

第4章 知っておきたいこと

小さく早く生まれたあかちゃんに起こりやすいこと

小さく早く生まれたあかちゃんは、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。

ここでは、小さく早く生まれたあかちゃんに起こりやすいことを記載しています（あか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）。

医療スタッフは出来るだけのことをして、あかちゃんとママ・パパを応援しています。大切なあかちゃんのことを、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。

あかちゃんのことを考えて不安や心配になってしまうとき、気になることがあるときは、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（こきゅうきゅうはくしょうこうぐん）

肺には肺胞（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、早産のあかちゃんには、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、肺胞での酸素と二酸化炭素のガス交換が十分に出来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胞へ投与することで肺胞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、あか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。

NICU時代。母として何もできないもどかしさがあったけど、色々考えず一つひとつ目の前の課題をクリアしていこうと考えていた。(22w6d 526g 11才)

2. 未熟児無呼吸発作（みじゅくじむこきゅうほっさ）

早産のあかちゃんは、呼吸をとどき休んでしまうことがあります。す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な場合や気道が軟らかいため呼吸を再開することが難しい場合には、体の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。あか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、出産予定日近くなると消失することがほとんどです。

3. 慢性肺疾患（まんせいはいしっかん）

あか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、一部のあか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。

ストレス解消も大事！娘に申し訳ない気もしたけど、パパとたまに息抜きの夕食をしていました！（22w6d 526g 11才）

4. 脳出血（のうしゅっけつ）

脳の血管の発達が無熟な早産の赤ちゃんは、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。特に、出血後水頭症の程度が強い場合には、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（みじゅくじもうまくしょう）

早産の赤ちゃんは、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、出産予定日頃には軽快してきますが、ごく一部の赤ちゃんは、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。

濃厚な1年、息子に色々教えてもらいました。(23w1d 476g 11ヶ月)

6. 未熟児動脈管開存症（みじゅくじどうみやくかんかいぞんしょう）

赤ちゃんは、生まれる前のお母さんのお腹の中では肺で呼吸をしていないため、心臓から肺に向かうほとんどの血液は、肺の動脈から動脈管という血管を經由して全身に流れます。赤ちゃんが生まれて肺で呼吸を始めると、心臓から肺への血流が必要になるために、この動脈管は通常自然に閉じます。しかし、早産の赤ちゃんでは、この動脈管が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、この動脈管を通じて逆に肺に過剰に流れてしまいます。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。この薬の効果がなくなるときには、手術で動脈管を閉じる場合もあります。

7. 壊死性腸炎（えしせいちょうえん）

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、早産の赤ちゃん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しています。壊死性腸炎を発症した場合は、腸を休ませるために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。重症の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。

夜な夜な夫婦で病院の息子に会いに行ったのは楽しかった。(23w1d 476g 11ヶ月)

8. 感染症(かんせんしょう)

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。早産の赤ちゃん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なり得ます。赤ちゃん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(みじゅくじひんけつ)

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、早産の赤ちゃん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。

24時間、愛情を持って息子に接してくれた病院スタッフの方々に感謝です。
(23w1d 476g 11ヶ月)

10. 未熟児くる病(みじゅくじくるびょう)

早産の赤ちゃん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たり、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。



NICUに4ヶ月半入院。退院後、定期予防接種のスケジュールは自分で考えねばならず、予定をたてるのもこなすのも大変でした。(25w1d 567g 12才)



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、あかちゃんの機嫌がよく、おっぱいやミルクを元気に飲んで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みましょう。

毎日泣いてばかりだったけれど、今は笑ってばかりです。(23w1d 476g 11ヶ月)

Q. 仰向けからうつ伏せに寝返ったのですが、その逆ができません。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、仰向けに戻れるようになるまで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「自分で元に戻れないから」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し、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。

Q. お座りがなかなか出来なくて、心配です。

A. あか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ついてきますので、うつ伏せで遊んであげましょう。

母乳が少なく悩んだけれど、6ヶ月の入院中(掛けそうになりながら)3時間おきの搾乳を続けました。今も混合で育てています。(23w1d 476g 11ヶ月)

困ったときの相談窓口

妊娠・出産・育児についての相談

○ 市町村こども家庭センター

各市町村が設置するセンターで、妊娠・出産・子育て(こどもの発達含む)についての相談ができます。困ったことがあれば、担当の保健師や助産師等が電話や家庭訪問などで相談に対応しますので、お気軽にご相談ください。



