

生活レシピ モニター調査 集計結果

実施期間：2012年9月23日～10月14日（22日間）

「名古屋発！低炭素型買い物・販売・生産システムの実現」

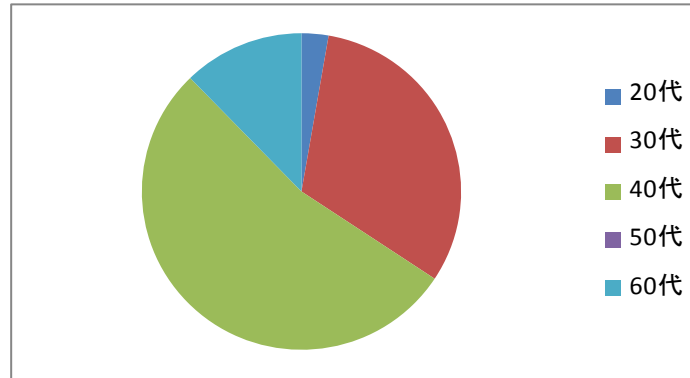
おかいもの革命！プロジェクト

◆属性

【有効回答】 女性 93名

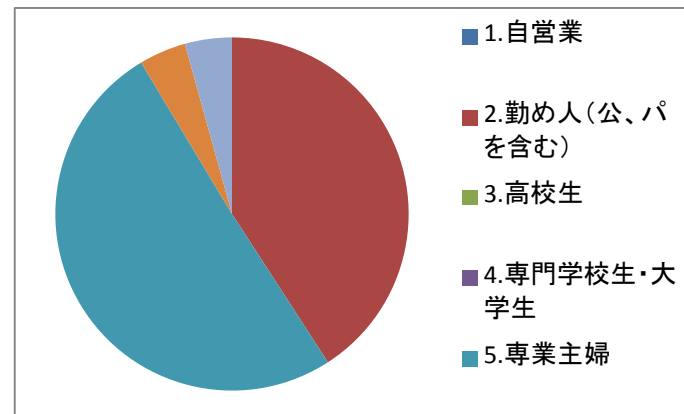
【年代】

20代	2人
30代	23人
40代	39人
50代	20人
60代	9人



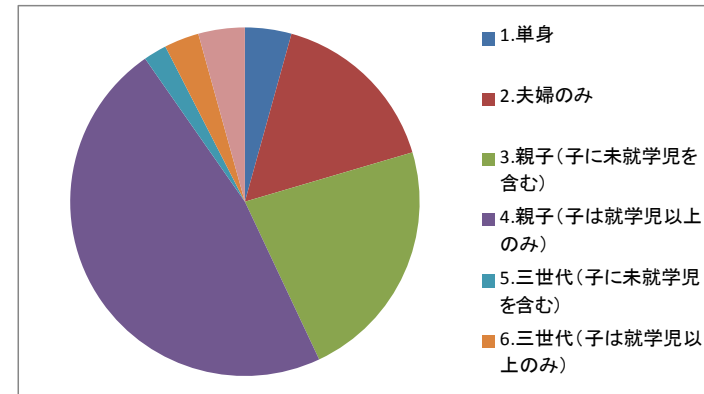
【職業】

自営業	0人
勤め人（公、パを含む）	38人
高校生	0人
専門学校生・大学生	0人
専業主婦	47人
無職（専主婦・夫以外）	4人
その他	4人



【世帯構成】

単身	4人
夫婦のみ	15人
親子（子に未就学児を含む）	21人
親子（子は就学児以上のみ）	44人
三世代（子に未就学児を含む）	2人
三世代（子は就学児以上のみ）	3人
兄弟姉妹など親族世帯のみ	0人
その他	4人



◆質問A 「生活レシピ」についておたずねします。

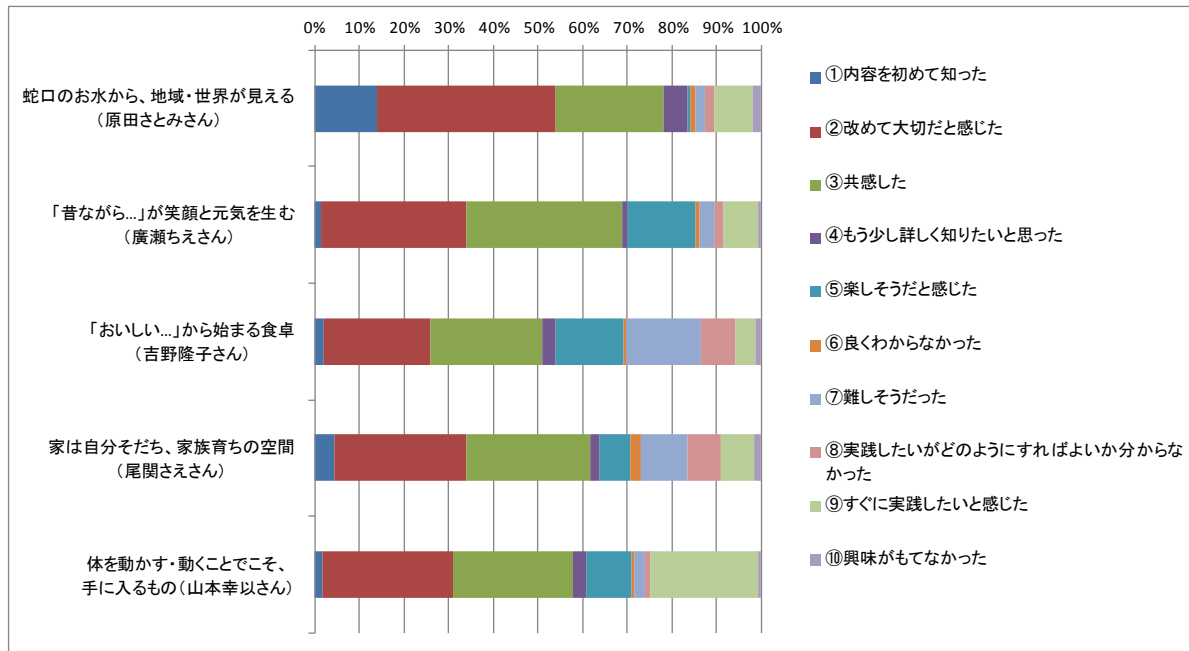
1. 生活レシピBOOKを読み、どのように思いましたか。それぞれの内容について、どのように思われたかを下記の[選択肢]から当てはまる内容の番号を選び、【回答欄】に記入してください。(複数回答可)

