

# トモシヨク(共食)のススメ

## ～働く人が、働きながら トモに食事ができる世の中を～

働き方改革関連法案により、労働基準法が改正され、労働時間の上限規制が設けられました。大事なことは、「なぜ長時間労働を削減するのか」の理由。個人が自由に使える時間があることが大切で、特に夕食を家族や友人などとトモに食事をする機会が勤務後にある暮らしは、豊かな人生につながり、結果的に仕事の生産性も上げていくのではないのでしょうか。本講演会では、仕事のために暮らしを変えるのではなく、楽しく食卓を囲むために、働き方を変える。そんな生き方改革について、参加者の皆さんと共に考えたいと思います。

## 講演 滝村 雅晴 氏

パパ料理研究家

(株)ビストロパパ代表取締役

NPOファザーリング・ジャパン

トモシヨクProjectリーダー

農林水産省食育推進会議専門委員

大正大学客員教授 他

出演等：NHK「あさイチ特集『料理シェア』」

きょうの料理、読売新聞「すてきLIFE」等

新聞連載：日経新聞「できる男カジダンへの道」等

主な著書：「ママと子どもに作ってあげたい パパごはん」等

料理を通して、男性の家事参画を広める、日本で唯一のパパ料理研究家



**11/5** (火) **16:20-17:40**

@**地域イノベーションホール**  
(地域イノベーション研究開発拠点 C棟3F)

▼下記メールアドレスへ事前申込をお願いします  
【締切：11/1 (金)】

お申込先：[danjo@ab.mie-u.ac.jp](mailto:danjo@ab.mie-u.ac.jp)

Tel:059-231-9830

三重大大学 男女共同参画推進室