○ 県保健福祉(環境)事務所

県の各保健福祉(環境)事務所で、保健師等が女性の心や体の健康・相談をお受けしています。

担当部署	管轄する市町村	電話番号(直通)
筑紫保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係	筑紫野市、春日市、大野城市、 太宰府市、那珂川市	092-513-5583
粕屋保健福祉事務所 健康増進課 健康増進係	古賀市、宇美町、篠栗町、志免町、 須恵町、新宮町、久山町、粕屋町	092-939-1534
糸島保健福祉事務所 健康増進課 健康増進係	糸島市	092-322-1439
宗像・遠賀保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係	中間市、宗像市、福津市、 芦屋町、水巻町、岡垣町、遠賀町	0940-36-2366
嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係	直方市、飯塚市、宮若市、 嘉麻市、小竹町、鞍手町、桂川町	0948-21-4815
田川保健福祉事務所 健康増進課 健康増進係	田川市、香春町、添田町、糸田町、 川崎町、大任町、赤村、福智町	0947-42-9345
北筑後保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係	小郡市、うきは市、朝倉市、 筑前町、東峰村、大刀洗町	0946-22-3964
南筑後保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係	大牟田市、柳川市、八女市、 筑後市、大川市、みやま市、 大木町、広川町	0944-72-2185
京築保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係	行橋市、豊前市、苅田町、みやこ町、 吉富町、上毛町、築上町	0930-23-2690

※養育医療等医療費の公費負担制度や乳幼児健康診査、予防接種等については、お住まいの市町村の担当窓口へお問い合わせください。

○ SOS電話相談

SOS電話相談では、赤ちゃん・子育てに関するお悩みや不安についての相談をお受けしています。

[受付時間] 9:00~17:30(月~土)

※8/13~8/15、12/29-1/3はお休みです。

[電話番号] 092-406-5118



○ パパのための子育て相談ダイヤル

男性の心理士が父親の子育てに関する悩みや不安などの相談に応じます。

[受付時間] 18:00~21:00(月)

※8/13~8/15、12/29-1/3はお休みです。

[電話番号] 092-406-5118



こどもの急な病気などについての相談

○ 福岡県小児救急医療電話相談(＃8000)

こどもの急な病気、ケガに関する相談について、経験豊富な看護師、または必要に応じて小児科医が症状に応じた適切な助言を行います。
※医療機関案内はできません。

[受付時間] 平日: 19時~翌朝7時

土曜: 12時~翌朝7時

日祝日: 7時~翌朝7時

[電話番号] 8000 または
092-731-4119(IP電話などの場合)



○ 福岡県救急医療電話相談(＃7119)

症状に応じた医療機関を24時間体制で紹介します。また、看護師が救急車の利用などについてアドバイスする「救急相談」も行っています。

[受付時間] 24時間(365日)

[電話番号] 7119 または
092-471-0099(IP電話などの場合)



医療費についての相談

制度名称	制度の内容	相談先
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られた未熟児に対し、医療費を給付する制度です。	市町村
子ども医療費助成制度	子ども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異なりますので、詳しくは、市町村窓口にお尋ねください。	市町村
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。	市町村
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児童等の医療費の自己負担分の一部を助成します。	県保健福祉(環境)事務所 (※福岡市、北九州市、久留米市にお住まいの方は各市にお尋ねください)

死産・新生児死等で大切なお子さまを亡くされた方へ

お子さまを亡くされた後の悲しみは深く、どんなに大きいことでしょう。周囲の人々に話すこともためらわれ、悲しみが周囲から理解されず、孤独感を感じてはおられません。また、自分のせいではないかと、自分を責めてはいませんか。ご自分を責め、つらい日々が続くと、こころと体に様々な変化が現れることがあります。「つらいなあ」と感じたとき、そのお気持ちをひとりで抱え込まないでください。福岡県のホームページでは、県内の相談窓口や自助グループを紹介しています。あなたのタイミングで、どうぞご活用ください。



