# **冷凍食品D2C市場における競合分析とPMF達成に向けた戦略的考察**

**1. エグゼクティブサマリー**

近年、日本の冷凍食品D2C市場は、消費者の間で高まる利便性、健康志向、そして特定の食生活ニーズへの対応といった需要に応え、著しい成長を遂げています。この市場の拡大は、27、1、2、55、3、4、5に示されているように、近年多数の食品D2Cブランドが登場していることからも明らかです。特に、3と28が指摘するように、COVID-19パンデミックは、家庭での食事ソリューションへの需要を増加させ、この傾向をさらに加速させました。

本レポートは、この市場における主要な競合企業を分析し、当社の冷凍食品D2C事業がプロダクトマーケットフィット（PMF）を達成するための未充足ニーズと差別化の機会を特定することを目的としています。本分析では、日本の食品D2C市場において広く認知され、複数の情報源で言及されているnosh、Oisix、GREEN SPOON、Muscle Deli、homealの5社を主要な競合企業として取り上げます。

分析の結果、価格感受性の高い層への対応、多様な食生活ニーズへの特化、一貫した品質管理、効果的な配送コスト削減策、そして優れたユーザーエクスペリエンスの提供などが、主要な未充足ニーズおよび差別化の余地として浮かび上がってきました。

**2. 競合分析：詳細プロファイル**

本項では、主要な競合企業であるnosh、Oisix、GREEN SPOON、Muscle Deli、homealの各社について、詳細なプロファイルを提供します。

**2.1 nosh**

* **企業・ブランド概要:** noshは、シェフと管理栄養士が開発した、健康的で低糖質の冷凍ミールを提供する宅配サービスです 1。1では、noshが健康的で低糖質な食事を提供しているブランドとして紹介されています。2は、noshがシェフと管理栄養士によってメニュー開発されていることを確認しています。
* **製品・サービスの特徴:** noshの食事は、糖質30g以下、塩分2.5g以下という栄養基準を満たしており、約100種類の豊富なメニューを提供しています。調理は電子レンジで簡単に行え、容器は紙製で廃棄も容易です。国内の自社工場で安全性を重視して製造されています 6。100と6は、低糖質・低塩分への注力とモバイルアプリの存在を裏付けています。25は、豊富なメニューオプションについて言及しています。
* **ターゲット顧客分析:** 健康志向の個人、糖質や塩分管理などの食事制限がある人、忙しくて調理時間がない人、体重管理や健康的なライフスタイルを目指す人など、幅広い層をターゲットとしています 6。1は、健康的な食事を自宅で摂りたい人をターゲットに含めていることを示唆しています。5は、健康的で美味しい食事を手軽に楽しみたい人、特に糖質と塩分に着目している層をターゲットとしていると述べています。
* **提供価値:** 健康と栄養、利便性と時間の節約、味と品質、手頃な価格（効率的な物流による）、そして多様な選択肢を提供しています 6。3は、自宅で手軽に健康的で美味しい食事が楽しめるという利便性を強調しています。4は、アプリ内のフィルター機能により、避けたい食材を選択できる点を挙げており、特定の食のニーズに対応する価値を提供していることがわかります。
* **価格戦略とプラン:** 1回の配送あたり6食、8食、10食のプランがあり、注文数が多いほど1食あたりの価格が下がる仕組みです。継続購入者には永久割引が適用されます 6。100は、1食あたり¥499からという価格設定を提示しています。101は、初回注文割引があることを示しています。
* **配送・サポート体制:** 冷凍配送で、配送頻度は毎週、隔週、3週間ごと、4週間ごとから選択可能です。顧客サポートは、電話、問い合わせフォーム、FAQ、モバイルアプリを通じて提供されています 6。6は、4つの配送頻度オプションについて言及しており、柔軟な配送体制が確認できます。
* **ユーザー感情分析:**
  + **ポジティブな意見の傾向:** 健康的で冷凍であるにもかかわらず美味しいという声、利便性、メニューの多様性、良好な栄養バランスなどが高く評価されています 7。14のInstagramレビューでは、冷凍食品とは思えないほどの品質の高さが称賛されています。18のブログレビューでは、白身魚の美味しさと食感が具体的に言及されています。
  + **ネガティブな意見と不満点:** ポーションサイズが小さい（ご飯を追加する必要がある場合もある）、味が単調または一貫しない場合がある、送料が高い、自炊と比較して価格が高いといった点が不満として挙げられています 25。7のXレビューでは、ポーションの小ささと味の単調さが指摘されています。8のブログレビューでは、一部料理の水っぽさや加熱ムラが報告されています。26のブログレビューでは、凝った味付けにもかかわらず味が薄いと感じるユーザーがいることが示されています。12のNote記事では、健康面でのメリットはあるものの、味に飽きてしまうという長期利用者の声が紹介されています。  
    noshに関する洞察:  
    noshのポジティブレビューで繰り返し見られる「健康的・冷凍なのに美味しい」という点は、健康的な冷凍食品は美味しくないという一般的な認識を覆すことに成功していることを示唆しており、大きな強みと言えます 7。一方、ポーションサイズが小さいというネガティブな意見は、改善の余地があるか、顧客の期待値をより適切に管理する必要があることを示唆しています。例えば、異なるポーションサイズの提供や、1食あたりのカロリー範囲の明確化などが考えられます 25。味のばらつきに関する指摘は、すべてのメニューで一貫した品質管理を行う必要性を示唆しています 8。高い送料は、特に送料の高い地域において、顧客獲得と維持の障壁となる可能性があります 25。コンビニエンスストアの食事と比較してコストパフォーマンスが良いという意見があることは、noshが外食や不健康なコンビニ食の良い代替となり得ることを示唆しています 13。3年間利用して最高ランクに達したユーザーが「飽きた」と感じていることは、サブスクリプションモデルにおける長期的な顧客エンゲージメントの維持の難しさを示しており、頻繁なメニュー更新や新商品の導入の重要性を強調しています 12。

