

# 牛乳乳製品に関する 食生活動向調査2024 ～二次調査結果について～



Jミルクが実施する「牛乳乳製品に関する食生活動向調査」は、2012年度より毎年実施されているインターネットを活用した**全国1万人の大規模消費者調査**です。

本調査の目的は、わが国における牛乳乳製品の価値向上を推進するための基本情報を得ること、Jミルクのマーケティング関連事業の効果検証の基礎とすること等になります。

本調査は、**毎年10～11月頃に実施される一次調査**と、一次調査を補完する**二次調査（翌年1～2月頃実施）**の2回によって行われています。

今回報告する内容は、**2024年12月27日～12月29日に実施された二次調査の結果**です。食生活動向調査一次調査の結果を深掘りして、次年度以降の牛乳乳製品の価値向上への取り組みやマーケティング戦略の構築と改善を図るために二次調査を実施しました。

二次調査結果についても、業界関係者及び研究者に対して公開してまいりますので、是非ご活用ください。

## 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アンケート調査

## 調査時期

二次調査：2024年12月27日（金）～ 12月29日（日）

## 対象者属性

全国の15～60歳代の男性・女性

## サンプル数

二次調査：600人（食生活動向調査2024 一次調査の対象者）

## 割付

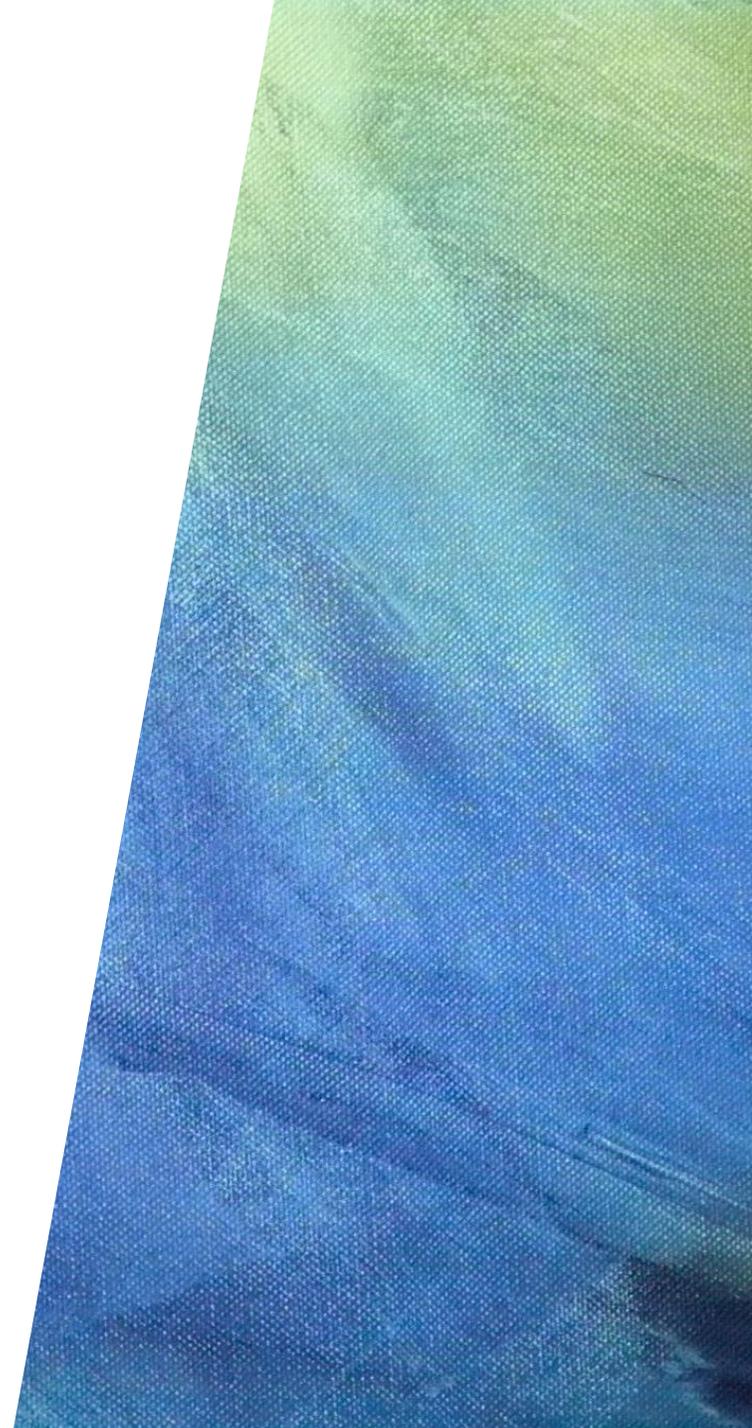
最新の国勢調査の人口構成データなどを参考に性別、年代別、地域別で割付した一次調査の標本数に応じて補正

## 牛乳類の定義

牛乳類は、成分無調整牛乳、成分調整牛乳、低脂肪乳、無脂肪乳、加工乳、機能強化乳飲料などの白物の牛乳類を示し、コーヒーやフルーツ等が入った乳飲料は含まない。

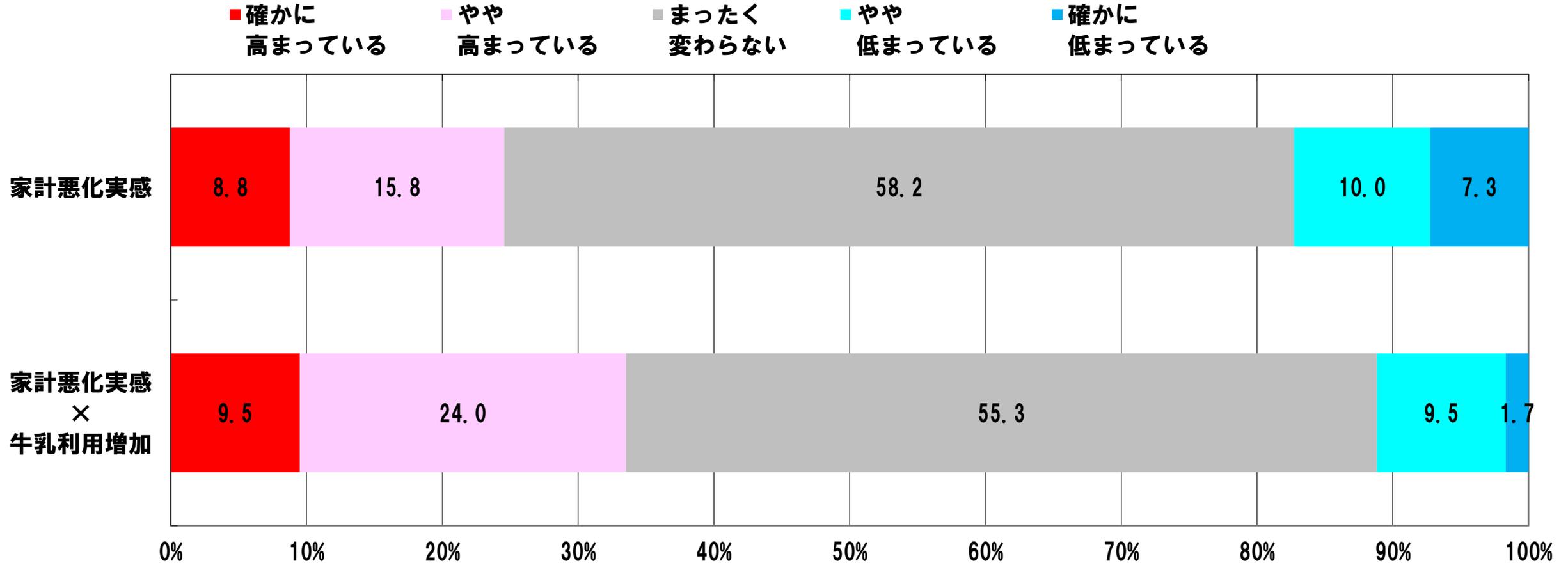
1. 家計悪化時に感じる牛乳・カフェオレの価値
2. カフェオレを飲む時のコーヒーよりも牛乳を多めにする意識
3. 牛乳に関する一日での利用・飲用頻度の意識
4. 「朝食中」における牛乳の利用・飲用状況の変化
5. 「間食（おやつ）/小腹が空いた時」「食事の代わり」の牛乳利用
6. 乳飲料と加工乳の利用状況
7. 世帯年収・世帯預貯金と牛乳利用・飲用状況の変化との関係
8. 二次調査結果まとめ

# 1. 家計悪化時に感じる牛乳・ カフェオレの価値



問：いま現在、家計の厳しさ（悪化）を感じることで、あなたが牛乳に感じる魅力や価値はどうなりましたか。  
あなたに最も当てはまるものをひとつだけお答えください。

N = 家計悪化実感:2096  
家計悪化実感×牛乳利用増加:179

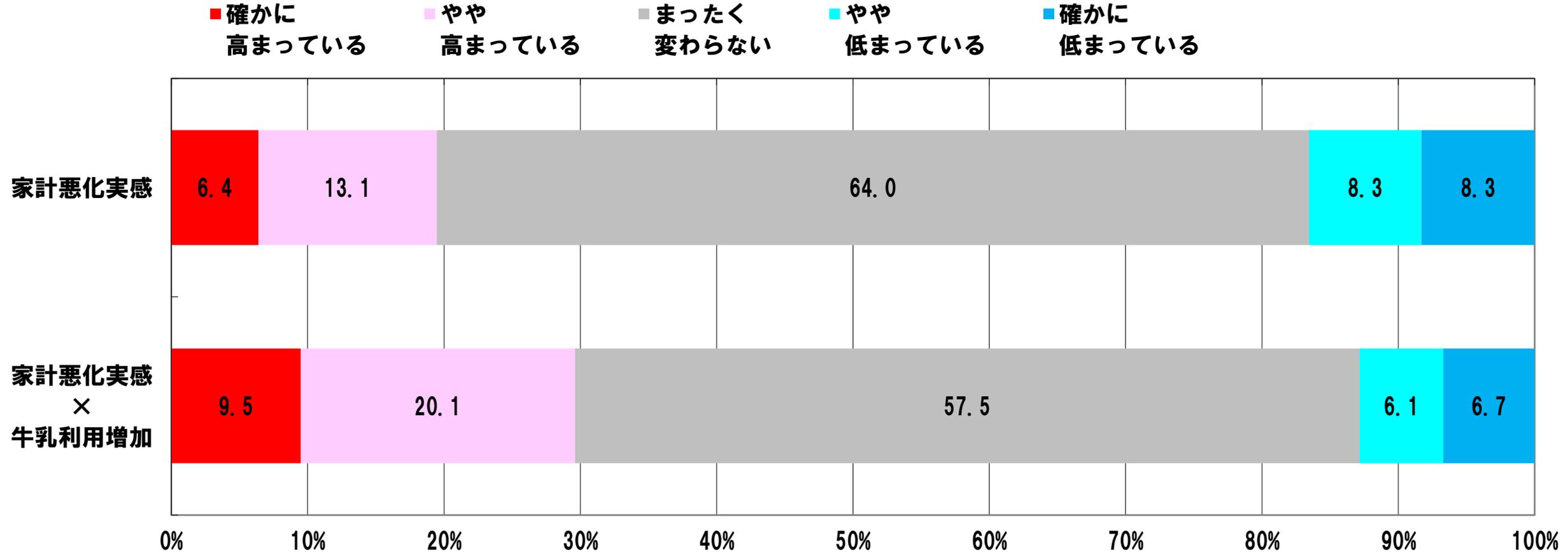


- 家計の悪化を感じている人は、牛乳に感じる魅力や価値が高まっている人の方が多い。
- 家計の悪化を感じていても牛乳の利用・飲用が増加している人は、より魅力や価値が高まっている。

# 家計の厳しさ（悪化）とカフェオレに感じる魅力や価値について

問：いま現在、家計の厳しさ（悪化）を感じることで、あなたが自宅などで飲む牛乳を使ったカフェオレに感じる魅力や価値はどうなりましたか。あなたに最も当てはまるものをひとつだけお答えください。

N = 家計悪化実感:2096  
家計悪化実感×牛乳利用増加:179



- 家計の悪化を感じている人は、カフェオレに感じる魅力や価値が高まっている人の方が多い。
- 家計の悪化を感じていても牛乳の利用・飲用が増加している人は、カフェオレに対してもより魅力や価値が高まっている。

## 牛乳に感じる魅力や価値が増した人 ×牛乳の利用・飲用が増えた人

10代男	健康第一であることを更に実感したから	50代女	ほかが高くても牛乳はいつも変わらない
10代男	カルシウム補給に重要 安心・安全な飲み物	50代女	高いので大事に飲みたい
10代女	とても大事だと思うようになった	60代男	お菓子や野菜・肉等に比べると値上げ幅が小さく感じるから
20代男	牛乳の好きすぎて気がついたらたくさん飲みたいって言う気持ちが強すぎて	60代男	物価高騰の中、牛乳はよく価格を維持していると思う。
20代女	料理や朝食などでなくてはならないものだと感じたから。	60代女	タンパク質を摂りたい
30代女	値段が高くなり価値が高まっている	60代女	だいが値上げしていると思うので、安価で購入出来る店舗を探して、飲む量は変えないようにしています。
30代女	牛乳は価格の変動が少なく価格も手頃でカルシウムが取れるので	60代女	病気にならないようにしたいので
30代女	低脂肪なら安く買えるから	60代女	毎日使う牛乳の為、週5本は買うが2.3百円は上がったと感じている。
40代男	少しでも栄養補給と考えてます。	60代女	加齢とともに骨折などが考えられるのでその予防には 牛乳は手っ取り早く栄養価も高いので 年々魅力を感じるようになっていく。
40代男	物価高の影響で支出が多くなり、牛乳を買うのも少し躊躇う時がある	70代男	なんでも値上がりで家計を苦しめている政府は食品だけはもうちょっと考えて欲しい。
40代女	安価でも十分な栄養素があるから	70代男	牛乳は他の食品に比べ そんなに高くなってない
40代女	毎日飲んでも良いと思っているから	70代男	健康第一なので食費だけは削れません。
40代女	物価が高くなって牛乳も高くなったけれど子供のために買っている	70代男	身体に良い
40代女	栄養が効率よく取れるから	70代男	大好きだから。
50代男	安く、高品質	70代女	一時に比べて、牛乳の値段が下がった。でも高くなるはなっているが、豆乳が高いままなので、牛乳に移行しようかと迷っている
50代男	栄養が豊富なので飲みたい。	70代女	栄養価が高くその割にはリーズナブルなので！
50代男	牛乳は他の食材よりも価格以上に栄養価が高いと思う。	70代女	栄養価が高くて、手軽な食品なので！
50代女	低脂肪牛乳でも、200円前後で、値上がりを感じます。無調整、濃い牛乳は贅沢に感じるほど価格が上がった。	70代女	価格は上がっているが、朝食に欠かせない
50代女	牛乳は物価高の中、価格を維持してくれている、貴重なたんぱく質だと思うから。有難い存在です。	70代女	牛乳なしでは、一日がつまらない。
50代女	タンパク質は必要なので、値上がりしても買いたい。	70代女	物価高で 買い物をするのも 一苦労です
50代女	牛乳の値段が上がったので美味しいけれど無調整牛乳は我慢して低脂肪乳を飲んでいる為です。	70代女	テキトーにとった栄養も、年長的に、ちゃんと考えながら摂取しなければと思っています
		70代女	栄養バランスを保つため

