

今日から始める！

二人でつくる夫婦のゆとり

～がんばりすぎない家事シェア～

「家事シェアといっても、何をどうすればいいの？」
家事に関する苦手意識、夫婦間の温度差やストレスを和らげ、無理なくシェアできる仕組みについて、「家族と自分が快適に暮らす」をモットーに活動している森島先生と、一緒に楽しく考えてみませんか。

日時：令和8年9月5日 土 13:30～15:30

場 所：山口市男女共同参画センター
(山口市中央2丁目5-1 市民会館事務所 2F)

参加費：無料

対 象：関心のある方ならどなたでも

定 員：30人

※オンライン(Zoom)でも参加できます



講師：森島 孝 氏

profile

NPO 法人ファザーリングジャパン九州代表理事。
大学卒業後、会社勤めを経験したのち、より家族の時間、自分の時間を優先させるために独立し、合同会社 Life labo を設立。父親の家事育児参画、働き方改革を支援する「NPO 法人ファザーリングジャパン九州」、「NPO 法人ママワーク研究所」、「孤立させない場所づくり」「認定 NPO 法人アクションタウンラボ」等、様々な NPO 運営にも携わる。



次回は、楽しく家事スキルが学べる
親子料理教室を10月に開催予定
です。



申込方法：電話・メールにて、氏名・住所・電話番号をお知らせください。

申込・お問合せ先：NPO 法人山口市男女共同参画ネットワーク

*電話 090-7592-6648

*メールアドレス djksnet0401@gmail.com

申込締切：2026年8月28日(金)



こちらからも申し込めます