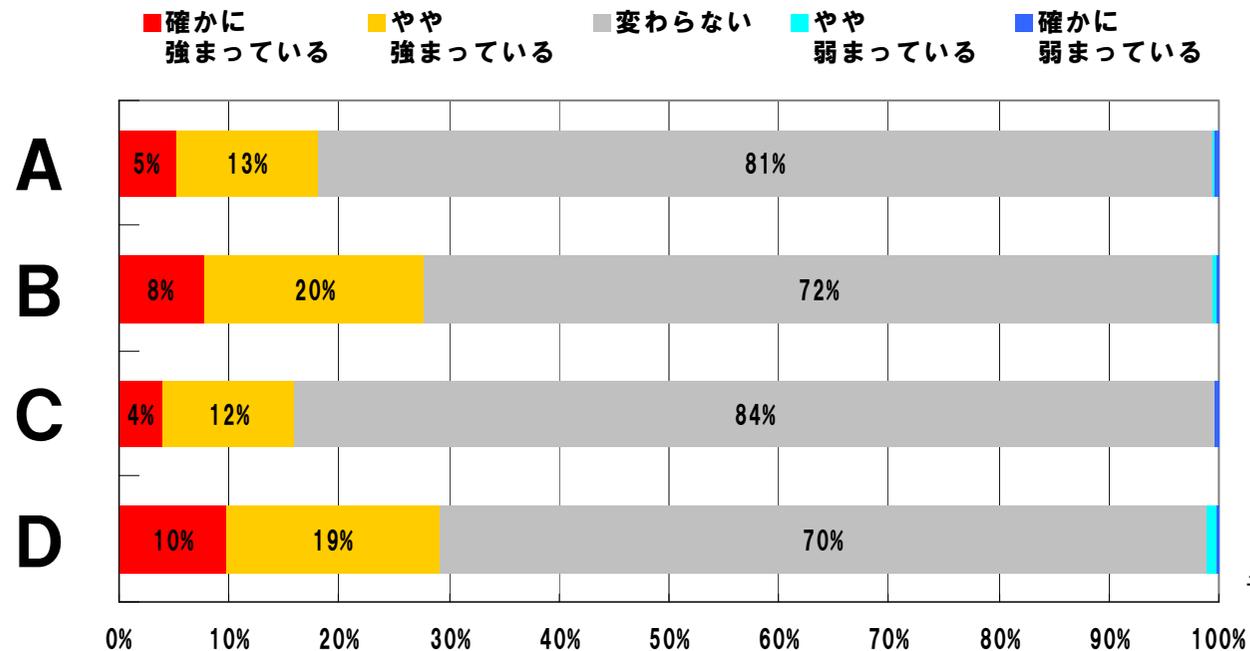
C

子供や家族の生活習慣病（高血圧やメタボなど）  
を予防・改善することへの意識

D

子供や家族の病気（インフルエンザや風邪など）  
を予防することへの意識

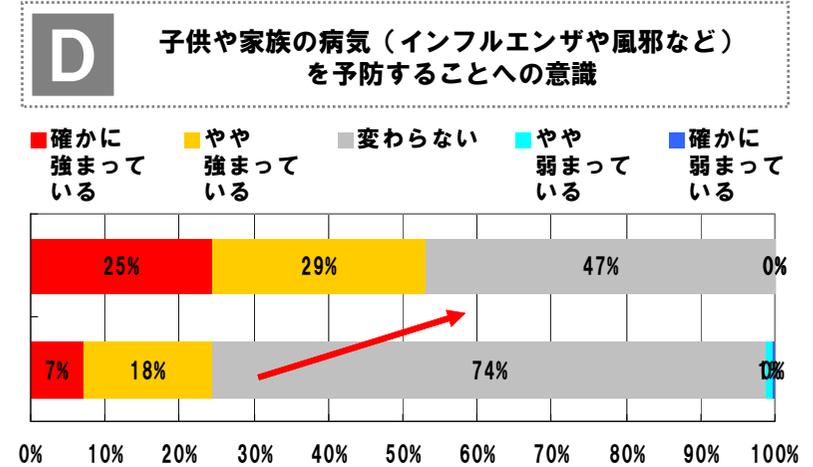
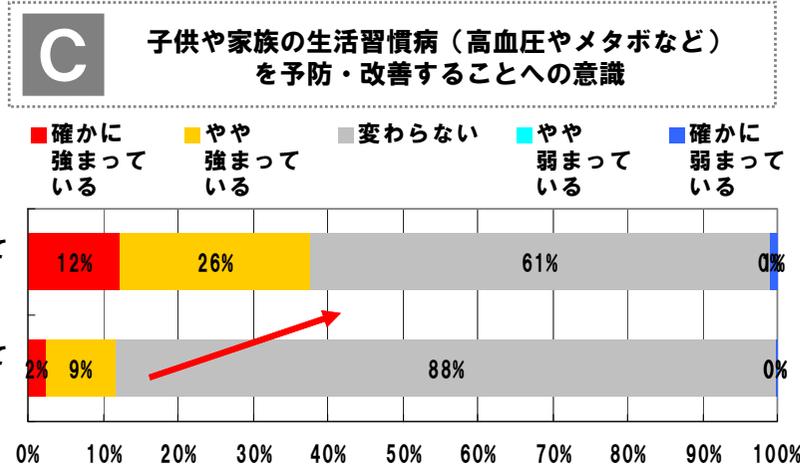
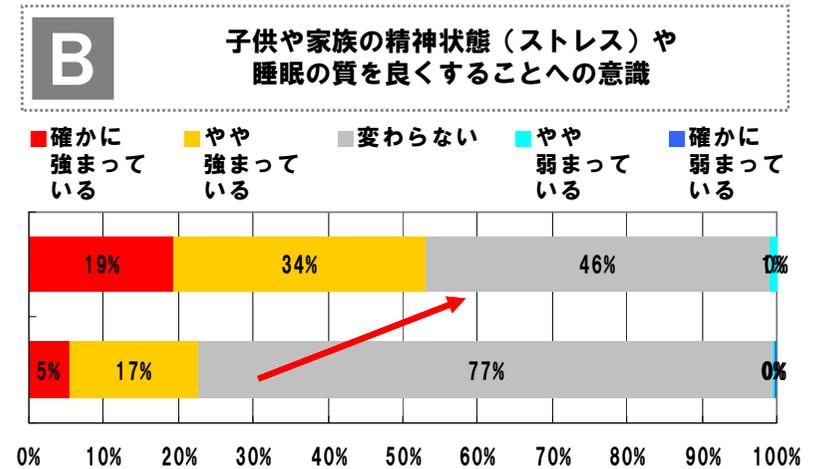
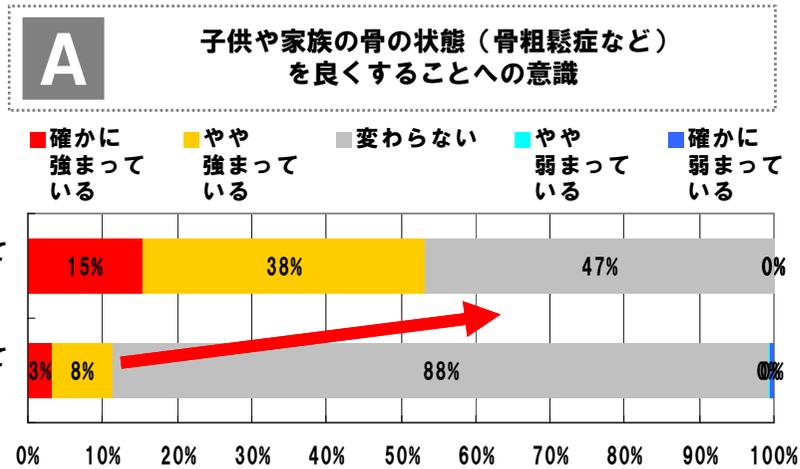
最近、「〇〇〇」という、あなたの気持ちは、以前に比べて強まったり弱まったりしていますか。



3-18歳の子持ち母親全体でいえば、  
4大重点訴求機能に対応する子供(家族)の健康に関する意識のうち、  
今現在、BとDの取り組み意識がより高まっている。

## 母親が子供に牛乳を飲ませたい気持ちの変化と、子供(家族)に関する健康意識の変化

最近、「〇〇〇」という、あなたの気持ちは、以前に比べて強まったり弱まったりしていますか。



強まっているN=98／強まっていないN=502

子供に牛乳を飲んでもらいたいと思う気持ちが強まっている人は、そうでない人に比べて、4大重点訴求機能に対応する子供(家族)の健康に関する意識がどれも高まっている。(なかでもAの取り組み意識が特徴的に高まっている。)

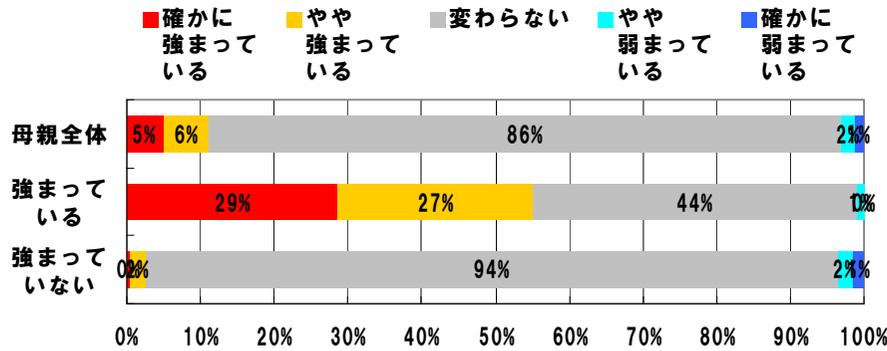
※ 4つの健康意識が強まった理由の具体的コメントは、参考6-④ (P. 126-140)

# 母親が子供に牛乳を飲ませたい気持ちの変化と、牛乳の4大重点訴求機能認識の変化

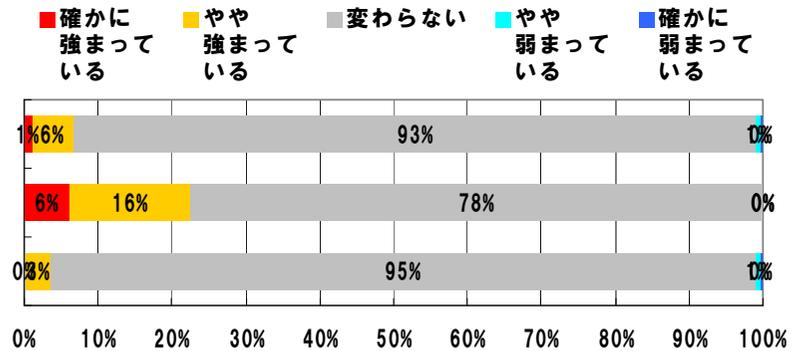
最近のあなたは、牛乳について「〇〇〇」というイメージや認識が以前に比べて、強まったり弱まったりしていますか。

子供に牛乳を飲んで欲しい気持ちの変化別

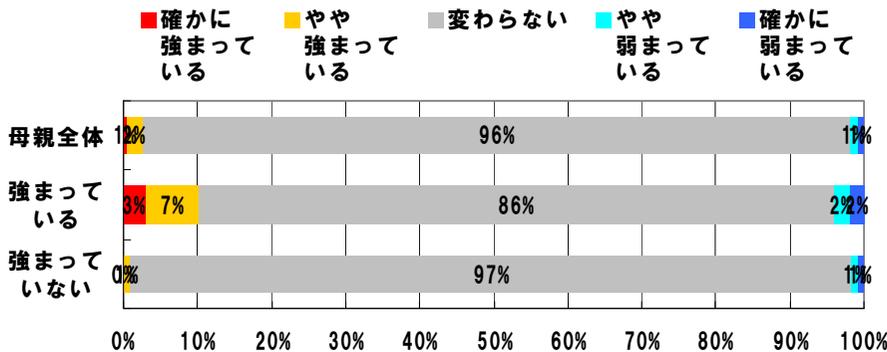
**A** 骨の状態（骨粗鬆症など）を良くする効果



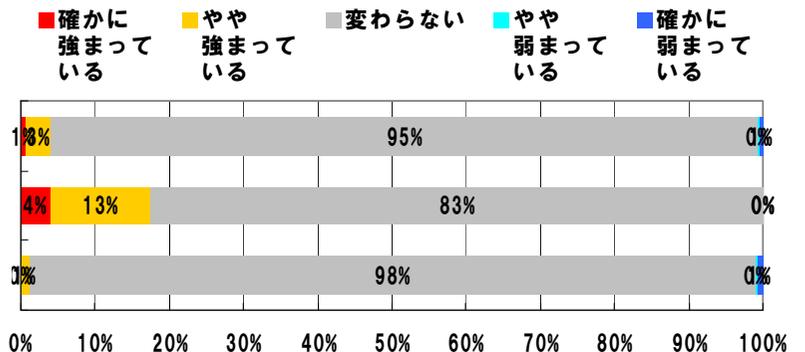
**B** 精神状態（ストレス）や睡眠の質を良くする効果



**C** 生活習慣病（高血圧やメタボなど）を予防・改善する効果



**D** 病気（インフルエンザや風邪など）を予防する効果

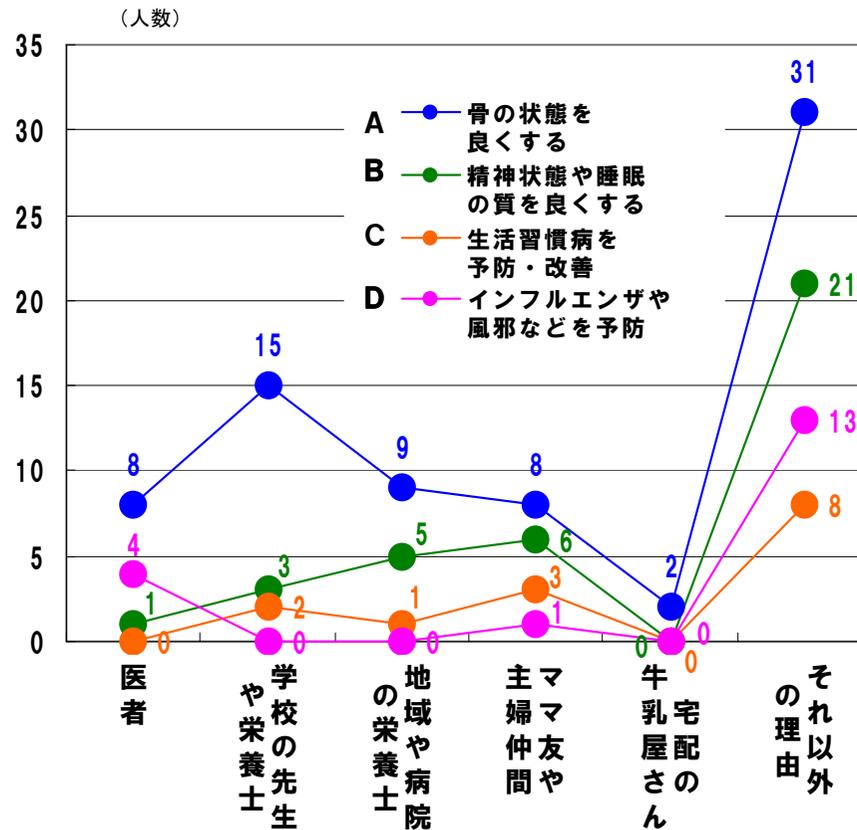


子持ち母親N=600／強まっているN=98／強まっていないN=502

子供に牛乳を飲んでもらいたいと思う気持ちが強まっている人は、牛乳の4大重点訴求機能の認識がどれも高まっている。中でもとりわけ「骨の状態をよくする効果」が特徴的に高まっている。

