



パパ育児のすすめ

★パパへの影響

- ・赤ちゃんの日々の成長を間近で感じられます。
- ・ママとのコミュニケーションが増え、信頼関係が深まります。
- ・視野が広がり、育児の自信と幸福度が上がります。

パパの積極的な子育ては
家族みんなに
良い影響があります



★ママへの影響

- ・育児の負担が軽くなり、不安が和らぎます。
- ・パパに相談ができ、孤独感を払拭できます。
- ・パパとの支え合いを実感し、信頼感が強まります。
- ・協力があれば仕事に復帰しやすくなります。

★お子さんへの影響

- ・パパとママの良い関係は、健全な発達・発育につながります。
- ・気持ちが安定し、自尊心や自己肯定感が育ちます。
- ・ママとの関わりや遊び方とは違った体験ができ、社会性が身につきます。

上手に育児ができるか心配なパパへ

パパもママも初めはうまくできなくて当然です。やりながら少しずつ学んでいきましょう。育児に関わりたいという気持ちをママに伝え、どのように協力していくのかを話し合ってみましょう。ママに気持ちを伝え合いながら子育てをすれば、家族の思い出も増えていきます。楽しいことも、大変なこともあります。時には弱音を言ったり、周囲の力を借りたりしても大丈夫です。子育てをとおして、家族の絆を深めていきましょう。

