

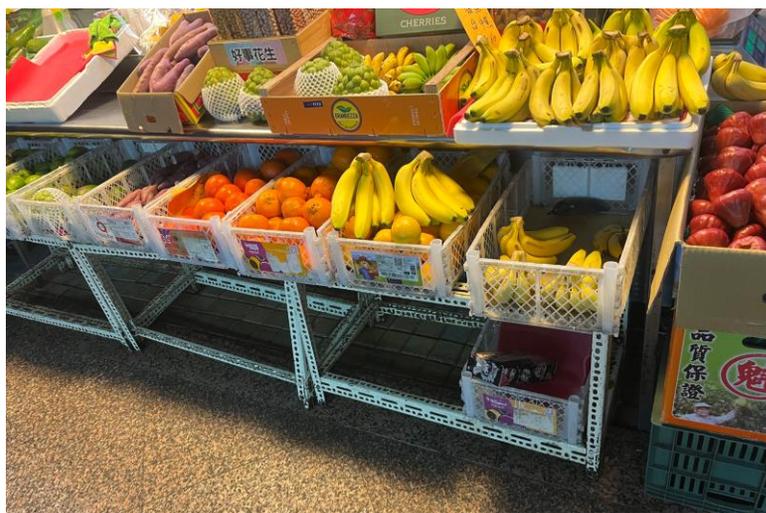
今回のテーマ

台湾の消費者座談会 ～生活の中の日本食～

台湾の食生活について、ニュース記事や様々な媒体・資料等では全体の傾向として「日本食が好き」「外食文化が進み、自炊はあまりしない」「医食同源で健康に気を付ける」「しょっぱいものは苦手」等のような記載を散見するかと思います。

さて実際は、今現在ではどうなのでしょう？そして日本食が人気と一口にいても、様々な種類がある中で、現在はどんなお店が人気があるのでしょうか？

今回は食品の消費活動の主力となる一家の主婦であるグループと、20～30代の独身者のグループ、2つ異なる消費者層による座談会を実施し、最新のリアルな消費者像を探ってみました。



生活に欠かせない伝統市場内にある果物売り場 出所：筆者撮影

グループ1：食品購買の主力、主婦層による座談会



写真左から時計回りに謝さん、林さん（モデレーター）、盧さん、黄さん 出所：筆者撮影

1か月の食費はどのくらい？日本食材はどこで買っている？



林郁青さん（モデレーター）50代。台北出身。カナダ・バンクーバー在住で台湾とカナダを往来している。2人の姉妹の母親。

林さん（以下敬称略）：皆さんは家計を預かる主婦として1か月にどれくらい、食費をかけていますか？（注：2024年1月30日現在1元＝4.74円）

謝さん（以下敬称略）：そうですね。特別豪華な食事をしない月は大体2万円位。お誕生日やお祝い事があつたらもっと高くなる。うちは子供が大きいから外で自分で食べる事が多く夫婦に義父の3人が普段食事をする人数。そこにたまに息子が入る。義父は別で外食することもあるので実際はもう少し多めかも？

黄さん（以下敬称略）：うちは毎日家で食事をするのは義父母と夫婦の4人で1か月4,5万円くらいかな？＋外食に2万円。息子達が帰ってくる時は嫁や彼女も一緒なので人数が多くなる。通常は野菜料理2つに肉と魚料理が1つずつ、それにスープ。よく行く市場のお店から配達してもらってる。

盧さん（以下敬称略）：月によって外食したり拝拝（※1）があつたりするから平均するのは難しいけど1万1千元位でしょうか？

林：日本食材を買うこともある？どんなところで買ってますか？

黄：高島屋や三越等百貨店にあるスーパーですね。卵焼きの素の調味料をよく買います。簡単に美味しいだし巻き卵が作れるから。これにアワビを入れた茶碗蒸しが息子の大好物です。息子の大好物と言えば、もうひとつおでんもありますね。日本の昆布と鰹節でとっただしに大根などたくさんの具をいれる、日本風味の私がつくるおでんが大好きだそうです。

