

2026
年度

『赤ちゃん！』『ラシタス』特集ラインナップ

赤ちゃん！特集案

(タイトル仮・順不同)

内容

5月号 赤ちゃんの歯とお口の話

赤ちゃんの「食べる・話す・笑う」などを支える大切な歯と口。赤ちゃんの歯が生え始める前からのケア、生え始める順番、歯磨きのコツ、虫歯予防などに加え、口腔機能の成長・発達についても詳しく解説します。6月4日～10日は「歯と口の健康週間」。この機会に、ママやパパ自身の歯と口の健康も考えてみませんか。

6月号 「パパ」を紐解く！

男性の育児休業の取得率は40%を超え、パートナーとともに子育てしたいと望んでいるパパが増えています。その一方で、まだまだ職場の理解不足や長時間労働、パパの産後うつ増加、パパどうしてフランクに話せる場が少ないという現実も。読者のパパやママの悩みにもていねいに耳を傾けながら、これからの男性育児を考えていきます。

7月号 パートナーとぶつかったときどうした？

産後にパートナーとの関係が変化し、けんかすることが増えたという声をよく耳にします。その理由は、育児・家事の分担、価値観のズレ、経済的なことなど…。夫婦のけんかの理由と内容、それをどうやって乗り越えていったのかなどのエピソードを、専門家からのアドバイスも交えながらご紹介します。

8月号 めっちゃ簡単！離乳食

赤ちゃんの成長に合わせて、食べ物のかたさや大きさを変えていく必要がある離乳食。便利な調理家電やアイテム、市販品、ベビーフードなどを上手に取り入れれば、離乳食はもっと手軽に準備できます。きっと、離乳食への向き合い方が変わるはず。離乳食作りに負担やプレッシャーを感じている方にこそ、読んでいただきたい特集です。

9月号 親子で整える眠りのリズム

赤ちゃんだけでなく、親にとっても睡眠は悩みのタネとなる時期。赤ちゃんが夜中に何度も目を覚ましたり、寝つきが悪かったり、夜泣きをしたり…。その結果、親の睡眠も細切れになり、疲れがたまりやすくなります。赤ちゃんの体内時計や睡眠のメカニズムを知り、無理のない範囲で快適な睡眠環境と心地よい眠りを整えていきましょう。

10月号 赤ちゃんの事故予防

昨日できなかったことが今日はできるようになることもあり、赤ちゃんの成長はうれしい反面、思いがけずヒヤリとする、ハッとする出来事に遭遇したこともあるのではないのでしょうか。赤ちゃんの事故に多い転落・転倒、誤飲・窒息、やけど、水回りの事故などの事例を挙げながら、科学的データに基づいた具体的な対策をご提案します。

11月号 気持ちリセットで心軽やかに！

産後はホルモンバランスの急激な変化や慣れない育児などで、疲れがたまりやすく、メンタル不調に陥りやすくなります。気分転換のアイデア、リフレッシュ方法、イライラ解消法、落ち込んだときに回復する方法などをたくさんご紹介します。気持ちをリセットできるヒントがひとつでも見つかりますように…。

12月号 赤ちゃんを楽しむコミュニケーション！

赤ちゃんとの何気ない日々のやりとりも、もちろんコミュニケーションのひとつ。「遊ばなくては！」と身構える必要も、特別なことをする必要もまったくありません。赤ちゃんのかわいいしぐさを見逃さずに、親子で一緒に楽しめる遊びや絵本の読み聞かせなど、暮らしの中での自然なふれあいをご紹介します。

1月号 子育て家庭のマネープラン

食料費や光熱費の上昇は、家計への負担をますます大きくしています。オムツや粉ミルクにはじまり、習い事を含めた教育費など、子育てにかかるお金はいつまでにいくら必要？ 厳しい経済状況の中、先を見据えて今を賢く生き抜くために子育て支援制度のご紹介に加え、教育費の貯め方などをシミュレーションします。

2月号 育児・家事・仕事 みんなの両立のヒントと工夫

新しく家族の一員となる赤ちゃんが誕生すると、どんな家庭も生活は一変します。まずは、気になる読者のママとパパの産休・育休中、復帰後のタイムスケジュールを一挙公開！ 育児・家事の時短や工夫、使ってよかった便利グッズなどを紹介しながら、それぞれの両立のバランスを探っていきます。

3月号 赤ちゃん家庭の防災対策

地震、台風、豪雨、豪雪など、昨今の日本は予想だにしない災害が起り続けています。もはや、災害は日本中でいつでもどこで起こってもまったく不思議ではない状況。備えあれば憂いなし！ 大切な小さな命を守るためにも、備えておきたい、知っておきたい「赤ちゃん家庭だからこそ」の防災術を指南します。

4月号 のぞいてみよう！海外の子育て

毎日の子育てを少し頑張りがすぎいませんか。「子育て」の視点を海外に広げてみたら、驚くほどおおらかでカジュアル！ 自ら育つ力がある赤ちゃんを信じてみませんか。「これでいいんだ」「肩の力が抜けた」と思っていたかのように、海外で子育て中の方に海外ならではの体験を語っていただきます。

ラシタス 特集案

(タイトル仮・順不同)

内容

夏号 遊び感覚でお手伝い！

将来的には、自立心や段取り力などがはぐくまれるともいわれているお手伝い。親がやったほうが効率的だと思っている洗濯や掃除、料理などを、思いきって子どもにゆだねてみませんか。遊び感覚でゆだねることができれば、子どもは楽しい、親は助かる！ さまざまなアイデアを知って、一石二鳥をめざしましょう。

秋号 きょうだい育児

下の子が生まれると、上の子との年の差にもよりますが、今までにはなかったさまざまな悩みに直面することも多いもの。出産のときの様子や赤ちゃん返り、上の子のリクエストにどう応えるか、夫婦の役割分担、生活リズムの変化など。ラシタス世代の大家族や多胎を含めたきょうだい育児に迫ります。

冬号 メディアとのほどよい距離感とは？

もはや生活するうえでは欠かせなくなっているスマホや、タブレットなどのメディアの数々。子どもがぐずり出したとき、長時間の移動のとき、ワンオペ育児のときなど、子育てでもさまざまなシーンで活用されています。子育ての実態を踏まえ、メディアとのつきあい方やほどよい距離感を一緒に考えていきましょう。

春号 体験格差に翻弄されない！

最近、「体験格差」という言葉が注目されています。子どもへの経済的な投資ができるか・できないかにフォーカスされがちですが、実際には保育園や幼稚園などで、子どもたちはさまざまな体験をしています。強い言葉に振り回されずに、日々の暮らしの中で子どもの興味・関心を広げ、楽しくはぐくんでいく方法を探ります。

健康ページも充実！ 2025年度のラインナップ

(※下記は前年度のテーマです)

赤ちゃん からだ 健康

●耳と目のトラブル ●小児科のかかり方 ●夏の皮膚トラブルとスキンケア ●熱中症・夏の感染症
●かぜ・発熱 ●冬に流行りやすい感染症 ●熱性けいれん ●食物アレルギー etc.

パパの健康相談室

●上手に禁煙 ●夏の腸活 ●体重増加 ●健康維持のための筋肉量
●腰痛 ●ヒートショック ●睡眠時無呼吸症候群 ●健康診断 etc.

Mama's Care

●産後にこそ大事にしてほしいママのからだ ●ママのからだを冷やさないために ●産後太りをなんとかしたい
●見逃したくない女性特有のがん ●産後のストレッチ ●貧血を甘くみない ●産後うつと対応策 ●気になる授乳のあれこれ etc.