

春生まれ予定 ママと赤ちゃんの1年間カレンダー

身長
およそ60センチ

生後
3か月(6・7・8月)



睡眠と授乳のリズムができてきます。
お首が座り、抱っこしやすくなります。
日差しが強く、暑いのでいっぱい汗をかきます。
お天気のよい日はお散歩に。
涼しい朝や夕方などがおすすめ。

🦆 準備のポイント

暑い時期に入ります。汗っかきな赤ちゃんが涼しく過ごせるアイテムを用意してあげてくださいね。冷房による冷えすぎにも注意。体重が生まれたときの2倍くらいになります。肌着やお洋服のサイズアップ時期です。

🦆 必要なものリスト

- ノースリーブ短肌着(60cm) 3枚
- ボディシャツ(つなぎタイプ) 3枚
- プレオールまたはショートオール
- 冷房対策の胴着(ベストタイプ) 1枚
- ベビー用UVミルク 1コ
- ポンチョまたはケープ(UVケア用)
- 帽子
- 汗取りパッド
- 歯がためのおもちゃ
- プレイマット
- ベビー食器・調理器・マグ・エプロン

生後3か月(6・7・8月)

着るもの：肌着

短肌着からボディシャツへ衣替え。

そろそろ短肌着は卒業。
お首がすわったら、立て抱きをしてもお腹の出にくいタイプのボディシャツ(ノースリーブ)が便利です。
素材は天竺がおすすめ。さらっとして気持ちがいいですよ。
ベビー服の下に着せてもさわやかです。



この時期におすすめの肌着

暑い日には、ノースリーブロンパース肌着で涼しく。
首がしっかりすわったら、かわいい前開きボディシャツがおすすめです。
ねんねするときには、背中に1枚「汗取りパッド」を入れておいてあげるといいですよ。



着るもの：ベビーウェア



つなぎタイプのウェアが便利です。

半袖でお腹の出ないショートオール(つなぎタイプ)が便利。
綿素材で、涼しいものを選んであげてください。
サイズは60センチを目安に。

この時期におすすめのベビーウェア

つなぎタイプで上下コーディネートに見えるデザインは
この時期ならではのかわいらしさ。
冷房の効いたお部屋では、カーディガンがあると便利です。



ベビーグッズ

紫外線対策をばっちりして、 お出かけを楽しみましょう！

お出かけができるようになってきた赤ちゃんのために、紫外線対策を！
さっとはおれるポンチョがいいですね。顔やおてては、
ベビー用UVミルクで保護を。少量でしっかり紫外線からお肌をまもります。
朝や夕方など日差しがやわらいだら、お日様に当ててあげることも忘れないで。



この時期におすすめのベビーグッズ

ポンチョやケープは、お出かけ時の紫外線対策と同時に冷房対策にも便利
です。袖がないので、小さな赤ちゃんでも着せやすさ抜群。
またミキハウスのUVミルクは、小さな赤ちゃんの肌に安心です。
うすく塗るだけでOK。



ごはん



授乳のリズムができてきます

睡眠と授乳のリズムができます。
ミルクの赤ちゃんは、哺乳瓶の乳首のサイズもチェックしましょう。
授乳中の汗対策でママも赤ちゃんも快適に。

この時期におすすめの授乳グッズ

外出先での授乳用に授乳ケープはおすすめ。
授乳中は赤ちゃんもママも汗をたくさんかきますので、汗とりパッドを
赤ちゃんの背中に挟んだり、ママの腕にタオルを置いて快適に。



あそび

いっぱい遊んであげましょう

触れたものをつかむようになり、自分の手をながめたりします。
指しゃぶりははじめるのもこのころです。ごきげんなときは、よくひとりで遊びます。
おもちゃのそばで、やさしく声をかけながら、見守ってあげるといいですね。
赤ちゃんはママやパパにあやしてもらるのが大好きです。



この時期におすすめのおもちゃ

歯がためのおもちゃや、ねんねのままで手足を伸ばして遊べるプレイマットがおすすめです。手に持ったものを口に入れるので、洗えないおもちゃの場合は、衛生管理のために、除菌ミストがあると安心。



イベント



お食い初め

(食べ初め、箸揃え、百日(ももか)の祝い、歯がためなど、地域により呼び方は異なります。) 生後100日頃「子どもが一生食べることに困らないように」と願い、食事をする真似をする儀式です。食器は儀式用に新しいものを用意してあげましょう。離乳食で使用するベビー用食器でも代用が可能ですが、お祝いのお膳は、一汁三菜を用意してあげましょう。地域によりお祝いの内容は異なりますので、ご家族に相談することをおすすめします。

この時期におすすめのごはんグッズ

お祝いのための正式な食器は記念になるのでぜひ用意してあげましょう。もちろん、ベビー用食器でも代用ができます。新しい食器でお祝いしましょう。6か月ごろからは離乳食ですと使えます。



