

# 事故防止のために

子どもを短い時間でもひとりにしておかないことが大事です！

## ★転落・転倒

- ベビーベッドの柵はいつもあげていますか？
- ベビーベッドの柵とマットレスの間にすきまはありませんか？
- ソファ等に寝かせたまま目を離すことはありませんか？
- 敷布団はやわらかすぎないですか？



## ★やけど

- 熱い食べ物やポットをテーブルの端に置いていませんか？
- 赤ちゃんを抱きながら、熱い食べ物や飲み物を食べたり飲んだりしていませんか？
- ストーブ、ヒーターは安全柵で囲んでいますか？



## ★誤飲

- タバコ、灰皿、化粧品、ボタン電池は赤ちゃんの手の届かないところに置いていますか？

## ★窒息

- 4cm未満のものは赤ちゃんの口に入ることを知っていますか？
- ピーナッツ、飴などのどにつまりやすい食べ物は3歳から与えましょう

## ★チャイルドシート

- 自動車に乗せるときはチャイルドシートにすわらせていますか？
- チャイルドシートは後部座席に取り付けて使用していますか？



### 福井県の子どもに関する問い合わせ先

〒910-8580 福井市大手3丁目17-1

【福井県健康福祉部】

小児医療について…… 地域医療課 (0776-20-0346)

子育て支援について…… 子ども家庭課 (0776-51-0341)

定期予防接種について…… 健康増進課 (0776-20-0352)

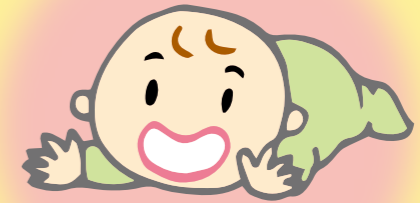
心身の発達について…… 障害福祉課 (0776-20-0634)

# 子育てワンポイント

## 4か月健診から

### うつぶせ楽しい！

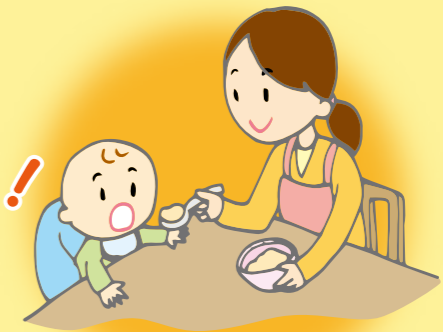
～時々うつぶせで遊ばせてみましょう～



### よく笑うね！！

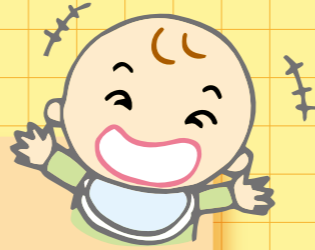
### おかゆ、おいしいね！

～離乳食は5か月ごろからはじめましょう～



福井県・福井県小児科医会

## 発達



- 4 か月以降は動きが活発になり、表情も豊かになってきます
- 4 か月以降、くびが完全にすわり、5 か月ごろ寝返りをするようになります
- 声をたてて笑い、あやすと反応が返ってくるようになるので、積極的に話しかけたり、赤ちゃんの声に答えてあげたりしましょう

## 離乳食



- 生後 5 か月ごろから開始が目安です
- 生活のリズムを身につけ、食事の楽しさを体験させることが大切です（あせらず！）
- 最初はおかゆ（目安は10倍がゆ）から始めましょう
- 5 か月・1 回食、6 か月・2 回食、9 か月以降・3 回食が目安です
- 母子手帳も参考にしてみましょう
- 食物アレルギーが心配でしたら、かかりつけ医に相談しましょう

## 予防接種

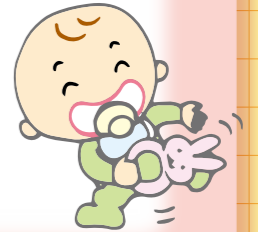


- ヒブ、肺炎球菌、4 種混合は開始していますか？
- BCG は生後 6 か月前後が目安です

## 遊び

### ● おもちゃを持たせてみよう

口に入れても、顔にあたって大丈夫なものを持たせてみましょう。音が鳴るもの、色がきれいなものなど、赤ちゃんが気に入るものを見つけてみましょう。



### ● 腹ばい遊び

赤ちゃんの視線の先に好きなぬいぐるみをかざしてみたり、音を鳴らしてみたりして遊んでみましょう。



### ● いないないばあ

赤ちゃんの顔をかくしたり、お父さんお母さんの顔をかくしたりして遊んでみましょう。鏡を使ってすると、赤ちゃんはもっと喜ぶかもしれませんよ。

