

報道関係各位

2026年7月15日
株式会社クロス・マーケティング

食べたい冷やしメニューは「冷製パスタ」「冷やしラーメン」 食欲不振でも食べやすい、体を冷ます、季節感を楽しめる点が魅力

－冷やしメニューに関する調査（2026年）－

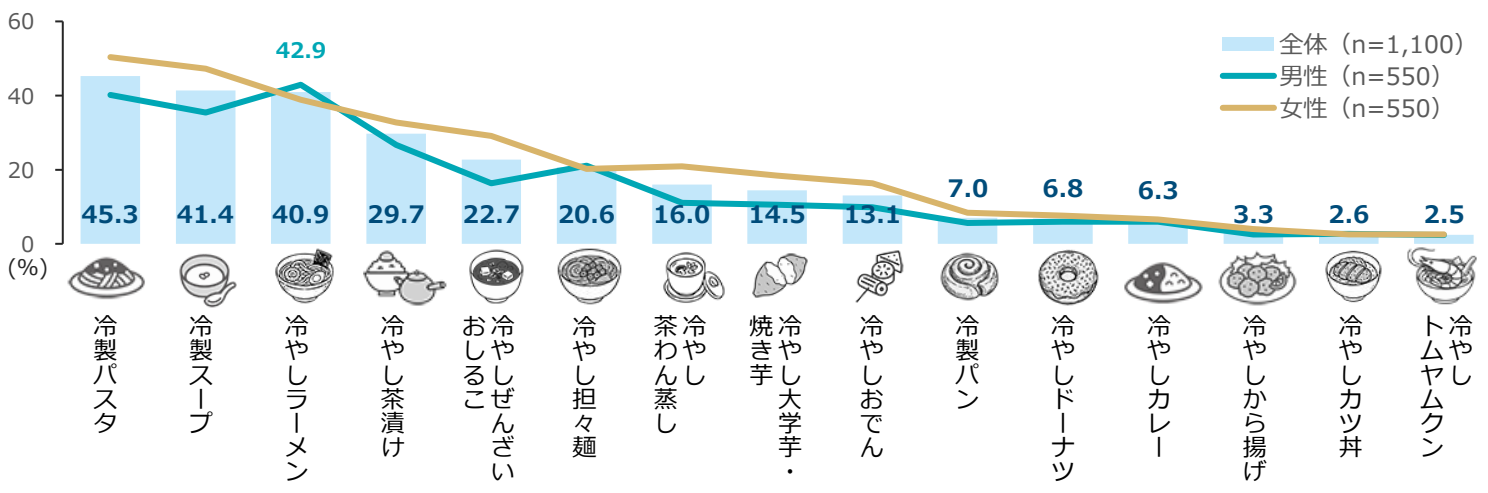
株式会社クロス・マーケティング（本社：東京都新宿区、代表取締役社長兼CEO：五十嵐 幹）は、全国20歳～69歳の男女を対象に「冷やしメニューに関する調査（2026年）」を実施しました。暑さで食欲が落ちやすい季節、普段は温かいメニューをあえて冷やして楽しむ「冷やしメニュー」が注目されています。今回は、見聞きしたことがある・食べてみたい冷やしメニュー、冷やしメニューの魅力、冷やしメニューに関するエピソード、オススメの冷やしメニューについて調査しました。

◆調査結果の続きはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20260715chilledfood>

