

11月7日は「ソースの日」！～全国1,600名を対象にソースアンケートを実施

東は中濃、西はウスター。中国地方で最もよく使われるのはお好み焼きソース！ソース選びの決め手は全世代で「価格」が上位に

- ◆よく使うソースは、東は中濃、西はウスター。中国地方だけは、お好み焼きソースがトップ！
- ◆かけるだけでなく、味付けにも？ 地域によって異なるソースの使い方
- ◆物価高のなか、ソース選びでも「価格」を重視——全世代で上位に
- ◆ソースへの要望にも、健康志向と節約志向
- ◆使い切りやすい容量・賞味期限を求める声も
- ◆圧倒的多数が知らない、ソース＝“ノンオイル”

一般社団法人日本ソース工業会（住所：東京都中央区、会長：石垣幸俊、会員社数：58社）は、11月7日の「ソースの日」を前に、1,600名（全国8地域、男女各100名）を対象にしたソースの使用状況や嗜好等に関する調査を実施しました。主な結果は以下の通りです。（実施時期：2026年9月18日～23日、インターネット調査）

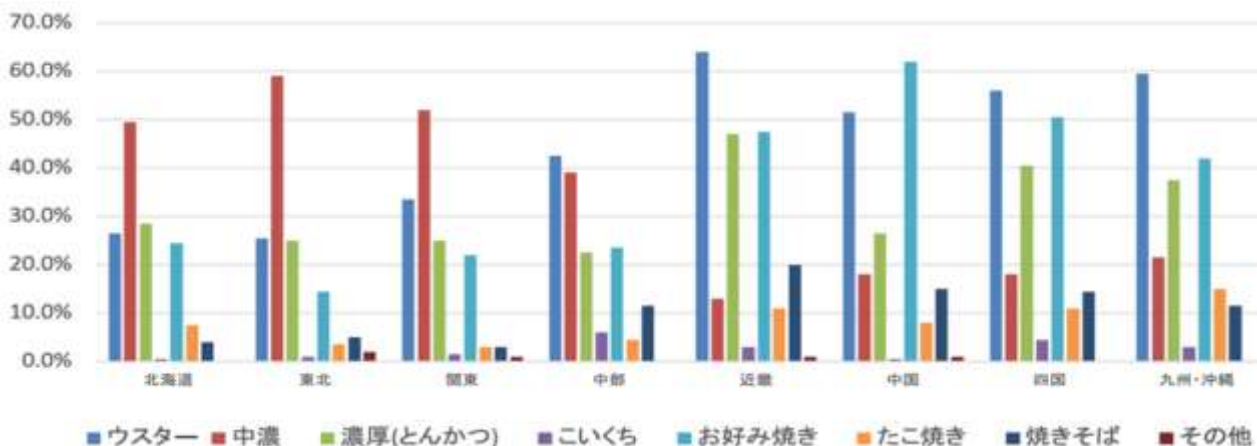
◆よく使うソースは、東は中濃、西はウスター。中国地方だけは、お好み焼きソースがトップ！

全国で自宅にソースを常備している人は80%以上。そのなかで最も多く使用するソースを聞くと、大きく分けて東は中濃ソース、西はウスターソースという結果でした。

また、関東から東では、「ウスター／中濃／濃厚」のトップ3に「お好み焼き」がプラスされるランキングとなっていますが、中部から西では「たこ焼き」や「焼きそば」の存在感が大きい点からも、西日本のソース文化の影響をうかがえます。

特筆すべきが中国地方で、広島風お好み焼きが定番メニューとなっていることから、41.7%の人がお好み焼きソースを最も使うと回答。大阪風お好み焼きで知られる近畿地方の15.6%よりも大きく上回っています。

自宅にあるソース（％）



最も多く使用するソース地域別 (%)

