

「〇〇の素」などの簡便調味料、利用に抵抗感のある人の割合は？

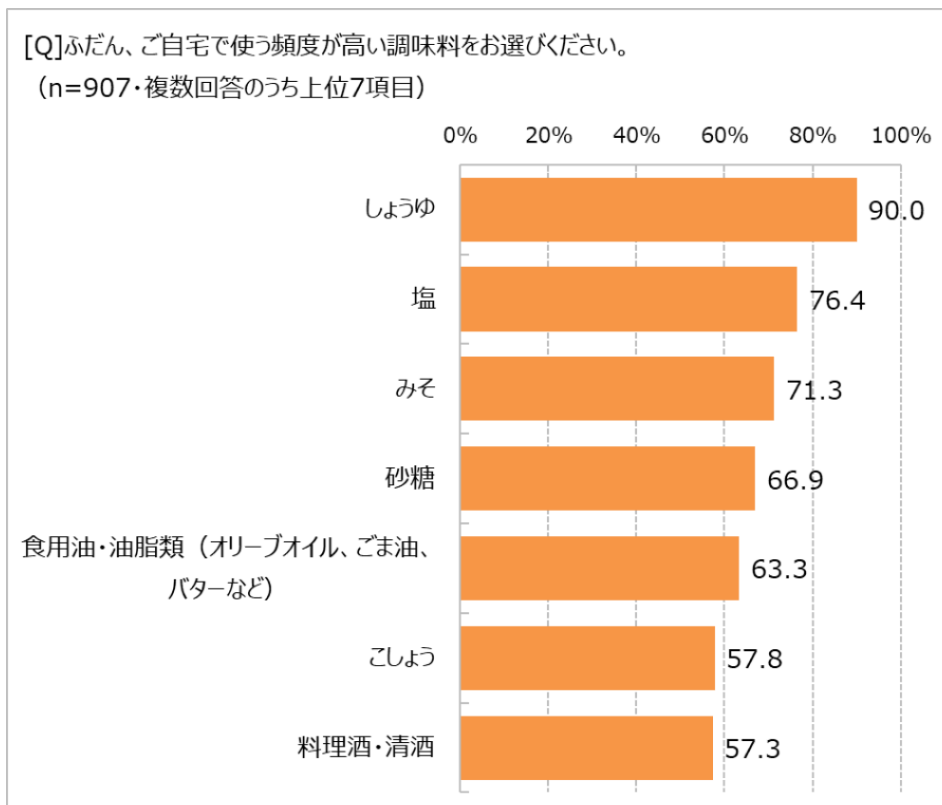
「ほぼ 1000 人にききました」が調査結果を発表。

～定番調味料の所持率・使用頻度も調査～

暮らしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ 1000 人にききました」。今回のテーマは、毎日の食事づくりに欠かせない調味料について。使用頻度の高い調味料から、調味料選びのこだわり、「〇〇の素」といった簡便調味料の利用率など、みんなの調味料に対する意識を調べました。常備率は高いのに使用頻度が低い調味料や、数年前と比べ常備率が大きくアップしたものなど、意外な事実が明らかに！

