



令和6年度 男女共同参画推進 家事シェア応援事業 「家族のための美味しい時間」を開催します

要 旨

誰もが自分らしく心豊かに生活できる男女共同参画社会の実現に向け、ワーク・ライフ・バランスを推進することが急務となっています。特に、男性の家事関連時間が国際的に見て短い日本では、男性の家事や育児への参画の促進が重要とされており、本市では第5次沼津市男女共同参画基本計画において、働き方改革とワーク・ライフ・バランスの確実な推進を重点取組として位置づけています。

今年度は、家事初心者男性でも簡単にできるレシピでの料理講座を行うほか、その家族が参加する親子ワークショップを同時開催し、家庭における働き方やワーク・ライフ・バランスについて考えるきっかけとします。

概 要

- 1 日 時 令和7年1月19日（日） 10時～13時
- 2 場 所 沼津市金岡地区センター（沼津市江原町3-1）
- 3 講座内容 ①男性向け家事講座「プロが教える鍋一つで仕上げる男メシ」
講師：株式会社風土 代表 徳丸 英純さん
②親子ワークショップ「おから味噌仕込み」
講師：食育指導士 土田 愛美さん

4 進 行

- 10:00 開会
- 10:10 ①②講座開始
- 11:30 お昼ご飯タイム
- 12:30 後片付け
- 13:00 閉会



- 5 企画運営 一般社団法人いちご

令和3年度開催時の様子

※詳細は別添チラシをご覧ください。

お問い合わせ先

沼津市役所 政策推進部 地域自治課
直通：055-934-4807

家族のための美味しい時間



計量なし！
覚えやすい！

プロが教える鍋一つで仕上げる男メシ

2025 1 / 19 日 10:00～13:00
金岡地区センター

MENU

大根入り肉じゃが
蓮根のサラダ
おから味噌の味噌汁

パパ特製お昼ごはん
家族みんなで美味しい時間
をお過ごしください

対象

市内在住または在勤の男性
参加する男性の家族（配偶者・子）は下記ワークショップに参加可

男性一人での参加也大歓迎！

定員

16組（先着順）

持ち物

エプロン、三角巾、マスク等

参加費

【男メシ講座】500円
●家族分のお昼ごはん込み
【おから味噌WS】500円
●仕込んだおから味噌お持ち帰り込み

申込

12月23日（月）9時から
専用フォームにて受付



専用フォームはこちら

講師紹介



【風土】店主 徳丸英純 さん

三島市芝本町にある創作料理店の店主。
やりたいことは実現させるまで諦めない
少年のような心の持ち主。筋肉で店をブ
ランディングする！とジムも作って肉体
改造に励んでいる。美味しくて体にいい
ものについて話始めると止まらない！
おもしろおかしくレシピを伝授します！

家族も
参加可

パパを待つ間に別室で



ワークショップ

【おから味噌仕込みワークショップ】

仕込んだおから味噌は
お持ち帰り

パパが作ってくれたおから味噌の
お味噌汁。お家に帰ってもまた作
れるようにママと子どもでおから
味噌を仕込んでお持ち帰り。材料
を混ぜて、2～3ヶ月熟成させれば
完成！家族の食卓が「美味しい」
の笑顔あふれる幸せな時間にな
りますように。

講師紹介



食育指導士 土田愛美 さん

3人の子の出産を機に「食べることが
身体をつくる」と気づき、食育を
学び始める。今は“ゆるく長くコツ
コツ続けられる食育”を広げる活動
を行っている。