お父さんのカレー
もっと！もっと！
おいしく！

『おとう飯カレー・プロジェクト』

【企画概要】

日本中の家族を、
カレーで笑顔に！

株式会社カレー総合研究所
カレー大學

2018年4月版

『おとう飯カレープロジェクト』 とは

だから、
お父さんは週一回だけでもいいから、自慢のカレーを作ろう！

おとう飯はん！

始めようキャンペーン

教えるのは、
カレー業界を牽引する、
カレーを知り尽くした
達人ばかり！

材料選び方から、
失敗しないコツまで
便利な調理器具も、
徹底解説！

お父さんが作る！
おうちのカレーを
カレーの専門家が
全面的にサポート

美味しいカレーを作って、
子供に尊敬される
お父さんに変身！

我々、カレーの専門家がおまかせください！！

炊事、洗濯、掃除の従来の家事に加え、仕事、子育て・・家庭でも、仕事でもお母さんはいつも忙しい!!
現代は、お母さんの負担が大きい!大変な時代になっています。!
「お母さんの力になりたい!」　・・・・・・　お父さんなりにできることをしたい、そうおもっているけど、何をしていいかわからない!
「何か、手伝って欲しい!!」　・・・・・・　お母さんも何を任せていいかわからない!

だったら、「週一回、お父さんのカレーの日を作りませんか？？」

我々、カレーの専門家が全面的に、がんばるお父さんをサポートします！！

プロジェクトの設立・推進に至る背景

◆お母さんを助けよう！お父さんの救助作戦開始！

「今こそ、お父さんの出番！
週一回のお父さんが作るカレーの日を設けましょう！」

働くお母さんも急増中！お母さんは、炊事・洗濯・掃除など従来の家事の加え子育て、仕事・・などなど、やることがいっぱいです。寝る時間も削り、遊ぶ時間も減らし、がんばっています。現代のお母さんは非常に忙しく、毎日ヘトヘトです。だから、今こそ、お父さんの出番！！お父さんの手助けが必要な時なのです。

お父さんだって、「なにか手伝いたい！」と考えている方は多いと思いますが、「何を手伝っていいかわからない」「料理を手伝いたいけど、できるかなぁ・・・」「変に手伝って、怒られるのは嫌だなあ～」と、実は悩んでいるお父さんも多いんです！

我々も”お父さんの出番“を手助けすべく、専門分野である「カレー」を、料理初心者のお父さんに伝授することでお役に立てないかとか考えました。お母さんにとっては簡単なメニューの「カレー作り」でも、料理自体が初心者のお父さんにとっては未知なる作業。材料の選び方から、丁寧な手順だけでなく、男心をくすぐる便利な調理道具、今後もずっと使える調理家電、お父さんが陥りやすい失敗など、ここまでやるの？！と思われるほど、我々が徹底サポートいたします！！

◆「お父さんのカレー」が家族の絆を強くする

「カレーなら、俺に任せろ！」と言えるお父さんになろう！
「また、作って♪お願いね」とお母さんに頼まれるお父さんになろう
「お父さんのカレー！とっても美味しい！」と尊敬されるお父さんになろう

カレーライスは肉じゃがなどと並ぶ「おふくろの味」、家庭の味の代表格です。でも、これからは「わが家のカレーは“お父さんの味”」になってもいいんではないでしょうか？

帰りが遅くて少し距離が遠い存在になりがちなお父さんが作るカレーが、家族の食卓を温めます。家族のためにカレーを作ることは、家族との会話が増えることにつながり、家族の絆を深めます。家族の記憶として、自分の作ったカレーを食べる家族の笑顔が刻まれるなんて、こんな素晴らしいことはないでしょう。

プロジェクトのメンバー構成

家カレー向上プロジェクトには、
カレー専門家が、立ち上げる！

日本で唯一のカレープロ育成機関であるカレー大學
（株式会社カレー総合研究所が運営）代表 井上岳久を中心とし、
カレー大学院の卒業の日本を代表するカレー専門家が
参加しプロジェクトを強力に推進していきます

志を同じくする
カレー界の方々から
大きな賛同を得ています！

プロジェクト代表

カレー業界を牽引する、
カレー研究の第一人者
「カレー総合研究所」所長

井上 岳久　お父さん

顧　問

日本を代表する老舗
インドカレー店
「デリー」代表取締役

田中 源吾　お父さん

プロジェクトメンバー

井上スパイス工業
代表

井上　剛　お父さん

（株）マルマン
営業企画部
部長

中田 泰雄　お父さん

（株）スパイスビレッジ
代表

後藤 よしお　お父さん

スパイスカレー
研究家

山崎 三芳　子供すき

家のカレーの主役におとう飯カレー！

家カレープロジェクトで「隠し味」や「時短カレー」、「スタータースパイス」を展開。
新展開として、別側面で母親でなく父親が作るカレーを推奨し新たな食卓のカレーシーンを創出する！

