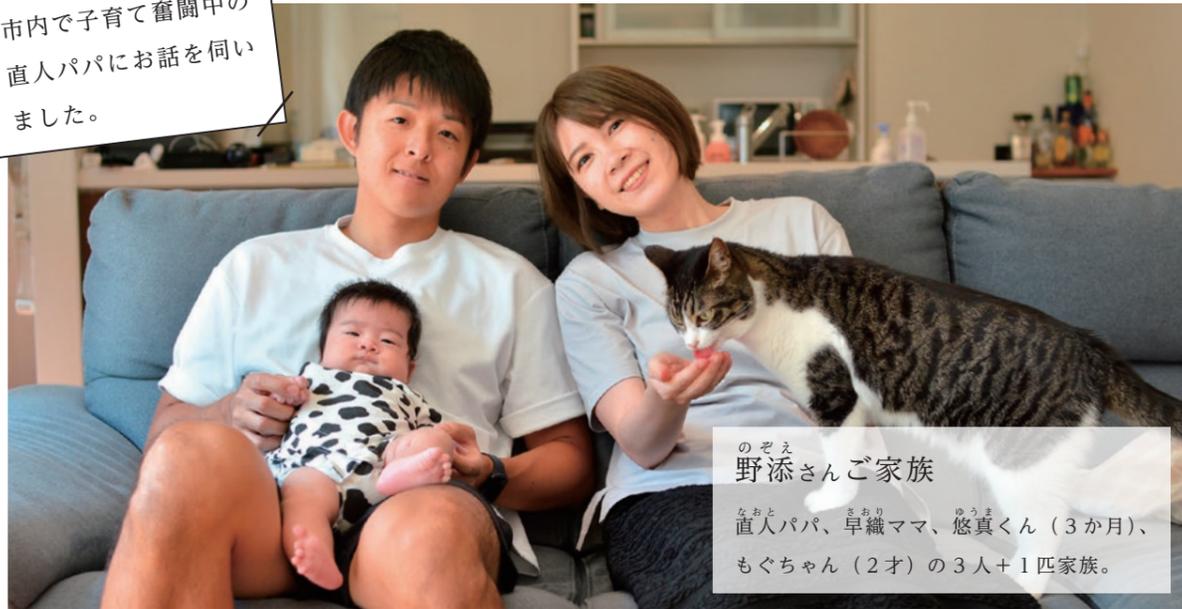


あなたの「子育て」教えてくださる。

市内で子育て奮闘中の
直人パパにお話を伺い
ました。



のぞえ
野添さんご家族
直人パパ、早織ママ、悠真くん（3か月）、
もぐちゃん（2才）の3人+1匹家族。

Q どのように子育てに関わっていますか？
家事ごとに明確な役割を決めていません。例えば「今日はママがお風呂に入れてくれるから、パパが料理を担当しよう」など、役割を決めないのが野添家のやり方ですね。「パパじゃないとできない」「ママじゃないとできない」ということは無いかな、と思います。

Q 子育てで大変なことは？
子育てが初めてということもありますが、仕事と違って、子どもの機嫌や体調によって思ったようにいかないのが大変です。「ミルクが飲みたくて泣いてるのかな」と思ってミルクを作ってもイヤイヤしちゃうとか。何で泣いているのかがなかなか分からないことがあるので、まだまだ勉強することは多いです。



早織ママに聞きました！

パパがしてくれて
嬉しかったこと

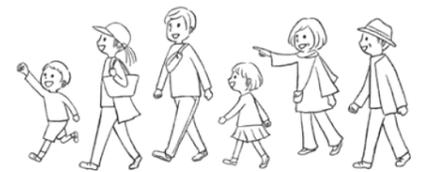


「私にしかできないこと」が無いように取り組んでくれたことが嬉しかったです。産院に入院している間、ほぼ毎日面会に来てくれていたのですが、おむつの替え方やミルクの作り方など、積極的に助産師さんに聞いてくれていました。私もママになったばかりで、子育てについての知識や自信も無い状態だったので、助産師さんに聞いてくれたことで私も安心しました。

Q 子育てで嬉しいことは？
子どもの日々の成長を感じることでですね。蹴る力が強くなってきたり、パパの顔を見て笑うようになってくれたり、できることが毎日増えているので、それがこれからもっと増えていくと思うと楽しみです。



Q 疲れたときは、どのようにリフレッシュしていますか？
夫婦どちらかが疲れたときは「今日は1日外出してきていいよ」などお互いに気を遣ってあげて、できるだけ休める時間を作ることを大切にしています。家事ごとに役割を決めていないおかげで、どち



家族みんなで楽しめる！



YAWARA 福岡堰さくら公園 (北山2633-7)

県内有数の桜の名所として有名な公園で、敷地面積は約2.7ha。公園内は芝生が植えられているので、レジャーシートを広げてくつろぐことができます。また、ジャブジャブ池などの水遊びエリアと大型複合遊具があるので、家族みんなで楽しめます。



らかがいなくても安心して子育てできています。

Q つくばみらい市の子育てイベントに参加したことはありますか？

出産前に「プレママ・プレパパレッスン」や「パパ向けマタニティ教室ハローベビー」に参加しました。同じ年代の方と悩みを共有できて安心できました。今度は「フレー！フレー！パパひろば」に参加して、パパ友のようなつながりができると嬉しいです。子育て支援室のイベントは、妻が「まるっと！子育て応援ナビ」でチェックしています。楽しそうなイベントがあると、「今度これに行ってみようよ」とよく誘われます。

Q お子さんが生まれて感じた大きな変化はありますか？



生活リズムの変化ですね。子どもの生活リズムに合うようになり、夜更かしすることが無くなり、朝型の生活に変わりました。おかげで少し健康になったような気がします。

Q 家族でよく出かける場所がありますか？

近くの公園に散歩に行くことが多いですね。一昨年に都内から引っ越してきて、公園の広さにまずびっくりしました。先日は「YAWARA 福岡堰さくら公園」に遊びに行きましたが、水遊

びをしたり、広い芝生でお昼ごはんを食べたり、楽しい時間が過ごせました。春になって桜が咲いたら、また家族で遊びに行きたいです。

Q 子育てで大切だと思うことは何ですか？

子育ては「子どもに対するコミュニケーション」だけではないというのは日々感じています。例えば「今ちょっと疲れているかな」と、相手の気持ちを感じ取ってケアしてあげるような、子育てを通じた「夫婦のコミュニケーション」も大切だと思います。



妊娠期から出産、子育て期まで
これ1冊で安心！

子育てハンドブック

あなたの子育てをサポートする市の取り組みや施設の紹介など、つくばみらい市で安心して子育てができるさまざまな情報を掲載しています。妊娠届出書の提出時に母子健康手帳と一緒にお渡ししているほか、中学3年生までのお子さんのいる世帯には転入時にお渡ししています。市ホームページでも読むことができますので、ぜひご覧ください。

