

## ～小中学生の「朝食」実態を調査～

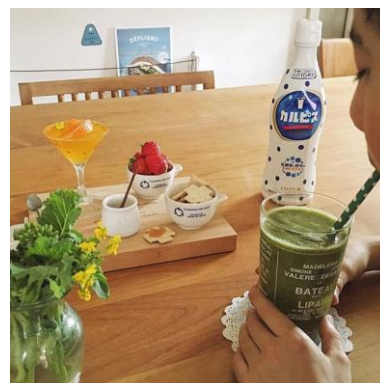
**72%が「朝、子どもの食欲がないと感じる」、欠食経験率も3割以上！**

**子どもの「野菜不足」を感じる母親が95%、野菜メニューの食べ残しも…**

**朝食の一品をひと工夫！『「カルピス」でつくるスムージー』で、おいしく野菜不足解消&乳酸菌摂取**

アサヒ飲料株式会社

アサヒ飲料株式会社（本社 東京、社長 岸上 克彦）は、このたび、小中学生の子どもを持つ母親 115 名を対象とした、子どもの「朝食」実態に関する調査および、『「カルピス」でつくるスムージー』の試飲調査をおこないました。

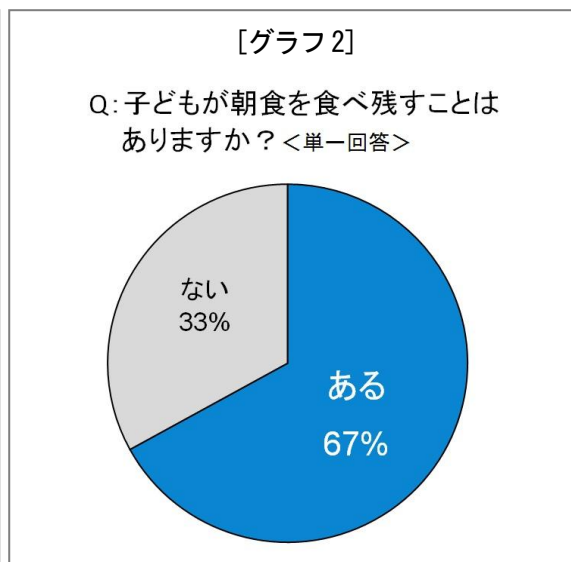
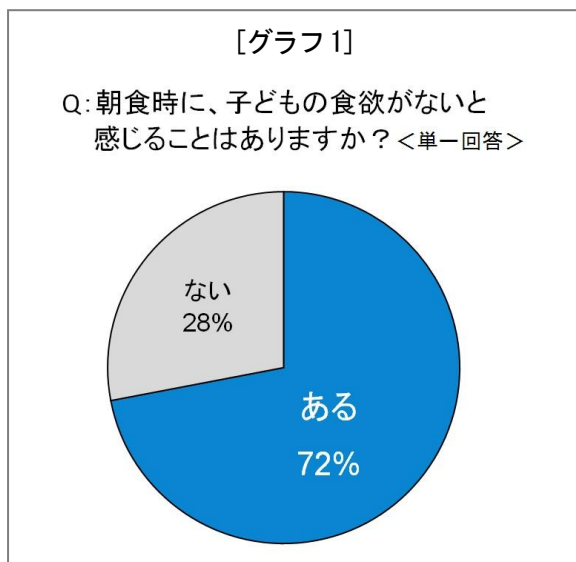


