

2019年11月5日

こどもの9割は野菜嫌い。食べさせることをあきらめた経験のある親は96%にも！

## 西友初のこどもの野菜嫌い克服プロジェクト

# 『KIDS LOVE VEGETABLES』開始！

100人超の幼稚園児が本気でジャッジ！80%以上が「おいしい」と認定した野菜料理が判明  
判定の様子は動画で公開、加えて野菜レシピは西友全店舗や特設サイトでも公開、一部店舗では実食も可能

合同会社西友（本社：東京都北区、社長兼最高経営責任者：リオネル・デスクリー、以下「西友」）は、2019年11月5日（火）より、野菜がニガテなこどもでもおいしく食べられる野菜料理は何かを検証したドキュメンタリー動画『80%のこどもが認めた野菜料理 西友 KIDS LOVE VEGETABLES』を公開します。

日本人の野菜摂取量が年々減少する中（農林水産省調べ）、西友の自主調査でも、こどもの9割が野菜嫌い、こどもに野菜を食べさせることをあきらめてしまう親が96%もいることが分かりました。そこで西友は野菜嫌いのお子さまを持つ現代の忙しい親御さんを支援するため、『KIDS LOVE VEGETABLES』プロジェクトを始動。独自に開発した野菜料理を実際に100人超の幼稚園児たちに試食してもらい、80%以上の支持を受ける野菜料理はどれかを検証しました。その結果、5品の野菜料理が80%以上のこどもに「おいしい」と認定されました。

今回、開発された野菜料理は、西友全店舗でレシピカードとして配布するほか、一部店舗では試食コーナーを設置し、またウェブの特設ページでもレシピ動画を公開致します。西友は、『KIDS LOVE VEGETABLES』プロジェクトを通じ、今後も全国の忙しい親御さんとそのお子さまを支援してまいります。

■動画URL：『80%のこどもが認めた野菜料理 西友 KIDS LOVE VEGETABLES』 <https://youtu.be/KeYV8ZbXQsw>

■特設サイトURL：『KIDS LOVE VEGETABLES』 <https://www.seiyu.co.jp/campaign/klv/>



# 『KIDS LOVE VEGETABLES』プロジェクト動画概要

■ タイトル: 『80%のこどもが認めた野菜料理 西友 KIDS LOVE VEGETABLES』

■ 公開日: 2019年11月5日(火)

■ URL : <https://youtu.be/KeYV8ZbXQsw>

■ ストーリーボード



## <イントロダクション>

日本の食卓では、野菜なニガテなこどもたちがママの作った手料理で野菜だけを残してしまう光景が日々繰り返されています。「味付けを濃くしたり、隠すとか」あの手この手でこどもたちに野菜を食べてもらおうとするママ。そんな努力もむなしく、思わず口から吐き出してしまうこどもたちの姿に「ママ一生懸命作ったのに〜。」という嘆きの声が聞こえてきます。



## <開発シーン>

そんな日本の親の困りごとを解決するために、西友は『KIDS LOVE VEGETABLES』プロジェクトを始動。こどもたちが必ず食べたいくなる野菜料理を生み出すべく、料理家の協力の下でレシピ開発を始めます。その目標は「80%のこどもが認めた野菜料理」、100人を超えるこどもたちが、開発した野菜料理を実際に食べて、その場でおいしかったかまずかったかを投票する一発勝負に挑みました。



## <実食・投票シーン>

テーマ野菜はにんじんとブロッコリー、約3ヶ月の期間をかけて開発した6品からなる渾身の野菜料理。当日は幼稚園に集ったこどもたちがワンスプーンの野菜料理を食べ、そのスプーンを投票券としてジャッジします。初めて食べる料理に顔をしかめる子、匂いを嗅いで確かめる子、思わず泣き出してしまふ子、こどもたちの素直な反応を開発チームはハラハラ・ドキドキしながら見守ります。80%以上で認定という高いハードルの中、こどもたちが下した審査の結果は！？

