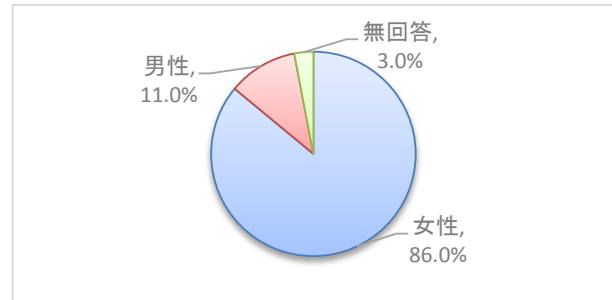


**狛江市男女共同参画推進フォーラム**  
**「ママ、パパ、すべての方必見 コウケンテツさんの『ごはんてつくる家族の絆』」**  
**料理研究家 コウケンテツさん**

\* 開催日時:平成31年1月20日(日)午後1時30分～午後3時30分  
 \* 来場者:130名(うち未就学児10名)  
 \* アンケート回答数:100名(回収率83%)

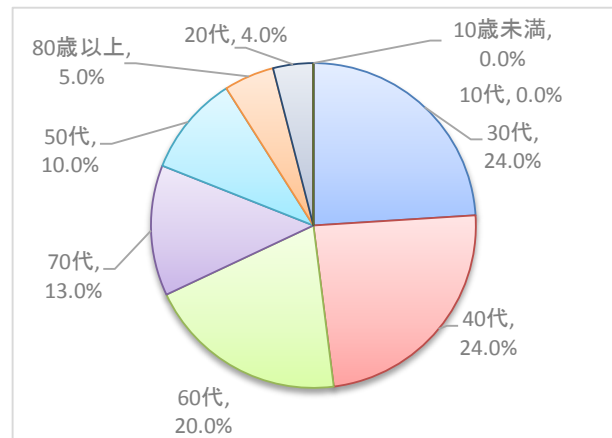
## 1. あなたの性別をお答えください。

項目	回答数	パーセント
女性	86	86.0%
男性	11	11.0%
無回答	3	3.0%



## 2. あなたの年齢をお答えください。

項目	回答数	パーセント
10歳未満	0	0.0%
10代	0	0.0%
20代	4	4.0%
30代	24	24.0%
40代	24	24.0%
50代	10	10.0%
60代	20	20.0%
70代	13	13.0%
80歳以上	5	5.0%

