

全国の30・40代既婚者に聞く パナソニック家事実態調査

あなたの家庭は大丈夫？ 家事をめぐる夫婦のすれ違い実態

妻のささやかな理想、夫のあと1割の家事負担増を出発点に

“家事シェア”と“週末の作り置き”で夫婦にゆとりの時間を

共働き家庭では「新・三種の神器」家電と「IoT家電」に高いニーズ

共働き夫婦への調査結果から誕生した

「30・40代夫婦のライフスタイル調査」サイトが本日オープン！



30・40代夫婦のライフスタイル調査

(<http://panasonic.jp/creative/lifestyledata/>)

10 / 18
NEW
OPEN

パナソニック株式会社は、30・40代の既婚男女2,742人を対象に、夫婦の家事分担に関する調査を行い、特に共働き夫婦に注目し、その家事の特徴をまとめました。主な調査結果は以下の通りです。

ほぼ全ての家事を担い、頑張る共働き妻。「平日の夕食作り」が特に負担

- 共働き家庭でも、家事の大半は妻の負担。共働き妻が時間が足りないと感じる家事は「平日の掃除」「平日の夕食作り」。
- 「夕食」は家事の鬼門!? 共働き妻が最も負担に感じ、最も手を抜かず、夫に任せることを諦めているのが「夕食作り・後片付け」。
- 普段の家事が目指すレベルに達していないと焦る共働き妻。「家事を頑張りすぎ」（53.7%）と自覚しているがやめられない。

家事分担をめぐる夫婦のすれ違い その原因は夫の「タフ妻幻想」?

- 共働き妻は、夫が思う以上に「夫は仕事で疲れているだろう」と思いやり、「家事を頼むのは諦めよう」といたわっている。
- 逆に共働き夫は、妻の仕事や家事の疲れを過小評価する傾向。「妻はまだ大丈夫そう」と解釈。
- 共働き夫の7割が「家事はもっと引き受けたい」と思うものの、「忙しい」「妻の家事レベルが高くて満足されない」など言い訳しがち。

共働き妻のささやかな願い。今よりあとほんの1割、夫に家事を頑張ってもらいたい

- 妻が夫に望む家事分担は5:5ではなく、今より、あと1割ぐらいがんばって欲しいだけ。妻のささやかな願い。

夫の頑張りとは勿論、家電への家事代行“家事シェア”で家事負担そのものの軽減を

- 家事負担軽減のために共働き妻が最も利用したいものNo.1は「家事を助けてくれる家電」。
- 家電が家事を代行する“家事シェア”は共働き夫婦双方が歓迎、中でもワーキングママは71.3%と歓迎度大。

新・三種の神器家電とIoT家電が 共働き家庭の救世主に

- 家事シェアに欲しい「食器洗い乾燥機」、「ロボット掃除機」、「洗濯乾燥機」は、共働きの家事をサポートする「新・三種の神器」。
- もうひとつの家電トレンド「IoT家電」。外出先から家電を操作するIoT化、共働き家庭の過半数（54.7%）が歓迎。

休日は時間をかけたい妻の意向に添い、鬼門の平日の夕食作り対策は“週末の作り置き”

- 共働き妻は休日は料理に時間をかけて楽しみたい。家事の鬼門「平日の夕食作り」の解決に、平日の料理は最低限に、休日まとめて作り置きする“週末の作り置き”を。休日に楽しみながら1週間の食材買い出し&料理を作ることで、平日もおいしい家族の食卓に。

【30・40代夫婦のライフスタイル調査】パナソニック調べ ● 調査時期：2017年4月21日（金）～4月25日（火） ● 調査方法：インターネット調査
● 調査対象：関東（1都6県）・関西（2府4県）・愛知県・福岡県・北海道・宮城県・広島県に在住の30～49歳既婚男女 計2,742人

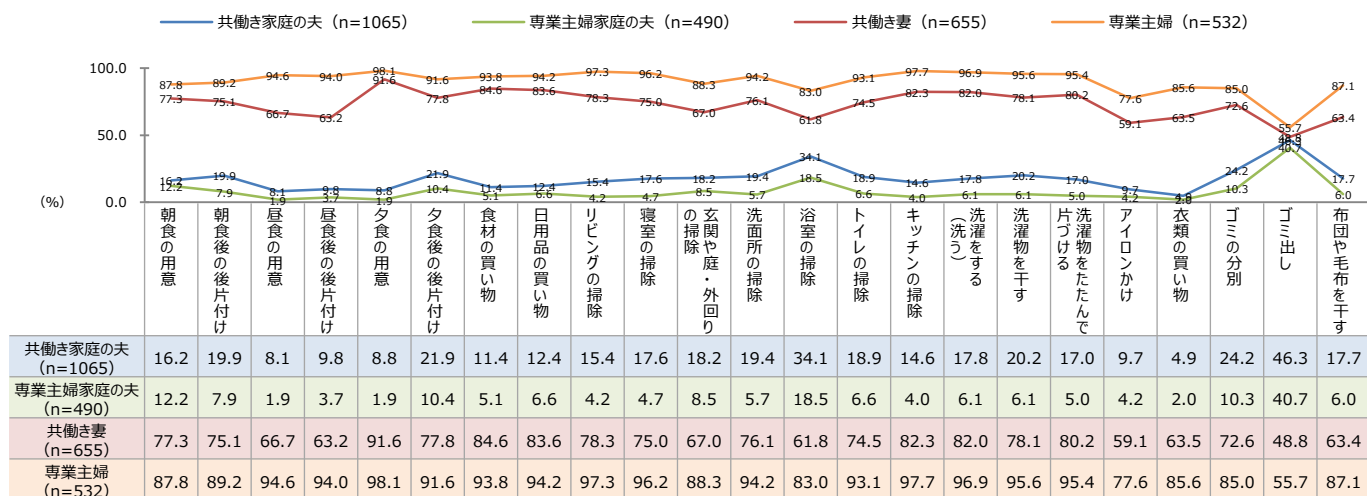
厚生労働省の統計によると、2016年の日本の共働き世帯は1,129万世帯、男性雇用者と無業の妻からなる専業主婦世帯は664万世帯となっています。共働きが主流となった今の日本、家事分担についてはどうなっているのか、30・40代の既婚男女2,742人（男性1,555人、女性1,187人）を対象に、夫婦共働き時代の家事分担の実態を探りました。

共働き家庭でも専業主婦家庭でも、家事はほとんど妻がメイン。

共働き妻にとって時間が足りない家事は、「平日の掃除」と「平日の夕食作り」。

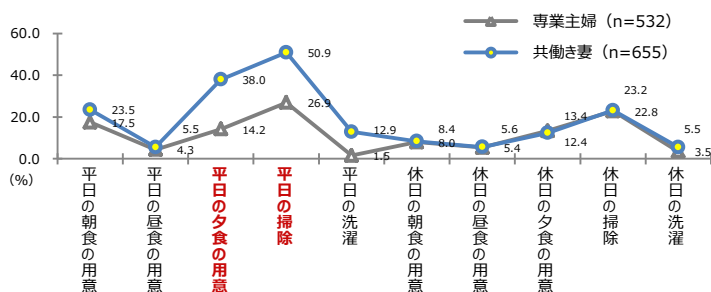
23種類の家事項目をあげ平日の家事分担を聞くと、共働き家庭でも専業主婦家庭でも、家事は妻が行うことが圧倒的に多くなっています。共働き時代になっても夫婦の家事分担は進まず、いまだに妻の負担が大きいままです [グラフ1]。

