NEWS LETTER
2026年11月13日（金）　株式会社ぐるなび（コード番号2440　東証スタンダード）
食でつなぐ。人を満たす。

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.114

うどんに関する調査

うどんが好きな人は8割強！
東西で分かれる麺・つゆの好みや、注目のご当地うどんも明らかに

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、日本の国民食の一つである「うどん」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】

・うどん好きな人は8割強、「うどん派」4割に対し「蕎麦派」は3割。
「好き」「まあまあ好き」を合わせると82.4%。うどん派（40.8%）が蕎麦派（30.8%）を上回る。男性は拮抗する一方、女性はうどん派が大きく優勢。地域別では「北海道・東北」のみ蕎麦派がうどん派を上回る結果に。

・うどんの喫食頻度、自宅は「月に2～3回」、外食は「半年に1回」が最多（※）。
月1回以上食べる人は「自宅」で64.8%に上るのに対し、「飲食店」では36.1%。
（※）「それ以下、ほとんど食べない」を除く

・外食時の利用店舗は「チェーン店派」が約70%と主流。
外食時に「チェーン店の方が多い」「どちらかと言えばチェーン店」と回答した人が3人に2人（67.0%）を占める。

・東西や年代で分かれるうどんのこだわりと好み。
コシ：「コシが強い派」76.0%に対し「柔らかい派」12.2%。九州・沖縄では「柔らかい派」が25.3%と全国平均の約2倍。
太さ：「太麺派」60.4%に対し「細麺派」15.2%。九州・沖縄地方では、細麺派が3割超と全体の倍以上に。
温度：「温かい派」53.3%に対し「冷たい派」24.0%。若年層ほど「冷たい派」の割合が高い傾向。
つゆ：「関西風薄口派」46.3%に対し「関東風濃口派」33.3%。中部地方では両者が拮抗。

・ご当地うどん認知、喫食意向TOP3は「讃岐」「稲庭」「味噌煮込み」。
認知度1位は「讃岐うどん（香川）」（88.2%）。「五島うどん（長崎）」は認知度こそ10位（30.5%）ながら、「食べてみたい」では5位（33.4%）にランクインし、潜在的な人気の高さが浮き彫りに。



