

PAPA★COLUMN

パパコラム

搾乳機三部作 完結編

「入院と搾乳機」

次男のモーくん出産と、次女のチーちゃんの入院が重なってしまい、妻がチーちゃんの付き添い入院をするに至った時、活躍したのが自動搾乳機と母乳パックだった。チーちゃんの入院先は小児病棟で、少ない個室は重症の患者さんで埋まっているのが常であった。なので、チーちゃんは必然的に相部屋となり、付き添い入院した妻も当然カーテン1枚で仕切られた空間で生活することになった。で、このカーテン、チーちゃんを診に来たお医者さんや看護師さんによって頻りに開け閉めされる。何が言いたいかというと、自動搾乳機を気軽に使える環境になかった、という話である。手術後は予後管理の為に個室を使わせてもらえたが、入院期間の大半は相部屋に居た妻にとって、自動搾乳機を使えるのは事情を話してお願いして借りた談話室だった。ついでに母乳の保管は、ナースステーションの冷凍庫預かりである。冷凍母乳パックは毎日回収したので、モーくんはほぼ母乳で過ごせたとし、子供に理解のある小児病棟だったので、不便さはそれほど感じること無く付き添い入院が出来たらしい。けれど、当たり前ながら搾乳機を使う前提には無いんだなー、というのが入院時の感想である。

今日は
日進市在住の
パパが担当です



離乳食紹介

具だくさんのスープを離乳食に取り分けてみよう

キャベツのコトコト煮

【材料】

キャベツ・じゃがいも・人参・ツナ缶(水煮缶)・トマトケチャップ・だし汁・醤油

【1】キャベツはざく切り、じゃがいもと人参は乱切りにする。

【2】鍋にキャベツ・じゃがいも・人参を入れ、かぶるくらいだし汁を加える。

【3】蓋をして、中火でコトコトとじゃがいもが柔らかくなるまで煮る。

【4】ツナ缶、トマトケチャップを加え、味がしみるよう少し煮る

【5】醤油・塩で調味する

離乳食への取り分けかた

【5・6か月】

【3】の材料を取りだし、キャベツ・じゃがいも・人参は裏ごすかすり潰し、煮汁を加えてポタージュ状にする。

【7・8か月】

【4】をケチャップを入れる前に取りだし、人参・じゃがいもはスプーンで食べやすい大きさに潰し、キャベツは細かく切り煮汁を少量加える。

【9～11か月】

【4】を取りだしスプーンで食べやすい大きさに切るか潰し、煮汁を少量加える。

【12～18か月】

【4】を取りだしスプーンで食べやすい大きさに切るか潰し、煮汁を少量加え醤油で薄く味をつける。

(取り分け離乳食の注意点)

*大人の料理を昆布・かつお節・だしパックでとっただし汁で調理する。完了期の味付けは大人の1/3～1/4位に

*やわらかく煮た野菜を冷凍保存する場合はラップに包み指で粗く潰し、冷凍日を入記しておくことと便利。(潰さないで冷凍するとカサカサになる。冷凍の食品は1週間をメドに使いきる)

こそだて 絵日記

「はじめてのたっち」

昨夜、一歳二か月の娘が初めて一人で立ちました。今まで、私の足につかまり立ちをしている状態から、手を離して立ちまわることが出来たことが、自らの足で立ち上がるのは初めてのことで

った。その時の娘の嬉しそうな、そして驚いた表情が忘れられない。この月齢で、なかなか立ちまわらないし、歩きもしないのは、もしかすると成長が遅いのか。そんなことはなるべく気にしないようにはして来たつもりだが、周りのほぼ同じ月齢のお友達はみんな歩き出している。走っている子もいる。そんな中、一人、四つん這いでハイハイする娘を見て、「うちの子も早く歩き出せばいいのにな。」と、思わなかった訳ではない。既にトコトコ歩く子を持つママ友から言わせれば、「歩き出すと大変だから、遅い方が絶対いいよ。」きつとそれも一理あるのだろう。しかし親とは勝手なものだ。早くても遅くても、何かしら注文をつけたがるのだから。今日の夕方、娘は何度か一人で立ちをしてみ、喜びの表情を浮かべていた。「立ちが出来るようになると、あんよももうすぐだよ」とは、先輩ママからの助言。歩いている娘の姿をもうすぐ見られるのかと思うと、とても楽しみだ。そんな娘に、もう一つ注文。「初めての一步を踏み出すのなら、お父さんが休みの日にしてね。どうしてもその決定的瞬間に立ち会いたいんだって。」



お風呂上がりでくつろいでいる時に、「お弁当箱出し忘れた～!」と出された時、無性に腹が立つ私って、ダメですか?

夫が一人で休日を満喫した日、何故だかイライラする。私も休日ってやつを満喫したいわ。出産してから休日ってやつを体験してないわ。夫が働いている時間にお昼寝したりするけどね(笑)

母親歴4年目にしてこの間初めて洗濯機で紙オムツを洗いました...あれって結構...くるね...orz

ただでさえ寒くなって洗濯物が乾かないのに、子どもの服ならまだしも、うちはなぜか夫が下着を一日2回替え、タオルを5～6枚使う。やけに干すときイライラ...

最近お昼寝をしなくなった息子。おかげで夜早く寝てくれるから嬉しかったのに...ここ数日早く寝てくれない...早く寝ておくれ~



Q「我が家のお名前記入法」 ～食器編～

A 仕上がりは残念だけど、スプーン等にマスキングテープを貼った上に油性ペンで書くと洗っても食洗機にかけても消えません。はがすのもらくちんです。(O)

A コップやスプーンフォーク、箸など、プラスチック製品には表面をラミネートした名前シールを(ネットで注文)利用。白い(ビニール)テープを切って、そこに名前を書いて使うという方法もとても便利。(山)

A フツに事務用品のところに置いてある、ペラペラのナイロンみたいになってるシール...に名前を書いています。剥がれてこないし、きれいだけど可愛くはない。(Q)

A 歯ブラシ、お弁当箱、スプーン、フォークなどにテプラを使っていたが、幅が合わないものもあったので、最近は防水加工のシールをネット注文。小さいのが便利(磯)

A マスキングテープに名前ペンで記入。お名前シールや名前のハンコなどいろいろ用意したけど結局使わなかったものが多かったかな。(古)



図書館じどう書架受付の後ろの棚にふあまっぷのバックナンバーがファイリングされています。こちらも活用してくださいね!!

☎0561-73-4123

○読み聞かせ・お話し会

2～3歳の幼児向け/毎週水曜日午前11時～11時20分
幼児・小学校低学年向け/毎週土曜日午後2時～2時30分

○休館日 1月1日(日)～4日(水)

○部分休館日 1月16日(月)、23日(月)、30日(月)

広報にっしんを
活用していますか?

毎月1日号の「子育てナビ」のページには、子育て情報が掲載されています。ぜひチェックして、活用してください。

にっしん子育てナビ 「ふあまっぷ」

【発行】日進市福祉部児童課
日進市蟹甲町地下268 TEL/0561-73-1049 FAX/0561-72-4554

【編集】NPO法人ファミリーステーションRinとでんでんふあまっぷ
日進市岩崎町見63 TEL&FAX/0561-56-1150
e-mail/rin@npo-rin.net

◆発行部数/月刊2000部(毎月月初発行)

◆ふあまっぷは、市内公共施設、ご協力いただける民間施設にて無料配布しています。

