

## <アンケート調査結果>

### 料理教室に通った男性にあえて聞きました 「男性が料理をすること」をどう思いますか？



#### ■調査の概要：

健康で心豊かな暮らしは、食生活から。ベターホーム協会では、男女ともに料理は必須の生活技術であると考え、男性だけの料理教室を 1991 年から開催しています。男性の受講生の数は年々増加していますが、それでも全体の 1 割強。料理を習う人は女性が圧倒的に多いというのが現状です。

高齢化や女性の社会参画推進という背景を考えると、男性が料理の技術を身につけ、家庭で料理をすることは、これからますます重要になると考えられます。そこで、これから料理を始めようという男性の参考にしていただこうと、男性の受講生の方を対象にアンケートを行い、料理を習い始めたきっかけや習ってからの変化、周囲の反応などの実態及び男性が料理をすることについての意識を調査いたしました。

■調査対象：ベターホームのお料理教室に 6 ヶ月以上通った 20 代～80 代の男性受講生 368 名

■調査時期：2016 年 11 月

■調査地域：札幌、仙台、首都圏、名古屋、京阪神、福岡

■調査方法：インターネットを利用したアンケート調査

■対象者属性：

年代	n	勤務			
		フルタイム	パート タイム	無職	不明
20～30 代	34	34	0	0	0
40～50 代	79	66	4	9	0
60～80 代	255	34	30	185	6

※回答比率（％）は、小数点以下第 2 位を四捨五入したため、単一回答でも個々の比率の合計が 100%にならないことがあります。

## ■ 調査のまとめ

### ● 料理教室に通い始めた理由は、趣味や楽しみのため。60代以上は定年退職がいちばんのきっかけに (P4～)

- ・料理は楽しそうだからやってみようという人が多数派で、「必要にせまられて」という人は1割。「必要にせまられて」という人は、子の誕生、妻の病気や死別、介護などがきっかけとなっている。
- ・将来へ備える気持ちや自立意識、健康管理意識は若い世代の方が高い。

### ● ためらいなく参加した人が7割。男性が料理教室に通うことは、特異なことではないと認識されている (P6～)

- ・気がかりな点は授業についていけるかと、女性の多い環境。

### ● 料理教室に通うと、家でも料理をするようになる。料理が上達するほか、家族への感謝の気持ちの芽生えなど副次的な変化も (P8～)

- ・家で月2～3回以上料理をする人の割合は、料理教室に通う前は31.3%だったが、通った後には83.7%に増加。「まったくしない」という人はわずか2.7%に。
- ・特に家での料理頻度が上昇したのは60代以上のシニア世代。月2～3回以上料理をする人は、23.9%から83.6%にアップ！
- ・料理の大変さを実感することで、料理を作ってくれている家族への感謝の気持ちの芽生えも。

### ● 料理はおもしろく、続けたいという人が7割超 (P11～)

- ・自分が作った料理で家族（妻、子供、孫、親）が喜ぶことに楽しさを感じ、充実感を得ている。

### ● 料理教室に通うことに周囲は好反応。特に女性から好評 (P12～)

- ・「自分の夫にも通って欲しい」といった羨望の声も。

### ● 男性も料理をやるべきという人が8割以上。40～50代は他の世代より料理をすることへのハードルが高い (P16～)

- ・「もっと積極的にやるべき (47.3%)」「あたりまえのことなのでやるべき (38.0%)」を合わせて85.3%。
- ・理由は「料理をするのに男女は関係ない」「女性も働いているので」「料理は楽しいので」など様々。
- ・一方、料理教室に通っていても、「男性は料理をやらなくてもいい」という考えの人が13%いる。
- ・40～50代は他の世代に比べて料理をすることに対して覚悟が必要な人が多い。受けてきた教育や、料理をする機会が少ない環境が影響か。

## ■ 調査結果に関する見解

### 料理はおもしろく、役立つもの。早く始めた方がお得

男性受講生の多くは、料理教室に通い始める前から料理は楽しいものだというイメージを持っていたようです。実際に通ってみての感想でも、「料理はおもしろい」と答えた人が7割を超えています。

ベターホームのお料理教室に通う男性は60代が最も多く、定年退職が料理教室に通い始めるいちばんのきっかけになっています。楽しそうだからやってみたいと考えていても何かきっかけがないと新しいことは始めにくいものですが、料理は一度身につけば一生役に立つスキルです。早くから始めるにこしたことはありません。さらに、料理教室に通うことは、周囲の人たち、特に女性から高評価のようです。

40～50代の男性が他の世代に比べて料理をすることへのハードルが高いという結果も受け、定年退職まで待たずとも、ひとり暮らしを始める時・就職・結婚・子供の誕生などのライフイベントをきっかけとして料理を始める男性が増えるよう、ベターホーム協会でも取り組んでいきたいと考えます。

### 料理の大変さを実感した男性たちは感謝の心を持つようになり、それが行動にあらわれる

料理教室に通った男性は、家でも料理をするようになっていました。料理を作ることによって家族に喜ばれるうれしさを知った男性たちのいきいきとした様子が、たくさんのコメントから伝わってきました。また、料理教室に通って料理が上達したという以外にも、料理の大変さがわかり、家族への感謝の気持ちが芽生えたといった、副次的な変化もありました。家事に協力しない男性は、家事の大変さがわからないという点はその理由のひとつであると考えられます。実際に体験してみて初めて理解し、感謝の心を持ち、自分でもできることをしようという思考になる男性は少なくないようです。

### 料理するのに性別は関係ない。男性も料理をすることは社会的要請である

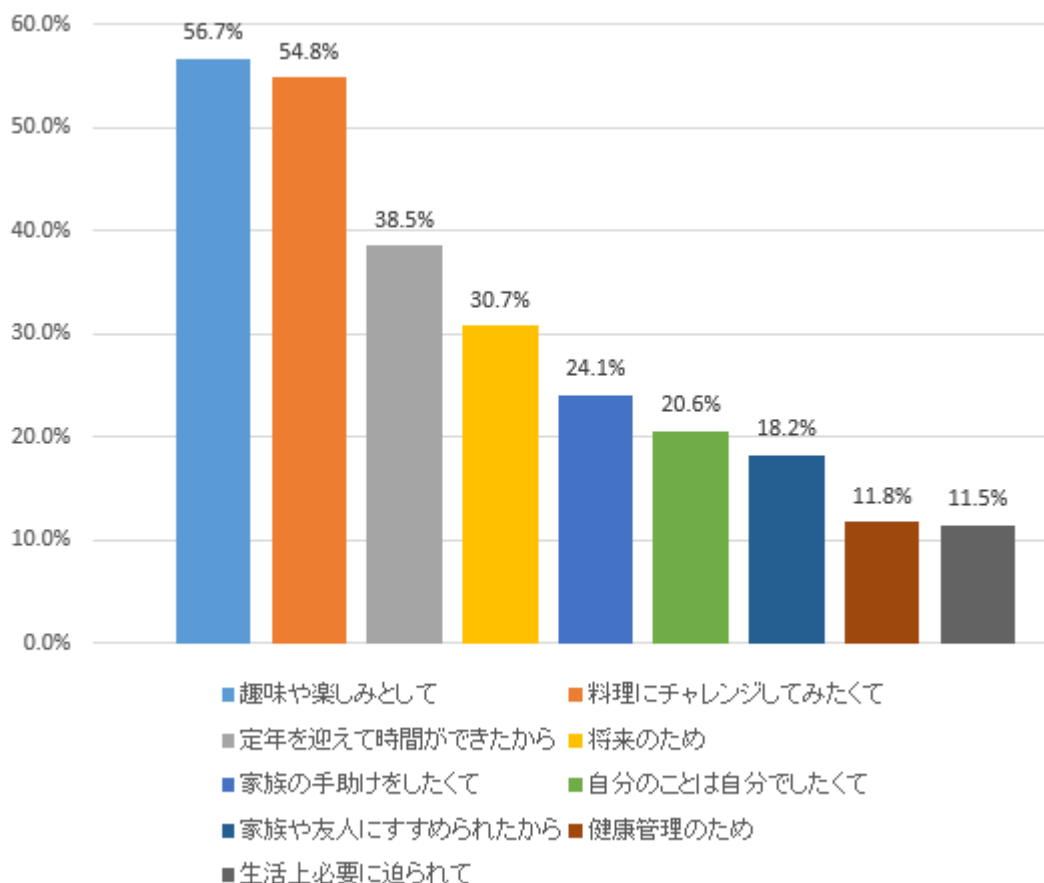
料理教室に通った男性たちの多くは、男性が料理をすることに肯定的であり、前向きです。料理するのに性別は関係ないという考えを持っていたり、社会や環境の変化で男性が料理をすることが求められていることを実感している男性は多いと感じさせられました。