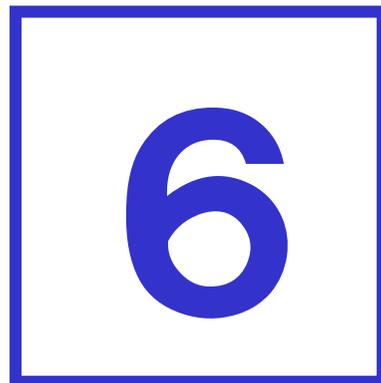
## 母親の牛乳の4大重点訴求機能認識、変化の理由

最近、あなたの牛乳に関する、「〇〇〇〇」というイメージや認識が、以前に比べて強まったのは、どんな理由からですか。



どれも「それ以外」が多いものの、インフルエンサーの影響でいえば  
 Aは「学校の先生や栄養士」、Bは「地域や病院の栄養士」  
 Cは「学校の先生や栄養士」、Dは「医者」が影響している。  
 また、A Bの機能は、ママ友が話題にしやすいこともわかる。

※各理由の具体的なコメントは、参考6-⑤ (P. 141-144)



**参考データ**  
(フリーアンサーコメント集を中心に)

## 6-①

母親は、いかにして子供に牛乳飲用を促しているのか

## 成功した母親の取り組み(30代)

- 30代 もともと牛乳は好きなので、毎日飲んでいましたが、**野球の試合にパワーをつけて活躍するため**と説明して飲ませたら、前より良く飲むようになった
- 30代 **ジュースはほとんど買わず**、毎日、少しずつでも牛乳を飲むことをすすめた。**冬の寒い日などにはココアに牛乳**で作ったらすごく気に入って牛乳がもっと好きになった。今では一リットルの牛乳を二日で飲み終えてしまう。
- 30代 幼稚園に入園してから沢山動くようになり骨を強くしたいと思ったので、**朝食のときに苦手だった牛乳を飲ませる**ようにした。料理でも牛乳を使う料理を食べさせたりしている
- 30代 今、13歳の娘に「今のうちに背を伸ばしておかないと、**成長が止まっちゃうよ**」と教えた。**危機感**を感じたのか、**おやつ代わりに牛乳で作るココア**を飲むようになった。
- 30代 3歳くらいの時に、なかなか飲み物として飲みたがらなかったため、**シリアルにかけたり、ココアを混ぜたり**して牛乳好きにさせてみたら、今ではほっといたら、一日で一パック飲んでしまいそうになる。
- 30代 4歳位の時に牛乳が嫌いで飲まなかったため**コーヒーを少し混ぜたら**飲むようになりました。
- 30代 **寒くなってから、ココア**などを作ってあげるようになり牛乳を使っている。
- 30代 3歳と5歳の子供に「**大きくなれるよ**」と言ったら「**いっぱい飲む！**」とよく飲むようになった。
- 30代 10歳くらいの時、**ココアや、メルミーク**を使い、**飽きずに飲むように工夫**をした。結果、毎日楽しんで自分から飲むようになった
- 30代 4歳の子供に、**運動会前**に牛乳をしっかり飲めば体が強くなって**頑張れるよ!**と
- 30代 2歳のときに**ミロ**を作り、**なにになにくん**コーヒーだと**オリジナル感**を出して与えた
- 30代 牛乳を飲むと元気になるよ。と**風邪のときに飲ませ、元気になった**ので、それ以来、以前より飲むようになった
- 30代 骨が丈夫になって**怪我がしにくくなる**から〜と**幼稚園年長**のときに話した。
- 30代 **背が大きくなる**よっていつから飲むようになった
- 30代 **離乳食から幼児食に切り替える頃**、ミルクから牛乳を飲むよう食卓に出したところ自然と飲むようになった。
- 30代 **義理の弟**が親に似ず、成長期に牛乳をたくさん飲んで、**とても身長を伸ばした**という話をした。
- 30代 12歳の娘に**給食のない日はなるべく飲む**ように言ったらすすんで飲んだ
- 30代 小学3年生の息子に**背を大きくするために**飲みなさいと
- 30代 10歳の娘にもっと**背を高くした**かったら、牛乳を飲むようにいいました。娘も**モデルみたいになりたい**と、飲んでます。
- 30代 6歳の子に牛乳は**体にいい**、と**何度も**いった。
- 30代 3歳になるまでは、牛乳が大好きで、のどが渇くと牛乳の飲んでいたのですが、3歳過ぎたころから**いろんな味の飲み物を覚えあまり飲まなくなり**ました。ある時、**コロコロで硬いウンチ**が出てしまい**お尻が痛**かったようで、牛乳飲んだら**お尻も痛**くなくて、**元気なウンチ**が出るんだよ。と教えると毎日飲んでくれるようになりました

- 30代 夏場ジュースを飲んでいたら**食事を残しがち**になったので、**牛乳とお茶だけに**決めたら**背も伸びた**。
- 30代 **CMでお菓子を牛乳につけて**食べているのを見て、実際にいったら子供が気に入り、CMのお菓子以外でも**似たようなもので行うようになり**飲むようになりました
- 30代 7歳の子どもに**自分の弟**(子どもから見ると叔父)が小さいころから**牛乳が大好き**で飲み続けた結果、**あんなに大きく(180cmくらい)になった**んだよと告げると、僕も大きくなりたい!と毎日飲むようになった。
- 30代 **温めたり**、少し砂糖を入れて**甘くしたり**、**ココア**に入れてみた。
- 30代 日常的に飲んでいるが、**自分が飲むタイミング**で勤めた
- 30代 **お風呂上り**に牛乳をだす
- 30代 5歳になりもっと大きくなるよ**骨丈夫**になるよ**一口ずつ**飲み続けた!
- 30代 5歳くらい〜**コーヒー牛乳**が好きなので、**紙パックコーヒーやシロップ**などを**用意**して牛乳と割って飲ませていた
- 30代 **大きくなりたい**というので、**牛乳パワー**は大切だよと促した
- 30代 一才の子供に牛乳を**飲まない**と**大きくなれない**と**いって**飲ませた
- 30代 3歳になって**保育園に通うよう**になってから**風邪の予防**も兼ねて、**毎朝の習慣**にした。朝食時の飲み物として牛乳を出し、**きちんと飲み終えてから出かける**ようにした
- 30代 **ミルク**等使って、飲みやすく工夫してみた。
- 30代 6歳の子供に、**いろんなスポーツ**ができるようになりたいというのでまずは**体作り**が必要だと話した
- 30代 給食の牛乳をよく残していたが**飲んでいるお友達**は**大きくなるよ**と**脅かしたら**飲むようになった
- 30代 10歳の子どもに、**背が高くなるよ**、と**いって**飲ませた
- 30代 **朝、毎日**のように出していたら**自然と飲む習慣**がついた
- 30代 3歳の子供に**食事のたびに**飲ませている。**元気で大きくなれるよ**と言うと嫌がらずに飲む。
- 30代 15才の子ども**低温殺菌**で瓶詰めの**美味しい牛乳**に**こだわ**ってみた。
- 30代 5歳の子供に、**ココア**など牛乳に何かを加えて飲んだら**美味しい**という事を教えたら、**それにはまった**ので
- 30代 9歳の子供に「牛乳**いっぱい**かってきたから、**いっぱい飲んで**いいよ」と声掛けをした。のどが渇くと牛乳を飲むようになった
- 30代 4歳の子供にお茶の代わりに**温めて**飲ませるようにした
- 30代 **お風呂上がり**の水分補給に牛乳を飲むようにした
- 30代 5歳から**サッカー**を始めたのをきかっけに**意識的に**飲ませるようになった。
- 30代 **風呂上り**に飲ませる
- 30代 一番息子に影響を与えたのは、**便秘**の時に、**朝一で牛乳を飲んだら?**と提案したのが、きっかけです。
- 30代 牛乳は**体にいい**んだよと言ったり**おやつとも合うよ**と言ったら前より飲むようになった
- 30代 13歳の男の子に**バスケット**は**大きい方がいい**と言って
- 30代 3歳の子供で**私が牛乳をたくさん飲んでいる**と飲むようになりました

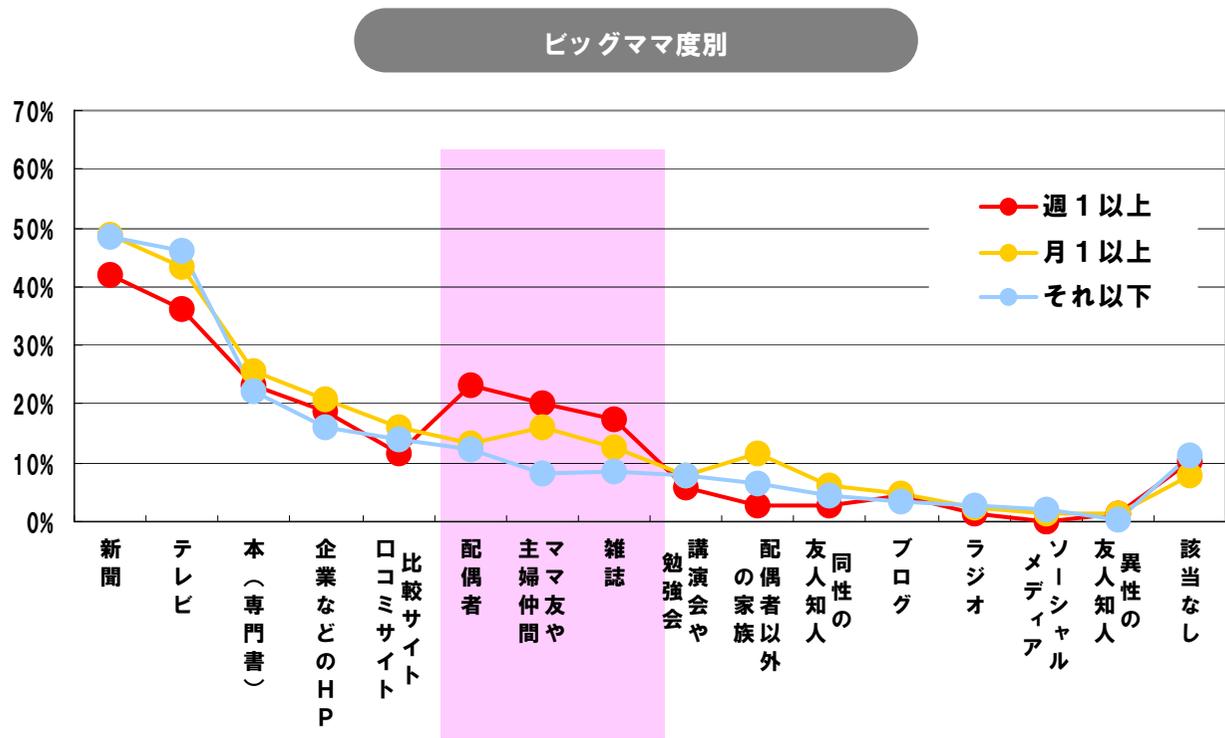
40代	給食で出る牛乳も家で飲む牛乳も牛が一生懸命乳を出してくれたんだよと言いつけた	40代	牛乳を使ったおいしいお菓子などをたべさせた
40代	去年(15歳)のとき、朝、牛乳を飲むように言った。受験を控えていたので。	40代	働きかけるより飲むことを強制しています。
40代	ぐっと身長が伸びたことも弾みをつけたと思うが、とにかく新聞記事でとりあげてあったりしたのが効果的だったと思う。	40代	牛乳があまり好きではない9歳の子供が、イライラしている様子だったので、温めた牛乳にココアを入れてあげたら、「おいしい」と飲んで、気持ちも落ち着いたので、それからは、自分から、ココアちょうだい、というようになってきました。
40代	高校に入った子供に「給食がなくなったのだから家で一日コップ一杯は飲もうね」と働きかけ、少しではあるが飲むようになった気がする	40代	息子が声変わりが始まった12歳くらいから、私も成長期に牛乳を毎日600cc飲んで効果があったので、実体験を話したら飲むようになりました。
40代	まず背が低い事を自覚してもらい、そのために牛乳は欠かせない物であると説明しています	40代	17歳の娘に牛乳瓶に入れて飲みやすくして
40代	12歳のときに背が大きくなりたいと子供が言うようになったから	40代	11歳の子どもが足が速くなりたいと自主トレを始めたので、骨も強くないとケガをするから毎日牛乳を飲むように言ったら、飲むようになった。
40代	身長をのばすため せのびくんと共用している	40代	特に言葉で言ったわけではなく、おやつの際に飲み物を牛乳にする機会を増やした
40代	「牛乳飲んでも太らないんだって」とつたえた	40代	9歳の娘に、給食の牛乳だけでは、必要所要量を採れていないことを示し、おやつなどに乳製品を採るようになってきた。
40代	朝は牛乳をのむとお腹を壊すと敬遠されていましたが夜飲めば、身長がのびると促したところを毎日飲むようになりました	40代	高校生になると、牛乳を飲む機会が減るので、コーヒーに入れてカフェオレにしたり、ココアに入れたりして、飲むようにすすめた。
40代	小学生になって、骨の大切さを勉強したとき	40代	14歳の子供にココアを入れたり、バナナを入れたりして飲みやすいようにしている
40代	おいしい味の牛乳を知った	40代	高校生になってから、牛乳をほとんど飲まなくなったことがありました。以前に比べ便秘がちになり、体力も落ちたように感じました。それまでは給食等で、毎日のように牛乳を飲む機会がありましたが、無くなったことに偶然気が付きました。そのことを、休日の時間がある時に話してみました。そうすることによって、意識的に飲むように、少しずつではありますが、戻ってきたのではないかと感じています。
40代	できるだけおいしい牛乳の購入。	40代	12歳の娘に背が伸びる時期に牛乳飲んでカルシウムの補給をしないとスカスカの骨になって転んだら骨折するようになると困るから飲もうと誘った
40代	駅伝選手に選ばれて、先生に炭酸等のソフトドリンクを禁止された。	40代	抹茶ラテを牛乳で飲ませてみたりして、「おいしく飲める」ことをアピールした
40代	娘が高校に上がった頃、もっと背が伸びたらいいと言ったので、牛乳を勧めた。	40代	18歳の娘に、カルシウムがとれるし体の成長に大切で、便秘も予防できると進めた
40代	ココアや牛乳に溶かして飲むものを勧めたらより飲むようになった。	40代	小学生の時に牛乳を使った料理やお菓子を作った
40代	10歳くらいから、牛乳の働きを詳しく説明すると、飲むようになった	40代	9歳と12歳の子供たちの前で率先して自分のんだり、調理している過程を見せて、牛乳が味を左右することもあるんだと話して聞かせた。
40代	給食が無くなるとなかなか飲む機会が減るのでココアなどを作る	50代	夜寝るときに牛乳を飲むことでぐっすり眠ることが出来るし怖い夢を見ることもないと幼少時代にいいながら飲ませる習慣をつけたことで寝る前のホットミルクを欠かさず飲むようになった
40代	子どもが中学生の頃、「カルシウムが取れるし、イライラが収まるよ」と言った。	50代	牛乳だけではなかなか飲まない。ココアや、コーヒーミルクにしたら意外と飲むようになった。糖分は気になるので、できればオリゴ糖と一緒に飲ませたい。
40代	小学一年生ときから セノビックを飲ませるようになったので 必然と牛乳を毎日飲むようになった	50代	中一のとき背が低かったので、牛乳飲んで運動したら背が伸びると教えると、たまたまそういう時期だったのかその通りにすると少し効果があって(もともと運動は好きな方)やっぱり効果が見えたので、自分から飲むようになった。
40代	おやつのお供に飲むとおいしいと伝えた		
40代	小さいときから、朝晩食事のあとには必ず牛乳を飲むよう習慣づけた。		
40代	7歳くらいからとにかく飲ませた		
40代	頭がよくなると言ったら、毎日欠かさず飲むようになった		
40代	高校生の娘に、給食がないぶん、一日に一度は牛乳を飲むように		
40代	長女が一年前に足を骨折、この春に腰椎剥離をしたので、できるだけ骨を丈夫にしようとして牛乳をなるべく摂らせるようにした。学校の給食がない日はその分家で定期的に飲ませるようにした。		
40代	13歳の娘が、少し身長が伸びた事は牛乳からカルシウムを摂取しているからだよ、とたとえを言った事により、もっと身長を伸ばしたいという意識がでて、それでは毎日飲もうという気になりました。		

