



11



かがわ リトルベビーハンドブック

この手帳は、香川県にお住まいのお子さん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未満の方
- ②①以外の低出生体重児(2,500g未満)で手帳を希望される方

使い方

☆ この手帳は、小さく生まれた赤ちゃんご家族のための母子健康手帳サブブックです。お子さんが生まれたころから、概ね満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。市町で交付されたお手持ちの母子健康手帳は、妊娠中から子育て期まで、健診や予防接種などの記録がされますので、併せてご活用いただければ幸いです。

☆ 医療機関・市町母子保健担当の皆さんへお願い
香川県で生まれたお子さんご家族が、たくさんの笑顔に包まれるよう、この手帳が活用されることを望みます。
この手帳は、お子さんが多くの人に愛され、成長を見守られてきた記録を残すためのものです。入院中の様子や健診の記録など、お子さんに関わった方は、ぜひ記録やメッセージの記入にご協力ください。記入をお願いしたいページには「支援者マーク」が付いています。



支援者マーク

低出生体重児とは？ 正期産児・早産児とは？

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。

ママのお腹の中にいた期間が
37週以上42週未満の赤ちゃんを正期産児
37週未満を早産児
といいます。

Small for gestational age (SGA)児とは？

正期産児、早産児にかかわらず、ママのお腹の中にいた期間ごとの標準的な体格よりも小さく生まれた赤ちゃんをSGA児といいます。

目次

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・パパからのメッセージ	1
ママ・パパになられたあなたに	4

第2章 お誕生日から退院まで

小さく早く生まれた赤ちゃんにおこりやすいこと	7
NICU・GCUでの治療について	8
入院中の赤ちゃんにご家族ができること	9
生まれた時の記録	11
NICU・GCUでの様子	13
授乳について	14
入院から退院までの赤ちゃんの生活とご家族ができること	15
お子さんが退院したら何がしたいですか？	17
退院の時の記録	18
退院後のフォローアップ通院	19
修正月齢ってなに？・予防接種	20
在宅医療ケアについて	21
退院後に受けた治療やサービスなどの記録	23
歯の健康診査、予防処置	25

第3章 成長・発達・育児の記録

成長の記録	27
赤ちゃん和家人のはじめての記念日	33
発達の記録	35
育児の記録	39

第4章 知っておきたいこと

赤ちゃんの成長・発達のこと Q & A	55
赤ちゃんの生活のこと Q & A	57
ご家族を支える制度・相談先	59

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・パパからのメッセージ



ご出産おめでとうございます。

想像していた出産とは違って、NICUで治療を受けることになり心にぽっかり穴が開いて涙が出ることもあるかと思います。

私も24週615gで娘を出産し不安が押し寄せて誰にもその気持ちを相談できず、ただ1人で泣いているばかりでした。

自分にできることは日々の面会と搾乳のみ、NICUでの面会では1日1日をしっかり生きる娘に救われました。

一つ一つの成長が大きな喜びとして感じることができるのは、小さな赤ちゃんの家族になったからこそ得られるものだと思います。

このリトルベビーハンドブックはお子さんの成長とご家族の幸せを願ってたくさんの方の想いが込められて作られました。決して1人ではありません。

赤ちゃんも、ご家族の皆さんも自分のペースで書き込めるようになっています。

また、支えてくださる方にとってもご家族と一緒に作り上げる1冊にしたいと思っています。

この1冊が小さな赤ちゃんのご家族にとって最高のプレゼントになりますように。



香川県リトルベビーサークル ぴっぴっ子
大西真子

ご出産おめでとうございます。

私は妊娠28週4日で、834gの娘を帝王切開で出産しました。この先どうなるのだろうと不安な気持ちを抱えながら、NICUへ面会に通っていました。

何もできない自分に落ち込んだり、気持ちがとても不安定になること

もありましたが、頑張っている娘に「ごめんね」を伝えるのではなく「頑張ってるね、ありがとう」を伝えるようにしました。

娘は現在5歳ですが、1歳から保育園に通い始め、周りのお友達からたくさん刺激をもらい、娘のペースで成長しています。心配ごとや悩みごとがなくなったわけではありませんが、娘の笑顔に励まされながら私自身も少しずつ前を向けるようになりました。

泣きたい時は泣いてもいい、立ち止まっても大丈夫です。ご自身のペースでいいのです。

このハンドブックには、お子さんの今を書きとめることができます。その日その時の想いを残してみてくださいね。

そしてご家族の皆さんへ。一緒に喜んだり悩んだり、そばで見守ってくれる存在があるだけで、きっと安心に繋がります。うまく言葉が見つからなくても大丈夫です。そっと寄り添い、想いを受け止めてもらえることが、大きな支えになると思います。

つらい時や迷った時はひとりで抱え込まず、ぴっぴっ子の存在を思い出してみてください。同じような思いを経験した仲間と繋がれる場所があります。お子さんの一步一步の成長を心から願っています。



香川県リトルベビーサークル ぴっぴっ子
高橋恵

【家族会の紹介】香川県リトルベビーサークル ぴっぴっ子

小さく生まれた赤ちゃんとそのご家族のためのサークルです。

代表自身も28週で生まれ、娘を24週で出産した事をきっかけにサークルを立ち上げました。

月に一度ご家族で交流会を開催しています。

また、早産児の社会での認知を広めるため写真展や講演会も開催しています。

ご家族で気軽に立ち寄れる、そんな居場所です。

1人じゃない、みんなでお子さんの成長を喜び合いましょう！

先輩ママ・パパからのメッセージ

生まれた時は小さかったけど、今は体調を崩すことが減り、友達と楽しく遊んでいます。顔も見えた目も他の子よりは小さいけど、それも可愛らしいです。

(28週 1,204g ママ)



小さく生まれて最初はとても心配していましたが、今ではほとんど風邪を引くこともなく毎日元気いっぱいになっています。

小さく生まれても、こんなに元気に成長しています。(33週 1,182g ママ)

「出産おめでとうございます」が違和感でしかなかったのを覚えています。リトルベビーのお母さんはいろんな感情が渦巻いていると思います。でも大丈夫！きっと大丈夫！いろんな人が助けてくれます！(26週4日 438g 3歳ママ)



ご出産おめでとうございます！

私が出産時、香川県にはリトルベビーハンドブックがなく、子どもの成長は喜ばしいはずなのに小さすぎて母子手帳に書けませんでした。心から応援しています。

(22週1日 405g 9歳ママ)



出産後のママの気持ち

ママ・パパになられたあなたに・・・

胎動を感じエコー写真を見ながら、お二人はわくわくした期待を膨らませていたことでしょう。ところが10ヶ月を待たず急な出産となり、今は大きな不安の中にいらっしゃるかもしれません。自分を責めたり、無理に強くあろうとしたりしていませんか。ママはもちろん、パパも一人で責任を感じ、弱音を吐けずにいることがあります。

今の感情は、お二人だけのものではありません。ご家族や病院スタッフ、保健師などに今の思いを聞いてもらってください。一人で抱え込まず、周囲を頼りながら、ゆっくりお二人の歩みを始めていきましょう。

リトルベビーママのよくある産後の体調と気持ち

- 疲れやすく、何をするのも嫌になってしまう。
- 些細なことでも涙が出てしまったり、感情が不安定になることがある。
- 自分たち家族のこれからのことを思って心配になる。
- 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、どうしてもなくイライラしたりする。
- 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たりしてしまう。
- 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、腹が立ったりすることがある。
- 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。

あなたの気持ちも大切に

苦しい気持ちはひとりで抱え込まないでくださいね。

ご家族はもちろん、ママの気持ちをよくわかってくれている病院の先生・看護師・助産師・心理士、地域の保健師や先輩ママたちに気持ちを聞いてもらって、ゆっくりとお話してみてください。

