

赤ちゃんの しぐさBOOK



同志社大学赤ちゃん学
研究センター教授

小西行郎

すくすくクリニック
こにし院長

小西 薫

小西 行郎 (こにし ゆくお)

同志社大学赤ちゃん学研究センター教授。日本赤ちゃん学会理事長。

1947年香川県生まれ。京都大学医学部卒業後、同大学付属病院未熟児センター助手となる。1983年より、福井医科大学小児科講師、1988年同大学助教授となる。1989年より、文部省在外研究員としてオランダ、フローニンゲン大学にて発達行動学を学ぶ。1999年、埼玉医科大学小児科教授、2001年、東京女子医科大学・乳児行動発達学講座を経て、2008年10月より現職。主な著書に『これで安心、0歳からの育児』（法研）、『赤ちゃん和脳科学』（集英社新書）、『乳児保育の基本』共著（フレーベル館）、『赤ちゃんの遊びBOOK』『赤ちゃんのからだBOOK』『赤ちゃんのおしゃべりBOOK』（以上、海竜社）ほか多数。

小西 薫 (こにし かおる)

すくすくクリニックこにし院長。1948年京都市生まれ。大阪医科大学卒業後、京大小児科学教室入局。1984年から18年間福井総合病院で小児神経科医として勤務。2002年からさいたま市心身障害総合センターひまわり学園にて障害児診療、療育に携わり、2006年より2010年3月まで所長。三男一女の母。著書に『乳児保育の基本』共著（フレーベル館）、『赤ちゃんの遊びBOOK』『赤ちゃんのからだBOOK』『赤ちゃんのおしゃべりBOOK』（以上、海竜社）などがある。

編集協力 (株)ゼビロス・三枝 節子
装 丁 こやまたかこ
カバーイラスト 谷口シロウ
イラスト 河原 靖子
漫 画 齊藤 恵
本文デザイン 谷川 美幸／山田 洋子

赤ちゃんのしぐさBOOK

2005年12月20日 第1刷発行

2011年5月16日 第10刷発行

著 者 小西 行郎 小西 薫

発行者 下村 のぶ子

発行所 株式会社 海竜社

〒104-0045 東京都中央区築地2-11-26

電 話 03-3542-9671 (代表)

FAX 03-3541-5484

郵便振替口座 00110-9-44886

ホームページ <http://www.kairyusha.co.jp/>

印刷・製本所 シナノ

落丁本・乱丁本はおとりかえします

©2005, Yukuo Konishi/Kaoru Konishi, Printed in Japan

ISBN978-4-7593-0903-4

赤ちゃんの
しぐさ

江苏工业学院图书馆
藏书章



同志社大学赤ちゃん学
研究センター教授

小西行郎

すくすくクリニック
こにし院長

小西 薫

海竜社

は・じ・め・に

「子どもを診る」から「子どもを見る」へと、30年の小児科医生活の中でじょじょに変わってきました。それは共に小児神経科医として働いてきたわれわれ夫婦の共通した想いでした。どこかに異常があるのではないかと、緊張しながら子どもを観察していた駆け出しの小児科医だったころ。いまでは「おっ、おもしろいことをしているな。なんだろう」という子どものもつ不思議さに気づき、子どもがますます好きになりました。そんな私たちの想いをお母さん方に伝えたいと思いたち、この本をまとめました。

この本から読みとっていただきたいのは、成長とともに変化してゆく赤ちゃんのしぐさの不思議さとおもしろさです。二人で、一つひとつの赤ちゃんのしぐさをどう解釈するか、話し合いながら進めました。独断と偏見といわれるかもしれません。ただ楽しさだけでも共感していただけれ

不思議？ おもしろい！ 赤ちゃんのしぐさ。

ばと思います。

赤ちゃんのしぐさは、誕生から12カ月までを月齢に応じて並べてみました。でも、発達には個人差があります。みんな同じ順番で同じ行動をするとは限りません。それにおとなが見落とす場合もたくさんあります。順番が狂っているなどと心配しないでください。また、間違っても「これをしないから異常かもしれない」などと心配してほしくないのです。

この本は、赤ちゃんがちょっと不思議なしぐさをしていることに気づいた時、あるいはなぜこういうしぐさをするのだろうと、興味を感じた時に開いてみてください。わかりやすいイラストと楽しい漫画、それに短い文でまとめています。身近に置いて、ちょっとした時間に楽しんでいただければ幸いです。

