

<週に5日以上料理をする2人暮らし以上の男女300人に調査>

2人に1人が家族やパートナーに「毎日料理をつくるのが愛」と思いつつ、疲弊気味？
毎日の料理に対して「心が折れたことがある」と回答した人は6割以上…
さらに、3人に1人が自分の料理に“うしろめたさ”を覚えた経験がある事実が判明

「持続可能な家庭料理と愛に関する意識調査」

DAIGOさんが楽しく続けやすい料理をつくるWEB動画『#疲れない愛ってよくないですか』公開
さらにあなたの『#実はこれよくないですかディッシュ』投稿キャンペーンも開始

旭化成ホームプロダクツ株式会社（本社：東京都千代田区、社長：高橋克則）のクックパー®ブランドは、9月25日の「主婦休みの日」に先駆け、「#疲れない愛ってよくないですか」と題したブランドコミュニケーションを2022年9月21日（水）より開始いたします。

これまで生活者の日々の料理に寄り添い、「クックをパッと！」をブランドスローガンに掲げてきたクックパー®。2021年のブランドコミュニケーション「#真実のレシピ」では、料理工程でみんなに見過ごされがちなささまざまな「行間」を取り上げ、そこに隠れた愛や思いを可視化しました。

今回の「#疲れない愛ってよくないですか」では、そこで可視化された見過ごされがちなさ愛や思いを込めて、週に5日以上料理をする、2人暮らし以上の男女300人（以下、料理をする人）を対象に「持続可能な家庭料理と愛に関する意識調査」を実施。その結果、大切な人に「毎日料理をつくるのが愛」であると、2人に1人が思っている一方で、毎日の料理に「疲れを感じている」人、さらには自分がつくった料理に“うしろめたさ”を感じている人が、いずれも3人に1人の割合でいることが明らかになりました。

クックパー®は、そういった「日々の料理が愛」と感じつつも疲れてしまった人々に対し、「#実はこれよくないですかディッシュ」を提案し、料理をする人自身の愛が“持続可能”となるようにサポートします。

調査サマリー

TOPIC①

2人に1人が「毎日料理をつくるのが愛」と回答！「栄養バランスがとれている」献立に愛があると感じている

- ✓ 相手への料理の考え方：「毎日料理をつくるのが愛だと感じる」人は、全体の約半数以上
- ✓ 愛があると思う献立：「栄養バランスがとれている」（72.3%）、「食べる人の好みに合っている」（58.0%）が上位

TOPIC②

「毎日の料理が愛」と思いながらも疲弊気味… 日々の料理に「心が折れた」経験のある人は6割

- ✓ 毎日の料理について：「楽しい」（15.0%）人よりも「疲れる」（34.3%）人が約2倍…！
- ✓ 毎日の料理に心が折れた経験：約6割が「ある（よくある・時々ある）」と回答

TOPIC③

つくれる料理のレパートリーが少ない… 3人に1人が自分の献立に“うしろめたさ”を覚えると回答

- ✓ 自分の献立にうしろめたさを覚えた経験：約3割以上が「ある（よくある・時々ある）」と回答
- ✓ うしろめたさを覚えた理由：「品数が少ないから」（48.5%）、「凝った料理がつかれないから」（46.6%）が多数
- ✓ うしろめたさを覚える献立をつくった理由：1位「つくれる料理のレパートリーが少ないから」

TOPIC④

約8割の人が自分や大切な人への愛が長続きするのは「毎日の手料理にこだわらないこと」と回答

- ✓ 「簡単な料理でいいよ」と言われ腹が立った経験：3人に1人以上が「ある（よくある・時々ある）」と回答
- ✓ 自分や大切な人への愛が継続するのは「毎日の手料理にこだわらず、自分の気持ちや体力を温存する」が7割以上

調査概要

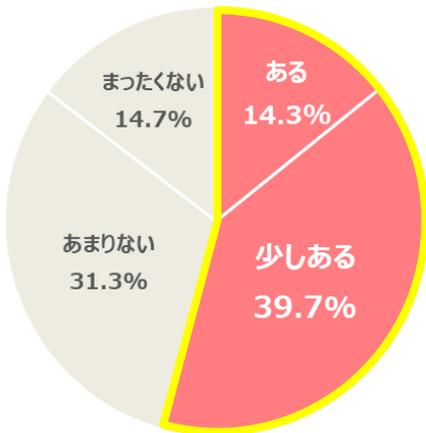
- ・調査主体 : 旭化成ホームプロダクツ株式会社
- ・調査方法 : インターネット調査
- ・調査時期 : 2022年8月
- ・対象地域 : 全国
- ・対象者 : 週に5日以上料理をする20歳以上の男女 300名 (2人暮らし以上を対象)

