



# しがパパママスクール

会場・オンラインのどちらかの参加方法を選べます。  
新型コロナウイルス感染症対策として、会場での開催ができない場合は、オンラインのみの開催に変更します。



**参加者募集**

家事・育児中のパパママとその家族  
家事・育児について学びたい方



詳しくはこちら



参加無料

## 2020 LINE UP

各講座は単発でもご参加いただけます

高島開催 <b>8.8</b> SAT 10:00-12:00	大津開催 <b>8.22</b> SAT 14:00-16:00	彦根開催 <b>10.24</b> SAT 10:00-12:00
---------------------------------------	--	---

子どもの力がぐんぐん伸びる！  
親子で楽しむふしぎ遊び

各回、内容を一部変えて実施しますので毎回新しい内容を学べます。

親子



魚のさばき方を学べます！

託児あり

近江八幡開催 **10.10** SAT 10:00-13:30  
パパの料理入門「おとう飯」  
ママの「家族で家事シェア大作戦」  
材料費1,200円程度(およそ3名分)※オンラインでの参加の場合は不要

パパとママ

近江八幡開催 **11.15** SUN 13:30-16:30  
プロのパティシエから学ぶ！  
親子で楽しむ手作りスイーツ教室  
材料費1,000円程度(およそ3名分)※オンラインでの参加の場合は不要

パパと子ども

食事は家族みんなで食べていただけます！

× **おとう飯**

会場での参加のパパには  
オリジナルまな板  
プレゼント！  
(エプロンから変更になりました)



G-NET  
Shiga

パパの家事・育児応援！！  
親子で楽しい時間を共にする

参加者募集

おとう飯とは

内閣府がスタートさせた、子育て世代の男性の家事・育児の中で料理への参画促進を目的とした取り組みです。

男性が料理をするにあたっては、知識や技術がなくて自分には作れない、栄養バランスや盛り付けなど、技術的、心理的ハードルがあると思われます。そこで、男性の料理参画への第一歩として、簡単で手間をかけず、多少見た目が悪くてもおいしい料理を「おとう飯」と命名しました。

## 参加お申し込み

申し込み締め切り

各回会場での開催の1週間前



### しがネット受付サービスからお申し込み

URL: [https://s-kantan.jp/pref-shiga-u/offer/offerList\\_detail.action?tempSeq=7976](https://s-kantan.jp/pref-shiga-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=7976)

各回ごとのお申し込みとなります(複数回申込可)

### E-mailでのお申し込み

下記内容をご記入の上 [g-net@pref.shiga.lg.jp](mailto:g-net@pref.shiga.lg.jp) まで送信してください。



会場での開催中止の際はメールにて各自にお知らせいたしますので、オンラインでの参加をお願いします。持ち物等については当センターHPでお知らせします。

表題を「しがパパママスクール申込み」とし、本文に

- ①名前(ふりがな) 参加者全員分 ②参加日時(複数回申込み可) ③会場参加、オンライン参加のどちらか ④連絡先  
⑤メールアドレス ⑥無料託児の有無 ※10月10日開催分(託児対象は生後6か月～未就学児) ⑦お住まいの市町

