



ニュースリリース

2024年9月19日

魚離れ、「食べたいけど食べられない」がホンネ!?

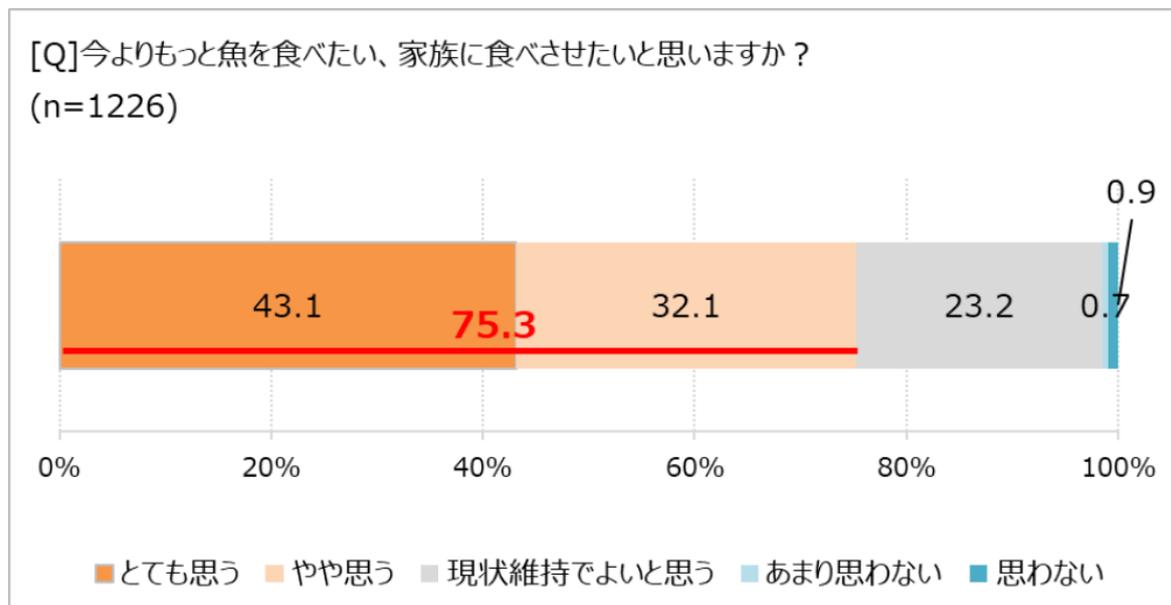
「ほぼ1000人にききました」が調査結果を発表。

～子どもの魚嫌いの意外な要因も判明?～

くらしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ1000人にききました」。水産庁が発表した『水産白書』によると、2022年度の魚介類の1人当たりの消費量が1960年の調査開始以来最低に。魚離れが叫ばれて久しいものの実際のところはどうなのかを、オレンジページが国内在住の成人女性1226人に調査。ふだんどのくらい食べているかや、魚を食べる頻度がなかなか上がらない理由などが明らかになりました！