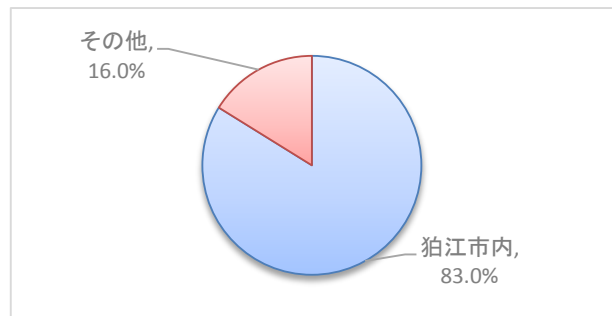


## 3. あなたのお住まいの地域はどちらですか。

項目	回答数	パーセント
狛江市内	83	83.0%
その他	16	16.0%

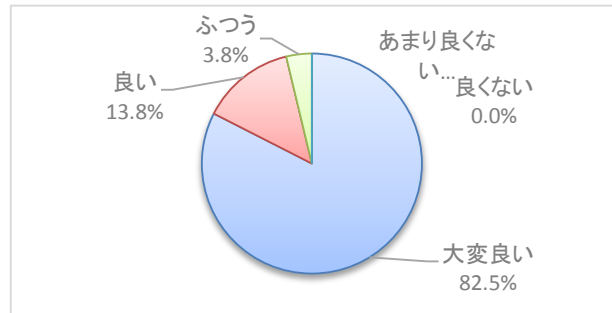
## ■「その他」の記載内容

調布市2人、世田谷区4人、川崎市2人、  
 稲城市2人、渋谷区2人、町田市、三鷹市、  
 横浜市



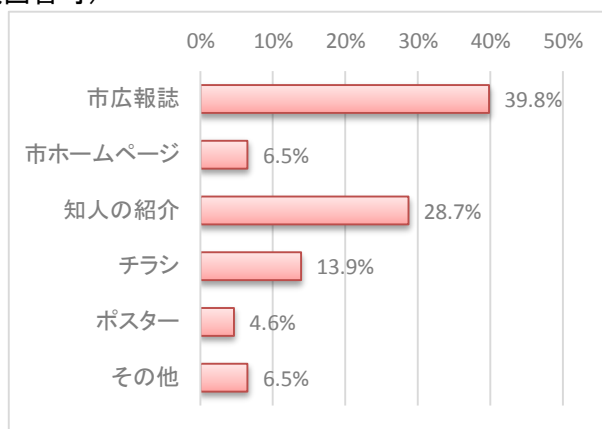
## 4. このフォーラムについての感想をお聞かせください。

項目	回答数	パーセント
大変良い	66	82.5%
良い	11	13.8%
ふつう	3	3.8%
あまり良くない	0	0.0%
良くない	0	0.0%



5. このフォーラムをどちらでお知りになりましたか。(複数回答可)

項目	回答数	パーセント
市広報誌	43	39.8%
市ホームページ	7	6.5%
知人の紹介	31	28.7%
チラシ	15	13.9%
ポスター	5	4.6%
その他	7	6.5%



■「チラシ」の場所

自宅、たんぽぽ、回覧版3人、市役所、三島保育園のそば、図書館、保育園、駄倉地区センター、岩戸地域センター

■「ポスター」の場所

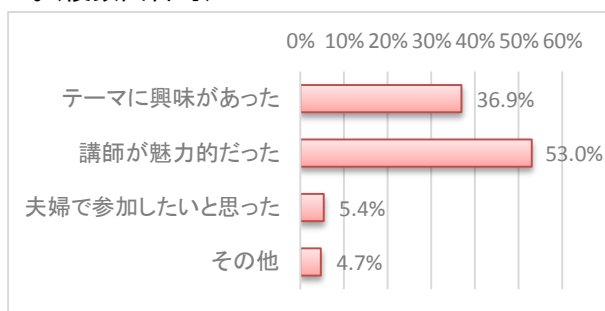
サミット喜多見駅前2人、公園、中和泉、近所の掲示板

■「その他」の記載内容

市Twitter2人、市Facebook、回覧版2人、当日図書館の入口のポスターを見て、家族から

6. このフォーラムに来場しようと思ったきっかけは何ですか。(複数回答可)

項目	回答数	パーセント
テーマに興味があった	55	36.9%
講師が魅力的だった	79	53.0%
夫婦で参加したいと思った	8	5.4%
その他	7	4.7%

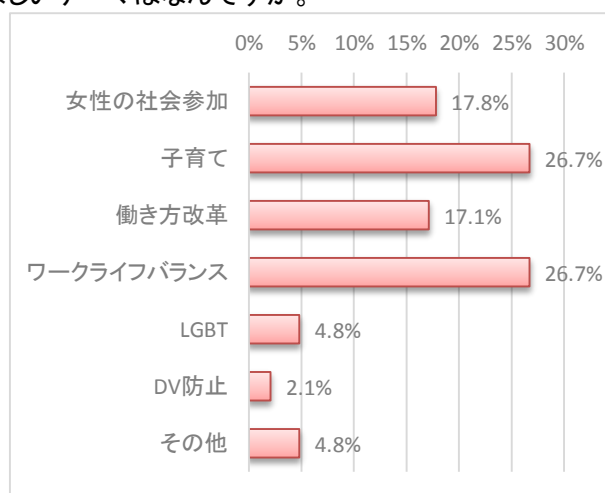


■「その他」の記載内容

- ・手話通訳があった
- ・知人にさそわれて
- ・子どもに話してあげたくて
- ・家族の持病や年齢に合わせて、献立を考えるのが難しく、何かよいアドバイスやヒントがうかがいたいと思いました。
- ・手話通訳・文字通訳がついているから
- ・子供に手伝いをしてもらう方法を知りたかった。
- ・友人が声をかけてくれた為。

