



# 第6回 ファザー・オブ・ザ・イヤー in みえ

応募用紙 FAX:059-224-2270 (三重県少子化対策課あて)

パパのエピソードを教えてください。

応募いただく項目にチェックをしてください。(もちろん、両方でもOKです!)

### □ パパの子育てエピソード

パパがしている家事や時短テク、子どもとの遊び方(遊ぶ時間の作り方)、育児、趣味、仕事の両立方法 その他なんでもOK!

### □ パパの料理エピソード NEW

パパ流の時短テク、工夫、子どもと一緒に作る料理、家族の感想など料理にまつわるエピソードを大募集!

パパへの「ありがとう」メッセージを贈ろう! NEW

五七五で詠む  
オレ流子育て

パパの子育て川柳 NEW  
(五七五でお答えください)

誌面に掲載OKなお名前・ニックネーム(※受賞BOOKに掲載させていただく場合がございます)

誌面に掲載OKなお名前・ニックネーム(※受賞BOOKに掲載させていただく場合がございます)

応募者情報  本人  推薦【推薦する男性との関係  妻  子  親戚  友人  その他( )】

お名前	ふりがな	電話番号(日中の連絡先)
ご住所	〒 -	電子メールアドレス
推薦する男性	お名前	子どもの年齢は?
	ふりがな	
ご住所	〒 -	

下記のいずれかの方法により応募ください。

①応募フォームによる応募の場合  
WEBサイト内の応募フォームより必要事項をご記入の上、送信してください。  
URL: <https://www.shinsei.pref.mie.lg.jp/uketsuke2/dform.do?acs=father6>

②FAX・郵送による応募の場合  
応募用紙に必要事項をご記入の上、送信(送付)してください。  
FAX送信先: 059-224-2270  
送付先: 〒514-8570 三重県少子化対策課あて(住所記載不要)



※選考にあたっては、電話等により推薦内容についての確認をさせていただくことがあります。  
※ご記入いただいた個人情報は、本事業実施にのみ使用し、それ以外の目的では使用いたしません。  
※ご紹介いただいた内容や、お送りいただいた写真等は、表彰式や男性の育児参画推進に関する事業の中で、活用させていただきます。  
※お送りいただいた写真や資料等は返却いたしかねますので、ご了承ください。

〈ファザー・オブ・ザ・イヤー in みえのサポーターの皆様〉

(株)中部システムセンター、子育て応援プロジェクト☆バイン、(有)松林工業、チームせいせん、(株)マサグループ、パスマイル四日市、(株)日本開発研究所三重、住友電装(株)、(有)北山建築、NPO法人Mブリッジ、ミエメン、子育て心理カウンセラーCLUB〜にこりん〜、日本政策金融公庫 津支店、(株)百五銀行、生活協同組合コープみえ、万協製菓(株)、NPO法人マザーズライフサポーター

※エピソード募集の広報にご協力いただける団体を「サポーター」として募集しています。ご協力いただける場合は、県少子化対策課までご連絡ください。

第6回

ファザー・オブ・ザ・イヤー in みえ



# FATHER OF THE YEAR IN MIE

## わが家のパパのステキ! がんばっている! エピソード募集!

NEW FATHER OF THE YEAR IN MIE

料理エピソード部門



フォトコンテスト同時開催!

今年はお父さんと一緒に料理したり、食べたりしている写真を大募集!



料理にまつわるエピソードを大募集!



三重県と味の素(株)がコラボ!



Instagramからも応募できます!

応募部門 「パパの子育てエピソード部門」

「パパの料理エピソード部門」

応募資格 三重県内に在住または通勤・通学をしている方(男性・女性問わずご応募いただけます。)

審査・表彰 より多くの共感を得られた方々を、第6回「ファザー・オブ・ザ・イヤー in みえ」大賞等として表彰します。表彰式の詳細は、後日お知らせします。

問い合わせ 〒514-8570 津市広明町13 三重県子ども・福祉部 少子化対策課 TEL: 059-224-2404 FAX: 059-224-2270 Mail: shoshika@pref.mie.lg.jp

詳しくは [みえの育児男子プロジェクト](#) 検索

大賞に選ばれた方には!

家族で楽しめる宿泊券をプレゼント!



応募締切 令和元年8月31日(土)必着

応募の詳細は裏面をご覧ください

「わたしの職場のイクボス部門」も募集中! 詳しくはホームページで

主催: 三重県 協賛: 伊賀の里 モクモク手づくりリファーム・NEMU RESORT・里創人 熊野倶楽部・青川峡 キャンピングパーク 提携: 味の素(株)

ファザー・オブ・ザ・イヤー in みえって?

