

【全国調査】北海道は“ラムしゃぶ”など地域の特色も明らかに ～しゃぶしゃぶはコミュニケーションツール！デートや家族と会話したい時に食べたい鍋～



あなたの知らないしゃぶしゃぶの魅力!をご紹介!

全国 しゃぶしゃぶ調査

しゃぶしゃぶは楽しみ方無限大!
一緒に食べる人との会話を生む、
みんなのコミュニケーションツール!

今回、ミツカンが初の【全国しゃぶしゃぶ調査】を実施。
地域独自の具材や、味付け、シメなど、
全国各地・十人十色なしゃぶしゃぶの様々な楽しみ方をご紹介します。
「その組み合わせは美味しいぞ!」「我が家はこんなだったな。」など、
しゃぶしゃぶは、自然に会話が生まれ、
一緒に食べる人との心の距離を縮めてくれるコミュニケーションの側面も。

あなたもぜひ「しゃぶしゃぶ」を
おうちでしてみませんか。

株式会社Mizkan(全国のしゃぶしゃぶに関する意識調査)・調査対象: 全国10地域・15~79歳の男女計1,000名・10地域(北海道、東北、東海、北陸、近畿、西日本、中国、九州、沖縄)各100名・調査方法: WEB調査・調査期間: 2021年7月18日(火)~2021年7月15日(木)

株式会社 Mizkan(本社:愛知県半田市、代表取締役社長兼 CEO:吉永 智征、以下ミツカン)は、「スープも味わうしゃぶしゃぶ」を8月に発売開始いたしました。

近年ふるさと納税や取り寄せグルメが人気の中、地域独自の食材や食べ方に改めて注目が集まっています。特に、寒くなってくる秋冬では鍋素材の返礼品やお取り寄せが人気になってくると思われます。そこで、「外食店で味わうようなしゃぶしゃぶを家庭でも楽しみやすい商品」という特徴を持つ「スープも味わうしゃぶしゃぶ」の発売に伴い、鍋、そしてその中でも人気のしゃぶしゃぶの地域独自の楽しみ方を明らかにするため、15~79歳の全国の男女1,000人を対象にした「全国のしゃぶしゃぶに関する意識調査」を実施いたしました。

今回の調査では、全国の各エリアで、しゃぶしゃぶを独自のやり方や好きな具材で楽しむ様子や、しゃぶしゃぶをすることによって食卓に会話が生まれる様子が分かりました。しゃぶしゃぶの新たな魅力の発見につながり、よりご家庭でしゃぶしゃぶを楽しむ方が増えるきっかけになればと思います。

■調査結果サマリー

【しゃぶしゃぶはどんな時に食べる？】

相手と仲良くなりたい・会話したいときに食べたい鍋はしゃぶしゃぶ！

デートや仲良くなりたい時、家族と会話したい時に食べないとコミュニケーション関連が上位に！

【しゃぶしゃぶをする理由】

・おいしいだけじゃない、手軽につくれておいしいのが、しゃぶしゃぶの魅力！

〈全国しゃぶしゃぶ調査〉

あなたの地域のしゃぶしゃぶは？全国のしゃぶしゃぶマップを大公開！各地域での特色も様々
豚肉派が最多、北海道はラム肉派も。近畿はぶりしゃぶ！

しゃぶしゃぶは平均 3.89 回、シメはうどん、雑炊が上位にランクイン！

【具材】肉は豚ロースが最多！北海道はラムも。野菜は白菜が欠かせない存在。

近畿は魚介類を入れる傾向でブリが人気。

【味付け】全国は 1 位ぽん酢、2 位ごま味の 2 強。3 位には地域の特長が

【シメ】しゃぶしゃぶのシメはスープも味わう！1 位はうどん、2 位はごはん/雑炊

【何から入れる？】野菜からはじめる派が最も多い。野菜からは東日本、肉からは西日本の傾向

【具材をしゃぶしゃぶする回数】全国平均は 3.89 回！最も具材をしゃぶしゃぶする回数が多いのは北海道

【アク取り】アクはすぐ取る派と鍋がいっぱいになつたら派で半々。四国は鍋奉行が多い？

【今後食べてみたいしゃぶしゃぶは？】

高級肉、海鮮からチーズ、おもちまで、様々な食材でしゃぶしゃぶをしてみたいという声も多数！

■ 調査概要

・調査タイトル：「全国のしゃぶしゃぶに関する意識調査」

・調査対象：全国 10 地域、15~79 歳の男女 計 1,000 名

※10 地域(北海道、東北、関東、東海、北陸、近畿、四国、中国、九州、沖縄)各 100 名

・調査方法：WEB 調査

・調査期間：2021 年 7 月 13 日(火)~2021 年 7 月 15 日(木)

