

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、そして子ども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。同時に子どももパパとママを成長させてくれます。



子どもを育てるのは、パパだけでなく、ママも初めて。時には失敗しながらも、ママと一緒に子育てを学んでいきましょう。また、子どもにのみ集中せず、ママへの感謝も忘れずに。

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、難しかったことを年代別に3つのテーマに分けて紹介します。

① たべる



② トイレ



③ あそぶ



最初は子どもも親も慣れていないけれど

母乳・ミルク

♥ 食事もスキンシップの時間

- 生まれたばかりの赤ちゃんはミルクを飲むのも初めて。最初から飲むのが上手な子もいればそうでない子もいます。焦らずじっくり。
- ママも母乳が出るか心配なもの。優しく見守ってね。



おむつ交換

進んでおむつ交換をして「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擦れると、おむつかぶれが生じやすくなります。
- 紙おむつをはかせた後は、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。



ふれあい

赤ちゃんは遊ぶのがとっても大好き!! パパはママとは感触も違うし、抱っこされたときの景色も違う、子どもにとって「パパはおもちゃ」の一つなのだ。

♥ 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。じよりじよりして楽しませましょう。



コミュニケーションが 取れるようになり

食べはじめ

母乳から離乳食に変わる時はパパのチャンス!!
今まではママしか味わえなかった「与える」という行為が実践できる。固く考えずにいっぱい愛情をもって食事を与えよう。

♥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入れたがって、感触を楽しんでいることもあるので、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。



パパの体験談

初めてのヨーグルトを食べるときに、すっぱい顔をしながらもヨーグルトを欲しがると印象的だったので、動画にも撮りました。(カイ・スーさん)

トイレトレーニング

トイレトレーニングを始める前に、その時期と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が長いほうが、

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おまる、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。
- お友達がおまるに座っている姿やトイレに行っている姿、おしっこ・うんち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、おしっこやうんちが出たときは、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うんちが出なかったときも、焦ったり、イライラしたりせずトイレを覚えてくれ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。

1つずつできる ことが増えていく

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!!
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。しっかり子どもの目線に入るような位置にすわり食事をしよう。

♥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。椅子にすわるなどの習慣付けをしておきましょう。
- 食器は持ちやすい物や、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

- いろいろ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。



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。怖くないことをいうのではなく、パパと一緒にすべ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和らぎます。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したりすることで、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。
- 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に、気に入った遊びにはとことん付き合ひましょう。