【グラフ1】 平日の家事分担の実態



家事負担の大きい妻たちに、かける時間が足りないと感じる家事を聞くと、共働き妻の方が時間が足りないと感じる割合が高く、中でも「平日の掃除」(50.9%)と「平日の夕食の用意」(38.0%)は共働き妻にとって最も時間が足りない家事となっています [グラフ2]。

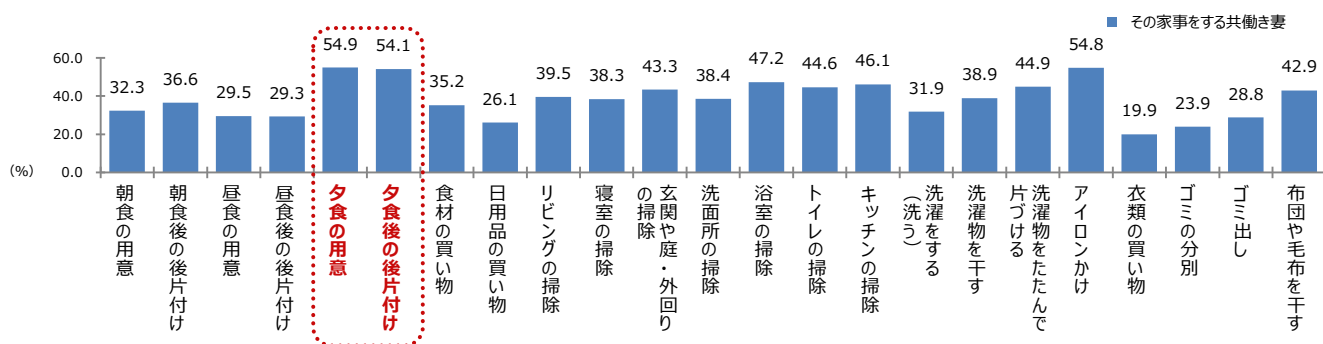
【グラフ2】 かける時間の少なさを感ずる家事



共働き妻が最も負担に感じている家事はやはり「夕食作り」。

また、共働き妻に最も負担に感じる家事をあげてもらくと、やはり「夕食の用意」(54.9%)と「夕食後の後片付け」(54.1%)が特に負担を感じられていました [グラフ3]。

【グラフ3】 共働き妻が負担に感じる家事

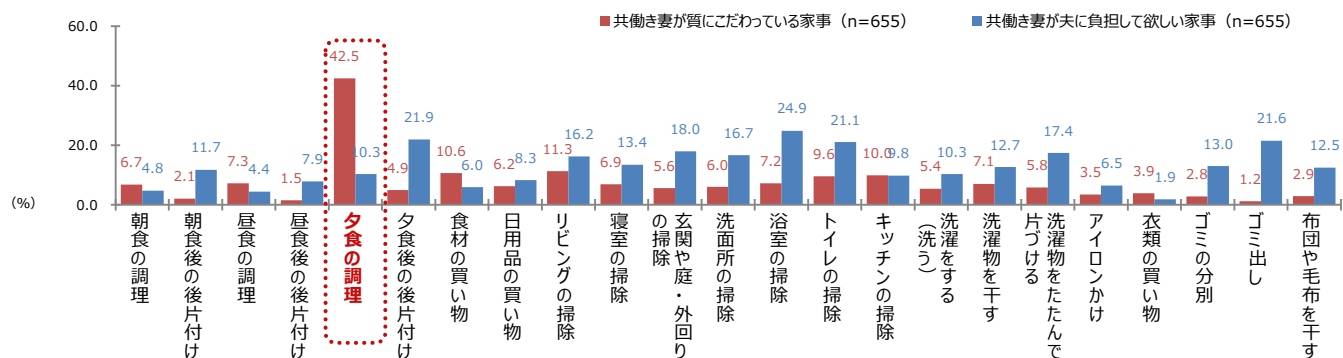


+ 共働き妻にとって鬼門の家事は「夕食」。負担に感じるも最も手を抜けず、夫に任せることを諦めている。

共働き妻が負担に感じる「夕食」ですが、彼女たちが質にこだわっている家事のトップも「夕食の調理」（42.5%）で、逆に、夫に「夕食の調理」を分担して欲しいと答えた妻はわずか10.3%でした〔グラフ4〕。

「夕食」は、共働き妻にとって最も負担に感じる家事であるとともに、最も手を抜けない家事で、夫には任せることを諦めてもいる最重要家事であることがわかります。

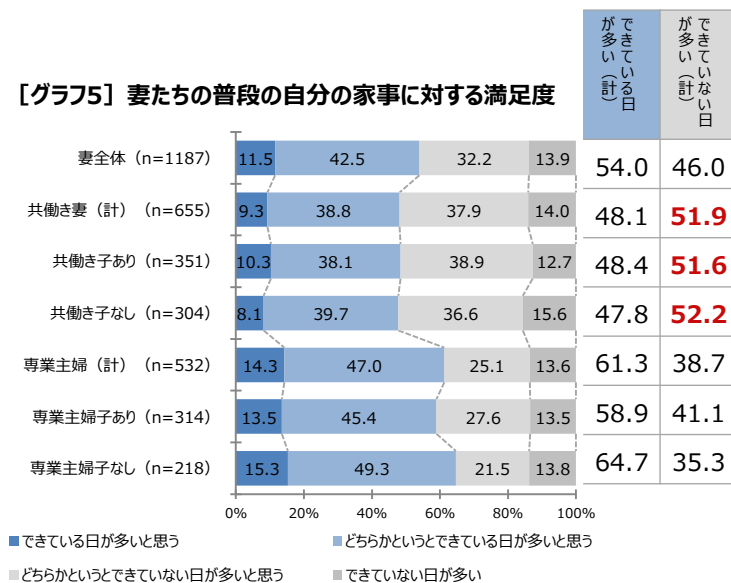
【グラフ4】 共働き妻が質にこだわっている家事、もっと夫に負担して欲しい家事



+ 共働き妻の過半数が、自分の家事へ厳しい自己評価。

家事のほとんどを担う妻たちですが、普段の家事が自分の目指すレベルまでできていると思うかと聞くと、専業主婦の6割が「できている」（61.3%）と回答しているのに対し、共働き妻の自己評価は低く、過半数の51.9%が家事を「できていない日が多い」と感じています〔グラフ5〕。

