

【報道関係者各位】

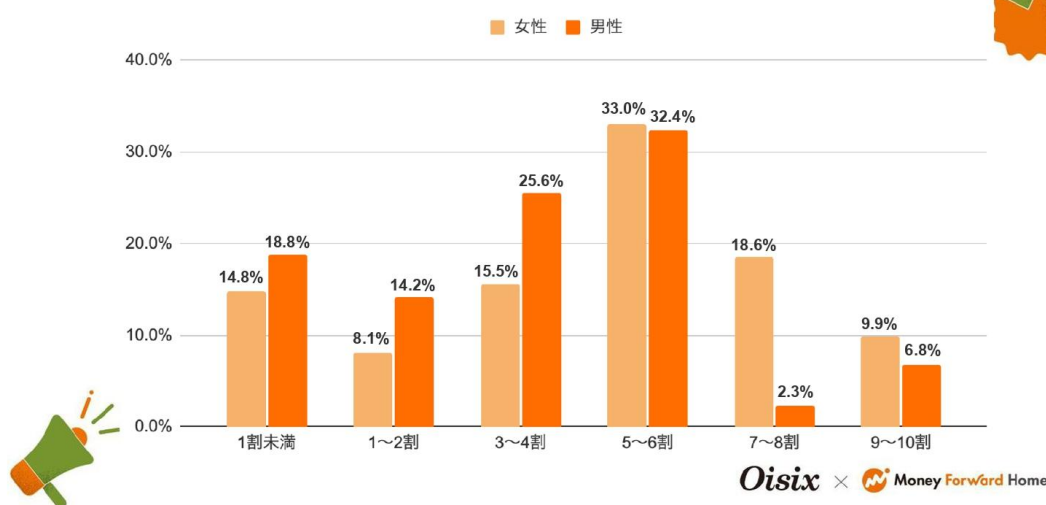
2025年11月20日

【11月22日「いい夫婦の日」調査】いい夫婦の鍵は家事の“シェア”にあり！ 女性の6割が「自分の方が家事分担が多い」一方、公平感は男女でほぼ同水準 夫婦・パートナー間の「認識のズレ」が明らかに

～食事作りを“シェア”する「ゼクシィ」特別コラボメニューがOisix CookBoxで新発売（11/20～）～

食品のサブスクリプションサービスを提供するオイシックス・ラ・大地株式会社（本社：東京都品川区、代表取締役社長：高島 宏平、以下 当社）が展開する「Oisix」は、11月22日の「いい夫婦の日」に向けて、お金の見える化サービス「マネーフォワード ME」を提供するマネーフォワードホーム株式会社（本社：東京都港区、代表取締役社長：金坂直哉）と共同で、夫婦・パートナー間の家事分担に関するアンケートを実施しました。また、本アンケート結果を踏まえた、食事作りを“シェア”する特別メニューのOisix CookBoxを、株式会社リクルートが発行する結婚情報誌「ゼクシィ」とコラボし、2025年11月20日（木）から販売開始します。

