

いわて リトルベビー ハンドブック



ふりがな
子どもの名前

生年月日

年

月

日生

保護者の名前

岩手県

ご誕生 おめでとうございます

この手帳は岩手県にお住まいの
小さく生まれたお子さんとご家族のための手帳です。

使い方

この手帳はご家族が記載するノートです。
ご自由にお使いください。

- お子さんが生まれてからおおむね6歳までの成長や医療の記録ができるように作られています。
- 市町村で交付された母子健康手帳は、妊娠中から子育て期までの健診や予防接種などの記録がされます。リトルベビーハンドブックは、母子健康手帳とあわせてご活用ください。
- お子さんの成長の記録を残すため、また、その記録を健診や受診時、就園時などに保健師や医療従事者（主治医や看護師）、保育士に知ってもらうために、ご家族でご活用ください。

医療機関・市町村のご担当者の方へのお願い

お子さんが多くの人に愛され、成長を見守られたことの貴重な記録になりますので、入院中の様子や、健診時の記録など、お子さんに関わられた方はぜひ記録のお手伝いやメッセージの記入についてご協力をお願いします。

いわてリトルベビーハンドブック作成協力者

- リトルベビーサークルいわて「めんこいわらしっこ」
- 岩手医科大学附属病院
- 岩手県小児科医会
- 盛岡市
- 大船渡市

引用・参考

- しずおかリトルベビーハンドブック
- とっとりリトルベビーハンドブック
- いばらきリトルベビーハンドブック
- ぎふすくすく手帳
- びわこリトルベビーハンドブック

表紙イラスト

リトルベビーサークルいわて「めんこいわらしっこ」のみなさま

裏表紙の桜の木には、いわてリトルベビーハンドブックの制作に協力していただいた方の数のハートのスタンプが押してあります。

「これだけ多くの人が皆様に応援しています。」というメッセージが込められています。

アンケートのお願い

リトルベビーハンドブックをより良いものにするために、
使用したみなさまの率直な感想をぜひ聞かせてください。

[アンケートはこちらから▶](#)



制作・編集

岩手県保健福祉部子ども子育て支援室
〒020-8570 岩手県盛岡市内丸10番1号
電話：019-629-5461

第1章 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
先輩ご家族、支援者からのメッセージ	6
生まれたときの様子、ご家族・支援者からのメッセージ	8
出産後のママのころとからだ	9

第2章 治療の記録

NICU・GCUでの様子	10
退院のときの記録	12
フォローアップについて	13
病院等での治療やリハビリの記録	16

第3章 成長と発達の記録

月齢ごとの記録	18
身体計測の記録	46

第4章 知っておきたいこと

小さく生まれた赤ちゃんに起こりやすいこと	50
RSウイルス感染症について	51
よくある質問Q&A	52
困ったときの相談先	54
電話相談時、受診時のポイント	55
家族会の情報	56

先輩ママからの
Message

赤ちゃんの誕生おめでとうございます。

私の娘は25週0日442gで生まれ、まだ目も開かず肌も薄く透き通り手のひらに収まるほど小さな小さな赤ちゃんでした。最初に出た言葉は『小さく産んでごめんね』。

たくさんの管に繋がれながら小さな身体で一生懸命生きようとしている娘をみて、罪悪感と不安でいっぱいでした。

写真や動画を見ながら搾乳する日々。

会えない時間は長く面会時間はあっという間に感じました。我が子を病院へ残し、ひとり帰るのはとても辛いものでした。ですが、私たちに代わり沢山の愛情を注いで大切に育ててくださったNICUの先生や看護師さんのおかげで娘との今があります。

3歳になった娘は、発達はゆっくりですが笑顔で毎日を送っています。娘が生まれてから2年間自分を責め続け、周りに頼らず辛いばかりの子育てをしていましたが、リトルベビーサークルいわてを立ち上げ同じ悩みを抱えるママと出会い、共に悩み、成長を喜び合うことで前向きに子育てができるようになりました。

そして、岩手で小さく生まれた赤ちゃんを育てる家族のためのリトルベビーハンドブック作成にたくさんの方が協力してくださいました。

このリトルベビーハンドブックがご家族に寄り添える一冊になりますように。

リトルベビーサークルいわて
めんこいわらしっこ
代表 浅利 美咲

先輩ママからの Message

小さく産んでしまい、保育器の中でたくさんの管につながれた姿を見ると、申し訳ない気持ちや不安など複雑な感情で押しつぶされそうになることもありました。

でも、その細く小さなからだで、消化が上手にできること、自分で呼吸ができること、保育器を卒業して待ちに待った抱っこができること、チューブが抜けてお口からミルクが飲めること…とても大きな壁を何度も何度も乗り越えてくれました。

