



お名前

姓 名

保護者名

生年月日 年 月 日



むらリトルベビーハンドブック

～小さく生まれた赤ちゃんとママ・パパのための親子手帳～

この手帳は産院前にお住まいのお子様とご家族のための手帳です。

対象となる方は

- ① 出生体重が1,500g未満の児
- ② ①以外の低出生体重児でサポートが必要な場合
かつ産院前住のお子様・ご家族

使い方

☆ この手帳はご家族が記録するノートです。

お子様が生まれた時から6歳までの成長や医療の記録を保護者が記録できるように作られています。

本冊子は、低出生体重児特有の発育・発達に配慮した内容になります。市町村で交付された母子健康手帳の補充冊子として併せて使用ください。





第1章	小さな赤ちゃんのママ・パパになったあなたへ	
	先輩ママからのメッセージ	2
	出産後のママの気持ち～小さな赤ちゃんのママになったあなたへ～	4
	小さな赤ちゃんのパパになったあなたへ	6
第2章	育児と産後の記録	
	生まれたときの様子	8
	母乳のケアと母乳について	10
	ディバロップメンタルケア	12
	NICU入病中の赤ちゃんの「初めて…」の記録	14
	NICUでの様子	16
	退院までにママとパパが一緒にすること	17
	入院中の記録	18
	退院時の記録	20
	(コラム) 手帳の種類について	21
第3章	成長と発達記録	
	退院後の発達についてどのように考えたらいいですか	22
	発達記録	23
	身体計測の記録(発育曲線)	33
	(コラム) 体重増加不良	42
	(コラム) SGA 性差身長症について	43
第4章	知っておきたいこと	
	小さく早く生まれた赤ちゃんに起こりやすいこと	44
	小さく生まれた赤ちゃんの発達の特徴と対応 Q&A	51
	困ったときの相談先	56
	小さく生まれた赤ちゃんのこと、みんなで話そう！ 考えよう！	57
第5章	育児の記録	
	育児の記録(生後1カ月～6歳)	58

先輩ママからのメッセージ

頑張って生まれてきてくれた赤ちゃんのご家族の方へ

このハンドブックを手にされているみなさんは想像していた出産ではなかった方や、突然の出産で不安や戸惑いの気持ちを持っておられる方も多いかもしれません。

たくさんの気持ちが交錯していることと思います。

私もそうでした。2019年に胎盤早期剥離でS84グラム、手のひらサイズの小さな女の子を出産しました。出産後は真っ暗な出口の見えないトンネルの中にいるようで、いつか抜け出す事ができるのだろうか、この先どうなるのだろうかと不安で押しつぶされそうなときもありました。

医療スタッフの方をはじめ、先輩リトルベビーのご家族やたくさんの人に変えられ、たくさんの事を乗り越え、子どもと一緒に成長させてもらうことができました。

抱っこやオムツ交換、赤ちゃんに触れる事すら思い通りにいかなかった事もたくさんありましたが、そんな時を経て今は当たり前の事が一番幸せな事だと心から思っています。大勢の方の温かさ・優しさに包まれて育った事を将来、娘に伝えていきたいと思っています。

頑張って生まれてきてくれた赤ちゃんを信じてあげてください。必ず周りにあなたの味方や理解者はいますので、心配しないでください。

ママが責任を感じないでください。

無理に頑張らないでください。

涙は我慢しないでください。

悩みや不安は溜め込まず吐き出してください。

お子さんと笑顔で過ごせますように。





出産後のママの気持ち

～小さな赤ちゃんのママになったあなたへ～

お腹の中で赤ちゃんが動くのを感じた頃から、自分の赤ちゃんのイメージを育てわくわくするような期待をお持ちだったでしょう。ところが10か月まで待たずに赤ちゃんが生まれてきたのだから不安な気持ちになってしまいます。

出産後に右頁のような気持ちになることがありますが、あなただけではありません。自分を責める必要はありませんよ。また無理して気持ちを抑える必要もありません。

ご家族や病院スタッフ、地域の保健婦などに気持ちを聞いてもらったり、産後のママの健康や子育てや助産婦に相談するグループで抱え込まないようにしましょう。



母乳のこと

ママにしかできないことは母乳をあげることと頑張っても、おっぱいの状態はひとそれぞれです。母乳が出ないこともあります。おっぱいをあげることができなくても自分を責めないでください。

「母乳が一番」かもしれないけど、「少しでもいいよ。」「ミルクでも大丈夫だよ」「助産婦さんにマッサージしてもらおうといいよ」「ママの体を大切にしてく」っていろんな言葉をかけてあげたいな。



- 疲れやすく、何をするのも嫌になってしまう
- ◆ 自分たち家族のこれからのことを思っで心配になる
- ∪ なぜ自分たちの赤ちゃんにこんなことが起きてしまったのか怒りを感じたり、どうしようもなくイライラする
- 母親として自分が出来ないことを看護師が全てやってしまうと無力感を感じたり、時には看護師にうらやましさなどの複雑な気持ちを持ってしまう
- 自分が知らないうちに何か間違ったことをしたために、あるいは、やるべきことをしなかったために赤ちゃんが早く生まれたのではと自分を責めて落ち込んでしまう
- ▼ 家族や他人から「頑張って」「大丈夫だよ」などと言われたことで傷ついてしまったり、腹が立つことがある
- ✦ 赤ちゃんに会った時に、かわいいと思えないなど自分の気持ちに戸惑い、さらに気持ちが落ち込む
- 物事に集中できない、眠れない、食欲がない



面会のこと

ママとパパにしかできないことの二つ目は「赤ちゃんに会いに行くこと」です。お医者さんや看護師さんとは違うパパとママのまなざしを感じ取る力を赤ちゃんは持っています。でも気持ちの整理がつかなくて病院へ行けないこともあります。そういう時はお家で赤ちゃんの成長を祈ってあげるだけでも、きっと赤ちゃんに届きます。ママの笑顔が戻ったら会えなかったときの分まで笑顔を見せてあげてください。





小さな赤ちゃんの/ひびになったあなたへ

赤ちゃんの誕生、おめでとうございます。小さな赤ちゃんの/ひびになり、嬉しい気持ちより、戸惑いや不安な気持ちでいっぱいかもしれません。

そんな気持ちを抱えながらも、NICU で赤ちゃんの病状説明を受けたり、色々な手続きをしたり、ママのサポートや他のご兄弟のお世話など、大変な日々だと思います。

初めてのことばかりで、NICU で赤ちゃんに会っても、最初は保育室の中の赤ちゃんに何をしておいたらいいのか、わからないかもしれません。

そんな時は、赤ちゃんに声をかけたり、触れたりしてみてください。赤ちゃんは/ひびの声もおいもわかっていますよ。/ひびも赤ちゃんに会うたびに、赤ちゃんの成長を実感することができるはずです。





