kikkoman
おいしい記憶をつくりたい。

「うちのごはん はなまるレシピ」シリーズの新 CM 公開！
手づくりハンバーグのお悩み解決！
見上愛さん出演の新 CM『つくりたくない理由』篇
～10 月 30 日より放送開始！～

キッコーマン食品株式会社は、**「キッコーマン うちのごはん はなまるレシピ」シリーズ**の CM キャラクターに見上愛さんを起用し、新 CM **『つくりたくない理由』篇**の TV 放送・WEB 配信を 10 月 30 日より開始します。

「うちのごはん はなまるレシピ こねないハンバーグ」は、ひき肉を用意するだけで、手間をかけずにハンバーグがつくれる商品です。CM では「食べたいけれどつくるのは面倒」なメニューであるハンバーグを、**「うちのごはん はなまるレシピ こねないハンバーグ」**を使って手軽に楽しむ様子を描きます。

自然体で親しみやすいキャラクターが魅力の見上さんに、ハンバーグをめぐる二人のリアルなやりとりを表現いただきました。

■新 CM『つくりたくない理由』篇のストーリーと見どころ

仕事から帰宅した見上さんが突然「今日ハンバーグが良いな♪」というリクエストをします。しかし、リクエストを受けた男性は「ええ...」「あれ大変じゃん...」と戸惑います。そんな“ハンバーグをつくりたくない理由”を解決してくれるのが、**「うちのごはん はなまるレシピ こねないハンバーグ」**です。

手でこねずにハンバーグがつくれる手軽さをテンポよく描きながら、最後は見上さんがおいしそうに味わい、思わず笑顔がこぼれます。

今回の CM は、見上さんと同じ空間にいるような主観映像で展開しています。見上さんの表情や語りかけを間近に感じられることで、「今日ハンバーグが良いな」というひと言がよりリアルに伝わる映像に仕上げました。見上さんの自然体な演技と、まるでその場にいるような没入感のある映像にもご注目ください。

■撮影エピソード

今回の CM は同じ空間にいるような主観映像で進行するため、カメラの向こう側にいる相手へ語りかけるような演技が重要でした。見上さんは自然な表情や距離感で撮影に臨まれ、本当に会話をしているかのような映像に仕上がりました。

また、見上さんが**「うちのごはん はなまるレシピ こねないハンバーグ」**でつくったハンバーグを味わうシーンでは、実際に調理したハンバーグを試食され、「おいしい！」と笑顔を見せ、思わず箸が進む場面もありました。その自然なリアクションに現場スタッフからも笑みがこぼれ、終始和やかな雰囲気のなかで撮影が行われました。

■「キッコーマン うちのごはん はなまるレシピ」シリーズとは？

2026 年 8 月 24 日に発売した**「うちのごはん はなまるレシピ」シリーズ**は、少ない材料と少ない調理工程で手間をかけたようなおかずができるそうざいの素です。手づくりのハンバーグやつくねは調理工程が多く、野菜の下準備や手でこねる作業、調理後の洗い物などに時間と手間がかかります。**「うちのごはん はなまるレシピ」シリーズ**を使えば、こうした手間を省き、フライパンの中や購入したひき肉のトレーの中で混ぜてから焼くだけで、ふっくらジューシーなメインのおかずをつくることができます。油は不要で、手やボウルが汚れないため、洗い物も少なく済みます。

「キッコーマン うちのごはん はなまるレシピ」シリーズ

■新 CM 概要

タイトル　　:「つくりたくない理由」篇　15 秒
https://youtu.be/aEi05ICuk8I
放送媒体（地域）　:TV（首都圏）、YouTube（全国）
出演　　:見上 愛
放送開始日　　:2026 年 10 月 30 日（金）

■出演者プロフィール

見上 愛（みかみ あい）

2000 年 10 月 26 日生まれ。東京都出身。2019 年にデビュー以降、映画・ドラマ・CM と活躍の場を広げる。近年の主な出演作に、映画「不死身ラヴァーズ」、Netflix シリーズ「恋愛バトルロワイヤル」の主演作や、NHK 大河ドラマ「光る君へ」、CX「119 エマージェンシーコール」、映画「国宝」、劇場アニメ「ALL YOU NEED IS KILL」、映画「正直不動産」、Netflix「喧嘩独学」、NHK 連続テレビ小説「風、薫る」主人公・一ノ瀬りん役などがある。第 49 回日本アカデミー賞新人俳優賞を受賞。『劇場版 薬屋のひとりごと 亡妃の秘宝』（声優）2026 年 12 月 11 日（金）公開を控える。

■「うちのごはん はなまるレシピ」WEB サイト

https://www.kikkoman.co.jp/kikkoman/uchi-gohan/hanamaru/

以上