

料理が
できると
家族が
うれしい!

働く男性のための育児・料理実践セミナー

福岡県
主催



超カンタン!

ワンパン料理& 育児参加ワーク

毎月
開催!

参加費
無料

こんな方におすすめ

- これからパパになる方
- 育休前・育休中・育休後・育休予定の方
- 料理ができるようになりたい方
- 家族のために何かしたい方

独身男性
新米パパ
ご夫婦



※福岡県内在住の方

体験プログラム内容

料理 時短料理ワーク

フライパン1つでできる簡単料理
取り分け離乳食のコツも!



育児 ゲーム感覚で学べる 育児参加ワーク!



開催場所

県内の15地域の会場
で開催!

特典

参加者から抽選でオリジナルエプロンや
キッチングッズプレゼント! ※当日のエプロンは貸し出します。

参加者99%が満足!

申込 方法

専用のホームページから参加したい
日時を選択し、お申し込みください。
先着順の受付となります。

今すぐ申し込む



主催: 福岡県福祉こども政策部子育て支援課

事務局: 株式会社フラウ 福岡市中央区舞鶴1-3-14 小榎ビル3F TEL: 092-751-8830



令和8年度 福岡県 よかパパ料理・育児セミナー 9・10・11月の開催スケジュール

エリア開催スケジュール 9～11月 スケジュールを公開中!▶



開催スケジュール

～県内どこからでも参加OK!～

開催時間 ☀ 11時～14時 🌙 18時30分～21時

※各会場の住所は専用ホームページで確認してください。

北九州エリア

9月16日(水)	小倉北区	九電e住まいる 北九州	☀
27日(日)	小倉北区	北九州市立男女共同参画センター・ムーブ	☀
10月14日(水)	小倉北区	九電e住まいる 北九州	☀
17日(土)	小倉南区	企救丘市民センター	☀
11月18日(水)	小倉北区	九電e住まいる 北九州	☀

筑後エリア

9月13日(日)	筑後市	九州芸文館 清見御礼	☀
10月9日(金)	久留米市	えーるピア久留米	🌙
18日(日)	久留米市	えーるピア久留米	☀
11月11日(水)	久留米市	えーるピア久留米	☀
15日(日)	八女市	子育て支援総合施設 やめっこ未来館	☀
29日(日)	柳川市	柳川総合保健福祉センター 水の郷	☀

福岡市近郊

9月26日(土)	志免町	志免町立町民センター	☀
10月24日(土)	春日市	クローバープラザ	☀
25日(日)	糸島市	伊都文化会館	☀
31日(土)	福津市	ふくとびあ(福津市健康福祉総合センター)	☀

福岡市内

9月9日(水)	早良区	SAWARAPIAもち文化センター	☀
12日(土)	中央区	福岡市健康づくりサポートセンターあいいふ	☀
10月3日(土)	東区	なみきスクエア	☀
4日(日)	中央区	福岡市健康づくりサポートセンターあいいふ	☀
11月14日(土)	中央区	九電e住まいる 福岡	☀
28日(土)	東区	なみきスクエア	☀

日程・会場は決まり次第、順次ホームページに掲載します。右の二次元コードからご確認のうえ、お申し込みください。おひとり1回申し込み可能です。



今すぐ
申込み!

料理教室の内容

超カンタン!
ワンパン料理

フライパン1つで作れる簡単時短料理に挑戦!準備から後片付けまで、料理が初めてのパパでも大丈夫。離乳食への取り分け方法もお伝えします。
※会場により料理が異なる場合がございます。

【料理一部紹介】



●豆腐ハンバーグ ●豆乳チャウダー ●鮭のみそバター焼 ●タコライス風キーマ

他にも
あるよ!

メニューは
二次元コードから
チェック!

※会場によりメニューが変わります。

育児参加ワークの内容

パパが家庭内でどんな行動をとるとよいか、どんな言葉がけが大切かを、子育てのことも交えながらゲーム感覚で学べるワークです。



育休中・育休後・
育休予定のパパに
おすすめ!

しくじり体験
から家事育児の
コツを
学べます

“どう動く?
どう声をかける?”
が楽しく
学べます

講師紹介

※会場により内容・講師が変わります。

幾田 淳子氏/料理家・管理栄養士

いくた じゅんこ
親子食育講座18年、のべ1万人以上が受講。パパの料理教室も実施中。

嘉村 健志氏/料理家・管理栄養士

かむら けんし
けんちゃん先生の料理教室主宰。レシピ開発、講演会多数。

久保 ゆりか氏/野菜ソムリエ上級プロ・フードコーディネーター

くぼ ゆりか
食育イベントや離乳食講座で活躍中。メディア出演多数。



育児参加
ワーク講師

植田 貴也氏/NPO法人育Qひろば西日本代表理事

うえだ たかや
キャリアコンサルタント・男性育休を1年間取得。
厚生労働省「共育プロジェクト」登録講師。

西平 睦美氏/育休後シニアアドバイザー

にしひら むつみ
社会保険労務士。ババママへ育休後カフェを開催。
企業・自治体への支援実績200件以上。

鶴田 明子氏/子育てインストラクター

つるた あきこ
NPO法人ベアレント・スキルアップ福岡理事。
親子のマナーカウンセラー。

よくある質問

Q 料理が全くできなくても大丈夫ですか?

A はじめてのパパ大歓迎です!簡単・時短をテーマにしていますので安心してご参加ください。

Q 子ども連れでも参加できますか?

A 大人が対象のセミナーです。託児はありません。

Q 仕事帰りでも参加できますか?

A 平日夜の開催回もあります。

Q 夫婦での参加は可能ですか?

A はい、夫婦でのご参加も歓迎します。



申込
方法

専用のホームページから参加したい日時を選択し、お申し込みください。先着順の受付となります。

今すぐ申し込む



●主催:福岡県福祉こども政策部子育て支援課

●事務局:株式会社フラウ

福岡市中央区舞鶴1-3-14 小榎ビル3F

TEL:092-751-8830

令和8年度 福岡県 よかパパ料理・育児セミナー