

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.78

# 「さんま」に関する調査

「今年すでに食べた」が3割で「これから食べたい」が6割  
好きな食べ方は「焼き」が断トツの1位に！

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、「さんま」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. 秋に食べたくなる食材は「さんま」「梨」「栗」がTOP3。「さんま」は年代が上がるほど高くなる傾向。
2. 今年さんまを食べた人は3割で、60代は4割。食べていないが食べたい人は6割弱。
3. 最も好きな調理法は「焼く」が9割弱で断トツの1位。
4. 内臓まで食べる人は45%で、若い男性ほど高くなる傾向。

## 【調査概要】

- 調査期間：2024年9月30日(月)～10月1日(火)
- 調査方法：WEBアンケート
- 調査対象：全国
- 回答者：20代～60代のぐるなび会員1,300名

## 「さんま」の人気再確認！20～30代は秋の味覚を丸ごと楽しむ傾向に

**ぐるなび**

リサーチ部

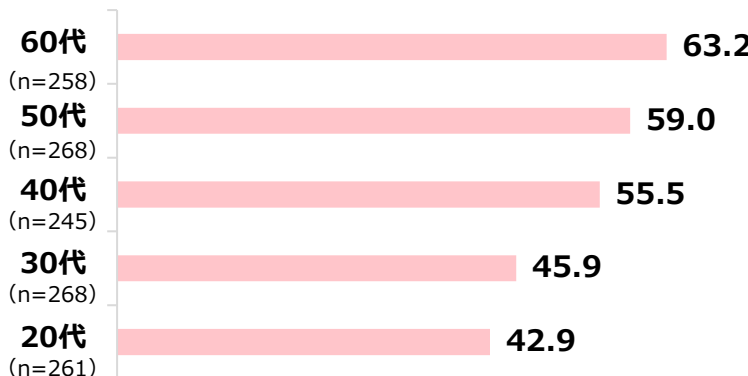
（編）ぐるなび  
リサーチグループ長  
本間 久美子

秋に食べたくなる食材として「さんま」が1位となり、その高い人気が明らかになりました。しばらく不漁等による高値が続いていましたが、今年は既に食べた方が3割。「まだ食べていないが食べたい」という方も6割弱と多く、「今年こそはさんまを！」と思っている方も多いのではないのでしょうか。実は私も、スタチと炭は準備済で、あとは型の良いさんまに出会うのを楽しみにしているところです。ところで、今回の調査結果では若い男性ほど内臓まで食べる傾向が強いという結果になりました。女性でも20代、30代で内臓を食べる方が4割を超えており、新しい世代がさんまの風味をより楽しんでいる様子がうかがえました。内臓については、私は真逆の結果が出ると予想していましたが、予想を裏切る意外な調査結果にさんまの奥深さを感じました。