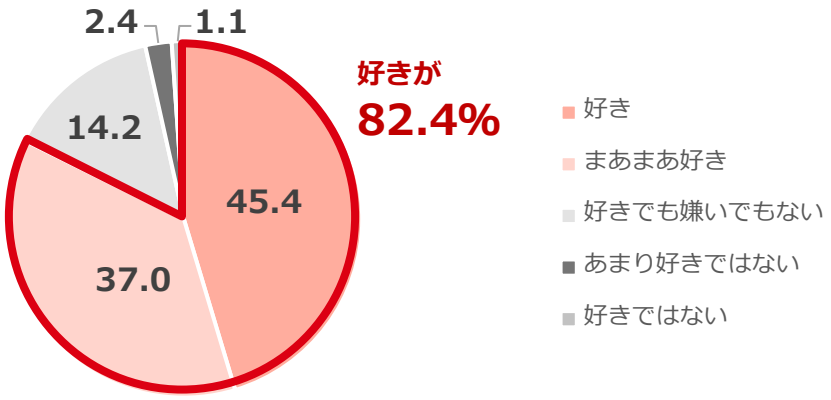
ぐるなび
リサーチ部
㈱ぐるなび
リサーチグループ長
本間 久美子

日常の身近な食事から、地域の個性を楽しむ一杯へ
麺・つゆの多様性が広げる、うどんの新たな外食体験

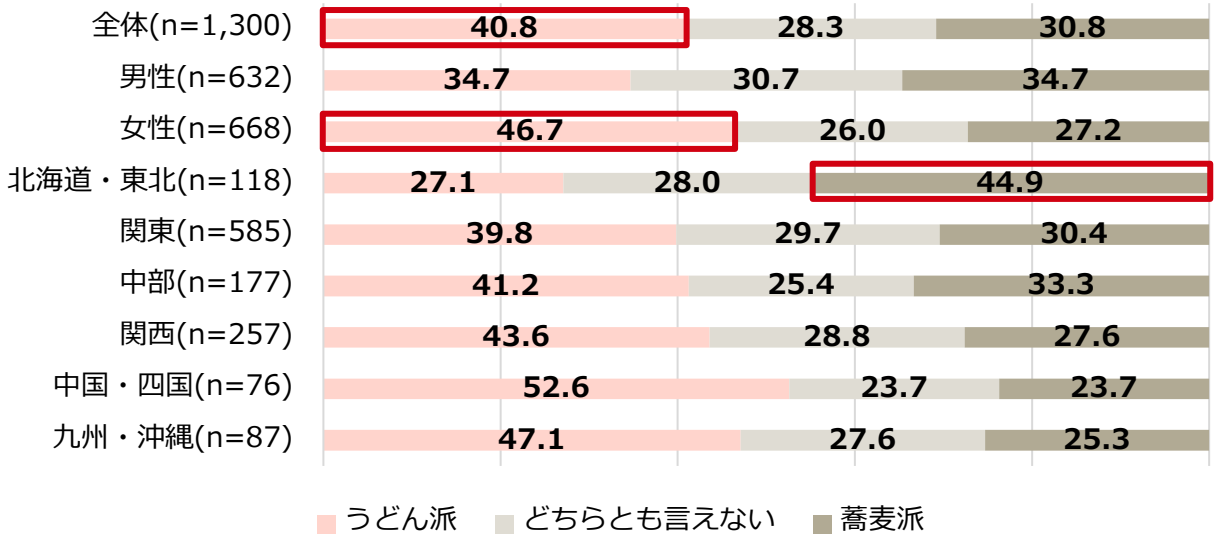
今回の調査では8割強が「うどん好き」と回答し、国民食としての高い人気が浮き彫りとなりました。また、うどん派・蕎麦派の地域差や、麺のコシ・つゆの濃淡における東西の嗜好の違い、冷温の好みの年代差などが明らかになり、様々な形でうどんが楽しまれていることもわかりました。「食べたい・食べてみたいうどん」では、人気の「讃岐」「稲庭」に加え、認知度で10位の「五島うどん」が食べたいランキングで5位に浮上するなど、地域独自の味への興味もうかがえました。最近では、各地のうどんを気軽に楽しめる外食店も増えましたので、身近でご当地うどんを旅行気分で味わったり、好みの麺・つゆを探し求めて現地を訪れたりと、シーンやこだわりに合わせた多様な楽しみ方に今後も注目です。

【調査概要】
■調査期間：2026年10月19日(月)～10月21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

