

《アンケート調査》

# シニア男性、料理を習ってどう変わった？

## 《06年版》

■調査対象：ベターホームの料理教室を1年以上受講した60代の男性

■調査方法：無作為に抽出した404人にアンケートを郵送し、返送してもらいました。

■回収数：189人(回収率46.8%)

■調査地域：首都圏、京阪神、名古屋、札幌、福岡、仙台

■年齢構成：

年齢	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	計
人数	5	31	29	25	21	21	20	13	10	14	189人
%	2.6	16.4	15.3	13.2	11.1	11.1	10.6	6.9	5.3	7.4	

■職業構成：

職業	有職	無職	無回答
人数	40人	147人	2人
%	21.2	77.8	1.1

■調査時期：2006年7月

(財)ベターホーム協会

2006年10月

住所 〒150-8363 東京都渋谷区渋谷1-15-12

電話 03-3407-0471

## ■調査目的

- \* ベターホーム協会では生活技術の普及活動の一環として、男性に料理を教えることに力を入れていきます。特に、定年後の人生に前向きに取り組もうとする男性たちを支援するために、05年春より「60歳以上の男性」に絞ったクラスを開講しています。
- \* この教室を始めた背景は高齢化社会です。日本人男性の平均寿命は78.64歳で、世界中でもトップ。60歳で定年を迎えても、まだ20年近くも人生は続きます。その長い人生を支えるのは健康。健康の基本は食生活です。食事を人まかせにせず、自分できちんと管理できることは、この高齢化社会を生き抜く基本的な能力といえるでしょう。  
また、60歳で定年を迎えたとしても、80歳、90歳の親が生きているのが高齢化社会。自分のことは自分でできる能力はもとより、親や連れ合いの介護をする能力も必要です。さらにこの世代の妻はまだ現役で働いていたり、なんらかの活動をしていることが多く、留守がちです。そんな家庭にあって、リタイア後の男性は家事や介護をになう自立した一員として戦力になる必要があります。男性が料理ができるようになることは社会的な要請でもあるのです。
- \* この調査は、中高年の男性が料理教室に通ったことで、生活や意識がどのように変化したかを把握して今後の活動の参考にするために行ったものです。

## ■調査のまとめ

### ①「男子厨房に入らず」の社会通念はくずれだした

今回の調査で「料理は男性にむいていると思うか」という質問に対して、80.4%の男性が「性別は関係ない」と答えた。さらに16.9%は「男性は料理にむいている」と答えており、「むいていない」と答えたのはわずか2.6%であった。(7ページ)月に1回、料理教室にかよった60代男性たちが出した答えである。「男子厨房に入らず」の社会通念のもとに育った年代のはずだが、その人たちがみずから「性別は関係ない」と言い切ったわけだから、エポックメイキングなできごとだ。このような考え方の男性が今後ますます増えれば、日本の社会を変える力を持つだろう。

### ②料理は家事全般への入り口

料理を習った人たちは、ほかの家事にもめざましく取り組むようになっていく。(6ページ)料理をすると、食器洗いや買い物が付随してくるのでその効果であろう。今後、退職男性が家事に参加してくるのであれば、あらたなマーケットが生まれるかもしれない。

