

さくら 21

2025
令和7・秋
39号



お母さんが笑えば
みんなが笑顔になれる



写真 「のんち先生のベビーマッサージ教室」より

特集

エフロン男子 料理教室

男性の家事・育児促進とした簡単レシピ教室

「エフロン男子」



講師
胃甲 小百合 氏

日時 令和7年7月5日(土)
10:00~12:30
場所 愛宕スポーツコンプレックス
カルチャーセンター調理室
対象 市内在住の男性
小学生低学年は付き添い(1名)

近年、女性の社会進出が加速化する中、男性が家事や育児を自らのこととして捉え、主体的に参画することが重要となっています。

今回の講座では、皆さまからのご要望を受け、年齢制限なしで公募を行いました。その結果、幼児、小学生、中学生から60代まで、非常に幅広い世代の方々にご参加いただきました。

本講座を通じて、男性も女性も、家事や育児に積極的に関わり家族みんなで協力し合うことの大切さを感じていただける機会になれば幸いです。



普段チャーハンや卵料理をしています。

じつひら いっしん君
中学1年生



イエーガー そうし君
小学4年生

日曜の朝、お父さんと二人で朝ごはんを作ります。
卵料理が好きでスクランブルエッグやホットケーキを作ります。
今回の講座もすべ行きたいと申し込みました。
現在卵料理を研究中です。



メニュー
ドライカレー
(ソーメン)
ふいふいかつサラダ
ラッシー

日頃からお手伝いをしているそうめんも上手に使うことができ、切りつて何時間もくらの大きさをいーと聞きながら切っていました。

つづき はるま君
小学4年生



みじん切り 千切り、夢中!



元君は四歳で、なんでもやりたい時期。たまに手伝いたいというけれど、十一か月の妹もいて心の余裕もなく毎日過ごしています。家族4人で参加しました。



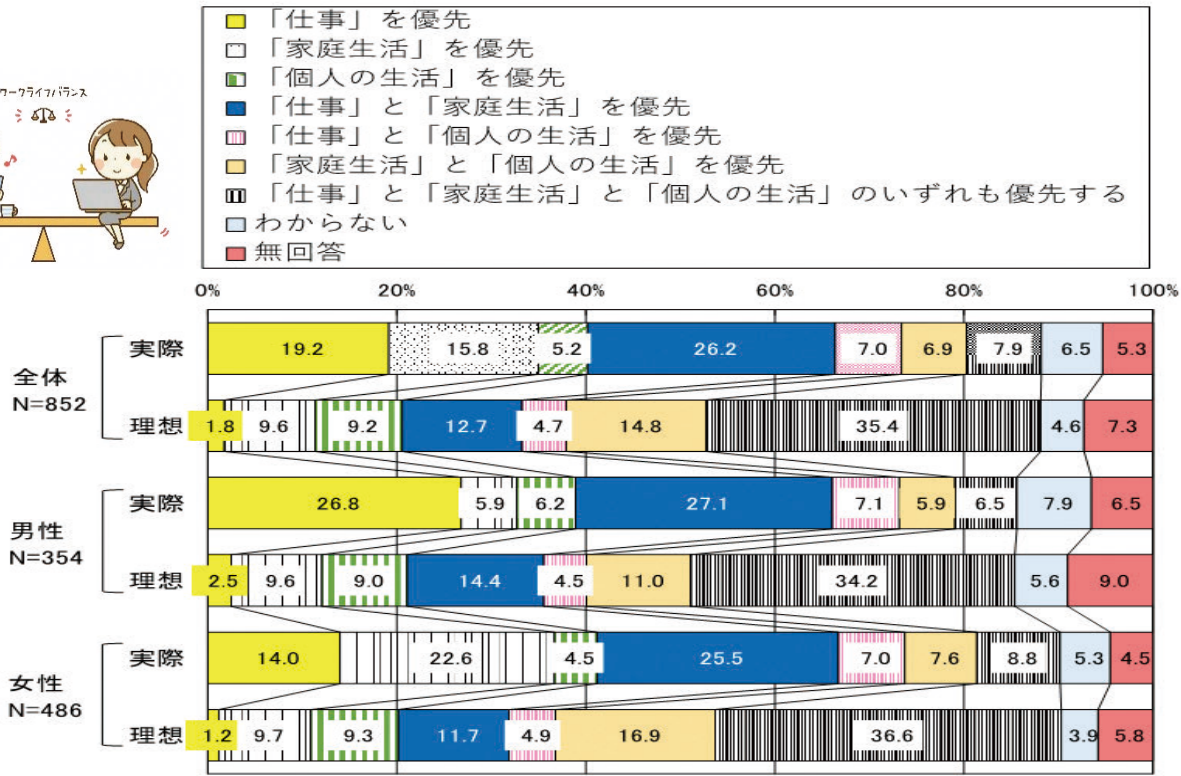
- ・ みじん切りでチョッパーを使ったり、サラダをシェイクで作ったりするのは子どもが楽しんでやれるのでよいと思います。楽しかったです。
- ・ もっと家で料理をしてみたくくなりました。お母さんの料理よりもっと上手に作りたいです。
- ・ 募集人数が程よい人数でした。小学生の参加者が多いことに驚き感心しました。
- ・ ドライカレーという、家ではつくったことがない料理を体験でき楽しかったです。
- ・ ドライカレーをそうめんにかけて食べるという発想は新しいものでした。今日教えていただいた料理のポイントを活用し、自宅でも少しずつ料理づくりに挑戦したいと思います。（アンケート結果より）



