

秋の味覚が味わえる季節となり、子どもたちの食欲も増してきたのではないのでしょうか？同時に朝夕の気温の変化に体調を崩しやすい時期にもなってきましたので、親子共に注意していきたいですね。

日中は過ごしやすい季節になり、お散歩も楽しい季節ですね！風が吹いてきたら「風が気持ちいいね」、車が通ったら「車ブーブーだね」などなど、たくさんお話してあげてください。ママやパパの声に耳を傾けるようになります。また、風を皮膚で感じたり、おいしいにおいがしてきたり、いろんな音が聞こえたり・・・五感を使って楽しいお散歩の時間になりますね(^_^)

冬の生活にむけて

寒くなってくると、すぐに長袖・長ズボンを履いて暖かい格好にさせてあげたくなりますが、ちょっと待ってください！！室内の温度はどうでしょうか？首の後ろは汗をかいていないでしょうか？長ズボンや靴下はハイハイやずり這いの妨げになっていないでしょうか？お子さんの様子をよくみて服装を選んであげてくださいね！



服

子どもは汗かきなので、着せ過ぎに注意！着脱しやすい重ね着(ベスト等が◎)で工夫を！

スキンケア

乾燥による肌のトラブルが多くなります。赤ちゃん用のローションやクリームなどで保湿ケアを。

冷氣対策

カーテンを冬用の厚地の物にしたり、フローリングにラグマットを敷くと冷え込み防止に。

温度

冬の室内には、加湿が必須。洗濯物や濡れタオルを部屋干しするのも良い。温度計を置くなどの工夫を！
室内温度は20～22度が目安。
温めすぎは乾燥しやすくなるので注意

温めグッズ

ホットカーペットの上に赤ちゃんを寝かせておくと、低温やけどのおそれがあります。間接的に温める方がよいでしょう。

寒さが心配で厚着させすぎると首の下などあせもになってしまいます。大人よりも1枚少ない程度でも大丈夫です！