

パパのための 寝かしつけ&育児おたすけアプリ

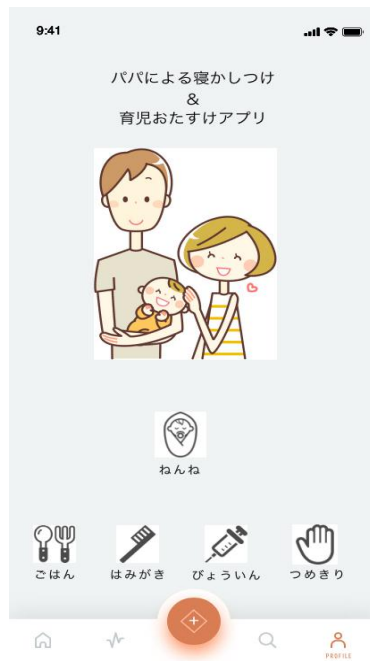
PN：やまねこ



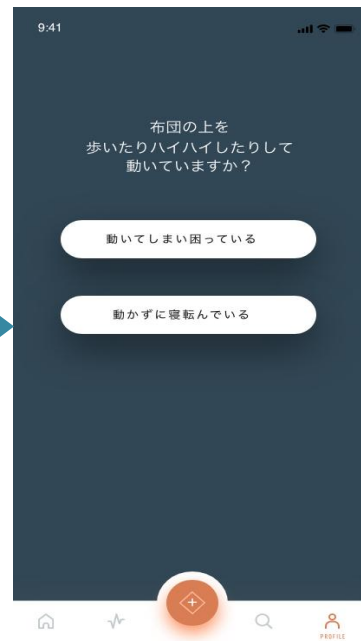
画面イメージ

TOP 画面

やりたいことを選びます



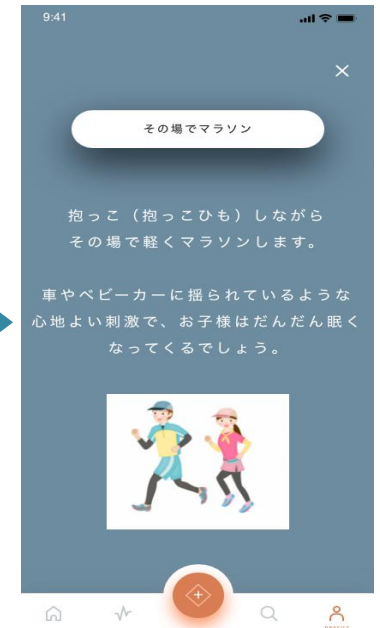
いくつか質問に答えます



オススメの寝かしつけ方法を提案します



やり方やアドバイスを表示します。

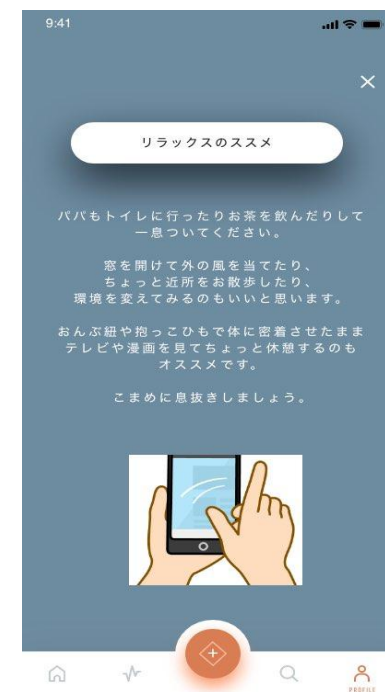
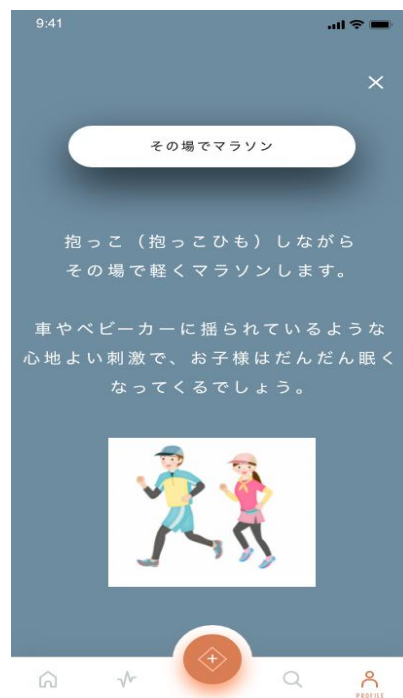