※締め切りは各回開催の1週間前。定員に達してお申し込みをお受けできない場合は連絡させていただきます。

※申込みにあたってお預かりする個人情報は、本講座以外の目的で使用することはありません。

※託児申込みは講座開催一週間前までに要予約(定員15名、生後6か月～未就学児)。小学生以上はパパとの調理に参加可。



和田のりあきさん

各回の内容・持ち物・申込方法などの詳しい情報はこちら→

↓↓↓ HPは随時更新します。受付状況等ご確認ください。

参加の際は必ずご確認ください。

<https://www.pref.shiga.lg.jp/g-net/seminar/307206.html>



石倉和美さん

## しがパパママスクール各講座のご紹介

回	日時	会場	定員	オンライン配信期間	講師
1	8月8日(土) 10:00-12:00	高島市働く女性の家 (高島市今津町今津1640) 軽運動室	15組	8月12日 ▶ 8月18日 (YouTube)	和田のりあきさん (マジックパパ代表)
2	8月22日(土) 14:00-16:00	明日都浜大津ふれあいプラザ (大津市浜大津4丁目1-1) 明日都浜大津 4階 ホール	20組	8月26日 ▶ 9月1日 (YouTube)	和田のりあきさん (マジックパパ代表)
3	10月10日(土) 10:00-13:30	滋賀県立男女共同参画センター (近江八幡市鷹飼町80-4) パパ:調理実習室 ママ:ランチスペース	10組	10月16日 ▶ 10月19日 (YouTube) ママ講座は、会場での開催が中止となった場合のみzoomにて開催 オンラインのみの参加は不可	長瀬裕子さん (管理栄養士) 石倉和美さん (ポジティブトランジション代表)
4	10月24日(土) 10:00-12:00	彦根市男女共同参画センター「ウィズ」 (彦根市平田町670) 軽運動室	10組	10月28日 ▶ 11月3日 (YouTube)	和田のりあきさん (マジックパパ代表)
5	11月15日(日) 13:30-16:30	滋賀県立男女共同参画センター (近江八幡市鷹飼町80-4) 調理実習室(食事はランチスペース)	10組	11月18日 ▶ 11月24日 (YouTube)	川原崎義裕さん (パティスリー ル・クレーヴ オーナーパティシエ)

※オンラインでの参加には定員はありません。

※受付は各回開始30分前からとなります。

※明日都浜大津ふれあいプラザ駐車場は有料(1時間30分は無料)となっております。

### お問い合わせ先

滋賀県立男女共同参画センター“G-NETしが”

TEL 0748-37-3751

E-mail [g-net@pref.shiga.lg.jp](mailto:g-net@pref.shiga.lg.jp)

### オンライン配信について

お申し込みいただいた方に、オンライン配信期間の前日までにメールにてURLを送信します。送付されましたURLにアクセスいただいて受講してください。配信期間を過ぎましたら、受講いただくことができませんのでご注意ください。

# しがパママスクール各講座のご紹介



回	日時	会場	定員	オンライン配信期間	講師
1	8月8日(土) 10:00-12:00	高島市働く女性の家 (高島市今津町今津1640) 軽運動室	15組	8月12日 ▶ 8月18日 (YouTube)	和田のりあきさん (マジックパパ代表)
2	8月22日(土) 14:00-16:00	明日都浜大津ふれあいプラザ (大津市浜大津4丁目1-1) 明日都浜大津 4階 ホール	20組	8月26日 ▶ 9月1日 (YouTube)	和田のりあきさん (マジックパパ代表)
3	10月10日(土) 10:00-13:30	滋賀県立男女共同参画センター (近江八幡市鷹飼町80-4) パパ:調理実習室 ママ:ランチスペース	10組	10月16日 ▶ 10月19日 (YouTube) ママ講座は、会場での開催が中止となつた場合のみzoomにて開催 オンラインのみの参加は不可	長瀬裕子さん (管理栄養士) 石倉和美さん (ポジティブトランジション代表)
4	10月24日(土) 10:00-12:00	彦根市男女共同参画センター「ウイズ」 (彦根市平田町670) 軽運動室	10組	10月28日 ▶ 11月3日 (YouTube)	和田のりあきさん (マジックパパ代表)
5	11月15日(日) 13:30-16:30	滋賀県立男女共同参画センター (近江八幡市鷹飼町80-4) 調理実習室(食事はランチスペース)	10組	11月18日 ▶ 11月24日 (YouTube)	川原崎義裕さん (パティスリー ル・クレーヴ オーナーパティシエ)

子どもの力がぐんぐん伸びる！親子で楽しむふしぎ遊び

高島開催

大津開催

彦根開催

おすすめ絵本大紹介！

かんたん手品大作戦！

わくわくおもちゃ工作！

8.8 SAT  
10:00-12:00

8.22 SAT  
14:00-16:00

10.24 SAT  
10:00-12:00

※内容は1歳～小学校低学年程度が対象となる遊びです。

昨年度参加者全員がアンケートでの  
満足度最高点！

昨年度、受講者の参加満足度最高評価率100%の講師の講座が今年も受講できます。

子どもとの遊びや読み聞かせが、子どもの成長をどう伸ばすのかについてわかりやすくお話しいただきます。また、お子様も大喜びのダイナミックな遊びや楽しい読み聞かせで、親子共に楽しい時間を過ごすことができます。パパ・ママが共に協力し合って育児にかかわることの大切さや、育児の楽しさに気づいていただける講座です。

