

# 「子育て」ってけっこう大変

## 「泣くのは赤ちゃんのしごと」



## 「自分のことは後回し、思い通りにいかないことが多い」



## 「育児は思っていたよりもやる事がたくさん」



この見えない大変さを分かってほしいな

# 家族円満は、まずコミュニケーションから

## ママとパパの違いを理解しよう

夫婦のコミュニケーションをより良くするために、男女の考え方の違いを理解しましょう。自分と同じだと思いきも、ズレた対応になってしまうかも?たとえば...

ストレスがたまる?

「すごく嫌なことがあった」という状況では?

ママ 誰かとしゃべって発散したい!

ママ 気持ちを共感してほしい。

パパ 黙って問題解決に集中したい。

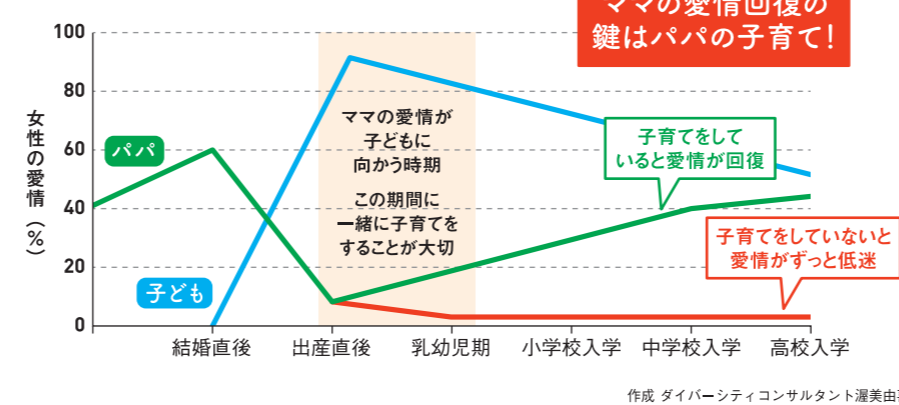
パパ 僕が解決してあげたい!

(注) みんながその通りとは限りません。あくまで傾向です。

よかれと思ってしたことや言ったことが逆効果になったらもったいない。相手に寄り添った対応を心がけて、良好な夫婦関係を築きたいですね。

## 女性の愛情曲線

夫や子どもへの愛情の変化



## 「子育てで、自分育てを」

パパが子育てに関わると、仕事にも役立つこんな効果が期待できる!

### 対話力 UP

相手に寄り添って気持ちを汲み取るという姿勢は、コミュニケーション能力を高めてくれる。

### 段取り力 UP

次々にやるべきことがある家事・育児。日々の工夫が、段取りよく仕事を進める力になる。

### 人間力 UP

マニュアル通りにいかない育児。その中から楽しみを見つけるプロセスが、人間力を磨いてくれる。

【子育て相談窓口】

●城南区保健福祉センター 地域保健福祉課 TEL:092-833-4113 / 健康課 TEL:092-844-1071

●えがお館(こども総合相談センター) TEL:092-833-3000 ※えがお館は24時間対応(年末年始を除く)

制作協力: NPO法人ファザリング・ジャパン九州 発行: 城南区保健福祉センター地域保健福祉課 (R2.7月)



一緒に子育てをするための先輩パパ&ママからのメッセージ