

第8回 <父親(パートナー)の育児vol. 8>シリーズ「父としてできること」⑥最終回

さて、本メルマガも、いよいよ今回が**最終回**となります！
第8回の配信も引き続き、令和3年度厚生労働省委託事業「イクメンプロジェクト」で作成された
[『父親の仕事と育児両立読本～ワーク・ライフ・バランスガイド～\(令和3年度版\)』](#)より
「子育て期」にフォーカスした内容をご紹介します。

子育て期の中でも赤ちゃんが生まれてから就学までを全3回に分けてお送りしており、
今回はその最終回として、“**父としてできること-子育て開始！ part3-**”をお送りします。

先輩パパの声や、読本に掲載されている制度など、ためになる内容ばかりで配信では伝えきれておりません！
ぜひこの機会にダウンロードしていただき、隅から隅まで読み込んで、ご自身の育児に活かしてくださいね。

<<健やか親子21事務局 父親(パートナー)の育児メルマガ Vol.8最終回>>
~~シリーズ父としてできること⑥~~

◆子育て開始！ part3 1歳から小学校就学まで

【父の心得その五:子どもの体と心の健やかな発達をサポートしよう！】 (読本60p～)

体の成長とともに、自意識や自立心も育ち始めます。
子どもとたくさん遊んだり、話をしながら、社会性や正しい生活習慣も育てていきましょう。

●1～2歳の子どものために

- ・子どもの事故を防止する対応策をとろう。
- ・外遊びや体を使った遊びの相手を引き受けよう。
- ・成長に差が出やすい時期なので、離乳、言葉、トイレトレーニングなど他の子と比べない。
- ・子どもの好奇心や自立心を尊重した対応を。

●3～6歳の子どものために

- ・健診や予防接種、けがや病気などに対応する時間を作ろう。
→(読本66p「子どもの通院にそなえよう」をチェック！)
- ・保育所、幼稚園行事、保護者会活動などできるだけ参加しよう。
- ・妻と一緒に子どものしつけについて考え、正しい生活習慣が身につくようにしよう。
- ・父親・母親それぞれの持ち味に応じて、遊びやしつけを分担しよう。

●就学期の子どものために

- ・学校や放課後児童クラブなどの行事にできるだけ参加しよう。
- ・PTA活動、放課後児童クラブの保護者会活動、地域の子ども会活動などに、妻と分担して対応しよう。
- ・子どもの話をよく聞こう。
- ・子どもの勉強を見てあげよう。
- ・塾や習い事などは、子どもの気持ちや個性をよく考え、妻と相談して決めよう。

★育児休業後は、仕事の進め方や時間管理も工夫しよう★

よりよいワーク・ライフ・バランスのために「先輩パパ」たちが実践している調整術をまとめました。

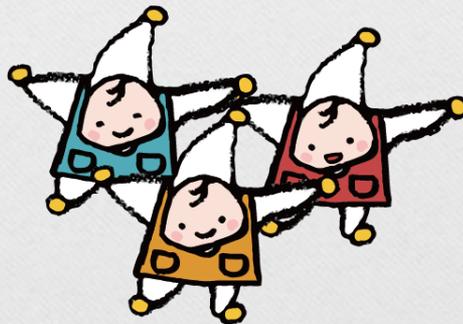
- ・段取り、スケジュールリング、優先度を細かく考える
- ・前倒しを意識し、時間当たりの生産性を高める
- ・仕事と家庭のすべてを計画の中に組み込む
- ・情報共有し、任せるべきことは任せる
- ・朝と夜のメリハリをつける

それぞれの詳細は、読本の63ページをご確認ください!!!

★覗いてみよう！参考サイト

内閣府 仕事と生活の調和推進室(カエル！ジャパン)

<http://wwwa.cao.go.jp/wlb/index.html>



◆今回の情報元について

『父親の仕事と育児両立読本～ワーク・ライフ・バランス ガイド～』は下記よりご確認ください。

<https://ikumen-project.mhlw.go.jp/library/download/wlb/>

是非ご所属の組織、機関等において、幅ひろく共有いただけますよう宜しくお願いいたします。
人事部を通じて組織全体に転送いただく等、より多くの方に届けていただければ幸いです。

さて、今回をもって、【健やか親子21事務局】父親の育児に関するメールマガジンは終了となります。

全8回、お付き合いいただきありがとうございました。

すでに父親の方、これから父親になる方、そういった方が身近にいる方々に、少しでも役立つ情報がお届けできていれば幸いです。

今後とも、「健やか親子21」の推進にご支援賜りますようお願いいたします。

◆健やか親子21(第2次)公式ホームページ

<https://sukoyaka21.mhlw.go.jp/>

(監修: 健やか親子21 推進本部幹事会委員 足立 ソノコ)

第8回は、『父親の仕事と育児両立読本』より、
”子育て期”に父(パートナー)としてできることについて、情報配信させていただきました。
配信内容は、当時の最新情報に基づき推進本部幹事会委員の監修を受け、事務局にて作成したものです。