



あつまれご意見ネット

第3回
『こんぶネット』について

WEBアンケート報告書

■ 報告書作成日 2007年1月10日



株式会社 HER STORY (ハー・ストーリィ)
〒733-0834 広島市西区草津新町2丁目15-17
TEL (082) 501-0456 FAX (082) 501-0457
E-mail office@herstory.co.jp
URL <http://www.herstory.co.jp>

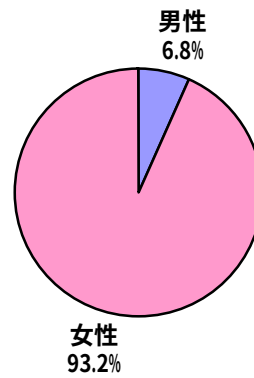
■属性

【回答人数】 5000人

【アンケート実施日程】 2006年12月11日～

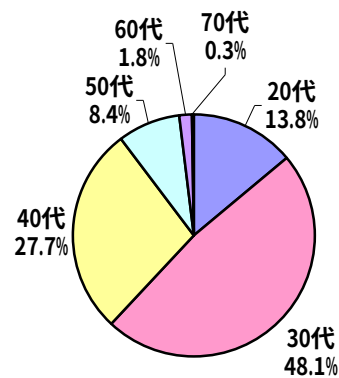
【性別】

性別	人数	回答率
男性	338人	6.8%
女性	4662人	93.2%
合計	5000人	100.0%



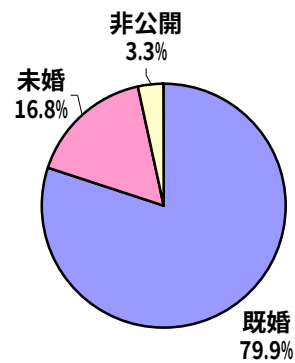
【年代】

年代	人数	回答率
20代	690人	13.8%
30代	2404人	48.1%
40代	1386人	27.7%
50代	418人	8.4%
60代	89人	1.8%
70代	13人	0.3%
合計	5000人	100.0%



【未婚・既婚】

回答	人数	回答率
既婚	3995人	79.9%
未婚	838人	16.8%
非公開	167人	3.3%
合計	5000人	100.0%



【県別】

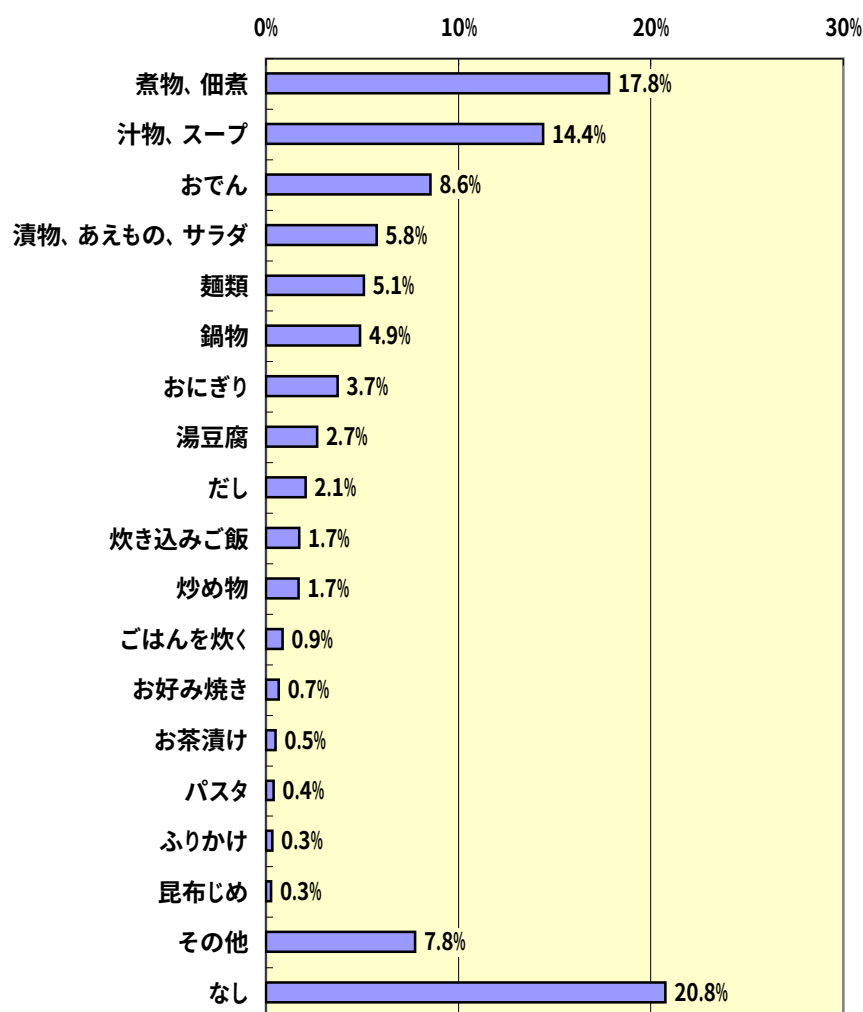
県別	人数	県別	人数	県別	人数	県別	人数
東京都	721人	岡山県	89人	滋賀県	37人	和歌山県	24人
大阪府	535人	宮城県	63人	富山県	33人	福井県	23人
神奈川県	425人	茨城県	61人	福島県	33人	石川県	22人
広島県	390人	新潟県	57人	熊本県	32人	大分県	22人
愛知県	296人	奈良県	57人	香川県	32人	鹿児島県	21人
兵庫県	268人	愛媛県	49人	沖縄県	31人	徳島県	21人
埼玉県	252人	岐阜県	49人	岩手県	30人	鳥取県	19人
北海道	246人	群馬県	49人	長崎県	29人	宮崎県	16人
千葉県	245人	山口県	48人	青森県	27人	秋田県	15人
福岡県	216人	三重県	46人	島根県	27人	佐賀県	12人
京都府	97人	長野県	45人	高知県	26人	山梨県	8人
静岡県	91人	栃木県	40人	山形県	25人		

■ 単純集計

- ① あなたのお宅で、昆布を使ったレシピで定番になっている料理がありますか？
あれば具体的に教えてください。〔フリー回答〕

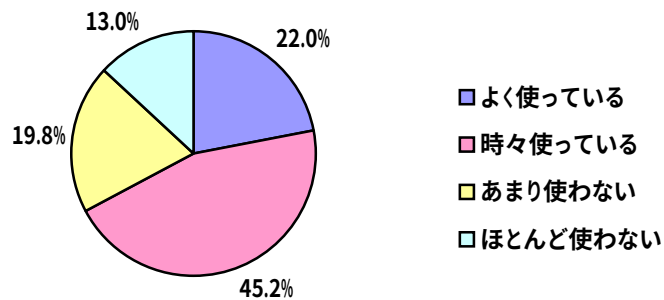
*詳細 別シート参照

回答	人数	回答率
煮物、佃煮	892人	17.8%
汁物、スープ	720人	14.4%
おでん	428人	8.6%
漬物、あえもの、サラダ	288人	5.8%
麺類	255人	5.1%
鍋物	245人	4.9%
おにぎり	187人	3.7%
湯豆腐	133人	2.7%
だし	103人	2.1%
炊き込みご飯	86人	1.7%
炒め物	85人	1.7%
ごはんを炊く	43人	0.9%
お好み焼き	34人	0.7%
お茶漬け	25人	0.5%
パスタ	20人	0.4%
ふりかけ	16人	0.3%
昆布じめ	14人	0.3%
その他	388人	7.8%
なし	1038人	20.8%
合計	5000人	100.0%



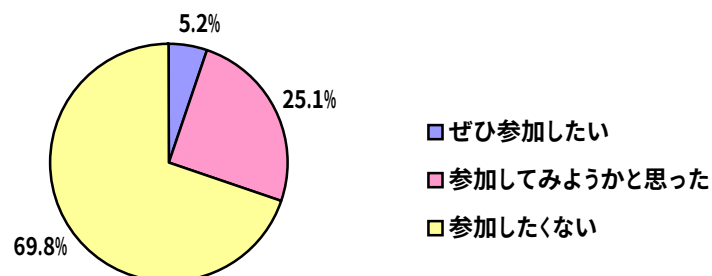
- ② ①以外の料理にも、だし・味のアクセントなどに「昆布商品」を使うことがありますか？

回答	人数	回答率
よく使っている	1101人	22.0%
時々使っている	2260人	45.2%
あまり使わない	990人	19.8%
ほとんど使わない	649人	13.0%
合計	5000人	100.0%



- ③ こんぶネットでは、「カリスマ主婦のこんぶパーティ」というイベントを2月に開催する予定です。ご近所やお友達を誘って昆布商品を使った料理でパーティを開いていただき、その様子やレシピを公開していただくものです。この「カリスマ主婦のこんぶパーティ」に参加してみたいと思いますか？

回答	人数	回答率
ぜひ参加したい	258人	5.2%
参加してみようかと思った	1253人	25.1%
参加したくない	3489人	69.8%
合計	5000人	100.0%



- ④ ③で選択した理由をお書きください。【フリー回答】
*詳細 別シート参照

◆ ぜひ参加したい：258人

回答	人数	回答率
レシピ・使い方を知らない、知りたい	116人	45.0%
楽しそう	32人	12.4%
昆布が好き	20人	7.8%
料理が好き	16人	6.2%
面白そう	16人	6.2%
興味があるから	14人	5.4%
よくパーティをするから	8人	3.1%
交流がもてる	4人	1.6%
その他	32人	12.4%
合計	258人	100.0%

◆ 参加してみようかと思った：1253人

回答	人数	回答率
レシピ・使い方を知らない、知りたい	427人	34.1%
時間が合うかわからない、参加できるかわからない	133人	10.6%
楽しそう	124人	9.9%
面白そう	108人	8.6%
場所による	66人	5.3%
興味があるから	41人	3.3%
条件にあてはまらない	25人	2.0%
こんぶが好き	21人	1.7%
参加する方ならいい	16人	1.3%
よくわからない	10人	0.8%
料理が好き	8人	0.6%
「カリスマ」に惹かれた	7人	0.6%
交流できるから	6人	0.5%
その他	205人	16.4%
なし	56人	4.5%
合計	1253人	100.0%

◆ 参加したくない：3489人

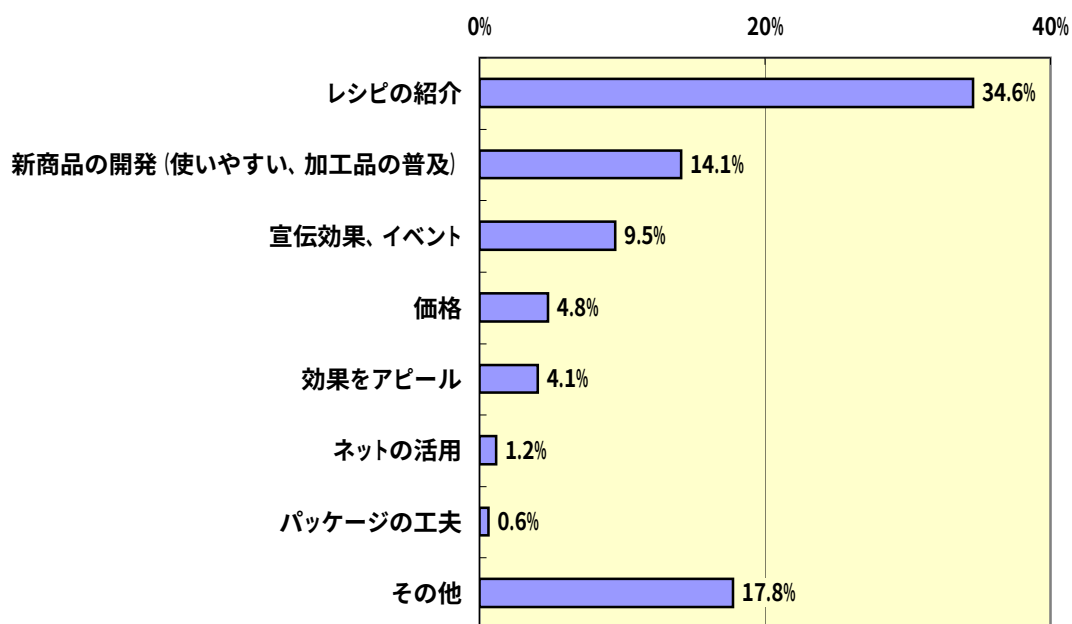
回答	人数	回答率
時間がない、参加できない	924人	26.5%
料理が苦手、レパートリーが少ない、あまり使わない	677人	19.4%
誘える友達がいない	247人	7.1%
興味がない	218人	6.2%
子どもが小さいから	188人	5.4%
パーティは苦手、はずかしい	182人	5.2%
条件があてはまらない	169人	4.8%
面倒	135人	3.9%
地域的に無理	112人	3.2%
自宅ではできない（公開するのは嫌、家が狭い）	84人	2.4%
昆布が好きではない	66人	1.9%
「カリスマ」が好きではない	44人	1.3%
よくわからない	10人	0.3%
その他	271人	7.8%
なし	162人	4.6%
合計	3489人	100.0%

- ⑤ もっと昆布料理を家庭で作られるようになるにはどうすればいいか、アイデアを教えてください。

[フリー回答]

*詳細 別シート参照

回答	人数	回答率
レシピの紹介	1728人	34.6%
新商品の開発(使いやすい、加工品の普及)	707人	14.1%
宣伝効果、イベント	476人	9.5%
価格	240人	4.8%
効果をアピール	204人	4.1%
ネットの活用	59人	1.2%
パッケージの工夫	32人	0.6%
その他	888人	17.8%
なし	666人	13.3%
合計	5000人	100.0%



- ① あなたのお家で、昆布を使ったレシピで定番になっている料理がありますか？あれば具体的に教えてください。
[フリー回答]

回 答	人数	回答率
煮物、佃煮	892人	17.8%
昆布巻き	56人	1.1%
煮物	20人	0.4%
昆布の佃煮	18人	0.4%
佃煮	12人	0.2%
切り昆布の煮物	7人	0.1%
ニシンの昆布巻き	6人	0.1%
煮しめ	6人	0.1%
五目豆	5人	0.1%
昆布の煮物	5人	0.1%
お煮しめ	4人	0.1%
昆布と大豆の煮物	4人	0.1%
煮豆	4人	0.1%
にしんの昆布巻き	3人	0.1%
昆布と豚肉の煮物	3人	0.1%
昆布煮	3人	0.1%
すきこんぶの煮物	2人	0.0%
だしをとった後の佃煮	2人	0.0%
ひじきの煮物	2人	0.0%
ふろふき大根	2人	0.0%
昆布と里芋の煮物	2人	0.0%
昆布の煮しめ	2人	0.0%
細切り昆布の煮物	2人	0.0%
煮豆に入れる	2人	0.0%
出しをとった後のこんぶで昆布巻を作ります	2人	0.0%
切り昆布を使った煮物	2人	0.0%
大根と昆布の煮物	2人	0.0%
大豆と一緒に煮る	2人	0.0%
（母か祖母が作るのですが）昆布とかつおぶしの煮たもの。普通の煮物です。昆布巻き・おせち用に毎年作るものです。	1人	0.0%
『昆布ととろろの煮物』普通に煮て、昆布がとろろになって食べます。『とろろ昆布うどん』普通のうどんにかける	1人	0.0%
◆昆布と豆の煮物：豆と昆布、油揚げを塩分控えめにして、さっと煮るだけです。◆塩昆布の胡瓜もみ：胡瓜を薄切り、若しくは乱切りにして、塩昆布と軽くもむだけ。好みで七味を降かけたりします。	1人	0.0%
○すき昆布の煮物 ○納豆に、納豆こんぶを入れる	1人	0.0%
◎刻み昆布を使って野菜やサツマイモや油揚げと炊く ◎出し昆布を使って五目煮豆を炊いて常備菜にしている	1人	0.0%
・昆布で出汁をとった後、きざんで具にする・昆布で出汁をとった後、きざんで佃煮にする・蕎麦＆饅頭の具としてとろろ昆布をかける・おにぎりの海苔の代わりにとろろ昆布を巻く	1人	0.0%
・昆布と干しいたけの煮しめ（こんぶと干しいたけノミの煮しめ）・とろろ昆布のお吸い物（お醤油・味の素・お湯を入れて混ぜる）・松前漬け	1人	0.0%
・切り昆布の煮物。（切り昆布とさつまいも、さつまあげ、にんじんなどを一緒に煮る）・おにぎりにとろろ昆布を巻いて食べる。・うどんにとろろ昆布のをせる。・お好み焼きにとろろ昆布、粉昆布を入れる。	1人	0.0%
①1cm角に切り醤油、酒、味醂、砂糖で昆布の佃煮。②水で戻し少しやわらかくした昆布3×5cmをキッチンペーパーでよく拭き取り、天麩羅の要領で揚げる。同じ要領でシシャモを昆布で巻いて天麩羅の要領で揚げる。	1人	0.0%
あらめ、切こぶの煮物。練り製品と一緒に甘辛く煮ます。	1人	0.0%
ありきたりですが、昆布豆。圧力鍋で手早く作ります。	1人	0.0%
いつもだしとして使いますが、先日出しが出てしまった昆布を細く切って佃煮にしてみました。美味しかったです。後は、とろろ昆布はお吸い物の代わりに良く常備していろいろな野菜を千切りにしてこんぶをまいて煮る	1人	0.0%
いわしの昆布巻き	1人	0.0%
うちではよくだしなどで昆布を利用するので、そのだしで使った昆布を、細切りにして甘辛く煮込んで佃煮風にする。うちではこれに七味をかけてよくピリカラにします。お握りやお茶漬け、などご飯にぴったり！	1人	0.0%
えびとこんぶを煮る	1人	0.0%
おせち料理の昆布巻き、煮豆と一緒に入れたり、鍋物を作る時のだしにする	1人	0.0%
おばあちゃんが作る料理なんですが、鰯(5cm位に切ったもの)を昆布で巻いて、崩れないように真ん中をひも状のもので巻いて、煮込んだ料理。	1人	0.0%
お煮しめ とろろ昆布の即席お吸い物	1人	0.0%
お煮しめ 昆布を結んで煮る	1人	0.0%

お煮しめに一結びしたこんぶを入れて色んなお野菜と一緒に煮ます。	1人	0.0%
お煮しめや、うま煮に昆布をいれて入れて、一緒に煮て、頂きます。 がごめ昆布に凝っているの、お吸い物や、お味噌汁にいて、ねばねば昆布を食べたり、少量のだしとお醤油をまぜて、かつおぶしをかけ、ご飯にのせて食べるのが、気に入って	1人	0.0%
お正月ですが、昆布巻(身欠き鯨)	1人	0.0%
お正月ではにしんを巻いたこぶ巻きが定番です	1人	0.0%
お正月に昆布巻きとおでんくらいです。作り方は通常通りです。	1人	0.0%
お正月の昆布巻き	1人	0.0%
お正月の昆布巻き。身欠きにしんと豚肉の2種類作ります。	1人	0.0%
お正月の昆布巻き。昔はちゃんとニシンを巻いていましたが、今は高級品と言う事で、人参を巻いて作っています。。。	1人	0.0%
お米と一緒に炊いた昆布を少しずつためて、たまったら細切りにしてにんじんや油揚げと一緒に佃煮を作ります。	1人	0.0%
かぼちゃと一緒に、細くきった昆布を煮て食べる。	1人	0.0%
かぼちゃの煮物。かぼちゃやにんじんと一緒にに入れて煮る。	1人	0.0%
かぼちゃの煮物に昆布を細く切って一緒に煮ます。おだしも出て食べてもおいしい	1人	0.0%
カボチャを焼くとき下に敷いて、炊けたあと刻んで一緒に盛り付ける。焦げ付け防止にもなる。	1人	0.0%
かぼちゃ煮(昆布入り) 離乳食作りで昆布でだしをとった後、捨てるのがもったいなくて使えないかなって思いながら、細く切ってかぼちゃと一緒に煮たら結構おいしかっ	1人	0.0%
がめ煮。	1人	0.0%
きざみ昆布で野菜と煮る。ちくわや天ぷらもいれると	1人	0.0%
きざみ昆布とかぼちゃの煮物が大好きです	1人	0.0%
きざみ昆布と厚揚げの煮物。	1人	0.0%
きざみ昆布と切り干し大根を使用して 端休めの煮物	1人	0.0%
きざみ昆布と大豆の煮物	1人	0.0%
きざみ昆布と油揚げをしょうゆで煮る。	1人	0.0%
きざみ昆布を使ったひじきの煮物	1人	0.0%
きざみ昆布を使った旨煮 ごま油で炒めたきざみ昆布に、だし汁、しょうゆ、砂糖をいれ、がんもどき、大根をくわえ、煮込んだもの	1人	0.0%
きざみ昆布を煮物にします。	1人	0.0%
キャベツと昆布のあっさり煮。 昆布は刻み昆布を使い、キャベツはざく切り、人参は短冊にしてだし汁と醤油、みりんを味付けをしたのに入れて煮ます。最後に削り節を散らして出来上がりです。	1人	0.0%
切り昆布の煮物、人参・油揚げなどといっためます	1人	0.0%
きりこぶの煮物	1人	0.0%
きりこんぶの煮付け、おでん、昆布と鶏肉の煮付け	1人	0.0%
きり昆布と豚肉の炒め煮	1人	0.0%
こうや豆腐の煮付けには、必ず最後にとろろ昆布をのっけます。おだしに染み込ませて、頂きます。	1人	0.0%
こぶメ。雑に結び目を作って煮ただけ	1人	0.0%
こぶに その1 昆布を結び昆布にしてあまじょっぱく煮て食べる。その2 切り昆布とちくわの輪切、打ち豆(大豆を打ってつぶしたもの) 油揚げで煮たもの。 昆布焼き 適当な大きさに切って焼くだけ。つまみや子供のおやつに、だし昆布を切ったものをおしゃぶり昆布にしています。市販のものは味が濃くて子供には向きません。子供は離乳食の頃からおしゃぶり昆布を(切っただけのもの)食べています。	1人	0.0%
こぶの煮付け	1人	0.0%
こぶまき。作り方は通常です。中のネタはやはり、身欠きにしんがおいしい。	1人	0.0%
こぶを刻み煮豆に入れる。だしに醤油とみりん、砂糖で味をととのえてから、昆布と豆、にんじん、大根などをいれて煮る。	1人	0.0%
こぶ巻きは豚バラと一緒に巻いて煮込むと、子供も大好きだし、美味しいですよ。	1人	0.0%
ごま昆布を使って大根と豚肉と煮込む。	1人	0.0%
こんぶ、豚肉、大根の煮物	1人	0.0%
こんぶだして葉っぱをたく。おうどんにとろろこんぶを載せる	1人	0.0%
こんぶでだしを取ったあとに、佃煮にしている。	1人	0.0%
こんぶとかぼちゃの煮物。一般的な和風味(醤油、みりん、砂糖)の煮物にこんぶを細く沢山切っていっしょに煮込みます。	1人	0.0%
こんぶとこんにゃくの炒め煮。こんぶとこんにゃくを炒めてあじつける	1人	0.0%
こんぶと水煮の豆を煮ます。昆布はお味噌汁でだしをとった後のものをためておいて使います。	1人	0.0%
こんぶと大豆をやわらかく炊いたもの。子ども向きに作っています。	1人	0.0%
こんぶと豆の煮物	1人	0.0%
こんぶと豆の煮物。味付けはだし汁・めんつゆ・砂糖・みりんです。	1人	0.0%
こんぶと豚肉の煮物	1人	0.0%
こんぶにしょうがの千切りとかまぼことごぼうを巻いて煮付けます	1人	0.0%
こんぶのいため煮。細くせん切りにしたこんぶを人参、椎茸、牛肉などと共に炒め、みりん、しょうゆ、砂糖で煮含める	1人	0.0%
こんぶの煮付け	1人	0.0%
こんぶの煮物、さばの昆布巻き	1人	0.0%
こんぶの佃煮。だしをとり終わった後のこんぶを砂糖と醤油、みりん、甘辛く煮ます。	1人	0.0%

こんぶの佃煮、千切りにした昆布を砂糖、酒、みりん、しょうゆで事事とやわらかくなるまで煮込む。	1人	0.0%
こんぶの佃煮：細い千切りにした昆布を甘辛く煮込んだもの	1人	0.0%
こんぶを結んで煮しめにしたり、うどんにとろろ昆布をのせたりしてます。	1人	0.0%
コンブを大豆や人参等と醤油、酒、砂糖で煮る五目煮。	1人	0.0%
こんぶ豆	1人	0.0%
こんぶ豆（大豆と昆布の炊き合わせ）＝缶詰の大豆水煮を使うと簡単	1人	0.0%
さつまあげとにんじんと一緒に煮込む	1人	0.0%
さつまいもと刻み昆布の煮物 昆布豆	1人	0.0%
サツマイモと糸昆布を煮る	1人	0.0%
さつまいもと切り昆布の煮物	1人	0.0%
さつまいもと切り昆布を甘辛く煮る。	1人	0.0%
サバの昆布巻き	1人	0.0%
サバの昆布巻き お正月もこれです！	1人	0.0%
さばの昆布巻き、佃煮	1人	0.0%
さんまと昆布の細切りと生姜を醤油味でコトコト、骨まで柔らかく煮る。	1人	0.0%
サンマの昆布巻き	1人	0.0%
しいたけと昆布の佃煮	1人	0.0%
しいたけと昆布を煮込んで作るしいたけ昆布のつくだに	1人	0.0%
しいたけ昆布など市販の塩昆布とゆで大豆を煮ると、他の調味料なしでおいしい煮豆ができます。	1人	0.0%
ししゃもを芯にした昆布巻き	1人	0.0%
ジャガイモと昆布の煮物。 ジャガイモと昆布をみりんとしょうゆで煮る。	1人	0.0%
しょうがと煮る	1人	0.0%
すきこんぶと野菜の炒め煮	1人	0.0%
すきコンブを使った昆布の梅煮。すきコンブをもどして酒、しょうゆ、酢、梅干を入れて煮ます。	1人	0.0%
すき昆布（ほそ切りの昆布）の煮物	1人	0.0%
すき昆布とさつま揚げの煮物。戻したすき昆布を少々のおで油で炒め、さつま揚げを入れて出汁と砂糖醤油で煮ます。	1人	0.0%
すき昆布と油揚げと芋の煮物	1人	0.0%
すき昆布と油揚げの煮物。だし汁・しょうゆ・みりん・さけ・砂糖をお鍋に入れて沸騰したら、もどしたすき昆布と油抜きして細切りにした油揚げを入れて汁がなくなるくらいまで煮るだけです。	1人	0.0%
すき昆布の煮物（鶏肉・さつまいも・さつま揚げと炒め煮にする）	1人	0.0%
すき昆布の煮物。 人参や油揚げ、きのこなどと一緒に炒め、だしや調味料を入れて煮る。	1人	0.0%
すき昆布の煮物。油揚げと人参と一緒にしょうゆ味で煮込む。	1人	0.0%
だいこんと一緒に煮込む	1人	0.0%
たけのこと昆布の煮物	1人	0.0%
たけのこの煮物・にしんの昆布メ・湯豆腐	1人	0.0%
だじがらの昆布でつくだに	1人	0.0%
だじがら昆布の佃煮	1人	0.0%
だじがら昆布を使った佃煮。だじがらでも、おいしい佃煮が作れます。作り方は、普通の昆布の佃煮と同じです。	1人	0.0%
だしで使ったあとのこんぶの佃煮	1人	0.0%
ダシで使ったこんぶの佃煮。子供も食べやすいように小さく切って、甘めにします。	1人	0.0%
だしで使った昆布を細かく切って甘辛く煮たもの。	1人	0.0%
ダシで取った昆布を千きりに、甘辛くしておつまみで食べる	1人	0.0%
だしにとって 佃煮にして食べる	1人	0.0%
だしに使った昆布でつくだにを作っている	1人	0.0%
だしに使った昆布をつくだににする。	1人	0.0%
ダシに使った昆布を使って、佃煮を作ります。	1人	0.0%
だしをとったあとのだし昆布をつくだににします。醤油と酒、みりん、で煮てごまをふります。	1人	0.0%
だしをとったあとの昆布で佃煮を作ります	1人	0.0%
ダシをとったあとの昆布とかつお節を、醤油と酒、みりん、で煮詰め、ふりかけ風の佃煮を作ります。	1人	0.0%
だしをとったあとの昆布を佃煮にします。最後に白ごまを混ぜます。	1人	0.0%
だしをとったあと細かくきって佃煮にする。ご飯のお供に最適	1人	0.0%
だしをとった後の、昆布の佃煮	1人	0.0%
だしをとった後のこんぶを冷凍してたままとめて佃煮を作っている	1人	0.0%
だしをとった後のこんぶで佃煮。	1人	0.0%
だしをとった後のこんぶを細かく切って醤油で煮る。簡単だけど美味しい。	1人	0.0%
だしをとった後のこんぶを細切りにして、豚肉の薄切りの上に敷いてロール状にして、だしで煮て、砂糖、酒、醤油で味付けします。	1人	0.0%
だしをとった後のこんぶを佃煮にする。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布で作る佃煮	1人	0.0%
だしをとった後の昆布で佃煮を作ります。	1人	0.0%
ダシをとった後の昆布で佃煮を作る	1人	0.0%

だしをとった後の昆布とかつおで作る佃煮: 昆布とかつおを細かく刻んでみりんとしょうゆ、好みで七味などで味付けして煮詰める。刻み昆布を使った炒め煮: 豚肉や人参、こんにゃく、じゃがいもなどと煮る。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布の佃煮	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を甘辛く煮る	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を細くきってお醤油とみりんで煮ます。ご飯にととても合います。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を煮豆につかう	1人	0.0%
ダシをとった後の昆布を千切りにして野菜炒めや煮物に入れる。	1人	0.0%
だしをとった昆布で簡単佃煮(?)。少量の醤油とお酢、みじん切りしたしょうが、お水で煮るだけ。	1人	0.0%
だしをとった昆布といりこを砂糖としょうゆで甘辛く煮た佃煮。	1人	0.0%
だしをとった昆布としいたけで作る佃煮	1人	0.0%
だしをとった昆布としいたけを醤油とさとうで甘辛く煮ます	1人	0.0%
だしをとった昆布を細長く切って(これが面倒ですが)甘辛く炒め煮します。	1人	0.0%
だしをとった昆布を、切って、つくだ煮	1人	0.0%
だしをとった昆布を刻んで佃煮を作ります。	1人	0.0%
だしをとった昆布を小さく切り、酢としょう油で佃煮にする。	1人	0.0%
ダシをとった昆布を醤油とみりんで味付けして佃煮みたいにしてご飯にかけたり、おつまみにしたり、ふりかけにしたりする。	1人	0.0%
だしをとった昆布を佃煮風に煮ています。	1人	0.0%
だしをとった残りの昆布の細切りと干しいたけの煮物(少し甘めに常備菜として)	1人	0.0%
だしをとり終えただし昆布の佃煮。しらす・かつお・青菜などなど色々冷蔵庫の残り物と一緒に佃煮にします	1人	0.0%
だしをとり終えた昆布とかつお節で佃煮。昆布は細く切りかつお節と一緒に甘辛く佃煮にします。最後にしろゴマをかけます。	1人	0.0%
だしをとり終わった昆布を細かく刻んで酒と醤油と砂糖を加えて煮込んで佃煮にしま	1人	0.0%
だしをとるのに昆布をつかっています。だしをとった後の昆布がもったいないので、それを佃煮風に醤油と砂糖で煮ています。	1人	0.0%
だしをとるのに使った後佃煮にする。	1人	0.0%
だしをとるのに使った昆布を冷凍しておいて適当な量になったら、一口大に切りみりんと醤油で煮る。大根と鶏手羽元を油で炒めてからみりん醤油を入れて煮るとき昆布も入れて煮、一緒に食べる。ご飯を炊くときも炊飯器に入れる。	1人	0.0%
だしを取ったあとの昆布を利用。昆布を刻んで切干大根、人参、油揚げ、ひじき、大豆の水煮と共に煮物を作ります。切干大根の代わりにブロッコリーの軸を使う事もあります。	1人	0.0%
ダシを取ったこぶをしょうゆ、酒、みりんで煮て、佃煮を作ります。	1人	0.0%
だしを取った後、佃煮にします。おでんに結びコンブ。コンブ、人参、コンニャク、牛蒡、大豆で五目煮。	1人	0.0%
だしを取った後の昆布での佃煮 醤油、みりん、料理酒それにおかかを加える。	1人	0.0%
だしを取った後の昆布と鰹節を使い、醤油とザラメ糖で作る昆布の佃煮	1人	0.0%
だしを取った後の昆布を捨てずに、短冊形に切って、甘辛く煮付けて、佃煮にして食べます。	1人	0.0%
だしを取った後の佃煮	1人	0.0%
ダシを取った昆布で佃煮。お好み焼きにとろろ昆布。	1人	0.0%
だしを取った昆布をきざんでごまじやこなどで佃煮をつくる おさかなの昆布み	1人	0.0%
だしを取った昆布を細かく刻んで、昆布の佃煮を作る。だし昆布は勿体無いから捨てちゃ駄目よ。	1人	0.0%
ダシを取った昆布を細切りにして、胡麻と一緒に甘辛く煮詰めると、おいしいご飯のおともになります	1人	0.0%
だしを取った昆布を佃煮にする	1人	0.0%
だしを摂り終えた昆布をためて佃煮と作る	1人	0.0%
だし巻き。とろろ昆布を少しの水で戻し、卵と混ぜて味付けをして普通に焼くだけ。ふわふわのだし巻き玉子が出来ます。	1人	0.0%
だし昆布: だしをとった後の昆布をみりんと醤油で煮付けて佃煮風にしていただきます。市販のものより薄味であっさりしてますよ。塩昆布: 炊き込みご飯を作るときにだし&味付け代わりに米と一緒にに入れて炊きます。	1人	0.0%
だし昆布として、大根とかを煮る以外には、何もしていません...	1人	0.0%
ダシ昆布の後、つくだに	1人	0.0%
だし昆布の使い終わったもの+豚肉の炒め煮	1人	0.0%
だし昆布の佃煮 塩昆布の浅漬け	1人	0.0%
だし昆布の佃煮。だしを取った後の昆布を細く切り、醤油、ざらめ、塩、お酒でコトコト煮つめる。汁気がなくなったら白ごまを混ぜる。	1人	0.0%
だし昆布を使った佃煮	1人	0.0%
だし昆布を大豆と一緒に煮て、煮豆を作ります。	1人	0.0%
だし取り後の昆布の刻み煮	1人	0.0%
だし用の昆布ですが、買って来たら、小さく切って保存ビンに詰めておき、煮物をするときにそのままぼん入れることが多いです。鍋物にも入れると普通の水炊きでも少し美味しくなります。	1人	0.0%
ただの昆布に(早煮昆布を砂糖としょう油で煮たもの)	1人	0.0%
たらこの昆布巻き。たらこを昆布で巻き、かんぴょうでとめて、だしで煮る。	1人	0.0%

ちりめんじゃこと塩昆布で作る佃煮	1人	0.0%
ツナと切り昆布の煮物。ごま油で炒めてから煮つけます。	1人	0.0%
つゆを作る。佃煮。おでん。	1人	0.0%
トマトソースを手作りするときに昆布を入れて一緒にくたくたになるまで煮込む。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った煮込み。作り方は通常通りで、最後にとろろ昆布を上からかけます	1人	0.0%
ないけど、先日実家へ行って昆布巻きを食べました。それで思い出したけど昆布巻きが大好きです。	1人	0.0%
なし お正月の昆布巻きくらい	1人	0.0%
にしめにコンブ。うどんにとろろこぶ。	1人	0.0%
にしんの昆布巻	1人	0.0%
にしんを巻いての昆布巻き。しおこんぶのおにぎり。しおこんぶを入れた厚焼き卵。	1人	0.0%
ニシン巻き	1人	0.0%
ひき昆布の煮付け	1人	0.0%
ひき昆布の煮付け!生の昆布を醤油で煮付けます。	1人	0.0%
ひき昆布の煮物	1人	0.0%
ぶりの昆布巻き。ぶりを細切りにしてこぶで巻きしょうゆ・さとうでにます。	1人	0.0%
ブリの酒煮。昆布をブリや長ネギの下に引き、酒などと一緒に蒸し煮にする。昆布の香りとだしがブリに染み込みおいしいです。	1人	0.0%
ふろふき大根。ダシにつかった昆布も一緒に食べる。	1人	0.0%
ふろふき大根・煮物	1人	0.0%
ふろふき大根の時に、昆布を必ず入れている。	1人	0.0%
ふろふき大根やお鍋に使った昆布を煮る昆布の煮物	1人	0.0%
ボウダラの昆布煮、干したたらと昆布を醤油で煮たものです	1人	0.0%
ほとんどないです。筑前煮や大根煮のときに使うくらいです。	1人	0.0%
マグロの赤身を昆布で巻き、カンピョウを紐代わりにして巻いて煮ます	1人	0.0%
むすび昆布 大根 さといも あつあげ ぎんなんの煮物	1人	0.0%
むすび昆布 水で戻した昆布を結んで一口大に切り豚肉とごぼうと一緒にしょうゆ・泡盛で煮込んで作ります沖縄の郷土料理です	1人	0.0%
やさいとの煮物	1人	0.0%
レシピではないですが、さしみこんぶっていうのがとってもおいしくて、煮物にいれます。	1人	0.0%
レシピ名「ゆず昆大根」、昆布で、ダシをとった後、そのダシで大根をやわらかくなるまで煮込み、そこに昆布を細切りにしたものも加えて煮込んだら、ゆずコショウを少しつけて大根とコンブと一緒に食べます。	1人	0.0%
圧力鍋でつくる秋刀魚昆布巻き・・・骨まで柔らかくいただけます。	1人	0.0%
圧力鍋で秋刀魚やいわしと昆布を煮ます。とろとろになってお正月に食べる昆布巻きみたいになっておいしいです♪	1人	0.0%
鮎の昆布巻き	1人	0.0%
一度だしをとった後の昆布を、大豆の水煮と一緒に炊き、昆布豆を作る。	1人	0.0%
芋の煮物に長い昆布をハサミで切って煮込むと味に濃くがでておいしいです。	1人	0.0%
引き昆布を使ったメニュー。引き昆布を戻してにんじん、油揚げ糸こんにゃく、豚ばら肉などを甘辛く炒め煮する。	1人	0.0%
塩昆布とりの佃煮、おかかを入れた卵かけご飯	1人	0.0%
塩昆布を使った煮物。大根、にんじん がんもどきを入れて 出しの代わりに塩昆布を入れる	1人	0.0%
塩蔵生昆布の煮物 大根とにんじん豚肉と一緒に煮込みます	1人	0.0%
沖縄では、お祝い法事いつでも昆布を使います。煮付け、炒め物、味噌汁にも使います。	1人	0.0%
沖縄料理だと思うのですがスペアリブと大根、人参の煮込み料理。昆布を結び昆布にして一緒に煮込みます。昆布からいいだしがでてとってもおいしいです。もちろん昆布もだしをとるだけでなく、食べます。	1人	0.0%
家の母が昆布を煮物にいれます。私はとろろ昆布をうどんを食べる時に上からかけるのとお好み焼きを焼く時に 具として中に入れます。	1人	0.0%
乾燥こんぶを鍋でだしをとった後は、そのこんぶを佃煮にしてたべています。	1人	0.0%
魚屋さん等に売っている切りこぶを使ってきりこぶの煮物。しいたけ、にんじん油揚げを刻んで、切りこぶと一緒にやわらかくなるまで煮ます。味付けはだし・みりん・醤油です。	1人	0.0%
茎コンブと揚げの煮物。茎コンブときざみ揚げをおなべに入れて、しょう油で味付けする。	1人	0.0%
鶏の昆布巻き。鶏もも肉を短冊に切り、水で戻した昆布で巻き、爪楊枝かかんぴょうで留め、鮭・しょうゆ(好みで一味)を加えただしで煮る。	1人	0.0%
鶏肉とジャガイモの酢煮には角切りに切った昆布を入れるとうまみがアップします。昆布は水で戻して食べやすい大きさの角切りにします。骨付き鶏肉を油でいため、にんじん(乱切り)じゃがいもも炒めて昆布の戻し汁を入れます。昆布も加えてにんじんが柔らかくなったらお酢(半カップほど)砂糖(大さじ3杯ほど)みりんを加えて5分ほど煮ます。甘みがしみこんだらめんつゆ(大さじ1杯ほど)しょうゆ(大さじ5杯ほど)で味をしみこませ、出来上がり。昆布を入れるのと入れないとではまったく味の深みが違います。	1人	0.0%
鶏肉と大根と昆布の煮物(豚肉版も)	1人	0.0%
鶏肉の甘炊き。こんぶ鶏もも肉ににんじん大根サトイモを砂糖みりんしょうゆだし汁であじつける。こんぶのとろとろがでておいしいです。	1人	0.0%
鶏肉巻き昆布	1人	0.0%
結びこんぶと野菜の炊き合わせ	1人	0.0%

結び昆布とみがきニシンの煮物	1人	0.0%
結び昆布のおでん風。おでんのだしで結び昆布を煮ます。…それだけです。	1人	0.0%
結び昆布の煮物。作り方は通常通りで練り物や野菜と一緒に煮ます。	1人	0.0%
結び昆布を作っておいて、味醂、砂糖、醤油を入れて弱火で煮詰める	1人	0.0%
結んだ昆布の煮物。里芋や鶏肉と一緒に結んだ昆布を入れた煮物。	1人	0.0%
五目煮(大根、にんじん、水煮大豆、こんにゃく、昆布巻き) 昆布でだしをとった後昆布巻きにして煮ると好評。	1人	0.0%
五目煮の具の一つとして。大豆も入れます。昆布は2cm角ぐらいに切って入れます。	1人	0.0%
五目豆 こんぶを大豆などと同じ大きさに切って煮ます。	1人	0.0%
五目豆 大豆、ごぼう、にんじん、こんにゃく、こんぶを小さく切ったものを煮る	1人	0.0%
五目豆(こんにゃく、大豆の水煮、人参、ごぼう、昆布を1cm角切りにし醤油、みりん、砂糖で味付けした煮物)	1人	0.0%
五目豆、だしが良く出ます。	1人	0.0%
五目豆、作り方は水煮大豆、にんじん、ごぼう、こんにゃく、鶏肉、こんぶなどをだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん、酒で煮込む。	1人	0.0%
五目豆。大豆と一緒に煮る。	1人	0.0%
五目豆。細く切って、だしをとりそのまま食べる。	1人	0.0%
五目豆。刻んだ昆布と一緒に煮ます。	1人	0.0%
五目豆。材料は、昆布、大豆、にんじん、大根、レンコン、油揚げなど。めんつゆで水分を飛ばしながら煮含める。	1人	0.0%
五目豆。湯豆腐。	1人	0.0%
五目豆煮にのける。うどんにとろろ昆布。	1人	0.0%
厚揚げと昆布を使った煮物。作り方は一般的だと思います。	1人	0.0%
好き昆布でいつも簡単に煮物にのけます。	1人	0.0%
好き昆布と厚揚げを使った煮物。	1人	0.0%
高野豆腐の煮物に昆布を食べやすい大きさに切って一緒に煮て食べる。	1人	0.0%
刻みこぶの煮物 冷蔵庫にある根さいを乱切りこぶを加え油でいためしょうゆ砂糖みりんで味付け煮込んだ後赤唐辛子でピリッとさせる	1人	0.0%
刻みこんぶの煮物	1人	0.0%
刻み昆布とかぼちゃの煮物、とろろ昆布の味噌汁(味噌汁にとろろを入れるだけ。	1人	0.0%
刻み昆布と大根と揚げの煮物	1人	0.0%
刻み昆布と油あげの煮物	1人	0.0%
刻み昆布の煮つけ？	1人	0.0%
刻み昆布の煮物	1人	0.0%
刻み昆布の煮物。里芋や丸天と共に煮込みます。ジャガイモやサツマイモ、かぼちゃともよく合います。	1人	0.0%
刻み昆布をショウガやキノコと炒めて煮浸しにする	1人	0.0%
刻み昆布を煮る。	1人	0.0%
昆布、ふき、あげ、ごぼうを煮た煮物。普通に味付けて、とことこ煮込みます。	1人	0.0%
昆布がメインの煮物。通常のお醤油味と酒の味付けで、沢山入れてメインとしていただきます。昆布がメインのしゃぶしゃぶ。だしに使った昆布を細長く切って、しゃぶしゃぶ肉にお野菜と巻いていただきます。超細切り塩昆布たっぷりのおにぎり。玄米にごま、じゃこ、塩昆布を混ぜ込んで、梅干を中心ににぎります。そのまま食べてもよいし、一度冷凍したものをトーストで焼いてもおいしいです。	1人	0.0%
昆布だしをとり、昆布をいれたまま大根をゆっくり醤油等々にます。	1人	0.0%
昆布だしを使った煮物。	1人	0.0%
昆布たっぷりの中華炒め煮。作り方は細かく千切りにした昆布と白滝とお好みの野菜(我が家ではにんじん・シメジ等)と一緒にごま油で炒めめんつゆで味付けをして食べる直前に少々のごま油といりゴマをかけて完成！！	1人	0.0%
昆布でだしをとった 炊き込みご飯。洗った米に水加減をして、昆布を入れておきます。そこにお酒と塩昆布、たらこを入れてただけ	1人	0.0%
昆布でだしをとったものを佃煮にしています。	1人	0.0%
昆布で豚肉を巻いてかんぴょうでとめてから醤油とみりんで甘く煮る。	1人	0.0%
昆布で野菜や豚肉を巻いて、醤油・みりん・お酒などで煮る。	1人	0.0%
昆布といえば黒い佃煮を思います。これはこどものころよく食べていました。とろろ昆布はうどんに必ず入れる必需品です。たくさん入れます。学校の給食でも必ず入っていましたよね。	1人	0.0%
昆布とおあげを煮たもの。	1人	0.0%
昆布とお豆を炊いたもの	1人	0.0%
昆布とかぼちゃの煮物	1人	0.0%
昆布とこんにゃくの煮物 昆布とこんにゃくを醤油みりんで煮る簡単な一品です。	1人	0.0%
昆布とサトイモの煮物	1人	0.0%
昆布とさといもの煮物	1人	0.0%
昆布としいたけ、山椒、生姜を入れて甘辛くたいて佃煮にする	1人	0.0%
昆布とシーチキンの煮付け。戻した昆布を細切りにし、醤油、砂糖、酒、水、しょうがを加え、シーチキンと一緒に煮る。盛り付けの時に白髪ねぎを散らすとおいしいです。	1人	0.0%
昆布とジャガイモの煮物	1人	0.0%
昆布としょうがを使ったつくだ煮	1人	0.0%

昆布とにんじんの煮物	1人	0.0%
昆布とマグロの角煮のあわせ。細めに切った昆布と、市販のマグロの角煮を、弱火で煮ます。ただマグロの角煮を食べるより美味しいし、鯉節やゴマも混ぜるといい料理になります。	1人	0.0%
昆布と乾燥大豆を水で戻したものを煮ます。	1人	0.0%
昆布と干し椎茸の煮物	1人	0.0%
昆布と干し明太と鶏肉の韓国風煮物 3つの材料を薬味醤油で一緒に煮るだけ。	1人	0.0%
昆布と牛肉のしぐれ煮。昆布は水で戻して細切り、牛肉も細切りを、砂糖、おろし生姜、みりん、醤油の煮汁で昆布が柔らかくなるまで煮込む。	1人	0.0%
昆布と鶏肉の煮物	1人	0.0%
昆布と厚揚げの煮物 結び昆布と厚揚げを煮る。	1人	0.0%
昆布と鮭や野菜を煮たもの。一口大に切った鮭、かぶ、にんじん、こんにゃくと結び昆布を鍋に入れしょうゆ、みりん、砂糖で煮る。	1人	0.0%
昆布と煮干を小さく切って佃煮にします。	1人	0.0%
昆布と千切りにしたしょうがをさっと煮る。	1人	0.0%
昆布と大根と豚肉を煮込んだもの。豚肉(豚こま)を2センチくらいに切る。大根は一口大の乱切り。昆布は10センチくらいのものを1センチ幅に切って水につける →豚こまを炒める。→昆布のつけ水ごと加え大根も入れる。水を足してひたひたにする。→酒・砂糖・みりん・しょうゆで味付け。→大根が柔らかくなったらできあがり。それぞれの旨みがマッチしてとっても美味しいです。冬にはもってこいです！！	1人	0.0%
昆布と大豆、あとはにんじんやしいたけ、こんにゃくなどの煮物。	1人	0.0%
昆布と大豆のオーソドックスな煮豆	1人	0.0%
昆布と大豆の五目煮	1人	0.0%
昆布と大豆の合せ煮	1人	0.0%
昆布と大豆の煮物 水煮大豆と昆布・その他野菜などを入れて作る五目煮	1人	0.0%
昆布と大豆の煮物。根菜類も入れて普通に煮ます。	1人	0.0%
昆布と大豆を醤油、みりん、酒で甘辛くたきます。	1人	0.0%
昆布と豆いろいろをたいしたもの	1人	0.0%
昆布と豚肉をいっしょに丸めて甘辛く煮詰めたもの	1人	0.0%
昆布と油揚げの煮物	1人	0.0%
昆布と油揚げの煮物 切り昆布と油揚げを醤油、砂糖、酒で煮る	1人	0.0%
昆布と里芋の煮物。作り方は、通常の煮物の味付けで、昆布と里芋を煮るだけ。	1人	0.0%
昆布と練り物の煮物。たたみ昆布を水で戻して、にんじんの千切りや、練り物の薄切りと一緒に甘辛く炒め煮します。	1人	0.0%
昆布のいため煮	1人	0.0%
昆布のお煮しめ。いつもの煮物を作るときに一緒に煮ます。味付けは少し濃いめの方が美味しいです。	1人	0.0%
昆布のつくだに 昆布を細く切って、ミリンと醤油で煮る。	1人	0.0%
昆布のつくだ煮。作り方はだしをとった昆布を切って砂糖と醤油とみりんを入れて煮る。	1人	0.0%
昆布のツナ巻。昆布にツナを巻いて甘辛く煮る。	1人	0.0%
昆布のやわらか煮。みりんとしょうゆ、酒をつかってことこと煮ます。ある程度保存も効くので、重宝しています。	1人	0.0%
昆布の甘辛煮	1人	0.0%
昆布の甘辛煮 昆布を千切りにし、甘辛く煮る。油揚げ、人参の千切りも加える。	1人	0.0%
昆布の甘辛煮: 出汁をとったあとの昆布をしょうゆと砂糖で煮て出来上がり。明太子やおかかをからめてもいいです。ごはんのお供にいいですよ！	1人	0.0%
昆布の甘露煮。昆布を砂糖、醤油、みりん、醤油を加えてひたすら煮る。簡単だし、こどものおやつに作ります。	1人	0.0%
昆布の含め煮。軽く濡れ布巾でふいた昆布を水でつけてやわらかくし、つけた水といっしょにしょうゆ、砂糖、みりん、酒で煮て、さいごにおかかをまぶします。	1人	0.0%
昆布の細切りにした物と、豚肉、にんじん、こんにゃく、等をしょうゆベースの味付けで炒め煮して食べます。	1人	0.0%
昆布の山椒煮♪	1人	0.0%
昆布の煮付け	1人	0.0%
昆布の煮付け 生の細切り昆布と角天の細切りをしょうゆで煮付ける	1人	0.0%
昆布の煮物 だし昆布を醤油とみりんで煮付けます。	1人	0.0%
昆布の煮物 作り方 昆布、人参、平豆をしょうゆ、砂糖、みりんで煮込む。我が家では大好きな定番メニューです。	1人	0.0%
昆布の煮物。うどんにいれたりもします。	1人	0.0%
昆布の煮物。ふつうに昆布を醤油等で煮ます。お正月の大鍋。おっきな鍋にぶりのあらでダシをとり、あげ、豆腐、ぶり、ネギ、にんじん、大量の刻み昆布を具としていれて食べる汁物。大晦日からお正月7日ころまでずーーーーーっとその大鍋を食べ続け	1人	0.0%
昆布の煮物。切り昆布、ちくわなどをごま油で炒め、醤油、みりん、酒で味付けして食べます。	1人	0.0%
昆布の佃煮 だし昆布をとっておいてまとめてつくる	1人	0.0%
昆布の佃煮 ダシに使った昆布を細く切って山椒の実と煮る	1人	0.0%
昆布の佃煮 細く樹って煮込む	1人	0.0%

昆布の佃煮 細く切った昆布を、めんつゆで甘辛く煮付けるだけです。今の季節はストーブの上で簡単に出来ます。テレビでも見ながら、昆布をはさみでチョキチョキするだけです。仕上げにゴマなど振り掛けると、更に美味しくなります。	1人	0.0%
昆布の佃煮、昆布をいれた湯豆腐です	1人	0.0%
昆布の佃煮。しょうゆ、みりん、酒で煮る。	1人	0.0%
昆布の佃煮。だしをとった後の昆布を荒目の千切りにしてごま油で炒める。しょうゆとみりんを入れ煮つめる。仕上げにゴマをちらせばおいしい佃煮の出来上がり。お好みで人参や油揚げなどを一緒に入れてもOK。	1人	0.0%
昆布の佃煮。ダシをとった後の昆布を使う。	1人	0.0%
昆布の佃煮。塩分控えめ。	1人	0.0%
昆布の佃煮。作り方は、よく水に戻した昆布を短冊に切り(結ぶと固いところがあるので、全体をやわらかく煮るために結ばない)、味醂、お砂糖、お醤油、かつおだしなどで煮詰める。	1人	0.0%
昆布の佃煮。醤油とみりん、少量のお酢で昆布を煮ます。時に応じて、鰹節やしいたけなどを加えて作ります。昆布だしをとった後のものでも、充分おいしい昆布の佃煮が出来ます。	1人	0.0%
昆布の佃煮。醤油やら砂糖やらで煮る	1人	0.0%
昆布の佃煮・昆布を切って、かつお節、ちりめんいりと一緒に甘辛く炒め煮をします。最後にゴマを振り掛けます。	1人	0.0%
昆布の佃煮や昆布の煮物。後は、とろろ昆布を、海苔のようにおにぎりに巻いた物。	1人	0.0%
昆布の佃煮をご飯にのせて、その上にのりをしいて、おかずを載せてのり弁当を作る	1人	0.0%
昆布の佃煮をご飯の中に入れて、おにぎりにしてます。	1人	0.0%
昆布の佃煮を雑ぜたご飯(昆布ごはん) 作り方は通常の白飯を炊くのと同じ水加減で炊飯の準備をして、市販の昆布の佃煮を好みの量入れてかたご飯を炊きます。	1人	0.0%
昆布の佃煮を使った混ぜご飯。鮭や大葉に昆布の佃煮をアクセントに少し入れる。	1人	0.0%
昆布の佃煮を入れた卵焼き	1人	0.0%
昆布の佃煮市販品だとしょっぱいけど、自分で作るとほどほどの濃さにできます。しいたけと一緒に煮てもおいしいです。常備菜になります。	1人	0.0%
昆布の佃煮風。昆布を細く刻んでダシ醤油に絡めて最後にごまをかける。	1人	0.0%
昆布の豚肉巻き。昆布に豚の三枚肉を巻いて煮る	1人	0.0%
昆布の炒め煮	1人	0.0%
昆布は、主人が好きなのは、昆布巻きと、お味噌汁に入れる、とろろ昆布です。たまにうどんなどにも入れておりますよ。	1人	0.0%
昆布は、必ずダシとして毎日使っています。ダシにつかったあとは、佃煮などにします。	1人	0.0%
昆布はレシピと考えるとあまりないかもしれませんが。煮物や味噌汁に細く切って、だしとしても使えるけど、そのまま食べてしまいます。だしとして捨てるもったいないので。	1人	0.0%
昆布は煮しめに入れる時くらいにしか使いません。	1人	0.0%
昆布まめ	1人	0.0%
昆布をお出汁でやわらかくなるまで煮る	1人	0.0%
昆布を一口大に切って大根と一緒に 煮物にします。昆布のダシが良く出て、食べる時には凄く柔らかくなってるから とっても美味しいので一石二鳥です♪	1人	0.0%
昆布を甘酢で煮る	1人	0.0%
昆布を刻んできくらげを足し、しょうゆ、砂糖、みりん、お酒、山椒などで炊きます。 母から教わった惣菜。	1人	0.0%
昆布を砂糖とお酒としょうゆで煮て最後のおかかをかけて、白いご飯と一緒に食べてます。	1人	0.0%
昆布を細かく刻んで短冊切りにします。青魚(鯖・いわしなど)と一緒に煮付けします。昆布が魚の臭みと旨みを吸収してくれてとても美味しく頂けます	1人	0.0%
昆布を細かく切り、出汁をとった後そのまま食べれるように料理している。煮物などに多く活用している。	1人	0.0%
昆布を細く切って、煮物。出汁もでて一度で二度美味しい。でも家族は昆布が苦手。	1人	0.0%
昆布を細く切って、佃煮にしています	1人	0.0%
昆布を細く切ってエビと煮た物(佃煮ほど煮詰めない)	1人	0.0%
昆布を細切りにして、しょうゆ・みりん煮る	1人	0.0%
昆布を使ったまめに入れて炊く。おでん。	1人	0.0%
昆布を使った昆布巻き、とろろ昆布を使ったとろろ汁。	1人	0.0%
昆布を使った昆布巻き。作り方は通常通りです。	1人	0.0%
昆布を使った煮しめ	1人	0.0%
昆布を使った煮物。	1人	0.0%
昆布を使った大根と豚肉の煮物。醤油とミリンと砂糖少々で甘辛く煮ます。	1人	0.0%
昆布を使ってだししょうゆを作った残りの軟らかいこんぶで切干大根の煮物を一緒に作る。	1人	0.0%
昆布を煮込んだ昆布の煮しめ	1人	0.0%
昆布を切って煮物に入れる	1人	0.0%
昆布を千切りにし、切り干し大根と一緒に煮付ける。	1人	0.0%
昆布を帯締め状にしてだいこん、厚揚げ、にんじんと煮物にする	1人	0.0%
昆布を幅5ミリ位の細さに沢山切って 長いもの乱切りと玉ねぎや人参と一緒に甘辛く煮込みます。長い素昆布のねばねば感が旨く相まって、焼きそばにあんかけとしてかけると美味しいですよ。	1人	0.0%

昆布を料理バサミで適当にカットして、さつまいもと一緒に、煮ます。さつまいもがやわらかくなったら、砂糖・しょう油で味をつけて出来上がりです。	1人	0.0%
昆布巻き とうろ昆布のお吸い物	1人	0.0%
昆布巻き おせち料理に毎年作る ニシンを昆布で巻いて炊く	1人	0.0%
昆布巻き シンジャモをくるみます	1人	0.0%
昆布巻き ブリやサケを昆布で巻き、かんぴょうでくって作ります。圧力鍋だと以外に簡単に作れます。	1人	0.0%
昆布巻き 家ではおせちにサバの昆布巻きを作ります。	1人	0.0%
昆布巻き 昆布の中はほっけの魚です。	1人	0.0%
昆布巻き 作り方は通常通りで、中に巻く芯を豚肉にしたり鰯や鮭色々と替えて作っています お吸い物 食べる直前にとろろ昆布をお椀に落として食べたりします	1人	0.0%
昆布巻き しそ昆布	1人	0.0%
昆布巻き 作り方は一般的なもので、鮭をまいた昆布を甘辛く煮ます。我が家ではお正月以外でも結構作って食べます。	1人	0.0%
昆布巻き 煮しめ	1人	0.0%
昆布巻き (鮭)	1人	0.0%
昆布巻き (中身は、ブリです)	1人	0.0%
昆布巻き、おでん 普通の使い方	1人	0.0%
昆布巻き、おでんの具、おにぎりの具	1人	0.0%
昆布巻き、きゅうりこんぶあえ	1人	0.0%
昆布巻き、昆布に豚肉としょうがを中に入れてかんぴょうでまきます。	1人	0.0%
昆布巻き、早煮または、こぶまき用昆布、を水で戻し、ニシンや鮭の切り身で(ニシンは半分に切る鮭は1切れを半分にし昆布に巻きかんぴょうでとめる。	1人	0.0%
昆布巻き。煮干を昆布で巻いて、かんぴょうでしばり、煮込みます。	1人	0.0%
昆布巻き。おでんに入っているような…ものです。	1人	0.0%
昆布巻き。サケを昆布で巻き、かんぴょうで縛り、鍋で煮込みます。	1人	0.0%
昆布巻き。チーズ、もちなど色々な材料でチャレンジしている(従って時々失敗作も…)	1人	0.0%
昆布巻き。鶏のささみやごぼうを昆布で巻いて煮ます	1人	0.0%
昆布巻き。昆布でマグロを巻いて煮る	1人	0.0%
昆布巻き。昆布の中にゴボウなどをまいて、煮る。	1人	0.0%
昆布巻き。最初はおせち料理で作りましたが、市販品とは違う手作りのおいしさに驚きました。昆布のだしがしっかりとしみこみ昆布ごと食べられます。いろいろな魚で試しましたが、鮭が好評です。	1人	0.0%
昆布巻き。市販されている様なカンピョウでしばった？もの。	1人	0.0%
昆布巻き。中に紅鮭をまきます。	1人	0.0%
昆布巻き。適当な大きさに切った新巻鮭を骨ごと昆布で巻いて、ダシ醤油と日本酒で一日ゆっくり煮ます。	1人	0.0%
昆布巻き…、でもお正月のみ	1人	0.0%
昆布巻き。だしをとった後の昆布で、昆布巻きを作って食べてます	1人	0.0%
昆布巻きで、魚の身を昆布でくるみ、かんぴょうで巻き煮付ける	1人	0.0%
昆布巻きです。簡単に中身は鰯の魚を3枚におろして骨を取り適当な大きさに切り昆布10センチくらいのに巻き木綿糸を針に通してそれに次々巻いた昆布を通します。それを好みの味付けて煮るのです。	1人	0.0%
昆布巻きです。中には鮭を巻いて作ります。	1人	0.0%
昆布巻きと高野豆腐の煮物 薄めのだし汁に昆布巻きと高野豆腐や人参、戻した干しいたけなどをいれ煮含めます。	1人	0.0%
昆布巻きは定期的に作っています	1人	0.0%
昆布巻きをたまに。具はししゃもが殆ど。	1人	0.0%
昆布煮 昆布とかつおをいっしょに煮てしょうゆとみりんで味付け。	1人	0.0%
昆布煮 親がよくお鍋のだしをとった後の昆布を使ってしょうゆと砂糖？で甘辛く煮てくれて、子供たちが美味しそうに食べていました。	1人	0.0%
昆布煮、だんこんと昆布の煮物	1人	0.0%
昆布煮込み鍋	1人	0.0%
昆布茶で煮物を作る	1人	0.0%
昆布茶味のふろふき大根	1人	0.0%
昆布豆	1人	0.0%
昆布豆 大豆を煮て最後の10分になったら昆布を入れて仕上げると旨みが加わって美味しくなる	1人	0.0%
昆布豆(大豆と昆布の煮物)、おでん	1人	0.0%
昆布豆。普通に圧力鍋で豆を煮て昆布を途中でくわえる。	1人	0.0%
根昆布を一晩水に漬けて戻し、しょうゆでじっくり炊いて佃煮にする。塩昆布、針生姜、大根の銀杏切り、酢で合え少ししょうゆで味を調え、重石をして一夜漬けを作る。	1人	0.0%
根昆布を使った煮豆	1人	0.0%
根菜煮物です、やっぱり。レンコン、人参、鶏肉などをいれ、酒、しょうゆ、みりん、砂糖で味付け	1人	0.0%
細い昆布で煮付け。にんじん、焼き豆腐と一緒に煮る。	1人	0.0%
細ぎりの昆布の炒り煮	1人	0.0%
細きり昆布と人参・ちくわの煮物	1人	0.0%

細ぎり昆布と油揚げを入れて一緒に煮たもの	1人	0.0%
細ぎり昆布を醤油とみりんで炒め煮にする。レシピ名はなし。	1人	0.0%
細く切った昆布の煮物をよく作ります	1人	0.0%
細く切った昆布 (切干昆布！?) の煮物です。作り方は、さつまあげと一緒に炒めてから、醤油、みりん、砂糖といったように普通の煮物と同じ味付けで煮るだけです。	1人	0.0%
細切りこぶの煮物。油でいためたこぶに、砂糖、しょう油、みりん、酒、を加え、煮る。	1人	0.0%
細切りこんぶとサツマイモの煮物。昆布をもとして細切りにして皮をむかず輪切りにしたサツマイモと一緒に甘がらく炊く。一センチ角に切った昆布と大豆と一緒に煮て昆布豆にする	1人	0.0%
細切りこんぶと油あげを一緒に煮て、いただきます。	1人	0.0%
細切りこんぶをおしょうゆで煮ます。	1人	0.0%
細切りにした昆布とサツマイモの煮物。お弁当のおかずにも入れています。	1人	0.0%
細切りにした昆布を、薄切りの豚肉・ごぼう・人参などと筑前煮のような味付けで炊く。	1人	0.0%
細切りにした昆布をもとしてジャガイモと一緒に煮る。昆布がやわらかくなり、美味しいです。	1人	0.0%
細切りの昆布と油揚げの煮物	1人	0.0%
細切り昆布、油揚げ、竹輪、人参を使った煮物。	1人	0.0%
細切り昆布と里芋の煮物。一緒に炊くだけです。	1人	0.0%
細切り昆布の煮物	1人	0.0%
細切り昆布の煮物、細切りの昆布を甘じょっぱく煮るだけの簡単料理です。	1人	0.0%
細切り昆布の炒め煮。細切り昆布と干しいたけの細切りを軽く炒め。醤油、みりんなどで味付けする。	1人	0.0%
細切り昆布を、色々な煮物や炒め物の時に一緒に入れます。	1人	0.0%
細切昆布の佃煮 作り方 椎茸と昆布をを水で戻しておき 鍋に椎茸の戻し汁を少し入れ昆布椎茸を煮て 砂糖・醤油で仕上げる。	1人	0.0%
鮭の昆布巻き。とろろこぶのお吸い物(昆布茶ととろろ昆布) 細切りの昆布とレンコンのいため煮	1人	0.0%
鮭昆布巻き	1人	0.0%
薩摩揚げと、昆布の煮物	1人	0.0%
鯖の昆布巻き	1人	0.0%
山芋、にんじん、昆布の煮物。めんつゆで煮るので、簡単でおいしい。	1人	0.0%
山椒としいたけを入れた佃煮	1人	0.0%
私の家ではふるふき大根を作る時に大きめの昆布と煮て、昆布もおいしくいただけます。	1人	0.0%
糸こぶの煮物	1人	0.0%
自分では作らないが昆布の佃煮は必ずある	1人	0.0%
実家のおせちの定番ですが、身欠き鰯を昆布で包んで干瓢で巻いた昆布巻。味付けは、醤油・酒・砂糖・味醂・鰹だし。	1人	0.0%
煮しめ 昆布を入れている。	1人	0.0%
煮しめ、煮豆	1人	0.0%
煮しめです。大根、人参、コンニャク、椎茸、厚揚げ、昆布巻きを入れて、だし入れて、酒、砂糖、醤油、みりんで味付けしてから長時間、しちりんを使用して煮ます。数時間後はおいしい煮しめができます。	1人	0.0%
煮しめとかお汁に必ず入れます	1人	0.0%
煮しめには欠かせません。やわらかく煮たところけるようなこんぶが美味しくて大好きです。	1人	0.0%
煮しめに結び昆布を入れる	1人	0.0%
煮しめ昆布を使った煮しめ	1人	0.0%
煮たきものには必ず昆布をだしからとる・即席お漬物	1人	0.0%
煮込み、寿司御飯を炊くときに昆布を使います。とろろこぶはお好み焼きで、まず汁をしき、肉、キャベツ、紅生姜、とろろこぶで最後に汁を少しかけて焼き、ある程度焼ければ、ひっくり返して、ソース、かつお、青のりをかけて食べます。とてもおいしいです。私がするより、主人がしたほうが、おいしいです。おにぎり。	1人	0.0%
煮込んで柔らかくなった昆布を細長く切って、豆とはんぺんと昆布の煮物は子供が大好きです。	1人	0.0%
煮大豆のとき最初から小さく刻んで一緒に煮ます	1人	0.0%
煮豆 昆布 こんにゃく にんじん 大豆を戻して煮るだけ	1人	0.0%
煮豆、昆布を入れてコトコト煮込みます	1人	0.0%
煮豆。煮豆を昆布と一緒に煮る。量をたくさんいれても煮るとそれほど多くないのでたくさん食べることができる。	1人	0.0%
煮豆と一緒に	1人	0.0%
煮豆に細かく切った昆布を入れて煮ます。	1人	0.0%
煮豆に豆に負けないくらい入れる。鍋とおでんに入れる	1人	0.0%
煮豚を作るときと一緒に昆布を入れます。だしも出て美味しいし、昆布も美味しくていただけます	1人	0.0%
煮物 おでん	1人	0.0%
煮物 さつま揚げとかこんにゃく大根等一緒に煮る	1人	0.0%
煮物 結びこぶにして軟らかくなるまで根野菜と一緒に煮ます	1人	0.0%
煮物 ジャガイモなどを煮たときに一緒に入れる	1人	0.0%
煮物 (一緒に煮る)	1人	0.0%
煮物、おでんなど	1人	0.0%
煮物、お正月の昆布巻き	1人	0.0%
煮物、鍋物。	1人	0.0%
煮物、味噌汁の具	1人	0.0%

煮物。作り方は、大豆と切り昆布と油揚げを醤油などの調味料で汁がなくなるまで煮ます。	1人	0.0%
煮物。母が作っているので良く分かりませんが、結んだ昆布を使っています。	1人	0.0%
煮物。おでん。	1人	0.0%
煮物。主に冬野菜（大根、里芋、ゴボウ、にんじん）などと一緒に醤油味で煮込む。お正月料理としても欠かせない。	1人	0.0%
煮物。大根、厚揚げ、椎茸など、その時によって材料は色々。柔らかく煮えた昆布は必ず入って一番好きです。	1人	0.0%
煮物かな？ だしをとった後の昆布 もったいないので甘く炊きつめて佃煮にします。	1人	0.0%
煮物とおでんには必ずいれます。	1人	0.0%
煮物には、小さく切った昆布と一緒にに入れて作ります。特に豚肉との相性が良いと思います。	1人	0.0%
煮物には「結び昆布」を、おうどんやお蕎麦には「とろろ昆布」を用いています。お味噌汁やお鍋なども、基本的におダシは昆布から。ご飯を炊くときも欠かせません。	1人	0.0%
煮物には必ずねじったコンブが入っています。あとは、きざんで砂糖としょうゆで甘辛く煮込んだものをご飯にかけて食べます。	1人	0.0%
煮物には必ず昆布を使います。早煮昆布をよく使用します。	1人	0.0%
煮物に結び昆布を入れるくらいです。	1人	0.0%
煮物に昆布を入れて炊く	1人	0.0%
煮物に昆布を入れる	1人	0.0%
煮物に細かくキッチンばさみで切って入れて、そのままにこんでたべます。鍋で、出汁取った昆布は、刻んで、最後の雑炊に入れます。	1人	0.0%
煮物に使います。結び昆布と一緒にに入れて煮ます。	1人	0.0%
煮物に使ったり、とろろ昆布をつかってお吸い物を作ったりしてます。	1人	0.0%
煮物に飾り昆布	1人	0.0%
煮物のだし。松前漬。	1人	0.0%
煮物のだしに使って、そのまま煮物の具として料理する。	1人	0.0%
煮物の材料	1人	0.0%
煮物やお味噌汁に毎日入れる	1人	0.0%
煮物をするときだして使ってそのまま煮物にもいれてたべる。	1人	0.0%
煮物をするときに細くきった昆布をいっしょに入れて煮ます。昆布がトロトロになって美味しいです。	1人	0.0%
煮物全般、とろろ昆布のお澄まし&おにぎり、うどん、鮭フレークと塩昆布のおにぎり、なめたけとツナと塩昆布の炊き込みご飯、塩昆布の焼きそば、塩昆布のじゃがバターなど	1人	0.0%
煮物全般。出汁をとった昆布をそのまま具材として煮こむ。	1人	0.0%
煮物鍋物には使うけど、他はほとんど使わない	1人	0.0%
煮物類、とくににおでんに入れて食べています。	1人	0.0%
主に煮物につかいますが、使いきれなかった分は、ミルサーで、煮干と一緒に粉末にして使っています。お茶のパックにいれて、味噌汁などにいれれば、あとかたづけも簡単です。	1人	0.0%
出しこぶの佃煮	1人	0.0%
出し殻の昆布を佃煮にする	1人	0.0%
出し昆布でいわしを炊く。	1人	0.0%
出し昆布として使ったものをじゃこやかつおといっしょに甘辛く煮て佃煮にする。	1人	0.0%
出し昆布のきざみ煮	1人	0.0%
出し昆布のリサイクル。出しをとった後の昆布を2cm角ぐらいに切りも同量のお醤油とお砂糖、ひたひたの水を入れ、弱火でコトコトと炊き上げます。美味しい佃煮が出来ますよ。	1人	0.0%
出し昆布の細切りと大根をキムチの素としょうゆで煮る	1人	0.0%
出し昆布を使った、ちくわとふきの煮物。ちくわとふきで、戻したコンブでしょうゆとみりん砂糖で煮る。たいした、ものではないがよく味しみておいしいです。	1人	0.0%
出し昆布を使ったあんかけ野菜煮込み。出し昆布でしっかりだしをとった後、その昆布を細長く刻んで白菜や大根、豆腐、春雨などと一緒に煮込んであんかけにします。温まってメッチャ美味しいです。	1人	0.0%
出汁で使った昆布を千切りにしてゴマと醤油で佃煮にします	1人	0.0%
出汁に使った昆布をたいてみました。おしょうゆとみりん砂糖を煮立たせて作りました。	1人	0.0%
出汁をとったあとで佃煮にする	1人	0.0%
出汁をとったあとに佃煮	1人	0.0%
出汁をとったこんぶを1〜1.5cmの色紙きりにしてカツオ節を入れただしとみりんお酒、砂糖 醤油で煮詰め佃煮にする。	1人	0.0%
出汁をとった後のコンブを細かく切り、佃煮にする。	1人	0.0%
出汁をとった後の昆布で佃煮を作る。	1人	0.0%
出汁をとった後の昆布を、甘辛醤油で煮る	1人	0.0%
出汁をとった後の昆布を佃煮にする。	1人	0.0%
出汁をとった昆布を捨てるのは、勿体無いので、それを細かく切って 雑魚と一緒に、昆布だし・砂糖・醤油・お酒で甘辛く煮ます。それを御飯に混ぜて、混ぜ御飯にしたりしています。	1人	0.0%

出汁をとるのに使った昆布とおかかを取り出し、昆布は適当に刻んで醤油やみりんで炒めて佃煮風にしています。	1人	0.0%
出汁を取ったあとの昆布で佃煮。昆布を千切りにしてかつおぶし・梅干・醤油・みりんで煎り煮します	1人	0.0%
出汁を取ったあとの昆布を酒、黒砂糖、醤油、味醂、酢で粘りが出るまで煮込んでつくる佃煮。最後に白胡麻をかけます。おでん。	1人	0.0%
出汁を取った後の昆布を干し椎茸と一緒に佃煮にする	1人	0.0%
出汁昆布の佃煮	1人	0.0%
出汁昆布の佃煮 出汁を採った後の昆布を佃煮にする。	1人	0.0%
出汁用昆布を白菜・豚肉と煮た料理。	1人	0.0%
出来合いの昆布の佃煮	1人	0.0%
小さく切った昆布を、大豆と一緒に、保温ポットで煮る。	1人	0.0%
食べやすく切ったかぼちゃと油揚げ、切り昆布を約10倍に薄めただし醤油でコトコト…かぼちゃの煮物です。温かいのはもちろん、冷めても美味！	1人	0.0%
人参・蓮根・ごぼう・こんにゃく・大豆を入れて作る五目煮豆に1cm角位に切った昆布も一緒に入れて煮ます	1人	0.0%
正月に昆布巻き	1人	0.0%
生こんぶの細切りのをしょうゆとみりんであまがらく炊く。ご飯と一緒に食べるのが定番です。	1人	0.0%
生さばを昆布で巻いた昆布巻き	1人	0.0%
生の糸昆布を油揚げや人参などと炊き合わせています	1人	0.0%
生の切り昆布を人参や、練り製品（ちくわなど）と一緒に、さっと和風に煮る。甘みが少ない方が美味しい！	1人	0.0%
生の千切り昆布の煮物	1人	0.0%
生昆布で煮物	1人	0.0%
青いこんぶを豚肉を少しいれ醤油とみりんで煮ます	1人	0.0%
切りこんぶの煮物。厚揚げや大根、人参など、そのときあるモノと一緒に煮ます。	1人	0.0%
切りこんぶの麺つゆ煮…切りこんぶを麺つゆで煮るだけですが、簡単なわりにおいしいです。	1人	0.0%
切りこんぶを油揚げと一緒に煮る。とろろ昆布で簡単なお吸い物。ねぎのみじん切りと鰹節を入れる。	1人	0.0%
切りこんぶと油揚げの細切りをコンソメとしょうゆ味で煮る。ちくわの細切りを入れても良い。	1人	0.0%
切りこんぶの煮物	1人	0.0%
切りこんぶの煮物。切りこんぶとにんじん、油揚げをだし、しょうゆ、みりんで煮る	1人	0.0%
切りこんぶを油揚げと一緒に煮付ける	1人	0.0%
切り昆布が大活躍。サツマイモやちくわと切り昆布の煮物は出汁いらずで美味しい。	1人	0.0%
切り昆布とかぼちゃの煮物。だしをとった残りの昆布の佃煮・松前漬け・昆布巻き	1人	0.0%
切り昆布とカボチャを甘辛く煮る料理を作ります。	1人	0.0%
切り昆布とキャベツの煮物。和風ポトフのようなものです。	1人	0.0%
切り昆布とさつまいもの煮物	1人	0.0%
切り昆布とたらこの煮物 お吸い物にとろろ昆布を最後入れる	1人	0.0%
切り昆布とちくわの炒め煮。切り昆布、ちくわ(小口切り)、人参(細切り)、油揚げ(細切り)を炒め、醤油等で味付けする。	1人	0.0%
切り昆布とちくわを一緒に煮る	1人	0.0%
切り昆布とツナ缶の炒め煮。とっても簡単でおいしいです！！	1人	0.0%
切り昆布とにんじん、レンコン、ゴボウ、さつま揚げを甘辛く煮て、ご飯に混ぜます。昆布のうまみと野菜の甘み・ダシが出ていてとっても美味しいのです♪	1人	0.0%
切り昆布と厚揚げの煮物	1人	0.0%
切り昆布と厚揚げの煮物。薄めのだしであっさり煮ます。	1人	0.0%
切り昆布と厚揚げの炒め煮。生の切り昆布と厚揚げとニンジンをごま油で炒めて、みりん・醤油を入れて水気がなくなるまで煮る。	1人	0.0%
切り昆布と桜海老の炒め煮 桜海老を適量の油を敷いたフライパンで香ばしく炒める。市販の生きり昆布を加えて更に炒め、だしと塩しょうゆなどで好みの味に仕上げる。常備菜として重宝。	1人	0.0%
切り昆布と小揚げの煮付け	1人	0.0%
切り昆布と豚の煮物	1人	0.0%
切り昆布と豚肉と根菜の炒め煮	1人	0.0%
切り昆布と豚肉の煮物。生昆布とシーフードのサラダ 昆布を湯どうししタコえびイカなどをのせ好みのドレッシング等で食べる。大根の煮物に結び昆布が入ります。根菜類の煮物に昆布を入れ煮ます。鮭の骨の昆布巻き 正月の鮭の骨を利用します。とろろ昆布の吸い物 とろろ昆布・鰹節・梅干・好みにしょうゆで熱湯を注ぎ吸い物にします。昆布入り煮豆 大豆と煮ます	1人	0.0%
切り昆布と油揚げ(薄揚げ)の白だし煮。切り昆布と油揚げを白だしでさっと煮て、冷ます。(ここがポイント) 冷ます(夏場などは更に冷やす)ことによって、昆布独特の癖がやわらぐようでもいくらでも食べられます。	1人	0.0%
切り昆布と油揚げの煮物 切り昆布と油揚げを食べやすい大きさに切って醤油、砂糖、みりん、酒で煮る。 安いしおいしいです！	1人	0.0%
切り昆布と油揚げの煮物。切り昆布と油揚げの千切りを、そばつゆでサツ煮る。	1人	0.0%
切り昆布と油揚げをしょうゆと酒で炒め煮にして、仕上げに七味をパラッとかけます。	1人	0.0%
切り昆布と油揚げを醤油味で煮た煮物。	1人	0.0%

切り昆布のサラダ とろろ昆布うどん 昆布と豆の煮物	1人	0.0%
切り昆布の甘辛煮	1人	0.0%
切り昆布の煮付け。出汁で、昆布と人参・油揚げを煮る。	1人	0.0%
切り昆布の煮物 にんじんやちくわなどと一緒に煮ます	1人	0.0%
切り昆布の煮物 細切りにした人参や油揚げなどと一緒に煮る。	1人	0.0%
切り昆布の煮物 出汁・しょうゆ・みりん で煮ます。スーパーで100円で切り昆布(生)があるときに作ります	1人	0.0%
切り昆布の煮物 油揚げやにんじんなどと炒め煮にする	1人	0.0%
切り昆布の煮物。切り昆布ににんじん、さつまあげなど入れてしょう油、砂糖、酒で煮るだけです。	1人	0.0%
切り昆布の煮物。油揚げと一緒に煮含めます。	1人	0.0%
切り昆布の煮物・・・切り昆布とちくわや油揚げを煮ます。	1人	0.0%
切り昆布の炒め煮。千切りにした人参を炒め水に浸しておいた切り昆布、千切り油揚げ、千切りねぎと一緒に炒め、みりん、醤油を入れ、5分ほどふたをして、蒸し煮にしてください！	1人	0.0%
切り昆布の炒め煮。人参・油揚げ・ちくわなどと一緒に油で軽く炒めて、だし・さとう・酒・しょうゆで煮る。	1人	0.0%
切り昆布を使い、にんじん・しいたけ・油揚げと一緒に炒めた後しょうゆとみりん で味付けした煮付け。	1人	0.0%
切り昆布を使ったさつまいもと昆布の甘辛煮。作り方は、紺bとさつまいもを酒、みりん、砂糖、しょうゆで煮たもの	1人	0.0%
切り昆布を使った煮物。さつま揚げとピリ辛く一緒に煮ます。	1人	0.0%
切り昆布を使って、大根やしめじと一緒に煮る。ただ煮るだけ。いい味が出る。	1人	0.0%
切り昆布を煮物に入れたり、サラダに入れたりしています。後はおにぎりをとろろ昆布で巻いたり、出汁をとった後の昆布を煮物に入れたりしています。	1人	0.0%
切り昆布を単純に薄口醤油で煮込んだ煮物	1人	0.0%
切り昆布煮:切り昆布と細切りにんじん、揚げ、ネギなどを油でいため、醤油、みりん、酒で煮付ける	1人	0.0%
切干だいこんなど乾物の煮物にはキリ昆布を入れてつくるようにしています	1人	0.0%
切干大根に昆布を入れる	1人	0.0%
切干大根に入れる。(こんぶ)うどんにとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
切昆布の煮物(アゲ、大豆、練り物などと煮たもの)。	1人	0.0%
切昆布の煮物、玄米を炊く時には必ず入れます。	1人	0.0%
切昆布をつかった煮物が我が家の定番	1人	0.0%
鮮魚売場で売られている「切り昆布」を食べやすい長さに切ります。豚コマ肉、えのき、ニンジンの千切りを炒めて昆布を加え、醤油+みりん(またはめんつゆ)で味付け。ニンジンや昆布が柔らかくなるまで軽く煮ます。煮すぎると昆布が溶けてくるので、歯ごたえがあるくらいで火を止めてください。	1人	0.0%
早煮え昆布で煮物、とろろ昆布はうどんにかける、湯豆腐に出し昆布を入れる。	1人	0.0%
早煮こぶに鯛の子を巻いて甘辛く炊く	1人	0.0%
早煮こぶを使って、普通の煮物に手軽に昆布も一緒に煮てみる。大根と豚バラ肉の煮物などに放り込んでいます。	1人	0.0%
早煮コンブと大根トリも肉を炊飯器にいれて炊く 全部柔らかく煮えるし 火加減みなくてよいし いいです すきコンブとニンジンの細切りと煮る	1人	0.0%
早煮昆布とさばを使ったこんぶ巻き。作り方は、水で戻したこんぶでさばを巻き、だし・醤油・みりん・酒で煮ます。	1人	0.0%
早煮昆布の煮物。おでんの昆布のように結んで、厚揚げと豚肉のブロックと煮る。	1人	0.0%
早煮昆布を使った昆布巻きの煮しめ	1人	0.0%
鯛の昆布じめ 昆布と昆布の間にお刺身の鯛広げて、しばらく置いておく	1人	0.0%
大根、昆布、ごぼうまきの煮物。この三品と一緒に煮る。よくだしが出て美味しい。	1人	0.0%
大根とスペアリブを煮込む際、昆布を入れて煮込みます。残った昆布は、翌日刻んで、白菜や薄揚げと一緒に煮込みます。	1人	0.0%
大根と牛肉の煮物 昆布も一緒に細かく切って煮込みます。	1人	0.0%
大根と鶏肉など煮物を作るとき、昆布でだしをとってそのままトロトロにして食べます。またご飯を炊くとき、昆布を1枚のつけて炊いて後日細く切って煮物とかにして食べてしまいます。	1人	0.0%
大根と鶏肉の煮付けに昆布を入れて煮込んだもの。	1人	0.0%
大根と鶏肉の煮物	1人	0.0%
大根と鶏肉を煮付けるときに、だしに昆布を使うのですが、その昆布も食べれるように小さく切って、昆布もおいしく頂いています。	1人	0.0%
ダシをとった昆布はとっておいて、佃煮にして食べています。		
大根と昆布の炒め煮。作り方は、大根を千切りにして、油で炒めて、昆布はダシをとり、だしをとり終わった昆布も細く刻んで、大根といっしょに油で炒める。先ほどのダシを加えて、醤油で味をつける。仕上げにとろろ昆布をトッピングする。	1人	0.0%
大根と昆布を使った煮物。特に工夫はなく、昆布と大根を適当に醤油と砂糖で煮た煮物です。	1人	0.0%
大根と手羽先と昆布を刻んで入れ、煮る。	1人	0.0%
大根のとろろ昆布の背。大根の煮物にとろろ昆布をたっぷりかける	1人	0.0%

大根の昆布煮・・・丸切り大根と昆布をコトコト。柔らかくなった大根と昆布が美味しい。 大根サラダ・・・大根の千切りの上に塩昆布をパラパラ、しんなりした大根の簡単サラダは重宝している。	1人	0.0%
大根の煮付けの上にとろろ昆布をのせる	1人	0.0%
大根の煮物	1人	0.0%
大根の煮物 土鍋に昆布を水に入れ5分くらいしたら輪切り大根を入れ煮て醤油と佐藤でおでんより少し濃い目の味付けにして30分煮て、新聞でくるみバスタオルを巻いて5時間以上置く。朝つくり夕飯時に程よく味がしみてとてもおいしい。昆布もたべられます。	1人	0.0%
大根の煮物とかにも昆布を細かく刻んでそのまま料理に使っています	1人	0.0%
大根の煮物のだしに使い、そのまま大根と一緒に食べる。	1人	0.0%
大根の煮物はいつも昆布でだしをとります。だしといえば我が家ではもっぱら昆布です。大根を1〜2時間にてから塩で味付けして火を止め、冷めた頃にこぶを2〜3枚鍋に入れ3時間位したら火にかけて、沸騰直前にこぶを取り出し、千切りにしてなべに戻します。味見をして塩を足したりしてからレンコンやえのきだけなどを加えてしばらく煮てからまた冷まします。再び温めたらできあがりです。	1人	0.0%
大根の煮物を作るときに、だしとして、具材として昆布を入れます。	1人	0.0%
大根を昆布で煮て、白味噌で食べる料理。よく母が冬になると作ってくれます。	1人	0.0%
大根を昆布で煮る	1人	0.0%
大根を煮るときには、昆布類(家では、おしゃぶり昆布も使っています)を必ず入れます。	1人	0.0%
大根を煮るときに一緒に煮る	1人	0.0%
大豆、こんにゃく、人参と昆布の煮物。大豆が柔らかくなったら、こんにゃく、人参、昆布を適当な大きさに切って入れて煮込む。	1人	0.0%
大豆・にんじん・ごぼう・こんにゃくと一緒に煮る 切りこぶと厚揚げの煮物	1人	0.0%
大豆と一緒に煮しめ	1人	0.0%
大豆と昆布の煮込み。大豆と昆布の細切りを醤油や酒、みりんでコトコト煮込んで、柔らかくなったら出来上がりです。	1人	0.0%
大豆と昆布の煮豆。作り方は通常通りで、ゆっくりことごと弱火で煮て味を染みこませます。	1人	0.0%
大豆の煮物に、我が家ではニンジンとごぼうと昆布を入れます。	1人	0.0%
単純に昆布を時間をかけて煮る	1人	0.0%
筑前煮 必ず結びこぶを入れます。	1人	0.0%
筑前煮 乾燥の昆布ではなく、生のこんぶでいることが多いです。ことごとよく煮てとろりとさせています。	1人	0.0%
筑前煮、昆布だし	1人	0.0%
筑前煮では必ず使います。	1人	0.0%
筑前煮に入れる。	1人	0.0%
筑前煮をするときに昆布を小さく三角形に切って一緒に煮る	1人	0.0%
調理済みのつくだ煮	1人	0.0%
鳥の昆布巻き！！ 昆布にしょうゆ、みりんなどの味付けをして下ごしらえしたもので鳥のささみを包みます。	1人	0.0%
椎茸との佃煮かな？ でも、母作で私はいただきます♪状態です。	1人	0.0%
椎茸昆布。甘辛く煮る	1人	0.0%
佃煮 おでん お鍋	1人	0.0%
佃煮 だし	1人	0.0%
佃煮 出汁をとった後の昆布で佃煮を作ります。一味唐辛子でアクセントをつけることもあります	1人	0.0%
佃煮 戻した昆布を千切りや結んで、しょうゆ砂糖で煮る	1人	0.0%
佃煮(甘く煮る)	1人	0.0%
佃煮・おでん	1人	0.0%
佃煮やダシをとるために使う事が多い	1人	0.0%
佃煮を作る	1人	0.0%
定番ではないですが、毎年お正月には昆布の煮しめを作ります。普通にゆでて醤油などで味を付けるだけですが、おめでたい気持ちになります。	1人	0.0%
適当に切って、ただ甘辛くコトコト柔らかくなるまで煮るだけです。	1人	0.0%
凍り豆腐の煮物。昆布、椎茸、人参等を入れて味付けし、凍り豆腐を煮含めます。	1人	0.0%
豆コンブ	1人	0.0%
豆と一緒に和風な味付けで煮る。お鍋の出汁。おでん。卓上にとろろを常時おいていて、お味噌汁にのせてます。お吸い物にもよく使います。	1人	0.0%
豆と煮る	1人	0.0%
豆の煮物	1人	0.0%
豆昆布、昆布の佃煮、とろろ昆布	1人	0.0%
特にない。ご飯に佃煮くらい	1人	0.0%
特にないです。お正月に丸めてかんぴょうで結んで昆布巻きをするくらいです。	1人	0.0%
特にないですが、昆布はだしとりに使うことが多く、だしを取ったアトは佃煮	1人	0.0%
特になし、普通に煮物にしています。	1人	0.0%
特に定番というのはありませんが昆布(水出し)で出汁をとっているの、出汁を採った後の昆布をいろんな煮物に刻んで入れます。切干大根やおからジャガイモの煮ものなどに	1人	0.0%

豚と昆布を煮る(角切りの豚肉と昆布を鰹だし、味りん、醤油でコトコト煮る。豚に辛子をつけていただきます。) 鯛の昆布押し(さっと洗った昆布に寿司酢を塗り、鯛の刺身を並べ上にも昆布を載せ、ラップできつく包み、ビニール袋に入れ冷蔵庫で1~2日置	1人	0.0%
豚と大根を昆布と一緒に煮たり...くらいかな	1人	0.0%
豚の角煮 ダシ用だけでなく、食べるためにかなり多く使用します。トロトロになるまで煮込むと美味しいです。	1人	0.0%
豚の角煮。昆布と一緒に煮込んで、最後は昆布も食べてしまいます。味がしみてとてもおいしいです。	1人	0.0%
豚の角煮にはかならず一緒に昆布を煮て食べます。	1人	0.0%
豚の角煮に入れて一緒に煮る。それ以外では冬場のおでんのときぐらいにしか使わないので、もっといろいろな食べ方を教えて欲しい！！	1人	0.0%
豚の角煮をつくるときに入れてます。	1人	0.0%
豚の角煮を作る時には必ずいれます。	1人	0.0%
豚の固まり肉をにるときに昆布と一緒に煮ます。肉だけでにるよりも柔らかくできるような気がします。	1人	0.0%
豚肉(バラ)と大根おろしと昆布を層状態(三層ぐらい)にして煮る。イクラの醤油漬けを作る際に昆布を隠し味でひとかけら入れます	1人	0.0%
豚肉と刻み昆布の炒め煮。	1人	0.0%
豚肉と大根と一緒に煮るときに昆布を入れるだけです	1人	0.0%
豚肉の昆布まき	1人	0.0%
豚肉の昆布巻き...にんじん・大根・昆布を豚バラ肉で巻いて煮付けるだけ。	1人	0.0%
南瓜と早煮え昆布の炊き合わせ。 南瓜を一口大に切る。昆布は4センチに切る。煮干を油でいため、南瓜を加えて少しいため、ひたひたに水を加えてこんぶをいれ、みりんとしょうゆで味付けして水気が無くなるまで煮る。	1人	0.0%
肉じゃが 味付けはオイスターソースとだし昆布を刻んだものを使います。	1人	0.0%
肉じゃが すき焼きの昆布を入れると甘みが増し非常に美味しい。	1人	0.0%
肉じゃがにおだしと具の二役として1, 2cm角に切った昆布を入れて煮てます。	1人	0.0%
年末の昆布巻きくらい	1人	0.0%
納豆に昆布の佃煮	1人	0.0%
普段煮物の中に、細切昆布を入れています。	1人	0.0%
普通に、煮物や麵つゆ等を作るときにだしをとる。その後だしがらになった昆布を千切りし、マヨネーズ・塩・粗挽きコショウであえてサラダとして食べる。	1人	0.0%
普通の昆布の煮物	1人	0.0%
平凡だが、サトイモと鶏肉の煮物。昆布は細切れにして、サトイモと鶏肉と一緒に煮る。後から、酒・みりん・しょうゆを入れて煮る。細切れにした昆布は小さくて食べやすいので一緒に食べられる。サトイモと鶏肉を全部食べ終わったら、残っている汁で、煮込みうどんを作って食べる。	1人	0.0%
鯖の昆布巻き。鯖の昆布巻きをアレンジして、鯖を巻いて煮ています。	1人	0.0%
野菜のこった煮 とりか豚を入れて冷蔵庫の残り野菜を全部刻んで入れて昆布をはさみで刻んでしょうゆで煮る	1人	0.0%
野菜の煮物 にしめ	1人	0.0%
野菜昆布を使った煮物	1人	0.0%
油揚げとニンジンの細切りを昆布と炒め煮にする。味付けは昆布つゆで。	1人	0.0%
落花生と昆布ににんじんこんにゃくの煮物	1人	0.0%
落花生の煮豆。作り方は乾燥落花生を一晩水に漬けて戻し、昆布とにんじん、油揚げ、ちくわと共に醤油、砂糖、みりん、お酒で甘辛く煮ます。	1人	0.0%
和風煮物に昆布を入れる。	1人	0.0%
筍と昆布がとけるまで炊く。浅漬けには切った昆布を入れて作る。味噌汁には、最後にとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
鯖の昆布巻き	1人	0.0%
汁物、スープ	720人	14.4%
味噌汁	27人	0.5%
お味噌汁に入れる	13人	0.3%
とろろ昆布のお吸い物	12人	0.2%
お味噌汁にとろろ昆布を入れる	9人	0.2%
とろろ昆布のすまし汁	9人	0.2%
とろろ昆布を使った味噌汁	8人	0.2%
とろろ昆布の味噌汁	6人	0.1%
とろろ昆布を使ったお吸い物	5人	0.1%
とろろ汁	5人	0.1%
お吸い物	4人	0.1%
お吸い物にとろろ昆布を入れる	4人	0.1%
おすまし	3人	0.1%
すまし汁	3人	0.1%
とろろ昆布にお湯をいれておすましにする	2人	0.0%
とろろ昆布の吸い物	2人	0.0%
とろろ昆布を使ったみそ汁	2人	0.0%
昆布でだしをとったお味噌汁	2人	0.0%

昆布のお吸い物	2人	0.0%
簡単とろろ昆布のお吸い物。お椀につゆの素を入れ、熱いお湯を注ぐ。あとはとろろ昆布をたっぷり入れる。簡単とろろ昆布のお吸い物。	1人	0.0%
(とろろ汁) お椀にとろろとかつおぶしを入れ、味塩と醤油少々を入れ、熱いお湯を注ぐ(簡単に縮みます) 昆布で出汁をとりお味噌汁、肉じゃがなどの煮物、煮魚、鍋に使います。また、とろろ昆布は主に朝、時間が無いときにお湯やわかめ、塩を足して簡単なお吸い物にしたり、海苔巻きのようにお餅を巻く、また、タラの切り身に巻き付けてネギなどの野菜・だし汁とレンジにかけ、和風の蒸し物として頂いています。	1人	0.0%
*とろろ昆布を使った簡単お吸い物。とろろ昆布をお椀に適量入れて、お醤油を回しかけてお湯をそそぐだけ。*とろろ昆布のおにぎり。おにぎりの、ノリを巻く前に一度とろろ昆布をまいてから、さらにノリを巻く。磯の風味が増して味も美味しい。*細切り昆布の煮物。昆布を細くはさみでカットしたものを、だし、お醤油、さけ、みりんを煮込んだもの。簡単で美味しい。お醤油を多くすると昆布の佃煮になる。ゴマを入れると香ばしくて風味が増す。	1人	0.0%
「とろろ昆布インスタント汁」・お汁わんの中にたっぷりとろろ昆布を入れる。・お湯を注ぐ・味を見ながらおしょうゆを入れる・刻みねぎをかけて出来上がり 冬になるとよくします。美味しいですよ。もちろんとろろは「高い」ほど美味しいです。	1人	0.0%
「とろろ昆布のお吸い物」豆腐と三つ葉のお吸い物をお椀によそって、最後にとろろ昆布を入れる。「とろろ昆布のおにぎり」海苔の代わりにとろろ昆布でくみます。「昆布の佃煮」出汁をとったあとの昆布を1cm角くらいに切って、酒・みりん・醤油で煮る。最後におかかを和える。おにぎりの具や箸休めにいい。	1人	0.0%
「即席☆とろろ昆布スープ」材料:とろろ昆布、お湯、醤油、かつお節、とろろ昆布、醤油、かつお節をお椀に入れてお湯を入れて混ぜるだけ。我が家はみそ汁をつくるのが面倒なとき、いつもこれにしています。	1人	0.0%
◇だし昆布入り野菜たっぷりスープ。だし昆布、干し椎茸適宜をキッチンバサミで一口大に切り、お水で戻し昆、布椎茸ごと土鍋に入れ火にかけ、好みの野菜をたっぷり入れて煮込むだけ。お好みでポン酢醤油をたらして頂きます。	1人	0.0%
・おみそ汁にとろろ昆布を入れます ・オクラと豆腐と昆布で、和え物をします	1人	0.0%
・とろろ昆布のお吸い物。・・・お吸い物の仕上げにとろろ昆布を。 ・塩昆布浅漬け・・・す切りした野菜に軽く塩をして水を切り、塩こぶで和える。	1人	0.0%
・とろろ昆布のお吸い物。おすましにとろろ昆布と、梅干をおとして。 ・シソ昆布のおむすび。	1人	0.0%
・とろろ昆布の簡単お吸い物:とろろ昆布に熱湯と醤油またはめんつゆを加えた簡単お吸い物。 ・干し椎茸+こんにゃく+昆布の煮物:レンジで戻した干し椎茸と昆布、こんにゃくを甘辛く煮る。	1人	0.0%
・とろろ昆布を使ったおすましうどん。作りかたは出来たすましじりやうどんの上に乗せるだけ。	1人	0.0%
・とろろ昆布を使った簡単おすまし。すまし汁を作って、とろろ昆布を入れるだけのあっという間のおすまし。そこに梅干を加えることも。 ・塩昆布を使った即席おつけもの。キャベツやかぶ、きゅうりなど、その時にあるものを適当な大きさに切って塩昆布適量と混ぜ合わせて、30分ほどおき、ゆず塩をかけてできあがり。	1人	0.0%
・味噌汁等のダシ ・豚肉と昆布の煮物(豚肉と昆布を炒め煮をします) ・昆布のバター炒め(昆布をバターで炒めて仕上げに醤油で味付けします)	1人	0.0%
☆即席とろろ汁☆お椀に適量のとろろ昆布を入れ、味の素適量をふりかけ、お湯を注ぐ。そこへお好みの濃さで醤油を入れて出来上がり。(簡単、美味しいですよ)	1人	0.0%
★とろろ昆布で即席お吸い物。お椀に削り節を入れ、お湯をそそぐだけ。最後に醤油でお好みの味付け。 ★しゃぶしゃぶで使用しただし昆布で、翌朝のお味噌汁の具に。だし昆布を細く刻んでお味噌汁に入れる。他の具はお好みで。	1人	0.0%
Korean and Japanese soup	1人	0.0%
あつあつのみそ汁を食べる直前にとろろ昆布を上からかけます。	1人	0.0%
あまり食欲がないときは、お湯にとろろ昆布を入れてしょうゆをお好みでいれて食べるとすっきりします。	1人	0.0%
インスタントのお吸い物にとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
インスタントのお吸い物や味噌汁にとろろ昆布を入れます。	1人	0.0%
インスタントのお味噌汁にアクセントとして最後にとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
おすいもの とろろこんぶとねりうめとしょうゆにお湯をそそぐ	1人	0.0%
おすいものやうどんの上にとろろこんぶを乗せる	1人	0.0%
おすまし。お椀にとろろ昆布を入れて熱湯を注ぎ醤油で味付けします。	1人	0.0%
おすましにとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
おすましには、必ず入れて食べます	1人	0.0%
おすましに必ずとろろ昆布をいれます。	1人	0.0%
おすましに必ずとろろ昆布を上に乗せます。	1人	0.0%
おすましに卵を1個落としてとろろを入れたお椀に注ぐ	1人	0.0%
おすましの中に具としてとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
おすましを食べるときにとろろ昆布をたっぷり入れる	1人	0.0%
おぼろそうめん汁 どんぶりに茹でたそうめん・梅干・乾燥したままのわかめ・刻み生姜・おぼろ昆布を入れ、上から湯をかけて醤油を垂らす。	1人	0.0%
おみそしるにとろろ昆布をいれる！ かさもアップだし、昆布の風味もとてもよくおいしいです！	1人	0.0%
おみそ汁に千切りにして入れてます。	1人	0.0%

おわんに だしの素、ねぎ、とろろ昆布 を入れてお湯をかけて、お醤油で味付けするもの	1人	0.0%
おわんにとろろ昆布と鰹節を入れ、お醤油をたらして、お湯をかける。仕上げにしょうがのすりおろしをちょっと入れると、簡単な昆布スープの出来上がり。	1人	0.0%
お吸い物 とろろと青葱と味の素と醤油を入れた椀に熱湯を適量注ぐだけ	1人	0.0%
お吸い物 単純におだしととろろ昆布を入れてお湯を入れてお醤油少したして出来上がり。おにぎりにとろろ昆布をまぶす。昆布を炊く	1人	0.0%
お吸い物 (おわんにとろろ昆布を入れて、おしょうゆをたらして、お湯を入れるだけの簡単な即席お吸い物)	1人	0.0%
お吸い物、おにぎり	1人	0.0%
お吸い物、材料は味の素、とろろ昆布、醤油、お湯	1人	0.0%
お吸い物。お椀にとろろ昆布を入れてお湯を注ぎ、しょうゆと味の素を入れて出来上がり。時間のない時などに便利。おいしい。	1人	0.0%
お吸い物。とろろ昆布と生卵をお湯でもどしてしょうゆをたらして飲みます。	1人	0.0%
お吸い物。とろろ昆布を仕上げに浮かべる。おでん。たっぷりだしをとってその昆布も食べる。筑前煮。	1人	0.0%
お吸い物。白身魚が入っていて最後にゆずをかけます	1人	0.0%
お吸い物おみそ汁にいれます。	1人	0.0%
お吸い物が無いときなど昆布としょうゆだけで美味しい吸い物ができる	1人	0.0%
お吸い物に、たっぷり入れる。	1人	0.0%
お吸い物にとろろを入れる 松前漬け	1人	0.0%
お吸い物にとろろ昆布を加えるのが定番です	1人	0.0%
お吸い物にとろろ昆布を入れる。うどんやそばにとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
お吸い物にとろろ昆布を入れる。急ぐ場合はだしの素、醤油をおわんに入れ、熱いお湯を注ぎとろろ昆布と小口切りの葱を入れる。だしをとり終わった昆布を細い千切りにし大豆、こんにゃく、干しシイタケ、人参と共に輪切りの唐辛子を入れて味付けをし、汁気がなくなるまで煮込む。だしをとり終わったこんぶを細い千切りにしサンショを利かせた佃煮にする。仕上げに皮むき白煎りゴマを大目にふる。	1人	0.0%
お吸い物にはかならずとろろ昆布をいれます。大根の煮物を作るときは昆布を入れて一緒に煮込んでいます。	1人	0.0%
お吸い物をおわんによそってから、最後にとろろ昆布を入れます。	1人	0.0%
お雑煮にとろろを入れるとおいしいです。最後の最後に入れます	1人	0.0%
お雑煮の上にとろろ昆布をのせて食べます	1人	0.0%
お雑煮や味噌汁にとろろ昆布を最後に入れる	1人	0.0%
お汁物に、最後の仕上げにとろろ昆布を上からかけます。	1人	0.0%
お醤油ベースの汁物	1人	0.0%
お湯としょうゆを入れておすまし	1人	0.0%
お湯にとろろ昆布を入れるだけ。簡単でおいしい、たまにそれにご飯を入れて少し長めに電子レンジにかけると、簡単おかゆになったりして、ダイエットにも取り入れています。	1人	0.0%
お腹のすいたときの お味噌汁(とろろ、ねぎ、味噌)お湯を入れて出来上がり。小腹のすいたときの ヘルシーメニュー。とろろ他には 昆布をあらかじめ 小さくモズクのようにきっておいたものをいれてもいいです。	1人	0.0%
お味噌汁 お鍋のダシ	1人	0.0%
お味噌汁、うどん	1人	0.0%
お味噌汁、おでん	1人	0.0%
お味噌汁、お煮付け	1人	0.0%
お味噌汁・おでん・昆布巻き・お煮しめ等です。	1人	0.0%
お味噌汁に、1cm四方のコンブをいれて、ほんだしと一緒にだしをとる	1人	0.0%
お味噌汁にとろろこんぶをいっぱいかける	1人	0.0%
お味噌汁にとろろこんぶをのせて食べる	1人	0.0%
お味噌汁にとろろ昆布をいれるだけ。簡単だしおいしいので大好きです。	1人	0.0%
お味噌汁にとろろ昆布を上からかけて食べる。	1人	0.0%
お味噌汁にとろろ昆布を入れて食べるのが好きです	1人	0.0%
お味噌汁にとろろ昆布を入れる。おにぎりの海苔のかわりにとろろ昆布を巻く。筑前煮の通常通りで最後にとろろ昆布を混ぜる。	1人	0.0%
お味噌汁にはとろろ昆布をたくさん入れて飲んでいきます	1人	0.0%
お味噌汁に家族全員に一枚早煮昆布を入れます。	1人	0.0%
お味噌汁に乾燥めかぶをいれています。	1人	0.0%
お味噌汁に最後にとろろ昆布を入れると美味しいです。やはり鍋が多いですね、湯豆腐や寄せ鍋やおでんや水炊きは必ず多めに昆布を入れて作ります。その方が美味しいから。昆布油揚げの煮物。サラダに入れる	1人	0.0%
お味噌汁のだし	1人	0.0%
お味噌汁のダシ、こぶまき	1人	0.0%
お味噌汁のだしおでんの具	1人	0.0%
お味噌汁のだしは必ず、昆布とにぼしでとります。	1人	0.0%
お味噌汁の上にかけます。	1人	0.0%
お味噌汁やうどんにとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
お味噌汁やうどんの具としてしか使いません…><	1人	0.0%

お味噌汁や煮物に昆布茶を入れます。牡蠣の酒蒸し……フライパンに出し昆布を敷き、その上に牡蠣をのせてお酒を振りかけて蒸し焼きにする。後はポン酢などで食べます。	1人	0.0%
お味噌汁や煮物の出しにするくらいでなかなかこんぶメインのレシピはないです。	1人	0.0%
お味噌汁や鍋物の出汁では毎回利用しますが、それ以外に昆布を使うことはほとんどありません…。	1人	0.0%
お味噌汁をよそったお椀に、食べる直前にとろろ昆布をのつける	1人	0.0%
お味噌汁を作り、最後にとろろ昆布をかけて終わりです	1人	0.0%
お味噌汁を作るのがちょっと面倒な時に、熱湯にとろろ昆布とお醤油をかけて混ぜると立派なお吸い物になるので時々やっております。	1人	0.0%
お餅を焼いて塩昆布と梅干しをのせお茶を注いでほんの少しお醤油を垂らして簡単な雑煮	1人	0.0%
お椀にとろろこぶとだしを入れ、お湯を入れ、最後にしょうゆ少々とネギを入れます。	1人	0.0%
お椀にとろろこんぶと醤油をさらり、これにお湯をかけただけの簡単お吸い物	1人	0.0%
お椀にとろろ昆布と勝節としょうゆを入れて、熱湯を注いでできあがり。	1人	0.0%
お椀にとろろ昆布をちぎって入れ、濃い口醤油少しと味の素を振り入れ、お湯を注ぐだけで、即席お吸い物の出来上がり。	1人	0.0%
お椀にとろろ昆布を入れて醤油をたらしお湯を入れてネギと一味を入れる。簡単お吸い物です。	1人	0.0%
お椀に入れ澄し汁をかけて食べます。葱の青いところか三つ葉を散らして食べます。	1人	0.0%
お椀の中にとろろ昆布を入れて、醤油をいれて上からお湯を注ぐ。簡単お汁が出来上がります。	1人	0.0%
お椀にとろろ昆布とかつお節と味の素を一ふり入れ、熱湯と注ぎ最後に醤油を入れます。我が家の即席お汁です！昆布とかつおのダシがきいて簡単とっても美味しいです	1人	0.0%
ガコメを使ったスープ。ねぎや春雨を入れます。とろみがあり、体が温まります。	1人	0.0%
かつおぶし、刻みネギ、とろろ昆布を入れてお湯をかけてお好みの量の醤油をかけてお吸い物にします。手軽でおいしいですよ。	1人	0.0%
かぶととろろのスープ。小カブを和風だしでやわらかくなるまで煮て、塩・こしょうで味付け。とろろ昆布を入れてやわらかくなったら火を止めて盛り付け。塩昆布と豚肉の炒め物。にんじんを短冊切りにして一口大に切った豚肉(細切れ等)を炒める。塩昆布を入れてさっと炒め、最後に味をととのえて出来上がり。(塩昆布の塩加減によって	1人	0.0%
かんたんお吸い物 とろろ昆布適量と刻んだネギに醤油とお湯を注ぐだけ	1人	0.0%
きのこたっぷり味噌汁の最後にとろろ昆布をトッピング。	1人	0.0%
ごくたまに、お味噌汁にとろろ昆布を入れて食べる程度です。	1人	0.0%
この時期、断然昆布たっぷりのけんちん汁。油揚げににんじんごぼうサトイモなどとともに刻んだ昆布をたっぷり煮込みます。	1人	0.0%
ごめんなさい…昆布の使い方がいまいち不安なので、お味噌汁の出しにしか使ったことがありません…。勉強します…。	1人	0.0%
こんぶでだしをとったお雑煮。	1人	0.0%
こんぶをキッチンばさみで細くきり、水と昆布とプチトマト、キャベツ、卵を入れてすーぶにしています。	1人	0.0%
こんぶを適当に切って、味噌に漬けておいてだし入り味噌にする。そのこんぶをアツアツごはんに乗せて食べるととっても美味しい。	1人	0.0%
しょうゆスープに入れるだけ	1人	0.0%
しょうゆとお湯を注ぐだけのおすまし	1人	0.0%
すいもの	1人	0.0%
スープでたべます。とろろ昆布、じゃこ、ほんだし、しょうゆでお湯をそそいでたべるとおいしいです。	1人	0.0%
スープに入れます。ダシとしてでもありますが、ごろごろ野菜と一緒に食べます。味はコンソメでも味噌味でも。	1人	0.0%
スープのこんぶだし	1人	0.0%
すぐに食べれるおすましとして、とろろ昆布に醤油と出汁の元をかけ、お湯をそそぐ	1人	0.0%
すましにとろろ昆布をかける。しゃぶしゃぶの時にだしとして使用	1人	0.0%
すまし汁 おわんにとろろ昆布と釜揚げちりめんをいれお醤油を掛け、キザミねぎをチラシ、お湯をかければ出来上がり	1人	0.0%
すまし汁のうえにとろろ昆布をのせる。	1人	0.0%
ずんだじる。枝豆を軽く荒めにすり水団の中に混ぜます。醤油だしで作ったスープに鶏肉のささみを入れて、ずんだ水団を入れて、最後にとろろ昆布を上からかけます。	1人	0.0%
ソーキ汁に昆布たっぷり	1人	0.0%
ダイエット野菜スープ。スープを作る時にお湯の中に昆布と粉末だしを入れてそこにタマネギ、しょうが、ピーマン、キャベツ、人参、セロリ、トマト缶を入れて煮る。煮えたら塩とスープのもとで味を調える。スープと一緒に昆布も頂いちゃいます。これでお肌の調子まで良くなります。	1人	0.0%
だしをとったあとの昆布は細切りにして、汁物鍋物の具の一つ	1人	0.0%
だし汁にとろろをたっぷり入れ、柚子を少し入れた簡単お吸い物！	1人	0.0%
つぶした梅干と、しょうゆと鰹節、にお湯と薄いお餅にとろろ昆布で、即席お雑煮。	1人	0.0%
つまれ昆布汁。つまれと切り昆布とエリンギをダシとかつおぶしとしょうゆと塩で味付けしたもの。	1人	0.0%
ととろの簡単汁 とろろ昆布と花かつを、刻んだみょうがを汁椀に入れ、熱湯を注ぎ、醤油を適量たらして味を調える。	1人	0.0%
とにかく味噌汁しかり、水炊き、全ての汁物にパウダーを使用 ひじきと大豆と一緒にたく。」	1人	0.0%
とろろおそうじ。普通のだしの雑煮のしあげに梅干+とろろこんぶ	1人	0.0%

とろろお吸い物	1人	0.0%
とろろこぶとだしの素と青ねぎをいれてお湯を注ぐだけ！簡単お吸い物の出来上がり	1人	0.0%
とろろこぶにお湯を入れ、味ポンで簡単お汁	1人	0.0%
とろろこぶに湯と醤油で澄まし汁にします	1人	0.0%
とろろこぶの簡単おすまし	1人	0.0%
とろろこぶを使ったおすまし。作り方は、おわんに、とろろこぶ、塩こぶを入れて、お湯を注いで出来上がり。たまに、お味噌汁も入れます。	1人	0.0%
とろろこんぶ、かつおぶし、しょうゆだけの簡単スープ。	1人	0.0%
とろろこんぶおすまし お椀にとろろ昆布ひとつかみ、味の素、おしょうゆをダイレクトに入れそこに熱湯を注ぎ最期に三つ葉やゆず等を入れると美味しいお吸い物に。味が薄い場合はお醤油等を足す。	1人	0.0%
とろろこんぶでおにぎり	1人	0.0%
とろろこんぶでお吸い物。とろろと、だししょうゆ(昔はお醤油でした)、もしくは白だしを入れたお椀にお湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
とろろこんぶにしょうゆをかけてお湯を入れてお吸い物にする	1人	0.0%
とろろこんぶにしょうゆをたらしたものに湯をかけて簡単お吸い物の出来上がり。好みでお麩、ねぎ、わかめなどをいれて	1人	0.0%
とろろこんぶのおすいもの、とろろこんぶをおわんにいれお湯を入れる。好みでしょうゆをいれたらできあがり	1人	0.0%
とろろこんぶのおつゆで、とろろにお湯をかけてしょうゆを適量たらして完成！	1人	0.0%
とろろこんぶのお吸い物 おわんにとろろこんぶと粉末だし少々科学調味料を少し入れてお湯をいれるだけ。	1人	0.0%
とろろこんぶのお吸い物 お椀にとろろこんぶを入れ、少しおしょうゆをたらす。あとは熱湯を注ぐだけ。簡単なものにとっても美味しく、汁物を作るのが面倒なときにとっても重宝しています。	1人	0.0%
とろろこんぶのお吸い物。具在はとろろこんぶと渦巻きふ。おだしを注ぐだけ。	1人	0.0%
とろろこんぶのお吸い物。おわんにとろろこんぶを入れて少量の醤油をたらしてお湯を注ぐだけ。(かまぼこや麩があまっていたら一緒に入れます。)	1人	0.0%
とろろこんぶのお吸い物。とろろこんぶ、ねぎ、かつおぶし、ゆず、醤油、お湯	1人	0.0%
トロロこんぶのお吸い物。トロロこんぶと白だしをいれて、お湯を注ぐだけ。あればねぎや三つ葉を。	1人	0.0%
とろろコンブのお味噌汁…そのまんまなのですが、お味噌汁の具にとろろコンブを入れるだけ…おいしいです。お味噌の味ととろろコンブの味がとてもマッチします。	1人	0.0%
とろろこんぶのみそしる。何も無いときにそうやっています。	1人	0.0%
とろろこんぶの吸い物。お椀にとろろ昆布を適量入れた上から熱湯をかけるだけ。	1人	0.0%
とろろこんぶの味噌汁 後はだし	1人	0.0%
とろろこんぶを使った おすまし(汁)、お椀にとろろ昆布、かつお節を入れお湯を注ぎ、醤油で味付けして出来上がり。ネギを加えてもいいです。	1人	0.0%
とろろこんぶを使ったお吸い物 乾燥わかめと顆粒のだしとふりかけととろろこんぶをいれてお湯を注ぐだけ	1人	0.0%
とろろこんぶを使ったすまし汁	1人	0.0%
とろろこんぶ汁。お椀にかつおぶし・醤油・とろろこんぶをいれてお湯をかけて最後にきざみねぎをちらすだけです。	1人	0.0%
とろろこんぶ汁。お椀にがばっととろろを入れ、お湯を注ぎ、醤油と塩で味を整えてできあがり。	1人	0.0%
とろろこんぶ入り簡単おつゆ 作り方はとっても簡単です。お椀にとろろ昆布・醤油少々を入れて、熱いお湯を入れるだけ。	1人	0.0%
とろろじる とろろ昆布と花かつおにしょうゆとお湯をかけて出来上がり	1人	0.0%
とろろじる とろろ昆布としょうゆをおゆでうすめてのむ	1人	0.0%
とろろスープ(お椀にとろろ昆布を入れて粉末だしと醤油、熱湯を注ぐだけ)	1人	0.0%
とろろスープ。味の素としょうゆで味付けするだけ。	1人	0.0%
とろろすまし汁定番 作り方は簡単、お椀に醤油、塩少々にとろろを入れ、熱湯。	1人	0.0%
とろろとオクラの味噌汁。	1人	0.0%
とろろとだしとしょうゆをいれた即席のスープ	1人	0.0%
とろろと梅のすまし汁	1人	0.0%
とろろのおすいもの とろろをおわんにいれてお湯をそそぎ、おしょうゆを少々たらしします。	1人	0.0%
とろろのお吸い物 とろろ昆布を入れたお椀に万能ねぎとだしの素と熱湯をいれ、しょうゆを入れる。簡単！	1人	0.0%
とろろのお吸い物 何にもない時のお助けメニュー とろろと塩吹き昆布をお椀に入れて熱いお湯を入れ、しょうゆを少し落とす。アツアツでいただくとても美味しいです。	1人	0.0%
とろろのお吸い物 作り方はおわんにとろろを適量入れて、しょうゆをひと回しかけてからお湯を注ぐ	1人	0.0%
とろろのお澄まし。お湯に醤油を落としてとろろを入れる簡単おすまし	1人	0.0%
とろろのお湯をかけ味の素醤油であじつけ即席のお吸い物です。	1人	0.0%
とろろのお味噌汁	1人	0.0%
とろろを使った御吸い物。めんつゆをお湯で薄めたものにとろろを入れて出来上がり	1人	0.0%
とろろを入れてうどんや吸い物、平天と炊いた煮物	1人	0.0%
とろろ吸物	1人	0.0%

とろろ昆布、梅干、刻みねぎ、少量のしょうゆをおわんに入れ、上からお湯を注ぐ。即席お吸い物の出来上がり!	1人	0.0%
とろろ昆布。おすましや、うどんに食べる直前に入れると、風味もよくなり、よりおいしくなる。おにぎりに巻くのも定番。	1人	0.0%
とろろ昆布+しょうゆ+味の素+塩でスープ	1人	0.0%
とろろ昆布+たっぷりの鰹節+梅干+しょうゆ+お湯 (とろろ汁)	1人	0.0%
とろろ昆布が好きなので 味噌汁にのせたり、納豆にまぜたりしている。	1人	0.0%
とろろ昆布スープ 和風だしでポトフを作り最後にとろろこんぶをぜんたいに混ぜる	1人	0.0%
とろろ昆布スープ(とろろ昆布にお湯と醤油をそそぐだけ)	1人	0.0%
とろろ昆布だったらお吸い物です だしを取った後の昆布でさっと煮て浅だきのつくだにをつくったりもします	1人	0.0%
とろろ昆布でおすしもの、鳥ささみをとろろ昆布をくるんで揚げ物…などは作ります。	1人	0.0%
とろろ昆布でお吸い物。とろろ昆布と醤油を椀に入れてお湯をさす。	1人	0.0%
とろろ昆布でお吸い物。とろろ昆布と叩いた梅干シラスとほんの少しの顆粒だしに熱湯をかけるだけで、簡単お吸い物。煮物には必ず使います。だしにも結んで具にもします。ほぼ毎日なんでも使っているかも。	1人	0.0%
とろろ昆布でお吸い物。作り方はとろろ昆布に御湯をかけて、お醤油をたらしします。	1人	0.0%
とろろ昆布でお吸い物・・・とろろ昆布と長ねぎのみじんぎりをおわんに入れて出し汁を入れるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布でお吸い物を作る。作り方はとろろ昆布とだしを入れお湯を注ぎインスタントお吸い物です。	1人	0.0%
とろろ昆布でお味噌汁。普段より具材を少なめにした汁を、とろろを入れた器に入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布でかんたんお吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布で簡単おつけ	1人	0.0%
とろろ昆布で簡単お吸い物。牡蠣醤油をお湯で薄めてとろろ昆布を入れるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布で即席お吸い物。とろろ昆布、ひとつまみ。かつお節、ひとつまみ。塩を少々。醤油、小さじ1。しょうが、すりおろし小さじ1。顆粒だし、少々。以上を、お椀に用意して熱湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布と、削り節1パックをお椀に入れ、醤油を2週ほどまわしいれ 熱湯を注ぐと、即席のお吸い物。	1人	0.0%
とろろ昆布とおしょうゆで簡単お吸い物 作り方はとろろ昆布としょうゆ適量を入れたおわんに熱湯を注ぐだけ	1人	0.0%
とろろ昆布とお湯で作る即席すまし汁。 とろろ昆布を入れたおわんにお湯を入れて醤油をたらすだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布とかつおぶしと桜海老と出ししょうゆとお湯を好みでまぜ、揚げ餅を入れる簡単お雑煮。おいしいですよ。出し醤油の代わりに梅昆布茶でも美味	1人	0.0%
とろろ昆布とカツオ節にしょうゆをかけてお湯を注いだ汁物	1人	0.0%
とろろ昆布とネギのみそ汁	1人	0.0%
トロ口昆布とねぎを刻んだものとかつおの削り節としょうゆを入れて熱湯を注ぐだけの、即席のおすましを良く作ります。	1人	0.0%
とろろ昆布と鰹節と刻み海苔とお醤油の熱湯を注ぐ お吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布と鰹節の簡単雑煮。 お椀に焼いた餅ととろろ昆布、鰹節を入れ、醤油と味の素をかけてお湯を注ぐと出来上がり。簡単だけどおいしいです。	1人	0.0%
とろろ昆布と鰹節の即席お吸い物 とろろ昆布と鰹節を自分の好きな量、お椀に入れて熱湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布と鰹節の即席お吸い物 とろろ昆布と鰹節を器に入れ醤油とうまみ調味料を少々ふりかけて熱湯を注ぐ。最後にあれば刻みネギを入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布と刻みネギをお椀に入れ熱湯をそそぎとろろスープの完成	1人	0.0%
とろろ昆布と使った簡単お吸い物。とろろ昆布、ねぎをお椀に入れお湯を注ぎおしょうゆを少々で出来上がり。	1人	0.0%
とろろ昆布と少しのおしょうゆを器にいれて、お湯を注ぐだけで即席のお吸い物??ができます。	1人	0.0%
とろろ昆布と醤油、鰹節をお椀に入れお湯を注いでとろろ昆布汁をよく作ります。	1人	0.0%
とろろ昆布と醤油で即席スープを作る。	1人	0.0%
とろろ昆布と長ネギと醤油にお湯を注いで、簡単おすまし。 さざ波昆布をうどんの仕上げにいれたり、即席漬けにも利用。	1人	0.0%
とろろ昆布と葱、風味にゆずを使った簡単お吸い物。作り方は顆粒だしと葱を少々器に入れ、上からお湯を張る、そこへとろろ昆布と刻んだゆずをのせる。	1人	0.0%
とろろ昆布と梅干で簡単お吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布と梅干と醤油のおすまし	1人	0.0%
とろろ昆布と麩のお汁。朝、味噌汁を作る暇がないとき、味噌系より醤油の気分するときなど、インスタント感覚で。とろろ昆布と麩と出汁醤油を椀に入れ、熱湯を注ぐ。冷奴にはとろろ昆布、鰹節、たくあんのみじん切り、出汁醤油を混ぜてトッピング。	1人	0.0%
とろろ昆布に、お湯を注ぎ、醤油を少したらし、おつけにする	1人	0.0%
とろろ昆布に、ダシ醤油を少々いれて、ねぎを沢山いれて、お湯を注ぐと出来るお吸い物。	1人	0.0%
とろろ昆布に、熱湯を注ぎ、ねぎとしょうゆをくわえて、簡単にお吸い物をつくりまします。	1人	0.0%
とろろ昆布にお湯と醤油を入れただけのとろろ汁。 子供も自分で作れる。	1人	0.0%
とろろ昆布にお湯をかけてしょうゆをたらしお吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布にお湯を入れ、出汁汁(市販)の物を入れお吸い物として飲みます。	1人	0.0%

