

Part 3

生活日記調査全データ

● 実施調査内容

「生活」と「食」に関する生活日記調査

2016年3月11日(金)～3月17日(木)

● 対象モニター

ヤオコーユーザー 11名

※30～40代、女性、既婚・子供あり、ヤオコーで週2回以上買い物をする習慣がある方

● モニタープロフィール

ID	性別	年齢	結婚	子供	家族構成				職業
					夫	子供1	子供2	子供3	
01	女性	33歳	既婚	あり	39歳	7歳	5歳	6か月	パート
02	女性	33歳	既婚	あり	43歳	9歳	7歳	2歳	パート
03	女性	36歳	既婚	あり	36歳	9歳	4歳		専業主婦
04	女性	37歳	既婚	あり	37歳	3歳	0歳		専業主婦
05	女性	37歳	既婚	あり	36歳	1歳			専業主婦
06	女性	39歳	既婚	あり	43歳	8歳	1歳		会社員
07	女性	39歳	既婚	あり	39歳	6歳	1歳		専業主婦
08	女性	40歳	既婚	あり	40歳	11歳	3歳		パート
09	女性	41歳	既婚	あり	41歳	7歳	1歳		専業主婦
10	女性	41歳	既婚	あり	42歳	8歳	5歳		パート
11	女性	45歳	既婚	あり	45歳	9歳			パート

食のトレンド®
TREND OF FOODS

生活日記調査シート【09-1】

< 3月 11日(金) の生活・行動記録 >

ID: 09 女性 41歳 既婚 子供あり 専業主婦

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3		
生活行動		睡眠	起床・掃除	朝食準備	夫・子供達の朝食	長女の出かける準備	送り出し	自分の朝食	次女ミルク	片付け	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	洗濯物をまわす、下す	
食べたもの、飲んだり	食べたもの 飲んだもの	ごはん みそ汁(豆腐、わかめ、ネギ) ネギ入り玉子焼 たらこ ひじきとチキンのマリネ バナナ 麦茶、アサイと野菜のミックスソース		コーヒー		煮込みうどん (豚肉、ホタテ、ちくわ 玉ねぎ、人参、ネギ) クロワッサンあんぱん(半分) いよかん、麦茶		お茶		ドリア(スモークチキン・人参・玉ねぎ・コーン・えのき) ステーキ野菜(ソースは、リンゴ・玉ねぎ・人参・にんにく・ごま・しょう油・オイル) だだ茶豆 ひじきとチキンのマリネ 苺・ヨーグルト 糸茶																	
	誰と 食べましたか?	1人 (いつもは長女送り出し後、次女と朝食。今朝は次女が早く来たので3人で)		1人		次女		長女		長女、次女																	
	どこで 食べましたか?	自宅		自宅		自宅		自宅		自宅																	
買い物	買ったもの ※レシートの 写真でも可	卵が沢山残っていたので夫の好きな玉子焼にした。 たらこは頂き物。ひじきのマリネは前日の残り物。フルーツ(バナナ)と野菜ジュースは我が家の毎朝の日課。これを続けて体言が良く、風邪を引かなくなつた為、ずっと継続しています。		コーヒーで一息つきたて。でも結局おむすび替え。バタバタして、あれこれしなげら飲むことに... やはりゆかり飲むには、昼寝中だ。たは... (実家でもらった物。彼をむいて冷凍保存しておいた物。とても便利です!!)		クロワッサンあんぱんは夫は頂き物。いよかんは、次女の大好き物。半分に付けて食べた。 美肌しからた☺ 麺好きの次女は、ほぼ完食!		食べると思ったのに... あ〜あ...!! 夕食後の苺とヨーグルトは毎日の日課。ヨーグルトはR1。 親子で花粉症の為R1を食べ続けている。→交わりあり! インフルにもかかるが今のところ過ぎている!																			
	どこで 買いましたか?	自宅		ヤオコー (写真)		ヤオコー																					
	その買い物を した理由	いつもは水曜、土曜の買い物だが、雨で散歩に行けず、セカンドなオーブと粉チーズを買いに出かけた。 苺、ヨーグルト、R1が定額だったので、白いタン以外の物も購入。		店頭 次女用のベビーチーズがセカンドなので、毎月あるチーズ20%OFFの日にはチェック。																							
気になったり 自分の行動に つながった情報と 見た・聞いた感想 ネット(スマホ、PC)、 テレビ、雑誌、 チラシ、口コミなど	店頭 次女用のベビーチーズがセカンドなので、毎月あるチーズ20%OFFの日にはチェック。																										
今日一日の 感想	雨で退屈な1日。長女のお迎えから散歩、ママ達とお菓子が出来て良かった。沢山絵本も読んであげて良かった。しかし...完全に寝不足になるであろう...							今日の食事の 満足度							あり合わせの材料で作った割りには満足。長女は沢山食べてくれるので嬉しい。次女がごはん食べてくれる方法は...もうネタ切れだ。							今日の買い物で 気を付けた点			買い物に行くと、つい余計な物を買ってしまうので今日は、リハ目を覚めた。		