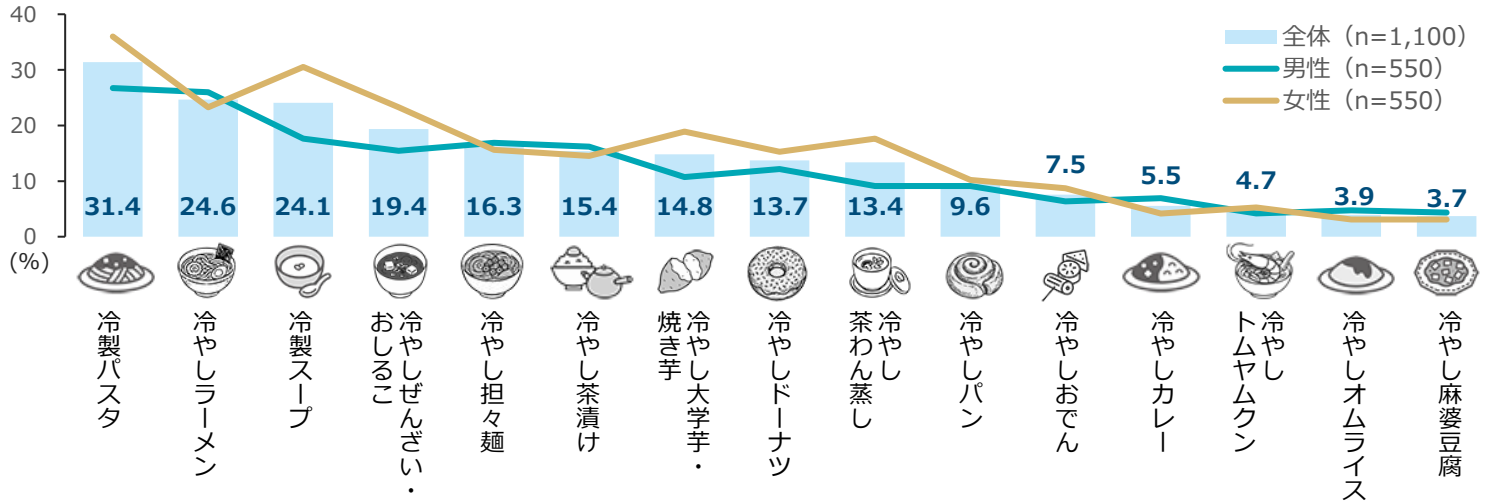
■調査結果

- ✓ 見聞きしたことがある冷やしメニューは、「冷製パスタ」「冷製スープ」「冷やしラーメン」がTOP3で4割以上。男性は「冷やしラーメン」が42.9%で最多。女性は「冷製パスタ」「冷製スープ」「冷やしぜんざい・おしるこ」が男性と比べ10pt以上高い。＜図1＞
- ✓ 食べてみたい冷やしメニューは、「冷製パスタ」が31.4%でTOP。「冷やしラーメン」「冷製スープ」が2割台。女性は、男性よりも食べてみたいメニューが多い。＜図2＞
- ✓ 冷やしメニューの魅力は、「食欲がなくても食べられる」「体の熱を冷ましてくれるように感じる」「季節感を楽しめる」「見た目が涼しそう」が上位。60代は上位4項目が特に高い。＜図3＞
- ✓ 自宅における冷やしメニューに関するエピソードは、「暑い日が続くと同じようなメニューになりがち」といったマンネリ化の悩みがある。女性は加えて「お腹が冷えたり身体が寒くなったりして後悔する」が高い。＜図4＞
- ✓ 食べてみたい・オススメの冷やしメニューは、食欲が増したり、食べやすいもの（おでん、お好み焼き、茶わん蒸しなど）や、調理が簡単なメニュー（生ハムとトマトの冷製パスタ）、食感を楽しむスイーツ系などがあげられた。＜図5＞

