

◆ 皆さんこんにちは！ほ・ねっとひろばのねずみくんです。今回は、3か月～6か月児の赤ちゃんとの関わり方を配信します。

◆ 首は、もう座りましたか？お子さんによってはまだ安定していない子もいるかもしれませんね。この時期は、ママの声もわかります。目がさめたら優しく声がけしてあげてくださいね。

◆ ねえねえいつも仰向けだけど、時々横を向いたりしているよ。傍にある玩具にも興味を示しているみたいだね。

◆ ねずみくん、よく見ていたね。赤ちゃんは、横を向いたりして、いろいろと視野が広がってきます。ママの声のする方を向いたり、周囲にある玩具に興味を示したりします。首がしっかり座ったら、時には赤ちゃんを腹這いにしてあげても良いですよ。ただし、嫌がる様なら無理強いはいないように。

◆ だってそんなことしたら赤ちゃんのお顔が下になって息が出来なくなっちゃうよ。
◆ そうね。でも、首がすわりしっかりとしてくると、自分で横を向いたりできるようになります。それでも心配な時はそっとお顔を横にして短い時間で切り上げます。6か月に近づくと寝返りも出来るようになってきます。

◆ 寝返りを全然やろうとしない赤ちゃんは、待ってあげたほうがいいの？

◆ そうね。時には少しお手伝いするのも良いですね。
仰向けの赤ちゃんの足を軽く交差させそのまま待ってあげると、赤ちゃんは自ら体勢を整えようとします。嫌がるようなら無理に力を加えたり、反動をつけたりせず赤ちゃんの意思を待ってあげます。

足を交差させ待ってあげたあと、自ら腹這いになったら、お腹の下になった腕をそっと抜いてあげます。自ら体を揺らして取れることもあります。

両腕で体を支えられれば良いのですが、まだ少し時間がかかりそうなときは、胸の下にバスタオルなどくるくるまわめて、キャンディーマットを作り、置いてあげると、両手が自由になり、視界もひらけて遊びの幅も広がります。

◆ 手の届きそうなところに玩具を置いてあげるといいよね。

◆ そうね。置いてあげるといいね。玩具だけでなく、向かい側にママも腹這いになり、同じ格好で声がけしてあげるだけで、楽しい時間が過ごせますよ。

◆ 今回は3か月～6か月の赤ちゃんとの関わり方でした。

次回は、6か月～9か月の赤ちゃんの関わり方を配信します。

この月齢のメッセージはあくまで目安です。何か心配に思ったり、聞いてみたい事があったりした場合は「ほ・ねっとひろば」にご相談下さいね。

ほ・ねっとひろば相談専用電話 03-3715-2641
月曜日～土曜日 8:30～17:00（祝日年末年始を除く）