それだけで、気持ちがやわらかくなります。赤ちゃんもやさしく包まれてホッとするかもしれません。

だから自分を責めないで

ごめんね・・・と溢れるままに涙しても、赤ちゃんの温もりややわらかさに包まれて、ささやかな幸せがとても愛おしく感じることもあるでしょう。

きっと赤ちゃんもママと同じ。ママの温もりを感じて、安心感とたくさん元気をもたらしていることでしょう。

どれも大切な宝物。大切なことは、この出会いを愛しんで大きく育てていくことです。

あなたの赤ちゃんはオンリーワン

あなたの赤ちゃんは、きっと頑張り屋さん。

生まれるまであなたのお腹の中で護られていたのだから・・・。

最初はゆっくりだけど赤ちゃんのペースで着実に成長していきます。

ご家族のたくさんの愛情とともに、豊かな成長を見守り、きらりと光る個性を育てあげてくださいね。

あなたの気持ち・願い



あなた自身の記録

身体や気持ちのことなどご自由にお使いください



ただただ、ありがとう。お腹の中でも、生まれてからも、たくさん頑張ってくれました。生まれてきてくれて、本当にありがとう。(26週 438g ママ)



あなたもお子さんも、十分頑張っています。決して自分を責めないでください。あなたのペースで、自分自身も大切にしてくださいね。(1,234g 元リトルベビー)

第2章 お誕生日から・退院まで

小さく早く生まれた赤ちゃんに起こりやすいこと



肺・心臓

肺が膨らみにくく、呼吸が速くなったり、酸素や人工呼吸が必要な場合も。動脈管が閉じにくく心臓に負担がかかることもあります。多くは内科的治療で治ります。

消化・代謝・腎臓

消化管や肝臓が未発達なため、ミルクの逆流や便秘、黄疸がみられることがあります。腎臓や代謝機能も未熟で、水分・塩分の調整や血糖・骨のミネラル・ホルモン不足が起こることもあります。

脳・神経

脳が未熟なため、血管が脆く血流不足になりやすく、脳出血や発達の遅れ、呼吸や哺乳の調整が難しいことがあります。

体温調節

体温調節が未熟で低体温になりやすいため、保育器などで温度管理を行います。

免疫・感染症

感染症を防ぐ抗体が少なく、免疫力が弱い傾向があります。医療スタッフがしっかり対策しています。

眼

網膜の血管が未熟で未熟児網膜症などの目の病気、近視や斜視がみられることがあります。

NICU・GCUでの治療について

■NICU (Neonatal Intensive Care Unit / 新生児集中治療室)
早く生まれた赤ちゃん、小さく生まれた赤ちゃん、呼吸の助けが必要な赤ちゃん、心臓などに病気がある赤ちゃんたちが治療を受けたり、成長・発達をしていくためのお部屋です。

■GCU (Growing Care Unit / 新生児回復室)
比較的状态が安定した赤ちゃんのためのお部屋で、病院によっては他の名称で呼ばれることもあります。

小さく生まれた赤ちゃんを守るもの

保育器：赤ちゃんの体温を適切に保ちます。

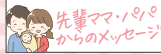
人工呼吸器：呼吸が十分でないときにサポートをします。

モニター：呼吸や心拍、血圧などを観察します。

点滴：必要な水分やお薬を投与します。

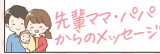
栄養チューブ：お口で上手に母乳やミルクを飲めないときにチューブを入れて胃に直接栄養を届けてあげます。

感染対策：赤ちゃんに触れるものは清潔なものです。医師や看護師が赤ちゃんに触るときは、手洗いや手袋をしています。



先輩ママ・パパからのメッセージ

最初の数週間はドキドキの連続でしたが、赤ちゃんの生命力を信じて笑顔で声をかけ続けました。皆さんの支えは一生の宝物です。(26週 956g ママ)



先輩ママ・パパからのメッセージ

初めて聞いた泣き声にひと安心。すごく小さかったけれど、不安よりも「愛おしい」「大丈夫」という安心感が上回っていました。(26週 956g パパ)

入院中の赤ちゃんにご家族ができること

面会

NICUでの面会は、ママ・パパと赤ちゃんの絆を深め、成長・発達を支える大切な時間です。話しかけたり笑いかけたりすることで、赤ちゃんの成長・発達に良い影響があります。できることは赤ちゃんの状態によって異なるため、担当スタッフと相談しながら家族の時間を過ごしてみてください。

面会の時間や人数は病院ごとに異なるため、事前に確認しておく安心です。

母乳

早産児や低出生体重児にとって母乳は最適な栄養です。授乳はママの体の回復や病氣予防にも役立ちます。最初は直接飲むのが難しいため、搾乳が必要です。母乳分泌にはママの休息やリラクセスが大切です。家族は搾乳器の消毒や家事などでサポートしましょう。搾乳がつかないときは無理せず助産師や看護師、母乳外来に相談してください。母乳バンク利用の有無は病院に確認してみましょう。

※母乳外来では母乳育児や搾乳の相談ができます。

カンガルーケア

カンガルーケアとは、生まれたばかりの赤ちゃんを胸に抱いて、直接肌と肌を触れ合わせることです。

カンガルーケアには、体温の安定だけでなく、呼吸や循環の調整など、さまざまなメリットがあるとされています。

赤ちゃんに触れてあげること

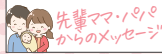
赤ちゃんは無菌で生まれますが、母乳や家族とのふれあいで常在菌が定着し、病氣から守られます。また、手の温もりは心身の安定にも効果的です。ぜひ優しくたくさん触れてみてください。触れる前には必ず手指消毒をしましょう。

お兄ちゃん・お姉ちゃんのこと

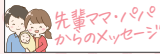
ママの入院や赤ちゃんの誕生で、お兄ちゃん・お姉ちゃんは不安や寂しさを感じやすくなります。急に甘えたり情緒が不安定になることもあります。短時間で兄弟だけに向き合い、主役になる時間を作りましょう。面会の様子を話したり写真を見せるのも効果的です。

おじいちゃん、おばあちゃんにできること

ママ・パパは不安の中で過ごしているため、温かく見守り、家事の手伝いや兄弟の気持ちを受け止めるなどサポートをお願いします。家族が疲れている様子があれば、休息を促すよう心がけましょう。



小さく生まれた子どもたちは、素晴らしいパワーを持っています。ママ・パパの愛情は、しっかり赤ちゃんに伝わっていますよ。(27週 706g 元リトルベビー)



この地域には「7つ行きの子は育つ(7ヶ月で生まれた子は育つ)」という言葉があります。その言葉通り、小さくても元気に育っています。(リトルベビーの祖母)

生まれた時の記録



出生医療機関 (主治医)			
生 年 月 日	年	月	日
出 産 予 定 日	年	月	日
在 胎 週 数	週		日
身 長	cm	体 重	g
頭 囲	cm	胸 囲	cm

NICU・GCUの記録

医療機関名			
担 当 者	月 日		
	主治医	看護師	
	月 日～		
	主治医	看護師	
	月 日～		
	主治医	看護師	

病院スタッフからのメッセージ

ちゃんへ



※ママ・パパの気持ちを書く、写真を貼る、きょうだいからのメッセージなど、ご自身のタイミングで自由にお使いください。

NICU・GCUでの様子

保育器 収容	なし・あり コットへ出た日	年	月	日
酸素療法	なし・あり 終了した日	年	月	日
人工呼吸器	なし・あり 呼吸器が外れた日	年	月	日
輸血・血液製剤	赤血球・新鮮凍結血漿・血小板・アルブミン・ ガンマグロブリン・その他（ ）			
未熟児網膜症	なし・あり（治療なし・硝子体注射・光凝固・その他）			
経管栄養	なし・あり 開始日 チューブが外れた日	年 年	月 月	日 日
経口哺乳開始		年	月	日
直接母乳開始日		年	月	日
頭部MRI検査	所見：なし・あり			
手術	なし・あり（ ）			
早産児貧血	なし・あり（鉄剤・エリスロポエチン・その他）			
RSウイルス予防	アブリスボ®（妊娠中の母体への接種） なし・あり（実施日	年	月	日）
	ペイフォータス®・シナジス® なし・あり（実施日	年	月	日）
聴覚検査 スクリーニング	初回 所見：正常・要再検	年	月	日
先天性代謝異常 等検査	通常 マススクリーニング 初回 再検 所見：正常・要再検	年 年	月 月	日 日
	拡大 マススクリーニング 初回 再検 所見：正常・要再検	年 年	月 月	日 日