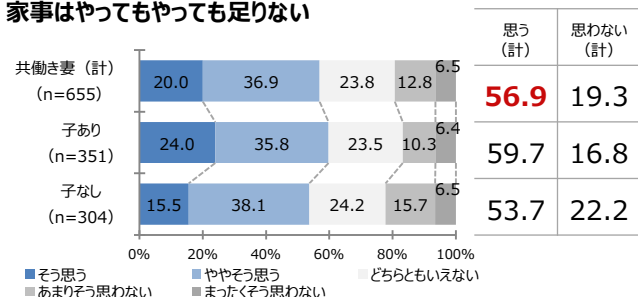
【グラフ5】 妻たちの普段の自分の家事に対する満足度



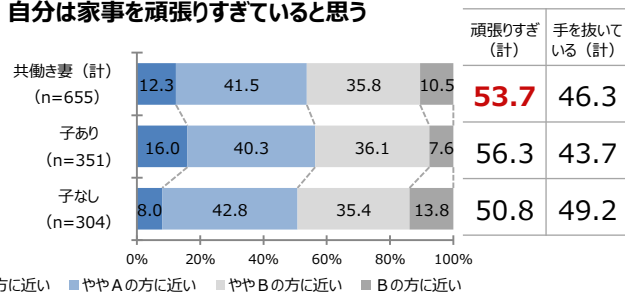
+ 共働き妻にとって、家事はやってもやっても足りないもの。自分が頑張りすぎなのも自覚している。

家事について自己評価の低い共働き妻たち。家事に対しどう思っているかを聞くと、約6割が「家事はやってもやっても足りないような気がする」（56.9%）と感じています〔グラフ6-1〕。また、「自分自身が家事を頑張りすぎている」と53.7%が感じており〔グラフ6-2〕、頑張りすぎとわかっていても、なかなか手を抜けないのが実情のようです。

【グラフ6-1】 家事はやってもやっても足りない



【グラフ6-2】 自分は家事を頑張りすぎていると思う



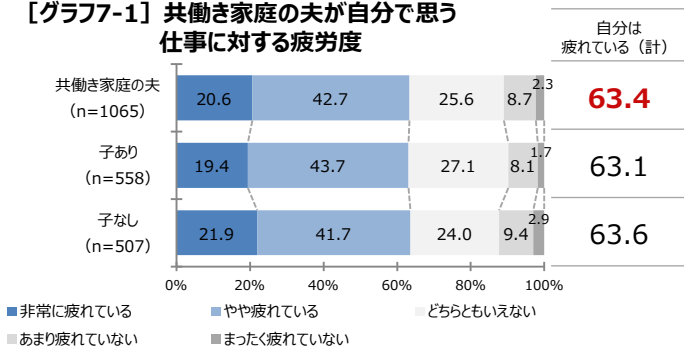
仕事の共働きは進んでも、家事の共働きはまだまだというのが実情ですが、なぜ家事の分担が進まないのでしょうか？

共働き夫婦を対象に、家事に関わるパートナーへの意識を調べてみました。

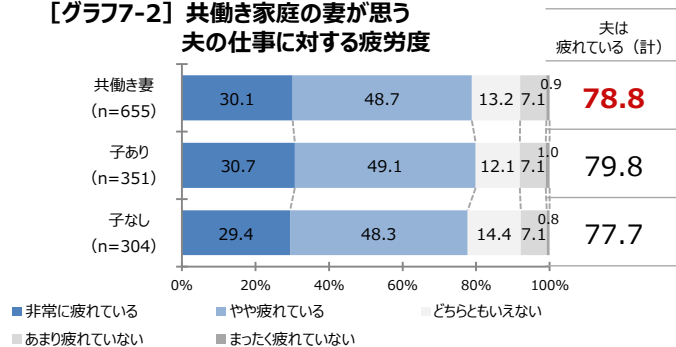
★ 夫の仕事の疲れを本人以上に気遣う妻 仕事で疲れているだろうから、家事を頼むのは諦めようと思ひやる。

まず、夫の仕事に対する疲労度を聞くと、「自分は仕事に疲れている」と思う夫は63.4%ですが [グラフ7-1]、共働き妻が「夫は仕事で疲れている」と思う割合は78.8%となり [グラフ7-2]、夫が自分で思う以上に妻は夫が仕事で疲れていると思ひやっています。「夫は仕事で疲れているだろう」から、家事を頼むのを諦めているのかもしれませんが。

【グラフ7-1】 共働き家庭の夫が自分で思う仕事に対する疲労度



【グラフ7-2】 共働き家庭の妻が思う夫の仕事に対する疲労度

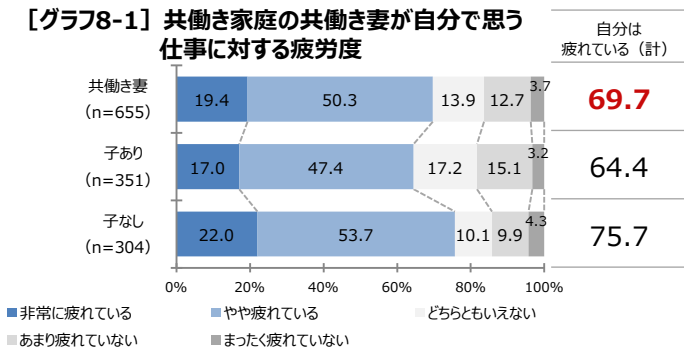


★ 妻の仕事や家事の疲れに気づかない夫 妻はまだ大丈夫そうだから、家事も任せようと甘える夫。

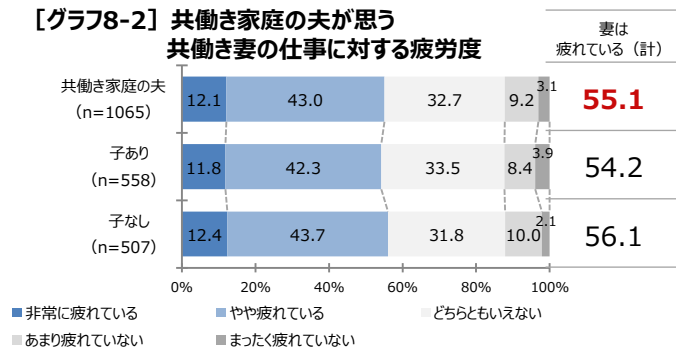
次に妻の仕事の疲労について聞くと、「自分は仕事に疲れている」と答えた共働き妻は69.7%ですが [グラフ8-1]、「妻は仕事で疲れている」と思う夫は55.1%と少なく [グラフ8-2]、夫は共働き妻のことを妻本人が思うほど疲れているとは感じていません。

家事に関しても同様で、夫は共働き妻の家事の疲れ (44.6%) を、妻が思う (61.3%) ほど疲れていると感じていません [グラフ9-1] [グラフ9-2]。夫は「妻はまだ大丈夫そう」と都合よく捉え、だから「家事も任せよう」と甘えているようです。

