

食に関するあらゆる情報を調査「ぐるなびリサーチ部 調査レポート」Vol.75

冷やしメニューに関する調査

“身体の中から冷やしたい”「30℃」で食べたいとなると回答した人が4割強で最多！

株式会社ぐるなび（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：杉原章郎）は、「楽天ぐるなび（<https://www.gnavi.co.jp/>）」ユーザーなどのぐるなび会員を対象に、世の中のトレンドに合わせて食に関する様々な調査を実施し、「ぐるなびリサーチ部」として、定期的に情報を発信しています。今回は、冷やしメニューについて調査しました。詳細は以下の通りです。

【調査結果ポイント】

- ① 好きな冷やしメニューは「冷やし中華」がトップ、年代が上がるほど高くなる傾向。
- ② 冷やしメニューが好きな人は9割で、20代女性は「好き」が5割強と特に高い。
- ③ 喫食頻度は「週1～2回」と「月2～3回」が3割前後で、週に1回以上が約4割。
- ④ 食べたいくなるのは「昼食」が4人に3人で、「夕食」が半数弱。
- ⑤ 食べたい理由は「暑い時に身体の中から冷やしたいから」が最も高く、次いで「食欲が落ちたときでも食べられる」。
- ⑥ 食べたいくなる気温は「30℃」が4割強で最多。

冷やしメニュー頂上決戦は「冷やし中華」に軍配！「そうめん」はわずかに及ばず



ぐるなび

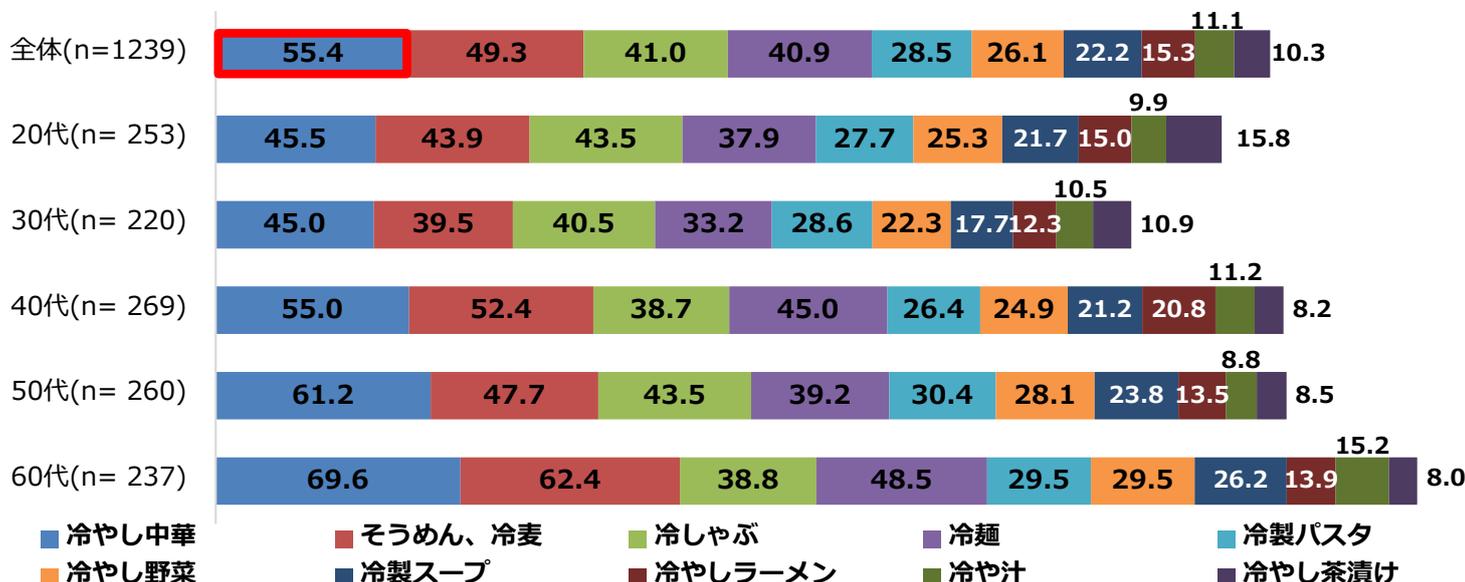
リサーチ部

（株）ぐるなび
リサーチグループ長
本間 久美子

厳しい暑さで食欲が落ちる夏にピッタリな「冷やしメニュー」。夏の風物詩ともいえる「冷やし中華」や「そうめん」ですが、今回の調査では「冷やし中華」を好む人の割合がわずかに上回り、トップの座を射止めました。食べたいくなる温度は30℃と4割以上の方が感じるそうで、真夏は「冷やしメニュー」のひとつの目安かもしれません。