- 🍴 プンブンチョッパーがとても楽しい様子。実食の時に美味しそうに食べていて、「家では全然食べないのに今日は本当によく食べていました。（4歳の男子お母さん）」
- 🍴 日頃からお手伝いをしているそうで、包丁も上手に使い、きゅうりを切る際もお母さんに、「小口切りって何？いつものくらいの大きさでいい？」と聞きながら切っていました。（小4男子お母さん）」
- 🍴 嫌いな野菜を聞くと、「オニオン」と。でも今日は大丈夫、食べる！と意気込みを聞かせてくれました。上手にフライパンを使っていましたが、家では卵料理しかまだしたことがなかったそうです。（小4男子お母さん）」
（会場インタビューより）
- 🍴 男の子3人のテーブルで、色んな作業を順番に交代し合いながら協力して作っていたのが微笑ましかったです。

ワーク・ライフ・バランスに関する
岩国市民の意識はどうなっているでしょう
（令和4年8月市民意識調査結果）

「仕事」「家庭生活」「個人の生活」の優先度（実際と理想）



資料：市民意識調査結果

※全体の基数（N）には属性不明者も含まれるため、内訳の基数の合計とは必ずしも一致しない（以下同じ）。



親子で一緒に 笑って楽しむ

クスッと笑えるベビーマッサージ教室



のんち先生

こと
松前希香さん

最近、ベビーマッサージ教室(ベビマ)が人気ですね。
ベビーマッサージというと、静かな空気感で、音楽を聴きながらと想像していましたが、今回取材させていただいた、のんち先生こと松前希香さんの教室は、少しクセ強な、クスッと笑えるベビマ教室です。楽しさを追求し替え歌を作ったり、小物作りをしたり、日常からアイデアをキャッチして常に進化。元保育士であり、和楽器やパーカッションなど多彩な経験とご自身の子育てを活かし、のんち先生特有の、楽しい教室です。

親子で一緒に 笑って楽しむ



「うちのパン」

パン講師の高田めぐみ
さんと一緒にレッスンし
ています



感触遊び



絵本読み聞かせ(のんち先生)



池田美里さん
田中里沙さん



職場の同期で仲良くなり、お互い3人の子育てをされている

池田美里さんと依桜ちゃん(5か月)

田中里沙さんと細衣ちゃん(6か月)

の、仲良し親子のレッスンにお邪魔させていただきました。

ベビマで、子どもと触れ合い、
自分自身も癒され、そして上の子ども達にも
優しくできる、そんな場になっています。

特に先生の人柄は最高です。

部屋に入った途端、取材陣の多さに圧倒されたのか、泣き出した依桜ちゃん。そんな中、のんち先生が独特の口調で二人に話しかけ、ベビーマッサージが始まりました。すると、泣いていた依桜ちゃんは、またたくまに笑顔。次々に繰り出すオリジナルや即興の歌でお母さん方のはちきれんばかりの笑顔も加わり、楽しい雰囲気。魔法をかけられたかのようでした。楽しく会話をし、終始みんなで笑って、歌って、作って、ふれあって、五感をフル活用したユニークなレッスンで、育児がもっと愛おしくなるような、いやしのひとときでした。

