



お父さん・お母さんへ

行動して
みよう!

子育てに悩みや不安を感じたら

育児の悩みが募ると、子どもへの虐待につながってしまうこともあります。思い詰めてしまう前に、育児の相談をしたり、お母さん同士で交流することで、悩みが軽減されたり、解決の糸口がつかめることもあります。



子育て中の親子同士の交流をサポート 地域子育て支援センター

子育て中の親子が気軽に立ち寄り、うちとけた雰囲気の中で、交流し合える場を提供します。県内には51施設あり、全市町村に設置されています。 ※特別な催し以外は、原則無料・予約不要です。

地域子育て支援センターに遊びに行ってみませんか?

子どもたちも自由に遊べるし、お母さんも他のお母さんとおしゃべりしてストレス解消!もちろん、お父さんやおじいちゃん、おばあちゃんも大歓迎!子育てに心配なことがあったら、支援センターの職員さんにいつでも相談できます。

お問い合わせは各市町村または各センターへ

センター一覧

どんなことをしているの?

- 子育て中の親子の居場所を提供し、親子同士の交流ができます。
- 子育て及び子育て支援に関する講習等を実施します。
- 育児不安等子育てに関する相談に対してアドバイスをします。
- 地域の子育て関連情報を提供します。
- 他の施設に出向いて親子交流や子育てサークルへの援助を行います。

知って
おこう!

子育ての
困った…

「泣き止まない」「ミルクを飲んでくれない」は、赤ちゃんの頃にはよくある悩み。そんな時は、怒ったり、イライラしたりしないで、いくつか原因を探してみましょう。



子どもが泣きやまない

赤ちゃんはなぜ泣くの?

物理的原因

- | | |
|-----------------|----------------|
| ① お腹がすいたとき | ⑥ 明るすぎる、うるさい |
| ② オシッコやうんちをしたとき | ⑦ 発熱など病気のとき |
| ③ 眠いとき | ⑧ ゲップが出ないとき |
| ④ 痛いとき、かゆいとき | ⑨ オムツ・衣類が不快なとき |
| ⑤ 暑いとき、寒いとき | |

心理的原因

- | | |
|---------------------|---------------|
| ① 環境の変化 | ④ 夜泣き |
| ② さみしいとき、不安なとき | ⑤ 黄昏泣き(夕暮れ泣き) |
| ③ 思い通りにいかないとき、怒ったとき | |

泣くことは、大人の関心をひくコミュニケーション。
子どもが何を発しているのか、
そのメッセージを想像してみましょう。

子どもがミルクを飲まない

なぜ飲んでくれないの?

- ① 母乳瓶の乳首が嫌い
母乳瓶によって、素材や硬さ、ミルクの出方もさまざま。赤ちゃんの吸う力も違いますので、相性の良い母乳瓶を選びましょう。
- ② ミルクの味が嫌い、濃い、薄い
粉ミルクの味も多種多様。基準調乳濃度で作りましょう。
- ③ ミルクの温度がイヤ
ミルクが熱い、ぬるい、少しの違いで飲まなくなることもあります。
- ④ 環境が原因
抱っこが安定していない、暑い、寒いなど、その時の環境を不快に感じていると、飲まなくなることがあります。

赤ちゃんにも食欲のない日もあります。
元気で機嫌がよければ心配する必要がない場合も多いです。
それでも解決できない時は、
ぜひ最寄りの相談窓口にご相談してください。

NG

乳幼児 揺さぶられ 症候群

赤ちゃんを激しく揺さぶらないで

赤ちゃんがなにをやっても泣きやまない、イライラしてしまうことは誰にでも起こり得ます。しかし、泣きやまないからといって、激しく揺さぶらないでください。赤ちゃんや小さな子どもが激しく揺さぶられると、見た目にはわかりにくいですが、頭(脳や網膜)に損傷を受け、重い障害が残ったり、命を落とすこともあります。どうしても泣きやまない時は、赤ちゃんを安全な所に寝かせて、その場を少しでも離れ、まず自分をリラックスさせましょう。