

ぽっかぽかだより 第15回 2006.1.22

～はげましあって楽しく子育て～

インフルエンザや風邪が流行っている中、14組の参加がありました。

<<参加したママさんよりひとこと>>

- ・らむさん(こどもは3人) 陥没乳頭で大変だったが母乳にできた。
- ・おんぶ(こども3人) 1人目は混合から母乳へ、2-3人目は母乳だけ。
- ・MUTAさん(こども1歳5ヵ月) 初め混合、今は母乳だけ。
- ・Tさん(こども1歳) 母乳のみ。離乳食を始めるのも遅かった
- ・飛鳥のママさん(こども4ヵ月) 出産前から参加。初めは混合、今は母乳のみ。乳頭が短いためニップルを使っていたが、今は不要。
- ・Kさん 初めての子育て。今は混合だが、母乳を多くしたいと思っている。
- ・Tさん(こども10ヶ月) 離乳食を与えているが、毎回同じようなものになってきてしまう。どのようなものを与えているか知りたい。
- ・Hさん(ちゃいるどはうす) 1人娘が現在高校生。
- ・H2さん(ちゃいるどはうす) 3人子育てをした。
- ・T2さん(保健師) 仕事をしながら冷凍母乳で育てた。おっぱいのトラブルも多かった。乳房が小さくても出る。「おひさま」ができてから、母乳育児の方が増えてきたように感じる。
- ・Mさん(こども2ヵ月) 乾燥肌で「おひさま」にお世話になっている。難産だった分、こどもがいてくれてうれしいと思う。
- ・みいちゃん(助産師) 新生児訪問(1ヵ月児)も行っている。自宅分娩や産後の援助もしたい。混合でも母乳に替えていく方が増えている。
- ・M2さん(こども1歳5ヵ月) 現在でも2~3時間おきに授乳して、ご飯も普通に食べる。かと思えば、1日飲まなくてもいい日もある。病気、下痢をして食べてくれなくても母乳を飲んでくれるので助かる。
- ・T3さん(1歳) よく飲み、よく食べる。おっぱいが張ったときの処置の仕方を知りたい。友達のこどもも2歳だが、まだ母乳をあげている。周りも母乳の知識が増えていってるように思う。
- ・みかんさん(こども1歳10ヵ月) 2人目を妊娠中(9ヶ月)。今も授乳を続けている。保健師もびっくりしていた。中央助産院で出産予定。
- ・H3さん(こども7ヵ月) 初参加。母乳で育てたい。
- ・なぎささん(3人目が1歳半) 1人目は混合だった。2人目のときは身近な人のアドバイスもあり完全母乳だったが、トラブルに悩まされた。3人目は現在、甘えてくるときと夜中2時間毎の授乳をしている。
- ・みかりん先生(矯正歯科医) 口の形、嚙む、飲む機能の基礎は母乳から。
- ・K2さん(3人目が2ヵ月) 生後1ヶ月過ぎから同伴で仕事に行っている。来月から保育園に預ける予定。

<<意見交換>>

【質問】

・飛鳥のママさん 外出先の授乳はどうしているか？今は、行く前にあげたり、車の中であげたりしている。

【意見・回答】

- ・MUTAさん お客さんが少ないときに店の人の許可を得て、プリクラのカーテンの中であげたりした。車の中であげることが多い。
- ・M2さん 母乳をやるのは当たり前前権利という感じで、人前でも食べる所でもあげている。ケープのようなものを掛けて、レジに並びながらあげたこともある。おなかが出ると冷えたり気になったりするので、見えないように、ベストやクロスキャミソールなどを重ねて着たり工夫し、横からすぐ出して飲ませるようにしている。

・Hさん 電車に乗った時、泣き止まないこどもがいた。そのお母さんは電車の隅に行き、薄い毛布のようなものを取り出して肩にかけ母乳をあげたら、こどもが泣き止んだというほほえましい光景に出会った。

・ぼっちさん 以前、このサークルで紹介のあった授乳服をインターネット通販で購入し、便利に使っている。おっぱいはどこでも飲ませてほしい。また、公共の場の授乳室を増やすよう行政へも働きかけたいと思う。

・寝太郎先生 待合室で普通に授乳する姿を見せてほしかったので、あえて授乳室を作らなかった。

【質問】

・Tさん 離乳食のメニューがワンパターンになってしまう。

【意見・回答】

- ・らむさん みそ汁が主。具沢山の汁にして与えていた。
- ・おんぶ 離乳食教室などでいろいろ教わったが、結局は煮物をした時の具をつぶしたり、味付けをする前取り分けたりした。
- ・寝太郎先生 家族が食べているものの中から、赤ちゃんに取り分けて与えればよい。アレルギーがない限り問題ない。
- ・みかりん先生 昔は、離乳食の概念はなかった。スポック博士という人が広めたものである。そもそも離乳食の目的は「最終的に親と同じものが食べられるようになる」ということである。動物を見てみると、親のものを少しずつもらって食べて、だんだん同じ物を食べるようになる。普段食べているものを食べやすいようにして与える。ワンパターンは構わない。毎日の食事で食べたいだけ食べさせて。いつの間にか食べるようになる。いつの間にか・・・でパッチリ！

