

<報道発表資料>

令和8年7月3日

京都市伏見区役所子どもはぐくみ室

『パパのための安心育児ガイド』配布中

～生まれてくる赤ちゃんとの幸せな日々をサポート～

「赤ちゃんとの生活、楽しみだけどちょっぴり不安…」そんなパパたちのために、伏見区役所子どもはぐくみ室では心強いガイドブックを配布しています。

妊娠中から出産後のパパが、自信を持って育児に参加できるようポイントを凝縮。パパが育児を「自分ごと」に。家族みんなが笑顔で過ごすための安心ガイドです。



- 主な内容
 - ・夫婦の絆を深める「伝え方のコツ」：感情的にならず、お互いを大切にしながら話し合う「アサーション」という考え方
 - ・メンタルヘルス対策：「産後うつ」の基本や、パパが無理せず、夫婦で心身のバランスを保つヒント
 - ・先輩パパの「リアルな体験談」：「こうしておけばよかった」という後悔や「これがうまくいった」という成功談
 - ・実戦的な赤ちゃんのお世話マニュアル：授乳、抱っこ、沐浴、おむつ替えなどの基本テクニックをイラスト付きで
 - ・育児応援情報：相談窓口
- 体裁 A5版、8ページ（※表紙、裏表紙含む）
- 配布場所 伏見区役所子どもはぐくみ室窓口等
- 発行日 令和8年3月
- 企画・監修 伏見区役所子どもはぐくみ室
- 協力・監修 阿川勇太（NPO法人ファザーリング・ジャパン関西メンバー）

【お問合せ先】

京都市伏見区役所子どもはぐくみ室 子育て相談担当

TEL 075-611-1163 FAX 075-611-1166

URL <https://www.city.kyoto.lg.jp/fushimi/>



伏見の酒蔵に飾られた「杉玉」をモチーフにした伏見区本所地域の子育て応援キャラクター「ふしみ三兄弟（ふーちゃん、しーちゃん、みーちゃん）」も、みんなの子育てを応援しています。このガイドを片手に、家族での幸せな毎日をスタートさせましょう。