

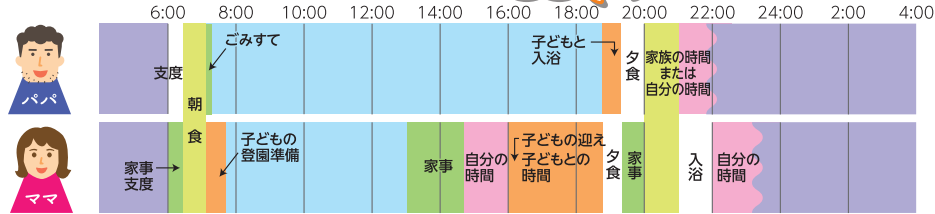
パパの趣味が 子どもの食育につながる

■ 家族構成

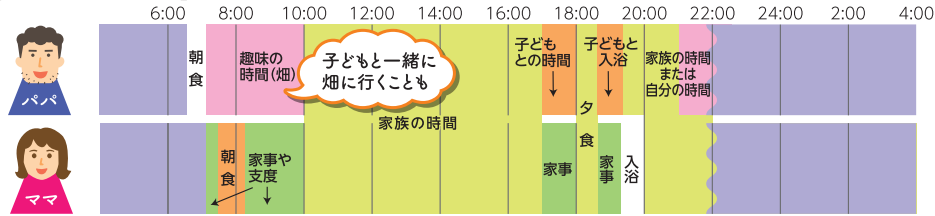
夫：内装業・正社員(37歳)
妻：福祉関係パートタイム(33歳)
長男(3歳・保育園)

夫 正社員 妻 パートタイム

【パパが仕事の日】



【パパが休日の日】



子どもと関わる時間を大事にしたいと考え、ママは現在のパート勤めになりました。パート後は夕食などの家事を全て済ませ、夕方は完全に子どもと遊べる時間にしています。

パパはできるだけ早く帰宅し、子どもと一緒に夕食・入浴ができるようにしています。育児はママ中心になりがちですが、同じ方向性で育児ができるように大事にしているのが夫婦間の情報

共有です。保育園からの急な呼び出しや通院などは、融通のきく仕事をしているママが担当しています。

休日はパパの趣味である畑や釣りに子どもを連れて行き、土や生き物に触らせています。野菜と一緒に育てて収穫し、食べ物の苦手克服を目指したりと、楽しみながら子どもの食育にもつなげたりしています。

趣味が共通 毎日のコーヒータイムも一緒

■ 家族構成

夫：自営業(42歳)
妻：専業主婦(36歳)
長男(1歳)

夫 自営業 妻 専業主婦

【パパが仕事の日】



【パパが休日の日】



以前は共働きでしたが、妊活&資格取得のため、今のライフスタイルになっています。平日の帰宅後や休日も家にいる時は、パパも育児や家事の協力をするようにしています。休日もお出かけない時は、パパが掃除をしています。子どもを寝かしつけた後、パパはママにコーヒーを淹れてくれます。休日は、夫婦共通の趣味である車のイベントに行くことがあります。まだ子ども

が小さいので、今は子どもとママは留守番です。もう少し大きくなったら3人で行きたいと思っています。子どもが夜中に泣き止まない時は、子育ての大変さを感じる時もありますが、日々の子どもの成長を見ると、嬉しくなります。夫婦では、今日一日の出来事を話すことを大事にしている、子育てでは子どもにたくさん話しかけることを大事にしています。

我が家の秘訣

たくさんのアンケート回答ありがとうございました。その中から、「我が家がうまくいく秘訣」をご紹介します！

休日はコーヒータイムを設けて全員が同じテーブルに集まるようにしています。

ママがひとりの時間を楽しめるように、パパは平日の夜に息子と散歩に出かけます。休日もパパが子どもを連れ出しています。

パパは平日の夜、1時間ほどランニングマシーンで運動しリフレッシュしています。

休日は子どもを遊びに連れて行ったり、お昼ご飯を作ったりしています。子どもは「遊びはパパ担当!」と思っている様子。海、自転車、カイト、ラジコン等、趣味を子どもと楽しんでいます。

休日は夫婦と一緒に夕飯を準備し、良い夫婦の時間になっています。夕飯は必ず祖父母を含む7人で食べることにしています。

パパはなるべくママに電話やメールをし、気づかっています。

休日の午前中、パパはスイミングや自転車など趣味の時間を楽しんでいます。その分、平日はなるべく早く帰宅し、子どもと遊ぶ時間も大切にしています。

休日、ママは1歳育児が中心なので、7歳の子どものプールやサッカーなど習い事の送り迎えはパパが行っています。休日の昼食と夕食は、家族のレクリエーションと妻の手間を省く目的でほぼ外食しています。

おばあちゃんが日中、子どものお世話をしてくれているので、毎日感謝の気持ちを伝えています。

ママが時々食べる高級スイーツには目をつぶることにしています。

