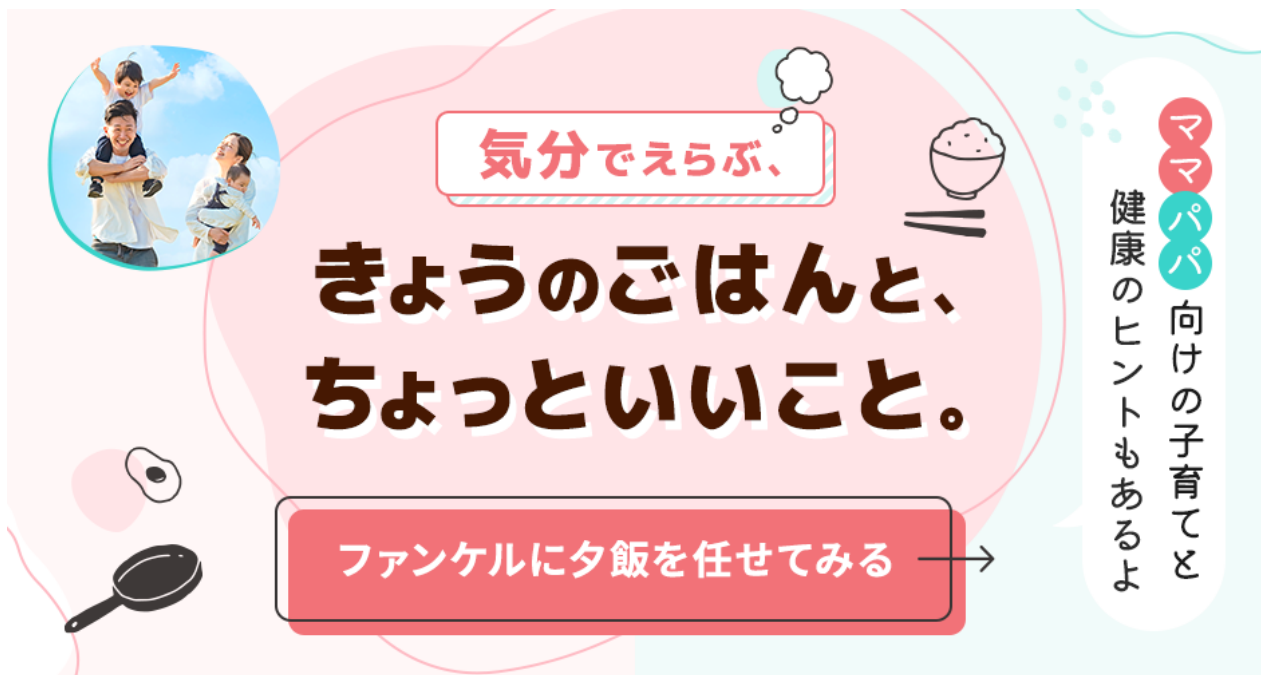


今の「気分」「気力」と「子どもの年齢」を選ぶだけ。3ステップで今日の夕飯が決定！  
ファンケルが忙しいママ・パパへ贈る、料理家監修の献立サポートコンテンツ  
育児のヒントも届く、心と体に寄り添う新サービスが誕生

株式会社ファンケルは、本日5月7日(木)より、子育て世代に向けて日々の献立作りをサポートするデジタルコンテンツを、ファンケルオンラインにて公開いたします(URL：<https://www.fancl.co.jp/mamapapaday/>)。

本コンテンツは、「気分」「気力」「子どもの年齢」の3項目を選択するだけで、その日の状況に応じた献立とレシピ、さらに育児に役立つ情報を提案する体験型コンテンツです。例えば、「疲れていて調理に時間をかけられない」といった場合には、短時間で料理工程の少ないメニューを提案するなど、利用者の状態に応じた具体的な献立を提示します。

子育て中の当社従業員が、日々の献立作りに負担を感じた実体験を基に開発しました。仕事や育児に追われる中で、「何を作るかを考えること自体が負担になっている」という子育て世代の課題に対し、簡単な操作で意思決定をサポートする仕組みを提供することで、日常の家事負担の軽減を目指します。



### 【開発背景】

近年、日本においては共働き世帯が増加<sup>※1</sup>し、子育て世代の生活環境は大きく変化しています。また、総務省の調査によると、共働き世帯においても家事関連時間は妻に偏る傾向が続いており、日々の家事負担の大きさが課題となっています<sup>※2</sup>。こうした中、毎日の献立作りは「時間がない」「考える余裕がない」といった悩みを抱えやすく、単なる調理の負担にとどまらず、“何を作るかを考えること自体が負担”となっているケースも少なくないと考えました。

本コンテンツは、子育て中の当社従業員が日々の献立作りに課題を感じた実体験を起点に企画・開発しました。忙しい日常の中でも無理なく活用できる仕組みを通じて、当社に食事準備を「丸投げ」することで、負担軽減を目指します。

※1：「令和5年版 厚生労働白書」(厚生労働省) <https://www.mhlw.go.jp/stf/wp/hakusyo/kousei/22/index.html>

※2：「令和3年社会生活基本調査結果」(総務省総計局) <https://www.stat.go.jp/data/shakai/2021/pdf/youyakua.pdf>

