

家族の笑顔を引き出す

保育つき



パパッとクッキング ＆家事シェア講座

パパ同士で料理を楽しみながら、毎日の家事を家族でシェアするコツも学びませんか？料理が苦手な方も大歓迎。君津の卵を使ったお手軽レシピで、家族を喜ばせよう！

2026年 **10月18日**（日）10:00~12:30

場所：周南公民館 調理室

メニュー

ふわとろ親子丼・災害時にも役立つ湯せんレシピ

内容

調理実習と家事シェアのお話

試食に家族をご招待できます♪



講師

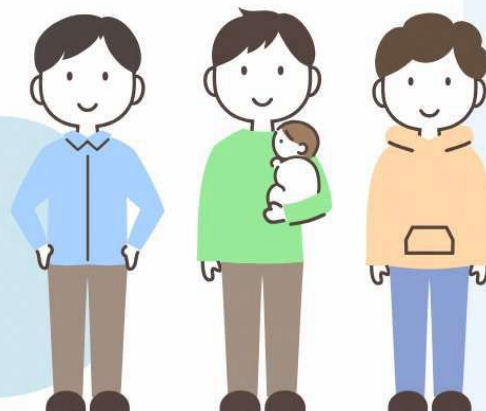
村上 誠さん NPO法人
ファザーリング・ジャパンちば 代表

3児の父。グラフィックデザイナー／兼業主夫。

父親の育児・家事参画、夫婦関係、祖父母の孫育て、地域での子育て支援など幅広い家族・育児テーマで、全国で講演活動やイベントに出演。

- ・対 象 子育て中の男性 12名（先着順）
- ・持ち物 エプロン、マスク、三角巾、米1合
- ・材料費 1,000円（当日集金）

詳しくはウラ面へ ➡



保育について

地域の先輩お母さん達がお子様をお預かりします。

- ・対象は生後6カ月以上～小学生（定員5名・先着順・未就学児優先）
- ・発熱等がある場合はお預かりできません
- ・開始時間の15分前までを目安にお越しください

持ち物（すべて名前を書いてください）

- ・おむつ・着替え1組・汚れものを入れる持ち帰り用のビニール袋
- ・水筒・おやつ（おやつは1回分をタッパーなどの入れ物にまとめて入れてください。誤飲防止の観点からアメ・ナッツ類・グミ等のご遠慮ください）

試食について

ご家族を招待して試食してもらうことができます。
調理の見学や、家事シェアのお話も聴講できます。

- ・お一人参加も大歓迎！
- ・アレルギー対応はありません。
- ・分量の目安：ひとり約2人分を作ります。
- ・お話は10時45分頃から、試食は12時頃を予定しています。（時間は多少前後することがあります）

申込み方法

右記フォームから申し込み

【10/12(月)締切 定員に達したら終了】

- ・参加者氏名・連絡先・住所
- ・保育希望の有無
- ・家族参加の有無



※10/15(水)以降のキャンセルは費用がかかります

《お問い合わせ先》

八重原公民館	55-1840	yaehara-k@city.kimitsu.lg.jp
周西公民館	57-6080	susai-k@city.kimitsu.lg.jp
周南公民館	52-4915	sunami-k@city.kimitsu.lg.jp