小西行郎／小西 薫

理由を考えるより、
素直に楽しんでほしい。

第1章 ねんねのころ 9

眠りながらほほえむ	10
あくびやしゃっくりをする	12
舌を出したり、唇をとがらせるとまわをする	14
手の甲でお母さんの胸をさする	16
手のひらに指を置くと握る	18
げんこつをしゃぶる	20
手足をモゾモゾと動かす	22
指を口に入れると吸いつく	24
足の裏をつつくと瞬時に縮める	26
「アーアー」「クークー」と声を出す	28
足裏を床につけると歩く動作をする	30
ビクッとして両手が上に上がる	32
指をしゃぶる	34
抱いている人の顔をじっと見る	36
音で泣きやんだり動作が止まる	38
揺れるの大好き	40
声をたてて笑う	42
たてに抱くと泣きやむ	44
膝に抱っこすると背中を伸ばす	46

オモチャを目で追う	48
拍手すると目をつぶる	50
手足をバタバタさせてはしゃぐ	52
お母さんを見るとよろこぶ	54
ガウガウを持ってよろこぶ	56
両手をからませたり、手で足を触ったりする	58
うつぶせで腕に力を入れ、頭を上げる	60
そばにだれもいないと泣く	62
仰向けからうつぶせになる	64
泣いてもあやせばすぐに笑う	66
このころの赤ちゃん①	68

いつごろから動きは始めているのか68／胎内での動きと誕生後の動き69／脳はどんなふうに変化するのか69／脳機能はどのようにできるのか70／誕生後の脳細胞72／感覚器官73／赤ちゃんの眠り75／赤ちゃんの泣き76／泣きの次はクーイング77／「生理的微笑」から「笑いかけ」へ77／抱っこ大好き！78

第2章 おすわりのころ 79

脇を支えたと足をツンツンする	80
カニのように泡をふく	82
腹ばいのままで体の向きを変える	84
両足を手で持つ	86
支えればひとりですわっている	88

口をモグモグと動かす	90
音が出るオモチャを楽しむ	92
うしろにはう	94
知らない人をジッと見る	96
ハンカチを顔にかけるととる	98
「抱っこは」と言う自分から手を出す	100
親しみと怒った顔がわかる	102
持っている物を離してハンカチをとる	104
鏡の中の自分がわかるようになる	106
器をワンタッチでひっくり返す	108
スプーンで器の中をかき混ぜる	110
わざと物を落とす	112
「バー」「ダァー」と楽しそうに声を出す	114
よつばいの形で体を前後に揺らす	116
オモチャをカチカチと打ち合わせる	118
ティッシュペーパーを次々と引き出す	120
遠くの物に興味をもつ	122
オモチャをとられると怒る	124
夜中によく泣く	126
抱っこすると髪の毛を引っ張る	128
「たかい、たかい」「飛行機ブーン」などをよろこぶ	130
向かい合った遊びをよろこぶ	132

頭をゴンゴンと打ちつける 134

このころの赤ちゃん② 136

どんどんじょうずになる「協調運動」136／もともと人が大好き138／喃語は言葉獲得への最初の一步139／手差しは要求の表現140／「1+1」がわかっている141

第3章 たっちのころ 143

目標めざして移動する 144

机をたたくとまねをする 146

お母さんが見ている物を見る 148

鏡の中に映る人に笑いかける 150

顔色をうかがっていたずらをする 152

名前を呼ぶと手を上げる 154

小さな物を人さし指と親指でつまむ 156

積み木を持ったまま顔にかけられたハンカチをとる 158

「どっち？」がわかる 160

ドアを開ける 162

ゴミ箱をひっくり返す 164

段差のあるところを下りようとする 166

話し手の口元を熱心に見る 168

「いいお顔」と言うとお顔をつくる 170

ヘアブラシや口紅などをいたずらする 172

お母さんのあとを追う	174
しかるとべそをかく	176
外出の準備をしていると玄関に行く	178
高い物につかまって立つ	180
同じ方向につたい歩きをする	182
指さしをする	184
「ちょうだい」と言うと、すぐに渡す	186
つかまり立ちからすわる	188
つかまり立ちから手を離す	190
リズムに合わせて動く	192
ふたを開けたり閉めたりする	194
スプーンを持たせると口に運ぶ	196
声を出しながら指をさす	198
ひとりで歩く	200
言葉を使って伝えようとする	202
このころの赤ちゃん③	204
見た物を記憶する204／指さしと言葉の関係206／歩きはじめとコミュニケーション207／「臨界期」とは209／赤ちゃんに「早期教育」は必要？210	
おわりに	212

