

## 食ベログ、「ビジネスパーソンのランチ事情」調査結果を発表！

ビジネスパーソンの約3割が「**外食ランチ派**」、女性の約4割は「**お弁当派**」  
外食ランチ予算は「**700～1,000円**」が半数超、女性の約3割「**1,000円以上**」  
～男性の外食ランチは「**1人で早く安く**」

女性は「**回数を抑えて、1回にお金と時間をかけて楽しむ**」傾向に～

株式会社カカクコムが運営するランキングとクチコミのグルメサイト「食ベログ (<http://tabelog.com/>)」は、ビジネスパーソンの外食ランチ事情について、アンケート調査を実施しました。外食ランチの頻度や予算、人気ジャンルなどについて、約1万人の有職者（会社員・公務員・経営者・自営業など）から寄せられた回答結果を、一部抜粋してご紹介します。

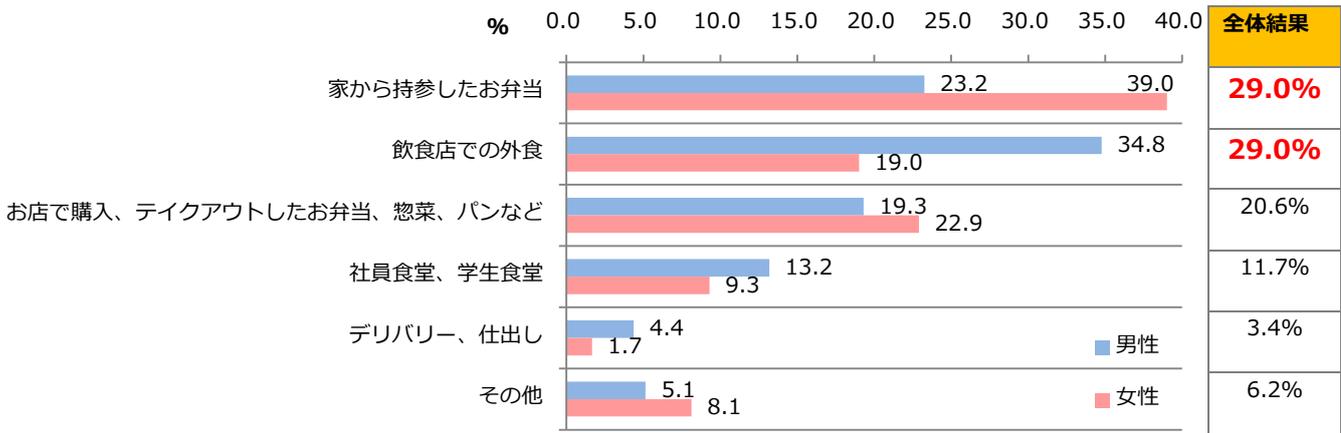
### 【調査トピックス】

- **ビジネスパーソンの約3割が外食ランチ派。男性のほうが女性より外食比率は高め**
- **外食ランチの頻度は、「週1回」32.8%。男性は週2回以上が半数超で、女性より頻度高め**
- **外食ランチ予算は「700～1,000円」が半数以上。女性の約3割が「1,000円以上」で、予算は男性よりも多い。食ベログ利用頻度が高いほど、予算も増える傾向に**
- **外食ランチの予算増減：1年前から「変わらない」が半数以上、「増えた」が3割。女性の35.7%が「増えた」と回答**
- **45.5%が「一人ランチ」派！男性では半数以上に。女性は誰かと一緒に外食する割合が約6割**
- **外食ランチにかかる時間は、「30分以内」が34.8%で最多。男性では43.6%に。女性は「45分以内」「1時間以内」合わせて約6割と、男性よりも時間をかける傾向**
- **外食ランチで最もよく行くジャンル：男性は「ラーメン」(19.8%)、女性は「イタリアン」(20.1%)がトップ。男性は手軽に食べられるもの、女性はイタリアンやカフェなどが人気**

