



日差しが眩しく、散歩が心地よい季節になりました。子育て支援センターでは昨年、たくさんの子育てママからの相談をいただきました。その中でも特に多かった内容について育児のヒントになれば…と思い作成しました。しかし、誰一人同じ人はいないように全員が「これが正解」といえない場合もあります。

あくまで参考としてご覧いただけると嬉しいです。

Q-1 眠った子を布団に下ろすと、すぐ泣いて起きてしまうんです。

A-2 おくるみやバスタオルで赤ちゃんをくるんでだっこし、抱いている人がゆっくりと上下にスクワットすると赤ちゃんは安心して入眠します。寝ついて布団に下ろす時も赤ちゃんの姿勢が崩れずにおすすめです。また、下ろす時に背中スイッチが入ったように泣く赤ちゃんは、優しく背中をYの字型に撫でたり、背骨の両脇を人差し指と中指で上下にマッサージしてあげると緊張が和らぎます。

Q-2 何でも口に入れてなめるんですが、いつおさまりますか？

A-2 赤ちゃんは、口に入れてみることでそれがどんなものなのか確認していると言われています。その行動で脳が刺激されて、知能も発達していくので必要な行動なのです。衛生面が気になりますが、身の回りの物には「雑菌」はあるものの「病原菌」はほとんどないので、口に入れるものは洗濯や水洗い程度で大丈夫です。

ただし、汚いものや危険な物は赤ちゃんの手の届かないところに置き、誤飲を防ぐためにも赤ちゃんから目を離さないようにしてください。



子育て世代包括支援センターは子育て応援隊！！

お子さんの誕生とともにV.P. ママも親業一年生です。“子育ては楽しい” そう思えるのはV.P. ママが課題とする階段を一步ずつ登ってきた成果です。誰でも「わからなくて当たり前」子育て包括は子育て親子の応援隊です。うまくいわずに不安になったときは、一緒に解決策を探りましょう。安心して産み育てられる環境づくり=子育てしやすい町を目指して活動しています。どうしてもわからない、イライラしてしまう…そんな時は一人で悩まずに私たちにお手伝いさせてください。

相談は総合ケアセンターゆくり 子育て世代包括支援センター 26-7872
または、厚真・厚南子育て支援センターにてうかがえます。

息抜きできていますか？

まとまった睡眠がとれないと、家事や育児にも疲れてしまうと思いますが、息抜きをすることで穏やかな気持ちで育児をすることができることもあります。

適度な息抜きは大切な育児の一環 ママが笑顔だとお子さんも笑顔になります。

子育て支援センターでは、子育てママやV.P.がリフレッシュできるような講座なども用意していますので、ぜひご参加ください。



おとなと子どもをつなげる絵本

子どもの頃、どんな絵本が好きでしたか？「いないいないばあ」「金魚がこげた」など、それぞれの絵本にたくさんの思いが詰まっていますね。今度はご自身が親として赤ちゃんと一緒に絵本の思い出をたくさん作ってください。

●赤ちゃんは、ママやV.P.の声が好き！●

赤ちゃん時代の絵本は「読む」より「感じる」もの。日本語の響きやリズムを楽しむので、繰り返しの話や形がはっきりした絵本を選びましょう。大人に抱っこされて絵本を読んでもらうと、赤ちゃんは背中から感じる読み手の心臓音や声に安心を感じます。

