（報道資料）

魚・魚料理に関する意識・実態調査 2026

2026 年 9 月 28 日
株式会社タニタ

健康総合企業のタニタは、「魚・魚料理に関する意識・実態調査 2026」を実施し、その集計結果を公開しました。この調査はインターネットリサーチにより 2026 年 8 月 20 日－8 月 28 日の 9 日間、週に 1 日以上、自宅で料理をする全国の 20 歳～69 歳の男女（各都道府県 100 人ずつ、計 4700 人）を対象に行ったものです。（調査協力会社：ネットエイジア株式会社）

－調査結果トピックス－

第 1 章　魚料理に関する意識 p.4-p.10

■「魚料理を食べることが好き」85%、年代とともに上昇する傾向
　都道府県別では 1 位「山口県」93%、2 位「大阪府」92%

■「魚料理を作ることが好き」約 43%、男性では 47%　都道府県別では同率 1 位「和歌山県」「山口県」54%

■魚料理に対するイメージ　TOP2「健康的・ヘルシー」「おいしい」

■好きな魚　1 位「サケ・サーモン」2 位「マグロ」3 位「エビ」、女性ではすべての年代で TOP2 は「サケ・サーモン」「エビ」
　都道府県別では福井県・島根県で「サバ」が単独 1 位

■好きな魚料理　1 位「刺身」2 位「寿司」3 位「焼き魚」、60 代では男性・女性ともに「焼き魚」が 1 位

■外食でよく食べる魚料理　「寿司」が突出、2 位「刺身」3 位「海鮮丼」

第 2 章　魚・魚料理に関する実態 p.11-p.18

■「週に 1 日以上、自宅で魚料理を食べる」約 71%、平均は 1.8 日/週

■自宅で魚料理を食べる頻度　都道府県別では 1 位「北海道」「岩手県」「秋田県」で平均 2.2 日/週
　自宅で魚料理を作る頻度　都道府県別では 1 位「埼玉県」で平均 1.6 日/週
　外食で魚料理を食べる頻度　都道府県別では 1 位「東京都」で平均 3.0 日/月

■自宅で肉料理を食べる頻度　平均は 3.2 日/週、自宅で魚料理を食べる頻度より 1.4 日/週多い結果に

■「自分の魚を食べる量は十分だと思う」約 30%、40 代・50 代の女性では 20%未満に
　都道府県別では 1 位「秋田県」「群馬県」39%、3 位「岩手県」「茨城県」「東京都」38%

■「健康を意識して魚料理を選ぶことがある」約 70%、子どもがいる人では約 75%

■「自宅で魚料理を食べる頻度を増やしたい」約 63%、40 代女性では約 72%、50 代女性では 74%

■「自宅で魚料理を作る頻度を増やしたい」49%

■自宅で魚料理を食べる・作ることについて、希望する頻度を実現できていない理由　「魚の値段が高いから」が突出

第 3 章　魚料理の調理に関する意識・実態　p.19-p.21

■作りたいと思う魚料理　1 位「焼き魚」2 位「煮魚・煮つけ」3 位「照り焼き」

■うまく作れないと思う魚料理　1 位「天ぷら」2 位「煮魚・煮つけ」3 位「アクアパッツァ」

■自宅でよく食べる魚料理　1 位「焼き魚」2 位「刺身」3 位「煮魚・煮つけ」

■“おいしい魚料理を作ること”に対する自己採点　平均点は 47.8 点

都道府県別では　1 位「兵庫県」55.5 点、2 位「大阪府」54.1 点、3 位「島根県」53.2 点

■“魚料理をきれいに食べること”に対する自己採点　平均点は 61.4 点、70 点以上の人は過半数

都道府県別では　1 位「熊本県」68.4 点、2 位「秋田県」66.9 点、3 位「島根県」65.6 点

第 4 章　魚に関する知識　p.22-p.24

■魚に関する知識の認知率　「サケは赤身魚ではなく白身魚ということ」は 57%、

「ヒラメとカレイの見分け方には目の向き以外に、口の形でも見分けられること」は約 49%

■都道府県別の魚知識の認知率　「サケは赤身魚ではなく白身魚ということ」では茨城県、

「ヒラメとカレイの見分け方には目の向き以外に、口の形でも見分けられること」では愛媛県、

「口先の黄色いサンマは脂がのっておいしい可能性が高いこと」では北海道、

「キンメダイはタイの仲間ではないということ」では茨城県、

「アジは“味が良い”からアジと呼ばれるようになった説があること」では福島県と愛媛県が 1 位に

■魚の名前を表す漢字の読み方クイズ

正解率は「鰹（かつお）」約 90%、「鮪（まぐろ）」約 79%、「鰤（ぶり）」約 57%、「鱧（はも）」55%、「鰰（はたはた）」18%

第 5 章　魚料理に関する体験　p.25-p.26

■魚料理を作る際にやってしまった“失敗”エピソード

「魚の血抜きが十分でなく、アクが大量に発生し臭みの強い料理になってしまった」、

「三枚おろしを初めてやったときは勝手が分からず時間がかかってしまい鮮度を落としてしまった」、

「骨取り魚を使うのに慣れていたため、骨のついた切り身を使ったときに子どもがなかなか食べなかった」など

■魚料理に関する“悩み”

「魚焼き器の片付けが手間」、「魚を捌いたことがない、魚料理に対して漠然とした不安がある」、

「レパートリーが少なくて同じ味付けになる」、「魚がとにかく高くて買えないのが悩み」など

第 6 章　47 都道府県の名物魚介類・ご当地魚料理　p.27-p.28

■他県の人におすすめしたい“名物魚介類”

北海道「ほっけ」、秋田県「ハタハタ」、山形県「鯉」、茨城県「アンコウ」、神奈川県「しらす」、
山梨県「アワビ」、三重県「伊勢海老」、滋賀県「フナ」、京都府「ハモ」、和歌山県「クエ」、
岡山県「ままかり（サッパ）」、香川県「ハマチ」、佐賀県「イカ」、鹿児島県「きびなご」、沖縄県「ぐるくん（タカサゴ）」

■自身が住んでいる都道府県のご当地魚料理で、“他県に誇れる”もの

北海道「鮭のちゃんちゃん焼き」、岩手県「どんこ汁」、秋田県「しょっつる鍋」、茨城県「あんこう鍋」、
新潟県と石川県「のどぐろの塩焼き」、富山県「ぶりしゃぶ」、愛知県「ひつまぶし」、三重県「てこね寿司」、
兵庫県「いかなごのくぎ煮」、鳥取県「モサエビ丼」、島根県「しじみ汁」、広島県「焼き牡蠣」、山口県「ふぐ刺し」、
高知県「かつおのたたき」、佐賀県「イカの活き造り」、鹿児島県「きびなごの刺身」

第 7 章　魚・魚料理と芸能人　p.29-p.30

■自身が住んでいる都道府県出身の芸能人で、人気が“うなぎ上り”の芸能人

北海道「大泉洋さん」、宮城県「サンドウィッチマン」、山梨県「板垣李光人さん」、愛知県「佐野勇斗さん」、
滋賀県「西川貴教さん」、和歌山県「塩崎太智さん」、鳥取県「松本若菜さん」、鹿児島県「吉田仁人さん」

■自身が住んでいる都道府県出身の芸能人で、“おいしい魚を食べに行く魚料理デートに行きたいと思う”芸能人

男性回答では石川県「浜辺美波さん」、愛知県「生見愛瑠さん」、福岡県「今田美桜さん」、
女性回答では福井県「本田響矢さん」、愛知県「佐野勇斗さん」、宮崎県「堺雅人さん」

【報道関係者からのお問い合わせ先】
株式会社タニタ　広報課　中島、名倉、冨増
TEL:03-3558-8116（広報直通）　FAX:03-3968-2110　MAIL:tanitapr@tanita.co.jp

第１章　魚料理に関する意識

■「魚料理を食べることが好き」85%、年代とともに上昇する傾向

都道府県別では１位「山口県」93%、２位「大阪府」92%

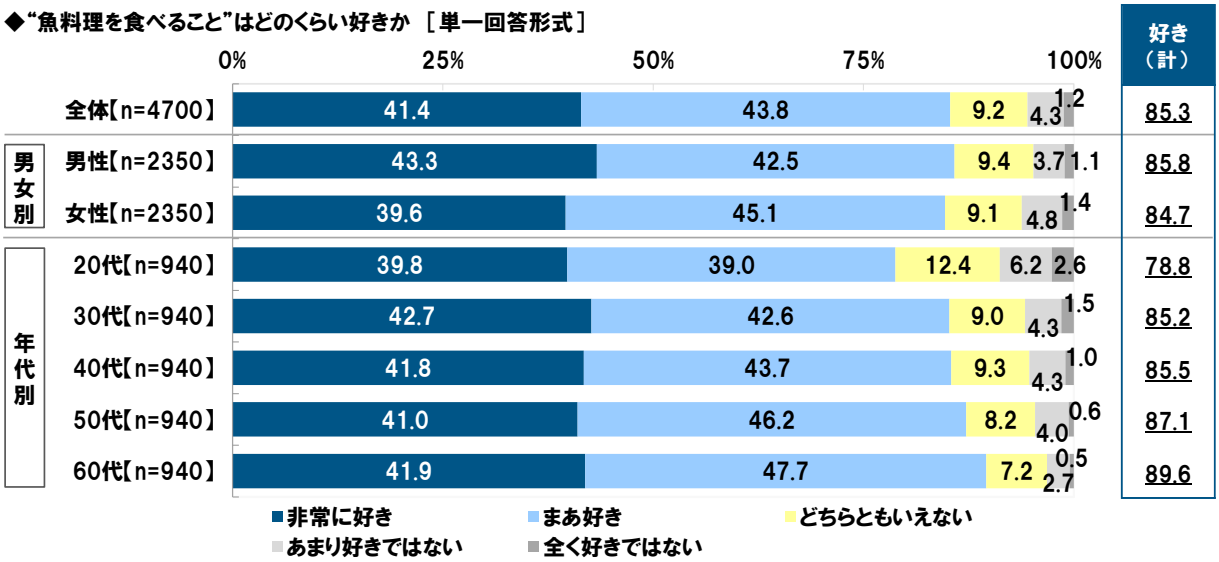
週に１日以上、自宅で料理をする全国の 20 歳～69 歳の男女（各都道府県 100 人、計 4700 人）に、“魚”と“魚料理”について質問しました。

全回答者（4700　人）に、“魚料理を食べること”はどのくらい好きかを聞いたところ、「非常に好き」は　41.4%、「まあ好き」は 43.8%、合計した『好き（計）』は 85.3%となり、大多数が魚料理を好んでいるということが分かりました。

男女別に見ると、『好き（計）』と回答した人の割合は、男性は 85.8%、女性では 84.7%となり、男女で大きな差は見られませんでした。

年代別に見ると、『好き（計）』と回答した人の割合は、年代が上がるにつれて高くなる傾向が見られ、20　代では 78.8%と８割未満にとどまった一方、60 代では 89.6%と９割に近くなりました。

◆“魚料理を食べること”はどのくらい好きか　［単一回答形式］



都道府県別に見ると、魚料理を食べることが好きな人の割合は、1　位は山口県（93.0%）、2　位は大阪府（92.0%）、3 位は岐阜県と愛知県と愛媛県（90.0%）となりました。

◆魚料理を食べることが好きな人の割合　［単一回答形式］

各都道府県【n=100】

		%
1位	山口県	93.0
2位	大阪府	92.0
3位	岐阜県	90.0
	愛知県	90.0
	愛媛県	90.0
6位	滋賀県	89.0
7位	埼玉県	88.0
	東京都	
	神奈川県	
	福井県	
	静岡県	

		%
12位	秋田県	87.0
	富山県	
	和歌山県	
	鳥取県	
	島根県	
	高知県	
18位	長野県	86.0
	兵庫県	
	佐賀県	
	長崎県	
	大分県	
23位	茨城県	85.0

		%
23位	群馬県	85.0
	山梨県	
	奈良県	
	熊本県	
	宮崎県	
	沖縄県	
30位	青森県	84.0
	岩手県	
	石川県	
	広島県	
	鹿児島県	
35位	新潟県	83.0

		%
35位	岡山県	83.0
	徳島県	83.0
38位	北海道	82.0
	宮城県	
	福島県	
	三重県	
	京都府	
43位	山形県	80.0
	栃木県	80.0
	香川県	80.0
46位	福岡県	79.0
47位	千葉県	78.0

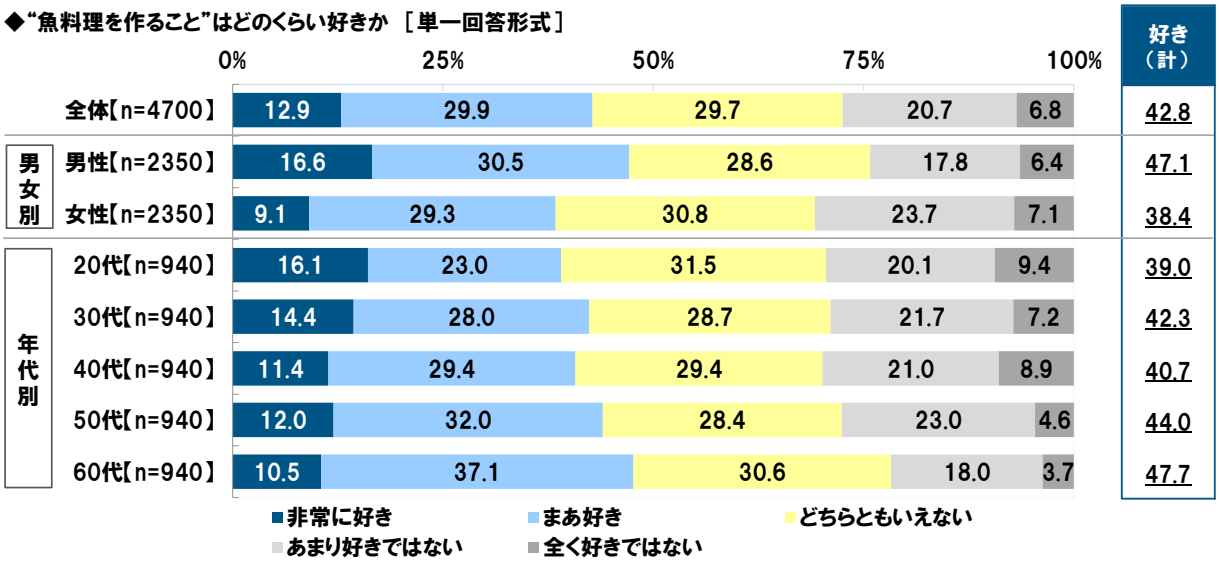
■「魚料理を作ることが好き」約 43%、男性では 47%　都道府県別では同率 1 位「和歌山県」「山口県」54%

“魚料理を作ること”はどのくらい好きかを聞いたところ、「非常に好き」は 12.9%、「まあ好き」は 29.9%、合計した『好き（計）』は 42.8%となり、魚料理を食べることについては好きな人が大多数となった一方、作ることについては好きな人が半数未満にとどまる結果となりました。

男女別に見ると、『好き（計）』と回答した人の割合は、男性では 47.1%、女性では 38.4%となり、食べることについては男女であまり差は開きませんでしたが、作ることに関しては男性が女性より 8.7 ポイント高くなりました。

