

# 2023年度「赤ちゃん！」「ラシタス」特集ラインナップ

※タイトル・順番は変更することがあります。

赤ちゃん！ 2023年（仮）	内容案
5 月号 赤ちゃん！ コミュニケーション 赤ちゃん！ 暮らしを楽しむ	言葉をもたない赤ちゃんどうやってかかわればいいのか、悩むパパやママは少なくありません。そんなみなさんへ、赤ちゃんの成長発達やしぐさなどを軸に、パパやママが「赤ちゃんとの暮らしを楽しむ」という観点で、コミュニケーションのしかたを考えます。目指したいのは「安心感」。「これでいいのだ！」で行きましょう！
6 月号 見たい知りたい！ 世界の子育て	世界中に赤ちゃんがいて、世界中に子育て中の家庭があります。他の国ではどんな子育てをしているのでしょうか。どんなことがうれしくて、どんなことに困っているのでしょうか。ミルクや離乳食からお風呂、遊びなど、いろいろな国の子育てを拝見。育った環境が違う子どもたちが、いつか地球のどこかでつながることがあれば素敵ですね。
7 月号 夫婦・パートナー 見つけよう わが家のいいバランス	パートナーとの役割分担はどうなっていますか？ 育児休業給付制度も改正され、男性の育児もあたりまえになってきましたが、夫婦の役割分担や家事・育児の分担、パートナーに求めるものは、家庭ごとに異なるもの。ふたりがよければ、そのバランスがベター。お互いを知り、うまくコミュニケーションできるようなぎっかけづくりを目指します。
8 月号 2023 パパッとそのママ 離乳食！	毎年大好評の離乳食特集です。簡単にパパッとそのママ作れる、おいしくて栄養たっぷりのメニューをたくさん提供します。読者からの離乳食への疑問や知りたいことなどを踏まえ、パパママ問わず作りやすいメニューを厳選。フリージングやレンジ調理のアイデアもお届けします。2023年の離乳食特集、どうぞご期待ください！
9 月号 遊びとスキンシップ わらべうた 絵本	ふれあい遊びやからだ遊び、わらべうたや絵本など、赤ちゃんといっしょに楽しめるアイデアをたっぷりご紹介します。日々著しく成長している赤ちゃんにとって、遊びは必要不可欠なもの。大人も「遊ばなきゃ…！」などと義務的に考えず、できれば赤ちゃんと一緒に楽しんでもらえたら…。そんな思いを込めて、この特集を贈ります。
10 月号 子どもの事故を予防する	昨日までできなかった寝返りができるようになったり、登れなかった高さに登ってしまったり。子どもの発達は喜ばしいことですが、実はそれが、子どもが事故にあいやすい理由でもあります。大人がずっと目を離さないのは絶対に無理なこと。簡単にいうと「ちょっと目を離せる環境」をつくるためにどうするか、予防のための考え方をご紹介します。
11 月号 パパとママの 心を守るために	頑張りすぎて疲れてしまったり、孤独を感じてつらくなったり…。コロナ禍も長きにわたっている今、子育て以外にもさまざまなしんどさがあると思います。パパならではの、ママならではの悩みもありますよね。今苦しい人、大変な人へ向け、相談先や相談する方法、気持ちの切り替え方などを提案。少しでも心が軽くなる方法を、一緒に考えましょう。
12 月号 大人の食育 みんなのごはん	赤ちゃんの離乳食作りは頑張っているけれど、パパやママの食事はないがしろ、というご家庭が少なくないようです。食べることはからだをつくる健康の礎。食べるものも、慎重に大切に考えるべきことです。いずれ大人の食事の仲間入りをする赤ちゃんのためにも、今、大人の食事を見直しましょう。それが、家族のすこやかさにつながります。
1 月号 わが家のマネープラン	「お金」を軸に、ご家庭の未来を考える特集です。お金の貯め方・ふやし方のコツや、ポイ活、投資など、読者の興味のある項目について、専門家にレクチャーしていただきます。高校家庭科で金融教育の必修化が始まった今こそ、子育てのお金や将来かかる教育費などを把握して、楽しくラクに貯められる、家計管理の極意を学んでみませんか？
2 月号 疲れたからだをラクにする！ エクササイズ&メンテナンス	日々頑張っている、疲れたからだを自分でいやしましょう！「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」をセルフメディケーションといいます。思わずやってみたくなるエクササイズも満載。自分のからだを自分でいたわり、明日も家族全員健康でいられますように！ パパもママも、元気になれる特集です。
3 月号 命を守る 防災2023	近年、日本各地で起こっている、地震や水害、土砂崩れなどの自然災害。赤ちゃんのいるご家庭の備えや心がまえ、家族の命を守るための方法を学びます。コロナ禍での避難生活において大切なこと、必要なこともふまえ、今年も情報をアップデートしてお届けします。
4 月号 いろいろかそく	ここ数年続いている「家族」の特集には、読者のみなさんから「視野が広がった」「知ってよかった」など、毎回熱い声をいただきます。親子の形も、家族のカたちもみんなそれぞれ。おなじ家族は、どこにもありません。世界にたったひとつだけのたくさんのご家族を紹介しながら、「家族のカたち」を探っていく特集です。

ラシタス 2023年（仮）	内容案
夏 号 2人の現在地 ～夫婦・パートナーとの関係性	今、おふたりの関係性はいかがですか？ 順調なら何よりですが、なかにはお互いの思い込みや、よかれと思っての先回りなど、考え方のズレに悩んでいる人もいるかもしれませんね。いろいろなご家庭の例とともに、伝え方のコツやお互いの状況を把握する方法などを、読者やSNS、専門家の視点など、いろいろな方向から考えます。
秋 号 ステキなイヤイヤ期！？	「親もへとへとになる覚悟＆がまんの時節」という印象の「イヤイヤ期」。大切な発達過程でもあるこの時節を、行動経済学として名高いナッジ理論などの科学的な観点から検証します。さらに、親のイライラを解消するために大切な「自分の機嫌の取り方」も提案。専門家の意見も交え、多角的に「イヤイヤ期」のイメージの転換を試みます。
冬 号 遊びからうまれるもの	お子さんとどんなふうに遊んでいますか？ 全力で向き合う人にも公園に連れて行くだけの人にも知ってほしい、子どもとの遊びアイデアをご紹介します。からだ遊びやおうち遊びなど、子どもの好奇心をくみながら、運動不足の解消も。子どもの目線に立ったかかわり方も考えながら、親子でからだを動かして、心もからだも健康になりましょう！
春 号 つながりたい？ つながりたくない？	みなさんは、人とどこまでつながりたいと思っていますか。この特集では、誰かとの小さなつながりから、日々の疑問やアイデアをやがて大きなうねりにしたケースなど、さまざまな事例をご紹介します。「社会」というと大げさですが、子育て中の毎日をラクに楽しくする方法としてのつながりもあります。少し考えてみませんか？