

# 五泉市の子育てパパ支援

～父親を楽しむことは人生を楽しむこと～





# コロナ禍の妊娠・出産・子育て事情



- ◎コロナ禍で社会全体が閉塞感に覆われている。そんな中で妊娠・出産・子育てを経験した皆さんは、ややもすると閉鎖的で孤独な育児に陥りやすい傾向がある。「ここ最近、家族以外の大人としゃべっていませんでした。」訪問に伺うとそんな言葉を耳にすることがよくある。
- ◎コロナの影響で、妊婦健診や出産にも立ち会えず、スマホの画面越しに生まれた赤ちゃんとご対面！という話も…。
- ◎人混みを避け、外出は極力控え、親子で外に出かける機会は少ない。家の中で親子で過ごす時間が増え、親も子も目に見えないストレスが蓄積されている。
- ◎子育ては父親（パートナー）と母親二人でするものである。が、産後の母親たちの話を聴いていると、母親に負担がかなり大きくなっているケースが多い。そのような現状や自分の気持ちをパートナーに伝えることができず、悩んだり夫婦関係がぎくしゃくしたりする家庭も見受けられる。

# 産後パパ育休 育児休業の分割取得

R4年10月～

## 産後パパ育休

赤ちゃんが生まれてから**8**週間以内に**4**週間まで取得可能  
分割して**2**回取得することもできる

## 育児休業の分割取得

**1**歳まで（最長**2**歳）に分割して**2**回取得可能



男女共同参画に関する市民意識調査

# 調査報告書



令和3年9月

# 家事などの分担

□ 主に夫 □ 夫婦が協力して ■ 主に妻 □ 家族が協力して ▨ 該当なし・わからない □ 無回答

(各 n=269)