TOPIC①

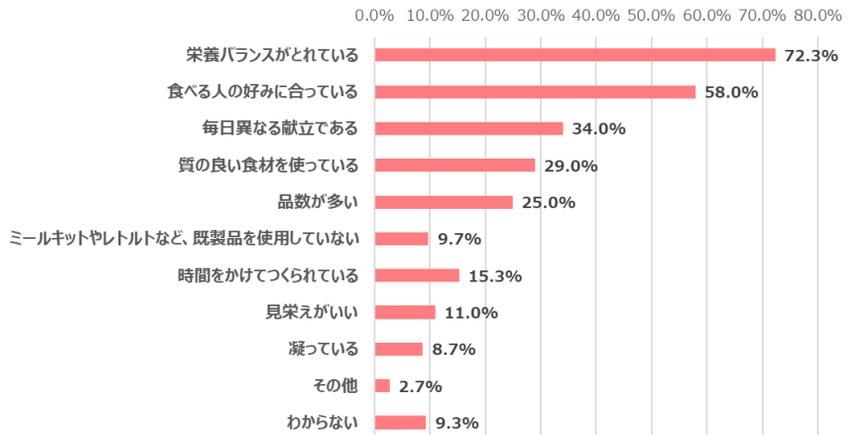
2人に1人が「毎日料理をつくるのが愛」と回答！「栄養バランスがとれている」献立に愛があると感じている

「毎日料理をつくるのが愛である」という考え方について、調査した300名のうち、約半数以上の人（54.0%）が自分の考えとして「ある（ある・少しある）」と回答しています。さらに、具体的にどのような料理、献立に「愛がある」と考えるかという質問に対して、1位は「栄養バランスがとれている」ことが圧倒的多数の回答となり、次いで2位が「食べる人の好みに合っている」こと、3位「毎日異なる献立である」という回答が得られました。いずれの回答も、大切な人を思って、相手の健康や気持ちを汲んで料理をすることが愛であると認識していることがわかります。

Q1. 「毎日料理をつくるのが愛である」という考え方があなた自身の考えとしてあると思いますか？ (N=300)



Q2. どのような献立には「愛がある」と考えますか？ (N=300)

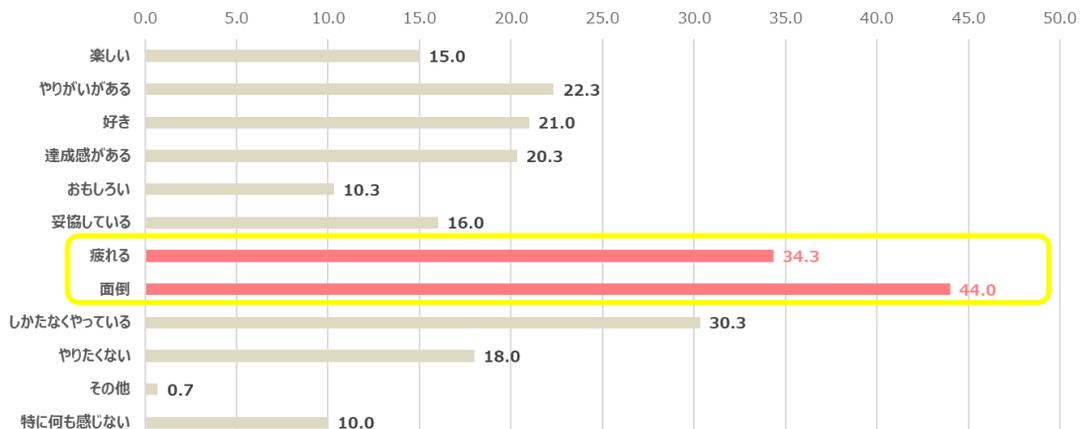


TOPIC②

「毎日の料理が愛」と思いながらも疲弊気味… 日々の料理に「心が折れた」経験のある人は6割

料理をする半数以上の人々が、「毎日料理をつくるのが愛」と考えつつも、毎日料理をつくることに対して、実際には「疲れる」（34.3%）や「面倒」（44.0%）と感じてしまっている人も多いことがわかりました。この結果は、「楽しい」（15.0%）や「やりがいがある」（22.3%）などのポジティブな回答に比べると約2倍近い数字となっています。

