

男も料理の時代2015

家族のために夕食を調理する既婚男性が増加
～既婚男性の3大家庭料理は「カレー」「チャーハン」「ラーメン」～

日清オイリオグループ株式会社 生活科学研究グループが2013年に実施した女性の調理に関する調査では、時短化や簡便化が進んでいることが明らかになりました。一方で、男性の調理を取巻く環境も変わりつつあり、近年では調理、洗濯、掃除など、家事に積極的に関わる“家事メン”に注目が集まっています。そこで、今回は、既婚男性の調理意識や実態を明らかにするとともに、2009年にも実施した同様の調査との変化について分析しました。

ポイント

- ① 日常的に調理する既婚男性は53%で8ポイント増加
- ② 夕食に調理する割合は20代・30代で10ポイント以上増加
- ③ 既婚男性が休日の夕食作りにかかる時間は平均37.5分
- ④ 既婚男性の30%が家族のために調理
- ⑤ 調理することに“健康”や“安全・安心”を求める既婚男性は10ポイント以上増加
- ⑥ 既婚男性の調理のこだわりは“味”が63%で圧倒的
- ⑦ 既婚男性がよく作る家庭料理は全ての年代で“カレー”がトップ
- ⑧ 既婚男性の30%がレパートリーのなさに悩みあり
- ⑨ 既婚男性の51%が調理の時短にこだわりあり

調査概要

調査実施 : 2014年12月24～26日
 調査方法 : インターネット
 調査地域 : 全国
 調査対象 : 20～60代の既婚男性
 サンプル数 : 1234サンプル
 (人口動態に基づき割付を決定)

(人)	20代	30代	40代	50代	60代
既婚男性	56	247	280	299	352

過去調査概要

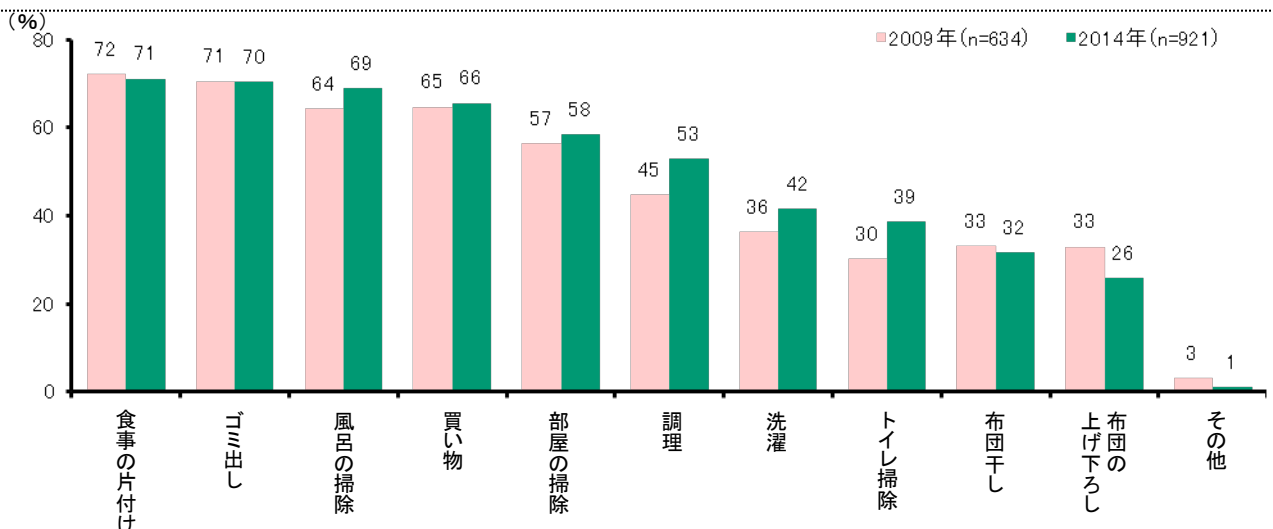
調査実施 : 2009年7月3～5日
 調査方法 : インターネット
 調査地域 : 全国
 調査対象 : 20～60代の既婚男性
 サンプル数 : 799サンプル
 (人口動態に基づき割付を決定)

(人)	20代	30代	40代	50代	60代
既婚男性	40	160	179	207	213

① 日常的に調理する既婚男性は53%で8ポイント増加

Q1. 日常的に、どのような家事をしていますか？(家事を「全くしない」人以外・複数回答)

- ✓ 日常的に行っている家事として、「食事の片付け」が71%で最も高くなりました。
- ✓ 2009年と比べると、「トイレ掃除(9ポイント)」、「調理(8ポイント)」、「洗濯(6ポイント)」、「風呂の掃除(5ポイント)」が高くなり、「布団の上げ下ろし(7ポイント)」は低くなりました。