7. 次回の男女共同参画推進フォーラムにて、実施してほしいテーマはなんですか。

項目	回答数	パーセント
女性の社会参加	26	17.8%
子育て	39	26.7%
働き方改革	25	17.1%
ワークライフバランス	39	26.7%
LGBT	7	4.8%
DV防止	3	2.1%
その他	7	4.8%



■「その他」の記載内容

- ・介護への社会参加
- ・老後の暮らし、生きがい
- ・ADHD、今回のような食と家族、健康についてのこと(自然食、病院食、幼児食のこと)
- ・子育て中・後の復職・社会復帰について、介護
- ・老若共同？老人となった今、若い人の中にはいつ時には話を聞いてみたい。
- ・介護

8. 講演を聴いて、ご家庭における男女共同参画について感じられたことはありましたか。一言でご記入ください。

- ・家事と料理は義務ではない事(ハードルを下げて…)を妻に伝えよう。
- ・思いつきで発せず、前もって夫婦で話し合う事が大切だと思いました。
- ・男女不平等とはいいますが、自分が幸せを感じていればそういうふうには思わない。社会や会社、政治、他人などのせいになくなるなあと思います。パリマダムがサンシャインがコレでしょうね。
- ・相手に感謝、相手をもとめる
- ・日本はまだ男女平等がおくれていると実感しました。
- ・今まで頑張りすぎに気付いた。
- ・日本の現状を変えていかないと。
- ・気が楽になりました。
- ・協力するという事でしょうか…。
- ・共感する部分が多くとてもおもしろかったです。
- ・偏った考え方を改めることが出来る人が増えればよい。
- ・家事も育児も楽しみながらやれるようにしたい。
- ・サンシャイン
- ・自分の長所を活かしてやる。
- ・いろんな世界・社会を知ること、自分を知ることができると実感しました。
- ・男女が50/50で協力し合う事が大切な事が良かった。
- ・家族での話し合いをもつこと
- ・家族仲良くないとダメだと思う。
- ・サンシャインをめざしたいと思います。
- ・お互いが話される男女だといいますが、そう出来ない男女もいると思う。
- ・いまのせいかつをふりかえる、あたらしいかんがえをきいてとてもよかったです。
- ・他人事に思っていました、改めて身近なことだと痛感しました。もっと夫婦でも話し合っていこうと思いました。
- ・家に帰り、役割について話し合いたいと思います。
- ・無理をしないで夫・妻ができることをすればいい、義務はないと感じた。
- ・話の最後の方は料理研究家の言う事ではないと思うが、これが本当、本音だと思う。日本料理推奨はいいと思うが、今後の日本のあり方について、もう少し考えていかないと。講演を聞いて思う。
- ・家事・育児の分担、話し合いが大切で、男女平等にすべきと感じました。
- ・女性(家事・育児している)はもっと手抜きを！食をもっとお手軽に。夫ともっととことん話しあおう。
- ・男女関係なく自分の長所をいかせる仕事をするのが良いのでは！
- ・今の若い方は協力しながら生活していると思います。
- ・ハードルを下げる、サンシャイン
- ・十分な話し合いが必要
- ・うちの夫は、家事も育児もよくやってくれるので、そういうパートナーにねぎらいの言葉をかけようと思いました。
- ・不満をためず何でも50/50
- ・日本も外国みたいな家庭環境になれば良いと思う。
- ・家庭に性格は関係ないと思った。
- ・家族間での話し合いの大切さ
- ・男女共同、男女平等が大事なんじゃなくてお互いが得意なことをどんどんやったらいいと思います。
- ・家事も料理も無理する事はないと思った。
- ・お互いハードルを下げて共同作業を増やしていくことが大事。
- ・夫婦でしっかり話し合っ、家の中の役割を決めることが大切。
- ・男女共同参画って何のこと？あたりまえでしょう、これからは！
- ・50/50協力して家事をこなし頑張りすぎない。
- ・できることをできる人がやる
- ・はし一つならべてもらうこともすべて共同参画なのだと感じました。
- ・話し合いの重要性
- ・夕食はなるべく楽しようと思った。
- ・若い人達が聞くべき話
- ・良いと思いました。
- ・家庭のサンシャインでいたいと思います。
- ・夫にぜひ聞いてもらいたい内容でした。広報のとき、男性へのアピール文章があった方がもっと良かったと思います。
- ・あります。
- ・シルバー世代になると、協力がますます必要と感じます。若い時から必要ですね。
- ・子育て・家事をがんばりすぎない！
- ・自分が幸せだと家族も幸せ