そして、約5か月の入院生活、息子のたくさんの頑張りや、24時間愛情をもって接して下さったNICUの先生方や看護師の皆さんのおかげで無事退院することができ、もうすぐ3歳。笑顔いっぱいとても元気に育ってくれています。生まれてきてくれてありがとう。

盛岡市 28週 560g (2歳)

両手に乗るサイズのとても小さな赤ちゃんを産んで、一緒に退院してお家に帰れないことや抱っこができないこと、退院後1人で搾乳する日々に、産んでから何度も何度も心が折れそうになりました。1年半が経っても、正直まだ時々色んな思いで涙する日はあります。でも、少しずつだけど、前を向けるようになってきています。子どもも、ずっと小さいままではなく、ちゃんと大きくなっています。医療スタッフの方、訪問看護師さん、保健師さん、家族の支えがあったからこそ、今ここまで来れています。

大丈夫、頼れる手はたくさんあります。あなたに頼って貰えると嬉しい人が、たくさんいます。落ち込んだときに話を聞いてくれる仲間だっています。どうか1人で抱え込まないで、みんなで子育てしていきましょう。

盛岡市 548g (1歳7か月)

出産後、母子同室の方もいる中でひたすら1人で搾乳する時間はとても虚しく、切なかったです。

今となっては、あのとき長期入院(切迫で約5か月入院し、寝たきり生活)で精神的にも限界が来ていた私のために、双子が早く会いに来てくれたんだなあと思えるようになりました。切迫も早産も誰のせいでもありません。自分を責めないこと、自分を大切にすること、頑張りすぎないことを大事にしてほしいなと思います。

盛岡市 多胎 1,670g・1,820g (2歳3か月)

先輩ご家族からの Message

おばあちゃんより

小さく生まれても可愛い孫にかわりはないよ。

みんなの愛情いっぱい受けて大きくなあれ！

奥州市 442g (3歳)

おにいちゃんより

ずっと会えるのを待っていたよ。

会えて嬉しかったよ。

盛岡市 1178g (1歳)

パパより

生まれた頃は手のひらくらいの大きさで管に繋がれ必死に呼吸していた娘も、今ではテトテとバランスを取りながら元気に走ってお兄ちゃんを追いかけている。とても2年前には想像もできなかった光景です。

先の見えない不安や、今は何もしてあげられないことに、お父さんも表には出せないながらも思い悩むこともあるかもしれませんが、遅く成長していく子どもの姿に喜びは2倍です。小さいながらも、がんばる我が子を温かく見守り精一杯応援してあげましょう。

奥州市 多胎 28週 1,282g (2歳)

支援者からの Message

医療機関より

お子様のお誕生、本当におめでとうございます。

思っていたよりも早くお子様と対面することになり、嬉しい気持ちだけでなく、とまどいや不安を感じられているご家族もいらっしゃると思います。

生まれてすぐの赤ちゃんは、お母さんのお腹の外の環境に適應するために越えなければいけないことがたくさんあります。その中には命に関わることもあります。聞いたこともないような病名をたくさん聞いて、説明は頭の中に入ってこないかもしれません。

また、NICUを退院した後も、お子様がたくさんのごことを経験しながら成長していく中でも心配なことがたくさんあるかと思います。大事なお子さんのことで心配なことや気になることは、どんなことでも何度でも聞いてください。ご家族が少しでも不安が和らいでお子さんの成長を見守ることができるよう、私達も診療やご説明をしていきます。

地域の保健師より

ご出産おめでとうございます。女性にとって、出産や育児は大きな出来事ですが生活の変化や体と心の変化がストレスをもたらす時期でもあります。育児は一人で抱え込まないで、周りの多くの人の手を借りましょう。お子様の発育のこと、栄養方法のこと、しつけをどうするかなど育児に関する不安などお住まいの地域の保健師に何でも相談してください。





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		
出生体重	g	身長	cm	
頭囲	cm	胸囲	cm	
その他				

