



今日から
とも家事
家族が笑顔に

何気ない一瞬一秒
切り取る
我が家の誇り

フォトコンテスト



募集要項

「今日からとも家事」フォトコンテスト
テーマ「今日からとも家事」が伝わる写真
画像1~4点 + タイトル + 説明(200字程度)
応募フォームからアップロードしてください

入賞12作品にプレゼント!

- ・撮影機器は問いません(スマホOK)
- ・応募者本人または家族が撮影したものに限りです
- ・生成AIを使用した作品は対象外となります
- ・北海道に在住、在勤、在学されている方
- ・副賞は5000円相当の家事関連商品

画像は一例です



〈応募期間〉

2026 **2.16** MON **3.8** SUN

選考された12作品は、
北海道のHPに掲載されます



主催:北海道
協力:北海道立女性プラザ
北海道女性団体連絡協議会
北海道Mimosaプロジェクト
協賛:花王グループカスタマーマーケティング株式会社
株式会社ナチュラルサイエンス
株式会社ライフキャリア・プラス
運営:NPO法人ファザーリング・ジャパン北海道
(受託事業者)

応募
フォーム



HP



こちらからご応募いただけます



フォトコンテスト

応募要項

1 はじめに

道では家族での家事分担を進める「とも家事」を推進し、性別に関わらず仕事と家庭を両立できる環境づくりに取り組んでいます。

本コンテストは、男女が対等に家事を分担する考えを推進していくことをねらいに、「とも家事」に取り組む日常の姿を写真で共有していただくことで、ともに家事を担うことの大切さや、家庭の中にある小さな気づき・前向きな変化を広く発信することを目的として実施します。

2 募集テーマ

ー「今日からとも家事」フォトコンテストー

あなたのご家庭では、どのように家事を分担・協力していますか。

料理、掃除、洗濯、買い物、片付け、子どもと一緒に家事など、日常の一コマを切り取った写真を募集します。

◇ 応募のポイント（例）

- ・夫婦で協力して家事をしている様子・親子で一緒に家事に取り組んでいる様子
 - ・家事の分担がわかる工夫やアイデア・「これなら続けられそう」と感じる無理のない家事のかたち
- ※特別な演出やプロの写真である必要はありません。日常の自然な姿を歓迎します。

3 応募について

(1)応募資格 北海道に在住、在勤、在学されている方

※未成年の方は、保護者の同意を得た上で応募してください。

(2)募集期間 令和8年2月16日（月）～ 令和8年3月8日（日）

(3)応募方法 写真1～4点に、200字程度のエピソードを添えて、応募フォームからご応募ください。

(4)応募規定

- ・応募はお一人様1点のみとします。
- ・コメント（エピソード）は200字程度とします。
- ・写真はカラー・白黒、撮影時期は問いません。
- ・ファイル形式は、JPEG、PNG、BMPのいずれかとします。
- ・ファイルサイズは1枚あたり最大10MBとします。
- ・応募作品は応募者本人または家族が撮影したものに限りです。
- ・生成AI等を用いて作成した画像（全部または一部を問わず）は応募できません。

4 審査・通知

応募作品の中から、主催者による審査を行い、入賞12作品を選出します。入賞者には、応募時に登録したメールアドレス宛に通知します。※一定期間連絡が取れない場合、入賞を無効とすることがあります。

5 入賞・発表

入賞作品には、副賞（家事関連グッズなど）を贈呈します。入賞作品は、北海道公式ホームページ、SNS等で発表・掲載します。※賞の内容や点数は、今後変更となる場合があります。

その他詳細は今日からとも家事フォトコンテストホームページ
(<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/dms/djb/katsuyaku/action/247933.html>) をご覧ください。

とも家事動画



とも家事
ロールモデル集



昨年度の取組はこちらからご覧いただけます