- ・最近の日本、世界の事情がわかりました。
- ・コウケンテツ先生の話に大共感！！夫に聞いてほしかった！
- ・各自ができること、得意なことをやっていくことを話し合うこと、大事だと思いました。
- ・女性が声を上げること、出来ないことはやらないのも大事
- ・常識にしばられず、無理はしないことを心がけたいと思った。
- ・気が楽になった。
- ・話し合いをしっかりすることで家事分担、家族協力が可能となる。
- ・無理しないのでできる人がする…二人で相談する。
- ・相手の立場、心境への配慮、思いやりの大切さ、理解を深めるための対話の大切さ
- ・共働きは男女時間が合わない。
- ・男性の外での仕事の軽減の重要性
- ・家族の食卓のあり方、今後実践したいと思った。
- ・食事を通して社会の様子を知ることができてよかったです。
- ・50/50
- ・男性の役割について再考

9. このフォーラムで、新たに知ったことや感じたことはありましたか。ご意見、ご感想など、ご記入ください。

- ・“ごはん”ってそんなに作らなくても良いんだ！！と(孫2人と同居している妻に)ぜひ言ってあげよう…ゆとりの有る生活をしていこう！(73才Men)コウケンテツさんとともgood！！でした！
- ・家事、育児の大変さ、手抜きが大事など夫婦でこのフォーラムに参加できた事によって、お互いを尊重し合えるのではないかと思います。
- ・とてもおもしろかったです。また、聞きにきている人たちの日ごろの悩みを聞けたのもよかったです。私はあえて家庭をもたずに身を社会貢献に投じていますが、自分の幸せありきで他の人もハッピーにできることはいつも感じています。そういう人がたくさん増えていくことがよりよい国になることにつながっていくと思います。
- ・手作りしなくては…と義務のように感じていたので、気持ちをラクにたのしく生活していきたいと思いません。
- ・今どきの男女のあり方がすごくわかった。うちの主人だけでなく、このままでは夫源病の妻が増えない様、知らせる努力をいろいろな型でしたら良いと思った。これからも男女参画推進して下さい！会場の男性に家事分担の大事さがどれくらい伝わったか知りたい。
- ・コウケンテツさんに昔のことわざをお知らせします。「3人子持は乞食も出来ない」と昔から言われておりますので、確かに忙しいのです。お子様の成長を楽しみに！！私も3人を忙しいなか育て上げましたので、頑張ってください。
- ・とてもすてきなお話で本当に来て良かったです。企画最高でした。
- ・楽しいお話で為になりました。ありがとうございました。
- ・妻と協力して良い家庭・食卓・子育てをつくっていききたい。
- ・家にかえったら子どもと一緒にごはんを作りたいと思った。
- ・5年生の息子がいます。一緒に料理を作ろうと思いました。食事を楽しむ、そのふんいきを楽しむということが一番というのを感じ肩の力が楽になりました。お話しとても楽しかったです。ありがとうございました。
- ・とても楽しく聞かせていただきました。日本の家庭しか知らずに過ごしていたので、世界の家庭での家族のあり方を知れてとても参考になりました。
- ・とても楽しい時間でした。
- ・家族がはつらつと元気に過ごすためには、自分がまず幸せになること、無理のない食事作りを続けていくことが大切だと学びました。今まで食事作りのみならず、家事は「こうあらねばならない」という思いこみや義務感をもっていただけ、コウさんの話をきいて肩の荷が下りた気がしました。これからは手作りの味を大切にしながらも、無理のない家事・育児を続けていきたいと思えます。
- ・経験が人を豊かにするし、人と接すると色々な考えを教えられる。
- ・コウケンテツさんのお話、すごく楽しく聴かせていただきました。子供と食の共有、毎日たのしく過ごしていきたいと考える良い機会となり、感謝です。
- ・大変共感できるお話、まさに私たちの本音です。時代のニーズに沿った柔軟な考え方に今日は沢山エールを頂いた気がします。自分ばかりが背負い込もうとしていたごはんづくり、向いていた方向を変えることで、自分も楽に家族の笑顔も増やしていきたいと思いました。
- ・コウケンテツさんが以前から好きで今日は楽しみにして来ました。自分が料理を作る事が本当にイヤになってしまう事が多いのですが、娘や主人が作ってくれる様になり、本当にうれしいと最近感じました。家族も自分もおいしく食べられる物をさらっと作れる母になりたいと思えます。
- ・とても楽しく参考になりました。もっとゆとりを作れるようにしたいと思えます。
- ・男女の役割を決めるのではなく、それぞれができることをできる時にやるのがいい。食の大切さも良くわかった。家族で家庭を明るくすることが大事。子供がいない夫婦ふたりの生活だが、楽しく明るく生活していきたい。
- ・話がおもしろい！2時間話し続け、たいへんだと思う。中休みがあっても？！