生活日記調査シート【09-2】

< 3月 12日(土) の生活・行動記録 >

ID: 09 女性 41歳 既婚 子供あり 専業主婦

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3
生活行動				睡眠		>起床 >朝食 ミルク		>片付け	>子供達と外遊び	>帰宅	>自由時間・ネット・テレビ	>朝食準備	>朝食	>片付け	>夕食の下ごしらえ	>買い物	>夕食の準備	>急な来客	>夕食準備の続き	>夕食	>片付け・朝食下ごしらえ	>入浴(夫に寝かしつけをお願い) ミルク	>洗濯 うっかり寝てしまっている	>お風呂入	>就寝
食べたもの、飲んだり	食べたもの 飲んだもの						ごはん うどん入りみそ汁 玉子焼・ソーセージ ホットサンド・ジャムサンド しょうがのみそ漬 きゅうりの浅漬 アサイと野菜のミックスジュース						バナナ 麦茶						和風パスタ(なす・玉ねぎ・舞茸・ベーコン) サラダ 麦茶 ガトーショコラ コーヒー						餃子 肉もやし 豆腐(温かい物) 春雨スープ(玉ねぎ・人参・えのき・レタス入り) 麦茶 苺・ヨーグルト
	誰と 食べましたか?	夫 娘(2人)															夫 娘(2人)								
	どこで 食べましたか?	自宅																							
	食べたもの 飲んだものを ・選んだ理由 ・作った理由 ・食べた感想	前日の残り物があったので。 みそ汁は前日の煮込みうどんに味噌を入れた。 娘達がパンを食べたいと言うのでベーコンと チーズのホットサンドとジャムサンドも作った。 炭水化物はかりになってしまったが、色んな物か お皿に乗って、個人的には満足。															外食する予定だったが夫が自宅で 仕事をやる事になり外に出れず... パスタのストックがあったので作った。 外食した気分を味わいたくて 食後にガトーショコラとコーヒーを 飲む。パスタは好評、満足。					平日は手間のかかる餃子まで作れず。 「ママの餃子が食べたい!」と娘からずい 言われていたので本日決行。丁度ラモ前日に 駅買って来たので、長女と一緒に作った。 肉もやしは我が家の定番。うまみに最高の味だが 今夜はお酒なし。餃子の冷凍保存分まで作れて良かった。			
買い物	買ったもの ※レシートの 写真でも可																ヤオコーレシート (写真)								
	どこで 買いましたか?																ヤオコー								
	その買い物を した理由																自宅から一番近くにあるスーパー 本日は20%OFFになる物が沢山 あった為、マイバスケットシステムが とても便利(ヤオコーのマイバスケットを購入 するとレジ打ち後、そのまゝかごに入れてくれるので 袋詰の手間がはぶける)								
気になったり 自分の行動に つながった情報と 見た・聞いた感想 ネット(スマホ、PC)、 テレビ、雑誌、 チラシ、口コミなど	・チラシ ドリンクを買ったので 20%OFFは嬉しい!																								
今日一日の 感想	明日から海外出張の夫。今日こそは家族でお出 かけしたかった。ちょっとブルー。しかし、久しぶりに 娘と料理が出来て良かった。					今日の食事の 満足度					全体的に美味しく頂きましたが、時々自分以外の 人が作ったご飯を食べたくなる... = バリエーション が足りないからかな...					今日の買い物で 気を付けた点					楽しませて。ついお惣菜を買いたくなるが 我慢した。				

生活日記調査シート【09-3】

< 3月 13日(日) の生活・行動記録 >

ID: 09 女性 41歳 既婚 子供あり 専業主婦

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	
生活行動			睡眠	起床 夫の朝食準備	掃除	朝食 ミルク	片付け	子供達と遊ぶ	出かける準備	外出	朝食	自由時間 お喋りレジャー 子供達と遊ぶ	ミルク	妹宅へ出る		帰宅 夕食	入浴	寝かしつけ ミルク	うっかり寝てしまった...		起きる	洗濯・アイロンかけ 長女の学校の準備等	レポート記入		就寝	
食べたもの、飲んだり	食べたもの 飲んだもの						おにぎり(たらこ) 豚汁 肉もやし チーズ 漬物(きゅうり、しょうが) バナナ						アサイと野菜の ミルクシヨース 麦茶						パスタ(ミートソース) サラダ 黒豆麦茶						ご飯 メチ サラダ 豚汁 梅 ヤクルト400 麦茶	
	誰と 食べましたか?						次女(長女起きず...)										娘(2人) 妹、義弟、甥					娘(2人)				
	どこで 食べましたか?						自宅										妹宅					自宅				
	食べたもの 飲んだものを 選んだ理由 作った理由 食べた感想						おにぎりが食べたかった。 豚汁と漬物で簡単に済ませ たかった。 肉もやしは昨夜の残り物 夫が海外出張に行く日は必ず豚汁!! 野菜不足になると思うので具沢山で										久しぶりにコンビニのご飯。 自分で作るミートソースはトマト系だが デミグラス系のミートソースの味が食べ たくて購入。 バランス的にサラダも買った。					娘からのリクエストでメチにした(ヤオコー) 豚汁は卓前からの残り物。これだけでも満足。 ヤクルト400はR1と併用。インフル、花粉症 対策のため継続中。				
買い物	買ったもの ※レシートの 写真でも可						食べれる様に、毎回豚汁を食べると 無事に帰って来る...という勝手な シグス...でもある。										ローソンレシート (写真)					ヤオコーレシート (写真)				
	どこで 買いましたか?																ローソン					ヤオコー				
	その買い物を した理由																妹宅に向かう途中、一番寄り易かったのが ローソンで買い物。 次女も一緒に食べれる様にパスタにした。					渋滞で帰宅時間が遅くなり 夕食準備の時間無くなってしまった。 通りがかりにヤオコーがあったので。				
気になったり 自分の行動に つながった情報と 見た・聞いた感想 ネット(スマホ、PC)、 テレビ、雑誌、 チラシ、口コミなど	<ul style="list-style-type: none"> スマホ Market TeRRACE 市場の敷地内にあるビュッフェ。 先日家族でランチを食べに行き 気に入った。BBQもあったり、夜はお酒もあるのでまた 今度行ってみたいと思った。とてもお酒落なお店!!! 																									
今日一日の 感想	今日からしばらく夫が出張。娘達も楽しめる様 妹宅に行き、いとこ同士仲良く遊んでくれて満足 していたので良かった。					今日の食事の 満足度					手友が出来て美味しく頂けたので、 良かった。♪♪をしたら元氣な張れます。					今日の買い物で 気を付けた点					とにかく余計な買い物はしない!					

