



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.95

“肉グルメ”に関する調査

肉料理が好きな人は約9割！外食で「いい肉」許容価格「～5,000円」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、「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、“肉グルメ”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】

- ・ **肉料理が好きな人は約9割。**
- ・ 一番好きな肉は「牛肉」が半数で最多。「鶏肉」と「豚肉」がそれぞれ2割程度。「鶏肉」は女性が男性を1割ほど上回り、特に20代女性では「牛肉」を抑えて最多。
- ・ **無性に肉料理を食べたいと思うのは、「スタミナをつけたい、パワーが欲しい時」が最も高く、次いで「何か良いことがあった時」。**
- ・ 肉料理の外食頻度は「月に1日くらい」が最多で、月に1日以上外食する人が全体の3人に2人。
- ・ **外食することが多い肉料理は、「焼肉」「ハンバーグ」「とんかつ、かつ丼」がTOP3。**
「牛丼」は男女で20pt以上の差があり、男性では3位。「とんかつ、かつ丼」は年代が上がるほど高くなり、「ハンバーガー」は反対に若い年代ほど高くなる。
- ・ 肉料理の店を選ぶ際の重視点は、「コストパフォーマンスが良い、お得感がある」が最も高く、次いで「ご馳走感がある、贅沢な気分になれる」。「とにかく安い」は若い年代ほど高くなり、20代では2位。
- ・ **いい肉を外食する時の許容価格は「～5,000円」が最多だが、全体の半数弱は3,000円以内**となる。

「いい肉の日」肉料理の「価格観」と「多様な満足基準」

今回は11月29日の「いい肉の日」にちなみ肉料理に関するアンケート調査を実施しました。肉料理を「好き」と回答した人は約9割に上り、肉の人気ぶりが明らかになりました。誰もが好む肉料理は、外食の機会も多くあるようで、3人に2人が月に1日以上「肉料理」を食べるようです。調査結果では、「無性に肉料理を食べたい！」と思う時は

「『スタミナをつけたい』『パワーが欲しい』時」（53.0%）に次いで、「何か『良いこと』があった時」（33.3%）が高く、肉料理のお店選びの重視点では「コストパフォーマンスが良い、お得感がある」（54.8%）に次いで「ご馳走感がある、贅沢な気分になれる」（34.6%）が高くなりました。

肉料理の外食には、大きく分けて、「コスパ良くスタミナ・パワーをつけたい」といった日常的なニーズと、「良いことがあったのでご馳走・贅沢な気分を味わいたい」というご褒美的なニーズがあるのかもしれませんが。

また、「いい肉」を外食する際の許容価格を見ると、「～5,000円」が最多。3,000円以内との回答が全体の約半数を占めるものの、「～5,000円」が最多となっているのは先ほどの「日常的ニーズ」と「ご褒美的ニーズ」で許容価格が異なるからかもしれません。

肉料理の外食で多いのは「焼肉」が男女、どの年代でも最多。ただ、次に来るのは性別や年代で異なり、男性では「牛丼」、女性では「ハンバーグ」、20代では「ハンバーガー」、30、40代では「ハンバーグ」50、60代では「とんかつ」と様々。

今回の調査結果では、肉料理の外食ニーズに大きく、「日常的」なものと「ご褒美的」なものの2つあることが分かりました。今度の「いい肉の日」に、あなたは「日常的」「ご褒美的」どちらで肉料理体験をしますか？

