

父から子へ伝えたいものがある

父子笑伝

～ 絆 ～

父と子の絆を綴る子育てノート

Photograph

Nice to meet you pretty angel

写真を貼ってください

はじめて出逢ったときのコト



名前

誕生 年 月 日 曜日 時 分

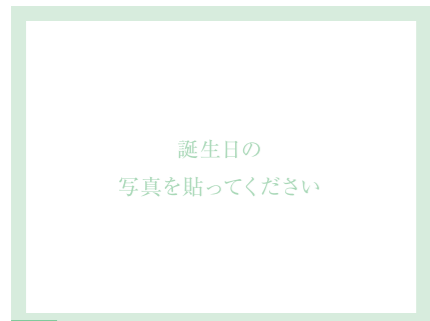
場所

体重 g 身長 cm

名前の由来

😊 BIRTHDAY

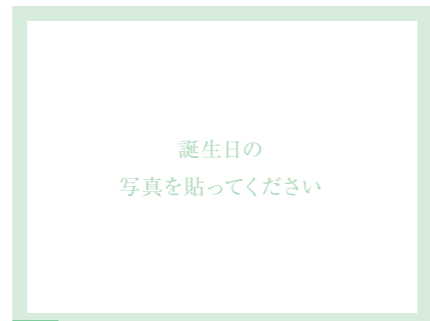
とパパとの12年



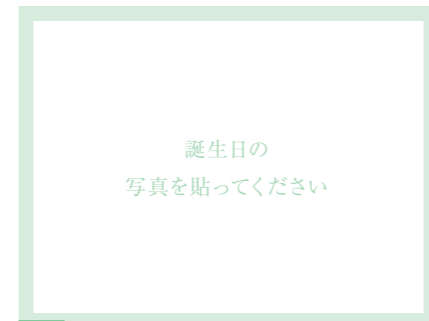
2才



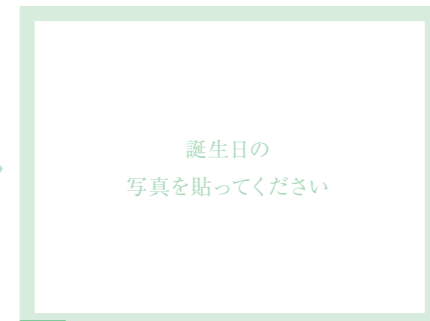
3才



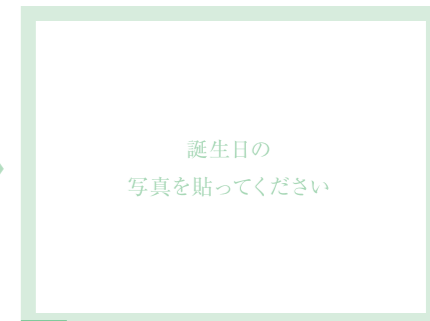
4才



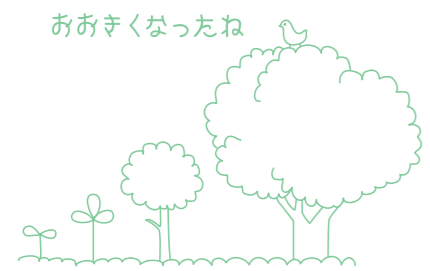
5才



6才



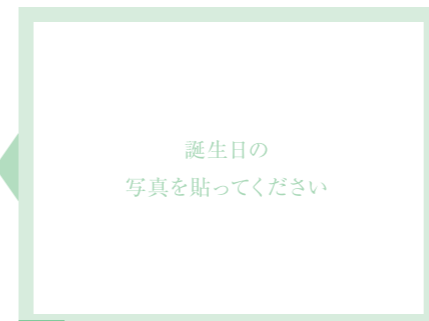
7才



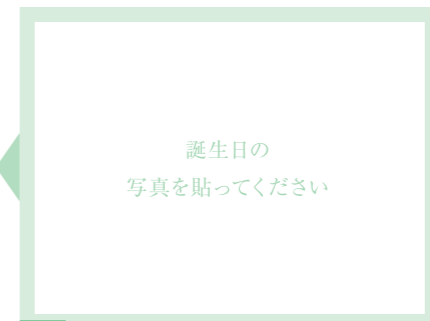
12才



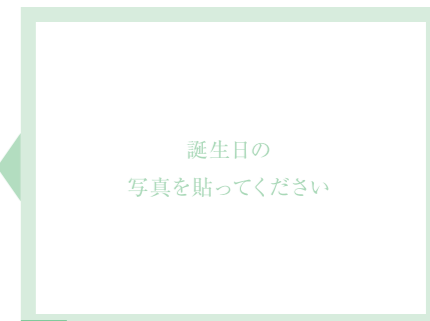
11才



10才



9才



8才

パパチャレンジ

Memories of child care!

がんばるぞ!

🚩 妊娠中チャレンジ! (ママの体を気づかい、流産、早産を予防)

check

タバコを
やめる

年 月 日
(妊娠 月)

check

妊娠中のSEX
について学ぶ

年 月 日
(妊娠 月)

check

食事をつくる
(つわりの時は辛いよ)

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

check

いつもより
早く帰宅する

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

check

食器を洗う

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

check

胎動を
感じる

年 月 日
(妊娠 月)

子育て川柳

思いやる ママのからだと おなかの子

🚩 妊娠中チャレンジ! (ママの体を気づかい、流産、早産を予防)

check

両親学級に
参加する

年 月 日
(妊娠 月)

check

ママをマッサージ
(足のむくみや腰痛が辛いよ)

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

check

お風呂掃除
(滑りやすいおババがして)

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

