



産婦人科広報誌

ぬくもり

Vol. 5

2022.1

医療法人積仁会 島田総合病院 広報委員会 院外広報部門制作

20220127_80

謹賀新年

今年もよろしくお願ひ致します



昔と今の子育て事情

～忍とゆかいな仲間たち 2022～

目次

- ① 新年のご挨拶、今年の抱負
- ② 昔と今の子育て事情
- ③ 赤ちゃん紹介 (2021年10月～12月生まれ)、新聞記事紹介



医療法人積仁会
島田総合病院

〒288-0053 千葉県銚子市東町5番地の3
TEL 0479-22-5401(代表)/FAX 0479-23-3613

ホームページ <http://www.shimada-hsp.or.jp>

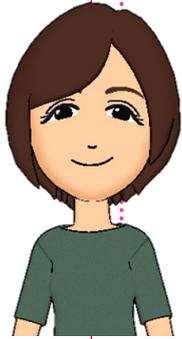


facebook <https://www.facebook.com/shimada.hsp>



HP

①ご挨拶、新年の抱負



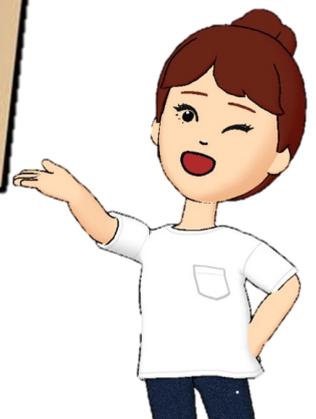
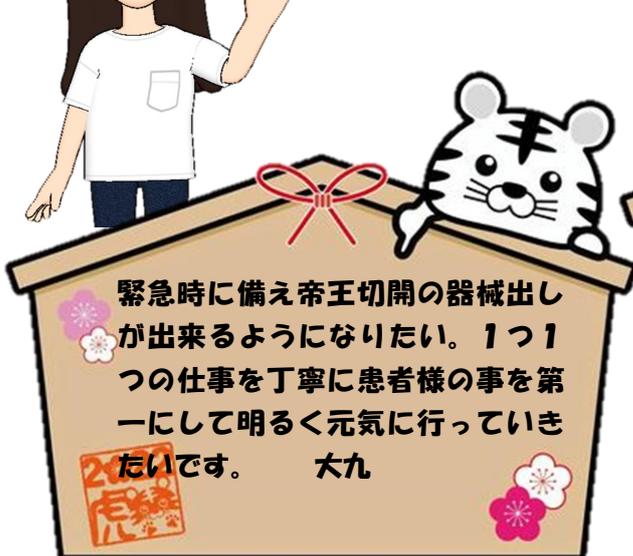
新年 明けましておめでとうございます。充実したお正月を過ごされましたか？