## 6-②

### 母親の各情報メディアに対する質的評価

### 3-1 8歳の子を持つ母親のメディアに対する質的評価①(ビッグママ度別)

以下にあげた情報源や人物のなかから、あなたが「**正確で詳しい情報を得る**」のに向いていると思うものを、上から3つお知らせください。



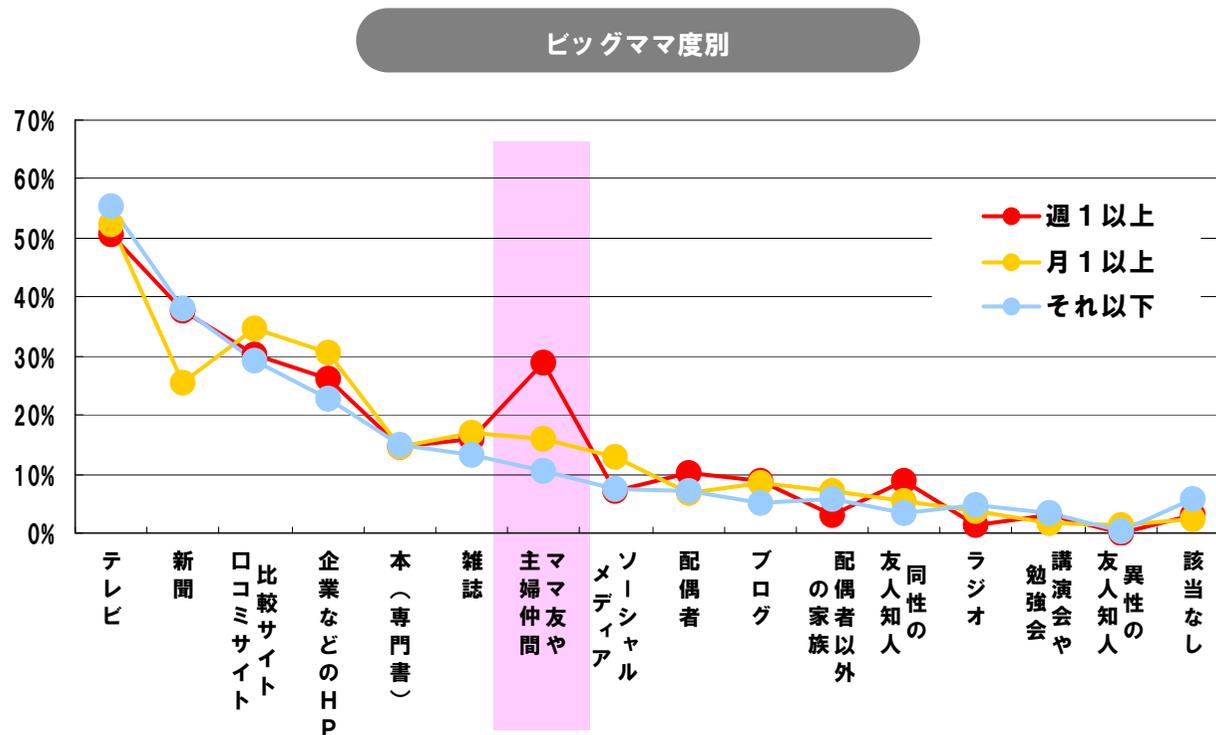
週1以上N= 69/月1以上N= 164/それ以下N= 367

「3-1 8歳の子を持つ母親」から見て、  
 「**正確で詳しい情報を得る**」のに向いていると思われる情報源トップ3は、  
 1. 新聞 2. テレビ 3. 本(専門書)

ビッグママ度が高い母親は、  
 それに加えて「配偶者」「ママ友」「雑誌」の評価が高い。

### 3-1 8歳の子を持つ母親のメディアに対する質的評価②(ビッグママ度別)

以下にあげた情報源や人物のなかから、あなたが「**様々な情報を効率的に得る**」のに向いていると思うものを、上から3つお知らせください。

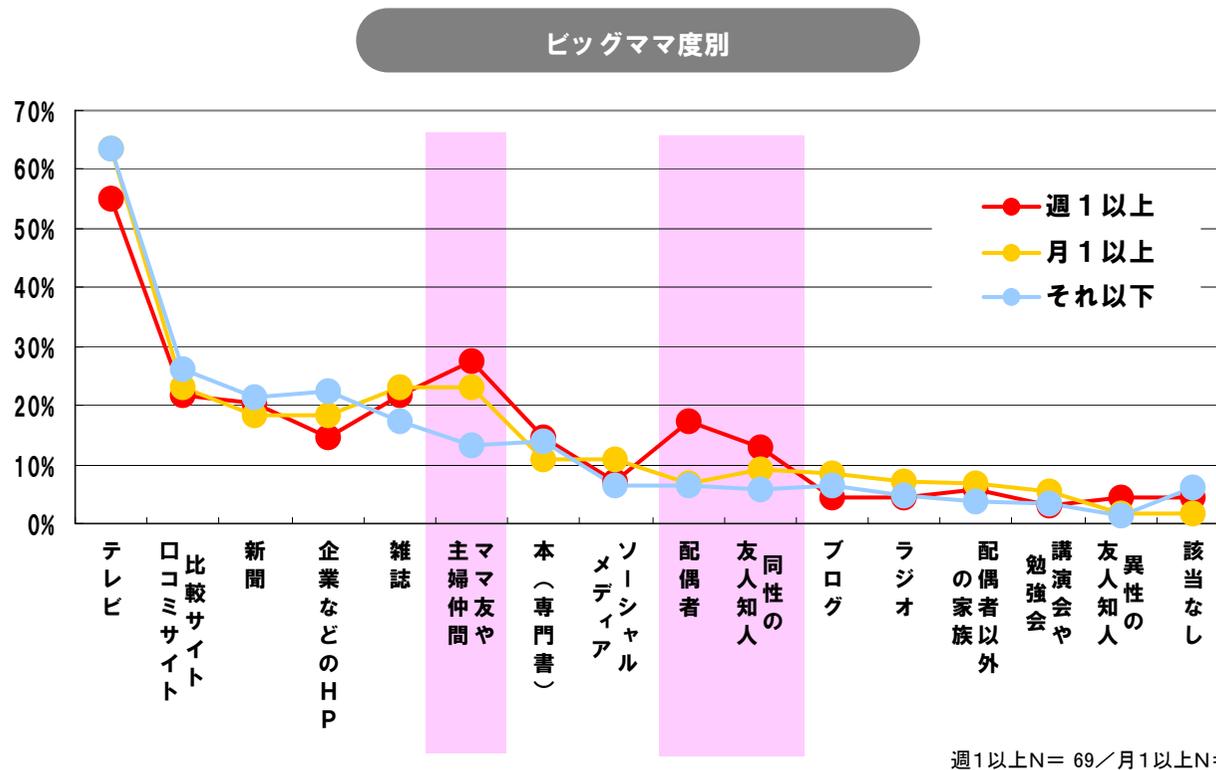


週1以上N= 69/月1以上N= 164/それ以下N= 367

「3-18歳の子を持つ母親」から見て、  
 「様々な情報を効率的に得る」のに向いていると思われる情報源トップ3は、  
 1. テレビ 2. 新聞 3. 口コミ/比較サイト  
 ビッグママ度が高い母親は「ママ友」の評価が特に高い。