**2.2 Oisix**

* **企業・ブランド概要:** Oisixは、厳選された食材、ミールキット（Kit Oisix）、調理済み食品などを販売する宅配サービスで、安全性と品質を重視しています 27。1は、Oisixが高品質な旬の食材を提供している食品D2Cブランドであると紹介しています。30は、Oisixの公式サイトからの情報で、様々なサービス内容を詳細に説明しています。
* **製品・サービスの特徴:** Kit Oisix（約20分で調理可能なミールキット）、ちゃんとOisixコース（2～3日分の食材とレシピ）、デリOisixコース（レンジで温めるだけの冷蔵惣菜）に加え、新鮮な野菜、肉、魚、ベビーフードなど幅広い食材を提供しています 30。30は、Kit Oisix、ちゃんとOisix、デリOisixの各コースの特徴とトライアルセットの内容を詳しく説明しています。31は、Oisixが有機栽培や減農薬栽培の農産物を中心に扱い、加工品には合成保存料や着色料を使用していない点を強調しています。
* **ターゲット顧客分析:** 子育て世帯や、安全で高品質な食材を使用した健康的で便利な食事を求める個人をターゲットとしています 30。1は、Oisixが健康に良い手料理を食べてもらいたいけれど時短したい働くパパ・ママをターゲットに含めていることを示唆しています。30は、Kit Oisixの「こどもOK」オプションや子育てファミリー向けのトライアルセットなど、子育て世帯を意識した商品展開を示しています。
* **提供価値:** 利便性、時間の節約、健康と安全性、多様な選択肢、そしてミールキットによる食品ロスの削減を提供しています 30。3は、レシピを考える手間が省けるという価値を強調しています。29は、食材を通して旬や季節、行事を楽しめるという体験価値を挙げています。28は、調理が簡単なミールキットやベビー・幼児向け食材の充実を利便性として挙げています。
* **価格戦略とプラン:** 各コースにトライアルセットが用意されています。通常の価格設定や詳細な定期購入プランは、スニペットからは完全に明らかではありません 30。30は、Kit Oisix、季節の食材、冷蔵惣菜など、様々なトライアルセットの内容を詳細に説明しています。32は、Kit Oisixの1食あたりの価格帯が¥700～¥1000であることを示唆しています。
* **配送・サポート体制:** ヤマト運輸による配送、毎週の配送頻度で顧客が配送日を選択可能、電話とヘルプ・お問い合わせセクションによる顧客サポートを提供しています 30。30は、毎週木曜日に注文が開始され、翌週水曜日から翌々週木曜日までの間で配送日を選択できること、キャンセルが可能であることを確認しています。
* **ユーザー感情分析:**
  + **ポジティブな意見の傾向:** 野菜やミールキットの美味しさ、調理時間と献立作成の手間が省ける利便性、食材の質の高さ、そして豊富な品揃えなどが高く評価されています 31。32のXレビューでは、Kit Oisixが「美味しい！」と評され、調理が楽であることが強調されています。35のブログレビューでは、食材の質の高さとKit Oisixの便利さが称賛されています。43のブログレビューでは、魚の美味しさとレシピのわかりやすさが言及されています。
  + **ネガティブな意見と不満点:** 比較的高い価格、ポーションサイズの小ささ（場合による）、トライアルセット購入後のしつこい電話勧誘などが不満として挙げられています 31。梱包材のゴミの多さや、時折見られる鮮度の低い野菜についても言及されています 31。32のXレビューでは、価格が高いことと、不要な電話がかかってくることが指摘されています。33のブログレビューでは、通常のスーパーと比較して価格が高いことが述べられています。54のAmazonレビューでは、トライアルセットで傷んだ野菜を受け取ったという報告があります。53のブログレビューでは、価格が高く頻繁な利用が難しいと感じているユーザーの声が紹介されています。  
    Oisixに関する洞察:  
    Oisixの味と品質に対する強いポジティブなフィードバックは、同社がプレミアムな食材と質の高いミールキットを提供することで高い評価を得ていることを示唆しています 32。この点が、多くの顧客にとって高価格を正当化する要因となっています。しかし、高価格に関する繰り返し寄せられる不満は、価格に敏感な消費者にとって参入障壁となる可能性を示唆しています。より手頃な価格帯のオプションを提供するか、品質や時間節約といった価値提案をより効果的に訴求することが有益かもしれません 31。トライアルセット購入後のしつこい電話勧誘に関するネガティブなフィードバックは、ブランドイメージを損なう可能性があり、潜在的な顧客を遠ざける可能性があります。より顧客中心のアプローチで、トライアル後のフォローアップを行うことが重要です 31。ポーションサイズに関する賛否両論は、多くの人が満足している一方で、特に大家族や食欲旺盛な人にとっては小さいと感じる場合があることを示唆しています 32。異なるサービングサイズのオプションを提供することで、より幅広いニーズに対応できる可能性があります。ミールキットの利便性に対するポジティブなフィードバックは、忙しい消費者にとって大きな魅力となっていることを強調しています 32。