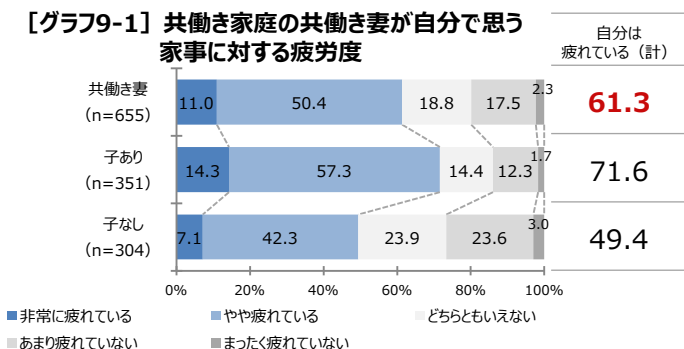
【グラフ8-1】 共働き家庭の共働き妻が自分で思う仕事に対する疲労度



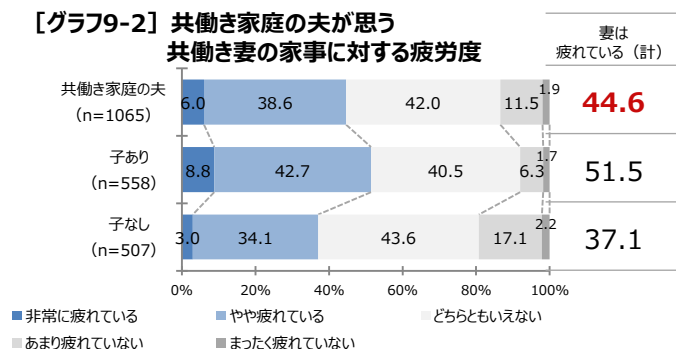
【グラフ8-2】 共働き家庭の夫が思う共働き妻の仕事に対する疲労度



【グラフ9-1】 共働き家庭の共働き妻が自分で思う家事に対する疲労度



【グラフ9-2】 共働き家庭の夫が思う共働き妻の家事に対する疲労度



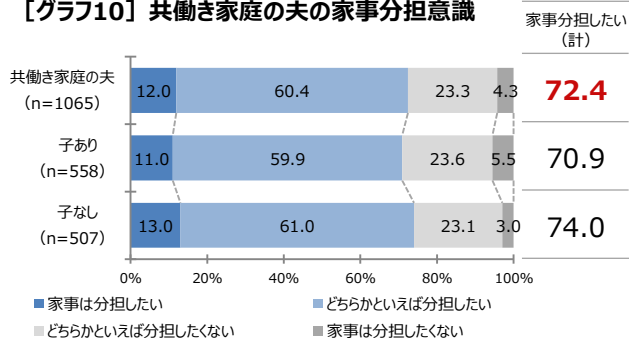
★ 夫の7割は「家事分担したい」と思っているが、忙しいし、妻は満足してくれない… と言いつづけている状態。

現状では家事分担を共働き妻任せにしている夫たちですが、家事分担の意識を聞くと、共働き妻を持つ夫の7割が「家事はもっと分担して引き受けたいと思っている」（72.4%）と答えています【グラフ10】。

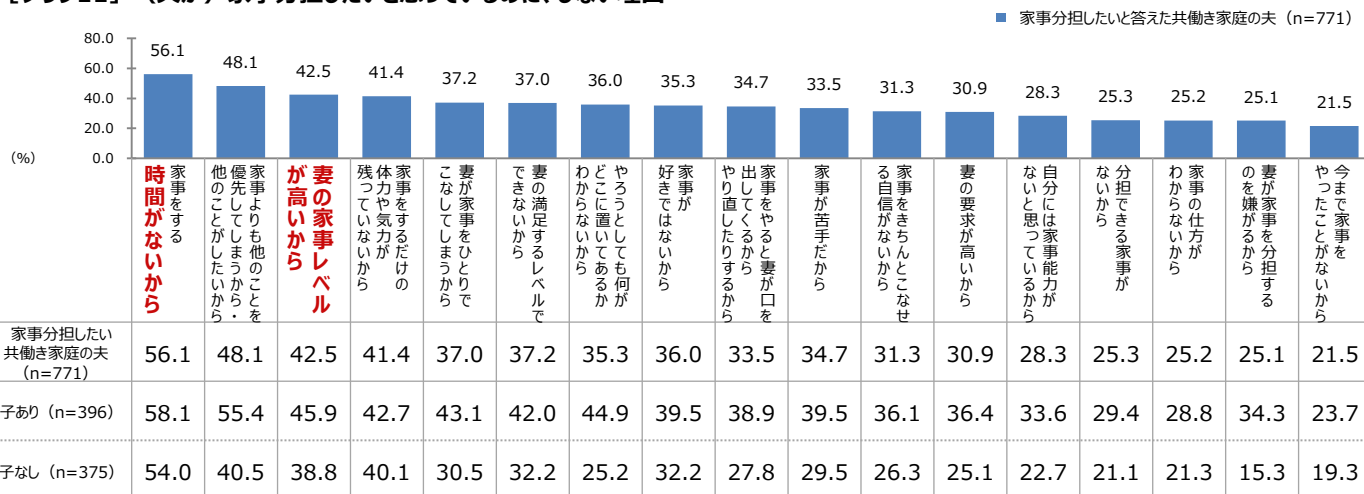
そこで、分担して引き受けたいと答えた夫（771人）に、分担したいと思っているのに分担できていない理由を聞くと、「家事をする時間がないから」（56.1%）、「家事よりも他のことを優先してしまうから・他のことがしたいから」（48.1%）、「妻の家事レベルが高いから」（42.5%）が上位にあげられました【グラフ11】。

「ホントは家事もやりたいんだけど、なにかと忙しいし、他にやりたいこともあるし、それにやってもどうせ満足してもらえないから…」という構図が目に見えます。

【グラフ10】 共働き家庭の夫の家事分担意識



【グラフ11】 (夫が) 家事分担したいと思っているのに、しない理由



★ 家事にも共働きを！

共働き妻が今望む夫との家事分担は5:5ではなく、今よりほんの1割程度がんばって欲しいだけ。

では、共働き妻たちは夫にどれくらいの家事負担を望んでいるのでしょうか？

共働き妻に自分と夫との家事負担の割合について実態と理想を聞くと、実態は妻：夫＝80.0：20.0、理想は妻：夫＝66.6：33.4となり、夫に対して望む家事負担は今より13.4ポイント増とほんの1割程度の負担であることがわかりました。妻たちは夫との家事負担に5:5を望んでいるわけではなく、今より1割程度の家事負担増を求めているに過ぎません【図1】。

【図1】 共働き妻が望む夫との家事分担の割合 現実と理想

	実態		理想		夫に望む家事負担 (理想-実態)
	自分(妻)の負担	夫の負担	自分(妻)の負担	夫の負担	
共働き妻 (n=655)	80.0	20.0	66.6	33.4	13.4
子あり (n=351)	83.0	17.0	67.4	32.6	15.6
子なし (n=304)	76.5	23.6	65.5	34.5	10.9