ご家族・支援者からのMessage

ご家族や、看護師、保健師などの支援者の方からメッセージを書いてもらいましょう

出産後のママのころとからだ

-  ママの身体は出産後6～8週間かけてゆっくりと妊娠前の状態に戻ります。
からだもころも変化をしていく時期です。
ママのからだのことも大事にしてくださいね。
-  産後2週間、産後1か月のころに実施される、産後健診も忘れずに受診しましょう。
-  出産後は、ホルモンなどの影響により、疲れやすかったり、些細なことで気持ちが揺らぎやすくなったりします。そこに育児という今までに経験したことのない日常が加わって、ストレスがたまりやすい時期でもあります。気持ちが不安定になり、落ち込んだり、イライラ、不安等が長く続く場合には、早めに相談してください。
-  ご家族や産科の医師・助産師、NICUやGCUの看護師など医療スタッフ、地域の保健センターの保健師、みんながあなたを支えたいと思っています。
一人で抱え込まないでくださいね。

先輩ママからのメッセージ

大丈夫！今の医学はすごい！

滝沢市 32週 1042g

NICU・GCUでの様子

人工呼吸器	なし・あり (ありの場合) 気管チューブ：なし・あり (必要でなくなった日)
酸素療法	なし・あり (終了した日：)
輸血・血液製剤	なし・あり (赤血球・血小板・免疫グロブリン製剤 [薬の名前：]・その他)
保育器収容	なし・あり (保育器から出た日)
経管栄養	なし・あり (必要でなくなった日)
経口哺乳開始	年 月 日
未熟網膜症	なし・あり (治療なし・光凝固・その他)
頭部MRI	年 月 日 所見：なし・あり (脳室周囲白質軟化症T1信号・その他)
聴覚検査	年 月 日 (結果)
手術	なし・あり (内容)

転院した場合は転院後の様子も記録しておきましょう。

予防接種	なし・あり (内容)
甲状腺機能低下症	なし・あり

NICU入院～退院まで

【NICU】

新生児集中治療室のこと。
治療を受けたり、元気に育つために、お母さんのおなかの中にいる状態に近い環境で過ごします。

【GCU】

新生児回復室のこと。
おうちに帰る準備をする赤ちゃんが過ごします。

退院

赤ちゃんは、様々なことを乗り越えながら成長して退院の日を迎えます。

memo

子どもが小さく産まれて不安な気持ちは私もずっとあります。これから正期産で産まれた子たちと我が子が同じように集団生活を送れるだろうかとも思います。でも、今までも周囲の人達に支えられてなんとかやってこれたし、これからもなんとかかなるだろう!と思うようにしています。

北上市 23週 380g (2歳)

退院のときの記録

退院日	年 月 日 ()			
計測値	体重:	g	身長:	cm
	頭囲:	cm	胸囲:	cm
その他				

主治医の先生からのお話や退院後に気をつけること、アレルギーなどを記録しておきましょう。

.....

.....

.....

.....

	施設名	連絡先
医療機関		
かかりつけ医		
救急病院		
保健センター		
訪問看護		
医療機器業者		

フォローアップについて

超低出生体重児や極低出生体重児のお子様は、小学校入学までの間は成長や発達に関して定期的なフォローアップ健診を行います。退院して最初のうちはだいたい2～3か月おきに通院しますが、成長に合わせてだんだん受診の間隔が長くなっていきます。お子様によっては就学後も1年に1回程度来院されることもあります。身体の成長する早さはお子様ごとで違い、生まれたときは小さくても、ゆっくりと3歳くらいまでに自然と大きくなる子どもも多いです。成長も発達もお子様ごとの個性に合わせて見ていきます。

退院後も在宅酸素や経管栄養など医療的ケアが必要なお子様は、1か月に1回受診し現在行っている医療的ケアが成長しているお子様に合っているのかどうかを評価します。

定期的な外来での発達のフォローアップの他に、3歳と5歳の時に臨床心理士さんによる発達検査や知能検査を行います。発達検査などの結果からお子さんの発達の特性をご家族と支援者で共有しお子様に合わせた生活や教育のサポートの仕方を考えていきます。運動発達がゆっくりすすんでいるお子様の中には、リハビリテーションを行うこともあります。お子様自身の持っている力を伸ばしてできることが増えるように、一人ひとりに合わせた支援を行っていきます。



人より遅くても、何かができなくても「ただここに居る、居てくれるだけで愛を教えてくれて、その子も周りの人も幸せになる。だから信じて、自分（親）や子どもをみとめてあげて」と伝えたいです。

滝沢市 31週 1,550g (1歳)