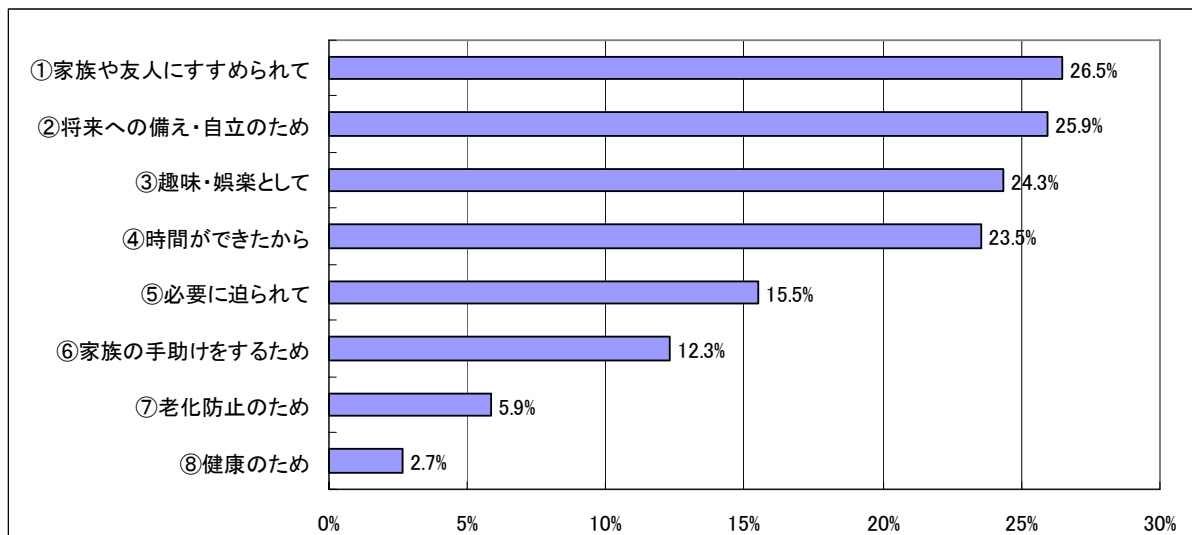
### ③60代男性は家事も仕事のようなスタンスで取り組む

「料理は男性にむいている」という人たちの意見を讀むと、料理と仕事の類似点をあげる人が多い。料理を語るのに「段取り、論理的、創造性、達成感」など仕事と同じような言葉で語る男性たちは、料理にも仕事と同様のスタンスで取り組もうとしている。戦後の日本を築いてきた世代が、退職後も家庭という仕事に真摯に取り組もうとしているたのもしい姿がこの調査全体から浮かびあがった。

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

## 1. 料理教室に通おうと思ったのはなぜですか？

※自由記述の回答を、8つに分類した。



\*なぜ料理教室に通おうと思ったのか、その理由はほぼ①～④の4つにまとめられる。あまりせっぱつまっている様子はなく、余裕が感じられる。

\*「家族や友人にすすめられて」と答えた人が26.5%で最も多かった。具体的に誰にすすめられたか記述があったものでは、①妻、②友人、③娘の順に多かった。身近な家族や、すでに教室に通っている友人にすすめられたことが、料理教室に通うきっかけとなっている。

\*「将来への備え・自立のため」が2位。現在不便を感じているわけではないが、妻が病気になったり亡くなるなど、まさかのときのために料理を身につけたいと考えているということだろう。また、「将来親の介護に役立てるため」という回答もあった。

\*「時間ができたから」に分類した回答のうち、約8割の人が「定年を迎えて時間ができた」と記述。定年退職が男性にとって料理を始める大きなきっかけとなっていることがわかる。

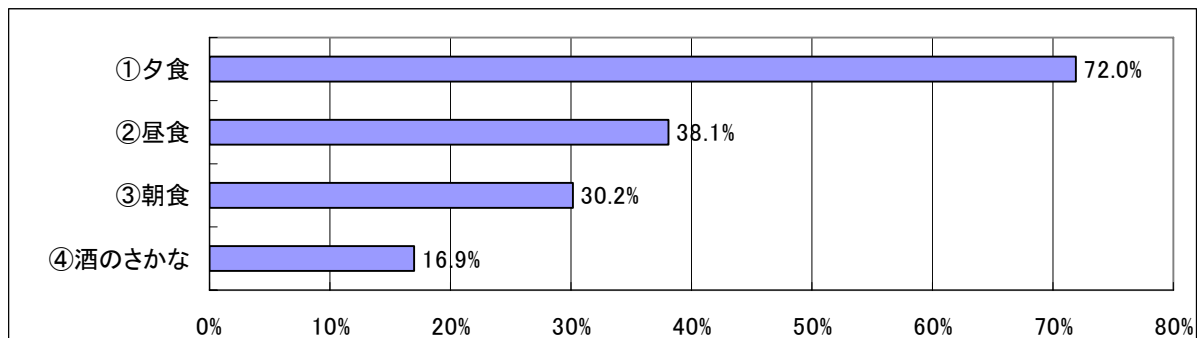
### ●「料理教室に通おうと思った理由」 自由記述より抜粋

理由	住所	年齢
家内が留守中の食事を自分で作りたい。	入間市	67
退職後は自分のことは自分でできるように妻から求められた。	四街道市	63
女房まかせでなく自立するためにも、自分自身で料理をしたかった。	松戸市	62
・一人になったときに食事を作れるようにしておきたかった。 ・頭を使うには最も効率的な作業であること。 ・味付けを自分流に出来るようになりたかったこと。	小平市	64
定年退職後は苦勞をかけた女房に料理を作って恩返しをしようと料理教室に通うことを計画していた。しかし、その女房が急逝してしまい、その相手はいなくなったが、当初の計画通り通うことにした。	八王子市	62
家庭菜園で収穫した野菜を料理して食べたいとの思い。	習志野市	64

完全にリタイヤしたので、何か始めたかった。	鶴見区	67
妻が病氣入院したとき、食事で苦勞した。自分の食事くらいはなんとかしなければと思ったから。	練馬区	65
家族に食べてもらうため。私以外は仕事をしているので。	戸田市	60
娘たちが、定年退職後のプレゼントにしてくれた。	相模原市	63
初孫誕生時、妻が約1ヵ月不在になり、料理ができないことが不便と感じた。	綾瀬市	64
これまで 60 年余、炊事洗濯を全くしたことがなかったので、定年退職を期にやってみたいと思いました。	江別市	63
30 年間、長きに渡り、妻が料理を作ってきた。そろそろ自分が作り、樂をさせてあげたい。また、いざというときに全く料理ができないと困る。料理になじんでおきたい。	小平市	61
・退職し、時間に余裕ができた。日中はほとんど一人で家に居る。 ・妻は仕事を持っていて、家事(料理)にかける時間が少ない。 ・自分のことは自分でやりたい。	千葉市	65
高齢(93 歳)の親の介護がきっかけでホームヘルパーの資格をとり、姉と手分けをして独居の親元へ通ううちに、今迄妻任せであった食事の件で自分も(男も)必要と思ったから。	三浦市	63
・以前家内が入院して食事に困り、自分でできればと思った。 ・血糖値が少し高いので、自分で料理をしてカロリー調整したいと思った。 ・60 坪程の畑で様々な野菜を作っているため、料理方法を学び「ボケ」防止にしようと思った。	交野市	60
家内が習い事の日、早朝より夕食の準備をして出かけるので、代わりに作ってやりたかった。	門真市	61
料理の“理”の世界に興味を持ったため。	鶴ヶ島市	61