②夕食に調理する割合は20代・30代で10ポイント以上増加

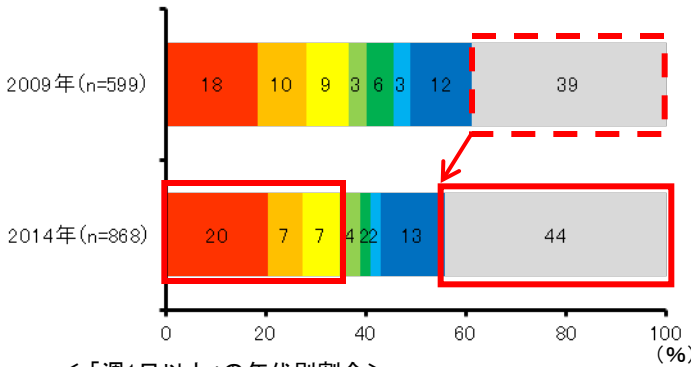
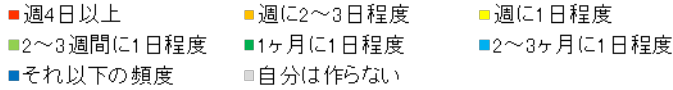
Q2. 次の食事をどのくらいの頻度で調理しますか？ (料理を「全く作らない」人以外回答)

- ✓ 「平日に週1日以上※1」調理をする割合は、「朝食」が34%、「夕食」が33%、「休日に週1日以上※2」調理をする割合は、「朝食」が38%、「夕食」が35%となりました。また、年代別にみると、どのシーンにおいても40代が低い傾向にありました。
- ✓ 2009年と比べると、「休日の夕食」に「週1日以上」調理をする割合が8ポイント高くなりました。一方で、「自分は作らない」割合は、「平日／休日の朝食(各5ポイント)」で高くなっており、調理頻度の二極化が進んでいることが推測されます。
- ✓ 年代別にみると、「平日の夕食」では20代(18ポイント)、30代(16ポイント)が、「休日の夕食」では20代(11ポイント)、30代(13ポイント)、50代(12ポイント)が顕著に調理頻度が高くなりました。一方、40代は「平日の朝食／夕食(各10ポイント)」で顕著に調理頻度が低くなりました。