「いい肉の日」を逃しても、毎月「肉の日」はやってきますので、「次の肉の日はどうしようか？」と考えるヒントにしてみてください。

**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

＜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

【調査概要】

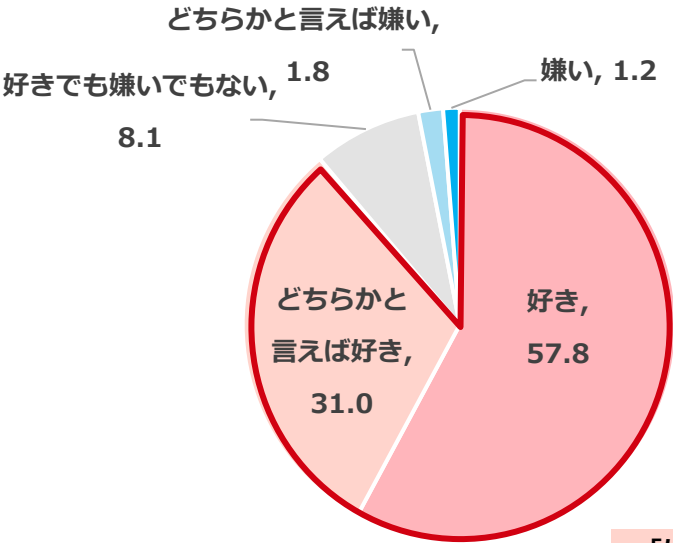
■調査期間：2025年11月7日(金)～11月8日(土)

■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

Q1.あなたは肉料理が好きですか。（n=1,300）※単一回答（％）



「好き」、「どちらかと言えば好き」約9割

Q2.一番好きな肉の種類は何ですか。（n=1,300）※単一回答（％）

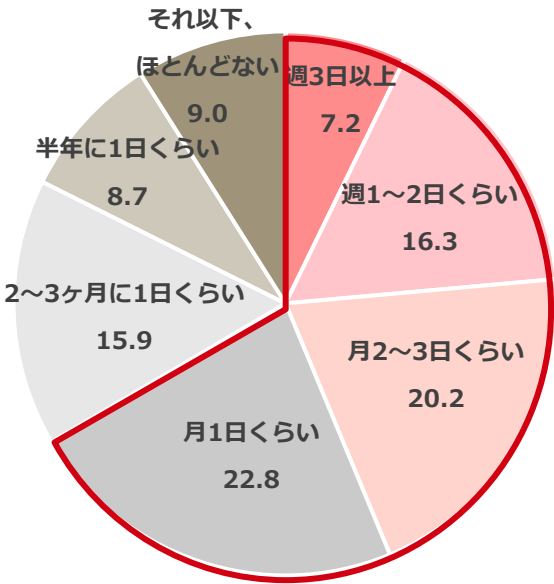


「牛肉」が半数、「鶏肉」と「豚肉」がそれぞれ2割程度。
「鶏肉」は女性が男性を1割ほど上回り、特に20代女性では「牛肉」を抑えて最多。

Q3.「無性に肉料理を食べたい！」と思うのは、どのような時ですか。（n=1,260）※複数回答（％）

1位	「スタミナをつけたい」「パワーが欲しい」時	53.0
2位	何か「良いこと」があった時	33.3
3位	テレビやSNSなどで、美味しそうな肉料理を見た時	26.4

