

# パパのステップアップ

「パパトーク」では、それぞれの家庭の状況に合わせて、さまざまな工夫をしているようすがよく分かりましたね。

どんな工夫が効果的なのかは、家庭によってまちまちですが、大切なのは、そのことを**パートナーとしっかり話し合う**こと。

そのうえで、パパとママの意識ギャップをなくし、楽しみながら子育てできるヒントとして、「10か条」をご用意しました。

**できることから実践**してみてくださいね。



# 10か条

- 1 何よりもまずコミュニケーション!**  
⇒夫婦とて所詮は他人。きちんと言葉で伝え合いましょう。
- 2 普段からわが子のことをよく見るべし!**  
⇒子育てマニュアルよりも、目の前の子どもをよく見ましょう。
- 3 子ども親も「十人十色」…皆違って当たり前!**  
⇒子ども親も他人と比べない。違うからこそ大切な存在なのです。
- 4 わが子のためにもママのケアを優先すべし!**  
⇒ママが笑顔でいてくれれば、子どももパパも笑顔になります。
- 5 男は黙って家事・育児!**  
⇒ママはちゃんと見てくれます。「やってますアピール」はNGです。
- 6 わが家ではパパも「主人公」になるべし!**  
⇒「手伝おうか」は最悪のNGワード。主体性を持ちましょう。
- 7 子育ては期間限定! 「今」を大切にすべし!**  
⇒先輩パパは「子育てはあっという間だった」と口を揃えます。
- 8 何はななくともパパ友づくり!**  
⇒パパ同士がつながると子どもにもママにも好影響が及びます。
- 9 子育てを通じて「地域デビュー」すべし!**  
⇒次の世代のために、より良い地域にしていきましょう。
- 10 良いパパよりも笑っているパパになるべし!**  
⇒ちゃんとやろうと構えずに、自分らしく楽しみましょう。