報 道 用 資 料

2026年度版

紀文 鍋白書

［第１部］特集

2p＿野菜で時季を楽しむ“旬なべ”ライフ

［第２部］定番調査

5p＿紀文・主要7都市 家庭の鍋料理調査2026

＜この資料に関する問い合わせ先＞
株式会社紀文食品　広報室
TEL：03-6847-1605　E-mail：koho_tokyo1@kibun.co.jp

半数近くが「鍋の具材のマンネリ化」を実感

4人に1人は「味付けのバリエーションがない」ことも悩みに

手軽にたっぷり野菜が食べられる頼もしい献立の鍋料理。一方、紀文の調査では「いつも同じ具材になってしまう」「味付けのバリエーションがない」というマンネリの悩みも見えてきました。

そんなお悩みを解決するのが旬の野菜を取り入れることです。冬には白菜やねぎ以外にも旬を迎える様ざまな野菜があり、それらを選ぶだけでも味わいは大きく変わります。

●家庭で鍋料理を作る時に困ること

［n=1,068/複数回答/単位％］

1位	入れる具材がいつも一緒になる	47.0%
2位	食材を揃えるのが面倒	28.0%
3位	味付けのバリエーションがない	25.6%
4位	家族それぞれの食べたい鍋料理が違う	18.1%
5位	作りすぎる	13.2%

※調査条件は5Pに準ずる

そこで今回は、栄養士・トレンドウォッチャーの藤原奈津子さんに、鍋料理を旬の野菜で楽しむ“旬なべ”レシピを伺いました。

※現代の家族構成を考慮し、レシピは2人分の量でご紹介しています。人数に応じて量をご調整ください。

お話＆レシピ：藤原 奈津子さん

今年は野菜で楽しむ“旬なべ”で多彩な鍋ライフを

この時期に心強いメニューの鍋料理は、“煮る”という調理法のため具材の食感が単一化しやすく、2杯目以降の食べ応えに変化がつきにくいことから食べ飽きてしまうことも。また、近年はインパクトの強い味付けは飽和傾向にあり、複雑ではなく優しく奥深い味わいのベースや味変へのニーズが高まってきていると感じています。

日々の献立やレシピを考えたり、食材を選ぶのも見えない家事のひとつ。栄養価も高く、味わいや香りの深みもある状態の旬の野菜はまさに“賢者アイテム”。いつもの材料を旬の野菜にスライドさせるテクニックは、鍋の味を簡単に変化させ、レパートリーのマンネリを打破してくれること間違いなし。今回の鍋でも、旬の野菜の味が活きる優しい味わいを意識しました。今年の秋冬は、ぜひ“旬なべ”を楽しんでください。

栄養士・トレンドウォッチャー

藤原　奈津子（ふじわら なつこ）

キッチン用品メーカーや食品メーカーなどのレシピ開発、商品開発、販促企画、デザイン業務などを展開。TVや雑誌で活躍。
おしゃれな人向けの見た目も美しい簡単レシピ、野菜や果物の香りや色を活かしたアプローチデザインレシピに定評がある。食やキッチン用品の最新情報のトレンドキャッチはもちろん、圧倒的なモノ知識からうみ出される独自の視点は、小売バイヤーや料理研究家、メディアからも注目されている。

※野菜の旬は、JAグループホームページ「旬カレンダー」より引用。※東京都中央卸売市場の統計情報を参考にしているため、東京への出荷が少ないものの数値が反映されないなど、実際の生産量とは必ずしも一致しないことにご留意下さい。

藤原流 “旬なべ” を楽しむポイント

ポイント①　鍋の定番野菜以外にも目を向ける

鍋は、食感や香りもご馳走です。一杯目と二杯目の食べ応えの変化も意識して、野菜の食感や香りのバランスを考えて組み合わせることで、いつもの定番鍋も簡単にアップグレードします。鍋の定番野菜以外に、旬の野菜を取り入れるなど材料を変化させるだけで、鍋全体の味が変化してレシピ幅が広がり、マンネリを打破してくれます。

