

家族と一緒に料理をすれば節約にも！！ 夫婦で、親子で知識と味を伝える最新“カジ育”事情 伝えたいのは、「おふくろの味」

夫婦の共働きが一般的になり、家事に積極的な男性が急増中。夫が妻に料理を指南する、そんな場面もみられるとか。また、3月の震災以降、家族の絆を改めて重要視する人も増えてきました。

そんな中、注目を集めているのが家事全般を家族で一緒に行ったり、分担したり、またそのためお互いの知識を伝えあう“カジ育”という、新しい家族のコミュニケーション。“カジ育”の入り口として「料理」を家族で一緒に行うケースも増えているようです。そこで、パナソニック電工が、1,000名の既婚男女を対象に行った調査結果とともに、最新“カジ育”事情をレポートします。

【トピックス】

◇ “カジ育”調査レポート ◇

“おふくろの味”は母の味、“我が家の味”は妻の味
美味しいのは、母の味より妻の味！？

料理をする夫8割超！逆“カジ育”夫婦も急増中！？
妻に料理を教える夫、20代ではおよそ2人に1人！！

妻の“カジ育”は夫と子どもへ、“おふくろの味”を伝授
“カジ育”料理のハードルは、キッチンの作業スペース？

“カジ育”の今と昔 “文化人類学”と“家事”のプロにお話を聞きました

2人並んで料理ができる、注目の“カジ育”キッチンを徹底紹介！！

家族と一緒に食べれば節約にも！

ラク家事アドバイザー島本美由紀さん直伝“カジ育”レシピ



島本美由紀さん(料理研究家、ラク家事アドバイザー)

料理研究家として誰でも簡単に作れる料理レシピを考案。また料理にとどまらず、家事全般のラク(楽しく簡単)を追求するラク家事アドバイザーとしても活動。収納アドバイザーの資格も持ち、キッチンのスペシャリストとしてお掃除から整理・収納まで総合的に提案。テレビや雑誌への出演、書籍出版、講演会など多方面で活躍中。

【調査概要】

- 調査期間：2011年7月30～8月7日
- 調査方法：インターネット
- 調査対象：全国の20～80代の子ども・配偶者と同居する既婚男女計1,000名(東日本500名/西日本500名 年代・性別ごと均等に各セル50名)

◇ “カジ育”調査レポート ◇

“おふくろの味”は母の味、“我が家の味”は妻の味 美味しいのは、母の味より妻の味！？

■ “おふくろの味”と言えば、味噌汁。“我が家の味”と言えば、カレーライス

震災以降、改めて考える機会が増えた家族の絆。家族の絆を象徴するものと言えば、“おふくろの味”もそのひとつです。そこで1,000人の既婚男女を対象に“おふくろの味”と聞いて思い浮かぶ料理を調査。その結果は1位「味噌汁」、2位「肉じゃが」、3位「煮物」。また“我が家の味”についても調査したところ、1位は「カレーライス」、2位以下は「肉じゃが」、「味噌汁」という結果になりました。

またさらに、“おふくろの味”、“我が家の味”と言えば誰の味かを聞いたところ、「おふくろの味は自分の母の味※1」と答えた人が71.2%、「我が家の味は妻の味※2」と答えた人が79.9%でした。

■ おふくろの味と言えば？

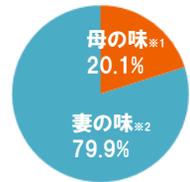
1	味噌汁（赤だし）	133人
2	肉じゃが	123人
3	煮物（煮しめ・煮つけ）	111人
4	カレーライス	46人
5	漬物（糠漬け）	38人
6	玉子焼き（厚焼き玉子・だし巻き玉子）	29人
7	ちらし寿司	25人
8	炊き込み御飯（五目御飯・まぜご飯など）	24人
9	からあげ	21人
10	雑煮	18人



(n=1,000)

■ 我が家の味と言えば？

1	カレーライス	172人
2	肉じゃが	143人
3	味噌汁（赤だし）	111人
4	煮物（煮しめ・煮つけ）	75人
5	ハンバーグ（煮込みハンバーグ）	67人
6	餃子	54人
7	からあげ	41人
8	炊き込み御飯（五目御飯・まぜご飯など）	30人
9	玉子焼き（厚焼き玉子・だし巻き玉子）	27人
10	お好み焼き	27人



