

## 赤ちゃん向け『ハイハイトレーニング教室』をスタート ハイハイしない赤ちゃん増加で人気に



横浜市の「ベビー&スマイル」は、2018年10月17日より、赤ちゃん向け「ハイハイトレーニング教室」をスタートいたします。きっかけは、「ハイハイできない赤ちゃんが急激に増えている」ことです。原因は、「現代の家庭環境」やお母さんを手助けする「便利なグッズ」が増えたことが考えられます。ハイハイができないまま成長してしまうと、転んでも自ら手が出でずに地面に顔面を打ってしまう、などの著しい運動機能の低下や、成長に必要な好奇心やチャレンジ精神などが養われない可能性が危惧されています。

「ハイハイトレーニング教室」は2000組以上のママと赤ちゃんを見て来たトレーナーが、ハイハイができない赤ちゃんでもしっかりと正しくハイハイができるようになるための訓練を行う短期集中型のスクールです。当スクールでハイハイができる元気で丈夫な赤ちゃんに育てることができます。

### **『ハイハイトレーニング』の基礎は『体幹力』 『赤ちゃんの体幹』を鍛えればハイハイができるようになる！**

2000組以上のママと赤ちゃん向き合ってきた中でわかったことは「捕まったものと一緒に倒れる赤ちゃん」と「捕まったものが倒れても瞬時に放して倒れない赤ちゃん」が居ること。その差は「ハイハイをしていたか、していないか」の差でした。小学校にあがっても「転んでも手が出なくて顔を打ってしまう」など、体の使い方があまり上手でない子供達が増えています。その原因も「ハイハイをしなかった子」であることが多いのです。

「ハイハイができない」というのは、その子将来にとってとても大きな問題につながる可能性があるとして危惧し、ハイハイトレーニング教室をスタートすることとなりました。

「ハイハイトレーニング教室」でまず鍛えるのは、赤ちゃんの「体幹力」です。おなか側の筋肉をたくさん使うことで正しい寝返りをできるようにします。それがハイハイに必要な不可欠な体幹力につながります。

基礎的な体幹力が身についてからいよいよハイハイの実践訓練がスタートします。

赤ちゃんは平らな床よりも高い場所に上る習性がありますので、安全な室内にクッションやテーブルの天板で山を作り、そこをハイハイで上ったり降りたり。

他には、箱の中を出入りしたり、布の下をくぐり抜けたり、障害物を乗り越えるチャレンジトレーニングをします。最も大切にしていることは、赤ちゃんに無理やりやらせるのではなく、やりたいと思う気持ちを作って赤ちゃんが自分からチャレンジさせること。赤ちゃん自身が「できること、できないこと」を判断する“自主性”を育てるために極力手出しをせず見守ります。

## ■ サービス概要

### 「ハイハイトレーニング教室」の流れ

- ・ 赤ちゃんの体幹チェック（赤ちゃんパーソナルケアが必要かの判断）
- ・ 赤ちゃんの体幹教室～ハイハイトレーニングクラス～（ズリバイからおすわり、ハイハイ、立ち上がるまで）
- ・ 生後すぐ&遠方の人向けオンラインパーソナル（一番辛いのに外出できない生後すぐと、遠方で教室に参加できない方向け

2018年10月17日よりサービス開始しています。

お申込み方法：まずはホームページまたはお電話から、お問い合わせ下さい。

<http://babyandsmile.boj.jp/form.html>

### 【ベビー&スマイル概要】

スタジオ名 : ベビー&スマイル

所在地 : 〒231-0023 神奈川県横浜市中区山下町187 港ビル3階

代表 : 赤ちゃんの体幹トレーナー 露木由美

電話 : 070-5455-0159

URL : <http://babyandsmile.boj.jp/index.html>

著書 : ～ぐずる子、夜泣きは「歪み」が原因～「体幹」を整えると素直に育つ

監修・篠浦伸禎 著者・露木由美