ポイント②　野菜の味を引き出す味付けに

旬の野菜は甘みが増しているものが多いので、ベースのつゆは、野菜のおいしさを味わえるようにシンプルを味付けにするのがおすすめ。また、野菜と汁のカラートーンを揃えると味がまとまりやすいです。野菜の魅力は栄養だけでなく、色や形、香りなど様ざま。鍋の見た目も味わいも引き立ててくれます。

ポイント③　食感を意識する

スリミ製品のプリッと、ふわふわっとした食感に、野菜のじゅわっ、シャキッとした異なる食感を組み合わせるだけでも食べ飽きない工夫ができます。食材の切り方によって口に入れたときの食感に変化が出て味わいも違ってくるので、いつもの定番鍋も大変身させることができます。

【昆布湯おでんの生春菊ナムルソース添え】

旬野菜

〈11～1月頃：春菊〉

〈3月頃：ニラ〉

材料(2人分)

≪昆布湯おでん≫

焼ちくわ	1本
はんぺん	1枚
つみれ	4個
揚ボール	1パック
大根	400g
こんにゃく	1/2枚
ゆで卵	2個
結び昆布	5本
水	1000ml
塩	小さじ1/2

≪生春菊ナムルソース≫

春菊	70g
白ごま	小さじ2
鶏がらスープの素	小さじ1
しょうゆ	小さじ2
ごま油	小さじ2
水	小さじ1

＋塩、すだち（後味付け用）

作り方

≪昆布湯おでん≫

① 大根は2cm厚さに切り、面取りをし、片面に十文字の切り込みを入れ、下ゆでしておく。こんにゃくは両面に細かく包丁で切り込みを入れ、三角に切る。焼ちくわは斜め半分に、はんぺんは4等分の三角形に切る。
② 鍋に水、塩、大根、こんにゃく、結び昆布を入れて中火にかけ、沸騰したら弱火で約15分煮る。
③ はんぺん以外の残りの材料を加え、約10分煮る。
④ 最後にはんぺんを加え、汁をかけながら温め、ふっくらしたら火を止める。

≪生春菊ナムルソース≫

春菊を1cm長さに切り、すべての調味料と一緒によく混ぜ合わせる。

最初は塩、次に柑橘をかけて、さらにナムルソースと、味変しながらいただきます。

ごく薄い塩味ベースに昆布とスリミ製品の旨みが溶け出した出汁のおでんを、三段階の後味付けをしながらいただきます。ナムルソースは春先に旬を迎えるニラで代用してもおいしいです。春菊の香りにはリラックス効果があり、食欲を刺激し、胃腸の働きをサポートする効果も。加熱調理のイメージがありますが、実はアクが少ないので生食もおすすめです。熱に弱いビタミンCも無駄なく摂取できます。

【丸ごとカリフラワーのワンポットカニカマボナーラ鍋】

材料（2人分）

The SURIMI（カニカマ）	2パック
カリフラワー	1株
鶏もも肉	150g
じゃがいも	1個
しめじ	80g
にんにく	1片
いか塩辛	大さじ1
オリーブオイル	大さじ1
水	400ml
牛乳	400ml
塩	小さじ2
フジッリ	120g
粉チーズ	適量
粗びき黒こしょう	適量
卵黄	2個分(適宜)

旬野菜

〈11～12・2月頃：カリフラワー〉

作り方

① カリフラワーの茎の根元に十字に切り目を入れる。鶏肉は一口大に切る。じゃがいもは皮をむき一口大に切る。しめじは石づきを落とし、小房に分ける。にんにくは薄切りにする。
② 鍋にオリーブオイルを熱し、にんにく、いか塩辛、鶏肉を入れて炒める。
③ カリフラワー、水、牛乳、塩を加え中火で熱する。煮立ったら弱火にし、蓋をして約5分煮る。
④ さらにじゃがいも、フジッリを加え約10分煮る。時々かき混ぜる。
⑤ The SURIMI（カニカマ）を加え、さっと煮て火を止め、全体に粉チーズとこしょうをかける。
⑥ カリフラワーをくずしながら器に盛り、お好みで卵黄をからめて食べる。

