

夏生まれ予定 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(9・10・11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。
残暑がありながらも、
朝夕急に冷えてくるように。
日中は涼しく、さわやかな気候ですが、
乾燥に気をつける季節でもあります。

🦆 準備のポイント

残暑が続くかと思えば、急に冷たい風が吹く季節。赤ちゃんの様子をみながら、体温調節しやすい服装を心がけてあげましょう。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

- 短肌着(60cm) 3枚
- ボディシャツ(つなぎタイプ半袖) 3枚
- ショートオールまたはカバーオール
- 体温調節用のベスト
- おでかけ用はおりもの(カーディガン)
- ひざかけ
- レッグウォーマー
- 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(9・10・11月)

着るもの：肌着

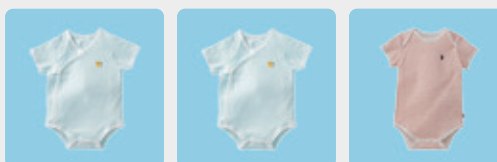
首がすわったらボディシャツ。

短肌着やコンビ肌着のサイズを60センチに。
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(半袖)が便利です。
素材はフライスがおすすめ。ふんわり気持ちがいいですよ。
汗をかいてもしっかり吸湿するので、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

残暑が残るこの時期、インナーには半袖の前開きロンパース肌着がおすすめです。首がしっかりすわったら、柄物ボディシャツがいいですね。



着るもの：ベビーウェア

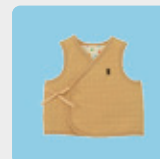


つなぎタイプのウェアが便利です。

残暑厳しいときには、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。涼しくなってきたら、この上にカーディガンをはおったり、長袖のショートオールを着せてあげましょう。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セパレ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。女の子ならベストとブラウスの重ね着風に。男の子ならTシャツとパンツタイプでかっこよくきめて。体温調節のベストも一枚あると便利です。



ベビーグッズ

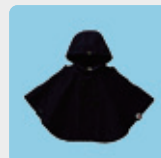
体温調節に気をつけて！

お出かけができるようになってきた赤ちゃんのために、お天気の良い日はお散歩しましょう。この時期、急に冷たい風が吹いたりすることもあるので、体温調節には気をつけてあげましょう。カーディガンやベストはもちろん、ベビーカーにひざかけがあると便利。



この時期におすすめのベビーグッズ

風が冷たくなってきたら、お出かけにはマントの用意を。素材は軽めのもので、さっと羽織れるから赤ちゃんもママもらくです。ベビーカーにはひざかけ代わりにポータブルケットがあると便利です。



ごはん

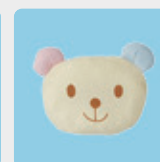
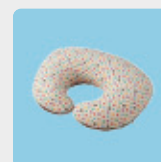


授乳のリズムができてきます

睡眠と授乳のリズムができてきます。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。ケープがあると、授乳中もあったかです。でも、すぐに汗をかくので、汗とりパッドを赤ちゃんの背中に挟んだり、ママの腕に授乳まくらを置いて快適に。授乳クッションはおすすめです。



あそび

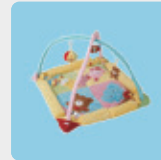
いっぱい遊んであげましょう

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。



夏生まれ予定
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(12・1・2月)



いよいよ初めての冬です。
お家の中では、あまり厚着をせず
動きやすくしてあげましょう。
天気のよい日は、防寒着であたたかくして
お散歩しましょう。

🐣 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。
室内と屋外の気温差がはげしくなるので、体温調節がうまく出来るよう
着るものを選んであげたいですね。

🐣 必要なものリスト

- 長袖ボディシャツ(70cm) 3~4枚
- カバーオール 3~5枚
- セパレートウェア
長袖Tシャツ+ズボン トレーナー+スパッツ ワンピース+レギンス
- 防寒用カバーオール 1枚
- ベビーカー用フットマフ
- 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(12・1・2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。
半袖はノースリーブに。素材はフライ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

フライス素材の長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。



着るもの：ベビーウェア



温度調節に気をつけて。

本格的な寒さになってきたら、厚手のカバーオールを。
サイズは70センチを目安にしてください。
この季節は、室内が暖房であたたかすぎると、赤ちゃんは汗をかきますので、こまめにチェックしてあげて。
お出かけ用には、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。
素材は、ふんわりあったか接結天竺を。
寒い日のお出かけ時には、防寒用のカバーオールであたたかく包んであげましょう。



ベビーグッズ

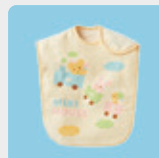
昼夜の区別をつけて 生活リズムを作りましょう。

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しょう。寒い夜に布団から飛び出して寝冷えしないように、スリーパーなどであたたかくしてあげましょう。スリーパーは、起きて遊んでいるときも手足の動きをさまたげないので、赤ちゃんも快適です。



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

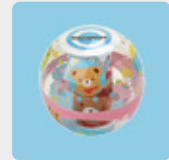
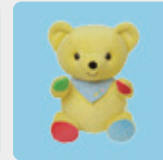
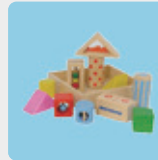
いっぱい遊んであげましょう

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

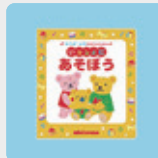


ハーフバースデー

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。



夏生まれ予定
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(3・4・5月)



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

季節は春になってほかほか。赤ちゃんを連れてのお出かけも楽しいですね。
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

- 半袖ボディシャツ(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
- レッグウォーマー
- UV対策用ポンチョ
- 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(3・4・5月)

着るもの：肌着

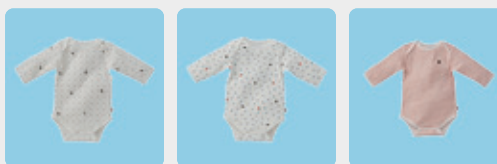
サイズチェックをしましょう。

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

肌着は、通年用素材のフライスが最適。春先はまだ気温が低いことも多い
ので、様子を見ながら、半袖・長袖を選んであげましょう。
その上に、カバーオールや、セパレート(長袖Tシャツ&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

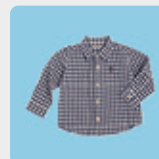
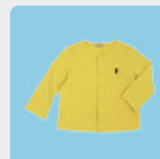


紫外線対策と同時に、赤ちゃんの動きをさまたげない工夫を。

活発に動き回るようになるので、薄着を心がけ、動きやすい服装にしましょう。つ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。紫外線が強くなる時期なので、お出かけのときは、UV対策用のポンチョがおすすめです。

この時期におすすめのベビーウェア

春は赤ちゃんもオシャレしてお出かけしましょう。男子なら、かわいい長袖Tシャツにスパッツ。女の子なら、ワンピースにレギンスなど。ママのセンスでコーディネートを楽しんで。



ベビーグッズ

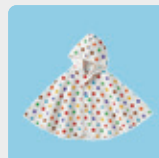
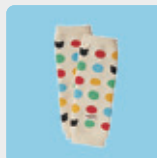
動き回る赤ちゃんのための安全対策を。

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、お台所などに入らないように、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、UV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、ベビーカーに乗っている時のUV対策には、ポンチョがおすすめ。



ごはん

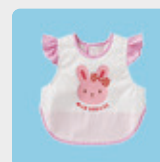
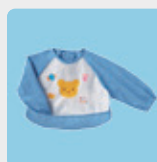


手づかみで食べたがり、遊び食べも始まります。

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。

