

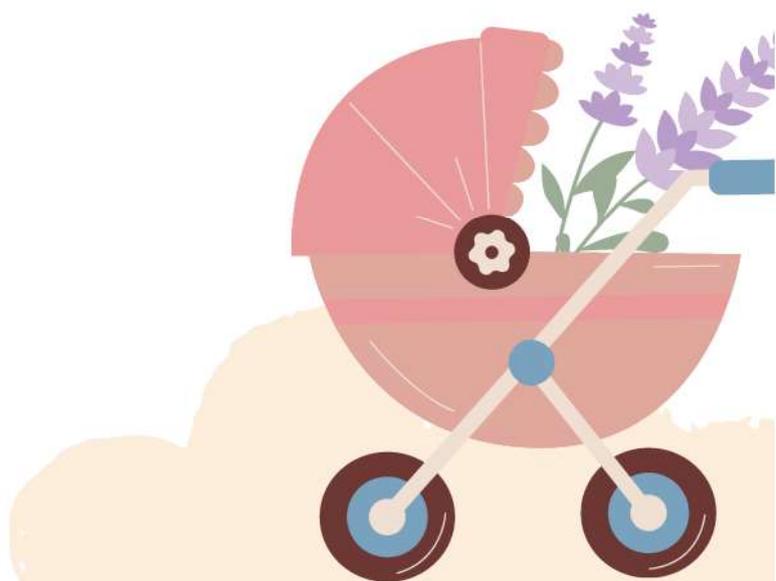


Kanagawa Prefecture
神奈川県



Kanagawa Little Baby Handbook

かながわ
リトルベビーハンドブック



Name of parent/guardian

保護者の氏名

Name of child

子の氏名

Date of Birth

生年月日

Month

年

Day

月

Year

日

Introduction

はじめに

"Kanagawa Little Baby Handbook" is a parenting handbook for children and their families living in Kanagawa Prefecture.

< Eligible persons >

- 1 Babies with a birth weight of less than 1,500 g
- 2 Babies who have a low birth weight (less than 2,500 g) and whose parent/guardian requests a Handbook, other than those in (1)

This Handbook is a notebook for you and your family members to create records.

With this, you can keep record of your child's growth and medical history from birth to about six years old. Please use it with your family.

The Maternal and Child Health Handbook issued by the municipality records medical checkups and vaccinations from pregnancy to the child-rearing period. Please use this Little Baby Handbook together with the Maternal and Child Health Handbook.

If you have any questions or difficulties in filling out the forms in the Handbook, please consult your healthcare professional.

To Medical Institutions and Municipal Maternal and Child Health Officials

We strongly hope that this Handbook will be used to make children born in Kanagawa Prefecture and their families smile. In addition, we would like supporters who read this Handbook to show support and empathy to the parent/guardian and their family, considering their "present" situation and feelings."

This Handbook will be a valuable record showing that the child has been loved and cared by many people throughout their growth. We ask those who are involved with the child during the hospitalization or medical checkup to help the family write down information about the child and messages.

「かながわりトルベビーハンドブック」は
神奈川県にお住まいのお子さんご家族のための子育て手帳です。

<対象となる方>

- 1 出生体重が 1,500g 未満の方
- 2 ①以外の低出生体重児 (2,500g 未満) で手帳を希望される方

この手帳はご家族が記録するノートです。

お子さんが生まれた時から概ね 6 歳までの成長や医療の記録ができるようになっています。ご家族で活用ください。

また、市町村で交付された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、母子健康手帳と併せて使用してください。

記入にあたって分からないこと、書きづらいことがある場合は、医療従事者等にご相談ください。

医療機関・市町村母子保健担当の皆様へ

神奈川県で生まれたお子さんとご家族が笑顔になれるように、この手帳が使われることを強く望みます。また、この手帳を見た支援者の皆様には、保護者をはじめとする家族の「今、に寄り添っていただきたい」と思います。

お子さんが多くの人に愛され、成長を見守られたことが分かる貴重な記録になりますので、入院中や健診時などにお子さんに関わった方はぜひ記録のお手伝いやメッセージの記入について、ご協力をお願いします。

What is a low birth weight baby? What are full term and preterm infants? 低出生体重児とは？ 正期産児・早産児とは？

Infants with a birth weight

- under 2,500 g are classified as low birth weight babies
- under 1,500 g are classified as very low birth weight babies
- under 1,000 g are classified as extremely low birth weight babies

Infants who were in the mother's womb

- between 37 weeks and 42 weeks are classified as full term children
- less than 37 weeks are classified as preterm infants

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週未満の赤ちゃんを早産児 といいます。

What is a Small for Gestational Age (SGA) child? Small for gestational age (SGA) 児とは？

Regardless of being a full term baby or a preterm baby, a baby who is born much smaller than expected for the length of time spent in the mother's womb is called an SGA baby.

正期産児、早産児にかかわらず、ママのお腹の中にいる期間に相当する体格より、かなり小さく生まれた赤ちゃんを SGA 児といいます。

Table of Contents

もくじ

Messages from experienced families _____	2
先輩家族からのメッセージ	
To newborn babies ~ From your supporters~ _____	4
生まれてきたあなたへ～あなたの応援団から～	
To mom after childbirth _____	5
出産後のママへ	
What tends to occur in babies born small and early _____	6
小さく早く生まれた赤ちゃんに起こりやすいこと	
Treatment in the NICU _____	7
NICUでの治療について	
What the family can do for the hospitalized baby _____	8
入院中の赤ちゃんにご家族ができること	
Birth record _____	10
生まれた時の記録	
Situation in the NICU and GCU _____	11
NICU・GCUでの様子	
Baby and family's first times _____	12
赤ちゃんと家族のはじめて記念日	
Records at the time of discharge _____	14
退院の時の記録	
About home medical care _____	15
在宅医療ケアについて	
What's the corrected age _____	16
修正月齢ってなに？	
Hospital visit after discharge _____	17
退院後の通院	
Record of growth _____	18
成長の記録	
Physical growth curve in low birth weight infants after their discharge from medical institutions _____	22
医療機関退院後の低出生体重児の身体発育曲線	
Developmental record _____	24
発達の記録	
Record of childcare _____	29
育児の記録	
Q&A _____	47
Q & A	
About twins and triplets _____	52
ふたご・みつごちゃんについて	
Messages from experienced dads _____	53
先輩パパからのメッセージ	
I've grown _____	54
大きくなったよ	
Family feelings _____	55
家族の気持ち	
Introduction of activities of moms and dads _____	56
ママ・パパたちの活動紹介	
Where to consult when you are in difficulties _____	58
困ったときの相談先	
Useful information site _____	60
お役立ち情報サイト	
Support map _____	61
サポートマップ	
To the grown-up _____ -san _____	62
成長した_____さんへ	

お誕生から退院まで
From birth to discharge

成長などの記録
Records of growth, etc.

知ってほしいこと
What you need to know

*The information is as of January 2026. ※掲載内容は、2026年1月時点のものです。

Messages from experienced families

先輩家族からのメッセージ

Congratulations on your new baby.

I gave birth to a 370 g baby girl at 24 weeks and 4 days.

Although I felt like saying "Thank you for being born" or "Happy birthday to you," the first word I gave to my daughter was "I'm sorry."

I wonder if I can say "You're cute" when my daughter is suffering.

I have to keep smiling so that it reaches my daughter. I can't complain.

... As if I put a lid on my heart, feelings I couldn't tell anyone kept piling up.

However, I was encouraged by seeing my daughter desperately fighting for life, and as I was supported by many people, my feelings changed, and I wanted to be a mother that my daughter could be proud of.

I still remember how I felt when I gave birth, but even more than that, my heart overflows with the joy of my daughter being born and of spending time with her.

The happy and painful feelings are all your precious thoughts.
Never deny yourself, and take care of yourself.

Don't worry, you're not alone. Many supporters of you and your baby are by your side. When you're happy or sad, when you want to talk with someone, or when you can't sleep, please let us hear your thoughts and feelings.

We hope that this Kanagawa Little Baby Handbook will support you and be filled with your love.

