

ジュンマミーズ倶楽部

Jun Mammys' Club

助産師からのメッセージ

今回はこれからお父さんになる方たちに向けてお話ししたいと思います。お母さんは家に持ち帰って是非お父さんに見せてあげて下さいね。

最近では立会い出産を希望するお父さんが多くなってきました。出産の感動を分かち合える素敵な瞬間です。

しかし、立会い出産は妻の分娩にただ居合わせる事が立ち会い出産ではありません。

陣痛で苦しんでいるお母さんのために腰をマッサージする、お母さんが楽な姿勢をとりやすいように支える、飲み物を渡す、汗を拭く、お母さんがパニックになったら落ち着いてリードするなどのサポートをしてあげて下さい。

いつまで続くか分からない陣痛に不安を感じているお母さんにとってお父さんは一番心を許せる存在です。この辛さをお父さんにぶつけてしまう事もあるかもしれません。そのようなときでもしっかりとお母さんの不安を受け止めてあげて下さいね。

また、いざサポートしてあげようとしてもどのようにしていいか分からないということがないように、お父さんは出産前からお母さんと一緒に妊娠や出産についての知識を身につけておくことが大切です。

出産はお母さんもお父さんも一生の思い出になります。お父さんはできる限りのサポートをしてあげて下さいね。

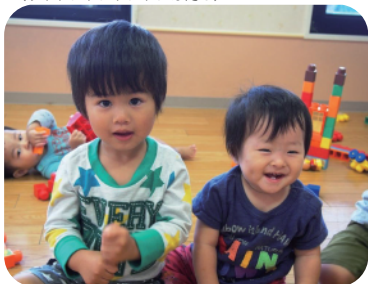
子供たちが大好きな手遊び

手遊びは道具の必要がなく、家でも外でもいつでも楽しめます。ここでは託児所の子供たちが大好きな手遊びを紹介します。

自分たちが子供の頃に聞いたことがあるのではないのでしょうか。小さいうちはお母さんが赤ちゃんの手をひいて遊んでください。



①トントントン♪
(以下トントントンは同じ)



(両手を握り上下に打ち合わせる)

②ひげじいさん♪



(あごに握りこぶしをつける)

③トントントンこぶじいさん♪



(ほっぺに握りこぶしをつける)

④トントントンてんぐさん♪



(鼻に握りこぶしをつける)

⑤トントントンめがねさん♪



(目に握りこぶしをつける)

⑥トントントンうさぎさん♪



(頭に上に手のひらをのせる)

⑦ランランラン♪



(両手をヒラヒラさせながら下に下ろす)

⑧手はおしり♪



(両手をおしりにつける)