

〈ニュースリリース〉

〈全国の男女 4,680 人に調査〉

## お盆・夏休みは野菜好きになる絶好のチャンス 3人に2人は夏休み期間に野菜との触れ合いを体験

野菜との接点は「食べる」ことに留まらず触れ合い方はさまざま。多面的に楽しむ人ほど野菜好きになる傾向も自由研究で野菜をテーマにしたことがある人の半数が意識的に野菜を摂取している結果に

カゴメ株式会社（代表取締役社長：山口聡 本社：愛知県名古屋市）は、野菜摂取の実態と野菜不足になる要因を調査分析する「カゴメ野菜調査隊（<https://www.kagome.co.jp/syokuiku/knowledge/research/teiten05/>）」による「野菜定点調査 2022」を実施しました。毎年実施している定点調査と、今年独自に設けた設問で新たに見えてきた結果をご報告いたします。

本調査で野菜を好きになるきっかけを調べたところ、野菜との接点は「食べる」ことに留まらず「植える」、「育てる」、「収穫する」、「触れる」、「学ぶ」、「調理する」、「加工する」など様々な野菜との触れ合いが多く存在し、多面的な接点が野菜への好感に影響を与えていることが明らかになりました。回答者全体の3人に2人は夏休み期間中に野菜との多面的な触れ合い体験をしており、その中で野菜を自由研究のテーマにしたことがある人は、「1日に食べる野菜の量を考えて食事を摂る」と答えた割合が53.3%と回答者全体と比較して24.1%も高い結果となり、野菜に関する意識が回答者全体と比較しても高い傾向があることが明らかになりました。本調査結果とあわせて、当社がおすすめする野菜に関する自由研究におすすめのコンテンツもご紹介いたします。

### 〈調査結果の概要〉

- 野菜を好きになるきっかけは、様々な野菜との触れ合い体験によることが明らかに。  
野菜好きの「野菜を好きになったきっかけ」は「食べる」ことをはじめとする「自由研究で育てたことによる愛着」や「家庭菜園での収穫」「調べているうちに好きになった」など様々な野菜との触れ合い体験があることが判明。
- 野菜を多面的に楽しんだ体験の数が多い人は、野菜への好意や知識、関心度が高い。  
植える、育てる、収穫する、食べる、触れる、学ぶ、調理する、加工するなどの野菜との触れ合い体験を通じ、多面的に野菜を楽しんでいる人ほど野菜の好意度や関心度が高いことが明らかに。
- 夏休みは野菜と触れ合う絶好のチャンス。66.5%の人が夏休みに野菜との触れ合いを体験。  
夏休み期間における野菜との触れ合い体験に関して、「収穫したての野菜を食べた」が最も高く35.7%となり、回答者全体で66.5%は夏休みに野菜との触れ合い体験があると回答。
- 夏休みの自由研究で野菜をテーマにしたことがある人は、野菜に関する意識が高い結果に。  
野菜を自由研究のテーマにしたことがある人は、「1日に食べる野菜の量を考えて食事を摂る」と答えた割合が53.3%と回答者全体と比較して24.1%も高い結果に。

(調査概要)

調査名： 野菜定点調査  
調査時期： 2022年5月21日～22日  
調査対象： 全国の男女4680人（15～69歳）  
属性： 男性2340名 女性2340名  
15～19歳 540名 20～29歳 900名 30～39歳 900名 40歳～49歳 900名  
50～59歳 900名 60～69歳 540名  
調査手法： インターネットリサーチ  
調査委託先： 株式会社H.M.マーケティングリサーチ  
集計方法： エリアおよび性年代別の人口動態に応じたWB集計

<調査結果詳細>

■野菜を好きになるきっかけは、様々な野菜との触れ合い体験によることが明らかに。  
野菜好きを対象に「野菜を好きになったきっかけ」を調査したところ「食べる」ことをはじめとする、様々な野菜との触れ合い体験があることがわかりました。

野菜好きの人が野菜を好きになったきっかけ



小学生の時に人参を夏休みの自由研究で栽培してから人参への愛着がわいて好きになった。  
(20代男性)

栽培体験




小学生の夏休みに畑で採れた大きなトマトの丸かじりをした時、甘くてみずみずしく、こんな美味しいのかと驚いた。採れたての野菜はどれも美味しいと知ることが出来た。  
(50代女性)