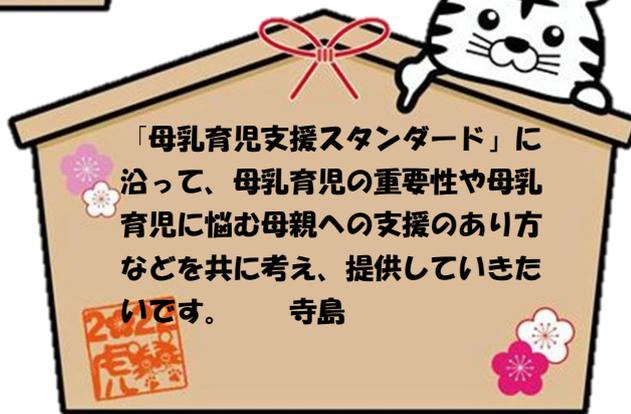
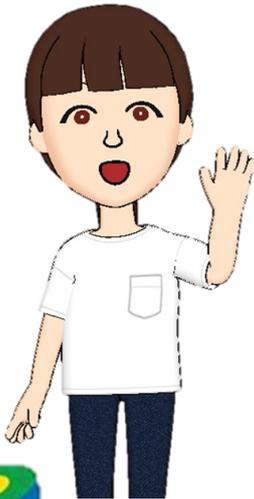
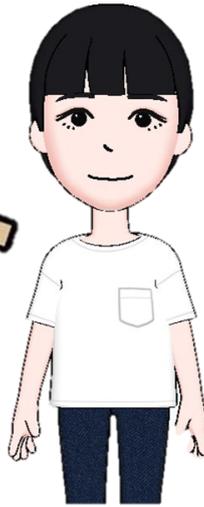
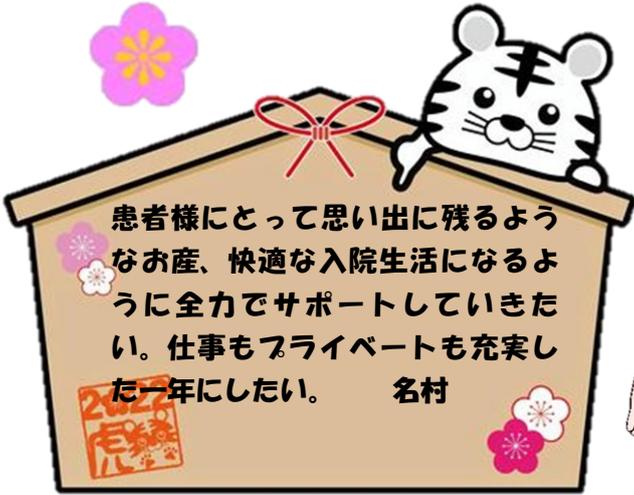
旧年は新型コロナウイルスの猛威に怯え、我慢、我慢の一年でした。面会制限や立ち会い分娩の禁止など、不安を抱えて出産したママも多かったことと思います。

そんな中でも、当院では昨年は96名もの新しい命が誕生しました。時代や世論が移りゆく中でも、変わらない新しい生命の誕生の瞬間に私達は沢山の感動を覚えました。

満足度アンケートでは、「面会が出来ないけど頑張れた。不安なくお産が出来た」などの暖かい意見も頂き、その言葉を励みに、今年もwithコロナに負けず、沢山の喜びと感動をママと一緒に作っていきたいと思っています。島田総合病院でお産をして良かったと言ってもらえるようにスタッフ一同より一層努力して行きたいと思っています。

皆様にとって、笑顔あふれる1年でありますように、心よりお祈り申し上げます。





②昔と今の子育て事情

昔は3世代、4世代同居の拡大家族が主流でした。地域や親せきとの関わりが多く、気軽に子育てについて相談したり、先輩世代から教わったり、人との関わりの中で子どもを育てていました。

今は、仕事やマイホームなどの関係で、地元を離れて親と子どもだけの核家族が主流です。地域には古くからの知り合いは少なく、人との関わりは薄いかも知れませんが、インターネットなどで多くの子育て情報を簡単に集めることができます。

また、つどいの広場や地域子育て支援センター、サークル活動、子育て支援団体、行政のサポートなどが充実してきました。以前は、子どもが泣いた時、すぐ抱っこをすると「抱きぐせがつく」と言われていたことがありますが、最近は、抱っこをすると「安心して心が安定する子になる、愛情をたくさん伝えてあげましょう」と言われています。

時代の変化と共に子育ての考え方、あり方は変わっていきます。環境変化の影響を受けたり、医学や科学の研究が進んだり、育児の便利な物が作り出されたりしています。

親の考えを尊重し、昔からの変わらぬ知恵を大切にしながら、新しい考え方や便利な育児グッズを取り入れてみるのもいいですね。いつの世も「孫は可愛いもの」です。孫や親と良い関係を築きながら、楽しい子育ての時間を過ごしてはいかがでしょうか。

スキンケア・外気浴・お散歩

どれひとつとっても「むかし」とは違います。おむつ交換や沐浴の後、ベビーパウダーをつけていましたが、パウダーが毛穴をふさぎ、かぶれや湿疹の原因になることもあり、今は使われなくなってきました。

