



(乳児編の紹介、岡本助産師のコメント)

楽しい赤ちゃんとのコミュニケーションはお腹の中から始まっています。乳児との接し方で、どうしたら赤ちゃんの持っている力が発揮しやすいか、専門医師と助産師にお話していただきます。赤ちゃんの抱っこやおんぶの仕方、スリリングやベビーカーなどを上手に取り入れて、家族ぐるみで育児を楽しんでいただきたい。



(体の軸をまっすぐにしていく様子)

4ヵ月健診で何かおかしいと感じる赤ちゃんは、体の軸が曲がっていることが多くあります。生後3ヵ月までに体を真っ直ぐにしてあげる配慮が必要です。お母さんの膝に乗せ、赤ちゃんの足の裏を合わせ、頭がそらないよう支えます。正面から名前を呼び、目が合ったら、見つめながらゆっくりお母さんの顔を横に移動すると、赤ちゃんの視線もついて来ます。

生後2ヵ月くらいになると、上向きに寝せると自分で真っ直ぐになるよう努力します。正面から向き合い話しかけると効果的です。

生後3ヵ月になると、色々なものを見たい時期に入ります。お母さんと同じ向きに抱くと見やすい姿勢となり、赤ちゃんは自分も仲間に入った気になります。この抱き方は、赤ちゃんの首を座り易くします。



(散歩の様子)

赤ちゃんにとって、外はワクワクする未知の世界です。天候のよい日の散歩は赤ちゃんだけでなく、お母さんの気分も爽快にさせます。散歩の回数が重なる毎に、赤ちゃんの興味も変わってきます。



(おんぶの様子)

一人歩きをするまでは、お母さんは赤ちゃんから目が話せません。また、外出のときの行動は中々自由が利きません。そこで、おんぶをすると両手が自由になり家事をし易くしたり、外出時も動き易くなります。赤ちゃんにとってもお母さんと一緒に行動でき安心できます。



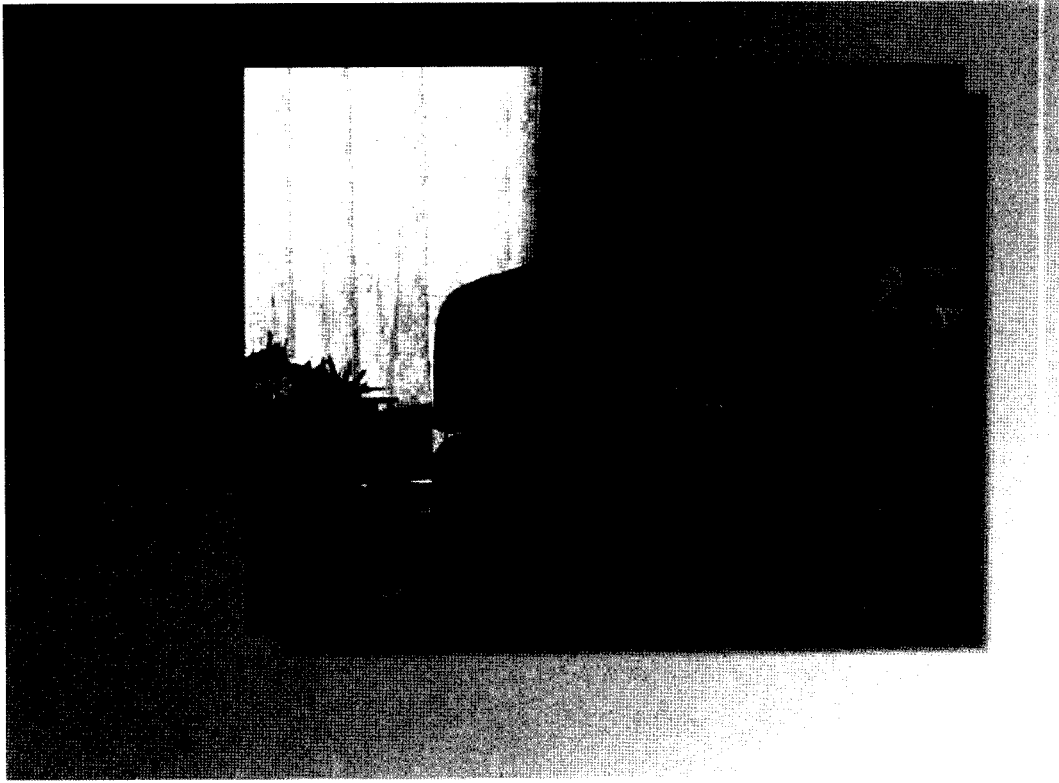
(ベビーマッサージ)

赤ちゃんとお母さんの良いふれ愛の機会になります。お母さんの手のぬくもりが大切ですので、赤ちゃんを暖めるような感じで行うとよいでしょう。また、赤ちゃんは人の顔が大好きなので、顔をしっかりと見てあげることが大切です。赤ちゃんが声を出したら同じ声をかけながら行くと、お母さん自身が自分の子どもが可愛い、愛おしいと思えるようになります。



(大人への確認)

子どもは成長につれ色々なことに興味を持ったり、大人のまねをしますが、初めての体験のときなどは、大人に相談するように振り返ります。この時の大人の支持が素直に身についてルール感の基礎ができます。肯定できることはしっかり肯定し、否定的なことは優しく修正しましょう。



(渡辺医師からのまとめのコメント)

赤ちゃんがお母さんとお父さんのあつい思いに育まれながらお腹の中で育ち、家族みんなの応援の中で生まれてくるお産のすばらしさが実感できたと思います。人生の最初の数年間が一番大切だと思います。色々のことがあり、一日一日がヒヤヒヤ・ドキドキ、楽しい日もありますが、迷ったり不安も一杯あります。

育児は、うまくやろうとしたり技術を上手にやろうと思わないで下さい。育児は技術ではなく真心です。自然の楽しい真心とお母さんの祈りがあれば、育児は誰でもうまくいきます。困ったりしたとき、自分ひとりで背負い込まないで、皆の教えを得ながら乗り越えることで、赤ちゃんもお母さんも大きく成長します。こういうことが、丁寧に暖かく積み重ねることが、人生の生涯にわたる心の土台作りになります。この時期はとても大事で、辛いことがいろいろありますが、皆の応援を得て乗り越えやすく工夫しながら、楽しく・手ごたえのある日々を子どもと楽しんでいただきたいと願っています。