Aya Sakagami, Kanagawa Little Baby Circle pena

ご出産おめでとうございます。

私は24週4日で370gの女の子を出産しました。
「産まれてきてくれてありがとう」「お誕生日おめでとう」という気持ちもあったなか、初めて娘に贈った言葉は「ゴメンネ」

娘が苦しんでいるのに「かわいい」って言うっていいのかな。
娘に届くように笑っていなきゃ。愚痴なんて言えないよな。
...心に蓋をするように、誰にも言えない想いが溜まっていく日々でした。

でも、娘自身が必死に生きる姿から勇気をもらい、たくさんの方に寄り添っていただくうちに、娘に胸を張れる母でありたいと、私自身の気持ちが変わっていききました。

今でも出産当時の気持ちは忘れていませんが、それよりもっと、娘が産まれてきてくれた喜び、一緒に過ごせる喜びが胸に溢れています。

嬉しい気持ちも辛い気持ちも、すべて大切なあなたの想いです。
けして自分を否定することなく、あなた自身を大事にしてくださいね。

大丈夫、あなたは一人ではありません。あなたの傍には、あなたや赤ちゃんの応援団がたくさんいます。嬉しい時も悲しい時も、話がしたくなったら、眠れなくなったら、あなたの想いを聴かせてください。

このかながわりトルベビーハンドブックが、あなたの支えとなり、愛情でいっぱいの一冊になることを願っています。

かながわりトルベビーサークル pena 坂上彩

To Mom

You never imagined giving birth to a small child so early, did you?
I don't know what will happen from now on, what I should do, who I should rely on,
and I'm full of uncertainty and anxiety. I want to report the birth, but I don't want to.
I don't want to make people worry.
I can't honestly believe the words "It will be OK."
It's okay to be honest with your feelings.
Cry, get lost, blame yourself ... Take your time.
Just start to move when you feel like doing so.
You can establish a relationship as a family while shaping your own feelings.
Just as you are right now, it will be okay.

And to Dad

We imagine that in the face of your little baby, you are hanging on in hope that your
baby can hang in there and with the determination to support your wife.
You must be worried too.
Please don't handle it alone. While your baby is hospitalized, of course, and when your
baby is taking to the doctor, go along with them and ask questions or consult with the
hospital staff.

General Incorporated Association Support for Families of Premature Infants Ganbarikko

ママへ

こんなに早く、小さな子どもを産むなんて、想像もしていなかったですね。
これからどうなるのか、自分は何をしたらいいのか、誰に頼ったらいいのか、
わからないことや不安だらけ、出産報告をしたいけどしたくない。
周りに心配をかけたくない。
「大丈夫」と言う言葉を、素直に受け取れない。
そんなあなたの気持ちに素直でいいんです。
泣いて、迷って、自分を責めて...
時間がかかってもいい。
「ここから」と思えた時に、動き出せばいい。
自分達の想いを形にしながら、家族になっていけばいい。
今のあなたのままで、大丈夫。



そしてパパへ

小さな命を前に、「頑張れ!」という思いと、ママを支えなければという思いで踏ん張っていることと思いま
す。
パパだって不安ですよ。
1人で抱え込まずに入院中はもちろん、通院する際には一緒に行き、病院スタッフに質問や相談をしてくだ
さいね。



To newborn babies
~ From your supporters ~

生まれてきたあなたへ
~あなたの応援団から~

Thank you for being born.
Welcome from Mom and Dad.

Your future is filled with a lot of possibilities
as you live your life with all your heart.

You have your supporters around you, who wish for you and
your family to spend time with smiles.

The doctors and nurses at the hospital, the public health
nurses and midwives in your municipality, the staff involved
in various child-rearing services, the families who are raising
small babies like you, and everyone else you will meet, are
all your supporters. We will support you with your family, and
look forward to seeing you grow with many experiences.

Happy birthday.

生まれてきてくれてありがとう。
ようこそ、ママ・パパのもとへ。

一生懸命に生きていくあなたの未来には、
たくさんの可能性が広がっています。
頑張るあなたと、あなたの家族が笑顔で過ごせるように、
周りには応援団がいます。
病院の医師や看護師などのスタッフ、住んでいる市町村の
保健師や助産師、様々な子育てにかかわるスタッフ、
同じように小さく生まれた赤ちゃんを育てる家族たち、
他にも、これから出会う人たちは、みんな、あなたの応援団です。
たくさんの経験を重ね、成長していく姿を楽しみに、
あなたの家族と一緒に、あなたを支えていきます。

お誕生日おめでとう。

To Mom after childbirth

出産後のママへ

We believe that since the day you knew your baby was in your womb, you must have been looking forward to seeing your baby. Now that your baby was born in less than 10 months, you may have anxiety and complicated feelings along with the thought of "Thank you for being born" to the small life.

Even if you're feeling as below, you're not alone, and you don't have to control your feelings.

There are many people around you who support you and your baby, not only your family, but also doctors, nurses and midwives at the hospital, community health nurses, and experienced families who have had similar experiences. Don't keep it all by yourself, let's get everyone's help.

赤ちゃんがおなかに宿ったことを知った日から、会える日を楽しみにして、過ごしてきたのではないのでしょうか。今、10ヵ月を待たずに赤ちゃんが生まれ、小さな命に「生まれてきてくれてありがとう」という思いとともに、不安や複雑な気持ちを抱えているかもしれません。

下のような気持ちになることがあるかもしれませんが、それは、あなただけではありませんし、無理をして、気持ちを抑える必要もありません。

あなたの周りには、ご家族はもちろん、病院の医師・看護師・助産師、地域の保健師や同じような経験をした先輩家族など、あなたと赤ちゃんを応援している人がたくさんいます。一人で抱え込まず、みんなの力をかりましょう。

- Do you get tired easily and feel it hard to do anything?
- Are you blaming yourself, wondering why this happened?
- Are you feeling helpless or envious when a nurse is taking care of your baby?
- Are you worried about being away from your baby for a long time?
- Do you have any concerns about your future life or raising your children?
- Do you feel pain or hurt by the words of your family or others?
- Are you so worried about your baby that you are afraid to go see your baby?
- Do you feel absent-minded, unable to sleep, or have no appetite?

- 疲れやすく、何をしてもつらく感じますか？
- なぜこうなったのだろうか・・・と自分を責めていませんか？
- 看護師が赤ちゃんの世話をしていることに、無力感やうらやましさを感じますか？
- 赤ちゃんと離れている時間が長いことが不安ですか？
- これからの生活や子育てに不安がありますか？
- 家族や他人の言葉をつらく感じたり、傷ついていませんか？
- 赤ちゃんのことが心配なあまり、会いに行くのが怖くなったりしますか？
- ついぼんやりしたり、眠れなかったり、食欲がわからないことはありますか？

... If you feel this way, it may be a sign that your mind is tired.

Don't worry alone. Please consult with your doctor, nurse, public health nurse, or your family.

...このように感じたら、心が疲れているサインかもしれません。

一人で悩まず、医師・看護師・保健師・家族などに相談してください。

What tends to occur in babies born small and early

小さく早く生まれた赤ちゃんに起こりやすいこと

Brain

脳

There are fragile parts in the blood vessels and the blood flow tends to be insufficient, and the cells of the brain are in a state of being easily damaged.

血管に脆い部分があったり血流が不足しがちで、脳の細胞が傷つきやすい状態にあります。

Eyes

眼

There is immaturity of retinal blood vessels, and new blood vessels may cause problems.

網膜血管の未熟性があり、新しくできた血管が問題を起すことがあります。

Lungs

肺

The lungs have difficulty expanding, and breathing may be rapid, or oxygen or ventilator may be needed.

肺が膨らみにくく、呼吸が早かったり酸素や人工呼吸を必要とすることがあります。



Heart

心臓

The ductus arteriosus that opens in the fetus may not close on its own, putting stress on the heart.

胎児期に開いている動脈管が自然に閉じず、心臓に負担をかけることがあります。

Body temperature

体温

Body temperature regulation is immature and the body is prone to hypothermia.

体温調節が未熟で低体温になりやすいです。

Infectious disease

感染症

They tend to be vulnerable to infection because their immunity is still weak.

免疫力がまだ弱いため感染に弱い傾向があります。

Messages from experienced moms 先輩ママからのメッセージ



A small palm-sized baby. I thought I had to protect my baby, but now my baby gives me energy and happiness.

手の平サイズの小さな赤ちゃん。守らなきゃと思っていたのに、今では私の方が元氣と幸せをもらっています。

Treatment in the NICU

NICU での治療について

What is the NICU/GCU like?