生活日記調査シート【09-4】

< 3月 14日(月) の生活・行動記録 >

ID: 09 女性 41歳 既婚 子供あり 専業主婦

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3			
生活行動			睡眠		起床・長女の朝食	朝食	洗濯物をたたむ 洗濯(タオル物)	掃除	次女と遊ぶ	自由時間	夕飯準備	夕飯準備	夕食準備	夕食	夕食	夕食	片付け	入浴	寝かしつけ			レポート記入	就寝					
食べたもの、飲んだり	食べたもの 飲んだもの			<ul style="list-style-type: none"> ご飯 豚汁 糸豆腐・のり しらすと大根おろし フルーツ 麦茶・アサイと野菜のジュース 			<ul style="list-style-type: none"> コーヒー 		<ul style="list-style-type: none"> パン(いちごジャム) ソーセージ サラダ(レタス・パプリカ・ブロッコリー・クルムチーズ) 野菜のポタージュスープ(玉ねぎ・人参・コーン・かぼち・チン) 紅茶 ↳ 食後にクッキー 			<ul style="list-style-type: none"> かぼちライス風ごはん(豚焼・玉ねぎ・パプリカ・ピーマン) サラダ(自家製ドレッシング)コーン・とりもぎ肉・バジル) チーズ 麦茶 苺 ヨーグルト 																
	誰と 食べましたか?			次女			1人		次女			娘(2人)																
	どこで 食べましたか?			自宅			自宅		自宅			自宅																
	食べたもの 飲んだものを ・選んだ理由 ・作った理由 ・食べた感想			<p>朝食は簡単に済ませたいので すぐ出せる物に。しらすと残り物の 豚汁を出すのが娘達は良く食べる。 バランス自体には良かったのかな〜。 彩りが良ければ、もと良かったが 今朝は寝坊してしまったので余裕がなかった。</p>			<p>至福のひとときを 味わいたくて...</p>		<p>スープは離乳食に使っていた野菜ブレイクが リシ余っていた。肉の舌触りが苦手な次女。 たんぱく質をとるために具材を全てミキサーで とろとろにした。パン・ソーセージは家にあつたから。 サラダのドレッシングはバルサミコ酢・オリーブオイル・ マシクソルト。疲れているのが、甘い物が食べ たくて仕方ない。甥っ子からのハワイ土産の クッキーを食後に食べた。</p>			<p>夫が留守なので簡単に調理出来る物。 余っている野菜・ひき肉で何となく作ってみた。 子供達が食べられる様に甘辛の味付け。 自分だけバジルの大量に入れてみた。パンチは 無いが美味しかった。長女も完食。次女は コーンだけつまんで、お皿をひっくり返す...</p>																
買い物	買ったもの ※レシートの 写真でも可																											
	どこで 買いましたか?																											
	その買い物を した理由																											
気になったり 自分の行動に つながった情報と 見た・聞いた感想 ネット(スマホ、PC)、 テレビ、雑誌、 チラシ、口コミなど	<ul style="list-style-type: none"> ・テレビ Moco'sキッチンでマリネを紹介 す。ぱい物好きとしては興味津々。 ロマネスコが入っていたが、そんなオシャレな 食材ないよー!と思った。ブロッコリーで 代用して近々作ってみようと思った。 ・スマホ(ネット) 4x糸内マスターのブログを日々チェック。 断捨離して家の中をスッキリさせたのが 全然行動に移せずにいたが、日々スペースが 見直していけば、ストレスも溜らずに片付くのかな... と思った。 																											
今日一日の 感想	1日中雨で寒かったので家でゆっくり過ごせた。 ホワイトデーという事もあり、お友達が数人お返しを 届けてくれて、娘も大喜び。							今日の食事の 満足度							栄養バランス的には良かったのかな?! 子供も食べたが、色々な味を食べて良かった。							今日の買い物で 気を付けた点						

