

宅食サービス「三ツ星ファーム」を利用したこ
とがある方に対するアンケート調査概要及び
結果一覧

令和7年10月
アスラポート株式会社

1 調査の概要

1.1 調査の目的

宅食サービス「三ツ星ファーム」の利用を検討されている方に向けて、実際に宅食サービス「三ツ星ファーム」を利用した方々から寄せられた生の声を集め、要点をまとめています。

これから宅食サービスの利用を始めようと検討している方への判断材料としてお役立ていただくことを目的に作成しました。

1.2 調査の対象

[ランサース](#)にて、実際に宅食サービス「三ツ星ファーム」を利用したことがある方へアンケートを実施しました。

1.3 調査期間

2025年9月25日～2025年10月9日

1.4 調査項目

回答者の性別・年齢を確認した上で下記の質問事項を調査しました。

- 宅食サービスはどこで知りましたか？
- 数ある宅食サービスの中から三ツ星ファームを選んだ理由を教えてください。
- 宅食サービスのおすすめできる点として最も当てはまるものは？
- 三ツ星ファームの宅食はどのくらいの頻度で取り入れていますか？
- 三ツ星ファームで選んだプランは？
- 宅食サービス三ツ星ファームの月額料金(税込)はどのくらいですか？
- 上記の金額についてどのように考えていますか？
- 何人家族で三ツ星ファームを利用しましたか？
- 宅食サービス三ツ星ファームをどのくらいの期間利用しましたか？またはしていますか？
- 三ツ星ファームをやめた方はなぜ上記の期間で辞めましたか？継続中の方は【継続中】とご記載ください。
- 三ツ星ファームのネット注文は簡単でしたか？
- 三ツ星ファームは注文してからどのくらいで届きましたか？
- 三ツ星ファームで最も好きなメニューは？
- 三ツ星ファームで苦手だと思ったメニューは？
- 三ツ星ファームはまずいという意見についてどう感じますか？
- 三ツ星ファームの良いところについて具体的に教えてください。
- 三ツ星ファームの気になるところ・改善してほしいところについて具体的に教えてください。
- 三ツ星ファームの満足度を教えてください。また、その理由は？
- 三ツ星ファームを解約した方は、解約するのは大変でしたか？

