

Q：食べても足りない泣く。どれだけ与えてもよいのか？（1歳1か月）

A：モリモリ食べてくれるのは嬉しい事ですね。今度は食べすぎではないかと心配になりますが、食事の内容はバランスのとれたものになっているか、ちゃんと噛んで食べているか、丸呑みしていないかなど見てみましょう。よく噛んでいないと満腹感が感じられないことがあります。おやつの内容や時間も少し見直してみることも必要です。後は体重の増え方に注意をしてください。保健センターの乳幼児相談では、毎月身長・体重測定ができますので、ぜひご利用してください。

Q：断乳がうまくいなくて困っています。（1歳2か月）

A：卒乳の考え方も多様です。以前に比べると時期も遅くなっています。今までは栄養面が重視されていたのが精神面からの需要度が高まったためだと考えます。無理に母乳をやめるわけではなく子どもが納得してやめられるといいですね。2歳までには卒乳したいですね。母親が卒乳を決めて周囲に協力を得て実行します。それまではたっぷり母乳を飲ませてスキンシップを図っておくことが大切です。明日から卒乳という前日はたっぷり母乳を飲ませて、「○○ちゃんは大きくなったからもうおっぱいはおわりにしようね。ママのおっぱいを一杯飲んで大きくなってくれてありがとう。」などメッセージを伝えてください。次の日はどんなに泣かれても与えないようにしましょう。

Q：はいはいがうまくできているかな（0歳10か月）

A：お子さんがどんな様子かわかりませんが、四つ這い姿勢になって顔が前に向き、お腹が上がり、手と足が交互に動いて移動する感じですね。まずはハイハイ移動ができていれば繰り返しているうちに、しっかり足で蹴って背筋腹筋が使われて、探索行動が活発になっていきます。見ていて不自然な動きでなければ気にせずに一緒にハイハイを楽しんでいっぱい経験してください。気になる動きであれば保健センターに相談してみてください。

*アンケートで子どもが好きな遊び・おもちゃを聞いてみました。皆さんが遊んでいる遊びです。良かったら参考にして、遊んでみてください。

積み木、ままごと、ミニカー、ひものついたおもちゃ、絵本、ボール、車、手遊び、音のなるおもちゃ、身体を使った遊び（お母さんといっしょ土曜日の「あそぎゅー」のコーナーみたいな）、お絵かき、滑り台、手押し車など