

第3章 成長と発達の記録



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。あせらず、温かく見守りましょう。

赤ちゃんと遊びながら、「こんな発達が見られるようになったんだ～」と気づいたら、日付けや気持ちを記録しておきましょう。

こころの発達

目が合うようになったね
ばいばいの真似ができたね

目が合ったね

年 月 日

目が合って笑うようになったね

年 月 日

目でおもちゃを追うようになったね

年 月 日

人見知りが始まったね

年 月 日

ママやパパの後を追いかけるようになったね

年 月 日

喃語(わからないことば)がでてきたね

年 月 日



NICUの入院中、どうしても、家の中でいろいろなことが頭をよぎり……
もどかしい日々でした。
(29w 978g)

名前を呼ばれると顔を向けるようになったね

年 月 日

バイバイなど身振りの真似ができるようになったね

年 月 日

指さしをするようになったね

年 月 日

意味のある言葉が話せるようになったね(マンマ等)

年 月 日

二語文を話せるようになったね
(ワンワンいた等)

年 月 日

おもちゃを独り占めするようになったね

年 月 日

名前が言えたね

年 月 日

何でも自分でしたがるようになったね

年 月 日

ごっこ遊び(なりきり遊び)ができるようになったね

年 月 日

順番がわかるようになったね

年 月 日

絵本のストーリーがわかるようになったね

年 月 日

友だちと1対1で遊ぶことができるようになったね

年 月 日



からだの発達

立ちましたよ 歩いたよ

ママの指をぎゅっと握ることができたね

年 月 日

仰向けで、左右に頭を向けることができたね

年 月 日

首がすわったね

年 月 日

手を眺めたり、両手を触れ眺めるようになったね

年 月 日

うつ伏せ時に頭を少し上げることができたね

年 月 日

寝返りできたね

年 月 日

うつ伏せでからだを回すことができたね

年 月 日

四つん這いでからだをゆることができたね

年 月 日

お座りできたね

年 月 日

ハイハイできたね

年 月 日



改めて命の大切さや、家族、たくさんの人の支えを感じる時間を強く感じられるのは、貴重な体験と思う。

(29w 978g)

つかまり立ちができたね

年 月 日

伝い歩きができたね

年 月 日

物を放り投げる事ができたね

年 月 日

一人で立ち上がることができたね

年 月 日

一人歩きができたね

年 月 日

スプーンですくうことができたね

年 月 日

走れたね

年 月 日

両足でジャンプできたね

年 月 日

グーチョキパーができたね

年 月 日

丸が書けたね

年 月 日

三輪車がこげたね

年 月 日

年 月 日



記念日

自由に記念日を追加してください

歯を発見したよ

年 月 日

ミルク以外の味を知ったよ

年 月 日

トイレに挑戦したよ

年 月 日

富士山と写真を撮ったよ

年 月 日

動物園デビューしたよ

年 月 日

公園デビューしたよ

年 月 日

お花見したよ

年 月 日

水遊びしたよ

年 月 日

どんぐり触ったよ

年 月 日

雪に触ったよ

年 月 日



初めて抱っこをした時、軽さ、小ささに驚きました。でもそれ以上に嬉しい、あたたかい気持ちでいっぱいになりました。(33w 1354g)

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日

年 月 日



大きくなった?とよく聞く娘。生まれたときの写真を一緒に見ながら成長を感じています。
(33w 1354g)



これまでかかった病気などを書いておきましょう

診断名	年齢 (修正月齢)	治療・手術・訓練等	病院名



普通じゃないことがすごく辛かった……当たり前の生活が当たり前じゃなかった……でも、子どもが私や家族を強くさせてくれた。(28w 895g)



身体計測の記録（発育曲線）

極低出生体重児（1,500グラム未満）発育曲線

この発育曲線（平成4～6年度旧厚生省心身障害研究）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お子さん達の成長を基に作成されました。赤ちゃんの成長は、御両親の体格や成長速度など体質的な面を含めた個人差も大きいので、あくまで「目安」と考えて頂ければ良いです。



注意：周産期医療の進歩に伴い栄養管理も進歩・変化してきています。この曲線が作成された当時と比較すると、特に出生早期からの栄養管理の著しい変化があり、現在同じ対象のお子さんで曲線を作成したとすると、この曲線を上回る状態であると推測されます。お子さんの成長を評価する場合、これらことに留意して頂くのが良いと思います。不安や疑問がある場合は、フォローアップ外来担当の医師にお尋ね下さいね。

