

年末年始向け・調査発表

<コロナ明けの23年度・家事の実態調査を実施>
環境は変われど、女性「約9割負担」から変化なしと判明
節約時流にも関わらず 女性の半数以上が“タイパへの消費意欲”あり
課金してでも解消したい！？ 家事の『地味ストレス』ランキング発表

旭化成ホームプロダクツ株式会社 ジップロック®、クックパー®ブランドは、コロナ明けの家事状況の実態を明らかにするため、2023年10月に、週3回以上料理をする20～60代の男女計1,050名を対象にインターネット調査を実施しました。

2023年度は新型コロナの5類移行が発表され、入社再開などコロナ明けの雰囲気が強まった1年でした。2022年度のコロナ期間中は在宅勤務の増加による家事負担率の上昇や、それに伴う夫婦の家事分担の見直しなどが叫ばれ、大きな議論が巻き起こりましたが、コロナが明けた今、家事の実態に何か変化はあったのでしょうか。実際の意識を調査しました。

調査結果サマリー

- ① **コロナ流行中と比較して、コロナ明け後の家事負担率は、8割以上の人が「変わらない」**
- ② **コロナ明けも、女性の感じる家事分担率「女性:約9割、配偶者:約1割」と変わらず高止まり**
- ③ **節約意識は8割超え！にも関わらず、過半数が“タイパ”のために消耗品にお金をかけても良い**
- ④ **課金してでも解消したい？女性の悩み『地味ストレス』家事ランキング TOP10 発表！**

～1位「シンクの排水溝掃除」2位「フライパンのギトギト汚れ」3位「換気扇のベタベタ、調理中の油ハネ掃除」

調査の結果明らかになったのは、家事の負担率は、コロナ明けでも8割以上の人が「変わらない」と感じていること。また、そのうち、女性が感じる家事分担率は、コロナ期間中と同様に「女性が約9割、配偶者が約1割」と、女性側の負担率が高止まりのままという結果でした。また、入社再開でさらに時間への意識が高まっているからか、ここ最近の節約時流の中でも、約半数以上の女性が「家事負担の軽減やタイパをよくするために、消耗品など多少のお金をかけても良い」と回答しました。

そんな家事負担や時間との戦いに悩める女性たちの間で、**今どんな家事が負担になっているのか、キッチンで『地味ストレス』を感じる家事を集計。排水溝や油汚れの掃除といった掃除周りのストレスが上位にランクインすることが判明しました。**

そうした心理的・時間的負担の高い家事において、少しでも**効率を良くするような解決策を、料理研究家・ラク家事アドバイザーの島本先生に教えていただきました。**

専門家紹介

**島本美由紀 (しまもと・みゆき) 氏**

料理研究家/ラク家事アドバイザー/ゆとりうむプロジェクト理事

旅先で得たさまざまな感覚を料理や家事のアイデアに活かし、手軽に作れるおいしい料理レシピを考案。家事全般のラク（楽しくカンタン）を追求する「ラク家事アドバイザー」、エコの観点から食品保存や冷蔵庫収納を提案する「食品ロス削減アドバイザー」「冷蔵庫収納＆食品保存アドバイザー」としても活動中。テレビや雑誌、講演会を中心に多方面で活躍。

**筒井淳也 (つつい・じゅんや) 氏**

立命館大学 産業社会学部教授 家族社会学/ゆとりうむプロジェクト理事長

「内閣府 第4次少子化社会対策大綱策定のための検討会委員」「内閣府 コロナ下の女性への影響と課題に関する研究会委員」「京都市男女共同参画審議会会長」などを歴任。

<本件に関する報道関連のお問い合わせ先>

Ziploc®PR 事務局：佐藤・山本・高野・山元

TEL：03-5413-2411 / FAX：03-5413-2412 / E-mail：ziploc_pr@bil.jp

本調査に関する専門家のコメント

▽料理家/ラク家事アドバイザー 島本 美由紀 氏

「キッチン周りの家事は、ギトギトのフライパン、ヌルヌルの排水溝の掃除など、心理的にも時間的にも負担のある、地味ストレス家事がたくさんあります。ただ、世の中には、手軽に汚れを防げる“汚れ防止シート”や油を敷かなくても焦げつかない“フライパン用ホイル”など、簡単にストレスや作業時間をカットできるものがたくさんあるため、そういったものは無理せず活用していただいほしいですね。また家事分担率への意識には夫婦間で齟齬がある場合が多いため、お互いのコミュニケーション量を増やして、一緒にラク家事する意識を持つことも大事です。」

