

## 事故防止のための安全チェック

### ★誤飲

- 4cm未満の物は子どもののどにつまることができるか？  はい  いいえ  
★ブドウ、リンゴ片、ミニトマトなどでも窒息事故が起きています！
- ピーナッツや飴玉などは、与えないようにしていますか？  はい  いいえ
- 口に入れて危険なもの(タバコ、化粧品、ボタン電池など)は、子どもの手の届かない場所(1m以上)に置いていますか？  はい  いいえ

### ★転落・転倒

- 階段には、上下に安全柵を取り付けてありますか？  はい  いいえ
- ベビーカーでは、必ずベルトをしていますか？  はい  いいえ
- 家具の角には、柔らかなガードがしてありますか？  はい  いいえ

### ★やけど

- 熱い食べ物をテーブルの端に置かないようにしていますか？  はい  いいえ
- ストーブ、アイロン、ポット、電気コードなどは、子どもが手をふれられないようにしていますか？  はい  いいえ  
★炊飯器や加湿器などの蒸気も危険です。
- テーブルクロスを使わないようにしていますか？  はい  いいえ  
★引っ張ると上に乗った熱い食べ物などが落ちてきて大変危険です。

### ★溺水

- お風呂の後は、すぐに浴槽のお湯を抜いていますか？  はい  いいえ
- バケツ、洗面器などは、いつも空にしていますか？  はい  いいえ  
★わずか10cmの浅い水でも溺れます。
- 浴室で子どもを一人にしないようにしていますか？  はい  いいえ

### ★チャイルドシートの正しい使用

- 車に乗せるときは、チャイルドシートを使用していますか？  はい  いいえ

子どもを、短い時間でも  
ひとりにして  
おかないことが大事です！

#### 福井県の子どもに関する問い合わせ先

〒910-8580 福井市大手3丁目17-1

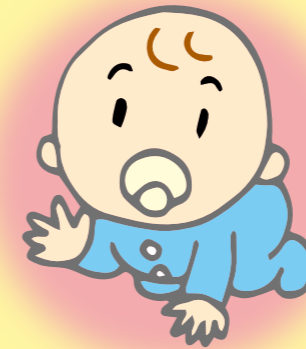
【福井県健康福祉部】

小児医療について…… 地域医療課 (0776-20-0346)  
子育て支援について…… 子ども家庭課 (0776-51-0341)  
定期予防接種について…… 健康増進課 (0776-20-0352)  
心身の発達について…… 障害福祉課 (0776-20-0634)

# 子育て ワンポイント

9～10か月健診から

好奇心いっぱい！



活発に動くよ!!  
ハイハイしたり、  
歩いたり。

まねっこ大好き！

赤ちゃんの活動範囲は、どんどん広がっていきます。  
色んなことを見て、聞いて、触って吸収していきます。  
赤ちゃんとのコミュニケーションを楽しみましょう！

福井県・福井県小児科医会

## からだ

- **体重増加がゆっくりに**  
活発に運動し、身長も伸びていれば、心配ありません。
- **発達には、個人差がみられます**
- **歯が生える**  
生える時期や生え方には個人差が大きいです。

## 食事

- **1日3回食に進めましょう。**
- **家族といっしょに楽しく食事を。**
- **歯ぐきで噛めるぐらいの硬さが適当です。**
- **1歳6か月頃までを目安に、マイペースで離乳を進めましょう**  
離乳の完了とは、栄養の中心が母乳やミルクから食べ物に変わることになります。子どもによって、進み具合に差がみられます。
- **少しずつ自分で食べさせてみよう**
- **ムラ食い、偏食は焦らず、無理強いせずに**

## せい がっ

- **メディアはほどほどに。親子のコミュニケーションを大切に！**  
・子どもの言葉の発達には、家族との双方向のコミュニケーションによって促されます。  
・子どもに長時間テレビ・ビデオやスマホを見せることは、言葉の遅れとの関係が示されています  
・授乳中や食事中はテレビをつけなくて。  
・つけっぱなしにせず、見たら消しましょう！

- **夜泣きの悩み・・・1歳6か月頃には  
きつと軽くなる**

子育て中の共通の悩みです。赤ちゃんの睡眠リズムが発達する過程であり、そのうち自然に見られなくなります。お父さんも協力してくださいね。

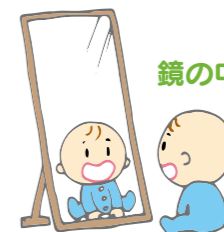
## 遊び

- **好奇心がいっぱい、探検大好き**  
過保護にならないように、安全対策をしっかりしたうえで、ゆったり見守って。
- **他人や物への興味津々**  
話しかけ、スキンシップをたくさんしましょう。歌を歌ったり、絵本で楽しんでもよいでしょう。同じ年頃の子とも遊ばせてみましょう。
- **言葉や遊びは、まねをすることが大事**  
バイバイ、イナイイナイバー、音楽に合わせて踊ったり。
- **上手にできたら、ほめてあげましょう**



たかいたか〜い

※あまりに激しく揺さぶることは、やめましょう



鏡の中自分とお話



手遊び

## 予防 接種

★もう接種はお済みですか？（1歳頃までに）

BCG  4種混合（3回）

ヒブ（3回）  肺炎球菌（3回）



★1歳6か月健診までに（1歳になったら早めに）

麻疹・風疹（MR）  4種混合（4回め）

ヒブ（4回め）  肺炎球菌（4回め）

みずぼうそう

終わったものにチェック☑