「男性は料理をやらなくてもいい」という考え方の人もいますが、今現在料理をする必要性を感じなくても、生活環境の変化などで、必要に迫られる可能性が誰にでもあります。料理はある程度経験を積むことで、上達していくものです。いざという時ではなく、前もって準備をしている必要があります。

また、高齢化や女性の社会参画推進といった社会状況を考えると、今後、男性の家事への参加がますます求められるでしょう。その中でも料理は、実際に体験した男性の多くが「おもしろい」と感じているものですので、ぜひチャレンジしていただきたいと思います。

ひとりの人間として自立して生きていくためにも、また、家族を思いやり支えあっていくためにも、料理をする男性が今後ますます増えることを期待します。

## Q1.あなたが料理教室を受講したのはなぜですか？（複数回答）



	趣味や楽しみとして	料理にチャレンジしてみたくて	定年を迎えて時間ができたから	将来のため	家族の手助けをしたくて	自分のことは自分でしたくて	家族や友人にすすめられたから	健康管理のため	生活上必要に迫られて
総合 n=368	56.7%	54.8%	38.5%	30.7%	24.1%	20.6%	18.2%	11.8%	11.5%
20~30代 n=34	64.7%	61.8%	0.0%	44.1%	32.4%	26.5%	14.7%	17.6%	17.6%
40~50代 n=79	62.0%	59.5%	0.0%	39.2%	19.0%	22.8%	16.5%	16.5%	11.4%
60~80代 n=255	54.5%	52.9%	55.7%	27.1%	24.7%	19.6%	19.6%	9.4%	11.0%

### ●趣味や楽しむ目的で始める人が多い。「必要に迫られて」という人は1割強程度

料理教室を受講したのはなぜか尋ねたところ、最も多かったのが「趣味や楽しみとして」。生活のために必要なもの・やらなければいけないものというより、余暇などに楽しみとして行うものとして、教室に通い始めた人が多かった。

「生活上必要に迫られて」という人は1割程度と多くない。「昨年娘が生まれて料理をせざるを得なくなったため（30代）」「妻が急死し、老人介護を担ったため（60代）」「妻が病気で長期入院していたので自分でやらなくてはならなくなった（70代）」というように、子の誕生・妻の病気や死別、介護などがきっかけとなっている。

● 60 代以上には定年退職で時間ができたことがいちばんのきっかけになっている

● 将来へ備える気持ちや自立意識、健康管理の意識を持つ人の割合は、若い世代の方が高い

「将来のため」「自分のことは自分でしたくて」「健康のため」と答えた人の割合は、20～30 代が最も高く、60～80 代が最も低かった。一般的に若い世代の方が独身者や共働きの世代が多いため、料理は生活のために必要なものだという意識を持ち、自分のことを自分で行う必要性を感じている人の割合が高いのだろうか。

コメント（自由記述）

● 20～30 代

- ・料理ができなかったのでチャレンジしようと思ったから（30 代）
- ・料理が出来る喜びを体感したかったから（30 代）
- ・動機は、バーベキューなどの下拵えなどで、協力できる範囲を広げたかった（30 代）
- ・釣り仲間に勧められて（30 代）
- ・昨年娘が生まれて料理をせざるを得なくなったため（30 代）
- ・1 人暮らしなので（30 代）

● 40～50 代

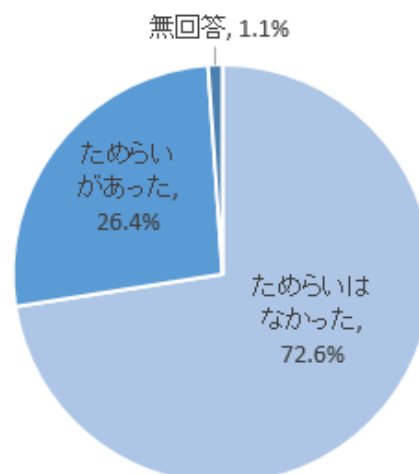
- ・外食やコンビニの総菜に飽きて（40 代）
- ・趣味が食べ歩きでして、それが発展しお世話になっております（40 代）
- ・妻からの勧めで（40 代）
- ・転職（介護職）して、仕事柄必要になり（40 代）
- ・手近だが全く未知の分野の体験がしたかった（50 代）
- ・将来自分のことは自分でできるようにするため（50 代）

● 60～80 代

- ・定年を前に、定年後に自分のすべきことを考えたら、料理が一番必要と思った（60 代）
- ・退職し、最低昼食ぐらいは自分で作る必要があると思った（60 代）
- ・退職で時間ができ、時間の有効活用を図るため（70 代）
- ・今まで食事は妻の世話になっていたので少しばかりの恩返しのため（60 代）
- ・将来 1 人になった時のため（60 代）
- ・ボケ防止と、1 人でも生きて行ける様にしたいため（60 代）
- ・妻に説得された（60 代）
- ・家内が病で倒れた際何もできず、家内だけではなく自分自身も困ってしまったから（60 代）
- ・妻が病気で長期入院していたので自分でやらなくてはならなくなった（70 代）
- ・料理上手の妻が他界して、おいしい料理が食べられなくなったから（60 代）
- ・妻が急死し、老人介護を担ったため（60 代）
- ・毎年正月に帰省して来る子供や孫達の食事の世話に、数年前より妻が負担を訴えるようになったので、私も手助けしないと一家集合の楽しみが消滅する危機感を感じたから（70 代）
- ・母が高齢で食事の準備が出来なくなり私がやらないといけなくなったため（60 代）
- ・月に 1 回くらいは都心へ出かけるのも刺激になって良いかなと思って（60 代）
- ・これからは男性でも料理が必要になると思った（70 代）
- ・娘が誕生日のプレゼントとして申し込んでくれた（70 代）
- ・趣味と実益を兼ね、老化防止期待も（80 代）

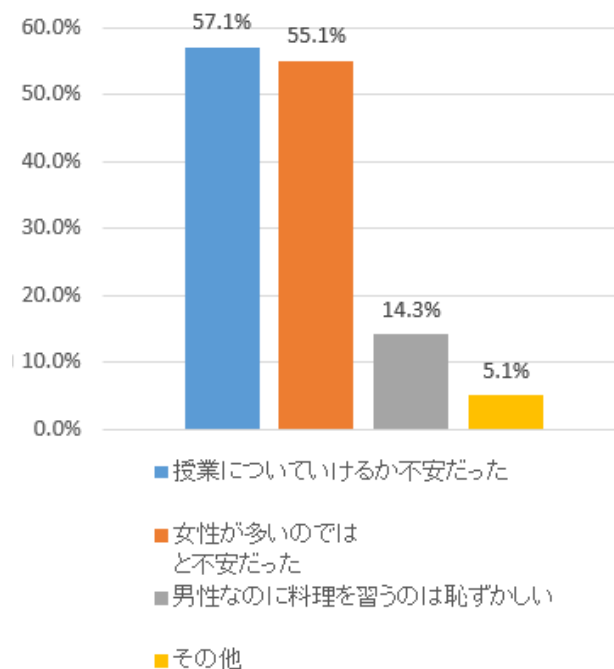
## Q 2\_1.料理教室に参加するのにためらいはありましたか？（単一回答）

	ためらいは なかった	ためらいが あった	無回答
総合 n=368	72.6%	26.4%	1.1%
20~30代 n=34	70.6%	29.4%	0.0%
40~50代 n=79	54.4%	44.3%	1.3%
60~80代 n=255	78.4%	20.4%	1.2%