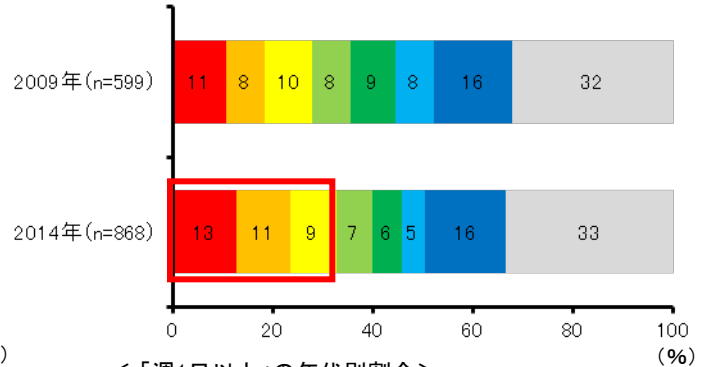
※1:「週4日以上」、「週に2~3日程度」、「週に1日程度」の合計

※2:「週2日以上」、「週に1日程度」の合計

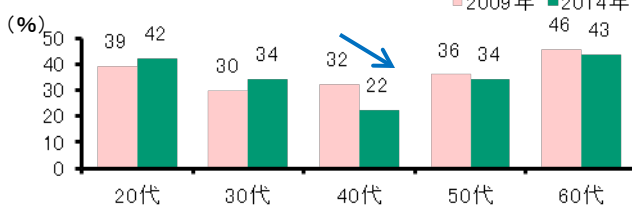
平日の朝食



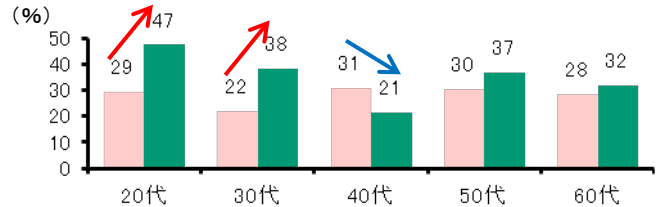
平日の夕食



<「週1日以上」の年代別割合>

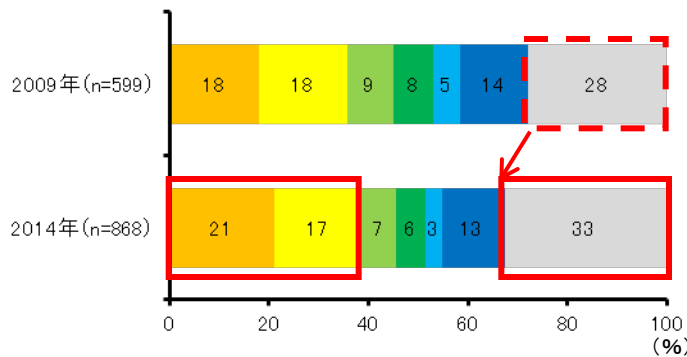
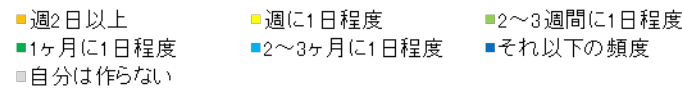


<「週1日以上」の年代別割合>

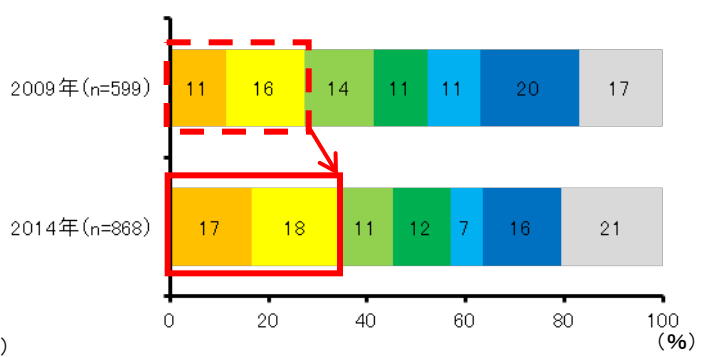


(2009年: 20代=32, 30代=121, 40代=139, 50代=149, 60代=159 2014年: 20代=42, 30代=162, 40代=189, 50代=220, 60代=255 以下同じ)

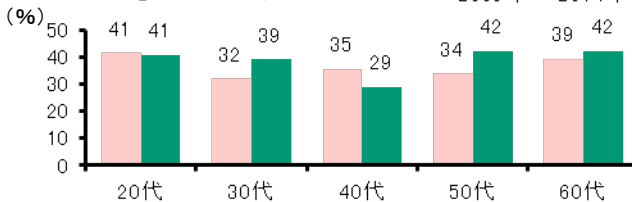
休日の朝食



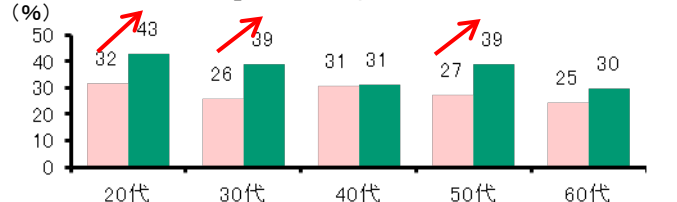
休日の夕食



<「週1日以上」の年代別割合>



<「週1日以上」の年代別割合>



(小数点以下を四捨五入)

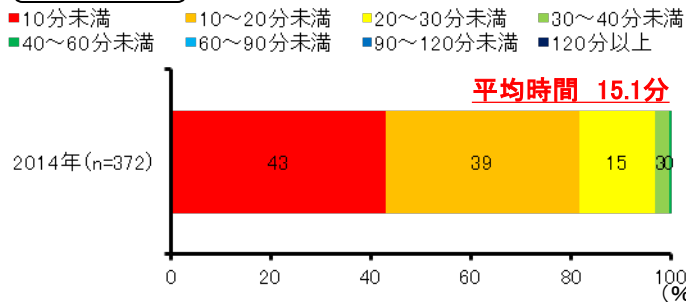
③既婚男性が休日の夕食作りにかかる時間は平均37.5分

Q3. 次の食事の調理にどれくらいの時間をかけていますか？

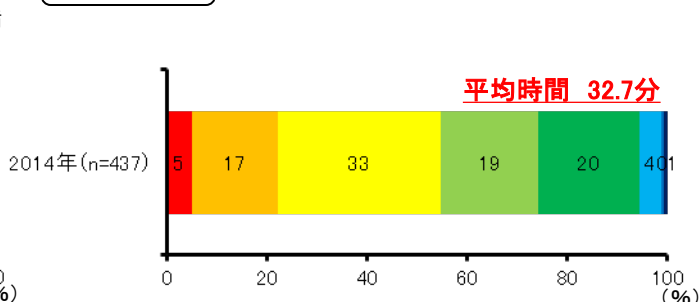
(それぞれの食事が「それ以下の頻度」、「自分は作らない」人以外のみ回答)