春生まれ予定
ママと赤ちゃんの1年間カレンダー

身長
およそ 70 センチ

生後

6か月(9・10・11月)



残暑がありながらも、朝夕冷えてくるように。涼しく、さわやかな気候になりますが、乾燥に気をつける季節です。

🐥 準備のポイント

肌着やベビー服のサイズがきつくなっていませんか？寝返りやおすわりなど、赤ちゃんの動きが活発になってくるので、手足の動きをさまたげないお洋服を選んであげましょう。体温調節が苦手な赤ちゃんのために、素材も寒さに備えてかえていきましょう。

🐥 必要なものリスト

- 半袖のボディシャツ(70cm) 3~4枚
- カバーオール 3~5枚
- 防寒用カバーオール 1枚
- スタイ(よだれかけ) たくさん
- ベスト 1枚
- スリーパー 1枚
- 長袖のパジャマ 2組
- 木のおもちゃ・動くおもちゃ
- ベビーサークル
- 離乳食用調理器
- 離乳食用食器

生後6か月(9・10・11月)

着るもの：肌着

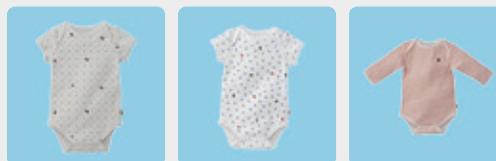
ボディチェックをしましょう。

そろそろ、ボディシャツがきつくなってくる時期です。サイズチェックして秋冬用の素材にしてあげましょう。ノースリーブは半袖に。素材は天竺からフリース素材にかえましょう。サイズは70センチを目安にしましょう。



この時期におすすめの肌着

フリース素材の半袖ボディシャツが最適です。かわいいプリントのボディシャツを選んであげましょう。首がしっかりと座っているので、かぶりタイプのものが便利です。気温が下がってきたら長袖に替えてあげるのも忘れずに。



着るもの：ベビーウェア



温度調節に気をつけて。

暑さの残る時期は、肌着の上に薄手のカバーオールを着せてあげましょう。寒くなってきたら冬に向けて、厚手のカバーオールを。この季節は気温が安定しないことも。他にベストやカーディガンが1枚あると温度調節がラクです。サイズは70センチを目安にしてください。お出かけ用に、防寒のカバーオールやマントもあるとあったかくすごせます。

この時期におすすめのベビーウェア

動き回ってもお腹が出ないカバーオールがおすすめ。寒いときには足までカバーする「足つき」がおすすめです。デザインも重ね着風でかわいらしさアップ。ママのセンスでおしゃれなカバーオールを選んであげましょう。



ベビーグッズ

昼夜の区別をつけて 生活リズムを作りましょう。

夜寝るときには、パジャマ(長袖)を着せてあげて、着替えの習慣とともに、生活リズムを作っていきます。また朝夕冷えてきますので、スリーパーなどで寝冷えを防いであげましょう。ベビーカーに乗るときには、フットマフがあったかくて便利です。



この時期におすすめのベビーグッズ

赤ちゃんは眠っているときにたくさん汗をかきますので、パジャマは綿素材で気持ちよくやわらかなものを。お腹が出ないボタンつきのパジャマを選びましょう。お布団から飛び出しても寝冷えしないようにスリーパーもおすすめです。



ごはん



離乳食がはじまる時期です。

様子を見てはじめてみましょう。ベビーチェアに座らせてあげて、使いやすい離乳食用の食器や調理器具を利用すると便利です。あくまで赤ちゃんのペースで進めてあげましょう。毎日作るのは大変なので、小分けして冷凍するなど工夫するといいですね。

この時期におすすめのごはんグッズ

すりつぶしたり、裏ごししたりする調理器具がついたベビー食器セットは大活躍します。よだれが多くなりますので、スタイも用意しましょう。ベビーチェアはハイチェアが長く使えていいですね。このハイチェアは大人まで使っていただけます。



あそび

いっぱい遊んであげましょう

お座りができたら、木のおもちゃ(ラトルブロック)や動きのあるおもちゃが大好きです。ぜひ一緒に遊んであげましょう。
赤ちゃんはお歌も大好きなので、ママやパパと一緒に歌ってあげると喜びます。



この時期におすすめのおもちゃ

手に持って遊ぶもの以外に、動くものにとっても興味を示します。スイングベアやボールなどがおすすめです。



イベント



ハーフバースデー

誕生から6か月。ハーフバースデーのお祝いをしましょう。
パパとママにとっても、半年間をねぎらい合う日になりますね。
赤ちゃんが喜びそうなおもちゃをプレゼントしたり、
赤ちゃんも一緒に食べられる手作りケーキなども楽しそうです。