## 牛乳に感じる魅力や価値が増した×牛乳の利用・飲用が増えた人

70代女	家計が厳しくても、しっかり栄養をつけてもらわないと 思っています。他で節約して、それを、栄養に回したい	70代女	牛乳が高級品になってしまい、カルシウムを充分取れるかどうか不安です。
70代女	牛乳は高くもないし飲む必要性を感じるから	70代女	必ず飲みたいから

## カフェオレに感じる魅力や価値が増した×牛乳の利用・飲用が増えた人

10代男	美味しいから	50代男	牛乳の味が嫌いなので、牛乳にコーヒーとココアを混ぜて飲む。
10代男	カフェオレは美味しいから	50代男	牛乳+コーヒー+アマニオイルを毎朝飲む 非常に美味しく、高血圧の改善になっている
10代女	好きな量のコーヒーを入れられるため嬉しい	50代男	牛乳を入れるととてもマイルドになり飲みやすい。昔から好きな飲み方。
10代女	美味しい	50代女	いつも欠かさず飲んでいたので。
10代女	特別感を感じる	50代女	市販のカフェオレを購入しないので、よくわからないが、喫茶店では高いので飲まなくなった。
20代男	高級感があるようになった	50代女	牛乳を入れると美味しいから
20代女	まろやか	50代女	美味しいから。
20代女	カフェオレの方が美味しい	50代女	カフェオレは大好きですが、牛乳がすぐ無くなるので困る。
20代女	以前よりもコーヒーが好きになったから	60代男	美味しそう
30代男	カフェで注文してもとても高く感じるから	60代男	カフェ・オ・レは好きなので、少し美味しさに欠けるが低乳脂肪牛乳を活用して多く飲む事で牛乳単価を下げる努力をしている。
30代女	カフェオレは価格の変動が少ないので	60代女	牛乳だけはケチらない。ほかの食材は安いものしか買わないが、むしろ牛乳は低脂肪乳から価格の高い牛乳にして頑張っている。
30代女	市販を買うより作ったほうが経済的	60代女	入れたら美味しい
40代女	飲みやすいから。	60代女	家計は厳しくとも 健康はお金には代えられないので、高いとは言いつつも必要不可欠なものだと思う。メリハリを付けた生活をしたい。
40代女	普通に牛乳を飲むより美味しいから。	70代男	色々物価が上がって、いるので考えるようにしている
40代女	カフェオレには牛乳が欠かせないから	70代男	他の食品に比べ 牛乳はそれほど高くなってない 毎日 必要な 食べ物なのでありがたいと感じている。
40代女	家でのんびりすることが増えたから		
40代女	家で飲むのが一番やすい		
40代女	美味しく感じる		
40代女	物価が高く		
50代男	牛乳が必要		
50代男	カフェオレはすきだから。		

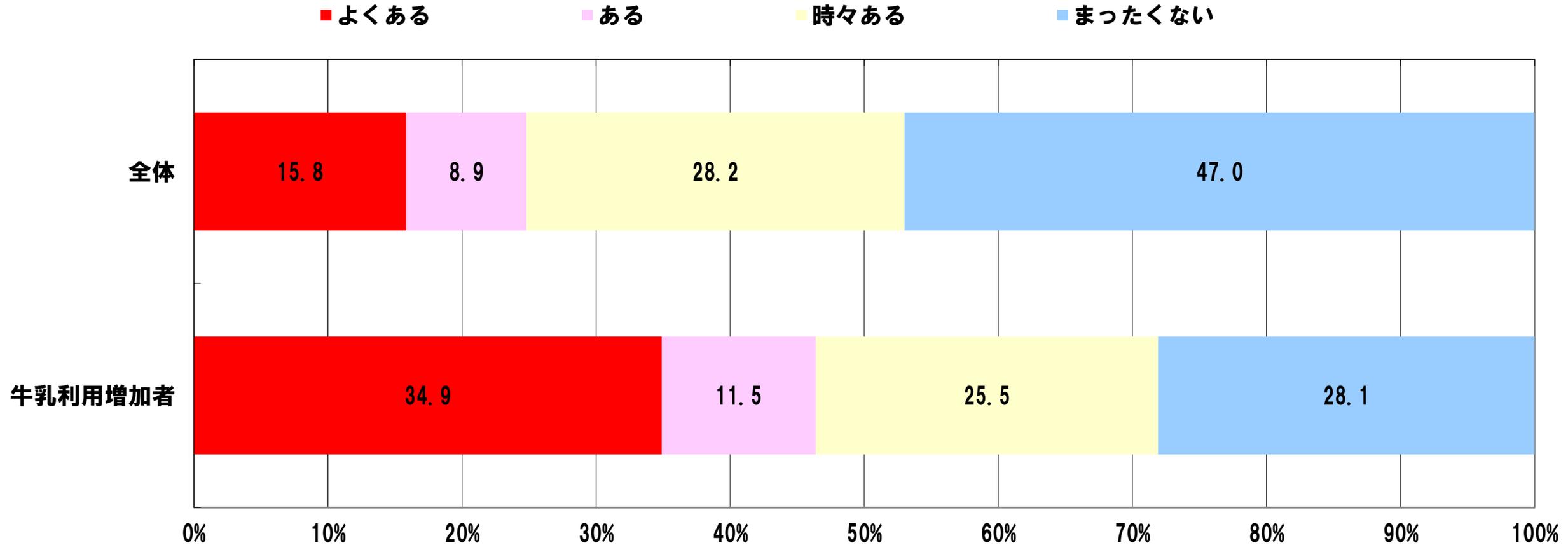
カフェオレに感じる魅力や価値が増した×牛乳の利用・飲用が増えた人

- |      |  |      |                                       |
|------|--|------|---------------------------------------|
| 70代女 | 家族がカフェオレが好んで、家計が苦しくても朝の楽しみとしての価値は上がったように思う。                      | 70代女 | 外で飲まないのが魅力的                           |
| 70代女 | カフェオレは美味しくて、健康にもいいので！  | 70代女 | 家族（主人）が喜んで飲んでくれるので、温かいカフェオレを作って飲んでもらう |
| 70代女 | コーヒーをブラックで飲むよりカフェオレで飲む方が好みであり美味しいので！                             | 70代女 | 牛乳だけ飲むより飲みやすいから                       |
| 70代女 | 牛乳を飲むために コーヒーを 少し入れて 後は 牛乳を入れて飲んでいきます 飲みながら ホッとして 1日のスタートに 頑張れます | 70代女 | 牛乳を入れる事で、マイルドになるので                    |
|      |  | 70代女 | 密かな楽しみ                                |
|      |  | 70代女 | 唯一の贅沢かなあ。おいしく味わいたい。                   |

## 2. カフェオレを飲む時のコーヒーよりも 牛乳を多めにする意識

問：いま現在、あなたは牛乳をカフェオレにして飲むことがどれくらいありますか。  
ご自身に最も当てはまるものをひとつだけお答えください。

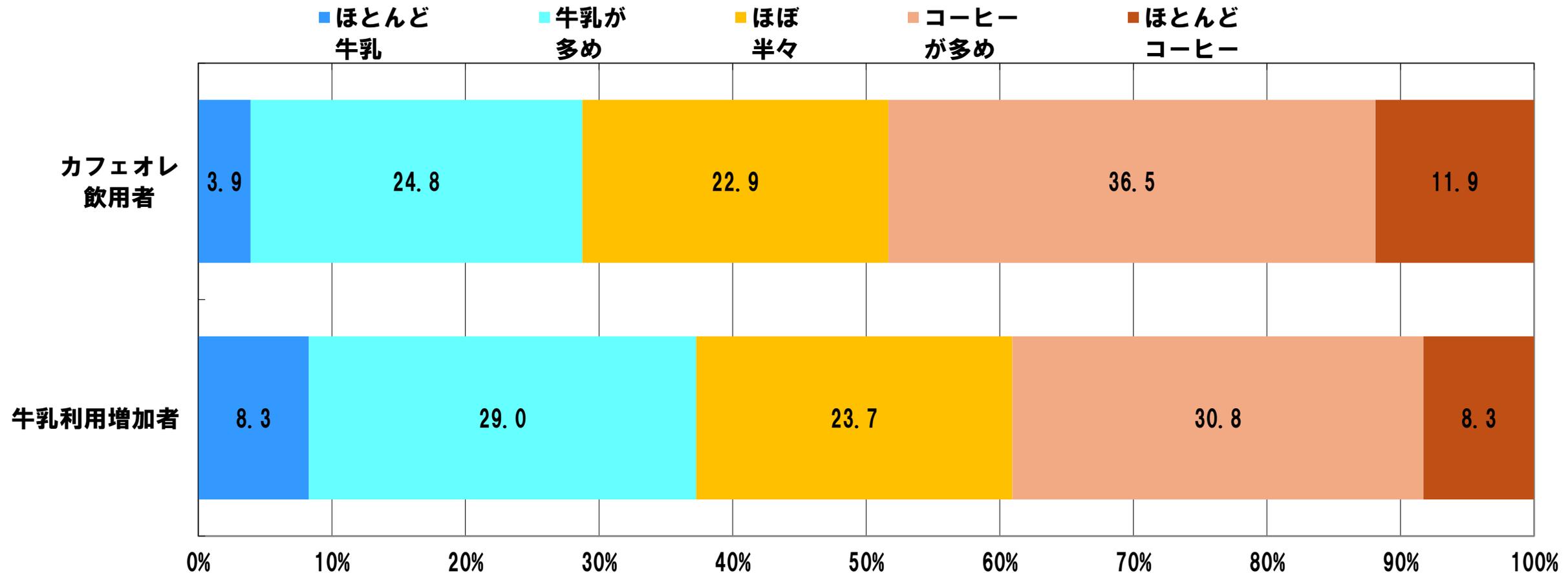
N = 全体：3130  
牛乳利用増加者：235



➤ 牛乳の利用・飲用増加者はカフェオレの飲用頻度が多くなっている。

問：いま現在、あなたは牛乳をカフェオレにして飲む際の牛乳とコーヒーの割合はどうか。  
ご自身に最も当てはまるものをひとつだけお答えください。

N = カフェオレ飲用者：1659  
牛乳利用増加者：169



➤ 牛乳の利用・飲用増加者はカフェオレで飲む際、牛乳の割合が多めになっている。

## ほぼ牛乳（★）・牛乳多め×牛乳の利用・飲用が増えた人

10代男	牛乳にインスタントコーヒーを溶かして飲むのが好き★	50代女	飲みやすくなり美味しい
10代男	家族間でのこだわりになっているから	50代女	牛乳の味を楽しみたいから
10代男	美味しいので	50代女	牛乳を多く入れると美味しい
10代女	7対3の割合でいれると美味しい	60代男	相性が良い
10代女	甘くて美味しいから	60代男	おいしくなるから
20代男	苦味も残しつつ、カルシウムもたくさん摂れるから	60代男	牛乳多めのカフェ・オ・レが一番美味しいから。
20代男	苦いのが苦手だから	60代女	コーヒーより牛乳の割合が多いとフランス味がする。
20代女	味わいが増す	60代女	朝食の代わり★
20代女	おいしい	60代女	美味しいから
20代女	カフェオレでは牛乳の風味を中心に楽しみたいから	60代女	牛乳を、出来るだけ多く飲むようにと意識している。★
30代女	コーヒーのブラックが苦手なので牛乳多めにして飲むのが好み	60代女	牛乳が苦手なのでコーヒーを加えて飲んでいるから
40代男	牛乳多めのほうが好きなので★	60代女	牛乳が好きだからです★
40代男	コーヒーには牛乳を半分以上入れて飲む	60代女	牛乳が多い方がコクがあって美味しい。
40代女	ミルクィな方が好きなので	60代女	牛乳体に良い
40代女	コーヒーの苦味が苦手だから。	70代男	いろいろと変化をつけて楽しんでいる
40代女	私の中でのベストな割合だから。	70代男	コーヒーが強いのは合わないから
40代女	クリーミー	70代男	メインは、牛乳であって、たまには、変わった味で、牛乳を、飲みたいからです。★
40代女	牛乳にインスタントコーヒー入れるからコップ一杯の牛乳を使う。甘くて美味しいから飲みたくなる。	70代男	牛乳がメインなので
40代女	濃いコーヒーは飲めないから	70代男	小さい子どものころから牛乳で育っているのだから飲みつづけたい。★
50代男	コーヒーの苦味が苦手	70代女	コーヒーだけで飲むより美味しくて、健康的なので！
50代女	コーヒーだけだと苦くて飲みにくいけど、牛乳を入れると砂糖を入れなくても美味しく飲める	70代女	コーヒーは溶かすだけのお湯にいれて後は全部牛乳です。カルシウムをとるためにのみ出した牛乳ですが今は毎日飲まないとな落ち着きません★
50代女	牛乳も少し苦手だけれど、コーヒーの方が体調が悪くなりがちだから	70代女	ミルク多めでおいしい
50代女	ぬるめのカフェオレが好きだし、牛乳は健康にいいので。	70代女	栄養もあり、美味しく飲めるので！

