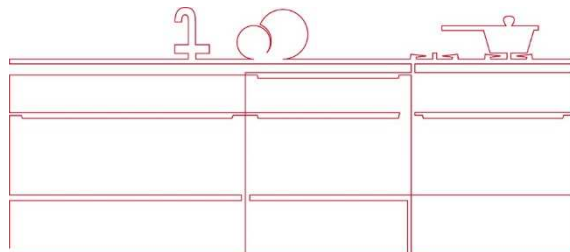


Kitchen Annual Report
キッチン白書[®] 2022

食・料理に関する生活者調査
Withコロナによる料理実態の「今」



クリナップ株式会社
おいしい暮らし研究所[®]



1. はじめに	3
2. 調査概要	4
I. コロナ前と今の料理頻度の変化	5-6
1 - 料理頻度に変化はあったのか（食事別の頻度の変化）	
2 - 料理頻度に変化があったのはどんな人か	
II. コロナ前と現在の若年層の変化 詳細	7-10
1 - どのくらい時間が変化したか	
2 - 各料理工程の何に時間をかけているか	
3 - なぜ料理時間が増えたのか	
4 - 食事を手作りするモチベーションは何か	
まとめ	11-12

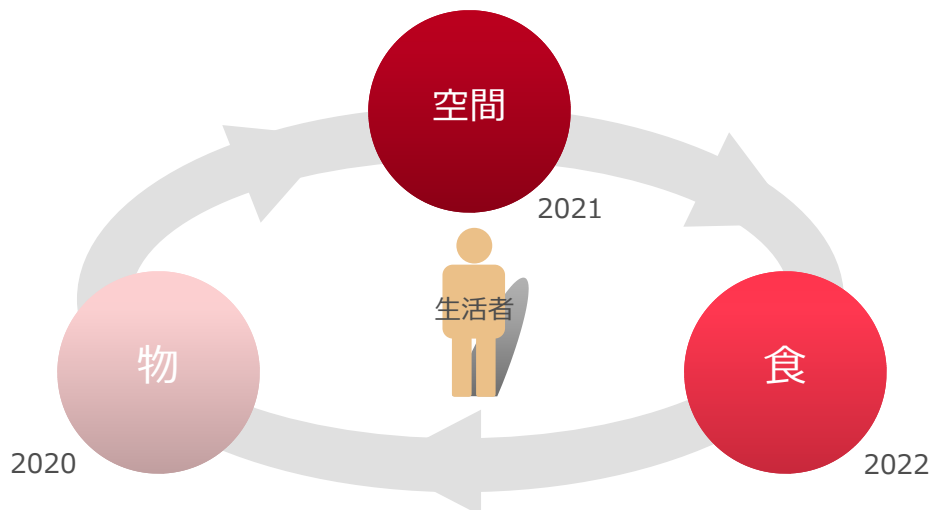
1. はじめに



クリナップは日本で初めてシステムキッチンを製造、販売したキッチンメーカーとして、キッチンにまつわる生活者の実態調査を継続的に実施しています。

ステイホームやテレワークで料理機会が増え、多くの人々が「自炊疲れ」に陥っていると言われていました。withコロナ状態が続く中、今年は料理の実態を確認した結果を“キッチン白書”として公開します。

クリナップは「家族の笑顔を創ります」という企業理念の下で、もっと食を、家族を、暮らしを、深く知り、考えていくために「食、物、空間」をテーマに様々な切り口で調査しています。調査の結果から見てきた生活者の“いま”をキッチン白書として2017年から公開しています。





