

THE DAD TIMES

in Hino city

ROUND-TABLE TALK

日野市子ども家庭支援センターのパパ座談会

How is parenting? P.2

子育てが始まる。今こそまちへ。
子どもと行きたい市内の子育てスポット P.6

産後の生活ってどんなかんじ？

父も産後に備えよう P.5

男性の育休はなんのため？

父と育休 P.8

地域と子育て P.6

家族みんなで活用したい！

日野市子育てモバイルサービス「ぼけっとなび」でできること P.4

ROUND-TABLE TALK

How is parenting?



日野市子ども家庭支援センターが運営する子育てひろばを利用するお父さんに、子育ての現状や子どものいる暮らし、家庭での役割やパートナーとのコミュニケーション、子育ての悩みや喜びについて聞きました。子どもの誕生は「地域での子育て」の始まりでもあります。子育てひろばからも、地域の父たちの輪が広がっていきますように。



あらいさん

元陸上部の営業担当。仕事の都合で1年前に福岡から日野に引っ越してきた。年末年始は10か月になった子どもを連れ、大阪まで車で帰省予定。



はるパパさん

1歳9か月の子どもを育てる。妻の勧めで座談会に参加。休みの日は家族3人で散歩しながら地域のお店めぐりを楽しんでいる。



きたみさん

サッカーとフットサルが趣味の小学校教員。現在夫婦で育休中。子どもが歩き回れるようになり、家族で公園に遊びに行くのが日課になっている。

地域子ども家庭支援センター多摩平「はびはび」パパ座談会 | 開催 2021年12月5日 | 参加者 0歳から1歳のお子さんのいる父親

※1 コカセン：子ども家庭支援センターの略称。 ※2 にここ：地域子ども家庭支援センター万願寺「にここ」。 ※3 はびはび：地域子ども家庭支援センター多摩平「はびはび」。



トムさん

鹿兒島出身。よく動くようになった9か月の長男の子育て中。市内のおいしいお店を探して休日に家族でランチに行くのが子育て中のリフレッシュ方法。



アサカワさん

仕事は医療関係。日野市出身の妻と4歳の長男、1歳4か月の次男と暮らしている。趣味はトレイルランニング。日野は川沿いや丘陵地など、走るのが楽しい。

子どもとおでかけ

きたみ 夫婦ともに育休中で時間があるので、3人で毎日公園に行っています。どっちもいるので、自分だけで子どもを連れてというのは、まだほとんどないですね。近所の公園も行きませんが昭和記念公園や小金井公園など少し足を延ばすと、大人にとっても気分転換になります。

あらい うちも公園はよく行きます。ドライブがてら相模湖の方まで行ったり。

——みなさん、お出かけの準備はどんなかんじでしていますか？

あらい うちはおムツや離乳食など子どもの準備を僕がして、その間に妻が家のことを片付けるんですけど、「もっとうこうしてほしい」とかいう苦言はたまに出ますね。家事の方がルールがあるので妻が担当になるとそのルールから外れたことをしちやあって逆に怒られたり…（苦笑）。

アサカワ わかります。僕は子どもの荷物を準備万端にしようとして、自分の荷物を忘れたことがあります。完璧にいかないことが多いですよ。

トム うちも妻のルールがいろいろあるんですけど、知らない間につくられているルールとかもあって、「それ知らなかったよ」みたいなことも起こります。

あらい 知らないルール、あるんですよ。

一同 笑。

——子どもと2人だけでお出かけすることもありますか？

アサカワ 僕は子どもたちと3人で「コカセン」（※1）や児童館に行ったりします。



一同 おお。1人で子ども2人を…。

アサカワ 平日は妻が1人でみていて大変そうなので、休日はなるべく…と思って。でも結局、妻は僕たちが出かけている間に家事をしたりするんですよね。帰ってから「1人の時間楽しめた？いろいろできた？」って聞くと「それを聞かれるのが嫌だ」と。「何かしなきゃいけないみたいじゃん」って。
あらい なるほど。

子育てひろばと父親

アサカワ 1人目のときに、妻が万願寺の「にこにこ」(※2)に行っていて、「楽しいよ、行ってきたよ」って言われたんです。最初はちょっと抵抗あったんですけど、妻にできて僕ができないのは嫌なので。それで、行ってみたら意外と楽しかったんです。「パパ1人で連れてきてすごいね」ってみんなに言われて気分良くなったりして(笑)。