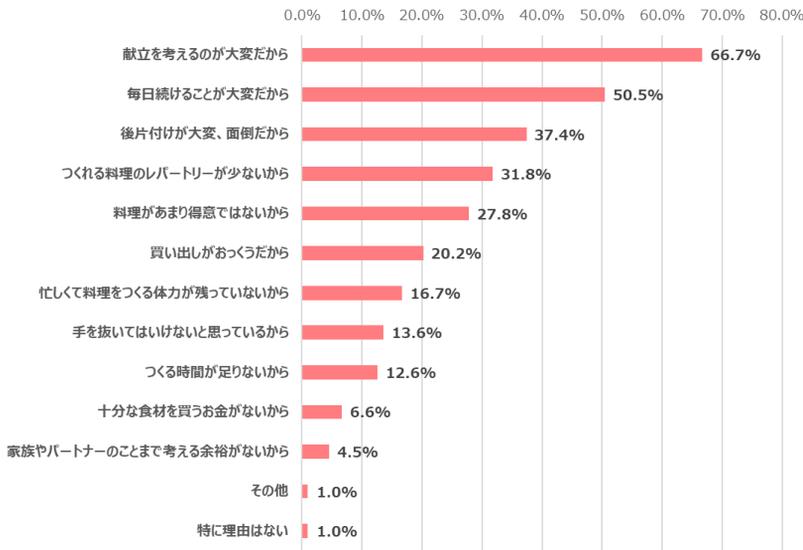
Q3. 毎日料理をつくることに対して、どのように感じていますか？ (複数回答可・N=300)



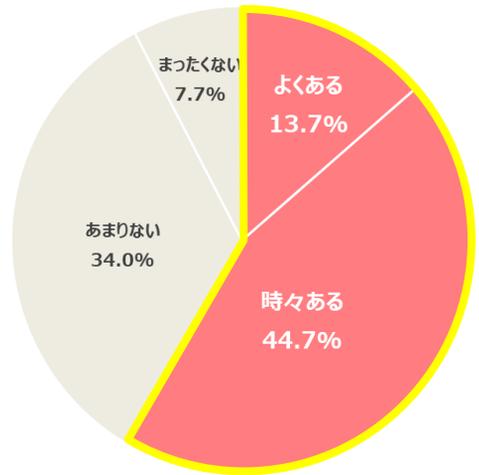
毎日の料理に対して、「疲れる」や「面倒」、「しかたなくやっている」、「やりたくない」という、ネガティブな回答をした人の理由としては、1位「献立を考えるのが大変だから」（66.7%）が最も多く、2位「毎日続けることが大変だから」（50.5%）、3位「後片付けが大変、面倒だから」（37.4%）という結果となりました。献立を考えるとところから後片付けをするところまでの一連の流れを、毎日繰り返すことへの気苦労が、料理に対するモチベーションの低下に繋がってしまっていることがわかります。