NICU, which stands for "Neonatal Intensive Care Unit," is an intensive care unit for newborns. It is a room for babies born early, babies born small, babies who need help with breathing, and babies with heart diseases to receive treatment and grow.

GCU (Growing Care Unit) is a "neonatal recovery room" for babies in relatively stable condition. Some hospitals call it by another name.

NICU・GCUってどんなところ？

NICUは、「Neonatal Intensive Care Unit」の略で、新生児の集中治療室です。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、成長をしていくためのお部屋です。

GCUは、比較的状态が安定した赤ちゃんのための「新生児回復室」のことで、病院によっては他の名称で呼ばれることもあります。

Babies are protected by many **machines, etc.**

Incubator: Maintain the baby's body temperature appropriately.

Ventilator: Provide support when breathing is inadequate.

Monitor: Monitor breathing, heart rate, blood pressure, and other vital signs.

Infusion: Administer necessary fluids and medicines.

Feeding tube: Insert a tube to deliver nutrition directly to the stomach when the baby cannot drink breast milk or milk well.

Infection control: Anything that touches the baby is sterilized and disinfected. Doctors and nurses wash their hands and put gloves on before touching babies.

赤ちゃんはたくさんの**機械など**によって守られています。

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滅菌・消毒されています。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。



When my baby reacted to my voice saying, "It's Mom," with a little movement of the arms and legs, tears came to my eyes naturally.

「お母さんだよ」の声に、少しだけ手足を動かして応えてくれた時は、自然と涙が溢れました。

What the family can do for the hospitalized baby

入院中の赤ちゃんにご家族ができること

Visitation 面会

Visitation at the NICU has the important aspect of deepening the connection between mom and dad and the baby, and supporting the baby's development. When moms and dads talk to and smile at their babies, it has a positive effect on their development. What you can do for your baby depends on the situation, so please talk with the staff in charge and make it a time for your family. The visiting time and the number of visitors differ from hospital to hospital, so please check with each hospital.

NICUにおける面会は、ママやパパと赤ちゃんとの繋がりを深め、赤ちゃんの発達を支援するという大切な側面があります。ママやパパがお子さんに話しかけ、笑いかけてあげると、発達に良い影響をもたらしてくれます。状況によって赤ちゃんにしてあげられることが変わりますので、担当スタッフと相談して家族の時間にしてください。面会の時間や人数などは、病院によって違いますので、それぞれの病院に確認してください。

Breast milk 母乳

Breast milk is the best nutrition for babies born early and small. Breastfeeding is said to be effective for mothers to promote the recovery of the uterus and reduce the incidence of diabetes and hyperlipidemia. Since it is difficult for the baby to drink breast milk from the mouth at first, mothers should express breast milk.

Rest, sleep, and relaxation are important for mothers to produce and express breast milk. The family should support the mother as much as possible, such as disinfecting the breast pump. It's also good to give the mother a warm bath or massage her shoulders.

When pumping breastmilk is difficult or not going as expected, please don't hesitate to consult a midwife or nurse at any time.

Some medical institutions have a contract with breast milk banks to receive donated breast milk. Please check with the hospital if it is contracted.

早く小さく生まれた赤ちゃんにとって、母乳はいちばんの栄養です。授乳には、ママにとっても子宮の回復を促したり、糖尿病や高脂血症などの発症頻度を減らす効果があるといわれています。最初は口から母乳を飲むことが難しいため、ママは搾乳をします。

母乳の分泌や搾乳にはママの休息、睡眠、リラックスが大切です。周りのご家族は、搾乳器の消毒など、可能な範囲で、ママをサポートしてあげてください。暖かいお風呂に入ってもらったり、肩のマッサージなどをしてあげるのも良いでしょう。

搾乳が辛いときや、思うようにいかないときは、無理せずに、いつでも助産師や看護師にご相談ください。

また、母乳バンクと契約して、母乳の提供を受けている医療機関もあります。契約している病院かどうかは、病院にご確認ください。

Touch the baby 赤ちゃんに触れてあげること

Babies are born in a sterile condition. By drinking breast milk and being touched by family members, the resident bacteria of the family live in the baby's intestines and skin, and protect them from pathogenic bacteria. It is also said that the warmth transmitted from the palm has an effect to stabilize blood pressure and breathing for both parents and babies. Please touch the baby gently and often.

As a precaution, please disinfect your hands before touching the baby.

赤ちゃんは無菌状態で生まれてきます。母乳を飲むこと、家族に触れてもらうことなどによって、ご家族の常在菌が赤ちゃんの腸や皮膚に住み着き、病原菌から守ってくれます。また、手のひらから伝わる温もりは、親子ともに血圧や呼吸を安定させる効果があるとも言われています。ぜひ優しく、たくさん触れてあげてください。注意点として、赤ちゃんに触れる前には手指消毒をしましょう。

About the baby's brother and sister. お兄ちゃん、お姉ちゃんのこと

When finding out that their mother is suddenly hospitalized and will not come home although the baby was born, the baby's sibling will feel uneasy and lonely. They may suddenly act like a baby or become unstable. These are the reactions seen in older siblings' development.

Even for a short time at home, please make time to face only them, creating the time when they can play the leading role. It might be a good idea to tell them about the hospital visitation or show them the baby's pictures.

ママが急に入院になり、赤ちゃんが生まれたのに、おうちに帰ってこないことなどがわかると、お兄ちゃん・お姉ちゃんもなんとなく不安を感じ、寂しい気持ちになります。急に甘えん坊になったり、気持ちが不安定な様子になることがあるかもしれません。これらは、お兄ちゃん・お姉ちゃんの発達の中で見られる反応です。ご家庭では短時間でも、お兄ちゃんやお姉ちゃんだけに向き合って、主役となる時間を作ってあげてください。面会の様子を話したり、写真を見せてあげるのもいいかもしれません。

What grandma and grandpa can do おじいちゃん、おばあちゃんにできること

Mom and Dad spend their days with anxiety and worry. Grandpa and grandma, please watch over them warmly. If the baby has siblings, please support them by listening to their feelings without denying them. It is also good to help with the housework as much as possible. When the family members feel tired from working too hard, please try to give each other time to rest.

ママ・パパは不安や心配事の中で日々過ごしています。おじいちゃん・おばあちゃんは、あたたかく見守ってあげてください。赤ちゃんにごきょうだいがいる場合には、お兄ちゃんお姉ちゃんの気持ちを否定せずに聞いてあげるなど、サポートもよろしくお願いします。可能な範囲で、家事を手伝ってあげることも良いと思います。ご家族が、頑張りすぎて疲れているように感じるときは、お互いに休息をとるよう心がけてください。



Birth record

生まれた時の記録

Date of Birth
生年月日 _____ Month _____ Day _____ Year _____
年 月 日

Expected delivery date
出産予定日 _____ Month _____ Day _____ Year _____
年 月 日

Gestational age
在胎週数 _____ weeks _____ days
週 日

Height
身長 _____ cm Body weight
体重 _____ g

Head circumference
頭囲 _____ cm Chest circumference
胸囲 _____ cm

To _____ -chan
ちゃんへ

*Please feel free to use this blank space anytime you like for writing your feelings as mom and dad, putting photos or messages from older siblings on it, etc.

※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。

Situation in the NICU and GCU

NICU・GCU での様子

From birth to discharge
産院から退院まで

● Ventilator 人工呼吸器	None / Yes なし ・ あり
● Oxygen therapy 酸素療法	None / Yes なし ・ あり
● Blood transfusions/ Blood products 輸血・血液製剤	Red blood cells / Platelets / Others () 赤血球・血小板・その他 ()
● Incubator admission 保育器収容	None / Yes なし ・ あり
● Tube feeding 経管栄養	None / Yes なし ・ あり
● Retinopathy of prematurity 未熟児網膜症	No treatment / Treatment 治療なし ・ 治療あり
● MRI of the head 頭部MRI検査	None / Yes なし ・ あり
● Surgery 手術 ()	None / Yes なし ・ あり

MEMO



When my baby was so small that I was afraid to touch them, I cautiously wrapped the body in my hands, and the peaceful sleeping face was adorable.

小さ過ぎて触るのも怖かった頃、恐る恐る両手で体を包むと、すやすやと眠る姿が可愛かった。

Baby and family's first times

赤ちゃん和家人のはじめて記念日

Even babies born small surely grow one step at a time, at their own pace. In that process, babies will encounter many "firsts." Keep track of many "firsts" and record how you felt at that time. (First day of holding, first day of bathing, first day of breastfeeding, etc.)

