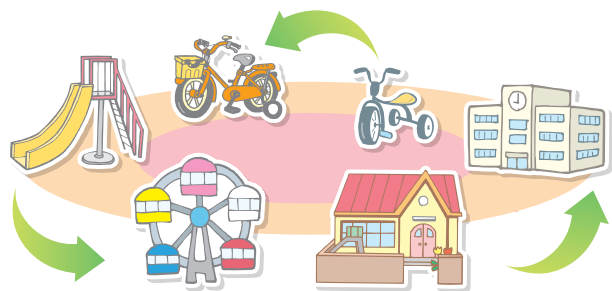


子どもが生まれてから

さあ、いよいよ赤ちゃんがおうちへやってきました。

『パパ-ママ-子ども』のつながりは、社会でもっとも小さく基本的なコミュニティ。パパもママも、そして赤ちゃんもここでいろいろなことを学び、少しずつ社会へ向けて成長していきます。同時に赤ちゃんがパパとママを成長させてくれていることも忘れてはいけません。



そんな子育てのいろいろな場面でパパの活躍できるチャンスはたくさんあります。すべてをいっぺんにできるようになるのは難しいですが、できるところから少しずつ挑戦してみましょう。このコーナーでは、先輩パパやママが実際に子育て中に体験した、楽しかったこと、難しかったことを①トイレ ②たべる ③あそぶ という3つのテーマに分けて紹介します。

めざせ『認夫』!!



おむつ交換

進んでおむつ交換して「スキンシップ」を取ろう!!
回数を重ねるうちに、コツや信頼が得られます。

♡習うより慣れろ 回数と自信

- おしりはしっかりと乾かしてあげましょう。ふやけた皮膚がおむつとすれるとおむつかぶれが生じやすくなります。
- 紙おむつを履かせた後は、足回りのギャザーを指で広げるように引き上げてあげましょう。内側に折り込まれていると漏れやすくなります。



よかパパ体験談

初めの頃のおむつ替えは、解らないことばかりで戸惑い、1から10までママに何度も聞きながらやっとの思いで交換していました。何回かおむつ替えをすることで、少しずつコツを掴み、要領も良くなりスムーズに1人で交換できるようになって、ママも「安心して見ていられるわ」と言っていました。(かわびろパパ)

トイレトレーニング

トイレトレーニングを始める前に、その時期、方法をしっかり夫婦で相談しよう。子どもと過ごしている時間の長いほうが、日々のトイレトレーニングで苦勞を身近に感じているのではないですか?その時に、「まだ、早いんじゃないの?」などの悪気はなく出た言葉だとしても、否定的な言葉は一生懸命頑張っている気持ちを傷つけることとなります。

♡トイレに興味を 工夫と安心

- 子どもの興味を引くようなオマル、補助便座を置いたり、大好きなシールやキャラクターのポスターを貼って楽しい場所などを作ってみましょう。
- お友達がオマルに座っている姿やトイレに行っている姿、おしっこ・ウンチをトイレでするトレーニングの絵本や映像を見せてあげましょう。



♡誉めて自信を 焦りは禁物

- 初めてトイレの便座に座れたときやおしっこやウンチが出たときは、過剰なくらい誉めてあげましょう。その場に居合わせていなくても後から誉めてあげましょう。
- トイレでおしっこやウンチが出なかったときも、焦ったり、イライラしたりせずにトイレを教えたことや嫌がらずにトイレに行けたことを誉めてあげましょう。



食べ始め

赤ちゃんが、おっぱいから離乳食に変わるときはパパのチャンス!!
今まではママしか味わえなかった「与える」という行為を実感できるのだ。
固く考えずにたっぷりと「愛情」という名の食事を与えよう。

♡食べる=愛 赤ちゃんペース

- 食事=愛情を与えると考えましょう。
- 赤ちゃんはなんでも口にいられたがって、感触を楽しんでることもよくあるので、無理に与えず常に赤ちゃんのペースに合わせてあげましょう。



よかパパ体験談

最初は、赤ちゃんになんとしても食事の時間に食べさせようと頑張ったけどうまくいかなかった。そこで赤ちゃんのペースに合わせて食べる時だけ与え、遊びだしたら与えるのをやめた。すると、自分の気持ちも楽になったし、赤ちゃんの気持ちもよく分かるようになった。(ふくやまパパ)

食事としつけ

最初からこぼさずに食べられる子どもはいません、またなんでも食べられる子どももいません。
まずは「食事=楽しい」ということを覚えさせるのがしつけの第一歩!!
また、子どもは言われて覚えるより見て食べ方を学んでいます。しっかりと子どもの目線に入るような位置に座り食事をしよう。

♡食べる=楽しい 一緒に食べる

- 食事をする際に簡単なエプロンをする。椅子に座るなどの習慣付けをしておきましょう。
- 食器なども、持ちやすい物や落としてもこぼれにくい物を選びましょう。



♡食べる=体験 好き嫌い

- いろんな食べ物を体験させてあげましょう。
- 苦手な食べ物を克服させるよりも好きな食べ物を増やすようにしましょう。
- 子どもの食べる姿をしっかりと観察することでアレルギーの有無をいち早く見つけることもできます。



よかパパ体験談

野菜嫌いの子でもでしたが、無理に食べさせることはあきらめて、型抜きでくり抜いたり、好きな様に盛り付けをしたりと、楽しんでいるうちに、野菜が食べられるようになりました。(たっくんだい)

パパと遊ぶ

赤ちゃんはパパと遊ぶのがとっても大好き!!
ママとは感触も違うし、抱っこされたときの景色も違う、赤ちゃんにとって「パパは一番のおもちゃ」なのだ。

♡触れる 感じる

- にぎにぎ、ぐしゃぐしゃは赤ちゃんの得意技。いっぱい触らせて感触を体験させましょう。
- パパのひげも大活躍間違いなし。じょりじょりして楽しませましょう。



よかパパ体験談

保育園でのお迎えのひとコマ。いつものように二人の息子が飛びついてきて、両腕にぶら下げて「メリーゴーランド」をしていると、「わたしもやって〜」とクラスのお友だちが寄ってきて行列ができてしまいます。(父ひろし)

体験させる

子どもがすべり台でちゅうちょしていると、パパが「怖くないからすべりなさい」と怒り気味で言っていることがあります。怖くないことを言うのではなく、パパと一緒に滑って怖くないことを体験させることで子どもが感じる恐怖感はずいぶんやわらぎます。
子どもにとって、「パパはヒーローであり頼もしい存在」なのです。

♡体験 一緒に楽しむ

- 一緒に楽しんだり体験することで、子どもはパパのことが大好きになります。
- パパもいろんな遊びをどんどん体験して、遊びのバリエーションを増やしていきましょう。



♡集中力

- 子どもはすぐに飽きる一方、気に入ると何度でも繰り返し同じことをやりたがります。飽きたら無理に進めず、気に入った遊びにはとことん付き合しましょう。



よかパパ体験談

竹馬の練習の時に気がつけたのが、まず興味を持たせること。自分がやってみてわざと面白くこけてみたり、乗ってはしゃいでみたり、子どもが見て楽しそう、やってみたいと思わせるようにしました。すると子どもは飽きることもなく何度も練習してみるみる上達、乗れたときは誉めるより先に一緒になって喜んでいました。(ゆきパパ)