## ほぼ牛乳（★）・牛乳多め ×牛乳お利用・飲用が増えた人

70代女	夜、そういえば今日は牛乳を飲んでいなかったと思う時に、牛乳の消費のために飲むことがあるので、牛乳多めのカフェオレです。	70代女	牛乳200ccにインスタントコーヒーをスプーン1杯入れて飲むととても美味しい★
70代女	普段は珈琲のみで飲み、おやつの時にオレは飲むようにしているから	70代女	牛乳が多い方が好き
70代女	コーヒーがエスプレッソの濃さだから	70代女	牛乳が濃いほうがおいしい。飲みごたえある。それだけで満足感がある。★
70代女	こくがあって、おいしいです、★	70代女	牛乳だけより飲みやすいから
70代女	温めた牛乳に、小さじ1杯のコーヒー+アマニオイルをいれて	70代女	牛乳を摂ることが大切だから
		70代女	少しでも牛乳を飲むと言う気持ち強いから

## コーヒー多め・ほぼコーヒー×牛乳の利用・飲用が増えなかった人

20代男	コーヒーを多く入れる事で味がちょうど良い	40代男	コーヒーを飲みすぎているとき（かつそれでもまだ飲みたいとき）に飲む程度なので、コーヒー感を少し弱くする程度の配分になるため。
20代男	牛乳をそのまま飲むのがあまり好きじゃない	40代女	コーヒーだけだと苦いので和らげるため
20代男	あくまでコーヒーがメイン	40代女	コーヒーの味が好き
20代男	牛乳苦手だから	40代女	ミルク感もほしい
20代女	コーヒーの味を楽しみたいから	40代女	牛乳が飲みたいわけではないので
20代女	牛乳は味がないから	40代女	牛乳を飲みやすくなるので、これからは牛乳の量を増やしたい。
20代女	飲むと落ち着くから	40代女	牛乳は高いのであまり使えない
30代男	苦めが好き	40代女	牛乳も飲みすぎるとお腹が緩くなるから
30代男	牛乳が苦手だから	40代女	牛乳自体はそんなに好きじゃないから、コーヒー多めがちょうどいいから
30代男	コーヒーの苦みが少し欲しいから	40代女	コーヒーが多い方がいい
30代男	カフェオレを飲むなら主にコーヒーを味わいたいから	40代女	ミルクなしが好きだから
30代女	牛乳の味が好きじゃないのでコーヒーの味で消している	40代女	牛乳をすこし入れるだけで、味がまろやかになって美味しい
30代女	少し牛乳があればいいから	40代女	ダイエットもしていたし、節約のため
30代女	牛乳の値上がりがつらい	40代女	苦いのが好き
30代女	コーヒーの味が強い方が自分の好みだから。		
40代男	さっぱり飲みたいので		

## コーヒー多め・ほぼコーヒー×牛乳の利用・飲用が増えなかった人

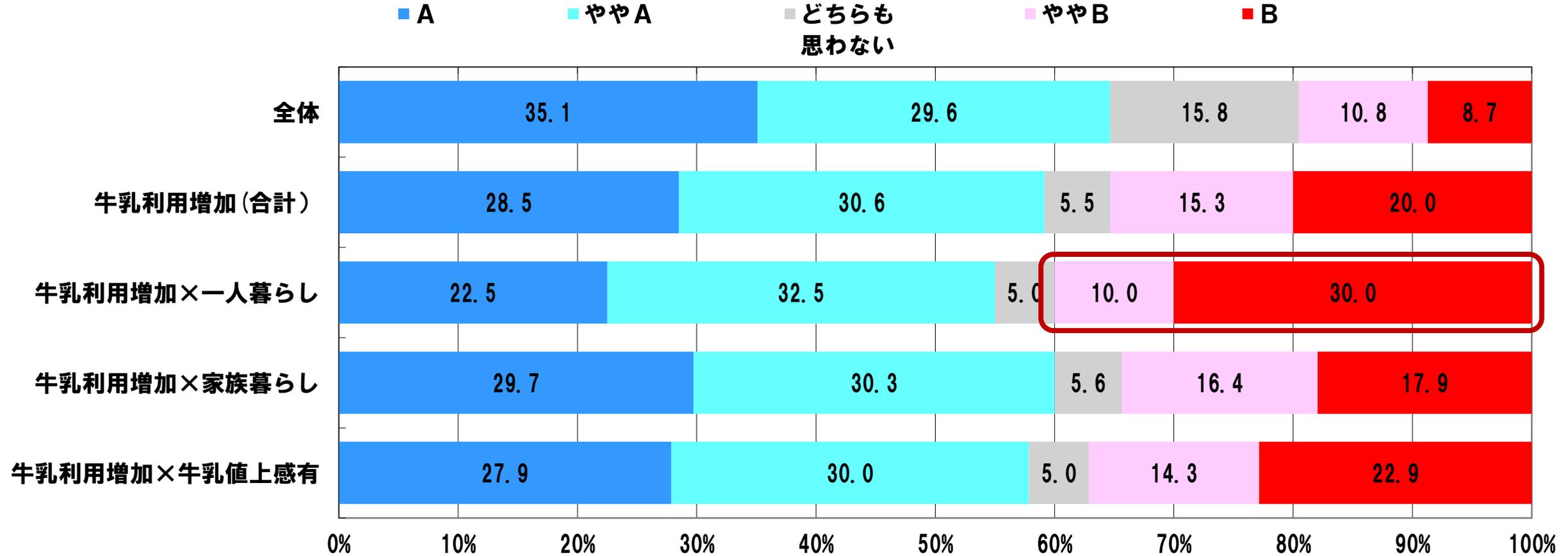
50代男	ミルクとして使う	60代女	本当は牛乳を半分にしたのですが、脂肪分が気になるのでコーヒーを多めにしています。
50代男	牛乳の価格が高騰しているのであまり入れなくてもいいかなと思います。	70代男	牛乳が多いとお腹を壊す
50代男	あまり牛乳が多いと味が薄くなりすぎる	70代男	半分づつに近づくとカフェオレでなくコーヒー牛乳に感じてくるので
50代男	あまり入れすぎるとお互いの良さが消えてしまうため多くても2割程度がベスト。	70代男	コーヒーが主であるが、たまに甘みを求めて牛乳を入れる
50代男	もはやカフェ・オ・レではなくミルク入のアメリカンコーヒーを飲まざる得ない。嫌な時代になった。	70代男	コーヒーが多めですと飲みやすいためです。
50代女	カフェオレとは言っても、コーヒーよりは牛乳が少ない	70代男	コーヒーを主に楽しんでいる
50代女	コーヒーの味がわかる方が好きだから	70代男	半々程度が理想だが家族が良く思わないのが残念
50代女	甘くなくてコーヒーの味が強い方がいいから	70代女	コーヒーが好きだから
50代女	豆乳がない時に牛乳を入れる	70代女	コーヒーの味が好きだから
50代女	コーヒーが好きだから	70代女	コーヒーを少しマイルドにして飲みたいから
60代男	コーヒーの香りを残したいから	70代女	牛乳が多いと美味しいのですが、でも少しになっている
60代男	まずはコーヒーの味を愉しみたい。	70代女	自分にとってちょうど良い
60代男	コーヒーの味を残したいから	70代女	入れた牛乳の分だけコーヒー感薄まる感じがあり、甘すぎないカフェオレ飲みたいので、コーヒー多めにしている。
60代男	コーヒーよりも牛乳が多いのは就寝前のミルクだけ。	70代女	特に考えはなく、普段から入れている量が一緒。おなかの調子が悪くならない量でよいと思っている。
60代女	コーヒーが好き		
60代女	コーヒーの味を残したいから		
60代女	牛乳を入れて飲むとコーヒーが美味しい		

### 3. 牛乳に関する一日での飲用・ 利用頻度の意識



問：あなたの牛乳利用・飲用に関する感覚は下記A, Bのどちらにより近いですか。  
 A:牛乳の利用・飲用は1日1回で十分、B:牛乳の利用・飲用は1日1回では（もの）足りない  
 あなたに最も当てはまるものをひとつだけお答えください。

N = 全体 : 3130  
 牛乳利用増加 : 235



- 牛乳の利用・飲用が増加した人は、全体と比べると1日1回では（もの）足りないと感じている人が多い。
- 特に一人暮らしの人が1日1回では（もの）足りないと感じている人が多い。

## 1日1回では（もの）足りない×牛乳利用増加あり（一人暮らし★）

10代男	カルシウムをもっと摂取したいから	40代女	カルシウムが不足しているから
10代男	摂取量がまだ少ないと思うので	40代女	カルシウムを摂るため
10代男	牛乳1杯だと栄養が足りてない気がするから	40代女	カルシウム不足
10代女	コーンフレークやカフェオレ、抹茶オレなど様々な飲み物にトッピングする必要があるから	40代女	飲みたい時飲めば良い
20代男	一回だとカルシウムがたくさん摂れないから★	40代女	牛乳が好きだから
20代男	好きだから	40代女	牛乳はカフェオレにして飲みます。なので1日2、3杯は飲むのでBです。
20代男	自分は牛乳が大好きなので、たくさん飲みたいと思ったからです★	50代男	パン食だから
30代男	プロテインと混ぜて飲むことが多いから★	50代男	自分が美味しいと思える牛乳に出会えたから。★
30代男	もっと栄養が欲しい	50代男	他の飲料を飲むよりカラダに良いから
30代女	一回では、必要なカルシウムが取れないと思うので	50代男	牛乳は美味しいし、栄養も豊富だから。
30代女	カルシウムを摂るということを考えると1回で多く飲むより数回に分けて飲んだ方がよさそう	50代男	牛乳の味が嫌いなので朝は牛乳にコーヒーとココア等を混ぜて飲む。健康のため。夜は味噌汁に混ぜて飲む。
30代女	飲む機会が増えたから	50代女	そのままは朝だけだがそれ以外でもコーヒーや紅茶に入れて飲むようにしたい
30代女	朝と夜飲みたい	50代女	食後にコーヒーを飲む時は、必ず牛乳を入れているから。★
40代男	とても美味しく、身体に良いので	50代女	朝とおやつなどと一緒に飲みたいから
40代男	何度もコーヒーを飲むから★	50代女	コーヒー牛乳が好き
40代男	牛乳は子供の頃から飲んでおり、大好き	50代女	2回ぐらいのみます
40代男	牛乳そのままも好きだけど、ミルクティーやミルクココアなども好きだから	50代女	飲むと落ち着くから。★
40代男	牛乳が好きなので朝と昼に2回飲んでいきます。	50代女	栄養がたくさんあるから
40代男	何度も飲みたくなるから	50代女	牛乳はいろいろ飲み方があるし楽しみたい
40代男	牛乳飲む方が、サプリメント飲むより気持ち良いので。	50代女	牛乳は健康にいいので。★
40代女	コーヒーに入れる	60代男	お茶感覚で飲むから
40代女	美味しい牛乳なら何んでも飲みたいが、普通のはそんなに飲みたい衝動にはならないので、カフェラテアートして楽しむ	60代男	飲みたくなるから
40代女	カルシウムはもっと取った方がいいから。食事だけでは足りない。なので牛乳を飲用してます。	60代男	一回による摂取量が少ない
		60代男	牛乳大好き
		60代男	健康を維持したいから

## 1日1回では（もの）足りない×牛乳利用増加あり

60代男	朝はそのまま飲んで、夜にはコーヒーに半分くらい割ってカフェ・オ・レとして飲むのが日課となっている。たまに深夜にもカフェ・オ・レを飲む事がある。	70代男	風呂上がりにサッパリしたいから。
60代女	一日に一回だと必要なカルシウムは足りないだろう。★	70代女	味が好きだから
60代女	タンパク質の量が足りない	70代女	コーヒーに入れたり、料理にも使うので！
60代女	タンパク質やカルシウムを取るためには もっと飲んだ方が良いと思う。	70代女	コーヒーや料理に使うので！
60代女	一回の量が少ないので。	70代女	以前から朝は必ず牛乳を摂取していたが、ここ半年ぐらいはお風呂上がりにも飲むようにしている。
60代女	完全食品に近いもので手に入りやすい食品なので しっかり摂りたい。特に 高齢になってきているのでカルシウムは骨粗鬆症の予防になるので 是非もっと摂りたいと思う。	70代女	牛乳が好き、スープとかポタージュ何に使っても美味しく飲めます。
60代女	カルシウムを取りたい	70代女	骨密度を測ったら年相応、減らさない様にと言われて朝のコーヒーを牛乳に替えました。★
60代女	牛乳が好きなので★	70代女	身体にいいと思っている
60代女	牛乳が大好きで喉が渴いたらお茶代わりにのんでいたが近頃高いので幾分ひかえるようになった。	70代女	健康のため★
60代女	単体では飲まないが、コーヒーに入れて何度か飲みたい	70代女	牛乳だけで飲むのとコーヒーや紅茶に入れて飲むことも多い
70代男	カルシウムをとるため。おいしいから。★	70代女	健康の為に飲んだ方がいいと思う
70代男	なんとなく多くのむと体に良いと思う。	70代女	骨粗鬆症になって、カルシウム不足なので牛乳を飲まないといけなさと感じている
70代男	骨格となるカルシウムがたくさん取れる★	70代女	朝食にも飲むがおやつに飲みたい。
		70代女	大好きだから
		70代女	物価が高騰しているが、いつもの牛乳は一日の始まり。他にも飲んで体力だけはつけておきたい。医療費を減らすために。★

## 1日1回では（もの）足りない×牛乳利用増加あり

10代男	お金がかかるから	20代男	飲みすぎるとお腹壊しやすい
10代女	それでカルシウムが十分に摂れそうだから	20代男	元々牛乳は飲まない
10代女	牛乳のにおいが好きではないから。	20代男	毎日飲んだらお腹を壊しそう
10代女	牛乳飲まなくても生きてける	20代男	飲み過ぎも良くないと思う
20代男	牛乳は好きだか、かなりカロリーがあるので、あんまり飲まない	20代男	そんなにの飲むものじゃないから

