

「夫婦の育児・家事」に関する意識調査

コロナ禍でイクメン・カジメンが増加！？ 在宅時間の増加によって、 積極的に育児・家事に参加する男性は約6割に 男性の育児時間は約3時間、家事時間は約2時間に増加 コロナ禍で生まれた新たな家事“コロナ家事”も発覚

男性学の第一人者 田中先生監修 コロナ禍に求められる育児・家事のポイントを解説

外出自粛の影響で在宅時間が増え、家事や育児に関して変化があった家庭も多いかと思います。この度、健やかな暮らしを提案するリンナイ株式会社(本社:愛知県名古屋市、社長:内藤 弘康)では、夫婦の家事・育児の実態を探るべく、関東圏(1都3県)在住、20~40代の既婚男女(小学生以下の子ども有の方)計1,000名を対象に、「夫婦の育児・家事」に関する意識調査を実施しました。

主な調査結果

- ✓コロナウイルスの影響で在宅勤務、在宅時間が増えたと答えた方が過半数
- ✓在宅時間が増えた男性の約6割が育児・家事参加率が上がったという結果に
- ✓コロナ禍で男性の育児時間は約3時間(コロナ前と比べて+1時間)、家事時間は約2時間(同+40分)に増加
- ✓在宅時間の増加によって、家事の分担をするようになった方は約6割
- ✓約8割の家庭が家事分担のルールがないということが判明
- ✓コロナ禍において「名もなき家事」が増えたと答えた方は約5割
- ✓新たに増えた「コロナ家事」1位は「マスクの手洗い・洗濯」



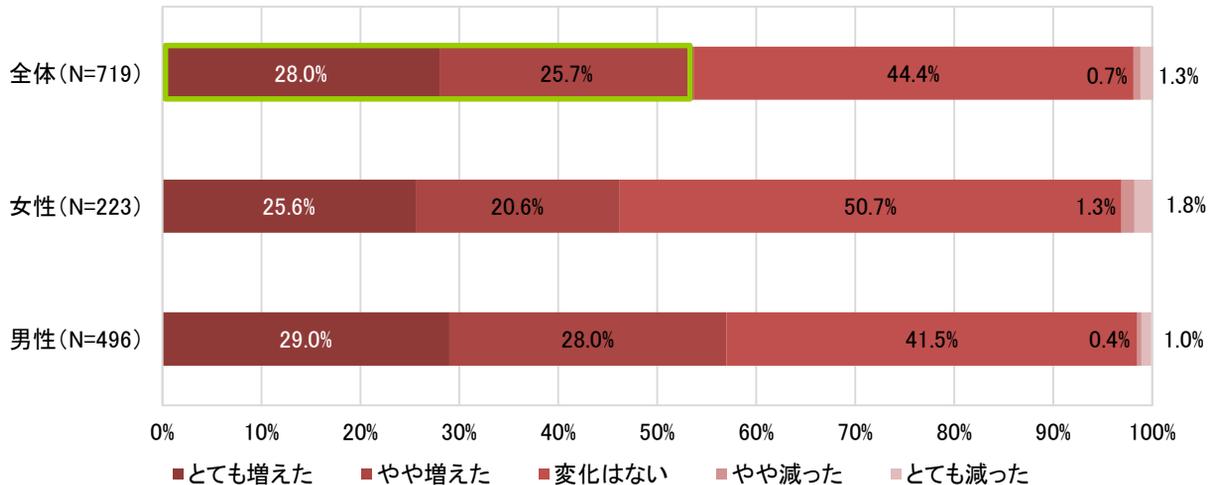
【本件に関するお問い合わせ先】

リンナイ株式会社 広報部:052-361-8211(代表)

コロナウイルスの影響で在宅勤務、在宅時間が増えたと答えた方が過半数 在宅時間が増えた男性の約6割が育児・家事参加率が上がったという結果に

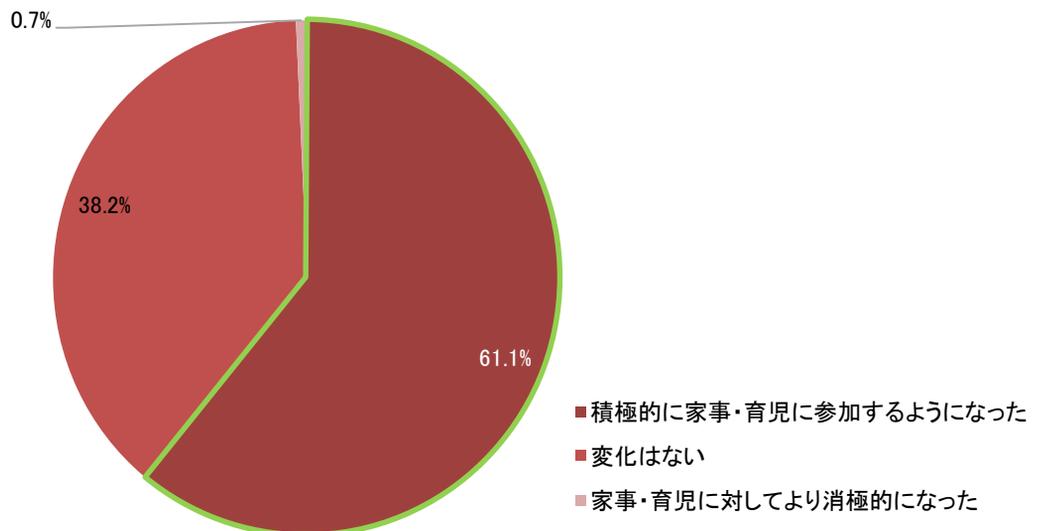
有職者の方に、コロナウイルスや外出自粛の影響による勤務時間の短縮、また在宅勤務などによって在宅時間が増えたかどうかを聞きました。その結果、増えたと答えた方が過半数いることがわかりました。また、男女別で比較すると女性に比べて男性の方が在宅時間が増えたと答えた方が多いということが判明しました。