## 2. 家で作る料理について、あてはまるものに○をつけてください。

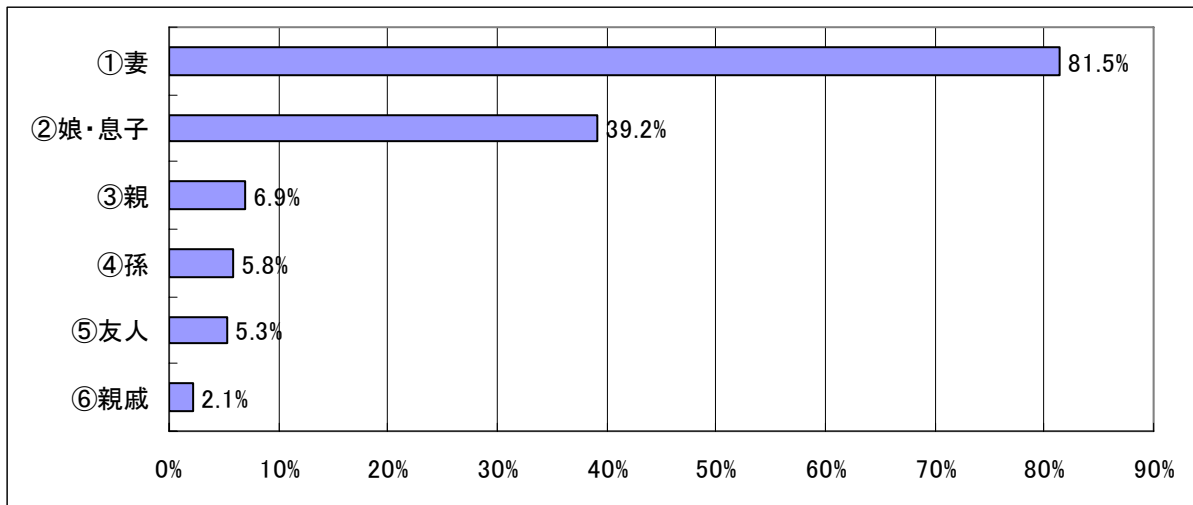
### ●いつ作りますか？（複数回答）



\* 主に夕食を作ると答えた人が 72.0%で最多。レシピどおりにていねいに作る人が多いので、時間をかけて夕食作りをしているのかもしれない。

\* 朝食や昼食は家にあるもので短時間で臨機応変に作らなければならないので、まだ苦手なのか、割合は低かった。

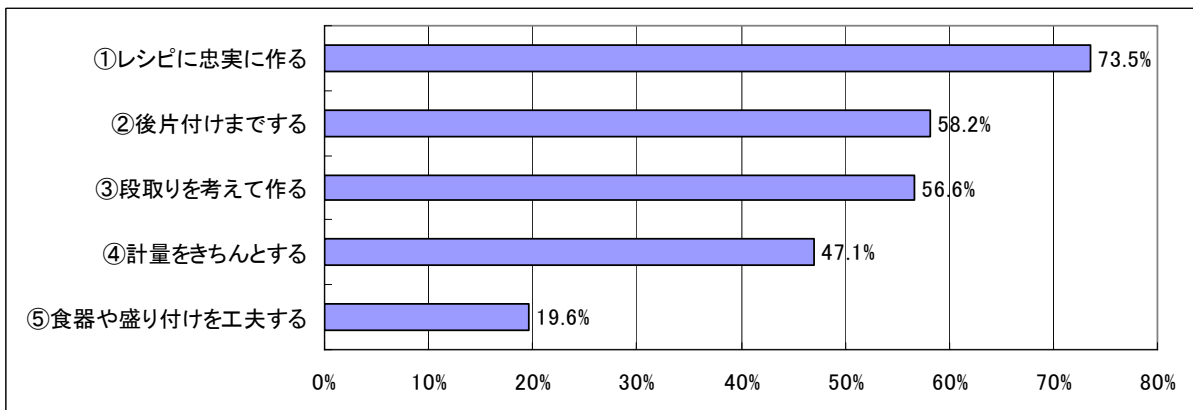
### ●作った料理を誰と食べていますか？（複数回答）



\* 妻と食べている人が 81.5%と圧倒的。

\* しかし妻以外にも、いろいろな人たちに自分の料理をふるまっている様子が見られる。男性が料理を作ることは家族や友人たちとのコミュニケーションの手段になっているようだ。

