

# 家事スタイルに関する調査2019《单身世帯編》

## 一人暮らし世帯の男女が行っている家事の実態は？

～主婦対象「家事スタイルに関する調査」の主要な調査項目について  
 全世界帯の3分の1以上を占める、单身世帯男女に調査を実施～

- **家事の実態**：あなた自身が行っている家事、家事の情報源、外部化の意向、家事全般の意識…
- **日常の食事づくり**：食事作りの行動と負担感、調理意識、調理時間・頻度、購買行動、食品の保存…
- **キッチンの実態と掃除**：キッチンの間取り・設備、調理家電などの機器・調理器具の保有…  
 食事の後片付けとキッチン掃除、行動と負担感、キッチン意識…
- **部屋の実態と掃除**：部屋の間取り・スタイル、掃除機、掃除行動と負担感…
- **水まわり（バス・トイレ）の実態と掃除**：間取り、設備・タイプ、掃除頻度、掃除行動と負担感…
- **洗濯・衣類の手入れ**：洗濯・アイロン頻度、洗濯場所、洗濯機・アイロンのタイプ、行動と負担感…

【調査概要】 ・調査対象：下記エリアに居住する20～70代の单身世帯（一人暮らし）の男女  
 ①首都圏（東京都・千葉県・埼玉県・神奈川県）②中部圏（岐阜県・静岡県・愛知県・三重県）③近畿圏（京都府・大阪府・兵庫県）  
 ・調査方法：「モニターリサーチ・システム」利用による郵送調査  
 ・サンプル数：有効回収数 646 人（発送数 1,000 人・有効回収率 64.6%）※性別・年齢・地域に基づき母集団人口構成比に準拠して回収  
 ・調査期間：2019年6月7日（金）～17日（月）

【調査のアウトプット形式】

- ・調査報告書：A4判・85ページ・2019年8月発行
- ・集計結果数表：A4版・625ページ・2019年8月発行
- ・CD-ROM（クロス集計表、ローデータ、他集計データ一式）

【価格】 ★主婦対象の『家事スタイルに関する調査2019』（《調理行動編》《キッチン編》《掃除・洗濯編》《家事スタイル編》いずれか1編以上）を購入済みの企業：追加購入価格40万円（税別）・MDBメンバー価格38万円（税別）  
 ★上記以外の企業：定価45万円（税別）・MDBメンバー価格43万円（税別）

【連絡先・申込書ご送付先】（株）日本能率協会総合研究所 経営・マーケティング研究部 リサーチグループ（担当：土井）

〒105-0011 東京都港区芝公園3-1-22 URL<<https://www.jmar.biz/>>  
 TEL 03-3578-7607 FAX 03-3578-7614 e-mail <[info\\_mlmc@jmar.co.jp](mailto:info_mlmc@jmar.co.jp)>



### JMAR生活者調査レポート●申込書

※下記にレ印を付け、必要事項をご記入の上、ご送付ください。FAXにてご送信いただいても結構です。

#### 「家事スタイルに関する調査2019《单身世帯編》」

購入する  興味がある（説明が聞きたい、調査票が見たい）

20 年 月 日

※下記所定欄にご記入いただくお客様の個人情報は、商品の発送及び小社からの新商品・調査・企画・情報提供サービスのご案内に利用させていただきます。本主旨をご了承賜りご記入くださいますようお願いいたします。

フリガナ		MDBメンバーコード
会社名		
部課・役職名	フリガナ ご担当者名	
TEL	FAX	
郵便番号 〒	—	e-mail
住所		
連絡事項	ご請求金額	お支払予定日
	円 (消費税別)	年 月 日

