

男女がともに仕事と生活の  
調和を図るために



# 徳島大学ダイバーシティ推進 育児・家事支援セミナー2022

2022.11.22 [火]

18:30-20:00

オンライン開催  
Zoomウェビナー

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  
四国女性研究者活躍推進ネットワーク会議  
全国ダイバーシティネットワーク組織  
参画機関の教職員・学生・大学院生ほか

仕事と生活の両立 ~みんなで学び考える育児・家事~  
いまずぐ頭が整理される、システム時短料理術



講師

タウチ

田内 しょうこ 氏

料理家・ライター



田内しょうこ氏著書

### 【ご略歴】

神戸出身。米カリフォルニア州の女子大Mills Collegeを卒業後、出版社に勤務。制作部、広告部、雑誌「PEN」編集部を経て、2009年にフリーの料理家に。働くママのための「シンプルで美味しい時短子どもごはん」がライフワーク。著書『働くおうちの親子ごはん』（英治出版）『時短料理のきほん』『サキドリ』（共に草思社）など。時間価値を上げるキッチン仕事のまわり方、QOLと健康を上げるためのシステム料理を指南する。企業や自治体でのセミナーの実績多数。雑誌やウェブなどメディアでレシピや生活・子育てについてのエッセイも発表している。

### 【要旨】

自治体や企業、子育て世代に向けてのセミナーを多く開催する料理家が

- 時間価値を上げるサキドリ料理の基本
- QOLと健康を上げる時短料理のパターンづくり
- ワーキングペアレンツのための料理・家事のシェアのシステムづくり

などをチャート・図式を使いながらお伝えします。頭の中が整理され、明日からの暮らしが楽になります。



■主催・お問合せ先  
徳島大学AWAサポートセンター  
E-mail : [awa@tokushima-u.ac.jp](mailto:awa@tokushima-u.ac.jp)  
TEL : 088-633-7538  
URL : <https://www.awasapo.tokushima-u.ac.jp>

申込  
方法

■下記URLまたはQRコード  
よりお申し込みください。  
申込締切 | 11月21日 (月)  
お申込URL  
<https://forms.office.com/r/DxCOBAsA7y>

QRコード

