

今年も、忘年会シーズンが到来！飲んだ後に食べたいものは？

食べたい「メ（しめ）グルメ」ランキングを発表

鯛そうめん？ステーキ？ご当地「メ（しめ）グルメ」も人気に

「ホットペッパーグルメ外食総研」が開催する「トレンド座談会」12月レポート

株式会社リクルートライフスタイル（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：浅野 健）の外食市場に関する調査・研究機関「ホットペッパーグルメ外食総研」は、毎月外食のプロフェッショナルを集め、外食トレンドを発表する「トレンド座談会」を開催しています。12月は、忘年会シーズンに合わせて飲んだ後に食べる「メ（しめ）グルメ」（以下、メグルメ）を調査しました。

今年もあと1カ月をきり、忘年会シーズンとなりました。飲んだ後のしめと言えばラーメンが定番ですが、実は最近少し変わった「メグルメ」が人気なのをご存知でしょうか？『ホットペッパーグルメ』では、食べたい「メグルメ」を男女2072名に調査。トレンド座談会の座長 有木 真理が、人気の「メグルメ」の背景を語ります。

食べたい「メグルメ」ランキング

1位	お茶漬け	982票
2位	ラーメン	957票
3位	パフェ	504票
4位	うどん	309票
5位	おにぎり	293票
6位	お寿司	182票
7位	おでん	165票
8位	鯛そうめん	113票
9位	台湾ラーメン	108票
10位	ステーキ	86票

最近、飲んだ後に食べるしめが注目されています。そのきっかけは、ご当地ならではの「メグルメ」が、観光客に注目され拡散されたこと。都内でもご当地グルメを食べられるお店が増え、人気が高まっているのです。

3位にランクインした「パフェ」はしばらくたて牛乳など地元食材を活用し、札幌を中心に人気のご当地「メグルメ」です。10位の「ステーキ」は沖縄に根付いた「メグルメ」で、専門店の増加もあり沖縄以外でも広がり始めています。この冬はいつもとは違う「メグルメ」に挑戦してみたいかご存知でしょうか。 ※ 下部より各ランキングを解説しております



ホットペッパー
グルメ外食総研
トレンド座談会
座長 有木 真理

【アンケート概要】

- 出典 : 『ホットペッパーグルメ』調べ
- 調査時期 : 2016年9月
- 調査対象 : 全国20～30代男女（株式会社マクロミルの登録モニター）
- 有効回答数 : 2,072人

食べたい「メグルメ」ランキングを、トレンド座談会 座長 有木 真理が解説！

■ 1位：お茶漬け (982票)

「メグルメ」の王道が1位に。ご当地ごとに具材が異なる特性も

1位は「メグルメ」の王道、お茶漬け。ここ数年で専門店が多くできたことで、飲んだ後に“家で食べるしめ”から、“専門店食べるしめ”に変化しています。またご当地ごとに、その具材が異なるという特徴も。石川県には「金沢で飲んだ後にはここ！」と言われるほど、有名なお茶漬け屋があります。色々な店で、定番ならではの違いを探してみたいかご存知でしょうか。



お茶漬けBAR x ～離れ個室～ZUZU【新宿/東京都】

鮭の切り身とイクラの親子どんぶりをお茶漬けにした一品。お店自慢の出汁は昆布や鰹を煮込み、お店で一つ一つ丁寧に素材から抽出しています。20種もの中からチョイスできるお茶漬けBARで、いつもと違う「メグルメ」体験してみてください。 <https://www.hotpepper.jp/str/J001154963/>

■2位：ラーメン (957票)

飲んだ後のしめといえばこれ！罪悪感が少ない、進化系ラーメンも

全国共通で人気のラーメンですが、そのこってりさに対する罪悪感も強いため、最近では、動物性食材を一切使わないビーガンラーメン、春雨ラーメンなど、あっさり系の進化系ラーメンも人気が出ています。熊本では春雨ラーメンの一種で、中国の郷土料理からアレンジされた「太平燕」が人気です。



cafe the 6BT【赤坂/東京都】

動物性食材を一切使わないビーガン料理のみを提供。また化学調味料、精製された白砂糖も一切使用しておらず、野菜をはじめとする自然の素材の美味しさを十分に引き出した料理を楽しむことができます。<https://www.hotpepper.jp/strJ001128482/>

■3位：パフェ (504票)

甘いものは別腹！飲んだ後はアイスではなくパフェが主流！？

冬のアイス消費量1位&生乳が特産の札幌で、特に人気の「メグルメ」。しめパフェを推進する団体もあるほど人気です。夜しかオープンしていないお店もあり、広がりを見せています。元々飲んだ後の「メスイツ」は人気ですが、パフェのSNS映えするフォトジェニックさも、人気を後押ししている理由の1つようです。



