

## ach10号記念スペシャル!

## ママの悩み

# 歯みがき、人見知り、赤ちゃん返り…etc ママのお悩み、まとめて答えます!

ブレママ、ママたちの疑問・悩みに、子どもの城・小児保健クリニックの巷野先生が答えます。



ママ「子どもが歯みがきをイヤがります。虫歯にならないか心配!」  
ゴロー先生「無理強いすると、子どもは歯みがきがキライになってしまいます。イヤがるなら生後6カ月〜1歳までは、離乳食後に水分を飲ませて口の中を流してあげるだけで十分。1歳からはママの膝に寝かせて、お遊び感覚で歯をこすってあげると、ママがみがいでいるのを見せると、マネしたがるので効果的です。夜中に母乳を飲んだあとは、ガーゼで汚れを吸い取るだけで十分です」  
ママ「人見知りや激しい! 今後の人間関係に影響しない?」  
ゴロー先生「自分の知らない人間を警戒するのは、動物の本能として当

たり前のこと。相手の大人が対応を考えましょう。例えば、赤ちゃんを目線はずして、ママとの親しさをアピールすれば、次第に赤ちゃんは心を開いてくれるように。言葉をしゃべるようになれば、人見知りは軽減するので安心して!」  
ママ「しつけのつもりで叱ると、いつも感情的に怒鳴ってしまふ。正しい叱り方を教えてください」  
ゴロー先生「正しい叱り方なんてありません。とはいえ言葉や声に話せない赤ちゃんに、声を荒げて怒ったり、恐い顔をすれば言うことを聞きますが、それは「恐怖心」から。つい叱りたくなることはあってもそれは赤ちゃんだから仕方ないと思

うことが大切です。ただし人を傷つけたり、危害を加えたり、やってはいけないことをした場合は真剣に怒る。しかし、いいことをしたらしっかりと誉めて、フォロワーするように心がけてください」  
ママ「なんで泣いているのかわからず、ストレスが溜まってしまふ。こっちが泣きたい:(涙)」  
ゴロー先生「泣きやまないときは、『空腹』、『水が飲みたい』、『気分が悪い(おむつ、寝心地など)』、『痛い』、『暑い(寒い)』のどれかに当てはめてみてください。1〜2歳になつてくれば、言葉や行動で示してくれるようになりますよ!」  
ママ「上の息子が最近、赤ちゃん返りをするように。大きな赤ちゃんとして接したらいいい?」  
ゴロー先生「お兄ちゃんでしょう!」  
というセリフは禁物です。赤ちゃん返りは、ママの愛情を確かめたいというサイン。下の子が寝ているときや、ふたりきりのときに思い切り抱きしめてあげてください!」



巷野悟郎 (ごうの ごろう)

東京大学医学部卒業小児科医。現在、こどもの城・小児保健クリニック院長、(社)母子保健推進会議会長、(社)日本保育協会理事。『赤ちゃんが書かせてくれた—小児科医からママへの手紙』(赤ちゃんとママ社)『ところがホッとするnew育児法』(講談社)『0歳児・1歳児・2歳児のための乳児保育』(光生館)『保育保健の基礎知識』(日本小児医事出版社)など多くの著書を執筆。

## ゴロー先生の本日のつぶやき

赤ちゃんはとっても正直な生き物。特に、言葉が話せるようになるまでは、自分の機嫌でしか気持ちを伝えることができません。具合が悪いのかな? と不安に思うときは、まず赤ちゃんの「機嫌」がいいか悪いか、で判断しましょう。かわいいがゆえに心配事も多いと思いますが、思い通りにいかないのが子育て。「泣いてくれてありがとう」という気持ちを持って、子どもの成長や変化を楽しみながら過ごしてくださいね。

