

【音楽と家事に関する意識・実態調査】

家事が好きになる秘訣は音楽にアリ!?

音楽を聴きながら家事をしている男性は「家事好き」が67%!

家事をする時の音楽選びは「リラックスできる曲から聴く」だった

日本人の趣味・娯楽として最も楽しまれているのは音楽鑑賞^{※1}です。今年に入り、日本国内でも定額の音楽配信サービスが相次いで開始され、音楽の楽しみ方が広がっています。

この度、ライオン株式会社(代表取締役社長 濱 逸夫)はユニバーサル ミュージック 合同会社(社長兼最高経営責任者(CEO) 藤倉 尚)と共同で「音楽と家事に関する意識・実態調査」を行ないました。

その結果、日頃、いつ音楽を聴いているか聞いたところ、車での移動時や通勤・通学途中よりも「家事をしている時」が多く挙げられ、4割以上となっていました。

また、音楽を聴きながら家事をしている人は、音楽を聴きながら家事をしない人に比べて「家事が好き」と感じている人の割合が高く、特に男性でその傾向が強いことがわかりました。音楽を聴きながら家事をする男性は、7割以上の人が音楽を聴く目的として「音楽を楽しむため」「リラックスするため」を挙げており、全体と比較して洋楽やジャズを聴いている割合が高くなっていました。

本調査の結果を踏まえ、ライオン株式会社リビングケアマイスターから、家事に音楽を活用する提案をいたします。家事が楽しくなるだけでなく、家事の時間管理や、掃除の仕上がりを向上させるためにも有効であることをお伝えします。

また、ユニバーサル ミュージック 合同会社のミュージックソムリエからは、家事をしながら聴く音楽を選ぶ時のポイントを紹介します。家事に前向きになれない時は、明るい音楽よりも気持ちを落ち着かせる曲を選ぶなど、その時の気持ちに寄り添った曲選びがお勧めです。

※1 平成23年社会生活基本調査/総務省

<調査概要>

- ・調査時期 : 2015年9月
- ・調査対象者 : 20~60歳代 男女 各100名 合計1000名
- ・対象者居住地域 : 全国
- ・調査方法 : インターネット

