

子どもの成長を見守ろう

3~4か月

首すわり

うつぶせの状態で肩や胸が上げられるようになれば、首すわりの完成。たて抱きやおんぶもできるようになります。



あやすと微笑む
機嫌が良いと「アーヴー」と声を出すように

4~5か月

寝返り

最初は腕が抜けなかったり、うつぶせから戻れないこともあります。個人差が大きく、ずっとやらないお子さんもいます。



声がする方向に顔を向ける
人見知りが始まる子も

6~7か月

おすわり

支えがなくても少しずつ安定して座れるようになります。視界が広がり、興味のあるものに手を伸ばすようになります。



声を出すことが増える
体を使った遊びを喜ぶ

7~10か月

つかまり立ち

さらに視点が高くなり、違う高さから見える景色を喜びます。立ても、自分で座れることもあります。



ひとり遊びが上手になる

離乳食

5・6か月

ごっくん期



7・8か月

もぐもぐ期



広告

車での送迎を行っております。
お気軽にお申し付け下さい。

お子様のカットも
承ります。

七五三、各種着付けも行っております。
(詳細はお問い合わせ下さい。)

美容室 *Coupe*

——御予約承ります。——

定休日 毎週月・火曜日
営業時間 9:00AM ~ 6:00PM

〒190-0182 西多摩郡日の出町平井239-4



TEL 042-597-6955



からだの発育、こころの発育はお子さんそれぞれ。あせらずに成長を見守ることが大切です。

町では、乳幼児に対する相談(→P22,23,48)も行っています。

子育てについての心配や不安がある方はお問い合わせください。

厚生労働省「使えるイクメン仕様 子育て書き込みノート」を元に編集

8~10か月

はいはい

行動範囲が格段に広がるため、誤飲防止のために家中の点検を。始める時期やスタイルはいろいろ。個人差があります。



おわりやハイハイで視界が広がり好奇心がうまれる。手にしたものを口に入れてて確認しようとする

10~11か月

伝い歩き

まずは左右どちらかの得意な方向に移動するようになります。脚を交互に出す経験を積むことで、ひとり歩きの練習に。



理解できる言葉
が増える
いたずらがさか
んになる

11~1歳1か月

1人で立つ

脚は、赤ちゃんの体重を支えるのに十分な強さになりました。あとは最初の一歩を待つばかり。



言葉がだんだん多くなる

「ねんね」「まんま」など言葉もだんだん多くなる

1歳~2歳

よちよち歩き

1人で立ってすぐに1人歩きにチャレンジする子、自信がつくまで歩こうとしない子など、性格的な面も。



9~11か月

かみかみ期



12~18か月

ぱくぱく期



広 告

おもちゃ箱のような“楽しい”を詰め込んだアットホームサロン

Growth
HAIR
美容室／グロース

042-597-5299
毎週水曜日・第1、3木曜日定休



ネットから予約できます。

いざというときのために おうちの危険箇所チェック

おうちの中には、子どもの興味を引く「危険」がたくさんあります。

あてはまる場所や物の位置をしっかり確認して、事故対策を家族で考えておきましょう。



広告

**あなたの街の
ペンキ屋さん。**

**★お客様のニーズに応えて、材料・品質も
向上し、敏速に対応。責任施工します。**

安心の地元企業

株式会社菊地塗装

本社:伊奈 1569-9
事務所:高尾 142 (五日市街道沿い)

042-596-3971
FAX 042-596-5361
お見積無料!! お気軽にお問い合わせ下さい!!



広告



インテリア全般
(障子・ふすま張替・クロス
壁紙 その他)
ご相談ください
清水経師店
日の出町大久野150
TEL 042-597-0885



いざというときのために／

赤ちゃん家庭の防災

災害はいつ起こるかわかりません。

妊娠中や赤ちゃんがいるときに災害が起きた場合を想定しておきましょう。

事前対策が大事

非常用持出袋を用意しておきましょう!



避難する際には赤ちゃんを抱いて避難しなければなりません。実際に赤ちゃんを抱えて持てる量なのか、しっかり確認しておきましょう。また、両手が使えるようリュックにつめておきましょう。



お母さん・赤ちゃん用必要グッズ



□ 授乳関連グッズ：授乳用ケープ、ミルク、哺乳瓶、調乳用の水
(日頃の授乳方法にあわせて準備)



□ 母子健康手帳、
福祉医療費受給者証、
診察券



□ 紙おむつ、お尻ふき
(お尻ふきは、身体も拭ける)



□ 生理用品
□ 離乳食
□ 帽子
(頭を守れるもの)

□ カーゼ・ハンカチ、
タオル
□ おくるし
□ 普段使っている薬、
お薬手帳



家族で話し合いましょう!

確認
すること
を

- ハザードマップなどで自宅周辺の危険箇所を把握する
- 避難する場所を決め、そこまでの避難経路や避難準備・開始の条件をチェックする
- 災害時の家族の連絡方法を決めておく
- 家庭での役割分担を決めておく(ドアを開ける、火の始末、ブレーカーを切る、など)
- 日の出町からの災害情報の入手手段を把握する

広告

LINE相談
できます!

匠の水道屋さん

水漏れ つまり おまかせ!

042-532-2267

株式会社 川崎設備

（事前チェック！）

土砂災害等ハザードマップ

大久野地区と平井地区の土砂災害等のハザードマップを公開しています。地震時や台風・大雨時の避難行動、台風の接近・上陸時のタイムラインなども掲載しています。お手元にマップがない方は、役場2階生活安全安心課にて配付しています。

ハザードマップ



災害情報の入手方法

日の出町公式サイト ▶P4

災害に関する最新情報を確認できます。



日の出町公式LINE ▶P4

子育て情報のほかにも、災害情報や気象情報なども受け取ることができます。



日の出町公式X（旧ツイッター） ▶P4

通常は町政情報やイベント情報を発信していますが、災害発生時などの緊急時は災害情報なども発信します。



ケーススタディ

妊娠中に避難生活をすることになったら？

- 冷えるとおなかが張りやすくなります。できるだけ温かくしましょう。
- 妊婦は血栓ができやすいため、エコノミークラス症候群になる恐れもあります。ときどき体を動かし、水分を十分にとりましょう。
- 避難所の食事は塩分が高いこともあり、血圧が高くなることも。妊娠高血圧症候群に気をつけましょう。

赤ちゃんが一緒に地震がおきたら？

- 地震発生時は特に頭を守りテープルや机などの下に体を隠しましょう。
- 摆れがおさまったら、倒れた家具や割れたガラスの破片などに注意しましょう。
- 屋外避難や屋内避難では、日の出町のホームページ、テレビやラジオで情報収集し、必要に応じて避難準備をしましょう。



体調に気を付けたい

子どもの熱中症予防のポイント

- ✓ 気温と湿度をこまめにチェック！暑さ指数や熱中症警戒アラートも参考に
- ✓ 室温28°Cを目標にエアコンや扇風機を適切に使う
- ✓ のどの渇きを感じなくとも、こまめに水分補給する
- ✓ 無理をせず、適度に休憩する
- ✓ 十分な睡眠と食事を取る



熱中症警戒アラート▶

（環境省熱中症予防情報サイト）



- ✓ 体を締め付けない涼しい服装で、日よけ対策も
- ✓ 短時間であっても絶対に車内を子どもだけにしない



子どもの熱中症対策を心がけましょう！

（消費者庁ホームページhttps://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/child/project_001/mail/20220608/）を加工して作成