

# みんなで子育て・まご育て Q&A



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。

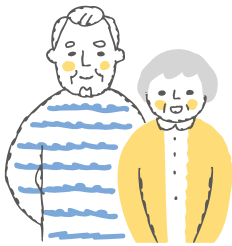
## 男性の育児休業で奨励金が出ます！

詳しくは新潟市ホームページへ

新潟市内の中小企業に勤務する男性労働者が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。

育休(1か月以上)を取得した男性労働者	20万円
---------------------	------

## 今昔のギャップ編



### Q ミルクのほうが栄養がある？

A 母乳が推奨されていますが、完全母乳、混合、完全ミルク、どんな形でも大丈夫です。

### 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 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 孫と同じ箸を使うのはだめ？

A むし菌がうつるかも。箸やスプーンの共有、大人が口に入れたものをあげるのはNGです！

### Q 離乳食は果汁からはじめる？

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しスマホ。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他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・子育てに關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、QRコードからぜひお友達登録してください。

