

2005年11月8日

四国四県の県民に聞く「あなたが最も好きな麺類を教えてください」
四国の代表食「うどん」が第1位
～国民食である「ラーメン」は四国地方では好きな麺類第2位に～

朝日生命保険相互会社（社長：藤田 譲）では、東四国支社（支社長：東家明法）・松山支社（支社長：内山正浩）・高知支社（支社長：松本知一）において、四国四県（香川県・徳島県・愛媛県・高知県）にお住まいの方2,000名（男性：702名、女性：1,298名）を対象として、「あなたが最も好きな麺類を教えてください」というテーマでアンケート調査を実施いたしました。

本アンケート調査は、四国四県にお住まいのお客様の声を集計し、「四国」および「四国の食文化」について全国的にアピールすることを目的としています。

アンケート調査の結果、四国の代表食である「うどん」が総合第1位(44.5%)、今や国民食でもあり、四国地方のご当地ラーメンである徳島県の「徳島ラーメン」や高知県の「鍋焼きラーメン」を含む「ラーメン」が第2位(29.0%)、「そうめん」が第3位(8.9%)となりました。各県別に見てみると、高知県を除く三県（香川県・徳島県・愛媛県）では、四国の代表食である「うどん」が総合第1位、「ラーメン」が2位となる一方、高知県では、「うどん」(2位)を抑え、**四国四県の中で唯一、「ラーメン」が1位**となりました。3位は、香川県・徳島県では「そうめん」、愛媛県では「パスタ」、高知県では「そば」となりました。

なお、今回の調査概要・データ等については次ページ以降に記載してあります。

当社では、2004年4月に「生活習慣病保険」「介護終身年金保険」「介護一時金保険」を、2005年4月には「生活習慣病保険（返戻金なし型）」、「女性サポート特約」を発売するなど商品の充実を推進するとともに、生活習慣病予防などの健康に関する小冊子やお客様向けプレゼンテーションビデオの提供も行ってきました。

今後も引き続き、このようなお客様の健康支援等にお役に立てる商品・サービスの充実に向け、様々な取組みを実施していきたいと考えています。

＜四国地方の食文化などについて＞

四国地方の気候は、瀬戸内海側と太平洋側とで異なっており、瀬戸内海に面した北側は、温暖寡雨な水利に恵まれない土地柄から稲作が難しいものの、こうした温暖で雨が少ない気候条件や土壌が小麦の栽培に適していたため、麦作が盛んに行われています。また、瀬戸内海沿岸で生産される塩やイリコ、小豆島で生産される醤油など、味の決め手となる主要な産物が流通しやすい状態にあり、こうした背景から「うどん」作りが盛んとなり、今では四国地方を代表する食べ物になりました。

一方、太平洋に面した南側は日照時間が長く、年平均気温も高い温暖多雨な気候から、高知県では早場米の収穫や、野菜のハウス栽培が行われています。また、「日本最後の清流」と呼ばれている四万十川や吉野川など水量豊富な河川が流れており、そこから引く良質な水が麺類の美味しさを支えています。

四国地方は、高校野球の名門・強豪校が多く、野球を始めとするスポーツが盛んな土地柄といえます。

また、「祭り」も有名で、「阿波踊り（徳島県）」や「新居浜太鼓祭り（愛媛県）」、「よさこい祭り（高知県）」、の四国三大祭りは、大勢の県民が参加し各県内を熱気の渦に巻き込むなど、四国地方は活気に満ち溢れています。

＜調査概要＞

【タイトル】	「あなたが最も好きな麺類を教えてください」
【調査期間】	2005年7月～9月
【調査対象】	四国四県（香川県・徳島県・愛媛県・高知県）在住の各県500名、計2,000名（うち男性702名／女性1,298名）
【調査方法】	以下の2つの方法で調査を実施し、ご回答いただきました。 ・配布したアンケート用紙にご記入いただく方法 ・新聞等でのアンケート企画にご応募いただく方法