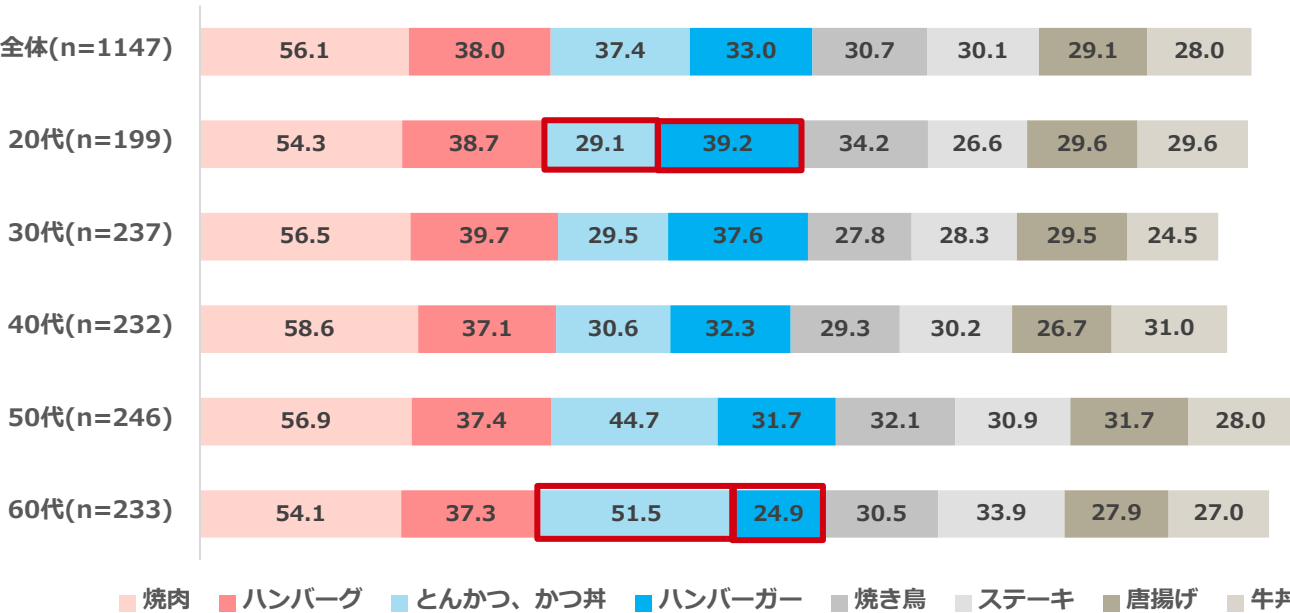
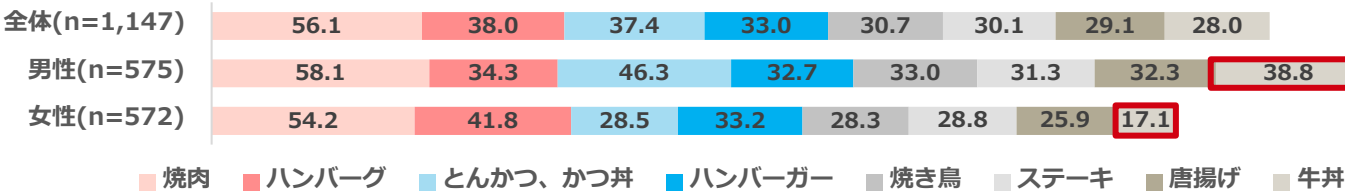
Q4. 「肉料理」を外食する頻度はどのくらいですか。（n=1,260）※単一回答（％）



肉料理の外食頻度は「月に1日くらい」が最多で、月に1日以上外食する人が全体の3人に2人。

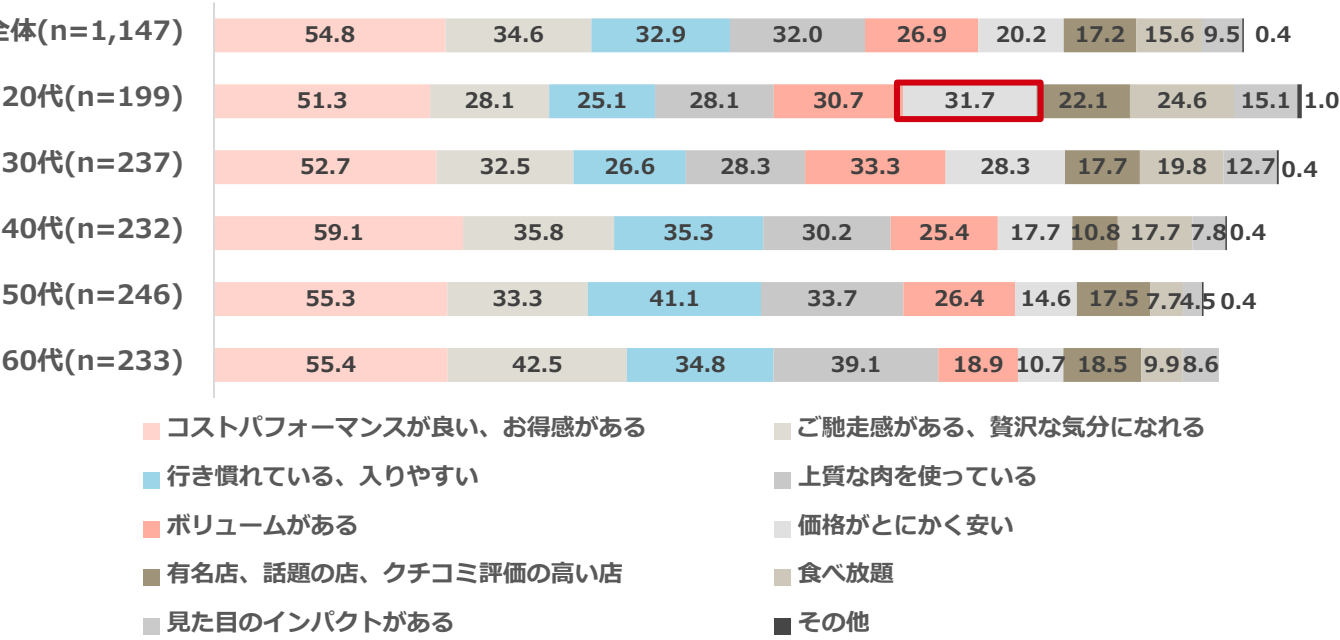
Q5. どのような肉料理を外食することが多いですか。（n=1,147）※複数回答（％）上位8項目まで表示