### 3-18歳の子を持つ母親のメディアに対する質的評価③(ビッグママ度別)

以下にあげた情報源や人物のなかから、あなたが「**情報を楽しくわかりやすく得る**」のに向いていると思うものを、上から3つお知らせください。

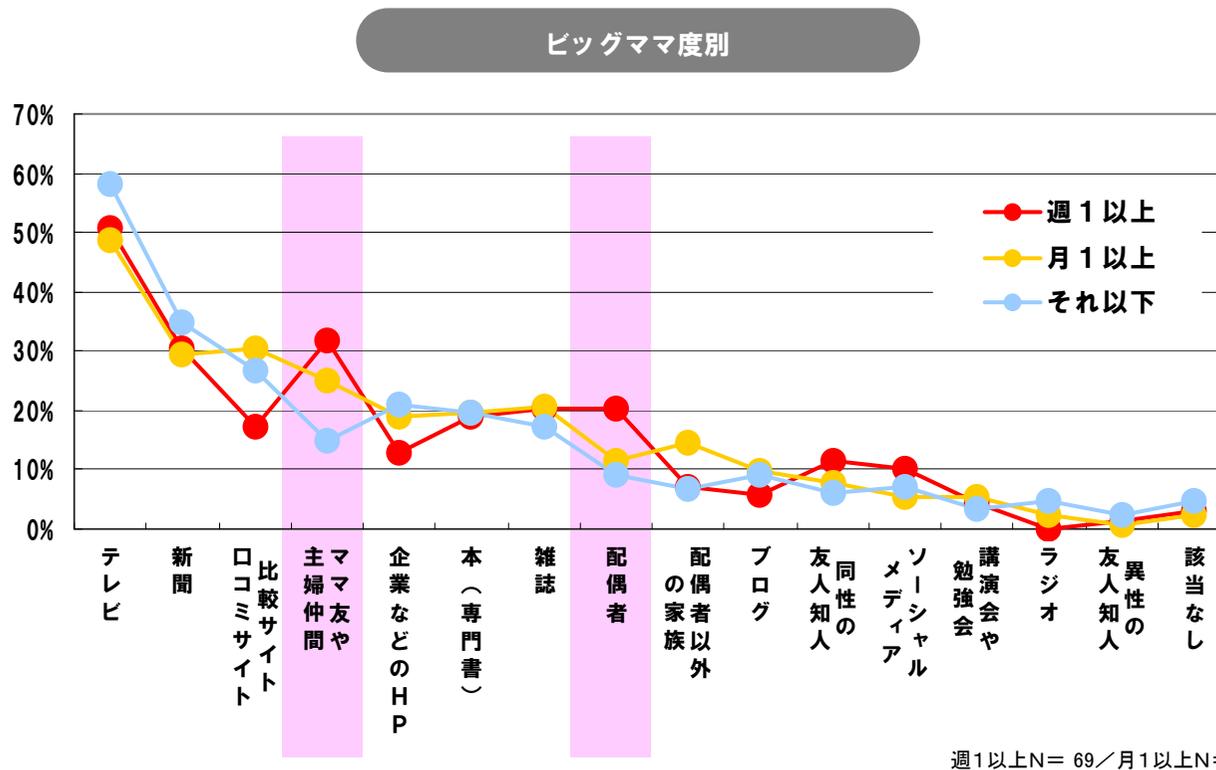


「3-18歳の子を持つ母親」から見て、  
「**情報を楽しくわかりやすく得る**」のに向いていると思われる情報源は、  
**テレビが圧倒的**

ビッグママ度が高い母親は、  
それに加えて「ママ友」「配偶者」「同性の友人知人」の評価が高い。

### 3-1 8歳の子を持つ母親のメディアに対する質的評価④(ビッグママ度別)

以下にあげた情報源や人物のなかから、あなたが「自分の役に立つ情報を得る」のに向いていると思うものを、上から3つお知らせください。

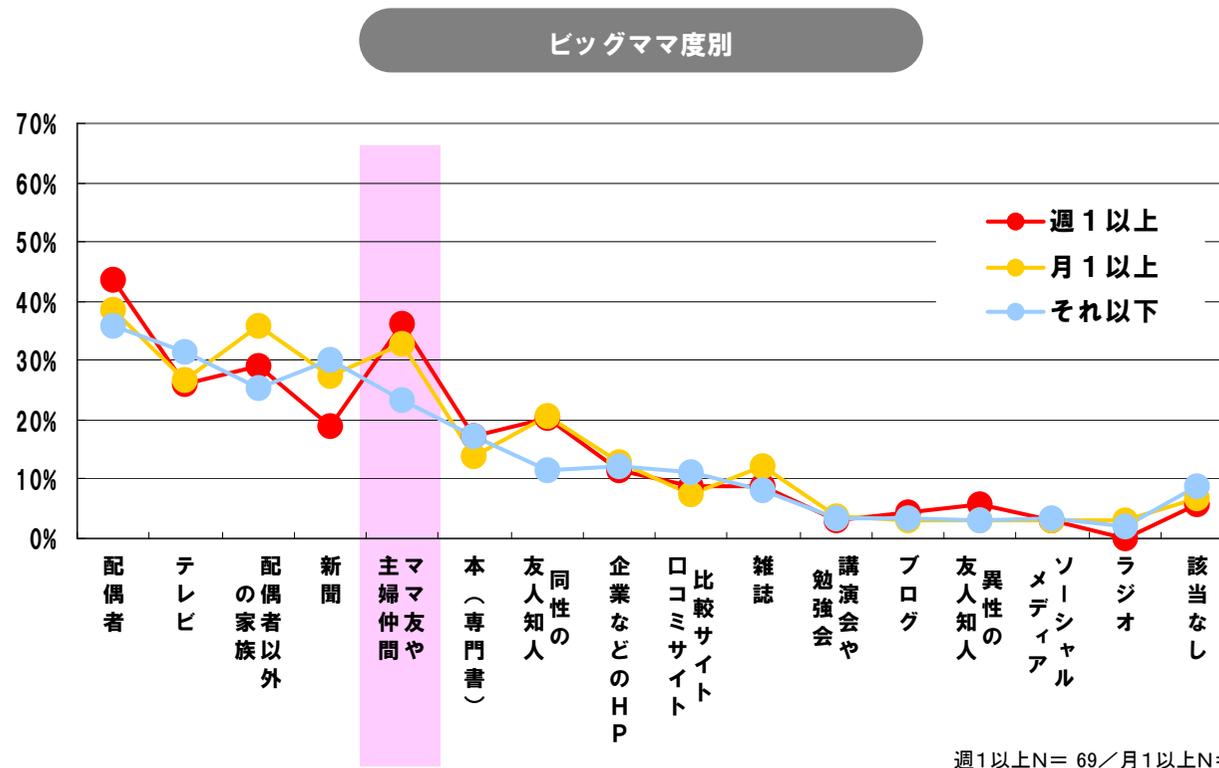


「3-1 8歳の子を持つ母親」から見て、  
「自分の役に立つ情報を得る」のに向いていると思われる情報源は、  
1. テレビ 2. 新聞 3. 口コミ/比較サイト

ビッグママ度が高い母親は、  
それに加えて「ママ友」「配偶者」の評価が高い。

### 3-1 8歳の子を持つ母親のメディアに対する質的評価⑤(ビッグママ度別)

以下にあげた情報源や人物のなかから、あなたが「**信頼し、心を許して情報を受け取ることが出来る**」と思うものを、上から3つお知らせください。



「3-1 8歳の子を持つ母親」から見て、  
「**信頼し、心を許して情報を受け取ることが出来る**」と思われる情報源は、  
1. 配偶者 2. テレビ 3. 配偶者以外の家族

ビッグママ度が高い母親は、  
それに加えて「ママ友」の評価が高い。

### 6-③

母親に対する各メディア・人物の影響が変化した理由

比較・口コミサイト	30代	楽しくて読みやすいサイトが増えている	40代	やらせとかあったが、一つのサイトだけではなく、沢山のサイトを見て、判断して
	30代	便利だから	40代	一番率直な感想や使い心地がわかるから。
	30代	消費者の目で見たと、公平な視点の意見が見れるから	40代	パソコンに向かう時間が増えた
	30代	@コスメのサイトを見つけてから、毎日見るようになったので。	40代	クチコミをよく見ている。
	30代	テレビを見る時間を減らした分 パソコンの前にいることが多くなった	40代	広くアイデアを集めることができるから
	30代	口コミサイトを参考にし始めた	40代	ネットからたくさん情報をとれるから
	30代	どんなことでも、事前に知識をつけておくくせがついた。	40代	クチコミのいいものを買いたいから
	30代	実際にインターネット上で商品を購入することが多くなってきているので、商品ページ	40代	利用者からの情報を直接得ることができるから。
	30代	実際にインターネット上で商品を購入することが多くなってきているので、商品ページ	40代	インターネットでの購入が増えたため
	30代	値段を比較したり、売っている場所をさがせたりするから	40代	広告やパンフレットではわからない情報が得られるから。
	30代	ネットで買い物をするようになって、実際見ていないものを買うためにクチコミを見る	40代	製品の比較やクチコミ情報を閲覧できるサイトは、以前より本当に待ち望んでいま
	30代	ようになったのをきっかけに、そういうサイトを使うようになったので。	40代	た。見やすいですし、大変わかりやすい、とてもよくできたサイトだと思います。
	30代	情報が役立つ事が多かった	40代	欲しい商品を購入して後悔したくないので同じ購入者の口コミは必ず見るようにして
	30代	実際に使っている人の意見を聞くことができるので購入まえには検索して調べる事が	40代	います。口コミを見てから購入すると失敗は今のところないので増えています。
30代	多いデス	40代	スマホにしたから	
30代	口コミ、評価をあてにしてしまう	40代	有益な情報があふれているためチェックせずに損をしたくない	
30代	何かを買おうとしているときに、よりいいものを選びたいと思うから。口コミを見てか	40代	パソコンを買ったのと、友達に口コミサイトは参考になると教えてもらったから	
30代	ら検討するようになった。	40代	簡単に調べられるし、口コミがとても参考になる。	
30代	実際に使用した人のクチコミ等の情報が一番信憑性があると思いだめたので	50代	何かを買うときには取り敢えず、製品の比較をする。	
40代	クチコミが酷評だったりすると信頼できる	50代	ある程度信憑性を判断する力が自分についたと思うので。	
企業ホームページ	30代	企業のホームページが充実してきているからだと思う	40代	商品の情報はやはり作っている企業が一番情報が多いと思う。
	30代	今は、どの企業もHPを持っており、手軽に情報収集ができるから。	40代	インターネット環境が格段に向上し、各家庭で手軽に利用できるようになったからだ
	30代	いつでも正確な情報をたくさん得られる	40代	と思います。月々定額料金になり、その料金さえ支払えば、インターネットし放題に
	30代	ポイントサイトのメールマガジンで良い商品が紹介されていたりするので。	40代	なって拍車がかかったように思います。
	30代	企業のHPの量や質が格段に充実しているから。欲しい情報を欲しいときに欲しいだ	40代	PCを使うようになった。コココーラなど遊びながら応募できるし、メールで知らせてくれ
	30代	け見れる。非常に便利なツールだと思う	40代	るから。
	30代	@コスメを見るようになってから、企業のホームページへアクセスが増えたので。	40代	いろいろな企業のホームページを読むのが多い。気になっているものが、すぐネットで
	30代	気になったらすぐに見れるので。信頼できる。	40代	見れるから楽しい。
	30代	パソコンを持つようになった	40代	地震以来いろいろしりたいと思うようになったから
	30代	本や雑誌などを買ってきたり、選んだりする手間がないことが最大の魅力でしょうか。	40代	知りたい情報が自分の都合で確認できる
	30代	でも、ネットで見て比較検討し欲しい本や雑誌等をすぐに手に入れるためにも活用し	40代	さまざまな企業がホームページからいろんな役に立つ情報を発信することが増えてい
	30代	ています。	40代	ると思う。
	30代	i-phoneを使用するようになってHPを見やすい環境になった	40代	最近の例では、ヨーグルトに注目しており、その栄養価や詳しい内容をえる為には、
	30代	スマートフォンを持つようになって、どこからでもアクセスしやすくなったため。	40代	企業のホームページを訪問するの的確に早く情報を収集することができるため。
30代	自分が使っている商品を検索する回数が増えました。一度検索すると色々な事を知	40代	商品の説明や、それを使った調理の仕方などが載っていたり、情報が盛りだくさんに	
30代	ることが出来るので為になるだけでなく楽しくなってきました。	40代	なっている。	
30代	以前はしていなかったが、手軽に情報収集出来ることを知ってからは活用している。	40代	今の時代は、どこの企業もホームページで情報を発信しているので、知りたい情報が、	
40代	パソコンが好きなとすぐに情報が得られるから	40代	見たいときいつでも見られるようになったからだと思う。	
40代	インターネットをする時間が多いので、詳しいことを企業HPをみることが多い	50代	パソコンに向かって仕事をする事が多いから、空き時間にみる。	
40代	正確な情報が載っていると思うから	50代	気になることがあると企業のホームページで検索するから	

比較・口コミサイトは生活者目線の情報を評価(主婦は情報の真贋・価値を自分なりに評価できる自信を持ってきている)。企業ホームページは、主婦の詳細情報を求める気持ちの高まりに応じて高評価。両者とも、スマートフォンによりアクセスが容易になった点も影響。

ママ友・主婦仲間	30代	情報交換の最大の場	40代	友達は親身になって相談を受けてくれますし信頼もしていますので一番聞きやすい相談しやすい信頼のおける友達達なので
	30代	ママ友と会話したり、みんなで遊びに行く機会が増え、情報が多く入るようになったり、みんなで購入したりすることが増えたから。	40代	前向きな友人が出来たから
	30代	お互いがマイブームになっていることを教えたりすることが増えてきたので、そこで興味を持ったことは実践しているから。	40代	子供2人、同じ学年を持つママが多いので受験の話や塾の話、趣味の情報をお互いする。
	30代	子供が幼稚園に入って、知り合いが一気に増えたので。	40代	料理好きの友だちが増えた
	30代	子供が幼稚園に通うようになって他のママとの交流が増えたから	40代	地区の役員を引き受けてママ友に会う機会が増えた為
	30代	食に詳しい母と知り合ったから	40代	よく友達とランチに行くことがあり、集まる機会がふえたので
	30代	子供成長とともに交流関係が広がったため	40代	子供が幼稚園に通うようになり、情報交換の話をする時間が以前より増えたので
	30代	月に1回くらいママ友でランチする機会ができたので。	40代	子供が幼稚園に入り、ママ友が増えた
	30代	子供が幼稚園に行き、友人が増えたから	40代	メールや会って直接いろんな話をしているので情報がたくさん得られる
	30代	同じ状況の友達だと正確な、わかりやすい情報が入るから	40代	子供の学校で、よくママ友と集まったり食事をする機会が増えたから。情報交換をよくするようになったから。
	30代	幼稚園のママ友が増えてきた	40代	子供が幼稚園に通うようになったので、先輩ママにいろんなことを教えてもらえる
	30代	近所の話や、いろいろな口コミを知ることで、つながることができる。	40代	友達と最近ヨガなどの習い事に通ったり、ショッピングと一緒にいたりする機会が増えたので。
	30代	同じ子供を持つ親なので分かり合える事が多く、ためになる情報が多いので。	40代	分からないことや知りたいことは聞く
	30代	幼稚園のママ友が増えて話をする機会が増えてから	40代	ママ友での集まりが多くなったので
	30代	ママ友の情報で地域の情報や店の情報をきけたりする。	40代	十人十色のやりかたがあったら、役立ちそうなものが必ずある
30代	子供が大きくなってきてママ友とも良く会うようになった	40代	色々な集まりに出るようになった	
30代	子供が保育園に入り人に接する事が増えたから。	50代		
30代	子供のクラブ活動が始まり、親同士が顔を合わせる機会が増え、会話が増えたため。			
テレビ	30代	受動で情報を得られる	30代	子供が大きくなって見る時間が増えた
	30代	簡単に情報が得られるため	40代	健康番組に興味になかったが、体の症状が気になった事があった時、たまたま放送されていた番組の内容が興味があった事だったので、健康情報番組をみるきっかけになりました。
	30代	家にいる機会が増えたから	40代	震災、異常気象、景気低下についてテレビからの情報発信が多くなったので見る機会が多くなりました。
	30代	いつもつけっぱなしなので。	40代	家事をしながら見れるので
	30代	毎日テレビは欠かさず見ているから。	40代	料理やレシピ番組がすきだから
	30代	仕事がないので、テレビをつけっぱなしにしてしまい...見てる	40代	情報番組が増えていて色々な知識が新たに入ってくるが多くなったから
	30代	なんとなくテレビをつけている時間が増えている気がするから。	40代	つけっ放している
	30代	津波が来てから、頻繁にテレビの情報を見ることが多くなった。情報が一番早い	40代	良い情報番組が前より増えているように思うから
	30代	昔と比べて、ケーブルテレビなどの普及によって地方にいながら他県の情報番組を見ることが出来るようになりそれにより、得られる知識も増えてきているのが原因だと思います。またインターネットの手に比べ、リモコン一つで情報を得られるのはやはり何者にも変えがたいアイテムです。	40代	生活に必要なことを内容にしているから
	30代	子どもが幼稚園に入り、一人でTVを見る時間が増えた	40代	ながら見ることが増えたので。
	30代	情報番組が増えているから	40代	震災後にエネルギー問題や食の安全問題にがより気になるようになったから
	30代	バラエティ風の情報番組が増えているから	40代	午前中家に居ることが増えて、テレビの情報番組を見る頻度が高くなっているの。
	30代	退職し、テレビを見る機会が増え料理番組をよく見るので。	40代	子供の成長と共に、自分の余暇の時間が持てるようになったので、テレビも見ることが増えたから
	30代	日常で話題になっていることが、比較的早く取り上げられることが多いと思う。	50代	BSでいろいろな国のニュースを見るようになったから。
	30代	原発事故が直って敏感になったから	50代	色々な役に立つ情報を発信する番組が増えたから
30代	最近では体調の変化が気になり、昔よりも健康に関する情報番組を見る機会が多くなったから。世界中のレアケースを知る事にも興味があるから。	50代	情報を得るための番組を見る事が増えた	

ママ友・主婦仲間はズバリ母親目線で有益な情報を得られる点を評価。そこには会話や食事自体の楽しみが伴っている。テレビは特に情報番組が改良されていると評価。震災以降、いち早く状況確認ができる「ながらメディア」として存在感UP。どちらも、子供の入園や進学タイミングで影響が増大。