小さ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)

The day we met our baby for the first time

はじめて赤ちゃんにあった日

Month

Day

Year

年 月 日

The day we touched our baby for the first time

はじめて赤ちゃんに触れた日

Month

Day

Year

年 月 日

First time

はじめて

Month

Day

Year

年 月 日

First time

はじめて

Month

Day

Year

年 月 日



Our family is full of first times, like the day we held our baby for the first time and the day our baby was dressed for the first time.

抱っこをした日、お洋服を着た日、記念日だらけの我が家です。

First time

はじめて

Month

Day

Year

年 月 日

First time

はじめて

Month

Day

Year

年 月 日

First time

はじめて

Month

Day

Year

年 月 日

First time

はじめて

Month

Day

Year

年 月 日

First time

はじめて

Month

Day

Year

年 月 日

First time

はじめて

Month

Day

Year

年 月 日

From birth to discharge
お誕生から退院まで



When visiting our girl in hospital, we always saw one of her socks on her head. She seemed to have kicked it off, and it was a barometer of her energy.
面会に行くと、いつも片方の靴下が頭の上にあった娘。蹴りあげて脱いでいたようで、元気のパロメーターでした。

About home medical care

在宅医療ケアについて

This page is for children who need home medical care after they leave the hospital. You should record the medical information at the time of discharge in order to tell your child's condition at another medical institution for the first time or in an emergency.

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。初めてかかる医療機関や緊急時にお子さんの状態を伝えるため、退院時の情報を記録しておきましょう。

< Content of Medical Care > <医療ケアの内容>

Home oxygen therapy 在宅酸素療法	Flow rate 流量	L/min L / 分	Administration time 投与時間	H/day H / 日
Tube feeding 経管栄養	Tube type チューブの種類		Size サイズ	
	Insert length 挿入長	cm	Fixing method 固定方法	
	Content of the infusion 注入物 内容		Injection rate 注入速度	
	Time 時間		Quantity 量	
Tracheotomy 気管切開	Type of cannula カニューレの種類			
Aspiration 吸引	Oronasal catheter 口鼻腔カテーテル		Fr Fr	cm insertion cm挿入
	Endotracheal catheter 気管内カテーテル		Fr Fr	cm insertion cm挿入
Ventilator 人工呼吸器	Model 機種		Settings 設定	
	Wearing time 装着時間			
Others (allergies, etc.) その他 (アレルギー等)				



You're not alone. It was my child who taught me this.

ひとりじゃない。教えてくれたのは我が子です。

What's the corrected age?

修正月齢ってなに？

The development and growth of a preterm baby are considered based on the original due date, not the actual date of birth.

This is called corrected age. It depends on the condition of the child, but before 3 years old, the development and growth are often based on the corrected age.

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。お子さんの状況によりますが、3歳前は修正月齢で発達や成長を考えることが多いです。

Example) A baby born two months before the due date

例) 出産予定日より2か月早く生まれた赤ちゃん

0 months old 生後0か月	➔	Corrected age: minus 2 months 修正月齢 マイナス2か月
1 month old 生後1か月	➔	Corrected age: minus 1 month 修正月齢 マイナス1か月
2 months old 生後2か月	➔	Corrected age: 0 months 修正月齢 0か月
3 months old 生後3か月	➔	Corrected age: 1 month 修正月齢 1か月

If the baby's birthday is January 1 and the due date is March 1

お誕生日 1月1日、予定日 3月1日の場合

➔ On May 1, the baby is 4 months old, and the corrected age is 2 months

5月1日は月齢4か月、修正月齢2か月

MEMO



Be proud of your child who has the strength and courage to fight, and be proud of yourself too! Let's enjoy growing together.

闘う力と勇気を持った我が子、そしてご自身を誇りに思ってくださいね！一緒に成長を喜びましょう。

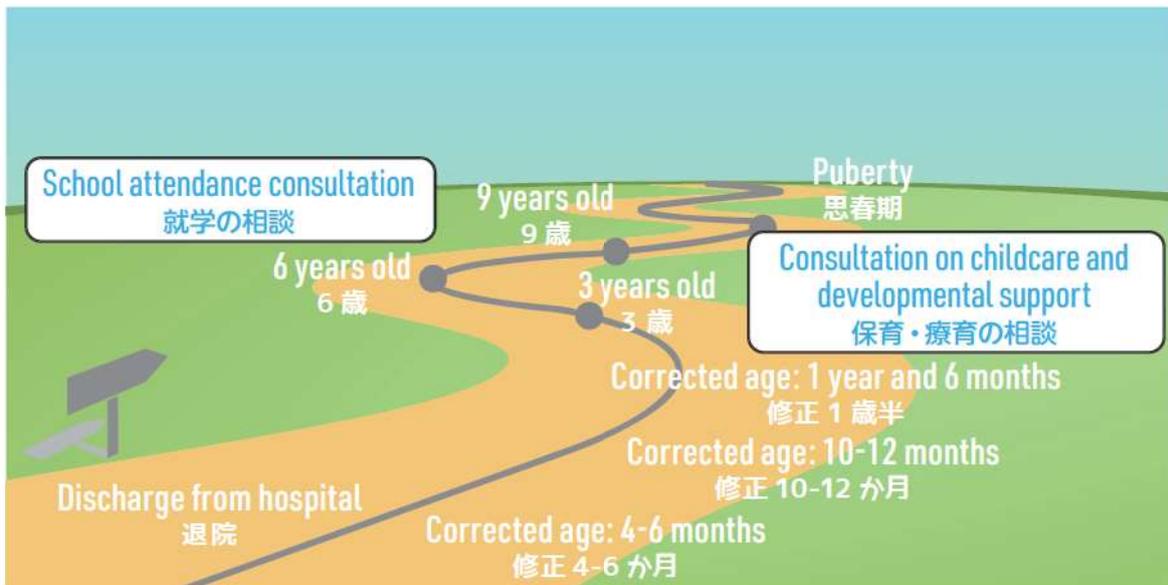
Hospital visit after discharge

退院後の通院

After discharge from the NICU, your child's growth and development will be regularly monitored on an outpatient basis. If you have any concerns or worries, please talk to your doctor at the time of your visit.

NICU 退院後も、外来で定期的にお子さんの成長や発達をみていきます。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。

- Tests to determine the degree of development (developmental testing) are conducted as needed.
- We can guess what your child is good at or not good at through the developmental test.
- Children with SGA short stature at age 3 may be treated with growth hormones.
- 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。
- 発達検査によって、お子さんの得意な事や苦手な事などが推測できます。
- 3歳でSGA 性低身長の場合には、成長ホルモンによる治療対象となることがあります。



Example of hospital visits (from the website of Japan Neonatal Follow-up Study Group)
通院の例 (ハイリスク児フォローアップ研究会ホームページより)

(URL <https://highrisk-followup.jp/schedule/>)

Age 年齢	Frequency of hospital visits 通院の頻度
After discharge to 1 year and 6 months 退院後～1歳半まで	Every 2-3 months 2～3か月毎
1 year and 6 months to 3 years old 1歳半～3歳	Every 6 months 6か月毎
3 to 6 years old 3歳～6歳	1-2 times a year 年に1～2回
6 to 9 years old 6歳～9歳	Once a year 年に1回

