

考察トピック

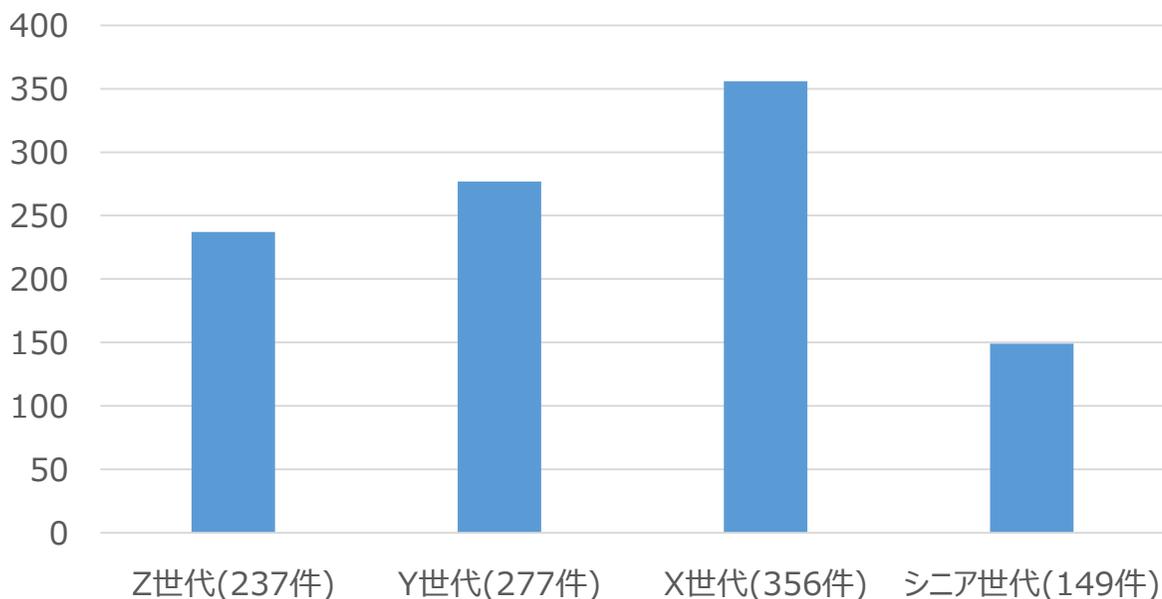
飲食がもたらすしあわせ：世代ごとの特徴を探る

年間で調査を進める中で、度々飲食に関するテーマを取り上げてきました。
今回は、改めて飲食に関する回答の割合と、各世代ごとの傾向や違いに焦点をあてました。

まず、各世代ごとに分析するにあたり、以下の定義に基づいています。

Z世代（1996年以降生まれ）	： 29歳以下	
Y世代（1981年から1995年生まれ）	： 30歳から44歳	
X世代（1965年から1980年生まれ）	： 45歳から59歳	
シニア世代(1964年以前)	： 60歳以上	※2025年現在

