

発育・発達の様子 【発達の目安】

※発達時期はあくまでも目安であり、個人差があります。



		新生児期	2か月	4か月	7か月	10か月	1歳	1歳6か月	2歳	2歳6か月	3歳	4~6歳		
その時期の特徴		外界に適応するために各機能を調整する時期。呼吸・体温など生命維持が主体。一日のほとんどをウトウト寝(レム睡眠)で過ごす。	一生のうちでもっとも成長する時期。「快・不快」の感情、信頼感の芽生えにより、いろいろなサインを出すようになる。相手の笑顔に微笑み返すようになる。	昼と夜の区別がついて、4~5時間はまとめて眠れるようになる。	「恐れ」の感情が芽生える。養育者への反応が強くなり人見知りが始まる時期。短期の記憶ができるようになる。(夜泣き)	探る、見つけるなど探究心旺盛になり、体を動かして探索したい時期。また、しぐさや言葉を理解するようになり、繰り返しの刺激で大人の真似をするようになってくる。	言葉や歩行の獲得により、生活範囲が拡大する時期。(しつけの開始)「不安」「恐怖」の感情が芽生え始め、後追いをしようとする。	「愛情」「得意」「嫉妬」など人間らしい感情が芽生える時期。全身を使って遊び、バランス感覚を養う時期。行動や操作面で方向転換ができるようになる。	自我が芽生える時期で、(反抗期)が始まる。「イヤイヤ」の時期であるため、親は接し方に困ることも多くなる。同時に、「喜び」の芽生えにより褒められることで自信をつけていく。	自分で何でもやりたがるが、上手にできずイライラすることが増える時期。単語の数が増えるほか、ことばでのやりとりが増えてくる。	自分の考え、判断で行動しようとする意志が強くなる時期。友だちがほしくなってきたり、子ども同士で遊ぶようになってくる。	友だちと遊ぶのが楽しい時期。集団のルールを覚える。5歳過ぎくらいから、大人に言われたことをやるという課題意識が芽生える。		
脳		370~400g	栄養・刺激によって神経回路を作っていく		700g(出生時の約2倍)	850~900g		音・色・嗅・温度・体性感覚などの感受性が高まり、確かめる行動が増える		約1,000g(大人 1,200g~1,400g)				
脳(感覚)	触覚	原始系(反射)から識別系ネットワークへと切り替わってくる(触覚は妊娠2~3ヶ月からすでに出現する感覚)	手を口を持っていく		手にしたものを口を持っていき、なんでも口で確認する時期(誤飲に注意)		色々な手触りのもので楽しく遊べるようになる(砂・水・泥・石・草・粘土など)		痛いところを指さす 熱さを避けるようになる	袋やポケットの中に手を入れたがる	手探りで「素材」「形」「大きさ」の弁別ができるようになる			
	固有受容覚(筋肉・関節)	固有受容覚一力加減・手足の動きや位置の感覚のこと	うつ伏せで頭を持ち上げようとする一首のすわり		床遊びが楽しい時期(座る・寝転がる・這う)一体重移動しながら平衡感覚も養う		ものともをぶつけて遊ぶ		コップやスプーンを自分で持ちたがる	砂や水をすくって別の容器に入れる	手をつないで歩く歩調を合わせる(速い・ゆっくりの調整)	両腕交互の肩叩き(強い・弱い調整)	2つのコップに同じように水を注ぎ分ける	指示されずに自分の意思で道具を操作できる一動作の基礎が完成
	前庭覚(平衡感覚)	※前庭覚一からだの傾きや回転などを感じる感覚(姿勢のコントロールなど)	ゆっくりした揺れを喜ぶ		注視→追視の出現(意識的に目で追う)		高い高いを喜ぶ		リズムに合わせて体を動かすようになる	おもちゃを拾い上げる、歩いて方向転換ができるなど複雑な動作ができるようになる	ななめ姿勢の獲得(坂道を下る、ブランコを押す・鉄棒にぶら下がるなど)	大人の体と両手を借り、支え返りができるようになってくる	三輪車をこげるようになる ジャングルジムに一段登る	指示されずに自分の意思で道具を操作できる一動作の基礎が完成