＜四国四県のアンケート調査結果＞

**「四国四県の県民が最も好きな麺類」は、第1位：四国の代表食「うどん」、
第2位：「ラーメン」、第3位：「そうめん」**

今回のアンケート調査では、「うどん」が総合で第1位となりました。香川県を始め、四国を代表する「うどん（讃岐うどんなど）」が四国地方全体で親しまれており、かけうどんやぶっかけうどん、釜揚げうどんなど様々な食べ方がなされ、うどんのノド越しや食べやすさ、癖のない味がどの年代にも愛される理由となっているようです。麺類は、主成分である炭水化物が、体内にてエネルギー源となるブドウ糖やグリコーゲンに変性し、他の食べ物と比べて消化吸収が早いこと、エネルギーを補給したい時にはうってつけの食べ物といえ、筋肉だけでなく脳のエネルギー源となり集中力を高める効果があるため、朝食や受験勉強の夜食などにも適しています。

更に、「うどん」のダシには血中のコレステロール値を低下させる効果があるといわれているDHAやEPAなどの栄養成分を多く含んだイリコ（カタクチイワシの煮干）が使われており、うどんは健康食ともいえます。

四国地方では、2005年6月に食育基本法が成立し食育が注目されている現在、食育推進の一環として、「市民講座」で讃岐うどんの手打ち教室（香川県）や手打ちうどん作りの実施（徳島県）など様々な活動が行われています。

第2位は「ラーメン」。総合では「うどん」が1位となりましたが、年代別で見ると30代以下では「ラーメン」が第1位であり、男性・女性別では、男性の回答数が「うどん」に4票差で第2位と、若い年代や男性には「ラーメン」の人气が特に高いといえます。四国地方のご当地ラーメンとしては、徳島県の「徳島ラーメン」、高知県の「鍋焼きラーメン」があります。アンケートの回答を参照すると、様々な種類のラーメンが好きとの支持があり、味のバリエーションが豊かなことも人気の理由なのかも知れません。

- ※ 「徳島ラーメン」：徳島県のご当地ラーメンとして、全国的にも有名で、醤油ベースでこってりとした濃い味に、甘辛く煮込んだ豚ばら肉と生卵がトッピングしてある。
- ※ 「鍋焼きラーメン」：高知県のご当地ラーメンで、親鳥の鶏がらよりだしを取った醤油ベースのスープで、麺は少し硬めの細麺ストレート。そこに、親鳥の肉とねぎ、生卵、ちくわがトッピングされスープが沸騰した状態で土鍋に入って出される。

第3位は「そうめん」。四国地方の暑い夏を乗り切るにはやはり冷たい「そうめん」が適しているようです。四国地方には、小豆島の名産物「小豆島そうめん」（香川県）や、麺の太さが特徴的な「半田そうめん」（徳島県）、鯛を丸ごと一匹盛り付ける豪華な「たいそうめん」（愛媛県）などのご当地「そうめん」があります。手延べそうめんの製造工程は、小麦粉を練り合わせた後、植物油を塗布しながら順次引き伸ばして丸棒状の麺にします。細く仕上げるために何度も「より」をかけるこの工程は、鎮痛作用や血圧低下、胃液の分泌作用があるグルテンを多く作り出すので、実は、「そうめん」は栄養価が高い食品といえます。

「そば」が第4位にランクイン。「そば」はそば粉を精製せずに全粒として利用するため、栄養価が非常に高い食べ物です。タンパク質や体力低下・イライラの解消に効果的なビタミンB1、皮膚や粘膜を健康に保つ作用のビタミンB2が穀物の中で一番含まれています。また、人間の体内では生成することが出来ず、栄養分として摂取しなければならない必須アミノ酸（トリプトファンやリジンなど）も多く含まれています。徳島県では、祖谷山村の「祖谷そば」が郷土料理として親しまれています。

第5位にランクインした「パスタ」は、様々なソースや具材などバリエーション豊かに美味しく食べることができ、かつヘルシーであることが決め手となった方が多かったようです。パスタの成分は70%以上を糖質が占めており、糖質が体内にて変化したグリコーゲンは、体内での消費スピードが速く、蓄積されにくい上に、脂肪を分解する働きを持っています。また、パスタの原料であるデュラム小麦は、食物繊維や日本人に不足がちな鉄分・カルシウムが多く含まれているので栄養バランスがよく、さらに食後の血糖値上昇を防ぐので糖尿病の患者にはよい食品とされています。パスタに使われる食材には動脈硬化を防ぐ働きのあるオリーブオイルやEPA、DHAの成分を含む魚介類、ビタミンA・ビタミンCや今話題のリコピンの成分を含むトマトなどが使用されているので、ヘルシーな食べ物です。