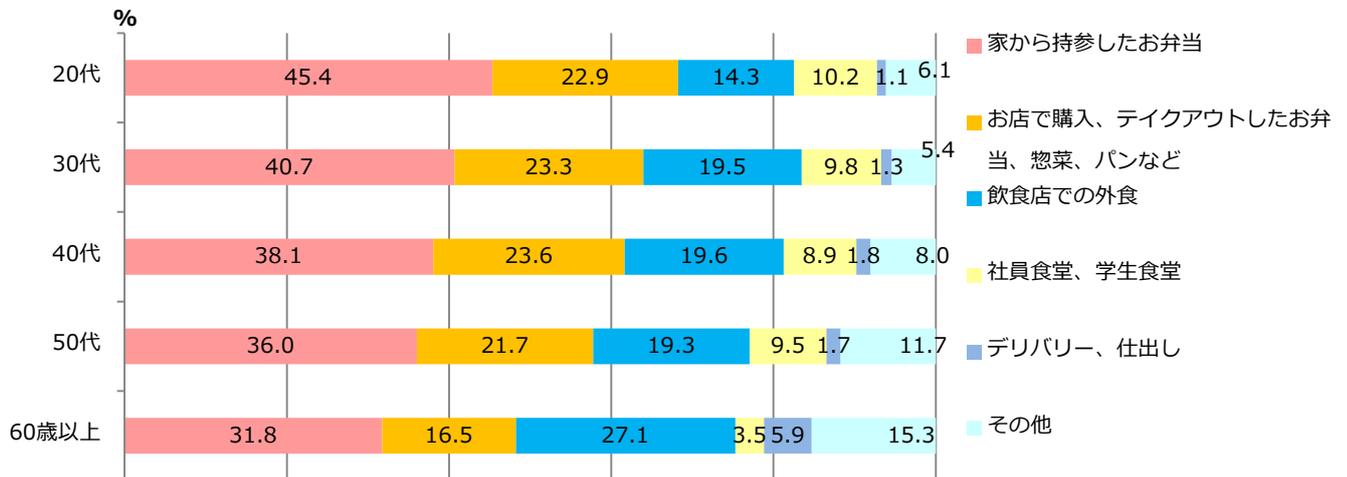
### 1. 仕事の日ランチについて：「外食」が3割。男性35%、女性19%と、男性の外食比率が高めの結果に。女性の4割はお弁当派！

仕事の日ランチをどうとっているかについて、1週間の中で最も頻度が高い項目を聞いたところ、回答者全体では、外食とお弁当の割合が各29%で同率に。男女別で見ると、外食する男性は35%、女性は19%と、男性の外食比率のほうが高い結果となりました。女性は4割がお弁当派で、特に若年層ほどお弁当比率が高いことがわかります。

