

コツを学んで  
育休中も大活躍!

# パパマイスターになろう!

## パパマイスターは…

- ・妊娠出産に関連したママの心身の変化の知識
- ・赤ちゃんと子育ての知識、テクニック
- ・赤ちゃんを中心とした家族の役割変換  
を理解、習得したパパです。

\*イクメン⇒育児をするメンズのこと  
パパマイスター⇒父親として育児はもちろんママと赤ちゃんのことも理解を深めた男性のこと  
一般社団法人親子支援ネットワーク協会認定資格

## パパマイスターになるには…

助産師による講座を受講します(1回3時間×3回)

- 第1回 妊娠、出産、産後のママの心身変化のツボを学ぶ  
・妊娠出産を通してのママの心身の変化について～女性の何がどう変わる?～  
・妊婦ジャケットで妊婦体験してみよう  
・パパが陥りやすいジレンマと、サポートしてくれたらママが喜ぶこと
- 第2回 赤ちゃんの特徴とお世話の仕方のコツを学ぶ  
抱き方・おむつ交換・着替えのさせ方・沐浴・調乳とミルクの飲ませ方、げっぷの仕方など
- 第3回 夫婦の役割シミュレーション \*できればご夫婦でご参加ください  
妻から母親へ、夫から父親へと役割変化による夫婦間意識の変換と分担に関するシミュレーション  
互いに話してみ、考えてみて、赤ちゃんを中心にした新しい家族の形を夫婦で作らあげる

☆新しい命に送る言葉  
☆修了証の授与



<https://pcsn.studioposture.com/>



詳細はこちらから↑

## パパマイスターになったら

- ・パパとして子育ての知識、技術を学べます
- ・妻からママに変身する女性への理解が深まります
- ・ママとの関係性が Happy に!
- ・子どもの成長をしっかりと感じる事が出来ます
- ・家族の愛情が深まります♡



## 助産師からのメッセージ

パパになる実感がわからない。頑張っているのにママに理解してもらえない。パパのそんな声がたくさん聞こえます。パパもママも一生懸命なのに、立場、考え方が違うからお互いうまく分かり合うのが難しい。この講座は、そのために必要な知識、技術をパパが学ぶことで、夫婦の新しい形をつくり、夫婦で子育ての時間を共有できることを目指しています。

生まれてくる新しい命。その成長はあっという間です。だからこそ、夫婦でその時間を大切にしたい。パパ、ママそれぞれ役割は違うけれど、それを分かち合いながら子育てを楽しめるといいですね。パパの活躍は家族を救う!ニコニコ家族のために、パパが活躍されることを願っています。

助産師 イルマズ 和恵