## 1日1回で十分×牛乳利用増加なし

20代男	飲みすぎは良くない	40代女	単体で飲む習慣が昔から無いので
20代男	手軽	40代女	冷たくてお腹を壊しそうだから
20代女	カロリーが気になるし牛乳単体ではそこまで好きでないから	40代女	あまり飲みすぎると、お腹がゴロゴロするから。
20代女	牛乳が嫌いだから	40代女	お茶がメインで牛乳がなかなか食卓にでない
20代女	普段飲まないから	40代女	飲みすぎると腹痛になる
20代女	のむ必要がない	40代女	そんなに好きではないから
20代女	牛乳を飲み過ぎると気持ち悪くなる	40代女	一回に必要な栄養が取れると思うから
20代女	牛乳を沢山飲みすぎるとお腹を壊してしまいそうだから	40代女	飲む以外にも料理に使ったりすることを考えるとこれくらいがちょうどいいかなと感じるから
30代男	お腹を下す	40代女	高いし、あまり飲み過ぎると太るので。
30代男	自分には必要がないため	40代女	あまり必要性を感じないから
30代女	牛乳の飲み過ぎは良く無いと聞いたので	40代女	そこまでいっぱい飲めない
30代女	それほど好きではないから	40代女	高いから買えない。
30代女	牛乳が好きじゃないから	40代女	数年牛乳は飲んでいない。豆乳を飲んでいる。
30代女	一杯だけで十分栄養が摂れそうだから 牛乳が苦手で単体では飲めない 牛乳が高い	40代女	摂取しすぎるとお腹もゆるくなるから
30代女	嫌いではないが、そこまで飲みたいと思わない。	40代女	買っていないから
40代男	1回の量にもよるが、他の飲み物も飲みたいから	50代男	あまり好きではないから
40代男	いっぱい飲むとお腹を下してしまう為。	50代男	おなかをこわしやすい
40代男	牛乳は飲まないの	50代男	これくらいじゃないと下痢になる
40代男	嫌い	50代男	一回の飲む量が
40代男	あまり牛乳が得意ではないから	50代男	牛乳は朝に飲むもの
40代男	飲みすぎは腹壊すから	50代男	休日の朝食なら下痢を抑えることができそうなので一日で十分だと思います。
40代男	牛乳を飲む事はほとんどない	50代男	あまり飲みすぎると太りすぎなどの逆効果になりそうだから。
40代男	お腹が緩くなるのであまり飲まない。	50代男	いつもは飲めないから
40代男	お腹を下すので	50代男	お酒が好きだから
40代男	そもそも牛乳は飲まない	50代男	お腹をくだすから 1回しか飲まない

## 1日1回で十分×牛乳利用増加なし

40代男	必要性を感じないから。	50代男	牛乳1日1回でカルシウムがとれる気がするから。
40代女	牛乳は飲まない	50代男	あれば飲むが、殆ど無いので飲まない
50代男	一日一杯は、健康のため必要かと	60代男	牛乳は好きではないが健康のために飲んでいる感じ
50代男	牛乳を飲む習慣はない	60代男	本当は一回でも多いです。少なくとも牛乳を買ってこなければいけないので、ゼロというのが一番いいです。
50代男	値段が高すぎる	60代女	健康に良いのはわかっているが、カロリーが高いために1日1回でも多いと思っている
50代男	朝の目覚めに役立つから	60代女	朝食に合う飲み物だから
50代女	あわないため	60代女	お腹がゴロゴロするので、何処にも出かけない時にしか飲まない
50代女	基本的に、牛乳は体質に合わないため全く飲まない。	60代女	苦手なので
50代女	牛乳が苦手で全く飲まない。	60代女	習慣
50代女	牛乳は苦手	60代女	あまり好きでない
50代女	牛乳は料理に使うのが主になっているので、そのまま飲むことは減ってしまった。	60代女	そもそも牛乳は飲みません
50代女	牛乳は、ほぼ飲まないの… カルシウムは、チーズやヨーグルト等で補っている	60代女	牛乳はタンパク質、カルシウムともに摂取できる優れた食品である反面、取りすぎるとカロリー過多になるのではと考え、1日1回朝200ml飲んでいる。
50代女	牛乳を飲むとお腹をこわしやすい。飲んだ後の匂いが嫌い。	60代女	牛乳より豆乳の方が身体に良いので、あえて牛乳を飲まなくても構わない。
50代女	牛乳より豆乳	60代女	和食には不要
50代女	おなかのごろごろする	70代男	一日一回で十分に栄養がとれる
50代女	子供のころから牛乳朝のむのが習慣です。	70代男	朝青汁と一緒に飲む
50代女	十分だと思う	70代男	1日1回コップいっぱい飲んでいるから。
60代男	カルシウム取りすぎは身体に悪い	70代男	200mlが朝食1回分としてちょうど取り切れる量だから
60代男	そもそも、10年間くらい飲んでいない	70代男	パン食は朝だけなので、牛乳は朝だけ。
60代男	牛乳を飲むとお腹がゴロゴロする	70代男	家族の好みで購入頻度が少ない
60代男	朝食しか機会が無い	70代男	牛乳以外にもコーヒー、紅茶、烏龍茶、ビール等飲みたいものは沢山あるので。
60代男	毎日の日課		
60代男	他のもので代用できる。		
60代男	牛乳だけだと、何回も飲めないからです。		

## 1日1回で十分×牛乳利用増加なし

60代男

飲みすぎるとおなかの調子が悪くなるから

70代男

朝に手軽にタンパク質をとる。その後は他のものでとるので十分。

60代男

下痢をするから。

70代男

牛乳は健康的な飲み物と言う考え方で飲んでいます。牛乳の代わりに野菜ジュースを主体に飲んでいるため、1日、1回で十分と思います。

60代男

牛乳が飲めなくなった

70代男

取り過ぎると体に良くないから

70代男

特に理由は無く、流れを変えないだけ。

70代女

カルシウムは取りすぎても排出されてしまうというから

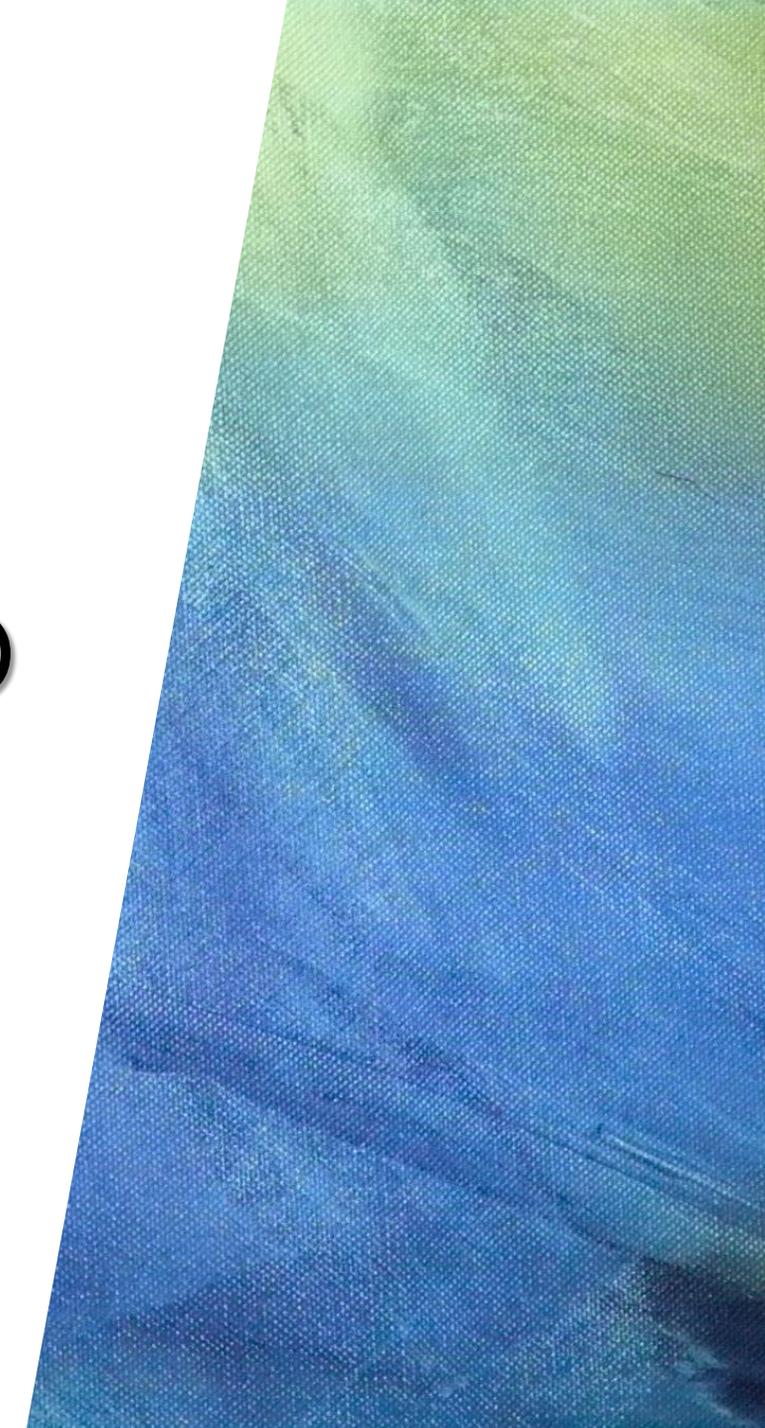
70代女

お腹がゆるくなるので。

70代女

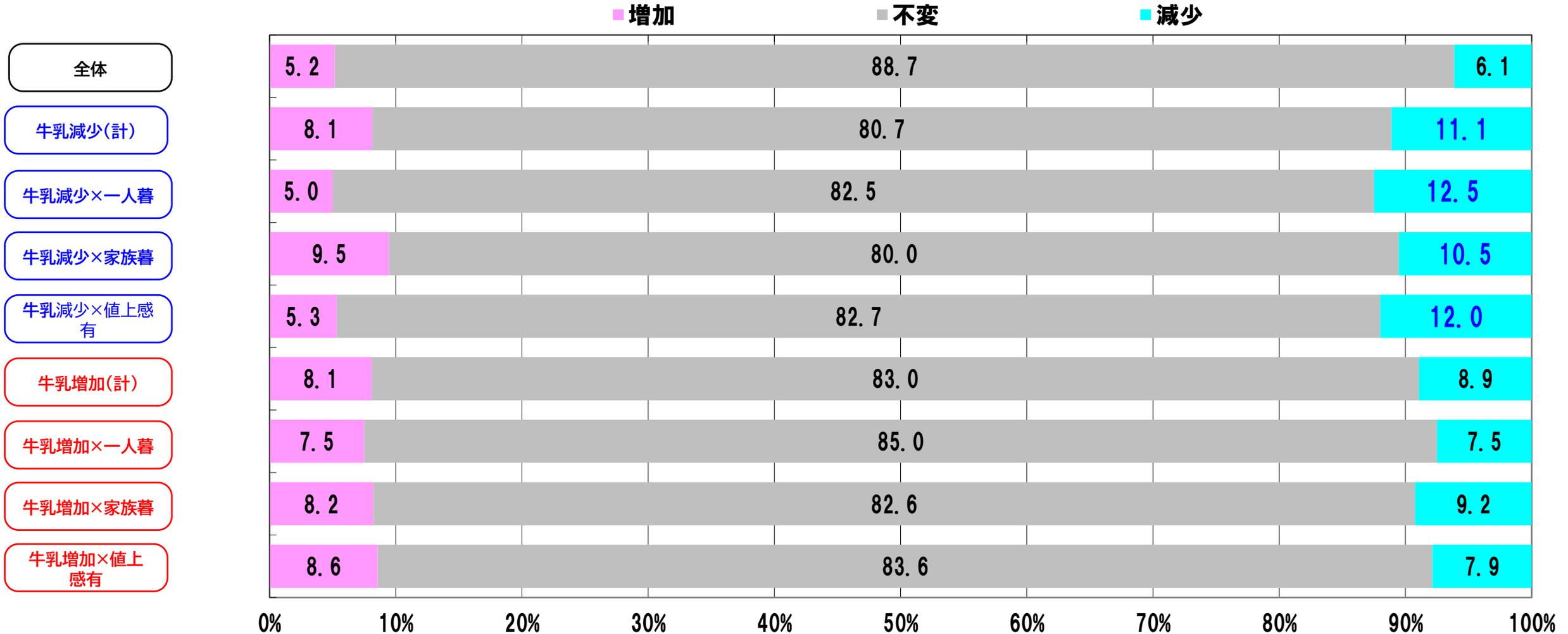
おなかの調子が悪くなる

## 4. 「朝食中」における牛乳の 利用・飲用状況の変化



問：1年前と比べて、いま現在あなたが食事(朝食)を取る回数に変化していますか。  
ご自身に最も当てはまるものをひとつお答えください。

N=3130/135/40/95/75/235/40/195/140



➤ 牛乳の利用・飲用が減った人は、朝食自体の摂取頻度も減少している。

問：1年前と比べて、いま現在あなたが朝食において牛乳を利用・飲用する回数は変化していますか。  
ご自身に最も当てはまるものをひとつお答えください。

N=3130/135/40/95/75/235/40/195/140

全体

牛乳減少(計)

