

ジュンマミーズ倶楽部

Jun Mummy's Club

助産師からのメッセージ

暑さの厳しい夏ですが、いかがお過ごしでしょうか。今回は「胎教」についてお話ししたいと思います。

皆さんは胎教にどのようなイメージをお持ちでしょうか。「教」という文字が入っていることからクラシック音楽や英語を聞かせるといった「教育」というイメージが強いかもしれません。

しかし、胎教は決して教育だけが目的ではありません。

赤ちゃんは産まれてくるまでにママのお腹の中で想像以上に成長します。身体の発育だけでなく、五感（視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触覚）も発達し、ママから赤ちゃんにはたらきかけることで赤ちゃんの感受性も育まれていきます。

赤ちゃんはママを通して音を聞いたり、触れられることで感じた意識（不快感や心地よさ）に反応して体を動かします。この反応を繰り返すことで赤ちゃんは感情というものを意識できるようになるのです。

また、ママが妊娠中に考えたり、体験したりしていることを敏感に感じ取っています。ですので、赤ちゃんに様々な感情を伝えてあげてください。ママが赤ちゃんへ愛情の溢れた語りかけをすること、お腹を触るなどのタッチを行うことは、赤ちゃんの身体だけでなく、心も大きく成長させます。

赤ちゃんが元気に産まれるように気づかったり、ママが赤ちゃんを意識して行う行動など、妊婦生活の中で何気なく行っていることも胎教の一つです。是非、妊娠中から赤ちゃんとの強い絆を育んでいただけたらと願います。

刈谷院にて沐浴実践レッスンを始めました

- 退院日の朝に30分程かけてレッスンを行います。
- お父さん、お祖母さん、お祖父さんの参加も可能です。
(お母さんを含めて2名まで)

実際にやってみて分かることもあるかと思います。疑問点やコツなど、その場で聞ける機会ですので、是非ご参加ください。

