

子育てパパの新たな可能性

令和元年度 第5回
最優秀賞

我が家のパパ

ワークライフバランスの見直し！

仕事のやりがい

家庭での時間の確保

夫婦で子育てしやすい環境

を考慮した結果…

思い切って転職を決意

子育ての基盤を確立することができた

仕事のやりがいUP！
残業なし！
安心して出産に臨める環境！
(住まいが妻の実家の近く)

様々な葛藤があったが、今では毎日子どもたちの幸せそうな顔を見るたびに喜びを感じている



子どもたちと…

市内や県内の公園に行き、全力で遊んだり、児童館などで大型絵本を広げて読み聞かせをしたりしている

子どもたちができるだけ自然と触れ合い、五感を使って遊べるように心がけている



パパが日ごろ行っている家事・育児

- おむつ交換
- ミルクや離乳食をあげる
- 料理
- お風呂
- 掃除洗濯
- 絵本等の読み聞かせ
- 妻の相談相手
- 勉強やマナーを教える
- 屋内遊び
- 屋外の遊びやスポーツ
- 自然体験
- 子どもの相談相手
- 名もなき家事

こんなことしています！



● 間接的育児という考え方

「育児」には直接的な育児のほかに、掃除・洗濯・料理などの**間接的な育児**もあると考えている。積極的に「間接的な育児」をすることで、育休中の妻の負担を軽減し、妻や子どものために働きかけていることに繋がる。また、お互いの得手不得手も考慮し、夫婦一体となって家事の効率化・時短化に努めている。

● 名もなき家事

翌日の子どもの登園準備、洗剤やハンドソープの補充、スプレー缶や段ボールの廃棄、散らかしっぱなしのおもちゃの片づけなど、「**名もなき家事**」も積極的に行うようにしている。また、家事をしてくれた側に「ありがとう」と声を掛け合い、感謝を忘れないようにしている。



● 意識的に息抜き

子育てには休みが無く、ストレスが溜まってしまいうこともある。日々夫婦間でしっかりとコミュニケーションをとり、互いにストレスや疲労を溜めすぎないように気を配っている。



子育てに取り組むパパの願い

日々のお仕事で忙しいお父さん方に「間接的育児」の考え方もあることを知ってほしいと思いました。

子どもと直接触れ合い、身の回りのお世話することだけでなく、家族を想い家事をすることで、家族を想う「イクメン」になることができると思っています。

子育てに一生懸命でその状態が当たり前の「父親」像が広まり「イクメン」という言葉が自然と無くなることを願っています。

