



～はげましあって楽しく子育て～

<<参加者から一言>>

Kさん：妊娠中です。出産のことが心配です。おっぱいについても聞いてみたいと思って参加しました。

Fさん：初参加です。友人に誘われて参加しました。

Tさん：2人目の子育て中です。分からないことなど聞きたいと思って参加しました。

Oさん：いろいろと話を聞くのが楽しみです。

K1さん：3人子どもがいます。小学4年生・2年生・11ヶ月です。卒乳は10ヶ月でした。4人目を妊娠しています。卒乳は上の子でこずったので病院ではきっぱり止めなさいと言われた。話をすんなり止められた。

Mさん：2回目の参加です。話を聞くとためになることばかりなので今回も楽しみです。

T1さん：4ヶ月になります。いろいろな知識を増やしたいと思って参加しました。

K2さん：3回目の参加になります。お座り・ハイハイができるようになって目が離せなくなりました。サークルは心強いです。

K3さん：2人目になります。いろいろな人の話を聞きたいと思い参加しました。食に関してあまり興味がないようなので同じような経験談など話も聞けたらなと思ってます。

みーちゃん：肝付町で開業助産師をしています。毎回いろいろな話を聞けるのを楽しみにしています

<<質疑応答>>

離乳食について

K3さん：1人目は保健センターや育児書を参考に柔らかいものから食べさせていた。ご飯を柔らかくしたり、かぼちゃ、にんじんなど炊飯器に入れて炊いていた。そうするとご飯の炊き上がりと一緒にできる。上の子は食べ物をじーと見ていたが下の子は食べ物を見ないし、食べても出してしまふ。焦らないようにと思っているが焦ってしまう。母乳だけで体重も増えていて機嫌もよい。

K1さん：おもゆは炊飯器の中にコップにご飯を入れて炊いていた。味噌汁はだしだけとったり、具材は歯茎でつぶせるくらいの硬さにしていた。すぐ食べるのでコップでは足りなくなった。今は大人と同じ硬さのものを食べている。上の子どもに比べると食べてくれる。1人目は本に書いてあるように一さじ二さじとしていたが二人目三人目は手抜きだった。姉は2歳で8Kgだった。かろうじて何百gとかしか増えなかった。周囲と比べると苦痛なので比べないようにしていた。一人目で苦労したので二人目三人

目は楽しかったのかな。その子の成長にあわせてしていくとよいのでは？

Tさん：5ヶ月で離乳食を開始した。一人目で苦労したので二人目は楽に考えている。

なぎささん：スイカをミキサーにかけたものを2ヶ月から飲まされたりしていた。おばあちゃん達がみかんなどをあげてしまうが酸が強いので胃には負担になってしまう。食べることに興味がないようだが家族と一緒に食事をしていきますか？

K3さん：一緒に食べている。お腹が空いているだろうと思う時間にしているが手づかみで食べようとしない。2～3口しか食べてくれない。スプーンでは遊んでいる。

K2さん：最初はよく食べてくれていた。最近1～2口食べるとおっぱいを欲しががる。

K1さん：上の子は食べてくれなかったので母乳を飲ませるしかなかった。

もも：食事にたいして興味や意欲がまだないようなので手づかみ食べをさせてみてはどうか？食べ物で散らかって大変だが、すぐ片付けができるように周囲に新聞紙をしいたりするとよい。手づかみをすることで、初めは口には入らず遊んでばかりいるが、そのうち口にもって行って食べるようになる。

母乳とミルク

Mさん：おっぱいを嫌がって泣いていたが、ミルクを飲んでぐっすり眠った。ぐっすり眠ったので毎日のように飲ませている。離乳食を始めようと思っているが、ミルクを飲む量が減ってくるのかな？

なぎささん：母乳だけ飲んでいて赤ちゃんに哺乳瓶でミルクを飲ませるとおっぱいと、乳頭混乱をして母乳を嫌がることある。

Mさん：病院で相談したらミルクはコップで飲ませたらどうかと言われた。

なぎささん：ミルクは消化するのに時間がかかるのでよく眠ってくれる。

みーちゃん：今まで母乳をあげていたのなら出ないということはない。母乳の味が違うのかもしれない。味見をしてみるとよいかもしれない。ご馳走を食べた後はしょっぱかったという話があった。足りないのではと思うとミルクが近くにあるのですぐにつかってミルクをあげてしまう。

Mさん：昨日はミルクを飲まずに眠った。

みーちゃん：ミルクをあげるとしても沢山にならないように。

初めての出産・母乳

Kさん：初めての時はおっぱいは出にくいのですか？

なぎささん：産まれるまでは何もなくていいですよと言われた。

Fさん：最初は出なかった。助産師さんにマッサージなどをしてもらった。

Oさん：出産した病院が母乳に一生懸命じゃなかった。すぐにミルクをもらったりした。頻回に母乳をあげるようにして1ヶ月の頃は完母になった。

K1さん：哺乳力が弱くて一週間位でようやく出るようになった。入院中は混合だったが家では母乳だけになった。

なぎささん：母乳をあげた後にミルクを飲ませるように言われていた。抱き方なども教えてもらえなかった。今は出産後から同室にしてくれる所も増えてきている。

Kさん：友達から聞いた話だがミルクなら父さんでもあげれるからパパっこになってしまっ…という話を聞いて怖くなった。

みーちゃん：ミルク・母乳にかかわらず元々男の人が好きなものかもしれない。出やすい、出にくいをどこで判断するのか？2人目は母体が覚えていて出やすい。母乳は必ず出るようになります。

母乳について

T1さん：母乳だけが自分の体重が減ってきていて子どもも小さいので足りているのか心配。

なぎささん：母乳の回数は何回飲ませていますか？

T1さん：7～8回。夜間は夜泣きなどはなく眠っている。

Fさん：足りているのか？と思うがよく母乳も飲んでるので心配していない。

大田：先月足りていないのではないかと相談した。授乳回数も7～8回していて、体重も増えているので心配ないと言われて安心した。

Mさん：30分おきに母乳を欲しがったので試しにミルクを飲ませてみた。ミルクをあげたら飲んだので足りてないのかなあと思った。

K2さん：母乳を欲しがるときにあげるようにしている。間隔が2時間しかあいていないと思うこともあるがあげている。体重が増えているので心配していない。

なぎささん：ミルク缶に書いてある量を気にして飲ませていたら子どもは大きくなりすぎてしまった。ミルク缶の表示を気にしすぎないで、子どもの状態を見て欲しい。

兄弟の対応について

Tさん：兄は7ヶ月で卒乳した。最近兄がおっぱいを飲みたいと言う。抵抗があるがあげた方がよいのか？あげると止められないのではないかと心配もある。

なぎささん：お兄ちゃんもお母さんに甘えたいなのでしょう。母乳をあげて満たされてるのであれば私はあげる。

K1さん：あまり言っはこなかった。哺乳瓶を取って飲んでいことはあった。兄は「どうしてばっかり可愛がるの？」と言う。「小さい時はあんたばかり可愛がっていたんだよ。」と教えてあげた。欲しがって飲みたいと言えばあげようと思う。

みーちゃん：「赤ちゃんに、お兄ちゃんに分けてあげてもいいね？って聞いたらいいよと言ったからどうぞ。」と試してみるのもよい。照れてみたり上手く吸えなかったりすることもある。

文：もも