	北海道	東北	関東	中部	近畿	中国	四国	九州
該当数	160	165	154	156	173	168	159	157
ウスター	16.9%	9.7%	18.2%	33.3%	38.2%	30.4%	40.3%	44.6%
中濃	52.5%	63.0%	58.4%	40.4%	8.7%	11.3%	10.7%	13.4%
濃厚	24.4%	19.4%	16.9%	12.8%	32.9%	11.9%	22.0%	22.3%
こいくち	0.6%	0.6%	0.0%	5.1%	0.0%	0.0%	1.9%	1.3%
お好み焼き	5.0%	2.4%	5.2%	5.1%	15.6%	41.7%	20.8%	15.3%
たこ焼き	0.0%	1.2%	0.6%	0.6%	1.7%	0.6%	1.3%	1.3%
焼きそば	0.6%	1.2%	0.0%	2.6%	2.3%	3.0%	3.1%	1.9%
その他	0.0%	2.4%	0.6%	0.0%	0.6%	1.2%	0.0%	0.0%

◆かけるだけでなく、味付けにも？ 地域によって異なるソースの使い方

どのようなメニューや食材にソースを使用しているかを聞いたところ、「とんかつ」「コロッケ」「お好み焼き」といった定番に加え、「ハンバーグ」や「キャベツ」「カレーライス」と、多種多様な回答が得られました。地域別に見ると「焼きうどん」にソースを使うと回答した人は中国地方で、「野菜いため」では九州・沖縄地方で最も多くなりました。こうしたメニューへの使用から、調理の際の味付けにもソースが活用されている可能性がうかがえます。

意外なところでは、「天ぷら」にソースを使う人が多いのが西日本。東日本では「天ぷら×ソース」の組み合わせそのものが、想定外かもしれません。それ以外にも、様々なメニューとソースの組み合わせに、東西の食文化が反映されていると考えられます。

「ソース」を使用することがあるメニュー、食材 (人)

	北海道	東北	関東	中部	近畿	中国	四国	九州・沖縄
とんかつ	154	166	162	144	156	135	146	141
コロッケ	127	132	142	132	124	109	115	115
えびフライ	65	85	65	82	60	39	46	53
カキフライ	62	57	63	62	51	48	38	41
魚フライ	72	66	74	77	65	49	49	66
天ぷら	1	3	6	9	15	17	17	22
お好み焼き	101	92	107	96	130	125	128	120
たこ焼き	75	74	82	70	98	87	94	90
もんじゃ焼き	12	15	24	14	18	11	6	18
焼きそば	69	73	83	103	120	121	123	106
焼きうどん	30	33	41	38	59	75	68	55
血うどん・ちゃんぽん	1	2	5	3	4	6	3	30
肉まん	0	5	7	1	15	5	5	2
目玉焼き	16	17	23	25	19	18	19	19
オムレツ	4	11	8	7	16	11	9	7
ハンバーグ	57	51	46	47	68	47	55	51
ステーキ	9	6	10	4	16	12	13	21
焼肉	6	3	7	6	11	13	10	13
ポテトサラダ	8	20	10	8	6	7	6	3
キャベツ	30	39	31	34	27	14	21	16
野菜いため	11	8	17	17	30	27	20	35
カレーライス	22	19	9	23	28	23	20	21

