プレスリリース
報道関係各位

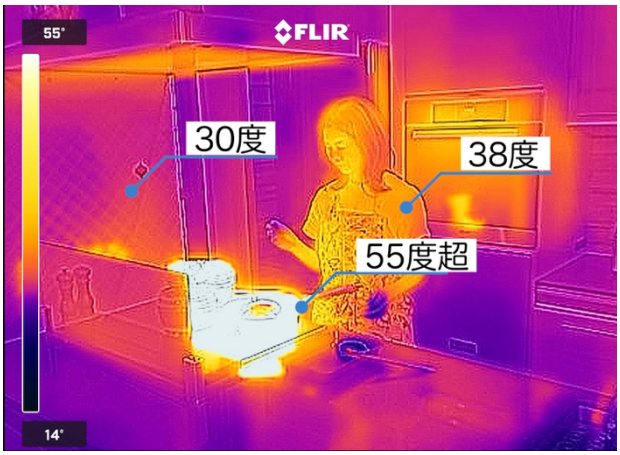
2025 年 6 月 6 日（金）
ミーレ・ジャパン株式会社

ガスコンロと電気オーブンの調理環境を比較し、キッチンの“熱中症リスク”を可視化！

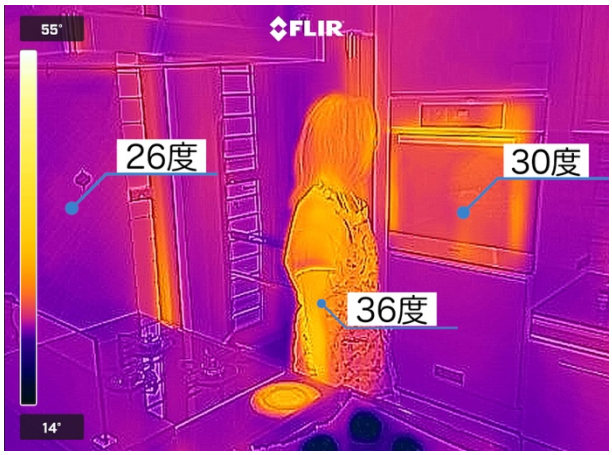
夏の強い味方・オーブン調理の快適さを伝える動画を本日公開

3 品同時調理が叶う Miele の大容量オーブンも紹介

ドイツのプレミアム家電ブランド Miele の日本法人であるミーレ・ジャパン株式会社（本社 ： 東京都目黒区、代表取締役社長 ： 冨田 晶子）は、ガスコンロと電気オーブンを使用した調理環境の違いに着目し、“キッチンの熱中症リスク”を可視化した動画を、本日 2025 年 6 月 6 日（金）より公開いたします。本動画では、ガスとオーブンの調理時における体温や室温の変化を比較し、夏場の料理を快適にする「オーブン調理」の魅力を発信。さらに、3 品同時調理が可能な Miele オーブンならではの特性も紹介しています。



（ガスコンロで調理時）



（電気オーブンで調理時）

公開動画紹介ページ（ミーレ Web マガジン"Life with Miele"）はこちら

※本動画は、今年 4 月に都内にて撮影・検証を行ったものです。

動画制作の背景にある「キッチン熱中症」と「オーブン調理」

近年、地球温暖化の影響や異常気象により、日本各地で猛暑日が増加しています。2024 年の夏も例外ではなく、総務省消防庁によると、2024 年 5 月から 9 月の全国における熱中症による救急搬送人員は 97,578 人にのぼり、2008 年の統計開始以来、最多となりました。昨年同時期（91,467 人）と比べても 6,111 人増加しており、猛暑がもたらす健康リスクは深刻さを増しています。

そんな中、「キッチン熱中症」への関心も高まっています。熱中症の発生場所で最も多いのは“住居”で、全体の約 4 割を占めています。中でもキッチンは、リスクが見過ごされがちなゾーンの一つです。閉鎖的な構造に加え、火を使った調理で熱がこもりやすく、蒸気の発生によって高温多湿になりやすいため、熱中症のリスクが高い場所として注意が必要です。

こうした背景を受けて、本動画では「キッチンの熱中症リスク」をテーマに、調理環境による体温や室温の変化の違いをサーモグラフィーカメラで可視化。視聴者に“気づき”を促しつつ、夏を快適に過ごすための調理スタイルとして、火を使わずにすむ「オーブン調理」の有効性を提案しています。