★ グラフで進捗を示します。

「まずは一步」 踏み出せるような工夫



これなら出来そう！
やってみよう！と思えるよ
うな方法を提案



難しい場面では、うまくい
かなかったときのアドバイ
スもあります。

アプリ開発の背景

いま、ママが危ない！

孤独なママを救えるのはだれ？

大人同士でおしゃべりしたり、
ゆっくり一人で過ごしたりする
時間が欲しい

赤ちゃんはかわいいけど、
24時間ずっと一緒だと
辛い。



コロナ流行で思うように外出
できない

パパに協力してもらいたいけど、
「ママが良い」と泣いてしまう。

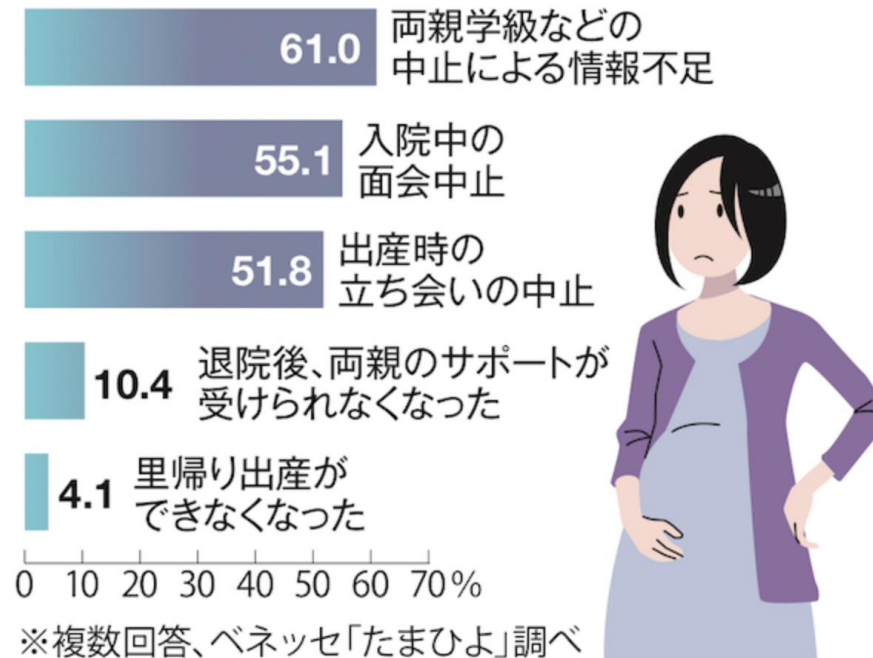
パパにやり方を教えるよりも
自分でやるのが早いから、
つい一人で抱えてしまう。

休めない、好きなように過ごせない、
うまく行かない、こんなことが続くと
次第に追い詰められていきます。

ママが求めているのは情報や人とのつながり

出産時の不安増大

新型コロナウイルス感染拡大による出産への影響



北海道新聞サイト *mamataalk* より

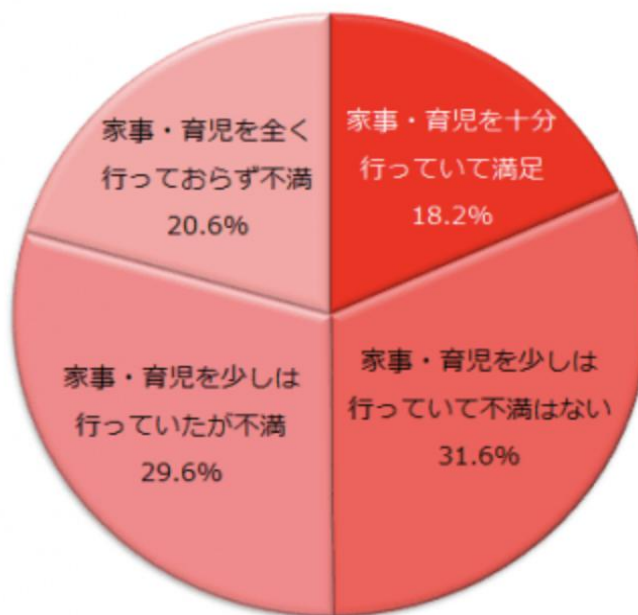
<https://mamataalk.hokkaido-np.co.jp/special/pickup/27676/>

人とのつながり・・・一番身近な人である夫の育児参加は進んでいるのか

妻の満足度、18.2%・・・

コロナ禍で在宅時間が増えている中、夫は家事・育児に十分取り組んでいると思いますか？

(単一回答：既婚女性のみ)



「しゅふJOB総研」調べ

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000497.000003176.html/>

パパの寝かしつけの参加率、なんと 6%・・・

94%のママが毎晩奮闘しているの！？

コロナ禍で在宅時間が増えている中、家事・育児で
夫が“積極的に取り組んでいる”と思うことは何ですか？（複数回答：既婚女性のみ）



「しゅふJOB総研」調べ

<https://prtmes.jp/main/html/rd/p/000000497.00000>

たくさんのママが、パパの寝かしつけを諦めているのかもしれません。



