



あのね

happy育児

令和8年9月1日号

寝返り～腹ばいで遊ぼう「寝返り返り」

3カ月に渡り、寝返り～腹ばい遊びの一連の流れを紹介しています。今月は寝返り返りです。腹ばいで遊んだあとは、抱っこして仰向けに戻すのではなく、床でごろんと回転して仰向けにします。機嫌の良い時に一連の流れで遊んでみましょう。



①肘の下に手を入れて、肘から腕を伸ばすようにします。



横向き遊びは広報
R7年度9月号に
ご紹介しています！

②肩を中に入れて横向きにします。この時横向きでも遊んでみましょう。



③横向きから、仰向けへ。



④仰向けになったら、足遊びなどで股関節をほぐすのもおすすめ！

3か月に渡り、活躍してくれたなつきくん♪またネウボラに遊びにきてね♪ 問合先

にかほ市ネウボラあのね
(こども家庭センター) ☎32-3036