授乳について

■母乳について

ママの母乳には、赤ちゃんに必要な栄養や免疫成分などが含まれていますが、母乳の出る量は、ママの体調などによって人それぞれです。特に出産した時期が早いほど、母乳の量が増えにくい場合もあります。もし、母乳の分泌が減っている場合でも、ドナーミルクや人工乳を安心して使っていただくこともできます。母乳について悩みなどがあれば、医師や助産師、看護師に気軽に相談してみてください。赤ちゃんにママにあった良い方法がきっとみつかります。

■搾乳(さくにゅう)について

小さく生まれた赤ちゃんの場合、ママから直接母乳をもらうことが難しいことがあります。そのときには、搾乳といって手や搾乳器で母乳をしぼる必要があります。最初は少しの量から大丈夫です。搾乳の方法などは、助産師、看護師に聞いてみましょう。

■ドナーミルクについて

予定日より早い出産の場合、なかなか母乳が出ないママも多くいます。十分な母乳を与えられない場合は、ドナーミルクを利用することができます。ドナーミルクは、母乳バンクに寄付された母乳のことで、母乳バンクには厳しい条件をクリアしたドナーが登録しています。利用については病院に相談してください。

（参考HP）

一般社団法人日本母乳バンク協会
<https://jhmba.or.jp/>

一般財団法人日本財団母乳バンク
<https://milkbank.or.jp/>



■人工乳について

母乳が不足する場合や母乳を与えることができない場合は、人工乳を使用することができます。また赤ちゃんの状態によっては、特別な治療用ミルクを使用することがあります。

入院から退院までの赤ちゃんの生活とご家族ができること

※目安であり、赤ちゃんの状態によって異なります。NICUスタッフにお尋ねください。

修正週数※	赤ちゃんのようす	ご家族とかかわり
～27	ママのおなかの中に近い静かな環境で1日のほとんどを寝て過ごします 皮膚がとても薄く、体温調節を助けるため保育器の中にいます 耳が聞こえ始めています まだお口からミルクを飲むことができません	そばにいて、そっと触れる 母乳を運ぶ 写真を撮る、成長を記録する 赤ちゃんががんばっている姿を見守りましょう。この時期の赤ちゃんは、大きな音や声にびっくりしてしまいます。保育器の窓は、静かに開け閉めしましょう。生まれてから最初の3日間は特に安静が大事です。 優しく声がけ 発達にも良い影響を与えますので、優しくゆっくり声をかけてみてください。絵本を読んであげてもよいですよ。 母乳を浸した綿棒 母乳を少し浸した綿棒をなめさせてあげることができます。そうすることで、赤ちゃんを感染から守り、母乳のにおいや味で赤ちゃんは安心できます。
28	光を感じるようになります 少しずつ目を開けている時間がみられます 体温が少しずつ安定してきます 皮膚の感覚もできあがってきます	ホールディング 手のひらで赤ちゃんを包み込んであげます。保育器の中で抱っこされているようなぬくもりと安心感を与えてあげることができます。 抱っこ、カンガルーケア ママやパパと赤ちゃんの肌を触れ合わせながらゆっくりとコミュニケーションをとるカンガルーケアができるようになります。赤ちゃんの体温も保たれ、呼吸が安定する効果もあります。また、親子の絆が深まり、母乳分泌が促される効果もあります。

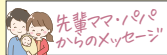
※修正週数：予定日を基準とした週数で、在胎週数＋生後週数



修正週数※	赤ちゃんのようす	ご家族とかかわり
32	起きている時間がはっきりわかるようになります 泣いている姿を見ることも増えてきます そろそろ保育器を卒業し、コットに出られるようになります お口から少しずつミルクが飲めるようになります	おむつ替え 母乳や人工乳 母乳や人工乳を飲めるようになります。最初はまだ上手に飲めないで、少しずつ練習をはじめて赤ちゃんのペースでゆっくり飲む量を増やしていきます。直接母乳や哺乳瓶で飲ませる練習がはじまります。
35	泣いて意思表示をすることが増えてきます ミルクの時間になると、泣いて起きてくるが増えてきます 時間授乳から赤ちゃんが飲みたいときに飲む自律授乳へと変わります	お風呂（沐浴） 沐浴ができるようになります。お風呂はママのおなかの中みたいで、大好きです。
37	起きている時間がだんだん長くなります 3時間ごとだった哺乳が、赤ちゃんが飲みたいときに飲む自律哺乳へと変わります	おうちに帰る準備 おうちでの生活をイメージし、ママ・パパが中心となって赤ちゃんのお世話をしてみましょう。育児に必要なものはそろっていますか？おうちに帰ってからのことで心配なことがあれば、病院のスタッフに相談しましょう。
40		

赤ちゃんの成長・発達には個人差があります。成長・発達がゆっくりなお子さんもあります。それぞれのスピードで一歩ずつ確実に成長しますので、あせらず見守ってあげてください。

NICUでの育児と治療の記録（自由記述欄：日付とコメント）



初めてのカンガルーケア。肌で感じた赤ちゃんの温かさに、「生きたい」という強い生命力を感じて、私の方が勇気をもらいました。（28週 1,234g・1,184g ママ）



お子さんが退院したら何がしたいですか？

家族みんなでごはんを食べたい、
準備していた靴下をはかせてみたい、一緒に外にでて
風のおいを感じてみたい。どんなことをやってみたいですか？
書いてみましょう。

退院の時の記録



退 院 日	年 月 日		
生 後	か月 日 (修正週数 週)		
身 長	cm	体 重	g
頭 囲	cm	胸 囲	cm
退院時の診断名 退院後に気を付けること			
退院後も続ける薬			
必要な医療ケア	なし・あり ()		
そ の 他			

退院時の確認事項

早産児出生の連絡	医療機関より	提出あり・なし
未熟児養育医療の申請	保護者より	申請済・これから

※未熟児養育医療は、保護者の方からお住まいの市町に申請します。
(参考 HP) 香川県
<https://kagawa-colorful.com/1452/>



退院後に地域で関わる関係者

施設・担当者名	連絡先	備考



退院までの時間は長く感じたけれど、おうちに帰ってからは毎日が楽しくて一瞬です。いっぱい頑張ったね。楽しい思い出をたくさん作ろうね。(24 週 615g / 171g)

退院後のフォローアップ通院

退院後も、外来通院など病院で定期的にお子さんの成長や発達をみていく必要があります。心配事や気になる事があれば、受診の際に担当医に相談してください。

- ・必要に応じて、発達の度合いを確認するための検査(発達検査)を実施します。
- ・SGA性低身長症の場合には、3歳以降で成長ホルモン治療の対象となることがあります。

【通院の頻度について】

お子さんの状態によって、通院する年齢や通院の頻度は異なります。具体的な通院年齢や頻度は、担当医に確認してください。説明があった場合には記録しておきましょう。

時期	通院の頻度

医師からの今後のフォローアップの説明があった場合には、記録しておく、あとで振り返ることができます。

Memo

修正月齢ってなに？

早産児の発達や成長については、実際に生まれた日ではなく、もともとの出産予定日だった日を基準に考えていきます。これを修正月齢といいます。

例) 出産予定日より2か月早く生まれた赤ちゃんの場合

- 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

お誕生日1月1日、予定日3月1日の場合、

➡ 5月1日は月齢4か月、修正月齢2か月です。

予防接種

正期産児と同様に予防接種が必要です。

初回接種時期は生後2か月で、すでに退院している赤ちゃんの場合は外来で接種します。かかりつけ医で接種することが多いかもしれません。生後2か月時にまだ入院している赤ちゃんの場合は、体重や赤ちゃんの状態によってはすぐにワクチンを接種できないこともあります。その場合は、体重が増えて全身状態が安定する時期まで待って接種をします。