退院時に在宅医療を必要とするお子さんのためのページです。

退院後、在宅医療が必要になった場合は、初めてかかる医療機関や緊急時にお子さんの状態を伝えるため、情報を記録しておきましょう。

※在宅医療を必要としないことがわかったら不要に☑をつけましょう。

呼 吸

医療内容	内 容	不要
人工呼吸器	機 種 装着時間	
在宅酸素療法	流 量 投与時間	L/分 H/日
気 管 切 開	カニューレ種類 サイズ	
吸 引	□鼻腔カテーテル 気管内カテーテル	Fr/ Fr/ cm挿入 cm挿入
吸 入	時 間 薬・量	
SpO2モニター (酸素飽和度)	装着時間	

栄 養

医療内容	内 容	不要
経 管 栄 養 (経口・経鼻・十二指腸・胃ろう・腸ろう)	チューブの種類： 挿入の長さ： 注入物 時間： 内 容：	サ イ ズ： cm 固定方法： 注入速度： 量 量 量
その他 (アレルギー等)		

その他の医療

医療内容	内 容	不要

退院後も続ける薬をまとめておきましょう

薬 名	薬 名

医療的ケアについて詳しく知りたい方
以下のホームページを参考にしてください。



岩手県医療的ケア児
支援センター



いわて医療的ケア
支援ガイドブック



在宅ケア児者
サポートブック

病院等での治療やリハビリの記録

年月日	どこで	診断名・治療・リハビリ等の内容
例) 2022.4月	〇〇病院	気管支喘息 4/3～4/5 入院 内服（～2023.2/20）今は治療なし

病院等での治療やリハビリの記録

年月日	どこで	診断名・治療・リハビリ等の内容

本来ならまだお腹の中にいたであろう娘。普通なら見られない、小さい体で一生懸命、生きている姿を見せてもらえて、今はすごく嬉しい、ありがたいと思えるようになりました。

北上市 28週 882g（0歳）



生後0か月の記録

初めて赤ちゃんに触った日、初めて赤ちゃんの声を聞いた日、初めて抱っこした日など初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう。

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

Memory



赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう。

私から言えることは「無理しないで」、「様々な人に助けてもらう」です！
一人で抱えると辛いので、すぐにもそれを始めてほしいです。
小さく生まれた我が子でもたくましく育っていますよ。

北上市 31週 1,492g (1歳9か月)



Memory

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう。

生後1か月(修正 か月)ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・爸爸にとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に入れてみましょう。

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

🌸 1か月おめでとう 🌸

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

不安をずっと隠したくなるけど、大丈夫!!
 弱音を聞いてくれる看護師さんや同じ仲間がいるよ。
 盛岡市 1,178g (1歳)



Memory

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう。

生後2か月(修正 か月)ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・爸爸にとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう。

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

出産前に入院している時は、不安で心が押しつぶされそうな辛い毎日でしたが、どんな子だってかわいいに違いないと腹をくくり、気持ちを楽しんで出産に望みました。やはりかわいくて、愛おしくて、生んで良かったと心から思いました。

盛岡市 29週 1,408g (6歳)





Memory

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう。

生後3か月(修正 か月)ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・爸爸にとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう。

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

悩むことも落ち込むこともたくさんありましたが、辛いときは他の人をどんどん頼っていいのだと、この子が教えてくれました。

奥州市 852g (4歳)





Memory

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう。

生後4か月(修正 か月)ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・爸爸にとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に入れてみましょう。

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

口からミルクを飲めるようになったときに、哺乳瓶に慣れてしまって母乳をあげようとしたら拒否され、かなりさみしい思いをしました。それも今では笑い話です。

奥州市 580g (4歳)





Memory

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう。

生後5か月(修正 か月)ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・爸爸にとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に入れてみましょう。

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

手術もあったり、呼吸が上手くできなったりと心配になる場面も多かったのですが、今は8歳になりました。幸いなことに後遺症等はなく、毎日元気に過ごしています。

住田町 24週 702g (8歳)





Memory

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう。

生後6か月(修正 か月)ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・爸爸にとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう。

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

最初は不安と申し訳なさで泣いていたのですが、今は子どもの成長に感動して泣いています。

奥州市 29週 1,052g (2歳)



生後7か月(修正 か月)ごろの記録

生後8か月(修正 か月)ごろの記録

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

先生や看護師さんたちの懸命なご協力のおかげで安心感がハンパなかったです!!今では超活発で元気な女の子です。今、NICUで頑張っている子どもたちの親御さん、大丈夫です!応援しています!!