テーブル仕あげの楽しさに加え、具材を好きな大きさに崩しながら食べることで、食感にリズムが生まれます。おいしさがつまったスープが余ったら、追いご飯でリゾットにするのがおすすめ。カリフラワーはビタミンCを豊富に含み、加熱しても比較的失われにくいとされています。食物繊維が豊富なので、腸内環境を整えるのにもおすすめです。

【ごぼうとさつま揚の香る烏龍茶鍋】

材料（2人分）

さつま揚	1パック
魚河岸あげ®	1パック
豚バラ薄切り肉	100g
ごぼう	100g
まいたけ	50g
せり	150g
ごま油	小さじ1
烏龍茶	500ml
塩	小さじ1/2
しょうゆ	大さじ1

旬野菜

〈12月頃：ごぼう〉

〈12～1月頃：せり〉

作り方

① 豚肉は食べやすい大きさに切る。ごぼうは5mm幅の斜め切りにする。せりは3cm長さに切る。まいたけは食べやすい大きさにほぐす。
② 鍋にごま油を熱し、豚肉、ごぼう、せりの根、まいたけの順に炒める。
③ 烏龍茶、塩、しょうゆを加え蓋をし、弱火で約10分煮る。
④ さつま揚、魚河岸あげ®、せりの葉と茎を加え、さっと煮る。

いつもと違う香りにワクワクがとまらない、滋味深い大人味の鍋です。つゆと似た色の野菜を組み合わせることで香味がまとまります。ごぼうの皮をこそげすぎないのが風味豊かに仕あげるポイント。皮には抗酸化作用をもつポリフェノールのクロロゲン酸が豊富に含まれています。せりはビタミンをバランスよく含み、さわやかな香りは食欲を増進させます。根も鍋に入れると特有の風味とシャキシャキとした歯ごたえが楽しめます。

紀文・主要7都市
家庭の鍋料理調査2026

紀文では1994年から「家庭の鍋料理調査」を開始。以来、対象都市や調査規模を変えながら毎年実施してきました。この「紀文・主要7都市 家庭の鍋料理調査」は、主要7都市（北海道・宮城県・東京都・愛知県・大阪府・広島県・福岡県）の20代～50代以上の主婦約1,400人を対象に2007年から実施しているものです。

ポイント

- 家庭で鍋料理を作って食べた回数 約8回／月
- 家庭でおでんを作って食べた回数は 約3回／月
- 好きな鍋料理ランキング
  食べた鍋料理ランキング「おでん」1位
- 好きなおでん種「大根」「玉子」
  全世代・全主要都市で2トップ
- よく入れるおでん種
  「大根」が全主要都市で1位
- おでんを煮込む時間は食文化の違いが表れる
  西日本が長い結果に
- おでんにしようと思う時
  「体を温めたい時」が1位

紀文・主要7都市 家庭の鍋料理調査2026

調査日程：2026年8月26日(水)～9月1日(火)
調査手法：インターネットによる自宅回答
調査対象：20代～50代以上の既婚女性1,397人
北海道200人、宮城県197人、東京都200人、愛知県200人
大阪府200人、広島県200人、福岡県200人
（各20代50人（宮城県のみ47人）、30代50人、40代50人、50代以上50人）
調査機関：株式会社マクロミルおよび株式会社紀文食品

家庭で鍋料理を作って食べた回数は
約8回/月 （全体で月7.73回）

昨年の秋冬（主に令和7年9月から令和8年2月の間）に「ご自身で鍋料理を作って食べた回数」について聞いたところ、1ヵ月あたりの出現回数は全体で7.73回と、およそ4日に1回は鍋料理を作って食べている計算になりました。また、50代以上は8.80回と、最も多い年代となりました。

鍋料理を食べる回数　7.73回／月

●1ヵ月あたりの鍋料理の出現回数（年代別）

［※ウエイト有効ケース数による平均値　ウエイト有効ケース数全体1,068、 20代263、30代274、40代258、50代273/単一回答/単位回］

全体	20代	30代	40代	50代以上
7.73回／月	7.38回／月	7.67回／月	7.04回／月	8.80回／月

家庭でおでんを作って食べた回数は
約3回/月 （全体で月3.17回）

昨年の秋冬（主に令和7年9月から令和8年2月の間）に「ご自身で作っておでんを食べた回数」について聞いたところ、1ヵ月あたりの出現回数は全体で3.17回となりました。また、50代以上は3.89回と、最も多い年代となりました。

