NEWS RELEASE

報道関係各位

2026 年 10 月 14 日

株式会社ニチレイフーズ

＜全国から揚げ調査 2026＞
から揚げは手づくりから惣菜・冷凍食品に変化!?
から揚げが「好きなおかずランキング」１位を達成！
月 1 回以上の喫食率「宮崎県」が１位！3 位まで九州勢

ニチレイフーズ公式 HP「調査リリース特設サイト」：https://www.nichireifoods.co.jp/research/

株式会社ニチレイフーズ（代表取締役社長：竹永雅彦）は、「から揚げ強化月間」に合わせて、全国の一般生活者14,061名を対象に、「鶏のから揚げ」（以下、「から揚げ」と表記）に関する意識・実態調査『全国から揚げ調査2026』を実施いたしました。（調査時期：2026年8月、調査方法：インターネットによるアンケート調査）

「から揚げ」は65.5%の支持を集め、好きなおかずランキングで6回連続第1位となりました。さらに、喫食ルートでは、2019年と比較すると手作り率が低下する一方、惣菜や冷凍食品の利用率は上昇しており、から揚げの楽しみ方が「作る」から「購入する」スタイルへ変化していることがうかがえます。

また、ホームページやSNS（X）などで「から揚げ調査」を実施し、433人の回答からニチレイが好きで月に１回以上「冷凍食品の唐揚げ」を食べて、「ニチレイを好き」（「大好き」「好き」「まあ好き」と回答した人）な264人の『冷凍食品のから揚げを食べるニチレイファン』の結果もまとめました。