予防接種を受けたら、必ず母子健康手帳に記録しましょう。

【バイフォータス®、シナジス® について】

毎年秋～冬(近年はほぼ通年性)にかけてRSウイルス感染症が流行します。症状は咳・喘鳴・発熱などです。在胎36週未満で生まれた赤ちゃんは、RSウイルスに感染すると症状が重くなりやすく、場合によっては人工呼吸器を装着することもあります。流行期になったら重症化予防のための予防接種を行います。I回接種で長期間効果が持続するバイフォータス®と、早産児以外の疾患でも適応のある、流行期に毎月接種するシナジス®の2種類があります。※対象となる赤ちゃんの場合、通常は主治医から注射の種類やスケジュールについて説明がありますので、いつからどこで受けるかを確認してください。

在宅医療ケアについて

退院時に在宅医療ケアを必要とするお子さんのためのページです。初めてかかる病院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。

人工呼吸器	機種 設定 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	口鼻腔 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		
SpO ₂ モニター (酸素飽和度)	装着時間		
経管栄養	チューブの種類 サイズ 挿入長さ 固定方法 注入物 注入速度 時間 量		cm
経口 経鼻 十二指腸 胃ろう 腸ろう			
その他(アレルギー等)			

関係者

施設・担当者名	連絡先	備考



胃管を8ヶ月頑張った息子。成長はゆっくりですが、今では家中を動き回り、お兄ちゃんたちともみくちゃんになって遊んでいます。(33週 2,086g ママ)



■人工呼吸器

赤ちゃんの呼吸のリズムに合わせて、肺に空気(酸素)を送るお手伝いをする機械です。赤ちゃんが一生懸命呼吸をしようとする力を、優しくサポートしてくれます。

■在宅酸素療法

空気中の酸素濃度を少し高くして、赤ちゃんが楽に呼吸をできるようにします。体の中にしっかり酸素が届くことで、運動したり大きくなったりするためのエネルギーを蓄えることができます。

■気管切開

喉の部分に小さな空気の通り道を作ることです。お口や鼻からの呼吸が少し大変な場合に、直接肺に空気を届けることで、赤ちゃんが楽に過ごせるようになります。

■吸引

お鼻や喉、気管にたまった「たん」を、専用のチューブで吸い取ってあげることです。通り道をきれいにすることで、呼吸が楽になり、ミルクも飲みやすくなります。

■吸入

お薬を霧状にして、呼吸と一緒に肺に届ける方法です。通り道を潤したり、炎症を抑えたりして、呼吸の通りをスムーズにします。

■SpO₂モニター

血液の中にどれくらい酸素が含まれているかを測る機械です。赤ちゃんの「今の状態」を数字で見守ることで、おうちの方が安心して過ごすための目安になります。

■経管栄養

お口から直接飲むことが少し難しい時期に、チューブを使って胃や腸に直接栄養を届ける方法です。

経 口：お口からチューブを入れます。

経 鼻：お鼻からチューブを入れます。

十 二 指 腸：胃を通り越して、十二指腸までチューブを届けます。

胃ろう・腸ろう：お腹の皮膚から胃や腸へ、小さな栄養の窓(穴)を作ります。

■アレルギー等

食べ物やお薬、テープなどの刺激に対して、体が敏感に反応することがあります。



退院後に受けた医療と福祉の記録

いつ	どこで	内 容



退院後に受けた医療と福祉の記録

いつ	どこで	内 容



歯の健康診査、予防処置

歯の生え方には個人差がありますが、小さく生まれた赤ちゃんは歯の生える時期が遅くなったり、顎の小ささから歯並びや噛み合わせにも影響がでる場合もあります。また、歯の表面にあるエナメル質が上手く作られず虫歯になりやすい傾向もありますので、定期的に歯科健診やフッ素塗布などを受けましょう。

*歯の状態記号:健全歯/むし歯(未処置歯)C、要観察CO、処置歯O、喪失歯△

診査時年齢

歳

か月

6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	保健指導(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		予防処置(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		要治療むし歯(なし・あり)
												歯肉・粘膜(異常なし・あり)
												かみ合わせ(よい・経過観察)
6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	歯の形態・色調(異常なし・あり)
												その他()
年 月 日												診査施設名又は歯科医師名

診査時年齢

歳

か月

6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	保健指導(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		予防処置(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		要治療むし歯(なし・あり)
												歯肉・粘膜(異常なし・あり)
												かみ合わせ(よい・経過観察)
6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	歯の形態・色調(異常なし・あり)
												その他()
年 月 日												診査施設名又は歯科医師名

診査時年齢

歳

か月

6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	保健指導(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		予防処置(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		要治療むし歯(なし・あり)
												歯肉・粘膜(異常なし・あり)
												かみ合わせ(よい・経過観察)
6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	歯の形態・色調(異常なし・あり)
												その他()
年 月 日												診査施設名又は歯科医師名

診査時年齢

歳

か月

6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	保健指導(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		予防処置(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		要治療むし歯(なし・あり)
												歯肉・粘膜(異常なし・あり)
												かみ合わせ(よい・経過観察)
6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	歯の形態・色調(異常なし・あり)
												その他()
年 月 日												診査施設名又は歯科医師名

診査時年齢

歳

か月

6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	保健指導(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		予防処置(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		要治療むし歯(なし・あり)
												歯肉・粘膜(異常なし・あり)
												かみ合わせ(よい・経過観察)
6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	歯の形態・色調(異常なし・あり)
												その他()
年 月 日												診査施設名又は歯科医師名

診査時年齢

歳

か月

6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	保健指導(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		予防処置(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		要治療むし歯(なし・あり)
												歯肉・粘膜(異常なし・あり)
												かみ合わせ(よい・経過観察)
6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	歯の形態・色調(異常なし・あり)
												その他()
年 月 日												診査施設名又は歯科医師名

診査時年齢

歳

か月

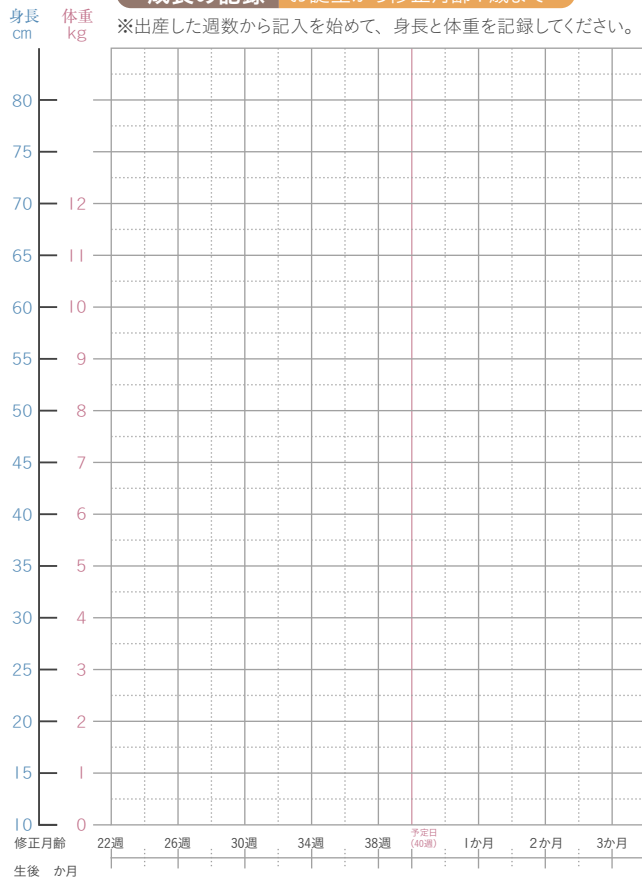
6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	保健指導(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		予防処置(なし・あり)
	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E		要治療むし歯(なし・あり)
												歯肉・粘膜(異常なし・あり)
												かみ合わせ(よい・経過観察)
6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	歯の形態・色調(異常なし・あり)
												その他()
年 月 日												診査施設名又は歯科医師名