### 1:小中学生の「朝食」実態に関する調査

#### ◆食欲が湧きづらい朝…食べ残したり、朝食を抜いたりする子どもが多数

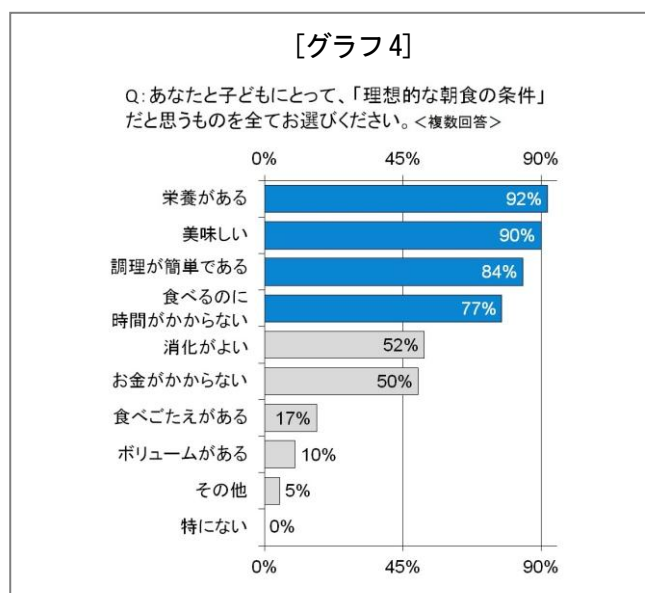
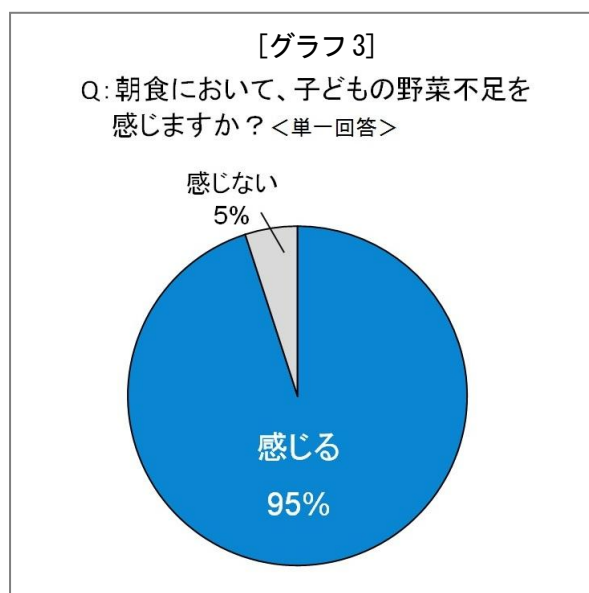
まず、「朝食時に、子どもの食欲がないと感じることはありますか？」と聞いたところ、72%もの母親が「ある」と回答。[グラフ1] また、「子どもが朝食を食べ残すことがある」人は67% [グラフ2]、「(過去1年以内に) 子どもが朝食を抜いたことがある」人も33%と3人に1人にのぼりました。朝は食欲が湧きづらく、食べ残したり、朝食を抜いたりする子どもが多い様子がうかがえます。

さらに、「子どもに朝食を残さず食べさせるのは大変だと思いますか？」と聞いた質問では、母親の実に64%が「そう思う」と回答。その理由としては、「普段はとても大食いなのに、朝は食欲がないようで、必ず残してしまう」(小学5年生男子の母親)、「少しでも栄養を摂ってほしいので食べやすいように工夫しているが、一口で終わりにしたり、抜いたりしてしまうことが多い」(小学1年生女子の母親)、「学校が遠いため、朝が早くいつも寝不足で、時間が無いと言って食べたがらない」(小学6年生女子の母親)などの声があがりました。子どもにはしっかり栄養を摂ってほしいけれども、なかなか思い通りにいかないという人が多いようです。



◆朝食において、子どもの「野菜不足」を感じる母親は95%！

続いて、朝食時の「野菜摂取状況」についても質問をしたところ、「朝食において、毎日野菜を摂っている」子どもは全体のわずか27%という結果に。「摂っているが毎日ではない」(46%)、「摂っていない」(27%)という家庭が多いようです。また、朝食において「子どもが野菜を食べ残すことがある」という人も57%と約6割にのぼっています。そこで「朝食において、子どもの野菜不足を感じますか？」と聞くと、母親の95%が「感じる」と回答。[グラフ3] 「朝食において、もっと子どもに野菜を摂ってほしいと思いますか？」という質問でも、96%が「そう思う」と答えました。なお、母親と子どもにとっての「理想的な朝食の条件」を聞くと、「栄養がある」(92%)、「美味しい」(90%)、「調理が簡単である」(84%)、「食べるのに時間がかからない」(77%)などの回答が上位にあがっています。[グラフ4]



2:『「カルピス」でつくるスムージー』試飲調査

◆子どもの満足度、約8割！「カルピス」でつくるスムージーで、野菜をおいしく摂取

こうした「理想的な朝食の条件」を満たすための一品としておすすめなのが、「カルピス」を使ってつくるスムージーです。スムージーは、野菜が不足しがちな朝食時に適したメニューですが、野菜の風味がダイレクトに感じられると、子どもにとっては飲みにくい場合も。しかし、『「カルピス」でつくるスムージー』であれば、野菜の苦みやクセがやわらかいため、子どもでも飲みやすくなります。

