

## 「『モテる女の子』と『食』に関する意識調査」を女子高生と若者男性に実施 だれも教えてくれなかった“モテる女の子の恋愛必勝法”

“モテる女子” 1 ほど「好きな男性の前では、食べるものを意識的に変える」  
モテたかったら、肉が好きでも「サラダを食べる」が正解！？

コミュニケーションデザイン総合研究所は、女子高生618名と高校生～29歳の男性618名に「『モテる女の子』と『食』に関する意識調査」を実施しました。調査結果から見えるモテる女の子と男性の本音から、女の子が食事シーンで男性の心をつかむための秘訣が明らかになりました。

コミュニケーションデザイン総合研究所が行った調査によると、次のことがわかりました。

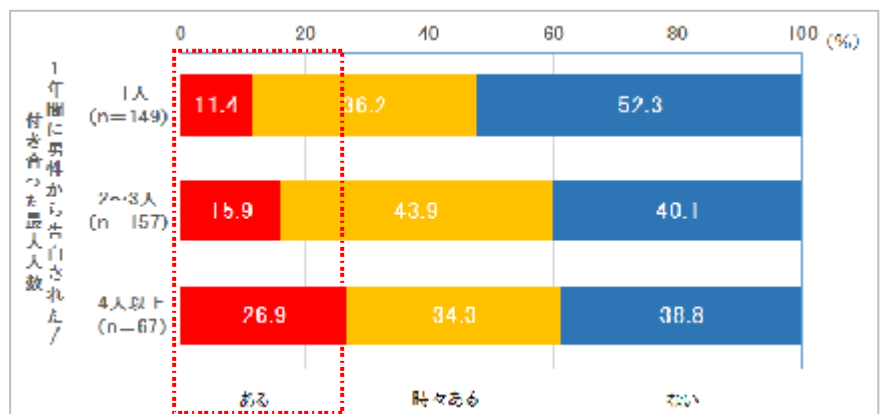
1. モテる女の子ほど、好きな男性の前では、食べるものを意識的に変えていた！
2. “モテる女子”は恋愛も食の好みも「肉食系」...だけど  
男性の前では「サラダ」を食べるのが“モテる女子”のセオリー！
3. “モテる女子”の約9割が「サラダやおひたしなど野菜料理から食べる」を実践  
インナービューティにも気をつけている
4. 本当に男性は「たくさん食べる女の子」が好きだった！ 男性の約8割が「好き」  
たくさん食べると好感が持てるのは圧倒的な支持率で「サラダ」
5. 約6割の男性が女の子の「食べ姿」をチェック  
食べ姿は、「好意を持つ」「付き合う」上での判断ポイントにする

1 1年間に4人以上の男性から告白された、あるいはお付き合いしたことがある女の子を“モテる女子”と定義

【調査結果詳細】

### 1. モテる女の子ほど、好きな男性の前では、食べるものを意識的に変えていた！

女子高生に「1年間に男性から告白された、あるいは付き合った最大人数」を聞き、その人数別に「好きな男性の前で意識的に食べるものを変えることがあるか」の傾向を見ました。すると、「最大1人」と回答した女子は11.4%が「ある」と回答したのに対し、「2～3人」の女子は15.9%、「4人以上」の“モテる女子”は26.9%が「ある」と回答しました。この結果から、モテる女の子ほど、好きな男性の前で、意識的に食べるものを変えていることがわかりました。



[女子高生調査]好きな男性の前では意識的に食べるものを変えますか？  
(単一回答: n=618)