生活日記調査シート【09-5】

< 3月 15日(火) の生活・行動記録 >

ID: 09 女性 41歳 既婚 子供あり 専業主婦

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3						
生活行動		睡眠		起床・掃除	朝食準備	朝食	朝食	ミルク	片付け	洗濯(タオル類)	洗濯物たたむ	洗濯物たたむ	洗濯物たたむ	寝かしつけ	長女帰宅	ミルク	外出	帰宅・夕食準備	夕食	片付け	入浴	片付け	寝かしつけ	ミルク	片付け続き	洗濯	自由時間レポート記入	就寝			
食べたもの、飲んだもの	食べたもの 飲んだもの	ご飯(しらす・ゆかりのせ) みそ汁(豆腐・わかめ・ネギ・玉ねぎ・人参) ミートボール(市販) ブロッコリー バナナ・麦茶 アサイと野菜のソース						うどん(玉ねぎ・人参・舞茸・ チンゲン菜・ほたて・とろろこんにゃく 梅干・のり・ゴマ) いよかん・麦茶 クッキー・黒糖チョコレート) 食後 コーヒー						ご飯 餃子 ポター・ジュスープ チンゲン菜のおひたし きゅうりの浅漬(中華風) 豆腐(温)						麦茶 苺 R1											
	誰と 食べましたか?	次女						次女						娘(2人)																	
	どこで 食べましたか?	自宅						自宅						自宅																	
買ったもの、飲んだもの	食べたもの 飲んだものを 選んだ理由 作った理由 食べた感想	冷蔵庫にある物でなるべく簡単に。 ブロッコリーは前日の残り物。 次女はみそ汁の具が好きなので 良く食べてくれた。 ミートボールは、私も長女も好きなので!						昔、夫と一緒にいた居酒屋の 梅干ととろろこんにゃくのうどんが食べ たくなり、作ってみた。栄養白々に沢山 具を入れた。美味しかった。 次女もうどんが大好きなので完食。 食後の甘い物...クセになってしまう。						帰宅後夕食準備の時間が無かったので 冷凍保存しておいた餃子にした。 ポター・ジュスープは、昨日の残り物。 緑色のおかずばかり... でも味はgood!																	
	買ったもの ※レシートの 写真でも可	マルエツレシート(写真)						ダイソーレシート(写真)						文教堂書店レシート(写真)																	
	どこで 買いましたか?	マルエツ						ダイソー						文教堂書店																	
買ったもの、飲んだもの	その買い物を した理由	マルエツは苺が安いので。 野菜も特価デーで安かった。 マルエツは品数が沢山!!! オシャレな商品も沢山あって楽しい。						マルエツの上階にあるため便利! ちょっと必要な物はダイソー。 夫が留守でヒマなので、雑誌を 購入。お茶しながら、ゆっくり読もう...																							
	気になったり 自分の行動に つながった情報と 見た・聞いた感想 ネット(スマホ、PC)、 テレビ、雑誌、 チラシ、口コミなど	・テレビ ZIPで紹介された「シルフィエおにぎり」 子供が喜びそうなので、今度作ってみようと思った。						・雑誌 Hanako「3泊5日で理想のハワイ」 年内に旅行に行けたら...と思っているが 子連れともなると、現世での行き先は 厳選しなければ! 食べたい物ばかり... 食いしん坊だな...私。																							
今日一日の 感想	長女が年々の時の担任の先生が退職されるという ことで、幼稚園に遊びに行ってきた。偶然仲良し お友達の人と会えて楽しいひと時だった。						今日の食事の 満足度						うどんが美味しかった! 次女が、余りお米を食べず...最終手段のきなこもちが 好きなので良かった... お米食べてくれるのは...						今日買い物で 気を付けた点						おえて、3000円しか持たずに出かけたので、余計な 買い物はせずに済んだ。						