参照元：令和 6 年（5 月～9 月）の熱中症による救急搬送状況｜総務省消防庁

動画の詳細内容（ガスコンロ vs オーブン　調理中の体温・室温変化の差が一目瞭然！）

実際の一般生活者の方にご協力いただき制作した本動画では、「キッチン熱中症を防ぐ 夏はオーブンをフル活用」をテーマに、リアルな調理シーンを通じてキッチン内の温度変化を可視化しています。

冒頭では、「何度かキッチン熱中症になりかけたので怖い」と語る一般生活者の方の声とともに、深刻化する猛暑や室内での熱中症増加をイメージさせる映像を入れて、問題提起。そのうえで、「キッチンでの調理が実際にどれほど身体に影響を与えるのか」を検証する実験を行なっていきます。

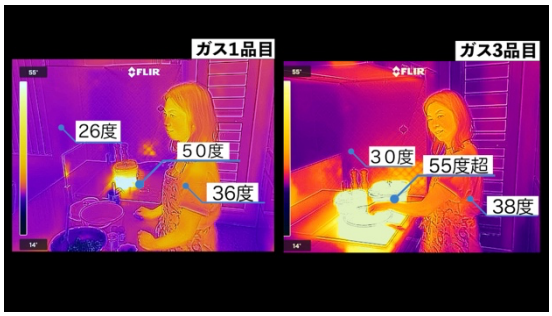
検証の前半では、一般的なガスコンロを 3 口使用して、ターメリックライス、野菜の煮込み、ハンバーグの 3 品を次々に調理。サーモグラフィーカメラで体温の変化を追いながら撮影を進めると、調理開始時の部屋の温度が 26 度だったにもかかわらず、3 品目のハンバーグを作り終える頃には周囲の室温は 4 度、体温は 2 度上昇していることが一目瞭然という結果になりました。特に直火の使用による輻射熱と蒸気の影響で、キッチンが瞬く間に高温多湿な空間へと変化する様子が記録されています。

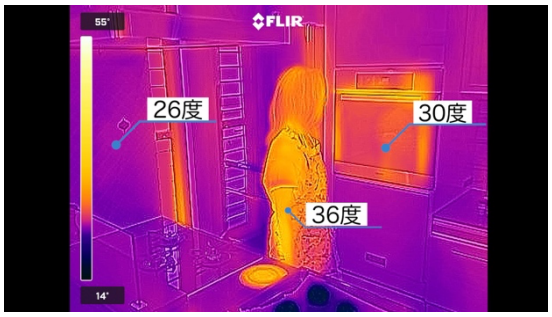
後半では、同じ 3 品をオーブンを使って調理する比較パートへ。野菜の煮込み、ターメリックライス、ハンバーグを順々にオーブンの中に入れて調理を進めます。オーブンの設定温度は 200 度ですが、調理中の室温や体温にはほとんど変化がなく、サーモグラフィーでも直火を使った調理との明確な違いが浮き彫りになりました。さらに動画の終盤では、Miele のオーブンならではの特性も紹介。オーブンの扉が熱くならないので、子どもがいても安心であることや、大容量なので 3 品を同時に調理できることなど、安全性と快適さを発信しています。調理中の負担を減らし、暑い夏でも快適に料理ができる「オーブン調理」。その魅力をリアルな実体験と可視化されたデータで伝える動画となっています。

《動画素材格納 URL》

https://x.gd/jkMKh　**※提供クレジットは「提供：ミーレ・ジャパン」**

《カットデータ・抜粋》





動画でも登場した Miele オーブンならではの特性

▼タッチクールフロント

Miele オーブンのドアは多層パネルによって効果的に断熱されています。ドア表面の温度を低く保ちやけどを防ぐ設計です。操作部やハンドル、隣接するキャビネットも低い温度が保たれます。

▼大容量で同時調理が可能

Miele のビルトインオーブンの主な特長は、大容量（76L）・均一でムラのない焼き上がり・優れたデザイン性です。同時調理が可能で和食や肉料理をはじめとした毎日の食事から、本格的なお菓子作りまで、幅広い家庭料理をサポートします。

参照： Miele オーブンの活用術、ご愛用者の声はこちら

動画でも紹介！ミーレオーブンを使用した“3 品同時調理”のレシピ

▼野菜の煮込み　（たっぷり4人分）

＜材料＞

玉ねぎ（長ネギでも可）	100g（大 約1/2個）
マッシュルーム	40g（小さめ 約3個）
豆（缶詰の水煮でOK）	100g
おくら	30g（2-3本）
トマト缶	200g（約1/2缶）
ズッキーニ	50g（1/2本）
なす	50g（1/2本）
人参	50g（1/2本）
にんにく（すりおろす）	1/2片
しょうが（すりおろす）	10g
ケイパー	10g（小さじで1/2杯分ぐらい）
オールスパイス	小さじ1/4
油	大さじ 1
塩	小さじ1/2

