

【ウェルネスダイニング】アンケート 分析レポート

記事制作用／回答3件の集計・引用候補・掲載時の注意点

調査期間 2026/08/05 ～ 2026/08/14

有効回答 n=3

継続 3人 / 解約 0人

単独使用不可 (n=3) ／カテゴリ調査と併用

△ 母数について（最初に必ず確認）

有効回答は3件です。1人あたりの重みが33.3%あるため、この案件単独で「利用者の〇%」と書くことはできません。

- 記事では割合ではなく実数（3人中〇人）で書く。
- 数値を出す場合は「当編集部アンケート（n=3）では」と母数を必ず併記する。
- 統計的な主張が必要な箇所は、宅食カテゴリ調査（n=63）の数値を使う。
- この3件が最も価値を持つのは数値ではなく、属性付きの生の声（引用）。

1. この案件でわかったこと

- 総合満足度の平均は3.67点（5点満点・有効n=3）で、3名全員が現在も継続利用中。解約者は0名だった（調査期間 2026/08/05 ～ 2026/08/14）。
- 評価が最も低かったのは「価格・コスパ」の平均3.0点（満足以上33.3%／不満33.3%）で、6項目中唯一「やや不満」が出た項目。他社比較の自由記述でも「1食あたりの価格がやや高め」との指摘があった。
- 冷凍庫スペースは3名中2名が「たまに困る」以上と回答し、うち1名は「入りきらず注文数を減らした・やめた」を選択。容器サイズが継続のボトルネックになりうる。
- 「選んだ理由」は『健康・栄養バランスが良さそうだった』『味が美味しそうだった』が各2件（3名中2名）で最多。価格や手軽さより“健康志向で選ばれている”構図が確認できる。
- 悪かった点のタグ最多は「メニューの品切れ・飽き」2件（3名中2名）。一方で配送・使いやすさは平均4.0点・満足以上100%（3名中3名）で、6項目中最高だった。

2. 満足度スコア

最も高いのは「配送・使いやすさ（スキップ含む）」平均4.0点、最も低いのは「価格・コスパ」平均3.0点。（5段階評価・とても満足5点～とても不満1点）

評価項目	平均点	満足以上	不満	有効n
配送・使いやすさ（スキップ含む）	4.0	3人 (100.0%)	0人 (0.0%)	3
味・美味しさ	3.67	2人 (66.7%)	0人 (0.0%)	3
メニューの豊富さ	3.67	2人 (66.7%)	0人 (0.0%)	3
サポート・カスタマー対応	3.67	1人 (33.3%)	0人 (0.0%)	3
総合満足度	3.67	2人 (66.7%)	0人 (0.0%)	3
価格・コスパ	3.0	1人 (33.3%)	1人 (33.3%)	3

継続3人・解約0人。片方の母数が2人未満のため、継続／解約のスコア比較は掲載しない。

3. 選んだ理由・複数回答の設問

選んだ理由（複数回答）

健康・栄養バランスが良さそうだった		2人 / 3人
味が美味しそうだった		2人 / 3人
SNS・口コミで評判が良かった		1人 / 3人

※複数回答のため合計は回答者数を超える。

4. 回答者プロフィールと利用状況

年代

30代		1人 / 3人
50代		1人 / 3人
40代		1人 / 3人

性別

男性		2人 / 3人
女性		1人 / 3人

職業

会社員（正社員）		3人 / 3人
----------	------------------------	---------

家族構成

夫婦二人暮らし（子どもなし）		2人 / 3人
一人暮らし		1人 / 3人

いつから利用してい

1〜3ヶ月		2人 / 3人
6ヶ月〜1年		1人 / 3人

以外に併用している宅食サービスはあり

【ウェルネスダイニング】のみ利用		3人 / 3人
------------------	------------------------	---------

他人に勧めたい

どちらでもない		2人 / 3人
勧めてもいい		1人 / 3人

で冷凍庫のスペースに困ったことはあり

特に困っていない		1人 / 3人
たまにある（やりくりすれば入る）		1人 / 3人
よくある（入りきらず注文数を減らした・やめた）		1人 / 3人

で配送のスキップ（お休み）や解約をしたことはあり

スキップしたことがある		2人 / 3人
スキップ・解約の両方の経験がある		1人 / 3人

スキップ・解約の手続きはスムーズにできましたか？

とても簡単だった（ネットで完結）		1人 / 3人
やや手間だった		1人 / 3人

6. 自由記述の内容分類

良かった点

時短・手軽さ		3人 / 3人
献立を考えなくていい		3人 / 3人
栄養バランス・健康		2人 / 3人
味が良い		2人 / 3人
容器・洗い物		1人 / 3人
メニューの豊富さ		1人 / 3人