【図 1. 仕事の日ランチのとり方】



【図 2. 女性・年代別 仕事の日ランチのとり方】



2. 外食ランチの頻度：週 1 回 (32.5%) がトップ。女性では 37.6% にのぼる。

男性の半数超は週 2 回以上。

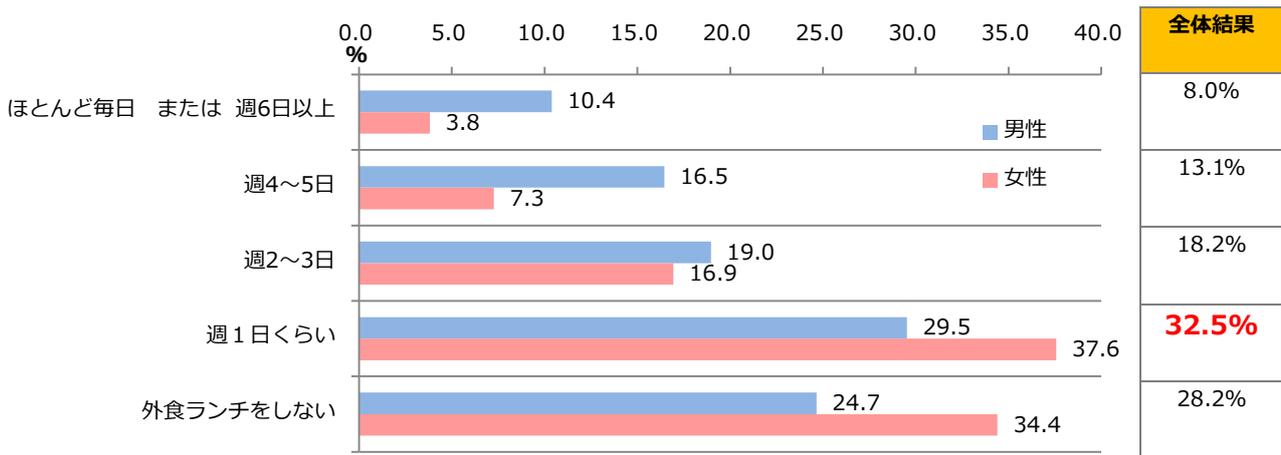
外食ランチの平均回数/週は、全体で 1.8 回、男性は 2.1 回、女性は 1.4 回と、男性のほうが女性より外食ランチの頻度は高い結果となりました。

【図 3. 外食ランチの平均回数/週】

全体	男性	女性
1.8 回	2.1 回	1.4 回

頻度の分布 (図 4) を見ると、「週 1 日」(32.5%) が最多。外食ランチを全くしない人も 3 割近くにのぼっています。男性は「週 4~5 日」「ほとんど毎日」合わせて 3 割近くおり、ほぼ毎日が外食ランチという人も多め。女性は「週 1 日」が 37.6% となり、男性よりも外食ランチの回数を抑えていることが伺えます。

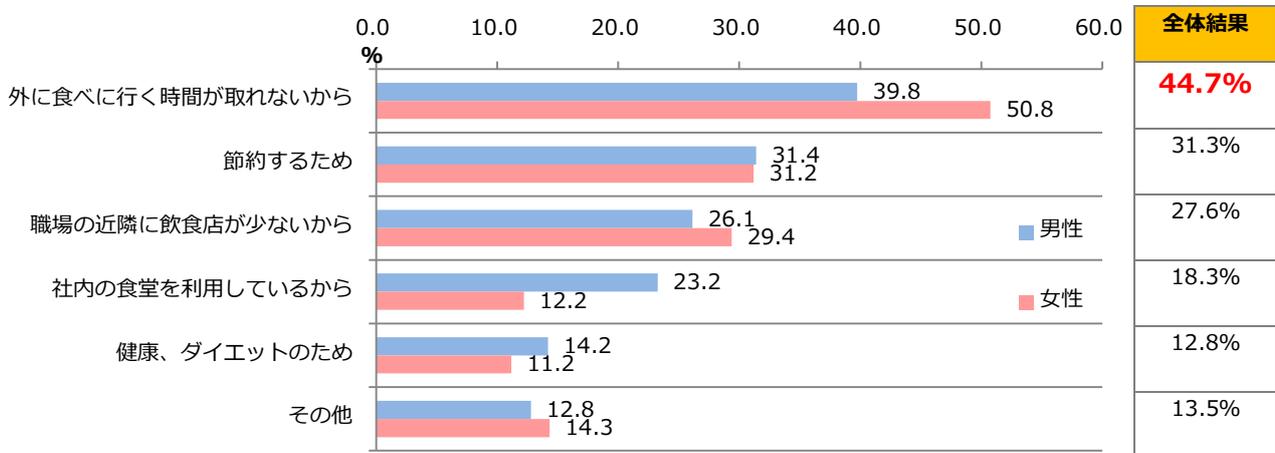
【図 4. 外食ランチの頻度】



3. 外食ランチに行かない理由：「外に食べに行く時間が取れない」(44.7%) がダントツ。次いで「節約」(31.3%)、「近隣に飲食店が少ない」(27.6%)

