

## 発達の記録①

### 赤ちゃんの 成長・発達を 「みつけた!」

赤ちゃんの発達と発育は個人差が大きくそれぞれのスピードで成長していきます。ここでは、発達をいろいろな側面から順を追って記録しています。小児科やリハビリの診察で確認することが多い項目を選んでみましたので、ママやパパも赤ちゃんと一緒に遊びながら見つけてみましょう。

#### 発達の記録のページの見方と記録方法の説明

確認したい項目です

確認した「みつけた!」日を記入しましょう。  
「月 日」「生後 日目」どちらでもよいです。

#### しかめ顔などの表情をする

「表情が豊かななるしです。  
次は笑顔が見られるかもしれませんよ」

3月9日

発達の段階から見たときにどういう意味があるかを説明しています。

情緒と感覚の  
発達

赤ちゃんの反応  
「みつけた!」

みつけた!日

#### しかめ顔などの表情をする

「表情が豊かななるしです。  
次は笑顔が見られるかもしれませんよ」

#### 人の顔や動くおもちゃを目で 短時間追う

「自分以外の周囲のことを  
認識するようになりました」

#### 誰かの声やガラガラの音を聴いた 瞬間に、赤ちゃんの動きが止まる

「その方向に向かなくても、どこかな?  
と考えています」

#### 抱っこすると泣き止む

「ママのおなかの中の無重力と同じ感覚のため、  
リラックスできます」

#### 哺乳瓶の乳首(またはおもちゃ)が くちびるに触れると口で追って吸う

「反射ですが、将来の離乳食にもつながります」



ベビーちゃんの1番近くにいると思うママは特に、毎日の食事にタンパク質を食べるように心がけてください。(30週 862g 17歳)



小さく産まれてきてどうなるのかと不安がいっぱいでしょうが、今を大事に過ごしてください。(1,900g、2,014g 14歳)

## 仰向けで顔を のぞいて「みつけた!」

みつけた!日

赤ちゃんの顔を正面から20cmくらい  
離して見た時に赤ちゃんとも目が合う

「ちょうど焦点が合う距離です。  
おもちゃを見せてみてください」

頭は左右のどちらかを向いていて、  
時々、反対も向く

「首がしっかりしてくると頭の向きが  
変えられるようになります」

仰向けで上から見た時に、  
顔が正面を向いている

「仰向けでの頭すわりが完成です。  
首すわりまであと一歩」



心配なこと、たくさんあると思うけど、赤ちゃんの生きる力を信じて!! 応援しています。  
(34週 2,490g 9歳)



我が子が少しずつ大きくなる姿を見て、勇気づけられました。「誰にも分かって貰えない」と孤独な気持ちでしたが、同じ境遇のお母さんと話をすると、気持ちが楽になりました。  
(32週 1,186g 2歳7か月)

## うつ伏せになった時に「みつけた!」 その①

みつけた!日

手足やからだ丸まることができる

「手足がぎゅっと曲がって、赤ちゃんらしい姿勢になります。ここから伸びる運動が始まります」

頭を一瞬持ち上げる

「うつ伏せで首すわりができたということです。  
おしりが浮いてしまうので少しおさえてあげるとうまくできます」

どちらか一方に頭を回す

「さらに首すわりが進みます。  
自分で口や鼻がふさがらないようにできます」

ママ・パパがお手伝いして赤ちゃんの  
こぶしを口に近づけるとしゃぶる

「手をしゃぶりながら頭を持ち上げ続けることができるようになります」



不安な毎日だと思いますが、一つずつ試練を乗り越えてくれ、親子で強くなっていけると思います。今では低出生体重児だと言わないと分からないくらい大きくなってくれました。  
(27週 780g 10歳)