第3章

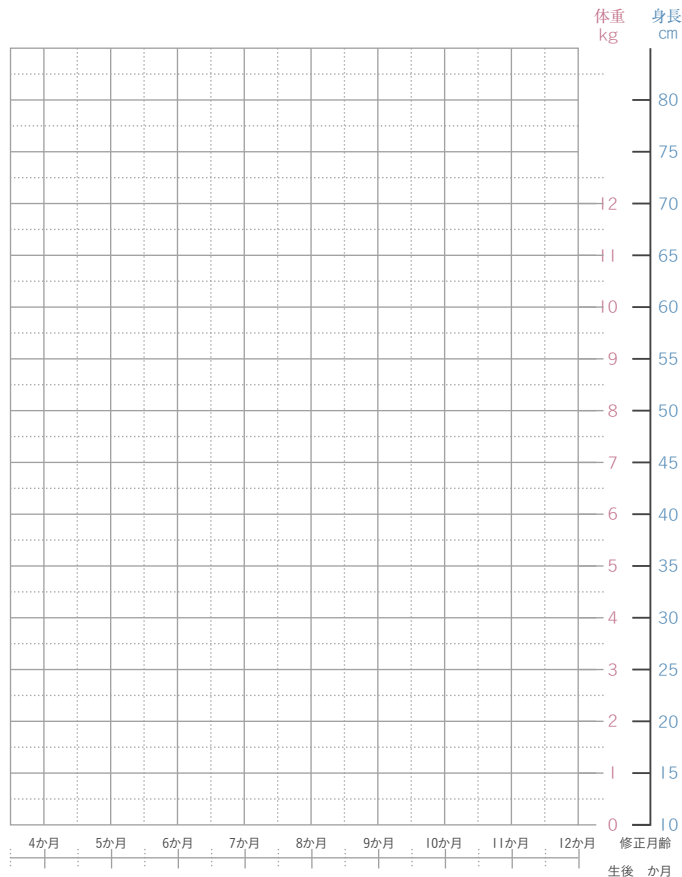
成長・発達・育児の記録

成長の記録 お誕生から修正月齢1歳まで

※出産した週数から記入を始めて、身長と体重を記録してください。



※「修正月齢」のメモリの下にお誕生日 (○/○) や、お誕生日を0日として月齢も書き込みます。



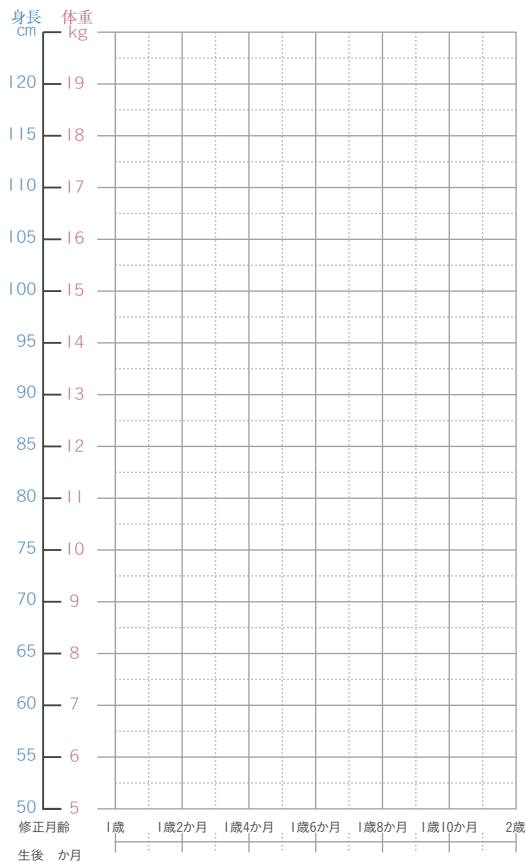
せっかちさんで予定日を待てずに会いに来てくれたね。家族みんながあなたの誕生を待っていました!これから一緒に成長しようね。(26週 932g ママ)



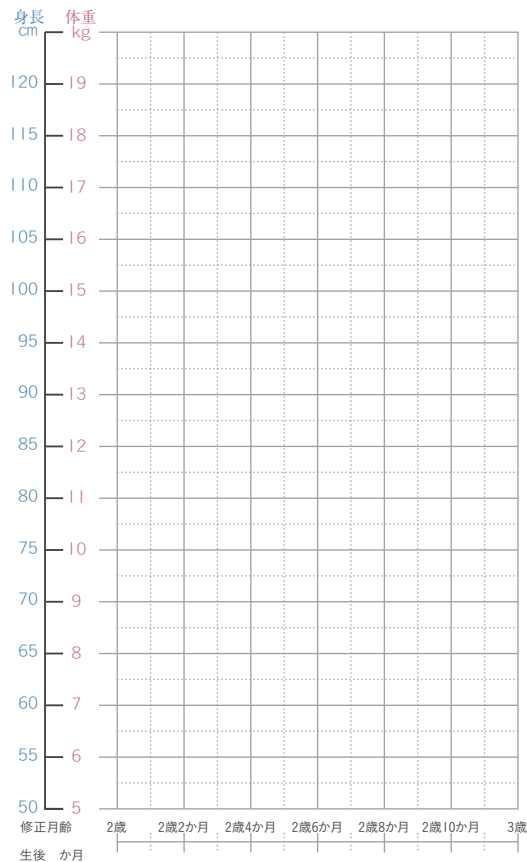
自分のペースでいい。そう願って見守ってきましたが、会うたびにできることが増える孫に、驚きと元気をもらっています。(リトルベビーの祖母)

成長の記録 修正月齢1歳～2歳

前のページから続けて、身長と体重を記入してください。
修正月齢で2歳までと3歳まで（右ページ）の成長を記録できます。



成長の記録 修正月齢2歳～3歳

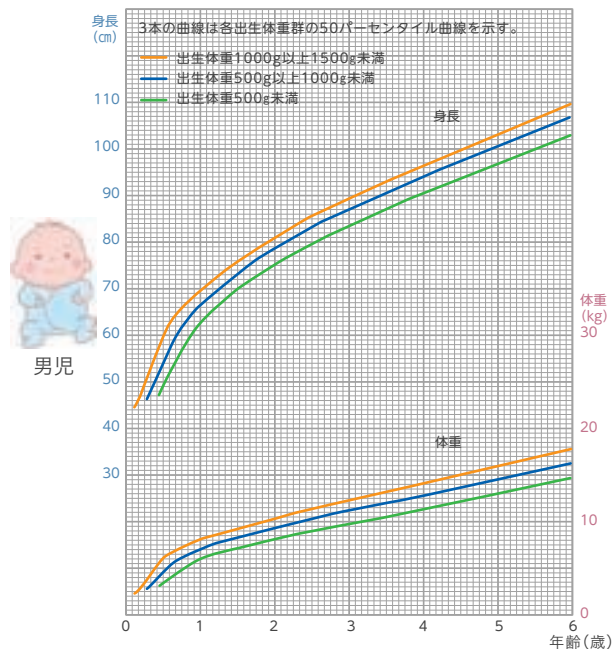


初めて抱っこした時の嬉しさは一生忘れません。今では孫と一緒に、お風呂でおしゃべりするの、じいじの何よりの楽しみです。(リトルベビーの祖父)



生まれてしばらくは大変なこともありましたが、子どもは驚くほど強くたくましいです。大丈夫、一歩ずつ大きくなろうね。(28週 1,204g ママ)