あらい 僕も1度だけ1人で子どもを連れて「はびはび」(※3)に行っただけです。妻が美容院に行く間なんですけど、やっぱり緊張しましたね。周りの方とちゃんとお話できるかな、と

か。自分が(笑)。でもやっぱりみなさん優しくて、行ってよかったなと思いましたね。

男性には入りにくさがありますか？

はるパパ 僕はまだ、妻と一緒にしかなかったんですけど、それでも初めて行った時は緊張しましたね。やっぱり入りづらいというか、男性が入っていいのかな、という気がしてしまってます。

きたみ 僕は実は全く抵抗がなくて、むしろ行きたいタイプです。そこに来ていた方たちや職員の方と喋りたくて。自分が何かと考え過ぎるので、ほかの人たちの子育てのことをいろいろ聞きたいんです。離乳食のことや寝かしつけのこととか。なので、緊張はなかったです。

子育てひろばで父親同士の交流は生まれますか？

きたみ やっぱ繰り返り返し見かけて認識し合うと、話が始まったりしますね。ひろばでも何人



か顔見知りのお父さんがいますし、自宅の近所に年齢の近い子どもが多くて、そういう近所のお父さんとも、会えば話します。

あらい いいですね。僕たち夫婦は日野に移り住んできたので、地域の知り合いがほしいんです。同じくらいの子どもがいる方たちと、休日と一緒に高尾山とか行けたらいいなと思っています。

トム 僕も会社には同じくらいの子どもを持つ同僚がいるんですけど、地域にはそういう仲間はいないので、いたらいいなと思います。みんなで高尾山、いいですね。

妻の考え、夫の考え

きたみ 夫婦間での考え方の違いは、めちゃくちゃありますね。例えば離乳食に関していうと、妻は結構ワイルドなタイプなんですけど、僕は床が汚れるのが嫌で…。

トム ああ、わかります。僕もこぼしたらすぐ片付けたいんですけど、妻は全部あげてから片付ける。そこはいつまで経っても平行線というか…。

きたみ 「こういうふうやっていいこうね」って話し合っても、その解釈に幅があるからなんですよね。でもかちと決めちゃうと、うちは僕の方が細かいので妻が我慢することになったりとか、そういうのは数えきれないです。

お互いにちょっとしたモヤモヤが残ることもありそうですね。

きたみ その場で話し合って解決できる時もあれば、そういう自分の気持ちが解消できない時もありますね。

はるパパ 僕は時間に任せています。
アサカワ 僕は逆に自分のほうが割と適当で、妻がしっかりしてる。でもすごく調べて

JOY OF PARENTING | 子育ての喜びは……？

満場一致で「子どもの成長」！



トムさん

抱っこして泣き止んだり寝たりするときは幸せを感じます。僕が家に帰った時にずいばいで玄関まで来てニコニコしてくれるのも、本当に嬉しいです。ようやく人間らしくなってきたなあと。



あらいさん

成長には純粹に喜びを感じます。バイバイすると手を振り返したり、大人の真似をするようになったり。あと、なかなか泣き止まない時に、僕が抱っこしたら泣き止む瞬間。父親なんだなって実感する時というか。



はるパパさん

日々できることが増えてきて、言葉も次から次へと新しいのを覚えていく様子とか、寝ている姿がどんどん大きくなっているのとか、成長を見るのはやっぱり嬉しいなと思いますね。



アサカワさん

子どもたちの成長を見るのが嬉しいですね。兄弟喧嘩もよくしますが、2人の関係性がすごく面白いです。妻は平日本当に大変だろうなと思います。



きたみさん

子どもの成長です。コップで飲めるようになったとか、滑り台を滑れるようになったとか、段差が降りられるようになったとか。今は育休中なのでそういう変化を日々見られるのが嬉しいです。



くる人なので僕も納得して、「じゃあそういうやり方でやってみようか」って落ち着くことが多いかもしれません。それでもだんだんゆるくなっていったらいいんですけど。あと、上の子がもう4歳なので、そういう、子育て方法で意見が食い違うストレスみたいな悩みはいつの間にかなくなってきましたね。それよりも今、この目の前で動き回ってる2人をとりあえずどうにかしなきゃ、みたいな。あらい うちも妻のほうがいいとききつつも、僕も正直なところ、なんでもいいというタイプなんです。そんなにこだわりがないので、妻の意見を聞いて「じゃあそれでやってみようか」と。ダメだったらまた別の方法で：という感じで、基本的には受け入れていきます。その、実際のところが家では「家庭の天気」妻の機嫌「みたいなところがあるので、まずはやっぱり妻のしたいようにしてもらいたいという気持ちで構えています。

