

女性の社会進出本格化から、共働き家族が増加する20～30代の共働き子育て世帯では  
4割以上の父親が週2・3日以上夕食を作ることが判明！

～父親の料理力を向上し、令和時代の共働き家族のライフスタイルをサポート～  
**料理サポートアプリ「FamCook」×旭化成ホームプロダクツ  
「共働きファミリー応援！トモシヨクプロジェクト」始動**

～現代の共働き世帯における家族の共食や料事情に関する意識調査を実施～

「男子厨房に入らず」から、「男女厨房を共有する」時代に

旭化成ホームプロダクツ株式会社（本社：東京都千代田区、社長：澤江 潔）と、家事/育児サポートアプリ開発の株式会社Fam-Time（神奈川県川崎市高津区、代表取締役CEO 西村威彦以下Fam-Time）は、共働き世代の料理に関する課題を把握し、アプリサービスにより解決する「共働きファミリー応援！トモシヨクプロジェクト」を共同で立ち上げました。

■「共働きファミリー応援！トモシヨクプロジェクト」について

本プロジェクトは、旭化成ホームプロダクツ社と、同社主催のベンチャー企業支援事業「アクセラレータープログラム」で優秀賞を受賞したFam-Time社との共同プロジェクトです。音声ナビによる料理サポートアプリ「FamCook」のサービスにより、共働き世帯の料理に関する課題を把握・解決し、今後の共働き家族の豊かな暮らしへの道筋を創ることを目的としています。本プロジェクトの発足にともない、親世代の働き方とは違う、ロールモデルなき現代の共働き家族の共食や料事情を把握するために、全国の共働き子育て世帯の父親と母親を対象に、インターネットによる調査を行いました。

■共働き子育て世帯における家族の共食や料事情に関する調査について

日本における共働き世帯数は、1980年時の614万世帯から38年間で1219万世帯へと倍増（※）し、子育てを主体的に行う男性が“イクメン”と呼ばれるようになり早10年が経ちました。調査の結果からは、若い世代の父親ほど、家庭内で料理をすることにに対して積極的であることがわかりました。

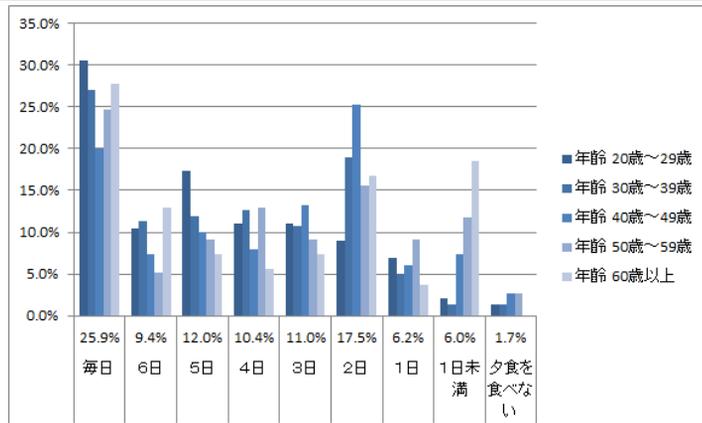
<調査結果ポイント>

- ✓ 「週4日以上家族全員で食事をとる」20代：69.5% 40代：45.3% (図1参照)
- ✓ 「料理をしたい」・・・20-30代の父親を中心に半数以上が「はい」と回答 (図2参照)
- ✓ 「週2～3日以上父親自身が料理も行っている」・・・20代：22.6% 40代：6.9% (図3参照)
- ✓ 「料理のスキルアップを目指したい」・・・7割超が「はい」と回答 (図4参照)

