

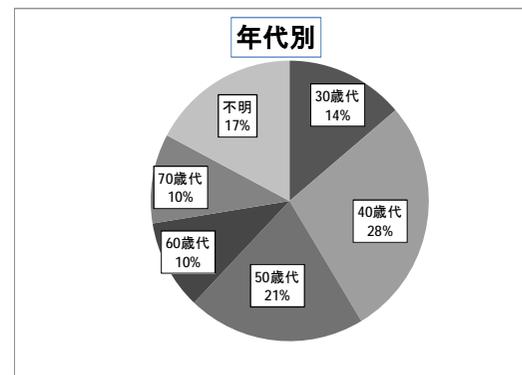
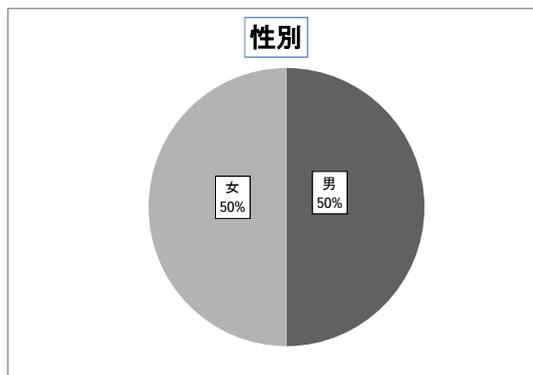
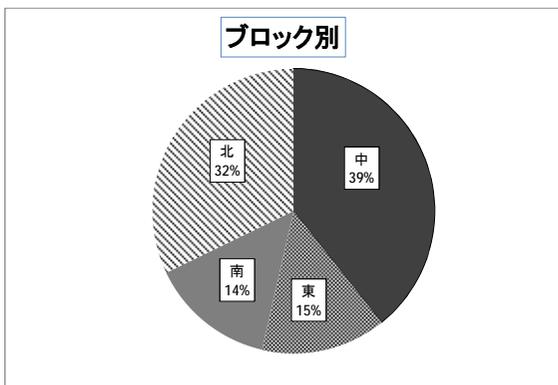
# 健康的なV.O.S.メニュー協力店主聞き取り調査 集計

ブロック	集計
中	11
東	4
南	4
北	9
総計	28

性別	集計
男	14
女	14
総計	28

年齢	集計
30歳代	4
40歳代	8
50歳代	6
60歳代	3
70歳代	3
不明	5
総計	29

\*複数回答あり

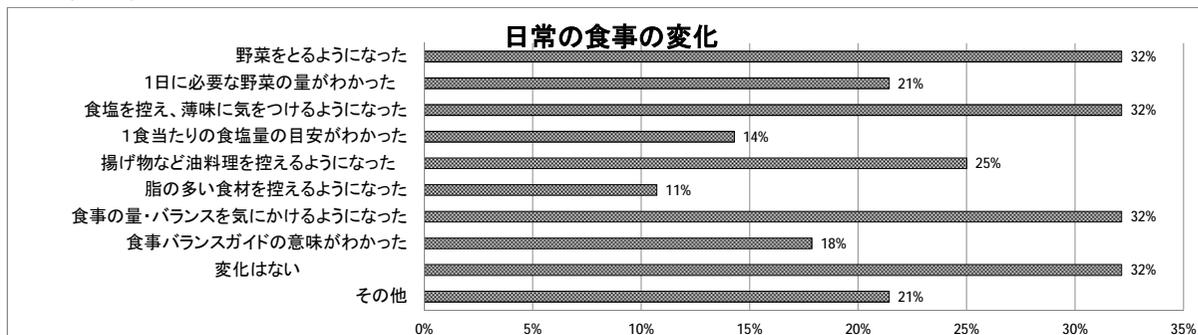


Q1: 「健康的なV.O.S.メニュー」に参加したことで日常の食事について変化がありましたか? (n=28)

	n	%
Q1-1 野菜をとるようになった	9	32%
Q1-2 1日に必要な野菜の量がわかった	6	21%
Q1-3 食塩を控え、薄味に気をつけるようになった	9	32%
Q1-4 1食当たりの食塩量の目安がわかった	4	14%
Q1-5 揚げ物など油料理を控えるようになった	7	25%
Q1-6 脂の多い食材を控えるようになった	3	11%
Q1-7 食事の量・バランスを気にかけるようになった	9	32%
Q1-8 食事バランスガイドの意味がわかった	5	18%
Q1-9 変化はない	9	32%
Q1-10 その他	6	21%

