

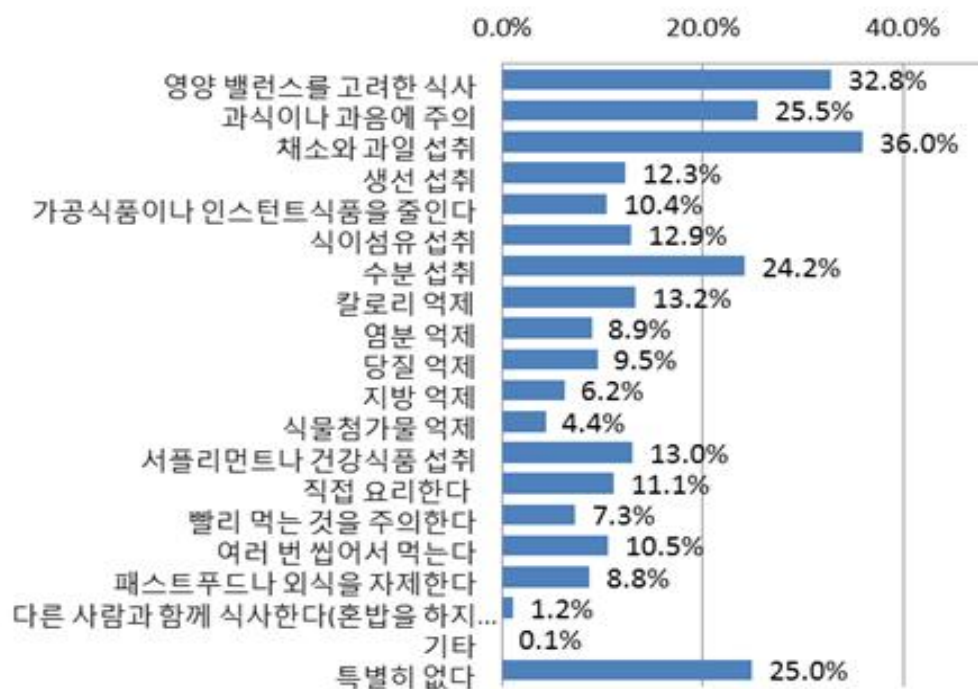
일본의 20~30대 1인 가구의 식사패턴은?

2017.11.24.

오사카지사

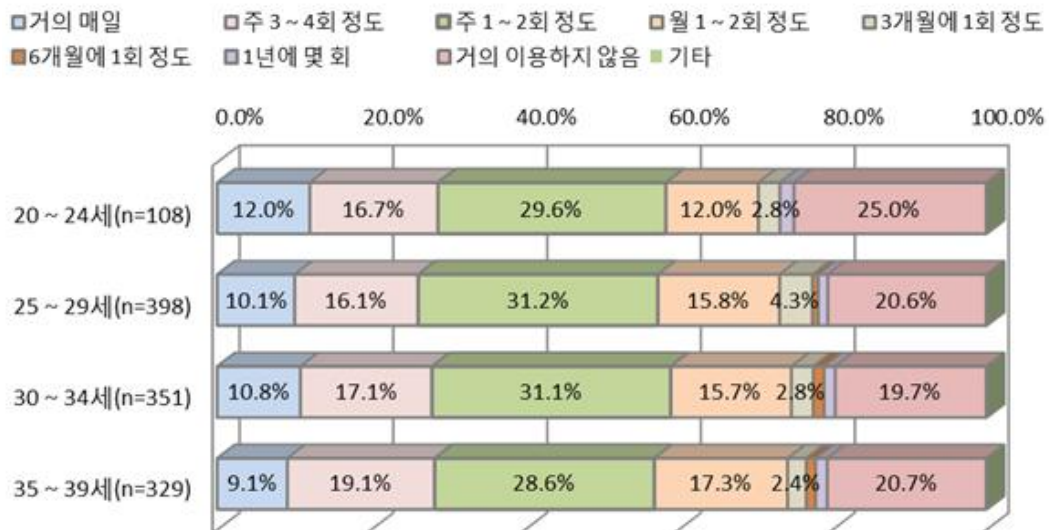
- 일본의 현재 20~30대(1978~1997년생)는 일본 내에서도 자동차에 대한 관심과 술의 소비는 적은 반면, 인스타그램, 페이스북 등 SNS에 자신이 먹거나 체험한 사진을 올리는 데에 필요한 소비를 아끼지 않는 경향을 보인다.
- 이러한 경향이 강한 일본의 20~30대를 대상으로 일본 전문조사기관 야노경제연구소는 식생활과 구매행동 등을 조사하여 결과를 아래와 같이 발표하였다.
- 평소 식생활에서 신경 쓰고 있는 부분에 대해, '채소와 과일을 섭취' 한다는 응답이 36%, '영양 밸런스를 고려한 식사'를 한다는 응답이 32.8%로 상위를 차지했다.

<평소 식생활에서 신경 쓰고 있는 부분>



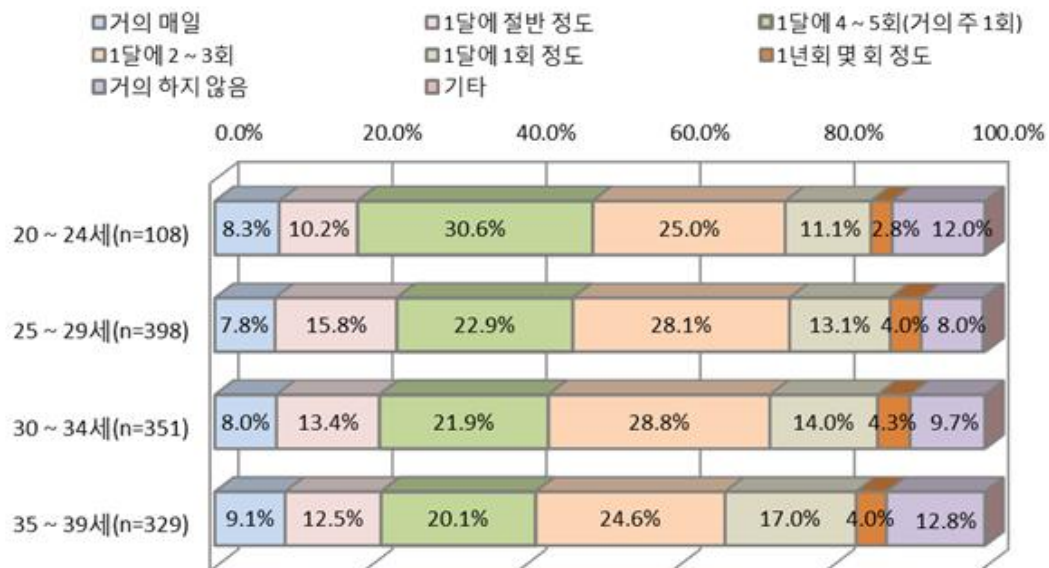
- 일본 내에서 인터넷판매사이트가 새로운 소매채널로 주목받고 있는데, 식품 이외의 인터넷구매율은 64.1%인데 반해, 식품의 인터넷구매율은 29.3%로 절반 이하다. 인터넷으로 식품을 구매하지 않는 이유로 안전 면에서 불안, 실물을 확인할 수 없다, 상미기한(유효기간)이 신경 쓴다 등의 의견이 많았다.
- 일본의 가정간편식은 1인분 요리의 수고를 덜고, 반찬 수의 추가 개념으로 수요가 증가하고 있다. 설문대상자 중 주 1회 이상 간편식을 이용하고 있는 비율은 남성 60.7%, 여성 55.4%로 남성의 이용률이 높다. 또한, 연령별로는 20~24세가 58.3%, 25~29세가 57.3%, 30~34세가 59%, 35~39세가 56.8%로 모든 연령대에서 약 60%가 주 1회 이상 간편식을 이용하는 것을 알 수 있다.

<연령별 가정간편식 이용 빈도>



- 월간 외식 이용 빈도 질문에 월 4~5회 이상 외식을 이용하고 있는 남성은 51%, 여성은 39.1%다. 연령이 낮을수록 외식을 이용하는 빈도가 높은 것을 알 수 있다.

<연령별 월간 외식 이용 빈도>



자료 및 이미지 출처 : 야노경제연구소 「20~30대 1인 가구 식사행동」

□ 시사점

- 일본의 20~30대 1인 가구의 식사패턴에 대한 조사결과에 따르면 채소·야채 섭취, 영양 밸런스, 칼로리, 염분, 당질 등 건강을 신경쓰고 있는 것을 알 수 있으며, 반대로 시간이 없거나 번거로움 등을 이유로 높은 가정간편식 이용률과 외식 빈도를 알 수 있다.
- 일본의 20~30대층의 소비동향과 건강의식 등 소비패턴의 면밀한 모니터링을 통해 시장 맞춤형 제품을 개발해 나간다면 한국 가정 간편식의 일본시장 정착 및 소비확산이 더욱 빨라질 것으로 보여 진다.