(n=1,000)

※1) 母の味「自分の母親の味」、「どちらと言えば自分の母親の味」合計
※2) 妻の味「妻の味」、「どちらかと言えば妻の味」合計（女性は「妻＝自分」として回答）

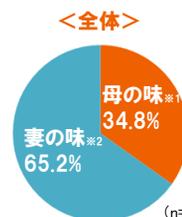
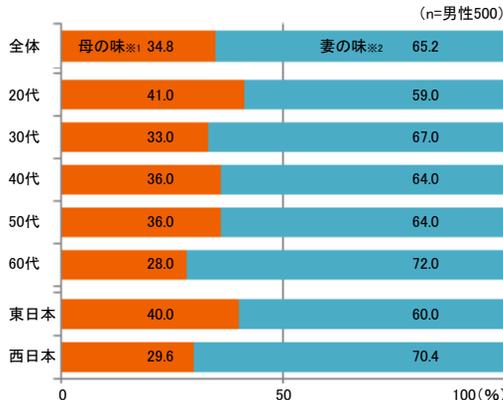
(2011年8月 パナソニック電工調べ)

■ 夫にとって美味しいのは、母の味より妻の味、65.2%！

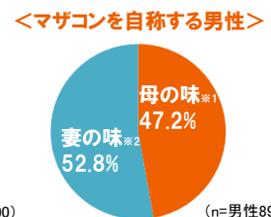
「おふくろの味は自分の母の味」、「我が家の味は妻の味」という意見が大半を占める結果となったところですが、では世の夫たちはいったい、どちらの味を本当は美味しいと思っているのでしょうか。そこで既婚男性を対象に、「母の味」と「妻の味」のどちらの方が、より美味しいと思うかを調査。すると過半数を超える65.2%が「妻の味※2」と答える結果になりました。ちなみに年代別に見ると、全体に比べ20代男性は「母の味」を支持する傾向に、また東日本・西日本のエリア別では、東日本の男性の方が、「母の味」を支持する人が多い結果になりました。ちなみに、同様の質問をマザコンを

自称する男性※3に絞って聞いたところ、「母の味※1」の方が美味しいと答えた人が全体より12.4ポイント高い結果になりました。

■ より美味しいのは、妻の味？自分の母親の味？



(n=男性500)



(n=男性89)

※3) マザコンを自称する男性:「あなたは自分をマザコンだと思うことはありますか?」の問いに対し、「よくある」もしくは「たまにある」と答えた89人

(2011年8月 パナソニック電工調べ)

◇ “カジ育”調査レポート ◇

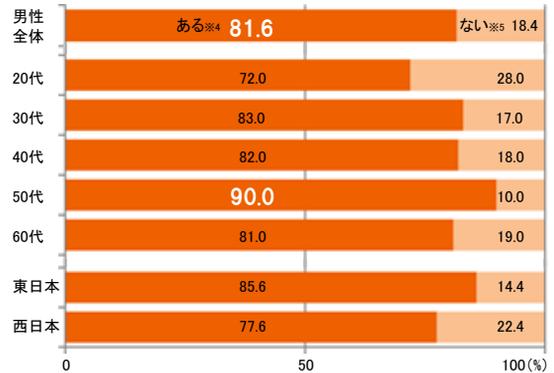
料理をする夫8割超！逆“カジ育”夫婦も急増中！？
妻に料理を教える夫、20代ではおよそ2人に1人！！

■ 料理をする夫8割超。セカンドライフはカジメン？50代料理男子は90%！

また、料理男子が急増していると言われる昨今ですが、実際のところ、家で料理をする既婚男性はどのくらいいるのでしょうか。調査の結果、「家で料理をすることがある※4」と答えた男性は81.6%と実に8割以上。ちなみに、世代別では意外にも50代が1番が高く、90.0%。20代が1番低く、72.0%でした。また東日本・西日本を比較すると東日本の方が8.0ポイント高い結果になりました。

