

家事代行利用体験 Case 2 料理

—子どもとの時間を大切にしたい気持ちと料理に時間をかけたい気持ちに揺れて—

この記事の目次

- ①家事代行サービスを利用しようと思ったきっかけは？
- ②当日、特に期待していたこと、印象に残ったことは？
- ③利用してみた感想

今回の家事代行は料理の作り置き！依頼主 B さんは金沢市在住で、夫、娘（小 1）、息子（保育園年少）、息子（10 ヶ月）の 5 人家族。現在、育児休業中で、家事代行を利用するのは初めてだという B さん。この日をワクワクした気持ちで待っていたといいます。お子さんがいるご家庭での料理の作り置きの様子を紹介します！

家事代行サービスを利用しようと思ったきっかけは？

子どもとの時間を大切にしたい気持ちと料理に時間をかけたい気持ちに揺れる

—今回の料理の作り置きでは、自宅にある食材を使うか、スタッフが事前に購入してから依頼者の自宅に向かうかを選べるということで、赤ちゃんがいる B さんは、買い出しから依頼することに。訪問後、はじめに調理器具や調味料の置き場所などの打ち合わせをしてから、調理スタート！！家族構成や味の好み、アレルギーの有無などは、申し込みの時に共有してあるので安心です。それでは、当日の夕食と、数日分の作り置きメニュー 5 品を調理していきます。

B さん：育児休業（以下、育休）に入る前は、もっと料理に時間をかけられると思っていたんです。でも、実際は想像以上に、まとまった時間を確保するのが難しくて、、、「子どもとの時間を大切にしたい」という気持ちと、「手間ひまかけた料理を食べさせたい」という気持ちの間で、悩みながら過ごしてきた感じですね。そんな時、以前テレビで家事代行サービスの CM を見たことを思い出して、一度体験してみようと思いました。また、家事代行サービスについて、友人が SNS に投稿しているのを見たことも依頼の決め手となりました。

上の子を妊娠・出産した時も、育休を取りながら仕事を続けてきたので、育休明けは間違いなく、今以上に時間が足りなくなります。だから仕事に戻ってから慌ててサービスを探すより、育休中の今こそ試してみるチャンスだと思ったのもきっかけです。

メニューは、スタッフの方に候補を上げていただき、その中から選びました。最初は調理だけを依頼するつもりでしたが、ホームページを見ると、買い物も代行していただけるということが分かり、せっかくならそちらもお願いしちゃおうかと。だから、事前準備は、当日、長男が登園前に床にばらまいたおもちゃを片づけることくらいで済みました(笑)



今回は、①自宅にある食材を使って調理
or
②買い出し+調理の2通りのうち②を選択！

※買い出しから依頼可能かどうかは事業者にて要確認



開始前にスタッフが、使用予定の調理器具や調味料の置き場所、料理を入れるお皿や保存容器を確認したら、いよいよクッキング開始！

当日、特に期待していたことは何でしたか？印象に残ったことは？

子どもが普段食べない食材を工夫した調理やアドバイスを聞いて良かった

一時期にもよりますが、作り置きサービスでは、日持ちのするメニューを取り入れるのが基本！

今回のスタッフさんは「日頃からインスタなどで人気がある料理メニューをチェックするように心がけています。「実際に自宅で作ってみて、おいしいと思ったメニューをおすすめすることが多いですね」と。手際よく調理が進むにつれ、おいしそうな香りが漂い、次々と料理が仕上がっていきます。