きたみ すごい受け止めてるんですね。僕も受け止めていないわけじゃないと思ってるんですけど、「こうしたい」っていうのがお互いに引けなくて、どっちかが機嫌悪くなるということが多いかもしれません。さっき、はるパパさんが「時間に任せる」って言ってましたけど、時間じゃ解決できない時はどうしたらいいんでしょう。

はるパパ うーん…。やっぱり最終的には、子



どもも生まれて家族3人で仲良くやりたいんですよ。そこがいちばんです。うちは夫婦だけだったとき子どもが生まれてからを考えると、確かに少し関係性が変わっているところもありますけど、でもやっぱり妻の意見を尊重したいなと思います。

アサカワ そうですね。うちも同じく妻の機嫌がいいことがいちばんですね。そこがクリアできていれば、他は基本的になんでも大丈夫です。

トム でも「なんでもいい」っていうと怒られません？「あなたも考えてよ」って。

アサカワ 確かに、ありますね(笑)。

トム 一緒に悩んで欲しいんだらうな。

父親の相談相手は

きたみ 近所に同じくらいの子どもを育てる方や保育士さんがいるので、そういう「近所さん」に話したり、あとは「はびはび」に遊びにいったついでに年齢の近い子のお母さんと話したり、職員の方に相談したりもあります。

トム うちの妻の姉が同じ市内に住んでいるので、お下がりをもらったり子育てのことも相談したりします。妻が、ですね。僕は困ることがあまりないので…。でも、お姉さんがいなかったら結構テンパることもあったかなと思うと、心強い相手ですね。

あらい 僕も何でも聞きやすいのは自分の兄

ですね。自分たちも子ども同士も2学年差なので、兄が2年前にやっていたことを聞いたり、相談したりしています。写真の共有アプリを使っていて、2年前の姪っ子がどんなことをしてたかを見て参考にしています。

はるパパ 僕は職場の同じくらいの子どもを育てている同僚と、結構話します。お互いに共有したい悩みや話題があって、似たような状況だから話しやすいというのはあると思います。相手も「そうそう」って共感してくれたりして。

アサカワ 僕もそんなに悩まないんですけど、身内に保健師や養護教諭がいるので、僕と妻で話して解決しないことは聞いたりしています。あとコカセンの職員さん。保育園を引退した方がいて、それぞれの年齢の子どものことに詳しくて、何か相談しても「大丈夫、大丈夫」ってすごく励ましてくれるんです。本当に頼りにしています。

——センターやひろばでも、ぜひ気軽に相談してください。

アサカワ 今日の座談会みたいに、何かきっかけがあるといいですね。こうやって1度話せば来やすいと思います。

トム 子どもを見守りながらコーヒーが飲めるようなカフェみたいなスペースとか、ほかのパパとも話せるような空間があったらいいですね。

はるパパ 僕はスタンプカードがあったら通います(笑)。

座談会へのご参加、
ありがとうございました！



MOBILE SERVICE

家族みんなで活用したい！ 日野市子育てモバイルサービス 「ぼけっとなび」

市内で子育てをする保護者や、これから子育てを始める方を対象に、子どもの年齢に応じた子育て関連の行政情報をお届けします。子どもの健康状態やスケジュールをご家族で共有できる、スマホやパソコンで使える無料アプリです。



こんなことができます！

子育て関連施設、妊婦面接の利用予約

子どもの成長記録

お出かけスポット検索

予防接種や乳幼児健診のスケジュール管理

予防接種や乳幼児健診のお知らせメール

知っ得ハンドブックモバイル版が読める

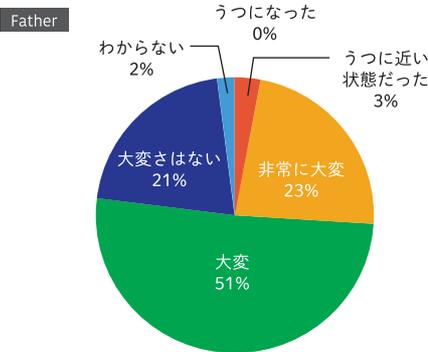
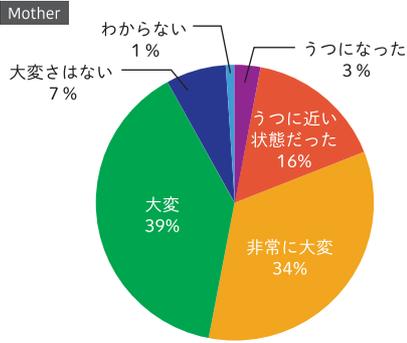
父も産後に備えよう

