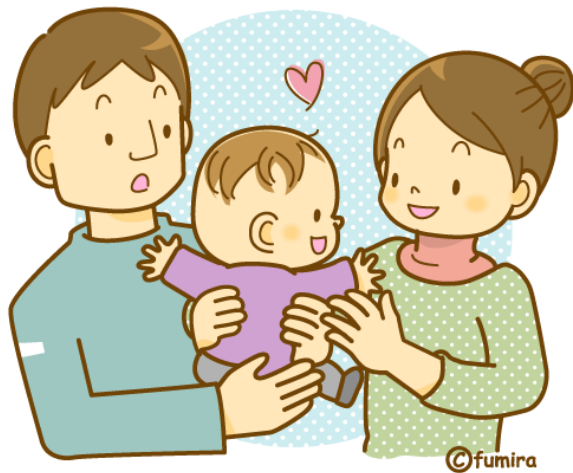


# 赤ちゃんとの生活を イメージしよう



泉区福祉保健センター

# 赤ちゃんの特徴とお世話



どれどれテキスト（78～79）ページ参照

- ①視覚の発達…特に人の顔は良く見える。
- ②笑顔…2か月頃からあやすと笑うようになる。
- ③聴覚の発達…お腹にいる時から聞こえている。
- ④睡眠と生活リズム…生後2か月頃から  
生活リズムを意識して環境を作ろう。
- ⑤泣くこと…次のスライドへ

赤ちゃんが泣いて困ったら

～乳幼児揺さぶられ症候群を起こさないために～

赤ちゃんは泣くのが仕事！！！！

赤ちゃんは沢山泣いても大丈夫。

お腹が空いたよお！  
オムツが気持ち悪いよお！  
寂しいよお！  
なんとなく泣きたい気分になっちゃった！！



# 赤ちゃんの要求に応える

例えば、泣いたら→授乳？オムツ替え？抱っこ？

**ポイント：赤ちゃんの顔を見て、声をかけて、あやすこと**

赤ちゃんは、繰り返しママ、パパや家族、周囲の大人に対応してもらった経験を通して、「基本的信頼＝人を信頼する力」が育ちます。



抱きぐせ、甘やかしは心配いりません！  
何をしても泣き止まないこともあります。

# 赤ちゃんが泣いたときの対処法①

- 授乳する

ゲップがうまく出せずに泣いていることもあります

- おむつを替える



- 暑くないか、寒くないか、  
衣服・布団を調節する

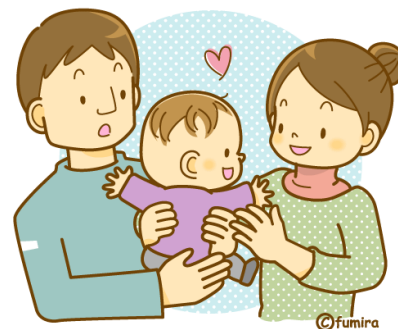


- どこか痛くないか、苦しくないか、  
いつもと違う様子は無いかチェックする

# 赤ちゃんが泣いたときの対処法②

- 抱っこしてゆっくりしたリズムで揺らしてみる

- 赤ちゃんに話しかける



- 赤ちゃんと散歩に出かけて、  
赤ちゃんの気分を変える

- 穏やかな音楽をかけたり、歌を歌う

- 柔らかい布でくるむ



# 無理に泣き止ませようとすると…

- 泣かれてカッとなると、無理に泣き止ませようと赤ちゃんを激しく揺さぶってしまうことがあります
- それで泣き止んでも、脳にダメージをきたして泣き止んでいるだけなのです

赤ちゃんの脳はとても柔らかいため、強く揺さぶられることで、脳や目の血管が引きちぎられてしまいます。

これを「乳幼児ゆさぶられ症候群」といいます。

# 揺さぶりによる乳幼児への影響

激しく揺さぶると、赤ちゃんに重大な後遺症が残る可能性があります

言語障害

学習障害

歩行困難

失明

最悪の場合、死に至る可能性もあります



# ※乳幼児揺さぶられ症候群には ならない例



◎赤ちゃんをゆっくりゆらゆら  
揺すってあげる

◎首がすわってから赤ちゃんのひざの上でピョン  
ピョンさせる

◎おんぶで歩くときやベビーカーで段差を  
乗り越えるような振動は大丈夫です



# 泣かれてイライラしたら やってみよう



- 1 赤ちゃんを抱いてなだめて歩いて語りかける
- 2 我慢しきれなかったらその場を離れる  
赤ちゃんを安全な場所に寝かせ、数分かけて自分を落ち着かせてから戻り、赤ちゃんの様子を確認します。
- 3 決して赤ちゃんを揺さぶったり暴力を振るわない
- 4 我慢できなくなったら以下に連絡してください。