もし、赤ちゃんに会えない日があっても、家でママやご家族と赤ちゃんの話をしてください。赤ちゃんは NICU で入院していますが、やっぱり家族の一員です。

パパと赤ちゃんのことを話すことで、ママの気持ちも癒されますし、赤ちゃんも喜びます。パパにしかできないことですね。

パパも、不安なことや疑問などあれば、遠慮なく NICU のスタッフに質問や相談をくださいね。



第2章 育児と治療の記録

生まれたときの
様子



生年月日	:	年	月	日
出産予定日	:	年	月	日
在胎期間	:	週	日	
計測値	:	出生体重	g・身長	cm
	:	顔面	cm・胸囲	cm

ママ・パパから

赤ちゃんへメッセージ



赤ちゃんの誕生、おめでとうございます。手前ですよね、心配ですよね、
でもまずは自分の体と心を労ってください。

母乳のケアと 母乳について

早期授乳について

生後早期（特に生後24時間以内）に母乳による早期授乳を開始することは赤ちゃん、特に1500g未満で生まれた赤ちゃんにとって、

- ①正常な腸内細菌叢が早く整い、感染を予防する
- ②腸の萎縮を予防し、消化管ホルモンを分泌しやすくする
- ③壊死性腸炎*の予防効果がある
- ④腸の動きが良くなる
- ⑤早くに経口哺乳ができるようになる

など、たくさんのメリットがあります。赤ちゃんにとっては自分のお母さんの母乳が最も良い栄養です。しかし、様々な理由によりお母さんの母乳が得られない、またはお母さんの母乳が出るまでの間、状況に応じてドナーミルク**を使用することもあります。

*壊死性腸炎 解説P.47参照

**ドナーミルクとは、感染症がない、たばこを吸わないなど多くの基準をクリアした健康な女性から募集でいただいた母乳を低温殺菌処理したもらい乳のことです。



小さく産んでしまった自分を責めないでください。選ばれたパパとママの元へと手を届けてください。

超早期期（22週）からのおっぱいケア

早く出産されたママの母乳には、予定日頃に出産したママの母乳の成分とは少し異なり、赤ちゃんの臓器を成熟させてくれる大切な成分が含まれています。早期の赤ちゃんにとって母乳は消化吸収を促したり、感染から守ったり、また神経発達を促進する働きがあり、早期にチューブを使って赤ちゃんのお腹に入るようにします。ママの体調が良ければ出産後できるだけ早期におっぱいを搾ることで早く出るようになるといわれています。1日7回以上の搾乳を目指し、ママが退院してからは生活の中で無理なく搾乳活動を確保しましょう。母乳の分泌には個人差があり、産後の日数、搾乳した時間や回数、ママの気分によっても変わりますので、焦らずに搾乳を継続していきましょう。赤ちゃんとの面会中の搾乳、赤ちゃんの写真や匂いをついたタオルなどを搾りながら搾乳することも良いでしょう。搾乳器を使用することもおすすめです。

退院後のおっぱい・ミルクについて

退院後は「母乳が飲めているのかな？」「体重が増えているのかな？」など不安になることがあると思います。母乳やミルクが十分に摂取できているサインとして



- ①赤ちゃんが1日に8～12回以上または飲みたいだけおっぱいを飲んで
- ②赤ちゃんはいきいきとして手足を活動に動かしている
- ③母乳と搾乳の間は満足している様子である
- ④1日に3～8回以上の排便がある、月齢が進むと便の回数は減り、1日量が増えることもある
- ⑤薄い色の尿で、1日6枚以上のおむつを濡らす

母乳が足りているかどうか、ミルクを補足する目安については外来担当の医師または助産師や看護師と相談しましょう。



看護師さんからママに早く会いたくてフライングしちゃっただけよと告げられて驚いたこととて早く気持ちが悪くなりました。

ディベロップメンタルケア (DC)

修正週数		22週	24週	26週
発達			声が入る	口に入ってきたものを吸う(吸啜反射) 手をにぎる(把握反射)
環境		保育器		
D C	保育器カバー		母乳を頻りに吸ませ お口に入ります	
	口腔内母乳塗布			
	キッキング・ホーディング	両手で抱み込み、手の ぬくもりを感じさせます		
	カンカルーケア			
	保育器内抱っこ	保育器内で抱っこをします		
	タッチングケア			

赤ちゃんの目はいつごろから見えますか

赤ちゃんは妊娠28週ごろから光を感じるようになり、形は34週ごろから、その後、動いている物に反応するようになります。最初はモノクロの世界で、生後2ヶ月ごろから徐々に、色を感じるようになっていわれています。抱っこしておっぱいを吸わせるぐらいの距離が一番よく見えます。予定日から1~2ヶ月すると、視線が合うことが増え、その後追視ができるようになり、お母さんの顔真似をして、だんだん笑ったり、「く〜」「あ〜」などのかわいい声のでてきます。自分に興味向けられていないと、ぐずったりもするようになり、お母さんとの言葉のやりとりの絶まりです。

ディベロップメンタルケアとは

子どものしぐさ（行動）を基本にしなが、光や音などの刺激を減らすやさしい環境づくりで赤ちゃんの成長・発達を支える働きかけ、家族や赤ちゃんとのふれあいによる相互関係づくりを目的としています。



入院中の赤ちゃんとできることはありますか

赤ちゃんの触覚や視覚の発達は早く、お母さんの手で優しく抱きこんでもらうだけで、肌の温度、感覚、匂いなどたくさんの特異な刺激を受けて、とても心地良いと言われています。また、声かけをしてもらうと、お腹の中で寝ていたことを思いだし、さらに安心します。これこそ、お母さんやお父さんおしかけてあげることができないことです。ぜひ、たくさん触って、声をかけてください。

NICU入院中の赤ちゃんの「初めて・」の記録

赤ちゃんは、小さく生まれても、NICUの中で日々成長していきます。その中で家族との「初めて・・・」をたくさん経験していきます。たった一度の「初めて・・・」の出来事やその時の気持ちを記録しておきましょう。

初めて赤ちゃんに会った日

▼▼ 年 月 日

() 年 月 日

初めて赤ちゃんに触った日

▼▼ 年 月 日

() 年 月 日

初めて赤ちゃんの声を聞いた日

▼▼ 年 月 日

() 年 月 日

初めて赤ちゃんを抱っこした日

▼▼ 年 月 日

() 年 月 日



赤ちゃんがとても小さく生まれて不安に思われることも多いと思いますが、でも、赤ちゃんの生命力はとても強いです！

初めて保育所から出てきた日

ママ 年 月 日

() 年 月 日

皆さんの「初めて・・・」の記録を自由にどうぞ！

(例えば、初めて母乳やミルクをあげた日など～)

☆初めて

日

☆初めて

日

☆初めて

日

☆初めて

日

赤ちゃんをここまで育てて偉かったですね、おんげしましたね、これからは笑顔に輝いてください。

退院までに
ママとパパが
一緒にすること

状態が落ち着いたら徐々に、看護師や助産師から一緒に赤ちゃんのお世話をしましょうと声がかかります。最初は小さな赤ちゃんに触れることさえ怖いかもしれませんが、ゆっくりで構いません。

ママとパパのペースで、赤ちゃんのことをいっぱい知っていきましょう。わからないこと、不安なことがあればいつでもスタッフに声をかけてくださいね。

ママとパパがお世話する内容

- ・抱っこ
- ・おむつ交換
- ・清拭（体を拭きます）
- ・衣服交換（服を脱がせたり着せたりします）
- ・沐浴
- ・哺乳瓶哺乳
- ・直接哺乳
- ・内服投与（薬を溶かして飲ませたりします）



