

**ビジネスパーソンに聞いた「家計と昼食に関する調査」  
消費税増税・新型コロナウイルス感染症流行を経て、  
今後、家計が「苦しくなる」と予想した人が7割以上  
節約している費用第1位は「食費」で、7割以上が節約中**

**平日のランチは「コスパ」を優先し「健康・栄養バランス」を重視する人はわずか14.2%**

全国59,500店以上の飲食店やコンビニで毎日利用できる福利厚生の食事補助サービス「チケットレストラン (Ticket Restaurant®)」を提供する株式会社エデンレッドジャパン (本社：東京都千代田区 代表取締役：マリック・ルマーヌ) は、全国の30～50代のビジネスパーソン男女630名を対象に「家計と昼食に関する調査」を実施しました。

**【 調査サマリー 】**

- 家計が「苦しい」と回答する人が段階的に増加。今後、家計が「苦しくなる」と予想した人が7割以上  
⇒2019年10月の消費税増税前と比べて、増税後、新型コロナウイルス感染症流行と経るにつれ世帯の家計が苦しいと感じる人が段階的に増加。  
⇒今後、世帯の家計が「苦しくなる」「非常に苦しくなる」と予想したのは全体の76.0%。
- 現在「節約している」人は8割以上。節約している費用第1位は「食費」で、7割以上が節約中
- ランチを選ぶ際に重視するのは「コスパ」。一方、「健康」と答えた人はわずか14.2%  
⇒平日のランチを選ぶ際に「とても重視する」と回答した項目第1位は「コスパ (36.4%)」。  
一方、「健康」と答えた人はわずか14.2%。「コスパが悪い」と健康をおろそかにする傾向がある。
- 会社からランチ代を補助されたら、4人に3人が「今よりも健康的なものを選ぶ」と回答  
⇒会社からランチ代を補助された場合、「今よりも健康的・栄養バランスが良いものを選ぶ」と回答した人は75.1%。  
⇒自分で費用を負担する場合はコスパ重視だが、補助が出るなどお金があれば健康的な食事を選ぶという心理が浮き彫りとなった。
- ランチ事情は格差が生まれ二極化。節約している人の努力で多かったのは「簡単なもので済ませる」  
一方、食事補助がある人は「節約不要で栄養バランスのよいランチが食べられる」との声  
⇒ランチ代を節約するために行っている努力・工夫として、中には「食べない」選択をする人も。  
⇒一方、食事補助制度を利用している人からは、「特に節約していない」という回答が目立つ。  
食事補助制度の有無により、ビジネスパーソンのランチ事情に格差が生まれていることが浮き彫りに。

**【調査背景】**

昨年10月の消費税増税や、今年の新型コロナウイルス感染症流行による景気悪化などの影響で、家計が苦しくなる状況が続いています。4月7日に7都府県に出された緊急事態宣言が4月16日には全国に拡大、経済の冷え込みがますます懸念されており勤務先の休業等で生活が厳しくなった世帯の増加が考えられます。30年以上にわたり、福利厚生の食事補助サービスを提供してきたエデンレッドジャパンは、家計の現状を探るため、全国のビジネスパーソンを対象に「家計と昼食に関する調査」を実施しました。

※調査主体の「株式会社エデンレッドジャパン」への取材、コメント提供も可能です。

**【調査概要】**

調査の方法：WEBアンケート方式

調査の対象：全国の30～50代のビジネスパーソン男女 (N=630)