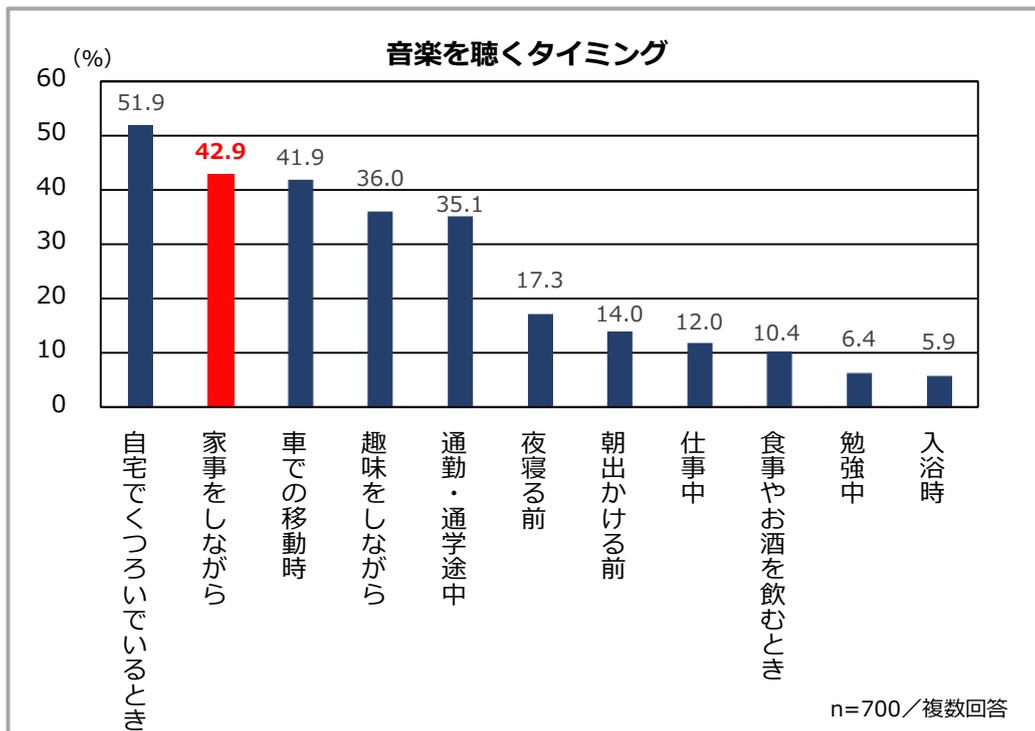
<結果の概要>

- **家事の場が音楽を聴くシーンに変化している?! 「家事をしながら音楽を聴く人」が43%!**
- **音楽を聴きながら家事をすると「家事が楽しくなる」という人が62%**
- **音楽を聴きながら家事をしている人は、家事が好きな人が6割以上!**
特に、音楽を聴きながら家事をする“男性”は、取り組む家事の種類が多かった!
- ◇ **ライオン リビングケアマイスターから提案**
音楽を使って家事を楽しく、効率的に!
- ◇ **ユニバーサル ミュージック ミュージックソムリエに聞く**
家事をしながら聴く曲選びのポイント

■ 家事の場が音楽を聴くシーンに変化している?! 「家事をしながら音楽を聴く人」が43%!

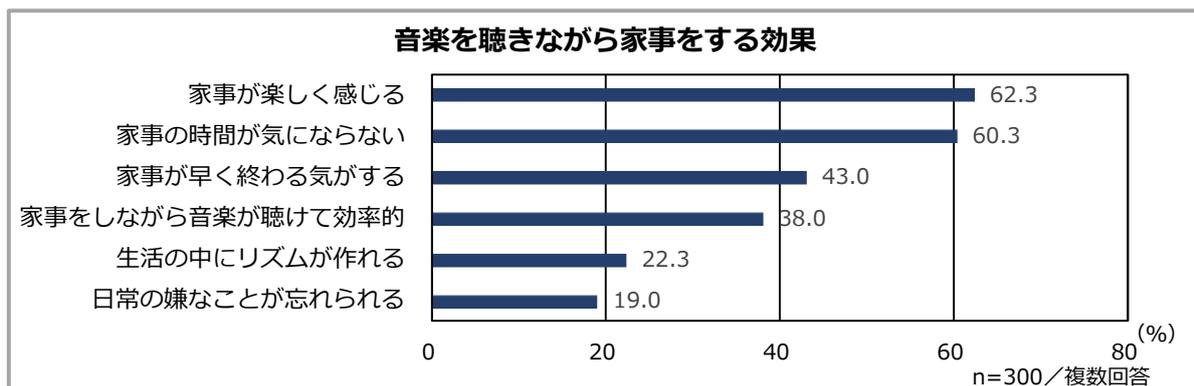
まず、日頃音楽を聴いているか聞いたところ、7割の人は日常的に楽しんでいましたが、3割の人はあまり聴いていませんでした。音楽を聴かない理由が多かったのは「音楽への興味が薄れた(49.7%)」、「時間がない(32.3%)」ですが、30~40歳代では時間がないことを理由に挙げる人が多く4割以上でした。

一方、日頃音楽を楽しんでいる人に、いつ聴いているかを聞いたところ、「自宅でくつろいでいるとき(51.9%)」に次いで多かったのが「家事をしながら(42.9%)」となっており、「車での移動時(41.9%)」や「通勤・通学途中(35.1%)」よりも多く挙げられていました。特に30歳代以上の女性の場合、「家事をしながら」が「自宅でくつろいでいるとき」に10ポイント以上の差をつけて最も多く挙げられました。



■ 音楽を聴きながら家事をすると「家事が楽しくなる」という人が62%

音楽を聴きながら家事をするメリットを聞いたところ、6割以上の方が「家事が楽しく感じる」「家事の時間が気にならない」と回答しており、「家事が早く終わる気がする」という人も4割以上でした。自由回答では「家事の時間管理に役立つ」という意見が多く、時間を決めて効率的に家事を行うツールとして音楽を役立てていることがわかりました。一方、「聴いている音楽が終わるまで、家事を続けたくなる」という意見もあり、家事に時間かけることで仕上がりがアップする可能性も示唆されます。

