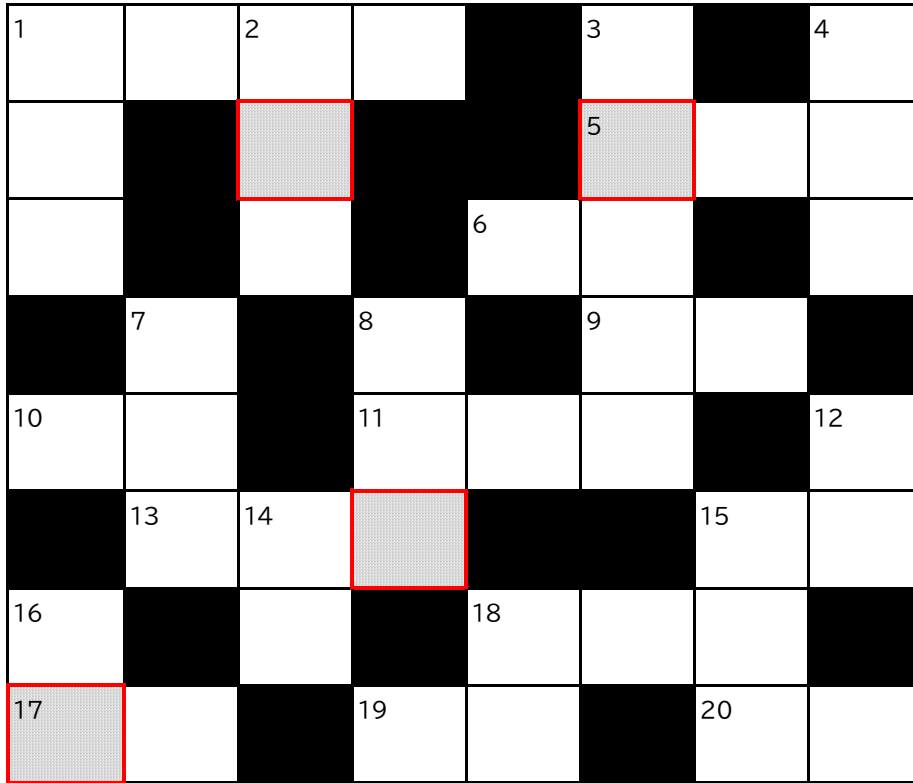
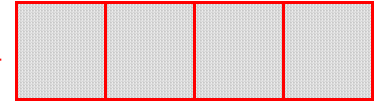


◆全問解ける？トコちゃんのクロスワードクイズ！！

☆「マタニティ&ベビーケアハンドブック」や青葉ホームページを見て解いてみよう☆



答え



答えは、文字を並び替えて
単語を完成させてね！



【タテ】

- 1.骨盤ケアの三原則「○○○・ささえる・ととのえる」
- 2.赤ちゃんの背中丸みを守る布団「○○○の寝床」
- 3.まるまる育児の三原則「全身をまるく・軸をねじらない・手足を○○○○○」
- 4.赤ちゃんから大人になるにつれて背骨は○○○状カーブになるのが理想です
- 7.背中を丸め顔を下に向け画面を凝視。「○○○座り」に注意!!
- 8.トコちゃんベルトを着ける位置は、○○○からお尻の高いところにかけて水平に
- 12.トコちゃんベルトはパンツより○○に着けます
- 14.お腹の中や生まれたての赤ちゃんの背中丸みは○○カーブ
- 15.昔、農作業するお母さんの傍らで赤ちゃんが寝かされていた桶や籠
- 16.10月5日は、○○ちゃんの日
- 18.トコちゃんベルトは骨盤をささえるベルトです。着ける○○と強さがポイント

【ヨコ】

- 1.不安定な体調やつわりの症状が落ち着いてくる5ヶ月以降を○○○○期という
- 5.出産に向けての○○○プランを立てておきましょう
- 6.トコちゃんベルトを着けて椅子に座るときは、○○めに腰かけお尻の下にバスタオルを敷くとよい
- 9.ネオモックは通気性抜群！○○の暑い時期にピッタリの赤ちゃんの寝具
- 10.初めての妊娠をしているママをプレ○○と呼ぶ
- 11.お尻を高くし子宮の位置をアップする姿勢を骨盤○○○という
- 13.赤ちゃんの肌は大人よりも薄くデリケートのため、肌の状態に合わせて○○○が大切です
- 15.tocoBreathで呼吸に集中!!分娩の○○み逃しにもGood
- 17.体操用マイピーロで○○・背中・肩のコリをほぐす体操をしよう
- 18.胎内と同じまるい姿勢で楽しく子育てをすることを「まるまる○○○」という
- 19.妊娠中はお○○のケアが大切です
- 20.赤ちゃんが生まれて初めて泣く。うぶ○○○