※性別、年代、婚姻状況 (独身・既婚子なし・既婚子あり) 均等割付

調査実施日：2020年4月1日～4月5日

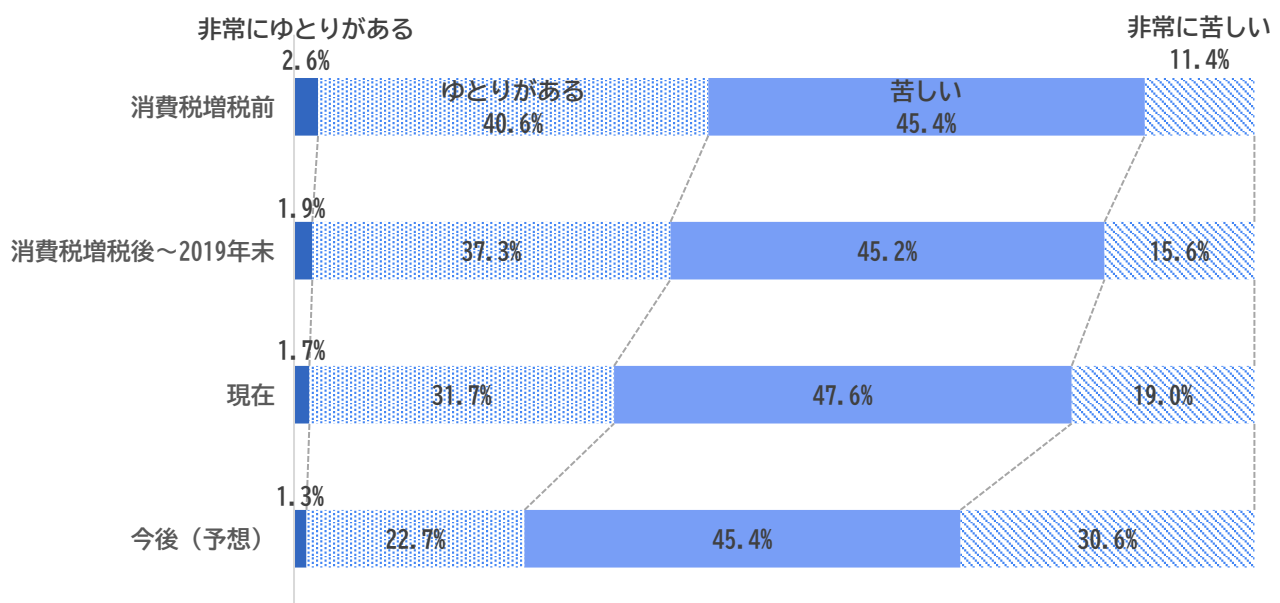
調査主体：株式会社エデンレッドジャパン

※本リリース内容を掲載いただく際は、出典「エデンレッドジャパン調べ」と明記をお願いいたします。

**消費税増税、新型コロナウイルス感染症流行を経て、  
家計が苦しいと回答する人が段階的に増加  
今後世帯の家計が「苦しくなる」と予想するビジネスパーソンが7割以上**

- ・「増税前」「増税後」「新型コロナウイルスの影響がある現在」「今後（予想）」それぞれの時期について、世帯の家計状況を聞いた。
- ・2019年10月の消費税増税前と比べて、増税後、新型コロナウイルス感染症流行と経るにつれ、世帯の家計が「苦しい」「非常に苦しい」と感じる人が段階的に増加。
- ・今後、世帯の家計が「苦しくなる」「非常に苦しくなる」と予想したのは全体の76.0%。
- ・すでに厳しい家計状況がさらに悪化することを予測している人が多い。
- ・「増税により外食・趣味ができなくなった」「新型コロナウイルスの影響で解雇にあった」といったコメントも寄せられた。

**図表1:消費税増税、新型コロナウイルス感染症流行による世帯の家計状況の変化**  
30～50代のビジネスパーソン男女630名（単一回答）



**図表2:家計が苦しいと感じる理由・エピソード**

消費税増税後～2019年末	現在	今後（予想）
<ul style="list-style-type: none"> <li>・増税により、今まで出来ていた外食や趣味などができなくなった。 （埼玉県・41歳男性）</li> <li>・物品を買うのに税金の負担分が増えたためへたに高額なものを買えない。 （愛知県・51歳男性）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新型コロナの影響で勤務時間が減ったため、給料が激減している。 （大阪府・34歳女性）</li> <li>・先週からコロナの影響で私が強制休業となった。給料が4割カットとなり厳しい。 （東京都・32歳女性）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コロナのせいでたった今さっき解雇の連絡あり。年齢のせいもあり今後就職も難しいだろう。 （東京都・49歳女性）</li> <li>・食品などの値上げラッシュにより、さらに食費の負担が増えそう。 （埼玉県・39歳男性）</li> </ul>