不満だった点

メニューの品切れ・飽き		2人 / 3人
冷凍庫スペース		1人 / 3人

量が少ない		1人/3人
価格が高い		1人/3人
味・食感		1人/3人
配送・受け取り		1人/3人

検討者へのアドバイス

お試し・少量から		2人/3人
割引・キャンペーン活用		2人/3人
味・量の相性確認		2人/3人
目的で選ぶ（健康重視）		2人/3人
冷凍庫確認		1人/3人

※1つの回答に複数の内容が含まれるため、合計は回答者数を超える。

7. 引用候補（原文のまま）

この案件で最も記事価値が高いのはここ。数値ではなく、属性付きの生の声をそのまま使う。

良かった点

「ウェルネスダイニングを利用してみて、まず驚いたのは手軽さでした。冷凍庫から取り出してレンジで温めるだけで、すぐに食べられるので、忙しい日でも食事の準備に悩むことがなくなりました。片付けも容器を捨てるだけで済むので、料理をしない日でも罪悪感がありません。味付けは全体的にやさしいのに物足りなさがなく、減塩食でも「病院食っぽさ」がないのが嬉しいポイントでした。主菜と副菜がしっかり分かれていて栄養バランスも良く、仕事で疲れて帰った日ほどありがたさを感じます。特に魚料理は種類が多く、自分では作らないメニューが食卓に出るのが新鮮でした。」

nrah1001さん／40代・女性・一人暮らし・利用1～3ヶ月

「栄養バランスを考えた食事が手軽に取れる点が良かったです。味付けも薄すぎることではなく、健康を意識しながら美味しく食べられました。忙しい日でもレンジで温めるだけなので、食事作りの負担を減らせるのが便利でした。」

匿名／50代・男性・夫婦二人暮らし（子どもなし）・利用6ヶ月～1年

「食事の支度がなくて、効率が良い」

善くなさん／30代・男性・夫婦二人暮らし（子どもなし）・利用1～3ヶ月

不満だった点

「ウェルネスダイニングは便利で続けやすいサービスですが、いくつか改善してほしい点もありました。まず、容器が思ったより大きく、まとめて届く週は冷凍庫の1段がほぼ埋まってしまう。もう少し薄型の容器だと、収納の負担が減る感じました。また、人気メニューがすぐ品切れになり、希望のものを選べない週が何度かありました。」

nrah1001さん／40代・女性・一人暮らし・利用1～3ヶ月

「健康面を重視したサービスなので仕方ないですが、食事量は少し控えめに感じる場合があります。よく食べる人には物足りない場合があると思います。また、継続利用すると価格面が少し気になりました。」

匿名／50代・男性・夫婦二人暮らし（子どもなし）・利用6ヶ月～1年

「人気商品が品切れのときがある」

善くなさん／30代・男性・夫婦二人暮らし（子どもなし）・利用1～3ヶ月

検討者へのアドバイス

「ウェルネスダイニングは味の安定感と栄養バランスがしっかりしているサービスなので、まずは初回割引のあるタイミングで試してみるのがおすすめです。いきなり大きなセットを頼むより、少量のコースで味や量、容器のサイズを確認してから自分に合うプランを選ぶと失敗しません。冷凍庫のスペースを事前に確保しておくと、届いたときに慌てずに済みます。」

nrah1001さん／40代・女性・一人暮らし・利用1～3ヶ月

「味だけでなく健康面を重視したい方にはおすすめです。最初は少ない食数で試して、量や味付けが自分に合うか確認してから続けると良いと思います。」

匿名／50代・男性・夫婦二人暮らし（子どもなし）・利用6ヶ月～1年

「割引クーポンがあるのでやってみたらいい」

善くなさん／30代・男性・夫婦二人暮らし（子どもなし）・利用1～3ヶ月

他社との比較

「他社の冷凍宅配弁当と比べると、ウェルネスダイニングは1食あたりの価格がやや高めですが、味の安定感や栄養バランスを考えると納得できる内容だと感じました。特に、noshよりも味付けがやさしく、減塩でも満足感がある点は大きな違いでした。」

