

4~  
5か月

4か月～5か月の赤ちゃん

## 縦抱っこで好奇心旺盛

縦抱っこをするとびよんびよん跳ねるのは、周りの様子が見たいから。こうして多くの新しい世界とどんどん対面していきます。

### 昼夜のリズムがついてくるよ

そろそろ昼夜の区別ついてきたよ。  
パパママもぐっすり眠れるようになったかな？  
もし、昼夜問わず寝なかつたり、泣いてばかりならパパママも大変だね。  
子育て世代包括支援センターに相談してね。



### ママのにおいにおい

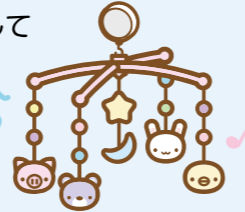
### 首のすわりも しっかりしてきたよ

### 離乳食の準備期だよ

母乳・ミルクのほかの新しい味に  
チャレンジの準備中！  
手当たり次第になんでも口の中へ  
入れたり、舌でなめたりするよ。

### 首も動かしながらか見るよ

まわりが180°見えるよ！  
見えるから手を伸ばして  
触るよ。  
これが文字を書く  
ことにつながるん  
だって！



### 音にも敏感に！

音にも振り返るよ！  
名前も呼んでみて！  
振り返るのは  
まだ半分くらいかな。



「こうすれば、こうなる」って  
わかってきたよ！

- ・手に持って振ると、音が出る
  - ・ひもを引っ張ると、音が鳴る
- こんなおもちゃもいいな！

5~  
6か月

5か月～6か月の赤ちゃん

## 欲しいものに手を伸ばすよ

興味あるものはなんでも手や口で確かめちゃう。心と体が成長した証拠です。パパママとの絆も深まるころ。会話も楽しんで。

### 玩具を持たせて！

だって、じっと物を見られるし、  
見たら欲しいなって、手を出せるよ。



### 興味のあるものに 手を伸ばすよ

仰向けで足をつかんで  
手の指をしゃぶったり。



### 口で確かめるよ

これってナニかな？  
ちょっとなめてみよう。  
なんでも口で確かめているよ。

### 感情も表現できるよ

不満・喜び・悲しみ・甘えの感情もわかるよ。  
相手の気持ちも少しわかるかな！



### 離乳食が始まるよ <27ページへ>

最初はひとさじずつね。  
慣れたら少しずつ増やしてね！  
ゴックンできたらほめてね。

はじめはベーッと出しちゃうかも  
しれないけど、慣れたら上手に  
ゴックンできるよ。

ベビーフードもいいけど、  
ママの味もプラスしてね。

### ミルク飲ませて

自分で飲むのは寂しいな。  
吐き戻して、苦しくなるから、  
抱っこしてほしいよ。

## パパママ遊ぼう♪



### ぎっこんぱったん

首がすわるようになったらできる遊びです。仰向けの赤ちゃんの両腕の二の腕のあたりをしっかり持って、ゆっくりと引き起こします。降ろすときもゆっくりやさしく。

### 寝返り遊び（寝返りを促すため）

赤ちゃんを仰向けに寝かせ、頭をそっと横に向けま  
す。おしりのあたりを軽く押して寝返りを促します。  
回転運動で視覚に新しい刺激が受けられます。

## パパママ遊ぼう♪



### ほら、ここだよ

うつぶせの赤ちゃんの頭の先で、おもちゃを動かしながら、「ほら、ここだよ」と声をかけます。赤ちゃんがおもちゃに触ろうと手を伸ばしたら、タイミングをみて、手に触らせてあげましょう。