- ✓ 割合が最も高かったのは、「平日の朝食」が「10分未満(43%)」、「平日の夕食」が「20～30分未満(33%)」、「休日の朝食」が「10～20分未満(44%)」、「休日の夕食」が「20～30分未満(28%)」でした。それぞれの平均時間をみると、朝食、夕食ともに「平日」と比べ、「休日」で長くなりましたが、平均時間に大きな差はありませんでした。

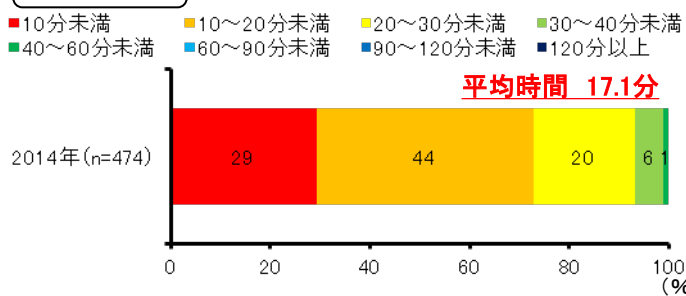
平日の朝食



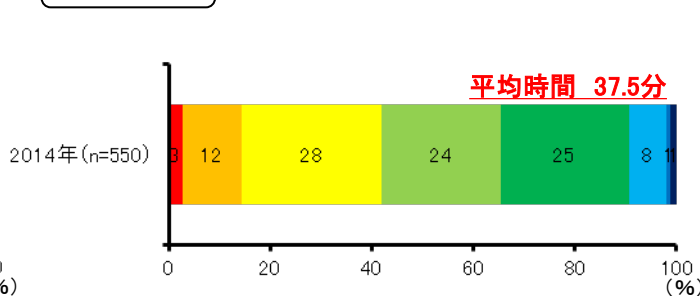
平日の夕食



休日の朝食



休日の夕食

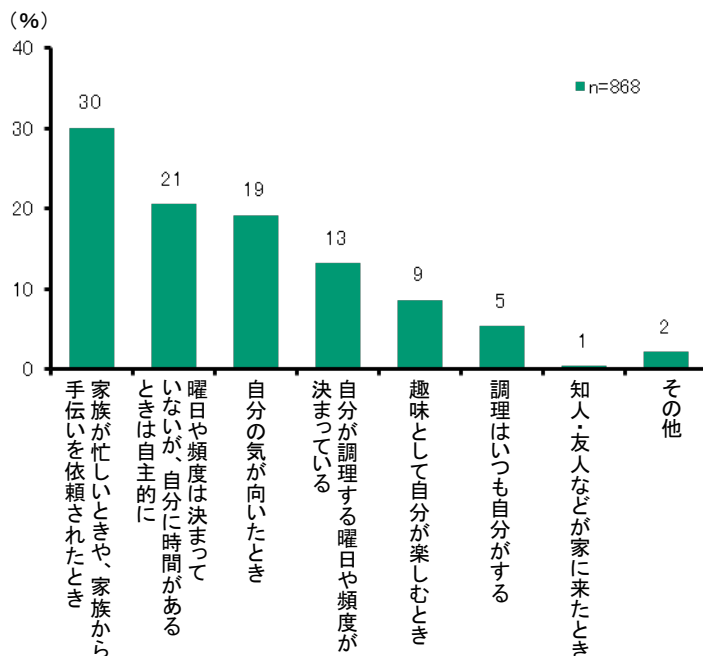


(小数点以下を四捨五入)

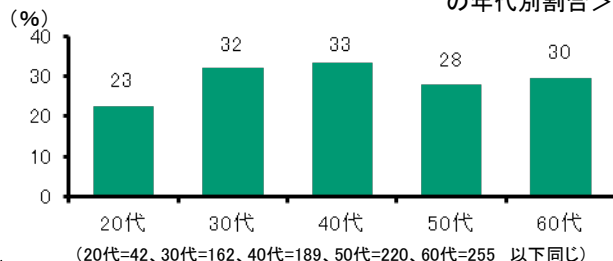
④既婚男性の30%が家族のために調理

Q4. どんなどきに調理しますか？ (料理を「全く作らない」人以外回答)

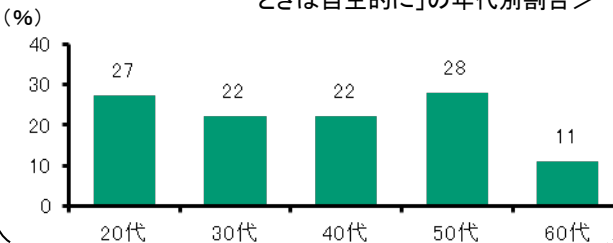
- ✓ 「家族が忙しいときや、家族から手伝いを依頼されたとき」が30%と高くなりました。
- ✓ 年代別にみると、30代、40代、60代では「家族が忙しいときや、家族から手伝いを依頼されたとき」が高くなりましたが、20代、50代では「曜日や頻度は決まっていないが、自分に時間があるときは自主的に」が高くなり、年代により調理に取り組む意識に差がある様子が伺えました。



