

# 開催報告

## あかし女性応援ねっと 10周年記念事業プライベート 2025年度 会員総会・セミナー&交流会

■2025年7月5日(土)

■複合型交流拠点 ウィズあかしフリースペース

### 会員総会

13:00～ 2025年度 会員総会

### セミナー&交流会

13:30～ セミナー

「暮らしを“共につくる”という選択  
～これからの家事と家族の話～」

14:55～ 交流会

■参加者

会員総会 会場20名、オンライン4名

セミナー 会場28名、オンライン5名

総合  
司会

田邊 美代子

あかし女性応援ねっと 運営委員

会員総会

議長

崎野 圭子

あかし女性応援ねっと 代表

議案審議では、2024年度の事業報告および収支決算について審議し、可決されました。

報告事項では、2025年度の事業計画および収支予算、運営委員の交代、会員の加入状況について報告がありました。

あかし女性応援ねっとは、今年度、発足から10周年を迎えます。事業計画では、本日のセミナーを含めた10周年記念事業について報告しました。

開会  
挨拶

森 一美

あかし女性応援ねっと 代表

市長  
挨拶

丸谷 聡子

明石 市長

交流会  
進行

柏木 登起

あかし女性応援ねっと 事務局長

閉会  
挨拶

甲谷 智己

あかし女性応援ねっと 副代表

## セミナー

### 「暮らしを“共につくる”という選択

#### ～これからの家事と家族の話～

講師

みき ともあり  
三木 智有さん

NPO法人tadaima!代表  
家事シェア研究家  
インテリアコーディネーター



「家事は面倒だ」「家事が多くて、自分の時間がない」そんな悩みや課題の解決に向けて、ヒントを得られたセミナーとなりました。

家事の担い手不足による生活の「ゆとり」のなさを多くの人が感じている中、働き方を変えなければ、家事に費やす時間が足りない現状があります。これからは、「家族と暮らしを営む権利」を取り戻す戦いが必要です。

“仕事が忙しいから”と、家事をしないなんてもったいない！！なぜなら、家事をするということは、自分自身や家族をケアし、小さな達成感をたくさん感じられ、自己効力感を高めることにつながるからです。

自分の暮らしを見つめ直し、家事を負担でなく、自分を整える楽しみと捉え、完璧よりも心地よさを目指すことの大切さに気づかせてくれた今回のセミナーは、“家事”の捉え方や考え方が変わるきっかけになりました。

## 交流会

セミナー参加者による交流会を開催しました。講師の三木さんも参加いただき、セミナーでは聞けなかったことを質問したり、各々の家事について共有したり、日頃お話しすることがない分野の方と交流ができる機会となりました。

