

8カ月の赤ちゃんのパパ・ママへ



好奇心が広がる時期です

このころは、おすわりで、自分のからだを育てるようになると、これまで見えなかったものが見えてきて、赤ちゃんの好奇心はさらに広がります。パパ・ママを真似て、手をたたいたり、バイバイをしたりすることができるようになります。

抱っこしてほしいときに手を伸ばしながら、叫び声を上げたり、大人が会話しているときに大きな声を出したりと、声で大人の注意を引くことを覚えます。赤ちゃんとの会話を楽しんで一緒に遊びましょう！



パパの笑顔や笑い声は赤ちゃんの喜びにもなります。赤ちゃんと目をあわせてコミュニケーションを楽しみましょう



規則正しい生活リズムですくすく育てよう

規則正しい生活リズムとは、...

①朝の光を浴びる ②離乳食の時間を一定にする ③赤ちゃんとの遊び ④夜は暗くして眠る
まとめて眠らず短い睡眠を繰り返すのが赤ちゃんの睡眠の特徴です。

パパとママの生活習慣は、そのまま赤ちゃんに影響します。この時期は、成長に必要なホルモンが睡眠中にたくさん分泌されるので、良質な睡眠をとることはとても重要です。光は生体リズム機構に大きな影響を及ぼしますから、朝はカーテンを開けて明るくし、夜には明かりを消すなど朝晩のメリハリをつけることで生活リズムが整っていき、脳の発達を促します。



見えないところでの事故に気をつけよう

この時期の赤ちゃんはハイハイで行動範囲が広がり、探検することが大好きです。

しかし、まだ危険がわからないため、食べ物以外でも、口に入るものは何でも飲み込んでしまうことがあります。(誤飲)

誤飲で多いものは、たばこ、医薬品、おもちゃなどです。赤ちゃんにとってたばこ1本分のニコチンは致死量となります。特にジュースの空き缶に吸い殻が入ったものを誤飲すると非常に危険です。また、大人のまねをしたがり、大人が使っている化粧品などを引き出しから取り出し、飲んでしまうことがあります。

パパも危険なものに気づいたら片づけるようにしてくださいね



※誤飲の際の対応のポイント※

飲んだもの	何か飲ませる？	吐かせる？	救急車は？
タバコの吸い殻入りの水	飲ませない	吐かせない	救急車で病院へ
タバコ	飲ませない	吐かせない	
マニキュア・除光液	飲ませない	吐かせない	
漂白剤	牛乳を飲ませる	吐かせない	急いで病院へ
家庭用防虫剤	水を飲ませる	吐かせる	

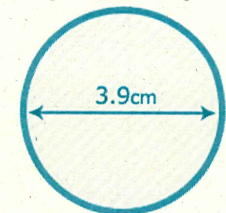
～赤ちゃんの誤飲予防のために！！～

※直径3.9cm以下のものを床から1メートル以下のところに、置きっぱなしにしない！

- ☑ 手の届く場所におかない
- ☑ 立つ場所におかない
- ☑ 床に物を置きすぎない
- ☑ 赤ちゃん目線で確認する
- ☑ 薬は慎重に保管
- ☑ 小銭やアクセサリーは置きっぱなしにしない

直径3.9cmの円形に入るものは赤ちゃんの口に入ります。

[3歳児の最大口徑]



参考・引用文献

- ・赤ちゃん&子育てインフォ <https://www.mcfhor.jp/>
- ・プレママタウン <https://www.premama.jp/>
- ・親子健康手帳
- ・新定番版 育児全百科