## Q 2\_2. Q 2\_1 で「ためらいがあった」という方、何が気がかりでしたか？（複数回答）

	授業について いけるか	女性が多いのでは	男性なのに料理を 習うのは恥ずかしい	その他
総合 n=98	57.1%	55.1%	14.3%	5.1%
20~30代 n=10 (参考値)	90.0%	40.0%	10.0%	0.0%
40~50代 n=35	45.7%	54.3%	22.9%	5.7%
60代以上 n=52	59.6%	59.6%	9.6%	5.8%



※20代~30代は対象数が少ないため参考値

【「その他」を選んだ方の気がかりだったこと（自由記述欄より）】

- ・自分の想像範囲を超えていた。(60代)
- ・年齢が気がかりだった。(70代)

### ● 7割以上がためらいなく参加。気がかりな点は自分の料理スキルと女性の多い環境

「ためらいがあった」という人は 26.4%。7割以上の男性はためらいなく、気軽に料理教室に参加している人が多いことがわかる。気がかりだった点は、「授業についていけるか」と「女性が多いのでは」という回答が多く、「男性なのに料理を習うのは恥ずかしい」と答えた人は少数だった。

### ● 40~50代は4割以上がためらいあり。「料理は女性がするもの」という考えの人も、他の世代より目立つ

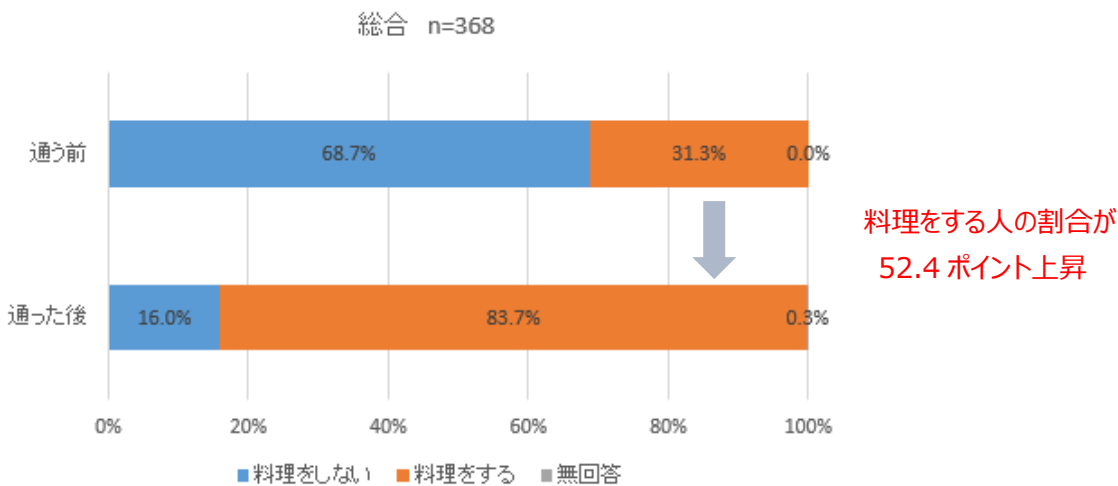
ただし40~50代では「ためらいがあった」という人は44.3%。20~30代は29.4%、60代以上が20.4%なのに対して高い割合。また、気がかりだった点として「男性なのに料理を習うのは恥ずかしい」と答えた人は少数派ではあるが、他の世代よりも割合が高かった。

### Q 3 .料理教室に通う前と現在（通った後） の家での料理頻度は？

(単一回答)

		まったく しない	ほとん どしな い	2、 3 回 に	1、 1 週 間 に 2 回	3、 1 週 間 に 4 回	ほ ぼ 毎 日	無 回 答
総合 n=368	通う前	28.5%	40.2%	11.7%	9.0%	3.8%	6.8%	0.0%
	通った後	2.7% (↓5.8)	13.3% (↓26.9)	30.2% (↑18.5)	22.6% (↑13.6)	14.9% (↑11.1)	16.0% (↑9.2)	0.3% (↑0.3%)
20~30代 n=34	通う前	23.5%	29.4%	11.8%	11.8%	8.8%	14.7%	0.0%
	通った後	0.0% (↓23.5)	11.8% (↓17.6)	23.5% (↑11.7)	20.6% (↑8.8)	26.5% (↑17.7)	14.7% (→)	2.9% (↑2.9%)
40~50代 n=79	通う前	27.8%	24.1%	17.7%	15.2%	7.6%	7.6%	0.0%
	通った後	1.3% (↓26.5)	15.2% (↓8.9)	20.3% (↑2.6)	27.8% (↑12.6)	20.3% (↑12.7)	15.2% (↑7.6)	0.0%
60代以上 n=255	通う前	29.4%	46.7%	9.8%	6.7%	2.0%	5.5%	0.0%
	通った後	3.5% (↓25.9)	12.9% (↓33.8)	34.1% (↑24.3)	21.2% (↑14.5)	11.8% (↑9.8)	16.5% (↑11.0)	0.0%

「まったく料理をしない」+「ほとんどしない」=「料理をしない」/月に2、3回以上料理をする=「料理をする」と、まとめると・・・



		料理を しない	料理を する	無 回 答
総合 n=368	通う前	68.7%	31.3%	0.0%
	通った後	16.0% (↓52.7)	83.7% (↑52.4)	0.3% (↑0.3%)
20~30代 n=34	通う前	52.9%	47.1%	0.0%
	通った後	11.8% (↓41.1)	85.3% (↑38.2)	2.9% (↑2.9%)
40~50代 n=79	通う前	51.9%	48.1%	0.0%
	通った後	16.5% (↓35.4)	83.5% (↑35.4)	0.0%
60代以上 n=255	通う前	76.1%	23.9%	0.0%
	通った後	16.4% (↓59.7)	83.6% (↑59.7)	0.0%

### ●料理教室に通うと、家でも料理をするようになる。特に60代以上は著しい変化

料理教室に通う前と調査時（6ヵ月以上通った後）それぞれで、家での料理頻度の変化を聞いた。

「まったく料理をしない」と「ほとんどしない」と回答した人を「料理をしない」、月に2～3回以上料理をする人を「料理をする」とまとめると、料理教室に通う前は料理をする人は31.3%だったが、通った後では83.7%と52.4ポイント上昇した。特に60代は、料理教室に通う前は料理をする人は23.9%だったが、通った後は83.6%の人が料理をするようになり、59.7ポイント上昇した。

なお、「まったく料理をしない」という人はわずか2.7%に減少した。

### ●家族への感謝の心の芽生え、興味や関心の幅の拡大、新しい人間関係の構築など副次的な変化も

後述のコメント（自由記述）では、料理をするようになったことや料理が上達したという点以外にも、料理を作ってくれる家族に対する感謝の気持ちの芽生えや、食まわりのことに対する興味や関心の拡大、料理教室での新たな人間関係の構築など、様々な変化がみられた。

### 料理教室に参加しての変化：コメント（自由記述）

#### ●家で料理をするようになった

- ・休日の過ごし方が変わった（20代）
- ・土日は少なくとも一度は料理するようになった（30代）
- ・教室で実習しただけではもったいなく思い、休日には復習を兼ねて料理を楽しむようになった。まさか自宅で計量スプーンとカップを買いそろえて料理をするなんて一年前では考えられなかった（40代）
- ・積極的に買い出しや料理をするようになった。妻も息子も私の変わりように驚いている（50代）
- ・教わった献立の復習を兼ねて、月に一度は家庭で料理をするようになった（50代）
- ・奥さんが忙しい時や出かけて帰りが遅い時には自分で料理するようになった。結構楽しくやっている（60代）
- ・今までは作れるけど作らないという態度だったのが、習った料理は作ってみようという行動が起きた（60代）
- ・男子厨房に入るべからずから多少進化した（60代）
- ・今では昼ごはんは、私が担当しています（60代）
- ・妻が遅く帰宅する場合に夕食当番を指名されることが増えている。妻からの「私が先に逝ったらどうするの」という命題に少しは答えている？（70代）
- ・料理教室に通うようになってから4年になるが、最近は大抵一日おきに家族4人分の夕食を作っている（70代）