とろろ昆布にかつおぶしとお醤油を入れてお湯をそそいだお吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布にかつおぶしをかけて醤油をかけてお湯をそそいだお吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布にかつお節、醤油、お湯を入れて、お吸い物にする。	1人	0.0%
とろろ昆布にしょうゆをいれお湯を注ぐお吸い物で食べる	1人	0.0%
とろろ昆布にしょうゆをかけて、お湯を掛ける かんたんお吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布にしょうゆを垂らし、お湯を注いで食べます	1人	0.0%
とろろ昆布にだしの素としょうゆを入れ、熱湯を注ぎます。	1人	0.0%
とろろ昆布にダシ調味料と醤油を少々にお湯をたっぷりかけて、お吸い物を作ります。 夕吹き昆布にお湯をかけても美味しいお吸い物になります。	1人	0.0%
とろろ昆布に塩、ゴマ、きざみネギをいれて熱湯をそそぐ。美味しいスープが出来ます。	1人	0.0%
とろろ昆布に少し醤油をいれてお湯をそそぐだけで、即席スープのできあがり	1人	0.0%
とろろ昆布に少量の出汁の素と、適量のしょうゆを掛けてお湯を掛ける。簡易お吸い物。好みで、ねぎを散らす。	1人	0.0%
とろろ昆布に醤油・かつお節・だしの粉をおわんに入れて湯を入れる。三つ葉をきざんで薬味にする。	1人	0.0%
とろろ昆布に梅干しをいれて即席スープ	1人	0.0%
とろろ昆布のインスタント吸い物:とろろ昆布にお醤油をかけて熱湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布のおすいもの、ひきこんぶとあぶらげの煮付け	1人	0.0%
とろろ昆布のおすいもの。お椀にとろろ昆布を入れて、お湯を注ぎ、各自でしょうゆで味付け してもらうので、とってもかんたんです。あとは、ひきあげうどんにとろろこんぶのをせ、おしょうゆをかけて いただくのも、朝食によく作ります。	1人	0.0%
とろろ昆布のおすいもの。だしの中に割いて好みの量を入れます。	1人	0.0%
とろろ昆布のおすまし とろろ昆布にお醤油を少しかけて、ねぎを入れ、熱いお湯をかけるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布のおすまし。とろろ昆布をお椀に入れて、しょうゆ・かつおぶし・化学調味料を入れてお湯を注ぐだけですが・・・	1人	0.0%
とろろ昆布のおすまし。沸騰させたお湯をとろろ昆布・醤油を入れた器にかけるだけ	1人	0.0%
とろろ昆布のおすまし。おわんのとろろとしょう油・塩を少々。お湯を掛けて出来上がりです。	1人	0.0%
とろろ昆布のおすまし。三つ葉をかざる。お弁当のご飯にとろろ昆布をのせる。おでんに入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布のおつゆ。お椀にとろろ昆布の入れ、お醤油をかけてお湯を入れて出来上がり。	1人	0.0%
とろろ昆布のおつゆ。薄めのおつゆの中にとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物 塩昆布ととろろ昆布としょうゆにお湯をかけた簡単お吸い物。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物 おわんにとろろ昆布を入れお湯を注いで仕上げにおしょうゆをちょっと。とろろ昆布のこぶメ おさしみを昆布に巻いてしばらくなじませてあとはいつものようにおしょうゆで食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物 (とろろ昆布とだしのもと、めんつゆorしょうゆとお湯で作る)	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。お椀にとろろ昆布適量とかつお節、だしを入れてお湯を注ぎ、醤油で味を調えるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。とろろ昆布と、刻みねぎ、できれば湯で戻したいたけを刻んで椀にいれ、しょうゆ、だしのもとをいれ上からお湯を注ぐだけで感性。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。とろろ昆布に醤油と味の素を加え、熱湯をそそぎます	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。とろろ昆布に梅干し・醤油・味の素を入れて刻みネギを入れて熱湯を注ぐ。簡単お吸い物。昆布は干しいたけ・ニンジン・鶏肉・さといもor大根と一緒に醤油・酒・みりんと煮る。ダシは昆布と干しいたけの戻し汁でオッケ～！	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。椀の中にとろろ昆布とダシの素、おしょうゆを少々入れて熱湯を注ぎます。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。(おわんにとろろコンブを入れお湯を注いでお醤油をちょっとたらすと出来上がり)	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。お吸い物の最後にとろろ昆布をかけて食べます	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。お椀にとろろと醤油、味の素を入れてお湯をそそぐとできあがり	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。お椀にとろろ昆布、薄口醤油、顆粒だし、刻みネギを入れ、お湯を注ぐだけ。「簡単お吸い物」が我が家の定番です。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。ただ、おわんにとろろ昆布・おしょうゆ・きざみねぎをいれ熱湯を注いで出来上がり。私が1人で食べるお昼のお手軽料理です。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。とろろ昆布としょうゆにお湯を入れて即席お吸い物。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。とろろ昆布とねぎや鰹節、ふのりなんでも入れてお湯をかけて醤油をたらす	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。とろろ昆布にお湯をかけ、醤油で味付けするだけ！	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。作り方はお椀にとろろ昆布、醤油、かつお節を入れ、お湯を注いで仕上げに小口切りにした青ネギを散らすだけです。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。作り方は通常通りです。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物。吐露昆布をいれてお湯をそそぐ。好みで醤油を入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布のお吸い物・・・ねぎ、昆布、蒲鉾などをお椀に入れお湯を注いで、味の素、醤油で好みの味で味付け。おにぎり・・・おにぎりに昆布をまく	1人	0.0%
とろろ昆布のお汁 お湯とだし醤油ととろろのみ	1人	0.0%
とろろ昆布のお汁 刻み昆布のおひたし 豆と昆布の煮物	1人	0.0%
とろろ昆布のお汁。作り方はお椀にとろろ昆布、醤油、お好みで味の素いれてお湯でそそぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布のお味噌汁。我が家では先におわんに入れておき、そこに、お味噌汁を入れます。	1人	0.0%

とろろ昆布のかんたん汁・・・おわんにとろろ昆布とかつお節、塩少々、おしょうゆ少々を入れ、熱湯をいれると簡単にすまし汁が出来る。	1人	0.0%
とろろ昆布のスープ	1人	0.0%
とろろ昆布のスープ。ボールに葱やみず菜などをいれ、とろろ昆布をいれてお湯を注ぐ。お好みで七味を入れている。	1人	0.0%
とろろ昆布のすまし汁 簡単、とろろ昆布をお椀に入れて、お湯を注ぐだけ簡単！	1人	0.0%
とろろ昆布のみそ汁。みそ汁の最後にとろろ昆布をかけて出来上がり。	1人	0.0%
とろろ昆布の簡易すまし汁	1人	0.0%
とろろ昆布の簡単お吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布の簡単お吸い物 作り方は いつもより少し大目のだし汁を作り、味付けは薄めにして 最後にとろろ昆布を好みの分量で入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布の簡単お吸い物。とろろ昆布に適量のお醤油、その上からお湯を掛けるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布の簡単お汁 ただお醤油とお湯をかけるだけ	1人	0.0%
とろろ昆布の簡単すまし汁	1人	0.0%
とろろ昆布の簡単すまし汁。お椀にとろろ昆布と花かつおを入れ、お湯を注ぎ、しょうゆで味付けします。	1人	0.0%
とろろ昆布の吸い物 お椀にとろろ昆布適量を入れ熱湯を注ぎ薄口醤油で味付け	1人	0.0%
とろろ昆布の吸い物 おわんにとろろ昆布をひとつまみ入れて、醤油とかつおぶしを少し入れてその上からお湯。混ぜたら出来上がり。遠出する日の朝は必ずこれを食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布の吸い物。刺身のつまの大根を塩昆布と混ぜてごま油をかける(木村祐一が紹介していたレシピ)	1人	0.0%
とろろ昆布の吸い物。おでんに昆布。	1人	0.0%
とろろ昆布の吸い物。だしにとろろ昆布を入れ、青物を添えるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布の吸物。お椀にしょうゆと味の素、梅干をちょっと入れてお湯を注ぐ。湯豆腐の出し汁取りで使った昆布の佃煮。刻んで甘辛く煮る。	1人	0.0%
とろろ昆布の汁物。おわんにとろろ昆布と醤油を少々入れ、昆布だしを入れるだけ。出汁をとった後の昆布の佃煮。出汁をとった後の昆布を細く切り、桜海老と一緒に甘辛く煮付け。昆布のおでん。昆布を一口代に切り、しぼる。おでん用の出汁で煮る。	1人	0.0%
とろろ昆布の上に鰹節としょうゆと味の素をかけてお湯を注ぐ。簡単おすましの出来上がり。お好みであられなどをふりかけてもおいしい	1人	0.0%
とろろ昆布の澄まし汁。鰹節と一緒に湯を掛けるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布の澄まし汁です。とろろ昆布に醤油をかけてお湯を注ぎます。	1人	0.0%
とろろ昆布の清汁、おわんにとろろ昆布を適量入れる。しょうゆを少したらず。お湯を入れたら出来上がり。	1人	0.0%
とろろ昆布の即席お吸い物、おわんにとろろこぶと刻みネギ、味の素、しょうゆ少々入れて お湯を注ぐだけ。子供の頃から大好きで、今でもちょっと汁物が欲しいけど作るのが面倒というときに作ります。	1人	0.0%
とろろ昆布の味噌汁 普通に味噌汁を作って、上からとろろ昆布をかけるだけ	1人	0.0%
とろろ昆布の味噌汁 味噌汁の中にとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
とろろ昆布の味噌汁。味噌汁に入れるだけ	1人	0.0%
とろろ昆布の味噌汁。さがきこぼろを具にした味噌汁をつくり、とろろ昆布を入れたおわんに入れます。	1人	0.0%
とろろ昆布の味噌汁。磯の香りがしておいしいですし、味噌汁の具が足りない時にはすぐに使えて便利です。	1人	0.0%
とろろ昆布の味噌汁。普通の味噌汁にとろろ昆布を入れるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布の味噌汁/ 通常の味噌汁の上にとろろ昆布をのせる 煮昆布/ 煮物のだしに使った昆布をやわらかく煮て食べる 昆布の佃煮/ 使用済みの出汁昆布を佃煮にする	1人	0.0%
とろろ昆布は、うどんスープで簡単お吸い物	1人	0.0%
とろろ昆布は、お吸い物や味噌汁のうきみにしている。最後に入れるだけ。浅漬けには、うすい刻み昆布を多めに入れて漬ける。筍と鶏に昆布を入れ、昆布がとけるくらい炊く。	1人	0.0%
とろろ昆布は、吸い物、おむすびなどに使う。	1人	0.0%
とろろ昆布はお吸い物に入れたりおにぎりにしたり、梅干と合えたり	1人	0.0%
とろろ昆布はお吸い物代わりに使います。	1人	0.0%
とろろ昆布はお味噌汁やうどんに入れるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布は好きなだけちぎってお椀に入れお湯を入れて味の素と醤油を入れてお吸い物の完成です。	1人	0.0%
とろろ昆布は大好きなのでよく食べるのですが、おにぎり以外だと ありきたりですが吸い物に入れたり、うどんに入れたりして楽しんでいます。	1人	0.0%
とろろ昆布ほお吸い物 ととと昆布をおわんに入れお湯を注ぎ塩や醤油をかけるだ	1人	0.0%
とろろ昆布みそしる	1人	0.0%
とろろ昆布みそ汁。お椀にとろろ適量、細かい輪切りの長ねぎを入れ、普通のみそ汁を注ぐ。	1人	0.0%
とろろ昆布を お味噌汁にいれるくらいです。	1人	0.0%
トロロ昆布をおつゆに入れます！	1人	0.0%
とろろ昆布をおわんにいれてお湯をさしてつくるだけのおすいもの	1人	0.0%
とろろ昆布をお吸い物にたっぷり入れる	1人	0.0%

とろろ昆布をお汁のおわんに入れて、お湯をそそぐ。味がたりなければ、少しだけおしょうゆをたらす。簡単とろろ汁のできあがりです！	1人	0.0%
とろろ昆布をお味噌汁に入れます。とろみがでてとてもおいしいです。	1人	0.0%
とろろ昆布をお味噌汁に入れる。鍋料理の時のだし。	1人	0.0%
とろろ昆布をお椀にいれ、お湯と少量のおしょうゆを入れてお味噌汁がわりに頂きます。おいしいです！	1人	0.0%
とろろ昆布をお椀に入れて、鰹節を入れて、お湯をそそいで、しょうゆをかけて飲む。	1人	0.0%
とろろ昆布をしょうしたかきたま汁。通常のかきたま汁をつくりさいごにとろろこんぶをいれる	1人	0.0%
とろろ昆布をすまし汁の具にして、削りカツオを振りかける。身体があたたまり冷めてもおいしくいただける。	1人	0.0%
とろろ昆布をつかったインスタント味噌汁。キザミねぎと味噌ととろろ昆布を入れてお湯をそそぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布をつかったお吸い物 鰹節ととろろ昆布にお醤油を少し加え、お湯をそそいで即席のお吸い物にします	1人	0.0%
とろろ昆布をつかったお吸い物。 お椀にとろろ昆布とお塩を少々入れ、熱いお湯を注ぐだけで美味しいお吸い物ができます。	1人	0.0%
とろろ昆布をつかった簡単昆布汁。	1人	0.0%
とろろ昆布をフードプロセッサーにかけて、簡単おだしにしています。	1人	0.0%
とろろ昆布をみそしるやすまし汁にいれるだけ。おそうじのおすましにも入れるとおいしい。	1人	0.0%
とろろ昆布をみそ汁に浸してから、ごはんにかける	1人	0.0%
とろろ昆布を御わんに入れて、梅干、鰹節、ネギ、しょうゆそ入れてお湯を注ぐ…即席とろろスープ	1人	0.0%
とろろ昆布を使うことが多いです。味噌汁に長ネギのみじん切りと入れます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った(昆布汁) 茶碗にとろろ昆布をいれて、白ゴマとわかめを加える。最後にお湯を注ぎ醤油で味付けするだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った、すましじる。薄味のすましじるにとろろ昆布をいれる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った。卵のお吸い物。最後にとろろ昆布を上からかける。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったインスタントおすまし。 おわんに醤油少々とお湯を足せばOK。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおすましもの。おわんにとろろ昆布を入れて、おしょうゆ、味の素少々、お湯を注いで完成。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったオスマシ 一番だしにとろろ昆布を入れて味を調えるだけ	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおすまし。 とろろ昆布とかつおぶし、味の素とうす口醤油でおすましをよく作ります。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおつゆ。おわんにお湯、しょうゆ、味の素、とろろ昆布、ねぎをいれる。即席でも十分おいしい。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物 普通のお吸い物(玉子いり)の上にとろろ昆布をかけます	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。 お椀にとろろ昆布とちりめんじゃこを入れてお湯を注ぐ、好みで塩かお醤油で味付けをする。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。 とろろ昆布を使ったおにぎりです。 いずれも最後にとろろ昆布をまぶします。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。 作り方は、とろろ昆布とカツオ節にしょうゆをかけて お湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。 ごくごくシンプルで先にとろろ昆布をたっぷり入れて、熱いお湯を入れるだけ。味が欲しい時には、ほんの少し醤油を入れる。ほんと気持ち程度。でないと、失敗して、塩分取りすぎのしょっぱい物になってしまうので、かなり要注意！！	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。とろろ昆布と梅干、かつをぶし、しょうゆをいれてお湯をそそぐ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。とろろ昆布を入れたお椀に、刻んだねぎとめんつゆを少量、そこにお湯を注ぐだけです。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。作り方は、とろろ昆布と鰹節、しょうゆを器にいれ湯を注ぎます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。作り方はおわんにとろろ昆布を入れ、化学調味料を一振り、お醤油をたらし、お湯を注ぐだけで出来上りのインスタントなお吸い物ですが、昆布の旨みがあってなかなかおいしいですよ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。作り方はとろろ昆布を器に入れて、熱湯をかけて、ちょっとだけ味の素と醤油をかけて食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。作り方は超簡単！お椀にとろろ昆布を入れて味の素と醤油を少々。後はお湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。白菜の漬物(酸味が出る漬かり過ぎの)をお椀に入れとろろ昆布を入れてお湯を注ぎ醤油で味を調える。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物。普通のお吸い物にとろろ昆布をいれるだけです	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお吸い物風ーとろろ昆布に長ネギ等の薬味を入れ、醤油を垂らしお湯を注ぐ	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお雑煮です	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお味噌汁。お味噌汁の上にのせるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお味噌汁。作りかたは途中に1回、最後にもとろろ昆布を投入。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったすまし汁 お椀に、とろろ昆布、みじん切りしたねぎ、乾燥わかめ、だしの素、しょうゆを入れて、お湯を注ぐ	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったすまし汁。おわんにとろろ昆布としょうゆと鰹節と味の素を入れてお湯をかけてかきまぜます。	1人	0.0%

とろろ昆布を使ったすまし汁。とろろ昆布と少しだしのもとを入れて醤油をかけてお湯をかけるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったみそ汁、お吸い物。底に昆布を敷いた湯豆腐。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったみそ汁、最後にとろろ昆布を入れます	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったみそ汁。出来上がったみそ汁を食べる直前にとろろ昆布をかけます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った簡単お吸い物 お椀にとろろ昆布を入れ、その上に鰹節、種を抜いた梅干をのせたら、うまみ調味料少々と醤油を回しかけて熱湯を注ぎます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った簡単お吸い物。おわんにとろろ昆布を入れる。お醤油を適量入れる。お湯を注げば、出来上がり。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った簡単お吸い物。おわんにとろろ昆布を入れてお醤油、旨み調味料、万能ねぎまたは三つ葉を入れてお湯をそそぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った簡単お吸い物。主人が独身のときによく食べたものだそうです。とろろ昆布と鰹節にお湯を加え、少し醤油をかけて出来上がり。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った簡単お澄まし トロロ昆布をおわんに入れ醤油少しいれ、お湯をかければ出来上がり。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った吸い物。最初にとろろ昆布をお椀に適量入れ、好みでおかかや薄切りのかまぼこ、ねぎなどを入れます。熱いお湯を入れて出来上がり。ヘルシーで優しい味の、お手軽インスタント・メニューです♪	1人	0.0%
とろろ昆布を使った吸物。とろろ昆布の元を器に入れて熱湯を注ぎ、しょうゆを適量たらすだけ	1人	0.0%
とろろ昆布を使った汁物で、おわんにとろろ昆布を入れてから、醤油とうまみ調味料をかけてお湯をかけて出来上がり	1人	0.0%
とろろ昆布を使った即席お吸い物 お椀にとろろ昆布をひとつかみ、おしょうゆ少々、味の素少々、熱湯を入れて出来上がり。好みに合わせてお醤油は調整してください。簡単に栄養もしっかり！	1人	0.0%
とろろ昆布を使った即席お吸い物。鰹節少々で刻んだねぎ、醤油をとろろ昆布をお吸い物椀にいれうえからお湯を注ぐと出来上がりです。簡単に美味しいですよ、お豆腐を入れても良いです。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った即席お吸い物。作り方は、とろろ昆布・しょうゆ・味の素を適量お椀に入れ、お湯をそそぎます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った即席味噌汁	1人	0.0%
とろろ昆布を使った中華スープ。鶏がらスープのだしの中にしいたけ・まいたけ・にらを入れて、仕上げにごま油少々にとろろ昆布を入れて出来上がり！	1人	0.0%
とろろ昆布を使った味噌汁。仕上げにとろろ昆布	1人	0.0%
とろろ昆布を使った味噌汁。最後におわんに入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った味噌汁。最後にとろろ昆布を入れます。とろろ昆布のおにぎり。おにぎりにとろろ昆布を巻き付けます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った味噌汁。味噌汁を作った後でとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使って、お吸い物をつくってます。おわんにとろろ昆布を入れ、ゴマやワカメを入れて、おしょうゆを少したらし、お湯を入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使って、簡単おすまし。とろろ昆布・だし・しょうゆ・梅干を入れてお湯をそそぐだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ってお吸い物。シンプルなお吸い物を造り、最後にとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ってお吸い物。とろろ昆布と顆粒だし、しょうゆを少々と梅肉を入れて、後はお湯を注ぐだけ。梅のすっぱさがさっぱりとして美味しいですよ。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ってお吸い物やおそばに入れる。昆布を湯豆腐やおでんに入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使っての吸い物 とろろ昆布、ゆず、醤油、鰹節などを入れてお湯を注ぐだけ	1人	0.0%
とろろ昆布を使って澄まし汁をつくります。とろろ昆布に鰹節とおねぎをいれてできあがり。	1人	0.0%
とろろ昆布を汁物に入れます。作り方は汁物に普通にとろろ昆布を入れます。	1人	0.0%
とろろ昆布を入れたおすまし。作り方は、おわんに熱湯と白だし、とろろこんぶ、かつをぶしをそれぞれ適量入れるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布を入れたお味噌汁。ちょっと甘みがあって、とろっとして具のボリュームがアップします♪ 手軽なのが一番のメリットです。	1人	0.0%
とろろ昆布を入れて飲む味噌汁。特にキャベツや大根の味噌汁のときに、最後にとろろ昆布をかけて食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布を入れるお吸い物。お吸い物を作り最後にとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
とろろ昆布を味噌汁にいれる。おでんに結んである昆布をいれます。	1人	0.0%
とろろ昆布を味噌汁に入れるのが定番です！ おにぎりの具もこんぶの佃煮が多いかな。	1人	0.0%
とろろ昆布を味噌汁の中に入れる。	1人	0.0%
とろろ昆布雑煮。焼いたお餅をおわんに入れ、そこにたっぷりのとろろ昆布をかけおしょうゆをたらし、お湯をかける。	1人	0.0%
とろろ昆布汁	1人	0.0%
とろろ昆布汁 とろろ昆布にお湯を注ぐ 醤油で味付け	1人	0.0%
とろろ昆布汁 おわんにとろろ昆布としょうゆを適量入れ、お湯を注ぐだけ。インスタント汁の出来上がり	1人	0.0%
とろろ昆布汁 だし汁に少量の塩、薄口しょうゆを加え、とろろ昆布を入れた御わんに注ぐ。	1人	0.0%
とろろ昆布汁 とろろ昆布に花かつを、醤油を適量加え、熱湯を注ぐ。	1人	0.0%
とろろ昆布汁 とろろ昆布に梅干を乗せて、醤油をかけてお湯をかけただけ	1人	0.0%

とろろ昆布汁。とろろ昆布とかつお節をお椀に入れて、しょうゆをちょっとたらし、熱湯を注ぐだけ。お味噌汁より簡単でよくやります。食事のとき、必ず汁ものが一品欲しいので、味噌汁まで手が回らないときによく作ります。	1人	0.0%
とろろ昆布汁。おすましや天婦羅そばなど汁物の上に最後に乗せます。刻み味付け昆布と万願寺唐辛子の惣菜。一口大に切った万願寺唐辛子をみりん・砂糖・しょうゆなどで煮た後、刻み味付け昆布を加え一煮立ちさせます。	1人	0.0%
とろろ昆布汁。とろろ昆布に鰹節をかけてしょうゆをたらし、お湯をかけるもの。	1人	0.0%
とろろ昆布汁？！とろろ昆布をおつゆに入れていただきます。鰹を食べるときになぜか食べたくなくなります。	1人	0.0%
とろろ昆布汁・・・おすましであっさりいただけます。お椀にとろろ昆布、刻みねぎ、味の素を入れてお湯を注ぐ。	1人	0.0%
とろろ昆布汁にちょっと醤油をたらし、卵で閉じる	1人	0.0%
とろろ昆布適量にお醤油をかけてお湯を足したお吸い物。	1人	0.0%
とろろ昆布入りお吸い物。～とろろ昆布を入れたお椀に、味の素を少し入れお湯を注ぐ。最後に醤油を 好みの量入れて味を整える～	1人	0.0%
とろろ雑煮	1人	0.0%
とろろ汁 とろろ昆布に醤油をかけてお湯をかける	1人	0.0%
とろろ汁、醤油と味の素をかけてお湯を注ぐ	1人	0.0%
とろろ汁。とろろ昆布、鰹節、しょうゆ、味の素に熱湯をかける。	1人	0.0%
とろろ汁。とろろ昆布をおわんにほぐして入れ、好みで花かつおを入れ、お湯を注ぐ。しょうゆで味付けしていただく。	1人	0.0%
とろろ汁。とろろに昆布だし、しょうゆをたらしお湯で溶く。汁物がないときに、ぱっと作れて便利です。	1人	0.0%
とろろ汁。とろろをおわんにいれ湯をいれしょうゆをかける	1人	0.0%
とろろ汁。汁椀にとろろ昆布とめんつゆとお湯を入れるだけ。(料理とは言えないですか・・・)	1人	0.0%
とろろ味噌汁	1人	0.0%
とろろ汁	1人	0.0%
ないですね。味噌汁にとろろ昆布を入れて飲むぐらいです。細切り昆布を買ったときは長いもと和えて麺つゆでサラダ感覚で食べます。	1人	0.0%
なっとう昆布を使った味噌汁。なっとう昆布を入れるだけです。	1人	0.0%
まずは基本のお味噌汁です。水からきちんと昆布だしをとることが毎日の基本です。塩昆布でつくるキャベツの浅漬け。塩昆布だけで、残り野菜を使っておいしい浅漬けを作ることができます。	1人	0.0%
みそしる 作り方は通常の味噌汁の中に入れるだけです。	1人	0.0%
みそ汁。ダシに使います。	1人	0.0%
みそ汁です。昆布でだしをとるだけではもったいないので、細くはさみでカットして入れます。だしもでて、具にもなるので。	1人	0.0%
みそ汁にとろろ昆布をかけます。	1人	0.0%
みそ汁にはとろろ昆布をいれることにしている。後はおでん、鍋のだしとり。	1人	0.0%
みそ汁に昆布をいれます。	1人	0.0%
みそ汁のだし	1人	0.0%
みそ汁のだしに使ったり、おでんのだし・具として使っている。	1人	0.0%
みそ汁のだしを作るぐらい	1人	0.0%
みそ汁は昆布で出汁をとった後、昆布も具として食べます	1人	0.0%
みそ汁やお吸い物に必ずとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
みそ汁を作る時間がないとき・・・とろろ昆布をお椀に入れてめんつゆを好みの濃さでお湯でわるだけのお吸い物？	1人	0.0%
めかぶのお汁	1人	0.0%
めかぶ昆布のお吸い物、大豆と昆布の煮物、潮吹き昆布とツナの炊き込みご飯	1人	0.0%
めったに作らない。お吸い物にとろろ昆布を入れるぐらい。	1人	0.0%
めんつゆの素をポットのお湯で割って、とろろ昆布をいれるだけの簡単おつゆ。	1人	0.0%
もずくスープにとろろ昆布を入れて仕上げる。	1人	0.0%
レシピというほどではないですが、実家の父がよく、とろろこんぶにしょうゆをさっとかけ、お湯で割ったとろろこんぶ汁を飲んでいました。	1人	0.0%
レシピというほどのことはありませんが、味噌汁の上にとろろ昆布をかける。具もちゃんと入っていても、とろろいれちゃうことがあります。	1人	0.0%
レシピと言うほどではないですが、細かく切ってお味噌汁に入れていきます。	1人	0.0%
レシピと言えるか分からないですが、インスタント吸い物 ①お椀に梅干1個、鰹節、とろろこんぶ、化学調味料(お好み)、醤油 ②お湯	1人	0.0%
塩昆布とかつお節と味の素と塩と醤油ととろろ昆布にお湯を注ぐお吸い物。	1人	0.0%
塩昆布を使ったお雑煮。塩昆布、昆布茶、あられ、焼き餅をお椀に入れてお湯をかける	1人	0.0%
沖縄では、だしを取るだけではなく、昆布を結び、汁物の具としていただきます。大根や冬瓜と豚肉と一緒に焚いていただきます。寒い季節になるとおでんにも登場します	1人	0.0%
我が家では、こぶ茶が毎日のように使われます。旦那がこぶ茶大好きなので、味噌汁はもちろん、納豆にまでかけちゃいます。私が一番好きなのは、パスタをゆでて、そこにこぶ茶をかける即席パスタです。	1人	0.0%
我が家では、とろろ昆布をお味噌汁に入れて食べます。	1人	0.0%
我が家ではおすましを作った時に、飲む直前にとろろ昆布を入れます。	1人	0.0%

簡単おすまし。お椀に「だしの素」と醤油を入れお湯を注ぎ、そこへとろろ昆布を入れるだけ。牛肉の昆布巻き。牛肉でごぼう、人参(7〜8ミリ角の棒状にきった物)を巻き、それを昆布で巻いてかんぴょうで縛っておく。出し汁に砂糖・醤油・みりん・酒で味付けをして、昆布を1〜2時間じっくりと煮る。	1人	0.0%
簡単おつゆ。とろろ、刻みねぎ。すたしょうが、をおわんにいれ、お湯を注ぐ。かつおだしつゆを適量に入れる。	1人	0.0%
簡単おつゆ・・・だしと醤油を器に入れ、とろろ昆布を加え、お湯を注いで出来上がり！！	1人	0.0%
簡単お吸い物(とろろ昆布+醤油+味の素+お湯)・・・主に昼、一人でご飯を食べるとき	1人	0.0%
簡単お吸い物。汁椀にとろろ昆布を適量入れ、熱いお湯を注ぎ、醤油をたらしてお好みで味付けします。それだけで、とろろ昆布からだしが出てとても美味しい。寂しかったら麩(庄内麩でも手まり麩でも何でも)を入れると、見た目にもアクセントになります。	1人	0.0%
簡単お雑煮。焼いたお餅に昆布茶を入れて、お雑煮にして食べます。	1人	0.0%
簡単スープ。とろろ昆布にしょうゆとかつおぶしをかけて熱湯をそそぐだけ。	1人	0.0%
簡単とろろこんぶスープ。おわんの中にとろろ昆布をいれ、だしのもとと醤油を少し入れます。その後暖かいお湯の注ぐだけで簡単なスープができます。(ねぎや、三つ葉などがあるとよりおいしいです。)	1人	0.0%
簡単とろろのおすまし汁。お椀にとろろ昆布を適量入れ、お湯を注ぎます。それにお醤油と味の素を適量加え、花かつおをかけて出来上がり。	1人	0.0%
簡単とろろ汁。簡単にお吸い物がほしいときにとろろ昆布をお椀に入れてお湯をはり、少しおしょうゆをたらす。	1人	0.0%
簡単とろろ汁。汁物が欲しい時に、時間がなければとろろ昆布にお湯をかけます。味が薄ければ好みでみりんやしょうゆをお好みでたします。すりごまをかけてもおいしいです。	1人	0.0%
簡単なお吸い物。おわんにとろろ昆布とねぎを入れ、醤油とだし汁(ないときはお湯)をかけるだけでおいしい吸い物ができます。	1人	0.0%
簡単にお椀にとろろ昆布と醤油とあればゆずを入れその上からお湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
吸い物ですね〜花かつおに、とろろ昆布を入れて味付けは醤油のみ。お湯を注いで最後にねぎとゴマを振ったらかなかなかおいしい吸い物になります。	1人	0.0%
吸い物---何も少ない時や簡単なお吸い物にとろろ昆布とかつおぶしを入れてお湯を注ぐ、醤油を少したらして出来上がり)超簡単スピードお吸い物の出来上がり	1人	0.0%
急ぎ味噌汁。おわんに味噌を入れお湯で溶き、とろろ昆布とネギで簡単にできます。	1人	0.0%
玉ねぎの味噌汁にとろろ昆布を入れるとおいしい。	1人	0.0%
具が少ないときの味噌汁にとろろ昆布を入れてます。	1人	0.0%
月見味噌汁。作り方は味噌汁に玉子を割り入れ半熟状にしたものにとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
固い昆布の初めから味の付いているものに、熱湯を注いで作るスープ。卵を入れたり、ネギも加えることがある。	1人	0.0%
昆布・たまねぎ・じゃがいものお味噌汁	1人	0.0%
昆布スープ、昆布と梅干をにるだけ。あっさり。	1人	0.0%
昆布でだしを取った味噌汁、スープ。	1人	0.0%
昆布で出汁をとった味噌汁。うどんやそばのトッピングにとろろ昆布	1人	0.0%
昆布といりこでだしをとり、昆布を刻んで入れるお味噌汁。	1人	0.0%
昆布と大根と骨付き鶏肉のスープ。作り方は骨付き鶏肉と大根でスープを作り、結び昆布を加えて煮込みます。味付けは塩と醤油であっさりと作ります。とろろ昆布のお吸い物。作り方は、お椀にとろろ昆布と鰹節を適量入れて、そこへ熱湯をかける。しょうゆで味付けをして出来上がり。	1人	0.0%
昆布と卵の中華スープ。中華スープの素に、昆布と卵を入れて作ります。忙しい日や、海草類を食べたいときの定番メニューです	1人	0.0%
昆布のお澄まし	1人	0.0%
昆布のスープ	1人	0.0%
昆布のみそ汁	1人	0.0%
昆布レシピといえば昆布を粉末にして、味噌汁などの出汁として使います。	1人	0.0%
昆布をたっぷり入れた味噌汁	1人	0.0%
昆布をはさみで刻んで、味噌汁の具、だしとして活用。	1人	0.0%
昆布を細かくクラッシュしていろいろな料理に入れてます。お味噌汁やチヂミ、お好み焼きなどが美味しくなります。	1人	0.0%
昆布を使った味噌汁	1人	0.0%
昆布を使った味噌汁、おでん、鍋料理。	1人	0.0%
昆布を使った野菜スープ。昆布としょう油、日本酒で味つけた野菜スープです。野菜は、大根、ニンジン、ジャガイモ、タマネギなど、あり合わせの野菜をなるべくたくさん入れます。大きさはミネストローネのようにそろえますが、豚汁のように大きくてもOKです。水から昆布を入れて、沸いてきたら、日本酒としょう油を入れて、野菜を加えて、ぐつぐつとすっかり柔らかくなるまで煮込みます。最後に味をみて、塩加減を整えます。昆布は最後まで入れておいて、やわらかくなったら食べてしまいます。	1人	0.0%
昆布汁。昆布を澄まし汁に入れる	1人	0.0%
昆布汁→とろろ昆布 または がごめ昆布をお椀に入れ、お湯を注ぎ、しょうゆで味付け。あとは、出汁取り程度。	1人	0.0%
昆布入りお味噌汁	1人	0.0%

昆布入りのスープ、出汁後の昆布を使う時もあるが、とろろ昆布や納豆昆布を入れると味も出て美味しい。お好み焼きやたこ焼きは、出し汁にも使うが生地にもとろろ昆布や納豆昆布を入れると美味しい。納豆、これは納豆昆布がお勧めでチーズを混ぜてもいける。味噌汁や煮物等のだしを和風に使うだけではなく、コンソメやトマト味などの洋風のスープにも使うとこくが出る。漬物は漬ける時にも入れているが、薄味に漬けて食べる時にとろろ昆布などを添えると低塩でも満足する味になる。サラダにはとろろ昆布をふりかけると美味しい。	1人	0.0%
最近、毎日おみそ汁に、塩昆布を入れて、だしとしても利用してます。	1人	0.0%
細かく切っておみそ汁にいれています。	1人	0.0%
細く切ってお味噌汁にいれる。	1人	0.0%
細切り昆布のスープ	1人	0.0%
雑煮	1人	0.0%
脂肪燃焼スープ	1人	0.0%
週のうち半分は必ず食べるアラ汁に、裂いた昆布を入れてそのまま全部食べてしまう。	1人	0.0%
汁ものにとろろ。	1人	0.0%
汁ものを作るのがめんどうなとき、お椀にとろろ昆布としょうゆ、梅干を適量いれお湯をそそぐとおいしいインスタントお吸い物になります。	1人	0.0%
汁物 こんぶ、さけ、醤油をお湯でまぜれば汁ができる けど何かがたりない気がする。おしえてください	1人	0.0%
汁物、ご飯炊き、煮物	1人	0.0%
汁物がないときは簡単お吸い物をとろろ昆布でつくります。お湯にとろろ昆布、ほんだし又は昆布茶で適当に。	1人	0.0%
汁物が無い時に、とろろ昆布に醤油、ほんだしを入れてお湯をかける。味噌でもよし！ 後は正月時期に使うことが多い。	1人	0.0%
汁物に必ずとろろ昆布を入れて名付けて“とろろ昆布ダイエット”。	1人	0.0%
汁物を作るのが面倒な時に、とろろ昆布にお塩と薄口しょうゆを少々入れたお椀にお湯をそそぐと簡単お吸い物の出来上がりです。	1人	0.0%
汁椀にたっぷりにとろろ昆布を入れ、葱を刻み入れ、味の素をふり、醤油を適宜たらし、熱湯を注いで、即席のお吸い物を作ります。	1人	0.0%
汁椀にとろろ昆布を入れ、削り節を加えておしょうゆをいれてお湯を注ぎ、味噌汁の代わりにしています。	1人	0.0%
出しに使った昆布を、細く切って味噌汁に入れる。	1人	0.0%
醤油のお吸い物に最後にとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
醤油ベースのお吸い物。作り方は削り節にとろろ昆布の上に醤油をかけて、お湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
植物繊維不足かな？と思ったとき、お味噌汁にとろろ昆布を入れます。お味噌汁も作れない忙しい朝は、汁椀にとろろ昆布と麺汁を入れ、熱湯を注ぎ即席とろろ昆布汁を作ります	1人	0.0%
澄まし汁。おわんに適量のとろろ昆布を入れ、科学調味料としょうゆを入れそれにお湯をかけてカンタンな澄まし汁を作れます。	1人	0.0%
澄まし汁にだし代わりに入れます。	1人	0.0%
生コンブ 豚足 大根等を使って 煮込むスープ あと素材を買って沖縄風おでんの出来あがり(昆布は必ず使用して)	1人	0.0%
切り昆布を使った豚汁。作り方は普通の豚汁と同じ。一緒に切り昆布を入れて煮ます。	1人	0.0%
切り昆布を入れて作るみそ汁です。とても良い味のだしがでるし、そのまま具としても食べられるので、きりこんぶは欠かせません！	1人	0.0%
切り昆布入り味噌汁	1人	0.0%
全ての料理の出汁に昆布を使っています。お味噌汁 お鍋 おでん 煮物 を作る時は 前日から お鍋に出し昆布をつけておきます。	1人	0.0%
早煮昆布をキッチンバサミで細かく切り、毎日のお味噌汁の中に入れてあります。出汁が出るだけではなく、昆布も食べられます。	1人	0.0%
即席のお吸い物 とろろこんぶを多めにお椀に入れ、ねぎ、醤油(やや多め)、お湯をそそぐだけ	1人	0.0%
大根と昆布のスープ	1人	0.0%
大根と人参の味噌汁。出すときにとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
大量のネギをみじん切りにしたものと、大きめの豆腐と昆布とさつま揚げなどを煮た汁物。	1人	0.0%
定番ってほどではないけど、とろろ昆布にお湯かけてお醤油を入れてパパッとお吸い物！は忙しい朝に重宝。	1人	0.0%
定番とまでは行きませんが、後一品って時に…とろろ昆布にお水を入れて一煮立ちさせて醤油を少々、簡単お吸い物は時々します…。	1人	0.0%
定番になっているものは、普通のとろろ昆布をお湯入れて、だし入れて、醤油で好みの味で食べる。これが一番子供も食べる。	1人	0.0%
特にない。とろろ昆布でお吸い物を作る程度	1人	0.0%
特にないですが、とろろ昆布を使ったお味噌汁はたまにたべます	1人	0.0%
特になし。お味噌汁やおうどんに入れたりおむすびに使う程度。	1人	0.0%
特になし。味噌汁に入れるくらい。	1人	0.0%
特に無い。お味噌汁に入れたりうどんに入れたりありきたりの使い方です。	1人	0.0%
特別なレシピではないのですが、みそ汁のだしとして、結構頻繁に利用してます。	1人	0.0%
豚汁とろろ 豚汁にとろろ昆布を2掴みほど入れた簡単なものです。刻みとろろ昆布が良いようです。 からだがとても温まります。	1人	0.0%

豚汁に昆布をたくさん入れる	1人	0.0%
梅干ととろろ昆布のチョー簡単お吸い物。作り方 4人分 かつおだし500MLにしょうゆ大さじ2くらい(いつも適当なので、薄味でしあげます)をいれる。器に梅干1個ととろろ昆布を適量いれ、さきほどのかつおだしを注いで出来上がり。飲む際に梅干をつぶすのがポイント。なので、だし汁は薄味がいい。	1人	0.0%
梅干と鰹節、とろろをいれてお湯を注ぎお醤油をかけて おすまし。	1人	0.0%
梅干や三つ葉と一緒に湯を注いで、急いでいる時のお吸い物に使う。	1人	0.0%
必ずお味噌汁にとろろ昆布を上からかけます。	1人	0.0%
普通に昆布を切り、味噌汁、ふりかけなど	1人	0.0%
普通は、昆布をたっぷり入れたお味噌汁や、煮物、湯豆腐などで食べてます。時として、刻み昆布をパンに練りこんだりクッキーやケーキなどに入れたりもしています。	1人	0.0%
粉末にして、味噌汁のだしに使っています。全部食べられるし、簡単だし、言う事なし!です。	1人	0.0%
平凡ですが、とろろ昆布と梅干に熱いお湯を注ぐだけの簡単おすまし。すき昆布の煮物。	1人	0.0%
母がよく作って食べてましたが、お椀にとろろ昆布を入れて熱湯をそそいでお酒を少々、おしょうゆを少々いれてインスタントのお吸い物を作っていました。	1人	0.0%
忙しいときの朝ごはんのお吸い物。とろろ昆布&松茸のお吸い物の素でつくってます。	1人	0.0%
忙しい朝の定番はとろろ汁ですけど、時間があるときには玉ねぎなどのすましじるととろろを入れたりもします。	1人	0.0%
忙しくて料理をする時間がない時は、吸い物椀にとろろ昆布を入れお湯をかけて、しょうゆを少しおとして吸い物としていただきます。	1人	0.0%
毎朝お味噌汁のなかにとろろ昆布をいれます。シンプルですけどおいしいです	1人	0.0%
毎朝の味噌汁の出しは、昆布と鰹節	1人	0.0%
毎日の味噌汁に、細く刻んで入れている(そのまま具として食す) 刻み昆布を漬物に混ぜて漬け込む	1人	0.0%
味噌汁、うどんのだし。	1人	0.0%
味噌汁、おそば、等、使えるものには何でもなるべくとろろ昆布をのせる。	1人	0.0%
味噌汁、おでん、そばつゆ、なべもの	1人	0.0%
味噌汁、おでん、昆布煮	1人	0.0%
味噌汁、おにぎり	1人	0.0%
味噌汁、ラーメンにとろろ昆布を入れて手軽にミネラル補給します。お弁当の汁気防止の為にとろろ昆布を下に引きます。	1人	0.0%
味噌汁、煮物、洋風の汁物、カレーやシチューなどにも昆布は使います。適当な大きさ、時には細く細かくして使います。	1人	0.0%
味噌汁、鍋物のだし	1人	0.0%
味噌汁。昆布と干しいたけでだしをとって、好きな具を煮て、みそを溶き入れ、だし昆布もそのまま具にする。	1人	0.0%
味噌汁……細かく刻んで入れている、浅漬け……一緒につける 煮物、とろろ昆布……あつあつのご飯にかけて	1人	0.0%
味噌汁くらいでしょうか？	1人	0.0%
味噌汁にいれたりします。	1人	0.0%
味噌汁にとろろをいれる とろろだけです	1人	0.0%
味噌汁にとろろ昆布。簡単吸い物として、おわんの中に、かつおぶし・昆布茶・しょうゆ・とろろ昆布をいれ、お湯をそそぐ。	1人	0.0%
味噌汁にとろろ昆布をいれる。酢の物に仕上げにとろろ昆布をいれる。出汁をとったあとの昆布を、細ぎりにして甘辛く煮て佃煮にする。	1人	0.0%
味噌汁にとろろ昆布をかける	1人	0.0%
味噌汁にとろろ昆布をのせる。だし昆布を捨てないで刻み、ゴマ油で炒め醤油で味付け、黒ゴマをかける。	1人	0.0%
味噌汁にとろろ昆布を入れてます。手軽です。おでんには、日高昆布を必ずいれます。	1人	0.0%
味噌汁にとろろ昆布を入れる。年末は昆布巻き(鮭)	1人	0.0%
味噌汁にとろろ昆布を入れる。とろろ昆布の粉末にしてあるものを、チャーハンや卵焼きに入れる。	1人	0.0%
味噌汁にはとろろ昆布。だしをとった後のコンブを細かく刻んでごま油で炒め、かつおぶしとしょうゆで食べる。	1人	0.0%
味噌汁に昆布をいれます。	1人	0.0%
味噌汁に浮かべる	1人	0.0%
味噌汁のだしとして使う事が多い	1人	0.0%
味噌汁のだしにして使う	1人	0.0%
味噌汁のだしに使っています。使い終わったらしょうゆで少し味付けして煮込み佃煮にしています	1人	0.0%
味噌汁のだしをとったあとの昆布を、せんぎりにして、ほかの料理に混ぜます。	1人	0.0%
味噌汁のだしをとったあとの昆布を、ゆずドレッシングであえて食べる。	1人	0.0%
味噌汁のだしをとってそのまま具にしまいます。	1人	0.0%
味噌汁の具にしている	1人	0.0%
味噌汁の仕上げに入れます	1人	0.0%
味噌汁の仕上げに入れる。	1人	0.0%
味噌汁やお好み焼きにとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
味噌汁やスープにきざんで入れる	1人	0.0%

味噌汁や鍋物のだしにする出し昆布は ミルサーで煮干と一緒に粉にして使っています。後は 味噌汁を作った時に最後にとろろ昆布を乗せたりしています。	1人	0.0%
味噌汁を戴く前にとろろ昆布を入れます。刻んだキュウリに塩昆布を混ぜると、即席のお漬物です。	1人	0.0%
味噌汁作り方は普通どおりで、最後は好みの量のとろろ昆布を乗せる	1人	0.0%
味噌汁等を作る時間がない、面倒だと思った時に、とろろ昆布を使った汁物をよく作る。お麩や胡麻、即席出汁と塩・醤油で結構美味しくできるので便利。	1人	0.0%
減多に昆布を使わないので、レシピというほどのものはなし。手抜きで、とろろにお醤油をかけてお湯を注いで、簡易汁を作る程度。	1人	0.0%
野菜スープを欠かさず作ります。だし用ですが、細かく切って一緒に食べます	1人	0.0%
野菜スープを和風にアレンジするのに、とろろ昆布を使用。もちろんだしはコンソメではなくて、昆布。	1人	0.0%
野菜やワカメの入ったうどんや味噌汁の上に、とろろ昆布をかけるだけ。特にこった料理のレシピは、ありません。	1人	0.0%
料理と言えるかどうかわかりませんが、おわんに、とろろ昆布、刻みねぎ、醤油、又は、めんつゆをいれ、ふっとさせたお湯を注ぐ、これでインスタント澄まし汁の出来上がりです。	1人	0.0%
料理と言えるものではないですが(笑)、お椀にとろろ昆布と味の素と醤油を入れてお湯をかけるだけ。シンプルだけどおいしいです。	1人	0.0%
和食全般に昆布をだしとして使うが、特に雑煮	1人	0.0%
和風ポトフ。大根などの野菜と鶏肉と一緒に煮て、5センチくらいに切った昆布も食べます。	1人	0.0%
和風ポトフ結び昆布たっぷり。おでん風ポトフです。	1人	0.0%
おでん	428人	8.6%
おでん	151人	3.0%
おでんに入れる	10人	0.2%
おでんの具	9人	0.2%
おでんに使うくらい	7人	0.1%
おでん 煮物	6人	0.1%
おでん 昆布巻き	5人	0.1%
おでんに結び昆布を入れる	3人	0.1%
おでんの結び昆布	3人	0.1%
おでん。作り方は通常通り。	2人	0.0%
おでんに昆布は欠かせない	2人	0.0%
おでんの昆布	2人	0.0%
やっぱりおでん	2人	0.0%
とろろ昆布を使ったおでん 薄味のあっさり(京風)おでんを作ります(おだしに、昆布茶を足しても美味)。食べる時に、とろろ昆布をのせて一緒にいただきます。絶品です!!	1人	0.0%
「おでん」の中に昆布をいれます。いいお味になりし昆布も柔らかく食べられます。	1人	0.0%
・おでん ・酢に漬けておいて料理にその酢を使う ・おおびら ・しめさば	1人	0.0%
あまり進歩はないですが、「おでん」に入れています。あとは市販の味付け千切りにした昆布は、お弁当のおかずやおにぎりの具材に入れています。	1人	0.0%
ありきたりですが、「おでん」	1人	0.0%
おでん おでんの中に結びこんぶを入れる	1人	0.0%
おでん お味噌汁でとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
おでん だいこんの千枚づけ	1人	0.0%
おでん ダシも出し食べてもおいしい	1人	0.0%
おでん だしをとった昆布をおでんに入れて食べてます	1人	0.0%
おでん とろろ昆布のおにぎり 昆布煮	1人	0.0%
おでん には必ず入れます	1人	0.0%
おでん や 鍋物(出汁でとった後1口サイズにして食べる)	1人	0.0%
おでん ゆ豆腐	1人	0.0%
おでん 結んだ昆布を入れます とろろ昆布汁 醤油だしのスープにとろろ昆布を入れます	1人	0.0%
おでん 昆布でだしを取りますがそのまま煮込んで食べるとトロトロになっておいしい。	1人	0.0%
おでん 昆布は必ず入れます	1人	0.0%
おでん 混ぜご飯	1人	0.0%
おでん 煮物 なんにでも入れます。細かく切ってカレーにも入れます。解からないまま子供も食べてくれます	1人	0.0%
おでん 出しように入れているだけだが、私だけが食べる。私だけの特権。	1人	0.0%
おでん 出汁になるだけでなく、柔らかく煮込んで食べる	1人	0.0%
おでん 出汁に使ってそのままやわらかくなったところは食べる。昆布納豆ときゅうりの酢の物	1人	0.0%
おでん 湯豆腐	1人	0.0%
おでん 南瓜や里芋と昆布の炊き合わせ	1人	0.0%
おでん お鍋をするときは必ず昆布でだしをとります。	1人	0.0%
おでん こんぶまき	1人	0.0%
おでん しも取れるし、長時間に込むので、昆布自体もやわらかくなっておいしい	1人	0.0%
おでん たらち鍋	1人	0.0%

おでん 海苔の代わりにとろろ昆布を巻いたおにぎり	1人	0.0%
おでん 作り方は通常通り。	1人	0.0%
おでん 糸こんぶ煮	1人	0.0%
おでん 酢こんぶ	1人	0.0%
おでん 生昆布をよく親戚からいただくので、おでんには必ず入ってます。	1人	0.0%
おでん 大根を煮るときに一緒に入れる	1人	0.0%
おでん 鍋もの：最後に雑炊をするときに、昆布を細かくして一緒に食べます。	1人	0.0%
おでん 娘が大好きです。 昆布茶を出汁かわりによくつかうことがあります。	1人	0.0%
おでん 戻した昆布を結んでおでん種として使う	1人	0.0%
おでん (だしをとり、細かく刻んで食べる) とろろこぶの澄まし汁、かぶらの漬物	1人	0.0%
おでん (結びこぶ)	1人	0.0%
おでん (結び昆布をいれる) 昆布と大根葉の佃煮 (だしをとった後の昆布をみじん切りにし、刻んだ大根葉、鰹節をくわえてフライパンで甘辛いいため、簡単な佃煮にする)	1人	0.0%
おでん、こんぶ煮	1人	0.0%
おでん、サツマイモと切り昆布の煮物、とろろ昆布と豆腐のお吸い物	1人	0.0%
おでん、たけのことこんぶの佃煮	1人	0.0%
おでん、なべ、漬物、漬け汁を飲む。	1人	0.0%
おでん、刻み昆布の煮物	1人	0.0%
おでん、昆布巻き、昆布巻きにしん。	1人	0.0%
おでん、昆布入りうどん、炊き込みご飯	1人	0.0%
おでん、煮物、湯豆腐	1人	0.0%
おでん、煮物などやとろろ昆布のお吸い物、うどんにとろろ昆布をのせる。	1人	0.0%
おでん、水炊き、などお鍋の類には必ずだし昆布が大きく入っている。炊き込み御飯の時も必ずだし昆布を入れている。 お味噌汁の具がちょっと足りないあって時はとろろ昆布を入れる。 お吸い物・・・お椀にかつおぶし、とろろ昆布 (あれば梅干も) をいれて、おしょうゆをこさじ2杯程度 (お好みで加減して) 回しかけ、味の素などを少々入れ、お湯を入れる。	1人	0.0%
おでん、炊き込みご飯	1人	0.0%
おでん、筑前煮	1人	0.0%
おでん、佃煮	1人	0.0%
おでん、湯豆腐、	1人	0.0%
おでん、豚の角煮に昆布も入れる	1人	0.0%
おでん、鍋	1人	0.0%
おでん、鍋にいれる、だしとして使う程度。	1人	0.0%
おでん、鍋のだし用に使います	1人	0.0%
おでん、鍋物	1人	0.0%
おでん。よく煮込んでやわらかくなった昆布はおいしいです。とろろ昆布のお吸い物。とろろ昆布と鰹節にお醤油とお湯を注ぐだけの簡単お吸い物	1人	0.0%
おでん。漬物。作り方は、塩昆布ときゅうりや白菜・キャベツなど (塩もみして) を一緒にボウルに入れ、上から重石をして一晩つける。	1人	0.0%
おでん。こんぶでだしをとり、結び昆布にして煮込む。うどん。最後にとろろこんぶをトッピング。	1人	0.0%
おでん。だしにつかってそのまま食べる。	1人	0.0%
おでん。だしもておいしい	1人	0.0%
おでん。だしもとるしそのまま煮込んで食べちゃいます。炊き込みごはん。細かく刻んで炊き込みます。	1人	0.0%
おでん。だしをとった後におでんの具材として使う。	1人	0.0%
おでん。とろろ汁。炊き込みご飯に昆布を刻んで入れる。など特別に変わった調理法ではないのですが、天然のおだしを使いたいからよく利用しています。	1人	0.0%
おでん。みそしるにとろろ昆布をいれる。	1人	0.0%
おでん。みな昆布が大好きです。	1人	0.0%
おでん。具といっしょに入れて食べる	1人	0.0%
おでん。結び昆布を大根と一緒にゆでて、味噌で味をつけます。	1人	0.0%
おでん。結び昆布を入れます	1人	0.0%
おでん。結んだこんぶを入れる。湯どうふ。とうふと一緒に。	1人	0.0%
おでん。結んだ昆布を入れます。好きなので10本くらいは入れます。	1人	0.0%
おでん。昆布はそのまま煮て、やわらかくして食べます。	1人	0.0%
おでん。煮付け。切って結んでいれている。	1人	0.0%
おでん。出し巻き	1人	0.0%
おでん。出し取りを兼ねてなべ底が見えなくなるくらいひきつめてあとは通常通り具財を入れてコトコト煮込む。良いダシが出て最後にやわらかくなった昆布を食べると美味	1人	0.0%
おでん。出汁もでるし食べてもおいしい	1人	0.0%
おでん。即席のお漬物。	1人	0.0%
おでん。鍋 (だしとして)。砂糖醤油で甘く炊いた煮物。(薄味) とろろ昆布にお湯をかけてお醤油を入れてすまし汁にします。美味しいです。	1人	0.0%
おでん。縛ってある昆布を他の具 (大根・卵・はんぺん・さつま揚げ等)と一緒にだし汁で煮込みます。	1人	0.0%
おでん。普通に結んでおでんにいれる。	1人	0.0%
おでん。普通のおでんですが、「おでんのこんぶ」が大好きなので、沢山入れます。	1人	0.0%

おでん:だしを昆布で取り、その後は甘辛く煮付ける	1人	0.0%
おでん:作り方は通常通りで具材に昆布を使用。九条葱を使ったしゃぶしゃぶ:具材は九条葱としゃぶしゃぶ用のお肉だけ。九条葱を鍋に入れ、お肉をしゃぶしゃぶしたら、九条葱と一緒に塩昆布とゆずだけのタレで食べます。	1人	0.0%
おでん...それから水炊き。ソレくらいしか使っていません	1人	0.0%
おでん...だしに使ったものをそのまま食べる	1人	0.0%
おでん...縛り昆布は必ず入れます。	1人	0.0%
おでん:うどんの具(とろろ昆布)・漬物	1人	0.0%
おでん:にゅう麺・ホタテの炊き込みご飯。おでんはだしにもなり、煮た後は美味しく頂きます。にゅう麺は、温かいそうめんを作り仕上げにとろろ昆布をのせて食べます。炊き込みご飯は昆布と炊いて、食べちゃいます。	1人	0.0%
おでん・糸昆布と豚肉煮・おにぎり	1人	0.0%
おでん・煮物に細切りコンブ・油揚げとコンブ・にんじんで煮る	1人	0.0%
おでん・水炊き・湯豆腐のだしに昆布を使います	1人	0.0%
おでんが定番ですが、普段の水炊きに最初に小さく気っていて、だしをかねて、最後に食べます。やわらかくなっているおいしいです。	1人	0.0%
おでんくらいにしか使わない	1人	0.0%
おでんです。こんぶは、あらかじめ水につけておいて、結び昆布にします。良いだしもでて、一石二鳥です。あと、水煮の大豆、にんじん、干しいたけ、5ミリ四方に切った昆布と一緒に煮た煮豆もよく作ります。	1人	0.0%
おでんと大根と一緒に煮る	1人	0.0%
おでんと鍋の出汁に使う位で普段あまりつくりません。	1人	0.0%
おでんなどでだしをとった後の昆布は、いつも細かく刻んで山椒なんかと炊いて佃煮にします。	1人	0.0%
おでんなどの煮物に結んだ昆布を使います。	1人	0.0%
おでんなどの料理はみな作っていると思うが、わたしは酢につけたのを毎日食べている。オリゴ糖などで甘みをつけたお酢がないときはリンゴ酢にハチミツを加えたのにつけるといい。	1人	0.0%
おでんにいれる、とろろ昆布を味噌汁やうどんにいれる	1人	0.0%
おでんにいれる。うどんにとろろこんぶをいれる。おしゃぶりこんぶ	1人	0.0%
おでんにかたよってしまいますが、子供は結構昆布好きなのでかぼちゃ煮にもそのまま一緒に煮ます	1人	0.0%
おでんにこんぶをいれる。	1人	0.0%
おでんにコンブをチクワを巻いて入れる	1人	0.0%
おでんにこんぶを入れます。だしにもなるし、食べてもおいしい。	1人	0.0%
おでんにそのまま昆布を入れてたべている。	1人	0.0%
おでんにだしついでに食べます。	1人	0.0%
おでんにとろろ昆布をかける。	1人	0.0%
おでんには、結びコンブは欠かせない。	1人	0.0%
おでんには欠かせません。また、だしをとったあと、油揚げと一緒にいため煮にする	1人	0.0%
おでんには必ず結び昆布を入れます。	1人	0.0%
おでんには必ず出汁にも具にも入れます	1人	0.0%
おでんには必ず入れます	1人	0.0%
おでんにむすび昆布を入れる。とろろ昆布のお味噌汁。	1人	0.0%
おでんに一緒に煮込みます	1人	0.0%
おでんに結びこんぶを入れる	1人	0.0%
おでんに結び昆布、お鍋にほしくきった昆布を入れて一緒に食べちゃう	1人	0.0%
おでんに結び昆布を入れてコトコトと煮込む	1人	0.0%
おでんに結び昆布を入れる。細切昆布の炒め煮。にんじんさつま揚げしいたけなどと一緒にしょうゆ味で炒める。漬物をつけるときに5センチくらい入れる。	1人	0.0%
おでんに結んで入れる。ひじきを煮る時に細長く切って一緒に煮る。浅漬けをする時に細長く切って入れます。	1人	0.0%
おでんに昆布をいれるなど、定番メニュー以外あまり使用しないかも..	1人	0.0%
おでんに昆布を入れて、最後に食べる	1人	0.0%
おでんに昆布を入れて一緒に食べます	1人	0.0%
おでんに昆布を入れて食べる	1人	0.0%
おでんに昆布を入れて食べる事	1人	0.0%
おでんに昆布を入れるくらいかな..	1人	0.0%
おでんに昆布を入れるくらいしかない	1人	0.0%
おでんに昆布巻きを入れます。	1人	0.0%
おでんに煮昆布を使って、昆布も美味しくいただく。	1人	0.0%
おでんに食べる時にとろろ昆布をかけるのが定番です。	1人	0.0%
おでんに大きな昆布を入れる。	1人	0.0%
おでんに入っているこんぶ巻き	1人	0.0%
おでんに入れたり、お鍋の時に出汁として使う。	1人	0.0%
おでんに入れて、だしを取りつつ、最後には、食べちゃいます。	1人	0.0%
おでんに入れてダシとして使い、最後には食べる。	1人	0.0%
おでんに入れて出し取り後を丸めて一品に利用する。	1人	0.0%
おでんに入れる。うどんにとろろ昆布をトッピングする。巻き寿司ののりの代わりに使います。	1人	0.0%

おでんに入れる。おでんの具として煮込むだけですが、大好きです。	1人	0.0%
おでんに入れる。あとはほとんど昆布は使っていないです	1人	0.0%
おでんに入れる。あまり使わない。	1人	0.0%
おでんに入れる。だしも出てやわらかくて食べることもできる	1人	0.0%
おでんに入れる。手作り漬物に使う。一般的ですね。	1人	0.0%
おでんに入れるくらいしか	1人	0.0%
おでんに入れるくらいしか使っていません	1人	0.0%
おでんに入れるのが一番多いです。	1人	0.0%
おでんに入れる結び昆布	1人	0.0%
おでんのこんぶ、キムチにきざみこんぶをかけて食べる	1人	0.0%
おでんのだしくらいしか使わない。とろろ昆布の場合はお湯としょうゆとかつお節でおすましくらいしか使った事がない	1人	0.0%
おでんのだしに昆布を使う	1人	0.0%
おでんのだしに使う程度	1人	0.0%
おでんのだしをとった後細かく刻んで納豆と合える	1人	0.0%
おでんのタネに使う	1人	0.0%
おでんの具。他には我が家では食卓にのぼりません。	1人	0.0%
おでんの具。とろろ昆布のお味噌汁。	1人	0.0%
おでんの具として、5cm×2cmくらいに切った昆布を結んで、一緒に、入れて煮ます。だしもでるし、そのまま食べられるので、一石二鳥。	1人	0.0%
おでんの具に→サツと水洗いしてから結んで他の具と煮込んで出来上がり 湯豆腐に →お豆腐+白菜+椎茸+昆布を入れて一緒に煮立てれば出来上がり	1人	0.0%
おでんの具にこんぶを使っています。昆布巻きにしたり、そのまま適当な大きさに切って鍋にいれています。	1人	0.0%
おでんの具に結び昆布、では芸がないですか？ならば、いわしの昆布巻き。	1人	0.0%
おでんの具に昆布を入れる。これがダシにもなり調度よい。	1人	0.0%
おでんの具の昆布巻き	1人	0.0%
おでんの具材として、結んだ昆布を入れる。うどんを作り、最後にとろろ昆布を上からかける。	1人	0.0%
おでんの具材にいれる。	1人	0.0%
おでんの昆布。魚の甘露煮(or缶詰)に巻く	1人	0.0%
おでんの昆布。出しに入れた昆布を、そのままいただきます。料理ではありませんが、おやつ昆布は、よく食べます。	1人	0.0%
おでんの昆布。他の具材と一緒に煮るだけです。	1人	0.0%
おでんの昆布巻き 又焼のだし	1人	0.0%
おでんの時にこんぶでだしをとります	1人	0.0%
おでんの時にダシを取った後のやわらかくなった昆布をむすんでそのまま具にします。	1人	0.0%
おでんの時には昆布はかかせません。	1人	0.0%
おでんの出汁に使います。	1人	0.0%
おでんの大根にとろろ昆布をたくさんのせて見た目も綺麗でおいしいです	1人	0.0%
おでんの中に昆布を入れます。	1人	0.0%
おでんの中に入れる。(昆布自身は食べないんですが…)	1人	0.0%
おでんはもちろんのこと、煮物、全般、何にでも、昆布を入れます。適当な大きさ(小さめです。)にきって、だしも良く出て美味しいし、最後は昆布をみんな食べて、満足です。健康にととても良いので、よく使います。	1人	0.0%
おでんは昆布でだしを取ります。だしを取った昆布はそのまま食べています。しゃぶしゃぶや湯豆腐も昆布だしです。浅漬けを作る時に、市販の細切り昆布を入れます。細切り昆布は、和風のあんかけ料理の時にそのまま入れて食べることもあります。	1人	0.0%
おでんや、切り昆布の煮物くらいしか使いません。	1人	0.0%
おでんやお雑煮	1人	0.0%
おでんや煮物に使うことが多い	1人	0.0%
おでんや鍋に必ず入れます。欠かせません。。ソバにもとろろ昆布入れたりしますね。	1人	0.0%
おでんや鍋物のだし 味噌汁の具	1人	0.0%
おでんや鍋物のだしをとる	1人	0.0%
おでんや鍋料理のだしとして使った昆布を食べる。	1人	0.0%
おでんや野菜類がたっぷり入った煮物、昆布を甘辛く煮てご飯と共に頂く。	1人	0.0%
おでんよう昆布をだしとして 食べることにして味噌汁や汁物にほぼ毎日使用してます	1人	0.0%
おでんをする折初めに昆布を付けておくだしが出てから煮出しその後具を入れ味付け	1人	0.0%
おでんを作るときは、かならず昆布でだしをとります。	1人	0.0%
おでんを作る時には必ず昆布でだしをとります	1人	0.0%
おでん種	1人	0.0%
おでん等の煮物	1人	0.0%
おでん味のこんぶ煮。おでんだしで煮込む	1人	0.0%
くると結んでおでんに入れます	1人	0.0%
こんぶだし おでん	1人	0.0%
こんぶだらけのおでん	1人	0.0%
こんぶはおでんで最近食べました。	1人	0.0%
こんぶを使った料理で思い出すのはおでんくらい。	1人	0.0%
だしこんぶを使っておでん。ダシをとった昆布を結びこんぶにして、おでん種と一緒に煮込みます	1人	0.0%

ちょっと柔らかめの昆布でだしをとったおでんはこの季節一週間に一回はでつメニューです。	1人	0.0%
とろろおでん(おでんにとろろ昆布をトッピング)	1人	0.0%
みそおでん 大根・小芋・こんにゃくをゆがき、昆布を入れた鍋に、ちくわを加え、再び煮込んで味噌をつけて食べる	1人	0.0%
むずび昆布でおでん。	1人	0.0%
むずび昆布をおでんに入れる。	1人	0.0%
やっぱり、おでんぐらいでしょうが・・・	1人	0.0%
やっぱり「おでん」。結んで入れてます。だしはでるし、昆布も美味しいし、一石二鳥。	1人	0.0%
一般的ですが、おでんのだしが一番！！	1人	0.0%
我が家では、おでんやお鍋のだしに昆布を使うのが定番です。とろろ昆布をお味噌汁に入れて食べることもあります。	1人	0.0%
結び昆布にし、おでん材料として最初から入れいいだしをとると共においしく食す。柚子大根の即席漬けの時細く切って使う	1人	0.0%
結び昆布をおでんに入れるぐらい。	1人	0.0%
月並みですが、昆布を入れたおでんです。	1人	0.0%
昆布おでん。おでんを作るときに昆布を2センチ×5センチぐらいの大きさにカットして圧力鍋で他の具材といっしょに煮込みます。そうすると昆布の薄皮がはがれて柔らかく煮込まれますので、具材として食べるとおいしいです。	1人	0.0%
昆布がメインではないけれどおでんは昆布を食べるためにたくさん入れます。だしが染みてとてもおいしいです	1人	0.0%
昆布と言えばやっぱりおでんでしょ	1人	0.0%
昆布は、おでんに使います。うどんのだしに使います。	1人	0.0%
昆布はおでんに入れる。鍋のときに入れる。くらいしか利用していません。	1人	0.0%
昆布を一口大に切って、おでんの具に、です。とろろ昆布をお味噌汁に使います。	1人	0.0%
昆布を使った料理といえないかもしれないが、夫も子供もおでんの具として昆布が大好き。	1人	0.0%
昆布を入れるといえば、おでん。圧力鍋で材料と一緒に煮るので、とてもとろとろでおいしいです。	1人	0.0%
昆布大好きなのですがおでんの時ぐらいにしか使いません；	1人	0.0%
昆布料理は特に無い。おでんに結び昆布を入れるぐらい。	1人	0.0%
煮昆布を使ったおでん。他の具と一緒に結んで具にする。ダシ用の昆布は最初に作っておくので別。	1人	0.0%
定番のおでんのだし取り用です。	1人	0.0%
冬は、オデン、絶えず、巻き昆布か結び昆布が鍋の中有ります	1人	0.0%
冬は温かい「おでん」でしょう。	1人	0.0%
日高昆布を使ったおでん→おでんであまった昆布を煮豆に応用。おでんのだし取りに使った日高昆布を1センチ幅に切ってひと結びしておでんの具にし、さらにおでんとしてあまった日高昆布を小さく切ったものを煮豆の具に応用。	1人	0.0%
漬物、あえもの、サラダ	288人	5.8%
松前漬け	10人	0.2%
漬物	4人	0.1%
カブの千枚漬け	2人	0.0%
「塩こぶを使った、簡単キュウリ漬け！」作り方は、塩こぶ・キュウリ・だしの素・醤油・みりんを入れて混ぜるだけで、一晩漬け込むとおいしい一品の出来上がり！子供達も大好きで、ご飯が進みます！	1人	0.0%
「塩辛」…あらめ昆布などと、つがる漬、菊の花、なめこ、きゅうりなどを入れてつくる「青森、津軽地方」の昔からの料理。	1人	0.0%
・白菜の塩漬、白菜と出し昆布の細切りと塩で漬け込みます。・出しをとった後の昆布を角切りにして醤油、酢、お酒であっさりめの佃煮にします。・サラダ用として売られている細切りの昆布と豚肉、白ねぎ、にんじん、大豆でいため煮にします。	1人	0.0%
1. きゅうりを叩いて塩もみにして細かい切れ目をいれ、暫く置いて絞る 2. 昆布を細切りにして1のきゅうりと混ぜる 3. ごま油、唐辛子で味を調整する	1人	0.0%
1.簡単お清汁:梅干ととろろ昆布、塩、しょうゆを入れて、お湯を注ぐ。2.豚肉、厚揚げ、昆布の煮物。	1人	0.0%
うちでは頻繁にきゅうりのきゅーちゃんを作っているのですが、ここに昆布を細めに切ったものをたっぷりいれると昆布自体をおかずとしてすごいおいしくたべれます	1人	0.0%
オクラを混ぜてポン酢で味付け	1人	0.0%
おしんこ、何を漬けるにも塩と昆布でつけます。味がまろやかになってうまいです。	1人	0.0%
お漬物を漬けるときは必ず入れます。一緒に食べれるように、細く刻んでいれます。	1人	0.0%
お漬物を作るときに細く切って一緒に漬け込む。おでんや鍋の時のだしに。	1人	0.0%
がごめ昆布の細切と、かぶらのスライスを、甘酢で漬ける	1人	0.0%
かぶと昆布の即席漬。昆布とかぶを三杯酢で漬ける。昆布の味噌漬。湯豆腐用に出しを取った昆布を千切りにして味噌、みりん、酒で一晩漬ける。	1人	0.0%
かぶと昆布の炒め物、普通にかぶの入った炒め物を作り、味付けの時に昆布を入れて味付けをする。	1人	0.0%
かぶの昆布漬 今が旬のかぶを、イチヨウきりして、塩昆布と混ぜ余分な水分を捨てて完成です。	1人	0.0%
カブの浅漬 カブの水分を塩で出してから、唐辛子と昆布を入れて半日位漬ける。	1人	0.0%
かぶの漬物、おでん	1人	0.0%

かぶの漬物に入れる。	1人	0.0%
かぶらの千枚漬	1人	0.0%
かぶら漬けに混ぜます	1人	0.0%
かぶら漬物	1人	0.0%
キャベツと塩昆布の和えもの (ボイルキャベツに塩昆布としょうゆ少しをあわせて合え、少し時間を置いたもの。お弁当によく入れる)	1人	0.0%
キャベツの塩こぶ和え。キャベツを茹でて (電子レンジ) 塩こぶを適宜和える。しばらく置くと味がしみておいしくなる。	1人	0.0%
キャベツの塩こんぶサラダ。キャベツの千切りに塩こんぶとごま油をかけます。	1人	0.0%
キュウ리콘ぶ キュウリの塩もみにとろろこんぶであえたもの。	1人	0.0%
きゅうりとわかめを和えてから、とろろこんぶとこぶ茶をかける	1人	0.0%
キュウリと塩っぺをあえたもの。塩っぺからうまみと塩分が出て良い味になります。	1人	0.0%
きゅうりと塩昆布のサラダ 作り方は、塩もみしたきゅうりの上に塩昆布をのせます。	1人	0.0%
きゅうりにとろろ昆布をのせ、ポン酢をかけて食べる。	1人	0.0%
キュウリの酢の物に入れる。	1人	0.0%
キュウリの浅漬け キュウリを適当な大きさに切って塩もみし、3ミリくらいの細さに切っただし昆布と一緒に重しをして漬ける。後は・・・お鍋や湯豆腐のの出汁にしたりするくらいです。我が家では出汁に取った後の昆布でも食べてしまいます。	1人	0.0%
きゅうりの浅漬け。きゅうりに、ささを散らして漬物器に入れる。	1人	0.0%
きゅうりの浅漬けにとろろ昆布をかけポン酢をかける	1人	0.0%
きゅうりの浅漬けに塩昆布を入れる	1人	0.0%
きゅうりの浅漬けに味つき昆布を入れることがある。	1人	0.0%
きゅうりを塩でもみ輪切りにして塩昆布とまぜて浅漬けふうにしてお茶づけなどで食べるのが定番かな	1人	0.0%
きゅうりを切って、塩昆布とごま油でつくる即席漬け。	1人	0.0%
こぶきゅうり→きゅうりの塩もみ+細く切った昆布をあえ、なますにする	1人	0.0%
こぶ茶を使ったきゅうりのあさ漬け。作り方は通常通りでこぶ茶でもみます。	1人	0.0%
こんぶdeピーマン。ピーマンを細切りにして塩昆布とあえます。	1人	0.0%
こんぶでだしのだいこん甘酢漬け。だいこんを薄切りにし、塩と酢、砂糖をいれ、タカの爪と昆布をいれて1晩寝かせるだけ。	1人	0.0%
こんぶときゅうりのつけもの・きゅうりは乱切り、こんぶは細切にし、しょうゆ、さとう、たかのつめを入れ一晩置く。昆布にねばりけがでて、おいしいです。	1人	0.0%
こんぶときゅうりの漬物。刻んだこんぶときゅうりを漬物の素に浸してつける。	1人	0.0%
こんぶとわかめの酢の物	1人	0.0%
こんぶを細きった物を酢醤油であえて食べる。とろろ昆布は味噌汁に入れて食べるのが一番すき。冷奴にかけてもおいしい。	1人	0.0%
コンブ大根 ホソギリにした昆布と大根を浅漬けにします。	1人	0.0%
ざくぎりキャベツを塩昆布とごま油で和える。居酒屋さんのメニューで知りましたが、今では我が家の定番です。	1人	0.0%
ささめサラダ (きりこぶのマヨあえ) 昔食べた味になかなかならない	1人	0.0%
ささめをきゅうりにあえてお漬物風にして食べます	1人	0.0%
サラダに使ってます	1人	0.0%
サラダに入れる	1人	0.0%
サラダのトッピング	1人	0.0%
サラダを作る時に、梅昆布を戻しておいて、市販のドレッシングと混ぜてかけます。とろろ昆布は、フライをするときに衣に混ぜて使うと風味が増して美味しいです♪竹輪の磯辺揚げ風「竹輪のとろろ昆布揚げ」がおすすめです。	1人	0.0%
しおこぶとキュウリの即席漬け (製品の袋に書いてあったレシピを気に入って作っている)	1人	0.0%
シンプルな 大根とじゃこのシャキシャキサラダをつくり、ポン酢をかけ食べるときにそれにとろろ昆布を混ぜて食べてます。	1人	0.0%
微妙なとろみ加減が絶妙なんです。		
すきこんぶを使ったサラダ。ツナとマヨネーズで合えます。大根の千切りを加えたりすることもあります。	1人	0.0%
すき昆布をつかった浅漬け。かぶやきゅうり、きゃべつを、針しょうが、すきこんぶ、酢、砂糖、塩で漬けます。	1人	0.0%
すき昆布を使った「切干大根の酢の物」切干大根・きくらげ・にんじん・すき昆布を合わせ酢で漬ける	1人	0.0%
すのもの	1人	0.0%
するめと刻みこぶを使った松前漬け、キットを使っていますが、こぶとするめを大きく切ったものも足しています。	1人	0.0%
だいこんの浅づけ	1人	0.0%
たけのここんぶのもの、こんぶときゅうりの酢の物	1人	0.0%
たこときゅうりと昆布の酢のもの	1人	0.0%
だしこんぶを使った千枚漬け	1人	0.0%
だしで使い終わったこんぶを甘酢につけて、切って食べます。または、煮物に入れます。鍋物も、だしこんぶをそのまま具として食べます。	1人	0.0%
だしをとったこんぶをぬかづけにして食べる	1人	0.0%

だしをとった後の切り出し昆布を細く切ってカツオ節と梅で和える。(マヨネーズを入れても美味しい)	1人	0.0%
だし昆布を使った白菜漬け 白菜を食べやすい大きさに切り、昆布、たかのつめ、塩などをいれ揉み、一夜漬けにする。	1人	0.0%
とろろ昆布とオクラと山芋を混ぜた血液さらさら(のはず)料理	1人	0.0%
とろろ昆布も使ったネバネバサラダ(?) 納豆・めかぶ・刻んだきゅうり・ツナ・削り節といっしょに混ぜて、ポン酢で味付けする	1人	0.0%
とろろ昆布をサラダに入れる。だしになるのかいつものサラダより美味くなる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った大根サラダ。大根サラダにとろろ昆布を載せてポン酢をかけて食べます。	1人	0.0%
とろろ大根 大根おろしにとろろ昆布を混ぜる。	1人	0.0%
なめたけ昆布、作り方は超簡単!! 瓶詰めのなめたけと、昆布の千切りをあえるだけ!!	1人	0.0%
人参と刻み昆布とするめの塩漬けを副菜として作り置きします。ごぼうの表紙切りしたもののかんぴょうで巻きつけ、煮込みます。	1人	0.0%
ねばねばサラダ。オクラと納豆をたたきにして、たんざくの山芋に乗せ、最後に めかぶこんぶをかけます。	1人	0.0%
ピーマンの塩昆布和え。細切りにしたピーマンに塩昆布をかけて、電子レンジでしんなりさせる。	1人	0.0%
ピーマンの塩昆布和え。ピーマンをさっとゆでて 塩昆布で合える。	1人	0.0%
ピーマンの昆布和え	1人	0.0%
ピーマンをかるく茹でて塩昆布とあえる。	1人	0.0%
ピーマンと塩こんぶをただ混ぜるだけ	1人	0.0%
まつまえづけ。私は作ったことがないが、義母がつくる。おいしい☆☆私もそろそろ作れるようにならないと…。	1人	0.0%
めかぶのサラダ。生野菜と一緒にドレッシングをかけて食べます。	1人	0.0%
めかぶの和え物。きゅうりと千切りにしためかぶをお酢とだし醤油であえるだけ。	1人	0.0%
めかぶを水で戻して、三杯酢で食べる	1人	0.0%
もちろんおつけものの中に入れます	1人	0.0%
ゆでたブタしゃぶ肉と切り昆布をあえて昆布ポン酢で食べます	1人	0.0%
らっきょ酢の物の	1人	0.0%
わかめとこんぶの酢の物。	1人	0.0%
塩こぶと大根のサラダ。大根を塩でも見、塩こぶと混ぜる	1人	0.0%
塩コブの浅漬、野菜(白菜やかぶ等)を適当に切って、塩コブと一緒にビニールなどに入れてもむだけの浅漬。	1人	0.0%
塩こぶの即席おしんこ	1人	0.0%
塩こんぶときゅうりの和え物。細切りタイプの塩こんぶとスライスしたきゅうりを揉むように和える。茹でキャベツや白菜などでも美味しいです。	1人	0.0%
塩こんぶときゅうりをあわせて、即席おつけもの。	1人	0.0%
塩こんぶときゅうりを揉んで、即席漬物。兼業主婦にはありがたいレシピです。	1人	0.0%
塩こんぶの浅漬。作り方は、キャベツ・人参・キュウリ等を薄切りにし市販の塩こんぶを混ぜる。細切りこんぶの煮物。作り方は、細切りこんぶをガンモドキ等と一緒に	1人	0.0%
塩こんぶをつかったキャベツの簡単サラダ キャベツを適当な大きさに切って、レンジで3分半温める。温かいうちに、塩昆布と合える。好みで、ツナやおかか・茹でた豚肉・鶏肉など混ぜるだけ!!	1人	0.0%
塩こんぶを使った きゅうりやかぶの即席漬け。食べやすきった野菜に塩こんぶを適量あえるだけで塩こんぶの塩で野菜がやわらかくなりこんぶのだしがでておいしくさっぱりといただけます。	1人	0.0%
塩こんぶを使った簡単浅漬、塩こんぶのおにぎり	1人	0.0%
塩こんぶを使った即席漬け	1人	0.0%
塩こんぶを使った漬物。きゅうりと一緒に浅漬の素でつける。	1人	0.0%
塩こんぶを使った白菜の昆布和え。白菜をざく切りにして、塩こぶでもみこむ。だしこぶを使った五目豆。だしをとった後のだしこぶを適当な大きさに切って、他の材料と煮込む。	1人	0.0%
塩昆布&野菜で浅漬	1人	0.0%
塩昆布+きゅうりのサラダ風	1人	0.0%
塩昆布できゅうりの浅漬	1人	0.0%
塩昆布できゅうりの浅漬。きゅうりを切って塩昆布と一緒にビニール袋に入れ少し揉むだけ。とろろこんぶは そのままおやつとしても食べる。おうどんのにせたり おにぎりととろろこんぶで巻いたりする。	1人	0.0%
塩昆布で浅漬。	1人	0.0%
塩昆布で浅漬。塩昆布で一口大にきった野菜をもみこみ、一晩おくだけ。	1人	0.0%
塩昆布で白菜の浅漬をよく作ります。	1人	0.0%
塩昆布と、野菜を混ぜて、浅漬にする。	1人	0.0%
塩昆布とおくらの千切りをあえて食べます	1人	0.0%
塩昆布とキャベツのサラダ キャベツは太めの千切りにして、電子レンジでチンして、柔らかくします。取り出して、塩昆布を混ぜて 出来上がりです。	1人	0.0%
塩昆布ときゅうりと醤油でお漬物を作ります	1人	0.0%
塩昆布ときゅうりのあえもの	1人	0.0%
塩昆布ときゅうりの浅漬け白ゴマ入り。	1人	0.0%
塩昆布ときゅうりの即席和え。作り方は蘭儀路のきゅうりと塩昆布をあえてしばらく置くだけ	1人	0.0%

塩昆布ときゅうりの乱切りをチャック付き袋に入れて、もむだけ。お酒のおつまみになります。	1人	0.0%
塩昆布ときゅうりの和え物	1人	0.0%
塩昆布ときゅうりの和え物 塩昆布ときゅうりを輪切りにしたものを ビニールに入れてもむだけ	1人	0.0%
塩昆布ときゅうりをあえます。ビニール袋で2つを入れてもむ。	1人	0.0%
塩昆布ときゅうりを適量混ぜて、味の素を少しかけて混ぜる。30分くらい置いておくと、即席の漬物になります。	1人	0.0%
塩昆布とセロリの浅漬け。塩昆布と薄切りにしたセロリを混ぜ合わせるだけ	1人	0.0%
塩昆布とセロリの和え物(塩昆布とセロリをもんで少し置いておくだけ)	1人	0.0%
塩昆布とピーマンの和え物。作り方は簡単。ピーマンの細切りに塩昆布を混ぜるだけ	1人	0.0%
塩昆布とピーマンをあえたお惣菜	1人	0.0%
塩昆布とピーマンを混ぜたつまみ	1人	0.0%
塩昆布と千切りにした大根を混ぜ1日置いて食べると美味しい。とろろ昆布+梅干+かつおぶし+しょうゆ+お湯=お吸い物になり簡単で美味しい。	1人	0.0%
塩昆布と大根の和え物	1人	0.0%
塩昆布と湯がいたピーマンを和えるだけのピーマンの塩昆布和え。	1人	0.0%
塩昆布と白身の刺身をあえて、頂きます。つまみにぴったりです	1人	0.0%
塩昆布と野菜(白菜やきゅうり)の塩もみをあえた即席漬物	1人	0.0%
塩昆布と野菜をあえて即席のお漬物に	1人	0.0%
塩昆布と野菜を袋に詰めて 揉んで 簡易浅漬けをつくります。	1人	0.0%
塩昆布のきゅうり漬	1人	0.0%
塩昆布の簡単浅漬。大根やきゅうりなど、小さく切って容器に入れ、塩昆布と浅漬の素に浸す。	1人	0.0%
塩昆布の即席づけ、塩昆布と野菜(きゅうり、大根など適宜切る)を密封容器にいれて振るだけです。料理とはいえないかも。すみません。	1人	0.0%
塩昆布をきゅうりと合えるだけであっさりおいしい和え物の完成となります	1人	0.0%
塩昆布をつかった和え物	1人	0.0%
塩昆布を細かく刻み、きゅうり、大根、大葉などの刻んだ野菜に混ぜ込むだけで、おいしい和風野菜サラダが簡単にできます。	1人	0.0%
一品足りない時や、お酒のお供にもOK。		
塩昆布を使うが、火は使わない、簡単酒のつまみの ピーマン昆布。ピーマン5個を縦に薄く千切りにし水にさらす。水気を切って、塩昆布を大さじ2 をしっかりあえる。以上、出来上がり。	1人	0.0%
塩昆布を使った浅づけ。きゅうりを適当な大きさに切り、それに塩昆布を混ぜて簡単にもんでしばらく置いておきます。	1人	0.0%
塩昆布を使った浅漬→野菜を切ってポリ袋に入れ、塩昆布、レモン汁、胡麻油を加えてもみ冷蔵庫で少々置く。	1人	0.0%
塩昆布を使った即席つけもの。作り方はなすの塩もみや大根の塩もみに塩昆布を混ぜるだけです。	1人	0.0%
塩昆布を使った即席漬。野菜を塩もみし、あとは塩昆布で味付け。	1人	0.0%
塩昆布を使った大根サラダ	1人	0.0%
塩昆布を使った漬物。キャベツ、しょうが、などとまぜるだけ。	1人	0.0%
塩昆布を使って、きゅうりの即席漬。	1人	0.0%
塩昆布を使って浅漬 塩昆布と野菜を混ぜて数分おくだけ	1人	0.0%
塩昆布を千切りして、さっとゆどうしたピーマンにあえるだけ	1人	0.0%
塩昆布を白菜ともんで漬物みたいに食べるときがあります。	1人	0.0%
塩昆布を野菜と漬け込んで、簡単漬物。作り方は文章の通り。すぐにできるし、子供も食べてくれますよ。	1人	0.0%
塩吹き昆布とおくらをあえる。和風パスタに塩吹き昆布を入れる。など	1人	0.0%
温野菜の昆布和え。温野菜を、昆布の佃煮をあえます。お弁当にも。	1人	0.0%
我が家では。。。塩昆布に、ピーマンの千切りをお湯で少しゆでたものと混ぜて食べてます。	1人	0.0%
簡単ですが、こんぶとおくらを刻んで麺つゆで合えたもの。	1人	0.0%
簡単ですが、赤唐辛子、にんにく、刻んだ昆布を醤油につけ、適当にきった大根を入れ漬けます。半日ほどで、大根のお漬物として食卓に出しています。残ってしまう大根も美味しく消費できます。	1人	0.0%
古くなっただし昆布を野菜の塩漬けにいれるとおいしくなります。	1人	0.0%
刻みキャベツとか輪切りきゅうりをビニール袋に入れ、刻み塩昆布を入れて揉みます。簡単お漬物。結構いけます。	1人	0.0%
刻みコンブを使った(大根浅漬) 大根を薄切りにし、刻みコンブを入れ、だしと塩で浅漬	1人	0.0%
刻みめかぶにとろろ昆布を入れてポン酢をかけて食べるのが好きです	1人	0.0%
刻み昆布の温野菜サラダです。刻み昆布を水で戻して、ブロッコリーやいんげん、ごぼうなどを一口大に切り、オープン皿でチンするだけ。ワサビマヨネーズやポン酢と鰹節をかけていただきます。	1人	0.0%
刻み昆布を買うと、半分はサラダに、半分は醤油味で煮て使います。子供たちがだし昆布を食べたがるので、鍋物にする時に、はじめから小さくきって入れています。	1人	0.0%
昆布ときゅうりを混ぜて簡単つけもの	1人	0.0%
昆布とすめとにんじんを千切りにして、酒・醤油・みりんに漬け込んだ、松前漬。年未年始、寒い時期になるとよく作ります。	1人	0.0%

昆布と大根のサラダ。 昆布と大根をあえて、しょうゆをかけます。	1人	0.0%
昆布のマヨネーズあえ	1人	0.0%
昆布の酢づけ	1人	0.0%
昆布の酢の物。 出汁をとった後の昆布を千切りにして醤油と酢で一日つける	1人	0.0%
昆布の酢の物。だしをとった後の昆布をできるだけ細く切り、市販のすし酢をだし醤油で割ったもので和える。市販のしそ味のノンオイルドレッシングでもおいしい。(昆布はだしをとった後でもうまみが半分残っているそうです。)	1人	0.0%
昆布の酢醤油漬け	1人	0.0%
昆布の酢漬け	1人	0.0%
昆布をいれた大根の酢漬け。作り方は大根の酢漬けに昆布を補足切ったものをたっぷりいれて漬ける。	1人	0.0%
昆布をキッチンバサミで細かく切って松前漬を作ります。しじみのお味噌汁のだしをとるためにしじみが開いてお味噌を入れる前に3時間くらい昆布をいれて起きます。	1人	0.0%
昆布をだしなどで使った残りを使用して作る昆布のアレンジ。作り方は昆布を細かく切り、サラダに入れたり、納豆にまぜたりして食感を楽しめます。	1人	0.0%
昆布をもどして細かくさいの目状にし、きゅうり・みょうが・しょうが・大葉など香味野菜と一緒に漬け込む漬物「だし」。	1人	0.0%
昆布を細かく切ってお漬物や酢の物炊き込みなどに入れるようにしている。	1人	0.0%
昆布を使った海藻サラダ中華ドレッシング和え	1人	0.0%
昆布を使った浅漬け。漬物のもとなど使わなくても、塩と昆布とガーリックパウダーできゅうりや大根をもんでしばらく置いておくだけで おいしい漬物が出来ます。	1人	0.0%
昆布を出汁にした漬物。昆布はそのまま漬物として食べる。	1人	0.0%
昆布茶も昆布レシピにはいるのであればなんでもかけちゃいます。春雨サラダやミートソースにもいれます。	1人	0.0%
昆布入りカブの漬物。カブをいちょう切りにしてしおをふって、切った昆布と一緒につける。	1人	0.0%
根昆布とろろと長芋の角切りの和え物。	1人	0.0%
根昆布を使った大根のつけもの。大根を拍子切りにします。それをフリーザーバッグにいれ根昆布の細切りポン酢をいれもみします。	1人	0.0%
冷蔵庫で1日ぐらい置いておく食べられます。		
細く千に刻んで即席漬けに入れます。野菜、いりごまや青シソを千切りにし、塩もみした中に細く千切りした昆布を入れます。とても美味しい即席漬けができます。	1人	0.0%
細切りの塩昆布を使った簡単レシピ。(きゅうりの昆布漬け) 細切りの塩昆布ときゅうりの薄切りを合えて、冷蔵庫で1時間置くだけ。	1人	0.0%
昆布の味がでて美味しい。手間要らずです。		
細切りの昆布と野菜の浅漬け…後は昆布ダシが何にでも使っています。	1人	0.0%
細切り昆布と大根の漬物	1人	0.0%
細切り昆布と柚子を入れたかぶら漬け	1人	0.0%
山芋とあえる。	1人	0.0%
山菜のミズに塩昆布を和えます	1人	0.0%
市販の塩昆布をゆでたキャベツとあえるだけ。とにかく簡単	1人	0.0%
出しを取った後の昆布を細切りにして。サラダで食べる。	1人	0.0%
出し取りはもちろん、大根漬け(砂糖、塩、酢、焼酎)の中に大根をつけ昆布を入れる。が我が家の定番です。	1人	0.0%
出汁をとった後に細切りにしてサラダに使用する。	1人	0.0%
出汁をとる料理。酢の物やサラダに利用する。	1人	0.0%
春雨と昆布サラダ。春雨やきゅうり、ハムなどを中華風のドレッシングで合える。そして、ゆでた昆布を千切りにして上にふりかける	1人	0.0%
床漬けにつけたり。主にダシに使用が多いです。	1人	0.0%
松前づけ。細ぎり昆布と人参とイカの細ぎりを醤油みりんなどで味付けしたもの	1人	0.0%
松前づけ。細く切ったスルメとろろ昆布と一緒にあえる。醤油をちょっとかけて完成。	1人	0.0%
松前づけ。年末年始にたくさんつくります。	1人	0.0%
松前昆布	1人	0.0%
松前漬け。するめとにんじんと昆布をせんぎりしてお酒、しょうゆにつけこむ	1人	0.0%
松前漬け。昆布を細かく切りかすのことににんじんとしょうゆと出しと砂糖で漬ける。	1人	0.0%
松前漬け、おでん	1人	0.0%
松前漬け、にんじん、昆布、するめをこまかく千切りにし、さけ、しょうゆ、みりんできちやづけにする	1人	0.0%
松前漬け、細切りの昆布を使う	1人	0.0%
松前漬け：烏賊・人参・昆布を食べやすい大きさにカットします。味の素と醤油で漬けておく。具材は、太めの方が歯ごたえがあり美味しいかも？烏賊はするめが良いですが、生の烏賊でも良いでしょう。とろろ昆布は、吸い物・お茶漬けでも良いと思いま	1人	0.0%
松前漬けが大好きで全部自分で切って作ります。息子の嫁さんが大好きで私持参するのを楽しみにしています。作り方は同じだと思いますが、その時により数の子を入れたりごぼうも少し入れると美味しいです。びっくりするほどの回数と量を作るので昆布はいっぱい使います	1人	0.0%
松前漬けと白菜の漬物を混ぜて白菜の松前漬けを作ります。	1人	0.0%
酢の物系に細く切った昆布を入れる。菌さんのトマトと卵のスープに昆布が入ります。	1人	0.0%
酢昆布を細かく刻んで、サラダの上に振り掛ける	1人	0.0%

切り干し大根のはりはり漬けに細くきった昆布を入れる	1人	0.0%
切り昆布と大根を袋に入れて即席浅漬け	1人	0.0%
切り昆布のおいしそうな物があるときはタマネギのスライスをたっぷり入れたサラダを作ります。	1人	0.0%
千切りピーマンをゆでてしおっぺとまぜる。	1人	0.0%
千枚漬けの中に入れる	1人	0.0%
浅漬け	1人	0.0%
浅漬け。塩昆布と、スライスしたダイコンをもみこんで浅漬け風にします。	1人	0.0%
浅漬け。刻んだこんぶ、こんぶ出汁(粉末) 生姜、たかのつめ、塩。で白菜やキュウリ、かぶ等を漬けます。	1人	0.0%
浅漬け。きゅうりやキャベツなどの浅漬けを作る時に昆布で味付けします。 子供のお弁当。ご飯の上にのせるだけと、少し醤油を足してご飯と混ぜてからお握りにする時とあります。 とろろ昆布のお吸い物。削り節とねぎと柚子唐辛子と醤油でお吸い物とし	1人	0.0%
浅漬け・鍋物・煮物	1人	0.0%
浅漬けに昆布のきざみを入れます。	1人	0.0%
浅漬けの漬物に昆布を入れてよく揉む	1人	0.0%
浅漬けをつくるときに入れたりします。	1人	0.0%
即席の漬け物。適当に切った野菜(何でもいい。キャベツやニンジンなど) ハサミで細く切った昆布、しお・顆粒のだし、材料を耐熱の器に入れてレンジで数分間	1人	0.0%
即席浅漬け。きゅうりをななめ切りし、昆布だしの素・昆布の細切り・塩とともにビニール袋の中に入れてもんで出来上がり。	1人	0.0%
即席漬け 塩もみ野菜も昆布を加えるだけでグレードアップ	1人	0.0%
即席漬物をするときに必ず切り昆布を入れることですかねえ…。	1人	0.0%
大根の漬物に昆布を入れる	1人	0.0%
大根の皮を漬け物に、その味のメインポイントとして、つかっています。醤油と、タカノツメベースです。これが以外と美味しいのですよ。貧乏くさいなんて言わないでください	1人	0.0%
題して『ねばねばサラダ』…食感のよいオクラとちくわのコマ切りにとろろ昆布を絡ませて、めんつゆをかけて出来上がり！	1人	0.0%
短めのスティック上に切った胡瓜とかにかまを ごま昆布のつくだに(市販されているやつ)で和える。おつまみにけっこういい感じ。	1人	0.0%
朝食の味噌汁のだし用に一晚つけておいた昆布を細かく切って、ポン酢に漬ける。	1人	0.0%
朝漬けに昆布を切って入れる。	1人	0.0%
潮吹き昆布を使った胡瓜との和え物。	1人	0.0%
漬けた白菜と昆布を混ぜる。	1人	0.0%
漬物(塩漬け) 野菜の塩漬けに昆布を入れます。	1人	0.0%
漬物ができそうな野菜と一緒に一晚おく浅漬け。卵焼き	1人	0.0%
漬物にたくさん混ぜて食べる。	1人	0.0%
漬物に細切り昆布を入れるようになった。前は入れてなかったが、入れるようになって味がおいしくなった。	1人	0.0%
漬物のなかに小さく切った昆布をいれる	1人	0.0%
漬物を作るときに塩こぶを入れる。	1人	0.0%
漬物を漬ける時に必ず昆布をいれる。お茶漬けには塩昆布。	1人	0.0%
定番ではないが、塩昆布ときゅうりもみをあえたものは好評だった。	1人	0.0%
冬:かぶを使った、千枚漬け。薄く輪切りにした蕪に、昆布をはさみで千切りにしたもの、鷹の爪を輪切りにしたものを加えて、三杯酢で漬け込む。春:孟宗竹の筍の土佐煮。下茹でした筍を櫛形に切りそろえ、昆布を短冊切りにして一緒に煮る。味付けは、醤油と酒、少量の砂糖。	1人	0.0%
冬場ですが、松前漬け。	1人	0.0%
特に変わったレシピではないのですが、干し大根を買ってきて自家製のはりはり漬けを作っています。そのなかに絶対必要なのが昆布です。	1人	0.0%
日高昆布を使った浅漬け。作り方は薄切りの野菜(きゅうり・白菜・カブなど)を塩で揉んだ後、水気を捨て、野菜と細く切った昆布、たかの爪を入れて一晚押し漬けにするだけ。	1人	0.0%
梅昆布を刻んで刻みきゅうりと和える。	1人	0.0%
白菜に塩昆布と唐辛子でお漬物！ビニール袋に入れてギュギュと空気を抜いて冷蔵庫に… 一夜漬けでOKです。	1人	0.0%
白菜のしょうゆ一夜づけ 湯豆腐のだし	1人	0.0%
白菜の浅漬けに塩昆布をまぶす	1人	0.0%
白菜の潮漬けに昆布を細く切って一緒につけます。	1人	0.0%
白菜の漬物。白菜を漬ける時、昆布を入れてつける。	1人	0.0%
白菜の漬物に昆布、するめ、ゆず、にんじんを千切りに切って入れる。	1人	0.0%
白菜の漬物に細かく切った昆布を入れる	1人	0.0%
白菜の漬物を作る時に入れる。水炊きの中に出汁を取るために入れた後の昆布を千切りにして砂糖と醤油で佃煮にして無駄なく使う。	1人	0.0%
白身魚の刺身と塩昆布漬け 刺身と細く切った塩昆布と酒を少々振りかけ、一晚寝かす。 お茶漬けとかに最適！	1人	0.0%
蕪の甘酢漬けに多い目に昆布を入れて酢こんぶに。おでん、豚肉と一緒に炊くとだしも取れて昆布は柔らかくおいしい。	1人	0.0%
蕪の三杯酢漬けに 5ミリ程度に切った昆布を入れる。	1人	0.0%

蕪の漬け物。蕪を切って、3%の塩をまぶし、細切りにした昆布を加えて、ビニール袋に入れて漬ける。	1人	0.0%
毎日サラダに酢をかけています。食べ終わったあと必ず汁が残ります。酢を無駄にしない為とろろ昆布で汁を吸い取り食べます。	1人	0.0%
味付き昆布を切ったきゅうりに混ぜるだけでおつまみが完成！	1人	0.0%
味付けめかぶを使った、ねばねばつまみ 味付けめかぶに、納豆・とろろを混ぜたもの	1人	0.0%
味付け昆布をご飯に混ぜたりキャベツに混ぜておひたしにして食べます。	1人	0.0%
野菜サラダに塩昆布をのせる。塩昆布サラダ。	1人	0.0%
野菜サラダのトッピングに使います。	1人	0.0%
野菜の浅漬け。塩と刻み昆布を入れて漬けます。	1人	0.0%
野菜の浅漬けに細い千切りにして入れる	1人	0.0%
野菜を使って漬物を作るときいれる。鍋のときのだし。鯛めしなどのご飯を炊くときいれる。	1人	0.0%
野沢菜つけ 出汁と一緒にいれる	1人	0.0%
料理とは言えないと思いますが、だしをとった昆布を千切りにしてつぶした梅干と鯉節をまぜます。しおっぺを千切りしたピーマンのための。	1人	0.0%
料理と言えるかどうかですが、自宅できゅうりやかぶなどの漬物を作る時に昆布を細切りにして入れています。塩だけで漬けるよりも味が深くなるように思います。	1人	0.0%
麺類	255人	5.1%
うどん	12人	0.2%
うどんにとろろ昆布を入れる	6人	0.1%
うどんに入れる	3人	0.1%
とろろ昆布を使ったうどん	3人	0.1%
とろろうどん	2人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん	2人	0.0%
【とろろうどん】ネギ・とろろ・なめ茸をうどんの上にのせる。まったくもってシンプルだけれどかなり美味しい。	1人	0.0%
・そばにとろろ昆布をのせる。・細切りにした昆布をきんぴらと混ぜる。・浅漬けを作るときに細切りにして入れる。	1人	0.0%
☆とろろ昆布を使ったうどん☆ うどんを作って、最後にとろろ昆布をかけます。具がない時にも美味しく食べられるので重宝しています。 ☆しおっぺ昆布のお茶漬 ☆ しおっぺをご飯に掛けて、お茶を注ぐだけ。	1人	0.0%
☆にゅうめんやうどんにとろろ昆布と梅干し。★焼きめしの仕上げに、塩昆布とちりめんじゃこをまぜて炒めてサッと出来上がり。和風のピラフになります。すごく美味しいです。 ☆だし巻卵に、塩昆布やとろろをまぜてそのまま焼きます。	1人	0.0%
あたたかいうどんを作って 盛り付けに最後はとろろ昆布を使います	1人	0.0%
あたたかいうどんには必ずとろろ昆布をいれます。きゅうりやかぶ・ダイコンの塩もみには塩昆布で風味をつけます	1人	0.0%
あつあつのうどんの上に、とろろ昆布をのせて食べるのが定番です。子供も大好きです。	1人	0.0%
あったかいうどんの麺が、隠れるぐらいかけて食べるのが、一番！水抱きの時も、同じようにします。	1人	0.0%
あったかうどんに、とろろを入れます。	1人	0.0%
うどん うどんの上にかけて食べる。	1人	0.0%
うどん お吸い物	1人	0.0%
うどん 普通にうどんを作って、最期にとろろ昆布をいれる。	1人	0.0%
うどん、お茶漬、こぶの煮染め	1人	0.0%
うどん、スープ	1人	0.0%
うどん、そば、そうめん等の麺類のだしこんぶ。あとはこぶの煮しめ。	1人	0.0%
うどん、そばにとろろ昆布をそのままのせて食べる	1人	0.0%
うどん、味噌汁、お吸い物、(最後に入れる) お好み焼き(広島風なので、生地の上にのす)	1人	0.0%
うどん、味噌汁などにとろろこんぶをいれる。ごはんにとロロ昆布をかけて食べる。おでん、煮物にいれる。	1人	0.0%
うどん。何も入れなくても、最後にとろろ昆布をたっぷり入れるだけで子供が喜んで食べる。	1人	0.0%
うどん。最後にのせる	1人	0.0%
うどん。普通に作ったうどんにとろろ昆布を添える	1人	0.0%
うどん：最後にとろろ昆布を入れる。お吸い物：最後にとろろ昆布を入れる。こぶ巻き：結んだ昆布を煮る。がめ煮(筑前煮)：昆布巻きと一緒に煮込む。水炊き：昆布でだしを取る	1人	0.0%
うどん・・・そのまま出来上がったうどんに入れるだけです。	1人	0.0%
うどん・・・単純にかけうどんにとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
うどん・お好み焼き	1人	0.0%
うどんに とろろ昆布を かけて食べます	1人	0.0%
うどんにいつもとろろ昆布をたっぷりのせて食べます。後、こぶ巻きをたまに作ったりします。	1人	0.0%
うどんにいれる	1人	0.0%
うどんにかける	1人	0.0%
うどんにしかつかったことがありません	1人	0.0%
うどんにときはちの底にとろろを入れますと旨い	1人	0.0%
うどんにとろろ 細かく刻んだこんぶ・人参・キュウリ・だいこんも細かくさいころに刻む・ポン酢で和えてドロツとしたところで食べる	1人	0.0%

うどんにとろろこぶをかける	1人	0.0%
うどんにとろろこぶを入れる	1人	0.0%
うどんにとろろをいれる	1人	0.0%
うどんにとろろを入れます。	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布 かぼちゃと切りこぶの煮物	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布。健康も考えて、必ず乗せます。	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布とねぎを入れます	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をいれます	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をいれる	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をかけて食べるのが昔からの習慣です。	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をのせたり、昆布の佃煮を、炊き込みご飯の味付けにに入れてたりします。風味がすごく良くなるので、好きです。料理とは言えないかもしれませんが、昆布の入ったお餅(富山県特有の物だと思います。)は大好きです。	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をのせる	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をのせる。	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をのっけて食べます	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布を入れて食べるのが好きです！	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布を入れる。大豆と昆布を細かく切ったものと、豚ばら肉と煮る。鍋物、おでん、湯豆腐に使う。松前漬け。	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布を入れる。味噌汁も可	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布を入れるくらいです	1人	0.0%
うどんには、かならず、とろろ昆布。コクがでます 後は、大根と昆布と一緒に煮ることが多いです～	1人	0.0%
うどんには、とろろ昆布が欠かせません。あと、青魚と一緒に煮ると美味しいですよね(*^o^*)	1人	0.0%
うどんには、必ずとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
うどんにはとろろ昆布は欠かせない	1人	0.0%
うどんにはとろろ昆布を出来上がりにかけます。また、だしをとった後の昆布を佃煮にして食べます。	1人	0.0%
うどんにはとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
うどんには必ずとろろこんぶを上のにのせます。	1人	0.0%
うどんには必ずとろろ昆布です。	1人	0.0%
うどんには必ずとろろ昆布をいれる	1人	0.0%
うどんには必ずとろろ昆布を入れます。	1人	0.0%
うどんによくとろろ昆布をかける	1人	0.0%
うどんに昆布 お吸い物に昆布	1人	0.0%
うどんに入れる程度。	1人	0.0%
うどんに必ずとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
うどんのだしに使います。おでんにいれたりもします。たらこパスタを作るときに粉状の昆布だしを使います。	1人	0.0%
うどんのトッピングとしてつかう。	1人	0.0%
うどんのトッピングに。簡単お吸い物として、お椀にとろろ昆布とお醤油を少したらしお湯を注ぐだけ。	1人	0.0%
うどんのトッピングに使う	1人	0.0%
うどんの具にとろろ昆布を使う	1人	0.0%
うどんの仕上げに、とろろ昆布をかけます。	1人	0.0%
うどんの仕上げにトッピングする	1人	0.0%
うどんの仕上げにとろろ昆布を上からかけます。	1人	0.0%
うどんの上にかけます。	1人	0.0%
うどんの上にとろろ昆布をのせる。お好み焼きに入れる。	1人	0.0%
うどんの上にとろろ昆布を乗せて食べる	1人	0.0%
うどんの上のにのせる	1人	0.0%
うどんの上のにのせる、とろろ昆布をお椀に入れて醤油とだしそこへお湯を注いでお吸い物にする。	1人	0.0%
うどんの上には、いつもとろろ昆布。ご飯のにのせることも。	1人	0.0%
うどんの上にはとろろ昆布をのせる。鮭のホイル焼きの鮭の下にしく。	1人	0.0%
うどんの上に最後にとろろこんぶ、あとは昆布+切干大根をキッチンバサミで細く切り水から煮て味噌汁に昆布もそのまま頂きます	1人	0.0%
うどんの中に大量のとろろこんぶを入れるくらい。	1人	0.0%
うどんの中に入れます。	1人	0.0%
うどんやそば、にゅうめんにはとろろ昆布をかけます	1人	0.0%
うどんやそばにはとろろ昆布を必ず入れる	1人	0.0%
うどんやそばの上のにのせてます	1人	0.0%
うどんやそばの丼には必ず「とろろ昆布」を食べる直前に入れる。	1人	0.0%
うどんやみそしるにとろろ昆布をいれる。	1人	0.0%
うどんを休日の昼に作りますが、必ず最後にとろろをたっぷりかけます。	1人	0.0%
うどんを作った時、おぼろ昆布を乗せることがある。	1人	0.0%
うどんを作って、最後にとろろ昆布を上からかけます。	1人	0.0%
うどんを作るときは最後に必ずとろろ昆布をトッピングします。	1人	0.0%
うどんを作る際に、最後にとろろ昆布をのせる	1人	0.0%

うどんを食べるときはとろろ昆布をたっぷり乗せて食べる	1人	0.0%
うどん上に昆布をのせる	1人	0.0%
うどんに、とろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
うどんにとろろこんぶ	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をかける。普通のおうどんにとろろ昆布をかける。	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布をのせる。おにぎりにとろろ昆布をまく。即席漬けにきざんで入れる。	1人	0.0%
うどんにとろろ昆布を載せる。塩昆布で大豆の水煮を炊いて煮豆を作る。	1人	0.0%
うどんには必ずとろろこぶを載せます	1人	0.0%
うどんには必ずとろろ昆布をいれる。	1人	0.0%
うどんの中に必ずとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
うどんや、おすまじにいれる	1人	0.0%
うどんを作って最後にとろろ昆布をかけたものが好きです。とろっとしたとろろ昆布が最高。	1人	0.0%
おそばにとろろこんぶと卵を入れて食べる	1人	0.0%
かけうどんの具にとろろこんぶ、すまし汁にとろろ昆布が我が家の定番です。友人は	1人	0.0%
お好み焼きにも入れるそうです。		
かけうどんの最後にとろろ昆布をのけます。かなりおいしいです。	1人	0.0%
きつねうどんにかけます。おにぎりに、まぶす。	1人	0.0%
きつねどんべえにとろろ昆布を入れる	1人	0.0%
ごくありきたりですが、うどんにのせるとろろやお味噌汁、煮物のだしとして使っています。時間のある時にはだしとして使う場合、昆布を細く(1ミリ位に)切ってだしに使い、取り出さずにそのままお料理と一緒にいただきます。だしがらをもう一度煮詰めて佃煮にする方法もありますが結構面倒臭くてあまりした事はありませんが、これだと細く切っているので柔らかくなってお味噌汁なら一つの具として食べられ、がらも出なくて最後まで大切に使い切った！という達成感があります。	1人	0.0%
こぶうどん。うどんにとろろこんぶをかけたうどん。	1人	0.0%
こんぶうどん	1人	0.0%
しょうゆラーメンにとろろ昆布をかける。普通のしょうゆラーメンの最後にとろろ昆布をかけるだけ。	1人	0.0%
そばやうどんの出来上がりにとろろ昆布をかける、お鍋のだしに必ず使う	1人	0.0%
そばを食べるときは、そばの上に山芋をすってその上にとろろ昆布をのせてからしるをかけて食べています。	1人	0.0%
たっぷり昆布のトロトロうどん。レシピというほどでもないのですが、普通にうどんを作り、仕上げにたっぷりにとろろ昆布を上に乗せます。トロトロとした食感が食べやすいようで、好評です。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん 出来上がったうどんにとろろ昆布をのせる	1人	0.0%
とろろうどん 作り方は通常通りで、最後にとろろ昆布を上からかけます	1人	0.0%
とろろうどん&そば。普通にうどん、そばをつくり、その上にたっぷりとろろをかけます(山のように)とてもおいしいです。	1人	0.0%
とろろうどん。うどんにかけてたべます。	1人	0.0%
とろろうどん。うどんにとろろ昆布をいれる。	1人	0.0%
とろろうどん。きつねうどん、かやくうどんなどのトッピングにしています。	1人	0.0%
とろろうどん。薄味のだしに上からかけます。	1人	0.0%
とろろうどん/そば	1人	0.0%
とろろうどん>普通のおうどんにとろろこんぶをかけます。とろろごはん>ご飯にとろろこんぶをかけます。とろろ茶漬>お茶漬にとろろこんぶをかけます。	1人	0.0%
とろろうどん→うどんを作った後にとろろをのけてたべます。とろろスープ→とろろ適量におしょうゆをすこしかけて、お湯を注いで出来上がり。	1人	0.0%
とろろうどん・おにぎりにとろろを巻く	1人	0.0%
とろろこんぶうどん できあがったおうどんにとろろこんぶと梅干と三つ葉などの香味をくわえていただきます。	1人	0.0%
とろろこんぶうどん 作り方☆うどんを作ってとろろこんぶかけるだけ	1人	0.0%
とろろこんぶうどん。うどんの上に、たっぷりのとろろこんぶをかけます。	1人	0.0%
とろろこんぶうどん。こぶを入れて炊いたご飯のませご飯。	1人	0.0%
とろろこんぶでうどん、昆布で煮物、昆布でしゃぶしゃぶのだしとり。	1人	0.0%
とろろコンブはいつも常備していて、定番のうどん、そば、お吸い物などによくいれています。	1人	0.0%
とろろこんぶを使ったうどん	1人	0.0%
とろろこんぶ入りうどん・・・おうどんの上に乗せて食べます。	1人	0.0%
とろろそば	1人	0.0%
とろろそば。ふつうのそばですが最後にねぎととろろこんぶをたっぷりかけ、七味も多めに入れると、とても体が温まりまるおそばの出来上がり。	1人	0.0%
とろろラーメン	1人	0.0%
とろろ昆布。おうどんにトッピングすると、美味しくなります。	1人	0.0%
とろろ昆布→おうどんのトッピング。和風スパゲッティのトッピング。ちらし寿司のトッピング。おでんにむすび昆布をいれる。塩こぶは常に冷蔵庫にある。→ごはんと一緒に	1人	0.0%
とろろ昆布うどん とろろ昆布を上からかけるだけ	1人	0.0%
とろろ昆布うどん。関西風のだしでうどんを作り最後になegiととろろ昆布をかけます。	1人	0.0%
とろろ昆布うどん。煮込んだうどんの上にたっぷりのとろろ昆布をかけて食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布うどん。出来上がった素うどんの上に。たっぷりにとろろ昆布を乗せる。とてもおいしいです。	1人	0.0%

とろろ昆布うどん・キツネうどんを通常に作り最後にとろろ昆布を上大量にかける。とろろ澄まし汁はとろろ昆布と花かつおと醤油を入れて白湯を入れる。おでんの中に結び昆布を入れて煮る。	1人	0.0%
とろろ昆布が大好きなのですが、うどんやお吸い物に入れるくらいしか使ってないです。	1人	0.0%
とろろ昆布そば(うどん、そうめん) 温かいめんつゆにゆでた麺をいれ細かくきざんだたっぷりのねぎ(長ネギ一本分くらい)ととろろ昆布もたっぷり入れて食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布そば。かけそば(温)最後にたっぷりとろろ昆布をかけます。	1人	0.0%
とろろ昆布といえば、うどん。作り方は通常どおりで、最後にとろろ昆布をかけます。他にも、味噌汁や澄まし汁にも応用してます。	1人	0.0%
とろろ昆布のうどん うどんの上にとろろ昆布をのせるだけ♪	1人	0.0%
とろろ昆布を、そばやうどんに入れる(おぼろ月見うどんorそば)。手軽なのにダシが効いていて美味しい!	1人	0.0%
とろろ昆布をあつあつのうどんにかけて。	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんにかけて食べる	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんにかける	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんに入れたり、そのまま、お吸い物にしたりしています。	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんに入れて食べる。	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんに入れて食べるくらいしかない。	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんに入れる。だしとしてとっておいた昆布で佃煮を作るなど。	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんのうえにかけて食べる	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんのなかに入れるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんの上に乗せる。関東風よりも関西風のだしと良く合います。	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんやそばに入れる おにぎりに塩昆布やとろろ昆布を使う 刻み塩昆布でキュウリなどの浅漬を作る	1人	0.0%
とろろ昆布をうどんや味噌汁に入れて食べるくらいです。	1人	0.0%
とろろ昆布をたっぷりトッピングしたうどん	1人	0.0%
とろろ昆布をたっぷり入れたうどん シャブシャブ	1人	0.0%
とろろ昆布をつかったとろろ昆布うどん。ねぎと薄揚げととろろ昆布をのせたおうどんです。	1人	0.0%
とろろ昆布をつかったとろろ昆布そばやとろろ昆布うどん。通常のうどんやそばにとろろ昆布をかける。	1人	0.0%
とろろ昆布をのせた温かいうどん・そば 大阪で生まれた私にとってとろろ昆布は常備品です。温かいうどん・おそばには欠かせません。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った うどん	1人	0.0%
とろろ昆布を使った、とろろこんぶ入りてんぷらうどん。うどんに市販のかきあげてんぷらをのせたあととろろ昆布を上からかけます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったあったかうどん。煮込んだうどんに最後にたっぷりとろろ昆布を上からかけます	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん うめぼし、とろろ昆布、大根おろし、てんかす、ねぎをうどんの上にのせて熱いだしをかける。食べるときにゆず胡椒をのせるとさらにおいしくな	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん、最後にとろろをかける	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん。きつねうどん、天ぷらうどん、月見うどん等を普通に作り、仕上げにとろろ昆布をたっぷりかける。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん。素うどんに、最後にとろろ昆布を入れて、お醤油をかけて食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん。作り方は通常通りで、最後にとろろ昆布を上からかけま	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん。上にかける。鍋物の出汁を取る。正月などに昆布締めを作る。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったうどん、うどんの上にとろろ昆布を掛ける。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおぼろうどん(作り方は、うどんにとろろ昆布をのせるだけです)・昆布を使ったおでん(おでんの具材の一つです)・たらこスパゲッティの隠し味に昆布茶をいれる	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったとろろ昆布入りうどん。作り方は温かいうどんを作りとろろ昆布をのせるだけ。とろろ昆布のお味噌汁。とろろ昆布のおむすび。昆布のおむすび。	1人	0.0%
とろろ昆布を上から掛けた昆布うどん	1人	0.0%
とろろ昆布を沢山入れたうどん すうどんに山のようにとろろをかけます	1人	0.0%
とろろ昆布を入れたうどん	1人	0.0%
トロロ昆布を入れたにゅうめん	1人	0.0%
とろろ昆布を入れた麺類、うどん。おかゆやおじや雑炊などに入れてもおいしいです。	1人	0.0%
とろろ昆布を普通のあつあつうどんと共に煮込んだじゃいます。	1人	0.0%
とろろ昆布入りのうどん。うどんを盛り付けて、とろろ昆布をのせておつゆをかけるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布入りの鍋焼きうどん	1人	0.0%
にゅう麺にのせます!!	1人	0.0%
ふつうにあったかいうどんにかけて食べる。とろろ汁もすきです	1人	0.0%
やはりうどん。うどんの仕上げにとろろ昆布	1人	0.0%
ラーメン	1人	0.0%
ラーメン、うどん、そば、などに必ず入れる	1人	0.0%
ラーメンにトッピング	1人	0.0%
ラーメンのスープのだし。	1人	0.0%

レシピというほどではありませんが、たっぷり使う料理は豚軟骨のソーキ汁を作るときに結び昆布にたくさん入れます。豚軟骨からも出汁が出るし昆布からもたっぷり出汁が出るので美味しいスープが出来ます。もちろん昆布もやわらかくなるので美味しく頂けます。	1人	0.0%
稲庭うどんのトッピングにとろろ昆布をかける。	1人	0.0%
塩昆布と鰹節にお湯を入れて、うどんを茹でてそのスープで食べると美味しい！！	1人	0.0%
温かいうどんには必ずとろろ昆布をかけます	1人	0.0%
温かいうどんやそばにとろろ昆布をのせて食べる・おでんに入れる・五目まめに入れる	1人	0.0%
温かいうどんを食べるときは、必ずとろろ昆布をかける。鍋の時は、昆布を細く切って、ダシをとりつつ、具と一緒にそのまま食べる。	1人	0.0%
温そばのつゆは昆布だしを使った手作りです	1人	0.0%
寒天ラーメンに、とろろ昆布をドッサリ入れてます。ダイエット向きですね。	1人	0.0%
関西風うどん。必ずとろろ昆布をかけます。	1人	0.0%
関西風のうどんだしにはとろろ昆布がかかせません。白菜の味噌汁+とろろ昆布もなぜか定番です。	1人	0.0%
関西風のうどんに入れます。	1人	0.0%
月並みですが、あたたかい、かけうどんにトッピングします。	1人	0.0%
昆布うどん。かけうどんの上にとろろ昆布をのせるだけ	1人	0.0%
昆布と鰹節をみりん・醤油でだしを取り、そばつゆなどに使っている。その残りの昆布は刻んで佃煮にしている。	1人	0.0%
昆布や海草の粉末状のものを、うどんやおにぎりにまぜるようにしています。これなら手軽に栄養もとれちゃいます！	1人	0.0%
昆布ラーメン 昆布うどん 昆布巻き	1人	0.0%
子供がとろろ昆布うどんが好きなので、うどんのトッピングにとろろ昆布をのせています。	1人	0.0%
煮込みうどん	1人	0.0%
煮込みうどんにとろろ昆布を山盛りにかける	1人	0.0%
主人の毎日のお昼ご飯のうどんにとろろ昆布と梅干をいれます。	1人	0.0%
暖かいうどんに、とろろ昆布を入れるぐらいしかありません。(；；)	1人	0.0%
暖めたうどんになまたまごと塩昆布を入れて混ぜて食べる。	1人	0.0%
特にはありませんが、温かいうどん・蕎麦には不可欠です。また、今の季節は毎週末には寄せ鍋にたくさんの昆布を入れ、味の染みたトロトロになった昆布を取り合って食べます。かぼちゃを炊く時の味染みトロトロ昆布も大好きです！	1人	0.0%
豚汁やうどんの上には、とろろ昆布をたっぷりのせていただく。	1人	0.0%
白菜、鶏肉、かき、春菊を入れ食べるときに柑橘をかける塩味のうどん。だしには必ず昆布を使います。翌日残った昆布を千切りにして甘辛く煮付けたものが子供に受けま	1人	0.0%
す。		
薄味のおうどんにとろろ昆布を入れて食べる。切り昆布をさつま揚げと人参とで炒め煮にする味付けはお醤油とみりん味付けし最後に白ごまをかけます。	1人	0.0%
普通にうどんを作ってアクセントとして入れます。	1人	0.0%
普通のうどんに、とろろ昆布をいれます。	1人	0.0%
麺類には必ずとろろ昆布をかけている	1人	0.0%
料理というのかわかりませんが、今の時期寒いのでうどんを普通に作り、とろろ昆布をのせてたべます。	1人	0.0%
料理としてはありませんが、そば・うどんにとろろ昆布をかける。湯豆腐に昆布をひく、ごはんを炊くときに、昆布の切ったものをいれるというのは日常しています。	1人	0.0%
料理と言うほどでもないけれど、便秘予防のために、うどんやみそ汁にとろろ昆布をよくかけて食べます。	1人	0.0%
鍋物	245人	4.9%
鍋	19人	0.4%
鍋のだし	18人	0.4%
水炊き	6人	0.1%
なべに入れる	4人	0.1%
鍋料理	3人	0.1%
水炊きのだし	2人	0.0%
鍋のだしに使うくらいです	2人	0.0%
鍋物のだしに使う位	2人	0.0%
鍋料理のだし	2人	0.0%
・鍋もの(だしを取ったあと、刻んで食べています。)・刻み昆布の煮物(刻み昆布、油あげ、人参などを甘辛く煮る。)	1人	0.0%
1) 鍋に入れる。2) 小さな短冊状に切って、炊き込みご飯に入れる。3) 普通に、トロ口昆布のお吸い物。	1人	0.0%
おなべのだしをとった後は、必ず佃煮にして食べてます。	1人	0.0%
お鍋 ダシを取ります。	1人	0.0%
お鍋(出し昆布)	1人	0.0%
お鍋、雑炊	1人	0.0%
お鍋。昆布でおなじみのだしをとる。	1人	0.0%
お鍋でつけた出しこぶを刻んで炊き込む炊き込みご飯	1人	0.0%

お鍋に昆布を入れて、食べる。	1人	0.0%
お鍋に使った昆布を千切りにして佃煮にします きゅうりと塩昆布をもんで浅漬けを作ります	1人	0.0%
お鍋に入れるくらい....	1人	0.0%
お鍋のだし。とろろ昆布汁。お湯に昆布を入れて、ねぎなどちょっと足すだけ。	1人	0.0%
お鍋のだしとお豆さんと煮ることくらいしか思いつかない。	1人	0.0%
お鍋のダシとして使うくらい。	1人	0.0%
お鍋のだしに昆布でとってぼんずでいただきます	1人	0.0%
お鍋のときに、だしに使い、その後に、醤油とおかかをかけて、切って食べる。	1人	0.0%
お鍋のときのダシ・おでん程度しか使わない...	1人	0.0%
お鍋の時の出汁。	1人	0.0%
お鍋やおでんには必ず入れます。	1人	0.0%
お鍋をしたとき出し昆布が出ます。その昆布を細切りにして、豚こま切り肉と炒めだし、しょうゆ、みりんで味付けしてつまみにします。	1人	0.0%
お鍋をする時にダシを取ったり、お寿司の時に、寿司飯を炊く時に炊飯器に入れたりします。お寿司の時は、ダシを取った昆布も刻んで混ぜて食べています。	1人	0.0%
お鍋類。特に「おでん」には良く使います。	1人	0.0%
この時期はお鍋のだし とろろ昆布も好きなのでうどんを食べるときに入れます	1人	0.0%
こんぶは水炊き(鍋)に良く使います。あと、とろろ昆布はうどんに入れたりおにぎりに巻いたり、します。	1人	0.0%
こんぶを細切りにして団子ミックスと混ぜ、昆布だんご鍋。浅漬け。とろろ昆布茶漬け。	1人	0.0%
しゃぶしゃぶ	1人	0.0%
しゃぶしゃぶ	1人	0.0%
しゃぶしゃぶのお湯に入れる	1人	0.0%
しゃぶしゃぶのだしにとる	1人	0.0%
しゃぶしゃぶやおでんのだしに必ず昆布を。だしだけじゃなくそのまま食べます。	1人	0.0%
だし昆布を使ったお鍋	1人	0.0%
だし昆布を使った料理(鍋料理)最初に水に昆布を浸しておいてから、火をかけて具を入れます。	1人	0.0%
だし昆布を使って鍋料理。最初のダシに使います。 佃煮昆布を使っておにぎり。おにぎりの中の具に使います。 とろろ昆布を使って最後にうどんの上にかけます。	1人	0.0%
ちゃんこ鍋。だしを昆布で取ります。	1人	0.0%
ない、鍋のとき入れるくらい	1人	0.0%
ない。鍋に入れたり漬物に入れたり。	1人	0.0%
なべ(最初にだしとして使います。)	1人	0.0%
なべ、おでん	1人	0.0%
なべ。昆布のつくだにのおにぎり。	1人	0.0%
なべにきざんで入れる	1人	0.0%
なべのだし 出汁を出した昆布で豚肉や、こんにゃく、人参、お揚げと一緒に炊いた昆布の炒り煮を作ります。	1人	0.0%
なべのだしをとったあとに出してきざんでしょうゆやみりんであじつけをしてご飯と一緒にかけて 食べる。	1人	0.0%
なべのときに、だしをとるために、入れている	1人	0.0%
なべの出し用。最後に残ったこんぶ。味はほとんどないけど、食べないともったいなくって いつも食べてます	1人	0.0%
なべもの、ダシに使ってそのまま煮込んで一緒に食べる。	1人	0.0%
なべものに、早煮こんぶを、もととして、むすんで入れる。	1人	0.0%
なべもののだしやおでん	1人	0.0%
なべ料理・鬼かけうどん	1人	0.0%
なべ料理には必ず入れる	1人	0.0%
なべ料理に刻んで、だしをとるだけでなくいしょにたべます。	1人	0.0%
なべ料理一般	1人	0.0%
なべ料理全般	1人	0.0%
フグ鍋をするときは、だしとしてコンブを使います。 作り方は普通どおり。	1人	0.0%
ミルで粉末にしておき、鍋や味噌汁、何にでも入れます。納豆にも。	1人	0.0%
やっぱり お鍋です。だしとしてお鍋の底にいつもしきます。	1人	0.0%
やはり、冬の鍋物のときにダシとして一番最初に使います。湯豆腐、寄せ鍋、お魚と野菜を使ったお鍋のときは必ず。それと、昆布茶が大好き。	1人	0.0%
やはりおなべ、おでんでしょうか…。あまりに平凡な答えですみません。	1人	0.0%
一人用の土鍋で、いつも小鍋をつくってメニューに加えているので、そのだし。	1人	0.0%
一般的な鍋の出汁	1人	0.0%
一番は鍋です。	1人	0.0%
寄せ鍋	1人	0.0%
寄せ鍋、おでん	1人	0.0%
鶏の水炊き	1人	0.0%
国産のおいしい昆布をたっぷり使った鍋。鍋の具材は白菜、天ぶらかまぼこ、長ネギ、えのきだけぐらいでシンプル。なべの味付けは薄い塩味で食べる時はゆずとポン酢を漬けて食べる。	1人	0.0%
昆布がメインになった料理は定番化されていないが、鍋料理のだしには必ず使っている。	1人	0.0%
昆布だして 水だきと オデンのダシなど	1人	0.0%