生活日記調査シート【09-6】

< 3月 16日(水) の生活・行動記録 >

ID: 09 女性 41歳 既婚 子供あり 専業主婦

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	
生活行動			睡眠	>>>起床・掃除 >>>朝食の準備	>>>長女朝食の準備 >>>準備出し	>>>朝食 ミルク	>>>片付け ミルク	>>>出かける準備 次女送迎準備	>>>買い物	>>>朝食 自由時間・雑誌	>>>片付け	>>>片付け	>>>次女寝かしつけ 自由時間・おやつ作り	>>>おやつ 長女帰宅 子供達と過ごす	>>>夕食の準備	>>>夕食	>>>片付け 入浴	>>>ミルク 寝かしつけ	>>>>	>>>洗濯 自由時間・レポート記入	>>>>	>>>>	>>>>	>>>>	>>>>	>>>>
食べたもの、飲んだり	食べたもの 飲んだもの			ご飯(おかか長女のせ) みそ汁(キャベツ、わかめ) 目玉焼・ソーセージ・サラダ たらこ アサイと野菜のジュース 麦茶			コーヒー	カレーうどん (厚揚げ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・かにかま ねぎ・のり) はっさく 麦茶			ドーナツ(手作り) 紅茶		ご飯 みそ汁 サバのみりん干し オイスターソース炒め(厚揚げ、なす、ピーマン、パプリカ) 肉じゃが・スライスチーズ 塩・ヨーグルト 麦茶													
	誰と 食べましたか?	次女		1人			次女			娘(2人)		娘(2人)														
	どこで 食べましたか?	自宅		自宅			自宅			自宅		自宅														
	食べたもの 飲んだものを 選んだ理由 作った理由 食べた感想	冷蔵にあった物で簡単に。この手の朝食が1番好きかも。朝食にヨーグルトを食べれたら良いと思うが、その分まではお腹に入らず...		朝食に甘夏しか食べない次女...うどんなら沢山食べてくれるので作った。私はカレーうどん。次女はめんつゆ味。「おいしい〜」と言ってくれました。沢山食べてくれて、お喋りも出来る様になって母は嬉しいです。			ドーナツを食べたのが買いに行くタイミングも無く、ホットケーキミックスがあったのでミニドーナツを作った。長女大喜びでした。		無性に肉じゃがが食べたくなった。サバは冷凍しておいた物。火のしめ物は残っていた具材からのひらめき。みそ汁は朝食の残り物。給食でよく魚が出るのでなかなか魚をメニューに入れなかったが今日は決行。予想通り長女から「給食も魚だったけど」とクリームが																	
買い物	買ったもの ※レシートの 写真でも可	ヤオコーレシート (写真)		ドラッグエースレシート (写真)																						
	どこで 買いましたか?	ヤオコー		ドラッグエース																						
	その買い物を した理由	今日は特売日で野菜と果物が安く買った。		近所のドラッグストア。ポイントと1000円以上の買い物でパパママ支援カードを提示すれば更に200ポイントもらえる。																						
気になったり 自分の行動に つながった情報と 見た・聞いた感想 ネット(スマホ、PC)、 テレビ、雑誌、 チラシ、口コミなど	・店頭 「モリンガ」を発見!! 以前沖縄に行った時にモリンガ茶を買った。「葉箱の木」とも呼ばれているそうで、アンチエイジングに効果あり! 飲んでいる時は確かに月経の周期が来た。 ・店頭 「トムヤクソの素」 トムヤクソを作る時はKALDIで素を買っていたが身近な所で発見! 夫が帰って来たなら試みに作ってみたいと思った。 ・スマホ 連休、春休みに子供達が喜びそうな所を探しているところ。長女は花粉症なので屋内で色々探しています。工場見学、良いかもしれない。																									
今日一日の感想	今日は次女が1歩歩きました!!! 一生懸命立つ練習をする様になり、成長が嬉しい♡						今日の食事の満足度			和食が多かったが、満足。			今日の買い物で気を付けた点			無駄な買い物をしない様に気を付けた。夫が長期留守なので、子供中心の献立での買い物をしたと思う。										

生活日記調査(写真)【09-1】

< 3月 11日(金)の生活・行動記録 >

ID: 09 女性 41歳 既婚 子供あり 専業主婦



レシート

ヤオコー MARKETPLACE

お取替えは1週間以内にお願ひします
一部商品は除きます
志木宗岡店 ☎048-470-5311
毎度ご利用頂きまして誠に
ありがとうございます。
当店の営業時間は、9:30-21:45
でございます。

< 領収証 >
2016年 3月11日(金) 10:32 レジ:003
担当者:

ソ	001	アタカローシヤブ	550
ソ	003	マイク	89
ソ	004	トイトメ	398
ソ	009	AJオリブ 400G	538
ソ	013	YG R-1ティンホウ (3ヶ X @100)	300
ソ	013	コチース ホジクン	348
ソ	013	ヤオコーサクビト 5	178
ヒ	★780	マイバッグ持参値引	-2
小計	9点		¥2,399
(外税対象計 2,401)			
消費税等 8%			¥192
お買上計			¥2,591
会員番号			*****
有効期限			18/07
伝票番号			45509

支払方法 一括払い
JCB

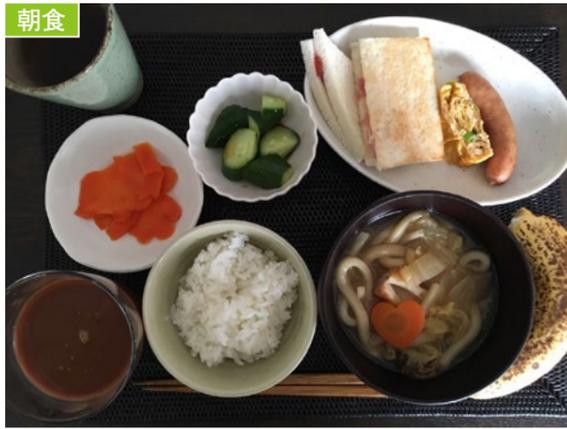
承認No. 0000061/00
お預り合計 ¥2,591
お釣り ¥0

クレジットカード
お買上票

生活日記調査(写真)【09-2】

< 3月 12日(土)の生活・行動記録 >

ID:09	女性	41歳	既婚	子供あり	専業主婦
-------	----	-----	----	------	------



レシート

ヤオコー MARKETPLACE
 お取替えは1週間以内をお願いします
 一部商品は除きます
 志木宗岡店 ☎048-470-5311
 毎度ご利用頂きまして誠にありがとうございます。
 当店の営業時間は、9:30-21:45
 でございます。