Q1-10「その他」の自由記載 (n=6)

肉よりも野菜を多くとる  
糖分も注意している。オリーブオイルを使用するようになった。  
知識が増えた  
普段から気を付けている  
日常からバランスについて考慮している。作りながら緑黄色野菜がないかと考えている  
「変化なし」とは、もともと医食同源、日本古来の食生活を実践している。



Q2: 「健康的なV.O.S.メニュー」に参加したことでお店のメニューについて変化がありましたか? (n=28)

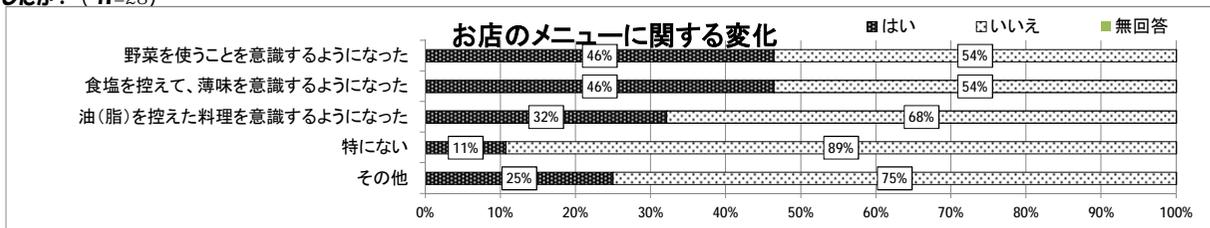
	n	%
Q2-1 野菜を使うことを意識するようになった	13	46%
Q2-2 食塩を控え、薄味を意識するようになった	13	46%
Q2-3 油(脂)を控えた料理を意識するようになった	9	32%
Q2-4 特になし	3	11%
Q2-5 その他	7	25%

Q2-1 (野菜): 変化の具体例 (n=8)

季節のもの旬の野菜を取り入れる  
サラダはいつも決まったものが多かったがいろいろな種類のものを使うようになった  
変わった野菜を提供し、興味を持っていただくようになった  
緑黄野菜の量を増やした  
野菜を多く使い、見た目やボリューム感を出すこと  
以前から意識はしていたが、より一層160gを死守するようになった  
仕出して野菜系が増えた  
地元のもの野菜をたくさん使う

Q2-2 (食塩): 変化の具体例 (n=10)

あっさりした味付けにする  
レモン風味のオリーブオイル お酢をよく使用する。薄味でもこくが出るので  
減塩を目的とした工夫をインターネットで調べた  
味付け、みそ汁  
汁物の量を減らした  
減らすようになった。もともと薄めで出せば、お客さんが調節でき、そこを大事にしている。  
ランチのスープを薄めの味付けにするようになった  
薄味だが薄すぎないよう気を付ける。  
お客さんが薄くしてとオーダーされたら応じている  
香味野菜を増やすようになった。また、調味料は減らすのではなく増やす。  
ポン酢を使うときは果汁を絞って塩分を減らす。



Q2-3 (油): 変化の具体例 (n=8)

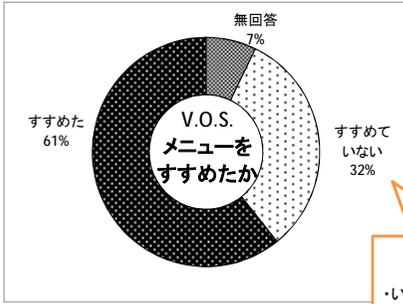
(油(揚げもの)を控え一品は煮物(野菜)を入れるようにしている  
(スチコンを使用する(焼く)調理法を取り入れるようにした)  
白絞油をサラダ油に変更  
揚げ物などを減らし、なるべくシンプルに料理する  
天ぷらの衣を薄くした。  
鉄板を使うときに油を控え、肉から出る油で炒める  
油脂の種類をきにするようになった。  
油を入れすぎたらお客さんがいやがるので気を付けている

Q2-5 (その他): 変化の具体例 (n=7)

