



令和7年6月1日号

あのねの happy育児

横向きに寝かせてみよう

今回は抱っこから横向きに寝かせる方法をご紹介します。赤ちゃんの背骨はCカーブなので、寝姿勢も背骨に沿った丸い姿勢を保てると心地良く、ぐっすり眠ってくれます。モロー反射（音や振動などで手足をビクッとさせる反射）が出にくく、むきぐせのある子にもおすすめです。



体を密着させたり、手を添えたままにして、モロー反射をおさえます。

①ママの体を密着したまま横向きに寝かせます。



②体をゆっくり離します。手は添えたままです。



③掛け物をかけて、添えた手を離していきます。



④掛け物は体を包み込むようにします。

先月に引き続きモデルはゆあちゃん。このあとこのままスヤスヤ眠りました♪ 問合先

にかほ市ネウボラあのね
(金浦保健センター) ☎38-4200

