

全2回  
参加無料

家族のために、学ぼう。

ZENさんと親子で学ぶ

# 家事・育児・料理

## 男子セミナー



【司会】  
AABのアナウンサー  
高橋 正和 氏

【講師】  
先輩パパ代表  
ZEN さん

笑顔でいる未来へ。

女性社会進出が進む昨今、  
男性の家事・育児参加が  
家族みんなの幸せへの  
大きなチカラになっています。  
「先輩パパ」ZENさんに学び  
ながら、家事・育児について  
一緒に考えてみましょう。

家族みんなの  
笑顔のために!



家族のために  
僕らができる事  
実はいっぱい  
あるんです。

各回定員 10 組様  
【計20名】  
父子(またはその家族)でのご参加

第1回

2024

9|22 日

10:00~12:00

●会場:湯沢グランドホテル

ZENさんと親子で学ぶ

家事・育児男子

トークセッション & 親子工作ワークショップ

第1部 先輩パパ ZENさん×現役育児中パパ 高橋アナのトークセッション  
第2部 親子ではんこ作り教室 × 参加者同士の情報交換・交流の場

第2回

2024

10|14 祝月

11:00~13:00

●会場:Orbray [TRAD]

続・ZENさんと親子で学ぶ

料理・家事男子

技術と意欲向上セミナー & ワークショップ

第1部 ZENさん×高橋アナの「料理・家事男子」トークセッション  
第2部 ZENさんの親子料理教室×参加者同士の情報交換・交流の場

## 家族で取り組む家事・育児支援セミナー〈全2回〉

男性の家事や育児に対する参加意識を高め、家庭内での家事・育児に対する理解を深めるためのセミナーを開催します。全2回にわたり、家事・育児の考え方や悩みについてのトークセッションの他、親子で楽しみながら挑戦できるワークショップや料理教室を実施します。ぜひ親子でご参加ください。



講師



プライベートでは2人の子共を育てた先輩お父さん。

ローカルタレント  
ZENさん

秋田出身のローカルタレント。秋田のメディアでMCとして活躍中。本業は家業の「印舗店主」。料理上手な一面も！

司会



育児の真っ最中  
子育て中の現役お父さん。

AABのアナウンサー  
高橋 正和氏

1980年生まれのアAB秋田朝日放送アナウンサー。フルタイムで働きながらパート勤務の妻と家庭を切り盛りしながら子育て中。

第1回

2024

9/22日

10:00~12:00

会場:湯沢グランドホテル  
湯沢市材木町1丁目1-1

定員 10 組様  
(計20名)



ZENさんと親子で学ぶ

家事・育児体験談

悩み・考え方

親子はんこ作り教室

交流の場

### 家事・育児男子

## トークセッション & 親子工作ワークショップ

第1部 先輩パパ ZENさん×現役育児中パパ 高橋アナのトークセッション  
第2部 親子ではんこ作り教室 × 参加者同士の情報交換・交流の場

対象者

湯沢市内在住・在勤の親子(父・子)、またはその家族。

- 父子以外の、その他のご家族のご参加も可能です。(例:母親、祖父、叔父など)
- 小さいお子さまとご参加の場合は、申込時に「保育士による託児」を希望することができ、ゆっくりセミナーにご参加いただけます。

申込締切 令和6年 9月15日(日) ※申込方法は下記に記載

パパ友ができた!



はんこ屋ZENさんの  
はんこ作り教室

第2回

2024

10/14祝月

11:00~13:00

会場:Orbray [TRAD]  
湯沢市岩崎字狐崎8-29

定員 10 組様  
(計20名)



続・ZENさんと親子で学ぶ

料理・家事体験談

簡単レシピ公開

親子料理教室

交流の場

### 料理・家事男子

## 技術と意欲向上セミナー & ワークショップ

第1部 ZENさん×高橋アナの「料理・家事男子」トークセッション  
第2部 ZENさんの親子料理教室×参加者同士の情報交換・交流の場

対象者

湯沢市内在住・在勤の親子(父・子)、またはその家族。

- 父子以外の、その他のご家族のご参加も可能です。(例:母親、祖父、叔父など)
- 小さいお子さまとご参加の場合は、申込時に「保育士による託児」を希望することができ、ゆっくりセミナーにご参加いただけます。

申込締切 令和6年 10月7日(月) ※申込方法は下記に記載

家事負担を等分!



親子でできる  
簡単ごはん挑戦!

■ お申込み方法 お申し込みは、下記二次元コードから参加希望のセミナー開催日をご選択の上、フォームにご入力ください。

申込締切

第1回/令和6年9月15日(日) 第2回/令和6年10月7日(月)

- ※2回ともご参加を希望される方は、必ず両方を選択ください。
- ※お申し込みは先着順となります。

9月1日(日) 申込スタート

[第1回]  
9月22日申込



[第2回]  
10月14日申込



- 申込先:秋田朝日放送株式会社(地域女性活躍推進事業企画運営業務受託者)
- 個人情報の取扱いについて:ご応募いただいた方の個人情報は適切に管理し、各種ご連絡・ご案内に利用させていただきます。