Q1.あなたはコロナウイルスの影響で生じた勤務時間の短縮や在宅勤務などによって在宅時間が増えましたか。(単一回答 N=719)



前問にて、「勤務時間の短縮や在宅勤務などで在宅時間が増えた」と答えた男性に、コロナ前と比べて育児・家事に対する参加度合いがどれくらい変化したかを聞いたところ、約6割の方が「積極的に家事・育児に参加するようになった」と答え、在宅時間の増加によって男性の育児参加率が上がったことが分かります。

Q2. コロナ前と比べて、育児・家事に対する参加度合いはどのように変化しましたか(「勤務時間の短縮や在宅勤務などで在宅時間が増えた」と答えた男性) (単一回答 N=283)



【田中先生コメント】

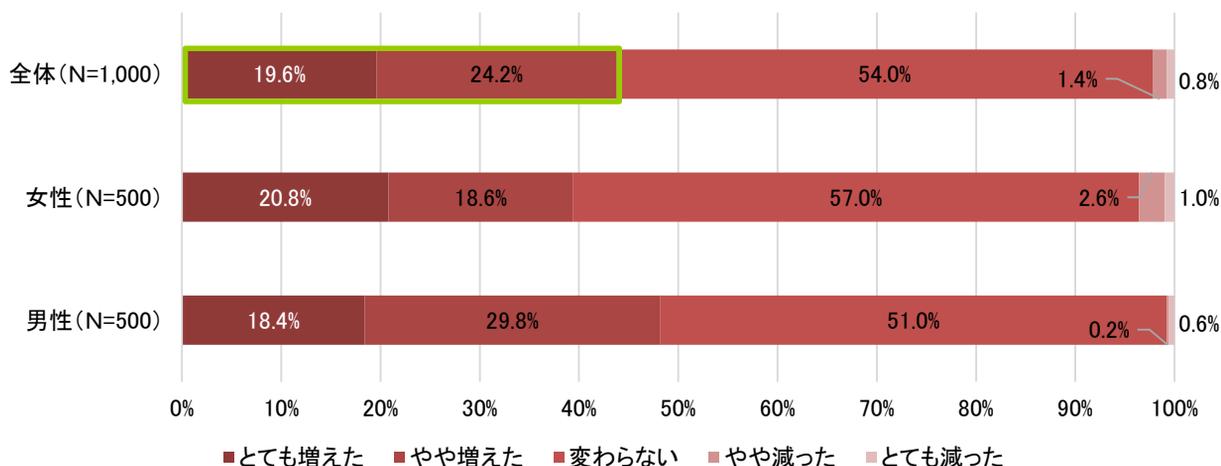
従来、男性の働き方は1日8時間週40時間は「最低限」で、それ以上の残業をするのが「普通」でした。それに加えて、都市部では通勤に往復で2時間程度かかることを考えると、平日に自宅で過ごす時間は非常に短かったと考えられます。在宅時間が増えた男性がこれだけいるということは、新型コロナウイルスの影響が私たちの生活にいかに大きな影響を与えたかがわかります。これまで家事や育児をやりたくても時間がなかった男性もいるはずですし、これを機に、重要性に気づいた男性も多かったのではないのでしょうか。

全体の約4割が育児・家事の役割が増えたという結果に コロナ禍によって夫婦ともに役割が増加

コロナ禍によって、夫婦間での育児・家事の役割分担の変化について調査しました。その結果、全体では約4割の方が役割が増えたと答えました。自身については、男性は約5割、女性は約4割の方が役割が増えたと答え、男性の方が多いということが判明しました。

