

# 眠り寺小屋

Tokyo Nishikawa Sound Sleep Information



## ベビー寝具

寝具について⑨

快眠情報 Vol.19

「寝る子は育つ」というように、眠っている間にどんどん成長する子どもたち。

でも、その眠りは大人とはまったく異なるものです。

赤ちゃんの特性に合った寝具を用意してあげることが、自然な成長をうながすヒケツです。



★赤ちゃんの睡眠特性を知ることが、ベビー寝具選びのコツ★

1日のほとんどをふとんの中で過ごす赤ちゃん。からだの構造は未熟で、体温や発汗量も大人とはまったく異なります。赤ちゃんの特性を知り、すくすくと成長できる環境を整えてあげたいものです。

### ●保温性

赤ちゃんの体温は 37℃と高め。とくに新生児～3か月までは体温のコントロールがまだできないので、保温性の高い素材の寝具を。

### ●吸湿性・放湿性

赤ちゃんの発汗量は大人の2倍以上。汗が寝具に残ると熱が逃げやすく、体温の低下が起こり、寝冷えの原因にも。吸湿性ととも放湿性が重要なポイント。

### ●敷きふとんの硬さ（快適支持性）

赤ちゃんの骨や筋肉は未発達。すこやかな発育には、敷きふとんは背骨をしっかりサポートする硬さが大切。

### ●大きさ

赤ちゃんは6か月位から寝返りをし、12か月位から活発に動き回るようになります。寝具からはみだしたり、ベビーベッドのフレームに手足をぶついたりすると、眠りのリズムを崩してしまうので、ゆったり・大きめの寝具を。

### ●洗いやすさ、清潔さ

洗濯機で丸洗いできるもの、中芯の側生地を高密度に織り上げ、物理的にダニをふとん内部に侵入させない生地を使うなど、衛生面に気を配った寝具選びを。

★赤ちゃんへの心配りがいっぱい詰まった西川のベビー寝具★

西川産業では、赤ちゃん独特の睡眠生理を見つめ、ベビー寝具に求められる条件を備え、赤ちゃんにとって最高の環境となるよう、以下の寝具を開発しました。

### ●ベビー組ふとん

掛けふとん・敷きふとん・肌掛けふとんと、それぞれのカバーやシーツなど赤ちゃんに必要な基本アイテムをすべてセットにしました。

#### 基本セット内容

- ①掛けふとん（ポリエステルわた、または羽毛）
- ②掛けカバー
- ③肌掛けふとん
- ④肌掛けカバー
- ⑤敷きふとん
- ⑥ラップシーツ
- ⑦キルティングパッド
- ⑧防水シーツ

※これは8点セットです。

※商品によって、セット内容が変わる場合があります。

### ●ベビーカバーリングタイプ

掛けふとん・敷きふとん・肌掛けふとん・まくらの中芯素材と、それを覆うカバーリングが予算や好みに応じて選べるタイプ。ベビーにやさしいカラーやデザインを数多く揃え、洗濯のしやすさ・清潔さも魅力です。

#### ユニット例

- カバーリング  
掛け・肌カバーリング、ラップシーツが数種のデザインから選べます。
- 掛け中芯  
羽毛・ファロン・ポリエステル
- デュエット掛け中心  
羽毛・ウォッシュロン
- 肌中芯  
羽毛・ウォッシュロン・ポリエステル
- 敷き中芯  
ポリエステル・ノンショック・ムアツ・プレスエア
- 枕中芯  
ポリエステル・ドーナツ・ビーズ

### 赤ちゃんの睡眠

	新生児～3か月	6か月	12か月
身長／体重	約50cm／約3kg	約67.5cm／約8kg	約75cm／約9kg
睡眠時間	22～18時間	15時間	13時間
睡眠特性	●汗・涙がでない ●体温コントロールができない	●体動が活発になる ●寝返りがうてるようになる ●発汗量は大人の2～3倍	●体動100回以上