# プロジェクト『KIDS LOVE VEGETABLES』に込めた想い

野菜がニガテな子どもたちに、「おいしい！」と心から思ってもらうにはどうするか、西友は考えました。

西友が『KIDS LOVE VEGETABLES』のプロジェクトに取り組むきっかけとなったのは、日本の子どもたちの野菜不足が深刻な中、子どもは野菜にニガテ意識を持ち、親御さんが悩まれていることが明らかになったためでした（P4参照）。

子どもたちにはできればイヤイヤではなく「おいしい！」と心から思ってもらって食べて欲しい。そんな願いを込めて、西友は野菜をおいしく食べてもらうための克服レシピを料理家の方と開発するプロジェクト『KIDS LOVE VEGETABLES』を発足させました。

## <西友野菜料理 子どもの検証結果>

### にんじんと胡麻の炊き込みご飯



子ども支持率

約**97%**

おいしい：109  
ニガテ：3  
合計112

すりおろしのにんじんとすり胡麻、鰹節、調味料と一緒に炊き込む香り豊かなご飯です。すりおろしたにんじんは火を通すことで甘さが増し、子どもが食べやすい炊き込みご飯にすることでニガテも克服。冷めてもおいしいのでおにぎりにもお弁当に入れても。

<https://youtu.be/LCG9GbhczBf>

### にんじんの春巻き



子ども支持率

約**90%**

おいしい：102  
ニガテ：11  
合計113

にんじんの千切りを生のまま甜麺醬に絡め、春巻の皮に包んで揚げる簡単春巻き。スライスしたにんじんは火の通りも早いのであらかじめ炒めたりせず春巻きの具材にできるのでおすすめ。甘しょっぱい味付けとカリッとした食感で子どもに食べやすいです。

<https://youtu.be/2xH1pPZtjaI>

### にんじんとチーズのカリカリ焼き



子ども支持率

約**90%**

おいしい：101  
ニガテ：11  
合計112

千切りにしたにんじんとチーズを香ばしくカリッと焼き上げます。チーズを加えて焼くことでまろやかで食べやすくなります。おやつにもおかずにもお弁当にもおすすめです。

<https://youtu.be/Y2O2ffGlxRA>

### ブロッコリーのチーズカレー炒め



子ども支持率

約**88%**

おいしい：99  
ニガテ：13  
合計112

ゆでたブロッコリーは刻んだカレーとチーズで簡単味付け。ブロッコリーは子どもが大好きなカレーとチーズを合わせます。ゆで加減はお子さまのお好みに合わせて。

<https://youtu.be/hBQVfHUexqs>

### ブロッコリーボール



子ども支持率

約**87%**

おいしい：98  
ニガテ：15  
合計113

ゆでたブロッコリーは刻んでから肉だねに加えて甘しょっぱい肉団子にします。粗く刻んだブロッコリーは肉団子にすることで食べやすく仕上げます。たれも甘しょっぱい照り焼き風にしてパクッと一口サイズに作ります。

<https://youtu.be/RSBNo0Z1UCI>

### ブロッコリーポテサラ



子ども支持率

約**78%**

おいしい：87  
ニガテ：24  
合計111

ブロッコリーの色味が綺麗なシンプルなポテトサラダ。刻んだブロッコリーとじゃがいもを合わせることで食べにくさを感じる食感を克服。ハムとマヨネーズでコクのある味付けもお子さま向け！

<https://youtu.be/A9rZCDhXntI>

<西友野菜料理検証概要> ■参加者：幼稚園児113人 ■実施日：2019年9月23日（月） ■会場：東京都内の幼稚園

## ■料理家 黄川田としえさん 野菜料理開発エピソード

野菜を食べてもらうということなので、その野菜のおいしさを生かすようにしたいなと思いました。それを子どもがどの味付けが好きか、どういう形状や見た目なら食べてもらえるか、食感、食べやすさを念頭において開発しました。テーマ野菜ににんじんとブロッコリーを選んだのは、にんじんの味が、ブロッコリーはもさもさ感がニガテという話をよく耳にするため、一年を通じてスーパーなどで一般的に買いやすい食材のためです。