図 4 で、「外食ランチをしない」と答えた人(回答者のうち 28.2%)に、外食ランチに行かない理由を聞いたところ、トップは「外に食べに行く時間が取れない」(44.7%)で、「節約」を大きく上回る結果に。特に女性では「外に食べに行く時間が取れない」人が 50%以上にのびました。節約よりも、時間がなく外に食べに行けないという人が多く、ビジネスパーソンの多忙さが伺える結果に。

【図 5. 外食ランチに行かない理由】

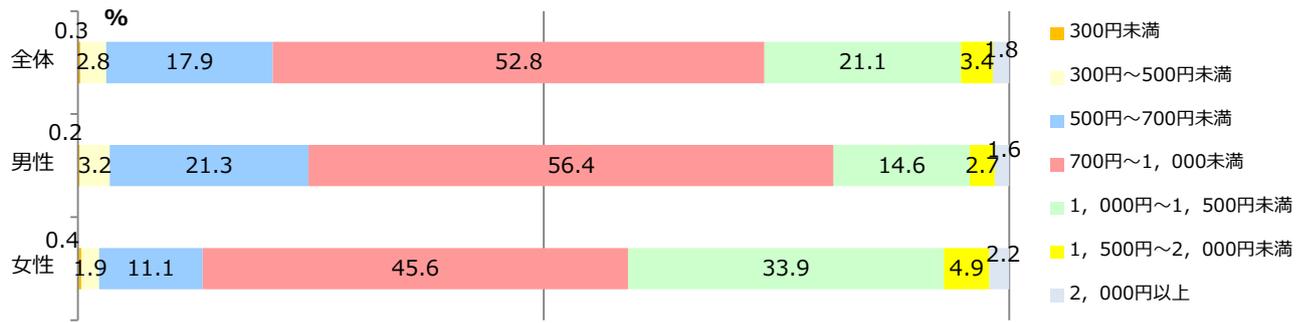


4. 外食ランチ予算：「700~1,000 円」が半数以上。女性の約 3 割が「1,000 円以上」で、予算は男性よりも多い結果に

全体のボリュームゾーンは「700~1,000 円」で 52.8%を占めています。男女別で見ると、女性のほうが予算多めで、男性は 1,000 円以内に抑える傾向に。特に 1,000 円以上の割合は女性 41.0%、男性 18.6%という結果になり、女性は頻度を抑えて 1 回のランチにお金をかける傾向にあるようです。

また、食べログの利用頻度別に見てみたところ、「ほとんど毎日」「週に 2~3 回程度」と食べログの利用頻度が高い層ほど、1,000 円以上の割合が多い結果に。グルメに関心があり積極的に情報収集する人はランチの予算も多めなのかもしれません。

