

参加  
無料

令和8年度

パパが笑顔に！！  
ママも笑顔に！！

託児  
あり

まつさか

# スマイルパパ講座



## ○講演会

### 第1回

7月11日（土）13：30～14：45

パパの育児が世界を救う?!  
～愛されパパになるために～

### 場所

健康センターはるる 3F健康増進室

大阪教育大学教授/NPO法人

ファザーリング・ジャパン顧問 **小崎 恭弘 氏**

### 講師

兵庫県西宮市の男性保育士として施設・保育所に12年勤務。三人の男の子それぞれに育児休暇を取得。父親の育児、ワークライフバランス、子育て支援、保育研修等で、全国で年間60本程度講演会等を行う。これまで2000回の公演実績を持つ。NHKすくすく子育て、視点・論点、たすけて極めびと、ビビット、あさイチ等出演

### 定員

講演会 20名程度（手話通訳あり、応募者多数の場合は抽選）  
スマイルパパ講座 20名程度

※どちらもパパのみ、もしくはパパとママで一緒に参加できます！！



## ☆募集対象者

松阪市内在住の18歳以上の男性で全4回の講座に参加でき、未就学児のこどもを養育する父親、またはこどもを養育する予定がある父親20名とその家族（応募多数の場合は抽選）

全4回の詳細は裏面へ

## ☆スマイルパパとは

子育て中のパパ、これからパパになる方を対象に、家事や育児を勉強したり、パパ友作りをしていただくための講座を開催します。同時に、ママを対象としてお菓子作りなど、ママ友作りができる講座も開催します。講座を修了された方を松阪市長が「まつさかスマイルパパ」として認定します。

# 日程・講座内容



場所：健康センターはるる

## 《第1回》

7月11日（土）13：30～14：45

<パパママ合同講座>

講演

『パパの育児が世界を救う?!  
～愛されパパになるために～』

【講師】大阪教育大学教授/  
NPO法人ファザーリング・ジャパン顧問  
小崎 恭弘 氏

<講師とのグループワーク>

15：00～16：00

※講座受講者のみ

## 《第2回》

8月8日（土）14：00～16：00

<パパ講座>

『イクメンの星が伝える！寝かしつけの  
極意とパパママの質のいい睡眠術』

【講師】日本人男性初IPHI乳幼児睡眠コンサルタント/  
厚生労働省認定『2020イクメンの星』/  
NPO法人育Qひろば代表  
伊藤 翼 氏

<ママ講座>

『おうちで作れる！お菓子づくり講座』

【講師】社会福祉法人まつさか福祉会  
就労継続支援B型事業所 お菓子工房M

## 《第3回》

9月19日（土）10：00～13：00

<パパ講座>

『家族が喜ぶ簡単パパのクッキング』

【講師】馬場 啓子 氏、森田 みゆき 氏  
三重県地域活動栄養士連絡協議会 松阪支部  
※パパの作った料理をママと一緒に  
食べていただきます。

<ママ講座>

『バランスボールエクササイズ  
～笑って弾んでリフレッシュ～』

【講師】バランスボールインストラクター/  
理学療法士 河村 美寿季 氏

## 《第4回》

10月10日（土）13：30～15：00

<パパママ合同講座>

講演

『笑っている家庭でこどもは育つ～「生きる力」  
を育む夫婦コミュニケーション～』

【講師】マジックパパ代表/  
NPO法人ファザーリング・ジャパン関西  
和田 のりあき 氏

<まつさかスマイルパパ認定式>

15：05～16：00

## 申し込み・問い合わせ

WEBまたはお電話で  
お申し込みください。

☎ 0598-20-8087

こども家庭センター／子育て応援係  
松阪市春日町一丁目19番地（健康センターはるる内）

☒ kod.katei.c@city.matsusaka.mie.jp

FAX:0598-26-0201

申込期間：令和8年5月11日（月）～6月30日（火）



## 注意事項

- ・全ての講座で無料託児を行います。  
（対象：満6ヶ月～未就学児程度）  
希望される方は、申し込み時にお申し  
出ください。
- ・手話通訳等が必要な場合、お申し  
込み時にお申し出ください。
- ・ママ講座のみを受講することはでき  
ません。

