

0歳のひろば 1月

赤ちゃんにとっての初めてのお正月はゆったりと過ごせましたか？年始のごあいさつで初めて会う方に人見知りした赤ちゃんもいたことでしょう。これは成長する上で「必要なこと」と思うと気持ちがゆっくりするのではないのでしょうか？



大人のお休みが続くと、子どもの生活リズムも乱れがちになります。お正月の疲れは、生活リズムを整えることで早めに解消して体調を整え、寒い冬を元気に過ごしましょう。

**** お子さんの健やかな成長と皆様のご健康をお祈り申し上げます。

この時季の赤ちゃんのお風呂

赤ちゃんは、体が小さいので、温まりやく冷めやすいのが特徴。大人よりもお湯を温かく感じ、湯上りは冷めやすくなります。お風呂が苦手な赤ちゃんでも、お風呂玩具で楽しむことによって、つつい長湯になってしまうこともあります。



基本は、38～40℃のお湯に入れ、体は泡立てた石鹸を使って手のひらかガーゼでやさしく洗います。寒いこの時季は、特に室温や衣類にも気を配りましょう。大人にはちょっと寒いと感じる温度が、赤ちゃんには適温のようです。

排便によるオムツかぶれやアセモ、とびひ、アトピー性皮膚炎等の肌トラブルがある場合は、医師の相談のもと毎日のシャワーや入浴をさせるのが理想です。でも、様々な理由で入浴できない時は、1～2日入れなくても問題ありません。もちろん、赤ちゃんが元気であっても、一緒に入浴する大人の体調の悪いときは無理しないようにしましょう。



“愛着関係”って！

一番身近な大人（人）との心の深い絆のこと

「心の発達」の上でとっても重要です。「大人から守られている」等と安心感を持っている子供は、成長する中で自ら不安を安心に変えることができるようになります。2～3歳頃になると、愛着関係の完成がわかるともいわれます。

大人からたくさんの愛情をうけた子供は、自然と興味が外に向き、積極的自発的になるようです。

いつも「大好きだよ！」って、語りかけてくださいね。



この本読んでみて



「しましまぐるぐる」

絵/ かしわら あきお

カラフルな色に視力の弱い赤ちゃんも興味を持って注目します。リズム感の良い言葉で読んでみてください。

さわって遊べる仕掛け絵本。ぜひ一緒にさわってみてね。

令和7年1月発行

庄内町子育て支援センター こっころ

電話 0234-42-2268

*ひろばの活動中に記録用として、写真を撮らせていただきます。

次回は、

2月21日(金)

講師による

ベビーリトミック

このQRコードで
2月の申し込みを開始