家事分担における共働き妻たちの願いはとてやさやかです。ご主人が今よりちょっと家事に積極的になるだけで、奥さんの笑顔がもっと増えそうです。

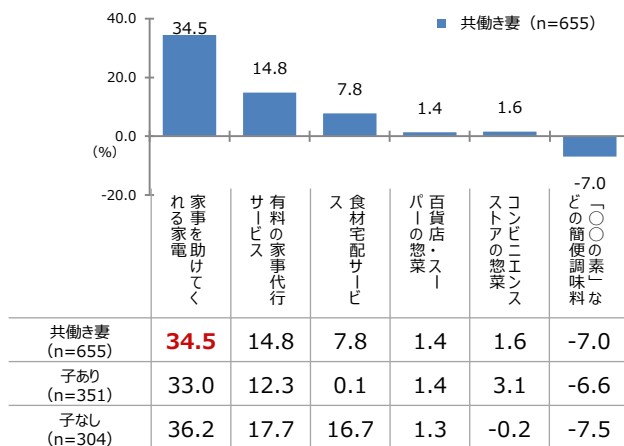
なかなか進まない家事分担。夫のあと1割程度のがんばりに期待しつつも、何か根本的な解決方法はないのでしょうか？
共働き妻の家事負担を減らす方法と、家事の鬼門である夕食について解決策を探ってみました。

＋ さまざまな家事負担軽減サービスの中で、これからもっと利用したいサービスは「家事を助けてくれる家電」の利用。

出来合いのお惣菜から有料の家事代行まで、さまざまな家事負担軽減サービスが登場しています。これらのサービスの利用意向と利用経験を聞き、その差（利用意向－利用経験）から今後もっと利用したい度合いを算出したのが【グラフ12】です。

共働き妻が家事負担軽減のためにこれからもっと利用したいと望んでいるのは、「家事を助けてくれる家電」（34.5%）の利用、つまり人ならぬ**家電への“家事シェア”**です。

【グラフ12】 共働き妻たちの家事代行サービスの利用度合い
(利用意向－利用経験)

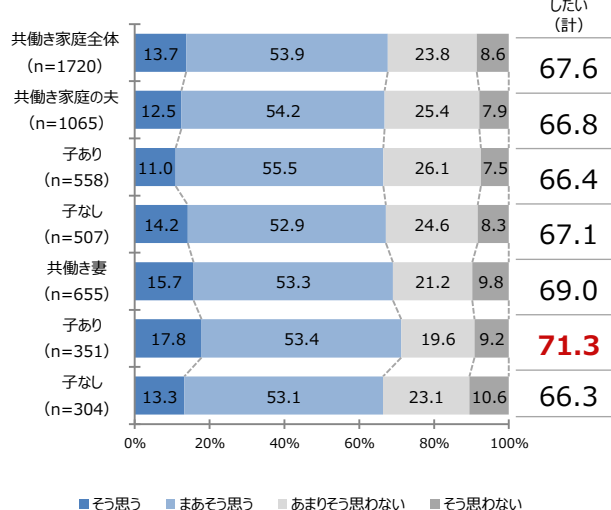


＋ 共働き妻の中でもワーキングママが特に歓迎、夫も「家電への家事代行」＝“家事シェア”を希望。

今後の利用意向が最も高い、家事を助けてくれる家電（＝家電への“家事シェア”）について、共働き家庭に改めてニーズを聞くと、夫（66.8%）も妻（69.0%）も7割近くが家電に家事を代行してほしいと答え、中でもワーキングママ（子どものいる共働き妻）の意向が71.3%と最も高くなっています【グラフ13】。

家電に家事を代行してもらう“家事シェア”は、これからの新しい家事分担スタイルになるかもしれません。

【グラフ13】 “家事シェア” 意向



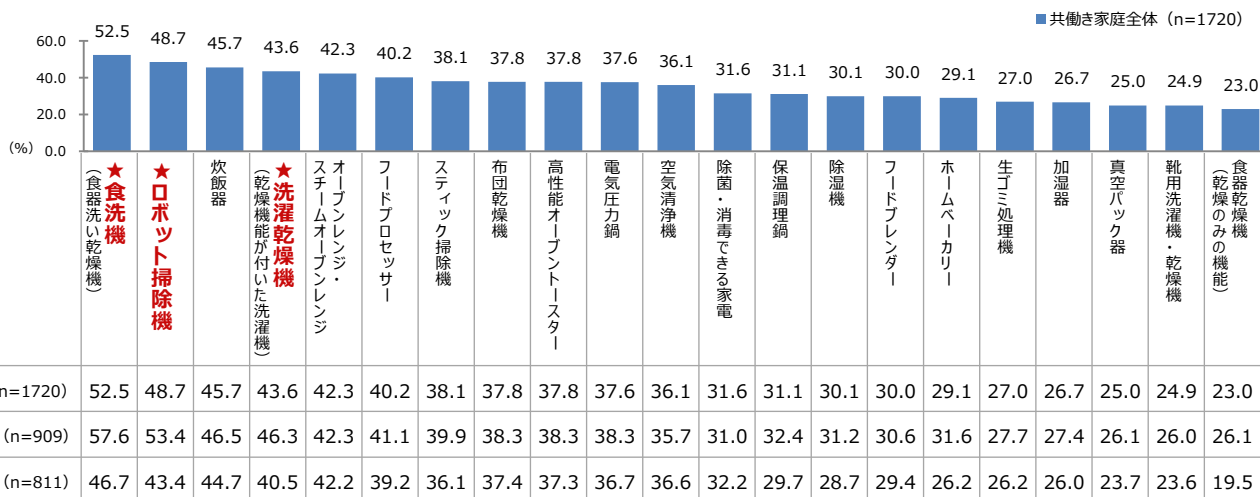
+ “家事シェア”のために欲しい家電は、「食洗機」「ロボット掃除機」「炊飯器」「洗濯乾燥機」。

共働き家庭の“新・三種の神器”になりそう。

共働き妻だけでなく夫の意向も高い家電への“家事シェア”ですが、“家事シェア”のためにどのような家電が欲しいか具体的に聞いてみました。その結果、「食洗機（食器洗い乾燥機）」（52.5%）、「ロボット掃除機」（48.7%）、「炊飯器」（45.7%）、「洗濯乾燥機」（43.6%）、「スチームオーブンレンジ」（42.3%）が上位にあげられました【グラフ14】。

1960年代、カラーテレビ、クーラー、自動車（カー）の「3C」が三種の神器として注目され急速に普及しましたが、現在の共働き家庭ではこれらが新・三種の神器となりそうです。

【グラフ14】 家事の負担を少なくする“家事シェア”のために欲しい家電



男女DEWKS (Double Employed With Kids) …共働き家庭・子どもあり / 男女DINKS (Double Income No Kids) …共働き家庭・子どもなし

★ = 共働き家庭の新・三種の神器「ロボット掃除機」「全自動洗濯乾燥機」「食器洗い乾燥機」

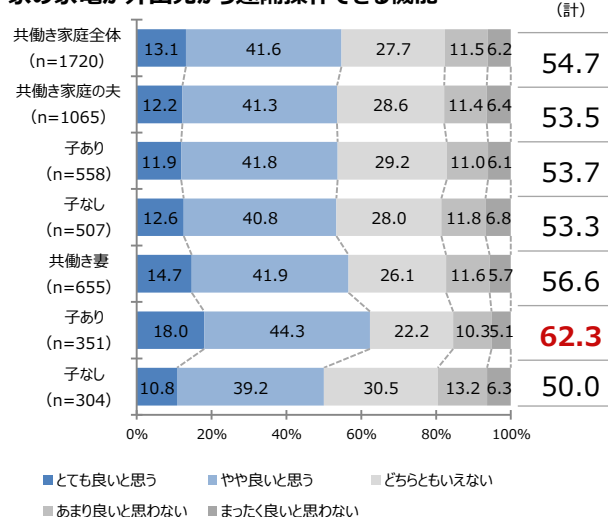
+ 外出先から家電を操作する「IoT家電」へも高いニーズ。

共働き家庭の新・三種の神器は、最新テクノロジーを駆使したのも多く、「AI（人工知能）家電」や「IoT（Internet of Thingsの略、さまざまな機器がインターネットにつながり、互いに情報交換をする）家電」と呼ばれるものが含まれます。「IoT家電」とは、スマートフォンと家電をつなぐことで、スマートフォンをリモコン代わりに外出先から家電を操作（リモート操作）できたり、家電の運転状況やデータをスマートフォンで管理できたりするものです。