#### ●料理が上達した、レパートリーが増えた

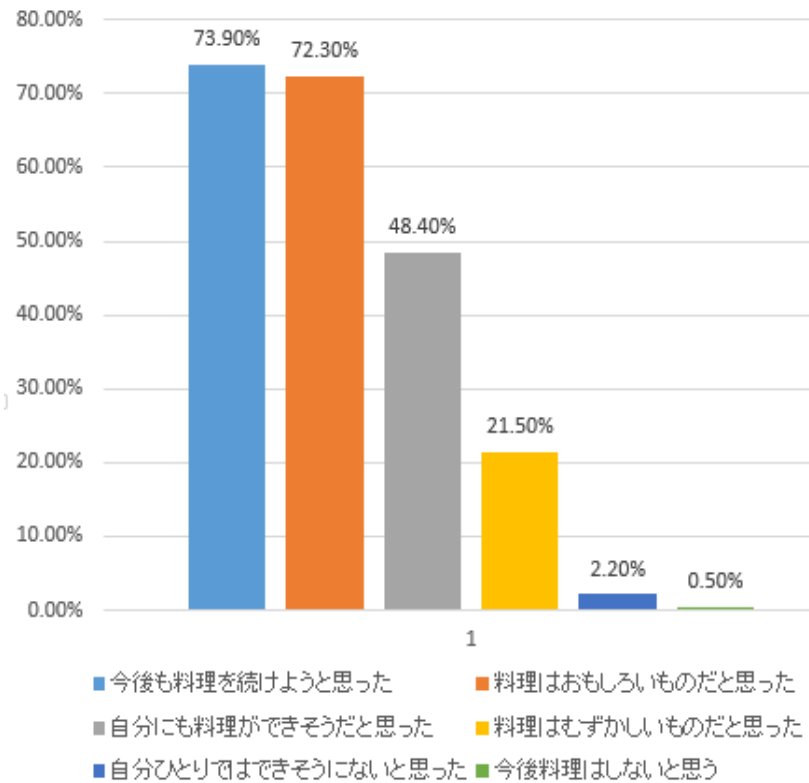
- ・冷蔵庫の材料で献立が決められるようになってきた（30代）
- ・要領がよくなったと言われた（30代）
- ・レパートリーが増えたので、料理が楽しくなった（40代）
- ・毎回の料理だけでなく、食材の使いまわしなど、一週間単位で献立を考えるようになった（50代）
- ・手際よく料理ができるようになった（50代）
- ・ラーメンを作るときにも今まではせいぜい卵を入れるくらいだったものが、野菜を刻んで加えるようになった（60代）
- ・料理を作るときの段取りがだんだんよくなった。2人分の材料の量などが、大抵わかるようになった（60代）
- ・材料の切り方、炒め加減が分かるようになり、作ることができるメニューが大幅に増えた（60代）
- ・料理に工夫ができるようになった（60代）



<ul style="list-style-type: none"> <li>・初めは3枚おろしなどきれいにできなかったが、繰り返し行っているうちに今では問題なくできるようになった（60代）</li> <li>・料理の手際が良くなったといわれる。また、参加する前から作っていた料理もおいしくなったといわれる（60代）</li> <li>・レシピを見れば料理ができるようになった（70代）</li> </ul>
<p><b>● 自信がついた</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・材料の分量、順番をまちがえなければ何とかできると思えるようになった（40代）</li> <li>・億劫がらなくて作れば、どれもおいしく食べられるのがわかった（50代）</li> <li>・自分なりにサマになってきたと思う（60代）</li> <li>・料理に積極的になった。頼まれたら断らないぐらいに自信ができた（70代）</li> </ul>
<p><b>● 料理のハードルが下がった・抵抗感がなくなった</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・料理はやる気の問題で、ハードル自体は高くないと思った（30代）</li> <li>・料理に対する抵抗感がなくなった（30代）</li> <li>・昔、包丁で小指を切ってから自分には料理はあわないと思っていたが、抵抗はなくなった（40代）</li> <li>・やってみたら意外とできるものだった（40代）</li> <li>・魚をさばくことに対する敷居が低くなった（50代）</li> <li>・自宅で台所に立つことに抵抗が少なくなった（60代）</li> <li>・料理を身近に感じ、苦手意識がなくなった（60代）</li> </ul>
<p><b>● 料理をする気持ちが芽生えた・モチベーションが上がった・楽しみが増えた</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学んだ料理を家庭で実践するのが楽しみになった（40代）</li> <li>・料理を作るのが、少し面倒くさくなくなった（50代）</li> <li>・自分で料理する意欲が増した（60代）</li> <li>・元々様々な料理を食べることが好きだが、今は作ることに挑戦する気が生まれた（60代）</li> <li>・料理をしようという気持ちになった（60代）</li> <li>・土曜日に1品つまみを作ったり、教室で習った料理を披露したり、食事に楽しみが増えた（60代）</li> <li>・料理が趣味の一つになってきた（70代）</li> </ul>
<p><b>● 食まわりのことに興味や関心が広がった</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・仕事柄外食の機会が多いが、料理の作り方やどうやって味付けをしているのかを考えるようになり、外食の際にも楽しみが増えた（30代）</li> <li>・食材の買い出しが楽しくなった（40代）</li> <li>・魚屋をよくのぞくようになった（50代）</li> <li>・現状では自分では作っていないが、毎日の料理に関心を持つようになった（50代）</li> <li>・買い物のときに食材に興味を持つようになった（60代）</li> <li>・新聞の料理記事などに関心がふえた（60代）</li> <li>・最近ではスーパーの安売りチラシにも目が行くようになった（60代）</li> <li>・スーパーなどで食材の買い物をするようになった。食材の選択や値段に興味を持つようになった（70代）</li> <li>・テレビの料理番組を見るようになった（70代）</li> <li>・あらゆる媒体の料理記事に関心を持つようになった（70代）</li> </ul>
<p><b>● 料理をする人の大変さがわかった・感謝の気持ちが芽生えた</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・料理教室に通うようになって料理の大変さ・主婦の大変さがわかってよかった（30代）</li> <li>・料理教室に参加して、料理を味わって食べるようになった。作ってくれた人に感謝して食べるようになった（50代）</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>・料理を作ってもらえる、ありがたさを感じた（50代）</li> <li>・毎日の料理は大変なことで、嫁さんの苦勞がよく理解できた。少しでも役に立ちたいと思った（60代）</li> <li>・妻の料理の苦勞（メニューの選定、調理他）がよく分かった（60代）</li> <li>・料理を習い作るようになって妻の大変さがわかり、感謝の気持ちが更に増え、洗い物を進んでするようになった（60代）</li> <li>・料理をすることによって、女性の家事の負担がどのくらい大変なのかがよくわかりました（60代）</li> <li>・妻の料理に感謝するようになった（60代）</li> <li>・会社勤めをしている間は妻任せにしていたが、自分で作るようになってその楽しさを味わえるようになった反面、洗い物などの面倒さもわかるようになってよかったと思う（60代）</li> <li>・家事の大変さを実感した。家事の手伝いをするようになった（70代）</li> </ul>
<p><b>● 会話が aumentado・コミュニケーションが深まった</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妻と料理に関して共通の話題ができ、会話も aumentado（40代）</li> <li>・家族、友人との話題の幅が広がった（50代）</li> <li>・女房の作る料理はいつも旨いと思っていたが、以前にまして細かく批評できるようになった（60代）</li> <li>・料理の話題でいろいろな人との会話が増えた（60代）</li> <li>・女房との話題が増えた（60代）</li> </ul>
<p><b>● 人間関係の幅が広がった</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者との人脈が出来た（60代）</li> <li>・新しい人間関係ができた（70代）</li> <li>・教室の仲間との付き合いで友人が増えた（70代）</li> <li>・友人ができ、料理や他の色々なことで交流ができる（70代）</li> <li>・友達が増えた（80代）</li> </ul>
<p><b>● 仕事に役立った</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・餃子の包み方を教わるとき、先生が特大のぬいぐるみを用いてわかりやすく教えてくれた。その経験を生かして仕事の時に、筒条書きのマニュアルでなく型紙を使って説明したところ大変わかりやすいと評価してもらえた（30代）</li> <li>・介護職で料理をしているが、最近ではおいしいと言ってもらえるようになった。受講してきてよかったな～と思っている（40代）</li> </ul>

