

◆ パパとママで協力してね。

赤ちゃんは、昼も夜も泣いてばかりで、大変手がかりがかります。ですから、パパとママ2人の協力なしでは生活できません。「夜は泣かすな」「自分の食事の仕度を先に」など子育てを奥さんにまかせるのではなく、時間の許すかぎり、積極的に赤ちゃんを抱きあげ声かけや世話等をしましょう。赤ちゃんは、パパの帰りを目を輝かせて待っていることだと思います。

子育ては、本当に大変なものです。でもそれだからこそやりがいもあります。子どもの笑顔に出会うとき、つらいこともしんどいことも、不思議と一瞬のうちに忘れてしまいます。こんなすばらしいことを母親だけにまかせておく手はありません。

お父さん、一緒に子育てをスタートしてみませんか。

## 10. おじいちゃん・おばあちゃんへのお願い

◆ おじいちゃん・おばあちゃんその他の家族の支えも重要

子育ては、お父さん、お母さんだけで出来るものではありません。おじいちゃん、おばあちゃんなどまわりの家族の支えがあると本当に心強いものです。出産直後は、お母さんは心身ともに不安定な時期でもあります。特に初めての育児をする初産婦さんにとっては、悪戦苦闘の毎日で、心も体も疲れきってしまうお母さんもいます。そんなお母さんにとって、心に寄り添ってくれる人が身近にいると、きっと安心して子育てに取り組めると思います。お母さんの悩みや思いなどを聞いてあげるだけでいいのです。

批判や命令・指摘などは、たとえ善意であってもお母さんから自信を奪ってしまいます。お母さんの子育て法を応援するつもりで、お母さんの話をゆっくり聞いてあげましょう。また、妊娠中や子育てのアドバイスをするとき、適切かどうか迷うことがあるかもしれません。そんなとき、この本を開いてみたり、子育て講演会に参加するなどして、最新の妊娠・子育て事情を学んでみるのもいいかもしれません。

◆ ちょっと腕だめし・・・次の文章は ○か×かどちらでしょうか。

No	質 問	正解
1	離乳準備食を必ずしも必要としない。	○
2	断乳は赤ちゃんが欲しがっていても1歳までに行うべきだ。	×
3	1歳近くになれば母乳は薄くなり、栄養がなくなっていく。	×
4	おっぱいを長く飲ませると甘えん坊になる。	×
5	抱きぐせがつくといけないので、1歳まではあまり抱いてはいけない。	×

\*\*\*解答の詳細については、この本をご参照ください。\*\*\*