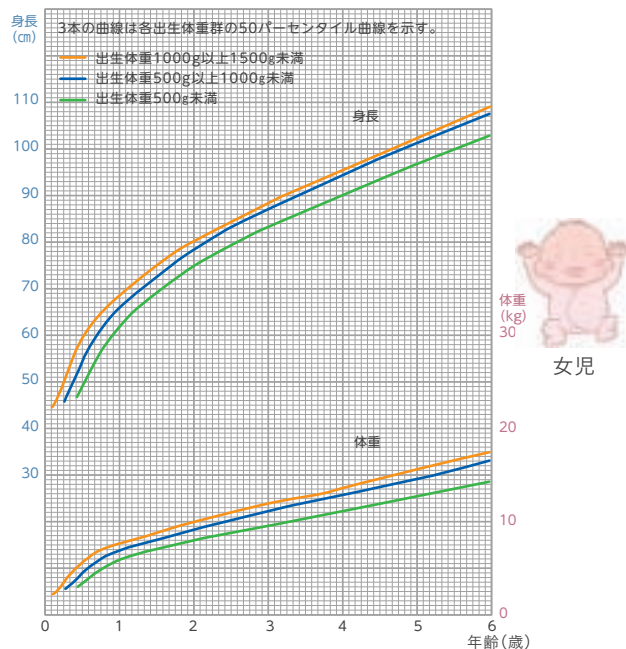
医療機関退院後の低出生体重児の身体発育曲線 体重の50%タイル値(6歳まで)男児



この発育曲線は、医療機関に入院した低出生体重児を対象とした調査により作成されました。50パーセントイル値とは、例えば100人のお子さんを計測し、身長や体重が低い順に並べた場合に、50人目(真ん中)にあたるお子さんの数値です。

個人差もあるので、あくまでも「目安」と思ってください。一人一人の状況に応じた発達となっているかどうか大切です。

医療機関退院後の低出生体重児の身体発育曲線 体重の50%タイル値(6歳まで)女児



この発育曲線に合わせて、お子さんの身長・体重を記録したい場合は、ダウンロードして印刷が出来ます。ホームページには、より詳しい出生体重別の身体発育曲線も掲載されています。

グラフ著作権：令和3-4 年度厚生労働省科学研究費補助金
(成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業)

「低出生体重児の成長・発達評価手法の確立のための研究」班



赤ちゃん和家人のはじめて記念日



小さく早く生まれた赤ちゃんも、それぞれのスピードで一歩ずつ確実に成長していきます。その中でたくさんの「はじめて」に出会います。たくさんの「はじめて」の出来事やそのときの気持ちなどを記録しておきましょう。
(はじめて抱っこした日、はじめて沐浴をした日、はじめて直に授乳をした日など)

はじめて赤ちゃんにあった日 年 月 日

はじめて赤ちゃんに触れた日 年 月 日

はじめて 年 月 日

はじめて 年 月 日

はじめて 年 月 日

はじめて 年 月 日

はじめて 年 月 日

はじめて 年 月 日

発達の記録

赤ちゃんの発達と成長は個人差が大きく、それぞれのスピードで成長していきます。発達をいろんなところから順を追って記載していきます。
赤ちゃんと一緒に遊びながら見つけてみましょう。

※日付は「月 日」または「生後 ○日目」どちらでも良いです。



運動の発達

仰向けでお顔をのぞいて「みーつけた!」

確認したい項目	みつけた日
赤ちゃんの顔を正面から20cmくらい離してみた時に、赤ちゃんが目が合う 「ちょうど焦点が合う距離です。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変えられるようになります。」	
仰向けで上から見た時に、顔が正面を向いている 「仰向けでの首すわりが完成です。」	



うつ伏せになった時に「みーつけた!」

確認したい項目	みつけた日
手足やからだが目まぐるしく動くことができる 「手足がぎゅっと曲がって、赤ちゃんらしい体勢になります。ここから伸びる運動がはじまります。」	
頭を瞬時にあげる 「うつ伏せで首すわりができたということです。おしりが浮いてしまうので少しおさえてあげるとうまくできます。」	
どちらか一方に頭を回す 「首すわりが進みます。自分で口鼻がぶさがないようにできます。」	
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頭を持ち上げ続けることができるようになります。」	
赤ちゃんの前から呼びかけたり、ガラガラを見せる(鳴らす)と見ようとして正面で頭を上げる 「どこで音がするのか見つけることができ、背中の筋力が強くなりお座りの準備がはじまりました。」	

うつ伏せになった時に「みーつけた!」

確認したい項目	みつけた日
お手伝いして、赤ちゃんの手を肩より前に出してあげると、手でからだを支えて頭を上げる 「頭を上げている時間がだんだん増えてきて、ハイハイの準備がはじまりました。」	
頭を上げたまま、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がはじまりました。」	
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。」	

手や足の動きで「みーつけた!」

確認したい項目	みつけた日
お手伝いして、赤ちゃんの手を口に持ってきてあげると吸う 「最初に自分の手の存在を認識するのは自分の口なんです。」	
赤ちゃんの手のひらに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般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持ち上げる 「重力に対抗して手足を上げることができるようになりました。」	
左右の足の裏を合わせてこする 「歩くときに使う足裏の準備体操です。」	

おもちゃで遊んで「みーつけた!」

確認したい項目	みつけた日
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 「自分でつかみにいけるようになりました。ミトンなどを外して、手の感覚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ちかづける 「硬いやわらかい刺激を口で感じて調べています。はじめは距離がわからなくて顔にぶつけますが、口と手の距離を学んでいきます。」	

確認したい項目	みつけた日
おもちゃを赤ちゃんの見えるところで見せると手を伸ばす 「手が自由に動きはじめて距離や方向がわ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ぶ 「両方の手が協力してできるようになりました。」	
片手におもちゃを持っているときに、反対の手におもちゃを持たせると、両手に別々のものを握る 「見ていないほうの手もちゃんと握って、見比べたりします。」	
おもちゃを他方の手に持ち替える 「後に『ちょうだい』というと渡してくれる』に発展します。」	
左右に持ったものを打ち付けて音をだす 「物と物との関係を調べ始めました。」	
うつ伏せや座位で回転するおもちゃをまわす 「指をつかって回すことができるようになりました。ガラガラなどのおもちゃだけでなく、回転するおもちゃで遊んでみましょう。」	

情緒と感覚の発達

確認したい項目	みつけた日
しかめ顔などの表情をする 「表情が豊かなしです。次は必ず笑いますよ！」	
人の顔や動くおもちゃを目で短時間追う 「自分以外の周囲のことを認識するようになりました。」	
ママの声やガラガラの音を聞いた瞬間に、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。」	
だっこすると泣きやむ 「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)がくちびるにふれると口で追って吸う 「反射ですが、将来の離乳食にもつながります。」	

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。

項 目	できるようになった日	月 齢
首 す わ り	年 月 日	(修正 か月 日)
寝 返 り	年 月 日	(修正 か月 日)
ず り ば い	年 月 日	(修正 か月 日)
は い は い	年 月 日	(修正 か月 日)
お 座 り	年 月 日	(修正 か月 日)
つかまり立ち	年 月 日	(修正 か月 日)
つ たい 歩 き	年 月 日	(修正 か月 日)
ひとりで歩く	年 月 日	(修正 か月 日)
指差しをする	年 月 日	(修正 か月 日)
バイバイなど身振りをする	年 月 日	(修正 か月 日)
簡単な言葉の意味が分かる	年 月 日	(修正 か月 日)
ママ、ブーブーなどの単語を話す	年 月 日	(修正 か月 日)
テレビや大人の身振りを真似する	年 月 日	(修正 か月 日)
二語文を話す	年 月 日	(修正 か月 日)
走 る	年 月 日	(修正 か月 日)
ひとりで階段をのぼる	年 月 日	(修正 か月 日)
自分の名前が言える	年 月 日	(修正 か月 日)



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



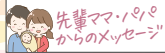


育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



心配をよそに、周りのたくさんの人に支えられて、すくすく育ってくれてありがとう！
(28週 834g パパ)



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



小さく生まれたけれど、大きな病気もせず元気に育ちました。今は就職して、仕事もプライベートも楽しく過ごしています。(1,234g 元リトルベビー)



