

お父さん新聞!!

2025年11月発行
 子ども支援センターすてっぷ21・地域子育て支援センター
 問い合わせ 子ども支援センターすてっぷ21大和田 ☎047-411-6746

子ども支援センターすてっぷ21と地域子育て支援センターでは、お父さんの利用が増え、夫婦で利用する人やお父さんとお子さんで遊びに来て楽しんでいる姿も見られます。そこで遊びと交流の広場を利用しているお父さんたちに日頃の子育ての様子をアンケートで答えていただきました。お父さんの様々な子育てに関する思いや意見をご紹介します。

お子さんと日頃どんな遊びをしていますか？

室内遊びベスト3

- 1位 絵本の読み聞かせ
- 2位 ふれあい遊び
- 3位 電車や車の玩具で遊ぶ



戸外遊びベスト3

- 1位 公園へ遊びに行く
- 2位 近隣を散歩する
- 3位 レジャー施設に遊びに行く



保育士のおすすめ絵本

- ・おとうさんあそぼう
わたなべしげお/ぶん おおともやすお/え 副音館書店
- ・わにわにのおふろ
小風さち/ぶん 山口マオ/え 副音館書店
- ・おふろだ、おふろだ！
わたなべしげお/ぶん おおともやすお/え 副音館書店
- ・パンダのんびりたいそう
いりやまさとし/作 講談社



など

おでかけする時の持ち物

- ・おむつ
- ・おしり拭き
- ・着替え
- ・タオル
- ・ビニール袋(汚れものを入れる用)
- ・ミルクや哺乳瓶
- ・お気に入りの絵本やおもちゃ



など

こどもはお父さん、お母さんと一緒に遊ぶのが大好きです。こどもと一緒に楽しめる遊びを発見したり、お父さん自身もお子さんとの触れ合いを楽しんでください。

お父さんが普段よくやっている家事・育児ランキング

家事ベスト3

- 1位 料理
- 2位 掃除
- 3位 食器洗い



育児ベスト3

- 1位 入浴
- 2位 寝かしつけ
- 3位 食事を食べさせる



〈その他の意見〉

- ・平日はなかなか育児に時間を取れないが、休日にたくさん関わりを持っている。
- ・どちらかが家事をしている間、もう片方がこどもを見ている。
- ・得意不得意があるのでお互い補い合いながら、出来る時にやれる人がやっている。


一人で頑張っていたらいつか限界が来てしまいます。パートナーと「おたがいさま」の気持ちで頼りあえる関係性ができるといいですね。お互い補い合いながら「ありがとう」の気持ちを忘れず、どちらかが負担にならないように夫婦で一緒に家事や育児分担を考えていきましょう。


お父さんたちはどんなことでリフレッシュしていますか？





お父さんから様々なリフレッシュ方法を教えていただきました。親が楽しんでいるとお子さんも楽しくなります。時にはリフレッシュしながら、笑顔いっぱいな日々が送れることを願っています。


お子さんと過ごして困った事について


 こどもが泣いている時の対応に困ったが、泣き止まなくてもこどもが落ち着くまで待つようにした。

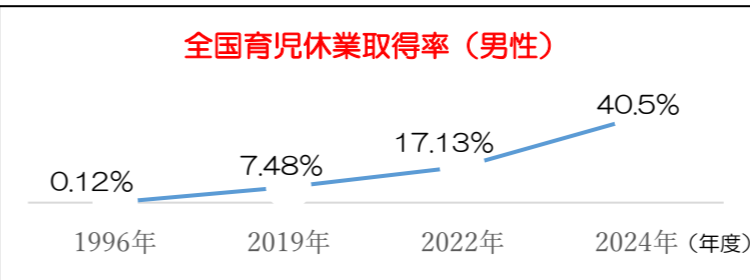
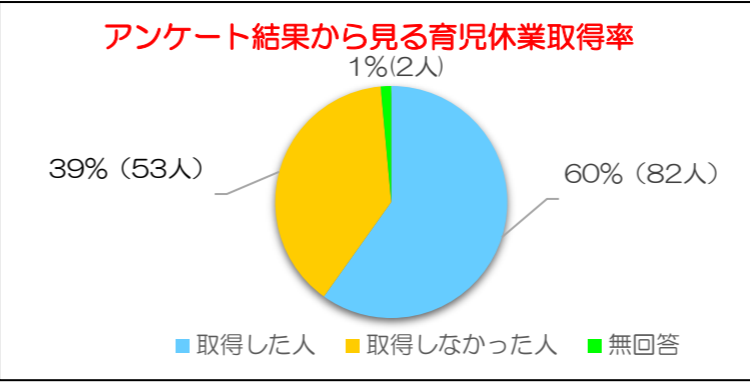
 入浴を嫌がる事もあったが、寒い時期だったので、浴室が寒くないよう気を付けた。