収穫体験



幼い頃からずっとトマトが好きで、野菜の彩りなどに興味をもち、カラフルなものが好きなので、色々気になって食べる機会が多く、その過程で好きになっていった。  
(10代女性)

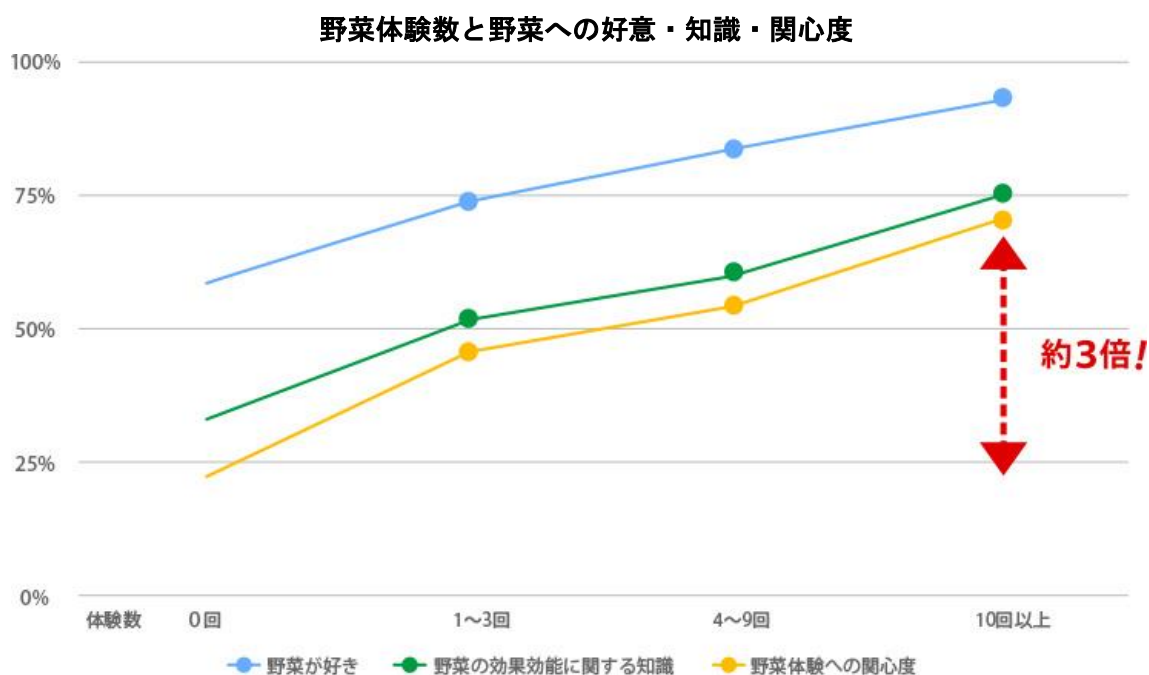
食の体験



高校生の時学校で栄養学について学び、野菜の効能などを学んでるうちに、野菜に興味が増えた。そこから積極的に食べるようになり、食べると精神的にも身体的にも元気になる気がした。  
(10代女性)

学ぶ体験

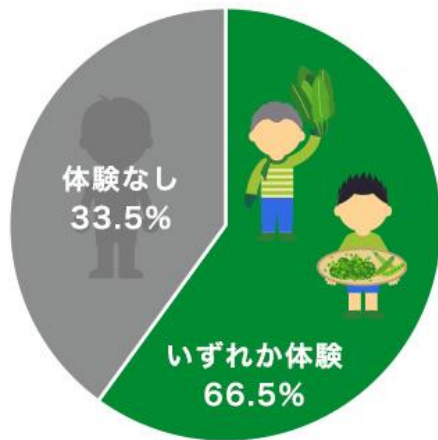
■野菜を多面的に楽しんだ体験の数が多い人は、野菜への好意や知識、関心度が高い。  
 野菜関連の様々な体験（植える、育てる、収穫する、食べる、触れる、学ぶ、調理する、加工する）をして、多面的に野菜を楽しんだ体験がある人ほど野菜の好意度や関心度が高いことがわかりました。特に野菜との触れ合いが0回の人に対し10回以上様々な体験を通じて野菜と触れ合っている人は約3倍も野菜体験への関心度が高い結果となりました。