	視覚	30cm先の画面を筒状に見ている	0.02の薄暗い状態 自分の意思で上下の追視		奥行きがわかる(遠近感がわかる)		視力0.05程度 何となく形を認識できる		視力0.2程度 形や色の違いが認識できる	視力がアップしてきていろいろな物を見たがる			0.6~1.0	6歳~立体視力の完成
	聴覚	妊娠7ヶ月頃から発達	低い音より高い音に反応する		急速に発達する時期						音の高低を区別し、メロディーを口ずさむ		大人と変わらないくらいメロディーを記憶する	
味覚	甘味・うまみ一本能的に好き 苦味・酸味一本能的に嫌い(毒物発見の味覚)	食べることで味覚を感じ、好き嫌いを判断していく						偏食が多くなってくる(快・不快の記憶から、食べたい・食べたくないとの判断)一無理強いせず、快の経験になるよう工夫してみる(繰り返しの経験)		味の違いが増す		10歳 味覚の完成		
認識(心)	母親と視線を合わせることで安心する	反応に対して自分の意思で笑い、意識的に声を出す	嬉しい、悲しいという感情を声に出す		短い間(3日間ほど)の記憶ができるようになり、人見知りが始まる		簡単な手伝いをする		自分の欲求に基づき行動する 親の存在を強く意識する	親から離れることができるようになる	指示を受けて自分で行動するようになる 例)指示されて服を着る	場面に応じて自分で行動する(基本的な生活行動の自立) 例)指示されなくても服を着る		
生活リズム	レム睡眠(ウトウト寝) 5~30分の間隔で繰り返す	昼と夜の区別がつくようになってくる 夜にまとめて4~5時間寝るようになる(リズムを作ってあげる)		夜にまとめて眠るようになってくるが、夜泣きが始まることもある(発達の節目)		★気持ちの安定、日中の集中力、やる気アップ、体を作る、夜間の尿生成の抑制など		早寝・早起きは大事なホルモンの分泌に関わっている		夜間10時間、昼間2時間の程度の睡眠リズムがつく		5~6歳:自律神経による体内時計のセットが完成。生活習慣の基礎ができる		
体格		体重~出生時の2倍近く	体重~出生時の2倍以上 身長~出生時より15cm成長			体重~出生時の3倍	体重~出生時の4倍			成長ホルモンの働きUP! 筋肉組織が強くなる				
免疫機能	抗体を作る機能が弱い	2ヶ月から予防接種開始 ヒブ、小児肺炎球菌、B型肝炎	4種混合 ジフテリア、破傷風、百日咳、ポリオ		BCG (母から抗体をもらえない)	MR(麻疹風しん混合ワクチン) 水痘	MR(麻疹風しん混合ワクチン) 水痘			日本脳炎	4歳:抗体を作る機能が大人並みになる			
からだの育ち	歯	乳歯萌出後5年間はエナメル質がギザギザ酸におかされ、むし歯になりやすい! ☆よく噛むことで唾液中のカルシウムにより、歯が強くなる(固くて丈夫な歯)		前歯を使って噛み切る練習		奥歯がはえる		犬歯がはえる		乳歯20本がはえそろう		歯の状態に合わせて、噛む練習と能力を獲得する。 6歳~永久歯がはえる(12歳くらいまでに永久歯がはえそろう)		
	胃の大きさ	30~50cc 胃の形はとっくり型 胃の入り口の筋肉が弱いため吐きやすい	120cc		200cc		200~250cc 食べこぼしが強くなってくる		300~350cc		400~500cc 大人と同じ胃の形になる		500~650cc (大人 1,200~1,600cc)	
	消化酵素	色々な食品を食べることで、消化酵素の種類・分泌がよくなる 3ヶ月~糖の消化酵素up(唾液の量が増える)		6ヶ月~母体からの貯蔵鉄↓ タンパク質・脂肪の消化酵素up		胆汁分泌up 脂肪を消化しやすくなる						糖の消化酵素が大人並みになる		