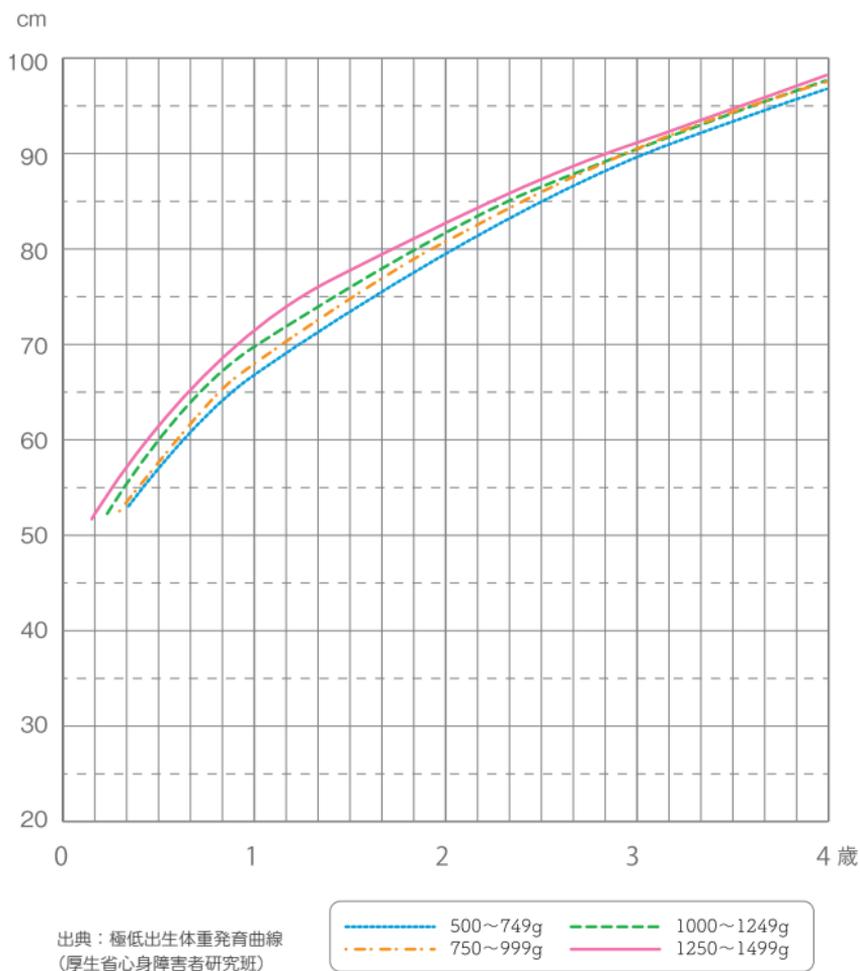


小さく生まれた赤ちゃんの子育ては不安な事も心配な事もたくさんある。でもその分、母親としてきっとたくさん成長できる。（23w 588g）



極低出生体重児（1,500グラム未満）発育曲線

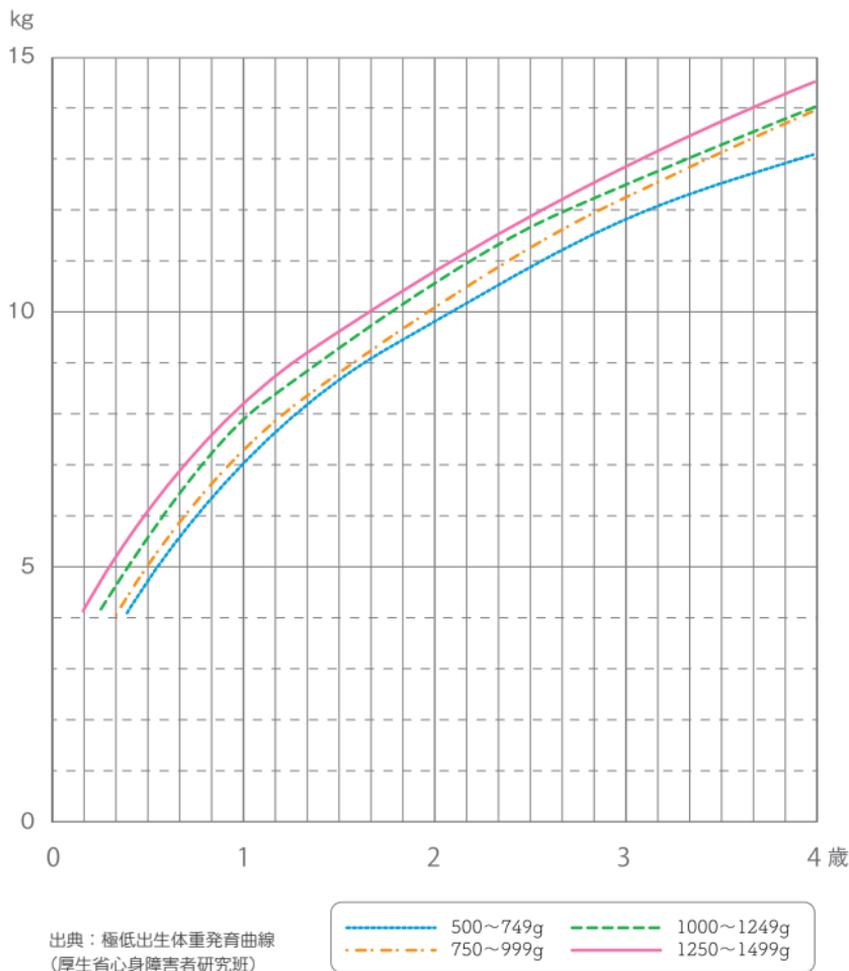
■ 身長推移（各体重群の平均）：男児



産まれてきた意味を感じる。生まれてこなきゃよかった子なんていない。
みんな産まれてくる意味があるんだよ。
(28w 895g)