【本件に関するお問い合わせや調査を掲載いただける場合は、下記までご連絡ください】

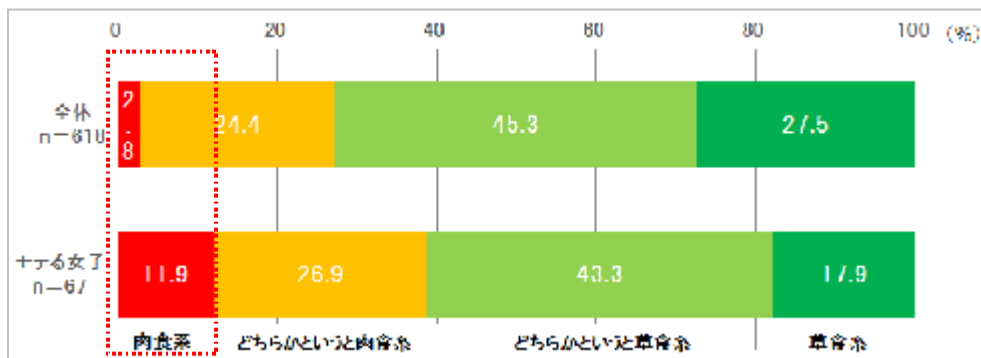
コミュニケーションデザイン総合研究所 担当:若林・大久保  
MAIL:wakabayashi@cd-j.net TEL:03-5545-1661 / FAX:03-5545-1662

## 2. “モテる女子”は恋愛も食の好みも「肉食系」...だけど

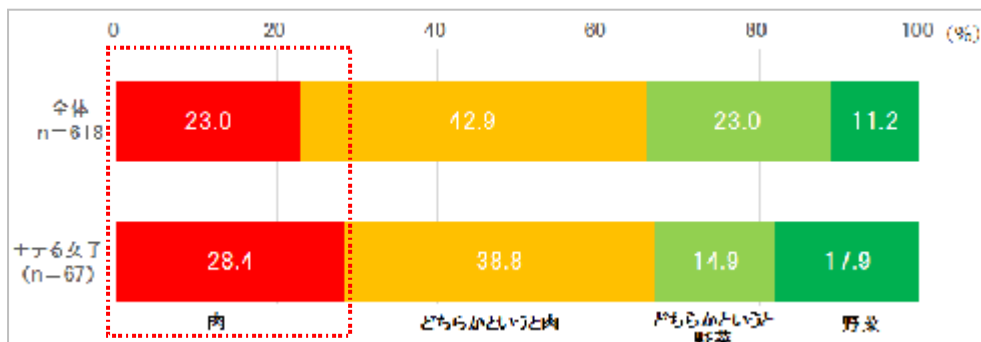
### 男性の前では「サラダ」を食べるのが“モテる女子”のセオリー！

女子高生に恋愛に関して「自分が肉食系か草食系か」について聞いたところ、全体的に「(どちらかという)草食系」という子が中心でした。しかし、“モテる女子”では「自分は肉食系」と言い切った率が11.9%と全体より10ポイント近く多く、さらに、「食」においても「肉が好き」という子が全体より多くなりました。“モテる女子”は、恋愛においても食においても「肉食系」の傾向が強いです。

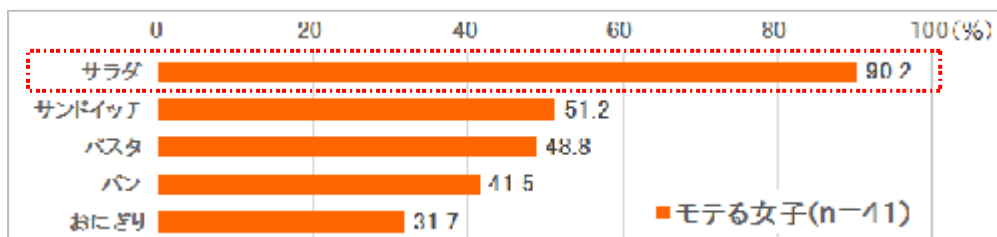
であるにもかかわらず、彼女たちがデートで食べるものは戦略的です。「好きな男性の前で意識的に食べるもの」を聞いたところ、なんと“モテる女子”の90.2%が「サラダ」と答えました。2位の「サンドイッチ」以下を大きく引き離す、ダントツの結果です。「自分は肉が好き。でもデートの時はサラダを食べる。」これが“モテる女子”の恋愛必勝法の一つなのかも知れません。