(図1)  
Q.あなたは普段、1週間に何日程度家族全員で夕食を食べますか？

※共働き子育て世帯の父親 n=584

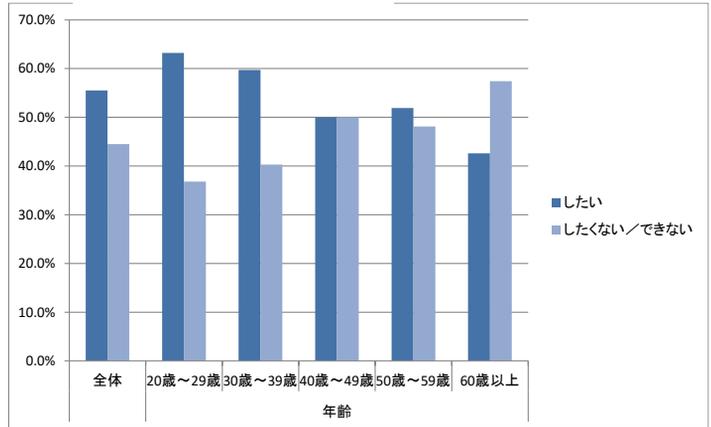
20代 n=144  
30代 n=159  
40代 n=150  
50代 n=77  
60代以上 n=54



(図2)  
Q.あなたは料理をしたいですか？

※共働き子育て世帯の父親 n=584

20代 n=144  
30代 n=159  
40代 n=150  
50代 n=77  
60代以上 n=54



また、母親側でも20-30代では「夫の料理に満足している」が50%と、40代の25.2%と比べて高い結果となり、若い世代のほうが、夫の料理に対する不満が少なく、夫婦での料理シェアが進んでいることがわかりました。

さらに、最新の家事・料理におけるインターネットサービス利用状況についても、20～30代の父親の9割以上が、積極的に活用している実態も分かりました。（調査結果ダイジェスト3参照）  
今回の調査から、共働き世帯の父親は働きながらも週4日以上家族全員で夕食をする割合が、57.7%（20代は69.5%）と共食の機会も多く、父親の料理スキルアップニーズが高いことも分かりました。

これらの調査結果から、女性の社会進出が加速する現代において、妻の家事負担を下げるためにも、特に負担の大きい料理家事のシェアを、夫が十分に行えると判断しました。  
このような理由から、本プロジェクトでは、世代別に違う料理スキルや課題を把握したうえで、以下のようなサービス開発のテストを3つ実施します。

- 1. 保存や作り置きスキルの向上、離乳食作りを学ぶことが出来るプログラム**  
既に日常的に料理を行っていたり、育児休暇を取得している20代の父親向けとして想定。
- 2. 料理が苦手なレパートリーが少ない父親向けのプログラム**  
料理をする意欲はあるものの、まだ日常的には行っていない30代の父親向けとして想定。
- 3. 初心者で、休日に作ることの出来る簡単な料理を学ぶことが出来るプログラム**  
料理初心者で、まずは休日から始められる簡単な料理を学びたい40代の父親向けとして想定。

音声ナビによる料理サポートアプリ「FamCook」に、上記の3つの世代と課題に対応した献立プログラムをコンテンツとして追加し、それぞれの世代の父親に実際に利用していただくことで、どれだけ料理スキルがアップしたかを検証します。  
その結果をもとに、よりよいサービスを開発し、父親の料理力の底上げを行い、令和時代にあった共働き家族の料理シェアに関する課題を解決していきます。

■ 調査結果ダイジェスト

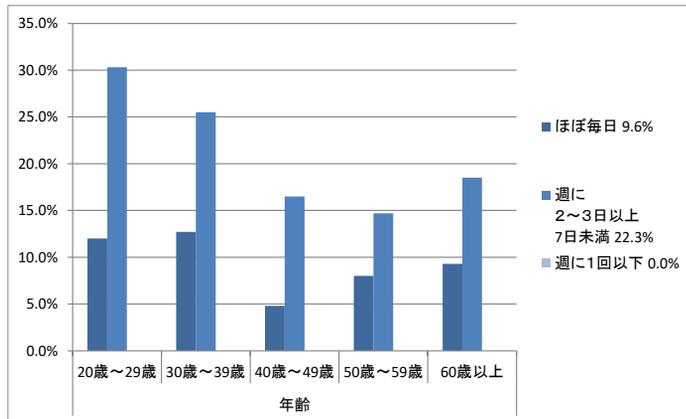
1. 令和時代の父親は家族のために日常料理を作る世代

「週4日以上夕食を家族全員で食べる」父親は57.7%という結果に。さらに、40-50代では「毎日」と答えた人が20%、「週4日以上」では50%未満となった一方で、20-30代では「毎日」と答えた人が約30%、「週4日以上」は約70%となり、若い世代の父親ほど家族との夕飯の時間を確保していることがうかがえました。

