



神奈川県

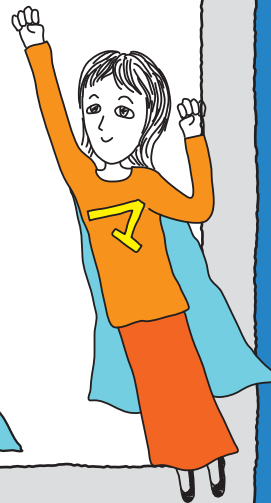
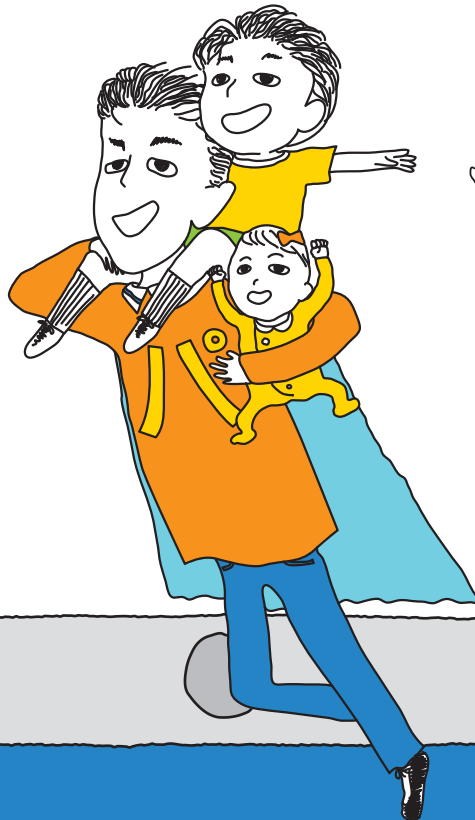
KANAGAWA

子育て初心者のパパ、必見!

かながわ版父子手帳 かながわパパ応援ウェブサイト

# パパノ ミカタ

誕生!



スマートフォンなどで気軽にアクセス! >>>

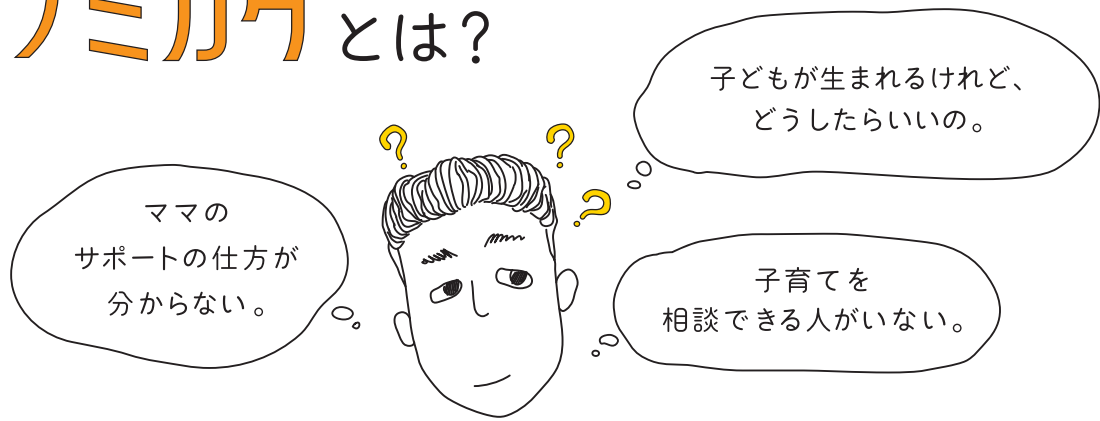
<http://c.rakuraku.or.jp/mikata>

かながわパパノミカタ

検索



# パパノミカタとは？



そんな初心者のパパに、パパノミカタは**育児のためのヒント**を提供します！

子育てに関する基礎知識やコミュニケーションのヒントなど、パパになる方の「ミカタ」となる情報を集めた、かながわ版の父子手帳です。

## パパノミカタの 一部紹介！

### 先輩パパ・ママの声

- プロスキーヤー **スペシャルパパ**  
三浦 豪太さんインタビュー
- かながわパパ・ママアンケート



父・三浦 雄一郎さんと親子で2度のエベレスト登頂（世界初）を果たした三浦 豪太さん

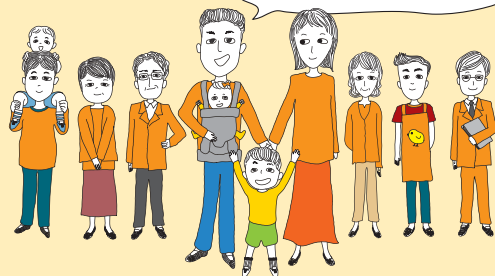
### 子育てに関する基礎知識など

- 💡 **パパ育児の秘訣は「妻のケア」**にあり
- 💡 子育てポイント～日常編・お出かけ編～
- 💡 笑いも悩みもシェア。地域のパパ友づくり！

お役立ち

### 子育て情報も！

- 👉 “カラダ遊び”で親子のスキンシップ
- 👉 **パパノミカタの** オススメお出かけスポット
- 👉 妻や子どもの笑顔を増やす「**パパ料理**」のススメ



キーワードは「チーム」、  
そして「コミュニケーション」！



パパノミカタは  
神奈川県のごんな取組みも  
紹介しています。

— **かながわ子育て応援パスポート** —  
家族でのお出かけをもっと楽しく！県内の協力施設でいろいろなサービスが受けられます。

— **マイME-BYOカルテ** —  
あなたや家族の健康情報等を管理できるアプリです。お子さんの予防接種や健診データを記録・管理できるアプリ「電子母子手帳」とも連携しています。

ネットでいつでも、どこでもご覧いただけます。

<http://c.rakuraku.or.jp/mikata>

かながわパパノミカタ

検索