2. 調査概要

実施期間 : ①2021年8月23日～8月27日、②2021年10月1日～10月4日

調査対象 : ①男女20歳以上、全国

②男女20歳以上、頻度を問わず料理をする方、全国

回収数 : ①40,000名、②1,200名

調査方法 : インターネットによるアンケート調査
株式会社ヴァリューズの協力のもと実施

※次ページ以降に記載のあるptはポイントの略

I コロナ前と今の料理頻度の変化

1 – 料理頻度に変化はあったのか（食事別料理頻度の変化）

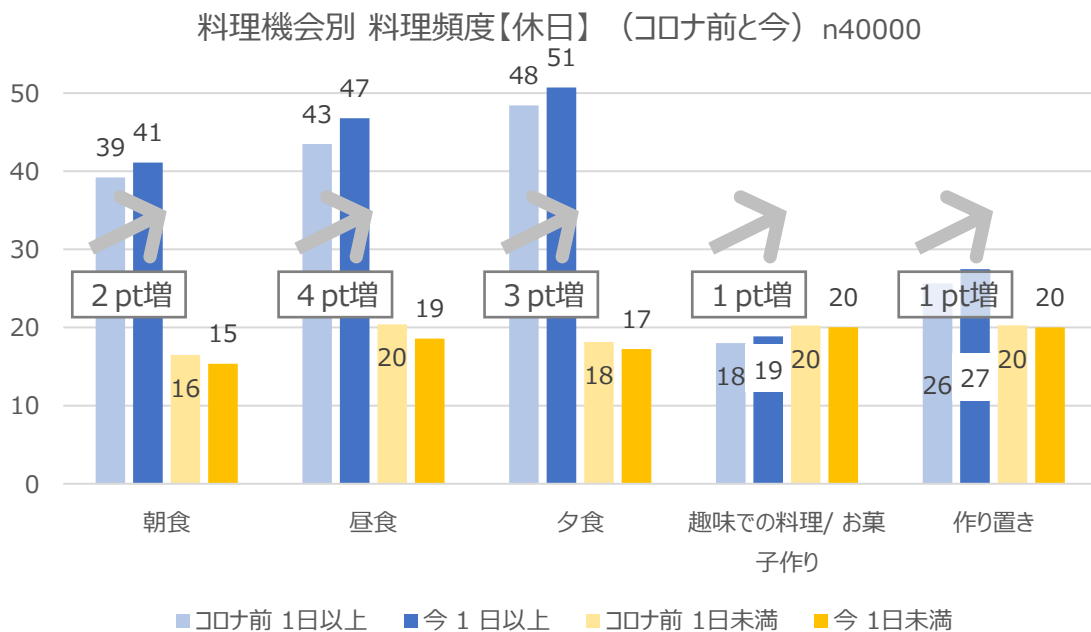
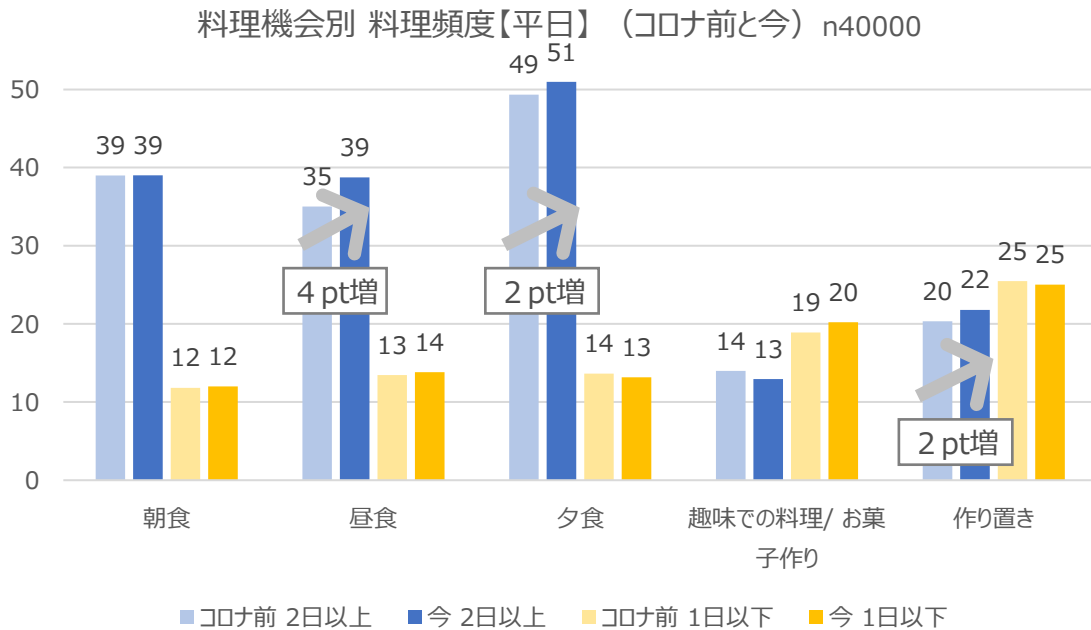


- ▶ ▶ ▶ 昼食は、料理頻度が高い方の人たちで増加傾向

▶ 新型コロナウイルスの影響拡大以前（コロナ前）と現在（今）で比較すると、料理頻度に変化がみられ、やはり料理をする人の割合は高くなっている。

- ・平日※に週2日以上料理をする人の割合は、昼食、夕食、作り置きでやや増加（2～4 pt）。
- ・休日※に週1日以上料理をする人の割合では、趣味の料理も含め、すべての食事機会が増加（1～4 pt）。

Q.新型コロナウイルスの影響拡大以前、あなたご自身はどのくらいの頻度で料理をしていましたか。また、現在（コロナ禍）、あなたご自身はどのくらいの頻度で料理をしていますか。



