

平成30年度 男性の働き方見直し講座

# オトコの家事・介護

～知ってよかった「キホンのキ」～

高齢化が進む現在、突発的に親や配偶者の介護に直面するかもしれません。今のうちから介護や家事の知識を身につけ、仕事と家庭の両立や自分自身のライフプランについて考えてみませんか？

第1回

12/ 1 (土)

13:00～16:30

パーティ  
研修室302

「知ってトクする！介護の基本と  
ワーク・ライフ・バランス」

講師：明治安田システム・テクノロジー株式会社  
介護の広場事業部門 介護相談員

蔵本 孝治 氏

「介護体験」

講師：日本赤十字社栃木県支部 健康生活指導員

- ・ベッドから車椅子への移動や  
起き上がりの介助等



第2回

12/ 8 (土)

10:00～14:00

パーティ  
調理実習室

「手軽で簡単、男の手料理！  
パパッとキッチン」

講師：I F C調理師専門学校 副校長 福田 信夫 氏

- ・通常食と介護食の調理実習  
※料理初心者の方も大歓迎です！



定員 30 名程度(先着順)

申込締切

11/17 (土)  
※保育の申込締切も同日

参加費 材料費 500円

対象 近い将来介護を担うことが見込まれる世代の男性

保育  
あり

1回200円/1人

全2回  
どちらかでも可

【お申込み・お問合せはコチラ】

とちぎ男女共同参画センター 事業推進課 (パーティ内)  
〒320-0071 宇都宮市野沢町 4-1  
TEL: 028-665-8323 FAX: 028-665-8325  
お問い合わせ日時: 9時～17時 火曜～土曜日(国民の祝日は除く)  
ホームページ URL: <http://www.parti.jp/>

携帯電話から  
お申込みは  
こちらから→