(n=男性500)
(2011年8月 パナソニック電工調べ)
※4)ある:「よくある」、「たまにある」合計 ※5)ない:「ほとんどない」、「全くない」合計

■ あなたは家で料理をすることはありますか？



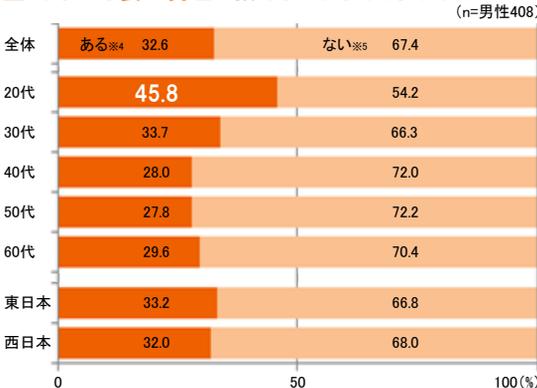
■ 妻に料理を教える夫、20代ほぼ半数！教える料理は母の味 3人に1人

全世代を通し、意外にも多かった料理男子。そこで、「料理をすることがある※4」と答えた男性に、さらに妻に料理を教えることがあるかを聞いたところ、およそ3人に1人の32.6%が「ある※4」と回答。20代に至っては、約半数の45.8%が「ある※4」と答える結果になりました。家族で家事を一緒に行ったり、分担したり、またそのためにお互いの知識を伝えあう“カジ育”。夫婦間では、妻から夫へというスタイルが定番だと思われがちですが、夫から妻へのいわゆる逆“カジ育”も少なくないようです。

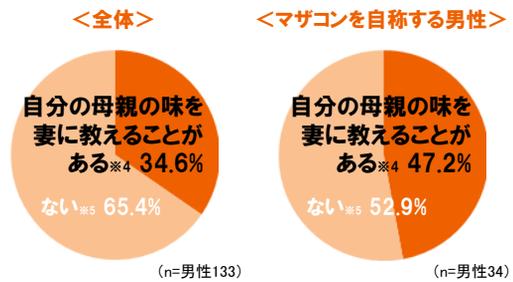
ちなみに、夫が妻へ教える料理を聞いたところ、「自分の母親の味だということがある※4」と答えた人は34.6%と3人に1人以上。自称マザコンの男性に至っては、47.1%とおおよそ2人に1人に上りました。

先の質問では、「母の味」より「妻の味」の方が美味しいと答えた人が多い結果になりましたが、一方では、自分の母親の味を妻に伝えたいという複雑な思いも夫側にはあるようです。

■ あなたは妻に料理を教えることはありますか？



■ 妻に教える料理が自分の母親の味だということはあるですか？



(n=男性133) (n=男性34)
(2011年8月 パナソニック電工調べ)
※4)ある:「よくある」、「たまにある」合計 ※5)ない:「ほとんどない」、「全くない」合計

◇ “カジ育”調査レポート ◇

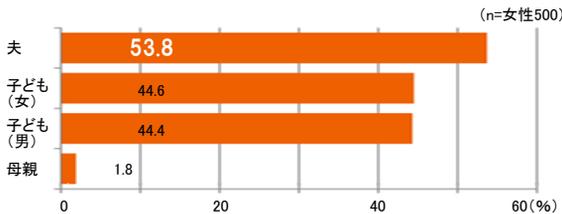
妻の“カジ育”は夫と子どもへ、“おふくろの味”を伝達 “カジ育”料理のハードルは、キッチンの作業スペース？

■ 妻が“カジ育”したいのは夫、過半数超！

また、料理をはじめ、これまで家事の大半を担うことが多かった女性の意見も調査。家族の誰に“カジ育”したいかを聞いたところ、53.8%で1位は夫。続いて「子ども(女)」、「子ども(男)」でした。

また、夫や子どもに何を“カジ育”したいかを聞くと、夫への“カジ育”は、「掃除」、「料理」、「洗濯」の順、子どもへの“カジ育”は、「料理」、「掃除」、「洗濯」の順にポイントが高い結果になりました。

■ “カジ育”をしたいのは家族の誰に対してですか？(MA)



■ 取り組んでみたい、“カジ育”はどんなことですか？(MA)