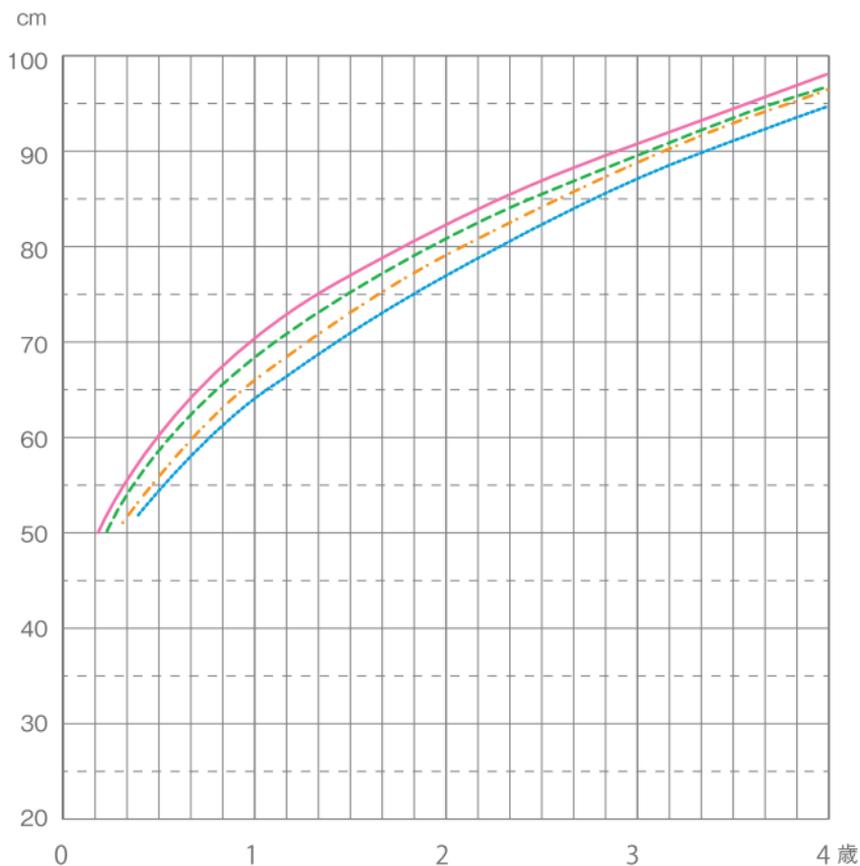
■ 体重の推移 (各体重群の平均)：男児



あなたがいたから知りあえた大切な仲間がいる。一人じゃないよ。
(28w 895g)

極低出生体重児（1,500グラム未満）発育曲線

身長推移（各体重群の平均）：女児



出典：極低出生体重発育曲線
(厚生省心身障害者研究班)