昆布でだしをとる、白菜と豚肉のあっさり塩鍋	1人	0.0%
昆布といえば、なべ、漬物。定番は鍋だけです。	1人	0.0%
昆布と若芽を使った鍋	1人	0.0%
昆布は、もっぱら鍋物のだしに主に使う。それとおでんの昆布巻きにも、することが、多い。	1人	0.0%
昆布はだし昆布しか買ったことがありません。手抜き料理が多いので、冬は鍋をよくするので水炊きなどのだしにつかってます。夏は冷しゃぶを茹でるときに使ってます。	1人	0.0%
昆布は鍋のだしとして使うのがほとんどです。また昆布の佃煮を具にしたおにぎりが一番美味しいです。	1人	0.0%
昆布は鍋の時に使います	1人	0.0%
昆布を刻んで、鍋のダシに使い、最後は雑炊と一緒に食べます。	1人	0.0%
昆布を使って、昆布ダシをとり、鍋料理	1人	0.0%
細切りした昆布を水炊きや寄せ鍋に入れます。	1人	0.0%
煮込みなべ料理	1人	0.0%
主にお鍋のだし	1人	0.0%
主に日高昆布などは鍋のだしに使ったりしています。とろろ昆布も味噌汁に入れたりします。	1人	0.0%
水炊き 何の鍋をするにも昆布でだしをとったものをぼんずなどでいただきますが十分おいしいです	1人	0.0%
水炊き、煮しめ	1人	0.0%
水炊き／だしを取る用以外におでんに入っている昆布みたいに結んで入れます。	1人	0.0%
水炊きです。我が家は鍋料理が大好きで中でも水炊きは年中食べているので昆布のストックも欠かせません。だしをとった後に佃煮して食べてます。	1人	0.0%
水炊きの時にだしをとる為に使用する	1人	0.0%
水炊きの出で昆布をつかう。	1人	0.0%
水炊きの鍋料理。昆布だしを使います。	1人	0.0%
水炊きやおでんのダシとして、普通の昆布を入れる。また、うどんにはとろろ昆布を入れる。	1人	0.0%
水炊き鍋の出汁に使用	1人	0.0%
定番はないですが、鍋のだしに使います。	1人	0.0%
定番料理はないです。鍋に入れるくらい。	1人	0.0%
冬の鍋料理全部。必ず細切りにした昆布でだしをとり、そのまま煮込んで食べる。鍋料理をしない他の季節は野菜たっぷりスープで、鍋と同様に細切り昆布をだしとし、そのまま煮込んで食べる。	1人	0.0%
特になし 水炊きの出汁に使うくらいで、恥ずかしいです	1人	0.0%
特にレシピというのはありませんが、鍋の際には必ず昆布を入れます。	1人	0.0%
豚バラ肉と白菜の鍋。昆布をしいてから、豚と白菜と水を入れて煮ます	1人	0.0%
豚肉しゃぶしゃぶ。だしをとります。	1人	0.0%
豚肉のひき肉を団子にするときにとろろ昆布を刻んで混ぜて作ります。その団子を鍋の具材として入れて食べるとおいしいです。	1人	0.0%
鍋 だしだけでなく、具として食べます	1人	0.0%
鍋、お味噌汁	1人	0.0%
鍋(だしをとる)	1人	0.0%
鍋、おでん	1人	0.0%
鍋、そうすい、炊き込みご飯	1人	0.0%
鍋。昆布でだしをとった中に野菜やお肉を入れてポン酢でいただきます。	1人	0.0%
鍋。(出汁として)	1人	0.0%
鍋。ありきたりだけど、その分おいしい昆布にこだわってます。	1人	0.0%
鍋。昆布でだしをとって作ります。	1人	0.0%
鍋。昆布を10センチくらいに切ったものを2〜3枚だしとして使う。	1人	0.0%
鍋・・・だし取るとき	1人	0.0%
鍋でだしをとったあとの昆布で佃煮づくり	1人	0.0%
鍋でだしをとった後の昆布を油揚げや鶏肉とともに甘辛く煮て食べます。とろろ昆布とめかぶを耐熱カップに入れ、顆粒だしとしょうゆで即席スープ。	1人	0.0%
鍋などのダシをとった後の昆布を貯めておいて2cm角くらいに切り、醤油、みりん、お酒で佃煮にします。	1人	0.0%
鍋にだしとして入れ食べる	1人	0.0%
鍋には必ず入れます。	1人	0.0%
鍋に刻んで入れます。具と一緒に食べます。	1人	0.0%
鍋に昆布を入れてだしを取って、鍋料理するのが我が家の定番。何でも入れる鍋です。	1人	0.0%
鍋に使った昆布を取り出してポン酢をかけてお酒のつまみに	1人	0.0%
鍋に入れる程度	1人	0.0%
鍋のあとやだしをとったあとの昆布を細長くきりみりと醤油でにたり、酢醤油でたべたりしてます。	1人	0.0%
鍋のだし。乾燥したこんぶを入れるだけ。	1人	0.0%
鍋のだしとして使う。	1人	0.0%
鍋のだしとして使用済み昆布を使った、佃煮。作り方は、使用済み昆布を細切りし、しょうゆ・みりん・ごま(削り節も入れて可)と一緒に鍋でひと煮立ちさせる。	1人	0.0%
鍋のだしにする。松前ずけに切ってまぜる。	1人	0.0%
鍋のダシに使います。その後、昆布を細かく切り、ゴマと炒めておかずにします。それと「うどん」を作った際に最後にとろろ昆布をかけます。	1人	0.0%

鍋のだしに使った昆布をとりだし、醤油、みりん、砂糖で甘辛く煮ます。佃煮風になり、ご飯のあてにちょうどいいです。	1人	0.0%
鍋のだしに利用する	1人	0.0%
鍋のダシをとった後、細かく切って、鍋の具材にします。	1人	0.0%
鍋のダシをとった後の昆布を佃煮にする	1人	0.0%
鍋のだしをとる	1人	0.0%
鍋のだしをとるくらいにしか、使っていません。	1人	0.0%
鍋のダシを取るのに使っていますが、その後、取り出した昆布を佃煮のように甘辛く煮詰めて箸休めにしています。	1人	0.0%
鍋のダシを取る以外使ったことがないです	1人	0.0%
鍋のときにダシ昆布として使ったあと、それを千切りにして甘辛く味付けしてご飯にのせて食べます。	1人	0.0%
鍋のときにトッピングして食べる	1人	0.0%
鍋のときには必ず昆布をしきます。おせちの甘酢大根を作るときにも欠かせません。	1人	0.0%
鍋の後の昆布を細かくって佃煮風にして食べます。	1人	0.0%
鍋の後の出し昆布で作る佃煮	1人	0.0%
鍋ものなど	1人	0.0%
鍋やおでんの時に鍋底に昆布を敷き詰める。	1人	0.0%
鍋やおでんの出汁につかった昆布を細かく切って雑炊に入れて最後まで使い切る	1人	0.0%
鍋やみそしるでおだしをとったあとちゃんと刻んで愚にしています	1人	0.0%
鍋や煮物の、だし用でしかつかっていません。	1人	0.0%
鍋や煮物のあとにのこった昆布を、細かく刻んで炊き込みご飯の具にする。やわらかくなって、子ども喜んで食べます。あと、子どもの頃のお弁当の定番は、白菜の塩こぶ和えでした。刻み昆布と湯がいた白菜を合えるだけ。食べる頃にちょうど味がなじんでおいしいです。とろろ昆布のお吸い物。とろろ昆布に醤油を少したらし、お湯を注ぐだけでお吸い物になります。	1人	0.0%
鍋や煮物のだしとして。その後細かく刻んで炊き込みご飯の具にしている。	1人	0.0%
鍋や煮物のだしにしか使わない	1人	0.0%
鍋や味噌汁に使う。	1人	0.0%
鍋をするときだしをとるために使う。	1人	0.0%
鍋焼うどん さば節と昆布のだしを使い、麺を入れ、いつも具はありあわせですが、&絶対とろろ昆布ははずせません！ おでん 通常の作り方ですが、絶対に野菜昆布（日高昆布）を結んだ結び昆布をいれます。切り昆布のサラダ 切り昆布、たまねぎのスライス、貝割菜をボン酢しょうゆであえる。	1人	0.0%
鍋焼うどん。最後にとろろ昆布をのせる。	1人	0.0%
鍋焼うどんにとろろ昆布は必須です。	1人	0.0%
鍋焼うどんにとろろ昆布をのせる	1人	0.0%
鍋焼うどんには最後にとろろ昆布をかけます。あと、だしをとった後の昆布は小さく切って、かつおぶしとごまを加え、さとうと醤油で炒りふりかけにしています。	1人	0.0%
鍋物	1人	0.0%
鍋物、おでんにダシとしていれてそのまま食べる	1人	0.0%
鍋物、にしめ	1人	0.0%
鍋物、雑炊 だしをとったこんぶを刻んで雑炊に入れます	1人	0.0%
鍋物には必ず入る。だしと具兼用	1人	0.0%
鍋物に入れる	1人	0.0%
鍋物のだしにかならず使います	1人	0.0%
鍋物のだしにこんぶを使います。	1人	0.0%
鍋物のだしにしか使用したことがない	1人	0.0%
鍋物のだしをとる	1人	0.0%
鍋物のだし取り	1人	0.0%
鍋物の出しに入れる	1人	0.0%
鍋物やおでんなど煮込み料理の時、刻んだ昆布を入れて、ダシとしても具としてもいただく。	1人	0.0%
鍋物をするときにだしとして使っている	1人	0.0%
鍋物をするときにだしとして利用する。	1人	0.0%
鍋物全般。湯豆腐。幅2〜3センチ、長さ10センチくらいの昆布を3、4枚だしとして使います。柔らかくなったらふつうに具として食べます。	1人	0.0%
鍋料理 には、かならず だしにこんぶをつかいます。最近は、やわらかくなっただしこんぶを細かく千切りにして なべにまぜています。	1人	0.0%
鍋料理くらいです。ダシをとるためにいれておきます。	1人	0.0%
鍋料理くらいにしか使わない	1人	0.0%
鍋料理くらいにしか使わない。なので、逆にレシピを教えて欲しい。	1人	0.0%
鍋料理にいれるくらい、その後つくだに風になる。	1人	0.0%
鍋料理にはたいてい入っています。	1人	0.0%
鍋料理に昆布は欠かせません。ダシをとるときに昆布を使いますが、だしをとった後も小さめにきって鍋の具材のひとつとして食べています	1人	0.0%
鍋料理のだしとして使用	1人	0.0%
鍋料理のだしに使います。湯豆腐とか	1人	0.0%
鍋料理のだしに使う程度。	1人	0.0%

鍋料理のだしに使った残りを刻んで、酒の肴にする	1人	0.0%
鍋料理のだしをとるのに使う。白菜などの塩漬けを作る時に昆布を入れる。	1人	0.0%
鍋料理やおでんのだしに入れます。子供が好きなのでそのまま食べたりもします。	1人	0.0%
鍋料理やふろふき大根などのだし。	1人	0.0%
鍋料理や煮物のだしとして。	1人	0.0%
鍋料理をするとき、始めからだし昆布をはさみで細く切って使い、しっかり食べてしまいます。キムチちゃんこ鍋に細く切ったコンブはとても合います。	1人	0.0%
鍋料理をするときには必ず昆布でだしをとります。	1人	0.0%
日高昆布 鍋料理	1人	0.0%
日高昆布を使ったしゃぶしゃぶ。	1人	0.0%
毎年値昆布を北海道から取り寄せています。鍋は勿論、味噌汁、煮物に使用し柔らかくなった値昆布をそのまま食べています。ねっとりとしてとてもおいしいです。	1人	0.0%
野菜鍋	1人	0.0%
おにぎり	187人	3.7%
おにぎりにとろろ昆布を巻く	12人	0.2%
おにぎり	7人	0.1%
とろろ昆布のおにぎり	7人	0.1%
とろろ昆布おにぎり	5人	0.1%
とろろ昆布を使ったおにぎり	4人	0.1%
塩昆布のおにぎり	3人	0.1%
おにぎりに巻く	2人	0.0%
おにぎりに入れる	2人	0.0%
おにぎりの具	2人	0.0%
こんぶおにぎり	2人	0.0%
昆布の佃煮のおにぎり	2人	0.0%
おにぎり 海苔の代わりにまわりにまぶす	1人	0.0%
おにぎり。昆布と塩をいれて炊飯器で普通に炊きます。普通に具をいれて握って海苔巻いて完成。私の家では、おにぎりつくるときに、それようにお米を炊きます。普通のご飯なんか目じゃないくらい、すごく美味しいです。台風がくる前は作り置きしています。よく停電するので(^ ^)	1人	0.0%
おにぎり。普通におにぎりを作ってとろろ昆布でまく	1人	0.0%
おにぎり:のりの代わりにとろろ昆布を巻きます。うどんの薬味としてとろろ昆布を乗せます。お吸い物の具材の一つとして使います。	1人	0.0%
おにぎり…とろろをまくとおいしい	1人	0.0%
おにぎり・鍋	1人	0.0%
おにぎりこんぶ…普通ににおにぎりを作って、のりを巻いて三角の上側部分にとろろこんぶをつける。	1人	0.0%
おにぎりにつける！美味しい	1人	0.0%
おにぎりにとろろこんぶをまぶします	1人	0.0%
おにぎりにとろろ昆布をまぶす。うどんにとろろ昆布を乗せる。	1人	0.0%
おにぎりにのりではなくとろろ昆布をたっぷりからめると美味しいです。中の具も昆布にすると更にグッドです。	1人	0.0%
おにぎりにのりの代わりに昆布を巻いたり、うどんに入れたりしています。	1人	0.0%
おにぎりにまいて食べる	1人	0.0%
おにぎりにまぶして食べる	1人	0.0%
おにぎりに海苔の代わりにおぼろこぶを巻く。	1人	0.0%
おにぎりに海苔を巻く代わりに薄くのばしたとろろ昆布を巻く。とろろ昆布に梅肉(梅干)、醤油少々を椀に入れ、熱湯を注いでスープに。かけうどんの具として。	1人	0.0%
おにぎりに巻いたりうどんにとろろ昆布を入れます。普通にてんぷらを置いて玉子、わかめを入れて最後にとろろ昆布をのせます。	1人	0.0%
おにぎりののりをとろろ昆布で巻いて食べるのが定番です。	1人	0.0%
おにぎりのまわりにまく。のりの代わり。	1人	0.0%
おにぎりの海苔の代わりにとろろ昆布で巻く	1人	0.0%
おにぎりの海苔代わりに巻く！和風系パスタに乗せる！	1人	0.0%
おにぎりの具として使っています。子持ちこぶが好き。	1人	0.0%
おにぎりの具として使用	1人	0.0%
おにぎりの具に塩昆布を使っています	1人	0.0%
おにぎりの具に使っています。	1人	0.0%
おにぎりはとろろ昆布が喜ばれます。夏は腐りやすいけど冬になると必ずリクエストがあります。	1人	0.0%
おにぎりは海苔ではなくとろろ昆布で包みます。程よい塩加減と昆布の旨みが好きで、お弁当のご飯の上にも必ずとろろ昆布をかぶせます。	1人	0.0%
おにぎりをのりではなくとろろ昆布で巻く	1人	0.0%
おにぎりを海苔の代わりにとろろを巻く	1人	0.0%
おむすび	1人	0.0%
おむすびにとろろこんぶを巻く	1人	0.0%
おむすびに昆布の佃煮を入れてます。	1人	0.0%
おむすびを作るときに中に塩こんぶをいれる。	1人	0.0%
お弁当のおにぎりに巻く。お吸い物、うどんのトッピングにしています。	1人	0.0%

きのこ入り昆布の佃煮いりおにぎり	1人	0.0%
ごはんにまぶしておにぎりにします。	1人	0.0%
こもち昆布のおにぎり	1人	0.0%
こんぶおにぎり・あつあつご飯に昆布の佃煮をたっぷり入れたもの。	1人	0.0%
こんぶのおにぎり。真ん中にいれるのではなくて全体に混ぜ合わせる。すると全ての ごはんには昆布の味がしみて美味しい～	1人	0.0%
こんぶの佃煮を入れたおむすび	1人	0.0%
シソの実昆布でおにぎり	1人	0.0%
すぐ食べるおにぎりにとろろを巻いて食べます。	1人	0.0%
ととろこんぶをおにぎりで巻く「子供にはいいまいち」	1人	0.0%
とろろおにぎり	1人	0.0%
とろろおにぎり	1人	0.0%
とろろおにぎり おにぎりにとろろ昆布をまいています。	1人	0.0%
とろろおむすび 海苔のかわりにおむすびをとろろ昆布で巻きます。	1人	0.0%
とろろこぶのおにぎり。おにぎりを握って海苔の代わりにとろろこぶをまぶす	1人	0.0%
とろろコンブおにぎり	1人	0.0%
とろろこんぶおにぎり 普通のおにぎりののりの代わりにとろろこんぶをつかいます	1人	0.0%
とろろこんぶのおにぎり のりの代わりにとろろ昆布を巻きます。風味が良く好評です。	1人	0.0%
とろろこんぶのおにぎりとろろ昆布を全体にまく	1人	0.0%
とろろこんぶをおにぎりに巻く、塩コンブをご飯にかける	1人	0.0%
とろろこんぶをおにぎりのまわりにまぶす。	1人	0.0%
とろろとご飯を混ぜて、おむすび。	1人	0.0%
とろろのおむすび	1人	0.0%
とろろ昆布おにぎり おにぎりの中の具もとろろ昆布。外側にもとろろ昆布を巻く。	1人	0.0%
とろろ昆布おにぎり おにぎりをとろろで包むとても美味しい	1人	0.0%
とろろ昆布おにぎり、とろろこんぶ汁	1人	0.0%
とろろ昆布おにぎり。子供のご飯に使います。普通のおにぎりにのりのかわりにとろろ 昆布をまぶします。	1人	0.0%
とろろ昆布おにぎり・煮物	1人	0.0%
とろろ昆布おにぎりは最高ですあったかいおにぎりにたっぷりのこんぶ	1人	0.0%
とろろ昆布お握りです。海苔を巻く前にとろろ昆布を巻きます。それとお弁当のご飯の 上にうっすらと、とろろ昆布をかけて真中に梅干を置いておきます。つめた食ってもと ろろがご飯になじんでて おいしくなります。	1人	0.0%
とろろ昆布で、おにぎり、うどん、おでん	1人	0.0%
とろろ昆布でおにぎり、雑炊、味噌汁、	1人	0.0%
とろろ昆布でおにぎり。ごはんにとろろ昆布をまぶしておにぎりを作る。	1人	0.0%
とろろ昆布でおにぎり。ふりかけごはんでおにぎり作ってとろろ昆布をまわりにつける のが私のなかではやっています。	1人	0.0%
とろろ昆布でくるんだおにぎり。味噌汁にとろろ昆布をいれるだけ。小倉巻？という 市販の煮るだけの昆布。サラダに塩昆布を入れるだけですが、塩と昆布が利いて とっても美味しいです。	1人	0.0%
とろろ昆布で巻いたおにぎり。熱々ご飯の上にとろろ昆布をのせて、小口切りねぎ、 ポン酢をかける。	1人	0.0%
とろろ昆布で巻いたオニギリは我が家の定番です。具は梅干が相性バッチリです。	1人	0.0%
とろろ昆布で巻くおにぎり。日本人に産まれてよかった！と思うひとときです。	1人	0.0%
とろろ昆布というゴマのおにぎりが大評判です。	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり お味噌汁	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり 海苔の代わりにご飯にまきます	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり 普通におにぎりを握って、海苔の代わりにとろろ昆布を巻きます	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり。おにぎりを作るときに「海苔」のかわりに「とろろ昆布」で仕上 げる。ただそれだけなのですが…。やみつきになります。	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり。とろろ昆布のお吸い物。	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり。鍋物には必ず昆布で出汁をとります。	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり。おにぎりの中に醤油、化学調味料、鰹節をまぜたものを入れます。	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり。のりの代わりにとろろ昆布を巻きます。 富山県ではコンビニに も売っているんですよー。	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり。塩むすびを作り、最後に全体をとろろ昆布で包みます。	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり。具にしょうゆをつけたとろろ昆布でおにぎりをにぎる。	1人	0.0%
とろろ昆布のおにぎり→おにぎりにとろろ昆布をまぶす。	1人	0.0%
とろろ昆布のお結び。作り方は、梅干入りの塩結びを作って、とろろ昆布で巻く感じ。	1人	0.0%
とろろ昆布の巻き巻きおにぎり	1人	0.0%
とろろ昆布はオニギリに巻きます すうどんにもよく入れます	1人	0.0%
とろろ昆布はおにぎりに巻くか、うどんに乗っける位です。結び昆布は大根と一緒に煮 付けて食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布はおむすびに巻きます。関東の人は食べたことがないらしく上京したてのこ ろは珍しがられました。でも数を作るときはちょっと割高になりますね。	1人	0.0%
とろろ昆布はご飯といっしょに炊いてオニギリにして食べます。	1人	0.0%

とろろ昆布はよく食べます。おにぎりにのり代わりにつけたり、うどんやおそばを食べるときに最後にのせたり、おわんに塩昆布と一緒にいれてお湯をさしてお吸い物のようにしたりします。	1人	0.0%
とろろ昆布まきおにぎり 海苔の代わりにとろろ昆布でおにぎりを巻きます。中の具は漬物がおすすめ。	1人	0.0%
とろろ昆布を、ご飯に巻いておにぎりにしている。味噌汁にもとろろ昆布。	1人	0.0%
とろろ昆布をおにぎりでのり代わりに使う	1人	0.0%
とろろ昆布をおにぎりに巻いて、海苔で巻いたのと中の具の違いがわかるようにしています。	1人	0.0%
とろろ昆布をおにぎりに巻いて食べます。	1人	0.0%
とろろ昆布をおにぎりののり代わりに使う	1人	0.0%
とろろ昆布をつかったおにぎり。作り方はふつうににぎって最後に昆布をまぶす	1人	0.0%
とろろ昆布をまいたオニギリ。海苔の代わりに巻きます。	1人	0.0%
とろろ昆布をまぶしたおにぎり。	1人	0.0%
とろろ昆布をまぶしてしょうゆをかけたおにぎり	1人	0.0%
とろろ昆布を巻いたおにぎりは息子の大好物。とろろ昆布は中性脂肪の吸収をおさえるときいたので積極的にとりいれてます。	1人	0.0%
とろろ昆布を巻いたおにぎりやお味噌汁にいれたり。昆布と竹の子を炊く	1人	0.0%
とろろ昆布を使った、炊きたてのおにぎりに中身は鮭をくだいて握り外にとろろ昆布を巻く。これぞ北海道って感じです。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおにぎり おにぎりに巻きます 昆布を細かく刻んで煮物に加えてしまいます	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおにぎり。のりの代わりにとろろ昆布を巻きます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおにぎり。おにぎりに海苔の代わりにまぶして食べます	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおにぎり。のりの代わりに巻きます。具の中身も昆布の佃煮を使うことが多いです。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおにぎり。海苔の代わりに広げた昆布をおにぎりに巻きます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおにぎり。具にも昆布の佃煮を使います。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおにぎり。普通にお結びを作って、最後にとろろ昆布を敷いたラップで握っておしまい。	1人	0.0%
とろろ昆布を使っておむすび。海苔のかわりにとろろで巻きます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使っておむすび。作り方はおむすび型に握った白飯にとろろをまんべんなく巻く。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った海苔の変わりにオムスビニ巻いたり、とろろとカツオ節少量をお椀に入れ、醤油をかけて簡単なお吸い物を作ったりしています。	1人	0.0%
レシピというほどのものではありません。とろろ昆布をはりつけるおにぎり、(具は何でも良いが、私は梅干が好き)が定番です。	1人	0.0%
塩コンブのおにぎり。	1人	0.0%
塩コンブをご飯にまぜておにぎりにしています。	1人	0.0%
塩昆布(細く切ったもの)をうちでは、昔から、おにぎりにします。	1人	0.0%
塩昆布でおにぎりをしてとろろ昆布をまく	1人	0.0%
塩昆布でお結び	1人	0.0%
塩昆布でつくるおにぎり	1人	0.0%
塩昆布をご飯に混ぜておにぎりにします。	1人	0.0%
塩昆布を使ったおにぎりの具。すき昆布とかぼちゃの煮物。切り昆布の煮物。	1人	0.0%
塩昆布を入れたおにぎり。とろろ昆布を巻いたおにぎり。とろろ昆布を入れたお吸い物。湯豆腐に昆布を入れる。煮物に入れる。	1人	0.0%
海苔の代わりにとろろ昆布を巻いたおにぎり	1人	0.0%
海苔の代わりにとろろ昆布を使ったおにぎり	1人	0.0%
具が昆布のおにぎり	1人	0.0%
昆布いりのおにぎり	1人	0.0%
昆布オニギリ ごはんに混ぜて握る 湯豆腐 ダシとして昆布を使う。取った後の昆布は食べてます	1人	0.0%
昆布とおかかを混ぜた おにぎり	1人	0.0%
昆布の佃煮でおにぎり。中の具をいろんな佃煮の種類にして作る。	1人	0.0%
昆布の佃煮とごまを、ごはんともぜあわせておにぎりにします。それを網で焼き、焼きおにぎりに・・・そして茶碗にいれ鰹節をかけ熱いお茶をいれ焼きおにぎり茶漬けでいただきます。なかなか香ばしくて出汁もでておいしいです。	1人	0.0%
昆布の入ったおにぎり	1人	0.0%
昆布はそのまま弁当やおにぎりにしてもらっている。	1人	0.0%
昆布を巻いたおにぎり	1人	0.0%
昆布を中に入れたおにぎり、そのままでもいいし、焼きおにぎりにしてもおいしい。	1人	0.0%
昆布を入れたおにぎりをつくりとろろこんぶを巻いて食べるダブルこんぶおむすび	1人	0.0%
細かく切ってご飯に混ぜ手からおにぎりにする。	1人	0.0%
若生こんぶの手毬おにぎり。一口大に握りこんぶを噛み切りやすくする。具は小指の先大に切った蒸し鶏・ごぼうの甘辛煮・さいころステーキ肉・卵焼き(薄味付け)・椎茸の佃煮・塩鱈のそぼろ・大根の塩漬け等。	1人	0.0%
定番というまでもないのですが、おにぎりに昆布を入れることがあります。	1人	0.0%
湯豆腐	133人	2.7%
湯豆腐	31人	0.6%
湯豆腐のだし	3人	0.1%

湯豆腐にとろろ昆布を入れる	2人	0.0%
・湯豆腐。→出汁に使うのですが…。・おにぎりの具 →塩昆布で！	1人	0.0%
ありません 湯豆腐、水炊き、おでん(夫しか食べません)に使います	1人	0.0%
おいしい昆布だしのでた湯豆腐。昆布をたっぷり敷き詰めて豆腐を食べます。	1人	0.0%
きざみ昆布と春菊のごま油炒め	1人	0.0%
きざみ昆布のきんぴら。ごま油で昆布をいためて、砂糖、お酒、しょうゆ、みりんを加えていためる、最後にゴマをふってできあがり。	1人	0.0%
こんぶは、湯豆腐とか鍋の出汁でしかつかいません。	1人	0.0%
シンプルに昆布と豆腐で湯豆腐	1人	0.0%
だしに豆腐をいれ、そのうえに、とろろ昆布をのせて、ことこと。。それだけで、冬のあったか、うまうま豆腐です。	1人	0.0%
だし昆布を使った湯豆腐	1人	0.0%
だし昆布を使った湯豆腐。だしとして、最後まで鍋のそこに沈んでいる。	1人	0.0%
とろろ昆布のせ湯豆腐 麺つゆなんかをつかった出し汁で豆腐をさっと煮て、ちょっと片栗粉でとろみをつけて、おかか、とろろこんぶでトッピング。	1人	0.0%
とろろ昆布を湯豆腐に乗せる	1人	0.0%
一番の定番は湯豆腐。だしとして多めにいれ、しっかり食べてます。	1人	0.0%
温豆腐のとろろ昆布のせ。豆腐をあたたためとろろ昆布をのせ上からぼんずをかける。	1人	0.0%
今の季節は、湯豆腐には必ず昆布	1人	0.0%
昆布だしの湯豆腐、昆布だしの鍋	1人	0.0%
昆布だしをとった湯豆腐くらいでしょうか。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピではないのですが、うちは何でも昆布だしです。今は湯豆腐がおいしいですね	1人	0.0%
昆布を土なべに入れて、煮て湯豆腐といっしょに食べる。	1人	0.0%
取り分けた湯豆腐にとろろ昆布を少しのせて食べると美味しいですよ	1人	0.0%
出し昆布(湯豆腐)。鍋の底に昆布を敷いて、豆腐を入れ沸騰させればできあがり。	1人	0.0%
珍しくもないけれど、湯豆腐です。大きいまま煮て、最後に柔らかくなった昆布を手で裂くのがこどもたちの楽しみです。それをたれにつけておやつがわりに囓んでいます。	1人	0.0%
定番の湯豆腐	1人	0.0%
土鍋に昆布を敷いて豆腐を入れてゆでた湯とうふ	1人	0.0%
湯どうふ、おでん、なべ。具としてはなかなか使えない。	1人	0.0%
湯とうふのだし	1人	0.0%
湯豆腐 おなべにたくさん入れて、ぐつぐつします。食べるのは、私です。	1人	0.0%
湯豆腐 水から昆布を入れてだしをとり、煮立ったら白菜を入れる。白菜が柔らかくなったら、豆腐を入れ、ポン酢で食べる	1人	0.0%
湯豆腐 おでん	1人	0.0%
湯豆腐 なんと言っても、こぶだし！！簡単ですが、昆布でだしをとって具材を煮ます	1人	0.0%
湯豆腐 昆布でだしをとり、そのまま昆布もいただきます。	1人	0.0%
湯豆腐 作り方は、乾燥昆布からダシを取って春菊・豆腐を入れて、火が通ったら出来上がり。	1人	0.0%
湯豆腐！！昆布を敷いてその上に豆腐を並べて…。おいしい♪	1人	0.0%
湯豆腐(毎日のように食べてます)	1人	0.0%
湯豆腐、おでん、お魚メインの鍋料理	1人	0.0%
湯豆腐、おでん、とろろ昆布のおにぎり	1人	0.0%
湯豆腐、煮物をするときに昆布をもどしてリボン状にして煮ます	1人	0.0%
湯豆腐、漬物など	1人	0.0%
湯豆腐、豆腐とたらと昆布をいれます、ポン酢をつけて食べます	1人	0.0%
湯豆腐。だしを取るための昆布だけど、実はこれも楽しみの一つ。京都の湯どうふ専門店に出てきたのがきっかけ。	1人	0.0%
湯豆腐。とろろ昆布のおにぎり	1人	0.0%
湯豆腐。じっくりとだしをとり豆腐・その他野菜(春菊がいい！)をぐつぐつと煮込むだけ！	1人	0.0%
湯豆腐。だしとして普通に使っています。レンジで魚の酒蒸し。お皿にこんぶをしき、その上に魚やきのこをのせてレンジで蒸します	1人	0.0%
湯豆腐。だしを取ったあとは食べやすく刻んで具の一部にしています。やわらかく栄養もあり、子供達も大好きです。その他はおでんなどの鍋物のだしだけです。	1人	0.0%
湯豆腐。はじめにダシとして使い、途中で細かく刻んでポン酢で食べる	1人	0.0%
湯豆腐。昆布でだしをとってポン酢で食べる。	1人	0.0%
湯豆腐。作り方は通常通りで、最後にとろろ昆布を上からかけます。	1人	0.0%
湯豆腐。水を鍋に入れてこんぶを入れてしばらく置く。弱火で豆腐をあつためて、めんつゆをかける	1人	0.0%
湯豆腐。大きいこんぶをしいて豆腐をゆでます。	1人	0.0%
湯豆腐・・・ただ鍋にたっぷりのこんぶをいれる	1人	0.0%
湯豆腐・しめ鯖。通常とおりのだしに。とろろ昆布の吸い物。椀にとろろ昆布を入れてお醤油をかけ、かまぼこ等を入れてお湯をそそぐ。肉巻き・中に巻く野菜をゆでた後昆布茶をまぶす。	1人	0.0%
湯豆腐・だしは昆布で。	1人	0.0%
湯豆腐くらいです	1人	0.0%
湯豆腐ダシとして使っています。とにかく最初におなべにいれて煮ます。	1人	0.0%

湯豆腐です。土鍋に入れだしをとります。具を入れる前に出します。使った昆布は細切りにして揚げで煮ます。	1人	0.0%
湯豆腐でだしに使います。また、こぶ茶は料理のうまみが増すのでよく使い、常備しています。	1人	0.0%
湯豆腐と鍋(昆布と塩少々のみで調味)	1人	0.0%
湯豆腐なんですが、とろろ昆布をのせて食べるのが定番です	1人	0.0%
湯豆腐にしく	1人	0.0%
湯豆腐にとろろ昆布。	1人	0.0%
湯豆腐にとろろ昆布をかけて食べます。	1人	0.0%
湯豆腐にとろろ昆布をたっぷりのせます。だしも出て最後に野菜とご飯で雑炊にします。	1人	0.0%
湯豆腐には昆布が一番です。土鍋にいっぱい昆布を敷き詰めて、朝からみずをいれておいておきます。夕方かえってきてからお豆腐をいれて、くつつ 簡単でとーってもおいしいですね。	1人	0.0%
湯豆腐には最後にとろろ昆布をかける	1人	0.0%
湯豆腐によく入れる	1人	0.0%
湯豆腐に昆布は絶対必要。	1人	0.0%
湯豆腐に昆布をたくさん入れて食べます	1人	0.0%
湯豆腐に日高昆布を使用。	1人	0.0%
湯豆腐に入れて豆腐といっしょに食べる。	1人	0.0%
湯豆腐に必ず入れて最後につゆに浸して全部食べる	1人	0.0%
湯豆腐のあと切昆布の煮物。湯豆腐にたくさん昆布を使って、昆布が戻りきったところで翌日は切昆布を食べます。	1人	0.0%
湯豆腐のだしとして使い、残りのつゆと昆布は豆腐を使った鍋や煮物に。とろろ昆布のお吸い物、しょうゆベースのつゆにとろろ昆布を入れるだけ。昆布茶はほとんどすべての料理に使える(和食)。	1人	0.0%
湯豆腐のだしに使用している	1人	0.0%
湯豆腐のだしをとった後の昆布を、細く刻んでポン酢・酢につけておき、一味をかけて食べます。	1人	0.0%
湯豆腐のときには必ず昆布を敷きます。いつもの料理はだしの素を使いますがシブブルな料理の時ほど違いがでるのではと思います。ちなみにだしをとったこんぶは湯豆腐を食べる時一緒に私が食べちゃいます。うどんを食べる時はとろろ昆布をのせ	1人	0.0%
湯豆腐の時、昆布をいれます。	1人	0.0%
湯豆腐の時、豆腐の下に昆布を敷きます。	1人	0.0%
湯豆腐の時に土鍋にしきます。	1人	0.0%
湯豆腐の出汁に使う位	1人	0.0%
湯豆腐は鍋でつくり一緒にこんぶをいれます	1人	0.0%
湯豆腐やこぶ巻き、とろろ昆布は雑煮の手抜きで使っています。	1人	0.0%
湯豆腐や鍋にする時に水に昆布いれて半日くらいたった物を使う。	1人	0.0%
湯豆腐や鍋のだしに使う程度です。	1人	0.0%
湯豆腐をしたときに昆布をいれるのでだしが出ます。それを利用してとろろこぶをいれ、少しカツヲ出しの素をいれ醤油、ねぎ、好みで梅肉をいれておすいものにしていま	1人	0.0%
湯豆腐を作るときに出汁として使う。	1人	0.0%
湯豆腐を作る時にだしをとるために使う。昆布のつくだにはおにぎりの具としては必須ですね。	1人	0.0%
湯豆腐昆布 昆布でだしをとって湯豆腐をつくり、使った昆布を刻んでのせる	1人	0.0%
豆腐	1人	0.0%
豆腐などのトッピング	1人	0.0%
豆腐のきのこあんかけや茶碗蒸し。そうめん等のかけだし。大根など季節野菜との煮込み。うどんを作ったときにとろろ昆布を上に乗っける。	1人	0.0%
豆腐の上に塩昆布をのせ、ごま油を。ごま油が塩と混じりいい感じに！！	1人	0.0%
特にありませんが、よく漬物をつけるときにつかいます	1人	0.0%
特になし。湯豆腐に入れるくらい。	1人	0.0%
特になし。湯豆腐にはかかせません	1人	0.0%
特になし。湯豆腐のだし。豚肉や野菜を炒めるときに味のアクセントとして、塩昆布を入れる。	1人	0.0%
板状の出し昆布を湯豆腐の鍋に入れる	1人	0.0%
普通の湯豆腐。こんぶは食べます。	1人	0.0%
だし	103人	2.1%
だし	5人	0.1%
だしをとるだけ	5人	0.1%
だしとして使う	3人	0.1%
だしをとるくらい	3人	0.1%
だしをとる程度	3人	0.1%
だし以外は特になし	3人	0.1%
あまり好物ではないので、ダシに使うか 塩こぶをおむすびにするくらいです。	1人	0.0%
いつもだしを取るだけ	1人	0.0%
おだし、デリ醤油(デリデリキッチンでやってる醤油)	1人	0.0%
おだしを摂るのみ	1人	0.0%
おもに、だしとして使います。	1人	0.0%
おもに“だし”として使うので…。最近ではお鍋に使っています。湯豆腐や水炊きなど。	1人	0.0%

お出汁以外に使うことはないです。主に羅臼昆布を使用していますが、お出汁をとった後は捨てています。ほんとは、お出汁のあとの昆布を細く切って佃煮にしたいのですが、作り方がいまいちわかりません。	1人	0.0%
こんぶだけのレシピはないです。でも出汁で使った昆布はたべます。	1人	0.0%
こんぶだしは、とるけど、料理はあまりしないです。	1人	0.0%
こんぶはだしに使用してるなあ おなべに入れたり してます	1人	0.0%
こんぶはだしをとるぐらいしか使わない	1人	0.0%
コンブはだしをとるのがメイン。	1人	0.0%
こんぶはだしを取るときにしか使用していなかった。今回佃煮を作ってみたら以外に美味しくできました。だしを取り終わった昆布を細かく切ってから、ごま油で軽く炒めて、砂糖、しょうゆ、みりんを味を調えました。	1人	0.0%
こんぶはほとんどだしに取るぐらいしか使いません。	1人	0.0%
こんぶを使ってる料理は、特には、しない。だしをとるぐらい。あと、酢昆布をたべるぐらい。	1人	0.0%
ダシでしか使いません	1人	0.0%
だしで使うくらい。あとは、お正月の昆布巻き、佃煮昆布、おやつで昆布を食べています。	1人	0.0%
だしとしてしかつかつ使うことがない。	1人	0.0%
だしとりもかねていろいろ利用します。	1人	0.0%
だしにいつも使います。例えばお味噌汁、すき焼き、肉じゃが・・・等々です。	1人	0.0%
だしにしかつかかわない	1人	0.0%
だしにしか使用しない	1人	0.0%
だしに使うくらい	1人	0.0%
だしに使う程度しかありません。もっと使いたいのですが。	1人	0.0%
ダシのしか使った事がないので、特にないです。	1人	0.0%
だしの入っていないみその場合、みそ汁のだしに。	1人	0.0%
だしをとる	1人	0.0%
だしをとる。和風の煮物・ふくめ煮、おでん。出しとり後は刻んで佃煮	1人	0.0%
だしをとる・おでんにいれる	1人	0.0%
ダシをとるための昆布でもはさみで小さく切ったりして、調理後もお料理と一緒にいただいています。鍋の時も、一口大に切って他のものと一緒に煮て、一緒に食べちゃいます。子供達も昆布の取り合いになります。	1人	0.0%
だしをとるていどで、特にレシピはない。	1人	0.0%
だしをとるのが主で、特に料理には使わない。	1人	0.0%
だしをとるのが主です。雑炊が我が家では定番です。	1人	0.0%
だしをとるのみで、何もない。	1人	0.0%
だしを作るのに使う昆布と鰹節でおにぎりの具になるおなか昆布の佃煮風。	1人	0.0%
だしを取って使用するだけ	1人	0.0%
だしを取る	1人	0.0%
ダシを取る以外あまり使わない	1人	0.0%
だし以外にはあまり使わない。おでんに入れるくらい。	1人	0.0%
だし以外には使ったことがありません	1人	0.0%
ないです。昆布はだしでしか使ったことがありません。	1人	0.0%
ないんですよ。だしを取るぐらいで。だしを取った後は、一緒に煮て食べちゃいます。	1人	0.0%
なし。主にだしとり。	1人	0.0%
ほとんどがダシ、松前漬、切りこんぶとさつま揚げの煮物	1人	0.0%
ほとんどだしとしてしか使っていません。	1人	0.0%
ほとんど出汁に取る程度。とろろ昆布は、大根を炊いた時に味のアクセントとして使ったり、おでんのアクセントとして、使っている。	1人	0.0%
まだありません。だしとしてしかまだ使っていません。	1人	0.0%
よく出汁に使ったりします。お雑煮など	1人	0.0%
レシピではないですが、だしを取る時はほとんどの場合、昆布から取ります。そのだしを元に煮物をして、昆布ごと食べることもあります。	1人	0.0%
基本的にはだしをとる以外にあまり使いません。	1人	0.0%
昆布は、だしとしてしか使っていない。	1人	0.0%
昆布はあまり使わない。だしを取るぐらいだから・・・	1人	0.0%
昆布はダシとして以外に使ったことがありません。	1人	0.0%
昆布はだしにしかつかっていない	1人	0.0%
昆布はだしにしか使わない。しかし、だしがとてもよくでる品質のいいものを北海道から取り寄せて利用している。	1人	0.0%
昆布はだしに使うくらい	1人	0.0%
昆布はダシに使うくらい。鍋や味噌汁くらいです。おにぎりを作り、とろろ昆布をのりの代わりにまくのが好きです。	1人	0.0%
昆布はだしに使うだけで、レシピはありません。	1人	0.0%
昆布はだしに使ってます	1人	0.0%
昆布はだしをとるくらいで、定番のレシピはないなあ・・・。市販の商品を使っは、「しそ昆布の茶漬け」「梅干・かつおぶし・醤油そしてとろろ昆布を入れてお湯を注いだ簡単おすまし」	1人	0.0%
昆布はだしをとる以外使わない	1人	0.0%
昆布はダシを取るときに使用するのみ	1人	0.0%

昆布は出汁として使う事がほとんどですが、日高昆布を常にボトルに入れてだし汁を作っています。味噌汁や鍋物を作る時はそのだし汁を使います。	1人	0.0%
昆布は出汁にしか使用しない	1人	0.0%
昆布をだしとして使用以外にはあまり思いつかないです。	1人	0.0%
昆布をメインとした料理はありません。出汁として多用しています。	1人	0.0%
残念ながら、ダシを取るくらいかな？後は、煮物やおでんに入れるくらいです。	1人	0.0%
残念ながら画期的なレシピはありません。でもだし文化の地方ですから、ありとあらゆる「だし」はこんぶでとっています。だから家にこんぶはかかせません	1人	0.0%
主にだしとして使用している	1人	0.0%
出汁としてしか使わない	1人	0.0%
出汁と取る事にしか使わない	1人	0.0%
出汁をとる	1人	0.0%
出汁以外には使わないので・・・	1人	0.0%
定番レシピは無いのですが、コンブと鰹節をしょうゆ、みりんで煮てだしを出して、「万能だし」として重宝します	1人	0.0%
定番料理はない。だしをとるだけ。	1人	0.0%
特にありません。昆布はダシに使用しています。	1人	0.0%
特にありません。ダシとして使うだけしか知りません。。	1人	0.0%
特にないです。おだしに使うか、たくぐらい。	1人	0.0%
特になし。出汁をとるくらい。	1人	0.0%
余り使いません だしぐらいかな	1人	0.0%
和風だしをとるときに利用。	1人	0.0%
炊き込みご飯	86人	1.7%
塩昆布を使った炊き込みご飯	3人	0.1%
「ふじっこ」とツナ缶をご飯に混ぜて炊く。簡単でおいしい。	1人	0.0%
「刻みこんぶ入りの沖縄風炊き込みご飯」豚肉を炒めて、にんじんを入れてさらに炒め、しょうゆと酒で味付けし、刻みこんぶを入れて、よく混ぜて火をとめる。この具をご飯の上に載せて、炊き込む。	1人	0.0%
いか飯を炊く時に昆布を入れて、軟らかく煮あがった昆布も一緒にいただく。	1人	0.0%
きりこんぶをご飯と一緒に炊いた、昆布ご飯。	1人	0.0%
きり昆布と豚肉の炊き込みご飯	1人	0.0%
こぶの佃煮入り炊き込みご飯、炊き込みご飯を炊く前に 市販のこぶの佃煮を適量とお好みの野菜と調味料（こぶから味がでるので控えめに！）と一緒にいれて お米と炊くだけで、簡単で美味しいです	1人	0.0%
こんぶの炊き込みご飯	1人	0.0%
こんぶの炊き込み御飯。醤油、砂糖、酒、みりんで味付けし、刻んだこんぶをふんだんにいれて炊く。だしも出るし、刻むのでぬめりも気にならない。	1人	0.0%
ささめ昆布を使った炊き込み御飯、作りかたは、米3合に対して、ツナ缶1、ささめ昆布1袋、ニンジン1本（千切り）を炊飯器にいれ、そのまま焚くだけです。	1人	0.0%
サンマ御飯です。サンマ3尾をまず塩焼きにします。3合の御飯を普通の水加減にして、上にしらすを10cm四方くらいの大きさにして乗せます。その上に塩焼きにしたサンマを乗せてショウガの千切りを少々散らします。醤油大さじ2・酒大さじ2・みりん大さじ1を入れて炊飯器で普通に炊きます。炊きあがったらサンマの骨を取り身をほぐし、昆布は細かく千切りにして御飯に混ぜ合わせできあがりです。	1人	0.0%
だしで使い終わった昆布を炊き込みご飯の具の一部にしています。和風の炊き込みご飯なら、何にでも合うので定番になっています。	1人	0.0%
だしをとったあとの昆布を千切りにします。炊き込みご飯に混ぜて一緒に炊きます。	1人	0.0%
だしをとった昆布の炊き込みご飯。細かく刻み鶏肉根野菜などと炊く	1人	0.0%
だし昆布を刻んでそのまま具にして、炊き込みご飯！	1人	0.0%
だし昆布を細長く刻み、お米に混ぜて炊き込んだ「こんぶご飯」。だし昆布を細長く刻み、練り梅と一緒に吸い物に入れる「うめ昆布の吸い物」	1人	0.0%
ツナ缶と塩昆布の炊き込みご飯	1人	0.0%
とろろ昆布と塩昆布の炊き込みご飯。とろろ昆布と塩昆布とシーチキンを研いだお米と一緒に炊飯器に入れ、醤油、塩(少なめ)、だし昆布を入れて炊き上げる。炊き上がった10分ほどむらしてできあがり。	1人	0.0%
ピースご飯を炊くときにいれる	1人	0.0%
ひじき・昆布を細長くカットしたもの・梅干の炊き込みご飯。	1人	0.0%
フジッコとシーチキンをお米と一緒に炊くかやくご飯	1人	0.0%
塩こぶを使った炊き込みご飯。塩こぶと桜海老と酒を入れて炊き、最後に白ゴマを加える。	1人	0.0%
塩こんぶと、まいたけと、シーチキンのみを入れた炊き込みご飯	1人	0.0%
塩こんぶのピラフ 野菜やきのこなどと一緒に、塩こんぶをいれてごはんをたく。	1人	0.0%
塩こんぶをご飯と一緒に炊いてチョー簡単昆布ご飯を時間がないときにします。あとはだし昆布でだしをとった後、千切りにしてつけものを作るときに一緒にいれます。	1人	0.0%
塩コンブを使った炊き込みご飯	1人	0.0%
塩こんぶを使った炊き込みご飯。洗ったお米にニンジンやしいたけを細切りにしたものを入れ、上から塩こんぶを大めにいれて、後は普通の水の分量で炊飯器にセット。こんぶからダシがでて、ちょうどいい塩加減に炊きあがる。	1人	0.0%

塩ふき昆布を使った簡単炊き込みご飯。千切りの塩吹き昆布とシーチキンをいつもどおりの水加減をした米に入れて一緒に炊く。	1人	0.0%
塩昆布とツナ缶の炊き込みごはん。	1人	0.0%
塩昆布とツナ缶を使った炊き込み御飯。	1人	0.0%
塩昆布とツナ缶を使って炊き込みご飯。	1人	0.0%
塩昆布の炊き込みごはん：簡単に味御飯を作りたい時に塩昆布を入れます。塩昆布＋ツナ缶詰、塩昆布＋切り干し大根、塩昆布＋サツマイモ	1人	0.0%
塩昆布の炊き込みご飯。だしをいれずに塩昆布を入れて調味料は無しでできるから楽。	1人	0.0%
塩昆布の炊き込みご飯。塩昆布と桜海老を御飯に炊き込む。	1人	0.0%
塩昆布の炊き込みご飯。「ふじっこ」の袋に載っているもの。ツナ缶と塩昆布を入れて炊き込むだけのかんたんご飯。塩昆布で野菜(きゅうりなど)を揉んで、浅漬けにす	1人	0.0%
塩昆布の炊き込みご飯。塩昆布をご飯と一緒に炊くだけ。ツナ缶や、鮭そぼろを加えてもおいしい。	1人	0.0%
塩昆布を使った炊き込みご飯。といだお米に塩昆布とシーチキンを入れて炊くだけ。	1人	0.0%
塩昆布を使った炊き込みご飯。好みのきのこ類と一緒に一袋を炊飯器にセットします。	1人	0.0%
塩昆布を使った炊き込みご飯。塩昆布で即席漬け	1人	0.0%
塩昆布を使った炊き込みご飯。油を切ったツナ缶とミックスベジタブル、塩昆布をご飯と一緒に炊飯器で炊くだけ。	1人	0.0%
塩昆布を使った炊き込みご飯。にんじん、きのこ類、塩昆布をいれ炊き上げ、彩りに、さやインゲンをちらして出来上がり。	1人	0.0%
塩昆布を入れた炊き込みご飯 お塩とお出しの代わりに塩昆布を入れて、後はにんじんとかあげ、ごぼう鶏肉などを入れて炊き込みます。	1人	0.0%
五目炊き込みご飯。人参・油揚げ・ゴボウ等と細く切ったコンブを味つきダシで炊き込む	1人	0.0%
刻み昆布を使って炊き込みご飯にいれる	1人	0.0%
刻み昆布を入れて炊く「梅おこわ」 水炊き うどん	1人	0.0%
昆布ご飯。昆布を入れて炊いたご飯に入れていた昆布を刻んで混ぜる。	1人	0.0%
昆布ご飯を炊くときに刻み昆布を入れて炊きます。炊き上がると昆布を砕くように混ぜます。	1人	0.0%
昆布ジュシーです。普通の炊き込みご飯を炊くようにして、刻み昆布を多めに入れて作ります。	1人	0.0%
昆布ツナ缶を使って炊き込みご飯をつくります。	1人	0.0%
昆布とあさりの混ぜごはん：あさは醤油、酒、みりん、だし汁を煮立たせた汁でさっと煮て下味をつけておきます。生姜を針生姜に刻んでおきます。万能ねぎを小口切りにしておきます。以上に塩昆布とご飯を切り混ぜて、いただきます。	1人	0.0%
昆布とささみの炊き込みご飯：一口大に切った昆布とささみを、しょう油、酒を加えて炊き込みます。	1人	0.0%
昆布とシーチキンの缶詰を一緒のご飯と炊くという味が出てそのままおいしい。	1人	0.0%
昆布と豆ご飯。昆布をハサミで2ミリ幅×3センチくらいに細長くきり、やや固めに煮た大豆(かん詰めでもいい)と一緒に米に混ぜたく。色もいいし食欲が増します、美味し	1人	0.0%
昆布と梅干しと豚肉を使った炊き込みご飯。奥蘭先生のレシピで作ってみて、スゴク美味しくて気に入って、時々食卓に上ります。	1人	0.0%
昆布の炊き込みごはん。昆布を細切りにして、水でよく戻し、人参、豚肉、こんにゃくなどの具材といっしょによく煮込みごはんともぜあわせて食べる。	1人	0.0%
昆布の炊き込みご飯が好きです。昆布、鶏肉、こんにゃくにんじんしょうゆみりんて炊きます。おいしいですよ	1人	0.0%
昆布の炊き込みご飯をご紹介します。材料は、昆布、豚ばら肉、こんにゃく、にんじん、しょう油、酒、みりん、砂糖、だし汁、サラダ油、ごはん、万能ねぎ、塩、こしょうです。作り方です。1、昆布は固く絞ったぬれ布巾で拭き、3cm～4cmの細切りにし、水で戻しておく。2、豚肉とこんにゃくはそれぞれゆで、3cm～4cmの短冊切りに、にんじんは千切りにする。3、鍋にしょう油、酒、砂糖を入れ煮立て、豚肉、こんにゃくを入れ味をなじませる。4、(3)にだし汁とみりんを加えて煮立て、昆布、にんじんを入れ弱火で昆布が柔らかくなるまでゆっくり煮込む。5、フライパンに油を引き(4)の具を入れて炒めたら、ご飯をいれ混ぜ合わせながら塩、こしょうで味を整え最後に万能ねぎを加えて出来上がりです。	1人	0.0%
昆布を刻んで、ニンジン 油揚げ ゴボウ 鶏肉 コンニャクと一緒に炊き込みご飯	1人	0.0%
昆布を使った炊き込みご飯。作り方は通常どおりで、炊飯器に材料や調味料をいれ、最後に細く切った昆布を入れて炊く	1人	0.0%
昆布入り発芽玄米ご飯 1)発芽玄米：精白米＝1:1の分量でとぐ。2)炊飯器にセットしたら上から乾燥昆布を振り掛ける。3)醤油大さじ1、顆粒だし小さじ2を入れる。4)炊き上がったらくませる。昆布のミネラル分がよくしみこみます★ また、塩昆布をいれるだけでもかなりおいしく食べられます	1人	0.0%
細切りのこんぶと豚肉の入った炊き込みご飯	1人	0.0%
細切りの塩昆布の炊き込みご飯。シーチキンと一緒に醤油を少し入れて炊きます	1人	0.0%
鮭とマイタケの炊き込みご飯 →炊き込む際、昆布と一緒にに入れて炊き込みます	1人	0.0%
子持ち昆布を使った炊き込みご飯。作り方は野菜など(ごぼうやにんじん)は炊く前から入れておいて、炊き上がりと同時に子持ち昆布を入れて混ぜ込む。	1人	0.0%
炊き込みごはんには、コンブを細く切って入れて炊き、そのまま食べます。	1人	0.0%
炊き込みご飯	1人	0.0%
炊き込みご飯、お鍋など	1人	0.0%

炊き込みご飯、なべには必ず入れる。	1人	0.0%
炊き込みご飯、作り方は通常通りで昆布を細かくハサミで切って一緒に炊く	1人	0.0%
炊き込みご飯。しそ昆布や梅昆布をお米とだし汁にまぜて炊くだけの簡単レシピ。	1人	0.0%
炊き込みご飯で昆布を切って入れて炊く	1人	0.0%
炊き込みご飯に こんぶを刻んでいれて炊き込んでいる	1人	0.0%
炊き込みご飯に刻み昆布を混ぜています。 作り方は炊き込みご飯の作り方で材料に刻み昆布をまぜるだけ。。。だし昆布は小さくして子どもがオヤツに食べています。	1人	0.0%
炊き込みご飯に昆布を細く切って一緒に炊き込みます	1人	0.0%
炊き込みご飯に調味料のかわりとして、塩昆布を入れます。	1人	0.0%
炊き込みご飯に入れてたく	1人	0.0%
炊き込みご飯のだしとして使い、残った昆布は小さく切って、お味噌汁の具などに使っています。	1人	0.0%
炊き込みご飯やお鍋のだしに使うか、漬け物を作る時に入れる程度。昆布そのものを食べるのは、おでんくらいでしょうか。	1人	0.0%
炊き込みご飯を作るとき、細切りにした昆布とひじきをそのまま入れて炊く	1人	0.0%
炊き込みご飯を作るときなど、昆布をあらかじめ細切にして入れます。だしをとったあとの昆布を捨ててしまうのは勿体無いので・・	1人	0.0%
切り昆布とツナの炊き込みご飯。作り方は、炊くときに入れるだけ。	1人	0.0%
鯛めしを炊くときに、まず昆布をしいてから白米、鯛の順にしています。昆布に少しおこげがついておいしいです。	1人	0.0%
梅干炊き込みご飯 ほぐした梅干ときざんだ昆布を普通の水加減で炊飯器で炊く	1人	0.0%
必ず、炊き込みご飯の具財として細切り(糸きり)昆布を入れています。 昆布茶も常備しており、うどんなどの時に味のポイントとして入れています。	1人	0.0%
炒め物	85人	1.7%
クレープイリチー	2人	0.0%
「クレープイリチー」 沖縄の料理で 出汁をとったあとの昆布とシイタケを 豚肉と一緒に炒めたもの。	1人	0.0%
1 (昆布とツナの炒めもの) だしを取り終えた昆布を細切りにし、ツナと炒め、甘辛く味付けする。 2 (カレー) だしを取り終えた昆布を大きいまま、カレーに加える。	1人	0.0%
かんぴょうと昆布の炒め物 (いりちやー)	1人	0.0%
きりこぶと豚肉とで炒め煮(醤油とみりん)で味付け)	1人	0.0%
クレープイリチ(昆布と豚肉の炒め物)	1人	0.0%
クレープイリチー (沖縄料理) 刻み昆布と豚バラ塊を醤油と泡盛で煮る。	1人	0.0%
クレープイリチー、昆布の煮物、ソーキ煮。	1人	0.0%
クレープイリチー、昆布を千切りにし豚肉やにんじん、しいたけなどと炒めた。沖縄ではポピュラーな一品です。	1人	0.0%
クレープイリチー。出汁をとった昆布を5cmぐらいの長さに切りそろえて千切りにする、豚肉も同じ大きさに切ってごま油で炒めで、昆布を加え酒と醤油で味付けする。椎茸やこんにゃく、油揚げなどその時の気分で付け加えるが、あまりいろいろな物を入れないで、昆布、豚肉にプラスするのは1品にとどめておく方が好きです	1人	0.0%
ゴウヤを油でいためて味つき昆布を混ぜるのはゴウヤがある時期にはよく作ります。	1人	0.0%
ゴーヤと昆布のスライスで炒める	1人	0.0%
こんぶと豚肉をいためる。	1人	0.0%
コンブのキンピラ。ダシで使い終わったコンブを細切りにし、かつお節とコンブと砂糖、醤油で濃く味付けして炒めてできあがり！	1人	0.0%
こんぶの出しがらを使ったきんぴら？細く切ってしょうゆだけで煮詰めます。	1人	0.0%
こんぶをいれた海苔巻きやこんぶと豆腐のあんかけや白菜こんぶ炒めなどです。	1人	0.0%
こんぶをゴマ油でしっかり炒める。	1人	0.0%
すきこぶの炒めもの。戻したすき昆布と油揚げを短冊に切ったものを酒・みりん・しょうゆでさっと炒め煮にする。	1人	0.0%
すきこんぶの豚肉いため	1人	0.0%
すき昆布を使った五目炒め煮、煮物のアクセントに昆布を細く切って入れる	1人	0.0%
だしこぶを細切りにして金平に混ぜる	1人	0.0%
だしをとったあとの昆布を細切りにして、みりん、しょうゆ、少量のごま油でいためておつまみに。だしをとったあとの昆布を短冊切にして、水気をよくふき取り油で揚げる。揚げたてに塩と白ゴマをふり、子供のおやつに。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を細く切って、ピリ辛く炒める。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を細く切って炒め、醤油と砂糖で味付けしたもの。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を細切りにして、野菜炒めに混ぜてかさを増やす。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を千切りにして、大根の皮の千切りと豚肉を使ってキンピラにする	1人	0.0%
だしを取ったあとのこんぶを使った「昆布のきんぴら」短冊に切って、通常のきんぴらの作り方で、ごま油と一味で 味を調えます。	1人	0.0%
だしを取った後の昆布をごま油で炒めて塩と胡椒で味を調えて最後に一味をかける。	1人	0.0%
だしを取った後の昆布を乾燥させて、細かく刻んで炒め物にします。	1人	0.0%
だし昆布の油いため。だしをとった後の昆布をおうどんやさんからもらってきて細切りにし、ごま油で炒める。その際に粉末だしやおしょうゆで味を調える。我が家の食卓の常備食として大人気です。	1人	0.0%
にんじんと豚肉の塩コンブ炒め	1人	0.0%
ピーマンと塩こんぶの炒め物	1人	0.0%

ピーマンと塩昆布の炒め物。千切りピーマンを炒めて、塩昆布を入れるだけ。だしをとった昆布は細く切って、海藻サラダに入れてしまいます。 昆布茶は和風スパゲティの味付けに必ず使います。実は昆布茶を飲むのは苦手だけど、調味料として使うと味がばっちり決まります。	1人	0.0%
ピーマンと昆布の炒め物、市販の昆布(味つきのもの)とピーマンの細切りをフライパンで、サラダ油少々で、炒める。味付けはなし(昆布の味だけで、大丈夫)	1人	0.0%
ピーマンと昆布の炒め物。ピーマンとソーセージを細切りにして炒め最後に塩昆布で和える。	1人	0.0%
マーボーナス。だしは刻み昆布で加えるとやわらかくなって昆布のだしがしみこんで美味しいです。奥蘭寿子レシピからです。	1人	0.0%
れんこんのきんぴら。隠し味に昆布だしを使います。	1人	0.0%
塩こんぶとピーマンの千切り炒め	1人	0.0%
塩こんぶとピーマンの炒め物。味は塩昆布についているのでオリーブオイルでいためるだけですがとてもおいしいです。	1人	0.0%
塩昆布。野菜炒めになどに使用しています。ちょうどいい塩分がでるので塩はしやしません。あとは白菜などとあえてお新香にします。	1人	0.0%
塩昆布と豚肉・野菜を炒めた料理	1人	0.0%
塩昆布と豚肉をいためる。味付けは塩昆布の味で十分おいしい！！	1人	0.0%
塩昆布を豚肉、人参、ゴボウと炒める『塩昆布きんぴら』	1人	0.0%
塩昆布を野菜炒めの最後に入れ、その味だけで仕あげる。だしの効いてるし塩味でおいしいです。	1人	0.0%
沖縄では郷土料理とも言える「くーぶいりちー」。昆布の千切りとかんぴょう、豚肉の千切り等を入れて炒めます。煮物も良いけど、小さな子供はこの方が食べやすいみたいです。	1人	0.0%
沖縄の家庭料理の定番クーブイリチーを良く作ります。作り方:水で戻したきざみ昆布、豚三枚肉、こんにゃくを油で炒めて水を加えてしばらく煮込む。酒、砂糖、醤油で味を付け又しばらく煮込む。	1人	0.0%
牡蠣炒め。フライパンで牡蠣を酒と昆布で中火でじっくり焼く。	1人	0.0%
郷土料理ですが昆布いりチャー。昆布を千切りにして、豚三枚肉とにんじんを細かく切って炒めて、だし・しょうゆ・みりん・酒で味付けします	1人	0.0%
金平。ごぼうと人参それに千切りにした昆布で金平をつくります。松前づけも同様に人参、大根、するめ、昆布をそれぞれ細く切ってだしで合えます。	1人	0.0%
刻み昆布のきんぴら。他の千切り野菜と一緒に甘辛く炒めます	1人	0.0%
刻み昆布を野菜炒めなどにいれます。	1人	0.0%
昆布とにんじんなどやさいのいためもの	1人	0.0%
昆布とにんじんのきんぴら、もち昆布	1人	0.0%
昆布と油揚げの炒め物 作り方 昆布とにんじんを千切り、油揚げは油抜きして切る。ごま油で炒めて砂糖と醤油を入れてひと混ぜしたらできあがり。	1人	0.0%
昆布と油揚げをごま油でさっと炒めてしょうゆ・砂糖・酒などで味付け。仕上げに白ゴマと一味をまぜてできあがり!!	1人	0.0%
昆布茶を野菜炒めに使うと美味しくなります	1人	0.0%
昆布野菜炒め。昆布千切りと豚肉、にんじん、大根などをすべて千切りにし、きんぴらのように味付けして食べます。	1人	0.0%
昆布炒め	1人	0.0%
細切りの昆布をちりめんじゃこと一緒にごま油で炒めます	1人	0.0%
細切りの昆布入りの7色金平。ごぼう、人参、レンコン、切干大根、シメジ、ピーマンを炒めて、だし、醤油、砂糖で少し煮る。昆布を加えて味を調えて、すりゴマを加える。	1人	0.0%
細切り昆布とにんじんの油いため	1人	0.0%
細切り昆布のごま油炒め。しょうゆ味でゴマを振る。	1人	0.0%
子持ち昆布と大根の葉の炒め物。	1人	0.0%
取り終わっただし昆布と油揚げ・ネギの醤油炒め	1人	0.0%
出しに使った昆布を細切りにしてきんぴら風に。昆布のきんぴら	1人	0.0%
出し昆布(出しをとった後)と豚肉の炒め物。沖縄料理にヒントを得たものです。味付けはうすくち醤油でシンプルに。	1人	0.0%
出汁を取った後の昆布を短冊型に切り、同様に短冊型に切った油揚げと一緒に胡麻油で炒めて醤油を回しかけた物。	1人	0.0%
生のくき昆布をさつまあげと一緒にきんぴらふう甘辛く炒めてたべます。	1人	0.0%
切りコブの炒め物。切りコブをにんにくスライス少々のごま油で炒め、塩、たかの爪少々、味の素、で更に炒め合わせ、最後に少々しょうゆとゴマを振って出来上がり。	1人	0.0%
切り昆布と油揚げの炒め物 切り昆布と油揚げをした油揚げを短冊切りにします。フライパンに切り昆布と油揚げを入れ、顆粒だしを入れ、醤油とお酒で味付けします。	1人	0.0%
切り昆布をニンジン、シイタケ、ピーマンとで油いためをする	1人	0.0%
切り昆布を使用して沖縄のクーブイリチーを良く作ります。豚肉とニンジンとさつまあげを適当な大きさに切って、きり昆布と一緒に油でいためて、粉末のだしの素で味付けをします。	1人	0.0%
千切りにしてごま油でいためて、しょうゆとごまをかける。	1人	0.0%
大根の皮の炒め物・・・千切りにした大根の皮をサラダ油でいためて、しんなりしたら昆布茶とお酒とお醤油で味付け。ピーマンとしょうがの炒め物・・・千切りにしたピーマンとしょうがをごま油でいためて、塩昆布と豆板醤で味付け	1人	0.0%

特に昆布をメインにしたものはないが、だしなどに使った昆布を冷凍しておき、きんぴらに入れたり、煮物に入れたり、などして使い切っている	1人	0.0%
豚に肉と炒める	1人	0.0%
豚バラと塩昆布の炒め物、塩昆布といためる、シンプルレシピ	1人	0.0%
豚ばら肉を細切りの昆布で炒める。	1人	0.0%
豚肉と人参とだしをとった後の昆布を炒める。	1人	0.0%
野菜炒め 野菜炒めの最後、火を止めた後に、炒ってパラパラにほぐしたとろろ昆布を加えて汁を吸わせてしまう。	1人	0.0%
野菜炒めで最後にとろろ昆布をかける	1人	0.0%
野菜炒めに昆布茶を少し入れる。	1人	0.0%
炒めにする	1人	0.0%
炒め物に昆布を使う事が多いです。最近では セロリとベーコン・昆布の炒め物です。全ての材料を適度な大きさに切って炒めるだけの シンプルな物です。セロリの香りとベーコンの塩味があるので 味付けは胡椒をプラスして仕上げます。昆布は切り昆布がベストですが 大きい昆布を戻して細く切っても使えます。	1人	0.0%
ごはんを炊く	43人	0.9%
・おにぎりを作る時に、だし昆布を入れてごはんを炊きます。・おみそ汁の仕上げに、とろろ昆布をたっぷりせめます。日によって、先にお碗の中に入れてからおみそ汁を注ぐ場合もあります。	1人	0.0%
お米ともち米 半々に 帆立(小さいのでOK)と 切り昆布をいれて 味付けし、後は炊飯器で炊くだけ。とっても簡単でおいしいです。	1人	0.0%
お米を炊くときこぶを敷きます	1人	0.0%
お料理ではなく、ご飯を炊く時、お米は五分づきなので、ちょっとくせがあることもあり、たいてい昆布と一緒にいれて、炊きます。炊き上がったら、昆布も一緒に食べます。	1人	0.0%
ごはん。炊飯器でご飯を炊く時にだし昆布を一切れ入れます。	1人	0.0%
ごはんと一緒に炊く。ひじきと一緒にごった煮する。	1人	0.0%
ごはんにいれてたきます。	1人	0.0%
ごはんを炊くときに一緒に炊飯器に入れる。	1人	0.0%
ごはんを炊くときに昆布を入れています。うどんには必ずとろろを。	1人	0.0%
ごはんを炊く時に昆布を1枚入れます。	1人	0.0%
こんぶごはん ご飯を炊くときに昆布と一緒に炊いて、ごはんの上に刻んで盛る。簡単なのにごはんがおいしい！	1人	0.0%
こんぶごはん…昆布1きれと出ししょうゆを入れてください	1人	0.0%
こんぶをご飯と一緒にたく	1人	0.0%
こんぶを小さく切って、ご飯と一緒に炊く。血圧にいいと聞いたので。	1人	0.0%
ご飯に昆布を入れて炊いている	1人	0.0%
ご飯に入れて炊く	1人	0.0%
ご飯をたくときに一緒にいれています。	1人	0.0%
ご飯をたく時には必ずひとかけいれてます	1人	0.0%
ご飯を炊くとき、お味噌汁とつくる時には、小さくカットした昆布を入れてつけ置いてから料理する。	1人	0.0%
ご飯を炊くとき、塩昆布と大豆を入れて炊く	1人	0.0%
ご飯を炊くときに昆布を入れて焚く	1人	0.0%
ご飯を炊くときに昆布を入れる	1人	0.0%
ご飯を炊くときに小さく切った昆布を入れて炊く。	1人	0.0%
ご飯を炊くときにに入れて炊く。	1人	0.0%
ご飯を炊くときに入れる	1人	0.0%
ご飯を炊くときに入れる	1人	0.0%
ご飯を炊く時に昆布茶を入れる。	1人	0.0%
ご飯を炊く時に入れる	1人	0.0%
ご飯を炊く時に必ず入れてる	1人	0.0%
だし昆布を炊飯器に入れて炊く	1人	0.0%
レシピというほどのものではないですがご飯を炊くときに10cmくらいの長さのこんぶと一緒にいれて炊きます。そのまま捨てるのはもったいないので昆布は取り出して刻んでお味噌汁の中に入れます。	1人	0.0%
塩昆布をお米に混ぜて炊く	1人	0.0%
塩昆布をジャーに入れて、ご飯を炊きます。いい香りで、昆布の味がご飯にしみていておいしいです。	1人	0.0%
乾物のこんぶをお米を炊くときに入れる。	1人	0.0%
古米と一緒に炊くと新米のようになります。	1人	0.0%
昆布は基本的にダシ！利用、お米を炊くときに少し切って入れます	1人	0.0%
昆布を刻んで、ご飯と炊く。	1人	0.0%
昆布入りご飯。炊飯器にかつおぶしと昆布を細かく切ったものと、ゼラチンの粉を入れて、普通にご飯を炊きます。美容にとってもいいです。	1人	0.0%
酢飯にしたいときは昆布をいれてごはんを炊きます。	1人	0.0%
炊飯時に一緒に昆布を入れて炊く	1人	0.0%
毎日ごはんを炊く時に昆布を2cmくらいに切って入れています。	1人	0.0%
料理とは違うけど、昆布を入れてごはんを炊いてマス！	1人	0.0%

料理と言っているのか…昆布をはさみで細く切り、ゴハンを炊くときに一緒に入れてい ます。安いお米がとてもおいしく炊き上がるんですよ。	1人	0.0%
お好み焼き	34人	0.7%
お好み焼き	3人	0.1%
とろろ昆布を使ったお好み焼き	2人	0.0%
いつもではありませんが、お好み焼きのカツオの代わりに、とろろ昆布を使う。	1人	0.0%
お好み焼き、たこ焼き	1人	0.0%
お好み焼き。とろろ昆布をキャベツと肉のあいだに入れてやく	1人	0.0%
お好み焼き。広島風のお好み焼きでお肉をのせた後とろろ昆布をのせています。	1人	0.0%
お好み焼き。豚肉などの具と生地の間にとろろ昆布をしいて焼きます。	1人	0.0%
お好み焼きで作り方は通常通りで上になっぴりとろろ昆布を上において焼きます。	1人	0.0%
お好み焼きにとろろ昆布をたっぷりまぜて焼いてます	1人	0.0%
お好み焼きにとろろ昆布をのっけます	1人	0.0%
お好み焼きやねぎ焼きの表面にとろろ昆布を貼り付けて焼く。	1人	0.0%
とろろ昆布…お好み焼きの上にのせる	1人	0.0%
とろろ昆布をお好み焼に入れている。生地を焼く時に入れて、出来上がった上からも ふりかけている。	1人	0.0%
とろろ昆布を細かく切り、お好み焼きの生地混ぜます。あまり多くいれすぎないのがコツです。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお好み焼き。生地を焼いた上にとろろ昆布を適量のせます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお好み焼き。普通にお好み焼きの材料にとろろ昆布を入れます。 味も出ますし、お好み焼きがふわふわになって美味しいです♪お味噌汁などを手抜き したいときには、とろろ昆布とお醤油、昆布茶に熱湯を入れて、おすましを作っていま	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったお好み焼き。普通に作って、ひっくり返したところでとろろ昆布を広 げる。さらに焼いてできあがり。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったモダン焼き 粉をまるく鉄板にひいて、その上にとろろ昆布を薄く全 体にのせます。後は通常通り	1人	0.0%
とろろ昆布を使った広島風お好み焼き。キャベツを肉のあいだに入れます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った広島風お好み焼き。ねぎと一緒に生地に乗せる。	1人	0.0%
とろろ昆布を入れたお好み焼き	1人	0.0%
とろろ昆布入りお好み焼き。焼くときにベースの上にとろろ昆布を置いてやきまーす。 後は普通のお好み焼きです。	1人	0.0%
塩昆布でお好み焼き。具に昆布を入れる	1人	0.0%
広島風お好み焼き	1人	0.0%
広島風お好み焼き。生地の上に小さくちぎってのせてから、キャベツなどをのせます。	1人	0.0%
広島風お好み焼きに とろろ昆布をいれる。だし汁で溶いた小麦粉を 鉄板に引いて 粉かつお振り その上にとろろこぶを ちぎっていれる。	1人	0.0%
広島風お好み焼きに混ぜる。うどんの上に散らす。	1人	0.0%
広島風お好み焼きの生地を敷いた後に粉カツオの次にとろろ昆布をおきます。	1人	0.0%
広島風お好み焼きの中にとろろ昆布を入れて食べる。	1人	0.0%
広島風お好み焼きを焼くときに、生地をのばしてかつおぶしとかと一緒にとろろ昆布をかける。 昼ごはんにお好み焼きをよくするのですが、片面焼いて返す前にトロロ昆布をたっ ぷりひいてやるのです。そしてひっくり返すのですがお味が一段とよくなって、家族中好 評です。(トロロ昆布お好み焼き)	1人	0.0%
お茶漬け	25人	0.5%
★とろろ茶漬け。ご飯にとろろ昆布をのせ熱いお湯(またはお茶)をかける。そこに 少し醤油をたらす。最後にのりを散らして完成!! とても、おいしいです。食欲のな い朝におすすめです。★とろろ昆布パン。トーストにバターととろろ昆布をのせるだ け。意外にマッチしておいしいです。	1人	0.0%
おもちと昆布のお茶漬け。おもちを焼いて、一口サイズにする。おもちに味の素とお 醤油をかけて御飯を入れる。昆布をいっぱいひいて、お茶を注ぐ。	1人	0.0%
お茶漬け	1人	0.0%
お茶漬けなどに使う昆布 小さく切ってしょうゆ、酒などで炊く	1人	0.0%
お茶漬けには必ず昆布の佃煮を乗せる。	1人	0.0%
ごはん塩昆布をかけたお茶漬け	1人	0.0%
こぶ茶漬け。こぶをご飯の上にのせて、熱いお茶をかける	1人	0.0%
とろろお茶づけ。いつものシンプルなお茶づけにかけただけで ちょっぴり豪華になります。	1人	0.0%
とろろお茶漬け。普通のお茶漬け用ふりかけととろろをご飯の上にのせてお茶をかけたらOK。	1人	0.0%
とろろこんぶ茶漬け	1人	0.0%
とろろ昆布の明太茶漬け。明太子と大葉、しそ、とろろ昆布をのせだし汁をかけて出来上がり	1人	0.0%
とろろ梅茶漬け。梅干ととろろ昆布を入れて、お湯を入れる。梅が崩れてきたらご飯を 入れて出来上がり。	1人	0.0%
塩こんぶでお茶漬け、とろろ昆布のおにぎりくらいしかありません。	1人	0.0%
塩昆布でお茶づけ	1人	0.0%
塩昆布でお茶漬け	1人	0.0%
塩昆布でお茶付け。とろろ昆布にお湯をかけて、しょうゆ、味の素で味をつけた、即席お吸い物。	1人	0.0%
塩昆布をつかったお茶漬け	1人	0.0%
塩昆布茶づけ、塩昆布をご飯の上にかき、お茶を入れて食べます。	1人	0.0%

塩昆布茶漬け。	1人	0.0%
塩昆布茶漬け。塩昆布だけのお茶漬け	1人	0.0%
昆布のお茶漬け。市販のお茶漬けを作るときに、昆布の佃煮をたくさんせる。	1人	0.0%
昆布茶漬け。どんぶりにご飯、昆布茶(粉末ではない佃煮状?のもの)、塩昆布、をのせて熱々のお湯を注ぎます。最後にとろろ昆布をのせて完成。昆布茶からとてもいいダシと塩味が出るので、他に味付けはいりません。	1人	0.0%
汐昆布でお茶づけ。作り方は通常通りでそれに梅干だったり鮭だったりあるものをのせます	1人	0.0%
粉末のこぶをつかってお茶漬けを作ると美味しい	1人	0.0%
味付け昆布のお茶づけ 暖かいごはんの上に味付け昆布を乗せて、その上にワサビを乗せてウーロン茶をかける。	1人	0.0%
パスタ	20人	0.4%
スパゲッティ料理に使います。アスパラ、キャベツ、きのこを炒め和風に味付けし、最後に上からかけます。	1人	0.0%
スパゲッティのソースで使います。 具を入れてめんつゆで味付けをして(汁だくにし ない) 最後にとろろこんぶをからめておしまい。	1人	0.0%
だしを取った後の昆布を千切りにして、パスタの上に大根おろしとじゃこせん切り昆布を載せて、めんつゆをかけて「さっぱり和風パスタ」にしています。	1人	0.0%
とろろこんぶと青じそときのこのパスタ	1人	0.0%
とろろこんぶパスタ、といってもえのきまきのこ類の和風パスタの最後の仕上げにとろろ昆布を入れて食べる。入れると入れないではえらい違いなんですよ	1人	0.0%
とろろ昆布パスタでツナといっしょにパスタにあえます	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったパスタ料理 作り方は、和風味に作り、最後に上から掛ける。あと はいろんな料理に昆布茶で味付け	1人	0.0%
フジッコぱすた、フジッコ昆布をゆでたパスタにあえます。 刻みねぎ、ごま、サラダ油をかけてできあがり!	1人	0.0%
塩ふき昆布を使った、きのこ昆布の和風パスタ。パスタにきのこ昆布を加え、醤油で味付け。	1人	0.0%
塩昆布のパスタ。えのき茸と塩昆布を炒めて、パスタにあえる。	1人	0.0%
塩昆布を使ったスパゲッティです。日本版ペペロンチーノって感じで、にんにくをオリーブオイルでいため、白ねぎのみじんきりをいため、ゆであがったスパをかるくいため、塩こぶを入れて軽くいため。冬場、なべでだしを取った残りの昆布を冷凍室で保管。煮物をするときに、細切りにして入れる。たとえば、筑前煮など。あと、サラダに塩昆布をふり、和風ドレッシングを少々かける。	1人	0.0%
塩昆布入り明太子スパゲッティ。あえるときに以前は昆布茶を使っていましたが今は塩昆布の方が 旨味が出るので使っています	1人	0.0%
昆布を使ってパスタ	1人	0.0%
昆布茶でスパゲティ	1人	0.0%
昆布茶を使ったスパゲティ	1人	0.0%
昆布茶を使って、たらこスパゲティ。 昆布茶と塩コショウ、たらこをほぐしたもの、バター(マーガリン)をよく混ぜ合わせ、ゆでたスパゲティとからめます。	1人	0.0%
昆布茶を使ってスパゲッティ	1人	0.0%
煮出し用に使った昆布を切ってスパゲッティの具にします。	1人	0.0%
和風系のパスタにとろろ昆布をかける。	1人	0.0%
茹でたパスタに、とろろ昆布、じゃこ、白ゴマ、醤油を少しかけて、混ぜて食べる。	1人	0.0%
ふりかけ	16人	0.3%
「刻み昆布」だしをとった後の昆布を細く刻んで、かつおぶし(これもだしがらでOK)と一緒にフライパンでから煎り。水分が飛んだら、醤油とみりんで甘辛く味をつけ、白ごまをあえて出来上がり。お昼ご飯の友です!	1人	0.0%
「昆布ふりかけもどき」●さつと湯通しの昆布をみじん切り+あさつきor葉ねぎみじん切り+削り節 ●よ〜く混ぜてお醤油好みの量、熱いご飯、茹でたて麺(なんでもOK)に合います。(生卵・納豆などとあわせても♪)	1人	0.0%
だしをとった昆布とかつお節で、ふりかけをつくる。 昆布を細かく切って、醤油とみりん、煮詰める	1人	0.0%
とろろ昆布ふりかけ⇒鰹節・昆布・煮干・調味料をフードプロセッサーorミキサーにかけます。 結び昆布の煮物⇒豚の角煮から定番煮物までほぼ昆布を結んで入れています。 塩昆布がうちの中で流行ってます。⇒なんにでも入れます	1人	0.0%
とろろ昆布をフライパンでからいりしてふりかけや卵焼きにいれる。	1人	0.0%
ふりかけ	1人	0.0%
ふりかけがわりにごはんにかける	1人	0.0%
栄養満点ふりかけ! 煮干(小さめのもの。一袋)、ごま(150グラム位)、鰹節(ひとふくろ)、塩昆布(一袋)をボールにいれ混ぜます。煮干とゴマはよく炒めておく。たれはみりん、しょうゆを50CCずつ、お酢 大匙2を煮詰め(半分くらいまで)先ほどの材料にまわしかける。ご飯にかけたり、青菜のおひたしにかけると最高!	1人	0.0%
我が家ではふりかけにして毎日食べています。煮干・桜海老・七味・ゴマ・昆布 たっぷりカルシウムが取れます。	1人	0.0%
刻み昆布でふりかけ。ジャコ・刻み昆布・ごま・かつお節・みりん・しょう油を混ぜるだけです。	1人	0.0%
昆布、クロ・しろごま、じゃこ、かつおぶしをまぜてふりかけにしています。	1人	0.0%
昆布だしをとった後で昆布ふりかけ作ります	1人	0.0%

昆布だしをとったあとの昆布で、ふりかけ風をつくります。昆布を千切りにして、みりんと醤油とかつをぶしをお好みで。	1人	0.0%
碎いてふりかけに	1人	0.0%
始祖ふりかけおにぎりに、梅干いれてとろろで包む。シンプルだけどかなり美味しい	1人	0.0%
味付けコンブを使い、酢、小女子、ゴマ、鰹節、桜海老を混ぜてふりかけにしています	1人	0.0%
昆布じめ	14人	0.3%
<昆布じめ> =作り方= 昆布(3~4枚)を軽くフキンで拭きます。そのうち1枚を敷きお好みの刺身を並べ千切りのしょうがを乗せもう一枚の昆布を上から被せる。その上にまた刺身・千切りしょうがを乗せ昆布を被せる。これをラップにきっちり包み、冷蔵庫で1~2日間置いておく食べごろです。食べる時には昆布をはがし刺身を取り出してから食べます。お好みで乗せてあるしょうがや昆布を食べてもOKです。	1人	0.0%
お刺身の昆布じめ	1人	0.0%
こぶじめ	1人	0.0%
コブ締め	1人	0.0%
サーモンの昆布じめ	1人	0.0%
たいのこぶ締め。しおをした昆布でお刺身をはさみ冷蔵庫で20分。	1人	0.0%
ひらめの昆布絞め、釣ってきたばかりのひらめを5枚におろし、日本酒で湿らせた昆布に巻いて、サランラップで巻いて、冷蔵庫で保存し、1~2日後に食べます。生の刺身とはまた一味違ったおいしさです。	1人	0.0%
ホタテの刺身のとろろ昆布締め。刺身をとろろ昆布で巻いて、塩と醤油とオリーブオイルを掛けます。	1人	0.0%
魚が好きなのでしめさばを家で作ります。その時昆布で包んで味もします。	1人	0.0%
昆布メ。お刺身を一晩昆布でまいてメます。	1人	0.0%
昆布締め一さす・鯛・イカなどを昆布に酢をつけて昆布ではさんで 2~3日置き、昆布がしみた所で食べる。	1人	0.0%
刺身や牛肉の昆布締め	1人	0.0%
鯛のこぶメ	1人	0.0%
白身のお魚の昆布じめは良く作ります。白身のお魚をさく取りのまま購入してきたら表面を日本酒で拭いた昆布2枚の間に刺身をセットして数時間から一晩置きます。昆布のふくよかな味がしみこんでおしょうゆ無しでも美味しくいただけます。そのほかにも、我が家では煮物には昆布は欠かせません。かぼちゃの煮物でも、豚の角煮でも、煮豚でも一番下には昆布を敷いて出しと焦げ付き防止として役立ってもらっています	1人	0.0%
その他	388人	7.8%
塩昆布	2人	0.0%
昆布の天ぷら	2人	0.0%
「ごぼうと塩昆布のてんぷら」水にさらしたごぼうのささがきに、塩こんぶをまぜて小麦粉と卵を混ぜててんぷらにする。	1人	0.0%
【昆布チップ】昆布を短冊に切り素揚げして抹茶塩をかけておつまみにします。【鮭の昆布巻き】鮭缶で簡単に昆布巻きを作ります。	1人	0.0%
【昆布に漬けた鮭】昆布そのものは食べませんが、パットに昆布・酢・レモンの絞り汁を入れて、鮭をしめた後バターで焼き、最後に醤油で味付けします。バター焼きなのに、とてもあっさりしています。	1人	0.0%
・おでんの大根にとろろ昆布をのせる・使った後のだし昆布を細切りにして梅肉と一緒にご飯に混ぜる	1人	0.0%
・昆布を細切りにして水で1晩戻して、そのままポン酢で頂きます。→レシピ名・・・昆布ソーメン	1人	0.0%
♪子持ち昆布のおろしあえ♪ そのまんまです。子持ち昆布を大根おろしに混ぜ、だししょうゆや七味唐辛子をほんの少し加えるだけのものです	1人	0.0%
①とろろこぶ納豆・大根おろしに昆布の粉を混ぜてよく練ります。お醤油をかけてそのまま食べます。お酒のつまみにもしています。②毎日だしを取った昆布の自家製佃煮を食べています。生姜の千切りを入れて醤油で煮込んで作っています。好評です。③塩昆布で野菜たっぷり漬物を作っています。	1人	0.0%
①塩昆布を利用した簡単レシピ。(関西風ピラフ) 野菜をみじん切り。ご飯と炒めて最後に塩昆布を入れて醤油で味付けして最後にさっと全体をまぜるように炒める。②白菜の浅漬けに細かく切った昆布(塩昆布でもOK)とキムチの素をいれてざっくりまぜあげ昆布のゴマまぶし。昆布をよく水気をとって、高温でからっと揚げます。その後はちみつをかけ、白ゴマをまぶして出来上がり。	1人	0.0%
あたたかいご飯にのせる	1人	0.0%
あったかご飯のとろろまき 炊きたてご飯にとろろをまいてしょうゆをかけます	1人	0.0%
いい	1人	0.0%
いかおくら納豆昆布丼	1人	0.0%
うめこんぶ	1人	0.0%
えのきにとろろ昆布をのせレンジで加熱してポン酢でたべます	1人	0.0%
オイスターソースをかけてレンジでチン	1人	0.0%
お魚を炊く時は、必ず昆布を入れます。	1人	0.0%
お酢や醤油などに入れている。	1人	0.0%
お弁当でおひたしや塩もみを入れるときにアルミカップの底にとろろこぶを敷きます。煮魚の時に底に敷きます。	1人	0.0%

お弁当のおかずで煮物を入れるとき、とろろこんぶを下に敷いておく。煮汁を 吸い取り汁がにじみでることがなく、味もおいしい。	1人	0.0%
お弁当のごはんで、ごはん→昆布→ごはん→ほぐしたしゃけの身、です。だんなさんにとっても好評です。	1人	0.0%
お弁当のごはんの上に、とろろ昆布とりのり、醤油をかける。	1人	0.0%
お弁当のご飯の一番上にとろろ昆布をかけるとふたにくっついて食べにくいので、オニギリご飯をお弁当箱の半分くらい詰めてその上にとろろ昆布をひきつけてその上にもう一度 オニギリご飯をのせてトロロ昆布をサンドした形にしてお弁当にしています。	1人	0.0%
がごめこんぶを細かく切って、ぬるま湯につけてトロトロにして、めんつゆをかけて食べる。	1人	0.0%
がごめ昆布 水につけて昆布水を飲む 昆布を3時間水につけ普通にになる柔らかくなったら醤油大5杯 砂糖大5杯味醂で煮込む	1人	0.0%
がごめ昆布納豆。	1人	0.0%
からあげ。(昆布を一口大に切って揚げる。)	1人	0.0%
カラダにいいものごったのせ 納豆+キムチ+めかぶ+しょうがのみじん切り。例にあるとろろ昆布はよくつかいます。 麺類、汁物、には大概のせます。	1人	0.0%
カレー、ポトフなど煮込み料理には欠かせない。和風でなくも入れる。	1人	0.0%
カレーの隠し味として使う	1人	0.0%
カレーライス カレーソースを作るときにとろろ昆布もしくは塩昆布をいれます。見た目にはでてきませんが、味がとっても上品で深みのあるものになります。	1人	0.0%
きずし、炊き込みご飯、おでん	1人	0.0%
きゅうりの昆布巻き、生のきゅうりを細く切って水で戻した昆布に巻いて食べる	1人	0.0%
キュウ리를薄く切り塩昆布、ごま油であえる。	1人	0.0%
きりこぶをマーボー豆腐に入れる。	1人	0.0%
この前、刻み昆布を始めて食べました。ぬるぬるしてオクラみたいで、私は大好きな昆布の1つになりました。とろろ昆布は常備していて、汁物が欲しいときには、お湯としょう油でさっと作ります。	1人	0.0%
ゴハンにかけて醤油を少しかけて食べます	1人	0.0%
ごはんにとろろ昆布をかけて食べるくらい。	1人	0.0%
こぶちや	1人	0.0%
ごぼうとしょうがとあげかまぼこを細切りにして昆布で巻いて薄口醤油で味付け	1人	0.0%
こんぶ(塩)をお湯に入れて飲む昆布茶と白いかゆに入れて食べる。おにぎりにはいつもとろろ昆布か朥昆布	1人	0.0%
コンブサラダ・・・ロシア料理です。タマネギ、セロリ、ピクルス、人参、イカを全部千切りにします。油をひいたフライパンで全部炒めます。そこへ、切り昆布(乾燥戻しても良い)を入れ、炒めあわせます。次に、ワインビネガー、砂糖、塩を加え味付けします。味は、酢の物よりもやさしい味に仕上げるのがポイントです。粗熱が取れたら冷蔵庫へ。我が家の定番です。	1人	0.0%
こんぶしょうゆ。しょうゆさしに5センチ角くらいの昆布を入れる	1人	0.0%
こんぶドリンク	1人	0.0%
こんぶとろろねばねば丼。納豆こんぶを水で戻し、さっとゆでたオクラと合えとろろをかけたごはんのにせて食べる。とろろと合います。	1人	0.0%
こんぶにアーモンドの粒やパン粉などをつけてそのまま油で揚げます。おつまみになります。	1人	0.0%
コンブに水を入れて、その水を朝になると必ず飲みます。我が家の高血圧対応法です。	1人	0.0%
こんぶの上にたらをのせてオーブンで焼く。	1人	0.0%
こんぶの天ぷら。作り方はだしをとり終わった昆布を細かく刻み、ごぼう、にんじんを刻んだものと天ぷら粉であえて揚げる。	1人	0.0%
こんぶ雑炊 昆布と卵のみで雑炊にする	1人	0.0%
こんぶ寿司	1人	0.0%
こんぶ焼酎 焼酎にこんぶをいれて飲む	1人	0.0%
コンブ醤油を作っておく	1人	0.0%
こんぶ納豆 作り方は納豆に刻んだ昆布を混ぜてご飯にかける	1人	0.0%
こんぶ納豆。納豆に細かく刻んだ昆布を入れてよくかき混ぜ1日おいてから食べる。	1人	0.0%
ご飯、うどん、そば、などにお湯をそそいで、とろろ昆布、しょうが、めんつゆを加えます	1人	0.0%
サトイモのとろろ昆布まぶし	1人	0.0%
しおこんぶをご飯にまぶす	1人	0.0%
しお昆布入り卵焼き。しお昆布を混ぜ普通通りに焼く。味付けが特に必要なくラクでおいしい。	1人	0.0%
ししゃもの昆布巻き。ししゃもを昆布で巻いて甘辛く煮ます。	1人	0.0%
しそ昆布、子持ち昆布などの市販の味付き昆布を使った「白菜と昆布のさっと煮」鍋に細かく切った白菜と昆布と酒少々を入れ、火にかける。白菜から出る水分だけで水は入れないこと。時々まぜながらしばらく火を通す。白菜が柔らかくなり、味がなじんだらできあがり。	1人	0.0%
しめさば	1人	0.0%
すきやき	1人	0.0%
スキヤキにとろろ昆布をいれます	1人	0.0%
すけそう鱈を丸々買ってきて、中のたらこを出し、花かつおと細かく刻んだ昆布でサンドして丸一日以上置いたものを、昆布や花かつおを付けたまま一緒に蒸して食べると美味しいです。	1人	0.0%

スライスした玉ねぎに、白身魚をのせ、とろろ昆布をうえからのせて、レンジで5分ほど加熱したら出来上がり、塩やしょうゆで味をととのえて食べます。野菜も玉ねぎ以外にきのこなどを使ったりもします。	1人	0.0%
そのままが一番	1人	0.0%
そのまま食べる	1人	0.0%
たこ焼きを作って明石焼き風におだしをかけて、あおねぎ、てんかす、かけて、とろろこんぶも！	1人	0.0%
だしコブにつかったコブで昆布巻き。でも普通のソーセージや魚肉ソーセージなんです。	1人	0.0%
だしで使った後の昆布を細かく切って、チャーハンに入れます。	1人	0.0%
だしで使った昆布を刻んで、味付けをしてごまを振ってご飯にかけて食べます。	1人	0.0%
だしに使ったこんぶをとっておきある程度の量になったら、千切りにしてかつおぶしとしょうゆをかけてなべに入れて煎る。最後にゴマをかける。	1人	0.0%
だしまきこんぶ、なべ	1人	0.0%
だしまきタマゴにとろろ昆布を混ぜて焼きます	1人	0.0%
だしまき卵にとろろ昆布をまいて焼きます。	1人	0.0%
ダシをとった後のコブを刻んでツナと混ぜ、醤油かだし醤油を少し垂らすとごはんにはピッタリのおかずになります。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布と鰹節でつくったお惣菜がお気に入り	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を、千切りにして、ゆでた青菜と混ぜて醤油（ポン酢）などでからめる。	1人	0.0%
だしをとった後の昆布をメに食べる雑炊に刻んで入れます	1人	0.0%
だしをとった後の昆布を使ったとろろかけ納豆	1人	0.0%
だしをとった昆布（さまして冷蔵庫にためておく）を千切りにして、ぬか漬けと一緒におろし生姜・酢をつけて食べる	1人	0.0%
だしをとっています。その後、だしがらの昆布を食べます。	1人	0.0%
だし昆布を使った「魚昆布蒸」。白身魚、きのこなどをお皿代わりにだし昆布の上にのせて蒸す。	1人	0.0%
だし昆布を使った温奴。小皿に出し昆布を敷き、豆腐を乗せてレンジでチン。冷奴のように、鰹節とねぎを載せてしょうゆをかけて食べます。	1人	0.0%
だし昆布を使った後 千切りに切ってイリコと混ぜてかき揚げにしています	1人	0.0%
だし昆布を千切りにしてだしを取り、そのまま食べる。	1人	0.0%
だし汁に入れてしょうゆと混ぜて食べます	1人	0.0%
だし醤油を手づくりしています。昆布としょうゆを漬け込み、火にかけて みりんとかつおを加える。	1人	0.0%
たまごご飯に とろろ昆布をかけて食べると醤油なしで食べられて健康的なので好きです。	1人	0.0%
たまごにとろろこぶとわけぎを入れて玉子焼きをつくります。	1人	0.0%
たまご昆布ごはん。こんぶにたまごをかけてまぜて食べます。たまごのとろとろと昆布のしゃきしゃき感が味わえて絶品のおいしさです。	1人	0.0%
タラのネギ蒸しを作る時に、ダン代わりに入れますが、同時に食べてしまいます。	1人	0.0%
チャーハンです。昆布だしをチャーハンの素と一緒に入れます。深みが違います	1人	0.0%
トーストにとろろ昆布	1人	0.0%
とろろ&とろろ。山芋を短冊キリにして、その上に、うずらの卵を乗せます。 そのまわりに、とろろ昆布を見栄えよくまぶします。 結構、おいしいよ。。。	1人	0.0%
とろろいも	1人	0.0%
とろろかき揚げ。好きな材料にとろろこぶをいれてあげるだけ	1人	0.0%
とろろこぶの白身まき。白身のおさしみにとろろ昆布を巻いて、ポン酢をかけます。	1人	0.0%
とろろこぶをおもちにまぶして食べる	1人	0.0%
とろろこぶを出しで味付けして巻き寿司	1人	0.0%
とろろこぶを茶碗蒸しにかけて食べます	1人	0.0%
とろろこんぶとねぎとドレッシング	1人	0.0%
とろろこんぶとねぎとどれっしんぐ	1人	0.0%
とろろこんぶと納豆をまぜて天ぷらにする	1人	0.0%
とろろこんぶを使ったホイル焼き タラなどの白身魚に、軽くコンショウをして、トロロを巻いて、酒を軽く振ってホイルにまく。それを火にかけて焼く。焼けたらめんつゆなどをお好みでかけて食べてもよい。	1人	0.0%
とろろご飯	1人	0.0%
とろろの出汁巻き。。卵焼きに混ぜます。溶き卵にとろろを適宜入れ、出汁醤油少々入れ混ぜ焼きます。とっても美味しいです。	1人	0.0%
とろろ巻き。ごはんをとろろで巻きます。	1人	0.0%
とろろ玉子焼き。普通の玉子焼きの中にとろろをいれるだけ。	1人	0.0%
とろろ昆布 おべんとうの煮物の下敷きにする	1人	0.0%
とろろ昆布しょうゆ（そのまんまやなあ〜）作り方はしょうゆとお湯と味のもとを器に入れとろろ昆布をいれるだけ。のりのつくだにほどのほどよくどろんとする程度で、ごはんに乗せてたべます。超簡単、超おいしい。またするめと昆布で松前漬けてのものもありますね。	1人	0.0%
とろろ昆布ではないですが、塩昆布と茹でたピーマンとをあえる簡単レシピ。	1人	0.0%
とろろ昆布てんぷら てんぷらの衣最後にとろろ昆布をまぶして揚げます。魚介類とこのが美味しいです。	1人	0.0%
とろろ昆布に、納豆、オクラ、ネギ、生卵をただ混ぜるだけ。ネバネバ健康料理。ごはんにかけて食べます	1人	0.0%
とろろ昆布にかつおと醤油をかけてごはん	1人	0.0%

とろろ昆布に沢庵の千切りをまぶす。	1人	0.0%
とろろ昆布のお豆腐巻き。作り方は湯豆腐にとろろ昆布を巻き、上からポン酢をかけます。	1人	0.0%
とろろ昆布のスクランブルエッグ。溶き卵にとろろ昆布を入れサッと炒めるだけです	1人	0.0%
とろろ昆布のチラン寿司	1人	0.0%
とろろ昆布の温やっこ	1人	0.0%
とろろ昆布は、常備しており、納豆だのお汁だの何にでもかけます。子供たちは、シンプルに白ご飯に乗っけて食べています。	1人	0.0%
とろろ昆布はよく白ごはんにたっぷりかけていただきます。また、普通の昆布はおにぎりの具として重宝します。遠足などにはかかせませんね。	1人	0.0%
とろろ昆布をあつあつのごはんにかけて食べるくらいです。あとは塩こぶのおにぎり。	1人	0.0%
とろろ昆布をお茶碗に入れて、お湯を注ぎ、お醤油をかけていただきます☆	1人	0.0%
とろろ昆布をごはんにかけて食べるのが好きです。	1人	0.0%
とろろ昆布をご飯にかける。	1人	0.0%
とろろ昆布をつかったもの	1人	0.0%
とろろ昆布を温かいご飯の上に載せていただくのが大好きです。美味しいですよ。すましのお汁にもよく入れています。	1人	0.0%
とろろ昆布を鶏肉に巻いて油であげる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った、ピーマンととろろのわさびしょうゆあえ、茹でたピーマンととろろを混ぜ、わさび醤油とあえて完成！さっぱりで美味しいです。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った「おでん豆腐」。うどんのつゆで豆腐を温め、器に盛った後とろろ昆布、花かつお、刻みネギを載せていただきます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったあじの棒ずし。普通にあじの棒寿司を作り、周りをとろろ昆布で巻くというもの。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったおつまみ。作り方は細かく切ったとろろ昆布に長ねぎのみじん切りを加えて、お醤油とうまみ調味料、少量のお湯を加えて混ぜる。	1人	0.0%
とろろ昆布を使ったやまかけ。作り方は通常通りで、最後にとろろ昆布を上からかけます	1人	0.0%
とろろ昆布を使った押し寿司。寿司飯の間にとろろ昆布を敷いてはさみます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った出し巻き卵。だし汁ととろろ昆布を合わせて卵と混ぜて卵焼きを作る。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った湯豆腐のトッピング。トーフ1/4に切り薄口醤油ベースのだし汁で軽く煮る。一人一切れずつ器に入れだし汁をたっぷり入れ、とろろをたっぷりかけて、その上に刻みねぎかけてできあがり。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った豆腐の腕もの。レンジで温めた豆腐をお椀に入れて、上にとろろ昆布を平たくたたむように載せて、椀に出汁を張ります。上にゆずの皮などを載せて、豆腐を崩しながら食べたり飲んだりです。簡単だけど上品に見えます。食べにくい人は和風のスプーンを添えます。	1人	0.0%
とろろ昆布を使った納豆料理。作り方は通常通りで、最後にとろろ昆布を納豆の上からかけます	1人	0.0%
とろろ昆布を使った卵焼き	1人	0.0%
とろろ昆布を使った冷奴	1人	0.0%
とろろ昆布を使って 酒 味醂 醤油 白菜漬けを千切りにしてまぜる	1人	0.0%
とろろ昆布を納豆に入れたり(名前なし)、煮物に入れたりしてます。	1人	0.0%
とろろ昆布を白身魚にまいてから電子レンジで火をととして上から醤油あんをかける	1人	0.0%
とちよと高級っぽい味に上がる。	1人	0.0%
とろろ昆布入り玉子焼き、更にとろけるチーズをいれたら尚GOOD	1人	0.0%
とろろ昆布入り納豆 納豆、ねぎ、カラシ、卵黄と醤油を混ぜ、とろろ昆布を上からかける。	1人	0.0%
とろろ昆布丼。化学調味料と醤油に浸して、麦御飯にのせるだけ。昆布サンドイッチ。出汁を取った後の昆布を、オリーブオイルで炒めて塩・胡椒とカレー粉で味付けをして、食パンにマーガリンやバターを塗って挟むだけ。	1人	0.0%
とろろ冷奴。豆腐にとろろ昆布をかける。	1人	0.0%
とろろ丼、熱々のご飯の上にとろろをのせその上に錦糸玉子をのせ其の上に紅しょうがを真ん中少しのせる。	1人	0.0%
なすびに切れ目を入れてトロロ昆布を挟んで焼き、焼き上がりの両者のトロトロ感を味わう。	1人	0.0%
なばなの塩昆布&ごま和え。なばなをゆで、刻んで、塩昆布とすりゴマで和えます。	1人	0.0%
なますに お弁当昆布と言う商品をかけます。 昆布のとろろ感がなますといい感じ	1人	0.0%
なんにでも使います。お魚と一緒に煮て食べたり、湯豆腐の時にもたくさん昆布を入れて裂き一緒に食べます。	1人	0.0%
にとろろ昆布	1人	0.0%
にらせんべいにとろろこんぶを入れました。通常は長いもとみそを入れますがとろろこんぶで。	1人	0.0%
ねばねばスパゲッティー、納豆ととろろこぶをスパゲッティーに混ぜて食べる。	1人	0.0%
ねばねばづくし。納豆、オクラ(小口に刻む)、とろろ芋(すりおろす)、とろろ昆布を混ぜて、ポン酢デタタきます。	1人	0.0%
パスタに塩昆布を入れる(ペペロンチーノ)	1人	0.0%
ばらすしをとろろこぶでまきます。	1人	0.0%
ピーマンこんぶ	1人	0.0%
ピーマンを千切りにしたものを皿に乗せ、その上に塩昆布をたくさんかけて電子レンジで3分ほどチンします。おいしいおつまみができますよ。	1人	0.0%
ひき昆布	1人	0.0%
ひじき・ご飯・おひたし(ミンチ、大豆などその時期の素材を添える)。とろろ昆布・おみそ汁に入れる・おむすび。だし昆布・煮物・おでん・汁	1人	0.0%
ひじきとこんぶのまぜごはん。(ひじきとこんぶを入れて炊くだけ)	1人	0.0%

ひじきと大豆、豚肉、レンコン、だしをとった後の昆布を甘辛く煮て食べる。かぼちゃを煮て食べる時に一緒にすき昆布を入れて煮る。	1人	0.0%
フジッコをお弁当のご飯にゴマと一緒にかけるとか、毎朝のお茶漬けにフジッコをかける。今の時期ではお鍋が多いので、出しとりにつかいます。	1人	0.0%
フジテレビの「デリデリキッチン」でやっていた「でりじょうゆ」くらいかな。お醤油・みりんを1カップに昆布を5センチ角に切った物を一晩付けておく物。味に深みが出て、煮物・焼き物・炒め物何でもあいます。	1人	0.0%
ポットに水をいれ、そこに昆布と干しいたけを入れて、いつでもだしを使えるよう、冷蔵庫で常備しています。昆布も、細かく切って、具にします。特にこれ、といったレシピはありませんが、カレーにでも何にでも入れています。	1人	0.0%
マグロつけ丼にとろろ昆布をちらす。	1人	0.0%
まぐろのぶつ切りにとろろ昆布と納豆と温泉卵をどんぶりごはんの上に乗せて、だし醤油をかけてまぜて食べる(レシピ名:ねばねばどんぶり)	1人	0.0%
マグロ丼を作るときにご飯の上に塩昆布をのせます。その上にミツバをたっぷり置き、マグロの漬けをのせます。最後にごまを振って完成!!とてもおいしいのでぜひやってみてください♪♪♪	1人	0.0%
めかぶとおくらをとろろ昆布と混ぜてめんつゆであえ、おかずにします。	1人	0.0%
メカブは常時食べる	1人	0.0%
めこぶ	1人	0.0%
もずくととろろ昆布のかきあげ。なんせべとべとした物が嫌いな我が家、ちょっともずくが残ったので天ぷらの後の物に、もずくととろろ昆布、それとネギを混ぜてかきあげにしたら、他の天ぷらの具材より、あつという間になくなったんです。今では我が家の定番メニューです。特に塩で食べるのがいいですよ。	1人	0.0%
ゆでたてブロッコリーにとろろ昆布をたっぷり載せて食べる。これもう最高♪	1人	0.0%
ゆどうふの昆布はおいしいのでたくさん入れてそのまま湯豆腐のタレで食べる。残ったらつゆの素で煮て食べる	1人	0.0%
レシピではないけど、昆布をおやつにそのまま食べます。	1人	0.0%
レシピというわけではないけれど、ミルミキサーで粉末にして色々な料理に加えています。	1人	0.0%
レシピとはちょっと違いますが、昆布を食卓のしょうゆいれの中に小さく切って入れておく。昆布のだしが出たしょうゆをいつも使えます。脳梗塞を防ぐそうです。	1人	0.0%
一番簡単なのがフードプロセッサーで細かく刻み 食べる前に 麺つゆにつけて とろみがでたところで 残ったおしんこ(細かく切り)その上に しそやみょうがをふりかけ、上から昆布汁を流し込み食べる。	1人	0.0%
塩こぶたまご。>お弁当用の出し巻き卵に塩こぶを入れています。塩こぶパスタ >ペペロンチーノ(にんにくと赤唐辛子のパスタ)仕上げに塩こぶをパリ。	1人	0.0%
塩昆布ご飯 きゅうりの細ギリと塩昆布をあえる	1人	0.0%
塩昆布サラダ。大根の千切りにまぶすだけ	1人	0.0%
塩昆布チャーハン	1人	0.0%
塩昆布とぜんざいを一緒に食べる。お鍋のだしとして最初に水の中に入れておく	1人	0.0%
塩昆布と卵のチャーハン。子供のお弁当にも、よく作る。1.フライパンで和風スクランブルエッグを作り取り出す。2.フライパンにバター熱し、ご飯をいため 3.1.を戻し入れ、塩昆布加え、ばらっといため合わせる。	1人	0.0%
塩昆布のナンピザ・・・ナンにバターを塗って塩昆布とピザ用チーズをのせてオーブントースターでチーズに焦げ目が付くまで焼く。	1人	0.0%
塩昆布をカレーにそえて食べます。	1人	0.0%
塩昆布をつかったオムレツ 千切りじゃがいもにんじん、えびに卵と小麦粉をよく合わせて、塩昆布も入れる。大きめのフライパンで両面焼く。マヨネーズをかけて完成。	1人	0.0%
塩昆布を使った、簡単レンジの料理で、塩昆布とピーマンを混ぜ合わせてレンジでチンするだけ。簡単で、しかもおいしい。	1人	0.0%
塩昆布を使ったタラのホイル焼き タラの上にきのご類を敷き、その上に塩昆布を乗せてトースターで8分焼く。	1人	0.0%
塩昆布を使った焼ききしめん。肉と野菜、きしめんをいためて塩昆布を加え、最後にしょうゆや塩コショウで味を調える。	1人	0.0%
塩昆布を使った焼き鳥。鶏もも肉を一口大に切って、酒・ごま油・塩昆布を混ぜ、フライパンで蒸し焼きにする。長ネギを加え炒める。	1人	0.0%
塩昆布を使った和風サラダ。乾燥わかめをもどした物とレタスときゅうりのサラダに塩昆布を上からふり掛け、和風ドレッシングをかけるだけ。	1人	0.0%
塩昆布を使った茹で野菜や、軽く塩もみをした野菜と合えて即席漬け、生野菜にトッピングなど、塩の代わりにちょっと利用します。	1人	0.0%
塩昆布を使って、玉子焼き。	1人	0.0%
塩昆布を醤油に浸しておき、その醤油をおにぎりに塗りながら焼きおにぎりにする。そのおにぎりを器に入れダシ汁をかけ、刻んだ大葉をちらしてお茶漬けに!	1人	0.0%
塩昆布を調味料代わりにしてます。	1人	0.0%
塩昆布入りの玉子焼き	1人	0.0%
押し寿司の要領で。まずご飯を敷き詰め、その上にとろろ昆布を敷き詰め、またご飯、とろろと繰り返した上に、錦糸玉子、その上に刻み海苔をかけて出来上がり。	1人	0.0%
沖縄のソーキ汁等では結び昆布を入れて作るのが定番です。沖縄で昆布は取れないけれど昆布の消費量日本一ですよ	1人	0.0%

沖縄の郷土料理ソーキ汁には昆布は、かかせません。豚肉と大根・結び昆布を煮込んで、醤油じたてのスープです。	1人	0.0%
家では昆布は出汁用だが昆布豆やいろいろな塩昆布を買っている。例えばしそ昆布、かつお昆布、椎茸昆布、松茸昆布など。	1人	0.0%
我が家では昆布そのものも使いますが、なくてはならない物が昆布茶です。友達や息子のお嫁さんたち皆に分けてあげます。すべての料理に使っています。化学調味料をなるべく使いたくないので、中華、洋食、和食なんでも使います。だしとしてだけでなく昆布そのものを知らないうちに採って居るので体にもいいと思っています。	1人	0.0%
我が家で一番カンタンな昆布料理といえば、昆布茶に刻んだおしゃぶり昆布を入れてのむ昆布茶かな。たまにおしゃぶり昆布をとろろ昆布に代えて楽しんでいます。	1人	0.0%
我が家はカレー作りにニンニクを入れます。コレを入れると美味しくなり子供も違和感無く食べられます	1人	0.0%
巻き寿司の海苔の上に薄く寿司飯を乗せ酢に下さばをのせせ巻く	1人	0.0%
簡単だけど、ゆで野菜の塩昆布あえ。特に何も味付けしなくても塩昆布の塩分と旨味でおいしい。	1人	0.0%
基本的にだしを昆布でとります。その昆布ごと料理として出します。あとはおやつとして子供とともに食べます。	1人	0.0%
基本的にはご飯の上にかけてそのまま。以前テレビで紹介していた、しおっぺとツナの炊き込みご飯をしましたが、なかなか美味しかったです。ダシ昆布は鍋の時によく使います。	1人	0.0%
魚の煮物には、日高昆布を下に敷いてだしを美味しくする。	1人	0.0%
魚の切り身の下に昆布を敷いてお酒を少しかけてしばらくおいておいて、レンジで蒸す。チンできたら、白髪ねぎをのせてポン酢をかけていただきます。普通ですが、昆布も食べて栄養をとってほしいので、はじめに料理バサミで細く切っておきます。	1人	0.0%
金平ゴボウ昆布風味	1人	0.0%
軽く焼いた、山芋の周りに、とろろ昆布をまいて、ポン酢で食べます	1人	0.0%
鶏肉巻きとろろ昆布(鶏肉を豚肉などに変更も可) 野菜の肉巻きの要領でとろろ昆布を巻く。一緒ににんじん・大根などを巻くと更においしい	1人	0.0%
胡瓜と生姜と漬物とろろかけ	1人	0.0%
広島牡蠣を焼きますが、フライパンに細長く昆布を敷き、その上に牡蠣身を乗せて蓋をして蒸し焼きをします。お皿の代わりに昆布の出汁味がつき、レモンをふりかけて食べます。最高に美味でございますう〜	1人	0.0%
高野豆腐の卵とじに、しいたけと一緒にダシをきかせる為に細く切って入れそのまま食べる。	1人	0.0%
刻み昆布のてんぷら 通常のかきあげてんぷらの作り方の同じ	1人	0.0%
刻み昆布を使った「おやき」卵を溶いて、その中に刻み昆布を入れ、更にみじん切りのねぎ1本分を入れよく混ぜる。熱した小さいフライパン又は鉄板に半分程流し、上に練った納豆を平らに伸ばし、残りを納豆を隠すように上に乗せて、ひっくり返して両面を焼く。だし汁で頂く。	1人	0.0%
昆布ごはん	1人	0.0%
昆布しょうゆ	1人	0.0%
昆布だけの料理ってなかなか難しい。つい、煮物や出汁とりに使う程度で終わりがち。単純に、たらす程度の醤油と酒で白米を炊く事もありますけど…	1人	0.0%
昆布だけ巻き！みがきにしが嫌いなので昆布だけで作ります。。	1人	0.0%
昆布でししゃもを包む	1人	0.0%
昆布とおからのクッキーです。バター等は一切使わず、塩をポイントにヘルシーに仕上げてダイエットお菓子として。	1人	0.0%
昆布ときのご類、シラス、山椒の炊いたものに利用。昆布を酢でしめ海苔の代わりに寿司飯と具を巻いて利用	1人	0.0%
昆布とろろご飯です。	1人	0.0%
昆布のチップ 乾燥した昆布を油であげます。	1人	0.0%
昆布はおくらなどネバネバした食べ物に混ぜる。粉末昆布はみそ汁など、どんなものでも入れる	1人	0.0%
昆布はご飯乗せる(とろろ昆布) 味噌汁に入れる(とろろ昆布) 湯豆腐の出しに使う	1人	0.0%
昆布をいれた卵雑炊	1人	0.0%
昆布をしょうゆに漬けてダシ醤油。	1人	0.0%
昆布をだしとして使ったおでん。つかおでんのだしは昆布があればすべてよし。	1人	0.0%
昆布を細かく切ってカレーに入れる	1人	0.0%
昆布を使った、豆腐蒸し、深皿に、昆布を敷き、その上に、豆腐、鱈、きのこ、葱を載せて、蒸し揚げたもの、好きな調味料をかけて。食べる。	1人	0.0%
昆布を使ったネバネバミネラル3。作り方は納豆とトコロと茹でて千切りにした昆布です。後は醤油をお好みでかけるだけ！！！！	1人	0.0%
昆布を使った巻物(昆布巻き) 作り方はいわしやアジを戻した昆布で巻いて、甘辛く煮る。	1人	0.0%
昆布を水洗いしてヌメリを取ってからチーズを挟み、衣をつけて油であげます。。	1人	0.0%
昆布を敷いて日本酒を入れてチンする、魚のあらの骨蒸し。大好き。	1人	0.0%
昆布を油で揚げて塩をふって食べる。小さい頃から定番のおやつでした。今は私の子供達に作っています。	1人	0.0%

昆布酢。これは、無くなる前に必ず作りおきしています。 コーヒーの瓶などに、昆布10センチくらいを2枚ほどいれ、お酢を昆布がかくれる位入れて、1週間位置いておく。昆布の旨みがしみこんだ美味しいお酢になります。これで、あらゆるお酢の料理に活用しています。	1人	0.0%
昆布酢。酢に昆布を入れるだけ	1人	0.0%
昆布酢を作って(エルコープで紹介していた)料理に使っています	1人	0.0%
昆布水。5センチ角の昆布を一晩水につけて、その昆布水を飲む。血液さらさら効果があるようだ	1人	0.0%
昆布水。昆布をコップに入れ水を入れて一晩置いたものを飲む。血糖値の安定に良	1人	0.0%
昆布茶	1人	0.0%
昆布茶をうまみだしとして使う。	1人	0.0%
昆布茶をだし代わりに、いろいろな料理に使っています	1人	0.0%
昆布茶をチャーハンや味噌汁の隠し味に使ってます。即席すーぶにも使います	1人	0.0%
昆布入りちりめん山椒。昆布・ちりめん・山椒をしょう油とみりんで炊きます。	1人	0.0%
昆布入り舞茸ご飯。作り方は、舞茸と挽き肉に味付けをして、汁をといたご飯に混ぜて、その上に昆布を載せて炊き込みます。蒸らしに入ったら具材もご飯に載せて炊き上げ、柔らかくなった昆布を千切りにして混ぜ込む。舞茸と昆布のだしが利いて、とっても美味しい上に栄養満点です。	1人	0.0%
昆布納豆。納豆の上に刻んだ大葉、梅干、塩昆布を乗せて混ぜてご飯と一緒に食べます。	1人	0.0%
昆布味噌 10センチ四方の昆布の上に味噌と砂糖を混ぜたものを乗せ、下から火であぶります。昆布が香ばしく焼けたら出来上がり。昆布は細かく割り、味噌と一緒にご飯に乗せて食べます。	1人	0.0%
根昆布を小さく切って、ガム代わりに口が寂しいときにモグモグ。通勤時もバッグに入れてます。	1人	0.0%
根昆布を数センチ切り水に一晩おいて。毎朝のんでいます。その昆布は料理おにも味噌汁の具にします。	1人	0.0%
根昆布水	1人	0.0%
混ぜ寿司のときに酢飯の中に入れる	1人	0.0%
最近硬いままハサミで細かく刻んでカレーに入れることが良くあります。見た目は黒い塊があまり良くない気がしますが味は格別に引き立ちます	1人	0.0%
最近刻み昆布の炒め煮がお気に入りです。昆布は、水につけてもどします。水気を切って切る。豚薄切り肉を食べやすい大きさに切る。フライパンに 油をひいて豚肉・人参の千切り・昆布・赤唐辛子の順に炒める。酒・醤油・みりん・水で味付けして15分〜20分煮る。出来上がりです。	1人	0.0%
細い切り昆布をレタスやキュウリなどの野菜サラダに混ぜて食べる昆布サラダ。あとハムやコーンを入れればきれいな彩りに。	1人	0.0%
細かく切った生野菜の上にとろろ昆布と和風ドレッシングをかける	1人	0.0%
細切りこんぶに酢醤油で食べます	1人	0.0%
細切りにしてごま・ごま油でいためる	1人	0.0%
細切りの塩こんぶと梅肉でさっぱりと味付けしたパスタ。友達にも大好評で、彼女の定番料理になったようです。	1人	0.0%
細切り昆布をかき揚げにする	1人	0.0%
細切り昆布を水で戻し、人参や油揚げなどと一緒に煮たもの。	1人	0.0%
材料『納豆(タレ付き)・大根おろし・とろろ昆布』①納豆を2分程度掻き回し、そのまま15分程度おく。②大根の青い部分をおろし(納豆の3倍程度、好みで)おろし汁は捨てないで。③とろろ昆布(同じく納豆の3倍程度、好みで)を準備してから 納豆のねかし時間が15分してから・・・①②③を軽く掻き混ぜて 温かいご飯で・・・卵料理の具に・・・④そのまま食す時は『酢』を美味しく感じる少量を入れて召し上がれ。	1人	0.0%
鮭の切り身にとろろ昆布を巻いて揚げたもの 一口大の鮭にとろろ昆布を巻いてあげるだけ	1人	0.0%
雑炊	1人	0.0%
雑炊にとろろ昆布をのせる	1人	0.0%
雑炊に刻んだ昆布を入れる	1人	0.0%
鯖のきずし！鯖を昆布と甘酢で漬けておきます	1人	0.0%
鯖寿司 最後に白板昆布で巻きます。平目や鯛のこぶ締め 軽く塩をして昆布ではさみ3〜6時間ぐらい置きます	1人	0.0%
三浦大根、鮭切り身(あらでも良い)、昆布 大根はコメとき汁でしたゆでしておく。味噌味のスープに上記の具をいれ、弱火でことことなる。大根があめ色になってきたら器に盛る	1人	0.0%
三杯酢	1人	0.0%
子どもや主人もあまり昆布味が好きでないので 食べるときは私だけです。私は好きなので 昆布でだしをとって だしとして少しずつ加えたり だしをとった昆布に二杯酢につけて 酢昆布にしてたべています。	1人	0.0%
子供のおやつ。1センチ角にカットして、そのまま与える。	1人	0.0%
市販の昆布だしを使って料理の何もかもにいれてしまってます。	1人	0.0%
自家製激辛青唐辛子と昆布で作る佃煮。水で戻した昆布を刻んで、もしくは鍋やだしでとった後の昆布を刻んで 青唐辛子とゴマ、みりん、醤油、砂糖で煮詰めていきます。ご飯が進む一品です	1人	0.0%
煮魚・おでん	1人	0.0%
煮魚と一緒に昆布を煮る	1人	0.0%

煮魚のときに昆布を入れるのは定番昆布も美味しく煮物として食べる特に鮭やカレイにしんの煮魚	1人	0.0%
酒蒸し(昆布の上に豆腐、さくら、しめじ、春菊をのせて酒蒸しにして、ポン酢で食べる)	1人	0.0%
寿司に海苔の代わりに巻く	1人	0.0%
出しに使った後の昆布をお塩としょうゆだけで味付ける。	1人	0.0%
出し昆布(半量は出汁をとった後のもの)と戻さない干しいたけを細かい千切りにし、一晚 梅酢としょうゆを半割りにした液に一晚漬け込んで、翌日、汁気がなくなるまで煮詰めていく。美味しいふりかけになりますし、大根やキュウリなどと和えて、箸汚しになります。	1人	0.0%
出し昆布として使う事が圧倒的に多い。出汁を取った後の昆布もレシピよって 刻んだり、ふりかけにしたりして、捨てない。後は、御節の昆布巻きくらいです。	1人	0.0%
出し昆布を使ったお刺身丼。出し昆布を細くはさみで切ったもの、お刺身を醤油、みりん、酒を合わせたものに漬け込みあつあつのご飯に乗せる	1人	0.0%
出汁こぶ入りミネストローネ。作り方は通常通りで にこむ時に1cm×10cmの出汁昆布を2mm幅にきざんだものを加えるだけ。	1人	0.0%
出汁で残った昆布を千切りにし醤油、みりん、はちみつでからめ汁気が無くなるまで煮る七味とゴマをあえて出来上がり	1人	0.0%
出汁に使った昆布を酢醤油で食べる	1人	0.0%
小あじを使った南蛮漬	1人	0.0%
醤油の中には、子供の爪くらいに切った昆布を入れておきます。味噌汁を作る時には、水からお弁当箱サイズの昆布を入れ、沸騰してすぐ出しその昆布は今度は寿司酢とパックと一緒に。その上に閉店セールのOFFマークのお刺身を一緒に入れ翌日は 簡単昆布じめの出来上がり！ 二日酔いには、油抜きした油揚げ刻みネギ汁は梅昆布茶の素！	1人	0.0%
親子丼。だしとして使うけど、昆布も食べる。	1人	0.0%
酢づけ	1人	0.0%
酢の物	1人	0.0%
水とごはんを早煮こんぶを細かくして鍋に入れ、おかゆにする。最後に醤油で味を調える。炊き立てのご飯に、バターまたはマーガリンをまぶして、その上にとろろ昆布をのせ、麵つゆをかける。	1人	0.0%
生こんぶを約3日間しょうゆづけしたものを、細かく刻んでこんぶピラフとして、一緒に炒める。同時にこんにやくの乱切りもいれてる	1人	0.0%
生の(?)昆布を油でいためて、しょうゆとみりんとおかかで味付けすると、ご飯がすすむすすむ。	1人	0.0%
生のこんぶをほそぎりににんじんとかつおぶしと一緒にいためてめんつゆをたらす。	1人	0.0%
昔良く母がつくってくれたのが。。お椀に鰹節とお醤油を入れその上からお湯を注ぎ、とろろ昆布を入れる。。超即席とろろ昆布のお汁・結構美味しい！	1人	0.0%
切りこぶ。	1人	0.0%
切りこんぶを香酢につけてやわらかくなった物を納豆などと一緒に食べています。	1人	0.0%
切り干し大根。切り干し大根と一緒に細く切った昆布を入れて作る。	1人	0.0%
切り昆布の常備菜 昆布と油揚げ・人参・豆など家にある物数種を薄味に煮る	1人	0.0%
切り昆布を水で戻して水分を切り、ひとくち大に切った豚ももスライスと油でいためしょうゆ 砂糖 お酒で 味を調えて出来上がりです。	1人	0.0%
千切りの昆布を(水煮、乾物なら水に戻して使う)を油で炒め、ねばりが少々出てきたらイカを入れて、だし、しょうゆで味付けをし完成。千切り大根と一緒に煮て、ブタの油がのっている三枚肉を加えしょうゆ味にしても美味しくよく食べます。いずれも沖縄料理のくーぶいりちー(昆布炒め)	1人	0.0%
千切りの味付け昆布を玉子焼きに混ぜる	1人	0.0%
千切り昆布が好きで、ポンズをかけてそのまま食べたり、油揚げを細切りして昆布と一緒に煮込んだりして良く食べます。	1人	0.0%
前回見たレシピの「ジュシー」ちょうど沖縄に行った後だったのでうちの定番になりました。	1人	0.0%
早煮昆布	1人	0.0%
鯛の昆布蒸し	1人	0.0%
鯛の昆布敷き酒蒸し。塩をした鯛に昆布をまきつけ、酒蒸しする	1人	0.0%
鯛の酒蒸し。鯛とエノキや椎茸などのキノコ、こんぶを皿に盛りつけて、酒、塩少々で味付けしてラップをかけて蒸し器で蒸します。	1人	0.0%
大好きなのに定番の利用しかない。	1人	0.0%
大根とこんぶ酢	1人	0.0%
大根をいちょう切りにして、昆布と醤油、お酒をひと煮たちさせたものを直接かけるおつけもの	1人	0.0%
大和芋・長芋をすり下ろして、本だしを加え混ぜる。フライパンに、ごま油を引き、流し込み片面焼けてきたら、卵を落とし、ふたを閉め、卵が好みの固さになるまで焼く。。。。食べる直前、とろろ昆布を好きなだけかける。醤油も好みでかけて食べます	1人	0.0%
誰でもやっている、料理とは呼べないほどの料理ですが、だしをとったあとの昆布を捨てないでだしとしょうゆとお酒とみりんでたきこんで佃煮にします	1人	0.0%
単純にご飯の上にのせて食べるくらいです。	1人	0.0%
旦那のつまみで、昆布と豆腐と薬味のためのシンプルな湯豆腐。最初に昆布を一人用土鍋に敷いて水を入れておき、昆布が柔らかくなったら豆腐を入れて火にかけ、豆腐がコトコトと動き始めたところで火からおろす。ポン酢と薬味(しょうがやネギ)で食べる。最後に昆布出汁のきいたつゆでポン酢を割って飲む。昆布も食べる。	1人	0.0%