- 全国から揚げ調査2026 -

から揚げは「国民食」！？ 好きなおかずランキング、6回連続No.1！

「餃子」・「ハンバーグ」などを抑え、「から揚げ」が１位。から揚げ好きも8割！から揚げ（65.5%）、餃子（62.5%）、ハンバーグ（62.4%）

2019年と比較し、手作り率は低下、惣菜・冷凍食品・専門店・外食率増加

手作りから揚げは1食あたり423.4円！*1第1位の都道府県は「大分県」518.3円

*1手作りのから揚げを食べている人ベース

「外食店（513.0円）」「専門店（508.9円）」「手作り（423.4円）」「冷凍食品（374.6円）」「コンビニ（325.3円）」

から揚げ月1回以上食べている喫食率*2ランキング、第1位の都道府県は「宮崎県（73.3%）」！

2位は「鹿児島県（72.0%）」「大分県（71.0%）」と九州勢が上位を占めた。喫食個数*3第1位は「福島県（75.89個）」。

*2　から揚げを１ヶ月に１回以上食べている人の割合

*3 聴取したから揚げ喫食頻度に１回で食べる個数を掛け合わせて1ヶ月間平均喫食個数を算出

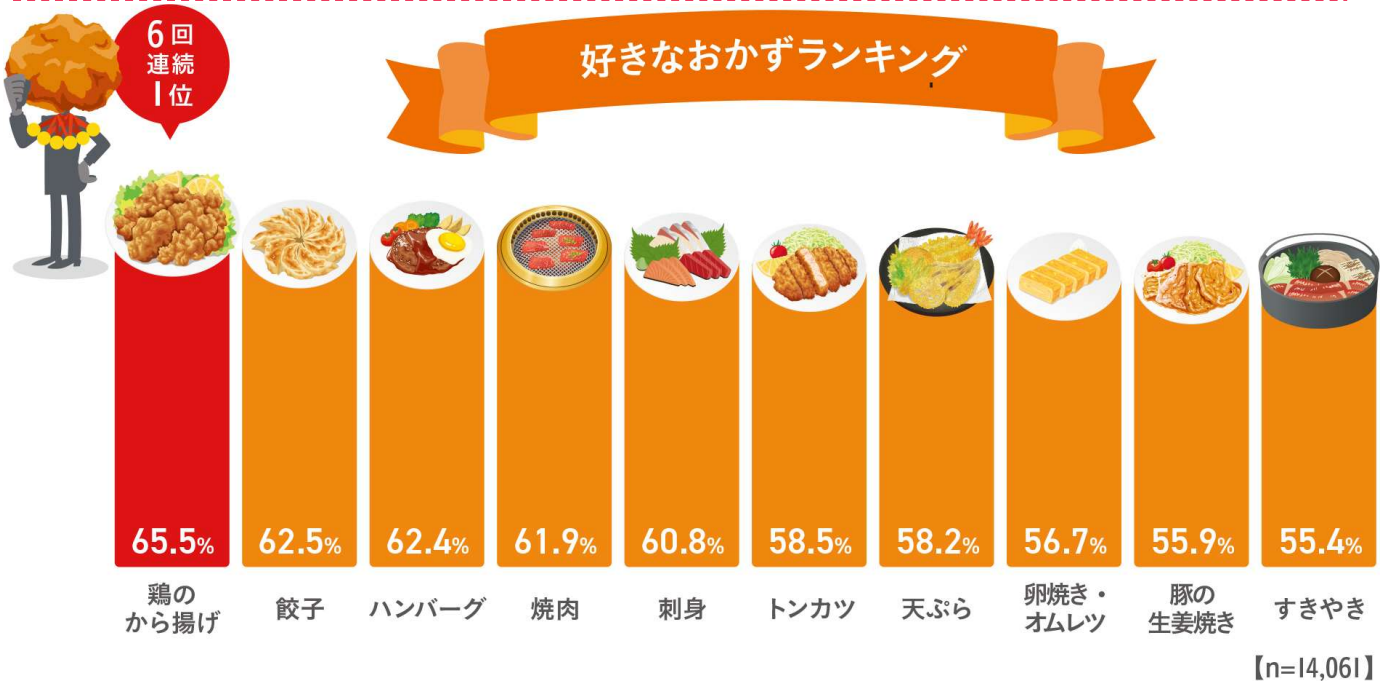
- 冷凍食品のから揚げを食べるニチレイファン -

冷凍食品のから揚げは夕食の米類のおとも！！

- 全国から揚げ調査2026 -

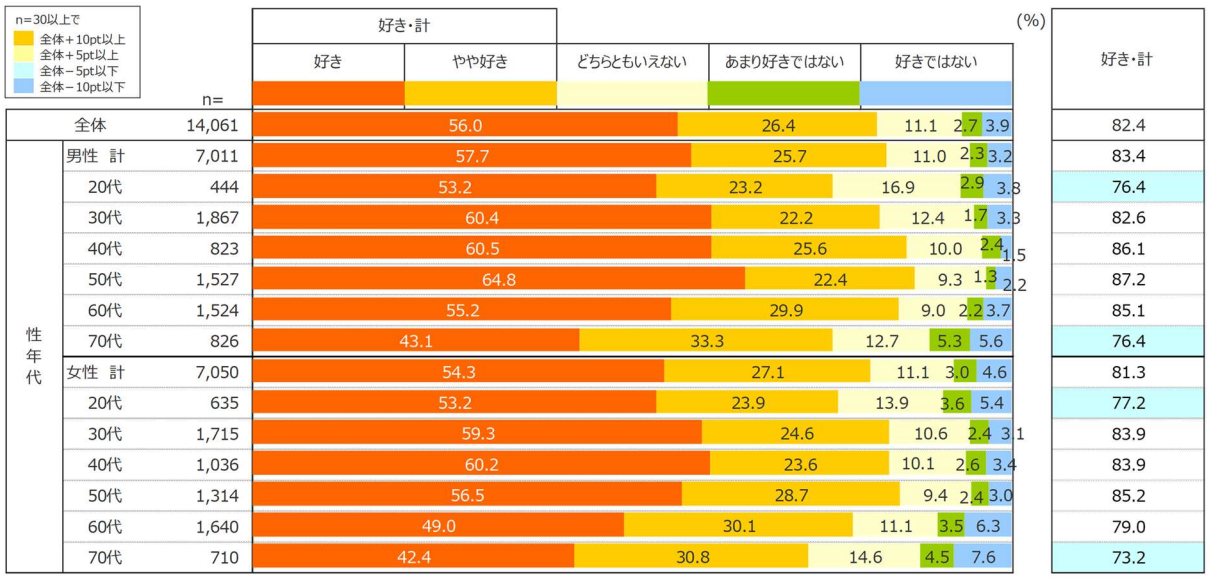
から揚げは「国民食」！？ 好きなおかずランキング、6回連続No.1！

「ハンバーグ」・「餃子」などを抑え、「から揚げ」が１位。から揚げ（65.5%）、餃子（62.5%）ハンバーグ（62.4%）



【n=14,061】

調査回答者に、全 30 品のおかずから好きなものを選択（いくつでも選択可）してもらったところ、全体の 65.5%が「から揚げ」を選択。6 回連続で好きなおかずランキング第 1 位に輝いた。2 位には「餃子(62.5%)」、3 位には「ハンバーグ(62.4%)」がランクイン。

