

2026年5月14日

## 阿部寛さんが、ごはんに繊細な“理系パパ”に！ メガネ姿で「すり切り棒」を使いこなす、1粒の狂いも許さない炊飯シーンに注目。

### 象印の新 TV-CM が 5 月 14 日(木)より放送開始

象印マホービン株式会社では、阿部 寛さんを起用した、新 TV-CM シリーズの「さあ、ごはんだ、ごはんだ。」篇を 5 月 14 日（木）より全国でオンエアいたします。



几帳面に「すり切り棒」でごはんをはかる様子

象印マホービンは、1970 年に世界で初めて電気でごはんを保温する「電子ジャー」を発売して以来、半世紀以上にわたり「おいしいごはん」をお客様にお届けしてきました。

ごはんは、特別な日のごちそうではなく、毎日食べる当たり前の存在。まさに、おいしいごはんは“幸せのインフラ”。だからこそ、炊飯ジャーには暮らしを変える力があると考えています。

新CMのキャッチコピーは「炊飯ジャーは、象印。おいしいごはんの印です。」。炊飯ジャーのリーディングカンパニーとして、これからもお客様の暮らしを支え続けていくという決意を込めています。



新 CM は、まだ家族が眠る休日の朝、阿部寛さん演じるレントゲン技師であり父親の「週末の朝仕事」が始まります。細やかな作業をする時は、眼鏡をかける。そんな几帳面な性格そのままに、一粒の狂いもなくお米を計量します。丁寧に洗米をした後に炊飯を開始するとその間に手際よく鮭を焼き上げ、朝食の準備を進めていきます。

炊き上がり後に、一口味見をしてこぼれる納得の笑み。家族の起床後「さあ、ごはんだ、ごはんだ。」のかけ声とともに、食卓においしそうな料理が並びます。一杯のごはんがもたらす日常のささやかな 幸せを、阿部さんの温かな表情とともに描き出しています。

CM 楽曲は、今回新たに制作したオリジナル CM ソング。歌唱を担当するのは、唯一無二の歌声と独創的な音楽性で注目を集める中村佳穂さんです。

## ■新 TV-CM 概要

「さあ、ごはんだ、ごはんだ。」篇 (30 秒)

- ・放送開始日: 2026 年 5 月 14 日(木)
- ・放送地域: 全国
- ・出演者: 阿部寛
- ・CM ソング歌唱: 中村佳穂
- ・公式サイト(CM 本編): <https://www.youtube.com/watch?v=vd0dih-1G0I>



## ■新 CM「さあ、ごはんだ、ごはんだ。」篇 ストーリー

休日の柔らかな光が差し込む朝。まだ家族が眠りについている静寂の中、阿部寛さん演じるレントゲン技師であり、父親の「週末の朝仕事」が始まります。メガネをかけた阿部さんが手にしたのは米びつ。理系で几帳面な性格そのままに、「すり切り棒」を使い、一粒の狂いも許さない慎重な手つきでお米を計量します。丁寧に洗米をした後に炊飯ジャーのスイッチをオン。ごはんが炊き上がるまでの間、手際よく鮭を焼き上げ、朝食の準備を進めていきます。

炊き上がった炊飯ジャーのふたを開けると、そこにはおいしそうなごはんが。家族が起き出す前に一口、その炊き上がりを確かめた阿部さんの顔に笑みがこぼれます。

家族が起きたら「さあ、ごはんだ、ごはんだ。」の声とともに、食卓においしそうな料理が並びます。炊きたてのごはんを頬張る喜びと、愛する家族と囲む食卓の温かさ。「おいしいごはんの印」がもたらす、何気ない日常の中のささやかな幸せを描き出しています。

こだわって炊飯したごはんの炊き上がりを楽しみに待ち、思わず蒸気として立ち上がるごはんのおいしそうな香りをかいでしまう。阿部さんのチャーミングなラストカットにも注目です。

## ■ CMの見どころ

### 阿部寛さんが演じる「ささやかな日常の幸せの一コマ」

平日は忙しく過ごす中、週末の朝食作りを担当する阿部 寛さん。眼鏡をかけ、丁寧な手つきでご飯を炊き上げる姿は、普段とのギャップを感じさせます。あえて家族の姿を直接映し出さない演出が、家族を想い丁寧にごはんを炊くという「何気ない行為」そのものに宿る幸福感が、よりいっそう際立つ内容となっています。

