

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.73

“激辛料理”に関する調査

激辛料理が食べたくなる平均気温は「28.6℃」、「汗をかいてすっきりしたい」人が4割以上！

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、激辛料理に関して調査しました。詳細は以下の通りです。



「激辛料理」は30代が好む！暑いほど、汗をかいてすっきりすると人気高まる傾向？

すっかり人気ที่定着した「激辛料理」。辛さの度合いは人それぞれだと思いますが、「辛い」料理を食べることは半数近くの方が好ましいと感じていらっしゃるようです。

季節を問わず食べたくなる方も多いのですが、特に夏は「汗をかくことで気分爽快」と感じる方が多いようです。

年代性別で見ると、30代男性で「好き」と「どちらかと言えば好き」を合わせた割合が最も高く、30代女性では「好き」と答えた割合が他のどの年代よりも高くなりました。30代は男女ともに「激辛料理」が好きな方が多いのかもしれませんが。

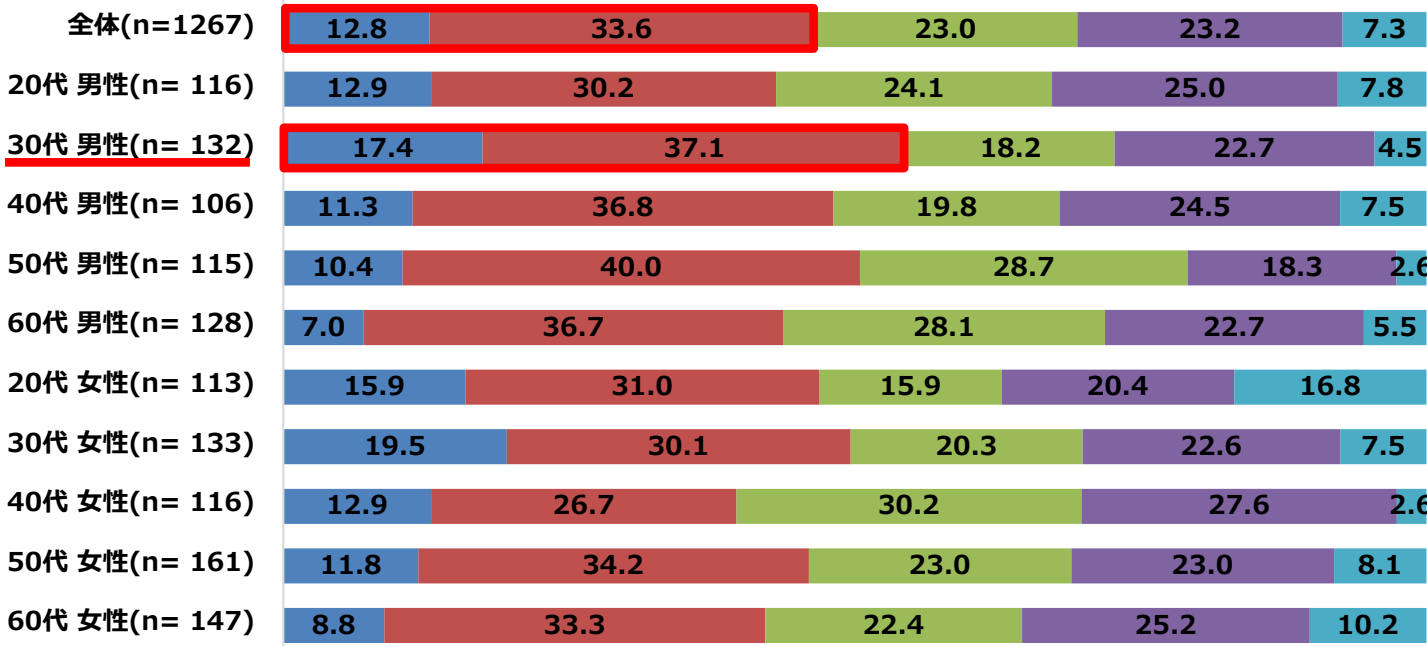
さらに「激辛料理」を食べたくなる気温を伺ったところ「28.6℃」が平均値となりました。

この夏も猛暑が予想されますので、毎日激辛料理を食べたくなる、「激辛日和」になるかもしれません。是非皆さんも「激辛料理」を食べて、気分をリフレッシュしてみてくださいはいかがでしょうか？

