

《 乳 幼 児 の 体 と 心 の 発 達 》

	0~3ヶ月	4~6ヶ月	7~9ヶ月	10ヶ月~1歳	1~2歳	2~3歳
体の発達	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 反射の運動が中心 手足の動きは反射によるものが多く、自分の意思で体を動かすことはほとんどできない ▶ 30cm先のものが何となく見える ▶ においや音には反応する お母さんのオッパイのにおいがわかる 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 首がすわる 音や声のする方に顔を動かすことができる ▶ 動くものを目で追う ▶ 手足を自分の意思で動かす ▶ 指しゃぶり、何でもなめる ▶ 目で見えるもの、手に触るものを何でも口にいれようとする ▶ 寝返り 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ お座り 視界が広がり、物の立体感や遠近感がつかめる ▶ 腹ばい移動 興味のあるものに何とか自分の力で取りにいくことができる 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ ハイハイ ▶ つかまり立ち 視点が高くなり、視野がもっと広がる ▶ 伝い歩き ▶ 一人歩き ▶ 手指の動きが器用になる 親指と人差し指の2本の指で物をつまむ 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 体型がひきしまってくる ▶ 一人歩きが上手になる ▶ 手指の動作が発達 ボタンを押す、ねじる等の動作やスプーン・フォークを上手に使う 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 走る、階段を上るなど、活発に動きまわる ▶ 身の回りのことができる 服を脱ぐ、靴をはくなど ▶ 遊びのレパートリーが増えていく お絵かき・粘土・すべりだい・ボール遊び等
心の発達(言葉・心)	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 泣いて注意をひきつける お腹がすいた、オムツが汚れた等の不快感を伝える ▶ 表情が少しずつ出てくる ▶ 最初の言葉「喃語」 機嫌がよいときは「アーアー」「ウーウー」と話す 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 甘えたり、怒ったりという感情が見られる ▶ あやすと笑う ▶ お父さんやお母さんの声を聞き分けられる 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 好奇心が旺盛になる ▶ 人見知り 親しい人とそうでない人を区別できる ▶ 好き嫌いの主張や自分の気持ちを表現する 甘えた声を出したり、気に入らないと怒って泣いたり ▶ バイバイ等、簡単な動作の真似っこをする 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 後追い そばに大好きな人がいなくなると不安になる ▶ 記憶力がついてくる 見えない箱の中にも何が入っているかわかる ▶ 意味のある簡単な単語が出る ▶ 簡単な言葉の理解ができる 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 言葉が増える 「ママ」「パパ」「ワンワン」等 ▶ 周りで話している言葉はほとんど理解できる ▶ 自分でやりたい、したいという気持ちが育つ やりたいことが思うようにいかず、かんしゃくを起こすことも… ▶ 指さし ほしいもの・みつけたものを指さして教えてくれる 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 自分を主張 自我が強くなり、「イヤ」「ダメ」と反抗 ▶ 大人のマネをしようとする 掃除や片づけなど、親がしていることをマネしようとする ▶ 2語文が出る 「オンモ イク」「ママ ダッコ」等
生活リズム	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 授乳と睡眠を繰り返し、少しずつリズムがついてくる ▶ 昼夜の区別がついてくる 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 離乳食が始まる ミルク以外の味を始めて体験 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 夜にまとめて眠る 夜泣きが始まる赤ちゃんも… 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ コップやストローが使える 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 離乳 ミルクや母乳はそろそろ卒業 ▶ 大人と同じものが食べられる 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ オムツがはずれる



◆◆ 子どもの自立について ◆◆

乳幼児は常に愛情と安心感を要求しています。赤ちゃんが泣いて不快を訴えたり、人見知りや後追いをするのもその一つ。親がそれにひとつひとつこたえていくことで、親子の信頼関係がきずかれていきます。初めての体験におびえ、とまどい、親に助けを求めて安心し、そして再び外に出る…。子どもの自立は「いつでも守ってくれる人がそばにいる」という親に対する安心と信頼が基礎になっているのです。

また、乳幼児は「自分でできる!」ということに大きな喜びを感じます。寝返りができたり、ほしい物を手につかんだり…。赤ちゃんの好奇心はとても旺盛で、親の目には「困ったいたずら」とうつってしまいがちですが、赤ちゃんの心の発達には欠かせない大切な過程なのです。

千歳市保健福祉部
母子保健課 母子保健係

☎24-0771