### 中村佳穂さんの唯一無二の歌声

CMを彩るのは、今回新たに制作したオリジナル CM ソング。歌唱を担当するのは、独創的な音楽性で多大な注目を集めるミュージシャン中村佳穂さんです。奥行きのある歌声が、単なる「ほっこり」ととどまらない日々の暮らしの機微を鮮やかに描き出し、阿部 寛さんによる真面目で几帳面な演技と、優しくて親しみのある音楽が絶妙に調和することで、観る人を一気に映像の世界観へと引き込みます。

## ■オリジナル CM ソング 概要

曲名：「ごはんって、」

<https://www.youtube.com/watch?v=u7EdGuu9niE>

何気ない日常の中に当たり前のようにあるごはん。おいしい、あったかい、ツヤツヤ。人によって捉え方は十人十色です。ただ誰にとっても、ごはんは幸せや喜びをもたらしてくれるものだと考えています。

そんなごはんについて、そしてごはんがもたらしてくれることを表現した楽曲になっています。



## 【歌詞】

あったかくて、まっしろで  
つやつやで、ほわほわで  
ごはんて、ごはんて、ごはんて ♪♪♪

しあわせって しあわせって  
ひょっとして こんなにおいかな  
ごはんて、ごはんて、ごはんて ♪♪♪

晴れの日も 雨の日も  
なんでもない日でも  
ごはんて、ごはんて、ごはんて ♪♪♪

ふしぎな くらいに  
やさしくて うれしくて  
ごはんて、ごはんて、ごはんて ♪♪♪  
きょうも、あしたも ごはんて ♪♪♪

## ■ 出演者プロフィール



### 阿部 寛(あべ ひろし)

1964年6月22日生まれ。神奈川県出身。

大学在学中にモデルデビュー。雑誌「メンズノンノ」創刊以来、3年6ヶ月表紙を飾る。大学卒業と同時に、「はいからさんが通る」で映画デビュー。

つかこうへい作・演出 舞台「熱海殺人事件 モンテカルロ・イリュージョン」の主人公を演じ話題となる。

その後、ドラマ「TRICK シリーズ」「ドラゴン桜」「結婚できない男」「新参者」「下町ロケット」「DCU」、映画「歩いても歩いても」「青い鳥」「麒麟の翼」「海よりもまだ深く」「祈りの幕が下りる時」「護られなかった者たちへ」「とんび」「異動辞令は音楽隊！」など幅広い役柄で多くの人気を集める。

映画「テルマエ・ロマエ」では、日本アカデミー賞最優秀主演男優賞を受賞。また、2022年にニューヨークアジア映画祭で「スターアジア賞」を、2023年にアジア・フィルム・アワードにて「エクセレンス・イン・アジア・シネマ賞」を受賞。2025年には映画「俺ではない炎上」主演、Netflixシリーズ「イクサガミ」に出演。2026年7月からTBS日曜劇場「VIVANT」に出演する。

## ■ CM ソング歌唱アーティストプロフィール



### 中村 佳穂(なかむら かほ)

1992 年生まれ、ミュージシャン。  
2012 年より京都を拠点に音楽活動を開始。

ソロ、デュオ、バンドなど多様な編成で活動し、  
即興性と身体性を伴ったパフォーマンスで、ジャンルを横断しながら独自表現を  
築いている。

2021 年公開の細田守監督作品『竜とそばかすの姫』では、  
主人公すず／Belle の声と歌唱を担当し、同年、millennium parade × Belle とし  
て『第 72 回 NHK 紅白歌合戦』に出演。

2025 年には全国 5 都市 6 公演のホールワンマンツアー「ひとりくない」を  
開催。ひとつとして同じにならない演奏と、その場に立ち上がる音楽性で、国内外へ  
と共鳴の輪を広げ続けている。

## ■ 特設サイト「象印からおいしいごはんの約束」について

新 TV-CM の放映に合わせ、象印の炊飯ジャーの“おいしさの理由”を紐解く特設ページ「象印から  
おいしいごはんの約束」を公開いたします。

当社は、最上位モデル「炎舞炊き」で培った炊飯技術を、日々の暮らしに寄り添うスタンダードモ  
デルまで幅広く展開しています。象印が考える「おいしいごはん」とはどのようなものか？また、そ  
れを実現していくためのこだわりや秘密は何なのか？「象印ならどのモデルを選んでも安心」そう思  
っていただくための象印からの約束をご紹介します。



特設サイト URL : <http://www.zojirushi.co.jp/philosophy/>

◎本リリースに関するお問い合わせ先

象印マホービン株式会社  
経営企画部 広報・サステナ推進グループ  
TEL 06-6356-2329  
〒530-8511 大阪市北区天満1-20-5