▽立命館大学 産業社会学部 教授 筒井 淳也 氏

「コロナ期間中は在宅勤務による家事の総量の増加により夫婦の家事分担の見直しが叫ばれました。一方であまり変化がなかったのは、家事において「パートナーの負担を減らす」ことを男性側が意識しなかったからかもしれません。ただ単に「やる」のではなく、本調査で明らかになった「地味ストレス」に対応した家事に積極的に取り組むなど、互いに「やってもらって助かる」と思ってもらえるよう心がけてみてはいかがでしょうか。」

調査概要

【調査概要】

調査方法 : インターネット調査

調査時期 : 2023年10月

対象地域 : 全国

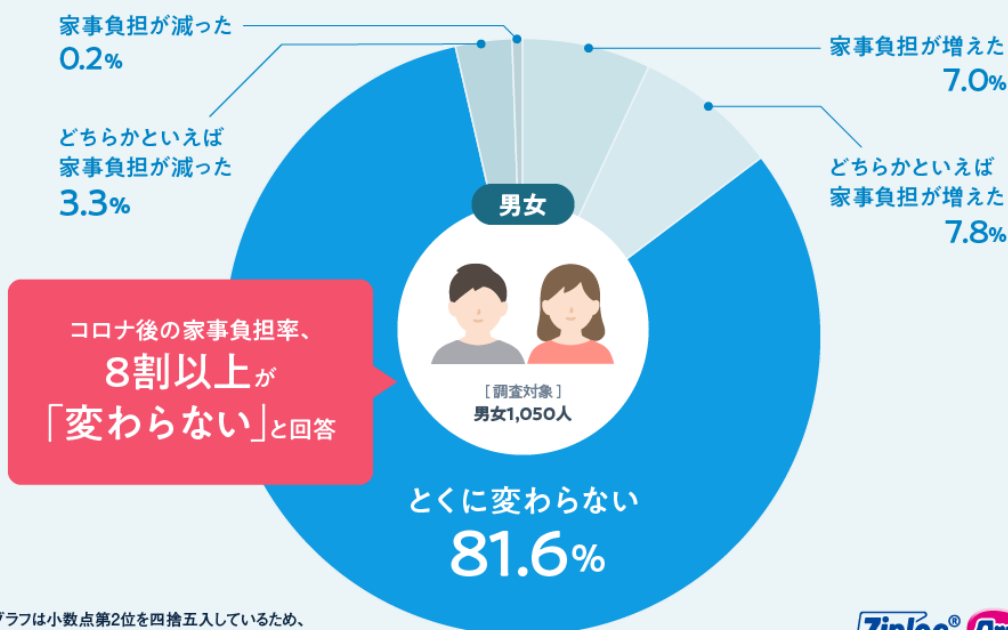
対象者 : 週3回以上料理をする20～60代の男女計1,050名

TOPIC① コロナ明け“後”の家事負担率 8割以上が「変わらない」

新型コロナウイルス流行中から流行後の家事負担率の変化について質問したところ、「増えた」と回答した人が14.8%、「減った」と回答した人が3.5%に対して、**81.6%の男女が「変わらない」と回答しました。**

Q1. コロナ明け後、ご自身の家事負担はコロナ流行中と比べて変わったと感じるか

コロナ禍を経て、家事負担率は変化した？ [平日]



