



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.94

“さんま”に関する調査

今年さんまを食べたい人は6割弱！さんまを食べるのが得意な人は47%

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】

- ・秋に食べたくなる食材は「さんま」「梨」「栗」がTOP3。「さんま」は50代で7割弱と特に高い。
- ・今年さんまを食べた人は3割で、食べていないが食べたい人は6割弱。
- ・さんまに欠かせない薬味、添え物は「大根おろし」が7割強で最多。60代女性では「すだち」が3割強。
- ・内臓まで食べる人は45%で、男性の54%に対して女性は37%。
- ・食べる場所は自宅派が7割、飲食店派が2割。20～30代男性は飲食店派が3割以上と高い。
- ・さんまを食べるのが得意な人は47%。得意な人が最も多いのは50代男性で、20～30代女性は苦手な人が4割以上と高い。
- ・今後希少性が増しそうな魚介類は「うなぎ」が半数弱で最も高く、以下「さんま」「マグロ」「イカ」「サケ」と続く。

秋の味覚「さんま」人気健在！豊漁で身近になった秋の味覚

**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

秋に食べたい食材を尋ねると、「さんま」「梨」「栗」が昨年に引き続きTOP3となりました。特に50代では7割弱がさんまを挙げ、昨年調査

（<https://corporate.gnavi.co.jp/release/2024/sgh1zmjh0k/>）よりも10ポイント近く増加する結果となりました。

さんまをすでに「食べた」人は3割、「食べたい」人は6割弱と、さんまへの「食べたい」意向は昨年と変わらず高い水準を維持しています。ちなみに、昨年は9月末、今年は9月上旬と、昨年より早く調査を実施しましたが、「食べた」人の割合はほぼ変わらずでした。今年のさんま豊漁のニュースを聞いて、すぐにさんまを求めた方もいらっしゃるかもしれません。

今年は新たに「さんまに欠かせない薬味、添え物」を尋ねたところ、「大根おろし」が7割強で最多となりました。かんきつ類では、「すだち」が最多。さんまに添えるかんきつ類は地域差があることは有名ですが、「大根おろし」は、年代が上がるほど回答が高く、年代差があるようです。

今年のもう一つ新たに、「きれいに食べるのが得意」かどうか尋ねたところ、「かなり得意」「まあ得意」を合わせた、「得意な人」は半数に満たない結果となりました。特に20代～30代女性では4割以上が「苦手」と回答しており、こうした意識が、Q1の「秋に食べたくなる食材」で20代、30代の「さんま」の回答率の低さにもつながっているのかもしれません。

今年ではせっかく、昨年、一昨年より気軽に、サイズの良いさんまを楽しめそうですので、きれいに食べられるかどうかは気にせず、美味しい秋の味覚を楽しんでみてはいかがでしょうか。

【調査概要】

- 調査期間：2025年9月9日(火)～9月10日(水)
- 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