年代別に見ると、『好き（計）』と回答した人の割合は 60 代（47.7%）で最も高くなったものの、半数未満にとどまりました。

◆“魚料理を作ること”はどのくらい好きか ［単一回答形式］



都道府県別に見ると、魚料理を作ることが好きな人の割合は、1 位は和歌山県と山口県（いずれも 54.0%）、3 位は熊本県（53.0%）、4 位は兵庫県（52.0%）、5 位は奈良県（50.0%）で、いずれも半数以上となりました。魚料理を食べることが好きな人の割合で 1 位となった山口県が、作ることが好きな人の割合でも 1 位となりました。

◆魚料理を作ることが好きな人の割合 ［単一回答形式］
各都道府県【n=100】

		%
1位	和歌山県 山口県	54.0
3位	熊本県	53.0
4位	兵庫県	52.0
5位	奈良県	50.0
6位	茨城県	49.0
	長野県	49.0
8位	愛媛県	47.0
9位	岩手県	46.0
	大阪府	46.0
	長崎県	46.0

		%
12位	千葉県 神奈川県 三重県 島根県 大分県	45.0
17位	秋田県 群馬県 東京都 京都府 徳島県 高知県	44.0
23位	福島県	43.0

		%
23位	埼玉県	43.0
	宮崎県	43.0
	鹿児島県	43.0
27位	青森県	42.0
	滋賀県	42.0
	鳥取県	42.0
30位	山梨県	41.0
	佐賀県	41.0
32位	石川県 岐阜県 岡山県 福岡県	40.0

		%
36位	愛知県	39.0
	沖縄県	39.0
38位	栃木県	38.0
39位	北海道 宮城県 山形県 新潟県 静岡県 広島県 香川県	37.0
46位	富山県	30.0
	福井県	30.0

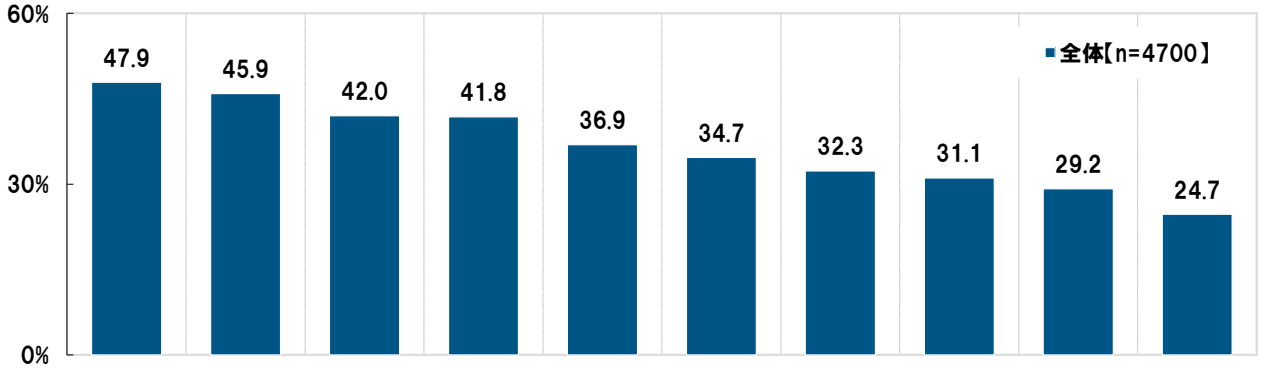
■魚料理に対するイメージ　TOP2「健康的・ヘルシー」「おいしい」

全回答者（4700　人）に、魚料理に対するイメージを聞いたところ、「健康的・ヘルシー」（47.9%）が最も高くなり、「おいしい」（45.9%）、「生ごみの処理が大変」（42.0%）、「下処理が面倒」（41.8%）、「ご飯に合う」（36.9%）が続きました。健康的でおいしいというポジティブなイメージが強い一方、生ごみの処理や下処理などの調理において手間がかかるといったイメージも上位に挙がりました。

男女別に見ると、男性では「おいしい」（47.4%）が　1　位となりました。また、女性では「高い・高価格」（34.3%）が男性（24.0%）より 10 ポイント以上高くなりました。

年代別に見ると、60 代では「料理が難しい」（19.1%）が他の年代と比べて低くなりました。

◆魚料理に対するイメージ［複数回答形式］※上位10位までを表示



		n数	健康的・ヘルシー	おいしい	生ごみの処理が大変	下処理が面倒	ご飯に合う	日本的	骨があり食べづらい	においが気になる	高い・高価格	料理が難しい
	全体	4700	47.9	45.9	42.0	41.8	36.9	34.7	32.3	31.1	29.2	24.7
男女	男性	2350	43.9	47.4	38.6	39.3	36.6	35.7	29.7	26.8	24.0	25.4
男女	女性	2350	51.9	44.3	45.4	44.3	37.2	33.7	34.8	35.4	34.3	24.1
年代	20代	940	35.4	34.5	27.6	31.8	29.4	26.3	32.8	23.5	19.9	22.9
年代	30代	940	43.3	42.7	38.9	40.9	35.9	33.4	35.4	31.2	29.3	26.8
年代	40代	940	50.2	46.3	45.3	44.7	36.1	33.2	34.4	34.8	33.2	29.9
年代	50代	940	52.3	51.6	50.9	44.6	40.0	39.6	30.9	34.3	33.7	25.0
年代	60代	940	58.1	54.3	47.3	47.1	43.4	41.2	28.0	31.8	29.8	19.1

全体比+10pt以上　全体比+5pt以上　全体比-5pt以下　全体比-10pt以下　（%）

魚料理を作ることへの意識別に見ると、魚料理を作ることが好きな人では「おいしい」（56.1%）が全体より 10 ポイント以上高くなりました。一方、魚料理を作ることが好きではない人では「生ごみの処理が大変」や「下処理が面倒」といったネガティブなイメージが全体より 10 ポイント以上高くなりました。

◆魚料理に対するイメージ［複数回答形式］※上位10位までを表示

		n数	健康的・ヘルシー	おいしい	生ごみの処理が大変	下処理が面倒	ご飯に合う	日本的	骨があり食べづらい	においが気になる	高い・高価格	料理が難しい
	全体	4700	47.9	45.9	42.0	41.8	36.9	34.7	32.3	31.1	29.2	24.7
魚料理を作ることへの意識	好き	2010	51.6	56.1	35.6	32.3	44.0	39.5	24.2	22.7	26.8	16.5
魚料理を作ることへの意識	どちらともいえない	1397	46.7	39.9	39.2	42.7	32.5	32.4	31.4	28.7	29.1	25.3
魚料理を作ることへの意識	好きではない	1293	43.2	36.3	55.0	55.7	30.7	29.8	45.7	46.7	33.0	37.0

全体比+10pt以上　全体比+5pt以上　全体比-5pt以下　全体比-10pt以下　（%）

■好きな魚　1位「サケ・サーモン」2位「マグロ」3位「エビ」、女性ではすべての年代でTOP2は「サケ・サーモン」「エビ」
都道府県別では福井県・島根県で「サバ」が単独1位

全回答者（4700人）に、好きな魚（魚介類）を聞いたところ、1位「サケ・サーモン」（70.8%）、2位「マグロ」（63.2%）、3位「エビ」（62.7%）、4位「サバ」（60.5%）、5位「サンマ」（60.0%）となりました。

男女・年代別に見ると、女性ではすべての年代で1位は「サケ・サーモン」、2位は「エビ」となりました。男性では、30代以下では「サケ・サーモン」が1位、「マグロ」が2位となり、50代以上では「マグロ」が1位となりました。また、40代男性では「サンマ」が1位でした。

◆好きな魚（魚介類）［複数回答形式］ ※上位10位までを表示

	全体【n=4700】	%
1位	サケ・サーモン	70.8
2位	マグロ	63.2
3位	エビ	62.7
4位	サバ	60.5
5位	サンマ	60.0
6位	イカ	56.6
7位	アジ	55.5
8位	ブリ	55.4
9位	ウナギ	53.4
10位	タコ	51.1

◆好きな魚（魚介類）［複数回答形式］ ※上位5位までを表示

	20代男性【n=470】	%
1位	サケ・サーモン	58.5
2位	マグロ	55.5
3位	サンマ	41.9
4位	エビ	40.4
	ブリ	40.4

	30代男性【n=470】	%
1位	サケ・サーモン	69.4
2位	マグロ	64.9
3位	サンマ	59.6
4位	サバ	57.7
5位	ブリ	55.7

	40代男性【n=470】	%
1位	サンマ	71.5
2位	サケ・サーモン	70.2
3位	サバ	67.4
4位	マグロ	66.6
5位	アジ	62.6

	50代男性【n=470】	%
1位	マグロ	75.1
2位	サケ・サーモン	70.4
3位	サバ	69.4
3位	サンマ	69.4
5位	イカ	67.2

	60代男性【n=470】	%
1位	マグロ	81.3
2位	サバ	77.7
3位	サンマ	77.0
4位	アジ	76.8
5位	ウナギ	74.7

	20代女性【n=470】	%
1位	サケ・サーモン	60.9
2位	エビ	49.6
3位	マグロ	45.3
4位	サバ	41.5
5位	ブリ	38.1

	30代女性【n=470】	%
1位	サケ・サーモン	73.0
2位	エビ	64.5
3位	サバ	55.1
4位	マグロ	53.0
5位	ブリ	52.8

	40代女性【n=470】	%
1位	サケ・サーモン	78.1
2位	エビ	71.5
3位	サバ	60.9
3位	サンマ	60.9
5位	イカ	57.9

	50代女性【n=470】	%
1位	サケ・サーモン	80.0
2位	エビ	76.4
3位	サンマ	69.4
4位	サバ	67.7
5位	マグロ	63.6

	60代女性【n=470】	%
1位	サケ・サーモン	77.9
2位	エビ	76.0
3位	マグロ	70.6
4位	イカ	69.1
5位	サンマ	68.9

都道府県別に見ると、多くの道府県で「サケ・サーモン」が 1 位となったほか、北海道では「サンマ」、群馬県、愛知県福岡県では「マグロ」、兵庫県では「サバ」、和歌山県では「エビ」と「マグロ」、宮崎県では「エビ」と「サバ」が、「サケ・サーモン」と同率で 1 位となりました。また、宮城県、秋田県、東京都、静岡県、三重県では「マグロ」、福井県と島根県では「サバ」が単独で 1 位となりました。

◆好きな魚（魚介類）［複数回答形式］　※各都道府県在住者の1位の回答を表示

北海道・東北

		%
北海道	サケ・サーモン/サンマ	69.0
青森県	サケ・サーモン	81.0
岩手県	サケ・サーモン	71.0
宮城県	マグロ	71.0
秋田県	マグロ	61.0
山形県	サケ・サーモン	63.0
福島県	サケ・サーモン	70.0

北陸・甲信越

		%
新潟県	サケ・サーモン	73.0
富山県	サケ・サーモン	72.0
石川県	サケ・サーモン	68.0
福井県	サバ	69.0
山梨県	サケ・サーモン	73.0
長野県	サケ・サーモン	79.0

中国・四国

		%
鳥取県	サケ・サーモン	76.0
島根県	サバ	68.0
岡山県	サケ・サーモン	69.0
広島県	サケ・サーモン	71.0
山口県	サケ・サーモン	75.0
徳島県	サケ・サーモン	73.0
香川県	サケ・サーモン	65.0
愛媛県	サケ・サーモン	74.0
高知県	サケ・サーモン	71.0

関東

		%
茨城県	エビ/マグロ	68.0
栃木県	サケ・サーモン	70.0
群馬県	サケ・サーモン/マグロ	67.0
埼玉県	サケ・サーモン	75.0
千葉県	サケ・サーモン	74.0
東京都	マグロ	72.0
神奈川県	サケ・サーモン	83.0

東海・近畿

		%
岐阜県	サケ・サーモン	69.0
静岡県	マグロ	73.0
愛知県	サケ・サーモン/マグロ	69.0
三重県	マグロ	79.0
滋賀県	サケ・サーモン	74.0
京都府	サケ・サーモン	75.0
大阪府	サケ・サーモン	80.0
兵庫県	サケ・サーモン/サバ	60.0
奈良県	サケ・サーモン	79.0
和歌山県	エビ/サケ・サーモン/マグロ	63.0

九州・沖縄

		%
福岡県	サケ・サーモン/マグロ	68.0
佐賀県	サケ・サーモン	80.0
長崎県	サケ・サーモン	75.0
熊本県	サケ・サーモン	64.0
大分県	サケ・サーモン	70.0
宮崎県	エビ/サケ・サーモン/サバ	61.0
鹿児島県	サケ・サーモン	70.0
沖縄県	サケ・サーモン	75.0

■好きな魚料理　1 位「刺身」2 位「寿司」3 位「焼き魚」、60 代では男性・女性ともに「焼き魚」が 1 位

全回答者（4700 人）に、好きな魚料理を聞いたところ、1 位は「刺身」（73.7%）となり、僅差で 2 位に「寿司」（73.0%）が続きました。以降、3 位「焼き魚」（70.9%）、4 位「煮魚・煮つけ」「海鮮丼」（いずれも 59.0%）となりました。

男女・年代別に見ると、男性では、40 代以下で 1 位「刺身」、2 位「寿司」となり、50 代男性では 1 位「刺身」、2 位「焼き魚」、60 代男性では 1 位「焼き魚」、2 位「刺身」でした。女性では、30 代以下で 1 位「寿司」、2 位「刺身」となり、40 代女性では同率 1 位「刺身」「寿司」、50 代女性では 1 位「寿司」、2 位「焼き魚」、60 代女性では 60 代男性と同様に 1 位「焼き魚」、2 位「刺身」でした。

◆好きな魚料理 ［複数回答形式］ ※上位10位までを表示

	全体【n=4700】	%
1位	刺身	73.7
2位	寿司	73.0
3位	焼き魚	70.9
4位	煮魚・煮つけ	59.0
	海鮮丼	59.0
6位	天ぷら	58.9
7位	フライ	56.3
8位	照り焼き	51.2
9位	唐揚げ	48.1
10位	ムニエル	42.1

◆好きな魚料理 ［複数回答形式］ ※上位5位までを表示

	20代男性【n=470】	%
1位	刺身	60.0
2位	寿司	58.9
3位	海鮮丼	49.1
4位	焼き魚	48.7
5位	天ぷら	44.3

	30代男性【n=470】	%
1位	刺身	69.8
2位	寿司	68.9
3位	焼き魚	65.1
4位	海鮮丼	61.7
5位	天ぷら	59.6

	40代男性【n=470】	%
1位	刺身	77.4
2位	寿司	75.7
3位	焼き魚	73.2
4位	天ぷら	63.6
5位	海鮮丼	63.2

	50代男性【n=470】	%
1位	刺身	84.3
2位	焼き魚	79.1
3位	寿司	78.5
4位	天ぷら	64.7
5位	フライ	62.6

	60代男性【n=470】	%
1位	焼き魚	87.0
2位	刺身	86.8
3位	寿司	84.7
4位	煮魚・煮つけ	76.0
5位	フライ	69.1

	20代女性【n=470】	%
1位	寿司	59.4
2位	刺身	58.1
3位	焼き魚	53.8
4位	海鮮丼	49.1
5位	天ぷら	45.5

	30代女性【n=470】	%
1位	寿司	70.2
2位	刺身	68.1
3位	焼き魚	65.5
4位	海鮮丼	61.1
5位	煮魚・煮つけ	58.1

	40代女性【n=470】	%
1位	刺身	75.3
	寿司	75.3
3位	焼き魚	74.3
4位	煮魚・煮つけ	67.2
5位	天ぷら	64.0

	50代女性【n=470】	%
1位	寿司	80.0
2位	焼き魚	78.9
3位	刺身	78.3
4位	煮魚・煮つけ	70.2
5位	フライ	65.7

	60代女性【n=470】	%
1位	焼き魚	83.4
2位	刺身	78.9
3位	寿司	78.3
4位	煮魚・煮つけ	74.0
5位	照り焼き	63.0

■外食でよく食べる魚料理 「寿司」が突出、2 位「刺身」3 位「海鮮丼」

全回答者（4700 人）に、外食でよく食べる魚料理を聞いたところ、「寿司」（54.6%）が突出して高くなりました。以降、2 位「刺身」（38.0%）、3 位「海鮮丼」（31.0%）、4 位「天ぷら」（25.8%）、5 位「焼き魚」（19.7%）となりました。

