

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.58

## “激辛料理”に関する調査

夏に激辛料理を食べたくなる理由は「汗をかいてすっきりしたいから」が最多！

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、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「激辛料理」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】

- ・ 激辛料理が好きな人は**44.4%**で、昨年と同水準。
- ・ 食べる頻度は「月に1回」が最多で、月に1回以上食べる人が約半数。
- ・ 夏に食べたい理由は「汗をかいてすっきりしたい」が5割以上でトップに。
- ・ 注目している激辛料理のジャンルは「中国料理」「韓国料理」「カレー」がTOP3。  
女性の20代、30代、40代女性は「韓国料理」が一番人気。
- ・ 今夏に食べたい激辛料理は「辛さとにんにくやスパイスなど風味やうま味が際立つ味」がトップに。
- ・ 激辛料理を食べる機会が最も多いのは、昨年に引き続き「外食」が6割と最多。
- ・ 食べてみたい辛さのレベルは平均**6.9**で、最多は3割が支持したレベル「7」に。

## 【調査概要】

- 調査期間：2023年5月26日(金)～28日(日)
- 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1,200名



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

## 夏は「激辛ですっきり」が定着。好きな人ほど辛さを追求！

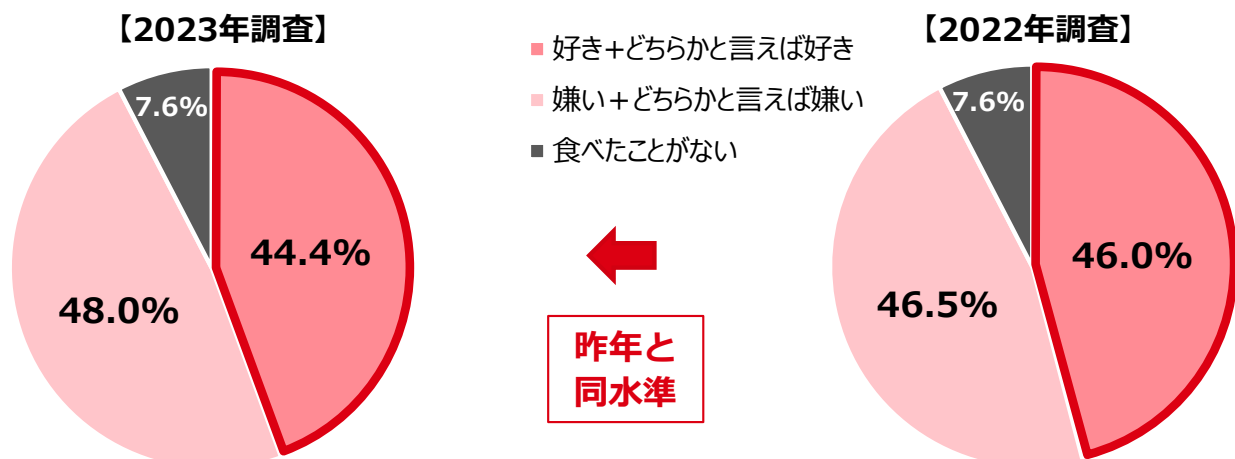
猛暑を乗り切るために欠かせない存在となっている「激辛料理」。好きな人は昨年と同じの4割超、「月に1回以上食べる」と回答した人は半数にのぼり、一定層での定着がみられます。

ここ数年は辛さだけではなくうま味を感じる「激辛料理」を求める傾向がみられますが、今年新たに追加した「辛さと胡椒や山椒などの香りと刺激が際立つ味」も3位にランクイン。食べたくなる理由2位の「刺激や達成感を味わいたいから」と繋がっているのかもしれない。

今年食べてみたい辛さのレベルは平均6.9となりましたが、「好き」と回答した人は平均8.1。その内の3割弱が10と回答しており、好きな人ほど辛さを追求している傾向がみられました。

外食で「激辛料理」を楽しみたいと回答した人は昨年並みで6割。激辛料理を楽しむ場が「外食」の傾向は変わらずという結果になりました。梅雨が明け、厳しい暑さが訪れるこの夏も激辛料理ですっきりしに飲食店を訪れてみてはいかがでしょうか。