また、父親の約46.4%が「週1回以上夕食を作っている」と回答。20代では「週2～3日以上夕食を作っている」と答えた人が4割を超え、さらに「週4日以上」も22.6%も作ると回答。40代で「週4日以上」はわずか6.9%に留まっています。

(図3)

Q.あなたは、どれぐらいの頻度で夕食を作りますか？



※共働き子育て世帯の父親 n=574

20代	n=142
30代	n=157
40代	n=146
50代	n=75
60代以上	n=54

妻側でも20-30代では「夫に料理をしてもらいたい」と答えた人が65%を超える一方で、40-50代では「どちらでもない・してもらいたくない」と答えた人が半数を占め、ここでも世代間の考え方の違いが見受けられました。

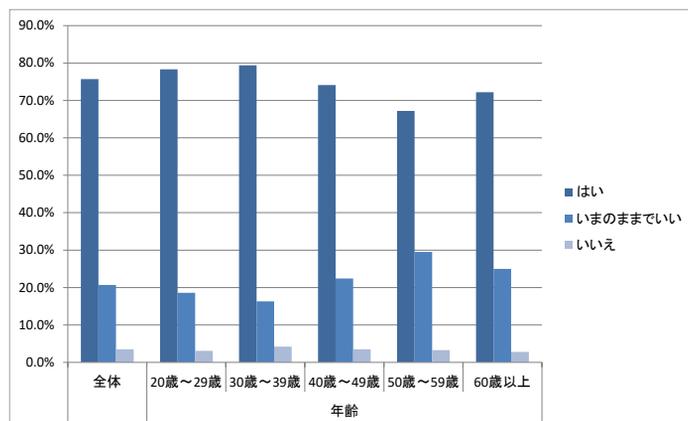
父親が料理をする理由について、1位「節約になるから (32.5%)」に次いで、「妻や家族を喜ばせたいから (32.3%)」が僅差で2位という結果に。令和時代の父親は家族との夕食の時間を大切にし、さらには家族を喜ばせるために自ら料理にも取り組む世代であると考えられます。

2. 20～30代の若いパパほど料理のスキルアップに対するモチベーションが高い傾向に

20～30代の父親は料理に取り組む際の姿勢や意欲が高く、「味見をする」「保存、作り置き料理スキルを学びたい」「複数料理を同時に作りたい」などといったスコアが高いことが判明。若い世代の父親たちは「家族を喜ばせるために料理をする」という意識が強く、そのためには味見や保存など、より実用的なスキルアップも惜しまないということがうかがえます。

(図4)

Q.あなたは料理のスキルを上げたいと考えていますか。



※共働き子育て世帯の父親 n=483

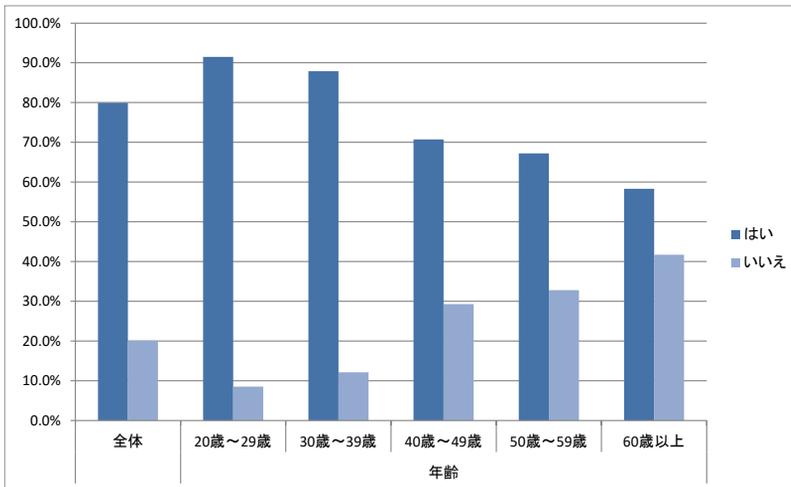
20代	n=129
30代	n=141
40代	n=116
50代	n=61
60代以上	n=36

### 3. 20代パパの料理は買い物からレシピまでインターネットやスマホをフル活用

レシピ、料理、献立の参考に使ったことがあるインターネットやアプリサービスを聞いた質問では、40-50代の父親では「利用経験がない」と答えた人が3割を超えた一方で、20-30代の9割以上が「動画、SNS、料理アプリなどの利用の利用経験がある」と回答。同様に、インターネットでの食材購入についても40-50代の父親では1割程度にとどまる中、20-30代の3割以上に購入意向があることが分かりました。

#### (図5)

Q. あなたがレシピ、料理、献立の参考にインターネットやアプリサービスを使用したことがありますか？



※共働き子育て世帯の父親 n=483

20代 n=129

30代 n=141

40代 n=116

50代 n=61

60代以上 n=36

### 4. 「献立作り」が苦手！料理プロセス苦手1位「献立作り」36.4%

「料理プロセスのなかで苦手なもの」を聞く質問では、料理をするプロセス順に質問したところ（買い物／献立作り／在庫・冷蔵庫の管理／料理／食卓の片づけ・整理／後片付け・皿洗い／ゴミの分別／ゴミ捨て食材保存・冷凍／作り置き／弁当作り）、父親では「献立作り」が1位になり、料理（24.8%）スキルのアップも課題ですが、何を作ればいいのか献立作りが苦手なことが分かりました。ちなみに、母親の場合も1位は同じで、43.6%が苦手と回答。世代、性別を超えて献立作りのサポートニーズがあることが分かりました。

#### 【共働き子育て世帯：父親の苦手なもの】

1位 献立作り(36.4%)

2位 料理(24.8%)

3位 食卓の片付け・整理(20.5%)

4位 後片付け・皿洗い(19.5%)

5位 弁当作り(15.9%)

※全体n=483

#### 【共働き子育て世帯：母親の苦手なもの】

1位 献立作り(49.2%)

2位 料理(29.7%)

2位 後片付け・皿洗い(29.7%)

4位 食卓の片付け・整理(25.8%)

5位 作り置き(25.6%)

※全体n=472

### 5. 若い世代ほど保存・冷凍ニーズあり。週1回以上実施。20代55.6%、40代28.7%

料理をする若い世代の父親ほど、食材や料理の保存頻度が高いことが分かりました。週4日以上の実施だと、20代19.4%、40代6%とさらに差が広がりました。若い世代ほど、その日の食事の料理だけでなく、日々継続し料理が習慣化していることが伺えます。

### 6. 20～30代は学校、料理教室、パートナーと、幅広く学ぶ機会あり。夫婦でキッチンに立つ世代

料理を学ぶ機会も世代によって違うことが分かりました。特に、1993年から中学校、1994年から高校で家庭科の男女必修化であった世代は学校で料理を学んでいます（20代20.2%、40代4.3%）。また、夫婦での料理シェアがすすむ20代～30代では、妻から教わる率が20代29.5%、30代31.2%と最も高いスコアになりました。ちなみに40代は9.5%しか妻から料理を教わってなく、料理を学ぶ機会が少ない世代だということが分かります。

■調査企画監修 パパ料理研究家 滝村雅晴 (F a m-Time CMO) メッセージ

家族のために料理をする父親を増やす活動を10年行ってきたパパ料理研究家という視点から、本調査を通して、令和時代の父親の家庭料理の実態と課題分かりました。50・60代以降は「男子厨房に入らず」がまだ残る世代。40代は「男子厨房で楽しむ」趣味料理で、妻からは「男子厨房に入るな」と言われ、片付けが苦手な世代。30代は「男子厨房で悩む」役割分担で料理をしなければいけないが、手間だと感じている世代。そして共働き世代のこれからのモデルになる20代は「男女厨房を共有する」家事シェアが進んできている世代だと感じました。今後は、働き方改革や、男性の育児休暇取得促進の流れも受け、働きながら夕食を共にする家族が増えるでしょう。それに伴い父親の家事参画が広がる際に、世代別にあった共働き家族や父親向けの料理サポートサービスが必要になります。それを、料理サポートアプリF a m C o o kを開発するF a m - T i m eは、本プロジェクトを通して開発していきます。



滝村雅晴

■調査概要

調査方法：インターネット調査

調査対象エリア：全国

調査対象者：共働き子育て世帯の父親、母親

有効回答数：共働き子育て世帯 父親=584、母親=475

調査実施期間：2019年10月11日～10月13日

出典元表記：

料理サポートアプリ「FamCook」×旭化成ホームプロダクツ「共働きファミリー応援！トモシヨクプロジェクト」

■共働きファミリー応援！トモシヨクプロジェクト概要

URL：<https://fam-time.com/tomoshokupj/>

企画運営：旭化成ホームプロダクツ株式会社/Fam-Time

協力：NPO法人ファザーリング・ジャパン トモシヨクProject

目的：共働き世代の父親の共食、料理シェア、料理スキルを把握し、共働き世代の料理に関する課題を把握し、料理サポートアプリFamCookのサービスにより解決する実験を行い、2020年1月末に実験結果を発表。今後の共働き家族の豊かな暮らしへの道筋を創る。

内容：・共働き家族の共食・料理家実態調査

- ・共働き家族の父親向け料理スキルアップサービスの提供実験（2019年11月スタート）
- ・提供実験を踏まえての共働き家族向け料理サポートサービスの開発
- ・休日の下味冷凍が平日の時短に繋がる、新たな夫婦連携という料理スタイルの提案

■トモシヨクProjectとは <https://tomoshoku.jp/>

働きながら父親や、共働き家族が、家族や友人と食事を共にする共食の時間が作れる、働き方・生き方を推進する、父親支援のNPO法人ファザーリング・ジャパンの新プロジェクト。一人で食べるのではなく、家族や友（トモ）人、職場の人や地域の人など、誰かと共に食事をするを「共食（きょうしょく）」と言う。トモシヨクProjectでは、「共食」の意味を込めながらも、改めて今の時代にあった「共食」のあり方やイメージを作り、推進するために、親しみを込めて、共（トモ）に食（シヨク）事をするを「トモシヨク」と名付ける。

■料理サポートアプリFamCook <https://fam-time.com/services/famcook/>

FamCookは、F a m - T i m e が開発する、自宅で家族と料理の「スタートアップ/スキルアップ」を支援する音声ナビによる料理サポートアプリ。スマホ等の画面上のレシピを選び、音声ナビをスタートさせると、音声で料理の手順を案内します。「次」と話しかけると、次の手順に進み、スマホを手で触ることなく操作し、自分のペースで料理を作ることが可能。

また、レシピで説明しきれない料理のコツを学べる「ポイント機能」や、料理初心者向けに詳しくナビする「詳細コマンド」などの機能が備わっており、初心者でも料理教室に通って学ぶように料理を習得することができる。他にも「買物機能」、「献立機能」などの調理以外の便利な機能や、子どもと料理を楽しめる「子手伝い機能」など親子で楽しめる機能も搭載。今後は複数の料理を同時にナビゲーションする機能などもリリース予定。

■旭化成ホームプロダクツの目的

サランラップ®/ジップロック®/クックパー®などの商品は、家庭の料理、保存に欠かせない商品です。サランラップ®を用いた電子レンジ加熱を活用したレシピや、ジップロック®を用いた下味冷凍レシピなど、簡単に美味しく作れるレシピをFamCookのサービスを通じて提供することで、共働き世帯を応援していきます。また、今回のアンケート結果から、20~30代の日常料理をする父親の「食材の長持ちする保存方法」や「食材や料理の冷凍保存の仕方」に関する情報のニーズが高いことから、食品を無駄なく美味しく保存する方法も提供していきます。また、F a m - T i m e との協業を通して、共働き世代の料理サポートを行い、次世代サービスや商品企画にも取り組んでいきます。

■会社概要

会社名：	株式会社Fam-Time
代表者：	代表取締役CEO 西村威彦（にしむらたけひこ）
所在地：	川崎市高津区末長
連絡先：	E-mail:contact@fam-time.com
事業内容：	スマートフォンアプリ開発、ITを活用した家事、育児に関する支援サービス
URL：	<a href="https://fam-time.com/">https://fam-time.com/</a>