

すくすく育児教室

ママと赤ちゃんのコミュニケーションの取り方や、離乳食のすすめ方について学ぶ教室です。ママ同士の交流もできるので、ママや赤ちゃんのお友達をつくる場にもなります。



～身長・体重～



お子様の体重増加についてご心配な方もいらっしゃるかもしれません。以下の2点について母子手帳の乳児身体発育曲線を見ながら確認してみてください。

- (1) 枠(乳児身体発育曲線の色がついているところ)の中に、体重測定値の点が入っている
- (2) 前回の測定値より増えている

この2点があれば大丈夫です。

例えば、枠内に点が入っていてもギリギリの位置というお子様もいらっしゃるかもしれません。体重がギリギリの位置でも、身長も同じような位置であれば身長と体重のバランスがとれているので問題ありません。

～生後3、4か月でできること～

- * 昼と夜のリズムができはじめる
- * あやすと笑う
- * 授乳の時間や量が定まってきた
- * 首がすわってきた(うつぶせ寝にすると、首をもちあげる)



～これからできるようになること～

- * 寝返りができるようになる
→寝返りで部屋の中を移動することがあるため、段差や机等の角に要注意です
- * おもちゃに手を伸ばしたり、にぎったりできるようになる
→手足や首等に巻き付いたりしないようなもので遊ばせてください
- * 物を口にいれるようになる
→口に入れても大丈夫な材質・大きさのもので自由にさせてあげてください
- * 人見知りをする
→正常な成長発達のひとつです



以上4点がこれからの成長発達の目安です。

4か月健診や予防接種には期限があるので、忘れずに受診してください。

