

# 特集 ワーキングマザーのお助け商品&サービス

～家事を効率化して、平日の夜の時間を楽に！



新年度を迎え、大人も子どもも新しい生活がスタートしました。それに伴い、生活パターンが少し変わった方も多いと思います。様々な年代のワーキングマザーから悩み相談が届きますが、ほぼ全員の方がおっしゃるのは「夕食を作る時間がない」ということ。その他にも、「出来たら平日も部屋のホコリをとりたい」、「乾いた洗濯物を畳んで他の家事をしていたら、子どもが洗濯物をくずしてしまう」など、仕事と家事との両立に苦労している姿が伝わってきます。しかし、最近では、便利家電や外部サービスを上手に使う方たちが増えてきているように思います。そんなワーキングマザーたちが導入している商品やサービスの一部を紹介させていただきます。

## 1. ワーキングマザーの家事についての悩みと解決方法

	悩 み	解決方法
<p><b>料理</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夕食を作る時間がない</li> <li>・子どもが寝てから、または朝早く、野菜を切るなど下ごしらえだけでもしておきたいが大変</li> <li>・週末に作り置きをしておくとう便利なのはわかっているが、週末に家事に追われてしまうのはつらい</li> <li>・仕事と子育てで精いっぱい、献立を考える頭の余力が残っていない</li> <li>・子どもの寝かしつけを優先したいので、洗い物が後回しになってしまう</li> </ul>	<p>&lt;自分で作る場合&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●便利家電の活用</li> <li>●カット済み野菜と調味料付きの料理セットを利用</li> </ul> <p>&lt;自分で作らない場合&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お惣菜の購入</li> <li>●料理代行サービスの利用</li> <li>●外食</li> </ul> <p>&lt;食器の後片付け&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●食器洗い機の利用</li> <li>●家事代行スタッフに洗ってもらう</li> </ul>
<p><b>食事の買い物</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・週末にまとめ買いをしているが、途中で足りない食材が出てくる</li> <li>・個別宅配を利用しているが、冷蔵庫に入れ替える作業がづらい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●個別宅配の活用</li> <li>●冷蔵庫に詰める作業は、子どもまたは家事代行スタッフにお願いする</li> </ul>
<p><b>掃除</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べることが優先で、掃除は後回しになってしまう。ホコリが舞っているのが気になる</li> <li>・週末に掃除機をかけるが、せっかくの週末が掃除でつぶれてしまうのは残念</li> </ul>	<p>&lt;便利家電の活用&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お掃除ロボットの利用</li> <li>●スタンド式掃除機の利用</li> </ul> <p>&lt;他人に任す&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お掃除代行サービスの利用</li> </ul>
<p><b>洗濯</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乾燥機がなく、部屋干し。雨がずっと、部屋の中に干した洗濯物がいっぱい</li> <li>・乾燥機付き洗濯機を購入したいが、置くスペースがない</li> <li>・どうしてもお日様に当てて、衣類を乾燥させたい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●子どもと一緒に、乾いた洗濯物をかごに収納する</li> <li>●家事代行スタッフに、洗う、干す、しまう、たたむ作業をやってもらう</li> </ul>
<p><b>収納</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リビングにおもちゃが散らかっていて、気になる</li> <li>・子どもだけで家にいる時間が長いので、リビングに私物が散らかっている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●子どもが自分で片付けやすいように、工夫する(置き場所を決める)</li> <li>●家事代行スタッフに片付けてもらう</li> </ul>

\*夫と家事を分担するという解決法は、今回の表からは割愛しています。

## 2. おすすめの商品&サービス

### <便利家電>

ワーキングマザーの新3種の神器は、「お掃除ロボット」・「食器洗い機」・「乾燥機付き洗濯機」。  
お掃除は、お掃除ロボット派と、コードレス掃除機派に二分しているようです。

#### ●お掃除ロボットの各社比較

商品名	ルンバ	ルーロ	ココロボ
メーカー	アイロボット	パナソニック	シャープ
特徴	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・日本でのシェアは約8割</li> <li>・Wi-Fi対応機種あり</li> <li>・侵入防止機能あり</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・小回りが利いて隅に強い</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハイグレードモデルは、おしゃべり機能付で癒やされる</li> </ul>
参考価格	43,070円(楽天)～	45,716円(楽天)～	43,718円(楽天)～

#### ●コードレス掃除機の各社比較

商品名	Dyson V6 Slim Extra	エルゴラピード・リチウム	充電式クリーナ
メーカー	ダイソン	エレクトロラックス	マキタ
特徴	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・吸引力が高くパワーの点で優れる</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワンタッチで取り外し小型のハンディクリーナーとしても使用できる</li> <li>・北欧らしいデザイン</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・本体が軽量で、高齢者にも人気</li> </ul>
参考価格	35,424円(楽天)～	19,800円(楽天)～	13,978円(楽天)～