自由回答では、冷やすと意外と美味しいメニューを伺いましたが、最も多くの回答が得られたのが「ラーメン」でした。また、スイーツでは「焼き芋」の人气が高くなりました。その他、レポートで取り上げた以外に、冷やし焼きそば、冷やしたご焼き、冷やしから揚げ、冷やしホットケーキなど様々な冷やしメニューがあげられていました。皆さん、暑さを紛らわすために、様々なメニューを「冷やし」で試しているようです。最近では飲食店ならではの「冷やしメニュー」も数多く出ています。今年の猛暑も「冷やしメニュー」で乗り切ってはいかががでしょうか？

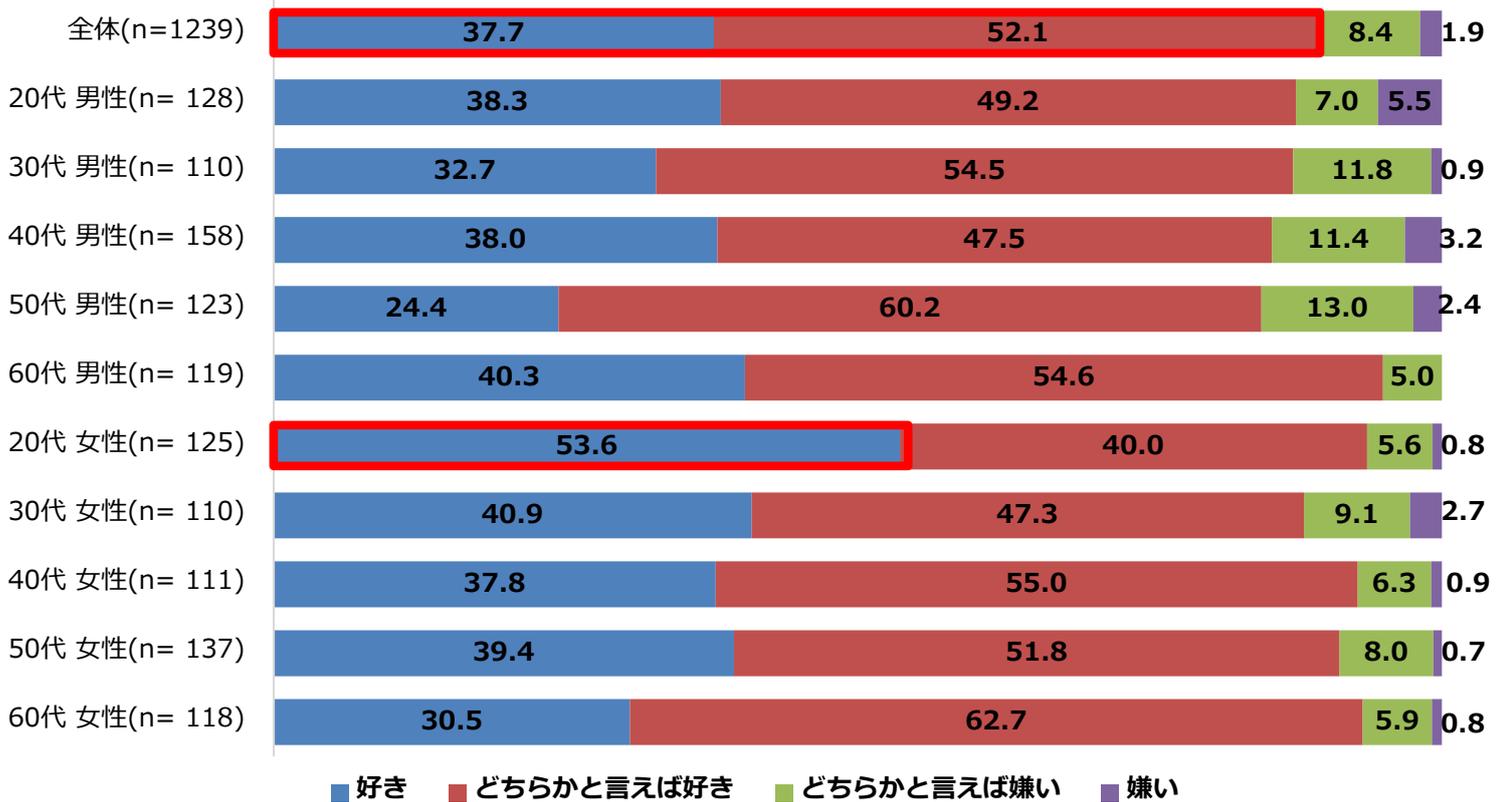
Q1. あなたが好きな「冷やしメニュー」はありますか。 ※複数回答、上位10位を抜粋(n=1,239)(%)