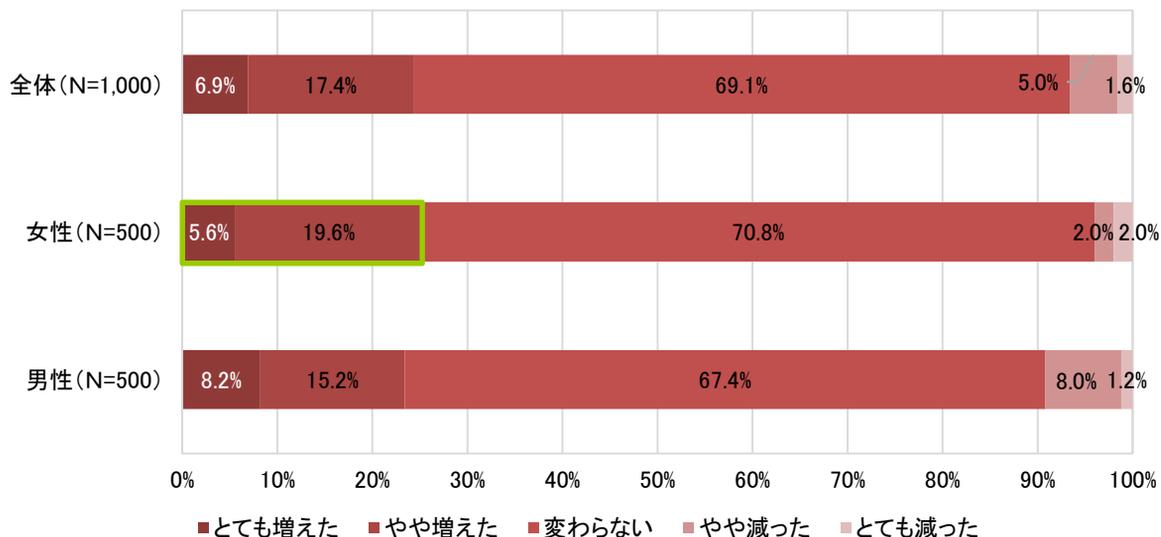
Q3.コロナ禍によって、夫婦間での育児・家事の役割分担に変化はありましたか。(単一回答 N=1,000)

【自身】



上記のグラフでは、男性自身は約5割増加しているという結果になりましたが、パートナーの役割分担の変化についても聞いてみたところ、夫の役割が増えたと答えた女性は約3割と少ない結果となり、男性と女性では意見が異なることがわかりました。男性自身が参加しているつもりでも女性は満足していないという家庭も多いかもしれません。

【パートナー】



【田中先生コメント】

自分自身は育児・家事を分担しているつもりでも、相手はそう思っていないということは少なくありません。自己評価よりもパートナーの評価が低くなっているのは、女性から男性だけではなく、男性から女性でも同じです。こうしたギャップをそのままにしておくと、お互いに不満が溜まっていくこととなります。まずは、新型コロナウイルスの影響で在宅時間が増え、その分、どのような育児・家事の負担が生じているのかを夫婦でしっかり確認するところから始めましょう。

コロナ禍で男性の育児時間は約3時間、家事時間は約2時間に増加 在宅時間の増加によって、家事の分担をするようになった方は約6割

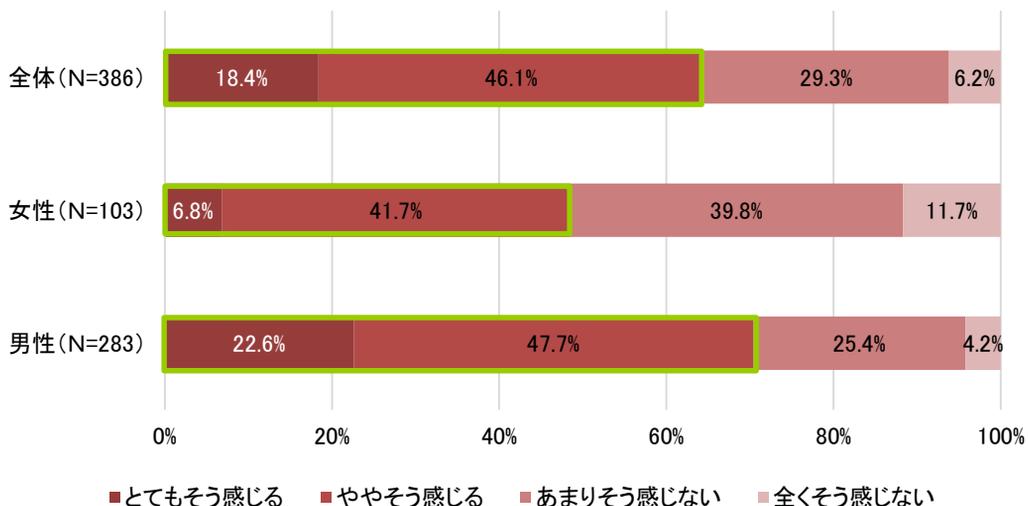
コロナ前後での家事・育児時間の差について調査しました。その結果、コロナ以前に比べてコロナ以降は男性・女性ともに育児時間が1時間増えたという結果になり、コロナ以降の育児時間は男性が約3時間、女性は約10時間になりました。家事時間についてはコロナ以前に比べ、男性が約40分、女性が約20分増える結果となりました。

Q4.コロナ前後でのあなたの育児時間・家事時間について、1日あたりの平均時間をそれぞれお答えください。(単一回答 N=1,000)

