

Q：離乳食のレパートリーを増やしたいがみなさんはどう情報を得ているか気になる。（7ヶ月）

A：毎月第一水曜日に保健センターで「乳幼児相談」があります。午前中は9時半から11時15分まで。午後は1時から3時まで。離乳食の紹介、試食も行っています。子どもさんの身長や体重なども計測して下さり、色んな相談にも対応して下さいます。お出かけしてみてください。

6月27日（水）は、H29. 10月～12月生まれのお子さんに向けて「離乳食相談・ブックスタート」があります。ご相談の方が対象ではないでしょうか。

Q：パパの抱っこでも泣くので何もできない時がある。（4ヶ月）

A：ママの抱っこにかなうものはありません。赤ちゃんはにおいにとっても敏感なので、ママが来ている上着などにくるみ、抱っこしたり、パパがそれを着て抱っこすると効果的です。私はいつもおんぶして家事をしていましたが、出来ない時はやめて赤ちゃんの相手をしてあげましょう。いずれはパパの抱っこでも喜ぶ時が来ますし、お座りができるようになるとおもちゃで遊んだりしますので、今はお昼寝をしている時や機嫌の良い時間を見計らって用事を済ませましょう。

Q：3食のオヤツの量が多すぎるのが心配。（1歳1ヶ月）

A：オヤツは一日2回でいいです。10時と15時です。3回も要りません。ご飯もしっかり食べておやつもしっかり食べるのであればオヤツの量を少し調節するといいですね。おやつをしっかり食べ、ご飯を食べる量が減っているのならオヤツが多いので、ご飯をしっかり食べさせたいのならオヤツは特に無くてもいいと思います。

Q：将来を考えると早い段階での英才教育（習い事）は必要なの？（4ヶ月）

A：まだ脳が柔らかいうちに色んなことを学ばせて知能を高めたり、身体を鍛えたり、語学を学ばせたりなど、子どもの能力を十二分に高めていくという意味で早期英才教育は良い効果があり、決して意味がないとは思いませんが、それをさせた子どもは確実に優秀かといえばそうではないと思います。合わない子にとっては相当なストレスになるでしょうし、子ども時代は「あそび」から色んなことを学び取り、考える力、思いやりの心、たくましい体を身につけることのほうが貴重で大切だと思いますがいかがでしょう。

乳幼児期は十分に愛情を注ぎ、可愛がって、家族の暖かさの中で色んな経験をさせて、やがて外へ向いていくための基盤づくり、大きな太い木へ成長させる地面の土作りが家族だと思います。そのような情緒面の構築が重要だと思います。

Q：どうして泣いているのかわからなくて辛い（4ヶ月）

A：泣いている原因が全て把握できれば育児は楽ですね。何がだめなの？何を怒って泣いてるの？オムツもきれいだし、おっぱいも飲んだ、暑いのか？寒い？眠い？何かわからないけど抱っこしてなだめますね。生後4ヶ月の赤ちゃんです。「どうしたの～よしよし」など語りかけて抱っこしてあげてください。まずママが元気でないで育児は乗り切れません。ママはしっかり食べて、赤ちゃんと一緒に昼寝をして体力をつけておきましょう。たまにはアンブレラに遊びにいらしてください。お部屋が変わると赤ちゃんは機嫌よく遊びます。

Q：よく頭をぶつけているので心配（お座りしている途中で転倒） 8ヶ月

A：まだ腰がしっかり据わっていないのでしょうか。赤ちゃんのうちは頭も柔らかいので心配ですが、頭を打った時の赤ちゃんの様子をしっかり観察してみてください。泣かない、機嫌がわるい、食欲もない、寝てばかりいる、などいつもと様子が違うと感じた場合にはかかりつけの病院に診てもらいましょう。

大きな目を開けて大声で泣くようであればまず心配ないでしょうが、そういう日は大事をとってお家で安静に過ごしましょう。まだお座りが不安定な時期は周りをクッションで囲んだり、物を周りに置かないよう注意しましょう。大丈夫と思ってもママ自身が不安で心配なら病院で診てもらいましょう。