テーマ	おとう飯カレー（お父さんが作るカレー）
キャッチコピー	お母さんを助けろ！そして救え！お父さんなら、週一回くらいは、カレーを作ろう！

【名称】　『おとう飯カレー・プロジェクト』

【理念】　お父さんのカレーをもっと！もっと！おいしく！！
お母さんを助け、そして家のカレーが父さんの力でグレードアップ

【目標】　内閣府「おとう飯」企画の推進支援
お父さんの力によるカレー業界の活性化

【活動展開】＜ネットWeb展開＞
・カレーのレシピを展開
＜イベント＞
・料理教室、料理イベントなどで直に会いレクチュア

【活動内容】
1、第1テーマ：
最小限の包丁使いで簡単カレー！

2、第2テーマ：
お父さんにしかできない土日のカレー

「おとう飯カレー」の成功するポイント

「おとう飯カレー」調理の心得

1. 調理の基本からでなく、失敗の少ないカレーを作りながら覚えていく

・カレーは失敗することは少ないので、まずはトライ！
・自分でできそうな簡単レシピから始める。

2. なるべく包丁や火を少ない調理法で作る

・小売店で売っている商材、カット済み野菜などを便利な食材を使用。
・新しい調理道具（チョッパー・電気機器など）などを積極的活用。
・手軽に買える百円ショップで売っている便利グッズも使う。

3. カレーを食べながら、披露できるうんちくでも勝負！

・お父さんのカレーはうんちくが大切、作るとき、食べるときに語る。
・ご当地カレーや世界のカレーなど、豆知識を入手する。
・慣れてきたら、男性こだわりの探求心を生かす「スパイス使い」を語るべし！

奥さんの攻略が成否を分ける！

～ 奥さん側からの心理を理解して、スムーズに事を進めましょう ～

1. 「キッチン」というおくさんのテリトリーに入ることを許されるためにすることを確認

・いきなり作って驚かせるのはNG！キッチンの使用も事前に相談が必至。
・包丁、電子レンジ、IH、ガス、鍋、食器…どこまで使っていいかを確認
・片付けまでやることを約束することも必要になることもある。

2. 欲しいものを購入するための交渉術も紹介

・新しい道具を購入する際も、事前に相談にすることが必要。
・勝手に高額調理器具などを購入するのはNG！
・「後々、おくさんも使えるもの」を一緒に相談して買うのが◎
・奥さんから女性からのアドバイスをもらうつもりで、相談しよう
・購入していい条件や金額などを引き出す交渉術も紹介

家庭内の意識改革が必要！

1. お父さんは「家事・育児を手伝う＆助ける」上からスタンスでなく、「家事に参加する＝シェアする」協同のスタンスで臨む！

2. 独断で始めない

・奥さんはもとより子供などにも相談してからスタートする。
・できれば、子供も一緒に調理するようにするのがベスト！

×お父さんの陥りがちな失敗に注意×

（1）いきなり高額食材を使う
（2）勝手に調理道具・食器を買う
（3）知らないのに、こだわる
（4）食べる相手に合わせない味付け
（5）後片付けしない
（6）気が向いた時だけ作る。長続きしない。
（7）浅はかなうんちくを語る

「おとう飯カレー」おすすめ書籍！

「親子で楽しむ おとう飯カレー
～子どもがよろこぶ簡単カレーのレシピ集」

（徳間書店）著者井上 岳久

書籍の内容

カレー総合研究所所長・井上岳久の最新著作。イクメンは一過性のブームではなかった。これからの父親は料理を家族にふるまう「おとう飯」でも存在感をアピールする時代に…。中でもカレーと言えば昔も今も子どもの大好物。そこでレトルトを活用した簡単なレシピから本格派の逸品まで家族が喜ぶメニューを一挙に紹介。巻頭にはレシピに悩むお父さん向けに家庭でのカレー作りをアドバイスするチャートも掲載。料理初心者からカレー愛好者まで納得の1冊。もちろん、スパイスカレーにも応用できる。
2018年2月刊行、1296円（税込）。

おとう飯カレーの本