	コロナ以前	差	コロナ以降	
【育児】	男性(N=500)	2.22時間	+1.06時間	3.28時間
	女性(N=500)	8.94時間	+1.07時間	10.01時間
	コロナ以前	差	コロナ以降	
【家事】	男性(N=500)	1.66時間	+0.69時間	2.35時間
	女性(N=500)	4.76時間	+0.36時間	5.12時間

コロナウイルスの影響で生じた勤務時間の短縮や在宅勤務などによって在宅時間が増えたと答えた方に、コロナ以前よりもパートナーと家事の分担をするようになったかどうかを聞きました。その結果、全体においては、約6割の方が家事の分担をするようになったことが判明しました。また、男女別にみると、男性は約7割、女性は過半数の方が分担するようになったと感じると答え、在宅時間の増加によって家事の分担率が上がっていることがわかります。

Q5.あなたは在宅時間の増加によってコロナ以前よりもパートナーと家事の分担をするようになったと感じますか？(単一回答 N=386)



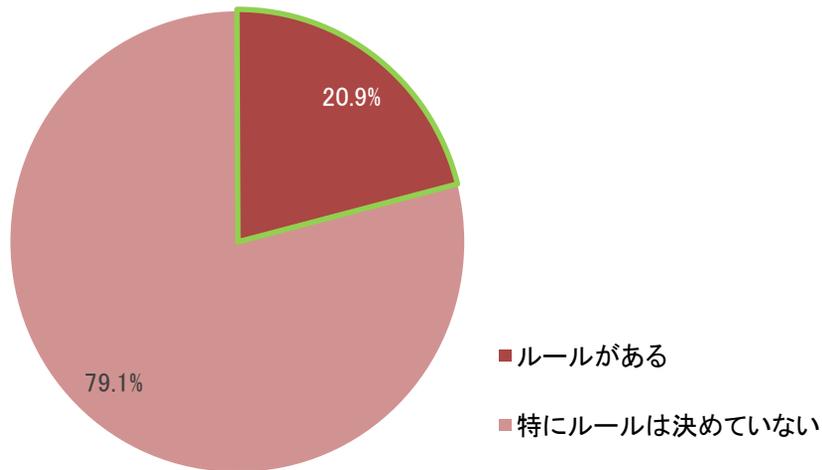
【田中先生コメント】

育児はとても負担が大きいものです。特に小さい子どもは予想できないような行動をします。大人の言うことを素直に聞いてくれません。また、体調を崩しやすく、世話をする手が多ければ多いほど助かります。育児に参加する男性が増えたことは、女性の負担軽減につながりますし、男性にとっては子どもと関われる喜びも大きいでしょう。家事については男性の分担が増えれば、いくらでもやることがあると気がつくはずですが、ただ、家事・育児を分担する男性が増えても、まだまだ男女でかけている時間が大きくひらいている点には注意する必要があります。

約8割の家庭が家事分担のルールがないということが判明 ルールがある家庭は「内容ごとに担当を決めている」が約7割という結果に

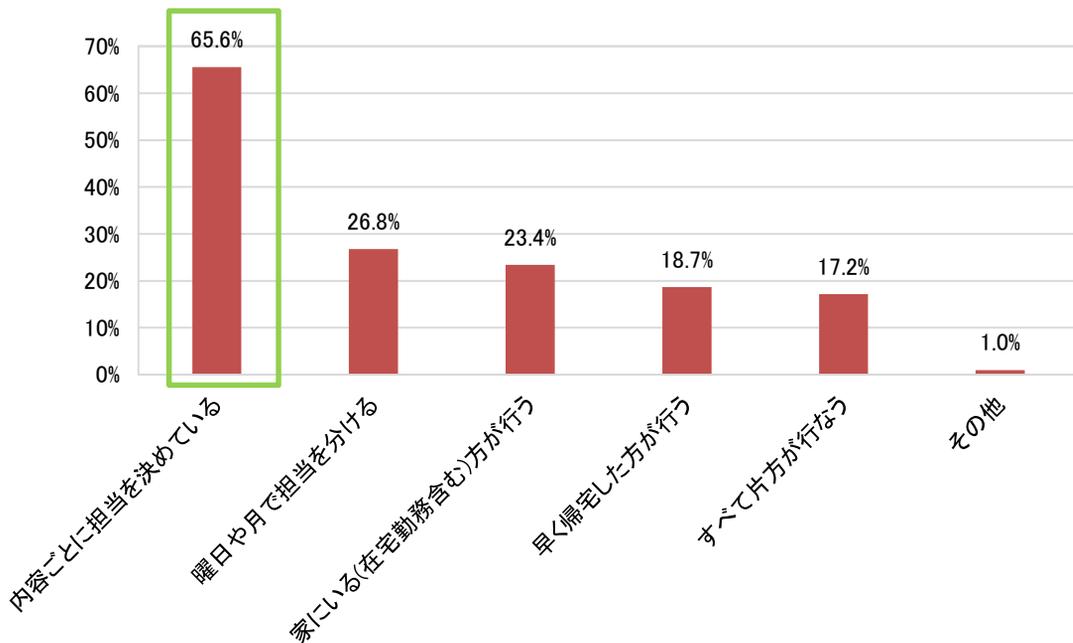
家事分担のルールに関して調査しました。その結果、約8割の家庭が家事分担のルールを決めていないということが判明しました。