### <黄川田としえさん プロフィール>

料理家・フードスタイリスト。食育活動にも力を注ぎ、家族を対象としたワークショップ『tottorante』を主宰。著書に『毎日のごはん心地よい暮らし』（宝島社）など。



# 『KIDS LOVE VEGETABLES』プロジェクト 実施概要

□野菜を食べさせるのをあきらめてしまう親御さんに朗報！80%の子どもが認めた野菜料理のレシピカードを西友全店舗で無料配布。

野菜がニガテな子どもを持ち、時には食べさせることをあきらめてしまう親御さんたち。そのため、『KIDS LOVE VEGETABLES』プロジェクトでは、『KIDS LOVE VEGETABLES』動画内で開発した野菜料理を西友の全店舗でレシピカードとして配布、またウェブの特設ページでも公開致します。

## ①『KIDS LOVE VEGETABLES』 西友野菜料理カード配布

■対象店舗：西友全店舗



## ②『KIDS LOVE VEGETABLES』 西友野菜レシピ動画公開

■特設サイトURL：『KIDS LOVE VEGETABLES』 <https://www.seiyu.co.jp/campaign/klv/>

にんじん			ブロッコリー		
97% 子ども 支持率	90% 子ども 支持率	90% 子ども 支持率	88% 子ども 支持率	86% 子ども 支持率	78% 子ども 支持率
にんじんをたっぷり！ 和風仕上げた炊き込みご飯	細切(テンメンジャン)で味付した にんじんをカリッと春巻きに	にんじんとチーズを フライパンで焼いてカリカリ食感に！	ブロッコリーをカレーとチーズの 黄金コンビで味付け！	刻んだブロッコリーを たっぷり加えて肉団子に	ブロッコリーとhamだけの シンプルポテサラ
にんじんと胡麻の 炊き込みご飯	にんじんの春巻き	にんじんとチーズの カリカリ焼き	ブロッコリーの チーズカレー炒め	ブロッコリーボール	ブロッコリー ポテサラ
<a href="#">レシピを見る</a>	<a href="#">レシピを見る</a>	<a href="#">レシピを見る</a>	<a href="#">レシピを見る</a>	<a href="#">レシピを見る</a>	<a href="#">レシピを見る</a>

また、一部店舗では西友野菜料理の試食コーナーを設置。開発した野菜料理を実際にお召し上がりいただき、動画と同様に投票もしていただきます。

## ③『KIDS LOVE VEGETABLES』 西友野菜料理試食コーナー設置

■対象店舗：西友赤羽店、西友東大宮店、西友大森店

■実施日：11/5(火),6(水),7(木),8(金),9(土),10(日),14(木),15(金),16(土),17(日)  
21(木),22(金),23(土),24(日),28(木),29(金),30(土),12/1(日),7(土),8(日)

■実施時間：10:00～18:00

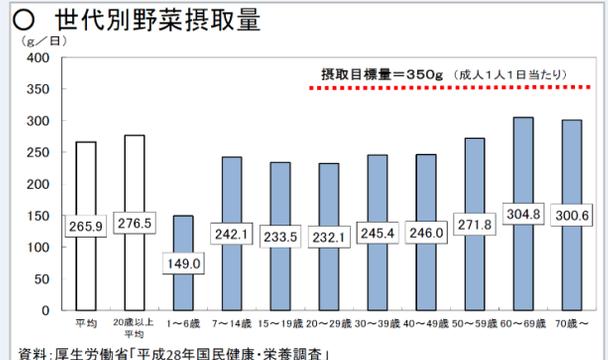
# 参考データ - 『KIDS LOVE VEGETABLES』プロジェクトと動画制作の背景 -