少し早くママに会いたくてフライングした赤ちゃんを産んだお母さん。
自分を責めずに、人より長く子育てを楽しめる心と抱っこしてみてください。

入院中の記録



同じ「ごめんね」も思います。それ以上に「ありがとう」「大好き！」を伝えていきたいと願います！！

入院中の記録



どんどん思ったことは口にだして、伝えたいのでいいです。

退院時の記録

退院日： 年 月 日（修正※）
計測値：体重 g 身長 cm
尿量 cm
その他：

※修正月数とは、暦月数ではなく出席予定日からの日数で日数や月数を数える方法です。

主治医の先生からのお話を記録しておきましょう。
(病状、今後の経過や治療、お家で気をつけることなど)



熱心な病院スタッフがいてくれること、同じ思いや経験をしている保護者が沢山いることを忘れないでください。あなたは1人じゃありません。

予防接種について

早産のお子さんの予防接種に関しては、修正月齢ではなく、生まれた日から数えた月齢で、接種をすすめていくことが推奨されています。生後2か月以降で、赤ちゃんの状態が安定しており、担当医が予防接種可能であると判断した場合には、NICU入院中に始めることもあります。生後2か月からヒブ、肺炎球菌、B型肝炎、ロタウイルス、生後3か月から四種混合、生後5か月からBCG、1歳を過ぎればMR、水痘、(おたふくかぜ：任意)の接種が受かります。低出生体重だからといって、ワクチン接種における副反応が増加することはありません。

接種可能かどうかを主治医に確認し、問題なければ通常どおり接種をすすめていきましょう。

★早産児だけの予防接種★

早産児は特別な予防接種として、RSウイルスに対する注射があります。早産児では、RSウイルス感染症が重症化しやすいとされているので、重症化を軽減するために、この注射をRSウイルスの流行中に月に1回、筋肉注射を行います。

在胎週数、生まれてからの月齢、合併症などにより、注射を受けるかどうか異なりますので、主治医の先生と相談してください。



生まれたばかりの頃はこれからどうなるのかと不安で母乳した母乳を胸に添える毎日でしたがNICUとGCUで大切に育ててもらい少しずつ回復していき次第が大きくなっています！

第3章 成長と発達記録

退院後の発達についてどのように考えたらいいですか

早産で出生した赤ちゃんの場合、身長や体重といった体格はもちろんのこと、首のすわりやひとり歩きなどの運動発達なども、予定日からの月齢（修正月齢）で考えます。運動機能に関しては、出生体重がより小さいお子さんほど、修正月齢よりも遅くなる傾向があります。このように、お子さん一人一人の発達は個人差がとても大きいため、気になることがあればフォローアップ外来で医師に確認しましょう。大切なことは、その子のペースでの成長です。のんびりタイプやせっからタイプなど、いろいろなお子さんがいます。

【発達の記録のページの見方と記録方法の説明】

確認したい項目です

確認した「あいつがた！」目を記入しましょう。
「月 日」「生後 日数」「修正月齢 日」等
が書き添えてもかまいません。

しかめ顔などの表情をする
「表情が豊かになるはず、次は必ず笑いますよ」

確認したい項目（赤ちゃんの様子）は、発達の段階から見たときどのような意味があるかを説明しています。

3月9日

生後 日数

修正月齢 日



何もできないことがないと思わないでください。あなたの手の温もりでいっぱい、
離れている時間が長くても赤ちゃんはお母さんとわかってくれます。

発達の記録



～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(各項目ごとに)順を追って記載していきます。小児科やリハビリテーション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いきましょう。

情緒と感覚
の発達

赤ちゃんの反応
「みつけた!」その①

みつけた!の日

しかめ顔などの表情をする

「表情が豊かになりました。これは必ずあります。」

人の顔や動くおもちゃを目で長時間追う

「自分以外の物に目を注ぎ始めるようになりました。」

ママの声やがうがうの音を聴いた瞬間に、
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。」

かわいいベビーの誕生に、喜びと共に不安もたくさんあるかと思いますが、

でも、これから日に日に成長していくベビーに幸せを感じる日々が続いていきます!

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。」

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張る

「反射ですが、母乳の哺乳量にもつながります。」

赤ちゃんの顔を正面から20cmくらい離して
見た時に赤ちゃんが目が合う

「遠視眼が合う状態です。おもちゃを見せてみてください。」

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替えられるようになります。」

仰向けで上から見たときに、
顔が正面を向いている

「仰向けでの首振りが出来ています。首すわりのまであと一歩。」



小さなからだでも、すっごく頑張ってこの世に生まれてきてくれたこと、それのことだけでもとてもありがたいことです。

運動の発達

うつ伏せになった時に
「みつけた！」その①

4ヶ月頃以降

手足やからだが見えることができる

「手足がぼーっと広がって、赤ちゃんならしい姿勢になります
ここから伸びる運動が始まります」



頭を一瞬持ち上げる

「うつ伏せで遊ぶわりができたということでも
おしりが浮いてしまうので少しお尻を上げてあげるとうまくできます」



どちらか一方に頭を屈す

「お尻に寄すわりが進みます
自分で口鼻がふさがらないようにできます」



不安だと思いますが、お子さんを感じてあげてください。ご両親にしか出来ないことがたくさんあります。

うつ伏せになった時に
「みーつけた!」その④

←1つ前の18

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顔を持ち上げ続けることが
できるようになります。」



赤ちゃんの顔方から呼びかけたうぐらうぐら
を見せる(鳴らす)と見ようとして正面で顔を上げる

「どこで音がするのかわかることができ、背中や顔の筋肉が強くなり
お座りの準備ができました。」



ママがお手伝いして、赤ちゃんの手を真よう前に
出すと、手でからだを支えて顔を上げる

「顔を上げていっしょに顔がどんどん進んで来て、ハイハイの準備です。」



顔を上げたまま、顔を左右に向ける

「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

「完全に股が伸びてきます。たっちの準備です。」



リトルベビーの子育て楽しみましょう。

手や足の動きで
「みーつけた!」

みーつけた!

ママがお手伝いしてあかちゃんの手を口に
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内です。」



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。」



手どうしを握る

「手が反対の手を見つけました。」



からだをくすぐると、伸ばした手足を曲げ
床から上げる

「重力に抵抗して手足を上げることが
出来るようになります。」



左右の足の裏を合わせてこする

「多くときに使う足裏の神経回路です。」



早かった分だけ幸せを感じれます。ご利用を始めるのだけは早めて下さいね。どうか
ご自身のお心を大切に生きてください。

おもちゃで遊んで
「みつけた!」その④

4-1のついで

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。ボタンなどを外して、
手の感触を学ばせてあげましょう。」