1.5 調査結果の活用

利用者の統計データとして活用します。

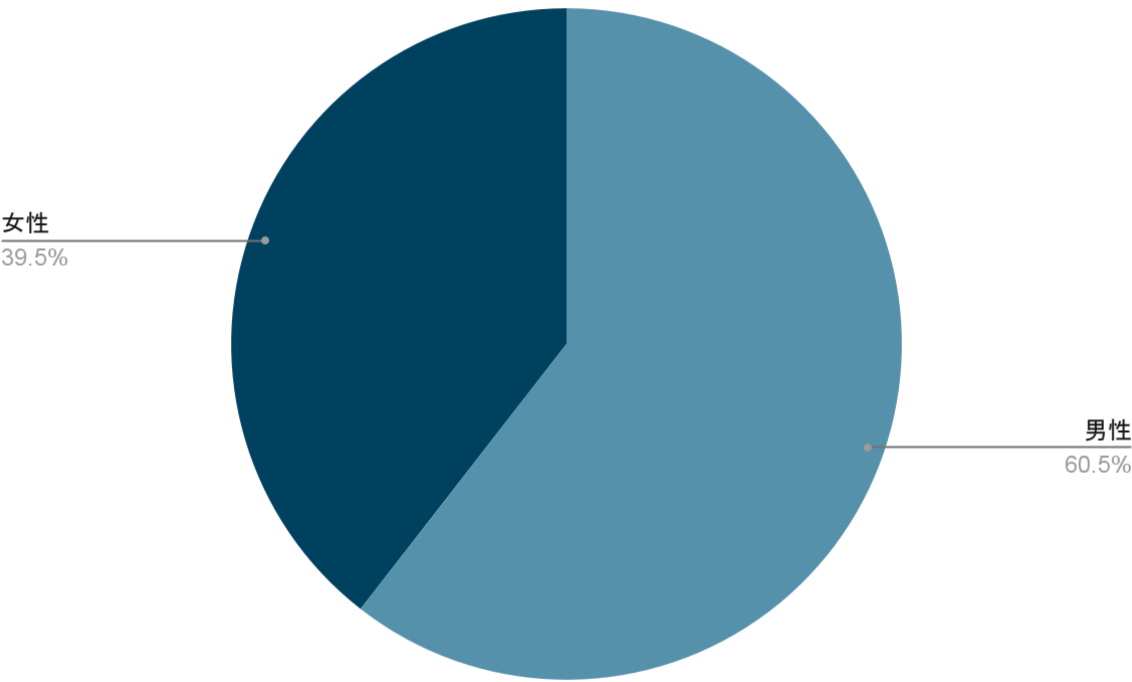
1.6 調査の実施状況

2025年10月9日の時点で、38名の方が有効な回答をしていただきました。

2 調査結果

2.1 性別

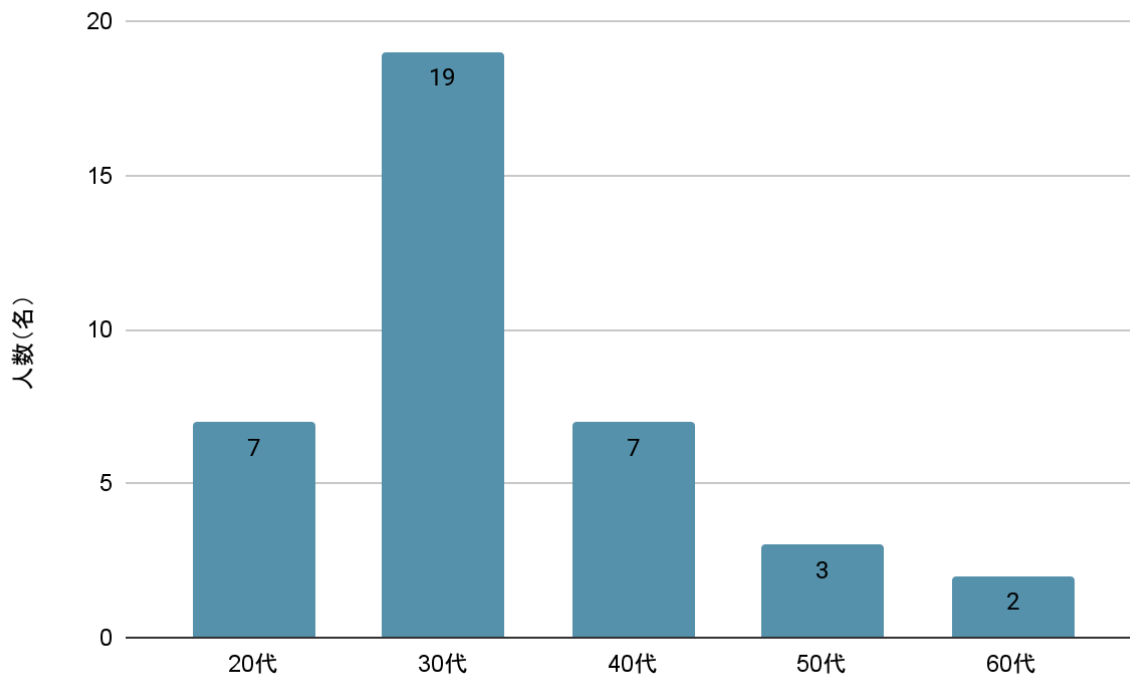
回答していただいた38名について、性別の内訳は以下の通りでした。



	人数	割合
男性	23名	60.5%
女性	15名	39.5%

2.2 年齢

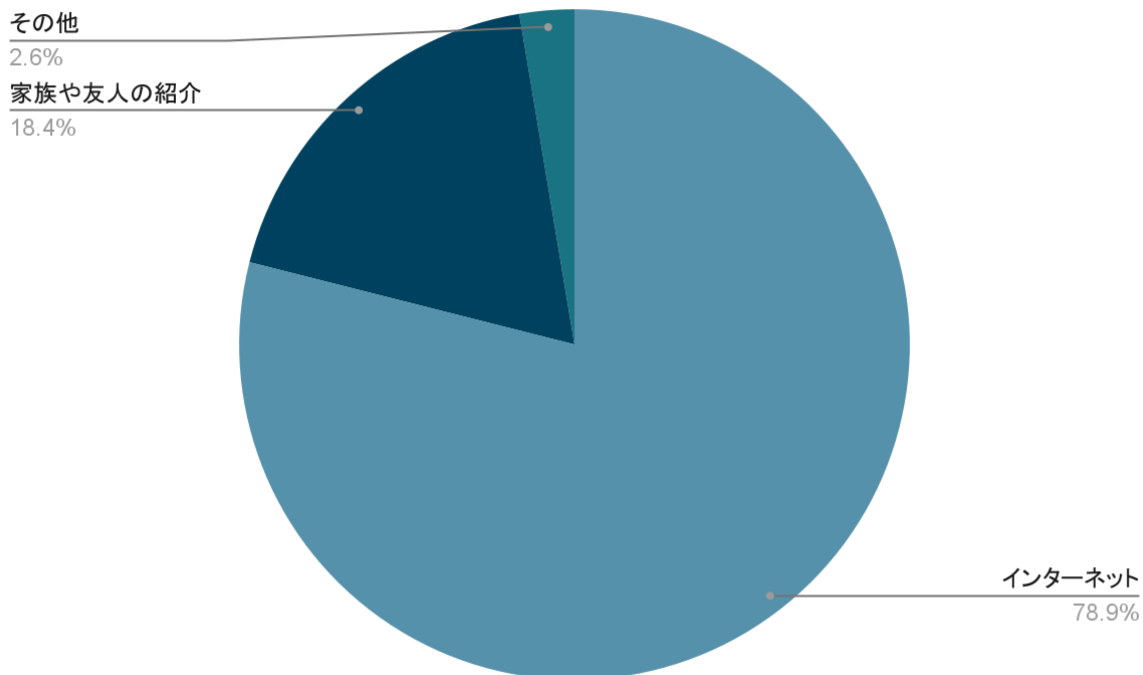
回答していただいた方の年齢分布は以下の通りでした。



	人数	割合
10代	0名	0%
20代	7名	18.4%
30代	19名	50.0%
40代	7名	18.4%
50代	3名	7.9%
60代	2名	5.3%
70代以上	0名	0%

2.3 宅食サービスを知ったきっかけ

宅食サービスをどこで知ったかということについてアンケートでお伺いしました。



	人数	割合
インターネット	30名	78.9%
家族や友人の紹介	7名	18.4%
ヘルパーさんや医療機関などからの紹介	0名	0%
その他	1名	2.6%

アンケートでその他の項目を選んだ方に、具体的にどのような経路で宅食サービスを知ったのかお伺いしたところ、YouTubeという回答でした。

2.4 三ツ星ファームを選んだ理由

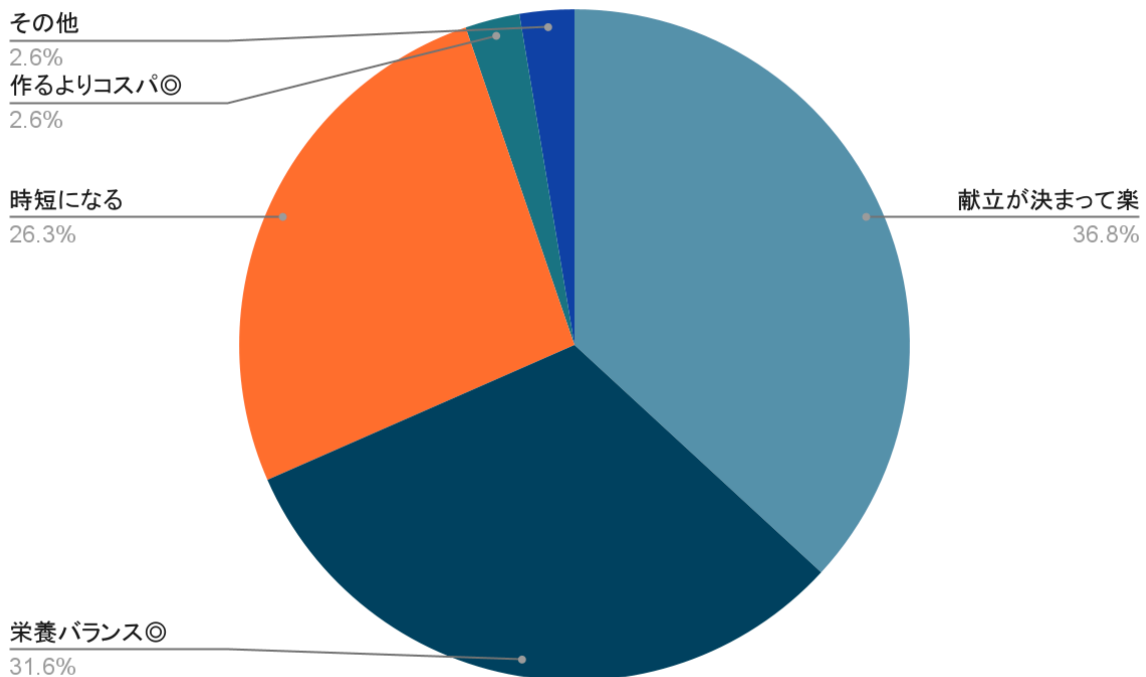
数ある宅食サービスの中で、三ツ星ファームを選んだ理由について自由記述方式でお伺いしました。

- 単身赴任中に体調不良になった時に管理栄養士監修の商品に魅力を感じたから
- 丁寧でホームページがわかりやすい
- 家内の両親が利用していて、試した際に良かったから
- メニューの種類が多く見た目も、おしゃれで栄養バランスも良さそうだったので。
- 管理栄養士監修で栄養バランスが整っている点と、見た目や味にもこだわりがある点に魅力を感じたからです。
- メニュー数が豊富で、ガッツリしたメイン料理が多いことや、エスニックや韓国料理など、定番ではないものも揃っているから。
- 質がよさそうで美味しそうだった
- SNSの広告を見てとても美味しそうだったから

- よくある管理栄養士監修というだけでなくミシュランシェフ考案というところと、原則カロリー350cal以下かつ糖質25g以下、タンパク質15g以上といった低糖質高たんぱくな栄養成分なのでダイエットと健康促進を両立できると思ったため
- 栄養バランスが良く、メニューも豊富で健康的な食事が手軽にとれるからです。
- よく広告で目にしていた、美味しそうだなと思ったから。
- おいしいと口コミがあったから。
- 美味しいと有名、栄養がしっかりと考えられてる。初回特典でお得に購入
- 三ツ星ファームを選んだ最大の理由は、やはり**「味の評判」の高さでした。他の宅食サービスを調べた中でも、「冷凍とは思えない」「まるでレストランの料理のようだ」といった口コミが群を抜いており、美味しさ重視で選びたかった私にとって決め手となりました。また、ただ美味しいだけでなく、全メニューが糖質25g以下、カロリー350kcal以下という独自の健康基準を設けている点も魅力でした。
- 健康的でバランスの良い食事を手軽に取りたいと思い、口コミでも評判が良かった三ツ星ファームを選びました。
- 私の祖母が頼んでいたのと、昔働いていたスポーツジムのお客さんが愛用しており、お薦めしてくれたため。
- 推しが案件で紹介していたため
- 友人の紹介で、すぐに宅食を頼むことをしたからです。
- 有名シェフが監修した本格的なメニューが楽しめるから
- インターネットで色々調べていたときに、口コミが良かったのと、冷凍とは思えないくらいおしゃれなメニューが多かったので選びました。健康面も考えて続けやすそうだなと感じたのも理由のひとつです。
- 多様なメニューがあって自分にニーズに合った食事を食べることができるからです。
- よく見ている某youtuberが三ツ星ファームとコラボしていたので
- オイシックス、三ツ星フォームなどは利用したことがあります。三ツ星フォームは広告で元アイドルやタレントを起用していてタレントに対しても注目がいけます
- たまたまインスタの中で流れて来た広告が三ツ星ファームで、元々宅食のお弁当を利用したいなと思っていた事と、その時は三ツ星ファームしかないと思っていたので選ぶまでもなく申し込みしました。
- 先ずはサービス面で、サブスク弁当の中では良かったので。
- 栄養バランスが取れていて美味しそう
- いくつかの宅食サービスを利用しようと思っていた味が美味しそうだったから。
- ボリュームがあっておいしそうに見えたから
- 元々別の食卓サービスを使っていましたが、三ツ星ファームの方が種類も豊富で、美味しかったから。
- 忙しい生活の中で既に出来上がったスーパーの商品などで食事摂取していたのですが、好きなものばかり食べていたので栄養の偏りを感じていました。せっかく既製品を食べるなら栄養バランスがいいものと思い、探していたら三ツ星ファームさんがでてきたのでトライすることにしました。
- Googleで宅配サービスを検索した際に、特に味の評判が非常に良く、メニューも様々にあったので選びました。
- 値段が手ごろだったのと、電子レンジであたためて簡単にできるところがよい
- 口コミが良くて、同僚が利用していたから。
- 健康的で美味しく続けやすいと感じたから
- 味が美味しいとどこでも評価が高かったから
- 知人が利用していて「美味しい」と言っていたからです。
- ネットで見てご飯が美味しそうだなと思ったから。
- 冷凍でも美味しい料理が食べられるから

2.5 宅食サービスのおすすめできる点

宅食サービスのおすすめできる点として最も当てはまるものをアンケートでお伺いしました。



	人数	割合
献立を考えなくて良くて楽	14名	36.8%
栄養バランスが整っている	12名	31.6%
時短になる	10名	26.3%
作るより総合的にコスパがいい	1名	2.6%
その他	1名	2.6%