～生活レシピ～

- a. 蛇口のお水から、地域・世界が見える (原田さとみさん)
- b. 「昔ながら…」が笑顔と元気を生む (廣瀬ちえさん)
- c. 「おいしい…」から始まる食卓 (吉野隆子さん)
- d. 家は自分そだち、家族育ちの空間 (尾関さえさん)
- e. 体を動かす・動くことでこそ、手に入るもの(山本幸以さん)

(単位：人)

生活レシピ	①内容を初めて知った	②改めて大切だと感じた	③共感した	④もう少し詳しく知りたいと思った	⑤楽しそうだと感じた	⑥良くわからなかった	⑦難しそうだった	⑧実践したいがどのようにすればよいか分らなかった	⑨すぐに実践したいと感じた	⑩興味がもてなかった
a	21	60	36	8	1	2	3	3	13	3
b	2	47	50	2	22	1	5	3	11	1
c	3	33	35	4	21	1	23	11	6	2
d	6	39	37	3	9	3	14	10	10	2
e	3	47	43	5	16	1	4	2	39	1



(その他、コメント)

a. 蛇口のお水から、地域・世界が見える (原田さとみさん)

- ・アロマリストリーの生産物を売っていない。
- ・興味が持てた。
- ・水道水の水を飲むことはいいけれど、集合住宅は設置されているタンクなどの衛生面に不安があり難しい。
- ・水ではなくお茶を持って出かけます。
- ・マンションの水は貯水槽からの為美味しくないとされている。
- ・蛇口から出てくる水を飲むと言うことに抵抗がある

b. 「昔ながら…」が笑顔と元気を生む (廣瀬ちえさん)

- ・できるだけしている。
- ・家族のいない一人暮らしには難しい話です。

・土鍋でご飯は実践しています。

c. 「おいしい…」から始まる食卓（吉野隆子さん）

- ・できることはしている。
- ・でも実践するのは難しそう。
- ・条件に合ったマーケットが近場になく、残念。
- ・引っ越した今の住居はガス設備がなく、電気を使わないは難しい。
- ・興味はあるが近くにない。オーガニックを扱うお店が近くにない。
- ・朝市に行く機会がなく、今度に行きたいと思います。
- ・生産者の顔を見て購入する機会が少ない。少しずつ出来ることから実践していきたい。
- ・子どもが小さいときからオーガニック野菜を食べています。
- ・スーパーで売っている野菜と全然違うことを感じました。
- ・オーガニック野菜を手に入れるお店が少ない。
- ・何時も実家から野菜をもらっていて安心して食べれる。
- ・一度便利を経験するとなかなか元に戻せない

