

パパになったんだと実感した瞬間～Club I am a Fatherのメンバーより～

- パパになったんだと一番実感したのは、お店でベビーカーを押していたときに「お父さん」と店員さんから話しかけられたときです。それまで他人から「お父さん」と呼ばれたことがなかったので、「ああ、僕もパパなんだなあ」と感動しました。
- 生まれた瞬間よりも、生まれてからの手続きで書類を提出したり妻の子育てを手伝ったりしているときに徐々に実感が湧いてきました。
- 立ち会い出産で、妻より先に子どもを抱かせてもらいました。その重みが命の重みに感じられ、パパになったんだと思いました。



「ママカフェこのゆびとまれ！」を開催します



日 時：11/15(土) 10:00～15:30
 場 所：岩国市総合体育館(岩国市平田1-40-1)
 事前予約：10/15(水)より事前予約開始します。申込先は「いわくに市民活動支援センター」です。
 内 容：リトミック英会話、はいはいよちよちレース、ベビーマッサージ、親子ヨガ、ベビードダンスなど。
 「イクメンパパの講演会」(講師：PaPaLife 研究所 北佳弘)もあります。
 TEL：0827-44-0288 (いわくに市民活動支援センター)
 E-mail：shien@sky.icn-tv.ne.jp
 HP：http://www.iwakuni-shien-center.com/



ベビーマッサージの方法も教えます

※このチラシは昨年のもので

Funパパの 教えてヨシ.さん!!

Q 子どもを寝かしつけるのに苦労しています。ママだと添い乳ができるのですが、男性にはできません。私は仕方なくドライブに連れていくという方法を取っています。車の揺れの気持ち良さから、子どもはちゃんと眠ってくれるのですが…私も翌日仕事があるので、遅い時間になるとなかなか難しくなります。何か良い方法はないでしょうか。



A 寝かしつけが大変なのは今だけ！夫婦で一番良い方法を考えましょう。

寝かせるときに「ママは添い乳」「パパはドライブ」と決めてしまわないことが大切です。確かにその方法はすぐ寝てくれるのですが、子どもにとってはそれが癖になってしまい、ほかの方法では眠れなくなってしまうかもしれません。歌いながら子どもをやさしく揺らすなど、夫婦がどちらでもできる方法を模索してみましょう。

昼間はしっかり遊ばせて、夜には早めにご飯を食べさせお風呂に入れることも大切です。生活のリズムをしっかりと整えましょう。また、眠る時間にはテレビなどの雑音を消すことも重要です。

わが家の長男は1歳半ごろまでリズム抱っこを50分くらい寝かしつけることが続きましたが、今では兄弟で勝手に寝てくれます。「寝かしつけは一生続くものではない！」と心に言い聞かせ、この時期を夫婦で乗り切りましょう。



北佳弘さん
 2009年から専業主夫の3児のパパ。ファザリング・ジャパン中国副代表理事を務め、2012年に「PaPaLife 研究所」を開業。「専業主夫」という新しい生活スタイルにより気付いた、育児の「喜び」「感動」「難しさ」などを、新しい視点で伝える父親支援活動を行っています。講演会や講座を通じ、男性の育児・家事参画を応援します。

PaPaLife 研究所 http://papalife.jp パパサークルHP http://papalife.jp/papacircle.html
 ヨシ.さんブログ http://ameblo.jp/shuhupapa

第八回 主夫ヨシ.さんの

PaPaLife!!