それぞれの選択肢を選んだ理由について、自由記述方式でお伺いしました。

▼ 献立を考えなくて良くて楽

- 単身赴任の際に利用したが、バランスも安心
- 考える手間なく毎日違うメニューが食べられる
- 毎日の献立を考える手間がなくなり、忙しい仕事の日でも食事の準備が楽になりました。
- 毎日献立を考えるのがすごくストレスだった。小さい子を2人育てている為、自分のご飯はどうしても適当になってしまう。自分が倒れたら子どもたちに迷惑がかかると思い、注文。簡単に栄養が取れるから、子育て中のママにも気持ちが楽になる
- 最大の利点は、献立を考える手間が一切ないことです。メニューを選ぶだけで、栄養バランスが整った食事がレンジで簡単に用意できます。
- 冷凍庫に突っ込んでおけば、疲れて何も考えたくない日に晩ごはんを食べられるのが助かる

- 毎日毎日自分で献立を考える必要がなくなるので、そうした時間を他に使えるから宅食サービスはとてありがたいです。
- 献立を考えない点
- 色々とコースがありますが、メニューを考えることも無ければ、時短にもなるのでオススメです。
- なし
- 冷蔵庫に余っている食材からバランスの良い食事を作るのが難しくいつも野菜炒めになってしまうのですが、そんな日に利用すると栄養バランスを保持できてとてもありがたいから。
- やはり献立を考えなくて良い点です。毎日同じメニューのご飯ですと、自炊とは言え飽きてしまいます。「今日はこのメニューにしようかな」と選択し、レンジでチンするだけで美味しい食べ物が食べれるのが良いです。
- 献立を考えるのが苦手なために食材を買いすぎてしまうことがあるから
- 様々な献立がたくさんあるため、自分で献立を考える事がなくなりとても便利だと思ったから。

▼栄養バランスが整っている

- 無理なくコンディションを維持できるし、ダイエット効果も期待できるから
- 自分ではなかなか作れないような栄養バランスの整った献立が、手軽に食べられるから。
- お腹を満たすだけならコンビニ弁当や冷凍食品でもいいが、年齢とともになるべく栄養バランスの取れた食事をとりたいと考えようになったから。
- 副菜が複数種類あるため自分で調理するより栄養バランスの取れた食事ができると思うから
- 忙しい平日でも栄養が偏らず、野菜やたんぱく質がしっかり摂れる点が便利だ。
- 計算された栄養価とカロリーで、自分で作る献立よりもより体に優しいものを取り入れることができるため。自分で作ると偏りがちだが、計算してくれているので安心。
- 普段の食事だと、どうしても栄養が偏りがちで…。でも三ツ星ファームは管理栄養士の方が監修しているので、安心して続けられるなと感じました。無理なく健康を意識できるのありがたいです。
- シェフが栄養も監修しているので栄養面に関して考えなくてもいい
- 訳あって家族と離れて暮らし始めたので、一人暮らしだとどうしても栄養バランスが気になるのと、かと言って自分の為だけに凝った料理をする気にもなれないので、とてもおかずのバリエーションも豊富なので良いと思います。
- バランスよく食べることができるので、ダイエットにぴったり
- 栄養バランスをいちいち考えずにバランスが整ったものを手軽に摂取することができるため
- 自分で作るより栄養バランスよく作られてると思うから。

▼時短になる

- 手間がへります
- 電子レンジで温めるだけで食べられるので、買い物や調理に時間を取られず、仕事やプライベートに集中できるためです。
- とにかく献立を考える時間をすべてほかの家事や育児や自分時間に充てられるようになったことがとても有益で、助かっているからおすすめしたい点だと言えます。
- 仕事が忙しいので助かる
- 子育て忙しく時短になるから。

- 忙しい日でもレンジで温めるだけでプロが監修した食事が完成するため、毎日の料理や献立の悩みを解消できるから
- とくに平日は忙しく、料理をする時間がないことが多い。少しでも時間を短縮できれば自分の時間を確保できる
- 料理嫌いでも食事が楽しめるから。
- 共働きにとって料理の時間というのは確保するのがとても大変です。そのため時短になるのでおすすめです。
- 疲れて帰ってきた時など何もしたくない時にすぐに食べられゆっくりと過ごす事ができるから

▼作るより総合的にコスパがいい

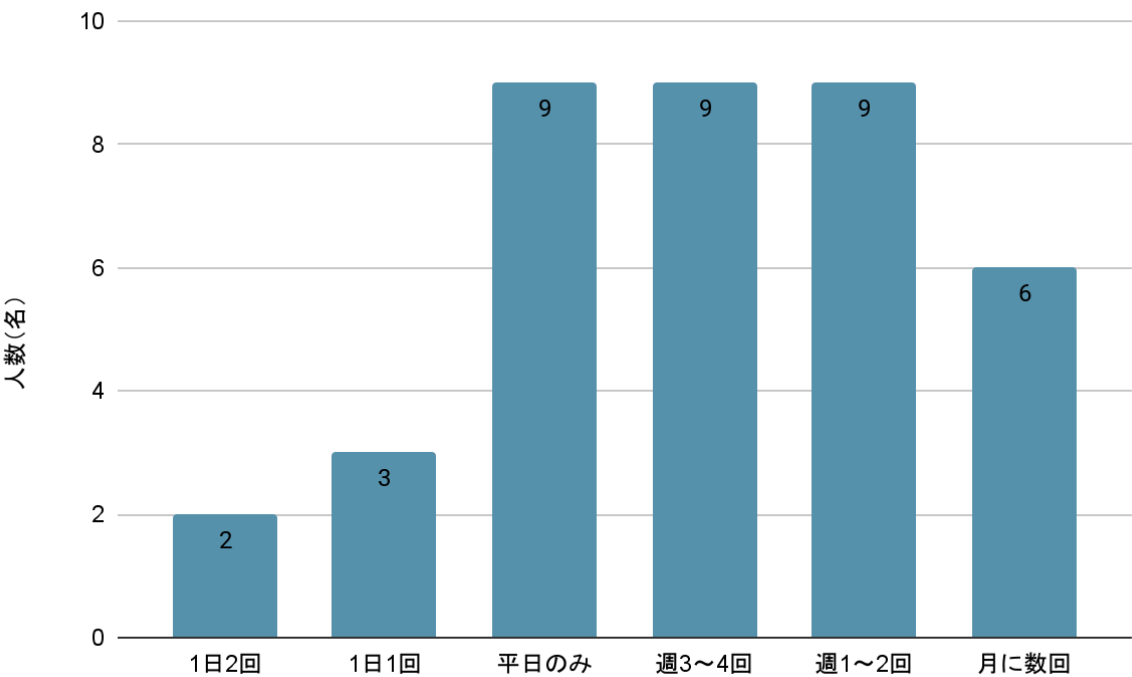
- 配偶者が入院中で自炊をしなければならなくなってしまったので宅食を頼むことにしました。

