

宮城県版  
親の学びのプログラム  
親のみちしるべ



# もうすぐ親になります

ステージ①S

## ～守りたい大切な命～



本日の進行役  
(ファシリテーター)

\*  
.....  
\*  
.....



### みんなのルール

- 話をしたくない時は、聞いてるだけでもいいですよ。
- うまく話ができなくてもいいですよ。
- 他の人が話をしている時はみんなで聴きましょう。
- プライベートな話は外へ持ち出さないようにしましょう。
- この時間を楽しみましょう

～お願い～

- 携帯やスマートフォンはマナーモードまたは電源 OFF にご協力ください。



# 赤ちゃんが生まれるの



## ワーク1

赤ちゃんが生まれるって、どんなことでしょうか？ 親になるってどんなことでしょうか？ 出産にむけて、あなたがいま楽しみにしていること、準備していることを書いてみましょう。

子育ては新鮮な驚きと感動の連続です。  
子どもの成長は自分の親としての成長でもあるのですね。  
子どものいる新たな人生の中の様々な多くの出会いを楽しみましょう。



## でも不安なことも・・・

## ワーク2

出産は 嬉しい反面、不安なことも出てきますね。  
今、あなたにとって心配なことはなんですか。



だいじょうぶだよ 十人十色の子育て

ひとりじゃないよ。みんながいる！ 一緒に子育てしようね。

～宮城県家庭教育支援チーム～

# 赤ちゃんが泣きやまない

泣きへの理解と対処のために



## 赤ちゃんが泣くのは…

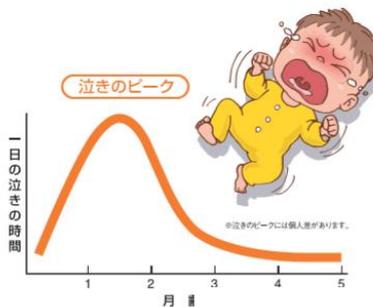
- \* 「元気だよ」という赤ちゃんからのメッセージ
- \* 不快なことを知らせるサイン

厚生労働省

### 0~2ヶ月 「泣き」は赤ちゃんからの信号です

#### 赤ちゃんの泣きの特徴を知る。

- これまでの研究で、関わり方によらず生後1-2か月に泣きのピークがあることがわかりました。
- そのときの泣きは、何をやっても泣きやまないことが多いこともわかっています。
- しかし、ピークが過ぎれば、泣きはだんだん収まってきます。



出典：厚生労働省

「泣き」はお母さんの注意をひきつける最も効果的なコミュニケーション手段。赤ちゃんの「ことば」です。生まれてまもない赤ちゃんの場合、泣いている理由をつかむのはとても難しいことですね。赤ちゃんも疲れたり、あきてしまったり、そんなことで泣くこともあるものです。

どうしても泣きやまないときには  
あせらないで  
「どうしたの」  
「だいじょうぶだよ」と  
抱いてあげてください。

#### 「抱き癖」って、困ること？

#### 赤ちゃんの泣きへの対処法。

まず、赤ちゃんが欲しがっていると思うものをたしかめてみましょう。



ミルクをあげる



おむつを替える



抱っこをずる

赤ちゃんが暑がっていないかなど、思いつくものをたしかめてみましょう。

出典：厚生労働省

#### 揺さぶりによる乳幼児への影響。

赤ちゃんの頭の中はとても脆いので、激しく揺さぶると重大な後遺症が残る可能性があります。たとえば将来的に…

言語障害

学習障害

歩行困難

失明

そして、最悪の場合は死にいたることもあります。



#### 赤ちゃんを揺さぶらないで！！

#### 揺さぶりのメカニズムを知る。

- まず、赤ちゃんの脳はとても柔らかく、ダメージをうけやすい状態にあります。
- また、赤ちゃんの頭は体に比べてとても大きいのです。
- そして、激しく揺さぶられると、首がムチのようになり、頭の中に大きな回転力が加わります。
- すると、脳のまわりの血管や脳の神経が引きちぎられてしまいます。
- これを「乳幼児揺さぶられ症候群」といいます。



出典：厚生労働省

夜泣きが最も多いのは 7~9ヶ月頃

6ヶ月~ 夜泣き、お母さんもつらいですね…  
お母さんも泣きたくなるけれど…

## 愛着（アタッチメント）の形成

- 大切な「アイコンタクト」と「話かけ」・・・お母さんと赤ちゃんの信頼関係をつくりましょう

生まれて3ヶ月頃まで  
顔をじっと見つめる、声のするほうに向く  
などをして、周囲の人に関心を示します。



スマホ育児  
スマホの子守り  
どうなのかな・・・？



4ヶ月になると目と目で会話。  
お母さんの顔はしっかりと分かります。

「愛着」は、相手を大事に  
思う気持ちに支えられた絆

### お住まいの市町村子育て支援担当課へ

乳幼児全戸訪問事業  
地域担当保健師が訪問します！

### 保健福祉事務所

お住まいの市町村ごと7圏域にあります  
\* 仙台市は各区役所の家庭健康課

気軽に相談しましょう！！

子育てで困っているとき、不安や心配事があるときは、お母さんだけで悩まず、家族や友だち、周囲の協力を求めたり、お住まいのまちの子育て相談窓口などに気軽に相談してみましょう。

いちほやく  
**189番へ**  
189番にかけると  
お近くの児童相談所につながります。

動画はこちらから



厚生労働省：YouTube

◇これからどんなことをしていきたいですか？



完璧な子育てなんてありません！ゆったり子育てしましょう！