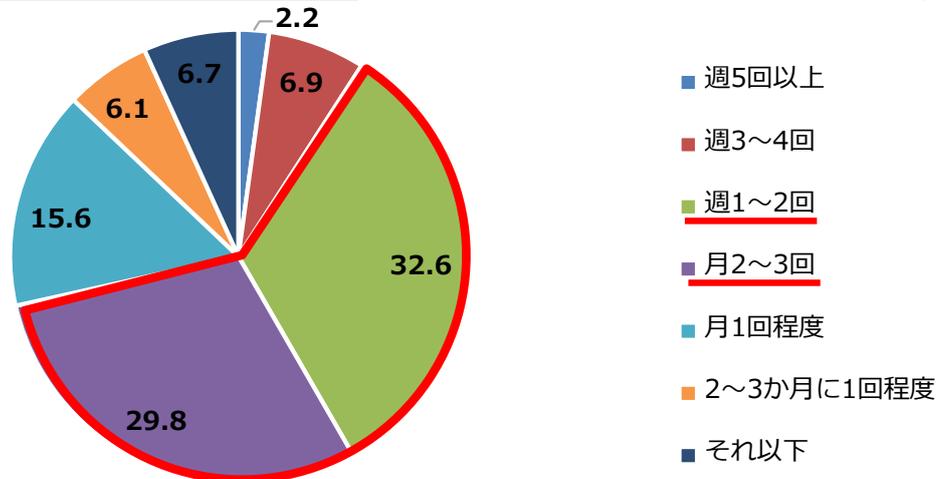
＜本件に関する報道機関からのお問い合わせ先＞

株式会社ぐるなび 広報グループ MAIL:pr@gnavi.co.jp

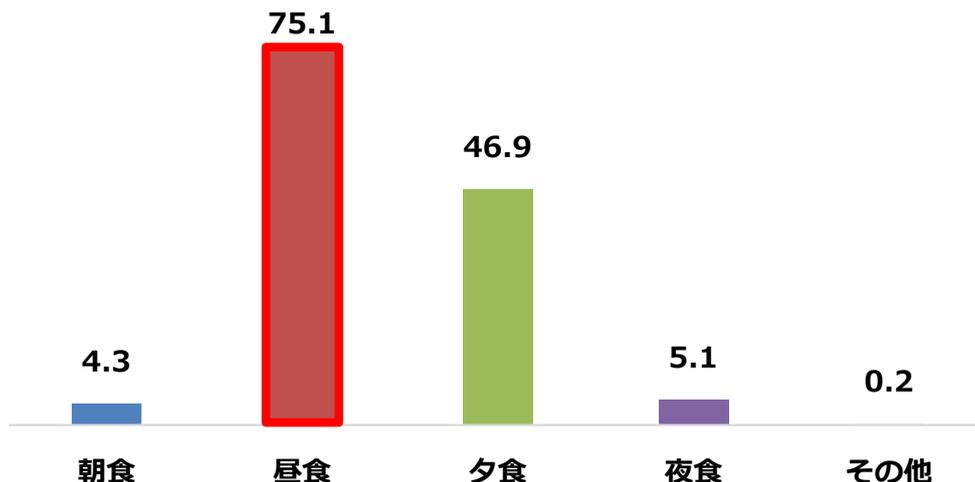
Q2.夏に冷やしメニューを食べることは好きですか。 (n=1,239)(%)



Q3.どれくらいの頻度で冷やしメニューを食べますか。 ※Q2で好き・どちらかと言えば好きと回答 n=1,112(%)