[女子高生調査]恋愛に関してあなたは「肉食系」ですか？それとも「草食系」ですか？(単一回答: n = 618)



[女子高生調査]肉と野菜だったらどちらが好きですか？(単一回答: n = 618)



[女子高生調査]好きな男性の前で意識的に食べるものは何ですか？(複数回答: n = 41)  
スコア30%以上のもののみ抜粋

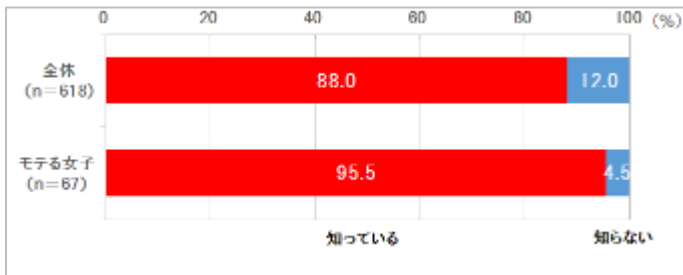
【本件に関するお問い合わせや調査を掲載いただける場合は、下記までご連絡ください】  
コミュニケーションデザイン総合研究所 担当:若林・大久保  
MAIL:wakabayashi@cd-j.net TEL:03-5545-1661 / FAX:03-5545-1662

### 3. “モテる女子”の約9割が「サラダやおひたしなど野菜料理から食べる」を実践

#### インナービューティにも気がつかっている

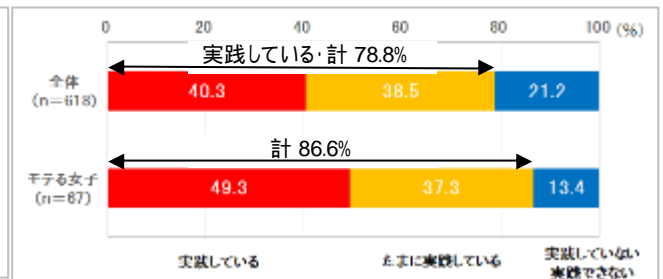
さらに、“モテる女子”は体の中の美しさ、インナービューティにも気をくばっているようです。

「サラダやおひたしなど野菜料理から食べると健康にいい」ということは、女子高生の88.0%が知っている“常識”のようですが、“モテる女子”ではさらに高く95.5%が知っていました。さらに、「野菜料理から食べること」の実践においても、“モテる女子”は86.6%が「(たまに)実践している」と回答し、女子高生全体より高くなりました。「役に立つ知識は知っているだけでなく、ちゃんと実践する」ことも、“モテる女子”の秘訣のようです。



[女子高生調査]

食事の時に、「サラダやおひたしなど野菜料理から食べると健康にいい」といわれていることをご存じですか。  
(単一回答: n=618)



[女子高生調査]

普段の食事のとき「サラダやおひたしなど野菜料理から食べる」ことを実践していますか。(単一回答: n=618)

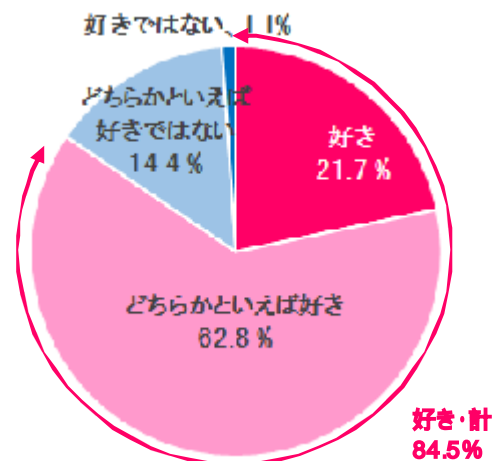
### 4. 本当に男性は「たくさん食べる女の子」が好きだった！ 男性の約8割が「好き」 たくさん食べると好感が持てるのは圧倒的な支持率で「サラダ」