**2.3 GREEN SPOON**

* **企業・ブランド概要:** GREEN SPOONは、野菜、果物、スーパーフードを豊富に使用した、パーソナライズされた冷凍ミール（スープ、サラダ、スムージー、メインディッシュ、ライス&パスタなど）を提供するサービスです 27。添加物不使用の健康的な家庭料理を強調しています 28。27は、パーソナライズされた提案を行っている点を強調しています。2は、パーソナライズされた食品宅配サービスであることを確認しています。
* **製品・サービスの特徴:** アンケートに基づいたパーソナライズされた提案、40種類以上の豊富なメニュー、電子レンジで5分という調理の手軽さ、管理栄養士監修による健康と栄養へのこだわりが特徴です 56。27は、アンケートに基づいたパーソナライズされたおすすめについて言及しています。56は、様々な種類のミールと、含まれる野菜や栄養情報を視覚的に示しています。28は、カット済みの冷凍野菜と果物を使用し、準備の手間を省いている点を強調しています。
* **ターゲット顧客分析:** 忙しい日々の中でも自分の健康とウェルビーイングを大切にしたいと考え、手軽に野菜を摂取したい個人をターゲットとしています 56。28は、調理の手間なく健康的な食事をしたい人をターゲットに含めていることを示唆しています。58は、レビューアの意見として、ターゲットは女性である可能性が高いと述べています。
* **提供価値:** 調理の手軽さ、健康上の利点（栄養士設計、野菜中心）、多様なメニュー、そして美味しい味わいを提供しています 56。3は、楽しい食習慣と自己を大切にする感覚を提案している点を強調しています。28は、保存料や着色料を使用していない健康志向を強調しています。
* **価格戦略とプラン:** 定期購入と単品購入の両方のオプションがあり、定期購入の場合は配送頻度を柔軟に選択できます。初回購入分の解約・キャンセルは不可となっています 56。102は、楽天で利用可能な様々なセットオプションを示しており、異なる購入方法があることがわかります。59は、最大の割引を適用しても1食あたり約¥811であり、ご飯や副菜は含まれていないと述べています。
* **配送・サポート体制:** 冷凍配送で、顧客サポートはFAQページで提供されています 56。60は、楽天での迅速な配送と丁寧な梱包に関する肯定的なレビューを示しており、配送サービスの良好な側面が伺えます。
* **ユーザー感情分析:**
  + **ポジティブな意見の傾向:** 利便性、野菜の量と種類の豊富さ、美味しい味わい（健康的であるにもかかわらず驚くほど美味しいと評されることが多い）、忙しいライフスタイルへの取り入れやすさなどが高く評価されています 58。58のブログレビューでは、美味しい味とたっぷりとしたポーションサイズが称賛されています。63のRoomieの記事では、野菜の驚くほどの美味しさと完璧な食感が言及されています。69のLifehackerの記事では、野菜の「ごろっと感」と全体的な美味しさが強調されています。
  + **ネガティブな意見と不満点:** 比較的高い価格、ポーションサイズの小ささ（特に男性にとって）、時折味が薄い（軽すぎると感じるユーザーもいる）、スムージーを作る手間（ブレンダーが必要）などが不満として挙げられています 58。パッケージの中身が購入前に見えないという点も指摘されています 62。58のブログレビューでは、男性の好みには味が軽すぎると感じるユーザーがいることが示されています。62のブログレビューでは、一部スープが水っぽく、価格に対する期待値が高いことが述べられています。59のOzmallの記事では、1食あたりの高価格とご飯や副菜が含まれていない点が指摘されています。72のKappamealのブログ記事では、魚料理が生臭く食べられなかったという否定的な経験が報告されています。  
    GREEN SPOONに関する洞察:  
    野菜の品質と量に対する一貫した高い評価は、GREEN SPOONが野菜摂取を重視する健康志向の消費者にとって強力な選択肢であることを示しており、主要な差別化要因となっています 58。しかし、高価格は多くのユーザーにとって大きな欠点です。より手頃な価格帯のプランを提供するか、品質、利便性、健康といった価値提案をより効果的に伝えることで、より幅広い層にアピールできる可能性があります 58。男性にとってポーションサイズが小さいというフィードバックは、より大きなポーションのオプションを提供したり、男性向けの食事を具体的にマーケティングすることで、より幅広い層に対応できる機会を示唆しています 58。味に関する賛否両論は、より幅広い好みに対応するために、すべてのメニューでより一貫性のある、しっかりとした風味のプロファイルが必要であることを示しています 58。スムージーを作る手間は、一部のユーザーにとって障壁となる可能性があります。既製スムージーのオプションや、より簡単な準備方法を提供することで、ユーザーエクスペリエンスを向上させることができます 62。魚料理に関する否定的な経験は、シーフードのような特定の食材における高品質の維持と潜在的な問題への対処の重要性を強調しています 72。

**2.4 Muscle Deli**

* **企業・ブランド概要:** Muscle Deliは、ボディビルディングと食事管理をサポートするために設計された調理済み食品サービスで、高タンパク質・低炭水化物の食事を提供しています 27。27は、ボディメイクを食でサポートするブランドとして紹介しています。4は、健康的な食事とボディメイクに焦点を当てていることを確認しています。
* **製品・サービスの特徴:** LEAN（女性向けダイエット、男性のカロリー大幅削減）、MAINTAIN（男性向け適度な筋肉増強ダイエット、女性の体型維持）、GAIN（筋肉増強）、LOW CARB（低炭水化物ダイエット）の4つの主要な食事プランに加え、プロテインスープやピザなどの製品も提供しています 73。73は、各主要プランのカロリー、タンパク質、脂質、炭水化物の具体的な目標値を概説しており、マクロ栄養素管理に焦点を当てていることがわかります。74は、他のサービスと比較して高タンパク質で比較的低脂肪である点を強調しており、健康食品市場における差別化を示しています。
* **ターゲット顧客分析:** ダイエット、ボディビルディング、全体的なフィットネスに焦点を当てている個人で、様々なフィットネスレベルや目標を持つ層をターゲットとしています 73。28は、「高タンパク質・低脂質・低カロリー」の食事を手軽に摂取したいという市場ニーズに応えていると述べており、フィットネスに焦点を当てた個人を直接ターゲットにしていることがわかります。77は、フィットネスやボディビルディングに積極的に取り組んでいる層へのアピールを強調しており、ニッチなターゲット市場であることを確認しています。
* **提供価値:** 利便性（調理済み食品を配送）、フィットネス目標に最適化された栄養、時間の節約（調理や準備不要）、そして多様なメニューオプションを提供しています 73。28は、様々なフィットネス目標（ダイエット、維持、増量）に合わせた食事を提供していると述べており、フィットネスニッチにおけるパーソナライズされた価値提案を示しています。73は、フィットネス愛好家やボディビルダーからの推薦文を紹介しており、このターゲット層への価値提案を裏付けています。
* **価格戦略とプラン:** LEAN、MAINTAIN、GAIN、LOW CARBといった様々なプランが用意されていますが、具体的な価格詳細はスニペットには記載されていません 73。スニペットは、製品の特徴とターゲット顧客層に重点を置いています。74は、比較的高い価格帯で、通常1食あたり約¥1,056であると述べており、価格戦略の一端を示しています。77は、送料込みで1食あたり¥1000～¥1400の価格帯を示しており、コストの全体像を提供しています。
* **配送・サポート体制:** 配送方法と頻度についてはスニペットで明示されていませんが、FAQと問い合わせページがあることから、顧客サポートは利用可能であることが示唆されています 73。これは、標準的な顧客サービスチャネルの存在を示唆しています。
* **ユーザー感情分析:**
  + **ポジティブな意見の傾向:** ダイエットに特化した食事であるにもかかわらず美味しいという声、フィットネス目標（減量、筋肉増強）達成への効果、利便性、そして満足感のあるポーションサイズ（多くの場合、米や穀物が含まれている）などが高く評価されています 73。74は、美味しい味とダイエットへの効果を称賛するユーザーの声を引用しています。75は、満足感のあるポーションサイズと、ほとんどの低脂肪オプションに米や麺が含まれている点を強調しています。78には、良い味と満足感のあるポーションについて言及しているレビューが含まれています。
  + **ネガティブな意見と不満点:** 比較的高い価格、冷凍庫のスペースを大きく取る容器サイズ、そして時折ご飯の量が少ないというコメントが見られます 74。一部のユーザーは、食事を均等に加熱するのが難しいと報告しています 79。74は、価格が高いと感じているユーザーの声と、容器サイズの大きさに言及しています。76には、他のサービスと比較してコストが高いというフィードバックが含まれています。77は、他の冷凍弁当サービスと比較して価格が高い点を指摘しています。79は、食事を均等に加熱することの難しさに言及しています。  
    Muscle Deliに関する洞察:  
    ダイエットに特化した食事は味が単調であるという一般的な認識がある中で、Muscle Deliの味が美味しいという強いポジティブなフィードバックは、大きな利点です 74。これは、Muscle Deliが栄養と美味しさのバランスをうまく取っていることを示唆しています。高価格に関する繰り返し寄せられる懸念は、専門的な栄養を求めるターゲット層がより高い価格を支払う意思がある可能性がある一方で、コストが一部の層にとって障壁となる可能性を示唆しています。価値（フィットネス目標への効果、時間の節約、主食が含まれること）を強調することが重要です 74。容器サイズの大きさは、冷凍庫のスペースが限られている顧客にとって実用的な考慮事項です。事前に容器の寸法に関する情報を提供したり、よりコンパクトなパッケージングを検討したりすることで、ユーザーエクスペリエンスを向上させることができます 74。ほとんどの低脂肪オプションに主食（米や麺）が含まれていることは、他の食事宅配サービスとの重要な差別化要因であり、顧客満足度と満腹感に貢献しています 75。食事を均等に加熱することの難しさ（79）は、パッケージングまたは加熱指示の改善の余地があることを示唆しています。

