



第11回

子育て支援 すくすくカフェ開催

すくすく新聞

VOL. 5
平成24年
7月発行



赤ちゃん体操を
指導中です。

すくすく発達支援センター

(H24年6月スタート)

①発達支援

発達の偏りなど発達について、また、育児について悩んでおられるご家族に、専門医が診察、助言をします。また、必要に応じて、感覚統合など作業療法を実施します。

②育児支援

0～2歳児対象に、いろいろな感覚・運動遊びが体験できる「遊びの部屋すくすく」を開催致します。

成長・発達についての情報を提供し、ご家族・地域の皆様と一緒に考えていく場にしたいと考えております。



すくすく発達支援センターの様子
ポニー swings という、珍しいフランコがあるよ！

子育て支援「すくすくカフェ」を5月22日に開催しました。2か月の赤ちゃんから3歳のお子様と、お母様たちが参加されました。

今回は、看護スタッフより「赤ちゃんのスキンケア」について、体の洗い方の実演も交えた話がありました。

また、小西行郎からは「赤ちゃんの見る世界」について少し専門的でしたが、赤ちゃんの視覚の発達や、赤ちゃんとの接し方のポイントなどの話がありました。

初めて参加されたお母様が多く少し遠慮気味な様子でしたが、お子様の事で気になる事を先生に質問された方、看護スタッフに注射の事を相談された方もいました。

すくすくクリニック 緑のカーテン計画中！

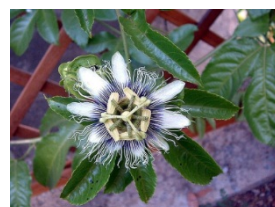
すくすくクリニックこにしでは、今年もエコに役立ち、涼しく過ごせる「緑のカーテン」を計画中です。今年は、定番のゴーヤと、パッションフルーツを育てています。

5月30日に植え付けたゴーヤとパッションフルーツは恵の雨と太陽の光を浴び、すくすくと育ってます。パッションフルーツは別名「果物のトケイソウ」と言い、涼しげな色のきれいな花も楽しめるそうです。

これからすくすく育つのが楽しみです♪



甲へ大きくなあれ！



パッションフルーツの花

赤ちゃんのスキンケア

これから汗をかきやすく、あせもなどの肌トラブルが出やすい時期です。今回は、あせもの対処方法についてお話をしました。また、敏感な赤ちゃんのお肌を守るため、お風呂での正しいスキンケア方法。今回は看護スタッフによる赤ちゃんの体の洗い方を実践しました。



看護スタッフによる正しい体の洗い方。(ポツポツ赤ちゃんで実演)

赤ちゃんの肌は

①乾燥しやすく、刺激を受けやすい

皮膚の暑さは大人の半分

②暑がりて汗をかきやすい

赤ちゃんは体は小さくても汗腺は大人と同じだけあるため、気温・湿度が高い季節には盛んに汗をかきます

③紫外線に弱い

皮膚が薄くメラニンの産出量が少ないため、紫外線の影響を受けやすいので、外出時には紫外線対策も必要



お風呂では正しくスキンケアをしてね。

あせもの予防とケア

あせも

☆汗の出る穴がつまり炎症を起こした状態

☆汗をかきやすい部位に白や赤の小さなブツブツができる

～あせもになりやすいところ～

1位 おしり
2位 顔・首
3位 背中



対策

1. 汗をかいたらシャワーで流す

散歩のあと、お昼寝の後など、汗をかいたらシャワーで流してあげましょう。

2. 衣服

通気性や吸水性の良い素材の物を選ぶようにしましょう。汗を吸い取るので、ノースリーブより半袖、半ズボンにしましょう。

3. 環境

暑い日には、エアコンや扇風機を上手に活用しましょう。涼しい環境はあせもの予防になり、できてしまったあせものケアにもなります。

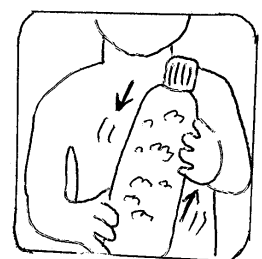
洗い方のポイント

- ① 石けんを十分に泡立て(泡の出るソープも)
- ② 素手で爪を立てず指の腹を使ってしっかりとむむようにして洗う
- ③ めるめのお湯で良くすすいで石けんを十分に洗い流しましょう
- ④ 楽しくコミュニケーションをとりながら♪

子どもと一緒にやってみよう！！
泡立て方



①ペットボトルに少量の液体石けんと水を入れます



②後は上下にフリフリ♪子供でも簡単に泡が作れるよ！

赤ちゃんの見る世界 ～視覚のはじまり～

生後まもなくは、ぼんやりと周りが見えている状態です。視力も目に映る物の捉え方もだんだんと発達していきます。

生まれたばかりの赤ちゃんの視力

大人と比べると

新生児の視力は1/60 (0.02ほど)

6か月児では1/10 (0.1ほど)