<夫に対して>		<子どもに対して>	
1	掃除 41.8%	1	料理 53.4%
2	料理 36.8%	2	掃除 51.6%
3	洗濯 30.2%	3	洗濯 35.4%
4	買い物 25.6%	4	買い物 25.4%
5	育児 19.6%	5	育児 10.0%

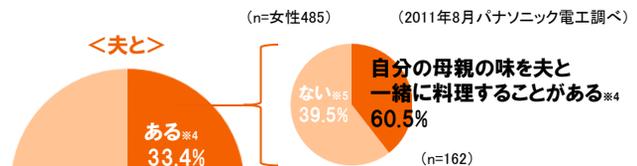
(n=女性500) (2011年8月 パナソニック電工調べ)

■ 妻が夫へ、妻が子どもへ伝えたいのは、“おふくろの味”

夫・子どもに“カジ育”したいとして、高ポイントだった「料理」ですが、調査の結果、「夫と一緒に料理をすることがある※4」人は33.4%に留まり、「子どもと一緒に料理をすることがある※5」人も56.1%と意外に少ないことがわかりました。なお、夫・子どもと一緒に料理ができない理由で共通して多かったのは、「キッチンが狭くて作業しづらい」、「家族の食事時間がバラバラ」など。

また、夫や子どもと一緒に作る料理が「自分の母親の味だということがある※4」と答えた人は、夫と一緒にする場合で60.5%、子どもと一緒にの場合で55.1%。やはり夫同様に妻も、家族へ伝えたいのは「自分の母親の味」ということの様です。

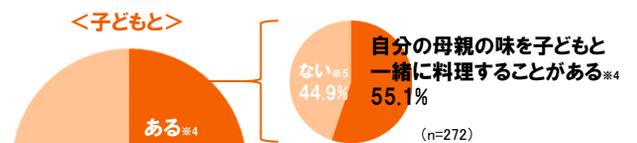
■ あなたは夫・子どもと一緒に料理することはありますか？



■ その理由は？(MA)

(n=323)

1	キッチンが狭くて作業しづらい	14.2%
2	(夫が)料理をするのが好きではない	12.4%
3	家族の食事時間がバラバラ	10.5%



■ その理由は？(MA)

(n=213)

1	子どもの世話に時間がかかる	14.2%
2	家族の食事時間がバラバラ	12.4%
3	キッチンが狭くて作業しづらい	10.5%

※4)ある:「よくある」、「たまにある」合計 ※5)ない:「ほとんどない」、「全くない」合計

「おふくろの味は母の味」、「我が家の味は妻の味」という先の結果なども踏まえ今回の調査結果をまとめると、母から子へ伝えられた“おふくろの味”は、新しい家族が持つ“おふくろの味”と合わさり、やがてそれが家族好みのその家庭の味＝“我が家の味”になっていくということの様です。

家族の歴史の“伝承”により、家族間のコミュニケーションを豊かにし、その絆を深める“カジ育”。特に“家族の絆”が重視される今、やはり注目すべきキーワードのひとつだと言えます。

“カジ育”の今と昔 “文化人類学”と“家事”のプロにお話を聞きました

家族の絆をより深める可能性を秘めた、今注目の“カジ育”。そこで、文化人類学者である中西裕二さんと料理研究家としても活躍するラク家事アドバイザーの島本美由紀さんに、お二人の考える“カジ育”について、お話を聞きました。

お話を聞いたのは、・・・



中西 裕二さん
(文化人類学者)

日本女子大学人間社会学部文化学科教授。研究分野は、文化人類学・民俗学・宗教学。日本、ベトナム、東南アジア華人社会をフィールドとして、宗教民俗文化の領域を中心に研究を進めている。また最近では、国民国家化の枠内における民族文化表象の問題について、歴史人類学的研究を進めている。

伝えることは、生き方を伝承すること。“おふくろの味”はそれを表した言葉。

家族とは生活共同体です。家族団らんの中で特に親は子に、“伝える”という行為を繰り返してきました。

世間のしきたりなど主に家の外のことは“教える”行為が多いのに対し、家事など家の中のことは“伝える”行為が多いことに気づかされます。家族という共同体が他の共同体と異なる点は、この“伝える”行為が多く存在するという点も大きいのではないのでしょうか。レシピ本では真似できない、いわゆる“おふくろの味”はまさにその典型です。