ハーフバースデー！この時期におすすめのお祝いグッズ

生後6か月のお祝いには、ミキハウスの絵本がぴったりです。
音の出るえほんで、一緒にうたったり、ベビーカーにつけられる
お出かけ用布絵本はきっとお気に入りになりますよ。



春生まれ予定 ママと赤ちゃんの1年間カレンダー

身長
およそ80センチ

生後

9か月(12・1・2月)



ハイハイとつかまり立ち

好奇心が旺盛になり、
自分の名前を呼ばれると振り向くよう
になります。
一方で、人見知りや後追いが始まります。

準備のポイント

ハイハイしたりつかまり立ちをしたりと、
赤ちゃんができることがどんどん増えていきます。
その一方で目が離せなくなりますので、安全対策にも気をつけたいですね。
つかまり立ちができるようになると、セパレートタイプのお洋服が便利になります。

必要なものリスト

- 長袖のボディシャツ(80cm) 3~4枚
- カバーオール 3枚
- トレーナーや長袖Tシャツ
- スパッツやスカート
- 防寒用マント 1枚
- スタイ(食事用エプロン) 4~5枚
- ベスト 1枚
- スリーパー 1枚
- 長袖のパジャマ 2組
- 木のおもちゃ・動くおもちゃ
- ベビーサークル
- 離乳食用調理器
- 離乳食用食器

生後9か月(12・1・2月)

着るもの：肌着

サイズチェックをしましょう。

そろそろ、ボディシャツがきつくなっていませんか？
今のサイズが小さければ80センチにサイズアップしましょう。
半袖は長袖に、素材はフライスでOKです。



この時期におすすめの肌着

寒い時期の肌着は、ふんわりやわらかな保温性の高いものがおすす
めです。素材はフライスが最適。手足は冷えやすいので、半袖を長袖に
あげましょう。その上に、カバーオールや、セパレート(トレーナー&
スパッツ)のお洋服を着せてあげましょう。



着るもの：ベビーウェア



寒さ対策と同時に、赤ちゃんの動きをさまたげない工夫を。

活発に動き回るので、暖房の効いたお部屋では、薄着を心がけ、動きやすい服装にしてあげましょう。つかまり立ちをしはじめたら、上下が分かれたセパレートタイプのお洋服がおむつ替えのときなど便利です。ママのセンスでコーディネートを楽しんで。外出時は、マントがあったかくていいですね。

この時期におすすめのベビーウェア

冬の赤ちゃんには、上品なシルエットのマントが似合います。フードつきだから、風の冷たいときにも安心。2歳ごろまで長く着られるのもうれしいポイントですね。



ベビーグッズ

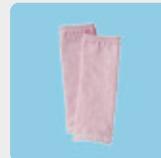
動き回る赤ちゃんのための安全対策を。

好奇心が旺盛になり、どこにでもハイハイしていき、何でも口に入れるので、お部屋の中を安全に保ちましょう。階段やお風呂場、お台所などに入ってこないように、ベビーガードなどを取り付けると安心です。つかまり立ちをするようになったら、家具の角などにも気をつけて。



この時期におすすめのベビーグッズ

ハイハイする赤ちゃんにおすすめなのは、レッグウォーマーです。おひざを守り、寒さ対策にもなる重宝アイテム。コーディネートのアクセントにも。また、つかまり立ちをしていても安全な丈のスリーパーも、寒い時期にはおすすめ。



ごはん



手づかみで食べたがり、遊び食べも始まります。

2回食を始めてから、3か月くらいたった頃から、3回食にしてあげましょう。ただし、急ぐ必要はないので、赤ちゃんの様子をみながらでかまいません。ごはんのときには自分で食べたがるようになるので、赤ちゃんが自分で食べられるものを用意してあげるといいですね。またテーブルの下が汚れることが気になるママやパパは、足元に新聞紙やピクニックシートなどを敷いておくで後片付けがラクです。

この時期におすすめのごはんグッズ

一人で食べたがるようになると、たくさんこぼしたり、汚したりします。そんなときに大活躍するのが、袖とポケットがついたエプロンや、大きなポケットがついたランチスタイです。お洋服も汚れにくく、洗濯や後始末がラクなのでおすすめです。そろそろストローの練習もはじめてみましょう。



あそび

好奇心が旺盛になり夢中で遊びます。

出したりひっぱったり裏返したり、いろいろなことができるおもちゃが大好き。ティッシュを箱から引き出したり、新聞紙をやぶいたり……。夢中で遊ばせてあげましょう。小さなものつまめるようになりますので、誤飲がおきないように与えるおもちゃに注意してくださいね。また「あーあー」と声を出してお話するようになります。そんなときは、相手をしてあげてくださいね。



この時期におすすめのおもちゃ

パパの使っているスマホやテレビのリモコンなどが大好きです。まねをして電話を耳にあてたりします。積み上げられたブロックや積み木を壊すこともできるようになるので、一緒に積み木遊びすると楽しいですね。