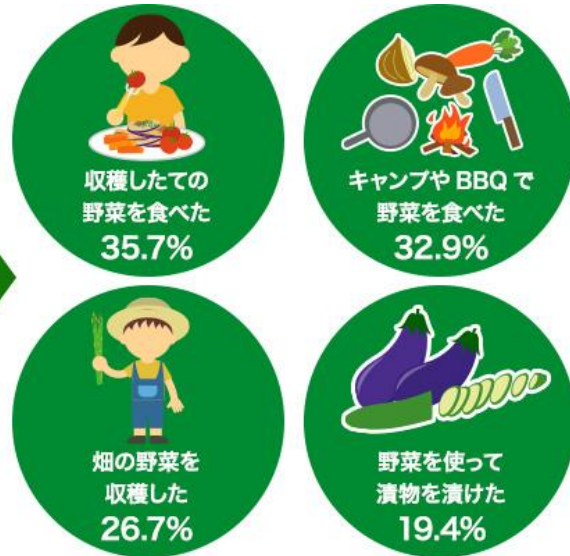
■夏休みは野菜と触れ合う絶好のチャンス。66.5%の人が夏休みに野菜との触れ合いを体験。

夏休み期間における野菜との触れ合い体験に関する問に対し、「収穫したての野菜を食べた」が最も高く35.7%となり、続いて、「キャンプやBBQで野菜を食べた」が32.9%と次いで高い結果となりました。夏休み期間中はお盆の帰省や旅行なども楽しむ方も多くいることから、普段にはない野菜との触れ合いが多くなったと推測できます。

夏休みの間に野菜にまつわる  
体験をしたことがある（全体）



夏休みの間に行った  
野菜にまつわる体験（複数回答）



■夏休みの自由研究で野菜をテーマにした人は、野菜に対する意識が高い結果に。野菜を自由研究のテーマにしたことがある人は、「1日に食べる野菜の量を考えて食事を摂る」と答えた割合が53.3%と回答者全体と比較して24.1%も高い結果となりました。他にも、「野菜を摂ることによる健康への効果・効能を知っている」は73.6%（回答者全体：49.2%）、「野菜の摂取方法について情報収集している」は46.7%（回答者全体：25.4%）など各項目において野菜への高い関心度を示す結果となりました。

自由研究経験者の野菜に関する意識

（自由研究経験者全体と、その中で野菜をテーマにしたことがある人との比較）

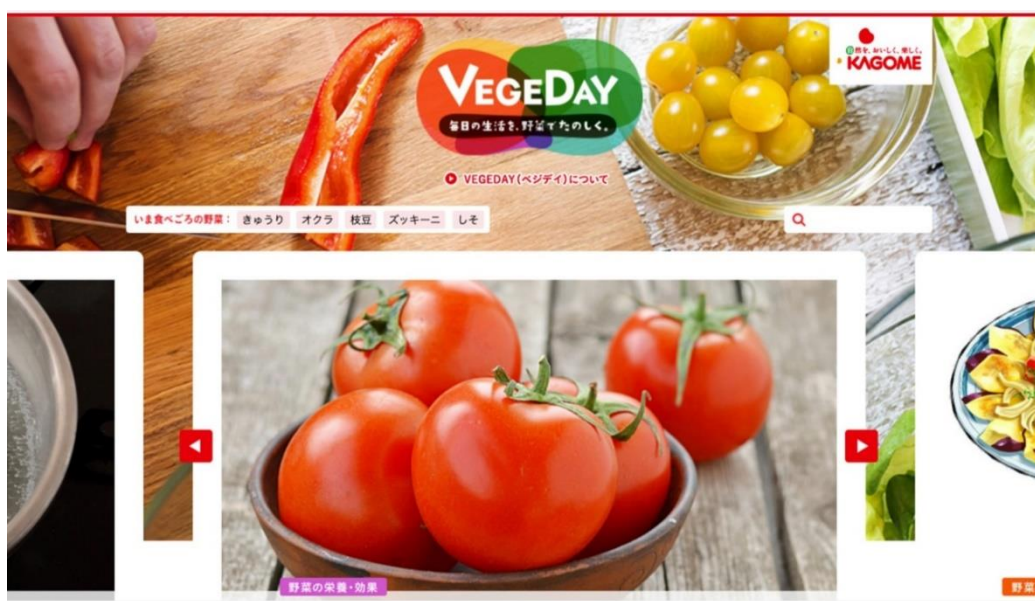
野菜を摂ることによる健康への効果・効能を知っている	73.6%	全体 +24.4%
1日に食べる野菜の量を考えて食事を摂る	53.3%	全体 +24.1%
野菜料理のスキルを高めたい	72.8%	全体 +22.1%
野菜の摂取方法について情報収集している	46.7%	全体 +21.3%
どのような栄養素が含まれているかを理解している野菜が多い	49.2%	全体 +18.4%
栄養を摂るため(健康のため)に野菜をなるべく食べるようにしている	79.0%	全体 +11.7%

