

ご家族向け(♡)

びわこリトルベビーハンドブック  
【記入例】

2023年3月9日

滋賀県 健康医療福祉部



## うまれたときの記録

うまれた日： 年 月 日

出産予定日： 年 月 日

おなかのなかにいた期間： 週 日

うまれたときの計測値：

身長 \_\_\_\_\_ c m 体重 \_\_\_\_\_ g

頭囲 \_\_\_\_\_ c m 胸囲 \_\_\_\_\_ c m

うまれたところ：

産科の医師名：

助産師・看護師名：



### NICUとGCUのこと

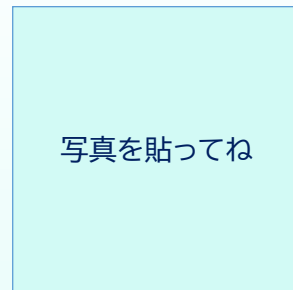
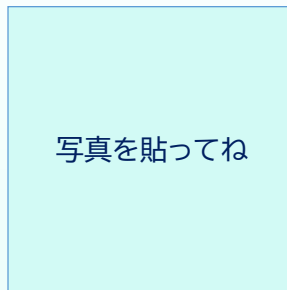
NICU(新生児特定集中治療室)

予定日より早くうまれたり、小さくうまれたり、なにかの病気のある赤ちゃんを集中的に治療・管理するお部屋です。

GCU(新生児回復室)

NICUで治療を受け、状態が安定してきた赤ちゃんが引き続きケアをうけるお部屋です。おうちに帰る準備を始めます。赤ちゃんの状態によっては、はじめから入る場合もあります。

大丈夫。パパとママ、家族の信じる気持ちと笑顔溢れる愛情で幸せはいくらでも作っていきます！落ち込む時は落ち込む。辛い時は泣く。でもママの笑顔のパワーは凄い力を持っているんだって事は忘れないでください！



\_\_\_\_\_ ちゃんへのメッセージ



## ちゃんと家族の はじめてメモリー

子どもはそれぞれの早さで、成長しています。  
 その中でいっぱい「はじめて」に出会います。  
 そんな「はじめて」のできごとや気持ちを書いておきましょう。

はじめて \_\_\_\_\_ ちゃんに \_\_\_\_\_

あ

ママ

パパ

感想や気持ちなど、  
ひとこと、どうぞ。

はじめて抱っこした日

ママ

パパ

はじめて

ミ

はじめて

どんな「はじめて」でも大丈夫です。  
 はじめて触れた日  
 はじめて家に帰った日  
 はじめて車に乗った日  
 はじめてコットから出た日  
 はじめて写真を撮った日  
 はじめて歯がはえた日  
 はじめてパパとお留守番した日  
 はじめて幼稚園(保育園)に行った日  
 はじめてパパやママから離れてお泊  
 まりした日 など.....

はじめてチューブなど何もついていない赤ちゃん  
の顔を見ることができた日( / )

はじめて服をきせた日( / )

はじめてびわ湖にふれた日( / )

はじめてさんぽした日、はじめて動物にふれた日など、  
 家族だけの「はじめて…」を自由に書いてください。

はじめて \_\_\_\_\_ ( / )

はじめて \_\_\_\_\_ ( / )

はじめて \_\_\_\_\_ ( / )

はじめは保育器に指を入れてそうとなでるだけだったけど、生後1か月で初めての抱っこはとっても嬉しかった。初めての哺乳瓶、初めての沐浴。ゆっくりだった分、初めてがとても特別に感じました。