Q1.あなたはうどんが好きですか？※単一回答（%）（n=1,300）

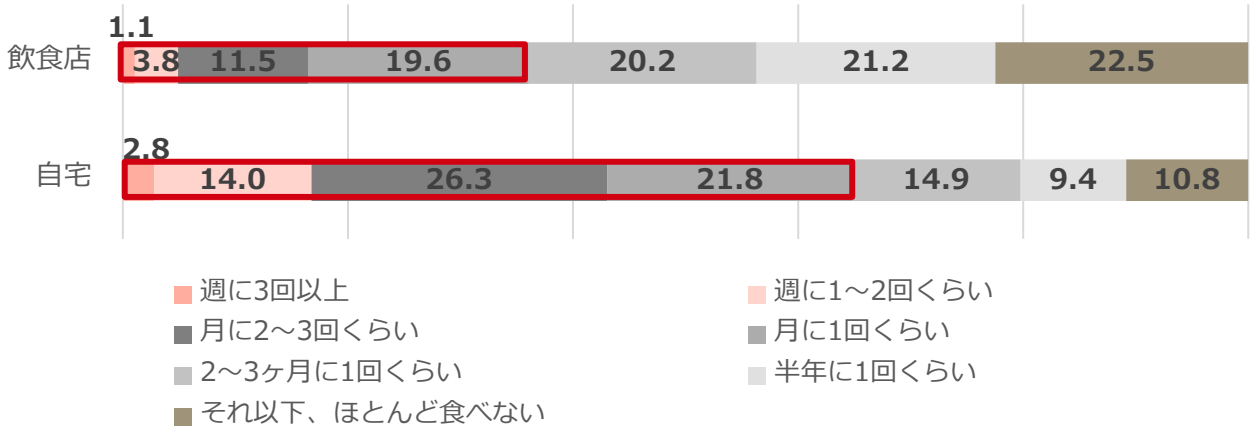


Q2.あなたはうどん派ですか？蕎麦派ですか？※単一回答（%）



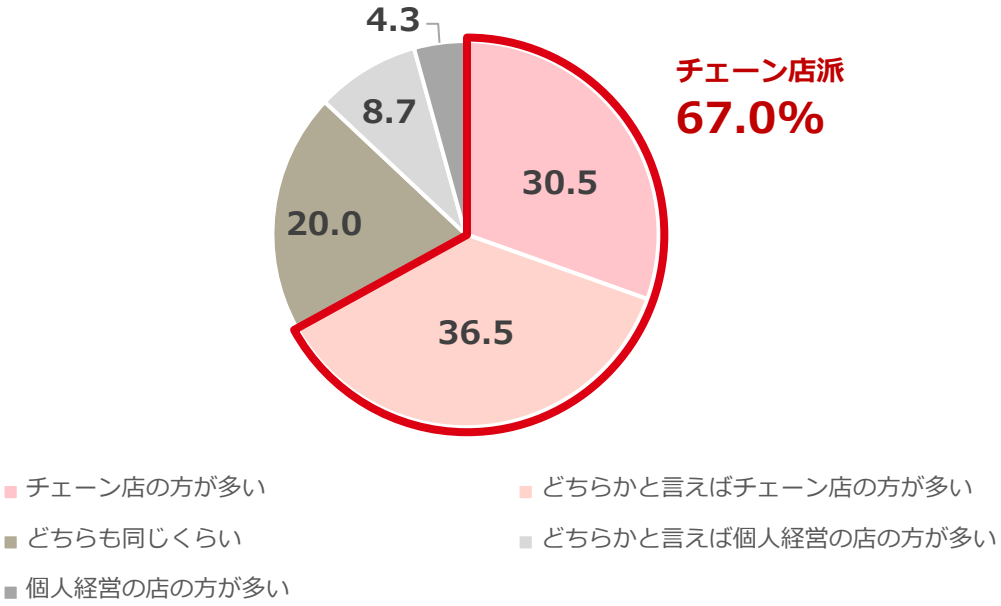
うどん派（40.8%）が蕎麦派（30.8%）を上回る。男性は拮抗する一方、女性はうどん派が大きく優勢。地域別では「北海道・東北」のみ蕎麦派がうどん派を上回る結果に。

Q3. あなたは「うどん」をどれくらいの頻度で食べますか。※単一回答（%）（n=1,300）



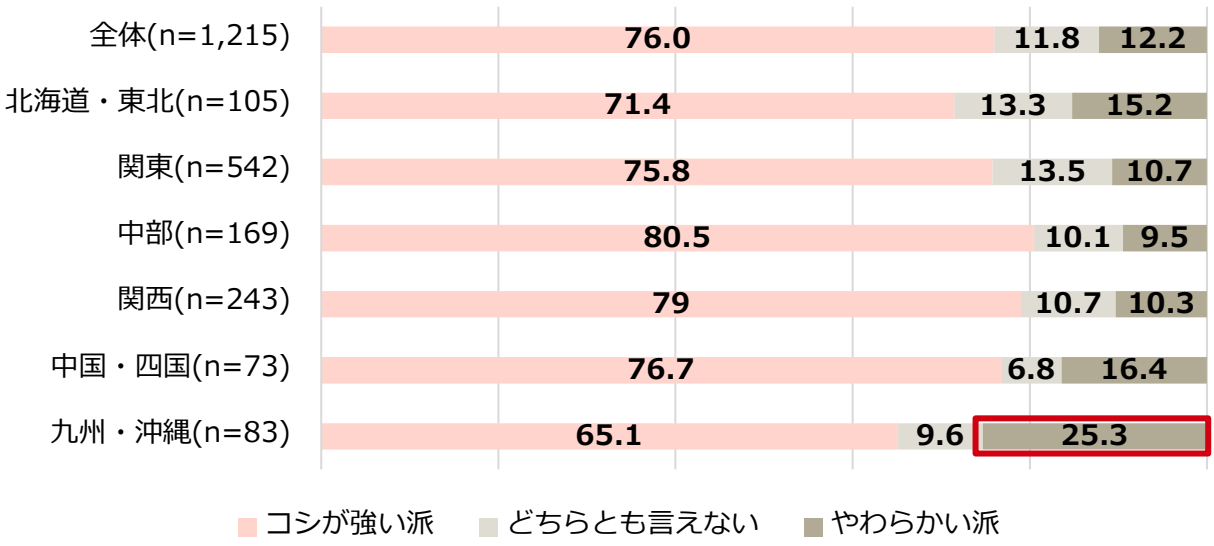
月1回以上食べる人は「自宅」で64.8%に上るのに対し、「飲食店」では36.1%。