▼その他

- メニューが非常に豊富で新しい商品も頻繁に追加されていたので、長く続けていても全く飽きず常に楽しみになるのはおすすめしたいポイントです。

2.6 三ツ星ファームの宅食サービスの使用頻度

三ツ星ファームをどのくらいの頻度で取り入れているかアンケートでお伺いしました。

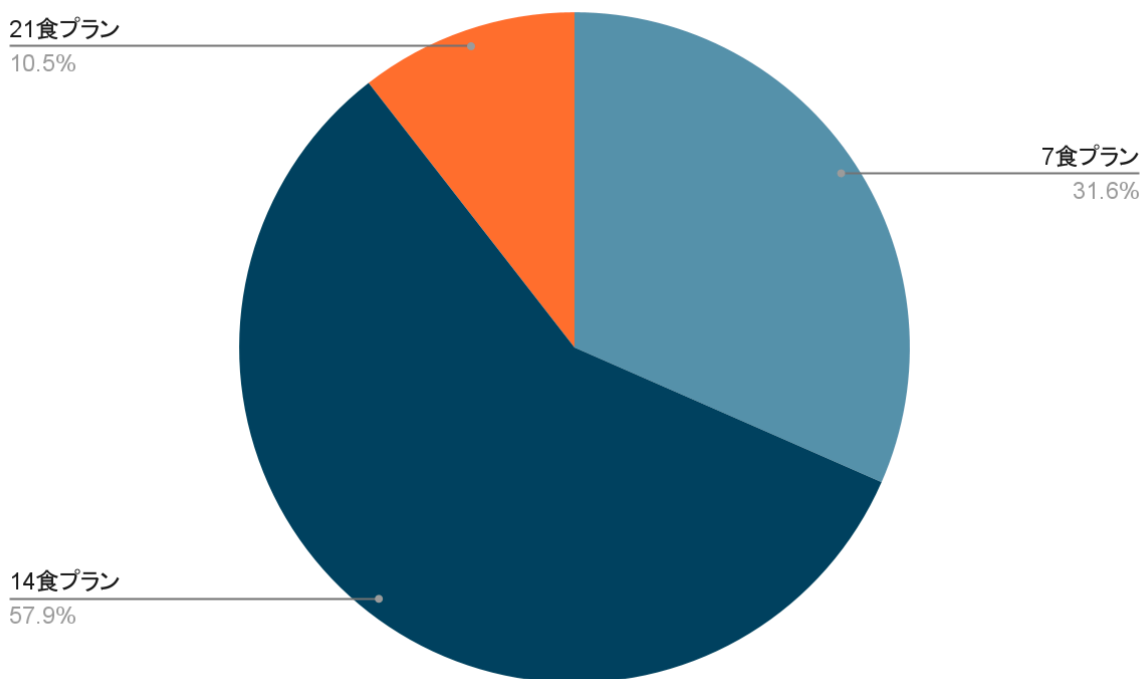


	人数	割合
1日2回	2名	5.3%
1日1回	3名	7.9%
平日のみ(週5回)	9名	23.7%

	人数	割合
週3～4回	9名	23.7%
週1～2回	9名	23.7%
月に数回	6名	15.8%

2.7 ミツ星ファームで選んだプラン

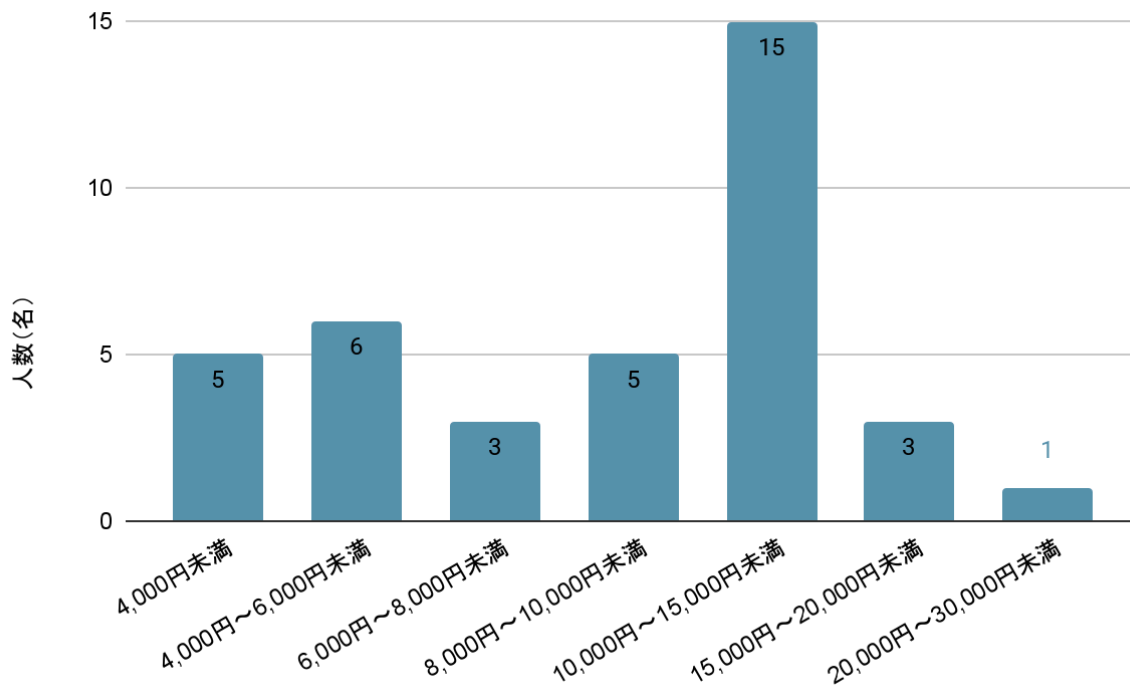
ミツ星ファームの宅食サービスでどのプランを選んだのかということをお伺いしました。



	人数	割合
7食プラン	12名	31.6%
14食プラン	22名	57.9%
21食プラン	4名	10.5%

2.8 ミツ星ファームの月額料金

宅食サービスミツ星ファームの月額料金について、アンケートでお伺いしました。



	人数	割合
4,000円未満	5名	13.2%
4,000円～6,000円未満	6名	15.8%
6,000円～8,000円未満	3名	7.9%
8,000円～10,000円未満	5名	13.2%
10,000円～15,000円未満	15名	39.5%
15,000円～20,000円未満	3名	7.9%
20,000円～30,000円未満	1名	2.6%
30,000円以上	0名	0%

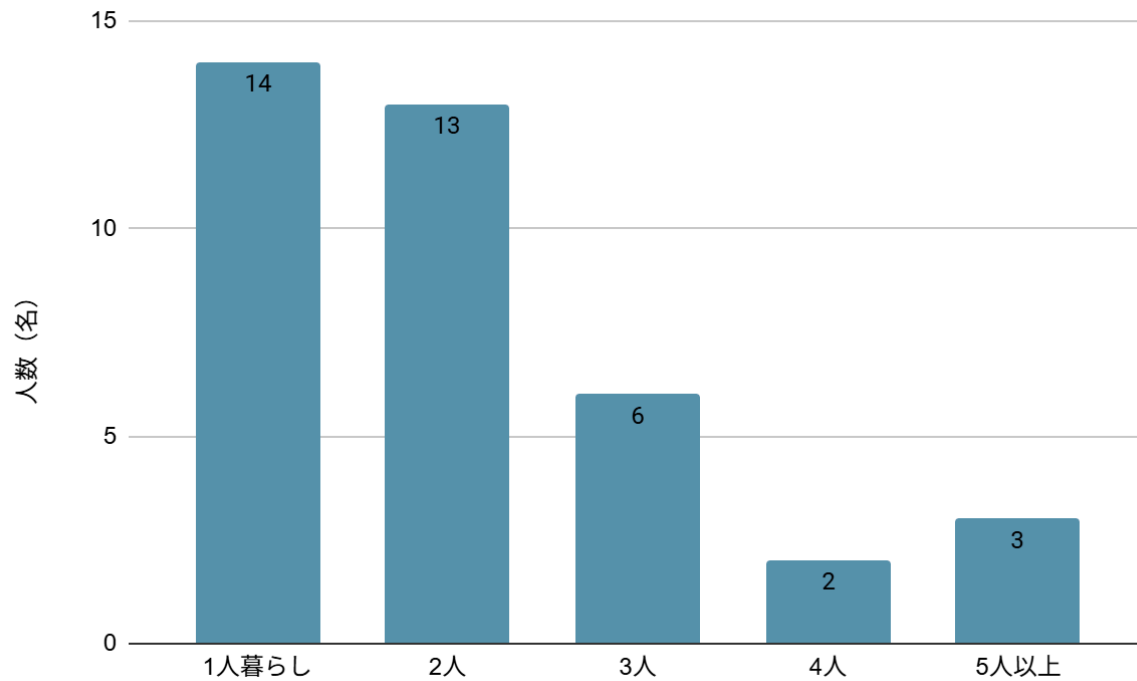
三ツ星ファームの月額料金についての意見を自由回答形式でお伺いしました。

- 利用する前までは少し高いかな？と思っていましたが、料理のクオリティーを考えると安いと思う。
- 良好
- 他に比べて遜色なし
- 外食するよりは安いので、健康面も考えると妥当な価格だと思います。
- 一食あたりにすると外食より安く、健康的でバランスも良いので妥当だと思います。ただし、もう少し安くなると続けやすいと感じます。
- 1食あたりのコスパが悪い上に、送料が加算されるため、軽い気持ちで食べるのを躊躇うときがある。
- 高い

- やや高いように感じる
- 私自身が通常買い物をして手間暇と時間をかけて自炊することを考えた場合、割とコストパタイパともに優れているため、妥当な金額であり、むしろリーズナブルなのではないかと考えています。
- 味や栄養は満足していますが、少し料金が高めなので長期間続けるのは負担に感じました。
- 少し高い
- 妥当かなと思っています。
- 妥当かなと思う
- 料金は、他の低価格帯の宅食サービスと比較すると割高です。しかし、この「味のクオリティ」、そして「糖質・カロリーが厳しく管理されている」点を考慮すれば、納得できる価格設定だと判断しました。特に、自炊をする時間がない忙しい日々の中で、栄養計算された美味しい食事がレンジで5分で完成する手軽さは、費用対効果が高いと感じました。
- 外食やスーパーで同等の食事を揃えるよりは割高ですが、手間を考えると納得の価格です。
- 買いに行く手間も省けるのと、調理時間の短縮にもなりいい値段だと思う。
- あまり美味しくない割には高い
- 少し割だけだと思いますが、自炊するよりはコスパは良いと思います。
- コスパが良い
- 自炊なら1食500円前後に抑えることも可能なのでちょっと割高感があります。
- 金額的には高めだと思います。
- コラボで1回目だけ安くなっていたけど 継続してほしかった。少し安くしてほしい
- なし
- 正直なところ高いとは思いますが。ただ、味やおかずの質やバラエティーさを考えるとまあその位はしてしまうのかな...と。
- メニューの豊富さも含め、妥当だと思います。
- もう少し安い方がいい
- スーパーで既製品を買うのと比べると高くない印象です
- 高めだが、ボリュームがあるので納得できる
- 少し高いかなと思う。確かにメニューが豊富で美味しいのは間違いないが、価格に対して量が若干少なく感じる。
- 手軽に利用しやすい金額
- 送料無料や割引があるのは初回のみで、それ以降だと1食の料金にも割高感を感じるので、正直コスパはあまり良くないです。
- リーズナブルではあると思う
- 高い。
- 満足しています。
- 味を考えたら妥当だと思います。
- 少し高いですが、他店と比べたら特に高いとは思いません。
- 妥当だと思います。
- 美味しいので妥当だと感じる