短冊に切ったピーマンに塩昆布を多めにかけて電子レンジで3分温めれば、おいしいお惣菜ができます。	1人	0.0%
超定番ですが、うどんには必ずとろろ昆布。だしをとった後の昆布は佃煮。和風パスタの味付けに昆布茶。	1人	0.0%
長芋素麺 長いものを細く千切りにし、だし昆布を敷いて長いものを置き、その上にまただし昆布を載せて暫く寝かせると素麺のようにしんなりした長芋素麺が出来上がります。めんつゆを掛けて食べます。	1人	0.0%
通常、鍋などで、だしに使う昆布を、最初から切って、具として食べる。以前は、だしガラ昆布のつくだ煮とかしていましたが、最近では、登場機会が無くなってしまいました	1人	0.0%
定番ではないが、細かく切った昆布を割と何にでも入れる。	1人	0.0%
定番はお鍋に昆布を入れてだしを取り、ひきあげた昆布は酢につけて懐かしい。酢昆布を作り、おやつに食べます。	1人	0.0%
定番レシピというより、インスタントコーヒーなどの空き瓶に昆布を入れて酢をいれておきます。「昆布酢」いろんな料理に使っています。毎日食べるナマスも、この昆布酢でつくりま。酢を使い切ると、別の容器に昆布を移し、ヨーグルトにつけるフロストシュガー（使わないのでたくさん余っている）をかけておきます。美味しい酢昆布ができます。	1人	0.0%
適当な大きさに切って、そのまま酒の肴に。	1人	0.0%
土鍋を使って、昆布をしき、殻つきカキを並べてお酒を入れて酒蒸し。	1人	0.0%
冬は毎日のように鍋、湯豆腐に出し昆布を使っています。使った後の昆布を溜めて、大豆、椎茸と一緒に煮て常備菜をつくりま。	1人	0.0%
特にありません。そのまま食べます	1人	0.0%
特にないが、昆布は好きなのでいいレシピがあれば挑戦してみたい。	1人	0.0%
特にないのですが、栄養を考えてごはんにとろろ昆布のをせたりうどんの時にのせたりと、とろろ昆布はいろいろなところで登場します。	1人	0.0%
特になし。とろろ昆布をたまにご飯と一緒に食べるだけ。	1人	0.0%
特にレシピはありませんが、ほうれん草などのおひたしにとろろ昆布を絡めたりします。	1人	0.0%
特に無いが、子供が小さいので離乳食用のだしを取るのに使用しています	1人	0.0%
鍋物の最後のそうじ。最初にだしをとった出し昆布を細かく刻んで煮込みます。	1人	0.0%
日高昆布の煮魚 煮魚を作る時、魚の下に日高昆布を敷いて煮ます。盛り付ける時、魚や野菜・豆腐等と一緒に盛り付けます。	1人	0.0%
納豆こんぶ（市販されています）	1人	0.0%
納豆とろろ 納豆にご飯に卵、その中にとろろ昆布を入れてます	1人	0.0%
納豆と一緒にまぜまぜしていただきます。	1人	0.0%
納豆に高菜と昆布納豆を加えさらに粘りを出しパンにのせてトーストしていただきます	1人	0.0%
納豆に昆布を切って入れる昆布納豆	1人	0.0%
納豆に煮た昆布を細かくきざんだものを混ぜて食べると、食感にアクセントがあり美味しいです	1人	0.0%
納豆に入れる	1人	0.0%
納豆のたれをおわんに入れてそのなかにお湯ととろろ昆布をいれてお吸いものにして飲む	1人	0.0%
納豆を良く混ぜてから卵をかけて最後に吐露昆布をかける	1人	0.0%
納豆昆布 山形のだしとか言うやつ。野菜のみじん切りと混ぜるだけ	1人	0.0%
納豆昆布！ぬるぬる同士のコンビがたまらない！ご飯がすすむすすむ。	1人	0.0%
梅干を入れたおむすびに海苔の代わりにとろろ昆布を巻く（中身の区別もできて良い）	1人	0.0%
梅醬油に昆布を入れた汁は冷たいソバを食べる時には欠かせません	1人	0.0%
白菜と豚ばら肉の重ね蒸し（酒で。）の下に昆布をしきつめる。	1人	0.0%
白板昆布をさんまや鯖などの押し寿司に使っています。	1人	0.0%
普通にこんぶとかつおでだしをとり、市販のカレー粉を二社を入れて、和風のカレーにします。昆布を細く切って、さつまあげやにんじん、いんげんなど煮物に	1人	0.0%
粉末の昆布の素でしたら、茶碗蒸しに使っています。	1人	0.0%
変わったのはない。昆布は買い置きして何ででもだしに使ったり 色々巻いて煮付けたり おでんに入れたり 味噌漬けにしたり 酢の物やえ物なんにでもいれてます。とろろ昆布も買い置きして お吸い物に入れたり おにぎりにしたり バッテラ寿司作って巻いたり ですね～	1人	0.0%
麻婆豆腐。生姜と葱を炒めたあとに、調味液を入れるときに昆布を細かく切って入れます。そのあと豆腐を入れて、さっと煮て出来上がり。	1人	0.0%
揚げ昆布。昆布を高温の油で揚げて塩をかける。ばりばりでいくらでも食べられる。おつまみ、おやつに。	1人	0.0%
揚げ出し豆腐にとろろ昆布をかけるのは我が家では決まりごとになっています。	1人	0.0%
揚げ出し豆腐にとろろ昆布を入れる。関西風お好み焼きに混ぜて焼く	1人	0.0%
卵ご飯にとろろ昆布を混ぜる。	1人	0.0%
卵ととろろ昆布をまぜ、だしつゆで味を付け、ご飯にかけて食べます。それを、のりで巻きながら食べるのが定番です。	1人	0.0%
卵焼きによく塩こんぶをいれます。後は細かく切って煮物や炊き込みご飯にまぜま	1人	0.0%
卵焼きに塩昆布を入れる程度です	1人	0.0%
卵焼きの味付けに昆布粉（100%のもの）をつかっています。薄味でもしっかりした味になって大満足です	1人	0.0%
卵焼きを昆布でまいて、砂糖と醤油とみりんのつゆにつけた物。	1人	0.0%

里芋と昆布のパンケーキ。里芋は潰せる程度に煮る。小さく切った(切ってある市販の昆布でもOK) 昆布を適量につぶした里芋にショウガのみじん切りと小麦粉少々を一緒に混ぜ、小さなパンケーキにしたらゴマ油で両面を炒める。醤油をかけていただく。	1人	0.0%
料理ではないが、ぬかどこには欠かさないかな。	1人	0.0%
料理ではないのですが芽昆布茶	1人	0.0%
料理というか、お醤油に昆布を入れて使っています。	1人	0.0%
料理というか・・・おつまみですが、だし昆布をはさみで板ガムくらいの大ききり、酢醤油につけて食べる	1人	0.0%
料理とはいえないかもしれませんが、フジテレビのデリデリキッチンの中で紹介されていた「デリ醤油」が凄く美味しいので昆布を使う量が増えました。	1人	0.0%
料理とはいえませんが、お弁当で煮物など汁がもれそうなものをいれるとき、ペーパーカップの底にとろろ昆布を入れてから煮物を入れます。汁気もすってくれるし、栄養面でも良いと思います。	1人	0.0%
料理とはちょっと違いますが、小さなピンに醤油と昆布を入れておいて自家製だし醤油を作っています。とがった感じが消えていいです。	1人	0.0%
料理はない。おしゃぶり昆布をおやつに食べる程度	1人	0.0%
冷奴にしそ昆布などを乗せて食べる	1人	0.0%
冷奴にとろろ昆布をかける	1人	0.0%
冷奴に塩昆布+ごま油。	1人	0.0%
蓮根を1cm厚さに切り、一日干してフライパンで焼く。焼くときに刻みのりのように細かくした昆布と一緒に入れるとおいしい	1人	0.0%

なし	1038人	20.8%
なし	984人	19.7%
昆布は使わない	13人	0.3%
ほとんど昆布は使わない	12人	0.2%
昆布を使った料理はしないです	11人	0.2%
とろろ昆布は使わない	1人	0.0%
昆布料理はあまり食べない	1人	0.0%
こんぶ料理は殆ど食べない	1人	0.0%
なし。全然使わない。家族が嫌いなので。	1人	0.0%
まずコンブはでません	1人	0.0%
昆布料理は出てこないです	1人	0.0%
昆布は嫌い	1人	0.0%
昆布は食べない	1人	0.0%
定番レシピはありません。実家でも昆布料理を食べた経験も少ないです。	1人	0.0%
得意ではない	1人	0.0%
昆布は使い方がわかりにくいので使いません。。	1人	0.0%
ないです。昆布ってどう料理したらいいのかわかりません。	1人	0.0%
思いつかない	3人	0.1%
わからない	3人	0.1%

④ ③で選択した理由をお書きください。【フリー回答】

回 答	人数	回答率
レシピ・使い方を知らない、知りたい	116人	45.0%
いろいろな料理方法を知りたい	2人	0.8%
こんぶ料理を覚えたいから	2人	0.8%
レパートリーを広げたいから	2人	0.8%
料理のレパートリーが増えそうだから	2人	0.8%
「こんぶ」は体にとても良いのにどういわけかレパートリーがないんです。主人に喜んでほしいな…という気持ちとお友達にこんぶ料理ができるいい女なんて思ってもらえたらうれしいな^^と思いまして。	1人	0.4%
あまりこんぶを使ったレシピを知らないの、情報を得たい。	1人	0.4%
あまり昆布を使ったレシピを知らないの、食べてみたいかな。	1人	0.4%
いろいろなレシピを覚えたい	1人	0.4%
いろいろレシピを憶えたいし、もっと健康によい昆布製品を使用したいから	1人	0.4%
いろいろ知らないレシピを知る機会として。	1人	0.4%
おいしいこんぶのレシピを知りたい。	1人	0.4%
お友達と一緒に楽しく昆布レシピの交換をしてみたいから。	1人	0.4%
こんぶでどれだけ料理が出来るか、味のバリエーションがあるか興味津々	1人	0.4%
こんぶについてあまり知識がないから。	1人	0.4%
こんぶのいろんな使い方を知りたいから。	1人	0.4%
こんぶのパーティでいろいろなこんぶ料理を覚えたい。食べてみたい。	1人	0.4%
こんぶのレパートリーをもっと増やしたい。	1人	0.4%
こんぶの使い方の範囲が少ないので、色々な使い方を学びたいから	1人	0.4%
こんぶの料理方法について色々勉強したいので。	1人	0.4%
こんぶは意外と使い道が決まってしまうのでそのようなイベントに出て勉強になると思うし、こんぶをもっと見直せると思うので。	1人	0.4%
こんぶは身体にもよさそうなので、いろいろなレシピを知りたい。	1人	0.4%
こんぶは低カロリーで注目をされていても、なかなかメニューにとりこめないの、パーティーでレシピなど紹介できたらいいと思う	1人	0.4%
こんぶを使った料理のレパートリーを増やしたい	1人	0.4%
こんぶを使った料理のレシピがおでん以外わからないの。	1人	0.4%
こんぶを使った料理は普段あまりしないが、パーティーに合うこんぶ料理との出会いが新たな勉強になると期待できるから。こんぶがきっかけで友人たちとワイワイおしゃべりができたら嬉しいと思うから。	1人	0.4%
こんぶ料理のバリエーションが少ないから	1人	0.4%
こんぶ料理をあまり知らないから。	1人	0.4%
とても勉強になりそうだし、色々なレシピを覚えられそうなので。	1人	0.4%
どんな昆布料理が有るのか知りたいので是非都合が合えば参加したい！！	1人	0.4%
なかなか昆布料理のバリエーションが思い浮かばないので勉強になる。	1人	0.4%
ベジタリアンなので、海藻に関するテクニックを覚えたいから	1人	0.4%
ほかにもいろいろ昆布を使った料理を覚えたいので	1人	0.4%
もっといろんな使い方を知りたいから	1人	0.4%
もっと昆布の美味しい食べ方や、美味しい昆布のことを知りたいから。	1人	0.4%
もっと昆布を使った料理をりしたいから。	1人	0.4%
もっと昆布を使った料理を覚えたい	1人	0.4%
レシピの少ない昆布をどのように料理するか興味津々です。	1人	0.4%
レパートリーが増えそう	1人	0.4%
レパートリーを増やしたい	1人	0.4%
学びたい	1人	0.4%
教えてもらいたい	1人	0.4%
健康にもいい昆布を、もっと使う料理を知りたいと思うので、こんぶネットなどで勉強して、近所のお友達とこんぶパーティを開くと楽しいと思ったので。	1人	0.4%
健康にも良さそうだし、レパートリーも増えるし、友達と一緒に楽しそうだから。	1人	0.4%
昆布が主役になることは家ではないので、この機会に勉強したい	1人	0.4%
昆布って、使い方があまり思いつかないから	1人	0.4%
昆布って、思っていた以上に栄養もたっ〜ぶりだし、いろんなレシピを知って、活用したいので是非参加したいと思いました。	1人	0.4%
昆布って使い道をぜんぜん知らないの、レパートリーが増えればいいなあと。思って。	1人	0.4%
昆布のメニューを知らないから	1人	0.4%
昆布のレシピって全然知らないから。	1人	0.4%
昆布のレシピをあまり知らないから、覚えたいです。	1人	0.4%
昆布のレシピを覚えられと思うから	1人	0.4%
昆布のレシピを増やしたいから。	1人	0.4%
昆布の応用方法を広く知りたい。	1人	0.4%
昆布の使い道を知りたいし興味があるので	1人	0.4%
昆布の使い方についてもっといろいろなことが知りたい	1人	0.4%

昆布の使い方をもっと知りたいから。	1人	0.4%
昆布の美味しい使い方を教えて欲しいから	1人	0.4%
昆布の料理方法を知りたいので	1人	0.4%
昆布はだじくらしいか思いつかないのでぜひ教えてほしい	1人	0.4%
昆布はヘルシーで美容にもいいのですが、なかなかメニューが広がらないのでぜひこのようなイベントで情報交換したり、新しいメニューの知恵をいただければ楽しいと思うのでぜひ参加したいです。気に入ったメニューは友人や家族にも口コミしていきたいです！	1人	0.4%
昆布はよく使うが、あまりいろいろなつかいかたをしらない	1人	0.4%
昆布は栄養価のある食べ物だからいろいろ勉強したい。	1人	0.4%
昆布は自分が好きな食材。でも、家族受けはイマイチ…いろいろ研究できそうだから。	1人	0.4%
昆布は身体に良くて栄養価も高いのに、出汁に使うような地味なイメージしかないの で昆布を使ったレシピの幅を広げたいです。	1人	0.4%
昆布は体にいいとわかっていても なかなか料理に使うアイデアが思いつきにくいから	1人	0.4%
昆布は体にもいいし家族共々大好きなので、もっといろんな調理法をぜひ教えていた だきたいからです。	1人	0.4%
昆布は体に良いことは分かっていてもなんとなく作り方がワンパターンになってしまっ てだし専用になっているような感じがするので	1人	0.4%
昆布は大好きですが料理となると思い浮かばないので、参考にしたい。	1人	0.4%
昆布は普段なかなか使う機会が無いから、みんながどんな使い方をしてるかきになる。	1人	0.4%
昆布レシピを増やしたいので。	1人	0.4%
昆布をつかった 料理を知りたいから	1人	0.4%
昆布をもっと上手に毎日取り入れたいから。	1人	0.4%
昆布をもっと料理に活用したいから。	1人	0.4%
昆布をよく使うのでパーティーにもあう和食を考えたいから	1人	0.4%
昆布を使いこなせてないので、いろんなレシピを知りたい。	1人	0.4%
昆布を使ったお料理を覚えたいので。	1人	0.4%
昆布を使った調理法をあまり知らないの。	1人	0.4%
昆布を使った料理は全く知らないのて是非教えて頂きたいから。	1人	0.4%
昆布を使ってるレシピを皆さんがどのように使用しているのかもっと知りたいのでぜひ 参加してみたいです。	1人	0.4%
昆布商品を使った料理というのを知りたいし、カリスマ主婦というのがどのような料理 を作るのかというのにも興味があるので。	1人	0.4%
昆布料理がマンネリ化しているので。 昆布は体に良いのでどんどんとりいれたいので。。	1人	0.4%
昆布料理が広がって楽しそうだから	1人	0.4%
昆布料理を覚えたいから	1人	0.4%
昆布料理を研究する機会になると思うから	1人	0.4%
私のレシピは大変少ないので、参加をしてみたいです	1人	0.4%
自分の食生活にも役立てたい レシピを増やしたい	1人	0.4%
自分の知らないレシピを教えて欲しい	1人	0.4%
実際に昆布を使ったお料理を食べて美味しいと思ったら、さっそく家庭でも取り入れて 定番メニューが増えそうだから。昆布を使ったお料理は健康に良さそうと思ってもなか なか実践できないので、みなさんのレシピを参考にさせてもらいたい。	1人	0.4%
実際に使い方を教えてもらえたり、自分が考え付かなかったレシピを会得したいから。	1人	0.4%
出汁取り以外にあまり利用していないので	1人	0.4%
少しでもレパートリーを増やしたい	1人	0.4%
色いろ昆布料理を覚えたいので参加してみたい。	1人	0.4%
色んなレシピを増やしたいので	1人	0.4%
色んな人のレシピを参考に出来て嬉しい	1人	0.4%
色々な昆布料理を知りたい。	1人	0.4%
新しいメニューが増えるのはうれしいし、友達もとっても料理に興味があり週に一度友 達四人が集まって料理をたのしんでいるからぜひ、みんなが苦手としている乾物をし ようして料理をたのしみたい！！	1人	0.4%
新しい発見がありそうだから	1人	0.4%
新しい料理を覚えて作ってみたいから。	1人	0.4%
新しい料理を覚えられそうだから。	1人	0.4%
通常出汁以外に何に使ってよいかわからない食材なのでいろいろ体験してみたい。	1人	0.4%
普段からママ友に料理を教えて欲しいといわれたりするので、せっかくならこんな機会 にみんなに私の自慢の料理を教えてあげたり、他の人の料理を見てみたいです。	1人	0.4%
普段なじみがないので、どんなつかい方があるのかを知りたいです。	1人	0.4%
勉強になりそうだから	1人	0.4%
毎日使う食材なので、ぜひ少しでも情報を知りたい	1人	0.4%
毎年正月の昆布巻き用に昆布を買いますがその都度あまって使い切れず増えていく ばかりです。その少し古くなった昆布の活用法を学びたいと思ってぜひ目の前でアド バイスを受けたいと考えたからです。	1人	0.4%
明日は家で友達6人と鍋パーティーをします♪安く美味しい料理や目新しい料理を日々 模索中です	1人	0.4%

料理のレパートリーが増えると楽しそう	1人	0.4%
料理のレパートリーを増やしたいから、勉強の為、是非参加したい。	1人	0.4%
料理の内容がとても興味があります。	1人	0.4%
料理の幅を広げたい	1人	0.4%
料理教室に通っているの、レパートリーを増やしたい。	1人	0.4%
和風だしの定番だから知りたい	1人	0.4%
楽しそう	32人	12.4%
楽しそうだから	11人	4.3%
楽しそう	7人	2.7%
こんぶ料理をいろいろ考えたり、友達同士で作りあったりするの、たのしそうだから。	1人	0.4%
たのしそうだから、昆布のことについていろいろ分かりそうだから	1人	0.4%
ためになって、楽しそう。	1人	0.4%
なかなかそういった機会がないので、楽しそう。	1人	0.4%
パーティーなど楽しそうなので	1人	0.4%
みんなでわいわいと楽しいだろうし、レシピを交換できたら嬉しいからです。	1人	0.4%
めっちゃ楽しそうだし、勉強になりそう。だって「カリスマ」だもん。すごい技術を持って	1人	0.4%
そうだから、その技術を私も教わりたい。	1人	0.4%
楽しいし昆布が好きだから	1人	0.4%
楽しくておいしそう	1人	0.4%
楽しそうだし、昆布レシピを知ることができそうなので。	1人	0.4%
楽しそうだし、昆布料理を教えてもらえそうだから。	1人	0.4%
楽しそうだし、色々なレシピを参考にできるから。	1人	0.4%
自分自身も楽しめて、みんなでわいわい充実した時間がすごそうだから。	1人	0.4%
料理好きな友達がいるので、一緒に挑戦すれば楽しめると思うから	1人	0.4%
昆布が好き	20人	7.8%
昆布が好きだから	6人	2.3%
3歳の娘も昆布が好きで料理好きなので是非友達に作ってあげたい。	1人	0.4%
こんぶや海草が好きだから	1人	0.4%
こんぶ料理が大好きだから！	1人	0.4%
昆布が好きだから 皆はどんな風に活用しているのか知りたい	1人	0.4%
昆布が好きなのですが、出汁以外に使い道がないので、勉強したい。	1人	0.4%
昆布が好きなので他人のアイデアも聞き大使レシピをふやしたいから。ケーキのパーティなどはよくて昆布のパーティというのがなんとも新鮮	1人	0.4%
昆布のおかげで命が助かったことがあるのでそれ以来昆布は好きなので色々知りたいです。	1人	0.4%
昆布は奥が深く、面白い食材で好きです。	1人	0.4%
昆布は体によく、好きだから。	1人	0.4%
昆布は大好きなので	1人	0.4%
昆布は大好きなので、レシピなどを参考にしたいです。	1人	0.4%
昆布好きとしては無視できないイベント	1人	0.4%
昆布親子で好き おでんやふろきだいこん、鍋に入れた昆布を取り合って食べているから	1人	0.4%
昆布大好き	1人	0.4%
料理が好き	16人	6.2%
お料理が好きなので	1人	0.4%
お料理が大好きなのと昆布が好きだからです。健康によく味も大好きです。だから、もっともっとアレンジを増やし家族に美味しい昆布商品をたべさせてあげたいです。どうしても、同じ料理になってしまうので。	1人	0.4%
お料理は好きなので、友人と一緒に色々アイデアを出してみたいです。	1人	0.4%
お料理をすることが好きで、よく友達を呼んで家でお昼を食べたりしているので、こういうパーティをやってみたい。	1人	0.4%
お料理大好きだし、いろんな昆布のレシピを知る(教えてあげる)機会になると思うのでこのパーティが札幌でもやってくれたらいいな。。。と思っていました。お友達もお料理好きな方がいっぱいなので、知恵を出し合ってパーティをしたいです。	1人	0.4%
元々料理好きで、友達にいいものを紹介するのが好きだから。	1人	0.4%
料理が好き。友人をうちに呼ぶのが好き。ぜひ参加したいです。	1人	0.4%
料理が好きだから	1人	0.4%
料理が大好きで、だしでもできるだけ自分で取るのでもっといろんな情報を知りたい。	1人	0.4%
料理はとても好きです。	1人	0.4%
料理は得意で、新しいレシピを友達に教えることは多々あるので、抵抗なくできそう。	1人	0.4%
料理は得意で、新作メニューの開発も大好きです。こんなパーティなら、楽しみながら自分の昆布レシピの幅を広げるのに役立ちそうです。一緒に参加する友人は私のことを料理の師匠と読んでくれる友人を招く予定です。	1人	0.4%
料理は日々研究しているし、新しいアイデアには非常に興味がある。	1人	0.4%
料理を工夫するのが好きだし、楽しいことが好きな友人がいっぱいいるから。	1人	0.4%
料理大好き、料理教室大好き！ カリスマ主婦が昆布をどう返信させるのか興味ある。	1人	0.4%
面白そう	16人	6.2%
おもしろそう	6人	2.3%

面白そうだから	4人	1.6%
おもしろそう！！カリスマではない主婦ですけど、こんぶは身体にもいいし、いろんなレシピがでていそうなのでやってみたい。	1人	0.4%
おもしろそうだし、子供達も喜びそう。	1人	0.4%
昆布は面白そうだから。	1人	0.4%
昆布を使ったレシピって、きっと出身地などによってさまざまだと思うので、1品持ち寄りせいにしてパーティしたら面白そうだなと思いました。	1人	0.4%
普段メインになりにくい昆布を使ったお料理でパーティって言うのはとても面白そうです。	1人	0.4%
面白そうだし、お料理のレパートリが増えそうだから。	1人	0.4%
興味があるから	14人	5.4%
興味があるから	6人	2.3%
こんぶをメインにするパーティなんて、したことないし、興味深い。	1人	0.4%
とても興味があり勉強になりそう	1人	0.4%
どのような料理か興味があります	1人	0.4%
簡単にたくさんのこんぶ料理を知りたいから。	1人	0.4%
興味津々	1人	0.4%
昆布に限らずひじきや切干大根など乾物を使った料理に興味があるから。	1人	0.4%
昆布はほとんど使わないのでどんな料理ができるのかとても興味がある。	1人	0.4%
料理に興味があるので。	1人	0.4%
よくパーティをするから	8人	3.1%
うちにはいつもいろんなお友達が来てくれて、良く食事会を開くので参加したいと思いました。	1人	0.4%
お友達を招いてのパーティが大好きなのと。昆布を使った料理をもっと研究してみたいので。	1人	0.4%
もともとパーティーはよく開く方。そこで大好きな昆布を紹介出来れば嬉しい。	1人	0.4%
よくお家パーティーをしているので。	1人	0.4%
皆でわいわい集まるのが好きだし 昆布は体に良いので もっと積極的に摂りたいから	1人	0.4%
時々、うちでパーティーを開くのでその昆布版としてやってみたい。	1人	0.4%
人が家に来るのが好きでよく集まっているから。また、新しいものにチャレンジしてみたいから。	1人	0.4%
仲良しのママ友がいっぱいいます。よく我が家に集まってパーティしたり新しいお菓子や商品を買って「これいけるね！」と盛り上がっています。つい先日7人呼んでランチパーティしたばかりです。是非是非聞いてみたいです。	1人	0.4%
交流がもてる	4人	1.6%
いろんな話ができて自分自身の視野が広がるから	1人	0.4%
それを機会にご近所ママとずっと親睦を深められたらと思うので。	1人	0.4%
近所の方と交流が持てるうえに、他の方の料理についても、習いやすいと思ったことと、子供達同士が仲良くなって良いと思ったからです。	1人	0.4%
知り合いたい	1人	0.4%
その他	32人	12.4%
あやかりたい	1人	0.4%
いつもはお菓子や甘いものばかり食べているので健康的なものを食べたいと思ったので。	1人	0.4%
うまそう	1人	0.4%
カリスマとまではいかないけれど、すごく料理上手な友達がいるから	1人	0.4%
こんぶが栄養があるから	1人	0.4%
こんぶのよさがわかるから	1人	0.4%
つい最近、自分で水炊きをした時、昆布をだしに使ったのですが、そのうまさにはびっくりしました。下手な市販のだしとは比較にもならないうまさです。いろいろ試して見たいと思っています。昆布だしは特に和食に限らず使えるのではないかと、洋食、中華と日頃作っている料理にも使えるのではないかと、いろいろアイデアを工夫して見たいと思っています。	1人	0.4%
なじみの材料ですからね。	1人	0.4%
なんでもとろろを使うから	1人	0.4%
機会があれば	1人	0.4%
今まで昆布のパーティに出席したこと無いので是非出席したいです。	1人	0.4%
昆布の地元、北海道であれば、是非！	1人	0.4%
昆布はほとんど乾物が入った棚に眠っているので体にいいとわかっているのかつようしたいから	1人	0.4%
昆布は家族みな大好きで毎日食べています。つけもの・吸い物・煮物・佃煮・酢のもの・混ぜご飯などでなにかしら食べています。鍋やおでんのだしで入れている昆布も家族で取り合いです。もっとみんなに昆布を食べてもらって美味しさを分かち合いたいで	1人	0.4%
昆布は体にいいから。	1人	0.4%
昆布は体に良いのでもっと食べたいと思う	1人	0.4%
昆布や体に良いものが大好きです☆こんぶパーティなんて今まで聞いたことがなく魅力的！！	1人	0.4%
昆布を使った料理を食べてみたい	1人	0.4%
最近、料理の研究会によく参加しているので、その場で研究材料として使ってみたい。	1人	0.4%
実現が可能そう	1人	0.4%
主婦ではなくてもよければ勉強したい	1人	0.4%
主婦では有りませんが駄目ですか	1人	0.4%
身体にいい食材をもっと取り入れたい	1人	0.4%

体によさそう	1人	0.4%
旦那も参加したら、一人で熱弁しそうです(笑)	1人	0.4%
美味しく簡単な昆布料理のヒントを公開して皆で楽しみたい。	1人	0.4%
なんとなく	2人	0.8%
回答なし	4人	1.6%

◆ 参加してみようかと思った：1253人

回 答	人数	回答率
レシピ・使い方を知らない、知りたい	427人	34.1%
レシピが知りたい	5人	0.4%
レパートリーを増やしたい	4人	0.3%
勉強になりそう	4人	0.3%
料理のレパートリーが増えそうだから	4人	0.3%
レパートリー	3人	0.2%
料理のレパートリーを増やしたいから	3人	0.2%
いろいろ勉強したい	2人	0.2%
いろんなレシピを知りたいから	2人	0.2%
ためになりそうなので	2人	0.2%
レシピを増やしたい	2人	0.2%
レパートリーが増えそうだから。	2人	0.2%
為になりそう	2人	0.2%
昆布のレシピを覚えたいから	2人	0.2%
昆布料理のレパートリーが増えそうだから。	2人	0.2%
昆布料理の幅を広げたい	2人	0.2%
2月にお出かけができるかわからないが、昆布はあまり好きではないのでメニューに興味がある。	1人	0.1%
アイデアは出せないけど、昆布料理を勉強できるかな〜と思った。	1人	0.1%
アイデアを知りたいから	1人	0.1%
あまりこんぶを使った料理をした事がないから	1人	0.1%
あまりなかった事がないので	1人	0.1%
あまり昆布の使い方知識が無いので、色々なアイデアを教えてもらえそうだから。	1人	0.1%
あまり昆布の利用方法を知らないの、この機会に覚えられればいいなと思ったので。	1人	0.1%
あまり昆布メニューのレパートリーがないので参考にしたい。	1人	0.1%
あまり昆布を使った料理を作った事がないので、この機会に一度試してみようと思ったから。	1人	0.1%
あまり昆布を使った料理を知らないの、よい機会かなと思うので。	1人	0.1%
あまり昆布料理を知らないの、しらべて作ってみたい	1人	0.1%
あまり昆布料理を知らないの、知りたい	1人	0.1%
あまり知らないこんぶのレシピを知りたい	1人	0.1%
いつもワンパターンの使い方しかしないので勉強になりそうだから	1人	0.1%
いつも脇役的な昆布の料理のレパートリーを増やしたかったから。	1人	0.1%
いろいろなこんぶのレシピもわかり楽しそう	1人	0.1%
いろいろなレシピが覚えられそう	1人	0.1%
いろいろなレシピをしりたいと思う。	1人	0.1%
いろいろなレシピを知りたい	1人	0.1%
いろいろな昆布料理をもっと知りたい。	1人	0.1%
いろいろな料理が覚えられる	1人	0.1%
いろいろな料理が食べれそう。	1人	0.1%
いろいろな料理を教えてもらいたいから	1人	0.1%
いろいろ教えてもらいたいから	1人	0.1%
いろいろ知れるかな	1人	0.1%
いろんなアイデアを勉強したいです	1人	0.1%
いろんなアイデアがうかびそうだから。	1人	0.1%
いろんなこんぶレシピが見られるから。また、友達を誘えるのが楽しそう。	1人	0.1%
いろんな料理が体験できそうだから	1人	0.1%
いろんな料理に興味があるから	1人	0.1%
いろんな料理を教えて欲しいので	1人	0.1%
おいしいレシピが知れると思ったから	1人	0.1%
おいしいレシピを教えてもらえるなら。	1人	0.1%
おいしい昆布料理が教えてもらえるかも	1人	0.1%
おいしい昆布料理の情報を得られそう…。	1人	0.1%
おいしい食べ方が広まるので	1人	0.1%
おいしい料理が新しいレパートリーに入りしかも、食べれるのかしらと思った	1人	0.1%
お手軽レシピとか聞けそうだから。	1人	0.1%
お料理のレパートリーが広がるので。	1人	0.1%
カリスマ主婦ってのに少し抵抗があるけど、いろんな昆布商品を使った料理はしてみたいかなと思ったので。	1人	0.1%
コブの料理を良く知らないの、学びたい。	1人	0.1%
こんぶがいつもたくさんある	1人	0.1%
こんぶがだしとり以外に使う方法を知りたい	1人	0.1%
コブが大好きですがいつも決まったり料理しか作らないので色々な作り方を知りたい。	1人	0.1%
こんぶって、そんなに食べないし…。出れば、料理の幅を広げたい。	1人	0.1%
こんぶについて、知らない事が多すぎるから。	1人	0.1%
こんぶに普段縁がないので	1人	0.1%
こんぶのおいしい料理の仕方を知りたいから	1人	0.1%

こんぶのレシピバリエーションが増えそうだから	1人	0.1%
こんぶのレシピを知らないから	1人	0.1%
こんぶのレシピを知らないで、他の人たちのアイディアを教わってレパートリーを増やせと思ったから。	1人	0.1%
こんぶのレパートリーが少ないから	1人	0.1%
こんぶの活用方法を知りたい	1人	0.1%
こんぶの使い方やレシピって中々思いつかなくてワンパターンだから	1人	0.1%
こんぶの使い方をしらないので	1人	0.1%
こんぶの使い方を広く知りたい	1人	0.1%
こんぶの料理を見てみたいから。	1人	0.1%
こんぶの料理を考えたい	1人	0.1%
こんぶの料理法がわからまいから。	1人	0.1%
コンブはフコイダンが豊富でいいと聞くとあまりレパートリーがない	1人	0.1%
こんぶは栄養があるので、料理をおぼえたいと思ったから。	1人	0.1%
こんぶは栄養があるので取り入れたい気持ちがあります。情報を身近で知られたら参加したいとおもった。	1人	0.1%
コンブは好きなのですがレパートリーが少ない(どう料理に取り入れてたら良いかわからない)ので、ぜひ参加してみたいと思いました。	1人	0.1%
こんぶは好きな食材だけど、レパートリーが少ないから	1人	0.1%
こんぶは身体によいのでレパートリーを増やしたい。	1人	0.1%
こんぶは良く使うが、パーティをするほどのレシピが浮かばないから。	1人	0.1%
こんぶレシピをあまり知らないから	1人	0.1%
こんぶレパートリーを増やしたいので	1人	0.1%
こんぶをつかった料理をあまり作らないから	1人	0.1%
こんぶを使う料理をあまり知らないで	1人	0.1%
こんぶを使ったレシピを覚えたい	1人	0.1%
こんぶを使ったレパートリーが沢山あれば参加したいと思いました	1人	0.1%
こんぶを使った料理のレパートリーが少ないから。	1人	0.1%
こんぶを使った料理のレパートリーを増やしたい。	1人	0.1%
こんぶを使った料理のレパートリーを増やしたいから	1人	0.1%
こんぶを使った料理はあまりしないので教えて欲しい	1人	0.1%
こんぶを使った料理まったくわからないので。	1人	0.1%
こんぶを使った料理を、いろいろな人から教わりたから	1人	0.1%
こんぶを使った料理をあまり知らないから。	1人	0.1%
こんぶを使ってどんな料理が出来るのか興味があったから。	1人	0.1%
こんぶを使用した料理のレシピを知りたい	1人	0.1%
こんぶ料理のバラエティが広がりそう	1人	0.1%
こんぶ料理のバラエティを増やしたい	1人	0.1%
こんぶ料理のレシピを知りたいから	1人	0.1%
こんぶ料理のレパートリーが少ないから	1人	0.1%
こんぶ料理のレパートリーが増えそうな気がするから	1人	0.1%
こんぶ料理のレパートリーが増えるから	1人	0.1%
こんぶ料理は、ほとんどしないので、覚えられる良い機会かと思ったので。	1人	0.1%
こんぶ料理はあまり知らないで、教えてもらえたらうれしいから。	1人	0.1%
こんぶ料理はむずかしいイメージがあるので実際に習いたいけど場所や日時が合わなかったら参加がむずかしいかと思って。	1人	0.1%
こんぶ料理をあまりしらないから。	1人	0.1%
こんぶ料理をもっと知りたいから	1人	0.1%
こんぶ料理を覚えたいから	1人	0.1%
サイトを見たら意外な料理がたくさんあって、昆布を使った洋食のレシピを知りたいを思ったから。	1人	0.1%
さらに料理のレパートリーが広がりそうだから。	1人	0.1%
すごく為になりそうなので	1人	0.1%
たくさんあまっています、使い方もワンパターン。いい使い方があれば知りたい。	1人	0.1%
たくさんの調理方法を知りたい	1人	0.1%
だしでだけでなく幅広い使い方ができればいいと思う。	1人	0.1%
だしをとる以外にあまり使ったことがないから	1人	0.1%
だしを取ることでしか使ったことがないから、他に簡単な調理法があれば知りたい。佃煮や昆布巻きを作るのは、難しそう……	1人	0.1%
とろろ昆布を使ったレシピを知らないで、この機会に伝授していただきたい。	1人	0.1%
どんなレシピがあるか興味がある	1人	0.1%
どんなレシピができるのか？見てみたいきがしたから。	1人	0.1%
どんなレシピか知りたい	1人	0.1%
どんな昆布料理があるのか興味あり	1人	0.1%
どんな昆布料理があるのか興味がある。	1人	0.1%
どんな昆布料理があるのか知りたいし、食べてみたい	1人	0.1%
どんな使い方があるか、あまり知らないから	1人	0.1%
どんな使い方があるか興味があるから	1人	0.1%
どんな使い方があるのか勉強したい。	1人	0.1%

どんな風に食べているのか知りたい。	1人	0.1%
どんな料理になるか楽しみ。	1人	0.1%
なかなか レパートリーが広がらないので	1人	0.1%
なかなか昆布料理って知らないから。	1人	0.1%
なかなか自分だけではアイデアに限界があるけれど、人数が集まればそれだけたくさんレシピに出会えそうだから。	1人	0.1%
ヘルシーな昆布を使った料理のレパートリーが増えたらいいなあ、と感じたので。ただ、自宅では無理なので…。	1人	0.1%
べんきょうになりそう	1人	0.1%
ほかの人がどんな昆布料理を作ってるのか知りたい	1人	0.1%
ほかの方の調理を実際に見れる機会だし、こんぶが好きなのでいっぱい食べれそうだから	1人	0.1%
みんな、昆布を使って作ったりようりがみたいです。	1人	0.1%
メニューが参考になるから。	1人	0.1%
メニューをふやしたい。	1人	0.1%
メニューを増やしたい	1人	0.1%
もっと、レパートリーを増やしたい	1人	0.1%
もっとレシピがふえると良いなと思う	1人	0.1%
もっとレパートリーを増やしたいから 詳細がまだ判らないから	1人	0.1%
もっと違った昆布料理があれば沢山食べることが出来るので	1人	0.1%
もっと昆布を活用したいので	1人	0.1%
もっと昆布を使った料理を知りたいから	1人	0.1%
もっと色々な昆布の使い方を教えあえんといいなと思ったので。	1人	0.1%
もっと料理のレパートリーが増えるかもしれないから	1人	0.1%
レシピがない。	1人	0.1%
レシピが思いつきません	1人	0.1%
レシピのバリエーションが増えたらいいなと日ごろから感じていたから。	1人	0.1%
レシピのレパートリーを広げたいから	1人	0.1%
レシピのレパートリーを増やせるので	1人	0.1%
レシピの幅が広がるし勉強になるから。	1人	0.1%
レシピの幅を広げたいから	1人	0.1%
レシピの勉強になるかなァ	1人	0.1%
レシピや出来た料理の公開ならOKなのですが、人を集めるのが苦手で。	1人	0.1%
レシピをいろいろ知りたいから	1人	0.1%
レシピを教えてくださいなしいけど、自分で考えるのは面倒	1人	0.1%
レシピを公開するのは参加したいと思いますが、顔出しで乗るのは気乗りしないので、参加を見合わせようかとも思いました	1人	0.1%
レシピを増やしたいし、昆布は体にもいいしダイエットにもなるかと思って。	1人	0.1%
レシピを増やしたいと感じたから	1人	0.1%
レシピを知りたいから	1人	0.1%
レシピ開発	1人	0.1%
レパートリーがあまりないので…でも教えて欲しい気もするので。	1人	0.1%
レパートリーがひろがりそうだから…	1人	0.1%
レパートリーがふえるかも	1人	0.1%
レパートリーが広がるから。	1人	0.1%
レパートリーが広がれば！	1人	0.1%
レパートリーが少ないので、増えんといいなと思って。	1人	0.1%
レパートリーが増えそう	1人	0.1%
レパートリーが増えたら楽しいから	1人	0.1%
レパートリーが増えるから	1人	0.1%
レパートリーを増やしたい。ただ、小さい子供がいるので託児でもないし無理。	1人	0.1%
レパートリーを増やしたいがパート勤めなので時間が合えば参加してみたい	1人	0.1%
レパートリーが増える	1人	0.1%
栄養があるし、バリエーションが自分にはないので参考になりそうだから。	1人	0.1%
奥蘭さんのレシピに興味があるので。	1人	0.1%
皆さんの使い方をいろいろ教わり、もっと活用していきたいので。	1人	0.1%
簡単料理の種類を知りたい。	1人	0.1%
機会があれば昆布料理のレパートリーを増やしたいので。	1人	0.1%
今までにない知識を手に入れられそうなので	1人	0.1%
今まで知らない昆布を使ったレシピを知ることが出来そうだから	1人	0.1%
今後昆布を多く利用してみたいから	1人	0.1%
昆布が健康に良いのはわかっているけどレシピが思い浮かばないので、参考にしたい。	1人	0.1%
昆布が好きですが、料理のレパートリーをあまり知らないのでも可能であれば参加してみたいと思った。	1人	0.1%
昆布じたいはあまり好きではないけど、おいしく食べられるレシピがあればいいなと思ったから。	1人	0.1%
昆布でだしを取ると、断然おいしくなるけれど、目新しい使い方はしていないので、参考にしたい	1人	0.1%
昆布のいろいろなメニューを知りたいから。	1人	0.1%
昆布のさまざまなレシピをしりたい	1人	0.1%
昆布のそのままの味を生かして食べる方法があれば、一つでも多く知りたいからで	1人	0.1%

昆布のレシピがほほないので、参考にしたい。	1人	0.1%
昆布のレシピが増えそうだから。	1人	0.1%
昆布のレシピが増えそうで嬉しい	1人	0.1%
昆布のレシピでは自分では限界はあり、面白そうだから	1人	0.1%
昆布のレシピは思いつかないが、パーティは楽しそう	1人	0.1%
昆布のレシピを増やしたいので。	1人	0.1%
昆布のレシピを知りたい	1人	0.1%
昆布のレシピを知りたいが、遠方なので無理だと思います。	1人	0.1%
昆布のレパートリーが少ないので増やしたいと思ったから	1人	0.1%
昆布の使い道をだし以外にも色々知りたいので。だしとして使った昆布の使い道を知りたい。	1人	0.1%
昆布の使い方が、ダシを取ったり昆布巻きにしたりのありきたりなものなので…	1人	0.1%
昆布の使い方がいろいろわかるから。	1人	0.1%
昆布の使い方が良くわからないので	1人	0.1%
昆布の食べ方に興味があるから。	1人	0.1%
昆布の新しいレシピを知りたい	1人	0.1%
昆布の新しい発見が出来そうで楽しそう	1人	0.1%
昆布の他のレシピを知りたいから。	1人	0.1%
昆布の他の使い方が知りたいから	1人	0.1%
昆布の料理に挑戦してみたい	1人	0.1%
昆布の料理のレパートリーが少ないので、パーティで昆布料理を紹介してみたいと思ったので。	1人	0.1%
昆布は、おだしで使う以外に食卓に頻繁に登場することは少ないので、参加してレパートリーを増やせたらいいなと思ったので。	1人	0.1%
昆布はあまり使わないけど、体にいいから、という風に使うのか知りたかったから	1人	0.1%
昆布はあまり利用しないので、アイデアがあれば参考にして、もっと利用しようと思う。	1人	0.1%
昆布はいつも使い切れないので	1人	0.1%
昆布はだしすぎだけど、昆布料理なんであまり思いつかないから	1人	0.1%
昆布はだしにとるだけしか使ったことがないのでいろいろな料理を知りたい	1人	0.1%
昆布はどうしてもだしを取るだけの材料になりがちなので、だしを取ったあとの活用方法やそのまま食材に生かせればいいなあ〜とおもいます。でも、時間的に参加できるかが少し心配ですが…。	1人	0.1%
昆布はほとんどダシとして使っているだけなので、もっと食べる昆布のレシピを知りたい。	1人	0.1%
昆布は栄養があるが料理はしたことがないので	1人	0.1%
昆布は栄養があるし、簡単にできるレシピがすぐに習得できるならしてみたい。	1人	0.1%
昆布は健康にも良い食品ですから、いろいろレシピを知りたいと思って。	1人	0.1%
昆布は健康によいし、いろいろな料理方法が学べそう	1人	0.1%
昆布は嫌いではないが、あまり料理に使わないのでレシピを覚えてみたいので。	1人	0.1%
昆布は好きだが、レシピをほとんど知らないから	1人	0.1%
昆布は好きだけど、昆布を使った料理のレパートリーがないので勉強したいと思った。	1人	0.1%
昆布は好きですが、あまり料理に使うことがないので	1人	0.1%
昆布は好きで毎日のように使うので参考にしたい	1人	0.1%
昆布は使ってみたいと思っているけど、実際にどうしたらいいかわからないので、教えてもらえるとうれしいから。	1人	0.1%
昆布は身体に良いのでいろんな使い方を知りたいから	1人	0.1%
昆布は身体に良いのになかなか昆布を使った料理を考え付かないのでどのように料理に使っているのか知りたい。覚えて帰って来てから子ども達にも食べさせてあげたいから。	1人	0.1%
昆布は体にいいけど、だしをとる以外の料理法を知らないので昆布料理を覚えたい。	1人	0.1%
昆布は体にいいし、いろんな料理に使えるので	1人	0.1%
昆布は体にいいし、ためになると思ったから	1人	0.1%
昆布は体によい食材と知っていますが、その割に身近ではないので、簡単な料理法などがあれば、レパートリーを広げたいと思います	1人	0.1%
昆布は体によい食材なので、色んな調理法を学べるのは魅力。…だが、親しい友人はともかく、近所の方となると躊躇します。	1人	0.1%
昆布は体に良いとは、知っているけど料理がワンパターンになりがちだから。	1人	0.1%
昆布は体に良いので、もっとレパートリーを増やしたいため。	1人	0.1%
昆布は体に良いのでよりよい情報が得られそうだから	1人	0.1%
昆布は体に良いのでレパートリーを増やしたい	1人	0.1%
昆布は体に良いので新しいレシピを知りたい	1人	0.1%
昆布は体に良く使いたいと思うけど、レパートリーがないので参考にしたいとは思っています	1人	0.1%
昆布レシピをたくさん知りたい	1人	0.1%
昆布レシピを見たいので参加してみたいと思ったが、子供が小さいので一緒に連れて行くのは無理かなあ。	1人	0.1%
昆布レシピを増やしたいから	1人	0.1%
昆布をつかったレシピを見てみたいです	1人	0.1%
昆布をつかった美味しいレシピを覚えられそうだから。	1人	0.1%
昆布をつかった料理をあまり作らないので、他の人はどういったものを作って昆布をつかっていくのかを知りたくなった。	1人	0.1%
昆布をもっとたくさんいろんな料理に使えるようになりたい	1人	0.1%

昆布をレパートリーの味方になれば健康になりそうだから	1人	0.1%
昆布を活用した料理をあまり知らないの	1人	0.1%
昆布を使い切れているといえないのでレシピが知りたい。	1人	0.1%
昆布を使った、意外なレシピを知りたいの！	1人	0.1%
昆布を使ったお料理のレパートリーがないから	1人	0.1%
昆布を使ったレシピが知りたい。	1人	0.1%
昆布を使ったレシピをもっと知りたいので、参加してみたい	1人	0.1%
昆布を使ったレシピを増やしたいので。	1人	0.1%
昆布を使ったレシピを増やせそうだから	1人	0.1%
昆布を使ったレシピを知らないから	1人	0.1%
昆布を使ったレシピを知らないの	1人	0.1%
昆布を使ったレシピを知りたいし珍しいから	1人	0.1%
昆布を使った料理のバリエーションをふやしたいと思ったの	1人	0.1%
昆布を使った料理のレパートリーが増えればいいの	1人	0.1%
昆布を使った料理はあまりよくわからないので、これからレシピを増やしたいと思うから。	1人	0.1%
昆布を使った料理はほとんど知らないため、どんな物があるのかなぁと興味を持ったため	1人	0.1%
昆布を使った料理は少ないの	1人	0.1%
昆布を使った料理レパートリーが少ないので、勉強したいから。	1人	0.1%
昆布を使った料理をあまりしないので不安ですがレシピは知りたいので	1人	0.1%
昆布を使った料理をしりたいから。	1人	0.1%
昆布を使った料理をもっと勉強したい	1人	0.1%
昆布を使った料理を作ってみたいとおもったから	1人	0.1%
昆布を使った料理を多く知りたいと思ったからです。	1人	0.1%
昆布を使った料理を知りたいから。	1人	0.1%
昆布を料理に使いたいが、具体的なメニューが浮かばないので、いろいろ知りたいと思うので。	1人	0.1%
昆布商品を使った料理をあまり知らないの	1人	0.1%
昆布料理が知りたいの	1人	0.1%
昆布料理という昆布巻きしか思いつきません。後はダシぐらいなので、パーティーなどに参加して知恵をお借りしたい。	1人	0.1%
昆布料理というのがあまり縁がないのでこの機会に覚えてみたい	1人	0.1%
昆布料理のバリエティを広げたい	1人	0.1%
昆布料理のレシピが増えそうだから	1人	0.1%
昆布料理のレシピが欲しい	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーを広げてみたいです。	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーがほとんどないので、どんなものができるのか興味あるから。	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーが広がりそうだし、小さい子供がいるので、なかなか都合が付かないが、友人と集まれるなら参加してみたい。	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーが広がるかなと思いました。	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーが少ないけど、友達に聞いてみていけそうだったらやってみてもいいかと思った。	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーが少ないので	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーが増えればいいと思った。	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーを広げようと考えている	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーを増やしたいので	1人	0.1%
昆布料理のレパートリーを増やせそうだから。	1人	0.1%
昆布料理の実演は参考になるので参加してみたいと思った。	1人	0.1%
昆布料理の幅が広がりそうだし、楽しそうなのでしてみたいと思いました。	1人	0.1%
昆布料理の勉強	1人	0.1%
昆布料理はあまりパーティーのメインにならないと思うので、逆に知りたいと思ったから。	1人	0.1%
昆布料理はあまり作らないの	1人	0.1%
昆布料理をあまり知らないから	1人	0.1%
昆布料理をあまり知らないの、参考になるかと思います。	1人	0.1%
昆布料理をあまり知らないの。	1人	0.1%
昆布料理をいろいろ知りたい	1人	0.1%
昆布料理を覚えられそうなので	1人	0.1%
昆布料理を知りたい	1人	0.1%
昆布料理を知りたいの。	1人	0.1%
昆布料理知るイイ機会だと思うから	1人	0.1%
根本的に昆布の料理法を知らないの、パーティ等があったらいいなぁとおもいます。コミュニケーションは大事だと思うし、カリスマ主婦にアコガレがあります。それに、女性、パーティが好きなのでわかないでしょうか。	1人	0.1%
最近、ホームパーティっぽいのを時々するので、レパートリーをふやしたい	1人	0.1%
作り方を教えてほしい	1人	0.1%
参加してみたいが、レシピが思いつかない。友達がどのようなレシピを持っているか興味がある。	1人	0.1%
参加してみたいが、レパートリーがないので心配。	1人	0.1%
参加してみたいが、昆布料理のレパートリーが少ないので不安。	1人	0.1%
参考にしたい	1人	0.1%
参考になりそう	1人	0.1%

参考になるかと思って	1人	0.1%
参考になると思うので	1人	0.1%
思いがけない昆布料理と出会いたいから。	1人	0.1%
思いつかないような昆布の使い方を知る機会かも。	1人	0.1%
思ってもみなかった使い方などを教えて頂けそうだから。	1人	0.1%
私の知らない調理法があれば家でためしてみたいから。	1人	0.1%
私ももっと昆布を使った料理が知りたいから。	1人	0.1%
私自身レシピが無いけど、興味は有ります。勉強したいです。	1人	0.1%
試したことのない料理のレシピがしれそうだから	1人	0.1%
自己流の固定レシピ脱却を図れそう。	1人	0.1%
自分が勉強になるから	1人	0.1%
自分のレシピの幅も広がるだろうから。	1人	0.1%
自分のレシピレパートリーも広げられそうだったので、ぜひ参加してみたいと思ったのですが、いっしょに参加する友人がいなかったの	1人	0.1%
自分のレパートリーを広げたいから	1人	0.1%
自分のレパートリーを増やしたいから。	1人	0.1%
自分の知らない簡単で美味しい昆布レシピがあれば体験してみたいから。	1人	0.1%
自分の知らない昆布の使い方や、賢いアイデアなどが共有できて有意義だと思ったので。	1人	0.1%
自分の知らない手軽な昆布料理を知りたいかも。	1人	0.1%
自分の知らない料理を覚えたいから。	1人	0.1%
自分の料理のレパートリーが増せばよいかなと思ったから。	1人	0.1%
実は、あまり料理が得意でないの、他の方から簡単で美味しいレシピを教えてもらいたいと思ったので。	1人	0.1%
実は、海藻関係の研究を大学時代にしていた、いつも海藻料理のレパートリーを増やしたいと思っていたので。	1人	0.1%
手軽で美味しいレシピを知りたい	1人	0.1%
色々な人のレシピを教えて貰えるのはイけと思った	1人	0.1%
色々、レシピが増えそうだし。社交的なので ^(^^)	1人	0.1%
色々な昆布料理を体験してみたい	1人	0.1%
色々な昆布料理を知りたいから	1人	0.1%
色々な使い方を知っておきたいので。	1人	0.1%
色々な使い方を知ることができるから。	1人	0.1%
色々な食べ方を知りたい	1人	0.1%
色々な方法を知りたいから	1人	0.1%
色々な料理を知りたいから	1人	0.1%
色々勉強になりそうだから。	1人	0.1%
新しいメニューが開拓できそうだから	1人	0.1%
新しいメニューを知る事ができそう。	1人	0.1%
新しいレシピをふやしたいので。	1人	0.1%
新しいレシピを参考にしたい。	1人	0.1%
新しいレパートリーが広がりそう	1人	0.1%
新しい昆布料理が発見できるかもしれないから。	1人	0.1%
新しい発見(メミュー)ができるから。	1人	0.1%
新しい発見がありそうだから	1人	0.1%
新しい料理を覚えたいから	1人	0.1%
他の家庭では、どんな利用をしているのか興味あるので。	1人	0.1%
他の昆布料理を知るきっかけになりそうだから。	1人	0.1%
他の人がどういった料理を作るのかみてみたい	1人	0.1%
他の人がどのような使い方をしているのか見たい	1人	0.1%
他の人のアイデアを見て取り入れたい。	1人	0.1%
他の人の昆布レシピも参考になるし楽しそうなので	1人	0.1%
他の方の料理も見てみたい	1人	0.1%
他の方達の昆布利用法を知りたいから。	1人	0.1%
知ってるレシピがあまりないから。	1人	0.1%
知らないレシピを交換できるかなと思った。	1人	0.1%
知らない使い方とかを知ることができるかな？とおもった。	1人	0.1%
知らない使い方とか発見したりして、面白そうだったけど日程とか無理かもと思ったから。	1人	0.1%
知らない使い方を知るいい機会だから	1人	0.1%
知らない事を知れる良い機会だと思うから。	1人	0.1%
知らない料理方法や情報を知りたいと思いました。	1人	0.1%
知らなかったことを知るチャンス	1人	0.1%
知りたい	1人	0.1%
知りたいので	1人	0.1%
美味しいもので食べ方のレパートリーをひろげたい	1人	0.1%
普段昆布を使わないので、どんなレシピがあるか興味があるので。	1人	0.1%
勉強したい	1人	0.1%
勉強になる	1人	0.1%
勉強になるから。	1人	0.1%

勉強になるし楽しそう	1人	0.1%
目新しいレシピが覚えられればと思って	1人	0.1%
料理がそれほど好きではないが、自分のもっているレシピ以外が見られそうだから。	1人	0.1%
料理が好きだし、おもてなしメニューを知りたいと思うから。	1人	0.1%
料理のはばがひろがりそう	1人	0.1%
料理のバリエーションが広がるのはいいことだから	1人	0.1%
料理のバリエーションが広がりそうだから	1人	0.1%
料理のレシピが増えるから	1人	0.1%
料理のレシピと味を知りたい。	1人	0.1%
料理のレパートリーがふえるならいいなと思って。	1人	0.1%
料理のレパートリーが広がりそうなので	1人	0.1%
料理のレパートリーが広がる。	1人	0.1%
料理のレパートリーが少ないので。	1人	0.1%
料理のレパートリーが増えるのはよいことだと思うので。	1人	0.1%
料理のレパートリーが増えそう	1人	0.1%
料理の参考になりそうだから。	1人	0.1%
料理の仕方がわからないから	1人	0.1%
料理の幅がひろがりそう	1人	0.1%
料理の幅が広がりそうだから	1人	0.1%
料理の幅が広がりそうだから。	1人	0.1%
料理の幅を広げたい	1人	0.1%
料理の勉強になりそう	1人	0.1%
料理の勉強にもなり楽しそう。	1人	0.1%
料理を勉強したかったから・・・	1人	0.1%
料理家の奥園さんがよく昆布をハサミで切って使っているののでいろんなレシピをしりたい。	1人	0.1%
時間が合うかわからない、参加できるかわからない	133人	10.6%
時間が合えば	3人	0.2%
予定があれば参加したい。	2人	0.2%
いまは子育てで忙しいのでなかなか集まりにくい	1人	0.1%
おもしろそうだが忙しいのでできるかどうかかわからない	1人	0.1%
スケジュールによりましては参加できるかどうか分からない為	1人	0.1%
スケジュールに空きがあって、近所なら。	1人	0.1%
そのときに都合があうかどうかかわからないから	1人	0.1%
なかなか時間がとれない	1人	0.1%
まだ2月の予定がわからないため	1人	0.1%
まだよくわからない	1人	0.1%
まだ日程がわからないので。	1人	0.1%
みんなの都合が一致するかわからない	1人	0.1%
もっと「こんぶ広めたい！」したかったのですが、予定が入ってなかなか出来ませんでした。今回も忙しくなりそうな時期なので、是非とはいかない感じです。	1人	0.1%
やってみたいけれど、時間が取れるかが分からない。	1人	0.1%
やってみたい気持ちはあるが、人を誘うのがなかなか日程の調整が難しい	1人	0.1%
暇があれば	1人	0.1%
我が家、友人ともことも小さいのでなかなかみんなで集まるのはむずかしいかと思う。やってみたいけど。	1人	0.1%
会社が休みだったらokです。	1人	0.1%
開催日時・場所など条件があれば、楽しそうなので参加してみたい。	1人	0.1%
企画はおもしろいが、子供が小さいので、2月という体調を崩しやすい時期にに確実に参加できる友人があつまるかどうかが心配だから。	1人	0.1%
企画は楽しそうだけど、日程と場所が調整できるかどうか分からないから。	1人	0.1%
気持ちは参加したいけれど時間が無くて無理だと思う	1人	0.1%
休みが平日で無理かなって 思った	1人	0.1%
興味があるが、仕事が忙しいので時間が取れるか分からないので	1人	0.1%
興味があるが、仕事をしているので参加できない可能性のほうが大きいから。	1人	0.1%
興味はあるが、条件にあう会場やメンバーが見つかるか、わからないから。	1人	0.1%
興味はあるけど、たぶん、時間の都合がつかないと思います。	1人	0.1%
興味はあるものの、確実に参加できるかはわからないから。	1人	0.1%
結構家が離れているからみんな集まるのはむずかしいけど、楽しそうだな。	1人	0.1%
御友達が集まるかどうかかわからないから。	1人	0.1%
昆布商品って地味で、誘っても人が集まるか不安があり、考え中です。	1人	0.1%
参加したいが、仕事なので。	1人	0.1%
参加したいが、時間と場所が合わないと思います。	1人	0.1%
参加したいが仕事の都合もあり絶対参加できるかわからないため。	1人	0.1%
参加したいが小さい子がいて無理かなとも思う	1人	0.1%
参加したいが足(車など)ないし友達も働いているので参加が難しいが出来れば参加したい。	1人	0.1%
参加したいけど、二人の子供がいるので無理かな・・・	1人	0.1%
参加したいという気持ちはありますが、引っ越したばかりで連れ合いのお友達もないため、少し心配です。	1人	0.1%

参加したいのですが長女の受験もあり、日程的にぜひ参加とは言えないです。	1人	0.1%
参加したい気持ちもあるがボランティア活動が忙しくてたぶん参加できないと思う。	1人	0.1%
参加してみたいが、仕事があるので無理かも。	1人	0.1%
参加してみたいけど子供が小さくあきらめるしかない状態です。	1人	0.1%
参加してみたいですが、子育てや仕事でひまがなさそう。	1人	0.1%
参加してみたいのですが、ただ単に2月は予定が詰まっていて参加できそうにないので、「参加してみようかと思った」を選択しました。予定が詰まっていなければ、是非参加したいですね。昆布が主役なんて想像つかないので、未知の感じが魅力的です。	1人	0.1%
参加してみたいんですが、都合があわなそうだな、と思うので。	1人	0.1%
参加してみたい気持ち半分…子供が小さいので難しいかな…という気持ち半分です。	1人	0.1%
参加できるかわからない	1人	0.1%
参加に興味はあるが、出産間近なため無理だと思う	1人	0.1%
参加はしてみたいが、平日は会社を休めないので無理…。	1人	0.1%
参加はしてみたいけど、乳児がいるのでむりです	1人	0.1%
仕事があれば…	1人	0.1%
仕事のシフト的に無理だと。	1人	0.1%
仕事の休みと合えば！	1人	0.1%
仕事の都合で参加できるかどうかわからない	1人	0.1%
仕事をしているので時間があればやってみたい コンブの料理のレパートリーが増えると思う	1人	0.1%
子供が小さいので、都合がつけば参加したい	1人	0.1%
子供が小さいのでなかなか出られません。子供の調子がよければ出られるのです	1人	0.1%
子供が小さいのでなかなか難しい	1人	0.1%
子供が小さいので都合があれば昆布の活用法も知りたいので参加してみたい。	1人	0.1%
子供と一緒に参加してみたいと思う	1人	0.1%
子供の行事(発表会や誕生会、参観日)など2月は短い上に行事が多く日程の調整がつくかどうか心配。	1人	0.1%
私はぜひ参加したいのですが、友達の協力が得られるかわからないので。	1人	0.1%
私はやりたいなあ〜と思うのですが、ご近所やお友達がやりたいと思ってくれる人がいないような気がして	1人	0.1%
時間があうかわからないから	1人	0.1%
時間があれば興味はあるので参加してみたいです。	1人	0.1%
時間があれば参加してみたい。	1人	0.1%
時間があ、興味を持つ料理であれば参加しても良いが…	1人	0.1%
時間があれば	1人	0.1%
時間があればしてみたいと思った。	1人	0.1%
時間があれば参加してみたい	1人	0.1%
時間があれば参加してもいいかなと思ったから。	1人	0.1%
時間があれば体にもいいこんぶのレシピを開発して参加してみたいと思う。	1人	0.1%
時間がない	1人	0.1%
時間が許せば	1人	0.1%
時間が合うかどうか	1人	0.1%
時間が合えば 参加したい。昆布料理のレパートリーを増やしたいから	1人	0.1%
時間が合えば参加してみたいが、…昆布の料理にも興味があるので	1人	0.1%
時間が合えば参加してみたいと思った。	1人	0.1%
時間が取れればいつてみたいかも…。	1人	0.1%
時間さえあれば、是非参加してみたいが〜 髪の毛に昆布はいいといわれてるので、…	1人	0.1%
時間と場所が合えば参加してもいいかなと思いました。	1人	0.1%
時間と場所が都合に合えば	1人	0.1%
時間と場所さえ条件があれば…という事。	1人	0.1%
時間に余裕があれば…	1人	0.1%
時間に余裕があればしてみたいと思ったから	1人	0.1%
時間や集まる方達によるので。	1人	0.1%
時間や場所が合えば参加してみたいが、なかなか難しいと思う	1人	0.1%
時間的に都合が付けば。	1人	0.1%
時間的に難しい	1人	0.1%
自分も含めて忙しいので集まれるかどうかわからない。	1人	0.1%
集まるのが難しいかも	1人	0.1%
小さい子供がいるので、条件によって、預けていけるかどうかわからないから	1人	0.1%
小さい子供がいるので実際に参加するのは難しいので…。	1人	0.1%
小さい子供が居るため時と場所による。	1人	0.1%
条件が合えば	1人	0.1%
条件次第なので	1人	0.1%
都合があうかわからないため	1人	0.1%
都合があれば。楽しそうだから	1人	0.1%
都合がついたら参加してみたいです。自分で作るのではなく教わるのなら参加したい。開催場所にもよりますが、行動範囲ならいいですね。	1人	0.1%
都合がつかなければ参加できないから	1人	0.1%
都合がつけば参加したい	1人	0.1%

都合が合えば	1人	0.1%
都合が合えばと思います。	1人	0.1%
二月は、仕事が忙しい時期なのです。	1人	0.1%
日にちが合えば	1人	0.1%
日にちがあれば良いけど、12月は忙しいから。	1人	0.1%
日にちと時間が合えば…	1人	0.1%
日にちと時間が合えば参加してみても面白そうだから。	1人	0.1%
日時と場所が合えば、是非 健康に良い食材で色んなレシピを知りたいと思ったので	1人	0.1%
日時や場所などの条件が合えば、参加してみたいです。	1人	0.1%
日時や条件が合えば参加してみたいが、状況がわからないので少し躊躇してしまう。	1人	0.1%
日程があれば行ってもいいかな…	1人	0.1%
日程が合えば、参加してみたいです。	1人	0.1%
日程と場所による	1人	0.1%
日程次第	1人	0.1%
平日昼間は仕事があるので、時間が合えば参加できる	1人	0.1%
勉強になると思うが 日程やお友達の賛同が得られるかどうか分からない。	1人	0.1%
忙しい	1人	0.1%
忙しいので、時間が合わない	1人	0.1%
忙しいので、日程が合わないかもと思うからです。	1人	0.1%
面白いのですが、お勤めをはじめたので時間が自由になりません。	1人	0.1%
友人達との時間が合えばやってみたいです。新しいメニューを考えるきっかけになりそうです。	1人	0.1%
友達があつまれば	1人	0.1%
友達がじかんがあればやりたいけど 集まれるか確実でないので	1人	0.1%
友達が集まることができれば考えたい。	1人	0.1%
友達が集まることが出来れば、楽しそうなので参加してみたいと思った。	1人	0.1%
友達と都合が合えば 参加してみたいです	1人	0.1%
予定があいていれば参加したい	1人	0.1%
予定が合えば参加したい。体に良いので、いろいろなレシピを知りたいので。	1人	0.1%
予定が合えば参加してみたい。	1人	0.1%
楽しそう	124人	9.9%
楽しそう	35人	2.8%
楽しそうだから	28人	2.2%
楽しそうなので	13人	1.0%
いろいろほかの人とご飯を作るのが楽しいと思うので	1人	0.1%
いろいろ作って、みんなでおしゃべりしながら食べると、楽しいのではと思ったから。	1人	0.1%
お料理の集まりは楽しいから	1人	0.1%
カリスマ主婦ではないんですが…でも楽しそうなので、参加してみたいな、と感じました。	1人	0.1%
こんぶパーティーは楽しそうで魅力を感じます。	1人	0.1%
ちょっと料理は苦手だけど、みんなで賑やかにパーティー風にできたら楽しいし、レシピも広がると思う。	1人	0.1%
どのような料理がでるか、楽しそう	1人	0.1%
なんか楽しそうなので	1人	0.1%
みんなでこんぶを食べたら楽しそうなので	1人	0.1%
みんなで楽しめそうだから	1人	0.1%
もうすぐお正月なんで、昆布を使う料理のレパートリーが増えると楽しそうだと思ったから	1人	0.1%
よく近所の主婦と御馳走を持ち寄ってお茶会を開くのでテーマがあって作るのも楽しそうと思った。	1人	0.1%
楽しいイベントそうなので興味がある	1人	0.1%
楽しいこんぶ料理ができそうな気がするから	1人	0.1%
楽しそう。でもちょっと行けないかも。	1人	0.1%
楽しそう。もっとレパートリーを増やせそう。準備はどうなるのか？書きになります。自宅開放は大丈夫です。	1人	0.1%
楽しそう。レシピの勉強ができそう。	1人	0.1%
楽しそう。色んなレシピを覚えられそう。	1人	0.1%
楽しそうだが、人様に疲労できるほど料理の腕に自信がない。	1人	0.1%
楽しそうだから。カリスマ主婦という言葉に抵抗がありますが。	1人	0.1%
楽しそうだし、レシピも広がりそう	1人	0.1%
楽しそうだし、いろいろな発見がありそう	1人	0.1%
楽しそうだし、こんぶの調理法が習えるかと思って…。	1人	0.1%
楽しそうだし、料理のバリエーションが増えそうだったので。	1人	0.1%
楽しそうだし、料理の勉強にもなるから	1人	0.1%
楽しそうだしいろんな知恵が得られそうだから	1人	0.1%
楽しそうだしレシピが増えそう。	1人	0.1%
楽しそうだし勉強になると思ったから	1人	0.1%
楽しそうだし料理の幅が広がりそうだから	1人	0.1%
楽しそうだと思ったから。	1人	0.1%
楽しそうだと思いますが、場所や集まる人によってはちょっと。。人見知りなので。	1人	0.1%
楽しそうでいろいろ覚えられて一石二鳥かなと。でも人見知りなので参加はしなないです。	1人	0.1%

楽しそうですが、平日は仕事もあるし子供もいるし、参加は難しそうです。	1人	0.1%
楽しそうなのでやってみたくと思うが、写真の掲載の仕方がわからないので参加できるかどうかかわからない。	1人	0.1%
楽しそうな企画だから	1人	0.1%
楽しそうに思う	1人	0.1%
楽しめそうだから	1人	0.1%
近くで、そのような企画があれば、楽しそうなので、参加してみたいと思った。	1人	0.1%
昆布パーティーでどんな料理があるのかなと少し疑問ですが、パーティーとなると近所のお友達とわいわい楽しそうなのでちょっと参加してみたいと思いました。	1人	0.1%
昆布をおいしく食べるパーティーは楽しそうだなと思ったので。	1人	0.1%
昆布を使った料理をみんなで試行錯誤しながら作るのが楽しそうだから。	1人	0.1%
昆布料理はなかなか作らないので、作れるか不安ですが友達を誘ってパーティーするのはとても楽しそうだと感じました。詳しい内容がわからないのでなんともいえませんがやってみたく感じました。	1人	0.1%
自信はないけど楽しそうなので。	1人	0.1%
色んなレシピが出てきて楽しそう	1人	0.1%
凄く参考になりそうだし楽しそう。	1人	0.1%
友達が一緒なら楽しそう。	1人	0.1%
友達と参加できるなら楽しそうと思った。	1人	0.1%
料理を教えてもらったりしながら楽しそうだから。	1人	0.1%
面白そう	108人	8.6%
おもしろそう	40人	3.2%
面白そうだから	37人	3.0%
面白そうなので	3人	0.2%
おもしろそうだし、お料理のレパートリーが広がりそうだから。	1人	0.1%
おもしろそうだし、他の人がどんな風に使っているのかわかるから	1人	0.1%
おもしろそうだなと思った。興味のある友人がいたら参加できるかもと思いました。	1人	0.1%
おもしろそうなので。	1人	0.1%
おもしろそうなので興味があるが、友人たちの都合もあるので。	1人	0.1%
おもしろそうな企画だから。	1人	0.1%
お友達と、何かテーマを決めて集まるのは面白そうですね。	1人	0.1%
こんぶパーティーという名前が面白そうだし、レシピが楽しみ。	1人	0.1%
こんぶをメインにレシピを考えたことなかったのでおもしろそう。	1人	0.1%
ちょっと面白そう	1人	0.1%
とても面白そう	1人	0.1%
なんとなく面白そう	1人	0.1%
何だか面白そうだ	1人	0.1%
決して食卓の主役ではない食材をテーマに料理も面白そうなので	1人	0.1%
日頃昆布を使って料理したものはパーティーにはでないから、おもしろそう	1人	0.1%
普段から友達とおうちでランチをしていますから、ちょっと面白いかと思います。でも、昆布レシピもあまりないし、違う話題で盛り上がってしまいそうです。	1人	0.1%
面倒な付き合いはしたくないけど、面白いかも	1人	0.1%
面白そうだから。年配の先輩主婦に色々教えてもらったりできそうだから。	1人	0.1%
面白そうだけど、場所しだい。	1人	0.1%
面白そうだけど、人を誘えないのであれば行ってみたい	1人	0.1%
面白そうだし、いろいろな情報を得ることが出来そうなので。	1人	0.1%
面白そうだし、もっと料理を覚えたいから。	1人	0.1%
面白そうだし、今後食事を作るときにレシピの参考になりそうだから	1人	0.1%
面白そうだし、料理の幅が広がると思ったから	1人	0.1%
面白そうだったので	1人	0.1%
面白そうですが自分にできるかどうか少し自信がないので	1人	0.1%
面白そうな気がするから	1人	0.1%
料理は苦手。でもおもしろそうではある。	1人	0.1%
場所による	66人	5.3%
近所なら参加してみたい	2人	0.2%
けれど、近くに開催場所がないので、無理ですね～(^_^)	1人	0.1%
ご近所で開催されるならぜひ参加したいですv v	1人	0.1%
ただ「広島へ来い」と、言われても無理です。	1人	0.1%
どこで行われるのかが不明で…	1人	0.1%
どちらにしろ、どうせ東京でしょ。	1人	0.1%
ばしょしだい	1人	0.1%
ばしょによる	1人	0.1%
やや近い所なら参加したいが、あまり交通費のかかる所なら行かない。	1人	0.1%
遠いので行けないから	1人	0.1%
遠かったら、赤ちゃんもいるので、ちょっとわからない。	1人	0.1%
遠くだと無理だし…	1人	0.1%
家から近くなら考える	1人	0.1%

開かれる場所による	1人	0.1%
開催される場所によります。	1人	0.1%
開催時間・場所などによって参加できればしてみたいと思う	1人	0.1%
開催場所が近くで時間が合えば参加したいです。	1人	0.1%
開催場所が近ければ参加してみたい。	1人	0.1%
開催場所によって	1人	0.1%
興味があるが、場所が…	1人	0.1%
近くであれば、参加してみてもいいかなと思ったから	1人	0.1%
近くであればかな。	1人	0.1%
近くであれば参加してみたい。	1人	0.1%
近くで開催されるなら、ぜひ参加したい。こんぶのような海藻類の調理法を知りたい。	1人	0.1%
近くで開催されるなら、参加したい。	1人	0.1%
近くで開催されるのなら参加できるけど…	1人	0.1%
近くで行っていたなら参加してもいいかと思いますが、遠くだと参加できないから。	1人	0.1%
近くなら	1人	0.1%
近くなら見てみたいと思います	1人	0.1%
近くなら是非参加してみたい。	1人	0.1%
近くにカリスマ主婦がいいたら参加してみたい	1人	0.1%
近ければ	1人	0.1%
近ければ参加という選択肢もありますが…青森からでは無理です。	1人	0.1%
近所であれば、楽しそうなので是非参加したいです。	1人	0.1%
近所なら参加できるかなと思ったので	1人	0.1%
近所にそういうお友達がいらない	1人	0.1%
近所のお友達と話が合えばパーティーをひらいてみたいとおもいました。	1人	0.1%
近所の人たちの食生活があまりわからないのでパーティをしても集まるかどうか不安。	1人	0.1%
近所の友達ママたちと一緒に新しい発見がありそう	1人	0.1%
近場であれば行ってみたいと思います。	1人	0.1%
近場であれば勉強がてら参加したいと思いました。	1人	0.1%
昆布も料理も人とししゃべるのもすきだから。ただ、ここ最近家族に病人がいて多忙だが近所でしてくれたら参加したい。落ち着いたら将来的には我が家でもしてみたい気がする。	1人	0.1%
札幌なら参加したい	1人	0.1%
参加したいけど、行ける場所で開催されるかどうかわからないから。	1人	0.1%
参加してみたいけど、きつといけない距離の地方で開催するでしょうからいけないと思いました。	1人	0.1%
参加してみたいけど沖縄はきつくないですねー	1人	0.1%
参加はしたいがだいたい開催地が首都圏なので行くことができない。	1人	0.1%
参加場所が近ければ参加したい	1人	0.1%
自宅から近い場所なら 行きたいと思ったので。	1人	0.1%
住む場所の近場ならぜひ参加したいです。	1人	0.1%
住んでいる場所が場所だけに。	1人	0.1%
場所、時間、料金などの条件が合えば、少し興味あり。	1人	0.1%
場所、時間帯による。	1人	0.1%
場所・日程が合えば	1人	0.1%
場所がどこでやるのか思案中です	1人	0.1%
場所が遠いと参加できないので	1人	0.1%
場所が確保できるかわからないから	1人	0.1%
場所と時間に都合が合えば	1人	0.1%
場所によっては…	1人	0.1%
場所による	1人	0.1%
場所によるので	1人	0.1%
場所や時間帯によって参加できるかなって思います。	1人	0.1%
大阪なら参加可能	1人	0.1%
都市近郊ではないので	1人	0.1%
福岡市であるなら参加する	1人	0.1%
興味があるから	41人	3.3%
興味があるから	9人	0.7%
興味あり	6人	0.5%
興味がある	3人	0.2%
興味はある	2人	0.2%
好奇心	2人	0.2%
料理に興味があるから。	2人	0.2%
コンブでパーティーができるのかな？とすごく興味があります。	1人	0.1%
こんぶパーティに興味を持っているからです。	1人	0.1%
コンブをどのように料理するのか興味がある	1人	0.1%
こんぶを使った料理に興味がある。	1人	0.1%
コンブ料理に興味を持てたので	1人	0.1%
ちょっと ありそうでなかった企画なので興味を引いた	1人	0.1%
ちょっと興味を持ったから	1人	0.1%

どうい風なのかちょっと興味がわいたので	1人	0.1%
どんな料理なのか興味があるから	1人	0.1%
もし、近くなら、料理に興味があるので	1人	0.1%
興味がわいたから	1人	0.1%
興味が少しわいたから	1人	0.1%
興味が有るので	1人	0.1%
興味深い	1人	0.1%
昆布の料理に興味があるから	1人	0.1%
昆布をどのように使うのか興味があるので。	1人	0.1%
昆布を使っいろいろな料理がありそうで興味があるので	1人	0.1%
条件にあてはまらない	25人	2.0%
いってみたいけど、主婦ではないので…。	1人	0.1%
カリスマではないなあとって	1人	0.1%
ご近所やお友達を集められないので。	1人	0.1%
たのしうだけど、料理上手な友達がいない	1人	0.1%
パーティを開くのは大好きです。一番上にチェックしきれなかったのは、カリスマ主婦？！という気持ちと、写真でもアピール出来るような、華やかな昆布料理のレパートリーがないため、大手を振れません。	1人	0.1%
まだ主婦ではなく学生なので参加してもいいのか分かりません…でも、料理が大好きなので参加したいです	1人	0.1%
まだ未婚なので、興味はありますが実際に出来るかは検討中です。	1人	0.1%
興味はあるが主婦ではないから。	1人	0.1%
興味はあるのですが、カリスマ主婦じゃないし…料理でパーティを開くことができるほどのレシピがありません。	1人	0.1%
興味はあるのですが、家が狭いのでご近所を誘ったりできないんです(´A` 調理中の写真や仕上がりをUPするのは可能なのですが…(-ω- ;。)	1人	0.1%
興味は有るがこんぶを使ったパーティーメニューが思い浮かばない。	1人	0.1%
昆布を駆使しているメンバーがいそうに無い	1人	0.1%
参加したいけど、主婦ではないので参加しないほうがいいのかとおもった。	1人	0.1%
参加してみたいが、引っ越してきたばかりなので友達を誘うことができない	1人	0.1%
参加してみたいが、近くにパーティーを開くほど親しい友人がいない。	1人	0.1%
参加してみたいが数ヶ月前に引っ越してきてまだ友人がいないから。	1人	0.1%
参加してみたいのですが、独身一人暮らし、昆布メニュー無しでは無理ですね？。	1人	0.1%
自分は主婦ではないので、参加したいけれど、してよいのかなと思いました。	1人	0.1%
自分は料理が好きだが集まる友達がいない。	1人	0.1%
主婦でない	1人	0.1%
主婦ではないので…。何品用意すれば良いのでしょうか？	1人	0.1%
主婦ではないので…話が合わなさそう。	1人	0.1%
男だからダメでしょ。	1人	0.1%
男なので。。	1人	0.1%
男なんですけど、近くでタダなら。。	1人	0.1%
こんぶが好き	21人	1.7%
昆布が大好きなので	3人	0.2%
昆布が好きだから	2人	0.2%
おいしいし、昆布料理が好きなので！	1人	0.1%
こんぶがすきなので、レシピなどしりたい	1人	0.1%
こんぶが大好き	1人	0.1%
こんぶは好きだし、パーティも好き。	1人	0.1%
こんぶは大好きなので大変興味はあるが… 時間に余裕があれば考えてみたい。	1人	0.1%
近くであるのなら、考えてみようかなと思ったので。こんぶは大好きなので。	1人	0.1%
昆布が好きなのでいろんな料理を試してみたいから	1人	0.1%
昆布が好きなのでレパートリーを増やしたい。	1人	0.1%
昆布が好きなので他の人のレシピも知りたいから	1人	0.1%
昆布が大好きなので、仲良しグループで挑戦してみたいです！	1人	0.1%
昆布は好きです。	1人	0.1%
昆布料理が好きなので、色々食べてみたいと思ったから。	1人	0.1%
子供が昆布が好きで、私も好きなので！	1人	0.1%
子供が昆布が好きな	1人	0.1%
子供が昆布好きなのでレシピを増やしたい	1人	0.1%
小学生の次男が、昆布好きなので	1人	0.1%
参加する方ならいい	16人	1.3%
自宅が狭いので人を呼べないから	1人	0.1%
自宅ではなかったら、参加してみたいです。	1人	0.1%
自宅に人を招くのが苦手だから	1人	0.1%
自宅はなかなか提供できないが、参加はしてみたい	1人	0.1%
自分がホストでの開催は無理だが、客の立場なら参加したい。	1人	0.1%
自分が主催するのではないのならいいかな？と思ったけど……	1人	0.1%

自分が主催するのはちょっと自身が無いけれど、参加はしてみたい。	1人	0.1%
自分たちではできないので、してくれる人がいるのなら参加したい	1人	0.1%
自分では、開けないけど参加は、してみたい	1人	0.1%
自分で開くのはちょっと…	1人	0.1%
自分で開催するのではなく、参加者として出席してみた。	1人	0.1%
自分で作るのではなく、参加するだけなら参加したい。	1人	0.1%
自分の家でするのは、ちょっと抵抗がある	1人	0.1%
自分の家でするのはいやだなあ…もし、どこかの会場でできるならいいですね	1人	0.1%
主催が自分ではなく、誰かお友達が開催した場合にのみ、参加してみたいと思ったので。	1人	0.1%
主催はできないが参加という形で、自分の知らないレシピを教えてほしい	1人	0.1%
よくわからない	10人	0.8%
いまいち要領がよくわからない。	1人	0.1%
どういう内容か良くわからない。	1人	0.1%
どのような 昆布を使うのか 分からない	1人	0.1%
ドンナメニューがあるか知りたい	1人	0.1%
どんな感じなのか良く分からないので。	1人	0.1%
まだ、良くわかりません	1人	0.1%
わからない	1人	0.1%
興味はあるが実際どのようなカタチで行われるのか実演例を見てから検討したい。	1人	0.1%
詳しい事が分からないので、まだ参加するかどうかは悩みどころですが、楽しそうだなと思いました。	1人	0.1%
詳細がないのでなんとも… 近所で気軽な感じなら参加したいです。	1人	0.1%
料理が好き	8人	0.6%
お料理が大好きなので、いろいろと情報交換したいです♪♪	1人	0.1%
お料理は大好きです。お友達を誘ってホームパーティをしたり、お呼ばれするのは楽しいですね。	1人	0.1%
お料理大好きです。ぜひやってみたいな	1人	0.1%
友達と集まって料理好きなので	1人	0.1%
料理が好きなので	1人	0.1%
料理はすきだし、幅を広げたいので興味がある	1人	0.1%
料理は好きなので興味はあるから。	1人	0.1%
料理好きだから	1人	0.1%
「カリスマ」に惹かれた	7人	0.6%
カリスマっていうところに惹かれた。	1人	0.1%
カリスマ主婦がどういう料理を作るのか見てみたいから	1人	0.1%
カリスマ主婦という言葉にひかれました。	1人	0.1%
カリスマ主婦という題にひかれた	1人	0.1%
カリスマ主婦に興味があるので	1人	0.1%
カリスマ主婦の技を見てみたいから	1人	0.1%
カリスマ主婦はどんな昆布のレシピをもっているのか知りたいから。	1人	0.1%
交流できるから	6人	0.5%
いろいろな人と交流できたり、情報交換できるので。	1人	0.1%
いろんな人と関われるし、楽しそう。	1人	0.1%
このところ忙しさからなかなか会えない友人達と久しぶりに会いたいし、料理好きな友人が多いので。レシピの交換ができるかな？とおもって。	1人	0.1%
こんぶだけではなく、みんなと集まるきっかけになると思うから。	1人	0.1%
最近ご近所とお茶会をしていないのでしても良いかなと。	1人	0.1%
色んな方と交流を深めてみたいけど、子育てが忙しいのでやはり断念です。	1人	0.1%
その他	205人	16.4%
いい	3人	0.2%
2月がネックです。受験生を抱えているもので。	1人	0.1%
2月にパーティを開くのは時間的に無理そうなので	1人	0.1%
2月少し忙しくなるもので…;	1人	0.1%
It seems to interesting. I will go back Japan soon, so I would like to join it.	1人	0.1%
あまり周りで昆布を使っていそうな友人がいないような気がします…^^;	1人	0.1%
イベントがすぎだから。	1人	0.1%
お友達と相談してから	1人	0.1%
カリスマ主婦のお宅にお邪魔して自分のレシピ料理を持って行くのはやってみたい。	1人	0.1%
自分のうちで開催となるとちょっと恥ずかしいですね♪	1人	0.1%
こんぶが主役になれそうな気がしたから	1人	0.1%
こんぶが少し苦手	1人	0.1%
こんぶネットに今少し気になる存在の奥菌壽子先生が載っていました！しかも昆布を使ったレシピって思ったよりたくさんあるんですね。是非作ってみたいと思いました！	1人	0.1%
こんぶの楽しみ方をしりたいので	1人	0.1%
こんぶパーティーがめずらしいから	1人	0.1%
こんぶパーティーとゆうことに、インパクトが足りない。	1人	0.1%
こんぶは私にはかかせない1品！こんなサイトがあるとは知りませんでした！私なんかでもさんかできそうであれば参加したいです	1人	0.1%

こんぶは体によさそうなので。	1人	0.1%
こんぶは体に良いことも知っているの。ただ、昆布ばかりあまりたくさんは食べれないなあとは思います。	1人	0.1%
してみたいが、難しいと思う。	1人	0.1%
しても良いが料理は苦手なので	1人	0.1%
ぜひにという感じではない	1人	0.1%
ぜひ参加したいを選択したかったのですが、仕事を持っているので、日程の都合がつかかわらなかったの。昆布にかんしては、1歳の子供がいて、たくさんの料理に使っているの、とても興味はあります。	1人	0.1%
そういうのもありかな、とおもったから。	1人	0.1%
その様子やレシピ公開でプライバシーなどちょっと考えます	1人	0.1%
それまでに勉強したい。	1人	0.1%
そんなに昆布料理を使える人にはぜひ意見を聞きたいです	1人	0.1%
チャンスがあれば。	1人	0.1%
ちょっと忙しくて参加したくても参加できないんです…。	1人	0.1%
ちょっとこわい。	1人	0.1%
ちょっと面倒そう	1人	0.1%
でも まだまだ もっとたくさんの 昆布料理を自分もできるようにしなければ…。	1人	0.1%
でも、なんだかカリスマとこんぶがかけ離れているようで気恥ずかしい	1人	0.1%
どういふものか しりたいと思ったからです	1人	0.1%
どんなパーティーになるのか興味がありますが、自分も料理を作って参加となると…お料理苦手なので遠慮したいです。パーティーの様子レポートを見せて頂きたいです。	1人	0.1%
なかなか体験が出来ないから	1人	0.1%
なにげに	1人	0.1%
なんでも挑戦してみたい！	1人	0.1%
パーティーの主催者側でなく、誰かが誘ってくれたら参加したい。	1人	0.1%
パーティーを開いたりするのは好きなので、そこにテーマがあるととっても面白くなると思うので。	1人	0.1%
パーティーを開く機会があれば参加してみたい	1人	0.1%
パーティ好きだが、きっかけがなかなかないため	1人	0.1%
ひとさまにみせるほどのものでないの。	1人	0.1%
ヘルシーで美味しそうなので	1人	0.1%
ホームパーティーが大好きだし、いろんなレシピを知りたいので…。	1人	0.1%
ホームパーティーだったらイヤ。どこかの会場で知らない人とのふれあいだったら、ぜひ参加したい。詳細がわからないので検討したい。	1人	0.1%
みんなで昆布料理を考えてみたいの。	1人	0.1%
みんなに声をかけるのがちょっと面倒なので	1人	0.1%
むずかしそうならちょっといや	1人	0.1%
やってみたいけど、具体的にどんなものにしようか悩むから。	1人	0.1%
一緒に行く友達がいたら参加してみたい。	1人	0.1%
一緒に作る場があるとやる気になるから。	1人	0.1%
栄養にもいいし…	1人	0.1%
皆さんがどのように使っているかが知りたいので	1人	0.1%
各家庭のノウハウを知りたい	1人	0.1%
勘	1人	0.1%
機会があれば参加してみたい気もする	1人	0.1%
機会があれば出たいかな	1人	0.1%
気軽な感じなら参加してみようかなとおもう	1人	0.1%
教えてもらいたいから	1人	0.1%
教えてもらえる側ならぜひ参加してみたいです。	1人	0.1%
興味はあるが面倒なのは嫌なので	1人	0.1%
興味はあるのですが、集まる機会を作るのがちょっとしんどいかな〜	1人	0.1%
結婚したので、料理は最近気になる。	1人	0.1%
見るだけなら見てみたい	1人	0.1%
好奇心いっぱい私は参加したいのは山々ですが、我が家のキッチンをみんなに披露するのは気が進まない。何故かって築31年の我が家はいくらきれいに使ってもくたびれてみすぼらしくなっているし、いそがしさで整理整頓もままならず。なので。	1人	0.1%
工夫したオリジナル料理を考えるのが好きだから。	1人	0.1%
更に昆布を使ったレシピが自分的に広がりそうなのと、北海道在住2年目で昆布の採取地で微妙な昆布の違いを更に知りたいので	1人	0.1%
行ける機会があったら、参加したい。	1人	0.1%
今の自分にはこんぶレシピがないので、みんなで持ち寄ったレシピで自分のレパートリーを増やせたらいいなと思ったから。	1人	0.1%
今までにすることがないので。	1人	0.1%
今まで知らなかった、おしゃれなアイデアがありそう	1人	0.1%

昆布が体にいいことは、よくわかっています。私は出汁に常に昆布を使います。瓶に昆布と水を入れて、冷蔵庫に入れっぱなし。そうすると、すぐに料理のときに使えるので。ただ、この「出汁をとったあとの昆布」が困った。捨てるなんてもったいないのはわかっているのに、めんどくさくてポイ。なんとか全部食べてしまいたいんですよね。うちの昆布の消費量、相当なので、ほんとうにもったいないと思います。パーティ、私は行ってみたいんだけど、友達は来るかなあ、と。思い当たるメンバーが、なんというコメントを出すか、ちょっと自信ない	1人	0.1%
昆布が変身するのが見たい	1人	0.1%
昆布だしの味噌汁と松前づけに挑戦、皆さんの味見の意見を聞きたい	1人	0.1%
昆布でパーティーはメニューが思いつかない	1人	0.1%
昆布でパーティができるのかわからないから。	1人	0.1%
昆布で作れる料理がまだあまりないので自信はないが、友達がやりたいたえばやってみてみたい。	1人	0.1%
昆布に注目するようになったから	1人	0.1%
昆布のお料理会はめずらしいから	1人	0.1%
昆布のよさがもっとわかるかしら？と思ったので	1人	0.1%
昆布はおいしいから。	1人	0.1%
昆布は栄養満点だからもっと食べたい	1人	0.1%
昆布は健康にいいので。	1人	0.1%
昆布は健康食品だから	1人	0.1%
昆布は身体に良いので興味があるから	1人	0.1%
昆布は体にいいことと、昆布を使った料理を食べると、体と心がホッとする感じがするので、機会があれば参加してみたいと思った。	1人	0.1%
昆布は体に良いと分かっているのに、我家の男性陣は嫌いであまり食べたがらないから。	1人	0.1%
昆布は体に良く、もっと食卓に乗せたいと思うので	1人	0.1%
昆布を健康のためもっと使用したいから。	1人	0.1%
昆布を使う機会があまりないから。	1人	0.1%
昆布を使った料理があまり思い浮かばなかったから。	1人	0.1%
昆布を使った料理といっても、思い浮かぶかどうかはわかりません。	1人	0.1%
昆布を日ごろ使い慣れていないので、レシピなどの提案があってやってみようというのであれば、自分にとってもいい機会になると思います。楽しそうだし…。でも、こんぶとパーティ(豪華なイメージ)が結びつかず、自力で会は開けないと思ったので。	1人	0.1%
昆布商品を使った料理が少しでもできればもっと体によい昆布料理を食卓に並べる事ができるので	1人	0.1%
昆布料理がもっとわかったら健康にも良さそう。	1人	0.1%
昆布料理のアイデアが難しいそうだから。	1人	0.1%
昆布料理のパーティというのが珍しいので。	1人	0.1%
昆布料理のパーティなんて聞いたことない	1人	0.1%
昆布料理をあまり食べたことがないので、いい機会だと思うから。	1人	0.1%
在り来たり昆布料理しか作っていないので、もっと他の昆布を使った簡単なお料理を作ってみたいと思うので。	1人	0.1%
参加したいが、こんぶだけでは難しいと思う。	1人	0.1%
参加したいけど得意な昆布料理がない	1人	0.1%
参加してみたいが、子供も小さく、地方に住んでいるため参加は難しいと思うため。	1人	0.1%
参加してみたいが、小さな子どもがいるので参加しにくい	1人	0.1%
参加してみたいけど、腕に自身がない。	1人	0.1%
参加してみたいけれど、人に紹介するほどの昆布のレシピを知らない。	1人	0.1%
参加してみたいと思うけど、実際こうやってネットで見ての方が見やすくわかりやすいような気がする。	1人	0.1%
参加するのはとても楽しそうだが、自分ではこんぶレシピと言えるようなものが今のところ無いので…食べ専門になってしまうかも？！	1人	0.1%
参加する人がいるようだったら、いいかなと思った	1人	0.1%
参加できる場所が近ければの事だから…	1人	0.1%
参加はしたいけど、こんぶをつかったレシピをたくさん知っているわけではないから	1人	0.1%
使い方を体験してみたい	1人	0.1%
始めからレシピがあればやりたい。	1人	0.1%
子供がいなくて、場所がちかいなど、気軽に参加できるなら、あたらしいレパートリーも増えるし、行きたいと思う。	1人	0.1%
子供がいるので出かけるのは難しい	1人	0.1%
私は男性ですが以前ファミレスの店長を17年していた事もあり料理を作るのが好きです。妻と一緒に参加可能でしたらお願いします。	1人	0.1%
私は料理があまり得意でないので、サイトにその様子が掲載されるのであれば覗いてみたいが、興味があるがそのパーティには参加しないと思う。	1人	0.1%
私自身ではなく、参加すつことになるのは妻になるかと思うが、健康にも良い料理のレパートリーは増やしてもよいかと思う。	1人	0.1%
私自身はあまりこんぶは好きではない。	1人	0.1%
自炊がしたいので	1人	0.1%
自分が昆布レシピを知らないから	1人	0.1%

自分が作るのは苦手だけど他の人のレシピを知って料理の幅を広げたいから	1人	0.1%
自分が作れるか不安	1人	0.1%
自分が知らない料理を知ることができたり、レシピの幅が広がるかもしれないと思ったから	1人	0.1%
自分だと決まったものしか作らないので、友人などのアイデアを取り入れてみたいと思ったので。	1人	0.1%
自分でアレンジするのも、限界があるので、参考にしたいけど、子供が小さいので近場や子供を預かってもらわないといけいないので	1人	0.1%
自分でこんぶ料理を工夫するいい機会だと思う。	1人	0.1%
自分ではちゃんと昆布を使いこなせてないと思うので、色んなレシピを知ってもっと昆布を摂取したい。	1人	0.1%
自分ではレシピを思いつかないと思うから	1人	0.1%
自分では思いつかないレシピを知ることができるから。	1人	0.1%
自分で考えるレシピは数限られてしまうのでいろいろな方のレシピを参考に自分なりにアレンジしておいしい料理を作りたいと思ったから	1人	0.1%
自分の料理を客観的に？評価してもらおう機会である	1人	0.1%
自分は楽しそうだと思うけど、周りの友達はどうかなと思った	1人	0.1%
写真などを送る技術がない。	1人	0.1%
社会が広がるから	1人	0.1%
社宅に住んでいるので集まる機会がたくさんあるから	1人	0.1%
周囲と一緒に参加する人がいない	1人	0.1%
出来合いは使うが昆布からの使い方はあまり知らないから。	1人	0.1%
準備がめんどろかな？	1人	0.1%
詳細によっては考えてみようかな	1人	0.1%
場所の提供が大変そう	1人	0.1%
情報を得て生活に生かしたいから	1人	0.1%
情報を得られそう	1人	0.1%
色々なこんぶ料理が体験できる	1人	0.1%
色々な昆布が食べられるならいいかなと思うが、恥ずかしい	1人	0.1%
食べることは好きです、面白いレシピかつ、体に良いなら興味はあります。	1人	0.1%
新しいネットワークが広がりそうだから。	1人	0.1%
新潟でもやるのかな、と思ったので	1人	0.1%
身近で手軽な材料なので、料理に興味がある	1人	0.1%
身体には良い事がわかっていますが、個人的に昆布は好きじゃないので…。迷っています。	1人	0.1%
身体に良さそうなので、昆布料理を覚えたい	1人	0.1%
人を集められない	1人	0.1%
人数があまり集まりそうもないので	1人	0.1%
是非とまでは惹かれなかったけど、お料理には欠かせない昆布だからさんかしてみようかなあと。	1人	0.1%
是非参加してみたいとは思いますが、ちょっと遠い	1人	0.1%
他のひとから昆布をつかったメニューを入手できる。お互いの情報交換。その様子を写真などに残し公開されるのは少しひく	1人	0.1%
体がしんどくなければ参加したい。	1人	0.1%
体にいいし味にうまみを加えてくれるので、料理にいろいろ取り入れたいけど、効果的な使い方がもう一つ分かっていないので。	1人	0.1%
体にいいのに昆布を使うことがないから	1人	0.1%
体にいいので興味あり	1人	0.1%
体にいい昆布の料理を見て知り、自分のアレンジに活用したい	1人	0.1%
体によさそうなので色々なレシピが教えてもらえそう。	1人	0.1%
体に良いので色んな料理に使いたいけどレシピがわからないので。	1人	0.1%
体に良い昆布を料理に加えるパーティには興味があるが、仕事と重なると行けないから	1人	0.1%
男性でも参加しやすいように男性の料理教室を開催してほしい	1人	0.1%
男性なので、女性に混じるのが一寸怖い…	1人	0.1%
知っている方のパーティならいいが知らない相手だと行きにくい	1人	0.1%
地方に住んでいるのですが、いける範囲であれば参加してみたいと思う。	1人	0.1%
仲間と何かができるのが楽しいから	1人	0.1%
頂き物のこんぶがずっと眠っています。なんとかしたい。	1人	0.1%
得意な人がいるし、レシピが増えるかもと思ったから	1人	0.1%
内容に興味があるため。	1人	0.1%
日頃の献立の参考になるから。こんぶは体にいいし好きだから。	1人	0.1%
日常的に出し昆布をおやつ代わりに食べたり、くきわかめ、おやつこんぶなども食べている自称昆布好きではありますし、参加したいのですが、料理としての昆布のレパートリーは多くなく人様にお教えできるものがないので、;	1人	0.1%
日本人としてこんぶを華麗に使いこなしてみたい(健康にもいいし、子供へ是非伝えたい食文化であるこんぶだが、自分自身知識があやふやなので)	1人	0.1%
微妙です	1人	0.1%
美味しい料理方法を研究したい	1人	0.1%
美味しそうだから	1人	0.1%
普段あまり使わないだけに、意識して昆布料理を作ったらおもしろそうだったか	1人	0.1%
普段昆布をあまり使わないので勉強になりそうだから。	1人	0.1%

普段使いにいかも～みんなに聞いてみたい	1人	0.1%
普段自分では思いつかないようなことで、新たに発見がありそうだから。	1人	0.1%
平凡な料理しか思い浮かばないのでレシピを公開するほどのものでは…。と思い、少し考えてしまう。	1人	0.1%
北海道に住み、料理には昆布を使用している私たち主婦にとって絶好の機会かと思います	1人	0.1%
北海道に住んでいるので、もっと昆布を消費するべきだと思っているから。	1人	0.1%
毎日食べる湯豆腐に白菜と一緒に必ずいれてますが、冷奴の季節にも使いたいののでレシピを多くしたいから。	1人	0.1%
味見がしたいので参加してみようと思った。おいしさの競い合いが見てみたい。	1人	0.1%
友達は昆布をどのように使っているか知りたくなったから。	1人	0.1%
友達や先輩主婦のレパートリーを紹介いあって、楽しそうだから。	1人	0.1%
友達を呼んで楽しくパーティができそうだから	1人	0.1%
容易に行ける場所で行うなら行ってみたい。	1人	0.1%
料理がおいしくなりそう	1人	0.1%
料理が下手なので	1人	0.1%
料理にあまり自信がない。	1人	0.1%
料理にはあまり自身がありませんが、試してみたい気もします。	1人	0.1%
料理に自信はないけど、パーティーは好きなので。	1人	0.1%
料理のアイデアとか勉強になりそうだから。	1人	0.1%
料理はあまり得意ではないので	1人	0.1%
料理は下手だけど皆で集まってわいわいしてみたいから。	1人	0.1%
料理は好きだが、パーティーをするような場所が用意できない。	1人	0.1%
料理をしたり、友達を招いてパーティーしたりすることが好きだから。	1人	0.1%
料理を作って皆に食べてもらうのは好きなのですが、その私のレベルが企画にあうかどうか…。	1人	0.1%
和のイメージが強いこんぶをどのように調理するのか関心があります	1人	0.1%
なし	56人	4.5%
なし	36人	2.9%
特に興味なし	1人	0.1%
なんとなく	19人	1.5%

◆ 参加したくない：3489人

回 答	人数	回答率
時間がない、参加できない	924人	26.5%
時間がない	140人	4.0%
忙しい	38人	1.1%
時間がないので	32人	0.9%
忙しいから	26人	0.7%
時間がとれない	10人	0.3%
忙しいので	9人	0.3%
暇がない	8人	0.2%
時間がないから。	6人	0.2%
時間が取れない	6人	0.2%
時間がないから	5人	0.1%
忙しい。	5人	0.1%
いけないから	4人	0.1%
暇が無い	4人	0.1%
時間がありません	4人	0.1%
時間がとれない。	4人	0.1%
時間が無いので。	4人	0.1%
都合がつかない	4人	0.1%
忙しいので。	4人	0.1%
いそがしいから	3人	0.1%
いそがしいので	3人	0.1%
参加できないから	3人	0.1%
仕事があるので	3人	0.1%
仕事が忙しい	3人	0.1%
時間がないため	3人	0.1%
時間的余裕がない	3人	0.1%
2月は忙しいから	2人	0.1%
2月は忙しいので。	2人	0.1%
行く暇がない	2人	0.1%
行けそうにないから	2人	0.1%
行けない	2人	0.1%
参加する時間がないので	2人	0.1%
参加できないので	2人	0.1%
仕事が忙しいので	2人	0.1%
仕事で忙しい	2人	0.1%
仕事で忙しいから	2人	0.1%
子育てで忙しいから	2人	0.1%
時間がありません。	2人	0.1%
時間がとれないから	2人	0.1%
時間が合わないと思う	2人	0.1%
時間が取れない。	2人	0.1%
時間が取れないから	2人	0.1%
時間が無い。	2人	0.1%
時間が無いから	2人	0.1%
時間が無いので	2人	0.1%
時間に余裕がない	2人	0.1%
時間の余裕がありません	2人	0.1%
忙しいため。	2人	0.1%
忙しくて参加できない	2人	0.1%
無理	2人	0.1%
予定が立たないので。	2人	0.1%
12月末に出産を控えているのでたぶん参加は難しい…。	1人	0.0%
1月末に出産を控えているので、参加したくてもできません。	1人	0.0%
2月に子供が産まれるので	1人	0.0%
2月は、忙しいから。	1人	0.0%
2月はいそがしいから	1人	0.0%
2月はいろいろと予定が入っているため	1人	0.0%
2月はちょっと忙しい。	1人	0.0%
2月はもう予定が入っていますので…平日は仕事、休日は趣味三昧なので	1人	0.0%
2月はやたらと忙しくて、時間が取れません。	1人	0.0%
2月は家の用事で忙しい為。	1人	0.0%
2月は期末で仕事がとてもいそがしいので。	1人	0.0%
2月は交通の便が悪い上に、公開というのが辛いです。	1人	0.0%
2月は仕事が忙しい時期なので参加できない。	1人	0.0%
2月は仕事が忙しく、余裕がないため。	1人	0.0%
2月は仕事の忙しい時期だから	1人	0.0%

2月は仕事も忙しくなるので、参加する時間がない。	1人	0.0%
2月は子供のことでいろいろ忙しいのでみんなで集まる時間が取れそうにない	1人	0.0%
2月は子供の学校行事などが多く、忙しくて参加できそうにない。	1人	0.0%
2月は子供の受験でそれどころはないので	1人	0.0%
2月は子供の受験で忙しいので時間が取れそうもないため	1人	0.0%
2月は私用がある為、出席が出来ないと思う。	1人	0.0%
2月は私用で忙しい時期なので	1人	0.0%
2月は時間がとれない	1人	0.0%
2月は時間の予定がつかないので。時間に余裕があれば、是非参加してみたいところです。	1人	0.0%
2月は色々な行事が入っていて無理。	1人	0.0%
2月は色々忙しいから	1人	0.0%
2月は他に予定が入っていて参加できません。	1人	0.0%
2月は多忙なため参加できそうもないです。	1人	0.0%
2月は多忙なので	1人	0.0%
2月は超多忙で無理なので	1人	0.0%
2月は忙しい	1人	0.0%
2月は忙しいから。	1人	0.0%
2月は忙しいと思う	1人	0.0%
2月は忙しいと思うので無理そうです。	1人	0.0%
2月は忙しいので	1人	0.0%
2月は忙しいので、無理だと思います。	1人	0.0%
2月は忙しいので。	1人	0.0%
2月は忙しくて…余裕のある月なら参加してみたいと思いました	1人	0.0%
2月は忙しく時間がないから。	1人	0.0%
2月は忙しそうだから	1人	0.0%
2月は友人たちがこどもの受験などで人を集めるのが難しい時期だから。	1人	0.0%
2月は予定がいろいろ入っており、先の見通しが立たないので。	1人	0.0%
2月は予定が詰まっている為。	1人	0.0%
2月は予定が立て込んでいます。	1人	0.0%
2月は旅行に行くので	1人	0.0%
2月出産予定なので	1人	0.0%
あまり時間がとれなそうなので	1人	0.0%
あまり時間にゆとりがないので	1人	0.0%
アルバイトをしているし、子供もいるので忙しいので。	1人	0.0%
いかなれないから	1人	0.0%
いけない。	1人	0.0%
いける暇が無い	1人	0.0%
いそがしいかも	1人	0.0%
いそがしいので、時間がとれない。	1人	0.0%
いそがしいので。	1人	0.0%
いそがしいので作ってる暇はない	1人	0.0%
うちを空けられない	1人	0.0%
おそらく時間がないと思います。仕事をしているので。	1人	0.0%
おそらく時間や子連れ条件などが合わないような気がするから	1人	0.0%
ごめんなさい！子どもが中学受験をひかえていて、時間的に余裕がありません。	1人	0.0%
ごめんなさい。主婦ではないので。	1人	0.0%
これから子供が産まれるので参加は出来ない	1人	0.0%
時間がない。	1人	0.0%
時間なし	1人	0.0%
じかんがない	1人	0.0%
しごとをしているので時間が合わないと思う	1人	0.0%
したいけど仕事の関係とかで時間がないと思う。	1人	0.0%
したくないのではなく、参加できないと思う。パーティーをする時間がとれないので。	1人	0.0%
スケジュール的に参加は無理	1人	0.0%
そういう集まりはとて無理です。体調がわるいので、参加できません。	1人	0.0%
そこまでする時間に余裕がないから	1人	0.0%
そのようなパーティを開く時間がない。	1人	0.0%
そのような時間がない	1人	0.0%
その時期ちょっと忙しいので、参加できそうにないので	1人	0.0%
その時期は、忙しい	1人	0.0%
その時期はちょっと忙しい。	1人	0.0%
その時期は忙しいので。	1人	0.0%
その様なイベントを開催出来る状態ではないため	1人	0.0%
そんな暇ありません。何故、一企業の業務のためにボランティアまがいのサークル活動をしなればいけないのか。	1人	0.0%
そんな暇ない	1人	0.0%
そんな暇は無い	1人	0.0%
ただ今、妊娠中で出産予定と重なるので無理	1人	0.0%

たぶん、仕事なので。	1人	0.0%
たぶん、予定がとれない。	1人	0.0%
たぶん参加できないと思うから	1人	0.0%
たぶん仕事で日程が合わないのと、地方在住なので近所で開催されることがないので。	1人	0.0%
たぶん時間が無いと思うので	1人	0.0%
たぶん日時と時間が、勤務中なので。	1人	0.0%
ちょうど仕事が忙しい時期だから。	1人	0.0%
ちょっと外に出られないから	1人	0.0%
ちょっと時間がなさそう。	1人	0.0%
ちょっと身体(足腰)がよくないので長時間は無理かな…と。	1人	0.0%
ちょっと体調が悪いため	1人	0.0%
とても忙しくて出来ないの。	1人	0.0%
なかなかさんかできない	1人	0.0%
なかなかみんなと会う時間がないから。	1人	0.0%
なかなかみんなの都合が合わないの。	1人	0.0%
なかなか会場に出向くことが出来ないから	1人	0.0%
なかなか時間がとれない	1人	0.0%
なかなか時間がとれないから	1人	0.0%
なかなか時間がとれないの。	1人	0.0%
なかなか時間がとれないの。パーティーには興味は確かにあります。	1人	0.0%
なかなか時間が合わないの…	1人	0.0%
なかなか時間が取れない	1人	0.0%
なかなか時間が取れないから。	1人	0.0%
なかなか時間が取れないの。	1人	0.0%
なかなか時間の都合がつかないかも。	1人	0.0%
なかなか集まることが出来ないから。	1人	0.0%
なかなか集まらない	1人	0.0%
なかなか人が集まらない	1人	0.0%
なかなか都合がつかない	1人	0.0%
なかなか都合がつくかどうか分からないから	1人	0.0%
なかなか都合が合わない	1人	0.0%
なかなか都合が合わないから。	1人	0.0%
なかなか都合が合わないため	1人	0.0%
なかなか難しいと思って。	1人	0.0%
なかなか友達と時間が合わないから	1人	0.0%
なかなか友達と集まってそのようなことをする時間がない	1人	0.0%
なかなか用事があっていけない	1人	0.0%
パーティーを開く暇がないから。	1人	0.0%
パーティーを開く時間がないから	1人	0.0%
パーティーを開く時間がないから。	1人	0.0%
パーティーを開く場所がない	1人	0.0%
パーティする暇なし	1人	0.0%
パーティには参加できそうにはない	1人	0.0%
パーティに参加できないので	1人	0.0%
パーティに出かける余裕がない	1人	0.0%
パーティは開けない	1人	0.0%
パーティは開けないの。	1人	0.0%
パーティをする時間がないの	1人	0.0%
パーティを開くのが時間的に無理な為。	1人	0.0%
パーティを開く時間がないような…	1人	0.0%
パーティを開く場所も時間もないの。	1人	0.0%
パーティを開く状態ではないから。	1人	0.0%
パーティを開けない><;	1人	0.0%
パーティを開けないから	1人	0.0%
パートが忙しいし料理が苦手だから	1人	0.0%
ひまがありません	1人	0.0%
ヒマがない。	1人	0.0%
ひまなし	1人	0.0%
フルタイムで仕事をしているので時間が取れないから。	1人	0.0%
フルタイムで働いているから、参加できない	1人	0.0%
フルタイムで働いているため、休日の予定がたたないからです。ごめんなさい	1人	0.0%
フルタイムで働いているため時間が取れない	1人	0.0%
フルタイムで働いているので時間がとれません。休みもほとんどないので。	1人	0.0%
フルタイムで働いているので時間がない	1人	0.0%
フルタイム勤務で時間がないから	1人	0.0%
フルタイム勤務の為、平日は不可能だから	1人	0.0%
みんな、働いているので、無理かなと	1人	0.0%
みんなの都合が合うか分からない。	1人	0.0%

みんなの予定があわないので	1人	0.0%
みんな仕事をしていて忙しいから	1人	0.0%
みんな働いているのでちょっと無理のようです。	1人	0.0%
よくホームパーティーは開いていたのですが、今はなかなか時間がないので。	1人	0.0%
引越しなどで多忙な為。	1人	0.0%
引越しの時期と重なりそうなので無理かと...	1人	0.0%
家族の介護があるため、外出を控えているから	1人	0.0%
家庭の事情でいけない	1人	0.0%
家庭の事情でいけません	1人	0.0%
暇がない。パーティーを開く習慣がない。	1人	0.0%
暇がないから	1人	0.0%
暇がないので	1人	0.0%
暇が無い。	1人	0.0%
介護が必要な夫がいるので家を留守に出来ません。	1人	0.0%
介護を要する年寄りがいるので時間がとれない。	1人	0.0%
介護中で、出かけられないため。	1人	0.0%
会場へ行けないと思うから。	1人	0.0%
皆、仕事を持っているのでなかなか時間を合わせてあえない状況です。	1人	0.0%
開催に参加できそうもないから。	1人	0.0%
外に出る時間がないので	1人	0.0%
外出が難しい	1人	0.0%
外出が面倒なので。(開催地がとても遠そう)	1人	0.0%
外出できない事情があるので。	1人	0.0%
楽しそうですが、1月末に出産予定なので、そういう意味で参加できないと思いました。	1人	0.0%
簡単に都合がつかなさそう。	1人	0.0%
休みかわからない	1人	0.0%
急がしので時間が作れない	1人	0.0%
興味はあるが、仕事で忙しい時期なので無理だと思うので。	1人	0.0%
興味はあるが仕事をしていて忙しいから。	1人	0.0%
興味はあるけれど、出産を控えているので余裕がないと思う。	1人	0.0%
勤めているので、忙しいから。	1人	0.0%
勤務多忙の為参加するのは難しい。	1人	0.0%
現在 体調を崩しており外出できないため	1人	0.0%
現在パートで忙しいので。	1人	0.0%
現在仕事と役員で忙しい。	1人	0.0%
現在時間の余裕が無いので。両親の介護のため	1人	0.0%
現在妊娠中で、2月に出産予定ですので...	1人	0.0%
個人的な予定がある	1人	0.0%
行きたくない訳ではありませんが、働いているので、参加できません。	1人	0.0%
行く時間がない	1人	0.0%
今 仕事が多忙	1人	0.0%
今、老人介護で忙しいから。	1人	0.0%
今は介護で忙しくて決められて事には参加できかねます。	1人	0.0%
今は参加できないので。	1人	0.0%
今は多忙なので。	1人	0.0%
今は忙しいのでめんどろ。	1人	0.0%
今は忙しくて 人を家に呼べない	1人	0.0%
今は忙しく時間がとれないから。	1人	0.0%
今時間がないので	1人	0.0%
今主婦ではないので仕事の都合で無理だと思う	1人	0.0%
今年年長の子供がいます。役員をしているので、3学期は卒園に向けての準備におわ れますので、開催場所や日程がわからないと参加の可否が出来ません。	1人	0.0%
今忙しいから	1人	0.0%
今忙しいので。	1人	0.0%
昆布は毎日使っているしオリジナルのレシピもあります。ただ今時間的な余裕がない ので参加が難しいです。残念です。	1人	0.0%
最近友人達は仕事などで忙しく、なかなか集まる機会がないです。	1人	0.0%
最近忙しくてパーティーをする暇がないから	1人	0.0%
参加したいが できないと思う	1人	0.0%
参加したいけれども、今忙しすぎて無理だから	1人	0.0%
参加したいのだが、出産直後なので参加できないだけ。あと、昆布料理は自信がない。	1人	0.0%
参加したくない、のではなく、時間的、地理条件などの理由で無理だと思う。	1人	0.0%
参加したくないというか、時間がないので参加できないような気がするの。	1人	0.0%
参加したくないというより、参加できない。平日は働いており、休日はいつも一人でい ろいろな料理を作って楽しんでいる。友人に作ったものを届ける事はあるが、一緒に 料理するのが好きな人が回りにいない	1人	0.0%
参加したくないのではなく、参加できない。(出産がちかいので)	1人	0.0%
参加したくないわけではないけど、時間が無くて参加できそうにない。	1人	0.0%

参加したくない訳じゃなく参加できない	1人	0.0%
参加しているだけの時間がとれないので。親しい人が沢山近所に住んでいるわけではないので。	1人	0.0%
参加してみたいが、時間がない。	1人	0.0%
参加してみたいけど忙しいので、ちょっと無理！	1人	0.0%
参加してみたいとは思いますが、平日でしょうから、参加が無理なのです。	1人	0.0%
参加してみたいと思ったが、時間がないため。	1人	0.0%
参加する暇がない	1人	0.0%
参加する時間がない	1人	0.0%
参加する時間がない。	1人	0.0%
参加する時間が取れない。	1人	0.0%
参加はしてみたくても多分勤務をしているとおもいます。	1人	0.0%
参加はなかなか出来ない。	1人	0.0%
参加までは	1人	0.0%
産後で参加できません。	1人	0.0%
残念ながら時間がない	1人	0.0%
仕事があり都合つかない	1人	0.0%
仕事があり忙しいので	1人	0.0%
仕事があるから時間がない	1人	0.0%
仕事があるので、参加したくても参加できない	1人	0.0%
仕事があるので。	1人	0.0%
仕事があるので難しそう。	1人	0.0%
仕事が多忙で参加するのは難しい	1人	0.0%
仕事が繁忙期なので	1人	0.0%
仕事が不規則な休みのため日程がつかないから。	1人	0.0%
仕事が忙しい。パーティなどに興味がない。公開されて嬉しい、というタイプではない。カリスマ主婦というタイトルが恥ずかしい。	1人	0.0%
仕事が忙しいから	1人	0.0%
仕事が忙しいから。	1人	0.0%
仕事が忙しいため	1人	0.0%
仕事が忙しいので。	1人	0.0%
仕事が忙しいのでなかなか時間がとれないから	1人	0.0%
仕事が忙しいので時間が取れない	1人	0.0%
仕事が忙しいので無理ですね	1人	0.0%
仕事が忙しくて、パーティは開けないと思う。	1人	0.0%
仕事が忙しくて、参加できない。	1人	0.0%
仕事が忙しくていけそうにない。	1人	0.0%
仕事が忙しくて時間がとれない	1人	0.0%
仕事が忙しくて時間がないので。興味はありますが。	1人	0.0%
仕事が忙しくて都合がつかない。	1人	0.0%
仕事が忙しくなる予定なので	1人	0.0%
仕事が忙しく参加できそうにもないから。	1人	0.0%
仕事が忙しく余裕がない	1人	0.0%
仕事が立て込んでいる。インターネットでの参加であれば考えてもよい。	1人	0.0%
仕事してるから	1人	0.0%
仕事だと思うので参加できません	1人	0.0%
仕事で、時間がない	1人	0.0%
仕事でいけない	1人	0.0%
仕事でいそがしいので	1人	0.0%
仕事で行けそうもないから	1人	0.0%
仕事で行けないと思う。	1人	0.0%
仕事で時間がとれません。	1人	0.0%
仕事で時間が取れないと思う	1人	0.0%
仕事で時間が無い	1人	0.0%
仕事で出かけられない	1人	0.0%
仕事で出席できない	1人	0.0%
仕事で駄目かも	1人	0.0%
仕事で日中は留守にしているの	1人	0.0%
仕事で忙しいから・・・	1人	0.0%
仕事で忙しいから時間が取れない	1人	0.0%
仕事で忙しくて参加できそうにない	1人	0.0%
仕事で忙しく暇がなさそうなので。	1人	0.0%
仕事と育児が忙しくてそれどころではない。	1人	0.0%
仕事と育児で忙しい。	1人	0.0%
仕事と重なるかもしれないので	1人	0.0%
仕事などがあり、時間がない。	1人	0.0%
仕事などが忙しいので暇がない	1人	0.0%
仕事の都合。	1人	0.0%

仕事の都合が付かないから。	1人	0.0%
仕事の都合で	1人	0.0%
仕事の都合で参加出来なから	1人	0.0%
仕事の予定が直前までわからないので	1人	0.0%
仕事やその他の用事で都合が付かないと思うから。	1人	0.0%
仕事をしていて、ご近所さんをお招きする暇がないから。	1人	0.0%
仕事をしていて、なかなか時間がとれないから	1人	0.0%
仕事をしていて、時間がとれないから。	1人	0.0%
仕事をしていて時間がない	1人	0.0%
仕事をしていて時間がないので。	1人	0.0%
仕事をしているから	1人	0.0%
仕事をしているし時間的に余裕がない。	1人	0.0%
仕事をしているため	1人	0.0%
仕事をしているため、そのような時間を取ることが難しいから。	1人	0.0%
仕事をしているため時間的に合わない。	1人	0.0%
仕事をしているので、あまり時間が取れないから。でも、集まる機会の少ない主婦には、面白い企画だと思いました。	1人	0.0%
仕事をしているので、あまり自由な時間がないため	1人	0.0%
仕事をしているので、そういったパーティに参加できそうにないから	1人	0.0%
仕事をしているので、なかなか時間が作れないため	1人	0.0%
仕事をしているので、時間が無い。	1人	0.0%
仕事をしているので、無理かと思います。	1人	0.0%
仕事をしているのでできない	1人	0.0%
仕事をしているので時間がとりにくいので。	1人	0.0%
仕事をしているので時間がない	1人	0.0%
仕事をしているので時間が合わないため	1人	0.0%
仕事をしてるので、時間がない。	1人	0.0%
仕事を持っていて、できそうにない	1人	0.0%
仕事を持っているので時間がないです。	1人	0.0%
仕事を持っているので時間的に無理。	1人	0.0%
仕事上、時間がない	1人	0.0%
子供が高校受験なので、親も忙しいし、気分がのらないので。	1人	0.0%
子供の受験！	1人	0.0%
子供の受験で2月はそれどころではない	1人	0.0%
私自身は甲状腺疾患を持っているのでこんぶを食べられません。家族に作ってあげるだけで精一杯です…すみません。	1人	0.0%
時間があいそうにない	1人	0.0%
時間があえば行きたいが日程が合うかわからないからです。	1人	0.0%
時間があまりないので	1人	0.0%
時間がありません	1人	0.0%
時間がありませんので。	1人	0.0%
時間があるか分からないため	1人	0.0%
時間があわない	1人	0.0%
時間があわなそう	1人	0.0%
時間があわなそう、カリスマという言葉がしょぼい	1人	0.0%
時間がたぶん作れない	1人	0.0%
時間がとれないから。	1人	0.0%
時間がとれないから。宣伝のための企画に参加したくはないから。	1人	0.0%
時間がとれないと重う	1人	0.0%
時間がとれないので	1人	0.0%
時間がとれなさそう	1人	0.0%
時間がとれません	1人	0.0%
時間がとれません。	1人	0.0%
時間がとれるかわからない	1人	0.0%
時間かない	1人	0.0%
時間がない！	1人	0.0%
時間がない、、、	1人	0.0%
時間がない。小さな子供がいるので難しい。	1人	0.0%
時間がない。平日は仕事、週末は「子供孝行」に当てたいから。	1人	0.0%
時間がないからし、人見知りするので。	1人	0.0%
時間がないし、こんぶ料理のレパートリーも少ない。	1人	0.0%
時間がないし、わざわざパーティーを開くのも…	1人	0.0%
時間がないし、面倒なので	1人	0.0%
時間がないため。	1人	0.0%
時間がないです…	1人	0.0%
時間がないと 思います。	1人	0.0%
時間がないと思います。	1人	0.0%
時間がないので。	1人	0.0%

時間がないので残念ですが、レシピは教えて頂きたいです。	1人	0.0%
時間がないので残念ですが参加できません	1人	0.0%
時間がなし	1人	0.0%
時間がなし。	1人	0.0%
時間がもったいない	1人	0.0%
時間が合うかどうかわからないから	1人	0.0%
時間が合わない	1人	0.0%
時間が合わないだろうから。	1人	0.0%
時間が合わないと思うため	1人	0.0%
時間が作れない。	1人	0.0%
時間が作れないので。	1人	0.0%
時間が取れそうな時期ではないから	1人	0.0%
時間が取れそうにない。	1人	0.0%
時間が取れそうにないから。	1人	0.0%
時間が取れそうに無いので。	1人	0.0%
時間が取れないと思う	1人	0.0%
時間が取れないと思うので。	1人	0.0%
時間が取れないので	1人	0.0%
時間が取れないので。	1人	0.0%
時間が取れない為	1人	0.0%
時間が取れるか不明なため	1人	0.0%
時間が多分合わないと思うから。	1人	0.0%
時間が無いから残念	1人	0.0%
時間が無いので。。	1人	0.0%
時間が無いので…	1人	0.0%
時間が無いので…	1人	0.0%
時間が有りません	1人	0.0%
時間が有りませんので	1人	0.0%
時間と場所が合わないと思うから	1人	0.0%
時間と場所にもよるがどうせ東京だろうし	1人	0.0%
時間ないから。	1人	0.0%
時間ないです…	1人	0.0%
時間に余裕がないため	1人	0.0%
時間に余裕がないので。	1人	0.0%
時間に余裕が無い	1人	0.0%
時間に余裕が無いから	1人	0.0%
時間に余裕が無いから。	1人	0.0%
時間の都合がつかないと思う	1人	0.0%
時間の都合が合わないと思うから	1人	0.0%
時間の余裕がない	1人	0.0%
時間の余裕がない	1人	0.0%
時間の余裕がないから	1人	0.0%
時間の余裕が無い	1人	0.0%
時間の余裕なし	1人	0.0%
時間もないし、そもそもパーティーとかしないので。	1人	0.0%
時間もなさそうなので	1人	0.0%
時間も場所もない。	1人	0.0%
時間や日程が合わないと思うので。	1人	0.0%
時間的な余裕がない	1人	0.0%
時間的に集まらない	1人	0.0%
時間的に仲間が集る余裕がないから。	1人	0.0%
時間的に難しいから	1人	0.0%
時間的に無理。	1人	0.0%
時間的に無理だから。	1人	0.0%
時間的に無理だと思うから	1人	0.0%
時間的に無理なので	1人	0.0%
時間的に友達が 集まらない と思う	1人	0.0%
時間的に余裕がない。	1人	0.0%
時間的に余裕がないので	1人	0.0%
時間的ゆとりがない	1人	0.0%
時間的余裕がないから	1人	0.0%
時期が忙しい	1人	0.0%
時期的に多忙な為、参加できません。ごめんなさい。	1人	0.0%
時期的に無理なので。	1人	0.0%
耳が聞こえないから	1人	0.0%
自宅で仕事をしているので。	1人	0.0%
自分も友人も仕事をもっているし休日はそれぞれの予定もありなかなか予定が立てられそうにない	1人	0.0%

