

## 森永乳業の育児ニュース『エンゼル110番レポート第55号』発行 「結婚前の料理経験はどれくらいですか？」

———100人のお母さんに聞きました———

森永乳業株式会社(港区芝 5-33-1、社長:古川紘一)は、時代とともに変わりつつある母親像の理解に役立つことを願い、1993年4月から「エンゼル110番レポート」を発行しております。この「エンゼル110番レポート」は、育児相談窓口「エンゼル110番\*1」への相談内容から、毎回育児に関する傾向についてまとめています。

\*1「エンゼル110番」は、「子育て奮闘中のお母さんたちのために何かお役に立てることは…」と考え、1975年5月に開設した無料の育児相談窓口です。

「エンゼル110番」に寄せられる相談の中では、離乳食作りに関するものが大きな割合を占めます。相談内容からは、ママたちが料理に慣れていない様子がうかがえます。

今回は、離乳食作りに奮闘するママたちの、結婚前の料理経験はどれくらいだったのか、また、現在の食事作りはどうしているのかを探ります。

### 調査の概要

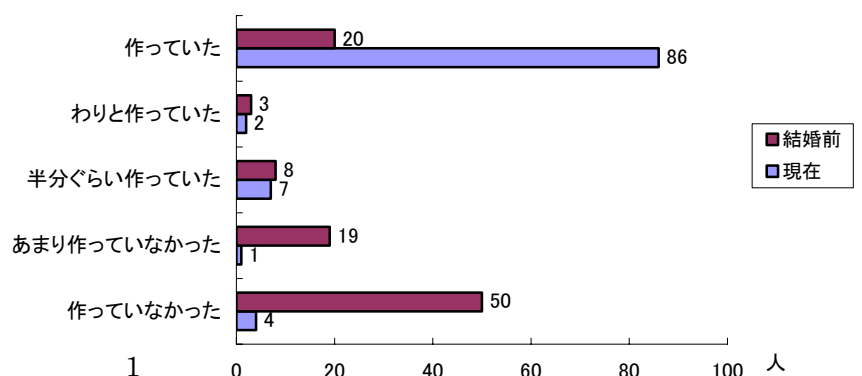
- 対象 : 「エンゼル110番」に電話をいただいた子育て中のママ100人
- 調査方法 : 電話による聞き取り調査
- 調査期間 : 平成20年6月25日～8月8日
- 対象者の属性 : 「母親の年齢」20代…25人、30代…73人、40代…2人  
「子どもの年齢」6ヵ月未満…5人、1歳未満…69人、1～2歳代…25人、  
不明…1人  
「子どもの性別」男の子…45人、女の子…55人  
「居住地」 首都圏…63人、首都圏以外…37人

### 調査内容

#### 結婚前の料理は「母親任せ」

結婚前の料理経験をたずねたところ、「作っていなかった」という人が100人中50人と半分を占め、「あまり作っていなかった」人も含めると、約7割の人が、料理経験が少な

図1 結婚前、料理は作っていましたか？  
(現在は作っていますか)



ったことがわかります(図 1)。その多くは、「実家にいたので母親任せだった」と回答。一人暮らしをしていても、「仕事が忙しくてほとんど作れなかった」という人もいました。

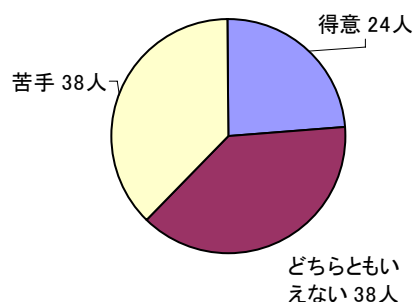
結婚後は「作っている」という人が 86 人と 9 割近くを占めています。「作っていない」と答えた人たちからは、「子育てに忙しく、大人(自分たち)が食べるものは買ってくる」「家業が忙しくて作る時間がない」などの声が聞かれ、子育て中のママにとって、食事作りは時間との戦いであることがうかがえます。

