子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

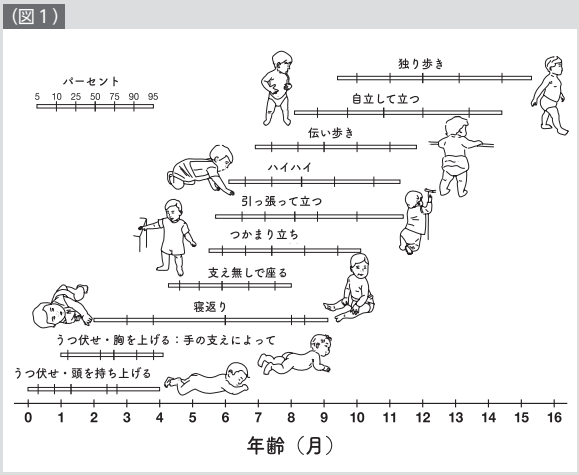
第170回　「乳児の運動発達①　生後半年まで」

作業療法士 塩津　裕康

作業療法士の塩津です。前回は、お口（くち）の運動発達について取り上げました。今回は「乳児の運動発達」を取り上げてみます。

乳児の運動発達は、個人差はあるものの、ある程度決まった順序で発達していきます（図1）。この順序は、ひとつひとつ無関係ではなく、すべてが繋がっています。一見無意味な行動も、次の発達の準備だと思うと、違った視点で子どもの発達の様子を見れると思います。今回は0ヶ月～6ヶ月までの半年間の運動発達を説明します。

（図1）



1．曲げる運動が多い時期（0～2ヶ月）

この時期の運動は、基本的に「反射」といって、環境からの刺激に対して、無意識的に動いていることがほとんどです。

仰向き姿勢では、大半が手足を曲げていることが多いのが特徴です（胎児の曲げる姿勢から）。また、左右非対称な姿勢をとることが多い時期です（どちらかの手を伸ばせば、もう一方は曲げている等）。ランダムに手足をバタつかせることや、アゴを突き出したりする運動がみられ、後の首がすわること等の発達に影響していきます。

2．曲げる運動から伸ばす運動へ移行する時期（3～4ヶ月）

この時期の運動は、徐々に伸ばす運動に移行していくことが特徴です。なかでも大きな出来事は、首がすわる・頭を持ち上げることと、左右対称な姿勢になることです。首がすわることは「目の運動が巧みになり、モノをとらえることができる」ようになります。また、左右対称的な姿勢や運動ができるようになると、両手・両足をあわせることや目で見ながら握ることができ、「目と手が協調的に運動する」ことも始まります。このことは、今後の手の発達に影響していきます。加えて言えば、うつ伏せで肘で支えて顔を上げるようになることも、手の発達にとても重要になってきます。

3．ねじる運動が出現する時期（5～6ヶ月）

この時期の運動は、徐々にねじる運動が出現することが特徴です。手を反対側まで伸ばすことができるようになることや、どちらかの手で支えながらもう一方で手を伸ばすことができるようになります。そうすることで、ねじる運動が出現し「寝返り」ができ始めます。また、寝返りができるようになることは「移動のはじまり」であり、子どもの世界が広がり様々なことに関心を持ち、さらに運動発達が加速していきます。

今回は生後半年間までの紹介とし、次回6ヶ月からの運動発達を紹介します。

※塩津作業療法士は、あさひ園で個別療育・相談を行っています。

2月の子育て支援事業

日　程	時　間	事業名	内　容	対　象	場　所	予約	担　当
2/14(金)・18(火)・21(金)・25(火)・28(金)・3/3(火)・5(木)・10(火)	9:00-12:00	あそび場	スキンシップ・ストレッチなどの遊び	発達がゆっくりの子どもと保護者	ほっとくらぶ	不要	ほっとくらぶ（377-3522）
2/19(水)	10:00-12:00	ほっとする親の会	茶話会				
3/6(金)	9:00-12:00						
3/5(木)	10:00-12:00	親子ふれあい事業	集団遊びなど	未就園児	児童館	要予約	社会福祉協議会（377-2941）
2/8(土)・22(土)	15:00-15:30	おはなし会	絵本の読み聞かせなど	お話を聞きたい方はどなたでも	あさひライブラリー	不要	教育文化施設（377-6111）
2/26(水)	10:00-10:20	乳幼児向けおはなし会	絵本の読み聞かせや手遊びなど	乳幼児			

＊最終ページに子育て健康課の子育て事業を掲載していますので、ご覧ください。
＊お問い合わせは、各担当者にご連絡ください。