

## 2. 赤ちゃんの成長

### 1) からだの発育

生まれたばかりの赤ちゃんの体格は平均で体重 3kg、身長 50cm です。しかし、これはたくさんの赤ちゃんの平均です。実際には赤ちゃんがおなかの中にいた期間によっても違いますし、大きい赤ちゃんもいれば、小さい赤ちゃんもいます。これが個人差です。

生まれた時のからだの大きさは、その後しばらくの間影響が続きます。平均発育値と比較する時には、この点を考慮する必要があります。

特に、体重、身長は数字ではっきりとあらわされるので、この数字が数グラム、数ミリメートル平均を下回っていると発育の遅れを心配することがありますが、体重は授乳、排便、排尿の前後で違いますし、身長はからだの伸ばし方で違います。

子どもの発育には個人差があるので、その子なりに曲線に沿って成長していればいいのです。わずかな数字にふり回されないようにして、赤ちゃんの発育を長い目でとらえるようにしましょう。

#### <発育の目安>

月齢	生まれたとき	3か月	1歳頃
身長	約50cm前後	約60cm前後	約75cm前後
体重	約3kg前後	約6kg前後 (出生時の約2倍)	約9~10kg前後 (出生時の約3倍)

●母子健康手帳には、男女別の乳幼児身体発育曲線が載っています。グラフにお子さんの身長、体重を記入し、発育の確認をしましょう。

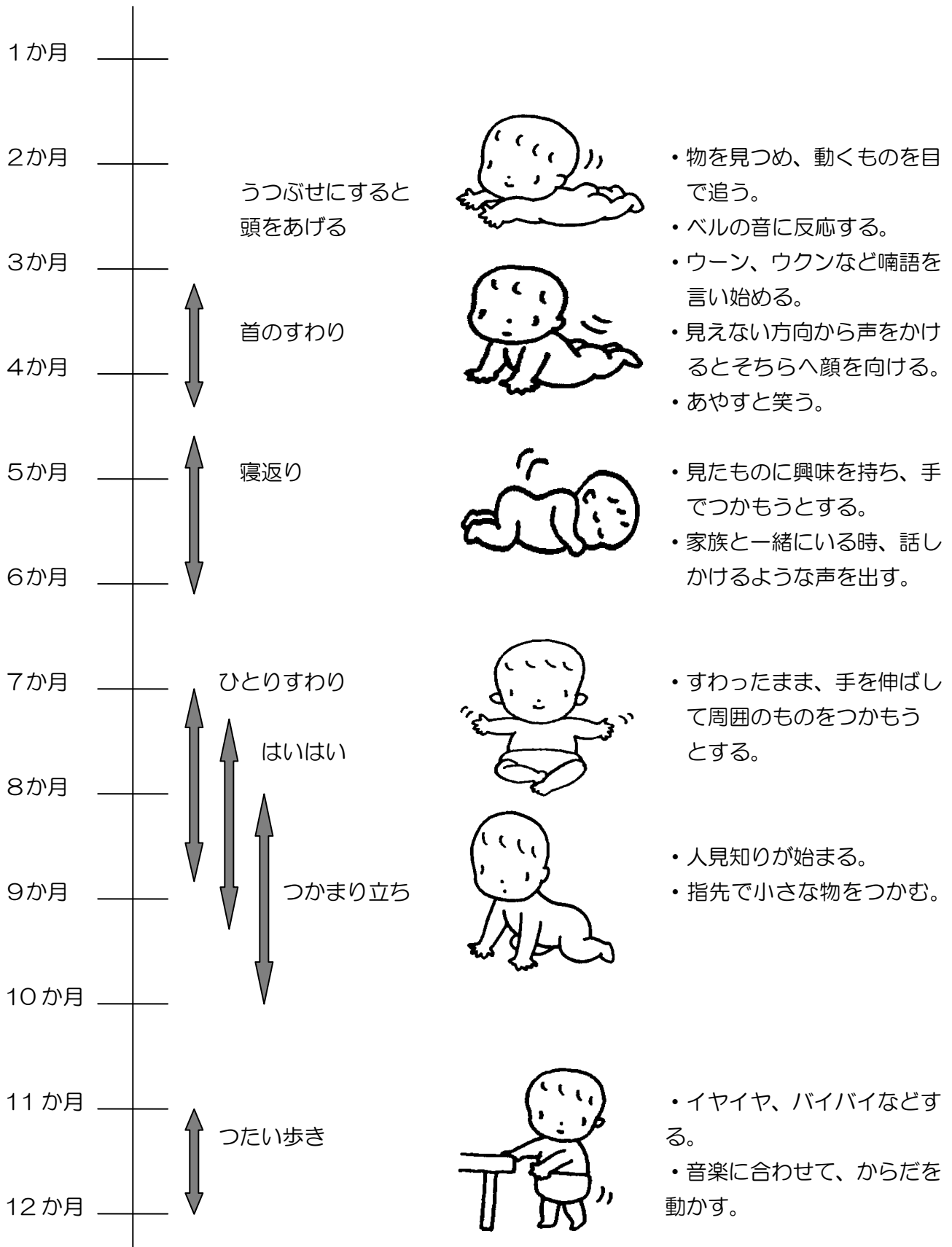
### 2) 運動機能と精神の発達

生まれたばかりの赤ちゃんは、自分から何かしようとする動きはみられません。音に対してからだをふるわせたり、くちびるに触れた乳首を吸おうとしたり、反射的な動きがみられるだけです。

1か月、2か月と日がたつにつれて、反射的な動作から次第に自分から何かをしようとする動作へとうつっていきます。明るい方や、音のする方へ顔を向けたり、おもちゃの動きを目で追ったりします。3か月くらいになると、約半数の赤ちゃんは首がすわるようになります。

赤ちゃんの発育・発達には個人差がありますが、次のページを参考にしてください。

運動機能と精神の発達



