

料理教室で鏡石町と相馬市にお邪魔してきました。

2025.01.28

執筆者 本田よう一

こんにちは、料理家の本田よう一です。6歳と2歳の兄妹と妻と暮らしております。

今年度も料理教室を開催していただき、講師を務めてきました。
今回は鏡石町と相馬市にお邪魔してきました。

県内のいろんなところへ、料理教室を通して、料理はもちろんですが育児、家事について、普段、僕なんですが、保育園のパパの方々とあんまり、外で家事育児について、話す機会がないんです。
教室でもそんな感じでした。

毎日、忙しく過ごしていると、子供と触れ合う時間も目減りしてしまいます。まして、それを誰かと話すとなるとまた、労力がと思えます。

教室に来て、子どもと共有したり、他の生徒さんと共有することで少し、ホッとしたる、そんなやり方があったりしてもいいかとヒントになったり自宅ではなく、不慣れなキッチンだからこそ、できること、感じれることがあったかなと思います。

鏡石では父子で参加してもらい、ちょっと不安な方にはパートナーの方も参加してもらいました。

そうなるとやっぱり、主役がパートナーの普段メインでやっている方に主導権が移ってしまうことが多く、お子さんの年齢が上がってくるとまた、違うのですが、小さいお子さんと不慣れな場所となるとケガの危険なども増えてくると自分自身もそんなに料理はっていう生徒さんは不安要素が増えてしまうのですがスタッフが全面的にバックアップをして、みなさん、全品しっかり作りきって、みんなでおいしいなと食べることができました。

小さいお子さんも最後まで集中力がもってくれて、料理 자체はやる機会があれば自分の口に入るものなので、結構、頑張ってくれます。

相馬では、完全に父子のみに、料理も場所の兼ね合いで、こちらで準備するものもありましたが、和気あいあいと調理をして、少しゆとりもあるので、のんびりとした空気感で、進み、みなさん、完食。お口に合って、一安心です。

セミナーも家事シェアシートを懸命にやっていると保護者の方々が素晴らしいかったです。家事はどうしても、生活の流れでやっていることが多く、毎日、集中して、向き合うことを継続するのはなかなか大変なので、こういう機会があると自分が今、どのくらいできているのか、こういう項目はやってないなとか気づく機会になったかと思います。



僕自身もできないところや、苦手な部分が出てくるのでそういう確認になりますし、シートがあると可視化されて、パートナーや戦力になってくれる子供とできること、やるべきこと、ここはそんなに頑張らずにやり過ごしていこうと優先順位も決めれると思います。

男性の家事シェア（時間）を高めるには、どうしても、仕事の時間との関係性ができてしまうけれど、子どもが小さいうちはできるだけ、家にいる時間を増やす。これに尽きます。いなければ、シェアもできないし、家事の能力も上がらないし、炊事もする機会も減ってしまいます。

子どもが大きくなっていくと子どもも戦力になってくれたり、ある程度の期間限定はあるとして、ぜひ、時間をぐいっとでもなくとも、少し少しと増やしてもらい、パートナーとそれぞれに息をつく時間を一人の時間をそれぞれに持てるようになれるといいと思います。
僕もそれを目指して、工夫をしている最中です。

子どもの成長や仕事の波によって、完成というものはないけど、一緒に同じ記憶を重ねてきたことは家族として、成長していくと思います。我が家も少しずつ、積み重ねていきます。

ぜひ、みなさんも機会を見つけて、家事シェアシートをやってみてください。

ではでは、また、本田よう一でした。