



男女
共同
参画

千葉市男女共同参画センター

令和7年度 千葉市男女共同参画センター主催事業

家庭における参画講座

LEARNING

お子さんの成長にも欠かせないたんぱく質、
ちやんととれていますか？
すでに料理に積極的なお父さんも、
そうでないお父さんも、
栄養バランスを考えながら日々の食事を
準備できるようにしましょう！
お子さんと一緒に、
考えることができる料理教室です。



材料費
1.000円
消費税込み



高たんぱく料理

令和8年

2/1

日

10:00 -
12:00

メニュー
・キーマカレー
・ナン
(粉から作るよ)



会場

蘇我コミュニティセンター

ハーモニープラザ分館 2階 料理実習室

(千葉市中央区千葉寺町1208-2 千葉市ハーモニープラザA棟)

対象

父親と子ども (小学生 4年生～6年生、市内在住・在勤・在学の方)

定員

10組 (事前申込・抽選)

参加費

1,000円

持ち物

**エプロン・布巾・三角巾・
手拭きタオル・飲み物 / 包丁持参可**

申込方法

**メール・申込フォーム・電話・窓口より
お申し込みください。**

※申込受付期間 12月2日(火)～1月13日(火)

※締切後、当落を通知します。



[講師]

男の家事教室・カジオス®代表

おのうえ もとひこ

尾上 元彦 さん



千葉市男女共同参画センター
<https://www.chp.or.jp/danjo/>

[主催] 千葉市男女共同参画センター

(指定管理者:公益財団法人千葉市文化振興財団)

(TEL 043-209-8771 月曜・祝日・年末年始休館)

※都合により変更もしくは中止となる場合があります。



男の家事教室・カジオス® 代表
おのうえ もとひこ
尾上 元彦 さん

講師 PROFILE

男の家事教室・カジオス® を主宰。料理や掃除の家事を手段として使い、男女共同参画、健康寿命延伸など少子高齢の問題解決、ジェンダー平等やウェルビーイングの実現に取り組む。男性目線も取り入れながら、楽しく解りやすい講座として開催している。

申込方法

メール・申込フォーム・電話・窓口 のいずれかで以下の項目をお申し出ください。

①「高たんぱく料理」参加希望

②氏名(ふりがな)

③区名(市内在勤・在学の方はその旨を記載)

④年齢

⑤電話番号

⑥お子さんの氏名(ふりがな)、年齢(申込フォームの場合は備考欄にご記入をお願いします)

事前申込
・
抽選

申込受付期間
12月2日(火)
↓
1月13日(火)

こちらの講座(イベント)の参加者を対象に一時保育を実施します。ご希望の方は申込の際にお申し出ください。

〈対象年齢〉 1歳6か月以上就学前児まで

*一時保育希望の方には、別途記入書類及び持ち物などをお知らせします。

申込先

メールアドレス **sankaku@f-cp.jp**

(受付確認メールをお送りします。sankaku@f-cp.jpからのメールが受信できるようあらかじめ設定してください)

申込フォーム **千葉県男女共同参画センター 講座申し込みフォーム**



電話 **043-209-8771** (申込受付時間 9:00~17:00 月曜・祝日・年末年始休館)

窓口 **千葉県男女共同参画センター 1F 総合受付(情報資料センター内)**
(千葉県中央区千葉寺町1208-2 千葉県ハーモニープラザ A棟)



〔主 催〕 **千葉県男女共同参画センター**
(指定管理者:公益財団法人千葉県文化振興財団)
ホームページ <https://www.chp.or.jp/danjo/>



HP



X