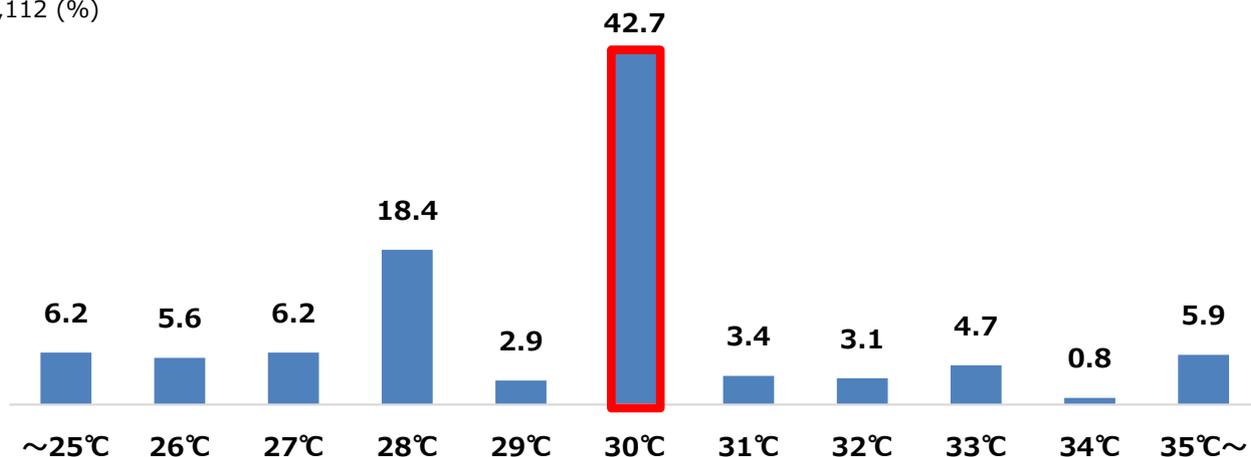
Q4.冷やしメニューを食べたくなるのは、どの食事のときですか。 ※複数回答、Q2で好き・どちらかと言えば好きと回答n=1,112(%)



Q5.冷やしメニューを食べたくなる理由をお答えください。 ※複数回答、Q2で好き・どちらかと言えば好きと回答した人 n=1,112 (%)

	全体 (n=1,112)	%	男性 (n=560)	%	女性 (n=552)	%
1	暑い時に身体の中から冷やしたいから	47.6	暑い時に身体の中から冷やしたいから	42.9	暑い時に身体の中から冷やしたいから	47.6
2	食欲が落ちたときでも食べられる、食べたくなるから	39.6	食欲が落ちたときでも食べられる、食べたくなるから	35.2	食欲が落ちたときでも食べられる、食べたくなるから	39.6
3	料理そのものおいしい、好きだから	34.4	暑さを忘れられるから	32.7	料理そのものおいしい、好きだから	34.4
4	暑さを忘れられるから	32.5	料理そのものおいしい、好きだから	30.5	暑さを忘れられるから	32.5
5	気分がリフレッシュできるから	24.8	冷やしメニューが好きだから	26.4	気分がリフレッシュできるから	24.8
6	冷やしメニューが好きだから	23.3	気分がリフレッシュできるから	25.2	冷やしメニューが好きだから	23.3

Q6.気温が何度以上になると、冷やしメニューを食べたくなりますか。 ※Q2で好き・どちらかと言えば好きと回答した人 n=1,112 (%)



Q7.あなたが実際に夏に食べている、または食べたことがある「冷やしても意外においしい」と思う料理・食品がありましたら、具体的に教えてください。 ※自由回答、回答数の多かったメニューを抜粋

ラーメン

冷やしラーメンは思ったよりスープが美味しくてクセになる (50代・女性)



お茶漬け

冷たい麦茶でも意外に美味しくて好きです (50代・女性)



焼き芋

冷凍するとアイスみたいに食べられるので好きです (30代・女性)



味噌汁

味噌汁を冷やして、少し豆乳を入れるとおいしい (50代・女性)



カレーライス

カレーライスは冷やして食べてもおいしい (30代・男性)



おでん

冷やしおでんが意外においしかった (30代・男性)



【調査概要】 ■ 調査期間：2024年7月5日(金)~8日(月)
■ 調査対象：全国

■ 調査方法：WEBアンケート
■ 回答者：20代~60代のぐるなび会員1,239名