早めにおむつ交換をし、汚れはきれいに拭いたり洗浄して肌を清潔に保つようにしましょう。

沐浴後は保湿も大切です。日光浴も今はすすめられていません。

紫外線の浴びすぎは肌に悪影響を与えるとの研究もあり、日光浴ではなく、外気浴がすすめられるようになりました。

生後1か月くらいから、窓を開けて新鮮な空気を入れたり、ベランダに出るなどして外気に慣らしていきましょう。外気浴は赤ちゃんの皮膚や粘膜に良い刺激を与え呼吸器を強くしたり、新陳代謝を促す効果もあります。3か月くらいになったら、散歩の時間も少しずつ増やしていきましょう。

離乳食

離乳食の考え方も変わってきました。今では5~6か月になってから始めることがすすめられています。沐浴後の果汁も必要なしとされています。ママ・パパの考えを尊重し、むかしのやり方を押しつけたりするのはやめましょう。

「はちみつは1歳を過ぎてから」は昔と変わりません。しっかり守ってください。熱処理加工されていないものには、まれにボツリヌス菌が入り込むことがあります。免疫力が弱い1歳未満の乳児が摂取すると中毒になる可能性があります。

黒砂糖も同様です。



抱っこひも・おんぶひも

最近では、おんぶ・抱っこ兼用の子守帯がほとんどです。そして、おんぶではなく、抱っこをするママをよく見かけるようになりました。他には、布ですっぽり包むスリングもあります。

前で抱っこする人が多い理由に、おんぶをする際、背中への背負い方がわからない人がいます。

実際に背負って見せて、ママにお手本を見せてあげてください。肩が痛くならない赤ちゃんの位置や、背負い方のコツなど、細かなポイントなどは、目で見たほうがわかりやすいものです。前抱っこは、顔が見えるのが利点ですが、掃除や料理などの家事には不向きなもの。

また、前抱っこで自転車に乗ることは禁止されているので、教えてあげてくださいね。



卒乳

今は親の判断で母乳をやめる「断乳」ではなく、赤ちゃんが自主的にやめる「卒乳」が主流です。個人差があり、おおよそ12~18か月と幅があるようです。

「早く卒乳したら」「いつまであげてるの」なんて言わないでくださいね。ママは赤ちゃんのペースに合わせて時期を考えていますから。

オムツはいつ取るの？

トイレトレーニングを始める時期は2歳すぎくらいのことが多いようです。一人でしっかり歩き、おしっこの間隔が2時間以上あき、話せるようになってからがスタートに適した時になります。いざ始めても3歳近くなくても失敗ばかりの子もいます。

パパやママは焦り始めますが、そんな時にはじいじ・ばあばが「大丈夫。いつか必ずとれるから」「のんびりでいいのよ」と声をかけてあげましょう。パパやママの不安が解消されるでしょう。

まして「オムツまだしてるの？」なんて言葉は禁句です。



参考:みんなで子育て孫育て

https://www.city.yokosuka.kanagawa.jp/3440/g_info/documents/62-65.pdf

そうか子育て応援・情報サイト ほっくるん

<https://www.soka-bokkurun.com/grandparent/2399-2/>

昔と今と変わったところを確認しましょう

Q 私はミルクで育てましたが母乳とミルクはどちらがいいのですか？

A 今、科学技術の進歩により、母乳の良さが解明され、病院などでも母乳育児をすすめています。

Q お風呂上がりに白湯は飲ませなくていいのですか？

A おっぱいで育てている赤ちゃんにはおっぱいを、ミルクの場合は、ほしがるときに湯冷ましを上げてもいいでしょう。1ヶ月を過ぎたら、うすい番茶やほうじ茶でもかまいません。

Q 果汁はあたえなくていいのですか？

A 果汁を与えていたのは、ビタミンCが不足がちだったからです。母乳には赤ちゃんに必要な栄養素が入っていますし、今のミルクはビタミンCが添加されているので、果汁は与えなくても大丈夫です。