北上市 27週 944g (5歳)

生後9か月(修正 か月)ごろの記録

生後10か月(修正 か月)ごろの記録

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

先生や看護師さんたちが、丁寧に説明してくれたり、私たちの心のケアまでしてくれたり、子どもが元気になるために、たたかって下さったおかげで、子どもは障がいもなく元気にすくすくと大きくなってきています。

24週 702g (4歳)

生後11か月(修正 か月)ごろの記録

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

1歳おめでとう!
(修正 か月)ごろの記録

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

辛い経験をしている親は、誰よりも強いです。1人で悩まないでください。
そして、何より我が子の生きる力を信じてあげてください。
紫波町 658g (4歳)

2歳おめでとう!

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

3歳おめでとう!

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

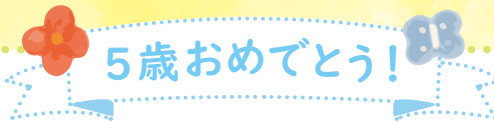
成長、発達とまだまだ心配なことはたくさんありますが、子どもの笑顔を見るとゆっくりでいいんだと思えます。

奥州市 28週 1066g (4歳)



4歳おめでとう!

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)



5歳おめでとう!

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

NICU入院中の我が子に届ける冷凍母乳は、我が子の写真を見ながら泣きながら搾乳していたことを覚えています。「不安」をいろいろな方に相談し、解決してきたことが今につながっているなあと感じています。

北上市 666g (5歳)



memo

測定日	体重 (g)	身長 (cm)	頭囲 (cm)	胸囲 (cm)

通常では考えられないくらい、沢山の方々にお世話になりました。
感謝しかありません。

今ではNICU出身とは思えないほど、健やかに成長中です!

盛岡市 1,328g (3歳)



できるようになったこと

このページは、できるようになったことをまとめておけるページです。QRコードにアクセスすると発達の項目を閲覧できます。参考にしてみてください。ダウンロードできない場合、お電話いただければお送りします。



●岩手県保健福祉部子ども子育て支援室
TEL: 019-629-5461

例：2022年 4月 16日 3か月（修正 1か月）

ママの指を握った

例：2022年 6月 18日 5か月（修正 3か月）

手や足の動きが多くなった

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

年 月 日 か月（修正 か月）

身体計測の記録

小さく早く生まれた赤ちゃんは、その子なりの成長・発達の確認ができるよう、修正月齢で経過を見ることがあります。お子さんの状況によりませんが、3歳くらいまで経過をフォローすることが多いようです。

暦月齢と修正月齢とは？

- 暦月齢とは、実際に生まれた日を基準に数えます。
- 修正月齢とは、出産予定日を基準に数えます。
(退院日を基準に数えることもあります。)

修正月齢の考え方

(例) 出産予定日より2か月早く生まれた赤ちゃん

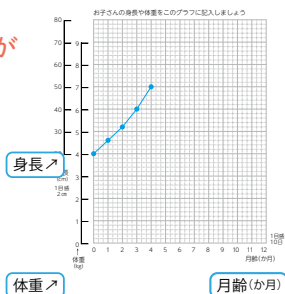
- ・ 生後0か月 → 修正月齢マイナス2か月
- ・ 生後1か月 → 修正月齢マイナス1か月
- ・ 生後2か月 → 修正月齢0か月
- ・ 生後3か月 → 修正月齢1か月

赤ちゃんの発達を育児書などで見るときは修正月齢で見るとよいでしょう。

発育曲線とは？

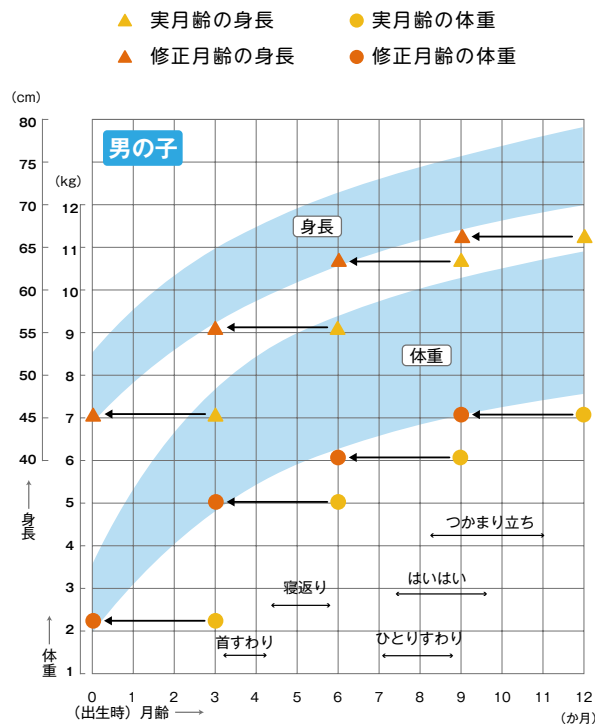
- 身長・体重の値をグラフに記録することで、発育のペースがわかりやすくなります。