## 各メディアからの影響が減少した理由

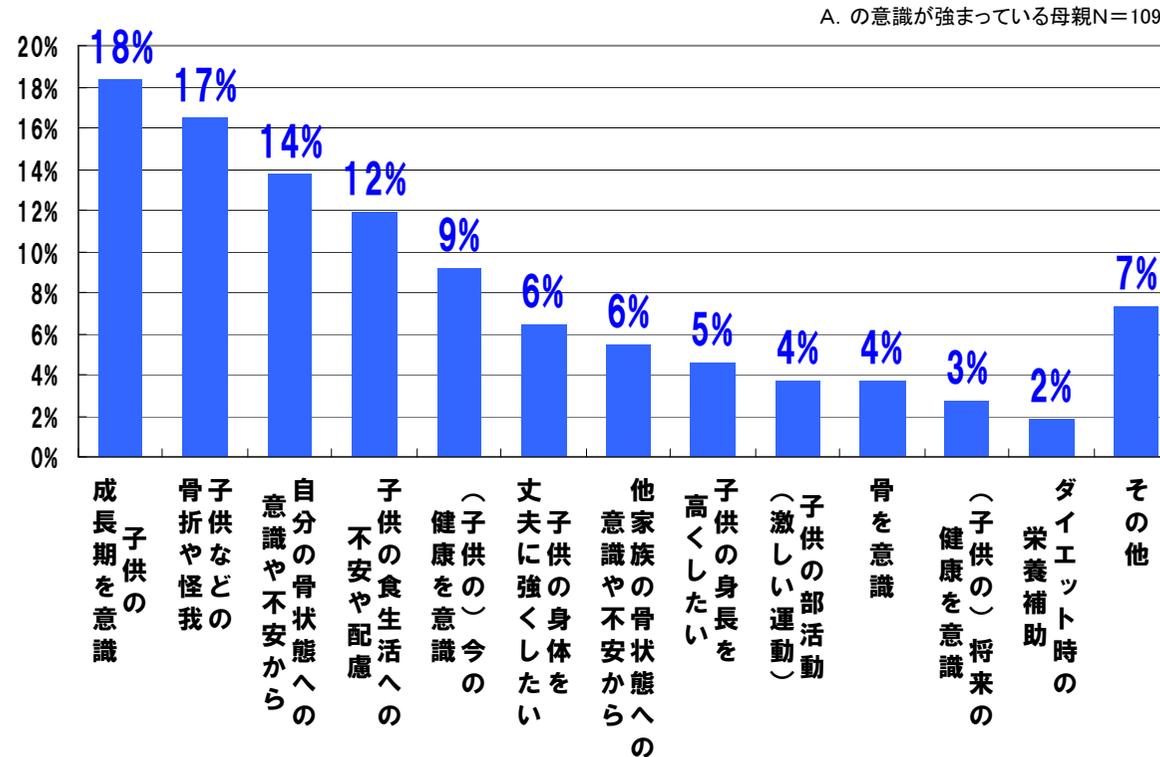
<b>雑誌</b>	30代	お金がかかるのであまり見ない	30代	週刊誌などはおもしろ半分や確かな情報じゃないから
	30代	雑誌を買わなくなった。目新しい情報がなく、既知の情報のほうが多くなってしまった。	30代	最大の理由はインターネットで家にいながら好きな時間に楽に情報を得ることが
	30代	読む時間とお金がない	40代	雑誌をかうのがもったいなく思うようになったので
	30代	ネットで調べられるから	40代	特定の国をほめたたえるような記事ばかりで面白くないから。
	30代	買わなくなった。ネットのほうが効率よく探せるし、いろんな人の意見が解る	40代	以前ほど雑誌に書かれている様な内容の物事に関心が無くなった
	30代	数年サイクルで見ると、同じような内容のものが多い。	40代	雑誌の記事に、興味のある内容が少なくなった。
	30代	読む時間がないから	40代	以前では雑誌を読むことが、一つの娯楽となっていました。昨今の経済的な事情から、思い切って雑誌購入をやめたから。雑誌に代わり、インターネットで情報収集が可能となったからです。
	30代	見たい雑誌、読みたい雑誌がない	40代	信用できないので
	30代	しょうもない内容が多くなってきた。	40代	節約のため雑誌を買わなくなったので
	30代	雑誌は誤報が多いので読まない	40代	ネットで欲しい情報だけ検索するので
30代	わざわざ買いたいと思うものがなくなったから。	40代	経済的、時間的理由	
30代	パソコンがあるので、雑誌をあまり買わなくなった			
30代	時間が取れない。気持ちの余裕もない。経済的に削る部分だと思うから			
<b>新聞</b>	30代	新聞もTVも 偏ってる信じていいものがない	30代	ネットからの情報が手に入りやすくなってきて情報が混乱しているから。
	30代	お金がかかるので	40代	偏向報道が甚だしいから。
	30代	毎日忙しくてゆっくり読んでいるひまがないので	40代	経済的なゆとりがないので、きりつめるために新聞の購読は行っていないから。
	30代	ネットで簡単に調べられるから	40代	仕事を辞めて、興味関心が変わった。インターネットで好きな時間に情報を仕入れるようになったから。
	30代	新聞は、スポンサーなどにかなり影響しているから	40代	経済的に裕福で無くなってきたため、新聞の定期購入をやめたからです
	30代	新聞を読む暇がなく取るのを辞めてしまった	40代	ネットで情報を集めるようになったから。
	30代	新聞より、パソコンからの情報のほうが多いから。	40代	節約のため新聞を止めたので。
	30代	時間がないのと新聞によって記事に偏りがあると知ったから。	40代	新聞をとっていない。新聞社のHPを無料で見る程度で十分だから
	30代	ネットでニュースを見るようになったのでなかなか新聞をひろげなくなった	40代	ネットを見始めてからだと思う。テレビや普段の友人や家族との会話で気になった事があるとすぐネットで調べる
	30代	新聞がじゃまくさいし、読む時間もないのでとらなくなった	50代	ネットの利用が増えたから
30代	新聞は朝1回(おおくて2)くるだけだけど、ネットやTVは即座に情報が手に入る。	50代	新聞の情報は広告主に左右されている	
30代	内容的に質が大きく低下している。			
30代	不景気だから			
<b>本(専門書)</b>	30代	本を読む時間がない	40代	以前は図書館に通い詰めていましたが、わざわざ通わなくても、自宅でお手軽にネットから情報収集が可能となったことが大きいと思います。同じような悩みを持つ人の
	30代	インターネットで検索できるから		ブログから、思わぬアイデアを得られたり、自宅に居ながらにしてすぐに見たい時に探せませす。
	30代	時間がないからです。	40代	使える金額が減ってるから本を買わなくなった。PCで好きな情報を手に入れることができる
	30代	忙しくて目を通していないので	40代	わからないことがあるとパソコンで調べて終わることが多いから。
	30代	買わずにネットで調べる	40代	節約のため本を買わなくなったので
	30代	ネットで調べたりできるから	40代	小さい字が見つづらくなったから
	30代	借りたり買ったりする時間がないから	40代	読む時間がない
	30代	本を読むのが面倒	40代	経済的、時間的理由
	30代	本を買ったり読む暇がないから。	40代	本を探すのに時間がかかるから
	30代	本を読むのがしんどくなったから	50代	分からない事はインターネットで簡単に調べられるから。
30代	インターネットで調べたり出来るので、本を読まなくなった			
30代	分からないことや知りたいことはPCで検索すれば大抵の事が解決するので本を読む機会が減ったから。			

インターネットによって、活字情報は安価かつタイムリーに、自分の欲しい内容だけ手に入るようになったことと、経済的な理由が3つに共通。加えて、雑誌はその内容自体に魅力を感じなくなったこと、新聞は情報に対する信頼感が揺らいできていることが特徴的な理由。

## 6-④

母親の「4大重点訴求機能」に関する健康意識変化の理由

## 「A. 子供や家族の骨の状態(骨粗鬆症など)を良くすることへの意識」が強まっている人(3-18歳の子持ち母親)の理由



トップ3は以下の3つ。

1. 子供の成長期を意識
2. 子供などの骨折や怪我
3. 自分の骨状態への意識や不安

(※具体的な理由コメントは、次頁以降)

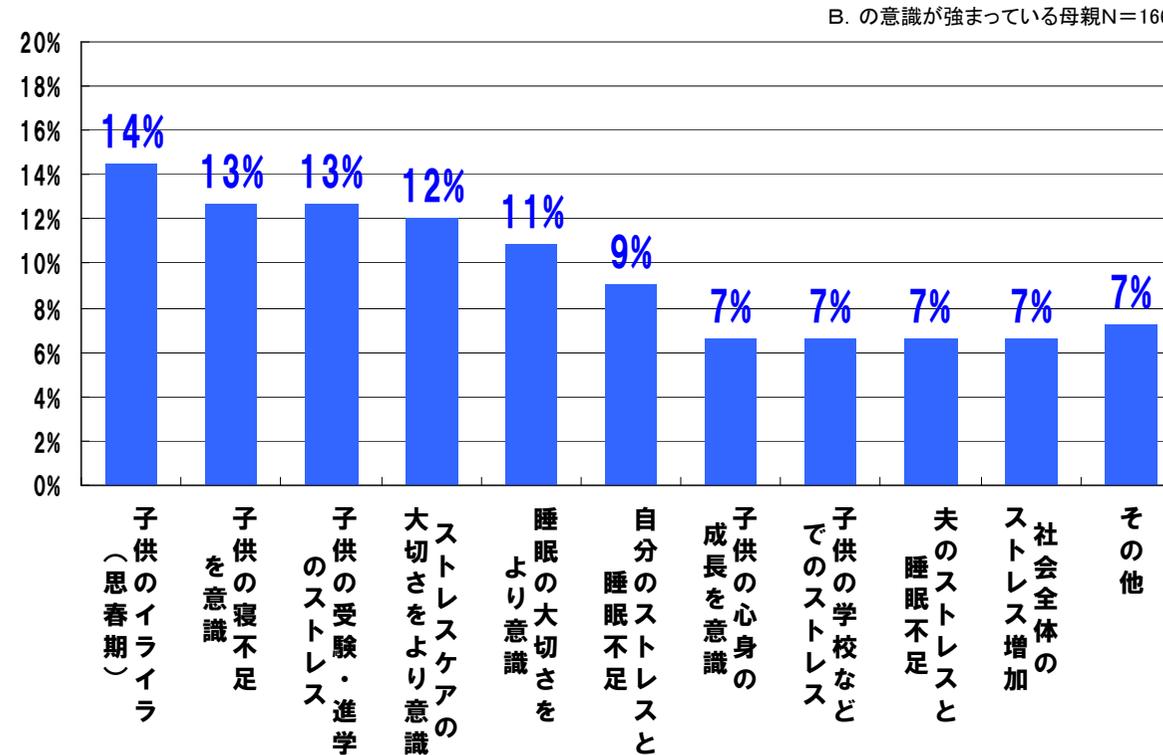
## 「A. 子供や家族の骨の状態(骨粗鬆症など)を良くすることへの意識」が 強まっている人の理由 1/2

- |     |   |     |   |
|-----|---|-----|---|
| 30代 | 成長期の子供の背がより伸びるため  | 30代 | 自分が子供の頃と比べて、外遊びが少なく、身体を上部にする機械が減っていると思うので、意識的に気をつけてあげなければならないと感じたから   |
| 30代 | 子供が牛乳が苦手なので、どうしたらカルシウムをたくさんとれるか考える機会が多い   | 30代 | 子供が気にしているから手助けをしている   |
| 30代 | ジャンクフードが多くなっているのなるべくカルシウムをとって丈夫な骨にしたい。  | 30代 | 幼稚園に通うようになるから   |
| 30代 | 子供が大きくなってきたから   | 30代 | 遊びが激しく、よく転んで帰ってくる。いつ骨折するかと心配だ   |
| 30代 | 最近、骨に関する話をよく耳にするので。   | 30代 | これからぐんと成長する時期なので  |
| 30代 | 牛乳を飲ませることが、ほかの親より少ないことに気づき、骨を作る上で、大事なことはないか？と、最近意識し始めて、以前よりしっかり牛乳を飲ませるようになりました。 | 30代 | 骨折する子が増えたから   |
| 30代 | 成長期の骨密度の低下は今後の体や病気等にかかわる  | 30代 | 主人の母が交通事故にあい骨折をしたことから。  |
| 30代 | すぐに骨を骨折をしたり聞いたりするから   | 30代 | 部活動を始めたから   |
| 30代 | 身体が小さいので、頑丈にしたいという思いから。   | 30代 | 子供の成長のためにも必要だと感じるから   |
| 30代 | 主人も歳をとってきたので  | 30代 | 成長期なので。   |
| 30代 | 一人で動き回るようになり、転ぶことも多いので  | 40代 | 部活でよく怪我をする  |
| 30代 | 強い体になってほしいので  | 40代 | 女の子は特に更年期の時期に一気にホルモンバランスが崩れ骨粗しょう症になりやすいから。中高生の時代に特に意識して骨を強くしたいと思っている。 |
| 30代 | 育ち盛りだから   | 40代 | 魚をあまり食べないから   |
| 30代 | 子供がぐんぐん背が伸びてカルシウムが足りているか心配だから   | 40代 | 成長段階で必要だから  |
| 30代 | 健康に不安がある  | 40代 | 自分が祖母からの隔世遺伝の糖尿病になり、骨折をすると治らずに切断・・と言われ、子ども達にも遺伝すると言われたから。特に。          |
| 30代 | 自分が骨が強くて医者に褒められたので、子どもにも強くなってもらいたい  | 40代 | 背が標準よりかなり低いので心配です好き嫌いも少なく良く食べますし運動もしているのに背が伸びないので心配で仕方ありません           |
| 30代 | 親戚が骨粗鬆症にかかったから  | 40代 | 魚を食べる頻度がすくないので  |
| 30代 | 子供が大きくなってからのほうが好き嫌いを言うようになった。食べたくないものは避けるようになってきたので、栄養を考えて作っても全部完食じゃないときがある。    | 40代 | 子供が骨折したため   |
| 30代 | 震災の影響で家族の絆を改めて考えさせられた   | 40代 | 子供の成長と自分の老化   |
| 30代 | 食事であまり取れない成分だから   | 40代 | 体を強くしてあげたい  |
| 30代 | 母が骨密度が低くなったのがきっかけで  | 40代 | 息子が骨折した   |
| 30代 | 成長期に必要なので   | 40代 | いつまでも自分の足で歩きたいし、子供にも丈夫な体づくりをしてほしいので。                                  |