500~749g 1000~1249g
750~999g 1250~1499g

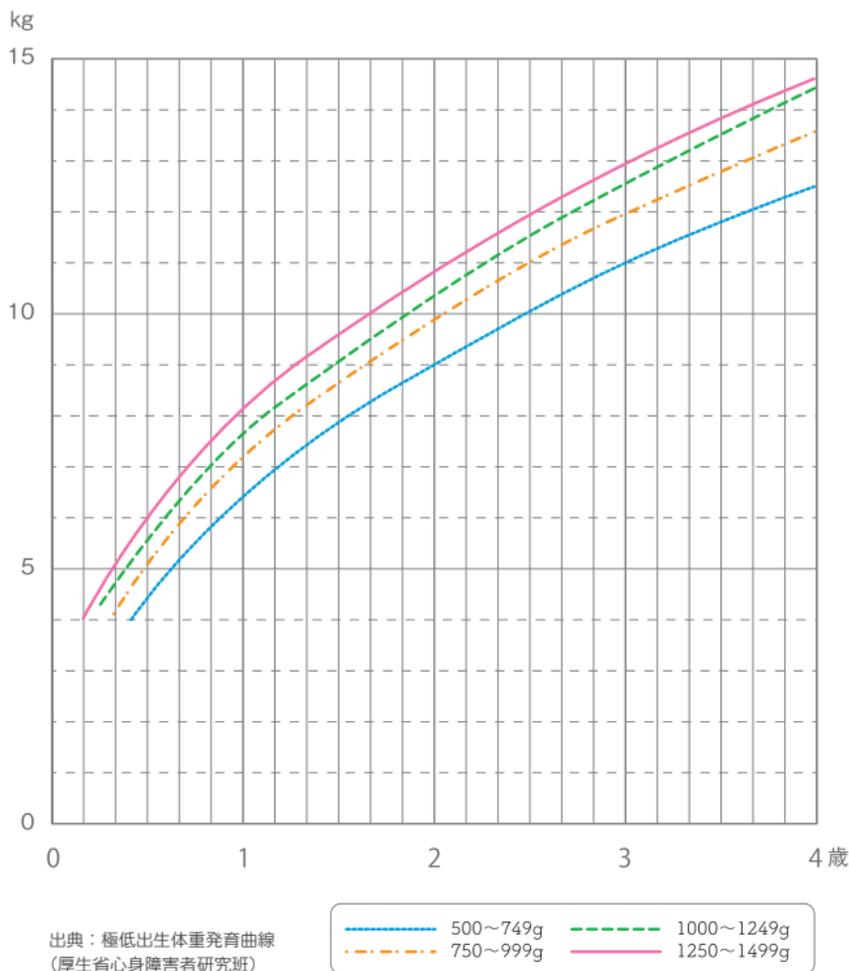


普通の子にとっては小さな成長も、我が子にとっては大きな成長。

(23w 588g)



■ 体重の推移 (各体重群の平均) : 女兒



他の子と比べても仕方ない。この子はこの子。そう思いながら、我が子なりの成長を見守る毎日。
(23w 588g)



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、赤ちゃん和妈妈、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。

1. 呼吸窮迫症候群

肺には肺泡（はいほう）という空気が入る小さな袋があり、その袋を拡げておくためにサーファクタントという物質が産生されています。しかし、早産の赤ちゃんには、生まれて数日間サーファクタントが産生されない状態が起こることがあります。このように、肺泡での酸素と二酸化炭素のガス交換が十分にできない状態を呼吸窮迫症候群と呼びます。気管に入れたチューブを通じて、人工サーファクタントを肺泡へ投与することで治療すると肺泡が拡がり呼吸状態は改善します。どんなに早く生まれても、生後数日すると、赤ちゃん自身がサーファクタントを産生し続けるようになります。



小さな我が子を産んで思ったこと。赤ちゃんが何の問題もなく生まれてくるって当たり前のことじゃない。私にとって出産は、それに気づかせてくれた貴重な体験でした。
(23w 588g)



2. 未熟児無呼吸発作

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。直ぐ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軟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。この状態を未熟児無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。

3. 慢性肺疾患

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。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。この状態を慢性肺疾患と呼びます。ダメージが強い場合でも、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。



入院中、面会に行くたびに看護師さんから何g増えた減ったと聞いて一喜一憂していた毎日も、それなりに大きくなった今は懐かしい思い出。

(23w 588g)



4. 脳出血

脳の血管の発達が無熟な早産児では、生後5日頃までは脳の血管がもろいため脳内に出血を起こすことがあります。脳血管が血流量の変化に耐えられないと出血してしまいます。小さな出血は後遺症とあまり関係ありませんが、大きな出血、脳実質への出血、出血後水頭症（脳室という場所に脳脊髄液が過剰に貯留した状態）の場合には後遺症も心配です。出血後水頭症の場合には、髄液の過剰な貯留をやわらげる手術が必要になることがあります。



5. 未熟児網膜症

早産児では、眼の網膜血管の発達が未熟な状態で生まれます。生後に網膜血管が順調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目立つ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、予定日頃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抑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。



成長していくにつれて色々思うことも出てくるけど、入院中先が見えない不安の中、保育器越しに頑張っている我が子を見て「生まれてきてくれた、生きてくれている」それだけで十分だと思った。その気持ちは今もずっと私の中にある。
(23w 588g)

6. 未熟児動脈管開存症

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始め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じます。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。この血流のバランスがくずれることで、心不全や肺出血などが起きやすくなります。治療としては、動脈管を閉鎖させるインドメタシンという薬を投与するのが一般的です。この薬の効果が無いときには、手術で動脈管を閉じる場合もあります。

7. 壊死性腸炎

壊死性腸炎とは、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てしまう病気です。病態は未だ十分に解明されていないため、予防法は確立していませんが、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ます。壊死性腸炎を発症した場合は、腸を休ませるため母乳やミルクの注入を一旦中止して点滴による栄養補給を行い、細菌に対する抗生剤を投与します。重症な場合には手術を必要とすることもあります。近年の発症頻度は比較的低いのですが、後遺症に関係することが多いので心配な合併症です。



一粒の薬、飲むことも悩んだ（母乳を諦めなければならぬ）。でも飲んだことで退院の日を家族で迎えることができた。
(26w 622g)



