



～はげましあって楽しく子育て～

<参加者より一言>

Hさん：出産まで母乳のことを考えていませんでした。出産後、祖母に「足りないからミルクを足せ」と言われた。2ヶ月寝てくれないことが続いておっぱいが張って大変だった。おっぱいのマッサージをしてもらう時に添い乳を教えてもらってすごく楽になった。

M-1さん：15日で7か月になります。昨日寝返りをできるようにになりました。

W-1さん：動けるようになったら、いたずらをするようになった。歯が生えてきたのでそろそろ卒乳した方がいいのかな？と考えています。

T-1さん：8ヶ月になります。Hさんと同じような経験があり、みーちゃんを紹介してもらってすごく楽になりました。最近は後追いをする姿がかわいいです。

S-1さん：9ヶ月になります。ずっとサークルに参加したいなと思っていましたがなかなか参加できなかった。離乳食について相談したいです。

<質疑・応答>

夜間の寝つきについて

なぎさ：夜間の寝つきが悪くて困っている方が多いですね。

M-1さん：最近、1～2時間したら起きてしまう。添い乳ができないので毎回夜間は起きて授乳しています。

W-1さん：お風呂上りにトントンすると寝ます。逆によく眠るので、大丈夫なのか夜中に心配になることがあります。

T-1さん：離乳食を始めるとよく眠ってくれるのかなあと思っていたが変わらない。でも、起きる回数が減ってきているので楽になってきた。

S-1さん：夜8時に添い乳をして寝かせますが、寝かしつけが大変です。夜間2回位目が覚めるがトントンすると寝てくれる。

なぎささん：一人目は朝寝してくれるのが楽なので遅くまで寝かせてしまっていた。その分夜寝かしつけるのが大変だった。添い乳ができると夜間が楽になる。「おっぱいでらくらくすくすく育児」には添い乳の方法なども書いてあるので読んでみてはどうでしょうか？

母乳回数と離乳食について

S-1さん：離乳食の後に母乳をあげているが麦茶をあげている人もいると話を聞く。どう選択したらよいでしょうか？

T-1さん：母乳以外はまだあげていない。離乳食の後、母乳をあげている。夏になったら喉も渴くと思うので水分をあげようと思うがコップがいいのか？スプーンがいいのか？

S-1さん：母乳だけでやってきたが祖母の家などに行くと「何も飲ませないの？」と言われる。

W-1さん：白湯をあげている。ストローを今使用している。自分で飲むので楽。コップを試したが振り回してこぼしてしまう。

M-1さん：スポイトを使用したけど上手いかなかった。

なぎささん：昔のミルクは品質が悪かったので白湯や果汁を補う必要があった。今は、ミルクの後の白湯は必要ない。三女は姉がコップで飲んでいて自分もコップがいいとコップを使用していた。マグマグや哺乳瓶を使用することであごの発達を阻害してしまう。楽なものを使用するより不自由することで発達機能も育って行く。

みーちゃん：離乳食の段階でそこまで飲み物を考えなくてよい。お茶は歯を綺麗にする働きもある。元々日本では食後にお茶を飲むのは、お茶碗で飲むことでお茶碗のご飯つぶがとれて口の中も綺麗になるので習慣化していた。しかし、現代は常に食卓に飲み物があって流し込み食いをしている。今は哺乳瓶があるから何を使用しているのか悩んでしまう。昔は物がなかったのが悩むことがなかった。

歯磨きについて

S-1さん：ガーゼで拭いている。

T-1さん：まだ歯磨きはしていません。

W-1さん：自分でする時は喜んでする。しかし、手伝うと嫌がる。

みーちゃん：歯磨きも大事だが食べるものを選択することも大切。砂糖やチョコレートなどを食べていたら虫歯になるので注意が必要。

W-1さん：甘いお菓子を祖父母があげてしまう。

なぎささん：だらだら食べるのがよくないので、だらだら食いをさせない。母乳は虫歯になるという人がいるが、母乳が原因なのではなく、だらだら食いで口の中がいつも汚れていることが問題。

M-2さん：自分でする時は磨くが、親が磨こうとすると嫌がって逃げる。

みーちゃん：こどもがくわえたままで転んで怪我をしないように注意。気長に徐々に慣れさせていけばよい。

文：もも