<「家族が忙しいときや、家族から手伝いを依頼されたとき」の年代別割合>



<「曜日や頻度は決まっていないが、自分に時間があるときは自主的に」の年代別割合>

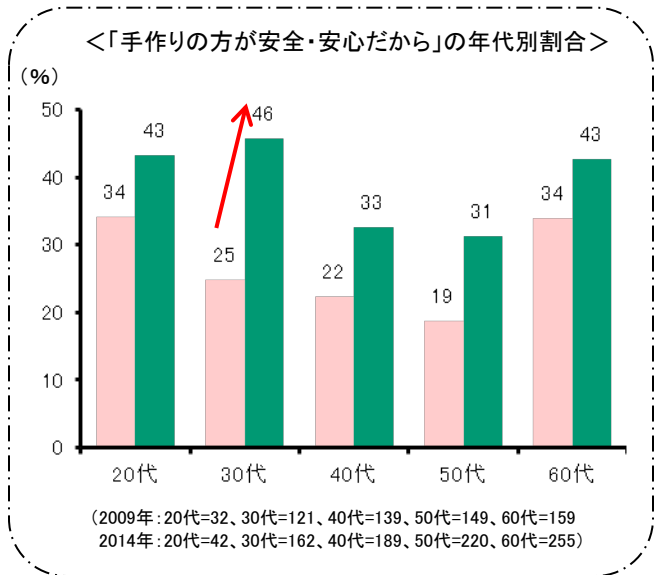
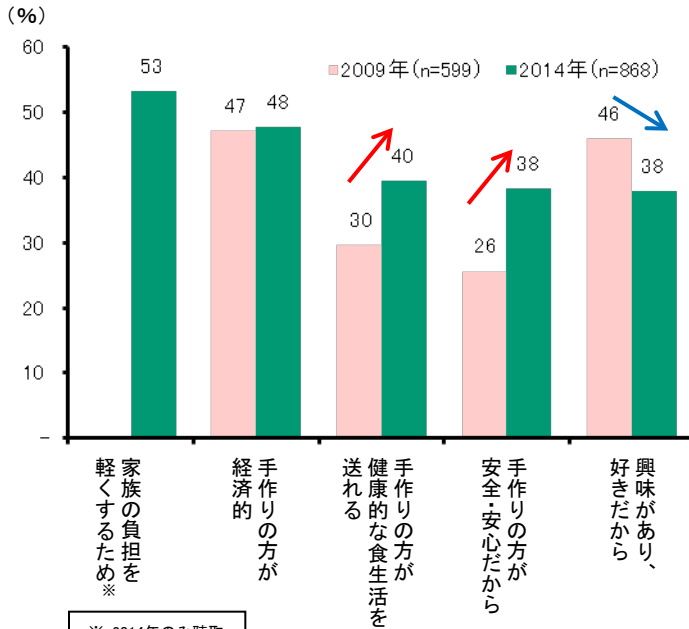


⑤調理することに“健康”や“安全・安心”を求める既婚男性は10ポイント以上増加

Q5. 調理をする理由は何ですか？（料理を「全く作らない」人以外・複数回答）

[上位5項目を掲載] 「そう思う」、「ややそう思う」の合計

- ✓ 「家族の負担を軽くするため」が53%で最も高くなり、次いで「手作りの方が経済的(48%)」、「手作りの方が健康的な食生活を送れる(40%)」となりました。
- ✓ 2009年と比べると、「手作りの方が安全・安心だから」が12ポイント、「手作りの方が健康的な食生活を送れるから」が10ポイント高くなりましたが、「興味があり、好きだから」は12ポイント低くなりました。また、「手作りの方が安全・安心だから」を年代別で比べると、どの年代も高くなっていましたが、30代が21ポイントと顕著でした。

