

「きょうからイクメンジャー」連載コラム3

(次回は 11/25 の予定)



宇治木 敏子

▶ 3

赤ちゃんがご機嫌な時、バスタオルの上に寝かせます。パパの笑顔とアイコンタクト。優しく

す。すると、赤ちゃんにも伝わって、もっと「やってほしいよ」という気持ちで「うーん」とうな

な。次は、「の」の字でおなかのマッサージ。大きなパパの手のひらをおなかの上にそっと乗せ、ゆ

ったり、のけ反ったり。さらに気持ちを表してくれます。こうしたパパとの触れ合いの訓練ができれば、必ずコミュニケーション上手に育ってくれますよ。

つくり右回りにマッサージ。「ぞうさん」を歌いながらやってみましょう。赤ちゃんはおっぱいを飲むときに空気も吸い込みます。おなかにガスがたまると、ご機嫌斜め。おむつ替えの時などに脇のスリスリとおなかのマッサージをセットでどうぞ。

スリスリ

気持ちよくスキンシップ

声を掛け、大きな両手で脇の下から包み込み、股関節まで上下にスリスリスリとさすってあげましょう。

「スリスリ」と声に出し、手が温かくなるくらいさすると、赤ちゃんが気持ちよさそうに伸びを始めます。

「気持ちいいね」と言葉にして伝えてあげま



イラスト にしもと・おさむ

血行も良くなり、回数を重ねると、赤ちゃんが「してもらえるかな」と待っているのが分かります。いつの間にか、さすっているパパまで気持ちよくなる場合があります。これは、スキンシップの相乗効果です。お互いがにっこり。距離がぐっと縮まり、パパも安心して対応ができるようになりますよ。

(NPO法人日本タッチ
コミュニケーション協会
理事長 Ⅱ 吳市)