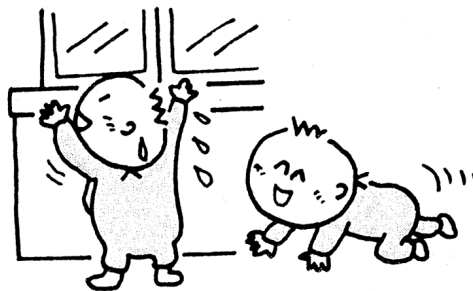


(5) 9か月～1歳のころ

●自分で自由に動き回れるようになるよ。  
はいはい、つかまり立ち、つたい歩き  
1歳の頃には歩けるようになるよ!!



※歩く時期には、個人差があります。  
はいはいが上手にできていれば心配いりません。

ママのぼやき・・・

目についたものは、何でもいじったり、口に入れて確かめたり、引き出しから物を取り出したり、散らかしたり・・・と、ママにとっては、目が離せなくて、「も～う、大変！」の一言。

ボクの言い分！

ボクは、「好奇心と探求心旺盛な冒険家」だから、「ダメッ！」といわれても、めげてしまうボクじゃないんだ。

でも、ほんとは、怒らないで、一緒に遊んでくれたら、ボクうれしいな。

●気持ちの通じ合いが

コミュニケーションの始まり

ママが「ほら、ワンワンよ、見てごらん」と指でさすと、子どもも指でさされた方を見ることができるようになります。

気持ちの通い合いができるようになったということです。さらに、自分で伝えたいことが出てくると、「アーアー」と声を出し、自分で指をさして教えてくれるようになります。

ボールのやりとりができるようになるということも、気持ちのやりとりができるってことなんだよ。



ボクはまねっこ王！

大好きなママがやることは、何でもまねしてやってみたいんだ。

(この時期、よく、おじいちゃん、おばあちゃんから、芸をしこまれる。)

指さしは言葉の基礎

ボクは、すごいもの、新しい物を見つけた時、その感動をママに伝えたくて「ねえ、ねえママ、これ見て。」って指さしするんだ。その時は、「あ～そうだね、ワンワンだね。」って優しく応えてほしいんだ。この指さしがいつの日か、言葉になっていくんだ!!

※散歩なんかしてくれると、新しいものをたくさん発見できて、指さしをいっぱいしたくなるよ。

### ●言葉について

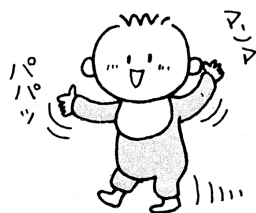
気持ちの高まりと同時に「マンマンマン」「ナンナンナン」などの声を出すようになります。

さらに、ものと言葉が結びついてきて、例えば、食べ物を「マンマ」と言えるようになります。また「マンマ食べようね」「バイバイ」「ちょうだい」など、言葉の理解も進んできます。

### ●この時期の健康診査

個別での医療機関受診になります。受診票綴の「乳幼児一般健康診査受診票(11～13か月)」を使って受けてください。

14か月になる日の前日まで受診できます。



### ママ・パパへ

ワンワンのこと、いきなり“いぬ”だよなんて言われたら、ボク困っちゃうんだ。だって、まだ、簡単な発音しかできないんだもん。だから、最初は、ボクが真似しやすいように(口の動きがわかるように) ゆっくりと話しかけてね。赤ちゃん言葉や繰り返し音はだあーい好き！ からだを動かすリズムに合わせて、声かけしてくれるとその言葉を覚えやすいんだ。例えば… ボールを「コロコロ」食卓を「フキフキ」など



### ◆ テレビにボクの相手をさせないで！

テレビの音、光、動きは、ボクの脳にビビッとくるの。でもね、パパ、ママ、ボクの脳は、みんなとの遊びを通して育っていった。だから、今は、手足やからだ全体を使った遊びを楽しみたいんだ。もちろん、絵本を読んでもらってうれしいよ。



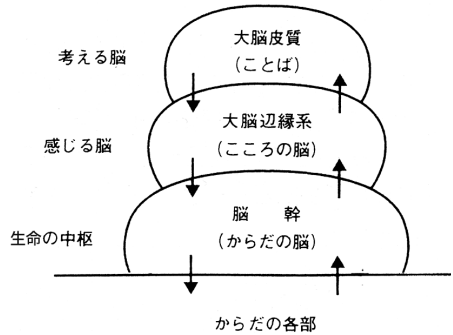
「これだけは、イヤッ！」…(ボクの叫び)  
・テレビ番組を何回も録画して、テレビづけにされること。  
・1時間以上も見続けること。