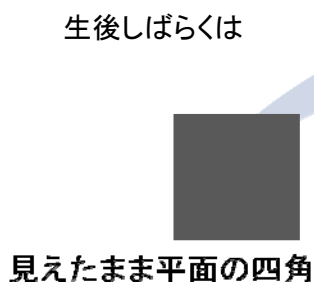
生まれたばかりの赤ちゃんはちょうど眼鏡が湯気で曇ったように、明るさは感じるけれども物の形はよく分からないという状態です。それでも赤ちゃんは自分のお母さんはしっかり見分けることができます！

すごいですね！！



赤ちゃんの見ている世界はどんなの？

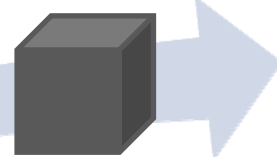
「例えば
四角い積み木を正面から見ると・・・。」



物を触ったり、口の中に入れてたりして形を確認する経験の積み重ね



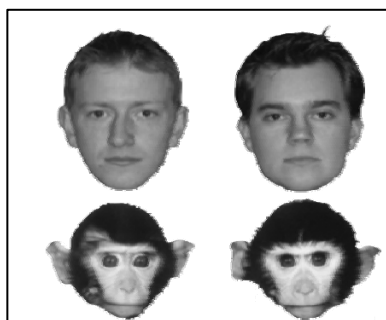
5. 6ヶ月になると



立体として認識できる

赤ちゃんは口の中に物を入れてなめる事で色々学びます。「汚いからダメ！」なんて言わないで下さいね♪

顔認知について



ひとの顔 左右の違い
サルの顔 左右の違い
分かりますか？

ひとの顔はわかりますね。
でも、サルは難しいですね。

ところが、4ヶ月の赤ちゃんは区別できます。ただし、9ヶ月になると区別できなくなります。

これはなぜ？

赤ちゃんはもともと様々な能力を持って生まれて来ます。そして、生まれてきてからもたくさんのかを学んでいきます。そのため、生活に必要なないと脳が判断すると、どんどん排除していきます。サルの顔の違いの認識は生活にはあまり関係がないですよね。だから、9ヶ月になると区別できなくなります。

他の動物と違って、人間の目は目玉の動きが分かります。だからアイコンタクトをとります。目玉の動きで気持ちがわかりますね。赤ちゃんはしゃべれないのではなく、アイコンタクトで情報を発信しています。

育児書で「語りかけ育児」が推奨され、様々なマニュアル本が販売されています。しかし、赤ちゃんに無理して語りかけにこだわらなくて大丈夫です。語りかけを意識しすぎて、赤ちゃんからのサインを無視してしまう方が問題です。

赤ちゃんはしぐさや目の動きでたくさんのサインを発信しています。周りの大人はそれにいち早く気づき受け身となって答えてあげることが大切ではないでしょうか。

赤ちゃんと一緒に遊んでくれるお母さんが大好きなんです♪

仰向け体操

(目的)

仰向けで頭の後ろを伸ばして安定した正中位がとれるようにします。
このことによって、指しゃぶりがしやすくなったり、月齢が上がるに従って、手足口目の協応動作がしやすくなります。



- ・声をかけたり、視線を合わせて頭が中央に向くように心がけます。
- ・反りやすい時には、足首を合わせ少し揺らせながら、大腿を開かせるとうまいきます。

(方法)

- ①頭を中央に向けて顎を引かせ、足の裏同士がしっかり合うようにした上で、股関節で大腿をしっかり開かせます。
- ②手と口、手と手、手と膝(→手と足先→口と足先)を触れ合わせます。



～編集後記～

お待たせしました(・_・;)やっと、完成できました!! 新聞を作成した頃には、小さなゴーヤでしたが、今では、大きな緑のカーテンになり、ゴーヤの実も10個以上実りました(*^。^*)
毎日、とっても暑い日が続いていますので、南国植物のパッションフルーツの花が咲きだすのが楽しみです。

すくすく相談室

すくすくカフェでお母さんより質問があった、お子様の発達で気になることについてお答します!!



Q. 最近体をそることが多く、抱っこしにくく困ってます…。(4ヶ月の子)

A. 私たちの身体は筋肉が適度に屈曲と伸展をとることで、状況に合わせた動きが可能となります。赤ちゃんはその屈曲が優位な時期と伸展が優位な時期を繰り返しながら成長します。

さて、4カ月頃は屈曲が優位な時期です。その為、あお向けで手と手を合わせたり、手で膝の所を触れる事が出来始めます。そりやすい赤ちゃんの場合でもあお向けで手と手、手と膝を触れ合わせる事が出来るときはそのまま見守って下さい。しにくい時は左の体操を試してみましょう。体操もしにくいようでしたらご相談下さい。

與河先生の遊びの紹介

今回のすくすくカフェでは月齢の小さいお子様が多かったので、寝転んで、お子様の顔を見ながらできる「感覚・運動遊び」を紹介しました。



「1本橋こちょこちょ」や手足をフラフラさせたり、高い高いをしました。
赤ちゃんは揺れる、触れる、くすぐることが遊びになります!