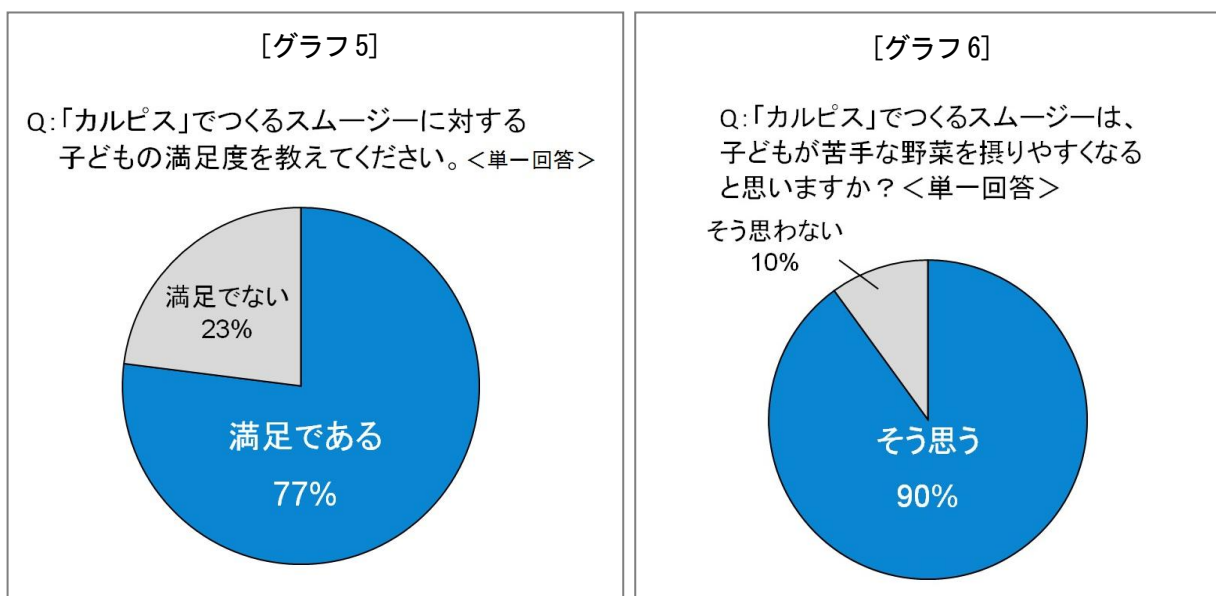
**野菜の栄養をおいしく摂れるだけでなく、素材をミキサーにかけるだけなので調理が簡単です。かつ野菜サラダを食べるのに比べ、飲むだけなので時間もかからず、慌ただしい朝食時にぴったりです。**

そこで今回は、前述のアンケートに回答いただいた、小中学生の子どもを持つ母親115名に、『「カルピス」でつくるグリーンスムージー（小松菜&バナナ）』を調理・試飲していただきました。

その結果、『「カルピス」でつくるグリーンスムージー』に対する小中学生の満足度は、77%と約8割に。[グラフ5] 試飲をした子どもの反応としては、「子どもが好きな「カルピス」がベースとなっているので、普段は苦手な小松菜も美味しく感じた様子」（小学1年生女子の母親）、「普段はスムージーをつくってもあまり喜ばないが、このレシピは喜んでいて、おかわりまでしていた」（小学2年生男子の母親）などの回答があがっています。



さらに、『「カルピス」でつくるスムージー』は「子どもが苦手な野菜を摂りやすくなると思う」と答えた母親は、実に90%に。[グラフ6] また、『「カルピス」でつくるスムージー』を、「家庭で朝食時につくってみたいと思う」と答えた人も91%にのぼっています。



### ▼参考レシピ:『「カルピス」でつくるグリーンスムージー(小松菜&バナナ)』

#### <材料> 2人分

- ・「カルピス」: 60ml (大さじ4)
- ・牛乳: 200ml
- ・小松菜: 100g
- ・りんご: 1/4個 (60g)
- ・冷凍バナナ: 1本 (150g) \*バナナは冷凍でなくても可

#### <作り方>

- 1: バナナは一口大にカットし冷凍しておく。
- 2: 小松菜、りんごはざく切りにし、ミキサーにすべての材料を入れ攪拌する。

#### [調査概要]

- ・調査期間: 2016年3月19日~30日
- ・調査対象: 小中学生の子どもを持つ母親 115名
- ・調査方法: インターネット調査(ホームユーステスト)

### 3:『「カルピス」でつくるスムージーレシピ』

アサヒ飲料では、現在“「カルピス」でベジ&フルーツをLOVEに！”をテーマに、日本最大のレシピサイト「クックパッド」において、「カルピス」をつかったスムージーレシピを掲載しています。

野菜不足を解消しながら乳酸菌も摂取できる、「カルピス」オリジナルのスムージーレシピは、朝食の一品にぴったりです。

サイト内では、今回のモニター調査でも試飲いただいた『小松菜&バナナのグリーンスムージー』や、オレンジのやさしい色合いがかわいい『トマト&オレンジのスムージー』など、「カルピス」をつかった、お子様もおいしく楽しめるオリジナルのスムージーを紹介しています。



#### ▼『「カルピス」でつくるスムージー』

<http://cookpad.com/pr/tieup/index/959>

#### 本件に関するお問い合わせ先

トレンダーズ株式会社（担当：山口）

TEL：03-5774-8871 FAX：03-5774-8872 E-mail：[press@trenders.co.jp](mailto:press@trenders.co.jp)

#### <お客様からのお問い合わせ先>

アサヒ飲料株式会社 お客様相談室：フリーダイヤル：0120-378090

アサヒ飲料 ホームページアドレス：<http://www.asahiinryo.co.jp>

「カルピス」は、アサヒ飲料株式会社の登録商標です。