Q4. うどんを外食する際は、チェーン店に行くことが多いですか。それともチェーン店以外の個人経営のお店に行くことが多いですか。？※単一回答（%）（n=1,008）



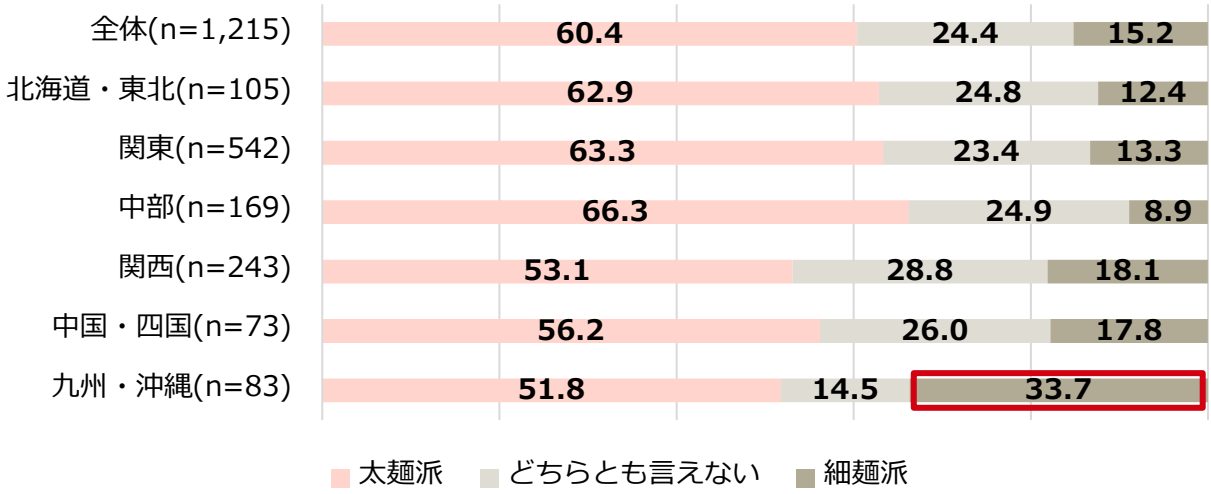
外食時に「チェーン店の方が多い」「どちらかと言えばチェーン店」と回答した人が3人に2人（67.0%）を占める。

Q5.あなたのうどんの好みはコシが強い派ですか？やわらかい派ですか？※単一回答（%）（n=1,215）



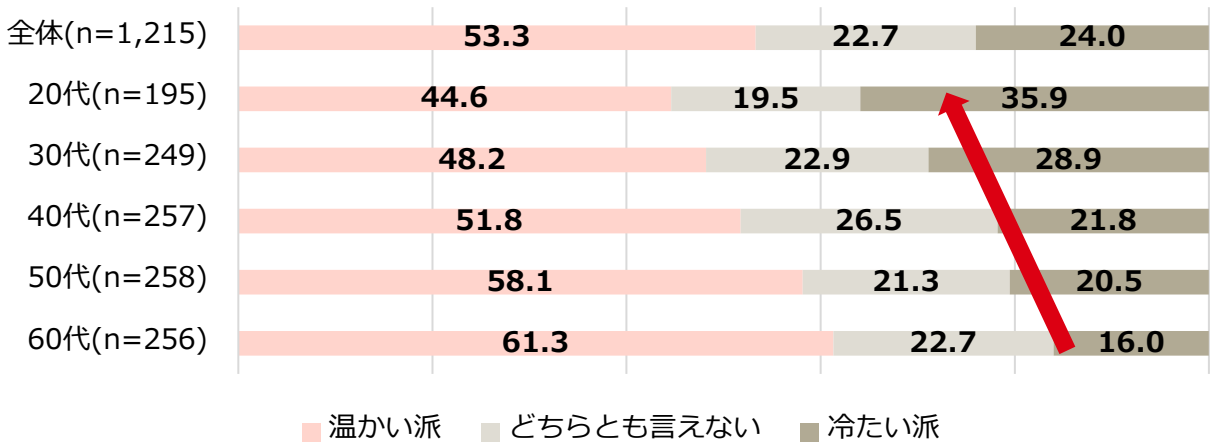
「コシが強い派」76.0%に対し「柔らかい派」12.2%。九州・沖縄では「柔らかい派」が25.3%と全国平均の約2倍。

