

## 9ヶ月の赤ちゃんのパパ・ママへ

### ハイハイができるようになり後追いが始まります

生後9か月の赤ちゃんは、好奇心が旺盛になります。理解しようとする力も発達してくるため、相手の反応を見ながら遊ぶことができるようになってきます。また、ハイハイが始まったりと目が離せない時期です。行動範囲が広がり、ハイハイでも勢いがついて家具などにぶつかることも考えられます。マットを敷いたり、家具の角にはコーナガードを付けるなど事故予防を始めていきましょう。

個人差がありますが、赤ちゃんは「後追い」をするようになります。赤ちゃんが成長していくにつれ、いつも傍にいてくれるパパ、ママが自分にとって大切な存在であることを認識するようになります。そして、大好きなパパ、ママの姿が見えなくなる事に不安を感じ、どこへでもついていきます。傍を離れる際は「ママちょっとお出かけするね」など、一言でも声を掛けることにより、赤ちゃんも徐々に「ママはまた戻ってくる」ということを理解するようになります。

忙しく余裕がない、急な出張がある、そんな時、おじいちゃん、おばあちゃんに数時間だけ預かってもらうなど子育ての先輩方に協力をお願いしてみるのも良いでしょう。



おじいちゃん、おばあちゃんに預かってもらう場合は、赤ちゃんが慣れていることが大切です。普段から一緒に遊んでもらったりして、赤ちゃんに覚えてもらいましょう。

ママが忙しい時は、  
大好きなパパに遊んでもらうと嬉しいな！



### モグモグ後期 離乳食は2回食から3回食に

離乳食を2回食から3回食に増やすタイミングの時期です。離乳食とは別に母乳はほしがるだけ、ミルクは1日2回程度あげましょう。

「美味しいね～」など声にだし、食べることの楽しさを伝えましょう♪

食べることで生活リズムが作られます

—赤ちゃんの1日—  
6:00 起床・おむつ替え・お着替え  
10:00 離乳食+母乳  
あそび  
午前の昼寝  
14:00 離乳食+母乳  
午後の昼寝  
あそび  
18:00 離乳食+母乳  
20:00 おむつ替え・就寝  
22:00 授乳



口や舌の動き：  
下は左右に動くようになります。  
舌でつぶせない粒は、舌で左右に寄せて、  
歯ぐきでかんで食べることができます。

### 上と下の歯が生えそろう！

上下の歯が生えそろう時期です。早い赤ちゃんは、上下4本の前歯が生えそろうます。赤ちゃんが歯磨きへの興味がわくようにおもちゃ代わりに歯ブラシをもたせてみるといいでしょう。のどをついてしまわないように、赤ちゃん用のストッパーがついたものを、ママやパパが必ずそばでみているときに与えましょう。



歯みがき好きになるために嫌がる時には無理にせず、リラックスしているときに行いましょう。パパ・ママが楽しそうに歯みがきをするのをみせ、「じょうずだね」など声をかけて、歯みがきの楽しさを伝えてあげましょう♪

参考・引用文献  
・赤ちゃん安全対策 HP: <http://wakuwakutuhan.jp/cork/16.html>  
・たまひよ 育児アイディア決定版 (P68~78)  
・小児看護学概論 南江堂 (P78~93)