



オレンジページ暮らし予報レポート



今回のテーマ

夫婦の料理シェア

料理の分担率は、 全年代では31.7% 世代間の差が大きい！

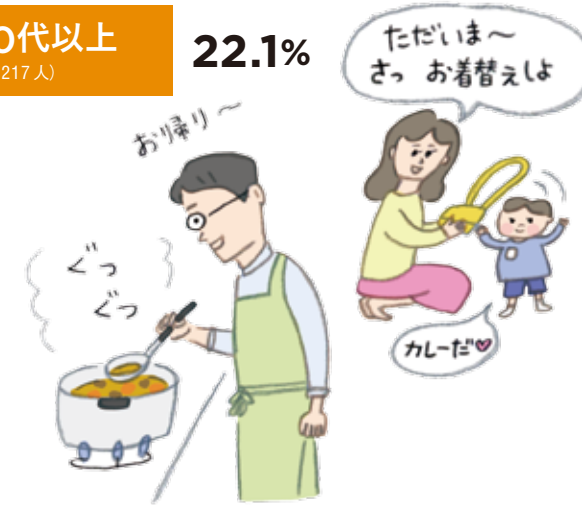
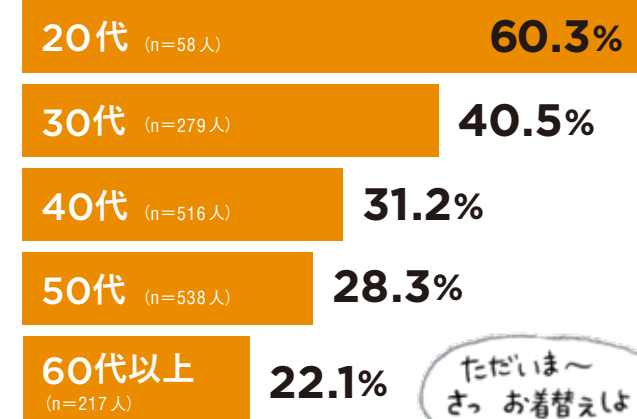
11月22日の「いい夫婦の日」にちなみ、今回は夫婦の料理分担について調査します。

近年、働く女性の増加や妻の重い家事負担が議論されるようになり、テレビドラマやCMでも、夫婦で夕飯を作ったり、夫がお弁当を作ったりするシーンが見られるようになりました。しかし、実際に夫婦で料理を分担している読者の割合は約

30%止まり。なかなか理想どおりにはいかないようです。

とはいえ、世代別では20代の60.3%、30代の40.5%が夫婦で料理を分担しているという数字も。彼らは、1993年以降の「家庭科男女共修世代」にあたるため、料理するの「当たり前」という感覚が根づいているのかも。上の世代の男性陣もがんばって！

●夫婦の料理シェア率 (n=1608)



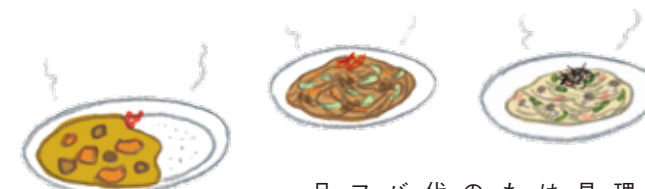
夫の「ひとりランチ」を作れない問題が妻を悩ませている？

コロナ禍の在宅勤務や巣ごもり生活の影響で、夫が日常的に昼食を家で食べる家庭も少なくありません。しかし、料理を問題なく作れる「夫は27.3%。

「夫婦ともテレワークなのでランチは私が作るの、昼休みにに休めない」(50代・フルタイム)、「料理の負担がかなり増えた。せめてランチは自分で作ってほしい」(30代・専業主婦)という切実な声も聞かれました。



夫が作る料理はめん料理やひと皿ごはんが中心



●配偶者がよく作るメニュー

- 1位 カレー
- 2位 焼きそば
- 3位 パスタ

ゆでるだけでOKのめん料理や、カレー、焼きそばなど、具材に悩まず作れるひと皿料理は、あまり料理をしない男性にも作りやすいよう。「レトルトのソースを使ったパスタ」(50代・専業主婦)、「レトルトハンバーグのせロコモコ丼」(30代・フルタイム)など、レトルト食品の活用も目立ちました。

分担を増やすには 夫の苦手をサポート& ほめる作戦で！

●料理を夫にしようとき工夫していること

とにかくほめる。作業後の流しが片づいていなくてもそこは我慢(笑)。(40代・フルタイム)

パパごはん食べたーい！と子どもを巻き込んでアピールしてみる。(30代・パート)

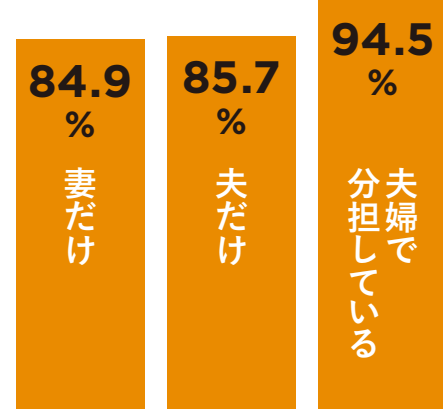
夫は味つけ、包丁仕事が苦手。下ごしらえしておいて、炒めることだけお願いしています。(40代・フルタイム)

この料理は夫のほうがいい！という夫専門メニューを作っています。(30代・パート)

夫の苦手な料理の作業は、「複数の料理を段取りよく作る」67.8%がトップ。「材料を切ることや下処理」も46.0%と半数近くに上ります。そこで、夫の苦手な作業は妻が行い、料理の負担を増やす工夫をしている人も。材料を切りそろえておいたり、味つけた肉を準備するなど、夫には加熱調理だけをお願いする、といった回答も散見されました。あとは、「おいしい！」のひと言が夫のやる気を後押しするはず！



●料理の分担率で比較した「夫婦仲がよい」と答えた人の割合 (n=1608)



料理をシェアしている夫婦は「夫婦仲」も円満



料理を分担している夫婦は、妻(夫)だけが料理している夫婦と比べ、「夫婦仲がいい」割合が約10%も高いことが判明。料理は、家事的な中でもとくに手間のかかる作業。それだけに、配偶者が料理をしてくれるだけで、「感謝の気持ちが生まれる」と答えた人は86.1%もいて、料理の分担が夫婦関係に良い影響を与えていることがわかります。

暮らし予報
明日はこーする！

料理のシェア率が高まると

心のゆとりが生まれて夫婦の会話が増えるでしょう

ニューノーマルの時代は、以前より家で過ごす時間が多くなることが予想されます。心にゆとりを持ち、パートナーへの理解や思いやりの気持ちを深めるうえで、夫婦間の料理シェアはますます重要になりそう！