【図 6. 外食ランチの予算】



【図 7. 食ベログ利用頻度別 外食ランチの予算】

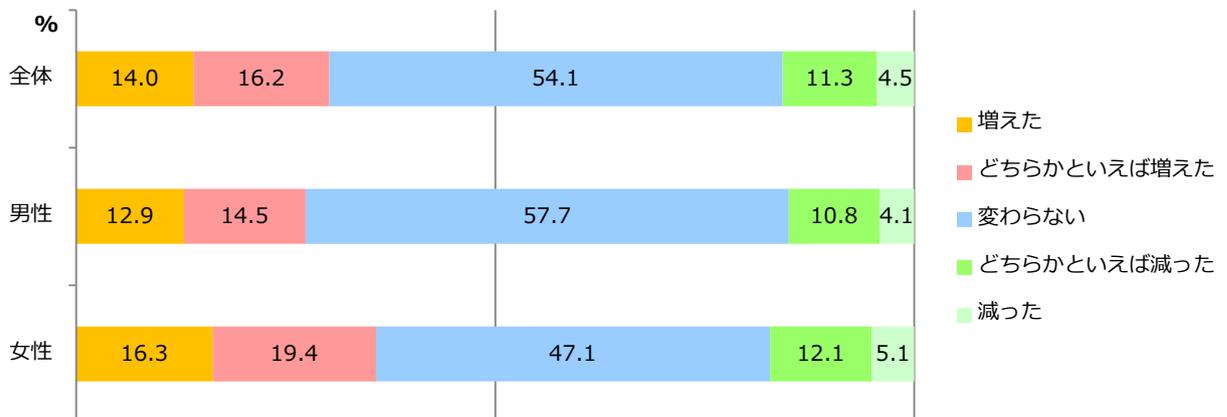


5. 外食ランチの予算増減：1年前から「変わらない」が半数以上。女性の35.7%が「増えた」と回答

1年前に比べて外食ランチ予算が変化したかについて聞いたところ、「変わらない」が半数以上、また「増えた」「どちらかといえば増えた」が合わせて3割となりました。ここ数年の景況感の改善が、ランチ予算にまで影響を及ぼしているとも考えられます。

男女別で見ると、男性は半数以上が変化なしという結果。女性は「増えた」「どちらかといえば増えた」の合計が35.7%となり、外食ランチの予算は男性よりも増加傾向にあるようです。

【図 8. 外食ランチの予算 この1年での増減】

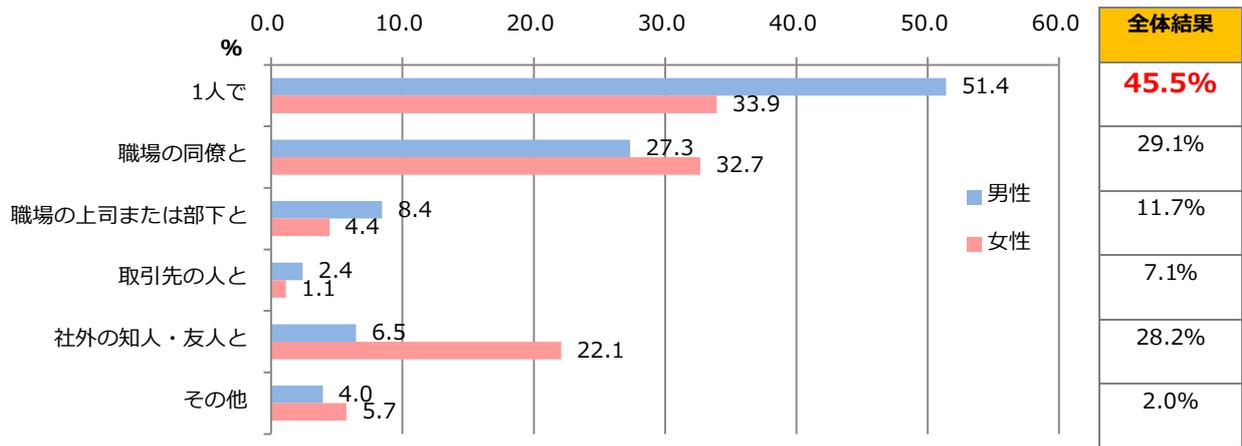


6. 外食ランチは誰と行く？：45.5%が「一人ランチ」派！男性では半数以上に。

女性は同僚・友人などと一緒にいく割合が約6割にのぼる

外食ランチに行くのは「1人」が圧倒的に多く45.5%、次いで「職場の同僚」が29.1%。男性は「1人」が半数を超え、ひとりランチをする人が多いようです。女性は、男性に比べて「1人」の割合が少なく、職場の同僚・社外の知人友人など、誰かと一緒に食べる人が約6割という結果になりました。