地元産物の魚を利用したメニューの開発  
季節に応じてメニューをアレンジするようになった  
普段からヘルシーなメニューを提供するようにしている。  
全体的に優しい味付けにしている。ヘルシーなメニューを提供し続けることにより、お客さんの意識が高くなった。  
化学調味料を使わないようにしている  
「特になし」もともと顧客の好みに応じて対応していた  
化学調味料は極力使わない

Q3: 「健康的なV.O.S.メニュー」メニューをお客様にすすめましたか? (n=28)

	n	%
すすめた	17	61%
すすめていない	9	32%
無回答	2	7%



すすめなかった理由(n=6)

- ・いつもと変わらないから 3
- ・忙しいから 2
- ・すすめ方がわからない 1

○「すすめた」の自由記載 (n=17)

メニューを入りに掲示してすすめる  
定期的メニューに組み込んで出すので  
ランチは1種類しかないで、皆さんに食べていただいています。  
ヘルシーメニューコンテストで受賞した  
一度に多くの品種をとれる  
POP等  
メニュー選択に思案されてる方に一言そえる  
下宿の学生さんに野菜をたくさん食べてもらえるようにと量を増やした  
VOS表示ツールのおかげですすすめやすかった。写真が大事。  
ランチメニューに組み入れている  
高血圧の人やDMの人には勧めたが普通の人はおいしいと思わないのではないと思う。  
夏場は特に、お客さんからの注文が「任せる」というときは、意図して出すようにした。  
メニューに挟み込んだ。  
特に年配の方に勧めた。  
店の前に貼り、すすめる。団体客に作りやすい料理なので、団体にすすめる。  
医食同源で照らし、お客さんの顔を見れば健康状態がわかる。勧めたほうがいいと思う人に勧めた。その時には、普通の塩味もあることを伝えた。  
ランチが予約制で、そのお電話の際に勧めた。

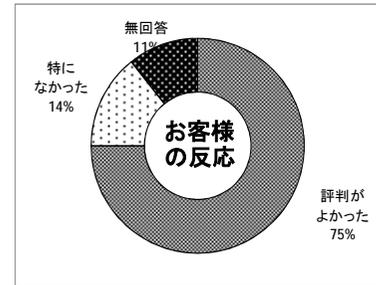
○「すすめなかった理由」の自由記載 (n=6)

ランチは1種類しかないで、皆さんに食べていただいています。  
いつも野菜の多いメニューを出しているから  
野菜、肉、魚がおいしいものをすすめるので、無理にこのメニューを勧めるといことはしない。  
決まったメニューを注文する方が多いので。  
普通の人が美味しいとは思わないのではないと思う。  
ランチをやめたため

Q4: お客様の反応について (n=28)

	n	%
評判がよかった	21	75%
特になかった	4	14%
評判はよくない	0	0%
無回答	3	11%

\*自由記載なし  
\*自由記載なし



○「評判がよかった」の自由記載 (回答件数15件、複数回答あり)

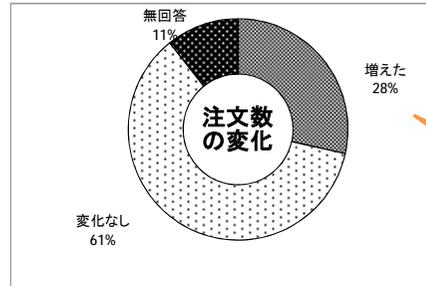
野菜をしっかり食べられる。鍋が野菜スープ代わりに食べやすい。  
ヘルシーメニューコンテストで賞がとれたことで、より評判が良かった。  
ボリュームがあっておいしい  
一度に少しずつ食べられる。家だと手間がかかる。  
野菜がいっぱいついているのがいいと喜ばれている  
満足感が高かった  
親から野菜をとるように言われていた。四川の味つけが気に入った。  
見た目もよく、ヘルシーに感じた。  
おいしい、安心  
野菜がいっぱいついているのがいいと喜ばれているいっぱいよい。  
見た目がきれいで食欲をそそる、との感想あり。店主としても、野菜は手切りしておいしく食べて頂けるようにしている。  
元々販売していたメニューだが、好んで注文される方が多い。  
勧めた人はいい反応だった。味が薄いとは言われなかった。  
一度自分で作ってみたいなど  
馴染みの女性客が注文してくれ、さらに友人(新客)を連れて来てくれた。  
女性の口コミは大きい。フルーツをつけたことを喜んでくれた。値段については、特に高いとも言われなかった。  
野菜がおいしい。こんな食べ方があったのか。