## 「A. 子供や家族の骨の状態(骨粗鬆症など)を良くすることへの意識」が 強まっている人の理由 2/2

40代	今年の春に中一の長女が腰椎剥離になったから。	40代	子供がクラブで骨折した事がきっかけ。また、成長期にあるので同時にカルシウムを摂取する事をこころがけている。
40代	自分の年齢が骨量が減るといわれている50歳にさしかかろうとしているので、自分の骨量を意識するようになった。その結果、若いときから骨量を増やすことが大切であると知ったから。	40代	子供の健康状態についての健康診断の結果が良好だったから。
40代	最近の子は骨が折れやすいという。朝食べるヨーグルトにステップアップミルクをスプーン一杯お砂糖の代わりにかけてカルシウムやビタミンやミネラル、DHAの強化に努めている。	40代	成長中なので骨は大事
40代	10年後の身体づくりを意識している為	40代	就職した子供がいるので足腰が丈夫でないと仕事に支障が出来るから
40代	子供がスポーツでけがをしやすから	40代	自分の子供は割りと丈夫で、風邪などはひくが特に大きな病気もせず成長してきたと思う。骨や筋肉なども頑丈なほうだと思いが、成長するに伴って激しい運動などが増えてきたので、より骨形成に力を入れたいと思う。
40代	丈夫にしたいので	40代	身近に骨粗鬆症の人がいるから
40代	骨は大事です。年を重ねると余計思う。骨折しやすいし	40代	健康を考えるようになったから。
40代	食べ盛りだが栄養にかたよりがないように。	40代	健康で丈夫でいてほしいから。
40代	子供たちは成長期だし、自分は年齢を重ね、骨のことが気になるようになったから。	40代	子どもは、成長期になったし、自分や親たちは、骨が脆くなり始める年齢になったから。
40代	メディアからの情報	40代	成長期なのでカルシウムを取らせたい
40代	子供の健康は親の責任だから	40代	以前子供が骨折したので骨の強化に関心をもったため
40代	牛乳を良く飲ませている	40代	自分が弱ってきたので 子どももダイエット気にしているし
40代	こどもがせいちょうきだから、	40代	子どもの成長とともに、カルシウムの摂取が今まで以上に必要になると感じているので
40代	自分の骨量が少なめだから	40代	今自分がダイエットしていて、栄養に気を使っているので
40代	カルシウムをしっかりとれるように心がけている。	40代	子供の身長が、ぐっと伸びた時期があったが、その後あまり伸びなくなったので、またもう少し育ててほしいと思うから。
40代	子どもの身長を伸ばしたいのでカルシウムを取るように気をつけています	40代	身長が伸びるように、カルシウムを食品からとるように意識していて、結果、骨にもいい影響があると思う
40代	子供の背丈が伸びてきたから	40代	骨は大切なものだから
40代	子供がカルシウムをあまりとらないのと自分たち夫婦の加齢	50代	運動量が少なくなった
40代	転んで骨折する子供がいると聞いたので	50代	主人の母が骨粗鬆症で大変な思いをしているのを目の当たりにしているので。腰が曲がってしまい歩行がこんなんになってしまっている。
40代	甘いものが好きなので、骨を弱くするのではないかと心配している	50代	自分の年齢が骨粗鬆症が気になって来たので
40代	怪我予防		
40代	私立中に通学しているので、小学校のように給食で毎日牛乳を飲まなくなったから		
40代	骨粗鬆は自分にも関係がある		

## 「B. 子供や家族の精神状態(ストレス)や睡眠の質を良くすることへの意識」が強まっている人(3-18歳の子持ち母親)の理由



トップ3は以下の3つ。

1. 子供のイライラ(思春期)
2. 子供の寝不足
3. 子供の受験・進学

(※具体的な理由コメントは、次頁以降)

## 「B. 子供や家族の精神状態(ストレス)や睡眠の質を良くすることへの意識」が 強まっている人の理由 1/3

30代	ストレスは成長の妨げになるから	30代	受験前で眠る時間が少なくなっているので
30代	睡眠がたいせつだとおもうから	30代	病气や介護
30代	子供が、嫌なことがあってもあまり自分から話すほうではないので、小さなことも気を付けたりこちらから聞いたりするようにしている。	30代	心が穏やかでないといろいろな他のことも狂うので
30代	ストレスが増えた	30代	ストレスが多い時代だし、下の子どもが幼稚園に通いだし、外で何らかのストレスを感じているだろうから
30代	毎日よく動くようになってきているので、良い睡眠が大切だと思うから	30代	昔に比べて、多くの子供がインターネットを利用することで複雑になってきているので。
30代	周りにうつ病が多いので心配	30代	最近夫が子供に厳しいのでフォローするようにしています。
30代	家族と自分が酷い睡眠障害に悩まされているから。	30代	なかなか良く眠れないため
30代	子供が疲れやすくなったりした時には十分な睡眠をとらせるように心がけている	30代	園や学校という、社会の中での人間関係から。
30代	子供が大きくなるにつれて、生活リズムが乱れてくるから、いけないと思いい気をつけている。	30代	子どもが幼稚園に入って、集団の中でストレスを感じていると思うので、家庭ではストレスのないようになるべくしてあげたい
30代	質の良い睡眠が体の成長だけでなく、免疫やストレスなどにも大きく影響し、おいては日常生活にも大きく影響するから	30代	環境に変化があるたび気をつけている
30代	成長に関わる事なので	30代	自分自身が精神的に参ってしまった時があったので、家族の精神状態なども心配になったから。
30代	生活にかかわるから	30代	イライラしているのか、かんしゃくが多くなってきたり、寝る時間になっても言うことを聞かず全く寝ようとしなから。
30代	家庭の事情	30代	ストレスがあるかもしれないから
30代	主人の母が交通事故に合い、まわりの突然の環境の変化に家族みんながとまどいを覚え、日常生活様々なところにストレスを感じているから。	30代	自分の睡眠の質がよくないから
30代	睡眠不足になると体に悪影響をおよぼすから	30代	子供が思春期に差し掛かり、メンタル面のサポートが今まで以上に必要だと感じるから
30代	こちよくさせたいから	30代	いじめのニュースが多く、子供のいじめなどにますます気を遣うようになった。
30代	睡眠不足になってないか気になる。寝ないととにかく頭も体も成長しないので。	30代	子供が夜9時過ぎに寝ることが度々あり、子供が少しイライラ気味だったので、たっぷり睡眠をとらせてあげたいと思った。
30代	子どもが成長してものごとを理解していくようになったのでさらに強く感じるようになりまし	30代	昔の子と比べて我慢強さに欠ける。
30代	会社や、保育園で、ストレスを感じているようなので。	30代	子供が大きくなるにつれて就寝時間がやや遅くなりがちだから。
30代	主人の睡眠の質が悪いので。	30代	上の子が幼稚園に行き始めて、寝不足だたりしたら遊びにも影響すると思うので。
30代	ストレスをためていそうなので	30代	年の離れた弟がいるので、一人っ子だった期間が長かった分しっかりケアしてあげなければ、と思うので。
30代	精神状態を良くして、楽しく人生を送れるようにしてあげたい	30代	ストレス耐性
30代	しっかり食べて睡眠をとって毎日元気でいてほしいので	30代	日々のストレスが多いから私自身、周りの影響で心が弱っているから
30代	ストレスはなるべく少なくしたい	30代	ゆったりと寝れるよう、環境に気を使ってる
30代	悩みのない暮らしをしたいから		
30代	睡眠は脳を育てるから		

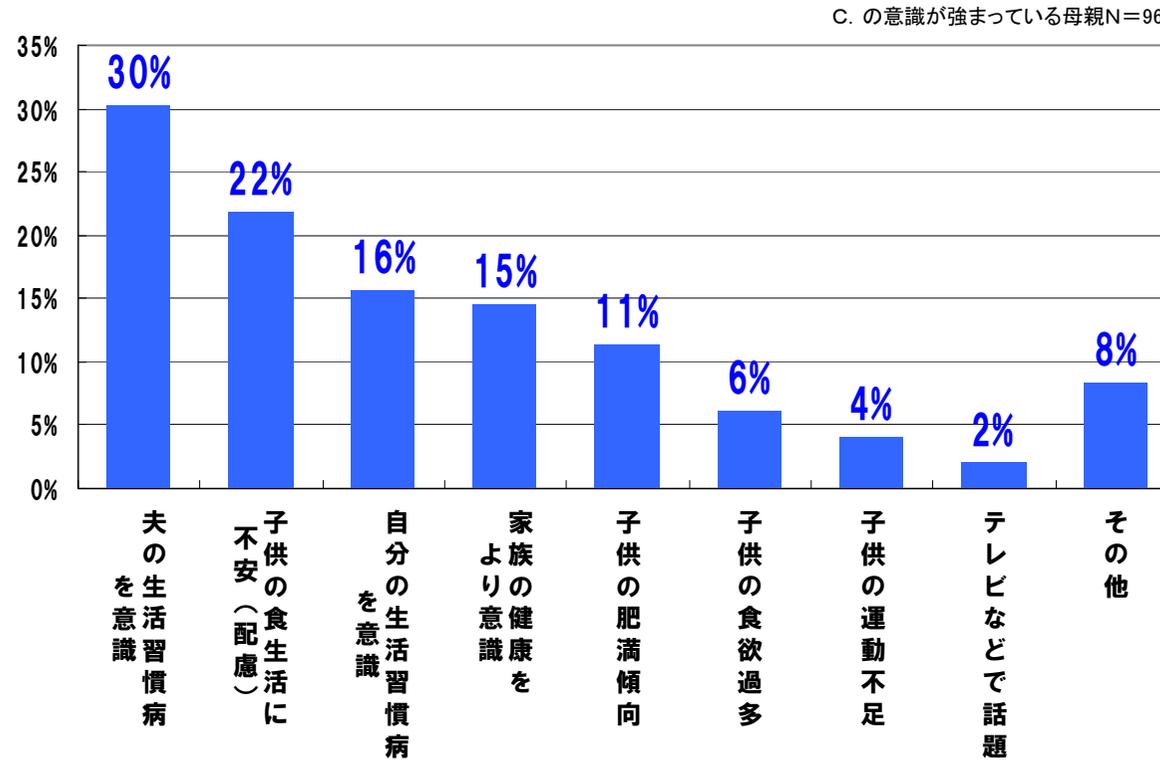
## 「B. 子供や家族の精神状態(ストレス)や睡眠の質を良くすることへの意識」が 強まっている人の理由 2/3

30代	精神的に疲れているから	40代	ストレスは抱えさせたくないから
30代	子供もストレスをためてしまう事を知ってから怒る時も怒りすぎないで子供の理解ができるような話し方をしたり子供の話を良く聞いてあげたりします。	40代	テストの成績はプレッシャーがかなりかかると思うので
30代	旦那が不眠症気味だから	40代	一人目が中学に入ったとき情緒不安定になった。初めは一緒にいてあげたけど後半は少し投げだしてしまっ、そのあとの反抗期がひどかったので後悔と反省をしたので、何かある度に心のケアを心がけている。
30代	サッカーをしているので、けがや病気をしないように睡眠に気を遣っているから。	40代	自分がストレスを感じているから
30代	睡眠により脳が発達したりしなかったりがあるので。子供の幸せを考えれば余計に子供にたくさん睡眠をとらせたい。	40代	受験生を持っているため
30代	健全に育ててほしいから	40代	子供の目覚めが悪いから
30代	子供が2歳になって自分のことを少し伝えることができてきたから	40代	睡眠は健康の源だから
30代	睡眠によりまたリセットされて元気な毎日が送れると思うから	40代	受験生だから
30代	精神病の人が増えているから	40代	心の健康は大事
30代	子供が成長するにつれ、自我が強くなり、どうしてもそれを押さえさせなければならぬような時もあるので、ストレスを感じているのだろうと自分のストレスを感じながら思うから。	40代	今年の春に長女が中学に上がって精神的にも小学生の頃よりも少し不安定になっている気がするから。
30代	思春期で結構イライラしているので	40代	進学し、環境が変わったため
30代	配偶者の仕事が忙しいので、自分を含め子供たちが寂しさを感じないように努めている	40代	精神状態が良好であってこそ、幸せに暮らせるから。
30代	学校での悩みは知りたいので耳を傾けている。	40代	子供が高学年になってきて、勉強や人間関係など、大変そうだから。
30代	長男が反抗期になりつつあるから。	40代	昔に比べて子供達が大人に振り回される時代だから。
30代	思春期を迎える時期でもあり、今まで以上に支えてあげたいと思い始めたので。	40代	子どもがふたりとも受験生のため緩和してあげたい
30代	成長ホルモンは夜10時から2時の間にたくさん分泌されると聞いたから	40代	ストレスを溜めない事はとても大切だと感じるので
30代	幼稚園に通い出し生活リズムを崩さないようにしている	40代	高校生になって、睡眠時間が減っているようなので、早く寝るように言っている
30代	下の子が生まれたことで上のこの赤ちゃん返りが最初の時期にあった為でしょうか。今は上の子は落ち着いています	40代	ストレスを抱える年頃になって、相談してきたり、体調を崩したりする事が多くなったから
30代	小学生になりいろんな変化がありストレスを少しは感じていると思います	40代	自分自身がうつ病を経験したことがあるから
40代	精神的に落ち着きたいから	40代	食事だけでなく、睡眠も取れていないと生活のバランスが取れないから。
40代	今年は下の子が受験なのでイライラしないよう環境と食の中から変えていきたいと思っている。	40代	子どもが思春期だから
40代	成長に大事だから	40代	子供が根つきが悪く、眠りが浅いので。
40代	受験生を2人抱えているから。	40代	子供が勉強でストレスがたまっている
40代	子供が忙しすぎるから	40代	朝イライラするので早く寝かせてみたら元気に行ってきますと言えたので
		40代	毎日の寝る時間などのリズムを作る
		40代	受験生なので。
		40代	新聞記事やニュースから

