

## 「保育」の原点 115

## 生後3〜4カ月の指しゃぶりは生理的なもの

文 葛西得男

text by Tokuo Kassai

## 「指

しゃぶりがもう始まりました。どうしたら直るでしょうか」と、あわてるお母さんが多いのですが、生後3〜4カ月の指しゃぶりは生理的なものですから、とくに心配する必要はないのです。

赤ちゃんのころは、他の器官が未発達なので、鋭い感覚を持つ唇で、なんでも確かめようとします。

手が自由に動かせるようになって、手を口へもっていけるようになると、それを吸うようになって当然なのです。それを欲求不満の表れなどととらえていたのでは、育児ノイローゼになりかねません。

また、人工栄養の赤ちゃんの場合、吸う力に十分余力があるうちに飲み終わることが多いため、吸啜本能の満足感が得られなかったり、母乳栄養児よりも気分の落ち着きがやや欠けるため、指しゃぶりをすることが多いのです。

飲み終わってから空のびんを吸うようなら、吸いつきたい気持ち遊びにまぎらわせる工夫をしないと、赤ちゃんによっては、この時期の生理的指しゃぶりが習性になってしまいうちも抱いてやってもいいし、ベッドに寝かせてでもいい

内藤寿七郎著  
『育児の原理』

抱いてやってもいいし、ベッドに寝かせてでもいい

のですが、おだやかな笑顔でちよつとのあいだ赤ちゃんの相手をしてください。

赤ちゃんは遊んでいるうちに指しゃぶりを忘れてしまいます。

相手のできないときは、3〜4カ月の指しゃぶりとよりこぶししゃぶりは当たり前のことですから、あまり神経質にならないで、十分に気のすむまでしゃぶらせてあげることです。

いずれにしろ、お乳を飲んでいいるあいだの赤ちゃんの指しゃぶりは問題ありません。

この生理的な指しゃぶりがなかなかとれないようなら、やめなさいという前に、どうして癖になったのか、その原因をよく考えてみてください。

指しゃぶりで問題なのは、指しゃぶりそのものではなく、指をしゃぶりたいくなるような環境や気持ちのほうです。

厚着にして身動きがとれないために指しゃぶりをするのはないか、あるいは寂しさのせいだろうか、また、指しゃぶりはいけないことだと決めつけて、それを早くやめさせようとしてきたお母さんにも原因があったのではな

いか、など原因を見きわめることです。お母さんのかまいすぎや、ゆとりのなさ、赤ちゃんの神経を必要以上に

刺激して、指しゃぶりの癖をつけていることもありえます。指しゃぶりは、無理にやめさせようとすれば、赤ちゃんもいらだち、かえってやめようとしなくなりません。

癖になった原因をとり除かないと、直すことはできません。そして原因がとり除かれたと同時に、ウソのように直るものなのです。

指しゃぶりが長引くようなら、それをひとつの警鐘として受けとめ、赤ちゃんの育て方を両親で話し合ってみることで、そして、より大らかな気持ちで子供に接するよう、心がけていただきたいのです。

『育児の原理』より

## Profile

1950年12月8日大阪に生まれる。  
1972年、追手門学院大学卒業後、米国ボストンカレッジに留学。  
1975年に帰国後、アプリカ葛西に入社。営業部、副社長、社長を経て、1996年に社会福祉法人 松稲会 理事長に就任。  
松稲会は社会福祉法人として高齢者介護施設「アプリケア」と認可保育園マザーシップ保育園を運営している。  
アプリカ葛西 副社長時代に国連環境計画（UNEP）のスペシャルアドバイザーとして子供たちのために地球環境問題を考えるプロジェクトに参画し、世界の賛同者と世界会議、イベント普及活動などを行いながらその人脈などを広げ現在に至る。



抱いてやってもいいし、ベッドに寝かせてでもいい

抱いてやってもいいし、ベッドに寝かせてでもいい