< 領収証 >
 2016年 3月12日(土) 17:08 レジ:003
 担当者:

ソ	001	コキト'リム社キコ	276
ソ	002	カマゲ'シラス	95
ソ	003	ハクサイ 1/4	138
ソ	003	レタス	198
ソ	003	パブリカ	94
ソ	003	ブロッコリー	198
ソ	003	ピーマン	94
ソ	004	イチゴ	598
ソ	009	フクロイマジ'ツクソル	99
ソ	009	ライト	238
ソ	009	キ'フヨウロウ'テンネン (8ヶ X @50)	400
ソ	009	ワカシヨク	268
		割引 20%	-54
ソ	011	カ'ミハク'ケアスリム	338
		割引 20%	-68
ソ	013	バス'シロイン'ヨク'カク	138
ソ	013	ウメク'ロス'ナツク	108
ソ	013	キ'1サイカラ'チーズ (4ヶ X @178)	712
		割引 20%	-144
ソ	013	ヤオコ'ホツカイト'ウ1L	189
ソ	013	ヤオコ'シラタキ	94
ソ	013	ヤオコ'ツインPキヌ	89
ソ	013	オク'ヨク'スライ	258
		割引 20%	-52
A:		まとめ売り 2ヶ¥94	
YA	003	キユリ (2ヶ X @52)	104
		▼値引	-10
		ヒ・★780 マイバッグ持参値引	-2
		小計/ 32点	¥4,396
		(外税対象計 4,398)	
		消費税等 8%	¥351
		お買上計	¥4,747
		会員番号 *****	
		有効期限	
		伝票番号	

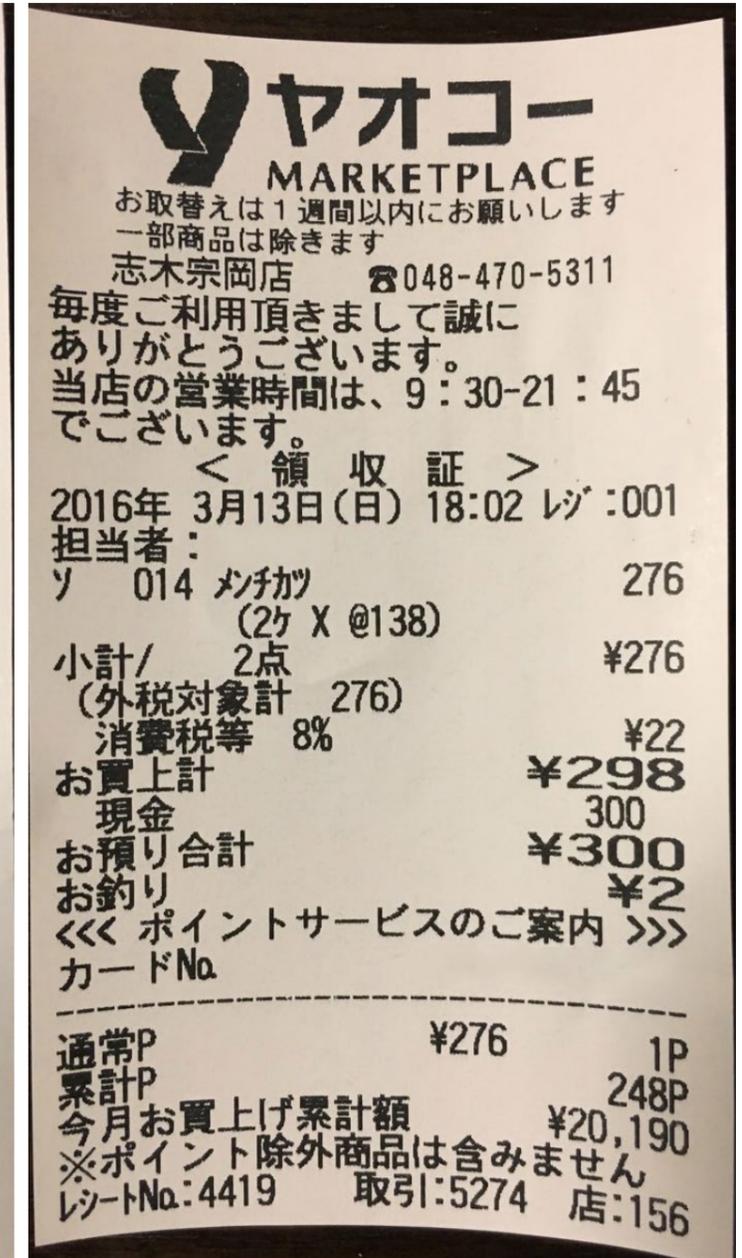
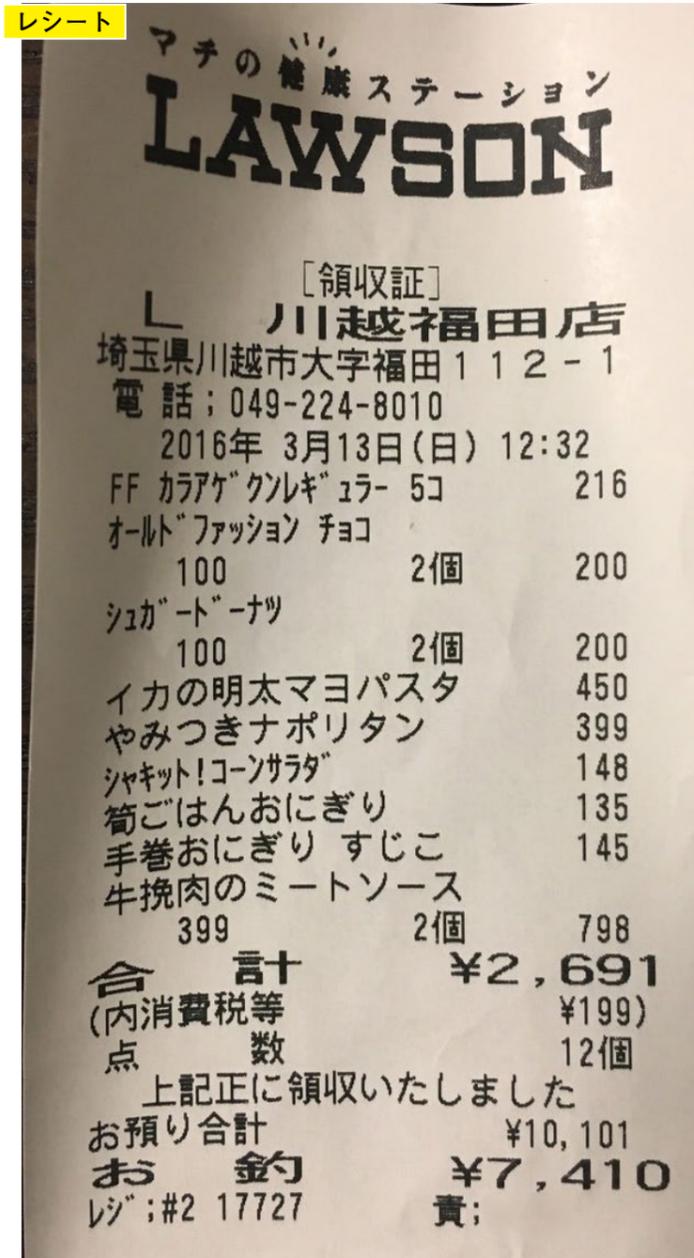
支払方法 一括払い
 JCB ¥4,747
 承認No. 0000060/00
 お預り合計 ¥4,747
 お釣り ¥0