8. 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カテーテルが入っていることも感染症の原因にはなり得ます。赤ちゃんたちの感染症は進行が速いため、早期に疑い早く治療を開始することが最も大切です。病原体に対する抗菌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液製剤（免疫グロブリン）を投与することもあります。



9. 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ため、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、鉄剤を毎日内服します。貧血が進行した場合は赤血球輸血を行うことがあります。エリスロポエチンの皮下注射と鉄剤内服で、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。



たくさんの方々に助けをいただいて、たくさんの仲間に出会うことができ、大変なこともいっぱいあるけれど、小さく産まれて出合いをくれた娘には感謝しています。
(25w 724g)

10. 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。



予防接種について

予定日より早く生まれていても、生まれた日からの換算した月齢（暦月齢）で予防接種を始めるのが原則です。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な体重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。詳しいことは、担当医に聞いてみましょう。



頑張らなくても大丈夫。泣いたって大丈夫。時には自分を甘やかしてあげてくださいね。
(25w 714g)





小さく生まれた赤ちゃんの 発達の特徴と対応Q&A

ママからの質問に
答えます！



Q

入院中は授乳時間ごとにミルクを飲んでいたので、退院したらミルクを残してしまったり、授乳間隔も一定ではなくなってしまいました。たくさん飲んで大きくなってもらいたいので心配です。

A

授乳量にムラが出てくるのも成長のしるしです。時にはミルクを残してしまうこともありますよ。また、母乳の場合には授乳量を確認するために授乳前後に体重を量るママもいるかもしれませんが、赤ちゃんの機嫌がよく、おっぱいやミルクを元気に飲めているようであれば大丈夫です。心配な場合には、健診や育児相談で体重の増えを確認してもらい、医師や保健師などに相談して見ましょう。



とっても小さく生まれた我が子ですが、生命力の強さにいつも力を貰っています。焦らずゆっくり我が子の成長を楽しみましょう。(25w 606g)

Q

仰向けからうつ伏せに寝返ったのですが、その逆ができないのですぐに仰向けに戻してあげた方がよいですか？

A

通常、寝返りは仰向けからうつ伏せになった後に、仰向けに戻れるのは1-2か月かかります。その期間がうつ伏せの発達を促します。慌てて仰向けにする必要はなく、眠ってしまったり、鼻がふさがったりした時のみ直してあげましょう。また、頭を上げるために好きなおもちゃの音やお母さんの声や顔で励ましてあげましょう。頭が持続的に上がるようになったところに仰向けに戻れるようになります。

Q

一度寝返りができたのですが、できなくなりました。どうしてですか？

A

初期の寝返りは横向きまでできると、自分の意思ではなく自然に寝返ります。その頃に「自分でもとに戻れないから」とすぐに仰向けにしてしまうことが多いと、うつ伏せでの発達が遅れるため、寝返った後に頭が上がらず不快な思いをするので、その後、自分から寝返りをしなくなります。横向きはできても足で止めて寝返らないようにしていることもあります。このようになったら、うつ伏せの練習をしてあげましょう。上手になったら自分で寝返りを始めます。



周りの子の成長と比べて落ち込むこともあります、その分、一つの「できた」が何倍も嬉しく幸せな気持ちにしてくれます。 (29w 1464g)



Q

お座りは早くできたのですが、「よつばい」を全くしません。大丈夫ですか？

A

うつ伏せで頭を持ち上げて周りを見回すようになると仰向けよりもうつ伏せを好むようになり、最終的に「よつばい移動」に発達します。しかし、よつばいができなくても大丈夫です。ちゃんと次に進んでいけますので、もしお座りで移動するようなことを始めたとしても、それを獲得したことをほめてあげましょう。

Q

お座りがなかなかできなくて、心配です。

A

赤ちゃんは頭が大きく、特に低出生体重児は頭部が大きく体がやや華奢なことが多いため、不安定になりやすくお座りや抱っこで常にお母さんが支えていることが多くなりがちです。うつ伏せやよつばいをすることで、次第にお座りに必要な力ができてきますので、うつ伏せで遊んであげましょう。



服のサイズが長期間変わらず長持ちします。些細な事でも感動でき、喜びを与えてくれます。可愛い時期が長く楽しめます。 (39w 1834g)

Q

ごはん(離乳食)をなかなか食べてくれません。

A

小さく生まれた子どもには、小食のことがよくありますが、年長以降になると心配がなくなることがほとんどです。小食の場合は時間をしっかりと決めて四回食にしてみることもよいでしょう。好き嫌いが出てくるのは発達の証でもあります。中には触感やにおいなどが敏感なために食べられなかったり、飲めないものがあります。無理強いせず、細かくして混ぜたり、一緒に準備をしたり、自分から食べられる工夫をすることが大切です。

