

NEWS RELEASE

2008年9月

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

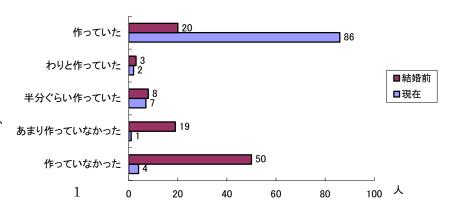
「居住地」 首都圏…63人、首都圏以外…37人

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、料理経験が少なか

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「自分しかい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」「めんどう」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。

「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2 料理は得意ですか?

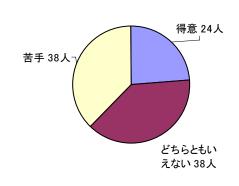
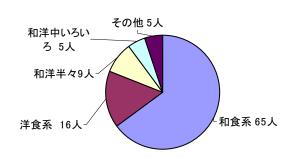


図3 よく作る料理は?



離乳食はママの手作りで

あまり料理が得意ではないママたちも、 離乳食作りは 67 人が、「離乳食は手作り 中心。ベビーフードはほとんど使わない」 と答えました(図4)。また、基本は手作り ながら、外出時やママが息抜きをしたい ときにはベビーフードにするなど、上手に 使い分けているママも少なくありません。

「ベビーフード中心」という人からは、「手作りよりベビーフードのほうがバランス

図4 離乳食作りはどうしてますか? BF中心 8人 だに時々 3人 手作りとBF 半々 22人 まで使わない 67人

がいいような気がする」「ベビーフードは月齢に応じて作ってあるので、迷わずに食べさせられる」といった声が聞かれました。

大人の食事を作る途中で料理を取り分けて離乳食を作る「取り分け」をしている人は 52 人と、約 半数。取り分けをしていない理由をたずねたところ、「まだ離乳食を始めたばかり」「まだおかゆしか食べていないので」「すりつぶさないでも食べるようになったら取り分けしたい」といった声の一方で、「どうやって取り分けをすればいいのかわからない。離乳食だけ作った方が楽」という声があり、「取り分け」は料理経験の少ないママにとっては、やや難度の高い技のようです。

まとめ

子育て真っ最中のママたちは、その多くが結婚前まで親と同居し、また一人暮らしでも仕事が忙しいといった理由から、料理経験が少ない人がほとんどです。それでも、出産後はほとんどのママが自分で食事を作っています。料理は苦手ながらも、家族の健康を気づかって和食を作り、「離乳食は子どものためにも手作りしたい」という声に代表されるように、食事にこめる家族への思いは、今も昔も変わらないと言えそうです。

【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。(3.4 歳/1.1 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。昼食も作っていってもらいます。(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、大人の食事はお総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、お総菜は買います。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」 La 東京 (03) 3405-0110、大阪(06)6365-0110 月-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/