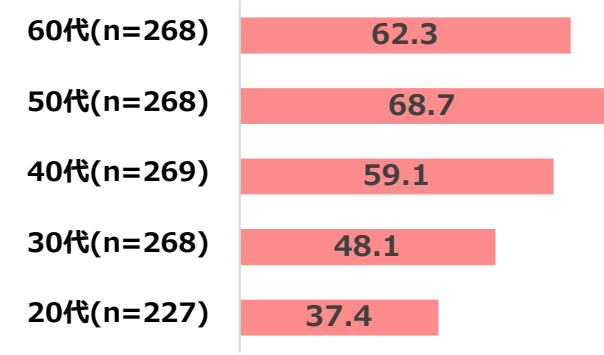
＜本件に関する報道機関からのお問い合わせ先＞

株式会社ぐるなび 広報グループ MAIL:pr@gnavi.co.jp

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（%）

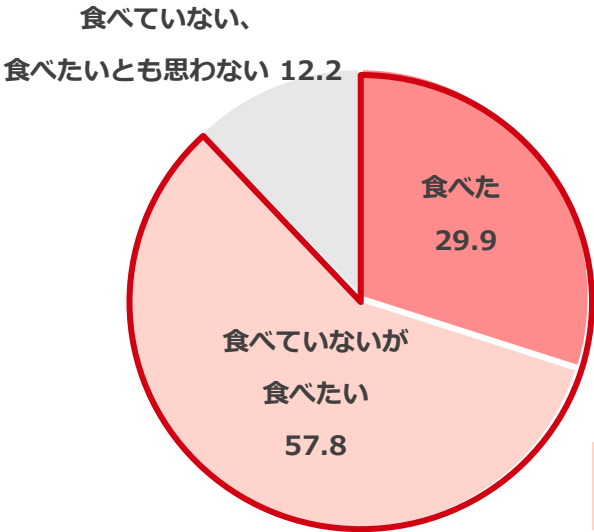
1位	さんま	55.7%
2位	梨	47.8%
3位	栗	44.3%

年代別「さんま」の回答率



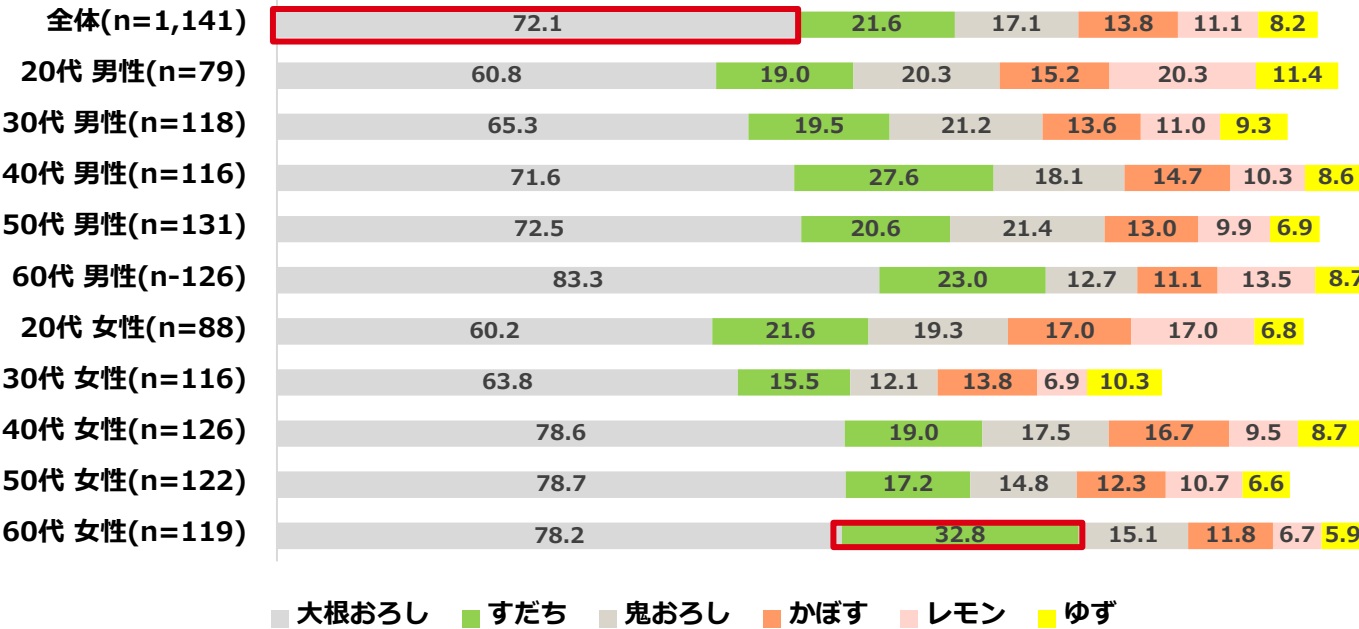
「さんま」と回答した人は50代で7割弱と特に高い。

Q2.今年既にさんまを食べましたか。また、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) ※単一回答（%）