「増えた」の自由記載(n=4)

- ・多い時で20食増えた
- ・5~10食増えた
- ・固定客以外の方も来られる
- ・団体客によく売れる

Q5: お客様からの注文数について (n=28)

	n	%
増えた	8	4%
変化なし	17	61%
減った	0	0%
無回答	3	11%

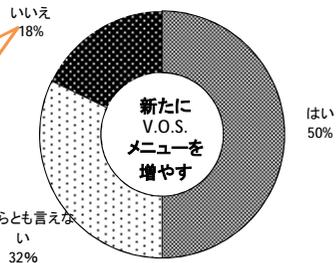


Q6: 新たに「健康的なV.O.S.メニュー」を増やす予定はありますか? (n=28)

	n	%
はい	14	50%
どちらとも言えない	9	32%
いいえ	5	18%

「いいえ」の自由記載(n=5)

- ・定番化するの難しい。
- ・今のメニューをしばらく変える予定はないので。
- ・(メニュー数を増やすのではなく)日替わりメニューとして考えている
- ・より一層の定着を強めるため
- ・焼き肉屋なので、サラダ等を追加してヘルシーにというのは行いたい、店に来たらヘルシーメニューを食べられるというのは 目指していない。



○「はい」の自由記載 (回答件数10件、複数回答あり)

お年寄りのものを考えている  
態勢でとれた旬の野菜を中心としたメニュー  
四川料理の味付けをもっと知ってもらえるよう工夫したい。  
ヘルシーメニューコンテストの応募の中で  
ダイエットメニュー等  
週替わりでランチメニューを考えていて、ヘルシーなものが喜ばれ、肉の部位も脂身の多いものは避けられる。  
季節メニューを  
おからハンバーグ  
好みはひとり人違う。お客さんが望むものであれば、協力したい。  
旬葉のパニーヤカウダ&ソフトフラン、野菜のパスタなど

Q7: 「健康的なV.O.S.メニュー」に参加しての感想

Q7-1「良かったこと」の自由記載(回答件数:18件)

メニューについて	地元の食材を使ったメニューの開発 新メニューの開発に役立った 野菜のレパートリーが増えた 創作メニューを考えるきっかけになった。 油を一滴も使っていないので仕上げがすすりていていいメニュー
集客・接客効果	お客との会話が増えてニーズを確認できた メニューを見て食べに来て下さった。 お店のイメージアップになる。 ヘルシー中華のイメージアップ
店主の意識	店側の意識は改まった。 自信につながる。地域の人々が積極的に参加してくれたら良い。 いろいろなど見た目を意識するようになった。 意識の再確認になり、モチベーションがあがった。 元々のメニューがV.O.S.にあてはまり、お店のメニューが健康的な食事と認められたと感じ、続けていきたいと思った。 今やっていることがいいことだとわかってよかった ヘルシー中華を意識するようになった
表示ツール	表示ツールを「これ何？」と聞いている。貼っていないとわからず、こちらから言わずともPRできた。 表示ツールがよかった

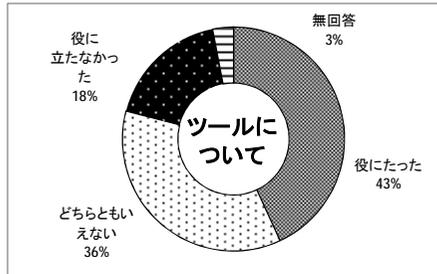
Q7-2「改善が必要なこと」自由記載(回答件数13件、複数回答あり)

V.O.S.について	V.O.S.の意味はパッと見てわかりにくい。 V.O.S.メニューが何なのかわかりづらい。 日々でやっている感がある。 栄養学的に言えばそうなるのだと思うが普段店で調理している立場から見てかなり細かい計量や計算の対応が必要だという感想。 提供する側として知識を増やす
メニューについて	季節ごとのメニューの表示ツールが必要 満腹感があまりないため、男性へのアプローチ方法を考える必要がある 満腹感が無い、吸い物等があればよい もつと塩分を減らす
広報	地域の広報に記事を書けるなど、アナウンスを一層行って、府民に浸透させてほしい。 PRにつながるべき。 V.O.S.メニューをもっと広報したらよい。 食育通信でどれくらい見てくれているのか。 テレビなどは？ 市の広報や府政だより、保健所の玄関などにマークを載せては？ ウェブサイトに載せても見られる人しかなかった。そこをどうするか。 健康指導や、車内広告など目につくところに食育のポスターを貼るなどしてほしい。

