

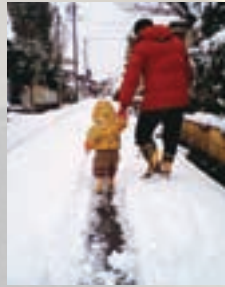
# さあパパスイッチをOnしよう!

▶パパが産まれてからのお話はこちら▶



## 子どもとパパで お出かけすると

子どもとパパとでお出かけすることのメリットは、『ママの自由な時間を作る』ということ。子どもの誕生以来、負担のかかりがちなママに、ひとりの時間をプレゼント。ママのリフレッシュがパパの“認夫”度UPにつながります。



## パパバッグを持って お出かけしよう

お出かけるのにオムツやお出かけ必需品が入ったママのバッグを借りていくのもいいけど自分のカスタムしたパパバッグでお出かけするのもカッコいいですよ。

# パパであることを 楽しもう



## パパと楽しむ パパ友を作ろう

子どもと一緒に外出してみましょう。これまではあまり気にしていなかったと思いますが、自分がやってみると、案外子どもを連れていくパパが多いことに気づくでしょう。ただすれ違っているだけでは楽しくありません。『パパ友』を増やして、一緒に子育てを楽しみましょう。そしてパパゆえの悩みや愚痴を聞いてもらい、聞いてあげましょう。きっとそこからまた新しいパパ像が描けますよ。

▶パパが産まれてからのお話はこちら▶

## パパも楽しむ 絵本をよもう!

『子どものためにいい絵本を読まなくては…』などと硬く苦しく考えていませんか? そんなのは子どももつまらないと思います。『パパが楽しく読んでもくれる絵本』がいちばん心に残る絵本になります。一度会社の帰りやお休みの日にちょっと本屋さん立ち寄りませんか? そこはきっと子どもとパパが楽しめる絵本がいっぱい。そしてパパが興味のある絵本を子どもと一緒に読みましょう。きっと子どもの笑顔が溢れると思いますよ!!



## パパのお助けサイト

【絵本ナビ】<http://ehonnavi.net>



子どもに絵本を選ぶための情報が満載! 紹介されている作品は3万9000冊以上、年間利用者は400万人を超え、掲載されているユーザーレビュー(みんなの声)は23万件以上という、国内最大級の絵本情報サイト。試し読みも可能で、気に入った絵本はそのまま購入できます。

子どもが少しずつ親の目の届いてないところで過ごす時間が増えてくると、身体的には楽になる反面、新たな心配の種が増えてきます。未だ子どもの日常についてはママのほうがパパよりもよく知っているケースが多いと思います。ママがひとりでその不安を背負い込むのではなく、仕事で疲れて帰ってきた時でも『子どもの様子はどうだったか?』とパパから聞きましよう。ママがパパに気を遣って言い出せてないこともあるかもしれません。そんなときのパパのこの声かけが“認夫”への第一歩となるでしょう。