Q1. 秋に食べたくなる食材を教えてください。(n=1,300)(%)※複数回答

1位	さんま	53.2
2位	梨	48.3
3位	栗	44.3
4位	サツマイモ	40.9
5位	新米	36.8

## 年代別の「さんま」の回答率

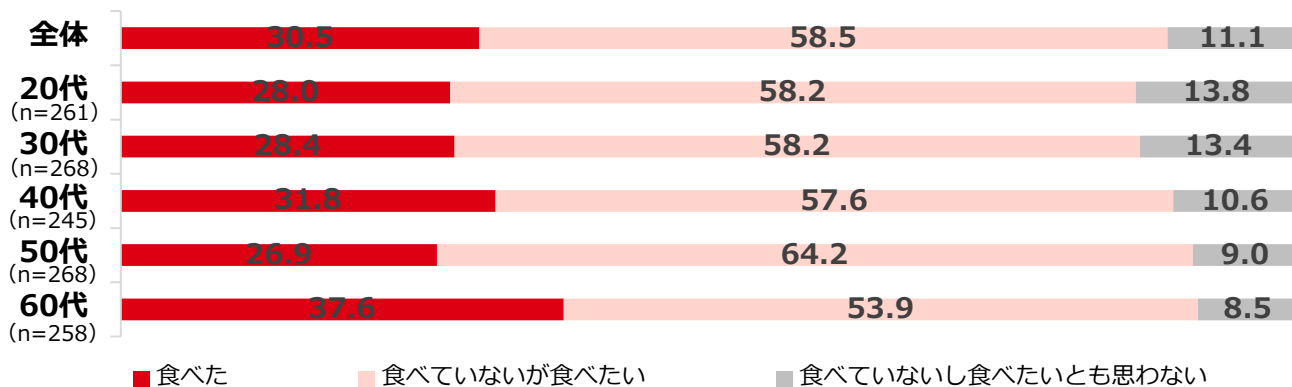


＜本件に関する報道機関からのお問い合わせ先＞

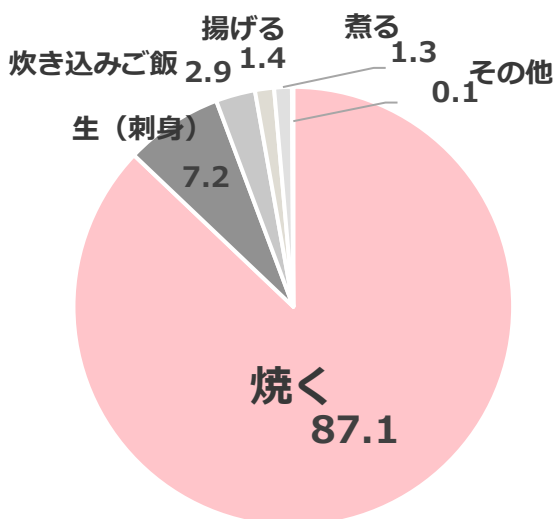
株式会社ぐるなび 広報グループ MAIL:pr@gnavi.co.jp

## Q2. 今年既にさんまを食べましたか。食べていない方は今年、さんまを食べたいと思いますか。

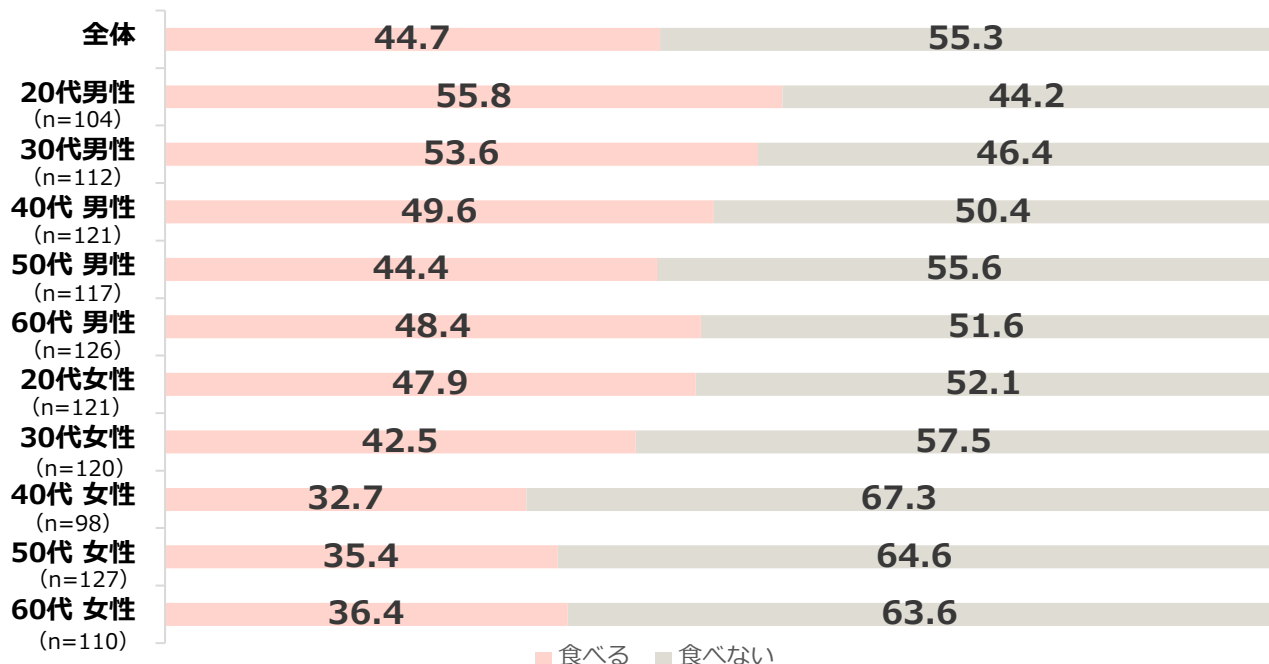
(n=1,300)(%)



## Q3. 最も好きなさんまの調理法はありますか。 (n=1,156)(%)



## Q4. さんまを焼いて食べる際、内臓も食べますか。 (n=1,156) (%)



**Q5. さんまにまつわるエピソードや、さんま愛など、さんまに関わる思い出を教えてください。**

- ・お店で出てきたさんまの塩焼きが美味しすぎて忘れられない。あの体験をもう一度したい！（20代・男性）
- ・晩御飯に開催される「誰が1番さんまを綺麗に食べれるか選手権」（20代・男性）
- ・骨を取るのが上手くなっていった余計に好きになってます（20代・男性）
- ・子供の頃は1匹100円以下で買えたため秋には週1回以上食べた思い出があるが、今や高級魚となってしまうスーパーで手に取る前に一瞬迷うような物になってしまった（30代・男性）
- ・焼きさんまと言えば、大根おろしなので家族みんなでたくさんおろしている（30代・男性）
- ・ロースターを買う時、必ずさんまのサイズに合わせて買う（40代・男性）
- ・焼さんまの香ばしい香りは、家の外でもわかる美味しい匂いだ。帰宅前から今晚のおかずを当てることができるおかずの1つ（40代・男性）
- ・さんまの塩焼きを買って帰りがけに猫に声を掛けられた（50代・男性）
- ・子供の頃は骨が多くむしろ嫌いだったが、歳を重ねるごとに魚がいかに体に良いか知り、またさんまの美味しさにも気づけた（20代・女性）
- ・結婚し親と離れて暮らしているが、ここ数年は秋の味覚大会と称して、さんまや鮭、キノコを食べるために集うことをしている（30代・女性）
- ・お母さんがよく骨を取ってくれたが、現在は子供たちに私がやっている。めっちゃ大変…（40代・女性）
- ・骨をオーブンで焼いて塩をふってパリパリにして食べる。頭しか残らない。（50代・女性）
- ・子供の頃、さんまが焼けた順に食べるので、焼き上がるのが待ち遠しくて、台所をのぞいて待っていた（60代・女性）