◆外食でよく食べる魚料理 ［複数回答形式］ ※上位10位までを表示

	全体【n=4700】	%
1位	寿司	54.6
2位	刺身	38.0
3位	海鮮丼	31.0
4位	天ぷら	25.8
5位	焼き魚	19.7
6位	フライ	16.9
7位	煮魚・煮つけ	14.2
8位	唐揚げ	10.4
9位	カルパッチョ	8.1
10位	照り焼き	7.7

外食でよく食べる魚料理の上位について、都道府県別に回答割合を見ると、【寿司】では 1 位は三重県と沖縄県（いずれも 65.0%）、3 位は鳥取県（64.0%）、【刺身】では 1 位は佐賀県（51.0%）、2 位は和歌山県、香川県、長崎県（いずれも47.0%）、【海鮮丼】では 1 位は山梨県（41.0%）、2 位は長崎県（38.0%）、3 位は埼玉県と愛知県（いずれも37.0%）、【天ぷら】では 1 位は沖縄県（38.0%）、2 位は大阪府（35.0%）、3 位は滋賀県（34.0%）、【焼き魚】では 1 位は沖縄県（31.0%）、2 位は静岡県（30.0%）、3 位は東京都と山梨県（いずれも 29.0%）となりました。

◆外食でよく食べる人の割合 ［複数回答形式］ ※外食でよく食べる魚料理の上位5項目の回答割合の上位10位までを表示

各都道府県【n=100】

	寿司	%
1位	三重県 沖縄県	65.0
3位	鳥取県	64.0
4位	埼玉県	62.0
	京都府	62.0
6位	神奈川県 富山県 熊本県	61.0
9位	岩手県	59.0
	愛知県	59.0

各都道府県【n=100】

	刺身	%
1位	佐賀県	51.0
2位	和歌山県 香川県 長崎県	47.0
5位	山梨県 大阪府 兵庫県	46.0
8位	東京都	45.0
9位	三重県	44.0
	沖縄県	44.0

各都道府県【n=100】

	海鮮丼	%
1位	山梨県	41.0
2位	長崎県	38.0
3位	埼玉県	37.0
	愛知県	37.0
5位	岩手県 栃木県 群馬県	36.0
8位	山形県 鳥取県 佐賀県 熊本県	35.0

各都道府県【n=100】

	天ぷら	%
1位	沖縄県	38.0
2位	大阪府	35.0
3位	滋賀県	34.0
4位	福岡県	33.0
5位	香川県	32.0
	熊本県	32.0
7位	宮城県 東京都 神奈川県 岡山県 山口県	31.0

各都道府県【n=100】

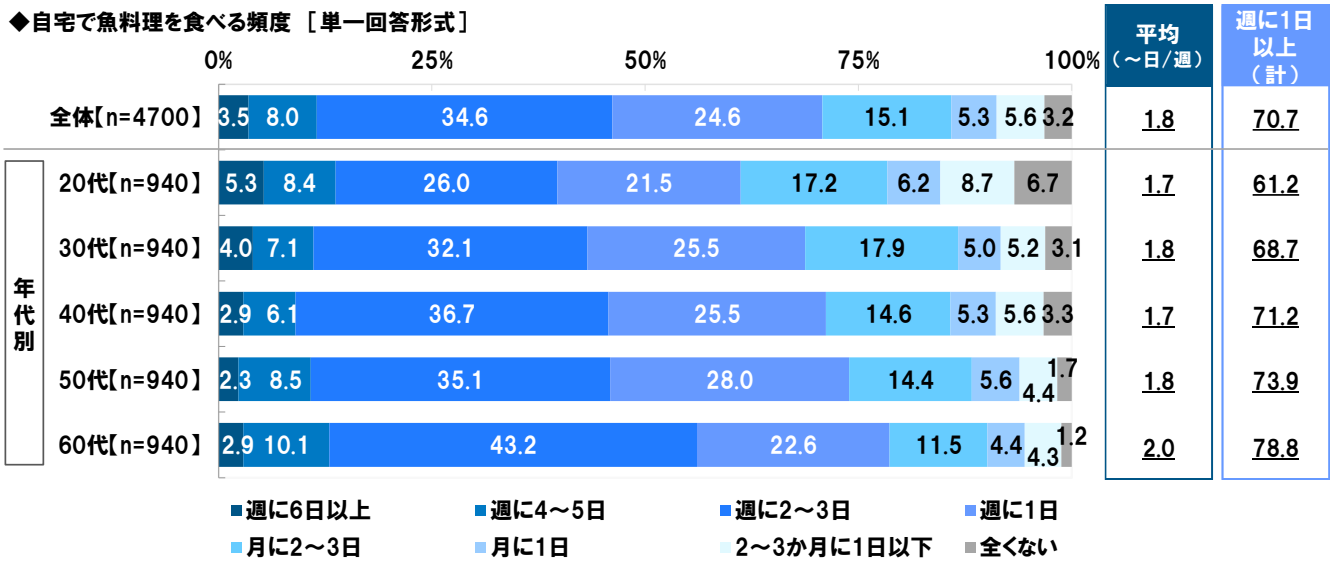
	焼き魚	%
1位	沖縄県	31.0
2位	静岡県	30.0
3位	東京都	29.0
	山梨県	29.0
5位	福井県	27.0
6位	大阪府 香川県 宮崎県	26.0
9位	宮城県	25.0
10位	岡山県	24.0

第 2 章　魚・魚料理に関する実態

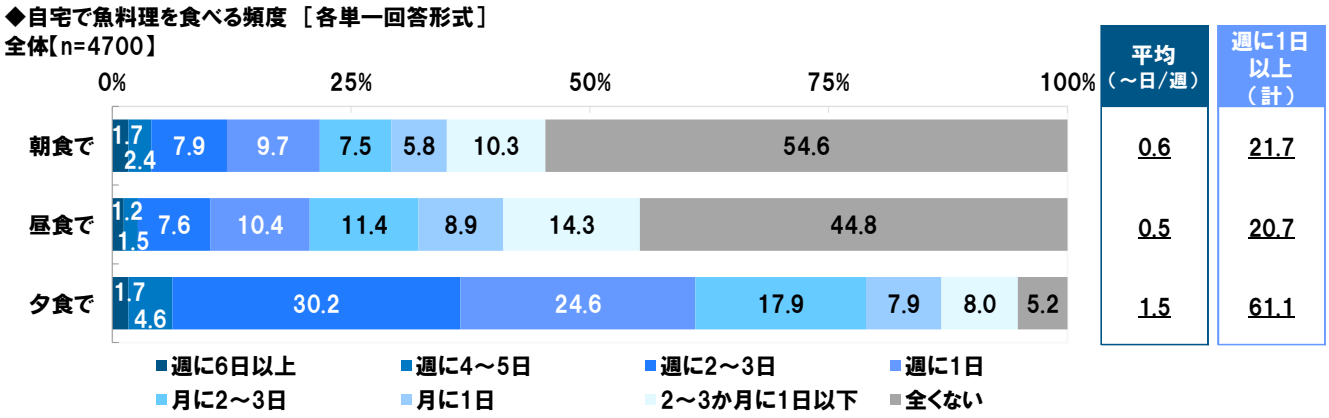
■「週に 1 日以上、自宅で魚料理を食べる」約 71%、平均は 1.8 日/週

全回答者（4700 人）に、自宅で魚料理を食べる頻度を聞いたところ、「週に 2～3 日」（34.6%）や「週に 1 日」（24.6%）、「月に 2～3 日」（15.1%）に回答が集まり、週に 1 日以上食べる人の割合は 70.7%、平均は 1.8 日/週となりました。

年代別に見ると、週に 1 日以上、自宅で魚料理を食べる人の割合は、年代が上がるにつれて高くなる傾向が見られ、20 代（61.2%）と 60 代（78.8%）では 17.6 ポイントの差が開きました。また、平均日数も 60 代が最も多く、2.0 日/週でした。

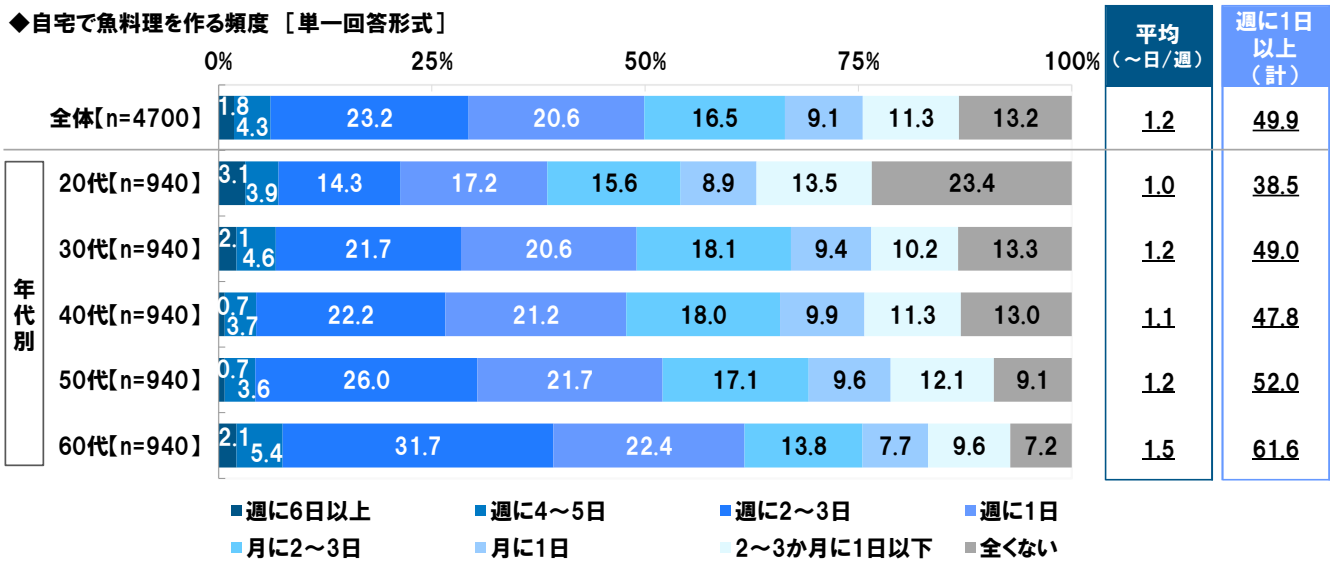


自宅で魚料理を食べる頻度について、朝食で食べる頻度を見ると、週に 1 日以上食べている人の割合は 21.7%、平均は 0.6 日/週、昼食で食べる頻度を見ると、週に 1 日以上食べている人の割合は 20.7%、平均は 0.5 日/週、夕食で食べる頻度では、週に 1 日以上食べている人の割合は 61.1%、平均は 1.5 日/週となりました。自宅で魚料理を食べる際には、夕食で食べている場合が多いようです。

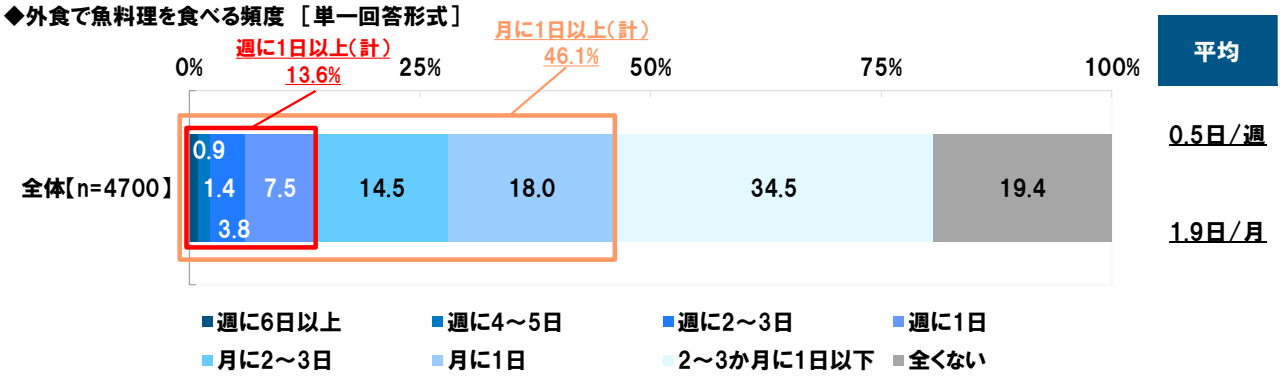


自宅で魚料理を作る頻度を聞いたところ、食べる頻度と同様に、「週に 2～3 日」(23.2%)や「週に 1 日」(20.6%)、「月に 2～3 日」(16.5%)に回答が集まりました。また、週に 1 日以上作る人の割合は 49.9%で、週に 1 日以上食べる人の割合(70.7%)より 20 ポイント以上低くなり、平均は 1.2 日/週でした。自身で調理した魚料理だけでなく、調理済みの惣菜や刺身などを取り入れて、手間をかけずに魚料理を食べている人も多いのではないでしょうか。

年代別に見ると、週に 1 日以上、自宅で魚料理を作る人の割合は、食べる人の割合と同様に年代が下がるにつれて低くなる傾向が見られ、60 代では 61.6%と 6 割を上回った一方、20 代(38.5%)では 4 割未満にとどまりました。



外食で魚料理を食べる頻度を聞いたところ、「2～3 か月に 1 日以下」(34.5%)に回答が集まり、週に 1 日以上食べる人の割合は 13.6%、月に 1 日以上食べる人の割合は 46.1%、平均は 0.5 日/週、月換算では 1.9 日/月となりました。



■自宅で魚料理を食べる頻度　都道府県別では 1 位「北海道」「岩手県」「秋田県」で平均 2.2 日/週
自宅で魚料理を作る頻度　都道府県別では 1 位「埼玉県」で平均 1.6 日/週
外食で魚料理を食べる頻度　都道府県別では 1 位「東京都」で平均 3.0 日/月

それぞれの頻度について、都道府県別に見ると、自宅で魚料理を食べる頻度では北海道、岩手県、秋田県（いずれも 2.2 日/週）が同日数で 1 位となりました。

自宅で魚料理を作る頻度では、埼玉県（1.6 日/週）が 1 位、千葉県（1.5 日/週）が 2 位となりました。

外食で魚料理を食べる頻度では、1 位は東京都（3.0 日/月）、2 位は千葉県（2.8 日/月）でした。

◆自宅で魚料理を食べる頻度の平均（～日/週）［単一回答形式］
各都道府県【n=100】

		日/週
1位	北海道 岩手県 秋田県	2.2
4位	茨城県	2.1
	熊本県	2.1
6位	千葉県 石川県 長野県 三重県 愛媛県	2.0
11位	青森県	1.9

