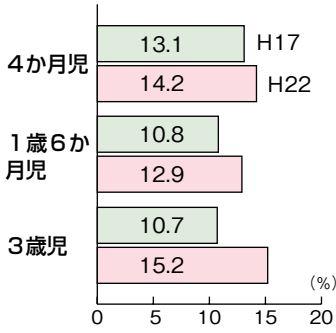




**市**が行っている乳幼児健診では、「育児疲れで気持ちや体調が不調と感じる」と答える親が年々増加しています。悩みながらも子どもと向き合い頑張っているパパママの姿が想像できます。

子育てに困ったとき頼りになるのは、身近な祖父母です。でも、現代の育児方法をよく知らないからと、協力をためらってしまうこともあるようです。「むかし」と「いま」の育児の違いを知り、お互いの理解を深めることが必要かもしれません。

◇「育児疲れで気持ちや体調が不調と感じる」保護者の割合



【出典】「田原市乳幼児健診」問診

## 子育て事情

## いま・むかし

赤ちゃんの誕生は、両親だけでなく、祖父母など家族や周囲のみんなを幸せにしてくれます。でも、若い世代のパパママは、少子化や核家族化などで、身近に赤ちゃんに触れ合う経験が不足していたり、祖父母世代と子育てに関する意見が違ったりすることも少なくありません。子育てを通して、みんなが優しい素直な気持ちになれるとすてきですね。

▶健康課 ☎23局3515 (市役所) / ☎33局0386 (あつみライフランド)

### 育児方法

「こころ」が違う「いま・むかし」

#### 抱っこは心の栄養

【むかし】抱き癖がつくことを心配していました。

【いま】赤ちゃんは抱っこされると安心して泣きやみます。人との触れ合いで信頼関係を築いていくので、どんどん抱っこしてあげてください。また、生後6か月くらいまでは、何をしても泣きやまないことがあります。時期がくればおさまることが多いので、しばらく様子をみてください。

#### お風呂上がりの飲み物

【むかし】白湯を飲ませていました。

【いま】母乳やミルクを飲ませてあげましょう。

#### 2か月からの果汁は不要

【むかし】離乳食準備やビタミンC補給のため果汁を飲ませました。

【いま】母乳やミルクには必要なビタミンなどが入っており、離乳食の導入としても必要ありません。

#### 断乳ではなく卒乳

【むかし】ある日を境に母乳をやめ、「断乳」していました。

【いま】赤ちゃんが自然に母乳を卒業する「卒乳」が推奨されています。

赤ちゃんと必要とする時期まで飲ませてあげてください。

#### 離乳食はお粥から

【むかし】重湯から始めていました。

【いま】5〜6か月ごろから、お粥をなめらかにつぶしてあげています。完了時期は1歳〜1歳6か月ごろです。

#### むし歯菌の感染予防

【むかし】大人が、食べ物を口でくだいてから食べさせることもありました。

【いま】大人の口の中にあるむし歯菌が、唾液を通じて赤ちゃんうつる可能性があります。スプーンなどの共用も控えましょう。

#### 日光浴

【むかし】骨を強くするために推奨していました。(ビタミンD合成)

【いま】紫外線の害が分かってきたので推奨していません。

#### 厚着をさせない

【むかし】風邪をひかせないよう、しっかり着せていました。

【いま】赤ちゃんは新陳代謝が盛んなので、意外と暑がりです。着せすぎ・暖めすぎに注意しましょう。室内では危険防止と体温調節のために、はだしをおすすめします。