

ベイ★キッズ

横浜子育て応援マガジン

ベイ★キッズ

FREE
2026 AUTUMN
vol. 062

楽しくお出かけ



02 | こどもと休日のお出かけ！
どうしてる？
子育てあるある相談室

03 |
まちすき
父親向け講座講師
真鍋考士さん
身近でできるSDGs
インクルーシブ遊具のある公園
動物園に会いに来てね
コアラ
パパと遊ぼう
秋まつりへ行こう！

04 |
こどもと一緒に楽しもう
口コミ情報ピックアップ

Credit
スタッフ：東惠子 船本由佳 本田真弓
ベイ★キッズ みなとくらす
デザイン：川本智子
協力：あそびい横浜
全家研ポピー 公益財団法人 横浜市緑の協会

写真：小野寺 香



● 編集・発行/ベイ★キッズ編集部[NPO法人シャーロックホームズ] 〒220-0002 横浜市西区南青井沢18-1-110 TEL.045-324-5033 FAX. 045-548-4514
http://baykids.jp info2@baykids.jp * 情報提供や広告掲載に関するお問い合わせは上記まで。 * 紙面の無断転載を禁じます。

親子で「本物」に触れよう

行楽シーズンにおすすめしているのは、本物に触れる体験です。子どもが保育園で紅葉の絵を描いて持ち帰ったのですが、作り物の紅葉の葉っぱを見て描いたというのです。それなら本物を見せたいと思い、道志みちの方まで足を延ばしたことがあります。横浜からなら、南に鎌倉や上郷、北には道志村へと続く道志みちなど、日帰りでも自然に触れられる場所が意外と身近にあります。山に入ると川の水はとても冷たく、子どもたちは落ちてきた紅葉の葉を水に浸して石に貼りつけたりして遊んでいました。キャンプ場で、長男が初めて氷を見つけたときの驚いた顔も、今でもよく覚えています。透明で冷たい？これは一体何だろう、という表情です。キャンプ場は予約なしで行ける場所を選んでいました。子どもが熱を出してもすぐにやめられますし、キャンセル料もかかりません。子どもが寝たあとは、大人だけの時間も楽しめます。遊ばせてくれる場所やサービスに頼るのも一つの方法ですが、短い時間でも親子で同じ景色や感触を共有する体験を大切にしていきたいものです。



お出かけは親だけで頑張らない

お出かけを楽しむコツは、親だけで抱え込まないことだと思っています。子育て支援拠点や親と子のつどいの広場などには「パパデー」を設けているところが増えていて、私が通っていた拠点でも、そこで知り合ったパパたちとよく公園やバーベキューに集まるようになりました。子どもを見てもらって少し離れる時間ができたり、逆に子どもたちが一緒に遊んでくれたりと、環境にずいぶん助けられました。最初は拠点に行くこと自体に迷いがありましたが、一度知り合いができると、その後の子育てがぐっと楽になった実感があります。西区の子育て支援拠点では、パパたちのゆるいLINEグループができ、70人以上が登録し、地元ならではの情報を共有しているそうです。

パパ同士は、ママがいない場のほうがかえって本音を話しやすいという声もよく聞きます。最初から気の合う相手が見つかるとは限らないので、まずは親子でのお出かけから始めてみるのがよいと思います。釣りが好きなパパ、料理が得意なパパなど、いろいろな人とつながることで、お出かけの選択肢もぐっと広がっていきます。

父親の育児が当たり前になり、家族の休日も変化。自然に触れ、仲間とつながる、子育てを楽しむヒントをファザリング・ジャパン代表の池田浩久さんに聞きました。

親子で楽しむこれからの休日の過ごし方

父親の育児はここまで変わった

15年ほど前は、男性が育休を取ること自体がまだ珍しいことでした。私自身、2010年に第一子が生まれた際、育休を取得するまでに会社との調整で時間がかかりましたし、のちに第三子のときは「また取るのか」と言われたこともあります。ファザリング・ジャパンでは、育休を取った男性への助成事業から活動を始めましたが、それだけでは社会は変わらないとわかり、企業や上司の意識を変える「イクボス」プロジェクトを始めました。その後も法改正に向けた提言を重ね、2021年から2022年にかけての育児・介護休業法改正と、企業への公表義務化を経て、男性の育休取得率はここ数年で大きく伸びています。とはいえ、大企業や公務員では浸透が進んだ一方、中小企業では今も「育休を取りづらい」という声が根強く残っています。家庭に関わるパパが増えたことで、パパとママの悩みも共通化してきたというのが、最近実感している変化です。ただ、都市部と地方では状況が異なり、地方では性別役割分業の意識がまだ根強いとも感じています。

育児を楽しめる父親を増やすために

制度が整い、家事や育児をするパパは当たり前になりました。ただ、それを楽しめているかというと、また別の話だと感じています。パパは悩みを自分から話すのが苦手な傾向があり、ネットワークを作るきっかけがないまま一人で抱え込み、心身を崩してしまうケースも見られました。

横浜では地元のパパたちが「パパ講座をやりたい」と団体をつくり、「横浜父親育児支援講座」を横浜市の受託を受けて開催しています。こうしたパパ講座では、ママがいない場だからこそ本音を話せるという声をよく聞きます。先輩パパに話を聞いてもらえると心が軽くなる、という参加者も多いです。

もう一つ気になっているのが、AIの普及です。何でもスマートフォン一つで解決できる時代だからこそ、人との孤立が進んでしまうのではないかと懸念を、子育て支援に関わる仲間ともよく話しています。子育てを入り口に、地域や仲間とつながる機会をどう作っていくか。それが、これからパパたちが育児を楽しんでいくための鍵になると思っています。

お話を聞いた方 池田浩久さん
(パパライフサポート代表/NPO法人ファザリング・ジャパン代表理事)

横浜市在住、4児の父。3度の育児休業を取得。2011年に横浜市の「イクメンスクール」を受講し、2012年から父親育児の楽しさを広める活動を開始。2014年から父親向け育児講座の講師を務め、2019年に「パパライフサポート」を立ち上げた。2026年6月からNPO法人ファザリング・ジャパンの代表理事