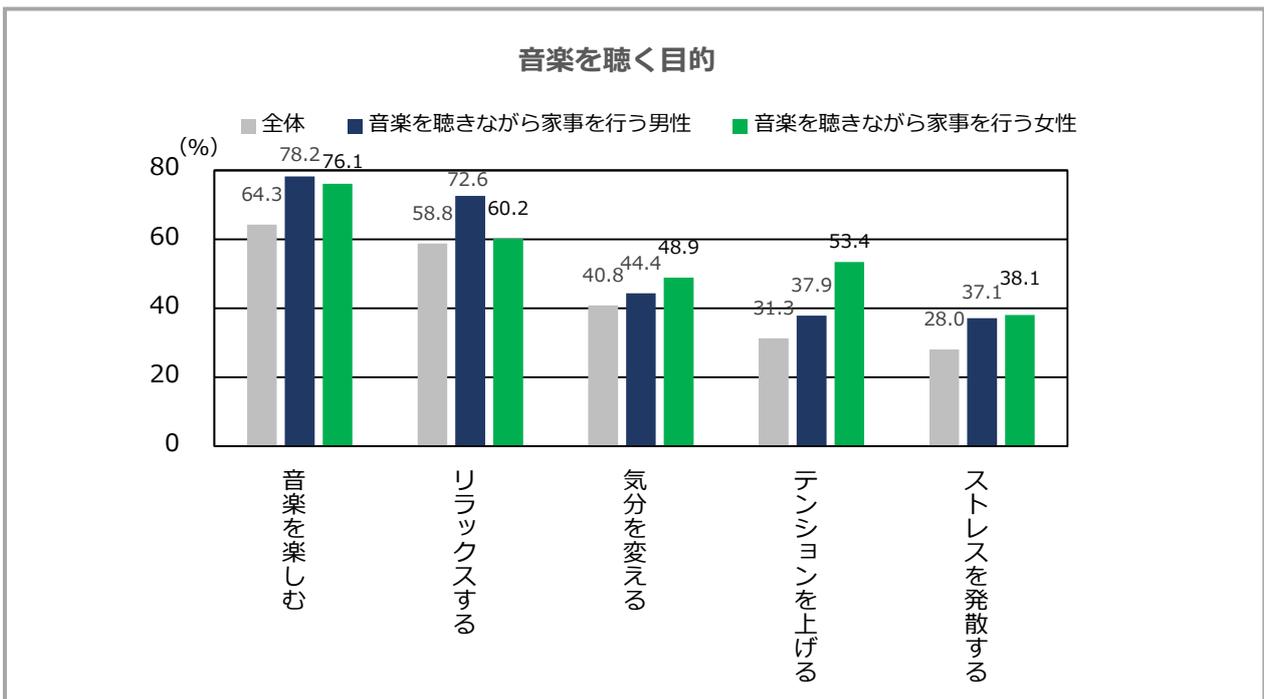
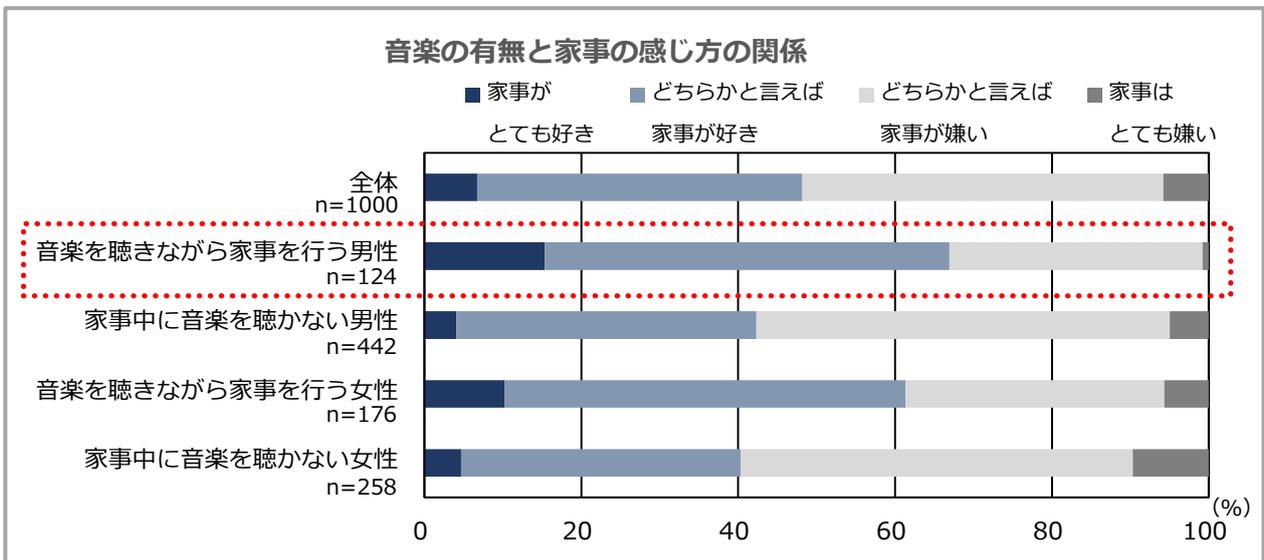