“子育てには男性の参画が大切”という考え方が広まるよう取り組む「みえの育児男子プロジェクト」の一環として、男性の子育てエピソードや部下の仕事と家庭の両立を応援するイクボスエピソードを募集し、みんなで共有する企画です。

たとえば…

オレ流！子どもとの過ごし方・遊び方

パパならではの遊びや子どもと趣味を楽しむ方法などを教えて！



パパの特技・趣味を子どもたちと一緒に楽しむ！

パパはギターの演奏ができるので、ギターを弾きながら子どもたちと歌っています。たまにイベントなどでお客様の前でパパがギターを演奏し、子どもたちが歌をうたって披露することもあります。

パパの筋トレも兼ねた!? パパ流の遊び

子どもたちをウエイト代わりに持ち上げたり、スクワットしたりしています。  
※揺さぶられ症候群に注意



たとえば…

限られた時間で家族との時間の作り方

忙しい中で子どもや家族との時間をどうやって作ってる？

仕事の効率を上げて家での子どもとの時間を作っています！

子どもが生まれてからは、育児は自分のペースではできない大変さがあることを経験。少しでも仕事の効率を上げ、工夫して時間を生み出すことに取り組むようにしています。



パパの子育てエピソード

これまでにこんなエピソードをお寄せいただきました。

たとえば…

お互い尊重し合う関係づくり

ママを笑顔にしてくれるパパの〇〇



「ありがとう」「お母さんすげいよ」と言葉で伝えてくれる夫に感謝

夫婦がお互いのことを尊重し合う姿を見せて育てたいという思いがあるようで、いつも「ありがとう」の言葉とともに「お母さんはすげいよ」と娘に声をかけてくれています。娘と関わることはもちろんですが、実のところ、私へのメンタルサポートが一番助かっている部分だったりします。実際に父親と接する時間が短くても、長く接している私が夫を頼りにしているという思いはきっと娘にも伝わるし、娘の父親への信頼感につながると思っています。

土日だけの限られた時間だからこそ、娘との時間を大切にしてくれます

単身赴任なので、夫が家にいるのは土・日曜日のみですが、土日の朝食は娘と一緒に作ってくれます。また、娘と夫だけで、図書館へ行ったり、プールへ行ったりして、私が1人でゆっくり過ごせる時間を作ってくれます。



NEW 部門 IN MIE

パパの料理エピソード

「パパ」と「料理」にまつわるエピソードを大募集！  
料理上手なパパ、料理初心者なパパ問わず、教えてください！

これが俺の男飯！

- ママもビックリなパパ流料理法
- 簡単に作る工夫
- ママが喜んだ料理



子どもやママとご飯作ったよ！  
ペアクック自慢！

●これだけはこだわり！

など、料理にまつわるエピソードならなんでもOKです！

これまでにこんなエピソードをお寄せいただきました！

週末の朝食はパパが担当

平日は妻に家事全般をやってもらっているため、週末の朝食などは妻の家事負担軽減のため積極的に作っています。また、パパ料理教室に娘と参加。学んだメニューを自分のレパートリーとして取り組みたいと思います。



同時募集！

フォトコンテスト

パパとの“料理”や“食事”のステキな写真を大募集！  
メール・Instagramから応募できます！

フォトコンテスト応募方法

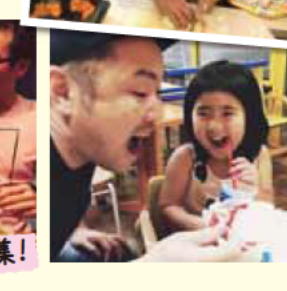
Instagramでの応募方法  
#第6回ファザーオブザイヤーinみえ #みえペアクック  
のハッシュタグをつけて、コメントをそえてInstagramに写真を投稿してください。

※Instagramアカウントを非公開に設定されている方はメールから応募ください。

メールでの応募方法

必要事項(名前、住所、電話番号)を明記して、写真とコメントをお送りください。

送付先アドレス shoshika@pref.mie.lg.jp



今年パパと一緒に料理したり、食べたりしている写真を大募集！

ベストショット賞

「台所育児」セット  
(子ども用調理器具)  
プレゼント

3名  
提供: \*SUNCRAFT



さらに抽選で

応募写真入り メモ帳  
応募写真入り 缶バッジ  
プレゼント  
各20名



親子でつくれる  
ペアクックレシピも  
CHECK!!



Ajinomoto park内



paircook\_official

パパの料理エピソード部門

抽選で味の素(株)商品詰め合わせ  
プレゼント 30名



提供:味の素(株)  
※写真はイメージです。  
※実際のプレゼントと異なる場合があります。

