おやこみゆ
NPO法人 親子コミュニケーションラボ

パパの育児＆家事パワーが
子どもを変える

男女平等推進センター 20周年

参加者募集！

パパ力（りょく）を磨いて 賢い子どもを育（はぐく）もう！

大好評につき
今年も開催！

杉並区立男女平等推進センター講座

全3回

パパ・ママ一緒に、出産・子育て・家事についての知識やコツを学び、子育て生活を夫婦でもっと楽しいものにするための講座です！　ぜひ、ご夫婦で、ご参加下さい！

（原則3回連続講座ですが、1回のみの受講も可）

第1回 オリジナルの父子手帳を作ろう！

（講師：汐見稔幸）

平成29年11月26日（日）
午前10時15分～12時
（材料費：500円）

母子手帳とは一味違う世界に1つのオリジナルの「父子手帳」を夫婦で一緒に作ることでパパとしての心構えや知識を育み、子育て力を磨きます！

第2回 夫婦ライフバランス

主夫が伝えるケンカしない家事育児のススメ

（講師：杉山ジョージ）

平成30年1月21日（日）
午前10時15分～12時

自分1人で整えるワークライフバランスではなく、夫婦2人で整える夫婦ライフバランス、コミュニケーション術、ケンカしない家事育児のコツを学びます！

第3回 パパが作る！すぐに役立つ離乳食&簡単クッキング

（講師：杉山ジョージ）

平成30年2月3日（土）
午前10時～12時
（材料費：1000円）

※イメージです

パパ・初心者も簡単にマスターできる和食の基本「だし」のとり方を学んで、パパが料理を3品（ヒジキの煮物・親子丼・お味噌汁）を作ります。ママは自由時間堪能後、料理室に戻って、パパの作った料理を食べられます♡

講師 白梅学園大学学長 汐見稔幸先生

東京大学名誉教授。専門は教育学、教育人間学、育児学。3人の子どもの育児の経験から、父親の育児参加を呼びかけている。多くの著書を出版。NHK『すくすく子育て』にも出演し、おひげ の先生として親しまれている。日本保育学会理事、社会保障審議会 児童部会保育専門委員会委員長などを務める。

講師 兼業主夫・放送作家 杉山ジョージ

兼業主夫として育児家事全般をこなす。妻はフルタイムワーク中で二人の娘を育児中。兼業主夫としてのドタバタ生活ぶりを描くコミックエッセイ『新ニッポンの父ちゃん～兼業主夫ですが、なにか？～』（主婦の友インフォス情報社）。長女の小学校でPTA会長を歴任。日本パパ料理協会。秘密結社主夫の友。

場所 高井戸地域区民センター
（高井戸駅徒歩2分）

対象 出産を控えた夫婦・子育て中の夫婦（父のみの参加も可）
原則：区内在住・在勤・在学の方

定員 各回20組（先着順）

参加費 無料（1・3回は上記の材料費）

託児 生後7カ月～就学前の託児あり（事前申込制）

申し込み

携帯からは右のQRコードで、お申し込みページへ　※定員になり次第、締め切らせていただきます。

パソコンから→ おやこみゅHP **http://www.oyakom.com/apply/** よりお申し込みください

お問い合わせ・お申し込みは→ **info@oyakom.com**

主催／杉並区　　企画・運営／おやこみゆ　NPO法人親子コミュニケーションラボ http://www.oyakom.com/