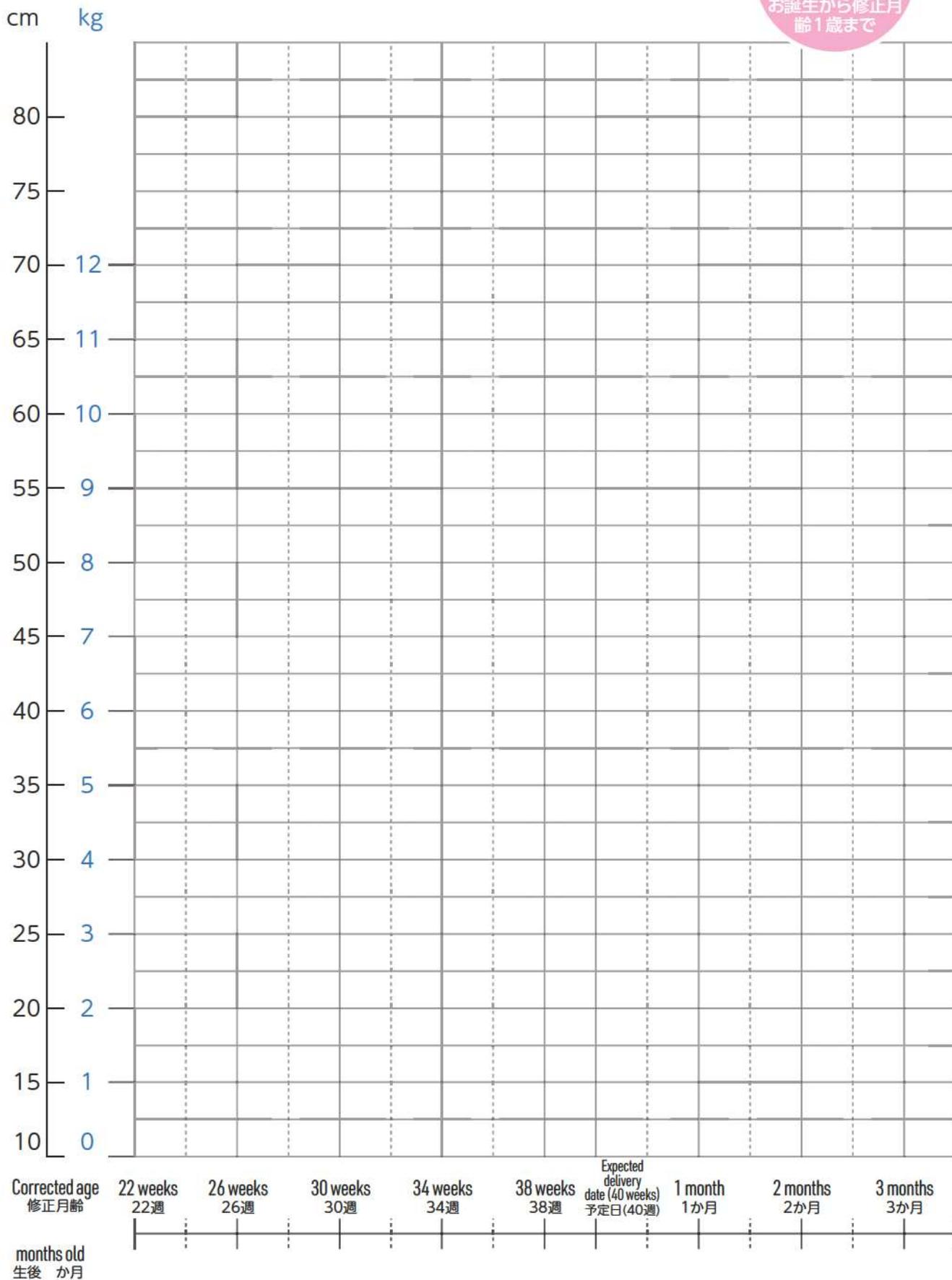
Depending on your child's condition, the age and frequency of hospital visits are different. Please check with your doctor about the specific age and frequency of hospital visits.

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。

Record of growth

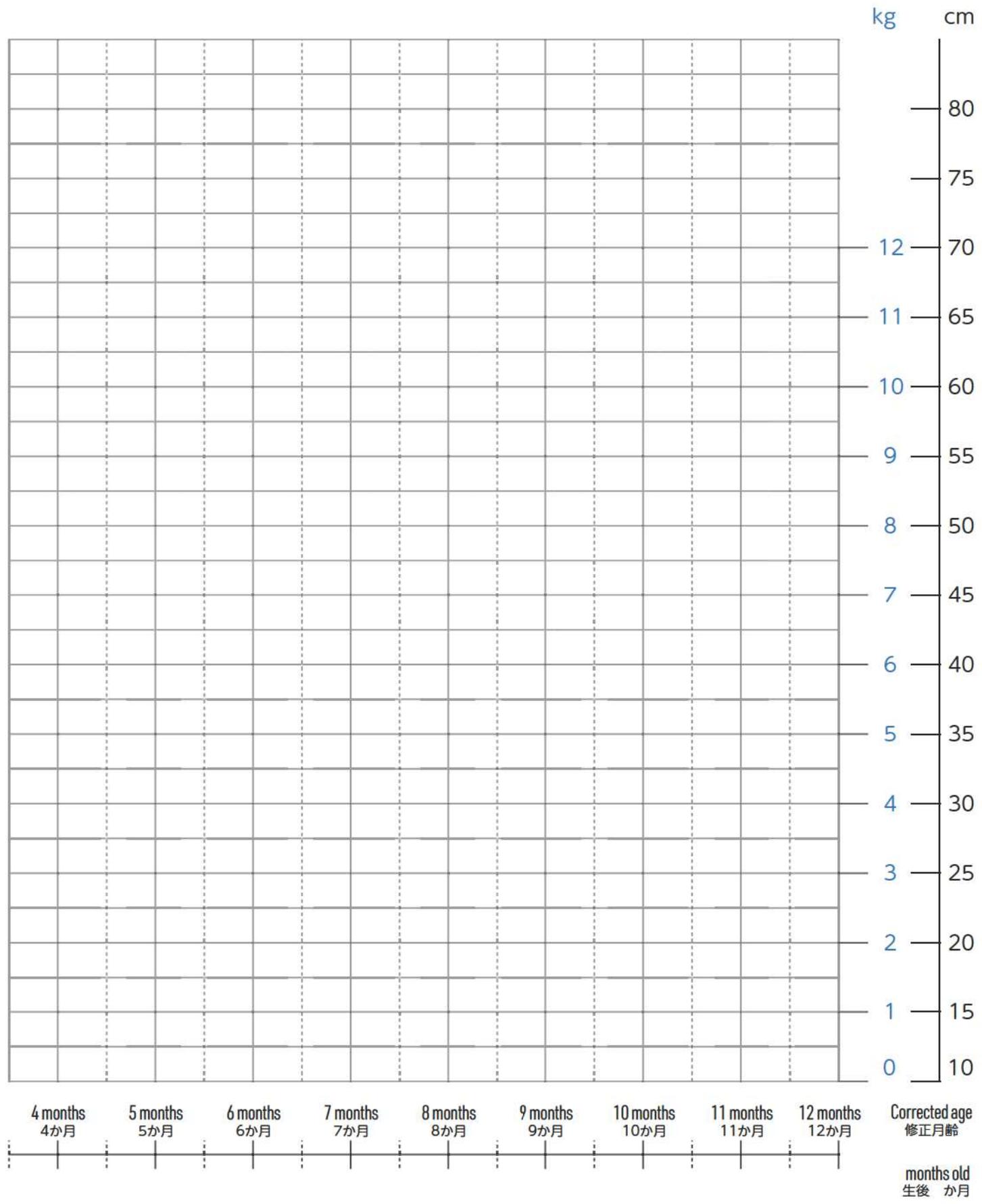
成長の記録

From birth
to corrected
age of 1 year
お誕生から修正月
齢1歳まで



This is a page to record the growth up to a corrected age of 1 year. Please start writing from the week your baby was born, and record the height and weight.

修正月齢で、1歳までの成長を記録するページです。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。



成長記録
Records of growth, etc.

