

# よかパパスイッチ・オン

～こうして男はパパになる～

イラスト/やぶまなみ



## Contents

四日市パママ意識調査.....	2
パパトーク.....	4
パパのステップアップ 10 か条.....	8
パパになったら (妊娠から出産まで) .....	10
子どもが生まれてから.....	12
パパとのエンジョイライフ! .....	16
わが家の成長記録.....	18
将来につながるパパの家事・育児.....	20
四日市市父親の子育てマイスター養成講座.....	22
よかパパひろば.....	24
パパスマイル四日市からのメッセージ (編集後記) .....	25

