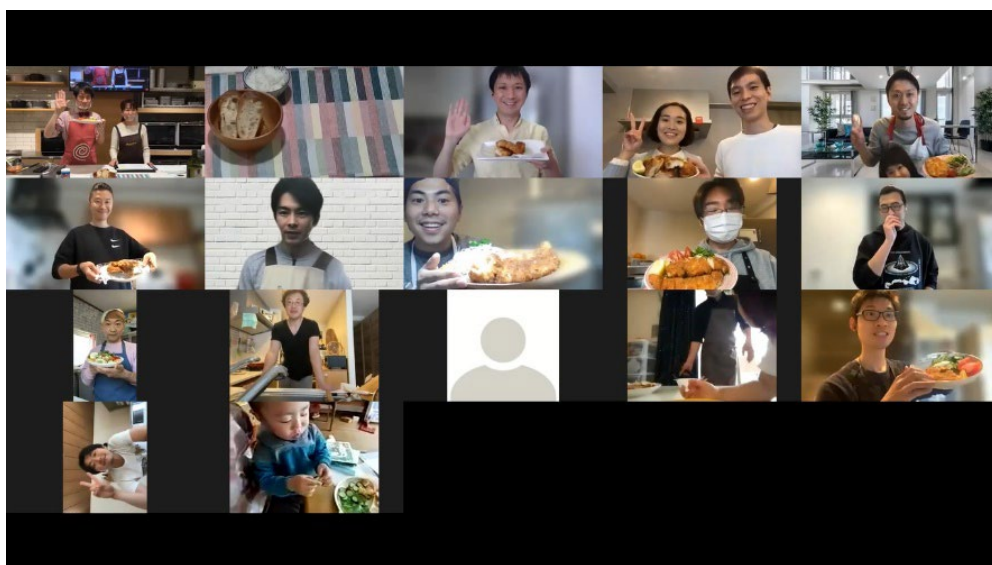


～“取るだけ育休”にしないために～ オレンジページが企業向け料理研修で 男性の家事参加を後押し

料理や家事に関する多数の本の刊行や、料理教室「コラボ阿佐ヶ谷」の運営を手がける株式会社オレンジページ(東京都港区)は、企業向けオンライン料理研修を新たにスタートしました。2022年4月から男性の育児休業取得促進が段階的に施行されている中、男性の料理シェア・家事シェアが今後より一層進むことを見据え、そのスムーズな導入と家族のコミュニケーションの活性化を、オレンジページが「料理」を通して手助けするプログラムです。



オンライン料理教室「みんなの自炊塾」イメージ

<https://www.youtube.com/watch?v=F-yTLJd00sQ>

【参考】家事シェアするも、料理は「妻のみ」が6割の現実

男性が、育児休業をきっかけに、家族というチームの中で、育児はもちろん家事をどう上手くまわすかが重要な課題となる一方、どうしていいかわからないという声も多く聞かれます。オレンジページが2022年4月に実施した夫婦の家事シェアに関するアンケートでは、「ごみ出し」や「浴室の掃除」などのシェア率の高さに比べ、「料理」は〈妻のみ〉が6割を超えているという結果に。現状は、まだまだ妻まかせの「料理」を、夫や家族がもっとシェアできるよう、それぞれが自炊できるよう、受講のハードルが低い「料理教室」が求められています。

オレンジページくらし予報アンケート

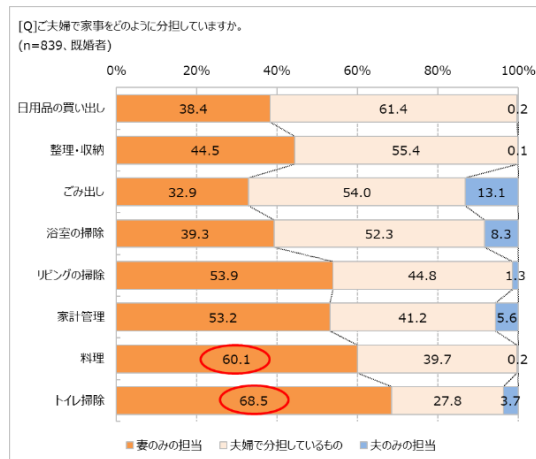
●調査対象: オレンジページメンバーズ(※)・国内在住の20歳以上の女性(有効回答数1100人)

●調査方法&期間: インターネット調査 2022年4月22日~26日

<https://www.orangepage.net/news/detail/424>

(2022年7月5日リリース)