問 あなたの家庭では、(ア)から(カ)までの家事などはどなたがされていますか？

「掃除」「洗濯」「食事の支度・後片付け」とも、『主に妻』が5割超え

「子どもの教育・世話」は『夫婦が協力して』『主に妻』がともに約3割、『主に夫』は0.7%！

(ア) 掃除

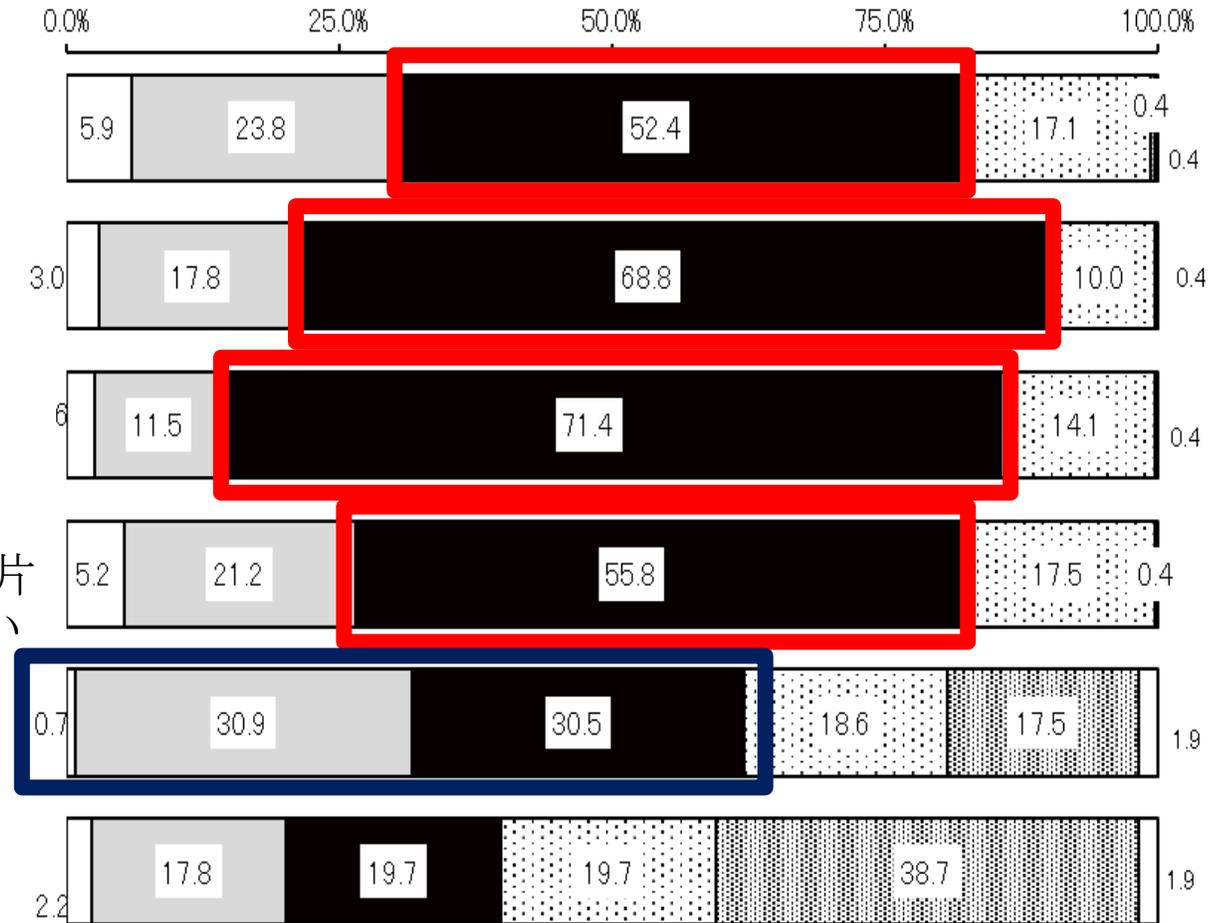
(イ) 洗濯

(ウ) 食事の支度

(エ) 食事の後片付け、食器洗い

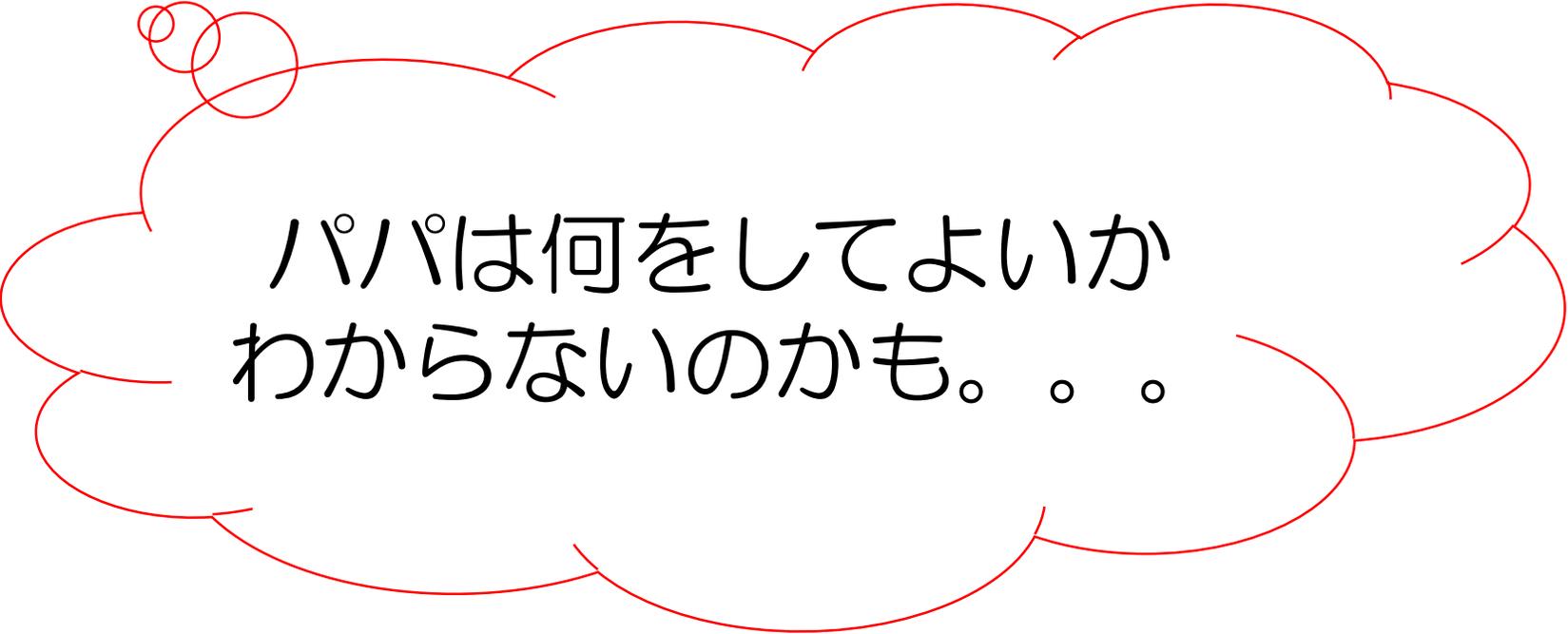
(オ) 子どもの世話・教育

(カ) 家族の介護・看護



## 【実際のママの声】

「パパに育休を取ってもらったけど、かえってイライラする」  
「育休取ったのに、何もしてくれなくて、結局全部ママ」



パパは何をしてよいか  
わからないのかも。。。

# パパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃん みんなで子育て！



令和4年度～ パパ・ママ支援を充実

特に、パパ（パートナー）支援を強化しました！

- マタニティセミナー → ウェルカムベビーレッスン
- 産婦新生児訪問指導 → 新生児パパママ訪問

その他、パパコトの配布、にこにこスクエアでの「パパの日」  
や「祖父母の日」の実施など



# ウェルカムベビーレッスン



これまでのマタニティセミナーを見直し、令和4年度から「ウェルカムベビーレッスン」として実施しています。

- ◎対象：妊婦さんとパートナー  
(もちろんどちらか一方のみの参加もOKです)
- ◎実施時期：偶数月に実施(年6コース)
- ◎内容：1コース2回で、2回とも夜間に開催  
先輩パパの講話、沐浴実習、妊婦体験など
- ◎費用：無料