◆家事全般

- ◎自分でやっている家事：【食事の用意】平日朝食/平日昼食/平日夕食/休日夕食/弁当/おやつ/間食/食材の買物/メニューを考えること/食器洗い/食事の後片づけ【洗濯】洗濯機/手洗い/干す/取り込む/畳の上/アイロンかけ【掃除】片づけ/掃除機/床掃除/水びき/棚や台の上/窓ガラスや網戸【掃除場所】居間や寝室★/キッチン/浴室/洗面所/トイレ/玄関【演出】食卓/インテリア/花や置物/カーテン/模様替え【リサイクル】ゴミを出す/ゴミの分別【家計管理】家計簿/預貯金/投資/ローンの管理【家・庭仕事】電球の交換/障子・ふすま/網戸/日曜大工/家のまわり/車庫まわり・自転車置き場/植木/草取り【その他】布団干し/シーツの交換/衣がえ/ガーデニング/家庭菜園/ベットの餌やり/ベットの散歩…他
◎家事意識：居心地/自分の仕事/洗濯好き/片づけるのが得意/水まわりはこまめに掃除/まとめて掃除/洗剤等は詰め替えを選ぶ…他
◎掃除や家事の情報源：テレビ/雑誌/新聞/ノウハウ本/インターネット(メーカー等のホームページ)(掲示板・口コミサイト)/カリス主婦/達人等のブログ/(SNS)動画サイト/スマホのアプリ/スーパーの店頭のカード等/洗剤等のパッケージ/親/友人・知人…他
◎5年以内の利用意向：日常の家事代行/食材セットの宅配/大掃除の代行/家の中の収納/片づけの代行/ネットでの買い物/スマートスピーカー/コインランドリー/家政婦/介護サービス…他
◎家事の考え方：とてもあてはまる～まったくあてはまらない：家事は毎日こまめに行うもの/楽しみながら行うもの/センスが必要/自分の力量を發揮できる場/仕方なくやっている/手を抜くことには抵抗/新しいやり方を積極的に/お金をかけてでも合理的に/「もったいない」と思って工夫する/今後は家事に割く時間を減らしていきたい/環境にやさしい方法/家事はきちんとしている方…他

◆ふだんの食事づくり

- ◎朝食頻度★ ◎朝食準備時間 ◎夕食頻度★ ◎夕食準備時間
◎食事づくり・調理方法：①よく行っている ②面倒・嫌い：【買い物】買い物に行く/買う食品を選ぶ/むしろし等で特売チェック/宅配(生協・ネットスーパー・食材宅配サービス等)/レシピの情報収集/メニュー決め【段取り】数日分のメニューを考えて購入/残った食材からメニューを考える【食事づくり】弁当作り/つまみ作り【下ごしらえ】包丁で皮をむく/ピーラーで皮をむく/分量を計量/下味をつける/電子レンジで下ゆで/フライの衣【調理方法】鍋で汁物/炒める/焼く/揚げる/煮る/煮込む/ゆでる/オープン料理/圧力鍋調理/電子レンジ調理/蒸す/切って盛りつける【盛りつけ】主食+汁物+おかず型/皿完結型/テーブルクッキング/食器を選んだ盛りつけ/鍋やフライパンから直接食べる★/調理しながら食べる★【保存】包装のまま/容器を入れ替え/小分け・下ごしらえを冷凍保存/余分に作って冷凍保存/残った料理/自家製の保存食/常備菜/揚げ油…他

◆買い物行動

- ◎1カ月の食費 ◎食材の買物で店に行く頻度 ◎利用する店：総合スーパー/食品スーパー/ミニスーパー/コンビニ/百貨店/八百屋/肉屋/魚屋/ドラッグ/ディスカウント/生協の店舗/生協の宅配/食材宅配サービス/産地の直売所/ネット通販/ネットスーパー…他

◆ふだんの調理行動

- ◎使用頻度：A包丁 Bフライパン C両手鍋・片手鍋 D電子レンジ
◎ご飯の炊き方：毎日/1食分ずつ/2～3食分/炊飯器/鍋/電子レンジ/炊飯ジャー/ご飯を冷凍保存/発芽玄米等/雑穀類/冷凍食品の買い置き/レトルトパックの買い置き/炊いたご飯をかう…他
◎電子レンジの使い方：飲み物を温める/冷凍保存のご飯/炊飯/冷めた料理/市販の惣菜・弁当/冷凍食品/蒸し物調理/解凍/野菜をゆでる/パスタをゆでる/魚を焼く/乾物をもとす/豆腐の水切り…他

