

# SHC

## シンプルヒップキャリー

いつから	首すわり～
必要な長さ	ベースサイズ -3

短いラップで  
素早く巻ける

短いラップでさっと巻ける、  
抱き下ろしが便利な腰抱き

一度結べば、簡単に下ろしたり、再び抱き入れたりすることができる便利な巻き方です。短いラップで巻けるため、携帯性に優れ、抱き下ろしが頻繁なトドラー、移動中、外出先に活用できる腰抱きです。

本結びで固定する方法の他、引き締め調整ができるスリップノットのバリエーションもあります。首すわり前の赤ちゃんに使うなら、微調整ができるスリップノットがおすすめです。



[www.didymos.jp](http://www.didymos.jp)

## 布の準備

ベビーラップをスリングのように身体に斜めに掛けてセットします。  
布の結び目をスリップノットにすると、フィット感を調整できます。

①



赤ちゃんを抱く腰と反対側の肩に布をかけます。布の長さはウエストのあたりを目安にします。

②



腕にかけた布をじゃばら状に集め、

③



肩に乗せます。

④



背中の布を広げます。ねじれていないかを確認します。

⑤



両手で布を広げたら、ウエストのあたりで布をじゃばら状に集めます。

⑥



片手で握り、ウエストあたりで固定します。

⑦



レールを反対側の鎖骨の辺りまで持ち上げます。

⑧



肩から下がる布を軸として、スリップノットで結びます。レールを軸の布の上に重ねます。

⑨



重なっている部分を片手で固定し、肩から下がる軸の下側から通して、

⑩



ぐるりと巻きつけます。

⑪



手首ごと巻いて軸の下を通します。

⑫



固定していた手を離し布束を持ち替えます。

布の準備

⑬



布を握ったまま手を引き抜き、

⑭



テールを輪に通します。

⑮



軸の布に2つ布が巻き付いています。

⑯



布束を握ってぎゅっと結び目を固めます。

⑰



スリップノットの出来上がりです。



結び目を高い位置に合わせます。



肩の布を広げ、布にねじれがないことを確認します。

⑳



布の準備が完了しました。

ワンポイントアドバイス

スリップノットの動画





## 抱き入れ

スリングと同じように、斜めに掛けた布に赤ちゃんを抱き入れます。膝から膝までしっかりお尻を包み込み、深いシートを作ります。膝の高さが左右対称になるよう注意しましょう。



① 赤ちゃんを高く抱き入れて布束の下から脚を迎え入れます。



② 布束の上に赤ちゃんを座らせませす。膝はお尻よりも高い位置、高さは左右対称であるか確認します。



③ 背中に布を広げます。結び目の近くからトップレールを掴み少しづつ引き上げます。



④ 首元まで布を引き上げ両肩を包みます。



⑤ お尻の下に余った布でシートを作ります。お臍へ向かって布を引き上げます。



⑥ 布を肩までしっかりと広げます。



⑦ 肩の布を広げます。



⑧ 赤ちゃんの脚がM字形をしていれば、引き締め準備が完了です。

## 引き締め

布のたるみをスリップノットで引き締めることで快適なフィット感を得ることができます。引き締めの方向がスリングと異なることが特徴です。



① 布のたるみを背中側へ送ります。



② トップレールから順番に、たるみを結び目の近くまで送ります。



③ 集めたたるみを筋で引き締めます。テールを縦方向に筋で引き締めるようにすると、



④ 背中や肩にピッタリフィットします。

## 確認

安全で快適な抱っこができているか確認しましょう。



① 赤ちゃんの背中に皺がなく、左右対照のM字開脚姿勢がとれています。



② 背中の中の布が広がり、たるみがなくフィットしているか確認します。

## 下ろし方

スリップノットを少しだけ緩め、布を外していきます。



① スリップノットを少し緩めます。



② 赤ちゃんを支えながらお尻側から布を外していきます。



③ 赤ちゃんの顔に布が掛からないように気をつけながら布を外します。



④ 赤ちゃんを下ろした後も、繰り返し抱き入れたり下ろしたりできます。