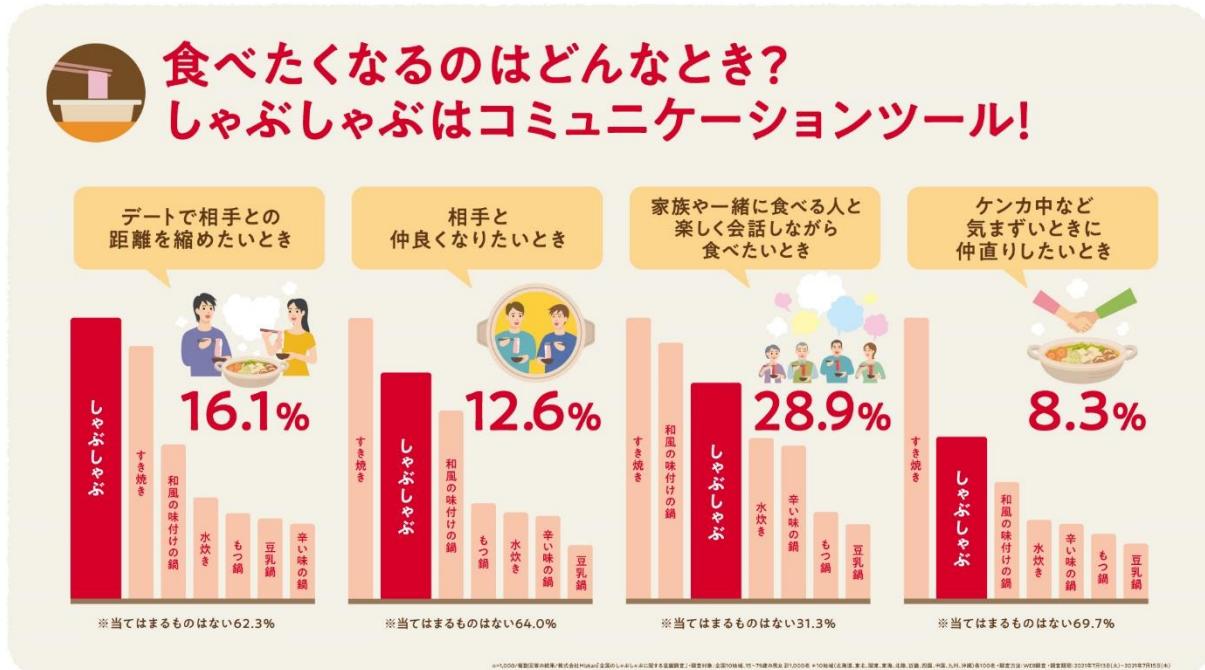
・調査主体：株式会社 Mizkan

相手と仲良くなりたい・会話したいときに食べたい鍋はしゃぶしゃぶ！

デートや仲良くなりたい時、家族と会話して食べたいとコミュニケーション関連が上位に！

はじめに、他の鍋物と比較して、しゃぶしゃぶにどのような特徴があるかを調査し、シーン別で食べたい鍋物について聞きました。しゃぶしゃぶは、「デートで相手との距離を縮めたい」が鍋物全体の中で1位(16.1%)となったことを始め、「相手と仲良くなりたいとき」が2位(12.6%)、「家族や一緒に食べる人と楽しく会話しながら食べたい」が3位(28.9%)、「ケンカ中など気まずいときに仲直りしたい」が2位(8.3%)となるなど、相手と仲良くなりたい・会話したいときに食べられている傾向が明らかになりました(図1)。

(図1)「各シーンや気持ちにおいて食べたくなる鍋物について、あてはまるものをお答えください。」(複数回答、n=1,000)

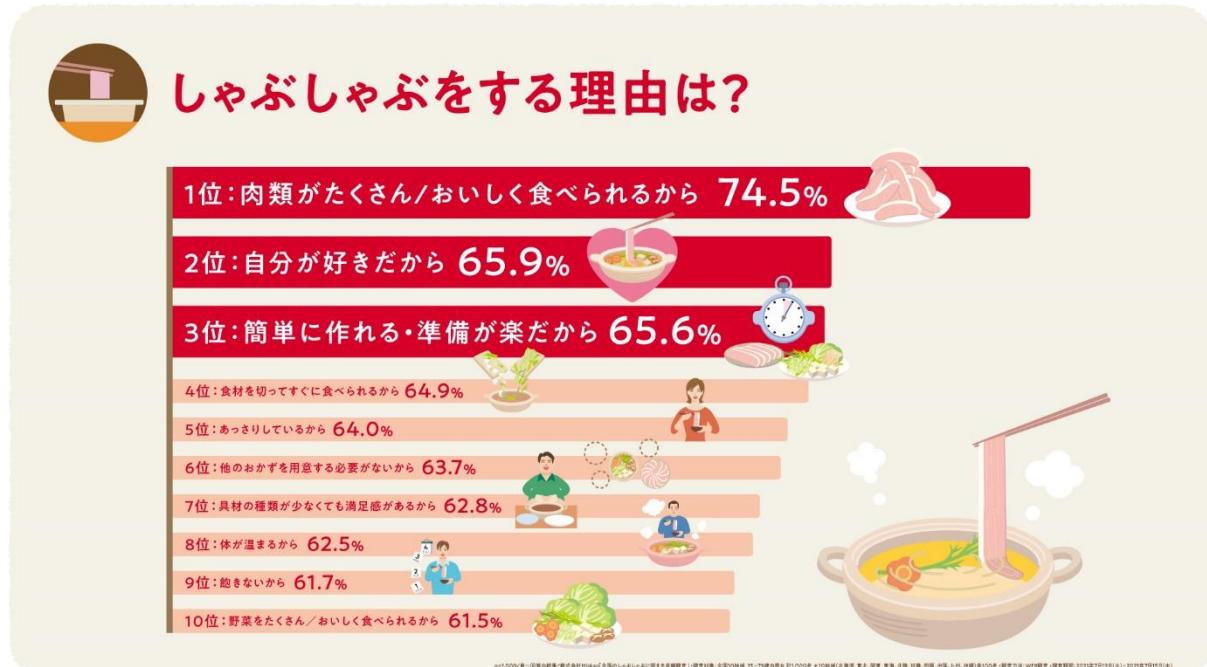


おいしいだけじゃない、手軽につくれておいしいのが、しゃぶしゃぶの魅力！

つぎに、しゃぶしゃぶをする理由について聞きました。あてはまるが最も多く回答されたのは「肉類がたくさん、おいしく食べられる(74.5%)」。次いで、「自分が好き(65.9%)」「簡単に作れる・準備が楽(65.6%)」「食材を切ってすぐに食べられる(64.9%)」「あっさりしている(64.0%)」が上位5つとなりました(図2)。