Q8: 今回のとりくみ内容について(n=28)

「健康的なV.O.S.メニュー」表示のツールはメニューを提供する上で役に立ちましたか?

	n	%
役にたった	12	43%
どちらともいえない	10	36%
役に立たなかった	5	18%
無回答	1	3%



「その他卓上メモについて」

	n	%
役にたった	1	6%
どちらともいえない	1	6%
役に立たなかった	1	6%
無回答	15	83%

Q8「健康的なV.O.S.メニュー」表示のツールはメニューを提供する上で役に立ちましたか?の自由記載(回答件数10件)

positive記載	ツールがなければ恐らくオーダーゼロと思う。 表示ツールを「これ何？」と聞いている。貼っていないとわからず、こちらから言わずともPRできた。 メニューに挟み込めるので使いやすい。 ツールは店で使用、出前形式でとどけているので。
negative記載	ツールをなおしこんでいた。 提供期間が短かったため反応があまりなかった。 掲示するスペースがなかった。 大きいものは貼りたくない。 狭いため貼る場所がない。 始めは使用していたが、使いづらい。

「その他卓上メモについて」の自由記載(n=2)

- ・わからない、お客さんにきいてみないと。
- ・机やカウンターに置くと食べる時に邪魔になる。

Q9: 今後のとりくみ内容について

Q9-1「どのようなもの(媒体)であれば利用しやすいですか?」の自由記載(回答件数:14件、複数回答あり)

現状で可	今の表示ツールを利用したい 今のままでも良い。
大きさ	小さいサイズのものや、配れるような広告があれば、お客さんにとってもらえて友人に配ってもらえる。 小さいもの 小さいものが良い。簡状など机におけるもの。 小さいサイズやメニューファイルに入れられるようなラミネートしていないもの。 大きいと使いづらい。POPのように小さいものだと利用しやすい。 大きいものは使いにくい。卓上メモやPOP等置きやすいものがいい
提案	A4サイズの写真入り 店の表通りで店に入ろうという気持ちになるツール。(A4サイズでよい) ツール(パウチしたもの)が5~6枚あれば各メニューに挟み込むことができる。 保健所やヘルシー外食推進協議会などの名前が入ったメニューに貼れるシール メニューに貼れるシールのようなもの(変化に対応できるもの)がいい チラシなど 知名度、認知が高まれば。また、デザインが固すぎる。

Q9-2「野菜たっぷり、適塩、適油メニューを提供する上で、どのような配慮があればよいと思いますか?」の自由記載(回答件数:18件、複数回答あり)

周知	PRにつながるとうい PRが大事。食生活に関してや、大阪産のPRをしては。 新聞などのマスコミに広く周知して欲しい。 V.O.S.メニューのことや、お店のことを広めてほしい。 ご年配の方にも広められるよう、インターネットだけではなく、ポスターやリーフレット、お店の紹介冊子を配ると良い。 POPの数
野菜	野菜の効能などの情報 野菜など食材の効能が書いているもの 大阪産や地元の野菜などの情報提供やサンプル提供があればよいのに。
栄養価計算	カロリー計算、バランス良くするためのアドバイス カロリー計算。 栄養価の計算。 栄養価計算をしてほしい。 栄養価計算後、どうしたらヘルシーになるかを具体的に提案してフォローを。 基準に近づけるための具体的な手法が知りたい(例:油を減らす為にバターに代替となる食品の紹介)。
保健所	「保健所認定」の表記 今までのように、保健所栄養士との相談しやすい関係
意識・知識	自分自身(店主自身)の問題。意識はあるが、高まてはいない(と自分でも思う)。 メニューへの栄養的なアドバイス、そこまで勉強していないので。 健康によくないとされるものでも具体的にどう変えれば良いのか提案があれば。 外食=ヘルシーをくつがえすアイデアや情報の共有

Q10: おおさか食育通信について(n=28)

「健康的なV.O.S.メニュー」の情報提供をしていますか、このホームページをご覧になったことがありますか?

	n	%
見たことがある	15	54%
見たことがない	12	43%
無回答	1	3%