そこで、家の家電を外出先から操作・状況確認できる機能について聞くと、共働き家庭の半数以上が「良い」（54.7%）と答え、ワーキングママでは62.3%と歓迎度も高くなっています【グラフ15】。

共働き家庭にとって、家事をIoT化する「IoT家電」も家事負担を軽減する欠かせないアイテムとなりそうです。

【グラフ15】 家の家電が外出先から遠隔操作できる機能



共働き家庭の家事負担を軽減する解決策② 週末の作り置き

★ 料理負担を減らしたい平日、料理をすることを楽しみたい休日。家事の鬼門「平日の夕食作り」の解決に、
平日の料理は最低限に、休日に常備菜としてまとめて作り置きする“週末の作り置き”を提案。

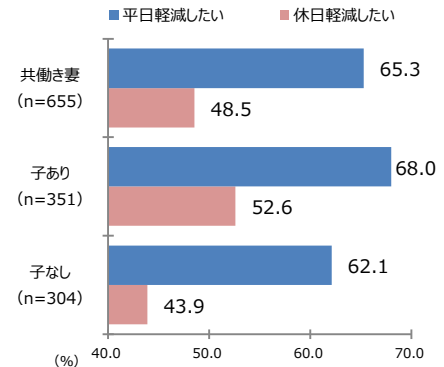
もう一つの課題である「平日の夕食作り」について、その解決策を探ってみましょう。
共働き妻を対象に料理の手間を軽減したいかを聞くと、「平日は軽減したい」(65.3%)という回答が「休日は軽減したい」(48.5%)という回答を大幅に上回りました。共働き妻は平日の料理の負担は減らしたいが、休日についてはそこまで減らそうとは考えていないようです [グラフ16]。

実際、「平日は料理の手間をできるだけ省く」と7割近く(66.2%)が回答しているのに対し、「休日は料理に時間をかけて家族で食事を楽しむ」と約半数(48.4%)が休日の料理づくりを楽しんでいます。また、「平日休日のメリハリをつける」も42.2%の人が肯定しており、単に料理の手間を省きたいのではなく、**休日はしっかり料理を楽しみたい**という意向が見て取れます [グラフ17]、[グラフ18]、[グラフ19]。

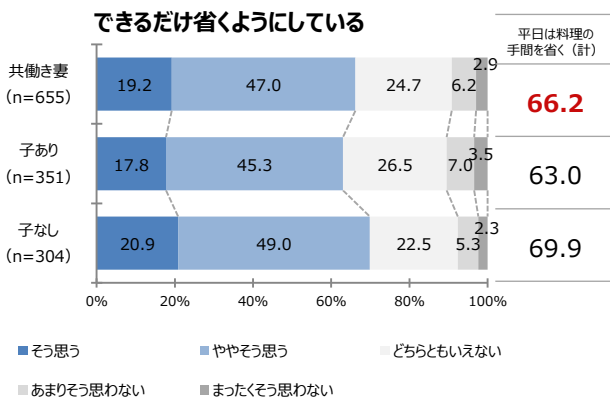
何かと忙しい平日に、負担に感じながら夕食を作るよりも、**料理が楽しめる週末に、まとめて買い物をしたり、常備菜をまとめて作る“週末の作り置き”**が、家事の鬼門「平日の夕食作り」の負担を下げることにつながりそうです。

“家事シェア”のために欲しい家電では「炊飯器」や「スチームオーブンレンジ」などの調理家電が上位にあがっていましたが、最新の調理家電を活用した“週末の作り置き”は、共働き家庭の食卓を一層豊かなものとし、おいしい1週間へとつながりそうです。

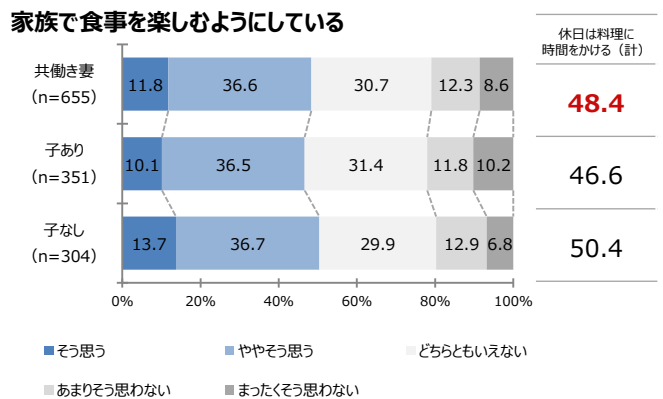
【グラフ16】料理の手間軽減の考え方



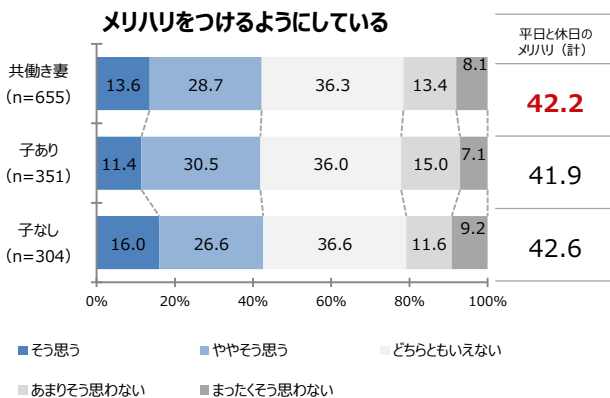
【グラフ17】平日は料理の手間を



【グラフ18】休日は、料理に時間をかけて



【グラフ19】平日は簡単、休日はしっかりと



仕事は夫婦でシェアするようになったのに、家事のシェアはまだまな日本。そんな現状を打破するのが、家電と家事をシェアする“家事シェア”と、料理が楽しめる週末にまとめて作る“週末の作り置き”です。

パナソニックでは、共働き家庭の家事負担を軽減する解決策についての具体的なヒントを紹介するサイトを開設しています。“週末の作り置き”に関して「おいしい7days」(<http://panasonic.jp/reizo/7days/>)と、「家事シェア」情報サイト(<http://panasonic.jp/wash/kajishare.html>)をオープンしています。

「家事シェア」情報サイト (<http://panasonic.jp/wash/kajishare.html>)



