



## 10ヶ月児のお子様について、ご心配なことはございませんか？

10ヶ月になるころのお子様のご様子を説明します。

(早めにお生まれの方は成長発達が少し遅く、それが正常です)

- **発達** 手で支えずにお座りが出来るようになります。また、座ったままやハイハイで移動したり、つかまり立ちが出来るようになります。小さいものを上手につかめるようになり、人の動作を真似して繰り返すようになります。大人の言うことが少し理解できるようになり、表情が豊かになり、意味のない言葉(喃語「マンマン」や「ダーダー」など)を盛んに発するようになります。
- **シャフリングベビー** うつぶせ寝を嫌がり、ハイハイせず座った姿勢で移動する赤ちゃんをシャフリングベビーと言います。腹ばいを嫌がるので寝返りすることが少なく、脇を持って立たせても足を床につけずに、あたかも空中で座っているような姿勢を取ります。ハイハイや歩き始めが遅れることがあります。大半は1歳半から2歳までの間に歩き始めます。
- **赤ちゃんとの生活** 動く範囲が広がり、周囲のものに興味を示し始める時期です。また大人の意図を理解し、大人との関わりを楽しむことを覚えます。お天気が良い日は散歩しましょう。赤ちゃんはテレビやスマホが大好きなので、放っておくといつまでも画面の前から離れません。2歳までは、テレビやスマホを見せることは控え、授乳中、食事中の視聴は避けましょう。
- **赤ちゃんの栄養** この時期月離乳食は1日3回くらい、ミルクを飲む量は1日2~4回くらいになります。ただ離乳食が進まなくても、焦らなくて良いです。体重の増えが1週ごの場合にはご相談ください。
- **フォローアップミルク** 粉ミルクは母乳の代替品として使用されます。一方、フォローアップミルクはあくまでも離乳食完了期に飲む牛乳の代替品です。粉ミルクに含まれる金同や亜鉛は含まれていません。そのため離乳食が1週間ほど進んでいけば「離乳食+母乳または粉ミルクを飲めば十分です。フォローアップミルクを与える必要はありません。
- **事故予防** 行動半径が広くなり、何にでも興味を示す時期です。赤ちゃんは何でも口に入れるので、危険なものは手の届かないところに収納してください。(乳幼児健診マニュアル福岡地区小児科医会編集を元にお話しました)