◆食品の保存

- ◎食品の保管場所：A冷蔵庫 B冷凍庫 C常温：【魚・肉・乳製品・日配品】切り身魚/刺し身/スライス肉/挽き肉/ハム等/牛乳/チーズ/ヨーグルト/バター/アイスクリーム/卵/豆腐/納豆/練り製品/ゆで麺/食パン【野菜・果物】にんじん/たまねぎ/じゃがいも/キャベツ/はくさい/レタス/トマト/きゅうり/なす/ほうれんそう/もやし/バナナ【主食類】米/炊いたご飯/市販のご飯パック/もち/シリアル/パスタ類/カップ麺【食品】乾物/粉/茶葉/菓子/缶詰/作り置き/冷凍野菜/調理済み冷凍食品【調味料類】しょうゆ/みそ/マヨネーズ/ケチャップ/ソース/たれ/カレー/スパイス類【飲料のストック】ペットボトル/ビール等…他
◎保存用品：ラップ類/アルミホイル/ファスナー付袋/ペーパータオル/クッキングペーパー/野菜用鮮度保持袋/プラスチック容器…他

◆食事づくり全般

- ◎食事づくりの実態：料理は得意/料理の手際がいい/レシピはアレンジ/レシピの材料・手順どおり/和食/洋食/中華/食べなれたメニュー/目新しいメニュー/調理時間が短い/手間がかからない/後片づけが簡単/手の込んでいる/ボリュームがある/料理の盛りつけや彩り/調味料等は計量/便利な加工食品や調理用ソースを利用/市販の惣菜を利用★/市販の弁当を利用★/食材は使いきれぬ量…他
◎食事づくり意識：手作り/省時間/おいしさ/安全/健康/出来合い品/食材セット/料理は好き/基本を身につけたい/レパートリーを増やしたい/料理を教える/いい道具/カロリー控えめ/塩分控えめ/脂肪分控えめ/炭水化物控えめ/野菜を多く/魚を多く/食材の品目数/メニューの品数/ボリューム/栄養バランス/食費切り詰め/おいしいなら出費/安全なら出費/健康なら出費/便利なら出費…他

◆キッチンの実態

- ◎間取り：独立/セミオープン型/オープン型/DK/上記以外のキッチン★/シェアハウスなどの共同キッチン★/キッチン設備はない★
◎キッチン設備：①保有 ②便利・欲しい：システムキッチン/自動給湯システム/シンクルバーの水栓/シャワー式の延びる水栓/浄水器/食器洗い機【コンロ】ガス/IH/1口★/2口/3口以上/魚焼きグリル付/時間・温度設定機能付/安全機能付/ガラス天板…他
◎冷蔵庫の大きさ ◎冷蔵庫・家電・加熱機器：①保有 ②便利・欲しい：【冷蔵庫】冷蔵庫/野菜室/冷凍室/製氷室/チルド/氷温室/自動製氷機能付/引き出しタイプ/両開きドア/小型冷蔵庫/ワインセラー【レンジ】オープンレンジ/スチーム加熱レンジ/単機能/単機能の電気オープン【出力】600W未満～1001W以上【その他】ガスオープン/オープントースター/ポップアップ型/フィッシュロースター【炊飯器】電子ジャー/IHジャー/電気炊飯器/ガス炊飯器…他
◎キッチン用品の保有：【調理家電】電気ポット/電気ケトル/ホットプレート/ノンオイルフライヤー/卓上コンロ/卓上電磁調理器/コーヒーマーカー/ホームベーカリー/スープレーカー/電気圧力鍋【下ごしらえ用】ミキサー/フードプロセッサー/マルチブレンダー【鍋等】やかん/フッ素樹脂加工フライパン/スキレット/中華鍋/両手鍋/片手鍋/ステンレス多層構造鍋/圧力鍋/土鍋/タジン鍋/鋳物ホーロー鍋/チーフステン/包丁【まな板・包丁等】木製まな板/プラスチック製まな板/薄型プラスチック製まな板/万能包丁/菜切り包丁/出刃包丁/キッチンバサミ/ピーラー/スライサー【調理小物】菜ばし/おたま/フライ返し等/シリコン製ハロー/しゃもじ/トング/計量スプーン/シリコンスチーマー【シンクまわり】台ふきん/水切りかご/三角コーナー/スポンジ/食器用洗剤/食器洗い機専用洗剤/ハンドソープ/漂白剤【水関連】ウォーターサーバー/浄水ポット【消耗品】ラップ/アルミホイル【食器・容器等】【ゴミ・リサイクル品】【その他】文房具/医薬品・化粧品等/パソコン・スマホ等…他