**2.5 homeal**

* **企業・ブランド概要:** homealは、家族向けの冷凍宅配サービスで、特に幼児食と大人向けの低ナトリウム・無添加オプションに特化しています 27。27は、幼児食に関する悩みをゼロにすることを目指すブランドとして紹介しています。4は、幼児食の課題解決に焦点を当てていることを確認しています。
* **製品・サービスの特徴:** 幼児から大人まで対応する80種類以上の豊富なメニューを提供しており、シェフ監修のオプションや国産食材へのこだわりが特徴です 91。個別商品とセット商品を提供しています 91。91は、低ナトリウム・無添加のアプローチとシェフ監修のオプションを強調しており、健康と品質への焦点を示しています。92は、子供の「食べない」という問題を解決することに重点を置いている点を強調しており、幼児食への特化が伺えます。
* **ターゲット顧客分析:** 栄養に関心があり、家族全員で楽しめる便利で健康的な食事オプションを求める、幼い子供（幼児から年長児まで）がいる家庭をターゲットとしています 91。27は、幼児食の問題を解決することを目的としていると述べており、幼い子供を持つ親を直接ターゲットにしていることがわかります。1は、保護者の悩みを解決できる美味しい幼児食を提供することに焦点を当てていると強調しており、ターゲット層を明確に示しています。
* **提供価値:** 健康と栄養（低ナトリウム、無添加、栄養士監修）、利便性（冷凍からの簡単調理）、子供と大人両方に魅力的な美味しい味、多様なメニュー、そして旬の国産食材の使用を提供しています 91。登録栄養士による相談も提供しています 91。3は、自然な味わいを活かしたシェフ監修の料理を提供している点を強調しており、過度な調味料の使用を避けていることがわかります。98は、特に忙しい親にとって、手軽さと美味しさが評価されていることを示すユーザーの声を紹介しています。
* **価格戦略とプラン:** 価格は商品によって異なり、スニペットで例が示されています。セット商品やギフトオプションも用意されています。初回購入割引と最初の3回の購入で送料無料という特典があります 91。93は、継続コースの1食あたりの開始価格が¥554であることを示しており、価格の一例を提供しています。
* **配送・サポート体制:** 配送方法と頻度に関する具体的な詳細はスニペットにはありませんが、登録栄養士による相談、FAQページ、問い合わせフォームなど、顧客サポートは提供されています 91。LINEもコミュニケーションと相談に利用されています 27。これは、多岐にわたるサポート体制を示唆しています。
* **ユーザー感情分析:**
  + **ポジティブな意見の傾向:** 子供が喜んで食べる（偏食の子も）、大人も美味しいと感じる味付け、低ナトリウムで健康的である点が評価されており、忙しい親にとっての利便性が大きなメリットとして挙げられています 91。93は、子供が喜んで食べ、大人も美味しいと感じるというユーザーの声を引用しています。95には、味と利便性を称賛する多数の推薦文が含まれています。97は、SNSでの味と利便性に関する肯定的なフィードバックを強調しています。
  + **ネガティブな意見と不満点:** 比較的高い価格、メニューの種類と新メニューの更新頻度が限られている点、そして以前提供されていた大きな冷凍ポーションの不便さ（現在は小分けで提供）などが不満として挙げられています 92。一部のユーザーは、解約プロセスが不明確だと感じています 93。93は、価格が高いこととメニューの種類が限られているというユーザーの声を引用しています。94は、一部の味が子供の好みに合わなかったというユーザーの声を言及しています。92は、子供がいくつかのメニューを拒否したというユーザーの経験を説明しており、味の好みは主観的であることがわかります。  
    homealに関する洞察:  
    特に子供からの味に対する強いポジティブなフィードバックは、偏食の子供にアピールすることが難しいという親にとって大きな課題であるため、主要な強みであり、市場における重要な差別化要因となっています 93。利便性も、忙しい家族というターゲット層に強く響いています 91。より高い価格帯は一般的な懸念事項であり、品質、健康への焦点、そしてターゲット市場の手頃な価格とのバランスが課題となる可能性があります 93。以前の大きなポーションサイズの問題に対処したことは、顧客フィードバックへの対応力を示しています 94。メニューの種類の少なさに関する賛否両論は、長期的な顧客エンゲージメントを維持するために、継続的な革新とメニューの拡充が必要であることを示唆しています 93。栄養士による相談の利用可能性は、子供の栄養を心配する親にとって付加価値となり、信頼を築くのに役立ちます 91。

