

# 【実施報告書】ダイバーシティ推進 育児・家事支援セミナー2023

【開催日時】 2024年3月14日(木) 18:30~20:00

【開催場所】 オンライン (Zoom ウェビナー)

【参加者数】 53名

【プログラム】 テーマ：『毎日にゆとりを生み出す「時短家事の法則」

～家事ストレスから解放されるヒント～

講師：知的家事プロデューサー 本間 朝子 (ほんま あさこ) 氏

18:30~19:45 講演

19:45~20:00 質疑応答

男女がともに仕事と生活の調和を図るという意識を醸成することを目的に、ダイバーシティ推進育児・家事支援セミナーをオンライン (Zoom ウェビナー) で開催しました。

【広報チラシ】

【記録写真】

2018-2023 文部科学省 科学技術人材育成費補助事業「ダイバーシティ推進環境実現イニシアティブ」(準官型)

**仕事と生活の調和に向けて**

徳島大学ダイバーシティ推進  
育児・家事支援セミナー2023

2024年3月14日 [木] オンライン開催  
Zoomウェビナー  
(期間限定/オンデマンド配信)

18:30-20:00

毎日にゆとりを生み出す「時短家事の法則」  
～家事ストレスから解放されるヒント～

参加費 無料・事前申込制

参加対象 四国ダイバーシティ推進委員会  
四国女性研究者顕彰ネットワーク会議  
全国ダイバーシティネットワーク協議会  
参加機関の教職員・学生・大学院生ほか

講師 本間 朝子 (ほんま あさこ) 氏  
知的家事プロデューサー

【趣旨】  
忙しくて家事がまわらない、しかし、若い人には頼りたくない、もう少し時間をあれば・・・簡単に家事ができれば、もっと余裕があるはずなのに、どうしてか？と不安定な家事の時間ばかりを過ごす。講座では、「理想の軌跡」「階段登壇のコツ」「家事シェア」など、家事をラクにこなすコツを順次紹介していきます。知的家事で家事のムダを無くし、ゆとりある暮らしを手に入れませんか？

【ご期待】  
不動産会社の企画営業、フードランニング会社のフードレタラーを経て働く、自身が仕事と家事の両方に苦しい経験から、時間と無駄の力を強く家事シェア(知家事)を専業、「目標がない」「家事が大量」と働く専業主婦の悩みを解決している、NHK「あさイチ」や日本テレビ「ヒルナンデス!」などのテレビ「クローズアップ」EBS!「ヒルナンデス」ほか雑誌・新聞でも活躍中  
著書：『1人でやる家事の手順を半端なく分解せよ!』『60歳からの頼れない家事』(ともに、青春出版社)『ママ家事』『大掃除講座』『ママ家事の詰る生活』『キッチン・リメイク』など全17冊、オンライン上で仲間と交流会場の前から、楽しく家事をするコミュニティ(家事100%ラボ)を運営している。

前着順・お問合せ先  
徳島大学AAサポートセンター  
E-mail: aa@tokushima-u.ac.jp  
TEL: 087-237-2320  
URL: https://www.aaspo.tokushima-u.ac.jp

申込方法  
申し込みは下記QRコードよりお申し込みください。  
申込期間: 3月12日(火)まで  
お申し込み  
https://forms.office.com/r/oaW7L1U50Y

QRコード

