

## リラックス&健康がキーワード

中国緑茶、ブレンド茶、アミノ酸飲料、カテキンを強化した緑茶など、ペットボトル・缶入り飲料は常に新製品が投入されている。また紅茶、中国茶、日本茶の専門店やカフェなどが街には数多くでき、幅広いバリエーションを競っている。そこで、秋も深まりつつある今回はイー・ウーマンリーダーズに聞く「今どきの飲み物事情」を取り上げてみた。

### ■家でも職場でも好まれるのは日本茶・コーヒー

家でよく飲む飲み物の上位は日本茶(62%)、コーヒー(58%)、牛乳(55%)であり、一方職場ではコーヒー(42%)、日本茶(30%)、インスタントコーヒー(29%)が上位にあげられていた(表1参照)。職場でコーヒー(豆から抽出したタイプ)の飲用率が高いのは、スターバックスなどのコーヒーショップやオフィスコーヒーサービスの充実によるものであろう。また、手軽なペットボトルや缶入り飲料が上位に目立つのも職場での飲料の特色であるが、市販飲料の中でも日本茶の人気の最も高い。尚、家でペットボトル・缶入りの日本茶をよく飲んでいる割合は24%であった。

### ■拡大するお茶ワールド

お茶の最近の傾向をつかむために、2-3年前に比べた飲用機会の増減を茶葉・形態別に聞いてみた(表2)。最も飲む機会の増えたお茶は職場での飲用機会の多い「ペットボトル・缶入りの日本茶」であり、ほぼ半数が増えたと回答した。次いで2位~4位まではペットボトル・缶入りのウーロン茶、中国緑茶、その他のお茶(穀物茶、健康茶など)が続いていた。飲料メーカー各社も季節限定のお茶を出したり、穀物系やブレンド茶など新味を打ち出したり、市場拡大に余念がない。1985年の缶入り緑茶発売から20年弱、今ではコンビニの棚にずらっと並ぶパッケージに入ったお茶たち、下手に自分で淹れるよりおいしいお茶もある。また、茶葉から淹れるお茶では中国茶、その他のお茶(穀物茶・健康茶など)の飲用機会が増えた人がそれぞれ1/4ずつおり、お茶の世界でも簡便なペットボトルと、味や効能を楽しむ茶葉との二極化が進んでいる。

### ■紅茶離れが進む?

その一方で、お茶の中でも紅茶はペットボトル・缶入り、ティーバッグ、茶葉共に飲用機会が減っている。家や会社でよく飲む飲料としてはまだ上位に位置しているが、中国茶や健康茶など比較的新しいお茶類や日本茶にシェアを奪われていることが予想される。無糖飲料への好みの移行や体脂肪減少など健康効果への期待で、このような状況が生まれているのかもしれない。

### ■カラダにいいお茶

実際に健康効果を期待してお茶を飲んでいる人は、全体の2/3であった(グラフ1)。また、全体の4割は最近、健康目的でお茶を飲むようになったり、その機会が増加した人たちである。健康情報番組や女性誌などで様々なお茶の効果や実証例が取り上げられ、巷にも健康に良いというお茶が多く見受けられるようになってきた。今やお茶は嗜好品ではなく、健康食品なのである。

では、どのような効果を期待しているかというと、さすがに「リラックス効果・リフレッシュ効果」が65%と最も多いが、次いで「ダイエットや体脂肪減少」(43%)、「利尿効果や新陳代謝促進」(29%)、「ビタミンの補給」(24%)を目的としてお茶を飲んでいる。これらの上位項目を見ると、健康だけではなく美容に大切な要素も目的となっているようである。20代後半から30代の多いイー・ウーマンリーダーズ、日常の水分補給においてもカラダや美しさのことを忘れないのである。

飲み物を飲んでひと時ほっとするというリラックスやリフレッシュ効果は欠かせないが、今や機能性飲料のみならず、お茶にも「健康・美容」といったキーワードが欠かせない。さて、これからあなたは何を求めて飲み物を選びますか?

