

じいじばあばの孫育て講座を行いました

8月5日（水）の13:30～15:30に、いわて県情報交流センターアイーナ6階調理実習室にて「じいじばあばの孫育て講座」を行いました。「同居・近居だけでなく、遠方の孫が帰省した時に活かせるよう、赤ちゃんのお世話の知識や技術を改めて学ぶ」ことと、「祖父母世代の皆さまが親だった時と現在の異なる部分を知り、親世代とのギャップを埋めて、祖父母を含めた家族での子育てを楽しんでもらうこと」を目的としています。

講師は、日本赤十字社岩手県支部所属で助産師の高見静子先生。岩手朝日テレビとテレビ岩手のテレビカメラ2台が撮影をする中、お孫さんが生まれる予定の方と二人目を出産予定の方2名の方が講座を受講されました。



最初に資料に沿って、沐浴に必要な道具や心構え、流れの説明を実施。

「お風呂は服を全部脱ぐから全身を観察する機会にもなります。さて入るときに困らないように、イメージして大体のものを事前に準備しておきましょう（左の写真が準備した様子）。」「沐浴バスは使うのも1～2か月程度。わざわざ買わなくても、借りたりお下がりでもよいと思う。例えば大きめのたらいや衣装ケースなど家にあるものをきちんと洗って使うという方法も。湯上りタオルは、正方形の物で

なくても、家にある長方形のバスタオルを半分にして三角にしてもOK。湯温計がなければ、ひじの内側をつけてちょうどよい温度（38～40度）を確認する、手のひらだと多少の高温でも気にならなくなっているからダメよ。」「あと、ウンチをしているときで取れにくい場合は、洗剤のボトルなどを利用してウォシュレットのように流し洗いするとよいです。」など、あるものを工夫して使うことを教えてくださいました。また、「綿棒は生まれてから1か月間は活躍！今回はワセリンを準備したが、グリセリンやオリーブオイルなどでもいい。鼻や耳、おへその掃除に使えるし、ウンチが出ないときに綿棒につけて1センチくらい肛門に入れて刺激してあげるとウンチを出したり、おしっこが出たりおならが出たりする。赤ちゃんがぐずっていたり、おっぱいの飲みが少ないときなどは鼻掃除をするとよいです。まっすぐ入れると鼻くそを奥へ入れてしまうから、鼻の穴に斜めに綿棒を入れて回転させて引っ張り出すのがポイント。」と、思わぬ綿棒の活躍ぶりを教えてくださいました。



その後先生の実演を経て、実際に参加者の皆さまが沐浴の実技をしました。



「今回は石鹸を使ったけれど、使った後のお湯が『使ったかな〜』と思う程度の使用でOK（左の写真）。首回りやしわを気にして洗う。沐浴剤はラク。赤ちゃん用だけど、高齢者の体をふくのにも使うのを勧めたい」、「耳掃除のときは頭が動かないように押さえましょう」、「あとはいっぱい普通の言葉で話しかけながら行いましょう。」など、先生は様々なアドバイスをされていました。

最後に参加者の皆さんからの質問や感想を話す場面では、「やっぱり腰が痛い…」という感想が。先生からは「足をしっかり開いて下半身を安定させるといいですよ。自分の身の安全も確保して…。大きなテーブルで、座敷で、風呂場でといろいろ試してみただけで、台所の流しがラク。」と体験を踏まえたアドバイス。「保湿剤は付ける必要があるのか…？」という疑問に対しては、「昔は夏にはシッカロールをふるように言われたが、20年前くらいからは推奨されていない。毛穴から入って悪さをするから。お肌の感じでローションの使用を。でも新生児や夏は休んでいいと思う。始めるなら秋から。好き好きもあるし、使っていていいと思うなら使う。手になじませて塗る。ただ、赤ちゃんは汗かきで顔や頭の中に吹き出物ができる。最近は気密性が高い部屋のため、冬でも汗をかく。おっぱいの後などは頭と顔は汗ばむから、ぬるま湯をタオルに浸し絞ってから拭いてあげるとよい。」とアドバイス。

また、お孫さんが生まれる予定の方は、「すべて新しいこととして受け入れようと思う。よく考えたら自分は沐浴をしたことがないことに気がついた。今回が初めて。前は母がやってくれていた。」という気づきを教えてくださいました。「お母さんは出産で疲れ切っている。だから沐浴は、自分でしなくても祖父母になったときにやるものでいいと思う。」と先生。

二人目を出産予定の方からは、「一人目の時は産院で沐浴の指導がないまま退院し、母と一緒にどうしたらいいのかわからない中で沐浴をしていた。頭の洗い方も赤ちゃんだからシャンプーをするものではないと思い簡単に洗っていたが、頭皮湿疹ができてしまった。なかなか二人目以降の出産の人が参加できる沐浴指導の講座はなかったため、参加できて本当に良かった。」と講座終了後声をかけていただきました。

今回の講座では、新型コロナウイルス感染症を含めた感染症防止として、道具の消毒、講師・参加者・取材者・スタッフ全ての人に対して、受付での検温と消毒、体調チェック票による体調確認をしてもらった上での講座スタート、マスク着用や距離を取りながらの実施をしました。

チラシやホームページ等で事前をお願いをしていたので、皆さんにも理解していただきスムーズに、また安心して講座を進めることができました。

参加人数は予定していたよりも少なかったですが、その分丁寧に実習ができたこと、新型コロナウイルス感染症が発生している中でも対策を取りながら必要としている方に対して講座を実施できたことは、とても評価できる点だと感じました。

講師の高見先生、参加者の皆さま、取材して下さった皆さま、どうもありがとうございました。