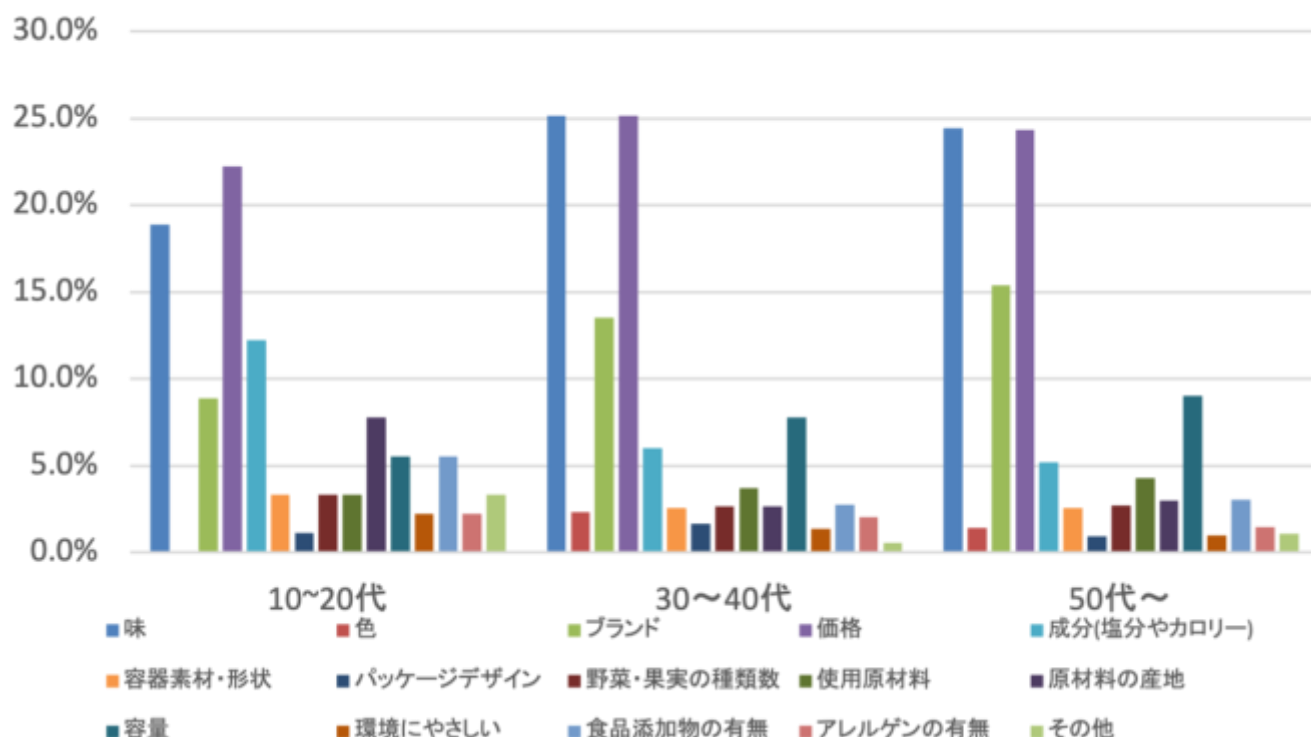
地域差が大きい項目 他の地域に比べて割合が大きい 他の地域に比べて割合が少ない

◆物価高のなか、ソース選びでも「価格」を重視——全世代で上位に

物価高が続くなか、今回の調査では、ソース選びでも価格が重視されていることがうかがえました。購入する際のポイントを聞いたところ、10代～40代では「価格」が1位または同率1位。50代以上でも、トップの「味」との差はわずか0.1ポイントで、全世代で「価格」が上位に挙がっています。2021年10月の同調査では、30代以上は「価格」より「味」を選ぶ回答が多かったのに対し、今回は30代～40代で「価格」と「味」が同率トップとなりました。

一方、価格以外の項目を見ると、10代～20代では「成分」「原材料の産地」を挙げた割合が、ほかの世代よりやや高い結果となりました。

ソースを選ぶポイント（％）



	味	色	ブランド	価格	成分	容器素材・形状	パッケージデザイン	野菜・果実の種類数	使用原材料	原材料の産地	容量	環境にやさしい	食品添加物の有無	アレルゲンの有無	その他
10～20代	18.9%	0.0%	8.9%	22.2%	12.2%	3.3%	1.1%	3.3%	3.3%	7.8%	5.6%	2.2%	5.6%	2.2%	3.3%
30～40代	25.2%	2.3%	13.5%	25.2%	6.0%	2.6%	1.7%	2.7%	3.7%	2.7%	7.8%	1.4%	2.8%	2.0%	0.6%
50代～	24.4%	1.4%	15.4%	24.3%	5.2%	2.6%	0.9%	2.7%	4.3%	3.0%	9.0%	1.0%	3.1%	1.5%	1.1%

1位 2位

◆ソースへの要望にも、健康志向と節約志向

ソースに期待していることや不満に思うことを自由回答で聞いたところ、おいしさや味への期待に加え、減塩や低カロリー、低価格や価格の据え置きを望む声が寄せられました。こうした回答からは、おいさとともに健康への配慮や家計への負担軽減を求める意識がうかがえます。

