



～はげましあって楽しく子育て～

<< 参加者から一言 >>

H-1さん：先月に続き2回目の参加になります。生後1ヶ月から母乳のみでしたが、今は1日3回ミルクを足しています。量が足りているかが不安です。

Mさん：初めての参加です。なかなか母乳が出なかったんですが、マッサージを始めてから出るようになりました。離乳食を始めてからは母乳の量が減った気がします。来年4月から仕事に復帰する予定です。母乳を無理に止めたくないのもありますが、自分が楽なやり方でしていきたいです。

H-2さん：1歳5ヶ月の女の子です。母乳のトラブルがあり止めようかと思っているので、いろいろと話が聞きたいです。

Nさん：4月に鹿屋に転勤してきました。3歳と6ヶ月の子2人とも母乳のみです。上の子は1歳の誕生日に離乳、下の子は昨日から離乳食を食べさせています。

<< 質疑応答 >>

母乳について

H-1さん：授乳の間隔が2時間だと泣いたり、3時間経っても平気だったりとまちまちなんです。

H-2さん：1ヶ月経たないうちは、1日に5～7回あげてました。寝る前には1時間飲んで、そのまま朝まで起きない事もありましたよ。時間とか量はあまり考えず自然に任せてました。

Nさん：うちも手がかからなかったですよ。10～15分位の短時間でしっかりと飲んで、夜もぐっすりでした。上の子は2ヶ月の時に哺乳瓶を嫌がっていましたね。

H-1さん：お乳がよく出るといわれている漢方などを飲んでますが、おっぱいが張らないし、出が良くないんです。飲むのを嫌がった場合はあげない方がいいですか？

もも：体重も前回より800g増えてますし、見た感じも大きくなっているので、母乳で育てる事に自信を持っていいと思いますよ。

Mさん：私もあまり自信がなかったんですけど、助産医でマッサ

ージをしてからは出るようになりました。（注：乳房マッサージは必須ではありません）

H-1さん：哺乳瓶以外でミルクをあげる方法は何かありますか？

なぎさ：スプーンを使って少しずつあげてみてはどうですか。

もも：下痢をしていたり、離乳食が進まない場合には、その代わりに母乳の飲む量が増えますよね。

H-2さん：夏や冬場は飲む回数が多い気がします。うちも2～3ヶ月の頃に哺乳瓶を試したんですが、だめでした。母乳だけで育てていると、自分以外の誰かに預ける時にどうしていいかわからないですよ。

離乳食について

Mさん：時間と回数について、一定の時間にあげた方がいいですか？

Nさん：上の子は一緒に食べていました。椅子に座らせると、一緒にいれるという事が嬉しいのが喜ぶんです。

なぎさ：食べる量には個人差があります。親と一緒に本人が喜んで食べてればいいと思いますよ。

Nさん：子供用に別に作っていたんですけど、すごく面倒でした。他の人の話を聞くと、みんなが食べているのを取り分けてあげるみたいでした。

H-2さん：うちの子はあんまり進んで食べませんでしたし、回数も特に気にしてませんでした。最初はレシピを見て作ろうと思ったんですけど、大変そうだったので、具沢山のお味噌汁を作って、それを利用して自分なりに作ったりしてましたよ。

もも：従兄弟とか他の子供と一緒にいると競って食べたりとか、大勢で食事をする時には楽しそうにしていますよね。

「怒る」ことについて

Nさん：何もかもダメって言うてしまうんです。こどもも言われ慣れている感じで…。怒る時に言葉よりも手が先にでてしまうので、虐待をしているんじゃないかと思う事があります。主人と怒るタイミングが違うのは育った環境が違うからですかね。

H-2さん：自分の精神状態にもよりますよね。私も最初のうちはよく怒ってましたが、今はなるべく自由にさせてます。

なぎさ：昔はもっと厳しかったですよ。親から叩かれたりするのは当たり前でしたし。自分が叩いたり怒ったりした後は謝るようにしています。

もも：怒ってもきかない時がありますよ。でも、保育園とかの集

団生活の中で他の子を見る事によって、しても良い事、悪い事を学んでいるんだなと感ずることがあります。保育園での自分の立場を気にしている分、家では自由にしていきたいのかなとも思います。お母さんも一人の時間を楽しめるといいですね。

H-2：両親とも県外在住で頼れる人がいないので、何回か託児所に預けています。始めのうちは心配でしたが、今では離れて過ごす時間を楽しめるようになりました。

Mさん：今後は、子育て支援を利用しようと考えています。他の子供と接する事はいい刺激になるし、環境は大事ですよ。

なぎさ：兄弟が出来れば、兄弟同士で遊んでくれますよ。喧嘩もしたりしますが、お母さんの気持ちが少しは楽になると思います。

追記：寝太郎より：こどもが好奇心旺盛なのは良いこと。小さいと叱られても意味を理解できません。ダメダメは3歳になるまでは我慢しましょう。触っていけないものをダメとしかるのではなく、触れないようにしてあげることで、結果として、叱る必要がなくなるようにしましょう。

外出時の飲み物について

H-2さん：お茶を持ち歩いていますが、飲ませてもすぐにおっぱいと言うので、作るのが面倒になります。

Nさん：私は無理にお茶を飲ませませんでした。最近は水筒に入れて持ち歩いてますが、折りたたみのコップもあると便利です。もも：母乳で育てたので、お茶を持ち歩く必要はほとんど無かったです。

文：はる