



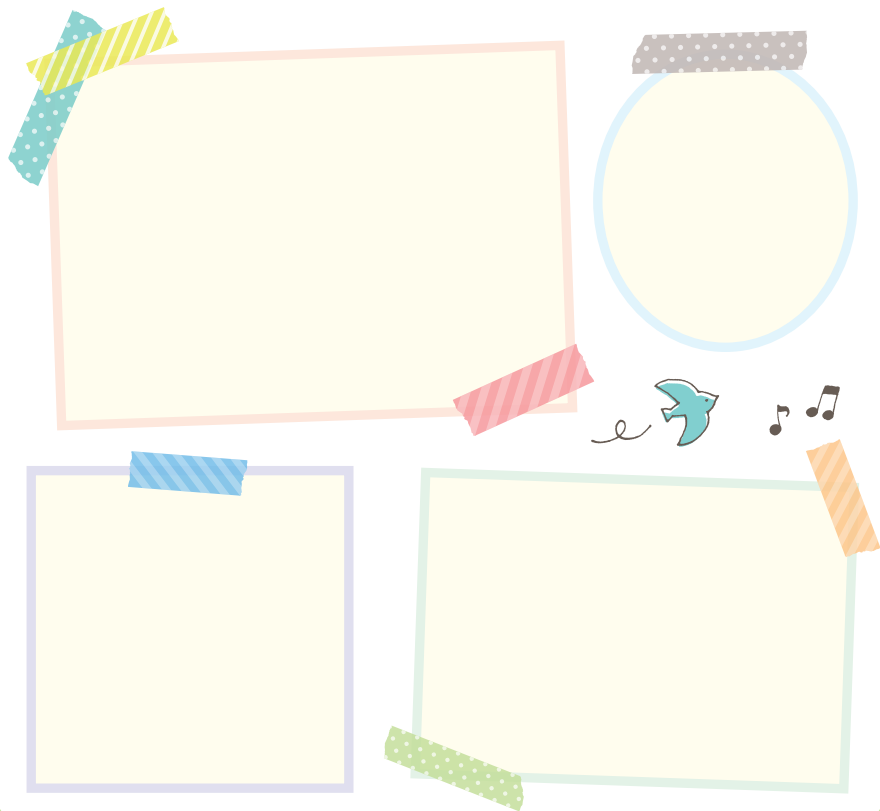
発達記録



～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載していきます。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、ママも赤ちゃんと遊びながら見つけてみましょう。

ちゃんの成長記録 (写真を貼付するなどご自由にお使いください)



赤ちゃんの反応 「みつけた！」

●しかめ顔などの表情をする

「表情が豊かなしるしです。次は必ず笑いますよ。」

年 月 日

(生後 か月)

●人の顔や動くおもちゃを 目で短時間で追う

「自分以外の周囲のことを認識するようになりました。」

年 月 日

(生後 か月)

●ママの声やガラガラの音を聞いた 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、ママはどこかな？
と考えています。」

年 月 日

(生後 か月)

●抱っこすると泣き止む

「ママのお腹の中の無重力と同じ感覚のため、
リラックスできます。」

年 月 日

(生後 か月)

●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。」

年 月 日

(生後 か月)

運動の発達 ①

仰向けでお顔を
のぞいて「みつけた！」

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

「丁度焦点が合う距離です。
おもちゃを見せてみてください。」

年 月 日

(生後 か月)

- 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。」

年 月 日

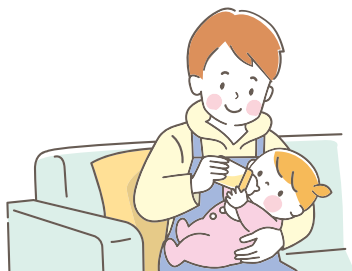
(生後 か月)

- 仰向けで上から見た時に、顔が正面を向いている

「仰向けでの頭座りが完成です。
首座りまであと一歩。」

年 月 日

(生後 か月)



うつ伏せになったときに 「みつけた！」その①

●手足やからだを丸めることができる

「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はじまります。」

年 月 日

(生後 か月)

●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。」

年 月 日

(生後 か月)



●どちらか一方に頭を回す

「さらに首すわりが進みます。自分で口鼻がふさがらないようにできます。」

年 月 日

(生後 か月)

●ママ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。」

年 月 日

(生後 か月)

うつ伏せになったときに 「みつけた！」その②

- 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

年 月 日

（生後 か月）

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

- ママがお手伝いして、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

年 月 日

（生後 か月）

「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

年 月 日

（生後 か月）

「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

年 月 日

（生後 か月）

「完全に股が伸びてきます。たっちの準備です。」

手や足の動きで 「みつけた！」

- ママがお手伝いして赤ちゃんの手を口
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。」

年 月 日

(生後 か月)

- 手のひらにママの指を入れると
ぎゅっと握る

「手のひらに触れたものを握るのは
一時的な正常な反射です。」

年 月 日

(生後 か月)

- 手どうしを握る

「手が反対の手を見つけました。」

年 月 日

(生後 か月)

- 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。」



年 月 日

(生後 か月)

- 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。」

年 月 日

(生後 か月)

おもちゃで遊んで 「みつけた！」



- 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、手の感覚を学ばせてあげましょう。」

年 月 日

(生後 か月)

- 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。」

「はじめは距離がわからなくて頭にぶつかけたりしますが、口と手の距離を学んでいます。」

年 月 日

(生後 か月)

- 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わかるようになります。」

年 月 日

(生後 か月)

- おもちゃを両手で持って、手の中で回しながら口で遊びます

「両方の手が協力してできるようになりました。」

年 月 日

(生後 か月)

- 片方の手におもちゃを持っているときに、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

年 月 日

(生後 か月)

「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

年 月 日

(生後 か月)

「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付けて音を出す

年 月 日

(生後 か月)

「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

年 月 日

(生後 か月)

「指を使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。」

運動の発達 ②

小児科や健診を受診したときなどによく聞かれる項目です。できるようになった日の月齢をまとめておきましょう。心配なことがあれば、主治医や保健師に相談してください。

首のすわり

年 月 日
(生後 歳 か月)

寝返り

年 月 日
(生後 歳 か月)

お座り

年 月 日
(生後 歳 か月)

ずりばい

年 月 日
(生後 歳 か月)

はいはい

年 月 日
(生後 歳 か月)

つかまり立ち

年 月 日
(生後 歳 か月)

つたい歩き

年 月 日
(生後 歳 か月)

大人の簡単な言葉の意味が分かる

(おいで、ちょうだい など)

年 月 日
(生後 歳 か月)

バイバイ、こんにちはなど 身振りをする

年 月 日
(生後 歳 か月)



ひとりで歩く

年 月 日
(生後 歳 か月)

指差しをする

年 月 日
(生後 歳 か月)

ママ、ブーブーなどの
ことばを話す

年 月 日
(生後 歳 か月)

テレビや大人の身振りの
マネをする

年 月 日
(生後 歳 か月)

二語文を話す
(わんわん、きた など)

年 月 日
(生後 歳 か月)

走る

年 月 日
(生後 歳 か月)

ひとりで階段をのぼる

年 月 日
(生後 歳 か月)

自分の名前が言える

年 月 日
(生後 歳 か月)

声かけをしたら振り向く

年 月 日
(生後 歳 か月)

年 月 日
(生後 歳 か月)