

たらちね

令和8年2月1日

第47号

編集・発行

母乳育児をすすめる会

〒933-0021高岡市下関町4番56号
高岡市医師会内
TEL 25-7060

「たらちね」は母乳育児・子育てに関する情報を発信します。



パパが参加できる母乳育児について



母乳育児をすすめる会 会長

富山県済生会高岡病院 産婦人科部長 **吉本 英生**

「パパが母乳育児」と聞くと皆さんはどのような光景を想像しますか？おそらく多くの方が哺乳びんで人工乳（ミルク）を与えている映像が頭に浮かぶと思います。パパの母乳育児なんて無理に決まってるじゃん！と全く想像できなかった方もいるかもしれません。実際、最近のママからは「パパと平等に育児をしたいから母乳ではなく人工乳を希望します」との声も聞かれます。果たして一日おきや一回ごとに交代で人工乳を与えることが平等な母乳育児なのでしょうか？母乳育児って赤ちゃんに母乳を与えることだけではないですよ。母乳を飲んだ後の赤ちゃんのゲップの促しや寝かしつけも大事な母乳育児です。人工乳や哺乳瓶を使用するにしても、お湯の準備や人工乳の作成、哺乳瓶の洗浄や消毒と色々やる必要があります。私が考えるパパの母乳育児は、毎回の授乳にパパが真剣に参加することだと思っています。今はパパの育児休暇も取得しやすくなっているので、次の日の仕事を心配することなく夜一緒に起きて授乳をすることが可能です。産後のホルモンバランスが原因で精神的に不安定なうえ毎日の育児に疲れ切っているママとともに、男である自分が授乳という育児に対して何かできることはないか本気で考えてみてください。何をしたいかはそれぞれのママによって考えが違ふと思うので、できれば出産前の妊娠期間中に母乳育児だけでなく様々な育児に関しての役割分担を二人で話し合ってみてはいかがでしょうか？上のお子さんがある家庭では上の子の役割も決めてあげると喜んで手伝ってくれそうですね。母乳が出なくても、人工乳を使用しなくてもパパにも母乳育児はできます。ぜひ自分たち夫婦の母乳育児を見付けてください。



RSウイルス感染症



ひぐち小児科アレルギー科 院長 **樋口 収**

RSウイルス感染症は、乳幼児に多くみられる呼吸器感染症です。発熱、咳、鼻水などの症状で軽快することが多い一方、呼吸困難を伴う急性細気管支炎や肺炎となることもあります。特に生後まもない乳児ほど重症化しやすく、注意が必要です。現時点では有効な抗ウイルス薬はなく、治療は対症療法が中心となります。

こうした中、2026年4月から妊婦を対象としたRSウイルスワクチンが、公費負担による定期接種となります。妊娠中の接種により、母体で産生された抗体が胎盤を通して胎児に移行し、生後早期からRSウイルス感染の重症化を防ぐ効果が期待されています。今後様々な治療の導入で、RSウイルスで苦しむ子どもが一人でも減ることを願っています。



第33回母乳育児シンポジウムに参加して

助産院ぬまこ 助産師 **岩田 由美子**



令和7年8月に東京都で開催された母乳育児シンポジウムに参加しました。メインテーマは「赤ちゃんの力・お母さんの力を引き出す母乳育児ー今の時代にー」、特別講演は「母乳が整える子の腸内細菌叢ー腸脳相関との関係ー」で母乳が腸内環境を整えることで赤ちゃんの情緒や発達にも良い影響を与える可能性があることと学びました。

近年、女性の復職、SNSの影響、夫の育児休暇取得から混合栄養を希望する人が増加傾向にあります。パートナーである夫がミルクをあげることに以外にも妻をサポートできる方法はあり、母乳育児の関わる専門職がその具体的方法を提示していくことは母乳育児の継続を容易にし、親子及び家族関係の良好な関係性の構築に寄与すると考えます。今後も授乳支援を通してご夫婦が笑顔で子育てしていけるような支援をしていきたいと思っております。