さらに、今まで「毎日の料理に心が折れた」経験については、「よくある」（13.7%）、「時々ある」（44.7%）と回答した人が、約6割にのぼりました。

Q4. なぜ毎日の料理に対して「疲れる」、「面倒」、「しかたなくやっている」、「やりたくない」と感じますか？（複数回答可・N=198）



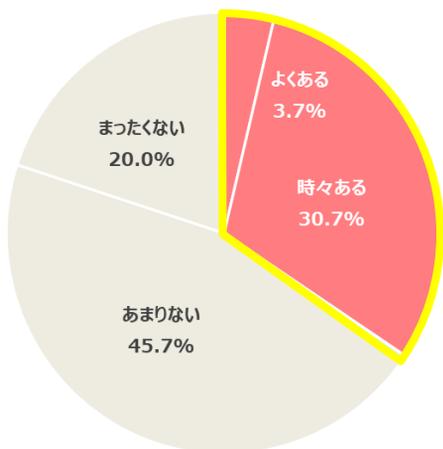
Q5. これまでに、毎日の料理に心が折れたことはありますか？（N=300）



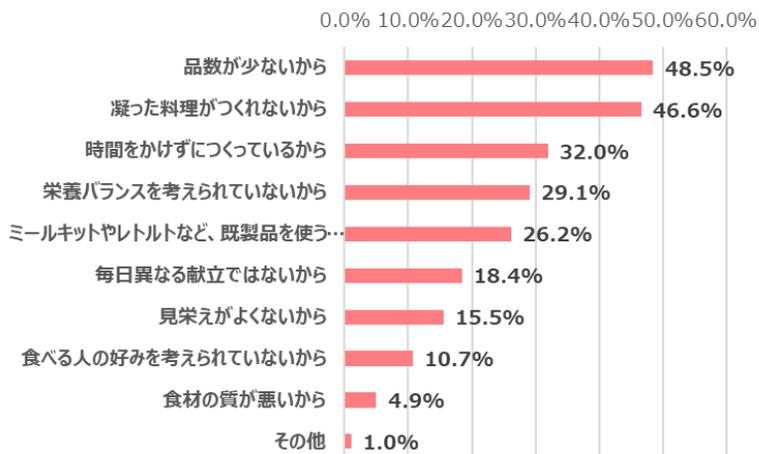
TOPIC③ つくれる料理のレパートリーが少ない… 3人に1人が自分の献立に“うしろめたさ”を覚えると回答

色々な思いを抱えてつくる料理ですが、実は自分の献立に“うしろめたさ”を覚える経験を、約3割以上の人が行っていることがわかりました。“うしろめたさ”を覚えた理由としては、「品数が少ないから」（48.5%）、「凝った料理がつかれないから」（46.6%）などがあがっています。また、なぜそのような“うしろめたさ”を覚える献立になってしまったのか、という質問に対しては「つくれる料理のレパートリーが少ないから」（39.8%）と、「調理以外の家事や自分の時間など、他のことに気持ちや体力を温存しておきたかったから」（37.9%）という理由があげられました。思っていたような料理をつくれぬ理想とのギャップや、他のこともしたいという気持ちと現実との乖離が、“うしろめたさ”を生んでしまっているようです。

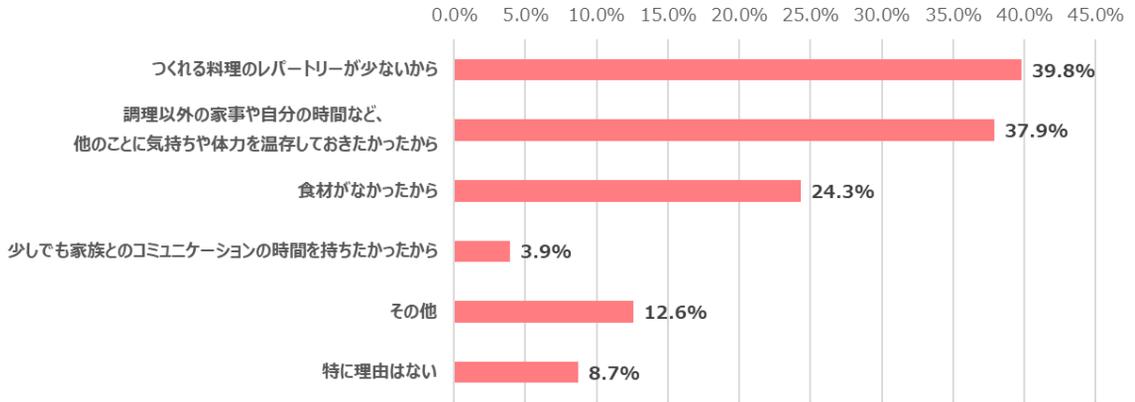
Q6. 家族やパートナーのためにつくる献立の内容に後ろめたさを覚えることはありますか？（N=300）



Q7. なぜその献立にうしろめたさを覚えるのですか？（N=103）



Q8.なぜうしろめたいと感じる献立をつくることになったのですか？（複数回答可・N=103）



TOPIC 4

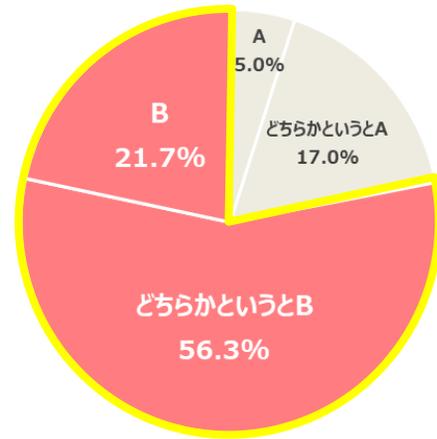
約7割の人が自分や大切な人への愛が長続きするのは「毎日の手料理にこだわらないこと」と回答

毎日の料理は苦勞も多く、気持ちも体力も消耗しかねません。そんな料理を通して、自分自身や大切な人への「愛」が長続きするのは、「自分が大変かどうかに関わらず、毎日欠かさず手料理をつくる」と「毎日の手料理にこだわらず、自分の気持ちや体力を温存する」ことのどちらかという質問に対しては、「毎日の手料理にこだわらないこと」を選択した人が約7割という結果になりました。

毎日料理をつくるのが「愛」と考える人が多い中でも、その「愛」を長続きさせるためには、無理に「毎日の手料理にこだわらないこと」と考えている人も多いことがわかりました。大切な人を思うからこそ、その「愛」が続く料理を考えていく必要があります。

Q9.自分や大切な人への「愛」が長続きするのはどちらだと思いますか？（N=300）

[A]自分が大変かどうかに関わらず、毎日欠かさず手料理をつくる
[B]：毎日の手料理にこだわらず、自分の気持ちや体力を温存する

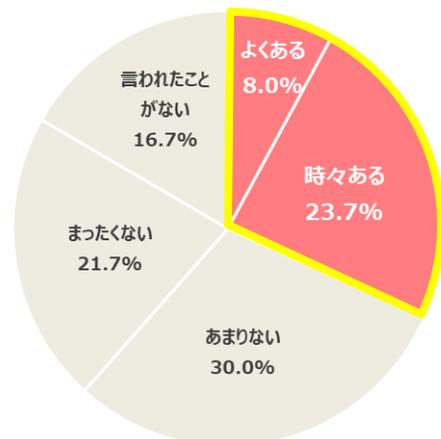


コラム | 番外編：つくってくれる人に失礼？「簡単な料理でいいよ」と言われて腹が立った経験

忙しい現代の料理をする人にとって、少しでも無駄な時間はありません。料理に費やす時間でさえも惜しく感じてしまうときもあるかもしれません。このような状況で出来上がった、「うしろめたさ」を覚えてしまった料理でも、大切な人のためにつくった「愛」のある料理であることには変わりありません。

一方で昨今、料理をする人の議題に上がりやすい「簡単な料理でいいよ問題」。実際に、そう言われて腹立たしく思った経験が「よくある・時々ある」と答えた人は31.7%となり、約3人に1人という結果に。つくる人が自ら判断しているならまだしも、色々気を配りながら、献立を考えているときに相手から「簡単でいいよ」と言われると、腹立たしさを覚えてしまうこともあるという結果に、共感できる方も多いのではないのでしょうか。

番外編.「簡単な料理でいいよ」と言われたことに対して、腹立たしく思った経験はありますか？（N=300）



「#実はこれよくないですかディッシュ」概要

今回の調査結果を受けて、毎日の料理がもっとラクに楽しめるよう、食卓に貢献する製品を展開しているクックパー®は、料理をつくる人自身が誰かへの「愛」を疲れさせないための料理「#実はこれよくないですかディッシュ」を提案いたします。

近年、これまで意識されてこなかった「名もなき家事」への不満が顕在化し、話題となっています。料理においても、誰かのためにつくる喜びや楽しさよりも、毎日栄養バランスや彩りなどを考えることに疲れてしまい、品数の少なさや出来栄えにうしろめたさを感じてしまっている人がいることも明らかになりました。毎日ずっと全力で料理をしていたら、それだけで疲れ切ってしまうもの。好きな一品だけの献立や、盛り付けをこだわらない料理であっても、誰かを思いつくる料理にはどんなものでも「愛」があると考えます。クックパー®は、そんな料理を「#実はこれよくないですかディッシュ」と呼び、料理をする人の「愛」が“持続可能”となるようサポートしてまいります。

- 「#実はこれよくないですかディッシュ」レシピ公開先 特設サイト：<https://ahp-web.jp/tsukarenai-ai/>



『#疲れない愛ってよくないですか』WEB動画

今回、楽しく続けられる「#実はこれよくないですかディッシュ」を提案する活動の一環として、歌手・タレントとして活躍するDAIGOさんを起用したWEB動画『#疲れない愛ってよくないですか』篇を2022年9月21日（水）に公開いたします。大切な人のために毎日料理をつくることにごく少し疲れてしまった人も楽しく続けていくコツは、たまにはがんばらない日をつくること。今回のWEB動画では、料理をする人自身が疲れずに続けられる“持続可能”なレシピ「#実はこれよくないですかディッシュ」を、DAIGOさんが表現します。



