

ねがえりの促し方



♪おむつをかえてあげた後などにやってみてください。



☆ねがえりの練習をしてみましょう。

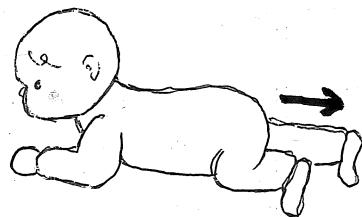
片方のおひざを曲げて、ねがえる方向へ体をゆっくりひねっていきます。

～左へねがえる時は右ひざをまげて～

※おひざにだけふれ、お子さんがねがえる方向へ動いてくるのをまってあげることがポイントです。

☆横向きをすぎたら、床にふれているひざを伸ばしてあげましょう。

※お子さんの動きをまって、ゆっくり行ってください。



注意:子どもは何が危険であるか判断がつきません。

遊ばせる時は、必ず大人を目や手の届く範囲で行いましょう。

ふじみ野市保健センター