＜四国各県 アンケート調査結果＞

■ ＜香川県＞ 香川県在住の計 500 名（うち男性：183 名 女性：317 名）

～本命、香川県の代表食「うどん」が第1位、半数以上の方が「うどん」と回答、「ラーメン」は第2位～

香川県の代表食である「うどん」が半数以上の票(56.0%)を獲得し総合第1位になりました。「うどん」に続き「ラーメン」が第2位(15.4%)、小豆島の名産物「小豆島そうめん」を含む「そうめん」が第3位(11.2%)。また、「そば」が第4位(7.2%)、「パスタ」が第5位(6.8%)にランクインしました。

■ ＜徳島県＞ 徳島県在住の計 500 名（うち男性：173 名 女性：327 名）

～「うどん」が第1位、ご当地ラーメン「徳島ラーメン」を有する「ラーメン」は惜しくも第2位～

「うどん」が総合第1位(48.0%)に、徳島県のご当地ラーメンであり、全国的にも有名な「徳島ラーメン」を含む「ラーメン」は第2位(24.0%)となりました。ご当地そうめんである「半田そうめん」を含む「そうめん」が第3位(13.8%)、郷土料理「祖谷そば」を含む「そば」は第4位(7.4%)、パスタが第5位(3.8%)とランクインしました。

■ ＜愛媛県＞ 愛媛県在住の計 500 名（うち男性：178 名 女性：322 名）

～「うどん」が第1位、男性に人気の「ラーメン」が第2位～

「うどん」が総合第1位(44.2%)に、男性に人気の高かった「ラーメン」が第2位(31.6%)、女性で支持を集めた「パスタ」(9.4%)が第3位となりました。続いて「そば」が第4位(5.8%)、ご当地そうめんである「たいそうめん」を含む「そうめん」が第5位(4.6%)とランクインしました。

■ ＜高知県＞ 高知県在住の計 500 名（うち男性：168 名 女性：332 名）

～四国で唯一「ラーメン」が第1位、「うどん」は第2位～

「ラーメン」が四国四県の中で唯一、総合第1位(45.0%)になりました。四国の代表食である「うどん」は第2位(29.8%)、「そば」が第3位(12.2%)となりました。名物の「ツガニ汁」に入れて食べることも多い「そうめん」は第4位(6.0%)、「パスタ」は第5位(4.4%)にランクインしました。

<調査データ>

■総合順位

順位	四国四県合計			香川県			徳島県			愛媛県			高知県		
	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%
1位	うどん	890	44.5%	うどん	280	56.0%	うどん	240	48.0%	うどん	221	44.2%	ラーメン	225	45.0%
2位	ラーメン	580	29.0%	ラーメン	77	15.4%	ラーメン	120	24.0%	ラーメン	158	31.6%	うどん	149	29.8%
3位	そうめん	178	8.9%	そうめん	56	11.2%	そうめん	69	13.8%	パスタ	47	9.4%	そば	61	12.2%
4位	そば	163	8.2%	そば	36	7.2%	そば	37	7.4%	そば	29	5.8%	そうめん	30	6.0%
5位	パスタ	122	6.1%	パスタ	34	6.8%	パスタ	19	3.8%	そうめん	23	4.6%	パスタ	22	4.4%

■男性・女性別順位

●男性順位

順位	四国四県合計			香川県			徳島県			愛媛県			高知県		
	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%
1位	うどん	279	39.7%	うどん	104	56.8%	うどん	72	41.6%	ラーメン	78	43.8%	ラーメン	99	58.9%
2位	ラーメン	275	39.2%	ラーメン	40	21.9%	ラーメン	58	33.5%	うどん	70	39.3%	うどん	33	19.6%
3位	そば	59	8.4%	そうめん	15	8.2%	そば	18	10.4%	そうめん	13	7.3%	そば	20	11.9%
4位	そうめん	52	7.4%	そば	13	7.1%	そうめん	15	8.7%	そば	8	4.5%	そうめん	9	5.4%
5位	パスタ	19	2.7%	パスタ	7	3.8%	パスタ	4	2.3%	パスタ	5	2.8%	パスタ	3	1.8%