片手でつかんだおもちゃを口に近づけたり
器につけたりする

「楽しいやわらかい刺激も口で感じて遊べてます。
「はじめは距離がわからなくて器にぶつけたりしますが、
口と手の距離も学んでいます。」

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分かるようになります。」

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。」



まさか自分が早産になるとは思わず毎日泣いたり自分を罰めたりと辛い毎日でしたが、
子どもが大きくなったり出来ることが嬉し子どもの生命力に驚まされ感謝しました。

おもちゃで遊んで
「ふーつけた!」その④

ふーつけた!④

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

「見ていない方の手もおもちゃと握って、見逃げたりします。」



おもちゃを他方の手に持ち替える

「誰に「もようたい」と言うか選んでくれる」に挑戦します。」



左右に持ったものを打ちつけて音を出す

「物と物との関係を調べ始めました。」



うつ伏せや座位でおもちゃで遊ぶ

うつ伏せや座位の姿勢が安定するようになりました。
両手のおもちゃに手を伸ばしていきます。



赤ちゃんの成長は早いけど、あなたも1人じゃないよ。

赤ちゃんとお家の 「みーつけた！」

赤ちゃんは、小さく生まれてもそれぞれのスピードで健康に成長していきます。その中でたくさんの「みーつけた！」に出会います。

赤ちゃんがはじめてできたことやはじめての行事等を書いてみましょう。

はじめての旅行を記録しましょう
例) はじめての旅行

4-月の1日



小さく生まれたことを私も息子も、今は誇らしく思っています！

	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>



ハロ、ママに早く会いに来てくれて「ありがとう」という気持ちを大切にこれから始まるベビーちゃんとの貴重な日々を楽しんでください。

	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
	<input type="text"/>



今後の成長や経歴についても、ただ不安を感じるばかりでしたが、NICUの先生、お母様の先生方が全休全費で僕の成長をサポートしてくださいました。

身体計測の記録（発育曲線）

極低出生体重児（1,500g未満）発育曲線

このハンドブックの成長曲線（平成4～6年度出生者追跡調査研究）は、全国の医療機関で1,500g未満で生まれた赤ちゃんのうち、比較的順調に経過した子どもの成長を基に作成されました。個人差もあるので、あくまで「目安」と思ってください。このハンドブックの発育曲線のほか、母子健康手帳の発育曲線に修正月齢で記入するなど、自由にご活用ください。

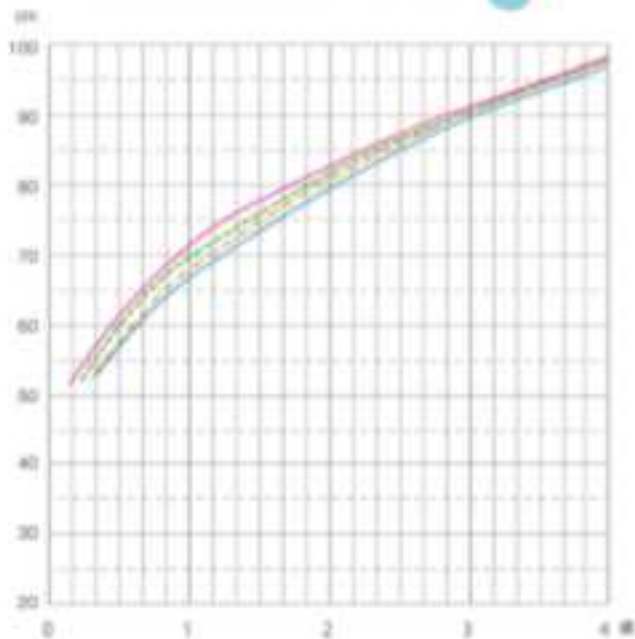
修正月齢

修正月齢とは、暦月齢ではなく出産予定日からの日数で日齢や月齢を数える方法です。発育（からだの成長）や発達（首のすわりなど）については、修正月齢で評価するとよいでしょう。例えば、妊娠32週出生のお子さんは8週早く生まれていますので、生後4か月の時に修正2か月になります。首のすわりは通常生後4か月頃に完了しますが、暦月齢が4か月であっても修正2か月であればまだすわっていません。通常3歳頃までは修正年齢を用いた発育・発達の評価が行われます。

赤ちゃんのお母さんとお父さんは2人だけですが、ソトシベビーの保護者はたくさんいます。仲間がたくさんいます。

☆ 極低出生体重児（1,500グラム未満）発育曲線

身長の変移（各体重群の平均）：男児



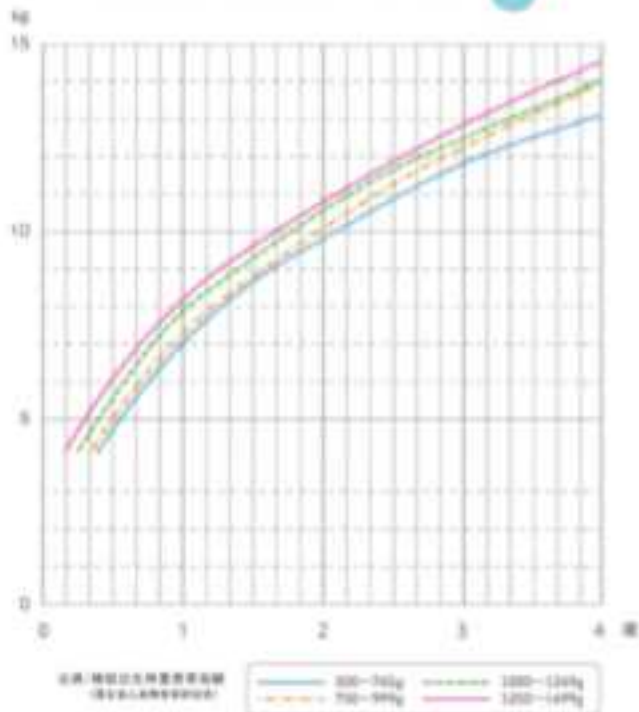
出典：極低出生体重児発育曲線
(厚生労働省健康科学研究所)

— 500-749g — 1,000-1,499g
- - - 750-999g — 1,500-1,999g



他の子と同じではないかもしれない。けど、誰よりも愛してくれる人がいれば大丈夫！
一緒にゆっくり頑張っていきましょうね！

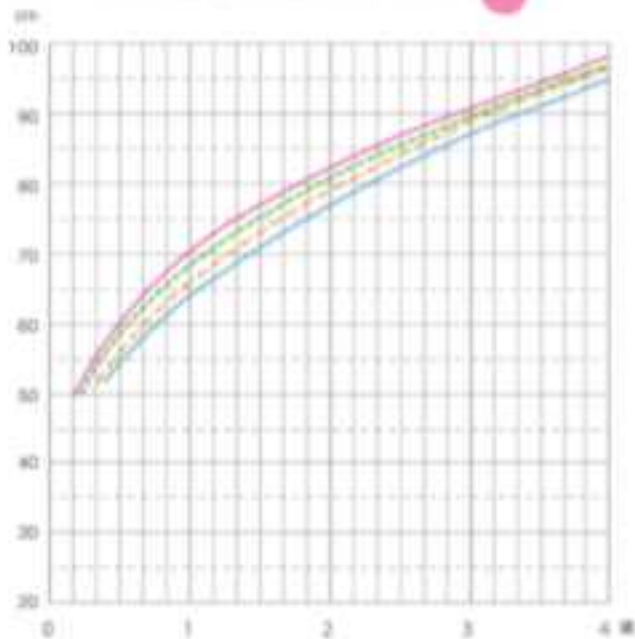
体重の推移（各体重群の平均）：男児



記録した年、成長をそばで見るのが幸せに思います。

☆ 極低出生体重児（1,500グラム未満）発育曲線

身長の変移（各体重群の平均）：女児



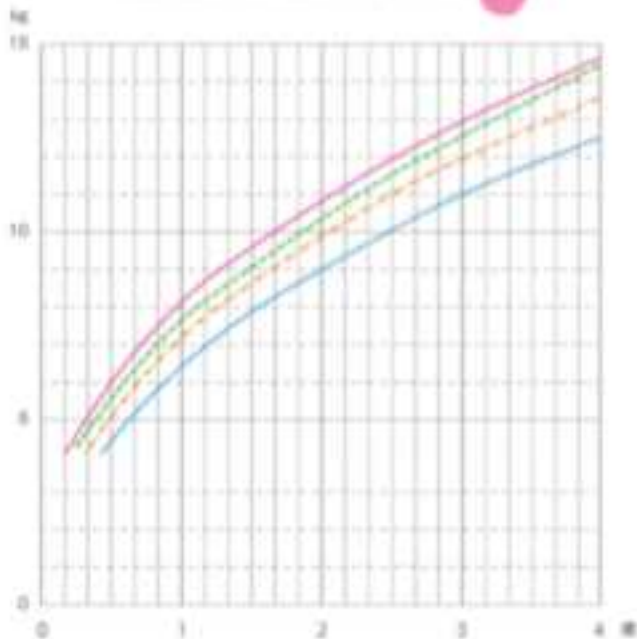
出典：極低出生体重児発育曲線
(国立小児科中央研究所)