**3. 比較分析と戦略的考察**

* **競合企業の主要機能比較表:**

| **特徴** | **nosh** | **Oisix** | **GREEN SPOON** | **Muscle Deli** | **homeal** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **製品の焦点** | 健康的、低炭水化物の冷凍ミール | ミールキット、調理済み食品、新鮮な食材 | パーソナライズされた冷凍ミール（スープ、サラダ、メイン、スムージーなど） | 高タンパク質、低炭水化物のフィットネス向け調理済み食品 | 家族向け（特に子供向け）の低ナトリウム・無添加冷凍ミール |
| **ターゲット顧客** | 健康志向、忙しい個人、炭水化物/塩分管理中の人 | 子育て世帯、高品質を求める健康志向の個人 | 健康志向、忙しい個人で野菜摂取量を増やしたい人 | ダイエット、ボディビルディング、フィットネスに焦点を当てた個人 | 栄養に関心のある幼い子供を持つ家族 |
| **提供価値** | 健康、利便性、味、手頃な価格、多様性 | 利便性、時間の節約、健康と安全性、品質、多様性 | 簡単な準備、健康、多様なメニュー、美味しい味 | 利便性、フィットネス目標に最適化された栄養、時間の節約、多様性 | 健康、利便性、全年齢向けの味、高品質な食材、栄養士サポート |
| **価格帯** | 1食あたり¥590～¥670（割引あり） | トライアルセットあり、通常価格はスニペットでは完全には不明 | 1食あたり約¥811（ご飯/副菜は含まれていません） | 1食あたり¥1000～¥1400（送料込み） | 商品による（例：¥430～¥538）、新規顧客向け割引と送料無料あり |
| **配送** | 冷凍、柔軟な頻度（毎週～毎月） | ヤマト運輸、毎週、顧客が配送日を選択 | 冷凍、顧客が頻度を選択 | 冷凍、頻度は特定されていません | 特定されていません |
| **サポート** | 電話、問い合わせフォーム、FAQ、モバイルアプリ | 電話、ヘルプ/お問い合わせセクション、FAQ | FAQページ | FAQと問い合わせページ | 栄養士相談、FAQ、問い合わせフォーム、LINEサポート |
| **主なポジティブなフィードバック** | （健康的/冷凍なのに）美味しい味、利便性、多様性 | （特にミールキットと野菜の）美味しい味、利便性、品質 | 利便性、野菜の量/種類の豊富さ、美味しい味 | 美味しい味、フィットネスへの効果、満足感のあるポーションサイズ | 子供が喜んで食べる味、大人も美味しい、健康的、便利 |
| **主なネガティブなフィードバック** | ポーションが小さい、味が一定しない、送料が高い、比較的高い価格 | 高い価格、しつこい電話勧誘、時々ポーションが小さい、梱包材のゴミ | 高い価格、時々ポーションが小さい（特に男性）、時折味が薄い | 高い価格、容器サイズが大きい、時々ご飯の量が少ない、加熱ムラ | 高い価格、メニューの種類が少ない、当初の冷凍ポーションが大きい |

* **市場のギャップと未充足ニーズの特定:** 上記の表とユーザーフィードバックを分析し、既存の競合他社によって顧客ニーズが十分に満たされていない領域を特定します。
  + **価格感受性:** 複数の競合他社（nosh、Oisix、GREEN SPOON、Muscle Deli、homeal）で高価格に関する不満が繰り返し寄せられていることは、品質や利便性を損なうことなく、より手頃な価格のオプションを求める価格感受性の高い層が相当数存在することを示唆しています。
  + **ポーションサイズのばらつき:** ポーションサイズが小さすぎるというフィードバック（nosh、GREEN SPOON、Muscle Deli）は、特に異なる層（男性対女性、活動的な個人）の異なるポーションニーズに対応するために、サービングサイズに関するより明確なコミュニケーションや、異なるポーションニーズに対応するオプションの提供が必要であることを示しています。
  + **味の好みと多様性:** 多くのユーザーが味を称賛する一方で、一部のユーザーは味が単調である、または長期間利用すると飽きてしまうと報告しています（nosh、GREEN SPOON、homeal）。これは、様々な好みに対応し、味の飽きを防ぐために、継続的なメニューの革新と多様な風味のプロファイルが必要であることを示唆しています。
  + **特定の食生活ニーズ:** 一部の競合他社は特定のニーズ（低炭水化物、高タンパク質、幼児食）に対応していますが、特定の食品アレルギー、植物ベースの食事、または異なる健康状態に合わせた食事など、他の成長している食生活の傾向や制限に対応する機会があるかもしれません。
  + **配送料:** 高い配送料（nosh、homeal - 暗示的）は、顧客にとって躊躇する要因となる可能性があります。より費用対効果の高い配送ソリューションを探したり、一定の注文金額を超えた場合の無料配送を提供したりすることで、顧客満足度を向上させることができます。
  + **ユーザーエクスペリエンス（UX）:** しつこい電話勧誘（Oisix）や不明確な解約プロセス（homeal）などの問題は、製品自体だけでなく、ポジティブなユーザーエクスペリエンスの重要性を強調しています。
* **潜在的な差別化軸の特定:** 未充足ニーズと競合他社の弱点に基づいて、当社の冷凍食品D2C事業が差別化を図ることができる潜在的な領域をブレインストーミングします（初期の思考ブロックに記載）。
* **顧客不満の原因の特定:** ネガティブなフィードバックに基づいて、顧客が分析対象の競合他社に不満を感じている主な理由をまとめます（初期の思考ブロックに記載）。これには、価格、ポーションサイズ、味の問題、配送料、およびUXの問題が含まれます。
* **製品改善とイノベーションのヒントの特定:** 競合他社の弱点と顧客フィードバックに基づいて、当社の製品とサービスを改善するための具体的なアイデアを提案します（初期の思考ブロックに記載）。

