



おいらについては
右のQRで
見てね

おいら新生児

おいらが立って歩くまでの
小さいけど大事なプロセス知っというてや



横向きでのリラックス姿勢 これができたら寝返りへのカウントダウン

足をもって遊んでいたら
バランスを崩して横になったわ



バランスをくずした時は
びっくりして泣いたんだ



でも、慣れてきたら横になった時、
新しい景色が見えた



おいらは、背中じゃなくて
横ってところでも
バランスとれるように
なったんだ
すごいだろう



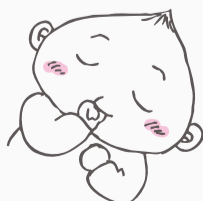
そこに、気になってた
くまさんがあったよ
自分でさわれたんだ

あおむけ（背臥位）から、他の姿勢への変換が起こっているといわれるのが、この横での姿勢（横臥位）です。この姿勢は頭がカラダと一緒に動くこと（頭部の回旋）で、首の立ち直り反応がおき、頭とカラダ（上部と下部の体幹）がひとまとまりになって回旋（捻る）した時にできる動きなのです。右横を下にする経験。左横を下にする経験。それが安定したら、実は仰向けになることも、下を向いてうつ伏せになることも、あと少しの動作でできるのです。リラックスした様子で指を吸っているあかちゃんは、それだけですごいです。

■横の姿勢は意外と難しいのです。
あかちゃんにとって初めての姿勢は不安だし、
バランスもとりにくいもの。
そんな時は、横向きの姿勢に
なった時に、少し手のひらで
圧をかけてあげると、
カラダと床との接地面が
増え、安定してきます。



■リラックスしたあかちゃんになって、
指を吸ってみませんか？ あかちゃん
が仮に10分ほど指を吸っていたとし
ます。それを真似できる大人はなかな
かないほど、口が疲れます。これから、
食事をしたり、言葉を
発するための基礎
トレーニングを
しているようですね。



■横向きの姿勢でおもちゃをもって遊ぶのも大好きな
時期です。特別なものでなくてもいいのですが、口に入
れて危なくない素材や大きさ。手を動かしたときに
顔に当たっても危なくない素材。あかちゃんの片手で
持てるくらいの重さ。あと、振った時に音が鳴ると楽
しいですね。
それを考えて作られたのが、
ガラガラとか、
ラトルというものなんだと
思います。