こども家庭支援相談 800-2465 (平日8:45~17時)  
ホットライン 0120-805-240 (24時間365日)

# ママの産後の心の変化

産後の急激なホルモンバランスの変化

24時間の初めての育児・寝不足・初めての育児に対する不安 等

→女性の体も心も目に見えないけれど頑張り続けています。

- ・感情の揺れ
- ・不安や悲しみ
- ・いらいら
- ・食欲不振
- ・訳もなく涙が止まらない 等

これらを産後に感じることは珍しいことではありません。

しかし、病院を退院してからも、これらの症状が長く続いている場合には、周りに相談したり受診しましょう。家族にも伝えておきましょう。

# 妊娠中から パパや周囲の家族ができること

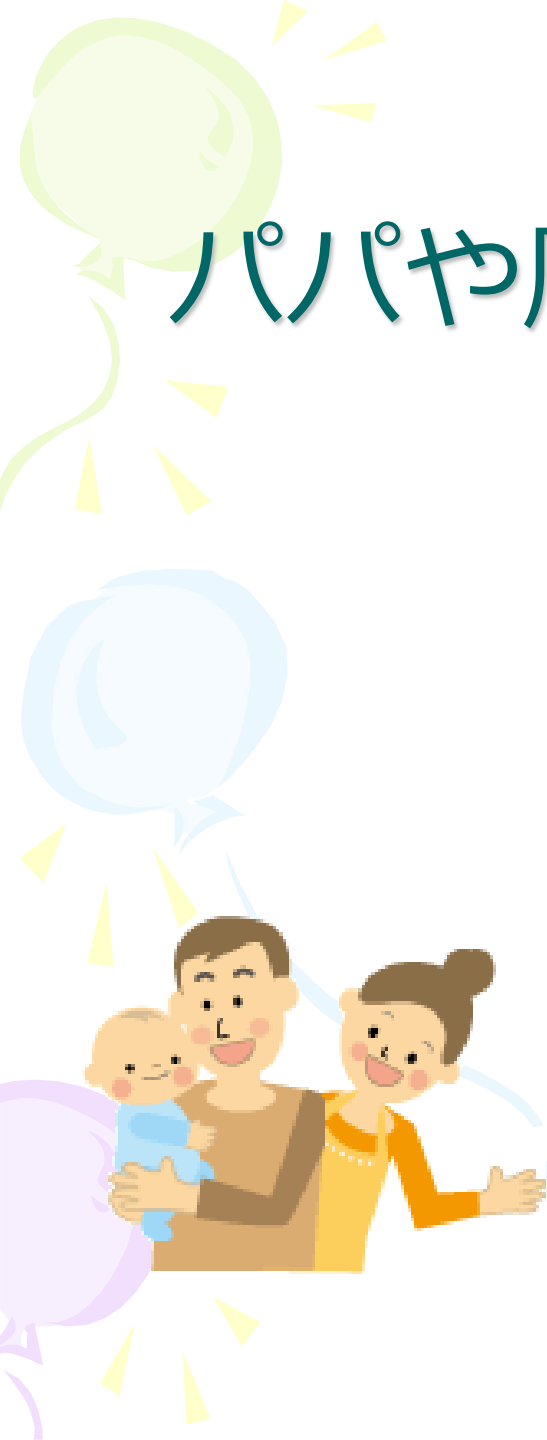
ママは妊娠した時からホルモンの変化で  
イライラしたり・・・

涙もろくなったり・・・

身体も重くなって自由がきかない・・・

産後は寝不足と赤ちゃんのお世話で  
余裕がなくなります

**パパは、ママのお話をゆっくりと  
聞いてくださいね。**



# Let's 育児分担！

ママ一人だけで頑張りすぎない。



家族や親族・友人に頼る・・・

社会資源を利用してみる・・・

産後に家族や親族のお手伝いが無い場合は  
ご相談ください。

泉区役所こども家庭支援課

TEL : 045-800-2444 ・ 2413

# 新型コロナウイルス感染症 に関する情報

妊婦の方々へ向けた、新型コロナウイルス感染症対策に関する情報は、以下を参考にしてください。

## ● 厚生労働省

妊婦の方々に向けた新型コロナウイルス感染症対策

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_10653.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10653.html)

## ● 日本産科婦人科学会

[http://www.jsog.or.jp/modules/jsogpolicy/index.php?content\\_id=10](http://www.jsog.or.jp/modules/jsogpolicy/index.php?content_id=10)