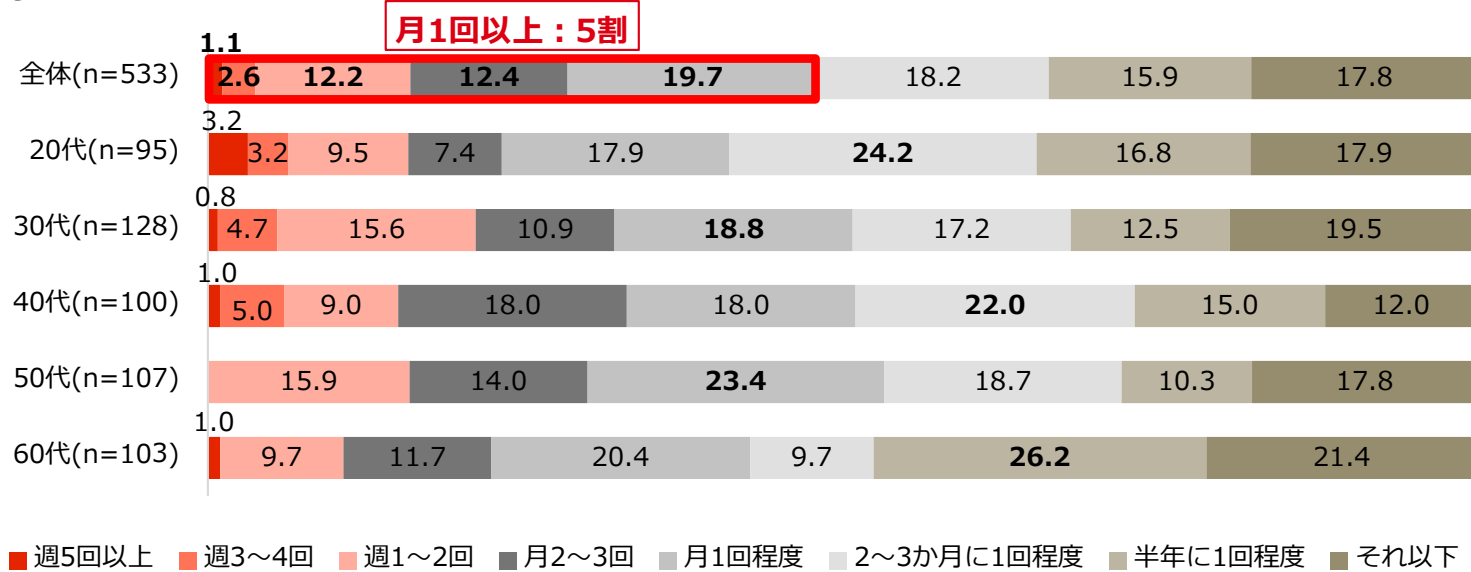
## Q1.あなたは、激辛料理が好きですか？（回答者n=1,200）（%）



<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

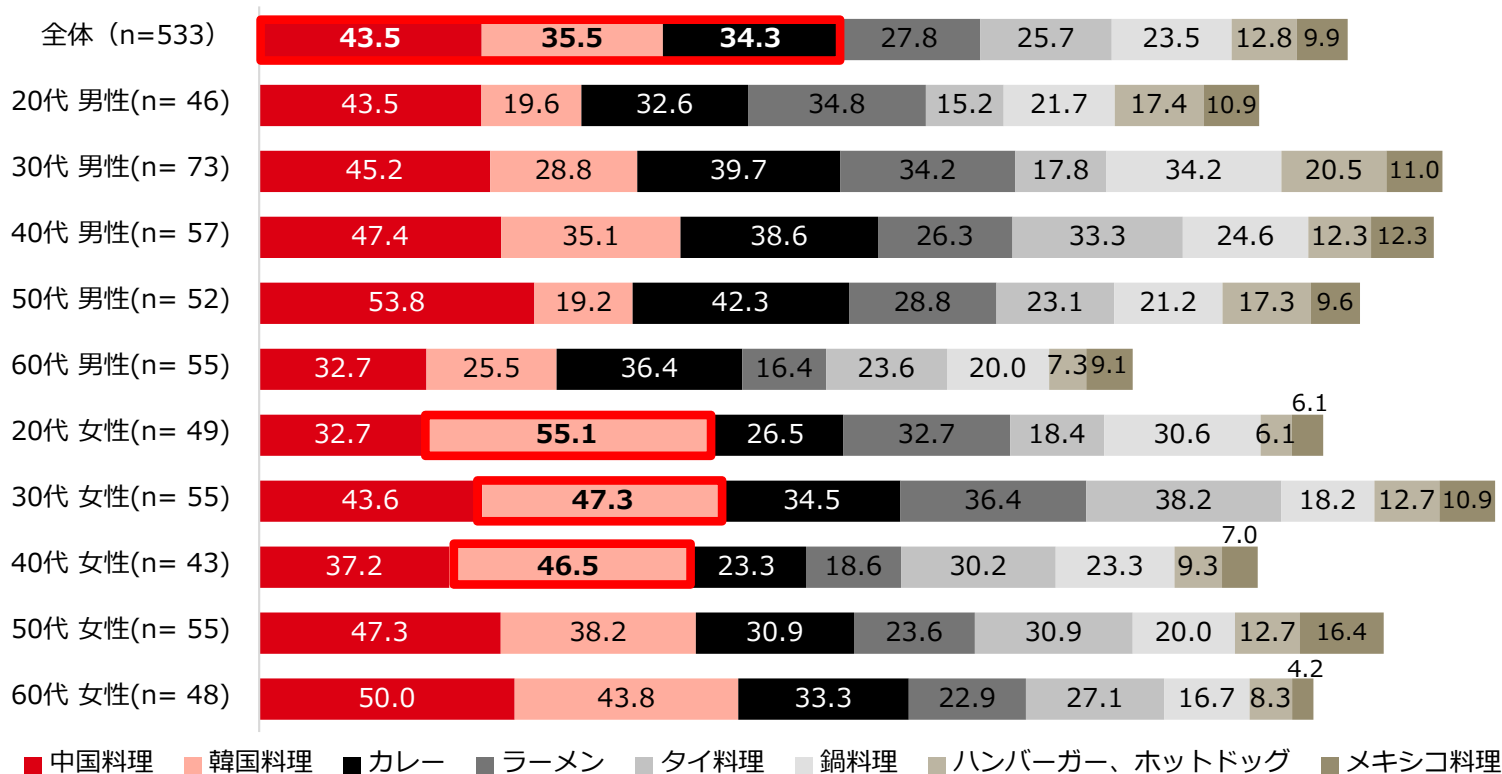
## Q2.どれくらいの頻度で激辛料理を食べますか。(好き・どちらかと言えば好きと回答した n=533)(%)