nrah1001さん／40代・女性・一人暮らし・利用1～3ヶ月

「三ツ星ファームなど味を重視した宅食と比べると、ウェルネスダイニングは健康管理を意識した内容だと感じました。カロリーや栄養を気にする人には向いていて、目的によって選ぶサービスだと思います。」

匿名／50代・男性・夫婦二人暮らし（子どもなし）・利用6ヶ月～1年

8. クロス集計

冷凍庫の困りごと×継続状況

冷凍庫の困りごと	継続
たまにある（やりくりすれば入る）	1
よくある（入りきらず注文数を減らした・やめた）	1
特に困っていない	1

利用期間×推奨意向

利用期間	どちらでもない	勧めてもいい
1～3ヶ月	2	0
6ヶ月～1年	0	1

各セルの人数が1桁のため、「今回の回答では」と限定して扱う。比率にしない。

9. 掲載時の注意

共通ルール

- 有効回答は3件。割合ではなく実数（3人中○人）で書き、母数と調査主体を必ず明記する。
- 調査概要（実施主体：飲食のコンシェルジュ編集部／方法：インターネットアンケート／期間・有効回答数）を記事内に記載する。
- 回答は自己申告で、利用時期にばらつきがある。味やサービス内容の記述は回答時点の感想である旨を注記する。
- 料金・送料・プラン内容・解約手順は本アンケートの調査対象外。公式サイトで確認し、確認日を明記する。
- 「必ず」「絶対」等の断定表現は使わない。
- 悪い口コミは隠さず掲載し、必ず対処法とセットにする。

この案件固有の注意（データ品質）

- 「スキップ・解約の手続き」は経験者ベースで集計（「したことがない」1件を有効nから除外、有効n=2）
- 回答数n=3と極めて少ないため、割合（%）は1件=33.3%に相当する。記事内で「○%」と単独表記するのは避け、必ず実数（3名中○名）を併記すること。
- 解約者が0名のため、解約理由・継続者との満足度差（scale_by_status の diff）は算出できていない。
- 回答1に設問間の矛盾あり：「スキップ・解約の両方の経験がある」と回答しながら、手続きの容易さ設問では「スキップ・解約したことがない」を選択。集計では後者を有効nから除外している。
- 自由記述の分量に大きな差がある（回答1は各設問1文程度、回答2・3は長文）。引用候補は実質2名に偏るため、引用の出し方に注意。
- 併用サービスは3名全員が「ウェルネスダイニングのみ利用」で、他社併用者の比較データは取得できていない。他社比較の記述は3名中2名の主観的感想にとどまる。
- 本案件は疾患別コースを扱うYMYL寄り領域だが、回答者から具体的な疾患名・治療内容の申告はなかった。記事化にあたり、健康効果を示唆する表現は用いないこと。
- 評価スケール6項目はいずれも有効n=3（欠損なし）。

不足しているもの（追加取材の提案）

- **実食レビュー写真**：パッケージ、加熱前後、実際の盛り付け。アンケートで指摘された点を編集部で検証すると、悪い口コミへの回答になる。
- **収納の実測写真**：一般的な冷凍室に何食入るかを撮影。冷凍庫スペースはどの案件でも上位の不満。
- **1食あたり実質価格の試算**：本体価格＋送料÷食数を、お試し時と通常時の両方で。
- **解約・スキップ画面のスクリーンショット**：手続きでつまづく層への直接的な回答になる。
- **やすひさてっぺい氏コメント**：協会代表としての監修コメントを味の評価パートに配置。

出典：本レポートの数値はすべて「【ウェルネスダイニング】を利用したことがある方へのアンケート」（飲食のコンシェルジュ編集部実施／インターネットアンケート／2026/08/05～2026/08/14／有効回答3件）の集計によります。

作成：飲食のコンシェルジュ編集部（一般社団法人 日本唐揚協会）／作成日 2026年8月31日