こんなテレビならボクも楽しいよ！  
・ボクと同じ子どもがでてくるもの。  
・動き・リズムのあるもの。  
・楽しい音楽的雰囲気のあるもの。  
・ママやパパと一緒に楽しめるもの。  
テレビの中に、心を育てる力を発見して上手に使っていきましょう。

◆ **ことばの力は脳のはたらきと関係があります**

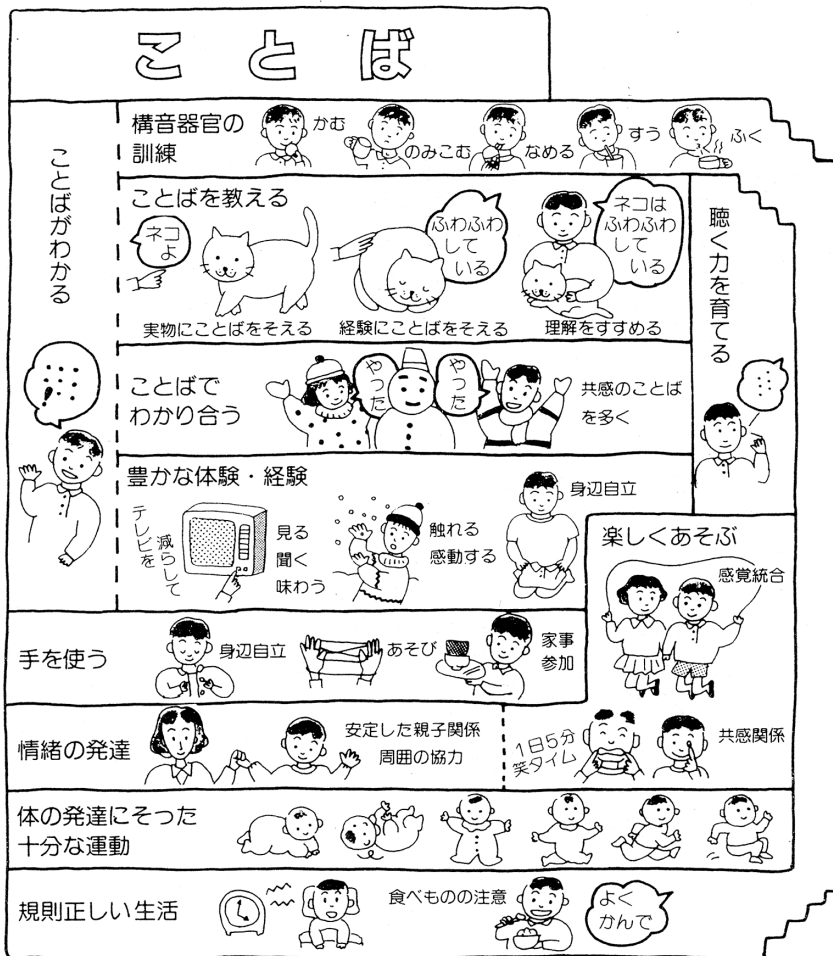
人間の脳は、①からだの脳、②こころの脳、  
③ことばの脳・考える脳、と3つの部分が積み  
上げられているような構造になっています。

お正月のお供えのお餅が小さいと大きなミカ  
ンが乗せられないように、土台をしっかり作ら  
ないと、一番上に乗る「ことば」も大きく育ち  
ません。土台とは「からだづくり」「こころ育て」  
です。



◆ **ことばのビルをたてよう！**

ことばは、ビルのように、下から順々に積み上がっていく構造をしています。  
ことばが遅いと、つい、ことばを教えよう、ことばを言わせようというかわりになり  
がちですが、実際には、下の図のように、「ことばを話す力」は「ことばのビル」の  
最上階。ビルを建てるときに、1階から順々に建ててゆくように、生活を基礎に、1  
階ずついねいに積み上げていきましょう。