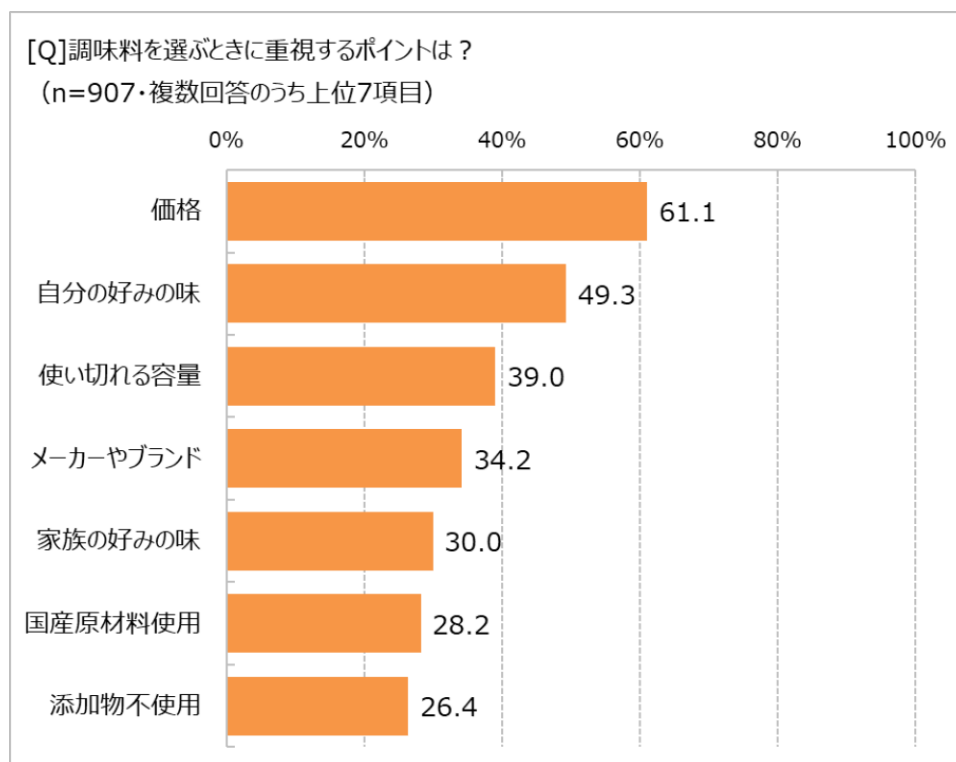
【ダイジェスト】

使用頻度 1 位はしょうゆ！ 意外に使わないのは酢、ケチャップ、ドレッシング
調味料選びの決め手は価格と品質!? とくに健康とおいしさを重視する傾向が
「〇〇の素」、8 割が使うことに抵抗なし。人気は中華料理系とパスタソース

