

乳幼児前半

4～5か月の赤ちゃん

- *首がすわります。
- *声をよく出します。(アー・ウーなど)
- *手や、いろいろなものを口にもって行ってしゃべります。
(これも赤ちゃんの発達には必要な経験です。)



(育児のポイント)

- *赤ちゃんのからだを自由に動かせるように環境を整えましょう。
(ラックに入れる場合の時間は短めに。)
- *赤ちゃんの声にはなるべくこたえてあげましょう。
まだ意味は分からなくても、お母さんの語りかけは赤ちゃんの心の発達にとっても大切です。
- *テレビのつけっぱなしはやめましょう。
テレビが、がんがん鳴っているところにいる子どもは音の識別がうまくできず、言葉の発達が遅れたりすることがあります。赤ちゃんは「人」との相互作用の中で育っていくものです。
- *赤ちゃんはお散歩が大好きです。
いろいろなものを見たり、聞いたりすることも赤ちゃんの発達を促します。
赤ちゃんの生活リズムを整えることにもつながります。
- *アプリと上手に付き合しましょう。
赤ちゃんの成長目安や授乳時間などを教えてくれるアプリは便利ですが、赤ちゃんの発達には個性があります。アプリだけを頼りすぎずに、赤ちゃん自身の成長を見守りましょう。

5～6か月の赤ちゃん

- *表情がはっきりします。
- *お母さんのひざの上でつかまって立ったり、寝返りができるようになります。
- *近くのものを手でつかんだり、顔に布をのせると取り除くことができます。

(育児のポイント)

- *手足の動きが活発になり、寝返りもできるようになると、ベッドやソファから落ちてしまうことがあります。赤ちゃんから離れるときは、ベッド柵をするか床に下ろしておきましょう。
- *お母さんからもらった病気に対する免疫がきれる頃で、病気をもらいやすくなります。赤ちゃんに触れるときは手を清潔にしましょう。
- *離乳食は5～6か月頃から始めます。詳しくは離乳食のプリントをご覧ください。

7～8か月の赤ちゃん

- *人見知りがピークに達する頃です。
- *歯が生えてくる子もいます。
- *支えなしでお座りしたり、両手におもちゃを持って遊びます。



(育児のポイント)

- *ずり這いで移動し、行動範囲が広がります。赤ちゃんはいろいろなものを興味津々です。口に入れたら危険なものは赤ちゃんの視界に入らない場所へ移動しましょう。
- *夜泣きする子が増えてきます。抱っこして外に出かけたり、子守歌を歌ったり、その子なりの泣きやむ方法を探します。子どもの成長過程であり「いつかは終わるもの」とマイペースでつきあいましょう。



ふれあい遊び

首がすわるようになったら・・・

らっこの親子

おとながあおむけで寝て、お腹の上に赤ちゃんをうつぶせにして寝かせます。赤ちゃんの脇の下を支えて、おとなが上体を少し起こしたり、左右に揺らしたりして声をかけます。



ねじってくるん

体をねじるような動きが見えてきたら、寝返りを助けてあげる運動もいいです。あおむけに寝た赤ちゃんの片足を、もう片方の足の上に交差させるようにして、浮き上がったおしりを手のひらで支えてあげます。無理ではなく、赤ちゃんの自然な動きに合わせるのがポイントです。

お座りができるようになったら・・・

おうまさん

ひざの上に赤ちゃんを座らせ、両足を床について体重がかかるようにします。脇を支えて声をかけながら、前後左右に体を揺らします。

やりとり遊び

興味をもったものに手を伸ばす動きが出てくると、やりとり遊びが楽しくなります。おもちゃを「はいどうぞ」と渡したり、ボールを「いくよ」と赤ちゃんのほうに転がしてみます。まずは大人のほうから渡す動作をしてみましょう。そのうち、赤ちゃんも真似ができるようになります。



乳幼児相談について

毎月1回、体格測定や育児・栄養・歯科・授乳相談を行っています。

【対象】 3～4か月健診後から就学前の乳幼児

【会場】 保健センター

【申込み】 予約制です。

※詳しい日時は、「新座市健康応援ガイド」をご覧ください。

お子さまの健康・成長・育児、お母さんご自身や家族の心とからだの健康について心配なことや気になることがありましたらお気軽にご相談ください。

こどもの事故防止ハンドブックについて



0歳からの6歳の子どもの、
予期せず起こりやすい事故とその
予防法、もしもの対処法の
ポイントをまとめているゾウ

次回の健診は9～10か月児個別健康診査になります。

※実施医療機関にて個別健診を実施しています。

新座市保健センター
〒352-0011
新座市野火止二丁目9番37号
電話: 048(481)2211
時間: 月～金曜日 午前8:30～午後5:15

