

# 男の生き方セミナー

## <講師からのメッセージ>

男たちはこれまで、「男らしさ」という上着を身にまとって、仕事中心、会社中心の生き方のなかで一生懸命がんばってきました。でも、もうそんなにがんばらなくてもいいのではないのでしょうか。

会社や家庭や地域社会などあらゆる場所で、これまでの常識や枠組みが通用しないような、新しい時代が始まろうとしています。このあたりで、今までの行き方を振り返り、暮らしに足をつけた「これからの自分さがし」について一緒に考えてみませんか？ From 吉田清彦



# 力を抜いて生きようよ!

回	日時	テーマ	開催場所
1	9/25(土) 13時半～16時	「男らしさ」から「自分らしさ」へ ① ～会社人間から生活人間になろう～	エセナおおた1階 研修コーナー
2	10/9(土) 13時半～15時半	「男らしさ」から「自分らしさ」へ ② ～コミュニケーション上手になろう～	
3	10/23(土) 13時半～15時半	「男らしさ」から「自分らしさ」へ ③ ～家族と生きる、地域で生きる～	
4	10/31(日) 13時半～16時半	家事としての料理の達人になろう ① ～切り方上手編:包丁の持ち方、切り方のコツを学ぶ～	おおた文化の森 調理室
5	11/20(土) 13時半～16時半	家事としての料理の達人になろう ② ～味付け上手編:だしのとり方、煮物のコツを学ぶ～	

★講師:吉田清彦(フリーライター・家事としての男の手料理研究家)  
土埴内昭雄(ニッセイ基礎研究員)

- 対象:原則全回出席できる男性
- 定員:20名程度
- 費用:調理実習費として2000円
- 保育:1歳以上未就学児を対象10名まで。  
ただし、保育料として一人2500円が必要
- 応募方法:往復はがき、電話、E-Mail、FAXに  
①セミナー名②名前③住所④電話番号⑤年齢を記入
- 応募締切り:9月10日(金)

●主催、申込先●  
〒143-0016 大田区大森北4-16-4 エセナおおた  
電話:03-3766-6587 FAX:03-5764-0604  
E-MAIL:esenaota@yahoo.co.jp

大田区立男女平等推進センター  
区民自主運営委員会