

笑っている父親になろう！

パパが笑えば、ママも笑う！
子ども笑ってうれしい、楽しい！

子育てを楽しむ、そして父親であることを楽しむために大切なことをお聞きしました。



安藤哲也さん

NPO法人ファザーリング・ジャパン
ファウンダー / 代表理事

1962年生まれ。二男一女の父親。2006年に父親支援事業を展開するNPO法人ファザーリング・ジャパンを設立し代表に。「笑っている父親を増やしたい」と講演や企業向けセミナー、絵本読み聞かせなどで全国を歩く。

よい父親ではなく、笑っている父親になろう！

笑う父親になるための極意とは？

- 子どもができたOS(父親ソフト)を入れ替えよう
- 義務から権利へ。客体から主体へ。
さらば「家族サービス」
- 男の育児は、質より量。イトコドリ育児をやめよう
- 子育てパパは仕事もデキル。育児で備わる3つの能力
①コミュニケーション力 ②マルチタスク能力 ③マネジメント力
- パートナーシップの構築～妻の人生は、夫のものではない～
- 地域活動を通じて、シチズンシップ(市民意識)・シビックプライド(市民としての誇り)を獲得しよう



女性は妊娠すると同時にアップデート開始！たとえば「お酒はやめよう」「辛いものを控えよう」など。おなかの赤ちゃんのを守る「母親ソフト」に入れ替わります。でも男性は…なかなか変わらないようです。

大切なのは意識を変えること。「お手伝い」とか「やってあげる」ではなく、同じチームの一員として動くことだということです。



父親が育児に関わるメリット

パパの世界が広って、人生がより豊かに

- 子どもの発達・成長によい
- ママのストレス軽減、産後うつ予防
- ママの仕事のキャリア継続で、家計の収入が伸びる
- 夫婦の絆が強くなる
- 自活力がつく、地域に友だちが増え老後も安心
- 家事育児で身につけた能力が仕事に活きる



子育ては期間限定!! あっという間に過ぎていきます。いつ何が起るのか想定できない「緊急事態期間のようなもの」と、安藤さんはおっしゃいました。これを乗り越えるためには、「^よパパ力の発揮」が重要。特に産後にパパのサポートがあるかないかで、その後の夫婦関係が大きく左右されるとか。「産後の恨みは一生の恨み」とならないよう、ママの体調やメンタルを理解してほしいです。

パパ友ネットワーク

パパが子育てに関わる機会が増える中、家庭生活の悩みや課題も増える

- 「仕事が忙しくて育児時間が取れない」
- 「子どもとどう向き合っているかわからない」
- 「子どもが生まれてから夫婦関係が悪化した」

家庭がホームではなくアウェーに!?

同じ立場のパパたちが、悩みや不安を言い合えるつながりが必要！



参考資料：子育てが楽しくなるための父親支援の取り組みとは？～仕事も育児も楽しむ方法。ファザーリングとは？～

▶パパ's絵本プロジェクトメンバーの安藤哲也さん、西村直人さん、田中尚人さんとFJ東北代表 齋藤望さん(左から2番目) (パパを楽しもう絵本ライブinひらかわ 10月29日開催時に撮影)

(令和4年度次世代育成すくすくスキップ事業 子育てが楽しくなるための父親支援の取り組み方とは 10月28日(金) 取材レポ：見世)

青森県内 パパ同士の仲間をつくる団体

NPO法人
ファザーリング・ジャパン東北
青森県支部

「パパが笑えば家族も笑顔に！広めよう青森から!!」をテーマに、笑っているパパを増やす父親支援を進めています。



▲Facebook

ファザーリング・ジャパン 青森

パパママふあいと 八戸エリア

「こどもの夢を実現しやすい社会づくり」を目的に活動しています。
パパママふあいと・青森県全エリア
(2023年1月中旬OPEN)



▲HP

パパママふあいと 八戸

family cafe あづま～る

育児中のママやパパからの「安価で遊べる場所がほしい」「ママ・パパ同士が交流できる居場所がほしい」という声を受けて毎月1回開催しています。



▲Instagram



▲Facebook

あづま～る 五所川原