また、アンケート回答総数の世代分布は以下の通りです。 ※ファースト社員回答含む

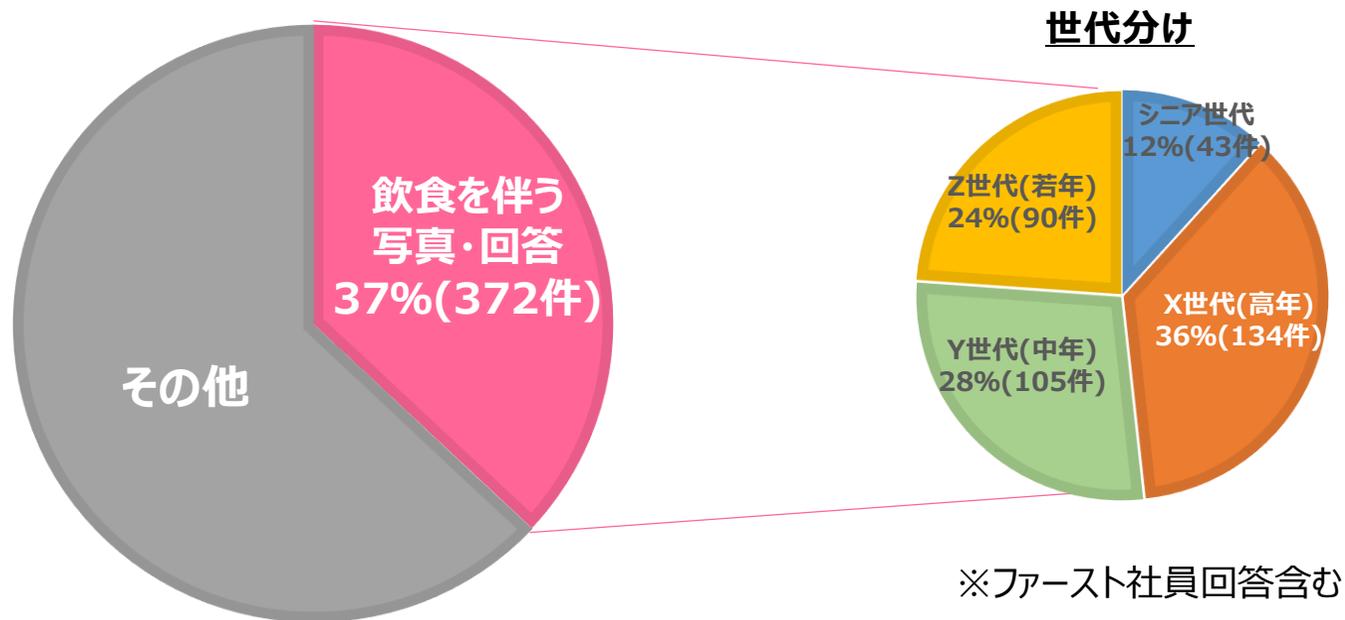


過去4回の調査データにおけるしあわせな瞬間(とき)のアンケート項目において、**飲食を伴うコメント・写真の回答は、全体の約37%**にあたる372/1,019件(ファースト社員回答含む)でした。

全体の4割弱が飲食を通じてしあわせな瞬間を感じているということから、飲食はしあわせを実感する上で重要な要素であることがわかります。

さらに世代ごとに分解をすると回答数としてはX世代が最も多くの回答数を示しています。また、どの世代も総数の3-4割程度占めており、大きな偏りはみられなかったため、各世代が共通して感じるしあわせの要素であると言えます。

しあわせな瞬間(とき)に関するアンケート結果



しあわせな瞬間に登場する食ワード・写真から各世代の傾向を分析！

Z世代(29歳以下)

～頻出ワード・写真～

1.お酒

(ビール含む)



2.BBQ

(キャンプ含む)



3.ケーキ



学生時代に仲良かった友達と子供を連れて
キャンプで休みを満喫できた29歳/男性

自分はお酒を飲む時が一番幸せに
思っています。25歳/男性

韓国に友人と言ったときに食べた**サムギョプサル**。
一日中歩いて疲れた後のコーラとサムギョプサルは
格別だった。25歳/女性

ヒロアカにどハマりし、コラボしていた温泉に行った時の
写真です。パネルとの写真撮影やランダムグッズの
開封、**コラボメニュー**を食べて幸せでした。25歳/女性

アルコール離れといわれるZ世代もしあわせの瞬間には欠かせないようです。キャンプやBBQといった
アウトドアアクティビティでの飲食ワードも目立ちました。また、少数ながらもZ世代らしい流行の
韓国料理や**コラボメニュー(仮面ライダー・ヒロアカなど)**の言及も！

お気に入りのケーキ屋さんの**カシスケーキ**と
カフェラテで至福のおやつ時間を過ごした
43歳/女性

久しぶりに家族と食事をして大好きな**鰻**を
食べたこと 40歳/男性

好きなラーメン店に久しぶりに行き、スープをひとくち....
この世の全ての食べ物の中で1番美味しいんじゃない
かと思うほど美味しい
ラーメンお腹もいっぱいになり幸せな気持ちになりました。
31歳/男性