「家事シェア」情報サイトでは、家電と家事をシェアして、家事のわずらわしさから自由になることで、家族にゆとりをつくることを提唱しています。

本リリースでも一部を紹介している「30・40代夫婦のライフスタイル調査」の結果から、共働き家庭における家事負担の問題をとりあげ、その解決策を提案しています。

たとえば、掃除や洗濯を家電に任せて昼間は仕事に集中する、食器洗いを家電に任せて夜は家族団らんの時間をつくるなど、家事シェア家電がつくる新しいライフスタイルを提案するとともに、家事シェア家電の具体的な使い方や、家事シェアのためのうれしい機能なども紹介しています。

なお、「30・40代夫婦のライフスタイル調査」は、一部を本リリースでも紹介していますが、サイトではさらに詳細な調査結果をご覧ください。

家事シェア家電で変わるライフスタイル



家族の時間もほしいけど、仕事の時間もほしい家。

[詳しく見る](#)



「共働き」夫婦は、家事に「共疲れ」している？

[詳しく見る](#)



家事の分担割合、妻の理想は？

[詳しく見る](#)



妻は、家事をがんばりすぎている？

[詳しく見る](#)



夫は、妻の疲れを軽く見積もっている？

[詳しく見る](#)

30代～40代、夫婦の家事の実態を調査しました。



調査結果の詳細は

「30・40代のライフスタイル調査」で Check !

家事シェアのための、新・三種の神器

今回の調査では、共働き家庭の家事負担を軽減する家事シェアのための家電として、食器洗い乾燥機、ロボット掃除機、洗濯乾燥機などが新・三種の神器※1として注目されていることが明らかになりましたが、家事シェア情報サイトでは、共働き家庭の家事負担を軽減する家事シェア家電として、食器洗い乾燥機、ロボット掃除機「RULO（ルーロ）」、ななめドラム洗濯機「Cuble（キューブル）」を紹介しています。「RULO（ルーロ）」と「Cuble（キューブル）」には、共働き家庭のニーズが高いIoT機能※2も搭載しています。※1：リリース6p【グラフ14】参照 ※2：リリース6p【グラフ15】参照



●食器洗い乾燥機 NP-TH1

11月1日発売予定のNP-TH1は、庫内容量約16%アップ※3と、凹凸を抑えた新仕様の上下かごの搭載で、食器も調理器具も入れやすく使いやすくなった卓上型食器洗い乾燥機です。「残さいフィルター」も大幅に形状を見直し、ごはん粒などの残さいを庫外へ排出することができるので、毎回必要だったフィルターのお手入れを週1回程度※4に削減。これまで庫内に露出していたヒーター部を本体に内蔵し、庫内のお手入れもしやすくなりました。「洗浄力」「節水」「使い勝手」を向上させることで、家事の負担軽減によるゆとりの時間を創出します。

※3：従来品当社2016年発売NP-TR9（庫内容量43L）と新製品NP-TH1（庫内容量50L）との比較 ※4：1日2回使用を想定。残さいが残った場合は都度お手入れが必要です。

●ロボット掃除機「RULO（ルーロ）」MC-RS800

10月30日に発売予定のロボット掃除機「RULO（ルーロ）」MC-RS800は、「赤外線センサー」「超音波センサー」に加え、ロボット掃除機に新搭載の「レーザーセンサー」の3種類の障害物検知センサーと、部屋の特徴点を捉え位置を認識する「カメラセンサー」を業界で初めて※5一台に搭載し、部屋の間取りを学習しながら約2cm幅の障害物※6まで見分けて家具のキワまできめ細かく掃除します。操作はRULO専用スマートフォンアプリ※7「RULOナビ」で、簡単に行うことができ、外出先からの遠隔操作も可能です。※5：レーザーセンサー・赤外線センサー・超音波センサー・カメラセンサーを搭載した家庭用ロボット掃除機（2017年10月30日発売予定） ※6：環境や障害物の色・素材により検知しない場合があります。 ※7：Android 5.0以上、iOS9.0以上をお使いください。通信環境や、使用状況によっては、ご利用できない場合があります。「RULOナビ」アプリのサービスのご利用にはパナソニック会員サイト「CLUB Panasonic」への登録が必要です。Androidは、Google Inc.の登録商標です。

●ななめドラム洗濯機「Cuble（キューブル）」NA-VG2200L/R

11月上旬発売予定の「Cuble（キューブル） NA-VG2200L/R」（洗濯・脱水容量10kg・乾燥容量3kg）は、特徴的なキュービックフォルムと、ステンレス素材の洗練されたデザインのななめドラム洗濯機です。

界で初めて※8洗剤の最適用量を自動で計量・投入する「液体洗剤・柔軟剤自動投入」を搭載し、洗剤や柔軟剤をタンクに入れておけば、お洗濯のたびに最適用量を自動で計量して投入します。また、外出先から、スマートフォンで遠隔操作ができる「スマホで洗濯」を搭載。「スマホで洗濯」を使ったスマホ操作※9で、洗濯物を入れて遠隔ボタンを押しておけば、外出先からも運転予約の設定や運転状況の確認、終了時刻の変更、家族での操作共有が可能です。

また、「ナノイー」の約10倍※10のOHラジカルを生成する「ナノイー X」を搭載し、約1kgの衣類に付着した花粉を約1時間で制御※11する「花粉ケアコース」や、予約中・遠隔操作待機中に洗濯物を槽に入れたままでもニオイを抑える※12「選択かごモード」機能を新たに追加しています。※8：2017年10月1日発売のNA-VX9800L/R。国内全自動洗濯機において。 ※9：スマートフォンでの運転内容：「洗濯」「洗濯～乾燥」「乾燥のみ」/コース：「おまかせ」「わたし流」 ※10：「ナノイー」毎秒4,800億個と、「ナノイーX」毎秒4兆8,000億個との比較。ESR法による測定（当社調べ）。 ※11：〈「花粉ケア」によるスギ花粉の抑制の試験内容〉【試験機関】パナソニック(株)プロダクト解析センター【試験方法】ドラム内のコート表面に取り付けた花粉懸濁液付着布の花粉抑制率をELISA法にて測定【花粉抑制方法】「花粉ケア」による【対象部分】ドラム内の衣服【試験結果】コート表面90%以上。 ※12：〈「洗濯かごモード」による臭気抑制の試験内容〉【試験機関】近江オドエアーサービス(株)【試験方法】ドラム内および洗濯かご内の4.5 kg衣類中心部の布に付着させたヘキサノ酸（汗臭成分）を6段階臭気強度表示法にて比較評価【消臭方法】「洗濯かごモード」による【対象部分】ドラム内の衣類【試験結果】初期4.0、洗濯かご内放置3.4、「ナノイー」3.0。臭気抑制効果は衣類の量や種類により異なる場合があります。

週末の作り置きのためのヒントが満載「おいしい7days」(<http://panasonic.jp/reizo/7days/>)

忙しい1週間を、
もっとおいしい1週間にしよう。

忙しい平日の夜も、手料理を楽しめるようになったら、
体だけでなく心にも、栄養がゆきわたります。
仲間と家族と、いっしょにつくって味わえば、
いつもより充実した週末になります。