おでんを食べる回数　3.17回／月

●1か月あたりのおでんの出現回数（年代別）

［※ウエイト有効ケース数による平均値　ウエイト有効ケース数全体876、 20代201、30代206、40代214、50代255/単一回答/単位回］

全体	20代	30代	40代	50代以上
3.17回／月	2.66回／月	2.86回／月	3.08回／月	3.89回／月

好きな鍋料理ランキング「おでん」1位
食べた鍋料理ランキング「おでん」1位

好きな鍋料理について聞いたところ、61.0％の方が「おでん」と回答しました。さらに昨年の秋冬（主に令和7年9月から令和8年2月の間）にご家庭で食べた鍋料理について聞いたところ、57.6％の方が「おでん」を食べたと回答。「おでん」は好きな鍋料理ランキングでも、食べた鍋料理ランキングでも1位を獲得しました。また、食べた鍋料理では年代別で見てもすべての年代で「おでん」が1位となっています。

●全体・好きな鍋料理 ［n=1,397/複数回答/単位％］

1	おでん	61.0
2	しゃぶしゃぶ	59.1
3	キムチ鍋	58.1
4	すき焼き	57.8
5	寄せ鍋	43.2
6	もつ鍋	36.6
7	水炊き	33.6
8	鶏だんご鍋	28.9
9	豆乳鍋	28.8
10	ちゃんこ鍋	28.3

●全体・食べた鍋料理 ［n=1,298/複数回答/単位％］

1	おでん	57.6
2	キムチ鍋	44.2
3	すき焼き	44.1
4	しゃぶしゃぶ	40.9
5	寄せ鍋	40.0
6	水炊き	25.7
7	もつ鍋	23.2
8	豆乳鍋	22.3
9	ちゃんこ鍋	19.8
10	鶏だんご鍋	18.3

●年代別・好きな鍋料理 ［複数回答/単位％］

20代 （n=347）

1	キムチ鍋	60.5
2	おでん	58.5
2	しゃぶしゃぶ	56.5
4	すき焼き	51.9
5	もつ鍋	37.5
6	寄せ鍋	35.7
7	ミルフィーユ鍋	30.5
8	水炊き	28.0
9	豆乳鍋	26.5
10	鶏だんご鍋	22.2

30代 （n=350）

1	キムチ鍋	68.6
2	しゃぶしゃぶ	65.7
3	すき焼き	60.0
4	おでん	54.9
5	寄せ鍋	41.1
6	もつ鍋	40.9
7	豆乳鍋	35.1
8	ミルフィーユ鍋	32.6
9	水炊き	31.7
10	鶏だんご鍋	30.0

40代 （n=350）

1	おでん	62.9
2	キムチ鍋	59.4
3	すき焼き	56.3
4	しゃぶしゃぶ	55.7
5	もつ鍋	44.6
6	寄せ鍋	44.3
7	水炊き	37.4
8	鶏だんご鍋	35.4
9	ちゃんこ鍋	35.1
10	豆乳鍋	32.3

50代以上 （n=350）

1	おでん	67.7
2	すき焼き	63.1
3	しゃぶしゃぶ	58.6
4	寄せ鍋	51.7
5	キムチ鍋	43.7
6	水炊き	37.4
7	湯豆腐	30.3
8	鶏だんご鍋	28.0
9	ちゃんこ鍋	27.4
10	うどん鍋・うどんすき	26.0

●年代別・食べた鍋料理 ［複数回答/単位％］

20代 （n=324）

1	おでん	50.9
2	キムチ鍋	50.0
3	しゃぶしゃぶ	38.6
4	すき焼き	37.3
5	寄せ鍋	33.6
6	もつ鍋	25.6
7	水炊き	24.7
8	豆乳鍋	23.1
9	ミルフィーユ鍋	19.4
10	ちゃんこ鍋	19.1

