

参加費
無料

ねりまママパパてらす講座



育児、家事
の分担

パートナー
との関係

パパ友の
作り方

キャリア
との両立

イヤイヤ期
乗り越え方

地域との
つながり

パパによる
パパのための座談会

パパトーク

申込締切
2月1日(日)

～パパだって話したい、パパだって悩んでいる～

日時 2026年2月7日(土)
10:45～11:15

場所 立野地区区民館
2階 会議室3
立野町15番42号



地図はこちらから

対象 0～3歳のお子さんとパパ

定員 10組（応募多数の場合は抽選となります）

「良きパパでいなきゃ」と、SNSや世間の声につい肩に力が入っていませんか？
ここで探すのは育児の「正解」ではなく、大変さを笑い合える「仲間」です。
頑張りすぎな今のパパ、たまにはカッコつけずに本音を話して、
心を少し軽くしませんか？

ファシリテーター



高橋朋裕

ねりパパ副代表

NPO法人ファザーリング・ジャパン会員

練馬区在住、二児のパパ

地域や全国で父親向け講座の実施など、父親支援活動中
光が丘児童館ぴよぴよでも毎月絵本の読み聞かせやっています

ねりパパとは…

練馬区を拠点とした現役パパたちによる育児支援団体です

ねりパパによる
よみきかせもあるよ



ねりまママパパてらすは、子育て中のママやパパが講師となり、子ども・子育て家庭向けに実施する講座を区が支援する事業です。

お申し込みは二次元コードか
ねりま子育て応援アプリ「ねりはぐ」から



ねりま
ママパパてらす事業
区HP



お問合せ 練馬区教育委員会事務局 こども家庭部 こども施策企画課

☎ 03-5984-1306



KODOMOSISAKU@city.nerima.tokyo.jp