

FCC

ダブルクロスキャリー

いつから	首すわり～
必要な長さ	ベースサイズ

頻繁な
抱きおろしや
活発的な
赤ちゃんに
便利

巻いたまま抱きおろしできる 「お出かけ巻き」

ベビーラップを装着したまま、赤ちゃんを簡単に抱き下ろしができる巻き方。オムツ交換や授乳、車への乗車、旅行先、あんよの時期には、ベビーラップを一から巻く必要がないため、お出かけには便利です。緩めたり引き締めたりすることは装着したまま可能です。抱いたまま授乳をし、授乳が終わったら引き締め直すこともでき、赤ちゃんとの日常生活をより快適にしてくれる巻き方です。手足の動きが活発になってきた赤ちゃんなら、両手を外へ出し、腕を自由に動かせる状態でも可能。ダブルクロスという名の通り、大人のおなか側でも背中側でも布がクロスしており、体重分散にも優れています。



布の準備

ベビーラップを巻きつけ仮結びした状態での抱き入れは、重くなってきた赤ちゃんも楽に抱っこすることができます。この準備段階で余分な緩みやねじれをとり丁寧にセットしておけば、後の引き締めがスムーズになります。



① 布の中央から巻き始めます。布の中央のタグを背骨にあてます。



② 布を半分くらいじゃばら状に集めます。



③ 胸の前で布をクロスします。



④ この時、布がねじれないように注意してください。



⑤ ウエストの布のたるみをとる、



⑥ 前に送ります。



⑦ クロスした部分の内側に手を入れて合掌し、



⑧ みぞおち辺りまで下げます。
※大きい赤ちゃんでは、腰骨辺りまで下げてもいいです。



⑨ クロスした部分を固定し、



⑩ 布の緩みを後ろにおくりながら、肩の上の布を整えます。



⑪ どちらの布が下になっているか確認し（写真の場合は左）、



⑫ 後ろでも同じ側（写真は左）が下になるように、トップレールを掴みます。

ベビーラップの準備



⑬ 背中でも布をクロスします。



⑭ 布をじゃばら状に集め、



⑮ 仮結びします。

抱き入れ

膝から膝まで赤ちゃんのお尻をしっかり包み込み、お尻が膝より低い位置にくることに注意しておけば、赤ちゃんの安定したM字型姿勢を保つことができます。



① 抱き入れやすいように、クロス部分を引き下げます。



② 赤ちゃんを高めに抱き上げます。



③ 赤ちゃんの太ももを優しく持ち上げ、足を迎え入れます。



※足を引っ張らないように!



④ 反対側の肩に赤ちゃんを抱きなおし、



⑤ 足を迎え入れます。



⑥ 赤ちゃんを布束の上に深く座らせるよう、M字型姿勢で抱きます。両方の膝裏を布束が通り、膝はお尻よりも高い位置です。



⑦ 布束を広げやすくするため、お尻を支えながら膝裏の布束を太ももへ少し移動します。

抱き入れ



⑦ 反対の布束の下から手を入れ、トップレールとボトムレールをつかみます。



⑧ 布を左右に開くように、赤ちゃんの背中に広げます。



⑨ トップレールは布束の下を通して膝裏までしっかり広げ、



⑩ 余った布はボトムレールに集めるように反対の膝裏までしっかり広げます。



⑪ 脚の下から手を入れ、布でお尻全体をしっかり包み込みます。



⑫ 膝から膝まで包むようにお腹とお腹の間に布を広げます。



⑬ 反対側も同様にお尻を支えながら膝裏の布束を太ももに移動し、



⑭ 左右に広げます。



⑮ 膝から膝まで広げたら、



⑯ 余った布はボトムレールに集め、膝から膝までしっかりとお尻を包み込みます。



⑰ 背中にはシワがなく、お尻は2枚のシートで包まれています。

引き締め

すでに安定感を感じたとしても、ここで一筋一筋赤ちゃんが密着するまで引き締めることが長時間快適に抱っこするポイントです。引き締め中も常に、赤ちゃんの正しいM字開脚を保ってください。



① 背中 of 緩みを前に送り、



② 結び目に集めておきます。



③ 反対側も同様に。



④ 仮結びをほどきます。



⑤ 片手で赤ちゃんを支え、片方ずつ、全体の緩みを引き締めます。背中で重なった布の、身体に近い方から引き締めます。



⑥ 腕に布をかけ、ボトムレールから引き締めていきます。※赤ちゃんのお尻はしっかり支えたまま!



⑦ 引き締めた布は反対の手に渡し、緩まないようにピンと張った状態を保ちます。さらに、一筋ずつ引き締めます。



⑧ もう一度全体を引き締めなおします。



⑨ 布束を持ち替えて、



⑩ 反対側も同様に一筋ずつ引き締めます。



⑪ 最後に布束全体を引き締め、



⑫ 両方の布束は、赤ちゃんの脚の下を通します。

引き締め



⑬ お尻の下で2回結びます。



⑮ 完成です!

確認・アレンジ

赤ちゃんが正しいM字型開脚で密着しているか確認しましょう。

赤ちゃんの体重が肩の「骨」に分散されるように肩の布をアレンジすれば、抱き心地がさらに快適です。



① 赤ちゃんを支えながら、少し前かがみになります。赤ちゃんが密着すれば大丈夫、不安定な場合には引き締めなおしましょう。



② お尻よりも膝が高く、深く座っていることを確認します。



③ 膝裏と布の間に親指を通し、圧迫がないか確認します。



④ ボトムレールをつかんで背中
の布を広げるとより快適になります。



⑤ 肩の布は均等に広げます。食
い込みが気になる場合は、



⑥ ボトムレールを引っ張って布を
均等に広げ、さらに半分に折る
ようにボトムレールとトップレ
ールを合わせます。



⑦ 赤ちゃんの体重が肩の骨に分散
されるため、さらに快適です。



⑧ お顔が見えない場合は、トップ
レールを外側に折り返すこと
もできます。(布をフリップす
るといいます。)

確認・アレンジ

ワンポイントアドバイス

活発な赤ちゃんの腕は外に出しても OK



生後 6~7 カ月の赤ちゃんは好奇心が高まり、手足の動きも活発になります。抱っこで自由な動きを求めるようでしたら、腕をラップの外側に出してもかまいません。腕を外側に出すとラップが緩みやすいので、緩んだ分は引き締めなおしてください。腕を出す場合も背中ではできるだけ包み込みましょう。

下ろし方

この巻き方の最大の特徴はラップを装着したまま簡単に抱き下ろしができるところです。一度引き締めが完成した状態からの抱き下ろしであれば、次は抱き入れて布を広げるだけで完成します。

①



外側の布からめくるように、ボトムレールの方に布を戻します。少しお尻を持ち上げるとスムーズです。

②



反対側も同様に

③



両方の布束を膝裏まで戻したら、赤ちゃんのお尻を支え、抱き上げます。

④



脚を出してあげれば、抱き下ろし完了です。