30代 （n=337）

1	おでん	53.1
2	すき焼き	45.7
3	キムチ鍋	44.5
4	しゃぶしゃぶ	43.0
5	寄せ鍋	35.6
6	豆乳鍋	27.0
7	水炊き	22.6
8	もつ鍋	22.3
9	ちゃんこ鍋	19.0
10	ミルフィーユ鍋	16.6

40代 （n=321）

1	おでん	60.1
2	キムチ鍋	43.9
3	すき焼き	41.1
3	寄せ鍋	41.1
5	しゃぶしゃぶ	38.3
6	水炊き	27.1
7	もつ鍋	26.5
8	鶏だんご鍋	21.8
9	ちゃんこ鍋	20.6
10	豆乳鍋	19.6

50代以上 （n=316）

1	おでん	66.8
2	すき焼き	52.5
3	寄せ鍋	50.0
4	しゃぶしゃぶ	43.7
5	キムチ鍋	38.3
6	水炊き	28.5
7	鶏だんご鍋	24.7
8	湯豆腐	23.7
9	ちゃんこ鍋	20.6
10	豆乳鍋	19.0

好きなおでん種
「大根」「玉子」が全世代・全主要都市で2トップ

好きなおでん種は「大根」「玉子」が全年代・全主要都市で1位と2位を記録しました。また、年代別で見ると、20代・30代のみ「ウインナー」が、40代・50代のみ「厚揚げ」がランクインするなど世代による趣味嗜好の傾向もうかがえます。

●全体・好きなおでん種 ［n=1,397/複数回答/単位％］

1	大根	64.3
2	玉子	56.4
3	餅入り巾着	45.4
4	こんにゃく	44.7
5	はんぺん	37.0
6	白滝	35.2
7	ちくわ	35.1
8	牛すじ	32.6
9	厚揚げ	32.4
10	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	31.7

●年代別・好きなおでん種 ［複数回答/単位％］

20代 （n=347）

1	大根	53.9
2	玉子	43.8
3	ちくわ	37.8
4	餅入り巾着	37.8
5	こんにゃく	35.4
6	白滝	33.4
7	はんぺん	32.3
8	ウインナー	29.1
9	糸こんにゃく	27.1
9	牛すじ	27.1

30代 （n=350）

1	大根	58.3
2	玉子	50.3
3	餅入り巾着	46.9
4	こんにゃく	42.0
5	はんぺん	39.1
6	牛すじ	37.4
7	ウインナー	33.4
8	白滝	33.1
9	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	32.0
10	ちくわ	31.1

40代 （n=350）

1	大根	66.6
2	玉子	58.9
3	餅入り巾着	51.4
4	こんにゃく	46.9
4	はんぺん	42.6
6	白滝	39.4
7	厚揚げ	38.0
8	ちくわ	35.4
9	牛すじ	35.1
10	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	32.0

50代以上 （n=350）

1	大根	78.3
2	玉子	72.6
3	こんにゃく	54.6
4	餅入り巾着	45.4
5	厚揚げ	42.6
6	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	38.3
7	ごぼう巻	36.6
8	ちくわ	36.0
9	白滝	34.9
10	はんぺん	34.0

●主要都市別・好きなおでん種

北海道 (n=200)

1	大根	63.0
2	玉子	57.0
3	はんぺん	45.0
3	こんにゃく	45.0
5	餅入り巾着	43.0
6	白滝	40.5
7	ちくわ	37.0
8	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	35.0
9	ウインナー	27.5
10	つみれ	26.5

宮城県 (n=197)

1	大根	60.9
2	玉子	56.3
3	はんぺん	45.2
4	白滝	39.1
5	餅入り巾着	37.1
6	こんにゃく	36.0
7	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	33.0
7	ウインナー	33.0
9	ちくわ	32.5
10	糸こんにゃく	31.0

東京都 (n=200)

1	大根	61.5
2	玉子	52.5
3	餅入り巾着	50.0
4	はんぺん	46.0
5	こんにゃく	42.5
6	白滝	35.5
7	ちくわ	33.5
7	ちくわぶ	31.5
9	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	30.5
10	牛すじ	27.5

愛知県 (n=200)

