

イクメン
— “育麵”に関する意識調査 —

お父さんの料理についての実態が明らかに “簡単”で“早い”「麵類」は、イクメンの必須アイテム！

日清食品ホールディングス株式会社（社長・CEO:安藤 宏基）は、世の中のお父さんに身近な即席麵（インスタントラーメン）を通じて子育てを楽しんで欲しいという願いのもと、彼らのようなお父さんを“育麵（イクメン）”と名付け、CSR活動の一環である「百福士（ひやくふくし）」プロジェクトの第10弾として、10月18日（木）より「全日本 育麵（イクメン）メニューコンテスト」を開催します。これに先がけ、この度、“育麵”に関する意識調査を実施しました。

育児に積極的に参加している男性を意味する「イクメン」というキーワードの誕生からも分かるように、男性の家事・育児に取り組もうという意識は年々高まっています。しかし、一方で労働時間が短縮する兆しもなく、お父さんが家族と過ごす時間は増えていません。育児休業の取得率については若干の向上が見られたものの、まだ数%というのが現状です。そのような中、限られた家族時間の中で少しでもお父さんが存在感を発揮できる機会や方法を創出する必要があります。

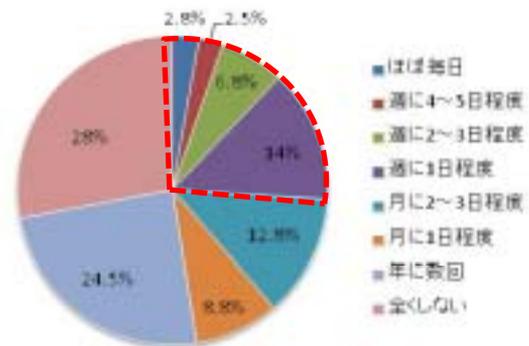
本リリースでは、「お父さんの家事・育児」についての実態とともに、「料理」にテーマを絞って行った調査の分析結果を発表します。調査時期は2012年8月インターネットにより小学生以下の子どもを持つ父親・母親 計800名に対してアンケートを行いました。

調査結果概要

世の中のお父さんの4人に1人は、 「週1日以上」家族のために料理する！

お父さん400名に「家族のために料理をする頻度」を聞いたところ、「週に1日程度」「週に2～3日程度」「週に4～5日程度」「ほぼ毎日」のいずれかを選択した人が26.0%という結果に。世の中のお父さんの4人に1人は、「週に1日以上」家族のために料理をしていることがわかりました。

「家族のために料理をする頻度」



- 約3割もお父さんが、家事・育児の一環として料理に取り組んでいる。
- お父さんが家族のために料理をする理由1位は「妻の家事・育児を助けるため」。
- 子どもと出掛ける頻度とお父さんが料理をする頻度は比例する。
- お父さんが作るメニューは、“簡単”で“早い”「麵類」がダントツ1位。

…詳細は次頁以降ご参照

＜本件に関するお問い合わせ＞

全日本 育麵メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井
TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp

おおたとしまさ氏（育児・教育ジャーナリスト）

本リリースでは、分析結果を育児・教育ジャーナリストのおおたとしまさ氏の見解と併せて発表します。



育児・教育ジャーナリスト おおたとしまさ氏

「子どもが“パパ～！”っていつでも抱きついてくれる期間なんてほんの数分。今、子どもと一緒にいられなかったら一生後悔する」と、株式会社リクルートを脱サラ。育児・教育をテーマに執筆・講演活動を行う。男性の育児・教育、子育て夫婦のパートナーシップ、無駄に叱らないしつけ方などについて、新聞・雑誌へのコメント掲載なども多数。オールアバウト「男の子育て」ガイド。心理カウンセラーの資格があり、サイト「パパの悩み相談横丁」ではメールで全国のパパからの悩みを受け付けている。中高の教員免許、小学校教員の経験もある。著書に『男子校という選択』、『パパのトリセツ』、『男の子育てにくい子ほどよく伸びる』などがある。男女2児の父親。

調査結果

■お父さんの家事・育児事情

- ✓ 約3割のお父さんが、家事・育児の一環として“料理”に取り組んでいる。
- ✓ お父さんが家事・育児にけることのできる時間は1日平均64分。

お父さん400名に「家事・育児の中で取り組んでいるもの」について聞いたところ、**約3割のお父さんが「料理」に取り組んでいる**ことがわかりました。また、「育児・家事のために1日にかけられる時間」についての質問では**1日平均64分**という結果に。そして、「お子さんと1日にどれくらい会話をしますか」という質問では、「15～30分未満」が**27.0%**と、一番多い結果となりました。

おおたとしまさ氏コメント>

ヨーロッパ諸国では、男性が子どもと過ごす時間は1日数時間あるというデータもあります。それに比べると日本はやはり少ない。さまざまな調査結果では、**お父さんたちの悩みのトップは「家族と関わる時間が足りない」**であることがわかっています。

私は、家族との時間は長ければ長いほど良いとは思いません。問題はその質です。短い時間でも家族の心の中に大きな存在感を残すことはできるはず。**「家族時間は量より質」**なのです。

※本リリースの内容や調査結果や分析をご利用いただく際は、「日清食品ホールディングス調べ」とご明記ください。

<本件に関するお問い合わせ>

全日本 育麵メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井

TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp

調査結果

■お父さんの家事・育児事情

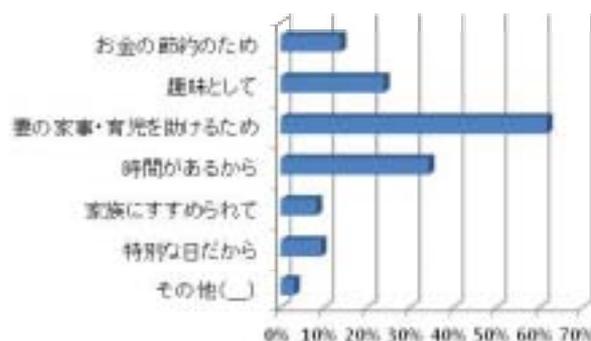
✓お父さんが家族のために料理をする理由、1位は「妻の家事・育児を助けるため」。

お父さんに「家族のために料理をする理由」を聞いたところ、**61.8%**で「**妻の家事・育児を助けるため**」というものがダントトップという結果に。

おおとしまさ氏コメント>

育児や家事の大半をやってくれているお母さんたちの大変さは、お父さんたちもわかっています。**昔の男性と比較すると、男性たちの意識も変わってきています。**ただ、見方を変えると、まだまだ育児も家事も女性が主役で、**男性は「助ける」という補助の立場にとどまっているという事実**でもあります。「助ける」ではなく、「できることはやるのが当たり前だから」という意識のお父さんが増えるともっと良くなると思います。

「家族のために料理をする理由」(複数回答)



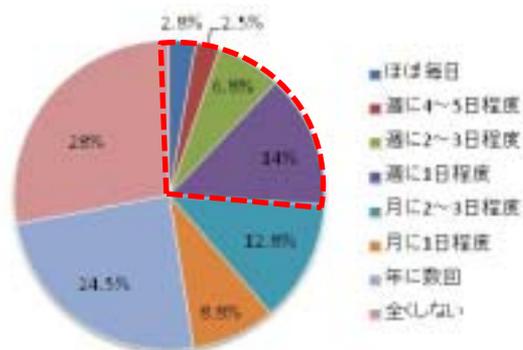
■家族のために料理をする頻度

✓世の中のお父さんの4人に1人は「週1日以上」家族のために料理をしている。

お父さん400名に「家族のために料理をする頻度」を聞いたところ、「週に1日程度」「週に2~3日程度」「週に4~5日程度」「ほぼ毎日」のいずれかを選択した人が26.0%という結果に。**世の中のお父さんの4人に1人は、「週に1日以上」家族のために料理をしている**ことがわかりました。

一方で、お母さん400名を対象に「夫が料理することについてどう思うか」と聞いたところ、96.5%とほぼ全員のお母さんがお父さんに家で料理を振る舞って欲しいという結果に。家族のために料理をするお父さんをお母さんも大歓迎しています。

「家族のために料理をする頻度」



※本リリースの内容や調査結果や分析をご利用いただく際は、「日清食品ホールディングス調べ」とご明記ください。

<本件に関するお問い合わせ>

全日本 育麵メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井
TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp

調査結果

■家族のために料理をする頻度

- ✓お父さんが料理をすることが多いのは「土曜日の夜ごはん」。
- ✓共働き家庭のお父さんのほうが、「週1日以上」料理をする割合が10ポイント以上高い。

「いつ料理をすることが多いか」という質問では、約80%のお父さんが「土曜日」「日曜日」と回答、その中でも最も多かったのは「土曜日の夜ごはん」でした。

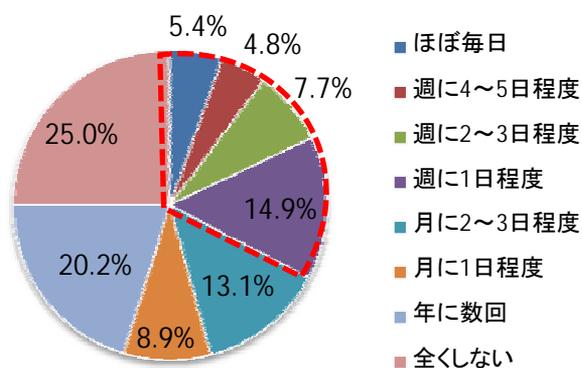
平日は外で仕事をしていても休日には家族のために料理を振る舞うお父さんの存在が明らかに。

おたとしまさ氏コメント>

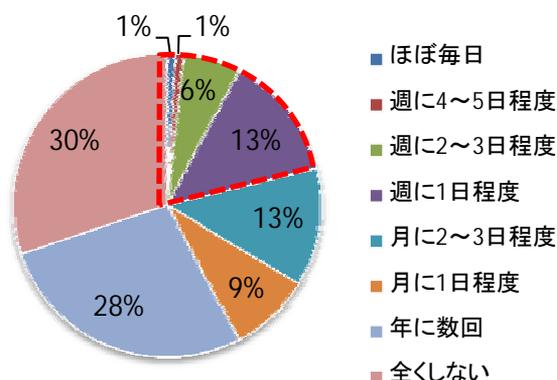
土曜日の夜が多いというのは、納得です。金曜日の夜はまだ仕事モード。飲み会がセッティングされちゃうことも多いでしょう。日曜日の夜となると、翌日の仕事のことを考えてしまって気持ちに余裕がなくなる。でも土曜日夜なら、日中しっかり休んだうえで、翌日は休みで気分的な余裕もある。好条件がそろうわけです。

また、共働きかどうかと料理をする頻度の関係性について分析したところ、「週1日以上料理をする」お父さんの割合は、共働き家庭のお父さんが32.7%、そうでないお父さんが21.1%と、**10%以上の差**が見られました。

「共働きのお父さんが料理をする頻度」



「共働きでないお父さんが料理をする頻度」



おたとしまさ氏コメント>

自分と同じように外で仕事をするお母さんをサポートしようとする共働き家庭のお父さんの意識を読み取ることができます。

その反面、「家の中でマイペースに家事をする専業主婦の仕事は、自分より楽なのではないか」という共働きでない家庭のお父さんの意識が根底にあることも推測する事ができます。妻が専業主婦となると、甘えてしまうのが男性のくせ。

しかし、お母さんが子どものペースに振り回されながら、育児も家事もこなすことは、外で働くお父さんと同じくらいストレスのかかることでもあります。

お父さんには、共働きかどうかに関わらず育児や家事のサポートを頑張ってもらいたいですね。

※本リリースの内容や調査結果や分析をご利用いただく際は、「日清食品ホールディングス調べ」とご明記ください。

<本件に関するお問い合わせ>

全日本 育麵メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井

TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp

調査結果

■家族のために料理をする頻度

- ✓小学生の子どもを持つお父さんは小学生未満の子どもを持つお父さんと比較して、料理をする頻度が高い。
- ✓子どもと出掛ける頻度とお父さんが料理をする頻度は比例する。

子どもの年齢と料理をする頻度の関係について分析した結果、子どもの年齢が「小学校低学年」「小学校高学年」「3～6歳」「0～2歳」の順で「週1日以上」料理をするお父さんの割合が高いという結果になりました。**子どもが小学生にあがる前後でお父さんが料理をする頻度に変化が出る**のではないかと推測することができます。

また、「子どもと出掛ける頻度」と「料理をする頻度」の関係性について調査したところ、**お父さんが週1日以上料理をする頻度は、子どもと出掛ける頻度に比例する**ことがわかりました。

「子どもの年齢」と「料理をする頻度」

	子どもの年齢	週1日以上料理をする割合
1位	小学校低学年	33.0%
2位	小学校高学年	28.0%
3位	3～6歳	26.0%
4位	0～2歳	17.0%

「子どもと出掛ける頻度」と「料理をする頻度」

	子どもと出掛ける頻度	週1日以上料理をする割合
1位	週3回以上	42.9%
2位	週1～2回程度	36.2%
3位	月2回程度	28.3%
4位	月1回程度	23.1%
5位	月1回未満	17.3%

おおとしまさ氏コメント>

幼児期は、食べさせなければいけないものや食べさせてはいけないものなどがいろいろありそうで、普段料理をしていない男性にはかなりハードルが高く感じられてしまうでしょう。

しかし、**小学生ともなれば、大人と同じようなものを食べられるようになります**。幼児期とは違ってお母さんも、子どもの食事に対しておおらかになる傾向もあります。このころになれば、お父さんも、「何を食べさせればいいのか」なんてことを深刻に考えすぎず、自分の食べたいものを子どもにも食べさせることができるようになるので、**子どもの食事を作ることに対するハードルが下がると考えられます**。

また、**家族のために料理をするお父さんはそもそも家事や育児に積極的**だと言えます。

家族のために料理を作り、家のことをよくすれば、子どもとの距離も近づき子どもと出掛けるようになる、また、**子どもとよく出かけることで子どもとの距離が近くなれば、家族に料理を作りたくなる**と言えるでしょう。

※本リリースの内容や調査結果や分析をご利用いただく際は、「日清食品ホールディングス調べ」とご明記ください。

<本件に関するお問い合わせ>

全日本 育麵メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井

TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp

調査結果

■お父さんの「イクメン度」・子どもからの「尊敬度」とお父さんが料理をする頻度の関係

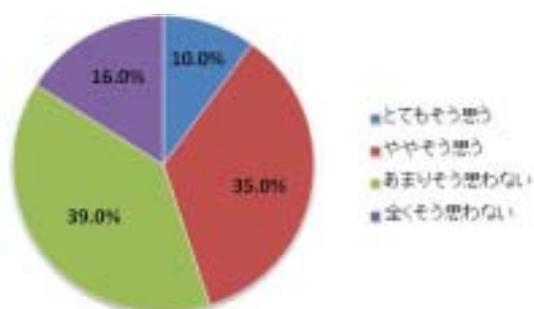
- ✓お父さんが、自身を育児に積極的だと思っている「イクメン度」は、料理をする頻度と比例する。
- ✓お父さんが、子どもから尊敬されていると感じている「尊敬度」は、料理をする頻度と比例する。

お父さん400名に「あなたはご自身を「イクメン」(育児に積極的)だと思えますか」という質問をしたところ、「とてもそう思う」「ややそう思う」と回答したお父さんの合計は45.0%となり、半数近いお父さんが「イクメン」であると自負しているという結果になりました(グラフ①)。また、この質問の各回答ごとの「週1日以上」料理をするお父さんの割合を算出したところ、イクメンだと自負している「イクメン度」が高いお父さんほど料理をする頻度が高いという結果となりました(グラフ②)。
お父さんの「イクメン度」と料理をする頻度は比例することがわかります。

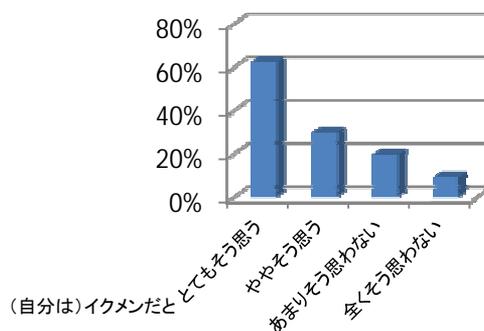
また、「お子さんはあなたを尊敬していると思えますか」という質問には、65.3%のお父さんが子どもから尊敬されていると感じていると回答しました(グラフ③)。そして、上記と同様に各回答ごとの「週1日以上」料理をするお父さんの割合を算出したところ、「週1日以上」料理をする割合は「とてもそう思う」と回答したお父さんが最も高く(グラフ④)、**お父さんが感じている子どもからの「尊敬度」と料理をする頻度も比例する**ことがわかりました。

「イクメン度」が高いお父さんは、子どもや家族のために「料理をする頻度」が高く、子どもと接する機会も多いことが予想されます。子どもと接する時間が長いほど、子どもから尊敬されていると感じられる機会も増えるため、**「イクメン度」が高いお父さんは子どもからの「尊敬度」も高い**と感じているのではないのでしょうか。

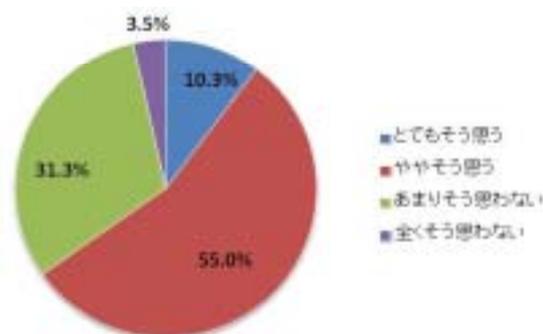
①「あなたはご自身を「イクメン」(育児に積極的)だと思えますか」



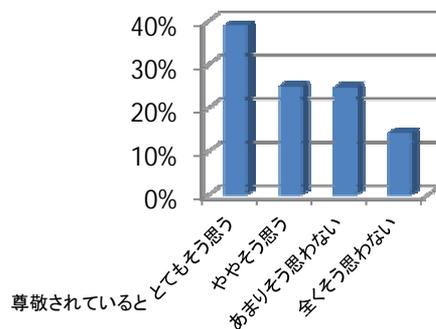
②(自分自身のイクメン度×「週に1日以上」料理をする頻度



③「お子さんはあなたを尊敬していると思えますか」



④子どもからの尊敬度×「週に1日以上」料理をする頻度



※本リリースの内容や調査結果や分析をご利用いただく際は、「日清食品ホールディングス調べ」とご明記ください。

＜本件に関するお問い合わせ＞
 全日本 育麵メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井
 TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp

調査結果

■お父さんの料事情

✓お父さんが仕事の日¹に外食で食べるメニューは「ラーメン」がダントツ1位

仕事の日には昼食や夕食を外で済ませるお父さんも多いはず。 「平日(仕事の日)にお昼や夜に外食する際、よく食べるメニュー」
(複数回答:3つまで)

そこで、お父さんの「平日(仕事の日)にお昼や夜に外食する際、よく食べるメニュー」について調査したところ、2位の丼物に大きく差をつけ、「**ラーメン**」がダントツでトップに。

1位	ラーメン	46.5%
2位	丼物	32.5%
3位	ファストフード	27.3%
4位	その他麺類(うどん、そばなど)	26.5%

✓お父さんが家族のために作るメニューは“簡単”で“早い”“麺類”が多い！

料理をするお父さんを対象に「家で料理をする際、よく作るメニュー」について聞いたところ、1位にパスタ、2位にラーメンがランクインし、**麺類がトップ2**という結果に。

お父さんの外食メニューとしてもトップとなった「ラーメン」はお父さんが食べ慣れた味だからこそ、家で作るメニューでも上位にランクインしたと推測することができます。

また、「前問で回答したメニューを選ぶ理由」としては、上位3つが「簡単」「子どもが好きなメニュー」「短時間でできる」となりました。

「簡単」で「早くでき」、なおかつ「子どもが好きなメニュー」という条件を満たす**“麺類”はお父さんが家族のために作る料理の定番メニュー**と言えることが分かります。

「家で料理をする際、よく作るメニュー」(複数回答)

1位	パスタ	38.0%
2位	ラーメン	35.0%
	チャーハン	35.0%
3位	カレー	33.0%

おおたしまさ氏コメント>

男性が作る料理は、まとめて一皿でドーンという感じのものが多いようです。要するに炭水化物主体。しかも、お米を炊くのではなくて、**数分ゆでればできあがる 麺類が主流**のようです。

「短時間で簡単に一皿ですむ料理」が男性の料理の特徴といえそうです。

昔、イクメン先進国ベルギーのイクメン夫妻と話す機会がありました。奥さんは旦那さんのことを名シェフだと絶賛します。しかし、よくよく話を聞いてみると、旦那さんの作る料理のほとんどはパスタです。毎回市販のソースを変えているだけです。やっぱり「短時間で簡単に一皿ですむ料理」が人気なのです。その点、ニッポンには国民食ラーメンがあります。同じ麺をゆでても、具材を変えればさまざまなバリエーションが楽しめます。

ベルギーの育麺がパスタなら、ニッポンの育麺はラーメンで勝負というのはいかがでしょうか。

※本リリースの内容や調査結果や分析をご利用いただく際は、「日清食品ホールディングス調べ」とご明記ください。

<本件に関するお問い合わせ>

全日本 育麺メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井

TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp

調査結果

■お父さんの料事情

✓家族のために料理をする場合にかかる時間と食材費は、自分のために料理をする場合と比較して約2倍！

お父さんが料理をする際にかかる「時間」と「お金」について調査したところ、右図のような結果となりました。

「時間」「お金」ともに、家族のためと自分のための場合で約2倍の違いがあることがわかりました。また、同じ内容をお母さんに対して調査したところ、**お母さんの場合は約4倍もの違い**がありました。

お父さん、お母さん両方に共通していることは、自分のためだけに料理をする場合は「時短」「節約」をより意識していることであるとわかります。

		家族のため	自分のため
お父さん	時間	44分	23.23分
	食材費	1112円	503円
お母さん	時間	68分	19分
	食材費	1207円	305円

おおたとしまさ氏コメント>

お母さんが自分のために料理するときの時間が19分であるのに対し、お父さんは23分。思ったよりいい勝負です。さらに家族のためとなると、お父さんのほうが短い時間です！食材費も割安！

先述の通り、「短時間で簡単に一皿ですむ料理」がお父さんの料理の主流ですから、料理にかかる手間がそもそも違いますが、世のお父さんたちも結構要領よくやっているんだというのが正直な感想です。

でも、自分のための場合の食材費を比べると、305円と503円で、お父さんのほうが約65%も多い。男性のほうがよく食べるからといってもかかりすぎでしょう。この辺に、**お父さんとお母さんの料理技術の差が現れている**ようです。

毎日の食事を用意することは、家族の好き嫌い、栄養バランス、そして家計までも考慮して、1日3食用意することです。たまに1食好きなものを作って、「おいしいだろ」という自慢の「料理」とは違うのです。そのあたりの意識を、男性ももっと高く持つと「育麵」度合いが増すと思います。

—調査概要—

- サンプル数 : 800名
- 調査対象: 小学生以下の子どもを持つ父400名・母親400名 ※それぞれ下記各100名ずつ
(0~2歳の子どもを持つ人/3~6歳の子どもを持つ人/
小学校低学年の子どもを持つ人/小学校高学年の子どもを持つ人)
- 調査方法: インターネットリサーチ
- 調査時期: 2012年8月

※本リリースの内容や調査結果や分析をご利用いただく際は、「日清食品ホールディングス調べ」とご明記ください。

<本件に関するお問い合わせ>

全日本 育麵メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井

TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp

“育麺”に関する意識調査 についての専門家の見解

育児・教育ジャーナリスト おおたとしまさ氏

一人暮らしの男性が間に合わせで作る料理の定番といえばラーメン。
難しい料理は作れないけれど、ラーメンなら作れるという男性は多いはず。
これまであまりキッチンに立つことのなかった男性が料理を始めるなら、いきなり肉じゃがのような料理に取り組むのではなく、まずは得意分野からできることを増やしていくのが鉄則。

男性がキッチンに立つ入門編として、ラーメンはおすすめです。
野菜をたくさんいれれば、栄養満点。スープの味を変えるなど、ラーメンを極めれば、それだけで、食卓のバリエーションが広がります。

世界で最も男女平等が進んでいる国といわれるノルウェーでは、ピザの消費量が世界一です。
なぜだかわかりますか？冷凍ピザをチンするのが、ノルウェーのイクメンの定番料理だからです。
ベルギーのイクメンが作る料理が毎回パスタだけであるという話も前述の通り。
それなら日本の男性にもできますよね。

日本はもともと食文化が豊かであるがゆえ、料理というとなんだか手間のかかる難しいものを作らなければいけないと思いがちです。しかし、**イクメン先進国では、料理に対するハードルがもっと低いのです。**
だから男性もキッチンに立ちやすいのです。そういう状況を日本でも作らなければいけません。
冷凍ピザをまねするのもいいでしょう。パスタをおいしくゆでるのもいいでしょう。
さらにニッポンの国民食ラーメンなら、**栄養満点のお野菜をたくさん入れて、よりヘルシーな食事として子どもたちに食べさせることができます。**
女性からすると「ラーメンをゆでただけでいい気になるなよ」とつつこみたくなるところでしょうが、そこはがまん。
ノルウェーやベルギーの女性のように、上手に男性をほめてあげて、調子に乗らせればこっちのもの。
ラーメンを入門編にして、そのうち本格的なお料理も作れるようになるかもしれません。
まずは、キッチンに立つことが“育麺”への第一歩になるのではないのでしょうか。

■「全日本 育麺メニューコンテスト」について

「全日本 育麺メニューコンテスト」は、日清食品グループの中核事業である「即席麺(インスタントラーメン)」を通じて、お父さんと子どもが協力して即席麺を使った料理を作ることで、「創造」「楽しさ」「経験」を共有し、父子の絆を深める機会を提供することを目的としたメニューコンテストです。

メニュー募集期間 : 2012年10月18日(木) ~ 2012年11月30日(金)

特設ウェブサイトまたは郵送で応募を受け付けます。

特設ウェブサイトURL : <http://nissin-ikumen.jp>

※本リリースの内容や調査結果や分析をご利用いただく際は、「日清食品ホールディングス調べ」とご明記ください。

＜本件に関するお問い合わせ＞

全日本 育麺メニューコンテスト PR事務局担当: 上山、奥井

TEL: 03-5572-6071 FAX: 03-5572-6075 MAIL: k-okui@vectorinc.co.jp