アンケートの声

「アルコールが入ると甘いものが欲しくなる」「札幌で流行っていると聞いて気になったから」

bucheron【札幌/北海道】

しめパフェが人気の洋食店。しめパフェはミニサイズもあり。

<https://www.hotpepper.jp/strJ001153950/>

■4位：うどん (309票)

香川だけじゃない！西日本では定番？のしめうどん

香川県では「メグルメ」としてもうどんが定番の人気ですが、香川県以外でも西日本や名古屋で人気が高く、深夜まで営業しているお店も多くあります。しめとしては、こってり系を食べたい人が多いのか、カレーうどんが人気。暖かいうどんは胃腸に優しいのも嬉しいですね。

赤坂 澤乃井【赤坂/東京都】

うどんの中でも、冬のしめにおすすめなのはアツアツのカレーうどん。27時まで開いているので、飲んだ後でも時間を気にせずうどんを堪能できる。

<https://www.hotpepper.jp/strJ000000809/>

■5位：おにぎり (293票)

おにぎり専門店が増え、1位のお茶漬けと同じく、“家で食べるしめ”から“専門店で食べるしめ”に進化しています。深夜まで営業しているお店も多く、飲んだ帰りにふらっと立ち寄る人が多いようです。

■6位：お寿司 (182票)

24時間営業・深夜まで営業するお店が増加しています。寿司飯のさっぱり感が、飲んだ後のしめに合うと人気で、日本人の間でも2軒目・3軒目に寿司店に行くケースが増えています。

■7位：おでん (165票)

スープのあっさりさ、消化の良さから、女性を中心に人気。屋台で提供されているケースも多く、飲んだ後について寄りたくなるよう。また香川県では、おでんコーナーがあるうどん店も多く、うどんと一緒に食べられることも多いようです。

■8位：鯛そうめん (113票)



愛媛や広島など瀬戸内海沿岸で、お祝いの際に出される郷土料理。甘辛い鯛の煮付けにそうめんを付け合せたもの、一緒に出汁に入れたものなど、様々なバリエーションがありますが、中でも温かいにゅうめん風に仕立てたものがお店でも提供され、飲んだ後のしめとして人気となっています。

アンケートの声

「スルスル喉を通って食べやすそう」「さっぱりしてそうなので、メにちょうど良さそう！」

雑草庵【池袋/東京都】

鯛の頭から出汁がとられあっさりしているので、飲んだ後のしめにぴったり！

<https://www.hotpepper.jp/strJ000002970/>

■9位：台湾ラーメン (108票)



人気上昇中の名古屋飯。見ためはこってりだが担担麺よりカロリーが低いのも、しめとして人気の秘密。

アンケートの声

「とっても辛くてある意味酔いが覚める！」

味仙 藤が丘店【名古屋/愛知県】

辛さのなかに、旨みを感じる一品。深夜まで営業しており、飲んだ後のしめとしても人気。

<https://www.hotpepper.jp/strJ000397934/>

■10位：ステーキ (86票)



沖縄に根付いた「しめの一枚」が、観光客より広がる

肉ブームのはるか前より、沖縄には米国文化の影響でステーキ店が多く、気軽に食べるステーキが根付いていました。深夜まで営業しているお店も多く、飲んだ後にガッツリ食べたいという欲求に対し、ラーメンに代わってステーキが受け入れられました。最近では、この文化が観光客にも認知され、しめにステーキを食べに行く人が増えました。また立ち食いステーキ店など、沖縄以外でも気軽にステーキを食べられるお店が急増したことを受け、全国でじわじわ人気が出ています。

ステーキ&ハンバーグ専門店 肉の村山 葛西店【葛西/東京都】

アメリカ産の上質なお肉を使用し、柔らかい食感が自慢のTexasステーキが人気のお店。25時まで営業しているので、飲んだ後にも寄りやすい。

<https://www.hotpepper.jp/strJ001127048/>

<番外編>

■14位：サンドイッチ (71票)



女性を中心に、人気が高まっているのがしめサンドイッチ。ちょうどよくお腹が満たされて、重すぎないところが人気。野菜や肉をたっぷり挟んだパンは、見た目にも美しく食欲をそそります。

VIA QUADRONNO 原宿【原宿/東京都】

NY発の人気パニーニ店。23時まで営業しており、飲んだ後のしめにも。

<https://www.hotpepper.jp/strJ000758900/>

「ホットペッパーグルメ外食総研」が開催する「トレンド座談会」とは

リクルートライフスタイルの外食のプロフェッショナル集団が、シーズン毎に外食トレンドを発表します。消費者アンケートや、レストランの現場から“生の声”を聞き、「外食のリアル」を語ります。メンバーは、外食に関する調査・研究機関の研究員の他、女子トレンド、高級店トレンドなど、様々な分野を得意とするスペシャリスト計6名で構成されます。

【本件に関するお問い合わせ先】

<https://www.recruit-lifestyle.co.jp/support/press>