d. 家は自分そだち、家族育ちの空間（尾関さえさん）

- ・興味深い。少しずつ始めている。
- ・片づけは出来るが、家は建て替えられない。
- ・機会があれば見直してみたい。
- ・木を切ると他の問題があるのでは？

e. 体を動かす・動くことでこそ、手に入るもの（山本幸以さん）

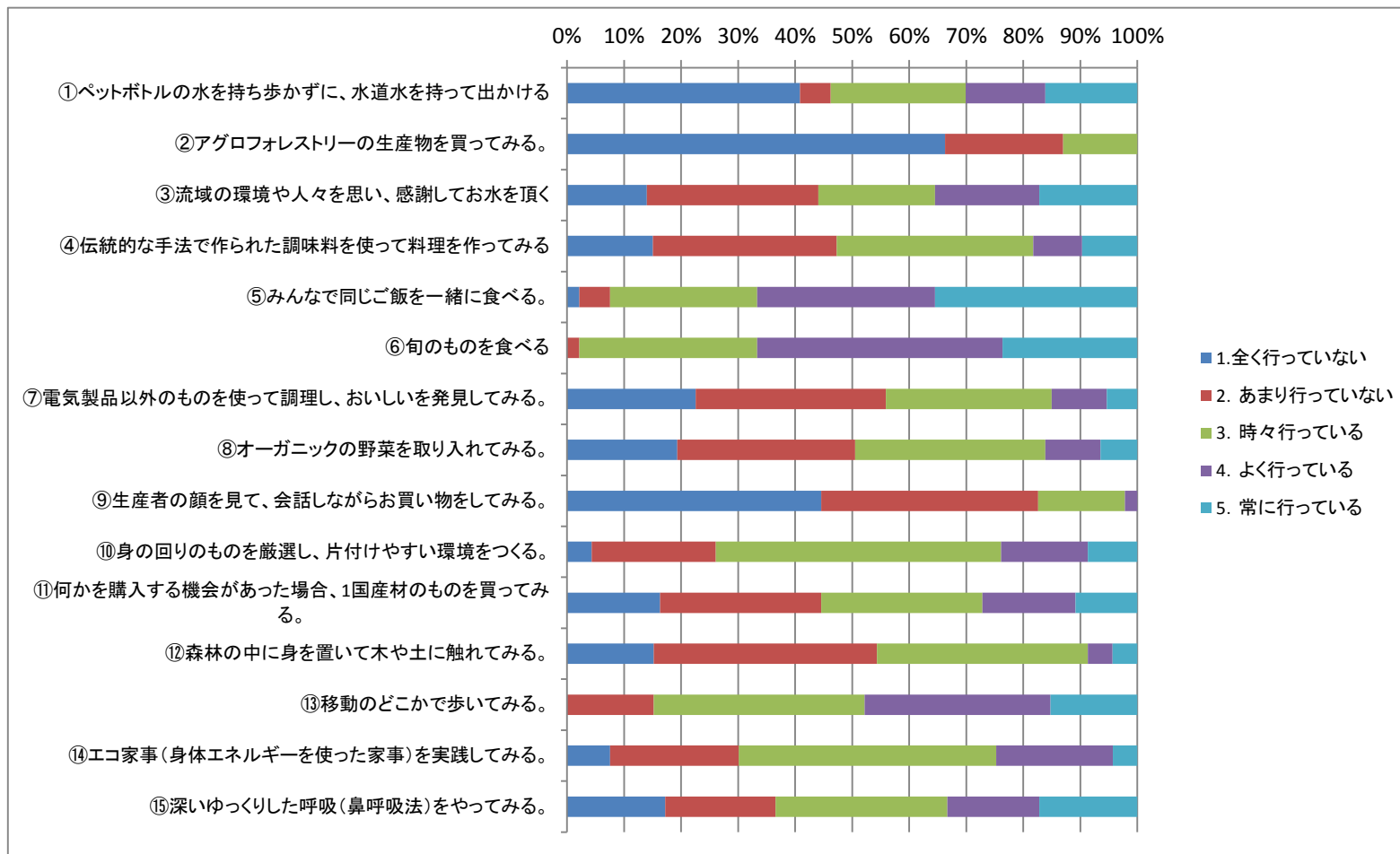
- ・色々な呼吸法を知りたい。
- ・実践している。

- ・ 少しずつ始めている。
- ・ ロングブレスを毎日やってます。
- ・ 少しずつ出来ることから実践していきたい。
- ・ 最近自転車を買って活躍中。

2. 生活レシピ BOOK にある 15 個の“生活レシピ”の中で既実践していた事がありますか。それぞれの“生活レシピ”について、その実践度合について最も当てはまる番号に○印をつけて下さい。

(単位：人)

	①ペットボトルの水を持ち歩かずに、水道水を持って出かける	②アグロフォレストリーの生産物を買ってみる。	③流域の環境や人々を思い、感謝してお水を頂く	④伝統的な手法で作られた調味料を使って料理を作ってみる	⑤みんなで同じご飯と一緒に食べる。	⑥旬のものを食べる	⑦電気製品以外のものを使って調理し、おいしいを発見してみる。	⑧オーガニックの野菜を取り入れる。	⑨生産者の顔を見て、会話しながらお買い物をする。	⑩身の回りのものを厳選し、片付けやすい環境をつくる。	⑪何かを購入する機会があった場合、国産材のものを買ってみる。	⑫森林の中に身を置いて木や土に触れてみる。	⑬移動のどこかで歩いてみる。	⑭エコ家事(身体エネルギーを使った家事)を実践してみる。	⑮深いゆっくりした呼吸(鼻呼吸法)をやってみる。
1. 全く行っていない	38	61	13	14	2	0	21	18	41	4	15	14	0	7	16
2. あまり行っていない	5	19	28	30	5	2	31	29	35	20	26	36	14	21	18
3. 時々行っている	22	12	19	32	24	29	27	31	14	46	26	34	34	42	28
4. よく行っている	13	0	17	8	29	40	9	9	2	14	15	4	30	19	15
5. 常に行っている	15	0	16	9	33	22	5	6	0	8	10	4	14	4	16

