

事前申込

無料

11.22
いい夫婦の日

午前10時

アドラー心理学で解決！

父親だって モヤってる！

～仕事と子育て中のパパたちの話

何で機嫌が
悪いんだろう？

それでも早く
帰ったん
だけど...

一生懸命だからこそ、
イライラ・モヤモヤし
てしまうお父さん！
パパ同士で語り合い、
モヤっとの解決の糸口
を見つけましょう。



講師 杉山 錠士 氏

子育て情報サイト「パパしるべ」編集長
NPO法人ファザーリング・ジャパン会員
FMヨコハマ「ちょっどいいラジオ」月曜担当構成作家

日 時 ▶ 令和7年11月22日（土）午前10時～12時

対 象 ▶ 新宿区在住・在勤・在学の妊活中、子育て中の男性。
先着30名。

申 込 み ▶ 10月17日(金)～11月21日(金)

右の二次元コードからまたは電話で問い合わせ先へ
お申込みください。



会場・問合せ ▶ 新宿区子ども家庭部男女共同参画課
新宿区立男女共同参画推進センター（ウィズ新宿）
〒160-0007 新宿区荒木町16番地
☎（3 3 4 1） 0 8 0 1
Fax（3 3 4 1） 0 7 4 0（日祝除く 8時30分～17時）

「ウィズ新宿」は男女共同参画社会の実現を目指す、男女共同参画推進センターの愛称です

講師紹介

～杉山錠士(すぎやま じょうじ)～

子育て情報サイト「パパしるべ」編集長
NPO法人ファザーリング・ジャパン会員
FMヨコハマ「ちょっどいいラジオ」月曜担当構成作家
NPO 法人全日本育児普及協会認定講師
兼業主夫放送作家（株式会社シェおすぎ所属）
アドラー心理学ELMリーダー
元東京都大田区両親学級講師

1976年、千葉県生まれ。

21歳と13歳という年の離れた二人の娘を子育てする兼業主夫として家事育児全般を担当しながらFMラジオを中心に放送作家として活動。自身の子育て経験や培った知見を伝えるべくパパ向けの子育て情報サイト「パパしるべ」を立ち上げ、編集長を務める。「日経DUAL」「あんふあんWEB」などWEBメディアでの執筆や地域ではPTA会長やパパ会運営を歴任。「主夫の友アワード」「娘のためのパパ家事スクール」「パパ家事サイエンス」「日大商学部」「筑波大学」や大田区両親学級、品川区男女共同参画課などで講演を実施。

合同会社パパしるべ代表社員。「パパしるべ」公式LINEアカウントでは友達大募集中！

2024年10月に初孫が誕生し、目指すは最強のおじいちゃん。

案内図



◆交通案内

- ◇都営地下鉄新宿線
「曙橋駅」A4 出口から 徒歩約3分
- ◇東京メトロ丸ノ内線
「四谷三丁目駅」から 徒歩約10分
- ◇都営バス
・宿75（新宿駅西口～三宅坂/東京女子医大前）
「合羽坂下」から 徒歩約1分
・高71（高田馬場駅前～九段下）
「合羽坂下」から 徒歩約2分
・白61（新宿駅西口～練馬車庫前・練馬駅）
「曙橋」から 徒歩約5分

駐車場・駐輪場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

その他の講座はこちらから →



※個人情報の取り扱いについて

お申込みの際にお伺いする個人情報は、①講座開催の予約確認、②突発的事情による中止などの連絡、③講座実施方法の連絡、④受講者の年代に合わせた講義の準備にのみ使用し、それ以外の目的では使用しません。