ねんねのころ

生まれたばかりの赤ちゃんはよく眠ります。
すやすや眠って、すくすく育つ。
まだ、おすわりも、たっちもしないけれど、
あくびをしたり、手足をモゾモゾと動かしたり……
じっくり見てみると、いろいろなしぐさを見せてくれます。
赤ちゃんて、おもしろい！



1
▼
6
カ
月

眠りながら ほほえむ

【ハートはつかんだ！】



生

まれたばかりの赤ちゃんが、安らかな寝息をたてています。その寝顔を見ているだけで、こちらも安らかな気分になります。お世話にヘトヘトだったり、ピリピリしていた気持ちがやわらぎます。あっ、いま、赤ちゃんがほほえんでくれました。まるでこちらの気持ちがやわらいだのを察したみたい……。

この赤ちゃんの笑顔が「天使のほほえみ」といわれるものです。

実は「天使のほほえみ」は、感情を伴った笑みではなく、左右の口角をすっと引き上げただけの、**生理的微笑**にしかすぎません。チンパンジーの赤ちゃんも「天使のほほえみ」を浮かべることが最近の研究でわかっています。

「天使のほほえみ」とは、赤ちゃんが本来もっている力だといわれています。「天使のほほえみ」に出会った人に、「私を大切に育ててね」「かわいがってね」と思わせてしまうのです。赤ちゃんは、なかなかの巧者なのかな？

だまされるほうもハッピーになれる、なんてすてきなテクニックだと思いませんか？

「天使のほほえみ」……
それは、赤ちゃんに秘められた力

あくびや しゃっくりをする

【眠いだけでよ】



小

さな口をOの字に開けて、赤ちゃんがあくびをしています。
あらっ、「ヒクツ」としゃっくりもしていますね。

実は、赤ちゃんはお母さんの胎内にいた時から、すでにこのあくびやしゃっくりをしていました。胎内で10週から15週ぐらいすごすと、あくびやしゃっくりをして横隔膜を鍛え、呼吸の練習をはじめているのです。ちょっと驚きですね。

なにしろ、胎内から生まれ出た赤ちゃんは、すぐに自分の肺で呼吸をしなければなりません。赤ちゃんにとってこの練習は、とても大切なのです。

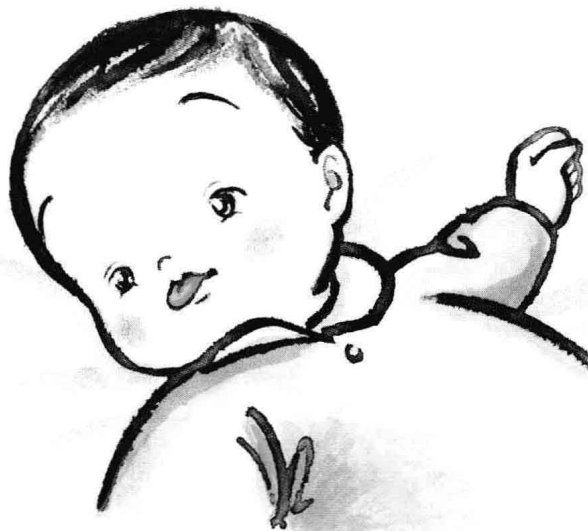
胎内で繰り返していたこの練習は、生後1カ月たってもまだ続いています。「しゃっくり、苦しくないかな」と心配になるかもしれませんが、大丈夫。時期がくれば自然とおさまります。

そして2カ月を過ぎれば、私たちおとなと同じように、眠くなるとあくびをするようになるのです。

ママのおなかの中にいた時からしていた
呼吸の練習

舌を出したり、唇をとがらせるとまねをする

【初あきれ】





が覚めて、気分がよさそうな赤ちゃん。お母さんが抱っこして顔を近づけ、唇をとがらせたりしてあやします。赤ちゃんはお母さんの顔をジューッと見つめています。するとお母さんと同じように、唇をとがらせました。

生まれて間もない赤ちゃんでもまねができるのです。すごいですね。**まねをする能力**というのは、赤ちゃんがこれから言葉や行動を学習していくうえで、なくてはならないもの。**生まれて間もない赤ちゃんでも、その芽をちゃんと持っているのです。**

でも、この時期の赤ちゃんは意識的にまねをしているわけではなく、「思わずつられて……」といったところ。いつもまねするとは限りません。もし、お母さんの**まね**をしてくれたら、相当にラッキーなのです。

やがてお母さんと気持ちのやりとりができるようになると、まねっこ遊びができるようになります。その日が楽しみです。

つられてまねしちゃう……
これが学習の芽