自由になる時間がない	1人	0.0%
実家の母が心臓病で家のことを2件分してて忙しくて。	1人	0.0%
周りの方と休みが、合わないのでも…すいません	1人	0.0%
出かけていくのは大変だから	1人	0.0%
出かけているので…	1人	0.0%
出かけられない	1人	0.0%
出かけるのはむずかしい	1人	0.0%
出れる状況じゃないから	1人	0.0%
出掛けるのが大変。	1人	0.0%
出産が近いから。	1人	0.0%
出産と重なるから	1人	0.0%
出産などで時間的に無理なため	1人	0.0%
出産をひかえているので	1人	0.0%
出産予定。	1人	0.0%
出産予定があり、1～2ヶ月の子どもがいては参加できない。	1人	0.0%
出産予定のため	1人	0.0%
諸事情により外出が困難なため。	1人	0.0%
場所と時間の調整が取れるか分からないので。	1人	0.0%
状況的に難しい	1人	0.0%
色々忙しく、時間、都合がつかない。	1人	0.0%
心療内科に通っていて、たくさんの方が集まる所へは行けないから。	1人	0.0%
申し訳ないが忙しいため	1人	0.0%
親の介護で忙しいため、家でパーティーを開くのは無理と思う。	1人	0.0%
身体が悪いので参加できないから。	1人	0.0%
身体上の理由で参加が不可能。	1人	0.0%
人を集めてする時間的余裕がない	1人	0.0%
絶対参加できないと思うから	1人	0.0%
先のことなので予定がわからない。	1人	0.0%
足がふじゅう	1人	0.0%
孫の世話で自由に出歩けない	1人	0.0%
多分時間がとれないと思います	1人	0.0%
多忙。	1人	0.0%
多忙で家にあまりいない。	1人	0.0%
多忙で参加できそうにない。	1人	0.0%
多忙で時間がとれない。	1人	0.0%
多忙で時間を取れない	1人	0.0%
多忙なため	1人	0.0%
多忙なので時間が無い	1人	0.0%
第2子妊娠中なので無理	1人	0.0%
只今リハビリ中なので無理です。	1人	0.0%
昼間は仕事で、時間がとれない。	1人	0.0%
昼間自由になる時間がなかなかとれないので	1人	0.0%
昼間全く時間がない。	1人	0.0%
丁度2月頃は子供の卒園前なので忙しくて友達も集まらないんじゃないかと思いま	1人	0.0%
都合があわない	1人	0.0%
都合が合わない。。	1人	0.0%
都内まで行く時間が取れない	1人	0.0%
働いていてその時間が取れない	1人	0.0%
働いていて暇がない	1人	0.0%
働いているから	1人	0.0%
働いているため時間的に余裕がないため	1人	0.0%
働いているので。	1人	0.0%
働いているので休日は家の仕事で精一杯(人を招く余裕がない)	1人	0.0%
働いているので時間がないので	1人	0.0%
働いているので時間の余裕がない。	1人	0.0%
働いているので無理	1人	0.0%
二月は時間が取れない。	1人	0.0%
二月は無理なので。	1人	0.0%
日ごろが忙しく、交流の準備をする暇も無い。	1人	0.0%
日にちが合わなさそう。カリスマ主婦と言うくらいだから、専業主婦のイメージがあり、平日開催っぽい(仕事をしているので)	1人	0.0%
日時にもよる	1人	0.0%
日中は仕事をしているのでどうしても家にいる時間が夜の9時ごろからになってしまうので…	1人	0.0%
日中は働いているのでなかなか難しいから	1人	0.0%
日程が合わない	1人	0.0%
日程が合わないから	1人	0.0%
日程が合わないと思うから	1人	0.0%
日程が不可能だから	1人	0.0%

妊娠中で身動きが取れない	1人	0.0%
妊娠中なので参加できない	1人	0.0%
妊婦なので、参加できないから。	1人	0.0%
年末年始に出産予定なので	1人	0.0%
病人がいるから	1人	0.0%
普段仕事で家にいないことが多いので。	1人	0.0%
普段働いているのでそういう時間がとりづらい。	1人	0.0%
普段働いているのでちょっとムリです。	1人	0.0%
平日は仕事があり2月は時間がとれなさそうだから	1人	0.0%
平日は仕事をしているので時間がない。	1人	0.0%
平日は仕事を持っており、小さい子供もいるので、参加しにくい。	1人	0.0%
忙しい	1人	0.0%
忙しいから。	1人	0.0%
忙しいからパーティを開く時間がない。	1人	0.0%
忙しいし、小さな子供がいるから	1人	0.0%
忙しいです。	1人	0.0%
忙しいと思う	1人	0.0%
忙しいので。。。	1人	0.0%
忙しいので。だけど内容には少し興味がある。	1人	0.0%
忙しいので…	1人	0.0%
忙しいのでなかなかできないと思うので。	1人	0.0%
忙しいので時間的に参加できません。	1人	0.0%
忙しいので都合がつくかどうかわからないから。	1人	0.0%
忙しいので無理	1人	0.0%
忙しいので無理。	1人	0.0%
忙しい為	1人	0.0%
忙しい時期なので。	1人	0.0%
忙しくているので、参加する暇と余裕がないから	1人	0.0%
忙しくて、パーティを開く時間がなさそうだから。	1人	0.0%
忙しくて、集まる時間がなさそう。	1人	0.0%
忙しくていけない。	1人	0.0%
忙しくてたぶん時間が取れないと思う	1人	0.0%
忙しくてなかなか参加できると思えないので。	1人	0.0%
忙しくて暇がない	1人	0.0%
忙しくて行けない	1人	0.0%
忙しくて参加できないと思うので	1人	0.0%
忙しくて時間がとれないので。	1人	0.0%
忙しくて時間がないから	1人	0.0%
忙しくて時間が取れない 友達やご近所などで集まるメンバーがいない	1人	0.0%
忙しくて時間的に無理。	1人	0.0%
忙しくて出来ない	1人	0.0%
毎日介護の仕事があるので、外出しにくいから。	1人	0.0%
無理そうだから	1人	0.0%
無理だから	1人	0.0%
友達のほとんども私も仕事をとっているので集まる時間がない。	1人	0.0%
友達の都合を一緒にの日にあわせるのは、なかなか大変だから。	1人	0.0%
友達は皆独身で、仕事もしていて時間的に無理なので。	1人	0.0%
友達は働いているので時間的余裕が無いので	1人	0.0%
友達は働いてるから	1人	0.0%
予定があわない	1人	0.0%
予定がたたない	1人	0.0%
予定がたたない為。	1人	0.0%
予定が合うかわからない	1人	0.0%
予定が合わない	1人	0.0%
予定が入れにくいので…	1人	0.0%
旅行で不在の為。	1人	0.0%
料理には興味があるのですが、時間がないので参加できないと思います。公開されたものは、ぜひ拝見させていただきたいです。	1人	0.0%
良いとは思いますが忙しいので参加は無理	1人	0.0%
臨月になるので。	1人	0.0%
徘徊高齢者がいるので 必要最小限度しか外出が難しい。	1人	0.0%
料理が苦手、レパートリーが少ない、あまり使わない	677人	19.4%
レシピがない	6人	0.2%
料理は苦手	6人	0.2%
レパートリーがない	5人	0.1%
レパートリーがないから	5人	0.1%
自信がない	5人	0.1%
料理が苦手	5人	0.1%

料理が苦手なので	5人	0.1%
料理が得意ではないから	5人	0.1%
料理に自信がない	5人	0.1%
料理は苦手だから	5人	0.1%
あまり好きではないので	4人	0.1%
レパートリーがないから。	4人	0.1%
苦手	4人	0.1%
昆布料理が得意ではないから。	4人	0.1%
昆布料理をあまり知らないから	4人	0.1%
使わないから	4人	0.1%
料理が苦手だから	3人	0.1%
料理をしない	3人	0.1%
あまり好きではないから。	2人	0.1%
あまり料理が得意ではないので。	2人	0.1%
できない	2人	0.1%
できないから	2人	0.1%
レシピがないので	2人	0.1%
レシピが思いつかない	2人	0.1%
レパートリーがないので	2人	0.1%
レパートリーが少ないから	2人	0.1%
苦手なので	2人	0.1%
昆布を使った料理を知らないので	2人	0.1%
昆布料理が思いつかない	2人	0.1%
昆布料理には自信がないから	2人	0.1%
昆布料理に自信がないから	2人	0.1%
昆布料理のレパートリーが少ないので	2人	0.1%
昆布料理をあまり知らない	2人	0.1%
昆布料理を作れないから	2人	0.1%
昆布料理を知らないから	2人	0.1%
自信がないから	2人	0.1%
自信がないので	2人	0.1%
自信が無い	2人	0.1%
料理がへただから	2人	0.1%
料理が下手だから	2人	0.1%
料理が苦手なので。	2人	0.1%
料理が上手でないので	2人	0.1%
料理が得意でない	2人	0.1%
料理が得意ではないので。	2人	0.1%
料理が不得意なので	2人	0.1%
料理に自信がないから	2人	0.1%
料理に自信がないので	2人	0.1%
料理のレパートリーがない	2人	0.1%
あまり、自信がないです。	1人	0.0%
あまり、レシピを知らないから	1人	0.0%
あまり、昆布を使った料理をしないから	1人	0.0%
あまりお料理には自信がない	1人	0.0%
あまりこぶのレシピを知らない	1人	0.0%
あまりこんぶの料理に自信がないから	1人	0.0%
あまりこんぶは使わないので	1人	0.0%
あまりこんぶ料理のレパートリーがないので。	1人	0.0%
あまりつかわないから	1人	0.0%
あまりレシピが無い	1人	0.0%
あまりレシピを知らないから	1人	0.0%
あまりレシピを知らないから。	1人	0.0%
あまりレパートリーがないから。	1人	0.0%
あまりレパートリーがなく自分で開くのは恥ずかしいですが、昆布の色々な方の料理法を知るために講習のようなものがあれば参加してみたいです。	1人	0.0%
あまりレパートリーもなく自信がないから。	1人	0.0%
あまり昆布のレシピを知らない	1人	0.0%
あまり昆布は使ったことがない	1人	0.0%
あまり昆布メインのレシピに興味がない。	1人	0.0%
あまり昆布をつかっていないから	1人	0.0%
あまり昆布を使ったレシピが思いつかないから。	1人	0.0%
あまり昆布を使った料理のレパートリーがないので	1人	0.0%
あまり昆布を使った料理を作っていない。	1人	0.0%
あまり昆布を使った料理を作れないから。	1人	0.0%
あまり昆布を使って料理しようとは思わないから。	1人	0.0%
あまり昆布を使わないから	1人	0.0%

あまり昆布を使わないので	1人	0.0%
あまり昆布を食べない	1人	0.0%
あまり昆布を食べないので	1人	0.0%
あまり昆布を日常的に使ってないから。	1人	0.0%
あまり昆布料理が思いつかない	1人	0.0%
あまり昆布料理には詳しくないので	1人	0.0%
あまり昆布料理に興味がないから	1人	0.0%
あまり昆布料理のレパートリーもなく子供も幼くパーティーをする時間もない。	1人	0.0%
あまり昆布料理はしない	1人	0.0%
あまり昆布料理は作らないから	1人	0.0%
あまり昆布料理を作れないから	1人	0.0%
あまり昆布料理を知らないから	1人	0.0%
あまり使わないので	1人	0.0%
あまり調理しないので	1人	0.0%
あまり料理が好きではないので	1人	0.0%
あまり料理が上手でない。	1人	0.0%
あまり料理が得意でないから	1人	0.0%
あまり料理が得意ではないから	1人	0.0%
あまり料理が得意ではないから。	1人	0.0%
あまり料理が得意ではないので	1人	0.0%
あまり料理には自信が無い	1人	0.0%
あまり料理に関心がありません	1人	0.0%
あまり料理はしないので、申し訳ありません	1人	0.0%
あまり料理は得意でないから。	1人	0.0%
あまり料理は得意ではないから	1人	0.0%
あまり料理は得意ではないので	1人	0.0%
あまり料理をしないから	1人	0.0%
あまり料理をしないから。	1人	0.0%
あまり料理をしないので…	1人	0.0%
あまり料理をしらないから	1人	0.0%
あんまりレシピをもっていない	1人	0.0%
あんまり料理が得意じゃない	1人	0.0%
イベントに参加するほど昆布を使おうと思わなかったの	1人	0.0%
いまち昆布料理に自信が無いから	1人	0.0%
うまく料理する自信が無い。	1人	0.0%
おだし以外に使わないから	1人	0.0%
おひろめするようなこんぶ料理を作ることができない	1人	0.0%
おやつ昆布は食べるが料理で昆布は出しに使うだけ	1人	0.0%
お料理があまり得意ではないから	1人	0.0%
お料理に自信が無いので。	1人	0.0%
お料理はそんなに得意じゃないから。子供も小さいし…	1人	0.0%
お料理は苦手	1人	0.0%
お料理は苦手です。	1人	0.0%
お料理は苦手なので…	1人	0.0%
お料理をしないので。	1人	0.0%
お料理苦手です。	1人	0.0%
こぶを使ったレシピのレパートリーがない	1人	0.0%
こんぶがメインの料理があまり思いつかないから。	1人	0.0%
こんぶそのものをあまり食べることがないので…	1人	0.0%
こんぶでパーティを開けるようなレシピを知らないの。	1人	0.0%
こんぶネットを見て参加してみたいと思いましたが、あまり料理が得意じゃないので遠慮します。	1人	0.0%
こんぶのバラエティーメニューが思い浮かばないので	1人	0.0%
こんぶのレシピをあまり知らないから。	1人	0.0%
こんぶの使い方を知らない。	1人	0.0%
こんぶの料理の仕方がわからないから	1人	0.0%
こんぶの料理をあまり知らないから。	1人	0.0%
こんぶの料理を知らないから。	1人	0.0%
こんぶパーティするほど昆布のレシピを知らない	1人	0.0%
こんぶはあまり好きではない	1人	0.0%
こんぶはあまり好きではないかん！	1人	0.0%
こんぶはあまり好きではないので	1人	0.0%
こんぶはあまり使わないから。	1人	0.0%
こんぶは好きだがレシピはあまり多くないから。食べる側（紹介される側）であればぜひ参加したい。	1人	0.0%
こんぶは使わないから。	1人	0.0%
こんぶは利用しないから	1人	0.0%
こんぶレシピがない	1人	0.0%
こんぶレシピをまったく知らないのではありません	1人	0.0%

こんぶレシピを知らないし、主婦じゃないから。	1人	0.0%
こんぶをあまり使ったことがないから。	1人	0.0%
こんぶを使うお料理が思いつかないので (普段あまり使わないので)	1人	0.0%
こんぶを使ったレシピをもっていないため	1人	0.0%
こんぶを使った料理が思いつかない	1人	0.0%
こんぶを使った料理が思いつかない。	1人	0.0%
こんぶを使った料理が思いつかないから	1人	0.0%
こんぶを使った料理が思い浮かばない	1人	0.0%
こんぶを使った料理のレシピがたいしてない。	1人	0.0%
こんぶを使った料理のレシピに自信がないので。	1人	0.0%
こんぶを使った料理はあまり作らない	1人	0.0%
こんぶを使った料理をあまり知らないから	1人	0.0%
こんぶを使っの料理が思い浮かばない。	1人	0.0%
こんぶを上手に調理できないので	1人	0.0%
こんぶを中心にした料理があまり思い浮かばない。	1人	0.0%
こんぶを中心にしてのメニュー作りに限界を感じるから。	1人	0.0%
こんぶ料理ができない	1人	0.0%
こんぶ料理が好きではないので。	1人	0.0%
こんぶ料理が作れないから	1人	0.0%
こんぶ料理が思いつかないから。	1人	0.0%
こんぶ料理が思い浮かばないから	1人	0.0%
こんぶ料理が浮かばないから	1人	0.0%
コンブ料理じたいあまりしないので…	1人	0.0%
こんぶ料理にレパートリーがないため	1人	0.0%
こんぶ料理のアイデアがないため。	1人	0.0%
こんぶ料理のアイデアがわからないから	1人	0.0%
こんぶ料理のレパートリーがそんなにないから。	1人	0.0%
こんぶ料理のレパートリーがない…。	1人	0.0%
こんぶ料理のレパートリーがないから	1人	0.0%
こんぶ料理のレパートリーがないので。	1人	0.0%
こんぶ料理のレパートリーが少ない。	1人	0.0%
こんぶ料理のレパートリーが少ない。様子を公開することに抵抗がある。	1人	0.0%
こんぶ料理は、レパートリーがあまりないので自信がないです	1人	0.0%
こんぶ料理はしないのでわからない	1人	0.0%
こんぶ料理はほとんど作らないから	1人	0.0%
こんぶ料理はむずかしい	1人	0.0%
こんぶ料理をあまり作っていないので、自信がありません。	1人	0.0%
こんぶ料理をしないので。こんぶはほとんどダシとして使っているの。	1人	0.0%
こんぶ料理をほとんど家庭で食べないため。	1人	0.0%
こんぶ料理をよく知らないから。	1人	0.0%
こんぶ料理を知らないから	1人	0.0%
こんぶ料理を知らないから。	1人	0.0%
ご馳走になるようなメニューを思いつきません。	1人	0.0%
ご披露するほどの料理を作れないから…	1人	0.0%
そうそうこんぶを使った料理を作らないから	1人	0.0%
そこまでの腕がない	1人	0.0%
そこまで料理しないから	1人	0.0%
そこまで料理好きではないから。食べるのは好きだけど、作るのは…	1人	0.0%
そこまで料理上手じゃない	1人	0.0%
それほど、レシピがありません。	1人	0.0%
それほどアイデアがないから	1人	0.0%
それほどこったレシピではないため。	1人	0.0%
それほどのレシピを知らないから。	1人	0.0%
それほどレシピがない	1人	0.0%
それほど昆布のレパートリーはないので。	1人	0.0%
それほど昆布を使っていません。	1人	0.0%
それほど得意な昆布料理はないから 出来ないと思うから。	1人	0.0%
それほど料理が得意ではないから	1人	0.0%
そんなにたくさんの昆布レシピがないから。	1人	0.0%
そんなにメニューを知らないのでカリスマのメニューをみてなりたい	1人	0.0%
そんなにレシピがないから	1人	0.0%
そんなにレパートリーがないから	1人	0.0%
そんなにレパートリーはない	1人	0.0%
そんなに昆布を使った料理を知らないの。	1人	0.0%
そんなに昆布料理を知らないから。	1人	0.0%
そんなに得意ではないので。	1人	0.0%
そんなに得意な昆布料理はない	1人	0.0%
そんなに特別なレシピがあるわけではないの。	1人	0.0%

そんなに料理がうまいので。	1人	0.0%
そんなに料理が得意でないから。	1人	0.0%
そんなに料理上手ではないから	1人	0.0%
そんなに料理上手ではないので。	1人	0.0%
そんな大した料理は作れないので。	1人	0.0%
たいしたものはつくらないので参加できそうにない。	1人	0.0%
たいしたレシピがないから	1人	0.0%
たいした物は作れないから	1人	0.0%
たくさんのレシピをもっていないので	1人	0.0%
だしに使う程度で自分のレシピを知らないから	1人	0.0%
だし程度の昆布は食べられるが昆布巻きなどの昆布メインの料理は苦手だから	1人	0.0%
ただ、今あんまりレシピがないので、それが気になります。あと、二月はバタバタするので、	1人	0.0%
ちょっと昆布メインの料理は思いつかない	1人	0.0%
ちょっと料理は苦手	1人	0.0%
どちらかというと料理は苦手なので。	1人	0.0%
なかなか昆布料理が思い浮かばないから	1人	0.0%
なかなか思うつくメニューがないので	1人	0.0%
パーティーをするほどのレシピを持ち合わせていないので	1人	0.0%
パーティーをするほど昆布のレパートリーがないため	1人	0.0%
パーティー開けるような料理が出せないから。	1人	0.0%
パーティー向けの昆布料理のレシピが思いつかない。	1人	0.0%
パーティー用になるようなこんぶ料理は作れないから。	1人	0.0%
パーティエをするほどメニューがうかばないから。	1人	0.0%
パーティが開けるほど、こんぶのレシピを持っていないから。	1人	0.0%
パーティするほどのレシピがないから。「カリスマ主婦」なんてつくると恐れ多いから。	1人	0.0%
パーティを開くことができるほど、たくさんコンプレシピがないから。	1人	0.0%
パーティを開くほどのレシピがない	1人	0.0%
パーティを開くほどの腕前がない	1人	0.0%
パーティを開けそうな「昆布商品を使った料理」が思いつかない	1人	0.0%
パーティを開けるほどのこんぶのレシピがない。	1人	0.0%
パーティを開けるようなこんぶ料理を作れない	1人	0.0%
パーティ料理に昆布を使ったものが浮かばない	1人	0.0%
ほかの人のレシピは見たいが自分の我流のは人に言うほどの価値はないから	1人	0.0%
ほかの方のレシピには興味がありますが、自分で紹介できるほどのレパートリーもないので…。	1人	0.0%
レシピがない。	1人	0.0%
レシピがない。パーティの様子は見てみたいけれど…	1人	0.0%
レシピがないから作れない	1人	0.0%
レシピがないので	1人	0.0%
レシピがねっとにたくさんあるから	1人	0.0%
レシピがわからない	1人	0.0%
レシピが公開されたら見てみたいと思うが、わざわざ参加してみたいとは思わない。	1人	0.0%
レシピが多くない。	1人	0.0%
レシピが特に思いつかない。	1人	0.0%
レシピが微妙そう	1人	0.0%
レシピが乏しいので	1人	0.0%
レシピが無いので	1人	0.0%
レシピに乏しい。	1人	0.0%
レシピをもっていないから	1人	0.0%
レシピを公開できるほど昆布のレシピを知らないから	1人	0.0%
レシピを思いつきません。	1人	0.0%
レパートリーがない。	1人	0.0%
レパートリーがないので友人と一緒にだと恥ずかしい	1人	0.0%
レパートリーがまったくないので、パーティなんて開けないから。	1人	0.0%
レパートリーが少なすぎて恥ずかしい。「カリスマ主婦」とは程遠いです。	1人	0.0%
レパートリーが全く無いから	1人	0.0%
レパートリーが乏しい	1人	0.0%
レパートリーがない	1人	0.0%
基本的に料理は苦手だから。	1人	0.0%
公開するだけの昆布商品のレシピがない。	1人	0.0%
公開するほどのレシピではないから	1人	0.0%
公開するほどのレシピは持ち合わせていない。	1人	0.0%
公開するほどのレシピは持っていないので	1人	0.0%
公開するほどのレシピをもっていない	1人	0.0%
公開するほどの料理に自信がないから	1人	0.0%
公開するほど料理の腕前はよくないから。	1人	0.0%
公開するような、レシピではないので。	1人	0.0%
公開するようなオリジナルなレシピがない。	1人	0.0%

公開するようなレシピを知らない	1人	0.0%
公開できるようなレシピがない	1人	0.0%
公開できるようなレシピがないから。	1人	0.0%
昆布がメインのパーティー向けのレシピが浮かばないから。	1人	0.0%
昆布だけというのは難しい、主役には用使えないからddえす。	1人	0.0%
昆布での料理のレパートリーがないから。	1人	0.0%
昆布では、レシピに限りがあるのでは？	1人	0.0%
昆布で出しとりはするけど、昆布を使っての料理は作らないから自信がない、	1人	0.0%
昆布についてのレシピがないから	1人	0.0%
昆布についてのレパートリーが沢山ない	1人	0.0%
昆布にはあまり精通していないので。。	1人	0.0%
昆布にレシピが思い浮かばないから。	1人	0.0%
昆布のお料理ってバリエーションがないから。	1人	0.0%
昆布のレシピがあまり無い。	1人	0.0%
昆布のレシピが少ないので	1人	0.0%
昆布のレシピが浮かばないため	1人	0.0%
昆布のレシピが豊富じゃないので	1人	0.0%
昆布のレシピは知りたいけど、自分が作る自信がない。	1人	0.0%
昆布のレシピをそこまで知りたいとは思わないから。	1人	0.0%
昆布のレシピを知らないの。	1人	0.0%
昆布のレパートリーがそんなにないので	1人	0.0%
昆布のレパートリーがあまりないから。	1人	0.0%
昆布のレパートリーがないから	1人	0.0%
昆布のレパートリーがないし、なかなか人が集まらない	1人	0.0%
昆布のレパートリーが少ないから。食べに行くのならいいんですが…。	1人	0.0%
昆布のレパートリー少なくて恥ずかしい	1人	0.0%
昆布の使用が少ないから	1人	0.0%
昆布の料理がよくわからないから	1人	0.0%
昆布の料理が思いつかない	1人	0.0%
昆布の料理が思いつかないので	1人	0.0%
昆布の料理に興味がないから	1人	0.0%
昆布の料理をそんなに作れないから。	1人	0.0%
昆布の料理を他に知らないから。	1人	0.0%
昆布は、粉末だしや佃煮以外にはあまり食べないし、昆布を使った料理を作れる自信がない。	1人	0.0%
昆布パーティをするほどのレシピが無い	1人	0.0%
昆布はあまり使わない	1人	0.0%
昆布はあまり使わないから。	1人	0.0%
昆布はあまり使用したことがないので、うまく料理を作る自信がない。	1人	0.0%
昆布はあまり食べないから	1人	0.0%
昆布はあまり食べないので	1人	0.0%
昆布はだしに使うだけだから	1人	0.0%
昆布はだし以外で使わない。	1人	0.0%
昆布はほとんど使わないので、パーティーなんてできません。	1人	0.0%
昆布はめったに使わない	1人	0.0%
昆布は使わないから	1人	0.0%
昆布レシピがないから	1人	0.0%
昆布レシピがないので。	1人	0.0%
昆布レシピが思い浮かばないので。	1人	0.0%
昆布レシピを知らないから。	1人	0.0%
昆布をあまり使いこなせている自信がないので…。	1人	0.0%
昆布をあまり使ったことが無いから	1人	0.0%
昆布をあまり食べない	1人	0.0%
昆布をうまく使えない	1人	0.0%
昆布を使う料理に自信がないので…。	1人	0.0%
昆布を使う料理を作れないから。	1人	0.0%
昆布を使ったアイデア料理は、私のほうが知りたいです。	1人	0.0%
昆布を使ったメニューを知らないから。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピがないため	1人	0.0%
昆布を使ったレシピがなく、自信がない。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピが思いつかないから。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピが思い当たらない	1人	0.0%
昆布を使ったレシピが少ないから。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピでパーティーにむくようなものもおもいつかない	1人	0.0%
昆布を使ったレシピをあまり知らない	1人	0.0%
昆布を使ったレシピをあまり知らないの。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピを知らないの。	1人	0.0%
昆布を使ったレパートリーがあまりなく、難しそうだから	1人	0.0%
昆布を使ったレパートリーが無いので参加できません。	1人	0.0%

昆布を使った料理があまり得意ではないため。また、お友達もあまり好きそうな人がいないため。	1人	0.0%
昆布を使った料理がなかなか思いつかないので。	1人	0.0%
昆布を使った料理がほんとに分からないので。。。。	1人	0.0%
昆布を使った料理がまだほとんど身についていないので。一見地味な食材ですが体に良いし毎日取りたいので、本等を参考に日々練習中です。	1人	0.0%
昆布を使った料理が思い浮かばないので	1人	0.0%
昆布を使った料理が全く思いつかないため。。。	1人	0.0%
昆布を使った料理でパーティーというものにピンとこないの	1人	0.0%
昆布を使った料理のレシピが無いから。	1人	0.0%
昆布を使った料理のレパートリーがない	1人	0.0%
昆布を使った料理のレパートリーが少ないので。	1人	0.0%
昆布を使った料理はあまりしないから	1人	0.0%
昆布を使った料理はあまりできないので。	1人	0.0%
昆布を使った料理はほとんどしないので。	1人	0.0%
昆布を使った料理をあまり食べないから。	1人	0.0%
昆布を使った料理をあまり知らない	1人	0.0%
昆布を使った料理をあまり知らないから。	1人	0.0%
昆布を使った料理をした事がないし、基本的に料理が苦手。	1人	0.0%
昆布を使った料理を思いつかないため。	1人	0.0%
昆布を使った料理を知らないから	1人	0.0%
昆布を使った料理を知らないの。	1人	0.0%
昆布を使っていないので、よくわからないから	1人	0.0%
昆布を使用したレシピがわからないから	1人	0.0%
昆布を日頃使うことがあまりないので、昆布を使った料理を作ることに自信がない。	1人	0.0%
昆布を買わない	1人	0.0%
昆布を普段つかわないから	1人	0.0%
昆布を利用した料理が浮かばないから。	1人	0.0%
昆布商品を使ったレシピが特にないので	1人	0.0%
昆布商品を使った料理はほとんどしないから	1人	0.0%
昆布商品を使った料理レシピがないため	1人	0.0%
昆布商品を使った料理をあまりつくらない。	1人	0.0%
昆布商品を使った料理をあまり知らないから	1人	0.0%
昆布商品を使った料理をあまり知らないから。	1人	0.0%
昆布商品を使ってパーティーを開けるほどレシピを知らないから	1人	0.0%
昆布料理が、得意でないから。	1人	0.0%
昆布料理ができない	1人	0.0%
昆布料理がないので。	1人	0.0%
昆布料理がわからない	1人	0.0%
昆布料理が思いつかないから。	1人	0.0%
昆布料理が思いつかないし、お友達も同様な話なので。。	1人	0.0%
昆布料理が思いつきませんし、なかなか時間や日にちの都合がつかず、友人を集めることが難しいと思うからです。	1人	0.0%
昆布料理が思い浮かばない	1人	0.0%
昆布料理には全く自信が無いので。	1人	0.0%
昆布料理に自信がないので	1人	0.0%
昆布料理のレシピがないから	1人	0.0%
昆布料理のレシピが少ないのでパーティが成り立たない。。。	1人	0.0%
昆布料理のレシピが乏しくパーティを開くのは難しいと思ったから。	1人	0.0%
昆布料理のレパートリーがそれほどない。	1人	0.0%
昆布料理のレパートリーがないから。また、昆布だけでは盛り上がりには欠けそう。	1人	0.0%
昆布料理のレパートリーがないので	1人	0.0%
昆布料理のレパートリーがないので。。	1人	0.0%
昆布料理のレパートリーが少ないから	1人	0.0%
昆布料理のレパートリーが少ないから。	1人	0.0%
昆布料理のレパートリーが少ないので。	1人	0.0%
昆布料理のレパートリーが無い	1人	0.0%
昆布料理はあまりわからないから	1人	0.0%
昆布料理はあまり作らない。	1人	0.0%
昆布料理はあまり作らないし、得意ではないから	1人	0.0%
昆布料理はあまり思いつかない。	1人	0.0%
昆布料理はしないから	1人	0.0%
昆布料理はまだ勉強中なので	1人	0.0%
昆布料理は家族で人気がないからあまり作らないので	1人	0.0%
昆布料理は作らないから。	1人	0.0%
昆布料理は知らないから	1人	0.0%
昆布料理は知らないの	1人	0.0%
昆布料理は得意でないから	1人	0.0%
昆布料理や和食をあまり作らないママ友が多い。	1人	0.0%

昆布料理をあまりしないから	1人	0.0%
昆布料理をあまりしないから、レシピがない。	1人	0.0%
昆布料理をあまり作らないから	1人	0.0%
昆布料理をあまり知らないから。	1人	0.0%
昆布料理をあまり知らないから。。	1人	0.0%
昆布料理をあまり知らないし、自信がないのでパーティーになるか分からないから。	1人	0.0%
昆布料理をあまり知らないため。	1人	0.0%
昆布料理をよく知らないの	1人	0.0%
昆布料理を知らない	1人	0.0%
昆布料理を知らないの	1人	0.0%
昆布料理を知らないの。	1人	0.0%
左程料理が得意ではないので 気後れがしてしまいます。	1人	0.0%
作れないから	1人	0.0%
作れるレシピがない	1人	0.0%
参加する側であれば是非参会したいのですが、自分で主催するのは昆布を使ったレパートリーも殆どないのでむずかしいと思うので。	1人	0.0%
使用頻度が少なく パーティーにならないかも	1人	0.0%
自信がないから。	1人	0.0%
自信のもてるこんぶ料理がないから	1人	0.0%
自身のある料理がないから	1人	0.0%
自分としてはあまり上手な使い方や料理が出来ていないと思ったから。	1人	0.0%
自分にはそれほどたいしたねたが無いと思うから	1人	0.0%
自分には紹介できるようなレシピが無いから	1人	0.0%
自分の昆布を使った料理のレシピを持っていないから	1人	0.0%
自分の持っているレシピがないから	1人	0.0%
自分の知らないこんぶレシピを開拓できそうだから	1人	0.0%
自分はあまり料理を作らないから	1人	0.0%
自分は料理が苦手なので	1人	0.0%
自分も含めて、周囲の人間は料理が下手だから。	1人	0.0%
自分自身が、昆布については、とろろ昆布汁くらいしか作らず、他にレパートリーが思いつかないので。	1人	0.0%
自分自身料理のアイデアが貧弱なので	1人	0.0%
自慢できるようなレシピを持っていないので。	1人	0.0%
紹介できるレシピがありませんので(笑)	1人	0.0%
新しいメニューが考えられない	1人	0.0%
人と意見交換するほどレパートリーもないので	1人	0.0%
人にお見せできるようなレシピではないから ; ;	1人	0.0%
人にみせられるようなレシピは知らないから	1人	0.0%
人に公開するほど、レシピを持ち合わせていません。	1人	0.0%
人前でするほど、料理が得意ではないから	1人	0.0%
人前での料理は苦手なので。	1人	0.0%
他人に食べてもらえるほどの料理は作れない	1人	0.0%
沢山のレシピで作るのは難しそうだから	1人	0.0%
得意ではないから。	1人	0.0%
得意ではないので	1人	0.0%
得意な昆布料理が無いので・・・	1人	0.0%
特に お勧めのレシピが無い	1人	0.0%
特に理由はないが、昆布の料理をあまりしないから	1人	0.0%
特別な昆布のレシピを持っていないから。	1人	0.0%
夫が昆布嫌いであり料理には使わないから	1人	0.0%
普段、あまり使わないから。	1人	0.0%
普段、自分が料理をするわけではないから。	1人	0.0%
普段から昆布はそれほど使わないから。	1人	0.0%
普段から人を家に呼んで料理を出すことは苦手ではないので。料理に自信がない。	1人	0.0%
普段こんぶを使うことがないから	1人	0.0%
普段つかわないので	1人	0.0%
普段ほとんど使わないので、参加しても右往左往しそう	1人	0.0%
殆ど料理をしないので。すみません。	1人	0.0%
未婚なので、まだ料理にそれほど時間を取れない。	1人	0.0%
魅力は感じるが、自分に披露するようなレシピがないので。	1人	0.0%
余り昆布料理はつからないから	1人	0.0%
余り食べないから	1人	0.0%
余り食べなれてないから...	1人	0.0%
料理あまり上手じゃない	1人	0.0%
料理があまり好きでないから。	1人	0.0%
料理があまり好きではないので。	1人	0.0%
料理があまり得意じゃない為。	1人	0.0%
料理があまり得意でないの、料理の新しいアイデアが浮かばない。	1人	0.0%

料理があまり得意でなく、そんなにたくさんの昆布のレシピを知らないため。	1人	0.0%
料理があまり得意ではないので	1人	0.0%
料理があんまり得意じゃないから	1人	0.0%
料理がうまくないから	1人	0.0%
料理がキライ	1人	0.0%
料理がそれほど得意ではないため。	1人	0.0%
料理ができないから	1人	0.0%
料理がへたなので無理。	1人	0.0%
料理が下手だから。交流が少し苦手で不安。他の交流なら行ってみたい	1人	0.0%
料理が下手だしカリスマ主婦でないの	1人	0.0%
料理が下手なので。	1人	0.0%
料理が苦手&もてなし下手なため	1人	0.0%
料理が苦手。	1人	0.0%
料理が苦手だからです。	1人	0.0%
料理が苦手ではほとんどわからないから。	1人	0.0%
料理が苦手なため	1人	0.0%
料理が苦手なので、人に料理をふるまうのはためらってしまう。	1人	0.0%
料理が苦手なので…	1人	0.0%
料理が苦手なので人に食べてもらうのが恥ずかしい	1人	0.0%
料理が嫌いだから	1人	0.0%
料理が嫌いなので	1人	0.0%
料理が好きじゃないし、カリスマ主婦ではない	1人	0.0%
料理が好きではないので	1人	0.0%
料理が思いつきません	1人	0.0%
料理が出来ないので	1人	0.0%
料理が出来ません。	1人	0.0%
料理が上手くないし、キッチンも狭いので。	1人	0.0%
料理が上手くないので。	1人	0.0%
料理が上手じゃないから	1人	0.0%
料理が上手じゃないので	1人	0.0%
料理が上手ではないので。小さな子供がいるので	1人	0.0%
料理が上手ではないので…。	1人	0.0%
料理が得意じゃないので…	1人	0.0%
料理が得意でないから	1人	0.0%
料理が得意でないから。	1人	0.0%
料理が得意でないため	1人	0.0%
料理が得意でないの 人様に食べさせるのは苦手	1人	0.0%
料理が得意でないの。	1人	0.0%
料理が得意でないのと、人前にでるのが苦手であるから。	1人	0.0%
料理が得意ではない	1人	0.0%
料理が得意ではない。	1人	0.0%
料理が得意ではない。。	1人	0.0%
料理が得意ではないし、人をお招きする家でもない。	1人	0.0%
料理が得意ではないので	1人	0.0%
料理が得意ではないので、そのようなパーティに参加したくないから。	1人	0.0%
料理が得意ではないので、めんどくさい	1人	0.0%
料理が得意ではないので家族に食べさせるだけで精一杯です	1人	0.0%
料理しない	1人	0.0%
料理には自信がないので。	1人	0.0%
料理に自信がないし。友達ほとんど仕事にでているので	1人	0.0%
料理に自信がない・仕事で休みが合わない	1人	0.0%
料理に自信がないから。。	1人	0.0%
料理に自信がなくて恥ずかしいから…。	1人	0.0%
料理に自信が無い	1人	0.0%
料理に自信が無い。	1人	0.0%
料理に自信が無いので。	1人	0.0%
料理に自信が無く、面倒だから	1人	0.0%
料理に自身がないから	1人	0.0%
料理のレパートリーがナイので。	1人	0.0%
料理のレパートリーが少ない	1人	0.0%
料理のレパートリーが無い。	1人	0.0%
料理の初心者なので	1人	0.0%
料理は 不得意だし、住んで居る場所が場所なので集まる人が居ないから	1人	0.0%
料理はあまり…	1人	0.0%
料理はあまりしない	1人	0.0%
料理はあまり興味がない	1人	0.0%
料理はあまり好きじゃないので	1人	0.0%
料理はあまり好きではないから。	1人	0.0%

料理はあまり得意じゃない。昆布料理のレパートリーが少ない。そもそも昆布をおいしく食べるには手間か時間のどちらかがかかる。部屋が汚いので友達を呼べない。共通の友達が少ない。ママ友は、働いている人はお互い忙しいし、主婦は自分が平日忙しいので呼べない。	1人	0.0%
料理はあまり得意でないから	1人	0.0%
料理はあまり得意ではないから	1人	0.0%
料理はあまり得意ではないので。	1人	0.0%
料理はこれから勉強する	1人	0.0%
料理はしないので	1人	0.0%
料理はしません	1人	0.0%
料理は好きだが、他人に教えるようなものはない	1人	0.0%
料理はそんなに得意ではない	1人	0.0%
料理はもともと得意ではないので。	1人	0.0%
料理は下手だし、そういうのは苦手なので。	1人	0.0%
料理は苦手、作るのはきらいではないが、下準備がへたである。	1人	0.0%
料理は苦手です。	1人	0.0%
料理は苦手なので、パーティには参加したくない	1人	0.0%
料理は苦手なので。	1人	0.0%
料理は嫌い。	1人	0.0%
料理は得意じゃないので。	1人	0.0%
料理は得意でないから	1人	0.0%
料理は得意でないし恥ずかしい	1人	0.0%
料理は得意でないの	1人	0.0%
料理は得意ではない	1人	0.0%
料理は得意ではないから	1人	0.0%
料理は得意ではないので。	1人	0.0%
料理は得意ではないので..	1人	0.0%
料理は不得意。	1人	0.0%
料理は不得手だから。	1人	0.0%
料理ベタ	1人	0.0%
料理もパーティーも好きではないから	1人	0.0%
料理もパーティーも好きじゃないから。	1人	0.0%
料理をあまりしないから	1人	0.0%
料理をしないから	1人	0.0%
料理をしないので	1人	0.0%
料理を人に見せるほどうまくないので。	1人	0.0%
料理を披露できるほどではないから・	1人	0.0%
料理下手なので	1人	0.0%
料理下手なので、はずかしい。	1人	0.0%
料理自体がうまくない	1人	0.0%
料理上手ではないし、特に昆布料理は全然知らないため	1人	0.0%
料理上手ではないので恥ずかしい	1人	0.0%
腕に自信がない	1人	0.0%
誘える友達がいない	247人	7.1%
近所に友達がいない	3人	0.1%
近所に友達がいないから	3人	0.1%
友達がいない	3人	0.1%
あまりご近所づきあいしてないので	1人	0.0%
あまりご近所づきあいをしていないので。	1人	0.0%
あまり周りで昆布料理に興味がありそうな友達が思い当たらないから。	1人	0.0%
あまり友人を巻き込みたくないから。	1人	0.0%
あまり友達がいないから	1人	0.0%
あまり料理に興味のある友達がいない。	1人	0.0%
イベントに参加するのは面白そうです。個人的には参加してみたいけれど公開しても良いという友達を集めるのが難しいかも。	1人	0.0%
イベントに誘い合って参加できる人が仕事などでいないので。	1人	0.0%
お互いの予定が合う友達が見つからないと思うから。	1人	0.0%
お友達はほとんど、働いている主婦のため、みんなの都合がつかないから。	1人	0.0%
お友達はみんな働いているので集まらない	1人	0.0%
お友達を誘えないので。	1人	0.0%
お誘いするような方がいない。	1人	0.0%
お誘い出来る方がいないから。	1人	0.0%
ここは学生の町で主婦同士のお付き合いがないので。	1人	0.0%
ご近所さんと呼ぶような場所もないし、お友達もいないかも...	1人	0.0%
ご近所づきあいがあまりない	1人	0.0%
ご近所とあまりお付き合いがないので	1人	0.0%
ご近所との付き合いでお料理をすることがない	1人	0.0%
ご近所との付き合いはほとんどないし、家に人を招きたくないから。	1人	0.0%

ご近所に親しい人がいない。友人は遠いところに住んでいるので。	1人	0.0%
ご近所に年齢の近い人がいない。	1人	0.0%
ご近所のお友達がいないので	1人	0.0%
ご近所の交流がないので	1人	0.0%
ご近所の集まり等は好まないため	1人	0.0%
ご近所の方も友達もパートをされていてなかなか時間が無いので。	1人	0.0%
ご近所の友達という人がいないから。	1人	0.0%
ご近所は有職主婦が多く皆さん忙しく時間がとれないから。	1人	0.0%
ご近所やお友達を誘うというのがあまり気乗りがしないから	1人	0.0%
ご近所や友達と予定が合わないから	1人	0.0%
ご近所や友達は、参加しないと思うので	1人	0.0%
ご近所や友達を誘えない。	1人	0.0%
ご近所付き合いがないので	1人	0.0%
ご近所付き合いがないので	1人	0.0%
ご近所付き合いはあまりしていないし、自宅に人を呼ぶのは好きでないから。	1人	0.0%
そういうのが好きな友達がいない	1人	0.0%
そういう主婦仲間はいない	1人	0.0%
そういう友達がいないし、こんぶ料理はしない	1人	0.0%
そんなことができる場所も友達もない	1人	0.0%
そんなにお友達がいない	1人	0.0%
ちかくに友達も親しい近所もないので	1人	0.0%
なかなかそういうのに興味のある友達が回りにいないから。	1人	0.0%
なかなか昆布を使った料理を作る友達がいない。	1人	0.0%
パーティーで呼ぶ人がいない	1人	0.0%
パーティーをするほど人が集まらない	1人	0.0%
パーティーを開くほど友達がいない	1人	0.0%
パーティーを開くような仲間がいない。	1人	0.0%
パーティーに呼ぶ人が思いつかないので・・・	1人	0.0%
パーティをするほど人数を集められない	1人	0.0%
パーティをするほど仲良しの友人・知人が近くに居ない	1人	0.0%
パーティを開けるような友人がいない	1人	0.0%
まだ引越したばかりで近所の方とそれほどお付き合いがない	1人	0.0%
まわりに友達がいないので参加しにくい	1人	0.0%
メンバーがいない	1人	0.0%
メンバーが集まらない	1人	0.0%
メンバーが集まらないので	1人	0.0%
一緒にパーティを開くような友人がいないので。	1人	0.0%
一緒に料理をする仲間がいないから。	1人	0.0%
引っ越してきたばかりで、友達がいないので・・・	1人	0.0%
引っ越したばかりで知り合いがいないし、こんぶ料理のパーティといってもあまりのってこないのではないかと思います	1人	0.0%
引っ越したばかりで、近所に親しい人がいない	1人	0.0%
引っ越したばかりで、知り合いが居ない	1人	0.0%
引っ越したばかりでこちらに友達がいない	1人	0.0%
引っ越したばかりで近所に知り合いがいない。	1人	0.0%
引っ越したばかりで知人や友人がいないのでホームパーティを開けないから。	1人	0.0%
引っ越してから近所にパーティーをするような友人はいないので	1人	0.0%
引っ越してきたばかりで、お友達がいないので。パーティースペースもないので。	1人	0.0%
引っ越してきたばかりで、知り合いが近所にいない。	1人	0.0%
引っ越してきたばかりで近所に知り合いがいない	1人	0.0%
引っ越してきたばかりで知り合いがいない	1人	0.0%
引っ越してきたばかりなので、お家に呼べるほど仲の良い主婦友達がいないから	1人	0.0%
引っ越してきて間もないため、近所に友達がいないから	1人	0.0%
引越してから近所に友人がいない	1人	0.0%
引越しをしてあまり親しい友達がいない	1人	0.0%
遠方の友人は多いけど近所の友人は少ないから。	1人	0.0%
家に呼べるような友達はいない	1人	0.0%
興味を示しそうな人が思い浮かばないし、その様子を公開したくないので。	1人	0.0%
近くに友達が少ないので	1人	0.0%
近くに友人がいないから。	1人	0.0%
近くに友人がいないから。	1人	0.0%
近くに友人がいないし、小さい子供がいるので。	1人	0.0%
近くに友人が住んでいないのでなかなか集まらない。家族でやるならぜひ参加したいが・・・	1人	0.0%
近くに友達がいない	1人	0.0%
近くに友達がいないから。	1人	0.0%
近くに友達がいないので	1人	0.0%
近所がない。	1人	0.0%
近所づきあいのある主婦があまりいない	1人	0.0%

近所づきあいはいしていないし、友達は地方なので。	1人	0.0%
近所づきあいをしていない	1人	0.0%
近所でそういったパーティーをできる仲間があまりいないから	1人	0.0%
近所で昆布好きが…	1人	0.0%
近所とはつきあいたくない	1人	0.0%
近所とは付き合い無いから	1人	0.0%
近所と付き合いがないから。	1人	0.0%
近所に あまり友達がいない。	1人	0.0%
近所にあまり知り合いがいない。	1人	0.0%
近所にあまり知り合いはいないので	1人	0.0%
近所にあまり友達がいないから	1人	0.0%
近所にいないので。	1人	0.0%
近所にお集まりできるような人がいない	1人	0.0%
近所にお友達がいないので	1人	0.0%
近所にお友達が居ないです。	1人	0.0%
近所にそういう友達はいないから	1人	0.0%
近所にそのような友達がいないから。	1人	0.0%
近所にともだちがいないから	1人	0.0%
近所にパーティーに呼ぶお友達がいない。	1人	0.0%
近所にパーティするような友人がいないから	1人	0.0%
近所にはあまり仲のよいひとがいない。	1人	0.0%
近所にはいないので	1人	0.0%
近所には主婦の友達はいないから。	1人	0.0%
近所には友人がいないので	1人	0.0%
近所には友達がいないので	1人	0.0%
近所に参加できる人がいないので。	1人	0.0%
近所に主婦仲間がいないから	1人	0.0%
近所に主婦仲間がいないので。	1人	0.0%
近所に主婦友達がいない	1人	0.0%
近所に主婦友達がいないので。	1人	0.0%
近所に集まれる主婦がいない	1人	0.0%
近所に親しい友人がいないから。	1人	0.0%
近所に知り合いがいないから。	1人	0.0%
近所に知り合いがいないし、育児中で人と集まるのが難しいので。	1人	0.0%
近所に知り合いがいないのと、レシピを公開するほど、レパートリーがないので。	1人	0.0%
近所に知り合いが少ない	1人	0.0%
近所に平日いる人がいない	1人	0.0%
近所に友人がいない	1人	0.0%
近所に友人がいないので	1人	0.0%
近所に友人と言える主婦が居ない。	1人	0.0%
近所に友人は居ないから	1人	0.0%
近所に友人は住んでいないので…	1人	0.0%
近所に友達がいない	1人	0.0%
近所に友達がいない・子供が小さいのでそういったパーティーをやる暇がない。	1人	0.0%
近所に友達がいない…。	1人	0.0%
近所に友達がいないから。	1人	0.0%
近所に友達がいないので、パーティを開いてもメンバーを揃えられる自信がないのです。	1人	0.0%
近所に友達がいないので。(結婚し、大阪から東京に引っ越してきたばかり)	1人	0.0%
近所に友達がいないのでパーティを開けない	1人	0.0%
近所に友達はいないので。	1人	0.0%
近所に誘うような仲間がいないので。	1人	0.0%
近所の人と交流がない	1人	0.0%
近所の人と集まりたくないから	1人	0.0%
近所の人と仲良くしたいと思わないし、近くに友達がいないから	1人	0.0%
近所の友達は忙しく、なかなか集まらない。	1人	0.0%
近所はお年寄りばかりだし、うちが狭くパーティはちょっと…。	1人	0.0%
近所や友人に該当者がいない。	1人	0.0%
近所や友達で呼ぶ人がいない。	1人	0.0%
近所や友達とパーティをすることが出来ないの。	1人	0.0%
近所や友達と集まることはないから	1人	0.0%
近所や友達同士でパーティをする習慣がないから	1人	0.0%
近所付き合いがないので	1人	0.0%
近所付き合いをしていないから	1人	0.0%
兼業主婦なので料理友達はいない。	1人	0.0%
御近所づきあいは近すぎず遠すぎといった感じがいいと思っているので	1人	0.0%
御近所の方とはあまり深入りしたお付き合いはしたくないので	1人	0.0%
今の状況では、招く友人がいないので… 子供のスケジュールの違いもあり、週末しか集まらないため。	1人	0.0%

今は友達がまわりにいないから。	1人	0.0%
今住んでいるところに誘うほど仲のよい友人がいない。	1人	0.0%
昆布が好きではないから	1人	0.0%
昆布が好きではないので	1人	0.0%
昆布が身近ではないので	1人	0.0%
昆布が得意でない。	1人	0.0%
昆布パーティーに集まる人がいないような気がする。	1人	0.0%
昆布を好きな友人が近くにいない	1人	0.0%
昆布料理だとあまり友達を集められないような気がする。	1人	0.0%
最近引っ越したばかりなので、ご近所にあまり知り合いがいないため。	1人	0.0%
参加はしてみたいが 近所に知り合いや友達がいない。	1人	0.0%
実家なのでまわりに主婦友達がいない	1人	0.0%
主婦の友達がすくない。	1人	0.0%
主婦の友達はいないから	1人	0.0%
周りには昆布を使った料理をしている人がいなかったです。	1人	0.0%
周りに時間に余裕のある主婦の友達があまりいないから。	1人	0.0%
周りに主婦の友達が居ないので	1人	0.0%
集まらないから	1人	0.0%
集まりそうにない	1人	0.0%
集まる人がいない	1人	0.0%
集まる人が居ない	1人	0.0%
集まる仲間がいないから	1人	0.0%
集まる友が居ませ〜ん。	1人	0.0%
集められる人脈がないから。	1人	0.0%
出席できそうな人がいない	1人	0.0%
人がそろわなそうだし、料理が苦手なので。	1人	0.0%
人が集まらない。	1人	0.0%
人が集まらないと思う。	1人	0.0%
人が集まらないと思うから。他にも忙しくて無理	1人	0.0%
人が集まらないと思うので	1人	0.0%
人が集まりそうにない	1人	0.0%
人が集まりそうにない。時間に余裕が無い。	1人	0.0%
人が集まるかどうかわからないから。	1人	0.0%
人が集められないから	1人	0.0%
人が集められないと思うので。	1人	0.0%
人数が揃わない	1人	0.0%
知り合いに主婦がいない	1人	0.0%
知り合いに主婦がいないので、紹介できない企画なので。	1人	0.0%
地域に知り合いが少ないので	1人	0.0%
地域に友達があまりいないので。	1人	0.0%
仲間がいない	1人	0.0%
仲間がいないので。	1人	0.0%
仲間が集まらない	1人	0.0%
転居で1年ほどマンションなので家に入出入りするようなお付き合いしていないので	1人	0.0%
転勤してきたのであまり友達がいない。	1人	0.0%
転勤先に移動してきて、誘う友達が回りにいないから。	1人	0.0%
転勤族で近所に友達がいない	1人	0.0%
働いている人が多くて、集まりにくい	1人	0.0%
働いている友人・子育て真っ最中の友人が多いので。	1人	0.0%
付き合いが少ないから。	1人	0.0%
未婚なので家族付き合いが少ない	1人	0.0%
友だちいない	1人	0.0%
友人がokしないと思います。	1人	0.0%
友人が皆忙しくて集まりそうも無いから	1人	0.0%
友人が近所に居ない。	1人	0.0%
友人たちとは予定が合わないの	1人	0.0%
友人たちや近所の人働いているので無理。	1人	0.0%
友人と日程を合わせたりするのが、仕事の都合で難しい。	1人	0.0%
友人達と時間が合わないため、なかなか集まってパーティをする事が不可能だからです。	1人	0.0%
友達がいないから	1人	0.0%
友達がいないから。	1人	0.0%
友達がたくさんいない。パーティーに出来るようなレシピをしらない。	1人	0.0%
友達が昆布を使って料理をつくっているという話を聞かないから。	1人	0.0%
友達が集まらないので。	1人	0.0%
友達が少ないから。	1人	0.0%
友達が少ないので出来ません。	1人	0.0%
友達とは外出して会うので、パーティはしないため。	1人	0.0%
友達や近所の人を巻き込みたくないから	1人	0.0%

誘うほどいない	1人	0.0%
誘うほどのお友達が今のところいないので。	1人	0.0%
誘うような友達はいないから	1人	0.0%
誘う人がいないから	1人	0.0%
誘う人がいないしパーティとかやったことがないので。	1人	0.0%
誘う人がいません。	1人	0.0%
誘う友達がいない。	1人	0.0%
誘う友達がいないので	1人	0.0%
誘う友達が近くにいない	1人	0.0%
誘える友人がいない。	1人	0.0%
料理ができる友達が居ないので。	1人	0.0%
料理が好きな友だちがあまりいない。	1人	0.0%
料理は好きだが、ご近所の友達を集めるのが億劫だから	1人	0.0%
料理もおもてなしも好きだが、引っ越してきてまだ近所にパーティーを開いて呼べるような友人がいないので。	1人	0.0%
料理関係で親しくしている友人が少ないから。	1人	0.0%
料理好きの友達がいないから	1人	0.0%
興味がない	218人	6.2%
興味がない	100人	2.9%
あまり興味がないから	49人	1.4%
興味なし	12人	0.3%
特に興味がないから	11人	0.3%
必要ないから	7人	0.2%
あまり興味がわからない	4人	0.1%
こんぶにあまり興味がないから	4人	0.1%
昆布に興味がない	4人	0.1%
そこまで興味はないから	3人	0.1%
あまり魅力を感じない	2人	0.1%
こんぶに興味がない	2人	0.1%
興味がわからないから	2人	0.1%
昆布にあまり興味がないので	2人	0.1%
特に興味が湧かなかった	2人	0.1%
あまりコンブに興味がない	1人	0.0%
あまり必要性を感じないから	1人	0.0%
あまり魅力的に思えない。	1人	0.0%
あまり料理に興味がない。	1人	0.0%
こんぶ料理に興味がないから	1人	0.0%
とくに昆布に興味がないから	1人	0.0%
興味がない、開催地が遠い。	1人	0.0%
興味がないし、時間もない	1人	0.0%
興味がないし、周りの友人達も興味がないと思うから	1人	0.0%
興味が持てない	1人	0.0%
興味が無いし、遠くで開催されそうだから。	1人	0.0%
昆布にあまり興味がないから 普段使う機会が少ないから	1人	0.0%
昆布にそこまで興味がないので	1人	0.0%
特に昆布に興味がない	1人	0.0%
子どもが小さいから	188人	5.4%
子供がまだ小さいから	5人	0.1%
子供が小さいので。	5人	0.1%
子供がいるから	4人	0.1%
今は子供が小さいので外出があんまりできないから。	1人	0.0%
子供が小さいから	2人	0.1%
子供が小さいので	2人	0.1%
子供が小さいので無理	2人	0.1%
小さい子供がいるので。	2人	0.1%
小さい子供がいるから	2人	0.1%
小さい子供がいるので	2人	0.1%
小さい子供がいるので無理	2人	0.1%
0歳児がいるので、現実的に無理があります。	1人	0.0%
あまり昆布に興味がないというか、イメージがわからないので。	1人	0.0%
あまり昆布を使った料理に興味がない	1人	0.0%
イベントには小さい子供がいるので参加できません	1人	0.0%
お友達はみんな小さい子供がいるので、なかなか参加しにくいから。	1人	0.0%
こどもが小さいので参加は、無理	1人	0.0%
こどもがまだ小さいので子連れででかけるのがとてもきびしい。	1人	0.0%
こどもが小さいので	1人	0.0%

こどもが小さいのでむり	1人	0.0%
こどもが小さくて行けそうに無いから	1人	0.0%
こどもが小さく時間的にむりなので。	1人	0.0%
こどもが入園するのでいそがしい。	1人	0.0%
したいのですが、今はまだ8ヶ月の娘がいるので、無理ですね。	1人	0.0%
したくないわけではないが、子供がいるので、無理だと思う。	1人	0.0%
すごく興味があるが子供が小さくていけない	1人	0.0%
ちいさい子供がいるので無理	1人	0.0%
まだ、子供が小さいので時間の自由がありません。	1人	0.0%
まだ子供が小さいので	1人	0.0%
まだ子供が幼くて残念ながら無理。いつか手が空けば参加してみたい。	1人	0.0%
まだ母乳を飲んでる子がいるから	1人	0.0%
育児があるので	1人	0.0%
育児で外出が困難です。	1人	0.0%
育児に追われてそれどころでは無い為	1人	0.0%
育児中なので参加できない	1人	0.0%
下の子がまだ小さいから	1人	0.0%
下の子供がまだ乳児なので。	1人	0.0%
現在0ヶ月の新生児がいるので	1人	0.0%
現在0歳の子がいるので時間に余裕がありません。	1人	0.0%
今、子育てに忙しく参加する時間がないため	1人	0.0%
今こどもが小さいので、外にでることができないので。	1人	0.0%
今赤ちゃんがいるので、大変	1人	0.0%
参加したくないというか、子供が小さいため参加できない。	1人	0.0%
残念ながら子供が小さく近所に預ける人がいないので。	1人	0.0%
子が小さい	1人	0.0%
子どもがいるので出かけられない	1人	0.0%
子どもがうまれたばかりなので	1人	0.0%
子どもがまだ小さいので無理	1人	0.0%
子どもが小さいから	1人	0.0%
子どもが小さいからいけない	1人	0.0%
子どもが小さいので無理	1人	0.0%
子どもが小さくて長時間の外出には無理があるから。	1人	0.0%
子どもが小さく犬も居るので、パーティーを行う気持ちになれない。	1人	0.0%
子どもを面倒見てもらえる人がいないので無理	1人	0.0%
子育てで、暇がない。	1人	0.0%
子育てで自分の時間がないから	1人	0.0%
子育てで忙しいから。	1人	0.0%
子育てと仕事で時間が取れなさそうだから	1人	0.0%
子育て奮闘中で時間がありません。	1人	0.0%
子育てに忙しい	1人	0.0%
子供が、小さいため	1人	0.0%
子供が0歳なので迷惑をかける	1人	0.0%
子供が2人まだまだ小さいので手の離れる歳になれば参加も考えますが、今はかなり難しいです。	1人	0.0%
子供が3歳なので、主催になると準備や片付けが大変。	1人	0.0%
子供がいて、預けられないので	1人	0.0%
子供がいて参加が難しい。	1人	0.0%
子供がいて出かけられない	1人	0.0%
子供がいて都合がつかないから	1人	0.0%
子供がいて忙しいので。	1人	0.0%
子供がいるので、無理そう	1人	0.0%
子供がいるのであまり時間がとれない	1人	0.0%
子供がいるのでいけない	1人	0.0%
子供がいるのでさんかできないから。	1人	0.0%
子供がいるのでなかなかイベントには参加しにくい	1人	0.0%
子供がまだ小さい。	1人	0.0%
子供がまだ小さいので、参加しづらい	1人	0.0%
子供がまだ小さいので行けない	1人	0.0%
子供がまだ小さいので無理かなあと。	1人	0.0%
子供がまだ小さく、2月ではハイハイしている時期なので無理です。	1人	0.0%
子供が小さいから行きにくい	1人	0.0%
子供が小さいため、参加ができない。	1人	0.0%
子供が小さいので 参加できない。	1人	0.0%
子供が小さいので、ちょっと不安	1人	0.0%
子供が小さいので、なかなか外出できません。	1人	0.0%
子供が小さいので、パーティを主催するのは大変だから。	1人	0.0%
子供が小さいので、会場まで行くのが難しいから。	1人	0.0%

子供が小さいので、気持ちに余裕が無い	1人	0.0%
子供が小さいので。参加したくないというより、できない。	1人	0.0%
子供が小さいのでいけそうにないから。	1人	0.0%
子供が小さいのでそんな時間はない	1人	0.0%
子供が小さいので催し物は難しい。	1人	0.0%
子供が小さいので参加が難しいです。	1人	0.0%
子供が小さいので参加できない	1人	0.0%
子供が小さいので参加できません。	1人	0.0%
子供が小さいので参加はできません	1人	0.0%
子供が小さいので無理。	1人	0.0%
子供が小さいので無理だと思います。	1人	0.0%
子供が小さいので無理です。	1人	0.0%
子供が小さいので面倒くさい	1人	0.0%
子供が小さい為。	1人	0.0%
子供が小さく、お互い行き来するのは難しいのと、私は仕事をしているので土日しか時間がとれないこと。	1人	0.0%
子供が小さく、身動きが取れない。	1人	0.0%
子供が小さくて(0歳)まだまだ外出はできなさそうだから	1人	0.0%
子供が小さくて、なかなか会合のようなものにはいけない。	1人	0.0%
子供が小さくて、なかなか外出できないからです。	1人	0.0%
子供が小さくて行けないから。	1人	0.0%
子供が小さくて時間がない	1人	0.0%
子供が小さくて無理なので	1人	0.0%
子供が小さく時間的に自由にならないので。	1人	0.0%
子供が小さすぎて無理だから。	1人	0.0%
子供が小さすぎるので。	1人	0.0%
子供が生まれたばかりで、とても他の事が出来る状態ではないから。	1人	0.0%
子供が生まれたばかりで参加できない	1人	0.0%
子供が生まれたばかりで忙しい。	1人	0.0%
子供もいるし、遠いので参加などは無理。	1人	0.0%
子供達が小さいのであまり余裕がないから	1人	0.0%
私を含めまわりの友達も小さい子供がいる人ばかり。よちよち歩きの子供を連れて料理パーティーは難しいと思ったから。	1人	0.0%
小さい子いて、時間が取れない	1人	0.0%
小さい子がいるため	1人	0.0%
小さい子がいるので	1人	0.0%
小さい子がいるので行けません	1人	0.0%
小さい子が居るため、無理だと思う。	1人	0.0%
小さい子が居るので無理かも	1人	0.0%
小さい子ども(1歳児)がいるので、なかなか都合がつかないため	1人	0.0%
小さい子どもがいるから	1人	0.0%
小さい子どもがいるので色々大変だから。	1人	0.0%
小さい子どもがいるので無理だと思う。	1人	0.0%
小さい子どももいて大変だから。	1人	0.0%
小さい子供がいて参加する余裕がないため	1人	0.0%
小さい子供がいるから。料理があまり得意ではないので。	1人	0.0%
小さい子供がいるから無理です。	1人	0.0%
小さい子供がいるので、そんな余裕がない	1人	0.0%
小さい子供がいるので、簡単には出かけられないから。	1人	0.0%
小さい子供がいるので、参加は難しいです。	1人	0.0%
小さい子供がいるので、出かけられない	1人	0.0%
小さい子供がいるので、無理です><;	1人	0.0%
小さい子供がいるので、預けられない。	1人	0.0%
小さい子供がいるので、料理に集中できなさそうだから。	1人	0.0%
小さい子供がいるのですが、近所にはほとんど子供がいなくて、他府県から嫁いできたので、こういったパーティを開けるようなお友達がいません。	1人	0.0%
小さい子供がいるのでなかなか外へ出れないから	1人	0.0%
小さい子供がいるので行けない。	1人	0.0%
小さい子供がいるので参加できない	1人	0.0%
小さい子供がいるので無理。	1人	0.0%
小さい子供がおり、余裕がありません。	1人	0.0%
小さい子供がおるため	1人	0.0%
小さい子供が居るので	1人	0.0%
小さい子供が居るので	1人	0.0%
小さい子供が居るので無理です	1人	0.0%
小さな子がいて無理なので	1人	0.0%
小さな子どもがいるので、参加しにくいから。	1人	0.0%
小さな子供がいて、無理そうだから	1人	0.0%

小さな子供がいるため	1人	0.0%
小さな子供がいるので、難しいです。	1人	0.0%
小さな子供がいるので遠出ができません。	1人	0.0%
小さな子供もいて気軽に外出ができないので。	1人	0.0%
赤ちゃんがいて時間が取れない	1人	0.0%
赤ちゃんがいるので外出が難しいから	1人	0.0%
乳児がいてパーティーを開くのは大変。	1人	0.0%
乳児がいるので	1人	0.0%
乳児がいるので、参加できない。	1人	0.0%
乳児がいるので。	1人	0.0%
乳児がいるので、自宅が狭いので。	1人	0.0%
乳児がいるので無理です。	1人	0.0%
乳児と幼児がおります、預けるところがありません。時々ですが仕事に行きます。	1人	0.0%
乳幼児がいるので。	1人	0.0%
未就学児がいるので容易に参加できない。	1人	0.0%
幼稚園の行事がたくさんあって忙しいので…。	1人	0.0%
幼稚園の役員をやっているので、2、3月は決算報告や引継ぎで忙しいので。	1人	0.0%
パーティーは苦手、はずかしい	182人	5.2%
パーティーは苦手	6人	0.2%
恥ずかしい	5人	0.1%
パーティーは苦手なので。	4人	0.1%
人見知りだから	4人	0.1%
グループはあまり好きではない。	1人	0.0%
こういう集まりはあまり好きではないから。	1人	0.0%
パーティーは苦手。	3人	0.1%
パーティーは嫌い	3人	0.1%
はずかしいから	2人	0.1%
集まりは嫌い	2人	0.1%
人見知りなので	2人	0.1%
恥ずかしい。	2人	0.1%
恥ずかしいから。	2人	0.1%
「こんぶパーティー」というのはヘルシーそうだけど、あまり気がすまない感じがします。	1人	0.0%
あまりパーティーが好きではないから	1人	0.0%
あまりパーティーとかは好きでないの。	1人	0.0%
あまりパーティが好きではない	1人	0.0%
あまり主婦の集まりには行きたくないから	1人	0.0%
お客さんで行くのはいいけど、自分でパーティをひらくのは、抵抗があるから	1人	0.0%
そういうのあまり好きじゃない	1人	0.0%
そういうのが好きじゃないから。	1人	0.0%
そういうのは苦手だから	1人	0.0%
そういうのは得意ではないので。	1人	0.0%
そういうの苦手なので…。	1人	0.0%
そういうパーティーは、嫌い	1人	0.0%
そういう形態がきらい。	1人	0.0%
そういう集まりは苦手	1人	0.0%
そういう集まりは嫌い	1人	0.0%
そういったパーティは苦手だから。	1人	0.0%
そうゆうのは苦手。	1人	0.0%
だれとでもふれあう自信があまりない。	1人	0.0%
ちょっと、前に出るのは、恥ずかしい。	1人	0.0%
ちょっとはずかしい	1人	0.0%
ちょっと恥ずかしい	1人	0.0%
ちょっと恥ずかしいから	1人	0.0%
どちらかの会場をご用意していただいて、誰か1人監督者が着くのでしたら参加してみたいと思いますが、このぶっそうな世の中で知らない人と簡単にかかわるのは例えご近所でも怖いす。友人達だけでとなれば話は別ですが、面識の無い方とお会いしてトラブルがあった場合を考えるととても簡単には参加できません。また知り合いの話では主婦の集まりで料理(ケーキ)を作るという企画で言ってみると全員が宗教関係社でひつこく宗教の勧誘をされたと聞いたことがあります。	1人	0.0%
にぎやかなのは苦手なので	1人	0.0%
パーティー…となるとちょっと辛いかな。大変。	1人	0.0%
パーティーが苦手	1人	0.0%
パーティーが苦手だから	1人	0.0%
パーティーが嫌い	1人	0.0%
パーティーが嫌いだから	1人	0.0%
パーティーなどが好きでないため	1人	0.0%
パーティーなどは苦手です。	1人	0.0%

パーティーは、あまり好きでないの	1人	0.0%
パーティーは苦手だから	1人	0.0%
パーティーは苦手ですので	1人	0.0%
パーティーは嫌い。	1人	0.0%
パーティーは嫌だからです。	1人	0.0%
パーティーは好きでない	1人	0.0%
パーティーを開きたくない	1人	0.0%
パーティーを開くことに抵抗がある	1人	0.0%
パーティーを開くのが苦手	1人	0.0%
パーティーを開くのが大変だから。	1人	0.0%
パーティーを開くのは苦手です	1人	0.0%
パーティーを開くのは好きでないから	1人	0.0%
パーティー開催は重い。	1人	0.0%
パーティー好きではないので	1人	0.0%
パーティがあまり好きではない。	1人	0.0%
パーティが苦手。	1人	0.0%
パーティが嫌い	1人	0.0%
パーティが好きではない	1人	0.0%
パーティが好きではないから	1人	0.0%
パーティが好きではないから。	1人	0.0%
パーティが得意じゃないから	1人	0.0%
パーティというのが好きじゃない。	1人	0.0%
パーティという形式に抵抗があるため	1人	0.0%
パーティとかは自分に合わないの。	1人	0.0%
パーティなどあまり好きでない	1人	0.0%
パーティなどが苦手だし、時間があまりないので	1人	0.0%
パーティはニガテだから	1人	0.0%
パーティはムリだから	1人	0.0%
パーティは苦手だから	1人	0.0%
パーティは苦手だから。	1人	0.0%
パーティは苦手です。	1人	0.0%
パーティは苦手なので	1人	0.0%
パーティは苦手なので。。。	1人	0.0%
パーティは嫌いです。	1人	0.0%
パーティは好きじゃあないの。	1人	0.0%
パーティは好きでないの	1人	0.0%
パーティは好きではないから。	1人	0.0%
パーティは余り好きではない	1人	0.0%
パーティをしたくない	1人	0.0%
パーティを開いたことがない	1人	0.0%
パーティを開くのに抵抗があるから。	1人	0.0%
パーティを好まないから。	1人	0.0%
パーティ嫌い。	1人	0.0%
ひとづきあいが苦手	1人	0.0%
ひとを誘うのが苦手なので.....	1人	0.0%
ホームパーティがあまり好きではないの	1人	0.0%
みんなで集まって料理をするのは苦手	1人	0.0%
みんなで集まることがすきではないので...	1人	0.0%
引っ込み思案だから	1人	0.0%
楽しそうだけどはずかしい。	1人	0.0%
興味はあるが、パーティは苦手	1人	0.0%
苦手なため。	1人	0.0%
嫌いだから	1人	0.0%
嫌だから	1人	0.0%
見知らぬ人と集まってすることに抵抗がある。	1人	0.0%
自分でパーティーを開くのは得意ではないから	1人	0.0%
社交的でないので。	1人	0.0%
主婦の集まりというのが苦手なので。	1人	0.0%
主婦の集まりは苦手なので。。。	1人	0.0%
主婦の集団が嫌いだから。	1人	0.0%
集まりがあまり好きではないから	1人	0.0%
集まりに参加するのが苦手	1人	0.0%
集まりは苦手だから	1人	0.0%
集まりは苦手である	1人	0.0%
集まるのがおっくう	1人	0.0%
集まるのが好きではないから。	1人	0.0%
集まるのは苦手です	1人	0.0%
少し、恥ずかしい。	1人	0.0%

人が集まるのが得意ではない	1人	0.0%
人が集まるのは苦手。	1人	0.0%
人とワイワイやりながら料理を作るのが苦手なので	1人	0.0%
人と会うのがあまり好きではないから	1人	0.0%
人と関わりたくないの。	1人	0.0%
人と接するのが苦手だから	1人	0.0%
人間と話すのが苦手。	1人	0.0%
人嫌いなので…。	1人	0.0%
人見知りが激しいの。	1人	0.0%
人見知りする	1人	0.0%
人見知りなので。	1人	0.0%
人見知りなので。(笑)	1人	0.0%
人見知りなので…	1人	0.0%
人見知りなもので…。	1人	0.0%
人見知りの方なので。	1人	0.0%
人見知りをする。人前で話すのが苦手	1人	0.0%
人見知りをするので	1人	0.0%
人前に顔を出すのがはずかしいの…。	1人	0.0%
人前に出るのが苦手なもので。	1人	0.0%
人前に出るのが得意ではないの	1人	0.0%
人前に出るのは苦手。料理も定番しかない。	1人	0.0%
人前に出るのは苦手だし、そんな自信ない。	1人	0.0%
人付き合いがちょっと苦手	1人	0.0%
人付き合いが苦手	1人	0.0%
多数人とワイワイやるのが苦手だから。	1人	0.0%
対人恐怖症のため。	1人	0.0%
対人恐怖症の為…	1人	0.0%
大人数、パーティ系は苦手。できれば単独がいいです	1人	0.0%
大勢で集まるのは苦手だから。	1人	0.0%
知らないパーティに参加するのに気後れする。	1人	0.0%
知らない人が多いから。	1人	0.0%
知らない人が多く集まるイベントには行きたくないから	1人	0.0%
知らない人たちが集まる所に行くのは苦手なので。	1人	0.0%
知らない人たちに合うのに抵抗がある。	1人	0.0%
知らない人だとこわいから。	1人	0.0%
知らない人とは会いたくない	1人	0.0%
知らない人と会うのはにがてなので	1人	0.0%
知らない人に会うのは嫌。	1人	0.0%
知らない人の集まりは嫌い	1人	0.0%
知らない人達との集まりは苦手だから	1人	0.0%
独りでは勇気がない。複数なら是非…	1人	0.0%
独身男性が一人で参加するのは抵抗があるので、それとチョツと恥ずかしい。	1人	0.0%
賑やかな場所は苦手なので。	1人	0.0%
料理パーティーはあまり希望しない	1人	0.0%
料理パーティーは苦手	1人	0.0%
料理をダシにしたパーティーがあまり好きではないので	1人	0.0%
条件があてはまらない	169人	4.8%
主婦ではないの	14人	0.4%
主婦ではないから	6人	0.2%
カリスマ主婦ではないの	5人	0.1%
主婦じゃないから	5人	0.1%
主婦じゃないの	5人	0.1%
カリスマ主婦ではないから	4人	0.1%
主婦ではない	4人	0.1%
主婦ではないの。	4人	0.1%
カリスマではないから	3人	0.1%
主婦じゃない	3人	0.1%
主婦じゃないから。	3人	0.1%
男だから	3人	0.1%
男性なので	3人	0.1%
カリスマじゃないから	2人	0.1%
カリスマではないの	2人	0.1%
カリスマ主婦じゃないから	2人	0.1%
カリスマ主婦ではない	2人	0.1%
カリスマ主婦ではないから。	2人	0.1%
カリスマ主婦ではないの。	2人	0.1%
主婦じゃないの。	2人	0.1%
主婦でないの	2人	0.1%

主婦でないの。	2人	0.1%
主婦ではないから。	2人	0.1%
人を集められない。	2人	0.1%
友達がいないので	2人	0.1%
誘う人がいない	2人	0.1%
「カリスマ主婦」ではないし、友達もそんなにいないから。	1人	0.0%
「カリスマ主婦」ではないので…	1人	0.0%
「主婦」ではないので	1人	0.0%
おとこなで	1人	0.0%
カリスマじゃないから。	1人	0.0%
カリスマじゃないから。料理は苦手。	1人	0.0%
カリスマでは、ないから。	1人	0.0%
カリスマではないので。	1人	0.0%
カリスマとか言えるような主婦でも無いし、「こんぶパーティ」というものが想像もできないので。	1人	0.0%
カリスマ主婦じゃないし、お料理は教えて欲しいほうだから。	1人	0.0%
カリスマ主婦じゃないし、みんなに紹介できる昆布料理がないので…	1人	0.0%
カリスマ主婦だなんてとてもとても…	1人	0.0%
カリスマ主婦でないから	1人	0.0%
カリスマ主婦ではありませんので辞退。	1人	0.0%
カリスマ主婦ではない。転居後間もないためご近所さん知らない。	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないから。料理が苦手	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないから…	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないし、あまり周りにそういう人がいないので。	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないし、レシピも無いので。	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないし、昆布料理ができないから。	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないと思うから気がひける	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないので…	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないので…	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないので…。それと画像をパソコンに取り込むのが苦手なので。自宅に人を呼んでパーティーをするのがおっくうなので。	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないので…	1人	0.0%
カリスマ主婦ではないので残念。	1人	0.0%
カリスマ主婦でもないから…	1人	0.0%
カリスマ主婦でもないし、昆布レシピも無いから。レシピを提供していただけるのなら、皆で試してみるのには出来ますが…	1人	0.0%
カリスマ主婦というほど料理はうまくないので、パーティを開く自信がありません。	1人	0.0%
カリスマ主婦という柄ではない。	1人	0.0%
カリスマ主婦とは程遠いので遠慮させていただきます。	1人	0.0%
カリスマ主婦には程遠いので…	1人	0.0%
タイトルがちょっと…カリスマではないので…	1人	0.0%
わたしは男なので、主婦さんの集まりにはちょっと…	1人	0.0%
学生なので浮いてしまいそう	1人	0.0%
既婚者ではないので、、時間が無いから	1人	0.0%
現在主婦じゃないから	1人	0.0%
参加できるようなカリスマ主婦ではないから。	1人	0.0%
私はカリスマ主婦ではないと思うので	1人	0.0%
私は主婦ではない。	1人	0.0%
私は主婦ではないし、勤めで忙しいので	1人	0.0%
私は男性です。	1人	0.0%
自分が主婦ではないので	1人	0.0%
自分はカリスマではないから。そして、昆布を使ったレシピをあまり知らないから。	1人	0.0%
自分はカリスマとは思えないので	1人	0.0%
自分はカリスマ主婦ではないので。	1人	0.0%
自分は男性なので、主婦の集まりにはちょっと	1人	0.0%
主夫なので	1人	0.0%
主婦じゃない。	1人	0.0%
主婦じゃないから、時間が無い。	1人	0.0%
主婦じゃないから他の奥様と話が合わないと思うから	1人	0.0%
主婦じゃないので…	1人	0.0%
主婦じゃないのでー	1人	0.0%
主婦じゃなくて忙しいから	1人	0.0%
主婦でないから	1人	0.0%
主婦でないの。。	1人	0.0%
主婦でないもので…	1人	0.0%
主婦ではない。	1人	0.0%
主婦ではないかあら。	1人	0.0%
主婦ではないから。	1人	0.0%
主婦ではないから。あと、こんぶのレパートリーが少ないから。	1人	0.0%

主婦ではないこと、料理をしないこと。	1人	0.0%
主婦ではないし、2月は忙しい時期であるため。	1人	0.0%
主婦ではないし、試食のみなら参加もいいかな	1人	0.0%
主婦ではないし、特別、料理が得意な訳でもないから。	1人	0.0%
主婦ではないです。	1人	0.0%
主婦ではないので、料理にそんなに詳しくない。	1人	0.0%
主婦ではないので…	1人	0.0%
主婦ではないので…	1人	0.0%
主婦ではないのでお料理経験も乏しく参加する自信がありません。	1人	0.0%
主婦ではないので行きにくい…	1人	0.0%
主婦ではないので忙しいから。	1人	0.0%
主婦では無いので。	1人	0.0%
男1人だと気が引ける	1人	0.0%
男52歳。ここまで書くので精一杯。	1人	0.0%
男だし	1人	0.0%
男だしくわしくないの	1人	0.0%
男ですし主婦がメインでしょ	1人	0.0%
男で料理ベタ	1人	0.0%
男なので恥ずかしい。	1人	0.0%
男性なので恥ずかしい。	1人	0.0%
面倒	135人	3.9%
面倒	29人	0.8%
面倒だから	10人	0.3%
めんどろ	9人	0.3%
めんどくさい	9人	0.3%
面倒くさい	4人	0.1%
面倒だから。	4人	0.1%
めんどろだから	3人	0.1%
面倒そう	3人	0.1%
パーティを開くのが面倒	2人	0.1%
めんどくさいから	2人	0.1%
めんどくさそうだから	2人	0.1%
面倒。	2人	0.1%
面倒なので	2人	0.1%
ごめんなさい、億劫です。	1人	0.0%
こんぶ料理って面倒くさそう	1人	0.0%
ちょっと面倒くさいのと、料理の腕がないのと、家にたくさんお友達を呼べない。	1人	0.0%
パーティーが少し面倒だから。	1人	0.0%
パーティーに参加するのが面倒。	1人	0.0%
パーティーの段取りがめんどくさいから	1人	0.0%
パーティーに集客するのが面倒	1人	0.0%
パーティはめんどい	1人	0.0%
パーティは面倒	1人	0.0%
パーティをするのがめんどくさい	1人	0.0%
パーティをするのは、やりたいけれど、レシピを公開とかめんどくさそうな気がしたので	1人	0.0%
パーティを開くのが面倒だから	1人	0.0%
パーティを開くのが面倒なので	1人	0.0%
パーティを主催するのは大変に面倒	1人	0.0%
パーティ参加者の同意をとるのが面倒。	1人	0.0%
ホームパーティをするのは面倒	1人	0.0%
めんどろくさい	1人	0.0%
めんどろだから。	1人	0.0%
めんどろだし、昆布パーティってなんか地味そう	1人	0.0%
めんどくさい。	1人	0.0%
めんどくさいから。	1人	0.0%
めんどくさいからです。	1人	0.0%
めんどくさそう	1人	0.0%
めんどくさそうだから。	1人	0.0%
一緒にする人を探すのが面倒	1人	0.0%
家に他人を呼んだりするのは面倒	1人	0.0%
家に知人を呼んでパーティを開くのが面倒だ。(昆布料理は時間がかかるので)	1人	0.0%
会場迄足を運ぶのが面倒。	1人	0.0%
行くのが面倒	1人	0.0%
自宅でというのは、ちょっと面倒です。	1人	0.0%
自分の家で集まりをするのが面倒に感じる。	1人	0.0%
写真など撮って公開するのがめんどろ	1人	0.0%
邪魔くさい	1人	0.0%
集まるのが面倒	1人	0.0%

出かけるのが面倒	1人	0.0%
出向くのが面倒。	1人	0.0%
少し躊躇します。	1人	0.0%
少々面倒くさい	1人	0.0%
人を誘うのは面倒なので	1人	0.0%
直接参加するのは面倒なので。	1人	0.0%
妊娠しているので面倒	1人	0.0%
面倒。時間が無い。	1人	0.0%
面倒がかかるから。	1人	0.0%
面倒かも…。	1人	0.0%
面倒くさいから	1人	0.0%
面倒くさそう	1人	0.0%
面倒くさそう…	1人	0.0%
面倒そうだから	1人	0.0%
面倒そうなので	1人	0.0%
面倒そうなので。	1人	0.0%
面倒である。	1人	0.0%
面倒です。	1人	0.0%
面倒なので。	1人	0.0%
面倒な気がするので	1人	0.0%
地域的に無理	112人	3.2%
遠いから	7人	0.2%
遠い	6人	0.2%
遠くていけない	2人	0.1%
場所が遠い	2人	0.1%
イベントが開催されるのは都内など、自宅から遠いところだと思うから。	1人	0.0%
きっと近くでは開催されないから	1人	0.0%
たいてい網走ではやらないからです。普段長く家を空けられないからです。	1人	0.0%
たぶん 場所が遠いと思うので…	1人	0.0%
たぶん遠い場所だと思うから	1人	0.0%
たぶん会場まで行く事が出来ないから	1人	0.0%
ちょっと遠いかな。	1人	0.0%
とおい	1人	0.0%
どこであるかわからない	1人	0.0%
どこでやるかわから無いから	1人	0.0%
どこでやるわからないので	1人	0.0%
どこで開催されるのかわからないので。	1人	0.0%
遠いかも。	1人	0.0%
遠いので	1人	0.0%
遠いので (九州在住)	1人	0.0%
遠いので。	1人	0.0%
遠いのでさんかできない	1人	0.0%
遠くていけないからです。	1人	0.0%
遠くて行けない	1人	0.0%
遠くて行けないだろうから	1人	0.0%
遠くて行けません。	1人	0.0%
遠くて参加できない	1人	0.0%
遠くまで出かけられないから	1人	0.0%
遠隔地だから	1人	0.0%
遠距離だろうから。	1人	0.0%
遠距離であるから	1人	0.0%
遠方	1人	0.0%
遠方である為、時間、費用のかかること。なによりも計画していることを最優先で処理する必要があるため。	1人	0.0%
遠方により無理だと思います	1人	0.0%
遠方に住んでいるので	1人	0.0%
遠方のため	1人	0.0%
会場が遠い	1人	0.0%
会場が遠いし、知らない人と話し合うのは苦手	1人	0.0%
開催場所が遠い	1人	0.0%
開催場所が遠く参加できないと思いました。	1人	0.0%
開催場所が遠ければ参加できない	1人	0.0%
開催場所にもよる。	1人	0.0%
開催場所にもよるが、小さい子がいるのでなかなか難しい。	1人	0.0%
開催地が遠いと思うので	1人	0.0%
開催地が自宅から遠いので。	1人	0.0%
近くでないから	1人	0.0%
近くでないので参加できない	1人	0.0%

近くではなさそうだから。	1人	0.0%
近くで開催されていないようなので。	1人	0.0%
近くで開催する事はないと思うから	1人	0.0%
近くで行われていないから	1人	0.0%
近くな	1人	0.0%
近くな… 多分 遠くて無理なんで 行けません	1人	0.0%
近くな参加しても良いです。	1人	0.0%
近くにない	1人	0.0%
近所ではないので	1人	0.0%
近場にはない	1人	0.0%
行けるほど近くでないと思う。	1人	0.0%
香川県に住んでいるので無理だと思ったから。	1人	0.0%
参加できる地域で無いと思うから	1人	0.0%
時間、場所などが難しい	1人	0.0%
自宅から遠い	1人	0.0%
場所がわかりませんが、遠ければ無理なので…	1人	0.0%
場所が遠いかもしれないので	1人	0.0%
場所が遠いから	1人	0.0%
場所が遠いと思うので	1人	0.0%
場所が遠いので…	1人	0.0%
場所が遠いので行けない	1人	0.0%
場所が遠そうだから。	1人	0.0%
場所と日程が合わないような気がするの。	1人	0.0%
場所などわからない。	1人	0.0%
場所的に…無理です。	1人	0.0%
場所的に無理。	1人	0.0%
多分、遠方だから	1人	0.0%
多分、開催場所が遠いとおもうから	1人	0.0%
多分遠いから	1人	0.0%
多分遠方なので無理	1人	0.0%
多分家の近くでは行われないので	1人	0.0%
多分地域的に無理だと思うの。	1人	0.0%
多分地元ではしないのでいけない	1人	0.0%
多分都心で行われるだろうから、参加は物理的に無理。	1人	0.0%
多分都内なので遠いから	1人	0.0%
地方なので	1人	0.0%
地方なので交通費がかかると思うから	1人	0.0%
地方なので行けない	1人	0.0%
地方にすんでいるから	1人	0.0%
地方に住んでいる	1人	0.0%
地方に住んでいるから。	1人	0.0%
中部地方では行われないだろうから	1人	0.0%
田舎です。	1人	0.0%
田舎に住んでいるので。	1人	0.0%
田舎に住んでいるので出て行けない	1人	0.0%
田舎住まいで、参加しづらいから。	1人	0.0%
田舎住まいで開催場所が多分遠いから	1人	0.0%
田舎住まいなので。	1人	0.0%
東京に住んでいないため無理だと思います。	1人	0.0%
妊婦なので遠出が出来ないから。	1人	0.0%
北海道からの参加は無理なので	1人	0.0%
北海道に住んでいるので参加するには大変なので。	1人	0.0%
離島だから参加は、無理	1人	0.0%
自宅ではできない (公開するのは嫌、家が狭い)	84人	2.4%
家が狭い	2人	0.1%
公開されるのがいや。	2人	0.1%
公開するのが嫌だから	2人	0.1%
HP上に顔写真が掲載されるのは嫌だから	1人	0.0%
アパートなので、狭くてパーティは開けない。	1人	0.0%
うちが狭いから。	1人	0.0%
うちは団地で狭いから。	1人	0.0%
おうちが広くないです	1人	0.0%
お友達をよんで料理をするような部屋がない	1人	0.0%
そもそも寮住まいなので他人を家に呼べないから	1人	0.0%
そんなに家が広くないから	1人	0.0%
ネット上で家の様子などを公開したくないので。	1人	0.0%
パーティーなどできる広さの家じゃない。	1人	0.0%

パーティーの様子を公開する際に、自分や友達の顔などが写真でネットに出る場合があります。	1人	0.0%
パーティーは楽しそうでもとても良いのですが、公開となるとちょっと…	1人	0.0%
パーティーを開けるようなダイニングがないから	1人	0.0%
パーティーを開けるような住宅状況にないから	1人	0.0%
パーティーを公開すると言うのが、気が重い。	1人	0.0%
パーティできるような家じゃないので	1人	0.0%
パーティで公開を望まない人もいそうなので。	1人	0.0%
パーティなど仏の家で開かないでしょ。	1人	0.0%
パーティを開くような場所の確保がむずかしい。	1人	0.0%
パーティを開けるようなスペースが家にないから。ごめんなさい。	1人	0.0%
パーティを開ける環境が無いから	1人	0.0%
ホームパーティする家ではない	1人	0.0%
家がお洒落で綺麗になっていないから近所の人と呼ばない、昆布のレパートリーも少ない。	1人	0.0%
家がせまいから	1人	0.0%
家が汚いので、パーティができない。	1人	0.0%
家が狭い。	1人	0.0%
家が狭いので、人が呼べません。(泣)	1人	0.0%
家が狭くて、片付いていないので。	1人	0.0%
家でパーティーをしたくない	1人	0.0%
家でパーティはしたくない	1人	0.0%
家に人を呼べないから	1人	0.0%
家に他人を入れたくないから	1人	0.0%
家の事情があり家でできないから。	1人	0.0%
我が家には呼べない…狭いのです。	1人	0.0%
我が家は狭くて無理なので。	1人	0.0%
顔は出したいくない。	1人	0.0%
顔を公開するのには気が引ける。	1人	0.0%
公開されたくない。	1人	0.0%
公開されるのが嫌だから。	1人	0.0%
公開することに抵抗がある	1人	0.0%
公開するのに抵抗があるから	1人	0.0%
公開できないから	1人	0.0%
公開に 抵抗がある	1人	0.0%
公開には躊躇します。	1人	0.0%
公開はいや	1人	0.0%
公開は恥ずかしいです	1人	0.0%
公開は無理かも	1人	0.0%
公開は無理です	1人	0.0%
昆布料理には興味ありますが、その様子を公開するのには抵抗があるから	1人	0.0%
自営業なので会場がない	1人	0.0%
自宅が狭いので 沢山の人が集まることが出来ない	1人	0.0%
自宅じゃしたくありません。	1人	0.0%
自宅でのパーティーに抵抗がある。	1人	0.0%
自宅でパーティを開くのなら我が家では無理だし誘うご近所や友達がいないので	1人	0.0%
自宅ではパーティーを開けそうにない	1人	0.0%
自宅ではやりたくないなあ。	1人	0.0%
自宅では人を呼べない。	1人	0.0%
自宅では抵抗がある	1人	0.0%
自宅で開くパーティーを公開するのを好まないから。	1人	0.0%
自宅に人を呼べるスペースがないから	1人	0.0%
自宅に人を招ける状態ではないから	1人	0.0%
自宅の台所に友人は入れたくないから	1人	0.0%
自宅を会場にしたくない	1人	0.0%
自宅を利用してならば参加したくない	1人	0.0%
写真などを公開したくないので	1人	0.0%
写真を公開することに抵抗がある。	1人	0.0%
集まれる場所がない	1人	0.0%
場所、時間共に都合がつきそうにない	1人	0.0%
場所が	1人	0.0%
場所がないので。	1人	0.0%
祖父母が同居なのでたくさんの人は呼べないので	1人	0.0%
様子を公開したくないから	1人	0.0%
様子を公開したくないので	1人	0.0%
様子を公開するのがいやだから。	1人	0.0%
様子を公開するのが面倒	1人	0.0%
様子を公開するのに抵抗がある	1人	0.0%
様子を公開するのは 集まった友人達は嫌がると思うので	1人	0.0%

様子を公開するのは抵抗がある	1人	0.0%
昆布が好きではない	66人	1.9%
あまり昆布が好きではないから。	2人	0.1%
こんぶがあまり好きではないから。	2人	0.1%
こんぶは苦手だから	2人	0.1%
そんなに昆布が好きではないから	2人	0.1%
昆布が好きではない。	2人	0.1%
あまり、こんぶは好きではないので。	1人	0.0%
あまりこんぶが好きではない	1人	0.0%
あまりこんぶが好きではないから	1人	0.0%
あまりこんぶが好きではないため	1人	0.0%
あまりこんぶは好きじゃないので。	1人	0.0%
あまり好きじゃない	1人	0.0%
あまり好きではない	1人	0.0%
あまり好きな食べ物じゃないので昆布その物を利用する機会がない	1人	0.0%
こんぶがあまり好きじゃないc	1人	0.0%
こんぶがあまり好きでないから。	1人	0.0%
こんぶがあまり好きではない	1人	0.0%
こんぶがあまり得意ではない	1人	0.0%
こんぶが好きではない	1人	0.0%
こんぶは苦手	1人	0.0%
こんぶは嫌い	1人	0.0%
こんぶは嫌いだから	1人	0.0%
そこまでこんぶを好きではないから。	1人	0.0%
そこまで昆布好きではない	1人	0.0%
そんなにこんぶが好きではないから。	1人	0.0%
そんなに昆布が好きってわけではないから	1人	0.0%
どちらかという昆布は苦手なので。	1人	0.0%
まわりで昆布は人気がない。	1人	0.0%
海草類が苦手なので	1人	0.0%
昆布があまり好きではない カリスマ主婦に興味がない	1人	0.0%
昆布があまり好きでないから	1人	0.0%
昆布があまり好きでないの	1人	0.0%
昆布があまり好きではない	1人	0.0%
昆布があんまり好きではないので	1人	0.0%
昆布がそこまで好きではないので。	1人	0.0%
昆布が苦手です	1人	0.0%
昆布が嫌いだから	1人	0.0%
昆布が嫌いなので	1人	0.0%
昆布のぬるぬる感が抵抗ある	1人	0.0%
昆布の触感が苦手	1人	0.0%
昆布の料理は嫌い	1人	0.0%
昆布はあまりおいしくないの..	1人	0.0%
昆布はあまり好きではない	1人	0.0%
昆布はあまり好きではないので	1人	0.0%
昆布は苦手	1人	0.0%
昆布は苦手です。でも、お味噌汁や煮物のダシには必ず使っています。	1人	0.0%
昆布は嫌いだから。	1人	0.0%
昆布は嫌いではありませんが、特別好物でもない為。	1人	0.0%
昆布は好きではない	1人	0.0%
昆布は出汁として使うと最高ですが、料理としていただくには個人的に好まないから。	1人	0.0%
昆布は特に好きではないので。	1人	0.0%
昆布は味が嫌いなので	1人	0.0%
昆布をダシとして使うのは大丈夫なのですが、昆布そのものの食感や味が苦手なので。	1人	0.0%
昆布自体があまり好きではないから	1人	0.0%
昆布料理があまり好きではない。だしイメージが強い	1人	0.0%
昆布料理があまり好きではないので。	1人	0.0%
私以外の家族がこんぶをあまり好きでないから	1人	0.0%
実はそんなに昆布が好きでは無い	1人	0.0%
正直あまり昆布が得意でないから。	1人	0.0%
体に良いと思っていても。本当は、あまり昆布は得意な食べ物では無いから..。	1人	0.0%
特に好きではないので。	1人	0.0%
特に昆布が好きといったわけでもないの..。	1人	0.0%
「カリスマ」が好きではない	44人	1.3%
「カリスマ」が嫌いだから	1人	0.0%
「カリスマ」という表現に飽きた	1人	0.0%
「カリスマ主婦」という言葉が好きではないので。	1人	0.0%

「カリスマ主婦」に会いたくない	1人	0.0%
「カリスマ主婦」はもうおなか一杯なので。	1人	0.0%
カリスマっていうのに抵抗があるので	1人	0.0%
カリスマというだけでは、もはや期待感をそそられない気がします。	1人	0.0%
カリスマという言葉が嫌いだから	1人	0.0%
カリスマという言葉を使いが嫌いだから。世界に一人二人がカリスマ。ただの、ちょっと料理が一般よりできる主婦でしょう。安易な言葉遣いに賛同できないので、その時点でダメです。おまけに、私は料理が得意ではありません。	1人	0.0%
カリスマと言う文字…引いてしまいました。	1人	0.0%
カリスマ主婦、というところがあまり好きでない。	1人	0.0%
カリスマ主婦…という言葉にちょっと抵抗がありました。	1人	0.0%
カリスマ主婦っていうのが嫌。なんにでもカリスマをつけるのが嫌い。	1人	0.0%
カリスマ主婦という言葉がはずかしい	1人	0.0%
カリスマ主婦って言葉がキライ	1人	0.0%
カリスマ主婦というのがあまり好きではないから。	1人	0.0%
カリスマ主婦というのがあやしい	1人	0.0%
カリスマ主婦というのが気持ち悪いので参加したくありません。人それぞれ、自分のできる範囲で主婦業をしているのでカリスマもなにもないと思います。皆でワイワイ集まるパーティなら良いと思いますが、こいうい集まりは信者のような人だけ行けばいいと思っています。	1人	0.0%
カリスマ主婦というのにとっても抵抗がある	1人	0.0%
カリスマ主婦という響きが怖い。カリスマではないので参加したくありません。	1人	0.0%
カリスマ主婦という言葉がいまどきださい	1人	0.0%
カリスマ主婦という言葉が嫌い。	1人	0.0%
カリスマ主婦という言葉が嫌いだから	1人	0.0%
カリスマ主婦とかきらい	1人	0.0%
カリスマ主婦と言う言葉に抵抗感があるから	1人	0.0%
カリスマ主婦に抵抗がある。	1人	0.0%
よくわからない	10人	0.3%
「こんぶパーティ」が、どんな物か、よくわからない。	1人	0.0%
イメージできない	1人	0.0%
こんぶとカリスマの組み合わせがよく分からない。	1人	0.0%
どうしてよいか分からない。	1人	0.0%
昆布料理でパーティーが想像できない	1人	0.0%
昆布料理のパーティなんてあまり想像がつかないので。	1人	0.0%
詳細がまだよくわからないので。	1人	0.0%
詳細がよくわからないから	1人	0.0%
内容がよくわからない。	1人	0.0%
内容がよく分からないので。	1人	0.0%
その他	271人	7.8%
大変そう	2人	0.1%
友達を誘いにくい	2人	0.1%
「こんぶパーティ」という名前では人が集まらなさそうだから。	1人	0.0%
〇〇づくし系統は好きではない	1人	0.0%
2月といえば寒いと思うので、寒い中わざわざ出かけて行ってまで参加したいとは思わないので	1人	0.0%
アイデアが思いつかない	1人	0.0%
あまりこんぶにくわしくないので参加しにくい	1人	0.0%
あまりしていないから	1人	0.0%
あまりそういうのには参加するのは好きではない。	1人	0.0%
あまりパーティ向きの食材として扱えないので…	1人	0.0%
あまり期待できないから	1人	0.0%
あまり昆布を食べてるような友達がいなさそうだから。	1人	0.0%
あまり出掛けないから。	1人	0.0%
あまり盛り上がりそうにない。そんなにレパートリーがない	1人	0.0%
あんまりイメージがわからないので。	1人	0.0%
いいアイデアがなく、プレッシャーで楽しめなさそう	1人	0.0%
イベントは開催しにくい。	1人	0.0%
いろいろとたいへんだから。	1人	0.0%
いろいろ口やかましく言われそうだから。	1人	0.0%
いわゆる「ホームパーティ」というものをやり慣れていないので、ピンとこない。	1人	0.0%
おもしろくなさそう	1人	0.0%
おもしろくなさそう	1人	0.0%
お友達に押し付けたくない	1人	0.0%
お友達を誘ってのパーティーを言い方が少々変になりますが、お小遣いかせぎの一つとしてしたくないからです。	1人	0.0%
カリスマでもない昆布パーティができるほどレパートリーがないため	1人	0.0%
カリスマと言える程の腕はないから	1人	0.0%

カリスマ主婦が来て、作ってくれるなら興味あり。	1人	0.0%
カリスマ主婦って(笑)呼べる友達もいません。	1人	0.0%
カリスマ主婦ですねッ	1人	0.0%
カリスマ主婦とゆうと かなりの料理自慢さんが集まりそうなのでその中に入る勇氣はありません…	1人	0.0%
カリスマ主婦と一緒にでは気を使う	1人	0.0%
カリスマ主婦に合わせられる自信がありません。	1人	0.0%
カリスマ主婦に怒られそうなかんじがする	1人	0.0%
カリスマ的には使用してないので	1人	0.0%
きおくれそう	1人	0.0%
こんぶがメインの料理では、インパクトが薄く感じるから。	1人	0.0%
こんぶだけでは魅力がないから	1人	0.0%
こんぶでパーティー料理を作るのが難しそうだから。	1人	0.0%
こんぶというと和食のイメージなのでパーティーといってもピンとこない。	1人	0.0%
こんぶには興味あるが「パーティ」を開くほど、時間的余裕がないし、パーティを開くほどのテーマでもないような気がする。	1人	0.0%
こんぶの話題はほとんど出ないから。	1人	0.0%
こんぶは、あまり美味しくない気がする。	1人	0.0%
コンブは、体が締まりやすいから？	1人	0.0%
こんぶパーティー…なんか全然魅力的じゃないなあ。おいしそうでない…ごめんなさいm(..)m	1人	0.0%
こんぶパーティといってもバラエティ豊かにできるイメージがない	1人	0.0%
こんぶパーティはちょっと難しい	1人	0.0%
こんぶパーティを開けないから	1人	0.0%
こんぶはおでんなどに入っていればたべるけどメインの材料としてはつかわない。	1人	0.0%
こんぶはヘルシーで好きだけど、パーティには不向きだと思います。	1人	0.0%
こんぶは好きでパーティーもよく開いているが、タダで公開するほど自分はお人よしではないので。	1人	0.0%
こんぶは地味な材料で、自分はお料理自慢は、できないため。	1人	0.0%
こんぶメインには限界を感じる	1人	0.0%
こんぶを使う料理をまずしないし、こんぶパーティーがイメージできない	1人	0.0%
こんぶを使った！よりも違う食材のパーティの方に参加したい。	1人	0.0%
こんぶを使っておいしいものを作るようなお母さん達が回りに居ないと思うから。	1人	0.0%
こんぶ料理でパーティーというのが…	1人	0.0%
こんぶ料理の得意そうな友達は少ないので	1人	0.0%
したくない	1人	0.0%
じゃまくさい	1人	0.0%
シンプルに昆布を使うことが多いので、パーティというほどのものができない	1人	0.0%
そういう習慣がない	1人	0.0%
そういう場所にいくのは気はずかしいから	1人	0.0%
そこまでなくても情報は得られるから	1人	0.0%
そのようなたいそうな主婦ではありません。紹介するほどの特別な料理でもありません。	1人	0.0%
そのような会があったら、作り方を教えていただく側で参加するのは、是非にも、と思うが、自分がパーティを開くのは無理。そこまでの力はありません。	1人	0.0%
そのような事が、出来ないから。	1人	0.0%
その時の様子を公開されるのは抵抗があるから。	1人	0.0%
その内容をあとで見てレシピ等を楽しむのはいいが、自分が参加するのは手間がかかりそうな気がしたので。	1人	0.0%
そんな自信はない	1人	0.0%
ちょっと無理があるような…。	1人	0.0%
デジカメを持っていないし、使えないから。	1人	0.0%
どちらでもいい。近所で都合のいい時間帯に開催されるのであれば、参加を検討します。	1人	0.0%
どのようなことを行うのか、具体的にわからないため。	1人	0.0%
なかなかパーティを開くのは難しいから。	1人	0.0%
なかなか昆布をつかっている人がころあたりにいないから。	1人	0.0%
なんとなく気後れする	1人	0.0%
ネーミングが、こわい	1人	0.0%
ネーミングがださい	1人	0.0%
ネットに公開したくない。	1人	0.0%
パーティーなどには参加したくない	1人	0.0%
パーティーをしたことがないから。	1人	0.0%
パーティーをする機会をもてない	1人	0.0%
パーティーを主催する側でなく、参加する側なら参加したい	1人	0.0%
パーティというと怪しまれそう。鍋売りつけられると勘違いされて友達を無くすと困るので。	1人	0.0%
パーティとか派手なことは苦手と思ったから。でも、レシピ公開したものはみてみたいです。	1人	0.0%
パーティはしない	1人	0.0%
パーティを開くことがないので	1人	0.0%
パーティを開くことが難しい	1人	0.0%
パーティを開くのが大変。	1人	0.0%

パーティを開く柄でない	1人	0.0%
はずかしい	1人	0.0%
はずかしい	1人	0.0%
ピンとこなかったの。	1人	0.0%
ホームパーティをするような習慣がないので。	1人	0.0%
まだカリスマ主婦ではないので…。	1人	0.0%
まだ内容がよくわからないので。	1人	0.0%
ママ友は苦手。	1人	0.0%
みるのは惹かれるのですが、実際参加となると抵抗があります。	1人	0.0%
みんなが集まりそうにないの	1人	0.0%
むずかしそうだから	1人	0.0%
むり	1人	0.0%
もりあがらない	1人	0.0%
やったことがないから	1人	0.0%
やってみたいがどういう内容なのか疑問	1人	0.0%
レシピだけが知りたい。	1人	0.0%
レシピにコンプを必要としないから	1人	0.0%
レシピには興味があります。地方での開催は無いと思うので…あったとしても腕に自信がないので出れません	1人	0.0%
レシピはしりたいけど 参加までは……	1人	0.0%
レシピは大変興味あり	1人	0.0%
レシピやパーティを見てみたいとは思いますが、自分が参加するのは恥ずかしいので	1人	0.0%
レシピを教えていただいて、調理実習して、新しいレシピを教えていただくのは、いいが。わたしのレシピでは、普通に家庭的なものであり、パーティでは、どうかと思う。	1人	0.0%
レシピを見ればそれでいい。	1人	0.0%
わからない	1人	0.0%
わからないから	1人	0.0%
遠慮したいから	1人	0.0%
塩分過多になりそう	1人	0.0%
何か溶け込みにくそう	1人	0.0%
家ではパーティを開かないから	1人	0.0%
家族の反応が悪いため昆布はいつも脇役だから	1人	0.0%
該当する主婦がまわりにいない為	1人	0.0%
楽しそうと思うが、緊張するの…。	1人	0.0%
活動内容に興味が無い	1人	0.0%
企画がない	1人	0.0%
企画はおもしろいのですが、、、ネットでその様子を拝見したいほうなので…。	1人	0.0%
機会がない	1人	0.0%
機会がなさそうだから	1人	0.0%
気がすまないから	1人	0.0%
気後れしちゃいますね。	1人	0.0%
気恥ずかしい	1人	0.0%
興味はあるがパーティまでは開けない。	1人	0.0%
興味はあるけど、参加しようとは思わない。	1人	0.0%
興味はあるのですが、行く事が出来ない為。	1人	0.0%
興味はない	1人	0.0%
近所の人と一緒にパーティをしたことがない	1人	0.0%
個人が特定されるのがいや。	1人	0.0%
呼ぶほどのことは出来ない	1人	0.0%
胡散臭い。	1人	0.0%
交通の便が、悪く行けないので	1人	0.0%
交通面	1人	0.0%
公開がどの程度のものか分からない	1人	0.0%
公開が面倒。	1人	0.0%
公開できるかわからないから。	1人	0.0%
好きじゃないか「あ」。	1人	0.0%
好きじゃないから	1人	0.0%
好きではない	1人	0.0%
好き嫌いが多くて食べれない料理がありそうだから。	1人	0.0%
甲状腺が悪い家系なのでヨードはあまり摂らないようにしているので	1人	0.0%
甲状腺の病気が気になるから。	1人	0.0%
行くのが大変	1人	0.0%
行けそうにないの。	1人	0.0%
行けないから。	1人	0.0%
行けないので	1人	0.0%
行けるかどうか分からないから。	1人	0.0%
昆布がメインだとちょっと盛り上がり欠けそうなので。	1人	0.0%
昆布では、ちょっとひろがりがない	1人	0.0%

昆布では盛り上がりに欠けるから	1人	0.0%
昆布で盛り上げれない	1人	0.0%
昆布とパーティはなんかそぐわない	1人	0.0%
昆布にはこだわりがない	1人	0.0%
昆布パーティーでは盛り上がりにかける	1人	0.0%
昆布ばかりいっぺんに食べたら、消化不良を起こしそうだから。	1人	0.0%
昆布は好きなのですが、甲状腺の持病がある為、あまり食べてはいけません。	1人	0.0%
昆布は高い。手軽に買えない。	1人	0.0%
昆布は大丈夫だが、肉類など好き嫌が多いので。	1人	0.0%
昆布メインの料理なんて楽しなさそう	1人	0.0%
昆布メニューばかりじゃあきそう	1人	0.0%
昆布を使った料理というものに、何か人をひきつけるものがない。色味が地味だったり、味が昔っぽかったり…。だからあまり参加したくないです。	1人	0.0%
昆布自体は好きですが、どう扱っていいかわかりません。	1人	0.0%
昆布自体をあまり利用する機会がないから	1人	0.0%
昆布自体をおいしく食べられると思わないから	1人	0.0%
昆布商品というのがいまいち分からない。	1人	0.0%
昆布商品とパーティー料理が結びつかない	1人	0.0%
昆布商品の料理パーティー？ネーミングからして、興味がわかない。スミマセン。	1人	0.0%
昆布料理ってマイナーだから、パーティにならないかなと思った	1人	0.0%
昆布料理でパーティーと言われても、ちょっと地味な食材なので、パーティーのメインディッシュには難しそう。	1人	0.0%
昆布料理は地味だから	1人	0.0%
参加するのは好きでない	1人	0.0%
参加せずにそういった状況をネットで見の方がいいから。	1人	0.0%
参加できる人がいません	1人	0.0%
参加は むずかしいから	1人	0.0%
参加はしたいが、自分で開催はしたくない	1人	0.0%
参加者が集まらないと思う。	1人	0.0%
残念ながら、自宅でパーティは開けません。	1人	0.0%
思いつかない	1人	0.0%
私にはちょっと荷が重そうなので。お友達に誘ってもらえたら楽しそうですね。	1人	0.0%
自宅で開催するのは自信が無い	1人	0.0%
自分がカリスマ主婦とまでいえるほど使っていない	1人	0.0%
自分がカリスマ主婦になる、という意味合いだとすると、ちょっと抵抗があるため。こんぶ、という素材がちょっと地味なイメージで、パーティというイメージと合わない感じがして…。	1人	0.0%
自分であれこれ試してみたいから。	1人	0.0%
自分でレシピを考えるタイプではないので。	1人	0.0%
自分で開催するのは無理。参加するだけなら、条件(場所や日時)によっては、OKです。	1人	0.0%
自分で参加するより、他の人のレシピを教えてもらいたい。	1人	0.0%
自分で友人を誘う自信がないので。	1人	0.0%
自分の味覚にいまいち自信がないから	1人	0.0%
自分はカリスマにはなれない。。。	1人	0.0%
自分ひとりでも参加できるようなイベントだったら考える。知り合いを同じ日時にそろえるのが難しいので。	1人	0.0%
自分自身が思いつかない	1人	0.0%
煮物にはよく使うが、特別凄い料理でもないの。	1人	0.0%
主催者は誰？カリスマ主婦は誰？主旨がいまいち不明なので、これだけではよくわからない。スイーツならまだしも、こういうのに誘って参加してくれそうな友達がいない。	1人	0.0%
主婦だけでは参加しにくい	1人	0.0%
主婦だけの集まりに男がいくのは気が引けますので遠慮します。	1人	0.0%
主婦で集まりたくない	1人	0.0%
主婦のあつまりが怖いから	1人	0.0%
主婦のなかでは居づらいから	1人	0.0%
主婦中心だから。	1人	0.0%
周りに料理好きがいないので。	1人	0.0%
周りの主婦友だちに料理をするのが好きな人が少ない。	1人	0.0%
周りも皆忙しそうだから	1人	0.0%
集まって情報交換みたいな大掛かりなことではなく、自分の空いている時間に参加したい。	1人	0.0%
集まりにくい	1人	0.0%
集まるのが無理だから	1人	0.0%
集まる機会がない	1人	0.0%
出汁以外では殆ど昆布を使わないし、自分が習うのには興味があるが、主催したり等のエネルギーのいるようなことはしたくない。	1人	0.0%
出席できないから	1人	0.0%
初めてなのでイメージが分からないので。	1人	0.0%
初対面の人と話すのは苦手なので。	1人	0.0%

女性が多いから。	1人	0.0%
女性が多そうだから	1人	0.0%
小学生が居ない	1人	0.0%
詳細な情報が無いので、参加しようという意欲がわからない。	1人	0.0%
場違いかも	1人	0.0%
場違いな感じ。	1人	0.0%
食べると美味しいし、体にも良さそうなんですが、面倒。	1人	0.0%
人がつまらない	1人	0.0%
人にお見せする自信がないので…	1人	0.0%
人に紹介する程活用できていない	1人	0.0%
人の集まりは、あまり好きではないので。	1人	0.0%
人の前で料理を披露するほど上手じゃないから	1人	0.0%
人の料理を見たいけど、自分のレシピは良いものが見つからないので行きづらい。	1人	0.0%
人を集めたくない	1人	0.0%
人を集められないから。	1人	0.0%
人を集めるのは嫌	1人	0.0%
人前で料理する自信が今ひとつない。	1人	0.0%
人様に見せる窓の料理は作っていない	1人	0.0%
性格的に皆で集まってパーティーをするというのがあまり好きではないから。	1人	0.0%
正直なところ、イベントに参加してまで昆布料理のレパートリーを増やそうとは思わないです…。	1人	0.0%
他の方の料理を見て勉強になるのは大変ありがたい企画なのですが、いかんせん自分の腕がありません。	1人	0.0%
体調が悪いので、外出が難しいから。	1人	0.0%
体調が悪いので出かけられないので。	1人	0.0%
体調が良くなく、無理。	1人	0.0%
大変さが第一	1人	0.0%
大変そうなので	1人	0.0%
大変なので	1人	0.0%
題名がちょっと…	1人	0.0%
地味	1人	0.0%
地味なイメージでそそられない	1人	0.0%
調理全般がきらいなので。	1人	0.0%
定番の昆布料理がないから	1人	0.0%
抵抗がある	1人	0.0%
懂れるけど、引け目を感じるから。	1人	0.0%
内容は楽しそうだけど、ネットで見たりするだけで、あえて自分で参加はしなくていいかなと思いました。	1人	0.0%
難しそう	1人	0.0%
難聴ですから…	1人	0.0%
披露する料理を知らない	1人	0.0%
非常にマイペースな人間なので、パーティなど他人と大勢で過ごすのが苦手。また料理人でない普通の人の作った料理をいただくのがあまり好きではない。	1人	0.0%
表に出るのは余りすきではないので	1人	0.0%
病气入院の親戚がいるので。	1人	0.0%
病身なので、他の参加者に迷惑となるから。	1人	0.0%
複数の友達の都合をそろえるのが大変。	1人	0.0%
報告が大変そうだし、プライベートを公開したくないから。	1人	0.0%
無料でお料理教室の先生が指導してくれるならいきたい	1人	0.0%
面白そうだけど、人を集める事に抵抗があるし、ちょっと不安でもある。	1人	0.0%
役に立ちそうにない。	1人	0.0%
友達を誘っていくということがやだから	1人	0.0%
友達を誘ってというのには抵抗を感じる。	1人	0.0%
余り好きではない	1人	0.0%
様子は知りたいですが、気後れします。	1人	0.0%
料理は好きだが気後れする	1人	0.0%
料理は自分ひとりでする方がはかどるから。	1人	0.0%
なし	162人	4.6%
なし	129人	3.7%
理由はない	3人	0.1%
なんとなく	30人	0.9%

- ⑤ もっと昆布料理を家庭で作られるようになるにはどうすればいいか、アイデアを教えてください。
[フリー回答]

回 答	人数	回答率
レシピの紹介	1728人	34.6%
レシピの公開	11人	0.2%
レシピの紹介	6人	0.1%
レシピを広める	4人	0.1%
レシピを紹介する	4人	0.1%
レシピを増やす	4人	0.1%
レシピを知りたい	4人	0.1%
レシピがほしい	3人	0.1%
レシピの普及	3人	0.1%
レシピを教えてほしい	3人	0.1%
レシピを広める	3人	0.1%
レパートリーを増やす	3人	0.1%
いろんなレシピを知りたい	2人	0.0%
レシピがあればいい	2人	0.0%
レシピが少ない	2人	0.0%
レシピを知りたい	2人	0.0%
レシピが欲しい	2人	0.0%
レシピの充実	2人	0.0%
レシピの提供	2人	0.0%
レシピをたくさん公開する	2人	0.0%
レシピをたくさん紹介してほしい	2人	0.0%
レシピを教えて欲しい	2人	0.0%
レシピを広めてほしい	2人	0.0%
レシピを載せる	2人	0.0%
レシピを紹介して欲しいです	2人	0.0%
レシピを配る	2人	0.0%
レシピ公開	2人	0.0%
簡単なレシピ	2人	0.0%
簡単なレシピがあればいい	2人	0.0%
簡単に作れるレシピの紹介	2人	0.0%
簡単に作れるレシピを広める	2人	0.0%
簡単に使えるようにする	2人	0.0%
簡単レシピがあれば	2人	0.0%
簡単レシピの紹介	2人	0.0%
商品にレシピをつける	2人	0.0%
色々なレシピの紹介	2人	0.0%
「だし」というイメージが強いので、「食べる」レシピがもっと紹介されるとよいと思う。	1人	0.0%
「だし」というイメージが大きいので、雑誌などでレシピを増やしてほしい	1人	0.0%
だしに使うのではなく、まるごと食べられるようなレシピを提案する。昆布＝固いイメージだから、老人が食べやすいように昆布が柔らかくなる調理法を考える。洋風のメニューで昆布を使う方法を考える。	1人	0.0%
♪ マーシャルで簡単なレシピを紹介する。	1人	0.0%
1.昆布の商品パッケージに、簡単でおいしいレシピを載せる(写真付なら尚good) 2.料理雑誌で昆布特集を組む(いろいろ使える事をアピールする)	1人	0.0%
1. 昆布を使ったレシピをホームページで公開する。2. スーパーとかで、昆布商品を売ってる隣で試食コーナーを作る。美味しかったら作ってみようかなと思うんじゃないかと思います。私がそうなので。	1人	0.0%
3分でできるような簡単なレシピの紹介	1人	0.0%
HPで簡単レシピを沢山見れるようにする	1人	0.0%
アイディアレシピをスーパーの店頭で置くとか、テレビ番組、CMで昆布料理をアピールする。	1人	0.0%
あまり、レシピを知らないのもっとレシピを紹介したり昆布の栄養面を出していくといいと思う。	1人	0.0%
あまりこれっていうレシピが思い浮かばないので、いろんなレシピなどをもっと宣伝すれば、昆布はおいしいので、もっと食卓に出す機会は増えると思います。	1人	0.0%
アレンジの仕方を世間に広めたほうが良いのでは。どうしても、佃煮とだしのイメージが強いから。	1人	0.0%
アンケートなどで集めた昆布料理のアイデアを昆布商品のパッケージに印刷する。	1人	0.0%
いいところ(栄養効果など)をもっとアピールして、簡単なレシピなんかも紹介してあれば使ってみようかと思う。	1人	0.0%
いいレシピをたくさん公開してほしい。	1人	0.0%
イタリアン・中華の昆布を使ったレシピがあったらいいかも。	1人	0.0%
いつもの料理に昆布を取り入れ方	1人	0.0%
イベントや商品の袋の裏にレシピを載せ、たくさんの人に広めるのが、いいと思います。	1人	0.0%

いまいちレパートリーが少ないし、レシピ本なども昆布料理のレシピは少ない(殆ど無いと言ってもいいかも)ので、昆布のレシピ集があればいいと思う。例えば、和のイメージの強い昆布で、洋の物が作れるとか。	1人	0.0%
いまどきの美味しいレシピを教えてほしい	1人	0.0%
いろいろとレシピを紹介する	1人	0.0%
いろいろなレシピがあるといいと思う。	1人	0.0%
いろいろなレシピが簡単に手に入れば	1人	0.0%
いろいろなレシピが色々な雑誌に掲載されているといいかな。	1人	0.0%
いろいろなレシピが欲しい	1人	0.0%
いろいろなレシピが欲しいかな	1人	0.0%
いろいろなレシピを公開する	1人	0.0%
いろいろなレシピを紹介する	1人	0.0%
いろいろなレシピを紹介する	1人	0.0%
いろいろなレシピを宣伝したらいい。	1人	0.0%
いろいろなレシピを知りたい。	1人	0.0%
いろいろなレシピを知れたら・・・	1人	0.0%
いろいろなレシピを店頭で紹介する。(料理カードの配布や商品に調理法の表示)	1人	0.0%
いろいろな簡単レシピの紹介	1人	0.0%
いろいろな昆布を使ったレシピがあれば作ると思う	1人	0.0%
いろいろな所で昆布のレシピを紹介する	1人	0.0%
いろいろな分野のお料理に取り入れたレシピが紹介されるといいです。例えば日本食ではなく洋食とか・・・	1人	0.0%
いろいろな料理のアイデアを昆布の袋に記載するなど工夫が欲しい。	1人	0.0%
いろいろレシピを昆布の袋の裏などに印刷しておく	1人	0.0%
いろいろ昆布を使ったレシピを教えて欲しい。	1人	0.0%
いろんなアレンジが手軽にできればいいと思う。	1人	0.0%
いろんなレシピ(簡単な)を紹介して使ってもらう	1人	0.0%
いろんなレシピがほしい	1人	0.0%
いろんなレシピが見たい	1人	0.0%
いろんなレシピを知りたい	1人	0.0%
いろんなレシピの解説。	1人	0.0%
いろんなレシピの紹介	1人	0.0%
いろんなレシピをそろえたHPを製作しTVCMで宣伝したり、スーパーマーケットの店頭で昆布レシピをおくと利用しやすい。	1人	0.0%
いろんなレシピをどんどん紹介したり、インパクトのあるCMでアピールする。	1人	0.0%
いろんなレシピをのせる	1人	0.0%
いろんなレシピを教えてください。	1人	0.0%
いろんなレシピを教えてほしい。	1人	0.0%
いろんなレシピを公開したり、洋食でも簡単に使えるようにしたらいいと思う。	1人	0.0%
いろんなレシピを公開する。	1人	0.0%
いろんなレシピを昆布の袋につけたらいいと思います。	1人	0.0%
いろんなレシピを紹介してもらえたら作るようになると思う	1人	0.0%
いろんなレシピを紹介する	1人	0.0%
いろんなレシピを紹介する。昆布の栄養や美容効果をPRする。	1人	0.0%
いろんなレシピを紹介するサイトがあるといいと思う。昆布自体にはいいイメージがあるが、レシピがなかなか思い浮かばないので	1人	0.0%
いろんなレシピを知ること。	1人	0.0%
いろんな使い方がわかるといい	1人	0.0%
いろんな使い方がわかればいい	1人	0.0%
いろんな料理方法がわかればよい	1人	0.0%
インスタントで使えるレシピをたくさん教えていただければ！ 私自身、是非知りたいです。昆布はやっぱり美味しいし、健康にもよいと言われますし(^ ^)v	1人	0.0%
インターネットでレシピをたくさん公開されたらもっと身近に感じて作るようになると思います。	1人	0.0%
インターネットや雑誌などの媒体でどんどん昆布を使ったレシピを紹介し普及活動を続ける	1人	0.0%
インターネット上でレシピを公開する	1人	0.0%
うーん、加工しやすい「洋風料理」にあるレシピを知りたいですね。みそしる、煮物以外に使えるのか	1人	0.0%
うーん、難しいですね。洋食に合うようなアレンジがあると、気軽に使えるかもしれないですね。	1人	0.0%
おいしい、簡単なレシピがあつたらいいと思う。	1人	0.0%
おいしくて手軽なレシピがたくさん紹介されればよいと思います。	1人	0.0%
おいしいだしのとり方の紹介	1人	0.0%
おいしいレシピがあれば	1人	0.0%
おいしいレシピと栄養価について公開する	1人	0.0%
おいしいレシピの公開	1人	0.0%
おいしいレシピをもっと広める	1人	0.0%
おいしいレシピを公開する。	1人	0.0%
おいしい昆布レシピを新聞やネットなどで公表する。	1人	0.0%
おいしい昆布料理レシピを教える	1人	0.0%

おいしい昆布料理を紹介する	1人	0.0%
おいしい調理法を知りたい	1人	0.0%
おいしい料理のレシピがあればいいと思う。栄養価は高いので食べたいけど...という 処があるので。	1人	0.0%
おいしい料理のレシピを教えてもらえる	1人	0.0%
おいしい料理の開発。	1人	0.0%
おいしい料理を紹介する	1人	0.0%
おいしくて簡単だと噂のレシピがあればいいと思います。	1人	0.0%
おいしくて簡単なレシピがあればいい	1人	0.0%
おいしくて簡単なレシピがあれば作るようになる	1人	0.0%
おいしくて簡単に作れるレシピを昆布商品売り場の側に置く。パッケージに添付。	1人	0.0%
おいしくて手軽にできる昔からあるメニューを知りたい	1人	0.0%
おいしく簡単なレシピがたくさんあると昆布を買うと思う	1人	0.0%
おいしく手軽に作れるレシピを	1人	0.0%
おいしく食べれるレシピを作って、広める	1人	0.0%
おいしく簡単にレシピがあれば作と思う	1人	0.0%
おいしく簡単に作れる昆布料理のレシピが手に入ると思う	1人	0.0%
おいしくそんなレシピや昆布の栄養についておしゃれにアピールするとか、だしをとった 後の昆布を最後までおいしくいただけるような工夫がもっと知りたいです。自分でとる だしが面倒だと感じるのには その時にだしがさすがたくさん出るためもあるのかなと思ひ ます。	1人	0.0%
おいしくそんな料理の紹介があれば、作ろうと思う。	1人	0.0%
おすすめレシピを、もっと教えて欲しい。	1人	0.0%
おでんや佃煮程度しかレパートリーがありません。アイデアがあるのなら、わたしが いたきたいです。	1人	0.0%
オリジナルレシピを大々的にアピール！	1人	0.0%
お気軽なレシピを提供ください。	1人	0.0%
お手軽なこぶの使い方を知りたい	1人	0.0%
お出しのイメージが強いですが、もっと洋風なお料理アレンジで食されると良いと思いますが！	1人	0.0%
お店で購入する乾燥昆布のパッケージに簡単なレシピを掲載したり、もっと手に取り やすい分量での販売をすれば良いと思う。	1人	0.0%
お店などでレシピを配る。	1人	0.0%
お鍋のだし作りに使った昆布等の後に残った昆布の使い道が知りたいですね。佃煮とか。	1人	0.0%
お米を炊く時にひとかけらの昆布を入れると美味しくなるので、料理以外にも使えるこ とをアピールすると良いと思う。	1人	0.0%
お料理番組で昆布料理のレシピを紹介したり、主婦向けの雑誌で昆布料理の特集や レシピ紹介を頻繁にすればもっと身近になるのでは？	1人	0.0%
かんたんで、美味しい(家族が好む)レシピがあれば作ると思うので、レシピがどんど ん出てくれるのが一番いいと思います。	1人	0.0%
かんたんでおいしいレシピがあればいろいろと昆布料理を作っても見たいです	1人	0.0%
カンタンでおいしい昆布レシピの情報が得られれば、昆布を利用しやすいと思う。	1人	0.0%
かんたんレシピがあれば	1人	0.0%
かんたんレシピがあればよい	1人	0.0%
カンタンなレシピがたくさん載ってるサイトがあればいいかもしれません。	1人	0.0%
かんたんレシピなど商品のパッケージの裏などに載せてあるといいと思う	1人	0.0%
かんたんレシピをもっとたくさん教えて欲しい。	1人	0.0%
かんたんレシピを教えてもらえとできるかも	1人	0.0%
カンタンなレシピを紹介する。栄養面からのよさを紹介する。	1人	0.0%
かんたんにおいしく出来る昆布料理があればつくるとなると思う。	1人	0.0%
かんたんにしてくれるたくさんのレシピをしりたい	1人	0.0%
かんたんにしてくれるレシピを公開する	1人	0.0%
かんたんレシピがほしいです	1人	0.0%
かんたんレシピが袋についてきたらよい	1人	0.0%
かんたんレシピが欲しい。使いやすい昆布が売っていて欲しい。	1人	0.0%
かんたんレシピなど教えて欲しい	1人	0.0%
かんたんレシピの普及	1人	0.0%
かんたんレシピをサイトで紹介	1人	0.0%
きっと、昆布を使った思いつくレシピが少ないんだと思うんです。なので、CMなどでレ シピを公開したら1番目にとまるのではないかなと思う。実際、国仲さんがやってる「ダシ 対決」のCMを見て「こんなのあるんだ」とサイトを見たりしてレシピを使わせてもらった 事がありますので。	1人	0.0%
クックパッドでレシピを紹介する。	1人	0.0%
この「こんぶネット」にあるようにレシピをたくさん紹介すると思う。私も実際に昆 布をどのように使ったらいいのかわかりませんでしたが、レシピを見て少し興味がわき ました。	1人	0.0%
こんぶって、ダシのイメージが強いので、食材として気軽に使うレシピがあればいいの ではないでしょうか？	1人	0.0%
こんぶにレシピをつける	1人	0.0%

こんぶネットにはレシピが載っているので参考に来るが、商品や売り場にレシピ等が載っているものがあれば、使用頻度も増えると思う。	1人	0.0%
こんぶのおいしい料理紹介。	1人	0.0%
こんぶのパッケージにレシピが載っていたらいいと思う。	1人	0.0%
こんぶのパッケージの裏にレシピがのっているとうれしい。	1人	0.0%
こんぶのパッケージの裏に簡単レシピがかいてあると、いいと思いました。	1人	0.0%
こんぶのパッケージ裏にレシピを載せる。TVコマーシャル・スーパーの店頭でサンプルとリーフレット配布	1人	0.0%
こんぶの袋にいろいろレシピがついているといい	1人	0.0%
こんぶの袋にお料理レシピがついているといいと思います。	1人	0.0%
こんぶの袋にレシピがあつたり、料理番組でたくさん見られると良い。	1人	0.0%
こんぶの袋に料理のレシピを印刷する	1人	0.0%
コンブの袋の裏にたくさんの料理を紹介する。	1人	0.0%
こんぶの美味しいレシピを紹介する。	1人	0.0%
こんぶの包装に簡単レシピを印刷したり、お料理のイメージ写真を載せる。	1人	0.0%
コンブの包装の中にレシピも入れる。	1人	0.0%
こんぶの利用の幅広さをアピールしたり、こんぶレシピを紹介する。	1人	0.0%
コンブの料理を広める	1人	0.0%
こんぶの料理本があると参考になる	1人	0.0%
こんぶレシピを広めたら、使いやすくなると思います	1人	0.0%
こんぶレシピを身近にする	1人	0.0%
こんぶレシピを増やす。	1人	0.0%
こんぶを使ったレシピなどを昆布の売り場におく。	1人	0.0%
こんぶを使用した料理レシピを広告宣伝で紹介する	1人	0.0%
こんぶを買う時にレシピがついていればよい。	1人	0.0%
こんぶを販売するパッケージなどにレシピをのせる。	1人	0.0%
こんぶ商品に簡単レシピなどをつけられたいと思う。	1人	0.0%
こんぶ商品の包みなどに、簡単レシピなど宣伝したり、小さなレシピ本などをつけたりしたらどうでしょうか??	1人	0.0%
こんぶ料理のレシピをたくさんおしえてほしい	1人	0.0%
こんぶ料理のレシピ集のようなものがあれば、もっと気軽に使えます。	1人	0.0%
こんぶ料理のレパートリーが増えたら。	1人	0.0%
こんぶ料理をあまり知らないの、スーパー等のこんぶ製品や売り場などに、簡単なレシピを沢山つけて欲しい。	1人	0.0%
サイトで簡単に出来る料理をもっと紹介する場が出来れば、参考にする人が増えると思います。	1人	0.0%
さらなるレシピの情報公開	1人	0.0%
じくさばくさくないこんぶ料理のレシピがあれば……身体にいいことはわかっているだけに……	1人	0.0%
シンプルでおいしいレシピをたくさん教えて欲しい	1人	0.0%
スーパーでもレシピの本でももう少しこんぶの特集をしてほしい。	1人	0.0%
スーパーでレシピをおいておく	1人	0.0%
スーパーでレシピを配る	1人	0.0%
スーパーで目に付くところにレシピと一緒に昆布を置く。	1人	0.0%
スーパーなどで、レシピカードを配布する。	1人	0.0%
スーパーなどでちょっとしたレシピの紹介をする(パンフレットなど) 大型店などでは料理の実演もしていることがあるので、昆布特集などを組んでもらう。	1人	0.0%
スーパーなどでのメニュー提案	1人	0.0%
スーパーなどでもっと目立つように並べたり、レシピカードなどをおく。	1人	0.0%
スーパーなどでレシピを紹介する	1人	0.0%
スーパーなどでレシピを提供する。	1人	0.0%
スーパーなどでレシピを配布する。	1人	0.0%
スーパーなどで昆布料理のレシピ配布・試食。	1人	0.0%
スーパーなどで手軽にできる昆布を使ったメニューなどを紹介する	1人	0.0%
スーパーなどで商品の近くにレシピののっているチラシのようなものを置いておく。	1人	0.0%
スーパーなどで食材と一緒に昆布商品をおいてレシピを紹介する	1人	0.0%
スーパーなどに、レシピを置いて欲しい。	1人	0.0%
スーパーなどに昆布を使った料理のレシピを置くなどしてあれば、作ってみようと思えるのではないかと思います。	1人	0.0%
スーパーなどに昆布料理のレシピを置いて欲しい。	1人	0.0%
スーパーなどに手軽レシピがおいてあると思うが、同様にレシピを置いてみたり、昆布の陳列コーナーに簡単なレシピを置くで購入して、作りやすいと思う。あるある大辞典のような健康番組で取りあげれば、関心があがると思う。	1人	0.0%
スーパーなどに設置しているレシピのリーフレットに手軽な昆布料理を紹介した物があれば簡単に取り組めそうなイメージになる。テレビの料理番組でもっとこんぶ料理のメニューを紹介すると良い。	1人	0.0%
スーパーなどに無料のレシピ(ご自由にお取り下さい)を置いて、周知を図る。	1人	0.0%
スーパーなどの昆布コーナーに、レシピ集を置いてほしい。	1人	0.0%
スーパーなどの昆布売り場に、レシピと一緒に表示する。	1人	0.0%

スーパーなどの昆布売り場に昆布アイデアレシピヒントなどの小さなリーフレットを置	1人	0.0%
スーパーなどの店頭で、昆布料理のメニューの提示をする。	1人	0.0%
スーパーなどの店頭でのメニュー提案やミニリーフレットなどでアイデアレシピを提案・普及させる。	1人	0.0%
スーパーなど売り場にレシピをおいてほしい	1人	0.0%
スーパーにレシピカードをおく	1人	0.0%
スーパーに昆布料理レシピが置いてあったら。	1人	0.0%
スーパーに置かれているレシピカードに昆布メニューを置くか、商品陳列棚に簡単なレシピを置いておく	1人	0.0%
スーパーのコンプコーナーにレシピをおく、その料理の試食販売も行なうと美味しく、簡単なら作ってみようと思う。」	1人	0.0%
スーパーのよく目につく場所に昆布と料理レシピを一緒に置くとよい。	1人	0.0%
スーパーの昆布売り場でレシピ公開	1人	0.0%
スーパーの昆布売り場で昆布を使ったミニレシピ本を無料で配布。レジで待っている時のカウンターにレシピ本と無料で置く。内容は昆布の栄養素や効果(たとえば便秘が治るとかもいれるとなおいいと思います)」	1人	0.0%
スーパーの昆布売り場に、レシピを置く	1人	0.0%
スーパーの陳列棚のところにレシピをぶら下げてみる。お料理番組で取り上げてもらう。好感が持てるCMを作成する	1人	0.0%
スーパーの店頭で料理レシピがよく置いてあるが、その中で昆布を使った簡単でおいしい短時間料理レシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
スーパーの売り場などにレシピが書かれたキッチンメモを配置する。	1人	0.0%
スーパーや、特集記事など、レシピをもっとアピールできれば、身近になる。	1人	0.0%
スーパー等でレシピを無料配布	1人	0.0%
スーパー等で昆布を売っているところ等で昆布のレシピを置くとかしてみればどうでしょう？	1人	0.0%
スーパー等で昆布売場だけではなく、野菜売場などにも昆布レシピを置いておく。	1人	0.0%
すぐにみられるレシピの案内	1人	0.0%
すぐかんたんレシピがあれば出来と思う。	1人	0.0%
スピーディで普段料理しない人でも誰でも簡単にできるおいしいレシピを出す。	1人	0.0%
スピーディにできるレシピがあるとよい。洋風料理のレシピがあるというのもいいと思う。	1人	0.0%
たくさんのレシピが集まれば、使い方の分からない家庭でもヒントを得て作るようになると思う	1人	0.0%
たくさんのレシピを見つけられる様になると便利だと思う。	1人	0.0%
たくさんのレシピを公開	1人	0.0%
たくさんのレシピを紹介して欲しいです。	1人	0.0%
たくさんのレシピを紹介する	1人	0.0%
たくさんの簡単にできるレシピがあればいいと思います。	1人	0.0%
たくさん昆布のレシピを出したらどうでしょうか	1人	0.0%
ダシだけじゃない活用のレシピを知りたい。ダシには、やっぱり羅臼にはかなわないけどたかすぎ	1人	0.0%
ダシトリだけではなく再利用の、レシピがもっと有ると利用できるのではないのでしょうか	1人	0.0%
だしにだけでなく、昆布をメインに使った料理のレシピをたくさん公開すればいいと思う。	1人	0.0%
だしに使うなどしか考え付かないことが多いので、短時間で簡単に出来るレシピがあったらいいと思います。	1人	0.0%
だしに使った後の昆布の活用法が色々レシピとして掲載されるといいと思います	1人	0.0%
ダシや佃煮のイメージが多いので簡単でメイン、あるいは副菜になるレシピを教えて欲しいと思います。	1人	0.0%
だしをとったあとの昆布の利用法を、もっともっとたくさん考えられれば、使うことが増えると思います。あのもったいなさを思うと、だしの素を使うときが多いですし、といっ	1人	0.0%
とくにおいしいだし取り後昆布の料理を知っているわけではないので。	1人	0.0%
だしをとった後捨てずにすむ方法を考えてほしい。	1人	0.0%
だしをとる以外の料理法を広める	1人	0.0%
だしを取ったあとのこんぶの使い方、こんぶの簡単で美味しいレシピをみんなに知ってもらえればいいと思う。外袋にレシピを記載するとか…。あと、栄養価なども、意外とみんな知らないんじゃないかと思う。	1人	0.0%
だしを取るためのものというイメージがつよいので、いろんな昆布レシピを目にするようになれば変わるかなと思う。	1人	0.0%
だし以外でも昆布主体のメニューの提示があれば作る機会が増えると思う。	1人	0.0%
だし以外にも、いろんな料理が出来る事を知らせるといいですね。	1人	0.0%
ダシ以外にも使えるというアピール たたとえばレシピ 体にどれだけ良いのかというアピール	1人	0.0%
だし以外のレシピ(簡単で美味しいもの)が必要。	1人	0.0%
だし以外のレシピでおいしいものを、紹介する。それを、テレビの「はなまるマーケット」で紹介してもらう。	1人	0.0%
だし以外の昆布の使用法(レシピなど)がわかれば。	1人	0.0%
だし以外の使い方を広めることが良いと思います	1人	0.0%
だし以外の食べ方しか思い浮かばない…	1人	0.0%
だし以外の利用方法を知りたい	1人	0.0%
だれにでもできそうな簡単なレシピを商品の裏などに載せる。	1人	0.0%
ちょっとした、ポイントがあればいいと思います。	1人	0.0%

ちょっとしたヒントが欲しいです。	1人	0.0%
こういう風に使ってよいのか分からない…という人も多いので、基本の使い方をパッケージに表記する、料理番組で昆布料理を特集する、昆布のよさについて「健康をメインにした番組」で取り上げてもらう、すぐに使える色々な昆布を用意する。	1人	0.0%
どうしても、脇役な存在なので、もっとメインになるような料理があればいいと思う	1人	0.0%
どうしても難しく考えがちなので、手軽に活用できるレシピが側にあればきっと楽に考えられるのではないのでしょうか？	1人	0.0%
どうしても和食のイメージなので洋食で活用できればレパートリーが広がりそう	1人	0.0%
どう料理していいのかわからないので、昆布のパッケージにお勧め料理をたくさん載せたり、小さなレシピ集を売り場に添える	1人	0.0%
とにかくレシピを知らないし、数少ないレシピも昔ながらの正直あまりおいしそうでないものばかり。たとえば商品とともにおまけでレシピの冊子をつけるなどして広めていったらいいと思います。	1人	0.0%
とにかくレシピ情報が必要	1人	0.0%
とにかく昆布で何を作れるのかを知らないでレシピの幅を広げる機会（CMなどで簡単レシピ）があれば、もっと身近に感じやすい	1人	0.0%
どのくらい煮たら軟らかくなるのかパッケージに書いてあるとわかり易い。おでんに入れて煮てもなかなか食べ頃にならなかったり…当たりはずれは、値段じゃないんで	1人	0.0%
どのようなものを作ったらいいのか、メニューの提案を店頭ですべきだと思う。	1人	0.0%
どのような料理があるのかレシピを公開してほしい	1人	0.0%
どのように使えばいいのか、詳しくレシピなどをのせればよいと思う	1人	0.0%
とりあえず簡単なレシピがほしい CM上でレシピを流してほしい	1人	0.0%
とろろ昆布のパッケージや、スーパーの店頭においてあるレシピなどに昆布料理を紹介してあるといいかな	1人	0.0%
とろろ昆布の外袋に料理アイデアがのっていると作ってみようかと思えます。	1人	0.0%
とろろ昆布の商品袋に簡単なメニューなどがあればいいと思う	1人	0.0%
とろろ昆布の袋の裏にレシピが書いてあるとうれしい	1人	0.0%
どんどんレシピを紹介する機会をつくること。	1人	0.0%
どんどんレシピ公開するか、多くの人に昆布を懸賞プレゼントする。	1人	0.0%
どんどん新レシピを発表する。	1人	0.0%
どんな料理に使えるかもっと宣伝してほしい	1人	0.0%
なかなかレシピが思い浮かばない、だしに使った昆布でも、そのあとやわらかくなっておいしく食べられるけど、それだけでは食べにくいし、そういったレシピが広くアピールされればもっと昆布を使う機会も増えると思います。	1人	0.0%
なかなか使わないので、雑誌やテレビでレシピを公開してほしい！	1人	0.0%
なににどれだけ入れたらいいのかわからないので、そういったレシピとかがあるといいかな…	1人	0.0%
なんかめんどくさいイメージとこども受けしないので、簡単でおいしいレシピがあればもっとこんぶ料理が普及すると思う。	1人	0.0%
なんといっても簡単レシピを広めることだと思います。あと使いやすい包装。湿気ない缶入りとか、出汁用、とろろ、切り昆布、各種詰め合わせとかどうでしょう。	1人	0.0%
ニンテンドーDSの料理ソフトに昆布レシピの物を作る。	1人	0.0%
パッケージなどにレシピを掲載する	1人	0.0%
パッケージなどに調理方法をたくさん乗せて欲しい。	1人	0.0%
パッケージに、簡単なレシピを記載するなど、工夫がほしい。	1人	0.0%
パッケージにさまざまなレシピを載せる。	1人	0.0%
パッケージにのせてほしい	1人	0.0%
パッケージにレシピが付いていたら色々なレパートリーが増えていいと思います。	1人	0.0%
パッケージにレシピをいっぱい書いておいてください。	1人	0.0%
パッケージにレシピをつけて販売。サラダやグラタンなど、新味のあるもので、美味しいもの。	1人	0.0%
パッケージにレシピを記載する	1人	0.0%
パッケージにレシピを掲載してもらったり、近くのスーパーなどで「昆布を使った料理教室」などを開催してもらえたらもっと昆布が身近に感じられると思います。	1人	0.0%
パッケージにレシピを掲載する	1人	0.0%
パッケージにレシピを書く	1人	0.0%
パッケージに簡単なレシピを掲載する	1人	0.0%
パッケージに簡単に気軽に作れるレシピを掲載したり、スーパーなどの売り場でレシピを紹介したりすると良いと思う。	1人	0.0%
パッケージに簡単レシピを掲載。	1人	0.0%
パッケージに昆布を使った簡単なレシピをプリントする。かわいい缶入りにするなど、手に取りたくなるようなパッケージにする。	1人	0.0%
パッケージに作り方を掲載する。	1人	0.0%
パッケージに使用例を記載する	1人	0.0%
パッケージに人気のあるレシピを載せる。昆布料理の良さをもっとアピールできるよう、努力する。	1人	0.0%
パッケージに調理法が掲載されていればいい。スーパー等の入り口でこんぶ料理のレシピと実物があればいい。	1人	0.0%
パッケージに晩御飯のメニューなどを彷彿させるような写真を使ってみてはいかがでしょうか？	1人	0.0%
パッケージに利用方法をたくさん載せると作りやすくなると思う。	1人	0.0%
パッケージの裏にレシピを載せる	1人	0.0%

パッケージの裏に簡単レシピなどのせてほしい。	1人	0.0%
パッケージの裏に手軽で簡単なレシピなどを掲載しておく。(ちょっとしたレシピのミニ冊子なんか置いてあると嬉しい)	1人	0.0%
パッケージの裏に料理方法を載せる	1人	0.0%
パッケージの裏や付属の冊子にレシピを載せる。	1人	0.0%
パッケージや袋に、レシピを載せる。	1人	0.0%
パッケージ裏のレシピを充実してほしい。	1人	0.0%
パバット簡単レシピを広めていく	1人	0.0%
ファーストフードやコンビニに弁当での昆布料理紹介(メニュー化)	1人	0.0%
フリーペーパーで昆布料理のレシピを配る	1人	0.0%
ホームページだけでなく、雑誌とかでも簡単レシピを掲載してもらえるといいかも。	1人	0.0%
まずは、色々な手軽に作れるレパートリーを広めることだと思います。だしをとるのも今は粉だしがあるし、あとは煮物くらいしか思いつかないです。なのでたまにしか食卓に登場しません。あると重宝する食材！！というアピールが欲しいです。	1人	0.0%
まずは乗せるだけ・和えるだけ・入れるだけなどの簡単にこんぶを使うレシピを沢山知ってもらえます。刻み昆布やとろろ昆布・漬物昆布・早煮昆布は使い易いです	1人	0.0%
ミニレシピ本などをつくれる。店頭のコンプが売っている棚にレシピを貼る(ミニレシピ無料などの設置)	1人	0.0%
メインで食べられるような(例えばお肉料理と使うとか)よいレシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
メインになるような料理(レシピ)があればいいと思う。お店でも、あまり目立つところにおいてないことが多い。	1人	0.0%
メインになるような料理に昆布を登場させるようなレシピがないとなかなか昆布を使うことはないと思うので、昆布でご飯が進むようなレシピを広めていくことが家庭で広まるコツだと思います。	1人	0.0%
メインの食材になるような料理があればよいと思う。	1人	0.0%
メイン料理になるようなレシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
メニューが身近にあること	1人	0.0%
メニューが増えればいい	1人	0.0%
メニューの紹介をする。	1人	0.0%
メニューをふやす	1人	0.0%
メニューを紹介する	1人	0.0%
メリットとレシピをどんどん公表していけばいいと思う。私も知りたいです。	1人	0.0%
メルマガなどで、レシピが送られてきたら見るし、興味のあるものは作ろうと思う	1人	0.0%
もっと、いろんなレシピがあると使いやすいと思います。	1人	0.0%
もっと、いろんな調理方法があるという事を広める。	1人	0.0%
もっと、昆布を使った簡単そうなレシピがあれば使うようになるかも。	1人	0.0%
もっと…たくさんレシピを紹介してほしい	1人	0.0%
もっといろいろな食べ方があると知ってもらう。みのもんたに頼む。	1人	0.0%
もっといろいろな食材と合体させる。	1人	0.0%
もっといろいろな調理方法がわかれば健康によさそうなので、利用頻度は増えると思う	1人	0.0%
もっといろいろな料理法がわかれば…。	1人	0.0%
もっといろんなレシピが普及すれば良いと思う。みのもんたさんの番組で取り上げてもらう。	1人	0.0%
もっとおいしいレシピを紹介する	1人	0.0%
もっとスピードレシピを提供する	1人	0.0%
もっとたくさんおいしいレシピを知りたい	1人	0.0%
もっとメジャーな調理法ができればいい。洋風なかんじの…。	1人	0.0%
もっとレシピが増えればいいと思う。健康にいいので食べたいが、レシピがわからないので…	1人	0.0%
もっとレシピとかをたくさん出してくれればいいと思います。	1人	0.0%
もっとレシピの情報を載せて	1人	0.0%
もっとレシピをふやすこと	1人	0.0%
もっとレシピをみんなに知ってもらう。	1人	0.0%
もっとレシピを広く公開する。食べやすくカットされた商品を多く出す。主婦芸能人に昆布料理を作って食べてもらう。	1人	0.0%
もっとレシピを載せてほしい	1人	0.0%
もっとレシピを紹介して欲しい	1人	0.0%
もっとレパートリーをふやしたい	1人	0.0%
もっとレパートリーを増やすとよい。	1人	0.0%
もっと簡単に斬新な(美味しい)メニューを提案して欲しい。	1人	0.0%
もっと簡単に美味しい昆布料理をHPにアップする！	1人	0.0%
もっと簡単に使えるレシピなどがあればよい	1人	0.0%
もっと簡単レシピがあれば作るのではないかなあ？と思う	1人	0.0%
もっと昆布の料理法をたくさん紹介して、なじみ深い存在になれば利用する人も増えると思う。	1人	0.0%
もっと昆布料理レシピをネットなどで紹介して欲しい	1人	0.0%
もっと作りやすいレシピがあれば教えてもらいたい。普通のレシピだとどうしても手間がかかるので中々作ることが出来ない	1人	0.0%
もっと子供向けのレシピがあればよい。	1人	0.0%
もっと色々なメニューのレシピがあると良い。どう調理してよいか知らない人の方が多いので…	1人	0.0%
もっと料理番組などで紹介する。	1人	0.0%

やっぱりレシピがあると使ってみようと思います。	1人	0.0%
やっぱりレシピの量でしょうか。おいしそうな料理が多ければそれだけ使うこともあがるでしょう	1人	0.0%
やっぱり昆布の価格と簡単おいしいレシピが分かれればもっと作られるようになると思います。	1人	0.0%
やっぱり昆布料理のおいしいレシピ品を試食するしかないかなあ…それとか昆布の表面にさらに味付けして、料理しやすい工夫をする。たとえば鍋に入れるだけで、他の調味料を入れなくてもよいような手軽な調理の仕方を考える。おにぎりの素とかふりかけタイプだとパッと使えてよいかも。	1人	0.0%
やっぱり使い方が分からないから作らないと思います。レシピ本にも昆布を使ったレシピはあまり見かけませんし…。昆布のパッケージにレシピをいっぱい載せたらどうでしょうか？	1人	0.0%
やはり レシピの種類がないからだと思います。	1人	0.0%
やはり、簡単に作れるレシピを、昆布製品の袋などに印刷するとか、プレゼントとして、つけるとかすると思う。	1人	0.0%
やはりいろんなレシピを紹介する。	1人	0.0%
やはりたくさんのレシピを知りたいです。手軽にできておいしいもの。	1人	0.0%
やはりもっとレシピを公開する（スーパーでの配布や新聞広告に掲載）をして昆布の特売をするとういのは	1人	0.0%
やはりレシピがほしい。	1人	0.0%
やはり簡単に作ったりできるレシピの普及だと思う。	1人	0.0%
やはり昆布を使ったレシピの紹介が必要と感じる。	1人	0.0%
やはり手軽な昆布料理のレシピを普及させることじゃないかと思います。	1人	0.0%
レシピを沢山あると作ると思います	1人	0.0%
レシピおしえる	1人	0.0%
レシピがあまり知られてないと思う。おいしくてカンタンにできるレシピをもっと知りた	1人	0.0%
レシピがあまり無いから	1人	0.0%
レシピがあることがわかれば良いと思います。後は短時間で使えるようになれば回数が増えます	1人	0.0%
レシピがあると、よい	1人	0.0%
レシピがあれば	1人	0.0%
レシピがあれば いくらでも作ります。自分ではなかなか工夫してつけれないので。	1人	0.0%
レシピがあれば…	1人	0.0%
レシピがあれば…	1人	0.0%
レシピがあれば拡大すると思う	1人	0.0%
レシピがあれば作ってみたいとおもう。	1人	0.0%
レシピがあれば作るかもしれません。	1人	0.0%
レシピがいっぱいあれば作ると思う。	1人	0.0%
レシピがお店にあれば	1人	0.0%
レシピがたくさんあると使える	1人	0.0%
レシピがたくさんあればいいと思う。	1人	0.0%
レシピがたくさんわかると作ると思う	1人	0.0%
レシピがない。料理のアイデアを広く知らせた方がよい（たとえば、DSお料理にレシピを入れてもらうとか）。	1人	0.0%
レシピがなさすぎる	1人	0.0%
レシピがネットなどで気軽に検索できると思う。	1人	0.0%
レシピがほしい。ネットでも本でもいい。	1人	0.0%
レシピがもっと広まったら	1人	0.0%
レシピがもっと充実すること。わかりやすく、おいしいもの。	1人	0.0%
レシピがもっと普及すればいいと思います	1人	0.0%
レシピがもっと普及すればいいのでは。	1人	0.0%
レシピがよくしられること	1人	0.0%
レシピが家庭にあればよい	1人	0.0%
レシピが広く知られるようになればいいと思う	1人	0.0%
レシピが広まるといいと思います。	1人	0.0%
レシピが思いつかない場合が多いので、もっと昆布のレシピを広めて欲しい。	1人	0.0%
レシピが充実すると良いと思う。あと、戻し時間が忙しいときは面倒なので時間短縮して使う方法など、具体的に「便利に昆布を使う方法」を教えてもらえれば、昆布自体はおいしいと思うので、使うと思います。	1人	0.0%
レシピが充実すればよいと思う	1人	0.0%
レシピが紹介されていると良い	1人	0.0%
レシピが全然わからないので昆布の袋の裏などにレシピを紹介して欲しい。	1人	0.0%
レシピが増えればいい。	1人	0.0%
レシピが増えればよいと思う。	1人	0.0%
レシピが袋やお店にあるといいと思う。	1人	0.0%
レシピが知れ渡ること	1人	0.0%
レシピが普及すれば手軽にできると思う。	1人	0.0%
レシピが豊富で、早く煮えて味がよく染み込むこんぶがあればいい。	1人	0.0%
レシピが豊富にあれば、作ると思います。	1人	0.0%
レシピが豊富に知ることが出来れば。	1人	0.0%
レシピが有ればいいと思います。	1人	0.0%

レシピサイトを増やしてほしい。イベントでPRしてほしい。	1人	0.0%
レシピつきで、商品売る。	1人	0.0%
レシピつきで販売したり、試食つきで販売したらいいかと思います。	1人	0.0%
レシピつきの昆布を出す	1人	0.0%
レシピと一緒に昆布と販売してほしい	1人	0.0%
レシピなど、手軽においしく食べる方法がわかればいいと思う	1人	0.0%
レシピなどがたくさんわかれば、いい。	1人	0.0%
レシピなどをCMで流す。	1人	0.0%
レシピなどをインターネットで公開する。	1人	0.0%
レシピなどをメールで配信すると作ってみようという気になる。昆布の栄養、体にいいことなどをアピールする。	1人	0.0%
レシピなどを教えてもらえるといいです	1人	0.0%
レシピなどを出したり、主婦に人気の雑誌などで特集を組むといいと思う	1人	0.0%
レシピのPR	1人	0.0%
レシピのバリエーションを増やす。	1人	0.0%
レシピのメルマガ 冊子化	1人	0.0%
レシピのリーフレットなどを商品に付ける 子供でも食べられる料理を考える	1人	0.0%
レシピのレパートリーを増やす	1人	0.0%
レシピの研究	1人	0.0%
レシピの公開。簡単に作れるものなど・・・	1人	0.0%
レシピの公開して 分かりやすくして欲しい	1人	0.0%
レシピの公開をしてほしい	1人	0.0%
レシピの冊子やシールを 商品につけて売ったり 料理雑誌などに公開したりする	1人	0.0%
レシピの充実だと思っています。	1人	0.0%
レシピの紹介など。	1人	0.0%
レシピの紹介などがあれば作るようになるかも・・・	1人	0.0%
レシピの紹介や健康面でのプラス面を前面に出すと良いと思う	1人	0.0%
レシピの紹介をして下さい	1人	0.0%
レシピの紹介をする。TVで特集をする。	1人	0.0%
レシピの紹介をネット等でしていただく。	1人	0.0%
レシピの紹介を袋に印刷するなど	1人	0.0%
レシピの情報が増えると良い	1人	0.0%
レシピの宣伝	1人	0.0%
レシピの宣伝！	1人	0.0%
レシピの提案	1人	0.0%
レシピの提案をTVなどで放送する。	1人	0.0%
レシピの特集	1人	0.0%
レシピの配布	1人	0.0%
レシピの普及と、半調理済みの商品などがあればもっと普及すると思う。	1人	0.0%
レシピの幅が、広がれば良いと思います。昆布を用いた料理というと、だしを取るぐらいしか、なかなか思いつきません。また、本格的な昆布だしのとり方や昆布だしの特徴(料理をどう引き立てるのか、どのような料理に昆布だしが合うのかなどの情報)、良い昆布の見分け方、生産地別の昆布の特徴など。昆布の基本情報についても、もっと知りたいと思います。その内容次第では、もっと昆布を使おうと考えるのではないかと思います。またあらかじめ千切りになっているなど、ちょっとした料理にも使いやすい形状のものがあれば良いと思います。	1人	0.0%
レシピの幅が狭いと思います。せっかくローカロリーで栄養満点なのだから、そこをアピールしつつ、美味しく簡単なレシピを公開！	1人	0.0%
レシピブックが充実したらいい。昆布がもっと使いやすい形で売られればいい。	1人	0.0%
レシピもあまりないですので、あれば参考になるかな。	1人	0.0%
レシピもついているといいな。わかりやすく身近な材料でできるもの。	1人	0.0%
レシピや、簡単に料理ができる半調理品を多く出す。	1人	0.0%
レシピや使用方法をもっと多くの人に知ってもらうこと。価格も少しでも下がれば良い。	1人	0.0%
レシピや食べたら何にいいかなどの情報がたくさんあるといいと思います。	1人	0.0%
レシピを 商品の裏にいろいろのせればいい	1人	0.0%
レシピをHPやパッケージに掲載する。	1人	0.0%
レシピをアピール	1人	0.0%
レシピをアピールする	1人	0.0%
レシピをアピールすることかな。	1人	0.0%
レシピをいっぱいのおせたらいいと思う。	1人	0.0%
レシピをいろいろなところでアピールする。	1人	0.0%
レシピをいろいろ集めて習得する。このような機会があれば、みんなの知恵が集まると思う。	1人	0.0%
レシピをいろいろ紹介していただければ広がるような気がします。	1人	0.0%
レシピをおしえてほしい	1人	0.0%
レシピをこぶの袋に記載していただけるとよいのでは	1人	0.0%
レシピをしょうひんの袋にでもつけたらどうか？	1人	0.0%
レシピをすること	1人	0.0%
レシピをスーパーで配る。	1人	0.0%

レシピをスーパーなどに置く。	1人	0.0%
レシピをスーパーにおく。	1人	0.0%
レシピをたくさんひろげる。	1人	0.0%
レシピをたくさん教えてもらいたい。昆布料理といって思いつくものがないので(汗)	1人	0.0%
レシピをたくさん掲載する	1人	0.0%
レシピをたくさん紹介したらどうですか	1人	0.0%
レシピをたくさん紹介してください。	1人	0.0%
レシピをたくさん紹介してもらえると料理のレパートリーが増えると思います。	1人	0.0%
レシピをたくさん紹介して欲しい	1人	0.0%
レシピをたくさん紹介する	1人	0.0%
レシピをたくさん世間に広めないといけないと思います。	1人	0.0%
レシピをたくさん知れる	1人	0.0%
レシピをたくさん提案する。メディアの活用など	1人	0.0%
レシピをつけて売り出す。使い方がわからないからあまり買おうと思わない。	1人	0.0%
レシピをつけて販売する	1人	0.0%
レシピをつける	1人	0.0%
レシピをつける。	1人	0.0%
レシピをつける。(写真つきで)	1人	0.0%
レシピをつたえる。	1人	0.0%
レシピをどんどん掲載する	1人	0.0%
レシピをどんどん公開する。テレビのお料理番組で昆布を特集してもらう。	1人	0.0%
レシピをネット配信する。	1人	0.0%
レシピをパッケージにのせるなど、もっと昆布を使ったレシピを世間に広めると良いのでは…	1人	0.0%
レシピをパッケージの乗せる	1人	0.0%
レシピをバンバンテレビCMなどで公開する	1人	0.0%
レシピをホームページでたくさん紹介して	1人	0.0%
レシピをみたり、友人から教えてもらう	1人	0.0%
レシピをもっと教えて欲しい	1人	0.0%
レシピをもっと公開してほしい	1人	0.0%
レシピをもっと広められればいいと思う。使わない理由として考えられるのは、だしとしか考えてないことが多いからだと思うので。	1人	0.0%
レシピをもっと出す	1人	0.0%
レシピをもっと紹介して欲しい	1人	0.0%
レシピをもっと宣伝する	1人	0.0%
レシピをもっと宣伝すればいいと思う	1人	0.0%
レシピをもっと増やす	1人	0.0%
レシピをもっと増やす。	1人	0.0%
レシピをもっと知っていれば使うと思う	1人	0.0%
レシピをもっと知りたい。	1人	0.0%
レシピをわかりやすく公開	1人	0.0%
レシピと一緒に昆布と売る	1人	0.0%
レシピと一緒に商品と売る	1人	0.0%
レシピを一般的に公開して欲しい	1人	0.0%
レシピを簡単なものから公開する	1人	0.0%
レシピを教えてあげる	1人	0.0%
レシピを教えてください	1人	0.0%
レシピを教えてもらいたい	1人	0.0%
レシピを教えてもらえれば…	1人	0.0%
レシピを教えて下さるとありがたいです。	1人	0.0%
レシピを教える	1人	0.0%
レシピを啓蒙する。だしをとったあとの昆布を捨てている人は多いと思うので、その使い方など。	1人	0.0%
レシピを公開しているという事をおしえてほしい	1人	0.0%
レシピを公開してほしい	1人	0.0%
レシピを公開する	1人	0.0%
レシピを公開する。	1人	0.0%
レシピを広く公開してほしい。	1人	0.0%
レシピを広く知らせることと、半製品を開発販売すること	1人	0.0%
レシピを広げる	1人	0.0%
レシピを広げる。昆布のよさをPRする	1人	0.0%
レシピを広めたり、健康効果を宣伝すればいいと思う。	1人	0.0%
レシピを広める。昆布を安くする	1人	0.0%
レシピを昆布のパッケージの裏に印刷するなどすれば作ってみようかなと思うとおもいます。	1人	0.0%
レシピを昆布商品につけるなどしては、どうでしょうか？	1人	0.0%
レシピを載せてほしいです	1人	0.0%
レシピを商品につける。	1人	0.0%
レシピを商品のそばに置く	1人	0.0%
レシピを紹介	1人	0.0%
レシピを紹介していただければありがたいです。	1人	0.0%

レシピを紹介してほしい	1人	0.0%
レシピを紹介する。	1人	0.0%
レシピを紹介するというような、啓蒙活動をすればよいと思います。	1人	0.0%
レシピを紹介するなどすれば作ってみようと思うのではないかな。	1人	0.0%
レシピを乗せてもダメなら値段を下げるしかないでしょう	1人	0.0%
レシピを色々教えて欲しい	1人	0.0%
レシピを色々教えて欲しい。	1人	0.0%
レシピを色々調べる	1人	0.0%
レシピを身近に提供する。	1人	0.0%
レシピを積極的に紹介する	1人	0.0%
レシピを増やすこと、簡単に作れるようなレシピを公開する	1人	0.0%
レシピを増やすこと、調理法が簡単であること	1人	0.0%
レシピを増やすと良いと思います。	1人	0.0%
レシピを多く公開する。	1人	0.0%
レシピを多く出してもらえると使うようになると思います。私も、煮物とか、ダシとかに使うくらいでなかなか活用できないので・・	1人	0.0%
レシピを多く知らせる	1人	0.0%
レシピを大々的に公開する	1人	0.0%
レシピを沢山教えて欲しい。	1人	0.0%
レシピを沢山作る(特に子供向け)	1人	0.0%
レシピを沢山出すしかない。	1人	0.0%
レシピを沢山紹介する。	1人	0.0%
レシピを沢山紹介すればいいと思います。	1人	0.0%
レシピを知ってもらおう。スーパーの目立つところに、レシピが置いてあれば、作ってみようと思う人も出てくると思います。	1人	0.0%
レシピを知らせる	1人	0.0%
レシピを知らないのも、もっといろいろ手軽にできるレシピを公開してほしい。昆布はだしのイメージしかないの。	1人	0.0%
レシピを知らないのも、家では作れないのが現状。	1人	0.0%
レシピを知らない人が多いかも・・・昆布巻きは家庭だって簡単？にできるという方法等を知らせたらいいかも。	1人	0.0%
レシピを知りたい	1人	0.0%
レシピを知りたい。	1人	0.0%
レシピを知りたい。	1人	0.0%
レシピを知る。	1人	0.0%
レシピを提案。昆布の良さをアピールする。	1人	0.0%
レシピを提供する。	1人	0.0%
レシピを店頭配布や、店頭等での実演などを行うとわかりやすく取り入れやすい	1人	0.0%
レシピを特集する	1人	0.0%
レシピを配る	1人	0.0%
レシピを配る 料理教室をする	1人	0.0%
レシピを配布する。	1人	0.0%
レシピを付けたサンプルを配る	1人	0.0%
レシピを普及させる	1人	0.0%
レシピを普及する	1人	0.0%
レシピを幅広く広めて欲しい。また使いやすくしてほしい。	1人	0.0%
レシピを幅広く広告したりしたらいいと思う	1人	0.0%
レシピを募集したらよいと思う。	1人	0.0%
レシピを募集して公開	1人	0.0%
レシピを募集して紹介する	1人	0.0%
レシピを無料で見れたら良いと思います。	1人	0.0%
レシピ公開	1人	0.0%
レシピ次第だと思うけど。。あんましおしゃれな料理が思い浮かばないし、手軽に使える昆布があるといいけどね。。サイズとか個包装(使いきりパック)になってるとか(大袋だとしける。。ジブロック付とかだと便利かも)	1人	0.0%
レシピ集がほしい	1人	0.0%
レシピ集の配布	1人	0.0%
レシピ集の発行。	1人	0.0%
レシピ集の発行をしたら良いと思う。	1人	0.0%
レシピ集をだしたり、きのこ類のようにCMを流してその中に耳に残りやすいCMソングを流す。スーパーなどで日々流れるようになると主婦は買います。買えば自然と使います。	1人	0.0%
レシピ集を昆布商品に添付する	1人	0.0%
レシピ集を充実させ、他の女性向けサイトに掲載してもらう	1人	0.0%
レシピ集を定期的に無料配信する。	1人	0.0%
レシピ紹介	1人	0.0%
レシピ紹介	1人	0.0%
レシピ紹介とかする。	1人	0.0%

レシピ紹介の際に何に効果があるかをあわせて紹介するといいいのでは。	1人	0.0%
レシピ数が多くなれば良いと思う	1人	0.0%
レシピ等あれば作りやすい	1人	0.0%
レシピ等をもう少し教えて欲しい。	1人	0.0%
レシピ入りのHPや、テレビでの放送	1人	0.0%
レシピ付、レシピ一人前量の小袋パック商品なんてどうでしょう。一人暮らしの人も買うかも。	1人	0.0%
レシピ付きでこんぶを販売する	1人	0.0%
レシピ付きで売っていただければいいと思う。	1人	0.0%
レシピ付の商品が出ればちょっとはかわるかも	1人	0.0%
レシピ別に大きさを整えたものがあれば使いやすい。	1人	0.0%
レシピ本があれば嬉しいですよ。	1人	0.0%
レシピ本があれば作りやすいと思う。	1人	0.0%
レシピ本があれば便利	1人	0.0%
レシピ本がでてくれたらいいかなと思います。	1人	0.0%
レシピ本が必要	1人	0.0%
レシピ本だけでなく、外食先でも昆布を使ったメニューを実際に口にすることが増えれば、自分でも作ってみたいと思うのではないのでしょうか。	1人	0.0%
レシピ本などに載せてくれるといい	1人	0.0%
レシピ本なんかでも昆布料理って少ないと思いますね。乾物の為戻す手間なんかもあるし、簡単に見られるレシピに簡単なレシピがあったら利用しやすいですよ。例えばスーパーのカゴがあるところや袋詰めをするスペースに無料で持っていけるレシピカードを置いてあったりすると、試してみようかな？と思います。昆布売り場にそれを置いてしまうと必要な方しかそこには行かないので、「今日なにしようかしら？」と思っているカゴやカート置き場にレシピカードがあると便利です。	1人	0.0%
レシピ本の作成	1人	0.0%
レシピ本をいろいろ見て探す	1人	0.0%
レシピ本を出す。	1人	0.0%
レシピ本を郵送する	1人	0.0%
レシピ本等あればいい	1人	0.0%
レジ横にレシピを掲示する	1人	0.0%
レパートリーがひろがればよいとおもう	1人	0.0%
レパートリーが増やせれば良いと思う	1人	0.0%
レパートリーが欲しい	1人	0.0%
レパートリーをふやす	1人	0.0%
レパートリーをふやす。	1人	0.0%
レパートリーを広げる	1人	0.0%
レパートリーを広める	1人	0.0%
レパートリーを増やして欲しい。	1人	0.0%
わかりやすいレシピがあればいいと思う	1人	0.0%
わかりやすいレシピがほしい	1人	0.0%
わかりやすいレシピなどがもっと人目に触れるところにあればいいと思う	1人	0.0%
わかりやすいレシピを知りたいです。	1人	0.0%
わかりやすいレシピ等を昆布売り場に置く。HOKUTOのぶなしめじみたいなかわいいマスコットを作る。	1人	0.0%
ワンパターンになってしまうので、レシピがいろいろとあると良い	1人	0.0%
意外とレシピが少ないので、もっと気軽に使えるようにスーパーなどに、レシピカードを置いてはいかがでしょうか。	1人	0.0%
意外な使い方がわかるとおもしろい	1人	0.0%
一般より多くのレシピを集めて宣伝すると良い。	1人	0.0%
奥流簡単レシピだと捨てずにそのまま利用しているので参考になると思います。	1人	0.0%
沖縄の昆布料理のレシピをテレビでなぐす。	1人	0.0%
沖縄料理のように豚肉と一緒に作るレシピを教えてください。	1人	0.0%
沖縄料理を覚えて下さい。	1人	0.0%
何かいいレシピがあればやってみたい	1人	0.0%
夏の暑い日でも味わえるレシピが必要か？	1人	0.0%
家庭で簡単にできるレシピの公開	1人	0.0%
皆からのレシピを集めたメニュー特集をネットなどで公開すれば広まりそう！	1人	0.0%
皆からレシピを募集して、それを公開する。	1人	0.0%
皆のこんぶを使ったレシピを公開する。	1人	0.0%
外食などで、昆布料理がほとんどなく、参考にしづらいので、調理法に困るのだと思います。	1人	0.0%
各メーカーがレシピを公開したり積極的にになってアピールしたらどうでしょうか？	1人	0.0%
楽しくおいしいレシピを、昆布のおまけにつける	1人	0.0%
乾物屋さん料理レシピを置いてく、人に勧める、皆食べたくないではなく、食べ方が分からない、(少ない)から	1人	0.0%
簡単、おいしい昆布料理のレシピの紹介、PR	1人	0.0%
簡単、おいしくできるレシピをいろんなイベントで開催したり、スーパーで市食品としてだしたらいいと思う。	1人	0.0%
簡単、美味しい利用法を広報する。	1人	0.0%

簡単・スピード料理など、レシピが豊富にあれば、いいかなと思う。	1人	0.0%
簡単・手軽に使える方法が出来ればいいと思う(増えるわかめみたいな)	1人	0.0%
簡単アイデアレシピの公開	1人	0.0%
簡単アイデアレシピをスーパーでB6判くらいのチラシにしてみても販促してみてもいいかな？	1人	0.0%
簡単おいしいレシピがあればいい	1人	0.0%
簡単おいしいレシピが豊富にあると良いです	1人	0.0%
簡単おいしいレシピをメルマガなどで配信。昆布の栄養点などをアピール。	1人	0.0%
簡単おいしい昆布レシピがあれば作ってみようになる。	1人	0.0%
簡単お手軽レシピをもっと広める。例えば、安価の料理雑誌など(オレンジページとか)に特集をのせたり。	1人	0.0%
簡単でおいしい、そして子供も食べてくれるレシピが知りたい。	1人	0.0%
簡単でおいしいアイデアがあればきっと作るとおもいます。	1人	0.0%
簡単でおいしいメニューの紹介。	1人	0.0%
簡単でおいしいメニューをどんどんPRする。	1人	0.0%
簡単でおいしいメニューを紹介する	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピがあれば	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピがあれば。	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピがあれば料理するかも・・・	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピがわかれば作ると思う	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピが増え、それが手軽に入手できれば作られるようになると思います。	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピが分かんとい	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピの考案	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピの提案をする。珍しいものなんかは意外と敬遠するので、普通の晩御飯のおかずになるものもいいです。	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピをテレビなどで紹介する。	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピをもっと広めるといいと思います。	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピを開発していただけたら嬉しいです	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピを雑誌などで紹介して欲しい	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピを紹介してほしい	1人	0.0%
簡単でおいしいレシピを発信すること	1人	0.0%
簡単でおいしい昆布料理のレシピが広まればいいと思う。	1人	0.0%
簡単でおいしい昆布料理のレシピの紹介や試食販売など。	1人	0.0%
簡単でおいしい作り方があればいい	1人	0.0%
簡単でおいしい洋風レシピを考える。	1人	0.0%
簡単でおいしい料理をもっとPRするとい	1人	0.0%
簡単でおいしい料理を教えて欲しい	1人	0.0%
簡単でおいしい料理法	1人	0.0%
簡単でおいしく作れるようなレシピがあればと思います	1人	0.0%
簡単でおいしく食べられるレシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
簡単でおいしそうなレシピがもっとテレビなどの料理番組で紹介されればいいと思います	1人	0.0%
簡単でおいしそうなレシピを公開する。昆布をもっと小分けにして売る。	1人	0.0%
簡単でご飯のおかずになるもののレシピ紹介	1人	0.0%
簡単で使いやすい調理方法などがあればいいと思います	1人	0.0%
簡単で子供でも食べれる昆布を使ったレシピを紹介してくれたら、もう少し家庭で作るようになるかも・・・	1人	0.0%
簡単で手軽！というレシピがふえるといいとおもいます。	1人	0.0%
簡単で手軽なレシピをどんどん紹介する。	1人	0.0%
簡単で手軽にできるレシピとかがあったらもっと昆布料理をする機会が多くなると思う	1人	0.0%
簡単で手軽に作れるレシピがあれば良い	1人	0.0%
簡単で身近なレシピの紹介を気軽に知ることが出来たら。	1人	0.0%
簡単で早いレシピをひろめるといい。	1人	0.0%
簡単で誰にでも出来る料理が分かれば・・・と思います。	1人	0.0%
簡単で低価格で美味しいレシピを教えてもらったら。	1人	0.0%
簡単で美味しいこんぶ料理があれば作ってみたい。	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピがあれば	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピがあればよい	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピがたくさんあると良いと思う。	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピが知られればたくさん食べると思う。	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピをおしえて欲しい	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピをスーパーなどで配布する。	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピをテレビなどで紹介して欲しい。	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピをどんどん増やす	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピを広めてほしい。	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピを紹介する	1人	0.0%
簡単で美味しいレシピを宣伝する。母から子どもたちに料理を教える。	1人	0.0%
簡単で美味しい昆布料理のレシピを広めることだと思います。	1人	0.0%
簡単で美味しい料理が昆布を使ってできること	1人	0.0%

簡単で美味しい料理のレシピがあればいいと思う	1人	0.0%
簡単で美味しい料理を紹介してほしい	1人	0.0%
簡単で美味しい料理を紹介するのが一番だと思います。	1人	0.0%
簡単で美味しくオシャレに見える料理のレシピを昆布のパッケージにつける。	1人	0.0%
簡単で美味しく作られるものを紹介すれば、真似して作る人が増えると思う。	1人	0.0%
簡単で美味しそうなレシピの提示	1人	0.0%
簡単な、手軽にできるレシピを教えて欲しい	1人	0.0%
簡単なおいしそうなメニューがあれば	1人	0.0%
簡単なお料理レシピで「○○の素」などに組み込んでくれていたら、何も考えずに使うと思う。体にいいとはわかっていても、なかなか単独ではお土産などでもらわない限り使わない。	1人	0.0%
簡単なメニューがあれば広く使われるようになると思います。	1人	0.0%
簡単なメニューの公開	1人	0.0%
簡単なレシピを昆布商品につけてほしい。	1人	0.0%
簡単なレシピが、昆布の袋に書いてあると作りたくなります。	1人	0.0%
簡単なレシピがあれば。	1人	0.0%
簡単なレシピがあれば。	1人	0.0%
簡単なレシピがあれば…	1人	0.0%
簡単なレシピがあればいいなと思う。	1人	0.0%
簡単なレシピがあればよいと思う	1人	0.0%
簡単なレシピがあれば嬉しい。	1人	0.0%
簡単なレシピがあれば良い	1人	0.0%
簡単なレシピがたくさんあれば	1人	0.0%
簡単なレシピがチラシなど目に付く物に載っていたら、挑戦するかも	1人	0.0%
簡単なレシピがほしい。もしくはメインをはれるくらいの料理方法があればいいと思います。	1人	0.0%
簡単なレシピがわかれば活用出来そうなので、ネットで紹介してほしい	1人	0.0%
簡単なレシピが広がるといい	1人	0.0%
簡単なレシピが紹介してある。	1人	0.0%
簡単なレシピが沢山あるといい。	1人	0.0%
簡単なレシピのメニューがあるかどうか。あとは、昆布の価格次第	1人	0.0%
簡単なレシピの開示	1人	0.0%
簡単なレシピの紹介	1人	0.0%
簡単なレシピの紹介	1人	0.0%
簡単なレシピの紹介。	1人	0.0%
簡単なレシピの普及	1人	0.0%
簡単なレシピブックが出ると良い。	1人	0.0%
簡単なレシピや、子供でも食べそうな料理だといい。	1人	0.0%
簡単なレシピを、ひろめること。	1人	0.0%
簡単なレシピをHP等で宣伝する。	1人	0.0%
簡単なレシピをたくさん紹介する	1人	0.0%
簡単なレシピをテレビの料理番組やCMまたはスーパーなどに持ちかえり出きるレシピをおく。	1人	0.0%
簡単なレシピをどんどん公開して捨てるところなく使えることを教えていけば、もっと使用頻度は高くなる	1人	0.0%
簡単なレシピを下さい。	1人	0.0%
簡単なレシピを掲載してほしい	1人	0.0%
簡単なレシピを公開	1人	0.0%
簡単なレシピを公開する。	1人	0.0%
簡単なレシピを昆布売り場などに置く。	1人	0.0%
簡単なレシピを作る？	1人	0.0%
簡単なレシピを雑誌に載せてもらう	1人	0.0%
簡単なレシピを紹介する	1人	0.0%
簡単なレシピを知りたい	1人	0.0%
簡単なレシピを提供してもらえたら、もっと作れるのですが。	1人	0.0%
簡単なレシピ集を昆布売り場で無料配布する	1人	0.0%
簡単なレシピ等をテレビコマーシャルなどで利用のしかたを流せばいいと思う	1人	0.0%
簡単な昆布のおいしい戻し方がわかるといいと思います。	1人	0.0%
簡単な昆布のレシピなどをもっとたくさん公開する	1人	0.0%
簡単な昆布を使った料理を紹介する	1人	0.0%
簡単な材料で作れるレシピがたくさんあれば、気軽に料理出来るのになと思います。	1人	0.0%
簡単な使い方をアピールする	1人	0.0%
簡単な写真つきレシピがあればいいかも。	1人	0.0%
簡単な調理方法であれば頻繁に使用します。	1人	0.0%
簡単な調理方法や保存方法などが広まればいい	1人	0.0%
簡単な調理方法を教えていただきたい	1人	0.0%
簡単な調理方法を知りたい	1人	0.0%
簡単な調理方法を知る	1人	0.0%
簡単な調理法がたくさんあれば、家庭でも良く使うようになると思う	1人	0.0%
簡単な調理法をパッケージに紹介して欲しい	1人	0.0%

簡単な方法があればいい	1人	0.0%
簡単な利用方法の情報を知ってもらう	1人	0.0%
簡単な料理が増えると良いのでは	1人	0.0%
簡単な料理なら	1人	0.0%
簡単な料理レシピがわかれば、もっと利用されると思う。メルマガなどで紹介するといいたいと思う。	1人	0.0%
簡単な料理方法があれば。	1人	0.0%
簡単にアレンジできるものもいい	1人	0.0%
簡単にこんぶ料理が出来たら良い	1人	0.0%
簡単につくれて、バリエーションが豊かなレシピの公開。	1人	0.0%
簡単にしてくれるレシピ	1人	0.0%
簡単にしてくれるレシピをスーパー等でもらえるようにしてほしい	1人	0.0%
簡単にしてくれるレシピを紹介。「だしのもと」等をつかうより安心、安全であることをアピール。使い易い大きさにカットして、そのまま使えて、ジッパー付の袋に入っていると使い易いのでは・・・(カットわかめのように)	1人	0.0%
簡単にしてくれる料理に入れるのが一番よいと思います	1人	0.0%
簡単にしてくれる料理方法を教えて欲しい	1人	0.0%
簡単にできて、子供が喜ぶようなメニューがあればいい。	1人	0.0%
簡単にできて、手軽感が浸透すればいい	1人	0.0%
簡単にできておいしいメニューが豊富に無料で提供されること	1人	0.0%
簡単にできて身近に感じられるような料理だと作られやすいと思う	1人	0.0%
簡単にできて美味しいレシピがあれば。	1人	0.0%
簡単にできる レシピを広める	1人	0.0%
簡単にできるいろんな料理を提供する。	1人	0.0%
簡単にできるおいしいメニューが知られるようになればいいと思います。	1人	0.0%
簡単にできるならいいかも	1人	0.0%
簡単にできるメニューを教えてほしい	1人	0.0%
簡単にできるものがあればいい	1人	0.0%
簡単にできるレシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
簡単にできるレシピの公開	1人	0.0%
簡単にできるレシピの紹介。	1人	0.0%
簡単にできるレシピをスーパーの店頭(昆布売り場)などに置いて、昆布という食材を身近なものにしたら、買う意欲が出てくると思います。正直、使い方がいまいよく分からないのです。小さい頃は昆布巻きやつくだにくらいしか食べた事がなかったの	1人	0.0%
簡単にできるレシピをもっとわかりやすくみんなが目につくようなところで紹介されればいいと思うのですが。	1人	0.0%
簡単にできるレシピを教えてくださいれば作ると思います。	1人	0.0%
簡単にできるレシピを紹介して欲しい。	1人	0.0%
簡単にできるレシピを紹介する!!	1人	0.0%
簡単にできる調理方法を紹介する。	1人	0.0%
簡単にできる料理	1人	0.0%
簡単にできる料理がたくさんあるといいと思います。	1人	0.0%
簡単にできる料理が普及する	1人	0.0%
簡単にできる料理のレシピを広めることだと思う。	1人	0.0%
簡単にできる料理レシピが こんぶを買うともらえるようにする	1人	0.0%
簡単にできる料理をしりたい	1人	0.0%
簡単にできる料理方法をのせたレシピなどがあればいいのではないのでしょうか？	1人	0.0%
簡単にとりいれられるレシピ提案の充実。	1人	0.0%
簡単に見られるレシピがあるいいと思う。	1人	0.0%
簡単に昆布料理を作れるレシピが増えると嬉しいです。分量としては使い切れないことも多いので小袋で包装してある商品があると少人数の家庭でも買ってみようかと言う気になるのではないのでしょうか？	1人	0.0%
簡単に作れて、子どもでも噛み切れるレシピの紹介をたくさんするといいたいと思います。	1人	0.0%
簡単に作れておいしいもののレシピがあれば見てみたいし、試してみたい。デザートなどできないでしょうか。	1人	0.0%
簡単に作れて子供が喜ぶようなメニューがあるともっと使おうと思います。	1人	0.0%
簡単に作れて美味しいレシピが載っていたら作ってみようかという気になる。	1人	0.0%
簡単に作れて美味しいレシピを紹介する。	1人	0.0%
簡単に作れるおかずのレシピが手に入るいいと思う	1人	0.0%
簡単に作れるように宣伝すること。	1人	0.0%
簡単に作れるレシピがあると良い	1人	0.0%
簡単に作れるレシピがあれば作と思う。	1人	0.0%
簡単に作れるレシピが一般的に紹介されたらいい。また、昆布のパッケージに簡単料理が載っているといい。	1人	0.0%
簡単に作れるレシピをたくさん紹介して欲しい	1人	0.0%
簡単に作れるレシピをテレビ番組でやるといいと思います。(お笑いタレントさん、売れてる女優、俳優さんが参加)	1人	0.0%
簡単に作れるレシピをもっと、いろいろな場面で紹介してもらった方がいいのではないか。(今はとにかく、昆布料理のレパートリーが少ないから)	1人	0.0%

簡単に作れるレシピをもっと公開する。	1人	0.0%
簡単に作れるレシピを紹介してほしい	1人	0.0%
簡単に作れるレシピを紹介してもらえればもっと作るようになると思います。	1人	0.0%
簡単に作れるレシピを知れば作ってみたいです。テレビ番組の体に良い食品に取り上げられたら作る人多いですよ(^ ^)	1人	0.0%
簡単に作れる昆布の料理を広める	1人	0.0%
簡単に作れる昆布料理のアイデア・レシピがスーパーなどの店頭で手に入れば作ってみたいと思う。	1人	0.0%
簡単に作れる昆布料理のレシピがあればよいかと思っています。また、乾燥した昆布をもどす手間をはぶいたものがあれば昆布が使いやすくなるのではないかと思います。	1人	0.0%
簡単に作れる料理などの紹介	1人	0.0%
簡単に作れる料理のレシピなどを公開すればいいと思います	1人	0.0%
簡単に作れる料理のレパートリーが増えて子供が好きなら作と思う。	1人	0.0%
簡単に作れる料理を考える	1人	0.0%
簡単に使えるという事を教えて欲しい。	1人	0.0%
簡単に使えるレシピ	1人	0.0%
簡単に使えるレシピが増えたら	1人	0.0%
簡単に使えるレシピの紹介をして欲しい	1人	0.0%
簡単に使えるレシピをパッケージにたくさんせる	1人	0.0%
簡単に使える方法や子供が好きになれるようなレシピなど	1人	0.0%
簡単に使える料理をもっと紹介する。	1人	0.0%
簡単に使用できるレシピが欲しい	1人	0.0%
簡単に手軽に作れるレシピがあるといいと思います。とくに電子レンジでできる料理があると嬉しいです。	1人	0.0%
簡単に出来るものを紹介	1人	0.0%
簡単に出来るレシピがあればやってみたいと思います	1人	0.0%
簡単に出来るレシピが沢山あれば、いいと思います。	1人	0.0%
簡単に出来るレシピを紹介して欲しい	1人	0.0%
簡単に出来るレシピを幅広い年齢の人にわかるように紹介する。アイドルなど著名人のCMを流し、昆布のよさをPRする	1人	0.0%
簡単に出来る美味しい昆布料理のレシピを知りたいです	1人	0.0%
簡単に食べられるレシピがたくさんないと作る気がしないから、簡単レシピを袋に印刷するとか。	1人	0.0%
簡単に調理出来るレシピを昆布の包装のときに入れる。	1人	0.0%
簡単に美味しくつくれるレシピを紹介するしかない	1人	0.0%
簡単に美味しく作れるレシピがあれば、私自身 作る回数は増えると思います。	1人	0.0%
簡単に利用できるコツが、わかればよいですね。たとえば、いつもタッパーに 水に浸した昆布を入れておけば いつでも すぐ使えます。	1人	0.0%
簡単に料理ができる昆布のレシピなどを、地域のフリーペーパーや新聞に載せる	1人	0.0%
簡単に料理が作れるレシピカードを、商品の裏等に記載や貼ったりして購入後すぐ利用できたり、保存版として残しておけるようにする。	1人	0.0%
簡単に料理できる 使い方が書いてある	1人	0.0%
簡単メニューを紹介する	1人	0.0%
簡単レシピ	1人	0.0%
簡単レシピ。	1人	0.0%
簡単レシピ・栄養成分の紹介が必須。雑誌やテレビ、HP等で栄養成分がクローズアップされると、浸透すると思います。私は、今のところダシのイメージが強くあまり料理に使う気はしません。	1人	0.0%
簡単レシピが、あれば。	1人	0.0%
簡単レシピがあるといい。	1人	0.0%
簡単レシピがあればいいと思う	1人	0.0%
簡単レシピがあれば嬉しいかな。。美味しいもので。	1人	0.0%
簡単レシピがあれば挑戦するとおもいます	1人	0.0%
簡単レシピがほしいです。	1人	0.0%
簡単レシピがもっと世間に知られるようになればいい。	1人	0.0%
簡単レシピがわかれば...	1人	0.0%
簡単レシピが簡単に入手できたら、もっと気軽に昆布を使えると思います。購入時にレシピが貰えたら嬉しいです。	1人	0.0%
簡単レシピが種類豊富にあれば活用したい。	1人	0.0%
簡単レシピが増えればいい。	1人	0.0%
簡単レシピが沢山あれば使うと思う	1人	0.0%
簡単レシピが知りたい	1人	0.0%
簡単レシピが豊富にあれば	1人	0.0%
簡単レシピつきの商品にする	1人	0.0%
簡単レシピとか美味しそうな写真があれば作ってみたいと思う。	1人	0.0%
簡単レシピなどがあると便利だと思っています。	1人	0.0%
簡単レシピなどがあるといい	1人	0.0%
簡単れしびの公開 酒の肴になるようなものがいい	1人	0.0%
簡単レシピの紹介。昆布がいかにか栄養あるか、もっとアピール	1人	0.0%

簡単レシピの情報交換	1人	0.0%
簡単レシピや、洋風レシピを教えてほしい。	1人	0.0%
簡単レシピやおいしいような料理を提案すればよいとおもう	1人	0.0%
簡単レシピをアチコチで紹介すればいい。	1人	0.0%
簡単レシピをいろんなところで公開していくことが一番だと思う。スーパーの昆布の前に無料レシピを置いておいたら作ってみたいかなと思う。	1人	0.0%
簡単レシピをたくさん作る	1人	0.0%
簡単レシピをたくさん紹介すれば良い	1人	0.0%
簡単レシピをテレビ・新聞・ネットで公開	1人	0.0%
簡単レシピをふやす	1人	0.0%
簡単レシピをブログなどで公開していく。	1人	0.0%
簡単レシピを一杯紹介する	1人	0.0%
簡単レシピを開発	1人	0.0%
簡単レシピを教えて欲しい	1人	0.0%
簡単レシピを公表する	1人	0.0%
簡単レシピを広く多く宣伝する。	1人	0.0%
簡単レシピを広める	1人	0.0%
簡単レシピを広める。	1人	0.0%
簡単レシピを写真つきでWEBで公開する	1人	0.0%
簡単レシピを配ってほしい	1人	0.0%
簡単レシピ公開と、昆布商品のモニターになる。	1人	0.0%
簡単レシピ発表	1人	0.0%
簡単昆布レシピがもっとメジャーになればいいと思います。	1人	0.0%
簡単昆布料理のレシピがあったらいい	1人	0.0%
簡単手軽なレシピがあるといい	1人	0.0%
簡単調理法の掲載。	1人	0.0%
簡単美味しいレシピがあれば	1人	0.0%
簡単美味しいレシピが必要	1人	0.0%
簡単料理レシピを紹介してもらおう事。でも、紹介だけでなく、実際に食べさせてもらって美味しいと実感しないとなかなか作るに至らない。	1人	0.0%
気軽にレシピがたくさんできていっぱいTV・雑誌で紹介されれば・・・	1人	0.0%
気軽に作れるレシピの紹介をするといいと思います。	1人	0.0%
気軽に使えるレシピがあればいいと思う	1人	0.0%
気軽に使えるレシピを広める。だしをとるぐらいしか使い方を知らないの。	1人	0.0%
狭い世界ではなく、こんぶのレシピを広く公にし、好きになる人を作る、、という地道な作業では？急がばまわれです！！	1人	0.0%
具体的なレシピを公開すればいい	1人	0.0%
具体的なレシピを知りたい。	1人	0.0%
携帯電話でも簡単に昆布料理レシピを検索出来る。	1人	0.0%
見栄えも良くおいしいレシピが沢山あれば良いと思います。	1人	0.0%
個人がアイデアを出し合って冊子などにする	1人	0.0%
公開されるレシピが増えれば、作られるようになると思う	1人	0.0%
口コミサイトにレシピを載せる	1人	0.0%
今の若い主婦は、手間のかかる料理を作らないから、簡単調理レシピを考えて宣伝するとよいのでは？	1人	0.0%
今の食生活にあうようなレシピを広げる事	1人	0.0%
今までになかったような昆布料理のレシピを紹介する。	1人	0.0%
昆布(商品)のパッケージに、お手軽レシピを印刷する	1人	0.0%
昆布＝ダシというイメージが強いので、ネットや雑誌などで、もっと多くのレシピが出るいいと思います。「こういう調理の仕方があるのか！」ということがわかれば、もっと気軽に料理に取り入れることができるのではないのでしょうか？	1人	0.0%
昆布＝出汁というイメージの方が、今は多い気がします。おかずレシピが広まればいいのでは？と思います。私もそう思っていて、出汁の後は捨てるが多かったですから。	1人	0.0%
昆布＝和食というイメージが強く、年寄りの食べ物と言った印象があるので、洋食にアレンジしたメニューが増えればいいと思います。	1人	0.0%
昆布＝和食というイメージを覆す洋食・中華の簡単レシピを開発する。	1人	0.0%
昆布＝和風料理という思い込みを変えられる 洋風レシピの紹介があればいいかも。	1人	0.0%
昆布アレンジの料理を紹介して欲しい。パッケージへの印刷など	1人	0.0%
昆布イコールだしというイメージがあるので、昆布をメインとした料理がたくさん紹介されれば作るようになると思う	1人	0.0%
昆布がアクセントになる料理を教えて頂きたい。	1人	0.0%
昆布がメインになったレシピを見たことがない。洋風になればなんとか浸透するかも知れないが・・・	1人	0.0%
昆布がメインになるような、料理の開発。	1人	0.0%
昆布が入っている袋にレシピを紹介する。ブログを作って魅力を紹介する。	1人	0.0%
昆布が入っている袋に昆布のレシピを貼り付ける。	1人	0.0%
昆布が入っている袋の裏などに、簡単なレシピや利用法などを載せてはどうでしょうか。	1人	0.0%

昆布が入っている袋やパックにレシピをつけてみる	1人	0.0%
昆布が入っている袋やレシピが書いてある紙が袋に中に入っているととっても色々コンブ料理が出来よと思う	1人	0.0%
昆布そのものは色が食欲をそそるものではないため、いろいろをよく見せるレシピを考えるといいと思います。子供の頃、昆布をかんぴょうで巻いたものを煮た料理を出され、昆布は身体に良いから食べなさいと勧められても、自分から進んで食べたいと思えるものではなかったことを覚えています。お料理の本の中で、お出汁以外に昆布を使った料理はほとんど見たことがないです。粉状にしたり細かく刻んで炒め物やお吸い物に使うなどの案が思い付きましたが、創作料理は苦手なので、レシピが欲しい	1人	0.0%
昆布だしをつかった レシピをたくさんおしえてほしいです。または 粉末の昆布だしで本格的に美味しいものがあればいいのに。ほんだしにまけるなー。	1人	0.0%
昆布だと分からないような調理法があれば…	1人	0.0%
昆布チップスとか簡単にできる料理法があればいいのに。ホブコーンみたいに。	1人	0.0%
昆布でどんな料理をつくっていいのかわからないような気がするの、簡単なレシピの紹介や昆布の種類を使い分けなど広められるとよいと思います。また昆布のヘルシーさを伝えていくとよいと思います。	1人	0.0%
昆布でのレシピの紹介を…	1人	0.0%
昆布というと、食材というよりも出汁をとるだけのモノというイメージが強く、またあまり活用法がわかりません。昆布商品のパッケージの裏にアイデア料理のレシピなんか記載してあれば、昆布を買って、レポートも増えてうれしいと思います。	1人	0.0%
昆布というとなんとなく和風料理といったイメージがあるので、もっと簡単な洋風なレシピを提案していただきたいです！	1人	0.0%
昆布とともにレシピを配る。	1人	0.0%
昆布と一緒にミニレシピが一緒について売っていただいたいと思う	1人	0.0%
昆布についてのレシピ特集の広告(バナー)をアクセスしやすいところを作る。	1人	0.0%
昆布について初心者でも、わかりやすいレシピを広めたりできればいいと思う。	1人	0.0%
昆布にレシピをつけて販売する。	1人	0.0%
昆布にレシピをつけて欲しい。	1人	0.0%
昆布にレシピをつける。	1人	0.0%
昆布にレシピを添えるとか…	1人	0.0%
昆布にレシピを付けて売る	1人	0.0%
昆布に簡単なレシピをつける	1人	0.0%
昆布に料理レシピをなんらかの形でつける	1人	0.0%
昆布ネットでレシピを検索して興味をもったものを作ってみる。昆布は体にいいものだからということはあるので。	1人	0.0%
昆布のいろいろなレシピを教えて欲しい	1人	0.0%
昆布の美味しいレシピがわかればよい。	1人	0.0%
昆布のパッケージなどにレシピをのせてもらえればうれしい	1人	0.0%
昆布のパッケージなどに書いてくれると嬉しい	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピがたくさん載っているといいのに…と思います	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピがのっているとよい	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピが載っているとよい	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピの一案を載せる。	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピをつける。	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピを掲載する。小分けになっているものも売ってほしい。	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピを載せたり、テレビの「あるある大辞典」や「試してガッテン」「花まるマーケット」など情報番組で取り上げればもっと家庭で作られるようになると思います。	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピを載せたり、販売店でレシピの提案などのポップを置く	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピを載せる	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピを載せる、スーパーの昆布売り場に簡単レシピを置く。	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピを載せるか、レシピブックをつける。	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピを載せるといいと思います。何種類か違ったものを印刷してもらえれば、違うレシピのパッケージの昆布を買うのでは？	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピを写真つきでのせる	1人	0.0%
昆布のパッケージにレシピ集などが書かれており、カロリーや栄養価などが記載されていたら作りやすいと思います。また、体にとっての効果など具体的に疲れにくいとかお肌にいいなどが書かれていけばもっと良いと思います。	1人	0.0%
昆布のパッケージに簡単なレシピがついていて良いと思います	1人	0.0%
昆布のパッケージに簡単なレシピを載せる。でも、ただ煮物とかではなく、若い人でも喜んで作れるようなおしゃれなレシピだいいと思います。私自身もそれを知りたいと思うので。	1人	0.0%
昆布のパッケージに簡単に作れる昆布料理をもっと載せたり、昆布と一緒に小冊子のレシピをつけてもらえたら、いろいろ作れるのもっと昆布を使うようになると思う。	1人	0.0%
昆布のパッケージに昆布料理のレシピをつけておく	1人	0.0%
昆布のパッケージに色々な料理法を載せて欲しい。	1人	0.0%
昆布のパッケージに超簡単レシピやその効果を記載する。	1人	0.0%
昆布のパッケージに裏などへレシピを載せて販売していただけると助かります。	1人	0.0%

昆布のパッケージに料理のレシピを載せるといいと思う。	1人	0.0%
昆布のパッケージに料理の作り方をいろいろ乗せておく	1人	0.0%
昆布のパッケージに料理紹介を載せる。	1人	0.0%
昆布のパッケージに料理例とレシピを何品か紹介しておいてくれれば買ってみようかと思う。	1人	0.0%
昆布のパッケージの後に、簡単なレシピを載せる。	1人	0.0%
昆布のメーカーがレシピを添付したり、料理教室を開き紹介する。ガス会社や東電などと協力体制をとると実現しやすいと思う	1人	0.0%
昆布のメニューをもっと知りたいので、ホームページやパーティーなど教えてもらえるとうれしいです。	1人	0.0%
昆布のよさなど、ダシをとった後の昆布の利用法を、コンブのパッケージに印字する。	1人	0.0%
昆布のレシピがあったら利用するかも	1人	0.0%
昆布のレシピがいろいろあるといいと思う	1人	0.0%
昆布のレシピが手軽に手にはいるようにする	1人	0.0%
昆布のレシピサイト開設	1人	0.0%
昆布のレシピをHP上でたくさん掲載すること	1人	0.0%
昆布のレシピをいろいろ教えてください	1人	0.0%
昆布のレシピをもっと公表する。美味しそうで、簡単なものでないと興味ないと思います	1人	0.0%
昆布のレシピをもっと普及させる。	1人	0.0%
昆布のレシピをもっと普及すればいいと思う。	1人	0.0%
昆布のレシピを公開するよりも、こういう料理の際に昆布を1-2枚入れるだけで、これだけ美味しくなるというような手間のかからない呼びかけでないと忙しい人には、やってみようという気はおきないと思うのですが…。	1人	0.0%
昆布のレシピを昆布食品のパッケージにつける	1人	0.0%
昆布のレシピを雑誌にのせたら良いと思う。	1人	0.0%
昆布のレシピを充実させる	1人	0.0%
昆布のレシピを書いた冊子をスーパーで配布する。かんたん昆布料理をスーパーの特設スペースを設けて、実演販売、試食、販売してみたいか？	1人	0.0%
昆布のレシピを増やす	1人	0.0%
昆布のレシピを多く雑誌に載せる。	1人	0.0%
昆布のレシピを多く集めてサイトにのせればよいと思う。	1人	0.0%
昆布のレシピを知りたい	1人	0.0%
昆布のレシピを知ること	1人	0.0%
昆布のレシピを普及させてほしい	1人	0.0%
昆布の賢い使い方や、便利な情報などが一般的に広く公開されて、みんなが昆布をもっと身近に感じられるようになれば良いと思う。	1人	0.0%
昆布の使い道というか、昆布料理が知られる様になれば良いと思う。	1人	0.0%
昆布の使い方を広める	1人	0.0%
昆布の使った簡単レシピがたくさんあればいいと思う。	1人	0.0%
昆布の商品に小さなレシピを付けて販売する。	1人	0.0%
昆布の商品のパッケージに、昆布料理のレシピを載せる。	1人	0.0%
昆布の商品のパッケージに昆布料理のレシピがあれば良い	1人	0.0%
昆布の商品のラッピングに昆布料理を載せたり、料理雑誌でこんぶ特集などやって、いろんなかんたん料理を載せてもらう。	1人	0.0%
昆布の商品の後ろや前のパッケージに色々なレシピを紹介すればいいと思います。	1人	0.0%
昆布の商品の裏にレシピをつける	1人	0.0%
昆布の商品パッケージに、レシピをのせる。(簡単にできる料理で)	1人	0.0%
昆布の袋などに、レシピを掲載する	1人	0.0%
昆布の袋などにレシピが載っていればいいと思う。	1人	0.0%
昆布の袋などにレシピを載せる。	1人	0.0%
昆布の袋に いろんなレシピを書いて欲しい	1人	0.0%
昆布の袋にアイディアレシピやだしをとった後の昆布を使ったレシピなどを掲載して欲しい。	1人	0.0%
昆布の袋にいろんなレシピが付いていれば作ってみようかなと思う	1人	0.0%
昆布の袋にレシピをのせて欲しい。	1人	0.0%
昆布の袋にレシピを載せる	1人	0.0%
昆布の袋に簡単にできておいしい昆布レシピを載せる。	1人	0.0%
昆布の袋に色々なレシピを分かり易く載せる	1人	0.0%
昆布の袋に沢山のレシピを載せて欲しい。	1人	0.0%
昆布の袋に珍しい昆布レシピを載せてほしい。	1人	0.0%
昆布の袋に料理のレシピを載せる	1人	0.0%
昆布の袋に料理レシピを載せたら？	1人	0.0%
昆布の袋の後ろにレシピが書いてあればいいのではないのでしょうか	1人	0.0%
昆布の袋の後ろにレシピをのせる。店頭で試食販売。	1人	0.0%
昆布の袋の裏に、レシピを書く。以前東北旅行の祭生昆布をもらったので、昆布の佃煮を作ってみようと思ったが作り方がわからず、しばらく冷凍しておいたが邪魔なので結局捨ててしまった。もったいないし、佃煮が食べたかった。	1人	0.0%
昆布の袋の裏にレシピをのせればいい	1人	0.0%
昆布の袋の裏にレシピを載せる	1人	0.0%
昆布の袋の裏に調理方法を載せる。	1人	0.0%

昆布の置いてある陳列棚の近くに、レシピをかいたリーフレットなどを置いたらいいと思う。	1人	0.0%
昆布の中に簡単なレシピを入れれば作るかな？	1人	0.0%
昆布の陳列棚に持ち帰れるレシピ	1人	0.0%
昆布の佃煮や、昆布巻きなどを、もっと気軽にかんたんに、作れるように、紹介したり、昆布が体に良い食材だということを、もっとアピールしたら、いいと思います。	1人	0.0%
昆布の入った袋に、簡単なレシピを印刷するなど。	1人	0.0%
昆布の入っているパッケージに昆布を使ったおすすめレシピなどをのせておく。	1人	0.0%
昆布の入っている袋にレシピを載せておく	1人	0.0%
昆布の売り場などにレシピを置くとか、もっと簡単に調理できることを知らせる。	1人	0.0%
昆布の売り場に真新しいレシピを置く	1人	0.0%
昆布の売場に簡単なレシピをおく。	1人	0.0%
昆布の販売コーナーにおいしそうな昆布料理の写真とレシピを展示しておく	1人	0.0%
昆布の美味しさを一人でも多く知ってもらう。簡単な料理の紹介。(超美味な料理) こんぶの良さを知ってもらう。昆布の歌を作って、全国に流す。	1人	0.0%
昆布の包装にレシピを載せる 売り場にレシピを貼る	1人	0.0%
昆布の包装紙にレシピなど書いて欲しい	1人	0.0%
昆布の包装紙の裏に簡単レシピを載せてみる。	1人	0.0%
昆布の洋風料理だとか、お洒落な昆布料理が紹介されるといいんじゃないでしょうか。	1人	0.0%
昆布の料理のレシピがわかったら使用すると思う	1人	0.0%
昆布の料理レシピ本を無無料配布したり広告を積極的にする	1人	0.0%
昆布の料理をもっと教えてほしい	1人	0.0%
昆布の料理をもっと広める。	1人	0.0%
昆布の料理を身近に感じれるようにレシピ本を出すと思う。	1人	0.0%
昆布の料理方法をもっとたくさんの人に知ってもらうこと	1人	0.0%
昆布の料理方法をよく知る。	1人	0.0%
昆布の良さを普及して、昆布料理レシピが出回ったらいいと思います。	1人	0.0%
昆布は、だしをとるのがメインだと思っている人が多いので、いろいろなレシピを特集した雑誌を出す	1人	0.0%
昆布はダシがおでんの具に使う以外なじみがないので、店頭でレシピを置く、テレビ広告をするなど昆布の存在を目立たせるようにすればいいかと思います。	1人	0.0%
昆布はダシにするものであとは佃煮ぐらいという印象が強いので、炒め物などにも使えるレシピがあるのであればCMでレシピを流してみようというのはいかがでしょうか？	1人	0.0%
昆布はダシに使うイメージが大きすぎるような気がします。今はネット上でもレシピが色々出てきていますが 例えばスーパー等の売り場で、気軽に作れる 昆布レシピを紹介するとかしたらありがたいなと思います。	1人	0.0%
昆布はだしをとる以外レシピを知らないで、昆布料理レシピを知りたいです。	1人	0.0%
昆布はだしを取るもの、というイメージが定着していて、料理レシピを知らない人が多いと思う。健康にいいのはよくわかっているので、モズク酢のように気軽に一品に加えられるようなレシピがあれば、と思います。	1人	0.0%
昆布はどうしても脇役というイメージがあるが、手軽に作れるレシピを公開すればいいと思う	1人	0.0%
昆布はめんどうという誤解をとくレシピの紹介	1人	0.0%
昆布は出汁をとる、または和風料理の脇役としての出番が多く、馴染みのある食材の割に殆どレシピを知らないで、和風以外のレシピを知りたい。ネットや本だけでなく、実際スーパーの店頭でレシピを書いたものが置いてあると良いと思う。	1人	0.0%
昆布は面倒〜という感じをなくしたらもっと使われるようになるのでは…。昆布の包装袋の使い方説明はかなり不親切なので簡単な使い方やレシピを紹介をする、手に取りやすいデザインなど…改善すれば昆布料理は増えると思います。	1人	0.0%
昆布まきなどの作り方がわかると利用します	1人	0.0%
昆布メインのレシピがあればいいと思います。	1人	0.0%
昆布メインのレシピ集があればいいかなと思います。	1人	0.0%
昆布メニューのレシピの普及に努める	1人	0.0%
昆布レシピがあれば参考にする。パッケージ等に利用方法があれば参考になる。	1人	0.0%
昆布レシピがあれば少しは作るかも	1人	0.0%
昆布レシピが簡単に手に入るようになればいいですね。雑誌でもそうですし、スーパーにおいてあるカード型レシピなんか充実するといいなと思います。	1人	0.0%
昆布レシピが毎月メールで送られてくると良いです。	1人	0.0%
昆布レシピなどが、いろいろな場面で紹介してあると、主婦などは作りたくなると思います。テレビ、雑誌、サイト等。	1人	0.0%
昆布レシピの普及	1人	0.0%
昆布レシピをネット公開する	1人	0.0%
昆布レシピをもっとたくさん紹介すると思う	1人	0.0%
昆布レシピを公開してほしい	1人	0.0%
昆布レシピを昆布につける	1人	0.0%
昆布レシピを昆布のパッケージに印刷する。スーパーでキャンペーンをする。	1人	0.0%
昆布レシピを沢山掲載するに限るか…	1人	0.0%
昆布レシピを知りたい	1人	0.0%
昆布レシピを本またはネットで情報ページとして紹介し無料配布する。昆布は料理レシピが少ないような気がするの。	1人	0.0%

昆布レシピ集があればいいな	1人	0.0%
昆布レシピ集とか昆布のおやつレシピがあるといいです	1人	0.0%
昆布をつかったレシピがたくさんあれば、作るかも	1人	0.0%
昆布をつかったレシピが世に広がればいい。	1人	0.0%
昆布をつかった簡単料理の紹介	1人	0.0%
昆布をつかった料理のレシピをもっと発信して欲しい。突拍子もない創作料理みたいな なんじゃなくて、普段気楽に作れるようなもの。	1人	0.0%
昆布を家族が余り好きではないので、レシピが増えて美味しさを知れば、作るようになる かもしれない	1人	0.0%
昆布を克服して、手軽なレシピを勉強すればよいと思います。	1人	0.0%
昆布を昆布とわからないような料理のレシピが欲しい。昆布の磯臭さが嫌いだという 人もいるのです。	1人	0.0%
昆布を使いやすいレシピの公開。用途に応じて下準備された昆布商品の開発。	1人	0.0%
昆布を使うことによって、どういうまみがでるのか、栄養価のめんではどうなのか がよくわかるレシピがあれば、いいのではないですか。	1人	0.0%
昆布を使うという、どうしても和食中心になる気がします。洋食にも取り入れられるよ うなレシピがあれば、もっと使うようになるんじゃないでしょうか。	1人	0.0%
昆布を使った、レシピ本がたくさんあればいい	1人	0.0%
昆布を使った、簡単料理があればいいですね。	1人	0.0%
昆布を使ったいろんなレシピを参考にする	1人	0.0%
昆布を使ったおしゃレで簡単なレシピをみなさんに知っていただく	1人	0.0%
昆布を使ったオモシロレシピをパッケージの裏に記載してほしい。	1人	0.0%
昆布を使ったおやつを作る。たとえば、ス昆布の作り方などがあると、うちの子は悦ぶと思う	1人	0.0%
昆布を使ったお料理のレシピをもっと公開して欲しい。	1人	0.0%
昆布を使ったメニューをみんなに広める	1人	0.0%
昆布を使ったレシピがなかなかないので、料理方法がわかるサイトなどがあればよいと思う	1人	0.0%
昆布を使ったレシピがもっと広まればよいと思います。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピがもっと出ればよい 昆布のパッケージの裏などにレシピが のってほしい	1人	0.0%
昆布を使ったレシピが身近にあればよいと思う	1人	0.0%
昆布を使ったレシピなどの特集を作るかホームページで公開すればいい	1人	0.0%
昆布を使ったレシピのアイデアがあるといいと思う	1人	0.0%
昆布を使ったレシピのリーフレットなどをスーパーなどで配布する	1人	0.0%
昆布を使ったレシピは手間がかかるものが多く、昆布が身体に良い食品だとわかって いても、とっつきにくい。手軽に美味しく食べられるレシピが数多くあればいいのと思 います。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピを積極的にPRするといいいのでは。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピをのせてほしい	1人	0.0%
昆布を使ったレシピをメジャーにすると、献立に加わってくるのではないかと思います。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピをもっと多く発信してもらいたいです	1人	0.0%
昆布を使ったレシピを掲載してほしい	1人	0.0%
昆布を使ったレシピを掲載すればいいと思う。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピを昆布売場などの目立つところに置く。テレビ番組で昆布の良いと ころを紹介する。	1人	0.0%
昆布を使ったレシピを商品の袋などに印刷するかそういう印刷物を商品の中に入れ	1人	0.0%
昆布を使ったレシピを募集して、HPで発表する。	1人	0.0%
昆布を使った簡単で美味しいレシピをどんどん紹介すれば、昆布を買って使ってみよ うと思います。	1人	0.0%
昆布を使った簡単なレシピがもっと知られば家庭でも使うと思います。	1人	0.0%
昆布を使った簡単なレシピを紹介・開発していく。昆布を売っている売り場やパッケ ージに、レシピを紹介する。	1人	0.0%
昆布を使った簡単な料理のレシピを色々な昆布の袋に印刷し又バーコードか何か マークを送ると応募者全員にレシピ集をプレゼントすればそして昆布が如何に身体に 良いかTVで放映してもらおう(みのもんださん、とか あるある大辞典?とか)	1人	0.0%
昆布を使った簡単メニューの紹介	1人	0.0%
昆布を使った簡単レシピなどを紹介すればいいと思う。	1人	0.0%
昆布を使った簡単レシピの紹介をする	1人	0.0%
昆布を使った簡単料理のレシピをもっと宣伝する	1人	0.0%
昆布を使った簡単料理法がもっと広く知れ渡れば良いと思う。	1人	0.0%
昆布を使った健康に良い、また簡単レシピをテレビの健康番組や料理番組で取り上げてもらう。	1人	0.0%
昆布を使った色々な料理のレシピを知りたい。	1人	0.0%
昆布を使った色々な料理を紹介すればよいと思います。	1人	0.0%
昆布を使った美味しいお料理のレシピがあればつくるかも。。。	1人	0.0%
昆布を使った料理のレシピを、スーパーにカードとしておいて欲しい。東急ストアと か、料理レシピが良く出入り口にあり、頂いています。	1人	0.0%
昆布を使った料理のレシピをどんどん教えてください	1人	0.0%
昆布を使った料理のレシピを知らない人が多いのでレシピを広めていく	1人	0.0%
昆布を使った料理のレシピ週をスーパーに置くといいと思う。	1人	0.0%

昆布を使った料理のレシピ集を作り配布してみても如何？無論、無料で！	1人	0.0%
昆布を使った料理の簡単レシピをたくさん掲載していただいたらもっと利用すると思う	1人	0.0%
昆布を使った料理の仕方を知らない人が多いと思うので、市販の昆布の袋にレシピを印刷する。	1人	0.0%
昆布を使った料理レシピの紹介	1人	0.0%
昆布を使った料理レシピをあまり普段みたことがないので、レシピを見られる機会が増えればいいと思う	1人	0.0%
昆布を使った料理をあまり知らないの、だし以外で使えるレシピを知りたい	1人	0.0%
昆布を使って簡単に作れるメニューをたくさん紹介するとよいと思う	1人	0.0%
昆布を使って食べたいおいしい料理のレシピが豊富にあれば良いですね。	1人	0.0%
昆布を使用することによっておいしくなる料理やレシピを紹介したり、昆布を使用した料理教室やイベントを開くことくらいしか思い浮かびません。	1人	0.0%
昆布を飼うときにレシピも一緒に入っていたら試してみたくります	1人	0.0%
昆布を取り入れたレシピを広く普及させる	1人	0.0%
昆布を陳列している棚にレシピを置いてくれるとレポートリーが増えそう。	1人	0.0%
昆布を買うときに、レシピが幾つか載っていると参考になるのでもいいかも・・・。	1人	0.0%
昆布を買おうと思った時、使い方とかレシピとかがパッケージに印刷されているわけではないので、気軽に使おうとなかなか思えないから。手に取りやすい売り場とか印象が大事だと思う。調理方法がどうしても面倒だという先入観があるし、昆布といえだして感じてあまり色々なレシピが浮かばないので、もっと全面的に使い方が知らされれば良いと思う。	1人	0.0%
昆布を買った時などに、色々なレシピを入れてくれたら少しは違うかも。	1人	0.0%
昆布を売っているスーパーなどで、その売り場の近くに昆布料理のレシピなどを自由に取れるようにしておく。	1人	0.0%
昆布を販売している袋の中にレシピを広告と一省に入れてはどうか？スーパー、デパート、コーポ等で販売PRを兼ねて昆布レシピを紹介しては。	1人	0.0%
昆布を販売する際に、袋の後ろにレシピを書いてほしい・・・できればメイン料理になるくらいのものが書いてあると試してみようかな？と思います。	1人	0.0%
昆布自体がメイン食材になりにくいので、昆布がメイン食材になるようなレシピを紹介して欲しい	1人	0.0%
昆布自体を食べるレシピをいろいろ教えて頂きたい	1人	0.0%
昆布商品に、色々なレシピをのせてくれたらと思われる	1人	0.0%
昆布商品に、料理の作り方が載っていると、助かります。	1人	0.0%
昆布商品にレシピがついてるといい。	1人	0.0%
昆布商品にレシピなどをつけてはどうでしょうか？	1人	0.0%
昆布商品にレシピブックがついていたりすると便利かも。	1人	0.0%
昆布商品にレシピブックがといていけばよい	1人	0.0%
昆布商品にレシピブックをつける	1人	0.0%
昆布商品に簡単なレシピをつける	1人	0.0%
昆布商品のパッケージにレシピがついているといい。	1人	0.0%
昆布商品のパッケージにレシピを掲載する。	1人	0.0%
昆布商品のパッケージにレシピを掲載すると良いと思います	1人	0.0%
昆布商品のパッケージに手軽なレシピを載せる。	1人	0.0%
昆布商品のパッケージに料理レシピを載せる	1人	0.0%
昆布商品のパッケージに料理見本などを載せて欲しい。	1人	0.0%
昆布商品のパッケージに料理例を載せる	1人	0.0%
昆布商品のラベルなどにレシピをのせる	1人	0.0%
昆布商品の近くに簡単料理レシピがあると、作ってみようという気持ちがかかります。	1人	0.0%
昆布商品の包装に、レシピをいろいろ載せてはどうですか？結構、これ作ってみようかな・・・と思います。	1人	0.0%
昆布商品をレシピつきで販売する。商品に、昆布の健康に対する効用を謳ったり、宣伝したりする。	1人	0.0%
昆布商品売場に簡単に作れるレシピが有れば参考にしたいと思います	1人	0.0%
昆布製品にレシピ集をつけて売っていれば(例:子どもが喜ぶレシピ集)家庭で作られるようになると思う。	1人	0.0%
昆布製品に簡単なレシピをつける	1人	0.0%
昆布製品に昆布レシピを添付したりURLを記入するといいかも(サイトで昆布レシピがみれたり)	1人	0.0%
昆布製品のパッケージにアイデアを書いてあればヒントになる	1人	0.0%
昆布製品のパッケージに簡単なレシピを載せる。	1人	0.0%
昆布製品の袋にレシピを掲載して欲しい。	1人	0.0%
昆布製品の中にレシピのリーフレットがあると、手軽に作れると思う。	1人	0.0%
昆布製品の裏面に昆布料理のレシピをつける。	1人	0.0%
昆布専門のレシピ本を作る、昆布専門のテレビ料理番組をする	1人	0.0%
昆布茶を使ったメニューの紹介	1人	0.0%
昆布売り場で、レシピを配ったり、試食コーナーを設けたりする。	1人	0.0%
昆布売り場などにメーカーやお店の独自のレシピが置いてあると良いのでは？もちろんレシピは持って帰る事ができるようにしておいて欲しい!	1人	0.0%
昆布売り場にきれいなレシピを置く。	1人	0.0%
昆布売り場にレシピを置く。	1人	0.0%

昆布売り場に昆布を使ったレシピ冊子などを置く。雑誌で昆布料理特集を組む。商品パッケージに昆布についての説明を記載。(レシピ、昆布の栄養など)	1人	0.0%
昆布売り場に昆布を使った料理レシピ集を置くこと。	1人	0.0%
昆布売り場に無料のレシピなどを置く。	1人	0.0%
昆布売り場のそばに、もって帰れるようなミニレシピ集を置いておくといいと思います。	1人	0.0%
昆布売り場のそばに簡単レシピを置く	1人	0.0%
昆布料理(お菓子でもいいが)の情報が欲しい	1人	0.0%
昆布料理たくさん掲載されればレシピがあれば作りたくなると思う。	1人	0.0%
昆布料理に使いやすい形態の昆布をレシピつきで発売する。	1人	0.0%
昆布料理のおしゃれで簡単なレシピ本を発行(もしくは無料配布)する。	1人	0.0%
昆布料理のメニューを知らせるのは当然ですが、それも簡単においしそうだと想像できるメニューを考案すべきだと思います。家にある食材で作れそうなもの。主婦は(少なくとも私の周囲では)家にある食材+スーパーで安くなった食材を駆使して簡単にすばやく洗いを極力減らして毎日の食事作りをしようと考えているので…。よく公園なんかでママ友とレシピの交換をしますが、そんなときに伝えられるくらいお手軽メニューだといいですね。	1人	0.0%
昆布料理のレシピがある本をだす	1人	0.0%
昆布料理のレシピがもっと身近でバリエーションがあるといいと思います。	1人	0.0%
昆布料理のレシピが少ないので料理の本やレシピをのせているHPなどをたくさん作る	1人	0.0%
昆布料理のレシピサイトや本を出版すればいいと思います	1人	0.0%
昆布料理のレシピに触れる機会を増やす	1人	0.0%
昆布料理のレシピの紹介	1人	0.0%
昆布料理のレシピを、売り場に置いておく、目にして作ってみようと思います。	1人	0.0%
昆布料理のレシピをアピールする	1人	0.0%
昆布料理のレシピをいろいろな所(新聞や雑誌)で、たくさん取り上げる。	1人	0.0%
昆布料理のレシピをカラーで作って昆布販売してる所で配る	1人	0.0%
昆布料理のレシピをスーパーなどでアピールすればよい。	1人	0.0%
昆布料理のレシピをスーパー等で配る	1人	0.0%
昆布料理のレシピをもっとアピールする	1人	0.0%
昆布料理のレシピをもっと公開してもらえたら作られるようになるのではないのでしょうか。	1人	0.0%
昆布料理のレシピを公開する	1人	0.0%
昆布料理のレシピを昆布に添付すれば	1人	0.0%
昆布料理のレシピを世間一般に広く知られるようにする。	1人	0.0%
昆布料理のレシピを知らないの、まずレシピを知ることが家庭で作るためになると思います。	1人	0.0%
昆布料理のレシピを配布する。	1人	0.0%
昆布料理のレシピを目にする機会をふやすようにする	1人	0.0%
昆布料理のレシピ本なんかがあったらいいですね	1人	0.0%
昆布料理のレシピ本を出版されれば、もっと普及するのではないかと思います。	1人	0.0%
昆布料理のレシピ本等参考になるものがあれば良いと思う。	1人	0.0%
昆布料理のレポートがないので、レシピを知りたい。	1人	0.0%
昆布料理の簡単。おいしいレシピを掲載する	1人	0.0%
昆布料理の簡単で手軽にできるレシピがあればよい。	1人	0.0%
昆布料理の簡単なレシピと子供や若者向けのお料理があればよいのでは？	1人	0.0%
昆布料理の簡単なレシピを配る。	1人	0.0%
昆布料理の簡単レシピや昆布がいかに健康に良いかを広く知ってもらうことが良いと思います。美容にも良ければそれも知りたいです。	1人	0.0%
昆布料理の簡単レシピを昆布売り場においておく。	1人	0.0%
昆布料理の本が出るといい	1人	0.0%
昆布料理の本などをだせばいい	1人	0.0%
昆布料理の本を見て、まず自分で研究することが必要。	1人	0.0%
昆布料理の本を出す。昆布にどんな効能があるのかをアピールする。	1人	0.0%
昆布料理の本を出す。内容は、お手軽で簡単レシピならいいと思います。といっても、昆布じたい使いにくいので、どうしても、粉状の物を望んでしまう。	1人	0.0%
昆布料理レシピがあれば良い！	1人	0.0%
昆布料理レシピサイトがあれば利用する	1人	0.0%
昆布料理レシピをたくさん配っていただけるとうれいす。	1人	0.0%
昆布料理レシピを沢山掲載する。昆布が健康に良い事をTVの情報番組で放送する。	1人	0.0%
昆布料理をもっと広める。たとえば、スーパーのよく目立つ所に無料レシピを置くなど。	1人	0.0%
昆布料理専門の料理本の出版	1人	0.0%
材料に料理のレシピを印刷、又は添付したらどうでしょう	1人	0.0%
作りたくなるようなレシピや写真を沢山掲載する	1人	0.0%
作りやすいレシピがあると良い	1人	0.0%
作りやすいレシピやおいしい料理を雑誌やテレビでどんどん出していけばいいと思います。	1人	0.0%
作り方を教えてほしい。	1人	0.0%
冊子を無料で配る	1人	0.0%
斬新なアイディアレシピの考案	1人	0.0%
使いやすいというイメージを定着させるべく、レシピを大々的に紹介すると思います。	1人	0.0%
使いやすいようにレシピをつけるとかしたらいいとおもいます。	1人	0.0%

使いやすいレシピの公開。	1人	0.0%
使い道がわかれば良いと思う	1人	0.0%
使い方がよくわからないので、もっと簡単な使い方をアピールした方がいい	1人	0.0%
使い方がよくわからないので、わかりやすいレシピを載せてほしいです。	1人	0.0%
使い方が分からない^ ^栄養価は良いと思うのですが...	1人	0.0%
使い方などを買い物のときに教えてもらえたら買うかな..	1人	0.0%
使い方のレシピを商品につけるなどして、今までまったく違ったことの無い人でも使い方がわかるようにするといいいのでは?	1人	0.0%
使い方を広める	1人	0.0%
使用方法のレシピがあればいい	1人	0.0%
子どもが好むような洋風なメニューがあればいいと思う	1人	0.0%
子ども達が喜んで食べるような洋食に昆布が使われるといいのでは、と思う。	1人	0.0%
子供がおいしく食べられるメニューを開発すること。	1人	0.0%
子供がすきそうなレシピを考える	1人	0.0%
子供が喜びそうなレシピを昆布のパッケージに載せたほしい	1人	0.0%
子供が喜ぶレシピ	1人	0.0%
子供が喜ぶ昆布レシピがあると良い	1人	0.0%
子供が喜ぶ昆布料理があるといい。昆布料理は手間がかかるという意識が強いので、もっと手軽に摂れるような料理レシピがあるといい。	1人	0.0%
子供が食べたくなくなるようなレシピが知りたい	1人	0.0%
子供が食べれるようなレシピがあれば...	1人	0.0%
子供でも喜んで食べられるようなレシピがあればいいと思う	1人	0.0%
子供でも食べてくれるようなメニューがあればふえるのではないのでしょうか	1人	0.0%
子供でも食べれるようなレシピが増えるといい	1人	0.0%
子供にうけそうなレシピが店頭においてあったり試食販売していたら、作ろうかなと思うかも?小さくカットされた昆布が販売されていててもよいかも。	1人	0.0%
子供の好きそうなレシピの公開	1人	0.0%
子供向けのレシピを紹介する。昆布が体に良いことをもっと知らせる。	1人	0.0%
子供受けしそうなレシピを考えて、提案していく	1人	0.0%
市販されている昆布のパッケージに昆布を使った料理のレシピを載せる	1人	0.0%
市販されてる昆布の裏にでも簡単な昆布料理のレシピをいくつか記載してもらえるといいと思います。	1人	0.0%
市販の昆布に、意外な利用法とかを記載したらいいのではないのでしょうか?	1人	0.0%
市販の昆布にレシピがついていれば。	1人	0.0%
市販の昆布にレシピをつけるなど、試してみようと思える提案をしていただければ興味をわくと思います。	1人	0.0%
市販の昆布にレシピを同封すればわかりやすいと思います。	1人	0.0%
市販の袋には、レシピなど載せた方が良い。	1人	0.0%
私にも作れる簡単なレシピがあるといい	1人	0.0%
私のように家で昆布をあまり使用しない人にも、かんたんに出来るレシピをネットなどで教えてくれたらいいと思う。	1人	0.0%
私の場合、昆布はだしや佃煮のイメージがあって、あまり料理のレシピを知らないのので、それがわかればもう少し作れるようになるかもしれない。	1人	0.0%
私は、よくインターネットでレシピを見て、晩御飯を作ったりします。なので、よく検索される料理サイトなどで、おいしそうなレシピを紹介するかとですね。	1人	0.0%
私はだし以外での使い方を教えて欲しいと思う。だしや昆布そのものを食べるおでんなどでは使うが、それ以外で使うレシピを知らない人が多いので使う人も少ないんだと思う。昆布そのものが好きではない人も多いのでは?切り昆布・サラダ昆布のようなものはさっぱりしていて使いやすいし苦手な人も食べやすいので、そういったものを使ったレシピを広めては?	1人	0.0%
私はメニューに困ると、よくcookpadというサイトを見ている。メニューに困った時に役に立つ程沢山の昆布料理のレシピが掲載されたサイトがあれば、もっと昆布を使う人が増えると思います。	1人	0.0%
私は本を見てアレンジすることが多いのですが、昆布を使った料理ってあんまり載っていないように思います。ダシをとった後の昆布の活用法とかあれば、ぜひ教えて欲しいです!!	1人	0.0%
私もあまり作らないので、どうすればよいかアイデアが知りたいです。	1人	0.0%
私自身昆布のレシピを知らないのて分からない	1人	0.0%
試供品でみんなのおうちのレシピを募集する	1人	0.0%
時間がかかるイメージがあるのでさっと出来るメニューのレシピがあると嬉しい	1人	0.0%
時間をかけずに簡単に作られる!というたい文句で、昆布商品のパッケージに昆布のレシピを記載する。	1人	0.0%
時間をかけずに作れる簡単な調理を公開する	1人	0.0%
実家ではよく母が料理に使うが、自分はあまり使わない。昆布を使ったレシピを少ししか知らないのて、レシピをスーパー店頭でチラシで置いて欲しい。	1人	0.0%
若い人はあまり知らないと思うのでレシピ等の紹介	1人	0.0%
若い人向けのレシピがメジャーになるといいと思う。それをテレビの料理番組で紹介するとか。	1人	0.0%

若い世代は使い方がわからない！レシピをパッケージにプリントしてたり売り場にレシピブックがあればうれしい！	1人	0.0%
若者にうけるメニューを考える	1人	0.0%
主役になれるレシピを教えてください。	1人	0.0%
手軽で、簡単で、お安く作れる、おいしいレシピが、広まればいいと思います。テレビの、あるあるや、みのさんの番組に出れば、早いです。	1人	0.0%
手軽でおいしいレシピがあればいい	1人	0.0%
手軽でおいしいレシピをたくさん紹介するなどすればよいと思う。	1人	0.0%
手軽でおいしい調理方法を商品に付けて売る	1人	0.0%
手軽でおいしいようなレシピをスーパーなどで紹介する	1人	0.0%
手軽でにできて美味しいレシピを沢山紹介してもらえたら、昆布料理も作られると思います。なかなかどうやって使ったらいいかが分からなかったりしますので…。	1人	0.0%
手軽でバラエティーに富んだレシピが認知されればよい。または健康食品として人気テレビ番組で紹介をする。(あるあるとか思いっきりテレビとか…)	1人	0.0%
手軽で簡単につくれる昆布料理のレシピを知りたい。	1人	0.0%
手軽で手に入りやすいレシピがあると良い	1人	0.0%
手軽で美味しいレシピがあれば増えるかもしれない	1人	0.0%
手軽で美味しいレシピをどんどん料理番組や雑誌で紹介して主婦の目にする機会を増やせばいいと思います。	1人	0.0%
手軽なメニューを広める。	1人	0.0%
手軽なレシピがあると良いですね。冷蔵庫の中身で作れるような親しみのある料理など。	1人	0.0%
手軽なレシピがあればいい	1人	0.0%
手軽なレシピが広まること	1人	0.0%
手軽なレシピが多ければ作ると思う	1人	0.0%
手軽なレシピの充実	1人	0.0%
手軽なレシピをCMなどで紹介し、より多くの人に知ってもらう。	1人	0.0%
手軽なレシピをもっと目に付くようにアピールする。昆布売り場にあってもいいと思う。	1人	0.0%
手軽なレシピを公開する	1人	0.0%
手軽なレシピを公開する即席系の商品を開発し。さらに身近にする	1人	0.0%
手軽なレシピを昆布製品のパッケージに表示する	1人	0.0%
手軽なレシピを知ってれば、作ると思います。メインの料理は気合を入れて作りますが、副菜などはどうしても簡単な物になるので、メインになるレシピをいろいろ知りたいです。	1人	0.0%
手軽な昆布料理レシピを広めること	1人	0.0%
手軽な昆布料理をしりたい。もっと栄養面などを知りたい	1人	0.0%
手軽な昆布料理を新聞の料理欄などを使用して広報する。	1人	0.0%
手軽な少量使いきりタイプにレシピを載せる	1人	0.0%
手軽な調理方法があること	1人	0.0%
手軽な調理法があれば…	1人	0.0%
手軽においしい料理ができるレシピを得られれば多くなる	1人	0.0%
手軽においしくて、新鮮なレシピがあると嬉しい	1人	0.0%
手軽にできたり、ワンパターンにならないレシピがあれば良い	1人	0.0%
手軽にできるメニューを昆布のパッケージにのせる。	1人	0.0%
手軽にできるレシピがわかるとよい	1人	0.0%
手軽にできるレシピをネットなどで紹介する	1人	0.0%
手軽にできるレシピを紹介する	1人	0.0%
手軽にできるレシピ集などをスーパーの昆布売り場にいっしょにおいておく。	1人	0.0%
手軽にできる簡単レシピを知りたい。ホームページ上でもっと作り方をアピールする。	1人	0.0%
手軽にできる昆布料理をもっと知ってもらえるとよい。あとは、体にいいとか、こういう効果があるなど具体的な食べての効果を知ってもらうのがよいと思う。	1人	0.0%
手軽にできる調理方法を知ることができたらいいと思います。	1人	0.0%
手軽にできる料理がわかれば取り入れやすい	1人	0.0%
手軽にできる料理を、こんぶを販売するところにおいておけば、知らず知らずのうちに手にするのはないかと思えます。	1人	0.0%
手軽にできる料理方法を身近で知りたい	1人	0.0%
手軽に簡単に作れるレシピがあるといい	1人	0.0%
手軽に簡単に作れるレシピがあるといいと思う。いい昆布が安く手に入れば…	1人	0.0%
手軽に昆布をとれるレシピ公開や提案があればいいと思う	1人	0.0%
手軽に昆布料理が作れるレシピを紹介してください	1人	0.0%
手軽に作れるようなレシピがあればいいと思う	1人	0.0%
手軽に作れるレシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
手軽に作れるレシピと昆布があればいいと思う。	1人	0.0%
手軽に作れるレシピをたくさん広める。	1人	0.0%
手軽に作れるレシピをもっとつくって欲しいです^^	1人	0.0%
手軽に作れるレシピを昆布製品につけてくれるといいと思う	1人	0.0%
手軽に作れるレシピを紹介してくれたら作る。	1人	0.0%
手軽に作れるレシピを紹介する。	1人	0.0%
手軽に作れるレシピを知りたい	1人	0.0%

手軽に作れる料理があればいい	1人	0.0%
手軽に使えるレシピがたくさん知りたいです	1人	0.0%
手軽に使えるレシピを充実させる。	1人	0.0%
手軽に使える料理が増えるといい。価格ももう少し安くなれば身近に感じるかもしれない。	1人	0.0%
手軽に使える料理のレシピが沢山あるといい。魅力がよく分かる本があるといいな。 あと、いちいち切って使うのが面倒に思える時があるので、小さめサイズや、細切り昆布とかあると便利かも。	1人	0.0%
手軽に使える料理方法のPR以外にないと思う。	1人	0.0%
手軽に使用できるレシピを周知する。昆布のパック量を使いきりタイプにしたものを増やす。	1人	0.0%
手軽に出来る料理があればいいなと、考えるのですがなかなか思いつかない	1人	0.0%
手軽に調理する方法などが紹介されればいいと思う。	1人	0.0%
手軽に入れるだけ混ぜるだけのレシピがもっと増えるといいと思います。	1人	0.0%
手軽に毎日使えるアイデアを広める	1人	0.0%
手軽に利用できるレシピをスーパーなどの売場に置いたり、ジャスコなどで行っているような栄養士による実演があればよいと思う。	1人	0.0%
手頃なレシピが必要	1人	0.0%
手早く出来る料理のレシピが有るといいと思う	1人	0.0%
出し以外に活用できるレシピがあるとよいかも。	1人	0.0%
出し昆布の残りで電子レンジなどで簡単に何か作れるレシピがあればいい	1人	0.0%
出し昆布の包装をチャックなどをつけるなどかえる。昆布に簡単なレシピを添える。	1人	0.0%
出し昆布を売るパッケージに簡単なレシピが印刷してあればいい。	1人	0.0%
出汁、佃煮以外のレシピを昆布の商品につけてほしい。本が会っても良いのでは。	1人	0.0%
出汁で使う以外の調理法がたくさんあれば良いと思います。	1人	0.0%
出汁や佃煮などではなくメインのメニューになるような昆布のレシピを作る	1人	0.0%
出汁をとった後の昆布の活用法(佃煮にするなど)まで一連の流れとして教えてもらえたら良いと思います。また、「いかに健康に良いか・現代の人にも必要か」「簡単に 出汁が取れるか・毎日使えるか」「経済的にもそんなに高くないものもあるか」そしてレ シピを教えて頂けたら、理解・納得されやすいように思います。	1人	0.0%
出汁をとるしかないイメージがあるので、レシピがあれば作ると思います。	1人	0.0%
出汁以外の、手軽なレシピが分かるといいと思います	1人	0.0%
商品にアイデアレシピを添付する	1人	0.0%
商品にいろいろな料理方法のレシピが付いていればいいと思う	1人	0.0%
商品にメニューがついてくるといいなと思う。	1人	0.0%
商品にレシピをつけて売る	1人	0.0%
商品にレシピをつけて欲しい	1人	0.0%
商品にレシピをのせる。	1人	0.0%
商品にレシピを載せる	1人	0.0%
商品にレシピを添える。	1人	0.0%
商品にレシピを付けて売る	1人	0.0%
商品に簡単なレシピを書いてくれているといい	1人	0.0%
商品に様々な昆布を使ったレシピを掲載するといいのでは？	1人	0.0%
商品のうらにレシピをのせる。	1人	0.0%
商品のところにレシピを載せる	1人	0.0%
商品のパッケージなどに、レシピ(なるべく簡単なもの)を載せる。	1人	0.0%
商品のパッケージなどにレシピが書いてあると、参考になる	1人	0.0%
商品のパッケージにレシピを載せるといいと思います。	1人	0.0%
商品のパッケージ裏にレシピが掲載されていますが、商品の中にレシピ本が入ってい ると、そのまま保管でき活用すると思う。	1人	0.0%
商品の昆布に簡単なレシピをおまけでつけるとかすれば良いと思います。	1人	0.0%
商品の袋にレシピを載せる	1人	0.0%
商品の袋に昆布を使った簡単なレシピを載せる(印刷する)	1人	0.0%
商品の包装袋に昆布料理のレシピをのせる。	1人	0.0%
商品パッケージに簡単なレシピが載っていれば良いと思う。	1人	0.0%
商品を販売の際に、つくってみたいなあと思うレシピをいれておく	1人	0.0%
小冊子の配布なんてどうでしょうか？	1人	0.0%
色んなレシピにあった使いやすい1回分のカット済み商品があるとよい。	1人	0.0%
色んなレシピの紹介	1人	0.0%
色んなレシピをなにかで紹介していただけるといいと思います	1人	0.0%
色んなレシピをもっとテレビやネットで公開してほしいです。	1人	0.0%
色んな形状の昆布で色んなレシピを商品の袋にも掲載するとよいかな・・・	1人	0.0%
色んな昆布料理のレシピが広まるといい	1人	0.0%
色々なレシピがあるHP	1人	0.0%
色々なレシピが簡単にわかるような機会があれば良いと思います。	1人	0.0%
色々なレシピが知りたい！(ネットや、雑誌で特集)	1人	0.0%
色々なレシピの提案があれば嬉しい	1人	0.0%
色々なレシピをネットで公開したり、売っている昆布にミニレシピブックみたいのをつけ たり。色んな食べ方が広められると良いかも	1人	0.0%
色々なレシピを公開する	1人	0.0%

色々なレシピを講評する	1人	0.0%
色々なレシピを発信する。お洒落なイメージの昆布料理を宣伝に使う。(意外性のあるもの) キャンペーンなどで、上の二つを告知する。商品を買わずとも応募できるものも良いと思う。	1人	0.0%
色々なレシピを発表する	1人	0.0%
色々な雑誌やCMなどで、昆布を使ったレシピを公開すること。子供も食べやすいレシピがしたい。	1人	0.0%
色々な料理のレシピがある。	1人	0.0%
食べやすい料理が増えればいい	1人	0.0%
食べやすく美味しいレシピ提案がもっとあればいいと思います。	1人	0.0%
食べ方のバリエーションを知らないの、レシピがいろいろあればいいと思います。	1人	0.0%
食べ方をいろいろ知りたい	1人	0.0%
食材の袋にレシピを書く	1人	0.0%
新しいレシピを公開する	1人	0.0%
身近なスーパーなどで、昆布のレシピが目につきやすい所にあたり、商品自体にレシピが書いてあったら、手軽なものから取り入れやすそう。	1人	0.0%
身近な所で(スーパーなど) 昆布料理のレシピを置く	1人	0.0%
身近に作れるレシピがたくさんあったら(美味しそうなもの) もっと昆布を使うと思う。	1人	0.0%
身近に使えるように常備して、レシピノートを作る	1人	0.0%
人気のある昆布料理のレシピを商品に印刷する	1人	0.0%
人気雑誌等の料理レシピなどで昆布を使ったメニューを紹介する	1人	0.0%
正直、だしとり以外にピンとこない。ので、いろんなレシピを教えてください。	1人	0.0%
生協においてあるレシピに昆布料理があったらもっと作ってみたい	1人	0.0%
製品にレシピをつける、レシピを募集するなどすればよいのではない	1人	0.0%
製品の外袋にレシピを紹介する。	1人	0.0%
積極的にレシピなどの情報を伝えること。コンクールを開くなどイベントを開き、沖縄や海外での使われ方を提供することが重要と思う。	1人	0.0%
専門の本があれば、作ってみようと思うかも。	1人	0.0%
早く煮えるコツや、レシピがわかれば良いのでは??	1人	0.0%
多くのレシピを公開する	1人	0.0%
多彩なレシピ	1人	0.0%
多彩なレシピがもっと浸透すれば作るような気がします。	1人	0.0%
多彩なレシピを教えてください。	1人	0.0%
体に良い例の作り方のレシピを沢山紹介する。	1人	0.0%
袋にレシピの紹介があればいい	1人	0.0%
袋にレシピを印刷する スーパーでデモンストレーション	1人	0.0%
袋に簡単レシピなど書いてると作ってみようかなと思う。その前に昆布買うようになるには、昆布の栄養素とか良さがネットやテレビなどの健康番組で紹介されたいのではないかと思います。	1人	0.0%
袋の裏に、レシピなどを載せる	1人	0.0%
袋の裏面にレシピを載せて欲しい	1人	0.0%
沢山のレシピがあればいい	1人	0.0%
沢山のレシピがあれば作りやすいと思う。	1人	0.0%
沢山のレシピの公開が必要だと思います。	1人	0.0%
沢山レシピを紹介する。実際どう使っているのか良く分からないから	1人	0.0%
達人の家庭用のレシピがあれば助かります。	1人	0.0%
誰でも簡単に作れるレシピをたくさん掲載する	1人	0.0%
誰でもできる簡単なレシピがあれば利用する。	1人	0.0%
誰にでも出来る簡単でおいしいレシピがあると良いと思う。	1人	0.0%
単価を下げると共にレシピをもっとアピールする。本来は健康食品なのだから上手くアピールすれば売上は伸びるはず。	1人	0.0%
短時間でつくることができる料理を紹介する	1人	0.0%
短時間で簡単にできるようなレシピがあれば作られるようになると思います。	1人	0.0%
短時間で作れるレシピを紹介してほしい。	1人	0.0%
中華・洋食でも使えるようになれば、利用範囲が広がる。	1人	0.0%
中華や洋風の使い方がないかな	1人	0.0%
中華や洋風レシピがたくさんあれば作ろうと思う。	1人	0.0%
調理の方法を知りたい	1人	0.0%
調理方法がだしやおでんぐらいしか思い浮かばないので、それ以外のレシピを普及させたら健康にも良いものなので、もっと昆布を使うと思う。	1人	0.0%
調理方法がわかれば作ると思う。レシピを紹介したら良いと思う。	1人	0.0%
調理方法をもっと広く伝えて欲しいです。なかなか使う機会がないので、レシピを教えてください	1人	0.0%
調理法に限られている印象がある。特に具材としての昆布の利用法が色々アピールされると良い。	1人	0.0%
調理法をアピール	1人	0.0%
定番こんぶメニューの新たな開発。	1人	0.0%

定番料理の煮物以外のレシピをいろいろ公開してみてもいいですか？ちなみに我が家では炊き込みご飯に入れてます。	1人	0.0%
店頭で昆布の近くにレシピを置く	1人	0.0%
店頭などで、レシピを紹介する。	1人	0.0%
店頭などで無料の昆布料理レシピが置いてあればいいと思います。	1人	0.0%
店頭などにレシピをおく。	1人	0.0%
店頭でレシピを置く。マネキンさんのデモンストレーションなど。	1人	0.0%
店頭でレシピを配布する	1人	0.0%
店頭で並んでいる昆布にレシピが添付されていたら嬉しい	1人	0.0%
肉料理と合うレシピを普及させる	1人	0.0%
年を取った主婦が新たなレシピに挑戦したくなるような簡単で真新しい食べ方をスーパーなどで紹介してほしい。	1人	0.0%
売っている昆布のパッケージの後ろなどにレシピをつける。とろろ昆布はデトックス効果があると聞きました。それを大々的に宣伝し、デトックスに興味のある20代に取り入れてもらえるよう、とろろ昆布のスープやお菓子を作ってみる。	1人	0.0%
売っている昆布の袋の裏に目新しいレシピを乗せる。	1人	0.0%
売っているこんぶのお菓子の家庭用お手軽レシピがあればいいな。それ以外にもスナック系おやつに化かすレシピが欲しい。	1人	0.0%
売り場がわかりにくい場所にあることが多いので、野菜売り場や魚売り場など組み合わせのアイデアのレシピと一緒に置いてあれば気軽にとりいれられると思います。	1人	0.0%
売り場にレシピを置いておく	1人	0.0%
売り袋の裏に参考レシピが載っていると嬉しいのでお願いしたいです。あまり自分で研究、新メニュー作らないので。	1人	0.0%
販売している昆布の包装にレシピや料理の写真を目立つように添付する。	1人	0.0%
番組でレシピや栄養効果など	1人	0.0%
美味しいレシピをTVなどでもっと紹介する。又はメーカー等による料理教室で紹介する。	1人	0.0%
美味しいレシピをどんどん紹介してほしい。	1人	0.0%
美味しい定番レシピを開発	1人	0.0%
美味しくて簡単な料理を載せたレシピがもっとあれば利用したいと思います。	1人	0.0%
美味しくて簡単レシピの公開	1人	0.0%
美味しくて手軽な調理方法を知ればもっと昆布が食卓に上ると思う。	1人	0.0%
美味しく手軽に作れるレシピを考えることでしょうか？	1人	0.0%
美味しく食べられるレシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
美味しそうなレシピがあれば	1人	0.0%
美容にいい、脳にいいという点をアピールしレシピを増やす。	1人	0.0%
幅広いレシピを紹介してほしい	1人	0.0%
包装にいろいろなレシピを掲載する	1人	0.0%
包装にレシピを印刷する	1人	0.0%
豊富なレシピが必要	1人	0.0%
豊富なレシピを昆布の袋などに添付してほしいです。」	1人	0.0%
本などをだす	1人	0.0%
本をだす	1人	0.0%
本をみる	1人	0.0%
本を出してください	1人	0.0%
本屋やネットでレシピをみたりしてレパートリーを増やしていく	1人	0.0%
毎日のメールでレシピが届く、昆布を使える機会が増えると思います。	1人	0.0%
味噌汁以外にも定番のレシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
無理に昆布を使うのではなく、昆布がなければ料理が成り立たないようなレシピが欲しい。	1人	0.0%
無料レシピの配布	1人	0.0%
目新しいレシピの紹介。テレビの健康番組で健康効果をアピールする。	1人	0.0%
目新しい昆布料理レシピがあれば作りたくなると思います。	1人	0.0%
幼児向け・お年より向けなどメニューの幅を広げて紹介する。	1人	0.0%
様々な昆布を使ったレシピを私たちに提供していただきたいです。	1人	0.0%
洋食でも昆布を使ったレシピがあればよい	1人	0.0%
洋食で活用できたらいいと思う	1人	0.0%
洋食で使えるようなレシピがあればよい。	1人	0.0%
洋食にアレンジできたら広がると思う。	1人	0.0%
洋食にもとりいれられるレシピの定番化	1人	0.0%
洋食にも使える事をアピールする	1人	0.0%
洋食にも使用できるようなレシピがあったら	1人	0.0%
洋食に合う昆布レシピが知りたい	1人	0.0%
洋食に取り入れられるといいのかも	1人	0.0%
洋食メニューに取り入れられれば増えるのでは？	1人	0.0%
洋食や手軽な料理に使えたらいい	1人	0.0%
洋風アレンジがあると良い	1人	0.0%
洋風な料理に使えるような方法があれば、子供でも食べやすいのでは、と思う。	1人	0.0%
洋風にアレンジできればいいのですが。和風の味付けだと、料理の範囲が狭まりま	1人	0.0%
洋風にも使えるような提案をすればいいのでは？	1人	0.0%

洋風に使えるレシピがあればと思います	1人	0.0%
洋風に味付けできないかと思うときがある	1人	0.0%
洋風に料理にも使えるレシピを宣伝する	1人	0.0%
洋風の料理にも合うようにする	1人	0.0%
洋風の料理のレシピなどで、簡単にできるものが分かれば。	1人	0.0%
洋風レシピ	1人	0.0%
洋風料理にも使えるということが分かれば	1人	0.0%
洋風料理にも使えるようなレシピを普及する。	1人	0.0%
洋風料理に取り入れる。	1人	0.0%
洋風料理への応用を提案する。	1人	0.0%
利用方法、簡単なレシピなどをもっとPRするといいいのでは…。	1人	0.0%
料理が下手な人でも気軽に出来るようなレシピが沢山知ることが出来ればいい。	1人	0.0%
料理に限られているようにおもうので、もっといろんなレシピが増えればいいなと思います。	1人	0.0%
料理サイトなどでも昆布のレシピなどが少ないのもっと多く載せる	1人	0.0%
料理というより、入れるだけとか、アクセント程度の使い方を教えてもらえると	1人	0.0%
料理のバリエーションが広がればいいと思う。	1人	0.0%
料理のバリエーションを増やすことと、手軽に賢く利用する方法を色々紹介すると良いのでは	1人	0.0%
料理のホームページとか、料理本(オレンジページとかレタスクラブなど)でレシピを載せること。おいしくて是非作ってみたいと目をひくレシピを選ぶのがポイント。昆布巻きなども可だと思う。体にいいとか健康面をアピールするのもいいと思う。	1人	0.0%
料理のレシピがあれば。	1人	0.0%
料理のレシピなどを見ていて『昆布を細かく刻んで』などの指示があるのですが、大きな昆布を細かく刻むのはさすが飛び散ったり大変なので色々な形の昆布を売り出して頂ければ昆布料理も増えるかもしれません。あと販売している昆布の袋にレシピが載っていると作ってみようかなとなります。	1人	0.0%
料理のレシピを公開してもらえれば、作る機会が増えると思う。	1人	0.0%
料理のレシピを宣伝する	1人	0.0%
料理のレパートリーが増えれば、または簡単にわかれば使われると思う	1人	0.0%
料理のレパートリーを増やす。	1人	0.0%
料理の仕方がわからないから細かくわかりやすく短時間で出来るものを載せて評判ものせてほしいです。	1人	0.0%
料理の仕方やレシピを沢山教えたらいいかも。	1人	0.0%
料理の仕方をアピールする	1人	0.0%
料理の本にも、簡単にできるコンブ料理とかはあまりのっていないようだし、なかなか料理するきっかけがない。コンブ料理のレシピ本とかを増やしてほしい。	1人	0.0%
料理レシピが欲しい。	1人	0.0%
料理レシピなど、昆布商品に添付したり、「こんな使い方があるんだ」というのを、消費者に解りやすくする。	1人	0.0%
料理レシピのサイトで紹介してくれて、おいしそうだったら作ると思う。	1人	0.0%
料理レシピをテレビの番組に取り上げてもらう。	1人	0.0%
料理レシピを広める	1人	0.0%
料理レシピを多くいろんなところで紹介してほしい。テレビの番組など。	1人	0.0%
料理方法が分からないので、パッケージに簡単に調理できるレシピが載っていると良いですね。	1人	0.0%
料理方法の小冊子がもらえるなど	1人	0.0%
料理方法を知りたい。	1人	0.0%
料理方法を知ること	1人	0.0%
料理方法を料理番組やバラエティなどでもっとメディアで知らせる。	1人	0.0%
料理法がわかること	1人	0.0%
料理法やレシピがたくさんほしい	1人	0.0%
和・洋・中とそれぞれ子供が好んで食べられるようなメニューを出す	1人	0.0%
和のイメージが強いので洋風にアレンジできたりレシピが広がればいいのではないかと思います。	1人	0.0%
和食が主になってしまうので、中華、洋食で使える料理があればいいな。	1人	0.0%
和食だけでなくもっといろんなレパートリーを増やせばいいと思います。	1人	0.0%
和食だけでなく洋食などに使えるレシピがあればいいと思う	1人	0.0%
和食だけではなく、いろいろな料理に使えるレシピの紹介。	1人	0.0%
和食のイメージが強いので、洋食・中華のレシピをもっと紹介されると、使うと思います。	1人	0.0%
和食のイメージが強く、子供は特に食べないので子供が好きなメニューや洋食にも取り入れるように工夫すればいいと思います。	1人	0.0%
和食のブームが来るか、洋食やイタリアンに合うメニューがあれば使うかも？	1人	0.0%
和食メニューを増やす。	1人	0.0%
和食以外にも、使えるレシピがあればいいのでは。	1人	0.0%
和食以外にも使えるレシピがあったらいいと思います。子供がいるとどうしても和食以外の食事になってしまうので。	1人	0.0%
和食以外にも使える方法などが紹介されると良いのでは？	1人	0.0%
和食以外にも食べ方を提案してほしい	1人	0.0%
和食以外にも洋食に使えるレシピがいろいろと集まれば身近になるかも。	1人	0.0%