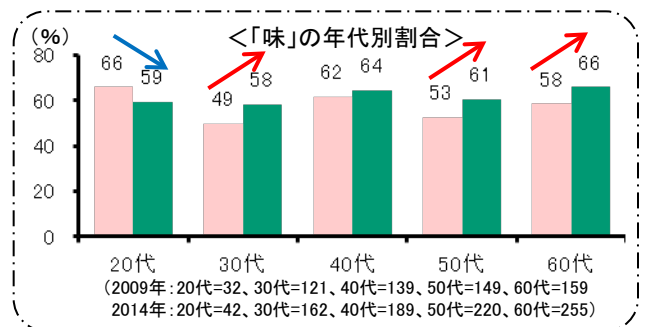
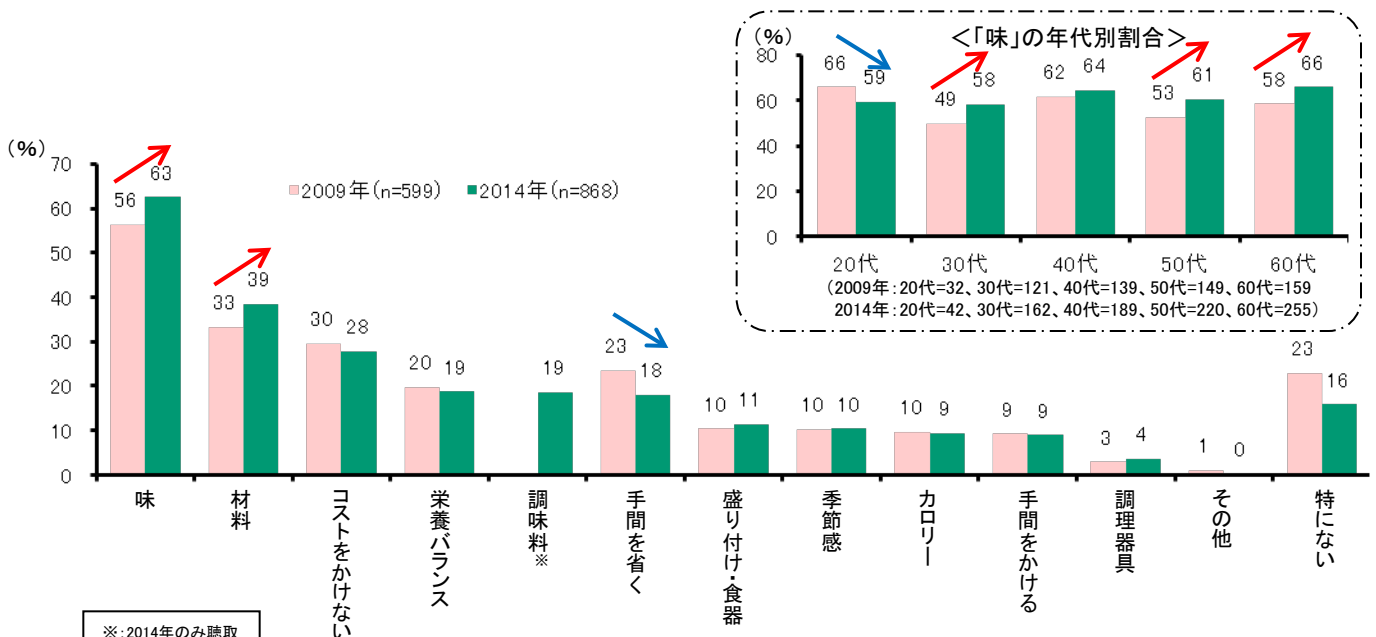


※: 2014年のみ聴取

⑥既婚男性の調理のこだわりは“味”が63%で圧倒的

Q6. 調理でこだわることは何ですか？（料理を「全く作らない」人以外回答）

- ✓ 「味」が63%で最も高くなり、次いで「材料(39%)」、「コストをかけない(28%)」となりました。
- ✓ 2009年と比べると、「味(7ポイント)」、「材料(6ポイント)」は高くなり、一方「手間を省く(5ポイント)」は低くなりました。「味」を年代別で比べると、20代(7ポイント)で低くなりましたが、30代(9ポイント)、50代(8ポイント)、60代(8ポイント)では高くなりました。