※フリーアンサーより抜粋

**消費税増税や景気などの影響で現在「節約している」人は8割以上  
節約している費用第1位は「食費」で、7割以上が節約中**

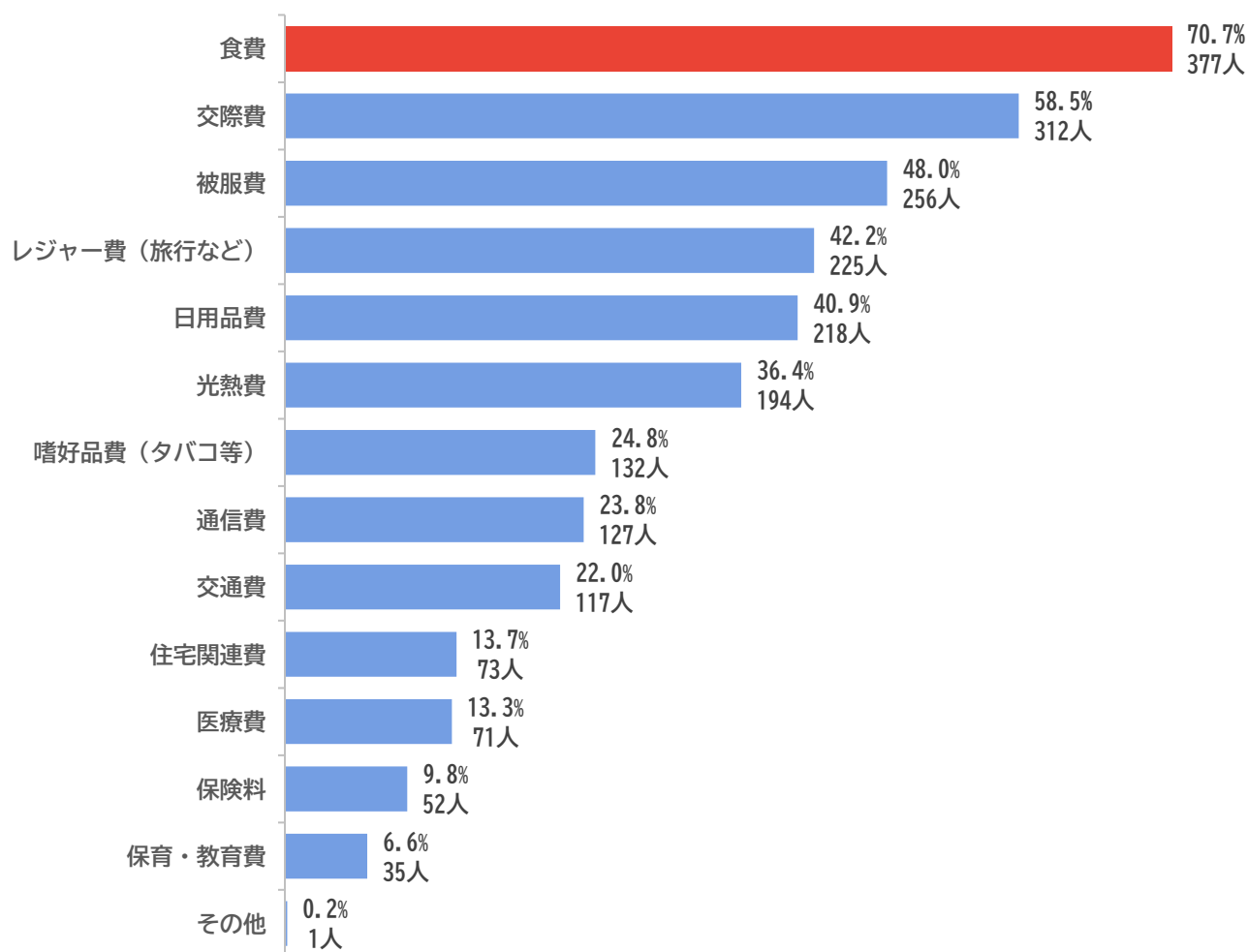
- ・消費税増税や景気などの影響で現在「節約している」と回答した人は84.6%。
- ・節約している費用第1位は「食費」で、7割以上が節約している。