# ウェルカムベビーレッスン



## 【パート1】

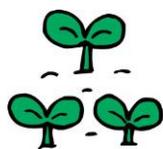
講話「父親であることは楽しい！」  
～仕事も育児も楽しむパパ～

講師は、子育て中のパパ。  
ご自身の体験談をお話していただいています。



## 参加者の感想

- ♥リアルなお話が聞けてよかったです。
- ♥パパと子どもとの時間が関係を築いていけるんだと思いました。
- ♥パパからの講話で、姿を想像できて、参考になりました。



# ウェルカムベビーレッスン



## 【パート2】

生まれてくる赤ちゃんとの生活をイメージできるよう、パパ、ママそれぞれにアンケートをご記入いただき、それらを基に2人で話し合ってもらいます。



パパ用アンケート ⇒

生まれてくる赤ちゃんとの生活をイメージしてみましょう

- すでに今している、または今後したい・できそうな家事や育児は何ですか？
- 出勤、帰宅の時間は何時ですか？ また、出張や単身赴任等で不在の時期はありますか？
- 産後パートナー以外でサポートしてもらえそうな人はいますか？
- マタニティブルー、産後うつを知っていますか？



# ウェルカムベビーレッスン



## 【パート2】

### 沐浴実習

頭がグラグラする新生児と同じくらい大きさの人形（沐浴人形）を使い、抱き方の練習や、沐浴の実習をします。

### 妊婦体験

8kgの重さの妊婦体験グッズを使い、パパが妊婦の大変さを体験します。



# ウェルカムベビーレッスン



【パート2】

沐浴実習

よいパパに  
なります！





# 新生児パパママ訪問



- ◎これまで「産婦・新生児訪問指導」を実施していましたが、令和4年度から母と子に父も加え、親子3人に助産師が「新生児パパママ訪問」を実施しています。（※パパは希望制）
- ◎対象：五泉市に住民票のある赤ちゃん、ママ、パパ
- ◎時期：生後28日以内
- ◎内容：赤ちゃんの体重測定、ママの産後の体調確認や心配事の相談、パパへの子育てアドバイス等
- ◎費用：無料

# 新生児パパママ訪問の実績

◎令和4年4月～10月までの新生児パパママ訪問数

**25件 / 100件**

なんと！4人に1人が  
パパ同席でした。

❖訪問100件中、25件が父親同席でした！（令和4年10月末現在）

《パパの感想》

☆助産師から、だっこのしかたやおむつ替えなどのやいかたのコツを聞いて、今までよりスムーズにできるようになりました。



## 助産師からパパへ伝授！子育て3か条



### ①産後のママのからだとこころについて知るべし👉

- 産後は1か月は母体の回復のために休養をとる大事な時期。産後うつも特別なことではありません。身近にいるパパの気づきが大事。

### ②育児・家事の分担を話し合うべし👉

- ママは赤ちゃんのお世話でめいっぱい！この機会に料理・洗濯・掃除にチャレンジしてみましよう。めざせ！家事の達人！

### ③きょうだいの遊び相手になるべし👉

- 赤ちゃんの誕生は、きょうだいにとって世界が一変する緊急事態！こんな時はパパの出番です。ママを休ませてあげる時間をつくってあげましよう。



## 新生児パパママ訪問のメリット



☆助産師の話が聴ける！知識が得られるチャンス！

…人生の中で、助産師と話ができる機会はそうそうない。  
よきアドバイスが得られる。

☆産後うつ予防・産後うつを早期発見できる！

…産後の女性のホルモンバランスの変化や産後うつについて知ること、早めに気づき相談できる。

☆子育てが楽しくなる！

…子育ては未知との遭遇の連続。楽しまなくちゃ損。  
子どもは人生を豊かにしてくれる。

☆父親の実感がじわじわ湧いてくる！



# 「五泉市は子育てパパを応援します」



- ♡ 妊娠届出時に「**パパコト**」(パパになるためにこれだけは知っておきたいコト) という冊子をプレゼントしています。妊娠・出産・産後のことがとてもわかりやすく書かれています。パパ必見！
- ♡ 妊娠中から相談できる「**にこにこスクエア**」は子育て応援基地！赤ちゃんやママの相談はもちろん、パパの相談もOKです。
- ❁ 父親を楽しむことは人生を楽しむこと！子育ての“楽しさ”をもっと感じてもらえるよう、今後もパパを応援します！！