このハンドブックの発育曲線は、ママたちの声をもとに目盛りを細かくし、自由に記載できるようにしました。母子健康手帳の発育曲線と併せて、ご利用ください。



修正月齢による発育曲線の活用

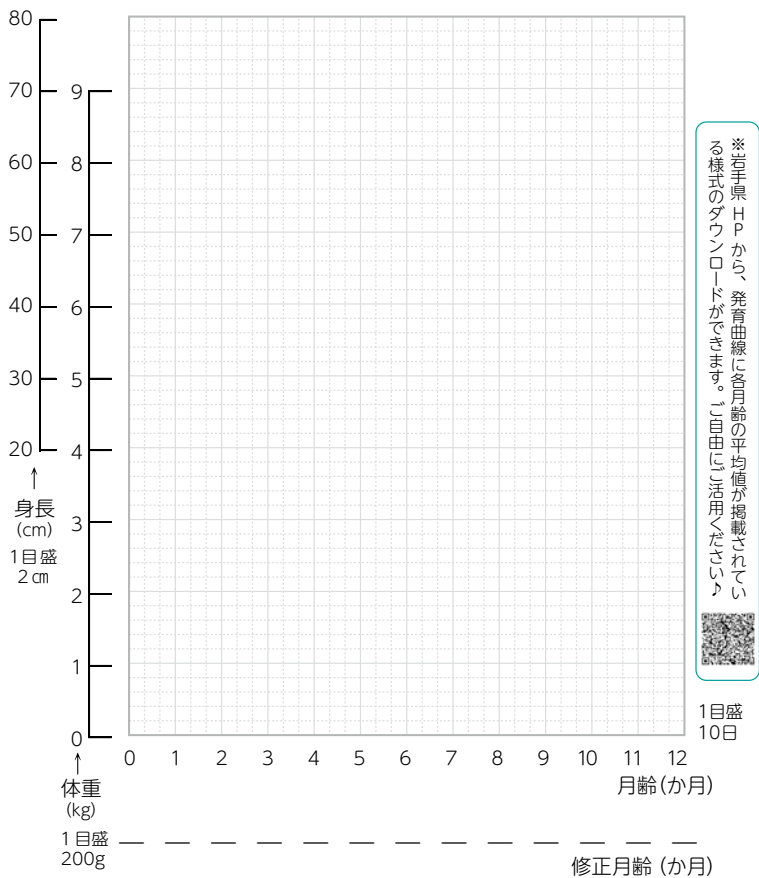
発育曲線は、極低出生体重児発育曲線のほか、母子健康手帳に掲載されている発育曲線を修正月齢で記入する方法があります。下の図は、暦月齢と修正月齢の計測結果を記録する際の参考にしてみてください。



在胎28週で出生した男児のNICU退院後の発育
(乳幼児身体発育曲線上で実月齢から3か月を差し引いて評価する)