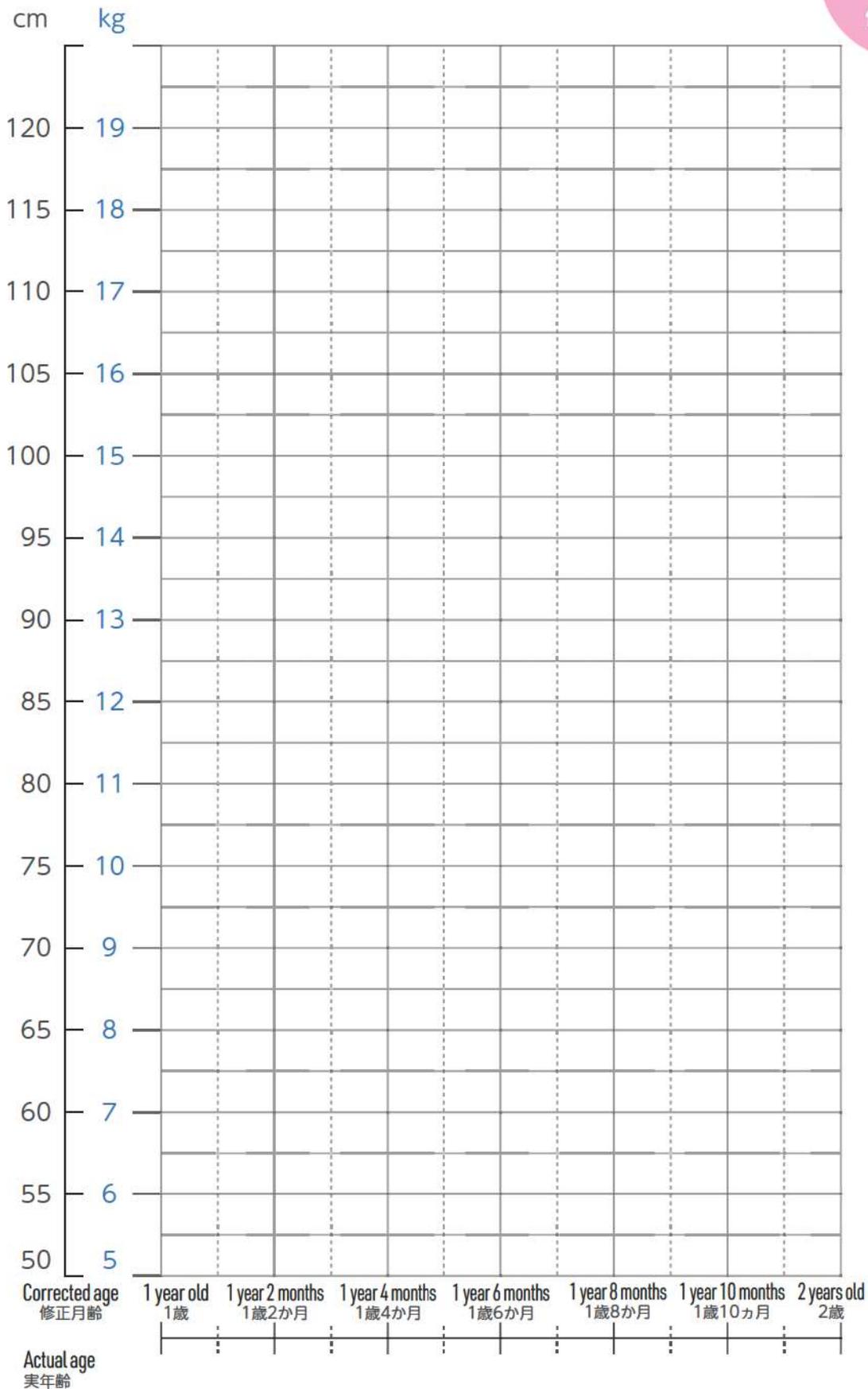
You can write the birthday (X/X) or the age in months with the birthday counted as day 0, below the "corrected age" scale.

「修正月齡」の目盛の下に、お誕生日 (O/O) や、お誕生日を0日とした月齡も書き込めます。

Record of growth

成長の記録

From corrected age
1 year-
修正月齢
1歳～



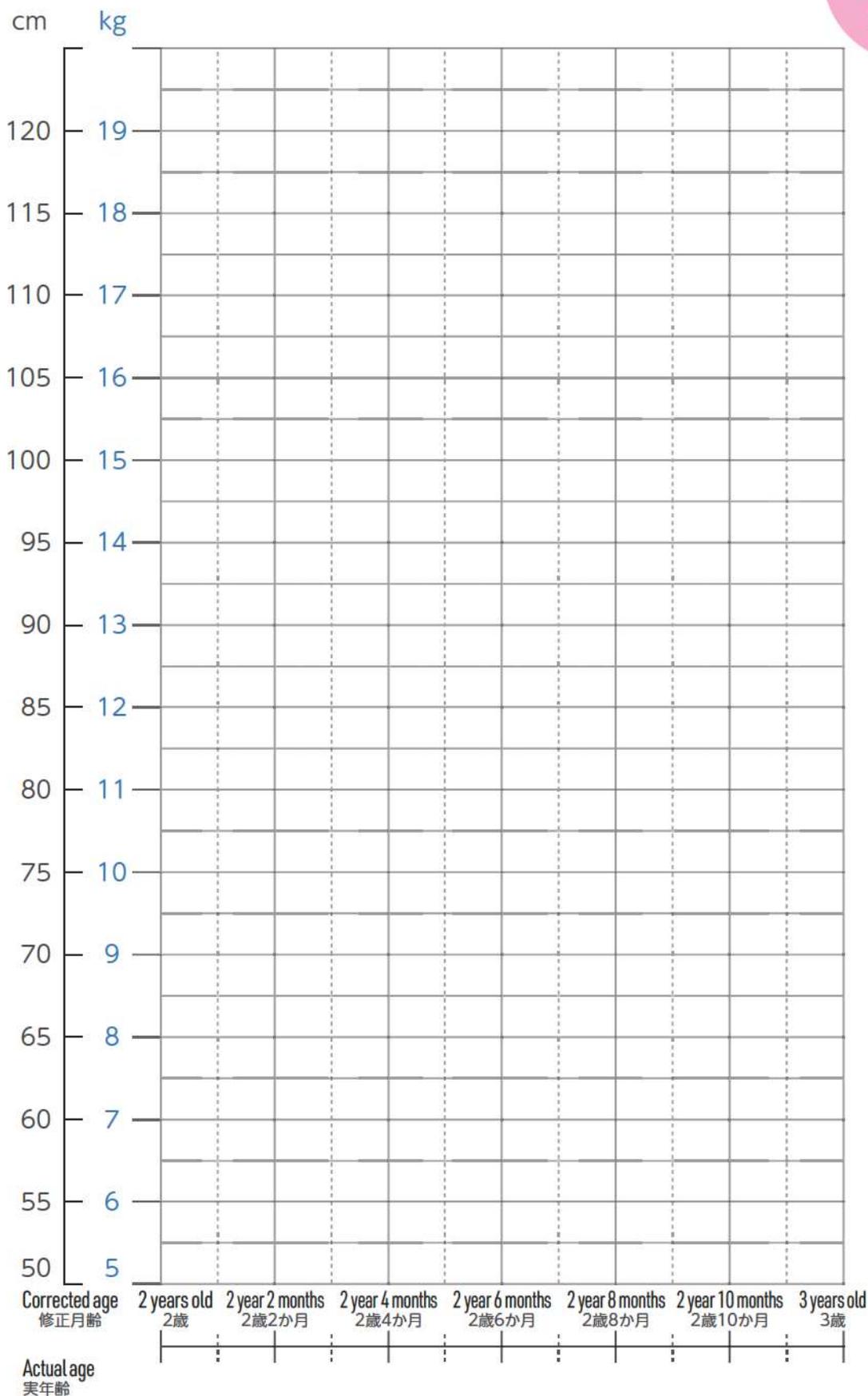
Please continue from the previous page and record the height and weight. You can record the growth up to corrected age 2 years and up to corrected age 3 years (right page).

