

# 子育ては家族みんなあで!

## 育児編

育児に積極的に参加するイクメンは、すっかりお馴染みになりました。ぜひ、男性ならではのスキンシップで、パパの存在をしっかりPRして!子どももパパと過ごすのが大好きです。



井上 琢己さん (アナウンサー)  
真由美さん (子育てサークル主宰)

夫婦で情報を共有する事を大切にしています。いつでも、夫婦の思いを共有、共感できるよう、話をする時間を作っています。子どもの事は勿論、子育てや自分達のことを話し合える関係づくりをしています。



### 読み聞かせにトライ!

絵本の読み聞かせは、心の成長に良い効果を与えるだけでなく、親子の絆が増すなど良いことづくめ。さらに、子どもにとっては、男性の声は新鮮に聞こえて、よりワクワクするそう。ママが読むより想像力が掻き立てられるのかもしれない。



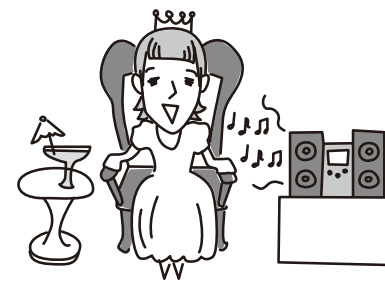
### 遊び始めたら、しっかりと遊びきろう。

子どもにとって、パパにしかできない、少し激しい遊びは、楽しくてたまりません。また、パパの言うことを聞いてうまくできるようになったという経験はとても貴重なこと。何度もせがまれて疲れてもグツと我慢。一度始めたら真剣に遊びきってあげましょう。



### さりげない心遣いでバックアップ!

育児は「24時間」気が抜けないもの。ママが息抜きできる意味でも、子どもと買い物にかけたり、残っている家事を終わらせたりなど、さりげない心遣いでバックアップ。「一人でホッとできる時間」ができると、ママは精神的に、とてもラクになります。



### コラム パートナーをイクメンにする5か条

1. 格好(服や道具)から入る
2. 何をしたら良いか具体的な指示を出す
3. とにかくほめる
4. やってくれたらよしとする
5. 家事もゲーム感覚にする