### ●料理をするときに心がけていることは何ですか。（複数回答）



\* 「レシピに忠実に作る」と答えた人が、73.5%と多い。レシピどおりに作ると安定した料理作りができるのでそれは初心者として、正しい姿勢。しかし、別な言い方をすれば勘や経験で自在に作るところまではいたっていないとも言える。

\* 約 6 割の人は台所の後片付けも自分でしている。しかし、これも逆の見かたをすれば 4 割の人は、後片付けをしていないということなので、割合としては低い。

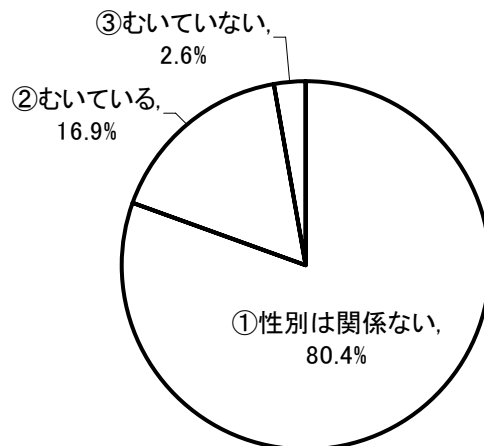
3. 料理教室に通う前と通った後で、変化はありますか。あてはまるものにそれぞれ○をつけてください。

(数字は%)

		通う前	通った後
家で料理を作る	よくする	4.2	25.9
	時々する	25.4	63.0
	ほとんどしない	70.4	11.1
食器洗い	よくする	14.3	47.1
	時々する	40.7	47.1
	ほとんどしない	45.0	5.8
食料品の買いもの	よくする	19.0	47.1
	時々する	40.2	43.4
	ほとんどしない	40.7	9.5
ごみ捨て	よくする	23.3	45.5
	時々する	31.2	31.2
	ほとんどしない	45.5	23.3
掃除	よくする	16.4	28.6
	時々する	38.1	47.1
	ほとんどしない	45.5	24.3
洗濯	よくする	9.5	16.9
	時々する	21.2	29.1
	ほとんどしない	69.3	54.0

- \* 料理教室に通う前から料理を、「時々する」「よくする」と答えた人は 29.6%。7割以上の人は、ほとんど料理をしていなかった。
- \* ところが通った後では、「時々する」「よくする」と答えた人は 88.9%と大幅増。料理教室に通ったことで、習慣的に料理をするようになった人が多い。しかし頻度を見てみると、「よくする」と答えた人は 25.9%なので、実際にはまだまだか。
- \* 料理教室に通ったあとは、全体的にほかの家事もするようになっている。料理がきっかけとなって、生活全体に目が向くようになった結果と言えるだろう。
- \* 料理以外の家事で最もよくするようになったは「食器洗い」。次いで「食料品の買いもの」であった。この2つはどちらも料理には欠かせない家事。「食器洗い」は、料理教室では毎回必ず行う作業なので、家でも抵抗なくできるようになったと考えられる。また、「食料品の買いもの」をする人が大きく増えたのも、料理を始めたからこそ。料理をする男性が増えると、食料品や家庭用品に男性の消費が拡大することも予想される。
- \* 「ごみ捨て」「掃除」「洗濯」は、料理とは直接関係のない家事であるが、料理教室に通った後は、「時々する」「よくする」と答えた人の割合が増えている。
- \* この中では「洗濯」をしない人が目立つ。「洗濯」は衣類の分類、干し方など、ある程度の知識と経験が必要であるため、慣れない男性にとっては少しハードルが高いのかもしれない。また、料理は創造性や食べる楽しみがあるが、「洗濯」にはそういった楽しみが少ないせいもあるかもしれない。しかし、生活はおもしろいことだけではない。つまらない家事もたくさんあるのだから、ぜひ夫婦で半々ずつになってほしいものだ。