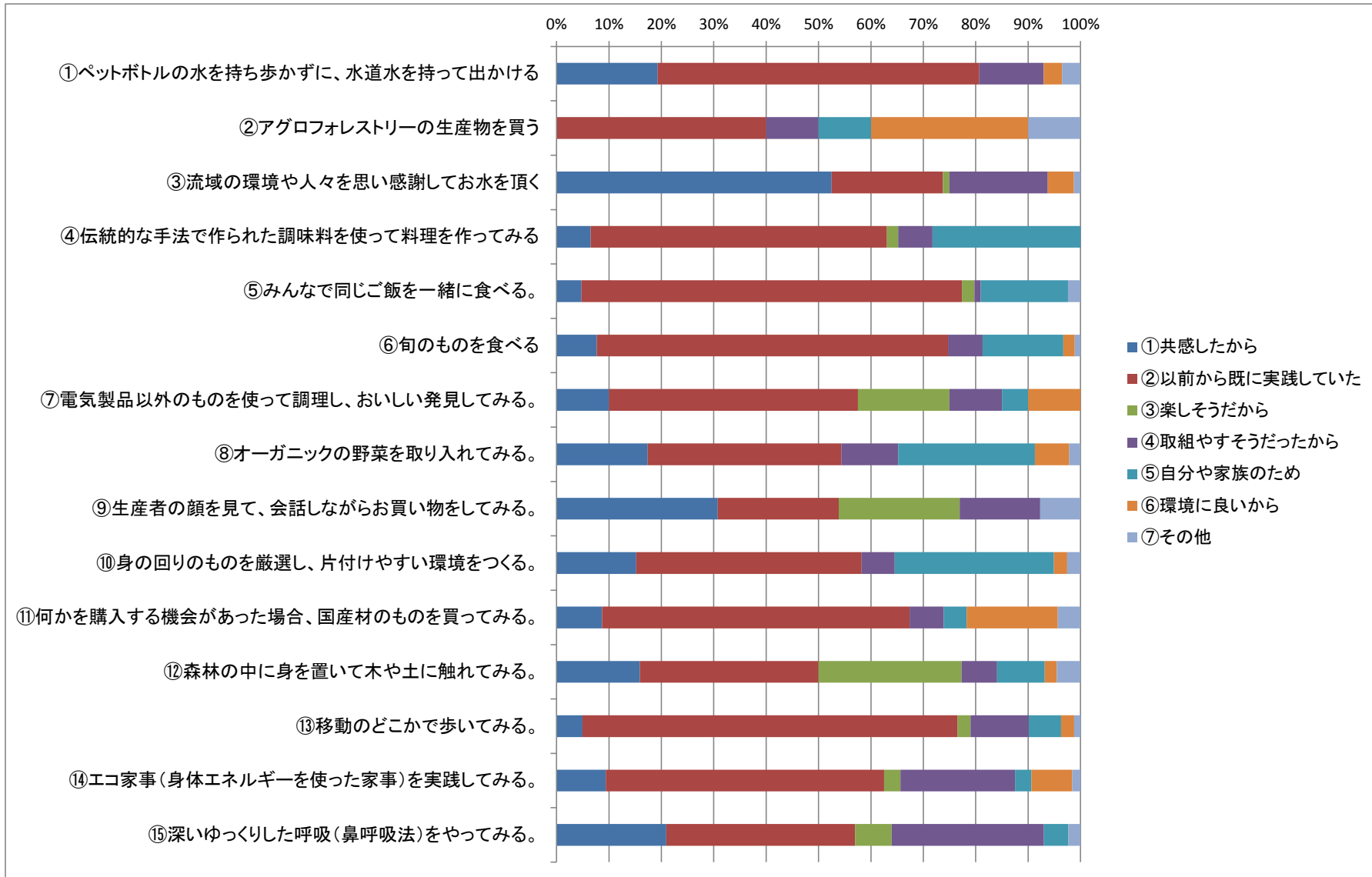


3. 全ての“生活レシピ”について、実践の有無と、その理由を教えてください。実践した“生活レシピ”については、その理由を[a. レシピを実践した理由]から、実践しなかったレシピについては[b. レシピを実践しなかった理由]から最も当てはまる理由を選び、該当する番号を【回答欄】に記入してください。
(単位：人)

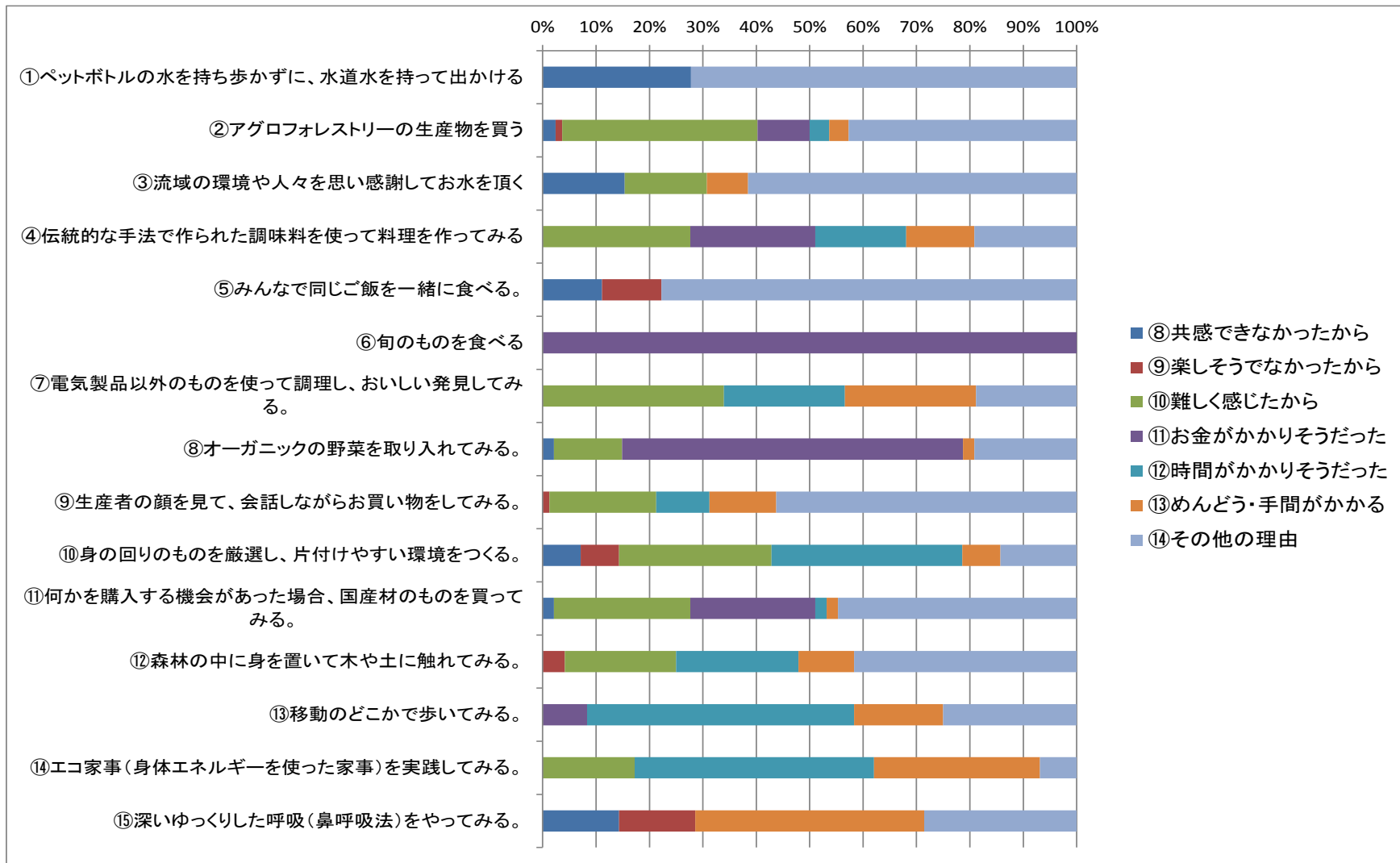
	① ペットボトルの水を持ち歩かずに、水道水を持って出かける	② アグロフォレストリーの生産物を	③ 流域の環境や人々を思い感謝してお水を頂く	④ 伝統的な手法で作られた調味料を使って料理を作ってみる	⑤ みんなで同じご飯と一緒に食べる。	⑥ 旬のものを食べる	⑦ 電気製品以外のものを使って調理し、おいしい発見してみる。	⑧ オーガニックの野菜を取り入れてみる。	⑨ 生産者の顔を見て、会話しながらお買い物をする。	⑩ 身の回りのものを厳選し、片付けやすい環境をつくる。	⑪ 何かを購入する機会があった場合、国産材のものを買ってみる。	⑫ 森林の中に身を置いて木や土に触れてみる。	⑬ 移動のどこかで歩いてみる。	⑭ エコ家事(身体エネルギーを使った家事)を実践してみる。	⑮ 深いゆっくりした呼吸(鼻呼吸法)をやってみる。
実践有り	57	10	80	46	84	91	40	47	13	79	46	45	81	64	87
①共感したから	11	0	42	3	4	7	4	8	4	12	4	7	4	6	18
②以前から既に実践していた	35	4	17	26	61	61	19	17	3	34	27	15	58	34	31
③楽しそうだから	0	0	1	1	2	0	7	0	3	0	0	12	2	2	6
④取組やすそうだったから	7	1	15	3	1	6	4	5	2	5	3	3	9	14	25
⑤自分や家族のため	0	1	0	13	14	14	2	12	0	24	2	4	5	2	4
⑥環境に良いから	2	3	4	0	0	2	4	3	0	2	8	1	2	5	0
⑦その他	2	1	1	0	2	1	0	1	1	2	2	2	1	1	2
実践無し	35	81	12	46	9	2	52	46	79	13	47	46	12	29	6
⑧共感できなかったから	10	2	2	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1
⑨楽しそうでなかったから	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	2	0	0	1