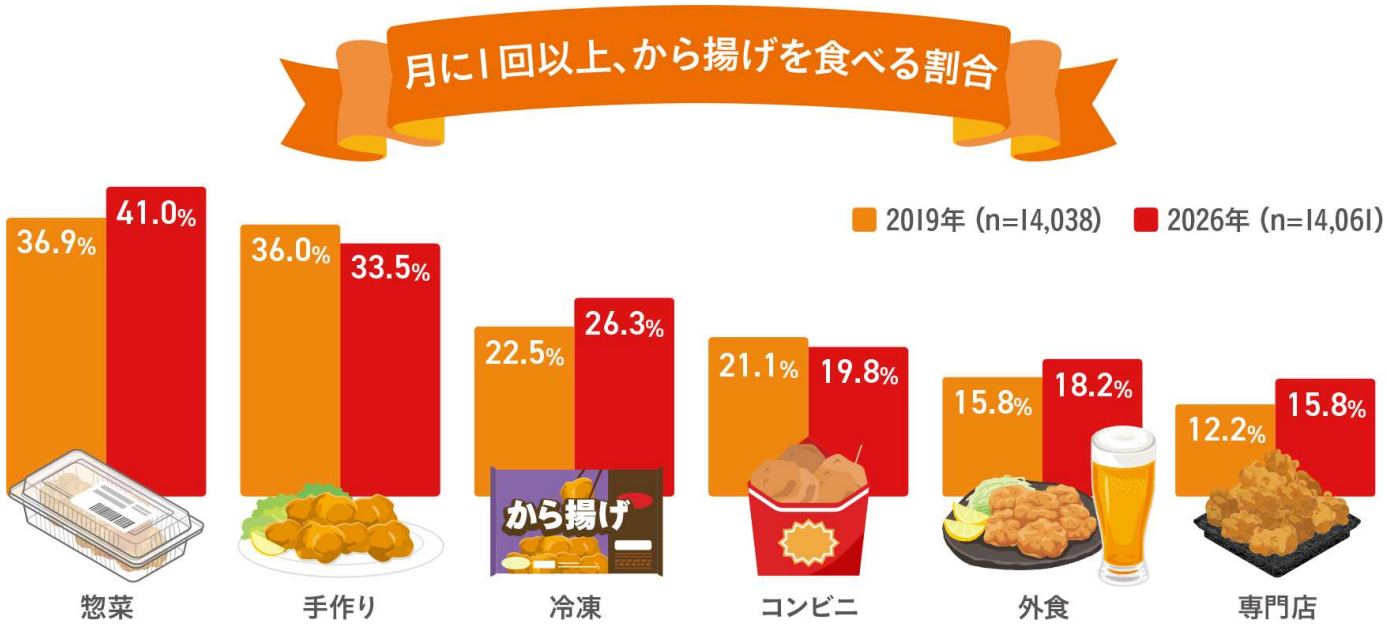


から揚げの好意レベルを聞いたところ、6 回連続で 8 割以上が好きと回答した（「好き(55.0%)」、「やや好き(26.4%)」）。

ただし年代別でみてみると、男女ともに 20 代、70 代、女性 60 代で 7 割と低めの傾向であった。から揚げの好意レベルは高いが、若年や 70 代以上だと少し好意度が下がる傾向がみられた。