Q6.あなたの家庭では家事分担に関するルールがありますか？(単一回答 N=1,000)



また、家事分担に関するルールがあると答えた方に、どのようなルールがあるか聞いたところ、「内容ごとに担当を決めている」と答えた方が約7割という結果になりました。続いて「曜日や月で担当を分ける」が多い結果となりました。

Q7.あなたの家庭での家事分担に関するルールはどのようなものですか。あてはまるものを全てお選びください。(複数回答 N=209)



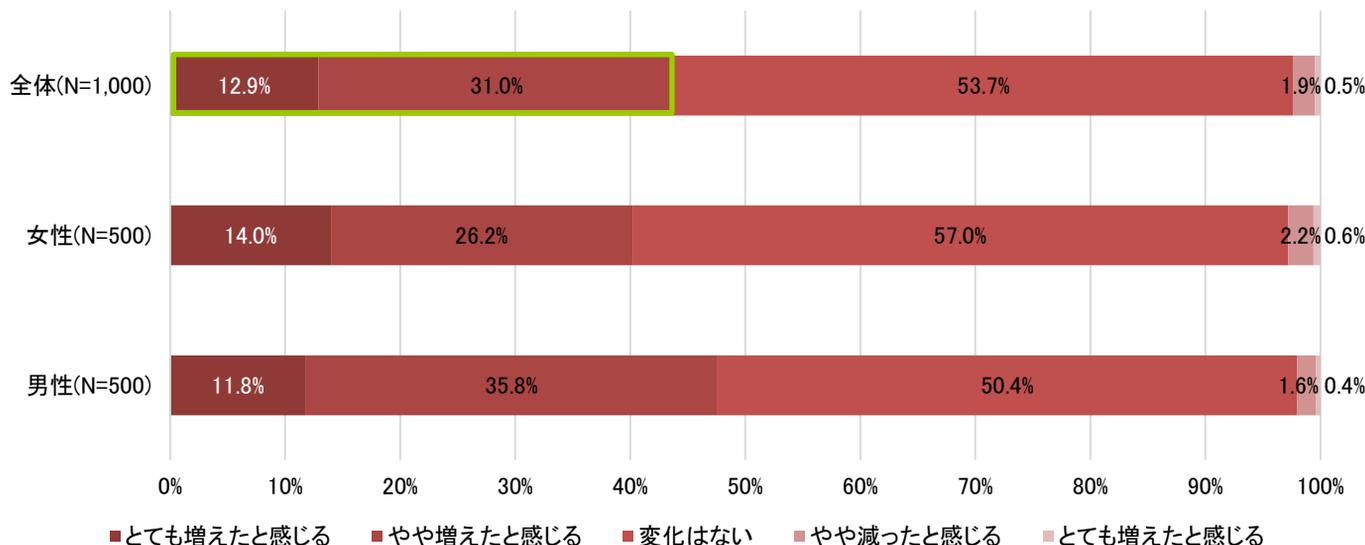
【田中先生コメント】

各ご家庭の事情に合わせて、男女で公平に家事を分担する上では、実際にどのような家事があるのかを「見える化」することが大切です。家事分担のルールを決めていないご家庭が約8割となっていることから、残念ながら現状ではこうした「見える化」があまりできていないのではないかと思います。実際にルールを決めているご家庭では、「内容ごとに分担を決めている」が最も多い回答となっていることからわかるように、まずは家事の内容を把握することが大切です。

コロナ前と比べて家事の量や頻度が増えた家庭は約4割という結果に コロナ前に比べて最も量が増えた家事は「料理」ということが判明

コロナ禍での家事の量や頻度について調査したところ、コロナ前と比べて家事の量や頻度が増えたと答えた方は全体で約4割という結果となりました。

Q8.あなたはコロナ期間中、コロナ前と比べて担当する家事の量や頻度が増えたと感じますか。(単一回答 N=1,000)



また、家事の量や頻度が増えたと答えた方に、増えた家事についてきいたところ、全体では「料理」が約7割と最も多い結果となり、続いて「掃除」がランクインしました。男女別にみると、男性は「掃除」が約6割と最も多く、女性は「料理」が約9割と最も多い結果となりました。

Q9.コロナ禍によって育児・家事で時間が増えたと思うものをすべてお選びください。(複数回答 N=439)

全体(N=439)		男性(N=238)		女性(N=201)	
料理	70.4%	掃除	59.7%	料理	89.6%
掃除	57.6%	食料品・日用品の買い出し	56.3%	掃除	55.2%
育児	52.2%	料理	54.2%	育児	49.8%
食料品・日用品の買い出し	51.9%	育児	54.2%	食料品・日用品の買い出し	46.8%
片付け・収納	50.6%	片付け・収納	54.2%	片付け・収納	46.3%