**図表3:消費税増税や景気などの影響による節約の有無**  
30~50代のビジネスパーソン男女630名（単一回答）

**節約している**  
533人 (84.6%)

**節約していない**  
97人 (15.4%)

**図表4:節約している費用**  
消費税増税や景気などの影響で現在「節約している」と回答した  
30~50代のビジネスパーソン男女533名（複数回答）



※新型コロナウイルスの影響による外出・レジャーの自粛や、日用品の買いだめ等は含めず、純粋に「節約」しているもののみを回答。

**ビジネスパーソンの平均ランチ代は534円**  
**世帯年収700万円のビジネスパーソンでも400円台に抑える傾向がある**

- ・ 平日の1回あたりのランチ代にける金額は平均534円。
- ・ 世帯年収700万円以下の人は平均479円。世帯年収が一定あっても、ランチ代に割ける金額は低いことが判明した。

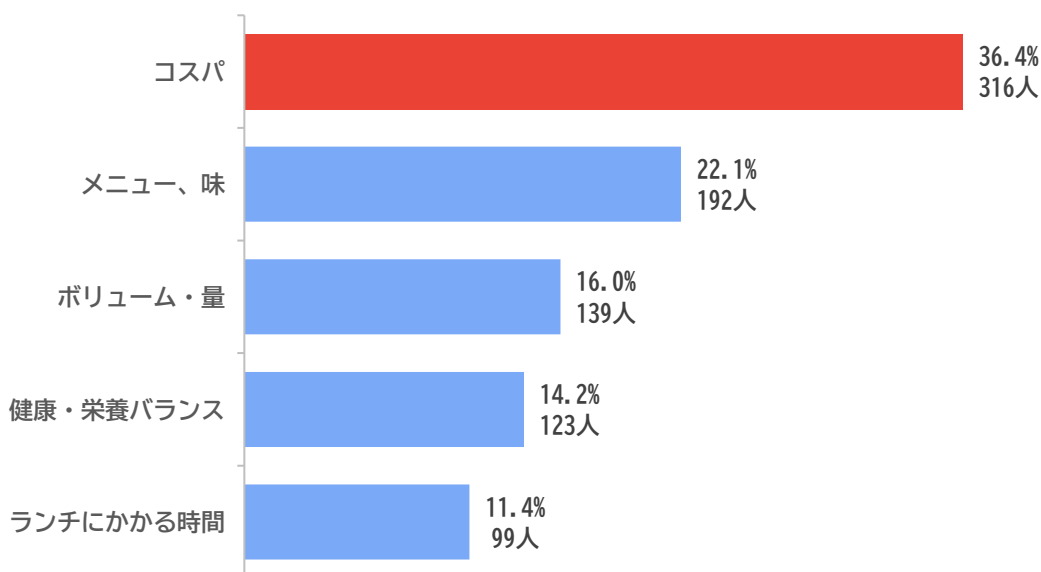
**図表5:平日1回あたりの平均ランチ代**  
 昼食を購入している30~50代のビジネスパーソン男女266名

全体平均	世帯年収700万円以下の平均
534円	479円

**ビジネスパーソンがランチを選ぶ際に重視するのは「コスパ」**  
**一方、「健康・栄養バランス」と答えた人はわずか14.2%**  
**男性は女性より「健康・栄養バランス」を重視しない傾向**

- ・ ランチを選ぶ際に重視する項目について、「とても重視する」「重視する」「重視しない」「全く重視しない」の4段階で聞いた。
- ・ 平日のランチを選ぶ際に「とても重視する」と回答した項目第1位は「コスパ（36.4%）」。
- ・ 一方、「健康・栄養バランス」をとても重視する人はわずか14.2%
- ・ 「健康・栄養バランス」を重視しない主な理由は、「安さ重視」「コスパが悪い」。
- ・ 男女を比較すると、「健康・栄養バランス」を「重視しない」「全く重視しない」と回答した人は、男性37.2%、女性25.0%。男性は女性に比べ、健康な食事をおろそかにしていることがわかった。