2.9 三ツ星ファームを利用した家族の数

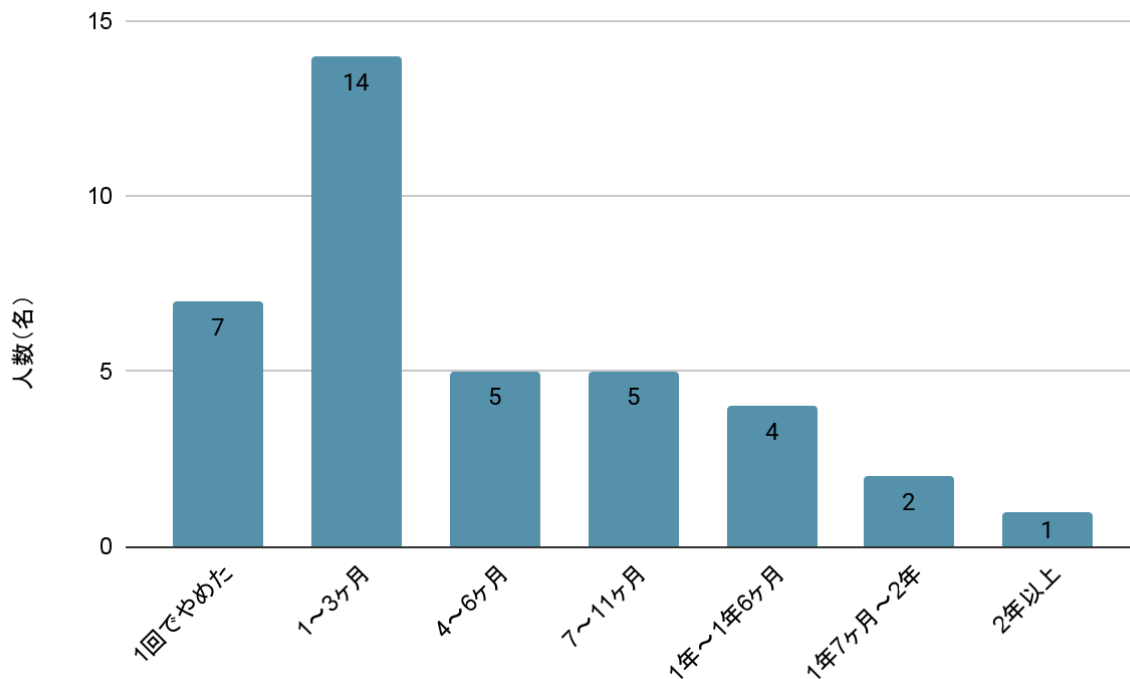
何人家族で三ツ星ファームを利用したのかということについて、アンケートでお伺いしました。



	人数	割合
1人暮らし	14名	36.8%
2人	13名	34.2%
3人	6名	15.8%
4人	2名	5.3%
5人以上	3名	7.9%

2.10 三ツ星ファームの利用期間

宅食サービス三ツ星ファームをどのくらいの期間利用したかということについてアンケートでお伺いしました。



	人数	割合
1回をやめた	7名	18.4%
1~3ヶ月	14名	36.8%
4~6ヶ月	5名	13.2%
7~11ヶ月	5名	13.2%
1年~1年6ヶ月	4名	10.5%
1年7ヶ月~2年	2名	5.3%
2年以上	1名	2.6%

利用をやめた方は、なぜ上記の期間で辞めたのかということをお伺いしました。

▼1回でやめた

- コスパが悪いことや、主食なしのメニューがほとんどなので、食事するにはひと手間掛かるから。
- 他にも安いものがあったから。
- どのメニューも味が濃く、私には合わなかった。やっぱり冷凍の味がしてしまい、美味しいと感じなかった。
- 1回目だけ安かったし 田舎なので親が野菜を作っているのもったいないと感じた
- 冷蔵庫のスペース確保が難しかったため
- 自宅での料理担当が奥さんになったため自分が準備しなくて良くなってしまったため

▼1～3ヶ月

- ナッシュの方がコスパが良いように感じたから
- 値段が高くて家計的に続けられない
- 試してみようと思ってお試しの気持ちで頼みよかったので祖母に買ってもらうことになったので自分ではやめた。
- 配偶者の体調は戻ったので、宅食を頼まなくても良くなったから、やめました。
- やはり美味しいのは認めるけど、値段が高いので、その価格と自分の生活とはバランスが取れていなかった為。
- 在宅しての仕事が減ったため
- メニューに飽きた
- 高いから。

▼4～6ヶ月

- 仕事の都合で生活リズムが変わり、利用頻度が減ったため続けるのが難しくなったからです。
- 毎月の支払いが結構かさんでしまうこともありますので、より安く宅食サービスを見つけたのでそちらに乗り換えました。

▼7～11ヶ月

- 味わいやメニューの充実さには満足でしたが、コスパが悪く長期的に利用するには負担に感じてしまい辞めました。
- 途中でメニューに飽きてしまったから。
- 仕事を正社員からパートに変えたためやめました。