では、男性の側は、女の子が食べるものについてどう思っているのでしょうか。

「たくさん食べる女の子が好き」とはよく聞きますが、ホントに信じていいのかが気になるところです。そこで質問してみたところ、84.5%の男性が「たくさん食べる女の子」が好きと回答！ホントに信じていいと言えそうです！

でも、「たくさん食べてほしいよな」かどうかは食べ物による、ということもわかりました。

「女の子がたくさん食べていると好感がもてる食べ物」を聞いたところ、ダントツで「サラダ(64.4%)」が挙げられました。反対に、たくさん食べるとがっかりしてしまうものとして「牛丼(33.2%)」、「ハンバーガー(31.7%)」、「フライドチキン(29.1%)」など肉系メニューが挙げられました。つまり、「男性の前でたくさん食べたいなら、サラダ」と言えそうです。「肉が好きでも男性の前では意識的にサラダを食べる」という“モテる女子”は、このことをよくわかっているのかもしれない。

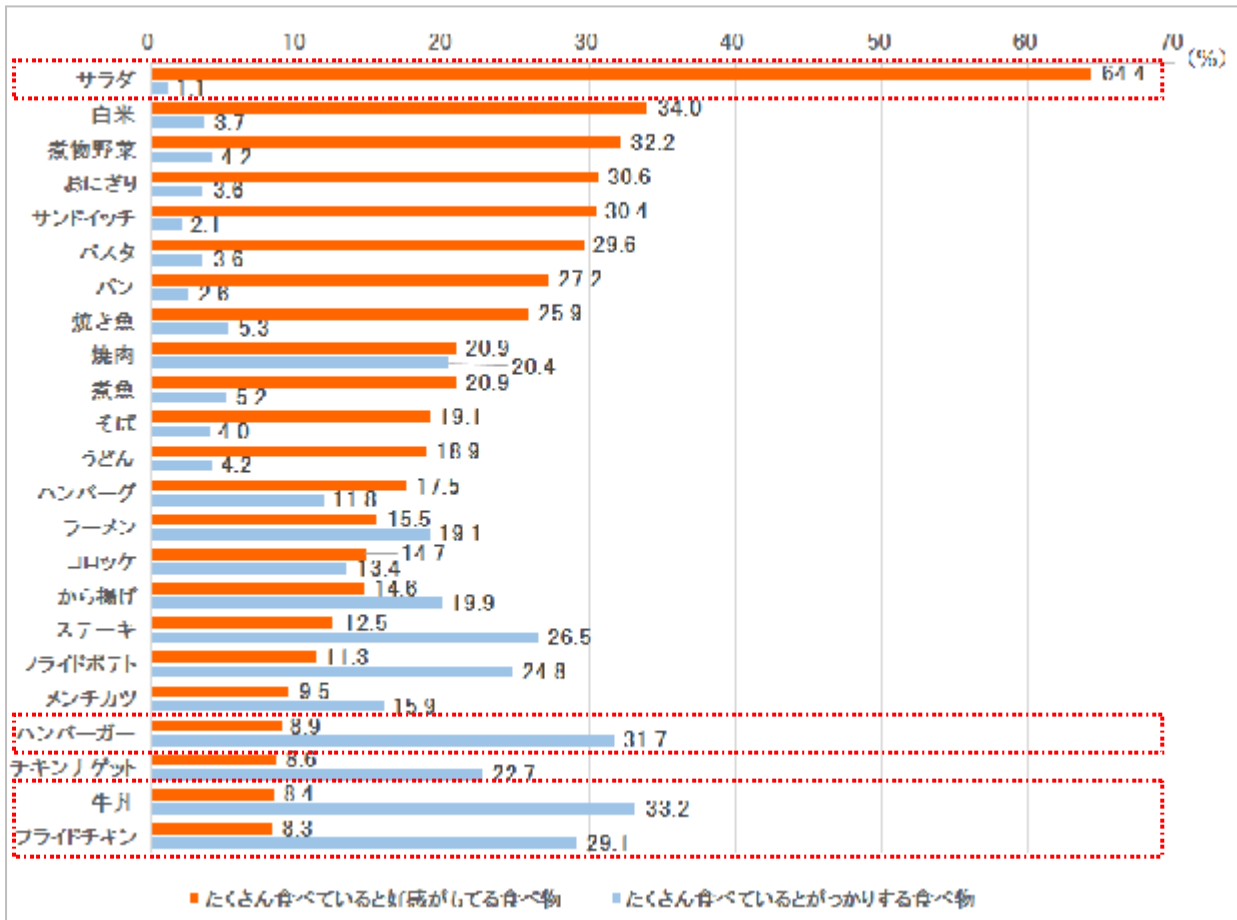


[男性調査]たくさん食べる女の子は好きですか？  
(単一回答: n=618)

[本件に関するお問い合わせや調査を掲載いただける場合は、下記までご連絡ください]

コミュニケーションデザイン総合研究所 担当:若林・大久保

MAIL:wakabayashi@cd-j.net TEL:03-5545-1661 / FAX:03-5545-1662