料理は、家族が家族たる所以となる重要な伝承行為と言えるでしょう。

しかし戦後普及したキッチン合理的で近代的である反面、料理の作り手を1人にしてしまいました。これは近年、料理の伝承が阻害されるようになった要因のひとつです。

“伝える”ことは、親の生き方を継承することです。子どもはキッチンに立つ親の様子を見たり、手伝ったりすることにより、食の知識を自然に得るものです。一緒に“食べる”ことだけでなく、“料理する”ことも、本来の家族団らんの形なのではないのでしょうか。

かつての土間や囲炉裏のように、 台所が今後、家族のコミュニケーションスペースに。

また、近年は会社人生に没頭する時代でなくなったこともあり、夫婦や親子といった家庭回帰の傾向が強まっています。キッチンやダイニングに家族が集まるようになったという家庭も多いのでは。そう考えると、かつて土間や囲炉裏が、日本の家族のコミュニケーションスペースであったように、現代社会にも、そんな役割を担う台所が復活することも予想されます。

そして家族と一緒に料理をして、一緒に食べることによる家族団らんには、それに適したスペースがあるということも、これからの台所には求められてくるでしょう。



“カジ育”の今と昔 「文化人類学」と「家事」のプロにそれぞれ聞きました

お話を聞いたのは、・・・



島本 美由紀さん
(料理研究家、ラク家事アドバイザー)

料理研究家として誰でも簡単に作れるレシピを考案。料理にとどまらず、家事全般のラク(楽しく簡単)を追求するラク家事アドバイザーとしても活動。収納アドバイザーの資格も持ち、キッチンのスペシャリストとしてお掃除から整理・収納まで総合的に提案。テレビ、雑誌、書籍出版、講演会など多方面で活躍中。

母の死が教えてくれた。“我が家の味”という大切なもの。

私は21歳の時、突然母を亡くしました。当たり前のように存在していたものが、ある時突然無くなってしまふことの悲しさと恐ろしさを初めて思い知らされたのです。

その後しばらくして、ふと「お母さんのハンバーグが食べたいな」と思った私は、もう2度とあの料理を食べることができないのだと気づき、愕然としました。あの大好きな母の味を食べたくても、もう教えてもらうこともできなければ、レシピもどこにもなかったのです。それがどれだけ悲しいことだったか…。それからのはかすかな記憶をたどりながら何度も何度も挑戦し、やっとのことで母の味が再現できたとき、嬉しさと懐かしさと、母との思い出が入り混じって、食べながら一人でぼろぼろと泣いてしまいました。

私が食べてきた料理は、誰もが知っている、なんでもないものなのかもしれないけれど、我が家の味は世界にひとつだけ。ひとつひとつの料理に、大切な思い出が詰まっていたのです。母の死がきっかけで、家庭それぞれにある「我が家の味」は、大切な食の財産なのだとは気が付かされました。

家事を通して、家族間のコミュニケーションを豊かにする“カジ育”に注目。

私は自分の経験からも、食に関する知識は家庭をステージとした日常生活の中で自然に育まれていくのが最も望ましいと考えています。母と一緒に買い物に行き、料理を学びながら一緒に料理をしていくうちに身につくというのが昔から続いてきた自然なこと。

本屋には、“おふくろの味”を謳ったレシピ本が並びますが、それらは“どこかの家の味”であって、“我が家の味”ではありません。そして“我が家の味”を受け継ぐには、家族がキッチンを囲んで楽しく料理をする経験がとても重要です。親から子はもちろん、夫婦間でも“我が家の味”を伝え合い、“新しい我が家の味”を作っていくことも素晴らしいことです。そしてさらに、食を入り口に家族のコミュニケーションが活発になれば、家事全般を家族で一緒に行ったり分担しあう“カジ育”という新しいコミュニケーションが家族間に生まれるのではないのでしょうか。そしてこの“カジ育”は、家族の関係をより豊かなものにする、これからのキーワードと言えそうです。