▼1年～1年6ヶ月

- 単身赴任が終わったから

▼1年7ヶ月～2年

- 単身赴任が終わったので辞めました

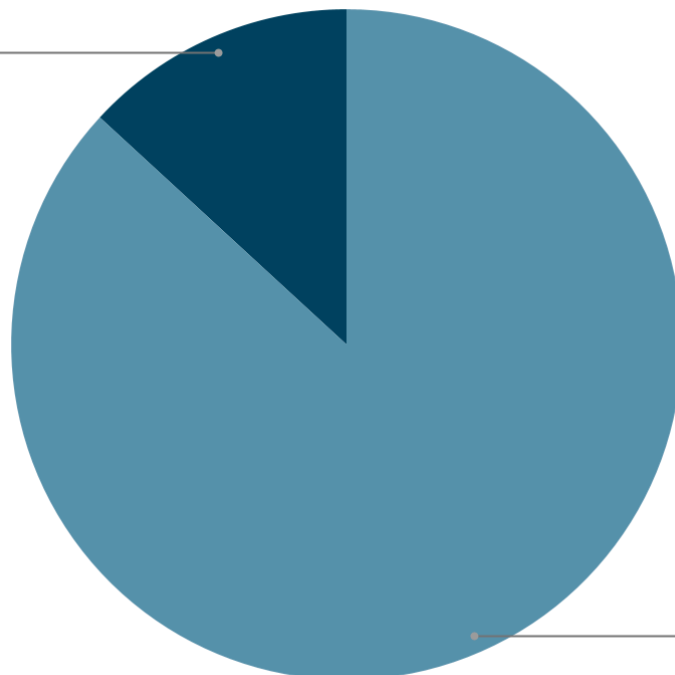
▼2年以上

2年以上続けたという方は現在も継続中でした。

2.11 三ツ星ファームのネット注文の難易度

三ツ星ファームのネット注文は簡単だったかということをアンケートでお伺いしました。

少し悩んだ
13.2%

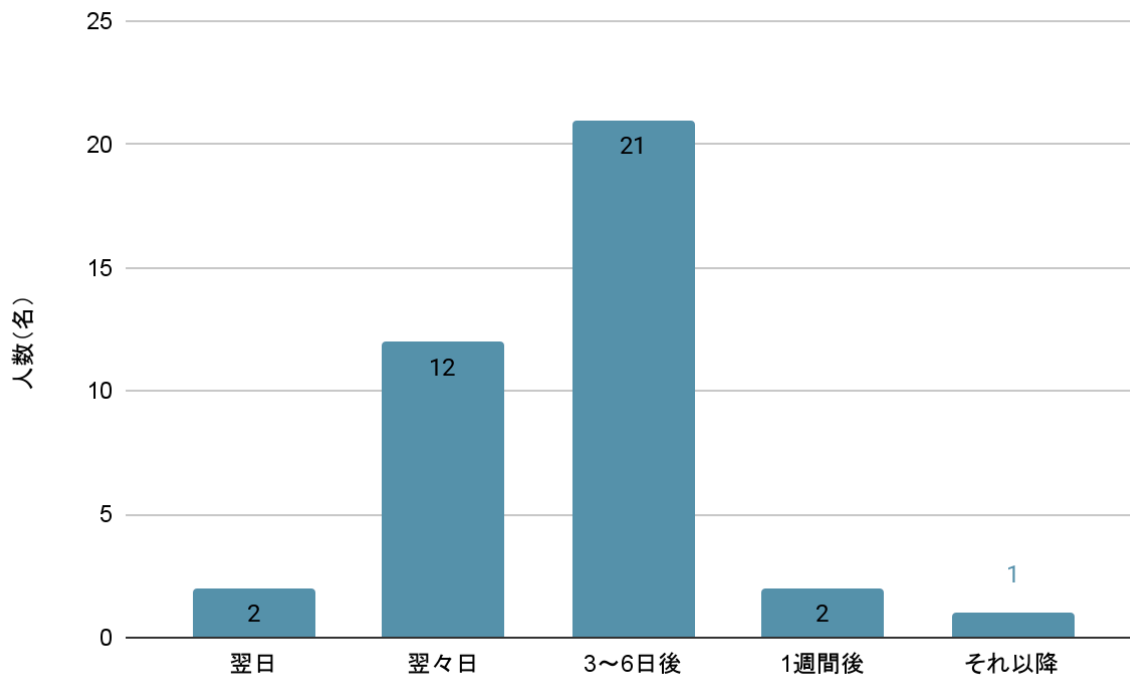


簡単だった
86.8%

	人数	割合
簡単だった	33名	86.8%
少し悩んだところがあった	5名	13.2%
難しかった	0名	0%

2.12 ミツ星ファームの宅食が届くまでの期間

ミツ星ファームの宅食は注文してから、どのくらいの期間で届いたかということについてアンケートでお伺いしました。



	人数	割合
翌日	2名	5.3%
翌々日	12名	31.6%
3～6日後	21名	55.3%
1週間後	2名	5.3%
それ以降	1名	2.6%

2.13 三ツ星ファームで好きなメニュー

三ツ星ファームで好きなメニューについて、自由記述方式で回答していただきました。

メニュー	人数
ハンバーグ ・濃厚トマトソースとチーズの贅沢ハンバーグ ・赤ワインと黒胡椒の 大人のデミハンバーグ ・トリュフ香るデミグラスのハンバーグ	10名
幸せタルタルの国産サーモンフライ	3名
鶏の照り焼きと彩り野菜	3名
ローストチキン	2名
鶏肉と野菜の黒酢あん	2名

メニュー	人数
彩り野菜とスパイシーケイジャンチキン	2名
カニクリームコロッケ	1名
たこ焼き	1名
特製エビチリソース煮	1名
レモンバターのやみつきローストチキン	1名
トマトソースがかかったチキン	1名
たっぷりタルタル 国産鶏肉のチキン南蛮	1名
スペイン風オムレツとミートボールしらすのトマトチーズソース	1名
鶏肉と野菜のバジルソテー	1名
三ツ星居酒屋 スパイシーおつまみ骨付きチキン	1名
本格バターチキンカレー	1名
ブリッと甘旨 特製海老マヨ	1名
柚子風味 ジューシー豚しゃぶ	1名
三ツ星ナポリ風ピッツァ 照り焼きチキン	1名
肉系のメニュー	1名
焼き魚全般	1名
よくばり 7食セット	1名

2.14 三ツ星ファームで苦手なメニュー

三ツ星ファームで苦手なメニューについて、自由記述方式で回答していただきました。

メニュー	人数
魚料理 ・煮つけ ・白身魚の甘辛特製黒酢あん ・魚介の旨味堪能 7食セット ・満腹ソーセージと鱈フライ 特製タルタル乗せ ・肉厚サバの ピーナッツ味噌焼き仕立て ・カレイのムニエル ジェノベーゼソース	13名
ハンバーグ ・デミ&ホワイト ハンバーグ2種のソース	4名

メニュー	人数
・トリュフ香るデミグラスのハンバーグ ・ふんわり豆腐ハンバーグ 香味ネギソース	
6種の具材の入った中華丼の具	1名
イカと揚げナスのピリ辛チリソース	1名
コク旨豚キムチ	1名
タイ風春雨の炒め物	1名
タンドリー風スパイスチキン	1名
野菜の煮物	1名
豆と野菜のトマト煮込み	1名
生姜焼き	1名
辛いもの	1名
芋	1名
とろーりタイ風コク旨ガパオ	1名
トマトソース系メニュー	1名
特になし	8名

2.15 三ツ星ファームがまずいという意見について

三ツ星ファームがまずいという意見に対して、どのように思うかということについて自由記述方式でお伺いしました。

- 冷凍食品なので、カリカリの食感を求める人には向かないと思う。味は良く工夫されているし、臭みもないので決して不味いとは思わない。三ツ星ファームがまずいと感じる人は、どの冷凍食品も無理だと思います。
- 特に何も思うことはないです
- 味付けは薄いかも。若い方には
- 味の好みは人によって違うと思いますが、私は概ね美味しいと感じています。
- 味の好みは人それぞれなので仕方ないと思いますが、私は十分美味しいと感じています。冷凍弁当の中では味付けが工夫されていて良いと思います。
- 副菜の味付けは薄いと感ずることがあったものの、メインは比較的しっかりしていて、スパイスが入っているものが多く、味付けに物足りなさを感じることはそれほどなかった。
- 私もメニューによって口に合わないものがあるので、まずいと思う人もいると思う。
- 全体的には美味しいメニューが多いと思います
- 決してまずくはないと思います。
- 味の好みは人それぞれだと思いますが、自分は全体的に満足していました。
- まったくそうは思わない。そういう声を聞いたことが無い。
- 全体的にはおいしいと感じているので一部かなと思います。

- わかる気がする、私もそう思ってしまった
- 三ツ星ファームが「まずい」という意見は、主に「量が少ない」「味が薄い・単調」と感じる方に集中していると思います。私自身の体験では、メイン料理は「冷凍とは思えない本格的な味」で、特に洋食や中華は非常に美味しく感じました。しかし、人によっては副菜の薄味さや、ご飯がないことによるボリューム不足が「まずい＝満足できない」につながるかもしれません。特に、濃い味付けやガッツリした量を求める人には合わない可能性がある、というのが私の正直な感想です。
- 個人的には美味しいと感じます。人によって味の好みがあるのは当然だと思います。
- 元々好き嫌いがないので全て美味しく感じますが、冷凍という先入観から来ているのかと思います。
- 正直美味しくはないと思う。
- 健康志向が強いので、薄味がまずいとの意見になってしまいましたかもしれません。私は美味しくいただきました。
- まずは頼んでみるべきです
- 人それぞれ好みはあると思いますが、私は思っていたよりも美味しく感じました。
- 味はやや薄いですが、それでも美味しく食べられるのでヘルシーかつ美味しさを兼ね備えています。薄味が苦手な方にはまずいと思うってしまうこともあるかと思います。
- 栄養を考えると味付けは自分で足してもいいと思うので人それぞれ
- 三ツ星ナポリ風ピッツァ 照り焼きチキンなどは美味しかったです。値段も手ごろで悪くないと思います。
- それはどう感じるかは人それぞれだと思うので何とも言えないですが、冷凍の宅食サービスとしては美味しいと思います。
- しっかり頼んでそうに言ってるのか分からない。
- 好みの問題だと思います。私は味付けがしっかりしていて美味しいと感じています。
- まずいとは思わないです、美味しい！
- 味付けがしっかりしているのでおいしいが、人によって味の好みが違うから
- 人それぞれなのではないでしょうか。まずいなら他の食卓サービスに変えれば良い。
- 全然まずくないと思います。おそらく好みの問題かなと。
- 全体的に美味しいメニューばかりで、宅配サービスの中でも質が高いと感じたので、不味いといった印象は全く受けなかったです。
- とくに思ったことはない。
- 初めて聞いたので、びっくりです。
- 味の好みは人それぞれですが、私はバランスの取れた味付けで十分美味しいと感じています。
- 他の宅食に比べたらかなり美味しい方だと思います。
- 中には美味しくない料理も確かにあるのでそういった点を踏まえて感想を言っていると思います。
- 様々な人がいますし利用する年齢もいろいろなので仕方ないと思います。
- 少なくとも自分はまずいとは思ったことはないので人それぞれだと思う

2.16 三ツ星ファームの良いところ

三ツ星ファームの良いところについて、自由記述方式でお伺いしました。

- コンパクトな容器なので数多く保存ができるし、慣れてくると自分でアレンジできるので重宝しています。美味しくダイエットできる点も有難いです。
- とても良いです
- 栄養バランスの面が1番だと思います