Bさん：ママ友とも、よく「今日の晩御飯どうしよう」という話題になります。私自身、調理時間がとれないことも悩みですが、それ以上に、毎日のメニューを考えるのが心の負担になってます。ですから、今回、スタッフの方から候補を出してくれたのも嬉しかったです。今日は、れんこんを刻んで入れたハンバーグ、鮭と野菜のクリーム煮、クリームチーズを入れたカボチャのサラダなど、野菜がしっかり摂れて、しかも、子どもたちが喜びそうなメニューをお願いしました。実は「子どものため」と言いつつ、やっぱり私が食べたいものが入ってます（笑）。いつもは、短時間で5人分の料理を作るとなると、どうしても丼系や麺類が多くなってしまっているので、今回作っていただく料理を参考にして、レパートリーを増やしたいと思っていました。そういった意味でも、ハンバーグに、子どもがふだん食べないれんこんを混ぜたり、クリームやチーズを使って抵抗なく食べられる工夫をしたりするなど、調理中に役立つアドバイスも聞くことができてよかったです。



同じメニューでも食材を切るときは、家族構成や好みに合わせるのがポイント。
小さいお子さんや高齢者がいるご家庭では、通常より細かく刻むという配慮も！



Bさんのリクエストで「一番楽しみにしている！」とおっしゃるハンバーグ。じっくりと時間をかけて火を通していきます。



温かくてほっとする味わいが魅力の「鮭ときのこのクリーム煮」は、フライパン一つでお手軽！パンと一緒に食べるなどアレンジしてもおいしそうですね。

料理の作り置きの家事代行サービスはいかがでしたか？利用後の感想を教えてください。家族のなかで誰よりも今日を楽しみにしていたのは私自身！

一家事代行サービスの料理は、外食では味わえない「家庭の味」が魅力です。自宅にある調理器具やスーパーで購入可能な食材を使うので、ふだんの料理に取り入れやすいのもいいですね。この日、Bさん宅で完成した料理は、その日食べる分と保存用に分け、調理器具をきちんと片づけて終了。**代行中は他の家事を進めることもできるので、家事が減った分、時間に余裕が生まれます。**

Bさん：毎日の家事や育児では、子どもの病気やケガなど、なにかとハプニングが起こりがちですね。予定通りに家事を進められないことがよくあります。そんな時にはレトルト食品やスーパーの総菜などで乗り切るのもいいと思いますが、もし冷蔵庫に何品かでも作り置きのお家庭料理があれば本当に心強いかと。

夫は帰宅後に、子どもたちをお風呂に入れてくれたり、休日に世話をしてくれたりと協力的ですが、勤務時間の関係で、どうしても日常の家事育児は私が中心になります。育休中はそれでもいいのですが、これが仕事に復帰してからも続くとなると、「なんで私ばかり」って気持ちになりそう。そんな気持ちを抱えたまま家族に向き合うくらいなら、料金がかかっても、家事代行サービスを上手に利用するのも一つの方法ですね。これまで、家事や育児は「私がやらなきゃいけないこと」と思っていました。でも、今日実際に家事代行サービスを体験してみて、決してそうではないんだなあ実感しました。

それに、家族で栄養満点の食事を外食するとすれば、それなりの料金もかかりますし、調理に要する時間や手間を考えると、今回の内容はコスパ的にも充分満足できました。子連れで外食すると、どうしても周囲に気を使いますが、自宅なら安心して食べられる点もいいですね。復職後も作り置きがあると、帰宅後の時間にゆとりが生まれそうなので、定期的な利用も検討したいと思っています。

今日を振り返ると、家族のなかで一番楽しみにしていたのは、やはり私です(笑)。どの料理も本当においしそうで、今から夕食が楽しみです！



複数のメニューを同時進行で効率よく調理。
決まったメニューでも苦手な食材があれば、変更にも対応してくれるそう！



終了時間までに使用した食器や調理道具を洗い、コンロ周りもきれいに。面倒な後片付けまできっちり作業していきます。



お肉やお魚、野菜をバランスよく使った料理の完成！
食材が余った場合の活用方法もアドバイスしてくれます。

【メニュー】
ハンバーグ
鮭ときのこのクリーム煮
かぼちゃとクリームチーズのサラダ
ひじき煮
鶏肉の卵とじ