## \*成長の思い出\* みいつけた！

ここでは、保護者が子どもの成長でみつけたことを書きましょう。どんな【みいつけた】がありましたか？

しかめっつら みいつけた！  
どんなときにしかめっつら？

みつけたときの状況・様子・感想や気持ちなど、  
ひとこと、どうぞ。

えがお みいつけた！  
どんなふうには笑っていた？

なみだ みいつけた！  
どんなときに泣いた？

オムツのサイズアップ みいつけた！  
どのサイズに  
なったかな？

「S→M」など なにか  
らなににサイズアップ  
したか、上の白いと  
ころに記入してください。

かわいい声 みいつけた！  
はじめて声を聞いたときの感想は？

かわいい歯 みいつけた！  
どこからはえてきた？ 右下？ 左下？

ちゃんだけのみいつけた！を書いてみましょう。

たとえば…[はじめての髪の毛カット][手でつかむ][手をなめる][びっくりする][おもちゃを目で追う]など。

\_\_\_\_\_ みいつけた！

/

\_\_\_\_\_ みいつけた！

/

\_\_\_\_\_ みいつけた！

/

\_\_\_\_\_ みいつけた！

/

### 修正月齢ってなに？

実際に生まれた日ではなく、出産予定日を基準に考える月齢です。1月1日生まれ（出産予定日は3月1日）の赤ちゃんは、4月1日には、暦月齢3か月、修正月齢1か月、と考えます。発達や成長はこの修正月齢で考えることが多いです。

ミルクの量や体重が少し増えただけ、まだまだ市販にない小さなオムツだけどサイズアップしただけで凄く嬉しかった！

大丈夫。他にもたくさん仲間がいるよ。今しか見られない我が子の姿をよく見てあげてね。

## \*成長の記録\*

小児科を受診した時によく聞かれる項目です。  
できるようになった日の月齢をまとめておきましょう。

	できるようになった日	
首すわり	年 月 日	(修正 年月)
寝返り	年 月 日	(修正 年月)
ずりばい	年 月 日	(修正 年月)
はいはい	年 月 日	(修正 年月)
お座り	年 月 日	(修正 年月)
つかまり立ち	年 月 日	(修正 年月)
つたいき	年 月 日	(修正 年月)
ひとりで歩く	年 月 日	(修正 年月)

できたときの状況・様子、気持ちなど、  
ひとこと、どうぞ。

	できるようになった日	
指差しをする	年 月 日	年月 (修正 年月)
大人の簡単な言葉の意味がわかる	年 月 日	年月 (修正 年月)
ママ、プープーなどの単語を話す	年 月 日	年月 (修正 年月)
テレビや大人の身振りの真似をする	年 月 日	年月 (修正 年月)
二語文を話す	年 月 日	年月 (修正 年月)
走る	年 月 日	年月 (修正 年月)
ひとりで階段をのぼる	年 月 日	年月 (修正 年月)
自分の名前が言える	年 月 日	年月 (修正 年月)

歩けるか分からないと言われた息子。修正1歳半の日、歩き始めました！  
ゆっくりだけど日々成長をみせ続けてくれます。

赤ちゃんは「自分のタイミング」でいろいろなことができるようになるよ。焦らない、周り比べない。

## 家族メモリアル

生後1か月(修正月齢 か月)のころ

病院やおうちでの様子、かかった病気、家族の  
あったことを記録しておきましょう。

誕生・成長の  
喜びや心配してい  
ることなど気になっ  
ていること

赤ちゃんへの想い

家族のなかの  
出来事

状態が安定した  
ら、手の大きさを  
残してみたり

写真を貼るのも  
いいですね

かかった病気、  
転院・入院の  
こと

医療機関の  
スタッフのこと

赤ちゃんのこと、自分の  
こと、家族のことで気が  
付いたこと、など

日付	身長	体重	備考

泣きたい時は泣いていいよ。自分も赤ちゃんもありのままの姿で笑顔になれる時が来るよ。近くにもリトルベビーの先輩が沢山いるよ！希望の光だね！

毎日3時間おきに搾乳してバック、搾乳器を洗って消毒。大変だったけど、病院で頑張っている息子のために出来ることがあって嬉しかった。

## 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
病院での治療や リハビリのこと		
地域の親子教室や 療育教室に通った こと		
入院・通院・ 転院のこと		

年月日	どこで	診断名・治療・リハビリ等の内容
症状と、疑いとし て検査をしたこと		
手術のこと、 服用していた薬 のこと		
訪問看護・訪問 リハビリのこと、 など		

私は826gでうまれて10歳になりました。両耳とも聞こえなくて人工内耳を装着しているけど、今普通に学校に通って友だちも沢山いて病気に強い元気な子になりました。

私は超未熟児を2人産み、1人は障がい児、1人は病気を沢山抱えています。色々ありますが、沢山の人やサービスと関わりを持つことがまず一番です。自分だけじゃないと思える何かと繋がれると気持ちの持ち方は必ず良い方に向かうと思います。