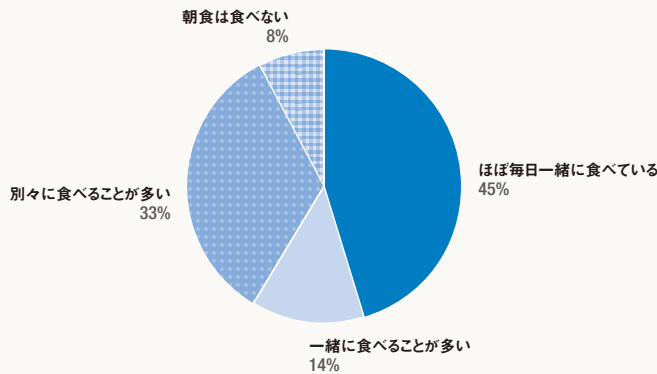


## 家族そろった朝食で1日元気に!

**Q1** あなたは、朝食を家族と一緒に食べていますか。  
(一つだけ)



朝食をとると、血糖値の上昇により脳が活発に活動し始め、午前中の仕事や勉強がはかどるという効果が期待できます。アンケート結果を見ると、家族そろって朝食をとる方は半数近くいますね。家族で朝食をとることは生活のリズムを作り、皆が1日を快適に過ごすことにつながります。あなたも明日から家族で朝食をとってみませんか。

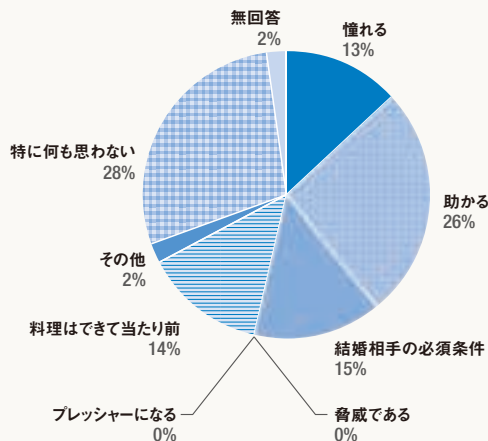
**UR**  
[ユーアール・リサーチ]  
**RESEARCH**

「食」をテーマにアンケート調査を実施しました。

アンケート 5031人  
回答者数 (男性:3871人、女性:1160人)  
調査方法 インターネット調査  
実施機関 日経BPコンサルティング2012年9月調査

## 女性の料理に期待大!

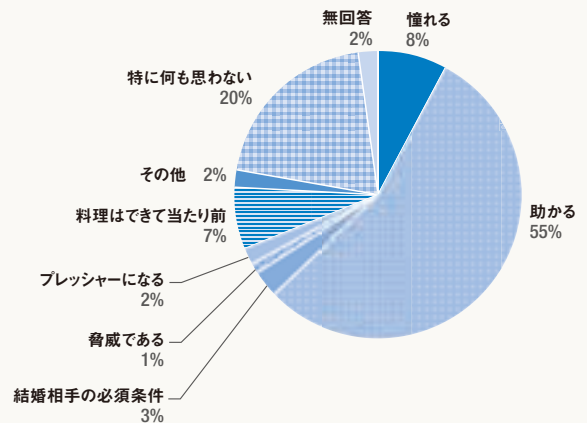
**Q2** あなたは料理ができる女性をどう思いますか。  
(一つだけ) ※男性対象のアンケート



女性が作る料理への期待の大きさがうかがえます。「おいしいものを食べると幸せな気分も味わえる。そんな時間を作れることは素晴らしい」という意見のほかに、「節約のため」「子どもの健康管理のため」という意見もありました。様々な回答がありましたが、大多数の男性は料理を作ってくれる女性に感謝と尊敬の念を抱いているようです。

## 男性が料理してくれたら「助かる!」

**Q3** あなたは料理ができる男性をどう思いますか。  
(一つだけ) ※女性対象のアンケート



55%の女性が「助かる」と回答しました。特に女性が残業で帰宅が遅くなった時や体調不良の時に男性のサポートがあると助かると感じるようです。料理ができる男性に憧れを抱く女性からは「遊び心から人間の幅を感じて魅力的」「かっこいい」というコメントがありました。少しの手助けがご家庭でのポイントをアップさせるようですね!

**Q4** 地球最後の日、最後の晩餐を家族と食べるとしたら何を食べたいですか。

お母さんの作った  
ちらし寿司。  
子どもの頃からの大好物。  
今でも里帰りの際  
必ず作ってくれる。

娘が大好きな魚介類を  
満腹になるまで  
頬張るのを見たい。

妻の作るティラミス。  
世界で一番おいしい  
ティラミスだから。

カップラーメン。  
妻は作るのが遅いので、  
料理中に  
最期の瞬間がくる。

おにぎりなどの軽食。  
これから地球を  
脱出するので、  
簡単にとれる食事が  
いいと思うから。

料理は何でもいいから、  
妻と居たい。