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm





育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm





育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm





育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm





育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm





育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



育児の記録

年 月 日

身長 _____ cm 体重 _____ g

頭囲 _____ cm 胸囲 _____ cm



第4章 知っておきたいこと

赤ちゃんの成長・発達のことQ&A



Q1. ミルクを飲んでもすぐに吐いてしまいます。

新生児、乳児では胃食道逆流(ミルクが胃から食道に上がってくること)があり、小さく早く生まれたお子さんにはその特徴が目立つと言われています。哺乳の途中でゲップを出してあげて、様子を見てみてください。体重が増えていれば問題ありませんが、噴水のように吐く場合は小児科で相談しましょう。

Q2. 予防接種はどうしたらいいのでしょうか？

修正月齢ではなく、暦月齢(生まれた日を基準に数えた月齢)で接種することが勧められています。

Q3. 浣腸がやめられません。

小さく早く生まれたお子さんは自力で排便できず、刺激が必要なものが多いです。成長に伴って自分の力で排便できるようになります。無理にやめようとせず、焦らないでいきましょう。



Q4. 頭の変形が気になります。

NICU入院中に長期にうつ伏せで過ごすことなどが影響することがあります。向き癖がある場合は、反対側を向けて授乳する、反対側を明るくするなど工夫もあります。



Q5. 反り返りが強いのですがどうしたらよいでしょうか？

頭が後ろに垂れた抱っこは不安定です。首・背中・お尻をしっかり支え、ママ・パパの身体に密着させるように抱っこすると落ち着くことがあります。



Q6. 食べる量が少なく、決まった物しか食べてくれません。

食べ慣れない物を怖く感じる場合があります。焦らず続けましょう。リラックスして食べる時間を楽しむことが大切です。

Q7. 意味のあることばをなかなか話しません。

修正 | 歳半頃までに、意味のある言葉が一つでも出ているかが目安です。言葉の発達がゆっくりな場合は、絵本の読み聞かせや、正しい発音でゆっくり話して聞かせてあげましょう。

Q8. 成長、発達はいつ追いつくのでしょうか？

3歳ごろまでに正常産児に追いつくことが多いようですが、出生体重が小さいほど時間がかかります。ほとんどが6歳～9歳ごろまでには追いつくと言われています。焦らず、お子さんのペースを見守ってあげてくださいね。



赤ちゃんの生活のことQ&A



Q1. いつから外（お散歩）に出ても大丈夫ですか？

主治医から指示がない場合は、いつからでも大丈夫です。感染症対策をしたうえで、直射日光や人混みに気をつけて楽しんでください。

Q2. 離乳食はいつから始めたらよいですか？

修正 5～6 か月が目安ですが、進み方は個人差があります。「食べ物に手を伸ばす」「支えとお座りができる」などが目安です。迷うときは担当医に相談しましょう。

Q3. 退院した病院の他に、地域でかかりつけ医を探す必要はありますか？

お住まいの近くで、予防接種を受けたり、少し体調をくずしたときなどに受診できる「かかりつけの小児科医」の存在は大切です。

Q4. 事故防止など気を付けることはありますか？

こどもの死亡の中には、睡眠中の窒息や浴室での溺水など、不慮の事故が原因となってしまうケースも少なくありません。日常に潜むこうしたリスクからこどもたちの命を守るために、ご家庭で取り組める予防策を記事や動画でご紹介します。

<https://cdr.cfa.go.jp/general/>



Q5. 退院後の育児や生活が不安です。サポートを受けることはできますか？

訪問看護や一時預かりの制度があります。

■訪問看護

看護師などの専門職がご自宅に訪問して看護やリハビリテーションを行うことで地域での生活を支援してくれます。NICU から退院した後のお子さんの生活に不安なことがあれば、利用を検討してみるのも良いかもしれません。利用に際しては医師の指示書が必要となるので、NICU の担当の医師に相談してみましょう。

■医療的ケア児一時預かり

医療的ケアの必要な未就学児のお子さまを、日中、一時的にお預かりします。医療的ケア児の受入れが可能な児童発達支援事業所等で、専門スタッフが療養上の看護・日常生活のお世話や療育・その他必要な支援を行います。

※一時預かりの対象は、県内にお住まいで、障害福祉サービスおよび障害児通所支援の支給決定を受けていない、0 歳 6 か月～6 歳の医療的ケアが必要なお子さまです。

<https://raiseup.or.jp/medical-respite-care/>



■小児慢性特定疾病児童等の相談及び小児レスパイト事業

●県内の保健所及びNPO法人未来ISSEYでは、小児慢性特定疾病児童等及び家族の相談に応じ必要な支援を行います。

●保護者の介護負担の軽減や急用時等に一時的にお子様をお預かりします。

対象者は、県内に住所を有し、在宅で医療的ケアを必要とする中学生までのお子様です。

<https://kagawa-colorful.com/1840/>



ご家族を支える制度・相談先

もし気持ちがつかなくなったなら、出産という大きな経験をし、小さな命を守ろうとがんばる日々が続く、ママはご自分が思っている以上に疲れているかもしれません。こころが元氣になれない、笑えない、涙が出る、つらい、眠れない。もしかしたら「産後うつ」なのかもしれません。産後うつは、産後のママなら誰でもかかる可能性のある身近な病気です。あなただけではありません。ためらわずに出産した産婦人科やお近くの心療内科、精神科に相談してみてください。

お住まいの自治体によって名称が違う場合がありますので、ご注意ください。

＜産後ケア・子育てなどの相談＞

産後ケア事業

出産後1年以内のママや、自宅で療育が可能な赤ちゃんを対象としたサービスです。赤ちゃんがまだ入院中であってもママの利用が可能です。市町によりサービスの内容、自己負担額などが異なりますので、詳しくは、お住まいの市町の保健所・保健センターにお問い合わせください。

<https://kagawa-colorful.com/7405/>



市町の保健所・保健センター

産後の体調や気持ちの変化、育児や子どもの発達などの分からないことや不安なことがあればご相談ください。保健師などの専門スタッフが対応します。

<https://kagawa-colorful.com/698/>



市町のこども家庭センター

妊娠、出産から子育てにわたる切れ目のない支援やサービスを行う拠点です。保健師などの専門職に、妊娠・出産、子育てなどについて相談することができます。

＜子育ての悩み、親子交流＞

地域子育て支援拠点

乳幼児を中心とした親子が集い、相互に交流や情報交換するほか、子育てに関する相談や関連情報の提供を行っています。保育所や公共施設内、空き店舗、民家など、身近な場所に設置されています。

<https://kagawa-colorful.com/1458/>



利用者支援事業（基本型・こども家庭センター型）

子育て家庭の身近な場所で、子育て支援コーディネーターや子育て支援相談員などが、子育ての相談を受けたり、地域の子育て支援事業などについての情報提供を行います。また、連携する関係機関へつなぐお手伝いもしています。気軽にご相談ください。

<https://kagawa-colorful.com/3171/>



助産師のほっと相談室

（一社）香川県助産師会では、何かと気がかりや心配事の多い子育て中のお母さんやこれから子育てをする妊婦さんを対象に、妊娠・出産・子育て全般の心配ごとや疑問点を気軽に無料で相談できる相談室を県内各地で開催しています。小児科医や助産師によるミニ講座も開催します。詳しくは、（一社）香川県助産師会087-844-4131までお問い合わせください。

<https://sanuki38.com/hottosoudan/>



香川県医療的ケア児等支援センター「ソダテル」

日常生活や社会生活を営むために医療を必要としており、在宅で生活されている医療的ケア児等や、そのご家族、支援者の皆さまをサポートします。医療的ケア児等やそのご家族が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、香川県医療的ケア児等支援センター「ソダテル」では相談支援や情報提供、人材育成を行っています。

<https://raiseup.or.jp/>



＜発達支援(療育)などの相談＞

市町の発達相談・支援等の事業

専門スタッフが、お子さんの発達で心配や不安がある場合の相談を受けています。必要に応じて発達検査の実施、支援計画の作成、通所指導や個別指導、関係機関の情報提供などを行います。

https://www.pref.kagawa.lg.jp/shogaifukushi/seishinhoken/sodan_ryouku.html



香川県発達障害者支援センター「アルプスカガワ」

香川県の発達障害者支援センターで、高松市にあります。発達障害のある方やご家族、関係機関への相談・支援、就労支援、研修・講師派遣などを無料で行っています。

<https://kagawa-reha.net/alps/>



障害児等療育支援事業

在宅の障害児などに対し、施設の機能を活用するなどして身近な地域の療育・相談体制を充実させることや、必要なサービスの紹介、情報提供、関係機関との連絡調整を行うことなどにより、地域生活の支援を行います。

https://www.pref.kagawa.lg.jp/shogaifukushi/sodan_shien/madoguchi/ryouiku_shien.html



