

2016年7月20日

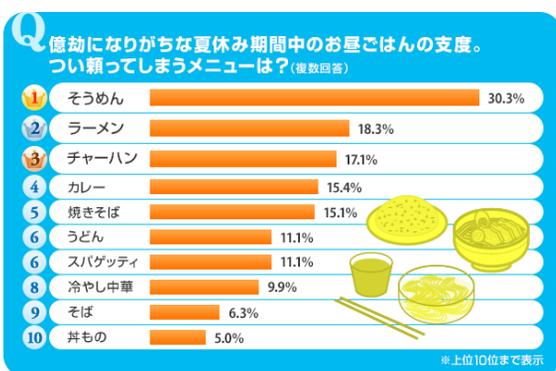
株式会社 リクルート 住まいカンパニー

短時間でできる夏の定番「そうめん」が1位。2位は手軽に作れて種類も豊富な「ラーメン」 夏休み期間中のお昼ごはんの支度でつい頼ってしまうメニューは？

～くらしの「気になる！」を徹底調査「SUUMOなんでもランキング」～

株式会社リクルート住まいカンパニー（本社：東京都中央区 代表取締役社長：野口孝広）が運営する不動産・住宅サイト『SUUMO（スーモ）』は、住まいや暮らしに関する様々なアンケート結果を「SUUMOなんでもランキング」としてご紹介しています。今回は「億劫になりがちな夏休み期間中のお昼ごはんの支度。つい頼ってしまうメニューは？」というテーマのアンケート結果をまとめました。

夏の定番メニュー「そうめん」が3割。麺類が7種類ランクインと人気



梅雨も明け、本格的に夏の暑さもスタートです。学生さんは夏休みに突入ですね。休みは嬉しいけれど、世のお母さんたちは毎日お昼ご飯のメニューに頭を悩ませなければならず、これが結構大変。自炊中の大学生や社会人も、ただでさえ面倒な昼ごはん作り、サクッとすませたいですね。そんな夏のお昼ご飯、みんながつい頼ってしまうメニューを聞いてみました。

第1位はそうめん。理由はダントツで「簡単だから」。「のどごしがよく、バテ気味でも食べられる」というように、食欲がなくてもつるっと食べられるので人気のようです。「調理時間が少なく済む」と、暑い日に長時間火を使いたくないという気持ちもあるようです。

2位はラーメン。そうめんに続き、麺類がツートップ。「味噌や醤油など種類が多いので飽きない」ということや、「お湯を沸かすだけでよい」という手軽さが支持される理由のよう。

3位はチャーハン。炒めるだけという手軽さに加え、「冷蔵庫に残っているものを使い切ることができる」「野菜がとれる」などの理由が挙げられました。

ランキングに入ったのは、いずれも簡単に作れるので負担にならないことに加え、「野菜も一緒にたくさん食べられる」といった優秀なメニュー。手は抜きたいけれど、ジャンクフードでは気が引ける……。そんな気持ちが出たランキングでした。

子どもにとっても、大人にとっても長い夏休み。昼ごはんはさくっと作って、貴重な時間を有効に使いたいものですね！

リクルート住まいカンパニーはこれからも、ひとりひとりにあった「まだ、ここにはない、出会い。」を届けていきます。

【本件に関するメディア掲載・取材に関するお問い合わせ先】
株式会社リクルート住まいカンパニー 企画統括室 統括部 カンパニー・コミュニケーショングループ
メール：sumai_press@r.recruit.co.jp 電話：03-6835-5290

2016年7月6日

株式会社 リクルート 住まいカンパニー

【フリーコメント抜粋】

「お中元でもらうから」「レパートリーが豊富」「作り置き可能」「簡単だけど豪華」など

- そうめん：お中元で大量に家にあることが多いから。（50歳・男性）
- そうめん：カレーそうめんにしたり、お吸い物に入れたりレパートリーが色々あるから。（21歳・女性）
- ラーメン：簡単。袋麺は保存できていつでも使える。（57歳・女性）
- チャーハン：残り物を刻んで適当に入れるだけでもチャーハンになるから。（41歳・男性）
- カレー：作り置きして、何食か食べられるから。（35歳・男性）
- 焼きそば：肉も野菜も一緒に食べられる。短時間でフライパン一つで作れるし、味付けが簡単だから。（38歳・女性）
- うどん：冷凍うどんを使って、冷蔵庫の余り野菜を足して簡単に作れる。（31歳・女性）
- スパゲッティ：材料費が安く、レトルトのソースを用いて簡単に調理できるから。（48歳・男性）
- 冷やし中華：暑いときに食欲をそそるし、簡単だけど豪華な感じがする。（55歳・女性）
- そば：総菜の天ぷらを買ってくると、お手軽。（53歳・女性）
- 丼もの：とんかつを惣菜屋で買って、簡単に調理できる。（35歳・女性）

<調査概要>

【調査実施時期】2016年4月6日～2016年4月7日

【調査対象者】全国の20～59歳までの男性208名・女性208名

【調査方法】インターネット調査

【有効回答数】416

▼（最新）億劫になりがちな夏休み期間中のお昼ごはんの支度。つい頼ってしまうメニューは？

http://suumo.jp/article/nandemorank/rank/hitori_kyujitsu/15975/

▼（前号）家のなかで意外にもカビていて驚いた場所は？

<http://suumo.jp/article/nandemorank/rank/mansion/15962/>

▼不動産・住宅サイト『SUUMO（スーモ）』はこちら

<http://suumo.jp/>

▼リクルート住まいカンパニーについて

<http://www.recruit-sumai.co.jp/>

リクルート住まいカンパニーはこれからも、ひとりひとりにあった「まだ、ここにはない、出会い。」を届けていきます。

【本件に関するメディア掲載・取材に関するお問い合わせ先】

株式会社リクルート住まいカンパニー 企画統括室 統括部 カンパニー・コミュニケーショングループ
メール：sumai_press@r.recruit.co.jp 電話：03-6835-5290