## Q 4.料理教室に通って感じたことは？（複数回答）



	今後料理を 続けようと思った	料理はおもしろい ものだと思った	自分にも料理が できそうだと思った	料理はむずかしい ものだと思った	自分ひとりでは できそうにないと思った	今後料理は しないと思う
総合 n=368	73.9%	72.3%	48.4%	21.5%	2.2%	0.5%
20～30代 n=34	82.4%	88.2%	52.9%	23.5%	0.0%	0.0%
40～50代 n=79	75.9%	69.6%	44.3%	16.5%	2.5%	0.0%
60～80代 n=255	72.2%	71.0%	49.0%	22.7%	2.4%	0.8%

### ●「料理は面白い」「料理を続けたい」という人が7割以上

料理教室に通った男性の多くが、料理は面白いと感じ、続けたいと思っている。

### ●料理の大変さを実感することが家族への理解や感謝につながっている

一方で、2割の人が「料理はむずかしいものだった」と回答。Q2で、料理教室に参加してから「料理の大変さ・主婦の大変さがわかってよかった（30代）」「作ってくれた人に感謝して食べるようになった（50代）」「嫁さんの苦勞がよく理解できた。少しでも役に立ちたいと思った（60代）」というように、料理を作る人への感謝の気持ちや思いやりの気持ちを持つようになったという変化を挙げていた。実際に自分で料理をしてみて初めて料理のむずかしさや大変さを知り、料理を作ってくれている家族への理解が深まったり、感謝が芽生えたという人は少なくない。

### ●料理教室に通っていることに周囲は好反応。特に女性に好評

料理教室に通った男性は、「料理教室に通うこと＝料理をすること」は、周囲からの反応がよいと感じているようだ。特に女性から好評だというコメントが多数。「先輩の奥さんが、先輩にも行って欲しいと言っているそうです（30代）」など、羨望の声も。周囲におどろかれたり、料理教室に通っていることを周りに内緒にしている人もいるようだが、一般的に男性が料理教室に通うことは、好意的にとらえられている。

### ●家族が喜ぶ様子から、楽しさや充実感が感じられる

家で料理をして家族からおいしいと褒められ、家事の軽減になると喜ばれる。料理で人を喜ばせることのうれしさや、人の役に立つことの楽しさを感じ、充実感を得られている。

特に妻の反応を挙げているコメントが多い。妻にとって夫が料理をするということは、夫が家事の戦力になり、自分のゆとりが増えるという実益がある。さらに、家庭料理は食べる相手のことを考え、思いやりながら作るもの。ただ自分が楽になることのうれしさだけでなく、夫が自分のために作ってくれた料理を食べることは、大きな喜びと感動があるのだろう。

また、「家族15人の正月料理を中華料理で対処。全部食べてもらって好評（70代）」というように、ハレの日の料理を担当する男性の姿も。Q1の料理教室を受講した理由でも、「毎年正月に帰省して来る子供や孫達の食事の世話に、数年前より妻が負担を訴えるようになったので、私も手助けしないと一家集合の楽しみが消滅する危機感を感じたから（70代）」というコメントがあった。昔から歳時や親族の集まりでは女性が料理を作って甲斐甲斐しくもてなすという姿が一般的であったが、その様子が変わってきていることも感じられる。

## 周囲の反応：コメント（自由記述）

### ●賞賛、感心された

- ・「料理教室に通っているの！」とびっくりされましたが、「男も料理ができた方がいい」と感心されました（30代）
- ・先輩の奥さんが、先輩にも行って欲しいと言っているそうです（30代）
- ・友人の夫人から、賞賛を受けました。ぜひ、夫（つまり友人）にも、すすめて欲しいと言われました（30代）
- ・すごいとか、作ってとか言われる（40代）
- ・基本的に褒められる（50代）
- ・女性から感心されることが多い（50代）
- ・「おいしい」や「頑張っているね」と言われた（50代）
- ・上手くなったと、褒めてくれるようになった（50代）
- ・すごいとか、偉いとか言われました（50代）

- ・よいことだと、好印象です（50代）
- ・褒められる！お世辞に決まっているけど悪い気はしません（60代）
- ・友人は一樣に驚いているようです。友人らは躊躇している人が多く、積極性を感心される（60代）
- ・知人等には料理教室に通う勇気を羨ましいと言われた（70代）
- ・特に友人の奥さん達から好評であった（70代）
- ・最初は「よく通う気になった」、最近は「腕が上がったなあ～」と言われる（70代）
- ・ずいぶんマメだね！おいしくできるもんだね！（70代）
- ・とてもよいことだと感心されました（70代）
- ・よい趣味を始められたと言われる（70代）

### ●家族に喜ばれた

- ・私が料理をすることを、奥さんは喜んでくれています（30代）
- ・たまに料理をすると家内には大変好評です。拍手をもらえます（30代）
- ・食材費、調理器具などあまりコストをかけすぎずに作れる料理を教えてもらえるので、反響もいいです（30代）
- ・教室で習ってきたメニューを披露し、感心されるとともにとても喜んでもらっています（40代）
- ・成長を妻は喜んでくれています（40代）
- ・習った料理を披露するととても喜んでくれます（50代）
- ・夫の料理のレパートリーがひろがったと喜んでる（50代）
- ・料理した時は後片付けまでしますので、奥さんも大変喜んでるようです（50代）
- ・妻は私が作った日は、上げ膳据え膳でとても喜んでくれています（60代）
- ・家内から私が作るたびにおいしいと喜んでもらえる。娘も感心している（60代）
- ・娘の家族が訪れると、習った料理を振る舞うと大変喜ばれる（60代）
- ・妻や孫においしいと言ってもらうのが、一番うれしいです（60代）
- ・孫がおじいちゃんの料理はとてもおいしいと評価してくれて、益々の励みになっている（60代）
- ・ハンバーグは孫にも好評（60代）
- ・後片づけに参加するようになり女房に喜ばれた（60代）
- ・いろいろな料理を食べることができて喜んでる（60代）
- ・家内は喜んでます。家族も抵抗なく私の料理を受け入れています（60代）
- ・家族は喜んで食べてくれます。また、多少、家事が楽になり喜んでます（60代）
- ・妻には家事が軽減できて喜んでもらっていると思っている（60代）
- ・高齢の母が、手作りの料理を喜んでくれている（60代）
- ・家内が出かけているときなどに時々習った料理を作ると家内はとても喜びます（70代）
- ・作ればだいたいおいしいものなので、家族は喜んでる。家の食事のバリエーションが増えたと好評（70代）
- ・孫の口に合うらしくお母さんが作るのよりおいしいと言ってくれる（70代）
- ・家族は私が積極的に外に出ることを喜んでる（70代）
- ・家族15人の正月料理を中華料理で対処。全部食べてもらって好評（70代）
- ・家族会などで時折私の料理を出すとおいしいと喜んでもらっている（80代）

### 励みがある

- ・「おいしい」や「頑張っているね」と言われた。（50代）
- ・家族からの奨励、激励あり（60代）
- ・孫にもふるまった。皆、だんだんうまくなるのをあたたかく見守ってしてくれる（60代）

