



～はげましあって楽しく子育て～

<参加者から一言>

なぎさ：子どもは3人います。3人目は4歳のときに卒乳しました。現在小学1年生なので母乳から遠ざかっていますがいろいろ話を聞けるのが楽しみでいつも参加しています。

みーちゃん：肝付町で開業助産師をしています。いつも参加していろいろな話が聞けるので毎回楽しみです。

Tさん：上の子が赤ちゃんのときから参加しています。下の子が産まれて時間ができたので久しぶりに参加しました。

Mさん：1歳になりました。最近はいろいろなところについて回ってきます。いろいろな話が聞けるのを楽しみに参加しました。

Iさん：2回目の参加になります。先週で6ヶ月になりました。お尻を持ち上げて馬のポーズをするようになりました。

もも：5歳の娘がいます。4歳まで母乳を飲んでいました。よくサークルで卒乳はいつになるのかと話をしていましたがいざ卒乳するとなんだか寂しいです。

<質疑・応答>

母乳の回数や満足感など

Iさん：夜は母乳を飲んで眠るが日中は両方飲ませてもまた片方飲ませることがある。満足している様子があるがすぐ泣いてしまう。

なぎさ：しょっちゅうあるんですか？

Iさん：しょっちゅうではないが多い。飲みながら寝るが満足するってどんな感じだろう...

Tさん：上の子は頻回に時間に関係なくよく飲んでた。それに、満足するしないにかかわらずしょっちゅう泣いていた。下の子はほとんど手がかからなくてすごく寝る子。がやがやしていてもグウグウ寝ている。

Iさん：満足するとニヤ～と笑顔になると本に書いてあるがそういう表情を見たことがない。

Mさん：そういう顔を私も見たことがないです。

Tさん：2ヶ月過ぎてから笑うようになった。満足したんだなあと感じる。2人目でようやくわかった。

なぎさ：よく泣くことがあったが気分転換をするなどして落ち着くことがあった。母乳が足りないというわけではなくオムツが汚

れていた、かまって欲しかったりして泣くこともある。

Tさん：一人目のときは初めてのことでばかりであれでもないこれでもないと思うことが多かった。

Iさん：育児書をみても当てはまらないので大丈夫なのか心配になることがある。

もも：育児書は個々にあわせて作られたものではないので本通りにいかないことはよくある。子どもは一人一人個性があって違うので本よりもその子を見てあげるのがよい。心配だったり気になることがあればサークルなどに参加して他のお母さんの話を聞くのもよいでしょう。

Tさん：2歳になって夜中に突然「ワー」と泣き出すことがあった。麦茶を飲ませたりして30分くらいあやしたことがあった。次の日に夜中のことを聞いてみると「覚えていない」と言っていた。この時期になるとぐっすり寝ると聞いていたので驚いた。

うつぶせ寝について

Iさん：うつぶせに寝るのが好き。仰向けで寝ていてもすぐにうつぶせになってしまう。寝返りをするとき頭を打ったりすることがあるが大丈夫ですか？

Mさん：最近うつぶせに寝ることがあります。

なぎさ：うちの子もうつぶせ寝好きです。窒息するのではと心配した時期もあった。柔らかいものや体が沈むものでない素材を選んでた。

みーちゃん：コンクリートとかに打ちつけるのではないので大丈夫です。うつぶせ寝を防止する枕もあるがかえって窒息してしまったというニュースがあった。不自然なことはしないのが一番です。

なぎさ：うつぶせは、お腹の中にいる時と同じ状態なので落ち着くと話を聞いたことがある。

湿疹について

Tさん：上の子はなかったが下の子は湿疹がある。痒がっている様子はないが乳児湿疹なのか気になります。痒がる様子がないのでこのまま様子を見てよいのか...？

なぎさ：うちの子も乳児湿疹と言われたことがあった。洗って清潔にしていたが汁がでてきた。肌の状態にもよるがほっといてよくならなかった。気になるようだったら1度は診察を受けてもらった方がいいですよ。

Tさん：1度診てもらった方がいいですね。診察に行ってみようと思います。

乳腺炎について

Iさん：乳腺炎になりやすいが気をつけた方がいいことがありますか？

Tさん：何でも食べてよいと聞いたが脂っこいものはよくないと聞いた。

Mさん：乳製品はよくないと聞いた。

なぎさ：おもちが好きだが食べ過ぎると乳腺が詰まると聞いたのでお正月は控えていた。母乳がよくでるからと母がもち米でご飯を作ってくれていた。よく食べていたら詰まってしまった。2番目のときに乳腺炎になったがどうしていいかわからなくて病院に行っていた。乳腺炎になったら痛い部分に下顎がくるように飲ませるといいと言われた。

みーちゃん：食事もだが体調が悪くて乳腺炎になることもある。ワイヤー入りブラジャーは締め付けてよくないこともある。

スキンシップ

Mさん：母乳を飲む回数が減ってきていたが最近「おっばい、おっばい」と言うことが増えてきた。

Tさん：うちもよく飲んでいる。

Mさん：夜間だけでなく起きてからもよく飲んでいる。

Tさん：仕事に行っている時は日中欲しがらなかったが帰ってきたらすぐに欲しがらる。

もも：うちも仕事に行っているときは欲しがらないが家にいると母乳をよく欲しがっていた。5ヶ月のときから仕事しているので母乳は栄養もだがスキンシップのひとつだと考えていた。日中会えなかった分抱っこしておっばいを飲むことで安心している様子もあるので頻回に欲しがっても好きなだけ飲ませていた。

Mさん：何時間が預けることがあったがそのことがあってから母乳を欲しがらなくなった。

Tさん：子どもを預けて東京で資格をとることがあった。そのとき乳腺炎になって大変だった。夜間だったが助産師さんを教えてもらって治療してもらった。しかし、本人はケロっとしていた。

なぎさ：預けられたときは寂しかったでしょうけどね。

文：もも