※1：拝拝（バイバイ）。神様や先祖にお供えをしてお祈りする儀式

日本料理ではどんなものを作りますか？

謝：日本食材はSOGOのスーパーでよく買います。うちはたこ焼きをよく作るんですが、紅ショウガ等は日本食材を扱う高級スーパー等にしかなくて。たこ焼き粉もあるのでそれを使って作る時もあります。あとは最近ではDONDONDONKI（※2）によく調味料類を買いに行きます。

林：たこ焼きは家族団らんで楽しめるのでいいですね。たこではなくチーズ等いろいろなものを入れたりして楽しめますね。

盧：うちは上引水産（※3）に行きます。日本食ではすき焼きをよく作るんですが、材料自体はお肉はコストコ、ネギや野菜は伝統市場で買いますね。

林：日本食には魚を使った料理が多いイメージがありますが、私は自宅では魚はあまり買わないし調理しないですね。お刺身は好きなのですが、魚を料理するのが嫌いです。面倒だし、匂いも苦手です。なので外食の時にはよく魚料理を注文します。

黄：うちでは魚料理は必ず食卓にあがる一品ですね。日本人は魚をたくさん食べるから、長生きしているし、美容的にもよいと思う。

盧：私も健康の為に魚を食べています。

※2：DONDONDONKI。ドン・キホーテの台湾での名称。日本食材が豊富に販売されている。

※3：上引水産。日本食材が豊富に売られている高級スーパー。



謝聖芬さん

50代。台北市中山区在住。専業主婦。夫婦二人と義父、息子一人と生活（もう一人の息子はアメリカ在住）

日本食を食べる機会はどんな時？頻度は？今台湾で人気のある日本食は？



盧淑佩さん
50代。台北市北投区在住
パートタイムで会計の仕事している。
夫婦二人暮らし。

林：皆さんに聞いたアンケートによると好きな日本料理はラーメン、丼もの、とんかつ、焼肉、懐石や定食、寿司、刺身、おでん、うなぎ、と多種多様ですね。日本食を食べる機会はどんな時が多いですか？

黄：お誕生日や記念日が多いですね。平日は毎日自宅で、土日に外食することがあります。10回に8回は日本食を選びます。息子達は日本食が大好きなんです。

盧：うちは夫婦2人だから外食頻度は多く週2くらいですね。そのうち半分は日本食レストランに行っています。料理したくないときもあるので（笑）

謝：うちも外食で選ぶのは日本食か台湾料理か火鍋。台湾料理や火鍋を選ぶのは義父の為ですね。お年寄りには暖かいものが好きだから。日本食だとちょっと冷たいおかずも多い印象がありますね。週末に外食することが多いですが1か月に2回くらいは日本食レストランに行っています。普段使いだと主人と息子が魚が好きなので、「はま寿司」や「スシロー」等の日系の回転寿司に行くことが多いです。店舗が多くて便利です。でも記念日などに行くのはチェーン店ではない、無菜單（※4）の日本料理店ですね。

林：私は軽い食事をしたい時、日本食を選ぶことが多いですね。ちなみに今、台湾で人気のある日本食はどんなものだと思いますか？

黄：回転寿司チェーンはかなり増えましたね。あと居酒屋。おしゃれな居酒屋をよく見かけます。台湾ではちょっと割高だから、日本に行ったら必ず行きますね。美味しいし安いし色々な種類があるから。毎日行ってもいいくらい！

謝：私は日本に行った時は、お弁当を買ってホテルで食べることも多いです。日本のお弁当、テイクアウトは包装も可愛いし味も美味しいから。チェーンじゃない、現地のローカルの方が行く小さい店を探して行くことも好きです。

黄：息子と行くときは蟹レストランにかならず行きます。台湾に比べて日本の蟹は安くて鮮度もよい。最近は焼肉は食べなくなっただけ代わりに現地のスーパーに行って色々見て買うのも好き。白菜のお漬物なんか、美味しいんですよ！