みゆき@「ワーキングマザー3.0®」
@miyuki_thewm



知り合いのパパに「子供が夜寝なくて寝なくて...奥さんが大変そうで、自由時間が全くないみたいで毎晩子供と喧嘩してるんです。なんかいい方法ないですかね」と仰るので、

「まずはパパが寝かしつけ代わってあげたらどうですか？」と言ったら黙っちゃったんですが、私何かおかしいこと言いました？

午前9:22 · 2019年10月3日 · Twitter Web App

1万 件のリツイート 234 件の引用ツイート 3.6万 件のいいね

「寝かしつけはママの仕事」と他人事にするのは、もうやめませんか？



「ふたりは同時に親になる 産後のずれの処方箋」狩野さやか著 より

ママは自分から「助けて」と言えない。手遅れになってからでは遅いのです。

2年で92人自殺 最多の死因に



さらに、35歳以上や、初産の女性などでその割合が高い傾向を示していました。

出産後の母親の自殺の実態が明らかになるのは初めてで、専門家は多くが産後のうつなどが関係しているとみています。

ママのSOS 周囲のサポートが重要！

産後のママを支援する体制はまだ決して十分とは言えず、始まったばかりです。

今回の放送を終え、多くの母親たちから感想のコメントを頂きました。

「産後うつを経験しました。『つらいです』の言葉が言えなくてどんどんふさぎ込んでしまいました」

「引き金は旦那の家事、育児への無関心。自分自身もうつになるなんて思っていなかった」

「サポートしてくれる場所がわからなかった。私と同じように困っているお母さんたちは多いのでは」

「誰にも理解されず、孤立感。どうかもっと社会の理解が進むことを望みます」

産後のうつのママは自分から「助けてください」と手を挙げられる人は多くはなく、むしろ助けを求められる人は少数だと専門家は言います。

サイカル journal

https://www.nhk.or.jp/d-navi/sci_cul/2018/09/story/special_180914/

「まず、何から始めたらたらない？」

はい！

「パパによる」寝かしつけ、
このアプリで応援します

もちろん、ママや保育を学んでいる方も是非参考にしてみてくださいね。