※: 2014年のみ聴取

⑦既婚男性がよく作る家庭料理は全ての年代で“カレー”がトップ

Q7. よく作るメニューは何ですか？（自由回答より集計）

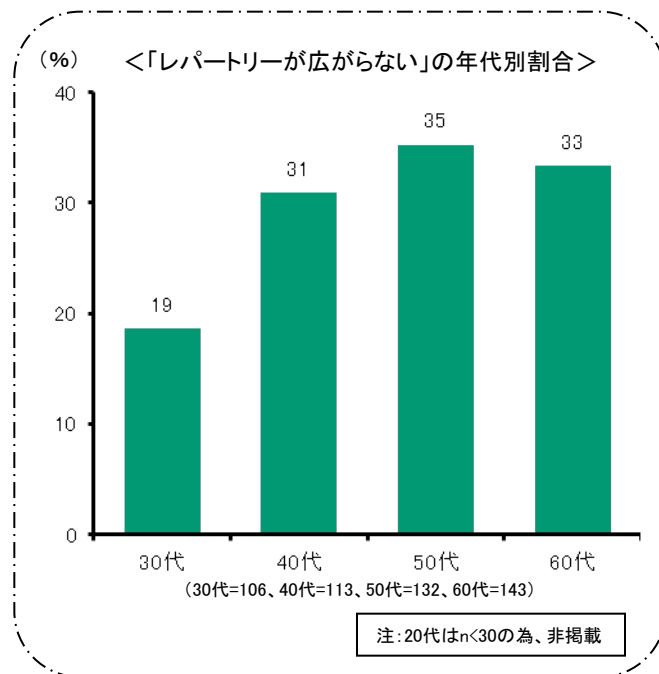
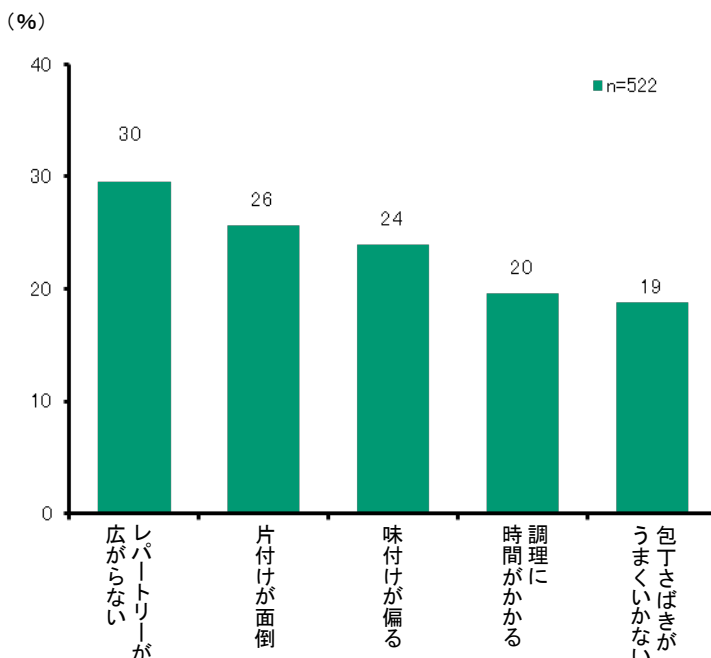
- ✓ どの年代も「カレー」がトップとなり、特に20代では20%以上となっていました。
- ✓ 30～60代では「チャーハン」、「ラーメン」も上位でしたが、20代は「ラーメン」の代わりに、「パスタ」、「焼きそば」が上位となっていました。

	20代 (n=208)	30代 (n=181)	40代 (n=171)	50代 (n=184)	60代 (n=223)
1位	カレー 21%	カレー 14%	カレー 12%	カレー 15%	カレー 14%
2位	チャーハン 9%	チャーハン 12%	ラーメン/ チャーハン 11%	ラーメン 11%	チャーハン 9%
3位	パスタ/ 焼きそば 5%	ラーメン/ パスタ 9%	—————	チャーハン 8%	ラーメン 8%
4位	—————	—————	パスタ 7%	パスタ/ 肉・野菜炒め 6%	肉・野菜炒め 5%
5位	肉・野菜炒め 4%	玉子焼き 4%	肉・野菜炒め 5%	—————	玉子焼き 4%

⑧既婚男性の30%がレパートリーのなさに悩みあり

Q8. 調理で悩む事や困った事は何ですか？（料理を「全く作らない」人以外 & 「調理で悩む事や困った事がある」人のみ回答）
[上位5項目を掲載]

- ✓ 「レパートリーが広がらない」が30%で最も高く、次いで「片付けが面倒(26%)」、「味付けが偏る(24%)」となりました。
- ✓ 「レパートリーが広がらない」を年代別で見ると、40代以上はいずれも35%を超えており、高い年代に共通する悩みであると推測されました。