※平日（お仕事のある日）、休日（お仕事がお休みの日）

I コロナ前と今の料理頻度の変化

2 – 料理頻度に変化があったのはどんな人か

▶ ▶ ▶ 若年層20代・30代で変化の兆し



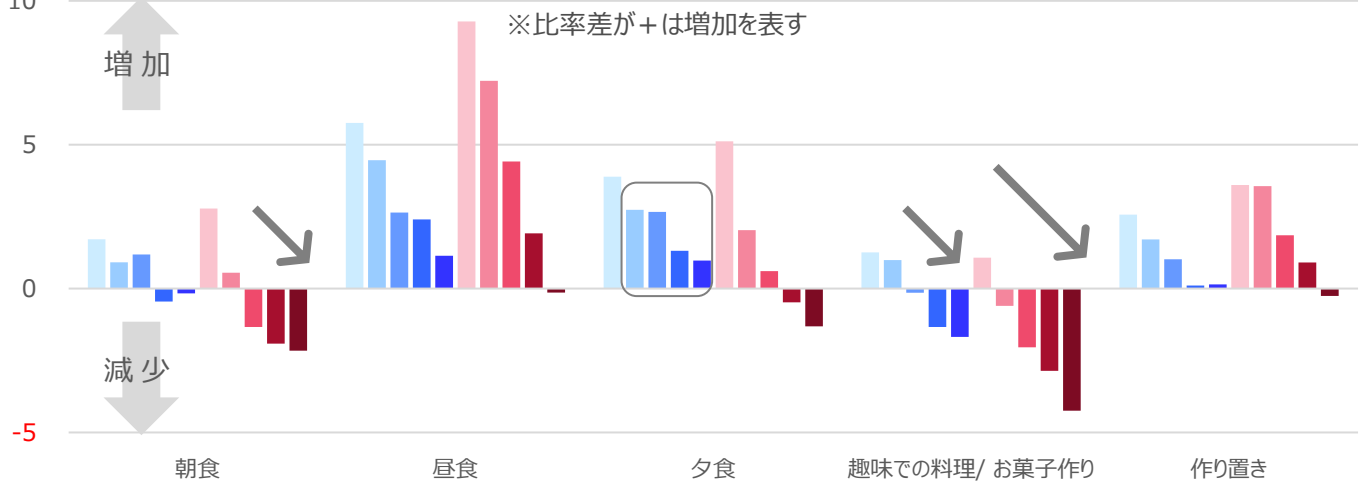
▶ 性・年代ごとに、コロナ前と今の料理をする人の比率差を比較すると、どの食事機会でも増加した人が多く、女性で増加した人が多い。また男女共に若年層の増加も目立ち、特に昼食は顕著。逆に年配層では減少した人が多くなった料理機会もみられる。

- ・平日に週2日以上料理をする人は、30代以上男性では夕食で増加比率が1～2pt女性を上回る。
- ・休日に週1日以上料理をする人は、ほとんどの性・年代、料理機会で比率が増加。
- ・平日の朝食、平日と休日の趣味の料理では、年代が上がるほど頻度が減った人が多くなり、特に女性が目立つ。

Q.新型コロナウイルスの影響拡大以前、あなたはご自身はどのくらいの頻度で料理をしていましたか。また、現在（コロナ禍）、あなたご自身はどのくらいの頻度で料理をしていますか。

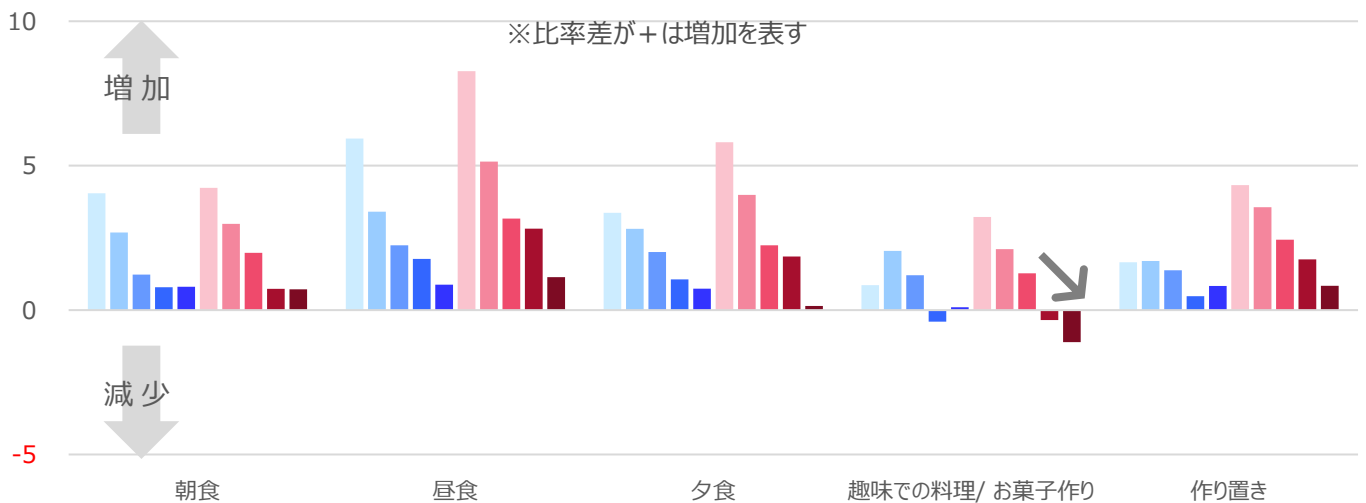
【性・年代別】料理機会における料理頻度差

平日2日以上料理をする（コロナ前と今・比率差） n40000



【性・年代別】料理機会における料理頻度差

休日1日以上料理をする（コロナ前と今・比率差） n40000



■ 男性20代(3289)
 ■ 男性30代(4037)
 ■ 男性40代(4733)
 ■ 男性50代(3931)
 ■ 男性60代以上(4187)
■ 女性20代(3168)
 ■ 女性30代(3991)
 ■ 女性40代(4646)
 ■ 女性50代(3957)
 ■ 女性60代以上(4066)

1 - どのくらい時間が変化したか

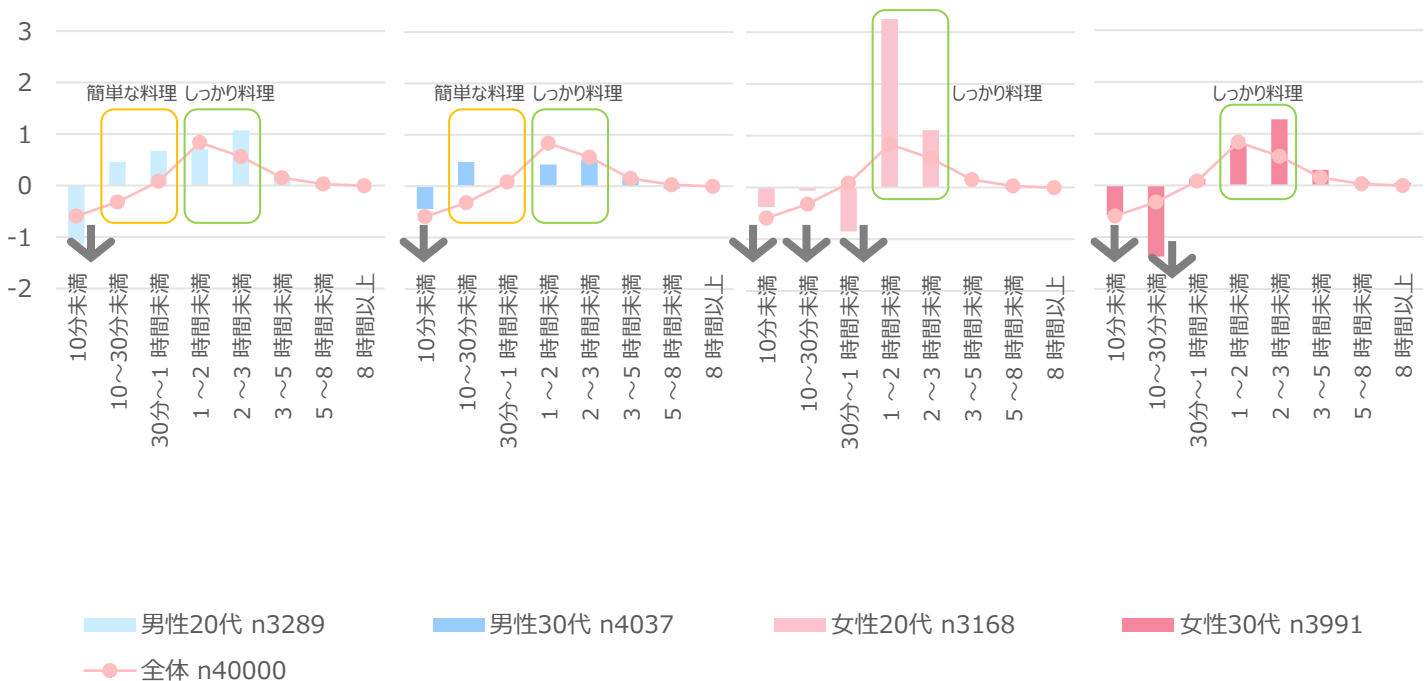
▶ ▶ ▶ 若年層20代・30代は1～3時間未満が微増、時間をかけて料理をする傾向に