— 1000-1200g - - - 1200-1400g
 . . . 1400-1600g — 1600-1800g

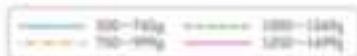


早かったNICUでの入院も今や自覚です。どうか傷ち込まずに楽しんで下さいね、一緒にゆっくり頑張っていきましょうね！

体重の推移（各体重群の平均）：女児



出典：厚生労働省健康増進局
（平成25年度国民健康調査報告書）

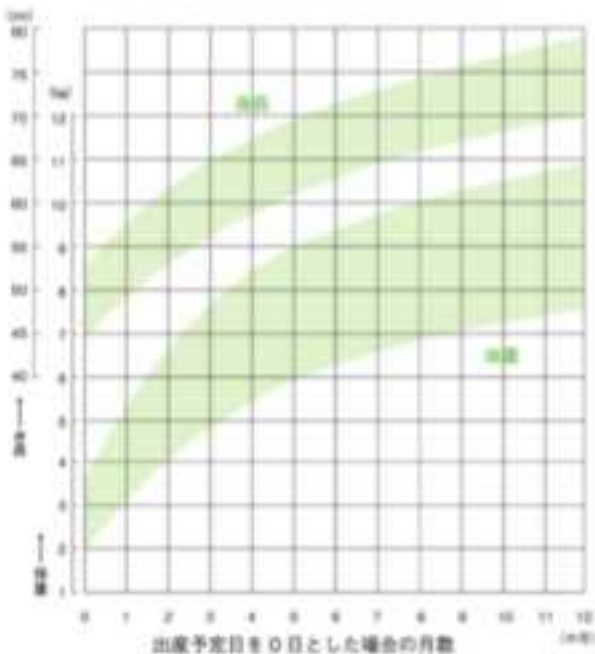


生まれたときはとても不安でしたが、今ではとても元気に成長しています。
赤ちゃんの生きる力は本当に凄いです。

修正月齢による発育曲線の活用

乳児身体発育曲線：男児 (平成23年調査)

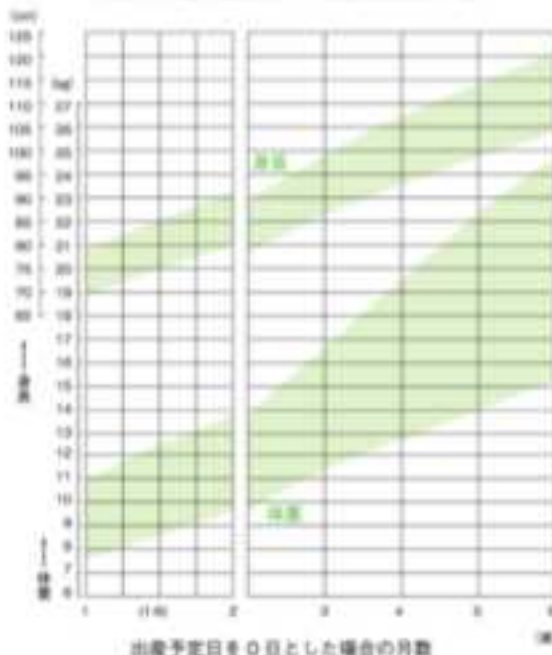
お子さんの体重や身長をこのグラフに記入しましょう。



リトルベビーの賑わいがあることを知って同じような環境を持つ方との交流が出来る場があることを嬉しく思っています。

乳児身体発育曲線：男児 (平成22年調査)

お子さんの体重や身長がこのグラフに記入しましょう。



身長と体重のグラフの横軸には、出生予定日を0日として、毎月1日ずつの目盛りが入ります。実際の発育は記入者が記入しますが、このグラフで一応の目安としてください。

出典：厚生労働省平成22年乳幼児身体発育調査報告書

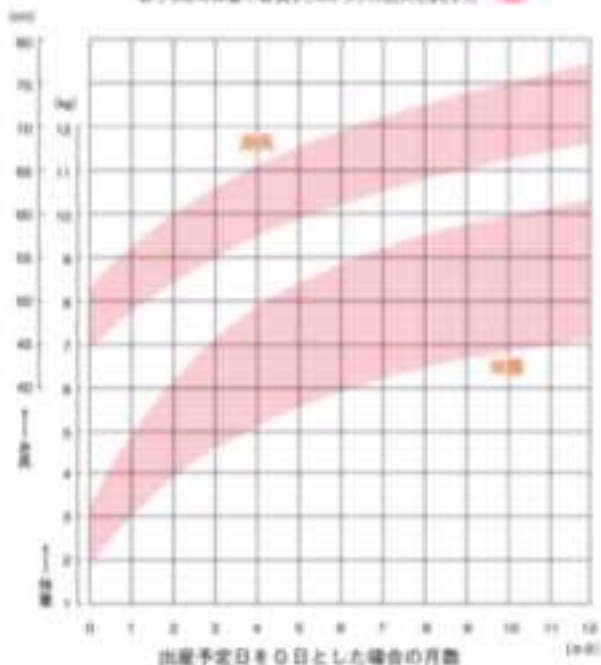


修正月齢による発育曲線の活用

乳児身体発育曲線：女児

(平成22年版)

お子さんの体重や身長をこのグラフに記入しましょう。



平安と心癒の日々が続くことを祈りますが、たくさん離れてたくさん話しかけてあげてくださいね！

乳児身体発育曲線：女児

(平成22年調査)

お子さんの体重や身長をこのグラフに記入しましょう。



出産予定日を0日とした場合の月数

身長と体重のグラフの横軸には、各月ごとの月経不調の月数を記入し、乳児の成長を記入することが出来ます。このグラフを1歳まで記入して下さい。

出典：厚生労働省「平成22年乳児身体発育調査報告書」



予定よりも早く小さく生まれて、NICUにお世話になり、退院後は大きな成長もなくもうすぐ3歳になります。

～体重増加不良～

体格の評価は前述のとおり修正月齢で行われます。p.33「修正月齢」参照。）本冊子にも掲載されている乳幼児身体発育曲線で予定日巻の日とした修正月齢で体重をつけていきましょう。もし体重があまり増加せず発育曲線からそれていくようなら、まずは母乳やミルク、離乳食などの摂取不足が考えられます。一度与える量を増やしてみましょう。

与えても食べて（飲んで）くれない場合や摂取量を増やしても体重が増加しない場合は、「おなかのガスが張って飲むのがしんどい」、「筋緊張が弱くうまく飲めない」、「ミルクアレルギーで栄養を吸収できない」、などからだに原因がある場合もあります。主治医の先生と相談しましょう。