Ziploc® クラックル

<本件に関する報道関連のお問い合わせ先>

Ziploc®PR 事務局 : 佐藤・山本・高野・山元

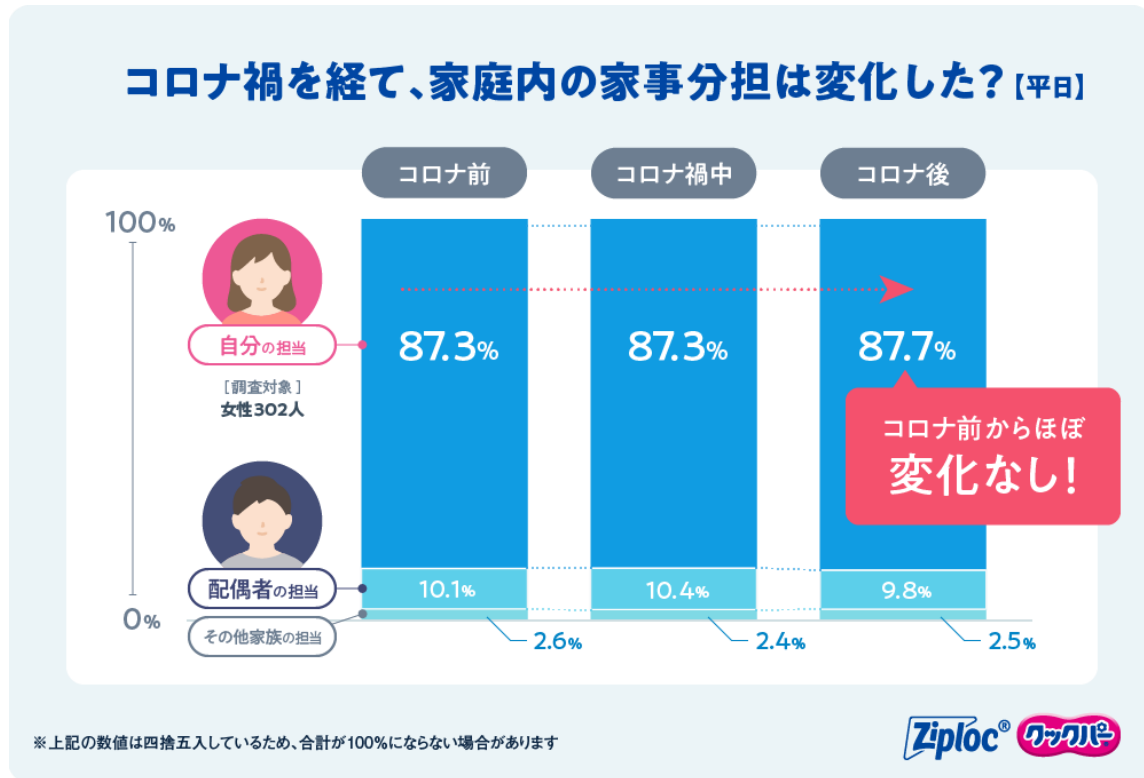
TEL : 03-5413-2411 / FAX : 03-5413-2412 / E-mail : ziploc_pr@bil.jp

TOPIC② 女性の感じる家事分担率「女性:約 9 割、配偶者:約 1 割」 コロナ明けも変わらず高止まり

新型コロナウイルス流行前・流行中・流行後の家事分担率についても聞いてみると、いずれの時期も、**女性は自身の家事割合を「約 9 割」と回答しています。**(流行前 8.7 割、流行中 8.7 割、流行後 8.8 割)

コロナ期間中に家事分担に関する多くの議論が起こったにも関わらず、コロナ前と変わらず高止まりのままということが分かります。

Q2. コロナ前・中・後で、家庭での家事分担の割合に変化があったか



TOPIC③ 節約意識は 8 割超え 一方で過半数が「“タイパ”のために消耗品にお金をかけても良い」

ここ最近の値上げ動向における節約意識についても調査しました。結果、**全体では 77.1%、うち女性は 81.3%が節約を意識している**傾向にありました。一方で、**「家事負担の軽減やタイパをよくするために、消耗品など多少のお金をかけてもよいと思うか」**という質問に対しては、こうした節約時流にも関わらず**女性の過半数以上である 53.5%が賛同**するという結果に。出社再開と家事の両立において、さらに時間への意識が高まっていることが伺えます。

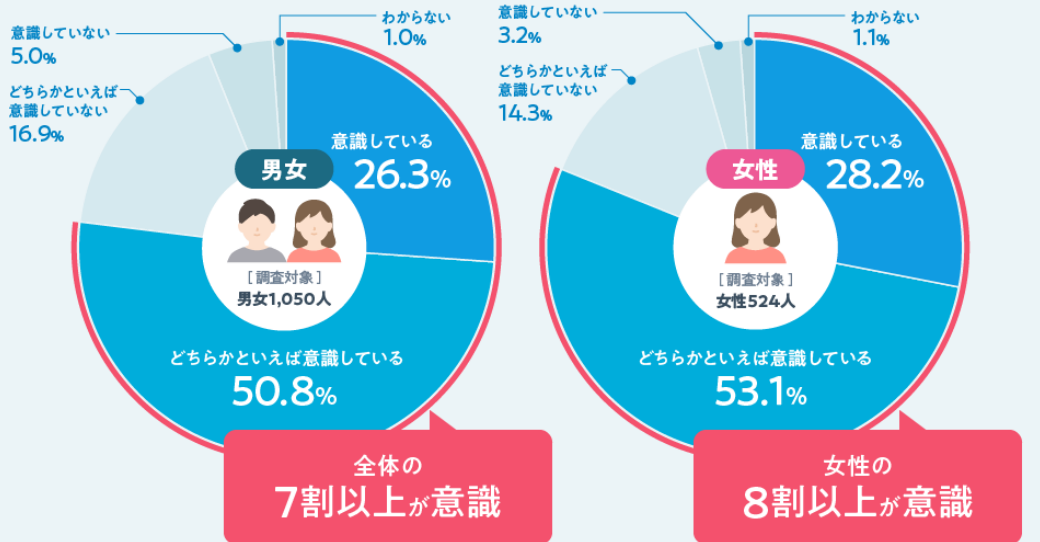
<本件に関する報道関連のお問い合わせ先>

Ziploc®PR 事務局： 佐藤・山本・高野・山元

TEL : 03-5413-2411 / FAX : 03-5413-2412 / E-mail : ziploc_pr@bil.jp

Q3. ここ最近の値上げ傾向を受けて節約を意識するようになったか

最近の値上げを受けて“節約”を意識するようになった？

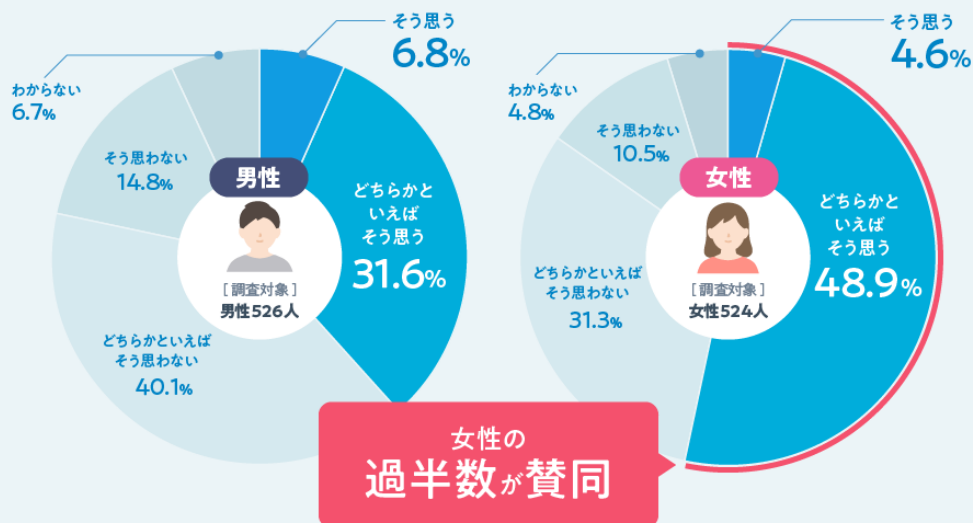


※グラフは小数点第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります



Q4. 家事負担の軽減や、タイパのために、消耗品など多少のお金をかけてもよいと思うか。

タイパのためにお金をかけてもよい？



※グラフは小数点第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります



<本件に関する報道関連のお問い合わせ先>

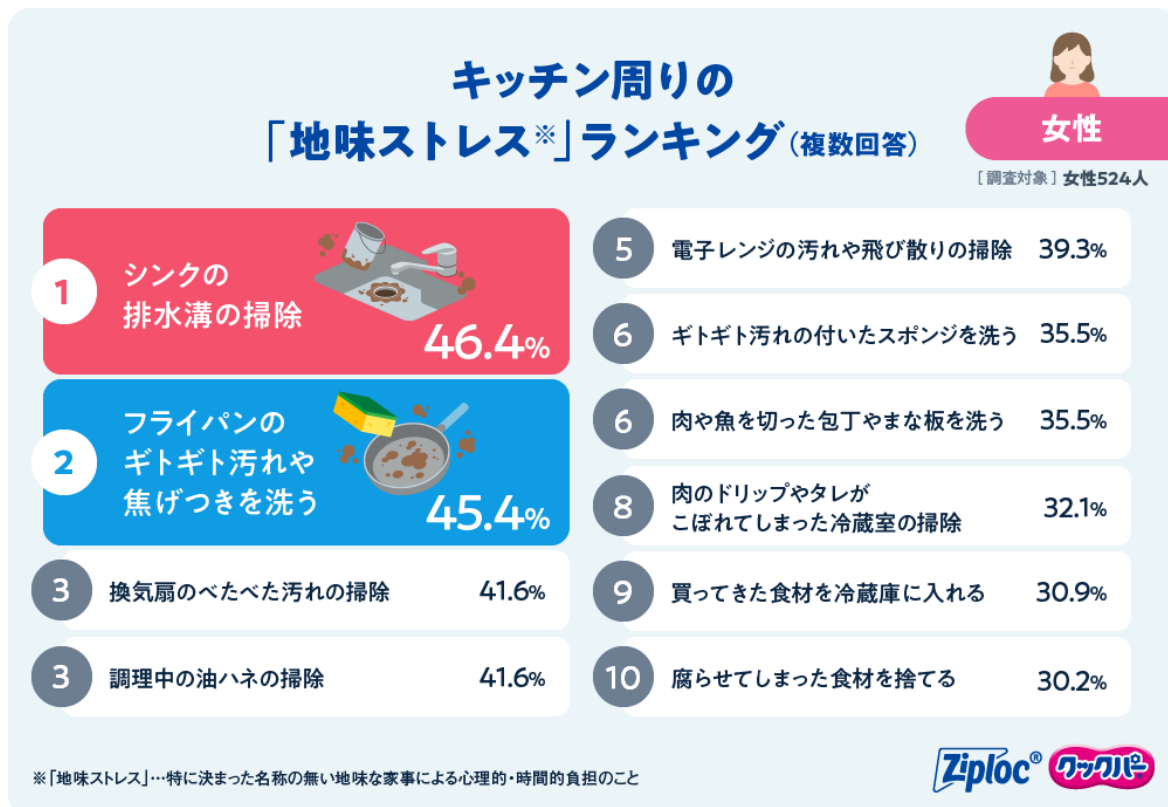
Ziploc®PR 事務局：佐藤・山本・高野・山元

TEL : 03-5413-2411 / FAX : 03-5413-2412 / E-mail : ziploc_pr@bil.jp

TOPIC④ 課金してでも解消したい？女性のリアル悩み『地味ストレス』家事ランキング TOP10

家事負担や時間との戦いの中、今どんな家事が負担になっているのか、キッチンで『地味ストレス』を感じる家事も集計しました。中身を見てみると、排水溝や油汚れの掃除といった掃除系のストレスが上位にランクインすることが判明しました。

Q5.キッチン周りの地味ストレスは何ですか



ラク家事アドバイザー島本先生に聞いた！『地味ストレス』家事の対策

心理的・時間的負担の高い『地味ストレス』家事において、少しでも効率を良くするような解決策を、料理研究家・ラク家事アドバイザーの島本先生に教えていただきました。

【1位：シンクの排水溝の掃除】

★ぬめり防止なら「アルミボール」がおすすめ！

「アルミボールは水に触れると化学反応を起こし金属イオンが発生します。この金属イオンが細菌の繁殖を防いでぬめりを防止してくれます。※ 1週間で効果が薄まるので交換しましょう。」

方法:アルミボールを 20~30 cmほど切ってふんわりと丸め、

排水溝に2~3個入れる。(アルミボールは使用済みのもので◎)

金属イオンは水に接する表面積が多いほどたくさん出るため、ふんわり丸めたほうが効果的！



★汚れてしまったら「重曹+酢」による発砲掃除がカンタン

「排水溝の奥はブラシが届かないので掃除がしにくい場所ですが、重曹+酢を使えばカンタンにお掃除完了。“酢=水垢などの汚れを落とす”“重曹=油汚れが落ちやすい+においを吸着する”という効果があります。この2つを合わせると化学反応が起こり、二酸化炭素の泡が発生。この泡が、排水溝のぬめりや汚れを落とすやくしてくるのです。」

方法:①排水溝に重曹 1/2 カップ程度をまんべんなく振り、1カップの酢を少しずつかける

②発泡するので、そのまま30分~1時間ほど置き、40~50度のぬるま湯で洗い流す



<本件に関する報道関連のお問い合わせ先>

Ziploc®PR 事務局：佐藤・山本・高野・山元

TEL : 03-5413-2411 / FAX : 03-5413-2412 / E-mail : ziploc_pr@bil.jp

【2位：フライパンのギトギト汚れ＋焦げつきの洗い物】

★“フライパン用ホイル”へのプチ投資が焦げつき予防に

「油を使った後のギトギト汚れは、スポンジや手まで汚れるので気が滅入りますよね。油をひかなくても焦げつかずにきれいに焼けるフライパン用ホイルを利用して汚れを防止すればストレスも軽減します。また焦げつきやすい下味冷凍した味付け肉や、薄焼き卵などもきれいに焼き上げることができます。」

TIPS: 2枚に分けて敷くと、1度に2品も作れることができるので時短にも



【3位（同率）：換気扇のべたべた汚れの掃除 / 調理中の油ハネの掃除】

▽換気扇のべたべた

★“汚れ防止シート”の活用がおすすめ！

★つけ置きで汚れをやわらかく

「汚れ防止シート（換気扇フィルター）を使えば、油を吸着してくれるので換気扇の掃除を減らすことができるのでおすすめ。予防がしっかりできていれば掃除は年に1度でOKです。」

TIPS: フィルターがたるんでいると隙間から油が入ってしまいます。

隙間ができないようにピンと張るのがポイント

<年に1度のお掃除の時は・・・>

- ①ゴミ袋をシンクにおいて外したフィルターやファンを入れる
- ②100gの重曹と45～50度の湯を注ぎ、しっかりつかないように空気を抜いて縛る
- ③10～20分ほど漬けおきして汚れをやわらかくしたら、歯ブラシの毛先を半分程度カットしたものでこする



△汚れ防止シート



△つけ置き洗浄

▽油ハネの掃除

★「すぐ水拭き習慣」が重要

★放置してしまったものは温タオルが活躍

「油が壁やコンロにはねても、実は冷めて固まる前なら水ぶきで簡単に落とせます。放置すると冷えて固まり汚れになるので、調理中に油汚れを見つけたらこまめに拭きとる。または調理後すぐにコンロや壁を拭くと決めておけばきれいをキープできます。翌日まで放置して固まってしまったら水ぶきだと落ちないので、温タオル（水で濡らしたタオルを絞ってレンジで30秒加熱したもの）で、拭けばすぐにとれます。」



<本件に関する報道関連のお問い合わせ先>

Ziploc®PR 事務局：佐藤・山本・高野・山元

TEL：03-5413-2411 / FAX：03-5413-2412 / E-mail：ziploc_pr@bil.jp

ギトギト汚れのお助けグッズ「クックパー®フライパン用ホイル」

■ 特長とこだわり

油や汁を通さないで、フライパンの後かたづけラクラク！シリコン加工のつるつるホイル！

- ・食品をのせる面はシリコン加工しているので、油なしでもくっつかず焦げつきません。
- ・熱が伝わりやすいので、焼き目がキレイにつきます。
- ・魚を焼いてもフライパンにニオイ移りしません。
- ・熱に強いので、オーブントースターやホットプレートにも使えます。
- ・いろいろな料理に！クックパーは、強くて破れにくいホイルです。

■ 基本の使い方

①フライパンの大きさに合わせてカットし、フライパン面に密着させながら敷く。

「クックパー®」と表示してある面に食品をのせてください。

②食材をシートにのせ、中火～弱火で様子を見ながら焼く。

③油や汁を通さず後かたづけが簡単。

フライパンに魚のニオイ移りなし！

①



②



③



■ サイズ一覧（一部抜粋）

ラインナップ(幅)は3種類！フライパンのサイズに合わせてお選びいただけます。



25cm × 3m



30cm × 3m



20cm × 3m

<本件に関する報道関連のお問い合わせ先>

Ziploc®PR 事務局：佐藤・山本・高野・山元

TEL : 03-5413-2411 / FAX : 03-5413-2412 / E-mail : ziploc_pr@bil.jp