

# くしろイクメン倶楽部

くしろのイクメン! 父です、パパです、父ちゃんです、ダディです。今回は3人のイクメンをご紹介します

パパだからできる子育てがある。

遊びも工夫も悩みも、みんな一緒にシェアしながら成長中!

今回もリアルなパパたちの声と、気軽に参加できる講座をご紹介します。

- お名前
  - お仕事
  - 家族構成
- 1** お家でのパパの役割

**3** ママのいない時、お子さんとの過ごし方
- 2** パパの子育ての悩み

**4** フリーコメント

No.1

下川部 雅輝さん  
教員  
妻 娘 1歳2ヶ月



- ① ご飯作り以外はやります!
- ② 「ママが良い!」の一言に勝てる方法を研究中です。
- ③ 全力で遊んで、全力で散らかして、最後は一緒に寝落ちしています。
- ④ 大変さも楽しさも想像以上。子どもの笑顔を見ると、「この瞬間を大事にしたい」と感じます。

想像以上。子どもの笑顔を見ると、「この瞬間を大事にしたい」と感じます。

No.2

大沼 史渉さん  
釧路市教育委員会  
妻 長男3歳 長女1歳



- ① 苦手な料理以外は何でもこなします!
- ② 娘に「パパいいや!」と言われないか...今から不安です(笑)
- ③ 子育て支援センターやこどもアリーナ、公園など、体を動かせる場所を中心に連れて行きます。
- ④ 正直辛いことも多いですが、子供達と過ごす時間は全て大切な思い出です。後悔のないよう楽しんで育児します!

No.3

植田 拓馬さん  
公務員  
妻 長男 1歳2ヶ月



- ① 食器洗い、お風呂、その他こまごまとサポートしています!
- ② ニヤッと笑われると叱れないこと。
- ③ 散歩にでかけたり、こっそりお菓子をあげています。
- ④ 妻への感謝を忘れず、子供との時間を大切に。これからも家族みんなで楽しんで子育てをしていきたいです!

楽しんで子育てをしていきたいです!

釧路市からのお知らせ

パパ講座が開催されます  
「お父さんと遊ぼう!」

対象/0歳~就園前のお子さんとパパ  
時間/10:30~11:30  
内容/スキンシップ遊び・フリートーク

開催日

- 11/15(土) 中部子育て支援拠点センター
  - 1/17(土) 子育て支援総合センター
- お申込みは釧路市公式LINEなどでお知らせします