

“ころころ期クラス”のお知らせ

生後4か月から6か月の寝返り時期の児を対象にしたクラスです。赤ちゃんの「気持ちいい」を探しながら、毎日のケアでしなやかな体の発達を助けてあげましょう。

赤ちゃんの健やかな成長のために、毎日の育児の中ですぐ実践できる働きかけをアドバイスします。下記の日程において行いますので、ぜひおいでください。

記

期 日 令和7年5月21日（水）

時 間 13:30～15:00
（受付 13:15～）

場 所 こども家庭センター にかほ市ネウボラあのね
（金浦保健センター）

対 象 令和6年11月～令和7年1月の生まれの赤ちゃんとおパママ
※先着6組 ※パパも参加できます



にかほ市
ネウボラ
あのね



講 師

あい助産院 菊地 世智子さん



助産師 呼吸バランス操体 感覚トレーナー
トコカイロプラクティック学院ケア師2級
様々な悩みを持つママたちに寄り添い、赤ちゃんの発達を促す育児法や
ママの体のメンテナンスやセルフケアの方法など、
個別訪問の助産院を経営している助産師さんです😊

- 内 容
- ① 首がすわってからの抱っこと寝かせ方
 - ② 上手に寝返りをさせる方法
 - ③ ママと赤ちゃんのからだほぐし
 - ④ 歩くまでの赤ちゃんの姿勢の発達
 - ⑤ おすわりはハイハイしてから
 - ⑥ グッズ等の選び方

以前のころころ期の教室の様子です。寝返りを促す遊びを実践しましたよ♪

4か月のお子さん😊上手に寝返りができていました😊



上手に横向きをキープして、おもちゃをじっと見えています。



足指を使って、あごをしっかり引いて、寝返り姿勢に入ります。



上手に寝返りできました!!



興味を持っておもちゃに手を伸ばしています😊

😊ベビージムを使った遊び😊
～仰向けバージョン～



←足を自由に動かしておもちゃを挟んだり、音を鳴らしたり活発に遊びます。

ベビージムの向きを縦に変えてもOK😊
手も足も両方使って遊びますよ♪



～おすわりバージョン～



←おすわりはまだなので、パパママのあぐらの中で背中はおたれかかって遊びます。
姿勢が安定すると集中して遊び始めます。

視線が安定すると集中して遊び始めます。
手足を使って遊びます♪



令和6年12月～令和7年1月生まれのお子さんは、来月(6/18水)も対象となります。
今回都合がつかない方は次回ご検討ください。

- ※ 母子手帳・バスタオル・赤ちゃんのお出かけグッズ・ママの飲み物を持参してください。
- ※ 動きやすい服装でお越しください。
- ※ オムツ交換や授乳できる場所も準備しております。

* 参加希望の方は、下記の連絡先または、右記申込フォームで申込みください。

- ★ 連絡先 : こども家庭センター にかほ市ネウボラ あのね
(金浦保健センター) TEL 38-4200
- ★ 締め切り期日 : 5月16日(金)

＜申込フォーム＞

