

うつぶせにしてあそぼう!



うつぶせにして首を少し上げるようになったら
お子さんと一緒にうつぶせに慣れましょう

うつぶせは首座りを安定させ、寝返りへと繋がる大切な動きです

だっこやおんぶの姿勢にも
とても大切です!!

腕でしっかり体重を支えられる
ようにして、お子さんの腕と脇を
つけておきましょう。

お子さんと視線を合わせるように
顔を向かい合わせたり、おもちゃを
利用して頭を持ち上げるように
遊んでみましょう。

最初はおうちの人の
胸の上でねんねでもOK

おくびが上がって
すごいね~!

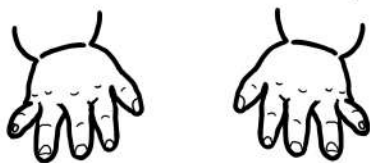
〇〇ちゃん、これ
なにかな~?



(しっかりだっこしたままユラユラと
左右に揺れるのもオススメです)

(脇の下に丸めたタオルを敷くと
サポートになります)

- ・自分で手をひらく
- ・手のひらを使う



パカ——ン

とりたい!!!



すぐ取れる位置ではなく、少し
手前や左右におもちゃを置いて
欲しい!取りたい!!という好奇心を
たくさん刺激してあそびましょう

このときのまもち



とりたい!!
欲しい!!