相談窓口は
こちらより

医療的ケア児についての相談・支援

○ 福岡県医療的ケア児支援センター



日常的に医療的なケアを必要とするお子さんとご家族が、地域、ご自宅で安心して生活できるよう様々な相談をお受けする窓口です。

お悩みやご不安などをお聞きするとともに、ご相談の内容に応じて医療・保健・福祉・教育・労働等の関係機関と連携した支援を行っています。お気軽にご相談ください。



〈医療的ケア児支援センター〉

所在地：糟屋郡新宮町緑ヶ浜4丁目2-1

電話番号：092-692-1601

FAX：092-962-3113



〈医療的ケア児等支援情報サイト〉

不安だらけかもしれないけれど、助けてくれる訪問看護や先輩方がいますよ。困ったらすぐに声に出してね。(経鼻経管栄養の医療的ケア児 25w 377g 5歳 母)

利用できるサービスのご紹介

産後ケア

助産師等の専門職により、心身のケアや育児のサポート等、産後も安心して子育てができるよう支援するものです。

●対象者

産後1年以内のお母さんとあかちゃんです。早く生まれたあかちゃんのサービス利用対象期間は修正月齢を参考にします。

●利用できるサービス

・宿泊（ショートステイ）型

病院や助産所等の施設に宿泊し、休養の機会など心身のケアや育児サポート等の支援を受けられます。

・通所（デイサービス）型

病院や助産所等に通所して、個別又は集団で心身のケアや育児サポート等の支援を受けられます。

・居宅訪問（アウトリーチ）型

助産師や保健師等がご自宅に訪問し、個別に心身のケアや育児サポート等の支援を受けられます。

●支援の内容

- ・お母さん、あかちゃんに対する保健指導や授乳指導
- ・お母さんに対する療養上のお世話 など

※各市町村においてサービスの内容や施設に応じた利用料が定められています。詳しくはお住まいの市町村へお問い合わせください。

CHECK!



水泳を頑張ってます!バタ足ができるようになり、泳ぐのが楽しいそうです。(37w 1947g 3才)

医療的ケア児のレスパイト事業について

福岡県では、医療的なケアが必要なお子さんとご家族等が安心して生活できるよう、各種レスパイト事業を実施しています。詳しくは二次元コードからご確認ください。

<在宅療養児一時受入支援事業>

医療的ケアが必要なお子さんの定期的医学管理やご家族の休養等のため、医療機関で医療的ケア児を一時的に預かり、ご家族の負担軽減を図るものです。

●対象者

在宅等に移行した、NICUやGCUに長期入院していた又は同等の病状を有する気管切開以上の呼吸管理を必要とする小児(原則18歳未満)。



<福岡県小児慢性特定疾病児童等レスパイト支援事業>

介護者の休息等の理由により在宅で人工呼吸器を使用するお子さん等が介護等を受けることが困難になった場合に、医療機関に一時入院することで介護者の負担軽減を図るものです。

●対象者

小児慢性特定疾病児童等のうち、人工呼吸器装着または重症患者認定を受けている者(重症認定患者については詳細条件有)。



<自宅等でのレスパイト事業（市町村実施事業）>

医療的ケア児・者のご家族への、看護師派遣によるレスパイトを行う市町村に対して、県がその費用の一部を助成します。

●対象者

医療的ケア児・者(詳細はお住まいの市町村にご確認ください)。



<医療型短期入所（障がい福祉サービス）>

在宅の医療的ケア児・者等の看護や介護を行うご家族が、休息、行事への参加などの理由で介護ができない場合に、施設等で一時的に介護支援等を行うサービスです。

●対象者

市町村の障がい福祉サービスの支給決定を受け、医療的ケアスコアが一定以上(児童は16点以上)の方や、重症心身障がい児・者等の方。



ママ・パパたちの 活動紹介



地域での活動

🌟 Nっ子ネットワーク

[活動内容]

茶話会や専門職の方をお招きしての学習会を開催し、交流・情報交換の場になっています。また、傾聴聴座では共感しながら聞く力をつけるための時間となっています。その他、出張おしゃべりサロン、家族交流会、写真展、会報の作成など、ピアサポートと啓蒙を目的に活動を行っています。

[実施場所]

- 🌟 **カンガルーの親子**.....福岡都市圏(福岡市、太宰府市、筑紫野市等)
- 🌟 **さんさんっ子**.....北九州市内
- 🌟 **わかば一絆**.....柳川市周辺

次の子を無事産めるのかとても不安でした。妊娠中は遠方から両親が家事育児の手助けにかけつけてくれ、痛みや張りですしでも気になることがあったら病院に行き、状態を確認していました。無事に出生しました。(33w 1090g 3才)