クレジットカード
お買上票

生活日記調査(写真)【09-3】

< 3月 13日(日)の生活・行動記録 >

ID:09	女性	41歳	既婚	子供あり	専業主婦
-------	----	-----	----	------	------



生活日記調査(写真)【09-4】

< 3月 14日(月)の生活・行動記録 >

ID: 09	女性	41歳	既婚	子供あり	専業主婦
--------	----	-----	----	------	------

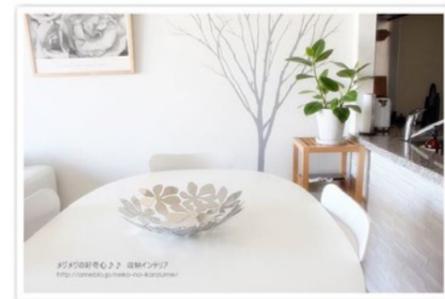


2016.03.09 20:00:00
1日ひとつ、いらないものを捨てる習慣
 テーマ: 片付け方・収納のコツ



その日の気力と体力に合わせて、小さなエリアからでいいので、お片付けをはじめると、無理なくスッキリエリアが広がっていきます。

2016.03.09 20:00:00
シンプルに暮らすための10か条
 テーマ: 物を減らす・捨てるコツ



1. 試供品や使いかけの瓶は、優先的に使い切る

生活日記調査(写真)【09-5】

< 3月 15日(火)の生活・行動記録 >

ID: 09	女性	41歳	既婚	子供あり	専業主婦
--------	----	-----	----	------	------



レシート

maruetsu

朝霞店 048-464-0375

令頁以又言証

USMH 1周年記念セール開催中
3/31まで豪華商品が当たる
プレゼントキャンペーンを実施中!
詳しくは店内掲示物をご覧ください
2016年 3月15日(火) 11:06 No0103

外8 菓子パン	158
外8 あじみりん干	398
外8 のっけるおぼろ	94
外8 紅甘夏	単94
	2個 188
外8 チンゲンサイ	94
外8 いちご	単398
	2個 796
小計 8点	¥1,728
(外税商品金額計	¥1,728)
消費税等	¥138
合計	¥1,866
お預り	¥2,000
お釣り	¥134

対象会員番号 *****

ポイント対象額(税抜) ¥1,728

今回ポイント(翌日以降反映) 24P

(通常ポイント) 8P)

(ボーナスポイント) 16P)

利用ポイント 0P

利用可能ポイント 1,979P

Tカードが無効の場合、Tポイントは貯まりません。詳細はwww.tsite.jp

本 文教堂書店

朝霞マルエツ店

Tel:048-464-1335
お買い上げありがとうございました
またのご来店お待ちしております。

■■■■ 領収書 ■■■■
2016年03月15日(火) 10時50分
00257-02 担:

雑誌
4910263120369

計 1点	¥600
(うち消費税等	¥44)
現金	¥600
お預り	¥1,000
お釣	¥400

DAISO
ダイソー

マルエツ朝霞店
TEL:048-458-5021
レジ:002 担:

領収証

2016年03月15日 10:36

水玉柄2重アルミレジャー	¥108
ステンレスコップスタンド	¥108
キッチントレー中用水切り	¥108
ステン角型バット(少し深)	¥108
パステルなわとび(名札入)	¥108
計 5点	
合計	¥540
(内消費税等 8%	¥40)
現金	¥540
お預り	¥540

生活日記調査(写真)【09-6】

< 3月 16日(水)の生活・行動記録 >

ID:09	女性	41歳	既婚	子供あり	専業主婦
-------	----	-----	----	------	------



レシート
ヤオコー MARKETPLACE
 お取替えは1週間以内にお願ひします
 一部商品は除きます

朝霞岡店 TEL 048-451-9111
 < 領収証 >
 朝霞岡店フレッシュにオープンいたしました
 地域の皆様に愛され親しまれる
 店を目指してまいります。毎日の
 ご利用をお待ち致しております。
 2016年03月16日(水) レシNo:0004

09 キウウロウリテン	60 x 単50	¥300
13 タコ10コ		¥99
13 ヤセイカツフルーティ		¥218
01 キウウラキキク		¥241
13 ヤオコー ハンターロール		¥85
13 タイ ミニクワツサン		¥158
01 フタバタロースシヤブ		¥378
04 ハツサク		¥398
04 ハナナ		¥99
03 ニコク		¥198
13 スターセレクト カニカマ		¥89
03 ミニトマト		¥274
13 ヤオコー キョウカク		¥69
13 YG R-17イホウ	20 x 単125	¥250
13 リーバストロベリー	20 x 単100	¥200
03 ニシキ	M 30 x 単33	¥99
まとめ値引 (30%)		-5
03 キウリ	M 30 x 単33	¥99
まとめ値引 (30%)		-5
外税(対象)	¥3,244	¥259
合計		¥3,503
お預り		¥4,003
お釣り		¥500

***** ポイント情報 *****
 通常P ¥3,244 16P
 今回ポイント 16P
 累計ポイント 264P
 当月お買上累計額 ¥23,434

DRUG ACE ドラッグエース

【領収書】
 宮戸店 TEL 048-486-0800
 営業時間 9:00~22:00
 毎度ご利用頂きまして誠に
 ありがとうございます。
 月・金曜日は、ポイント3倍デー

2016年03月16日(水)11:20 No. 32526

(P)4582267391610
 290 ボタニストスムーズS詰替i-

01,296	1	¥1,296
小計		¥1,296
内税対象金額		¥1,296
消費税等 (8.0%)		¥96
合計		¥1,296

現金 ¥1,500
 お釣 ¥204
 担当者: <00026-001>

今回ポイント: 1,296P
 前回迄ポイント: 19,882P
 累計ポイント: 21,178P

生活日記調査(写真)【09-7】

< 3月 17日(木)の生活・行動記録 >

ID: 09 女性 41歳 既婚 子供あり 専業主婦



レシート
maruetsu
 朝霞店 048-464-0375

領収証
 USMH 1周年記念セール開催中
 3/31まで豪華商品が当たる
 プレゼントキャンペーンを実施中!
 詳しくは店内掲示物をご覧ください
 2016年 3月17日(木) 16:37 No0110

外8 マンナおやつ	138
外8 コーン鍋スープ	284
外8 いちご	単398
	2個 796
小計 4点	¥1,218
(外税商品金額計)	¥1,218
消費税等	¥97
合計	¥1,315
お預り	¥1,315

対象会員番号 *****
 ポイント対象額(税抜) ¥1,218
 今回ポイント(翌日以降反映) 6P
 (通常ポイント) 6P
 利用ポイント 0P
 利用可能ポイント 2,003P
 Tカードが無効の場合、Tポイントは

DAISO
 ダイソー

マルエツ朝霞店
 TEL: 048-458-5021
 レジ: 002 担:

領収証

2016年03月17日 17:10
 デザインバスケット スク ¥108
 計 1点

合計	¥108
(内消費税等 8%)	¥8
現金	¥108
お預り	¥110
お釣り	¥2

返品・交換は、1週間以内に
 レシートと商品をご持参下さい。
 但し食品・印鑑・開封済・使用済
 は対応致しかねます。

0 024243 749120

ジャパネットセーター
しまむら

返金・お取替の際はレシートご持参の上
 一週間以内をお願いします。

朝霞店
 048-450-4555

2016年03月17日 **領収書**
 レシートNo. 0003

318-6206 カットキジ	1	¥780
点数	1点	
小計		¥780
合計		¥780
預り		¥1,000
釣銭		¥220

60852 16:59<0145-03>

しまむらアプリ
しまむら iPhone版 もはじめました!
 Android版も大好評配信中!

最新のチラシ・ニュースを
 毎週あなたにお届けします!
QRをチェック!