### ■家/職場でよく飲む飲み物 <表1>

家でよく飲む飲み物 (n=1044)		職場でよく飲む飲み物 (n=730) *職場で仕事をしている人	
1位	日本茶(茶葉からの抽出) 62.4%	コーヒー(豆からの抽出)	41.8%
2位	コーヒー(豆からの抽出) 58.2%	日本茶(茶葉からの抽出)	29.7%
3位	牛乳 54.6%	インスタントコーヒー	29.2%
4位	麦茶 43.9%	紅茶(ティーバッグ)	28.4%
5位	紅茶(茶葉からの抽出) 43.4%	日本茶(ペットボトル・缶入り)	27.5%
6位	ミネラル・ウォーター 42.9%	ミネラル・ウォーター	26.3%
7位	果汁・野菜汁100%の飲料 40.9%	ウーロン茶(ペットボトル・缶入り)	22.5%
8位	紅茶(ティーバッグ) 39.3%	コーヒー(ペットボトル・缶入り)	12.9%
9位	インスタントコーヒー 35.7%	果汁・野菜汁100%の飲料	12.6%
10位	中国茶(茶葉からの抽出) 26.3%	日本茶(ティーバッグ)	11.2%

### ■飲用機会の増減のあったお茶 (回答者数 n=1044) <表2>

2-3年前より飲む機会の増えた飲料		2-3年前より飲む機会の減った飲料	
1位	日本茶(ペットボトル・缶入り) 47.8%	紅茶(ペットボトル・缶入り)	29.1%
2位	ウーロン茶(ペットボトル・缶入り) 29.7%	紅茶(ティーバッグ)	26.9%
3位	中国緑茶(ペットボトル・缶入り) 28.2%	日本茶(ティーバッグ)	25.5%
4位	その他のお茶(穀物茶、健康茶など;ペットボトル・缶入り) 26.6%	紅茶(茶葉からの抽出)	24.0%
5位	中国茶(茶葉からの抽出) 25.7%	ウーロン茶(ペットボトル・缶入り)	23.7%
6位	その他のお茶(穀物茶、健康茶など;茶葉からの抽出) 25.0%	麦茶	23.2%
7位	麦茶 24.6%	麦茶(ペットボトル・缶入り)	23.0%
8位	日本茶(茶葉からの抽出) 23.6%	ハーブティー(茶葉からの抽出)	18.7%
9位	紅茶(茶葉からの抽出) 21.1%	ハーブティー(ティーバッグ)	18.6%
10位	ハーブティー(ティーバッグ) 20.6%	中国茶(ティーバッグ)	18.5%

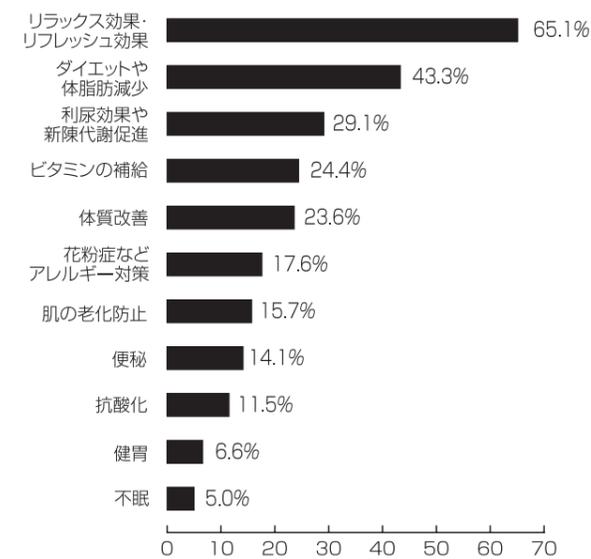
## イー・ウーマン調査「よく飲む飲み物調査」 http://www.ewoman.co.jp/

### ■健康目的によるお茶の飲用 (回答者数 n=1044) <グラフ1>

- 以前から健康目的でお茶を飲んでいたが、最近ますます増えた
- 以前と変わらず健康目的でお茶を飲んでいる
- 以前は関心がなかったが、最近では健康目的でお茶を飲むようになった
- 以前は健康目的で飲んでいたが、最近では減った
- 以前から健康目的でお茶を飲んでいない



### ■お茶に期待している効果 (健康目的でお茶を飲んでいる人 n=681) <グラフ2>



#### <調査概要>

調査実施:2003年9月25日~30日  
調査方法:インターネットによる自記入式アンケート  
対象:イー・ウーマンリーダーズ  
有効回答者数:1044名

## LEADERS DATA

