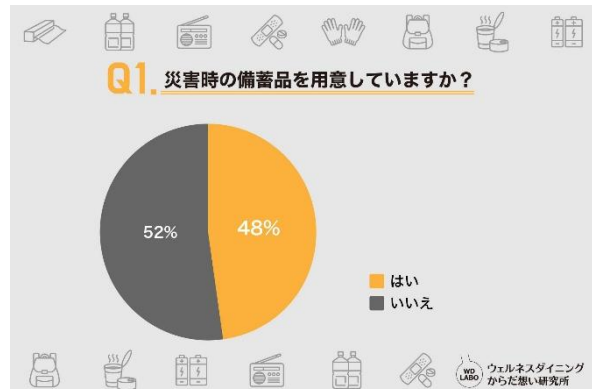


2026 年 1 月 20 日
ウェルネスダイニング株式会社

約半数が「防災備蓄を用意していない」 食の備えに不安を感じる人が 4 割超

ウェルネスダイニング株式会社(本社:東京都墨田区、代表取締役:中本 哲宏)は、全国の男女 300 名を対象に「防災備蓄と食に関する実態調査」を実施しました。



■調査結果サマリー

- ✓ 約半数(52.0%)が「防災備蓄をしていない」と回答
- ✓ 備蓄している人の 55.6%は「3～6 日分」のみ
- ✓ 食事面の不安は「備蓄不足」「温かい食事がとれない」「栄養バランス」などが上位
- ✓ 非常食に求める条件は「長期保存」「食べやすさ」に加え“健康面”も重視
- ✓ 「ローリングストック」を実践している人は 32.3%にとどまる

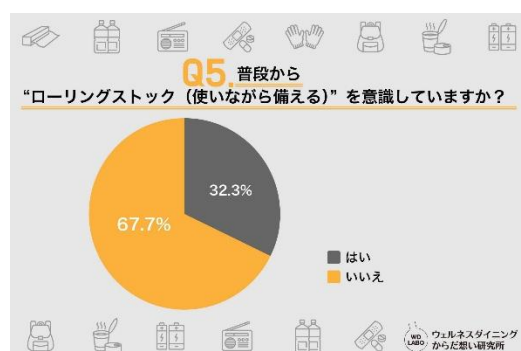
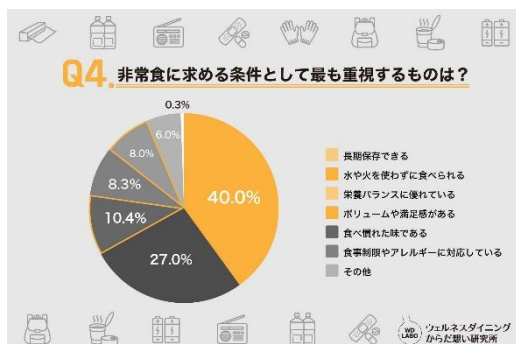
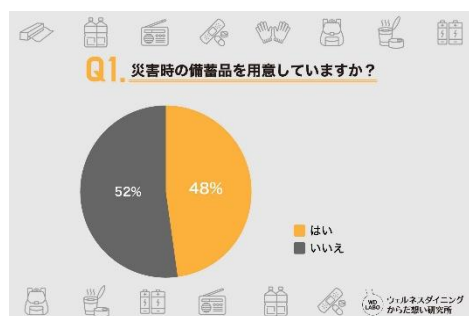
今回の調査から、防災備蓄に対する関心は高まりつつある一方で、実際の準備状況や中身には大きなばらつきがあることが明らかになりました。

特に食事の備えについては、「どれくらい用意すれば足りるのか」「温かい食事がとれるのか」といった基本的な不安に加え、家族構成や体調、食事制限など、個々の事情に応じた対応が難しいという課題が浮かび上がっています。

災害時の食事は、平常時の延長線で語れるものではありません。限られた環境や選択肢の中で、すべての人が同じ備えをすることは現実的ではなく、防災備蓄に「これが正解」という答えは存在しないとも言えます。

だからこそ、防災備蓄は単なる量や日数の問題ではなく、自分や家族にとって「何があれば安心できるのか」を考える行為そのものが重要になってきています。

本調査が、防災備蓄の現状や課題について、あらためて目を向ける機会となれば幸いです。



ウェルネスダイニング株式会社について



「からだ想い、家族想いのあったか健康応援団」を企業理念に掲げ、制限食に特化した気配り宅配食や、嚥下対応のやさらか宅配食の企画・販売を行っています。社内に管理栄養士が常駐しており、食事制限中においても”食の楽しみ”を忘れず、前向きな気持ちになれるようなご提案やサポートを心がけています。宅配食を購入してもらうことが目的ではなく「健康になってもらうこと」を目的として、商品に関するご相談だけでなく普段のお食事についてのご相談も積極的に承ることで、健康な食生活をトータルサポートすることに努めており、“日本で一番、栄養相談を承る会社”を目指して参ります。

【会社概要】

所在地: 東京都墨田区錦糸 1-2-1 アルカセントラル 6 階

代表者: 代表取締役 中本 哲宏

設立: 2011 年 6 月

電話番号: 03-6807-0280

携帯電話: 090-6109-1245

メール: sasaki-t@wellness-dining.co.jp

問い合わせ先: 佐々木