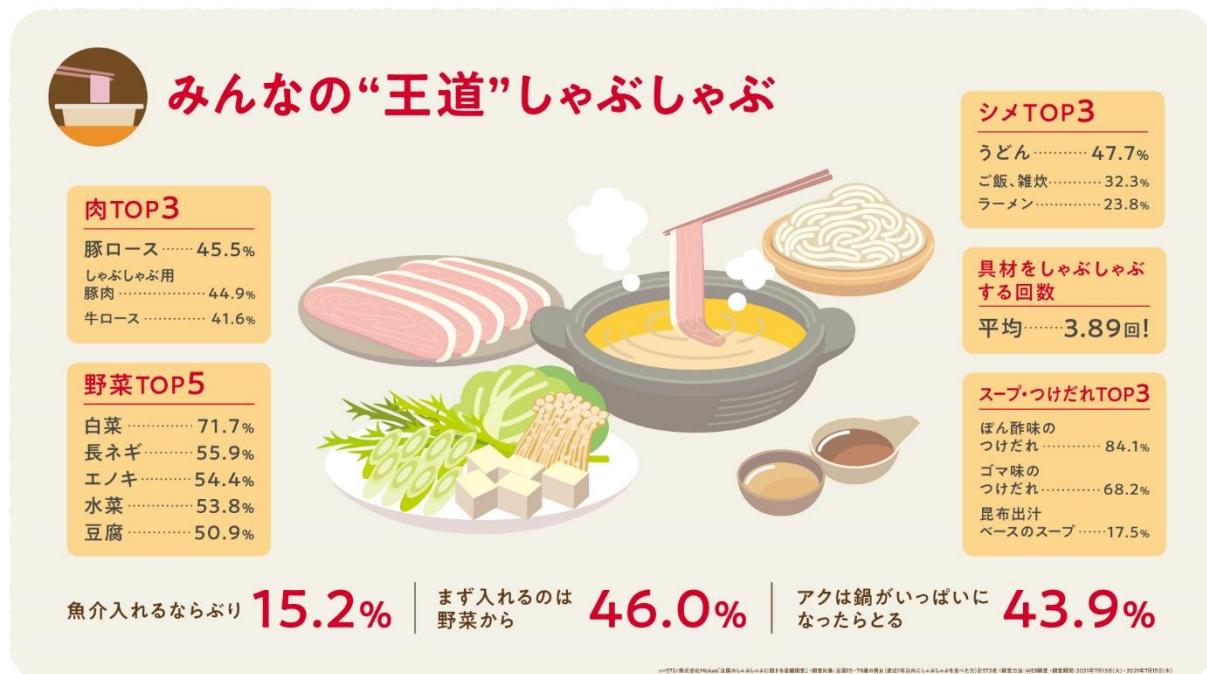
肉がおいしいや、自分が好きという味に関することはもちろんのこと、簡単に作れて準備が楽など、手軽に作れておいしいことが、しゃぶしゃぶが楽しまれている理由のようです。

(図2)「しゃぶしゃぶをする理由としてあてはまるものをそれぞれお答えください。」(各 単一回答、n=1,000 ※上位10項目抜粋)



日本の“王道しゃぶしゃぶ”的スタイルとは！？

直近1年でしゃぶしゃぶを食べた人(572人)を対象に、自身のしゃぶしゃぶの食べ方について聞きました。各家庭によって異なる特長があるしゃぶしゃぶですが、全国調査で判明した“日本の王道しゃぶしゃぶ”的スタイルをイラストとともに紹介します。



地域の特長をまとめた“全国のしゃぶしゃぶマップ”を大公開！

直近1年でしゃぶしゃぶを食べた人(572人)を対象に、自身のしゃぶしゃぶの食べ方について聞きました。調査結果を受け、地域ごとのしゃぶしゃぶの特長を日本地図にまとめた“全国のしゃぶしゃぶマップ”を作成しました。あなたの地域のしゃぶしゃぶはどんな特徴があるでしょうか？次の家庭でのしゃぶしゃぶの参考にもなるかもしれません。



地域別しゃぶしゃぶのポイント

【北海道】

ラム肉しゃぶしゃぶが特徴的。「シメはラーメン」は、北海道ならでは。

肉:ラム肉が全国で圧倒的に多い
野菜:もやし、しいたけの回答が全国平均よりも多い
魚:魚介類を入れないが全国最多
スープ:醤油味ベースの回答が多い
シメ:ラーメン派が全国唯一うどんより多い

【東北】

豚肉派多数。みそ味のつけダレが全国最多。シメを食べない人が多い

肉:しゃぶしゃぶ用豚肉が最多
野菜:白菜、水菜、長ネギが上位
魚:鯛、ぶり、かに、えびが最多
スープ:みそ味のつけだれ回答が全国最多
シメ:うどんが最多、シメは食べない人が全国最多

【北陸】

豚肉派が多い。コンブなど出汁ベースのスープが全国最多。

肉:しゃぶしゃぶ用豚肉が最多
野菜:白菜、長ネギ、エノキが上位
魚:ぶりが最多
スープ:ぽん酢味のつけだれが最多、昆布など出汁ベースのスープの回答が全国最多
シメ:うどんが最多