check

家の掃除

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

check

ママの足の爪を
切ってあげる
(お腹が大きいと大変)

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

check

ママと2人で
買い物
(荷物はババが持ってね)

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

子育て川柳

パパ育児 一番の肝 ママのケア

🚩 出産後チャレンジ! (ママと2人で赤ちゃんを迎える)

check

出産に
付き添う

年 月 日

check

手紙を書く
(ママと子どもへ)

年 月 日

check

出生届を出す

年 月 日

check

入院中
面会に行く

1 2 3 4 5
6 7

check

退院に
付き添う

年 月 日

check

育児休暇
をとる

年 月 日
年 月 日

最後のページの
便箋を使ってね

子育て川柳

パパとママ 二人を選んで 生まれたいよ

🚩 子育て 初めてチャレンジ! (パパ大好き!と言われたい)

☐ check
初めての
沐浴
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めての
うんち替え
(オムツ替え)
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めて
夜泣きをあやす
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めて
ミルクを飲ませる
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めて
ケップを出させる
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めての
つめ切り
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めて離乳食を
食べさせる
(作るのにもチャレンジ!)
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めて
絵本を読む
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めての
寝かしつけ
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めての
歯磨き
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
初めて子どもと
2人でお出かけ
年 月 日
(才 ヶ月)

☐ check
誤飲・転落など
起きやすい事故
について学ぶ
年 月 日
(才 ヶ月)