はじめての母乳育児講座



と き：令和7年10月26日（日）
 ところ：高岡市ふれあい福祉センター
 参加者：13組

これからの出産・育児に備え、心と身体の準備のために家族と一緒に赤ちゃんのことを学ぶ講座を今年度も開催しました！

富山県助産師会の渡邊助産師さんから「母乳育児や産後の経過と過ごし方について」をテーマにお話しいただいた後、実際の新生児と同じ大きさの赤ちゃん人形を使いながら、パパ・ママたちが協力して抱っこやおむつの交換を練習しました。



パパとママで協力してできる育児について

一般社団法人 富山県助産師会 助産師 **渡邊 千佳**

赤ちゃんが生まれた後の育児についてイメージできていますか？頻回な授乳やオムツ交換、沐浴や寝かしつけ、夜泣きが大変な時もあるかもしれません。ご家庭の状況に合わせて臨機応変にパパとママとでカバーしあって育児をしていきましょう。相手を気遣い「ありがとう」「大丈夫？」など思いやりある声掛けを心がけるとよいでしょう。



忘れられない母乳育児のエピソード

最優秀作品

「幸せな時間」

ニックネーム:あずきもちさん(20歳代)

妊娠中、「飲んでくれればミルクでも母乳でもどっちでもいい」そう思っていた私。いざ娘にはじめて母乳をあげた時、小さな身体で一生懸命飲んでる姿があまりに尊くて可愛くて胸がいっぱいになったのを覚えています。それから入院中母乳をあげる練習を頑張りました。退院の日を迎えて自宅に帰ってきた日の夜、娘は上手くおっぱいが飲めなくて大声で泣きました。次第に私も焦っていき涙がこぼれました。それを見ていた夫が「今はミルクにしよう。それにすごい怖い顔してるよ。焦らないで大丈夫。」と言いました。この言葉にハッとしました。こんなにも幸せな時間のはずなのに娘の気持ちに寄り添えず怖い顔で接していたのだと。それからは娘の様子をよく見て穏やかな気持ちで母乳をあげることを心がけました。今では母乳を上手に飲む娘。そして私にとって授乳の時間は癒しそのものです。娘のおかげで学ぶことがたくさんあります。かわいい娘へいつもありがとう。

母乳育児や子育ての魅力・楽しみについて今年度も募集しました！
最優秀作品に選ばれたあずきもちさんのエピソードをご紹介します。

たらちね掲示板

高岡市子育て情報

スマートフォン用アプリ「ねねットたかおか」

高岡市が提供する子育てアプリで、地域の子育てイベントや支援制度等、妊娠・出産・育児に関するお役立ち情報をお届けしています。また、お子さまの成長記録、予防接種のスケジュール管理、高岡子育て支援センター等で行われる教室の予約も行えます。ぜひご活用ください。

<子育て専用サイト・アプリ「ねねットたかおか」>



搾乳ステッカーについて

高岡市では、授乳室で搾乳ができる旨のお知らせをするステッカーを作成しました。搾乳が必要な方は、安心して授乳室をご利用ください。各施設等の管理者の皆様には、このステッカーの積極的な活用をお願いいたします。ステッカーを希望される方は、健康増進課にご連絡ください。

<授乳室で搾乳できる環境づくりについて>



問合せ先：高岡市健康増進課 20-1344

編集後記

毎年、「母乳育児をすすめる会」が発刊する「たらちね」は、今年度で第47号となりました。共働き世帯の増加など家族の形が変わる中、育児の形も変わっています。パパとママが協力して子どもを育てるためにどのようなことができるのか考えるきっかけになれば幸いです。「たらちね」はこれからも、母乳育児や子育ての情報を発信していきます。最後に、お忙しい中寄稿・編集にご協力いただいた皆様に厚くお礼を申し上げます。

(福島 記)

編集委員

市村	昇悦 (委員長)
本田	美華
島	早苗
梶谷	妃奈
福島	美優