- 全国から揚げ調査2026 -

2019年と比較し手作り率は低下、惣菜・冷凍食品・専門店・外食率増加



1ヶ月に1回以上から揚げを食べる人の割合（喫食率）は64.9%と、2025年調査と比べ4.3ポイント下がることが分かった。

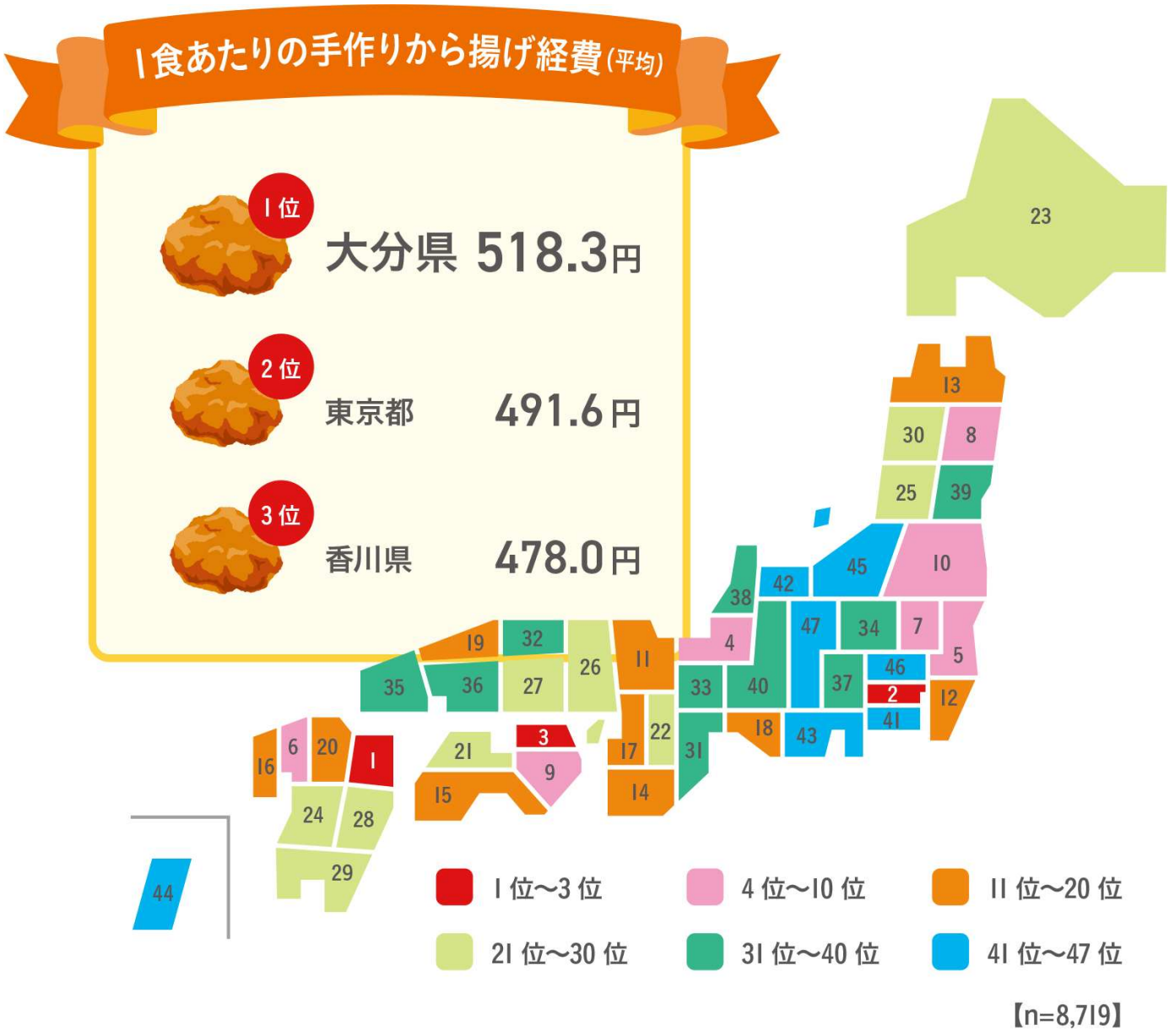
1ヶ月以内のから揚げ喫食率をルート別でみると、「惣菜（41.0%）」と最も多く、次いで「手作り（33.5%）」「冷凍食品（26.3%）」「コンビニ（19.8%）」「外食（18.2%）」「鶏のから揚げ専門店（15.6%）」であり、どの喫食ルートでも2025年と比較すると減少傾向であった。

ただ、2019年と比較すると「総菜（2019年：36.9%）」で4.2ポイント上昇、「手作り（同：36.0%）」で-2.5ポイント減少、「冷凍食品（同：26.3%）」で3.8ポイント上昇した。から揚げは手作りに代わり、購入したから揚げが増えていることがうかがえる。