和食以外に使えるようなアレンジが出来るようになればもっと気軽に使えるようになる のではないのでしょうか？	1人	0.0%
和風だけでなく洋風にアレンジした昆布料理があったら作ってみたいです。	1人	0.0%
和風ではなく洋風にアレンジできたらいいと思う	1人	0.0%
和風のイメージがあるが、中華や洋食の定番メニューで使うレシピを考える	1人	0.0%
和風以外の使い道やレシピの紹介があると使いやすいと思います。	1人	0.0%
和風料理を増やすと良い	1人	0.0%
和風料理以外にもいろいろ使えることを、レシピを紹介してアピールして欲しい。	1人	0.0%
和洋中いろいろなレシピが見られるようにする	1人	0.0%
脇役ではなく、メインとして食べられるようなレシピがあればいいのですが	1人	0.0%
脇役メニューではなく、昆布が主役になるレシピがあればいいのではないかと思います。	1人	0.0%
炒め物、揚げ物などに使えるレシピがあればいいのに…	1人	0.0%
新商品の開発 (使いやすい、加工品の普及)	707人	14.1%
使いやすくする	3人	0.1%
「○○するだけ」みたいに手軽に昆布料理が出来るような商品を作る。新しくおいしい 昆布料理を宣伝する	1人	0.0%
「あとは○○を加えるだけ！」というような簡単料理のパックを作る。	1人	0.0%
「とろろ昆布」や「めかぶ」のように、時間のかかる調理が要らずに使える商品がもっと 多く売っていれば使いたいのと思う。昆布そのままではなかなか使い方がわかりづらく、 面倒なイメージがある。	1人	0.0%
「手軽」のイメージがないんでしょうね…。千切り・みじん切りなど「カットを工夫したも の」があれば、和える・混ぜる・ふりかける…などで作りやすくなるのかな…。	1人	0.0%
あとは昆布を入れるだけで作れるような半レトルト食材が売られていればよい。	1人	0.0%
あとは煮るだけみたいな惣菜パックみたいなのがメジャーに買えるとよいと思う	1人	0.0%
あらかじめ細かくカットされていると、いろいろな料理に使いやすいので便利だと思 います。手軽なので、塩こんぶをよく使いますが、バリエーションとして梅味とか、唐辛子 風味とか、山椒が入っていたり、じゃこが入っていたり、いろいろあったらたのしくて いいな～と思います。	1人	0.0%
あらかじめ利用しやすいサイズにて売る。	1人	0.0%
ある程度加工された状態で店頭に並んでいればいい。	1人	0.0%
あわせ調味料とあわせて簡単に一品できるレシピがあるとか、。	1人	0.0%
いちいち戻したりするのが面倒だから手間を省いた商品を作るとか	1人	0.0%
いつでも手軽に使える昆布があれば良い。	1人	0.0%
いろいろな用途に合わせた使いやすいサイズにカットした商品を何種類も出す。(千 切り・1cm角・短冊etc)	1人	0.0%
いろんな、料理キット(キャベツだけあれば作れるホイコーロー)などにこんぶも入れておく。	1人	0.0%
いろんなカットタイプのこんぶとレシピが手に入れば……	1人	0.0%
いろんなカット昆布を出していただいて裏などに若い人向けの料理法が載っていたら いいなと思います	1人	0.0%
いろんな加工状態の昆布がふえたらいいのに。	1人	0.0%
いろんな形の昆布がもっと出回ればいいと思う。	1人	0.0%
いろんな形状の昆布があれば	1人	0.0%
いろんな料理に使えるふりかけみたいなものがあればいい	1人	0.0%
インスタント	1人	0.0%
インスタントのようにお湯をかけたら出来上がってしまうような、おかずとしてのメニューがあれば。	1人	0.0%
インスタントのように簡単に使える	1人	0.0%
インスタントの昆布料理があればいいなあ。	1人	0.0%
インスタントや一手間でできる商品の開発。お水を入れてお鍋で煮れば昆布の煮物が できる、など。	1人	0.0%
インスタント食品に昆布を入れる。	1人	0.0%
インスタント食品のように、あと一手間かけるだけで簡単に使えるようにある程度、調 理して販売すればよいのでは！？	1人	0.0%
インスタント食品のように便利になったらいいです	1人	0.0%
うーん……使いやすく小さい物を増やす？	1人	0.0%
おいしくて簡単というイメージがあればよいと思う	1人	0.0%
お手軽なサイズに小分けしたり、ペットボトルにあらかじめ昆布を入れただしのもと みたいなものを商品化したらいいと思う。	1人	0.0%
お手軽なパック入りがあれば良いと思う	1人	0.0%
お手軽簡単で食べやすくなればよいと思う。わかめとかに比べるとちょっと分厚いし、重い。 お湯をかけるだけで、昆布スープの出来上がり！のような簡単で1品できるような加 工食品があれば、いいかも。	1人	0.0%
お料理につけやすいように短冊切りしてほしい	1人	0.0%
カットコンブがあれば扱いやすいレシピが載っていればなお作れる機会が増える。お せちのコンブマキも巻いてあじをつけて乾燥させてある商品を見つけたので利用して います。これは簡単奇麗で毎年欠かせません。このような商品が増えると良いです ね、あれば是非利用したいです。	1人	0.0%
カットされた昆布などがあればよい。	1人	0.0%

カットされていたり手間が省けて使いやすくして欲しい。	1人	0.0%
カットされている昆布があるとよい。レシピ付きの商品があるとよい。	1人	0.0%
カットしたもので少量で売って欲しい	1人	0.0%
カットしてあって、もどさなくていい昆布があれば便利。	1人	0.0%
カットしてあるタイプや昆布茶のように使いやすくする。賞味期限が長くなればいい	1人	0.0%
カットわかめのように、細かくカットされた昆布があれば、煮込み料理に手軽に投入できるかも…？	1人	0.0%
カット昆布で小分けにして売っていると買いやすい。パッケージにレシピとチャックをつけてほしい。	1人	0.0%
カット昆布など、手軽に使えるような商品が増える。	1人	0.0%
かんたん調理セット があるといいのではないかな？	1人	0.0%
きざみ昆布をもっと手軽に使えるようになったらよいと思う。	1人	0.0%
コンパクトな形になっている	1人	0.0%
こんぶがおおき過ぎる	1人	0.0%
こんぶだしを取るには手間がかかるというイメージがあるので、もっと気軽に利用できる	1人	0.0%
とよい。価格も安くねばもっと購入者が増えるのではないかな？		
こんぶってちょっと使いにくいので、もっと手軽につかえるサイズや形になっていたら	1人	0.0%
手間が省けてさっとつかえるかなと思います。		
こんぶ出汁の素が色々あると面白い。	1人	0.0%
こんぶ料理が簡単にできるキットみたいのがあれば…	1人	0.0%
さっと使用できるものにする	1人	0.0%
さっと料理できるようになれば良い	1人	0.0%
したごしらえが不要とか、すでに調理タイプ別に切れているとか。	1人	0.0%
した処理が簡単になれば…	1人	0.0%
スーパーなどでは、今寒くなってきたせいもありますが、鍋料理が手軽に出来るように	1人	0.0%
材料をパック(魚や肉などと野菜)して安価に販売しているのを見かけます。販売メー		
カーや地元業者があらゆるネットワークを張巡らせ、その材料パック等に一緒に昆布		
を入れたりして、味の違いを試してもらったりのイベントを全国ネットで開催！		
すぐに使える(もどす時間が短い)ものが、簡単に安く手に入ると嬉しいです。こんぶ	1人	0.0%
=値段が高いイメージがあります。		
すぐに使えること・ダイエット食品であることを、前面に出して、宣伝する。	1人	0.0%
すぐに使えるように、刻んだものや、薄いもの、厚いものなど、色々あればインスタント	1人	0.0%
感覚で使えて、良いのでは？		
すぐに使えるように、他の具材などと一緒にした物を売り出したり、昆布のレシピを募	1人	0.0%
集したりする等。		
すぐに使えるようになっていけば…	1人	0.0%
すぐに煮たり、揚げたりできる寸前まで調理した昆布が売られているとよい。あの硬い	1人	0.0%
昆布を今から調理となると、少し嫌だなという気がおきる。		
すぐに煮たりできるような昆布があったら	1人	0.0%
すぐに食べられるような状態で販売する。	1人	0.0%
すぐに食べられるように加工してあると良いかも。(冷凍食品のように、チンするとよいとか)	1人	0.0%
すぐ使えるように柔らかくしておく。	1人	0.0%
すぐ使える昆布の開発	1人	0.0%
すぐ煮えたり、柔らかかったり、時間をかけずに調理できると良いと思う。	1人	0.0%
すぐ柔らかくなって食べやすいものがあればもっと手軽に食べる様になると思います。	1人	0.0%
すでに、切り込みあれば、楽だと思う	1人	0.0%
すでにきざんであったり、もう少しやわらかいこんぶがあると小さい子供にもたべやす	1人	0.0%
いかな。あと、お菓子感覚でたべれたりとか…		
すでに切ってあるとか、半調理してあり他のものとあわせるだけなどがあるといいと思います。	1人	0.0%
そのまま食べられたり、いろんな用途で使いやすい大きさや味になってると、買いや	1人	0.0%
すい。(隠れこんぶファンは結構います)		
そのまま簡単に使えるものが良い。	1人	0.0%
そのまま使える製品を作って欲しい。	1人	0.0%
そのまま出汁を入れるように使える。&そのまま食べれるって感じ。	1人	0.0%
そのまま調理できる状態で販売する、	1人	0.0%
だれでも簡単に作れるような昆布があるといいのでは	1人	0.0%
つかいやすい。	1人	0.0%
つかいやすくする	1人	0.0%
つかいやすさ 少量の商品	1人	0.0%
つながらないで使いやすい大きさにするといい	1人	0.0%
てがるで簡単に扱える商品を提供し、商品においしく出来る簡単レシピをのせてみて	1人	0.0%
はいかがでしょうか		
てがるに使える	1人	0.0%
どうしても昆布は一手間かけないといけなようなイメージが強いので、手軽に調理	1人	0.0%
できるようにすると思います。		
とにかく簡単に食べられること	1人	0.0%
とにかく小さく切って、取り出す手間や、混ぜるだけの味付きこんぶを使うとすごく楽に	1人	0.0%
なるし、手放せなくなる		

とろろ昆布のような使いやすい加工食品やふりかけなどを工夫されてはいかがかと…	1人	0.0%
ふえるワカメのような、簡単に手頃に使える形に販売されていると嬉しい	1人	0.0%
ふやかす時間が少なかったり、スティックのピン入り等、使いやすいものがあればまめに使えと思う。	1人	0.0%
フライパンなどで炒めて手軽に食べられたらいいとおもう	1人	0.0%
ふりかけとか、子供が食べやすいものにするといいと思います。子供が食べるものは親も必ずかうの。	1人	0.0%
ふりかけにする	1人	0.0%
ふりかけのように簡単に使える、あるいは小袋の使いきりサイズがあればお弁当などにも使えとおもうのですが…	1人	0.0%
ふりかけみたいにササッと摂れるもの。	1人	0.0%
ふりかけ等に加工すれば	1人	0.0%
ミニサイズや、スーパーで売ってる簡単鍋セットのように、作りやすいセットがあればいいと思う。	1人	0.0%
もうちょっと扱いやすいサイズで売ってあるといいな、と思うことはあります。	1人	0.0%
もうちょっと使いやすいようになればいいな。	1人	0.0%
もっと、色々なサイズにカットしてある昆布があれば使いやすくなると思います。後は、やっぱり、健康に良いというのを、健康情報で有名なテレビ番組で取り上げれば、食べますよね。	1人	0.0%
もっとだしなどを簡単に取れるような工夫を凝らした商品	1人	0.0%
もっと簡単に扱えれば良いのでは。乾燥わかめみたいに。	1人	0.0%
もっと簡単に作れるような昆布があったらいい	1人	0.0%
もっと簡単に調理で切ればいい	1人	0.0%
もっと細かく切ってあると、手軽に気軽に料理につかえと思う。(大きいままではだしに使うことしか思いつかない。)	1人	0.0%
もっと使いやすいカタチであればいいと思う。板状になっていることが多い昆布は、キッチンハサミなどでカットしながら使ったりするのに、どうしても力が必要だし、手間もかかる。かといってすでにカットしてある状態の昆布は、決して美味しいモノではない。美味しいモノを使おうとすると高価であり、使い勝手も悪い。手頃で手軽なモノを使おうとすると、どうしても味が落ちる。そこを打開することができれば、もっと家庭料理に登場する機会も増えるのではないかと。	1人	0.0%
もっと使いやすいサイズやパッケージにする。大きな昆布だと使うのが面倒になることがあるが、使いきりサイズとか、そのまま使えるように5cmくらいにカットされていておしゃれな缶やビンに入っているなどすると気軽に使ってみようと思える。	1人	0.0%
もっと使いやすいような商品にして欲しい。色んな昆布商品があるけれど毎日使いやすい昆布商品は少ない。	1人	0.0%
もっと使いやすい昆布があればいいと思う。	1人	0.0%
もっと使いやすく、洋風のアレンジができるといい	1人	0.0%
もっと手軽に、そのままで食べれるような昆布製品を提供すれば良いと思う	1人	0.0%
もっと手軽に使う方法があればいいと思う	1人	0.0%
もっと手軽に使えて、手頃な値段で売っていれば、それになかなかレシピが浮かばない。身体にいいものなのでもっと企業努力(宣伝)して。漁師料理とか、漁師のお母さんのお手軽レシピなど。	1人	0.0%
もっと手軽に使えるようにすれば良いとおもう	1人	0.0%
もっと手軽に使えるようになるといい	1人	0.0%
もっと手軽に買えたり、昆布料理がレストランなどで作ってもらいレシピの公開などをすると良いと思う。	1人	0.0%
もっと手軽に売られていると良い	1人	0.0%
もっと早くやわらかくなれば良いと思う。スピード料理に使えると便利。	1人	0.0%
もっと調理しやすい昆布の販売	1人	0.0%
もどさずすぐ使える。面倒くさいのはとにかくいや。	1人	0.0%
もどさなくてもすぐ料理が出来る缶詰	1人	0.0%
もどすという手間がかかるため、それがなくなる調理法があればいいと思う。	1人	0.0%
もどす手間がいらないとか、調理時間が短いなどの昆布があればよい。	1人	0.0%
よく、だしに使われる大きさに予め切られているものが保存可能な袋やビン状の状態で売られているのもっと使えと思う。また、コンブ売り場を充実させると良いと思う。(結構コンブ売り場って地味だし、だし用の昆布やとろろ昆布は目に入るがそれ以外がなかなか搜してもなかったりする) また昆布売り場にレシピを置いたり、袋にレシピを書いたりする。	1人	0.0%
レトルトがあればいいと思う	1人	0.0%
レトルトにしてレパートリーを広げる	1人	0.0%
レトルトに近い商品があれば…かな。	1人	0.0%
レトルトみたいなのがあればいい。	1人	0.0%
レトルトみたいに、短時間で煮れる昆布や、飾り昆布などが、あると、忙しい人や料理に時間をかけられない方々にも食べてもらえると思います。	1人	0.0%
レトルト感覚で、昆布を加えるだけで簡単に1品出来る物があったら、家でも作と思う。	1人	0.0%
扱いやすいように、グラムごとにカットしてあったら使いやすいなと思います。	1人	0.0%
扱いやすい高級ブランド昆布がもっと手軽に購入できれば良い。	1人	0.0%

扱いやすい昆布があるといいかも。ぬるぬるするのもあまり好きじゃないです。	1人	0.0%
扱いやすくしてほしい。時間的に余裕がないと使おうと思わないから。	1人	0.0%
扱いやすくする、パッケージなどをかわいくする。	1人	0.0%
扱いやすくすること	1人	0.0%
下ごしらえが楽だいいと思います。	1人	0.0%
下ごしらえが簡単であれば良い	1人	0.0%
下ごしらえされた昆布があったらいいと思う。	1人	0.0%
下ごしらえなどの手間がなくなるとよい	1人	0.0%
下ごしらえの手間がかからないようにするとか、レシピのアピールをしたほうがいい。	1人	0.0%
下ごしらえを含めて 少し手間がかかるので なかなか 家庭で調理するのはたいへんですだと思っています。	1人	0.0%
下処理が終わっている商品が増える、子供に人気のある料理にアレンジする。	1人	0.0%
加工された昆布商品。かわいくカットしてあったりなど。	1人	0.0%
加工しやすいようにせつものがあればいいな・・・	1人	0.0%
加工しやすい形状で売られていれば良いのではないかと	1人	0.0%
加工しやすい昆布商品があれば。	1人	0.0%
加工しやすい商品があれば。。。	1人	0.0%
加工済み食品をもっとスーパーで売って欲しい。	1人	0.0%
加工品を多くする。	1人	0.0%
家にある野菜をプラスして作れるような、レトルト食品は使いやすいと思う。	1人	0.0%
塊のままではカットするのに少し手間がかかるのが難点 小さくカットしていたり、昆布だけを粉末にした超天然のダシとか会ってもいいかも？	1人	0.0%
乾燥させず軟らかいままの昆布の冷凍物。味、栄養、衛生面で問題がなければ、家庭でも即戦力。	1人	0.0%
乾燥させた海藻サラダのものとように、手軽に使えるものが欲しい。	1人	0.0%
乾燥した固い昆布をどうやってうまく戻して使うとか、和食だけでなく他のジャンルにどう応用していくとかを情報交換できる場があればと思います。	1人	0.0%
乾燥じゃなく生の昆布やわかめがもっと店頭に並ぶといいと思う	1人	0.0%
乾燥チップなどにする	1人	0.0%
乾燥わかめのようにすぐ使える商品がたくさん売られているともっと利用すると思う	1人	0.0%
乾燥わかめみたいなものがあれば、手軽に料理につかえそう。	1人	0.0%
乾燥わかめみたいにして切らずにそのまま使えと便利で使う回数がふえそう。	1人	0.0%
乾燥を戻したりする手間がなければイイのですが・・・	1人	0.0%
乾燥昆布が保存もよく便利ですが、もどすのに時間がかかるのが面倒くさいので早く戻る昆布が欲しい	1人	0.0%
乾燥昆布じゃなくて、生のこんぶが売ってればと思う。	1人	0.0%
乾燥昆布の戻し方が簡単で速いとうれしい。	1人	0.0%
乾燥昆布をつくる	1人	0.0%
乾燥品が欲しい	1人	0.0%
簡単おそうざいの素(「京のおばんざい」「くらこん」「キッコーマン」みたいな)の昆布入りメニューを増やす	1人	0.0%
簡単なものがあればよい	1人	0.0%
簡単にできるようにカットしてあるなど	1人	0.0%
簡単にできればよい	1人	0.0%
簡単にもどせる昆布等、商品の充実。	1人	0.0%
簡単に下ごしらえできるものがあればいいと思う。(使う前に、昆布を拭いたりしなくてもいいもの)	1人	0.0%
簡単に下ごしらえとかできるといい	1人	0.0%
簡単に作れるカットしたものがあればいい。料理別にきってあるものが欲しい	1人	0.0%
簡単に作れるものがあればいいと思います。	1人	0.0%
簡単に使えるように(小さくカット済みで必要な分だけ使えとか・・・すぐに使えるとか)なっていれば使うかもしれない	1人	0.0%
簡単に使えるように加工されていたら使いやすいかも	1人	0.0%
簡単に使える昆布(水で戻したりしなくていいもの)	1人	0.0%
簡単に使える昆布があるといいと思う。うちは柔らかい昆布をよく使っています。	1人	0.0%
簡単に使える昆布があれば	1人	0.0%
簡単に使える昆布を増やす。	1人	0.0%
簡単に使える商品があるといい	1人	0.0%
簡単に出来る素があれば使いたいと思う	1人	0.0%
簡単に早く煮れるようになっていけば、もっと活用したいと思う。	1人	0.0%
簡単に調理しやすいように食材を揃えておく	1人	0.0%
簡単に調理できるもの。	1人	0.0%
簡単に調理できるように例えば煮物などに入れられるように小さくカットされて売っていればもっと家庭で使われると思います。	1人	0.0%
簡単に調理できる商品を開発してほしい。	1人	0.0%
簡単に戻せ、柔らかくなると使う頻度が増えると思います。	1人	0.0%
簡単に戻せて簡単に使うことのできる昆布があるとよい	1人	0.0%
簡単に利用できるいいと思う。	1人	0.0%
簡単に料理ができればいいのでは・・・	1人	0.0%

簡単に料理できる、献立別のバックセット(半調理されている昆布と味付け用調味料など)があれば、私なら買うかも…	1人	0.0%
固いので使いづらいから解消されれば使うかも	1人	0.0%
刻みこぶのように、すぐに使える商品を増やす	1人	0.0%
刻みやすくしてほしい	1人	0.0%
刻み昆布のように、簡単に調理できる状態のものが使いやすいと思います。	1人	0.0%
刻んで売るのが多くなって値段も安くなる	1人	0.0%
今、一般的には乾物は面倒がられているので、すぐ使える状態の真空パックを売り出す。	1人	0.0%
昆布が、ワカメみたいに料理として使いやすいもの立ったらいい	1人	0.0%
昆布がやわらかい状態で手に入ると、もっと口にしやすいと思います。	1人	0.0%
昆布が乾燥していていちいちもどすのが面倒だし今の若い人は昆布はあまり使わないので小さいサイズとかたべやすい硬さなら良いと思う。	1人	0.0%
昆布が早く戻りまた早く煮えると急に思いついて、もう1品というときに便利で助かり良いと思います。安くておいしい昆布も大歓迎です。	1人	0.0%
昆布でダシをとろうとすると大きくてはさみで切ったりするのも手間なので敬遠しがち。小さなサイズやビンに入ったダシがもっとあってもいいなと思います。	1人	0.0%
昆布というと、イメージ的に調理方法で悩んでしまうようなイメージがある。もつと家庭で作られるようにするためには、栄養価だけでなく、手軽さをアピールするようなパッケージや、価格帯にすることも重要かと思う。	1人	0.0%
昆布と組み合わせのインスタント商品を発売する	1人	0.0%
昆布と調味料やちょっとした具材がセットになっていて作ってみたいと思うようなおかずのセット商品があったらつくりやすいと思います！	1人	0.0%
昆布のレトルト食品が普及すればいいのではないかな	1人	0.0%
昆布のレトルト食品をつくる。「○○を混ぜるだけ」のような。	1人	0.0%
昆布の扱いがしやすいといいと思う	1人	0.0%
昆布の扱いは難しいというイメージがあるので、もっと簡単にできるように何かアドバイスがあればいいと思います。	1人	0.0%
昆布の下ごしらえ、軽く洗うのか、固く絞ったふきんで拭くのかにいつも迷います。そのまま使えるものがあつたらいいなと思います。	1人	0.0%
昆布の下処理や使い方を理解していない為、手間が掛かるイメージが抜けないので、それが無くなれば体に良い事は知っているので使うと思う。	1人	0.0%
昆布の加工済み(粉末状・細切り)製品がもっと売っていたらよいと思う。	1人	0.0%
昆布の加工品 酢昆布や昆布巻き以外のお菓子に加工してもらえると口にしやすい。観光地にしかうってないような昆布キャンディーとかスーパーでやすくうってほしい。	1人	0.0%
昆布の加工品がたくさん出て扱いやすくなればいいと思う。	1人	0.0%
昆布の加工品がもっとあればいい	1人	0.0%
昆布の加工品が増えればいいと思う。	1人	0.0%
昆布の半調理品(自分で野菜や肉を加えてできあがるもの)の製品があれば、昆布料理を気軽に楽しめるのではないかな。	1人	0.0%
昆布の表面の塩分が荒れた手肌には痛いです。塩をふいていない昆布が欲しいですね。	1人	0.0%
昆布の戻しとか、手間がかからない調理しやすい形状になった物を商品開発して販売すると良いのでは？	1人	0.0%
昆布の戻し方や手間が面倒だから、作らないのかもしれない。短時間で作ることが出来れば、健康食品なので、皆使う。	1人	0.0%
昆布は、わかめと違い戻したら、すぐに食べられるという商品じゃないため面倒。簡単に戻せる状態の商品があるとよい。	1人	0.0%
昆布は浸したり、加工したりするのに、時間がかかるイメージがあるので、そのイメージが無くなればいいと思う。それから、普段使いするには、少し価格が高いような気がします。	1人	0.0%
昆布は切りにくいので初めから小さく切ったものが在ると便利だと思う。また、水につけたりせずにそのまま料理にすぐ使えともっと使われるようになると思う。	1人	0.0%
昆布は長いままだと、切る手間がかかります、料理しやすい長さ、大きさ、また、煮るにも早煮昆布にしても、まだまだ時間がかかります、時間がかかり短縮出来れば家庭でも使われるようになるのでは…	1人	0.0%
昆布は面倒、時間がかかるというイメージなので、簡単・短時間に料理できる商品があればいいと思います。	1人	0.0%
昆布は戻すのが大変なので、どうしても億劫になって使わなくなります。戻す手間がない昆布(わかめみたいな感じ)があればもっと手軽に使うようになると思います。	1人	0.0%
昆布は戻すのに時間がかかるので。なにか良い方法があるのかな？	1人	0.0%
昆布をあらかじめ使いやすいように切ってあったり保存できるようになっているといいと思います。	1人	0.0%
昆布をいろんなものに混ぜた加工食品をつくればいい。	1人	0.0%
昆布をつかったレトルト食材(雑炊やその他)の販売によって昆布の認知を増やす。	1人	0.0%
昆布をもっと使いやすいような形態にする	1人	0.0%
昆布をもっと使いやすい形で、売って欲しい。	1人	0.0%
昆布をもっと使いやすくしてもらえるとよい	1人	0.0%
昆布をもっと使いやすくする	1人	0.0%
昆布をもどす手間なく、料理に使えたら便利だと思う	1人	0.0%
昆布を扱い易くして欲しい	1人	0.0%

昆布を一度戻してというのが手間。その手間が無い物があればもう少し使えるかもしれないです。	1人	0.0%
昆布を使いやすくカットする	1人	0.0%
昆布を使いやすくしてあればいいと思う	1人	0.0%
昆布を使いやすくする	1人	0.0%
昆布を使ったレトルト食品などがあるとそれを利用してみようと思うかもしれない。	1人	0.0%
昆布を使った料理のレトルト商品など。	1人	0.0%
昆布を使って料理することに慣れていないので、まずは他の具材などと一緒にセットになっているようなものがあれば作ってみようかと思う。	1人	0.0%
昆布を使用出来るまでの時間が面倒(水で戻すなど)なので、その辺をもっと手軽に出来れば良いと思います。	1人	0.0%
昆布を煮やすくする	1人	0.0%
昆布を小分けにしておく	1人	0.0%
昆布を拭いてもどすのが面倒なので、すぐに調理できる昆布が売っていれば試してみたい。	1人	0.0%
昆布を切ったパックを売って欲しい	1人	0.0%
昆布を粉末にして、だしもとってそのまま食べれるようにする。	1人	0.0%
昆布を粉末にする	1人	0.0%
昆布を戻したりするのが忙しい時、手間なのでコーヒースロップみたいにポーションパック状にしすぐに使えるようにしてくれたら助かります。そんな際、添加物はいれないようにしてほしい。また沖縄料理は結構昆布料理が多いので、長寿食として昆布を使った沖縄料理を紹介するとか。	1人	0.0%
昆布を戻す時間がめんどうだから簡単につかえるようになるとよい	1人	0.0%
昆布を料理にダシ以外で使おうと思うと、下準備が大変というイメージがあるため、あまり積極的に使う気になれないので、何か一品を混ぜるだけで簡単にできあがり♪といったようなレトルト系の商品が欲しい！	1人	0.0%
昆布自体あまり食べない。簡単に食べられるようなインスタント食品とかあればいい。ヘルシーだからコンビニで販売したらOLは買うと思う。そしたら昆布料理が認知されて、家でも作ってみようと思うのではないかな。	1人	0.0%
昆布自体があまりなじみがないからもっと調理しやすい形でうられているといいと思う	1人	0.0%
昆布自体を加工する	1人	0.0%
昆布商品の形態、それからパッケージの多様化	1人	0.0%
昆布粉、手軽に使えて便利なのですが、溶けやすさがイマイチなのが不満です。塩分など無添加のもので溶けやすいものがあるとよいのですが。	1人	0.0%
昆布料理セットとして他の食材とパックで売っている	1人	0.0%
昆布料理ではないけれど、昆布をミキサーで粉々にして、だしにつかったり、隠し味に振りかけたりしています。	1人	0.0%
細かくきただしこんぶがあるとつかいやすい	1人	0.0%
細かくされた昆布を市販する。	1人	0.0%
細かく切った昆布があると煮物等の中簡単に入れられる	1人	0.0%
細かく切ったある昆布などがあるといいです。サイズが色々あると取り出してすぐに使えるので。	1人	0.0%
材料セットにする。松前づけセットとか。	1人	0.0%
材料とセットで販売してみても？	1人	0.0%
材料一式がキットになっていると作りやすいかも	1人	0.0%
使いやすいといい	1人	0.0%
使いやすい昆布があったら良いとおもいます。用途に応じて大きさなど。	1人	0.0%
使いやすい昆布があればいい	1人	0.0%
使いやすい昆布ができればいいと思う	1人	0.0%
使いやすい昆布の開発(粉の昆布は使いやすい)	1人	0.0%
使いやすい昆布の形態を増やす	1人	0.0%
使いやすい昆布の販売	1人	0.0%
使いやすい昆布をつくる	1人	0.0%
使いやすい昆布をもとめること	1人	0.0%
使いやすい商品があればよい。また、その商品を使ったレシピ、簡単な作り方等を無料配布していただけると実践しやすい。店頭で、実演していると、興味を持って自宅でも実践すると思います。	1人	0.0%
使いやすい商品であること。簡単な料理であること。	1人	0.0%
使いやすい商品の開発(そのまま鍋に入れるだけのひとくちサイズとか。)	1人	0.0%
使いやすい状態で販売されていれば	1人	0.0%
使いやすい素材をもっと開発する。量が多すぎたりするので小分けパックが欲しい。	1人	0.0%
使いやすい品にかえる	1人	0.0%
使いやすく、安く、早く使えるようにしたら良いと思います。	1人	0.0%
使いやすくされた商品があるといいと思います。	1人	0.0%
使いやすくしたらいいと思う	1人	0.0%
使いやすくして売る。価格を安くする。昆布のパッケージにレシピをのせる。耳に残るような音楽を使ってMCでながす。	1人	0.0%
使いやすくてすぐに出来る料理とかがあればいいなと思う	1人	0.0%
使いやすくなる	1人	0.0%
使いやすくなる。品質の良いものを安くする。	1人	0.0%

使いやすくなるためには、もどす手間を省けるように刻んであるとか。薄さや大きさなど種類があると使う気になる。味噌汁などに入れるだけでもどる昆布が良いかも。煮物にも使えそう。	1人	0.0%
使いやすくて、てごろな値段	1人	0.0%
使いやすくて、値段も安い昆布で、レシピが袋に書いてあれば良いと思う。	1人	0.0%
使いやすくなればいい	1人	0.0%
使いやすくなればいい	1人	0.0%
使いやすくなればな～	1人	0.0%
使いやすく加工した昆布が出回るといい。例えば酢の物用にカットした昆布、湯豆腐用に切られた昆布など	1人	0.0%
使いやすく身近に感じるようにする。	1人	0.0%
使いやすく袋詰めしたらいい	1人	0.0%
使いやすければ	1人	0.0%
使いやすさと、栄養をもっと宣伝する！	1人	0.0%
使い勝手がよくなるとよいと思う	1人	0.0%
使い勝手のいいサイズや、子供も好んで食べるような料理のレシピがあればいい。	1人	0.0%
使い勝手のいい形状にして売る。	1人	0.0%
使い方がもっと気楽に使えといい。値段も高いのでもっと格安になるといい。	1人	0.0%
使うのが面倒・多少手間がかかるというイメージがあるのでそれが払拭されればよいのでは。	1人	0.0%
使おうと思った時に、簡単に使えと、気軽に使えと思う。やっぱり水で戻すのに時間がかかると、気軽には使えないので、計画的に使うときにしか出番が無いので、戻し昆布の保存方や、昆布を早く戻す方法があると良いかな（早煮昆布以外で）。と言う事で、アイディアは無いので教えて欲しい事です。	1人	0.0%
子供とか、海草は、かみにくくて苦手で、わかめもあまりつかえないので、子供からおとなまで、食べやすくて、味もこのまゝで、簡単にできる料理があるといいとおもう。	1人	0.0%
市販の結び昆布みたいに、一手間加えておく！	1人	0.0%
私の場合、やはり切るのがかたいのは面倒な気がします。すでに切ってある物ややわらかいものは使いやすいと思います。	1人	0.0%
時間がかからない昆布があれば	1人	0.0%
時間がかかるので 簡単にやわらかくなるようになるといいなあ	1人	0.0%
時間の短縮が「かぎ」と思う。	1人	0.0%
時間をかけないで調理できるようにする	1人	0.0%
煮物に加えられるやうに、加工をしたものをどんどん出して欲しい。	1人	0.0%
手間 隙かけずに簡単に調理ができることと 毎日食べても飽きないこと。	1人	0.0%
手間がかからず、簡単に料理に加えられるれば料理の幅も広がります。昆布を使った料理の種類を覚えればもっと昆布を使うと思います。	1人	0.0%
手間がかからないようにする	1人	0.0%
手間がかかるイメージしかない。どんなに手を加えても昆布の味しがない、でしゃばりすぎる味。	1人	0.0%
手間がかかるから・・・	1人	0.0%
手間が掛かる割に 昆布は値段が高い。ひとつの材料で手間がかかったり かかりそうな食材は 使用したくないと言う意見をよく聞きます。	1人	0.0%
手間のかからないレシピを紹介してほしい。	1人	0.0%
手間のかからない昆布商品があれば違うのでは	1人	0.0%
手間をかけずに、一度作れば次からはレシピを見なくても作れることが大切だと思う。	1人	0.0%
手軽、なおかつ、美味しいレシピのアピール。	1人	0.0%
手軽さ、保存のしかた。	1人	0.0%
手軽さが一番。おいしくなるというのはわかっているが、なかなか使おうという気にならないのは、面倒だと思っているから。手間要らずでおいしくなるのなら、使いやすくなるはず。	1人	0.0%
手軽さが必要だと思う	1人	0.0%
手軽さとおしさ	1人	0.0%
手軽さをアピール	1人	0.0%
手軽さをアピールすべきだと思う。	1人	0.0%
手軽さを前面に出した料理を告知する。	1人	0.0%
手軽で 大きくないもの 小分け包装	1人	0.0%
手軽なふんまつなどつかったら良いと思う	1人	0.0%
手軽な形で売る。	1人	0.0%
手軽に、潮抜き、戻しができること。若い人には昆布料理は手間がかかると思はれてるとおもいますが、じつは簡単料理だということがわかれば良いのでは。	1人	0.0%
手軽にすぐ作れるもの	1人	0.0%
手軽につかえるような形状のものがでてる	1人	0.0%
手軽につかえるようにしたらいいと思います。食べやすい大きさにカットしてあるとか、インスタント食品並の手軽さで使えるものが増えたらいいと思います。	1人	0.0%
手軽にできるように、半調理品や、フリーズドライなどにはできないでしょうか。	1人	0.0%
手軽に昆布が使えるようになればいいのでは？	1人	0.0%
手軽に作れる	1人	0.0%
手軽に作れること	1人	0.0%

手軽に作れるものを開発する	1人	0.0%
手軽に使いやすくなるという	1人	0.0%
手軽に使うことが出来る商品（少量で値段が手ごろなものや、すぐにお料理に使えて、調理時間が短くて済むものなど・・・）が増えると注目されると思います。健康効果が高い食品なので、こちらも効能などをもっとアピールされるといいと思います。	1人	0.0%
手軽に使えたら。。。たとえば、初めから小さく切ってあったりすると、面倒くさなくてよい。	1人	0.0%
手軽に使えたらいい。昆布茶や粉末だしみたいな加工品。料理の味が変わったら困るので、とろろは酢しか使っていないやつを購入します。あと、難しいけどもう少し安ければ助かります。	1人	0.0%
手軽に使えること。	1人	0.0%
手軽に使えるサイズのものがあるといいです。	1人	0.0%
手軽に使えるものがあるとよい	1人	0.0%
手軽に使えるものが増えるといい	1人	0.0%
手軽に使えるものなら使いたい	1人	0.0%
手軽に使えるような、小分けにしたようなものができれば良い	1人	0.0%
手軽に使えるようなものがあるとよい。	1人	0.0%
手軽に使えるような商品開発	1人	0.0%
手軽に使えるように	1人	0.0%
手軽に使えるように加工してあるものが手に入り易くなれば良い	1人	0.0%
手軽に使えるよう加工されたものが沢山出回るようになるという	1人	0.0%
手軽に使える加工品を売って欲しい	1人	0.0%
手軽に使える形にする	1人	0.0%
手軽に使える昆布があればよい。	1人	0.0%
手軽に使える昆布の加工品が増えとうれしいです。	1人	0.0%
手軽に使える昆布を開発して欲しい。	1人	0.0%
手軽に使える昆布を増やしてほしい。	1人	0.0%
手軽に使える昆布を増やす	1人	0.0%
手軽に使える昆布商品	1人	0.0%
手軽に使える昆布商品が広まること。	1人	0.0%
手軽に使える昆布商品が増えれば良い。昆布を使った料理を、多勢の人が見るTVなどで紹介する。	1人	0.0%
手軽に使える商品があれば良いのかも	1人	0.0%
手軽に使える小分けパックなどが有ると便利	1人	0.0%
手軽に使える大きさの昆布があればいいと思います	1人	0.0%
手軽に使える包装など、売り方にも工夫が必要だと思う。	1人	0.0%
手軽に支える昆布商品が欲しい	1人	0.0%
手軽に失敗なく使える商品があるといいなと思う。もっと安くて品質の良いものが出るというと思う。	1人	0.0%
手軽に食べれるようになると使いやすい	1人	0.0%
手軽に短時間で作れるのが一番	1人	0.0%
手軽に調理できること。	1人	0.0%
手軽に戻せるものがあればいい	1人	0.0%
手軽に戻せる方法を広める	1人	0.0%
手軽に利用できるように半調理品を売り出す。	1人	0.0%
手軽に利用できる昆布をたくさん紹介する	1人	0.0%
手軽に利用できる昆布を商品化したほしい。	1人	0.0%
手軽に利用できる商品が出来ればいいと思う。安価で使い方が分かりやすくなっている。昆布だけの顆粒だしや昆布だけからとった出汁に味がついていないものがあると もっと手軽に利用できるかも。	1人	0.0%
手軽に料理に使えるような商品があったらいいとおもう。きざんである昆布など。	1人	0.0%
手軽に料理に使える昆布があるという	1人	0.0%
手軽に料理に利用できるようにカットされていたり、水戻しの処理が終わっているような加工食品があれば良いように思う	1人	0.0%
臭みを消した昆布や他の食材のようにこれと一緒に煮るだけという昆布と～の素というレトルトの素を開発する	1人	0.0%
処理の仕方が面倒なので、もっとラクにだしが取れるとうれしい。	1人	0.0%
小さめに切って使いやすいとする。	1人	0.0%
松前漬けの材料とタレがセットになっていて、気軽に家で松前漬けが作れるものがあります。そのように、煮るだけとか炒めるだけなど材料を揃えなくても手軽に料理できるセット品を増やすといいのでは？	1人	0.0%
拭いたり、切ったりするのが面倒なので、その手間がないものだといんじゃないですか？昆布茶を隠し味に使う人、結構いるそうだし。	1人	0.0%
水でもどさずにすぐに使えるものがあると良い	1人	0.0%
水でもどしたりしないで、簡単に作れるものが、多くあったらいい。	1人	0.0%
水でもどしたりするのが面倒だったりするのですぐ使えるようになっているものがあればなあ、と思う。	1人	0.0%
水でやわらかく戻してあればよい。	1人	0.0%

水で戻さなくてもいきなり味をつけて煮込めるような昆布の開発。あとは昆布レシピ本の無料配布。	1人	0.0%
水で戻さなくてもすぐ使えるようにする	1人	0.0%
水で戻さなくても使える商品があるといいです。	1人	0.0%
水で戻す時間が短縮されれば用途が増えるかもしれない。	1人	0.0%
水で戻す時間をかけないで、簡単に調理できる商品があれば使うかも。	1人	0.0%
水にひたすなどの下準備に要する時間の短縮	1人	0.0%
水にもどしたりするのが面倒なので、そういう手間がはぶけると良いです	1人	0.0%
水に浸す時間が短くてすぐに使えるような昆布だったらいいのに・・・	1人	0.0%
水に戻したりせずに簡単に使えるものがあれば良い	1人	0.0%
水に戻すのが超簡単になる・ダイエットにきく！ など、ふれこむ	1人	0.0%
水に戻す作業が面倒なのは？もみのりのように、ふりかけタイプのコンブを発売したら？	1人	0.0%
水もどしや水洗いがなくすぐ調理できること	1人	0.0%
水を加えて煮込無だけの、味付け不要の昆布があれば便利だと思います。	1人	0.0%
水戻しがうまくいかないと困るので、戻すときに上手にできる方法が知りたい。	1人	0.0%
水戻しなどの手間がなく、すぐに使える昆布があると使いやすい	1人	0.0%
水戻し時間が早くなるとよい	1人	0.0%
切ったり戻す手間がないともっと利用すると思う	1人	0.0%
切ってあったり味付け済みで、そのまま調理できる昆布	1人	0.0%
切らなくても洗わなくてもふきんで拭かなくてもぱぱっと使える昆布がほしい。だしの素のようなこんぶだしがほしい。	1人	0.0%
切り昆布などそのまま料理に使えるような商品がいつでも売り場にあるとよい	1人	0.0%
洗う手間をはぶくとか・・・	1人	0.0%
素材に工夫する	1人	0.0%
早く煮えるものがあつたらいい。	1人	0.0%
早く煮えれば。	1人	0.0%
早く煮えればいいと思う。	1人	0.0%
早く柔らかくなる、昆布を作ってほしい。	1人	0.0%
早く戻せるといい。ダシこぶを五目豆に入れることが多いが、こぶが戻るまで結構時間がかかるため、「戻し不用」の高野豆腐のようにそのまま使えるこぶがあると便利。	1人	0.0%
早く戻る。柔らかめ。	1人	0.0%
早煮タイプや下準備の要らないものが増えれば、もっと使いたいと思う。	1人	0.0%
早煮昆布があるととっても邯鄲に出来ると思う。	1人	0.0%
早戻し昆布の開発。洋風の料理レシピの開発。お菓子製品を考える	1人	0.0%
増えるわかめのように、手軽に使える形のものがあれば	1人	0.0%
他のそうざいなどのいろいろな料理でのセット売り。	1人	0.0%
短時間で簡単に作れるものがあるといい。また和風以外のレシピもあった方がいいと思う。	1人	0.0%
短時間で水戻しができる。	1人	0.0%
調味料がセットになっており、包装にレシピが印刷されているなど、調理が楽な昆布商品がスーパーなどで販売されていると良い。	1人	0.0%
調味料つきのこんぶセット	1人	0.0%
調理がしやすい	1人	0.0%
調理がもっと手軽なら・・・	1人	0.0%
調理がラクなら。	1人	0.0%
調理が簡単	1人	0.0%
調理が簡単＆安い。	1人	0.0%
調理しやすくして販売する	1人	0.0%
調理しやすく加工してある昆布商品がスーパーなどで簡単に手に入ること。レシピ本などにもっと昆布料理が取り上げられること。	1人	0.0%
調理するだけになっていて、調理の仕方も袋に書いてあれば、買って作ってみようという気になります。	1人	0.0%
調理に使いやすい大きさに予めカットしてあるものがあれば便利かも。例えばカットわかめのように。昆布というどうしても和食になるので昆布を使った洋食レシピがあれば試してみたいです。	1人	0.0%
調理をかんたんに出来るように加工して販売して欲しい。	1人	0.0%
調理済みの商品など	1人	0.0%
調理時間が短くてできる	1人	0.0%
長いままの昆布は使いづらい。何とか使いやすくして！！	1人	0.0%
天然だしで、粉末状になったものがあるといいかも	1人	0.0%
田舎料理のレトルトを作って販売する	1人	0.0%
日々の生活で調理に時間をかけられないので、短時間で利用できるものの普及。下ごしらえなしの物は販売されていますが、値段が高いです。また、調理済みの物(惣菜系)もやはり値段が高く、副食として食卓に乗せるには食費考えると痛いです。但し国産が良いですね。	1人	0.0%
買ってきてすぐに5センチくらいにカットして密閉容器に入れておくと面倒くさなくてよく料理に使う事ができます。戻す時間が面倒な事もあるので、短縮できるといいです	1人	0.0%
薄切りでひじきのように入れやすければよい。	1人	0.0%
半加工品などで簡単に作れる商品などがあるといいです。	1人	0.0%

半生こんぶがあるといい	1人	0.0%
半製品など、もっと使いやすくなればいいと思う	1人	0.0%
半製品にして売ったらどうか	1人	0.0%
半調理製品のヴァリエーションを増やす	1人	0.0%
半調理品があったらよい	1人	0.0%
美味しいけど面倒なんですよ。細かくしてフリーズドライ。	1人	0.0%
美味しいものはきちんと戻し時間が必要で、それが面倒。そこがなんとかなればいいと思う。	1人	0.0%
粉など使いやすくなる事。	1人	0.0%
粉末など直ぐ使えたりするともっと使うと思います。	1人	0.0%
粉末にして利用しやすくなる。価格を安くする。	1人	0.0%
粉末にする	1人	0.0%
粉末のだしなどがあったら使いやすいかな・・	1人	0.0%
粉末の昆布とか、用途別に大きさをかえた昆布など利便性の高い昆布製品があれば、普段粉末だしを使う層も使いやすいと思う	1人	0.0%
粉末の昆布などがあれば、料理に使いやすいのではないかなと思う。	1人	0.0%
粉末の昆布粉は、隠し味に最適です。昆布粉といりこの粉を混ぜておいています。これを味噌汁やチャーハン、そしてお漬物系を作る時などさっと一つまみ入れるだけでとってもおいしくなりますよ。	1人	0.0%
粉末や、レトルト、インスタントの半調理品を多く出す	1人	0.0%
粉末やティーバック式のように用途によって使いわけれる物がたくさんあるといいと思う。	1人	0.0%
粉末昆布がメジャーな調味料になれば良いと思う	1人	0.0%
粉末昆布だったらハンバーグに入れたり使えるかな・もっと柔らかく上手に昆布をもどすほうほうとかしりたいです。	1人	0.0%
粉末昆布などを使って色々な料理に手軽に使えるようになると良いと思います。	1人	0.0%
粉末昆布は家庭では作れない 意外と高い もっと安くしてくれるといろいろな物に入れて使う事ができる	1人	0.0%
粉末商品をふやす。	1人	0.0%
粉末状になったものなどがあればよいと思います。	1人	0.0%
片手で扱える容器でババッと振り掛けるだけとか、手軽なイメージのものと良いと思う。	1人	0.0%
戻さずにそのまま使えるなど、下ごしらえがもっと簡単にできれば良いと思う。	1人	0.0%
戻さずに使えるものがあれば・・	1人	0.0%
戻さなくてもそのまま美味しい昆布。	1人	0.0%
戻さなくてもよい手軽な昆布があるとよい。	1人	0.0%
戻さなくても良いものがアルト良い	1人	0.0%
戻したものを戻し汁ごとパッキングして販売する。戻すのめんどくさい派に売れると思いますが。。特に働く主婦。	1人	0.0%
戻したり、面倒なことがないといい。	1人	0.0%
戻したりするのが面倒なのでそのまま食べられるものがあるといいです。	1人	0.0%
戻したりする時間が少ないとよい	1人	0.0%
戻したりする手間が少なくなればよい	1人	0.0%
戻したりする手間が省ける料理	1人	0.0%
戻したりする方法や 使い方がよく分からない人が多いと思う	1人	0.0%
戻したりなど、面倒なことなく、簡単に使えるといいと思う。	1人	0.0%
戻したりの下ごしらえが軽減されるとよいかもしれない。	1人	0.0%
戻したり結んだり面倒なのかも・・・	1人	0.0%
戻して有る昆布を販売すること	1人	0.0%
戻しのいらぬものなど種類が増えるといいですね。	1人	0.0%
戻しやすい、または生・半生・塩蔵などの昆布があると、料理にも使いやすい。	1人	0.0%
戻すなどの手間がかかれば利用は増えそうな気がする	1人	0.0%
戻すのが、めんどくさいという難点がクリアされ、しかも手軽に使える(戻した昆布が真空パックになってるとか)ものがあると、いいと思う。アルカリ食品として、グルタミン酸効果など、大いにアピールするとか。ダイエット食品としてもいいと思うので。	1人	0.0%
戻すのが面倒だったり、切り昆布を少量使いたくても大きいサイズのものが主流だったり、何かと買いづらい、使いづらい状況にあると思います。おでん用に売っている結び昆布じゃないですが、半分できているような形の昆布がもっと増えるといいなと思います。	1人	0.0%
戻すのとかがめんどくさいので・・・	1人	0.0%
戻す時間が早い	1人	0.0%
戻す時間が短く済むと、扱いやすい。昆布料理を作ろうとすると、思いついたときにすぐ作る、ということができないから。	1人	0.0%
戻す時間が短縮された商品があれば	1人	0.0%
戻す手間がいらぬ、切らなくてよい、など、半調理？されていて、袋から出してすぐに使える状態だと使ってみようかなと思う。うまみがあっておいしいので、簡単な料理のレシピがあれば作ってみようと思うかも。	1人	0.0%
戻す手間が省ける物	1人	0.0%
戻す手間とか、調理が簡単だったらいい。	1人	0.0%
戻す手間の簡素化	1人	0.0%
戻りが早い昆布	1人	0.0%

様々な形態(細切りや、戻してすぐに使えるようにして真空パックになっているものなど)があればいいのでは?ひと手間が面倒という人が最近が多いので...	1人	0.0%
料理が楽になるといいです♪ぬめりが辛いです。。	1人	0.0%
料理が苦手な人も簡単に作れる昆布料理。	1人	0.0%
料理しやすい、早煮こんぶとか	1人	0.0%
料理しやすいサイズを豊富に	1人	0.0%
料理しやすいようにカットしてあったり、袋の裏にレシピはあったり	1人	0.0%
料理しやすい形態に物にする。	1人	0.0%
料理しやすい状態で売られていれば便利。	1人	0.0%
料理しやすい大きさになっている昆布や入っている袋にレシピがのっていると作ろうと思える	1人	0.0%
料理そのものが、あまり得意ではないので、野菜などに振りかけて、そのまま食べられるものがいいと思います。あと、色が地味なので、何かきれいな彩りの昆布があれば、使い勝手が広がると思います。	1人	0.0%
料理に使いやすいものがあればいいと思う。昆布の良さをもっと広めたらいいと思う。	1人	0.0%
料理に使いやすいようにいろんな形状の昆布が売られていれば作りやすい。	1人	0.0%
料理に使いやすい昆布製品がたくさん出てくるといいと思う	1人	0.0%
料理時間を短縮できれば良い	1人	0.0%
いろいろな種類の昆布が在ればいいと思います。	1人	0.0%
いろんなタイプの昆布商品が出るといい	1人	0.0%
いろんな種類のこぶがあればいい	1人	0.0%
いろんな種類の昆布商品が出ると良い	1人	0.0%
いろんな商品をつくって身近なものにする。たとえばもっと色んな種類の佃煮を作るとか、ふりかけを作るとか...	1人	0.0%
いろんな商品を作る。	1人	0.0%
おやつ感覚で食べられるといいとおもいます	1人	0.0%
おやつ感覚で食べれそうなもの、あまり好きではない私でも食べれそうな物	1人	0.0%
おやつ代わりに食べれるものだといいかも	1人	0.0%
おやつ代わりに食べられる商品の開発	1人	0.0%
お菓子	1人	0.0%
お菓子ができればね	1人	0.0%
お菓子にも入るようになればいい	1人	0.0%
カット品のカット形・大きさ、梱包の量の種類を増やす。(保管に困る為)	1人	0.0%
かわいい形にカットしてほしい。	1人	0.0%
こんぶの種類を用意したい	1人	0.0%
サイズや小分けされているなど、バリエーションがあると買いやすい	1人	0.0%
スーパーなどで使いきりサイズがあるといい	1人	0.0%
とにかく使い切りパックの品揃えの充実が必要。よくある贈答品のように大きいままだとお鍋にしか使わない主婦が増えるだけだと思う。	1人	0.0%
もっと小さいサイズがあればいい	1人	0.0%
もっと小さな包装で販売する	1人	0.0%
もっと小分けにした商品がほしい。いつも余ってしまうから。	1人	0.0%
もっと料理しやすい形なら、昆布をもっと使うかもしれない	1人	0.0%
やわらかい昆布がもっとあればいい	1人	0.0%
やわらかく、こどもでも食べられるようにすると使いやすいです	1人	0.0%
やわらかくする	1人	0.0%
やわらかくするか、粉にする	1人	0.0%
やわらかくたべやすくしたらいい	1人	0.0%
やわらかく旨味のある濃い味付けがいいのかな…。こんぶ飴やふりかけ昆布類は子供も好きですから…。	1人	0.0%
一回ずつの梱包のすると使いやすい。	1人	0.0%
一回使い切りパックというものがいろいろ出るといいと思う。パスタに絡ませやすいやわらかいものが多ければいいと思う。	1人	0.0%
一口サイズの昆布があればよいと思う。	1人	0.0%
一人暮らし用に小さなパックを低価格で販売してほしい	1人	0.0%
形状の違う昆布を販売してくれればいいと思う	1人	0.0%
形状を変える。おしゃれなCMを作る	1人	0.0%
昆布が使いやすい大きさに売られていたり、昆布そのものではなく昆布の入った既成の商品であればもっと使用したいと思います。	1人	0.0%
昆布が使いやすい大きさに切られていると、昆布のイメージが変わり使いやすくなると思います。自分でははさみで切って使っています。	1人	0.0%
昆布が手軽に使える形であればいいと思います。レシピの普及もですけど。	1人	0.0%
昆布が小さくカットされていたり、粉末になっていて使いやすいといいと思う。でも最終的には価格かな…。	1人	0.0%
昆布が少量で売っていいと思います。	1人	0.0%
昆布のお菓子を作る。	1人	0.0%
昆布のお惣菜などを増やしてほしい。それを真似して作れるから。	1人	0.0%
昆布の形態を工夫したものが売り出されると使いやすくなりそうです。だし昆布ので〜んと大きいものは、それだけで使うのに抵抗があるという人もいるのでは?	1人	0.0%

昆布の形態を色々加工するということに力を入れて欲しい。顆粒状にするとかわかめのようにフリーズドライにしてすぐ料理に使えるとか…使い勝手がよければもっともっと日常に取り入れていきたい。	1人	0.0%
昆布の大きさをもう少し工夫してほしい	1人	0.0%
昆布の大きさを小さくし いろいろな料理に使用できるようにする	1人	0.0%
昆布は1袋に大量に入っているうえに高いので、使いやすい食べきりパックはどうでしょうか？そのパック1袋単位でつくれるレシピを袋裏にでも印刷しておくとし使いやすいか良くなりませんか	1人	0.0%
昆布ふりかけを作してほしい	1人	0.0%
昆布をもっと身近に使いやすくするように、何か商品をつくる。(こんぶふりかけとか)	1人	0.0%
昆布を使ったお菓子はできないのでしょうか。薄くスライスして昆布チップスとか昆布ガムなど	1人	0.0%
昆布を使ったスナック菓子があればいい	1人	0.0%
昆布を使った商品をふやす。	1人	0.0%
昆布を使った新商品を開発すればどうでしょう	1人	0.0%
昆布を色々な形にして売る。(細かくしたり、細くしたり、)	1人	0.0%
昆布商品がもう少しバラエティ豊かになればいいと思う。	1人	0.0%
細かくカットされていて、使いたい分だけ料理に入れられるような「カット昆布」があれば、さっと料理に使えて、身近になると思いますが。	1人	0.0%
細かくカットした昆布があればよい	1人	0.0%
使いきりサイズで売ってほしい。	1人	0.0%
使いきりタイプのこんぶを販売して欲しい	1人	0.0%
使いきりタイプのもの、半調理品などが出回ると良い。	1人	0.0%
使いきりのパックで販売する。	1人	0.0%
使いきりの安価な商品の開発。パッケージにレシピの掲載。	1人	0.0%
使いきれぬ量で販売してほしい。	1人	0.0%
使いきれぬ量の個袋にして欲しい	1人	0.0%
使いやすいカットタイプや密封容器いりとかあれば使いやすいかもしれませんね。私は常備しているので必要ないのですが…	1人	0.0%
使いやすいサイズ	1人	0.0%
使いやすいサイズ、スタイルでの販売	1人	0.0%
使いやすいサイズだといいい。	1人	0.0%
使いやすいサイズでカットされていると助かります。	1人	0.0%
使いやすいサイズで売っていればすぐに調理に使える。	1人	0.0%
使いやすいサイズで売られている。	1人	0.0%
使いやすいサイズや形のこんぶがあったらいいと思う。	1人	0.0%
使いやすいサイズや形状を工夫する。この料理には、このサイズ、とか、いろいろな昆布料理の提案をして欲しい。レシピ公開とか。	1人	0.0%
使いやすいパッケージで売って貰いたい。(質がおちるのかもしれませんが)	1人	0.0%
使いやすいようなパッケージにしたり、小分けにして購入しやすい単価にすればいいと思います。レシピの提案も必要だと思います。	1人	0.0%
使いやすいように、加工してあるといいと思います。 おやつやおつまみなどの種類を増やすなど。	1人	0.0%
使いやすいようにカットされていたり、そのまま使える状態になっているといいと思います。	1人	0.0%
使いやすいようになっていると(大きさなど) いいのではないのでしょうか	1人	0.0%
使いやすいように小さくカットしてある昆布とかがあるといいです。	1人	0.0%
使いやすいように売られているといいと思う。高いし使いきれないので小分けで売っているといい。	1人	0.0%
使いやすい形	1人	0.0%
使いやすい形、大きさ	1人	0.0%
使いやすい形、大きさにカットしてあり他の具材もセットになっていると簡単にできて使ってみたくなる	1人	0.0%
使いやすい形で昆布を売る	1人	0.0%
使いやすい形で売られていたらいいと思う。洋食のこんぶレシピを教えてもらえれば使うと思う。	1人	0.0%
使いやすい形や扱いやすく簡単にすぐ料理に使えるといい	1人	0.0%
使いやすい形状で、他のものとセットになっているといいかも。	1人	0.0%
使いやすい形状での販売	1人	0.0%
使いやすい形状にする。	1人	0.0%
使いやすい形状の物が増えれば	1人	0.0%
使いやすい形態の商品	1人	0.0%
使いやすい大きさ。値段がたかいのではないか	1人	0.0%
使いやすい大きさにあらかじめ切って売ってあるとよい。	1人	0.0%
使いやすい大きさにきったものとか、手軽に使えるようにすればもっと使う世になると思います。	1人	0.0%
使いやすい大きさにきってあるものがあるといいと思う。	1人	0.0%
使いやすい大きさにしてほしい	1人	0.0%
使いやすい大きさにして売って欲しい	1人	0.0%
使いやすい大きさの昆布があればいいと思う。	1人	0.0%
使いやすい大きさの昆布を売り出してほしい	1人	0.0%
使いやすく、小さくカットした昆布を、買いやすい低価格で小売する。	1人	0.0%

使いやすくカットされているとか…	1人	0.0%
使いやすくカットしてあるものがあつたり、袋の中にレシピがあつたりすると嬉しい	1人	0.0%
使いやすくてかわいくカット	1人	0.0%
使いやすくてあつたり小分けで手ごろな値段で買えると良いのではないのでしょうか、出しこぶやはやにこぶの一袋を一回では使い切らない家庭が多いのではないのでしょうか	1人	0.0%
使い易いサイズの昆布にレシピがついていて良いと思います。	1人	0.0%
使い易い様にもっと色々なサイズの昆布が売っていたら便利だと思います。	1人	0.0%
使い切りサイズで目的にあったパッケージがされている商品があるといい	1人	0.0%
使用しやすい大きさにカットして販売する	1人	0.0%
子供も食べやすいようなスナックぽいお菓子があればいい	1人	0.0%
市販の昆布はカットが大きいのでかさ張るし使いにくいのもっと小さいカットの昆布にして欲しい。(千切りなど)	1人	0.0%
煮物などにも加えるだけの、小さくカットされたものがあればいい。	1人	0.0%
手軽に使える量で販売するなど工夫されてはどうでしょう？	1人	0.0%
手軽に使用できるようなカットしたものを販売したり、簡単レシピの案内をする	1人	0.0%
手軽に食べられる小分けパック商品を販売してほしいです！	1人	0.0%
手軽に調理できるカットしてあるものやレシピつきのもの。保存ジッパーつき	1人	0.0%
手頃な大きさにカットしてあること。お料理レシピをパッケージに書くこと。メカブのように健康によいことをPRすること。	1人	0.0%
商品が小分けしてあると、使いきりで、使いやすいと思います。	1人	0.0%
小さいサイズの昆布がたくさん入ったものが売られるとよいと思う	1人	0.0%
小さいサイズの昆布を販売する	1人	0.0%
小さい昆布がたくさんは言った小袋サイズの昆布があればいいと思う	1人	0.0%
小さい袋で売る。	1人	0.0%
小さい容量の昆布を発売する。	1人	0.0%
小さくカットした昆布を売って欲しい。量も少なめのもあり。	1人	0.0%
小さくカットしてある昆布(約5センチ×2センチくらい)がほしいです。	1人	0.0%
小さくカット済み昆布があると便利	1人	0.0%
小さく切った昆布を売ってほしいのに、いつも思う。スーパーで売ってる昆布、でかすぎ！切るのめんどくさい。	1人	0.0%
小さく切ってあつたり、戻すのが簡単な昆布ができれば手軽にみんなが使えるようになると思います。	1人	0.0%
小さく切って何でも使えるように小袋などに色々なアイデア料理を書いては？	1人	0.0%
小袋入りなどの工夫、レシピの掲載などがあれば…	1人	0.0%
小分け 市販のは量が多い	1人	0.0%
小分けしてあると使いやすいと思う	1人	0.0%
小分けして買いやすくする？	1人	0.0%
小分けでこんぶを販売していたら買いやすい	1人	0.0%
小分けになっていたり、ヘルシーさや美容によいという情報を気軽に知れると良いと思います。	1人	0.0%
小分けになっているものであればうれしいです。	1人	0.0%
小分けに包装して販売する	1人	0.0%
小分けのパックなど買いやすくする	1人	0.0%
小分けの袋物がたくさん発売されると良いと思う	1人	0.0%
小分けパックの販売	1人	0.0%
小分け乾燥昆布を開発する。	1人	0.0%
少ない量でも購入できることと、沢山のレシピがあると随分違うと思います	1人	0.0%
少なめで売ってくれたら買いやすく使いやすい。	1人	0.0%
少量のカツオ節みたいなパックで売れば良いと思う。	1人	0.0%
少量パックがあればもっと手軽に使えるそうです。	1人	0.0%
少量規格の商品を出す。レシピを添付する。かけるだけ、載せるだけの手軽に使える状態に加工する。他に必要な材料とセットにする。例えば昆布ビスケットなら粉をセットにするなど。	1人	0.0%
賞味期限内に使い切れるように子袋入りを販売する。	1人	0.0%
色々なサイズや形の昆布を出してもらえれば良いなと思います。	1人	0.0%
色々な形の昆布があつたら良いと思います。(細切りとか…。)	1人	0.0%
色々な形の昆布があれば使いやすいかも	1人	0.0%
色々な形や大きさの昆布があると便利。	1人	0.0%
食べやすいちいさなサイズに、カットした製品を売って欲しい。	1人	0.0%
食べやすいように、小分けにして販売するのがよい。	1人	0.0%
食べやすいように最初から、切ってある昆布など	1人	0.0%
食べやすい形状や戻し時間が少なく済むもの	1人	0.0%
食べやすい大きさに加工してあつたらいい。	1人	0.0%
切らずに使える大きさや、容量の少ないこぶがあればいいのな～と思います。	1人	0.0%
太い昆布などもう少し細かく短くしてすぐに使えるようにして欲しい。	1人	0.0%
大きいままの昆布だと使いづらいので、小さくカットしてある商品が主流になって欲しい。今でもあるけど、選択肢が少ないし、上質な昆布のカット商品がないから。	1人	0.0%

大きいまま売っていることがほとんどなので、いろんな大きさや形にカットしたものと ると使いやすいと思う。お弁当にハートの昆布の煮物とかかわいい。	1人	0.0%
調理しやすいサイズや形にする	1人	0.0%
調理しやすいパックが販売すると良い。	1人	0.0%
調理しやすいようにカットして、簡単レシピがついた小さい袋だったら、買って、試して みようかなと思います。	1人	0.0%
調理しやすいように加工してあると良い。	1人	0.0%
調理しやすい形状で売などの工夫が必要かもしれません。	1人	0.0%
調理しやすい形状や、値段を安くすればいいと思う	1人	0.0%
長いままの昆布は保存に邪魔です。長さを短くしたり、量を少なくして買いやすい値段 になると使いやすいです。	1人	0.0%
長いもの、粉末のものがあるが、刻んだ程度の大きさのものもあると良いです。昆布 の中に、アイデアレシピなどが入っていても良いのではないのでしょうか。	1人	0.0%
長すぎて置き場が限られるので、半分の長さにするか、切る手間のないカット済みサ イズ商品や、袋の口がチャックになっていて保存がしやすい商品を。	1人	0.0%
適当な大きさにきつてあるものがあればいいと思う。	1人	0.0%
日高昆布の場合は小さくカットしてあれば便利だと思っていた	1人	0.0%
買いやすい量・大きさ・値段にするといいのでは？	1人	0.0%
売っている昆布をもっと家庭で簡単にすぐ使えるように小さく木っであるとか結んで あるとか、工夫のあるものがほしい	1人	0.0%
売られている昆布のサイズが家庭では大きすぎるし高価すぎる。保存しやすく使うとき に便利のようにカットしてあって、質の良いものが小分けで売られていればいいのにと 思っています。	1人	0.0%
売る段階で小袋にする	1人	0.0%
変色・風味の劣化が気になるので、小分けの商品が欲しいと思っています。	1人	0.0%
様々な昆布を流通させて欲しいです。	1人	0.0%
洋食や中華にも使えるような製品を販売する	1人	0.0%
用途に合わせてカットした製品などバリエーションを増やす	1人	0.0%
料理ごとにびつたりサイズの昆布があったりすると、便利なのかも…。	1人	0.0%
料理に使いやすいサイズの昆布を少量単位で売ってくれれば…。後は、簡単に作れ る昆布料理の素みたいなものがあればいいと思います。	1人	0.0%
料理別に切りそろえられた昆布がいろいろ販売されているといいと思う。	1人	0.0%
宣伝効果、イベント	476人	9.5%
宣伝する	4人	0.1%
CM	2人	0.0%
PR	2人	0.0%
テレビコマーシャル	2人	0.0%
テレビで取り上げる	2人	0.0%
テレビで紹介	2人	0.0%
テレビの料理番組で紹介する	2人	0.0%
宣伝	2人	0.0%
料理番組で取り上げてもらう	2人	0.0%
「あるある」とかで取り上げてもらう。	1人	0.0%
「あるある大辞典」か「ためしてガッテン」でとりあげてもらう。	1人	0.0%
「こんぶのよさ」をTVで宣伝する！（健康番組の、あるある…とかで）	1人	0.0%
1. 健康・美容・ダイエットに良いなどTV番組で紹介される（例：みのもんたのとか）2・ 節約バトルで誰かに昆布レシピを使って優勝してもらう。	1人	0.0%
CM	1人	0.0%
CM。スーパーに置いてある無料で自由に貰えるレシピに加える。（ハロースのは使いやすい）	1人	0.0%
CMで、健康効果をアピールする！「煮豆になると繊維が増える〜♪」という煮豆の CMを見て、最近積極的に煮豆を購入、食べるようになった。	1人	0.0%
CMでおいしそうな料理を放映したり、体に良い成分をもっとアピールするようにテレビ で取り上げてもらう	1人	0.0%
CMでのアピールが必要ですね。	1人	0.0%
CMでの宣伝	1人	0.0%
CMで簡単レシピを放送してほしい	1人	0.0%
CMで簡単料理を流す	1人	0.0%
CMで昆布を使った簡単なレシピを紹介するといいいと思います。	1人	0.0%
CMで昆布料理レシピを流す。	1人	0.0%
CMで昆布料理を広める。	1人	0.0%
CMで作り方を紹介する。ABCクッキングスクールのレシピに使ってもらってレシピの 裏に商品の広告をのせたら全国の受講生に広まると思う	1人	0.0%
CMで紹介されると挑戦してみたいくなる	1人	0.0%
CMで紹介するとか？	1人	0.0%
CMで放映する	1人	0.0%
CMとかが今は少ないと思う	1人	0.0%
CMとかで昆布を使った料理をながす。	1人	0.0%
CMなどでアピールして欲しい	1人	0.0%

CMなどで簡単料理法とかをやるといいと思う。	1人	0.0%
CMなどで昆布を使った料理や昆布の体に作用する良い点を広めたり、昆布自体の商品形態を使いやすい形で売り出したらもっと食卓に登場するのでは？	1人	0.0%
CMなどを頻繁にする	1人	0.0%
CMの影響は大きいので、昆布料理を使ったメニューをCMで流す。	1人	0.0%
CMや、料理番組などで色々なレシピを紹介してくれたら身近で手軽に料理できるようになると思います。	1人	0.0%
CMやテレビ番組などで特集する	1人	0.0%
CMや雑誌で昆布が健康に良い事、料理例を紹介してくれると良いと思います。	1人	0.0%
CMや雑誌などで広告すれば良いと思う。	1人	0.0%
CMや食育雑誌でとりあげる	1人	0.0%
CM効果	1人	0.0%
PRが足りない。	1人	0.0%
PRが足りないのでは？	1人	0.0%
PRして色々なレシピを紹介して欲しい	1人	0.0%
PRをする	1人	0.0%
TV（はなまるマーケットやためしてガッテンなど）でとりあげてもらふこと。手に入りやすい価格であること。粉末だしといわれる化学調味料よりも使いやすくなること。	1人	0.0%
TVC	1人	0.0%
TVCとか、料理番組、あるある大辞典などで昆布特集を組んでもらう	1人	0.0%
TVCやTV番組での放送	1人	0.0%
TVC時にレシピを紹介する。	1人	0.0%
TVコマーシャル	1人	0.0%
TVでレシピを	1人	0.0%
TVで芸能人が宣伝する。	1人	0.0%
TVなどでは健康ブーム。コンブだって体に良いから、もっとそこらへんをアピールできたらいいと思う。	1人	0.0%
TVなどで昆布レシピを紹介する	1人	0.0%
TVなどで取り上げられることなど	1人	0.0%
TVなどで紹介されれば作るかも	1人	0.0%
TVのCMとか番組の間に、ミニレシピを紹介するとか。。	1人	0.0%
TVのCMや調味料の付録でレシピを付ける	1人	0.0%
TVの健康番組で取り上げてもらう	1人	0.0%
TVの料理番組で紹介する。	1人	0.0%
TVの料理番組等で簡単レシピを紹介するのはどうでしょうか？	1人	0.0%
TVやCM等で簡単レシピを流す。	1人	0.0%
TVやネットで昆布の大切さを知れば良いと思う	1人	0.0%
TVや雑誌などで昆布料理のレシピをどんどん紹介するといっています。	1人	0.0%
TVや雑誌などのメディアに積極的にアピール。	1人	0.0%
TV番組などで積極的に放送する。	1人	0.0%
TV番組の健康特集等でもっと昆布の良さを取り上げてもらう	1人	0.0%
あるある、おもいっきりテレビ、はなまるマーケット等、TVで紹介してもらう。	1人	0.0%
あるあるなどで コンブのよさをアピールする	1人	0.0%
あるある大事典などの健康番組で、昆布の効能や料理法などが紹介されれば、すぐに大勢の人が作ると思います。最近健康おたくが多いので。（私もですが。）	1人	0.0%
あるある大辞典でとりあげてもらう	1人	0.0%
アルアル大辞典で昆布の効能をPR	1人	0.0%
あるある大辞典で取り上げてもらう	1人	0.0%
あるある大辞典とかで取り上げられる	1人	0.0%
あるある大辞典などテレビで話題になればと思う	1人	0.0%
あるある大辞典などの番組で昆布の良さが放送されれば、もっと作るようになると思う	1人	0.0%
あるある大辞典のような人気健康番組で取り上げてもらうのが一番。	1人	0.0%
あるある大辞典や、おもいっきりテレビで取り上げてもらえば、作る人が増えると思う。	1人	0.0%
あるある大辞典やはなまるマーケットなどの主婦向け番組で、昆布を取り上げてもらう。	1人	0.0%
イベントや、スーパーなどで、実演販売する。	1人	0.0%
イベント参加	1人	0.0%
いろいろな昆布料理を雑誌等に特集してもらう。	1人	0.0%
いろいろな料理をテレビ、新聞で紹介する	1人	0.0%
いろんなところでキャンペーンをやる。（大型スーパーなど）	1人	0.0%
う〜もっと宣伝する。	1人	0.0%
う〜ん、お料理番組でもあまり見ないといえば見ないかも…。	1人	0.0%
う〜ん難しい質問ですが料理番組などで昆布を使った料理の特集なんかするといいいのでは？	1人	0.0%
おもいっきりテレビでとりあげてもらう	1人	0.0%
おもいっきりテレビで取り上げてもらう	1人	0.0%
おもいっきりテレビやあるある大事典で昆布をとりあげてもらう。	1人	0.0%

おもいきりテレビやあるある大辞典で大々的に取り上げてもらう。その場合、湯豆腐などできるだけ簡単な調理法を取り上げてもらう。そうすれば、面倒臭がりやの主婦でも「テレビで健康にいいとやってたから」と理由をつけて簡単な料理を頻繁に出せるようになると思う。実際我が家庭ではそうです。男も「健康」という言葉に意外に弱いものなのではないか。	1人	0.0%
オレンジページやレタスクラブなどの人気雑誌にレシピがのれば、もっと広まると思う。	1人	0.0%
お店などでキャンペーンをたくさんやってほしい	1人	0.0%
お店などでも積極的にアピールするとよいと思う。	1人	0.0%
お料理イベントを各地で開催。	1人	0.0%
お料理会がいいと思う	1人	0.0%
お料理教室を開いて欲しい	1人	0.0%
お料理教室を開く、レシピを昆布売場におく	1人	0.0%
かわいいキャラクターを作って宣伝すればいい。	1人	0.0%
キャンペーン！！	1人	0.0%
キャンペーンをする	1人	0.0%
キャンペーンを開き若い人にも興味を持ってもらう	1人	0.0%
キャンペーンを増やす。	1人	0.0%
コマーシャルする（TVとかで）	1人	0.0%
コマーシャルで昆布のよさをアピールする	1人	0.0%
コマーシャルや広告で昆布のよさや栄養面をアピールする。また、昆布料理をいろんなクッキング料理の本やタウン情報誌等の簡単クッキングとかのコーナーで紹介す	1人	0.0%
コマーシャル体にいいことを	1人	0.0%
こんぶの調理方法がテレビ等で放映されれば、各家庭でもたくさん作られる様になると思う	1人	0.0%
サンプルを配る、ためしてがっテンなどのTV情報バラエティで紹介する。	1人	0.0%
スーパーでの試食	1人	0.0%
スーパーでの定期的な実演など。	1人	0.0%
スーパーでの販促	1人	0.0%
スーパーでの料理実演販売、商品袋に簡単レシピを刷り込む。	1人	0.0%
スーパーで試食販売する。	1人	0.0%
スーパーで実演販売をする。	1人	0.0%
スーパーで手軽に作れる料理の試食&レシピ配布	1人	0.0%
スーパーで新発売の調味料の提案、試食販売をやっている「なるほど！」と思い買ってみることがある。こんぶもキッチンスタジオ形式でミニクッキングのデモをするとかレシピをくぱりつつ試食販売をする。（もちろん質問に答えられるアテンダントが必要）	1人	0.0%
スーパーで特集（実演販売とか）をしていたら目に付くし、家でもやってみようと思えるかもしれない！	1人	0.0%
スーパーとかお店でのイベントを増やしたり懸賞を企画したら買う人もおおくなり必然と昆布料理を作るひとも多くなるのでは？	1人	0.0%
スーパーなどたくさんの主婦が買い物するような場所で、料理の試食・実演販売をする。	1人	0.0%
スーパーなどで、マネキンのおばさんが昆布を使った料理を作って試食させる。	1人	0.0%
スーパーなどで、簡単な昆布の料理を実演販売する	1人	0.0%
スーパーなどで、昆布料理の試食などを行う。	1人	0.0%
スーパーなどで、試食や簡単な料理法など、イベントを行う。	1人	0.0%
スーパーなどでイベントをやる。	1人	0.0%
スーパーなどで実演販売で簡単な料理でも教えていただけたらいいのではないのでしょうか。だしをとる昆布の佃煮以外の料理仕方がいまいちわかりません。	1人	0.0%
スーパーなどでは、とろろ昆布か、出汁昆布用に小さく切ったようなものしか見掛けませんので、まずはその辺りから。あとは「お昼にみのもんに説かれるとその気になる」方がたくさんいらっしゃるの、そういう方面への働きかけ（宣伝）ではないでしょうか。	1人	0.0%
スーパーなどでもっと試食会など催せばよいと思う	1人	0.0%
スーパーなどで昆布のキャンペーンを行う	1人	0.0%
スーパーなどで昆布料理の実演をしてほしい。	1人	0.0%
スーパーなどで昆布料理を試食させてもらえるといいかな～とは思いますが。食べながら話も聞くので。	1人	0.0%
スーパーなどで試食販売などで利用方法を紹介する	1人	0.0%
スーパーなどで実演して欲しいです。	1人	0.0%
スーパーなどの昆布コーナーで昆布料理の試食とレシピカードを配る。	1人	0.0%
スーパーなどの店頭で実演試食会をする	1人	0.0%
スーパーなどの売り場での紹介	1人	0.0%
スーパーの昆布売り場をもっとメジャーな場所に移して、試食販売すれば良いと思います。試食して美味しいと殆んど購入してしまう私です。	1人	0.0%
スーパーの店頭で試食販売する。	1人	0.0%
スーパーマーケットなどで、昆布の宣伝を対面でする。	1人	0.0%
だし以外の使い方を公募し、上沼恵美子のおしゃべりクッキングで1週間やってもらう。	1人	0.0%
ためしてガッテン等で取り上げられると手取り早いと思います。	1人	0.0%

デパートやスーパーなどで、昆布料理の試食販売をしたり、ベターホームなどのお料理教室と提携して、昆布料理の講習会を開く。昆布は体にいいと思うので使ってみたいが、アイデアが浮かばないのが現状だし、雑誌などでレシピを見る程度ではなかなかとりいれない。実際食べておいしいと思わせるのが重要だと思う。	1人	0.0%
テレビ、雑誌で昆布料理の特集をする 手軽に簡単にできる内容を教える	1人	0.0%
テレビ、雑誌などでレシピを紹介する。	1人	0.0%
テレビ、雑誌などでレシピを紹介する。(特集などを組んで)	1人	0.0%
テレビCMでながす。	1人	0.0%
テレビCMでの積極的な宣伝。	1人	0.0%
テレビCMで簡単なものを紹介する。	1人	0.0%
テレビCMで昆布を使ったレシピを有名な芸能人を使って紹介したり、企業とタイアップしてCMで昆布と合わせた売り出し方をすれば広がると思う	1人	0.0%
テレビCMで使用方法を流す	1人	0.0%
テレビCMなどで色々な簡単レシピを紹介する。	1人	0.0%
テレビCMなどで目につくようにする	1人	0.0%
テレビCMや、プレゼント企画など。	1人	0.0%
テレビCMをする	1人	0.0%
テレビCMをするとうい	1人	0.0%
テレビCMを流す。有名料理家にレシピを作ってもらう。	1人	0.0%
テレビCM等で、簡単な昆布料理の紹介をして、出来た料理が美味しそうなら、材料を買ってきて作ろうかなと思う。	1人	0.0%
テレビコマーシャルでアピールする	1人	0.0%
テレビコマーシャルで宣伝する。	1人	0.0%
テレビコマーシャルなどでオンエア	1人	0.0%
テレビコマーシャルや雑誌や新聞ででもっと昆布が健康に良い事をアピールして身近な昆布の簡単な料理を紹介する機会を増やしたら良いと思う。	1人	0.0%
テレビで、簡単に作れる昆布料理をたくさん紹介するのいいと思います。「簡単な」がポイントです！あれこれしなきゃいけないのは、いまだ主婦には向いてないと思うか	1人	0.0%
テレビで、有名人(料理研究家や芸能人)がレシピを紹介する	1人	0.0%
テレビで「やせる」というのを強調して紹介してもらえば・・・	1人	0.0%
テレビでCMをする時に簡単な昆布料理を紹介する。また、インターネットに掲載してそのURLも紹介する。	1人	0.0%
テレビでCMを流す。有名料理研究家にPRしてもらう。学校給食の献立に積極的にとりいれる。洋風料理にも昆布を使ったメニューをたくさん取り入れる。	1人	0.0%
テレビでとりあげてもらう。昆布のパッケージの中にレシピをいれる。もしくはつける。	1人	0.0%
テレビでの特集	1人	0.0%
テレビでの特集などに取り上げられるといいですね。	1人	0.0%
テレビでレシピを紹介する。	1人	0.0%
テレビで簡単レシピをどんどん紹介する	1人	0.0%
テレビで昆布選手権みたいな事を企画、タレントに昆布を使ったレシピを考えてもらい、発表する。	1人	0.0%
テレビで昆布料理をフューチャーした番組を番組を作る	1人	0.0%
テレビで取り上げられたら流行る	1人	0.0%
テレビで取り上げるとおいしそうだとせば、大抵みんな一度は作ってみようと思います。	1人	0.0%
テレビで宣伝する	1人	0.0%
テレビで沢山特集される	1人	0.0%
テレビで特集してくれるといいのですが・・・	1人	0.0%
テレビで特集してもらおう(ためしてガッテン、あるある大辞典、おもしろきテレビ等で)	1人	0.0%
テレビで特集を組むとか	1人	0.0%
テレビで放送されるといいけどね。	1人	0.0%
テレビで料理の紹介を積極的にする	1人	0.0%
テレビなどでもっとアピール。	1人	0.0%
テレビなどで昆布のよさをPRする	1人	0.0%
テレビなどで昆布料理を紹介する。健康番組で昆布の栄養効果をアピールする	1人	0.0%
テレビなどで実際にレシピをCM内で紹介する。	1人	0.0%
テレビなどで宣伝する	1人	0.0%
テレビなどで特集をした方が良くと思う。	1人	0.0%
テレビなどの料理番組やレシピ本を出したりして、昆布料理をみんなにアピールする	1人	0.0%
テレビに出てくる料理研究家と名乗る人たちに、もっと昆布料理を作ってもらえばいいと思います。高級スーパーでしか買えないものじゃなくて、どこでも買える、手軽に手に入る材料を使って作る昆布料理がテレビ番組内で作ってもらえたら、きっとまねして作る人は増えると思います。	1人	0.0%
テレビの「黄金伝説」というバラエティ番組の1万円生活でこんぶ料理を取り上げてもらうとか、料理番組やCMでみんなに知ってもらう。	1人	0.0%
テレビのCFのいいのを作る。	1人	0.0%
テレビのお料理番組なんかで紹介したらいいのでは。	1人	0.0%
テレビのコマーシャルをする。料理番組の中で特番をしてもらう	1人	0.0%
テレビのスポットを利用したらいい。	1人	0.0%

テレビの血液さらさらやダイエット特集で取り上げられたら参考にするかも。	1人	0.0%
テレビの健康 食事などのコーナーで昆布をとりあげる。	1人	0.0%
テレビの健康番組で、昆布の効用を宣伝すれば、昆布はモット使	1人	0.0%
テレビの健康番組であつかってもらうのはいかが	1人	0.0%
テレビの健康番組で効果を取り上げる。	1人	0.0%
テレビの健康番組などで紹介する	1人	0.0%
テレビの情報番組で取り上げてもらう。	1人	0.0%
テレビの特集などで昆布を活用した特集などを見れば、少しは興味が持てそうな気はする・・・。	1人	0.0%
テレビの料理番組でもっととりあげてもらうようにする	1人	0.0%
テレビの料理番組で簡単にできる昆布料理をやってもらって、雑誌や新聞にも載せている昆布料理を教えて欲しいです。	1人	0.0%
テレビの料理番組で昆布料理を使えばいい	1人	0.0%
テレビの料理番組で取り扱って欲しい。	1人	0.0%
テレビの料理番組で取り上げてもらう。	1人	0.0%
テレビの料理番組などで、どんどん取り上げたいと思う。	1人	0.0%
テレビの料理番組などで、昆布料理の特集をすればいいと思う。	1人	0.0%
テレビの料理番組などで昆布を使ったレシピがもっと紹介されれば良いと思います。	1人	0.0%
テレビの料理番組などで使うようにする。	1人	0.0%
テレビの料理番組などで取り上げてもらう	1人	0.0%
テレビの料理番組に昆布特集があればいいのではと思います。	1人	0.0%
テレビの料理番組に売り込んで昆布をよく使ってもらう。	1人	0.0%
テレビの料理番組や健康嗜好向けで取り上げる。	1人	0.0%
テレビの料理番組を充実させる	1人	0.0%
テレビの料理番組等でもっと使い方を紹介して欲しいと思います。	1人	0.0%
テレビメディアなどでもっと取り上げてみれば？昆布を摂取する事で得られるいい影響など。	1人	0.0%
テレビや、新聞でキャンペーンをして簡単に使えることをアピールしたらいいと思います。たとえば、栗原はるみさんなどを講師にしたら、親しみやすいと思います。	1人	0.0%
テレビやスーパーの店頭などで昆布料理のレシピを公開する。	1人	0.0%
テレビや雑誌で、レシピをどんどん知らせてほしい。主婦の目に、どんどんとびこんでくるテレビや、新聞がいいかな？	1人	0.0%
テレビや雑誌で紹介してくれると、作ってみようかなという気になるので良いと思います。	1人	0.0%
テレビや本などで、いろいろな情報があると良いと思うのですが	1人	0.0%
テレビ等で取り上げる	1人	0.0%
テレビ番組で、取り上げてもらう	1人	0.0%
テレビ番組での紹介	1人	0.0%
テレビ番組で昆布のメニューを紹介する。	1人	0.0%
テレビ番組で昆布の特集をする	1人	0.0%
テレビ番組で取り上げられると良いと思う。(料理番組や健康関連番組などで)	1人	0.0%
テレビ番組で取り上げられるように運動する	1人	0.0%
テレビ番組で取り上げられる等	1人	0.0%
テレビ番組で紹介する	1人	0.0%
テレビ番組で宣伝する。	1人	0.0%
テレビ番組などで、昆布料理を紹介する。	1人	0.0%
テレビ番組などで昆布料理を放送したり、昆布の効能を放送する。あるある大辞典などで。	1人	0.0%
テレビ番組の影響は大きいので使ってもらう！	1人	0.0%
テレビ番組や雑誌に昆布メインの美味しそうなレシピを沢山掲載するべきだと思う。手間のかからない美味しそうな料理であれば作ってみたい。	1人	0.0%
どうしてもおだしのイメージが強いので、CMなどで簡単メニューを紹介して、お料理にもなることをイメージ付ける必要があるのでは。	1人	0.0%
とろけるカレーのCMのように、いろいろなアイデアを流す。	1人	0.0%
どんどん料理番組でとりあげるといいと思います	1人	0.0%
ネットだけではなく、お店で宣伝したらいいと思う	1人	0.0%
はなまるマーケットなど情報番組でレシピを公開する	1人	0.0%
はなまるマーケットの取り上げてもらう	1人	0.0%
はなまるマーケットや思いっきりテレビなどの情報番組で取り上げられること	1人	0.0%
まず、テレビのCMが てっとり早いと思います。	1人	0.0%
マスコミで取り上げてもらうこと。これはやはり効果靚面だと思います。また、店頭で昆布料理の小冊子などを配ったり、試食キャンペーンなどを行ってはどうでしょう。	1人	0.0%
みさんの番組で放送する。	1人	0.0%
みのもんたに宣伝してもらう。	1人	0.0%
みのもんたに頼む	1人	0.0%
みのもんたの「思いっきりテレビ」で特集されたら効果大だと思います。	1人	0.0%
みのもんたの思いっきりTVで放映したら反響があるのではないのでしょうか。	1人	0.0%
メディア(あるある大辞典とか、思いっきりテレビなど)で昆布の効能を取り上げてもらう。	1人	0.0%
メディアが一番影響力があると思いますが、和食の良さをアピールするイベントを開催する等して口コミでレシピを広げるのもよいかと思ひます。だしの味の分かる子供に育てるのも親の役目という意識を大人がもつことも大切だと感じます。	1人	0.0%
メディアでもっと昆布料理をアピールする場があったらいい	1人	0.0%

メディアで昆布の良い所を取り上げてもらう。「みのもんだ」とか「あるある」とか。	1人	0.0%
メディアで昆布の良さを取り上げる	1人	0.0%
メディアや店頭で、昆布の良さやレシピを積極的に紹介する。また、クッキング番組で取り上げてもらうのも良いでしょう。	1人	0.0%
メディアを使う	1人	0.0%
もっとCMする。	1人	0.0%
もっとPRすべきでは	1人	0.0%
もっとPRすること	1人	0.0%
もっとアピールして欲しい	1人	0.0%
もっとアピールする	1人	0.0%
もっとテレビCMなどで昆布の良さをアピールする。	1人	0.0%
もっとテレビで宣伝すればいいとおもう。	1人	0.0%
もっとテレビなどで昆布料理を紹介すれば作と思う。	1人	0.0%
もっとテレビや本で昆布の美味しいレシピを宣伝したらいいと思います。それか、昆布のパッケージの裏にレシピを書いてくれたら嬉しいです。	1人	0.0%
もっとメディアでアピールすべき	1人	0.0%
もっとレシピなどをCMで流すのはどうでしょうか？	1人	0.0%
もっと興味をもつように、CMなどで宣伝してみては。	1人	0.0%
もっと広告をする。	1人	0.0%
もっと昆布のレシピをテレビや雑誌などで紹介してあれば興味がわくのでは？	1人	0.0%
もっと主婦向け雑誌などで特集すればいいと思う	1人	0.0%
もっと宣伝した方が良く	1人	0.0%
もっと宣伝して簡単な料理をたくさん紹介してもらえたらいいと思います	1人	0.0%
やっぱり、キャンペーンや広告をもっと見てもらうべき！体にもいいので	1人	0.0%
やっぱりTVで大々的に昆布は良い！とやればいいと思う	1人	0.0%
やっぱりテレビなどで取り上げられると反響が大きいと思います。	1人	0.0%
やっぱりめメディアで宣伝するのが一番早いと思う。	1人	0.0%
やっぱり料理番組でしょう	1人	0.0%
やはりCMで流す、とか テレビの番組でとりあげてもらうのがいいのでは？あまりポピュラーな感じがしないのがいけないような気がする。	1人	0.0%
やはりTVでしょう。昆布の効用を広く説くプログラムを各TV局が作成すれば早道。	1人	0.0%
やはりお料理番組や雑誌のお料理コーナーで取り上げてもらうことでしょね。	1人	0.0%
やはりテレビなんかで昆布を使った料理をくさん提供したらいいのでわ	1人	0.0%
やはりテレビのCMでキャンペーンをやる	1人	0.0%
レシピなどもっとテレビなどで一般的に使われるようにして主婦が目にする機会を増やすといいと思う。	1人	0.0%
レシピの無料配布、ネット配信	1人	0.0%
レシピをCMで流したらどうでしょう？キューピーさんのように。	1人	0.0%
レシピをTVや雑誌など目にとまりやすいところにのせる。	1人	0.0%
レシピをもっとCMとかで流してほしい	1人	0.0%
レシピをもっとメジャーに宣伝する・テレビでこんぶを取り上げてブームを作る	1人	0.0%
レシピを雑誌などで料理研究家に作ってもらう。	1人	0.0%
レシピを雑誌にのせる	1人	0.0%
レシピを宣伝する	1人	0.0%
可愛いCMを作る	1人	0.0%
家族連れが集まるイベント会場などで、こんぶパーティーのような料理、試食会が各地で定期的に開催されれば、行ってみたい気持ちになるのではないのでしょうか。	1人	0.0%
花丸とかテレビに取り上げられる	1人	0.0%
皆が興味を持つようなCMを作り、TVでどんどん流す	1人	0.0%
皆身体に良いと解るとすぐ飛びつくのでそれをCMや電車のつり革広告等でやれば良いと思う。	1人	0.0%
簡単でおいしい料理教室の開催	1人	0.0%
簡単にできる昆布料理の実践販売があったらいいなと思います	1人	0.0%
簡単に作れる昆布料理の普及	1人	0.0%
簡単に作れる方法をPR	1人	0.0%
簡単メニューをテレビCMや店頭で放送する	1人	0.0%
気軽に参加出来る1日料理教室などを行う。	1人	0.0%
健康番組でとりあげてもらう	1人	0.0%
健康番組で取り扱うとよいとおもう。	1人	0.0%
健康番組で取り上げてもらう(笑)！	1人	0.0%
健康番組などで、昆布の効能や味について取り上げてもらえるといいと思う。	1人	0.0%
健康番組や雑誌で使ってもらう。子供向けの教育雑誌で昆布の効能とレシピ特集もいいかも。	1人	0.0%
健康番組や雑誌等で取り上げてもらう。	1人	0.0%
健康料理の番組でとりあげる。	1人	0.0%
懸賞やキャンペーンをどんどんしたほうが良い	1人	0.0%
広くアピールした方がいいます	1人	0.0%
広告	1人	0.0%
広告や身体によいということをもっと知らせる	1人	0.0%
広告をしただけのこのように人気ができるかも・・	1人	0.0%

広告をたくさんして、レシピを広める。スーパーなどで、試食会をする。	1人	0.0%
広告を増やす レシピの配布	1人	0.0%
広告を多くする	1人	0.0%
広報	1人	0.0%
講習会や料理教室を開く。	1人	0.0%
今の日本の食生活ではなかなか難しいと実感しています。短期的ではあるが確実に消費量をあげるとすれば「おもいきりテレビ」でみのさんに取り上げてもらうとか(笑)	1人	0.0%
今はまだまだテレビの料理番組が一番影響を与えと思う。	1人	0.0%
昆布＝だし というイメージが強いので、スーパーで料理方法を周知したり、マネキンさんに実際に料理してもらって、試食販売をするなど普及してほしい。	1人	0.0%
昆布＝だし のイメージが強いので、栄養価がある事はわかっていてもなかなか料理のレパートリーに入りません。まずPRではないでしょうか…。	1人	0.0%
昆布がどれほど体にいいかをみのさんにTVでレクチャーしてもらう。健康番組でとりあげてもら。要はマスコミで宣伝してもらう。栗原はるみさんなどメジャーな方に昆布をつかったおいしそうレシピを本にしてもらう。もしくはレシピ集をなんかのキャンペーンのプレゼントとしてつける。	1人	0.0%
昆布がもっと栄養があり、手軽に使える具材だと、雑誌や料理番組などで取り上げられればいいと思う	1人	0.0%
昆布での料理方法を格安の料理教室でたくさん教えてもらえたら、家で作るようになると思います。	1人	0.0%
昆布のPR	1人	0.0%
昆布のアピール	1人	0.0%
昆布のキャンペーンを増やしたり、レシピをもっと普及させる	1人	0.0%
昆布のパラエティ番組で教えて欲しいです。	1人	0.0%
昆布のよさをテレビ番組などでアピールする	1人	0.0%
昆布のよさをテレビ番組などで取り上げてもらう	1人	0.0%
昆布のよさを取り上げたテレビ健康番組を企画する	1人	0.0%
昆布の音楽を作る(CMを流す)	1人	0.0%
昆布の歌をつくってコマーシャルする	1人	0.0%
昆布の使い方を知らない若者が多いので、やはり料理教室かな	1人	0.0%
昆布の試食の無料配付。健康番組で昆布特集を取り上げてもらう	1人	0.0%
昆布の試食販売や、店頭でレシピを定期的に新しくして置いていくなど、	1人	0.0%
昆布の宣伝をもっとする。	1人	0.0%
昆布の薬効のあるある大辞典などの健康番組で取り上げられると、みんな昆布を買って料理するようになると思います。	1人	0.0%
昆布の利点をメディアを使って広める。	1人	0.0%
昆布の料理って和食でしかなかなか思いつかないから、子供でもよこんで食べられる洋食や中華などの料理を考えて、スーパーなどで試食販売すればいいと思う	1人	0.0%
昆布の料理教室	1人	0.0%
昆布の良さなどをもっとテレビやネットなどで発信する。	1人	0.0%
昆布の良さや調理法をTVなどで取り上げられれば注目を集め、家庭で作る人も増えるように思います。	1人	0.0%
昆布の良さをPRする。手軽に料理する方法をPRする。	1人	0.0%
昆布の良さをアピール	1人	0.0%
昆布の良さをアピールする	1人	0.0%
昆布の良さをアピールする。	1人	0.0%
昆布の良さをもっとメディアを通してひろめていくか、昆布の歌を作って気ぐるみを着させる。	1人	0.0%
昆布の良さを広める。簡単に調理できる昆布を増やす。レシピを冊子にして配る。	1人	0.0%
昆布パウダーは便利ですがあまり知られてないようです。もっと宣伝すると良いのでは。	1人	0.0%
昆布は面倒なイメージがあるので、もっと手軽さをアピールする。以前、NHKのためしてがってんで、酢に昆布を30分ぐらいつけて酢のものをすると手軽でおいしいと言っていた。こういう番組でとりあげられた内容を大々的にアピールする。	1人	0.0%
昆布は和食のイメージから無国籍料理の様にどのジャンルにも使えるというレシピなどを雑誌などでアピールする	1人	0.0%
昆布マスコット(キャラクター)で宣伝するのはどうでしょうか。	1人	0.0%
昆布を使ったテレビ料理番組で取り上げてはいいか。	1人	0.0%
昆布を使った料理などをテレビで放映する。例えば、みのもんたの”思いっきりテレビ”などで。	1人	0.0%
昆布を使った料理のコンテストなどどうでしょうか？	1人	0.0%
昆布を使った料理教室を開いたり、ネット上で昆布レシピを公開する	1人	0.0%
昆布を週にどれくらい使ったら、どれくらい健康になるか、テレビの健康番組で特集したらいいと思う。	1人	0.0%
昆布を摂取することについてのメリットなどをもっと大々的に宣伝する。	1人	0.0%
昆布商品をTVコマーシャルで流したり、その時に手軽に出来る昆布料理の作り方を紹介するとよいと思います。	1人	0.0%
昆布成分の魅力をもっとテレビなどで宣伝してほしい。レシピをあまり知らないのに、簡単レシピを普及させてほしい	1人	0.0%
昆布製品で昆布料理を紹介するようなCMをながせばいいと思います。	1人	0.0%
昆布料理のイベントを開催する	1人	0.0%

昆布料理のコンテストを大々的に(テレビなどでも宣伝して)やる。	1人	0.0%
昆布料理をいっぱいPRして欲しい	1人	0.0%
昆布料理をテレビで放送する。	1人	0.0%
昆布料理を知らなければ作れないので、TVや雑誌などでアピールしていくと良いと思う。	1人	0.0%
昆布料理教室のイベントや、メディアで紹介する	1人	0.0%
雑誌(オレンジページやレタスクラブ)で、昆布料理の紹介があれば、真似をしたり、工夫して使ったりする人がふえるかも。私は雑誌のレシピを結構参考にするので。	1人	0.0%
雑誌での料理紹介などがいいと思う。	1人	0.0%
雑誌で昆布を使った料理の特集があれば、興味をもたれると思います。我が家でも、昆布といえば、佃煮・鍋の出し取り・昆布巻き・とろろ昆布くらいしか思いつきません。昆布を使った特集があれば、いろんな使い方を発見できると思います	1人	0.0%
雑誌で特集を組む。短時間で良いので、TV番組で昆布料理を毎日放送する(「●分昆布cooking」など)。塩分控えめ&短時間で調理できる商品を開発する。	1人	0.0%
雑誌などで 昆布料理の特集を組んで欲しい	1人	0.0%
雑誌などでの紹介は?	1人	0.0%
雑誌などでレシピを集めてほしい	1人	0.0%
雑誌などで昆布を使った料理をどんどん紹介したら作ってみようという方も多はず。友人の間でだしをとった後の昆布をすぐ捨てるのはもったいないという意見をよくききます。昆布はあまりスーパーなどでセール期間がないと思いますが、安売り期間を作ればまとめ買いをしているんな事に使おうとする人もいるのでは	1人	0.0%
雑誌などで特集をくんだらいいのでは?	1人	0.0%
雑誌のレシピ紹介などで良く見かけられるようになればいいと思います。	1人	0.0%
雑誌やTV番組での特集	1人	0.0%
雑誌やテレビでもっとレシピを紹介する	1人	0.0%
使い方や、簡単レシピがわかるようなリーフレットや、テレビなどで紹介してほしい。	1人	0.0%
思いっきりテレビに、昆布をとりあげてもらう	1人	0.0%
思いっきりテレビやあるあるなどの情報番組で取り上げれば一発。	1人	0.0%
視覚に訴える方法でアピールをする。テレビなどで取り上げられるといいですね。	1人	0.0%
試作品のモニターなどのキャンペーンを実施すればいいと思います。	1人	0.0%
試食などを増やす	1人	0.0%
試食やレシピの普及がいいかもしれないです	1人	0.0%
試食会を開く、昆布の入った袋にレシピを同封する など	1人	0.0%
試食会を行なう。栄養価をもっとアピールする。組み合わせると美味しい野菜の売り場にレシピと共に昆布を置く。	1人	0.0%
試食宣伝販売や昆布料理教室の開催	1人	0.0%
試食販売をしていただければ買う気になると思うのですが、見たことないです。	1人	0.0%
試食販売等で味、きり方などを知ってもらう。	1人	0.0%
次の日なくなるぐらい売れるようになるには、やはり「あるある大辞典」でとりあげられるのが一番でしょう!	1人	0.0%
自治会などで、料理教室をする。	1人	0.0%
実演販売や料理教室など	1人	0.0%
実際口にする機会があって、簡単でおいしいと感じられれば、主婦なら飛びつくはず。大手から、個人まで様々な料理教室でサンプル提供するのもひとつの方法だと思います。	1人	0.0%
若い女性タレントを起用した昆布のTVCMを作ればいいと思います。	1人	0.0%
若い人向けの簡単なレシピをCMで流す。(キューピーみたいな)	1人	0.0%
主婦系雑誌で特集を組む。スーパー等と提携してレシピカードを作り配布してみる。昆布料理をスーパー等で試食してもらう。	1人	0.0%
主婦向けのテレビ番組(はなまるマーケットとか)で紹介されると一気に増えるのでは?!あと、「おもいっきりテレビ」や「あるある…」などで昆布の効能も併せて簡単レシピを放送する。やっぱり、テレビの力は大きいとおもいます。	1人	0.0%
主婦向けの雑誌(オレンジページなど)やフリーペーパーなどに簡単に作れるレシピの紹介を載せる。スーパーでの試食会	1人	0.0%
主婦向けの雑誌などでの企画。	1人	0.0%
主婦向けの雑誌などに頻繁にレシピを紹介する。懸賞も良い方法だと思いました。	1人	0.0%
身近なスーパーなどで、試食会&レシピを頒布。	1人	0.0%
積極的なメディア展開	1人	0.0%
積極的にTVやスーパーの店頭でPRする。	1人	0.0%
折り込み広告やお店でポスターで表示する。	1人	0.0%
宣伝、レシピの配布、無料試食会などを開催する。	1人	0.0%
宣伝する、	1人	0.0%
宣伝と雑誌で特集を組めばいいと思う	1人	0.0%
宣伝やプレゼントなど	1人	0.0%
宣伝をする	1人	0.0%
宣伝をもっとするべき、料理に限らず、昆布のスナックやお菓子などうちではよく食べますよ。	1人	0.0%
宣伝を多くする。	1人	0.0%
宣伝効果を狙う	1人	0.0%

即効性があるのはみのもんた氏の番組に取り上げられることでしょうか？一過性のブームで終わる可能性も大ですが…。	1人	0.0%
多くの料理研究家が昆布料理をもっと紹介すればいい。	1人	0.0%
大々的なキャンペーンを打ち出す！	1人	0.0%
調理方法が良く分からない。TVの調理番組などで、手軽に出来る料理をやっていたら、もっと興味が沸くかも。	1人	0.0%
超有名芸能人に昆布のCMに出てもらう	1人	0.0%
店頭でのPR	1人	0.0%
店頭での試食販売	1人	0.0%
店頭での実演販売	1人	0.0%
店頭では試食などが行われ、一緒にレシピもいただけたら作ってみようかなあと思います。あるある大辞典などで昆布の良さを紹介されたら、きっと試してみたいかなと思います！！昆布の日！？というのがあれば積極的にとり入れると思います。	1人	0.0%
店頭で美味しい昆布料理の実演販売をする。パッケージにレシピを載せる。料理番組や料理雑誌で取り上げる。	1人	0.0%
婦人雑誌などで昆布料理の特集を組んでもらって、栄養面やおいしさを強調すると良いと思う	1人	0.0%
平野レミに協力してもらう	1人	0.0%
無料お料理教室や試食販売をして料理のアドバイスをしてもらえるといい。	1人	0.0%
無料の料理教室の開催	1人	0.0%
有名なタレントを使ってコマーシャルを流す	1人	0.0%
有名な料理家に雑誌等で発表してもらう	1人	0.0%
有名人が昆布を使った料理を作る	1人	0.0%
有名料理研究家などに、昆布料理だけの料理本をだしてもらう。テレビで昆布料理特集などを放映する。	1人	0.0%
夕飯の買い物時、スーパー等でのデモンストレーションで色んな簡単な食べ方を紹介してもらえれば、購入して試してみようと思う。昆布は手のかかる食材のイメージが強いから。	1人	0.0%
料理の仕方をもっと広めるためにいろいろなイベントをする。	1人	0.0%
料理教室を開いて、レシピをおしえてくれれば、家庭でも作るとおもう	1人	0.0%
料理教室を開く	1人	0.0%
料理教室を定期的に開く	1人	0.0%
料理研究家が、昆布を使ったレシピの本を出版する。自分ではなかなか昆布を使ったレシピが考えつかないの。	1人	0.0%
料理講習会・料理レシピなどをお知らせする事だと思う(商品に簡単レシピをつけるなど)	1人	0.0%
料理専門家に頼んで手軽にできる昆布料理のレシピをネットで公開する。	1人	0.0%
料理専門家や今回の家庭で利用する昆布料理を袋に明記する。家庭のレシピは、応募懸賞で、募ったりもする。	1人	0.0%
料理番組・雑誌に出れば作られるようになると思います。	1人	0.0%
料理番組でもっと昆布を使った料理を紹介する。	1人	0.0%
料理番組で昆布が体に良いということを集める。「あるある大辞典」とか…。	1人	0.0%
料理番組で昆布特集なんかがあれば…	1人	0.0%
料理番組で昆布料理特集を企画する。	1人	0.0%
料理番組で取り上げてもらう。	1人	0.0%
料理番組で紹介する	1人	0.0%
料理番組で調理法を伝える。たとえば朝のはなまるマーケットなどで、昆布特集してもらう	1人	0.0%
料理番組で特番をする。	1人	0.0%
料理番組などでやってくれるとうれしいです	1人	0.0%
料理番組などで昆布料理をアピールする。	1人	0.0%
料理番組などで宣伝をする。	1人	0.0%
料理番組やテレビの他の番組などで昆布料理やレシピをもっと目に付くようにすれば、やってみようかなと思うのでは？	1人	0.0%
料理番組や料理本などでもっと昆布を使ったようなレシピを紹介してもらえると良いと思う。どうしても「だし」として使うというイメージしかないの。	1人	0.0%
料理本などで特集を組んで欲しいです。	1人	0.0%
料理本や雑誌などで取り上げられたら、使ってみるかも	1人	0.0%
価格	240人	4.8%
安くする	9人	0.2%
安くなる	3人	0.1%
昆布の値段を安くする	3人	0.1%
安くなればいい	2人	0.0%
価格	2人	0.0%
昆布が安くなるといい。	2人	0.0%
昆布を安くする	2人	0.0%
値段を安くして欲しい	2人	0.0%
値段を安くする	2人	0.0%
いい昆布がもっと安いといい。	1人	0.0%
いい昆布は値段が高くて、なかなか手が出ない。端の部分とか、お徳用なパックにして価格をおさえて販売してもらえたらいいなと思う。	1人	0.0%

うーん、難しいですね。。こんぶの量を減らしてお安くしてもらえると助かります。いつでも気軽に購入できるように小パックにされていると若いママさんも使いやすいのではないかしら。パックには簡単なレシピを必ず掲載してもらえるとお料理してみたいなと思います。	1人	0.0%
おいしいけど高いイメージだから	1人	0.0%
おいしいこんぶをもう少し安く消費者に提供できるようになればよいと思う。	1人	0.0%
おいしい昆布がもっと安価になればいい。	1人	0.0%
おいしい昆布が安く手に入ること	1人	0.0%
おいしい昆布が市場から安く出ること	1人	0.0%
おいしい昆布が手に入り易くなる事だとおもう。私は友人の息子さんが北海道で働いていて、一年に1度たくさん送ってくれるので便利に使っている	1人	0.0%
おいしい昆布を手頃な値段で手に入れられる。	1人	0.0%
おてごろな価格にしてほしい。	1人	0.0%
お値段を安く。粉昆布がほしいです。	1人	0.0%
お値段を安くするのと、メジャーな料理番組で昆布料理を紹介すること。または健康番組で、昆布の効能のはなしのあとに昆布料理の紹介。	1人	0.0%
こぶって結構お値段が高いので、安いといいなあと思う。	1人	0.0%
コンブがもっと安くするように、手軽においしいコンブが手に入るようになるといい。	1人	0.0%
こんぶが安くなる	1人	0.0%
こんぶそのものがお値段が高いかも	1人	0.0%
こんぶそのものが高いかも	1人	0.0%
こんぶだけで食べるのは難しいし、割と高いんですね。	1人	0.0%
こんぶってけっこう高い気がする	1人	0.0%
こんぶは案外高いので、もっと買いやすい値段の物が増えたらいいと思う。	1人	0.0%
だし昆布って なぜ そんなに高いんでしょうか	1人	0.0%
とろろや刻み昆布などは価格が手頃ですが、板昆布は金額が高い。昆布メを作りたいと思ってても刺身以上に高くなってしまっているので、手頃なサイズがあったり、挟むだけで昆布巻きができるセットがあればいいと思います。	1人	0.0%
値段を安く、使い勝手がよくなればいいと思う	1人	0.0%
まず、昆布は高いのでもう少し値段が安くなることと、料理のバリエーションが豊富だということをアピールすることが大切だと思います。それと、水で戻したりするのが面倒に感じる人も多いと思うので、短時間で戻せるように工夫された商品が発売されれば使いやすいと思います。	1人	0.0%
みんな使っているのでは？でも価格が高いので、だしの素とか使っているのでは？北海道で昆布を買ったがとても高い、昔 母が昆布を私達に四角に切らせ塩昆布を大量に作っていたのを思い出す。	1人	0.0%
もうすこし、昆布が安くなるといい	1人	0.0%
もうすこし身近かつ安くなる	1人	0.0%
もう少し、お値打ちになればいい、	1人	0.0%
もう少し安かったらな～！と思います。	1人	0.0%
もう少し安くなって、調理もしやすい状態で売られているといいかもしれないと思う。	1人	0.0%
もう少し安く売ってほしい	1人	0.0%
もう少し安ければ… また 美味しさを知れば 使う回数がふえるかな～	1人	0.0%
もう少し値段が安いと…	1人	0.0%
もう少し値段が下がるといいかな、と思う。あと、和食以外にも使い道が広がれば…	1人	0.0%
もう少し値段を安くして購入しやすくする。パッケージにこんぶレシピを載せる。	1人	0.0%
もっとおいしい昆布がやすくなればよい	1人	0.0%
もっとお安くしてほしい。	1人	0.0%
もっとお手ごろ価格だとい	1人	0.0%
もっとこんぶが安くて簡単に作れて美味しい料理があればもっと家庭で食べると思う。	1人	0.0%
もっとリーズナブルな価格にする。	1人	0.0%
もっと安い昆布も手軽に買えるようにする	1人	0.0%
もっと安かったらいいと思う	1人	0.0%
もっと安くしてほしい	1人	0.0%
もっと安くなるといい	1人	0.0%
もっと安くなればいいと思う。	1人	0.0%
もっと安くなればもっと使ってもらえるのではないのでしょうか	1人	0.0%
もっと安く昆布が売ってれば使う	1人	0.0%
もっと安く買えて 料理法などのレシピがついていたりすると買うかも。	1人	0.0%
もっと安価に	1人	0.0%
もっと安価にすること	1人	0.0%
もっと昆布が安く買えるといい。	1人	0.0%
もっと値段を安くして欲しい。昆布の粉末が、手軽に使いやすいそうなので、安価な商品を作って欲しい。	1人	0.0%
やすくなる	1人	0.0%
やすくなる	1人	0.0%
やすくなればよい	1人	0.0%

やはり昆布自体の値段が安くなってくれること。また、スーパーなどではまさに正月用品として以外は隅に置かれていることが多く、目立ちません。もっとお肉売り場や魚売り場に昆布を置いてレシピを公開するなどセット販売されていると料理としてのイメージが湧いて昆布を使おうという気持ちになります。と思います。	1人	0.0%
わりと価格が高いのでもう少し安くなれば。	1人	0.0%
扱い安ければ、もっと使うかもしれない。	1人	0.0%
安い・簡単・美味しい…ものならば誰しも興味があると思います。	1人	0.0%
安いスーパーで売ってるようなあまり質の良くない昆布ではなく、上質な、でも値段もお手頃な昆布が手軽に購入出来たら、と思います	1人	0.0%
安いといい	1人	0.0%
安いと買いやすい	1人	0.0%
安く	1人	0.0%
安く、簡単にできるような商品開発	1人	0.0%
安く、料理ごとに特徴があって、使いやすい商品が増えればよい。	1人	0.0%
安くする。	1人	0.0%
安くする。戻さなくてもすぐに使える昆布が有ると良いな。	1人	0.0%
安くて、扱いやすいコンブが増えるといい	1人	0.0%
安くておいしいといいと思う	1人	0.0%
安くておいしいものをたくさん売ってください。	1人	0.0%
安くてよい素材のこんぶがあればよい 和風だけではなく、色んな料理に使える用途があればよい	1人	0.0%
安くて扱いやすい	1人	0.0%
安くて使いやすいカットしてあるものを売る	1人	0.0%
安くて手軽に作れるレシピを普及させる。	1人	0.0%
安くて美味しい	1人	0.0%
安くて美味しい商品があればよい	1人	0.0%
安くて美味しく料理も簡単！とレシピ付きで大々的に宣伝する。人気キャラクター（アンパンマンなど）を使い、ポイントを集めると必ずもらえるといったようなプレゼントキャンペーンをしてみる。美味しくて使い勝手も良ければ、キャンペーンが終わってもリピーターはいると思う。	1人	0.0%
安くなったらもっと買うのに。。。	1人	0.0%
安くなったり、食べやすいレシピをもっと提供出来るようにしてほしい。	1人	0.0%
安くなればいいな	1人	0.0%
安く手に入りやすくなったらよいと思う。	1人	0.0%
安く手に入ること	1人	0.0%
安く手に入れば…。	1人	0.0%
安く日本産が手に入るといいです。	1人	0.0%
安く買えれば	1人	0.0%
安ければいいと思います。	1人	0.0%
安価で、使い勝手がよい	1人	0.0%
安価でいい昆布が手に入ること。	1人	0.0%
安価にしてもらいたい。	1人	0.0%
安価にする。	1人	0.0%
安価になるといい	1人	0.0%
安価に購入できるようにする。	1人	0.0%
安価に提供して下さい。	1人	0.0%
意外と高いので、もっと安価にする。パッケージにレシピを載せたり、スーパーなどで試食をさせる。	1人	0.0%
価格	1人	0.0%
価格が安いなら	1人	0.0%
価格が安くなってほしい	1人	0.0%
価格が安くなる。	1人	0.0%
価格が安くなるといい	1人	0.0%
価格が安くなるのと 店頭でのレシピの案内	1人	0.0%
価格が安くなればいいのでは？	1人	0.0%
価格が安く安全なものがどんどん売られるようになるとよい。国産で使いたいと思うものはたいてい高い。	1人	0.0%
価格の安価	1人	0.0%
価格や種類(サイズなど)リーズナブルになれば使えると思う。また、料理ブックやレシピ集など、こんな時にも使えるという小冊子が店頭にあると購買率が上がると思う。	1人	0.0%
スーパーなどで昆布イベントを行う。		
価格をお手ごろにする。小さく切ったものを販売する。	1人	0.0%
価格をもう少し安く。	1人	0.0%
価格をもっと買い易いものにすると良いと思う。あまりに高く正月用にしか買えない。	1人	0.0%
価格を安く	1人	0.0%
価格を安くするとか、使いやすい形状に整えとかしてくれたらどうだろうか。	1人	0.0%
価格を安くもっと簡単に作れるレシピがあればよい	1人	0.0%
価格を安く手軽に調理。	1人	0.0%
価格を下げれば利用する頻度が上がると思う	1人	0.0%

価格を手ごろにする	1人	0.0%
価格的にやすくなり、簡単に使えるようになればいいと思う。	1人	0.0%
簡易で安価で安心な料理方法があればいい	1人	0.0%
刻み昆布など使ってみたいのですが市販のものは結構高いのもっと安くして頂きたい	1人	0.0%
国産昆布をもっと手ごろ価格に、そしていろいろなレシピを袋などに書いてあるといいのではないかと思います	1人	0.0%
国内産のものがもう少し安くなればよい	1人	0.0%
昆布イコール高いというイメージが強い(実際高い)それに値段の割に魚とか肉のようにメイン料理にならないし、いろんなレシピを見ても昆布が材料に入ってるのはほんとに少ないと思う。なので、もう少し買いやすい値段(実際これをお仕事にされてる人達は大変だし現状が妥当なのはわかるけれど)にし、いろんなレシピをいろんな場面で公開したらと思う	1人	0.0%
昆布がもう少し安ければ使われるのかなと思います。	1人	0.0%
昆布がもっと安くなれば違うのでは。	1人	0.0%
昆布が安いとよい	1人	0.0%
昆布が安くなれば・・・	1人	0.0%
昆布が安くなればいい	1人	0.0%
昆布が安ければ・・・	1人	0.0%
昆布が結構高価なものなので、お手頃価格にしていきたいです。	1人	0.0%
昆布が高いのもっと低価格なら	1人	0.0%
昆布だし製品の安価なものを出すと売れる。	1人	0.0%
昆布って安くないので頻繁に購入する事が出来ないでしょう。たまーに使うにも分量を考えてしまいますから。何か手軽に使える美味しい料理方法はこちらが知りたいくらいですー	1人	0.0%
昆布のお値段が高い。(安い乾燥昆布は、硬くておいしくない)	1人	0.0%
昆布のお値段をもう少し安くしてください。	1人	0.0%
昆布の安売りとレシピをセットにして売って欲しい。	1人	0.0%
昆布の価格がお手軽になればよいかと思う。パッケージが子袋込みになる。もっと価格のセール日を増やす。簡単なレシピ集などをスーパーに置く。お安くなるチケットをだす。栄養のアピールをする。	1人	0.0%
昆布の価格がもっと下がり、調理しやすくなるといい。	1人	0.0%
昆布の価格が下がること	1人	0.0%
昆布の価格をもっと安くする。	1人	0.0%
昆布の単価がもう少し安くなれば・・・。	1人	0.0%
昆布の値段が安くなる	1人	0.0%
昆布の値段が安くなればいい	1人	0.0%
昆布の値段が安くなればいいと思う	1人	0.0%
昆布の値段が高い 食べれるようにするのに時間がかかるというのがネックです。	1人	0.0%
昆布の値段が高い。もっと安くなったら買いやすいと思う	1人	0.0%
昆布の値段が比較的高めであるので、値段が手ごろであったり、色々なレシピも紹介し栄養面などでもアピールするべきだと思う。	1人	0.0%
昆布の値段をもっとお手頃価格にして、簡単に昆布料理を作れるレシピを紹介して欲しい。	1人	0.0%
昆布の値段をもう少し安くして欲しい。	1人	0.0%
昆布の値段をもっと安くする。	1人	0.0%
昆布の値段を安くする。	1人	0.0%
昆布の値段を下げる。	1人	0.0%
昆布の値段安くなる	1人	0.0%
昆布の料金を安くする。簡単に作れる美味しいレシピを昆布の包装に載せる。	1人	0.0%
昆布は金額がけっこうするような感じだし、スーパーの売り場でもわかりづらいところにあるから、昆布を買いたいと思えるようになることが必要だと思う。	1人	0.0%
昆布は金額が高いのでなかなか気軽には買えませんが、少量でも美味しくできる料理があればと思います	1人	0.0%
昆布は金額が高いのでもう少し安くなれば購入して作ると思う	1人	0.0%
昆布は高い。もっとやすく使いやすい素材だったらいいと思う。	1人	0.0%
昆布は高いイメージがあります。少し欲しくても、たくさん入っていたり・・・保存が面倒な(場所をとる)イメージも。どれくらい保存がきくかもよく分からなかったり。あるある大辞典(TV)などで昆布の特集があったら！・・・いかがでしょう？	1人	0.0%
昆布は高いからもっと安くすばいい。	1人	0.0%
昆布は高いと言う声が多かったので手軽に買えるように小ぶりなパック等あったら良いのでは？	1人	0.0%
昆布メーカー製造のお惣菜が、手頃な価格で売っていたら参考になるのでは。	1人	0.0%
昆布を「塩」並みの価格にすればよいと思います。	1人	0.0%
昆布をもっと安くしてほしい	1人	0.0%
昆布を使った料理は作ったことがないので、こちらのほうが教えてほしいです…でも、高いからなかなか作れないかもしれません。	1人	0.0%
昆布自体が少し高い。	1人	0.0%
昆布茶もよく料理につかいますが値段がたかつくのでー	1人	0.0%
使いたくても値段が高いので、もっと安価になればよいかな・・・	1人	0.0%
質の良い昆布の価格を下げて欲しい。	1人	0.0%

手ごろサイズの国産昆布を手ごろな値段で売っていると、一人暮らしとかでも手が出しやすくなると思う。外国ものがでまわっているの、国産もやすく提供できるともっと買いたい。	1人	0.0%
手軽な価格で、手軽に調理できるといいと思います	1人	0.0%
手軽に使える値段になれば...	1人	0.0%
手頃	1人	0.0%
手頃な値段	1人	0.0%
手頃な値段や、下ごしらえ等が楽にできるレシピがあるといい	1人	0.0%
出し昆布はよく使いますが、もう少し安かったらいい。昆布を使った簡単レシピがおまけについていたらいい。	1人	0.0%
小パックで安価でカットしてある	1人	0.0%
少しでいいので値段が安いこと	1人	0.0%
少量で安いものを売ればいい	1人	0.0%
食べておいしい昆布はやっぱ高いので 小分けの安いものがあれば良いと思う。	1人	0.0%
袋を開ければすぐに使える昆布が手ごろな値段で手に入ること	1人	0.0%
単価を安くする	1人	0.0%
値段がでがるであること。レシピがあること	1人	0.0%
値段がもう少し手ごろになればいいと思います	1人	0.0%
値段が安かったらいい。	1人	0.0%
値段が安い事	1人	0.0%
値段が安くて量が多ければもっと遣うと思う	1人	0.0%
値段が安くなるといい。	1人	0.0%
値段が安くなるといい。レシピをもっと宣伝してほしい。	1人	0.0%
値段が安くなるように。	1人	0.0%
値段が安くなれば頻繁に使う。	1人	0.0%
値段が下がるといいと思います。 羅臼昆布は高価なのでめったに手に入りません。もっと安価になると 食卓に登場する機会が増えると思います。	1人	0.0%
値段が下がればもっと利用する。	1人	0.0%
値段が高いから求めにくいのもっと安く買うことが出来ればもっと利用します。	1人	0.0%
値段が手頃になれば良い。	1人	0.0%
値段だと思えます。スーパーじゃ高いです。	1人	0.0%
値段と等級の相関をわかりやすく示し、少量から購入できるようにしてほしい	1人	0.0%
値段を安く	1人	0.0%
値段を安くしたり、スーパーなどで手軽なレシピを教えてもらえるとみんな使うと思います。	1人	0.0%
値段を安くして、おいしい調理法を紹介する	1人	0.0%
値段を安くして、レシピをたくさん知ってもらうようにする。	1人	0.0%
値段を安くする、使いやすく保存しやすいものがある。	1人	0.0%
値段的にリーズナブルになる様工夫する。料理番組などで積極的に昆布を使ったレシピを紹介する。	1人	0.0%
低価格でおいしい昆布	1人	0.0%
低価格にする	1人	0.0%
特産昆布がネットで安く入手できればうれしい。	1人	0.0%
買いやすい値段	1人	0.0%
美味しい物を手頃な価格で提供	1人	0.0%
品質がよくて、値段が手ごろになればいいと思う。	1人	0.0%
品質の良いものが、お安く手に入ればいいのと思う。	1人	0.0%
名産の昆布が安く手に入ってほしい。	1人	0.0%
良い物を安く。細かくカットする。小さい容量にする。	1人	0.0%
良質の昆布がもっとお手軽価格になれば利用頻度が上がると思います	1人	0.0%
良質の昆布が少量から安く買えるようになる	1人	0.0%
良質の昆布を安くする。毎日手元にあれば、自然と使います。工夫もします。海藻類は、スーパーでもめったに半額処分とか、割引とかがなく、つい買わずに帰ってしまいます。	1人	0.0%
良品が安価で手に入り、スーパーなどでレシピブックなどを配布したらいいと思う。	1人	0.0%
効果をアピール	204人	4.1%
いかに健康によいかアピールする。	1人	0.0%
いかに体に良いか、宣伝する。	1人	0.0%
いかに体に良いかということをテレビや雑誌で紹介する。ダイエットに良い！とか言うのと、食べなくなる。	1人	0.0%
おいしいし身体にもいい事をアピールする。	1人	0.0%
おいしさよりも、健康効果を謳えば女性は飛びつくのでは、と思います。	1人	0.0%
かわいいキャラクターなどを使って昆布が体に良いという事を知ってもらう。	1人	0.0%
これまで認知のための努力は各方面で積み重ねてきていると思うが、更に幼少時からの摂取が健康のために良いとてう種々の事例を紹介し、PRに努める。	1人	0.0%
こんぶがいかに栄養があるかというのをテレビで紹介する	1人	0.0%
こんぶがやせるのに効果がある などの役に立つようなことが分かれば...	1人	0.0%
こんぶが健康にいいことをもっとアピールする	1人	0.0%

こんぶが健康や美容に有効だというデータや、その効率的な利用方法を紹介する。	1人	0.0%
こんぶが体にいいことをすれば購入者もふえるし昆布料理もつくるのでないかと思う	1人	0.0%
こんぶが体に良いという事をもっとアピールすると思う	1人	0.0%
コブにはどのような栄養効果がありどう食べたらより効果があるかわかればいいと思	1人	0.0%
こんぶの意外な利用法や成分による健康効果が効率的に期待できるような調理法・レシピ等をパッケージに表示したり、時間が無くても手軽に作れる美味しい半調理済みの製品など。こんぶ料理のコンテストを開いて、優秀作品をパッケージに表示公開	1人	0.0%
こんぶの栄養価、効果、だしの旨みなど、知識が増えると良いと思います。	1人	0.0%
こんぶの栄養成分がコレステロール低減に役立つことを宣伝	1人	0.0%
こんぶの栄養素をわかりやすくして、手軽に調理できるようなレシピがあればもっと私にとって身近な昆布になると思います。	1人	0.0%
こんぶの健康のよさをテレビとかでアピールする。	1人	0.0%
こんぶの効果を分かりやすく説明していただければ良いと思います。	1人	0.0%
こんぶの持つ栄養等について、みんなに知っていただく機会があればいいと思いま	1人	0.0%
こんぶの利点（栄養素など）がもっとテレビなどでアピールされれば、より多くの人に興味を持ってもらえるのではないかと思う。たとえば「午後は〇〇おもしろいテレビ」や「発掘！あるある大辞典」などでこんぶが取り上げられれば、こんぶへの注目度は一度に高まると思う。	1人	0.0%
こんぶの良さや栄養を語る。	1人	0.0%
ダイエットにすごくいいとかの簡単で美味しい料理の写真つきで紹介など。関係ないのですが、先日昆布のハガキを出そうと思い東急ストアへ買い物に行ったんですが、ハガキが見当たらず送れなくて残念だなと思いました	1人	0.0%
ダイエットによいということで売り出せば、いろんな家庭で作られるようになると思う。	1人	0.0%
ダイエットに効く！！と宣伝をしたら、主婦はとびつく！	1人	0.0%
ダイエットに効くよ。などと言われると食べたくなる	1人	0.0%
ダイエットに効くをテーマにもりあげてみては？	1人	0.0%
ダイエットに良い、あきないレシピをどんどん掲載していけばと思います。	1人	0.0%
ダイエットや健康を前面に出す。	1人	0.0%
どれだけ体に良いかという点をアピールしていく	1人	0.0%
もっとTVで栄養価を大きく知らせて、簡単レシピを公開したらいいかも・・・	1人	0.0%
もっと昆布のことを知って、いろんな特質を知ればなんとかなるのかも。	1人	0.0%
もっと昆布の栄養価などをアピールすればいいと思う。	1人	0.0%
もっと昆布の良さをいろいろなところでアピールすればよいと思います。	1人	0.0%
やはり、美容や健康をもっと前面に出して料理が簡単にできることだと思います	1人	0.0%
ヨードなど栄養を含め、健康度をアピールする	1人	0.0%
栄養の面をアプローチ。日本の文化背景も！	1人	0.0%
栄養や効果・効用のPR	1人	0.0%
栄養をアピール	1人	0.0%
栄養価が高い、手間がかからないなどの便利な点をアピールする	1人	0.0%
栄養価が高いことなどを、CMなどを使ってアピールむすると良いと思います。	1人	0.0%
栄養価が高いことをもっと知らせていく工夫が必要。	1人	0.0%
栄養価が高いことを知ってもらう	1人	0.0%
栄養価などの利点がしられるといいと思う。健康番組でとりあげられるといいと思う。	1人	0.0%
私は足やせにいいとききがごめ昆布をたべていますよ！！		
栄養価などをテレビや雑誌などでたくさん取り上げられるようになると昆布料理も作られるようになるのではないのでしょうか。	1人	0.0%
栄養価のアピール	1人	0.0%
栄養価の高さなどをアピールすればよいのではないか	1人	0.0%
栄養価や健康に良い事・簡単な料理の仕方をわかりやすいイラストなどで、昆布の袋などに説明する	1人	0.0%
栄養価をアピール	1人	0.0%
栄養価をアピールする。成分をアピールする。	1人	0.0%
栄養価をアピールするのを使いやすく小分けで販売していると良い	1人	0.0%
栄養価をたくさんアピールする。	1人	0.0%
栄養価をもっと具体的にし、価格を下げる	1人	0.0%
栄養効果を広める ダイエット効果を広める	1人	0.0%
栄養成分などを認知させる	1人	0.0%
栄養素のウチクを大々的にPRする。	1人	0.0%
栄養素の面からの情報をもっと知らせるようにする。	1人	0.0%
栄養素をアピールしたり、昆布の簡単なレシピをどんどん紹介したり、最初から拭いてあり切り込みも入った昆布を販売するなどしたら面倒くさがり的人也利用するかと思います。	1人	0.0%
栄養面でのアピール	1人	0.0%
栄養面で優れている事を強調する。	1人	0.0%
栄養面の昆布の良さをもっとアピールして、若い人にも親しみがもたれるようにしたら良い。	1人	0.0%
栄養面をテレビで放送する。	1人	0.0%
栄養面をもっとアピールする	1人	0.0%

