

イキメン 研究所 ジャーナル

No.3



イキメンパパが振り返る、
初心者パパだったあの時



「産後のママはきっと疲れている」。くらいの認識だと追いつかないくらい、産褥期のママってボロボロ。会陰部の裂傷や悪露にはじまり、後陣痛があるわ骨盤も元の位置に戻ろうとして歩くのもやっとだわホルモンバランスが崩れて髪の毛が抜けたりするわ。精神的にもぼっち不安定。育児の1戦力として数えるのはとてもムリ。ましてや今更ながらの「あれ、どこだっけ」に答える余力は0です。出産までに、授乳以外のあかちゃんのお世話と家事の方法は一通りすり合わせておいた方が良くも。

連載

育児にも積極的にかかわりたいプレパパに贈る

「そのどこ、どうだった？」

創刊から、プレパパ指南にチャレンジしている先輩風パパ。妻の妊娠がわかったら、プレパパはすぐに準備に着手しましょう。

今回は、結構真剣な話(いや、いつも真剣ですがね)。

- ① あかちゃん産まれてハッピーなんじゃないの？ は間違い。産後うつを甘くみるな。
- ② 産後のからだは、大げが相当。「甘えるな」は厳禁、「甘えろ！」と言えるように。
- ③ オマエが動かなくてどうする、俺。急に有能にはなれない。

(おまけ：パパができる物理的なフォローあれこれ)

このコーナーは、流行りの紙とウェブの連携企画。プレパパに(プレママにも)役立つ情報を発信しています。待ち合いの暇つぶし以上の質を保障！

続きは WEB で⇒



発行者：川崎市男女共同参画センター

発行月：令和2年11月



FREE

イキメン研究所



家庭でも地域でもイキイキと過ごす
パパたちでつくる「イキメン研究所」

よかれと思って…!?



何事も 思い込まずに 要確認

詳しくは、すくらむ21
までお問合せください。

川崎市男女共同参画センター (すくらむ21)

電話：044-813-0808 FAX：044-813-0864

すくらむ21

検索

<https://www.scrum21.or.jp/>

座

談

会

with コロナ禍時代のイクメン

#stay home

イクメン研究所のメンバーも、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、家事、子育て、仕事のあり方が様変わりしました。ウィズコロナを念頭に、パパたちは、家族は、どう生きていくのかを考えてみました。



新型コロナで変わった我が家



A パパの場合

1週間のうち、半分为在宅で、半分出社する形に。保育園が登園自粛で預けられず。勤務日を夫婦で交互にしなくてははいけませんでした。一番大変だったのは、公園がNGになったこと。一緒に楽しめる遊び先の手段が狭まってしまいました。

在宅勤務でも、家に子どもがいたら、まとまった集中する時間もなく、子どものペースにあわせなくてはいけなくて、ストレスフルに…。

IT企業に勤める妻は、3月から在宅勤務になっていました。私も4月から基本在宅になり、夫婦が家の中で別々の仕事を同時にしている状態。この期間で、子どもが「テレビ会議」を言葉として覚えました。

オンラインを軸にした仕事では、生産性が落ちていることを自分で実感できました。



B パパの場合



C パパの場合

夫婦ともにテレワークになりました。これ自体に良し悪しはないけれども、仕事の生産性という点では若干落ちたかも…。一番悩んだのは学校教育の部分。今年4月から次男が小学生で、学校での勉強がぜんぶ家の中に入ってきました。教え方も分からない中、手探りでやらなくてはならず、子どもにもストレスが溜まっていった感じがします。

妻の業務がすべてオンラインに。自分の仕事（建築士）とワークスタイルが全く同じになっただけで、仕事面での問題・影響はあまり生じなかったですね。

やはり、我が家にとっても大きな変化は、教育。学校の臨時休校と登園自粛が、親として子どもが学習できる環境や知りたいと思うものをすぐに用意できるか、それが家庭に一任されたことがとても気がかり。

仕事上、住宅の設計依頼も受けるが、テレワークを前提とした間取りへの変更について相談が増えています。社会の変化が、家庭の中の変化に形を変えてきていると感じますね。



D パパの場合

つづきは
webへ

イクメンパパが体験したことから、ウィズコロナ期における、パパたちの意識がどのように変わっていくのか、家事・育児における夫婦間での役割を分担することが、ウィズコロナ期においてリスクになるか？、世界が大きく変わる中でパパの変化がこれまで以上に必要になりそう、との話に後半展開します。

… 続きは、すくらむ21 ホームページのイクメン研究所ページへ！！

[イクメン研究所] 検索

編集・発行 すくらむ21「イクメン研究所」

このジャーナルは、イクメン研究所のメンバーが企画、執筆を行う手作りのフリーペーパーです。次回は、2月に第4号を発行予定です。お楽しみに！

[f https://www.facebook.com/scrum21.ikimen](https://www.facebook.com/scrum21.ikimen)

