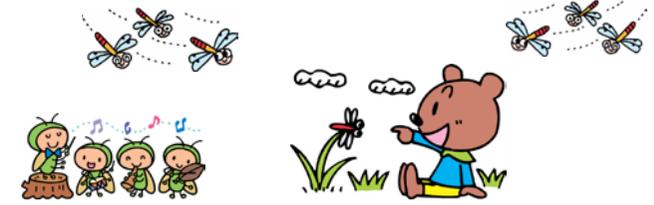




# ジャスミンだより

平成27年 秋号 マミーローズクリニック



9月に入り朝夕に吹く風や虫の声を聞くと涼しげな秋を感じますが、まだまだ残暑が厳しい日が続きます。

秋は夏の疲れが出やすい時です。十分な睡眠、バランスの良い食事をしっかりとって体調管理に気をつけましょう。



## 赤ちゃんの指しゃぶり

「もう指しゃぶりを覚えてしまって・・・愛情不足？」なんて思っていますか？大きくなってからの指しゃぶりは「精神的に不安定」「愛情不足」等と言われることもありますが、そればかりではありません。

赤ちゃんにとって「手」は玩具の一つで、動く手を不思議そうに眺めたり、指やげんこつを口に入れる事があります。2～3ヶ月頃から始まる指しゃぶりは遊びなのです。指しゃぶりは、偶然口に触れたものを吸おうとする赤ちゃんの本能的な機能（吸綴反射）から起こる行為です。お腹が空いていても指を吸うことで安心感を得てしまい、泣かなくなったと耳にしますが、このような時は泣かなくても様子を見て授乳してあげましょう。

心配なのは衛生面ですね。赤ちゃんは手、指の間にはほこりをいっぱい握っている事があります。ほこりやよだれのべたつきを取ってあげる為に、手を洗ったり、濡れタオルで拭いてあげると良いでしょう。口内を傷つけないよう爪にも気をつけてあげましょう。



「吸う」行為で自分の指や手を認識して、何かを吸うことで安心、安らぎを感じるのです。低月齢での指しゃぶりは発達の一過程として無理にやめさせる必要はないでしょう。

## 「こんな時、どうしたらいいの？」



～人見知り・後追い～



5～6か月頃になると記憶力、認識力が発達し、いつも見慣れている人とそうでない人の区別ができるようになります。そこではじまるのが「人見知り」です。

人見知りには個人差があります。どこでも、誰でもOK！という子もいれば、慣れない場所でママから離れなかつたり、身近にいるパパやおじいちゃん、おばあちゃんの顔を見ただけでも泣き出してしまいう子もいます。

相手の人との関係に安心感を得て、時間をかけて慣れれば泣かなくなる事でしょう。

人見知りがひどいからと家に閉じこもらず「ママも一緒だよ」と安心感を与え、穏やかな気持ちで公園やサークルなどに参加して人と関わる機会を増やしてあげてもいいですね。



ママの姿が見えなくなることで不安が大きくなり泣きだしたり、ママの行く所どこへでも着いて回る事を「後追い」といいます。

そんな時には「〇〇してくるね、待っててね」と優しく声をかけ、用事を早く済ませて戻ってあげる事が大切です。ママはトイレにも行けず、子どもと一緒にトイレに入ることもあるでしょう。



これらは、ママを特別な存在として認識している証拠。子どもにとって、とても大切な成長です。人見知り、後追いはいつまでも続くものではありません。ゆっくりと子どもの成長を見守っていききたいですね。