

子育てコラム 30

「子育て今昔（その3）」

子育てで、食に関する相談は変わらず多く寄せられます。子どもの成長に直結するからでしょう。たくさん食べて元気に大きく育てほしいという親の願いはいつの時代も変わりません。

母乳への考え方や栄養価、断乳や卒乳の仕方や時期など、私の知る40数年の間にも随分変わりました。

昭和50年代には病院内でもらい乳をしていました。そのようなこともあってか、母親同士の会話もよく聞かれていました。今は感染の問題からもらい乳はありませんが、未熟児ケアでの母乳確保を目的とした「母乳バンク」は世界各国で設立されています。

いつの頃か、母乳は月齢と共に栄養価がなくなると言われ、栄養のないものを子どもに与えるわけにはいかないと、子どもが大好きで飲んでいるおっぱいをやめる方も多くいました。今でも、半年過ぎたら母乳の栄養価は減少し、1年経てば水になるのでやめなければならないと思っている方は結構います。母乳は出ている限り栄養があります。

昔の母子手帳には1歳健診の問診で、断乳しましたかという項目もありましたが、母親が飲ませたい、子どもが飲みたいと思っていれば、2歳過ぎても飲ませて構いません。

断乳や卒乳についてはさまざまな考えや思いがあります。助産師が専門に学び「桶谷式」の乳房ケアをしている助産所で、或いはご自身のやり方で、子どものことを一番に考えて1歳半頃に断乳している方は大勢いますが、あくまでも母親が納得した上でご自身が決めています。母乳のやり方で正しいとか正しくないとかいうことはありません。

子育てをされているのは養育者で、それぞれに他人には分からない背景がありご事情があります。ご自身もお子さんもしんどくならず、無理なく子育てができればと思っています。