

赤ちゃんカレンダー ～こころとからだ～

赤ちゃんは、おしゃべりをするずっと前から、人と関わる力を日々育てています。視線や声、ほほえみや身振りなど言葉以外の表現方法を精一杯使って、あなたにコミュニケーションをとろうとしてきます。こころとからだの成長の目安、声かけのポイントにご活用ください。

月 齢	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
心 と か ら だ の 発 達	子どもの発達にあわせて、 事故防止のチェックをしま しょう。情報はこちら  ← あやすと笑う → ← 寝返りする → ← ひとりで座る → ← 首がすわる → ← はいはいをする → ← ガラガラを握る → ← いないいないばあを遊ぶ → ← つかまり立ちをする → ← ひとりで歩く → ← ← 人見知りをする → ※ 発達には個人差があります。												
育 児 の ポ イ ン ト	☆赤ちゃんは抱かれると安心して泣き止むことが多いです。抱き癖の心配はいりません。  ポイント 授乳中や抱っこしているとき、赤ちゃんの目を見つめて笑顔で名前を呼んだり、声をかけてあげましょう。 ☆指しゃぶりは遊びの一つです。自然になくなるので無理にやめさせなくてよいです。 ☆あやすと笑うようになります。できるだけ相手をしましょう。優しい表情や声の雰囲気が赤ちゃんに伝わり安心感につながります。 ☆公園、おやこ DE 広場等外へ出かけましょう。 ☆予防接種を受け始めましょう。  ☆話しかけるような声を出すようになります。赤ちゃんの顔を見て話しかけましょう。 ☆そろそろ離乳食の準備を始めましょう。 ポイント 音が出たり、動くおもちゃが大好きです。赤ちゃんが自分で持ったり、興味を持っていたら「面白いね」と話しかけましょう。絵本を読み聞かせするのでもいいでしょう。大人が笑顔で語りかけ、触れ合うだけで十分です。心が通う楽しい時間になります。 ☆いないいないばあを遊ぶようになります。「ばあ！」っと、好きな人の顔が現れる驚きと喜びで笑顔になります。繰り返すうちに顔を隠しただけで「ばあ！」を期待して笑顔になります。 ☆人見知りを始める時期です。しっかり抱いてなだめてあげると赤ちゃんは安心します。 ポイント 「あーあー」など声を出すようになります。「どうしたの?」「ご機嫌ね」と応じていくことが言葉や社会性の育ちにつながります。 ☆十分にはいはいさせましょう。 ☆なんでも口に入れて確認する時期です。危険なものを口に入れたりしないように気を配りましょう。 ポイント ばいばいや拍手など、大人のマネをするようになります。ボタンを押す、箱に出し入れするなども上手になります。赤ちゃんを抱いて鏡の前に立つと、赤ちゃんは鏡の向こうの大人に興味津々！大人の笑顔につられてニコニコ。 ☆朝起こして夜遅くならない時間に寝かせる習慣を作しましょう。  ポイント くすぐって笑わせよう！赤ちゃんのからだをくすぐって笑ったら少し手を止めて間を取ります。赤ちゃんが「またくるかな…」と期待する表情を見せたら、くすぐってみましょう。次第にくすぐるマネをするだけで笑うようになります。												
教 室 ・ 相 談 等	乳児家庭全戸訪問(助産師・保健師) → 離乳食教室(第1子のみ)【申込制】 → 赤ちゃん教室【申込制】 → 各保健福祉センター・市民健康相談室での相談、家庭訪問 1歳前後に、赤ちゃんの人と関わる力を芽生えさせていくリーフレット「1歳を迎えるお子さんをもつ保護者の方へ」はこちら 												

育児についての悩み、健康に関する心配事は下記にご相談ください。

令和7年3月作成

こども家庭センター 母子保健担当室 ◆中央保健福祉センター ☎047-366-7489 ◆小金保健福祉センター ☎047-346-5601 ◆常盤平保健福祉センター ☎047-384-1333