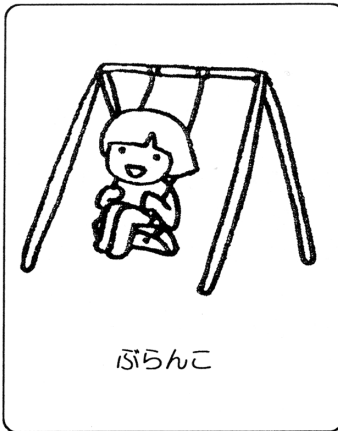


◆ 親子で遊ぼう！

「遊び」は子どもが伸びていくための栄養です。無駄なことや同じことの繰り返しのように見えても、必ずどこかで役に立っています。おもちゃを使うよりもからだを使った遊びの方が効果的です。

からだを使って十分に遊ぶには、遊び方を学ぶことも必要です。ここにいくつかの遊び方を紹介しますので、参考にしてください。

 <p>おんぶして走ったり跳んだりする</p>	 <p>ウマになって背に乗せる</p>	 <p>ひこうき</p>
 <p>布団の上ででんぐり返しをさせる</p>	 <p>腕鉄棒</p>	 <p>シャボン玉を吹いてみせる</p>
 <p>砂遊び</p>	 <p>平均台をわたる</p>	 <p>すべり台</p>



ぶらんこ



毛布の四すみを持って振る



ソファの背を利用して逆さつりにする

● やってみよう、小麦粉ねんど遊び！

①小麦粉100gに、食紅を少量（ほんのちょっとで大丈夫）混ぜ、耳たぶの固さになる程度に水を加えてこねる。

②サラダ油をほんの少し加えてさらにこねると、もうできあがり。

※白い粉が水を加えると、あざやかな色の粘土に早変わり。子どもは大喜びします。いろんな色の食紅を使うともっと楽しい！



◆ ママ、パパ、ボクを事故から守ってね！



鍋  
ひっくりか  
えすと危ない

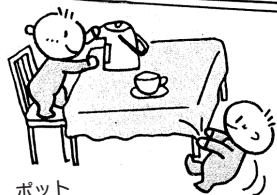
流し下  
危険な物は  
置かない

コンセント  
感電しないよう  
にキャップを



洗濯機  
水を入れておか  
ない。踏み台に  
なるものを置か  
ない

風呂場  
浴槽に水をため  
ておかない



ポット  
手の届  
かない所へ



## ◆ おっぱい育児について

### ●おっぱいの自然卒乳について

「自然卒乳」とは、自然にお母さんのおっぱいから離れていきますよ”という意味です。

毎回の食事から十分な栄養を得ることができるようになって、寂しいとき、悲しいとき、不安なとき、つらいとき、いろんな時におっぱいで感じる温もりが、『心の安定剤』となるのは当然の事です。

たっぷり甘えて安心すれば、やがて赤ちゃんが自分からやめることもあります。卒乳の時期はお子さんの状況を見て考えましょう。

### ●職場復帰するとき

保育園に入るのは子どもにとって環境がガラリと変わることなので、逆におっぱいは必要です。昼間はミルクでも、朝起きたとき、出かけるとき、保育園に迎えに行ったとき、夜眠るときにはしっかりとおっぱいを飲ませ、安心させてあげましょう。また、仕事を続けながらも、母乳だけで育てたいと思われる方は、しばっておいたおっぱいを飲ませるという方法もあります。

### ●おっぱいをやめなければならないとき

何らかの理由でおっぱいをやめなければならない時は、一方的に「今日でおわり」と大人が決めるのではなく、少しずつ子どもに話し掛けていくことが大切です。言葉の意味は判らなくても、状況を感じ取ることは出来ます。

例えば、「体が大きくなってきた〇〇ちゃんは、おっぱいとさよならするともっと大きくなれるよ」とか「あんよが上手になってきたから、おっぱいとバイバイしておいしいご飯を食べるともっと上手になるよ」とお話をしてあげてはどうでしょう。

おっぱいのやめ方は、お母さんと子どもの数だけあります。無理をすることは、お母さんにとっても子どもにとっても良くありません。

### ●お母さんのおっぱいの手当てについて

飲ませない時間が長くなってくると、おっぱいが張ってきます。そのままにしておくと乳腺炎の原因となってしまいます。張ってきたらいくら絞るようにしましょう。赤ちゃんの吸う刺激が無くなってくれば、おっぱいの量は徐々に減ってきます。完全に出なくなるのは個人差がありますが、半年から1年ぐらいいはかかると考えておいたほうがいいでしょう。