- 冷凍とは思えないほど味がしっかりしていて見た目も、きれいなので食欲がわきます。自分ではなかなか作れないようなメニューが多く、毎回選ぶのが楽しみです。それに栄養バランスが考えられているので、健康管理の面でも安心できます。レンジで温めるだけで手間がかからず、忙しい日でもすぐに食事が用意できるという点も、とても助かっています。
- 栄養バランスが計算されていて糖質やカロリーが抑えられている点、豊富なメニューがあり飽きにくい点、また見た目も彩りが良く食欲が湧くところです。
- メニュー数が多いことや、ジャンルの幅が広いことや、ピザやパスタといった主食になるメニューも扱っていること。
- 考える手間なく毎日違うメニューが食べられる、手軽に注文できる、次のスケジュールも簡単に変更できる
- メニュー数が100種類くらいあるので新しいメニューを試す楽しさがある
- とにかくレシピの種類が多いこととクオリティが高いことが挙げられます。
- 三ツ星ファームの良いところは、栄養バランスがしっかり整っている点と、手軽に食事ができることです。仕事が忙しい時でも、料理の手間をかけずに健康的な食事を取れるのでとても助かりました。また、メニューが豊富で飽きにくく、冷凍で保存もできるため、自分のペースで利用できるのも便利だと感じています。
- とにかく品質が高い。味が美味しく、食べるのが楽しみになるレベルである。
- 栄養バランスが整っていて食事がおいしいところです。
- 1つのお弁当で3種類ほど入っているので、飽きない。それだけで1食にできる。電子レンジ1つで出来る手軽さ、時短、処分のしやすさ、洗い物なし！ネットで全て完結できる、すぐ届く。しっかり洗えば、子どもたちのおままごとでも使えるような容器(もしくはお風呂や砂遊びでも)
- 三ツ星ファームの良いところは、一流シェフ監修の本格的な味と、糖質25g以下・カロリー350kcal以下の健康基準を両立している点です。
- 冷凍保存できるのでまとめ買いができ、レンジで簡単に調理できる点が便利です。栄養バランスも考えられていて、忙しい日常でも健康的な食事がとれます。
- メニューの数が豊富なので、いろんな種類を試したり選ぶ選択肢が多いところ。老若男女問わず、好き嫌いがある人などにもいいと思う。
- 献立を考えなくて良いので、仕事帰りで疲れている日にはありがたい。
- 味については、冷凍とは思えないほど美味しいと思います。
- 添加物が控えめです
- 自炊だと栄養が偏りやすいんですが、三ツ星ファームは管理栄養士監修なので安心感があります。レンジで温めるだけなのに、バランスが整っているのがありがたいです。
- 高タンパクで低カロリーとなっているので、ヘルシーな食事を摂れるところが良いところです。それと豊富なメニューが用意されているので、バリエーションがあるメニューを楽しむことができるのも良い点です。
- 燃えるゴミにそのまま捨てていい地域にはすごく便利な食事。高齢者にはいいと思う
- 値段も手ごろで良いと思いました
- おかずのバラエティー豊富さ。14日コースで全てメニューが違っていたので、飽きずに楽しめました。そしてどれも美味しいですし、ちょっとしたいいお弁当を買って食べた感じになり、満足感が得られます。あと、容器が紙なので、洗って捨てられるのも便利かと思います。
- 安くて栄養満点のお弁当を定期で配達してくれるサービスが良いです
- 管理栄養士監修で栄養バランスが良い点や、電子レンジで簡単に調理できる点がとても便利だと思います。冷凍のまま保存できるので忙しいときに助かります。
- 手軽に栄養バランスの取れた食事が取れる点。特に平日の仕事終わりに1品足りないときなど重宝させていただきました。
- 副菜の色味もきれいなので、おいしく食べることができる

- メニューの豊富さ。メインディッシュはしっかり味がついていておいしい。それにサイドメニューには野菜も入っているし、ただ単にお肉だけが入っているわけではなく、栄養バランスも取れていると感じる。
- 手軽においしいメニューが食べられるところ。メニューの種類が豊富でスーパーなどの既製品のメニューと重複しない点もいい。
- 基本的にどのメニューも味は大変美味しく、冷凍だとは感じさせない本格的な料理ばかりでしたし、それでいて栄養バランスもしっかりと考慮されていたのは非常に良かったです。
- すでに記述したように、時短ができるところだと思う。値段も手ごろ
- 料理嫌いでも食べられるところ。
- 三ツ星ファームの良いところは、栄養バランスが考えられたメニューが多く、冷凍なのに出来立てのような美味しさが楽しめる点です。さらに、電子レンジで温めるだけで手軽に食べられるので、忙しい日でも健康的な食事が続けやすいところが魅力です。
- 味が良いところと、メニューが豊富なところ。
- 手軽に夕ご飯が食べられるところも良いですし自宅に届くので簡単なのが良いです。
- メニューが豊富でパッと見て美味しそうなのが良いです。また実際に食べてみると自分では作れないくらいの美味しい味だと思いました。
- 手軽にレストランのような料理がレンジで手軽に食べられて時短にもなりゴミも減り良いことしかないです。

2.17 三ツ星ファームの気になる・改善してほしいところ

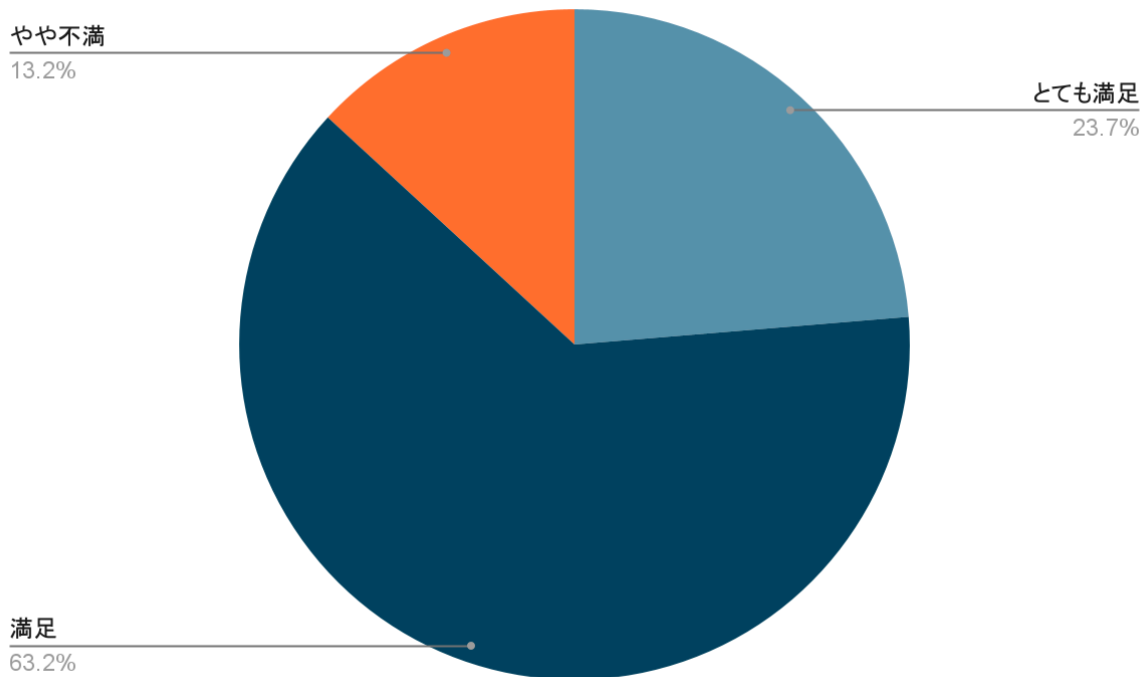
三ツ星ファームの気になるところや改善してほしいところについて、自由記述方式でお伺いしました。

- ソースが似たようなものばかりなので、スパイス系の料理を増やしてほしい
- 特に問題はございません
- 特に気になることはありません。
- もう少し値段が安くなるか、送料が安くなると利用しやすいと思います。
- メニューによってはボリュームが少なく感じることもあるので、もう少し量を選べるプランがあるとありがたいです。また配送間隔の柔軟性が高まるとより便利です。
- 量が少ない割に料金は高めに設定されているため、せめて送料を無料にするか半額程度に抑えるようにしてほしい。
- メニューのレパートリーを増やしてほしい、アジア系のメニューを増やしてほしい
- 人気メニューが売り切れていることが多々あるので改善してほしい
- もう少し一食あたりのボリュームがほしいです
- 価格がもう少し手ごろになるか、味のバリエーションがもっと増えれば、飽きずに続けやすいと感じました。現在の価格だと少し負担に感じるため、長期間の利用を考えると改善があれば嬉しいです。味の幅が広がることで、より楽しみながら続けられると思います。
- 値段が少々高い。さすがにもう少し安くないと長期で続けられない。
- 値段がもう少し安くなったらと思います。
- もう少しおいしくなったらいいな
- 気になるところは、送料が別途かかる点と、一部のメニューでボリュームが物足りない点です。特に送料は毎回かかるため、料金が安く感じます。
- もう少し塩分控えめのメニューがあると嬉しいです。また、期間限定メニューや季節感のあるメニューが増えると飽きずに続けられます。
- 宅配、契約となると縛られている感じがすごくなるのでスーパーなど手軽にもっと手取りやすいところがあれば自分のタイミングで購入しやすい、