#### 4. 料理は男性にむいていると思いますか。

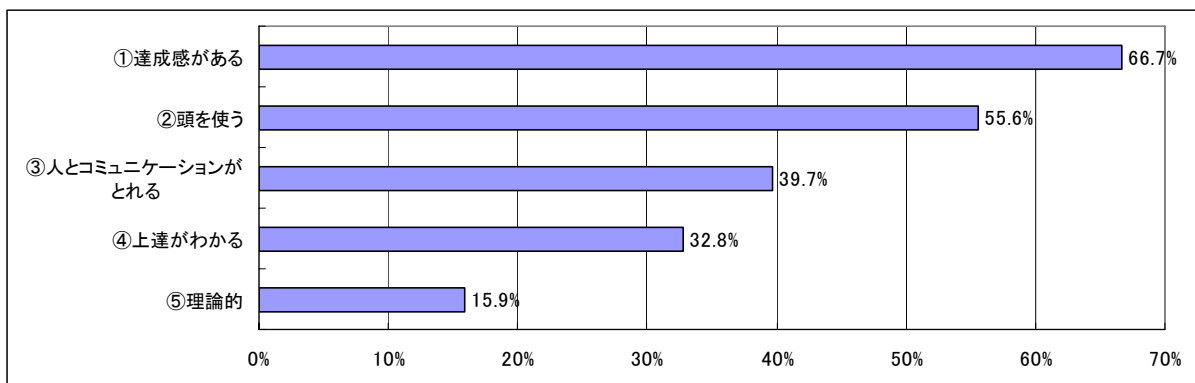


- \* 80.4%と圧倒的な割合で「性別は関係ない」との回答を得た。「むいていない」と答えたのはわずかに2.7%。料理を始めた男性たちが、性別と料理は関係ないと答えたのだから心づよい。男性は「男子厨房に入らず」の呪縛をみずから解いたと言っていいたいだろう。
- \* 男性にむいていると考える人たちは、料理と仕事との共通点をあげる人が多い。段取りを考える、論理的に考えるという点は確かに仕事と共通している点である。
- \* また、料理の創造性が男性にむいているという点をあげる人も多かった。
- \* しかし、それらは男性だけの適性ではなく、女性にも共通すること。また、男性、女性ではなく個人に属することも多々ある。やはり結論は、「性別は関係ない」のである。

		住所	年齢
料理は男性にむいていると思う人の意見から抜粋	計画をたて、段取りを考え、論理的に作業するのは男にむいている。	春日部市	69
	作り上げる喜びは仕事を仕上げるのと似ている。	練馬区	62
	段取りを工夫できる。論理的。	千葉市	62
	男性はその性格上、材料にこだわり、金額に頓着しないから。	川越市	67
	よりよい味を出す工夫をする。	鶴ヶ島市	61
	物作り(製作)に通じる面があり達成感がある。	草津市	62
	好奇心がおうせい。	門真市	61
	合理的である。	阪南市	61
	段取りを考えるのは会社の仕事と同じこと。	草津市	64
	創造的作業である。	横浜市	68
	手順(レシピ)が明確であればそれに沿ってきちんとした作業ができる。	相模原市	65
	理論的に食の構成、バランス、成り立ちなどを考えるので。	小平市	
	板前さん、シェフなどプロは男性が多い。	横浜市	66
	レシピに忠実で、創意工夫する。	杉並区	69
	段取りが良く、手際が良い。	練馬区	61
多種多様な経験を生かせるのではないか。	所沢市	62	

	仕事と同じ。工夫・手順を考える必要あり。	神奈川県 中郡	61
	探究心、科学的、理論的。作りてとしての愛情。	札幌市	67
	味つけなどは男性かな？	福岡県 粕屋郡	67
	男性のほうが几帳面ではないだろうか。	松原市	69
	女性より感性がある。	京都市	66
	料理全体の段取りを考えることは通常の仕事で慣れているから応用が可能になる。	大阪市	63
料理は男性にむいていないという人の意見から抜粋	男は雑だから。	川崎市	61
	(料理は)めんどうな点が多い。	福岡市	61
	若いときからやっていると技量も上がるでしょうが、60歳すぎてからでは上達が遅くて女房から見るとまどろっこしいようです。	高槻市	66
	我々の時代は男性は厨房の出入りを禁ず旨でした。その言葉が頭に残っている。	福岡市	70

## 5. 料理の、よいと思うところはどこですか。(複数回答)



- \* 「達成感があるところ」「上達がわかるところ」という回答から、定年を迎え、第2の人生をスタートした男性にとって、料理が新たな生きがいのひとつになっていることがうかがえる。
- \* 現在、料理は脳を活性化するという研究がすすめられている。実際に、料理をはじめた人の過半数は、料理をするには「頭を使う」ことを身を持って感じ、利点にあげている。今後は料理の「老化防止」効果がより注目されるのではないだろうか。
- \* 料理教室で新たな人間関係を築いたり、家庭で料理をして身近な人と食べたり、料理を通じて人とコミュニケーションがとれるところも、魅力のひとつとらえられている。