- 全国から揚げ調査2026 -

手作りから揚げは1食あたり423.4円！*1第1位の都道府県は「大分県」518.3円

*1 手作りのから揚げを食べている人ベース



手づくりから揚げの価格の都道府県別では、1 位大分県（平均 518.3 円）、2 位東京都（平均 491.6 円）3 位香川県（平均 478.0 円）の順であった。手作りのから揚げへの支出額が高い傾向がみられた。

1 食あたりの価格は、ルート別でみると、最も平均価格が高いのは「外食店」で平均 513.0 円。次いで「専門店（508.9 円）」「手作り（423.4 円）」と続く。 冷凍食品は、平均 374.6 円で 6 種類中 5 番目。最下位は「コンビニ（325.3 円）」。

冷凍食品は手作りよりも低価格となった。

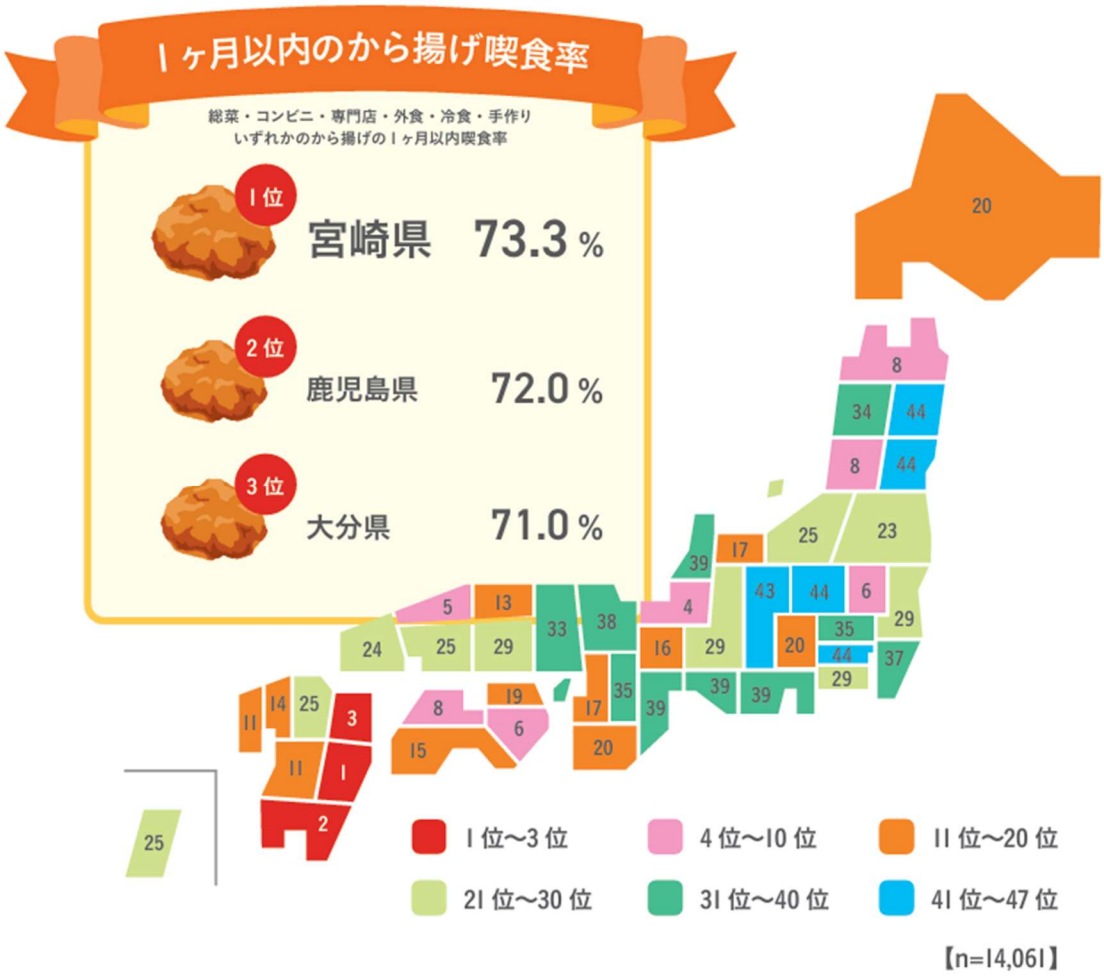
全国から揚げ調査2026-

から揚げ月1回以上食べている喫食率*2ランキング、第1位の都道府県は「宮崎県（73.3%）」！

2位は「鹿児島県（72.0%）」「大分県（71.0%）」と九州勢が上位を占めた。喫食個数*3第1位は「福島県（75.89個）」。

*2　から揚げを１ヶ月に１回以上食べている人の割合

*3 聴取したから揚げ喫食頻度に１回で食べる個数を掛け合わせて１ヶ月間平均喫食個数を算出



から揚げを１ヶ月に１回以上食べている人の割合（喫食率）を都道府県別に調べたところ、最も高い割合だったのは「宮崎県(73.3%)」、次いで「鹿児島県（72.0%）」、次いで「大分県（71.0%）」であった。九州勢が上位を占める結果に。

から揚げを１ヶ月間に食べる平均喫食個数（一人当たり）を推計すると、今年最も多かったのは「福島県(75.89 個)」。次いで「東京都（67.23 個)」「茨城県（66.28 個)」となった。

から揚げの好きな部位をみると、6 回連続で「もも（81.7%）」「むね（44.4%）」。

西日本より南の居住者は「好きな部位」をはっきり回答している人が多く、こだわりが目立った。

- 冷凍食品のから揚げを食べるニチレイファン -

冷凍食品のから揚げは夕食の米類のおとも！



冷凍食品のから揚げを月 1 回以上食べているニチレイファンに「冷凍食品のから揚げをなにと食べているか」という質問では、「米類 88.3%」、「野菜類 42.0%」、「アルコール飲料（36.0%）」の順だった。冷凍食品のから揚げもごはんのおともが断トツ。