		日/週
11位	福島県 埼玉県 山梨県 静岡県 鳥取県 島根県 高知県	1.9
19位	山形県 群馬県 東京都 富山県 愛知県	1.8

		日/週
19位	和歌山県 山口県 徳島県 佐賀県 長崎県 宮崎県	1.8
30位	新潟県 岐阜県 滋賀県 京都府 大阪府 兵庫県	1.7

		日/週
30位	奈良県 岡山県 香川県 福岡県 大分県 鹿児島県	1.7
42位	宮城県	1.6
	栃木県	1.6
44位	神奈川県 福井県 沖縄県	1.5
47位	広島県	1.4

◆自宅で魚料理を作る頻度の平均（～日/週）［単一回答形式］
各都道府県【n=100】

		日/週
1位	埼玉県	1.6
2位	千葉県	1.5
3位	青森県 岩手県 茨城県 石川県 長野県 鳥取県 島根県 高知県	1.4
11位	北海道	1.3

		日/週
11位	秋田県 山梨県 静岡県 愛知県 三重県 和歌山県 岡山県 徳島県 佐賀県 熊本県 大分県	1.3
23位	山形県	1.2

		日/週
23位	福島県 東京都 京都府 兵庫県 奈良県 山口県 愛媛県 福岡県 長崎県	1.2
33位	宮城県 栃木県 群馬県	1.1

		日/週
33位	神奈川県 新潟県 岐阜県 大阪府 香川県 宮崎県 鹿児島県	1.1
43位	富山県	1.0
	滋賀県	1.0
45位	福井県	0.9
	沖縄県	0.9
47位	広島県	0.8

◆外食で魚料理を食べる頻度の平均（～日/月）［単一回答形式］
各都道府県【n=100】

		日/月
1位	東京都	3.0
2位	千葉県	2.8
3位	熊本県	2.7
4位	茨城県	2.6
	高知県	2.6
6位	岩手県	2.5
7位	石川県	2.4
	徳島県	2.4
9位	山口県 大分県 宮崎県	2.3

		日/月
12位	山形県	2.2
13位	栃木県 和歌山県 岡山県 鹿児島県	2.1
17位	北海道 青森県 秋田県 香川県 福岡県 佐賀県	2.0
23位	埼玉県	1.9

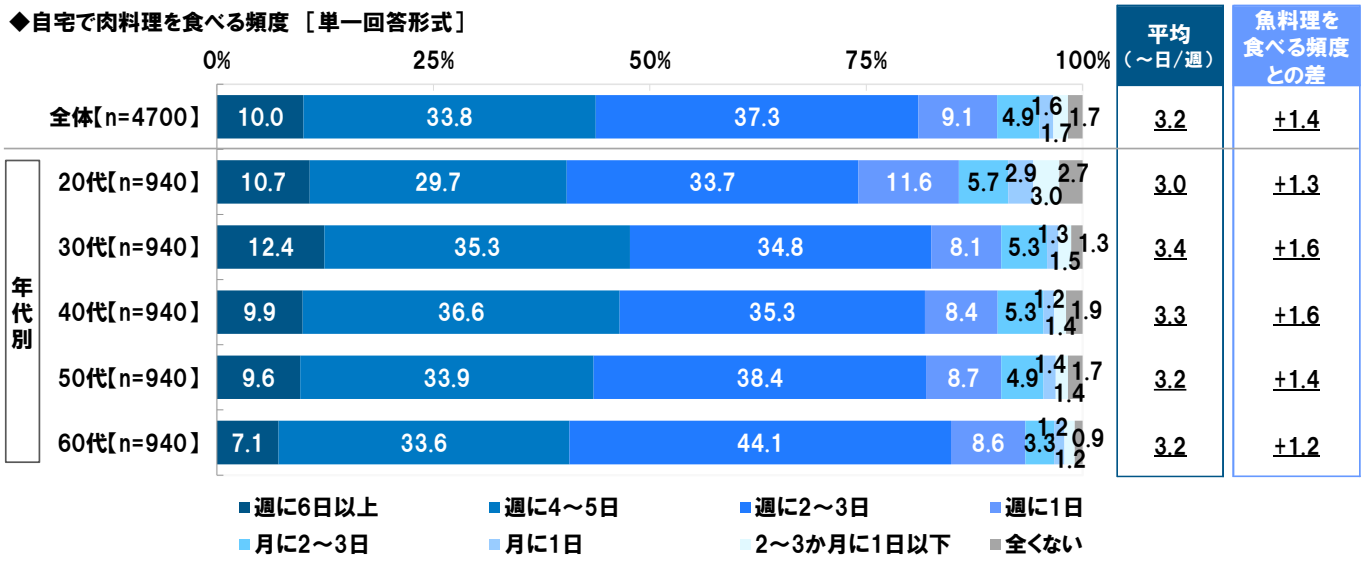
		日/月
23位	京都府 兵庫県 奈良県 愛媛県	1.9
28位	福島県 長野県 三重県 大阪府	1.8
32位	神奈川県 岐阜県 島根県	1.7
35位	宮城県	1.6

		日/月
35位	福井県 山梨県 愛知県 鳥取県 沖縄県	1.6
41位	新潟県	1.5
	長崎県	1.5
43位	富山県	1.4
	滋賀県	1.4
45位	群馬県	1.3
	静岡県	1.3
47位	広島県	1.1

■自宅で肉料理を食べる頻度　平均は 3.2 日/週、自宅で魚料理を食べる頻度より 1.4 日/週多い結果に

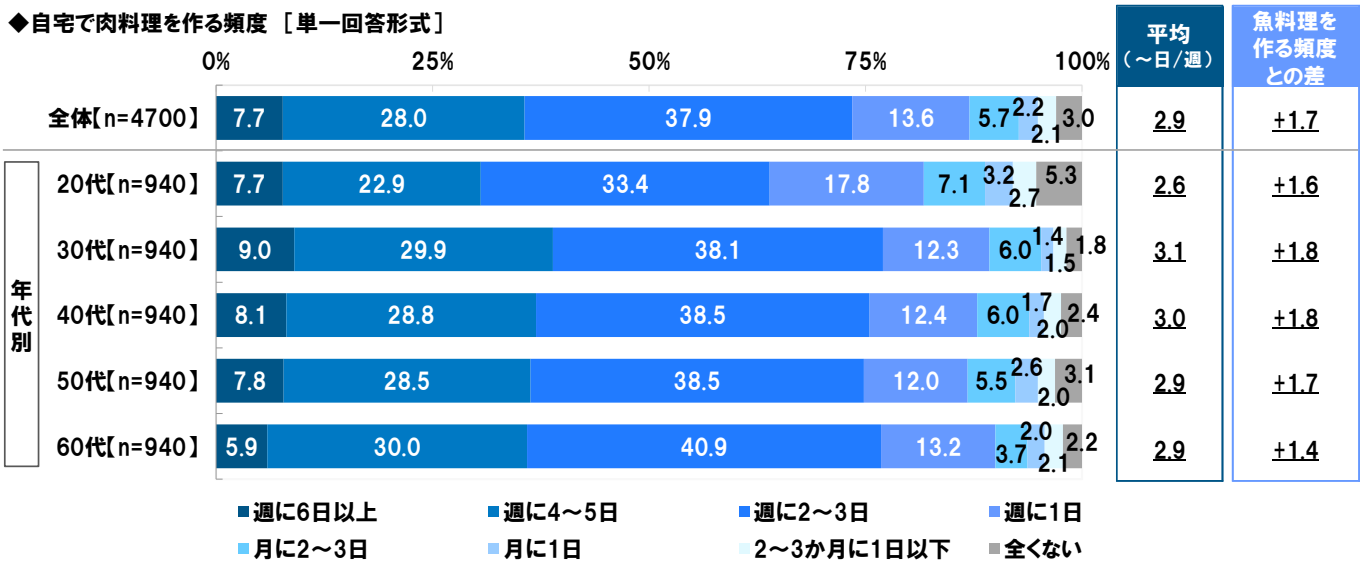
全回答者（4700 人）に、自宅で肉料理を食べる頻度を聞いたところ、「週に 4～5 日」（33.8%）と「週に 2～3 日」（37.3%）に回答が集中し、平均は 3.2 日/週となりました。自宅で魚料理を食べる頻度と比較すると、肉料理を食べる頻度が 1.4 日/週多くなりました。

年代別に自宅で魚料理を食べる頻度と比較すると、30 代（3.4 日/週）と 40 代（3.3 日/週）では、特に差が大きくなり、肉料理を食べる頻度が 1.6 日/週多くなりました。



自宅で肉料理を作る頻度を聞いたところ、「週に 4～5 日」（28.0%）と「週に 2～3 日」（37.9%）に回答が集まり、平均は 2.9 日/週となりました。自宅で魚料理を作る頻度と比較すると、肉料理を作る頻度が 1.7 日/週多くなりました。

年代別に自宅で魚料理を作る頻度と比較すると、食べる頻度と同様に 30 代（3.1 日/週）と 40 代（3.0 日/週）で特に差が大きくなっており、肉料理を作る頻度が 1.8 日/週多くなりました。中年層では、仕事やプライベートの忙しさから、食べやすく調理しやすい肉料理を積極的に作っているケースが多いのではないでしょうか。

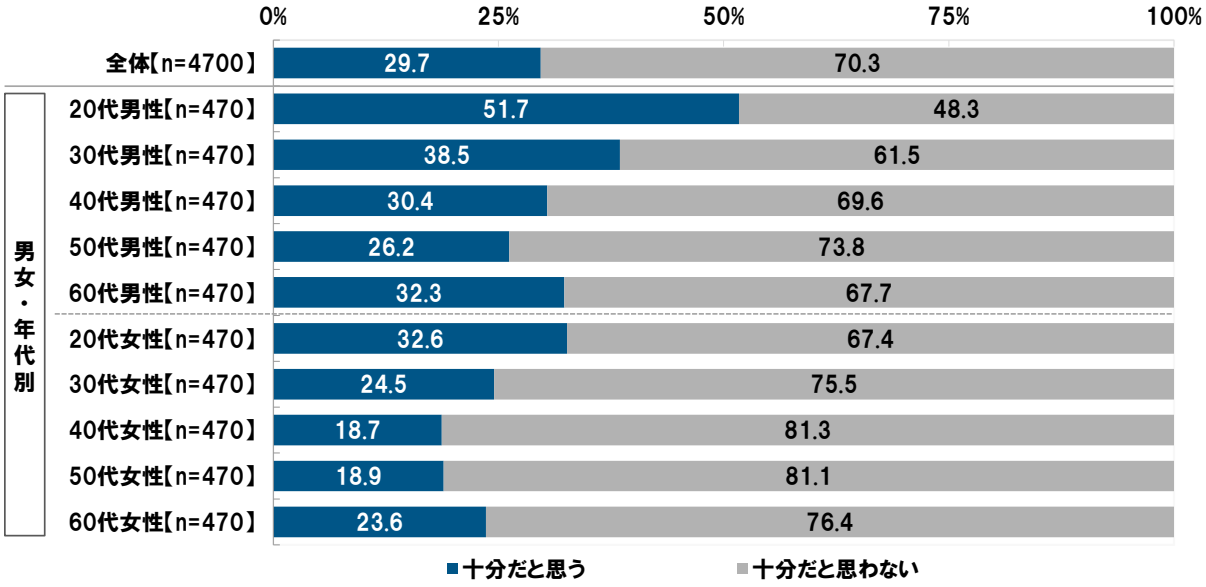


■「自分の魚を食べる量は十分だと思う」約 30%、40 代・50 代の女性では 20%未満に
**　都道府県別では 1 位「秋田県」「群馬県」39%、3 位「岩手県」「茨城県」「東京都」38%**
■「健康を意識して魚料理を選ぶことがある」約 70%、子どもがいる人では約 75%

全回答者（4700 人）に、自身の“魚を食べる量”は、十分だと思うかを聞いたところ、「十分だと思う」は 29.7%、「十分だと思わない」は 70.3%でした。日頃、魚を食べている量については、不十分だと感じている人が大多数のようです。

男女・年代別に見ると、「十分だと思う」と回答した人の割合は 20 代男性が最も高く 51.7%と、半数以上となりました。また、男女ともに 40 代と 50 代で低くなる傾向が見られ、特に女性では 40 代（18.7%）と 50 代（18.9%）ともに 2 割未満にとどまりました。

◆自身の“魚を食べる量”は、十分だと思うか ［単一回答形式］



十分だと思う人の割合を都道府県別に見ると、最も高くなったのは秋田県と群馬県（いずれも 39.0%）で、次いで岩手県、茨城県、東京都（いずれも 38.0%）となりました。

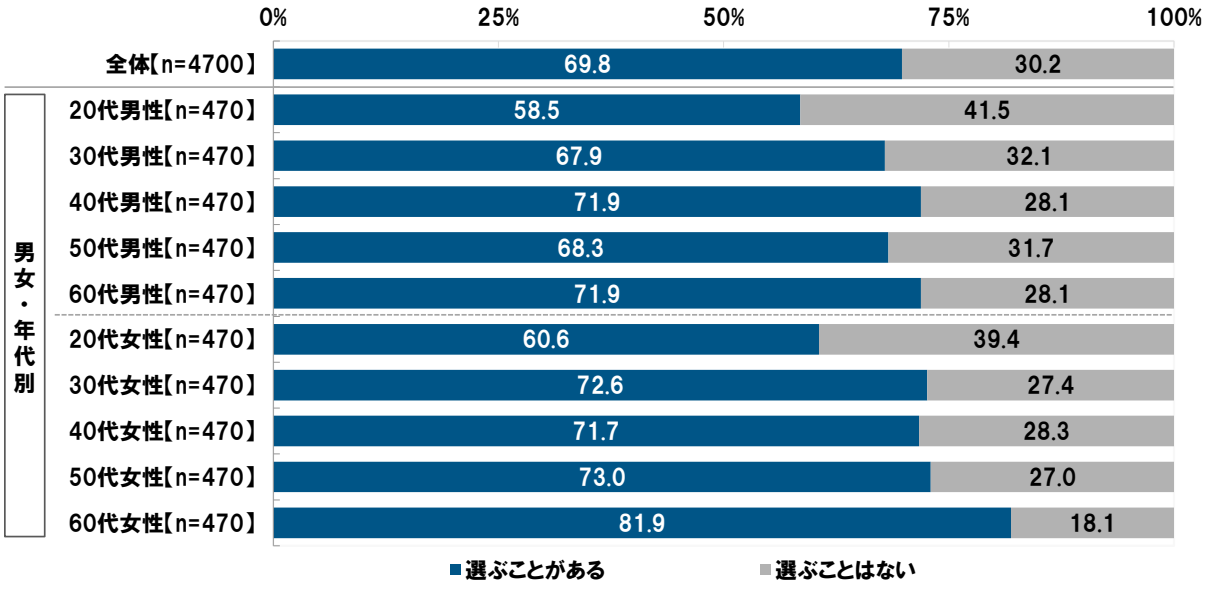
◆自身の“魚を食べる量”が、十分だと思う人の割合 ［単一回答形式］
各都道府県【n=100】