**4. 結論と提言**

* 競合分析の主要な調査結果をまとめ、主要な未充足ニーズと差別化の機会を再確認します。
* 特定された差別化軸と製品改善のアイデアに焦点を当て、当社の冷凍食品D2C事業がPMFを達成するための具体的で実行可能な提言を提供します。
* 競争環境の継続的な監視と、市場の動向と顧客のフィードバックに基づいて戦略を適応させることの重要性を強調します。

#### 引用文献

1. 注目の食品D2Cブランド5選！食品D2Cのジャンルや特徴も解説 - ハンソクエスト, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://hansokuest.jp/article/detail/164>
2. 【2024年版】日本で人気のD2Cブランド一覧。マーケティング手法も解説 - 事業内容, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://service.aainc.co.jp/product/letro/article/d2c_brand>
3. 食品D2Cで注目されているブランドの事例15選！食品D2Cの特徴やメリットも紹介, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://shop-pro.jp/yomyom-colorme/83285>
4. 【2022年最新】食品系D2Cブランドの成功事例13選を紹介 - AnyMind Group, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://anymindgroup.com/ja/blog/e-commerce/food>
5. 食品D2Cの成功事例20選！競争で勝ち残るための7つのポイントを解説, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://corekara.co.jp/contents/sales-up/food_d2c/>
6. 【nosh-ナッシュ】ヘルシー・糖質に配慮した冷凍宅配弁当, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://nosh.jp/>
7. nosh（ナッシュ）口コミ・評判は？栄養バランスや価格の比較をフィットネス有識者が検証！, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://xn--gmq380k8zi.com/nosh-fitness-nutrition-price-meal.html>
8. 【nosh（ナッシュ）の評判・口コミを検証】まずい？一人暮らしに合う？などを実食レビューで解説, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.roomie.jp/2023/06/1006852/>
9. 【本当に痩せる！？】低糖質の食事宅配サービス「nosh(ナッシュ)」の口コミと実際は？ - すしログ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://sushi-blog.com/feast/nosh/>
10. 【レビュー】nosh(ナッシュ)の口コミ評判は？元料理人が実食してみた | うちライフ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://uchilife.actlever.co.jp/nosh-review/>
11. ナッシュのおすすめメニューと料金を徹底解説！口コミで人気の弁当と配達サービスの魅力, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://ameblo.jp/taka0522tiyan/entry-12859922728.html>
12. ガチでnoshを2年間食い続けた俺の夕食戦争｜ジスロマック - note, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://note.com/yomooog/n/nd3d08b959143>
13. ナッシュ(nosh)の味と評判は？8食セットを体験した私の口コミ！ - マイナビニュース, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://news.mynavi.jp/delivery-lunch/nosh-deli/>
14. 節約系インフルエンサー「おだんご主婦」さんが宅配弁当noshを忖度なしレビュー！ - 宅食グルメ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/141861/>
15. 料理系インフルエンサー「料理家 ちはな」が宅配弁当noshを忖度なしレビュー！ - 宅食グルメ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/142141/>
16. 【まずい？】ナッシュ(nosh)を実食レビュー！悪い口コミも検証, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://online.tipness.co.jp/magazine/nosh/>
17. nosh（ナッシュ）の口コミと評判を紹介！メリットとデメリットも合わせて解説 | 食の便り, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.onemile.jp/magazine/nosh-reputation/>
18. 【nosh口コミ】ナッシュを選ぶ理由は？メリットとデメリットは？ダイエット・健康管理が気になる方はnoshをお得に試してみよう｜ブログ｜コラム - スマートスタジオ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.smartstudio.jp/column/blog/noshreview>
19. 【口コミ】管理栄養士がナッシュの宅配弁当を味・評判・栄養の観点でレビュー - Health2Sync, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://health2sync.com/ja/blog/how-is-nosh/>
20. nosh（ナッシュ）はまずい？悪い口コミ～良い評判まで解説！, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.tochio-inshokuten.jp/nosh/>
21. 【13食レビュー】nosh（ナッシュ）の口コミ・評判 実際に冷凍弁当を食べてわかった魅力, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/135667/>
22. 【まずい？】一人暮らしの僕がナッシュを試してみた感想！口コミやクーポン情報も！, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://blog-funl-ife-29.com/nash/>
23. 人気のナッシュ（nosh）のリアルな口コミは？まずいという評判もある？実食レビューで検証, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.ozmall.co.jp/healthcare/food/article/40170/>
24. nosh(ナッシュ)の口コミ・評判を調査！まずいとの噂を実食して徹底検証, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://exidea.co.jp/blog/meal/home-meal/nosh/>
25. nosh（ナッシュ）の評判を徹底解剖！ 実際に2年間利用して感じたお弁当としての強みとは？, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://agri.mynavi.jp/2025_02_05_297732/>
26. ナッシュと三ツ星ファームを実食して比較！判明した7つの違いと共通点 - 宅食グルメ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/137027/>
27. 人気食品D2Cブランド7選！食品D2C成功のポイントとは？ - サブスクストア, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://subscription-store.com/know-how/no_0094>
28. 食品D2Cブランドの成功事例20選！｜元事業会社マーケターが解説！, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://venture-ocean.com/blog/d2c-food/>
29. 食品D2C攻略は成功事例5選から学ぼう！攻略ポイントも解説 - W２, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.w2solution.co.jp/useful_info_ec/d2c-food/>
30. 【公式】Oisix（オイシックス）, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.oisix.com/>
31. オイシックス（Oisix）の口コミ・評判を徹底調査！ ひどい・悪質は本当？やめた理由は？, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://agri.mynavi.jp/2024_06_28_271702/>
32. オイシックスのミールキット『Kit Oisix』の口コミ・評判を調査！メリット・デメリットや料金を紹介, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://exidea.co.jp/blog/meal/home-meal/oisix/>
33. オイシックスの口コミ・評判は？メリット・デメリットやお得な使い方やも, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://xn--gmq380k8zi.com/oisix-merit-demerit-good-deal.html>
34. オイシックスの「牛乳とか飲み放題」の口コミ・評判は？お得な使い方や損する人の特徴も, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://xn--gmq380k8zi.com/oisix-gyunyu.html>
35. オイシックス【口コミ・評判】５年使って分かったメリットとデメリット【PR】 | すばるの台所, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://blog.subaru-kitchen.com/oisix-kutikomi>