いろんな経験をして育てたら赤ちゃんの五感も育つし、良いと思います。

お母さんが孤独になりがちで大変な時期を支え、またその後の成長にも寄り添ってみたいです。

お母さんには笑ってもらうのが一番です。

家族の協力も得ながら模索中ですが、たくさんの方との縁をいただき、みなさんに助けられ、感謝しながら日々頑張っています。



Instagram





『とも家事』とは
みんなで家事を考えシェアすること

参加
無料

託児
有

※事前予約制

男女共同参画
推進イベント
令和7年度

抽選で
とも家事グッズ
プレゼント！
料理 洗濯 掃除
各おススメグッズ！

トークイベント

みんなで！

仕事も 家事も 子育ても?!
暮らしに“ゆとり”はつくれるか?!

ゲストトーク
×
実践ヒント!

とも家事大作戦!



第1幕
13:20~14:10

2025 11.22 SAT 13:00-16:30
開場/12:30 予約不要

〈会場〉岩国市民文化会館 小ホール
岩国市山手町1丁目15-3 / 駐車場: 岩国市役所(駐車券持参で無料)

わが家にちょうどいい時短家事 とも家事入門

便利ツールとコミュニケーションで、家族のチーム力UP!
わが家にちょうどいい家事を一緒に考えましょう。

とも家事あるある?!

- ✓「やったつもり」が「やり直される」問題
 - ✓あなたの家事は自己流鬼ハードモード?!
 - ✓「完璧にやる」じゃなく「うまくやる」が鍵
 - ✓とも家事で「時間がない」を解消!
- すぐ実践できる「とも家事」を楽しみながら学びましょう!



講師
時短家事コーディネーター
認定講師
柴田さちこ氏
profile
(一社)ワークライフインテグレーション
協会理事/整理収納アドバイザー
1級/インテリアコーディネーター
和木町在住/3児の母でありワーキングマザーとして頑張らなくても
無敵に暮らせるメソッドを
多くの方へ伝えている。

小さなお子さん
同伴もOK!
会場内にキッズスペースも
あるよ!

オネーピング 13:00~

市民活動団体
Gclef

誰もが楽しめる♪音楽を通じて
子供たちの未来を応援する、
市民活動団体によるステージ

<https://g-clef-music.com/>

第2幕
14:20~15:20

講師とゲストパネラーによる トークセッション

— わたしの「とも家事」事情 —

岩国市で様々な分野で活躍するパネラーと講師が自らのとも家事の取組などについてリアルなトークを展開! 参加者からの、お悩みにも答えていきます!

パネラー



鳥辺裕香
岩国「ログラミング
クラブ」代表



谷光純弥
無料自習塾
Class.comu
塾長



原充世
岩国くらす隊
未来係

MC



篠原 海 MC
ラジオ「おバ〜ソナリティ」
出演・エフエム山口
子育て応援番組
[madapana]
FM山陽小野田等

13:00~16:30

体験コーナー

「絵本の選び方・読み聞かせ」(家事に関するおもしろ絵本の紹介等)や、とも家事が加速する?!

「ときめく洗濯物のたたみ方」ワークショップも開催。また、3歳からできる「プログラミング」体験も。

その他、クイズラリー、パネル展など、ご家族で楽しめる企画をご用意してお待ちしております。

■主催: 「男女共同参画推進イベント」実行委員会
岩国市・(公財)山口きらめき財団
■後援: 山口県・和木町
■問合せ先: 公益財団法人山口きらめき財団
TEL: 083-929-3600 メール: info@y-kirameki.or.jp



託児・予約

お申込み

- 定員: 5名 先着順
- 対象: 0歳~未就学児
- 申込期限: 11/7(金)



※予約制、定員に達し次第締め切り

男性の家事育児促進講座「エプロン男子」では、ご参加いただいた皆様から「もっと家事に参加したい」という
思いが伝わりました。これからも楽しく積極的に関わっていただけることと期待しております。

編集委員 塚本 胃甲 村上 岸井