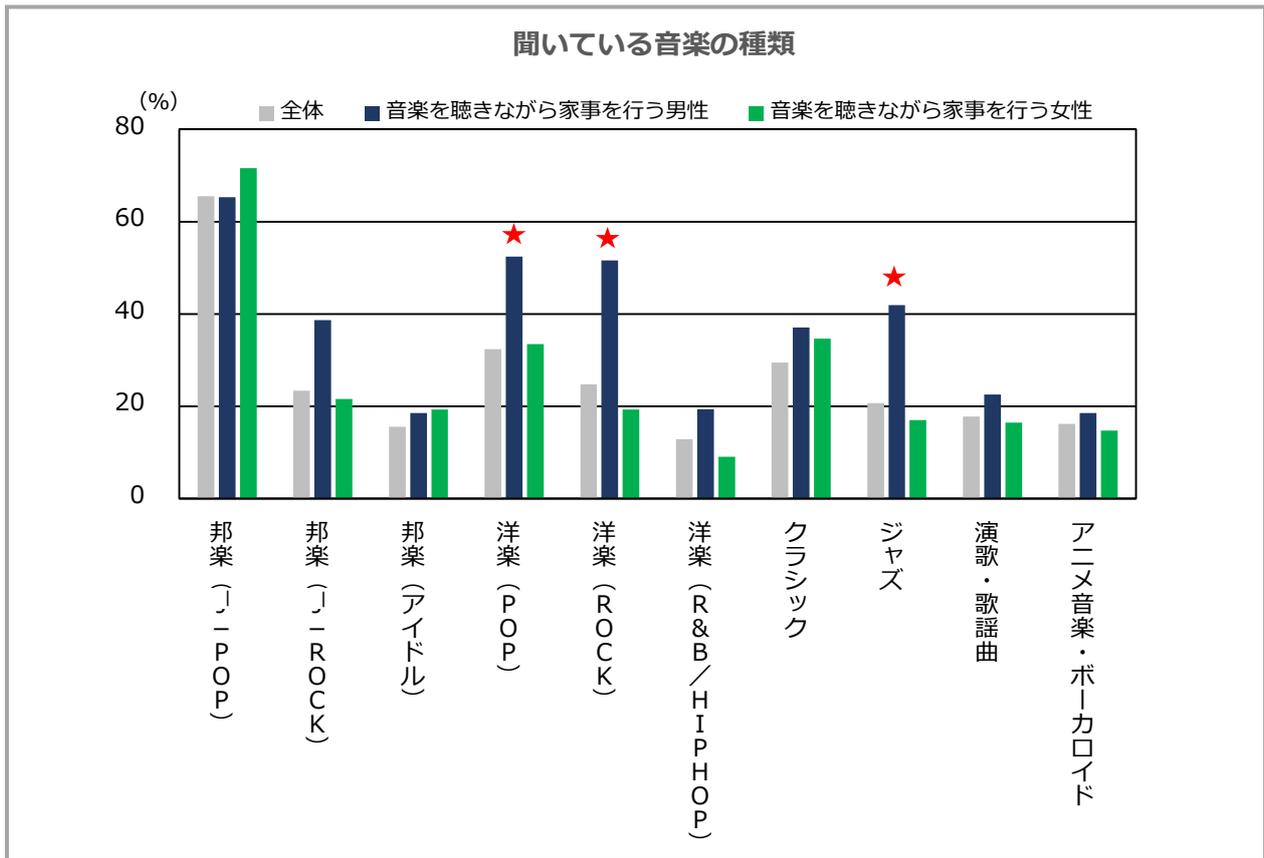
■ **音楽を聴きながら家事をしている人は、家事が好きな人が6割以上！**
特に、音楽を聴きながら家事をする“男性”は、取り組む家事の種類が多かった！