■ 2023年激辛料理に関する調査：<https://corporate.gnavi.co.jp/release/2023/nxqanseuzs/>

Q1.あなたは、激辛料理が好きですか？（回答者n=1,267）（%）

好き+どちらかと言えば好き合計：46.4%



■ 好き ■ どちらかと言えば好き ■ どちらかと言えば嫌い ■ 嫌い ■ 食べたことがない

激辛料理が好きな人は46%。好きな人の割合が最も高いのは30代男性。

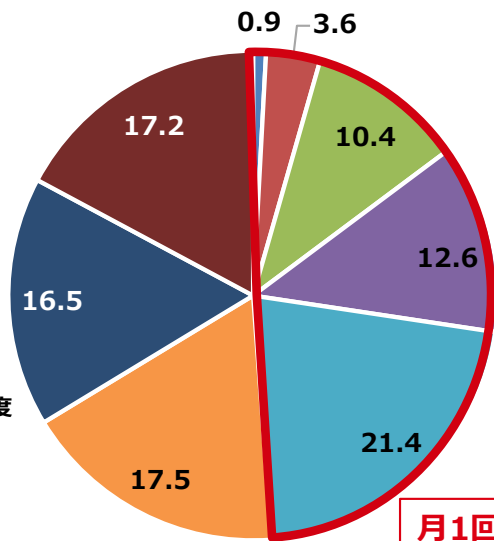
<本件に関する報道機関からのお問い合わせ先>

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=588)(%)

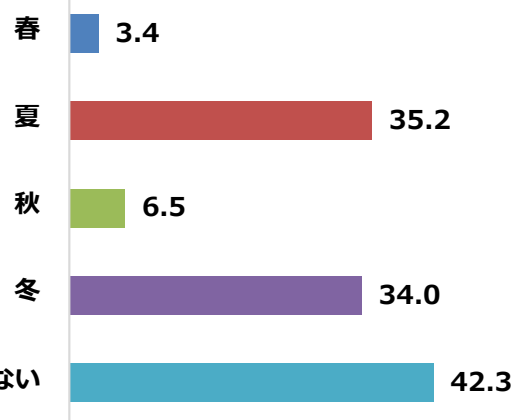
- 週5回以上
- 週3~4回
- 週1~2回
- 月2~3回
- 月1回程度



月1回以上：5割弱

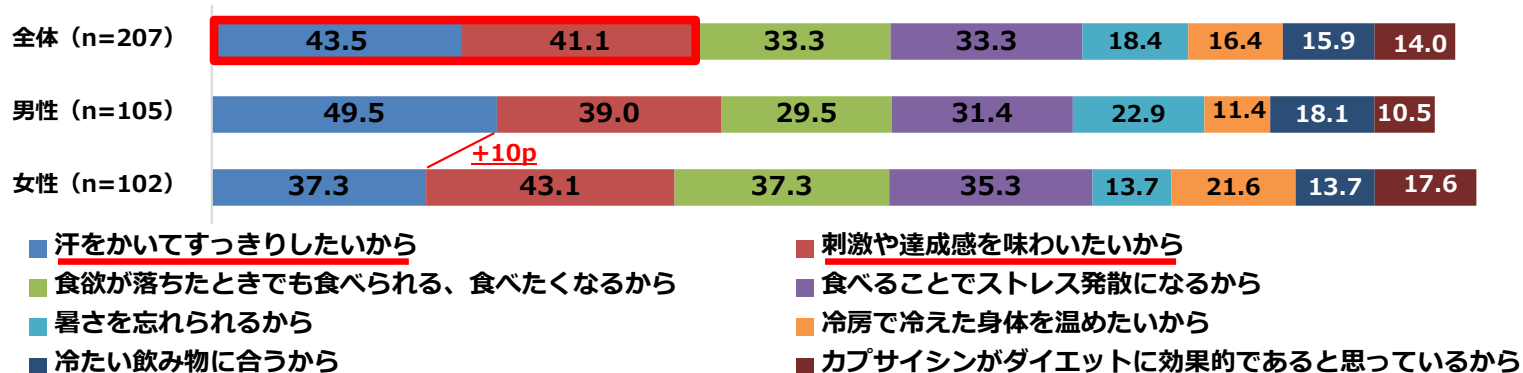
Q3.激辛料理を食べたくなる季節はいつですか。

(好き・どちらかと言えば好きと回答した n=588,複数回答)(%)