Q6.あなたのうどんの好みは太麺派ですか？細麺派ですか？※単一回答（%）（n=1,215）



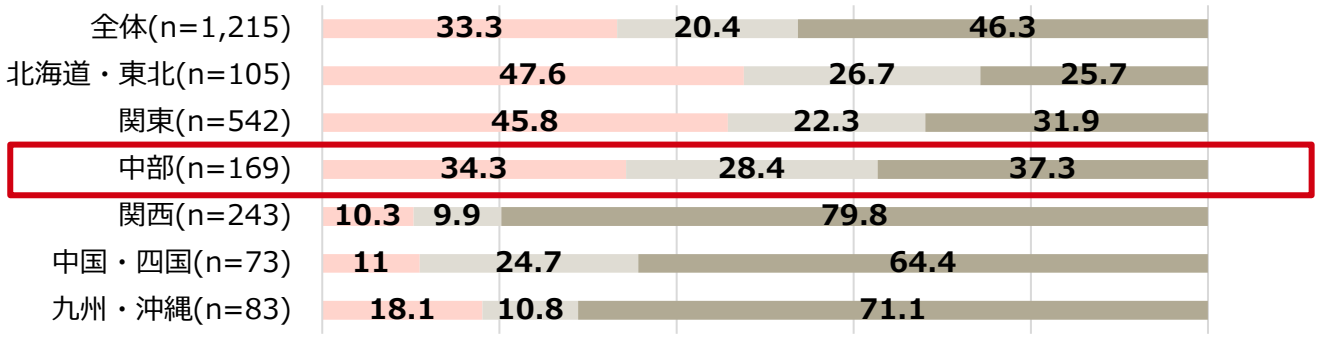
「太麺派」60.4%に対し「細麺派」15.2%。九州・沖縄地方で細麺派が3割超と全体の倍以上に。

Q7.あなたのうどんの好みは温かい派ですか？冷たい派ですか？※単一回答（%）（n=1,215）



「温かい派」53.3%に対し「冷たい派」24.0%。若年層ほど「冷たい派」の割合が高い傾向。

Q8.あなたのうどんの好みは関東風濃口つゆ派ですか？関西風薄口つゆ派ですか？
※単一回答（%）（n=1,215）



「関西風薄口派」46.3%に対し「関東風濃口派」33.3%。中部地方では両者が拮抗。

Q9. 全国のご当地うどんについて、ご存知のものと食べてみたいものをそれぞれお答えください。

※複数回答（%）（n=1,215）

【知っている】

1位	讃岐（香川）	88.2
2位	稲庭（秋田）	74.6
3位	味噌煮込み（愛知）	72.8
4位	伊勢（三重）	56.2
5位	かす（大阪）	48.4
6位	水沢（群馬）	40.8
7位	博多（福岡）	37.7
8位	吉田（山梨）	33.9
9位	氷見（富山）	32.6
10位	五島（長崎）	30.5

【食べたい・食べてみたい】

1位	讃岐（香川）	59.8
2位	稲庭（秋田）	45.2
3位	味噌煮込み（愛知）	40.8
4位	博多（福岡）	35.4
5位	五島（長崎）	33.4
6位	かす（大阪）	31.4
7位	伊勢（三重）	30.4
8位	氷見（富山）	30.1
9位	水沢（群馬）	28.9
10位	吉田（山梨）	28.7

認知度1位は「讃岐うどん（香川）」（88.2%）。「五島うどん（長崎）」は認知度こそ10位（30.5%）ながら、「食べてみたい」では5位（33.4%）にランクインし、潜在的な人気の高さが浮き彫りに。

Q10. 好きな地元のご当地うどんについて。

※自由回答

- **かしわうどん（福岡県）**　甘辛く煮付けた鶏肉（かしわ）がのったうどん
- **ガマゴリうどん（愛知県蒲郡市）**　三河湾名産のアサリを殻ごとたっぷり使った出汁が特徴のうどん
- **武蔵野うどん（東京都多摩地域・埼玉県西部）**　極太で非常に強いコシを持つ麺が特徴のうどん
- **ひもかわうどん（群馬県桐生市周辺）**　帯のように幅が広く、薄く平たい麺が特徴のうどん
- **しっぽくうどん（香川県）**　根菜や油揚げを甘辛く煮込んだつゆをたっぷりかけた讃岐うどん
- **豊前裏打会（福岡県・北九州発祥）**　細麺で強い弾力を生み出すうどん職人グループのうどん
- **鳴ちゅるうどん（徳島県鳴門市）**　柔らかい細ちぢれ麺と、黄金色の優しい出汁が特徴のうどん

<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