⑩難しく感じたから	0	30	2	13	0	0	18	6	16	4	12	10	0	5	0
⑪お金がかかりそうだった	0	8	0	11	0	2	0	30	0	0	11	0	1	0	0
⑫時間がかかりそうだった	0	3	0	8	0	0	12	0	8	5	1	11	6	13	0
⑬めんどろ・手間がかかる	0	3	1	6	0	0	13	1	10	1	1	5	2	9	3
⑭その他の理由	26	35	8	9	7	0	10	9	45	2	21	20	3	2	2

【実践あり】



【実践なし】



(ご意見)

a. 蛇口のお水から、地域・世界が見える (原田さとみさん)

①ペットボトルの水を持ち歩かずに、水道水を持って出かける

- ・貯水槽からの水は浄水器を通しても生水で、飲むことはしていません。
- ・水道水はすぐに腐りそうなので。
- ・名古屋市からエコ活動でステンレスボトルをもらったので活用している。
- ・ペットボトルの水を買うことが元々ない。
- ・私は水をあまり飲まない。
- ・お茶を飲んでいます。
- ・特に長時間出かける予定がなかったから。
- ・美味しそうじゃないから。夏には麦茶を水筒に入れていきましたが、
- ・この三週間は涼しく必要なかった。
- ・水道水をそのまま飲むことに抵抗があった。
- ・水を持ち歩く習慣がない。
- ・以前はお茶を入れて持ち歩いていた。
- ・飲み物を持ち歩かない。
- ・お茶にして持って出かけていた。
- ・水にしてみた。
- ・会社にアクアクララがあるので持ち歩く必要ない。
- ・マイボトルにお茶を入れて出かける習慣があるため。
- ・一度やったが美味しいと思えなかったから。
- ・常に沸かしたお茶を水筒に入れ必ず全員に持たせている。
- ・お茶を持ち歩いている。
- ・水道水の水でつくったお茶は持ち歩くが、直接蛇口から組んだ水は塩素が心配なので持っていかない。

②アグロフォレストリーの生産物を買う

- ・アグロフォレストリーの生産物をスーパーで見つけられなかった。
- ・赤〇がそうですが、アサヒスーパードライもこれに当てはまるのでしょうか？
- ・珈琲は有機栽培の品を飲んでます。
- ・この期間に目にすることが無かった為。
- ・購入しようとする品物にアグロフォレストリーの物が無かった。
- ・近くにない。
- ・フェアトレードは時々買う。
- ・買う機会が無い。
- ・内容が理解できない。
- ・ゆっくり買い物してる時間が無いので店頭のものをかごに入れてしまう。

③流域の環境や人々を思い、感謝してお水を頂く

- ・意識するのを忘れてしまう。
- ・自然の恵みや環境に配慮する努力の賜物で私達はお水を頂いていると思う。
- ・水があること。水道が整備されていること。
- ・流域の方達等、感謝すべきことは多いので。
- ・料理、風呂などに関してはお水に感謝しました。
- ・レシピ①同様飲むことに抵抗を感じました。
- ・ペットボトルの水は使用せず、水道水を出すたびにそんなことしてられない。
- ・心掛けるようにします。
- ・料理、風呂などに関してはお水に感謝しました。
- ・レシピ①同様飲むことに抵抗を感じました。
- ・水があること。水道が整備されていること。流域の方達等、感謝すべきことは多いので。
- ・蛇口からの水を飲む機会がなかったから。
- ・意識するのを忘れてしまうことがあった。
- ・当たり前のように使っていた。

- ・つい忘れてしまう。
- ・そこまで意識していない。
- ・大震災を思い出すたび感謝。

b. 「昔ながら…」が笑顔と元気を生む（廣瀬ちえさん）

④伝統的な手法で作られた調味料を使って料理を作ってみる

- ・子どもが興味を持った。
- ・工場で大量に生産されている者に慣れてるとこだわりの製法の物は手に入り難い。
- ・全てを変えたわけではなく、価格を考えます。
- ・いつも義母が婦人会で作る手作りの味噌、麺つゆを頂いています。
- ・スーパーでも必ず標記を見ます。
- ・機会がなかった。
- ・伝統的な手法が分からない。
- ・既に使用中のものがあったから。
- ・次購入するときはそのようなものを購入しようと思っています。
- ・提案の内容は理解できるけれど、わざわざ実践する程の想いは持たない。
- ・機会があれば。実践の有無が分かり難い。
- ・手作りみそとか出ないと実践にならない？
- ・伝統的な手法が分からない。
- ・入手し難い。
- ・買い置きのものでまだあるので、なくなったら試してみようと思う。

