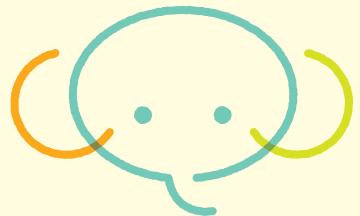




令和7年7月1日号



あ の ね の

happy育児

ねんね期の仰向け遊び

2～3ヶ月のねんね期は仰向け遊びをたくさんするのがおすすめ。目で見て「視覚」、音の出るおもちゃで「聴覚」、おもちゃに触れて「触覚」をたくさん刺激します。ねんね期は特に目と足に焦点を当て、メリーやベビージムを使った仰向け遊びをご紹介します。

からだの準備



上の写真のように布団やバスタオルを使って、おもちゃが見えやすい姿勢にします。

おもちゃの準備



素材の違うおもちゃを準備します。ひもをゴムに変えるなどし、手足に触れそうな位置に設置します。



①足元側におもちゃを設置します。
興味のあるものをじっと見ます。



②手足におもちゃが触れるところに興味がわき、手足を活発に動かし始めます。

今回のモデルはみわちゃん。足上げがとっても上手♪集中して遊んでくれました。次回はころころ寝返り期の仰向け遊びをご紹介します。

問合先

にかほ市ネウボラあのね
(金浦保健センター)☎38-4200