## Q3.夏に激辛料理を食べたくなる理由をお答えください。(夏に食べたいと回答した人n=188,複数回答)(%)

順位	理由	割合 (%)
1位	汗をかいてすっきりしたいから	51.1
2位	刺激や達成感を味わいたいから	39.4
3位	食欲が落ちたときでも食べられる、食べたくなるから	35.1
4位	食べることでストレス発散になるから	26.1
5位	暑さを忘れられるから	21.8

## Q4.あなたが最近注目している激辛料理ジャンルは何ですか。(好き・どちらかと言えば好きと回答 n=533,複数回答)(%)



## Q5.今年の夏に食べてみたい味いを、以下から全てお選びください。

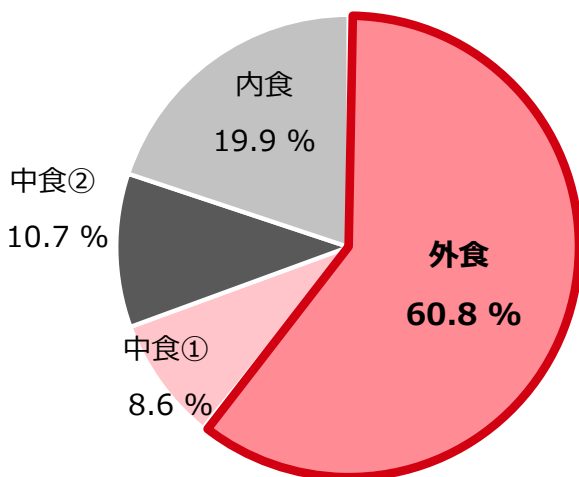
（好き・どちらかと言えれば好きと回答したn=533,複数回答）（%）

順位	全体	
1位	辛さとにんにくやスパイスなど、風味やうま味が際立つ味	51.2
2位	うま味の中に辛味がアクセントになったピリ辛味	50.1
3位	辛さと胡椒や山椒などの香りと刺激が際立つ味	38.6
4位	辛さと発酵食品などを組み合わせたマイルドでうま味が際立つ味	29.1
5位	辛さとレモンや酢などの酸味を際立たせた味	27.0

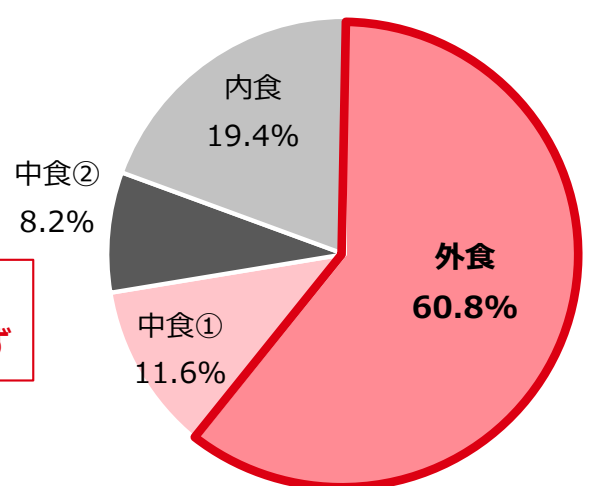
## Q6.外食/中食/内食のうち、あなたが激辛料理を食べる機会が最も多いのはどれですか。

（好き・どちらかと言えれば好きと回答したn=533）（%）

【2023年調査】



【2022年調査】



外食割合：  
昨年と変わらず

外食：レストラン等へでかけて食べること

中食①：店舗（飲食店やデリバリーやテイクアウト専門店）でつくられたものをテイクアウト・デリバリーで注文

中食②：中食①以外のコンビニエンスストアなど小売店で調理加工品をテイクアウト

内食：家庭内で手作りした料理を食べること

## Q7.今年食べてみたい辛さのレベルを教えてください。

（好き・どちらかと言えれば好きと回答したn=533）（%）