音楽を聴きながら家事をしている人は、音楽を聴きながら家事をしていない人と比較して「家事が好き」と感じている人が1.5倍と多くなっていました。また、音楽を聴きながら家事をしている人を男性と女性で比較すると、男性の方が「家事が好き」と感じている人の割合が高くなっていました。音楽を聴きながら家事をする男性は、7割以上の人が音楽を聴く目的として「音楽を楽しむため」「リラックスするため」を挙げています。一方、音楽を聴きながら家事をする女性は、男性と比較すると「リラックスするため」と回答する割合が減り、「テンションを上げるため」と回答する割合が増えていました。

また、音楽を聴きながら家事をする男性は、聴いている音楽の種類に特徴が見られ、全体と比較して洋楽やジャズの割合が高くなっていました。

さらに、音楽を聴きながら家事をしない既婚男性は平均で3.8種類の家事に携わっている一方で、音楽を聴きながら家事をしている既婚男性は、平均6.6種類もの家事をこなしていました。





音楽を聴きながら家事をする、つまり、家事をする時間と音楽を聞く時間を兼ねることで、時間のゆとりのない人でも音楽を聴く時間を作ることができ、かつ、家事に前向きになれない時でも楽な気持ちで取り組めるようになると考えられます。家事の負担が妻に偏っている家庭で夫の参加を促したい場合は、音楽を聴きながら家事をするように勧めるのも良いのではないのでしょうか？

お問い合わせ窓口

< 報道関係の方 >

ライオン株式会社 コーポレートコミュニケーションセンター 03-3621-6661

ユニバーサル ミュージック合同会社 広報担当 03-6406-3063

ライオン リビングケアマイスターから提案 音楽を使って家事を楽しく、効率的に！



ライオン株式会社
リビングケアマイスター 杉本 美穂

今回の調査結果でも明らかになったように、ちょっと気乗りのしない家事時間も、音楽を聴きながらだと「家事が楽しくなる」「家事の時間が気にならない」という人が6割以上いて、しばし時間を忘れて前向きに取り組めるという効果があるようです。

しかも、皆さんがよく聴いている曲は約3分～3分半のものが多いということを活用して、音楽で「家事の時間管理」をすることもできるのです。忙しい毎日のなかで、音楽を利用して上手に効率的な家事時間を創ってみませんか。

家事に音楽を活用しよう！

◆いい加減にすませてしまいそうな家事をていねいにするために

- ・1曲の間（約3分間）、お風呂の床をすみずみまで掃除する
- ・1曲の間（約3分間）、トイレの便座・便器のふち、床など、トイレ空間のふき掃除に集中する

◆終了時間を知らせる

- ・3曲（約10分間）で、テキパキと食器洗いを終わらせる

◆ダラダラとしてしまいそうな作業に、時間を限定して

- ・CD1枚終わるまで（例えば1時間）に、部屋の大掃除をすませる

◆作業モードの切り替えに

- ・アップテンポの曲で部屋の片づけや洗濯物の取り込みをテキパキとすませた後で、リラックスできる曲でゆっくりていねいに洗濯ものをたたむ

◆合図となるテーマソングを決めて、習慣化

- ・特定の曲がかかったら、遊び時間を終えて、子どもと一緒にお片づけを始める など

音楽で家事を楽しもう！「家事フェス」の提案

家事のシーンに合った音楽を用意して、「音楽を聴きながら家事をする」ことを楽しみませんか？音楽に合わせて体を動かしながら掃除機がけをしたり、歌いながら浴槽を掃除することで、憂鬱に感じていた家事への印象が変わるかもしれません。ぜひお試しください。

家事におすすめの楽曲は、L i d e a「家事フェス」特設サイトにてご紹介しています。

URL：<https://lidea.today/specials/kajifes/>

ユニバーサル ミュージック ミュージックソムリエに聞く 家事をしながら聴く曲選びのポイント



ユニバーサル ミュージック合同会社
ミュージックソムリエ 石井 浩之

普段皆さんが耳にしている音楽には「聴くために時間を割く音楽」と「ながら作業としてのBGM」があります。例えば、「コンサート会場で演奏される音楽」と「レストラン等でかかっているBGM」がそれにあたります。家事をしながら聴く音楽は後者にあたりますが、家事をする場合はレストランではなくひとりひとり自由に作り出せる空間です。家事を楽しむため音楽を選んでみませんか。