<ul style="list-style-type: none"> <li>・妻があたたかく見守っているようだ（70代）</li> <li>・家内、子供が頑張れと応援してくれている。やめられなくなった（70代）</li> <li>・最初はびっくりされたが、今は応援してくれる（70代）</li> </ul>
<p><b>安心されている・頼りにされている</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・私がそれなりに料理ができることで、嫁いだ娘の出産の手伝いで遠方に出かける時などは、食事に関しては気にせずにいられるようです（60代）</li> <li>・家で料理を作ることが多くなり家族からは助かったと言われている（60代）</li> <li>・家内からは、家内が出かける日には、料理のリクエストがある（60代）</li> <li>・女房には、すっかり頼りにされている（70代）</li> <li>・妻が長期入院の後亡くなったが、周囲は私が料理をやるということで安心している（70代）</li> </ul>
<p><b>周りに影響を与えた</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族もやりたいと言っていた（30代）</li> <li>・実家の母親が、負けてはならぬと料理に精を出すようになりました（笑）（50代）</li> <li>・私の影響を受け、料理を始める友人がた（50代）</li> <li>・最近退職した知人で、料理をやってみようかという人が増えました（60代）</li> <li>・友人の中でも料理を始めたものが数人おります。友人とはSNSで情報交換しています（70代）</li> <li>・友人も入会した（70代）</li> <li>・妻の料理に刺激をあたえた。（70代）</li> <li>・よりおいしい料理を妻が作るようになった（70代）</li> </ul>
<p><b>妻が料理に消極的に</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妻が料理に消極的になった（60代）</li> <li>・女房から奨められて時間つぶし・暇つぶしのため→もともと料理好きが高じてハマる→面白い！→レシピサイトや料理本にてレシピ研究→俺の料理の方が上手い、旨い！→女房料理をやらなくなる…→俺が死んだらどうなるの??（60代）</li> </ul>
<p><b>実践を期待されている</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家でもっと料理を作るように言われている（60代）</li> <li>・家内には家でもやるように期待されています（60代）</li> <li>・家でも料理をするように言われるようになった。たまに習った料理を作ると評判が良い（60代）</li> <li>・料理教室の都度、次は何を習っていつそれを作ってくれるか家族から聞かれる（60代）</li> <li>・早く家でも作れとせがまれています（60代）</li> <li>・料理教室に通う割には実際に作らないと不評をかっていますが、食器洗いは多少回数が増えました（60代）</li> <li>・たまには作ってと言われるようになった（60代）</li> <li>・期待している雰囲気を感じています（60代）</li> <li>・料理をしる、とのプレッシャーが強くなった（70代）</li> </ul>
<p><b>おどろかれる・珍しがられる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・物珍しい感じで見られます(笑)(20代)</li> <li>・なかなか驚かれます（30代）</li> <li>・料理教室を受講していることを伝えたらびっくりされました（40代）</li> <li>・料理の写真を見せた時の、まわりのおどろきようがすごかった。コレでもうひとりで生きていけるねとも言われた…（40代）</li> </ul>

- ・料理教室に通っているという、意外だと言われることが多い（40代）
- ・仕事仲間にびっくりされた（50代）
- ・職場で刺身や肉じゃがを披露しておどろかれた（50代）
- ・みんなおどろきあきれています（60代）
- ・何もしないと思われていたのでおどろかれることが多い（60代）
- ・妻はおどろいていたが、少しでも楽になるとの事でした（60代）
- ・正直、料理をしている事にびっくりされる（60代）
- ・家族や友人などからもおどろきの声があがっている（60代）
- ・教室に通う前は料理をしていなかったため、おどろかれます（60代）
- ・へー！××さんが料理やるの！（70代）
- ・奇異な目で見られているが、家内は賛成です（80代）

#### **クール、無関心**

- ・極めて冷静（60代）
- ・まだ反応はない（60代）
- ・料理習っていますアピールが足りないのか友人は全く関心がなく、家族からは何を習ったかも聞かれないし、ましてや料理することを期待されていない。本人にとってはよいのだが（60代）
- ・ふーんそうなの！（60代）
- ・同年代の男性に料理する楽しみを伝えているが、なかなか輪が広がらないです（60代）

#### **内緒にしている**

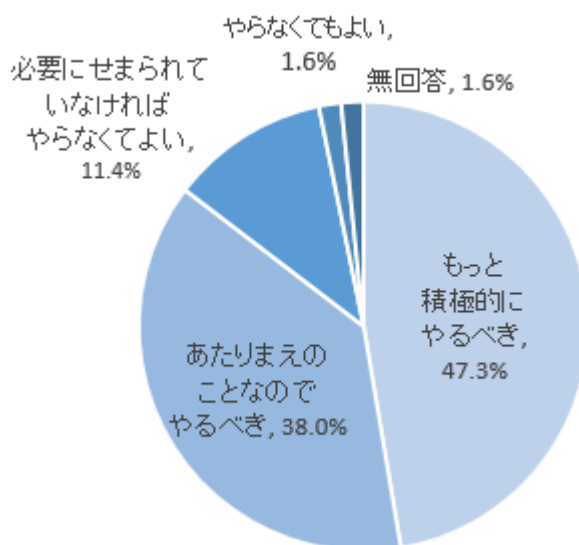
- ・周囲には料理教室に通っていることを言いません（40代）
- ・家族や友人は、私が料理教室に行っていることを知らない（50代）

#### **その他**

- ・料理上手な人と思われるようになった（40代）
- ・実践した料理をSNSで投稿しています。友達からはおいしそうなどのコメントをもらっています（40代）
- ・人生を前向きにとらえていると見られた（60代）

## Q 5.男性が料理をすることをあなたはどのように思いますか？（複数回答）

	もっと積極的にやるべき	あたりまえのことなのでやるべき	やらなくてもよい 必要にせまられていなければ	やらなくてもよい	無回答
総合 n=368	47.3%	38.0%	11.4%	1.6%	1.6%
20～30代 n=34	29.4%	58.8%	8.8%	0.0%	2.9%
40～50代 n=79	50.6%	30.4%	19.0%	0.0%	0.0%
60代以上 n=255	48.6%	37.6%	9.4%	2.4%	2.0%



### ●男性も料理をするべきだという人が8割以上

「もっと積極的にやるべき（47.3%）」という人が最多で、次に「あたりまえのことなのでやるべき（38.0%）」と答えた人が多かった。これらを合わせると85.3%。

「男性だから（女性だから）と区別することは必要ないと思う（60代）」「生きていくための基本的なスキルだと思うので（30代）」といった性別は関係ないという指摘や、「世の中で共働きが当たり前になってきており、男性が料理するのも当たり前と思われるため（30代）」「会社リタイア後は料理（家事）は協力すべきだと思う（60代）」といった社会や環境の変化により男性が料理をすることが求められているという実感、「おいしいものを作って家族や知人に食べてもらう喜びを、男性ももっと知ることができるように（60代）」というように、料理は楽しいからやった方がいいというコメントもあり理由は様々だが、8割以上が男性が料理をすることについて肯定的で前向きな考えを持っていた。

### ●教室に通っていても、「男性は料理をやらなくてもいい」という考えの人は1割以上いる

料理教室に通った男性が対象の調査なので、男性が料理をすることに積極的な回答者が多いと考えられる。「やらなくてもよい」という人は1.6%と非常に少ないが、しかし「必要にせまられていなければやらなくてもよい」という人は11.4%と1割を超えた。やらなくていい理由としては、「日本では女性が家事をするという文化があり、女性の方が上手な場合が多いから（70代）」というように、「料理は妻・女性がやるもの」といった考えのほか、「外食やスーパーの惣菜でも良いものが手に入るから（30代）」「向き不向きがあるから（40代）」というように、料理ができなくても困らない環境や、素質的な面を挙げる人もいた。

### ●40～50代は他の世代に比べ、料理をすることへのハードルの高さが感じられる

20代～30代の58.8%は料理をすることを「あたりまえのこと」と答えている。一方40～50代では「あたりまえのこと」と回答した人は30.4%に留まった。また40～50代は、「必要にせまられていなければやらなくてもよい」と回答した人が19.0%と他の世代より高い。Q2でも40～50代は、料理教室に参加するのにためらいがあった人や、男性なのに料



理を習うのは恥ずかしいと答えた人の割合が他の世代よりも高く、これらの人は料理を始めるのに覚悟が必要で、やや消極的な考えを持っていると考えられる。

1993年に中学、1994年に高校で家庭科の男女共修が実施され、現在30代以下の男性の多くは学生時代に家庭科を履修しているが、40代以上は男女共修以前の世代。料理は女性がするものという考え方をもとに教育を受けてきたことも、その一因であるかもしれない。また、一般的に働き盛りの年代であるので、料理をする機会や費やせる時間が少なく、料理をすることになじみが薄いということも少なからず影響しているのだろうか。

一方で、Q3の料理教室に通ってからの家での料理頻度は、40～50代も他の世代と変わらず増加しており、料理教室で習ったことは実践につながっている。Q4で「料理はおもしろい」「料理を続けたい」と回答している割合も、60代以上の層とそれほど変わらない。料理へのハードルが高くても、実際に始めると楽しんだり、日常で役立てたりできているようだ。