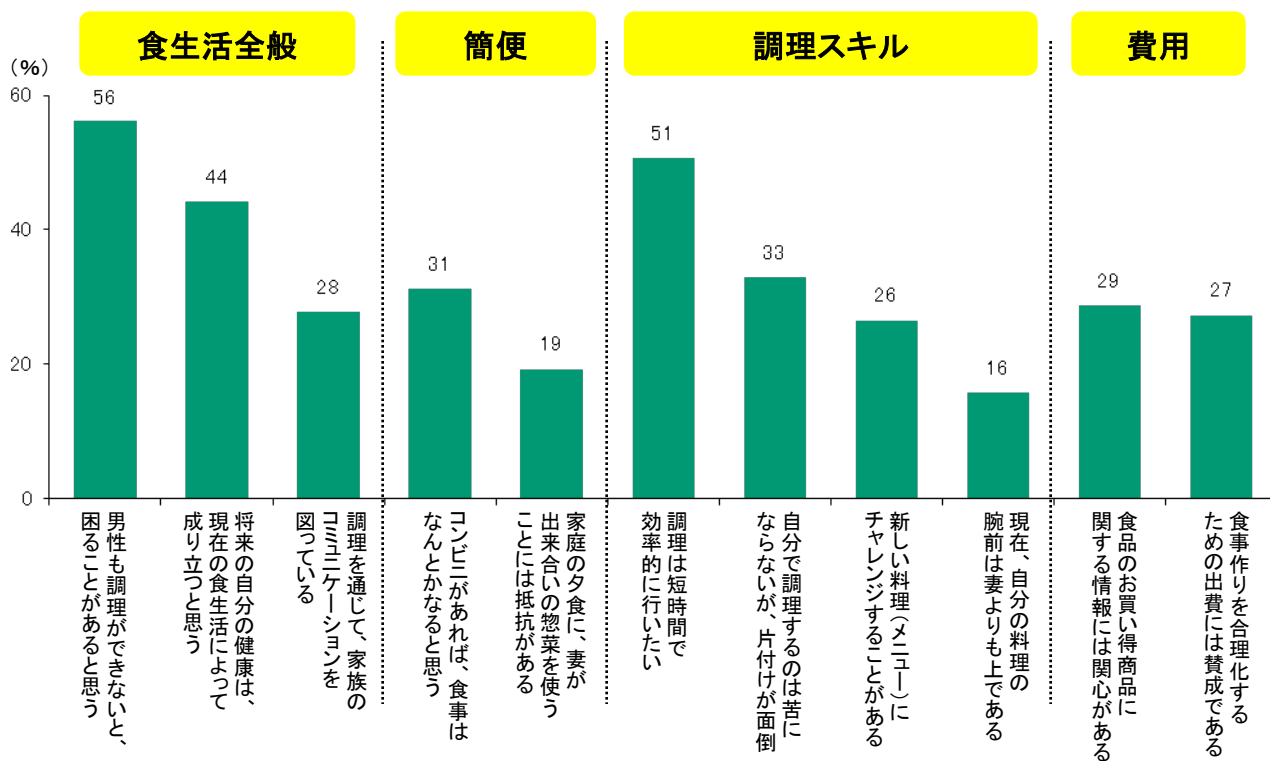
⑨既婚男性の51%が調理の時短にこだわりあり

Q9 食生活や料理に関する次の項目について、どの程度あてはまりますか？

「そう思う」、「ややそう思う」の合計

- ✓ 食生活全般における「男性も調理ができないと、困ることがあると思う(56%)」、また調理スキルにおける「調理は短時間で効率的に行いたい(51%)」の割合は半数を超えました。

(n=1234)



今回の調査結果から

2009年の調査と比べると、日常的に調理をする男性は増えており、約半数以上の人が行っていることが分かりました。また、20～30代を中心に、夕食の調理頻度が増えており、家庭科の共修開始や、小さな子どもがいる家庭の割合が高く、夫婦そろって家事に取り組む人が増えていることなどがその要因になっていると推測されます。

既婚男性の調理時間は夕食で35分前後と、女性と比べ(平日41.7分、休日44.7分:当社調べ)、10分程しか差がありませんでした。調理をする理由として、「興味があるから」という理由が減っており、一方で「健康的な食生活」が送れる、「安全安心だから」といった項目が高くなっていることから、調理に対する目的意識が強くなっている様子が伺えます。

しかしながら、調理意識としては、09年と比べると「手間を省く」ことにこだわる人は少なくなりましたが、調理を「短時間で効率的に行いたい」人は51%もおり、調理の時短意識や効率化を求める意識は、女性同様強いことが推測されます。

既婚男性が作るメニューとして、どの年代も「カレー」、「チャーハン」、「ラーメン」などの同じメニューが上位となっており、また調理の悩み事として、「レパートリーの少なさ」や、「味付けの偏り」などが挙がっていました。今後は、既婚男性でも簡単に様々な調理ができるようなレシピ提案が必要になってくると考えられます。



《お問合せ先》

日清オイリオグループ株式会社 中央研究所 生活科学研究グループ <http://www.nisshin-oillio.com>
〒239-0832 神奈川県横須賀市神明町1番地 TEL.046-837-2404

※ホームページでは、バックナンバーをご覧いただけます。

※本レポートの文章、データ、イラストを許可なく複写、複製、転載することを禁じます。

“植物のチカラ”