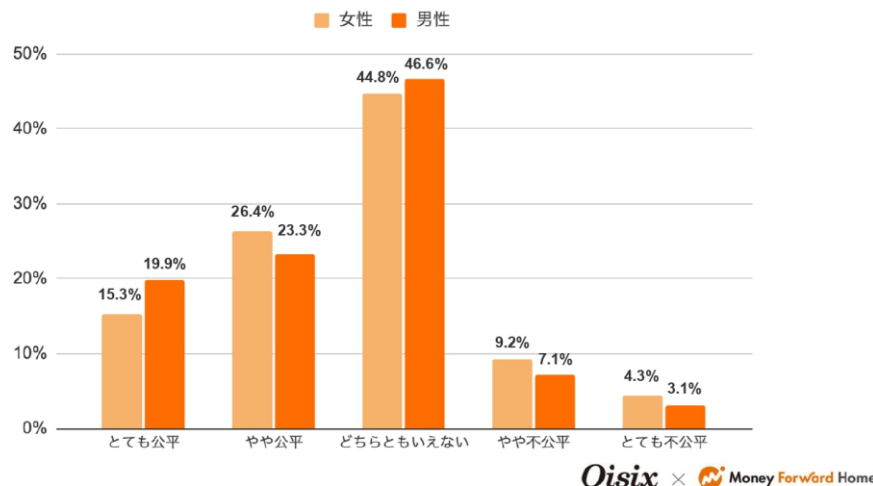
(Q1)家でのご自身の家事分担（家計管理も含め）の割合はどの程度ですか？



■ 家計管理を含む家事分担 負担の実態と捉え方の間に、夫婦・パートナー間の認識のズレ

全国の20代～40代の男女906人にアンケートを実施したところ、家計管理も含めた家事分担について、「5割以上を自身が担っている」と回答した割合は、女性が約62%、男性は約42%でした（Q1）。約20ポイントの開きがあるにも関わらず、家事分担を「公平（とても公平、やや公平）」と評価した割合は、女性約42%、男性約43%でほぼ同水準となり（Q2）、負担の実態と捉え方の間に、夫婦・パートナー間の認識のズレが生じていることが明らかになりました。回答の中間層である「どちらともいえない」にも、男女ともに5割近くの回答が寄せられており、明確な不満として表出していないながらも、家事分担に対する小さな不公平感やモヤモヤが積み重なっている状態が推察されます。

(Q2)ふたりの家事分担（家計管理も含め）についてどのように感じていますか？



本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：松田

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：publicity@oisixradaichi.co.jp

（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）

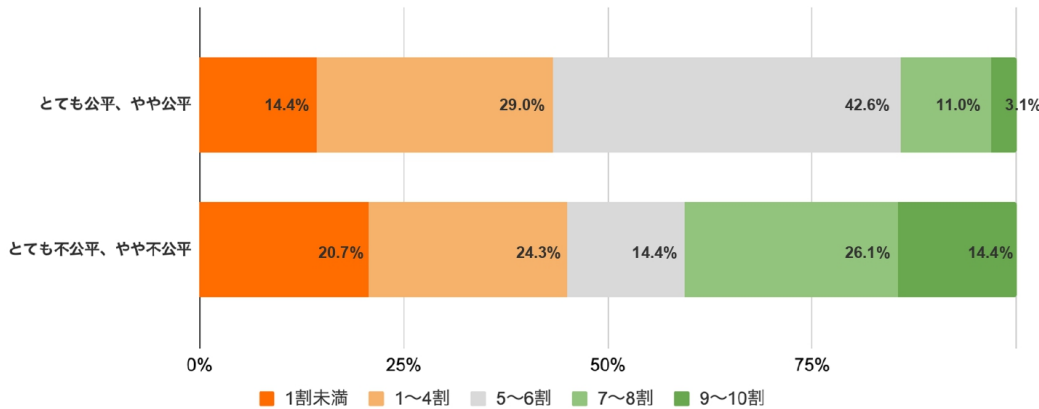
■必ずしも“半分ずつ”ではなくても“不公平感”を生まないケースも 家事分担で“不公平”に感じるラインは
家事分担の“負担”と“公平感”の相関を分析した結果、「とても公平」「やや公平」と感じている人の自身の分担割合は、「1割未満～4割」「5～6割」がそれぞれ約43%で、全体の9割近くを占めました（Q3）。「お互い納得しているから」「得意な分野で分担できているから」等の声があり、必ずしも“半分ずつ”ではなくても、お互いの役割に対する納得感や、家事に参加している実感が公平感を支えていることが読み取れます。

一方、「とても不公平」「やや不公平」と感じている人では、負担が軽すぎる／重すぎるという両極端に偏っている状況が明らかになりました。具体的には、自身が「1割未満」と回答した人が約21%、逆に「7割以上」負担している人が約40%となり、極端な負担状況が不公平感を抱いている人の中で大きな割合を占めました。

このことから、一方が抱えすぎず適度に“シェア”できていることが、家事の公平感をつくる鍵であると考えられます。



(Q3)家事分担の“負担”と“公平感”の相関



Oisix × Money Forward Home

■夫婦・パートナー間の“モヤモヤポイント”上位に「食」と「お金」

「ふたり暮らしの生活の中で『モヤモヤすること』」については、「生活習慣の違い」が男女ともに最も多く、次いで「食」や「お金」に関する項目が上位に上がりました（Q4）。

自由回答では“モヤモヤするポイント”について「料理を同じぐらいの割合でしてほしい」「献立を考えるのが面倒」「栄養バランスを考えるのが大変」など、料理の頻度や、献立づくりを含む食事の準備に、負担感や不公平感を抱いていることがわかりました。また「お金」に関しては、「お金のかけどころや節約のしどころが合わない」「2人のお金となると管理が難しい」「収入も違う分、使い方の価値観が違う」など、家計管理や、支出の優先順位に関する意見が多く寄せられました。結婚や同棲などで一人から二人になることで、これまで見えにくかった感覚の違いが顕在化し、“モヤモヤ”につながっていると考えられます。

