

出張講座

これからの時代の企業戦略&新しい従業員支援の形

とも家事セミナー

開催報告

栃木県では、女性偏重となりがちな家事を男性もともに担い女性活躍の大きな推進力となるよう、家事啓発講座及び家事講座を実施しました。家族・夫婦をひとつのチームとして、初心者の男性でも家事を積極的に楽しく取り組めるように実践も含めた内容となっており、皆さん和気あいあいと前向きに受講されていました。

●○企業情報●○



NPO法人とちぎユースサポーターズネットワーク 様

所在地：栃木県宇都宮市西原1-3-4

業種：サービス業

スタッフ体制：常勤8名

～料理編～

講師：タナカ タカコ 氏

料理研究家



第1部：家事啓発セミナー（10分）

・家事分担の必要性(社会的背景)

※1部のみ 株式会社ワークエントリー 小田林 担当

第3部：お料理セミナー実践編（60分）

第2部：お料理セミナー座学編（20分）

・おいしく時間節約のお料理のコツ

・おにぎり

・具たくさんサラダ(3品)

・簡単スープ

●○講座開催●○

3月8日(金) 11:00～13:00

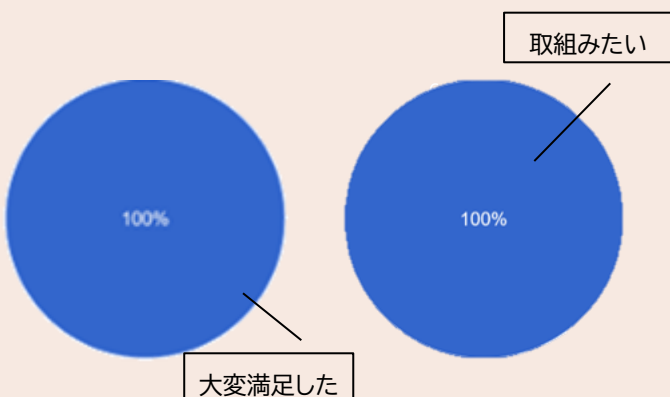


第1部では、日本の男性の家事・育児時間の現状や、家事を男女ともに担う必要性をグラフなどで説明。

第2部では、①サラダ(鯖缶)②サラダ(大根といわし缶)③おなべも包丁も使わない味噌汁④レンジで作るかぼちゃのサラダ⑤冷めてもおいしいおにぎりの5品を参加者と作る。時間のかかるレンジを最初にかけてから他の作業を行う等、作業の順番を工夫することで効率的に料理ができることや、簡単に作っても盛り付けを工夫することで簡単料理と見えない等、簡単で時短、だけど見た目も食べてもおいしいお料理のコツを実践し、これまでより手軽に行える、片付けも工夫次第で楽にできることがわかった等、お料理だけではなくその付随する家事についても意識ができたという意見もあった。

●○アンケート結果(一部抜粋)●○

1. 講座の満足度 2. 家事分担に取組みたいか



参加者の声

- ・誰でも簡単に料理が出来ることを知り、実践してみると同時に、いろいろな人に伝えてみたいと思った。
- ・包丁を使わなくても簡単に作れる料理を知れて、実践してみたくまりました。
- ・カット野菜、ハサミ、缶詰など簡単にやっていいんだ。
- ・袋の上から切る。ハサミを使う。「～ねばならない」から脱却する！
- ・低カロリーで工夫次第で栄養豊富。無駄を省くことが大切だと感じた。