【関東】

牛ロース派が多い。
シメは、ごはん/雑炊が全国最多で、シメを食べる人が全国で最も多い

肉:牛ロースが最多
野菜:白菜、水菜、長ネギが上位
魚:鯛、ぶり、えびが最多
スープ:ぽん酢味のつけだれが最多
シメ:ごはん/雑炊が全国最多。シメを食べる人が全国最多

【近畿】

牛ロース派が多い。「魚介を入れる」が全国で最多で、ぶりが人気。
野菜の種類も豊富。

肉:牛ロースが最多
野菜:水菜、春菊、エノキ、エリンギ、春雨、豆腐が全国平均よりも高い
魚:ぶりが最多で、魚を入れるが全国最多。
スープ:ぽん酢味のつけだれが最多
シメ:うどんが最多

【東海】

牛ロース派が多い。シメはきしめん?うどん派が全国最多

肉:牛ロースが最多
野菜:白菜、長ネギ、豆腐が上位
魚:ぶりが最多
スープ:ぽん酢味のつけだれが最多
シメ:うどんが最多で、全国で最も高い回答率。
特長:愛知県ではきしめんをシメにするという声も

【中国】

豚ロースが多い。えびを入れる人が多い。

肉:豚ロースが最多、全国平均よりも高い傾向
野菜:白菜、水菜、長ネギが上位、もやしが全国平均よりも多い
魚:えびが最多
スープ:ぽん酢味のつけだれが最多
シメ:うどんが最多
特長:岡山県ではえびをしゃぶしゃぶの具材とする回答も

【四国】

牛/豚ロースが半々で1位。ゴマ味のつけダレが全国比で最も高い。

肉:牛/豚ロースが最多
野菜:白菜、エノキ、豆腐が上位
魚:ぶりが最多
スープ:ごま味のつけだれの回答率が全国比で最も高い
シメ:うどんが最多

【九州】

豚ロースが多い。ぽん酢のつけダレ派が多い。

肉:豚ロースが最多、全国平均よりも高い傾向
野菜:白菜、エノキ、豆腐が上位
魚:鯛、ぶりが最多
スープ:ぽん酢味のつけだれが最多
シメ:うどんが最多、ラーメンが全国で最も低い
特長:つけだれに麺つゆを用意するという回答も多い

【沖縄】

豚ロースが多い。
ゴマ味のつけダレが全国で唯一1位。

肉:豚ロースが最多、全国平均よりも高い傾向
野菜:白菜、エノキ、豆腐が上位
魚:ぶり、かに、いかが最多
スープ:ゴマ味のつけだれが全国で唯一1位
シメ:うどんが最多だが、ごはん、雑炊も多い

【具材】あなたは牛肉派 or 豚肉派？何をしゃぶしゃぶしても大満足！しゃぶしゃぶ肉は豚ロースが最多！

北海道はラムも。野菜は白菜が欠かせない存在。近畿は魚介類を入れる傾向でブリが人気。

普段しゃぶしゃぶに入る具材について聞きました。はじめに、「肉類」について聞くと、豚ロース(45.5%)が最も多く回答されました(図3)。地域別でみると、関西の方が豚ロースの回答が多い傾向がありました。また北海道はラム肉の回答が突出して多く回答されました。

次に「野菜」について聞くと、白菜(71.7%)、長ネギ(55.9%)、エノキ(54.4%)、水菜(53.8%)、豆腐(50.9%)が上位となり、特に白菜はすべてのエリアにおいて1位で、しゃぶしゃぶに白菜は欠かせない存在であることが分かりました。

「魚介類」について聞くと、ぶり(15.2%)、えび(10.8%)、たい(10.3%)が上位となりました(図4)。特に近畿ではぶりの回答が特に多く、しゃぶしゃぶに魚を入れる人が多いようです。

何をしゃぶしゃぶしても満足感を得ることができ、どんな食材ともマッチすることから、地域性や各家庭の特徴が大きく表れ、しゃぶしゃぶは自由に食材を選んで楽しめる鍋ということがわかりました。

(図3)「普段しゃぶしゃぶを食べる際に、よく入れる具材(肉類)をお答えください。」
(複数回答、全国 n=572、北海道 n=63)

※全国上位3項目とラム肉の回答抜粋

(図4)「普段しゃぶしゃぶを食べる際に、よく入れる具材(魚介類)をお答えください。」
(複数回答、全国 n=572、近畿 n=55)
※全国上位3項目と魚介類はいれないの回答抜粋



しゃぶしゃぶ あなたは 牛肉派or豚肉派?

肉類は、「豚ロース」が一番人気。
北海道はラム肉も多い!



しゃぶしゃぶ 魚介はなに入れる?

魚介類は、「ぶり」「えび」「たい」が一番人気。
近畿は特に魚介しゃぶしゃぶが好き!



魚介類は入れない 63.3% 魚介類は入れない 52.7%

こんな意見も
ありました

- くずきりを入れてます(60代男性/宮城県)
- 淡路島のはもしゃぶ(60代男性/大阪府)
- 海藻しゃぶしゃぶ(30代女性/新潟県)
- ホヤをしゃぶしゃぶにして(50代女性/青森県)
- モズク、海ぶどう(40代男性/沖縄県)
- 岡山はえびを入れる人が多い(60代女性/岡山県)

