

<報道発表資料>

カテゴリー:お知らせ

令和7年1月31日

**ついにできた！パパ・ママの声が詰まった家事・育児のヒント集
「共育て導きの書～家事・育児を巡る冒険の旅～」**

県では、男女ともに協力して子育てをする「共育て*」を推進するため、子育て当事者・経験者による官民連携のプロジェクトチームとともに、家事・育児のヒント集「共育て導きの書～家事・育児を巡る冒険の旅～」を作成しました。

*子育て当事者の女性と男性が共に、こどもと過ごす時間をつくり、相互に協力しながら子育てをすること。

1 ハンドブックの概要

初めての家事・育児に役立つおむつの替え方、寝かしつけのコツの他、「先輩パパ・ママの体験談」や専門家による「パパのお悩み相談」など参考になるコンテンツが1冊に詰まっています。

<主な項目>

- ・家事と育児のシェアを考える
- ・家事と育児の棚卸し・効率化・分担
- ・妊娠中のママの変化を知る
- ・抱っこ／お風呂／おむつ／睡眠
- ・入園準備／入学準備
- ・放課後の過ごし方／休日の過ごし方
- ・掃除・片付け／洗濯／料理 など

2 掲載先

電子版の「共育て導きの書」を下記の県ホームページに掲載しています。

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0607/tomosodate/mitibikinosyo.html>