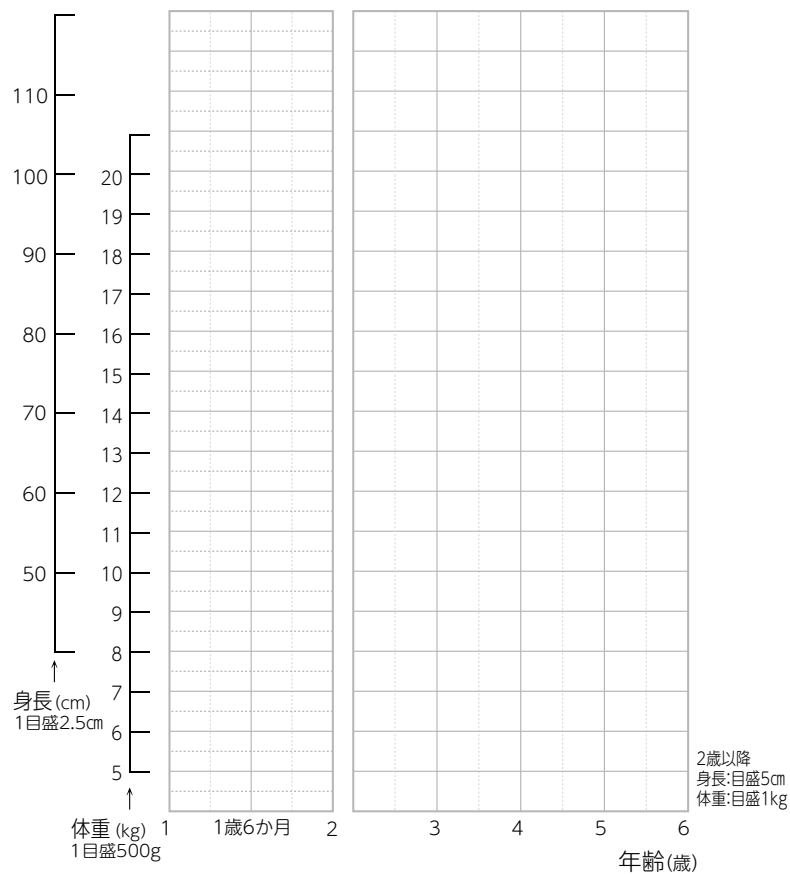
出生時～12か月までの身長・体重曲線

お子さんの身長や体重を、このグラフに記入しましょう。



1歳～6歳までの身長・体重曲線

お子さんの身長や体重を、このグラフに記入しましょう。



小さく生まれた赤ちゃんに
起こりやすいこと

生まれた時の体重が2,500g未満の赤ちゃんを低出生体重児、1,500g未満を極低出生体重児、1,000g未満を超低出生体重児といいます。また、予定日より早く生まれ、お母さんのお腹の中にいた期間が37週未満の赤ちゃんを「早産児」といいます。

脳

血管にもろい部分があったり、血流調整が未熟なことがあったりします。

感染

お母さんから十分に抗体をもらっていないため、感染に弱い傾向があります。

心臓

心筋が未熟であったり、出生後閉じる動脈管がなかなか閉鎖しないことがあります。

肺

肺が膨らみにくく、呼吸が速かったり、酸素や呼吸器が必要になることがあります。

血液

黄疸が進行しやすいったり、貧血になることがあります。

体温

体温調整が未熟で低体温になりやすいです。

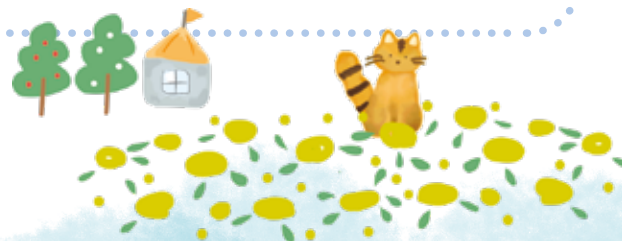
体の機能が未熟で医療的ケアが必要であったり、発達もゆっくりであったりしますが、同じ早産児でも、経過はその子その子でさまざまです。起こりやすい症状や成長の見通しなど、医師や看護師に相談してみましょう。

RSウイルス感染症について

RSウイルスは、乳幼児期に呼吸器感染症を起こす原因ウイルスのひとつです。2歳までにほとんどの子どもがRSウイルスにかかると言われています。大人の場合は軽い風邪の症状のみでおさまりますが、乳幼児期早期に感染すると重症化し急激に重い肺炎や気管支炎を起こし入院が必要となることがあります。今のところRSウイルス感染症に有効な治療薬はありません。

特に重症化しやすいとされている赤ちゃん(早い妊娠週数で生まれた赤ちゃん・生まれつき心臓の病気がある赤ちゃん・免疫不全症やダウン症候群の赤ちゃん)では、RSウイルスが流行する時期に重症化を防ぐために、シナジスという注射を行う方法があります。

通常の予防接種は体の中で抗体が作られるよう誘導しますが、シナジスはRSウイルスに効果がある抗体成分を精製したものを注射し、効果は約1か月です。そのためRSウイルスが流行する時期は毎月注射を行います。なお、他の予防接種と同時接種することも可能です。RSウイルスの流行期は人込みをさける、手洗いやうがいをこまめに行うなど、ご家族がなるべく風邪をひかないように気を付けてお過ごしください。



よくある質問Q&A

暦月齢ですの？修正月齢ですの？

予防接種



生まれた日からの月齢(暦月齢)で予防接種を受けることが勧められています。赤ちゃんの体調によってはスケジュールどおりにならないこともあるので、かかりつけ医と相談のうえ、進めていきましょう。

乳幼児健診



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たりする場となります。健診は、市町村から発行された乳児健診票や、かかりつけ医の先生からの指示により受診しましょう。