Q 1歳になりますが、まだ歩けません。心配ないでしょうか？

A 歩き始める時期は、個人差があります。この時期に、子どもさんが、自分で見たい、さわりたいという意欲をともなった“はいはい”ができていれば大丈夫です。見たい、さわりたいという気持ちが、まだ育たない早い時期に歩いてしまうと、目的なくただウロウロ動き回るといことにもなりかねません。

Q 後追いが激しくてこまっています。いつまで続きますか？

A 後追いはとっても大切なことです。お母さんとの信頼関係がしっかりとできあがっている証拠です。また、この時期は、お母さんが動くときもちも一直線についていきます。お母さんはすぐもどってくるから待っているというような気持ちは、まだ備わっていません。しばらくは子どもさんにつきあってくださいね。



◆ ママとパパへのお願い

●ママ、パパ、1年間大切に育ててくれてありがとう。  
(いつも泣いたら飛んできてくれたね。思い出すなあー。)

今、やっと歩けるようになって、とってもうれしいんだ。  
これから、いろんな新しいことを経験できると思うとわくわくするんだ。楽しみ!!

そこで、ママとパパに、これからのことをお願いがあるんだ。  
よく聞いてね。

これから経験する全部が初めてだよ。だから、「上手にできなくても、ただただ、自分でやるのがうれしくてたまらないんだ。」  
ママとパパからみたら、「ほらほら、何やってんのっ!」って思うだろうけど、しばらくは見守ってね。

知ってる?。こんなふうにする気があるのは、これまでのママとパパの愛情があったからなんだ。不安なときやつらいときは、ママやパパが優しく受け止めてくれるとわかっているから、挑戦しようと思えるんだ。ありがとう。

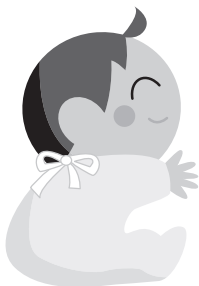
これから、ママのこと困らせることになると思うんだけど、ボクが一人前になるのに必要なことなんだ。何かあったら、すぐにママの胸に飛びこむから、いつも見守ってね。

●ねえ、ママとパパ。ボクが生まれたときのこと覚えてる?

元気なボクだったかもしれないし、いや、病気だったり、こわれそうなくらいとっもちっちゃかったかもしれない。

その時、どんなボクであっても、ボクが生まれたこと喜んでくれたよね。

これからボクは、持って生まれたありったけの力をだせるように、精一杯がんばるつもりなんだ。だからあの時と同じように、どんなボクであっても、優しく受け入れてくれるママとパパでいてほしいんだ。もしかしたら、ママとパパの期待にそえないかもしれないし、ママとパパが考えてる「いい子」には育たないかもしれない。でも、「自分らしく生きて、自分で物事を判断して、自分の行動や意見に自分で責任をもつことができる子ども」になりたいと思ってるんだ。(自分で言うのも恥ずかしいけど、カッコイイ!)

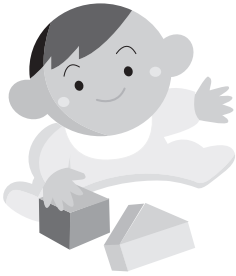




●ボクが、こんな先のことまで考えてるなんて、  
ちょっと驚いた？

この目標に近づくために、これからボクが経験することはぜんぶ意味があるんだ。ボクに振り回されて、「そんな先のことなんて考えられないっ！」っていうかもしれないけど、ママなら大丈夫。

ボクはママのこと信じてる。だから、ママもボクのこと信じてほしいんだ。



●最後に大切なこと、

こんなボクだから、ママをとっても悩ますこともあると思うんだ。そんな時、「私ってダメな母親だわ」なんてひとりで悩まないでね。そんな時は、まわりの誰かに話すこと。話してスッキリ！ってことよくあるでしょう。

保健センターの保健師さんに相談する方法もあるよ。子育ては、ママひとりが背負うものじゃないから、誰かに相談しながら、ゆっくり、時には手を抜きさぼりながらボクとつきあってね。

これから始まるボクの冒険旅行を、  
どうぞよろしく。