我が子を信じ、明るい未来を信じてください。
心より応援しています。

～SGA 性低身長症について～

在胎週数ごとに決められている出生体重および身長の基準値に比べて小さく生まれることを、「SGA」と言います。

SGA のお子さんは、多くが生後に標準の体格に追いつきます（キャッチアップ）が、早産 SGA のお子さんの場合はキャッチアップ率が低いとされています。

3 歳になっても身長が標準範囲より下回る場合「SGA 性低身長症」と言われ、決められた条件を満たせば成長ホルモン治療を受けることができます。成長ホルモンは身長を伸ばすだけでなく、体組成の改善や骨質の成長、知能指数改善などさまざまな効果が報告されています。



第4章 知っておきたいこと

小さく早く生まれた赤ちゃんに起こりやすいこと

小さく早く生まれた赤ちゃんたちは、さまざまなハードルを乗り越えながら大きく育っていきます。赤ちゃんによって経過は違うため、ここで説明していることが必ずしも起こるわけではありませんが、赤ちゃんのことを考えて不安や心配になってしまうこともあると思います。NICU スタッフはできるだけのことをして、赤ちゃんとママ、パパを応援しています。大切な赤ちゃんのことを、医師や看護師と一緒に話すことで、ママとパパの不安や心配が軽くなることもありますので、気になることは何でも聞いてみることをお勧めします。

脳

脳にもういづれがなかったり、血液供給が未熟なことがあります。

心臓

胎児期には閉じている動脈管がなかなか閉鎖しないことがあります。

血液

血栓が進行しやすいことがあり、出血に陥ることがあります。

感染

胎児期から十分に免疫をもらっていないため、感染に弱い傾向があります。

肺

肺が十分に大きく、機能が成熟したことが、肺炎や呼吸器が弱くなる可能性があります。

体温

体温調節が未熟で体温に気づきやすいです。



生まれてから一晩に暴らせるまで100日以上かかったけど、僕にとってお母さんの愛
いっぴいのおてんばな娘です。

1. 呼吸器発達障碍

肺は、肺胞という小さな風船のような構造物で成り立っています。肺胞はしぼまないように内側を粘液(肺サーファクタントといいます)で覆われています。早産児、特に35週より早く生まれた赤ちゃんではこの粘液がまだ十分産生されないため、肺胞がうまく膨らまず、呼吸がしんどくなることがあります。このような病態を新生児呼吸窮迫症候群といい、肺サーファクタントを補充する治療をすることがあります。妊娠中のお母さんにステロイドの注射をすることで赤ちゃんのサーファクタントの産生を促すこともあります。

2. 未熟児呼吸発作

早産の赤ちゃんたちは、呼吸をときどき休んでしまうことがあります。遅くに呼吸が再開できればいいのですが、脳の呼吸中枢が未熟であることや気道が柔らかいため呼吸を再開するのが難しい場合には、体中の酸素濃度低下や心拍数低下が起こります。この状態を未熟児呼吸発作と呼びます。治療は人工呼吸器で呼吸を助けてあげたり、呼吸中枢を刺激する薬を投与したりします。赤ちゃんの成熟に伴い軽快します。その時期には個人差がありますが、出産予定日近くになると消失することがほとんどです。



※産科に出産されました。僕は此方で毎日楽しく暮らしています。産科チームで頑張っています。

3. 慢性肺成癆

赤ちゃんの呼吸する力が未熟な場合には、高い濃度の酸素投与や人工呼吸が必要ですが、しかし、未熟な肺の組織は長期の高濃度酸素や人工呼吸によってダメージを受けやすくもあります。体が大きくなるにつれて肺の組織も増えるので、ダメージを受けた肺組織は修復しやすくなりますが、ダメージが強い場合や修復力が弱い場合には、酸素投与や人工呼吸が長期に必要なことがあります。出産予定日頃までには、酸素投与や人工呼吸は必要なくなることがほとんどですが、一部の赤ちゃんは予定日を超えて酸素投与や人工呼吸が必要になることもあります。

4. 未熟児網膜症

早産児では、目の網膜血管の発達が未熟な状態で生まれます。生後に網膜血管が網膜に発達する場合はよいのですが、異常な新生血管が発達してしまうことがあります。この異常な新生血管の発達が自立した状態を未熟児網膜症と呼びます。治療としては、網膜レーザー治療を行うのが一般的です。多くの赤ちゃんでは、予定日後には軽快してきますが、ごく一部の赤ちゃんでは異常な新生血管を押しえられず網膜剥離に進行することがあります。網膜剥離に進行した場合には失明することがあり、硝子体手術という特別な手術が必要になることがあります。



5. 未熟児動脈管閉鎖症

子宮内では赤ちゃんは肺で呼吸をしていないことから、心臓から肺へ向かうほとんどの血液は、動脈管という血管を経由して大動脈から全身へ流れています。赤ちゃんが生まれて肺で呼吸を開始し、心臓から肺への血流が増えると、この動脈管は必要なくなり自然に閉鎖します。しかし、早産児では自然に閉じない場合があります。全身に流れるべき血液が肺へ流れてしまいます。血流のバランスが崩れることで、心臓や肺への負担が大きくなり、状態が悪化することがあります。治療としては、動脈管を閉鎖させる薬を投与するのが一般的です。薬の効果がないときには、手術で動脈管を閉じる場合もあります。

6. 壊死性腸炎

腸管組織への血流減少と細菌感染症が重なることで腸管組織が壊死し、場合によっては腸に穴が空いてしまう病気です。発症すると急に嘔吐することがあるので注意が必要です。早産児にとって母乳には壊死性腸炎の発症を減らす効果があると言われていています。発症した場合は、腸を休ませるために栄養の注入を中止し、点滴による静脈栄養、抗生剤治療を行います。腸に穴が空いてしまった場合には手術が必要になることもあります。



子供の生命力は強いです！！
もっと元気な食つと寝てください。

7. 感染症

細菌など病原体が体に悪影響を起こしている状態を感染症と呼びます。早産児は病原体から体を守る免疫力が未熟なため感染症が起こりやすくなっています。また、治療のためにチューブや点滴のコテーテルが入っていることも感染症の原因になり得ます。赤ちゃんたちの感染症は進行が早いので、早期に疑い早く治療を開始することが最も大切です。病原体に対する抗生薬を投与するのが治療の基本になります。免疫力を補うための血清製剤（免疫グロブリン）を投与することもあります。

8. 未熟児貧血

骨髄で赤血球を作る力が未熟であることや、赤血球を作るための材料となる鉄が体内で欠乏しやすいので、早産児は貧血になりやすい状態です。このため、骨髄での赤血球を産生する力を増やすホルモンであるエリスロポエチンを定期的に皮下注射し、鉄剤を毎日服用します。貧血が進行した場合には赤血球輸血を行うことがありますが、エリスロポエチンの皮下注射と鉄剤で、赤血球輸血を避けることや赤血球輸血の回数を減らすことが可能です。



緑の生える方と青空の方々のお陰で、今は本当に元気な4歳の女の子に育っています。
生まれてまた赤ちゃんの力を信じていいんだよ。

9. 未熟児くる病

早産児を母乳栄養のみで栄養管理すると骨をつくるために必要なカルシウム、リン、ビタミンDが不足しがちです。これらの不足が続いた場合は、骨の形成が遅れ、骨折することもあります。そのため、母乳にカルシウムやリンを加えることが一般的であり、ビタミンDも必要に応じて補充します。これらの栄養管理で、骨の形成が遅れる未熟児くる病という病気は現在は少なくなっています。