- ・タイトル : 『#疲れない愛ってよくないですか』90秒 篇
- ・公開日 : 2022年9月21日（水）
- ・公開先 : <https://ahp-web.jp/tsukarenai-ai/>
- ・動画リンク : <https://youtu.be/B5VC3YyEuSs>

プロフィール



DAIGO

1978年4月8日生まれ、東京都出身。

2003年7月、DAIGO☆STARDUST「MARIA」でメジャーデビュー。

2007年6月、3人組ロックバンド『BREAKERZ』ボーカルとして活動開始。

2022年7月、旧渋谷公会堂にてBREAKERZ デビュー15周年記念ライブ「BREAKERZ XV -Crystal-」を開催。多くの観客を魅了した。

音楽活動に限らず、バラエティ番組、ドラマや映画などマルチに活躍中。

2022年4月からは、テレビ朝日系列「DAIGOも台所〜きょうの献立何にする?〜」MCに就任。持ち前の素直な姿勢で様々な料理に挑戦していく姿が好評を博している。

あなたの『#実はこれよくないですかディッシュ』投稿キャンペーン概要

毎日料理と向き合うユーザーに向けて、つくっていて自分が楽しいと思える、“思わずつくってしまう疲れない料理”のレシピをエピソードとともに投稿する、Twitter投稿キャンペーンを実施いたします。「見た目はイマイチでも自分にとっては最高の料理！」や「好きなものしか入っていないなんてご褒美以外の何ものでもない！」など疲れを忘れ、思わずつくってしまう料理のレシピをエピソードとともにTwitterで募集します。公式Twitterのフォロー & #実はこれよくないですかディッシュのハッシュタグをつけて投稿頂いた方から、抽選で200名様に「クックパー®フライパン用ホイル」と「クックパー®クッキングシート」をセットでプレゼントいたします。

【応募方法】

- 1.旭化成ホームプロダクツ公式Twitter (https://twitter.com/asahikasei_hp) をフォロー。
- 2.#実はこれよくないですかディッシュ #クックパーの2つのハッシュタグをつけて料理とエピソードを投稿。

【プレゼント内容】

クックパー2点セットが200名様に当たる！

- 1.「クックパー®フライパン用ホイル」

油なしでもくっつかないため、こげつかずにキレイに焼けるホイル。フライパンの汚れを落とす後かたづけの手間も省略。

- 2.「クックパー®クッキングシート」

電子レンジやオープン調理、蒸し料理でも使用でき、サラッとはがせるので料理がきれいに仕上がるアイテム。

詳細は特設サイトをご確認ください。

特設サイトURL：<https://ahp-web.jp/tsukarenai-ai/>

クックパー®ブランド商品について



クックパー®は、「クックをパッと！」をブランドスローガンに、料理がもっとラクに、キレイに、楽しくなる商品を展開する旭化成ホームプロダクツのブランドです。

『クックパー®フライパン用ホイル』は、つるつるコーティングされたホイルで、こげつきやすい食材も油なしでくっつかずキレイにヘルシーに調理できます。油や汁を通さず、調理器具の後かたづけもラクラク。



『クックパー®クッキングシート』は、両面シリコン加工で料理やお菓子がくっつかず、オーブンでも電子レンジでも使用できます。蒸し料理にも使え、ふっくらと仕上がります。



『クックパー®アク・脂取りシート』は、二重構造でアクや油脂をしっかり取るので煮汁がキレイに仕上がります。



『クックパー®おにぎり包みシート』は、内側がシリコン加工されたシートです。内側からの湿気は通すのでごはんやのりがべとつかず、外側のアルミホイルは乾燥を防ぎます。



『クックパー®レンジで焼き魚ボックス』は、発熱シートが素早く高温に温まり、短時間でしっかり加熱します。魚の身や脂の飛び散りを防ぐボックス型なので、レンジ庫内を汚さずに使用できます。

※商品URL : <https://www.asahi-kasei.co.jp/saran/products/cookper/>

※®は商標を示します。

旭化成ホームプロダクツ株式会社について

AsahiKASEI
旭化成ホームプロダクツ

みずみずしい毎日を、ずっと。



● ミッション・ステートメント

おいしい料理を作りたい。
清潔な暮らしを守りたい。
そんな健康と幸せを日々願う人びとの気持ちを、想像すること。
そして私たちだからできることは何かを、考えること。
そのアイデアを実現できるまで、決して諦めないこと。

● 企業スローガン

まいにちを、たいせつに。

● 公式ホームページ

URL : <https://www.asahi-kasei.co.jp/saran/>