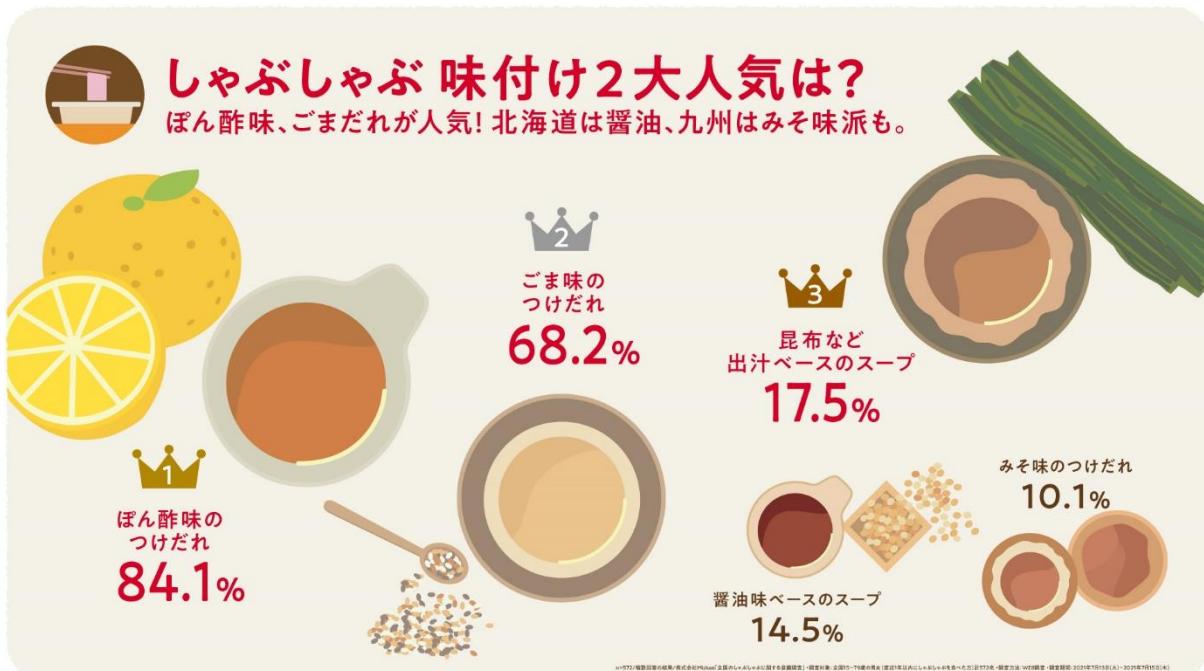
全国 n=572、北海道 n=63 の複数回答を統計的に比較するに当たっては、北海道の回答を除いて統計処理を行った。近畿 n=55 の複数回答を統計的に比較するに当たっては、近畿の回答を除いて統計処理を行った。(出典:北海道・近畿の回答を除いた複数回答を統計的に比較するに当たっては、北海道の回答を除いて統計処理を行った。近畿 n=55 の複数回答を統計的に比較するに当たっては、近畿の回答を除いて統計処理を行った。)

【味付け】全国は1位ぽん酢、2位ごま味の2強。3位には地域の特長が

よく食べているしゃぶしゃぶの味付けについて聞きました。ぽん酢味のつけだれ(84.1%)が最も多く、次いでゴマ味のつけだれ(68.2%)が回答され、この2つが突出して多い傾向でした(図5)。

地域別に見ると、沖縄のみゴマ味のつけだれが最も多く回答されました。また3位に地域差が現れ、北海道と九州は醤油味ベースのスープ、東北はみそ味のつけだれ、その他地域は昆布など出汁ベースのスープがランクインしました。

(図5)「普段しゃぶしゃぶを食べる際に、よく食べている味付けをお答えください。」(複数回答、全国 n=572)