牛乳減少×一人暮らし

牛乳減少×家族暮らし

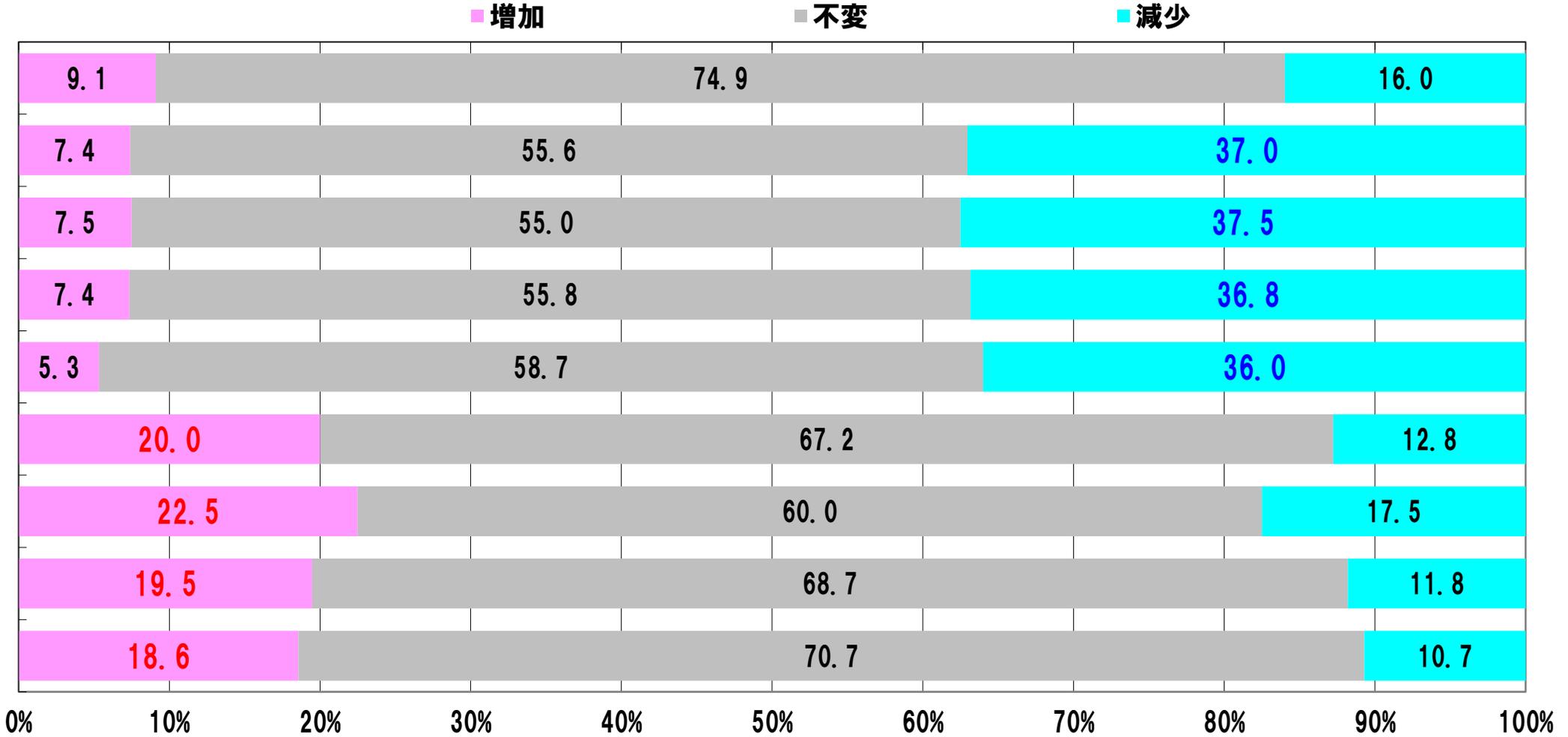
牛乳減少×値上感有

牛乳増加(計)

牛乳増加×一人暮らし

牛乳増加×家族暮らし

牛乳増加×値上感有



- 牛乳の利用・飲用が減った人は、朝食時の牛乳利用・飲用頻度の減少が大きい。
- 一方、牛乳の利用・飲用が増えた人は、朝食時の牛乳の利用・飲用頻度の増加が大きい。

## 朝食頻度が減少した人のコメント（★印は牛乳利用減少者）

10代男	寝ている★	50代男	朝寒くて準備するのが大変だから★
10代女	ダイエットしたい 16時間ダイエットしてて、12:00-20:00しか食べれないから朝ごはん食べれない★	50代女	以前から朝が苦手だったが、年々さらに朝が弱くなってきたので食べる時間が無い。
10代女	昼に起きることが増えたから★	50代女	仕事が忙しくなり、朝出勤準備に時間がかかるため。
20代男	食べるのが面倒	50代女	早朝の勤務で食べる時間がない時がある★
20代女	時間がない	50代女	体力が減り忙しい日の翌日は早起きするのが辛くなって、起きて急いで昼食作り、家事に取り掛かる為ゆっくり食べる時間ご無くなった為です。規則正しい生活を志がけたいです。
20代女	忙しくて食べれる時間が無い★	50代女	ダイエットのため
20代女	仕事がある日はギリギリまで寝てしまうので朝食を準備して食べる時間が無い	50代女	時間がない
30代男	食べたくない	50代女	食欲がないから★
30代女	子供の支度が忙しくて食べてる時間がない。	50代女	食べる量が減っているため★
40代男	仕事で忙しく、毎日夜21時位まで仕事をしており、帰宅して寝てしまい夜中4時位に晩飯を食べる感じとなり、朝はお腹が空かない。	60代男	朝起きる時間が遅くなったので朝食を食べる頻度が減った。
40代男	お腹がくだる	60代女	朝はなるべく食べないようにしている
40代男	朝の身支度で時間に余裕がない。	70代男	ブランチで食べるから★
40代男	朝お腹が空かなくなってきた	70代男	体重が増えたため
40代女	経済的な理由、生活リズム	70代女	起床時間が遅くなったので朝昼兼用で食べることにした
40代女	お金がない。食費にお金かけられないです！★	70代女	老化でたくさん食べなくなった
40代女	加齢と物価高	70代女	洗顔しても眠気を感じ、眠いなぁと思いながら朝食の準備をだらだらとしていたら、出かける時間になり、朝食はもういい気持ちになる。
40代女	経済的理由	70代女	栄養バランスを考え、ナッツ類及び牛乳を朝食にしている
40代女	朝夜はたべないようになったから。昼だけたくさん食べている。★	70代女	仕事の日数が減り 休みの日は起きるのがおそくなって早めの昼食になったから
50代男	夜勤があるから		
50代男	忙しく、時間がない。		
50代男	最近胃の調子が良くないので。飲み物だけで済ます事が増えた。★		

## 朝食時の牛乳利用頻度の減少×牛乳利用減少

20代男	いつもコーヒーと一緒に飲んでいただけでコーヒーを飲まなくなったから	60代男	牛乳が合わなくなった
20代女	値上げ	60代男	のまなければ買わなくて済むので楽ちんです。
20代女	美味しいと思わなくなった	60代女	アレルギー反応が出たから
30代男	仕事がハードで、朝起きれなくなったため。	60代女	ダイエットをしていて、ヨーグルトや豆腐を食べるのが主になり、牛乳も豆乳にしたから飲まなくなった。
30代男	ヨーグルトを食べる回数が増えたから	60代女	元々、牛乳はほとんど飲まない 牛乳を飲むとお腹をこわすことがある
30代女	経済的に厳しいのに値上がりしている	60代女	物価が、高いので
30代女	コーヒー等に入れるのが好きでその使い方でよく飲んでいますが、1年前より今年は少なくなった気がするのです。	70代男	価格高騰
30代女	値段が高いから	70代男	牛乳を飲むとお腹が緩みがちになるから
40代女	高いから。他の機能性ヨーグルトの方が体によさそう	70代男	好きだが家族が好んでいないようだ
40代女	牛乳が高いから。	70代男	余り取ると体に良くないと聞いた
40代女	牛乳なんか高級品です。飲みたくても飲めるわけありません！	70代女	パン食からご飯に変えたので 牛乳を飲む機会が減った
40代女	高いから。	70代女	牛乳を飲むとお腹の調子が悪くなるため殆ど飲みません。
50代男	値段が高くなったから	70代女	牛乳を飲むと下痢気味になることかあったため
50代男	牛乳が高いから	70代女	ヨーグルトをとるのが増えた
50代女	価格高騰のため買い控えてる、代わりに豆乳を買ってる	70代女	寒くなって暖かいお茶を飲む機会が増えた。
50代女	牛乳の値が上がっているので控えめにしている	70代女	牛乳から豆乳に変更したため
50代女	牛乳は価格が高くなったので、安くて体にもいい豆乳に変えた	70代女	価格が高くなった
50代女	豆乳を飲むようになったから。	70代女	糖尿病になり、食事制限を受けているため、それまでは毎日コップ2杯の牛乳を飲んでいましたが、今は1杯しか飲めなくなったため。
50代女	牛乳が値上がりしたので買う頻度が減ったから	70代女	健康のために動物性の牛乳の代わりに植物性の豆乳、アーモンドミルク、などを飲むように変えたので牛乳は減っています。
60代男	値段が高い。	70代女	

## 朝食時の牛乳利用頻度の増加×牛乳利用増加

10代男	美味しいから 嬉しい	10代女	体を温めるため
10代女	カフェオレが好きになったから	10代女	美味しいから

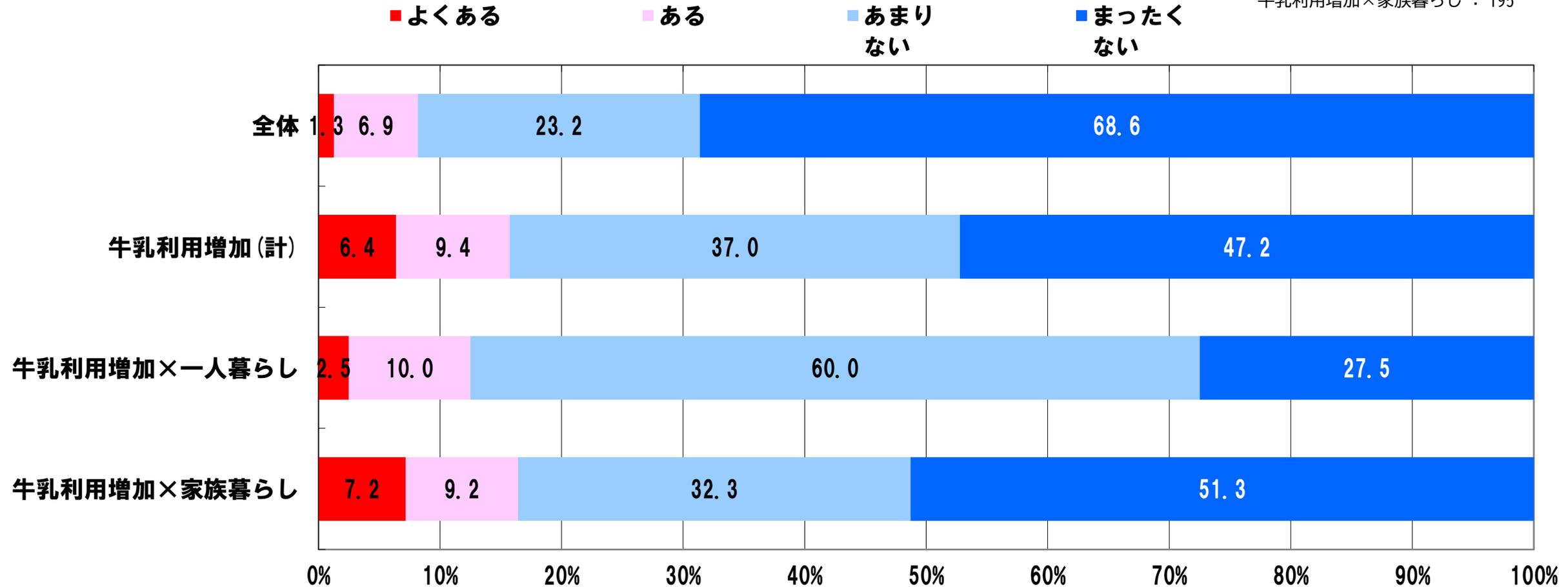
## 朝食時の牛乳利用頻度の増加×牛乳利用増加

20代男	カルシウムを摂りたいから	40代女	カルシウムをとる
20代男	体力がついて、たとえ体調不良になったとしても、すぐ治るような体になりました	40代女	こどもが残した時に自分の飲む分も追加して飲んでいきます
20代男	好き	50代男	自分が美味しいと思える牛乳に出会えたから。
20代女	栄養価が高まる	50代女	甘いものと一緒に飲むことが増えたから
20代女	結婚して一人暮らしから夫と一緒に住むことになり、相手が牛乳を好んで買うようになった。一人暮らしの時は賞味期限を気にしてあまり買えなかった。	50代女	カルシウムを摂るためと腸活のため、健康的な生活を送るようになったから
20代女	実家に戻ったから	50代女	カルシウムを取る為、便通をよくする。牛乳は、好きで飲みやすい
20代女	朝食にとるプロテインに牛乳を使うから	60代男	青汁と一緒に飲む事で増えた
30代男	タンパク質とカルシウムのため	60代男	朝食に牛乳を使ったスムージーを飲むようになったから。
30代女	腸内環境を良くしたいと思って牛乳を飲むようになったので	60代女	コーヒーに牛乳を加えて飲むことが増えた。牛乳を加えてカフェオレにすると腹持ちがよい。
30代女	こどもが残すのを飲んでいるから	60代女	骨の強化
30代女	こどもが飲むようになって、一緒に飲むようになった	60代女	便通がよくなったので飲む回数が増えた。
30代女	コーヒーを飲むのに使用してるため	70代男	口の中をサッパリさせる為。
40代男	朝飯を食べず、毎日の日課である牛乳をがぶ飲みしている。	70代男	老化でカルシウムが不足しているので意識して飲んでいる
40代男	コーヒーを飲む頻度が増えた	70代女	カルシウムを取りたく豆乳を牛乳にかえた
40代男	とても品質と、信頼性が優れているので	70代女	カルシウムを多くとりたいため
40代男	コーヒーに牛乳入れたり、牛乳そのままを飲んです。砂糖は入れません。	70代女	タンパク質をきな粉と一緒に摂るために毎日きな粉牛乳にして飲んでいる。パン食でもご飯食でも必ず添える事している。
40代女	体の調子が悪くなるが増え、健康を意識するようになった。	70代女	歳を重ねていくたびに カルシウムと、乳酸菌をいっぱい取ろうと思っています