西友が『KIDS LOVE VEGETABLES』のプロジェクトに取り組むきっかけとなったのは、日本のこどもたちの野菜不足が深刻な中、こどもが野菜にニガテ意識を持ち親御さんが悩まれていることが明らかになったためでした。以下に国の統計と西友の自主調査結果を参考データとして添付します。

## □ 年々野菜が不足していく現代日本のこどもたち。

【統計データ】

農林水産省の統計によると日本人の野菜消費量は年々減少しています。こどもの1日当たりの野菜摂取量も1～6歳で149.0g、7～14歳で242.1gと、未成年のため成人の摂取目標量（350g）と単純には比較できませんが、少ないのは事実です。



## □ 3～10歳のこどもの88%が野菜が嫌い。

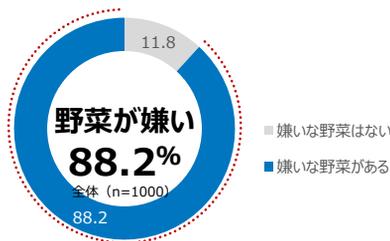
## □ 3～10歳のこどもの4人に3人が野菜を「残し」、2人に1人は「全く食べない」ことがある。

野菜が不足する日本のこどもたち。その理由はどこにあるのでしょうか。西友では、3～10歳のこどもを持つ全国の父母1,000人に、こどもの野菜の摂取状況や好き嫌い、嫌いな場合の対処法について調査を実施し、その実態を探りました。

その結果、こどもが嫌いな野菜を聞くと、「ない」と答えたのは全体の11.8%で、残りの88.2%はなんらかの嫌いな野菜がある、野菜嫌いであることが分かりました [図1]。

食事に出した野菜をこどもが残す頻度を聞くと、2割近くが「毎回ある」(18.9%)と答え、「ときどきある」(41.3%)と「たまにある」(16.5%)を合わせ約8割(76.7%)の家庭でこどもが野菜を残すことがあります [図2-1]。野菜を全く食べない頻度を聞くと、1割が「毎回」(9.1%)で、「ときどき」(21.2%)と「たまに」(17.0%)を合わせ、半数近く(47.3%)のこどもが野菜を「全く食べないことがある」状態です [図2-2]。

【図1】 こどもの嫌いな野菜の有無



【図2-1】 こどもが野菜を残す頻度



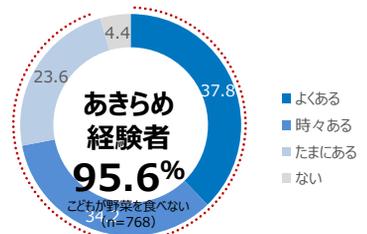
【図2-2】 こどもが野菜を全く食べない頻度



## □ こどもに野菜を食べさせることをあきらめたことのある保護者は95.6%にも。

【図3】 野菜を食べさせることをあきらめた経験

[図2] でこどもが野菜を残したり全く食べなかったことがある家庭が多いことが分かりましたが、そのような場合、そのまま野菜を食べさせることをあきらめてしまうことがあるかを聞くと、3人に1人は「よくある」(37.8%)と答え、「時々ある」(34.2%)と「たまにある」(23.6%)を合わせ、全体の95.6%もがこどもに野菜を食べさせることをあきらめた経験があります [図3]。



※四捨五入の関係でスコアの構成比の合計が100%にならない場合があります。

調査概要 ■ 実施時期 2019年9月14日(土)～9月17日(火) ■ 調査手法 インターネット調査

■ 調査対象 3～10歳のこどもと同居し、家族の食事を週に2回以上用意し、野菜をスーパーマーケットで買う男女の保護者1,000人

●こどもが3～6歳のフルタイム勤務女性350人 ●こどもが3～6歳のフルタイム以外(パートおよび専業主婦)女性350人 ●こどもが3～6歳のフルタイム勤務男性150人 ●こどもが7～10歳のフルタイム勤務女性50人 ●こどもが7～10歳のフルタイム以外(パートおよび主婦)女性50人 ●こどもが7～10歳のフルタイム男性50人