

## 【子どもの夏休み期間中の料理に関する調査】

### 子どもの夏休み中の料理で、負担に感じること1位は「献立を考えること」

### 昼食は「5パターン以内」という人が7割以上！？

### キッチン家電は「使用回数に見合うか分からない」「高価すぎる」などが購入のハードルに

### 夏休みの献立悩みは、試せる・使いたいときだけ借りられる

### レンタルサブスク「アリスプライム」がおすすめ！

「調理家電」「美容家電」「趣味・ホビー」など人気アイテム800種類以上が送料込みで借り換え放題の定額制レンタルサービス『アリスプライム』を展開する株式会社ピーステックラボ（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：村本 理恵子、以下 ピーステックラボ）は、300人を対象に子どもの夏休み期間中の料理に関する調査を実施いたしました。子どもが家にいる時間が長い夏休みの時期は、料理をする回数が増える、献立が枯渇するなど親にとって負担になることが多いです。そういったお悩みに対し、調理家電を利用することで、時短や献立のバリエーション増加に繋げることができます。しかし、調理家電は様々な種類がある上、高額なものも多く、どれが自分に合うか考えるのは容易ではありません。ピーステックラボが提供するモノの定額制シェアリングサービス「アリスプライム」は、商品を試してみる、必要な期間だけ借りるなどが可能であるため、夏休みの料理悩みの解決に貢献します。



## ■ TOPICS

- ①約8割の親が「子どもの夏休み中の料理が負担」と回答！  
負担に感じること上位は「献立を考えること」「料理する頻度」  
子どもが家にいる時間が増え、献立が枯渇してしまうという結果に
- ②9割以上の親が「夏の献立がパターン化・マンネリ化している」と回答！  
夏休み期間の負担が増えやすい昼食は「5パターン以内」で回している人が7割以上  
7割以上が、子どもからなんでもいいと言われたのに文句を言われイラッとしたことがあるという結果に！
- ③夏休みに使ってみたいキッチン家電トップ3は「自動調理鍋」「電気圧力鍋」「ノンフライヤー」！  
一方、「使用回数に見合うか分からない」「高価すぎる」「収納場所・設置場所をとる」などの理由が購入のハードルに。  
試せる、使いたいときだけ借りられるレンタルサブスクサービスがおすすめ！

## アンケート概要

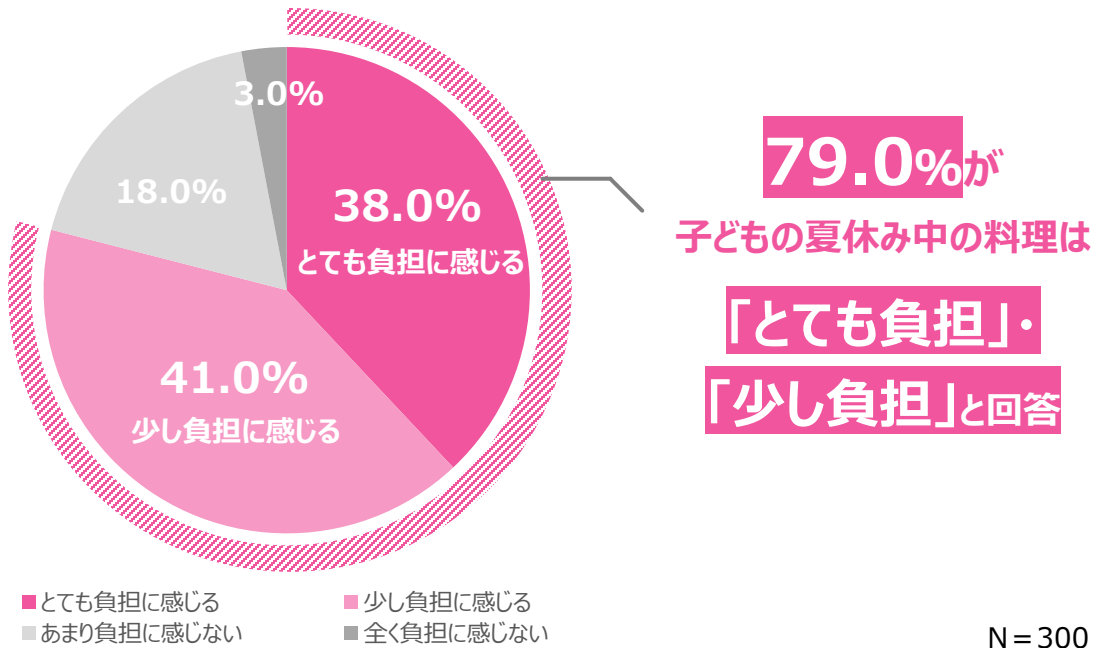
調査主体 : 株式会社ピーステックラボ  
調査期間 : 2023年6月15日（木）～6月16日（金）  
対象 : 全国の小学生・中学生の子どもがいる親で週1日以上料理をすることがある人  
有効回答数 : 300  
調査方法 : インターネットリサーチ  
調査機関 : シグナルリサーチ

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、必ず【ピーステックラボ調べ】とご明記ください。

①約8割の親が「子どもの夏休み中の料理が負担」と回答！  
負担に感じること上位は「献立を考えること」「料理する頻度」  
子どもが家にいる時間が増え、献立が枯渇してしまうという結果に

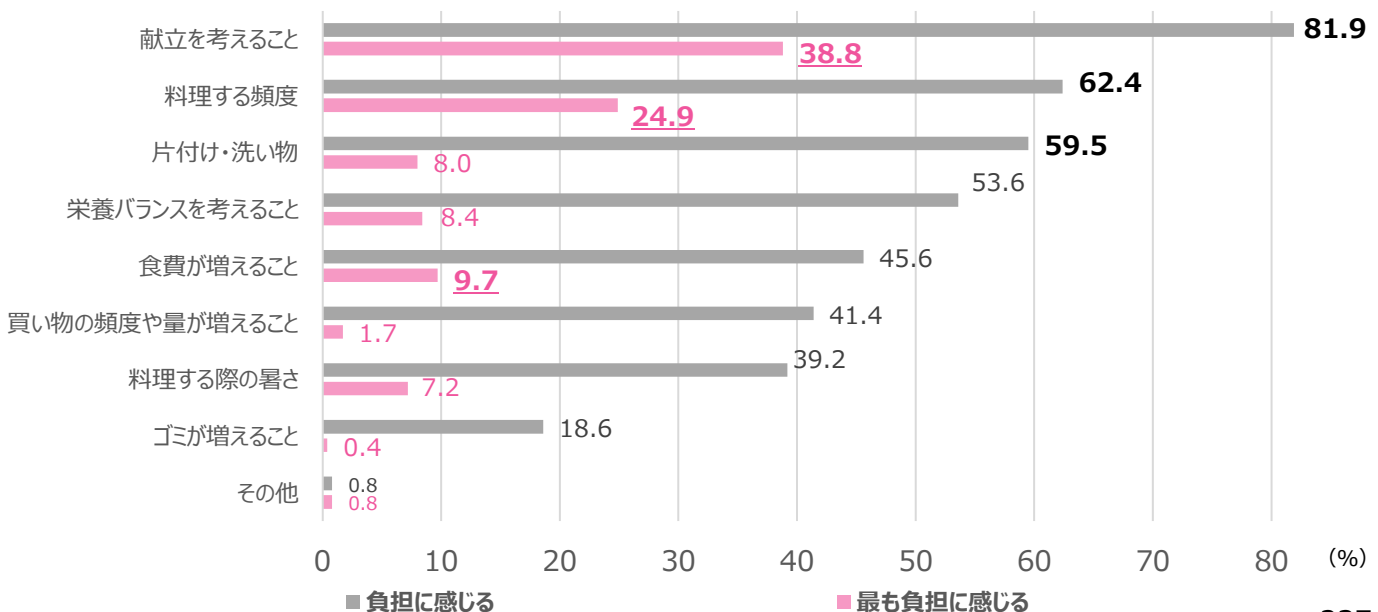
子どもの夏休み期間中の料理の負担について質問したところ、「とても負担に感じる」「少し負担に感じる」合わせて79.0%の方が夏休み中の料理を負担に感じているという結果となりました（図1）。子どもが家にいる時間が増えることで、普段は作らないお昼ご飯を作る必要があるなど、負担が増えてしまっていると推察されます。

図1 子どもの夏休み中の料理は、負担を感じますか？



上記で、「とても負担に感じる」「少し負担に感じる」と回答された方に、何に負担を感じるか聞いたところ、「献立を考えること」が1位となり、81.9%の方が負担に感じると回答。次いで62.4%が「料理をする頻度」、59.5%が「片付け・洗い物」が負担と回答しました。また、最も負担に感じることについては、1、2位は同じく「献立を考えること」「料理をする頻度」がランクインし、3位には「食費が増えること」が上がりました（図2）。料理の頻度が増えることで、作る労力だけでなく、献立を考える、片付け・洗い物をする、食費がかかるといった様々な負担が増えていると分かります。

図2 子どもの夏休み中の料理について、何に負担を感じますか？



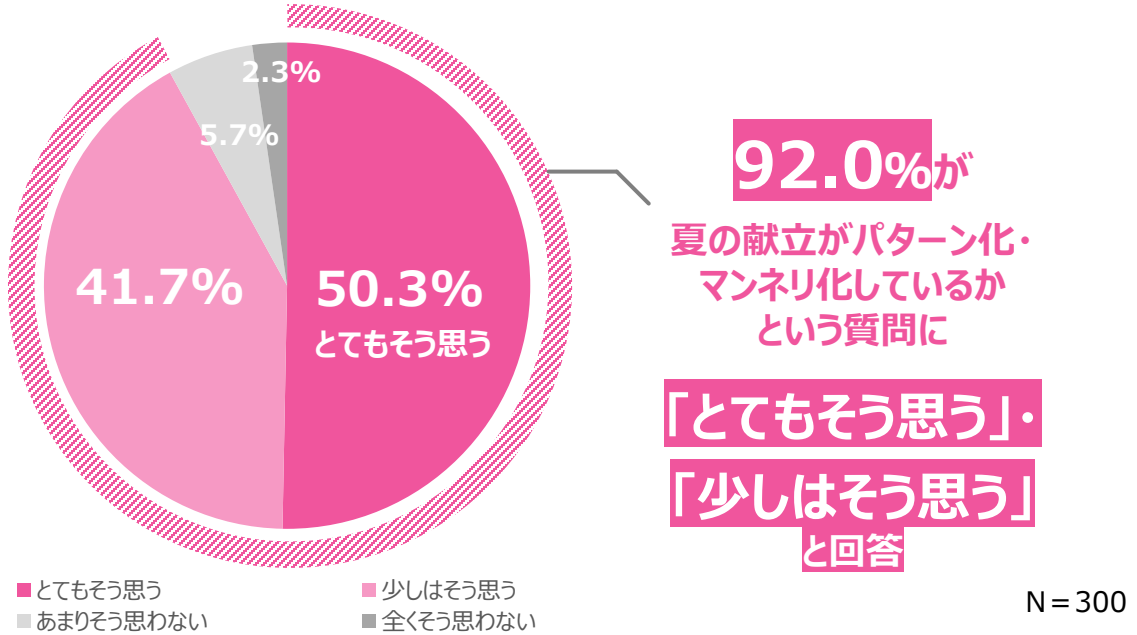
②9割以上の親が「夏の献立がパターン化・マンネリ化している」と回答！  
夏休み期間の負担が増えやすい昼食は「5パターン以内」で回している人が7割以上  
さらに、7割以上が、子どもから献立について「なんでもいい」と言われたのにも関わらず、後で文句を言われイラッとしたことがあるという結果に！

子どもの夏休み期間、「献立を考える」ことについて、81.9%が負担に感じていると分かりましたが（図2）、献立のパターン化・マンネリ化についてはどのように感じている方が多いのでしょうか。

夏の献立がパターン化・マンネリ化しているか聞いたところ、「とてもそう思う」「少しはそう思う」合わせて、92.0%の人がパターン化・マンネリ化していると回答しました（図3）。献立に飽きてきている、増やしたいと感じている人が多いと推察されます。

図3

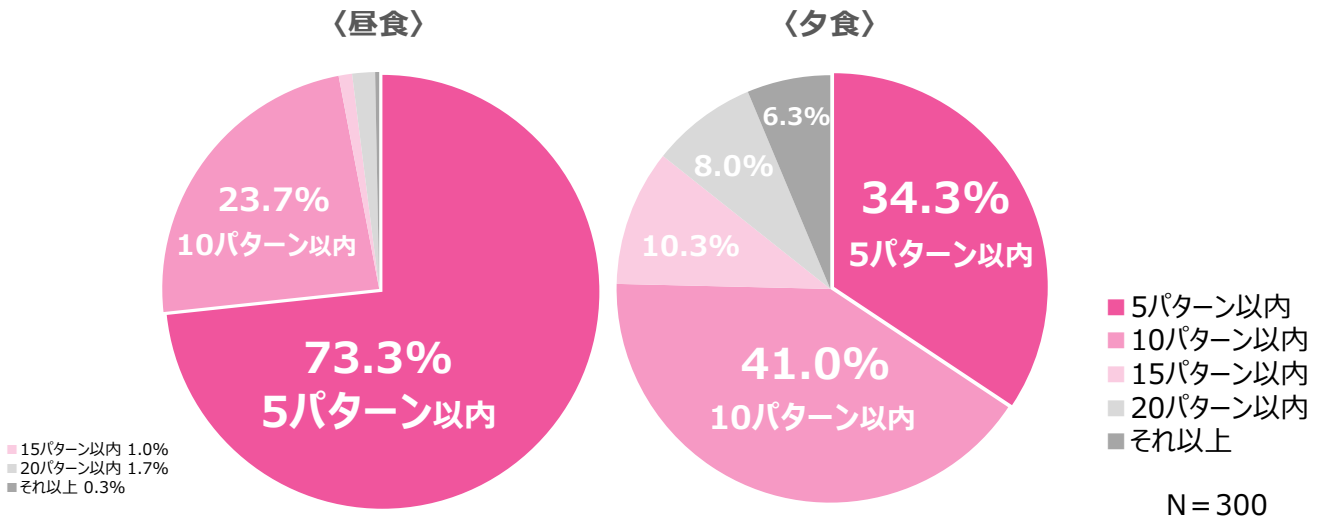
夏の献立がパターン化・マンネリ化していると感じますか？



具体的に、何パターンの献立で回しているか聞いたところ、昼食は「5パターン以内」が最も多く、73.3%が回答。夕食は、「10パターン以内」が41.0%、「5パターン以内」が34.3%という結果となりました（図4）。特に昼食に関しては、普段は給食があるから作らないが夏休みは作らなければならない、普段のお弁当は前日の残り物や冷凍食品、作り置きなどで済ませているが、家で食べる昼食となるとそうもいかないなど、負担が増える人も多いと推察されます。

図4

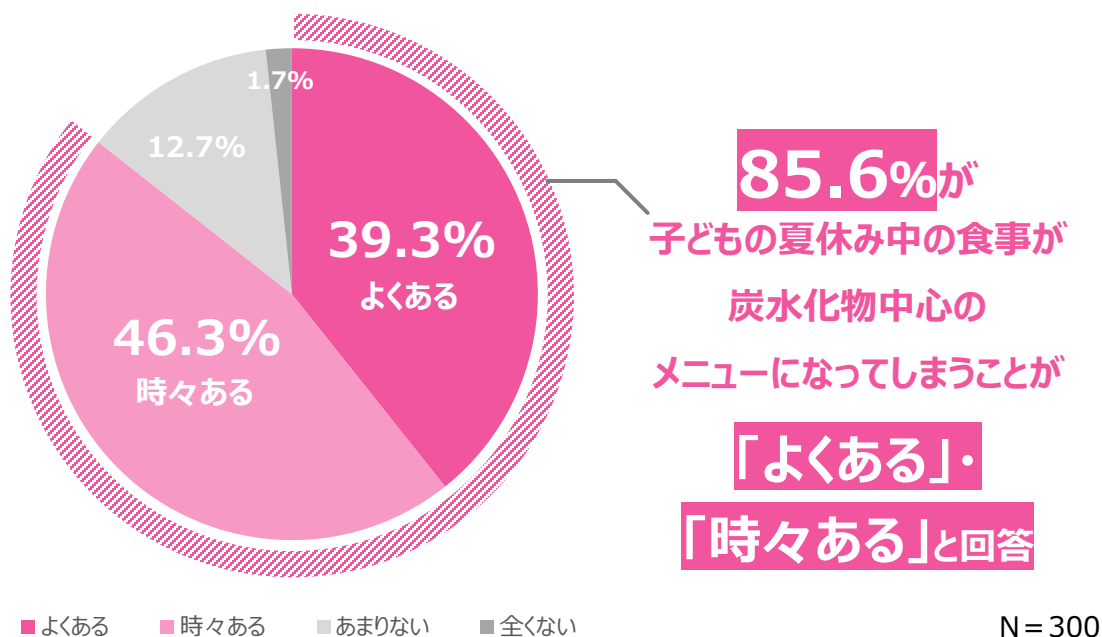
夏の献立で、メインの料理はおよそいくつのパターンで回していますか？



子どもの夏休み期間でも、料理にかけられる時間が大幅に増やせるわけではないという方が多いため、そうめんや焼きそばといった一品ものの炭水化物が増えてしまうという方も多いと思います。子どもの夏休み中の食事が炭水化物中心のメニューになってしまうことがあるか聞いたところ、「よくある」「時々ある」を合わせて85.6%の人が炭水化物中心のメニューになってしまうと回答しました（図5）。

図5

**子どもの夏休み中の食事が  
炭水化物中心のメニューになってしまうことはありますか？**

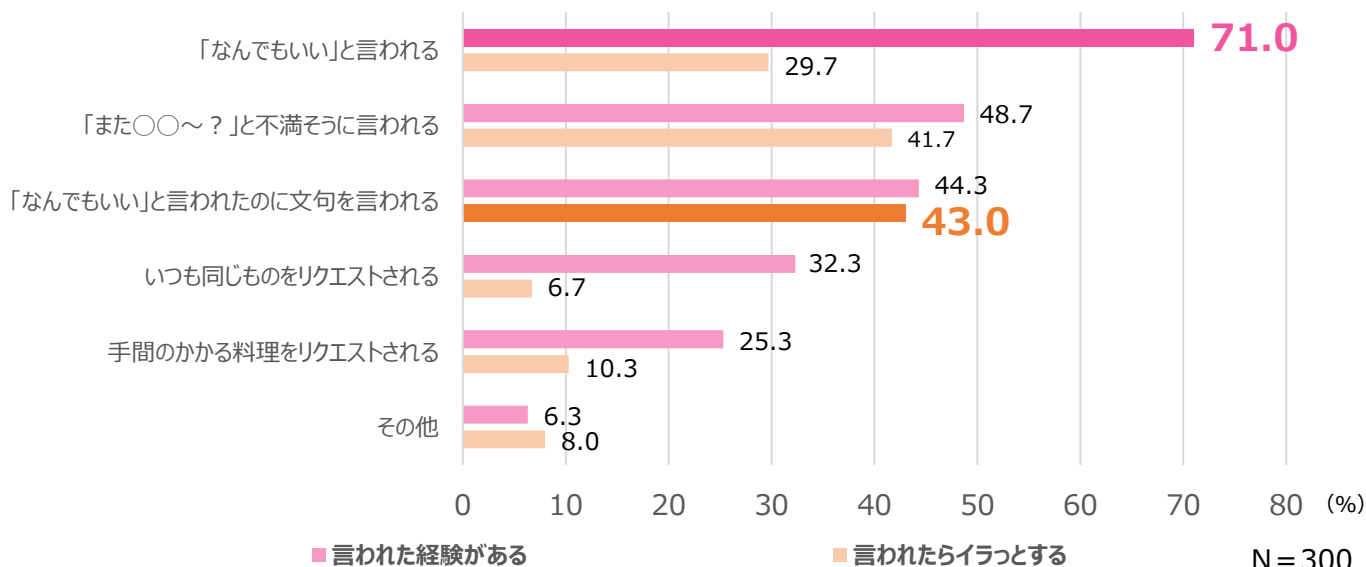


また、夏休み中の献立について、子どもから言われることとして経験のあるものを聞いたところ、「なんでもいいと言われる」が71.0%と1位に。また、言われてイラッとするものは、「なんでもいいと言われたのに文句を言われる」が43.0%と1位、「また○○～？と不満そうに言われる」が41.7%と2位となりました（図6）。

家での食事が増え、同じ料理が多いと不満を感じてしまう、何が食べたいか聞かれても思い浮かばないという子どもも多いと思いますが、親が料理にかけられる時間は変わらない中、困ってしまう人も多いと推察されます。

図6

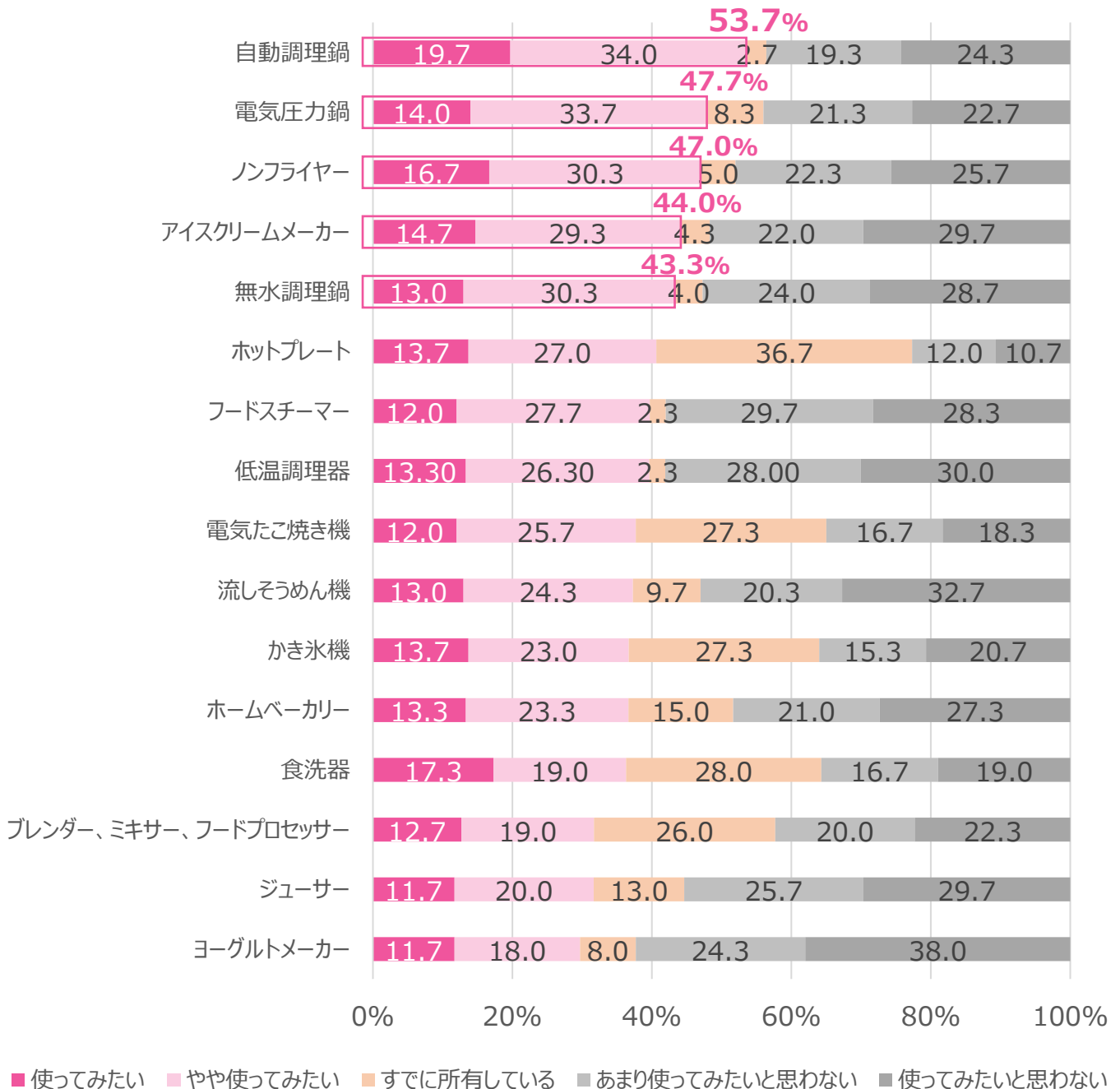
**夏休み中の献立について、子どもから言われることとして、  
経験のあるもの、イラッとするものを教えてください。**



③夏休みに使ってみたいキッチン家電トップ3は「自動調理鍋」「電気圧力鍋」「ノンフライヤー」！一方、「使用回数に見合うか分からない」「高価すぎる」「収納場所・設置場所をとる」などの理由が購入のハードルに。試せる、使いたいときだけ借りられるレンタルサブスクサービスがおすすめ！

献立マンネリ化の回避策として、キッチン家電を使う方も多いと思います。子どもの夏休み中に使ってみたいキッチン家電を聞いたところ、「使ってみたい」「やや使ってみたい」合わせて「自動調理鍋」を53.7%、「電気圧力鍋」を47.7%、「ノンフライヤー」を47.0%の人が使用してみたいと回答しました（図7）。献立を増やせるもの、料理の時短に繋がられるものが人気と分かります。

図7 **キッチン家電を子どもの夏休み中だけ使える場合、使ってみたいと思いますか？**



また、夏特有の楽しみである遊べるキッチン家電について、「アイスクリームメーカー」は小学校高学年（4～6年生）の子どもをお持ちのご家庭に特に人気で、「すでに所有している」という方も含め53.2%が使ってみたいと回答（図8）。また、「流しそうめん機」は小学校低学年（1～3年生）の子どもをお持ちのご家庭に特に人気で、「すでに所有している」という方も含め56.1%が使ってみたいと回答されました（図9）。

図8

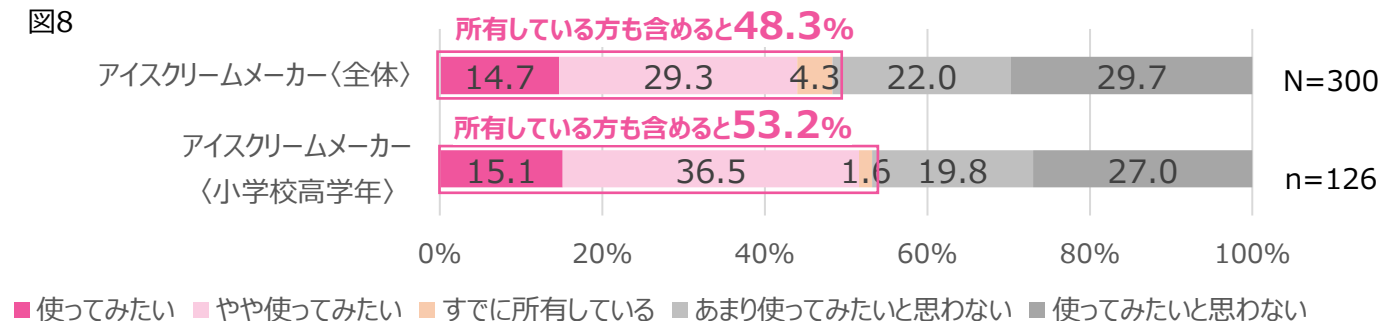
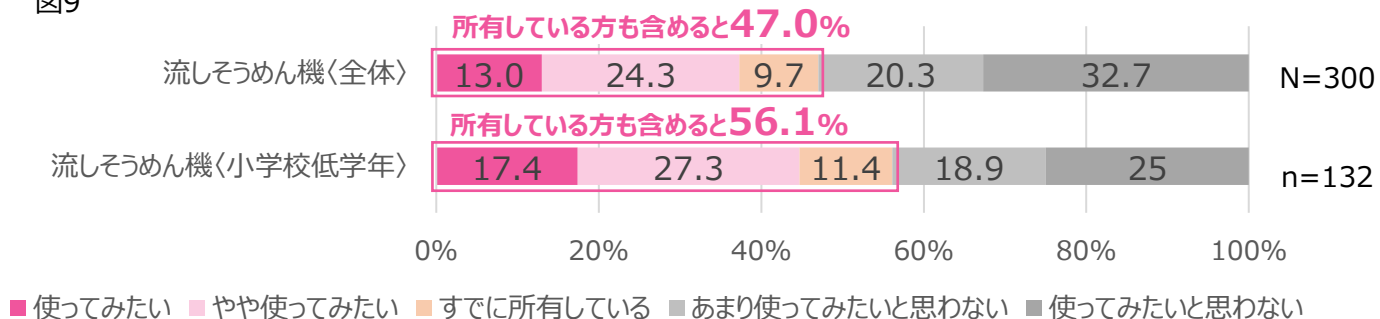


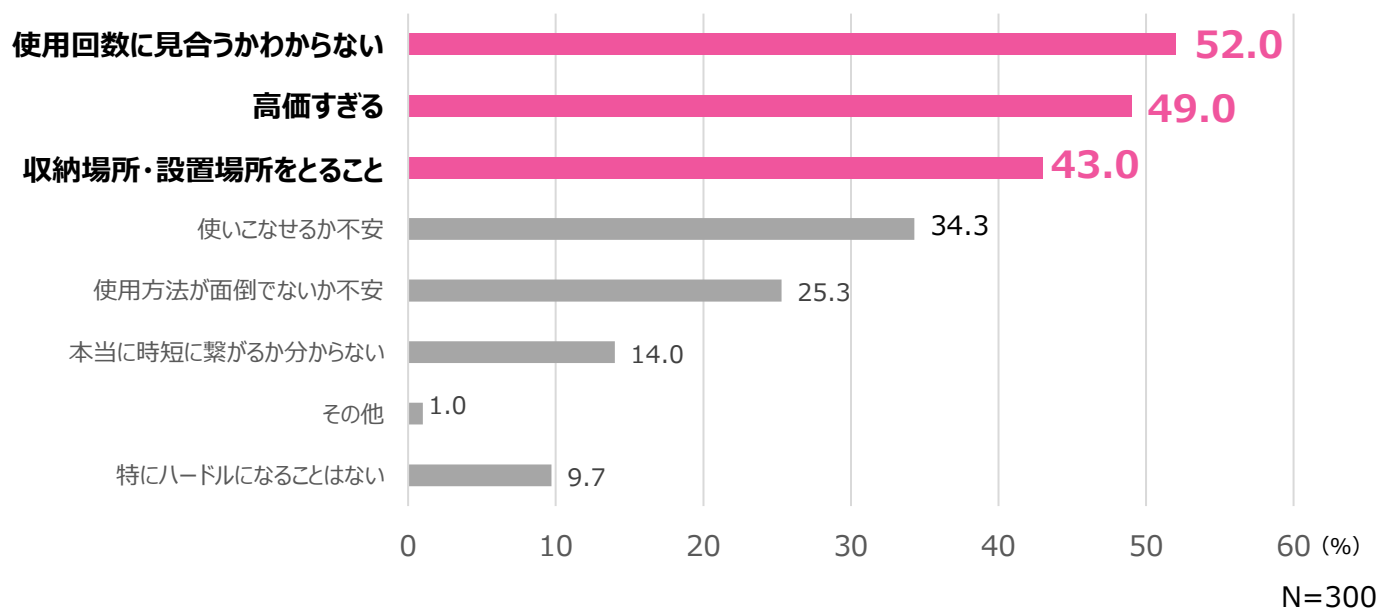
図9



このように、キッチン家電を使ってみたいという人が多い中、使ってみたいものの持っていないものがある人はどういった点がハードルとなっているのでしょうか。キッチン家電を購入する上でどのような点がハードルとなっているか聞いたところ、「使用回数に見合うかわからない」が52.0%と1位に。次いで、「高価すぎる」が49.0%、「収納場所・設置場所をとる」が43.0%となりました（図10）。使ってみないと分からないことが多い中、高価であることが多いキッチン家電の購入を決断するのはなかなか難しいです。そのため、試してみる、必要なときだけ借りることが可能なレンタルサブスクリプションサービスがおすすめです。

図10

### キッチン家電を購入する上で、どのような点がハードルとなりますか？





## ■夏休みの献立悩みなどに活躍する モノの定額制シェアリングサービス「アリスプライム」

今回の調査結果では、献立のパターン化・マンネリ化に悩んでおり、キッチン家電を試してみたいという人が多いということが分かりました。しかし、自分のライフスタイルに合うのかという点や、価格、収納スペースなどの観点から購入に悩む方も多いためです。そういった方には、キッチン家電も多数揃えており、夏休み期間だけの使用や、購入前のお試しが可能なレンタルサブスクリプションサービス「アリスプライム」がおすすめです。また、必要期間だけ借りられるため、収納場所にも困らず家庭の献立悩みを助けます。



<b>01</b> スーパーお得な定額制 月額 <b>2,980円</b> (税込) Free 初月無料 Price 1日約99円 半年プラン、1年プランのまとめて払いはさらにお得。半年プランは1ヶ月、1年プランは2ヶ月分が実質無料！	<b>02</b> 800種類以上の話題商品  最新のドライヤー、調理鍋、ロボット掃除機、フィットネス機器など豊富なラインナップ。人気商品も毎月ソクソク追加。	<b>03</b> 返却期限なし！ 好きなタイミングで交換  月に何回でも、好きな商品をお手元。商品の交換はいつでも自由に選択可能。	<b>04</b> 往復送料がずーっと無料 日本全国 / コンビニで返せる  0円 全ての商品の往復送料が無料で安心。ご自宅やお近くのコンビニからも返せます。
---	--	--	--

「アリスプライム」は話題の最新家電や美容家電など800種類以上の商品が、月額2,980円（税込）で自由にご利用いただける定額制シェアリングサービスです。旅行用品や季節家電など使用時期が限られているモノはもちろん、高級家電や話題の最新家電もレンタルでご利用いただけます。レンタル中に気に入ったモノは購入も可能です。レンタル予約や発送連絡など、全ての取引はサービス内で完結。商品には物損・盗難等の保険を適用するなど、利用者が安心して取引できる環境を構築しています。

アリスプライム公式サイト：<https://www.alice.style/>

## ■夏休みの献立を、簡単調理で助けるおすすめ家電！



### レコルト Air Oven

<https://www.alice.style/prime/product/AyP38YWH4TrXz8bW>

高温の熱風で“油で揚げないヘルシーな揚げ物”が作れる「エアオープン」。狭いキッチンや食卓にも置きやすいコンパクトサイズで、揚げ物はもちろん、ローストやグリル、ベイク、温め直しなど、これ1台で様々な料理を作ることができます。



### AINX スマートオートクッカー Smart Auto Cooker

<https://www.alice.style/prime/product/YyZV0BpEVm4bmbm7>

レシピ通りに材料を入れてボタンを押すだけで、簡単ほったらかし自動調理。独自開発の「かき混ぜウイング」もついて、炒める・煮込む・蒸すといった基本調理と、低音調理や温め直しまで、1台で8役をこなす、電気調理鍋です。



### SHARP ヘルシオ ホットクックKN-HW24G

<https://www.alice.style/prime/product/wQFE1WaY8UPWx0R3>

まぜ技ユニットが加熱の進行具合に合わせて、自動的にかき混ぜてくれるので安心。ほったらかしにしておいても、美味しいカレーやシチューが完成します。また水なしでも調理ができ、野菜などの素材の水分を生かした調理ができます。

## ■子どもとの食卓に特別感を与える調理家電！



### ビッグストリーム そうめん スライダー ミニオンズ

<https://www.alice.style/prime/product/5JOioDcSMBuFFGSM>

「普通の流しそうめんじゃ、つまらない!？」そんな時は、全長3.6メートルもあるウォータースライダー型の流しそうめんマシンはいかがですか？らせん状のコースをぐるぐると流れてくるそうめんをキャッチして、ゲーム感覚で楽しめるから、お子さまに喜ばれること間違いなし。



### ドウシヤ 電動わた雪 かき氷器 DSHH-20

<https://www.alice.style/prime/product/2p8grxePhEM9fDDZ>

電動式で簡単に専門店のような氷ができるかき氷器。ヒーター機能を搭載し、氷の表面をあたためながら最適な温度で削るため、かき氷専門店のようなずっとけるような食感を楽しむことができます。



### TIGER ホットプレート 3枚タイプ CRV-A300T

<https://www.alice.style/prime/product/H9tLxIwQHelEuTQR>

料理のレパートリーが広がる穴あき・波形、平面、たこ焼き「3枚プレート」タイプ。プレートに遠赤土鍋コーティングを施して、旨みをじっくりと引き出します。収納スタンドを使えば電源コードも一緒にコンパクトに収納できるから置き場所にも困りません。

アリスプライムではこのような調理家電をはじめ、様々な調理や食卓などで役立つアイテムを180アイテム以上揃えています。詳しくはアリスプライムホームページもしくはアプリの「キッチン」カテゴリーをご覧ください。

## ■ピーステックラボについて

「モノの貸し借りを通して、体験を平等に提供できる社会をつくる」という企業理念のもと、独自のシェアリングプラットフォームを活用した事業連携の強化、新規プロダクト開発等に取り組んでいます。「モノ」を取り巻くさまざまな社会課題解決に向けて、SDGsを実現する社会インフラの構築を目指して活動しています。

## ■会社概要

社名 : 株式会社ピーステックラボ  
代表者 : 代表取締役社長 村本理恵子  
設立 : 2016年6月  
資本金 : 80,340,000円 (2023年3月末 時点)  
住所 : 東京都渋谷区渋谷2-21-1 渋谷ヒカリエ 8F MOV内  
事業 : モノの貸し借りアプリ「Alice.style (アリススタイル)」の開発・運営  
手ぶら旅行事業「Alice.style TRAVEL (アリストラベル)」の開発・運営  
ウェブサイト : <https://peaceteclab.co.jp/>