5. 「間食（おやつ） / 小腹が空いた時」  
「食事の代わり」の牛乳利用

問：いま現在、あなたが牛乳を食事代わりとして利用する（飲む）ことがどれくらいありますか。  
あなたに最も当てはまるものをひとつだけお答えください

N = 全体：3130  
牛乳利用増加：235  
牛乳利用増加×一人暮らし：40  
牛乳利用増加×家族暮らし：195



➤ 牛乳の利用・飲用が増えている人は、全体と比べると牛乳を食事代わりにしている人が多い。

## 牛乳の利用増加あり

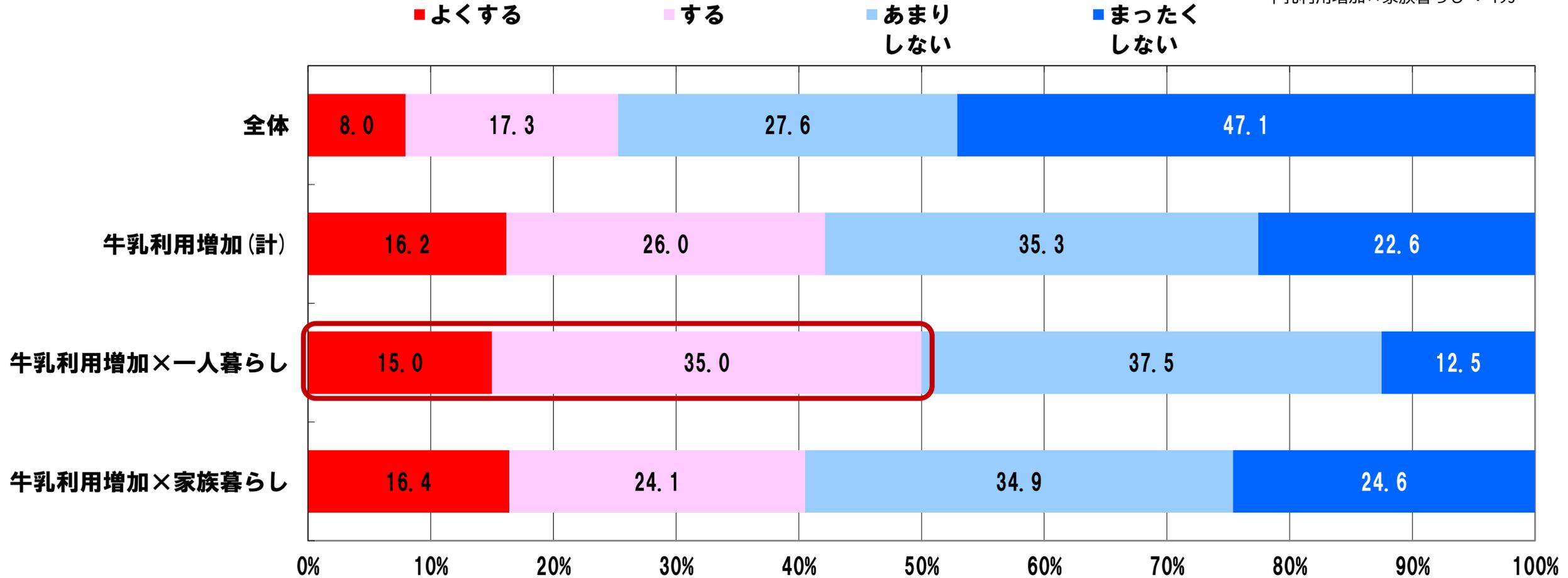
10代男	朝食が食べたくないので代わりとして	40代女	胃に優しい気がするから
10代男	栄養価が高いので満足できるから	40代女	作るのがめんどくさいから
10代男	食欲があまりない	40代女	時間がないとき
10代女	朝お腹がすいてないから	40代女	私にとって牛乳は欠かせない飲み物だから
20代男	きぶん	50代女	朝食で飲む
20代男	空腹感を紛らわすために飲みます	50代女	毎朝、牛乳を飲む事から始めている
20代女	のど越しがいい	50代女	冷蔵庫に何も無い時
20代女	プロテインをおやつがわりにすることがあるから	60代男	腹持ちが良い
30代女	手軽に飲めて栄養も取れるので	60代女	すぐに飲めるし好きなので
30代女	ココアを混ぜて飲むことはある。	60代女	お昼はカフェ・オ・レです
40代男	栄養素が豊富なので	70代男	朝はやはり牛乳で1日が始まります。
40代男	忙しく食事出来なくても、牛乳は完備してます。	70代男	朝食に飲んでいきます
40代男	牛乳や野菜ジュースは小腹を満たすのに最適なので普通のジュースよりは飲むようにしてます	70代女	毎日 朝は コーヒーを入れた牛乳です 飲まないとい日が始まりません
40代女	飲むだけでカルシウムなどが取れて、何も口にいけないよりはいいと思い飲む		

## 牛乳の利用増加なし

10代女	手軽だから	40代女	満腹になるから
20代男	食欲がない時に	40代女	手軽に飲める
20代女	満足感が得やすいから。	50代男	牛乳に含まれるカルシウムをとりたい。
30代男	朝時間がない時などに、牛乳のみで済ませることがたまにある。	50代男	とりあえず多少の栄養は取れたかなと安心感がある。
30代男	食事を手軽にすまいたい時に利用している。	50代女	食欲がなくてもおいしく飲んで栄養が摂れる
30代女	牛乳は手軽に飲むことができ、満足感も得られるから。	60代男	なんかおなかすいたときに牛乳を飲む。
40代男	栄養価が高いので	60代男	免疫力が落ちていると感じるからです。
40代女	お腹がすいていない時にもゆっくり飲むと、気持ちが落ち着くから。	70代女	栄養的に十分食事の代わりになる
40代女	小腹が満たされるので	70代女	手軽
		70代女	食事をしなくてもカフェオレは飲みたい

問：いま現在、あなたは牛乳を間食（おやつ） /小腹が空いた時のタイミングで飲んだり利用したりしますか。  
あなたに最も当てはまるものをひとつだけお答えください

N = 全体：3130  
牛乳利用増加：235  
牛乳利用増加×一人暮らし：40  
牛乳利用増加×家族暮らし：195



- 牛乳の利用・飲用が増えている人は、全体と比べて「間食（おやつ） /小腹が空いた時」に飲むことが多い。
- 中でも、牛乳の利用・飲用が増えている一人暮らしの人が多くなっている。

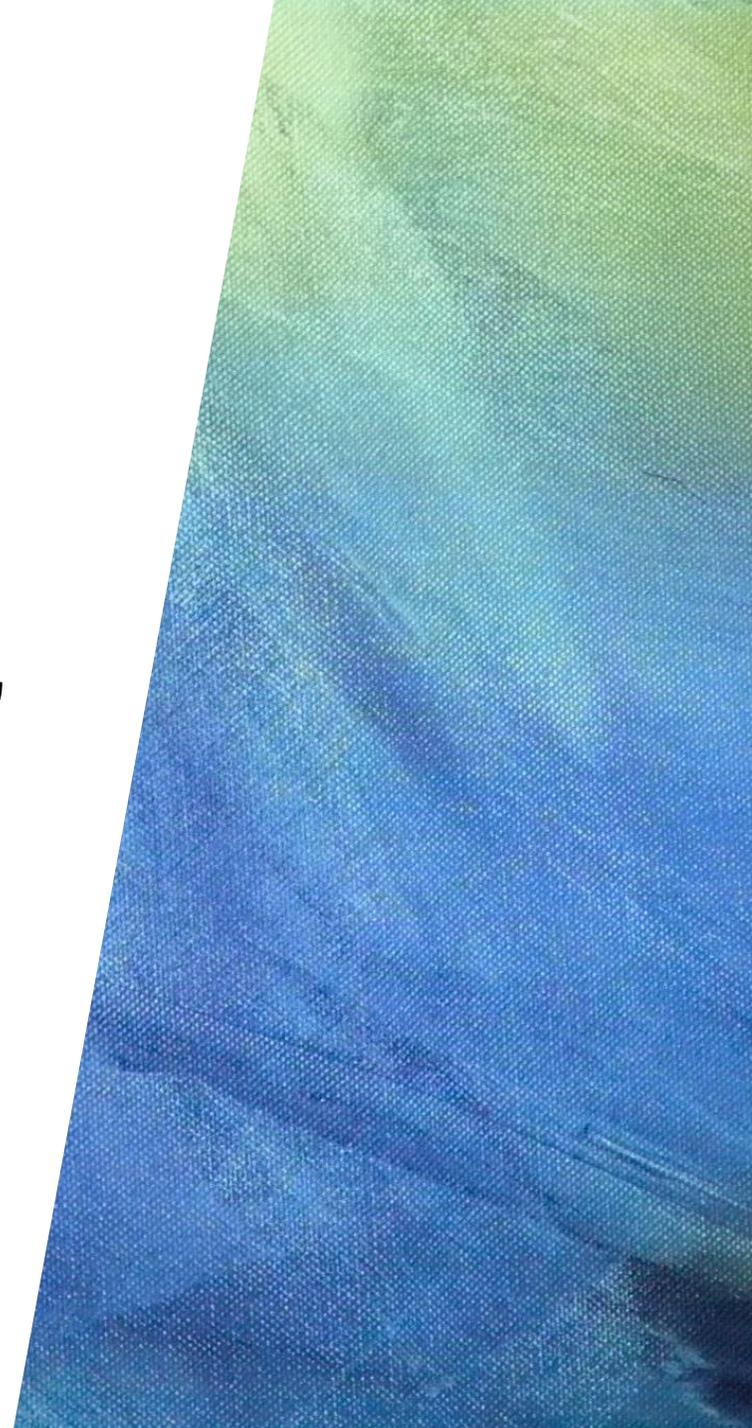
## 牛乳の利用増加あり

10代男	コップに入れて飲む	40代女	冬は、温めて飲む
10代女	ココアにして飲む	40代女	栄養補給とお茶より満腹感がありそう★
10代女	そのまま	40代女	チョコとかクッキー、意外と和菓子とかの相性は最高だと思っている
10代女	気持ちが満たされる	40代女	ホットココアにする
10代女	健康にいい	40代女	お腹にたまる
20代男	ココアで溶かしたり、温めて飲んだりする★	40代女	カフェオレにしないと飲めない
20代男	オレオと一緒に飲みます★	40代女	バナナシェイクを作り飲んでいる
20代男	飲みたい時	40代女	ミルクメーカーにしたりカフェオレにしてる
20代男	相性が合うからです。特にケーキとカフェオレ★	40代女	牛乳が好きだから
20代女	パンと食べる	40代女	牛乳にインスタントコーヒー入れて カフェオレにして飲むことが多い。
20代女	あたたためて	50代男	そのまま飲む。★
20代女	ドーナツなど甘いものといっしょに	50代男	太る心配があまりないから
20代女	お菓子にいれる	50代男	カフェオレやプロテインや料理に使用。★
20代女	プロテインにつかう カフェオレのもとで割って飲む★	50代女	お菓子と一緒に食べることがよくある。
20代女	紅茶に入れてミルクティーとして飲む	50代女	コーヒーや紅茶に入れて飲む
30代男	食べながら★	50代女	甘いものとても合うから
30代男	美味しいので	50代女	牛乳があることで、満足感が出るから。★
30代女	おやつと一緒にカフェオレを飲む★	50代女	コーヒーに入れて飲む。たまにミルクココアにして飲む。
30代女	お菓子と一緒に食べている	50代女	カフェオレか、そのまま飲む。★
30代女	コーヒーに少しだけ混ぜてコーヒー多めのカフェオレにして飲むため。	50代女	カフェオレにしてお腹の空腹を満たす
40代男	ケーキなどに合わせる	50代女	コーヒーにも必ず牛乳を入れるしグラノーラを食べる時にも必ず入れます。
40代男	食事時は、牛乳と決めている。	50代女	コーヒー牛乳にしたり紅茶に入れたり、パンに浸して食べたりしています。たまに牛乳をお湯で薄めて砂糖を入れて飲んでます。★
40代男	カフェ・オ・レにして飲む。	50代女	プロテインやそのまま牛乳だけ。★
40代男	朝飲んで下痢すると厳しいので、下痢しても大丈夫な時しか飲まない	50代女	ミルクティーとしておやつと一緒に飲む
40代男	おやつと一緒に飲む	60代男	醤油と相性がいいので、磯辺焼き、しょうゆ味のせんべいなどと、一緒に飲むことが多い。
40代女	コーヒーに入れる		
40代女	ラテアートする		
	そのままのむ(美味しいやつ限定)		

## 牛乳の利用増加あり

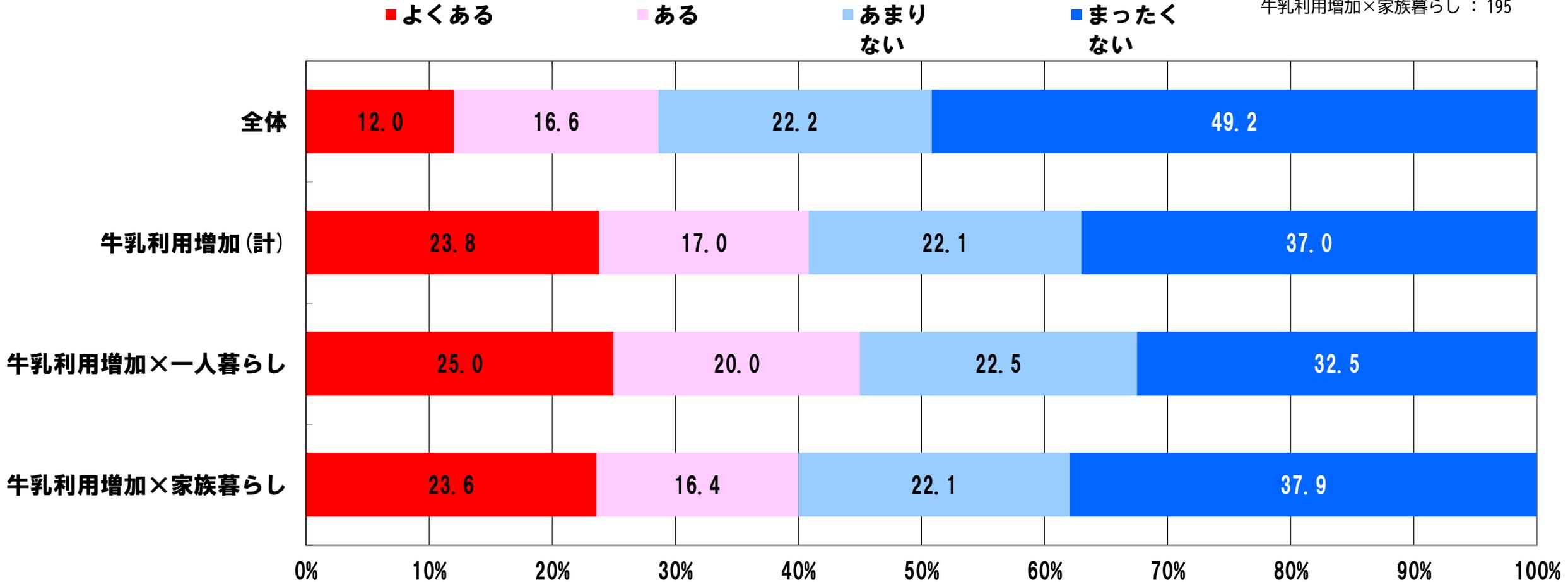
60代男	お茶感覚で飲む	70代男	コーヒーに入れて飲んでます
60代男	満たされる	70代女	おやつはコーヒーだけでなく牛乳をより飲みたいため
60代男	おやつなどの間食を食べる場合には必ずカフェ・オ・レを飲む。	70代女	ストレートで飲みます。
60代女	寝る前にお腹がすいたとき、夏なら冷たいまま、冬なら温めて飲む。温かいココアや葛湯にすることもある。★	70代女	ぬるめに温めて少し甘くする。食事の時は無糖だが、おやつの際は甘い方が美味しいから。
60代女	カフェオレ冬はホット。夏は冷えた牛乳でアイスカフェオレ	70代女	間食が欲しい時、でもお菓子などがない時に、お菓子の代わりに牛乳にお砂糖を入れて飲みます。
60代女	カフェ・オ・レだったり、コーヒー牛乳だったりコーンスープに入れて飲んだりしている	70代女	喉の乾きを潤すにも牛乳はうってつけ。★
60代女	カフェオーレ、または、ココアにして	70代女	昼食の時に、パンと一緒にとる
60代女	コーヒーに混ぜたりコーンフレークを入れて利用してます。	70代女	冬は温めて飲み、夏は冷たいのを飲む、そしたらまた、おやつを食べたくなる
60代女	そのまま飲む	70代女	冬は温めて飲んでます。
60代女	温かいものが飲みたくなった時やついでに作ってもらったときに飲む	70代女	おやつと一緒にのみます
60代女	カフェオレで★	70代女	おやつを食べるときやお風呂上りに飲むことも多い
60代女	コーヒーに、入れたり、する事が、多いですお菓子もに、使います	70代女	コーヒーに入れたり、たまにはそのまま飲む
60代女	そのまま少し温めて★	70代女	コーヒーに入れて
60代女	間食や食後牛乳の入ったコーヒーをお茶を飲むようにコーヒーを飲む。	70代女	夏に冷たい牛乳。ほかの季節は温めて飲む。満足感があるのでお菓子を食わなくても満足できる。
60代女	今の季節はカフェ・オ・レか牛乳多めのミルクティー。	70代女	温かい飲み物でぴったりです。
70代男	カフェオレでそれだけでおやつの代わりになる	70代女	空腹感を満たす★
70代男	タンパク質があるので小腹を満たすのには最高の飲み物	70代女	紅茶やコーヒーに加えてスイーツといっしょに
70代男	2時間おきぐらいに、飲んでます。★	70代女	眠くなった時 洋菓子を食べる時
		70代女	小腹がすいたときというよりも外出から帰宅したときとか、風呂上りに飲むのが多い。★