今回の調査から、野菜は多面的な楽しみ方ができ、それが野菜好きのきっかけになっていることがわかりました。人々が野菜好きになるきっかけは人それぞれ。普段の暮らしの中で野菜を食べて楽しむことに加え、夏休みは多面的に野菜と触れ合うチャンスとして、是非、野菜との様々な触れ合いと楽しんでみてください。

## ■夏休みの自由研究におすすめの記事も豊富なカゴメ監修サイト「VEGEDAY（ベジデイ）」

VEGEDAYは、カゴメが運営する、野菜をもっと楽しんでもらえるように、もっと好きになってもらえるように、皆さんがずっと健康でいられるように、お役に立てる情報を提供するサイトです。VEGEDAYにある500以上の豊富な記事の中から、野菜をテーマにしたおすすめの記事をご紹介します。

詳しくはこちら「カゴメ VEGEDAY」で検索



### 1. 自由研究の実験に！水に浮く野菜 or 沈む野菜は、何で決まる？

野菜を洗うとき、ピーマンやきゅうり、キャベツなどは水に浮きますが、じゃがいもやにんじんなどは水に沈みます。なぜ違いが生まれるのか、浮いたり沈んだりする理由をサイトで紹介しています。いろいろな野菜を水に入れて、実験してみましょう。

詳しくは、

「カゴメ VEGEDAY 自由研究」で検索



## 2. 自由研究におすすめ。7~10日で育つ簡単もやし栽培

もやしは、「日光に当てない」「1日2回の水の管理」の2点を守れば、1週間から10日で収穫できる手軽な野菜です。家庭菜園の入門として最適で、キッチンで簡単に管理ができ、緑豆や大豆のほか、小豆やササゲなどでも育てられます。観察日記など自由研究にもおすすめです。



詳しくは「カゴメ VEGEDAY もやし栽培」で検索

### ■体験型野菜のテーマパーク「カゴメ野菜生活ファーム富士見」



詳しくはこちら：<https://www.kagome.co.jp/ysfarm/>

「カゴメ野菜生活ファーム富士見」は、「農業・工業・観光」が一体化した体験型「野菜テーマパーク」です。八ヶ岳の雄大な自然を背景に、季節ごとの農作業体験や、旬の野菜の収穫体験をお楽しみいただけます。野菜と密に過ごす、かけがえのない体験を通して、カゴメならではの新しい「野菜時間」を提案していきます。

#### ・野菜の収穫体験

ファーム内の農場では、八ヶ岳のふもとの冷涼な気候を活かした野菜が栽培され、夏から初冬にかけて様々な野菜の収穫を体験することができます。収穫した野菜はお持ち帰り可能で、採れたて野菜のおいしさを体感できます。

#### ・カゴメファクトリーツアー

カゴメの代表的な商品である「野菜生活 100」の工場見学ができるツアー。ジュースの生産工程はもちろん、「野菜生活 100」の歴史、カゴメのこだわりなどを、畑から店頭まで、商品に携わる従業員が登場するARの映像技術や楽しい展示で紹介します。

#### 施設概要

所在地 : 長野県諏訪郡富士見町富士見 9275-1

営業時間 : 10 : 30 ~ 16 : 00 (火曜定休)

※12月中旬～翌年3月下旬まで冬季休業(予定)

#### 〈報道関係者様お問い合わせ先〉

カゴメ株式会社 経営企画室 広報グループ 北川、榎木

TEL: 03-5623-8503