

令和8年6月10日

件名 男女共同参画推進講演会について

6月23日から29日は男女共同参画週間です。

男女共同参画センターでは、男女が互いに尊重し合い、いきいきと暮らすことのできる男女共同参画社会の実現を目指して、毎年様々なテーマで講演会を開催し、市民の方々へ男女共同参画に関する意識の浸透を図っています。

今回の講師は、スーパー主夫・家事ジャーナリストの山田亮（やまだ りょう）さんです。

キャリアウーマンである妻を結婚当初から支え、「家事は楽しい生活のための手段」との考えから、家事シェア・育児シェアや家事ノウハウなどを発信されています。スーパー主夫として家庭を支えていた2025年3月、交通事故で重傷を負われました。5か月入院ののち復帰された経験を通し、誰が欠けても生活が維持でき、人生を豊かに生き抜くための知恵として『楽家事（らくかじ）』のお話をさせていただきます。

毎日の家事を「もっとラクに、もっと楽しく」したい方、家事を「義務」ではなく「人生を楽しむツール」に変えたい方にピッタリな講演会です。

記

1. 日 時 令和8年6月27日（土） 13：30～15：00
2. 会 場 市民活動センター「ソシアス」（高崎市足門町1669-2）
3. 講 師 山田亮さん（スーパー主夫・家事ジャーナリスト）
4. 演 題 スーパー主夫が長期入院して気がついた！
暮らしを楽にする 楽家事のススメ
5. 申し込み Web もしくはお電話にてお願いします。詳細はチラシをご覧ください

【本件に関する問い合わせ】

市民部人権男女共同参画課

電話：027-329-7118

スーパー主夫が長期入院して気がついた！

暮らしを 楽 にする 楽家事のススメ



講師 やまだ りょう
山田 亮 さん

キャリアウーマンである妻を結婚当初から支え、家事と子育ての様子を綴ったホームページ上の記録が新聞社の目に留まり、執筆活動を開始。「家事は楽しい生活のための手段」との考えから、家事シェア・育児シェアや家事ノウハウなどを発信されています。

スーパー主夫として家庭を支えていた2025年3月、交通事故で重傷を負われました。5か月入院ののち復帰された経験を通し、誰が欠けても生活が維持でき、もしもの時も慌てずにすむ、手間を抜き、人生を豊かに生き抜くための知恵として『楽家事(らくかじ)』のお話をさせていただきます。

日時：令和8年6月27日(土)
13:30～15:00 (開場 13:00)

会場：高崎市市民活動センター「ソシアス」

入場無料 要事前申し込み 先着200人 手話通訳あり



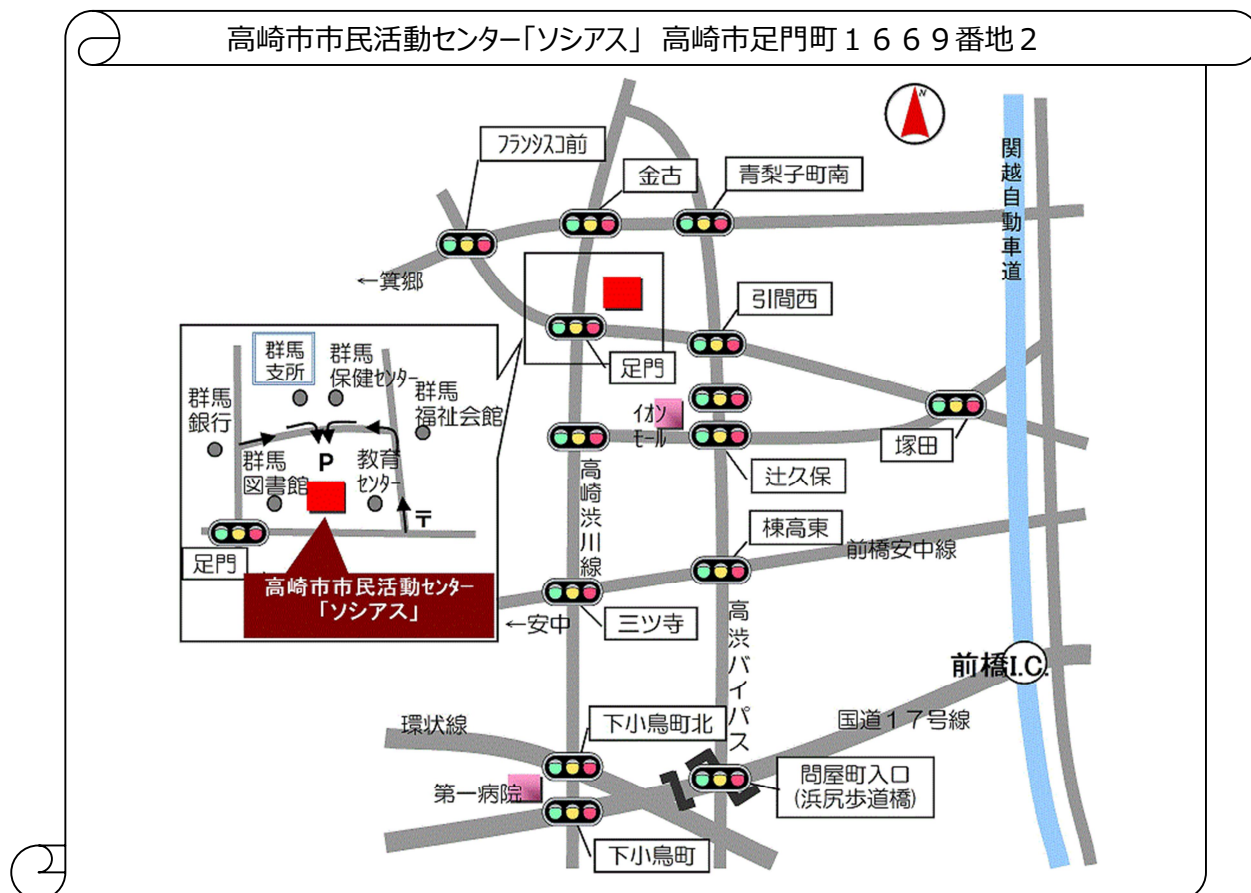
申し込み
問い合わせ

令和8年5月28日(木)から6月26日(金)までに、
Webもしくは電話(027-329-7118)で
お申込みください

高崎市足門町1669-2 高崎市男女共同参画センター



◎ 会場のご案内



◎ 託児のご案内

ソシアス近くの群馬支所内に、託児ルーム「高崎キッズサポートけやき」があります（有料）。
ご利用希望の方は、事前に「けやき」まで直接お問い合わせください。

群馬支所 3 階 託児ルーム「高崎キッズサポートけやき」 027-386-6105