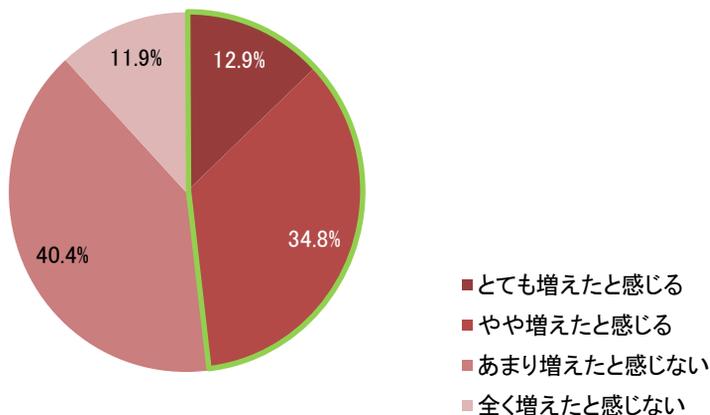
【田中先生コメント】

「男は仕事、女は家庭」はもう古いと言われる。しかし、増えた家事の回答結果を見るかぎり、令和になった今でもそう言い切れないことがわかります。女性で「料理」が約9割となっている結果からは、日々の生活の中で絶対に欠かせない家事であるにも関わらず、ほとんど女性が担っているであろう現実が見えてきます。カレーや焼きそばなどはじめのうちは簡単なものでもいいので、男性は少しでも料理のレパートリーを多くする努力をしたいところです。

コロナ禍において「名もなき家事」が増えたと答えた方は約5割 新たに増えた「コロナ家事」1位は「マスクの手洗い・洗濯」

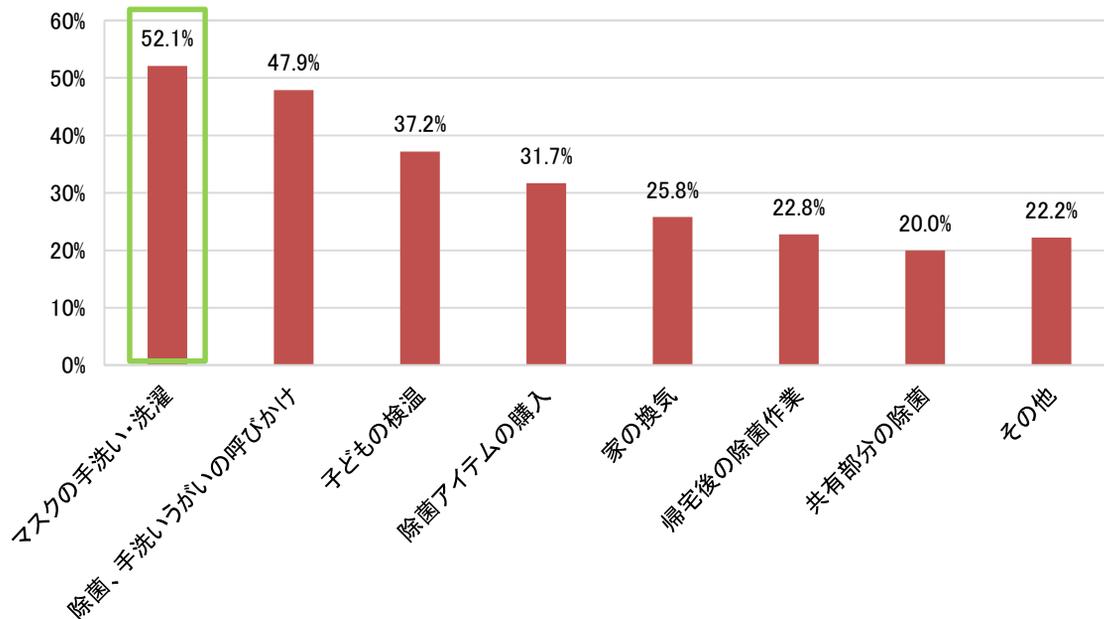
コロナ禍によって新たに増えた家事・育児について調査しました。コロナ禍によって「名もなき家事」が増えたかどうかを聞いたところ、増えたと答えた方は約5割という結果になりました。

Q12.コロナ禍によって、「名もなき家事」が増えたと感じますか。(単一回答 N=1,000)



また、コロナ禍に新たに増えたコロナ家事について聞いたところ、「マスクの手洗い・洗濯」が過半数と最も多い結果となりました。続いて、「除菌、手洗いうがいの呼びかけ」や「子どもの検温」などが上位にランクインしました。

Q13.コロナ禍によって、新たに増えたと感じる育児・家事は何ですか。(複数回答 N=1,000)