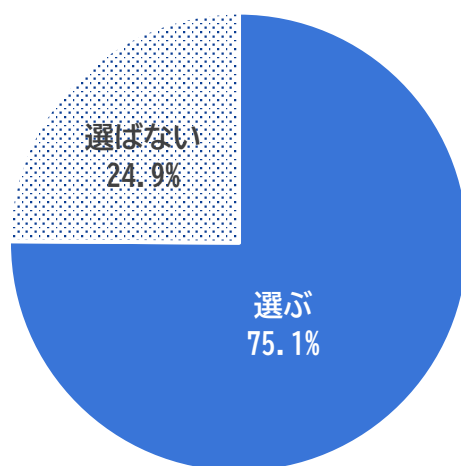
**図表6:平日ランチを選ぶ際に「とても重視する」と回答したもの**  
 30~50代のビジネスパーソン男女630名（各項目で単一回答）



**会社からランチ代を補助されたら、  
4人に3人が「今よりも健康的・栄養バランスの良いものを選ぶ」と回答**

- ・会社からランチ代を補助された場合、「今よりも健康的・栄養バランスが良いものを選ぶ」と回答した人は75.1%。
- ・自分で費用を負担する場合はコスパ重視だが、補助が出るなどお金があれば健康的な食事を選ぶという心理が浮き彫りとなった。

**図表7:会社からランチ代を補助されたら、  
今より健康的・栄養バランスのいいものを選ぶか  
30~50代のビジネスパーソン男女630名（単一回答）**



**ランチ事情は格差が生まれ二極化  
節約している人の努力・工夫で多かったのは「簡単なもので済ませる」  
「ランチを食べない」という強者も  
一方、食事補助がある人は「節約不要で栄養バランスのよいランチが食べられる」との声**

- ・ランチ代を節約するために行っている努力・工夫は「簡単なもので済ませる」が多数。「ランチを食べない」という強者も。
- ・一方、勤務先に食事補助制度がある人は、「節約せずに栄養バランスのよいランチが食べられている」との声が寄せられた。
- ・食事補助制度の有無によって、ランチ事情に格差が生まれ二極化していることがわかった。

図表8: ランチ代を節約するために行っている努力・工夫

簡単なもので済ませる	ランチを食べない	食事補助があり、節約や工夫は特にしていない
<ul style="list-style-type: none"><li>・食パンを持参してトーストして食べている。 (埼玉県・39歳男性)</li><li>・以前行っていたデパ地下総菜は一切なくなった。朝と夕飯をしっかりと自炊し、ランチをつなぎの食事程度で済むようにしている。 (東京都・49歳女性)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・そもそもランチしない。 (埼玉県・46歳男性)</li><li>・基本的に昼御飯は抜いている。 (埼玉県・30歳男性)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・社食があるので、特に節約していない。 (滋賀県・39歳女性)</li><li>・社食が自社運営されており非常に低価格で提供されており節約意識が生じません。ボリュームをはじめ味、栄養面でも考えられたメニューが日々提供されており特に不満はありません。 (大阪府・52歳男性)</li></ul>

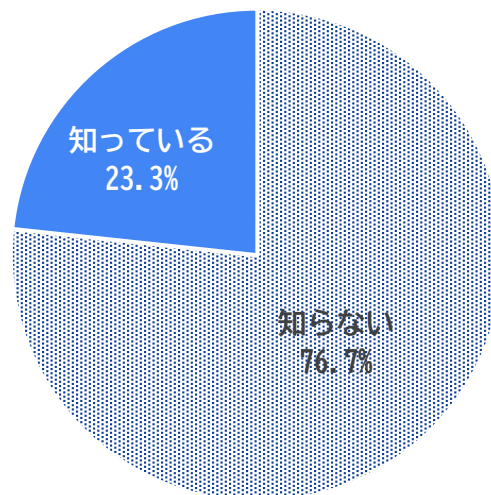
※フリーアンサーより抜粋

※「食事補助制度」とは、会社が従業員のランチ代を補助する制度のこと。  
「企業の補助額が月に3,500円以内」かつ「従業員が会社補助額と同額以上を負担」という条件を満たすことで、従業員が受け取る企業からの食事補助額が非課税扱いになる。  
社員食堂は「食事補助制度」の一種で、他にも食事券型・ICカード型などがある。

