さくらんぼ便り

令和７年７月号

昨今は、猛暑が続いていますね💦　こう暑いと何処に遊びに行ったらと頭を悩ませてしまいます(*_*)
手っ取り早いのが、庭先でプールですかね～　でも毎日同じことも・・と思われるかも知れないので
ちょっと、ひと工夫！　プールに入れる道具はペットボトルの日、水風船の日、水鉄砲の日、水に入れて大丈夫な人形や恐竜のおもちゃの日など、目先を少し変えてはいかがですか？また、プールの合間にスイカ🍉割なんて！
年齢的に難しい事もありますが、子どもたちワクワクが増すことを願ってます(*^^)v

家　族　で　育　児　を♪

先月の「ふたごちゃんみつごちゃんの会」での話題のひとつで「パパの育児参加」についての話題がありました。一人でも大変ですが、多胎児さんの育児の大変さがひしひしと伝わってきました。
そのあと、たまたまＴＶで育児番組を見ていたら『親性脳』という話題が流れていて
興味深い内容だったので、ご存知の方もいらっしゃると思いますが、少し紹介しますね。

「親性脳」とは、わかりやすく言えば、育児場面でよく使われる脳内のネットワークです。
「親性脳」は、親になった時点で自然につくられるものではなく、育児経験を通じてしだいに形成されていきます。この数年で、育児が科学のテーマとなったことからわかってきたことです。親性脳は、子育てに関わることで誰もが獲得し得るものであり、海外の研究では、性差にかかわらず、育児経験が多い親ほど、
親性脳を構成するネットワークが強く活性化することが示されています。男性も育児を繰り返し経験することで、子育てに適した脳と心が育まれるのです。
では、実際にパパが育児をするとき、どのような点に気をつければいいのでしょうか。親性脳の発達と子どもの脳発達の両方を踏まえ、大切なポイントを紹介します。
まずは、前頭前野の活動を意識しながら育児をしてみてください。そのためには、『自分がどうしたいか』ではなく、『この子は何をしてほしいのかな？』『何を求めているのかな？』と、想像力を働かせ、相手の立場にたって考えることが必要です。
次に大事なのは、触れ合いの経験です。特別なことはしなくても大丈夫です。目を見て、話しかけて、親子双方が気持ち良いと感じるような触れ合いをなさってください。そうした経験を日常的に積み重ねていくことで、赤ちゃんの脳は健やかに育っていきます」「親性脳も、子どもと触れ合う体験を積み重ねていかないと育ちません。触れ合うことで、愛情ホルモンと呼ばれるオキシトシンの分泌が高まり、育児に積極的に関わろうとする意欲や、子どもへの愛情が高まることが知られています」
オムツ替えや哺乳瓶での授乳、抱っこしながらの絵本の読み聞かせなど、ママでなくてもできる育児はいくつもあります。触れ合いをともなう育児に積極的に関わることで、パパの親性脳は発達していくはずです。　（詳しく知りたい方は検索してね！）

慣れないパパの対応にイラっとすることも有ると思いますが、「親性脳」が育成中と思って長―い👀で見守ってくださいね！**「家族で育児を♪」**

★ふたごちゃんみつごちゃんの会

ふたごちゃんみつごちゃん会は月に２回になっております。
１回目　第２月曜日　**２回目**　月末の平日　**時間**　10：30～12：30
無料の託児がありますので、安心してご参加ください。妊娠中の方、奮闘中の多胎児ママ、みんなで知恵を振り絞っての意見交換、情報提供を活発に実施中です♪　妊娠中の方、お父さん、おばあちゃん誰でも参加 OK です！また「ふたごちゃんみつごちゃん会」ではベビー服やベビー用品のリサイクルを無料で行っています。不要になった物などあれば持ってきて下さいね！持参するのが大変なときは、おやこの森に相談して下さい♪

★多胎妊産婦等支援事業

おやこの森では三つ子のお母さんである職員を中心に２４年前から多胎児のお母さんに対しての子育て相談や子育て支援を行ってきました。また『ふたごちゃんみつごちゃん会』の活動は通して多胎児のお母さんたちの憩いの場所として代々受け継がれています。また、2021 年度より延岡市の委託事業として『多胎妊産婦等支援事業』がスタートしました。双子の会のサポーターさんが乳幼児健診時の付き添いや妊娠中や産後に市の保健師に同行して多胎児の悩みや相談ができるようになりました。こちらも気軽におやこの森にお問合せ下さい♡

おやこの森　月～土曜日　AM７：００～PM６：００　日曜祝日、第１・３土はお休み
延岡市山月町１丁目４７４３番地　☎３３－０２０４　FAX３３－０２９２
ホームページ　https://www.oyakonomori.com/