10. 頭蓋内出血

早産児では、脳の血管構造がもろい部分があり、呼吸循環状態の影響が加わって出血を起こすことがあります。生後5日くらいまでが最も危険な時期です。小さな出血は後遺症とあまり関係がありませんが、大きな出血、脳実質への出血、出血後水頭症（出血により脳脊髄液の流れが悪くなり脳室が拡大してしまう状態）の場合には、後遺症も心配です。出血後水頭症の場合は、たまった脳脊髄液を抜く手術が必要になることもあります。



30週6日の1352グラムで生まれましたが今生後5ヶ月標準3ヶ月、体重7kgもあり元気に大きくなりすぎちゃっています。

1.1. 脳室周囲白質軟化症

在胎 33 週未満の早産児の約 5%に脳室周囲白質軟化症という脳性麻痺の原因になる病気が発症します。脳室周囲白質軟化症とは、胎児期の周囲の一番血流が届きにくい脳の白質部分に生じる病気で原因は不明です。早産児脳性麻痺の多くの原因と言われており、症状に併せてリハビリテーションを行う必要があります。

memo



写真で葉巻を吸ったおまじに似てました。手頃より大きくなったと聞いてながら読んでました。葉巻は小丸、おとなしいですがおまじの強い味です。

小さく生まれた赤ちゃんの発達の特徴と対応 Q&A



Q 離乳食はいつから？

A 基本的には離乳食も修正月齢に沿って進めます。ただし、経産出
 生体重児の发育や発達のおっくいなお子さんの場合は、修正月齢
 より1〜2か月遅く始める場合もあります。離乳食開始の目安としては、
 首がすわっている、変えると察れる、スプーンを口に入れても舌で押し
 出さない、食事に関心があるなどです。



71kg で生まれた娘も1歳になり、まだまだ小さいけれど、真っ黒い髪の毛、
 赤い頬と元気に過ごしています。

Q 離乳食って？食べるって？

A 多くの人にとって食べることが楽しみであり、お子さんにも食べることが好きになってほしいのではないのでしょうか。離乳食だから・・・と難しく考えることはありません。母乳やミルクをうれしそくに飲んでいる赤ちゃんに「食べることも楽しいよ」と伝えれば良いのです。食事の開始時期、形態、内容など考えるより前に、まずは楽しい雰囲気での食事をすることを大切にしましょう。それには、食事の時にお母さんがリラックスできることも大事です。

Q 赤ちゃんの便秘は癖になりませんか？

A 小さく生まれた赤ちゃんは、大きくなって便秘が出にくかったり、よくいきむことがあります。便秘は直腸（肛門の近く）にたまり、たまると圧がかかり便意をもよおすしくみになっています。うまく出せない便秘が溜まった状態のまま便秘が溜まって出にくくなったり、直腸に便秘が溜まって伸びた状態が長く続くと便意を感じにくくなり、便秘になってしまいます。排便習慣や便秘をかけることで、「便秘をもよおす」「便秘が軟らかくなる」などの効果があり、毎日続けることが良い習慣につながります。



息子は1000グラムにも満たない体重で産まれましたが、2歳半になった今は、標準より大きくなって、元気に走り回っています。

Q でべそはそのままでもいいの？

A でべそ(傾ヘルニア)は日本人では4-10%が出現すると言われていて、小さく生まれた赤ちゃんに出やすいといわれています。2歳になるまでに90%が自然に治るといわれています。治る可能性を高くするための方法として、圧迫法という方法があります。綿球やスポンジで出ているお臍のところを圧迫し絆創膏などでとめ、出るのを防ぐ方法です。圧迫を行う時はミルクを飲んだすぐ後や泣いている時は避け、寝ている時などお臍がしぼんでいる時に行ってください。

Q よく泣くのも心配です

A 赤ちゃんは泣くことで色々なサインを出してくれます。おなかが空いていないか、お腹が張って苦しくないか、おむつが濡れていないか、お部屋が暑いまたは寒くないかなどをまずは確認してみましょう。げっぷが出ないときや、排便前に泣くこともあります。どうしても泣きやまないときは、おせちや安刺されなどがいいのか全身も確認しましょう。赤ちゃんは眠たいときや、甘えたいときも泣きます。そのようなときはだっこして、あやしてあげましょう。いつもと違って泣いたことがないほど激しく泣いたり、逆に穏やかだったり「今日は様子が変わり」と感じたり、泣き続けること以外に発熱や嘔吐がある、顔色が青いなどの症状があれば医療機関に相談しましょう。



赤ちゃんの成長はゆっくり成長していましたが、お臍を治めた頃からは毎日のペースで月齢以上とまっていただけけるほどの成長をしています。

Q 退院後の相談はどうしたらいい？

A お家に帰ってから、心配事やわからないことが出てくると思います。小さく生まれたから？と思うこともあるかもしれませんが、そんな時は、誰に聞いたら？と疑問に思うこともあると思います。そんな時は、新生児外来・発達外来の看護士や助産師になんでも聞いてください。もちろん、地域の保健師にも、お子さんのことじゃなくても、お母さんのこととも相談してくださいね。すぐにお答えできなくても、情報を共有して一緒に考えたり、解決できるようにお手伝いします。P56～57には相談先や地域の活動も掲載していますので、参考にしてください。

Q 退院後の受診はどのようにしたらいいでしょうか

A 入院していた医療機関でのフォローアップ外来で発育・発達の相談ができます。手の指や風邪などの受診は近くのかかりつけ医でよい場合も多いので、退院前に主治医と相談し、かかりつけ医を決めましょう。かかりつけ医はできれば、「小児科」を確保しているところがよいです。小さく生まれた赤ちゃんは、感染症が重症化しやすいため、風邪症状がありミルクが飲めないなどの症状がある際には早めに受診しましょう。



手の0からサイズで生まれたあなたは、毎日笑顔で元気に走り回っています！
一人じゃないよ！



乳幼児健診は受けたほうがよいのでしょうか



成長・発達の確認だけでなく、さまざまな情報提供が行われる場となるので受診しましょう。修正月齢での受診ができることもありますので、お住まいの市町村保健センターへ相談してみてください。

memo



今の頑張りは、未来の幸せに繋がります。大丈夫。
小さく生まれた我が子も元気に一生にになりました！

困ったときの相談先

子育て世代包括支援センター

西市町村の子育て世代包括支援センターでは、妊娠・出産・育児に関する様々な相談に専門スタッフ（保健師、助産師、保育士等）が対応します。

お住まいの子育て世代包括支援センターは、こちらから検索してください。

母乳やミルクは
足りているのかな？

きょうだいの赤ちゃん
返りの情報を知りたい

育児に疲れて
話を聞いてほしい

産乳量のすずめを
知りたいたい



奈良県子育て世代包括支援センター

検索

memo

連絡先

担当者名

備考

産後ケア事業

保護者の心や体の不調や育児のサポート等を行い、身後も安心して子育てができる支援を助産師等が行います。市町村に申請すると利用出来る場合があります。

詳しくはお住まいの子育て世代包括支援センターでご相談ください。

おっぱいやミルクに
関する相談をしたい



家での沐浴や
抱乳等、育児に
不安がある

産後の体について
相談したい

memo

連絡先

担当者名

備考

小さく生まれた赤ちゃんのこと、みんなで話そう考えよう!