1	大根	66.0
2	玉子	55.5
3	餅入り巾着	51.5
4	はんぺん	47.0
5	こんにゃく	42.0
6	ウインナー	37.0
7	ちくわ	35.0
8	ごぼう巻	34.0
9	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	33.0
10	白滝	32.5

大阪府 (n=200)

1	大根	70.5
2	玉子	55.5
3	こんにゃく	49.5
4	厚揚げ	44.5
5	餅入り巾着	44.0
6	牛すじ	42.5
7	ちくわ	39.5
8	じゃがいも	35.5
9	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	30.0
9	ごぼう巻	30.0

広島県 (n=200)

1	大根	62.5
2	玉子	56.5
3	こんにゃく	52.0
4	餅入り巾着	45.5
5	牛すじ	43.5
6	厚揚げ	39.0
7	白滝	33.5
8	糸こんにゃく	29.5
9	ちくわ	29.0
10	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	28.0

福岡県 (n=200)

1	大根	65.5
2	玉子	61.5
3	餅入り巾着	46.5
4	こんにゃく	46.0
5	牛すじ	45.0
6	厚揚げ	42.0
7	白滝	41.0
8	ちくわ	39.0
9	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	32.5
10	ごぼう巻	31.5

よく入れるおでん種「大根」が全主要都市で1位

「はんぺん」「牛すじ」で読み解く東西の傾向も

よく入れるおでん種は「大根」が全主要都市で1位となりました。主要都市別に見ると、「はんぺん」は東日本のみランクインし「牛すじ」は西日本のみランクインするなど、東西での食傾向も現れる結果となりました。

●全体・よく入れるおでん種 [n=876/複数回答/単位%]

1	大根	74.3
2	玉子	66.4
3	ちくわ	65.6
4	こんにゃく	60.2
5	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	51.3
6	厚揚げ	45.3
7	餅入り巾着	44.4
8	はんぺん	43.4
9	ウインナー	36.3
10	ごぼう巻	34.5

●主要都市別・よく入れるおでん種

北海道 (n=126)

1	大根	74.6
2	ちくわ	73.0
3	玉子	69.8
4	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	57.1
5	こんにゃく	51.6
6	はんぺん	46.8
7	白滝	43.7
8	餅入り巾着	40.5
9	ウインナー	33.3
10	がんもどき・ひりゅうず	32.5

宮城県 (n=124)

1	大根	75.0
2	玉子	66.1
3	はんぺん	63.7
4	ちくわ	62.9
5	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	61.3
6	こんにゃく	53.2
7	ウインナー	41.1
8	白滝	39.5
9	餅入り巾着	32.3
10	昆布	30.6

東京都 (n=117)

1	大根	72.6
2	ちくわ	67.5
3	玉子	64.1
4	はんぺん	62.4
5	こんにゃく	55.6
6	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	51.3
7	餅入り巾着	50.4
8	ちくわぶ	36.8
9	白滝	34.2
10	厚揚げ	33.3

愛知県 (n=127)

1	大根	81.9
2	玉子	69.3
3	こんにゃく	66.9
4	ちくわ	63.0
5	はんぺん	55.9
6	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	48.8
7	ごぼう巻	44.1
8	餅入り巾着	41.7
9	厚揚げ	40.2
10	ウインナー	38.6

大阪府 (n=126)

1	大根	73.8
2	ちくわ	72.2
3	玉子	66.7
3	こんにゃく	66.7
3	厚揚げ	66.7
6	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	51.6
7	牛すじ	49.2
8	ごぼう巻	47.6
9	餅入り巾着	42.1
9	じゃがいも	42.1

広島県 (n=131)

1	大根	71.8
2	こんにゃく	65.6
3	玉子	64.9
4	ちくわ	60.3
5	厚揚げ	57.3
6	餅入り巾着	53.4
7	牛すじ	47.3
8	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	46.6
9	ごぼう巻	42.0
10	ウインナー	37.4

福岡県 (n=126)

1	大根	70.4
2	厚揚げ	64.8
3	玉子	64.0
4	ちくわ	60.8
4	こんにゃく	60.8
6	餅入り巾着	50.4
7	さつま揚（てんぷら・つけ揚）	42.4
7	牛すじ	42.4
9	白滝	41.6
10	ウインナー	40.8

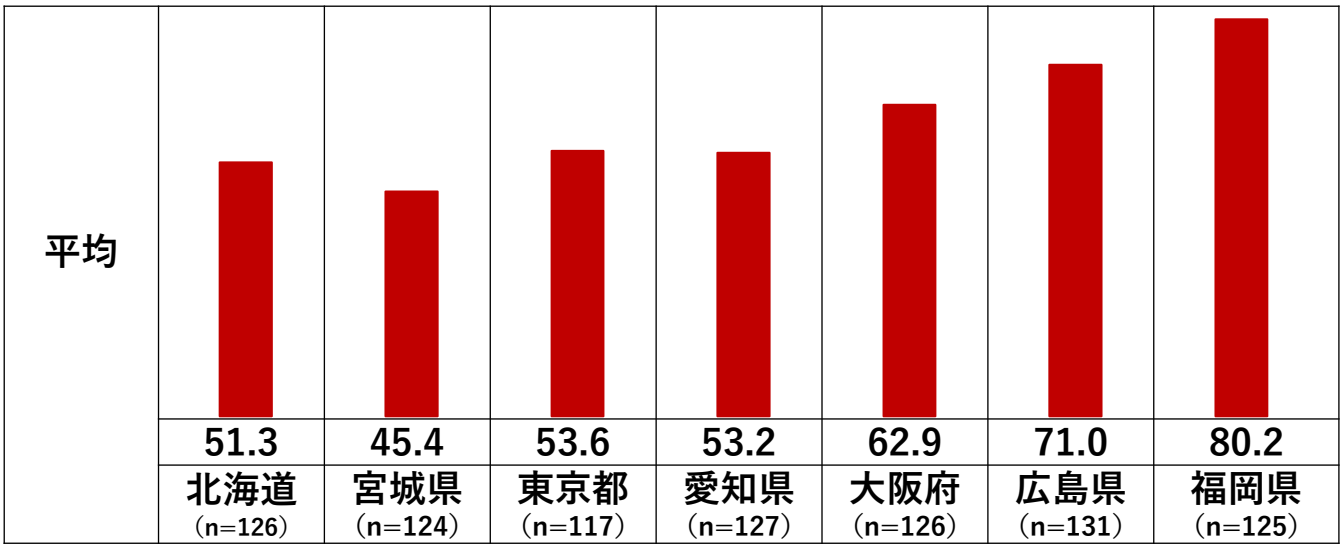
おでんを煮込む時間
西日本が長い傾向に 食文化の違いが影響か

主要都市別でおでんの煮込み時間（下ごしらえの時間をのぞく）をみてみると、西日本の方がおでんを煮込む時間が長い傾向にありました。

9pのよく入れるおでん種主要都市別ランキングを見ると、西日本では「牛すじ」「厚揚げ」の人気が高いことがうかがえます。「牛すじ」は比較的味をしみ込ませるのに時間がかかる具材です。そのため西日本は、煮込む時間が自然と長くなるのかもしれません。

場所による食の志向の違いがおでんの煮込み時間にも投影されていることが見て取れます。

●主要都市別・煮込む時間 ［記述式/単位分］



家庭でおでんにしようと思う時「体を温めたい時」が1位

●全体・家庭でおでんにしようと思う時 ［n=876/複数回答/単位％］

1	体を温めたい時	33.8
2	季節感を感じたい時	30.0
3	たくさん作っておきたい時	21.9
4	おかずを一品で済ませたい時	21.0
4	リクエストがあった時	21.0
6	家族が揃う時	18.5
7	調理や片付けを簡単に済ませたい時	17.8
8	材料が安い時	16.2
9	忙しく、あらかじめ作っておきたい時	15.6
10	献立に困った時	13.0

家庭でおでんにしようと思う時について聞いたところ、「体を温めたい時」が1位という結果になりました。また2位には「季節を感じたい時」がランクインしています。

あっという間に季節が進み、朝晩が冷え込み始め、「体を温めたい！」と思う日も増えてきているかと思います。

ぜひ秋冬の定番メニューのおでんで体を温めて、季節の移り変わりをお楽しみください。