子どもの誕生、地域での子育てとともに始まるもうひとつの大切なこと。それはパートナーとともに迎える「産後」の生活です。家族で足並みを揃えて新しい生活をスタートさせるために、肌着よりもオムツよりも重要な備えとは……！？

産後の生活ってどんなかんじ？

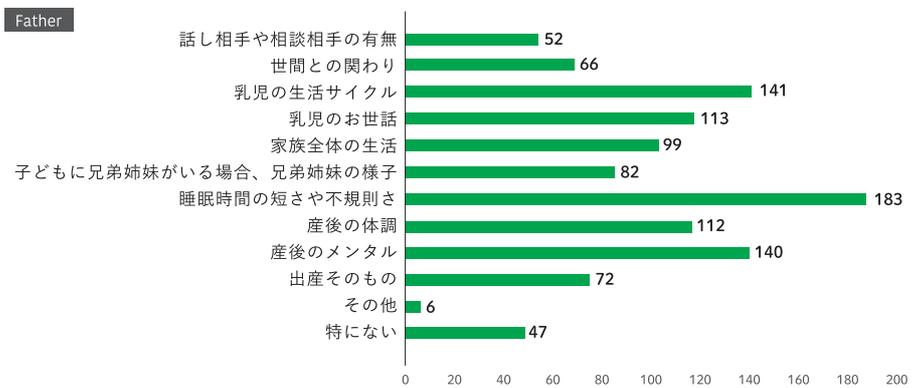
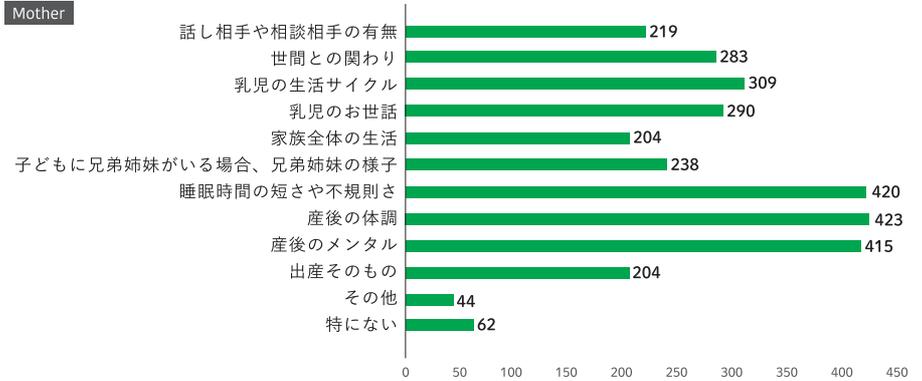
NPO 法人ファザーリング・ジャパン「出産と産後の生活に関するアンケート」(2021年4月実施)より
回答者 母親811件/父親340件/合計1,151件

出産後、1か月程の生活について教えてください。



男女ともに多くの方が大変さを感じる産後1か月。待たなしの育児が始まりますが、出産を終えた女性にとっては、身体の回復期でもあります。この期間にパートナーがしっかり身体を休められる環境づくりを。

出産から産後1か月ほどについて、出産前にイメージしていたものと違った、又はイメージできていなかったことはありますか？(複数回答可)



出産そのものよりも、産後の体調やメンタル、睡眠や乳児の生活サイクルなど、子どもの誕生後の生活において、さまざまな点でイメージができていないことが多いようです。その他、母親は話し相手や相談相手、世間との関わりについても多くの方が回答しています。出産前に夫婦で話し合い、対策や心の準備をしましょう。

日野市の産後うつ ハイリスクの状況 年間約

80人

参考値：日野市出生数 1,352人 (2020年)