・楽しい講演ありがとうございました。私も小3・年長の子供がおり、またフルタイムで働いているため共感できる部分が多かったです。子供にアレルギーがあり、常に食事のことばかり考えていて、日々忙しい感じですが、コウケンテツさんのお宅も似てますね。ウチだけではないと元気になりました。本当は夫婦で聞きたかったのですが、無理なく過ごしたいと思います。家族内でも話し合いをして、みんなで楽しく過ごせたらいいですね。

・いつもテレビや雑誌で楽しく拝見させて頂き、日常の料理の参考にさせて頂いていたコウケンテツさんのお話を生で聞けるということで、とても楽しみにしておりました。質疑応答の時間ももうけて頂けて、とてもめでたく、うれしいひと時を過ごすことができました。日々、献立に悩むのですが、コウさんのお話の中に、多くのヒントを頂けてとても有意義でした。コウさんの子ども料理教室が泊江でも開催されたら、とてもうれしいです。こういった機会を与えて頂き、本当にありがとうございました。

・とても楽しくためになる講演会でした。

・どんな料理を作る方なのか楽しみにきました。

・こどもがうるさかった。

・託児がありがたかった。なければ参加できなかった。楽しいお話しで、途中参加でしたがとてもよかったです。また参加したい。

・楽しい時間でした。夫婦できけたらなお良かったなと思います。

・とても楽しい講演会でした。なるほど！と思うことがたくさんあり、勉強になりました。

・育児・家事、日々の忙しさなど、今自身にはピンスポットの事ばかりでした。そんなにがんばらなくていいんだと思わせてもらえてちょっと心が軽くなりました。コウケンテツさんのお話とても面白かったです。

・貴重な機会をありがとうございました。手話通訳、文字起こしもしてくださり、感動しました。企画してくださりありがとうございました。

・わかりやすく有意義な時間でした。有難うございました！！後ろの席に子どもがいました。講演中大声でしゃべっていて全然集中出来なかったです。保育付きは人数制限があると思いますが、別室でビデオ等見せる等配慮して欲しいと思います。親も注意せず野放しです。就学時前の子どもは参加制限して欲しいです。

・思っていた以上に自分にとって身になるお話でした。自分はまだ結婚もしていないですが、これからの社会、家庭のかたちも昔とは変わってくるのだと思いました。ありがとうございました。

・すごくてのしかったです。わかりやすく、なるほどということが多くありたけになりました。

・役に立つ内容が多く、日々の生活に役立てたいと思いました。参加して本当によかったです。

・家族の役割分担のありかた、他国での料理文化、子どもの食育など、新しい見方を知れる貴重な時間であったと思います。とても興味深いテーマでトークが面白かったので、とても良いフォーラムだったと思いました。

・普段何となく感じていた事を、男性のコウケンテツさんから聞けてとてもうれしかったです。夫と子供にも聞かせたい内容でした。男性や若者の参加が増えるようにアナウンスして下さい。

・子供も小さくまさに食育について考えさせられることが多いので、タイムリーな話題でした。男性の立場であるコウさんが家事・育児を体感してお話しして下さいって良い話でした。

・小さな子を育てて、食についても子育てについても自分がちゃんと料理できていないこともドンピシャに悩んでいるところだったので気持ちが楽になるすてきな内容でした。友達で悩んでいる人もいるので、一緒にきけたらよかったですとおもいました。コウケンテツさんありがとうございました。