多かったお声・キーワード抜粋



回答者コメント（抜粋）

●美味しさとヘルシー（減塩など）さを求めています●どんな料理にもあうこと●家族が少ないので、少量の商品を買おうと思う●美味しく安く●おいしさは変わらず、カロリーや塩分が低くなってほしい●可能なら値上げは控えてほしい

◆使い切りやすい容量・賞味期限を求める声も

ソースの容量や賞味期限については、使い切りサイズや少量の商品、長い賞味期限を求める声が寄せられました。また、使用量を調節できる容器や、ソースを使い切れるレシピを望む声もありました。

回答者コメント（抜粋）

●賞味期限が長いとよい●使い切りサイズが欲しい●少量の商品を安価で販売してほしい●使用量を調節できる容器に●ソースを使いきれぬレシピを教えて欲しい

購入する「ソース」の内容量で最も多いもの (%)

	北海道	東北	関東	中部	近畿	中国	四国	九州・沖縄
～200ml	8.5%	15.0%	14.0%	13.5%	10.5%	14.5%	14.0%	16.5%
201ml～300ml	29.0%	31.5%	26.5%	31.5%	27.5%	26.5%	21.5%	34.5%
301ml～400ml	20.5%	13.5%	15.5%	11.5%	15.5%	12.5%	17.0%	14.0%
401ml～500ml	15.0%	17.5%	16.5%	16.0%	23.5%	22.0%	17.0%	10.0%
501ml～	7.0%	5.0%	3.5%	5.0%	8.5%	8.0%	9.0%	3.0%
その他（小袋等）	0.0%	0.0%	1.5%	0.5%	1.0%	0.5%	1.0%	0.5%

購入した商品を使い始めてから使い切るまでの期間 (%)

	全体	10～20代	30～40代	50代～
対象人数	1600	45	455	1100
1か月未満	4.0%	2.2%	5.5%	3.5%
1か月～3か月未満	25.9%	28.9%	22.4%	27.2%
3か月～半年未満	25.9%	15.6%	23.5%	27.3%
半年～1年未満	21.1%	17.8%	22.0%	20.8%
1年以上	10.8%	17.8%	10.5%	10.6%
使いきれず破棄	12.4%	17.8%	16.0%	10.6%

◆圧倒的多数が知らない、ソース＝“ノンオイル”

ソースの原材料には油脂を使用しておらず“ノンオイル”であることを知っているか尋ねたところ、85.6%の人が“知らなかった”と回答しました。2021年の調査でも83.9%が“知らなかった”と回答しており、今回も8割以上が認知していない結果となりました。健康的な食生活にもソースが活躍できることについて、今後もより多くの方に知っていただきたいと考えています。

11月7日は「ソースの日」

2013年より11月7日を「ソースの日」に制定。日本ソース工業会が任意団体として設立されたのが、1947年11月7日であったこと、ウスターソースのエネルギー量が100gあたり「117（イイナ）キロカロリー」（日本食品標準成分表五訂より）であることにちなんだもの。ウスターソース類（ウスターソース、中濃ソース、濃厚（とんかつ）ソース、お好み焼きソース、たこ焼きソース、焼そばソース）の消費拡大事業の一環。

一般社団法人日本ソース工業会について

全国のソースメーカーの業界団体。2026年10月現在、会員社は58社。1977年、ソースの品質向上、消費拡大、製造技術の向上及び原料の安定供給の確保を図り、ソース製造業者の経営の合理化、安定化に資するとともに国民の食生活の改善向上に寄与することを目的として設立。[\(https://www.nippon-sauce.or.jp/\)](https://www.nippon-sauce.or.jp/)

所在地：東京都中央区日本橋小伝馬町15-18 3階

◆お問い合わせ先：一般社団法人日本ソース工業会 事務局 加納／岩野

電話 03-3639-9667 e-mail: info@nippon-sauce.or.jp