



さろ

ま

げ

ん

き

王

国

保

健

福

祉

課

保

健

推

進

係

Tel

2・1212

脱・世代間子育てギャップ!!

今

月のテーマは『子育て』です。既にお孫さんが大きくなっている方も、今まさに生まれたばかりのお孫さんに接している方も、これからお孫さんをむかえることになる方も様々いらっしゃると思います。

祖父母世代が子育て世代と接した時に「今の育児は昔とは違う」と感じたことはありませんか？世代によつて考え方が異なることは自然なことですが、それで関係がギクシャクしてしまつてはお孫さんがかわいそう…。

育児環境の変化や医学の進歩などにより子育ての考え方も変わってきていますので、今月は今の子育てについてお伝えします。

★おじいちゃん、

おばあちゃんの役割

核

家族や共働きが増え、孤立しやすい環境で子育てをする時代になりました。そんな子育て世代にとつておじいちゃん、おばあちゃん存在は最も身近な育児経験者であり、貴重な情報源ともなりとても心強い存在です。また、おじいちゃん、おばあちゃんが育児に協力的であると、子育て世代の育児の負担やストレスが軽減されるほか、多様な大人が子どもに関わることで、子どもの社会性が育まれる等、子どもの成長にも良い影響があります。しかし、育児の主役はあくまでパパとママということを忘れずに、接することが大切です。

★子育ての昔と今

【抱っこ】

昔↓抱きぐせがつくからあまり抱っこしないようにした方がいい。

今↓抱っこは大事なスキンシップです。赤ちゃんの心の安定につながるため、抱きぐせは気にしなくていいとされています。

【はちみつ】

昔↓ハチミツは栄養価が高いため、赤ちゃんに食べさせてあげることがあった。

今↓ハチミツは、1歳を過ぎてから！ハチミツにはごく稀にボツリヌス菌が入り込むことがあり、腸内細菌の少ない乳児ではこの菌が入ると、乳児ボツリヌス症(★)を発症させることがあります。

【離乳食】

昔↓3〜4か月頃から、離乳食の準備として果汁をスプーンで与える。

今↓5〜6か月頃からすりつぶしたおかゆなどを与えます。果汁を過剰に摂りすぎると、母乳やミルクを摂取する量が減り低栄養や発育障害との関連が報告されているため、果汁を与える必要はありません。また、スプーンの使用は、赤ちゃんの摂食機能の発達に合わせて離乳食開始以降でよいとされています。

★乳児ボツリヌス症

症状としては便秘が数日間続き、全身の筋力が低下し、哺乳力の低下、泣き声が小さくなる等、筋肉が弛緩することによる麻痺症状が特徴です。腸内細菌の種類が少ない赤ちゃんがボツリヌス菌を摂取すると、腸管内で菌が増殖し、生産された毒素が吸収されてボツリヌス菌による症状を起こすことがあります。

【箸やスプーンの共有】

昔↓ 大人が噛み砕いた食べものを離乳食として与えていた。大人が使っている箸やスプーンで食べさせていた。

今↓ 生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にはむし歯菌はいません。むし歯菌は、大人の口からうつることがわかってきています。そのため、箸やスプーンは共有しないようにしましょう。また、周囲の大人は毎日の歯磨きや定期的な歯科健診で口の中をむし歯のない清潔な状態に保ちましょう。

【食生活・おやつ】

昔↓ 乳歯がむし歯になっても、子どもがぼつちやりしていても気にしない親が多かった。

今↓ 糖分の多い食べものをだらだらと食べるとむし歯や肥満の原因になります。（体重の目安は母子手帳の「発育曲線」を目安に。）おやつは栄養を補うための「補食」として、甘いものやスナック菓子ばかりにならないように工夫をしましょう。

※佐呂間町の乳幼児健診では「ごはんを食べてくれない」という声を時々耳にします。よく話を聞くと食事の前におやつを食べているという方も多いです。食事のリズム

を崩さないように、時間を決めたり、量を決めたりして食べ過ぎないように注意が必要です。おじいちゃん、おばあちゃんも孫の喜ぶ顔が見たいからとお菓子やジュースの与えすぎに気をつけてくださいね。

【歩行器】

昔↓ 歩行器は赤ちゃんの歩行訓練になる。

今↓ 歩行器は歩行開始を早めたり自分で歩ける体を作っていくための道具ではありません。赤ちゃんが歩けるようになるには、寝返り、お座り、ハイハイ、つかまり立ちを通じて筋肉や身体を発達させることが必要不可欠です。ハイハイは腕や背中の筋肉を使います。一生のうちにたった3ヶ月程度しかない貴重な期間にたくさんハイハイができるように、環境を作ってあげましょう。

★世代間でいい関係を築くために

子 育て世代の育児を見ていると、「もつとこうしたほうが…」など、心配しているつもりが、子育て世代の育児を否定してしまっていることがあるかもしれません。頑張っている子育て世代を褒めるということも忘れずに。また、子育て世代も、おじいちゃん、おばあちゃんがサポートしてくれることを当たり前と思わず、感謝の気持ち言葉を言葉にして伝えることを忘れないでくださいね。

最 後に、今回お伝えした以外にも育児の考え方や方法などが少しずつ変わっているものもありますので、世代間でコミュニケーションをとり情報を交換し合いましょう。可愛いお孫さんの健やかな成長発達のために、距離が近い、遠い等、状況はさまざまだと思いますが、『できること』でサポートをよろしく願います！