【質問】

・Kさん 混合栄養。右は陥没乳頭。マッサージも受けたい。

【意見・回答】

・寝太郎先生 混合栄養でミルクが多い場合、急にミルクを減らすのは危険な場合もある。医師や助産師などの管理下で様子を見ながら、少しずつ移行していくのが安全。

・みいちゃん(助産師) まずは吸わせること。マッサージも含め、相談にのります。

【質問】

・MUTAさん 知人が産婦人科で、縦抱き授乳の指導を受けた。夜中も起きて縦抱きで授乳している。2ヶ月になるが、寝不足で大変。

【意見・回答】

- ・M2さん 縦抱きで授乳していたが、そのうち自然と横抱き授乳になった。
- ・なぎささん いろいろな飲ませ方でよいのでは。
- ・みかりん先生 アイロン台や枕の上にこどもを乗せて、いろいろな方向から飲ませた。いろいろあっていいと思う。みんなちゃんと育てているよ！

【質問】

・なぎささん 姑にこどものご飯が硬いと言われた。

【意見・回答】

- ・みかりん先生 祖父母は、こどもを病人のように扱いがち。でも「赤ちゃんは病人ではありません！」健全な発育を阻害することもある。
- ・寝太郎先生 食事の硬さは、明治～大正～昭和と、やわらかくなってきている。意識して歯ごたえのある食事をして欲しい。

【質問】

・T3さん こどもは1歳5ヵ月だが、おっぱいがよく張る。

【意見・回答】

- ・M2さん こどもが飲んでくれたらいいけど、飲んでくれないときには搾って捨てる。自分でも味を確かめる。
- ・なぎささん 張ってるから飲んでもらおうと思って飲まない。詰まったりトラブルになったことがある。

【質問】

・みかんさん 夜間の授乳が虫歯にならないと聞いたが？

【意見・回答】

・みかりん先生 母乳には乳糖が含まれているが、ミュウタンス菌は乳糖を分解することができないので虫歯にはならない。2-3歳児の虫歯のほとんどはしつけの問題。こどもの欲しがるものを自由に与えたり、思い通りにさせたりしている。夜更かしや朝寝など生活リズムの乱れ。

・T2さん 保健所のアンケートに 母乳は虫歯になると思いませんか？ 母乳は虫歯になることを知っていますか？などがある。このような文章をみると、母乳はいけないものと思ってしまう。

・寝太郎先生 鹿屋市の乳児健診のアンケートにも「果汁を与えていますか？」とある。余計な質問は削除するようにとお願いしたがダメだった。下痢やインフルエンザに母親がかかると、母乳をやめるのも間違い。

【質問】

・M2さん 朝起きない。夜中に何回も授乳し、明け方に寝入る。昼寝もするし、散歩もしている。朝起こしてもまた寝てしまう。夜8時くらいから寝るときもあるが、遅いときは11時。

【意見・回答】

・なぎささん 自分も夜中には何回も授乳する。6,7ヶ月の頃は、朝は親よりも早く起きていた。ひとりで遊んだりして。

・らむさん 夜中もいっぱい添い寝で飲んだりしていた。生活リズムを一度リセットしてみるとよいのでは？

・なぎささん 1人目のときは、だらだらと朝10時までこどもと寝ていた。

今は生活パターンができています。

・おんぶ 無理に8時に寝かせようとせず、寝る時間を9時にするなど変えてみては。寝る前には3人のこどもたちと布団に入り、絵本の読み聞かせをして「はい、おやすみ」としている。

・寝太郎先生 朝の光が一番大切。早起きから始めましょう。

【質問】

・Tさん 水ぼうそうとおたふくに自分がかかっていない。

【回答】

・寝太郎先生 成人が抗体検査せずにワクチン接種してもよい。4月から、麻疹と風しんの2種混合ワクチンが始まる。通知が来ている人は3月末までに受けること。

<<お知らせ>>

2月21日(火)

高山保育園隣のちゃいるどはうすにて

「冬の健康管理」と題して寝太郎先生の講演会があります。希望者は事前に申込してご参加ください。

3月9日(木)

高山保育園隣のちゃいるどはうすにて、矯正歯科医のよつもと先生の講演会も予定しています。

高山保育園隣のちゃいるどはうす(子育て支援センター)

でんわ 0994-65-1308

今回はちゃいるどはうすの先生方も2名参加して下さり、とても充実していました。ママさんたちの話も盛り上がり、また、専門の方のアドバイスもあり、すてきな楽しい時間でした。



by.おんぶ