

ママから見たママの素直なところを
書いてみましょう！
そして、ママに「こんなところがいいよ！」
と自慢しちゃうみましょう！

③ _____
② _____
① _____

☆ **ママの素直**  **ママ
← こと**

ママから見たママの素直なところを
書いてみましょう！
そして、ママに「こんなところがいいよ！」
と自慢しちゃうみましょう！

③ _____
② _____
① _____

☆ **ママの素直**  **ママ
← こと**

「ママが泣くとママも泣いてしまうから、ママを泣かさないようにしよう」
と、ママに「ママが泣いたら私も泣くから、ママを泣かさないようにしよう」
と、ママに「ママが泣いたら私も泣くから、ママを泣かさないようにしよう」
と、ママに「ママが泣いたら私も泣くから、ママを泣かさないようにしよう」

◎ **ママを泣かさないようにしよう**
ママが泣くとママも泣いてしまうから、ママを泣かさないようにしよう

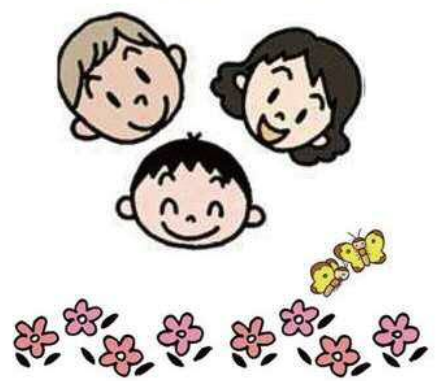
ママが泣くとママも泣いてしまうから、ママを泣かさないようにしよう
ママが泣くとママも泣いてしまうから、ママを泣かさないようにしよう
ママが泣くとママも泣いてしまうから、ママを泣かさないようにしよう

◎ **ママを泣かさないようにしよう**
ママが泣くとママも泣いてしまうから、ママを泣かさないようにしよう

ママを泣かさないようにしよう
ママを泣かさないようにしよう
ママを泣かさないようにしよう

「子育てを **もっと** 楽しもう！」

～パパの子育てリーフレット～



家のおきて

～子どもの幸せのために、我が家で大切にしたいこと～

◎どんな家庭にしたいですか？

家庭

◎そのためには、どんなことを大切にしたいですか？

を大切に！



これから、どんな家族になっていきたいですか？
夫婦で一緒に考えて、一緒に力を合わせて素敵な
ご家庭を年月をかけて、築いてください♪



いずれ子育てにもゴールがやってきます
育児とは・・・徒競走ではなく
二人三脚のエンジョイマラソンです
手を取り、歩幅を合わせて、
育児を楽しんでくださいね。

宮前区はママとパパの子育てを応援します委員会



メロー コスミン

やってみよう！
ステップ1

抱きしめることから はじめよう



育児とは…子どもを抱きしめその存在を受け入れることから始まる
産まれたばかりの赤ちゃんはとても繊細でか弱く、触れることを戸惑ってしまうように感じるかもしれませんが、**赤ちゃんは触れ合ったり、見つめ合ったりすることをいつでも求めています。**
それは大きくなって同じで、たくさん抱っこをすれば、「愛着関係」「安心感」「自己肯定感」「学びの力の基礎」など子どもに必要な多くのことを与えることができ、同時にパパの心を穏やかにしてくれる効果もあります。

◎初めは「ママがいの～！」になることも…

やっぱり お腹の中からずっと一緒のママがいののは当たり前のことです。でも ママもずっと抱っこしてられるわけではありません。だからこそ 初めは機嫌のいいときを見計らって少しずつ触れ合いましょう。

◎スマホは見ないで私をみて！

触れ合いは肌と肌だけでなく 目と目を合わせることもとても大切です。子どもはたくさんの「サイン」をパパに送っています。目を合わせてたくさん顔を見て子どもの「サイン」に応えてください。

やってみよう！
ステップ2

赤ちゃんはパパと たくさんお話がしたいの♪



1、赤ちゃんの「ことば」のマネっこあそび😊

子「あー」と言ったら、パパ：「あー。言えたね」※ことばに合わせて、ニコニコ笑顔がポイント！
子「パッパ」と言ったら、パパ：「パッパ!? そうだよ！ パパだよー」※「パ」だけでも、喜んでみましょう！
※同じ音に反応してくれるパパが面白く、繰り返してくれることでパパと遊ぶことが大好きになります。

2、赤ちゃんの動きを「ことば」で表現してあそぼう！

子：足をパタパタ・キック！ パパ「おっ！ 足パタパタ・キック強いね！」「足パタパタ楽しいね」「足動いたねー？」など
※足を動かしてあげたり、つつんしたり、くすぐったり、ことばと身体的な触れ合いで会話を楽しみましょう。

3、実況生中継！で、「会話」しよう♪

*ミルクの時間は・・・
パパ「今からミルク飲むよー」「ごくごくミルクおいしいねー」「えっ!? もう飲んじゃったの!? 力が湧いてくるー」
*オムツ替えの時間は・・・
パパ「おやおやー? 何かニオイがするぞ!? ウンチ出たかな?」「今からオムツ替えようねー」
「おーーほほほほー! いっぱいウンチが出たね」「ふきふきするよ」「あーすっきり、気持ちいいね」
※子どもの生活習慣を身につけていくうえで、とても大切なスキンシップです。

やってみよう！
ステップ3

お子さんとふれあってみましょう

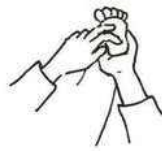
- ① 胸やお腹をこちょこちょ ② 脇の下をこちょこちょ ③ 内ももをこちょこちょ

くすぐり遊び



- ④ 首をこちょこちょ

- ⑤ 足の裏をこちょこちょ



くすぐる場所やくすぐり方をアレンジして、お子さんとのオリジナルくすぐり遊びを見つけてみてください！

他にもふれあい遊びを知りたい時は、
こちらからもチェックしてみてくださいね



<https://www.facebook.com/miyamaekodomo/posts/1505624946303061>

パパ遊園地



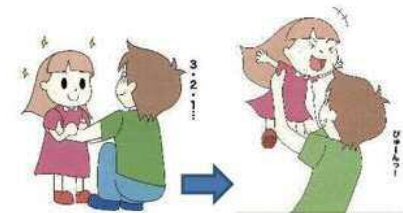
子どもの脇を抱えて回れば
メリーゴーランド



横抱きで上下左右に進めば
ジェットコースター



子どもをすねのあたりに乗せて、揺らす
スピードに緩急をつければ飛行機
*慣れるまでは脇を支えるといいですよ



子どもの両わきを支えて、
カウントダウン。高い高いの
ようにするとロケット