《料理教室の感想》※自由記入欄に書き込んでもらったもの。妻にも感想を記入してもらった。

● 本人（夫）の感想

感想	住所	年齢
料理に対する敷居が低くなり、気楽に台所にも立てるようになった。妻の母が入院し、1人暮らしが1ヶ月あったが、料理教室のおかげで自分で食事の支度ができ、その間も比較的良好な食生活ができた。	藤沢市	63
料理は数多くやることにより、スムーズにできる。教室で基本を学んだことにより、妻も通いだした。妻の料理に積極的に参加できるようになった。	練馬区	61
料理は下処理が面倒と思っていたが、アジやイワシ、イカなどを扱ううち楽しくなってきた。食材の選択の範囲がひろくなった。65才で完全リタイヤし、家に居るが、昼食については一切の心配は無用と妻に宣言した。料理教室はそれを実行するうえで強い味方だ。	浦安市	66
親切にポイントを整理して教えてもらえるので有難い。おいしいものを自分の手で作ることができることは嬉しい。	西東京市	65
男の料理教室、そして現在はおそうざいの会に参加しているがイヤだと思ったことは一度もなく、仲間と楽しく料理を作っている。参加してから家で週1程度料理をするようになった。仕事場でも温かい応援が感じられ、女性とも料理という共通の話題ができた。野菜の値段等はじめてわかった。	練馬区	62
食育に関心を持った。毎日の食事メニューを考えて作るようになった。家庭菜園の作物栽培に熱心になった。魚のさばき方を覚えたので、魚料理が増え、魚をたくさん食べるようになった。塩分の量を厳密に計るようになった。一食分のカロリー量をきちんと守るようになった。	千葉市	62
私が料理教室に通うようになったら、今までぜんぜん料理をやらなかった娘が料理を作ってくれるようになったので、かえって料理をする機会が少なくなってしまった。今は専ら自分の酒のつまみを作っています。	世田谷区	63
家事(料理や後片付け)が苦にならなくなった。上手くできたものを自分で食べ、人に振る舞う喜び。一人身になって多少は何か出来るのかな?という若干の自信が出来たこと。	三鷹市	66
積極的に家事手伝いをするようになった。教室そのものが楽しい一日となっています。	船橋市	65
今までは一品を作るだけであったが、教室に行った後は、夕食全部をすることになり妻から大変喜ばれている。特に豆の甘煮は孫から喜ばれ、孫が娘の家に帰ってからも「じいちゃんの豆が食べたい」と良く言っていると聞きます。	川越市	62
新聞等の料理メモなどにも興味を持つようになった。器などにも気をつけるようになった(盛り付け等々)。調味料なども正確に量るようになった。男性コースへの参加であるため気楽に受講することができた。	横浜市	63
料理を作るのは楽しいが、一方で食材の買出しから完成まで相当な時間がかかり、体力的にも精神的にもかなり疲れる。女房のありがたみが改めて分かった。	桶川市	63
料理教室で学んだことを家でやってみるのは楽しい。みんなおいしいと食べてくれるので、家に帰ってから必ず行っている。いくつかの料理が得意料理になっているので、その幅を広げていきたい。今では料理教室に通うのが楽しみになっている。	仙台市	62

料理の奥深さを再認識した。材料や調味料の計量を厳格に守ることの大切さがわかった。調理のコツがあることを知った。そして、それは実践しながら体得する必要があることもわかった。妻が3食、365日料理を作ることの本当の苦勞が身をもって理解できた。家でもなるべく料理や後片付けを手伝うようになった。テレビの料理番組などにも関心を持つようになった。周囲の反応としてはまさかあなたが料理を・・と驚かれることが多い。	山形市	65
料理という一事に老若男女が講習会に参加していますが、その「心」は何かと考えていましたが「食を楽しむ」(やむを得ずではなく)が原点になっていることが分かりました。やればできることは分かったが、一方で料理のための準備、料理の煩雑さが良くわかった。又、手早くすることは、とても家内になわなない。改めて家内を尊敬した。	名古屋市	64
「料理教室」を妻との話題として習ったことを復習して料理をしたり、家族が食して、批評や食材、レパートリーの工夫などが盛んになった。食材、料理法(特に味付け)などで、食の安全、健康などに関心が高まった。	札幌市	63
子供の頃、親の手伝いをした経験が生きているのに驚いた。レシピどおりに作ると良い味が出せるのに感心した。義姉親娘に定期的に手料理を(ベターホームの料理)ご馳走している。大層な評価を頂いている。	川越市	67
料理を作る手順は化学の実験の操作とよく似ている。	牛久市	69
思っていたより和やかで料理中の仲間意識が大変良かった。出来上がってグループ仲間と一緒に料理を味わう時、お互いの手間を褒め合う時、また来月もよろしくとって、再開を約束するなど料理のことも大事ですが、今までに味わったことがない人とのコミュニケーションなど得ることが多かった。	中野区	63
自宅で夕食を作ることが出来るようになったこと。妻が仕事で遅くなくても待つ必要がなくなった。良き友人、仲間とも出会いの場としても有効であった。	藤沢市	63
男性教室では同じ志を持った人々が勢いで、心強かった。現在、洋風・中国、基本コースにいるが、若い女性が多いので参加するのが楽しみである。家族のリクエストに応じて気軽に台所に立つようになったし、買出しにも積極的になった。	名古屋市	65
毎週木曜の夕食は当番と決め、買出しから調理後片付けすべてを行うことが定着して一年あまり、妻もその日は喜んで好きな事をし、わずかなオアシスとして受け入れている。得意の麻婆豆腐はすでに8回になる。娘達も美味しく食してくれます。	鶴ヶ島市	61
男が料理することに恥ずかしい感じがありましたが、今は気になりません。料理は包丁と煮炊き程度に思っていたのですが、材料の知識、配膳、道具の知識、片付けなど幅広い知識が必要であることを知りました。また食文化の大切さが少し分かってきました。	横浜市	65
同じグループ同士でコーヒーを飲んだり毎回話をしたり、楽しい一日である。仲間ができた。	町田市	62
教室に通うようになってから、味付けのため計量するようになった。妻は友だちに私が通学していることを自慢そうに話している。	宇治市	61
サラリーマン時代は料理などまったくしませんでした。料理教室に通うようになって最初に感じたことは、料理が手間(時間)がかかるということでした。ベターホームに通ってよかったと思ったことは、基本料理の会、おそうざいの会で習った料理をたまに私が作って、夕食の一品に添えて、家族みんなからおいしい、おいしいと喜んでくれることが何よりです。最近では「ひじきと三つ葉のわさび酢」が好評でした。	大津市	67

