

## 【食生活実態調査】テレビ放送で話題！ アマタケ「サラダチキン」の人気ランキング！

カロミル約70万ユーザーの統計分析でみえた、食事回数ランキング1位商品について調査しました！

食事・運動・バイタル管理「カロミル」の開発・提供をするライフログテクノロジー株式会社（東京都中央区、代表取締役：棚橋繁行）は、提供している「食事データ分析ツール」を使った食生活実態調査を行いました。2020年10月28日に放送の「林修のニッポンドリル」で株式会社アマタケの「サラダチキン」について紹介がありました。今回は食事管理アプリ「カロミル」ユーザー、約70万人の食事データより、アマタケの「サラダチキン」の食事回数、人気商品の属性（性別・年代・体型）を統計分析した結果について紹介します。



### ▼アマタケ「サラダチキン」人気ランキング1位は「練り込み製法チーズ」

表1は2019年10月28日～2020年10月28日のアマタケ「サラダチキン」の食事回数ランキングです。

1位は「サラダチキン練り込み製法チーズ」、2位は「サラダチキンむね一枚肉ハーブ」、3位は「サラダチキンむね一枚肉プレーン」となりました。

表1. アマタケ「サラダチキン」の食事回数ランキング

順位	メニュー名	食事回数
1位	サラダチキン練り込み製法チーズ	851
2位	サラダチキンむね一枚肉ハーブ	620
3位	サラダチキンむね一枚肉プレーン	548
4位	サラダチキンむね一枚肉たまり醤油仕立て	482
5位	サラダチキン タンドリーチキン（現在は終売）	265

アマタケ「サラダチキン」の食事回数（2019年10月28日～2020年10月28日），n=3597

アマタケの「サラダチキン」は「練り込み製法シリーズ」「サラダチキンランチシリーズ」「むね一枚肉シリーズ」「サラダチキンスポーツシリーズ（※Web限定）」の4種類を展開しています。

「むね一枚肉シリーズ」は全4種類ですが、今回の食事回数ランキングでは上位5位までに3種類がランクインしています。

<報道関係者お問い合わせ先>

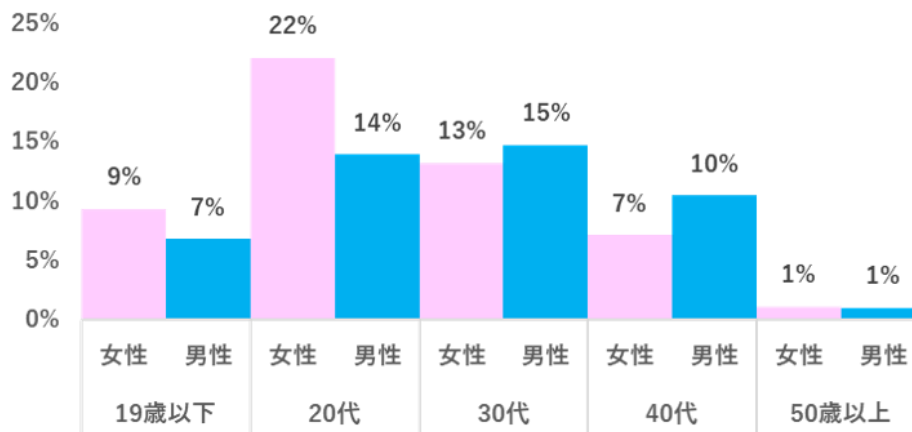
ライフログテクノロジー株式会社 広報：本多 e-mail: yurie.honda@calomeal.com