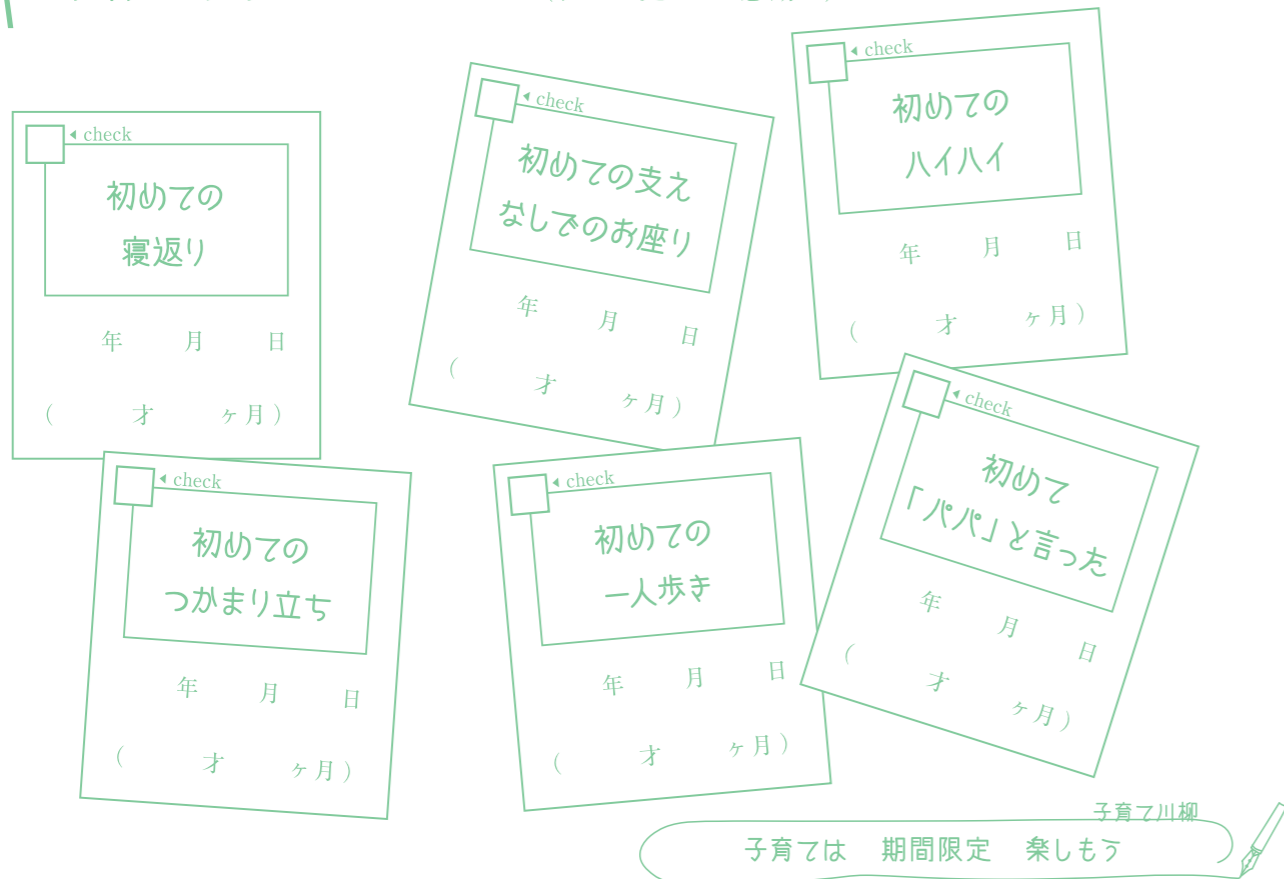
子育て川柳

子育ては 乳がなくても 父育つ

子育て川柳

乳のない 父が目指すは NEW(乳)タイプ

🚩 子育て 発見チャレンジ! (初めて見たよ 感動!)



Memories



お誕生日

子育て川柳

祝1歳! パパも一歳 になりました



行事 (お宮参り・お食い初め・七五三など)

子育て川柳

子ができて 伝統行事の 意味を知る



お正月

子育て川柳

お正月 やっぱり家族は 一緒がいい



クリスマス

子育て川柳

サンタさん 信じてくれるの いくつまで



ケガや病気

子育て川柳

病気ケガ 変わってやりたい 親心



旅行の思い出

子育て川柳

父子旅行 かわいい子とは 旅しよう



入園・入学

子育て川柳

登園は パパと一緒に 行ってきまーす



学校行事

子育て川柳

運動会 パパの応援 一等賞





卒園・卒業

子育て川柳

ありがとう パパも一緒に 成長し

Feelings



JOY

忙しい パパの癒しは 子の笑顔

子育て川柳



ANGER

腹が立つ 子どもの欠点 我似たり

子育て川柳



子育て川柳
だっこして ママじゃなくて パパに來い



子育て川柳
子育ては 楽じゃないけど 楽しいよ

この冊子は独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業により制作したものです
2012年2月 発刊