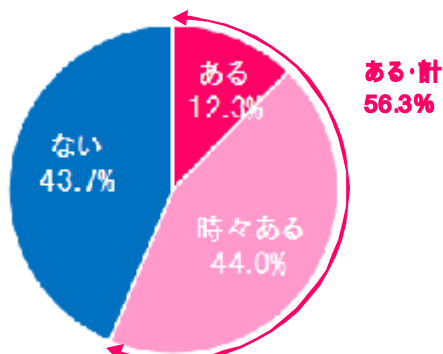
[男性調査]女の子がたくさん食べていると好感がもてる食べ物・がっかりする食べ物はどのようなものですか？(複数回答:n=618)

## 5. 約6割の男性が女の子の「食べ姿」をチェック

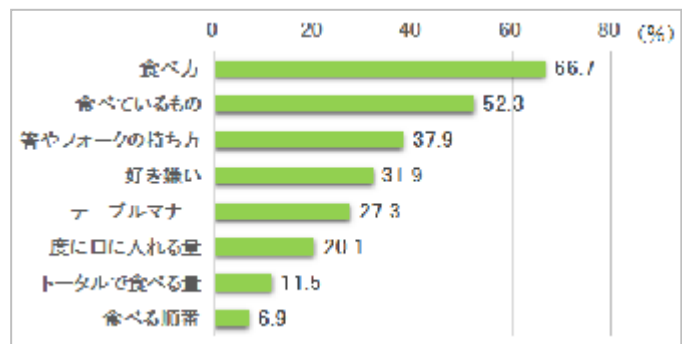
### 食べ姿は、「好意を持つ」「付き合う」上での判断ポイントにする

さらに気になることには、男性は女の子がご飯を「食べる姿」も結構見ていることです。半数以上(56.3%)の男性が、「女の子がごはんを食べている姿をチェックしたり、気になってついみてしまうことが(時々)ある」と回答。また、こういった点を見ているかでは、「食べているもの」はもちろんですがそれ以上に「食べ方」を見ている、という人が3人に2人を占めました。しかも、56.0%の男性が、女の子の食べている姿に好感がもてることは、「好意を持つ」あるいは「付き合う」上での判断ポイントに(やや)なるというのです！

男性と一緒にいる時には、食べるものだけでなく、食べ方にも気を抜いてはいけません。



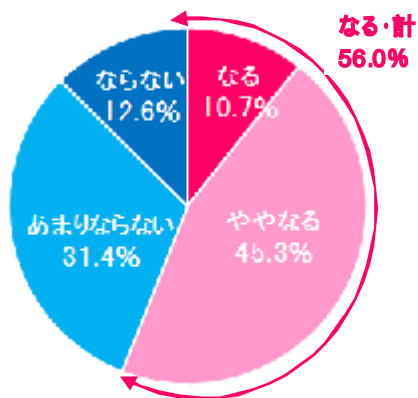
[男性調査]女の子がごはんを食べている姿をチェックしたり、気になってつい見てしまうことがありますか。(単一回答 n=618)