◆キッチンの後片づけや掃除

- ◎掃除の頻度：A食器洗い Bキッチンの掃除
◎後片づけ・掃除：①よく行っている ②面倒・嫌い：食器を手洗い/食器洗い機で洗う/食器をふく/生ゴミの始末/ゴミの分別/排水口の掃除/まな板等の漂白/冷蔵庫内の整理/冷蔵庫内の掃除…他

◆キッチン全般

- ◎キッチン意識：人に見られたくない/人に見せる/後片づけを楽にしたい/料理をしながら鍋や調理器具を洗って片づける/キッチンの掃除は苦にならない/もっと掃除の簡単なキッチンに/毎日こまめに掃除/環境にやさしい洗剤/鍋や調理器具はすぐ使える場所に配置…他

◆部屋について

- ◎部屋の間取り・タイプ等：食事と寝るスペースは別の部屋★/一緒の部屋★/別の部屋あり★【食事スペース】洋室にイスとテーブル/和室に床座り【寝るスペース】洋室にベッド/和室にふとん【空調】エアコン/床暖房/こたつ/扇風機/加湿器/除湿機/空気清浄機…他
◎掃除機のタイプ：電気掃除機/サイクロン掃除機/スティック型/ハンディタイプ/ロボット掃除機/ふとん専用…他 ◎部屋の掃除頻度
◎部屋の掃除：①よく行っている ②面倒・嫌い：片づけ/掃除機/ペーパーモップ/ぞうきがけ/高い場所のほこり/ロボット掃除機…他

◆水まわりについて

- ◎浴室・洗面所・トイレの間取りや設備：浴室は独立/トイレは独立/浴室スペース内に洗面台/浴室スペース内にトイレがある…他
◎浴室の設備等：①保有 ②便利・欲しい：システムバス/追い焚き/湯が一定量で自動停止/シャワー/浴室暖房/浴室乾燥装置…他
◎トイレの設備等：①保有 ②便利・欲しい：洋式/和式/温水洗浄便座/ふたの自動開閉/自動洗浄/脱臭/タンクレス/節水…他
◎掃除の頻度：A浴室 Bトイレ
◎水まわりの掃除：①よく行っている ②面倒・嫌い：【風呂場】床/バスタブ/タイルの目地/排水口【トイレ】便器/温水洗浄便座…他
◎水まわりの掃除によく使っているもの：【浴室】スポンジ/たわし/ブラシ/風呂用洗剤/かび取り剤/除菌剤【トイレ】トイレブラシ/トイレ用洗剤/掃除シート/トイレ用消臭剤/タンククリーナー…他

◆洗濯・衣類の手入れ行動

- ◎洗濯等の頻度：A洗濯する Bアイロンをかける
◎洗濯機の置き場：洗面所/廊下/ベランダ…他
◎干し場：衣類用乾燥機/浴室乾燥機/室内の部屋/ベランダ/庭…他
◎タイプ：①保有 ②便利・欲しい：【洗濯機】全自動/ドラム式【アイロン】コードレス/ハンディ/スチーマー/スポンプレッサー…他
◎洗濯・衣類の手入れ行動：①よく行っている ②面倒・嫌い：洗濯機での洗濯/おしゃれ着洗い/洗濯槽の掃除/手洗い/洗濯物干し/洗濯物の取込・畳む/のりづけ/アイロン/衣がえ/布団干し…他
◎洗濯・衣類の手入れに使用：【器具】ゴム手袋/洗濯用ネット/ミシン【洗剤等】洗剤(粉)/洗剤(液体)/洗剤(ジェルボール)/柔軟仕上げ剤/アイロン用スプレー/衣類用防虫剤/消臭スプレー…他

◆フェースシート

- ・年齢/性別★/未既婚★/近居の家族・親戚の有無★/居住地域/職業/世帯年収/住まいのタイプ/築年数/リフォーム時期/リフォーム場所/住まいの該当事項(庭/ベランダ)/ペット(家の中で犬・猫/家の外で犬・猫/その他のペット)/生活習慣(車/人を招く/家で過ごす/外出/お酒/たばこ/アレルギー等)/生活習慣病等減塩・カロリー制限等が必要/単身赴任中/情報機器(パソコン/タブレット端末/スマートフォン/携帯電話/インターネット/QRコード)