

赤ちゃんと一緒に暮らす

(6～7ヶ月児)

いよいよ“いたずらっ子”の時期に突入です。6～7ヶ月の赤ちゃんは、からだの発達が目ざましく、寝返りをしたり、早い子はハイハイをしたりします。まだ寝返りをしない子は、まずうつぶせから慣れさせましょう。また、物をつかんだり、人見知りもでてきて、お母さんも子育てが楽しくなってくる時期です。反面、目が離せなくなる時期でもあります。

♡生活リズムをつけましょう♡

頭もからだも毎日次々に新しいことを獲得していく大切な時期です。大人の夜型の生活に巻き込まず、早寝・早起きの生活習慣を身につけさせていきましょう。日中は、散歩や赤ちゃん体操などで、充分身体を動かしましょう。

♡赤ちゃんと一緒に遊びましょう♡

うつぶせ遊びは、背中の筋力をつけるだけでなく、手足に力をつけ、ハイハイを上手に行うための大切なトレーニングとなります。また、広さや高さを体で覚えるようになり、好奇心や意欲も育ちます。

顔のすぐ前でなく、少し離れたところにオモチャを置いたり、お母さんが赤ちゃんの前で誘ったりして手が伸びるようにします。手の指を開かせ、足のつま先で床をけるようにして遊ばせましょう。

歩行器の使用は、バランス感覚や筋力をつける妨げにもなります。あまり使わないほうが良いでしょう。

足のつま先で床をけるように手の指を開きます

♡病気のとき♡

この時期になると、風邪などで熱がでることも多くなってきます。

心配なのは

- ・顔色が悪い
- ・ぐったりしている 元気がない
- ・何度も吐く
- ・激しい下痢
- ・食事や水分がとれない

などです。

こんな時はすぐ病院に連れていきましょう。

熱が出たときは、涼しくして、いやがらなければ額や首など部分的に冷やしてあげるのも良いでしょう。ぬれたタオルでからだを拭いてあげるのも一つの方法です。

また、脱水にならないように、水分を少量ずつ何度も補給しましょう。

♡着せすぎに気をつけましょう♡

季節の変わり目など、衣服の調節に迷うところですが、赤ちゃんにさわってみて、汗ばんでいたら着せすぎです。季節に合わせて上手に調節しましょう。

♡目が離せないとき…事故防止に最大の関心を♡

これからの時期はハイハイができ、つかまり立ちができ、動き回れるようになり、行動範囲が広がります。手で物をつかんで食べることができ、目が離せなくなります。

<多い事故>

- ・ 転落する(ベビーチェア、サークルベットの、ソファに寝かせていて落ちるなど)
- ・ 誤って飲み込む
- ・ やけどする(冬のストーブ、味噌汁、コーヒー、カップラーメンなど)

乳児期の家庭内の事故は全て親の責任です。

防ぐことが出来るのですから次のことに注意しましょう。

- ① 家庭内の危険なものは1m以上の高いところに置く。
- ② タバコや灰皿は子どもの手の届かないところに置き、のどにつめそうな硬貨やボタン類もしまっておきましょう。
- ③ 浴槽はお湯や水を抜いておくこと。
浅い水でも乳児期に浴槽で溺死する例が意外に多いのです。
- ④ 洗剤を使えばなしにしない(バケツに漂白剤など)。
- ⑤ テーブルクロスは引っ張って物が落ちて怪我をすることがよくあり、危険です。やめましょう。

♡気になる夜泣き♡

夜泣きは気になるけど、さほど心配しなくてよいことでもあります。のどが渇いたり、オムツが濡れている場合は、お茶やミルクを飲ませたり、オムツを替えればよいでしょう。昼間しっかり遊んでいないと、体力をもてあまし、夜良く眠れないことがあります。昼間、いっぱい遊ばせましょう。また、昼間こわい思いをしたり、環境が変わったりしたときに泣くこともあります。おむつを替えたり、気分転換をしても泣き止まないときは、念のため、熱を測ってみて下さい。心配なときは、病院に電話して相談しましょう。

♡予防接種について♡

BCG 接種はお済みですか？BCG の推奨する接種期間は生後 5 ヶ月～8 ヶ月未満です。その他にも、1 歳未満で受けられるものは、ヒブワクチン、肺炎球菌、B 型肝炎、四種混合があります。体内に免疫をつくって病気を予防したり、重症になるのを防いだりするためにも、早めに接種することをおすすめします。

ひきつけを起こしたことのあるお子さんや、アレルギーのあるお子さんは、医師と相談の上受けてください。埼玉県にお住まいの方は公費で受けられます。

協同病院は完全予約制です。

(小児科の受付、または電話にて受け付けています。)

毎週月曜日 午後 15:00～16:00

毎週火曜日 午後 15:00～16:00

毎週水曜日 午後 14:30～16:00

第1・3金曜 午後 15:00～16:00

BCG のみ 毎週月曜日 午後 14:00

予約センター直通 ☎048-297-9821

<持ち物> 母子手帳、各自治体指定の問診票

問診票をお持ちでない方は各居住の自治体にお問い合わせください。

♡おっぱいと離乳食（補完食）について♡

6 ヶ月頃になり、赤ちゃんが親の食べているものに興味を示すようになってきたら、離乳食開始のサインです。この時期から、母乳だけでは鉄分・カロリーが足りなくなってきました。母乳に栄養がなくなるのではなく、成長につれ補足が必要なのです。その

ため、母乳を続けながら足りない栄養を補足していきます。最近
は、補足するという意味で、「離乳食」ではなく「補完食」とも言
います。食事のときにお子さんも一緒に座って、食べる楽しさを
伝えましょう。

もし、おっぱいをチョコチョコ飲む生活が続いていたら、徐々に
生活リズムを整えていきましょう。遊びを増やし、体を動かして
おっぱい以外にも興味を向けていきましょう。

何か困ったことがあったら、気軽に相談してください。

♡水分補給について♡

ジュース(乳幼児用でも、果汁100%でも)や、イオン飲料などは糖
分が多く、太りすぎるだけでなく、「哺乳ビン虫菌」にもなります。水分
補給には、湯ざましやお茶などで充分です。

♡何か心配な事があるときは、こちらを参照してください♡

★こどもの救急

日本小児科学会のホームページで「こどもの救急」というHPがありま
す。

病気のことはもちろん、誤飲、やけどについて等もありますので、興味
のある方はのぞいてみてください。

<http://www.kodomo-qq.jp/>

★埼玉県小児救急電話相談

こどもの急病(発熱、下痢、嘔吐など)時の家庭での対処方法や受診
の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

【電話番号】#8000

ただし、新座市(電話番号が「042」で始まる地域)、北川辺町、旧神泉村の地域の方やダイヤル回線、IP 電話の方は、次の番号におかけください。

048-833-7922

【相談時間】

月曜日～土曜日 午後 7 時から午後 11 時まで

日曜、祝祭日、年末年始 午前 9 時から午後 11 時まで

埼玉協同病院 小児科