



小さく生まれた  
赤ちゃんの  
発達の特徴と対応  
Q&A

**Q** 入院中は授乳時間ごとにミルクを飲んでいたので、退院したらミルクを残してしまったり、授乳間隔も一定ではなくなってしまいました。たくさん飲んで大きくなってもらいたいので心配です。

**A** 授乳量にムラが出てくるのも成長のしるしです。時にはミルクを残してしまうこともありますよ。また、母乳の場合には授乳量を確認するために授乳前後に体重を量るママもいるかもしれませんが、赤ちゃんの機嫌がよく、おっぱいやミルクを元気に飲んでいるようであれば大丈夫です。心配な場合には、健診や育児相談で体重の増えを確認してもらい、医師や保健師などに相談してみましよう。

**Q** 仰向けからうつ伏せに寝返ったのですが、その逆ができないので、すぐに仰向けに戻してあげた方がよいですか？

**A** 通常、寝返りは仰向けからうつ伏せになった後に、仰向けに戻れるのは1～2か月かかります。その期間がうつ伏せの発達を促します。慌てて仰向けにする必要はなく、眠ってしまったら、鼻がふさがったりした時のみ直してあげましよう。また、頭を上げるために好きなおもちゃの音やお母さんの声や顔で励ましてあげましよう。頭が持続的に上がるようになったところに仰向けに戻れるようになります。

**Q** 一度寝返りができたのですが、できなくなりました。どうしてですか？

**A** 初期の寝返りは横向きまでできると、自分の意志ではなく自然に寝返ります。その頃に「自分でもとに戻れないから」とすぐに仰向けにしてしまうことが多いと、うつ伏せでの発達が遅れるため、寝返った後に頭が上がらず不快な思いをするので、その後、自分から寝返りをしなくなります。横向きはできて足で止めて寝返らないようにしていることもあります。このようになったら、うつ伏せの練習をしてあげましよう。上手になったら自分で寝返りを始めます。

**Q** お座りは早くできたのですが、「よつばい」を全くしません。大丈夫ですか？

**A** うつ伏せで頭を持ち上げて周りを見回すようになると仰向けよりもうつ伏せを好むようになり、最終的に「よつばい移動」に発達します。しかし、よつばいが出来なくても大丈夫です。ちゃんと次に進んでいけますので、もしお座りで移動するようなことを始めたとしても、それを獲得したことをほめてあげましよう。

**Q** お座りがなかなか出来なくて、心配です。

**A** 赤ちゃんは頭が大きく、特に低出生体重児は頭部が大きく体がやや華奢なことが多いため、不安定になりやすくお座りや抱っこで常にお母さんが支えていることが多くなりがちです。うつ伏せやよつばいをすることで、次第にお座りに必要な力が出来てきますので、うつ伏せで遊んであげましよう。

**Q** ごはん(離乳食)をなかなか食べてくれません。

**A** 小さく生まれた子どもには、小食のことがよくありますが、年長以降になると心配がなくなることがほとんどです。小食の場合は時間をしっかりと決めて4回食にしてみることもよいでしょう。好き嫌いが出てくるのは発達の証でもあります。中には触感やにおいなどが敏感なために食べられなかったり、飲めないものがあります。無理強いさせず、細かくして混ぜたり、一緒に準備をしたり、自分から食べられる工夫をすることが大切です。

**Q** 走れなかったり、転びやすかったりと、  
運動がうまくできないのですが大丈夫でしょうか？

**A** 筋力やバランスの発達がゆっくりと進むので、走ることや遊具で遊ぶことなどが上手く出来ないことがあります。運動が上手く出来るためには自分の身体について知り、自由に動かせるようになる必要があります。毎日行う着替えや靴の着脱、食事の時の道具の操作などで発達が促されます。ただし、なかなか直らない時には、治療が必要な場合もありますので、受診や健診の際に相談しましょう。

**Q** 手先が不器用なのか、箸や鉛筆をうまく持てないのですが、  
どうしたらよいでしょうか？

**A** 箸を使う目安は鉛筆を3本の指でうまく持てるようになってからです。箸をうまく使えるようになるには、鉛筆で小さな丸が書けるくらいの指の発達が必要になります。うまく使えるように無理に持たせなくてもだんだんと指の動かし方を覚えて箸を使えるようになります。しつけ箸は、手に障害がある場合には有効な場合もありますので、作業療法士などの専門家に相談しましょう。

**Q** お絵かきに興味がなく、書いてもなぐり描きばかりで心配です。

**A** 個人差はありますが、出産予定日から3歳くらいになると人の顔らしい絵が描けるようになっていきます。絵を描くこと自体が好きになることが大切なので、無理に描かせたり、線をなぞらせたり、点を結ばせるような課題ばかりではなく、自由に描かせて褒めたり飾ったりしてあげましょう。絵を描くことは将来的に文字を書く力に繋がっていきます。

**Q** 意味のある言葉をなかなか話しませんが大丈夫でしょうか？

**A** 個人差はありますが、出産予定日から1歳半頃までに意味のある言葉が一つでも出ているかどうかが目安です。言葉の発達がゆっくりな場合は、言わせようとすると余計に言わなくなってしまいます。場面にあった声掛けをして、言われたことへの理解を発達させてあげましょう。また、ジェスチャーは身体で話す言葉なので、手遊びや生活の中でたくさん教えてあげましょう。言葉を話し始めて発音がうまくできないときは、無理に言い直しをさせないようにして、周囲の大人が正しい発音で話して聞かせてあげるとよいでしょう。

**Q** 食事の時に席についていられないことや、集中して  
玩具で遊べないことがよくあります。落ち着きがないようで心配です。

**A** 運動の発達がゆっくりなことがあります。動けるようになったことが嬉しくて一見落ち着きがないように見えることがあります。目的をもって動いているのであれば心配しすぎる必要はありません。落ち着きやすい環境になっているかも確認が必要です。おもちゃが多すぎたり、常にテレビがついていないようにします。子どもの中には、体をたくさん動かすことが好きな場合があります。そのような場合は、食事の前にたくさん体を動かして遊んでみましょう。