7 インナー大会プレゼン部門 2016　専用企画シート

※電話番号や住所などの個人情報は記載しないでください。

大学・学部・所属ゼミナール名（フリガナ）		
フリガナ）メイジ	フリガナ）ショウ	フリガナ）カザマ
明治大学	商学部	風間ゼミ

※チーム名は参加申込書に記入した名称を記入してください。

チーム名（フリガナ）	代表者名（フリガナ）	チーム人数（代表者含む）	PPT 動画（有・無）
フリガナ）チーム　ロケット	フリガナ）サカキ　ジュンナ	5	無
チーム　ロケット	榊　純奈		

研究テーマ（発表タイトル）
一人暮らしの食生活改善

※必ず＜企画シート作成上の注意＞を確認してから、ご記入をお願いいたします。

1．研究概要（目的・狙いなど）

私たちの班には一人暮らしのメンバーが多く、その大半が普段の食事に不満を持っていた。そこで一人暮らしの人が現在の食生活に満足しているのかをアンケートで聞いてみたところ、現状の食生活に満足している人はアンケート全体の 25%しかいないという結果になった。その後 75%の人の食生活の不満を調査すると、原因の一つに普段の食事に野菜が足りていないことが挙げられており、実家暮らしの時に比べて野菜を摂取する量が減ったため疲れやすくなったり体調を崩しやすくなったりと健康面にも影響が出ていると分かった。しかも、若いうちから野菜を摂取していないと体内のメカニズムが崩れ、将来的な健康が損なわれることも分かった。これらの問題を解決するためにはどのような取り組みを行っていけばよいか考えた。

2．研究テーマの現状分析（歴史的背景、マーケット環境など）

一般社団法人 JC 総研『野菜・果物の消費行動に関する調査結果－2013 年調査－』によると、単身層や若年層で野菜を食べる頻度は年々減少している。どういうきっかけがあれば野菜を食べる量・頻度があがると思うかというアンケート調査では「価格が安くなれば」という回答が 50.7%と最も多かった。また、私たちが独自で行った一人暮らしをしている人を対象にした Web アンケートでは、食費・時間・栄養バランスのうち何を重視して何を犠牲にしていますかという質問に対して、食費を節約したいために栄養バランスを妥協するという人が約 50%で最も多かった。野菜不足の影響を専門家の方に伺ったところ、野菜不足が続くと疲れやすくなり、倦怠感・無気力は野菜不足が原因の場合もあるとおっしゃっていた。また、長期的に見ると 20 代のうちから野菜を食べていないと老化を打ち消す酵素をうまく作れない体になってしまい様々な悪影響を引き起こすということがわかった。

3．研究テーマの課題

中食や外食で野菜を摂るという手段が考えられましたが、その場合継続的に十分な野菜を摂ろうとすると、特に一人暮らしの大学生にとって金銭的負担が大きいと考えた。そこで金銭的問題を解決しつつ継続的に野菜を摂るには自炊が最適であると考えた。しかし 1 人で食べる量は限られているため、毎日自炊ができず野菜のような消費期限が短く傷みやすい食品を腐らせてしまう。こ

のため自炊が中食や外食に比べて割高感に感じるようになり、次第にやる気を失っていく。専門家の方に自炊頻度が低い原因とそれによる食材への影響を伺うと、料理に手間がかかるため自炊をしなくなり、また自炊頻度が低くなると買ってきた野菜を余らせてしまい傷ませることにつながると分かった。そこで、野菜の保存に注目して調査すると、保存や使いまわしに適した野菜や保存方法などの情報は存在するが、うまく使いこなせていないという現状が明らかになった。以上から、保存方法を工夫して食材を無駄なく使うことができれば、野菜の割高感を解決でき、自炊が続くと仮説を立てた。

4．課題解決策（新たなビジネスモデル・理論など）

そこで私たちは「食品スーパーの陳列を工夫することにより、保存性の高い野菜を栄養バランスよく買うことのできる環境を提供する」ための提案をする。具体的には、食品スーパーの棚一つに乾燥野菜の段、カット野菜の段、冷凍野菜の段を設けて上下三段に分け、様々な保存方法の野菜を一か所で購入できるように集積する。また利用者が栄養に関する知識が乏しくても栄養バランス良く野菜を購入できるように、野菜の色を活用した分類を試みる。これは、野菜に含まれている栄養素は大枠ではあるものの野菜の色から判断することが可能なためである。そこで、縦に棚を分割し、視覚的にバランスよく野菜をとれるようにする。

