

旅好きな 50 歳以上の、ひとり旅での食事情を大調査！

旅上手さんはひとり旅でどう食事を楽しんでいる？

50 歳からの旅と暮らし発見マガジン『ノジュール』がアンケート調査を発表

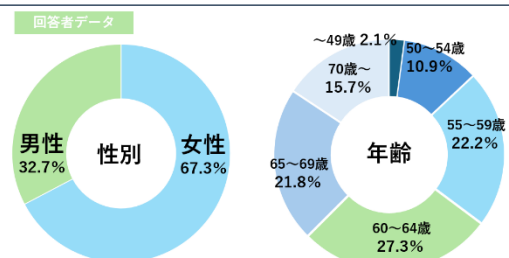
JTBグループで旅行・ライフスタイル情報を提供する株式会社JTBパブリッシング（東京都江東区、代表取締役 社長執行役員：盛崎宏行）は、50歳以上をメインターゲットとする月刊誌『ノジュール』（年間定期購読誌）の読者を対象に、「ひとり旅での食事」に関するWEBアンケート調査を実施しました。



『ノジュール』は、2006年6月の創刊以降、街歩き、歴史、温泉、アートなど、50歳以上の旅と暮らしを豊かにする情報を発信しています。10月号では「再び奈良へ、ひとり旅」を特集。それに伴い今回、旅慣れたノジュール読者に対してひとり旅時の食事についてのアンケートを実施いたしました。

「ひとり旅の食事」に関するアンケート調査概要

- 調査機関：2025年9月11日～9月19日
- 調査方法：WEBアンケート
- 調査対象：ノジュール読者（メルマガ登録者のみ）
- 有効回答数：1232名



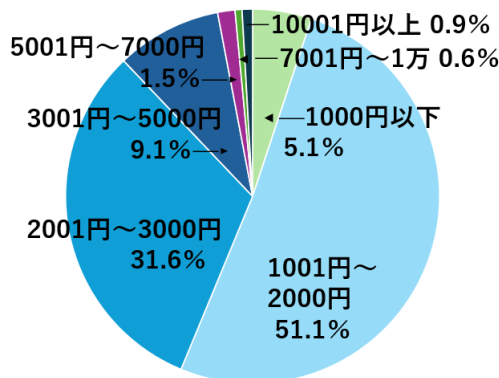
※調査主体および本調査結果をもとにした『ノジュール10月号』の「再び奈良へ、ひとり旅」特集に関して、ノジュール編集部（JTBパブリッシング）への取材も可能です。

※本リリース内容を掲載いただく際は、出典「ノジュール編集部調べ」と明記をお願いいたします。

約半分の読者はひとり旅時のランチ代は1000～2000円くらい

まずは、ひとり旅時の昼食にかかる費用について。もっとも多かったのは1001～2000円の範囲、次いで2001～3000円の間という回答でした。ひとり旅に出かけた時は、普段と変わらないか気持ち多めといった印象で、ノジュール読者が旅慣れていて、賢く食事を楽しむ様子が伺えました。

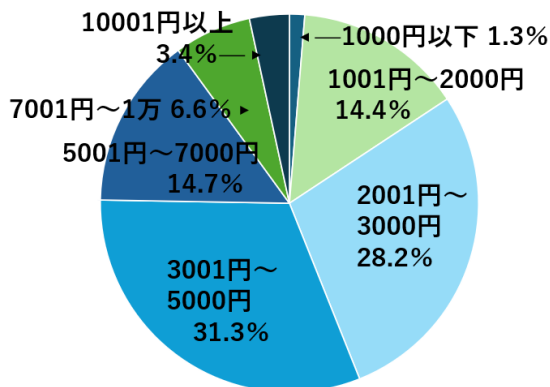
ひとり旅で1回の昼食に かける予算はいくらですか？



ランチは財布のひもを締め、ひとり旅の夕食は普段より少しリッチに

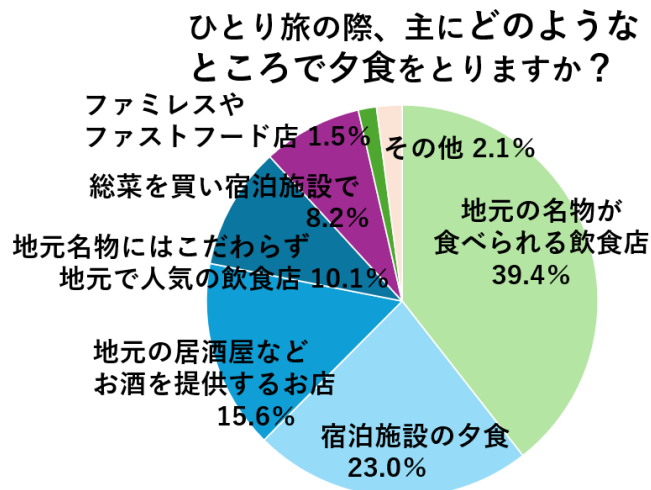
ひとり旅時の夕食については、やはりランチより多めの金額となりました。最も多かったのは、30%程の割合で3001～5000円、続いては僅差の割合で2001～3000円と回答した方でした。夕食の場合は、3.4%の方が10000円以上使うとの回答でした。