気心知れた会社の同僚と、言いたいこと言い
合せて飲みながら語り合ったあとの写真。
37歳/女性

Y世代もお酒の言及が多く、また、**ラーメン**や**鰻のしあわせ感**を語るコメントが目立ちました。
ケーキは祝いごとだけでなく、**日常のちょっと特別感**として取り入れているコメントが多くみられました。
この世代もキャンプ・BBQ・外で食べるお弁当・ビアガーデンなど屋外での食事に関するワードも
よく挙がっています。

Y世代(30歳-44歳)

～頻出ワード・写真～

1.お酒

(ビール・日本酒含む)



2.ラーメン ケーキ



3.鰻



X世代(45歳～59歳)

～頻出ワード・写真～

1.お酒

(一杯・ビール・日本酒・
ワイン・ウイスキー含む)



2.ケーキ

パンケーキ

焼肉



3.コーヒー



家族で久しぶりに**焼肉**へ行ったときの写真。写真は、焼きマシュマロですが…。コロナ以降、ようやく外食を気兼ねなくできるようになったこと、家族でゆっくりとした時間を過ごせたことが幸せだなと感じました。51歳/男性

パンケーキセットを食べてしあわせでした。
48歳/女性

ここでもお酒のコメントが多いが、**パンケーキの人気の高さ**が驚き。2010年ごろに流行したが、しあわせを感じる食品として根強いことがわかる。また、焼肉だけでなく、ラーメン・ハンバーガー・ドリア・ケンタッキーなどの**ジャンキーな食品名**も多く、健康を意識する世代のため、うまく「**ストレス解消できるもの**」として取り入れているのではないか。

夫と二人でモーニングに出かけて、フワッフワの**パンケーキ**を頼んでそれが目の前に届いたときの目に映るおいしそうなおものとそれを今から食べるのが幸せを感じました 49歳/女性

サウナの帰りに洋食屋さんで**クラフトビール**と大人のお子さまランチのようなプレートを食べた。サウナ後のビールと美味しいもので心もおなかも満たされ、とても幸せな時だった。
49歳/男性

食後のデザートで、**シャインマスカットのパフェ**を食べました。旬のものだったので、とても幸せでした。
68歳/女性

滅多に行かない高級料亭に行きました。美味しい**鯛茶漬**をいただきました 64歳/男性

美味しい**ワイン**を見つけたので夫と久しぶりに飲んだから。 64歳/女性

今春長男の東京大学合格。五月祭の屋台で活動する姿を見ながら焼き鳥/**ビール**というなんとも言えない至福の時間。歴史ある大学で学び羽ばたけ！いつも父はメールを送るぜ。サッカーを続けながら頑張ってきた高校時代の姿も重なり、笑顔の息子に少し涙した。東大合格が無ければ本郷キャンパスの格式ある校舎、木々に囲まれて歴史を感じながら想いを馳せることはできなかった。しあわせなときがありがとうと息子に、そして妻に。61歳/男性

シニア世代(60歳以上)

～頻出ワード・写真～

1.お酒



(一杯・ビール・日本酒・ワイン含む)

2.パフェ
コーヒー
牡蠣



シニア世代もお酒に関するコメントが多い中、**普段あまり食べないパフェ**を食べた体験や、**コーヒーがリラックスする重要なアイテム**として使われていることがわかります。さらに、**魚介類(刺身、蟹、牡蠣、ふぐなど)**に関する言及が多かったり、**旅行での特別な食事**についてのコメントも目立つ傾向があります。

～生活者は飲食を通じてしあわせを得ている～

- ✓ 全世代共通でお酒からしあわせエネルギーをもらっている！
- ✓ Z世代：
アウトドアアクティビティや生活催事を重視！新しいトレンドにも興味あり
- ✓ Y世代：
日常生活の中でのちょっとした食におけるしあわせや特別感を重視
- ✓ X世代：
馴染みの食品を愛し、健康とストレス解消のバランスを取りながら
食事を楽しむ傾向
- ✓ シニア世代：
新鮮な食材(魚介)を好み、新しい体験とリラックスを食事を通して楽しむ