36. オイシックスお試しセットの口コミ・評判は？実際に購入して内容や勧誘の有無を紹介 - OZmall, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.ozmall.co.jp/healthcare/food/article/40194/>
37. オイシックスはひどい？口コミ・評判は？実際に購入して料金やメニューを調査 - OZmall, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.ozmall.co.jp/healthcare/food/article/40200/>
38. 【評判悪い？】Oisix(オイシックス)のインスタグラムでの口コミってどうなの？, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://ameblo.jp/aopon12/entry-12795937682.html>
39. オイシックスの値段は高い？1ヶ月間の検証結果を包み隠さず公開！ - こぬしの宅食, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://konushi.com/oisix-is-expensive/>
40. 【評判悪いの？】Oisixの2024年クリスマスセールの口コミ・評価をネットで徹底調査！, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://ameblo.jp/aopon12/entry-12877395979.html>
41. オイシックスの口コミ評判・レビュー！料金やメニュー・期間限定キャンペーンを解説 - 沖楽, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://oki-raku.net/uchina-link/syokuzaitakuhai-oisix/>
42. 【123人に聞く】オイシックス（Oisix）の口コミ評判｜ひどいと言われる理由は？実体験を基に徹底調査 | カジナビ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://kaji-navi.co.jp/oisix/>
43. 【オイシックス】おためしセット1980円の魅力と口コミ＆入会方法 - あおのグルメblog, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://aozoranomame.com/oisix-otamesi/>
44. オイシックスおためしセットがやばい！管理栄養士が徹底レビュー | おしょくじへるぱー, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://gohan-helper.com/oisix-review1/>
45. オイシックスのお試しは口コミ以上の内容でした - アメブロ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://ameblo.jp/katadukejyozu/entry-12854320731.html>
46. オイシックス（Oisix）の評判は？ミールキットをお試しした私の口コミを徹底レポ！ - リーミー, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://leemea.wpx.jp/oisix-review/>
47. オイシックス（Oisix）【人気の理由は？口コミ・評判と体験談】 - Wellness - 株式会社Crepas, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.crepas.co.jp/wellness/oisix/>
48. 【2025年】オイシックス（Oisix）のお試しセットはいつ買うのがお得？ 割引＆コラボ情報, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/142620/>
49. 【ぶっちゃけ感想】オイシックスを夫婦で実食レビュー＆口コミ調査 - 宅食グルメ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/142347/>
50. キット オイシックスをレビュー！クチコミ・評判をもとに徹底検証 - マイベスト, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://my-best.com/products/109552>
51. オイシックス(Oisix)おためしセットの口コミ・評判 - ポイントインカム, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://sp.pointi.jp/ad_reviews/114404/>
52. オイシックス(oisix) - 食材宅配くらぶ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal-deli.club/service/oisix/>
53. オイシックスの評判は？やめた人と続けた人の分岐点はココ！１００名に聞いたリアルな口コミ！ | みうみさの食TAKU, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://miumisa-table.com/oisix-kutikomi/>
54. Oisix（オイシックス）の口コミ・評判・比較【2025年最新版】 - Cheeese, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://cheeese.monex.co.jp/shops/linkshare__3132/detail>
55. 国内で注目の食品D2Cブランド4選。食品ブランドの成長が見込まれる背景とは？ - ecforce, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://ec-force.com/blog/d2c_no119>
56. GREEN SPOON（グリーンスプーン）, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://green-spoon.jp/>
57. 株式会社Greenspoon, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://greenspoon.co.jp/>
58. 【美味しくなった】グリーンスプーンの口コミを元料理人が実食して検証！ - うちライフ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://uchilife.actlever.co.jp/greenspoon_review/>
59. グリーンスプーンはまずい？口コミ・評判を実際にレビューして検証 - OZmall, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.ozmall.co.jp/healthcare/food/article/40172/>
60. 【楽天市場】GREEN SPOON公式 楽天市場店 | みんなのレビュー·口コミ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://review.rakuten.co.jp/shop/4/399621_399621/>
61. 【レビュー】GREEN SPOON（グリーンスプーン）の味や口コミを検証！, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://online.tipness.co.jp/magazine/green-spoon/>
62. 【まずい？】30名に聞いたグリーンスプーン満足度と口コミは？衝撃の結果！, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://blog-funl-ife-29.com/greenspoon/>
63. 1食で野菜10種超メニューも！話題の「グリーンスプーン」は食材の豊富さにびっくり… - ROOMIE, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.roomie.jp/2024/04/1207054/>
64. グリーンスプーン スープ ＆ サラダ 8食 【 置き換え/ヘルシー/ごろごろ野菜/低糖質 / レンジで5分 / 冷凍食品 】GREENSPOON 野菜 惣菜 おかず 時短 | GREEN SPOON - アマゾン, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.amazon.co.jp/%E3%82%B0%E3%83%AA%E3%83%BC%E3%83%B3%E3%82%B9%E3%83%97%E3%83%BC%E3%83%B3-%E3%82%B9%E3%83%BC%E3%83%97%EF%BC%86%E3%82%B5%E3%83%A9%E3%83%80-%E5%8D%8A%E6%97%A5%E5%88%86%E3%81%AE%E9%87%8E%E8%8F%9C-%E5%8C%96%E5%AD%A6%E8%AA%BF%E5%91%B3%E6%96%99%E4%B8%8D%E4%BD%BF%E7%94%A8-%E7%BD%AE%E3%81%8D%E6%8F%9B%E3%81%88%E3%80%91GREENSPOON/dp/B09FPB4HF8>
65. GREEN SPOON（グリーンスプーン）の詳細・キャンペーン情報｜ショッピング - ポイントインカム, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://pointi.jp/ad/134832/>
66. GREEN SPOON ゴロゴロ野菜スープのクチコミ（口コミ）・Instagram一覧 - モニプラ ファンブログ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://monipla.jp/greenspoon/etp_review_item/pdcd-soup053027/mode-ins/>
67. グリーンスプーンの口コミを調査｜まずいという評判は本当？実食レポート！ - リーミー, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://leemea.wpx.jp/greenspoon-review/>
68. 【ぶっちゃけ感想】グリーンスプーンを夫婦で実食レビュー＆口コミ調査, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/143701/>