道具選びで食生活はもっと、ずっと、豊かになる。
おいしさがいつでも簡単に手に入る時代だからこそ、
手づくりできる幸せを大切にしてください。
平日も週末も、自分たちのリズムで過ごしながら、
手軽に手料理、ちゃんとおいしい。
これからの家族の食生活を支えたい、パナソニックです。



おいしい
7days



今回の調査では、共働き妻が時間が足りずに最も負担に感じながらも、最も質にこだわっているのが「夕食作り」※1です。しかし同じ夕食作りでも、平日と週末とでは取り組む意識が異なり、平日の料理は「軽減したい」「手間をできるだけ省きたい」※2のに対し、休日の料理は「時間をかけて家族で楽しみたい」※3とっています。

※1：リリース1p [グラフ2] [グラフ3]、2p [グラフ4] ※2：リリース7p [グラフ16] [グラフ17] ※3：リリース7p [グラフ18] 参照

この調査結果から導き出された“週末の作り置き”を提唱するサイトが、「おいしい7days」です。

「おいしい7days」では、「忙しい1週間を、もっとおいしい1週間にしよう。」をコンセプトに、平日も週末も、自分たちのリズムで過ごしなが、家族の食生活を料理が楽しめる週末に、まとめて買い物をし、常備菜をまとめて作る様子を、共働き家族の1週間を描いた動画を通じて、わかりやすく楽しく提案しています。

また、“週末の作り置き”を実践する方々の家族と食事とのおいしい関係を紹介する「あの人のおいしい7days」や、1週間がおいしく変わる「おいしい7days レシピ」も紹介しています。

おいしい7daysを実現する家電

忙しい平日を時短でおいしく、家族で過ごす週末をさらにおいしくするためのを提案を提唱する「おいしい7days」サイトでは、「週末の作り置き」を実現するために欠かせない頼れるパートナーとして、「パーシャル搭載冷蔵庫」「スチームオープンレンジ ビストロ」「ロティサリーグリル&スモーク」「ホームベーカリー」を紹介しています。



●パーシャル搭載冷蔵庫 NR-F603HPX

本体幅も使いやすさもそのままに、プラス約50L^{※1}の大容量化を実現した省スペース&大容量設計のパーシャル搭載冷蔵庫で、新開発「フラット冷却システム」と新「エコナビ」により、省エネ機能がさらに進化しています。また、週末の作り置きに役立つのが、約1週間鮮度長持ち^{※2}の「7daysパーシャル」と「Wダブルシャキシャキ野菜室」です。「7daysパーシャル」は約マイナス3℃の低温で、肉や魚などの生鮮食材や常備菜、下ごしらえした加熱前の食材を約1週間保存^{※2}でき、「Wダブルシャキシャキ野菜室」は野菜にとって最適の環境を保ち^{※3}、週末のまとめ買い&まとめて調理をおいしくサポートします。

※1：2016年度製品 NR-F552XPV（本体幅685mm、定格内容積551L）との比較 ※2：●試験依頼先（株）テクノサイエンス●試験方法：周囲温度25℃、設定温度パーシャル「中」設定とチルド設定●鮮度の対象部分：パーシャル/チルド切替室（アルミプレートあり）●対象食品 イワシー尾、包装状態 市販トレイ（5アップ）、保存日数7日間●試験結果：7日保存後のイワシのK値（初期値11.3%）チルド設定で33.7%、パーシャル設定で17.7%で、約16%抑制。●K値とは主に魚の鮮度を表す指標です。値が低いほど鮮度が良く、一般に20%以下ではお刺身などの生食が可能とされます。●対象食品 牛ミンチ、豚ミンチ、鶏ミンチ、合びきミンチ、カレー、ミートソース、肉じゃが、ひじきの煮物、きんぴらごぼう、包装状態 密閉容器、保存日数 7日間●試験結果：7日保存後の生菌数が107未満●試験番号 ミンチ肉：成績書No.16020095-001、カレー：成績書No.16020018-003、カレー以外：成績書No.16020087-001●対象食品 加熱する前の下ごしらえした食品（ハンバーグ、シューマイ、鶏肉+調味料、豚肉+調味料、ぶり+調味料）包装状態 保存用密閉袋、保存日数 7日間●試験結果：7日保存後の生菌数が107未満●試験番号 ハンバーグ：成績書No.1670642-001、シューマイ：成績書No.17020041-001、ハンバーグとシューマイ以外：成績書No.16070517-001●運転状況や食品の種類・状態や量によって、効果が異なります。●賞味期限・消費期限を延ばす効果はありません。 ※3：当社調べ。運転状況や食品の種類・状態や量、保存する前の食品の状況によって、効果が異なります。ボトルコーナーは含みません。



●スチームオープンレンジ「ビストロ」NE-BS1400

食品の温度を瞬時に精度よく測定ができる赤外線センサー「高精細・64眼スピードセンサー」を搭載。食品の温度上昇を瞬時に検知し、メニューに適した火力に自動調整できるので、ポウルに材料を入れたら、ビストロにまかせっきりで「ワンポウルパスタ」「ワンポウルシチュー」が完成。調理中にその場を離れて、別の調理や家事をすることができ、日々の時短に貢献します。また、レンジ、スチーム、ヒーターを最適に組合せた「パンのあたため」コース、調理後の熱い庫内をファンで冷ます「庫内を冷ますコース」も搭載。基本機能から焼き物・煮物・蒸し物・揚げ物などの毎日の調理まで、手軽に使えるビストロで、毎日の豊かな食生活をサポートします。



●ロティサリーグリル&スモーク NB-RDX100

休日に時間をかけて料理を作り、家族や友人たちと一緒に食事を楽しみたい、ご家庭で本格的なおもてなし料理を作りたいというご要望に応じて誕生したのが、11月上旬発売予定のロティサリーグリル&スモークです。遠近赤外線ダブル加熱と回転機構を採用した新開発「360°回転ロティサリーグリル」により、かたまり肉をじっくり丁寧に焼き上げることができます。グリル機能に加え、燻製、オープン、トースターの機能を搭載した1台4役のマルチユースで、燻製卵やスモークチーズ、ピザやトーストなど、こだわり料理から日常使いまで幅広く活用できます。また、調理中の煙を軽減する減煙機構を搭載。気になる煙を軽減するとともに、調理と同時に汚れを分解するセルフクリーニングコートで、お手入れの手間を軽減します。



●ホームベーカリー SD-MDX100

おうちでこだわりのパン作りを楽しめるホームベーカリーSD-MDX100を11月上旬より発売します。おうちでも普段のパンから本格的なパンまで、パン作りを楽しみたいというご要望にお応えして、新たにマニュアル機能を搭載。オートメニューも充実しました。新たに搭載したマニュアル機能では、「ねり」「発酵」「焼成」を単独で設定が可能^{※4}になり、作りたいパンの食感や形にあわせた細かな調整ができるので、こだわりのパン作りを楽しめるようになりました。また、おまかせ生地メニューでは「食パン生地」と「ハード生地」の2種を加え、多彩なパン生地作りができるようになりました。更に、材料を入れるだけのオートメニューでは、従来からご好評の「パン・ド・ミ」をはじめ、41種に拡充しました。※4：ひとつの工程で終了します。