## 「B. 子供や家族の精神状態(ストレス)や睡眠の質を良くすることへの意識」が 強まっている人の理由 3/3

40代	受験生だから	40代	中学生は悩みがありそうだから。
40代	子どもがイライラしているから。	40代	ストレスがあると、いろいろなめんどうまくいかなから。
40代	受験生だから	40代	社会が複雑になればなるほど生活しづらく、ストレスが増していくように思うから。
40代	自分自身がストレスで体を壊したから。ストレスで壊れる前に離婚すればよかった。	40代	子供が高学年になり、勉強も精神的にも気遣うようになったから。
40代	最近、夫の眠りの質が良くないようで、朝からあまり調子が良くない日が続いているから。	40代	睡眠を多くとる子は勉強ができるときいたので
40代	お年頃だから	40代	子供の生活サイクルが乱れてきているような気がするから。
40代	学校でのストレスがあるようなので、気を付けている	40代	大人も子供もストレス社会の今。子供は特にいじめ問題から自殺と発展し騒がれています。家庭ですこしても安心感が与えられれば、と思うようになりました。
40代	寝るのが健康への1歩だから	40代	寝る時に部屋を真っ暗にしてふすまを閉めて寝るようにしたから
40代	歳をとって昔より体力がなくなっている	40代	なかなか寝ないので、成長ホルモンが出ている時間に起きているのが気になる。
40代	いろんな新しい事が起きる年頃だから	40代	受験だから
40代	反抗期であまり口をきかないので	40代	こんな時代だからね
40代	子供の年齢があがってきたので寝る時間が遅くなり睡眠時間も以前より減っているため。	40代	子供は年齢がいくにつれてストレスの度合いが深刻になっていくと思います。家族もまた然りで、不景気で仕事のストレスが増えているので。
40代	思春期に向かっている時期なので、不安定にならないようにしたいと思っている。	40代	思春期の子供たちだから
40代	睡眠不足気味なので	40代	子供が4、5、6才の頃、よく自家中毒になっていたもので、出来るだけ良い睡眠が取ってほしいと努力した
40代	学校や仕事場で嫌なことがあって寝つけないことなどないか	40代	自分が精神状態や、睡眠状態が悪いので子供達にはその思いをさせたくないから
40代	受験や進学などで、いろいろ学校でありそうなので。	40代	睡眠が取れないと集中力が散漫になってしまうから
40代	子供が思春期で学校でいじめられたりしているわけではないが、色々と友達間であるようだし、夫も仕事のことを愚痴ったりはしないが、ストレスの多い社会なので。	50代	いい生活を送るために大切
40代	睡眠が大事だが、最近では寝る時間が遅くなっている。	50代	情報の氾濫及び入手のしやすさが起こす原因
40代	成長に伴って、様々な悩みなども増えていくと思うので、相談相手になったり悩みを解消する手助けをしたい。	50代	子供が大きくなり、夜更かしするようになったから
40代	主人が愚痴を言うのが増えたから	50代	子どもが大きくなるにしたがって、遅くまでテレビやケイタイを見ているので睡眠不足や健康状態が気になる
40代	ストレスによって肩こりや頭痛などが増えてきている	50代	部活で土日ほとんどゆっくり休めず、平日も部活後に週2回塾に通っています。強制しているのでなく本人が「頑張りたい」と思っているようなので、精神的にゆったり過ごせるように夜寝る前や朝出掛ける前はお互い笑って話す時間を持つことが大事と強く思うようになりました。
40代	睡眠不足になっているから。	50代	震災を経験したから
40代	子供の就寝時間がだんだん遅くなっている。	50代	子供も大きくなって親に反発する子が多くなってきたので
40代	何か注意をすると素直に聞くよりなげやりになることが多くなったのでその時は そういう感じになるのはよくないと教えたり自分の注意の仕方反省する		
40代	睡眠の質が悪いみたいだから。		

## 「C. 子供や家族の生活習慣病(高血圧やメタボなど)を予防・改善することへの意識」が強まっている人(3-18歳の子持ち母親)の理由



トップ3は以下の3つ。

1. 夫の生活習慣病
2. 子供の食生活
3. 自分の生活習慣病

(※具体的な理由コメントは、次頁以降)

## 「C. 子供や家族の生活習慣病(高血圧やメタボなど)を予防・改善することへの意識」が 強まっている人の理由 1/2

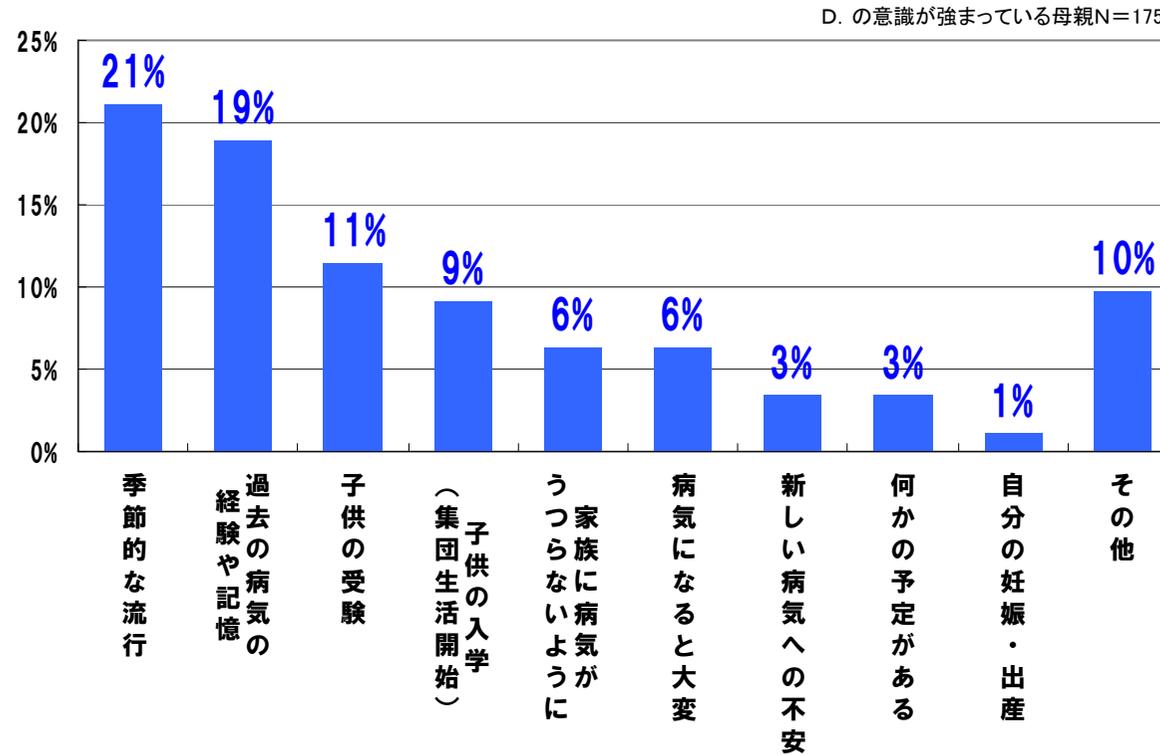
- 30代 年齢的に
- 30代 主人がメタボなので
- 30代 私自身が太ったから
- 30代 知り合いに糖尿病になった人がいて、それから気を付けるようになりました。
- 30代 テレビなどで話題になっているから
- 30代 子供が食べすぎて悩んでいる
- 30代 自分自身が生活習慣病予備軍なので、家族には生活習慣病になってからでは遅いので、普段から気をつけていきたいと思ったので。
- 30代 年とともに徐々に基礎代謝が落ちていて、健康で過ごせる様子を気にしている。会社の健康診断に引っかけられない様に日頃から気にかけている
- 30代 肥満の子が多いと聞くから
- 30代 息子が食べ盛りで、よく食べるわりに、あまり運動していないから。
- 30代 夫の体重・中性脂肪・コレステロール値が気になるので。
- 30代 テレビなどで子供の生活習慣病が心配だとみたから
- 30代 おいしいものに誘惑される
- 30代 肥満体質の子供を良く見かける
- 30代 スナック菓子やファーストフードが好きだから
- 30代 特に一家の主である主人については、健康管理を強化したいと考えております。
- 30代 自分が病気になったから。
- 30代 夫が高血圧なので
- 30代 父親の死がきっかけとなり、健康を今まで以上に意識するようになったから。
- 30代 小腹がすいた と、マックとが食べてくるから。
- 30代 高カロリーなものを好むので、不安になる。

- 30代 ご飯は食べようとしなのに、おやつを欲しがらようになってきたから
- 30代 いつまでも健康でいられるように
- 30代 年齢が高くなってきて、若い頃とは違った不調が増えてきているので
- 30代 夫の健康診断の結果がよくなかった
- 30代 すでに肥満体なので
- 30代 配偶者の体重が気になるので。
- 30代 食生活がみだれがちだから
- 30代 家族が病院で受診しているから
- 30代 注意してもなおしてくれなかつたりするので、余計気になる
- 30代 主人の体重が年々増加傾向にあるから
- 30代 小学二年の息子が、すごく、太ってきたのと、旦那も、もう、44歳だから、気をつけようと思ったから。
- 40代 ちょっと太り気味なので。
- 40代 夫がメタボで子供も太り気味だから
- 40代 主人が高脂血症になりそうだから。
- 40代 私の作る料理で健康が左右されてしまうから
- 40代 家族に糖尿病の人がいるから
- 40代 おなか周りが気になりだしたので
- 40代 医師からの指摘あり
- 40代 配偶者の体調
- 40代 スナック菓子を控えたい
- 40代 主人が太ったから
- 40代 夫が高血圧治療中だから。子どもにもよい食習慣を見つけてほしいから。
- 40代 夫が太ってきたから。

## 「C. 子供や家族の生活習慣病(高血圧やメタボなど)を予防・改善することへの意識」が 強まっている人の理由 2/2

40代	家族に病人が出たから	40代	成長すると食欲も以前より増加し、油断すると食べ過ぎたり目の届かないところで体に良くないものを食べてしまうかもしれないので、普段の食事に気をつけなければと思う。
40代	太っていて、いいことは一つもないと思っているので。	40代	もともと太り気味の子が、さらに太ってきたから
40代	自分の体力の低下がきっかけ。	40代	食生活が豊かになってきて物を噛まなくなり、骨も弱り、
40代	主人がメタボ気味	40代	主人の年齢的に気をつけなければいけないので
40代	主人そういうお年頃になり、しょっちゅうコレステロール値で引っかかっているから。	40代	病院で気をつけるように言われたから。
40代	よく食べるので栄養の偏りが気になる	40代	世の中が便利になればなるほど、体をつかわなくなるから体力が落ち、不健康に陥りやすいと思うから
40代	自分や夫は40代になり、健康が気になる年代になってきたし、生活習慣の見直しの必要性を感じるから	40代	お菓子の食べすぎで注意しようとおもったから
40代	食生活で改善できるから	40代	運動はしないのに、食欲はあって、少しぽっちゃりしてきたから。
40代	心と体は同じようにバランスがとれてないといけないと思うから。心身ともに健康にいて欲しい。	40代	自分が糖尿病になりかけて栄養指導をされて、いままでの食生活を見直したので
40代	カロリーをひかえたりして料理している	40代	肥満やメタボは百害あって一利無いと思うので
40代	家族がちょっと肥満気味なので気になる	40代	やや偏食気味なので栄養が偏らないように気を付けている
40代	以前に比べて子どもが太ってきた為	40代	病気にならないため
40代	食べ過ぎないように気を付けている	40代	運動をやめたので太らないように注意している。
40代	夫のメタボが気になるから	40代	太ってきたから
40代	主人がやばいので	40代	寝るのが夜遅くなる事が多く、夜食などには気を付ける様に話している。
40代	いつまでも健康でありたいし、入院したくないから	40代	自分が肥満なので
40代	小五の息子が好き嫌いが多いため、このまま大人になったら病気になるって心配しているから。	50代	家族の血圧が高めだから
40代	健康に対して敏感になったので	50代	ファーストフードを好むので改善しなければいけません
40代	子供が特に甘い物やジャンクフードをこのんで食べるので、自宅では目がとどくが、外で買い食いもしているのでカロリー摂取にかんして意識を注いで努力している。	50代	年をとってきたので
40代	主人が検診でメタボ傾向にあると診断された	50代	家族のコレステロール値を気にしているから。
40代	主人はここ最近太って来て 子供も同じ食事で太らないか気をつけている	50代	健康のことを考えると、体重の増加や検査結果が気になるから
		50代	最近私も夫も太ってきたと思うので、病気になって子供に一番負担がかかるから。

## 「D. 子供や家族の病気(インフルエンザや風邪など)を予防することへの意識」が強まっている人(3-18歳の子持ち母親)の理由



トップ3は以下の3つ。

1. 季節的な流行
2. 過去の病気経験
3. 子供の受験

(※具体的な理由コメントは、次頁以降)

## 「D. 子供や家族の病気(インフルエンザや風邪など)を予防することへの意識」が 強まっている人の理由 1/3

30代	インフルエンザの季節になったので、	30代	喘息、アレルギーになったので
30代	昨年インフルエンザにかかって家族全員大変だったので、今年は気をつけたい。	30代	子供が出来てから、子供はよく風邪をひいたり病気になったりするし、親もうつされたりして、大変な事が初めてわかったので、体調には気を付けるようになった。
30代	健康第一なのでよぼうしたい	30代	もともと子供の健康は気にはしていたが、子供が体調を崩すことによりかせなどが姑に感染したりすると命に係ることになる状態なので。また、子供の体調がよくないと姑の介護も出来ず、仕事を休むことが増えてこまるので
30代	インフルなどがはやる時期だから	30代	冬になりインフルエンザやその他の感染症が流行る季節になって来たから。また、仕事を復帰したので子供の病気で休みにくいから。
30代	幼稚園で流行りだすから	30代	下の子が保育書に通うようになったから
30代	受験前に病気にかかることだけは避けたいから	30代	季節的にそう思う
30代	年寄に移したら大変だから	30代	子供が腎臓病を患い、インフルエンザだけではなく、一般的な風邪でも命取りになる時期があったので。
30代	予防で防げるのが一番とおもう	30代	子どもが病気になるのは親も大変だし、そういうつらい目には遭わせたくない。万が一合併症になったらいやだから
30代	幼稚園に入園したので	30代	田舎なので病院の対応が悪いから
30代	子供が幼稚園に通うようになり、昨年もインフルエンザにかかってしまったから、今年はならないようにしたいと思うから	30代	すぐにインフルエンザにかかって点滴をうたなくなってしまうから
30代	子供が小さいので	30代	テレビのニュースで流行の病気のニュースを見るので
30代	子どもが受験生だから	30代	接種してかかっても、軽くすむから
30代	冬に向かうのでこれからの季節が一番心配だから。	30代	長男が幼稚園に入園して風邪をひく機会が増えたから。
30代	元気に育ってほしいから	30代	4年前にインフルエンザにかかったので
30代	インフルエンザが流行る時期なので	30代	なるべくならかかって欲しくない為
30代	家族が病気になると自分の仕事の事情もあり、大変だから	30代	インフルエンザが流行る時期になったきたし、今年から長男が小学生になり、インフルエンザになる確率も高くなるだろうなと思うから。
30代	病院代を増やしたくないから。	30代	周りに迷惑がかかると心配だから
30代	幼児がいるから。うつされると困る	30代	去年子供にインフルエンザで苦しい思いをさせてしまったので。
30代	以前、娘がインフルエンザになったことがあり、以降この時期になると気になります。	30代	周りの人はかかっているから、今年もうちはかからないようにしたいから。
30代	新型インフル以来、敏感になった	30代	妊娠中なので。
30代	自身が妊娠希望で、子供も通園を始めたので、何かと風邪などを患うと厄介なので。	30代	寒くなって来て最近も風邪をひいたので、これからインフルエンザにかからないように気をつけたいと思っています。
30代	しんどくなるのは可哀想なので。	30代	新種の流行病が多いから
30代	最近インフルエンザが流行り出してきたので	30代	病気になるような体作りをしていきたいから
30代	子どもがよく風邪をひくし、体が弱いので	30代	二年に一度はインフルエンザにかかっている
30代	インフルエンザにかかると新1年生の子供の勉強がおくれてしまうので、かからせたくない		
30代	幼稚園は風邪をたくさんもらう場所なので。		
30代	予防第一だから		

