

赤ちゃんカレンダー

月数	1ヶ月	2ヶ月	3ヶ月	4ヶ月	5ヶ月	6ヶ月	7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月	10ヶ月	11ヶ月	12ヶ月
発達												
				首すわり								
				寝返り								
					ひとりすわり							
								はいはい				
								つかまり立ち		つたい歩き		ひとり歩き

赤ちゃんカレンダー

月数

1ヶ月

2ヶ月

3ヶ月

4ヶ月

5ヶ月

6ヶ月

7ヶ月

8ヶ月

9ヶ月

10ヶ月

11ヶ月

12ヶ月

育児のポイント

- 首が安定する迄はおんぶひもの使用をできるだけ避けましょう。
- 赤ちゃんのペースに合わせた生活をしましょう。
- 清潔にしましょう。
- 入浴は一番湯を利用し、大人と一緒に構いません。長湯は避けましょう。
- 石けんを使い、顔や頭も洗いましょう。
- あかのたまりやすい首やおしりなどを重点的に洗いましょう。
- 水分が残らないよう、乾いたタオルでよく拭きとりましょう。
- ベビーパウダー(シカール)は必要ありません。
- 外気浴をはじめましょう。
- 天気のよい日を利用して1日2~3分からはじめ、慣れてくれば1日30分以上でもよいでしょう。
- 感染を防ぐために人ごみの外出は避けましょう。
- 予防接種をうけましょう。
- 2ヶ月を過ぎたらいろいろな病気にかかりやすくなります。

- できるだけ話しかけたり、赤ちゃんの相手をしてあげましょう。
- 散歩について
 - 皮膚や鼻、のどの粘膜を上部にし風邪などにかかりにくくなります。
 - また赤ちゃんの気分を落ち着かせる、食欲を増す、夜間よく眠れるようになるなどの効果もあります。
 - 1日1~2回、30分~1時間は外に出しましょう。
- 衣類は自由に動けるように上下別々のものがよいでしょう。
- おもちゃについて
 - おもちゃは赤ちゃんの発達を伸ばします。時期に合ったものを選びましょう。
 - 音の出るもの、はっきりした色柄のもの、にぎりやすい大きさがこの時期には適しています。

- 早寝早起きをして生活のリズムを整えましょう。
- 運動量が増えることにより発汗も多くなるので吸湿性に富み、動きやすい衣類を選びましょう
- 部屋を片付けて広いスペースで自由な動きが出来るようにしましょう。(歩行器は使わないようにしましょう。食事の時ラックに短時間座らせるのは構いません)
- 毎日の戸外遊び(散歩)を続けましょう。
- おもちゃを与えすぎないようにし、また、口に入れても安全なものを選びましょう。
- 誤飲、転落等の予期しない事故が増えますので注意しましょう。

- 事故防止について
- 好奇心旺盛でいたずら好きです。やけど、転倒、転落、誤飲に注意しましょう。
- 言葉によるしつけを始めましょう。
- 家族で禁止することの判断基準を話し合い、“いけません”を頻回に使わないようにしましょう。
- 絵や音楽にも親しませましょう。
- 玩具、絵本、テレビは与えるだけでなく一緒に楽しみ遊んであげましょう。
- 戸外での遊びを充分にし、友達づくりにも積極的にしましょう。