・マスのプロデュース説よくわかります。お互いの得手不得手を話し合っただけで決める必要性を感じました。要は食育に限らず全ての家庭教育はお互いの理解が必要だとわかりました。おいしく食べる環境の必要性はよくわかりました。しかし、実際は何もしたくない、料理はもうしたくない気持ちもあります。主人にこの講演を聞かせたかったです。

・家族のために昔に戻ることを考えた方がいいと思う。やりすぎであることと考えるとゆとりをもって生活したいと思う。もっと簡素な生活をしなければいけないと今日はいいお話を聞きました。

・子供と一緒に料理をする時のポイントが参考になりました。さっそく実践してみようと思います。非常に楽しい講演でした。

・料理をしごとになっている人ががんばらなくていいというメッセージは心強く感じました。

・男女共同参画ははじめて参加しましたが、次は主人もつれてくるべきと思いました。

・楽しい時間、子育て時代をなつかしく思い出しました。

・参加できてすごくよかったです。又こういうイベントを開催してほしいです。

・託児もあって夫婦で参加できました。具体的なノウハウもあり、来年度から育休明けで復職のため、50/50を目指して頑張りたいと思いました。

・次の回もお願いします。

・又、次の機会を楽しみにしています。

・とても参考になりました。これからは今まで以上に夫婦で話し合いの時間をもちたいと思います。

・毎日の参考になる事が沢山ありました。料理は楽しくやっておりますが、時には楽にしたいことも必要ですね。とても楽しいお話でした。次回もよろしくお願いします。期待いたします。

・とても参考になりました。家族で参加できたらいいなと思いました。

・とても楽しく聞けました。夫婦での話し合いをたくさんしたいと思いました。家事・料理は義務ではないという言葉が印象的でした。

- ・コウケンテツさんの講演、とても良かったです。海外のあたり前のことが日本にもあたり前になるといいなと思った。(自分が幸せになれないと)
- ・とてもおもしろかった。自然に男女共同参画について考えられた。海外とのちがいが興味深かった。
- ・とても楽しく取り入れたい事、ひらめきがありました。素晴らしかったです。
- ・素敵企画で楽しませて頂き、学ばせて頂きました。うまく自分の生活に取り込んでいきたいです。
- ・とても楽しくためになりました。食事は空間作りを大事にしたいと思いました。全員の気持ちを一つにすることは大切だと思いました。
- ・食生活を考える機会になりました。
- ・料理研究家の方が、“料理をそんなにがんばらなくていいんじゃないの？”と言って下さったことがとても新鮮だと思った。自分自身が輝ける幸せになる方法を模索していきたい。「しょくいくガイド」でラタウイユが紹介されているのがちょっと皮肉？
- ・お話しがとてもわかりやすく聞きやすかったです。食はにぎやかに楽しくいただくのがおいしい…実感しています。メリハリも大事…確認できました。楽しかったです。
- ・話の進め方、まとめ方、すばらしかった。サンシャインでいよう！！男性に聞いてほしかった。
- ・時代に合ったテーマと講演内容がとても良い。今後もこの方向、コンセプトで続けるのがよいと思う。
- ・楽しかったです！上手に楽をしてシャイニングしていきたいと思います。ありがとうございました！
- ・海外と今、朝ごはんとして出しているものの差がかなりあったのでビックリしました。たまにはパッとヨーグルトだけ！でもいいのか？と気が楽になりました。色々楽しくお話が聞けてすごくためになりました。ありがとうございます。
- ・とても良かったです。
- ・とても良い講演でした。知らなかったことも知って楽しかったです。先生のイメージはすばらしいです。
- ・食べる事が本当に大切だと感じる。大切にしようと思う。
- ・気持ちが楽になりました。“サンシャイン”いただきました。
- ・50代以上の方の参加が多いのかなと見受けましたが、私のようなこれからの育児世代が多くても良い内容でした。若い世代へのフォーラムの告知や参加を増やす手段など今後のために検討されてもいいのでは？と思いました。
- ・参加者の多くが女性のため、女性目線になりがちなテーマだが、本人が男性ということもあり、その視点での多くのヒントがあった。
- ・子育て最中の保護者の参加が良かった。