離乳食の 進め方



離乳食の開始は修正月齢を参考にしながら、お子さんの発達とともに食べる機能(飲みこんだり、かんだりする力)をみながら離乳食をはじめましょう。食べる機能は個人差があります。かかりつけ医と相談しながら、焦らず進めていきましょう。

医療費が心配…。

「未熟児養育医療」「子ども医療費助成」などの医療費の助成を受けられます。

ほかにも「妊産婦医療費助成」や「小児慢性特定疾病医療費助成」の申請など、詳しくは病院の医療ソーシャルワーカーや申請先の市町村や保健所へご相談ください。県のホームページでも紹介しています。

●未熟児養育医療



●子ども医療費助成



●妊産婦医療費助成



●小児慢性特定疾病医療費助成



赤ちゃんの成長・発達が気になる…。

子どもの成長には個人差がありますが、お座りや歩行、発語がゆっくりなど発育、発達について不安や心配なことがあれば、かかりつけ医やお住いの市町村の相談窓口へ相談しましょう。市町村の相談窓口については次ページから確認することができます。

困ったときの相談先

●育児不安や子どもの発達に関する相談など

市町村母子保健担当窓口及び保健所を以下のホームページから確認できます。

(自分の市町村母子保健担当の連絡先)



電話番号：

担当者：

●心の健康に関する相談

市町村母子保健担当窓口及び保健所のほか、次の機関も相談に応じます。

名称	連絡先
岩手県福祉総合相談センター 障がい保健福祉部 こころの電話相談	TEL：019-629-9600 (代表) TEL：019-622-6955 (専用ダイヤル)

●子どもの急な病気などについての相談

夜間における子どもの病気への対処や応急処置などを相談できる窓口です。子どもの急な発熱、嘔吐、下痢、腹痛、薬などでわからないことについて、経験豊かな看護師さんがアドバイスしてくれます。

名称	連絡先
こどもの救急相談電話 (受付時間：午後7時～午後11時)	TEL: 019-605-9000 (または#8000) ※ダイヤル回線電話、IP電話をご利用の方は、 #8000からはご利用できません。
こども夜間ケアダイヤル (受付時間：午後11時～翌朝8時)	TEL: 019-605-9000 (または#8000) ※ダイヤル回線電話、IP電話をご利用の方は、 #8000からはご利用できません。

●救急の場合などに医療機関を探すサービス

「休日診療の医療機関」、「救急病院」、「薬局情報」の検索サービスは、インターネット対応の携帯電話からも利用できます。

名称	連絡先
いわて医療ネット	インターネットホームページ http://www.med-info.pref.iwate.jp/

電話相談時、受診時のポイント

ポイント1：伝えること

「困っていることは何か」を簡潔に伝えることが大事

例) 「38℃以上熱がある」
「ひきつけをおこした」などの症状を伝える。

※一番心配なこと、一番聞きたいことを明確しておく。
(メモしておくとうい)

ポイント2：受診時に持参するもの

リトルベビーハンドブック、母子健康手帳、保険証、お薬手帳、
乳幼児医療費助成金受給資格者証、おむつ、飲み物など

ポイント3：受診時の行動

これまでの治療や退院時の様子がわかるページを見せる。

・飲んでいるお薬があれば持参する。
(説明書やお薬手帳でもよい)

さらに詳しく知りたい方は以下のWEBサイトをご覧ください。

はじめてのNICU (ATOM MEDICAL)

小さく早く生まれた赤ちゃんの育児で、
お悩みのご家族に役立つ医師監修
のサイトです。



Small baby.jp (AstraZeneca)

在胎37週未満で生まれた早産児と、
保護者のための情報が満載の早産
育児ポータルサイトです。



<https://www.small-baby.jp>

家族会の情報

岩手県

リトルベビーサークルいわて めんこいわらしっこ

低出生体重児で生まれたお子さんを育てる家族のための交流サークルです。LINEでの情報共有、対面&オンラインでの交流会を実施しています。周りの人には悩みを打ち明けることができなくて、孤独を感じることもあると思います。今いるママさんたちが体験談をたくさんお話してくれたり、ママさんの体を心配してくれたり、気軽に相談できる場を用意しています。ご興味がある方は、インスタグラムまたはLINEでのご連絡をお願いします！



LINE



全国

日本NICU家族会機構 (JOIN)

全国の子ども(特にNICUに入院する子ども)と家族、家族会をつなげるネットワークです。全国の家族会情報をはじめ、小さく生まれた子どもとその家族が、NICU退院後も安心して過ごせる社会を目指し情報発信をしています。



● ホームページ

<https://www.join.or.jp/>