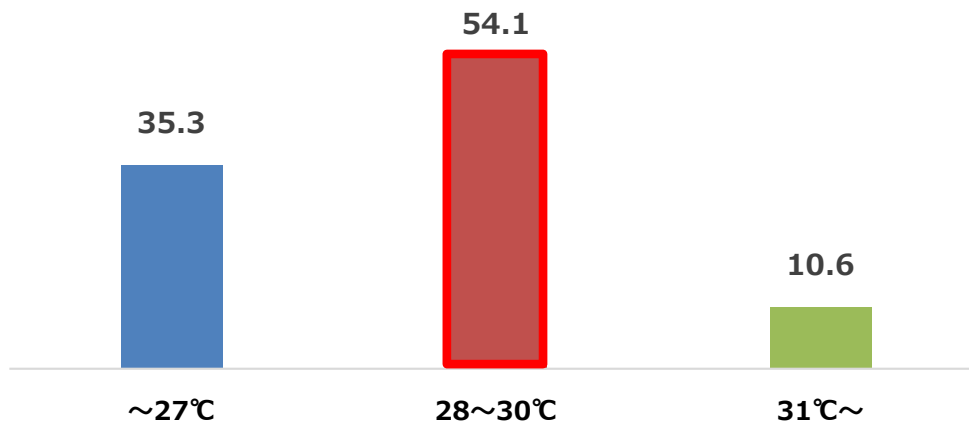
食べる頻度は「月に1回」が2割程度で最も多く、月に1回以上食べる人は5割弱。
食べたい季節は「夏」が35%、「冬」が34%で「季節は関係ない」が42%。

Q4. 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=207,複数回答)(%)



夏に食べたい理由は「汗をかいてすっきりしたい」と「刺激や達成感を味わいたい」が4割台。
「汗をかいてすっきりしたい」は男性が女性を10pt以上上回る。

Q5.夏に気温が何度以上になると、激辛料理を食べたいと思いますか。(夏に食べたいと回答した人n=207) (%)



激辛を食べたいと思う気温は「28~30°C」が過半数で、平均は28.6°C。

Q6.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=588,複数回答）(%)

	全体 (n=588)		男性 (n=287)		女性 (n=301)			
1	中国料理	44.2	1	中国料理	44.2	1	韓国料理	49.5
2	韓国料理	39.3	2	カレー	39.3	2	中国料理	42.5
3	カレー	35.2	3	韓国料理	35.2	3	カレー	29.2
4	ラーメン	25.9	4	ラーメン	25.9	4	タイ料理	28.6
5	タイ料理	25.5	5	タイ料理	25.5	5	ラーメン	23.9

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。
女性は「韓国料理」が1位。

Q7.今年の夏に食べてみたい味わいを、以下から全てお選びください。

（好き・どちらかと言えば好きと回答したn=588,複数回答） (%)

順位	全体	
1位	うま味の中に辛味がアクセントになったピリ辛味	49.1
2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	48.6
3位	辛さと胡椒や山椒などの香りと刺激が際立つ味	38.9
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	27.7
5位	辛さとレモンや酢などの酸味を際立たせた味	23.8

今夏に食べたい激辛料理は、「うま味の中に辛味がアクセントになったピリ辛味」と
「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」がほぼ同率。

Q8.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・どちらかと言えば好きと回答したn=588,複数回答） (%)