		%
1位	秋田県 群馬県	39.0
3位	岩手県 茨城県 東京都	38.0
6位	島根県	37.0
7位	福島県	35.0
	長崎県	35.0
9位	青森県	34.0
	鳥取県	34.0
11位	奈良県	33.0
11位	山口県	33.0
	大分県	33.0
14位	北海道 山形県 千葉県 大阪府 和歌山県 広島県 高知県 佐賀県	32.0
22位	愛知県	31.0
	香川県	31.0
24位	熊本県	30.0
25位	埼玉県 石川県 長野県 三重県 岡山県 宮崎県	29.0
31位	富山県	28.0
	福岡県	28.0
33位	山梨県	27.0
34位	岐阜県	26.0
	静岡県	26.0
34位	兵庫県	26.0
37位	神奈川県 京都府 徳島県	25.0
40位	滋賀県	24.0
	沖縄県	24.0
42位	鹿児島県	23.0
43位	宮城県	22.0
	福井県	22.0
45位	栃木県	21.0
46位	新潟県	19.0
	愛媛県	19.0

また、健康を意識して魚料理を選ぶことがあるかを聞いたところ、「選ぶことがある」は 69.8%、「選ぶことはない」は30.2%となりました。

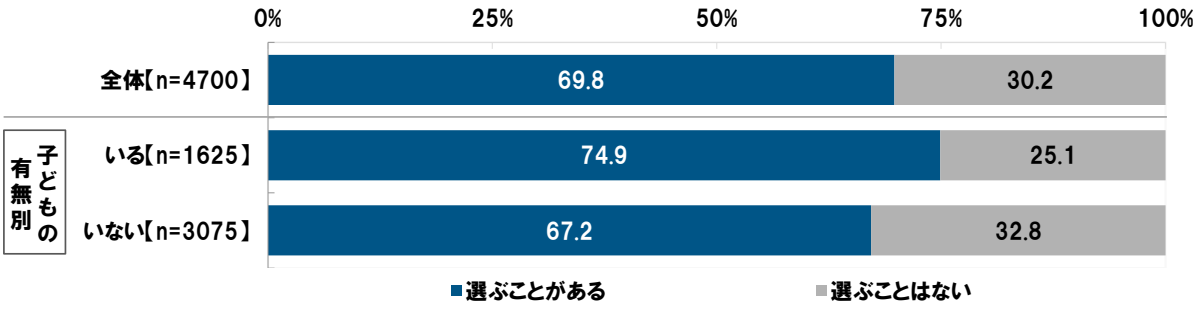
男女・年代別に見ると、「選ぶことがある」と回答した人の割合は、30 代以上の女性では全年代で 7 割以上となっており、最も高くなった 60 代女性（81.9%）では 8 割を上回りました。中高年層の女性では、健康のために意識的に魚料理を食べている人も多いのではないでしょうか。

◆健康を意識して魚料理を選ぶことがあるか ［単一回答形式］



子どもの有無別に見ると、「選ぶことがある」と回答した人の割合は、子どもがいる人では 74.9%と、いない人（67.2%）と比較して 7.7 ポイント高くなりました。

◆健康を意識して魚料理を選ぶことがあるか ［単一回答形式］



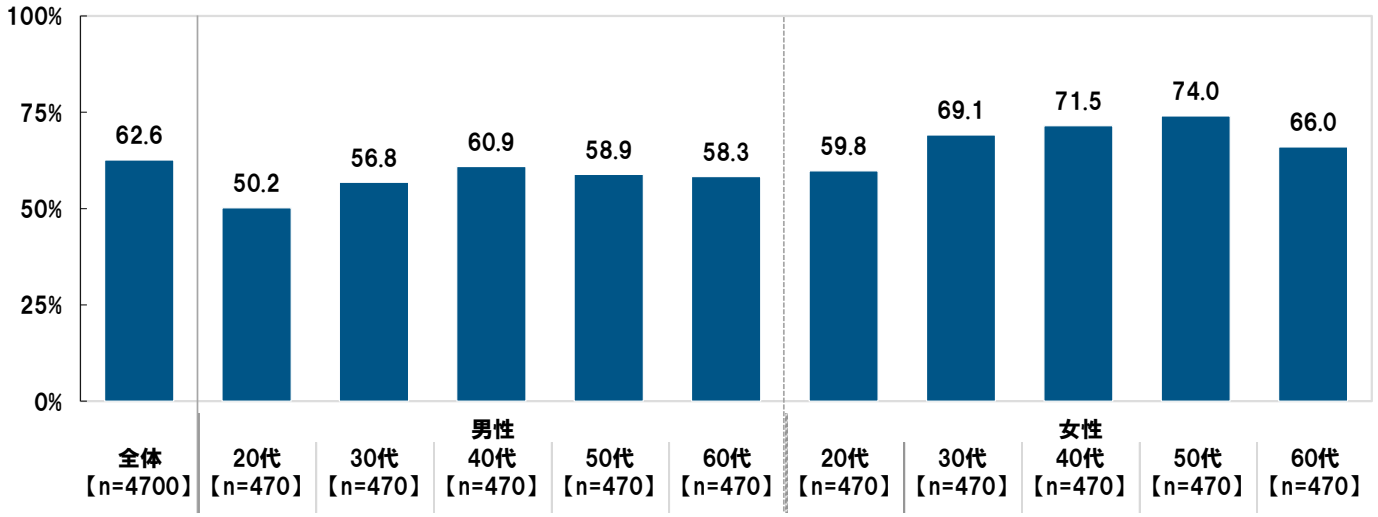
■「自宅で魚料理を食べる頻度を増やしたい」約 63%、40 代女性では約 72%、50 代女性では 74%

■「自宅で魚料理を作る頻度を増やしたい」49%

全回答者（4700 人）に、“自宅で魚料理を食べる頻度”を増やしたいか、減らしたいかを聞いたところ、増やしたい人の割合は 62.6%となりました。

男女・年代別に見ると、増やしたい人の割合はすべての年代で男性より女性が高くなりました。また、自身の魚を食べる量が十分だと思う人の割合が 2 割未満と低くなった 40 代・50 代の女性では増やしたい人の割合（40 代 71.5%、50 代 74.0%）が特に高く、7 割を上回りました。

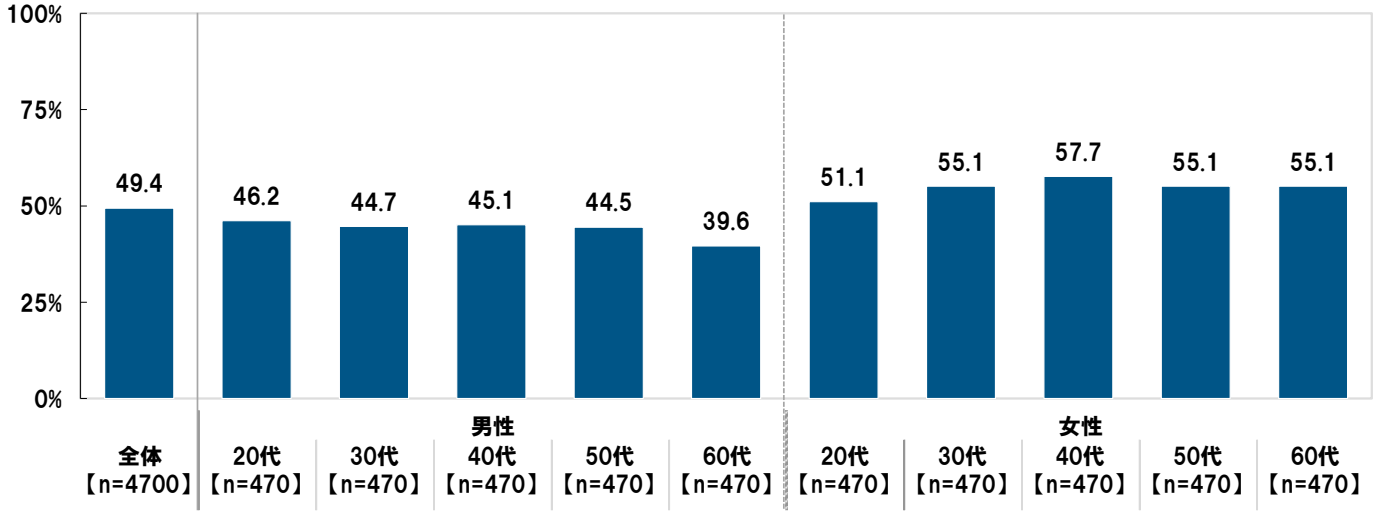
◆“自宅で魚料理を食べる頻度”を増やしたい人の割合 ［単一回答形式］



次に、“自宅で魚料理を作る頻度”を増やしたいか、減らしたいかを聞いたところ、増やしたい人の割合は 49.4%となりました。

男女・年代別に見ると、増やしたい人の割合は、すべての年代で女性が男性を上回り、女性では全年代で半数以上でした。

◆“自宅で魚料理を作る頻度”を増やしたい人の割合 ［単一回答形式］

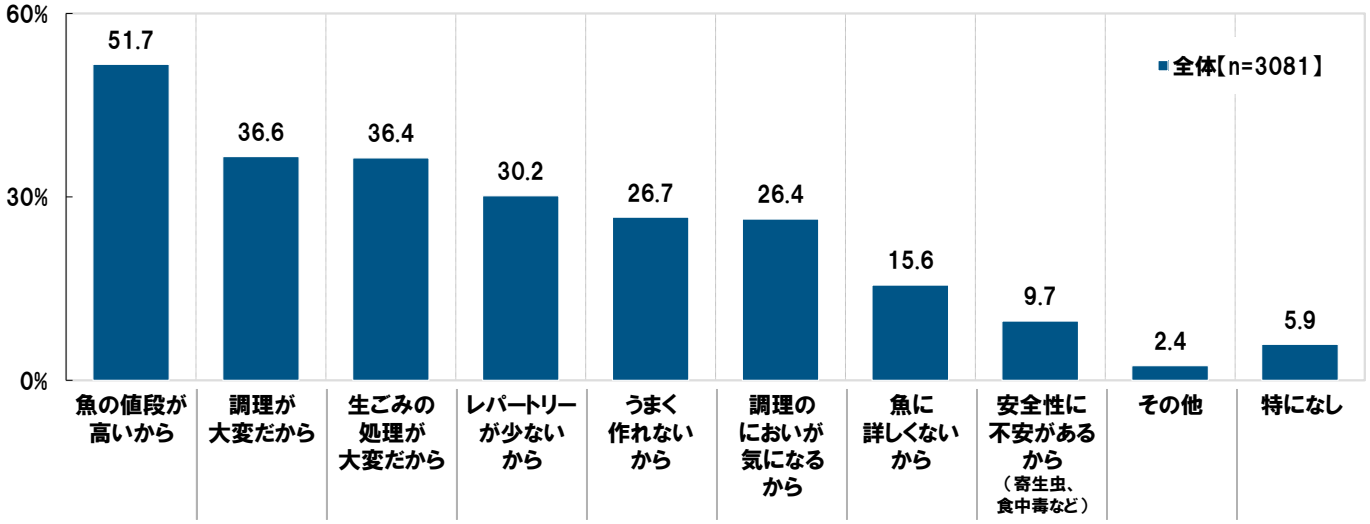


■自宅で魚料理を食べる・作ることについて、希望する頻度を実現できていない理由 「魚の値段が高いから」が突出

“自宅で魚料理を食べる頻度”または“自宅で魚料理を作る頻度”を増やしたい人（3081 人）に、自宅で魚料理を食べる・作ることについて、自身が希望する頻度を実現できていない理由を聞いたところ、「魚の値段が高いから」（51.7%）が突出しました。物価高などの影響によって、魚料理を好きなように食べたり、調理したりすることができていない人も多いのではないでしょうか。次いで、「調理が大変だから」（36.6%）、「生ごみの処理が大変だから」（36.4%）、「レパートリーが少ないから」（30.2%）となりました。金銭的な理由だけでなく、調理や片付けにおける手間が要因となっているようです。

男女・年代別に見ると、「魚の値段が高いから」は 30 代以上の女性で特に高く、6 割に近くなりました。

◆自宅で魚料理を食べる・作ることについて、希望する頻度を実現できていない理由 ［複数回答形式］
対象：“自宅で魚料理を食べる頻度”、または“自宅で魚料理を作る頻度”を増やしたい人



◆自宅で魚料理を食べる・作ることについて、希望する頻度を実現できていない理由 ［複数回答形式］
対象：“自宅で魚料理を食べる頻度”、または“自宅で魚料理を作る頻度”を増やしたい人

		n数	魚の値段が高いから	調理が大変だから	生ごみの処理が大変だから	レパートリーが少ないから	うまく作れないから	調理のにおいが気になるから	魚に詳しくないから	安全性に不安があるから（寄生虫、食中毒など）	その他	特になし
全体		3081	51.7	36.6	36.4	30.2	26.7	26.4	15.6	9.7	2.4	5.9
男女・年代	20代男性	269	38.7	34.2	33.5	20.4	23.0	25.7	19.3	12.3	1.5	7.8
	30代男性	285	47.4	40.4	38.9	24.9	25.6	27.7	18.2	8.1	1.1	6.3
	40代男性	291	52.2	38.5	37.5	27.1	28.9	26.5	19.2	6.9	2.4	4.5
	50代男性	287	46.3	41.5	38.7	27.2	30.0	22.6	13.2	9.4	1.7	5.2
	60代男性	283	48.1	35.3	34.6	27.9	26.1	21.6	11.3	7.8	2.8	8.8
	20代女性	310	43.5	38.4	29.4	27.1	26.5	27.7	17.1	10.0	1.3	6.8
	30代女性	340	59.1	40.6	35.6	38.8	33.5	27.4	17.1	13.2	1.5	5.6
	40代女性	350	58.9	35.7	36.3	35.4	28.6	31.1	15.7	10.3	2.6	3.7
	50代女性	351	58.7	34.2	40.7	37.0	23.6	26.2	14.5	10.5	3.7	5.4
	60代女性	315	59.0	27.6	37.8	31.7	20.3	25.7	10.8	8.3	4.8	5.7

全体比+10pt以上　全体比+5pt以上　全体比-5pt以下　全体比-10pt以下　（%）

第 3 章　魚料理の調理に関する意識・実態

■作りたいと思う魚料理　1 位「焼き魚」2 位「煮魚・煮つけ」3 位「照り焼き」

■うまく作れないと思う魚料理　1 位「天ぷら」2 位「煮魚・煮つけ」3 位「アクアパッツァ」

■自宅でよく食べる魚料理　1 位「焼き魚」2 位「刺身」3 位「煮魚・煮つけ」

全回答者（4700　人）に、作りたいと思う魚料理を聞いたところ、「焼き魚」（52.9%）が最も高くなり、「煮魚・煮つけ」（45.5%）、「照り焼き」（34.7%）、「刺身」（29.1%）、「ムニエル」（28.4%）が続きました。

次に、うまく作れないと思う魚料理を聞いたところ、「天ぷら」（33.0%）が最も高くなり、以降、「煮魚・煮つけ」（30.9%）、「アクアパッツァ」（28.3%）、「寿司」（27.1%）、「唐揚げ」（21.5%）となり、作りたいと思う魚料理で 2 位となった「煮魚・煮つけ」がうまく作れないと思う魚料理でも 2 位となりました。煮魚・煮つけについては、調理に対する意欲はあっても、うまく調理することが難しいと感じている人が多いのではないでしょうか。

自宅でよく食べる魚料理を聞いたところ、「焼き魚」（62.4%）が最も高くなりました。以降、「刺身」（44.7%）、「煮魚・煮つけ」（35.1%）、「フライ」（21.4%）、「照り焼き」（20.4%）と続きます。「焼き魚」は作りたいと思う魚料理、自宅でよく食べる魚料理ともに 1 位、うまく作れないと思う魚料理では 15 位でした。

◆作りたいと思う魚料理
［複数回答形式］
※上位15位までを表示

	全体【n=4700】	%
1位	焼き魚	52.9
2位	煮魚・煮つけ	45.5
3位	照り焼き	34.7
4位	刺身	29.1
5位	ムニエル	28.4
6位	フライ	27.1
7位	天ぷら	25.8
8位	海鮮丼	25.4
9位	唐揚げ	23.7
10位	カルパッチョ	20.8
11位	蒸し焼き	16.4
12位	アクアパッツァ	15.1
13位	たたき（刻んである）	12.6
14位	寿司	12.2
15位	たたき（焼いてある）	11.6

◆うまく作れないと思う魚料理
［複数回答形式］
※上位15位までを表示

	全体【n=4700】	%
1位	天ぷら	33.0
2位	煮魚・煮つけ	30.9
3位	アクアパッツァ	28.3
4位	寿司	27.1
5位	唐揚げ	21.5
6位	カルパッチョ	21.1
7位	フライ	20.8
8位	ムニエル	18.9
9位	たたき（焼いてある）	18.8
10位	照り焼き	18.1
	刺身	18.1
12位	たたき（刻んである）	17.1
13位	蒸し焼き	15.6
14位	海鮮丼	13.5
15位	焼き魚	10.6

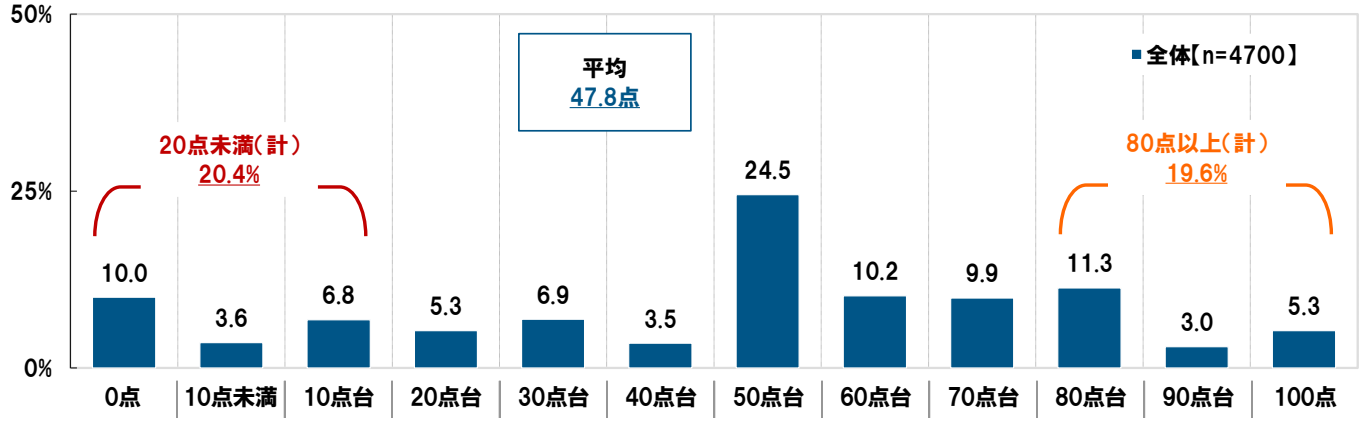
◆自宅でよく食べる魚料理
［複数回答形式］
※上位15位までを表示

	全体【n=4700】	%
1位	焼き魚	62.4
2位	刺身	44.7
3位	煮魚・煮つけ	35.1
4位	フライ	21.4
5位	照り焼き	20.4
6位	寿司	16.8
7位	ムニエル	13.6
8位	海鮮丼	12.4
9位	天ぷら	12.3
10位	唐揚げ	11.0
11位	たたき（焼いてある）	9.5
12位	たたき（刻んである）	7.0
13位	蒸し焼き	6.9
14位	カルパッチョ	5.7
15位	アクアパッツァ	3.9

■“おいしい魚料理を作ること”に対する自己採点　平均点は 47.8 点
都道府県別では　1 位「兵庫県」55.5 点、2 位「大阪府」54.1 点、3 位「島根県」53.2 点

全回答者（4700 人）に、“おいしい魚料理を作ること”について、全く自信がない：0 点～とても自信がある：100 点として、自己採点の点数を聞いたところ、「50 点台」（24.5%）に回答が集まったほか、「0 点」（10.0%）や「60 点台」（10.2%）、「80 点台」（11.3%）にも回答が見られ、平均は 47.8 点となりました。また、20 点未満の点数を回答した人の割合は 20.4%、80 点以上の点数を回答した人の割合は 19.6%となりました。

◆“おいしい魚料理を作ること”に対する自己採点 ［数値入力形式］



都道府県別に自己採点の平均点を見ると、1 位は兵庫県（55.5 点）となりました。以降、2 位は大阪府（54.1 点）、3 位は島根県（53.2 点）、4 位は長崎県（52.9 点）、5 位は熊本県（52.5 点）となり、近畿地方以西の地域が TOP5 に挙がりました。

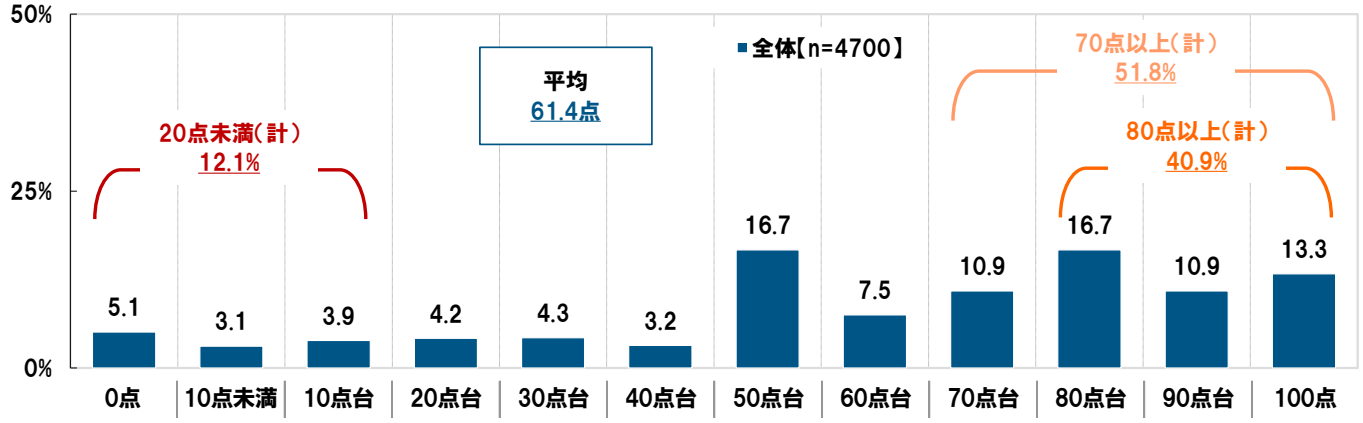
◆“おいしい魚料理を作ること”に対する自己採点の平均点 ［数値入力形式］
各都道府県【n=100】

		点			点			点			点
1位	兵庫県	55.5	11位	福岡県	50.1	24位	神奈川県	47.5	36位	山口県	45.1
2位	大阪府	54.1	13位	秋田県	49.8	25位	大分県	47.1	37位	広島県	44.8
3位	島根県	53.2		愛知県	49.8	26位	千葉県	47.0		鹿児島県	44.8
4位	長崎県	52.9	15位	福島県	49.4		東京都	47.0	39位	福井県	44.4
5位	熊本県	52.5	16位	栃木県	49.1	28位	群馬県	46.9	40位	新潟県	44.2
6位	愛媛県	51.5	17位	長野県	49.0		香川県	46.9	41位	徳島県	44.1
7位	茨城県	51.0		宮崎県	49.0	30位	静岡県	46.7	42位	三重県	44.0
8位	和歌山県	50.8	19位	岩手県	48.4	31位	山梨県	46.6	43位	岡山県	43.6
9位	宮城県	50.7	20位	埼玉県	48.3	32位	青森県	46.5		高知県	43.6
10位	北海道	50.2	21位	奈良県	48.2		鳥取県	46.5	45位	富山県	43.0
11位	岐阜県	50.1	22位	京都府	47.8	34位	石川県	46.1	46位	山形県	42.4
				佐賀県	47.8	35位	滋賀県	45.6	47位	沖縄県	41.0

■“魚料理をきれいに食べること”に対する自己採点　平均点は 61.4 点、70 点以上の人は過半数
都道府県別では　1 位「熊本県」68.4 点、2 位「秋田県」66.9 点、3 位「島根県」65.6 点

次に、“魚料理をきれいに食べること”に対する自己採点の点数を聞いたところ、「50　点台」と「80　点台」（いずれも 16.7%）に回答が集まったほか、「70 点台」や「90 点台」（いずれも 10.9%）、「100 点」（13.3%）にも回答が見られました。平均は 61.4 点、20 点未満の点数を回答した人の割合は 12.1%、80 点以上の点数を回答した人の割合は 40.9%となりました。また、70　点以上の点数を回答した人の割合（51.8%）が半数以上となりました。魚料理をきれいに食べることについては、自信がある人が多いようです。

◆“魚料理をきれいに食べること”に対する自己採点 ［数値入力形式］



都道府県別に自己採点の平均点を見ると、1　位は熊本県（68.4　点）、2　位は秋田県（66.9　点）、3　位は島根県（65.6 点）、4 位は岐阜県と鳥取県（いずれも 64.3 点）と、自宅で魚料理を食べる頻度の平均が 4 位となった熊本県が 1 位、1 位となった秋田県が 2 位となりました。熊本県と秋田県では魚料理を食べ慣れている人が多いことが高い自己評価につながっているのではないでしょうか。

◆“魚料理をきれいに食べること”に対する自己採点の平均点 ［数値入力形式］
各都道府県【n=100】

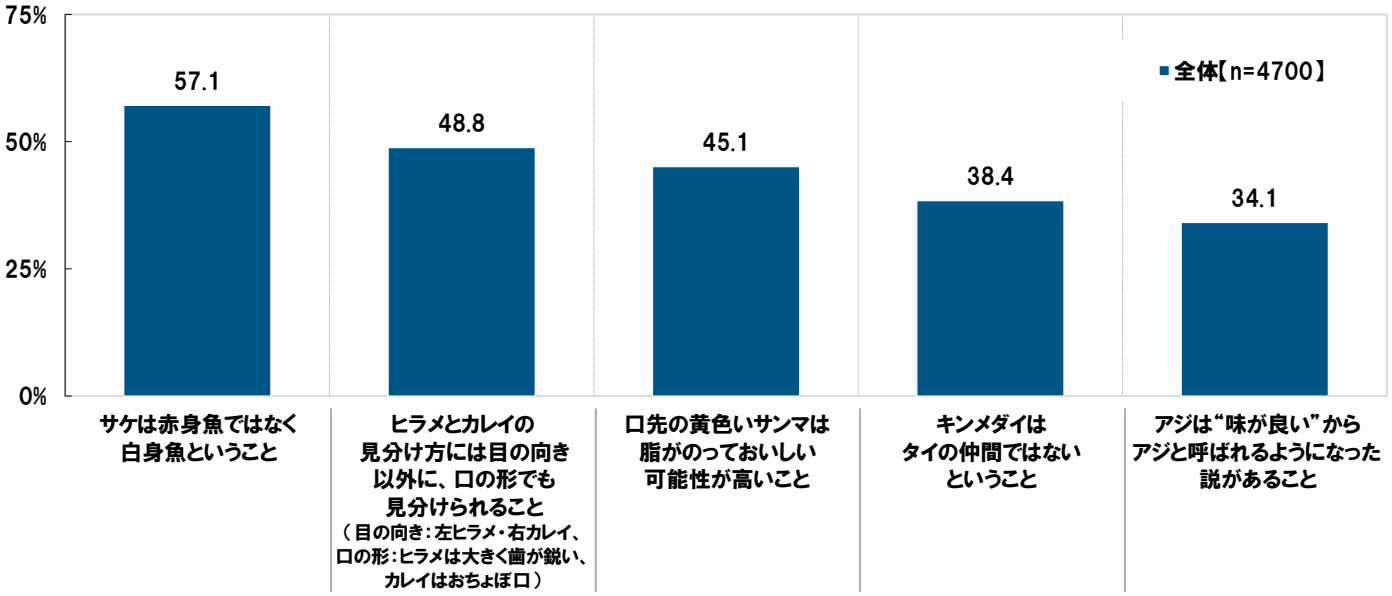
		点			点			点			点
1位	熊本県	68.4	12位	香川県	63.5	24位	静岡県	61.7	36位	宮崎県	59.5
2位	秋田県	66.9	13位	愛媛県	63.4	25位	茨城県	61.4	37位	山形県	59.3
3位	島根県	65.6		長崎県	63.4	26位	石川県	60.8		群馬県	
4位	岐阜県	64.3	15位	愛知県	63.3		京都府	60.8		新潟県	
	鳥取県	64.3	16位	山口県	63.0	28位	高知県	60.7	40位	栃木県	58.7
6位	兵庫県	64.2	17位	佐賀県	62.9	29位	大分県	60.6	41位	岡山県	58.5
	和歌山県		18位	北海道	62.7	30位	福島県	60.4	42位	神奈川県	58.4
	福岡県		19位	富山県	62.4	31位	東京都	60.1	43位	千葉県	58.1
9位	宮城県	64.1	20位	長野県	62.2		奈良県	60.1	44位	鹿児島県	58.0
10位	岩手県	63.9	21位	埼玉県	62.1	33位	滋賀県	60.0	45位	福井県	57.9
11位	大阪府	63.7	22位	山梨県	62.0	34位	青森県	59.9	46位	広島県	55.1
			23位	沖縄県	61.8	35位	三重県	59.7	47位	徳島県	52.0

第 4 章　魚に関する知識

■魚に関する知識の認知率 「サケは赤身魚ではなく白身魚ということ」は 57%、
「ヒラメとカレイの見分け方には目の向き以外に、口の形でも見分けられること」は約 49%
■都道府県別の魚知識の認知率 「サケは赤身魚ではなく白身魚ということ」では茨城県、
「ヒラメとカレイの見分け方には目の向き以外に、口の形でも見分けられること」では愛媛県、
「口先の黄色いサンマは脂がのっておいしい可能性が高いこと」では北海道、
「キンメダイはタイの仲間ではないということ」では茨城県、
「アジは“味が良い”からアジと呼ばれるようになった説があること」では福島県と愛媛県が 1 位に

全回答者（4700 人）に、魚に関する知識についていくつかの項目を提示し、知っていたかを聞いたところ、最も認知率が高くなったのは「サケは赤身魚ではなく白身魚ということ」（57.1%）で、半数以上となりました。以降、「ヒラメとカレイの見分け方には目の向き以外に、口の形でも見分けられること」では 48.8%、「口先の黄色いサンマは脂がのっておいしい可能性が高いこと」では 45.1%、「キンメダイはタイの仲間ではないということ」では 38.4%、「アジは“味が良い”からアジと呼ばれるようになった説があること」では 34.1%となりました。