- 味がとにかく美味しくない。その割には値段もそこそこかかる。
- 価格は1食あたり700円台からとやや高めで、特に少量注文時は割高に感じる場合があります。そのため続けるにはコスト面での工夫や節約が必要と感じます。
- 脂質を抑えめにすべきです
- 味は満足していますが、続けるとなると送料が積み重なって気になるので、定期便の割引など工夫があると続けやすいと思います。
- もう少し安くして欲しい。ただそれだけを改善して欲しいです。
- そのまま捨てられない地域には 容器を洗って乾かす手間があるので そこを考えて欲しい
- なし
- これは自分の勘違いしていた部分もあるのですが、ご飯もあるとかなり値段とのバランスで納得が出来ると思います。
- 特にありませんでした。
- 値段がもう少し手頃だと続けやすいと思います。また、メニューのバリエーションがさらに増えると嬉しいです。
- 送料が安くなると嬉しいです。
- 想像していたよりも量が少なかった
- 価格に対して量が若干少ないように感じるので、もう少しその改善を求めたい。
- 7食コースも送料が無料だとなお嬉しいです。
- 1食に計算をすると、割高感がある割にはボリュームがとても少なく、他な食べ物も同時に準備しなくては足りないくらいだったので、それだと宅配弁当の意味が若干薄れてしまうのはとても気になりました。
- 今のところ特に改善は必要ないとおもうが、パッケージがもう少し何が入っているかわかりやすいといいと思う
- 料金を安くしてほしい。
- 三ツ星ファームの気になる点は、メニューによっては量が少なく感じる点がある点です。もう少しボリュームがあると、男性や食欲のある人にも満足度が高まると思います。
- 強いて言えば、料金が結構高めなところ。
- 料金を安くしてほしい
- もう少し和食を多くしてほしい
- 料金がもう少し安くなれば購入しやすくなると思う

2.18 三ツ星ファームの満足度

三ツ星ファームの満足度についてアンケートでお伺いしました。



	人数	割合
とても満足	9名	23.7%
満足	24名	63.2%
やや不満	5名	13.2%
とても不満	0名	0%

上記の満足度を選んだ理由について、自由記述方式でお伺いしました。

▼とても満足

- 全てが完璧でいいです。
- 単身赴任を支えるにあたって最適だったと思います
- 私が三ツ星ファームに満足している最大の理由は、健康的な食事を手軽に楽しめるという点に尽きます。一流シェフ監修のメインは本格的な味わいで、低糖質・低カロリーなのに食後の満足感が高いです。献立を考えたり調理したりする時間がない日でも、レンジで温めるだけで栄養バランスの取れた食事が確保できるため、忙しい日常の大きな助けになっています。
- 電子レンジで温めるだけで、バランスの取れた食事が食べられる手軽さがあります。
- 手軽なのに健康的な食事ができる点です。自炊だとどうしても栄養が偏ってしまうのですが、三ツ星ファームならバランスを考えなくても安心して食べられます。味も思った以上に美味しくて、満足度が高いです。
- 冷凍食品にもかかわらずベチョっとせずに味が美味しいから。メニューもたくさんで飽きない楽しさがあると思います。
- 安い、時短になるというのが一番。味も特に悪くない
- 美味しくとても助かっているから

- 味も美味しいしメニューも豊富で飽きないので

▼満足

- 彩りが良いし、デザート系も充実しているので飽きることがないから
- 味や栄養バランスには満足しているが、コスト面でもう少し使いやすくなるとさらに良いと思います。
- 手軽さと栄養バランスの両立ができており、忙しい生活でも健康的な食事を続けられる点にとっても満足しています。
- メニューの数に比べて金額が少し高い
- 総合的に判断したら、ほかの宅食よりレベルが高いから
- 値段は多少するが品質が抜群だったため。
- 栄養が考えられていて食事がおいしいから。
- 手軽に栄養バランスの良い食事が摂れる点が非常に便利で、コスパも良いと感じるため。
- 味、種類、時短、栄養価すごくいいと思います！
- 配偶者の入院中の自炊の負担をとて抑えてもらいました。
- 料金が高いことは不満がありますが、それ以外のことは満足しています。味付けも美味しくてボリューム感もあって食べ応えがあります。
- おいしかった。栄養を考えなくていい。豪華に見えるしそれだけで1食になる
- ぷりぷり海老かつ卵とじも良くぷりぷりの海老が入ったカツを、とろふわの卵で丁寧に包んでいるようで評価できました。三ツ星ファームの1食あたりの料金は、7食コースで通常927円(税込)、14食コースで819円(税込)、21食コースで711円(税込)です。初回送料無料キャンペーンを利用できる場合や、長期継続プランを利用することで、1食あたり603円(税込)まで割引されることがあり、送料代もそこまで高くない金額ではないかと思っています。
- やはり美味しさやメニューの豊富さなど、評価できる点と、値段が高めなのと、それでもご飯は付いてこなかったという点において、2番目の満足を選びました。
- 味も大切な中で、とても美味しかったから。
- 味はとてもおいしかったため。
- 美味しく食べながらダイエットができるから
- 味がおいしいのは間違いないが、やはり価格に対して量が若干少なく感じるので、「満足」を選択。
- おいしい、手軽、安い3拍子が揃っていて気軽に利用しやすかったから。
- 味わいには非常に満足しましたが、どうしてもボリューム感の無さとコスパの悪さは引っ掛かりました。
- 楽であることと、高いことから。
- 辞めてしまいましたが最初は美味しいと思ってずっと愛用していたので満足です。
- 改善点はありますが、それでもとても美味しいと思いましたし、様々な野菜を使っているため栄養にも良いように思います。
- 自分のライフスタイルに合っているから

▼やや不満

- ヘルシーなのに味が薄すぎず、メイン料理には満足だが、意識してかなりゆっくり食べないと、主食を合わせても食べた気にならないくらい少ないから。
- 割高感がありコスパが悪く感じる
- 味や栄養面には満足していましたが、料金がやや高く感じたため、長期間の利用は難しかったです。

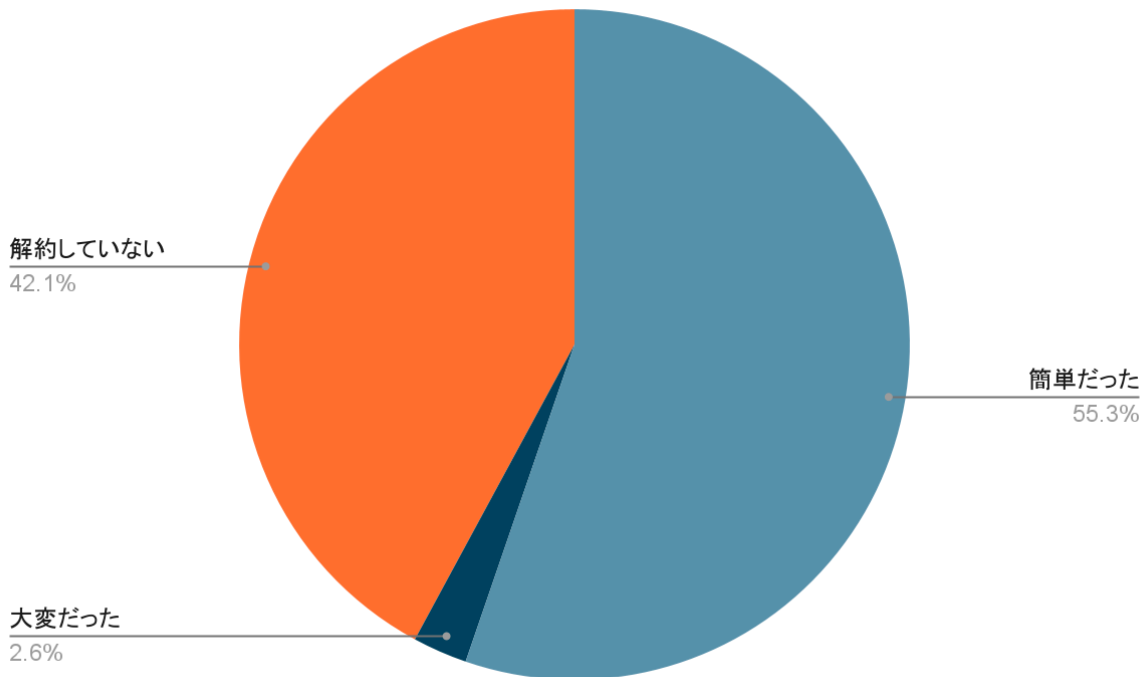
- 味が好みじゃなかったから
- 美味しくないことが致命的なため。

▼とても不満

今回の調査では、とても不満という選択肢を選んだ方はいらっしゃいませんでした。

2.19 三ツ星ファームの解約

三ツ星ファームを解約するのは大変だったかということについて、アンケートでお伺いしました。



	人数	割合
簡単だった	21名	55.3%
大変だった	1名	2.6%
解約していない	16名	42.1%

解約が大変だったという方に、どのような点が大変だったかお伺いしたところ、以下の回答でした。

- 電話でしか解約できなかったため大変に感じた