[男性調査]あなたはこういった点をチェックしたり、気になってつい見てしまいますか。(複数回答:n=348)

[本件に関するお問い合わせや調査を掲載いただける場合は、下記までご連絡ください]

コミュニケーションデザイン総合研究所 担当:若林・大久保  
MAIL:wakabayashi@cd-j.net TEL:03-5545-1661 / FAX:03-5545-1662



[男性調査]女の子の食っている姿に好感がもてることは、あなたが、その子に「好意を持つ」あるいは「付き合う」上での判断ポイントになりますか。(n=618)

### 覚えておくといいかも?男性がドキッとすること 食事中の女の子の仕草

「おいしそうに食べる姿や笑顔」、「食事のマナーがしっかりしていること」を挙げる男性が多かった一方で、「髪を耳にかけるしぐさ」や「ひとくちちょうだい」なども古典的な“モテ”テクニクも根強い人気。少数意見ではあるが、「おしぼりでペンギンを作る」などの意見も。やはり、女の子には女の子らしい仕草や言動をしてもらいたいのが男心なのかも?

<b>おいしそうに食べる姿・笑顔 (94件)</b>
楽しそうだったり嬉しそうに食べているのを見ているとこっちも幸せになる(男子高校生)
おいしいものを食べたときの、すごくうれしそうな表情が好き(男性_18-24歳)
<b>食事のマナーがしっかりしている(85件)</b>
ごく自然に食器の音が立たないように食事をしているとき(男性_25-29歳)
和会席のようなものを一緒に食べている時に、ごく自然に所作(マナー)が綺麗だったときはドキッとしました。(男性_25-29歳)
<b>髪を耳にかけるしぐさ(39件)</b>
髪の毛を耳にかける仕草(男性_18-24歳)
<b>料理を取り分けてくれる (21件)</b>
取り分けてくれたとき家庭的でいいと思った(男性_18-24歳)
<b>少しずつ食べるところ(19件)</b>
小口で少しずつ食べるのが可愛い。(男子高校生)
<b>「ひとくちちょうだい」(17件)</b>
一口ちょうだいと言われたとき(男性_18-24歳)
<b>その他</b>
おしぼりで、ペンギンを作る(男子高校生)

[男性調査]女性と一緒にごはんを食べている時に、しぐさや表情、行動などにドキッとしたり(魅力を感じた)ことはありますか。ちょっといいな、と思った程度でもかまいませんので、そのエピソードを教えてください。(自由回答:n=618)

#### < 調査概要 >

調査名 : 「モテる女の子」と「食」に関する意識調査  
 調査方法 : インターネット調査  
 調査期間 : 2013年5月15日~5月16日  
 調査対象 : 女子高生、男子高校生~29歳男性  
 調査サンプル数 : 618名、618名

< 調査主体:コミュニケーションデザイン総合研究所 > <http://www.cd-s.info>

株式会社コミュニケーションデザイン(東京都港区、代表取締役社長:玉木剛)内に設置。

ユニークな視点に立った独自の調査・研究を行い、その結果を公開することにより、世の中に「気付き」や「新しい価値基準」を提供。企業活動や消費者がより豊かな生活をおくる事に寄与することを目的としている。

報道目的のデータの利用は自由ですが、必ず「コミュニケーションデザイン総合研究所調べ」などと明記してください。またその際は下記お問い合わせ先までご一報いただけると幸いです。

【本件に関するお問い合わせや調査を掲載いただける場合は、下記までご連絡ください】  
 コミュニケーションデザイン総合研究所 担当:若林・大久保  
 MAIL:wakabayashi@cd-j.net TEL:03-5545-1661 / FAX:03-5545-1662