⑤みんなで同じご飯を一緒に食べる。

- ・年齢生活がバラバラなので、休みの時に。
- ・家族そろっては時間的に無理。
- ・生活リズムが違って困難だった。

- ・夕飯だけは出来るだけそろって食べています。
- ・食欲も増す気がします。
- ・一人暮らしでは無理。
- ・可能な範囲で。

家族そろっては時間的に無理。週末しか揃いませんが。

⑥旬のものを食べる

- ・美味しいから。
- ・旬のものはやはり美味しいし、安いです。
- ・旬のものはやはり美味しい！
- ・子どもに野菜の旬の季節を教えたい。
- ・出来る限り行っています。
- ・今まで通りで新しいことにチャレンジ出来なかった。
- ・便利に勝るものはない。
- ・価格的にも旬が一番。

c. 「おいしい…」から始まる食卓（吉野隆子さん）

⑦電気製品以外のものを使って調理し、おいしい発見してみる。

- ・子どもが興味を持つと取り入れやすい。
- ・オール電化にしたから。
- ・電気保温のポットを止めるとか出来ることはしているが全部を止めることは出来ない。
- ・IHコンロのため。住んでいる物件の設備の関係で、電化製品以外での調理は無理。
- ・オール電化ではありませんが、キッチンが電気コンロなので出来ませんでした。
- ・美味しいから。具体的に何を使用か思い付かなかった。
- ・やってみたら全く美味しく出来なかった。
- ・鍋でお米を炊くのは簡単。

・調理はいつもガスです。

⑧オーガニックの野菜を取り入れてみる。

・週に一度は道の駅に行き、産地の野菜などを購入している。

・機会が無い。

・全ての食材は難しい。

・入手し難しい。

・身近にオーガニックとうたっている野菜などが売っていなかったの。

⑨生産者の顔を見て、会話しながらお買い物をする。

・機会なしです。

・週に一度は道の駅に行き、産地の野菜などを購入している。

・野菜は実家で作っているものを食べていてあまり買わない。

・近所にそういう場がない。

・休日に遊びに行った先で出来ることがある程度。

・マルシェに行けなかった。

・旅行に行ったときなどその土地の物を購入。

・生産者に会う機会が得られない。

・生産者がいる場所で買い物していないが、そのような場所があれば実践したい。

・機会がない。

・場所が分からない。

・暇がない。

・生産者の方がいるところでの買い物をしていない。

・どこで会話できますか？

・スーパーでの買い物が多く、生産者の顔を見ない

・時々農協へ行ったとき話すことがある。

・スーパーで買い物をするので生産者に会わない。

- ・ネットショップ、ゆうちょでは、生産者が分かるところから購入。

d. 家は自分そだち、家族育ちの空間（尾関さえさん）

⑩身の回りのものを厳選し、片付けやすい環境をつくる。

- ・元々、モノを購入するときは慎重である。
- ・生活レシピBOOKを見て、もっと厳選してさらに部屋を片付けて見た。
- ・わかっているがなかなかできない。
- ・新しいものはなるべく買わない。
- ・物が捨てられない。心掛けています。
- ・シンプルに生活したいと思っていますが、まず今あるものを減らしていきたい。

⑪何かを購入する機会があった場合、国産材のものを買ってみる。

- ・中国、イチゴ食中毒事件には青ざめました。
- ・今回期間中は期間が無かったが、今後購入する機会があった時は気にしてみます。
- ・買う機会が無かった。家具の場合新しくするものが無かったし、国産は高価で手が出ない。
- ・木曽のヒノキ、サワラで出来ているお椀、箸を産地で購入しています。
- ・安心だから。MADEINJAPANを応援したい。

⑫森林の中に身を置いて木や土に触れてみる。

- ・今後機会があれば実行してみたい。
- ・空気が違いますね。忙しく、外に遊びに行く機会が無い。
- ・趣味の山登りに出かけていたので。
- ・遠出や広い公園に行けなかった。
- ・あまり出かける機会がなかったから。
- ・家の前が林や緑地公園なので、毎朝散歩し季節の葉、あけび、わらび、柿と接しています。
- ・ガーデニングは少々します。

e. 体を動かす・動くことでこそ、手に入るもの(山本幸以さん)

⑬移動のどこかで歩いてみる。

- ・その気はすごくあるけどなかなか出来ない。
- ・日々歩く場面は多いので。
- ・車を置いて散歩すること。
- ・運動不足解消。
- ・移動の機会がない。

⑭エコ家事(身体エネルギーを使った家事)を実践してみる。

- ・たまたまそういう機会があったので。
- ・幼稚園の運動会の片付の時に。
- ・元々電気を使う家事としては洗濯と料理ぐらいだけれど料理は住居の設備の点で実践は無理。
- ・洗濯はしごとのある身で手洗いはかなり難しい。
- ・自分の運動にもなるから。
- ・ぞうきんがけが好きで掃除機の回数を減らしています。
- ・しかし結局水を使うことになるので悩めます。
- ・あまりない。時間にゆとりがある時のみ。
- ・モップ掃除にした

⑮深いゆっくりした呼吸(鼻呼吸法)をやってみる。

- ・つい忘れてしまう。
- ・わざわざやる気になれなかった。
- ・子どもが小さいので毎日バタバタしていますが、そんなときこそ深い呼吸は気持ちにゆとりが出来ました。
- ・毎日林を散歩している。
- ・自分が日頃呼吸が浅いと実感して。
- ・とても気持ちが良くなった。
- ・気持ちが落ち着けるかなと思った。

- ・自律神経を整えるのに良い。
- ・たまには深呼吸することがあった。

4. この生活レシピ BOOK がどこに置いてあったら手に取りますか。またどのような方法で普及させることが効果的だと思いますか。

・生活レシピ BOOK の設置場所

スーパー 39

公共施設 39 (小中学校、地下鉄、バス乗り場、図書館、市役所、区役所、保健所、生涯学習センター、公民館、駅、)