### 3) こころの発達

#### (1) 赤ちゃんが泣く理由

##### ①要求を人に伝えるため

「おなかがすいているとき」「おむつがぬれているとき」「おっぱいを吐いたとき」「暑い寒いとき」「眠いとき」など、原因がはっきりしていることもあります。意味もなく泣くこともあります。少し大きくなると、甘えて泣くこともあります。

1～2か月すると自然に泣き方で赤ちゃんの要求がわかるようになってきます。泣くときは抱いてあやしてあげましょう。長時間泣いて母乳やミルクも受けつけなかったり、熱もあるようなときは、医師の診察を受けましょう。

##### ②特定の人（特に母親）との心のきずなを結び、安心するため

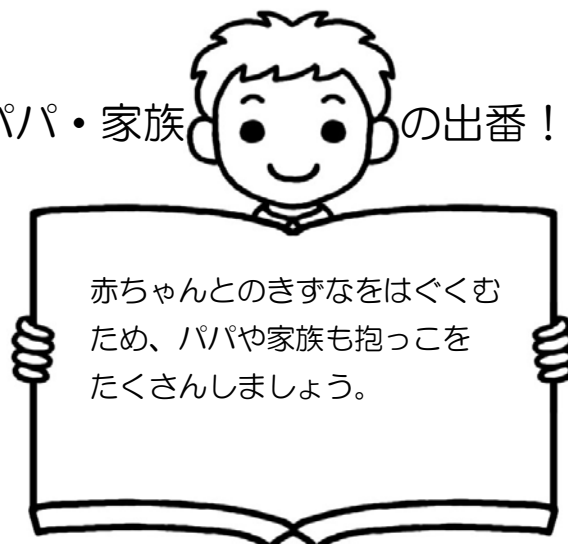
お母さんをそばに引きよせスキンシップを求めるシグナルでもあります。「泣く」＝「お母さんが来て抱いてくれる」というような経験が積み重なると、赤ちゃんは「自分が不快なとき、不安なときは、必ずお母さんが来て癒してくれる」という信頼の気持ちを持ちます。そうすることによって、お母さん以外の人との信頼関係も育っていくのです。

抱きぐせなど気にせず、抱っこしてあげましょう。抱かれることで、赤ちゃんの心は安定します。肌と肌のふれあいは、豊かな心の成長をはぐくむ大切なことです。

#### (2) 母子相互作用

母と子のきずなは、赤ちゃんを産んだということだけでできるものではありません。赤ちゃんは、見たり聞いたり感じたりしながらお母さんとの心のきずなを結ぼうとしています。これは、お母さんからの一方的なものではなく、赤ちゃんとお母さんの間で互いに進んでいきます。たとえば、赤ちゃんが微笑むとお母さんがにっこりする。それを見た赤ちゃんは、嬉しくなってまた微笑み返すというようなものです。肌と肌をふれあう、やさしく語りかける、見つめあう、微笑みかけるなど、赤ちゃんをいとおしくかわいいという気持ちを素直に表現して、精一杯かわいがってあげましょう。赤ちゃんも精一杯応えてくれ、母と子は強いきずなで結ばれていきます。

パパ・家族の出番！



赤ちゃんとのきずなをはぐくむ  
ため、パパや家族も抱っこを  
たくさんしましょう。

