



10か月になりましたね

現時点での成長の様子を確認するため、母子手帳別冊の受診票を使って医療機関で10か月健診 (<https://www.city.nagasaki.lg.jp/site/e-kao/6429.html>) を受診しましょう。

離乳食が3回食になってきた頃でしょうか。手づかみ食べは、食べる意欲を育て、手指の発達を促進しますので、積極的にさせてあげてください。「おいしいね」など声掛けをしながら、楽しいご飯タイムにしましょう。

ハイハイが上手になってきて、行動範囲も広がり、いろいろなものに興味を示したり、なんでも口の中に入れて確認しようとしめます。事故や誤飲が増える時期ですので、危険がないかおうちの環境を今一度確認してください。お風呂のお湯は貯めたままにしていますか？口の中に入る大きさのものを放置していませんか？

ママは子育ての疲れはありませんか。乳児期家事代行サービス (<https://www.city.nagasaki.lg.jp/site/e-kao/6524.html>) や一時預かり (<https://www.city.nagasaki.lg.jp/site/e-kao/6513.html>) 等の利用が可能です。

その他、こども・子育てイーカオ相談 (<https://www.city.nagasaki.lg.jp/site/e-kao/6417.html>) をいつでもご利用ください。