## 6. 乳飲料と加工乳の利用状況



問：いま現在、あなたは低脂肪乳・無脂肪乳を購入・利用することがどれくらいありますか。  
ご自身に最も当てはまるものをひとつずつお答えください。

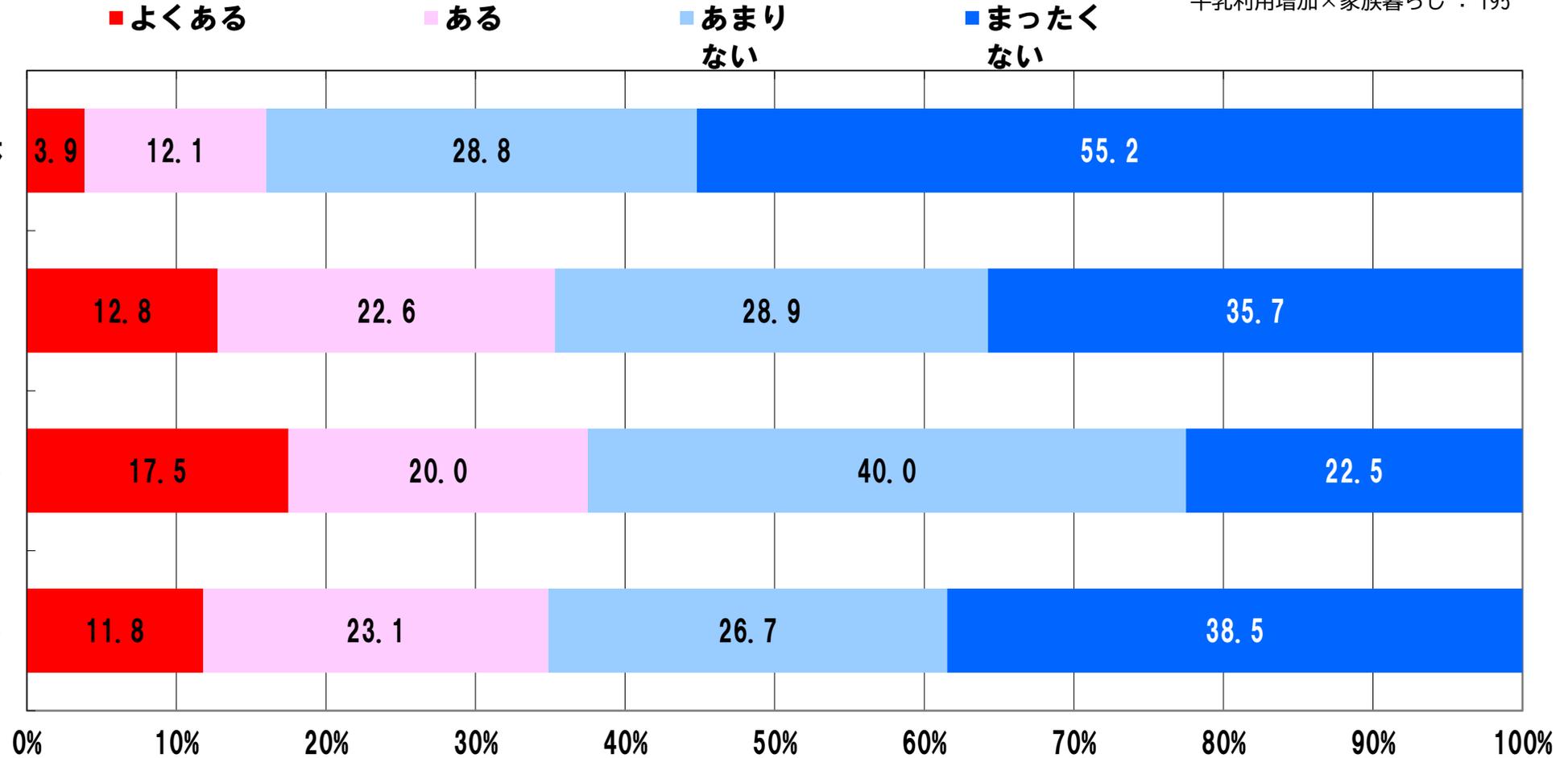
N = 全体 : 3130  
 牛乳利用増加 : 235  
 牛乳利用増加×一人暮らし : 40  
 牛乳利用増加×家族暮らし : 195



➤ 牛乳の利用・飲用が増えた人は、低脂肪乳・無脂肪乳の購入・利用が多くなっている。

問：いま現在、あなたは栄養強化の乳飲料・加工乳を購入・利用することがどれくらいありますか。  
ご自身に最も当てはまるものをひとつずつお答えください。

N = 全体：3130  
 牛乳利用増加：235  
 牛乳利用増加×一人暮らし：40  
 牛乳利用増加×家族暮らし：195



➤ 牛乳の利用・飲用が増えた人は、栄養強化の乳飲料・加工乳の購入・利用も多くなっている。

## 低脂肪乳・無脂肪乳利用×牛乳利用増加

10代男	カロリーが控えめでさっぱりと飲みたい時は良いと思います。//やはり味は普通の牛乳のほうが美味しいと思います。	40代女	夫の希望で低脂肪を買っている//特になし
10代女	とても飲みやすい//特になし	50代男	脂肪を減らせるから//美味しくないので
10代女	安い//味が薄い	50代男	肥満防止//若干高い
20代男	美味しいから//特になし	50代男	サラッとして飲みやすい。とにかく、安い。//あまりない。
20代男	美味しいから//特になし	50代女	さらっと飲みやすいし体にも良いと思えるから//特になし
20代男	ダイエットに効果的//特になし	50代女	脂肪が少ない方がたくさん飲めるので健康的に良い気がする。//少し味は薄いですが美味しいです
20代男	とにかく栄養がありますし、健康にも良いと聞いたので続けています//味が薄いことです	50代女	甘くて飲みやすい。カロリーが低い。カルシウムが多く含まれている //特になし
20代女	健康に良いところ//特になし	50代女	脂肪分をおさえられる//味が薄い
20代女	脂質の量が普通の牛乳より少ないこと // 味が薄い	50代女	あっさりしていて飲みやすい//特になし
30代男	安い//特に無し	50代女	脂肪が少なかつたりないのがいいです。//普通の牛乳の美味しさがないことです。
30代男	値段が安い//栄養価が低い	50代女	低脂肪牛乳の方が値段が安いから。//コクがない感じがする。
30代男	甘すぎないことや、お腹がゴロゴロしないのが、毎日飲み続けられる牛乳になっていると 思いました。//ちょっと値段が高めなこと、 安い低脂肪のメーカーは味が落ちるので、 買わないようにしています。	60代男	栄養価が失われない//あまり感じない
30代女	味も美味しい脂肪が少なくて良いので//特になし	60代男	脂肪分摂りすぎを予防できる//特になし
30代女	安い//無い	60代男	コレステロールがあがらない//特になし
40代男	さっぱりして飲みやすい//特に無し	60代男	安いこと//特になし
40代男	栄養が多めに取れる//特になし	60代男	脂肪が少ない//特に無し
40代男	健康に良いから。//特になし	60代男	低乳脂肪の牛乳は少し水臭く感じるが、カフェ・オ・レにするとそんなに変わらない。単価を下げる為には仕方ない。//少し水臭いので、本来の牛乳のようにそのまま飲む事はしない
40代男	太りにくい//味が薄い	60代女	低脂肪乳はカロリーが低くカルシウムは多いので健康に良い。//味わいにコクや旨味は足りない。
40代女	安いから//味が……	60代女	サッパリしていて飲みやすいです//特になし
40代女	値段が安いこと//風味がまいち	60代女	安価で買える//値段が若干安いものが多いが、少し薄い。
40代女	カロリー控えめになるかなあと思っている//やっぱり普通の牛乳が美味しい	60代女	カロリーが低いので//特になし
40代女	ダイエット中はいい//栄養がない		
40代女	安くて良い//味が薄い時がある		

## 低脂肪乳・無脂肪乳利用×牛乳利用増加

60代女	牛乳が高い時、良く買い、飲みます。//特になし	70代女	コレステロール値が高いので低脂肪乳を飲んでます。因みに善玉コレステロール値が高いので薬を飲むことは有りません。//味に深み、コクが無い。
60代女	牛乳のクセがあまりない事です。//栄養素があまり取れそうにない事です。	70代女	ダイエットのため//特になし
60代女	高脂血症にいいから//特になし	70代女	脂肪分0なので健康的//特になし
60代女	太らない様に//薄い	70代女	太らない//味が薄い感じ
70代男	カロリーを抑えてあるから。//特になし。	70代女	脂肪分が少なく、健康的なので！//特になし
70代男	以前は カルシウムと 鉄分の 加算された 加工乳を飲んでいたが 持病で糖尿病があるので コレステロール対策として低脂肪牛乳を飲んでいる。//特にないが飲むとき あっさりした味になってるようである。	70代女	特に無し//低脂肪牛乳だと コーヒーを 入れた時 余り美味しくない
70代男	脂肪がつかない//特になし	70代女	カロリーを抑えられるので//特になし
70代男	脂肪を抑えたいので//特になし	70代女	カロリーが低いので安心して飲める。//コクが足りない。
70代男	太らないこと//特にありません	70代女	美味しいと感じるから//特になし
70代男	低カロリーで太りにくい//生乳100でない製品もあるので生乳100の表示を確認して購入する	70代女	のどの渇きを潤す時に飲用している。その他料理にも。//なし

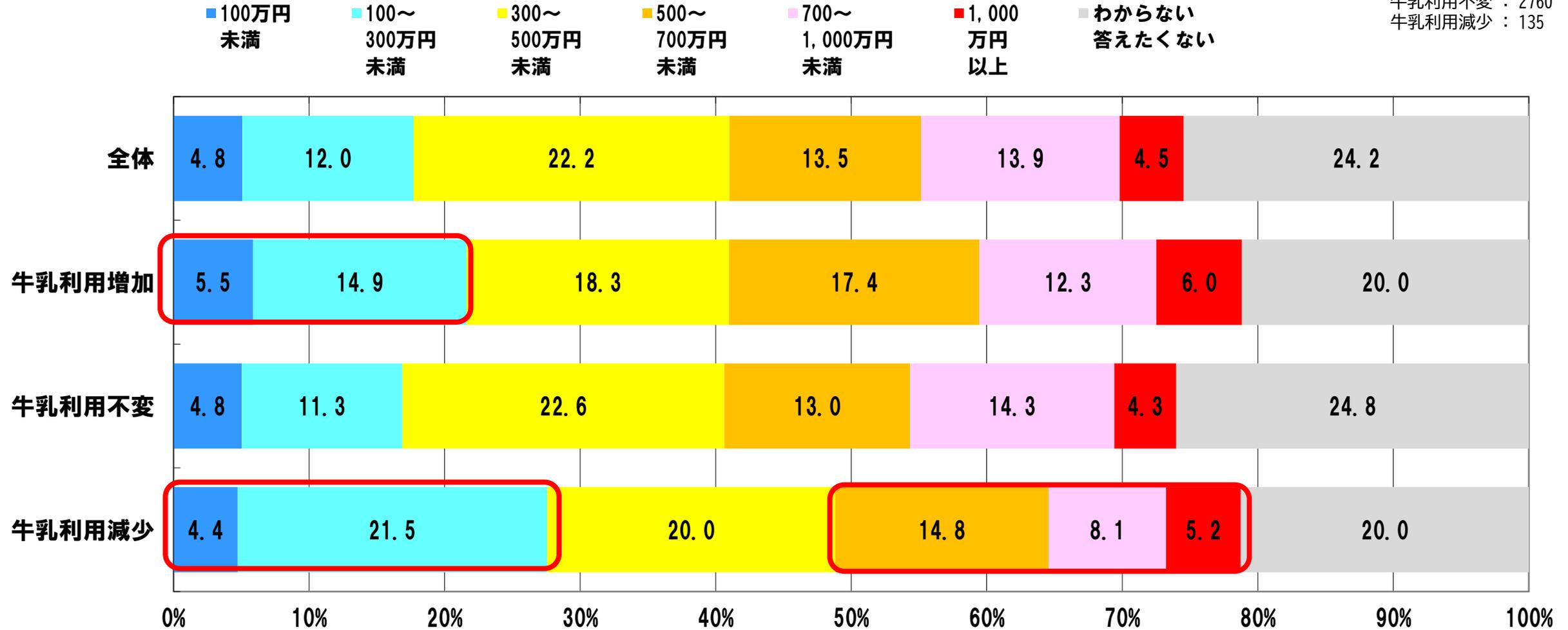
## 栄養強化の乳飲料・加工乳利用×牛乳利用増加

10代男	栄養が摂れる//高い	40代男	身体に良い//高い
10代男	栄養が他よりたくさん入っていて、体に良い//特になし	40代男	美味しい//高い
20代男	美味しいから/★/特になし	40代女	値段が安いこと//風味がいまいち
20代男	飲みやすいです/★/特になし	40代女	栄養が強化されている//特になし
20代女	鉄分やカルシウムなどの不足しがちな栄養素を重点的に摂ることができる/★/特になし	40代女	栄養とれてる気がする//やっぱり普通の牛乳が美味しい
30代男	栄養価がちょっと高い//値段が高い。味が悪い	40代女	美味しいから//カロリーが高い
30代女	味もすっきりして飲みやすく栄養が取れるので//特になし	40代女	カルシウムが多いと嬉しい//特になし
30代女	牛乳に比べると安い//牛乳より味がおとる	40代女	効率よく栄養が取れるから//味が少し牛乳と違うと子供が飲まないから
40代男	栄養が効率的に摂取できる//特に無し	40代女	体に良さそう//特になし
40代男	昔からの味で大好きです、//なし。	40代女	得した感じ//なし
		40代女	美味しい//なし