＜受診に関する相談＞

子どもの健康相談室(小児救急相談)

休日、夜間の急な体調不良などの際、病院への受診について毎日24時間相談できます。

電話番号 #8000(プッシュ回線の固定電話、携帯電話)
087-823-1588(ダイヤル回線・IP電話・光電話等)

※県境付近において、携帯電話から【#8000】の通話をされた際、隣接県の相談窓口へ転送される場合があります。この場合は、

【087-823-1588】をご利用ください。

<https://www.pref.kagawa.lg.jp/imu/kenmin/f517e0150306193235.html>



医療費助成制度について

香川県の子どもを対象とする医療費助成制度です。必要書類は各医療費助成で異なります。詳しく知りたい場合は、香川県子ども家庭課・保健所、病院、ソーシャルワーカーにお尋ねください。

制度名	制度の概要	相談先
子ども医療費助成	他の制度の対象とならない医療費(保険診療分の医療費や薬代)を助成します。(市町により対象年齢や所得制限などが異なります。)	市町※
未熟児養育医療	出生体重2,000g以下など、医師が入院して養育することが必要であると認めた未熟児等に対し、医療費の一部を助成します。	市町※
自立支援医療(育成医療)	満18歳未満で身体に障がいがある児童や将来障がいを持つおそれがある児童が、手術等によって、障がいの改善が見込まれる場合、その医療費の一部を助成します。	市町※
小児慢性特定疾病医療費助成制度	小児慢性特定疾病にかかっている児童等について、健全育成の観点から、患児家庭の医療費の負担軽減を図るため、その医療費の自己負担分の一部を助成します。	市町※



<https://kagawa-colorful.com/1840/>

※お住いの市町にお問い合わせください。

産科医療補償制度について

分娩に関わる補償制度です。この制度に加入している分娩機関で生まれた赤ちゃんが、分娩に関連して重度脳性麻痺となり、所定の要件を満たした場合に、赤ちゃんご家族の経済的負担の補償を行い、原因究明と再発防止に役立つ情報を提供する制度です。

(参考HP)

産科医療補償制度((公財)日本医療機能評価機構)

<http://www.sanka-hp.jcqh.or.jp/>



災害時の対応

災害はいつ起こるか分かりません。いざというとき慌てないように、お住まいの地域のハザードマップや近くの避難所の確認と合わせて、お子さんに必要な情報や物品が持ち出せるよう準備しておくことで安心です。

＜香川県防災アプリ＞

災害時における避難情報等を受け取ることができます。

<https://www.pref.kagawa.lg.jp/kikikanri/sogo/bosaijoho/wcj0cp200403105310.html>



＜地域の停電情報＞

各電力会社において停電情報をLINEやアプリで発信しています。設定したエリアの情報が自動配信されます。

四国電力送配電株式会社(公式LINE)
https://www.yonden.co.jp/nw/cnt_line-notice/



中国電力ネットワーク (アプリ) ※小豆郡・直島町
<https://www.teideninfo.energia.co.jp/>



＜災害伝言ダイヤル1171(NTT西日本)＞

被災時に安否等の情報を音声情報として蓄積し、録音・再生できるボイスメールです。避難等により電話に回答できない方々への連絡、停電、被災により自宅の電話が使えない場合に利用できます。

【体験利用日】 毎月1日及び15日 午前0時～午後0時
正月三が日(1月1日午前0時～1月3日午後0時)
防災週間(8月30日午前9時～9月5日午後5時)
防災とボランティア週間(1月15日午前9時～1月21日午後5時)

ハザードマップの情報

地震の場合	
水害の場合	

避難先の候補

指定救急避難所 (一時的な避難場所)	
指定避難所 (危機が去るまで滞在 できる避難所)	
その他の	

避難方法

避難先への移動方法、避難先への移動が難しい場合の在宅避難策なども検討しておきましょう。

Memo

避難生活について

大規模災害では、避難所で避難生活を送る場合もあります。平時から近くの避難所の状況は確認しておくとう安心です。また、避難生活でお子さんと二人きりになってしまう場合もあります。お子さんだけではなくご家族も支援が受けやすいよう、ある程度設備があるなどの避難先も確認しておきましょう。市町によっては、母子を対象とする母子避難所、避難生活が困難な方を対象とする二次避難所がある場合もあります。医療的ケアを必要とするお子さんの場合、災害時に取るべき行動や支援を決めておく「個別避難計画」の作成も考えましょう。

(参考HP)

医療的ケア児個別支援計画作成マニュアル
(青森県立中央病院 青森県小児在宅支援センター)
<https://aomori-kodomo.jp/document>



情報・非常用物品など

✓	必要な情報	Memo
	母子健康手帳	
	子ども医療費受給資格証	
	かがわ!リトルベビーハンドブック	
✓	非常用物品	Memo
	清浄綿	
	赤ちゃんの生活用品	
	粉ミルクまたは液体ミルク	
	ミルク用飲料水	
	哺乳瓶 (洗浄・消毒が不要な哺乳瓶用の 使い捨てバッグも市販されています)	
	離乳食	
	おやつ	
	スプーン	
	抱っこ紐	
	おくるみ	
	紙おむつ	
	おしりふき	
	おもちゃ	
	子ども用の薬	

医療的ケアが必要なお子さんの場合

医療的ケアが必要なお子さんの場合は、お住まいの自治体で災害時の支援策や利用できる福祉避難所や福祉避難スペース(室)など※があるか確認しておくとう安心です。また、次のようなことも考えておきましょう。

※福祉避難所など:福祉避難所とは、高齢や障害などで特別な配慮を必要とする要配慮者を受け入れるための設備、器材、人材を備えた避難所施設です。福祉避難スペース(室)とは、一般の避難所(小中学校や公民館)などの中に確保された空間となります。以上の設置状況は自治体によって異なるので、お住まいの自治体にお問い合わせください。

予備電源・非常用電源の確保

医療機器を利用しているお子さんは、使用している医療機器のバッテリー一使用可能時間の把握、予備電源の確保策を考えておきましょう。また、非常用電源のつなぎ方の確認は事前に行っておきましょう。

memo

医療的ケアにかかわるもの

医療的ケアに係る物品の備えも行っておきましょう。

✓	非常用物品	Memo

参考)予備電源、酸素ボンベ、経管栄養剤(1～2週間分)、薬剤(1～2週間分)、予備の胃ろうカニューレ、予備の胃ろうボタン、吸引カテーテル、注入カテーテル、導尿カテーテル、アルコール綿、ガーゼなど

Memo

成長の記録として、手形や足型をとるなど、自由に使ってください。

【家族会の紹介】

香川県リトルベビーサークル ぴっぴっ子

気持ちを共感してくれたり、アドバイスをもらったり、
経験談を教えてもらったり、優しい先輩ママ・パパが
います。ひとりじゃない、みんなで子どもたちの成長を
喜び合いましょう！



【参考 HP】

ふたご・みつご

日本多胎支援協会

<https://jamba.or.jp/>



NICU

日本 NICU 家族会機構

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



イラスト / 香川県リトルベビーサークル ぴっぴっ子 代表 大西 真子

【発行】 令和8年8月

香川県健康福祉部子ども政策推進局子ども家庭課

電話：087-832-3285

【協力】 香川県リトルベビーサークル ぴっぴっ子

香川大学医学部附属病院

独立行政法人国立病院機構 四国こどもととなの医療センター

高松赤十字病院

香川県医療的ケア児等支援センター「ソダテル」

高松市健康づくり推進課