【図 9. 外食ランチには誰と行くことが多いか】



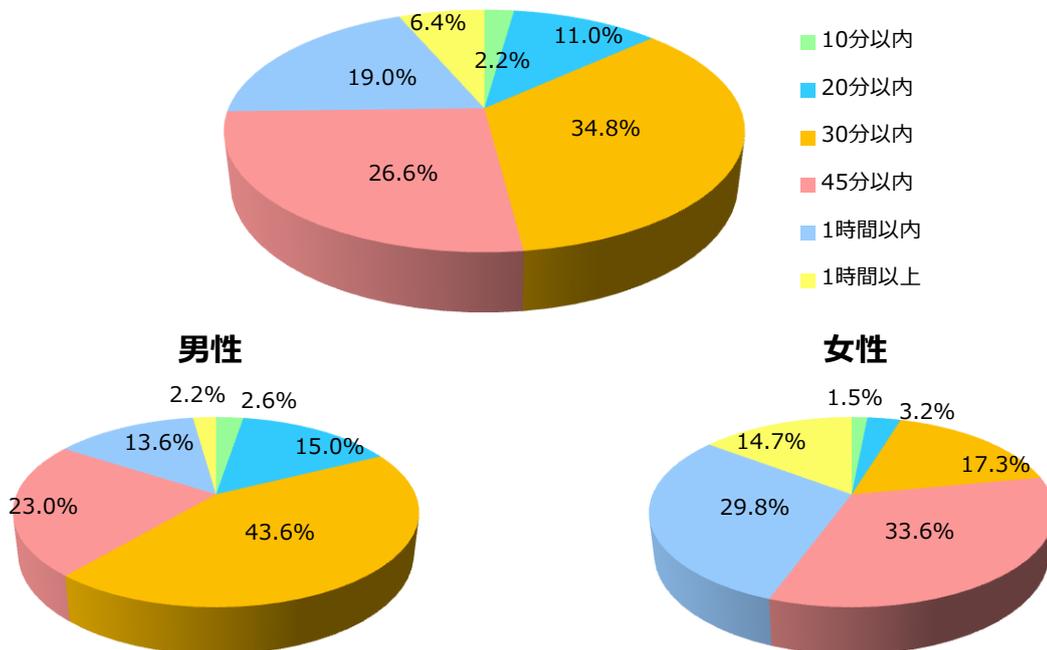
7. 外食ランチにかかる時間：「30分以内」が34.8%で最多。男性では43.6%に。

女性は「45分以内」「1時間以内」合わせて6割と、男性よりも時間をかける傾向

外食ランチ時のお店滞在時間を聞いたところ、「30分以内」が最多、次いで「45分以内」という結果に。移動時間などを含めて1時間以内でおさまるようにしている様子がみとれます。また、「1時間以内」と、比較的余裕のある人も2割程度。

男女の違いは顕著で、男性は「30分以内」が43.6%、女性は17.3%。女性は「45分以内」「1時間以内」を合わせて6割程度となり、男性より余裕をもってランチを楽しむ傾向にあるようです。

【図 10. 外食ランチのお店滞在時間】



## 8. 外食ランチで最もよく行くジャンル：男性は「ラーメン」(19.8%)、女性は「イタリアン」(20.1%) がトップで、男女の好みははっきり分かれる結果に

外食ランチで、食べる頻度が最も高いジャンルを聞いたところ、「和食」(17.0%) がトップに。次いでラーメン、定食、中華、そば・うどんといった手軽に食べられるものが並んでいます。

こちらの設問においても男女の違いが顕著で、男性は「ラーメン」(19.8%) がトップ、これに「和食」「定食」が続いています。女性は「イタリアン」(20.1%) がトップ、2位が「和食」、そして「カフェ・喫茶店」が3位に。ランチにかかる時間や予算などを反映してか、男性は手軽で安価なものを、女性は比較的時間のかかるイタリアンなどを選ぶ傾向にあることがわかりました。

