

寝返りをする時期です

首がすわるようになると、音のする方向に首を動かしたり、動くものをゆっくり目で追ったりするようになり、全身を動かす始めます。やがて寝がえりがうてるようになると、腹ばいになって遠くに手をのばそうとしたりします。

この時期の赤ちゃんは、自分で体温調節がうまくできません。健康状態や気候にあわせて、室内の環境、着るもの、かけるものを調節してあげてください。日頃から、お子さんの首の後ろに手を当て、体温を体感でわかっていると、体温変化に気づきやすくなります。

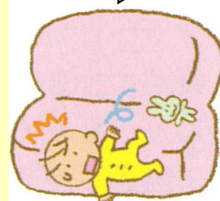
☑チェック
してみよう

ご家庭ではこんなことに気をつけましょう！

この時期の赤ちゃんは、自分で自分を守ることがほとんどできません。
大切なお子さんのために、安全な環境づくりを考えましょう。

- 目を離す時は、必ず、柵をあげたベビーベッドなどに寝かせましょう。（転落の危険）
- 柔らかすぎない布団に寝かせましょう。（口や鼻をふさぐ危険）
- 窒息の恐れがある為、うつ伏せで寝てしまったら仰向けか横向けに直しましょう。
- ベビーベッドの中や、手の届く所に、子どもの口に入る大きさのものは決して置かないようにしましょう。（窒息や誤飲の危険）
- 車に乗る時は、必ず、正しくチャイルドシートに座らせましょう。
また、車の中の温度は想像以上に早く高温になりますから、赤ちゃんを車内に残していくことは極めて危険です！冬は、凍死や一酸化炭素中毒の危険もあります。
- お子さんを空中に放り投げるような「高い、高〜い！」はやめましょう。（落下の危険）
また、泣きやまないからといって、何度も強く揺さぶると、深刻な「揺さぶられ症候群」という頭蓋内出血を起こすこともあります。

ソファや
大人用ベッドも
要注意！



【 保育所で気をつけていること 】

- 睡眠中の窒息や突然死を防ぐため、5分おきに呼吸の確認をしています。
- 何でも「くち」に入れる時期なので、おもちゃ等は、清潔を保っています。
- 「くち」に入る大きさの物は、手が届く範囲から遠ざけています。
- 様々な感染症にかかりやすくなるので、体調の変化を敏感に捉えるために、入眠から目覚めた後の体温測定やミルクの飲み具合、便の様子、機嫌、表情、鼻水や咳、発疹等の症状の有無を観察しています。



《わらべうたあそび》～おもちゃがなくてもあそべるよ～

わらべうた遊びは、親子でふれあいながら遊ぶので、

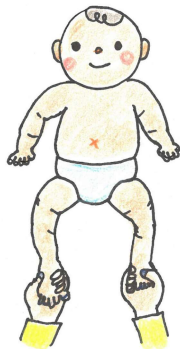
「心が穏やかになり、情緒が安定し、親子の絆が深まる」といわれています。

また、手を握ったり、くすぐったり・・・といった皮膚刺激は、感覚機能の成長を促します。

♪ いちり にり さんり ♪

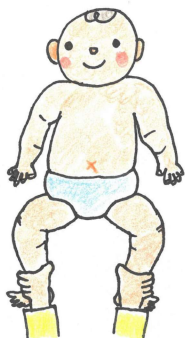
①いちり

※両足の親指をつかむ



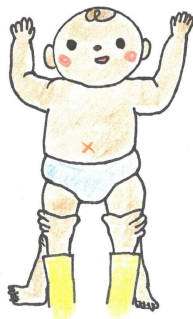
②にり

※足首をつかむ



③さんり

※足をのばして
ひざをつかむ



④しりしりー!

※おしりをくすぐる



赤ちゃんは、親にあやしてもらうことが大好き！
親と子の笑い合いが多いほど、心の通い合いが
豊かな証拠！

お気に入りの遊びをみつけて、お子さんと
くり返し楽しんでくださいね！

♪ いっぽんばし ♪

①いっぽんばしこちょこちょ

※手のひらや足の裏を くすぐる

②たたいて つねって

※手のひらや足の裏を 軽くたたく つねる

③かいだんのぼって

※うでや足を指でのぼって

④こちょこちょこちょこちょ

※くすぐる

【 簡単！手作りおもちゃ 】

《ペットボトルじゃら》

作り方

ペットボトル（小）の空き容器に
ビーズや鈴などを入れ、中のものが
出ないようにボンドやビニールテープで
しっかりとふたを閉める。

※ふたは絶対に開かないように
しましょう！



振ると音が鳴るので
喜びますよ♪

【 読み聞かせにいかがですか？ 】

『いない いない ばあ』 童心社

「にゃあにゃが ほらほら いないいない・・・」
ページをめくれば、にゃあにゃが「ばあ！」

絵本を読み進めるたびに、赤ちゃんが笑ってくれます。



何でも口に入れる時期なので、
なめでも大丈夫な「布絵本」もおすすめてです！