# ゼロスキルで劇的に変わる、お父さんのための最強育児ハック

## 夫婦の笑顔と自由時間を生み出す「たった一つの習慣」



NotebookLM

# 「家事や育児、正直自信がない…」と悩んでいませんか？

ミルクの作り方、上手なあやし方、毎日の家事。
普段やっていないと、ハードルが高く感じてしまうお父さんも多いはず。





NotebookLM

忙しいお父さんにも、不器用なお父さんにも。超おススメ育児。

# 「子どもの寝かせつけ」

NotebookLM

# 必要なスキルは「ゼロ」。ただ一緒に寝るだけ。

育休中のお父さんはもちろん、昼間お仕事で忙しいお父さんにも最適です。
特別な準備も、知識もいりません。




NotebookLM

# 父と子だけの、特別なご褒美時間。

## 子どもが懐く（親子の絆が深まる）



## 可愛い子どもの寝顔を独り占めできる



NotebookLM

# 最大の魔法は、奥さんの「自由時間」と「心の余裕」を生み出すこと。

その間にお茶を飲んだり、
落ち着いて家事をしたり。
お父さんの寝かせつけが、
家族全体に笑顔をもたらします。




NotebookLM

# タイミングが命！この「黄金期」を逃さないで。

**START:**
お子さんが夜間断乳ができたら、すぐに開始！

**WARNING:**
3歳をすぎると手遅れかもしれません。




NotebookLM

# ミッション完了後、夜の素敵な過ごし方。



子どもとおしゃべり
（しゃべれるように
なったら）



奥さんと
ゆっくりとした
時間を過ごす



そのまま一緒に寝て
リフレッシュ

NotebookLM

# 「完璧」を手放す。
# 家事が残っていても大丈夫。



「朝起きてやれば、結構なんとかなります。」

NotebookLM

# 大きくなってから、「あの時もっと…」と後悔する前に。

子どもが親のそばにいてくれる時間は、ほんのわずか。
今の育児を楽しみましょう。



NotebookLM

# 個人の「小さな一歩」から、企業の「働き方改革」へ。

このようなリアルな家庭の事情を知り尽くした専門家が、
実効性のある男性育休をサポートします。



NotebookLM

# 男性育休コンサルティング・研修のご案内

- 「取るだけ育休」にならないために
- 男性育休についての基礎知識
- 夫婦円満の法則

## 合同会社糸から布へ

津山市山北2-10（「まいぷれ津山市」にて魅力発信中）

TEL：090-9401-6036

NotebookLM