## ▼「サラダチキン練り込み製法チーズ」はどんな人に食べられている？

グラフ1は「サラダチキン練り込み製法チーズ」の性別・年代別の食事割合です。

20代女性の食事割合が最も高い結果でした。20代、30代の男女に多く食べられていることがわかります。

グラフ1. サラダチキン練り込み製法チーズ 食事割合



サラダチキンが世に出始めたのは2001年。

鶏肉の生産、加工を手掛けるアマタケが、胸肉を使ってコンビニやスーパーの惣菜用の具材として開発されたものが一般家庭用に商品化したことが始まりです。

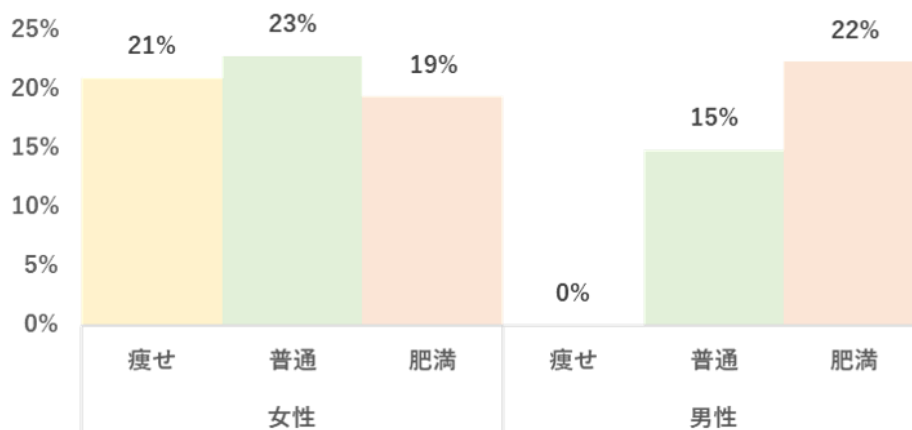
その後、セブンイレブンやローソンなどコンビニが参入し世間の人々の注目を集めました。

コンビニやスーパーで手軽に購入できる点が、20代、30代の忙しい世代に受け入れられているのかもしれない。

続いてグラフ2は「サラダチキン練り込み製法チーズ」の性別・体型別の食事割合です。

女性は体型別の大きな差はみられませんでした。男性は肥満体型で最も多いという結果でした。

グラフ2. サラダチキン練り込み製法チーズ 食事割合



<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：本多 e-mail: yurie.honda@calomeal.com

アマタケ「サラダチキン」は鶏の胸肉を使用することで、もも肉を使用するよりもカロリーカット、皮も省くことでさらなるカロリーカットを実現し、「高タンパク・低カロリー」の食事として人気となっています。

ダイエット中や減量中の食事制限で、どうしても不足しがちな栄養素の1つであるタンパク質。

それを低カロリーで摂ることができて腹持ちも良いとなると、人気となる理由がよくわかりますね。

項目	自動計算	カスタム
カロリー (kcal)	1003	607
たんぱく質 (g)	37.6	22.8
脂質 (g)	33.4	20.3
炭水化物 (g)	125.3	75.9
糖質 (g)	125.4	68.3
糖質エネルギー比 (%)	35, 40, 45, 50 (selected), 55, 60	
食物繊維 (g)	18.0	18.0
塩分相当量 (g)	6.50	6.50

登録

### ※食事管理アプリ「カロミル」 の1日の目標栄養素設定画面

個人ごとに細かく目標値の設定ができる

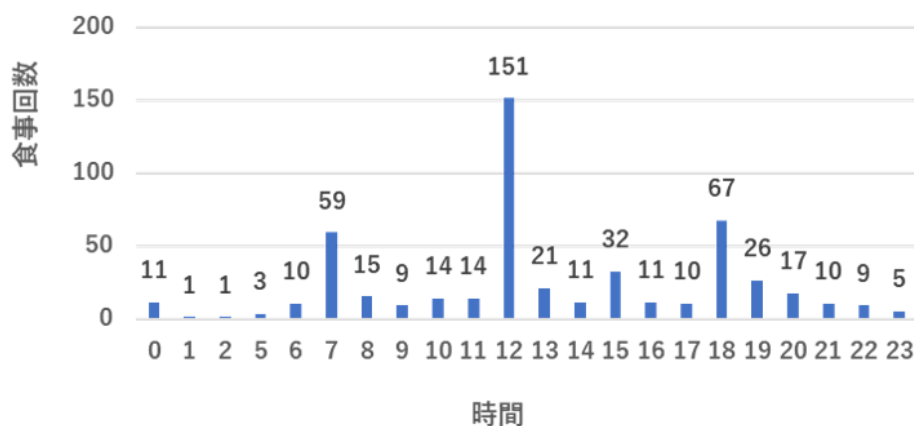
栄養摂取量を見える化すると、  
過不足栄養素を元に食事メニューの選定につながる

### ▼ランチに手軽にサラダチキンがこれからのスタンダード？

グラフ3は「サラダチキン練り込み製法チーズ」の食事時間です。

食事時間は12時のランチ時間が最も多く、次いで18時、朝の7時と続きます。

グラフ3. サラダチキン練り込み製法チーズ 食事時間



<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：本多 e-mail: yurie.honda@calomeal.com