一方、「パートナーとシェアできると嬉しい家事」を見ると、「食事の準備・料理」が約4割、「家計管理」が約2割を占めており（Q5）、「食」と「お金」はモヤモヤを生みやすいテーマであるからこそ、パートナーと一緒に向かい合いたいと考えている人が多いことが読み取れます。



(Q4)ふたり暮らしの生活の中で「負担に感じること」「モヤモヤすること」は？

(※複数回答)

	女 性		男 性	
1位	生活習慣の違い	38.9%	生活習慣の違い	54.4%
2位	日々の食事準備や 毎日の献立を考えること	35.5%	家計管理やお金の使い方	27.6%
3位	洗濯・掃除	29.0%	日々の食事準備や 毎日の献立を考えること	25.8%
4位	家計管理やお金の使い方	24.3%	洗濯・掃除	22.6%
5位	親や親族との付き合い方	18.8%	親や親族との付き合い方	20.7%
6位	上記の悩みはないが別の悩みがある	7.6%	上記の悩みはないが別の悩みがある	6.0%

Oisix × Money Forward Home

本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：松田

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：publicity@oisixradaichi.co.jp

（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）



(Q5)パートナーとシェアできると嬉しい家事は？

(※複数回答)

	女 性		男 性
1位	食事の準備・料理 44.0%		買い出し 40.8%
2位	買い出し 42.2%	食事の準備・料理 36.8%	
3位	掃除 35.9%	食器洗い 29.5%	
4位	食器洗い 33.8%	掃除 27.2%	
5位	洗濯 27.1%	家計管理 21%	
6位	ゴミ出し 24.4%	ゴミ出し 20.1%	
7位	家計管理 22.9%	洗濯 19.8%	
8位	その他 12.1%	その他 10.5%	
9位	ペットの世話 4.3%	ペットの世話 6.8%	

Oisix × Money Forward Home

<共同調査の背景>

当社が展開するOisixは、3日分/5日分の献立のレシピと必要量の食材がセットになった「Oisix CookBox」において、毎日の献立を考えたり、買い出しをしたりする負担を軽減し、ふたりで「料理」という家事をシェアする特別メニューも新たに開発しています。マネーフォワードホームは、お金の見える化サービス『マネーフォワード ME』に、夫婦・パートナー間の「ふたりのお金」の管理をサポートする「シェアボード」機能を2025年9月に追加。それぞれが主体的にお金の管理に臨めるようサポートしています。

ふたり暮らしの生活において、「食」と「お金」が負担になりやすいという社会的な傾向に着目し、両社で夫婦・パートナー間の「シェア」を共通テーマとして、今回の共同調査を実施しました。

<調査概要>

・調査時期：2025年10月31日～2025年11月5日（インターネット調査）

・調査属性：日本全国の20代～40代の男女（906名）

※本調査内容をご利用の場合は、出典元として「オイシックス・ラ・大地、マネーフォワードホーム 家事分担に関する意識調査」と必ずご記載いただきますよう、お願いいたします。

これらの調査結果を踏まえ、「食」に関するモヤモヤの解消、そしてパートナーとのより良い関係づくりをサポートするため、結婚情報誌「ゼクシィ」とコラボしたOisix CookBoxを、2025年11月20日（木）より販売します。献立を考えたり、買い出しをしたりといった、ふたり暮らしの食事にまつわるお悩みの解決に向けて、忙しい平日にも30分で夕食が完成するメニューに加え、休日にパートナーと一緒に作って楽しめる特別メニューをお届けいたします。

URL：https://www.oisix.com/sc/cookbox_zexy



ゼクシィ



本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：松田

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：publicity@oisixradaichi.co.jp

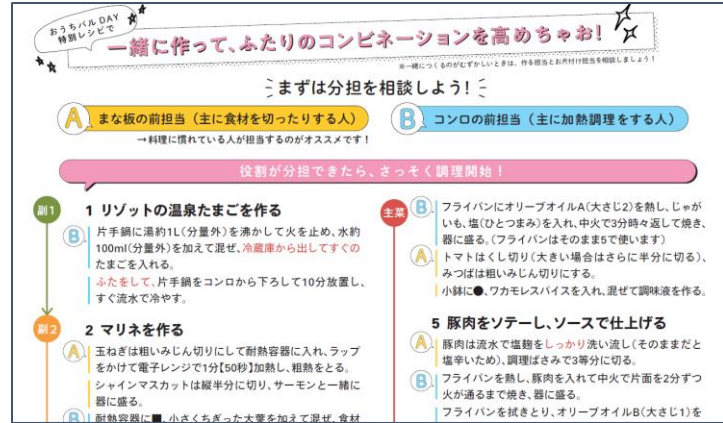
（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）

