

赤ちゃんの向き癖 気になったらどうしよう？

はせがわ小児科
長谷川 功

最近、赤ちゃんの頭の形を心配して小児科を受診されるお父さん、お母さんが増えています。「頭のゆがみが気になるんですがほっといても治りますか？」「何か改善させる方法がありますか？」お母さんだけでなく、自らネットで情報を集めて熱心に質問されるお父さんもいます。さて、生後1-2か月に自分のお子さんが一方ばかり顔を向けている、よく見ると頭がゆがんでいるということに気づいた時、どうしたらよいでしょう。

新生児の脳重量は350-400gで生後8か月には約2倍、5-6歳で成人の脳重量である1200-1400gとなります。乳児期の頭蓋は6種類8個の頭蓋骨でできており、各頭蓋骨は緩くつながっていますが、乳児期の急速な脳の成長のために、骨としてはくっついていません。そのため、外圧によって頭蓋骨の位置が変形し、頭蓋骨全体の変形が起こるのです。これを医学的には位置的頭蓋変形といいます。

何もせずに様子を見ておいても顎がすわって成長していくとともにほとんどの例で自然に改善していきます。しかし、一部では継続し、成長後に、眼鏡がずれてかけられない、歯のかみ合わせが悪い、肩がこりやすいなどの不都合を日常生活に生じる事例も知られています。今回は自宅で簡単にできる対処法について説明します。頭蓋の変形のない赤ちゃんにも是非お勧めします。できるだけ早い時期、理想的には生後2か月までに始めるのが有効です。

ポイントは以下の通りです。

1. 寝かせる位置・向きの工夫

授乳のたびに頭側と足側を交互に入れ替えてベットの寝かせる、など。

2. 児が起きているときに保護者などの観察下で児をうつ伏せにする時間を作る

1) 親の胸の上でのうつ伏せ

2) 親が側臥位になって児の顔を見る姿勢でのうつ伏せ、など。

3. 平らな頭側が下にならないように横に抱く、顔を左右に動かせる時期に向き癖が気になれば、両親の生活空間と逆側に顔が向く向きで寝かせる、などの生活上の工夫。

お父さんも十分に協力することができます。あせらずに、親も子も楽しみながらゆったりと対応することが大切です。

こどもが病気になったらどうしよう？

山内医院
山内 英子

保育園に行きだしてすぐのお子さんは、当然のように風邪をもらって熱が出る。治って保育園に行くと、また熱が出る。この繰り返しで、せっかく始めた・再開した仕事に行きたくても行けない…。そんな時に仕事を休むのはお母さんでしょうか？お父さんが仕事を休んで病気の子どものお世話をするでしょうか？今でこそ薬のお陰で軽くなり、ワクチンのお陰で少なくなった水痘ですが、感染すると長期間保育園には行けません。誰がいつ休むか、じゃんけんで決めておられた若いご両親もありました。

そんな時は病児保育室を頼って下さい。当院では平成15年より病児保育施設を立ち上げ、今年で20年になります。令和3年4月1日からは 京都市委託病児保育室 となり、より多くの保護者の皆さまに利用していただけるようになりました。この間、COVID-19が出現し、極端な利用者数の減少、熱が出て来られるお子さんの対応に非常に苦慮してきました。そして発生する感染症の変化にも目を見張るものがありました。

そこで今回、京都市委託保育室になってからの、利用者の保護者の職業、季節による利用者数の変遷、受け入れ年齢の月別変化、受け入れ疾患等をまとめてみました。

また、勤務10年以上になるベテラン保育士たちに、ここ数年のお父様方のお子様たちへのかかわり、病気の時の対応の仕方についても、まとめてもらいました。お父さんたちも頑張っています。

子どもにイライラ どうしよう？

京都市児童福祉センター
市川 澄子

「悩みがつきない子どもの食事」「子どもとのかかわり方、叱り方がわからない」「ワンオペ育児でパンク寸前」「助けて！イヤイヤ期」「みんなと違う？わが子の発達」などは、親御さんの悩みの調査で常に上位にくる項目です¹⁾。

最近「金銭的な不安」「仕事と子育ての両立が難しい」「こんな環境で育てるのは大変」など、社会環境の変化から今までの考え方ややり方では次世代を健やかに育てるのが困難ではないか、との認識が社会に広がっているかと思われます。

個々の悩みに関しては、インターネットや育児雑誌、また行政機関やその関連団体の広報で様々な対応が紹介されていますが^{2) 3)}、実際に試してみても上手くいかない、余計にイライラが募るなど、現実に悩める親たちにどれほどの解決策を提供できているのかは疑問です。

イライラの原因は、睡眠、食事、しつけ（反抗期）が多く、「寝なくてイライラ」「食べなくてイライラ」「言うこと聞かなくてイライラ」し、その果てについつい手をあげたり、きつく叱ってしまい、これって虐待？と自問してしまう。

理想の子育てとは、気負わずに自然に育てられることです。周りも温かく、親子を見守り、支えていけるといいのですが、少子化になり、また核家族社会で親が孤立してしまい、より深刻になっていきます。

これらに小児科医としてどう関わっているか？医療で何が出来るか？またしているか？を事例も含めてお話しさせていただければと思います。

1) 全国のパパママに聞きました！ 子育ての悩みは何ですか？ - NHK すくすく子育て ch
https://www.nhk.or.jp/sukusuku/articles/article_160/

2) 令和3年版 少子化社会対策白書 全体版

3) 全国家庭児童調査 | 厚生労働省 (mhlw.go.jp)
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/72-16.html>

