



じかっ



自立活動だより NO. 2

令和3年4月26日(月) 文責：佐方



小学部重複障害学級の子供達や先日の整形外科健診の様子を観ていると、乳幼児期の伏臥位（腹臥位）が大切だ思いました。立位や歩行はできるものの、いわゆる「ハイハイ」の経験が十分でなかったと推察される子供が少なくないのです。

一般的にも、自然に発達段階を踏んで成長するはずの子供達の環境が激変していて、その自然な発達を飛び越してしまう子供が多くなっているといわれています。いわゆる「**発達の飛び越し**」です。

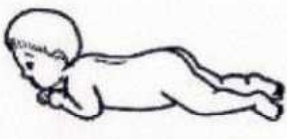
そこで、今回は、和歌山県立紀北支援学校の自立活動だよりを引用して「**伏臥位姿勢の発達**」について紹介します。

【出生～6週間】



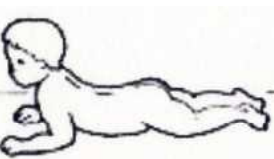
腰をどちらか一方に向け、下肢は深く屈曲してお尻が上がった状態です。お腹から頬までべったりと床についています。上肢は屈曲し引き込んでいて、身体を支えることはできません。

【2か月頃】



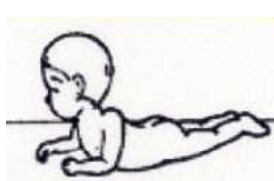
上肢はまだ屈曲していて肘は肩より後方にありますが、屈曲の程度は弱まり、前腕で少し身体を支えることができるようになります。下肢も屈曲の程度が少しずつ減少し、お尻の高さも低くなってきます。何かを見ようとして、瞬間的に顔を上げたり、床に鼻や顔を擦りつけながら反対側へ顔の向きを変えることができるようになります。

【3か月頃】



肘を肩より前方に出せるようになり、肩の下位の位置で頭と体幹を支えることができるようになります。また、左右対称に頸椎を伸展することができるようになり、顔を上げたままで自由に見渡せるようになります。このように顔を上げて見渡すことや肘での支持により、肩周辺の筋群が活発に働くようになり、両上肢が床から離れておもちゃなどに向かって手を伸ばせるようになります。

【4か月頃】



さらに肘支持がしっかりしてきて、頭を90度位まであげることができ、重心も片側に移すことができるようになります。

【5か月頃】



両手で支えていたかと思うと、急に両肘を床から浮かせ、身体を反らせて空を飛ぶような姿勢がみられるようになります。(エアプレーン)

◇ 【6か月頃】～【11～13か月頃】については、次号に掲載します。