Q 日光浴はしなくていいのですか？

A オゾン層の破壊などにより、年々紫外線がつよくなっているため、赤ちゃんの日光浴は推奨していません。外出時には紫外線対策を心がけましょう。

1

出産後の赤ちゃんは 清拭のみ

出産後、昔はすぐに沐浴をしていましたが、最近は赤ちゃんの体温低下を防ぐために、清拭のみのとことが増えています。

2

紙オムツが主流

オムツ外しやエコを考え、布オムツを使っている人もいますが、主流は紙オムツ。紙オムツでも、オシッコが出たら替えてあげましょう。

Q 泣いたらすぐにパパ・ママは抱きますが、抱き癖がつきませんか？

A 赤ちゃんにとって抱っこは心の栄養です。抱き癖は気にせず、どんどん抱っこしてあげましょう。



3

あまり厚着をさせない

赤ちゃんは新陳代謝が盛んなので、体温は大人よりも高めです。着せすぎに注意しましょう。また、室内のくつ下は滑って危険ですので裸足で。

今も変化し続けている現代の子育て

こんなところもかわりました



4

おんぶより、抱っこ

今のママたちは、おんぶよりも赤ちゃんの顔が見える抱っこ派が多いようです。パパが抱っこする家庭も増加中。

5

ベビーパウダーは、 あまりつけない！

お風呂上がりに、よくつけていたベビーパウダー。汗腺を詰まらせてしまうことがあるので、つけすぎに注意しましょう。

6

自分のはしで食べ物を あたえるのはNG

大人の口の中にある虫歯菌が食べ物を通じて赤ちゃんのうつるので、自分のはしであげたり、かみ砕いた物を赤ちゃんにあげることはやめましょう。

7

断乳でなく卒乳

赤ちゃんがおっぱいをやめることを昔は「断乳」と言いましたが、今は赤ちゃんが自然におっぱいを卒業するという意味という意味で「卒乳」と言います。

④ 赤ちゃん紹介

当院で出産されました可愛い赤ちゃんを紹介いたします



麦 (むぎ) ちゃん



結部 (ゆいと) くん



円花 (まどか) ちゃん



晴大 (せいた) くん



理埜 (りほ) ちゃん



紗良 (さら) ちゃん



未依 (みより) ちゃん



依月 (いつき) ちゃん



柊 (しゅう) くん



逢漸 (あいぜん) くん

2021年 10月~12月生まれ

ご出産おめでとうございます

お子さまの健やかな成長と

ご家族のご多幸をお祈りいたします



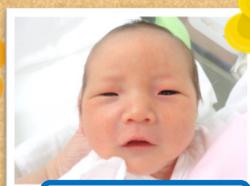
心乃栞 (このか) ちゃん



咲希 (えま) ちゃん



こはくちゃん



和 (やまと) くん



結愛 (ゆな) ちゃん



颯真 (ふうま) くん



恵葉 (えま) ちゃん



充都 (みつと) くん



衣柊 (いと) ちゃん



柚希 (ゆずき) くん

掲載を承諾いただいたご家族様、ご協力ありがとうございました。
赤ちゃんへのメッセージは当院HP・facebookでご覧いただけます。

ご紹介

「第6回手作り新聞コンクール2021」「タイトル賞」受賞

当院で出産した方のお子さんが夏休みの課題で赤ちゃんを題材にした「ぼくの妹」新聞を作り、読売新聞で入賞しました。

あけましておめでとうございます。2022年は寅年ですが、本来の干支でいうと壬寅(みづのえとら)。十二支や十干は数や方角だけでなく、それぞれ独自の意味を持っており、壬寅には、「新しく立ち上がること」や「生まれたものが成長すること」といった縁起のよさを表しているそうです。自分の干支の意味を調べてみるのも楽しそうですね。情報誌「ぬくもり」ですが、発行して、はや一年がすぎました。各自の抱負もありますが、これからもスタッフ一同頑張ってまいりますので、宜しくお願い致します。次号は4月に発行の予定です。T&H



おめでとうございます



清水小6年生:岩瀬純樹くん