Q

走れなかったり、転びやすかったりと、運動がうまくできないのですが大丈夫でしょうか？

A

筋力やバランスの発達がゆっくりと進むので、走ることや遊具で遊ぶことなどが上手くできないことがあります。運動が上手くできるためには自分の身体について知り、自由に動かせるようになる必要があります。毎日行う着替えや靴の着脱、食事の時の道具の操作などで発達が促されます。ただし、なかなか直らない時には、治療が必要な場合もありますので、受診や健診の際に相談しましょう。



我が子の小ささに涙が出てきたことと母親として自己管理の至らなさと早産になってしまったことの申し訳なさで後悔しかありません。

(26w 808g)



Q

手先が不器用なのか、箸や鉛筆をうまく持てないのですが、どうしたらよいのでしょうか？

A

箸を使う目安は鉛筆を三本の指でうまく持てるようになってからです。箸をうまく使えるようになるには、鉛筆で小さな丸が書けるくらいの指の発達が必要になります。うまく使えるように無理に持たせなくてもだんだんと指の動かし方を覚えて箸を使えるようになります。しつけ箸は、手に障害がある場合には有効な場合もありますので、作業療法士などの専門家に相談しましょう。

Q

お絵かきに興味がなく、書いてもなぐり描きばかりで心配です。

A

個人差はありますが、出産予定日から3歳位になると人の顔らしい絵が描けるようになっていきます。絵を描くこと自体が好きになることが大切なので、無理に描かせたり、線をなぞらせたり、点を結ばせるような課題ばかりではなく、自由に描かせて褒めたり飾ったりしてあげましょう。絵を描くことは将来的に文字を書く力に繋がっていきます。



周りの心無い言葉に傷つくこともありましたがその時ドクターに言われた言葉が「お母さんの子育ては間違っていない。だから自信もって」

(26w 808g)

Q

意味のある言葉をなかなか話しませんが大丈夫でしょうか

A

個人差はありますが、出産予定日から1歳半ごろまでに意味のある言葉が一つでも出ているかどうかが目安です。言葉の発達がゆっくりな場合は、言わせようとする余計に言わなくなってしまう可能性があります。場面にあった声掛けをして、言われたことの理解を発達させてあげましょう。また、ジェスチャーは身体で話す言葉なので、手遊びや生活の中でたくさん教えてあげましょう。言葉を話し始めて発音がうまくできないときは、無理に言い直しをさせないようにして、周囲の大人が正しい発音で話して聞かせてあげるとよいでしょう。

Q

食事の時に席についてられないことや、集中しておもちゃで遊べないことがよくあります。落ち着きがないようで心配です。

A

運動の発達がゆっくりなことがあります。動けるようになったことが嬉しくて一見落ち着きがないように見えることがあります。目的をもって動いているのであれば心配しすぎる必要はありません。落ち着きやすい環境になっているかも確認が必要です。おもちゃが多すぎたり、常にテレビがついていないようにします。子どもの中には、体をたくさん動かすことが好きな場合があります。そのような場合は、食事の前にたくさん体を動かして遊んでみましょう。

療育手帳を持っている息子。素直でまっすぐな性格は我が子の取柄。

(26w 808g)





困ったときの相談先

Q

子どもの発達やママの体調のことを
どこに相談したらいいの？

A

お住まいの市町村母子保健担当窓口 もしくは
子育て世代包括支援センター

妊娠期から子育て期の発育・発達など様々な悩みを
身近な市町村の保健師にご相談ください。

A

山梨県産前産後電話相談

055-269-8110

(24時間365日受付)

妊娠・出産・育児に関する悩みを助産師に相談でき
ます。



A

子育て相談総合窓口「かるがも」

055-228-4152

子育てに関する悩み事全般（身体・健康、食事・離
乳食、知的発達、情緒・性格、生活習慣、保育所・
幼稚園・学校・友人関係・親の関わり、家庭環境等）
の相談ができます。



上の子がまだ小さかったので突然離れ離れになり、申し訳ない気持ちで
いっぱいだった。
(26w 974g)

A

こころの発達総合支援センター

055-288-1795

(新規利用専用ダイヤル)

055-288-1695

(利用されたことがある方)

お子さんの発達の遅れや偏り、心の問題に関する相談・診療機関です。面接相談・診療は完全予約制です。



A

女性健康相談

ママの体調のことを保健師等に相談できます。

※県内4か所の保健福祉事務所(保健所)と
甲府市健康支援センターで行っています。

保健福祉事務所
(保健所)



甲府市



健康科学大学 産前産後ケアセンター

ママの里

055-268-3575

妊娠中から子育て期の心配、産後の疲れたママの心とからだに寄り添いながらサポートする施設です。母乳やミルク、抱っこの仕方など基本的な育児技術や疲労回復のための宿泊ケア、日帰り型の母乳ケア、ベビーマッサージなどを提供しています。