※さまざまなくらし情報・くらし体験によってはぐまれた“くらしの目利き”たちが数多く所属する読者モニター



「Q.ご夫婦で家事をどのように分担していますか」(オレンジページくらし予報)

「みんなの自炊塾」では〈日々のごはん〉を教えます

日頃「料理」を担当することが多くない男性をメイン対象とする「みんなの自炊塾」では、いわゆる〈オトコのこだわり料理〉ではなく、家族みんなが喜ぶ〈パパの料理〉が登場。特別な食材や道具を使わず、ふだんの食卓で「パパが作る〇〇っておいしい！」の声が聞かれるような〈リピ飯〉メニューを紹介します。また、料理だけでなく、調理道具や食材の説明、後片づけの仕方まで、「料理」という家事の流れをすべてレクチャー。「料理だけしてもらっても、後片づけは私……」というママの不安をなくし、「家族=チーム」みんなの笑顔をめざします。

オンライン講座だから自宅で気軽に参加できます

なにかと忙しい育児休業中の方も、料理教室に参加するのが気恥ずかしい方も、生配信のオンライン講座形式なので、自宅から、家族と一緒に参加できます。

●コトラボ阿佐ヶ谷



株式会社オレンジページが運営する体験型スタジオ。オリジナル料理教室の開催や、企業向けのセミナー・研修プログラム開発・実施も手がける。リアル開催に加え、近年では、ハイブリッド・オンラインでの開催実績も多数。

<https://www.coto-lab.com/>

●株式会社オレンジページ

創刊37周年を迎えた生活情報誌『オレンジページ』ほか、ムック・書籍の出版をはじめ、マーケティングによる情報提供サービス、生活雑貨を中心とした通販、「食」と「暮らし」を中心としたイベント・講座の運営、商品・サービス・地域等の“生活実装”に向けたコミュニケーションデザインおよびマーケティング支援など、生活を軸に多方面で事業を展開。2021年6月に「生活実装する会社」をタグラインに掲げ、コーポレートロゴを新設。企業・団体との新たな協業に取り組む。

【事例紹介】

JR 東日本 人財戦略部 「仕事と育児の両立支援セミナー」

「料理」を企業研修で体験、家事シェアの促進に

育休中の社員だけでなく、その配偶者や子どもたちなど家族を対象に、すぐに実践できる家事としての料理講座「みんなの自炊塾」をオンラインで実施。さらに、「暮らし方改革」についての座学を組み合わせることで、受講後に今後の仕事と育児の両立プランについて、家族が話し合うきっかけ作りも支援しました。



【プログラム内容】(オンライン実施)

■座学: 石川善樹さん講演「仕事と家事の両立は 暮らし方改革から」

ウェルビーイング研究の第一人者・石川善樹さんが、人生における豊かさとは、ウェルビーイングを実感できる生き方とは、について研究者の観点からレクチャー。仕事と家事の両立に欠かせない「働き方改革」を実現するために、まずはひとりひとりが考えたい「暮らし方改革」について、新たな気づきが得られる特別講座。

■料理教室:「みんなの自炊塾」(コトラボ阿佐ヶ谷)

オンライン料理教室をコトラボ阿佐ヶ谷から生配信。家族みんなが喜ぶメニュー「照り焼き丼」を『味つけ黄金比率で基本の料理 100』(※)より紹介。コトラボ講師が、計量の仕方からていねいに解説するので料理初心者も安心。配信と同時に調理しながら、また質問しながらといった、双方向の料理教室を自宅で家族と一緒に体験できる。

※オレンジページより 2019 年 11 月刊行。2022 年 第 9 回 料理レシピ本大賞一次選考通過

●石川善樹(いしかわよしき)



予防医学研究者、博士(医学)。1981 年、広島県生まれ。東京大学医学部健康科学科卒業、ハーバード大学公衆衛生大学院修了後、自治医科大学で博士(医学)取得。公益財団法人 Wellbeing for Planet Earth 代表理事。「人がよく生きる(Good Life)とは何か」をテーマとして、企業や大学と学際的研究を行う。専門分野は、予防医学、行動科学、計算創造学、概念進化論など。近著は、『フルライフ』(NewsPicks Publishing)、『考え続ける力』(ちくま新書)など。

<お問い合わせ先>

〒108-0073 東京都港区三田 1-4-28 三田国際ビル 16F 株式会社オレンジページ

企業研修のお問い合わせ先:コトラボ推進部 営業担当 岡田 okada@orangepage.co.jp

本リリースおよび取材のお問い合わせ先:総務部 広報担当 遠藤 press@orangepage.co.jp