現在の受付状況

高島会場 現在 受付可  
大津会場 現在 受付可  
彦根会場 現在 受付可



和田のりあき氏

主夫、地域ボランティア、保育園園長、NPO法人ファザーリング・ジャパン関西理事長として合計400回以上の子育て講座、親子レクリエーション活動を行う。「笑ってるパパがええやん！」を合言葉に、楽しく子育てするパパを増やしたいと活動を進めている。『かんさい情報ネットten.』に出演。

親子



子どもの笑顔がいつぱいみられる  
大人も自然と笑顔になれる

今年は県内3会場で開催！

オンラインでも開催します！

親子で楽しい時間を過ごしてください。

持ち物

フェイスタオル(40×80センチくらいの標準的なものをお子様の人数分)・飲み物

昨年の参加者の声

・絵本の読み聞かせの方法や遊びなど家庭で試せそうでも参考になりました。参加してとっても良かったです。  
・子どもに笑顔で関わっていけるよう夫婦で力を合わせて子育てをしていきたいと思えます。  
・笑顔でいることで子どもの機嫌がよかったです。笑顔を増やすことを心がけたいです。  
・タイムリーな情報やそういうことか！など、スツと入ってくるお話ばかりで、楽しかったです。子どもと一緒に遊べて良かったです。

# しがパママスクール各講座のご紹介



託児あり

近江八幡開催  
**10.10** SAT  
10:00-13:30

パパの料理入門「おとう飯」  
ママの「家族で家事シェア大作戦」

材料費1,000円程度(およそ3名分)※オンラインでの参加の場合は不要

パパと  
ママ

現在の受付状況

現在 受付可

## パパの料理入門「おとう飯」

パパの家事参画に向けて、家族のために作る料理入門の講座です。魚のさばき方を学び、家族のために健康的な料理を作ります。家庭で協力して、家事を進めていくためのきっかけとしていただき、もしくは、さらなる上手な家事参画に向けてのステップアップとしてご参加ください。まずは、一緒に魚をさばけるようになりましょう！

### メニュー

- ・アジの焼き物
- ・あら汁
- ・白ご飯
- ・季節野菜を使った料理

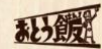
※メニューは変更となることがあります。ご了承ください。

### 長瀬 裕子氏

管理栄養士として、企業、特別養護老人ホーム、保健所、病院に勤務の経験を持ち、現在はフリーの管理栄養士として病院や保健所、福祉施設で様々な年齢層に向けて食と栄養についての指導を行っている。また、調理講座の講師としても活躍。

### おとう飯の心得

- 一つ、手早く
  - 一つ、簡単に
  - 一つ、リーズナブルな食材で
  - 一つ、家の調味料を使う
  - 一つ、後片付けは最後まで
- おとう飯、  
見守ってね、おかあはん



### 持ち物

エプロン・マスク・三角巾・材料費

※材料費:1,200円程度

作った料理は、昼食として別室(当センターランチスペース)にて家族で食べていただけます。

会場でのパパの参加者には  
**おとう飯**  
オリジナルまな板プレゼント!

※エプロンがまな板に変更になりました。



## ママの「家族で家事シェア大作戦」

パパと協力して家事を行おうと思っても、なかなかうまく分担できない。自分だけが家事をしてしまっているということはないでしょうか。パパとママが共に主体性をもって家事・育児に関わっていくことは家族にとって、とても大切なことです。キーワードカードを選んだり、ワークシートに書き込んだことを参加者同士で話したりして、パパと協力しあって、お互いが無理をしない家事・育児の我が家らしいスタイルを見つけましょう。本年度も、人気の講師 石倉氏を招いての講座です。楽しみにしててくださいね。

会場での開催が中止の場合はzoomの参加IDとパスワードをメールでお送りします。



### 石倉 和美氏

ポジティブトランジション代表。フリーランスのキャリアコンサルタントであり、育児後シニアアドバイザー。滋賀マザーズジョブステーション・近江八幡マザーズ就労支援相談の現場責任者としても従事。年間400名ほどの女性のキャリア相談を受けている。一男一女の母。第二子の保活では待機児童を経験。