[一言メッセージ]

突然の小さな小さなあかちゃんの出産で、想定外のことが次々起こり、心が追いついていかないことがばかりでした。でも、不安な気持ちも、嬉しい気持ちも、共感してくれる仲間がいることが私の支えでした。だから伝えたいことは「ひとりりで悩まないでね」、「ここに仲間がいるよ」。一緒に、泣いて、笑って、前に進みましょう。

お問い合わせ先

(代表者) 登山万佐子
 (メール) kangaroo2007oyako@gmail.com
 (ホームページ)
<http://n-kan-oyako.moo.jp/>
 Facebook、Twitter、
 Instagram もあります



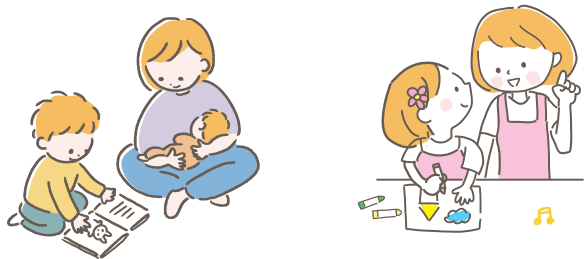
まだ言葉の数も少ないお兄ちゃんですが、弟の名前だけはしっかり覚えてくれました。(33w 1090g 3才)

医療機関での活動

◎ 福岡市立こども病院〈ひまわりグループ〉 

〔活動内容〕

こどもの健やかな発達を促したり、ご家庭で出来るような遊びを紹介したり、お父様、お母様の心配事や普段感じていることを話し合ったりしています。お子さんと一緒にお気軽にご参加ください。



お問い合わせ先

(代表者名) 新生児科 医師 野口
 (TEL) 092-682-7000(病院代表)
 (住所) 福岡市東区香椎照葉5丁目1番1号



◎ 飯塚病院〈カンガルーサロン〉 

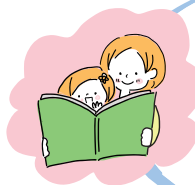
〔活動内容〕

早産や病気など様々な理由で小さく産まれ、NICU でがんばった子どもたちのための親子の会です。

お問い合わせ先

(代表者名) 飯塚病院NICU・GCU
 (TEL) 0948-22-3800
 (住所) 飯塚市芳雄町3-83

または、
 Nっ子ネットワーク 登山 万佐子
 (メール) kangaroo2007oyako@gmail.com



開催日時や詳細な場所・活動内容等につきましては、事前に各家族会・交流会にお問い合わせください。



無事に3歳を迎えてくれてありがとう。生まれたときは、あんなに小さかったのに、大きく育ってくれて嬉しいよ!(37w 1947g 3才)

外出するようになると、月齢を聞かれて返答に困るときがあったけど、自分の気分で適当に説明しました!慣れます!(22w6d 526g 11才)

ご家族や周囲の方へのメッセージ

～思いやりをもって、お母さんの気持ちに寄り添いましょう～

小さなあかちゃんのご家族へ

小さく生まれたあかちゃんをたくさんの家族が見守っています。お父さん、おじいちゃんおばあちゃん、きょうだいはどんな気持ちなのでしょう。

- ・何かしてあげたくてもなかなか手が出せない
- ・声をかけてあげられない
- ・早くあかちゃんに触りたい、抱っこしたい

など様々な思いであかちゃんやお母さんを見守っておられるのではないのでしょうか。

お母さんのからだと心をいたわりましょう

小さく早く産んでしまった自分を責めているお母さんは多いものです。妊娠、出産という大仕事を果たしたことに、まずは、ねぎらいの言葉をかけましょう。

お母さんは自分のからだを休めることや慣れない育児に対する不安でいっぱいです。退院後1か月ぐらいは、元気そうに見えても無理をすると産後のからだの回復がスムーズに進まないことがあります。また、ホルモンの影響でイライラしたり、涙もろくなるなど精神的に不安定になりがちです。そんな時に「頑張って」の励ましは、かえって重荷に感じる場合があります。