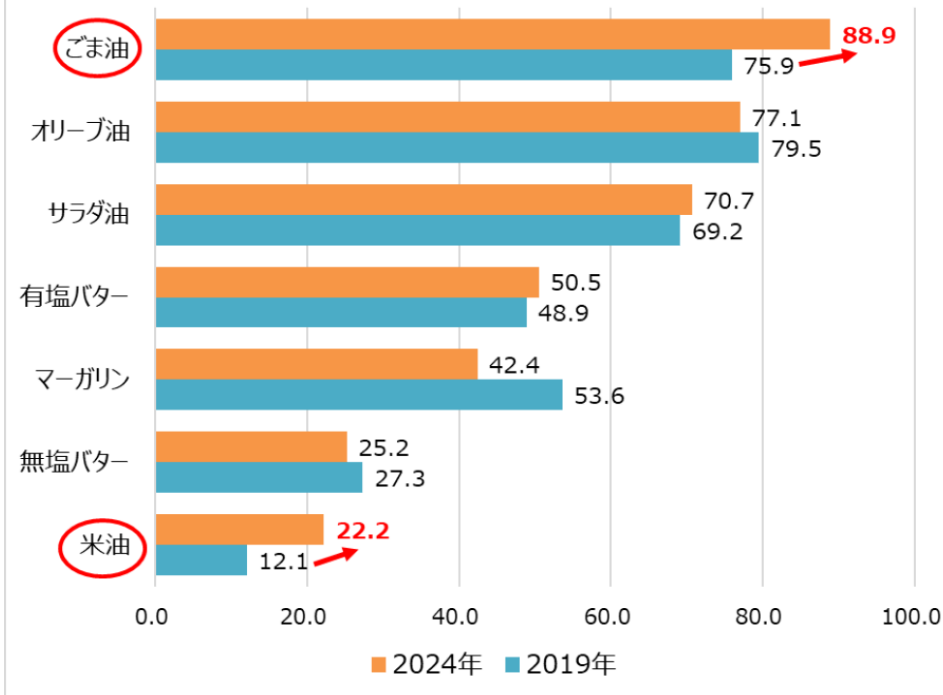


使用頻度 1位はしょうゆ！ 意外に使わないのは酢、ケチャップ、ドレッシング

よく使う調味料トップ3は、「しょうゆ」90.0%、「塩」76.4%、「みそ」71.3%。常備率では「塩」96.9%、「しょうゆ」96.6%、「みそ」94.4%と差が少ないものの、使うメニューの幅広さや、「味を決める」役割の大きさなどから、使用頻度ではしょうゆが目立って高くなったと推測されます。実際、「パスタでも和食でもちょっとたせば味が決まる」（40代・K）といった声が多く寄せられました。ちなみに、常備率で「酢」は91.3%、「トマトケチャップ」は89.1%と高かったものの、「よく使う調味料」での回答ではそれぞれ48.2%、40.1%と使用頻度が低いことが判明。ドレッシングも常備率は71.6%あるものの、「使いきれず処分したことがある」割合が1/4以上の26.5%に。理由としては、「サラダを食卓に出す回数が少なく、アレンジ方法もあまり知らないので賞味期限が過ぎてしまう」（30代・えびび）、「新しい味に挑戦して購入しますが、存在を忘れて使わず処分となります」（50代・れおむぎさん）のように、幅広い料理に応用しにくいことや、試しに買ったものの、なかなか家庭の定番の味として定着しないことがあるようです。