- ▶ 料理頻度に変化のあった若年層（20-30代）で、平日1日トータルで、自身が料理（調理～片付けを含む）をしていた時間（コロナ前と今・比率差）を比較すると、大きな差ではないが、以下の特徴がみられる。
 - ・男性20-30代は10分未満の超短時間が減少し、10分～3時間未満までで増加の傾向。10分～30分未満で簡単な料理をする人、1時間～3時間未満でしっかり料理をする人など二つのパターンがあり、男性20代でやや顕著。
 - ・女性20-30代は、30分未満の短時間が減少し、1時間～3時間未満が増加。時間をかけて料理をする傾向か、女性20代で顕著。

Q.新型コロナウイルスの影響拡大以前、普段あなたご自身が1日のうち料理（調理～片付けを含む）をしていた時間はどのくらいでしたか。

また、現在（コロナ禍）、普段あなたご自身が1日のうち料理をしている時間はどのくらいですか。

普段の1日、自身が料理（調理～片付けを含む）をしていた時間





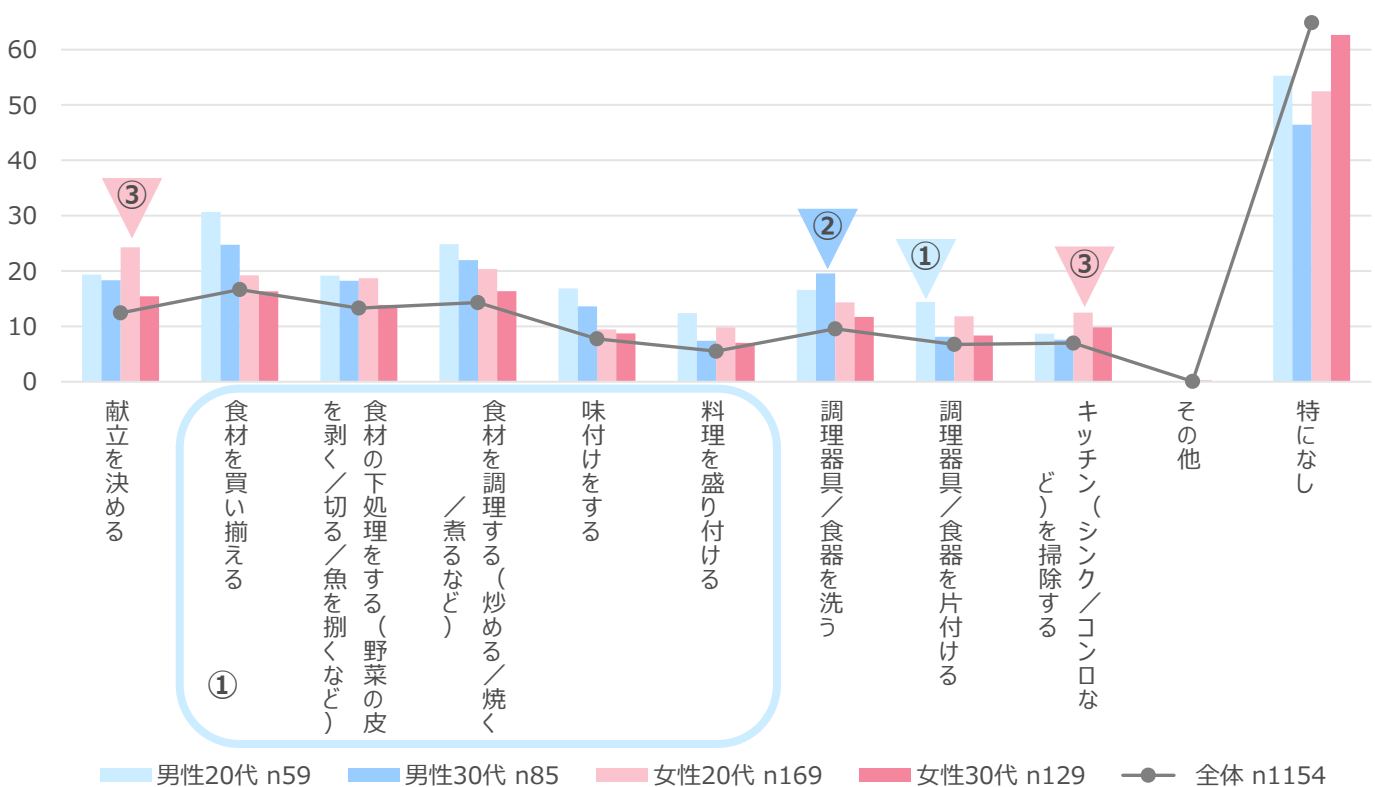
2 – 各料理工程の何に時間をかけているか

▶ ▶ ▶ 若年層の中でも異なる様子

- ▶ 料理頻度に変化のあった若年層（20-30代）で、1日トータルでかける時間が増加した工程を見ると、“特になし”が全体より低い傾向にある。
 - ・男性20代は、“食材を買い揃える”から“調理器具／食器を片付ける”の一連の調理工程で高く、自分がメインで料理をする機会が増えている様子。（※①参照）
 - ・男性30代は、“調理器具／食器を洗う”で高く、20代と比べるとサブ的な役割にとどまる人もいるのでは。（※②参照）
 - ・女性20代は、料理序盤の“献立を決める”、終盤の“キッチン（シンク／コンロなど）を掃除する”で高い。（※③参照）

Q.新型コロナウイルスの影響拡大以前と比べ、あなたが料理をする際に各調理工程にかかる時間はどのように変化しましたか。時間が増加したものについて当てはまるものをすべてお選びください。

1日トータルで、かける時間が増加した工程 (%)