冷凍食品のから揚げを月 1 回以上食べているニチレイファンは、冷凍食品のから揚げは、9 割近くが「夕食」でも使用していると回答しており、次いで「昼食」「お弁当」と続き、ごはんのおともに家庭の食卓の主菜としても定着していることがうかがえる。

＜から揚げ強化月間とは＞

2018年より、日本唐揚協会では毎年10月を「から揚げ強化月間」とし、全国のから揚げ専門店やカラアゲニスト、賛同企業・団体と共に、から揚げのさらなる普及、消費拡大に向けた取り組みを行っています。10月は行楽シーズンを始め、から揚げのお弁当利用が最も高い月であること（※）、また「10」の語呂合わせ（じゅわっと、ジューシー）、干支の10番目が「酉」であるなど、から揚げと相性が良い月であることが理由です。

※「食 MAP」におけるから揚げ（お弁当おかず）の TI 値 No.1（2018 年、ニチレイフーズ調べ）
食 MAP 及び TI 値は株式会社ライフスケープマーケティングの登録商標。（TI…Table Index の略。1000 食卓当たりのメニューの出現数

調査 1
［調査概要］
名称 ：食品に関する調査
調査期間：2026 年 8 月 18 日～31 日
調査対象：全国の 20～79 歳 の男女（14,061 名）
調査方法：インターネットによるアンケート調査

調査 2
名称 ：「唐揚げ」アンケート
調査期間 ：2026 年 8 月 27 日(木)～9 月 7 日(月)
調査対象 ：ニチレイフーズ公式サイトや SNS（X など）経由でアンケートに回答した人で、 ニチレイが好きで月に 1 回以上「冷凍食品の唐揚げ」を食べて、「ニチレイを好き」（「大好き」「好き」「まあ好き」と回答した人）264 人
調査方法 ： インターネットによるアンケート調査
回答者数 ：433 人

※小数点以下を四捨五入しているため、また、複数回答の結果を参照している場合があるため、合計しても 100%にならない場合があります。

※**調査結果をご利用いただく際は必ず「ニチレイフーズ調べ」と明記ください。**

■このリリースに関するお問い合わせや取材、資料、詳細なデータをご希望の方は下記までご連絡ください■
株式会社ニチレイフーズ 経営企画室 ブランドコミュニケーション部 広報・ＣＳＲグループ
E-mail: N1010X088@nichirei.co.jp