◆魚に関して、知っていた人の割合 ［各単一回答形式］



魚に関する知識について、知っていた人の割合を都道府県別に見ると、「サケは赤身魚ではなく白身魚ということ」では 1 位は茨城県（72.0%）で、大多数が知っている結果となりました。以降、2 位は秋田県（67.0%）となりました。また、「ヒラメとカレイの見分け方には目の向き以外に、口の形でも見分けられること」では 1 位は愛媛県（64.0%）、2 位は福島県と広島県（いずれも 57.0%）、「口先の黄色いサンマは脂がのっておいしい可能性が高いこと」では 1 位は北海道（60.0%）、2 位は茨城県（57.0%）、「キンメダイはタイの仲間ではないということ」では 1 位は茨城県（49.0%）、2 位は愛媛県（48.0%）、「アジは“味が良いから”アジと呼ばれるようになった説があること」では 1 位は福島県と愛媛県（いずれも 46.0%）となりました。茨城県は 5 つすべて、愛媛県は「サケは赤身魚ではなく白身魚ということ」以外の 4 つで TOP5 にランクインする結果となりました。茨城県と愛媛県では魚に関する知識が豊富な人が多いのかもしれません。

◆魚に関して、知っていた人の割合 ［各単一回答形式］ ※上位10位までを表示

各都道府県【n=100】

	サケは赤身魚ではなく白身魚ということ	%
1位	茨城県	72.0
2位	秋田県	67.0
3位	北海道	66.0
	長野県	66.0
5位	栃木県	64.0
6位	大分県	63.0
7位	青森県	62.0
	広島県	62.0
9位	京都府 大阪府 兵庫県	61.0

各都道府県【n=100】

	ヒラメとカレイの見分け方には目の向き以外に、口の形でも見分けられること	%
1位	愛媛県	64.0
2位	福島県	57.0
	広島県	57.0
4位	香川県	56.0
5位	茨城県 岡山県 山口県	55.0
8位	青森県	54.0
	兵庫県	54.0
10位	群馬県	53.0

各都道府県【n=100】

	口先の黄色いサンマは脂がのっておいしい可能性が高いこと	%
1位	北海道	60.0
2位	茨城県	57.0
3位	青森県	54.0
	宮城県	54.0
5位	福島県 長野県 愛媛県	52.0
8位	愛知県	51.0
9位	岩手県	50.0
10位	広島県	49.0

各都道府県【n=100】

	キンメダイはタイの仲間ではないということ	%
1位	茨城県	49.0
2位	愛媛県	48.0
3位	広島県	46.0
4位	山口県	45.0
	徳島県	45.0
6位	福島県	44.0
	静岡県	44.0
8位	新潟県 / 大阪府 / 兵庫県 / 岡山県 / 佐賀県	43.0

各都道府県【n=100】

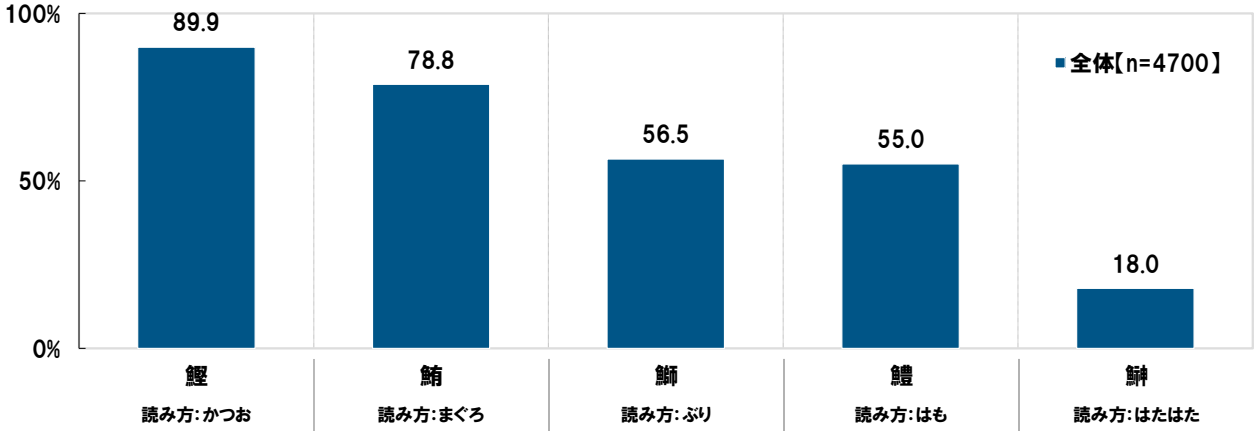
	アジは“味が良い”からアジと呼ばれるようになった説があること	%
1位	福島県 愛媛県	46.0
3位	熊本県	45.0
4位	茨城県	44.0
5位	新潟県	43.0
6位	栃木県	41.0
	神奈川県	41.0
8位	群馬県 / 千葉県 / 富山県 / 静岡県 / 徳島県 / 宮崎県 / 鹿児島県	39.0

■魚の名前を表す漢字の読み方クイズ

正解率は「鰹（かつお）」約 90%、「鮪（まぐろ）」約 79%、「鰤（ぶり）」約 57%、「鱧（はも）」55%、「鰰（はたはた）」18%

全回答者（4700 人）に、魚の名前を表す漢字を 5 つ提示し、それぞれ読み方を聞いたところ、正しい読み方を回答した人の割合は、「鰹（読み方：かつお）」が最も高く 89.9%、「鮪（読み方：まぐろ）」が 78.8%、「鰤（読み方：ぶり）」が 56.5%、「鱧（読み方：はも）」が 55.0%、「鰰（読み方：はたはた）」が 18.0%と続きました。「鰰」は雷がよく鳴る季節に獲れる魚であり、雷神にちなんでいることから、魚へんに神という漢字があてられるようになりました。その「鰰」については多くの人が読み方を知らなかったようです。

◆魚の名前を表す漢字の読み方の正解率 ［各自由回答結果より算出］



都道府県別に見ると、正解率が最も高くなったのは、「鰹」では岡山県と愛媛県（いずれも 96.0%）、「鮪」では静岡県（88.0%）、「鰤」では富山県（79.0%）、「鱧」では京都府（75.0%）、「鰰」では秋田県（58.0%）でした。

◆魚の名前を表す漢字の読み方の正解率 ［各自由回答結果より算出］ ※各上位10位までを表示
各都道府県【n=100】

	鰹	%
1位	岡山県	96.0
	愛媛県	96.0
3位	静岡県	95.0
	大阪府	95.0
5位	高知県	94.0
6位	青森県	93.0
	埼玉県	
	富山県	
	滋賀県	
	京都府	
	兵庫県	
	福岡県	
	鹿児島県	

	鮪	%
1位	静岡県	88.0
2位	長野県	87.0
	岐阜県	
	京都府	
	大阪府	
6位	新潟県	86.0
	兵庫県	86.0
8位	埼玉県	85.0
9位	山梨県	84.0
	愛媛県	84.0

	鰤	%
1位	富山県	79.0
2位	石川県	71.0
3位	鳥取県	67.0
4位	鹿児島県	66.0
5位	兵庫県	64.0
	香川県	64.0
7位	岐阜県	63.0
	愛媛県	63.0
9位	神奈川県	62.0
	新潟県	
	山口県	

	鱧	%
1位	京都府	75.0
2位	兵庫県	74.0
3位	大阪府	72.0
4位	愛知県	71.0
5位	愛媛県	70.0
6位	山口県	68.0
7位	徳島県	66.0
8位	香川県	65.0
9位	静岡県	63.0
	奈良県	
	岡山県	

	鰰	%
1位	秋田県	58.0
2位	新潟県	26.0
3位	長野県	25.0
4位	鳥取県	24.0
5位	埼玉県	22.0
	京都府	22.0
7位	岩手県	21.0
	茨城県	
	栃木県	
10位	宮城県	20.0
	東京都	
	兵庫県	
	高知県	

第 5 章　魚料理に関する体験

■魚料理を作る際にやってしまった“失敗”エピソード

「魚の血抜きが十分でなく、アクが大量に発生し臭みの強い料理になってしまった」、
「三枚おろしを初めてやったときは勝手が分からず時間がかかってしまい鮮度を落としてしまった」、
「骨取り魚を使うのに慣れていたため、骨のついた切り身を使ったときに子どもがなかなか食べなかった」など

■魚料理に関する“悩み”

「魚焼き器の片付けが手間」、「魚を捌いたことがない、魚料理に対して漠然とした不安がある」、
「レパートリーが少なくて同じ味付けになる」、「魚がとにかく高くて買えないのが悩み」など

全回答者（4700 人）に、魚料理を作る際にやってしまった“失敗”エピソードと魚料理に関する“悩み”を聞きました。

“失敗”エピソードについて見ると、「魚の血抜きが十分でなく、アクが大量に発生し臭みの強い料理になってしまった」や「魚の鱗の処理を怠り鱗が歯に刺さり歯茎が炎症して上の歯が一本抜けてしまった」といった下処理における失敗や、「グリルの掃除が面倒で、普通のクッキングシートを敷いて焼いたところくっついてあまりおいしく焼けなかった」などの調理の手間における失敗などが挙がりました。

また、「煮魚を作ったとき、味を染み込ませたくて煮過ぎて身離れしてしまい、縮んでしまったことがあった」や「三枚おろしを初めてやったときは勝手が分からず時間がかかってしまい鮮度を落としてしまった」、「カレイの煮付けを落とし蓋をして作ったら、臭みが飛ばず、おいしくなかった」といった良かれと思ってやったことが空回りしてしまったエピソード、「骨取り魚を使うのに慣れていたため、骨のついた切り身を使ったときに子どもがなかなか食べなかった」といった家族に不評だったエピソードが挙がりました。

◆魚料理を作る際にやってしまった“失敗”エピソード ［自由回答形式］ ※抜粋して表示
全体【n=4700】

＜失敗エピソード＞	
グリルの掃除が面倒で、普通のクッキングシートを敷いて焼いたところくっついてあまりおいしく焼けなかった（20代女性・兵庫県）	
魚の血抜きが十分でなく、アクが大量に発生し臭みの強い料理になってしまった（60代男性・宮崎県）	
ムニエルで味付けに塩を多く使ってしまい、焼くときのバターの塩分と合わせて塩辛くなってしまった（40代女性・大阪府）	
骨取り魚を使うのに慣れていたため、骨のついた切り身を使ったときに子どもがなかなか食べなかった（30代女性・富山県）	
煮魚を作ったとき、味を染み込ませたくて煮過ぎて身離れしてしまい、縮んでしまったことがあった（50代女性・秋田県）	
IHコンロに変え、ガス火コンロのように短時間でパリッと焼くことが難しくなった。試行錯誤中（60代女性・愛知県）	
三枚おろしを初めてやったときは勝手が分からず時間がかかってしまい鮮度を落としてしまった（60代女性・熊本県）	
天ぷらにした際、ほんの少し時間を置いただけで、中から水分が出て衣が水っぽくなった（30代女性・愛媛県）	
魚の鱗の処理を怠り鱗が歯に刺さり歯茎が炎症して上の歯が一本抜けてしまった（30代男性・青森県）	
カレイの煮付けを落とし蓋をして作ったら、臭みが飛ばず、おいしくなかった（30代男性・大阪府）	
一尾丸々捌くことがうまくできず、結局ボロボロでフレークにした（30代女性・島根県）	
生きている魚を買ってきたが、かわいさのあまり飼育している（50代男性・大阪府）	
ぶりの照り焼きを火にかけ過ぎて汁が飛び酷く焦げた（20代女性・岡山県）	アンコウを1匹買いして下ろすのに苦労した（60代女性・茨城県）
鯛のあら炊きで鱗を取らずに炊いて鱗だらけになった（50代女性・大阪府）	内臓を取り忘れてすごく苦くなってしまった（20代男性・新潟県）
煮付けにしたときに鱗が残り非常に食べづらかった（40代男性・沖縄県）	イカを煮すぎて小さくなってしまいました（20代男性・富山県）
銀だらをうっかり焼き過ぎてしまいとても小さくなった（60代男性・山梨県）	天ぷらがカラッと揚がらなかった（40代女性・山口県）

魚料理に関する“悩み”を見ると、「魚料理はめんどくさいというイメージがあり、焼き魚や時々煮付けなどでしか食卓に出せていない」や「魚を美味しく調理できるとはいえ、魚焼き器の片付けが手間」など手間がかかることに関する悩み、「自分では捌けないので、いつも切り身か調理済みのものを購入している」や「魚を捌いたことがない、魚料理に対して漠然とした不安がある」、「下処理や調理の際の扱い方がよく分からない」など、魚そのものの扱いに慣れていないために、魚料理に対して躊躇してしまうといった悩みが多く挙がりました。

また、「さんまなど内臓も一緒に焼いたとき、内臓が半生でうまく焼けない」や「イカを捌くとき、墨袋が破れてまな板が真っ黒になってしまう」、「綺麗に焼けてもお皿に乗せるときに崩れる」などの調理時における悩み、「食べた後に人から見てみっともない食べ残しにならないようにしたい」といった食べ方に関する悩みも挙がりました。

そのほか、「レパートリーが少なくて同じ味付けになる」など、レシピのマンネリ化、「三枚おろしにすると、若干骨に身が残る」などの調理方法の難しさ、「魚のアラが好きだけど、骨などゴミの処理が大変」といった生ごみの処理に関する悩み、「魚がとにかく高くて買えないのが悩み」など魚の値段の高さによる悩み、「生臭いにおいがどうしても残ってしまいおいしくない」といったにおいに関する悩みも多数挙がりました。

◆魚料理に関する“悩み”［自由回答形式］ ※抜粋して表示
全体【n=4700】

＜悩み＞	
魚料理はめんどくさいというイメージがあり、焼き魚や時々煮付けなどでしか食卓に出せていない（30代女性・佐賀県）	
イカを捌くとき、墨袋が破れてまな板が真っ黒になってしまう（60代女性・島根県）	
魚をキレイに、食べた後に人から見てみっともない食べ残しにならないようにしたい（40代男性・静岡県）	
魚を捌いたことがない、魚料理に対して漠然とした不安がある（40代女性・沖縄県）	
魚を美味しく調理できるとはいえ、魚焼き器の片付けが手間（30代女性・富山県）	
自分では捌けないので、いつも切り身か調理済みのものを購入している（60代女性・大阪府）	
さんまなど内臓も一緒に焼いたとき、内臓が半生でうまく焼けない（40代女性・福島県）	
うろこを綺麗に剥がしたり内臓を上手に取り除くのがあまり得意ではないこと（60代女性・香川県）	
扱いやすいものを選んでしまい、マンネリになりやすい（50代女性・神奈川県）	
魚がとにかく高くて買えないのが悩み（40代女性・熊本県）	レパートリーが少なくて同じ味付けになる（30代男性・福岡県）
生臭いにおいがどうしても残ってしまいおいしくない（50代男性・富山県）	魚に関する知識が薄く魚料理を作れない（20代男性・石川県）
綺麗に焼けてもお皿に乗せるときに崩れる（20代女性・愛媛県）	三枚おろしにすると、若干骨に身が残る（30代男性・新潟県）
魚のアラが好きだけど、骨などゴミの処理が大変（50代男性・広島県）	お肉料理に比べてガッツリ感がなくて物足りない（50代女性・大阪府）
下処理が面倒でなかなか手が出ない（30代男性・福井県）	魚を捌くのが苦手で、半調理品に頼ってしまう（60代男性・山形県）
寄生虫とかが怖くて料理しづらい（20代男性・高知県）	内臓などのごみ出しの処理が少し大変（20代男性・宮崎県）
下処理や調理の際の扱い方がよく分からない（50代男性・佐賀県）	青魚の臭みをうまく取れない（20代女性・北海道）