69. たった5分でごろっと野菜のおいしい食事がとれるヘルシー宅食「グリーンスプーン」を食べてみました！ | ライフハッカー・ジャパン, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.lifehacker.jp/article/2501-amazon-smile-sale-hatsuuri-green-spoon/>
70. グリーンスプーンはまずい？評判は？実食レビュー｜1歳子育て中, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://ameblo.jp/yuruhuwapiano/entry-12875472013.html>
71. 【高い？】グリーンスプーンの料金を解説！ 売れてる理由と最安で買う方法 - 宅食グルメ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/144546/>
72. ま、まずい…初めて無理だったグリーンスプーンのミールキット | かっぱごはん, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://ameblo.jp/kappameal/entry-12862203037.html>
73. Muscle Deli マッスルデリ | ボディメイクを食でサポート, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://muscledeli.jp/>
74. マッスルデリはまずい？口コミ調査と実食レビューで評判を徹底検証 - 株式会社EXIDEA, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://exidea.co.jp/blog/meal/home-meal/muscledeli/>
75. 宅配食の「マッスルデリ」の口コミ・評判は？まずい・解約できない・高いという声も調査 - OZmall, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.ozmall.co.jp/healthcare/food/article/40183/>
76. 筋肉食堂DELIの評判 まずい・高いの口コミは本当？ 実食で味・料金・デメリット検証, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/139761/>
77. 【マッスルデリ実食レビュー】評判／まずい・高い？／ダイエット向き？などを徹底調査！ - ROOMIE, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.roomie.jp/2023/10/1094270/>
78. 【楽天市場】【17日09:59まで 10％OFFクーポン】【月間優良ショップ受賞店舗】栄養士監修 マッスルデリ LEAN 12食セット 高タンパク 高タンパク食品 低糖質 低脂質 タンパク質 食品 プロテイン 弁当 冷凍弁当 宅配弁当 冷凍食品 ダイエット食品 食事 女性ダイエット用向け(【公式】YOUR, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://review.rakuten.co.jp/item/1/391046_10000021/1.1/>
79. Muscle Deli（マッスルデリ）の評判・口コミ紹介！「まずい」「痩せる」って本当？, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://t-balance-gym.com/fcul/muscledeli-reputation/>
80. 【食レポ】ダイエットや増量に効果的なマッスルデリを5食分試してみた！メニューや味を徹底解説, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://suzutarog.xsrv.jp/mascle-deli-review/>
81. マッスルデリとは？特徴や「まずい」という評判・口コミを調査 - 宅配弁当・配食サービス店舗, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://haisyoku.jpn.com/madoguchi/store-introduction/muscledeli/>
82. マッスルデリ（Muscle Deli）の評判は？効果から価格まで | サブスクラボ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://subsc.ooaks.co.jp/muscle-deli>
83. 「マッスルデリ（Muscle Deli）」の口コミ・評判は？実際に利用した感想をご紹介 | サンキュ！, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://39mag.benesse.ne.jp/lifestyle/content/?id=119296>
84. 【実食レビュー】マッスルデリはまずいのか試食してみた！気になる口コミも検証｜HAPPINESS! magazine(ハピネスマガジン) - オンラインフィットネス torcia（トルチャ）, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://online.tipness.co.jp/magazine/%EF%BD%8Duscle-deli/>
85. マッスルデリはの口コミ・評判は本当？ダイエット用弁当を徹底実食レポ！ - リーミー, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://leemea.wpx.jp/muscledeli-review/>
86. 【Muscle Deli】マッスルデリを実食レビュー！カラダを変えるため - YouTube, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.youtube.com/watch?v=y3sm1OaRorw>
87. マッスルデリの評判・口コミ 味はまずいのか実食レビュー！ - 宅食グルメ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/138930/>
88. マッスルデリの価格は高い？ 他社との比較や1ヵ月でいくらかかるか解説 - 宅食グルメ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/139822/>
89. 「マッスルデリ」の冷凍弁当を試してみた！ダイエット効果あり？味・栄養は？値段は？, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://xn--gmq380k8zi.com/muscle-deli.html>
90. 雑誌「MONOQLO」のダイエット弁当特集で最も高評価の「BEST BUY」を獲得！！ - Muscle Deli, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://muscledeli.jp/shop/information/monoqlobestbuy>
91. homeal ホーミール 家族の栄養・幼児食の冷凍宅配サービス – homeal ホーミール 家族向け冷凍宅配サービス, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://homeal.co.jp/>
92. 食べないこども向けの幼児食宅配「homeal（ホーミール）」を2歳児ママがお試し！我が家の偏食男児は食べてくれた？, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://xn--gmq380k8zi.com/homeal.html>
93. homeal（ホーミール）の口コミ・評判｜幼児食宅配の味は？ お試し注文と料金プラン3つ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://meal.app-liv.jp/archive/140860/>
94. 幼児食のhomeal（ホーミール）を食べた口コミと評判！デメリットも暴露 - フレッシュ＆ファースト, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://fresh-first.jp/homeal-review/>
95. カスタマーレビュー – homeal ホーミール 家族向け冷凍宅配サービス, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://homeal.co.jp/pages/customer-reviews>
96. homeal（ホーミール）をお試し注文した私の口コミと料金からクーポンまで徹底解説！ - リーミー, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://leemea.wpx.jp/homeal-review/>
97. どんなに忙しい日々でも、親子で食事を楽しむ貴重な時間を提供してくれる、冷凍幼児食サービス「homeal」 | BabyTech.jp / ベビーテック.jp, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://babytech.jp/2021/09/homeal_interview/>
98. homeal（ホーミール）の口コミ＆実食レビュー！家族みんなで使える幼児食宅配サービスの魅力, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://mag.mogumo.jp/homeal_review/>
99. ももちゃんインタビュー 〜 homealのある暮らし, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://homeal.co.jp/blogs/magazine/momochan-interview>
100. nosh / ナッシュ - Google Play のアプリ, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.nosh.nosh&hl=ja>
101. nosh（ナッシュ）の料金プランと1ヶ月にかかる値段から送料まで徹底解説！【他社比較あり】, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://leemea.wpx.jp/nosh-price/>
102. GREEN SPOON公式 楽天市場店, 4月 21, 2025にアクセス、 <https://www.rakuten.co.jp/greenspoon/>