【田中先生コメント】

新型コロナウイルスの影響により、これまでになかったような家事が増えています。マスク、除菌グッズ、体温計は品不足が社会問題となっていた時期もありましたから、こうした商品を確保するのも大変だったのではないかと思います。細かいところまで気を使わなければならない生活を続けていると、女性でも男性でもストレスがたまりそうです。単に新しく増えた家事の分担について考えるだけでなく、お互いに労わり合えるような時間を作ることも大切ではないでしょうか。

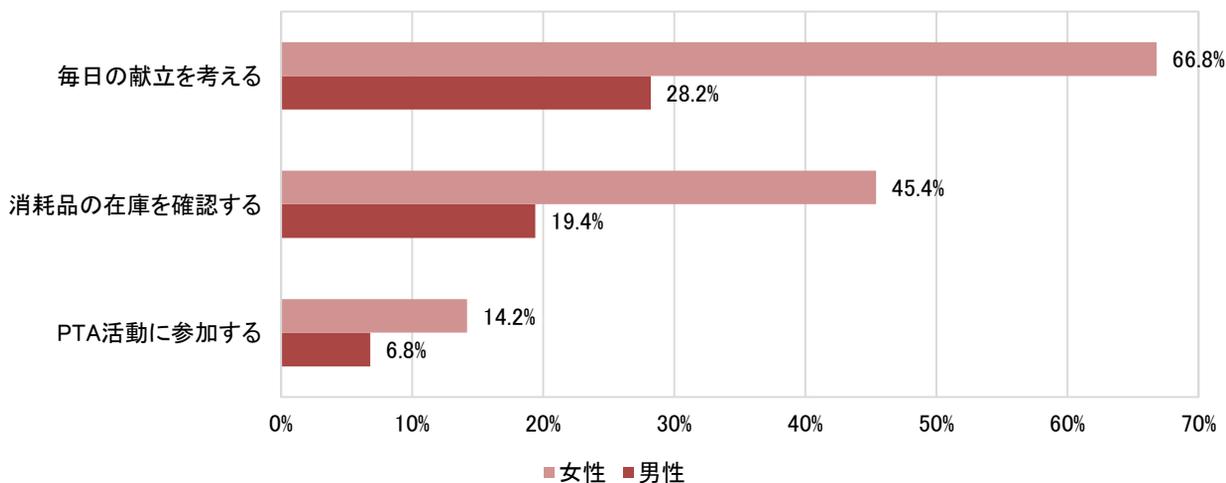
「名もなき家事」の1位は「毎日の献立を考える」 「毎日の献立を考える」に関しては男女で2倍の差があることが判明

「名もなき家事」について調査しました。その結果、「名もなき家事」だと思うものは「毎日の献立を考える」が最も高い結果となりました。また、「シャンプーや洗剤などの補充をする」「食器を食器棚に戻す」なども上位にランクインする結果となりました。男女別でみると男性1位は「食器を下げる」、女性1位は「毎日の献立を考える」となりました。

Q14.あなたが「名もなき家事」であると感じるものを全てお選びください。(複数回答 N=1,000)

全体(N=1,000)		男性(N=500)		女性(N=500)	
毎日の献立を考える	47.5%	食器を下げる	38.2%	毎日の献立を考える	66.8%
シャンプーや洗剤などの補充をする	40.5%	洗濯物をたたむ	35.0%	シャンプーや洗剤などの補充をする	50.6%
食器を食器棚に戻す	40.1%	食器を食器棚に戻す	32.0%	食器を食器棚に戻す	48.2%
食器を下げる	39.6%	シャンプーや洗剤などの補充をする	30.4%	消耗品の在庫を確認する	45.4%
洗濯物をたたむ	38.6%	段ボールや箱をつぶして捨てる	29.2%	段ボールや箱をつぶして捨てる	45.2%
段ボールや箱をつぶして捨てる	37.2%	毎日の献立を考える	28.2%	排水溝のつまりを取る	43.2%
排水溝のつまりを取る	34.1%	排水溝のつまりを取る	25.0%	洗濯物をたたむ	42.2%
消耗品の在庫を確認する	32.4%	ペットボトルのラベルを剥がす	25.0%	食器を下げる	41.0%
ペットボトルのラベルを剥がす	31.8%	食材の賞味期限を管理する	23.4%	洗濯前に裏返しになっているものを元に戻す	39.8%
洗濯前に裏返しになっているものを元に戻す	30.5%	洗濯前に裏返しになっているものを元に戻す	21.2%	ペットボトルのラベルを剥がす	38.6%

また、男女別でみてみると、「毎日の献立を考える」「PTA活動に参加する」「消耗品の在庫を確認する」では、2倍以上の差があり、男性が挙げる「名もなき家事」と女性の挙げる「名もなき家事」には差があることが判明しました。



【田中先生コメント】

非常に多くの女性が「名もなき家事」として「毎日の献立を考える」をあげています。献立は単にメニューを考えればいいわけではありません。食材の買い出しやストックについても頭の中に入れておく必要があります。加えて、献立を考えているということは、そのまま料理を担当しているケースも多いでしょう。担当していない男性からすると些細なことに思えるかもしれませんが、実際にはかなり負担の大きい家事です。献立の担当ではなくても、冷蔵庫に何が入っており、いつどれくらい買い物が必要なのかは把握できるようにしておきたいものです。