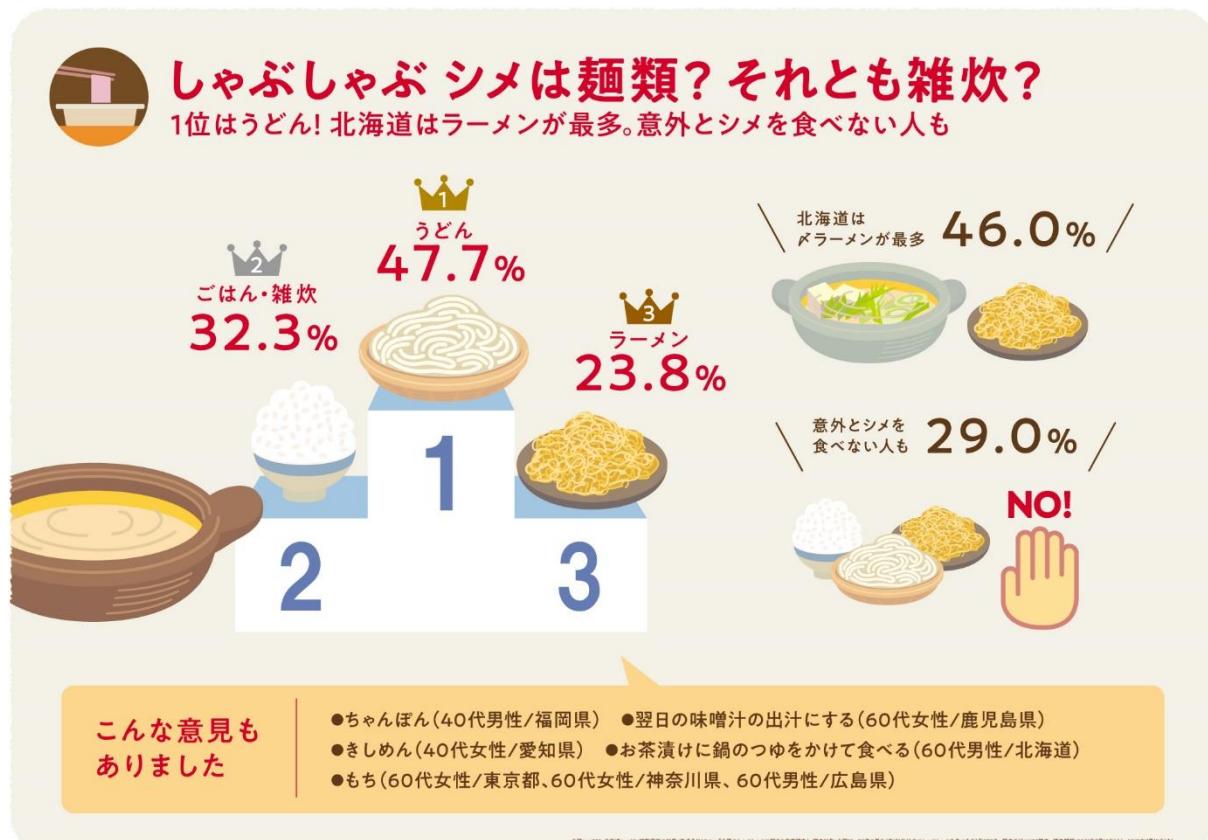


【シメ】しゃぶしゃぶのシメはスープも味わう！1位はうどん、2位はごはん/雑炊

しゃぶしゃぶを食べる際に欠かせない、最後のシメとして入れる食材について聞きました。うどん(47.7%)が最も多く、次いでご飯、雑炊(32.3%)、ラーメン(23.8%)が続きました。

北海道は、唯一ラーメンがシメとして最も多く選ばれました。関東はシメを食べると回答した人が全国でも最も多く、ご飯、雑炊と回答した人が特に多い傾向がありました。しゃぶしゃぶの出汁が出たスープに味をしみこませたご飯を雑炊としてスープも味わいながら食べるという回答も多く見られました。

(図 6)「普段しゃぶしゃぶを食べる際に、最後のシメとして入れている食材をお答えください。」(複数回答、全国 n=572)

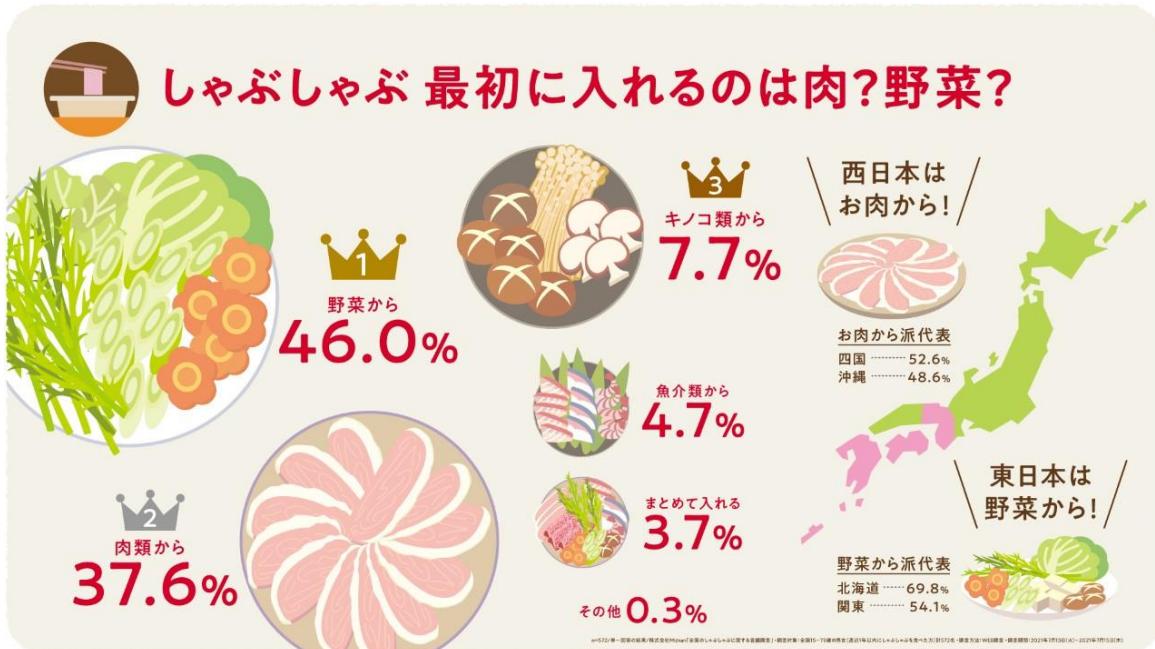


【何から入れる?】野菜からはじめる派が最も多い。野菜からは東日本、肉からは西日本の傾向

ここからは、しゃぶしゃぶをどのように楽しんでいるかを聞きました。はじめに、最初に入れる具材について聞くと、野菜から(46.0%)が最も多く回答され、次いで肉類から(37.6%)、キノコ類から(7.7%)と続きました(図7)。多くの人が野菜か肉類からしゃぶしゃぶをはじめていることがわかりました。

野菜からスタートする地域は、北海道、東北、関東、北陸、東海、中国となっており東日本のエリアが多く、肉類からスタートする地域は、近畿、四国、九州、沖縄と西日本のエリアが多い傾向がわかりました。