月1回の料理の日が楽しみになり、生活にリズムが生まれたように思う。料理を作ることは手間がかかり、しんどい面もあるが、他方、手や頭など体を使うのでおもしろい。また、作った料理をいただくのは格別に楽しい。	吹田市	62
月1回ですが、待ち遠しい。家で月2～3回作っていますが、家族全員が非常に喜んでくれる。家内の作ってくれる料理に「おいしい」と言う機会が増えた(味はもともと良い料理を作ってもらっていたが、言葉にはしていなかった)。	藤沢市	61
妻とのコミュニケーションがよくなった。御近所の方々と料理をネタに会話が増えた。料理をふくめ家事の重要さ、大変さに理解が深まり、妻への感謝の気持ちが増してきた。新しい世界が一つできたようだ。料理はまさしく創造の世界。	練馬区	61
妻の苦勞が良く分かった。食べて「おいしい」と言ってもらえると嬉しい。自分の為には料理を作ろうとは思わない。やはり人に食べてもらって嬉しい思いがするし、料理を作ってあげようとも思える。つまり料理というのは人の為にすることで達成感や、やろうという意欲がわくものだと思います。	浦安市	64
「ブリの照り焼き」は私の仕事になりました。妻は私が習ってきた料理の復習にはいたって協力的で食材を揃えては実習させてくれる。新聞・雑誌の料理記事を一読すると、私にも出来そうだと思うことが多くなった。	西東京市	62
今までは食事といえば殆どが外食で毎日ビール1本、酒1合に野菜といえば添物のキャベツぐらいで、野菜はあまり食べませんでした。会社の健康診断の1日食事摂取量の問診結果でカロリーのとりすぎ、もう少し野菜を食べるようにという結果がでました。料理教室に通うようになってからは健康管理に気遣うようになり、今まで一度も口にしなかったような野菜をたくさん口にするようになりオリゴ糖とケフィアも毎日たべるようになりました。ある朝、いつものように料理教室に出かける時、玄関前の塀越しに隣の奥さんと出会い「おはようございます」の挨拶の後、60歳の私に「お兄ちゃん、最近若くなったね」といわれ、思いがけない言葉に驚くとともに嬉しくなっていました。これもひとえに料理教室で習った栄養バランスのおかげではないかと思っています。	練馬区	60
一度も炊事場に立ったことのない者が料理学校に行くといいましたら、周囲がびっくりしていました。ゴハンも炊いたことがなく米を研ぐことも出来なかった者ですが、今では時々家に友達を呼んでご馳走しています。なかなか評判がよく我ながら自慢しています。テレビの料理番組の内容もよくわかるようになり時々作れるようになりました。	千葉市	66
食材の常識から想定外の調理方法を知ったこと。自己流の味付けから基本をベースにした味付けおよび応用が出来るようになったこと。2歳の孫の食事をたまに作るようになったこと。	世田谷区	64