## 【コンテンツの特徴】

本コンテンツは、ユーザーの状況に応じた最適な食事提案を行う体験型サービスです。

### ◆ 3ステップの簡単操作

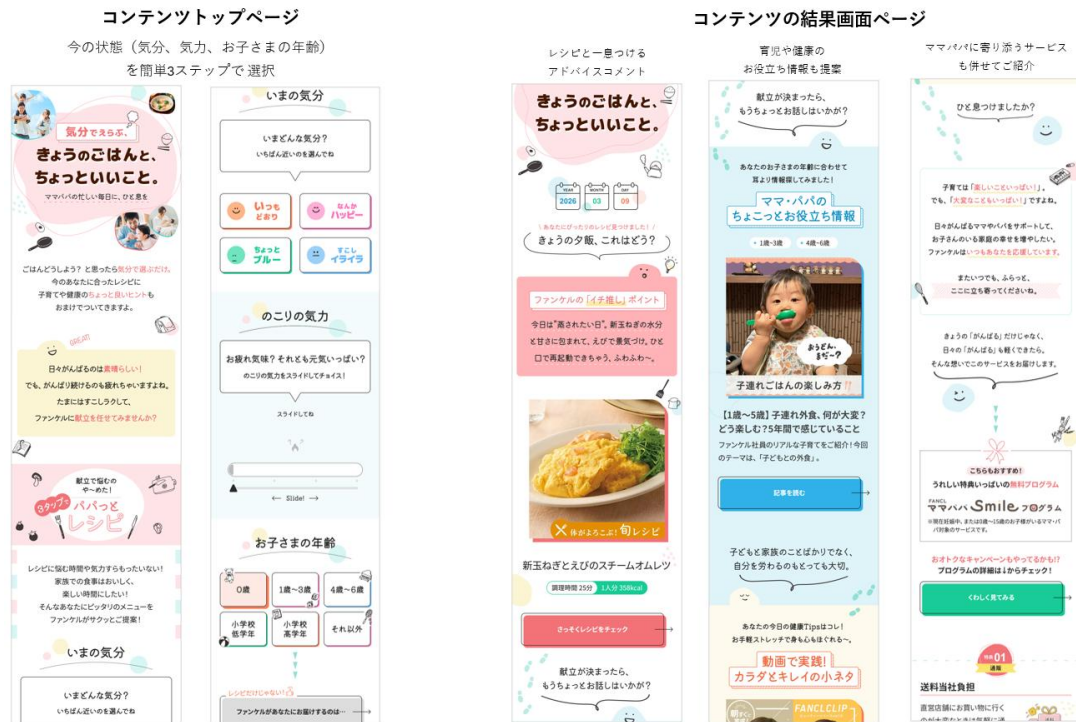
「気分(いつもどおり/すこしイライラなど)」「気力(お疲れ気味、元気いっぱい)」「子どもの年齢」を選択するだけで、料理家が監修した多数のレシピの中から、ファンケルが厳選し、その日の状況に適した最適な献立を提案

### ◆ レシピと育児情報を同時に提供

日々の食事作りに役立つ実用的なレシピに加え、育児に関する情報も併せて提供

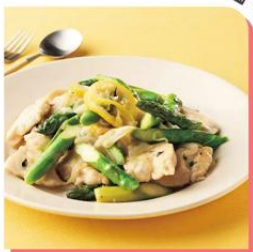
### ◆ 日常に寄り添う設計

利用者の状況に応じた提案により、献立検討にかかる時間や心理的負担の軽減をサポート



## 【参考：提案メニュー例】

**ファンケルの「イチ推し」ポイント**  
 アスパラバラバラ、チキンパタパタ、磯の香とレモンのハーモニー。海辺のお花畑に心躍る春のひと皿。



アスパラガスとチキンの海藻バター風レモンソテー

調理時間 20分 1人分 347kcal

**ファンケルの「イチ推し」ポイント**

見た目はどうでもいい日もあるよね。そら豆のホクホクと桜えびの香り、玉ねぎのやさしい甘みで、なんとなくうまくいった気がする晩ごはん。



そら豆のかき揚げ

調理時間 20分 1人分 461kcal

**ファンケルの「イチ推し」ポイント**

家族の笑顔が見たいから、焼き上げる時間もいとおしい。レンジで時短しつつ、ほくほくかぼちゃの甘味ととろーりソースで癒される。



かぼちゃとチキンのミルクグラタン

調理時間 30分 1人分 670kcal (チーズを50g入れた場合)

**ファンケルの「イチ推し」ポイント**

甘い春キャベツとふんわり卵のオムレツ仕立て。食卓をやさしく彩る、今日の「特別」。あとはよく寝るだけ！



しらすと蒸し焼き春キャベツのオープンオムレツ

調理時間 15分 1人分 276kcal

**【参考：ママパパ Smile プログラムについて】**

ファンケルが提供する子育て世代応援の会員プログラムです。入会費・年会費無料で、育児や健康づくりをサポートする多彩な特典を会員限定でご利用いただけます。

- ◆ 定期メルマガ配信：旬の厳選レシピや育児・健康ノウハウをメールでお届け
- ◆ 会員限定イベント：オンライン／オフラインの育児セミナーやワークショップにご招待
- ◆ 特別クーポン：ファンケル商品や提携サービスで使える割引クーポンを定期配布

詳しくはこちら：<https://www.fancl.co.jp/service/smileprogram/index.html>

報道関係者からのお問合せ先

株式会社ファンケル 広報部 / Tel:045-226-1230 [official@fancl.co.jp](mailto:official@fancl.co.jp)