



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」、「様々な人に助けをもらおう」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

🌸 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

赤ちゃんとママ・パパ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)

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)

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)

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)

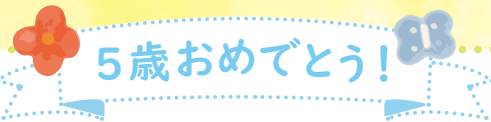
成長、発達とまだまだ心配なことはたくさんありますが、子どもの笑顔を見るとゆっくりでいいんだと思えます。

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

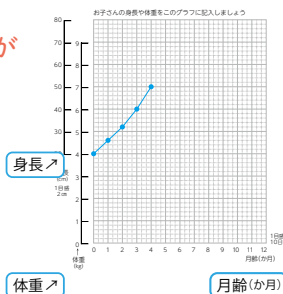
- ・ 生後0か月 → 修正月齢マイナス2か月
- ・ 生後1か月 → 修正月齢マイナス1か月
- ・ 生後2か月 → 修正月齢0か月
- ・ 生後3か月 → 修正月齢1か月

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？

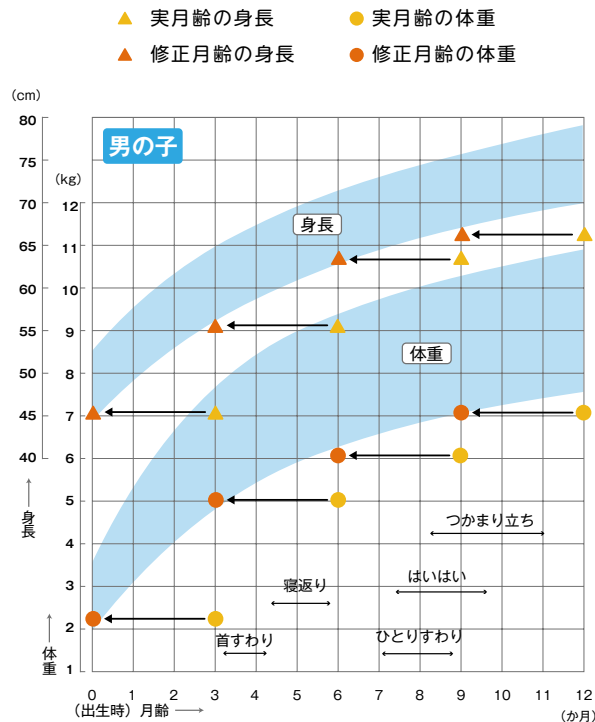
- 身長・体重の値をグラフに記録することで、発育のペースがわかりやすくなります。

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

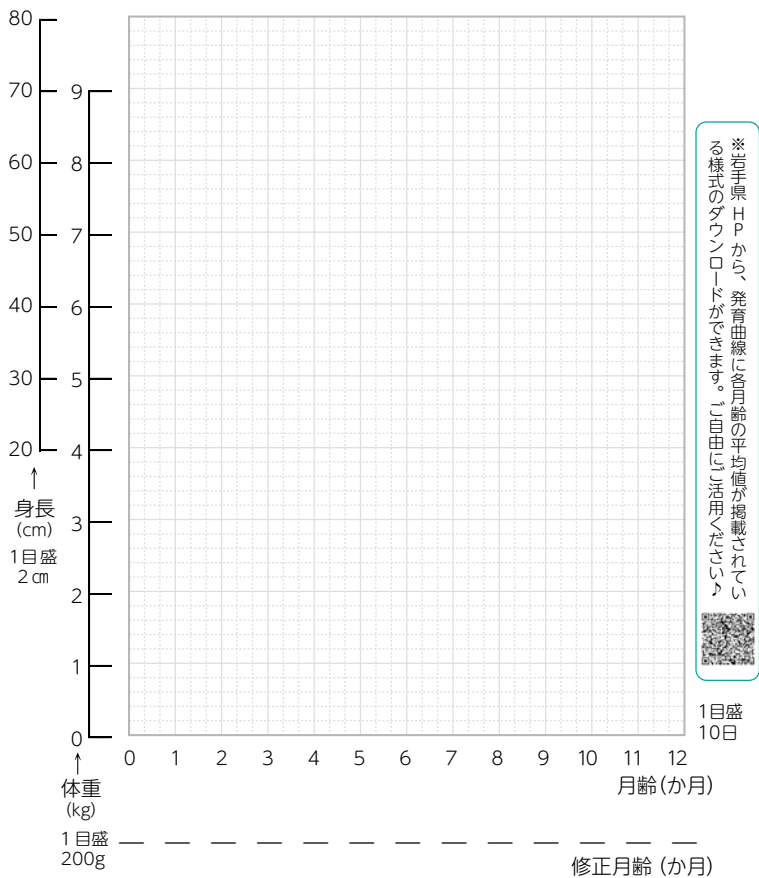
発育曲線は、極低出生体重児発育曲線のほか、母子健康手帳に掲載されている発育曲線を修正月齢で記入する方法があります。下の図は、暦月齢と修正月齢の計測結果を記録する際の参考にしてみてください。



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。