お店 18 (飲食店、カフェ、ドラッグストア、美容院、ホームセンター、リサイクルショップ)

病院 18

保育園、幼稚園 5

銀行、郵便局 5

・生活レシピの普及方法

マスメディア (新聞、広告、テレビ、ラジオ、情報紙、フリーペーパー)

電子媒体 (ウェブサイトなど)

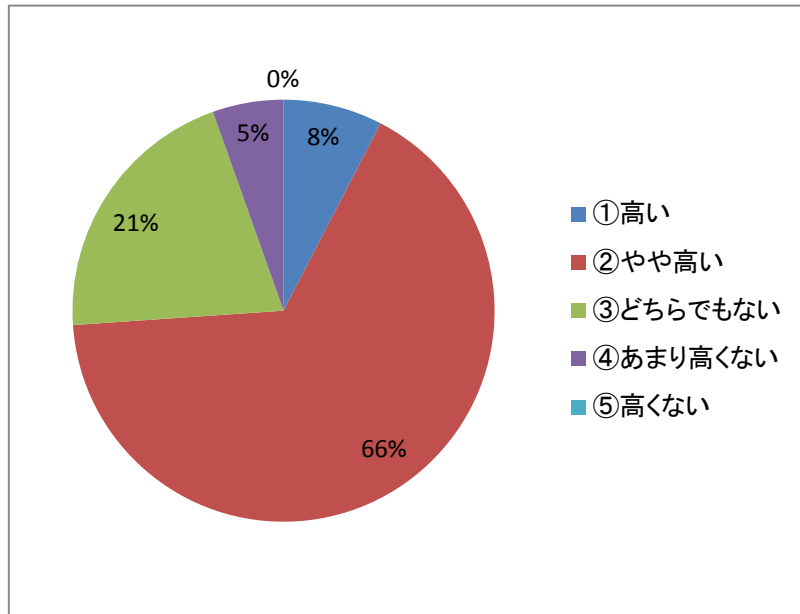
紙媒体 (ポスター、小冊子)

クチコミ

学校を巻き込む (PTA や自由研究、保護者向けの配布物として)