排泄機能	排尿能力	膀胱の大きさ 30~50cc(大人 500cc)		膀胱に尿がたまる反射的になる。早寝早起きの生活リズムで、深い睡眠ができるようになる→夜尿を作らないホルモンが増えてくる→夜の尿量が減少する		200cc 尿意を感じるが我慢できない		サインを出したり、排尿を予告する(モゾモゾ・手の動きが止まるなど)		250~400cc 排尿間隔が2時間程空いてくる		尿意がわかり我慢できるようになる		尿意もわかり我慢できる→ 日中は自分の意思で排尿できるようになる 3歳半:ひとりで排尿できる 4歳半:大人と同じ機能になる
	排便能力	腸の長さ3m (大人 6~7m)	6ヶ月までは反射的に排便をする(2~10回/日)		離乳食開始~便が固くなる反射的にいきむ(顔を赤くする)		排便回数 2~3回/日		腸の長さ4m 排便リズムができ、便意を感じるようになるが我慢は難しい		自分の意思で肛門括約筋を操作できるようになるが我慢は難しい		便意を感じてもトイレまで我慢できるようになる	
全身の運動	うつ伏せで45° 頭を上げる		寝返り		はいはい		後ずさり歩き		ボールを前に投げる		三輪車をこぐ		でんぐり返し	
手先の運動	首がすわる		つかまり立ち		つかまり立ち		ひとり歩き		階段をのぼる		片足立ち 2歳→1秒程度 3歳→2~3秒保持 6歳→10秒保持		4歳→片足ケンケン 5歳→スキップ	
	うつ伏せで床から胸を上げる		追視		側にあるおもちゃに手を伸ばしかむ		コップから飲む		あまりこぼさずスプーンで食べる		ねじる・曲げる・ちぎる動作		のぼす・丸める動作	ひらがななど文字
ことば	ガラガラを握る		食器をひっくり返したり、スプーンでかき回して食べる		なぐり描き(持ち方→わしづかみ)		グルグル描きに発展		8個の積み木を積む		顔を描くと手足が出始める			
	泣き声以外の声を出す(アー、クーなど)		誰かと話すようなおしゃべり(なん語)		意味のあることばを言う		2語文を話す		同年代のことばと会話ができる					
ことばの理解	かん高い声を出す		「ダメ」で手を止める		絵本を見て知っているものを指さす		大きい・小さいがわかる		ジャンケン勝ち負けがわかる					
	声や音のする方に振り向く		大人の言う簡単なことばがわかる(おいで・ちょうだい)		身体各部がわかる(指さし)		性別がわかる		赤・青・緑がわかる					
人との関わり	目が合う		欲しいものに手を伸ばす		バイバイ・イヤイヤなどの身振りを示す		簡単な家事のお手伝い		上着・靴などを自分で身に着ける		指示されなくてもひとりで服を着る			
	あやされると笑う		イヤイヤを喜ぶ		ボールのやりとり遊びをする		見立て、なりきり遊び(ごっこ遊び) 親や大人とする → 友達とするようになる		出会い(来客)お迎えを心待ちにする					
人に対して興味を示す		人見知り		相手の喜んだ顔を見て同じことを繰り返す(物の手渡しなど)		親を確認しながら行ったり来たり → 親から離れて遊ぶ		同年代の子とも遊ぶ						
側にもいないと泣く		お母さんを探し求める(後追い)		大人の使っている物を同じように使おうとする(くしなど)		好きなこと、おもしろいことには粘り強く挑戦する		同年代の子と同じことをしたがる						
おもちゃを引っ張ろうとすると抵抗する(自分の要求がある)		おもちゃを引っ張ろうとすると抵抗する(自分の要求がある)		いつもと違うことがあるとき、お母さんの顔を見て反応を確かめる		物の取り合い(けんか)が多くなる		手伝いをしたがる(役割を持ちたがる)						
						友達がやろうとするとそばで遊ばせたい		順番を守って行動できる						