＜手順＞

1. しょうが・にんにく・豆以外の野菜を、同じぐらいの大きさの角切りにする。しょうが・にんにくはすりおろす。
2. オーブン対応の鍋に、カットした野菜、トマト缶、油、オールスパイス、にんにく、しょうが、塩を入れ、全体にトマト缶が行き渡るようにしっかりとかき混ぜ、鍋の蓋をする。
3. お鍋をオーブンへ入れる。熱風加熱プラス220℃で1時間調理をスタートする。

▼ターメリックライス

＜材料＞

米	300g
オリーブオイル	10g
にんにく（みじん切り、おろしのチューブでもOK）	10g
しょうが（みじん切り、おろしのチューブでもOK）	10g
ブイヨン（粉末を水に溶かしたものでOK）	360ml
ターメリック	小さじ1/2
塩	ひとつまみ

＜手順＞

1. オーブン対応のお鍋に、洗ったお米、オリーブオイル、にんにく、しょうが、ブイヨン、ターメリック、塩を入れて全体をかき混ぜる。
2. 鍋に蓋をして、オーブンに入れる。熱風加熱プラス220℃で40分加熱調理する。

▼ごろごろハンバーグ　（4人分）

＜材料＞

ひき肉	600g
塩	6g
玉ねぎ	60g（大1/4個）
にんにく	15g（1片）
こしょう	小さじ1/4
オールスパイス	2.5g
チーズ（すりおろす）	
パセリ	

＜手順＞

1. ボウルにすべての材料を入れ、手でしっかりと捏ねる。
2. ざっくりと4等分して、それぞれを空気を抜きながらボール状に丸くし、オーブントレイもしくは耐熱皿に並べる。
3. 熱風加熱プラス220℃で25-30分、好みの焼き色になるまで焼く。
4. 器に、野菜の煮込みと一緒に盛り付け、チーズとパセリをトッピングする。

「愛着がわく家族のような家電」

Miele 製品は、おろしたてのようなお洋服の着心地をキープしたり、繊細なワイングラスを割れる心配なくピカピカに洗い上げたり、天井も床も家具も空気も部屋中丸ごとキレイにできたり、食材を理想的に冷蔵・冷凍保存したり、日常の食事も特別な日のごちそうも失敗なく焼き上げたりと、頼りになる家族のように家事をこなします。また、Miele の DNA でもある「サステナビリティ」を理念として製品は長期使用を前提として作られているので、長年にわたりお客様の「Miele のある暮らし」に家族のように寄り添います。「愛着がわく家族のような家電」として、ぜひ、Miele をお選びいただけると幸いです。

【Miele について】

Miele(ミーレ)は 1899 年に、「Immer Besser(常により良いものを)」のブランドプロミスを掲げドイツで創業しました。創業者はカール・ミーレとラインハルト・ツィンカン。以来、両家のファミリーカンパニーとして発展を続け、2024 年 12 月現在約 35,500 名のグループ社員、約 100 カ国の販売拠点を有しています。製造工場は、ドイツ国内の主要 8 箇所を含め 18 箇所で、厳格な製品テストを行い、高水準の品質を維持しています。家庭用電化製品では、ビルトイン機器を中心として、オーブン、スチームクッカーをはじめとする調理機器、冷凍冷蔵庫、コーヒーマシン、食器洗い機、ランドリー機器、掃除機に加え、製品の性能を最大に引き出す純正洗剤やお手入れ剤等を取りそろえ、豊かなライフスタイルを実現するブランドとして、世界中で選ばれています。業務用部門の Miele Professional は、医療用・歯科用・ラボ用などの洗浄機や業務用ランドリー機器を取り扱い、世界中のプロフェッショナルの 現場に貢献し続けています。ミーレ・ジャパン株式会社は、アジア初の Miele の現地法人として 1992 年に設立されました。Miele ドイツ本社 100%出資の子会社ならではの次世代を見据えた長期的展望のもと、安定した製品供給と高い品質管理を行っています。

▼会社概要

名称　：ミーレ・ジャパン株式会社
設立　：1992 年 9月
代表者　：代表取締役社長 冨田 晶子
所在地　：〒153-0063 東京都目黒区目黒1-24-12 オリックス目黒ビル 4 階
サイト URL　：https://www.miele.co.jp/
Life with Miele ミーレのある「より良い暮らし」マガジン https://life.miele.co.jp/
ミーレ・ジャパン公式 LINE　https://life.miele.co.jp/line-pr/