 触ってほしくないもの、危険なものに手を出すようになり、危険なものは手の届かない所に置いたり、思い切って捨てたりするなど対策を行った。

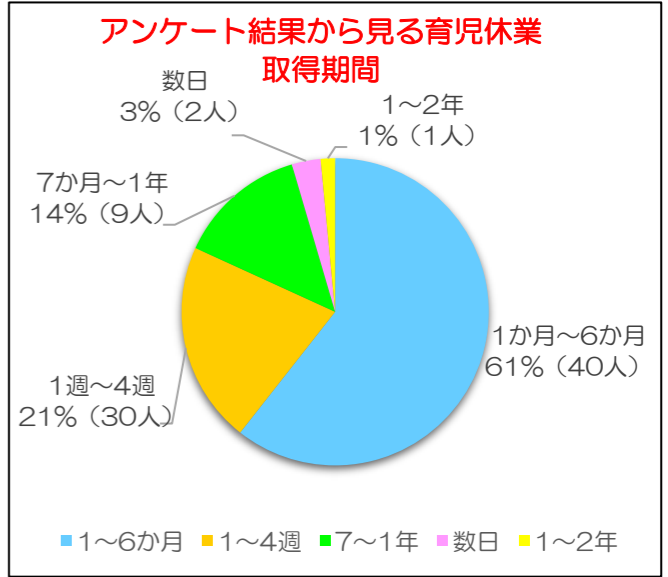
 こどもが母親ではないと受け入れてくれない時期があったが、めげずに頑張っておともとコミュニケーションをとっていった。

 断乳をしようとしていた時に、父親が夜泣きの対応をして睡眠不足にはなったが、夫婦で協力して断乳することができた。

 イヤイヤ期で何でも自分でやりたがり、思うようにことが進まなかった。こどもの気持ちに寄り添って見守っていった。



＜厚生労働省令和6年度雇用均等基本調査より＞



子育てで困った時は…

子ども支援センターすてっぷ21と地域子育て支援センターで子育てアドバイザー（保育士）や同じ子育て中の利用者に相談してみませんか？悩みは様々ですが、同じように悩んでいる人もいて共感できる場所も多いものです。こんなこと聞いてしまっているの？と思うこともあるかもしれませんが、もちろん大丈夫です。子育てに正解はないので、みんなの工夫やヒントを得ながら、解決策を見つけられるとよいですね。

これからお父さんになる人へ応援メッセージ

手伝うではなく、一緒にという気持ちが大切。わからないことだらけですが、夫婦で助け合っていけばきっと乗り越えられるはず。

何でも頑張りすぎると精神的に弱ってしまうので、身近に話せる人を作ると良いと思います。

責任は生まれますが、自分も楽しめることが良い家庭づくりに繋がると思います。一緒に楽しんで子育てしていきましょう。

こどもたちは本当にかわいいです。色々な価値観、優先順位が変わって戸惑う事もありますが、それ以上にこどもたちが与えてくれるものが大きいです。

大変なことがたくさんあると思いますが、「なんとかなる」この言葉につきます。色々な壁があると思いますが、楽しんで乗り越えていきましょう。

いざ自分が子育てをする当事者になると本当に大変なこともあり、人生が180度変わります。何が正解か分かりませんが、夫婦でよくコミュニケーションをとって子育ての道中を楽しんで欲しいと思います。

毎日こどもと接していると、ちょっとした成長に気付くことができると思います。そのちょっとした成長は、今しか見られない貴重な瞬間なので見逃さないようにしてください。

仕事が忙しくこどもと過ごす時間が短くても、自分の無理のない範囲で楽しく愛情を持ってこどもと関わるだけで、仕事から帰ってきた時こどもが笑顔で抱きついてきてくれる。何もしなかったら得られなかった幸せを私は今、楽しむことができています。仕事で疲れたら何もしたくないかもしれないけれど、おむつとミルクと抱っこ、これだけでもやってみて。こどもの笑顔が世界で一番！

〈育児休業を取得して感じたこと〉


- ・初めての育児を夫婦で一緒に経験ができて良かった。
- ・思ったより寝る時間と自分の時間がなかった。
- ・次回はもっと長期間取得したい。
- ・職場の理解がないと取得しづらいと感じた。
- ・世の母親の偉大さを痛感させられたと同時に、息子への愛情は一層強くなった。
- ・第一子だったこともあり、妊娠出産の大変さ、無事に産まれて来てくれたこと、産んでくれたことへの感謝、日々のこどもの成長、これらの多くのことを育児休業を取得したことでリアルタイムに妻と分かち合うことができ良かった。
- ・育児休業を取得はしなかったが、朝から晩までこどもの面倒を見るのは大変なことだと実感している。取れるのであれば取って協力したい。
- ・育休期間中に妻が家族のことを心から考えていることに気づき、リスペクトの気持ちを強く持つようになりました。自分も家族のことを今まで以上に大切にしたいと思うようになり、家族が喜ぶことを自然とやりたくなるが増えたように思います。私はつい仕事のことはばかり考えてしまうタイプでしたが、心にゆとりをもって過ごすようにしたら仕事のパフォーマンスも良くなり育休を取得して本当に良かったです。



育児休業とは？

育児休業とは、原則1歳未満のこどもを養育するための休業で、育児・介護休業法という法律に定められています。育児休業の申し出は、それにより一定期間労働者の労務提供義務を消滅させる意思表示です。もし、お勤め先の就業規則に育児休業に関する規定がなくても、法律に基づき育児休業を取得することができますので、制度を確認して自身の家庭にあった育児休業の取り方について考えてみましょう。

編集後記・・・

アンケートにご協力いただいた137名のお父さん、貴重なご意見をありがとうございました。 これからお父さんになる人や子育て中のお父さんにとっての応援メッセージとしてお伝えできたらと思い新聞を作成しました。夫婦で笑い合い、会話をしながらアンケートを記入している姿や、記入後にお父さんの想いをじっくりと読まれているお母さんもいらっしゃいました。お父さんに向けた新聞ではありますが、ぜひお母さんにもこの新聞を見ていただき、夫婦で子育てを楽しむきっかけづくりやヒントになればと思います。