保健師に聞く！

父が備えておくべき3つのこと。

1

まずは産婦の身体の回復が最優先。パートナーがしっかり静養できる環境づくりを。

産後、出産したパートナーの身体は、肉体的なダメージとともにホルモンバランスの崩れなどを抱え、回復には約6~8週間かかります(産褥期)。それでも育児は待たなし。体力を回復する間もなく、産後すぐから2~3時間ごとの授乳などが始まります。パートナーの身体の休養を第一に、産褥期の赤ちゃんのお世話や家事を誰がどう担うのか、事前に決めておきましょう。例えば、育児制度の活用や、産後1か月は定時で帰れるよう仕事の調整をする、できない日には誰に何を頼むかなど、「できるだけ具体的に」がポイント。

2

夫婦といえども別々の人間です。お互いの希望や思いを言葉にして伝えよう。

台所まわりやゴミ出し、洗濯物をしまう場所、消耗品のストックなど、万が一把握できていない家事があれば、出産前に必ず夫婦で確認しておきましょう。また、子どもが生まれてからは、育児に関して夫婦の考え方の違いが見つかることも多々あります。メンバーが1人増える新しい生活は、当たり前ですがそれまでの生活とは違ったものです。産後の生活を想像しながら、お互いにどんなことをしてもらいたいのか、どんなふうの問題を解決していきたいかなどを伝え合ってみるのもよいですね。

3

子育てを親だけで抱え込まないよう、頼れる先をたくさん見つけておこう。

子育ては親だけががんばるのではなく、家族や友人、地域のサポートを使うなど、信頼できる相手を見つけ、頼ることも大切です。出産前から地域の子育て支援情報を集めておきましょう。日野市では、子ども家庭支援センターなどの子育て関連施設はもちろん、赤ちゃん訪問などの母子保健事業や「ぼけっとなび」、市公式HPなどで子育てに関する情報(訪問型サービスや一時預かり、地域にある子どもに関する施設の情報等)をお伝えしています。近くの児童館や子育てひろばもサーチしてみましょう。

子育てが始まる。今一しをまちへ。

子どもが行きたい市内の子育てスポット

産後ケアのための事前予約制となっており、
「ほつかほか」(2022年3月1日現在)、詳しくは
「ほつかほか」をご覧いただけます。各
るおにお問い合わせください。

- 1 子育てセンター「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 子育てカフェ「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 子育てセンター「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 子育てセンター「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 子育てセンター「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 子育てセンター「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 子育てセンター「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 子育てセンター「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 子育てセンター「エモガモガ」
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休

- 1 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 地域子ども家庭支援センター
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休

- 1 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休

- 1 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休

- 1 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休

- 1 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休

- 1 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 子育てひろば
日野市東山 242-232 / 042-583-1312
10:00-16:00 / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休



地域と子育て

子どもにとっても親にとっても財産となる、地域とのつながり。ともに子どもを成長を導く守る応援者が、地域の中心にはたくさんいます。育児を育むらした中、生まれた子ども、愛だけ抱え込まず、ぜひご相談ください。

日野市の相談窓口

子育てや育児の様々なことに関する市の相談窓口です。まずは気軽にご相談を。
日野市子ども家庭支援センター
(相談支援係、地域支援係)
042-599-6670
(受付相談専用：042-599-5954)
日野市子ども家庭支援センター
(母子保健係)
042-843-3663

日野市ファミリー・サポート・センター

手助けが必要な方(依頼会員)と、手助けができる方(提供会員)が、「お互い様」の気持ちで助け合えるボランティアの会員組織。保育援助・児童発達援助・高齢者援助・家事援助など、地域の助け合いを支援する事業です。
ファミリー・サポート・センター たまたい
042-589-7616
ファミリー・サポート・センター たかた
042-599-7616

知らない話ができる場所、誰かとの話を聞ける場所、心もほぐれる場所、自然の中でほぐれる場所、小さな子どもを相対できる場所…。市内を上手に活用して、お役立てください。

歩きたい・身体を動かしたい・思いきり遊びたい

- 1 なかだの森であそぼう！
(中田の森公園)
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 シーバーパークどんごの国
(深川交流センター)
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 多摩動物公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 市民の森アポロ公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 黒川清流公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 大木島自然公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 かんも公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 七ツ塚公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 南平丘陵公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 10 日野中央公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休

ランチ持参でピクニック

- 1 日野中央公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 大木島自然公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 かんも公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 4 かんも公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 5 南平丘陵公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 6 大木島自然公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 7 かんも公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 8 七ツ塚公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 9 南平丘陵公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 10 日野中央公園
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休