### 「あたりまえのことだと思う」「もっと積極的にやるべきだ」と答えた方のコメント（自由記述）

#### ●料理をするのに、男性・女性の差はない

- ・男女の差はない（30代）
- ・そこに男女差は無いと思います（40代）
- ・男性だから女性だからという区別にはもはや意味はない（40代）
- ・男女の別なく料理ができるべきだと思う（50代）
- ・男女誰でも料理ができるのはいいと思う（60代）
- ・家事の一つとして男女区別なしに行うのは当然（60代）
- ・別に男性女性にこだわることは無い（60代）
- ・男性が料理をすることに抵抗があるという理由が理解できない（60代）
- ・性の違いによる家庭内の仕事の分担適正は否定しないが、少なくとも料理を作る上で、性別の適合性は存在するとは思われない（60代）
- ・男性だから（女性だから）と区別することは必要ないと思う（60代）
- ・男には不向きという考え方があること自体に驚きを感じます（60代）
- ・男性でも、教えられたとおりの作り方を実行すれば、旨い料理は作れると思うから（60代）
- ・家事、食事を作るのは女性だけというイメージを払拭させるべき（60代）
- ・時間のある時は男性、女性関係なく料理を作ればよい（60代）
- ・料理を職業としているのは男性が大多数。女性だけがするものではないと思う（60代）
- ・各家庭の事情に応じて料理担当を決めればよいので、その結果担当が男性であっても女性であってもかまわない（60代）
- ・時間に余裕があれば、あるいはパートナーとの分担等で必要があれば、積極的に「食」に関わるべき（60代）
- ・職業として「男性料理人」が確立しているのに、どうして家庭内では女性だけが台所を占有するのか？今でも疑問を感じます（70代）
- ・家庭では料理は女性がするものだと決めてかかるのは良くない。思いやりの心と自分のためにも必要（70代）
- ・仕事が忙しければ別ですが 時間があれば何につけ男女を分けて考えること自体がおかしい（80代）

#### ●男性の方が向いている

- ・男女関係ない。シェフも男性が多いし、むしろ男性の方が向いているかも（30代）
- ・男の方が上手い（60代）

- ・基本的に男はものづくりに向いていると思う (60代)
- ・家事の中で、特に料理は男性のセンスが発揮できると思う (60代)

### ●時代は変わった

- ・料理は女性がするものという考え方は時代遅れだと思うため (20代)
- ・昔のような男女での役割分担が無くなりつつあるため (30代)
- ・社会全体の男女間の格差、不均衡の是正が進む中で家庭における格差是正は遅れている (50代)
- ・料理は女性がすべきとの観念は古い (60代)
- ・ライフスタイルが変化し、男性だから女性だからという理論は現代にそぐわないと思う (60代)
- ・昔とは違う。自分でできるほうが良いと思う (60代)
- ・今は男女共同の社会だから (70代)
- ・「家庭のキッチン主婦や女性の城」の感覚は時代遅れ。男性もキッチンに入り、料理作りを手助けできることが普通になってきている時代。それに積極参加すると自身のレベルアップにもなると思う (70代)

### ●家事分担、女性のサポートをするべき

- ・男、女も平等に家事をやるべきだと思うから。(30代)
- ・分担してするものだと思うから (30代)
- ・家事は協力し合うのが当然と思うから (40代)
- ・やはり女性だけに押し付けてはいけません。(40代)
- ・家事を分担することで片方の負担が減るので (40代)
- ・簡潔に言えば日本人の出生率の向上のため。女性の負担を減らすべき (40代)
- ・女性任せでは良くないから。(50代)
- ・家事は分担すべき (50代)
- ・家事分担の一環として (50代)
- ・リタイアしたので、それなりの家事をすべき (60代)
- ・家事を分担することは、人生を豊かにする事が出来る。(60代)
- ・家族で助け合うのは当然。出来る人がやるべき。(60代)
- ・日々の生活の中で、毎日の料理は時間的にも質的にもきわめて重要であり、男も相当部分分担すべきである。(60代)
- ・男性も家事分担をすることが必要 (現役時代はあまりできていなかったことを反省) (60代)
- ・家事は可能な範囲で夫婦で分担すべきと考えていた (60代)
- ・家での料理は家族の共同責任 (60代)
- ・家庭内での協力意識の確立が必要 (60代)
- ・家内と家事を分担するのは当たり前 (60代)
- ・男性も積極的にやって、家事を分担して男女共同社会に向かって貢献するべきだ (60代)
- ・妻の今までの苦勞に少しでも報いたい (60代)
- ・主婦のありがたみはわかっており自分ができる事は極力少しでも手助けになればと思っている。休日などには料理を作ってあげたい (60代)
- ・会社リタイア後は料理 (家事) は協力すべきだと思う (60代)
- ・妻の負担を軽減するため (60代)
- ・男性がもっと積極的に家事に参加することによって、家庭がなごやかになるように思います (60代)
- ・毎日料理をしている妻を、時々休ませてあげたい (60代)

<ul style="list-style-type: none"> <li>・現役時代は全て妻におまかせだったので、定年後は多少でも家事を分担して自由時間を作ってあげたいので（60代）</li> <li>・定年になれば夫婦の役目が変わる（60代）</li> <li>・家事を分担することは当たり前のこと（70代）</li> <li>・老人世帯では家事を補完しあう事が必要となる（70代）</li> <li>・家族の一員として家事を分担すべき（70代）</li> <li>・性別は関係ない。家事は分担すべきである（70代）</li> <li>・家事を妻にばかり押し付けないように（70代）</li> <li>・仕事を辞めた後、夫婦二人でいる生活の時間が長くなるので、出来ることは協力し合うのが当たり前だと思う（70代）</li> <li>・時間の余裕ができれば、家事のシェアをすることは当たり前のことで、家庭の円満を図るうえで重要である（70代）</li> <li>・家内の手助けのため（80代）</li> </ul>
<p><b>●女性も働いているので</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・我が家は共働きで、家事は分担しなければならない。今は共働きの家庭が増えており、同様のことが言えると思うから（30代）</li> <li>・核家族化や共働き家庭が増加していることを背景に男性も積極的な家事への参加が望まれていると思います（30代）</li> <li>・世の中で共働きが当たり前になってきており、男性が料理をするのも当たり前と思われるため（30代）</li> <li>・女性も働いているので（40代）</li> <li>・共働きがスタンダードな時代では男性にも料理を含めた家事能力が求められると思いますので（40代）</li> <li>・共働きの時代だから（40代）</li> <li>・今後は女性の社会進出が進んでいき、女性が料理を作る役割という概念や考え方がなくなるから（40代）</li> <li>・今は共稼ぎが普通になってきている（70代）</li> </ul>
<p><b>●自立すべき</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分のことは自分でやるべき（30代）</li> <li>・自分の食べるもの位、自分で作れないと（40代）</li> <li>・自立の一步（60代）</li> <li>・根本的に自分の食べるものは本人がすべき（60代）</li> <li>・生きるために必要なことはできるだけ自分ですべき（60代）</li> <li>・自分のことは自分で自立して行う（60代）</li> <li>・男性でも自分の事は自分で気持ちが大切（70代）</li> <li>・伴侶がいないと自分で食べられないというのでは情けなさすぎる。（70代）</li> </ul>
<p><b>●料理は人間としての基本スキル・健康管理のためにも</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活する上で必要不可欠なことだと思うから（30代）</li> <li>・「男性が」というより人として生きていく上であたりまえのこと（30代）</li> <li>・生きていくための基本的なスキルだと思うので（30代）</li> <li>・生きていくうえで必要最低限なことのひとつ（40代）</li> <li>・食事を自分で作って食べるという行為はごく自然なこと（40代）</li> <li>・外食ばかりだと健康管理は難しい。積極的に料理をすれば、ある程度できるのではないかと（40代）</li> </ul>