3 – なぜ料理時間が増えたのか

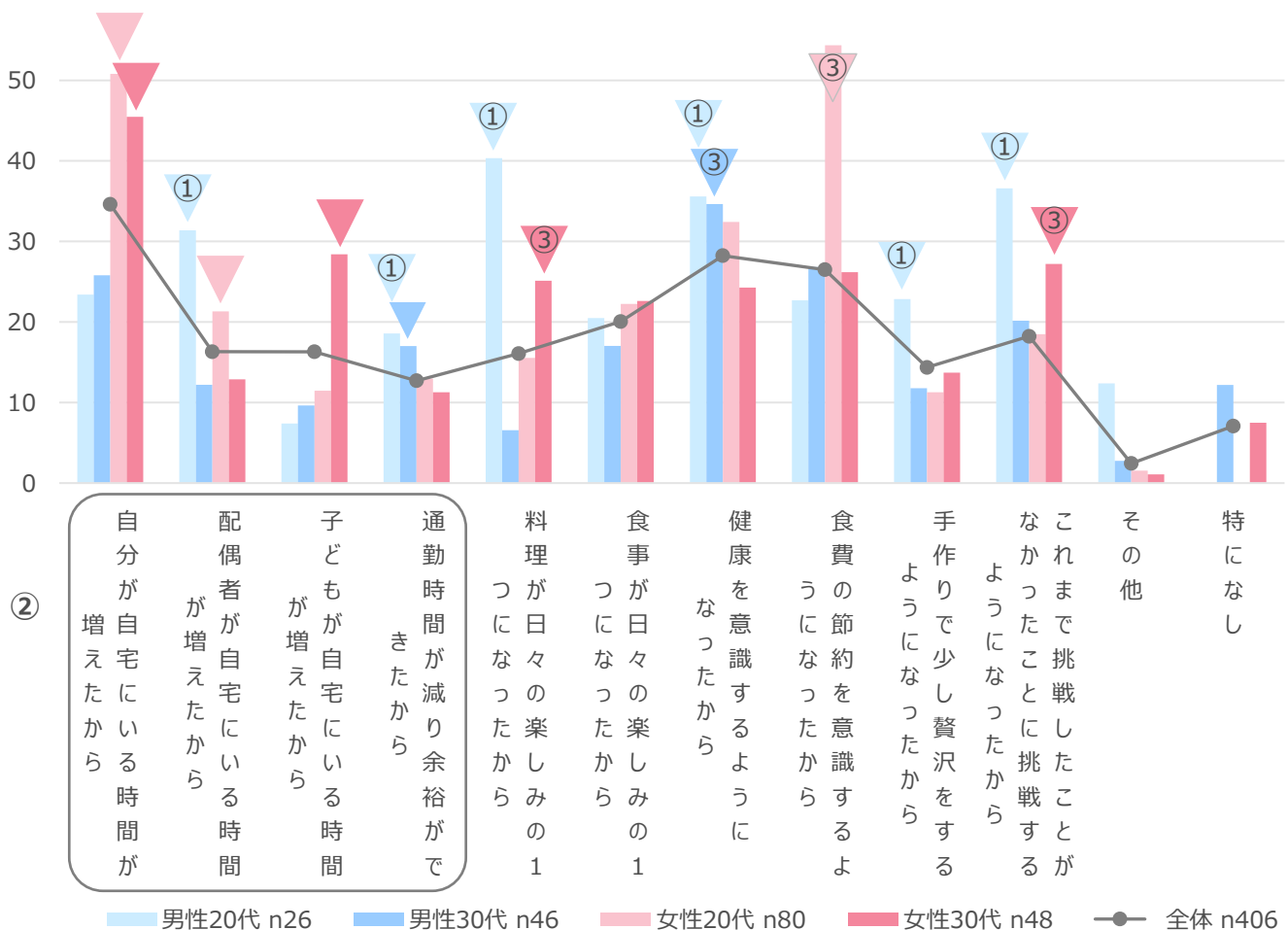
▶ ▶ ▶ 時間の余裕、でも時間を充てる料理は異なる

▶ 料理頻度に変化のあった若年層（20-30代）の時間が増加した理由にも差がみられる。

- ・男性20代は、“配偶者の自宅時間が増えた31%”“料理が日々の楽しみの1つになった40%”“これまで挑戦したことがなかったことに挑戦する37%”などが高く、自宅時間の増加から、料理で挑戦するほど楽しみになり、手作りを贅沢や健康の元ととらえるなど、料理が好イメージになっている。（※①参照）
- ・その他の若年層も、“自宅時間の増加”“通勤時間減少による余裕”は高く（※②参照）、プラス、男性30代では“健康を意識35%”、女性20代では“食費の節約54%”、女性30代では“日々の楽しみの1つ25%”“挑戦したことがなかったことに挑戦27%”が高い（※③参照）と、余裕のできた時間を充てる料理の内容は異なる。

Q.新型コロナウイルスの影響拡大以前と比べ、かける時間が増加した調理工程があると回答した方に伺います。あなたが料理をする際、調理にかかる時間が増加した理由は何ですか。

時間が増加した理由 (%)





