



～赤ちゃんと暮らすあなたへ～

～赤ちゃんの笑顔は、ママの笑顔から～

赤ちゃんを育てるのは、実はとっても大変な事。だって、考えてもみて下さい。最初の内は、赤ちゃんが何をしてほしいのか、パパもママもわかりません。身体も小さく「息をするのかしら」と不安になるくらい赤ちゃんのお世話は緊張感もありますよね。それがしばらくすると、赤ちゃんが、だんだん笑うようになります。赤ちゃんの笑顔を見たら、どんな苦労も忘れてしまうくらい、みんな幸せな気分になるのではないのでしょうか。

でも、その赤ちゃんの笑顔、学習しないとできないのです。パパやママやおうちの人が笑ってみせると、赤ちゃんも笑うようになるのです。赤ちゃんが、「あー」と声出したら、「なあに？」と声をかけて、笑ってあげましょう。泣き出した時も、「〇〇ちゃん、どうしたの？ママはここよ」と声をかけながら、にっこりしましょう。おしっこやうんちの時も「おしっこいっぱいだね」「いいうんちね、きれいにしようね」と笑って声をかけましょう。大人の笑顔に、赤ちゃんは笑って反応してくれるようになるのです。声を出して笑ってくれたりしたら、本当に幸せですよ。

始めに書いたように、赤ちゃんのお世話は、とっても大変。ママは疲れてしまって、ついしかめっ面になりがちです。しかめっ面が続く時は、赤ちゃんのお世話をだれかに頼んで、ぐっすり眠ったり、自分の時間を作ったりして、リフレッシュしましょう。「人に預けるのはかわいそう」ですか？でも、元気になって、ニコニコのママに抱っこされるのは、赤ちゃんにとっても、幸せなことですよ。

身体が疲れている時、ココロが疲れている時、赤ちゃんに笑顔を見せられなくなった時は、「眠りたいから、赤ちゃんを見て」とか「1時間だけ一人にさせて」など具体的に家族にお願いしてみましょう。家族ができない時は、有料のサービスもいいと思います。

赤ちゃんのお世話は、24時間お休みがありません。心と身体の健康の為に、赤ちゃんの為に、お休みは必要と考えて、家族にも協力してもらいましょう。

「赤ちゃんと共に幸せにないましょう」

「ママだって楽しみたい！」と、赤ちゃんを連れて遠くまで出かけたり、赤ちゃんを預けて夜遅くまで遊んできたりする話を聞いた事があります。ママのリフレッシュは必要ですが、ママの楽しみを優先するのは、赤ちゃんにとって幸せとは言えません。これは、パパにも同じ事が言えます。「赤ちゃんを育てる」という人生を選んだのですから、パパもママも、「赤ちゃんと共に楽しむ道」を探して下さいね。応援しています。



家庭教育支援員

清田智子

菊池市教育委員会

生涯学習課

TEL 25-7232