ひとり旅で1回の夕食に かける予算はいくらですか？



ひとり旅時の夕食は、地元ならではの食が楽しめる場所で

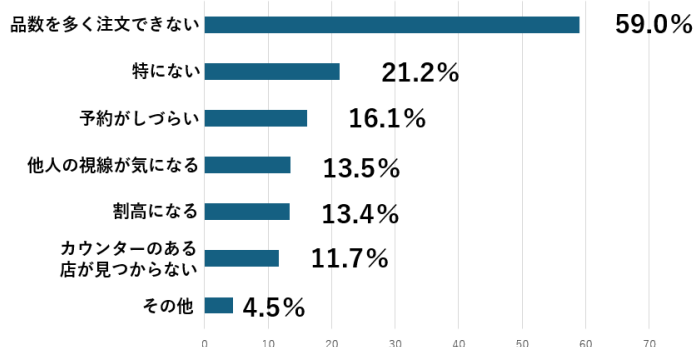
ひとり旅の夕食時に、どんなところに行くのかも伺いました。最も多かったのは「地元の名物が食べられる飲食店」で40%程の方が回答。やはり地の物を食べるのは旅の醍醐味ようです。旅で訪れたその場所でしか味わえない食事が摂れる飲食店が人気で、全国展開しているファミレスチェーンやファストフードのお店にはひとり旅時の夕食には足を運ばない様子でした。



ひとり旅の食事では、いろいろ食べたくても頼める量に限りがあるのが残念

家族や友人たちと出かける旅行とは違い、ひとり旅ならではの食事の苦労も。最も多く挙げたのが「品数を多く注文できない」といった意見。地元の物を多く楽しみたいけどひとりだと限界が。他には予約がしづらい、他人の目が気になる、割高になる、といった意見も。

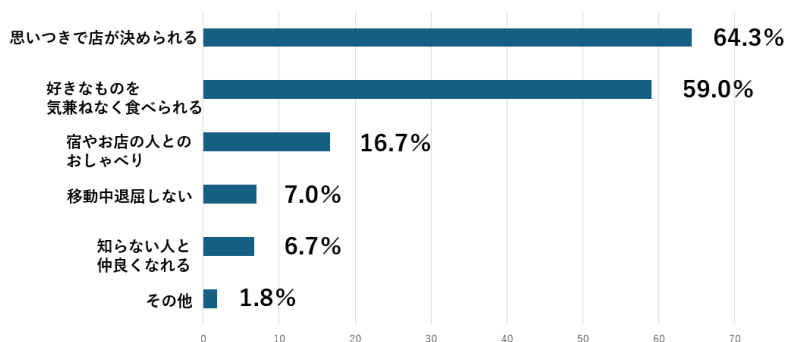
ひとり旅の食事では困ることはありますか。（複数回答可）



ひとり旅での食事のメリットは誰の目も気にせず好きなものを楽しめること

逆にひとり旅ならではの食事の楽しみも伺いました。最も多かったのが「思いつきで店が決められる」といった意見でした。同じように「好きなものを気兼ねなく食べられる」といったものも多く挙がっており、ひとり旅ならではの気安さが食事でも大切なことが伺えました。

ひとり旅での食事でのメリットは何ですか。（複数回答可）



そのほか、「たまたま同じようなひとり旅の方と横並びになり料理やお酒をシェアすることができ、今でも連絡を取り合っている」、「偶然隣の席になった外国の方と会話して写真を見せ合いながら、コミュニケーションを取る食事は、非日常的で新鮮でした」、「ひとりなので気兼ねなく同じものを色々なお店で食べ比べしました」、など、ひとり旅時の食事で印象深かったエピソードも教えていただきました。今回のアンケートからは、ひとり旅の食事を心から満喫している様子が伺えました。

『ノジュール10月号』の大特集は、「再び奈良へ、ひとり旅」



『ノジュール』では、おすすめの旅プランや、旅を快適に過ごすヒントなどの情報を提供し、ひとり旅を応援し続けています。10月号では、奈良へのひとり旅をご紹介します。奈良には修学旅行で訪れたという方も多いのではないのでしょうか。世界遺産登録が期待される飛鳥・藤原、伝統的な建物を生かした街づくりが進む御所まち、ノスタルジックな洞川温泉等を取り上げています。

『ノジュール10月号』は、2025年9月末発行。
年間定期購読受付中です。

<定期購読のお申込みはこちらから>

<https://nodule.jp/lp202403.html>

※ノジュールは書店では販売しておりません。

<お問い合わせ先>
JTBパブリッシング ブランド戦略室 pr-team@rurubu.ne.jp