

# ちょっとひと息 かるどくタイム



なんだかいろいろな情報があふれて落ち着かない  
家にこもりがちで気分があがらない…  
そんなおうち時間で疲れたあなたへ、気軽に読めて「ふふっ」と笑えるような育児関連書籍を集めてみました  
ブレイクタイムのお供にいかがでしょうか



小児科専門医

「#赤ちゃん相談室」  
の発案者

『#赤ちゃん相談室』著者：森戸やすみ（監修）／大野太郎（イラスト）／もーちゃん（原案）  
宝島社

SNS発!

0~1  
さい



困った…なんてこともお客さま（赤ちゃん）からのご要望だと思えばなんだかおかしくなってくる



## 『ねないこだれだ』がロングセラーな理由

3章 入浴&睡眠に関するご相談 #

Q



(4か月男性)

自分で手足を自由に動かせるようになるとも嬉しいので、喜びの舞をしていますが、ネンネしようねと言われ不快です。

A



(34歳女性) — @nicochun25

夜中の3時です。



小児科医 / 森戸やすみからのアドバイス  
睡眠のリズムは2か月ごろから

新生児（生後1か月以内）のうちは、2～4時間ごとの睡眠を1日に何度も繰り返すので夜中も目覚めますが、2か月目ごろになると日中の光と夜の食事や起床時間などによって昼夜のリズムができてきます。そして生後4か月までに昼に長く起き、夜長く寝るようになっていきます。夜中に遊びたがる子がありますが、それに合わせて生活すると、いつまで経っても生活リズムが周囲と合いません。安全だけ確保し、大人は夜眠るようにしましょう。

家長から

生きている喜び！素晴らしい！でも、おひさまを浴びながらのほうが、スタッフもともに寝ることができるのですが。

赤ちゃんの“喜びの舞”  
案外強くて驚かされます…笑



小児専門医の森戸やすみ  
医師による解説つき♪  
普通に勉強になって  
安心感も◎



あいみ

ユタツツコのみとこと

読んだ後、赤ちゃんに「あぁっ！お客さま！」と呼びかけて楽しみたいです





ブログ発!

『フリースタイル家族』 著:ツボウチさん KADOKAWA

0~1  
さい

『今日もブブはからまわり! ママになったら、楽しくなっちゃった!』  
著:ブブ KADOKAWA

2~4  
さい



その表情やめえ。



作者のブブさんは  
ポジティブ&ハイテンション&お笑い偏  
差値高め(スタッフの主観)なので見て  
ただで元気がもらえます!  
娘のガクちゃんのピュアさにもとても  
癒される~



ホント離れたわ...

パパはやらやがね。

子育てサロンでも小さな姑さんがたくさんお見えになります。笑  
いつも掃除にご協力いただき感謝です♡シユールな画とおもしろ家族の日常がクセになります♪



@pullalongduck  
ブログ:ツボウチん家  
<http://pullalongduck.livedoor.blog/>



あいみ  
ユタツツのひとこと

@bopiyo piyo  
@booboo.piyo  
ブログ:今日もブブはからまわり  
<http://boobooboopiyo.livedoor.blog/?p=20>

隙間時間にお気に入りのブログ巡りをするのが最近の趣味。紹介した著者のお二人はブログやSNSでも作品を公開しているので、書籍と併せて楽しめます。

紹介した書籍は清田区こそだてインフォメーション“きよっちる一む”と認定こども園にいじろ“カンガルーの部屋”で閲覧できます。