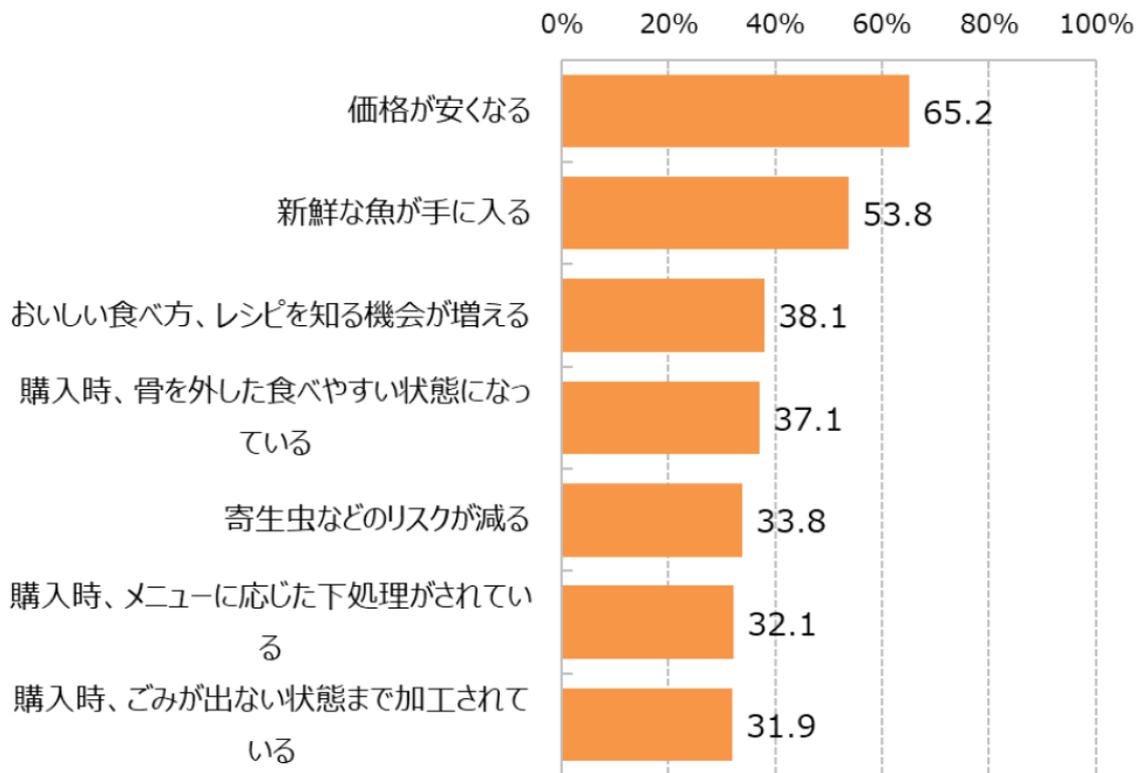
【ダイジェスト】

魚を食べてはいるけど頻度は低め。「もっと」へのハードルは値段の高さ
人気なのは通年手ごろな価格で買って、食べ方のバリエーションが豊富な魚
子どもの魚の好き嫌いは、家庭での夕食のスタイルに関連あり?



[Q]どのようになれば、もっと魚を食べたいと思いますか？

(n=1226・複数回答のうち上位7項目)