無料託児申し込みについては次ページをご覧ください。

# しがパパママスクール各講座のご紹介



近江八幡開催

パパと  
子ども

**11.15** SUN  
13:30-16:30

プロのパティシエから学ぶ！  
親子で楽しむ手作りスイーツ教室

材料費1,000円程度(およそ3名分)※オンラインでの参加の場合は不要

男性の家事参画に向けて、まずは調理台に立つことから始めていきます。そのため、今回はお子様とともにスイーツ作りを行います。県内ホテルで調理士、パティシエとしての勤務経験のある講師に、男性の家事参画に向けての調理に関する内容を教えていただけます。また、お子様と一緒に調理を行うことで、家事参画だけでなく育児参画へのきっかけとさせていただきます。

現在の受付状況

**現在 受付可**

メニュー

**現在調整中**  
決定しましたら当ページ  
に掲載します。

川原崎 義裕氏

調理士、パティシエとして県内ホテルのレストランでの勤務経験を持ち、現在はオーナーパティシエとして洋菓子店「パティスリー ル・クレーヴ」を営み、幅広く活動の場を求めて活動されている。

持ち物

エプロン・マスク・三角巾・材料費

※材料費:1,000円程度

作った料理は、別室(当センターラウンチスペース)にて家族で食べていただけます。

会場でのパパの参加者には

**おわり飯**

オリジナルまな板プレゼント!

※エプロンがまな板に変更になりました。



## しがパパママスクール各講座のお申し込み方法



お申し込みはチラシ掲載の「しがネット受付サービス」にてお願いします。

メールでの申し込みの場合 以下の内容をご記入の上  
[g-net@pref.shiga.lg.jp](mailto:g-net@pref.shiga.lg.jp) まで送信してください。

表題を「しがパパママスクール申込み」とし、本文に

- ①名前(ふりかな) 参加者全員分
- ②参加日時(複数回申込み可)
- ③会場参加、オンライン参加のどちらか
- ④連絡先
- ⑤メールアドレス
- ⑥無料託児の有無 ※10月10日開催分(託児対象は生後6か月～未就学児)
- ⑦お住まいの市町

10月10日(土)の無料託児について

託児希望の場合(メールでの申し込みの方)  
表題を「パパママスクール託児」とし、本文に

- ①保護者名
- ②当日の連絡先
- ③託児氏名
- ④託児年月齢

を記入の上

[g-net@pref.shiga.lg.jp](mailto:g-net@pref.shiga.lg.jp)

までお申し込みください。受け付けましたら当センターよりご連絡いたします。

お問い合わせ先

滋賀県立男女共同参画センター“G-NETしが”

TEL 0748-37-3751

## 開催・お申し込みについての Q & A

Q.1 しがネット受付サービス以外の申込方法がありますか。

A. 1 [g-net@pref.shiga.lg.jp](mailto:g-net@pref.shiga.lg.jp) までメールでお申し込みいただけます。前頁参照。

Q.2 会場参加し、オンラインでも参加することができますか。

A. 2 参加できます。

Q.3 オンラインの場合、料理講座の材料はどうやって知るのか。

A.3 HPに材料を掲載するので、必要に応じて受講までに各自ご用意ください。

Q.4 「おとう飯」オリジナルまな板は、オンライン参加でももらえるのか。

A.4 会場でのご参加の方に限ります。また、パパのみのプレゼントとなります。

Q.5 しがネット受付サービスにうまくつながらない。

A.5 機種により不具合が生じることがあります。申し訳ありませんがメールにてお申し込みください。

Q.6 会場での参加を希望していたが、行けなくなったのでオンラインでの参加にしたい。

A. 6 メールにてその旨ご連絡いただき、オンラインでの参加をお願いします。

Q. 7 パパのみ、ママのみの参加も可能か。

A. 7 11月15日の講座はパパとお子様の参加が対象となっておりますのでパパとお子様の参加に限らせていただきます。その他は可能です。

Q. 8 遊びの講座は子どもが小さいが参加が可能か。

A. 一人で歩くことのできないお子様にはできない内容も含まれますが、可能です。できる内容、楽しんでいただく内容もありますので、今後のご家庭での実践に役立つものとなっています。

その他、ご不明な点がありましたら

滋賀県立男女共同参画センター“G-NETしが” 0748-37-3751  
までお問い合わせください。