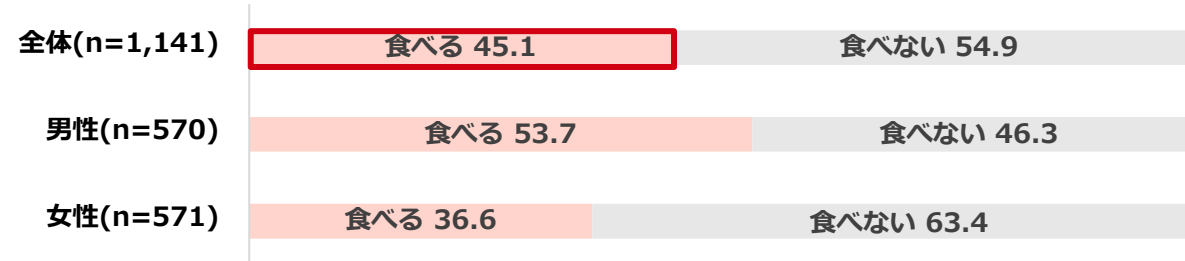


「食べた」と回答した人は約3割
「食べてないが食べたい」6割弱

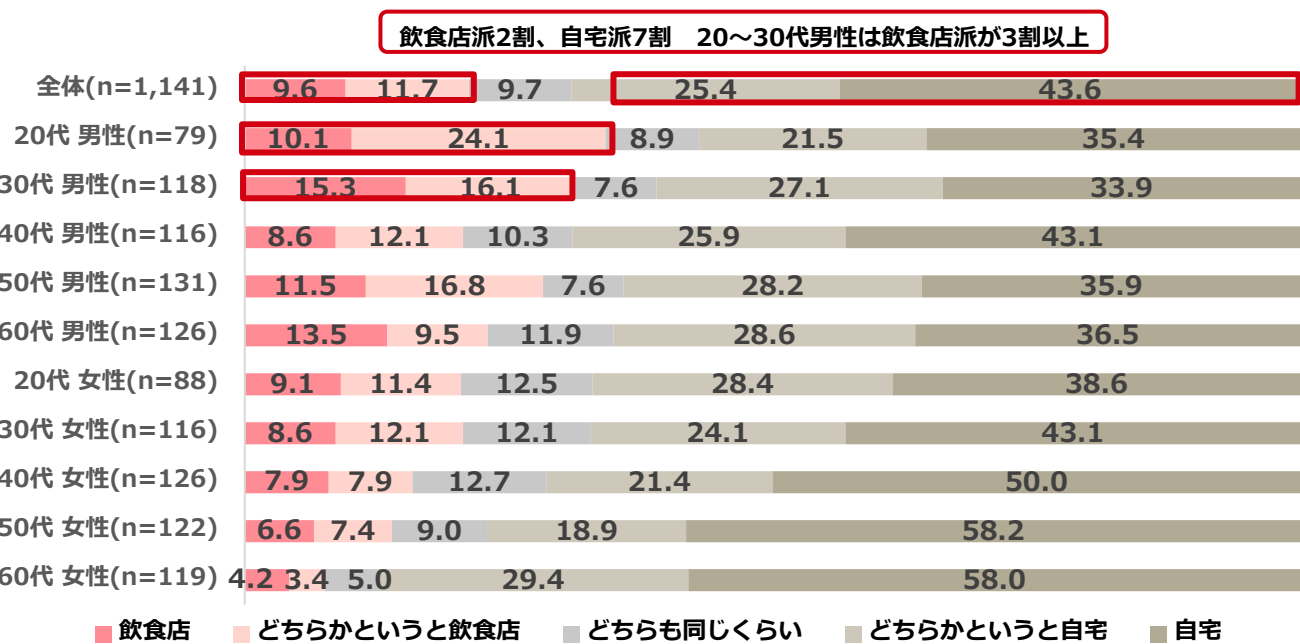
Q3.さんまを焼いて食べる際に欠かせない薬味、添え物を教えてください。
(n=1,141) ※複数回答 上位6位（全体）まで表記（%）



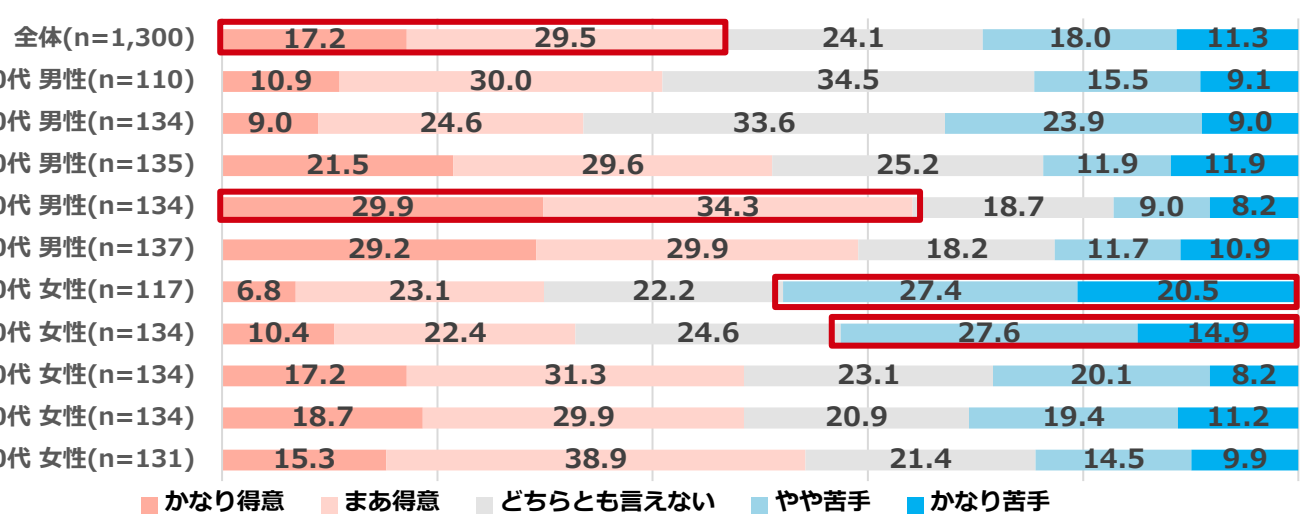
Q4.さんまを焼いて食べる際、内臓も食べますか。n=1,141、※単一回答（%）



Q5.さんまを食べるのは、飲食店と自宅のどちらが多いですか。n=1,141、※単一回答（%）



Q6.焼いたさんまを綺麗に食べるのが得意ですか。n=1,300、※単一回答（%）



Q7.今後、より手に入りにくくなりそう、値上がりしそうと思う魚介類をお選びください。

n=1,300、※複数回答

1位	うなぎ	47.2%	4位	イカ	28.2%
2位	さんま	32.8%	5位	サケ	27.9%
3位	マグロ	29.6%			