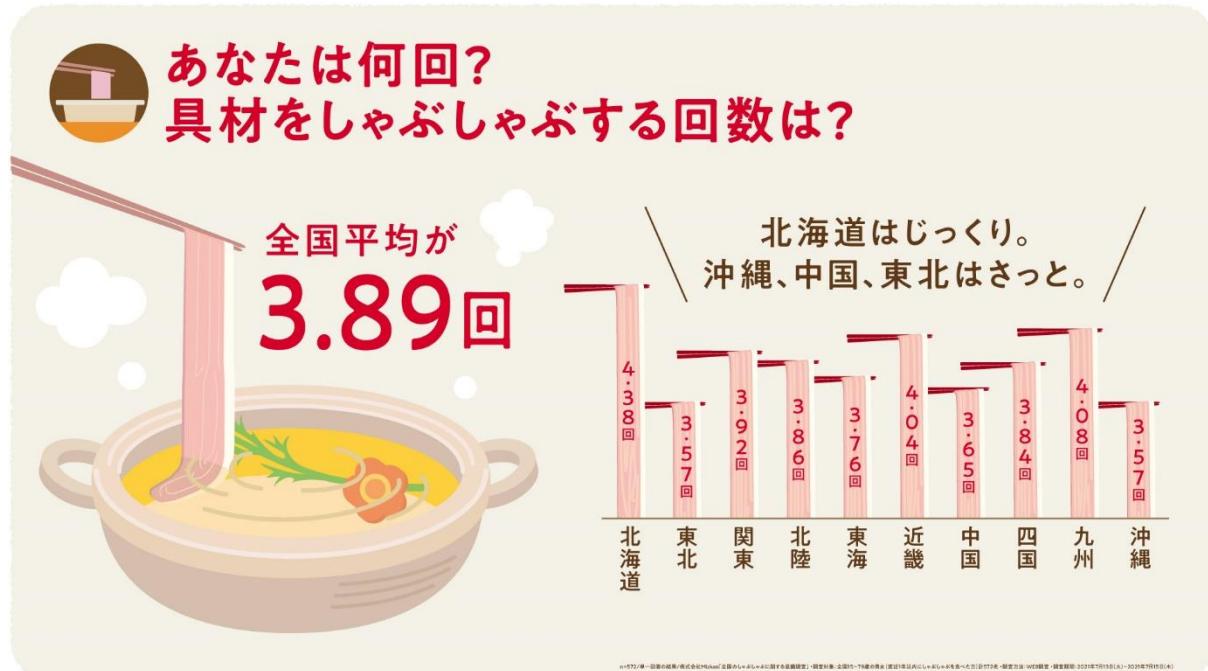
(図7)「普段しゃぶしゃぶを食べる際に、最初に入れる具材をお答えください。」(単一回答、全国 n=572)



【具材をしゃぶしゃぶする回数】あなたは何回? 全国平均は3.89回! 最多は北海道

肉や野菜をしゃぶしゃぶする回数について聞くと、全国平均は3.89回^{*}となりました(図8)。地域別でみると、北海道が4.38回と最も多く、じっくりと肉に熱を通して楽しんでいることがわかりました。一方、沖縄(3.57回)、中国(3.65回)、東北(3.57回)では具材をしゃぶしゃぶする回数が少ない傾向がみられ、さっと湯に通しながら楽しんでいることがわかりました。※10回以上の回答は10回として算出

(図8)「普段しゃぶしゃぶを食べる際に、肉などの具材を何回程度しゃぶしゃぶしますか。」(単一回答、全国 n=572)



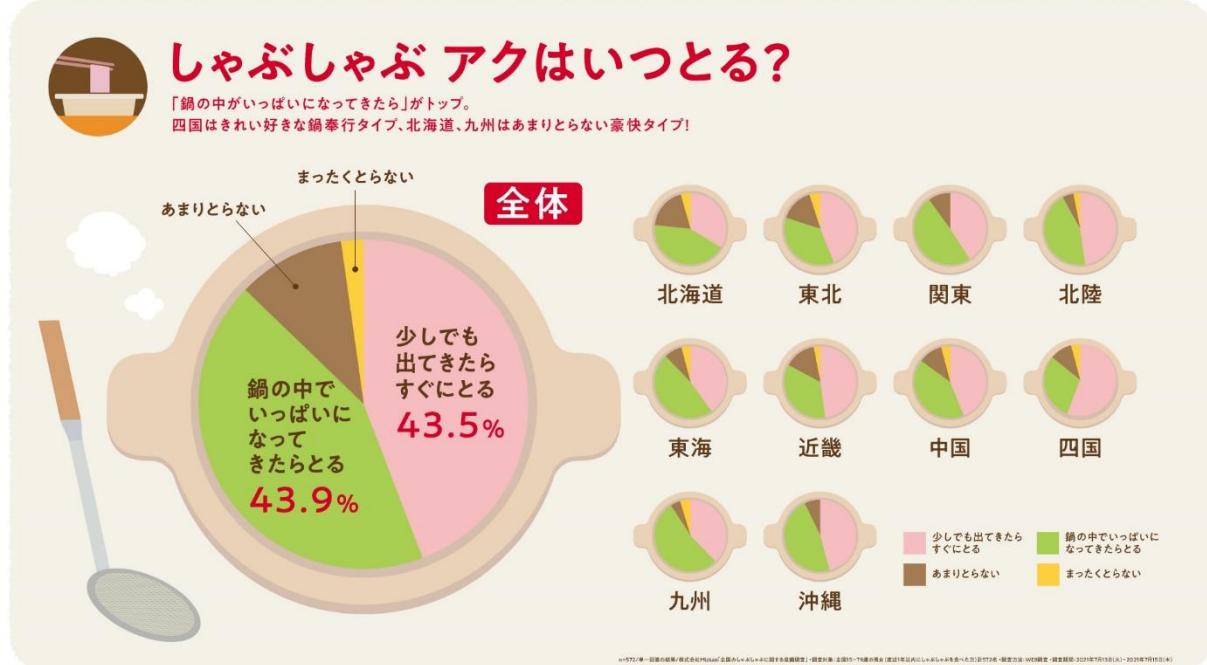
【アク取り】アクはすぐ取る派と鍋がいっぱいになつたら派で半々。四国は鍋奉行が多い？