●女性順位

順位	四国四県合計			香川県			徳島県			愛媛県			高知県		
	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%
1位	うどん	611	47.1%	うどん	176	55.5%	うどん	168	51.4%	うどん	151	46.9%	ラーメン	126	38.0%
2位	ラーメン	305	23.5%	そうめん	41	12.9%	ラーメン	62	19.0%	ラーメン	80	24.8%	うどん	116	34.9%
3位	そうめん	126	9.7%	ラーメン	37	11.7%	そうめん	54	16.5%	パスタ	42	13.0%	そば	41	12.3%
4位	そば	104	8.0%	パスタ	27	8.5%	そば	19	5.8%	そば	21	6.5%	そうめん	21	6.3%
5位	パスタ	103	7.9%	そば	23	7.3%	パスタ	15	4.6%	冷麺	11	3.4%	パスタ	19	5.7%

■年齢別順位

●年齢別1位種類

年代	四国四県合計			香川県			徳島県			愛媛県			高知県		
	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%
10代以下	ラーメン	25	43.9%	うどん	7	58.3%	うどん／ ラーメン	各3	33.3%	うどん	4	50.0%	ラーメン	18	64.3%
20代	ラーメン	117	44.5%	うどん	24	44.4%	ラーメン	28	44.4%	ラーメン	36	46.8%	ラーメン	39	56.5%
30代	ラーメン	166	38.6%	うどん	52	50.5%	ラーメン	32	42.1%	うどん	56	38.6%	ラーメン	61	57.5%
40代	うどん	188	50.1%	うどん	53	55.2%	うどん	46	56.1%	うどん	54	52.4%	ラーメン	37	39.4%
50代	うどん	250	49.4%	うどん	81	59.6%	うどん	81	51.3%	うどん	50	50.5%	ラーメン	47	42.7%
60代	うどん	124	50.8%	うどん	37	60.7%	うどん	42	60.9%	うどん	23	41.1%	うどん	22	37.9%
60代超	うどん	69	55.2%	うどん	26	68.4%	うどん	24	60.0%	うどん	11	91.7%	ラーメン ／そば	各10	28.6%

●年齢別2位種類

年代	四国四県合計			香川県			徳島県			愛媛県			高知県		
	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%	種類	人数	%
10代以下	うどん	17	29.8%	ラーメン／ そうめん	各2	16.7%	そうめん	2	22.2%	ラーメン	2	25.0%	うどん／ パスタ	各3	10.7%
20代	うどん	80	30.4%	ラーメン	14	25.9%	うどん	23	36.5%	うどん	23	29.9%	うどん	10	14.5%
30代	うどん	162	37.7%	ラーメン	23	22.3%	うどん	21	27.6%	ラーメン	50	34.5%	うどん	33	31.1%
40代	ラーメン	104	27.7%	ラーメン	18	18.8%	ラーメン	19	23.2%	ラーメン	30	29.1%	うどん	35	37.2%
50代	ラーメン	117	23.1%	そうめん	19	14.0%	そうめん	28	17.4%	ラーメン	30	30.3%	うどん	38	34.5%
60代	そうめん	47	19.3%	そうめん	15	24.6%	そうめん	13	18.8%	そうめん	13	23.2%	ラーメン ／そば	各13	22.4%
60代超	そうめん	21	16.8%	そうめん	7	18.4%	そうめん	8	20.0%	そば	1	8.3%	うどん	8	22.9%

四国四県アンケート調査結果

1位: <「うどん」についてのコメント>
こしのあるうどんを食べると幸せな気分になる。喉ごしが良い。また、一年中食べることができる。 (徳島県)
お腹にもたれず、あっさり食べられる。(愛媛県)
年齢を重ねる毎にうどんの味が好きになった。日本人としての体の要求だと思います。(高知県)
2位: <「ラーメン」についてのコメント>
春夏秋冬問わず食べたくてしまう。色々な種類があるから。(香川県)
味が濃いのが良く、スープまでおいしい。(徳島県)
3位: <「そうめん」についてのコメント>
小豆島そうめんは、のど越し良く、冷・温・味噌汁でも美味しい。(香川県)
冷やしてもあたためてもグットです。そうめん大好き一家です。(徳島県)
4位: <「そば」についてのコメント>
独特の風味とこしがあって食感がすばらしい。(徳島県)
カラダに良いし、あっさりしている。また、香りもいい。(高知県)
5位: <「パスタ」についてのコメント>
色々なソースや、具材などバラエティーに富んでいるから。(香川県)