男女世代別



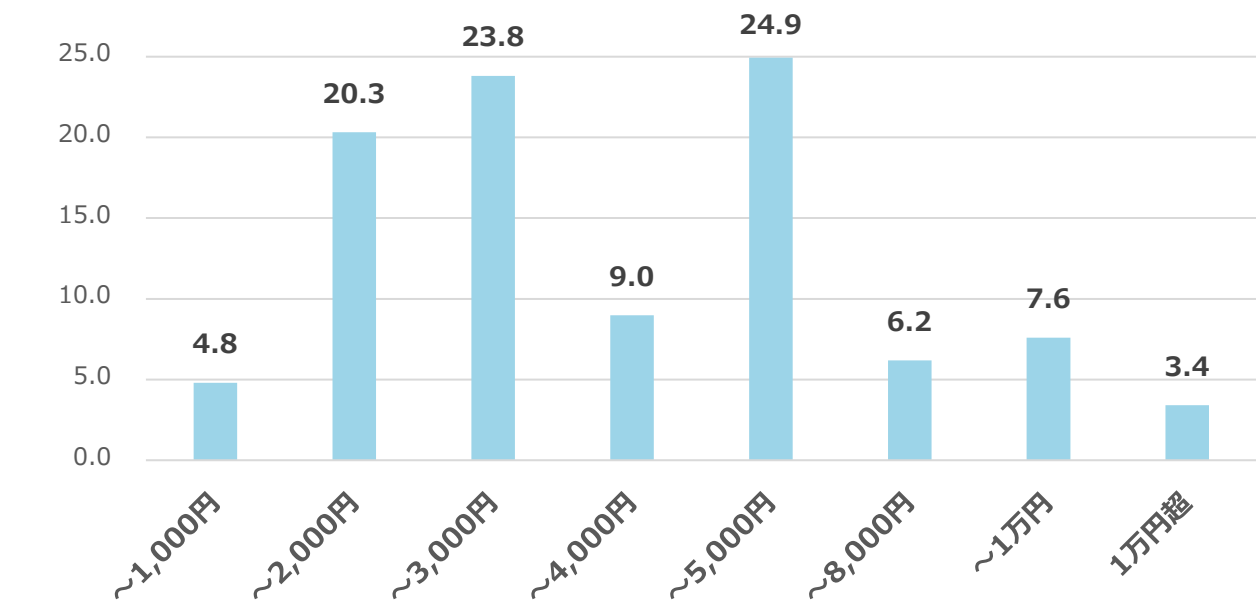
- ・「焼肉」「ハンバーグ」「とんかつ、かつ丼」がTOP3。
- ・「牛丼」は男女で20pt以上の差があり、男性では3位。
- ・「とんかつ、かつ丼」は年代が上がるほど高くなり、「ハンバーガー」は反対に若い年代ほど高くなる。

Q6.肉料理のお店を選ぶ際に重視する点は何ですか。（n=1,147）※複数回答（％）



「コストパフォーマンスが良い、お得感がある」が最も高く、次いで「ご馳走感がある、贅沢な気分になれる」。「とにかく安い」は若い年代ほど高くなり、20代では2位。

Q7.「いい肉」を外出しようと思ったとき、1人当たりいくらまでなら出してもいいと思いますか。（n=1,147）※単一回答（％）



許容価格は「～5,000円」が最多、全体の半数弱は3,000円以内