

ふっ素コーティングのフライパンを長持ちさせるためには？ サーモスのフライパン企画担当者が伝授！ ～フライパンを長持ちさせるコツ6選を発表！～

- サーモスのフライパン企画担当者が伝授！「フライパンを長持ちさせるコツ6選」を発表
- “目玉焼き”がこびりつき始めたら、フライパンの買い替えサイン！

魔法びんのグローバル企業として、人と社会に快適で環境にもやさしいライフスタイルを提案するサーモス株式会社（本社：東京都港区 社長：片岡有二）は、2024年1月に実施した『フライパンと調理に関する調査（※1）』から浮き彫りとなった結果を受け、2024年2月14日（水）に「フライパン企画担当者による“フライパンを長持ちさせるコツ6選”」を発表しました。

調査では、「柔らかいスポンジでやさしく洗う」以外にコーティングフライパン（※2）を長持ちさせるための行為を実施している人が少ないことが明らかになりました。一方で、コーティングの劣化の原因になる「急冷しない（※3）」の割合は30%以下に、「特に何もしていない」は23%、それ以外の項目も9～25%に留まっており、フライパンを長持ちさせるために意識されている行為が少ないことが分かりました。

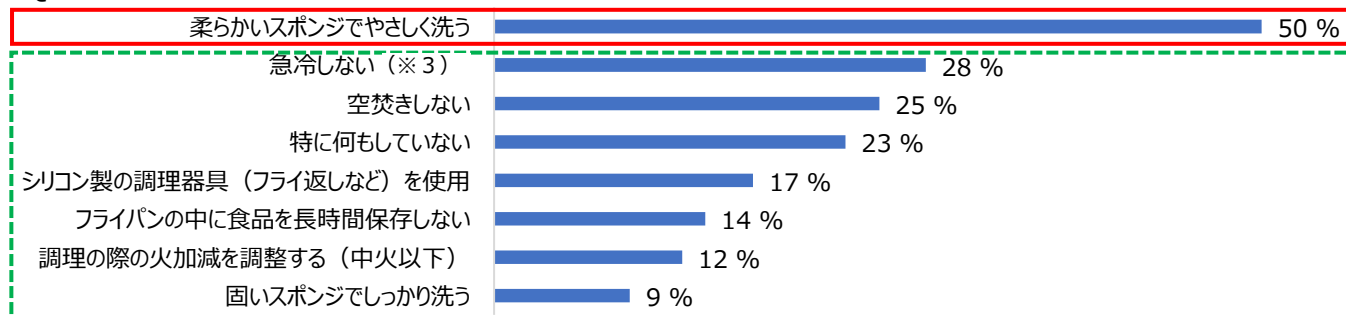
（※1）：2024年1月サーモス株式会社実施

『フライパンと調理に関する調査（<https://www.thermos.jp/info/pdf/20240213162321.pdf>）』

（※2）：ふっ素樹脂やセラミックなどで金属の表面をコーティングし、食材をこびりつきにくくしたフライパン

（※3）：調理後の熱いフライパンをすぐに冷水で洗うこと

Q. フライパンを長持ちさせるために、実施していることを教えてください。（複数回答／n=600）



■サーモスのフライパン企画担当者が伝授！「フライパンを長持ちさせるコツ6選」

『フライパンを購入する際に、重要視すること』について質問したところ60%が「こびりつきにくいコーティング」と回答しました。また、買い替えのきっかけでは「料理がこびりつくようになったため」と回答した人が60%と最も高く、続いて「内面のコーティングが剥がれてきたため」とフライパンのコーティングに関する要因が上位となりました。

フライパンのコーティングを重要視しているにも関わらず、コーティングの長持ちにつながる使い方がされていなくことを受け、当社のフライパン企画担当者である近 聖子より、「フライパンを長持ちさせるコツ6選」を発表しました。



プロフィール

サーモス株式会社 マーケティング部 商品戦略室 企画課 企画第1グループ
近 聖子（ちか・せいこ）

2003年に入社。2021年よりサーモス フライパンシリーズの企画担当者として従事。

最新のKFMシリーズ他、片手鍋 KNA/KNB シリーズ、その他シャトルシェフや保存容器、保冷バッグなどの調理アイテムを多く手掛ける。4人の子どもの育てながら勤務中。

1. 「空焚きをしない」

空焚きはフライパンを高温にしてしまい、フライパンが変形する可能性があります。そのため、できる限り空焚きはしないようにしましょう。ただし、調理する際に予熱が必要になる際は、中火で1分半ほど加熱する程度であれば問題はありません。

2. 「急冷をしない」

調理後のフライパンの急冷を避けることは、変形やふっ素樹脂の剥がれを防ぐために重要です。調理終了後は、フライパンを急冷させず、水をかけた時に「ジュッ」という音がしない程度に冷ましてから洗いましょう。

3. 「火力は中火以下にする」

フライパンを高温で使用するとふっ素コーティングが柔らかくなり、金属製の調理器具で炒める行為などによって傷がつきやすくなります。その結果、フライパンのコーティングの劣化が早まることがあります。そのため、調理時はできるだけ中火（炎の先が鍋底に届く程度）以下を使用することが推奨されます。また、強火はフライパンのハンドルの樹脂部分の劣化も引き起こす可能性があるため、火を強くし過ぎないように注意しましょう。

4. 「料理を長時間入れたままにしない」

フライパンに長時間（目安：一昼夜以上）料理を入れておくと、フライパンのコーティングが腐食する可能性があります。特に調理後は1時間以内に中性洗剤で洗うのがベストです。

5. 「炒め物や焼き物調理では、必ず油をひく」

炒め物や焼き物をする際には、フライパンに必ず油を使うことが大切です。油を使用する場合は200℃以上にならないよう注意しましょう。

6. 「金属ヘラなどは使わない」

フライパンが高温になるとふっ素コーティングが柔らかくなり、金属製のヘラやスプーンなどを使用して調理すると劣化の原因に。代わりに、シリコーン樹脂製の調理器具の使用をおすすめします。

当社では、フライパンに優しいシリコーン素材の菜箸やクッキングスプーンなどのキッチンツールを販売しております。



左から
サーモス シリコーン菜箸 (KT-C001)、
サーモス シリコーンクッキングスプーン (KT-S001)

■ フライパンで料理が焦げ付きやすくなる理由

近年、一般家庭で多く普及しているのは、ふっ素樹脂コーティング加工が施されたフライパンです。非粘着性に優れたふっ素樹脂コーティングを施すことで、料理の焦げ付きを防ぎます。コーティングが剥がれることでフライパンの表面に食材がこびりつきやすくなり汚れとして残り、そこにさらに食材が付着するなどして焦げ付きを感じるようになります。

フライパンを長持ちさせて焦げ付きにくく、こびりつきにくくするためには、フライパンに塗布されているふっ素コーティングが剥がれないようにすることが大切になります。

■ フライパンの買い替えの目安は？

フライパンの寿命は、使用頻度や使用方法によって人それぞれです。買い替えタイミングがわからない方も多いのではないのでしょうか。目玉焼きなどのたんぱく質の多い食材がこびりつきはじめたら、フライパンの買い替えの検討を始めることをおすすめします。