具体的な健康・美容効果をアピールする。昆布は地味なイメージなのでパッケージを明るく、親しみやすいものにする。	1人	0.0%
健康がキーワードでしょう。あるある、みの、などのTV番組で、〇〇に効く、といえば必ずや昆布ブームが訪れるでしょう。嘘はいけませんがい...	1人	0.0%
健康にいいことをアピールする	1人	0.0%
健康にいい所をもっとアピールすればいいと思う。	1人	0.0%
健康にどういった効果があるのかをもっと広めるといい。	1人	0.0%
健康にとっても良いということを強調してのPRが必要。	1人	0.0%
健康にどのようにいいか普及していけばいいと思います	1人	0.0%
健康にどのようにいいのかがもっとアピールできるとよいでしょうね。	1人	0.0%
健康にどれだけいいかのアピールや混ぜるだけ、合えるだけなど簡単に調理できる商品・レシピなどがあればいいと思う。	1人	0.0%
健康によいことと簡単なレシピをもっとPRすればいいと思う。	1人	0.0%
健康によいことをアピールする	1人	0.0%
健康によいことをもっとアピールできればよいと思う	1人	0.0%
健康に良いことをテレビで宣伝する	1人	0.0%
健康に良いことをもっとアピールすれば利用者が増えると思う。「〇〇健康法」など	1人	0.0%
健康に良いのをアピール	1人	0.0%
健康に良いものとして昆布をつかった商品を世間に広める。	1人	0.0%
健康に良い簡単レシピの普及 健康情報の普及	1人	0.0%
健康に良い昆布を若い人にもっと食べてもらうように洋食にも利用できればいいと思	1人	0.0%
健康に良い等の宣伝をする	1人	0.0%
健康のことをアピール	1人	0.0%
健康のために摂るといいということは知っているのだけど、だしをとるのがけっこう手間。もっと手軽に摂れるレシピがあればいいと思うし、粉末やみじん切りなど、サラダのトッピングやふりかけなどのように使える製品形状になっていれば摂取が簡単になると思います。	1人	0.0%
健康ブームにのって、昆布の栄養や効果を大きく取り上げればいい。	1人	0.0%
健康へのよさをアピール、少量パックをふやす。	1人	0.0%
健康へのよさをアピールする、昆布を用いた料理レシピを公開する。昆布のテーマソングを小売店で流す。	1人	0.0%
健康やダイエットによいということを、もっと宣伝する。	1人	0.0%
健康をアピールし価格を安くする。	1人	0.0%
健康効果のアピール	1人	0.0%
健康効果の宣伝。	1人	0.0%
健康効果をテレビで取り上げる	1人	0.0%
健康食品であるとの認識を強める	1人	0.0%
健康食品としてアピール	1人	0.0%
健康食品として宣伝すること	1人	0.0%
健康面でアピールする(広告ではなく情報として)	1人	0.0%
健康面での効果をアピールする	1人	0.0%
健康面やダイエットにおけるメリットをもっとアピールする。	1人	0.0%
健康面や美味しさをアピールする	1人	0.0%
効果などのアピール。レシピを豊富に	1人	0.0%
効能をアピールする。	1人	0.0%
今の時代、健康ブームでもあるので、『昆布はこんなに体にいいのよ!』というのをアピールする。	1人	0.0%
今は、昆布のシャンプーなども出ています。健康にいいこと、手軽に買える、料理に使いやすいなどのポイントをアピールすればよいのでは。	1人	0.0%
今は健康ブームなので、まずはコンブがいかに体に良いかを皆さんに認知してもらおうと思います。メディアから火の付いた食材は多いと思います。番組などで取り上げてもらったら、主婦の皆さんがすぐに昆布に飛びつくと思います。	1人	0.0%
昆布がどう体にいいのかわかるといいと思う。	1人	0.0%
昆布がどのように体にいいかをアピールする。	1人	0.0%
昆布がどれくらい健康にいいのかをアピールしたらいいと思う。	1人	0.0%
昆布がもっと美容に効くということを、はっきりわかる例で示されていると良いと思う	1人	0.0%
昆布が健康にいいことをもっとアピールする。	1人	0.0%
昆布が健康によいだけでなく食べやすくおいしいと思われるようになることだと思う。	1人	0.0%
ポテトチップのような感覚のお菓子になるといいのでは？	1人	0.0%
昆布が健康によい点をもっと積極的にPRする	1人	0.0%
昆布が健康に良いことをもっとPRする。	1人	0.0%
昆布が身体にどのようにいいのか、どんな調理法がいいのかなど健康番組に取り上げてもらう。	1人	0.0%
昆布が身体に良いことをアピールし簡単に料理に取り入れられる事を知らせる	1人	0.0%
昆布が身体に良いことをアピールする	1人	0.0%
昆布が身体に良い訳を、もっと積極的にアピールすること、簡単に調理できるレシピの普及。	1人	0.0%

昆布が体にいいことは皆さんわかってるとはおもいますが、やはり昆布は主役というより脇役で欠かせない存在、と思ってる人が多いのかもしれませんが、昆布そのものを料理してよりは粉にしてこれに混ぜるだけ～とかにすれば使い方がわからない方も買っただけじゃなく～まずはそこから始めてもらって口で昆布の味をしっかりと覚えてもらう！！簡単なだしより昆布そのものがこんなにおいしいんだぁ～と実感してもらえると1度作ってみようかな～なんて思うかもしれません。だめかな。。	1人	0.0%
昆布が体にいいことをアピールし、おいしいメニューを編み出す	1人	0.0%
昆布が体にいいことをもっとアピール、そして簡単料理を紹介	1人	0.0%
昆布が体にいいということをもっとアピールする。	1人	0.0%
昆布が体にいい事をメディアや本などで紹介する。	1人	0.0%
昆布が体によいことを多くの人に知ってもらう。コンブ料理が難しいものではないこと、昆布はそんなに高価なものではなく、家庭でだしをとったほうが栄養的にも経済的にもよいということをもっとアピールする。	1人	0.0%
昆布が体に良いと分かっている、具体的にどのように良いのか分からないので『昆布の栄養がどのように体に良いか』や『美容・健康に昆布のこんな成分が効く』などの情報をもっと出して、具体的な調理方法や簡単に調理出来る方法などをテレビや雑誌で紹介したら良いと思う。	1人	0.0%
昆布が体に良いもので、具体的な効果があればもっと昆布を使うと思う。	1人	0.0%
昆布が体の良いというのは、みなさん知っているのですが、使った料理を作ってみたいと思っていると思うのですが、昆布料理という、結構手の込んだ物が多く、出汁にする程度で終わっていると思います。いろいろな簡単に出来るレシピが、もっともっと広まると、作ってみようかなあと言う気になると思います。	1人	0.0%
昆布に関する栄養情報などをもっと公開する。	1人	0.0%
昆布に含まれる栄養素について、もっとアピールする。	1人	0.0%
昆布の「健康面」での良さをアピールするとよいと思う。	1人	0.0%
昆布のよさ（健康によい）をアピールするとともに、手軽に使えるということもアピールする。	1人	0.0%
昆布のよさを、もっとひろげる。	1人	0.0%
昆布のよさをアピールする	1人	0.0%
昆布のよさをもっと知ってもらう（健康によい等の情報）	1人	0.0%
昆布のよさを広めて、若い人に興味を持ってもらう。	1人	0.0%
昆布のよさを知る	1人	0.0%
昆布の栄養、ミネラルが豊富である事を知らせて、だしをとった後の昆布の使い道を工夫したレシピを、昆布のパッケージに載せて見るのはいかがでしょうか？	1人	0.0%
昆布の栄養、美容効果、健康高価をもっと広くアピールすれば良いと思います。今は健康・美容ブームなので・・・	1人	0.0%
昆布の栄養など、良さのアピール	1人	0.0%
昆布の栄養などをPRするとともに、簡単なレシピを教える	1人	0.0%
昆布の栄養についてもっとテレビ番組などで放送すると良いと思う。「あるある」など	1人	0.0%
昆布の栄養のよさをアピールする。たとえば、思いっきりテレビで取り上げてもらうとか。。	1人	0.0%
昆布の栄養の高さを宣伝し、おいしそうレシピをどんどん考える。	1人	0.0%
昆布の栄養や効能などをTV番組で紹介する	1人	0.0%
昆布の栄養や良さをもっとアピールすべきです。	1人	0.0%
昆布の栄養をもっと宣伝する。	1人	0.0%
昆布の栄養を知ること	1人	0.0%
昆布の栄養を理解すればもっと食べるようになると思います。	1人	0.0%
昆布の栄養価などのアピール	1人	0.0%
昆布の栄養価について、周知させる。	1人	0.0%
昆布の栄養価やどんな効果があるのかをアピールする	1人	0.0%
昆布の栄養価をPRする。肉売り場にレシピを置く	1人	0.0%
昆布の栄養価を大々的に訴えることでしょうか・・・	1人	0.0%
昆布の栄養価価値とか、食べることによって体がどうなるかなど、健康につながる昆布のイメージが理解できれば 食べるために自然と家庭の食卓に昆布料理が出るようになるはず。	1人	0.0%
昆布の栄養効果などをもっとアピールしていく。	1人	0.0%
昆布の栄養効果アピールし、美味しいお料理レシピを紹介してくれれば良いと思います。	1人	0.0%
昆布の栄養素の面から見たよさがもっと知られるとよいと思う。	1人	0.0%
昆布の栄養素を広める、高価なので、あまり使う機会がないと言うのもあると思う	1人	0.0%
昆布の栄養度・手軽さをアピール。	1人	0.0%
昆布の栄養分、体に良いところをアピールする	1人	0.0%
昆布の何が身体にいいのか？をもっと沢山の人たちに分かりやすく教える。有名な料理研究家の方など、料理に携わっている方々がテレビ・雑誌・ラジオなどで紹介すれば効果があるのではないのでしょうか？	1人	0.0%
昆布の健康に良いというところをもっとアピールする。テレビや雑誌で取り上げてもらう。	1人	0.0%
昆布の健康への効用を宣伝したら良いのではないのでしょうか！TV番組で良いと言うと売り切れたりしますよね。	1人	0.0%

昆布の健康効果とあわせ、調理の手軽さをアピールする。「あるある大辞典」など、メジャーなTV番組で取り上げられれば、効果大だと思う。一口大にカットされた早煮昆布などがあれば、より手軽に料理に取り入れられるかもしれない。	1人	0.0%
昆布の健康効果をもっとTV等でやる	1人	0.0%
昆布の健康効果をもっと周知させる。	1人	0.0%
昆布の健康効果をもっと特集して雑誌やテレビなどで取り上げる。商品のパッケージの裏にレシピを載せる	1人	0.0%
昆布の健康効果を衆知する機会を増やす。	1人	0.0%
昆布の健康食品としての良さをアピールする。	1人	0.0%
昆布の健康面での良さをアピールする！(テレビなどのメディアや、売り場などで)だしの素を使わずにきちんとこんぶからとることを主婦の間に広める。	1人	0.0%
昆布の効能やレシピなど、情報番組などを通してアピールすれば良いと思う	1人	0.0%
昆布の効能をPRする。	1人	0.0%
昆布の効能をもっとアピールする。簡単レシピをふんだんに公開する。幼稚園や保育園などのバザーやパーティー時にメニューとして使ってもらえそうなレシピを作ってアピールしてもらう。	1人	0.0%
昆布の効能を広く伝える	1人	0.0%
昆布の素晴らしさを もっと宣伝する。	1人	0.0%
昆布の体によい所をもっと宣伝する。	1人	0.0%
昆布はダイエットや健康にとっても良い！などの宣伝。	1人	0.0%
昆布はどのような栄養があるか、〇〇を予防するのに効果があるなどと話題になればいいと思う。	1人	0.0%
昆布は健康によいと言うことや、昆布を使ったレシピがたくさんあることをたくさんの人に広めればいい。	1人	0.0%
昆布は体にいい、ということを世間に知らしめる。テレビの健康番組などで昆布をとりあげれば、すぐにブームいなると思います。その後、定着させるのが一苦労ですが...	1人	0.0%
昆布は体にいいとは思うのでもっとそこをアピールすれば利用が増えると思いま	1人	0.0%
昆布は体に良いのは分かっているが、レパートリーがなく、水で戻すのが面倒なので、あまり使わない。佃煮以外にも子供が喜んで食べれるレシピがあればいいと思	1人	0.0%
昆布は体に良い食品だとは思いますが、具体的に何に効果があるのかということを書き伝えて欲しいと思います	1人	0.0%
昆布を健康番組で体にいいということを取り上げて、一緒においしく食べれるレシピを紹介する。	1人	0.0%
昆布料理が味もいいし低塩にもなるし栄養も体に良いということをアピールする一方、スーパーの特売に使いやすい小さく切った昆布を出して「出汁の後はそのまますべて食べると美味しいし栄養も全部とれる＝簡単だし手間も要らないし体にいい」を売り文句にする。	1人	0.0%
使い方、健康効果の周知。	1人	0.0%
若い人向けの料理を創作する。どういう風に健康に良いか宣伝する。	1人	0.0%
手早く美味しくできる料理を栄養価なども交えながらたくさん紹介できれば良いと思います。	1人	0.0%
食品添加物の多い中で昆布の自然の美味しさや安全性をアピールできたらと思う	1人	0.0%
成人病の予防や必要不可欠な栄養素の補給に役立つ昆布の特徴をいろんなメディアでアピールするとともに、和風料理以外にも使えることや、昆布を使うことが全く難しい人など、ということをレシピと共に広めればいいと思う。	1人	0.0%
成分の良さを前面に押し出す	1人	0.0%
体にいいことをアピール。日本料理は難しいイメージがあるので、もっと簡単にだしもとれるということを教えてもらえればいいと思う。	1人	0.0%
体にいいことをアピールする	1人	0.0%
体にいいことをアピールする。健康番組で取り上げる。	1人	0.0%
体にいいことをもっとアピールする	1人	0.0%
体にいいことをもっとアピールする。	1人	0.0%
体にいいことをもっとアピールする。いろいろな料理法を提供する	1人	0.0%
体にいいことを宣伝する	1人	0.0%
体にいいという点をアピールすること。コンブ酢なんかいいんじゃないか...	1人	0.0%
体によいことをもっとアピール。近所のお友達の話では、離乳食、現在1歳2ヶ月の赤ちゃんの食事に栄養価もよく公園に遊びに行くときのおにぎりにとてもよいと聞きまし	1人	0.0%
体に良いとアピールして、料理に意外と手がかからないと宣伝する	1人	0.0%
美容にいいと宣伝	1人	0.0%
美容によいということをアピールする	1人	0.0%
美容に絶大な効果がある&ダイエットなどに良い事をアピールする。アピール方法としては色んな商品(例えば醤油・ポン酢など)にオマケ袋(昆布入り)を付ける、というのは如何でしょうか。	1人	0.0%
料理方法と栄養価について、もっと周知されること。	1人	0.0%
ネットの活用	59人	1.2%
インターネットで昆布料理をさがしてもあまりありません。のでインターネットに乗せればいいと思います。	1人	0.0%
インターネットで参考になるようなサイトがあれば助かります	1人	0.0%
インターネットで勉強する	1人	0.0%

インターネットなどで、知る機会が多くあればよいと思います。	1人	0.0%
ネットでこんぶ料理を紹介してくれたらいいな。	1人	0.0%
ネットでたくさんレシピを紹介すれば良いと思います。	1人	0.0%
ネットでのレシピが一番役に立ちます	1人	0.0%
ネットでレシピを検索する事が多いから、トップに貼ってあれば 作ると思う	1人	0.0%
ネットでレシピを見る	1人	0.0%
ネットでレシピ配信。きれいな写真添えて。DSニンテンドーのお料理ソフトにメニューを入れる。	1人	0.0%
ネットで簡単レシピを紹介する	1人	0.0%
ネットで検索	1人	0.0%
ネットで検索、友達に聞く。	1人	0.0%
ネットで公開する 料理番組で使う	1人	0.0%
ネットで昆布をアピール！昆布がもたらすメリットなど！	1人	0.0%
ネットで作り方を公開したり、昆布のパッケージにいるんな昆布料理のアイデアを載せる	1人	0.0%
ネットで料理を検索する	1人	0.0%
ネットで料理方法を配信してほしい。	1人	0.0%
ネットなどでこんぶ料理のレシピをたくさん見る事ができれば良い	1人	0.0%
ネットなどでも昆布を使ったレシピを公開してほしい。	1人	0.0%
ネットなので調べる	1人	0.0%
ネットやTVなどでレシピの紹介	1人	0.0%
ネットや商品に昆布料理の作り方の冊子を同封すればいいとおもいます	1人	0.0%
ネットや商品パッケージにレシピを載せる	1人	0.0%
ネットや本で洋食などもっと和食以外の料理に使える方法を紹介して貰ったら、もっと昆布料理が出来ると思います。	1人	0.0%
ネットを活用して、レシピを提供する。ネットを見てもらうようにするためには、プレゼント企画をする。	1人	0.0%
ネット検索したら、色々なレシピは出てくると思う。昆布をとる事で、どのような効果が得られるか、主婦なら、子供に対してどういった良い効果があるか。。。に興味はある。あとは女性はダイエットとか、お肌・お通じにどの程度影響するのか・・・と言う事に左右されがちかも	1人	0.0%
ネット広告でレシピを紹介してほしい	1人	0.0%
ネット広告を出す	1人	0.0%
ネット上にレシピ公開	1人	0.0%
ネット上も含め、レシピがもっと周知されたり、新しいアイデアがあれば…。	1人	0.0%
ネット配信なり店頭でもっとメニューを教えてくれる機会があると良いと思います。	1人	0.0%
ブログなどに、手軽な昆布料理を書いてもらう(*^o^*)	1人	0.0%
ホームページで宣伝	1人	0.0%
ホームページなどでレシピの紹介をすると良い	1人	0.0%
ホームページやテレビなどで 手軽でおいしいレシピを紹介してくれることでしょ	1人	0.0%
やはりネットでレシピ紹介	1人	0.0%
レシピをサイトで公開する	1人	0.0%
レシピをたくさんネットで見られるようにする	1人	0.0%
意外と昆布料理が思いつかないから、レシピなどネットなどで紹介してほしい。	1人	0.0%
簡単に美味しい昆布料理をHPに載せる。	1人	0.0%
簡単な昆布料理などのメルマガを出す。	1人	0.0%
昆布に関するサイトを作って普及する。	1人	0.0%
昆布を使った簡単ホームページがあればヒントになると思う。	1人	0.0%
昆布を使った料理は、なんだか難しいというイメージがあるので、そのイメージがなくなるようなレシピをホームページなどに掲載する。	1人	0.0%
昆布を使った料理をインターネットのサイトに宣伝としてのせてもらえると作ってみようかなとゆう気になります。	1人	0.0%
昆布料理のサイトを開設する	1人	0.0%
昆布料理のサイトを作ったらいと思う。	1人	0.0%
昆布料理の仕方をHPに載せて欲しい	1人	0.0%
昆布料理をサイトで紹介する	1人	0.0%
昆布料理を中心に載っている本があったり、ホームページなどで紹介したらいいと思います。	1人	0.0%
昆布料理専門サイトがあったらいいと思う	1人	0.0%
食べ方がわからないから食べていないだけなので、ホームページでレシピを公開して欲しいです。	1人	0.0%
専用のサイトをつくったり、商品のはいつている袋にいろいろおすすめ料理の作り方を書いてあれば参考になっていいのと思う	1人	0.0%
創作料理をたくさんネットで紹介してほしいです。	1人	0.0%
調理法をネット上で紹介する。	1人	0.0%
母親から聞くとか、インターネットで昆布レシピを検索する、母親or友人同士で昆布料理を披露する場を設けるといいと思う。	1人	0.0%
無料のレシピサイトに『こんぶ』を使った料理を載せる。かなり少ないから	1人	0.0%
和風だけではなく、新しい感覚で、なおかつ簡単な調理法をウェブサイトで紹介する。もうすでにやっているかもしれませんが…	1人	0.0%
パッケージの工夫	32人	0.6%

15cm位に切り、破れにくいファスナー容器に入れて販売する。(昆布の袋は破れ易いし、長い昆布は保存が面倒) 私は15cm位にカットし、味付け海苔が入っていた大きな瓶にビニール袋を入れ、その中に立てて保存しています。切る時は少し面倒ですが、使いたい時にさっと出せるので便利です。)	1人	0.0%
1回分ごとに使える小分けパックを手ごろな値段で売る。	1人	0.0%
1回分程度ずつ使えるように、少量パックでの販売、または少量パック入り的大袋とかにしたらどうでしょうか。使いかけの扱いが結構邪魔です。	1人	0.0%
1袋に全部入っているよりも1回分ずつパウチして使いやすいようにしてほしい。中華の調味料(麻婆豆腐やチンジャオロース)のように調味料とセットにして、煮るだけ等、料理を作らない人にも買いやすくすれがもっと食卓にのぼると思います。	1人	0.0%
いろんな用途に使えるように、大きさや形がいろんなパッケージであればよいと思う。	1人	0.0%
おしゃれなパッケージにする。	1人	0.0%
オシャレな保存容器いりの塩昆布を発売するとか…。キッチンの常備の調味料の仲間入りをさせるような外見や容器にするといいと思う。	1人	0.0%
かつおパックのように、一回で使いきれのサイズの小さ袋商品が欲しいです。	1人	0.0%
さまざまなサイズの昆布、かわいい瓶に入った使いやすい昆布が在ると良いかも	1人	0.0%
ジッパーつきのふくろにするとクリップなどがいらす使いやすい	1人	0.0%
だし昆布などは、長いし、カットが面倒、取り出し易く簡易パックになってたらいい。	1人	0.0%
どんな種類のものも使いやすい使い切りパックにするといいかも	1人	0.0%
どんな料理にでも使えるようなケースにはいってほしい	1人	0.0%
パッケージに明るさが欲しい。	1人	0.0%
パッケージやデザインを可愛くする。オススメお料理レシピを掲載する。	1人	0.0%
パッケージをかわいくする。高野豆腐みたいにだし付き簡単調理のものがあれば買いたい。	1人	0.0%
パッケージを可愛くするとか、キャラクターを考える。	1人	0.0%
パッケージを楽しむ！	1人	0.0%
パッケージを若々しくする	1人	0.0%
パッケージを明るくし、分かりやすいレシピを同封するなど、普段昆布をあまり使わない層が気軽に手に取れる工夫をする。	1人	0.0%
もう少しオシャレなパッケージなどにする必要があると思う	1人	0.0%
昆布が、どうしても「古い」というイメージがあるので、パッケージのデザインや色を工夫して若い世代に受け入れてもらう。あるある大辞典やおもいっきりテレビでとりあげてもらう。歌をつくる。	1人	0.0%
昆布のイメージ(パッケージとか)も、一新してみても良いかも…。	1人	0.0%
昆布のだしが簡単に使えるようなパッケージが必要	1人	0.0%
昆布のパッケージがかわいいデザインでレシピ付だとよいかと思う	1人	0.0%
昆布のパッケージの工夫	1人	0.0%
昆布のパッケージや大きさを手軽なものにする。1回分10センチずつの個包装とか。	1人	0.0%
昆布のパッケージや中にレシピを載せるのが一番よい。	1人	0.0%
昆布の包装は地味な感じなのでもっとカラフルにするとキャラクターをつける等して子供にも親しみのある感じにしたらいいと思います	1人	0.0%
昆布はわりと昔の、古いイメージがあるので若い方に受けるようなパッケージにする。	1人	0.0%
昔からある乾物のイメージを払拭できるようなパッケージのデザインに変えてみたり、イベントをどんどん展開したり。特にママさんブロガーが増えているので、ブロガー対象のイベントをどんどん展開すると興味を持つ人が増えるかも知れません。	1人	0.0%
売っているのは袋が大きいし、ジッパーもついていないので保存に不便だ。もう少し小袋にして保存に便利な袋に工夫してほしい。	1人	0.0%
その他	888人	17.8%
いい	2人	0.0%
啓蒙	2人	0.0%
口コミ	2人	0.0%
昆布がメジャーになればいい	2人	0.0%
味	2人	0.0%
”だし”のイメージを一新する	1人	0.0%
「ダイエットに効く」とか、ダイエットに関連した料理とか、効能をアピールすれば、いいと思う。	1人	0.0%
「だし」とか、脇役、のイメージが強いです。「こんにゃく」のように健康によい部分をアピールした商品があると良いと思います。もしくは、みのもんたさんのテレビで紹介されたら一躍メジャーになるかもしれません。	1人	0.0%
「だしのもの」ではなく昆布だしのほうがおいしいとみんなに理解してもらえ何かを行なったほうが良いと思います	1人	0.0%
「めんどくさくない」とこと「無駄がない」ことが両立できたら、素敵だと思います。「瓶に水と昆布を入れて、そのままほうっておく」というのは、なかなかいいと思います。使ったら、またそうしておけば、次の分は自然とできてますし。レシピとなると、うーむ…。ただ、最近は外人でも昆布の出汁が旨いという人がおおいので(前の会社で、本社からくるドイツ人が口をそろえて言っていました)、「日本料理の定番」以外の、洋風料理なんかへのアレンジができれば、幅が広がる気がします。洋風料理だけど、和テイストが効いてる	1人	0.0%

「我が家の定番」といったような、家族のみんなが大好きになってくれるメニューが一品でもあれば、常に作るようになると思います。	1人	0.0%
「昆布は和食」という概念を捨てて洋食でも使用したらいいのではないのでしょうか。	1人	0.0%
『昆布はダシ』というイメージが強いので、『昆布の料理』というのが浸透すればいいと思う。カレーとかチャーハンのようにメジャーなメニューに応用できれば使う幅が広がりそう。	1人	0.0%
good	1人	0.0%
HPなどで紹介してほしい	1人	0.0%
I usually use it when I cook. I suppose, if the cost become cheaper, it is more useful to use it.	1人	0.0%
アイデアが浮かばない	1人	0.0%
アイデアではないのですが昆布は戻すのがめんどくさい。だしを取るにはいいのですが。。	1人	0.0%
アイデアを商品に添付する	1人	0.0%
アニメで昆布をモチーフにした主人公を作る。	1人	0.0%
アピールが、必要だと思います。昆布は、色々な利用の仕方がありますから。家では、漬け物・鍋・自家製のだしに使用しますが、頭にいい、食材ですから。味の素とのコラボも良いかも！	1人	0.0%
あまり昆布料理あ思いつかないので、料理本などでもっと積極的にとりいれてあると使いやすい。	1人	0.0%
あまり手が込んで無くても出汁とか煮物で良いのでは？	1人	0.0%
アミノ酸効果を知ってもらうため、食品売り場だけでなく、ドラッグストアなどの健康食品コーナーでアピールする。	1人	0.0%
アレンジ	1人	0.0%
イタリアンっぽい使い方を考えると、洋風料理のアレンジをするといいのでは。。。スパゲッティに、シーチキンとピーマンと塩昆布で、味付けするとか。。。イタリアンやフランス料理などに使えるようにしては	1人	0.0%
イタリアンや洋食でも使えたら、楽しいと思います。	1人	0.0%
いつでもすぐ使えるように昆布を常時ストックしておく。	1人	0.0%
いつも、すぐ使えるように、身近においておく。	1人	0.0%
いつもすぐ使えるように常備しておく。健康のために汁物や煮物に入れるようにする。	1人	0.0%
いつも手元に置いておく。粉碎して粉にする。	1人	0.0%
いつも安く仕入れられるルートがあれば	1人	0.0%
いつも身近に目の着くところに昆布は保存しておくのがよい。しまいこまないことです。高齢で健康を考えている方々には煮物には欠かせないことを教えてあげる昆布日記を皆さんで公表すればいいと思う。ささいな昆布利用も役立つことがあります。おやつ昆布の作り方を考えたい。孫達にも食べさせたい。	1人	0.0%
いつも目に付くところにおいておく	1人	0.0%
イメージアップすることも必要	1人	0.0%
イメージ戦略？	1人	0.0%
いろいろな、昆布を試しにつかってみる。	1人	0.0%
いろいろな料理をつくってみるしかないかな…。あとは、年配の方に聞くのもいいかな…。	1人	0.0%
いろいろやってみて家族のことを考えながら	1人	0.0%
いろいろ試して作ってみる。	1人	0.0%
いろんな人から 昆布料理を 聞いてそれを 広める	1人	0.0%
いろんな素材に昆布を入れる	1人	0.0%
いろんな料理法をメジャーにする。「こんなに簡単でおいしそうなのが作れるのかー」と思ったり、「こんな使い方があったのかー」と思えたらもっと使ってみたいです。うちでは 今 「しそひじき」のふりかけが ブームです。おにぎりにしても そのままご飯にふりかけるだけでもおいしい。このように 簡単に昆布の栄養が とれるものが欲しいです。	1人	0.0%
うちでは、ミネラル不足とカルシウム不足が気になるので、毎日米を炊くとき、昆布も一緒に炊いています。そして炊き上がった昆布は毎日醤油でたべてます！！お陰で便秘で悩んでいたんですが、毎日回腸です！！お子さんがいるお宅はお弁当など作るとき手軽に不足がちな栄養素が摂れますよね！！手間もかかりませんし、かなりおススメです！！！！	1人	0.0%
うちの子供は硬いと言って残すことがあります。柔らかい時はトロツとしていて食べるので食感が問題と思います。	1人	0.0%
うちは毎日使っている。よそも使ってほしい。	1人	0.0%
うどん	1人	0.0%
うまさをアピールしていく！嫌いな人でも味をごまかして料理できる方法など	1人	0.0%
おいしいから結構すでに皆つかっているのでは？	1人	0.0%
おいしいものを口にしてから	1人	0.0%
おいしいものを作る	1人	0.0%
おいしくない昆布を流通させないようにする。(スーパーなどで売ってる昆布ってマズイですね)	1人	0.0%
おいしさをアピールする	1人	0.0%
おいしさを広める努力をする。	1人	0.0%
おいしさを知ること	1人	0.0%

おいしさ手軽さをアピール	1人	0.0%
奥蘭さんの料理は参考になる。	1人	0.0%
おしゃれでてがるな昆布料理があると、広く作ってもらえるようになると思う。おしゃれなカフェに取り入れてもらったりするといったかも。	1人	0.0%
おにぎり・弁当など、「米」と一緒にイメージなので、そこを更に伸ばすか、別のジャンル・中などとのコラボレーションができれば、更に身近になり食す機会が増えると思います。	1人	0.0%
おにぎりでとろろこぶを巻いて食べるとおいしい。	1人	0.0%
おばあちゃんたちから聞いてみる。	1人	0.0%
おばあちゃんに聞いてみる、...	1人	0.0%
おばあちゃん達からの味を教わる。	1人	0.0%
おふくろの味を覚える	1人	0.0%
おまけをつける	1人	0.0%
おやつなら、	1人	0.0%
オリジナルキャラクターを作る。	1人	0.0%
お魚、野菜と煮たり、味がしみておいしくなる。一日一食は頂くように心がけています。	1人	0.0%
お手軽・安い・加工してある・コンパクト	1人	0.0%
お出汁をとったり炊き込み御飯に使う。	1人	0.0%
お酢をいれれ最初に煮ておいてから後で味を含めると柔らかく食べやすい。	1人	0.0%
お店で、目立つところにこんぶ売ってあれば目にとまるかも。	1人	0.0%
お店での惣菜のアイデアだったり、レストラン食堂などのメニューでいいのがあると作ってみようかなって思うかな？	1人	0.0%
お店で昆布料理の試食販売をする	1人	0.0%
お店で売っている昆布は切り昆布や乾燥したもの。そうではなくて、魚河岸で売っているような軟らかい昆布、料理しやすいものが店頭で並んで売ってあれば家庭でも作られるようになると思う。我が家で使っている昆布は魚河岸で働いている方からいただいたもの。この昆布は柔らかくてすぐに煮える軟らかいものなのでお店で買うような昆布はもう食べられない。	1人	0.0%
お店で目に付きにくいところに並んでいます。もっと目立つ場所にあれば、手に取る機会も多くなと思います。	1人	0.0%
お肉と合わせて使ってみたり、お弁当に入れても見栄えがするような出来栄だったら、自分でももっと使ってみようと思う	1人	0.0%
お米を買う時、オマケにつけると良い！	1人	0.0%
お味噌汁にいれる！	1人	0.0%
お味噌汁のダシに使う。	1人	0.0%
お味噌汁のだしをこんぶでもとることを習慣にする。お汁をつくる前何時間か前におなべに入れて水を入れるだけだけど、味がおいしいし、かつおぶしでもいれるともっとおいしい。	1人	0.0%
お料理の幅を広げられるように紹介したらいい	1人	0.0%
お料理番組やお店で実際作って欲しい	1人	0.0%
かくぎり、ほそぎりなどつかいやすくカットしてあるといい、ふくろにすすめりょうりをかいておくなど、	1人	0.0%
かくし味として積極的に使用する。体にもいいし美容にもいいと思う。	1人	0.0%
かつおだしのように昆布だしも粉末のものをスーパー等に普及させれば良いので	1人	0.0%
かみやすくなる	1人	0.0%
カラフルな昆布があれば、いいですね。今のままではとにかく地味。中心になれない。	1人	0.0%
カリスマ主婦たちのアイデア料理のレシピをスーパーなどの昆布売り場に常時展開。	1人	0.0%
焼肉のタレのようにマネキンさんが試食品を用意する。	1人	0.0%
カルチャーセンターや、地域でのイベント学校でのPTA講座や子どもの食育講座で専門家や、カリスマ主婦に来てもらい、実演をして欲しい。スーパー等でも。	1人	0.0%
かわいいキャラクターを作る	1人	0.0%
かんたん美味しく食べればもっと利用する	1人	0.0%
かんたんな昆布料理をおぼえれば身近になってよくつくられると思います。	1人	0.0%
カンタンにやわらかくなる昆布があれば、いいと思います。	1人	0.0%
かんたんに使えるもの	1人	0.0%
カンタンに調理できるようになればいいと思う	1人	0.0%
クックパッドなどお料理サイトで積極的にPRする。	1人	0.0%
ケーキにするとか年齢を問わず食べれるようにすれば良いと思います	1人	0.0%
こぐち切り程度のおおきさの昆布があれば...	1人	0.0%
こしょうのような入れ物に、パウダー状の昆布が入っていたらいいですね。何にでもかければ、昆布のうまみがプラスされるし、使いやすいと思います。炊き込みご飯のときとか、昆布茶をいれたりするので、同じような感じで使えるとおもいます。	1人	0.0%
こちらがアイデアを欲しいくらい。あまり知らない。	1人	0.0%
こども、おとしより、みんなが食べれる料理で、簡単にできるものがよい。	1人	0.0%
このような企画をされると良いと思います。	1人	0.0%
ごはんのお供の佃煮ののりのかわりになるような こんぶだと毎日食べられますね	1人	0.0%
コブには品質がありそれにより値段もピンキリです。果物のように業界団体で産地や質にランク付けしたら、用途により使い分けが出来ると思います	1人	0.0%

こぶのレシピを積極的に配布する	1人	0.0%
こぶまき	1人	0.0%
こぶレシピがあれば・・・だし以外にもおいしい食べ方を知りたいです	1人	0.0%
こぶを特別な材料としてではなく、通常の食材だと認識する	1人	0.0%
こぶ茶を入れてだし代わりに	1人	0.0%
これから寒くなるので、鍋ものなどに活用したらいいのでは。	1人	0.0%
こんぶ＝和風のだしというようなイメージを破って、今時のメニュー（洋食・中華）などのご飯にも使用できればもっと需要が増えると思う。	1人	0.0%
こんぶソングを作って身近に感じられるようにしてみる	1人	0.0%
こんぶだしをもっといろいろな料理に使う。	1人	0.0%
こんぶに対するイメージをもっとかえればいいと思います。	1人	0.0%
こんぶネットのレシピを見ましたが、私にはちょっと時間がかかりそうで敷居が高そうに思えました。男性でもやってみようかなという品目をふやすこと。主婦には簡単でも、仕事があるおっさんにはまだまだ手に余るので、おっさんの目線でメニューを作れば、その分だけ増えると思う。	1人	0.0%
こんぶネットの存在が多くの人に知れ渡ることとお手軽レシピがもっと増えること。レシピコンテストもいいのですが、ブログやHPにこんぶ料理のレシピを載せている人のリンク集など、一般のかたのレシピを掲載するコーナーがあってもいいと思います。	1人	0.0%
こんぶのにつけをおぼえる。	1人	0.0%
こんぶのやわらかいものがでたらいい	1人	0.0%
こんぶのよさのPR	1人	0.0%
こんぶの安売りをしていたら、手に入れやすく身近に感じる。また、こんぶのイメージを変えるといいかも。テレビなどで身体にいい特集などで紹介してもらえると注目されそう。	1人	0.0%
こんぶの旨味を子供にも教えたほうがいいので、学校給食などでも積極的に使ってもらう。レシピは、洋風だとかあまり奇抜なものではなく、本当にこんぶに合った料理に使われるようにしたほうがいいと思います。	1人	0.0%
コンブの著差をアピールする。	1人	0.0%
こんぶは歯ごたえがよく、ヘルシーでだしが必要なときに使うものと思ってます（晩年向けのイメージ）。我が家には食べ盛りの子供がいて、ほとんど料理はカロリーが高めの洋食、そして調理に時間がかからないのでほんだしを使います。そんな家庭にも受ける昆布料理があればいいと思います。	1人	0.0%
こんぶは戻すのが大変なイメージがありそう。早煮え昆布の存在や京都の昔ながらの利用法を知れるといいな	1人	0.0%
こんぶをかう。	1人	0.0%
こんぶをダシに利用するだけでなく、直接食べられるような料理があればと思います。	1人	0.0%
こんぶをまとめて多く買って置き、常に料理に使うようにする	1人	0.0%
こんぶを刻んでおいておくと、さっと使える。	1人	0.0%
こんぶを使った簡単レシピやこんぶの種類にあった料理法を知っていれば家庭でもっと昆布料理を作れるのではと思う。	1人	0.0%
こんぶを食べやすく、扱いやすいしてもらえればよい	1人	0.0%
こんぶを和洋中の料理にどんどん使う	1人	0.0%
こんぶ関連商品にたくさんレシピを載せて欲しいです	1人	0.0%
こんぶ売り場を増やす。おでんの素のとなりとか、豚肉の固まりのとなりとか。あるいはレシピ付きの少量お試しパックを作る。などいかがでしょうか？	1人	0.0%
ご年配の方はいろいろ応用が出来るだろうけど、若い年代の主婦はそういった知識がないのと、今の時代多忙で「簡単・早い・おいしい」料理が求められているのもあるとおもう。昆布を使った「かんたんて手軽にできておいしい」料理を若い主婦層F2が見る番組でどんどん紹介するか、レストランやバイキングなどで上記の昆布料理を販売し、実際に食べてもらってまず興味を持つようにしたらどうかと思う。	1人	0.0%
さあ	1人	0.0%
サイズが重要だと思う。ジッパー付の袋に少量ずつカットされた状態で入っているととっても手軽につかと思う。	1人	0.0%
サラダはもとよりジュースに混ぜたりこんぶの甘辛煮をつくつたりすれば色々出来ると思う	1人	0.0%
ジョアンというパン屋のごま昆布もちがとにかくおいしい。レシピが知りたいものだ、というか公開してもらったら昆布が普及するのではないのかというくらい奇跡的にうまい	1人	0.0%
スーパーでめにつくこと	1人	0.0%
スーパーなどの品ぞろいが悪いので、選びにくい。	1人	0.0%
スーパーの商品置き場をもっとわかりやすいところにする	1人	0.0%
スーパーや飲食店などで昆布を使った商品を出す。おいしいと感じ、手軽そうなら家庭でも試そうとするかと思います。	1人	0.0%
スープ	1人	0.0%
すきコンブを使うといいと思う。手軽だし使いやすいし やわらかくて 食べやすいので	1人	0.0%
すごく高いものやお手ごろのもの、お出汁用昆布や料理用昆布などの昆布の用途・種類の違いをわかりやすくし、リーズナブルな商品で気軽に取り入れられる料理レシピが広まればよいと思います。	1人	0.0%
ストックのポットを普及する	1人	0.0%
そのまんま、何か1品加えるだけで料理が出来るセットを作って欲しい。	1人	0.0%

そもそも昆布のとろとろ感が嫌いなので、安っぽい薄い昆布が好きです。それで美味しい昆布があればいいな。	1人	0.0%
そもそも昆布料理にどんなものがあるのかわからない。個人的にはおでんで食べる程度だし、まず美味しい昆布料理の周知が必要だと思う。	1人	0.0%
だいこんの漬物を、漬ける時にも、昆布を、使っています。すると、昆布のうまみが、出てよりおいしくなる。	1人	0.0%
だし！のイメージからの脱却	1人	0.0%
だしがとりやすいものになるとよい。また、子どもが好きなお菓子などに取り入れることができるとういと思いました。	1人	0.0%
だしが即効で出る、小さめなカットだし出しこんぶがあればうれしい。	1人	0.0%
だしなどで使用した後の昆布使ってなにかできると良いと思う	1人	0.0%
だしに使う昆布を粉末にする	1人	0.0%
だしのイメージが強いので、料理法を広めればいいのか？	1人	0.0%
だしのおいしさを知ってもらおう。	1人	0.0%
ダシの元みたいに顆粒だと使いやすいかな	1人	0.0%
だしの素の普及で若い主婦が出し昆布を使わない。料理番組等で簡単な昆布料理に取り組む。	1人	0.0%
だしをとる	1人	0.0%
だしをとることを昆布からはじめるといいと思う。	1人	0.0%
だしをとるにも時間が掛かるし、あまりレシピを持っていないので、だしを作るか、とろろ昆布をスープやうどんに入れたり、おでんなどにしか使えない。	1人	0.0%
だしを活用して、うまみのある和食にチャレンジ	1人	0.0%
だしを昆布でとるようになってからよく使うようになった。圧力鍋で昆布を煮るととてもやわらかくておいしいです	1人	0.0%
ダシを取った後ゴミが出たり面倒なので、粉末にして使えばいいと思います。	1人	0.0%
だしを折る時必ず昆布を使った方が味が良い	1人	0.0%
だし以外で使えるというアピールが必要だと思う。	1人	0.0%
だし昆布にはかなり凝ってる方だが、昆布料理となるとちょっとわからない。	1人	0.0%
ダシ取りだけでなく、ダシも取れて、その後も食べて美味しい昆布を選んで買っています。おにぎりにも佃煮の昆布を入れて食べる事も多く、私の家では昆布をよく使うので、使わない人達がどうしているのかが、わからないので、どうすればいいか…難しい質問ですね。使わない人と、使う人とでアンケートを取ってみて、普段作る料理やその時の調味料などの違いを参考にする位しか浮かびませんでした。	1人	0.0%
タダでは教えない。……1つだけとすれば、お米と一緒に炊くことができると良いかな。	1人	0.0%
タッパなど専用の入れ物に昆布をいれ、常に見えるところに置くとういと思います。ちょっとした料理にも切ってつけたしてみたり、煮物にもどんどん加えていられるように、砂糖やしょうゆと同じような感覚でもっと手軽に使えるようにしたらいいと思います。そのうち立派な料理ができるようになるのではないのでしょうか。	1人	0.0%
ちょっとした材料だけで（「卵1個で」とか「豆腐を加えるだけで」など）簡単に作れるインスタント物が出回ればいいなと思います	1人	0.0%
てがるにおいしいものがあればよいが…すみません。ないです。	1人	0.0%
どうしても年寄り臭いイメージ。何とかスイートとかそういうものに使ってあっと言わせるものを作る。	1人	0.0%
どうしても脇役のイメージが強いので、多く食べれるような一般的な料理を大きく宣伝する。	1人	0.0%
トッピングでしょうね。	1人	0.0%
トッピングとして使う。	1人	0.0%
とにかく 手軽になればいいと思います。水につけておかなくても美味しいだしがとれとに角、何にでも使ってみる事です。	1人	0.0%
とろろこんぶのおいしい食べ方が知りたいです。うちではおにぎりに巻いたり、お味噌汁に入れて食べています。	1人	0.0%
とろろこんぶや塩昆布などを使うと手軽に昆布料理になるとおもいます。	1人	0.0%
とろろ昆布など使いやすく、保存方法に困る場合がある商品。乾燥のりのように板状になっているとおにぎりのときなど使いやすいと思う。正方形に切られていると煮物などに乗せやすく取り出しやすい。	1人	0.0%
とろろ昆布のような手軽なものをもっとあればよい	1人	0.0%
とろろ昆布のようにそれ自体でごはんのおかずになるような存在感のある商品が必要。	1人	0.0%
どんなものがあるのか教えて欲しい	1人	0.0%
なにかあればおしえてほしい	1人	0.0%
なんにでも入れてみる	1人	0.0%
ぬめりがあるので、どうしても不器用な私にとって昆布を料理するのが難しい。どうすれば器用に出来るのでしょうか。	1人	0.0%
ぬるっと感がなくなれば食べやすい。スナックにするとか？	1人	0.0%
ぬるぬる感を感じさせないフライ料理とかカラアゲがよい	1人	0.0%
はじめから千切りのようにカットしてある昆布だったら、使いやすいとよく思います。	1人	0.0%
パックをカッコよく	1人	0.0%
パッケージに料理の写真を入れる。レシピも掲載する。	1人	0.0%
ハンバーグに入れる、洋風料理に入れる、中華のキクラゲ代わりに使うなど、発想をひろげてみる。	1人	0.0%
ピーアールする	1人	0.0%

ひじきのドライパック缶のようにこんぶのドライパック缶があれば使いやすいと思う	1人	0.0%
ヒマな主婦が増えれば、お料理に時間を割くのでは？「ヘルシー」とか「美容によい」とかいうイメージ戦略は？「おもいきりテレビ」にとりあげてもらうと、一気に消費が増えると思いますよ	1人	0.0%
ヘルシー意識になる。	1人	0.0%
マイナーなイメージがあるので、メジャーになるような何か工夫があれば	1人	0.0%
まず、スーパーで昆布を赤札セールさせる。購入量が増えねば食べてもらえません。	1人	0.0%
まず、昆布＝乾物＆だし！というイメージがあって、だしはだし＆もどすのが面倒と 思っていました。それからサブ的な役割の食材だと…メインとして使える料理があれば 知りたいな～と思います。	1人	0.0%
まず、主食にならない、手間がかかる、当のマイナスイメージを払拭できれば家庭でも 作るようになると思います。	1人	0.0%
まず、買うことです。	1人	0.0%
まずだしをとることからはじめればそこでのこったこんぶを捨てないで料理に変化する ことをかんがえるとおもいます。	1人	0.0%
まずは、何かを混ぜるだけの様な食品でおいしかった自分でも作ろうと思うかも	1人	0.0%
まずは子ども頃からおしゃぶり昆布などで、こんぶに親しむ	1人	0.0%
まずはだしをとることを習慣付けばよい。そうすれば有効利用する	1人	0.0%
まずは気軽に使ってみる	1人	0.0%
まずは昆布についてもっと知ることが一番だと思う。栄養素、こんなものにも使えると いったレシピのアイデア、などなど、気軽に知識を高めることができるように店頭の ポップでアピールしたり、商品のパッケージに書いてあったりと良い。	1人	0.0%
まぼろしの一品料理を提案すること	1人	0.0%
ミルを普及させて、粉にしてダシにするようにする。	1人	0.0%
みんなの意見を持ち合わせる。できれば私が教えてもらいたいです	1人	0.0%
むずかしいですね。どうすればいいでしょうか？	1人	0.0%
メインになるような料理方法でボリュームがでるように作ればもっと昆布料理をするよ うになるかな。	1人	0.0%
メイン料理になれば	1人	0.0%
メジャーでの宣伝。	1人	0.0%
メジャーな食材にするとよい	1人	0.0%
メタボリック症候群に効果があることを、もっと宣伝すればいいと思う。が、我が家では 食べすぎて夫が健康診断の際に「甲状腺が腫れている」と言われてしまった。栄養は バランスよく、が大事なので難しいけれど…	1人	0.0%
もう少し小さく切ってあったりとバリエーションが豊かになれば使いやすいと思います。	1人	0.0%
もっと、スーパーなどで目立つようにする。あんまり目立たないトコにおいてあったりし て、買い忘れることが多いから。	1人	0.0%
もっと、なじみがあるということを普及。昆布を使った料理のレシピを教えて欲しい	1人	0.0%
もっと、昆布について知識を持つ。	1人	0.0%
もっと、昆布のおいしい食べ方をビーアールすればいいと思います。	1人	0.0%
もっとでがるにできればいいけど	1人	0.0%
もっとと言われても…。うちではそこそこ使ってるし、昆布だらけの食卓というのも嫌だ し、これ以上必要と思わないので。	1人	0.0%
もっとメジャーになればいいと思う	1人	0.0%
もっと簡単に作れるこんぶの定番料理が増えればいいとおもう。	1人	0.0%
もっと気軽に使う！私は昆布をキッチンバサミで2センチ角くらいに切ったものをその まま煮物に入れています。もちろん、だしも出るし、その昆布も食べています	1人	0.0%
もっと子供受けが良くなれば言いと思う	1人	0.0%
もっと商品がコンパクト	1人	0.0%
もっと身近な物になればいいと思う。いろんな使用方法を紹介するとか。。	1人	0.0%
もっと身近になればよい	1人	0.0%
もっと身近に感じるように形も子供受けする物とかあればどうでしょうか	1人	0.0%
もっと普及するといいい	1人	0.0%
もどしたり切ったりするのは面倒なので、うちではいつも作るその日に切り昆布を買ってきます。	1人	0.0%
もどしやすい	1人	0.0%
ものすごくおいしそうな料理をテレビなどで見てみたい。たとえばグルメ番組で昆布の 名産地で豪華な料理がでるとか。	1人	0.0%
やっぱり、、、コンブの効能や手軽でおいしい食べ方をアピールする。かなあ？	1人	0.0%
やっぱり好き嫌いがあるのでこんぶよりというより、昆布を何かに取り入れる工夫 を怠らないようにすることが大切だと思います。	1人	0.0%
やっぱり料理の仕方だと思います。	1人	0.0%
やはり、もっと、身近に感じたい。	1人	0.0%
やはり健康に関しての知識を主婦がもって家族の健康を維持できるという意識に目覚 めないと、いくら宣伝しても駄目だと思います。	1人	0.0%
やはり昆布はだしのイメージが強いので、料理にはあまり使う機会がないかと思っています。	1人	0.0%
やはり子供が進んで食べられるような洋風な料理があれば使う頻度が多くなると 思います	1人	0.0%
やはり手軽に気軽に使えて美味しいことを広くアピールすることが大切だと思います。	1人	0.0%

やはり美味しそうな料理のレシピをどしどし紹介するのが一番かと…。うちでもダシ以外の使い方はほとんど知らないで、そういうのがあれば作ってみたいと思う	1人	0.0%
よく、雌株のサラダがファミリーレストランなどで、食べれますが、すごく好きなので、自宅でも簡単にすぐ料理に(サラダ)使えるように、水やお湯ですぐもどりそのまま食べれる雌株が売っているといいかも…。	1人	0.0%
ラーメンや汁物に入れる	1人	0.0%
レストランやファミレスなど外食する場所で昆布の料理が出てくるといっても作ってみようかなと思うのでは？	1人	0.0%
わかめに比べて手に入れにくいのが最大の難点でしょうか。	1人	0.0%
ん～、ひとくちこんぶ こわけこんぶとかいろんなスチュエーション対応できるようにひと工夫すればいいだけだったりするかもね	1人	0.0%
圧倒的にだしの用途が多く、レシピがあまり知られていないと思うので、いろいろなレシピがあることを発信していけばよいと思います。	1人	0.0%
圧力鍋で柔らかく美味しく作る	1人	0.0%
圧力鍋を我が家では使っているのですが昆布が柔らかくなるのが早く子供たちにも喜ばれているのだが、早くやわらかくなる昆布があればもっと使われるのではない	1人	0.0%
以前は都こんぶが好きでした。最近は、味が変わったように感じてあまり食べなくなりましたが、酸っぱい味とよく合う気がするので、簡単に出来て食べやすい(おやつやつまみなど)レシピがあるといいと思います。	1人	0.0%
意外なメニューに、佃煮など入れたらおいしい味付けになるよ。みたいな。昆布は、うまみが出せるので簡単で見栄えよく美味しい物ができると知ったら買うのじゃないか	1人	0.0%
意外にこそっと入れても気づかれにくいから、お味噌汁の中や酢の物なんかにかっそり入れると栄養もたっぷりアクセントにもなるのでいいと思います	1人	0.0%
意識する	1人	0.0%
一過性のブームなどではなく、家庭に定着させるのは「簡単レシピ」を数多く広めることが第一だと思う。	1人	0.0%
一般に知られるようにしてほしい	1人	0.0%
一番水につけておき、朝のんでいます。	1人	0.0%
鰯のだしとよく合う	1人	0.0%
塩こぶを活用すればよいのでは？	1人	0.0%
塩昆布とかで、みんな食べるよ？	1人	0.0%
塩昆布の商品では簡単な調理方法が載っていたりして活用している。	1人	0.0%
塩昆布やとろろ昆布は手軽ですが、だし昆布は戻すのに時間がかかるため、ついおっくうになってしまいます。密封容器に水と昆布を入れ、冷蔵庫で保存して数日で使い切るようにしています。	1人	0.0%
塩昆布や佃煮を使った大根の煮物をTVで見ました。	1人	0.0%
商品の裏(パッケージ)にレシピを載せるのが一番と思います。	1人	0.0%
塩昆布を調味料として和え物などに使っています	1人	0.0%
塩分が気になるどころ。塩分控えめならもっと使いたい	1人	0.0%
塩分控えめ	1人	0.0%
塩分控えめなど、また料理に簡単に時間のかからないゆーが一杯あればよい	1人	0.0%
奥蘭さんのような庶民的感覚で人気の料理研究家さんにレシピを作ってもら(あまりこじられた系だと手が出ない。家庭にある気軽な調味料や材料を使って出来れば、普段のおかずにと手が出るので)使いきりメニューのようなものを出す。(乾物は一度買った後、次に使うまで間があいてしまうので)小袋でリーズナブル価格の使いきりパックをレシピを添えて出す。	1人	0.0%
奥蘭寿子さんに頑張ってもらう！！	1人	0.0%
沖縄ではゆでたむすびこぶなどがあちこちで売られている。そういう形ですぐ売ってれば、気軽に使えるのでは。	1人	0.0%
沖縄では昆布を使った料理が沢山あります	1人	0.0%
沖縄の家庭料理をいっぱい紹介してください。	1人	0.0%
沖縄料理を見習う。	1人	0.0%
沖縄料理を取り入れる	1人	0.0%
何にでもかけてみる	1人	0.0%
何にでも使うようにする	1人	0.0%
可能かどうか分かりませんが、戻す手間のないもの。	1人	0.0%
家にある材料でできる簡単なレシピがあればいい	1人	0.0%
家は、ダシを採っても捨てないです。最後は昆布の佃煮です。うちは母という、生き字引がいるので暇な時間に一緒に台所に立って話をしてみます。	1人	0.0%
家族が昆布を食べてくれると良い。子供が食わず嫌いをするので作る気がしない。	1人	0.0%
家族が昆布嫌いなので難しい	1人	0.0%
我が家では、切った昆布を容器に入れて、だしでも、そのまま調理でもすぐに使えるようにしています。	1人	0.0%
我が家では昆布は常にストックしておく物ですが、ミネラル豊富でグルタミン酸の宝庫であるし美味しい出汁がでることをアピールすると良いです、また非情に手軽に使えることもです	1人	0.0%

我が家には亡き母が昆布をかいだめしたのが山のようにあり使い道にこまっています。だしに使うのがほとんどなのでスーパーなどレシピカードなどに載せていただくと助かります	1人	0.0%
我が家のように形はないが、昆布のおいしさを知ってもらうことが利用する事につながってくると思う。	1人	0.0%
我が家は、実家でも、おばあちゃんがいて、昆布だしは、定番でした。定番として、実績をつくれればいいわけですが、ミネラルも豊かだし、健康の立役者としての、実績を、知らせるのは、納得行くやり方だと思います。	1人	0.0%
海の物が汚染されてますので安全性を説明する	1人	0.0%
外食やお弁当で昆布が使われていると家でも作ってみようという気になるので、食堂やコンビニのお弁当にもっと昆布メニューがあればいいと思う	1人	0.0%
各自治体から配布	1人	0.0%
覚えやすい昆布料理があったらいいな。	1人	0.0%
学校の家庭教育学級(母親のクラスみたいなの)で、昆布料理を行う。 試食の時に昆布の良さの話をする。	1人	0.0%
学校給食の影響ってすごく大きいと思いますので、まずは郷土のお料理から積極的に取り入れてもらうよう、働きかける。	1人	0.0%
噛みやすくなれば・・・	1人	0.0%
乾物でないほうが使いやすいそう	1人	0.0%
乾物としては、保存がきいていいのだが、料理のレパートリーがちょっと・・・もっと、気軽に使える大きさや、調理方法が広がればいいのでは。	1人	0.0%
乾物はしまいいみやすいので、直ぐに使えるよう常に見えるところにおく	1人	0.0%
乾物はスーパーでもあまり目に付かないところにあるので「～の素」のような手軽に昆布料理ができるものが売っているといい	1人	0.0%
乾物は使いにくいイメージがあると思う。時間がかからず、おいしいだしができればイメージがとつきやすいかなあ。	1人	0.0%
乾物は使うのが面倒なイメージがあり、家にあっても出番が少ない。生の昆布または戻し時間がとても早いとサラダなんかでも食べれてよいと思う。	1人	0.0%
乾物を初めて使う人は使い方がわからないと思うので、パックを入れて煮込んだり、手間のかからないよう下処理してあるような製品だと、わかりやすいのかもしれない。	1人	0.0%
感想した昆布のままでは、どうしても下ごしらえが面倒なイメージがあるので、すぐに使えるように下ごしらえした商品を出せばいいと思います。	1人	0.0%
簡単で、おいしいもの	1人	0.0%
簡単でおいしいこと	1人	0.0%
簡単でおしゃれな料理があればもっと普及すると思います。	1人	0.0%
簡単ですぐ作れる昆布料理が検索できたり、いろいろな料理法を紹介するなど	1人	0.0%
簡単で手軽なメニューを若い人世代に知っていただく事	1人	0.0%
簡単で便利なものもいい	1人	0.0%
簡単につかえることを、もとわかいひとにつたえていく	1人	0.0%
簡単に扱える食品だということのアピール	1人	0.0%
簡単に気軽に昆布を使うような工夫をお願いしたいと思います。1回分づつにカットしてあるだし昆布など。	1人	0.0%
簡単に作れそうなものがあれば、一品増えていいかも	1人	0.0%
簡単に作れて、子供向きの料理が良い	1人	0.0%
簡単に作れて、美容に良いなど昆布料理の効能をアピールできるレシピを、どんどん紹介してもらえると良いかと思います。	1人	0.0%
簡単に作れる料理の普及が必要	1人	0.0%
簡単に使える献立がもっとわかるといい	1人	0.0%
簡単に出来るイメージがないのでイメージづくりから	1人	0.0%
簡単に美味しくできる昆布料理があれば良いと思う。	1人	0.0%
簡単に料理できるコツなど(圧力鍋を使えば手早くやわらかく煮ることができるとか)が広まればよいと思う	1人	0.0%
簡単に料理に使える形状のものが売っていれば、と思う。	1人	0.0%
簡単美味しく	1人	0.0%
簡単美味しく甘いおかずが良いのでは？	1人	0.0%
簡単便利。おいしく、子供にもすかれるような料理。・・・私が教えてほしいです。	1人	0.0%
関西風うどんのブームを東日本で巻き起こす。	1人	0.0%
関東の人はそんなに昆布に親しみがない気が・・・栄養価が高いのは有名なので後は手軽さ？かな	1人	0.0%
頑張るしかない	1人	0.0%
基本的な和食を好きになったらいいと思います。	1人	0.0%
基本的に大好きだが、煮る時間など手間がままるイメージがある。手軽に簡単にでき奇抜なメニューではなく基本的な料理の作り方で昆布を使ってほしい。最近の昆布メニューを見た人達は「そこまでして食べたいとは思えない」とよく言っている。簡単に上手な昆布巻きの作り方や佃煮の作り方など基本を知りたい人が多くの方に感じる。	1人	0.0%
気軽に利用できるようなイメージを持たせたいと思う	1人	0.0%
気軽に利用できるレシピがあればよい	1人	0.0%

逆にあたしがしりたい	1人	0.0%
逆に教えてください	1人	0.0%
究極の和食を提案してみる。	1人	0.0%
給食にだす	1人	0.0%
旧来の食感、味を脱却したレシピが一般化すれば、食べてみたいと思う。	1人	0.0%
教えるようなアイデアは無い	1人	0.0%
郷土料理にこんぶが多く使われているとおもうので、子供たちに教えていきたいです。	1人	0.0%
具体的な使用例や昆布に対して興味がわくような話題を提案するなど	1人	0.0%
具体的な料理をもっと開発して、料理本などに紹介してほしい。	1人	0.0%
啓発、広告	1人	0.0%
結構塩昆布とか食べていますが	1人	0.0%
結構高価な材料なので、端きれなどもだし用に安い価格で出してもらえれば、もっと身近になるような気がします。料理はそれからだと思います。	1人	0.0%
月に一回、昆布料理の日を設けて翌日料理自慢をかねて発表する。	1人	0.0%
献立が立てやすい	1人	0.0%
献立の幅が広がるとよい	1人	0.0%
研究するに限る	1人	0.0%
見た目が良くないので、洋食料理で見た目も良く美味しいければ良いと思います	1人	0.0%
見た目にも美味しそうな料理が増えるといいと思う	1人	0.0%
個人的に昆布などはどう食べるかの食べ方がむずかしいと思うので、例えば、クックパッド http://cookpad.com/ のようなウェブでコンテストしてみてもどうでしょうか？このサイトは多くの個人がオリジナルなレシピを作っているの面白くてかつおいしいものがあればランキングで上にくる等、注目度もあがります。	1人	0.0%
固さの調節ができるものがあればいい	1人	0.0%
固定観念にとらわれず、なんにでも使ってみる。	1人	0.0%
好い	1人	0.0%
好きになる	1人	0.0%
硬いので簡単に食べやすくしたい。	1人	0.0%
硬くて美味しいが、下準備がしてないとすぐには使えないので、半加工品が安価であればみんな利用すると思う(加工品は割高だから)	1人	0.0%
香りはとても良いのですが、食感と味に独特の癖があって食べにくいので、特に食感(噛むとねちねちした感じ)を気にせず食べられる調理法を教えて欲しいと思います	1人	0.0%
高級なイメージはないのに、価格が高い。安いものはあまり美味しくない、尾美味しくて安く、使いやすいものがでてくるといいと思います	1人	0.0%
黒豆を煮るとき、小さく切った昆布を入れる。	1人	0.0%
今の時期は寒いのでおなべなどに入れる	1人	0.0%
今はだしも原液が売られていて、昆布からだしを取ることが少なくなっている。今は鍋の季節なので、鍋をするときにはこれを入れよう！甘みがさらに美味しく、みたいなキャンペーンをする。使いやすいように1回1回使えるサイズにカットしている昆布が理想かな。	1人	0.0%
今は行商の人に一年に一度まとめて購入するので、大きいままの物をカットしておいて使っていて不便は感じていないし、カットされているものより衛生面などで安心なので大きいものがお値打ちであればともうれしい。1セットが多く、知人に分けているが、大きいままの方が立派で品質がよくわかるので喜ばれる。昆布の栄養価も知っていて毎日摂取している人もいて本当にうれしそうだった。でもカットするのが面倒な人もいと思うので現在のカットされているものよりも小さいものは使いやすいかもしれない。昆布が健康に良いということがもっと伝わって簡単な昆布料理が紹介されれば浸透すると思う。サンプルや試食も効果的かも。	1人	0.0%
今は即効で使える食材が求められていると思うので、すぐにそのまま使えるような加工品にするのがよいと思います。	1人	0.0%
今までの昆布のイメージ覆すような料理で手軽に作れる昆布料理のレシピがテレビ番組で紹介されると良い。	1人	0.0%
今対面販売でないで、コンブをうるのはむずかしい。やはり粉系で売る お好み焼き用粉など。	1人	0.0%
昆布、かつお を細かくして ゴマを加えて ふりかけの出来上がり	1人	0.0%
昆布=だし と言う方程式ができているので、その辺のイメージを変えていく必要があるのではないかと思う	1人	0.0%
昆布=だしというイメージ、もしくは昆布=難しい和食というイメージが強いと思うので、それが払拭出来れば良いと思うが。	1人	0.0%
昆布=ダシという概念がおおいのでは？	1人	0.0%
昆布=だしをとるもの、という公式が強すぎると思います。もっといろんな料理に使える、という柔軟さが表に出るといいと思います。カラダにもいいし、うまみもうんとあるし。今、自分は野菜ソムリエの資格を取り、勉強中です。野菜と昆布をつかってレシピをいろいろ作れたらな、とおもいます。	1人	0.0%
昆布=だし用 と言うイメージを一転して昆布はしっかりおかずになる！と言う認識をうえつける	1人	0.0%
昆布=高いというイメージをなくし、魚類のダシのように気軽に使えること。	1人	0.0%
昆布=和食という概念にとらわれず、昆布のうまみをいろいろな料理に活用したいけど、やはり主婦は献立を考えるのが面倒なので、アレンジの仕方を提供してもらえると昆布が食卓にあがる機会が増えると思います。	1人	0.0%

昆布＝和食に限定されたイメージがあります。洋食にも利用できるような食材と認められるような働きかけを、生産者や販売者もしてはどうでしょうか。	1人	0.0%
昆布＝和風メニュー限定というイメージがあるので	1人	0.0%
昆布エキスの瓶があればよい。	1人	0.0%
昆布お調理すると時間と手間がかかり面倒くさいと感じるけどただ味をしみこませる料理ではなく、炒めたりご飯と炊き込んだりしてもおいしいかも！！	1人	0.0%
昆布がおいしくなればよい。	1人	0.0%
昆布がスーパーで身近に売られて買いやすいこと	1人	0.0%
昆布がとても好きではなく普通と思っている人にも、簡単においしく作れるレシピがあれば昆布料理が普及していくのではないのでしょうか。たとえば、和洋中のどのジャンルにも使えるレシピをもっと主婦層にひろめていくとか…。	1人	0.0%
昆布がなくては意味が無いような美味しい料理があれば作りたいと思います。あと、塩昆布を料理に使う方法を聞いた事がありますが、まだ試してみる気になったことはありません。佃煮ではなく、何か、はじめから調味料のように加工されたもので、手軽に使える状態になったものがあれば使うかもしれません。できれば今までになかったようなニュアンスのものだちょっと試してみたいと思います。	1人	0.0%
昆布がやややくさい(海草のにおい)ので、それを解消してほしい。	1人	0.0%
昆布が身近なものになれば。ダシのイメージが強く、メイン料理という感じがしないので、メインになる料理があれば。	1人	0.0%
昆布そのものの味を知ってもらふこと。手軽に作れる昆布を使った料理のレシピを紹介してもらいたいと思います。	1人	0.0%
昆布そのものより、粉末のほうが使いやすいので、それをみんなに伝えたいです。	1人	0.0%
昆布だけではなく、別の素材もからめれば、いろいろ変化があり、面白いと思う	1人	0.0%
昆布だけの料理だと限りがあると思うので、色々な料理に少しずつ加えて使っていけばいいと思う。	1人	0.0%
昆布だしは案外洋食にも使えます。量や加減を工夫すると。洋食をよく作る若い世代の人が作りやすい、昆布を使った洋食のレシピなどを公開してもいいのでは？	1人	0.0%
昆布っておかかに比べてだしをとるのもらくちんだし、なんでみんな使わないの～？って思います。なぜ？？？NO IDEA !!	1人	0.0%
昆布ってだしてイメージがあってなんだか古臭いのかな？和食だけでなく斬新で、簡単なレシピが多くあればいいかと。	1人	0.0%
昆布っぽくない昆布があるといい。昆布の味がしにくいような料理があると助かりますね。	1人	0.0%
昆布でダシをとると、残った昆布がいつももったいないと思います。それを利用出来れば、もっと使うと思う。(利用は多分出来るのだろうけれど、知らない)	1人	0.0%
昆布でメインになるような料理が作れればいいと思います	1人	0.0%
昆布というと乾物のイメージが強く、もどすなど手間がかかるイメージがあるが、簡単なレシピのリーフレットを作り商品のそばに置くなどすると、普段使わない人も手にとってみる気になるのではと思う。また『天然生活』などのライフスタイル誌にレシピが掲載されると、作ってみようという人が増えそうな気がする。	1人	0.0%
昆布というと和風のイメージがあるし、洋風という、無理に昆布を使っているようなレシピが多いので、自然な感じで楽しめるレシピを紹介してほしい。	1人	0.0%
昆布といえば、和食。和食の良さをアピールする。昆布の栄養価や体に良いことをテレビなどで放送するとみんな使うようになりそう。なんとなく昆布を使う人は長年料理をやってきた熟練主婦的なイメージがあるし、使い方が難しそう。簡単に作れるレシピがわかれば自分ももっともっと昆布を使いたいと思う。	1人	0.0%
昆布といえばだしをとるぐらいしかイメージがないので、おいしい料理のレシピを教えてください。	1人	0.0%
昆布といえばダシを取るくらいしか思いつかないので、こんぶパーティーが開催できるほどバラエティ豊かに料理が作れるのなら、料理本を出版すればいいと思う。	1人	0.0%
昆布として売っているよりそれを材料とした加工品の方が有り難い。だしや、鍋物用スープなど。	1人	0.0%
昆布と甘いもの(例えばさつまいも)をうまく和えた料理を工夫するといいかも知れない(昆布を気軽に摂るには甘いものが必要だと思う)	1人	0.0%
昆布と言うとダシのイメージが大きくて、調理方法が思いつかない。手軽に作れるおいしい昆布料理をどんどん紹介して欲しい。	1人	0.0%
昆布と言うと何となく昔風の食べ物という感じがしている人が多いと思うので、若い人にもうけそうなレシピを考えてスーパーの売り場にレシピ集をおくといいと思う。	1人	0.0%
昆布と言えば、和食に欠かせないと言ってもいいと思うので、健康のためにも和食をもっと食べやすい環境を作る。コマーシャルなどでも良いし、昆布の良さをもっと紹介すれば、昆布を食べる人が多くなると思う。	1人	0.0%
昆布と言えば出汁をイメージするのですがその出汁をとるのも手間がかかるイメージがあります。もっとお手軽感があれば家庭にも登場しやすいのでは…。	1人	0.0%
昆布と言えば和風料理になると思うので、和風以外にアレンジ出来ればと思っているのですが中々思い浮かびません。	1人	0.0%
昆布にあう調味料の紹介ページがあるといい	1人	0.0%
昆布にだしをセットして売るなど。甘辛い味付けだと苦手なので、サラダに入れて。	1人	0.0%
昆布についてもっといろいろ取り上げられればいいと思う。また、昆布＝だしという意識があるから、料理の食材として使えることをもっとアピールすることが大事。	1人	0.0%
昆布にはめんどろなイメージがあるので、昆布を使った簡単レシピがあるといいと思う	1人	0.0%

昆布には価格のランクがあるので、手軽に美味しい昆布がやすく手に入るといい。昆布を使った料理番組が少ない状態。	1人	0.0%
昆布にもっとなれる	1人	0.0%
昆布の 佃煮 昆布の細切り (ぜんざいの横についてくる) 昆布のおにぎりは大好きです。すぐ使える素材でないと難しい？	1人	0.0%
昆布のイメージはすこしマイナーなのでもっと現代的に感じられるようにすれば若い世代のママさんの目に留まるかも。どうしても「おばあちゃんの」とか「和風で古い感じ」がすると思うので。値段もピンきりで高価なものでもそれが美味しいのかどうかという基準も若い世代には分かりにくいと思う。なので何故それは高価なのか、また美味しい食べ方をもっとアピールするべき。試食のサンプルを他の食品に添付したり、ファミレスなどで期間限定などで昆布にスポットを当てたメニューを取り入れてもらったりすると思う。	1人	0.0%
昆布のイメージを変えること。昆布というとなにか垢抜けない、もっちゃりした感じがする。昆布の持つヘルシーな部分をもっと強調し、気のきいた言い方に変えられないものか？	1人	0.0%
昆布のうまみを十分研究することからはじめるのが良い。	1人	0.0%
昆布のうまみ触感などをアピールするといいかも	1人	0.0%
昆布の美味しい料理を紹介し続ける。あと、みのもんたの番組があるある大辞典で取り上げてもらうのが一番良いのではないのでしょうか。「昆布はスーパー食材だった！」	1人	0.0%
昆布のおいしさを伝える	1人	0.0%
昆布のセールをする	1人	0.0%
昆布のだしを粉末で作るとか大きい昆布じゃなくて酢昆布みたいな手軽な昆布を作るとかどうでしょう？	1人	0.0%
昆布のビューレ状のものを作ると用途が増えるかも。	1人	0.0%
昆布のブームをつくるという。テレビ番組で健康にいいと宣伝してくれたら一気に昆布の需要が高くなるとおもう。	1人	0.0%
昆布のような乾物は使いにくいイメージがあるので、もっと簡単に使える (混ぜるだけとか、そのままOKとか) ものがあるとよい。	1人	0.0%
昆布の持つ、「昆布はダシに使うもの」というのを払拭するような、簡単かつおいしい料理を出してくれる店が増えることがまず第一だと思います。次に、昆布をおいしさを知った人たちが家庭で料理をする努力をすることだと思います。私が昆布料理を作らないのは、昆布はだし！と思い込んでいるからであり、普段あまり昆布料理をみかけないからです。	1人	0.0%
昆布の種類で手軽につかえる商品一覧をもっと知りたい。	1人	0.0%
昆布の種類を先ず勉強する必要がありそうです、	1人	0.0%
昆布の成分やヘルシーである事をもっと多く広げ、関心を持てる様に宣伝すると良いと思います。	1人	0.0%
昆布の説明書きがスーパー陳列棚にわかりやすくPOP調で書かれているといいと思う。どんな昆布がどんなお料理に向いているかなど	1人	0.0%
昆布の素材を十分理解する。	1人	0.0%
昆布の特性を知り、持ち味を生かせるように料理に取り込めば良いのではないのでしょうか。	1人	0.0%
昆布の認知度を上げる！ダシに使うなど脇役的な存在のイメージなので、主役になれるように！	1人	0.0%
昆布の売り場をわかりやすく	1人	0.0%
昆布の本当の味を知ってもらう 昆布にアミノ酸を添加しない	1人	0.0%
昆布の味が問題	1人	0.0%
昆布の味に変化をつける	1人	0.0%
昆布の魅力を知らせる。頭や体にいい事をもっとPRする。簡単に料理に使えることをPRする。簡単に使えるような加工済み昆布を販売する。戻したりするのが手間に感じるの、簡単にできるというのをもっとPRする。	1人	0.0%
昆布の良さをもっと知りたい。	1人	0.0%
昆布は、何にでも合うので、抵抗せずに、まずは使ってみることだと思います。最初は、使い方が楽な、切り昆布から挑戦してみましょう！また、味噌汁に入れて、少しずつ習慣にするのも良いかもしれませんね！また、おでんの具に昆布を一品加えてみるのも抵抗なく出来ますよね！	1人	0.0%
昆布はだしだという固定概念を取り払えばよい	1人	0.0%
昆布はダシとして使いつつも、取り出してはもったいないので、食べやすい大ききで煮物や鍋物に入れると具材のひとつになるので、そのような利用方法がオススメです。	1人	0.0%
昆布はダシとして使われるのが主だと思います。簡単にダシをとれるようになった今ではなかなか昆布そのものをレシピに使うことが少なくなっているかと思いますが。また、子供にはあまり好まれないかと思うので子供向けのメニューなんかがあるとあれば利用率も高くなるのではないのでしょうか…	1人	0.0%
昆布はダシのイメージが強いので、もうそのイメージでいくか新たにすごく美味しくて簡単な料理を開発する	1人	0.0%
昆布はだしをとったりするには必需品ですが、他の料理にはなくてもいい感じがして。昆布がなくてはこの料理は成り立たないと思えるようなレシピがたくさんあれば消費も多くなると思います。	1人	0.0%
昆布はだしをとるだけでなく、いろいろ使えると分かれば身近に感じて使うと思います。	1人	0.0%
昆布はだしをとるものという概念を取り除く。栄養価の表面化	1人	0.0%

昆布はまずダシとしては必需品だと思うのですが、味音痴の世代にはわからないようなので、そのあたりから教えるのがいいのではないのでしょうか。	1人	0.0%
昆布はミネラルが豊富でアトピーの子供にも良いと聞いた。それからよく使っている。だしをとる時もだしじゃこプラス昆布を入れることでうまみが何倍にもなると聞いた。そんな利点をもっとアピールしたら、利用する人が増えるのでは？ 後、昆布を使う時、さっと水で汚れを取り、だしが出やすい用に切れ目をいれるが、その作業が意外とめんどくさい。そこまで済ませてある鍋に入れるだけの商品があればもっと使いやすいと	1人	0.0%
昆布は扱いが難しそうだったりもどすのが面倒だったりというイメージや、料理のバリエーションも少ないような感じがあって取り入れようという意識があまりないのが現状です。価格も高いし…。手軽に昆布を取り入れられるレシピや簡単に扱える方法などをもっと公開して頂けたらと思います。	1人	0.0%
昆布は旨味だけ出すだけじゃない、昆布を使った料理は沢山ある。昆布を使った料理でもこんな味が出せる。そしてこんなに色とりどりの料理ができると事を知らせると良いと思う。昆布イコール暗いイメージ	1人	0.0%
昆布は美味しいことを宣伝しましょう	1人	0.0%
昆布は保存食として優れているが、使いたいときにすぐに使えないことがネック。ひじきの缶詰のように少人数向けに保存が出来る商品があるといいな。	1人	0.0%
昆布は和のイメージなんで、洋風にも色々利用出来れば、頻度も増えるのでは？	1人	0.0%
昆布は和食で使用するので、洋食に用いることができれば、子供が好んで食べるようになると思うのですが	1人	0.0%
昆布は和風のイメージがあるので、もっと、洋食で使えるようにする。例えば、パスタやピザなどと、一緒に。	1人	0.0%
昆布は脇役のイメージがあるので、どう料理していいかわからないひと結構いると思います。もっと体にいいことやレシピが広まれば作ってみようという気になると思います。	1人	0.0%
昆布メインの料理があれば。	1人	0.0%
昆布を、小さく切って「ガム」のかわりにカミカミしましょう。	1人	0.0%
昆布をいつもすぐ使えるように目に付くところにおいておく	1人	0.0%
昆布をいろいろな大ききで販売したりあらかじめ下ごしらえをしてあれば良いのではないのでしょうか	1人	0.0%
昆布をそのまま料理するのはむずかしい印象があるので、昆布の加工品や簡単に調理できる状態になっていれば、体にもいいので手を出すかも…	1人	0.0%
昆布をだしでなく、食べ物と思う。市販のごま昆布もお握りの具ででなく、豆腐の上にのせても美味しいですよ。卵焼きの中に入れても美味しいです。	1人	0.0%
昆布をどうやったらおいしく簡単に料理できるか。	1人	0.0%
昆布をメインとした料理本を出すなど	1人	0.0%
昆布をもっとかわいい入れ物に入れて販売する パッケージをかわいくする	1人	0.0%
昆布をもっと広い範囲で考えたら、毎日必ず使っていると思いますが…。わかめの味噌汁はほとんど毎日飲んでいまして、ひじきは煮物ばかりではなく、サラダにもなるしふりかけは大好きです。昆布茶で出汁の元代わりになるし…。	1人	0.0%
昆布をもどすのに時間がかかるということ。洋風にも使えればいいのですが。	1人	0.0%
昆布をもらったりするので、料理のバリエーションが広がるのは非常に有意義です。	1人	0.0%
昆布をレジの近くに置いておけばレジ待ちの時にきっと買う。	1人	0.0%
昆布を嫌いな人は少ないと思うので、料理の苦手な人にも簡単に作れる料理を教えてあげたほうが良いと思います。集まりなどは苦手な人が多いと思うので、商品にレシピを付けて売った方が良いと思います。	1人	0.0%
昆布を使うことが簡単だということをもっとアピールする。TVのCM等で昆布を使った簡単レシピを教える。	1人	0.0%
昆布を使うとおいしくなるとアピール！	1人	0.0%
昆布を使う料理は何か難しそうな和食…というイメージがあるので、もっと身近な家庭料理や洋風料理に気軽に使えるレシピとかがたくさん紹介されればメジャーになると思います。	1人	0.0%
昆布を使った簡単料理・アイデア料理をみんな知らないの、昆布の栄養面での良さを説明したページと、種類、選び方、○○の料理にはこんな昆布、こんな商品を選ぶといいなどのページと、簡単レシピ・アイデアレシピなどを載せた昆布BOOKを作ってアピールすると思う。	1人	0.0%
昆布を使った手軽な（そしておいしい）料理がもっと世に知られるようになればいいと思う	1人	0.0%
昆布を使った料理って和食が思い浮かぶのですが、子供が食べやすい洋風なものがあるといいとおもいます。	1人	0.0%
昆布を使った料理の惣菜が売られていけばまねして作るかも	1人	0.0%
昆布を使った料理を広める。	1人	0.0%
昆布を手に入りやすくする	1人	0.0%
昆布を食べるとどんな風に身体にいいのかを、もっと広くアピールすればいいと思います。	1人	0.0%
昆布を深く知る必要があるね	1人	0.0%
昆布を切らさない事	1人	0.0%
昆布を調理＝料理に手間がかかりそうというイメージがあるので簡単なレシピが広まると利用する機会が増えるのではないのでしょうか。	1人	0.0%
昆布を調理しやすいイメージにする	1人	0.0%

昆布を調理するときの手間(戻す、など)を少しでも少なくする	1人	0.0%
昆布を天婦羅やフライに？してみてもどうですか？？？	1人	0.0%
昆布を入れるとどう良くなるかの詳細	1人	0.0%
昆布を納豆と混ぜる。	1人	0.0%
昆布を派手な存在にのし上げる。とにかく地味で今では生活に全く必要の無いもの。	1人	0.0%
昆布を買うことが先決。	1人	0.0%
昆布を買ってくる・ネットで調べる	1人	0.0%
昆布を売るときのパッケージをかわいくにぎやかにすればいいんじゃないか。あまりにも色が2色で地味で暗いから並んでも目が行かない。年寄りのものみたい	1人	0.0%
昆布を洋風でアレンジできないかと以前から思っていました 和食以外での昆布をメインにした料理がないか思案中です	1人	0.0%
昆布以外にも、わかめ、のり、ひじき、めかぶ、てんぐさもいれて！	1人	0.0%
昆布巻きとか、昆布締めとか、メインに昆布のくる料理はオシャレじゃないし、面倒なイメージが強い。何か裏ワザ的なことで、すごく美味しい！というようなレシピがあれば、すぐに口コミではやと思います。	1人	0.0%
昆布業者がもっと昆布の良いところをアピールする。	1人	0.0%
昆布自体が十分主役になれる料理があればよいと思う。	1人	0.0%
昆布製品に、教室のパンフを入れるとか。	1人	0.0%
昆布茶……かくし味に、とろろ昆布……お吸い物うどんやパスタのトッピング、おにぎり、だし昆布……だしを取ったあとは昆布の佃煮、刻んで炒め物に加える。などです。販売されているものが大きいものが多いので、刻んだり形を使いやすいものにすればもっと用途が広がると思います。	1人	0.0%
昆布茶でいろんな料理に使う	1人	0.0%
昆布茶のように粉末のものだとどんな料理にも入れやすいと思う。	1人	0.0%
昆布茶の活用	1人	0.0%
昆布茶みたいに粉末にしたものを他の食べ物に混ぜて料理をしてみると変わった味がしておもしろいと思います。	1人	0.0%
昆布茶をもっと研究して使いやすくしたらなんにでも使えますね。	1人	0.0%
昆布茶を購入	1人	0.0%
昆布売り場でアイディア昆布料理を頻繁に紹介し、作ってみたいと思ってもらう様にする。	1人	0.0%
昆布料理、というよりもどうやったら昆布の消費が上がるのか考えた方がいいと思う。	1人	0.0%
昆布ふりかけ、昆布サプリメントなど。昆布の料理は面倒なイメージがある。	1人	0.0%
昆布料理が簡単に気軽にできるような、インスタント商品(半インスタント商品)を開発してほしい。	1人	0.0%
昆布料理が分からないから、もっと分かればよいと思う。	1人	0.0%
昆布料理ってどういうのがあるのか全然わかんないので、簡単に作れて、小さな子供とかも一緒に食べれるようなのがあったらつくってみたいと思います。	1人	0.0%
昆布料理というと和風！というイメージがつよくある。和食は時間が手間も時間もかかるわりにメインにならない料理が多いのでもっと簡単にボリュームのある料理に使えると気軽に使えるようになるのではないかと。	1人	0.0%
昆布料理と聞くと、率直な話煮物ぐらいしか思いつきません。その他にどのような調理法があるのか、レシピを広める必要があると思います。レシピ自体も、例えば炒め物など、手間のかからない内容であることも必要と思います。また販売方法も、例えば最初から刻んであったり……など、使いやすい形状になっていると良いと思います。	1人	0.0%
昆布料理のジャンルを確立させてメニューをアピールする	1人	0.0%
昆布料理の情報を増やすべきだと思います	1人	0.0%
昆布料理の普及。和のイメージ以外の使い方とか。	1人	0.0%
昆布料理はピンとこないのですが、例えば味噌のおまけに、「この昆布も一緒にだしをとるとおいしい味噌汁が出来ます」というような素人向けのレシピ付昆布のサンプルをつけて本当においしければ次回昆布だけ買う人も増えると思います。なかなか昆布でだしをとっておいしい料理を作るのは私には難しいです。	1人	0.0%
昆布料理はむづかしいので、調味料として生尾の変わりにこぶの粉末を混ぜたお塩を使う。これなら誰でも簡単に昆布を取り入れられる(10年ぐらい自分で使っている)	1人	0.0%
昆布料理は結構手間がかかる料理です。忙しいご家庭などは簡単に調理できる昆布などがあればいいのですが……また市販の昆布巻きなどは値段も結構張ります。毎日食するには、ちょっと贅沢な食材かも。私は昆布は大好きです。毎日、食べたいくらいです。	1人	0.0%
昆布料理は時間がかかるというイメージが強いので製造過程で 短時間で火が通る加工をして頂くと使い易いかも知れませんがね。	1人	0.0%
昆布料理メニューが手軽にできるといい	1人	0.0%
昆布料理やレシピなどをスーパーの売り場のあちこちに置いて、買い物客に見てもらったり、試食してもらったりする。スーパーで、昆布レシピを無料配布する。	1人	0.0%
昆布料理をもっと知らなければ作れないので、簡単な料理などもっと広まると良いと思う	1人	0.0%
昆布料理をもっと普及すればいいと思う。	1人	0.0%
昆布料理を広める	1人	0.0%
昆布料理を作るよりは、普段の料理に昆布を入れる方がみんな気軽に使えるんじゃないかと思っています。例えばパスタの具にしてみるとか……	1人	0.0%

昆布料理自体がもっとポピュラーになるといいと思う。たとえばおでんとか餃子とかハンバーグなんかのように、「今夜のおかずは昆布巻きよ」なんていう感じになるといいんですが。	1人	0.0%
昆布料理紹介してもらえ場所提供してほしい	1人	0.0%
昆布料理専門の本が出版されたり、ウェブ上にレシピが公開されると手軽に利用することができそう。	1人	0.0%
昆布料理専門書を広める。	1人	0.0%
昆布料理特集の本を出す。	1人	0.0%
昆布料理特集料理本や市場に出回っている奥様向けの雑誌に特集を載せる	1人	0.0%
最近といえば佃煮がダシといったイメージがあります。祖母が昔ダシを取った後にその昆布を使って漬物や料理に活かしていましたが、最近では本ダシなどの簡易だしが主流を聞かせているのでわざわざ昆布やにぼしなどでだしを作る家庭は少なくなってきたのではないのでしょうか。ダシとしてではなく昆布も食材の一種として捉える事の出来る魅力的なレシピや商品などがどんどん増えていけば良いとおもいます。	1人	0.0%
最近の若い人は昆布を使った料理をするのが基本的に減ってきていると思うので、お母さんやおばあちゃん世代の人に簡単レシピなど公開すればちょっとは効果があると思います。	1人	0.0%
最近の酢の様にブームになるのが一番！	1人	0.0%
最近、昆布は頂くもの(中元、お歳暮など)という概念があるので、感覚的な問題だと思えます。昆布のコーナーにレシピが常備されると必然的に買うかも。	1人	0.0%
最近ではだしも「だしの素」などで済ませてしまうことが多いと聞きます。でもいろいろな健康ブームが広がっているの、HPなどでもいろんなレシピや調理法や保存の仕方などを公開したらいいと思います。	1人	0.0%
最近簡単メニューがスーパーの広告にも載ってるから、そういうのを利用したら主婦の目にとまるのでは？	1人	0.0%
最近昆布に注目し始めてだしはほとんど昆布と干しいたけでとっていますがそのあとの利用方法をたくさん知りたいです	1人	0.0%
最初からもっと細かい昆布があれば、いろいろ使えるかも。	1人	0.0%
細かく刻んで、だしをとったらそのまま食べる。	1人	0.0%
細かく切って何でも料理に混ぜれば手軽にとれるとおもいます。	1人	0.0%
細かく切って保存しておく	1人	0.0%
細ぎり、板状、塩昆布。など使い方によってさまざまなタイプを用意しないといけないのが面倒。ひとつでいくつもの使い方のできるようなものがあればもっと使うかも	1人	0.0%
細切りになっていると、すぐ料理が出来る。煮物にそのまま、味噌汁に、サラダにと手軽に早く使える。	1人	0.0%
作りやすくカットして販売するとか、レシピつきとか、半調理してあると、便利です。	1人	0.0%
作り方が簡単	1人	0.0%
作り方や調味料とセットで売ればよい。	1人	0.0%
作り方を簡単にする。粉にする。	1人	0.0%
作り方を知らないのもっとおいしい食べ方・料理法を教えればいいと思います	1人	0.0%
山の芋の煮物に柔らかく煮た昆布を添える。いまねばねば食品が注目されていますので。	1人	0.0%
酸味を減らす	1人	0.0%
仕舞い込まないで目に付く所に置く。	1人	0.0%
使いきりパックの充実。レシピ本を昆布メインのものの販売。	1人	0.0%
使いたいとは思いますが、なかなか知る機会がないので・・・	1人	0.0%
使いたいと思える味になればいいと思います。	1人	0.0%
使いやすい、昆布商品の開発。	1人	0.0%
使い方が良くわからないので味噌汁のだしによく使う、しいたけの茎や昆布、かつお節で佃煮を良く作る	1人	0.0%
使い方の理解と共に、美味しい昆布を身近に売って欲しい。	1人	0.0%
使える料理を色々な人に伝える	1人	0.0%
子どもから好きにならなければだめ	1人	0.0%
子どもが喜びそうな味にする	1人	0.0%
子供が好んで食べるようになると増えるのですが、匂いがだめなようです。細かくしてお好み焼きなどに入れてみてはいかがでしょうか？	1人	0.0%
子供が食べやすいような案があれば	1人	0.0%
子供が食べれたらいいなあって思います。	1人	0.0%
子供でも食べやすいような、もっと柔らかい昆布があると良いな。	1人	0.0%
子供でも食べやすいように	1人	0.0%
子供でも美味しく食べれて簡単に料理できるものを教えてほしい。	1人	0.0%
子供の頃からあの味に親しむとともに良い昆布が簡単に入手できるようにしないと難しいですね。	1人	0.0%
子供の時から食べる習慣がつくように洋食メニュー等に応用なども必要と思うが作る側からするとやはりまず低価格のものも増やしてもらってまず利用回数をふやせる条件を作ってもらって店頭等でいろんなレシピで実演販売や種類やかかきが違う理由等紹介して身近に感じてもらうのが一番でしょう。	1人	0.0%

子供の離乳食ではじめて、ちゃんと昆布から、だしをとった。だしの素と比べ物にならないくらい、味わい深い旨み成分がでていた。食育を通して、昆布の味を小さい頃から親しむように、離乳食レシピ、キッズメニュー、子供料理教室をもっと、たくさん紹介してほしい。	1人	0.0%
子供は嫌っています。まずい、らしい。だし味は好きですが、臭いでしょうか。	1人	0.0%
子供は洋食が好きなので洋風にアレンジをしてみたらどうでしょうか？	1人	0.0%
子供も喜ぶこんぶ料理があるといいです	1人	0.0%
子供教室などで普及を促す	1人	0.0%
子供向けの商品を増やしてみてもいい？	1人	0.0%
子供達や若い人に好まれやすい洋食にアレンジする。ハンバーグに混ぜ込むとか、鳥肉を昆布で巻いてから揚げにするとか。	1人	0.0%
市販の昆布をいつでも利用できるように常備しておく	1人	0.0%
市販の昆布巻きて、本当においしいのがないですね。(高級品でも) 本当においしい昆布巻きを販売して、目覚めさせる事でしょう。昆布って古い方がおいしいのに、なんで賞味期限が短いのでしょうか	1人	0.0%
市販の佃煮は子供も食べるが自分が煮たものは美味しくないのでも子供は食べない。また今の若い子はあまり昆布を食べない。自分も昆布料理のレパートリーがないので食べさせられない	1人	0.0%
思いつくものがない。しかしおしゃぶり昆布、おぼろ、とろろそして昆布巻きなど昆布製品は多いです。	1人	0.0%
私が今一番やってみたいのは魚の昆布じめ。あとは昆布のポークを作ってその中に魚を入れて蒸すお料理。面白そうだし、美味しそう。実家の母が作ってくれるのは身欠きにしん入りの昆布巻き。すごい美味しい。東京ガスとか東京電力とかでやっている料理教室で昆布料理教室を開いてはどうでしょうか？今の若い人は昆布の料理の仕方を知らないんだと思います。	1人	0.0%
私のような海藻嫌いの人間もいるので、まずは美味しい♪と思わせ、嫌い…と言う気持ちをなくさないと話にならないよね。	1人	0.0%
私はだしとして、たきこみごはんにも入れる	1人	0.0%
私は昆布の癖と和風の濃い味付けが苦手なので、洋風のサラダ状の物があれば面白いと思う。「まつのはこんぶ」みたいに最初から別の味付けをして料理に入るような方法も教えて欲しい。	1人	0.0%
私もあまり作れないのでわからないです。	1人	0.0%
私もあまり使わないので聞きたいです…	1人	0.0%
私もききたい。頂きもののこんぶが沢山あるが、何にも使えない	1人	0.0%
私も今まさに考え中です。。。どの料理とのコラボが一番合うかとちょっと変わった料理法などがあればいいですね。	1人	0.0%
私自身が昆布が好きなのでよく使うのですが、昆布は和食のイメージが強いので、他の料理で見た目も派手な感じで使えればいいのかも…。	1人	0.0%
時々美味しくない昆布があるので、とにかく味のよい昆布を提供するのが第一。酢に昆布を漬けておくとか美味しい酢になる…など簡単に利用できる方法を消費者に知らせ自分で作るより買って来たほうが美味しくてついつい惣菜として買ってしまふので、自分の努力が一番大切だと思う。	1人	0.0%
自分なりに工夫する…醤油やお塩の代わりにコンブを入れるレシピを考える。	1人	0.0%
失敗しても、これと思った事は、一度挑戦してみたら？…	1人	0.0%
失敗をおそれいろいろな料理にいれてみると合う料理がわかりアイデアもできるとおもいます。	1人	0.0%
実際に栄養価もあり、美味しいのもっと家庭で食べたいという気持ちはあります。簡単な料理方法を広めたりブランド名を普及させるともっと注目されるのでは？	1人	0.0%
実際美味しい料理を食べてみる	1人	0.0%
煮やすくなっているといい	1人	0.0%
煮込み料理をすることが増えるこの時期に、たとえばテレビで昆布を使ったレシピを紹介するとか、主婦がよく読む雑誌で特集するなどすれば関心はあがると思います。	1人	0.0%
煮込む料理や 昆布の佃煮など 簡単に良いと思います。	1人	0.0%
煮物ぐらしか浮かばないので子供が喜ぶ洋食にも使えれば良いと思う。	1人	0.0%
煮物デーを設定する	1人	0.0%
煮物で食べたい	1人	0.0%
煮物などのダシとしてだけではなく、食べられるカタチにすればよい	1人	0.0%
若い子が好きそうなアレンジ料理が必要	1人	0.0%
若い人が昆布の利用法を知らない人が多いので、料理講習が必要	1人	0.0%
若い人が使いやすいように、細切りにしたり、小さく切ったらどうでしょう。	1人	0.0%
若い人が食べられるようなイタリアンとかフレンチ風にアレンジして認知させる	1人	0.0%
若い人に昆布料理の仕方をもっと教えたらよい。知らなすぎる。	1人	0.0%
若い人向けに洋風の昆布料理があるといいのではないかと思います。	1人	0.0%
若い人好みの味付けのおしゃれな料理が定着すれば必然的に定番になると思う	1人	0.0%
若者にアピールする必要がある。	1人	0.0%
主婦を啓発するしかない。自然の味、手作りの味の大切さに目覚めるように、業界からアピールしていく。	1人	0.0%
主役となるような料理があればいいと思う。脇役でしかないような気がする。	1人	0.0%

取り扱いを簡単にできるようななにかがあればいいと思います	1人	0.0%
手ごろでうまい	1人	0.0%
手ごろでおいしいものが手に入ると良い。	1人	0.0%
手軽で、おいしい昆布料理が普及したり、テレビの料理番組で、昆布を材料にした料理が作られれば、もう少し家庭でも作られると思う。	1人	0.0%
手軽で、かびないならいいんだけど	1人	0.0%
手軽でおいしいもの。昆布ってあまりレパートリーが広がらず脇役が多いので	1人	0.0%
手軽で安くなればいい	1人	0.0%
手軽なイメージ	1人	0.0%
手軽なサイズの昆布や、種類豊富な昆布があるといいと思う	1人	0.0%
手軽なのがいい。	1人	0.0%
手軽な使い方が分かれば使いやすいと思う	1人	0.0%
手軽な使い方を覚える	1人	0.0%
手軽な大きさと売る、ある程度小分けで袋詰めしたパックにしておいてくれる	1人	0.0%
手軽に	1人	0.0%
手軽に簡単に美味しい、そして栄養がある。こういう料理になれば良いかと思います。	1人	0.0%
手軽に使えるイメージがあるとよい。	1人	0.0%
手軽に調味料として使うようにする	1人	0.0%
手軽に調理できる方法を考えるなどをすると思う。初めに調理バサミで切っておくなど。	1人	0.0%
手軽に料理できることを認識してもらう。	1人	0.0%
手元において常に目に付く、手にするように・・・	1人	0.0%
手作りの良さをもっと広めていけばいいと思う。	1人	0.0%
種類を増やす。	1人	0.0%
臭いが強いのが気になります。柔らかい香りの昆布が出るといいのですが	1人	0.0%
十分使ってます。	1人	0.0%
柔らかい、状態のものを、冷凍しておき、解凍して、料理するのも一つの手段ですね。たとえば、昆布巻きとかも。	1人	0.0%
柔らかく煮ること	1人	0.0%
出しに向くもの、料理材料として向くものをもっとよく知りたい。おやつ感覚で食べられるものが良いのではないかと思います。	1人	0.0%
出しの素を昆布に換える	1人	0.0%
出し昆布は毎日使っていますがだしをとった後も無駄にはしないで佃煮にしたりそのまま千切りにして味噌汁に入れて食べます。こんぶ類は無駄にするとなくなってしまうので	1人	0.0%
出汁としての可能性を追求していく 簡便性とか健康食品としてとかグルメとして	1人	0.0%
出汁をとるにしても、調理するにしても、手間がかかるイメージがあると思うので、簡単で手軽に使えることを広めるといいと思う。	1人	0.0%
出汁をとるのがメンドクサイけど、味噌汁くらいは使ってもよい。昆布茶を利用したレシピが増えれば良いのに。簡単が一番。	1人	0.0%
出汁昆布の再利用方法がもっとあればよいと思います。インターネットで検索しても、佃煮くらいしか出てこないで・・・	1人	0.0%
出来合いのだしより昆布だしの美味しさを認識させること	1人	0.0%
純和風を離れて、普段食べるちょっと洋風な料理にアレンジするなど。	1人	0.0%
商品のこんぶのパッケージにメニューが載っていれば、気軽に作って見られると思います。	1人	0.0%
商品の小パック化=あまり料理しない人でも手軽に使えるように、1回～数回で使い切れる料の商品。情報の発信=テレビ等メディアを通じて、昆布の良さについて知識を広める。昆布の成分を粉末・液体などで製品化=出し殻が出ないので使いやすいと思う・サプリメントとしてもよいかも	1人	0.0%
小さなスーパーでは扱っていない昆布製品があるので、よく知らない人も多いと思います。いろんな昆布を使った簡単な料理法を広めるといいのでは。ちなみに、細切りの昆布はインターネットで初めて知って購入し、使っています。	1人	0.0%
松居一代がすすめると買いたくなる	1人	0.0%
松前漬	1人	0.0%
上手な方の簡単料理教室、託児付があれば嬉しいです	1人	0.0%
常備しておくことと便利であることを知ってもらう事からはじめる	1人	0.0%
常備出来ること、繊維が多いので若い人にも利用してもらうようなダイエットレシピ。災害ときに使えるレシピ。などあればいいのではないかなあ	1人	0.0%
情報がほしい	1人	0.0%
情報の提供を多くする。	1人	0.0%
情報をむおおくして	1人	0.0%
情報を集めないとわからない	1人	0.0%
情報収集がいつでも出来るようにする。	1人	0.0%
情報番組で特集されると作ってみようという気になるので有名な情報番組で取り上げられるといいと思う	1人	0.0%
色が黒いので嫌がる子どもも多い。動物や花など、子どもの喜びそうな形にカットされたものを煮物等に入れるとよるこんで食べてくれる・・・かも？	1人	0.0%
色が地味なので華やかな料理に使いづらい。それがクリアできたら・・・	1人	0.0%
色んなサイズ、用途のものを開発する	1人	0.0%

色々な場面でアピールする。	1人	0.0%
色々、情報を集める	1人	0.0%
色々なところで啓発活動をする。スーパーで試食をかねてレシピを配ったりすると思う。	1人	0.0%
色々なメニューを考えてみれば良いと思う。	1人	0.0%
色々なものに入れてみてチャレンジしてみる	1人	0.0%
色々なレパートリーがあればいいと思う	1人	0.0%
色々な口コミやレシピを掲載すればいいと思う。	1人	0.0%
色々な昆布の効果を。テレビで放送すれば、関心が広まると思う。みのもんたや、あるある大辞典など。	1人	0.0%
色々な人のオススメ料理を公開する	1人	0.0%
色々な大きさの昆布や色々な味の昆布が出ればいいと思います。和風のスパゲッティなどにもいれられるようなものとか、海苔巻きのように簡単に巻けるようにやわらかくしたものなどがあるといいと思います	1人	0.0%
色々試してやってみる	1人	0.0%
色々自分で試行さくごして作って見る。	1人	0.0%
食べてみたくなるような料理を紹介する。	1人	0.0%
食べやすくおいしい昆布があればいいと思う	1人	0.0%
食べやすく手軽に料理に使える昆布があれば良いと思う。	1人	0.0%
食べやすさ、料理のしやすさを強調	1人	0.0%
食育が叫ばれているので、たいしたことではないが、昆布おにぎりの良さを知らしめる等。コンビニで買う時はツナマヨでなく昆布を！家でも梅干、鮭、昆布を！とかいかがですか？	1人	0.0%
食育で、子供の頃から昆布を食べさせれば、大人になっても食べるのではないかと思います。あとは、若い女性に向けて「昆布を使ったダイエット料理」みたいな企画を試みてはどうでしょう？また、多忙なワーキングウーマンとしては、「簡単にできるローカロリーこんぶ料理、5分でできて、夜食べてもお肉にならない」というようなコンセプトが嬉しいです。	1人	0.0%
食育を推進する。	1人	0.0%
食物繊維が多くカロリーも少ない。いいところはいっぱいあるのに面倒くささや、今っぽくないところがだめなのかな？和食が好きな私はよくたべますが。。。	1人	0.0%
親が料理する時に子どもに見せるのが基本だと思う。ただ、顆粒のだしが売っているので難しいが本物と、顆粒のものの違いがわかるようなキャンペーンはどうでしょう	1人	0.0%
身近な食材の割りに、ダシや煮物の調理法しかわからないので、もっと調理法を発信すべきと思う。	1人	0.0%
身近にいつも昆布を置いておく。使いやすいサイズにきって置く	1人	0.0%
身近に作る料理に昆布を使用できたら	1人	0.0%
身体にいいことをもっとアピールする、手軽な調理法を紹介する、おしゃれな料理を紹介する（見た目が地味なので…洋風の料理にすれば、こどもや若い人も抵抗がないと思います）	1人	0.0%
身体にいいのでふりかけによいのではないかとおもいます。	1人	0.0%
身体によい、肌によい、ダイエットになる、などということになれば少々面倒でも頻繁に食卓に乗せる、でしょうね。私自身は親や祖母が大変昆布が好きでよく食べていましたが、そのころはまだもっと美味しいものがあるという感じであまり好んで食べていませんでした。四十代後半からでしょうか、「身体が昆布を喜ぶ」という感じになって、昆布を大量に食べるようになりました。	1人	0.0%
身体に良いと思っても時間がかかりそうで敬遠している若い人多いそうですね。早煮昆布のように時間がかからないものの普及が必要だと思います。	1人	0.0%
身体に良い栄養素を広める	1人	0.0%
酢を使う	1人	0.0%
酢昆布の簡単な作り方〜とか、昆布のダシを取るの面倒くささに人向けに、粉末にして入れるだけ〜とかはどうでしょう？	1人	0.0%
図書館でレシピブックを借りて読む	1人	0.0%
水でもどりやすい昆布があると思う。	1人	0.0%
炊き込みご飯や急いでいる時の出汁に便利な昆布の粉末をもっとPRしてみたらどうでしょう。	1人	0.0%
生の昆布がいつでも手に入ればいい、だしをとった後の昆布の活用をもっと広く知れ渡ればいい生活習慣にするために規則正しく食すること。例えば、ご飯に入れるなど。	1人	0.0%
精通する	1人	0.0%
昔ながらの食事がいかに大事かを教えなければ、だんだんと手間暇かけて切り刻んで炊き込み御飯、澄し汁、卵焼きなどに入れる	1人	0.0%
閃きと試作の失敗の数。とにかく何でも思いついたら試してみてもいいのでは？	1人	0.0%
前の晩に水につけておいて、翌日だしとして何にでも使う。どろどろとうまみや栄養が溶け出している	1人	0.0%
惣菜やレトルト商品などで、昆布の存在感のあるもので「こんな風に使える」ということを広めるとよいと思う。	1人	0.0%
即席だしよりもうまみがあって、扱いも楽だという具体的な使い方を紹介してくれるといいと思います。	1人	0.0%
即席で出せるもの	1人	0.0%

他の人の意見ですね！ ダシとしてのイメージだけの人とも多いと思うのでおいしい料理があれば定番としてすごいいとおもいます	1人	0.0%
体に良い事は分かっているのに、洋風の味になるようなおかずがあれば使ってみたい。	1人	0.0%
代表的な昆布料理を考案する以外ない気がする	1人	0.0%
大きい製品が目につくので気軽さがないと思います。もっと手軽に 使えるように細切タイプの使いきりのタイプの商品があると楽に調理もできて 家庭料理に活用できるように思います。後、昆布は甲状腺の値を上げてしまうというイメージがあるので使い方のバランスもレシピで載せてくれるとありがたいです。	1人	0.0%
大きさを使いやすい形などに変わってくると良いかも知れないと思います。	1人	0.0%
大型スーパーと提携して、試食販売やお料理教室などを企画する。	1人	0.0%
大胆に使ってみるだけ	1人	0.0%
大判の昆布以外に、細切りやスープの素をセットにした商品があると育児中でも簡単に昆布料理を作れると思う	1人	0.0%
達人のヒトの技を盗んですこしずつ挑戦してみる	1人	0.0%
棚により多く並べてもらえるよう、企業努力の積み重ねだと思います。努力していれば、消費者は必ず取り上げるものです。	1人	0.0%
誰かが教える。	1人	0.0%
誰でも手軽に作れる『簡単昆布料理レシピ』をネット等で公開する！	1人	0.0%
短時間でできるイメージがほしい	1人	0.0%
短時間でやわらかく仕上げる調理法、カフェ風の料理など、もっとレシピが出回ればいいと思います。	1人	0.0%
男性向けする料理があれば、もっと作られると思う。	1人	0.0%
知識	1人	0.0%
知名度を上げる	1人	0.0%
地域的に昆布は良く使います。特に、行事があるときはかかせません。正月、お盆、家族、親戚が集まる時のおかずの一品。地域によると思います。結構こんぶはどうやって使うのか解らない方が多いと思います。私はどうしても利用することが多いため当たり前に料理しますが、結婚前はどうか料理方法はわかりませんでした。まずは作って見る事だと思います。	1人	0.0%
地味なイメージがあるので、払拭できれば・・・	1人	0.0%
地味なイメージをなくす	1人	0.0%
地味なイメージをなくす。テレビで取り上げられれば、売り切れになると思う	1人	0.0%
地味なイメージを払拭。	1人	0.0%
着色してみても～	1人	0.0%
中華料理の調味料みたいに、おいしい昆布料理のレシピと調味料と昆布をセットで売ったらいいと思います。昆布はだしのイメージが強いし、手間がかかるイメージがあります。手軽に出来るなら、主婦は手に取るんじゃないでしょうか。	1人	0.0%
挑戦あるのみ	1人	0.0%
朝食を和食にするキャンペーンを張る。	1人	0.0%
町の乾物屋さんで購入するのはなんだか気後れがするし、スーパーで買う昆布はあまり質が良くないので、値段と品質の関係が明確になれば買いやすくなると思います	1人	0.0%
調味料を使わなくてもいい味が出る、という点をアピールすればいい。	1人	0.0%
調理見本などがスーパーにあればいい。昆布だけの料理本をわざわざ買わないしないうので、昆布商品の表紙に印刷するなど。	1人	0.0%
調理方法がもっと簡単になって、味も美味くなればいい	1人	0.0%
調理法が多くあれば	1人	0.0%
調理用に加工した昆布を売る(煮物用に結んだこんぶ、カットわかめのように小さくなっている昆布、乾燥の味噌汁の具のように他の乾燥野菜と一緒にして戻すだけで和え物などに使える昆布など)	1人	0.0%
佃煮	1人	0.0%
佃煮や昆布巻きを簡単に作れる方法があれば、教えてほしい。簡単に、昆布せんべいのようなおやつに変身する方法があればいいと思います。だし昆布が余って困っている方は多いのではないのでしょうか……	1人	0.0%
漬物などで、浅漬けに入れる	1人	0.0%
漬物に昆布と唐辛子をよく入れますが程よい唐辛子が浸み込んだ漬物用昆布があれば便利	1人	0.0%
天然・自然のものだから、値段が少し高い感じがする。少量で、手軽な値段で、買い求められないかと思う。	1人	0.0%
店頭で目立つ所に昆布を置く	1人	0.0%
努力する。	1人	0.0%
豆腐鍋や、簡単なおでん鍋など手軽に昆布を利用出来ておいさを味わえる食べ物から親しんでいけばいいのではないのでしょうか。	1人	0.0%
働くお母さん達にも使いやすい昆布を工夫する。	1人	0.0%
特にアイデアはない。逆に「カリスマ主婦のこんぶパーティ」などの情報で教えてもらいたいと思っているくらい。	1人	0.0%
特定の料理用の昆布をレシピとともに売る	1人	0.0%
特売や価格が安くなると買いやすいかも	1人	0.0%
独特の臭みが消える様になれば。	1人	0.0%

独特の匂いが苦手、加熱しすぎて煮崩れたのが苦手って人が殆どだと思います。それを解消できる方法や、昆布料理の利点が広まれば、もしかしたら…。	1人	0.0%
鍋をもちいる	1人	0.0%
鍋料理とかに使いたい	1人	0.0%
鍋料理のだしに昆布を使ってしまいましたが、それを「だし」としてではなく、小さく切って「具」として食べると、料理研究家：奥園さんが、テレビで言っておられました。全食主義として、ちょっとしたことですが、すばらしいアイデアだと思い、実践しています。	1人	0.0%
難しい	1人	0.0%
難しいと思う。	1人	0.0%
難しくかんがえないでいつもの料理にプラスすればワンランクアップの味になりますよね～！！	1人	0.0%
難しく考えずに前の晩にお鍋にコンブを入れておくだけで翌日には出汁が出ているし昆布も手でさけるので色々な料理に使えんと思います。	1人	0.0%
匂いをなくす。	1人	0.0%
日常に使う事が増えたらかな??	1人	0.0%
日本人特有の「群がり気質」を刺激するように、「昆布にはこんな〇〇がある」とか「昆布を食べると〇〇になる」とか、テレビの情報番組（例えば「あるある」）などで大々的に昆布の良さをアピールするのが最も効果的だと思います。	1人	0.0%
任天堂のお料理ナビで特集を組む。	1人	0.0%
認知されるようにする	1人	0.0%
認知度を高めていけばよい。	1人	0.0%
年寄りくさいイメージを無くせばいいんじゃないかしら	1人	0.0%
年配の方を誘って、レシピを教えてもらう。	1人	0.0%
売り場の雰囲気	1人	0.0%
売り場を変える。乾物の場所なのであまり目に付かないので使おうと思わない。	1人	0.0%
薄味に慣れて、味噌汁のかわりにお吸い物を増やせばいいと思います。	1人	0.0%
発想を変えた料理を紹介してくれれば興味が湧く。	1人	0.0%
販売されている昆布の形はそのままの物が多いで、結んであるものとか小さく切ったあるものとか、料理にそのままボンと入れて、他の素材と一緒に煮るだけで出来上がり♪といった簡単な形でしかも1、2回で使い切りの少量で販売されると、今まで使う事が少ない私でも使ってみようかなと思います。	1人	0.0%
美味くて手頃なものを作ってほしい。	1人	0.0%
美味しい昆布が安く手に入るといい	1人	0.0%
美味しい昆布が欲しい。	1人	0.0%
美味しい昆布料理の開発。洋風でも使えんとか。	1人	0.0%
美味しく簡単にだせばいいと思う	1人	0.0%
美味しさをもっとアピール	1人	0.0%
美味しさを知ることだと思います。	1人	0.0%
必ずだしをとった後の昆布を捨てる方がおいしく思われるので、その昆布を使った料理方を日ごろからノートなりに書き込んでみる。節約レシピにもなると思いますよ	1人	0.0%
不明	1人	0.0%
普段から用途別にカットして使いやすい場所に置いておく	1人	0.0%
普段のだしをこんぶでとって使う。体にもいいし、手軽に美味しいです。	1人	0.0%
普段の料理に簡単に取り入れられるような昆布製品があれば（粉末など）便利だと思う。	1人	0.0%
風味を倍加するような創作レシピが増えれば良いと思う	1人	0.0%
副菜や小鉢にしかあまりならないので、メインになるおかずのレシピをどんどん紹介してもらいたいのではと思います。	1人	0.0%
粉末だしが手軽で便利だし、自分でだしをとるよりおいしいことが多いから、あえて料理にうまくつかえるレシピをどんどん公開して口コミで広まるのがいちばんかなとおも	1人	0.0%
粉末ではなく、だしではないエキススープ、ペーストなど	1人	0.0%
変わった昆布の使い方が知りたい	1人	0.0%
便利な商品を大手量販店の目立つ場所に置いてもらう。	1人	0.0%
勉強	1人	0.0%
保温調理鍋を使えばよい	1人	0.0%
某調味料メーカーのようにおいしい味噌汁を具体的にCMで流すと、食べてみたい衝動にかられます。やはりメディアで提供するのが一番かとおもいます。包装の袋にレシピを掲載してもけっこう見ないものです。	1人	0.0%
本当の旨みを分かるように 出しの素との差別化をはっきりさせる	1人	0.0%
毎月違う昆布を送ってくれる通販。昆布特集の料理本。和洋中華のレシピ付。	1人	0.0%
毎日そばにおいておく	1人	0.0%
毎日のお味噌汁に使う	1人	0.0%
味と食感が食べやすければ良いと思う。	1人	0.0%
味にインパクトがほしい	1人	0.0%
味に変化がつけやすい	1人	0.0%
味のアクセントとしていつも作るお味噌汁などに入れる。	1人	0.0%
味のバリエーションがあればいろんな料理に使えんと思う	1人	0.0%
味の強弱を強調dwほしい。	1人	0.0%
味噌汁につかう機会が多いので、まずは小分けにした商品。テーマソングを作る。	1人	0.0%

味噌汁を自宅で作る方は多いと思います。そのときのだし様の昆布を簡単に使えるような商品があったら使ってみたいと思います。	1人	0.0%
味付けに「なにか物足りないな」と思うとき、とろろ昆布、昆布茶など…いれてみれば、塩を足すよりいいと思うのですが	1人	0.0%
魅力的な製品の売り出し	1人	0.0%
民放のテレビでミニ料理番組を制作する。10分以内なら忙しい人でも見ていられると思います。また、現在放送中のミニ料理番組に昆布製品製作会社がスポンサーとして加わる。	1人	0.0%
面倒くさいイメージを変える	1人	0.0%
面倒くさいというイメージをなくせばいいと思う	1人	0.0%
面倒くさいという観念を取っ払う様に宣伝していく	1人	0.0%
麺類などにいれる	1人	0.0%
目にとまりにくいパッケージのものが多くと思いました。	1人	0.0%
戻し時間や美味しいだしのとおり方のノウハウをひろめて欲しい	1人	0.0%
野菜と比べてみてくれが地味だから、原色などの店頭陳列でまず人目を惹き試食販売させる。	1人	0.0%
野菜感覚で使うこと	1人	0.0%
薬にする	1人	0.0%
友達との意見交換	1人	0.0%
有名な昆布料理を広める	1人	0.0%
洋風	1人	0.0%
洋風のおかずから和風のおかずになんか徐々に比率を移行する。知らぬ間に色々な和風料理に手が出るようになれば、昆布入りの料理も食べるようになる。味付けを家族ごのみにする事。	1人	0.0%
洋風の物にも使えるような昆布を品種改良する	1人	0.0%
洋風の味付けやサラダに簡単に使える昆布があればいいのになと思います。	1人	0.0%
洋風メニューに使えるかどうか。	1人	0.0%
洋風や中華などの、従来には無かった調理法のレシピを紹介する。	1人	0.0%
洋風や中華にも使ってみよう。	1人	0.0%
洋風料理にもあう昆布商品があればいいと思う。	1人	0.0%
用途がよくわからないのでわかりやすい情報があるといい。	1人	0.0%
羅臼昆布は高いのもっと安くならないかな	1人	0.0%
利用しやすい形の商品が出れば使いやすい。	1人	0.0%
利用方法をもっと宣伝する。	1人	0.0%
料理する時間をふやす。	1人	0.0%
料理につきもののダシ汁は、昆布と鰹を使用しますので、殆どの料理には使用しています。ですからこれ以上必要ないです。漬け物にもう少し使う手はありますね。	1人	0.0%
料理に簡単においしく使えて、体によいことをPRする。	1人	0.0%
料理のサイトを見る。	1人	0.0%
料理のブログなどで色々なアイデアを持った主婦やOLさんがいます。その様な方々などに新しいアイデアを照会して頂き、多くの昆布の良さや、便利さをアピールして頂いたらいいかな。	1人	0.0%
料理の一品にこだわらず、昆布粉末にしてまるごと食材に使ったら昆布の嫌いな人でもおいしくいただけると思う。例えば昆布茶、味噌汁、汁物に使う。	1人	0.0%
料理の経験が浅い人でも使いやすい料理別の形状の昆布を販売する。たとえば、すでに2cm角にカットされていて水で戻して大豆と炊くだけで煮豆が出来るなど。	1人	0.0%
料理の作り方を歌詞に盛り込んだ歌を作る。	1人	0.0%
料理の本を見る	1人	0.0%
料理や育児の本などこんぶ特集など紹介があればきっかけになるとおもいます。	1人	0.0%
料理本でも見て勉強するしかないかな？	1人	0.0%
料理本を見る	1人	0.0%
料理本を参考にする	1人	0.0%
良い栄養や美味しいレシピのPR	1人	0.0%
例えば、「昆布巻きセット」で昆布と干瓢がセットになっているような手軽に調理できるようなセット物にして販売して欲しい。	1人	0.0%
例えば、洋風なメニューにも使えるようなアイデアも紹介していけば、やってみようかな、と思えるのでは。	1人	0.0%
例えばESSEのような雑誌で昆布料理特集をとりあげてレシピを掲載する。昆布メインじゃなくてもこんな料理にこんなちょっとした使い方、みたいなことを雑誌等にとりあげられたい。	1人	0.0%
冷凍保存で、電子レンジでも簡単に調理できるようになればいいと思う。	1人	0.0%
練習	1人	0.0%
和じゃない料理をもっともっと有名にする！！	1人	0.0%
和の食材が見直されるようにPRする必要がある。	1人	0.0%
和食が主体の食生活になるようなブームを作る	1人	0.0%
和食だけではなくて洋食やそのほかのどんな素材と相性いいのか、昆布の効用などを広めればいいと思います。	1人	0.0%
和食で煮物にしか使えないイメージが強い。中華や洋食で、簡単に作れるレシピがあれば、もっと身近な食材になると思う。	1人	0.0%

和食にしか使えないイメージがあるので、洋食や中華などでの使い方をアピールすればいいのでは？	1人	0.0%
和食のよさをもっとアピールする。素朴な料理が最も体によいのだし、だしとしてもぐとしても和食で活躍する名脇役が昆布なのだから。	1人	0.0%
和食のよさを伝えるサイトを立ち上げて、ネット通信販売も兼ねる。みのもんたさんに取り上げてもらう。	1人	0.0%
和食の講習会を全国で開けばいい。	1人	0.0%
和食の脇役だけでなく パスタにこうして使うとか....洋にも使えるレシピがあれば	1人	0.0%
和食をすすめるキャンペーンを打ってみる	1人	0.0%
和食をもっと食べるようにすると昆布のよさが分かるような気がします...	1人	0.0%
和食を作る	1人	0.0%
和食を作る人が減っていると思うので、イタリアンなど子供が喜びそうなものに使うレシピがあればいいと思う。	1人	0.0%
和食を奨めるのが一番だが洋食の中にトリイレルヨウニアイデアを募集する事。たとえば肉や魚のホイル焼きに焦げを防ぐ意味も含めアルミハクのそこに昆布をしき野菜キノコ、さかな、肉などを載せ最後にバターをのせつつみ焼く。こまかくきざんだ昆布をフライノ衣にする。	1人	0.0%
和食を推進する	1人	0.0%
和食を中心にする	1人	0.0%
和食以外に使える手軽な料理	1人	0.0%
和食以外のメニュー。戻してから切って、やわらかく煮るまでが意外と面倒だし、時間がかかる。そのまま使える乾燥わかめみたいなのがあればいいと思う。	1人	0.0%
和食定番にする。	1人	0.0%
和風からの脱出、でしょうか。昆布好きなのですが。わたしもアイデア教えて欲しいです。スナックにするとかどうですかね。	1人	0.0%
和風のイメージをかえてみたらいいのでは。	1人	0.0%
和風のイメージを脱することができればいいと思います	1人	0.0%
和風のレシピはいっぱいある、実践しています。洋風中華には使えないし、使い方があかどうかもわからない。あれば美味しいなら作ってみたい。しりたいです。	1人	0.0%
和風の昆布料理は、こどもがあまり食べないので、サラダ、スープに利用する	1人	0.0%
なし	666人	13.3%
なし	367人	7.3%
わからない	156人	3.1%
思いつかない	39人	0.8%
私が教えて欲しい	4人	0.1%
判らない	2人	0.0%
あまりわからない	1人	0.0%
あまり昆布を使わないのでよくわからない。	1人	0.0%
あまり作らないのでわからない。	1人	0.0%
あまり使わないのでよくわかりません	1人	0.0%
う〜ん、難しいですね。	1人	0.0%
うーん、思いつかない。	1人	0.0%
うじゃばない	1人	0.0%
うちは十分使っているで思いつきません	1人	0.0%
おもいつかない	1人	0.0%
こちらが教えていただきたいです。	1人	0.0%
こちらが教えていただきたいです...	1人	0.0%
こちらが教えてください。	1人	0.0%
こちらが教えてほしい	1人	0.0%
こちらが教えてほしいくらいです	1人	0.0%
こちらが教えてほしいです	1人	0.0%
こちらが教えて欲しいです。	1人	0.0%
こっちが教えて欲しい	1人	0.0%
こっちが知りたいです...	1人	0.0%
ごめんなさい。わかりません	1人	0.0%
ごめんなさい。わかりません。	1人	0.0%
これと言ったアイデアは浮かびません。	1人	0.0%
これ以上はどうすればいいのかわからない。	1人	0.0%
すみません、思いつきません。	1人	0.0%
すみません。よくわかりません。	1人	0.0%
すみません。わかりません。	1人	0.0%
ちょっと浮かびません。	1人	0.0%
とくにないです。上記理由のため。	1人	0.0%
とくに思いうかばない。	1人	0.0%
とくに思い浮かばない	1人	0.0%
ノーアイディア	1人	0.0%
ほとんどできないので、いいアイデアが浮かびません。	1人	0.0%
まだわかりません。	1人	0.0%

よくわからない	1人	0.0%
よくわかりません	1人	0.0%
よくわかりません。	1人	0.0%
よく分かりません…。	1人	0.0%
わからない	1人	0.0%
わからない 教えてほしい	1人	0.0%
わからない。	1人	0.0%
わかりません	1人	0.0%
わかりません	1人	0.0%
わかりません。逆に教えてほしい。	1人	0.0%
わかりません。便利な食材だし、もっと使われても良いと思うのだけれど。	1人	0.0%
わたしが知りたいです(≧ε≦)	1人	0.0%
わたしの方が教えてほしい	1人	0.0%
何も思いつかない	1人	0.0%
解らない	1人	0.0%
解りません	1人	0.0%
教えてください。	1人	0.0%
教えて下さい	1人	0.0%
教えて貰いたい。	1人	0.0%
教えて欲しいくらいです。	1人	0.0%
教えて欲しいです。。。簡単な料理でおいしそうにみえるもの。	1人	0.0%
嫌いだからなし	1人	0.0%
考えつかない	1人	0.0%
考えておきます	1人	0.0%
考えてみます	1人	0.0%
今でもずいぶん食べているほうだと思うので特になし。	1人	0.0%
今のところありません	1人	0.0%
今は、思い浮かびません	1人	0.0%
今は思い浮かばない	1人	0.0%
昆布はあまり好きではないのでわからない	1人	0.0%
昆布は子供に食べさせたいと思う品ですが、どうしても作れるレシピが沸かなくて困ってしまうくらいなのでアイデアが浮かびません	1人	0.0%
昆布自体、だしをとる為のものというのが強い為、なかなかアイデアが思いつかない	1人	0.0%
昆布料理そのものが難しいイメージがあるので思いつきません。	1人	0.0%
思いあたらない	1人	0.0%
思いつかないです、...	1人	0.0%
思いつかないです。。	1人	0.0%
思いつきません...	1人	0.0%
思い付かない	1人	0.0%
思い浮かばなくて、すいませんm(._.)m	1人	0.0%
私が教えてもらいたい	1人	0.0%
私が教えてほしいです。	1人	0.0%
私が教えて欲しいです	1人	0.0%
私が教えて欲しいです。ご免なさい	1人	0.0%
私が知りたい	1人	0.0%
私が知りたいです	1人	0.0%
私が知りたいです(・Θ・)	1人	0.0%
私が知りたいです。	1人	0.0%
私こそ教えて欲しいくらい。	1人	0.0%
私にもよくわからない。ネットや本でしらべる。	1人	0.0%
私のほうが教えて欲しいくらいです	1人	0.0%
私のほうが知りたいです。	1人	0.0%
私も教えてほしいくらい！	1人	0.0%
私も教えて欲しいです。	1人	0.0%
私も昆布が好きなのですが、よく分かりません	1人	0.0%
私も知りたい	1人	0.0%
私も知りたいです。教えてくださいーい！	1人	0.0%
私も知りたい位です。レパートリーが無いので、昆布料理をする機会が無いです。	1人	0.0%
私自身、昆布料理は知らないのでぜひ、教えて欲しいと思います。	1人	0.0%
自分が教えてもらいたいです。	1人	0.0%
自分の方が知りたい	1人	0.0%
申し訳ないですが、まったくわかりません。	1人	0.0%
大阪ではあたりまえなので、とくになし	1人	0.0%
特になし。逆に教えてもらいたいぐらい…。	1人	0.0%
分からない…。反対に教えてほしい。でも、昆布ってなんとなく遠いイメージがある。だしと言ったら始めに思い浮かぶのが、かつおとか…。もっと身近に感じられるものにならないとなんとも…。でも、ヤマサから出してる昆布つゆは、本当になににでも使えてとてもいい！	1人	0.0%

	有れば教えて！	1人	0.0%
	料理べたの私にはわかりません。	1人	0.0%