## 「D. 子供や家族の病気(インフルエンザや風邪など)を予防することへの意識」が 強まっている人の理由 2/3

30代	病気にかかりやすいから	30代	子どもが風邪をひきやすいから。
30代	去年は病気ばかりしていたから	30代	病気になるやすい季節なので
30代	風邪をひきやすい時期だから	30代	インフルエンザなどに感染すると習い事の発表会に参加できない可能性がある
30代	感染性の病気が多いから	30代	あるので
30代	これから風邪が多くなるから	30代	そろそろインフルエンザの予防接種の時期になり、子供や家族の体調管理に力を入れてきているので。
30代	上の子が小学生になりあまり学校を休んでほしくないから	30代	仕事を始めて保育所を休まれるとこまる
30代	風邪を引きやすいから	30代	幼稚園で流行ったりするかもしれないので心配。先日出産したばかりなので、下の子に移るのも怖いので。
30代	冬は風邪やインフルエンザなどもらい易いから	30代	病気をしたら本人がきついし可哀想だから
30代	今年卒園があるので特にインフルエンザには注意していきたいと思っています。	30代	これから寒くなり、インフルエンザもかかりやすくなってくるので、気をつけています。
30代	正直なところ、子どもが病気になる自分仕事を手を休まざるをえないので、困るから。	30代	子供が幼稚園に通うようになって風邪などの病気をもらうことが以前より増えたから
30代	去年子供がインフルエンザに罹ったので	30代	大変だから
30代	そろそろ時期だから。	30代	風邪がはやってくる季節だからです。
30代	子供の体調がとても気になるので	30代	毎年のように、インフルエンザにかかってしまうから。
30代	去年かかったから	30代	流行る季節
30代	上の子が集団生活を始めたので。	30代	寒くなってくると、うがいと手洗いをサボるので、注意深くみている。
30代	子供が一人増えたから。一人が風邪ひくともう一人もひいてしまうから	30代	この冬にTDLへ行くことになっているから
30代	子供を病気から守りたいから	30代	幼稚園に通い出し 手洗いうがいを子ども自ら出来るようになったのでお家でも必ずするようにしている
30代	季節的に。	30代	下の子がまだ0才児で色々な予防接種を受けなければいけないのでその為でしょうか
30代	これからはやる病気なので	30代	退職し、多少風邪をひかれても子供の傍にいてあげれるので。
30代	幼稚園が始まって、体調が心配なので	40代	子供が風邪をひきやすいので。
30代	去年は家族が何度もインフルエンザにかかったので今年のかかってほしくないから	40代	風邪をひかれると困るので
30代	インフルエンザで入院したことがあるので	40代	その時期が来たので
30代	手洗いうがいや予防接種など、自分達で病気を予防する手段があり、効果もあるので	40代	今年は下の子が受験なので特に意識している。風邪などひかせないよう予防接種から食生活まで万全を期したいと思っているから。
30代	病気がちだから	40代	スケジュールが過密なので
30代	風邪が流行っているの、風邪を引かないようこころがけている	40代	受験生がいるから
30代	いろいろ調べるようになった	40代	防げるものなら未然に防ぎたいから
30代	家族が大きい病気になった為、健康をより意識するようになった		
30代	入園、入学が控えているので		

## 「D. 子供や家族の病気(インフルエンザや風邪など)を予防することへの意識」が 強まっている人の理由 3/3

40代 来年、一人受験生がいるから、試験が終わるまで卒業するまで家族全員の健康管理をきちんとやっていきたい、と思ってるから。あと一人も卒業と最後の定期演奏会があるので病気をさせないようにしたい、と思っている。

40代 自分が社会復帰するにあたり、病気になってもらいたくないから

40代 新型インフルエンザが流行ってから

40代 成長に伴い病気に強い体になっていると思うが、行動範囲が広がり病気の原因に接触する機会も増える。

40代 二人子供がいるので、一人がかかるとすぐにうつってしまうので気をつけている

40代 インフルエンザは流行もので怖い病気で、私達親世代も若くても癌死が多くなってきています。少しでも自分の出来る範囲で防げるのならと思うようになりました。

40代 子供か風邪ばかり引いているので

40代 子どもがふたりとも受験生のためかからないよう細心の注意を払っている

40代 インフルエンザや風邪にかかりたくないの

40代 インフルエンザにかかって、出席停止になると、授業についていけなくなるから

40代 受験生などで健康管理には気をつけている。

40代 一人が体調を崩しただけで、家族全員のバランスも崩れるので、体調管理はしっかり。

40代 受験生なので

40代 子供が受験生なので、家族全員で体調管理をしっかりして、万全の体調で試験に臨んでほしいから。

40代 食生活は大事だと思うから

40代 インフルにかかると学校を休んだりして大変になるから

40代 上の子供が受験生だから

40代 体が弱いのに子どもを3人生んで、体も心も壊してしまったから、子ども達が温かく、生きているのが私の宝だから。絶対に失いたくない。母子家庭だし。

40代 今年から集団生活に入ったので、色々な菌をもらってきそうだから

40代 受験生なので、風邪をひかないように緑茶をのませたり気をつけている

40代 受験が近いので

40代 最近のインフルエンザなど病気が重症化するものが多いので

40代 近年インフルエンザが流行しているの、予防をしっかりさせたい

40代 冬に近づいて風邪がはやる時期だから。自分の仕事が年末まで少し詰まっているから

40代 風邪やインフルエンザになりやすい季節になったので。

40代 去年大変な思いをしたので

40代 受験生がいるから

40代 学校を休ませたくないの。

40代 色んな行事があつて、迷惑をかけられないから。

40代 子供が受験を控えているので。

40代 学校の勉強で夜遅くまで起きていることが多く、睡眠時間が短かくなっているのが気になるので。

40代 子供が幼稚園に通い、他の子供にうつしてしまわないように

40代 季節的に、風邪や、インフルなどが流行る季節になってきたから。

40代 受験なので

40代 寒くなるとインフルエンザは気になってくる。

40代 受験期なので心配です。

40代 今年の春、家族全員インフルエンザにかかり大変だったの

40代 インフルエンザ時期になったから。

40代 健康であるほうが、豊かに暮らせる(制限がすくない)から。

40代 なるべく病気にならないようにしたいと思うから。

40代 寒くなってきたし、毎年子供が必ずインフルエンザにかかるから。

40代 受験だから

40代 1人がインフルエンザにかかると家族が皆かかる恐れがあるので予防にはとても気を付けている

40代 子供が昔、インフルエンザで高熱で、ひきつけを起こしたことがある。怖かったの、できるだけ予防したい

40代 去年インフルエンザにかかってしまったので

50代 流行しているから

50代 最近のインフルエンザは、重症化しやすいと思います。新型のものも増えているように思います。十分気を付けるに越したことはないと思います。

50代 受験生がいるため

50代 鳥インフルエンザや新型インフルエンザがあったから

50代 子供が受験だから

50代 家の中に80歳の義母がいるので気を遣う

## 6-⑤

母親の「4大重点訴求機能」認知変化の理由コメント

## 牛乳について「A. 骨の状態(骨粗鬆症など)を良くする効果」の認識が強まっている人の理由

### 医者／学校の先生／学校などの栄養士

- 30代 学校の保険便り
- 30代 魚を食べても骨まで食べないと意味がないとお便りか何か(中学生の)書いてあったので。牛乳はすごいなと感心した。
- 30代 毎日飲むと骨が丈夫になると言われた。
- 30代 一番とりやすいカルシウム
- 30代 骨密度のグラフを見たとき
- 30代 一番手軽にカルシウムがとれる
- 40代 たくさんの話を聞いて
- 40代 牛乳は色んな栄養素が含まれているととてもいい飲み物です
- 40代 カルシウムの吸収が早い
- 40代 1日1杯
- 40代 牛乳に良質のカルシウムが多い
- 40代 以前から知っていたが、栄養士さんから最近の牛乳は、骨に特に良いという話を聞いた
- 40代 健康診断から
- 40代 カルシウム摂取量の得点がでるテストがあり、意識的にとらないと、足りない状況を認識したから。
- 40代 パンフレットなど学校の案内を見て思った
- 40代 女性は閉経後骨量が減るので、積極的に取るように言われた

### 同じ母親の友達や主婦仲間

- 30代 他の人も感じているんだと思った
- 30代 話題に上がった内容なので
- 30代 遊びに行ったときに、子供はジュースではなく牛乳を飲んでいたので
- 40代 骨折をしなくなった
- 40代 身長が伸びたという母たちの話をよく聞くから
- 40代 主婦の間でも意識が高まって話題にあがるので。

### その他

- 30代 学校で勉強して私に子供が教えてくれるとき
- 30代 テレビで骨にいいことをやっていた
- 30代 義母が骨粗鬆症になり、骨がもろく、何度も骨折しては病院に行っ  
て手術や薬で治療してるのを見てから。
- 30代 元々知ってはいたけれど、特に意識をしていませんでした。子供の牛  
乳好きな話をしてる中で、思い出したので、これは意識して飲んだほ  
うが良いと思ったので。
- 30代 テレビで見た
- 30代 テレビの番組で見た気がします
- 30代 自分で調べた
- 30代 テレビで詳しく放送していたから
- 30代 私の親が何かを見て知り知ったので私に情報を教えてくれた
- 40代 テレビで牛乳の良さを聞いていたから
- 40代 新聞記事で読んだ。牛乳を飲むだけでなく、上にジャンプするのも良  
いと書いてあったから、運動もすすめた。
- 40代 骨折してカルシウムを簡単に採れる方法とわかった
- 40代 テレビの報道情報や、雑誌などで得たことだが、『熱中症の防止とし  
て、牛乳を飲み体の基礎組織をしっかりつくる』ということがあった。  
体の基礎組織というのは大雑把な表現だと思うが、大きく捉えると  
骨や体組織とも繋がる。以前から牛乳が良質のカルシウムを効率よ  
く摂取するのに良いことは分かっているので、さらに一石二鳥  
だと思う。
- 40代 テレビで言っていたから
- 40代 「牛乳に相談だ・・・」などCMを見て。また子供の身長を伸ばす方法  
をネットで調べてみたとき(牛乳以外の栄養も必要でしたが)。
- 40代 骨の状態が悪い祖母が医者に言われて毎日牛乳を飲み始めたので
- 40代 自分が今ダイエットをしていて、栄養の事をいろいろ調べているので
- 50代 テレビからの情報
- 50代 テレビ

## 牛乳について「B. 精神状態(ストレス)や睡眠の質を良くする効果」の認識が強まっている人の理由

### 医者／学校の先生／学校などの栄養士

- 30代 寝る前に牛乳を飲むと眠りにつきやすい
- 30代 学校から配られる給食だより
- 30代 テレビ番組で、医者が出てきて、そのような話をしていた。
- 40代 カルシウム不足が引き起こす精神異常
- 40代 講演会に参加して
- 40代 栄養以外にもストレスにも聞くのを知ったから
- 40代 カルシウムを取らないと 切れやすい性格になる
- 40代 精神を安定させる効果がある、特に夜寝る前がいい。

### 同じ母親の友達や主婦仲間

- 30代 信じやすいから
- 30代 子供がキレにくくなる
- 40代 飲ませて変わった子供の性格
- 40代 ホットミルクは心が穏やかになるという話は本当だから
- 40代 カルシウムがよい
- 50代 友達が新聞か雑誌か知りませんが何かで見てストレスに対して牛乳が良いよと言う話を聞いた事があるので

### その他

- 30代 テレビの番組で見た
- 30代 インターネットで見たことがあるような気がする。
- 30代 サイトで閲覧した
- 30代 おばあちゃんに言われていたから。寝る前に温かい牛乳を飲むとぐっすり眠れる
- 30代 自分で調べた
- 30代 インターネットで牛乳に関するの記事を拝見し、カルシウム補給だけではなく、精神状態の安定にも役立っていると知り、牛乳は優れた成分がたくさんあるのだとイメージが強まった。
- 40代 カルシウムはすれすれすによい
- 40代 テレビで聞いたから
- 40代 やはり新聞記事で読んだ。リラックスして安眠するためには寝る前にホットにして飲めば効果が高いと書いてあった。けっこう、実行している。
- 40代 テレビやホームページ等で、そのような情報を目にするのが何度かあったから
- 40代 本を読んで知った
- 40代 寝つきが悪いときに主人が教えてくれた。
- 40代 不眠などに牛乳が良い、気分を落ち着かせるのに牛乳が良いという話を良く聞くようになった。特にナイトミルクが良いと聞く。
- 40代 インターネットや本で、発達障害傾向の子どもが気がつけたほうがよいことのなかで、たんぱく質やカルシウムをしっかり摂ることが挙げられていた。
- 40代 そのような効果も含め、夫が牛乳をよく飲むようになったから
- 40代 テレビでやってた
- 40代 寝る前に飲むのがいいとテレビ？で聞いたような・・・
- 40代 ネットで見た
- 40代 TV番組でみた
- 50代 テレビからの情報

牛乳について「C. 生活習慣病(高血圧やメタボなど)を予防・改善する効果」の認識と  
「D. 病気(インフルエンザや風邪など)を予防する効果」の認識が強まっている人の理由

### C. その他

- 30代 テレビ
- 30代 テレビか新聞でそういう情報を見たような気がする。
- 30代 テレビの番組で見た
- 30代 自分で調べた
- 40代 ネットや新聞、テレビで情報を得た。
- 40代 インターネットで調べて知った
- 40代 TV番組でみた

### D. その他

- 30代 テレビの番組で見た
- 30代 ヨーグルトなどの乳製品から想像できるから
- 30代 新しい血を作るものであり、骨をじょうぶにすることを改めて感じるようになったから
- 40代 免疫力を上げる効果がある
- 40代 インターネットで牛乳の効能を知った
- 40代 牛乳を摂取することで、免疫力が高まり、病気予防に良いと聞く。
- 40代 テレビかインターネットで情報を得た
- 40代 乳製品はいいとテレビでいっていたから
- 40代 風邪は万病のもとなので、できるだけ予防で防ぎたい
- 40代 ネットの情報
- 50代 テレビからの情報