



## ☆子育て支援センターってどんなところ？

0歳から3歳までの乳幼児およびその保護者が利用できる施設です。



妊娠・出産・産後の  
ことを知りたい

子育て中の方と  
出会いたい

あそび場の  
情報が知りたい

離乳食や授乳、子育ての  
相談をしたい

病院へ行くほどではない  
けれど、誰か育児に  
詳しい人に聞いてみたい

相談ごと・情報収集・友達づくりなどに活用してください。手遊びの時間や誕生会、季節の行事も行っています。(感染症拡大防止のため中止になっています)

今年度は、コロナ禍ということでパパの力を発揮されたお産になっていると思います。

**先輩パパさんから新米パパさんに向けてのアドバイス**を紹介したいと思います。

## Q 出産前と出産後はどんなことを心がけましたか？

- A
- ・ 出産前は、ママの体調がすぐれない時積極的に家事を行った
  - ・ 出産後は、二人の大切な赤ちゃんを産んでくれてありがとうと感謝の気持ちを伝えた
  - ・ 役割分担を決めた…パパがおむつ替え、お風呂に入れる、洗濯等
  - ・ 赤ちゃんのお世話をしている時(お互いがしている時も)携帯を触らないことにした
  - ・ 時々ママにひとりの時間を作り、好きなことをしてもらった

あかちゃんの成長と  
同じで、少しずつパパ・ママ  
になっていくからね

## 先輩パパさんより新米ママさんに一言！

- ・ よかれと思ってやったことに文句を言わないでほしいな
- ・ 言わなくてもわかって…ではなく、お互いに1つ1つ言葉にした方がいいと思うよ
- ・ はっきりと指示をしたり、ありがとうと言ってくれるとやる気がUPするよ



上記したのは、1つの例です。正解はないので夫婦で話し合うきっかけにしてください。

**子育ては、手伝うのではなく一緒にやるという気持ち**が大切です。ママのがんばり  
パパのがんばりをお互い認め合って、心地良く協力できる方法を見つけして下さい。



問い合わせ 子育て支援センター

ソレ 0493-23-2231

マーレ 0493-35-3521



HPにVol.1・2・3があります。  
そちらも読んでみてください。

