

首がすわりはじめ、五感の成長とともに、色々なものや人への好奇心が芽生えてきます。笑顔を見せたり、アーアーと声を出したりして、表情が豊かになります。ママパパとのコミュニケーションが楽しくなる時期なので、たくさん話しかけてあげましょう。

目 ・ぼんやりと見えるようになる
・気になるものを目で追う (追視)

耳 ・音のする方向に首や目を動かす
・音の出るおもちゃが楽しい
・声が聴き分けられる
(スマホやテレビの音は、ママパパの声が聞き取りづらくなるので消すようにしましょう)



口 ・なんでも口に入れてなめる
(触感や味を学ぶ)
・母乳・ミルクで甘味を知って、離乳食で苦味を学習

鼻 ママパパの自然な香りとぬくもりを感じる

感覚 ・日中の刺激で色々なことに興味を持つ
(ママパパとのふれあい遊び)
(お散歩で風を感じる)

このようなことに困っていませんか？

★何をしても泣き止まない

→赤ちゃんはまだお話ができないので、すべてのことを泣いて訴えます。おむつを替えてみる、授乳してみる、抱っこしてみる、おもちゃであやしてみる、部屋を変えてみる、いろいろ試してみてください。

★何をしても寝てくれない、眠りが浅い

→1 回起こして体を動かしてみましょう。日中うつぶせをしたり、散歩をしたり活動を増やすことで寝つきが良くなります。

おすすめのあそび

- ・うつぶせ体操 腹筋や首、肩回りなど様々な部位の筋肉を使って体を強くする体操です！ハイハイの準備、便秘予防や風邪予防にもつながります。うつ伏せの時は、赤ちゃんの腕が肩より前に出るように整えてあげましょう。
⇒腕を後ろに引いてしまう子は、バスタオルを丸めて脇の下に置いてあげてください。
- ・1対1のふれあい遊び (例：♪きゅりができた、♪ラララぞうきん)
- ・音の出るおもちゃ (特に赤や青など原色のものは認識しやすい) を使って一緒に遊ぶ
- ・いないいないばあ
- ・絵本

これからこのような成長をしていきます

5～6か月 寝返り



- ・仰向け姿勢で自分の足を持ち上げ触る
- ・お腹を中心に方向転換をする
- ・探索行動が増える

7～8か月 ずりばい



- ・自分でお座りの姿勢をとることができる
- ・仰向け姿勢で自分の足をなめる
- ・食べ物に手を伸ばす
- ・人見知りが始まる

8～9か月 はいはい (四つばい)