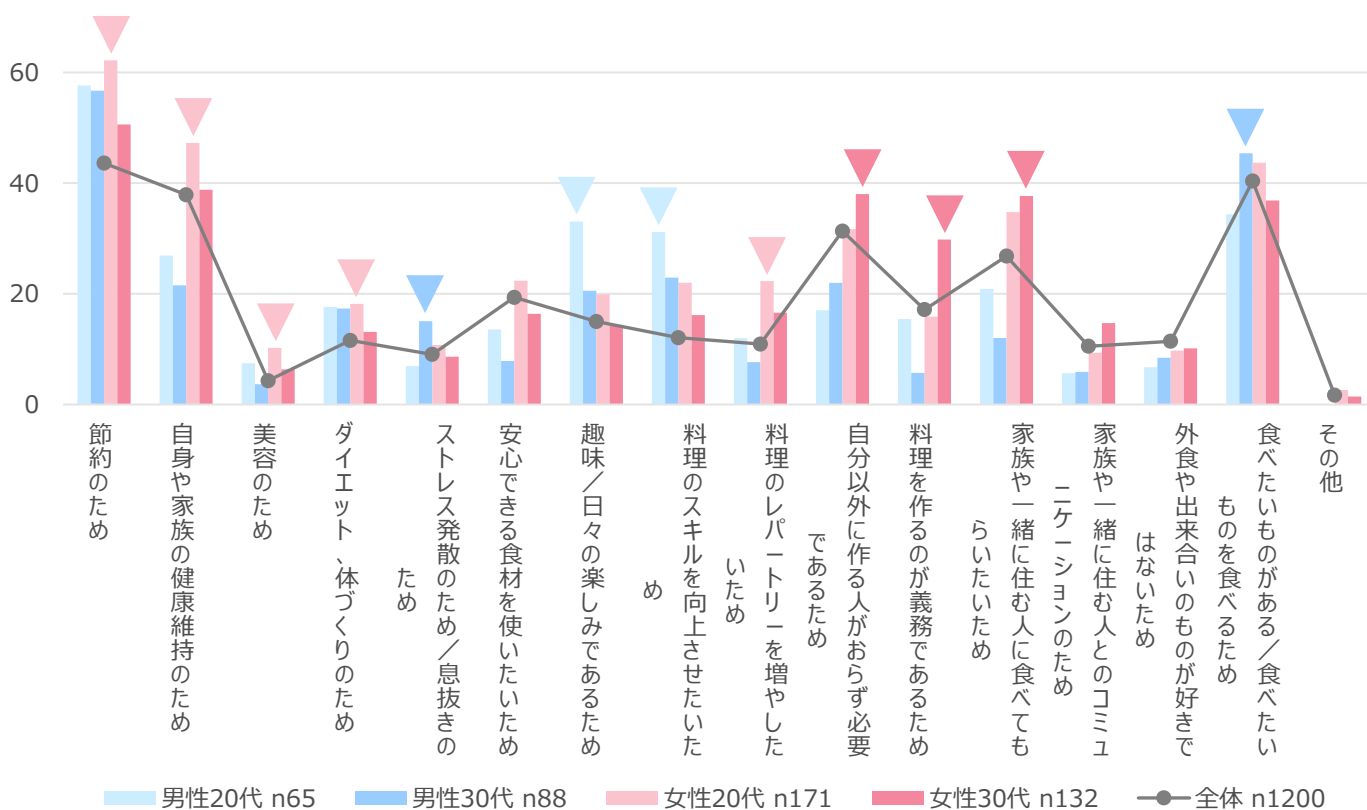
4 – 食事を手作りするモチベーションは何か

▶ ▶ ▶ 目的を持ち手作りして楽しむ20代、30代になると男女で異なる

- ▶ 料理頻度に変化のあった若年層（20-30代）で、日々の食事を手作りする際の動機を見ると、若年層も性・年代で特徴が出てくる。
 - ・男性20代は“趣味／日々の楽しみ”“料理のスキルを向上”（※ ▼ 参照）、男性30代は“ストレス発散／息抜き”“食べたいものがある／食べたいものを食べる”が高く（※ ▼ 参照）、若年男性は料理作りや食べることを楽しんでいる様子。
 - ・女性20代は“節約”“自身や家族の健康維持”“美容”“ダイエット、体づくり”“料理のレパートリーを増やす”が高く、節約のためではあるがレパートリーを増やして食事を豊かにし、美容健康への配慮も忘れないといった様子が見える。（※ ▼ 参照）
 - ・一方女性30代になると自分以外に作る人がいなかったり、家族に食べてもらうためと答えた人の比率が高く、役割への意識や家族を思う気持ちがうかがえる。（※ ▼ 参照）

Q.あなたが日々の食事を手作りする際の動機はどのようなものですか。

日々の食事を手作りする際の動機 (%)



【ポイント】

- コロナ前と今、若年層で料理をする人の比率差が増加しているのが目立つ。
- 若年層は「通勤時間が減り余裕ができた」や「家族の自宅にいる時間が増えた」ことにより料理頻度が増加に変化した。
- コロナ禍による負担増が注目されがちだが、積極的に料理をしている姿も見られる。

- コロナ前と今の料理実態

今回の調査では、コロナ前と今、どの食事機会でも“料理をする”人が増加の傾向にありました。若年層の増加が目立ち、特に昼食は顕著という結果でした。料理を全くしていなかったのにするようになったり、料理はしていたが一食分増えたりしたのでしょうか。