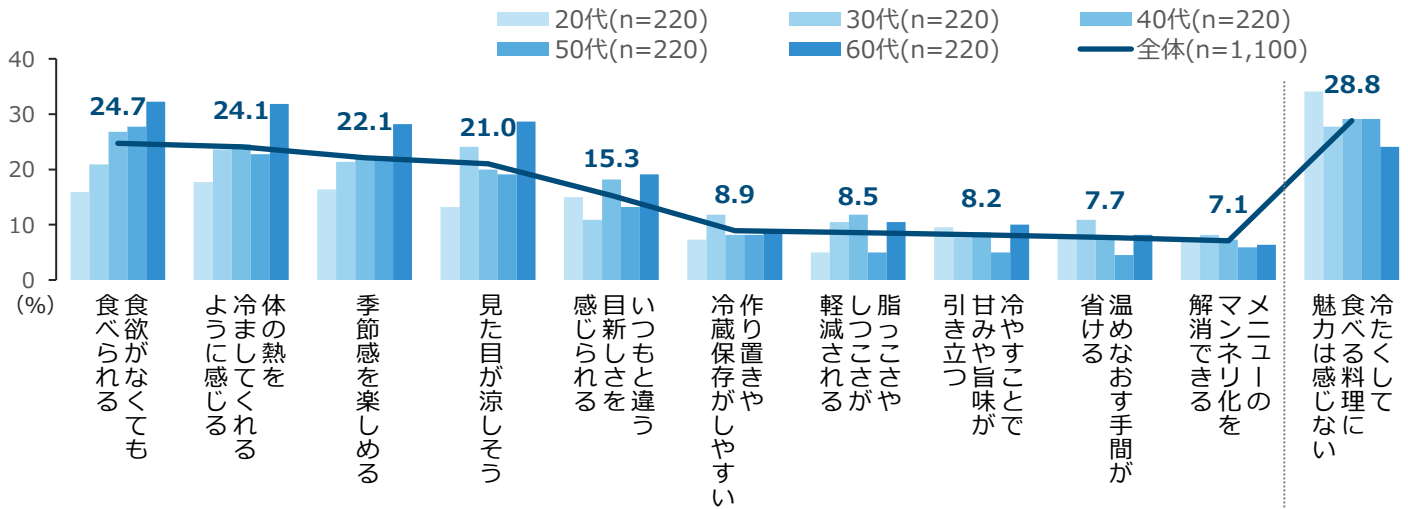
＜図1＞ 見聞きしたことがある冷やしメニュー TOP15（複数回答）



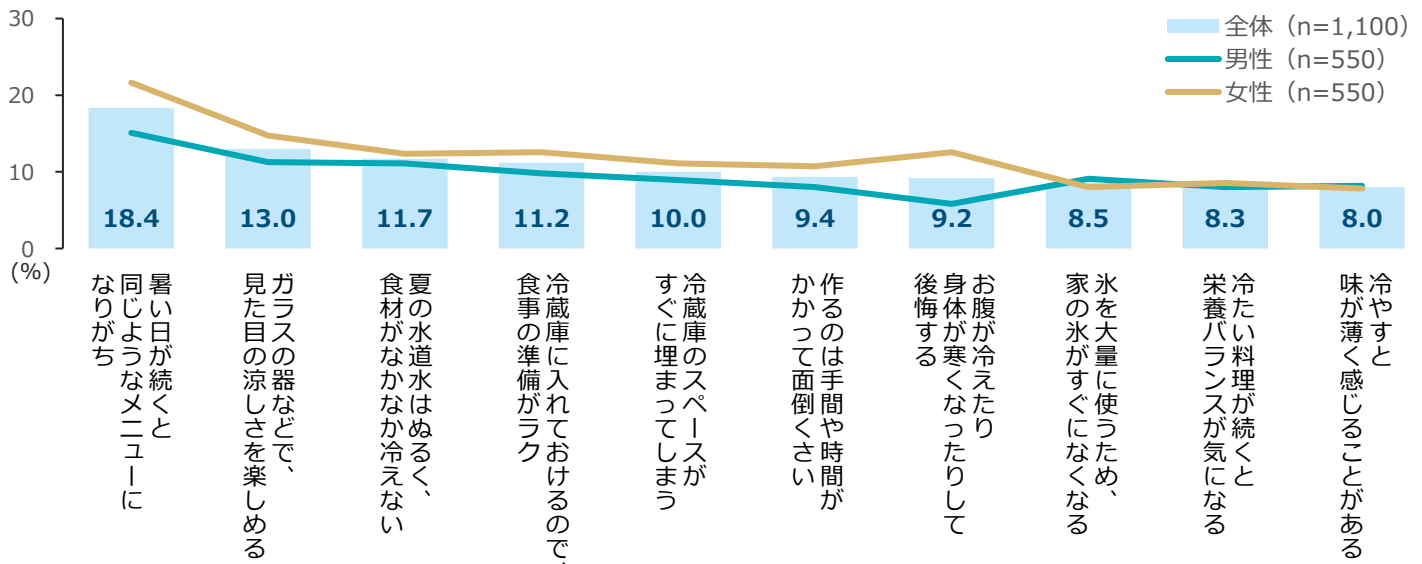
＜図2＞ 食べてみたい冷やしメニュー TOP15（複数回答）



＜図3＞ 冷やしメニューの魅力 TOP10（複数回答）



＜図4＞ 冷やし料理に関して共感するエピソード TOP10（複数回答）



<図5> 食べてみたい・オススメの冷やしメニュー（自由回答抜粋）

- ・おでん：大根が食べやすそう（男性20代）
- ・お好み焼き：食欲が増す（女性50代）
- ・茶わん蒸し：食欲がないときでも食べやすかった（女性30代）
- ・チキン南蛮：酢を多めに入れてもそこまでキツくない（女性50代）
- ・生ハムとトマトの冷製パスタ：具材に火を通さず、茹でてすぐ和えて食べられる（女性40代）
- ・カマンベール：おつまみにぴったり（男性30代）
- ・焼き芋：冷やすとよりねっとりして美味しいから（女性20代）
- ・プリン：凍らすとアイスになる。食べる際のバリエーションを増やせる（女性20代）
- ・クッキー、チョコレート、ドーナツ、タルト類：歯ごたえ、食べ応えがアップする（男性40代）

■ 調査項目

- | | |
|--|--|
| ☐ 属性設問 | ☐ 冷やしメニューの魅力 |
| ☐ 見聞きしたことがある冷やしメニュー | ☐ 冷やし料理に関して共感するエピソード |
| ☐ 食べてみたい冷やしメニュー | ☐ 食べてみたい・オススメの冷やしメニュー |

◆クロス集計表のダウンロードはこちらへ ⇒ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20260715chilledfood>

■ 調査概要

- 調査手法：インターネットリサーチ（クロス・マーケティング セルフ型アンケートツール「QiQUMO」使用）
調査地域：全国47都道府県
調査対象：20～69歳の男女
調査期間：2026年7月10日（金）～11日（土）
有効回答数：本調査1,100サンプル

※調査結果は、端数処理のため構成比が100%にならない場合があります

【会社概要】

- 会社名：株式会社クロス・マーケティング <https://www.cross-m.co.jp/>
所在地：東京都新宿区西新宿3-20-2 東京オペラシティタワー24F
設立：2003年4月1日
代表者：代表取締役社長兼CEO 五十嵐 幹
事業内容：マーケティングリサーチ事業、マーケティング・リサーチに関わるコンサルティング

◆本件に関する報道関係からのお問い合わせ先◆

広報担当：マーケティング部 TEL：03-6859-1192 FAX：03-6859-2275
E-mail：pr-cm@cross-m.co.jp

「引用・転載時のクレジット表記のお願い」

本リリースの引用・転載時には、必ず当社クレジットを明記いただけますようお願い申し上げます。

<例> 「マーケティング・リサーチ会社のクロス・マーケティングが実施した調査によると・・・」