



ジャスミンだより

平成28年 春号 マミーローズクリニック



3月に入り、まだ寒い日もありますが、少しずつ春らしさを感じる日が増えてきました。暖かくなり、お出かけする機会もふえることと思いますが、準備万端にして家族でお楽しみ下さい。



「月例会」と「この指とまれ」

マミーローズクリニック内では毎月、**月例会**（当院で出産された方全員が対象）と、**この指とまれ**（当院で出産された3ヶ月までの初産婦さん対象）という2つの会を開催しております。開院してしばらく経ってから始まった2つの会ですが、今まで多くのママ達に参加していただきました。お礼申し上げます。

最近の月例会でのことです。3歳の女の子と赤ちゃんを連れたママが月例会に参加しました。女の子が持っている大好きなぬいぐるみはおむつをつけていて、ママお手製のリュック式で上手におんぶ、その姿は小さなママでした。この日は他にも上のお子さんを連れたママ達もいて、みんなで玩具を出して遊ぶ時間を設けました。自分から離れて他の子と玩具のやりとりをする我が子の姿に成長を感じ、「感激しました」という声も聞かれました。

内容は違いますが、どちらの会もかしこまらず、気軽に参加できる会となっております。「この指とまれ」だけはお電話での申し込みが必要ですが当日の予約でも参加いただけます。当院で出産されたママ、是非リフレッシュに来ませんか？ 話をしたり、聞いたり、学んだりして一緒に良い時間を過ごしましょう。

「こんな時、どうしたらいいの？」

～ パパの役割は？ ～



我が子の誕生に大喜びの新米パパ、さあ子育ての始まりです。実際に目の前の我が子を見て、「俺の子だ、かわいい～」と感じるパパもいれば、実感がわきにくいというパパもいるでしょう。自分のお腹の中にいたわけではないので無理もないことです。でも大丈夫、抱っこしたり、おむつを替えたり、お風呂に入れたりして少しずつ子育てに参加していくことでパパになっていき、そして我が子が成長していくにつれ、役割は増していきます。 **最初から上手にできなくてもいっぱい我が子に触れることで慣れていきますよ。**



でもママにとってパパに一番して欲しいことは何でしょうか？ もちろん、泣いたら抱っこしてくれて、おむつが汚れたら替えてくれてママがいつもしている家事も手伝ってくれてというパパも嬉しいのですが、**仕事が忙しくてもママと会話して、愚痴をきいてくれるパパが最高なのです。**

新米ママにとって、初めての育児は睡眠もとれないし、不安がいっぱいです。上手いかないと、何で？ どうして？ 自分がいけないのかな？・・・など様々なことで悩みます。育児の大変さを聞いてあげて下さい。あれこれ言うのではなくウンウンと聞いてママの日頃の**頑張りを認めて**あげられたら良いですね。

もちろん、これは新米ママに限ったことではありませんよ。ママ達は頑張っているのです。たまにはリフレッシュのご褒美も、サプライズでお願いします。

