



## 8か月になりましたね



生活を通して色々な動きや表情が見られますね。パパとの関わりはどうか。お遊び教室のパパデー (<https://ekao-ng.jp/know/school-playtime/>) に参加し、パパとの時間をつくってみるのも良いですね（ママだけの参加もOKです）。また、この時期は脳が一番発達するため、人見知りや夜泣きが始まる時期でもあります。夜寝ている間に、日中の記憶を整理しますが、発達途中の脳は、整理が追いつかず夜泣きが生じます。たくさんの人と会うなど、刺激が多い日によくみられ、脳の発達とともに収まります。朝は決まった時間に起こして光を浴び、寝る前は授乳でお腹を満たし寝室を暗く静かにする等生活リズム・環境の調整が大切です。どうしても泣き止まない時は別室に移る、時には車で外に連れ出してみるのもよいですね。

歯も少しずつ生えてくる頃でしょう。ガーゼなどを使い歯のお手入れを始めましょう。むし歯予防教室 (<https://ekao-ng.jp/know/teeth-2/>) でお手入れの方法を聞いてみてはいかがでしょうか。ママ・パパの歯っぴいチェックも忘れずに。

8か月頃のお子さんの悩みはよく聞かれます。困ったときはぜひこども・子育てイーカオ相談 ([http://nagasaki.city-hc.jp/open\\_announcement/pregnancy/aNQMQdsBgBQvWIa5](http://nagasaki.city-hc.jp/open_announcement/pregnancy/aNQMQdsBgBQvWIa5)) をご利用ください。

