

グループインタビュー B群 発言録

別紙2

		1	2	3	4	5
属性	属性	<ul style="list-style-type: none"> 大学2年 県外出身 友達と長野市内のシェアハウスに住んでいる 独身 	<ul style="list-style-type: none"> 大学2年 県外出身 長野市内に一人暮らし 独身 	<ul style="list-style-type: none"> 接客業(スポーツ用品)勤務 県外出身 長野市内に一人暮らし 独身 	<ul style="list-style-type: none"> システムエンジニア:9-18時+残業 県内出身 長野市内に一人暮らし 独身 	<ul style="list-style-type: none"> 会社員 信濃町出身 信濃町に親と同居 家では果物、野菜、米を作っている 独身
食生活	食生活	<ul style="list-style-type: none"> 不規則な食生活で1日2~5食 1日に3食という概念がない 学食を利用する事が多い 自炊は友達と鍋をする等年に数回 	<ul style="list-style-type: none"> 食生活は不規則 朝はぎりぎりまで寝ているため、朝ご飯はなし 	<ul style="list-style-type: none"> シフト制の勤務のため食事時間は不規則 毎日3食は食べるようにしている 	<ul style="list-style-type: none"> 自炊は平日しない。土日のみ 朝ごはんあまり食べない 長野駅周辺でランチ 	<ul style="list-style-type: none"> 8時まで寝ていることが多い 朝食は食べない 外食が多い
	食べ物の好み	<ul style="list-style-type: none"> 野菜・果物好きでも嫌いでもない 	<ul style="list-style-type: none"> 甘いものが好き 			
	食事内容	<ul style="list-style-type: none"> 朝食は学食のおはよう定食を食べる おはよう定食は揚げ物とキャベツ千切りが出てくるが果物はない それ以外の食事は食費を600円程度に抑えるため、カップ麺や菓子パンが多くなる 	<ul style="list-style-type: none"> 食べたいものを食べる 自炊が面倒なときはカップラーメンになることもある 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜は意識的に食べるようにしている 果物は貰ったら食べる程度 	<ul style="list-style-type: none"> ランチは野菜を食べるようにしている 月に1-2回スムージー屋に行く 	<ul style="list-style-type: none"> 好きなものを食べるようにしているのであまり内容は気にしない 価格も気にしない 外食ではラーメンをよく食べる
	誰と食事をするか	<ul style="list-style-type: none"> 友人と一緒に住んでいるものの、食事は基本的に一人で取る 	<ul style="list-style-type: none"> 家では一人 	<ul style="list-style-type: none"> 基本的に一人 誰かと食事を食べたいが遅番なので一人で食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ランチは会社の人と 夕食は一人 	<ul style="list-style-type: none"> 家では家族と食事をする 外食は友人と
果物の摂取状況	果物の好み	<ul style="list-style-type: none"> いちごは好き 	<ul style="list-style-type: none"> なしといちごは好き 旬になると食べたいと思う 	<ul style="list-style-type: none"> かんきつ系の果物は好き 	<ul style="list-style-type: none"> かんきつ類(グレープフルーツ)が好き びわも好き 	<ul style="list-style-type: none"> 果物自体にあまり思い入れがない
	果物を食べる量	<ul style="list-style-type: none"> 果物はほとんど食べない 	<ul style="list-style-type: none"> 果物はほとんど食べない 	<ul style="list-style-type: none"> 月に一回食べる程度 	<ul style="list-style-type: none"> 季節になると1回食べる程度 一時期グレープフルーツを毎朝食べていたが、食べ過ぎてしまったのでやめた 	<ul style="list-style-type: none"> 実家でもあまり食べない 外食で一品の中に入っていれば食べる
	果物の手間	<ul style="list-style-type: none"> カットされていれば食べるが自分でカットする事はない りんごやももの皮のむき方等は分からない 	<ul style="list-style-type: none"> 果物はカットされていない方が好きなので、カットされている前のものを買うときもある。 皮の厚いかんきつ系は食べ方がよく分からない 	<ul style="list-style-type: none"> 実家にいるときは自分でむいてまで食べない 今は義務感を感じてむく事があるが、面倒 	<ul style="list-style-type: none"> 食べるなら自分で切りたい カットフルーツは誰が切ったか分からず敬遠する 	<ul style="list-style-type: none"> むく事自体は好き
果物の購入・保存	果物の買い方	<ul style="list-style-type: none"> 果物を自分で買うことはない 	<ul style="list-style-type: none"> バナナは自分で買う事がある 金銭的に食べ物を選ぶ事はあまりないので、お金がかかっても食べたいものを買うが、果物はあまり選ばない 車を持っていないので買うとしたら近くのスーパーで買う事になる 直売所等にはわざわざ行かない 	<ul style="list-style-type: none"> 果物は自分ではあまり買わない 月に1回果物を買う程度 買うときはみかんかりんご 果物はいっぱい入っているのを買うのを躊躇する 単品で買うと単価が高い 1度に買うとすると500円以下が望ましい 道の駅等の直売所ではスーパーよりも安い事が多いのは知っているが、あまり行かない +αで料金を払わなくて済むような果物の提供があると食べる 	<ul style="list-style-type: none"> はじかれ物で少し安くなると買う ご褒美に少し高価なシャインマスカット等を買う事がある ご褒美用であれば、700~800円くらいまでは払っても良い 台風で被害を受けた農家等の支援はしたいと思い、りんごを買った スーパーでも安い果物があれば買う 	<ul style="list-style-type: none"> 学生時代、一人暮らし中は自分で買う事はなかった 家にいると自然と出てくるので、買う事がない 特にりんごを買って食べた事はない
	果物のもらい方			<ul style="list-style-type: none"> 職場等で果物をもらうことがある 	<ul style="list-style-type: none"> 人にもらえれば食べると思う 	<ul style="list-style-type: none"> 近所の人からもらう事がある もらったものは食べる
	果物の常備	<ul style="list-style-type: none"> 常備されてない 	<ul style="list-style-type: none"> バナナを房で買うけどすぐ忘れて黒くなってしまう 	<ul style="list-style-type: none"> 風邪ひきそうなときはかんきつ系を常備している 	<ul style="list-style-type: none"> 常備はしていない 果物は長期間保存が利かない点がネックに感じる 	
	果物のイベントの参加状況			<ul style="list-style-type: none"> 食べ比べのイベントがほしい土日なので、仕事があり、参加できない 	<ul style="list-style-type: none"> 食べ比べのイベントがあれば参加したい 	