第 6 章　47 都道府県の名物魚介類・ご当地魚料理

■他県の人におすすめしたい“名物魚介類”

北海道「ほっけ」、秋田県「ハタハタ」、山形県「鯉」、茨城県「アンコウ」、神奈川県「しらす」、山梨県「アワビ」、三重県「伊勢海老」、滋賀県「フナ」、京都府「ハモ」、和歌山県「クエ」、岡山県「ままかり（サッパ）」、香川県「ハマチ」、佐賀県「イカ」、鹿児島県「きびなご」、沖縄県「ぐるくん（タカサゴ）」

全回答者（4700 人）に、自身が住んでいる都道府県の“名物魚介類”で、他県の人におすすめしたいものを聞いたところ、北海道では「ほっけ」、青森県では「マグロ」、秋田県では「ハタハタ」、山形県では「鯉」、茨城県では「アンコウ」、東京都では「アナゴ」、神奈川県では「しらす」、富山県では「ブリ」、山梨県では「アワビ」、長野県では「サーモン」、三重県では「伊勢海老」、滋賀県では「フナ」、京都府では「ハモ」、和歌山県では「クエ」、岡山県では「ままかり（サッパ）」、山口県では「フグ」、香川県では「ハマチ」、福岡県では「サバ」、佐賀県では「イカ」、熊本県では「クルマエビ」、鹿児島県では「きびなご」、沖縄県では「ぐるくん（タカサゴ）」がそれぞれ 1 位に挙がりました。

◆自身が住んでいる都道府県の“名物魚介類”で、他県の人におすすめしたいもの ［自由回答形式］
※各都道府県在住者の1位の回答を表示

北海道・東北

北海道	ほっけ
青森県	マグロ
岩手県	サンマ
宮城県	牡蠣
秋田県	ハタハタ
山形県	鯉
福島県	メヒカリ

北陸・甲信越

新潟県	のどぐろ
富山県	ブリ
石川県	のどぐろ
福井県	カニ
山梨県	アワビ
長野県	サーモン

中国・四国

鳥取県	カニ
島根県	のどぐろ
岡山県	ままかり（サッパ）
広島県	牡蠣
山口県	フグ
徳島県	鯛
香川県	ハマチ
愛媛県	鯛
高知県	カツオ

関東

茨城県	アンコウ
栃木県	鮎
群馬県	鮎
埼玉県	ウナギ
千葉県	アジ
東京都	アナゴ
神奈川県	しらす

東海・近畿

岐阜県	鮎
静岡県	ウナギ
愛知県	ウナギ
三重県	伊勢海老
滋賀県	フナ
京都府	ハモ
大阪府	タコ
兵庫県	タコ
奈良県	鮎
和歌山県	クエ

九州・沖縄

福岡県	サバ
佐賀県	イカ
長崎県	アジ
熊本県	クルマエビ
大分県	アジ
宮崎県	カツオ
鹿児島県	きびなご
沖縄県	ぐるくん（タカサゴ）

■自身が住んでいる都道府県のご当地魚料理で、“他県に誇れる”もの

北海道「鮭のちゃんちゃん焼き」、岩手県「どんこ汁」、秋田県「しょっつる鍋」、茨城県「あんこう鍋」、新潟県と石川県「のどぐろの塩焼き」、富山県「ぶりしゃぶ」、愛知県「ひつまぶし」、三重県「てこね寿司」、兵庫県「いかなごのくぎ煮」、鳥取県「モサエビ丼」、島根県「しじみ汁」、広島県「焼き牡蠣」、山口県「ふぐ刺し」、高知県「かつおのたたき」、佐賀県「イカの活き造り」、鹿児島県「きびなごの刺身」

全回答者（4700 人）に、自身が住んでいる都道府県のご当地魚料理で、“他県に誇れる”ものを聞いたところ、北海道では「鮭のちゃんちゃん焼き」、岩手県では「どんこ汁」、秋田県では「しょっつる鍋」、茨城県では「あんこう鍋」、群馬県と岐阜県では「鮎の塩焼き」、神奈川県では「しらす丼」、新潟県と石川県では「のどぐろの塩焼き」、富山県では「ぶりしゃぶ」、長野県では「鯉こく」、愛知県では「ひつまぶし」、三重県では「てこね寿司」、京都府では「鯖寿司」、兵庫県では「いかなごのくぎ煮」、鳥取県では「モサエビ丼」、島根県では「しじみ汁」、広島県では「焼き牡蠣」、山口県では「ふぐ刺し」、香川県では「オリーブハマチの刺身」、高知県では「かつおのたたき」、佐賀県では「イカの活き造り」、熊本県では「太刀魚丼」、鹿児島県では「きびなごの刺身」といった料理が挙げられました。

◆自身が住んでいる都道府県のご当地魚料理で、“他県に誇れる”もの ［自由回答形式］
※各都道府県在住者の回答から抜粋

北海道・東北

北海道	鮭のちゃんちゃん焼き
青森県	貝焼き味噌
岩手県	どんこ汁
宮城県	はらこ飯
秋田県	しょっつる鍋
山形県	鯉のうま煮
福島県	メヒカリの唐揚げ

北陸・甲信越

新潟県	のどぐろの塩焼き
富山県	ぶりしゃぶ
石川県	のどぐろの塩焼き
福井県	へしこ
山梨県	煮貝
長野県	鯉こく

中国・四国

鳥取県	モサエビ丼
島根県	しじみ汁
岡山県	ままかり
広島県	焼き牡蠣
山口県	ふぐ刺し
徳島県	鯛めし
香川県	オリーブハマチの刺身
愛媛県	鯛めし
高知県	かつおのたたき

関東

茨城県	あんこう鍋
栃木県	モロの煮付け
群馬県	鮎の塩焼き
埼玉県	鰻重
千葉県	なめろう
東京都	江戸前寿司
神奈川県	しらす丼

東海・近畿

岐阜県	鮎の塩焼き
静岡県	桜エビのかき揚げ
愛知県	ひつまぶし
三重県	てこね寿司
滋賀県	鮒ずし
京都府	鯖寿司
大阪府	たこ焼き
兵庫県	いかなごのくぎ煮
奈良県	柿の葉寿司
和歌山県	クエ鍋

九州・沖縄

福岡県	ごまさば
佐賀県	イカの活き造り
長崎県	アジフライ
熊本県	太刀魚丼
大分県	りゅうきゅう
宮崎県	メヒカリの唐揚げ
鹿児島県	きびなごの刺身
沖縄県	グルクンの唐揚げ

第 7 章　魚・魚料理と芸能人

■自身が住んでいる都道府県出身の芸能人で、人気が“うなぎ上り”の芸能人

北海道「大泉洋さん」、宮城県「サンドウィッチマン」、山梨県「板垣李光人さん」、愛知県「佐野勇斗さん」、滋賀県「西川貴教さん」、和歌山県「塩﨑太智さん」、鳥取県「松本若菜さん」、鹿児島県「吉田仁人さん」

全回答者（4700 人）に、自身が住んでいる都道府県出身の芸能人で、人気が“うなぎ上り”の芸能人を聞いたところ、北海道では「大泉洋さん」、宮城県では「サンドウィッチマン」、埼玉県では「佐藤健さん」「若槻千夏さん」「所ジョージさん」「星野源さん」「福原遥さん」、新潟県では「横澤夏子さん」、山梨県では「板垣李光人さん」、静岡県では「広瀬すずさん」、愛知県では「佐野勇斗さん」、滋賀県では「西川貴教さん」、和歌山県では「塩﨑太智さん」、鳥取県では「松本若菜さん」、島根県では「山内健司さん」、徳島県では「米津玄師さん」、大分県では「指原莉乃さん」、鹿児島県では「吉田仁人さん」がそれぞれ 1 位に挙がりました。

◆自身が住んでいる都道府県出身の芸能人で、“人気がうなぎ上り”の芸能人 ［自由回答形式］
※各都道府県在住者の1位の回答を表示

北海道・東北

北海道	大泉洋
青森県	王林
岩手県	戸塚純貴
宮城県	サンドウィッチマン
秋田県	佐々木希
山形県	ウド鈴木/ すがちゃん最高No.1
福島県	あばれる君

北陸・甲信越

新潟県	横澤夏子
富山県	柴田理恵
石川県	浜辺美波
福井県	本田響矢
山梨県	板垣李光人
長野県	もう中学生

中国・四国

鳥取県	松本若菜
島根県	山内健司
岡山県	千鳥
広島県	綾瀬はるか/有吉弘行
山口県	やす子
徳島県	米津玄師
香川県	要潤
愛媛県	友近
高知県	島崎和歌子

関東

茨城県	渡辺直美
栃木県	U字工事
群馬県	井森美幸
埼玉県	佐藤健/若槻千夏/ 所ジョージ/星野源/福原遥
千葉県	マツコ・デラックス
東京都	ヒロミ
神奈川県	小泉孝太郎

東海・近畿

岐阜県	綾野剛
静岡県	広瀬すず
愛知県	佐野勇斗
三重県	西野カナ
滋賀県	西川貴教
京都府	吉岡里帆
大阪府	中条あやみ
兵庫県	北川景子
奈良県	明石家さんま
和歌山県	塩﨑太智

九州・沖縄

福岡県	今田美桜
佐賀県	どぶろっく
長崎県	福山雅治
熊本県	くりぃむしちゅー
大分県	指原莉乃
宮崎県	堺雅人
鹿児島県	吉田仁人
沖縄県	新垣結衣

■自身が住んでいる都道府県出身の芸能人で、“おいしい魚を食べに行く魚料理デートに行きたいと思う”芸能人
男性回答では石川県「浜辺美波さん」、愛知県「生見愛瑠さん」、福岡県「今田美桜さん」、
女性回答では福井県「本田響矢さん」、愛知県「佐野勇斗さん」、宮崎県「堺雅人さん」

また、自身が住んでいる都道府県出身の芸能人で、“おいしい魚を食べに行く魚料理デートに行きたいと思う”芸能人を聞いたところ、男性回答では「久保史緒里さん」（宮城県）や「浜辺美波さん」（石川県）、「生見愛瑠さん」（愛知県）、「今田美桜さん」（福岡県）、「川口春奈さん」（長崎県）、「上白石萌音さん」（鹿児島県）、「新垣結衣さん」（沖縄県）、女性回答では「池田航さん」（富山県）や「本田響矢さん」（福井県）、「佐野勇斗さん」（愛知県）、「塩﨑太智さん」と「溝端淳平さん」（和歌山県）、「鈴鹿央士さん」（岡山県）、「堺雅人さん」（宮崎県）といった芸能人がそれぞれ１位に挙がりました。

◆自身が住んでいる都道府県出身の芸能人で、“おいしい魚を食べに行く魚料理デートに行きたいと思う”芸能人 ［自由回答形式］
※各都道府県在住者の1位の回答を表示

男性【n=2350】

北海道	大黒摩季	滋賀県	高橋メアリージュン
青森県	王林	京都府	吉岡里帆
岩手県	久慈暁子/小松彩夏	大阪府	中条あやみ
宮城県	久保史緒里	兵庫県	北川景子
秋田県	佐々木希	奈良県	尾野真千子
山形県	橋本マナミ	和歌山県	岡本玲
福島県	箭内夢菜	鳥取県	松本若菜
茨城県	磯山さやか	島根県	田中美佐子
栃木県	井上咲楽	岡山県	桜井日奈子/MEGUMI
群馬県	白石麻衣	広島県	綾瀬はるか
埼玉県	福原遥	山口県	西村知美/やす子
千葉県	桐谷美玲	徳島県	山下リオ
東京都	観月ありさ/Ado/ 本田翼/永野芽郁	香川県	中野美奈子
神奈川県	石橋けい/米倉涼子/板野友美/ 高島礼子/小泉今日子/志田未来/宮野静	愛媛県	友近
新潟県	馬場ふみか/横澤夏子	高知県	島崎和歌子
富山県	柴田理恵	福岡県	今田美桜
石川県	浜辺美波	佐賀県	優木まおみ
福井県	高橋愛	長崎県	川口春奈
山梨県	荻野可鈴/河西結心/花耶/ 鈴木佑捺/筒井真理子/あおちゃんぺ	熊本県	倉科カナ
長野県	乙葉	大分県	指原莉乃
岐阜県	熊田曜子	宮崎県	今井美樹
静岡県	広瀬すず	鹿児島県	上白石萌音
愛知県	生見愛瑠	沖縄県	新垣結衣
三重県	西野カナ		

女性【n=2350】

北海道	大泉洋	滋賀県	西川貴教
青森県	松山ケンイチ	京都府	佐々木蔵之介
岩手県	戸塚純貴	大阪府	杉浦太陽/藤原丈一郎/小島健/内博貴 /岡田准一/村上信五/横山裕
宮城県	サンドウィッチマン	兵庫県	鈴木亮平
秋田県	柳葉敏郎	奈良県	明石家さんま
山形県	ウド鈴木	和歌山県	塩﨑太智/溝端淳平
福島県	あばれる君	鳥取県	武尊
茨城県	カミナリ	島根県	山内健司
栃木県	U字工事	岡山県	鈴鹿央士
群馬県	中山秀征	広島県	吉川晃司
埼玉県	星野源	山口県	田村淳
千葉県	マツコ・デラックス	徳島県	米津玄師
東京都	高橋一生/坂口健太郎/小栗旬/渡辺翔太 /さかなクン/ヒロミ/吉沢亮/木村拓哉	香川県	要潤
神奈川県	桑田佳祐/ムロツヨシ/阿部寛/ 小泉孝太郎/松坂桃李/井上瑞稀	愛媛県	芝大輔
新潟県	渡辺謙/HIKAKIN	高知県	三山ひろし
富山県	池田航	福岡県	妻夫木聡/郷ひろみ/ リリー・フランキー/博多華丸
石川県	鹿賀丈史	佐賀県	どぶろっく
福井県	本田響矢	長崎県	福山雅治
山梨県	田原俊彦	熊本県	内村光良
長野県	藤森慎吾	大分県	ユースケ・サンタマリア
岐阜県	伊藤英明	宮崎県	堺雅人
静岡県	松村北斗	鹿児島県	吉田仁人
愛知県	佐野勇斗	沖縄県	ありんくりん/GACKT/満島真之介
三重県	平井堅		

注：本調査リポートの百分率表示は小数点第2位で四捨五入の丸め計算を行っているため、単一回答形式の質問の場合、
内訳の計と合計が一致しない場合や、全ての内訳を合計しても100%とならない場合があります。

≪調査概要≫

◆調査タイトル　：魚・魚料理に関する意識・実態調査2026

◆調査対象　：ネットエイジアリサーチのインターネットモニター会員を母集団とする
週に1日以上、自宅で料理をする全国の20歳～69歳の男女

◆調査期間　：2026年8月20日－8月28日

◆調査方法　：インターネット調査

◆調査地域　：全国

◆有効回答数　：4700サンプル（各都道府県100人ずつ）

◆実施機関　：ネットエイジア株式会社

■■報道関係の皆様へ■■

本ニュースリリースの内容の転載にあたりましては、
「タニタ調べ」と付記のうえ
ご使用くださいますよう、お願い申し上げます。

■■会社概要■■

代表者名　：代表取締役社長　谷田　千里
設立　：1944 年 1 月
本社所在地　：〒174-8630　東京都板橋区前野町 1-14-2
事業内容　：家庭用・業務用計量器（体組成計、ヘルスメーター、クッキングスケール、活動量計、
歩数計、塩分計、血圧計、睡眠計、タイマー、温湿度計）などの製造・販売