



2024 冬号  
子育て世代包括支援センター

寒さが本番を迎える中、新しい年を迎えました。気持ちも新たに充実した1年にしていきたいですね。一時預かりでは、生後6カ月から就学時前までのお子様をお預かりしています。是非ご利用下さい。

今回は、「ハイハイの重要性について」をご紹介します。

赤ちゃんの発達には、ねんねの頃を過ぎると「ハイハイの時期」があります。赤ちゃんの「這う」動きには、姿勢を維持するのに必要な筋力が働きます。

- 四つん這いで手は開いた状態
- 足は蹴るような状態
- 首はしっかり前を向いた状態でハイハイをすることで、背筋・腹筋・首の後ろを鍛え、咀嚼（噛む力）に繋がっていきます。

お子様によっては・・・

- なかなかハイハイをしない
- 歩く方が好き
- 片足を上げてハイハイをするなどあるかもしれません。

そんな時は・・・

無理にハイハイをさせるのではなく、親子でハイハイの追いかけっこをしたり、犬や猫などの動物なりきり遊びや、トンネルくぐりなど遊びながら体幹を鍛えましょう。

\* 一時預かり中の様子 \*

グライダーポーズ

「ハイハイの準備段階」  
お腹を支点にして頭や両手足を持ち上げるよ。



ピボットターン

「ハイハイや歩行に向けて重要」  
お腹を支点にしてつま先で蹴りながら身体を回すように動くよ。



<ハイハイを促す動作>

ハイハイの前後の揺れを利用して手を開き、身体を支える動作を促してあげましょう。  
毛布や布団などをロールにしてお腹の下にあてながらユラユラするとハイハイポーズを促せます。

一時預かりでは、月齢や一人ひとりに合わせて遊びを取り入れながらお子様の成長を見守っています。



問い合わせ先 一時預かり ☎ (0568) 54-1233

2回目以降の方は LoGo フォーム（オンライン申し込み）から

