

落ちつきやすい抱っこの仕方

泣いていたり興奮していると、赤ちゃんは体や手足を突っ張ったり、反り返ったりして、とても抱きにくいことがあります。そんな時には、まず、なぜ泣いているのか観察してみましょう。

- ・おなかが減っているのかな？
- ・おしゃぶりが欲しいのかな？
- ・オムツを交換してほしいのかな？
- ・暑いのかな？

といったように まずは泣いている原因を探してみてください。

それが解決することによって、落ちつく赤ちゃんも多くいます。



それでも反り返ってしまって、落ちつかない場合は、以下のポイントを意識して抱っこすると、落ちつくことがあります。

- ・首、背中、お尻をしっかり支える
- ・手足がバタつかないように、体と手足を少し丸めて抱える
- ・抱っこしている人の膝に赤ちゃんをのせて脚をゆっくり動かして揺らす

注意：赤ちゃんだけを揺らしたり、激しく振ったりすると、「揺さぶられっ子症候群」となるリスクが高いため、あやし方、揺らし方に気をつけること



《横抱き》

赤ちゃんの手足がバタつかないように、腕で赤ちゃんをしっかり引き寄せます。



《縦抱き》

- ① 赤ちゃんの背中をママやパパの体に密着させながら胸を抱えます。
- ② 赤ちゃんの手は前に出るようにし、お尻をしっかり支えます。