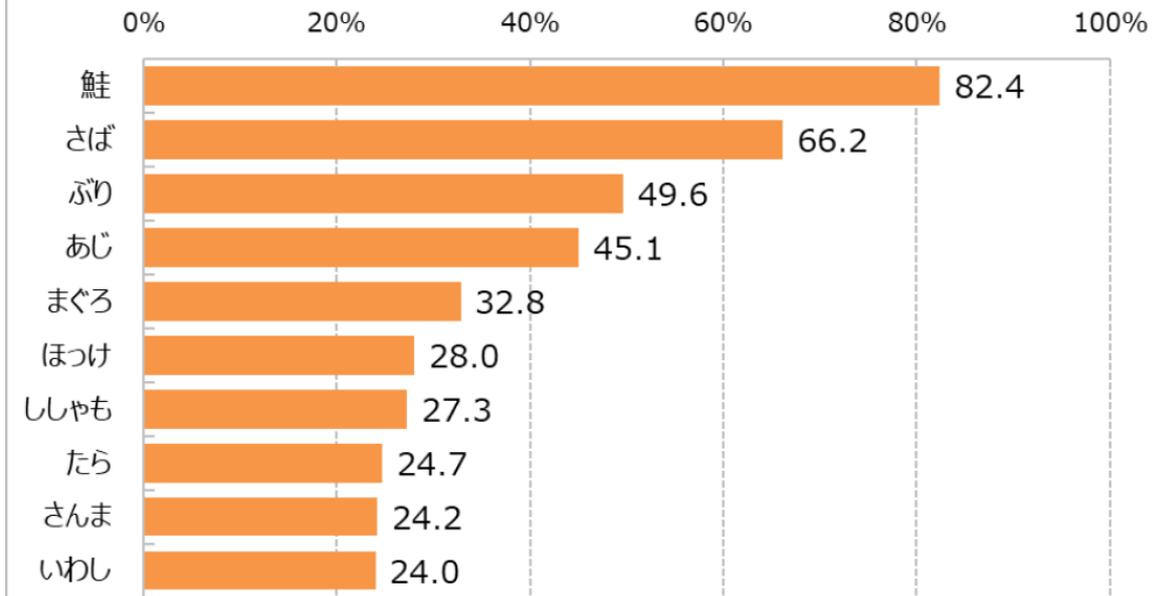


魚を食べてはいるけど頻度は低め。「もっと」へのハードルは値段の高さ

家で調理したもの、中食、外食を問わず魚を食べる頻度で最も多かったのは「週に1~2日」で42.4%。「週に1日以上」の人は合計で82.5%と高い割合ですが、「週に3日以上」になると、途端に40.1%と半数以下に。家庭での魚の調理の頻度も、「週1日以上」の合計は73.7%ですが、「週3日以上」だと32.3%にダウンします。一方で、もっと魚を食べたい、家族に食べさせたいと思う人は75.3%と多数。「魚は栄養価が高い／体にいい・健康にいい」ので「積極的にとりたい」という人は9割を超えていて、魚に対する評価は高いといえます。しかしその反面、3年前と比べて魚を食べる頻度が上がったという人は2割止まりで、6割近い人は「変わらない」と回答。どうなったらもっと魚を食べたいかでは「価格が安くなる」65.2%がトップで、値段の高さが食べる頻度が上がらない要因の一つになっているもよう。「魚の値段がどんどん高くなり、頻繁に食べられなくなった」(30代・ゲコ助)といった切実な声もありました。

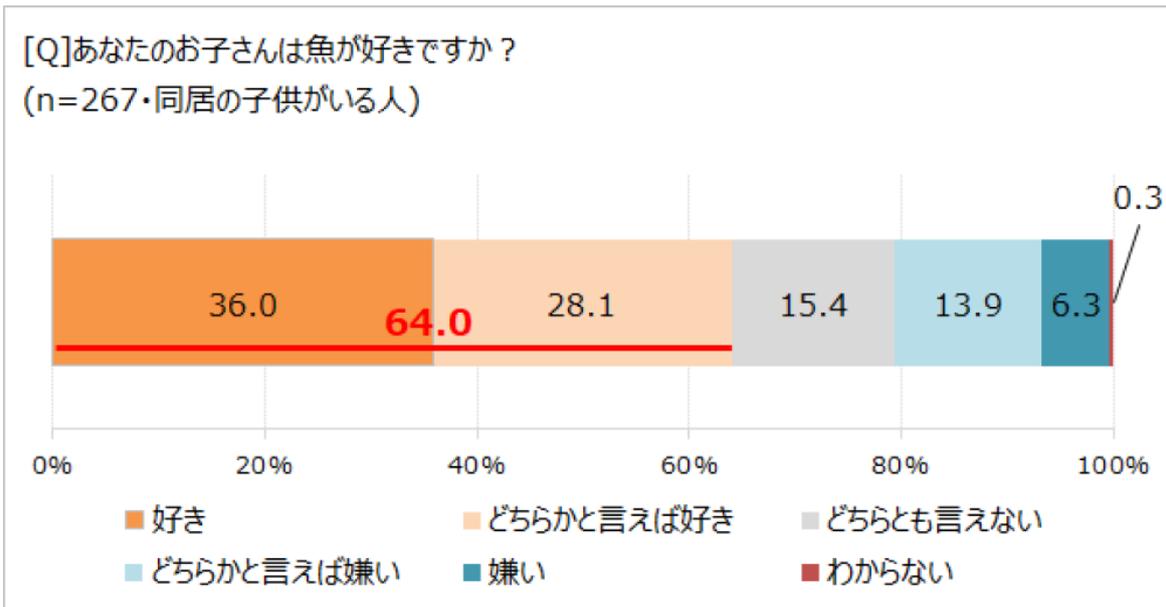
[Q]自宅をよく調理する魚を教えてください。

(n=1145・自宅で魚を調理する人・複数回答のうち上位10項目)