		1	2	3	4	5
栄養バランス 食生活の意識	栄養バランスの意識	<ul style="list-style-type: none"> 嫌いな食べ物はない 食事内容は摂取できるカロリーベースであり、おなかに溜まるもの中心 おなかがすいたときに好きなものを食べている 栄養バランスは意識していない 外食の付け合わせ等で野菜は摂取している 	<ul style="list-style-type: none"> 食べたいものを食べるのであまり栄養バランスや食生活には気を遣っていない 野菜は昼ご飯の学食で取るようにしている 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜はかなり意識的に摂取している 野菜を食べていないと栄養に問題があると感じる 	<ul style="list-style-type: none"> 栄養バランスには気を遣っている ランチでは野菜を取るようになっている 夜はあまり食べ過ぎないようにしている もし果物を食べるなら、果物だけ1食にする(甘いもののご飯と一緒にしたくない) 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜は食べるようにしている 外食で頼むときは野菜を意識 「サキベジ」を意識している
	幼少期の野菜・果物の摂取	<ul style="list-style-type: none"> 実家にいた頃は、りんご、なし、いちご、メロン等を家族が購入すれば食べていた 	<ul style="list-style-type: none"> 食後に週1くらいで、りんごやいちごなど旬の物を食べる程度だった 	<ul style="list-style-type: none"> 実家では食卓に常に果物が出ていた グレープフルーツ等 	<ul style="list-style-type: none"> 秋には実家で育てているりんごを食べていた かんきつ系が好きでみかんがこたつにある風景 	
	食生活に気を遣うようになったきっかけ	<ul style="list-style-type: none"> 体質的にあまり太らないので気を遣わない 	<ul style="list-style-type: none"> 周囲が体調を崩しているときなどは、意識的に野菜を摂取するようにしている 	<ul style="list-style-type: none"> 健康診断の前後は食生活に気を遣う 	<ul style="list-style-type: none"> グレープフルーツを食べすぎて太ったことがある 	<ul style="list-style-type: none"> 体質的にあまり太らないので気を遣わない
機能の代替	コミュニケーションの機能			<ul style="list-style-type: none"> りんごをもらってアップルパイにして配ることはある 		
	健康・運動・美容の機能	<ul style="list-style-type: none"> 目が良くなる等の効果があれば食べたい 	<ul style="list-style-type: none"> 甘いものが好きのためフルーツを食べるよりは500円以下であれば他のスイーツを食べてしまう 	<ul style="list-style-type: none"> 風邪の時は果物を積極的に取るようにしている バレーボールをしていたときは、バナナを食べていた 		
	果物の機能を代替する食品について			<ul style="list-style-type: none"> 野菜のほうが圧倒的に安いので、栄養を取るのであれば野菜を取るようになっている 野菜の方が同じ量で多くのバリエーションが作れる ジュース等で栄養がとれるとは思っていない 	<ul style="list-style-type: none"> 栄養の摂取はサプリメントで補っている 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜ジュースは野菜・果物の代替として飲む事がある
もっと果物を食べてもらうには	<ul style="list-style-type: none"> 果物が送られてくれば食べる 大学の学食の定食に今と値段が変わらずフルーツがついていたら食べる 一時期実施された学食の食育メニューには果物がついており、その際は多くの学生が注文していた 駅等に果物の摂取を促すような旗を設置すると意識するのではないか 	<ul style="list-style-type: none"> 大学生は食べたいときに食べたいものを食べるという人が多いため、メリットをいくら伝えてもあまり響かない 果物自体を食べたいと思えるようになることが重要 	<ul style="list-style-type: none"> カットフルーツが高いのは分かるがもっと安くなって、量も少なければ買う 人からもらう機会がふえれば、いただいた気持ちから義務感で食べる 果物を食べる人が近くにいれば食べるかもしれない 果物に関する情報があまり入ってこない 食べ比べのイベントがあると楽しそう 健康診断の前で果物に関する栄養の情報を伝える 登り旗等で果物の摂取を促してもよいのではないか 	<ul style="list-style-type: none"> 週に1回程度旬の果物を送ってくれるサービスがあれば使うかもしれない 農家の作っているストーリー込みで買う気持ちになる オフィスに果物を届けてくれるサービスがあるとよい 	<ul style="list-style-type: none"> 人からもらう機会が増えれば、お礼を言わないといけないので食べるのではないかな 朝から定食で食べられるとよい 「サキベジ」のように飲食店でキャンペーンをすると良いのではないかな 作り手の思いが伝われば食べたい 	