育児や家事は男女で意識が異なることも多く、お互いの気持ちを理解することも難しいこともあるかもしれません。自宅時間が増える中でより夫婦でより連携しながら育児や家事ができるよう、今回は男性学の第一人者・田中先生に「コロナ禍に求められる育児・家事のポイント」について聞きました。

男性学の第一人者・田中先生 「コロナ禍に求められる育児・家事のポイント」

1. 育児・家事は生活に欠かせない

在宅時間が増えたことで、男女問わず、育児や家事の大変さと重要性に改めて気がついた人も少なくなかったはず。とりわけ、あまり家にいなかった男性たちほど、新たな発見があったかもしれません。育児も家事も私たちが生活していく上で欠かせないものです。まずはその認識を夫婦で共有してください。各ご家庭の事情は様々でしょうが、これを機に自分たちなりの育児・家事のやり方を考えて欲しいと思います。

2. 面倒なことは女性任せになっていないか

これまで育児でも家事でも細かく、面倒なことは女性任せになっていたご家庭は多いと思います。「毎日の献立を考える」や「シャンプーや洗剤の補充をする」などといった「名もなき家事」はその典型です。料理や掃除といったわかりやすい家事だけではなく、一見些細なようでも、実際には時間や手間がかかる家事も含めてリストアップして、「見える化」をする必要があります。育児についても同様です。その上で、お子様の年齢や人数、仕事の忙しさなどをふまえて、分担を決めていきましょう。誰にでも息抜きは必要ですから、育児と家事の分担に加えて、お互いの自由時間について話し合うのもおすすめです。

3. ルールの運用は柔軟に

育児や家事の分担は内容ごとに誰がやるのか明確になっていた方がいいですが、それにあまりとらわれすぎないことも大切です。絶対に守らなければならないと思込むと、ルール違反が気になってしまって、せっかく分担を決めたのにそのせいで余計にイライラしてしまうことになりかねません。夫婦で分担しても育児や家事があまりにも大変なのであれば、外部に頼ることを考えるのもいいでしょう。親や兄弟姉妹だけではなく、自治体の地域サポーター、あるいは、ベビーシッターや家事代行サービスを利用することもできます。育児も家事も自分たちだけで抱え込む必要はないのです。

田中 俊之 博士

内閣府男女共同参画推進連携会議有識者議員、厚生労働省イクメンプロジェクト推進委員会委員、渋谷区男女平等推進会議委員

1975年、東京都生まれ。大正大学心理社会学部准教授 男性学を主な研究分野とする。

著書『男性学の新展開』青弓社、『男がつらいよ—絶望の時代の希望の男性学』KADOKAWA、『〈40男〉はなぜ嫌われるか』イースト新書、『男が働かない、いいじゃないか!』講談社プラスα新書



【調査概要】

調査時期 : 2020年9月18日～9月22日

調査方法 : インターネット調査

調査対象 : 20～40代の既婚男女(小学生以下の子ども有の方) 計1,000人

調査地域 : 東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県

※本リリースの調査結果・グラフをご利用いただく際は、必ず【リンナイ調べ】とご明記ください。

オート調理で、毎日に「ゆとり」と「おいしい」をプラス。

「+R RECIPE (プラスアールレシピ)」は、毎日の料理を簡単便利に美味しくするアプリ。料理のプロが監修した約400種類のレシピから検索、オート調理におまかせで、美味しい料理が完成します。手間が省けておまかせできる分、「もう一品つくってみる？」なんて、キッチンで家族と会話しながら一緒に調理も楽しめます。

「いただきます」をもっと便利に、「ごちそうさま」をもっと笑顔に。「+R RECIPE」のある暮らしは、家族との時間をより豊かにしてくれます。



 **+R RECIPE DELICIA**

■ キッチンに立つ前から、お料理をサポート！「今日何つくろう？」のお悩み解決します。

料理のプロが監修した約400種類のレシピや特集記事から、季節の旬や材料に合わせて、いつでもどこでもレシピを検索！「買い物リスト」があるから、スーパーに行く足取りも軽くなります。家族の感想やいつ作ったかをメモできるお役立ち機能も。「今日何つくろう？」という毎日のお悩みから解放されます！



お買い物リスト



おすすめレシピ

■ 「コンロ上」でも「グリル」でもつかえる万能鍋「ザ・ココット」

The Cocotte

デリシアと連携して、多彩なメニューを「自動調理」



おいしい 多彩な調理方法で素材の美味しさを引き出せる。

おてがる 軽くて扱いやすいから毎日気軽に使える。

おまかせ 自動で調理できるから火加減はおまかせ。



無水ロールキャベツ



ラムチョップ



ビーフストロガノフ



チーズケーキ

下味を付けて加熱前に冷凍してストックしておけば、解凍して自動調理可能。

デザートまで調理可能。普段使いからおもてなし料理まで。