県内で活動されているグループや団体を紹介しています。

つくしんぼ

奈良県総合医療センター NICU を卒業された方および発達外来フォロー中の方を対象に、親子で集まったり、子育てやいろいろなことを、親同士や NICU スタッフと気軽にしゃべりをしたり、相談できる場があったらいいな...という思いから 2014 年に誕生したのが「つくしんぼ」です。毎月第3金曜日の 10 時～12 時に開催しており、様々な職種スタッフの協力も得て、ベビーマッサージや絵本の読み聞かせなども行っています。

【活動の場所】 奈良県総合医療センター内



Petit Faon 奈良 (リトルベビーの会)

対象：奈良県内の早産児（在胎週数 37 週未満）・低出生体重児（極低出生体重児・超低出生体重児、2,500g 未満）のリトルベビーとそのご家族

活動：個別でのお話・交流会を開催

小さく産まれたことへの不安や悩み、成長の喜びをみんなで一緒に共有できれば良いと思っています。

サークルにはたくさんのおリトルベビーのご家族がいらっしゃいます。

「一人じゃありません！」

お気軽にご連絡ください。



第5章 育児の記録

育児と治療の記録
病院やお家での様子を
記録しておきましょう。

生後1か月（修正： か月）
のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



小さな赤ちゃんもお父さん、お母さんに会いたくて生まれてきてくれたんです。

↓
自分を責めず、赤ちゃんに愛を注いであげてください。

生後2か月（修正： か月）のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



自分を責めないで、ママに早く会いたくて仕方なかったんです。
大丈夫。私達が思うより子どもはとっても強い。

生後3か月（修正： か月）のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



ママがそばで声をかけてくれること、見守ってくれることが、赤ちゃんにとっては最大の応援になるはずだよ。それが当時の私にかけたい言葉です。

生後4か月（修正： か月）のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



赤ちゃんの生命力は本当に凄いです！！、こちらがとても励まされます！
色々な様子を乗り越えて成長していく赤ちゃんは私にとって、とても勇ましい存在です。

生後5か月（修正： か月）のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



不安なことは遠慮せず、ご家族や病院のスタッフの方々に頼りましょう。

生後6か月（修正： か月）のころの記録

測定日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



医療機関で生まれたお子の命も、ホロホロだった私の心と身体も医療従事者の古々に
 費っていただきました。

生後7か月（修正： か月）のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



小さく生まれても、子供のやり九い事を見いっきりあしませて希望を持って育てていって下さい。子供は自然と成長します。

生後8か月（修正： か月）のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



赤ちゃんにたくさん触れてあげてください。たくさんお話ししてあげてください。
きっと気持ちも伝わります！

生後9か月（修正： か月）のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



小さく生まれても大きく育ちますよ。親とともに成長します。

生後10か月（修正： か月）のころの記録

測定日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	
	g	cm	cm	cm	



誇りに輝きながら、子供の生命力を信じて奇跡の記録を認こしましょう！

生後11か月（修正： か月）のころの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	



2ヶ月卒NICUでお世話になりましたが、その時の医師、看護師のみならずとの会話が不安は払拭されました。

1歳おめでとう!!



年 月 日 (満1歳)

体重	身長	頭囲	胸囲
g	cm	cm	cm



はじめての沐浴も浴槽で出来るくらい、あの小さかった我が子。鼻口息子を思い、3時間おきに授乳をし、昼夜まで届けていたあの頃を懐かしく思い出します。

1歳～2歳までの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	



不安な時はたくさん泣いてください！

そしてたくさんお子さんに話しかけて優しくおいてください。きっと大丈夫です！

2歳おめでとう!!



年 月 日 (満2歳)

体重	身長	頭囲	胸囲
kg	cm	cm	cm

10年前に、早産低体重で生まれて来た息子の父です。私も小さく、呼吸も困難と言われ、不安な気持ちもありました。そんな息子も小さいから始めに野球を元気に楽しんでいます。

2歳～3歳までの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	



最初は音声を書くこともできず、筆に収まる我が子に不安が募る日々もありましたが、一生懸命に生きようと奮闘する姿を目にすると、自然に不安も吹き飛びました。

3歳おめでとう!!



年 月 日 (満3歳)

体重	身長	頭囲	胸囲
g	cm	cm	cm



明日の子供の成長を、10年後の子供の成長を楽しみになさってください。
増い増いトンネルもいつか出口がきます。

3歳～4歳までの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	



娘は今7歳です。振り返ると早い事より、幸せの方が断然多いです。
娘の生命力に感謝し、娘りに感謝し今の自分があります。

4歳おめでとう!!



年 月 日 (満4歳)

体重	身長	頭囲	胸囲
kg	cm	cm	cm



不安、辛い事もあると思いますが、生まれてすぐ大きな壁を乗り越えて行く我が子は、どんな困難にも立ち向かえる強い子になるでしょう。

4歳～5歳までの記録

計測日	体重	身長	頭囲	胸囲	記録者
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	



我が子の成長を、近所の子の成長を、それぞれと見比べると感じることが出来ます。

5歳おめでとう!!



年 月 日 (満5歳)

体重	身長	頭囲	胸囲
kg	cm	cm	cm



そばで守られることの喜びを胸に、これからも家族で共に笑いあって過ごして行きたいと思っています。

5歳～6歳までの記録

計測日	体重	身長	胸囲	腕囲	記録者
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	
	kg	cm	cm	cm	



29歳2日、78kg→20kg 小学2年生です。元第一小学校通学しています。

6歳おめでとう!!!



年 月 日 (満6歳)

氏名	年齢	性別	備考

誕生日おめでとう!!!、おめでとう!!!の気持ちを込めてお祝い申し上げます。お祝い
の品は、お祝い状と一緒に送付いたします。お祝い状は、お祝い状と一緒に送付いたします。
詳しくは、お祝い状の裏面に記載しております。



660gで生まれた姦子はたくさん心配したけれど小さいお母さんで数回入院した以外は大きな病気をすることなく強く健しく育ちました。今は中2で元気のバレー部で汗を流しています。



「大きくなーれ」の思い出を込めて作成しましたの
ママ・パパを支える一冊となりますようにの
奈良県



利用された方へ今後の改善に向けてアンケートを実施しています。
上記のQRコードよりアンケートの回答にご協力ください。
(もらった時、使い続けたとき等、一人複数の回答も可能です)

〔ならリトルベビーハンドブック作成検討会〕

奈良県立医科大学付属病院総合児童発達支援センター（奈良県総合児童発達支援センター）

奈良県福祉医療センター高取児童発達支援センター（奈良県福祉医療センター）

日本赤十字会 奈良地方会

奈良県福祉医療センター高取児童発達支援センター

〔協力〕

Foot Faon 奈良

〔引用・参考文献〕

しずおかリトルベビーハンドブック

けちしほリトルベビーハンドブック

〔事務局〕

奈良県福祉医療センター高取児童発達支援センター

奈良県福祉医療センター母子保健課





喜多川と佐野のバースデーケーキ

「中々可愛らしい動物をモチーフにした、バースデーケーキ専門店」

世田谷区立川町

〒158-8501 東京都世田谷区立川3-1-1 喜多川ビル

TEL / 03-3491-1111

喜多川製菓・直営