■お客さまの声から実現した「Oisix CookBox」と「ゼクシィ」コラボ

本年7月に「ちゃんとOisix」を軸にリニューアルした「Oisix CookBox」は、3日分/5日分の献立のレシピと必要量の食材がセットになった料理のコツが自然に身に付く商品です。ゼクシィとのコラボのきっかけは、結婚してふたり暮らしが始まったタイミングでCookBoxを使い始め、献立や買い物などで助けられた、といったお客さまの声でした。多くの新婚夫婦の結婚準備をサポートしてきた「ゼクシィ」とコラボすることで、新婚やふたり暮らしを始めたパートナーの方々に喜んでいただける商品が作れるのではないかと考え、今回のコラボが実現しました。

■特別メニューで食事作りを“シェア”するきっかけをご提案 「役割分担」が書かれたオリジナルレシピカード

通常のCookBoxでは平日向けのメニューをご提案していますが、今回のコラボ商品では平日向けに加え、休日向けの特別メニューもご用意しました。特別メニューは二人で協力しながら作っていただけるよう、レシピカードも二人の役割分担を明確にしたオリジナルの工程で仕立てています。自分では思い付かないようなメニューをパートナーと一緒に作ることで、会話が生まれたり、食事作りを“シェア”しやすくなったりするきっかけをご提供できればと考えています。



▲二人の役割分担が書かれたレシピカード

◀商品概要▶ ※価格は税込

商品名：ゼクシィ×Oisix CookBoxおためしセット

販売価格：1,980円

販売開始：2025年11月20日（木）10:00～

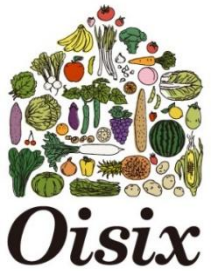
概要：2人前3日分の献立のレシピと必要量の食材のセットです。

URL：https://www.oisix.com/sc/cookbox_zexy

※こちらの商品はまだOisixのサービスをご利用いただいたことがない新規のお客さま向けの「おためしセット」です。

食品宅配サービス「Oisix」について

2000年に設立。「つくった人が自分の子どもに食べさせられる食材のみを食卓へ」をコンセプトとした、有機野菜や特別栽培野菜など、できる限り添加物を使用せずに作った加工食品などの食品を取り扱うEC食品宅配サービスです。現在、会員数は360,887人（2025年9月末時点）で日本全国の方にご利用いただいています。2013年7月に販売を開始した、必要量の食材とレシピがセットになった、調理時間が10分から作れるミールキット『Kit Oisix』は、シリーズ累計出荷数が2億食（2024年8月時点）を突破しています。



マネーフォワードホーム株式会社について

マネーフォワードホーム株式会社は、お金の見える化サービス『マネーフォワードME』や、『マネーフォワード 固定費の見直し』、『マネーフォワード お金の相談』など、個人のお金に関するサービスを開発・提供しています。

「一人ひとりのお金を前へ。自分らしくをもっと前へ。」をミッションに掲げ、お金の課題を解決し、ユーザーが自分らしい人生を歩むサポートを目指しています。



オイシックス・ラ・大地株式会社について

オイシックス・ラ・大地株式会社は、「Oisix」「らでいっしゅぼーや」「大地を守る会」の国内主要ブランドを通じ、安心・安全に配慮した農産物、ミールキットなどの定期宅配サービスを提供しています。子会社に、事業所、学校などで給食事業を展開する「シダックスコントラクトフードサービス」、病院、高齢者施設、保育園、幼稚園などで給食事業を展開する「シダックスフードサービス」、買い物困難者向け移動スーパー「とくし丸」、米国でプラントベース食材のミールキットを展開する「Purple Carrot」などがあり、食の社会課題を解決するサービスを広げています。また、「サステナブルリテール」（持続可能型小売業）としてSDGsに取り組み、サブスクリプションモデルによる受注予測や、ふぞろい品の積極活用、家庭での食品廃棄が削減できるミールキットなどを通じ、畑から食卓まで、サプライチェーン全体でフードロスゼロを目指しています。

本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：松田

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：publicity@oisixradaichi.co.jp

（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）