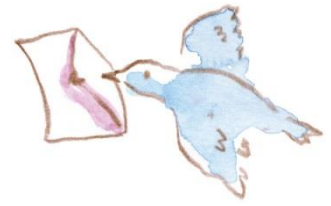


平成28年9月6・7日実施

## 「赤ちゃんあるある講座」の様子

講師：HISAKO さん（助産院ばぶばぶ 助産師）



### 【HISAKO さんのお話】



★第1子を育てているママたち、すごいです！1人目が一番しんどい。ゴールが見えないから。夜泣きとか、イヤイヤ期とか、しんどい今のこの状態が、ピークなのか、もっとひどくなるのか、いつまで続くのか、予測がつかないから。これが2人目、3人目になると、余裕が出てくるけど、1人目のママ達にそんなこと言っても無理。だから、本当によくがんばってる。すごいです。

★よく、育児書に「赤ちゃんの一日」とか載ってるけど、あの通りにいく赤ちゃんなんて、ほとんどいません！3時間おきに授乳とか、そんなうまくいかなくて、当たり前です！！育児書情報に振り回されてしんどくなっているママをよく見かけますが、赤ちゃんの顔をよく見てください。すくすく育っているなら、それが正解です。

★「おむつがまだはずれない」「まだ卒乳できない」など、焦っているママも見かけますが、これらの時期も、子どもが決めます。それぞれの子どもには、もってうまれた時期があります。長い人生、半年早くおむつがはずれたからといって、就職試験でアピールできるわけでもないし、無理に早くはずそうとしても、子どもも大人も大変なだけです。

★「赤ちゃんの月齢に合った遊び方を教えてほしい」という質問もありましたが、これも、決まりはありません。その子どもによって、それぞれ違うからです。

★大切なのは、ママの直感です。育児書やネットの情報などを見てもいいですが、最後は、ママと赤ちゃんで、自分たちに合ったやり方を探っていくことです。「病院に連れていく基準が分からない」という質問もありますが、「なんかいつもと違うな」と感じるママの直観は、とても大切です。そう感じたときはすぐに病院に連れていくべきだと思います。

★夜泣きにもイヤイヤ期にも意味があります。ママたちからしたら、ない方がいいに決まっていますが、どれも赤ちゃんの発達にとって、必要だから起こるんです。夜泣きは、大体7～8か月頃から始まります。昼間に見たものや聞いたことを、脳が処理しようとして起こるので、発達している証拠なんです。イヤイヤ期も、ママと自分が別の人間だと気づくことで起こります。この段階があって、自立に向けて発達していくので、必要なことなんです。

★とはいえ、ママもイライラしますよね。当然です。イヤイヤ期の子どもは、ほんとにややこしいです。そんなときは、ママもキレていいと私は思います。いつも笑顔でニコニコしていたらいいですが、ママも人間です。ときには、感情をぶちまけることもあっていいと思います。そこから、子どもが空気を読むことを覚えることもあると思います。

★ただ、言い過ぎたな、やり過ぎたなと思ったら、誠心誠意、子どもに謝ってください。よく、「子どもの寝顔を見て、『ごめんね』と言っています」というママがいますが、ちゃんと起きているときに伝えなくちゃ。言葉がまだ分からなくても、ママの気持ちは必ず伝わります！

★「赤ちゃんが触ってはいけないものを触ったとき、どのように注意したらいいですか」という質問がありますが、これは、赤ちゃんが触ってはいけないものを近くに置くこと自体がダメです。家の床などには、赤ちゃんが触っていいのもだけを置きましょう。

★抱きぐせは、つけていいです！！どんどん、赤ちゃんに触れてください。

★「他の人だと泣かないのにパパだと泣くのはなぜ？」という質問です。これは、簡単に言うと、他の人だと緊張して外面がいいようにしているけど、パパだと安心して素でいられるからなんです。3ヶ月くらいの赤ちゃんでも、人を見分けています。産んでくれたママが一番ですが、パパも他の人とは違う、緊張しなくていい相手なんだと思っているので、泣くんです。

★「上の子の関わり方に悩んでいます」という質問です。上の子に何か「ひいき」をつくってあげる、ママとの秘密ごとをつくる、何か役割を与えてあげるといいと思います。

★パパとの関係は、とても大切。パパは夜泣きのときも起きないし、相談しても共感してくれないし、イライラすることも多いと思います。ただ、ある程度は仕方ないことも理解してあげてください。パパは、ママが話をしてきたときに、アドバイスや結論を出すのではなく、「そうか、大変やったね。いつもありがとう。」とか、ママをいたわる気持ちで。ママはパパが仕事から帰ってきたときに、いくら育児で忙しくても、「お帰り。お疲れ様」と。パパは、自分が帰ってきて、何も言ってもらえないと、すごく寂しいそうです。ママからしたら、子どもにごはん食べさせたり、お風呂入れたり、忙しいのに！と、思っちゃうんですけどね。

#### ♡アンケートより♡

- ・ネットや本に惑わされず、もっとおおらかに子育てしたいなあと思いました。10人のお子さんを育てられた方のお話は説得力がありました。
- ・うちは全然育児書通りにいかない！だめな親子なのかと行き詰まりを感じていたが、それでいいんだ、大らかな気持ちでと思えるようになりました。
- ・交流会で、月齢の近いママが同じような悩みを持っていて、気が楽になりました。

