

# みんなで子育て・まご育て Q&A



子育てガイド

新しい家族が増える！だけど、男性はどうしたらいい？今と昔じゃ子育ての方法も違うのよね？そんな皆様の疑問を解消します！

## パパのギモン編



Q 妊娠って病気じゃないよね？

A 病気ではないけれど、さまざまな体の変化が続きます。ママをいたわったり、家事を積極的に行いましょう。

Q 親になるっていう実感がわかなくて…

A 産婦人科の健診に付き添って一緒にエコー写真を見せてもらいましょう。

Q 大変そうだけど、何をしたらいい？

A ホルモンバランスの関係で情緒不安定かも。優しく「して欲しいことある？」と聞いてみましょう。

Q 産まれた！…で、何をすればいい？

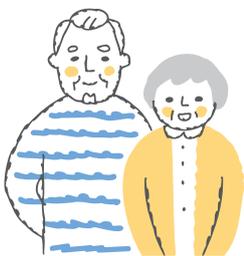
A P40～をよく読んでまずは手続き！出産と赤ちゃんのお世話でヘトヘトのママのケアも。

## 男性の育児休業で奨励金が出ます！

新潟市内の中小企業に勤務する男性労働者が連続する1か月以上の育児休業を取得した場合、本人に奨励金が支給されます。

詳しくは新潟市ホームページへ

## 今昔のギャップ編



Q 授乳のタイミングはいつ？

A 母乳の場合、赤ちゃんが欲しがるときに欲しがらだけあげてください。

Q 厚着させなくてもいい？

A 薄着のほうが体温調節機能が育つといわれています。厚着させず動きやすい服装にしましょう。

Q 抱っこはしすぎない方がいい？

A 情緒の安定には抱っこが大切。抱きぐせは気にせず、いっぱい抱っこしましょう。

Q うつぶせ寝はいけないの？

A 乳幼児突発死症候群予防のため、医学上の理由がない限りはあおむけ寝にします。

Q 歯磨き剤はいつから使える？

A 歯が生えたら使えます。虫歯予防のために「フッ化物配合」と表記のものがオススメです。

Q 離乳食は果汁から始める？

A 果汁は勧められていません。5、6か月ごろにつぶし粥から始めてください。

## “スマホで子育て”見直しませんか？

Q つい子どもにスマホを見せてあやすことが…これって大丈夫？1人で見せてもいい？

A 忙しい時、子どもが泣き止まないとき、つい子育て中に頼ってしまう方も多いスマホ。なるべく「いざという時の秘策」程度におさえておきたいですね。また、子ども向けコンテンツでも、子ども1人で見せるのは控え、なるべく親子で一緒に見たり使ったりしましょう。

Q 「スマホ時代」に生まれた我が子。子育てでは何に気をつければいい？

A 子どもは身近な大人をお手本にします。まずは大人がスマホの使い方や使う時間、使う場所を見直してみましょう。パパママやおじいちゃんおばあちゃんも含め、家族でルールを作りそれを守ることが大切です。また、折り紙やお絵描きなどの遊びも大事にしてくださいね。

## 新潟市公式LINEアカウント

妊娠から出産・子育てに関するさまざまな支援の取組や各区のイベント情報などにスムーズにアクセスできます。

最新の情報もプッシュ通知でお知らせしますので、二次元コードからぜひお友達登録してください。

