

## 父親の子育て

女性は妊娠したときから、体内にいるわが子を感じながら過ごし、出産とともに“お母さんになった”実感を感じますが、男性は子どもが誕生したからと“お父さん”を実感することが少ないのではないのでしょうか。父親の育児参加とか、子育ては母親と父親がともにするものとか言われても、どう関わっていいかわからない方も多いと思います。抱っこしたり、あやしたり、おむつを替えたり、お風呂に入れたり、できることからやってみてください。柔らかくて、壊れそうな細い手足。さわるのも怖いかもしれません。でも最初から上手な方はいません。回数を重ねるうちにコツがわかり、要領よくなるものです。そして、そうやって子どもとの関わりが増えていくうちに、いつの間にか“お父さん”を実感していくのです。人間は共同養育をする種族で、仲間と一緒に子育てをする、

ミリカ 2016年4月14日掲載

一緒に子育てをしたいという本能があるそうです。ひとりきりで抱える育児は、喜びもつらさも共感し合えません。産後、父親が母親の気持ちに寄り添って会話をする中で、母親はリラックスできることが確認されています。この寄り添いが大切です。父親が真剣に話を聞いているか、母親はとても敏感に察します。母親に十分気持ちが寄り添っていれば、必然的に育児行動も伴います。子どもはお父さんの大きな手が大好きです。大きな手に包まれるととても安心します。幼少時に父親と体を使って遊んだ記憶は、脳裏だけでなく、心地よく五感に刻まれています。肩車ができるなんてお父さんの特権ですよ。

今回は、乳児期の相談に多い「離乳食」について。離乳食をあまり食べない、進まない等についてお話をさせていただきます。

子育ては楽しいこともあるけど悩みもたくさん。  
そんなママのための役にたつアドバイス。

子育て  
コラム  
parenting  
column 4



めぐみ保育園 園長  
弘田 恵子

めぐみ保育園園長。22歳で助産師になり、4年間高知の総合病院産婦人科でさまざまな出産に立ち会う。26歳から大阪府立母子保健総合医療センターのNICUで、6年間未熟児や障害のある赤ちゃんのケアをし、その後堺市で母乳育児相談室を仲間と開設。18年前から高知市内の保育園で、日々子どもたちと楽しく暮らす。助産師、看護師、保育士、幼稚園教諭(二種)。