## うつ伏せになった時に「みーつけた！」 その②

みーつけた!日

赤ちゃんの前方から呼びかけたり  
ガラガラを見せる(鳴らす)と  
見ようとして正面で頭を上げる

「どこで音がするのか見つけることができ、  
背中筋の筋肉が強くなり  
お座りの準備が始まりました」

ママやパパがお手伝いして、  
赤ちゃんの手を肩より前に出すと、  
手でからだを支えて頭を上げる

「頭を上げている時間がだんだん増えてきて、  
ハイハイの準備です」

頭を上げたまま、顔を左右に向ける

「重心が左右に動くことで  
おへそ中心に回る準備です」

うつ伏せのまま足を伸ばす

「またが完全に伸びてきます。たっちの準備です」

## 手や足の動きで「みーつけた！」

みーつけた!日

ママやパパがお手伝いして  
赤ちゃんの手を口に持ってくると吸う  
「最初に自分の手の存在を認識するのは  
自分の口なんです」

手のひらにママやパパの指を入れると  
ぎゅっと握る

「手のひらに触れたものを握るのは  
生後6か月頃まで見られる正常な反射です」

手どうしを握る

「手が反対の手を見つめました」

からだをくすぐると、伸ばした手足を  
曲げ、床から持ち上げる

「重力に対抗して手足を  
上げることが出来るよう  
になりました」

左右の足の裏を合わせてこする

「歩くときに使う足裏の準備体操です」



子どもはすごい。ゆっくりだけど一歩ずつ大きくなっていく姿に勇気をもらいます。たくさん抱きしめて、ありがとうって伝えてあげてください。(30週 1,554g 1歳9か月)



牛乳パック一本分の大きさだった娘ですが、今は毎日元気に走り回っています。愛があれば子どもは元気に育つと私は思います。(32週 1,562g 1歳11か月)

## おもちゃで遊んで「みつけた!」

みつけた!日

おもちゃをどちらか一方の手に  
近づけて触れた時につかむ

「自分でつかみに行けるようになりました。  
ミトンなどを外して、  
手の感触を学ばせてあげましょう」

片手でつかんだおもちゃを口に  
近づけたり、唇につけたりする

「硬い・やわらかい刺激を口で感じて調べています」  
「はじめは距離が分からなくて顔にぶつかり  
ますが、口と手の距離を学んでいます」

ガラガラを赤ちゃんの見えるところで  
見せると、赤ちゃんが手を伸ばす

「手が自由に動き始めて距離や方向が  
分かるようになります」

おもちゃを両手で持って、  
手の中で回しながら口で遊ぶ

「両方の手が協力してできるようになりました」

## おもちゃで遊んで「みつけた!」

みつけた!日

片方の手におもちゃを持っている時  
に、反対側の手におもちゃを持たせ  
ると、両方の手に別々のものを握る

「見ていない方の手もちゃんと握って、  
見比べたりします」

おもちゃを他方の手に持ち替える

「後に「ちょうだい」というと渡してくれる」に  
発展します」

左右に持ったものを打ちつけて  
音を出す

「物と物との関係を調べ始めました」

うつ伏せや座位で  
回転するおもちゃをまわす

「指をつかって回すことができるようになり  
ました。ガラガラなどのおもちゃだけでなく、  
回転するおもちゃで遊んでみましょう」



手の中…赤ちゃんを助けてくださいとずっと泣いていました。産まれてからは…小さく産んでごめんねとずっと泣いていました。不安はつきませんが今は毎日家族みんな笑顔です。  
(23週 371g 2歳2か月)



ちっちゃくて、か弱くて、心配ばかりしていたけど、「ママのことは、ぼくがまもってあげるからね!」って言ってくれる小1のたくましい男の子に育ってくれています。  
(23週 551g 7歳)

## 運動の発達

②

お子様の状況により、記載どおりに発達しないこともあります。赤ちゃんのペースで発達するのを、あせらず温かく見守りましょう。ご心配な場合はひとりで悩まず、病院や保健センターに相談してみるとよいでしょう。

### 首すわり

(両脇を下から支えると首が安定する)

### 横向きにしてあげると仰向けに戻る

### 床に手をついて立ち上がる



### 歩く! 最初は2,3歩でこける

10歩  
あんよ

### 伝い歩き

### 自分で座る

### つかまり立ち

### つかまって膝立ち



### よつばいで移動する



### 仰向けから横向きまで戻る



### 仰向けから左右どちらかに寝返る

(まだ手は抜けないが最初の寝返りはこれでよい)

赤ちゃんイスなどを使って座らせるとお座りできますが、ここは近道せず、順を追って発達するのが望ましいです。

### 寝返りをして手が抜ける



### うつ伏せで体を持ち上げる

### うつ伏せで体を回す

### よつばいで体を揺する

### すりばいで移動する

### うつ伏せで後方に進む



成長のペースは人それぞれ。ゆっくり。成長を見守り、我が子と一緒にたくさん楽しく過ごしましょう。(23週 563g 13歳)



周り比べて心配になることはあると思いますが、焦らなくても大丈夫。その子のペースに合わせて、ゆっくりと成長を見守っていきましょう。(34週 1,405g 6歳10か月)