雨の日でも大丈夫

- 1 カフェミハラス
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 2 多摩図書館
日野市東山 459 / 042-583-4145
10:00-16:00 (5/25-5/27は11:30-13:00) / 土・日・祝・年末年始休
休・土曜休
休・土曜休
- 3 京王あそびの森 HUGHUG(ハグ)

父と育休

10年ほど前から国をあげて推進している男性の育児休業取得。パートナーの産後の日常を支えるために、家族が増えた新たな生活スタイルを夫婦でともにつくっていくために、ぜひ有効に使ってほしいものです。お互いの仕事と育児の両立や生活維持にとってベストな育休の取り方は？まずは制度を知り、パートナーと話し合みましょう。

育児休業制度（育休）ってどんな制度？

出産から子どもが1歳になるまでの間に1年間の取得が可能。

保育所に入所できないなどの場合は2歳まで延長可。生後8週間以内に父が育休を取得した場合、再度の取得が可能（8週間以内に1回目の育休が終了することが条件。「パパ休暇」制度）。

女性も男性も取得できる。

父母がともに、または交替で取得する場合、子どもが1歳2か月になるまでの間に、それぞれが1年まで休業することが可能（「パパ・ママ育休プラス」制度）。

パートナーが専業主婦（夫）でも取得できる。

夫婦のどちらかが専業主婦（夫）である場合でも、パートナーは子どもが1歳になるまでの間に1年間の育児休業取得が可能。「パパ・ママ育休プラス」は適応されない。

会社に制度がなくても取得OK。

会社に規定がない場合でも、一部を除き（※1）、申し出により法律に基づき育児休業を取得することができる。

育児休業給付金が支給される。

育児休業期間中、賃金が支払われないなど一定の要件を満たす場合には、「育児休業給付金」（非課税）対象となり、休業開始時賃金の67%（休業開始から6か月経過後は50%）が支給される。

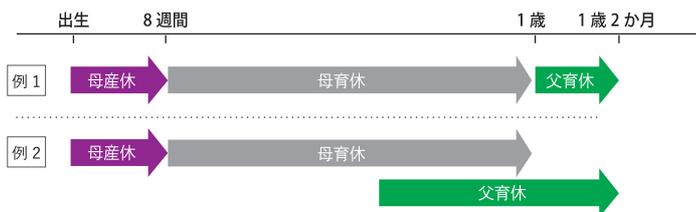
（※1）事業主とその事業所の過半数の労働者を代表する者との書面による労協定がある場合には、次の労働者は対象から除外される。（1）その事業主に継続して雇用された期間が1年に満たない労働者（2）育児休業の申し出の日から1年以内（1歳から1歳6か月まで及び1歳6か月から2歳までの育児休業の場合には6か月以内）に雇用関係が終了することが明らかなる労働者（3）1週間の所定労働日数が2日以下の労働者 出典：「育児・介護休業法について」（厚生労働省）

男性の育休はなんのため？

子どもの誕生からの1年は、新たな生活の基盤づくりの期間です。夫婦で育児や家事をしながら、互いを尊重し合い、2年目以降の暮らしに前向きに取り組むために、育休を活用しましょう。まずは出産を終えた産婦がしっかり身体を休められること、そして仕事に復帰するにあたっては、保育の確保やお互いの負担を考慮した家事の分担など、無理のない環境整備が必要です。どちらがどの時期に育休を取れば有意義か、夫婦で話し合ってみてください。

夫婦で相談したい！自分たちに合った育休の取り方

▼「パパ・ママ育休プラス」を活用



両親ともに、または交代で取得する場合

子どもが1歳2か月になるまでの間に育休を取ることができます（それぞれの育休が1年を超えない範囲内）。

日本の育児休業取得率（※2）の推移 男性



まだまだ少ないけれど、上昇傾向にあります！

（※2）前年（2011年度以降は調査前々年度）の10月1日以降の1年間に出生した女性または配偶者が出生した人のうち、調査時点までに育児休業を開始した人（開始予定の申し出をしている人を含む）の割合（2011年度は岩手県、宮城県、福島県を除く）。

出典：「令和2年度雇用均等基本調査」（厚生労働省）

▼「パパ休暇」を活用



出産後8週間以内の期間内に父が取得した場合

特別な理由がなくても父親は2度目の育休を取得可能です（2回の合計が1年を超えない範囲内）。