【図 11. 外食ランチで最もよく行くジャンル TOP10】

全体			男性			女性		
1	和食	17.0%	1	ラーメン	19.8%	1	イタリアン	20.1%
2	ラーメン	14.8%	2	和食	17.4%	2	和食	16.3%
3	定食	13.4%	3	定食	16.4%	3	カフェ・喫茶店	10.2%
4	イタリアン	9.4%	4	そば・うどん	11.3%	4	洋食	9.8%
4	そば・うどん	9.4%	5	中華料理	9.0%	5	定食	7.6%
6	洋食	7.5%	6	洋食	6.4%	6	そば・うどん	5.7%
6	中華料理	7.5%	7	ファストフードチェーン	4.2%	7	ラーメン	4.7%
8	カフェ・喫茶店	4.7%	8	イタリアン	4.0%	7	中華料理	4.7%
9	ファストフードチェーン	3.5%	9	ファミリーレストラン	2.2%	9	ファミリーレストラン	4.1%
10	ファミリーレストラン	2.8%	10	カフェ・喫茶店	2.0%	10	アジア・エスニック料理	2.8%

### 【調査結果まとめ】

今回は、食べログを使っているビジネスパーソンの方々が普段どのようにランチをとっているのかを調査し、外食ランチについてフォーカスして結果をまとめました。

仕事の日のランチスタイルを聞いたところ、1週間の中で外食ランチが多い人は約3割という結果に。特に男性の外食派は35%にのぼりました。女性は約4割がお弁当派で、男性よりも外食比率が低めの結果に。外食ランチの平均回数を見ても、男性のほうが女性より多い結果となりました。なお、「外食ランチをしない」と答えた人も約3割にのぼりましたが、その理由は「外に食べに行く時間がとれない」(約45%)が「節約のため」を上回ってトップとなり、ビジネスパーソンの方々の多忙さが伺える結果も出ています。

外食ランチの予算は女性のほうが多め。また、お店の滞在時間は女性のほうが長く、「誰かと一緒に行くことが多い」人が女性では6割にのぼる結果に。

男性の外食ランチは日常的であるため、「安く早く済ませる」傾向があり、女性は頻度を抑える代わりに男性よりも「お金と時間をかけて、誰かと一緒に楽しむ」傾向が強いことがうかがえます。

こういった意識を表してか、ランチの人気ジャンルも男性は「ラーメン」など手軽に食べられるもの、女性は「イタリアン」「カフェ」といった、比較的時間をかけられるジャンルに人気が集まる結果となりました。

**【調査概要】**

調査対象者：食べログ会員

調査方法：Web アンケート調査

調査期間：2015年5月28日（木）～6月1日（月）

回答者人数：12,044人（うち、会社員・公務員・経営者・役員・自営業など有職者が9,986人）

男女比率：男性 58.4% 女性 41.6%

調査実施機関：株式会社カカクコム

※四捨五入による端数処理のため、合計が100%にならないことがあります。

**【食べログ（<http://tabelog.com/>）概要】**

「信頼のできるレストラン選び」をコンセプトに2005年3月開設。ユーザーから寄せられたクチコミと点数評価から、独自に設けたロジックでレストランランキングを算出し、提供しています。

- ・点数について：<http://tabelog.com/help/score/>
- ・口コミ・ランキングに対する取り組み：<http://tabelog.com/help/policy/>

掲載レストラン数は約80万件、クチコミ投稿数は約645万件（2015年5月現在）。

月間利用者数は6,859万人、月間総PVは16億8,493万PV（2015年3月実績）。

**【株式会社カカクコム 会社概要】**

所在地：東京都渋谷区恵比寿南3丁目5番地7 デジタルゲートビル

代表取締役：田中 実

事業内容：サイトの企画運営

当社運営サイト：<http://corporate.kakaku.com/company/service>

**データの引用・転載時のクレジット表記について**

本調査結果の引用・転載の際は、必ずクレジットを明記くださいますようお願い申し上げます。

クレジット表示例

- ・「食べログ」調べ
- ・ランキングとクチコミのグルメサイト「食べログ」が実施した調査によると…