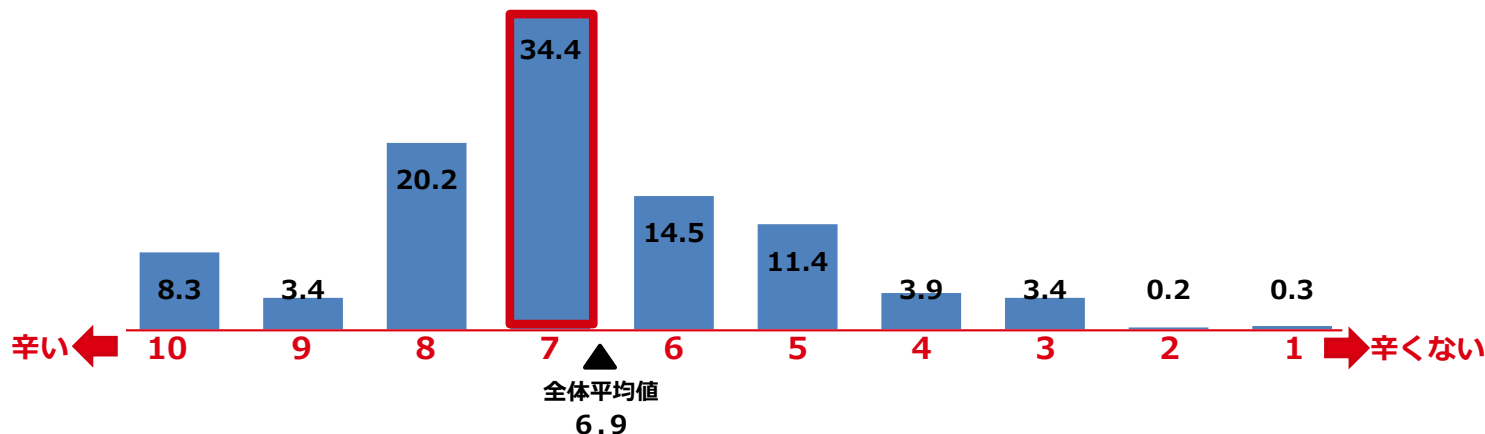


■ 外食 ■ 中食（飲食店や専門店のテイクアウト、デリバリー） ■ 中食（小売店のテイクアウト） ■ 内食

食べる機会が最も多いのは「外食」で65%。

Q9.今年食べてみたい辛さのレベルを教えてください。

（好き・どちらかと言えば好きと回答したn=588）（%）

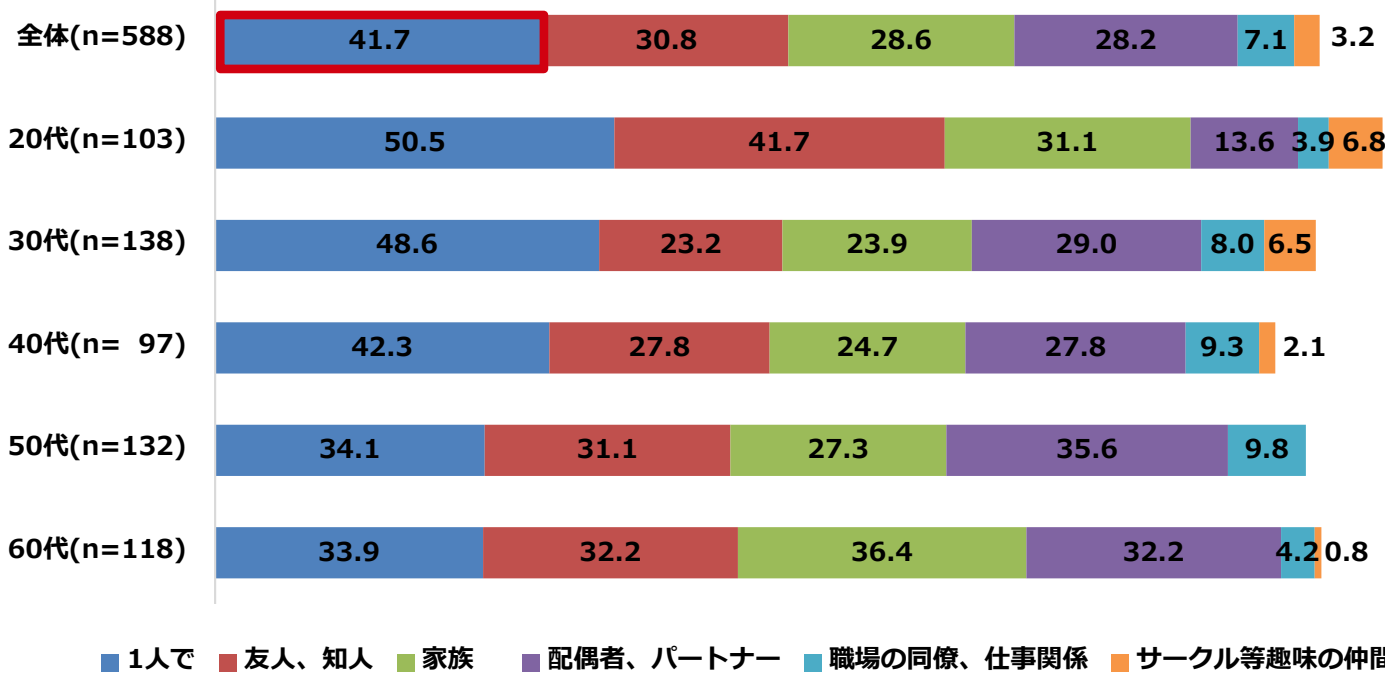


食べてみたい辛さのレベルは、最多が「7」で平均は6.9。

Q10.激辛料理を楽しむときは、どなたと一緒に楽しみたいですか。

（好き・どちらかと言えば好きと回答したn=588,複数回答）（%）

1人だけが4割超でトップ



一緒に楽しみたい相手は「1人で」が最も高く、若い年代ほど高くなる。

【調査概要】

- 調査期間：2024年5月24日(金)~26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1,267名