2人で並んで料理ができる、 注目の“カジ育”キッチンを徹底紹介！！

これからの家族のコミュニケーションの形を、より豊かにするキーワードとして大注目の“カジ育”。そこで、家族と一緒に楽しく取り組む“カジ育”に最適なキッチンをご紹介します。



パナソニック キッチン リビングステーション

トリプルワイド

3つのコンロが横並びの「トリプルワイド」なら、調理から盛り付けまでがスムーズに。ひろびろとしたコンロスペースは、“カジ育”にも最適です。



■2人並んでの料理も快適
トッププレートが広いので、2人並んでも、それぞれの作業スペースが確保でき安心安全。親子で、夫婦で楽しく“カジ育”ができます。



■3つの鍋がゆったり置ける
コンロが横一列に並んでいるから、鍋の柄もぶつかりにくく安心。3つの鍋での同時調理もスムーズにできます。



■スペースが有効に使える
コンロ手前のスペースが広いので、盛り付けがスムーズにできます。手前にゆとりがある分、床への油飛びも少なくて済みます。



トリプルワイド
段差
約1.9mm

■段差の少ないフラットな形状
段差約1.9mm。汚れがたまりにくく、拭きやすいので、お掃除がラクにできます。“カジ育”は最後のお掃除も肝心です。



■さまざまな鍋が使える
丸底の大きな中華なべや土鍋、ガラス鍋など使う鍋の種類を選びません。
※ガスのみ



■排気口レスでラクラクそうじ
コンロの奥に排気口がないので、さらに拭き掃除が簡単です。
※ガスのみ

家族で一緒に食べれば節約にも！

ラク家事アドバイザー 島本美由紀さん直伝“カジ育”レシピ



普段料理をしない人や小さなお子様と一緒に料理をする場合は、火が危ないか、危険なものがまわりにならないかなど安全に料理できるスペースの確保に十分注意してください。また、難しすぎないレシピ、楽しんで取り組めるレシピから始めることもポイント。そして、何よりでき上がった料理は家族みんなで会話をしながら一緒に食べる。家族のコミュニケーションが豊かになることはもちろんですが、みんなで食べれば、温め直しなどにかかる光熱費も節約できて、一石二鳥ですね。



子どものおやつにも、パパのおつまみにもぴったり！ プチアメリカンドッグ

大人も子どもも楽しめる1品。ホットケーキミックスを使って食べやすく切ったソーセージを入れて揚げるだけ。温度設定のできるIHなら、失敗もしにくさらに安心です。切る、衣をつけるなどの工程を分担しながら、家族で並んで作るのも料理を楽しむポイント。トリプルワイドの場合は手前のスペースに工程順に調理器具を並べておくとう便利です。また、カレー味や青海苔味などアレンジを加えて2~3種類のものを作れば、お酒のおつまみや子どものおやつにもぴったり。手に取りやすく食べやすいプチドッグは、ホームパーティのおもてなしメニューにもおすすめです。

材料 (4~5人分)
ホットケーキミックス: 100g 牛乳: 80ml 卵: 1/2個 ウインナー: 1袋 ケチャップ: 適宜

作り方

①ボウルに卵と牛乳を加えよく混ぜ合わせる。ホットケーキミックスを加え、再度よく混ぜる。②ウインナーは、1本を3~4等分に切って、1個ずつ楊枝を刺す。③②に①の生地をつけ、170度の油できつね色になるまで揚げる。④器に盛り付けお好みでケチャップを付けていただく。
※お好みで、カレー粉や青海苔を生地に混ぜても美味。



トリプルワイドの手前のスペースを活用して、シャキッと仕上げ 海老とパプリカの甘酢しょうが炒め

くたっとなりがちな炒めものですが、このレシピは、野菜を先にサッと炒めてから取り出し、主役の海老を炒めた後で戻し入れるので野菜がシャキッと仕上がります。また野菜を取り出すときに菜箸やバットなど、こまごまとした調理道具が必要ですが、トリプルワイドの場合は手前のスペースを使えば一旦取り出すなどの作業も楽に行えます。お子様や旦那様にお野菜を戻し入れてもらう手伝いを頼んだりして、会話をしながら並んで作業できるので、“カジ育”にはもってこいのレシピです。

材料 (2~3人分)
海老: 12匹 ピーマン(緑): 1個 パプリカ(赤・黄): 1/2個 玉ねぎ: 1/2個 片栗粉: 適量 サラダ油: 大さじ1 塩・胡椒: 各少々 酒: 大さじ1 酢: 大さじ2 しょうが(すりおろし): 小さじ1 (A) 砂糖: 大さじ2 醤油: 大さじ2 みりん: 大さじ2

作り方

①海老は殻と背ワタを取り、背を切り開く。塩・胡椒(各分量外)を振り片栗粉をまぶす。②ピーマンとパプリカはヘタと種を取って細切りにし、玉ねぎはくし形に切る。フライパンにサラダ油半量を熱し、さっと炒め塩・胡椒1度取り出す。③残りのサラダ油をフライパンに熱し、①の海老を加え炒める。④海老の表面に焼き色が付いたら、酒を加えさっと混ぜ合わせ、(A)を入れ絡める。⑤②の野菜を戻し入れ、お酢としょうがを加えてさっと炒め合わせ、器に盛り付ける。



一緒に作って一緒に食べれば会話も弾む！夫婦で過ごす週末のランチに 筍とブロッコリーのペペロンチーノ

ペンを茹でている鍋に時間差で野菜を入れて火を通します。その横のフライパンでは、同時ににんにくなどを炒め、茹で上がったペンネや野菜と一緒に炒め合わせます。野菜は今回の筍の水煮以外にも、アスパラやインゲン、ソラマメ、菜の花など季節ごとに旬の野菜を使うのもおすすめ。華やかでおいしいそうなレシピに、「一緒に手伝って！」と言えばパートナーもNOとは言わないはず。2人で役割分担しながら一緒に料理した後、できたてと一緒に食べれば、会話も弾み、いつもよりぐっと楽しいひと時になるのでは。夫婦でゆったり過ごす週末のランチにぴったりのメニューです。

材料 (2~3人分)
ペンネ: 150g 筍: 80g ブロッコリー: 1/2株 オリーブオイル: 大2 にんにく(みじん切り): 1片分 赤唐辛子: 2本 アンチョビフィレ: 3枚 塩・黒胡椒: 各適量

作り方

①ブロッコリーは小房に分け、筍は薄切りにする。②鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩を入れペンを茹でる。ペンネが茹で上がる2分前に①を加え一緒に茹でる。③フライパンにオリーブオイル、にんにく、種を取った赤唐辛子をいれ弱火でゆっくりと加熱し、アンチョビを加えて煎しながら炒める。④②を入れて手早く混ぜ合わせ、茹で汁少々を加えソースが絡むようにする。塩・黒胡椒で味を調える。



パナソニック キッチン リビングステーション のご紹介



リビングステーションならではの新発想。

「システムキッチン」から「リビングステーション」キッチンへ。

パナソニックならではの先進機能やアイデアを発想し続けること。

その中で目指したのは、人が集まる・家族がつながる・未来へとつながる「リビングや家族」の中心になるキッチンです。

Living Station リビングステーション 4つのコンセプト

01
テキパキ
料理

スムーズな動線で、料理がはかどる。新調理スタイルのキッチン。

02
おそうじ
ラクラク

形状・素材・表面加工で、おそうじラクラクの清潔キッチン。

03
かしこい
収納

空間を有効活用。適材適所の高効率収納。

04
選べる
楽しさ

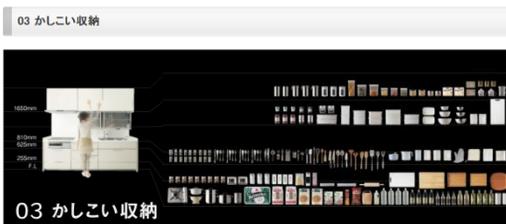
調理スタイルや好みに合わせて、機能やデザインを最適コーディネート。



ゆったり、ひろびろ。
トリプルワイドなら、テキパキ料理。



汚れをためない「スクマレス設計」と、
拭くだけでキレイになる「フラット&クリーン設計」。



キッチン、カップボードのすみずみまで
パナソニックは「適材適所」収納。



“私らしく”使い勝手もデザインも選べます。

