

2025 年11 月 05 日
ウェルネスダイニング株式会社

「お弁当総選挙 2025」“ワクワク No.1”は唐揚げ、“地味だけど最高においしい”はちくわの磯辺揚げ — 世代を超えて受け継がれる“日本の弁当の定番”が明らかに！

ウェルネスダイニング株式会社(本社:東京都墨田区錦糸/代表取締役:中本哲宏)は、お弁当に関する調査を実施しましたのでお知らせいたします。



<調査概要>

ウェルネスダイニング株式会社(本社:東京都墨田区、代表取締役:中本哲宏)は、冷凍宅配食事業を展開する立場から、お弁当がもたらす喜びや記憶をより深く理解するために「お弁当総選挙 2025」を実施しました。

■ 調査結果サマリー

- ✓ テンションが上がるおかず: 1 位 唐揚げ、2 位 エビフライ
- ✓ 地味だけど最高においしいおかず: 1 位 ちくわの磯辺揚げ、2 位 きんぴらごぼう
- ✓ 日本のお弁当といえば?: 1 位 卵焼き、2 位 梅干し
- ✓ 青春時代の思い出のおかず: 1 位 卵焼き、2 位 唐揚げ

今回の調査で見えてきたのは、お弁当が単なる食事ではなく、心のよりどころとして愛されていることです。唐揚げや卵焼きといった“主役おかず”には、頑張る自分や大切な人へのエールが込められ、きんぴらごぼうやひじきの煮物のような“脇役おかず”には、暮らしを支える安心感が宿っています。

調査では「お弁当の主役は唐揚げ」「思い出の味は卵焼き」という声が世代を超えて一致しました。これは単なる好みではなく、“お弁当を通じて共有される感情の記憶”が日本人の心に根づいている証です。

お弁当には、栄養や味わいを越えた「想いを伝える力」「記憶をつなぐ力」がある。便利さが求められる今だからこそ、そうした“食のやさしさ”を見直すことが、心の豊かさを育むのではないのでしょうか。



ウェルネスダイニング株式会社について

「からだ想い、家族想いのあったか健康応援団」を企業理念に掲げ、制限食に特化した気配り宅配食や、嚥下対応のやわらか宅配食の企画・販売を行っています。社内に管理栄養士が常駐しており、食事制限中においても”食の楽しみ”を忘れず、前向きな気持ちになれるようなご提案やサポートを心がけています。

宅配食を購入してもらうことが目的ではなく「健康になってもらうこと」を目的として、商品に関するご相談だけでなく普段のお食事についてのご相談も積極的に承ることで、健康な食生活をトータルサポートすることに努めており、“日本で一番、栄養相談を承る会社”を目指して参ります。

【会社概要】

所在地:東京都墨田区錦糸 1-2-1 アルカセントラル 6 階

代表者:代表取締役 中本 哲宏

設立:2011 年 6 月

電話番号:03-6807-0280

携帯電話:090-6109-1245

メール:sasaki-t@wellness-dining.co.jp

問い合わせ先:佐々木

以上