

育児のしおり

(7か月前後)

この時期は、運動が活発になり、心の発育の一番大切なときです。

赤ちゃんが自由に運動が出来る衣類と環境にしましょう。

子どもの発育は個人差があります。あせらずに見守りましょう。



東大阪市

東保健センター ☎072-982-2603

中保健センター ☎072-965-6411

西保健センター ☎06-6788-0085

保育

生活のリズムをつけましょう

【睡眠のしつけ】

- 決まった時間にねかせましょう
- パジャマに着がえさせましょう
(できれば体の動かしやすい上下分かれている服にしましょう)
- テレビや明るい電気は消して、部屋は静かにしましょう



【夜間の授乳と卒乳】

- 1才頃には母乳をやめられるよう、離乳食をすすめていきましょう
- 夜間の授乳はできるだけやめていきましょう

【食事のとき】

- 家族の中で楽しい食事の雰囲気をつくりましょう
- コップを使う練習を始めましょう
- 食事の時は、テレビを消すようにしましょう



【夜泣き】

- 衣装・寝具や室温の調節をしましょう
- 泣く度に授乳することはやめ、のどのかわいている時は、水分(茶・湯ざまし等)を飲ませましょう
- 原因がわからない時は抱っこしたり、あやすと泣きやむこともあります

【排便】

- 便秘のとき…食事に注意し、腹部のマッサージ・綿棒浣腸等をこころみましょう
- 下痢のとき…原因を確かめ、離乳食の量をひかえ水分をこまめに補給しましょう

【あそび】

この時期は身の周りの物に興味を示し、移動し、何でも手と口で触れ確かめようとします。安心・安全なもので様々な感触のものに触れさせてあげて、赤ちゃんの心を満たしてあげましょう。

- 外界への好奇心が強くなるので、外へ連れていきましょう
- 赤ちゃんと遊ぶ時間を作り、おはなしの相手を楽しみましょう
- 赤ちゃんの絵本と一緒に言葉かけしながら見ましょう

おもちゃ

- 発達に応じて選ぶことが大切です
 - 赤ちゃんの手の届く所においてあげましょう
 - *ゴムボール
 - *車のおもちゃ
 - *たいこ
 - *音の出るおもちゃ
- しっかりとハイハイさせてあげるためにも、できるだけ歩行器は使わないようにしましょう



事故予防

- 事故は一瞬の出来事です
- 赤ちゃんの行動に充分注意し、危険なものは手の届かないところに置きましょう

家の中

- ・落ちる
 - ベットの柵は上まであげる
 - ソファに寝かせない
 - 洗濯機・浴槽・洗面器などに水をためておかない
 - ベランダ側のガラスの戸じまりはしっかりする
 - ベランダにふみ台になるような物を置かない
 - 階段に柵をする



- ・ぶつける
 - テーブルや家具のかどに注意
- ・ストーブや扇風機には柵を使い、近寄れないようにする
- ・ポット、炊飯器の蒸気噴出口には近寄れないようにする
- ・口に入れる
 - 〔新聞紙・輪ゴム・たばこ・ボタン・薬品類
- ・いたずら
 - 〔はさみ・ナイフ・コンセント・ガス栓は手の触れない所に

家の外

- ・保護者の目の届く場所で遊ばせましょう

応急処置

赤ちゃんのからだについて普段から良く観察しておきからだの調子の変化に気づいたら、できるだけ早く医師にみてもらうことが大切です。

【医師の診察をうけるまでに】

- 検温しておく
- ひきつけのときは水平に寝かせて衣類をゆるめ、楽に呼吸が出来るようにして保温に注意する(吐く場合もあるので顔を横に向ける)
- 出血がひどい時は、傷口から心臓に近い血管をおさえて止血する
- やけどをした時は、流水や氷水で冷やし、空気にふれないように、冷した清潔なガーゼかタオルをあてて受診する
- 高いところから落ちたときは、頭や体に異常がないかを調べ安静にし、すぐに受診する

かかりつけの医師の電話番号をひかえておきましょう