こんな俺でもいいのか？ ～子育てに父親が関わる意義～

京都第二赤十字病院小児科
加納 原

育児への父親参加が強く呼びかけられるようになって久しく経ちますが、お父さん達からは時々、『とにかく子どもが苦手、どう相手していいかわからない』『やはり女の人の方が子どもの扱いは上手いし、自分は外で頑張るから子育てはパートナーに任せる』といった声を聞くことがあります。それでは、本当に女性の方が男性よりも生理的に子育て（子どもの扱い）に長けていると言えるのでしょうか。また、父親が子育てに関わる意義にはどんなことが考えられるのでしょうか。こういったことについて、医学的な立場からお伝えしたいと思います。

子どもの扱い方における男女差については、ホルモンの働きなどの面から様々な研究されているものの、まだ結論が出ていない点も多くあります。ある研究では、父親と赤ちゃんの相互作用は、父親のテストステロン値が低い方が良いのですが、赤ちゃんに触れ合う内にその値は下がり、相互作用も改善してきたということです。ここからは、男性だから向いていないということではなく、子どもと触れ合うことで子どもの扱いに「向いてくる」ということが考えられます。

父親が関わる意義については、より明確な見解が得られています。例えば、父親の関与は、早産児の体重増加や授乳率の向上など、乳児期の健康につながるということが知られています。またその後も、父親との良好な関係性が子どもの感情、学業、社会性、行動の結果を向上させることが示されています。例えば、父親が関与していることで若い女性の心理的問題やうつ病の発症率は減少します。単に一緒に過ごす時間の長さよりも、父親と子どもの関係の質が重要であり、単身赴任などで離れている時間が多くても、関わり方によって子どもに良い影響を与えられるとされています。

このように、父親が子育てに向いていないということは決してなく、その役割は非常に大きいということが医学的にも示されています。

パパの子育て家族の子育て ～みんなで子育て考えよう!～

大阪教育大学教授 / 附属天王寺小学校長
小崎 恭弘

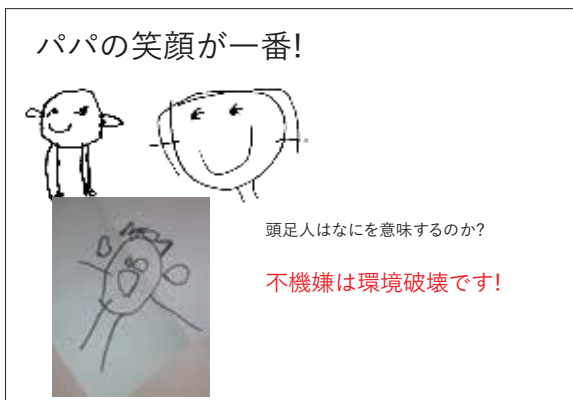
○はじめに



自己紹介

- ・大阪教育大学教育学部家政教育部門教授 / 大阪教育大学附属天王寺小学校長
- ・兵庫県西宮市公立保育所初の男性保育士です。息子が三人おり、それぞれ育児休業を3ヶ月程度取得しました。
- ・専門は保育学・父親の育児支援

○子育てで一番大切なこと



子育てで大切なことはたくさんありますが、一番大切なことは子どもの周りにはいるパパやママ、大人たちがご機嫌でいることです。柔らかな笑顔が大切です。

NPO法人ファザーリング・ジャパンの活動のミッション「笑っているパパを増やしたい」と思います。

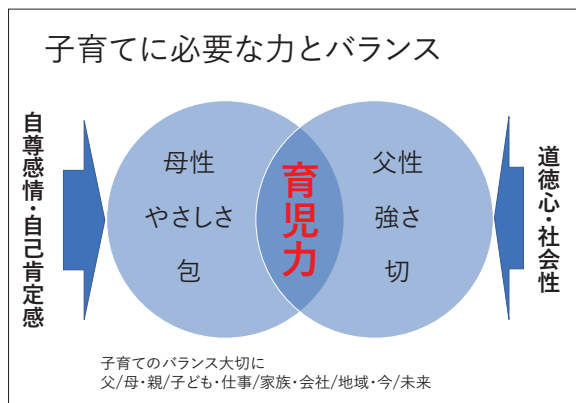
○パパ大好きと言われたい

子どもが好きな人とは？

1. 「快」を与えてくれる人
食事・排泄などの、お世話をしてくれる人
 2. 安心・安定を与えてくれる人
いつもと一緒の関わり方、繰り返し同じことをしてくれる人
 3. 興味・関心を与えてくれる人
遊びや楽しさがある人 変化をもたらす人
- このあたりが参入しやすいタイミング

パパが3つの子どもとの関わりを意識することで、子どもたちとぐっと仲良くなれます。「パパ大好き！」と言われたいですね。子どもの特性を理解して、その思いに適切に答えることにより、より良い関係性ができます。

○子育てのバランス感覚



子どもを育てるには大きく二つの力が必要だと思います。「母性」と「父性」です。ただし「父性＝父親」ではありません。子どもを育てる中で培われる力です。この二つのバランスを、夫婦や家族で意識しましょう。

○子育てを楽しもう

子育てを楽しもう！

- ・家族の基本システムは夫婦
- ・まずは夫婦間の思いや考えを理解しましょう
- ・パパとママが違うということが大切です
- ・子どもに豊かな環境を作って上げましょう
- ・親の役割は、自立させることです
- ・親の価値観を伝え、子どもの価値観を育てましょう
- ・いい親の条件とは？
- ・子育てはみんなですれば、しんどさ半分、楽しさ倍増です！

子育ての大変さが強く発信されています。もちろん楽しいことばかりではないですが、子どもの存在はかけがえのないものです。子どもの成長に合わせて、今の子どもとの時間を大切にしましょう。