人気なのは通年手ごろな価格で買って、食べ方のバリエーションが豊富な魚

家でよく調理する魚は複数回答で「鮭」が82.4%と断然トップ。2位は「さば」66.2%、3位は「ぶり」49.6%でした。それぞれを選ぶ理由としては「鮭は一年じゅう安価で手に入りやすく、調理もしやすい。味も家族全員が好きなので」(50代・Sun)、「鮭は焼き魚、ホイル焼き、ムニエルなどアレンジしやすい」(40代・まほみ)、「魚は高価だが、さばは其中でお値打ちなほうで購入しやすい。栄養も豊富で、焼いたり煮つけたりしておいしく食べられる」(50代・みいこ)、「ぶりのあらのパックはたくさん入っていて安いし、だしがよく出ておいしい」(30代・mom)など、価格の手ごろさや食べ方の豊富さを挙げる回答が目立ちました。ちなみに魚を買う時に重視する点でも、1位の「鮮度」61.1%に次いで「価格の安さ」56.2%が2位、「調理のしやすさ」47.8%が3位となり、やはり安さや調理のしやすさが魚選びの大事なポイントになっているようです。



[Q]ふだんの夕食のスタイル×子どもの魚の好き嫌い (n=267・同居の子どもがいる人)		全体	好き	どちらか と言え ば好き	どちらと も言え ない	どちらか と言え ば嫌い	嫌い	わか ら ない	「好き」 計	「嫌い」 計
全体		(267)	36.0	28.1	15.4	13.9	6.4	0.4	64.0	20.2
ふだん	家族そろって食べる人が多い	(148)	35.1	31.1	15.5	13.5	4.7	0.0	66.2	18.2
の夕食	親またはパートナーのどちらかと子どもが いっしょに食べる人が多い	(67)	34.3	28.4	14.9	14.9	7.5	0.0	62.7	22.4
のスタ	それぞれのタイミングで別々に食べる ことが多い	(48)	37.5	18.8	16.7	14.6	10.4	2.1	56.3	25.0
イル	その他	(4)	75.0	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0

子どもの魚の好き嫌いは、家庭での夕食のスタイルに関連あり？

「子どもが魚を食べてくれない」という話はよく耳にしますが、今回の調査では、子どもがいる人の 64.0% が自分の子どもは魚が「好き」と回答しています。そして子どもの魚嫌いと関連がありそうなのが夕食のとり方。「家族そろって食べる」人に比べて、「家族それぞれが別々に食べる」人は、子どもが魚を「嫌い」と答えた割合が約 7 ポイント高いという結果に。できるだけ家族そろって食事をとることが、子どもの魚嫌いを克服する一つの手といえるかもしれません。なお、「子どもに魚を食べさせるための工夫」の1位、2位は、「子どもが好きな魚を選ぶ」51.3%、「(フライなど)子どもが喜ぶ調理法でつくる」39.0%。具体的な工夫としては、「淡白な味の魚を選んで、子どもが好きな味つけにする」(40代・リンツ)、「刺身をいろいろ買って、子どもが自分で選んで海鮮丼をつくれるようにしています」(40代・ゆなてい)などのコメントが見られました。

「現代人は魚を食べなくなった」といわれていますが、じつは魚が嫌いなわけではなく、今回の調査でも「魚が好き」と答えた人は 82.5%。栄養面や健康面でも魚をプラスに評価していて、価格の高騰により、魚を食べたくても食べられないという実情が明らかになりました。世界的な魚の需要増や、気候変動による漁獲量減少などで、今後も魚に手を出しづらい状況が続く可能性は否めません、これまで流通にのせられていなかった「未利用魚」の活用がもっと広がるなどして、魚全体の価格が落ち着くとよいですね。

●調査対象:オレンジページメンバーズ・国内在住の20歳以上の女性(有効回答数1226人)

●調査方法:インターネット調査

●調査期間:2024年7月19日～7月26日

●「ほぼ1000人にききました」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまな暮らし情報・暮らし体験によってはぐくまれた生活感度の高い読者が数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めて、「暮らしのリアル」な数字、リアルな声を集めたのが「ほぼ1000人にききました」企画です。WEB上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊39周年を迎えた生活情報誌。30～40代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。

この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

次の暮らしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp