

**【ANA クラウンプラザホテル ビジネスパーソン調査】 宿泊を伴う出張・食事編**

**出張先の朝食はゆったり健康・パワー志向**

**自宅では“15分の壁”で時短朝食型**

- 出張での楽しみ、2人に1人が「食」
- 出張時の朝食に15分以上かけるビジネスパーソンは男女ともに倍増
- 出張先の朝は「サラダ」「肉・魚」「フレッシュジュース」が急増

ANA クラウンプラザホテル(運営: IHG・ANA・ホテルズグループジャパン 東京都港区 CEO: クラレンス・タン)は、年に1回以上宿泊を伴う出張をすることがある20代~40代のビジネスパーソン男女1,000名を対象に、平日と休日、宿泊を伴う出張などでの朝食の時間や内容、そして、出張時の楽しみなどについてインターネット調査を実施しました。

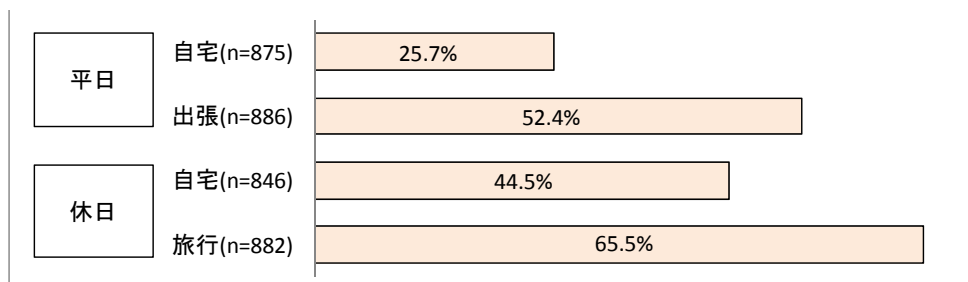
**■出張での楽しみ、2人に1人が「食」**

出張の楽しみといえば「食」。今回の調査で「出張での楽しみ」を尋ねたところ、食関連の回答が47.6%、「出張を楽しむために工夫していること」でも食関連が33.6%を占めるなど、出張先での食への関心の高さがうかがえます。また、出張先では「その土地のもの」などご当地メニューへの興味が高いことも調査結果に表れています。このように、ビジネスパーソンの出張にとって食は重要な要素であると言えます。

**■出張先の朝食はゆったり健康・パワー志向 – 朝食に“15分の壁”？**

慌ただし朝の時間帯でも出張先では食への関心が高く、朝食時間も自宅より出張先のほうが長くなる傾向が見られました。平日、休日を問わず自宅では「15分未満」という回答がそれぞれ74.3%、55.6%と、時短朝食型が多数を占めた一方、出張先では逆に「15分以上」が52.4%と増え、ゆったり朝食型が増加します。(表①) 自宅と自宅外には、いわば“15分の壁”が存在するようです。

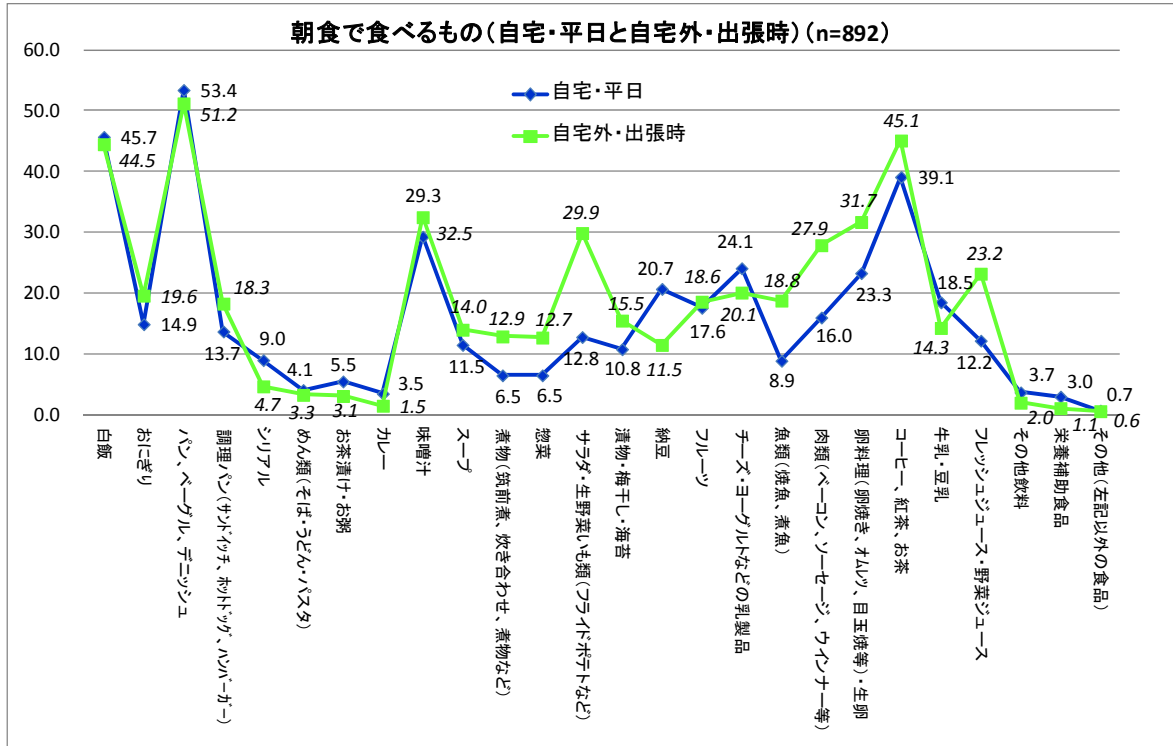
表① 自宅を離れると、15分以上のゆったり朝食型が増加



## ■出張先の朝食はゆったり健康・パワー志向 —「ゆったり朝食型」が急増

この“15分の壁”は、朝食の内容にも影響を与えています。自宅でも自宅外でも朝食の品数は平均4品。しかし、その内訳を見ると、自宅に比べて自宅外で大きく増加するのが、サラダ・生野菜・いも類、肉類、フレッシュジュース・野菜ジュース、魚類、卵料理、煮物、惣菜、コーヒー・紅茶・お茶です。ホテルの朝食ブッフェのようにメニューが多彩で、時間的にも余裕があるときには、時間に余裕があるときには、このような品目に手が伸びやすいことがわかります。普段は手早く済ませる朝食も、自宅外の非日常空間では、しっかり行動するためのエネルギー源として意識して食べているようです。

表②



こうしたメニューの多くは健康やパワーの源。出張のように仕事モード全開の朝は自然と食べたくなるようです。しかし、自宅ではあまり摂取されていません。

## ■時短朝食に肥満・糖尿病のリスクも。野菜・果物を摂る工夫が必要

自宅での朝食時間15分未満の時短朝食型が多いことについて、栄養学の専門家である大妻女子大学名誉教授の池上 幸江氏は次のように問題点を指摘します。

「なるべく15分以上かけて食べましょう。早過ぎると、ブドウ糖を処理(代謝)する機能が間に合わず、血糖値が上がって糖尿病になりやすく、処理しきれないブドウ糖が脂肪に変わり肥満になる可能性も高まります。また、朝は栄養素の消化・吸収に最も適しています。さらに栄養素の処理(代謝)にはビタミンやたんぱく質(消化酵素)が必要ですから、野菜・果物やたんぱく質もお忘れなく」と朝の栄養摂取の大切さを強調します。出張先でサラダ、肉・魚、フレッシュジュースなどの人気が高く、ゆったり朝食型が多いのは、栄養学的にも理にかなった行動といえます。

池上氏は、「朝は炭水化物、野菜・果物、たんぱく質の3要素をバランスよく。朝忙しくても野菜代わりのサプリメントや市販の野菜ジュースでは食物繊維や、一部のミネラル、ビタミンが不足します。前日の夕飯の残りや浅漬けなどで野菜・果物を摂る工夫を。野菜スープもお勧め」とアドバイスします。

今回の調査では、朝食に独自のこだわりがあるとの回答が全体の7割以上を占めました。特に目立ったのが、食材を独自に組み合わせたり、美容・健康アイテムを加えたりする朝食アレンジ派の存在です。「ブルーベリージャム、きな粉、牛乳をヨーグルトに混ぜる」「スープやみそ汁にはしょうがを入れて冷えを予防」「納豆とアボガドを混ぜたも

のを白飯にのせる」「特製フルーツジュース」など（いずれも自由回答）、朝の限られた時間で効率よく健康・パワーメニューになるように工夫していることがわかります。この調査は、ANAクラウンプラザホテルにおいて、客室の環境やサービス内容等に一般の消費者の動向をタイムリーに反映するために実施しました。今後も消費者の日常生活における悩みやニーズについて研究し、ホテルでのサービスの改善や開発に努めます。

以上

**【添付資料】 ANA クラウンプラザホテル 宿泊を伴う出張に関する調査結果レポート」**

**【調査概要】** 調査実施主体： IHG・ANA・ホテルズグループジャパン

調査手法： インターネット調査(クロス・マーケティングのモニター使用)

調査実施日： 2011年12月17日(土)～12月19日(月)

調査対象者： 年代・性別：20代～40代の男女有職者 1,000名(全国)

条件：1年に1回以上宿泊を伴う出張をしたことがある



**【池上幸江 プロフィール】**

大妻女子大学名誉教授、一般社団法人日本食物繊維学会顧問、独立行政法人国立健康・栄養研究所名誉所員。長年にわたり、食品機能性成分の生理作用と環境汚染物質の代謝、食物繊維の生理作用について研究。現在は、大麦食品推進協議会会長として、大麦の普及を通じ、国民の健康増進に力を注ぐ。また、5ADAY協会の顧問にも就任予定。

**ANA クラウンプラザホテルについて**

ANA クラウンプラザホテルは、IHG・ANA・ホテルズグループジャパンが運営する、ANA ホテルとクラウンプラザの共同ブランドホテルとして、現在、日本全国13都市(千歳、新潟、富山、金沢、成田、名古屋、大阪、神戸、広島、宇部、福岡、長崎、那覇)で、合計4,000室以上を展開し、今後もさらに日本各地にネットワークが広がる予定です。2011年12月1日にANAクラウンプラザホテル宇部、そして2012年1月23日にANAクラウンプラザホテル長崎グラバーヒルが誕生しました。

ANA クラウンプラザホテルでは、日本でのブランド構築にあたり2,000名の消費者調査を実施するなど、消費者ニーズをタイムリーに把握し、サービスに反映させることを心がけている、お客様を大切にするホテルブランドです。また今後は、ウェディングや宴会等を含むイベント全般を強化し、MICE (Meeting, Incentive, Conference, and Event)市場等の新たな市場ニーズに対してより充実したサービスを提供してまいります。

クラウンプラザ ホテルズ & リゾーツは、世界有数のホテルグループであるインターコンチネンタル ホテルズグループが運営する高級ホテルブランドの1つです。会議と宿泊を合わせた、ビジネスとレジャー両方の利用目的に適したハイレベルの快適さや施設、サービスを兼ね備えています。ニューヨーク、ミラノ、ロンドンをはじめ現在、世界約50カ国以上で401ホテルが運営され、さらに108ホテルが開業準備中の、特にアジアで急速に成長しているホテルブランドです。URL: [www.anacrownplaza.com](http://www.anacrownplaza.com)

**本件に関するお問い合わせ先:**

IHG・ANA・ホテルズグループジャパン

広報 潮

Tel: 03 3505 3177 Fax: 03 3505 2359

Takako.ushio@ihganahotels.com