### 「料理は苦手」が多数派

「料理は得意ですか?」という質問に対しては、「苦手」と答えた人が 38 人で、「得意」と答えた 24 人を上回りました(図 2)。「どちらともいえない」と答えた 38 人のママからは「自分しかないから作るしかない」「作った方がいいと思うからやっているけど、本当は作りたくない」といった声があり、ママたちの多くが、料理を「苦手」「めんどろ」と感じていることがわかります。

また、「苦手」と答えた人たちからは「自己流なので、スパゲティや肉じゃがぐらいしか作れない」「レシピを見ないと作れない」というように、料理に不慣れな様子が伺えます。一方で、「得意」と答えた 24 人のうち 15 人は、結婚前はそれほど料理経験のなかった人たち。「包丁を握ったこともなかったけれど、やってみたら好きになった」という人もいて、必ずしも結婚前の料理経験だけに左右されるものでもなさそうです。

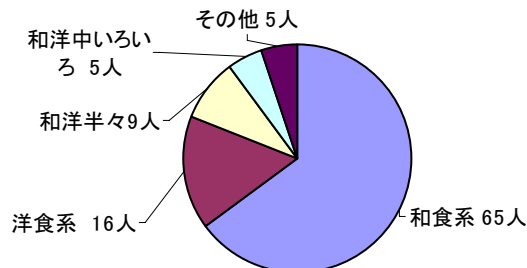
図2 料理は得意ですか?



### 「和食」は健康的で簡単

ママたちがよく作る料理は、「和食系」が 65 人と、半分以上を占めました(図 3)。「野菜がたくさんとれる」「夫のダイエットのため」など、家族の健康を気づかう声が多く聞かれました。また、「魚なら焼くだけで 1 品になる」「煮物はまとめてたくさん作れる」といった声もあり、子育てに忙しいママたちにとって、和食は手間のかからない簡単な料理と考えられているようです。

図3 よく作る料理は?





【HOT VOICE】\*アンケートにお答えいただいたお一人お一人の声を集めました。

### 『料理は自分で作っていますか』

#### ●作っている

- ・ 子どものころから料理が大好き。結婚前から自分で本を買ってきたりして作っていました。(21歳 / 1歳)
- ・ 子どもが生まれてからよく作るようになりました。離乳食も全部手作りして、日記に記録しています。(32歳 / 1歳8ヵ月)
- ・ 一人暮らしだったので、結婚前から自分で作っていたし、料理には慣れています。(23歳 / 6ヵ月)
- ・ 料理教室にも通っていて、毎日手作りしています。でも、レシピがないと作れないし、あまった素材をうまく利用できません。(34歳 / 11ヵ月)
- ・ 料理は好きじゃないけど、できあいのものは嫌なので、自分で作っています。(37歳 / 9ヵ月)

#### ●作らない・あまり作らない

- ・ 料理は苦手だし、ほとんど作らない。夫が早く帰宅するので料理当番は夫。昼食も作ってしてもらいます。(26歳 / 5ヵ月 / 育児休業中)
- ・ 子どもが生まれるまでは一生懸命作っていたけれど、今は忙しくて、子どもに食べさせるだけで精一杯。大人が食べるものは、夫が早く帰ってきたときや母が来てくれたときに作るぐらいです。(32歳 / 1歳2ヵ月)
- ・ 母親がそうしていたので、夫に出す食事は自分で作っています。夜は夫が食べないので、自分の食事は買ってきたりすることがほとんど。(31歳 / 5ヵ月)
- ・ 自営業なので時間がなくて、大人の食事はお惣菜を買って済ませることが多いです。(35歳 / 7ヵ月)
- ・ 外食はしないけど、お惣菜は買います。自分で作るときは手抜き料理です。(37歳 / 10ヵ月)

妊娠・育児相談「森永乳業エンゼル 110 番」 ☎東京(03)3405-0110、大阪(06)6365-0110

月一土、10時-14時(日曜、祝日除く)

エンゼル 110 番ホームページ<http://www.angel110.jp/>