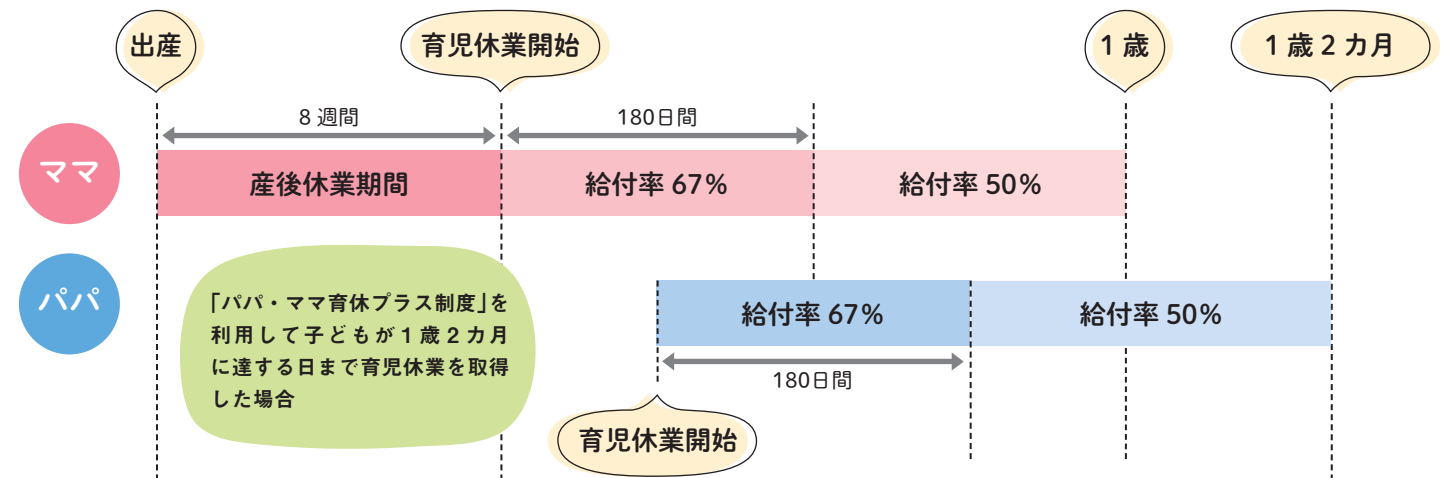
「PaPaLife!!」の始まり

「育児に参画することで、パートナーシップを深めよう」

子どもが生まれたとき、パパとしてどのようなことをすれば良いのでしょうか。実は、子どもが生まれることは、ママとの関係(パートナーシップ)を深めるきっかけになります。子どもは、生後数カ月の間は反応が少なく、泣いているか

寝ているかがほとんどです。一緒に遊ぶというよりお世話が中心になりますし、生活も不規則になりがち。ちょっとした時期かもしれませんが、この期間にしっかりママのサポートをしてあげましょう。

「育児休業を取得してみよう！」

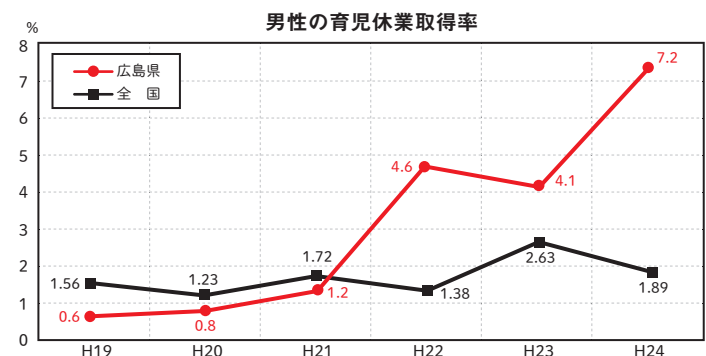


乳幼児期の子どもは吸収が早く、体も心も急成長しています。そんな子どもの成長や変化を間近で見ると、また、育児に追われるママの手伝いをするために、思い切って育児休業を取得するのも良いでしょう。

今年4月から、育児休業給付金の支給率が引き上げられ、育児休業を開始してからの180日間の給付率が50%から67%になりました。

また、広島県の育児休暇取得率は、全国を大幅に上回っています。「職場に理解してもらえるか」「仕事の引き継ぎはうまくいくか」などさまざまな心配があると思いますので、妊娠が分かったら早めに職場に相談を。

金銭面の問題もあると思うので、前々から備えておくの良いでしょう。



実際に育児休暇を取ったパパより

1年間育児休業を取得しました。家族の3食はもちろん、仕事に行く妻の弁当も毎日作っていました。ほとんど毎日子どもとお出かけをし、家族の絆を深めることができたと思います。また、会社以外の人とのつながりが持てるようになったのも良かったと思います。