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。

Record of growth

成長の記録

From corrected age 2 years -
修正月齢 2歳～



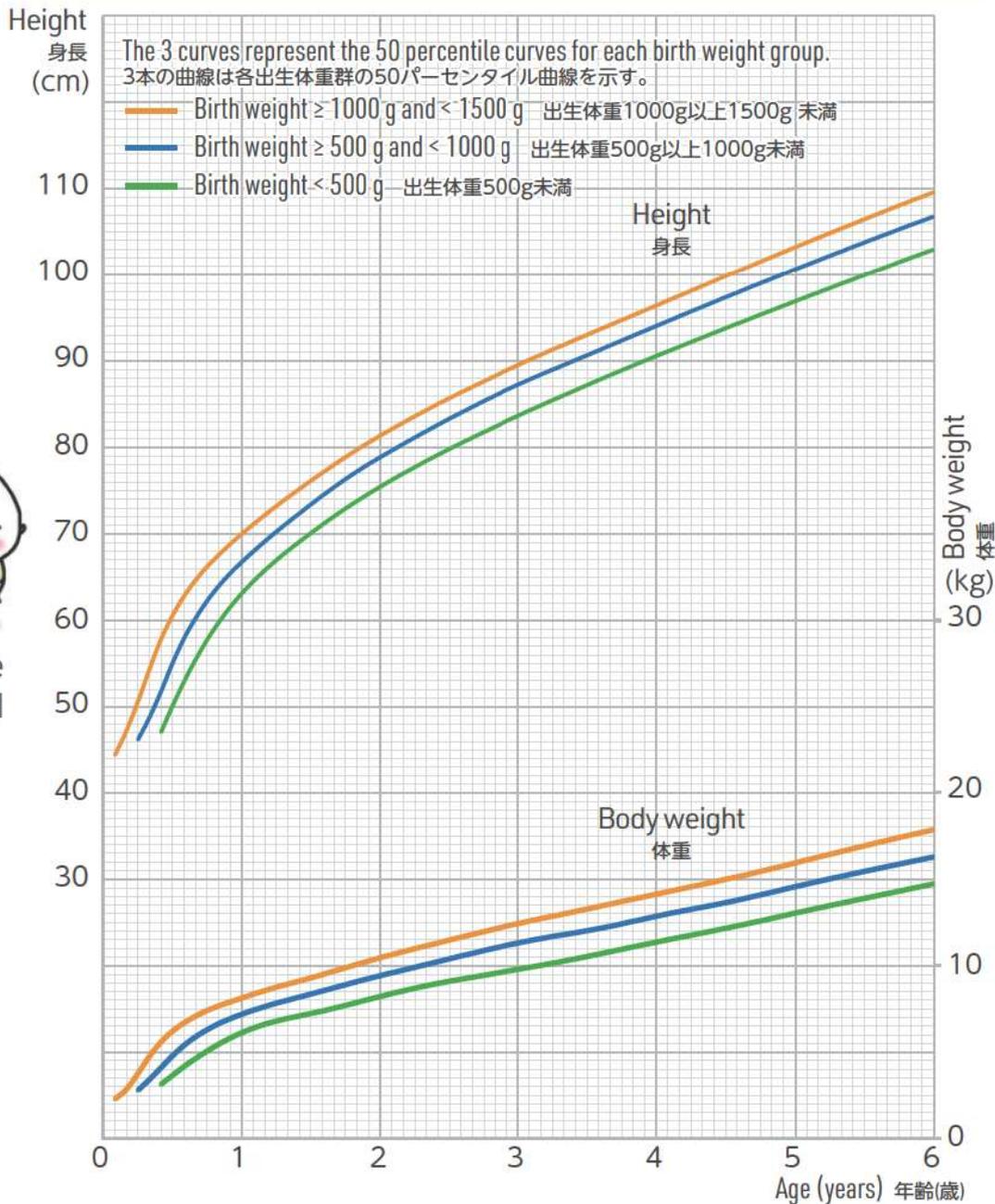
You can also write the age (months) with the birthday counted as day 0, below the corrected age scale.

修正月齢の目盛の下に、お誕生日を0日とした年(月) 齢も書き込めます。

成長の記録
Records of growth, etc.

Physical growth curve in low birth weight infants after discharge from medical institutions: 50th percentile of height and weight (up to 6 years of age)

医療機関退院後の低出生体重児の身体発育曲線 身長・体重の50パーセンタイル値(6歳まで)



This growth curve was created based on a survey of low-birth-weight infants hospitalized at medical institutions. If a baby is in 50th percentile when 100 babies are measured and arranged in descending order of height and weight, that means the baby is in the middle of the distribution, indicating half of the babies measured fall above and half fall below. There are individual differences, so please take it just as a "guideline." The important point is whether the development is in line with the condition of each child.

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パーセンタイル値とは、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。

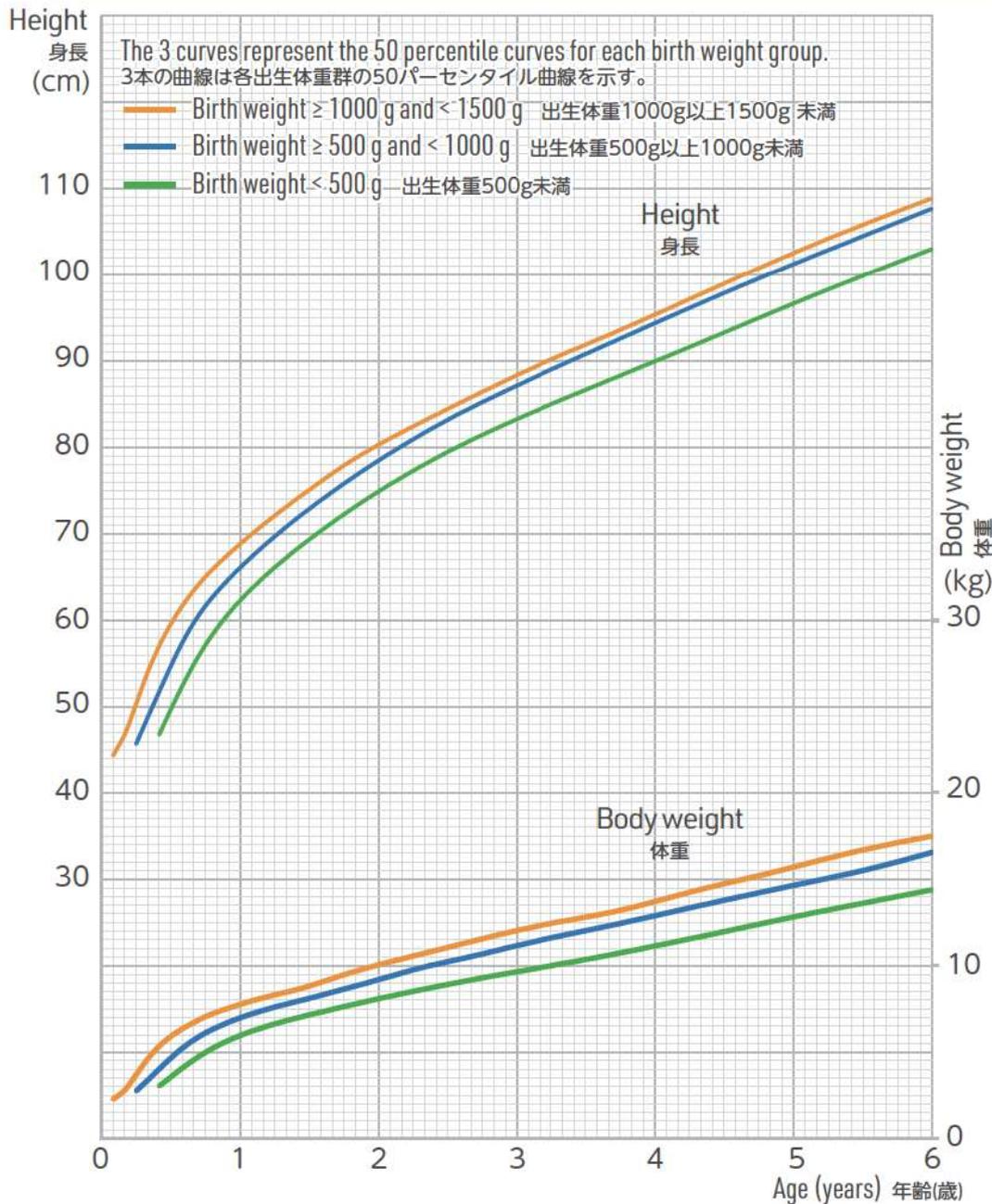


My baby taught me that there is no such thing as "normal" in the world. Every day is a treasure.

世の中に「当たり前」がないことを教えてくれました。毎日が宝物です。

Physical growth curve in low birth weight infants after discharge from medical institutions: 50 percentile of height and weight (up to 6 years of age)

医療機関退院後の低出生体重児の身体発育曲線 身長・体重の50パーセンタイル値(6歳まで)



Female child
女児

記録簿のダウンロード
Records of growth, etc.

If you want to record your child's height and weight using this growth curve, you can download and print this. The website also shows more detailed physical growth curves by birth weight.

Copyright: Ministry of Health, Labour and Welfare Grants-in-Aid for Scientific Research (FY 2021-2022)
(Project for Baby and Infant in Research of health and Development to Adolescent and Young adult)

"Research on the Establishment of Methods to Evaluate Growth and Development of Low Birth Weight Infants" group

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。

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



★ I am now able to face my child in a relaxed manner because my child grows at their own pace.
ゆったりと子どもに向き合えるようになったのは、ゆっくりと成長するわが子のおかげです。

Developmental record

発達の記録

The growth and development of babies differ greatly from child to child, and they grow and develop at their own pace. When you notice the development of your baby, record the date and the age in months. (The following items are often asked at the time of pediatrics consultation and health checkup.)