- ・生活するのに必要だから（50代）
- ・食事の支度や準備をして調理することは、自分の健康維持管理・食材知識全般の向上につながる効果がある。（60代）
- ・生きていく上で、食べることは一番大事であり、料理ができることということは、人として自立できることだと思う。（60代）
- ・食は健康の基本であり、自分の健康は自分で管理すべきものだから（60代）
- ・自身の健康管理、メタボ対策等に役立つと思います（60代）
- ・食は生きる源なので（80代）

### ●好きなもの、食べたいものを作る

- ・好みの味が食べたいければ、自分で作れば済む話であるため（30代）
- ・自分が食べたいもの、家族に食べて欲しいものを作ることは特別なことでは無いと思うから。料理を作るのに年齢性別は関係無いと思う（40代）
- ・自分で食べたいものは、自分で作れるようになったほうが良いから（50代）
- ・自身の好みの味付けが出来る（50代）
- ・人任せにすると、食べたいものが食べられないから（50代）
- ・食べたい物は自分で作る。（60代）
- ・自分の食べたいものを自分で作るのは当たり前（60代）
- ・自分の好きなものを食べたいから（60代）
- ・自分の好きな料理を自分で作って食べる楽しみを味わえる（60代）
- ・自分の好みの料理を食べるには自分で調理するのが合理的（80代）

### ●クリエイティブで楽しい！・生活や趣味の充実にも

- ・料理の楽しさ、奥深さ、自分で作った料理のおいしさに感動できることの素晴らしさはもっと多くの男性に知ってほしいと思います（40代）
- ・気分転換にもなれるし、教養の一つにもなると思います（40代）
- ・食は生活や心の充足に必要なので、男性・女性に関係なく料理することに関心を持つべきと考えます（40代）
- ・料理はした方が生活が豊かになるから（50代）
- ・やればできるし、やれば楽しい（50代）
- ・充実した食生活が 充実した日々の基本となる（50代）
- ・料理ができると世界が広がるので（50代）
- ・料理ほど創造的なことは少ない（60代）
- ・人生の幅が広がる（60代）
- ・料理は工作のようなもの。自分なりに工夫しながら成果を楽しめる（60代）
- ・料理は教養であり、文化だと思うから（60代）
- ・食材や調理に関して関心が高くなり、楽しい食生活につながる（60代）
- ・趣味として素晴らしい（60代）
- ・料理は創造的で楽しむことが出来る（70代）
- ・年齢を重ねてからの趣味の幅が上げられる（70代）
- ・新しい発見があり、世界が広がる。栄養、健康、料理そのものに関心が深まる（70代）
- ・やってみれば面白いし、連れ合いも幾分かは喜んでいるようだから（70代）

### ●人が喜ぶ・コミュニケーションが深まる

- ・料理ができると、家族に大変喜ばれる（40代）
- ・すてきな料理を作り妻や友人をもてなす事はとっても大切（50代）
- ・料理自体がおもしろく、子供達や孫達からの称賛もある（60代）
- ・いつも食べている家庭料理とはひと味違う一つ上の料理を作って、妻や家族に楽しんでもらえる。けっこう頭を使い楽しい（60代）
- ・おいしいものを作って家族や知人に食べてもらう喜びを、男性ももっと知ることができるように（60代）
- ・料理ができ、自分だけでなく家族にサービスできることは人生の喜びだと思います（60代）
- ・家族が喜んでくれるのを見られる（60代）
- ・定年になり夫婦二人の生活になると、たまには料理をして話題を共有することもあっていいのでは（60代）
- ・「美味しかった」という感想がうれしい（60代）
- ・男性がキッチンに立つ事で 家族との会話も増えて生活の充実が図れます（60代）
- ・食べている時の笑顔と食後の「ご馳走様」「美味しかった」のひとことがうれしい（70代）
- ・家族に喜ばれると調理のし甲斐を感じる（80代）

### ●料理を作る人の理解、感謝の心が芽生える

- ・作り手の気持ちがわかるようになるから（50代）
- ・自分で作ってみると手作りの尊さが実感できる。（50代）
- ・主婦が毎日メニューを考えて料理をしている苦勞がよく理解できる。（60代）
- ・炊事の苦勞を知るべし（70代）

### ●将来、いざという時へ備えるべき

- ・2人できるようにしとけば、どちらかが出来なくなってもなんとかなる（30代）
- ・ひとり暮らしになると困るから（30代）
- ・有事の際に、炊き出しをするなど、周囲の役に立つと思うため（30代）
- ・何時なんどき、伴侶が病気や事故で料理が作れなくなるかもしれないので備え（60代）
- ・妻が出かけたり、亡くした時に、あたふたとしない為にも（60代）
- ・いざという時のために男性も自活できるように、料理はできた方がよいと思う。（60代）
- ・単身になった場合に必要となるから（60代）
- ・妻と二人で生活しています。妻が料理できなくなると二人とも困るので料理の勉強を始めました（60代）
- ・高齢になれば、配偶者が病床についた時、また配偶者が先に逝った時、食事の支度を自身で出来る様にすることが必要と考えます（60代）
- ・妻に先立たれました。一寸先はわかりません。料理の基本だけでも身に付けておくべき（60代）
- ・ひとりになった時に必要（70代）
- ・ひとりになっても外食に頼らなくてもいいように（70代）
- ・いずれ1人になった時のために（70代）
- ・妻から「私が先に逝ったらどうするの」と言われた。奥様が先立った友人を見て、妻が元気な内にノウハウを体得したい（70代）
- ・ひとり身になってしまえば自分でやるしかない（70代）
- ・将来、妻に頼ることなく生活をするため（70代）

### ●その他

- ・1人暮らしなのでやるしかない（40代）

- ・料理は段取りが身に付くので、仕事にも生かせる（40代）
- ・料理は頭脳と手先を使うので脳の活性化に役立つ（50代）
- ・話題が豊富になる。（60代）
- ・呆け防止になる（60代）
- ・認知症防止に（70代）
- ・家庭平和のため（70代）

**「必要にせまられていなければやらなくてよい」「やらなくてよい」と答えた方のコメント（自由記述）**

**●料理は女性・妻がやるから**

- ・妻は、料理を自分でするのが好きだから（50代）
- ・妻のほうが得意で美味しく料理できる（60代）
- ・妻の方が要領がよく上手だし、なじみの味はまねできないから。（60代）
- ・家内自身の考えとして、料理、台所は女房の領域である、との環境から。（60代）
- ・日本では女性が家事をするという文化があり、女性の方が上手な場合が多いから。（70代）
- ・元気な妻にやらせてもらえず、妻を介護するようになったら自分の出番だと、実力を蓄えています。（70代）
- ・妻がいて料理を作ってくれるから（70代）
- ・妻が元気で家事全般をやっているから（70代）
- ・家事は分担しています。食事の用意は基本的に家内ですが、病気や来客の際に手伝えるようにしています（70代）

**●料理をしなくても困らないから**

- ・外食やスーパーの惣菜でも良いものが手に入るから（30代）
- ・外食であれコンビニであれ市場に調理済みの食材があふれているなか、嫌々ならする事は無い、ただ多くの方々は料理をする楽しさを知らないでいるので、楽しさを知る機会があれば潜在的にやってみたい人は多いと思う（50代）
- ・現在は外食また出来合いの惣菜と色々な物があり選択肢が多いから（60代）

**●料理は大変**

- ・準備が大変だし、時間もかかるので（40代）
- ・向き不向きがあるから（40代）

**●人それぞれ**

- ・本人の問題でやりたければやればよいと思うので（50代）
- ・家族の役割、分担を考え、必要なときには料理をする（50代）
- ・興味が無いと難しいと思います。（50代）
- ・人それぞれでいいのではないですか（60代）
- ・やらなくてよい環境で、興味が無いならやる必要はない（60代）
- ・他にやる人が居ればやる必要はない（60代）
- ・他にやることが沢山ある（60代）
- ・必要なら、やらざるを得ないし、必要がないなら、好きならやれば良い。特段深く考えることはない（60代）
- ・家族ができない場合等特別な場合を除き、料理はしなくてもよいと思う（60代）
- ・各自家庭の事情があるので何とも言えない（60代）
- ・現在の環境では特別にする必要はないが、わたしの場合は好きでやっている（60代）

以上