「気楽にやっという」という気持ちを伝えることでお母さんの負担が減ることも多いのです。お母さんの気持ちに寄り添い、いたわりましょう。

できる人ができることから始めましょう

育児はお母さんだけでできるものではありません。誰が何をできるのか、それぞれの家庭で違います。一人きりの育児は心身ともにつらいものです。喜び、つらさを共有できるだけで楽になることもあります。

おむつを替えたり、ミルクを与えたり、お風呂に入れたり、一緒に育児を行いましょう。

お互いのやさしい声かけだけでも、ほっとした気持ちになるものです。

お母さんは自分のからだのことや慣れない育児に対する不安でいっぱいです。思うように外出ができなかったり、計画的に1日を過ごすことがむずかしくなります。心の支えになるとともに、買い物、掃除や、日常のこまごました事を、互いに思いやりをもって、協力して行いましょう。

成人した当事者からのコメント

● 男性 / 850g、26週

現在、福岡の中学校で国語科の教員として働いています。道徳の授業のときなど、祈にふれて子どもたちに命の大切さを教えることができるのも、小さく生まれた故だと感謝しています。

● 女性 / 1,100g、28週

子どもの頃は肺炎で入院を繰り返して、たくさん病院のお世話になりました。大人になって、小児病棟で看護師をして、病気や小さく生まれた子供達、障がいのある子ども達のケアに携わっています。

今は元気に働いて、注射は誰よりも上手いですよ！

● 男性 / 940g 27週

現在、公務員として元気に働いています。妻1人子1人の幸せな生活を送っています。出生時から体重が100倍くらいになりました！

あかちゃんご家族のための非常用物品

災害はいつ起きるかわかりません。いざという時慌てないように、使い慣れたものをすぐ持ち出せるようにしておきましょう。

	非常用物品	メモ欄
あかちゃんに必要な物品	<input type="checkbox"/> 母子健康手帳 <input type="checkbox"/> 乳幼児医療受給者証 <input type="checkbox"/> 清浄綿 <input type="checkbox"/> あかちゃんの生活用品 <input type="checkbox"/> 粉ミルク <input type="checkbox"/> ミルク用飲料水 <input type="checkbox"/> 哺乳瓶 <input type="checkbox"/> 離乳食 <input type="checkbox"/> おやつ <input type="checkbox"/> スプーン <input type="checkbox"/> 抱っこひも <input type="checkbox"/> 大判スカーフ <input type="checkbox"/> 紙おむつ <input type="checkbox"/> おしりふき <input type="checkbox"/> おもちゃ <input type="checkbox"/> 子ども用の薬 <input type="checkbox"/> ふくおか小さなあかちゃん親子手帳 など	
生活用品等	<input type="checkbox"/> 現金(公衆電話のための小銭も含める) <input type="checkbox"/> 預金通帳 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 非常食 <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳 <input type="checkbox"/> 絆創膏 <input type="checkbox"/> ヘルメット、ホイッスル <input type="checkbox"/> 携帯トイレ <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> ビニール袋(大・中・小) <input type="checkbox"/> ラップ <input type="checkbox"/> 雨具、軍手 <input type="checkbox"/> マスク、タオル <input type="checkbox"/> ラジオ <input type="checkbox"/> 携帯電話、充電器 <input type="checkbox"/> ナイフ <input type="checkbox"/> 体を保温するもの(おくるみ、カイロ等)	
その他		

※食料や飲料は1人3日以上、できれば1週間分を備蓄しましょう。

※リュックサック等に入れて、避難の際、持ち出しやすい場所においておきましょう。

23週での突然の出産。小さ過ぎる我が子に不安を抱きながらも、父親になったという喜びもありました。(父)

母子手帳の「いいえ」に○をして健診に行くのが辛かったけど、我が子のペースで成長し、今は元気に楽しく学校に登校しています。(母) (23w1d 57g 7歳)

ふくおか小さなあかちゃん親子手帳に関するアンケート

今後この手帳をより良いものにしていくために、アンケートを実施していますので、手帳をご覧になられたのご感想をお聞かせ下さい



【参考文献等】

しずおかリトルベビーハンドブック（静岡県）
 のびのび～NICU入院児支援手帳（東京都）
 みやぎリトルベビーハンドブック（宮城県）

【表紙、裏表紙イラスト】

赤石 綾

【作成・編集】

福岡県福祉労働部子育て支援課母子保健係
 所在地：福岡市博多区東公園7番7号
 電話：092-643-3307

（敬称略）