● 妻の感想

<p>どんな事情で私が料理できなくなったときでも、夫が1人で食事の支度ができれば、夫は安定した生活が送れると思い、受講を勧めました。先生方のおかげで楽しみに通っている様子で、気に入った料理は家でも作ってくれますし、上手です。私が母の看病での留守中に、遠方より息子が泊まりに来たとき「お父さんの手料理」(刺身・肉じゃが・煮びたし・鮭のマリネ)を作り、ご馳走したのは、息子も喜びましたし、本人も自慢しています。「週に1回夕食当番をすべて私の助手なしでやってくれる」のを目標にし、楽しみにしていましたが、今のところ、数回経験させてもらったあと、手伝いに気軽に入ってくれるという形に落ち着いています。これからもご指導よろしくお願いします。</p>	藤沢市	63
<p>銀座教室に楽しく通っています。先生方の教えをきちんと守り上達してきました。食材の選び方にも気配りが見られ、毎日の食卓が豊かになりました。今年のお節料理は殆ど手作りで仕上げてくださいました。ありがとうございます。</p>	春日部市	69
<p>以前から料理には関心があるようでしたので、退職後家事になじんでもらう手始めにと思ってすすめましたが、元来まじめな性格ですので、教えていただいた通り、きっちりと調理してくれるので、私より味にバラつきがないように思います。これからは少しずつ応用がきくようになればと期待しています。</p>	船橋市	68
<p>料理に興味のある男性は一般的に「台所を散らかす」と言われているが、ベターホームでは片付けるところまで手順よく教えてくださるので、私が手を出すところも少なく助かっています。</p>	三鷹市	66
<p>だしもきちんととって味噌汁など作ってくれます。私が外出から帰った時など、食卓に並んでいて大変嬉しく思います。レパートリーも増えました。料理だけでなく無理なく家事をしてくれるようになってよかったです。</p>	船橋市	65
<p>主婦である私が外出した際、夕食を作っておいてもらえる事は最高の喜びです。又、毎日の献立に関しても色々参加し、美味しく作ってくれるので感謝しています。</p>	川越市	62
<p>今まではご飯を炊くのが精一杯でしたが、教室に通い始めてからは野菜の下ごしらえ等は任せられるようになりました。自分が自信を持って出来る料理は積極的に作り、それが家族にほめられた時にはとても嬉しそうにしています。料理を作っている時はなるべく手を出さないように心掛けたいと思っています。</p>	桶川市	63
<p>エプロンをし、流しに立つ主人は素敵です。料理教室で学んだことは家でも作ってくれます。おいしいことこの上ありません。これからもレパートリーを増やし、腕を上げ、家族を楽しませてほしいと思っています。</p>	仙台市	62
<p>料理教室に通うのは本人の希望でした。初めてのクラスの日はお出かける人も留守番の私も緊張してましたが、お教室の良い先生方、お仲間に恵まれ楽しい一歩を踏み出し、家で復習してくれたお料理はおいしく感動しました。ゴミ受けの掃除など、気持ち悪くて出来なかったのが、自分の料理した野菜くずだと平気だといい、料理が出来上がる時には流しも片付いているという見事さ。今では本を見て作れるようにもなりました。病人の世話などで、何日間か家をあけても自分で三食考え作りすごしてくれますので、安心です。基本的な生活ができるということで、すべてにイキイキ過ごせているようで妻としては嬉しくベターホームに感謝しています。</p>	春日部市	65
<p>これから先、長い老後の生活の中でいつか必ず自分で食事の用意をしなければならぬ時が来ると思うので、そんな時、少しでも助けになればいいと思います。現在は時々教室の献立を孫たちが来た時など、ノートを見ながら復習し皆に美味しいと喜ばれています。三色丼は孫のリクエストで数回食卓に上りました。</p>	名古屋市	69

以前は料理をすることはほとんどありませんでした。料理教室に通うようになって、習った料理を作ってくれたり、私が出掛けている時には、自分で作って食べるようになりました。やはり作ってもらって食べるのはよいものです。忠実に食材を揃え丁寧に切り、少しの量でもだしをとり、盛り付けを考え毎日適当に作っている私としては反省するところがあります。	千葉市	61
退職して家に閉じこもってしまうのではないかと心配したが、新たな楽しみを見つけられたようで良かったと思う。器用なので、家で食事を作ってくれる時は、私が作るよりもこっている。	市川市	64
主人が料理教室に通い始めると同時に、長女も基本料理を始めました。主人が次第に料理が上達していくので、私と次女も基本料理洋風・中国風を習うようになり、家族全員習っています。今まで我流の料理しかできませんでした。嫁に行く娘に何も教えてやれなかったのが、娘ともども料理を教えていただき、大変感謝しています。月に一度、嫁に行った娘と会えるのも楽しみなものです。	草津市	62
料理教室に通ってから、食材のバランス、時間、後片付け等、自分なりに料理に対する認識が変わったようです。毎日食事を作る私にとっては大きな収穫です。今後も継続して料理教室に通ってくれることを望んでおります。今後ともご指導の程よろしくお願いたします。	大津市	67
「男が料理なんて」と言っていた程の人が…。驚きと物珍しさから、主人の料理が食べたいという兄弟姉妹には、鮭を使ったお寿司やサラダ等々、このお盆に我が家に集まった私の友人のためにかやくご飯やひじきを使った酢の物や、自己流でお吸い物と丁寧においしくでき、皆に「いいわネー」って羨ましがられ、鼻高々でした(私が)。習った以外でも頼めば本の助けを借りながら大抵の物は作ってくれ、助かっています。主人がこんなに変わるなんて毎日が驚きで嬉しいです。料理教室当日は終わった後、待ち合わせたのデートも楽しみです。私も負けないように頑張らなければと思っています。	枚方市	68
退職後の時間の使い方で料理教室に通うのを勧めた私と後押しをした娘たちによく習ってきた料理を作ってくれます。作っている時はとても楽しそうです。使った後の器具類もちゃんと片付けてくれます。思いがけない発見と感謝です。判定はAですね。包丁研ぎも頼んでおくとしてくれますよ。6ヶ月の孫にも食べてもらえるようにと思っているようです。次は何にチャレンジしてくれるのかな。	堺市	64
教室で学んだ料理を家族に喜んで食べてもらえることの喜びを最近楽しんでいるようです。料理が出来ることによって家事全般に気働きができるようになったことを嬉しく思っています。男でも自分で料理が出来ることの大切さをわかってくれれば男の料理教室の意義があると思っています。勧めた甲斐がありました。	奈良市	62
料理教室に通うようになってからは自分から進んで台所に立ってくれるので大助かりです。最初は時間がかかっていましたが、今は段取りよくおいしい料理を作ってくれます。私が骨折した折には本当に感謝でした。	箕輪市	66

以上