料理頻度に変化のあった理由としては、男性20代「配偶者の在宅時間の増加、通勤時間が減り余裕ができた」、男性30代「通勤時間が減り余裕ができた」、女性20代「自分が自宅にいる時間が増えた」、女性30代「子どもや自分が自宅にいる時間が増えた」などが多く、在宅時間が増えた結果によるものでコロナ禍の影響を感じます。

料理の様子としては、男性20代では積極的に行い、趣味／日々の楽しみとして、料理のスキルを向上させたいなどと料理作りを楽しむ姿、女性20代は在宅の時間で食費を節約しつつ、レパートリーを増やしたり美容健康に配慮したりと自身のために料理をする姿、女性30



代では家族の家時間の増加により、作らなければならない、家族のためなど負担は感じているようですが、作ることが挑戦や楽しみに繋がっている姿と、料理をする人たちの動機は様々であることがわかります。



また、男性30代は洗うなどサブ的な役割の人が多いかもかもしれませんが、料理が息抜きとなり、食べることを楽しんでいる様子もうかがえました。



負担感が注目されがちですが、それぞれが「“今”大切に思うこと」のために料理をしているようです。

- これからのクリナップ

今回の調査で改めて、使う人が“今”大切にしている気持ちを持ち続け、料理を作る時間や食べる時間を楽しめることが大切だと感じました。

キッチンからより豊かな暮らしの提供ができるよう、調査から得られた傾向も踏まえながら、今後の商品開発やお客様へのより良いサービスの提供を行ってまいります。



おいしい暮らし研究所®は、生活者の食や暮らしに関する情報の収集、調査・分析を行っているクリナップの研究部門です。

料理を作るキッチンだけではなく、作った料理を“おいしく楽しく食べられるような空間”作りも意識しながら調査を実施し、継続的にキッチン白書の充実を図ってまいります。

<本書に関するお問い合わせ先>

クリナップ株式会社 広報課 E-mail : inq@cleanup.jp

過去のキッチン白書については… <https://cleanup.jp/oikura/kitchen-hakusyo/>

※本書原稿及び記載データの無断転載を禁じます