出産や子育てに関する情報がほしいな……



やまなし子育てネット

子育て応援情報を掲載しているサイトです。

〈主な内容〉

- 子育てなんでも情報館
- やまなし子育て応援カード事業
- イクメン応援ガイド
- みんなでブログ



やまなし子育てハンドブック

子育て支援に係る様々な制度などが紹介されています。



memo



小さく生まれた息子には、何故か絶対大丈夫という気持ちがあり不思議と不安になることはなかった。
(26w 974g)



急に子どもが病気になったらどうしよう……



県や市町村が配布する
「こども救急ガイドブック」を利用しましょう。

それでも判断がつかない場合は……

小児電話相談

#8000 (プッシュ回線 (携帯電話))

055-226-3369

(ダイヤル回線)

休日・夜間の急な発熱、下痢、嘔吐、ひきつけなどの病気への対応や受診の判断に迷ったときに、小児科専門の看護師が電話による助言を行います。

子ども救急
ガイドブック



小児電話相談



小児初期救急医療センター

055-226-3399

(甲府市幸町 14-6)

0555-24-9977

(富士吉田市緑ヶ丘 2-7-21)

県と市町村と有志の小児科専門医が共同してつくる全県的な「小児初期救急医療体制」です。

外科的疾患は当センターでは対応できません。

受診前に必ず電話でお子様の状態をお伝えください。翌日以降、必ず通常の診療時間内にかかりつけ医の診察を受けましょう。



痛い想い・寂しい想いをさせてごめんね。だけどお願い……今だけは頑張ってる……。退院したらママが全部守ってあげるから。保育器にいる我が子に日々伝えていました。

(23w 500g)

電話相談時・受診時のポイント

ポイント 1

伝えること

「困っている事は何か」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、一番聞いておきたいことを明確にしておく
(メモしておくとうい)

ポイント 2

受診時に持参するもの

やまなし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、
オムツ、飲み物 など

ポイント 3

受診時の行動

- ・既往歴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)



いつまでも子どもへの罪悪感があったけど、子どもと過ごす中で子ども自身がその気持ちをなくしてくれます。
(23w 544g / 560g)



医療費が心配だな……

A

「未熟児養育医療」「乳幼児医療費助成制度」などの医療費の助成を受けられます。

ほかにも「自立支援医療」や「小児慢性特定疾病医療費助成制度」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、保健所へご相談ください。

制度名称	制度の内容	
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、医療費の給付制度を受けられます。	
乳幼児医療費助成制度	乳幼児等の医療費を公費で負担する制度です。市町村によって対象年齢などが異なりますので、詳しくは市町村窓口にお尋ねください。	
自立支援医療（育成医療）	満18歳未満で身体に障害がある児童や、将来、障害をもつおそれのある児童が、手術などによって、その障害の改善が見込まれる場合、その医療費を助成する制度です。	
小児慢性特定疾病医療費助成制度	慢性腎疾患、慢性呼吸器疾患、内分泌疾患、血友病等の小児慢性特定疾病にかかっている小児の医療費の自己負担分の一部を助成します。	

色々な事があったけど……この人生でよかった。(23w 544g / 560g)

山梨NICUピアサークル

* M-ちゃいるど *



NICU入院中や退院された親子を対象とした育児サークルです。

- ・ 周りにNICUを経験した仲間がいない
- ・ 普通の子育てサークルや支援センターなどはちょっと気が引ける
- ・ 同じような経験をした仲間が欲しい
- ・ 子どもの成長に関する情報が欲しい
- ・ 育児を楽しみたい！ etc…

そんなときは是非ご連絡ください。
一緒に考えたり悩んだりしながら子育てを楽しんでいきましょう♪



お問い合わせ連絡先 (代表 岩出)
メール：mchildyamanashi@gmail.com
ブログ：mchild0906.blog130.fc2.com



山梨県内の多胎 (ふたご、みつご) の会





パパの気持ち

小さなからだで色々な試練に立ち向かう我が子が、とても誇らしいのです。だから今も嬉しいんです。一つ一つの「出来た」が。
(26w 622g)

初めて我が子を見たときは、この子はちゃんと退院できるのか、一緒に家に帰れるのか、周りの人は励ましてくれたが、励まされるたびに不安になった。だからこそ、頑張って頑張って疲れている妻には弱気な所は見せれなかった。妻には「大丈夫」と言うしかなかったが、何が大丈夫なのか自分自身でもわからず時間だけが過ぎていった。私自身何ができたわけではなく全て先生、看護師さんが尽力してくれた事で、子どももうじき3歳になり、いたずらばかりで毎日怒らない日がない。

病院に通っていたときは嬉しいことも辛いこともたくさん経験した。子どもと一緒に暮らすことが当たり前になった今だから、入院中の日々が懐かしく思うと共に他の人が知らないことを知れたと思う。
(23w 524g)

休日数時間の面会しかできないし、母乳も出るわけではないから自分のできることが少なくてもどかしかった。でも、抱っこができるようになって呼吸が安定する抱き方など自分なりにできることを見つけられるようになった。