◆質問B 『エコな暮らし』についておたずねします

1. 『エコな暮らし』について、あなたの興味・関心の高さをおたずねします。①～⑤のうち、最も当てはまるものの番号に○印をつけてください。

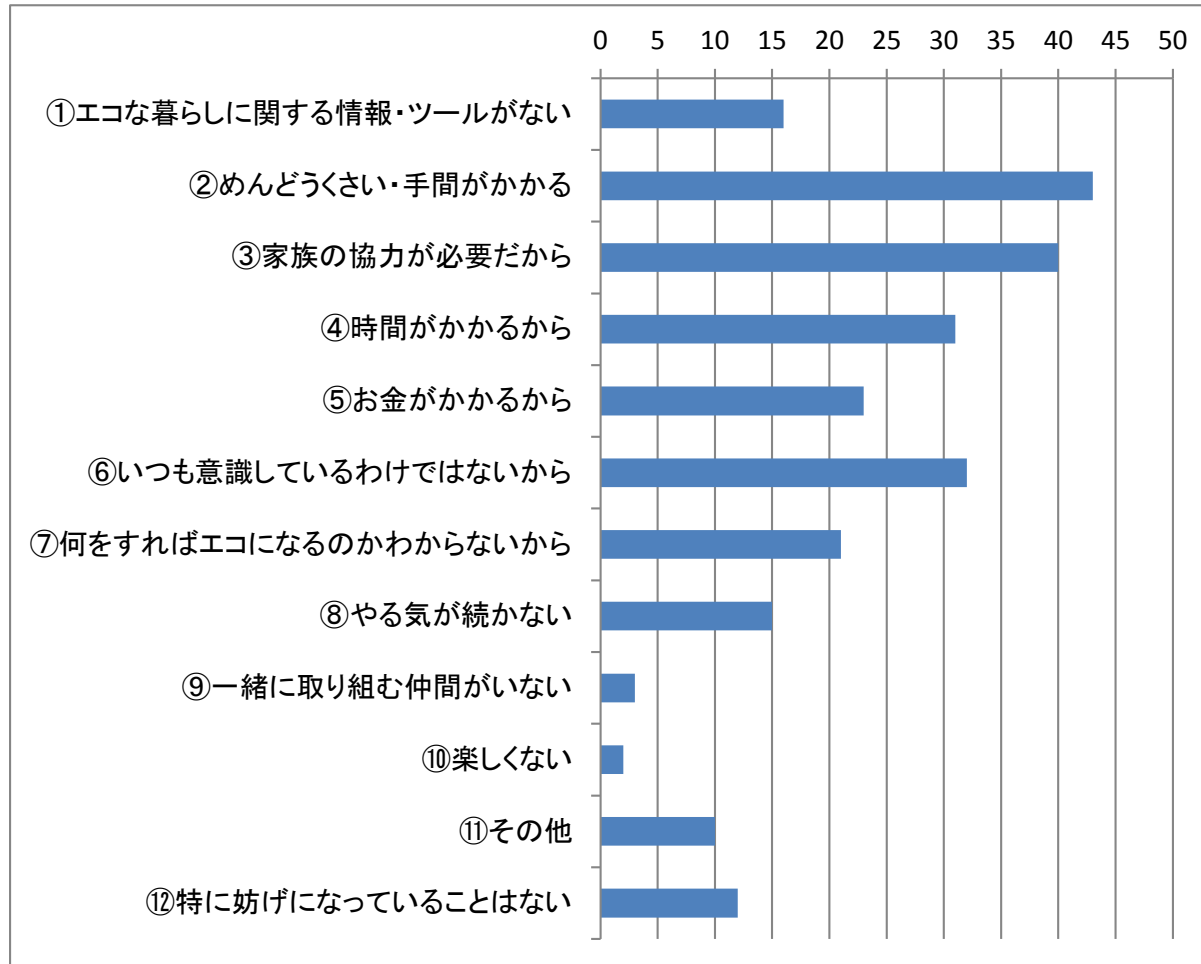


2. ご自身では『エコな暮らし』について、どれほど実践できていると思いますか。100%が最大とし、%をご記入ください。

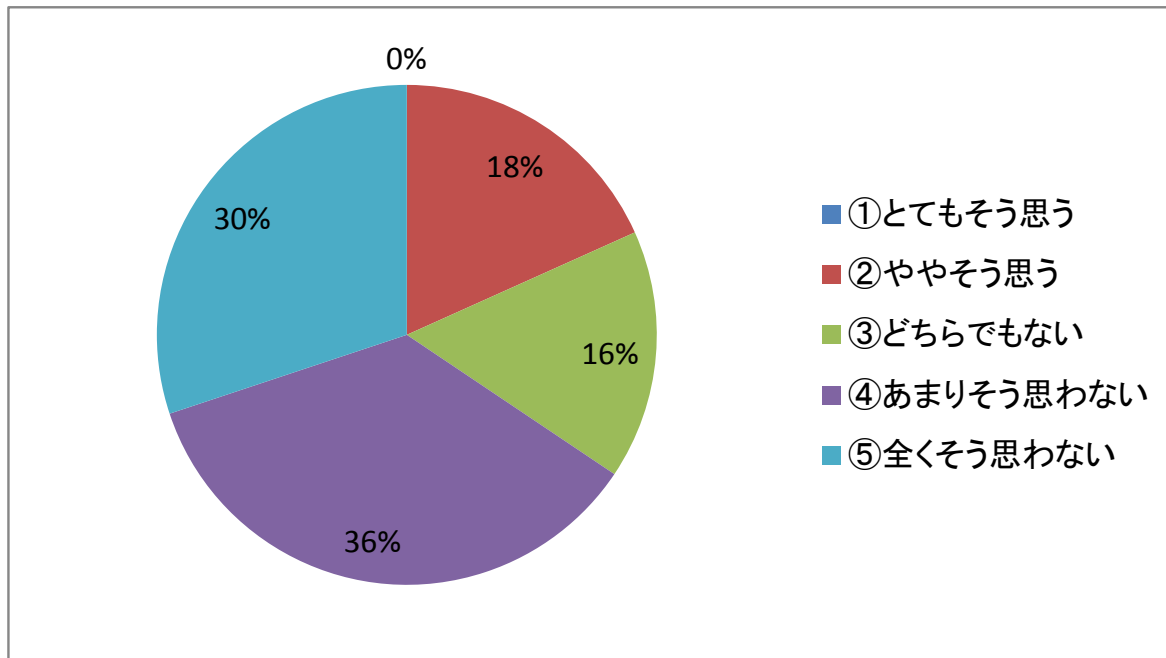
平均 52.74%

3. 『エコな暮らし』を実践する際、妨げになっていると思うことは何ですか。①～⑫のうち当てはまるものの番号に○印をつけて下さい。
(複数回答可)

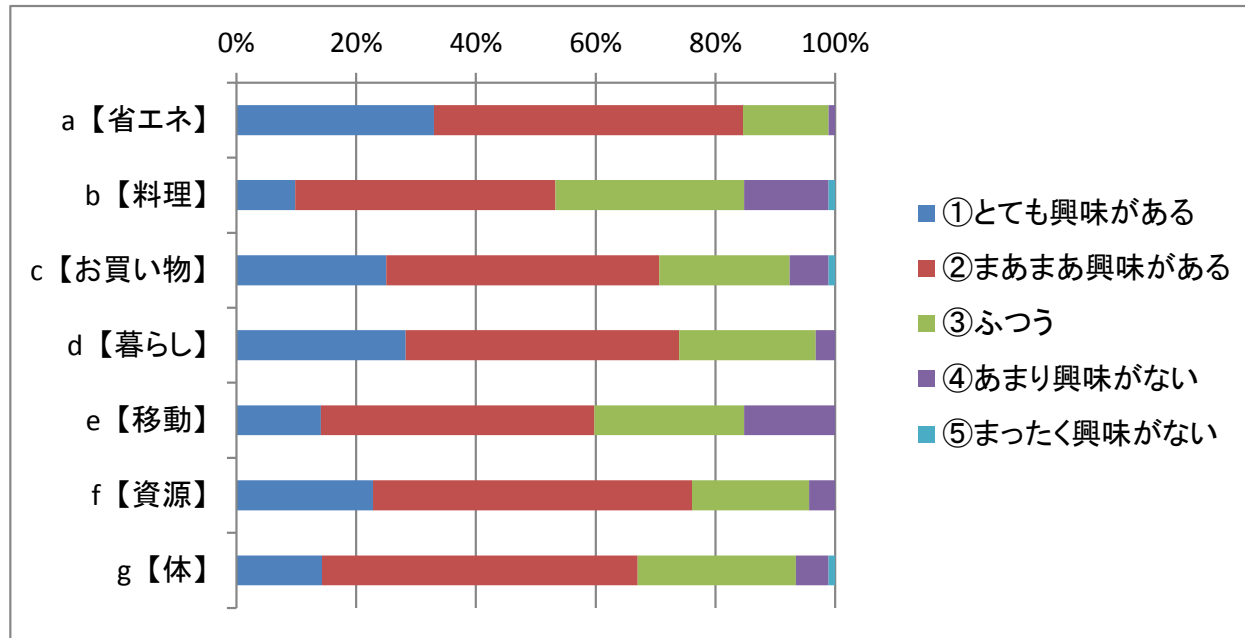
(単位：人)



4. 『エコな暮らし』は一時の流行だと思いませんか？



5. どの分野から『エコな暮らし』を実践したいと思いますか。下記の a~h の分野について、実践するにあたってその興味の度合について、下記の [興味度の選択肢] から最もあてはまるものを選び、該当する番号を【回答欄】に記入してください。



6. 『エコな暮らし』を実践していくためにはどんなことが必要だと思いますか。①～⑫のうち当てはまるものの番号に○印をつけて下さい。
(複数回答可) (単位：人)