### <個別宅配>

週末のまとめ買いだけでは、平日に冷蔵庫の中身がさびしくなってしまうことも。平日は個別宅配を利用している方が多いです。

サービス名	運営	特徴	配送	配送料金	対応エリア
コープの宅配	コープ・生協(1921～)	・赤ちゃん向けの商品や、地産地消・産直の商品、少人数家族向けの商品等、様々な暮らしにフィットする商品や、オリジナル商品を取り扱う	・決まった曜日・時間帯に配送 ・留守・不在時や受け取りができない場合は、指定の場所に配送	・生協によっては、利用金額に応じて配送手数料が割引、または無料になる制度あり	コープ・生協のあるエリア
生活クラブ	生活クラブ連合会(33生協が参加する事業連合生協)(1965～)	・国産・無添加・減農薬など、こだわりの安心食材を宅配	・決まった曜日に配送 ・指定の場所に配送 ・受取に必要な保冷容器の準備が必要	・個別配送料はエリアによる	21都道府県
Oisix	オイシックスドット大地株式会社(2000～)	・「つくった人が自分の子供に安心して食べさせることのできる食品」という理念を体現することを志している	・注文してから配達まで最短3日 ・午前中、14～16、16～18、18～20、19～21の配達時間を選べる	・8,000円以上で無料	ヤマト運輸の配送可能エリア
Radish Boya	らでいっしゅぼーや株式会社(1998～)	日本で初めて有機・低農薬野菜の個別宅配サービスをスタートし、安全性にこだわり続ける	・毎週固定の曜日・時間帯を指定できる	・8,000円以上で無料	ヤマト運輸の配送可能エリア

## <料理キット>

手料理と時間節約を同時に叶えてくれます。

運営会社	らでいっしゅぼーや	オイシックス	パルシステム
商品名	ミールキット	Kit Oisix	3日分の時短ごはんセット
特徴	 <p>おいしい時短革命、 新メニュー続々。</p> <p>私が仕上げた <b>10分キット</b> 倶楽部</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・開けて・炒めてor煮て・10分で完成という簡単時短の3ステップで食卓に出せるように開発したおかず</li> <li>・月の利用回数に応じた割引を反映</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・20分で、主菜と副菜が作れる</li> <li>・2013年7月からの累計出荷数が900万キットを突破</li> <li>・毎週20メニュー以上あり</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養士や子育て中の職員がリアルな目線で考えた実用的なレシピ</li> </ul>
品数	1セット(2種)	2品	8~12品
調理時間	10分以内	20分以内	20分以内(1日あたり)
価格	1,954~2,764円	1,393円(2人分)~	3,240~3,780円(2人分)
エリア	全国	全国	関東

## <料理代行サービス>

思い切って自宅で料理を作ってもらおうサービスです。土曜日の在宅中に利用する、作り置きサービスのニーズが高まっています。

運営会社	タスカジ	CaSy(カジー)	ベアーズ	マザーネット
創業年	2013年	2014年	1999年	2001年
特徴	ハウスキーパーと家事を依頼したい人が出会えるシェアリングエコノミーシステム	スポットなら利用3時間前まで予約可能(2,500円/時~)	家事代行サービスの老舗	3時間で1週間分の子どもに人気メニューを作るサービスを、6月より開始予定
依頼できること	料理・作り置き	料理・作り置き	料理・作り置き	料理・作り置き
料金(1時間あたり)	1,500円~ 2,300円(栄養士などの有資格者)	2,190円~ 指名料400円	<通常> 3,300円~ <作り置き> 4,000円~ (4時間以上)	<通常> 2,288円(関西) 2,480円(関東) <作り置き> 3時間8,000円(予定)
エリア	東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県、大阪府、京都府、兵庫県、奈良県、滋賀県	東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県、大阪府、兵庫県	東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県、茨城県、愛知県、大阪府、京都府、兵庫県、奈良県、北海道、福岡県	東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県、茨城県、愛知県、大阪府、京都府、兵庫県、奈良県、北海道、福岡県、長野県他

いかがでしたでしょうか。平日の家事の効率化のポイントは、まず「機械で自動化出来ること」と、「人でないと出来ないこと」に分けることから考えてみてはいかがでしょうか。掃除に関しては、大まかなホコリは、平日の朝、出勤してからお掃除ロボットにきれいにしてもらう。または気がついた時に、コードレス掃除機をかける。後は、気になる時に、クイックルワイパー(ウエットタイプがおすすめ)でホコリを取るのがおすすめです。

料理に関しては、料理キットを活用して、野菜や肉を切る手間を省いたり、野菜や肉の産地や調味料の保存料などが気になる方は、自分で個別宅配などで野菜や肉、こだわり調味料を用意し、家事代行サービスで作ってもらう、というのが新しいトレンドだと思います。他人に家に入ってもらうのに抵抗がある方も、土曜日など休みの日の在宅中に作ってもらうのであれば、安心です。もちろん、お惣菜の購入や、外食もOKです。自分のこだわりと予算に応じて、様々な選択肢からコーディネートしてみてください(上田)。