赤ちゃんの成長と発達は個人差が大きく、それぞれのスピードで成長、発達していきます。赤ちゃんの発達に気付いたら、日付や月齢などを記録しましょう。(小児科の受診や健診のときなどにもよく聞かれる項目です。)

Our eyes met

目が合った

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Smiled

ほほえんだ

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Followed (followed a moving object with the eyes)

追視した

(動くものを目で追った)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Responded to the call

声掛けに反応した

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Neck control (the neck does not wobble when not supported)

首のすわり

(支えなしで首がぐらつかない)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Rolling over

寝返り

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)



My child moves forward slowly, one step at a time. I'm proud of my child for connecting me with so many people.

一歩一歩、ゆっくりと前に進みます。多くの人との縁を結んでくれた我が子を誇りに思います。

Belly crawling

ずりばい

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Crawling

はいはい

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Sitting

(sit without support)

お座り

(支えがなくても座れる)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Pulling to stand

つかまり立ち

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Walking with support

つたい歩き

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Walking alone

ひとりで歩く

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Understanding simple words

(come on, give it to me, etc.)

簡単な意味の言葉

(おいで、ちょうだい) などが分かる

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)



I was just crazy about protecting my little life. Now that we can live under the same roof, I feel all the hard work was worth it.

ただ目の前の命を守ることに無我夢中でした。同じ屋根の下で暮らせる今、頑張ってきて良かったと思えます。

If you notice anything else, please add it here. 他に気づいたことはこちらにどうぞ。

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

Month Day Year years and months old
(corrected age: years and months old)
年 月 日 歳 か月
(修正 歳 か月)

成長記録
Records of growth, etc.

★ Even if it's an ordinary thing, it makes me many times happier when my daughter gets more "I did it."
当たり前のことでも、娘達の「できた」が増えると何倍も嬉しいです。

Record of childcare

育児の記録

1 month old
Corrected age:
months

生後1か月
修正 か月

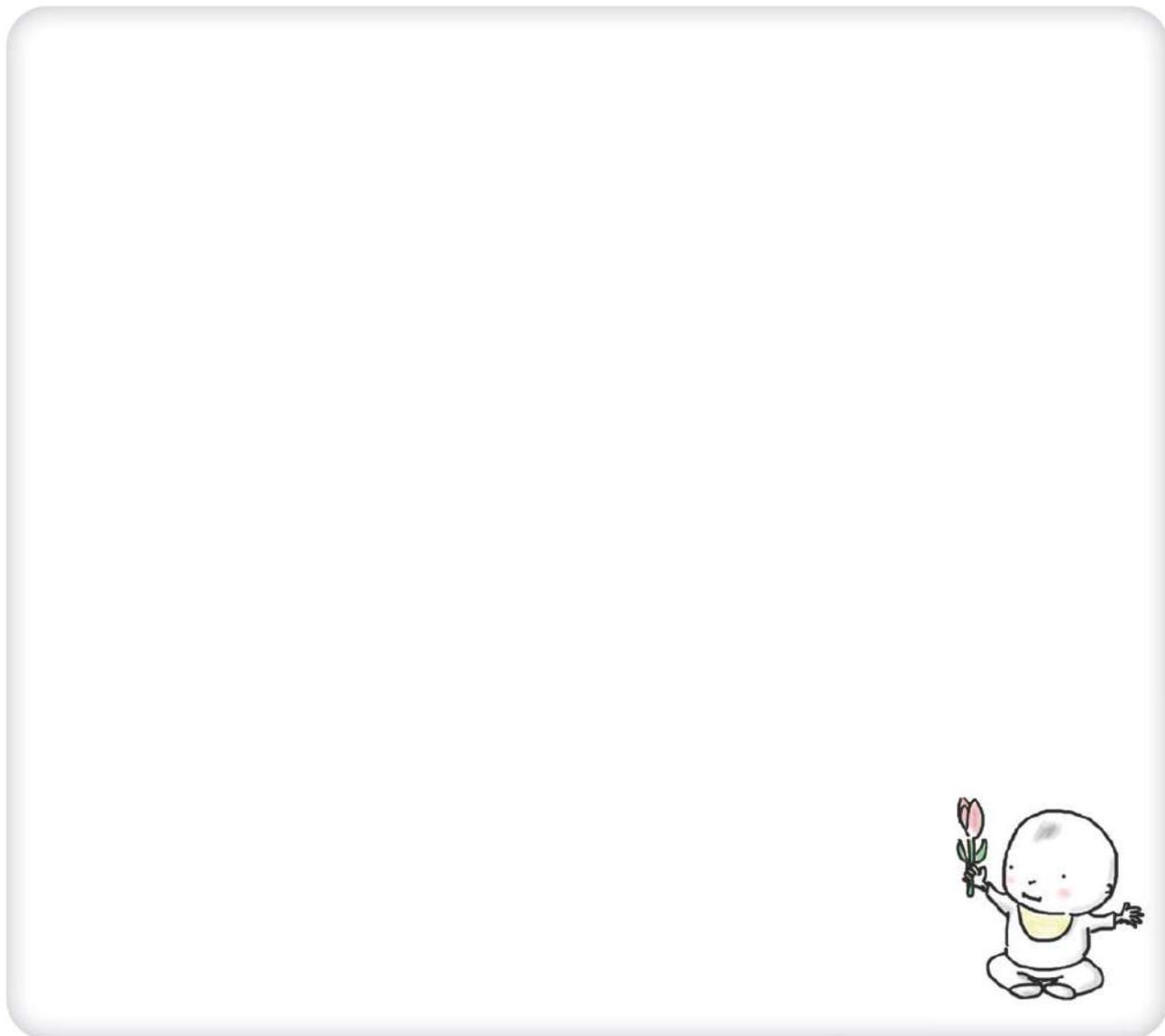
Month _____ Year _____
年 月 日

Height
身長 _____ cm

Body weight
体重 _____ g

Head circumference
頭囲 _____ cm

Chest circumference
胸囲 _____ cm



When my baby was born, I was very anxious and worried, but now I am happy every day. Thank you.

生まれたときは不安で心配でたまりませんでした。今は毎日幸せです。ありがとう。

Record of childcare

育児の記録

2 months old
Corrected age:
months

生後2か月
修正 か月

Month

Day

Year

年

月

日

Height

身長

_____ cm

Body weight

体重

_____ g

Head circumference

頭囲

_____ cm

Chest circumference

胸囲

_____ cm



Even now I can't forget the moment my baby grasped my finger in the incubator, and that experience is my treasure.

保育器に入れた私の指を、握り返してくれたことが今でも忘れられない宝物です。

Record of childcare

育児の記録

3 months old
Corrected age:
months

生後3か月
修正 か月

Month

Day

Year

年

月

日

Height

身長

_____ cm

Body weight

体重

_____ g

Head circumference

頭囲

_____ cm

Chest circumference

胸囲

_____ cm



育児の記録
Records of growth, etc.



A baby's will to try to live is really strong. It makes you feel a lot of small growth.

赤ちゃんの生きようとする力は本当に強いです。小さな成長をたくさん感じさせてくれますよ。

Record of childcare

育児の記録

4 months old
Corrected age:
months

生後4か月
修正 か月

Month

Day

Year

年

月

日

Height

身長

_____ cm

Body weight

体重

_____ g

Head circumference

頭囲

_____ cm

Chest circumference

胸囲

_____ cm



Holding my child for the first time and feeling the warmth are precious memories for me.

初めての抱っこ、温もりは私のかげがえのない思い出です。

Record of childcare

育児の記録

5 months old
Corrected age:
months

生後5か月
修正 か月

Month

Day

Year

年

月

日

Height

身長

_____ cm

Body weight

体重

_____ g

Head circumference

頭囲

_____ cm

Chest circumference

胸囲

_____ cm



Mom, you're great. You've made one miracle.

お母さん、あなたは立派です。奇跡を一つ起こしたのですから。

Record of childcare

育児の記録

6 months old
Corrected age:
months

生後6か月
修正 か月

Month

Day

Year

年

月

日

Height

身長

_____ cm

Body weight

体重

_____ g

Head circumference

頭囲

_____ cm

Chest circumference

胸囲

_____ cm



My son, who used to look small in the incubator, is now a high school student who's bigger than me. He is so cocky now.

保育器が大きく見えた息子も今では、私より大きな高校生。生意気ですよ。