曲を選ぶポイントとして「BPM(曲の速さ)」や「曲のスケール(調)」などがありますが、気分が乗らない時でも、感情移入できる曲を聴くことで気持ちを落ち着かせてみるのもいいかもしれません。また、曲の長さに合わせて家事を行うという方法も面白いですね。

今回紹介した楽曲は、レストランのウェイターからのオススメという感覚でぜひ一度聴いてみてください。好きな音楽は十人十色ですから、好きなジャンルやアーティスト、楽曲から各シーンに合わせて「自分専用の家事フェス・プレイリスト」を作ると、家事がより楽しくなると思います。プレイリストが複数あれば「今日の私の気分」に合わせた様々な家事フェスが楽しめると思いますので、日々色々な楽曲で試してみてください。

音楽を聴きながら家事をする時のおすすめ曲 (曲名/アーティスト名)

- ◆ 掃除機がけ：フロアを動き回る掃除機がけでは、ダンスのイメージがありながら力強さのある曲。
 - ・トーキョー feat. SEKAI NO OWARI/アウル・シティー
 - ・セレブレイト feat. ファレル・ウィリアムス/MIKA
 - ・マップス/マルーン 5
- ◆ 食器洗い：食事の後には、優しい空気感を演出できる曲。
 - ・マシュ・ケ・ナダ (feat. ブラック・アイド・ピース) /セルジオ・メンデス
 - ・アップサイド・ダウン/ジャック・ジョンソン
 - ・ワン・トゥー・スリー・フォー/ファイスト
- ◆ お風呂(浴槽) そうじ：浴室は音が反響しやすいので、歌える曲。
 - ・何度でも/DREAMS COME TRUE
 - ・カーニバル?/ナオト・インティライミ
 - ・スターラブレクション/ケラケラ

Li de a「家事フェス」特設サイトでは、9種類の家事に合ったおすすめ楽曲をご紹介します。ぜひご覧ください。URL：<https://idea.today/specials/kajifes/>

<ライオン・ユニバーサル ミュージック共同企画のお知らせ>

くらしとココロを彩る生活情報メディア Lidea(リディア)にて、2015年11月30日(月)から家事を楽しむ機会と音楽を楽しむ機会を創出するために、「音楽を聴きながら家事すること」を応援する特設サイト「Lidea × ユニバーサル ミュージック 家事フェス」を公開いたします。



URL : <https://lidea.today/specials/kajifes/>

概要

1. 生活空間をフェス会場に見立て、家事・音楽・ガジェット(音響機器)の専門家がステージを創る

フェス会場は「Living Stage (リビング)」「Kitchen Stage (キッチン)」「Bath Stage (洗面・浴室)」の3ステージです。各ステージで行う9種類の家事に合った音楽を、ユニバーサル ミュージック社のミュージックソムリエがご紹介します。ガジェットの専門家は各ステージで音楽を聴くときに使いやすい音響機器をご紹介します。

<各ステージで取り上げている家事>

- ・ Living Stage (リビング) : 掃除機がけ、窓拭き、洗濯物たたみ
- ・ Kitchen Stage (キッチン) : 食器洗い、調理、換気扇掃除
- ・ Bath Stage (浴室 等) : お風呂掃除、トイレ掃除、洗面台掃除

2. 「家事フェス」を応援するオリジナル曲を3曲リリース

「家事フェス」オリジナル曲は、クラシックの名曲を現代のポップな曲調にアレンジしました。家事の時に発生する「掃除機や水道からの水の音にかき消されない」という発想を取り入れています。

この「家事フェス」オリジナル曲は2015年12月21日(月)午前10時より、Lidea 会員様限定で 先着1000名にダウンロードしていただけます。

3. 「家事フェス体験会」をレポート

10月に都内某撮影スタジオで行われた「家事フェス体験会」の様子と参加者の体験談を紹介します。また、ライオン リビングケアマイスターの杉本が、音楽を聴きながら家事をする効果について紹介します。

4. 「家事フェス」の参加型キャンペーンを実施

家事フェス Instagram 写真投稿キャンペーン

自分や家族、友達の「家事フェス」の様子を撮影した画像を募集し、サイト上で公開します。投稿者の中から抽選で、洗剤とガジェットをセットにした「家事フェスセット」を9名様にプレゼントします。

家事フェス iTunes ギフトコードプレゼントキャンペーン

「家事フェス」で聴きたい曲が買える iTunes ギフトコード500円分を5000名様にプレゼントします。