	赤い野菜	黄色い野菜	緑の野菜	白い野菜
乾燥野菜	赤い乾燥野菜	黄色い乾燥野菜	緑の乾燥野菜	白い乾燥野菜
カット野菜	赤いカット野菜	黄色いカット野菜	緑のカット野菜	白いカット野菜
冷凍野菜	赤い冷凍野菜	黄色い冷凍野菜	緑の冷凍野菜	白い冷凍野菜

5．研究・活動内容（アンケート調査、商品開発など）

一人暮らしの方が現在の食生活に対してどのように感じているのかをアンケート、先行研究により調査
食品会社社長に対する野菜の効用、現状の取り組みについてのヒアリング
食品加工会社社員に対する現状の取り組みについてのヒアリング
食物選択に関する心理学を扱う大学教授の方へのヒアリング
管理栄養士の方へのヒアリング
野菜の保存方法に関する先行研究による調査

6．結果や今後の取り組み

提案を実現していく上での障壁を検討し、その対策を講じるといった流れで提案実行に向けて取り組んでいく。具体的には実現性の検討としてスーパーマーケットの野菜売り場の管理者の方へのヒアリング、収益性の検討としてマーケット調査になどを行っていく。

7．参考文献

・鳥羽健一 （2015）『減る野菜摂取量、増えるカット野菜 野菜・果物の消費行動調査結果～2014 年調査～から』JC 総研レポート VOL33
・濱田亮治 （2009）『生鮮野菜の購入先と選択理由 ～「野菜・果物の消費行動に関する調査 ―2009 年調査―」から～』JC 総研レポート 秋 2009 第 11 号
・日本能率協会総合研究所 （2006）『単身者のライフスタイル資料集』生活情報センター
・青柳靖元 （2016）『野菜や果物を食べる頻度が減少 調査時の価格高騰の影響も・・・』JC 総研レポート 2016 春 VOL.37
・門間敬子 鷲野紗矢佳(2014)「大学生の食事に対する意識と 1 日の献立モデル」京都女子大学学生福祉学科 http://repo.kyoto-wu.ac.jp/dspace/bitstream/11173/1530/1/0120_010_002.pdf （参照 2016.9.26）
・内閣府 食育推進室(2009)「大学生の食に関する実態・意識調査報告書」

http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/pdf/syoku-report.pdf（参照 2016.9.26）
・一般社団法人 JC 総研「野菜・果物の消費行動に関する調査結果－2013 年調査－」
http://www.jc-so-ken.or.jp/pdf/agri/investigate/131202_01.pdf (参照 2016.9.26)

インナー大会プレゼン部門実行委員会への連絡事項

＜企画シート作成上の注意＞

※本企画シートは審査の対象となります。
※本企画シートは、「日本語」で書かれたものとし、1 チーム・1 点提出してください。
※本企画シートの項目に沿って、ご記入をお願いいたします。各項目に文字数制限はありませんが、1~7 以外の項目を追加することは「不可」とさせていただきます。
※本企画シートは、インナー大会プレゼン部門実行委員会への連絡事項と企画シート作成上の注意を含め、3 ページ以内に収めてください。実行委員会から審査員に渡す際は、A4 サイズでプリントし、3 ページ目までをお渡しします。
※大会参加申込み時点から、「参加メンバー」の変更があった場合、上記「インナー大会プレゼン部門実行委員会への連絡事項」に記入してください。なお、参加申込書提出時からのチーム名変更は「不可」とさせていただきます。
※企画内容は、未発表の（過去に他誌・HP などに発表されていない）ものに限ります。ただし、学校内での発表作品は未発表扱いとなります。
※商品写真、人物写真、音楽などを掲載・利用する場合、必ず著作権、版権の使用許諾を得てください。日本学生経済ゼミナール関東部会・日経 BP 社・日経 BP マーケティング社は一切の責任を負いません。
※書籍や新聞等の文献から引用した場合は、出典先（使用した文献のタイトル・著者名・発行所名・発行年月など）を明記してください。統計・図表・文書等を引用した場合も同様に明記してください。また、Web サイト上の資料を利用した場合は、URL とアクセスした日付を明記してください。
※電話番号や住所などの個人情報は記載しないでください。