編集 父子手帳作成委員会

発行所 特定非営利活動法人 パパジャングル
〒919-0412 福井県坂井市春江町江留中第18号1番地5
E-mail info@papajungle.jp
URL <http://www.papajungle.jp/>

印刷所 株式会社 ホーコース

本書の無断での複製、転載等は禁止されております。

〈キリトリ線〉



2012年4月 発刊

監 修 あらじん

発行者 荒巻 仁

発行所 特定非営利活動法人 パパジャングル
〒919-0412 福井県坂井市春江町江留中第18号1番地5
E-mail info@papajungle.jp
URL <http://www.papajungle.jp/>

印刷所 株式会社 ホーコース

無断での複製、転載等は禁止されております。

＜キラトリ線＞



＜キラトリ線＞



お父さんが我が子を愛した記録。

パパチャレンジは妊娠～2才くらいまでの期間を対象としてチャレンジ項目を設定しました。

全項目クリアを目指して下さい。

メモリーページの記録は何年間でも重ねて記録できます。いくつになるまで書き続ければいいのか？

小学校卒業、中学校卒業、高校卒業、成人式、

自分の書きたいところまで、それはあなたが決めてください。

そして将来、必ず子どもさんへプレゼントして下さい。

その時に、初めて、あなたが子どもさん誕生の時に書いた喜びの手紙を手渡すことにもなります。

この手帳は父と子の絆を深めるだけでなく、

子どもを愛する父親のモデルを残すことにもなります。

このモデルは子どもさんが親になるとき、必ず役に立つでしょう。

子孫代々受け継がれるであろう、お父さんの子育て記録、楽しみながら記録していただけると嬉しいです。

「父子笑伝 ～絆～」の使い方



CONTENTS

- 🐦 産まれた時から12才までのパパとのツーショット写真
- 🐦 子どもを授かり感動いっぱいパパチャレンジ
- 🐦 毎年重ねて書くことで、子どもの成長が一目でわかるメモリーページ
- 🐦 付属の便箋、封筒を使って産まれた時の感動、思いを手紙に綴る
- 🐦 成長した時にこの記録をプレゼント
- 🐦 子育て川柳

Photograph

子どもの名前を書こう!

父子の写真を貼ろう!

パパとの写真を貼ってね!

色々な事にチャレンジしよう!

コメントを書こう!

付属のトレーシングペーパーを挟んで保管してね!

できればチェックしよう!

1回達成ごとにチェック! 何回できるかな?

とパパとの12ヶ月

1ヶ月 2ヶ月 3ヶ月

1ヶ月ごとの写真を貼ってください

10ヶ月 11ヶ月

妊娠中チャレンジ! (ママの体を気づかい、流産、早産を予防)

お風呂掃除 (週1回必ずお風呂掃除)

ママをマッサージ (2週間1回必ずお風呂掃除)

ママと2人寝 (毎週必ずお風呂掃除)

ママの足の爪を切ってあげる (毎週必ずお風呂掃除)

家の掃除

両親学級に参加する

祝1歳! パパも一歳 になりました

パパ育児 一番の肝 ママのケア

Memories

子どもの成長を毎年重ねて書こう!

お誕生日

祝1歳! パパも一歳 になりました

子どもの成長を毎年重ねて書こう!

2011年3月3日
はじめてのお誕生日!
1歳おめでとう!

2012年3月3日
2回目の誕生日。
はじめてのケーキはおいしかったかな。

2013年3月3日
3回目の誕生日。
プレゼントのくまのぬいぐるみ。
寝るときも離さない。かわいい。

毎年のお誕生日を
重ねて記録しよう!

付属の便箋を使って、
生まれた日の感動を
ママと子どもに
手紙で伝えよう!

子どもさんへの手紙は、将来、この手帳をプレゼントするまで、裏表紙の封筒にしっかり保存しておいてください。ママへの手紙は「ありがとう」の気持ちを書いて、すぐに渡しましょう。

Letter