# 7. 世帯年収・世帯預貯金と 牛乳利用・飲用状況の変化との関係

問：あなたの世帯年収をお知らせください。

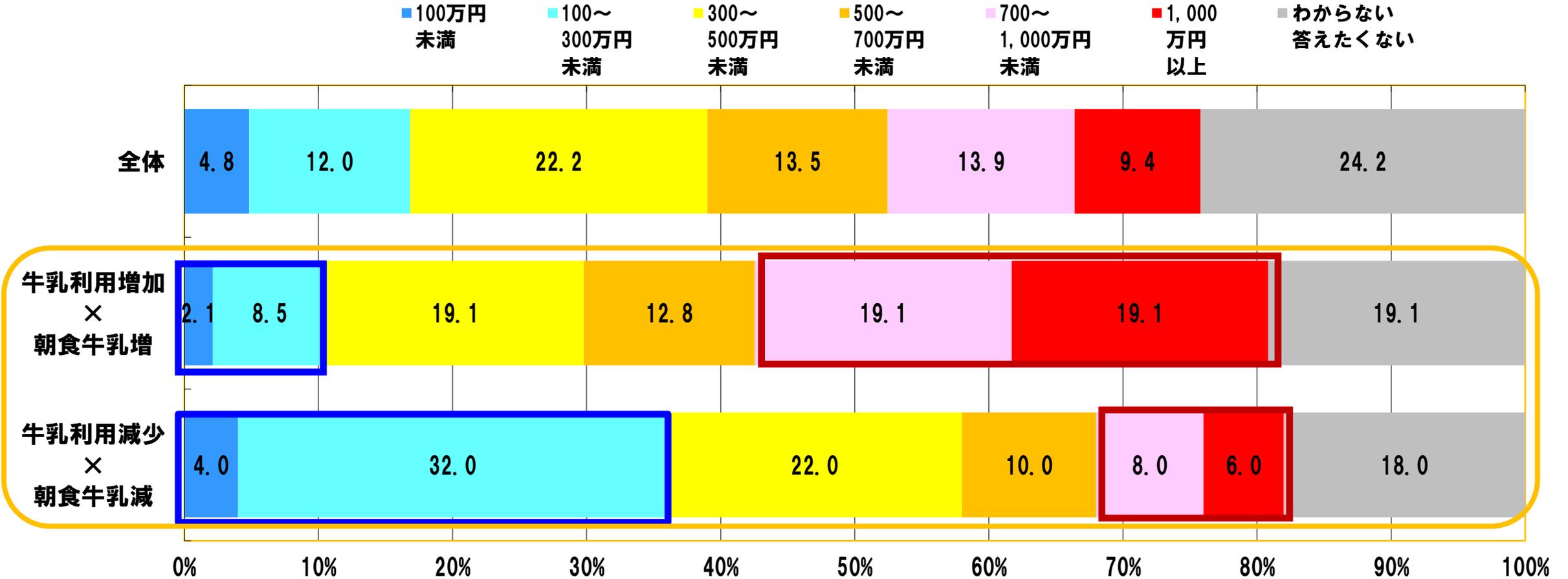
N = 全体 : 3130  
 牛乳利用増加 : 235  
 牛乳利用不変 : 2760  
 牛乳利用減少 : 135



- 牛乳の利用・飲用が増えた人も減った人も、年収300万円未満の人が多くなっている。
- また、牛乳の利用・飲用が減った人は700万円以上の人が少なくなっている。

問：あなたの世帯の預貯金をお知らせください。

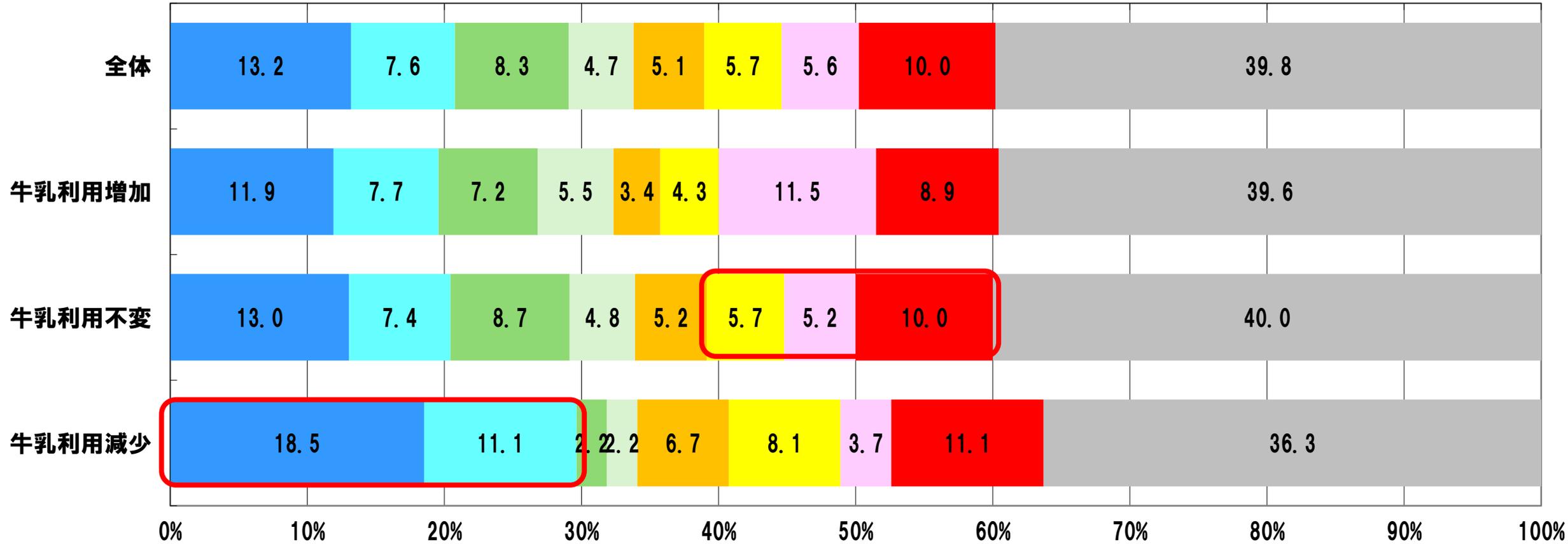
N = 全体 : 3130  
 牛乳利用増加×朝食牛乳増 : 47  
 牛乳利用不変×朝食牛乳減 : 50



➤ 全体的な牛乳利用・飲用の増減よりも、朝食での牛乳利用・飲用の増減は経済状況（世帯年収）の影響を強く受けている。

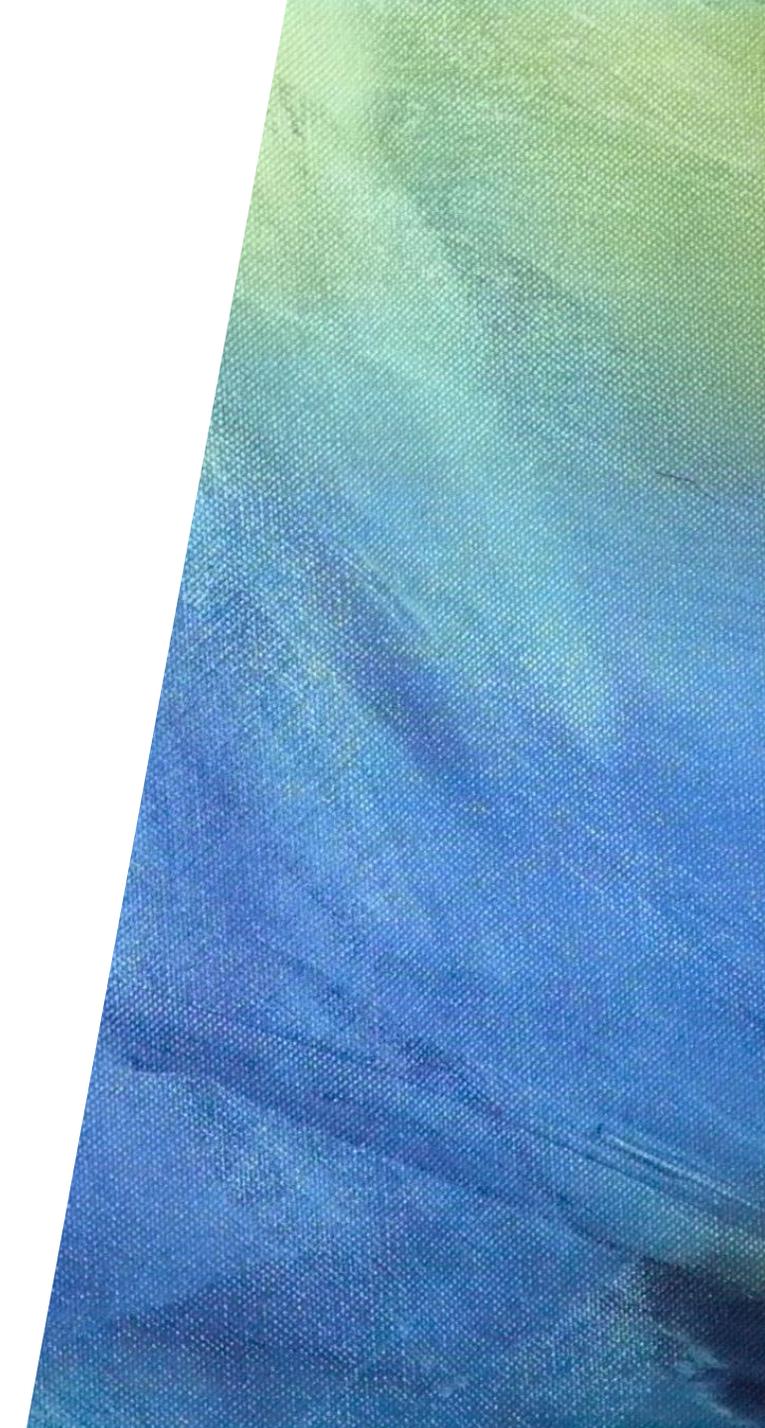
問：あなたの世帯の預貯金をお知らせください。

N = 全体 : 3130  
 牛乳利用増加 : 235  
 牛乳利用不変 : 2760  
 牛乳利用減少 : 135



- 牛乳の利用・飲用が増えた人は、700万円以上の人が多くなっている。
- 牛乳の利用・飲用が減った人は、300万円未満の人が多くなっている。

## 8. 二次調査結果まとめ



- ・家計の悪化を感じている人では、牛乳やカフェオレの**魅力や価値が高まっていると感じる人が多い**。特に、家計の厳しさを感じつつも**牛乳の利用や飲用が増加した人は、その魅力や価値をさらに強く感じている傾向がある**。
- ・牛乳の利用・飲用が**増えた人は**、カフェオレの飲用頻度が高く、カフェオレを飲む際は**牛乳の割合が多め**になっている。
- ・牛乳の利用・飲用が**増加した人は**、**1日1回では（もの）足りないと感じている人が多く、特に一人暮らしの人が1日1回では（もの）足りないと感じている**。
- ・牛乳類の利用・飲用状況で「**朝食中**」が多くなっているが、朝食中/朝食後に牛乳を飲む人は、約60%以上の方が**コーヒーに牛乳を混ぜてカフェオレとして飲んでおり、朝食でカフェオレを飲む時の方が朝食時以外でコーヒーやお茶を飲む時よりも牛乳の割合が多い**。

- ・牛乳類の利用・飲用状況で「おやつ/間食中」「コーヒーやお茶」での利用が昨年より上昇しているが、牛乳の利用・飲用が増加した人は、「間食（おやつ）/小腹が空いた時」に飲むことが多く、中でも一人暮らしの人の利用・飲用が多くなっている。
- ・牛乳の利用・飲用が増えた人は、低脂肪乳・無脂肪乳だけでなく、栄養強化の乳飲料・加工乳の購入・利用も多くなっている。
- ・牛乳の利用・飲用が減少した人は、年収300万円未満の人が多い。
- ・牛乳の利用・飲用が増加した人は、世帯預貯金が多い人が多い。  
一方、牛乳の利用・飲用が減少した人は、世帯預貯金が高い人が多い



【本調査に関するお問い合わせ先】  
一般社団法人 Jミルク 学術調査グループ  
東京都千代田区神田駿河台2-1-20 御茶ノ水安田ビル5階  
MAIL [m-alliance@j-milk.jp](mailto:m-alliance@j-milk.jp)



一般社団法人 Jミルク  
Japan Dairy Association (J-milk)