自分のライフスタイルや1日の目標栄養素に合わせて、手軽に食べることができる「サラダチキン」は、健康管理の食事としても欠かせない存在になっているのかもしれない。



※食事管理アプリ「カロミル」のメイン画面  
1日の目標栄養素が一目でわかるようになっている



※食事管理アプリ「カロミル」で検索

### ▼まとめ

そのまま食べるのもよし、アレンジするのもよし、な「サラダチキン」。上手に取り入れて、美味しく楽しく、ダイエットや健康管理を続けていきたいですね。

ライフログテクノロジー株式会社の「食事データ分析ツール」では、一般料理名（自炊時）、商品名（市販の食品）、外食メニュー名で、年代、性別、体型といった属性別の食事データや都道府県別で集計した統計データを分析することができます。お気軽にお問い合わせください (info@calomeal.com)。

～「食事データ分析ツール」無料モニター募集中～

モニター募集について：<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000042.000018894.html>

お申込みはコチラ：<https://forms.gle/j75fMxdi8bx1pSrG6>

※調査内容を利用いただく際は、「カロミル食生活実態調査」とクレジットの記載をお願いいたします。

### ◆「食事データ分析ツール」、その他サービスに関するお問い合わせ先◆

ライフログテクノロジー株式会社 [info@calomeal.com](mailto:info@calomeal.com)

### <報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：本多 e-mail: yurie.honda@calomeal.com

**【カロミル食生活実態調査】**<https://media.calomeal.com/>

カロミルで収集するユーザー約70万人のきめ細かな喫食データをもとに、様々な切り口で統計データを抽出・分析し、現代のリアルな食生活の実態をレポートするオウンドメディアです。カロミルでは市販品のデータも解析、蓄積しているため、調査内では食品名だけでなく、メーカー名や商品名も結果として紹介しています。

<過去の調査>

「ダイエット中もスイーツが食べたい！ヘルスケアアプリから集計した、減量中に食べた甘いもの」

【牛丼・どんぶり編】ヘルスケアアプリの食事データから集計、外食店の利用調査

「猛暑はやっぱりアイスが食べたい！健康管理アプリから集計した人気アイスはあのメーカーの〇〇でした！」など

**【カロミルについて】**[https://www.youtube.com/watch?v=vre\\_UXgBPfI](https://www.youtube.com/watch?v=vre_UXgBPfI)

食事・運動・バイタル管理アプリです。食事記録に関しては、写真1枚で毎日の食事を記録し、AI（人工知能）の画像解析技術によって栄養素を割り出し自動で登録します。カロリーだけでなく、糖質やたんぱく質、脂質、塩分、食物繊維の計算・記録もできるので、ダイエットのみならず、栄養バランスをみた健康管理が可能です。料理解析品目数・解析精度は業界NO.1（当社調べ）。また、食事記録だけでなく運動・バイタルの管理機能もそなえ、「健康のトータルマネジメント」を実現しています。新規登録数も昨年と比較して約3倍のペースで伸び、会員数は65万人を越えました（2020年9月時点）。

**【ライフログテクノロジー株式会社について】**<https://calomeal.com/>

当社は管理栄養士、エンジニア、データサイエンティスト、人工知能の研究者で構成されたヘルスケア関連のテクノロジー企業です。2016年2月に創業し、東京本社のほか、宮崎、福岡に拠点があります。主な事業はヘルスケアアプリ「カロミル」の開発・運営ですが、大学や企業、医療研究機関などと健康管理や食生活に関する共同研究も行っています。

**【関連サービス】**

「カロミル」「健康経営 with カロミル」「カロミルコネクト」「カロミルアドバイス for 保健指導」

「カロミルアドバイス for トレーナー」「カロミルアドバイス for ビューティー」「食事データ分析ツール」

**◆報道関係の方のお問い合わせ先◆**

ライフログテクノロジー株式会社

広報：本多（e-mail: [yurie.honda@calomeal.com](mailto:yurie.honda@calomeal.com)）

社名： ライフログテクノロジー株式会社 (Life Log Technology, Inc)
所在地： 〒103-0027 東京都中央区日本橋三丁目2番14号 新槇町ビル別館第一 1階
設立： 2016年2月
資本金： 3億336万円（資本準備金含む）
代表者： 代表取締役 棚橋繁行

<報道関係者お問い合わせ先>

ライフログテクノロジー株式会社 広報：本多 e-mail: [yurie.honda@calomeal.com](mailto:yurie.honda@calomeal.com)