しゃぶしゃぶを食べる際のアクのとり方について聞くと、「鍋の中がいっぱいになつたら」とる(43.9%)」が最も多く回答され、僅差で「少しでも出てきたらすぐにとる(43.5%)」が続きました(図9)。

地域別にみると、四国では半数を上回る 56.1%の人が「少しでも出てきたらすぐにとる」と回答しており、丁寧にしゃぶしゃぶを楽しんでいる鍋奉行な人が多いとわかりました。

一方、北海道、九州は「鍋の中がいっぱいになつたら」とや「あまりとならないなど」の回答が比較的多く、豪快にしゃぶしゃぶを楽しんでいる様子が伺えました。

(図9)「あなたが普段しゃぶしゃぶを食べる際のアクのとり方について、あてはまるものをお答えください。」(単一回答、全国 n=572)



【今後やってみたいしゃぶしゃぶは？】

高級肉、海鮮やチーズなど様々な食材で試したい、つけだれやスープにもこだわりたいとの声も！

今後やってみたいしゃぶしゃぶについて聞くと、牛豚鶏以外のジビエ肉や、和牛やイベリコ豚といった高級肉でのしゃぶしゃぶをやってみたいという声や、海鮮系のしゃぶしゃぶとして、ホタテや甘えびなどにも挑戦したいというコメントが集まりました。

少し変わった具材では、「チーズ」や「おもち」といったどんな料理にもマッチするアレンジ食材や、「水餃子」や「湯葉」など野菜以外でのアレンジを試したいという声もありました。

また、味付けでは、つけだれや様々なスープで、味にアレンジを加えてみたいという声も多く、「大根おろしをつけだれと一緒につけて食べてみたい」という回答や、自己流のアレンジを加えた複数種類のつけだれを用意し、スープにこだわって味変を楽しみながら食べてみたい、といった回答もありました。

こんな意見もありました

- ジビエのしゃぶしゃぶ(50代男性/東京都) ●高級なお肉(30代女性/青森県)
- 餅やチーズ(40代男性/長崎県) ●湯葉と野菜(60代女性/広島県)
- 家族それぞれ好みのタレを作つてダシにもこだわる(40代女性/神奈川県)
- 水餃子を入れてチゲ風に味変(60代男性/佐賀県)
- 大根おろし入りポン酢たれ(60代女性/新潟県) ●ホタテや甘海老(30代女性/千葉県)
- 韓国風しゃぶしゃぶ(20代女性/沖縄県) ●豚骨スープを試してみたい(60代女性/石川県)

【総括】

今回の調査で、全国の各地域で、しゃぶしゃぶを独自のやり方、好きな食材で楽しんでいる様子が分かりました。ふるさと納税や取り寄せグルメが人気の中、地域独自の楽しみ方には真似したくなる食べ方も多くありました。

また、しゃぶしゃぶは、コミュニケーションツールとして家族や友人、恋人と楽しまれていることが分かりました。さらに手軽に簡単に楽しめるのも人気のようです。今後やってみたいしゃぶしゃぶからは、王道の味だけではなく、様々な食材やつけだれで楽しみたいなど意見も多く集まっており、しゃぶしゃぶは、いろいろな素材をおいしく、楽しくいただくことができる鍋料理であることが分かりました。

季節や時期を問わず年中楽しめるしゃぶしゃぶを大切な人と、是非おうちで一緒に味わってみてはいかがでしょうか。

■商品紹介

▼スープも味わうしゃぶしゃぶ 極みだし



味が付いたスープの中に豚肉をくぐらせ、スープと一緒に楽しむ、新スタイルのしゃぶしゃぶ専用スープです。お肉をしゃぶしゃぶするワクワク感と、おだしの効いたスープを飲むほっこり感を、一緒に楽しむことができます。

かつお、さば、むろあじ、昆布のだしをバランスよくブレンドした、芳醇な旨みが特徴です。1人前使い切りの小袋3袋入りです。

▼スープも味わうしゃぶしゃぶ ゆず塩



味が付いたスープの中に豚肉をくぐらせ、スープと一緒に楽しむ、新スタイルのしゃぶしゃぶ専用スープです。お肉をしゃぶしゃぶするワクワク感と、おだしの効いたスープを飲むほっこり感を、一緒に楽しむことができます。

鶏と豚のだしにゆず果汁とゆず皮を合わせた、ゆずの華やかな香りと心地よい酸味が特徴です。1人前使い切りの小袋3袋入りです。

▼味ぽん。(360ml)



かんきつ果汁・醸造酢・しょうゆがひとつになった他では味わえない絶妙な風味の調味料です。

鍋料理をはじめ、おろし焼肉・焼魚・ぎょうざ・冷奴など「つけて」「かけて」幅広くお使いいただける「ニッポンのさっぱり味」調味料です。

▼かおりの蔵。丸搾りゆず(360ml)



皮ごと丸搾りしたゆず果汁に、かつおと昆布のだしを絶妙にあわせた味付けぽん酢です。ゆず生産量日本一の高知県産のゆづを100%使用しています。鍋もの、しゃぶしゃぶはもちろんのこと、たたき料理、サラダ、おひたし、餃子、焼き魚などさまざまなメニューでおいしくお使い頂けます。

▼ごましゃぶ。(250ml)



御家庭のしゃぶしゃぶを豊かなごま風味と、香辛料を程よく効かせたマイルドな味わいで楽しめる飽きのこないごまだれです。

<商品に関する一般の方のお問い合わせ先>

ミツカングループお客様相談センターHP : <https://faq.mizkan.co.jp/>