初めて抱っこした時の重さは今もよく覚えている。スタッフさんに「パパの抱っこは安定してよく眠れるね」と言われた時は密かにガッツポーズしていました。

辛い時期もあったけど、妻と2人で息子との面会中は笑って過ごそうと決めていた。みんな同じじゃなくていいんだと心から思うようになった。
(23w 465g)

中学生になった 先輩リトルベビーの皆さんから

私は小さく生まれましたが、今現在不便なことは無く、楽しく過ごしています。勉強や運動、部活動など、毎日不便なく送れるのは、親などたくさんのおかげだと思っています。これからの赤ちゃんの成長を楽しみにしてくださいね！ K.I (23W 560g)



小さく生まれて、人生の一步目から今までいろいろあったけれどもたくさんの人たちの支えもあり、今はみんなと同じように勉強や運動、部活動に励んでいます。

ぜひ赤ちゃんの頑張っている姿を見守ってあげてほしいです！ S.S (27W 988g)

小さく生まれたからと言って今まで特別辛かったことや嫌だった経験はなく、毎日楽しく過ごしています。

R.S (27W 872g)

リトルベビーの家族になった方へ

早産等で小さく生まれた赤ちゃんをたくさんの家族が見守っています。
おじいちゃん、おばあちゃん、きょうだいはどんな気持ちだったのでしょうか。

おじいちゃん&おばあちゃんの気持ち

「生きてほしい」と切実に願った。
娘（母親）に辛い想いをさせたくなかった。
自分にできることは娘を支えることだと思った。



小さな命が助かることを信じて
母子の様子を一喜一憂せず見守ろうと思いました。

初孫で小さな小さな赤ちゃんだったので、どうなることかと思ったけれど、様々な助けのおかげでここまで成長できました。
感謝の気持ちの持てる人、優しい人になってくださいね。

お兄ちゃん&お姉ちゃんの気持ち



うちの家は他の家とは少し違うけど、それが私の自慢です。
「みんなと一緒に」より「特別」な方がいい。
私より何倍もアクティブ。
今頑張っていること「私は勉強、弟はおしっこ」
頑張る方向は人それぞれ。
みんな興味津々になって聞いてくれるから、
友達に弟の話をするのが好きです。

特に自分が苦しめたことはありません。
弟と楽しく過ごしています。

初めての妹だし、小さく生まれるから心配だったけど、
退院して家に来たとき大切にしようと思った。

手帳の作成に携わった支援者からのエール

■ 新生児内科医師

小さな君とご家族へ
頑張って産んでくれてありがとう。
頑張って生まれてきてくれてありがとう。
頑張って守り・支え・育ててくれてありがとう。
これからの生活がいっぱいの「幸せ」で満たされますように。

■ NICU看護師

ご出産おめでとうございます。
一緒に生活できるまで少し時間はかかるかもしれませんが
沢山の人達を頼って楽しい育児をしてくださいね。

■ 助産師

日々こどもの良さ、楽しさが発見でき喜びを持って味わえるような
心で子育てを、でも不安や心配はあると思います。
ひとりぼっちではありません。

■ 先輩ママ ～*M-ちゃいるど*

仲間がたくさんいます。一人で悩まず、何でも吐き出して、
みんなで楽しく子育てしていきましょう♪
いつでもご連絡くださいね。

■ 市町村保健師

ご出産おめでとうございます。
お子様が地域で安心して生活できるよう、お子さんを中心にご家族の
支援をしています。お子さんの成長発達や些細な不安、悩みも共有し
ながら地域にある社会資源を紹介したり、成長発達の促進につなげて
いきたいと思います。いつでもお気軽にご相談ください。

■ 保健所保健師

子どもの出産や育ちはそれぞれで、心配があるのも、うまくいかない
と感じるのも、あたりまえのことです。
皆さんが、どんな時も自分と子どもを大切にでき、それぞれの子育て
が楽しめる環境であるように、私たちも頑張ります。



memo





低出生体重児用手帳作成検討会構成員

山梨NICUピアサークル * M-ちゃいるど*
山梨県立中央病院（総合周産期母子医療センター）
一般社団法人山梨県助産師会
甲府市
韮崎市
昭和町
山梨県中北保健福祉事務所

協力

一般社団法人山梨県医師会
山梨県小児科医会
山梨産科婦人科学会
一般社団法人山梨県産婦人科医会

引用・参考

しずおかリトルベビーハンドブック
ひろしま Little Baby Handbook
ぎふすくすく手帳
ふくおか小さなあかちゃん親子手帳

表紙・裏表紙イラスト

* M-ちゃいるど* 三水由香里

作成・編集

山梨県子育て支援局子育て政策課
〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1
電話：055-223-1425

令和4年3月発行

アンケートの
お願い

今後の参考とさせていただきますため、アンケートにご協力をお願いします。

やまなし リトルベビー アンケート

検索 