### 「食事補助制度」を知らないビジネスパーソンは7割以上

- ・「食事補助制度」を知らないと回答したビジネスパーソンは76.7%。
- ・制度の存在自体があまり認知されていないことがわかった。

図表9: 「食事補助制度」について  
30~50代のビジネスパーソン男女630名(単一回答)



## 【専門家の見解】

### 株式会社エデンレッドジャパン 代表取締役 マリック・ルマーヌ

フランス出身。高級食材輸入販売を手掛けるフレンチF&Bジャパン株式会社の代表取締役、ハイジュエリーブランドのヴァンクリーフ&アーペルジャパンおよびカレラ・イ・カレラの最高経営責任者（CEO）を歴任。2017年7月にエデンレッドジャパンの代表取締役に就任した。以来、ビジネスパーソンの食事動向を収集。同社が提供する食事補助サービス「チケットレストラン」を通し、ビジネスパーソンの食事と健康をサポートしている。



昨年の消費税増税により、個人消費の落ち込みが顕著になっているなか、日本を含め世界が新型コロナウイルス感染症（COVID-19）流行による前代未聞の健康リスクと経済リスクにさらされています。今回の調査で、その影響が家庭の家計や働き手の昼食事情にまで影響が及んでいることが明確になりました。

食費を節約している人が7割を超えており、人が生活していく上で必要な食費までもが節約対象となる危機的状況です。交際費やレジャー費よりも食費の節約を心掛ける人が多いというのは、すでに食費以外を節約済みで二周目の節約サイクルに入っていることも考えられます。

世帯年収が700万円のビジネスパーソンであっても昼食費を節約する傾向にあります。調査時点で新型コロナウイルス感染症流行による賃金カットや失業のコメントがあり、事態がより深刻化していくことが予想されます。

低価格重視の食習慣を続けることは、「働き手の健康」という観点では非常に心配な状況です。企業が従業員の昼食費をサポートし、健康的な食事をとることを推進する重要性がより高まってきていると考えています。75.1%の人が、なんらかの補助があればすぐにでも食の質を改善したいと回答しており、食事の充実が重要な課題であることも明白です。社食や食事補助を受けているビジネスパーソンは節約する動機が少ないということと好対照であり、食事の質に対する格差が広がる可能性を示しています。

残念ながら我々がいま直面している危機を克服するにはまだ時間がかかりそうです。長期戦に備えるためにも、日々の食事の質に気を配る視点を見失わないよう警鐘を鳴らす結果となりました。

外出自粛要請が続いて多くの飲食店が苦境に立たされるなか、地方自治体を中心として飲食費の補助や飲食による支援が広がっていますが、企業が食事補助を提供することで、地域の飲食店での消費活性化にも寄与することが可能です。

このような厳しい状況において、企業が従業員の食事を積極的にサポートすることで、より質の高い食事をとる機会を創出し、働き手のより健康的な生活を支え、同時に地域コミュニティーでの消費を促すことを通じ、発展的に好循環していく仕組みの構築が重要と考えます。

#### ■株式会社エデンレッドジャパン（<https://www.edenred.jp>）

株式会社エデンレッドジャパンは、福利厚生制度の一環として食事券および電子食事カード「チケットレストラン（Ticket Restaurant®）」の発行代行を中心に事業展開しています。1987年の創業から30年以上、日本における食事補助ソリューションのパイオニアおよびマーケットリーダーで、エデンレッド（Edenred）の100%子会社です。

#### ■チケットレストラン（<https://ticketrestaurant.jp/>）

チケットレストランは、全国59,500店以上のレストラン、カフェ、コンビニエンスストアなどの加盟店で利用できる福利厚生の食事補助サービスです。中小企業から大手企業まで全国2,000社以上の企業への導入実績があります。カードタイプの登場は2016年ですが、前身の食事券タイプを含めると日本で30年以上の実績を持つ国内最大規模の食事補助ソリューションで、利用率99%以上、利用者の満足度98%以上を誇ります。電子食事カード「チケットレストラン タッチ」は、株式会社NTTドコモが運営する電子マネー「iD（アイディー）」の端末にかざすだけで利用可能です。