

ほ ど ほ ど 育 児 で 楽 し も う ！



赤ちゃんが泣いている！！



赤ちゃんが泣いている、なんで！？ 育児初心者ママさん、パパさん。赤ちゃんが泣いていると焦ってしまいますよね。オムツでもない、おっぱいでもない、暑いのか、寒いのか・・・

安心してください。赤ちゃんの思っていることがバッチリ当たるのは30%くらいだそうです。

赤ちゃんにとって大切なのは「不快なことはちゃんと伝えたら解決してくれる」ということです。赤ちゃんが泣いているということは、「この人たちなら解決してくれる」という信頼の証です。

育児に真剣になるのはいいですが、深刻になりすぎず、少し肩の力を抜いて楽しく「ほ ど ほ ど 育 児 」がうまくいくコツです。



赤ちゃんとのコミュニケーション5つのキーワード



目を見てにっこり向き合う

ママやパパがにっこり笑っている空気感や視線を感じると赤ちゃんは安心します。ぜひにっこり笑って目を見て話しかけてあげてください。

不安な顔をしない



赤ちゃんが泣いていると不安になりますよね。そんなときでも不安な顔をなるべくしないようにしましょう。親が不安だと赤ちゃんはもっと不安になってしまいます。

優しく抱きしめてあげる

ボディタッチはとても重要です。抱っこして背中を擦ってあげるのも有効です。

手や足をマッサージ

手足を動かしてあげることで、赤ちゃんのストレッチ効果や動かし方を覚えることに役に立ちます。



赤ちゃんの気持ちを共感

「気持ちよくなったね～」「楽しいね～」など赤ちゃんが思っている言葉を声かけしてあげると、まだ言葉が理解できなくても「これは気持ちいいことなんだ」という認識が脳の奥底に刻まれます。



母子健康手帳を受け取られてから、子どもさんが18歳に成長するまで「妊娠から子育てのこと」を一緒に考えていきましょう！ 気軽にいつでも訪ねてきてください。



お電話やメールでも OK です。

TEL：0533-56-2305 メール：uminoko@city.gamagori.lg.jp

