



～はげましあって楽しく子育て～

<<参加者から一言>>

N1さん：母乳のあげ方について話を聞きたいです。

Kさん：初めての参加でいろんな話を聞きたいです。

Y1さん：体重の増加、ミルクか母乳か混合か迷っています。

Oさん：2人目です。母乳で育てたいと思っています。

N2さん：離乳食の進め方について意見を聞きたいです。

Iさん：二人目です。一人目が手がかかりましたが、二人目は手がかから無すぎて逆の心配です。

Aさん、Kさん：母乳のことについて話したいです。

<<質疑応答>>

◎母乳が出ているのか、足りているのか？

Kさん：陥没乳頭あるので乳頭保護器で授乳し、その後搾乳して飲ませていました。できれば母乳で育てたいです。

Iさん：足りているかわからないので体重を測る機会とかあればいいなと思います。

N2さん：乳頭保護器を使用してその後搾乳して飲ませています。おっぱいマッサージをしたりしていました。

なぎささん：2人目は母乳で育てました。おしっこが5-6回出ていれば大丈夫と聞いていました。赤ちゃんも上手に吸えるようになると授乳時間も短くなってくるし、甘えただけの時は長く吸ってるときもあります。

みいちゃん：抱っこの仕方でも吸い方も違うし乳輪の奥まで吸わせるようにするといいと思いますよ。

粉ミルクの缶に書いてある目安をお母さんが見て、出ていなかったら心配すると思うけど赤ちゃんはその目安ほど飲まないんですよ。

母乳が出てないのはさほど気にせず、こどもが飲み

たいときに飲ませることが大切だと思いますよ。

Kさん：乳首が出てたらしっかり吸ってくれるんですね。

みいちゃん：腕とかでも赤ちゃんは吸いますよね。赤ちゃんは柔らかいものを吸うのと同じで母乳は引き寄せて飲ませると吸ってくれる子が多いですよ。1ヶ月も経つと乳頭保護器をつけてる場合は外してあげるといいかもしれませんね。

なぎささん：3-4ヶ月の頃になると、今まで張っていたのが少し落ち着いた感じになってくると思います張らなくなってきたりすることがあります。

◎離乳食について

N3さん：最初柔らかいものだったんですけどだんだん固形物を食べたがるようになりました。

そしたらそのまま便として出てきてびっくりしました。

Sさん：離乳食は初めが大事ですよ。子供の状態によってさまざまですが丁寧にスタートしていきましょうね。

にんじんであればペースト状にしていたりスプーンとかの道具も関係してきますよ。舌先の奥の方から取り込むように食べさせたりしたらいいかもしれませんね。

お腹がすくとわーって泣くと肺活量も増えたりしますし、でも一番大事なのはお母さんと子供が目と目を合わせて話しかけながら食べさせ、飲ませたりするのでも気持ちの問題もだいぶ違うと思いますよ。

お母さんが何に対しても焦らずに、たまには自分たちのお母さんに預けてリフレッシュしたり家族で協力して丁寧に子育てしてみてもいいかもしれませんね。

Y2さん：そうですね。楽しみながら日々子育てしていくといいですよ。

◎湿疹について

N3さん：食べ物を食べて湿疹ができたり赤くなったりす

るとアレルギーかな？と心配です。

なぎささん：湿疹の場合は写真を撮っておくとかメモして診察してもらうのもいいかもしれないですね。

アレルギーは皮膚から吸収して出てくるのではないとも言われてるんですよ。

あとは、口周りの乾燥を防いだり保湿してあげるのもいいですね。

◎睡眠について

Iさん：上の子が手がかった分下の子がぐっすり寝すぎて逆に心配です。

みいちゃん：ミルクで育ててる場合は子供が体力を使うのでぐっすり寝る、母乳の場合は吸収がいいので寝ないという仕組みもあったりしますよ。

成長してくれているのかもしれないから今のうちにゆっくりしていてもいいかもしれないですね。

文：しま