盧：築地や黒門市場なんかの市場には必ず行きますね。魚が美味しくて！

黄：一夜干しとか美味しいですね。日本に行ったら海の幸が一番楽しみ！

謝：台湾に話を戻すと串焼き屋も流行ってるよね。うちの息子やその友達等若い人がよく行ってる。どんなお店なのかわからなかったけど、先日息子が連れて行ってきて良さがわかりました。そのお店、串1本ごとの値段は高いと思ったけどそれでも繁盛していて、予約しないと入れなかったです。

盧：居酒屋、串焼き屋、お酒を飲みながら楽しく会話ができる。日本のラーメンも人気だけど、ラーメン屋に行くのとは目的が違いますね。若い人達はこういうお店が好きですね。

林：串焼きは好きなものを少量ずつ色々食べられるのもいいですね。コースだと量が多くて種類に限られるから。

※4：無菜單（メニューのない）、おまかせコース



黄淑珍さん
50代。台北市北投区在住
専業主婦。夫婦二人、両親、息子
3人暮らし。

好きな日本食レストラン。日本食以外でよく行くレストランは？



レストランや食品購入情報を交換する様子 出所：筆者撮影

林：皆さんが実際よく行く日本食レストランはどんなところですか？

黄：私が住む天母という地域は日本人も多く住んでいて、日本料理店が多いのですが「埼玉」という店によく行きます。日本料理店だけとお誕生日には台湾料理の麺料理「麵線」を出してくれるの。味だけでなくサービスの良さも大事ですね。牛肉が食べられない人には羊肉を出してくれたりもするし。

謝：よく行くのは「やよい軒」です。懐石みたいなのは素敵それだと息子はおなか一杯にならないから。アメリカに住む息子は台湾に帰ってくると台湾料理はさておき「やよい軒」には必ず行きます。お米が美味しいそうで。

謝：あともう一人の息子は「鷹流拉麺」が大好きでかなり行ってるんだけど、ラーメンにチャーシューご飯がついてるのもいいみたい。日本に行った時に気づいたけど日本人はラーメンのスープは飲み干さないのね。台湾ではスープは飲み干すから。

盧：私は美味しい日本料理を食べたいと「三井」に行きますね。あと居酒屋だと北投市場近くの「鳶焼」がおすすめ。連れて行ったお友達がみんな気に入った。台湾人料理人だけど、美味しい中の雰囲気も日本の居酒屋にいるみたい！

謝：普段使っている飲食店タイプの場合、台湾に進出してくる日本食店の価格が現地にあってないと感じる時がたまにありますね。最初は物珍しくて行列ができるけど数年経ったら撤退したり、人気落ちていたりとか…。ランチ1食、例えば丼もので500元位するのは一般サラリーマンの基準からすると高いと思います。台湾には安い外食店がたくさんあるのでローカル店にどうやって勝てるか考えないと。逆に特別な日に食べる懐石料理みたいな高級日本料理の金額が高いのはあまり気になりません。それだけ手間がかかっているって知ってるから。

林：日本食以外はどんなところで食べる人が多いですか？

黄：タイ料理かな。義父母がいると火鍋が多いです。

謝：うちも火鍋や小籠包等。自分達なら韓国BBQ等も。

盧：最近凝っているのはビーガンレストラン。台湾はベジタリアンが多いので店の種類が豊富でレベルも高いです。あとテイクアウトはあまりしないですね。

林：私も。ゴミが出るので環境によくないと最近感じています。

グループ2：20～30代の独身者による座談会



写真左から時計回りに林さん（モデレーター）、周さん、李さん、王さん 出所：筆者撮影

好きな日本食や食べる頻度、人気の日本食。自炊する？しない？



林余宣さん（モデレーター）20代。
台中出身。台北市信義区在住。
日本食品PR会社勤務。

林さん（以下敬称略）：皆さんにとって「日本食」というとどんなイメージがありますか？好きな日本食はなんですか？

王さん（以下敬称略）：私にとって日本食、という「お刺身」ですね。子供のころからよく家族で外食に行くときは、MENUにお刺身のある日本料理店に行きました。なので私にとってお刺身は家族の思い出が詰まった一品です。新鮮で美味しいお刺身。台湾でもよく見かけるポピュラーな料理ですね。

李さん（以下敬称略）：私はちょっと生ものは苦手なので、日本食で好きなものといえばカレーとラーメンです。台湾の食べ物に比べるとちょっと塩辛いけど美味しいです。

周さん（以下敬称略）：日本食、日本料理と聞くととても精巧な料理、というイメージがありますね。好きな日本食はラーメン、てんぷら、揚げ物全般、お好み焼き、たこ焼き。そして地域ごとの郷土料理も好きで興味があります。

林：どういったときに日本食、日本料理を食べますか？

周：私は料理を作るのが好きなのでよく自宅で自炊をしますが、その時に日本料理をよく作ります。また友達と遊びに行くときも外食で食べたりしますね。頻度にするとも月に1回くらいでしょうか？

李：私は家では自炊はしないので、外で友達と遊ぶときに食べることはあります。先ほども言いましたが生ものが苦手なので好んでは食べないかもしれません。月1回くらいかな？外食自体はほぼ毎日外食かテイクアウトなんです。

王：私は月2回くらいですかね。日常でも日本料理を食べますが、お祝いのときや、何かの記念日等には日本料理店を選ぶことが多いです。

林：皆さんが考える、今台湾で人気のある日本食ってなんだと思いますか？

王：そうですね、かつ丼や回転寿司でしょうか？お店が増えてますね。

李：お寿司やラーメンだと思います。

周：たこ焼きやかつ丼だと思います。

林：ちなみに自炊する派としない派は半々のようですね。私もしない派ですが、する派の皆さんは、どんなところで買い物していますか？

周：仕事も食品関係ですが、料理が好きでよく自炊はしています。日本食品を買うことも多くて、DONDONDONKIやMUJI、日系スーパーなどに週末に出かけて買います。

王：私は近所のスーパーで買っていますね。

林：EC、インターネットでも食品が買えますが利用しますか？

王：私は利用しません。野菜をよく買うのですが、食品は店で自分で見て買う方が安全だと思っています。

周：私は割と利用します。よく使うサイトは「蝦皮購物」（※5）と「MOMO」（※6）ですね。



王佳宜さん
20代。台北市南港区在住。
健康食品ECの会社に勤める。
両親と妹の4人で暮らしている。

日本食以外でよく食べるものは？

林：日本食以外では皆さんどんなものをよく食べていますか？台湾料理は普通に一番食べていると思いますが、台湾以外の料理でいうと、どのようなものでしょうか？

王：私はイタリア料理が好きなんです。特に前菜が好きで、生ハムとか、イタリアンドレッシングのサラダとか。家でも色々野菜を買って作ります。もちろんパスタも大好きです。

林：台湾では年配の方は野菜をサラダで食べる方は少ないですね。煮物とかで食べる人が多い。

李：台湾料理、日本料理以外だと好きでよく食べるのは、イタリアン、タイ料理、アメリカ料理、あと韓国料理も好きです。

あと全般的に、どの国の料理でも、揚げ物が好きですね。



最新の食情報は口コミとネットで入手する

出所：筆者撮影

味、そして匂い、どちらも濃いものが好きです。ちょっと話は先ほどに戻りますが、自炊やECの話に少し戻りますが、私は自炊はしないので食材は買わないですが、インターネットで日本のお菓子はよく買いますね。価格比較ができて便利なので「蝦皮購物」で買うことが多いです。

周：私はエスニック系やアジアの料理が好きで、タイ料理やベトナム料理、あと韓国料理などが好きでよく食べています。ベトナム料理は特に好きで、家でも生春巻き等を作る為に、越式糯米紙（ライスペーパー）をよく買います。

外食では、あっさりした味が好きで、河粉（フォー）や、涼拌米線（バン・ミー）を食べることが多いです

※5：蝦皮購物。台湾で人気のECサイト。個人でも出品可

※6：MOMO購物網。台湾で有名な総合ECサイト。ライブコマース等もある。女性に特に人気が高い。

おすすめレストランは？

林：タイ料理、韓国料理、人気高そうですね。ところで皆さんのおすすめのレストラン、よく行くレストランはありますか？

王：私は「大戸屋」が好きでよく行きます。日本の定食屋さんのチェーン店ですが、どの店に行っても雰囲気がよく、良い環境で食事ができます。

李：夜市の屋台で買える「鹹酥雞（イェンスージー）」を日本の皆さんにもおすすめしたいですね！鶏肉と各種の調味料、ニンニク、玉ねぎ等が絶妙に絡み合ったハーモニーが素晴らしいです！香りと味が濃い揚げ物です（笑）



周佳萱さん

30代。台北市信義区在住。大手食品会社に勤める。両親と兄の4人で暮らしている。



李佳蓉さん
20代。台北市南港区在住。
イベント運営会社勤務。
両親と3人で暮らしている。

周：「川渝小吃坊」というお店が好きですね。このお店は四川料理の人気店なんですけど、このお店は香辛料の使い方が上手で、非常に風味が豊か、椒麻のよい香りが食欲を刺激します。

林：さて、では最後に皆さん一言ずつ日本食について自由に意見をもらえますか？全員日本に行ったことがあるので日本で食べたいモノについてでも構いません。

周：台湾は日本から色んな影響を受けていますが、日本食もかなり浸透していると思います。日本料理は精巧でサービスが良いというイメージが強いですね。そして次に日本に行った時にはもう一度「阿夫利ラーメン」が食べたいです！

李：そうですね。日本食は台湾で本当に浸透していてみんな大好きです！個人的には生ものがダメなのでちょっと苦手なんですけど・・・。

林：生ものが苦手な方は台湾にも少なからずおられますね。日本よりもその割合は多い気がします。

李：でも日本のお菓子、デザートは好きなので次に日本に行ったらスイーツを色々食べたいですね！

王：台湾の日本食は高級料理から庶民的なものまで価格帯も広く、また種類も様々ですし、多くのレストランは台湾人向けに味を調節もしていると思いますから、どんな人でも少なくとも1つは好きな日本食があると思いますよ！そして次に日本に行ったら、、、流しそうめんを食べてみたいです！

※

※

※

いかがだったでしょうか？今回は、家庭をもった主婦層と、20～30代の独身層に分けて座談会を行ってみました。年代や家族構成によっても自炊を行う率や、好きな食べ物等が違ってくるのがわかります。

また、自炊をする独身者が少ない理由としては、気軽に食べられる軽食や、屋台、テイクアウト文化が発達していることに加えて、都市部の住居では、もともとキッチンがない、という場合もある為、それらも影響しているのかもしれませんが。

しかし、周さんのように日常から料理をし、料理を楽しむ層も生まれてきており今後も台湾食文化の変化は見逃せなさそうです。



【レポート執筆者】

日本食品海外プロモーションセンター（JFOODO）
海外フィールドマーケター（台湾）
網本 友加（YUKA AMIMOTO）

IT業界にて12年間デジタルコンテンツの制作、プロデュース、マーケティングに関わった後2011年来台。2012年台湾人パートナーと台北に桔想国際有限公司を設立する。地方自治体や民間企業等からの依頼を受け、台湾現地で日本各地の食品や、伝統工芸品の輸出促進、PR及び販路開拓、ビジネスマッチング等を中心に活動している。

【免責事項】本レポートで提供している情報は、ご利用される方のご判断・責任においてご使用下さい。ジェトロでは、できるだけ正確な情報の提供を心掛けておりますが、本レポートで提供した内容に関連して、ご利用される方が不利益等を被る事態が生じたとしても、ジェトロおよび執筆者は一切の責任を負いかねますので、ご了承下さい。