



みなさんこんにちは、おむつなし育児講座を担当しております原永智子です。

6 月も終わろうとしています、みなさん体調を崩されてないですか。梅雨時期は、気分がすぐれなかったり、気圧の影響を受けやすい時期ですね。つらい時はさん☀SUN 助産院にご相談くださいね。

おむつは「外れるものではなく 外すもの」

この夏、おむつが外れるといいなあと思っておられるママも多いと思います！
そこで外れるためにはいくつかのコツがありますので参考にしてください。

1・「チーみる」

自分の身体から出てくるおしっこやうんちを見る

2・「チーきく」

出てくるおしっこの音を聞く

3・おしっこを知る

ママやパパの優しい声で「チーでたね、きもち良かったね。」などの声かけで、今自分の身体から出たものがおしっこであることを覚える。

これだけです。これを繰り返すことでおむつ離れはスムーズに進みます。

子どもも気持ちよくて、ママやパパが排泄に向き合ってくれてとても嬉しいです。

3つのコツを体験するためには、「漏らす」ことを恐れず、一日1時間でもよいのでパンツやすっぽんぽんで過ごさせてくださいね。参考文献:やさしいおむつはずし(帆足英一)

祝！6月11日、34時間に及ぶ陣痛に耐えて6番目のさんSUNBabyが元気な産声をあげました。
詳細は、近いうちにパママの手記としてあげさせていただきます。よろしくお願いします。



ベロにはたくさんの脳神経が届いています。

ベロを刺激することで、脳の血流量が増え脳が活性化されます。歯磨きのときに、歯ブラシでベロ先、左右を「ちょんちょんちょん」とタッチするだけの「ベロタッチ」。簡単ですが、効果は絶大！詳しく知りたい方は、「くまもと歯っぴーかむカムひごまる協議会」で検索してみてください。

今月より3か月、さんSUN通信作成のお手伝いをさせていただくことになりました原永智子です。(おむつなし育児アドバイザー。水俣市でおむつなし育児サークルほのぼのクラブの代表をしています。歯科衛生士。)

毎月第1木曜日におむつなし育児講座を担当しています。小学4年生の長男、年長の次男の育児中です。おむつなし育児講座の日以外にも、お手伝いできてます。お会いした際にはよろしくお願いします。みなさんのお役にたてるような情報が提供できるようがんばります！

