

「きょうからイクメンジャー」連載コラム 6

(次回は12/16の予定)



宇治木 敏子

▶ 6

パパだから試してほしい、遊びの抱っこです。呼吸は赤ちゃんに合わせ返します。

「これからタッチで遊ぼうね」。そのままゆつくり立ち上がり、両手を絡ませ、肩や腕の力を抜いてフランク遊び。パパの左手の上に赤ちゃんのおなかを乗る格好になるので、体の重みでおなかの張りが楽になります。

おなかにたまったガスが原因で、赤ちゃんが突然大声で泣きたすことがあります。そんな時、おなかの張りを楽にする「うつぶせ抱っこ」にトライしてみてくださいね。子どもは抱っこが大好き！パパだからできる抱っこ遊びをもう一つ。あくらの上で赤ちゃんを抱っこ。足首を持ち上げるように抱え、膝立ちでフランクのように揺らします。

抱っこ遊び 包容力のある気持ちで

て。アイコンタクトと明るい声掛けて、「○○ちゃん、パパですよ。抱っこしてもいいですか」と脇をさすりながら、赤ちゃんにも分かる笑顔を見せましょう。

赤ちゃんを優しく抱き上げ、パパは床であぐらを組み、その中に前向きに座らせます。パパの左腕を赤ちゃんの左肩からおむつの辺りまでたすき掛け。そして左腕に赤



イラスト・にしもとあさむ

いろいろな抱っこをしてストレスに強い子に育てましょう。パパの優しさで、「大丈夫だよ」という包容力のある気持ちが必要です。心と体のコミュニケーションで、親子の信頼を築いていきましょう。

(NPO法人日本タッチコミュニケーション協会 理事長 〓 呉市)