

孫育てについて

総合周産期母子医療センター 産科病棟



お孫さんを迎えられる方々へ

この度、お孫さんを迎えられる皆さん、おめでとうございます。

新たな命の誕生を楽しみにされていると同時に、無事に生まれてくるか不安もおありだと思います。

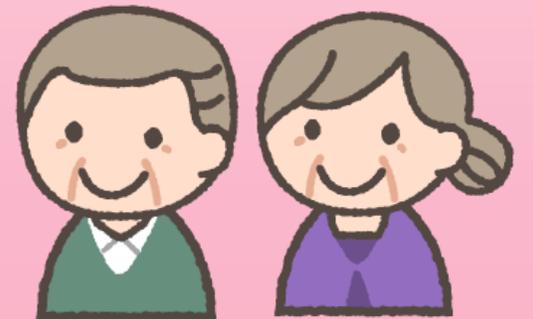
パパやママも同じように、楽しみ・期待・戸惑い・不安を抱いておられることでしょう。

女性の社会進出とともに、出産年齢が幅広くなり、多様な価値観により孫育ても変化しています。

価値観を押し付けず、素敵なサポーターになりましょう

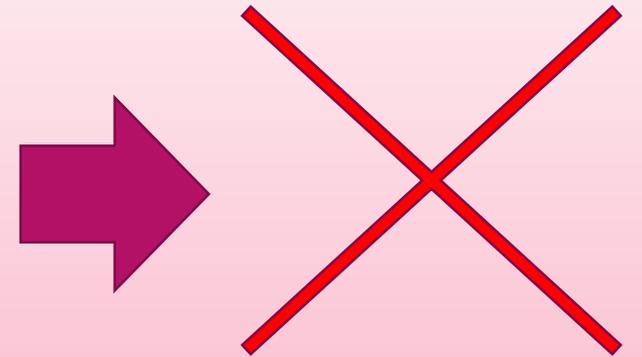
妊娠中にできること（祖父母として）

- 「おめでとう」と祝福の言葉をかける
- 他の妊婦さんと比較せず、ありのままを受け入れる
- 妊娠を喜んでいると話す
- できることは手伝うよと声をかける
- 上の子がいる場合は、希望があれば上の子を預かる
- つわりなどつらいことを共感する



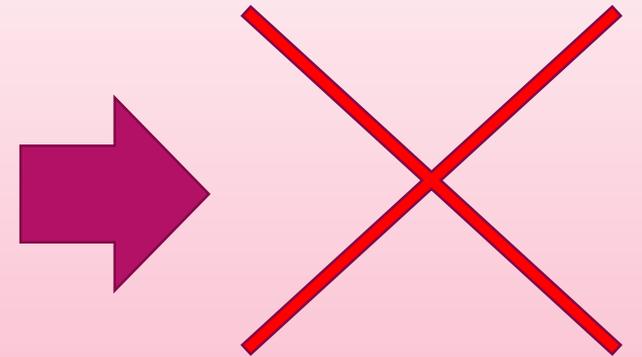
昭和から平成初めの子育て

- 赤ちゃんが泣くのは、母乳が足りていないから
- 抱き癖がつくので、泣いても抱かないほうがいい
- お風呂上りに湯ざましを飲ませる
- お風呂上りにベビーパウダーをつける
- 2か月から日光浴をする
- 2か月から果汁をあげる
- 母乳は1歳で断乳する、いつまでも授乳すると虫歯になる



昭和から平成初めの子育て

- 大きく育つのが良いこと
- 肺が強くなるので、泣かせたほうが良い
- 泣きやまない時には、おしゃぶりを与える
- 牛乳をたくさん飲むと、母乳がよく出る
- 赤ちゃんを大きく育てるために、人工乳（粉ミルク）が必要



令和の子育て「てっくてく」をご参照ください

- 赤ちゃんが泣く理由は、「お腹がすいた」「おむつが汚れた」「ウンチ、おしっこがしたい」「お腹がいっぱいで苦しいよ」「暑いよ、寒いよ」「眠たいよ」「抱っこしてよ」「さみしいよ」「遊んでよ」「お母さんとくっついていたいよ」「乳首が硬くて吸いづらいよ」などの理由があるので、泣いたときには、赤ちゃんの欲求を満たしてあげましょう

令和の子育て「てっくてく」をご参照ください

- 母乳は、時間や回数を制限せず、欲しがるだけあげる
- 抱っこすることで、スキンシップが図れ、愛着形成に役立つ。抱かない弊害のほうが大きい
- お風呂は、泡で洗い、しっかり流し、押さえ拭きをしたあとに、ローションなどで乾燥を防ぐことで、アレルギーを予防できる



令和の子育て「てっくてく」をご参照ください

- 赤ちゃんの体に負担がかかるため、半年間は母乳以外のものを与えない
- 出生体重には、個人差があるため、その子なりの成長や発達を見守る
- 食事は、バランスよく旬の新鮮なものを食べる
- 母乳が足りないと思うときは、授乳回数を増やし、専門家に相談する。



赤ちゃんが生まれたらできること

- 赤ちゃんに話しかける
- 子守歌・わらべ歌・手遊び歌などで遊ぶ
- 昔の遊びを伝える（折り紙・お手玉・あやとり・けん玉・独楽回し）
- 読み聞かせ
- ママに大丈夫と声をかける
- 自然と触れ合う（昆虫・草花・季節の移り変わり）



赤ちゃんが生まれたらできること

- 手作りのおもちゃを作る
- 「おはよう」「おやすみ」「いただきます」「ごちそうさま」「ありがとう」などのあいさつをする
- 文化の継承（季節の行事を伝える）



気を付けること

- ママや赤ちゃんのペースを見守り、他の家庭と比べない
- おもちゃを与えすぎない
- 手先を使って遊ぶおもちゃで遊ぶ
- 何でも勝手に食べさせない（アレルギーの子が多い）
- 怒らないで叱る

気を付けること

- 事故が起きないように家の中を確認する（誤飲・中毒・転倒・転落などの予防）
- 好奇心のかたまりなので、口に入れてはいけないものは、手の届かないところに置く
- 階段の上り下りに付き添う（転落予防）
- お風呂の残り湯（溺水予防）
- チャイルド（ベビー）シートを使用する
- スマホにお守りをさせない、与えない

最後に . . .

- かわいいお孫さんを愛して、幸せを願う気持ちは計り知れません。その思いを、上手に伝えることができるヒントになったでしょうか。
- 自分の子育てで、楽しみ・期待・戸惑い・不安を抱いておられたことを思い出されたことと思います。
- 過去の成功と失敗を糧に、正しい知識と愛情をもって、お孫さんの成長を温かくお守りいただければと思います。