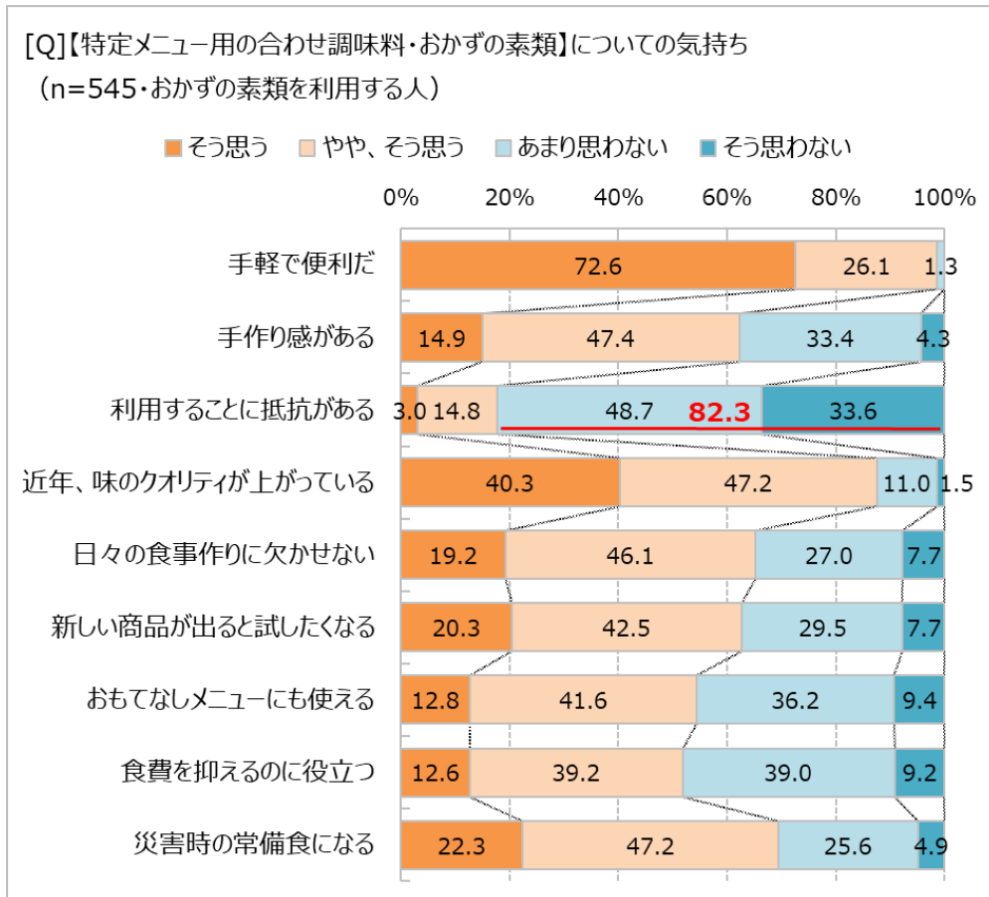


[Q]【食用油・油脂類】で、ご自宅に常備しているものをお選びください。
(n=907・複数回答のうち上位7項目)



調味料選びの決め手は価格と品質!? とくに健康とおいしさを重視する傾向が

調味料選びで重視することは「価格」が 61.1%で 1 位になる一方、調味料にこだわりがある人も 59.1%に上ります。こだわりのある調味料トップ 3 は「しょうゆ」「みそ」「塩」で、使用頻度上位と同じ顔ぶれ。こだわりポイントはおいしさに加え、「無添加」「国産」「体にいいもの」が目立ち、「割高でも、健康とおいしさのために品質のよいものを選ぶ」(50代・よっち)など、品質に見合った価格かどうかというコストパフォーマンスを大事にしている人が多いよう。手作りドレッシングなど調味料としても使われる食用油ですが、今回の調査では、「こめ油」の常備率が 2019 年の調査より約 10 ポイント増の 22.2%にアップ。その背景にも、「こめ油」の栄養価の高さや、クセがなくさまざまな料理に合う特性など、健康とおいしさの両面でコスパの高さが支持されたと推察されます。油類のなかで常備率 1 位の「ごま油」も 2019 年より 13 ポイントアップの 88.9%と数字を伸ばしていて、年々、油にも栄養価とおいしさを求める傾向が強まっているようです。



「〇〇の素」、8割が使うことに抵抗なし。人気は中華料理系とパスタソース

簡便調味料、いわゆる「〇〇の素」を月1回以上使う人は55.3%、週1回以上使う人も25.2%いました。使う理由は、「時短になる」「失敗なく味が決まる」「あれこれ調味料をそろえなくてもいい」が上位に。ひと昔前は「手抜き」というイメージもありましたが、今回の調査では20代以上のどの年代でも8割以上が「使うことに抵抗はない」と回答し、「日々の食事作りに欠かせない」65.2%、「おもてなしメニューにも使える」54.4%など、さまざまなシーンで活用されているもよう。また、「料理が苦手な人」だけでなく、「料理は上手なほうだと思う」と回答した人の中でも、77.3%が「利用に抵抗がない」と回答。幅広い人たちに浸透しているようです。簡便調味料のなかでもとくに使用頻度が高いのは、「麻婆豆腐の素」などの中華系51.8%と、ミートソースなどのパスタソース47.7%でした。

今回の調査でわかったのは、おいしさだけでなく、健康への配慮や用途の幅広さも、調味料選びや使用頻度のポイントになっているということ。また、簡便調味料は9割の人が「味のクオリティが上がっている」と感じていて、手軽さはもちろんおいしさの面でも、毎日の料理に欠かせないものになっていることがうかがえました。年々、簡便調味料の味や種類がますます充実してきているので、使用頻度は今後も増えていくかもしれませんね。

アンケート概要

- 調査対象: オレンジページメンバーズ・国内在住の20歳以上の女性(有効回答数907人)
- 調査方法: インターネット調査

●調査期間:2024年1月19日～1月26日

●「ほぼ1000人にききました」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまな暮らし情報・暮らし体験によってはぐくまれた生活感度の高い読者が数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めて、「暮らしのリアル」な数字、リアルな声を集めたのが「ほぼ1000人にききました」企画です。WEB上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、昨年創刊38周年を迎えた生活情報誌。30～40代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。

この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

次の暮らしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp