



140

公沖小協第 4 号
平成24年4月11日

社団法人沖縄県医師会
会長 宮城 信雄 殿

公益社団法人沖縄県小児保健協
会長 玉那覇 榮



平成24年度親子健康手帳（沖縄版）の改訂について




日頃より沖縄の小児保健活動にご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。
さて、昨年12月28日厚生労働省の母子保健法施行規則の一部改正に伴い母子健康手帳内容が大幅に改正され、平成24年4月1日施行となりました。
そのことを踏まえ、沖縄版親子健康手帳も下記のとおり改訂いたしましたので、貴会員への周知方のご配慮をお願い申し上げます。

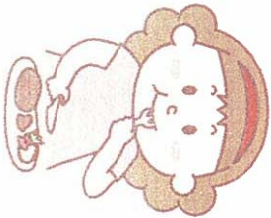
記

変更の要点	改訂版	旧版
1 妊娠・分娩の際のリスクに関する情報	追記 部分的	
2 妊婦健康診査の記録欄	追加 p25 ~ 27	
3 妊婦等の自由記載欄	追加 p11 p17 p19	
4 胆道閉鎖症等、生後1か月前後に便色の異常を呈する疾患の早期発見のため	新生児の便色カード 綴りこみ p178の次へ	—
5 乳幼児身体発育曲線及び幼児の身長体重曲線	平成22年度調査 p120 ~ 130	平成12年度調査 p114 ~124
6 予防接種欄	沖縄バージョン版の変更 p134 ~ 142	p128 ~136
7 その他		

赤ちゃんの発育と母体の変化

～妊娠初期～

月週	第2月 (4～7週)	第3月 (8～11週)	第4月 (12～15週)
赤ちゃんの成長			
お母さんの体の変化	<ul style="list-style-type: none"> ● 目・耳・鼻および心臓など各器官の形成が始まります。後半には、心臓の動きが確認できます。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 四肢の区別ができるようになり、活発に動き始めます。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 外性器が発育し、性別が判定できるようになります。男の子？女の子？どちらが生まれるか楽しみですね。
お父さんのサポート	<ul style="list-style-type: none"> ● つわりが始まるので、少しずつ食べられるものを食べましょう。 ● だるさ、眠気、イライラなどの精神的変化が始めます。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 尿の回数が多くなり、便秘になりやすくなります。 ● つわりがあり、口の中が汚れやすいので歯みがきをしましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ● つわりがおさまり食欲が出てくるので、食べ過ぎに注意しましょう。



妊婦自身の記録 (1)

ご自身の体調や妊婦健康診査の際に尋ねたいこと、赤ちゃんを迎える両親の気持ちなどを書き留めておきましょう。

<妊娠2か月> 妊娠4週～妊娠7週 (月 日 ～ 月 日)

<妊娠3か月> 妊娠8週～妊娠11週 (月 日 ～ 月 日)


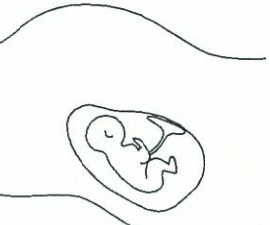
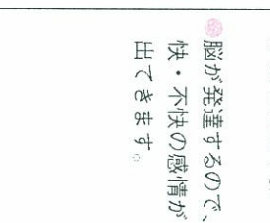
※妊娠・出産について気軽に相談できる人を見つけておく心安いです。

<妊娠4か月> 妊娠12週～妊娠15週 (月 日 ～ 月 日)

※妊娠初期の血液検査結果を確認しましょう(以降も各種検査結果について確認しましょう)。※里帰り出産を予定している場合は、医師や助産師、家族と話し合い、準備しましょう。

赤ちゃんの発育と母体の変化

～妊娠中期～

月/週	第5月 (16～19週)	第6月 (20～23週)	第7月 (24～27週)
赤ちゃんの成長			
お母さんの体の変化	<ul style="list-style-type: none"> ● 乳房が大きくなるので、きついブラジャーにしませう。 ● 早い人は、胎動を感じます。感動！ 	<ul style="list-style-type: none"> ● おなかがせり出します。 ● 陰部・乳首のまわりが黒ずんできます。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 脳が発達するので、快・不快の感情が出てきます。 ● 貧血になりやすくなります。
お父さんのサポート	<ul style="list-style-type: none"> ● 安産を目指して二人で妊婦体操をしましょう。 ● お母さんのおなかに耳や手を当てて、おなかの赤ちゃんに語りかけましょう。 ● お母さんがリラックスできれば、赤ちゃんもリラックスできます。 		

妊婦自身の記録 (2)


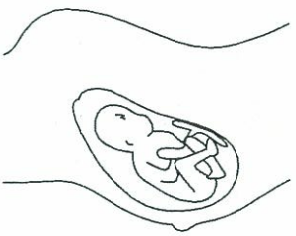
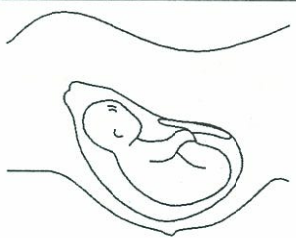

ご自身の体調や妊婦健康診断の際に尋ねたいこと、赤ちゃんを迎える両親の気持ちなどを書き留めておきましょう。

<妊娠5か月>	妊娠16週～妊娠19週	(月 日) ～ (月 日)
※働く女性・男性のための出産、育児に関する制度を確認しましょう。		
<妊娠6か月>	妊娠20週～妊娠23週	(月 日) ～ (月 日)
※胎動を感じた時の気持ちを書いておきましょう。		
<妊娠7か月>	妊娠24週～妊娠27週	(月 日) ～ (月 日)

※妊婦健康診断は必ず受けましょう。
妊娠中は、気がかりなことがなくとも、身体にはいろいろな変化が起こっています。きちんと妊婦健康診断を受けましょう。

赤ちゃんの発育と母体の変化

～妊娠後期～

月/週	第8月 (28～31週)	第9月 (32～35週)	第10月 (36～39週)
赤ちゃんの成長	 <ul style="list-style-type: none"> 聴覚が完成します。(お父さん・お母さん、けんかしないでね！) 皮下脂肪が徐々に厚くなり、赤ちゃんらしくなります。 	 <ul style="list-style-type: none"> 肺機能が完成します。 心臓や胃が圧迫され、一度にたくさんの方が食べられなくなるので、回数を増やしましょう。 	 <ul style="list-style-type: none"> 胎外生活の準備ができ、いつ生まれてもよい状態になります。
お母さんの体の変化	<ul style="list-style-type: none"> 動悸・息切れ・胃のむたれを感じやすくなります。 妊娠高血圧症候群が出やすくなります。 無理のない程度に体を動かしましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんが少しずつ下がってくるので、胃の圧迫感がなくなり、食欲が出ます。 	
お父さんのサポート	<ul style="list-style-type: none"> ベビ用品・入院準備用品を一緒に確認しましょう。 出産の補助動作や呼吸法を二人で練習しましょう。 おなかの赤ちゃんにゆったり語りかけましょう。(お母さんにもね！) 急な入院に備えて、仕事を調整しておきましょう。 		

妊婦自身の記録 (3)

ご自身の体調や妊婦健康診査の際に尋ねたいこと、赤ちゃんを迎える両親の気持ちなどを書き留めておきましょう。

<妊娠8か月> 妊娠28週～妊娠31週 (月 日 ～ 月 日)	
<妊娠9か月> 妊娠32週～妊娠35週 (月 日 ～ 月 日)	
<妊娠10か月> 妊娠36週～妊娠39週 (月 日 ～ 月 日)	
※ 出産に備えて連絡先や分娩施設に持参するものを確認しておきましょう。 ※ 出産や産後の生活について、不安な点や不明な点はかかりつけの医療機関や保健師などに相談しましょう。	
妊娠40週～ (月 日 ～)	出産日： 年 月 日
※ 赤ちゃん誕生を迎えた両親の気持ちを記入しておきましょう。	

※ 出血や破水、おなかの強い張りや痛み、胎動の減少を感じたら、すぐに医療機関で受診しましょう。

妊娠中の経過 (2)

1 妊娠経過

診察 月日	妊娠 週数一日	子宮 底長 cm	腹囲 cm	血圧	浮腫 浮腫	尿蛋白 たんぱく	尿糖

2 乳児期
3 幼児期
4 小学生から
5 養育曲線と計測値
6 予防接種
7 食生活
8 事故防止
9 諸制度

出産前後の居住地	住所	電話
妊娠・分娩に係る 緊急連絡先 (知らせて欲しい人)	氏名 氏名 氏名	電話 電話 電話
分娩施設への方法	自家用車・タクシー・徒歩・その他 ()	所要時間 () 時間 () 分 ()
出産前後、家事や育児を手伝ってくれる人		

このページは担当者が替わった場合でも参考になります。
診察を受けるときはいつも持参しましょう。

その他の検査 (血液検査、血糖、 超音波など)	体重 kg	特記事項 (安静・休養などの指示や切迫早産 等の産科疾患や合併症など)	施設名または 担当者名

不規則抗体	年 月 日	日実施
子宮頸がん検診	年 月 日	日実施
HCV抗体	年 月 日	日実施
HIV抗体	年 月 日	日実施
HTLV-1抗体	年 月 日	日実施

※出血・破水・おなかの強い張りがあつたらすぐみてもらいましょう。


2 乳児期
3 幼児期
4 小学生から
5 養育曲線と計測値
6 予防接種
7 食生活
8 事故防止
9 諸制度


誕生の記録 赤ちゃん誕生おめでとうございます

お父さん・お母さんの感想を書きましょう。

命名の由来

お父さん、お母さんで押してください。





1歳になったら“麻しん・風しん(MR)”の
予防接種を受けましょう

出産の状態

このページは産後なるべく早く記入してもらいましょう。

妊娠期間	妊娠	週	日
分娩日時	年	月	日 午前・午後 時 分
分娩の経過	頭位 ・ 骨盤位 ・ その他 () フォータースコア (点) 特記事項		
分娩方法			
分娩所要時間	出血量	少量 ・ 中量 ・ 多量 (ml)	
輸血(血液製剤含む)の有無	無 ・ 有 ()		
出産時の児の状態	性別・数	男 ・ 女 ・ 不明	単 ・ 多 (胎)
		計測値	体重 g 身長 cm
特別所見・処置	位置	胸囲 cm	頭囲 cm
		新生児仮死 → (死亡 ・ 蘇生) ・ 死産	
証明	出生証明書 ・ 死産証書 ・ 出生証明書及び死亡診断書 (死胎検案書)		
出生の場所	医師 その他		
分娩取扱者氏名	助産師		

出産後の母体の経過

出産後・退院時の診察のときに記入してもらいましょう。

産後日数	子宮復古	悪露	乳房の状態	血圧	尿蛋白	尿糖	体重 kg	備考
	良・否	正・否		/	— 十 卅	— 十 卅		
	良・否	正・否		/	— 十 卅	— 十 卅		
	良・否	正・否		/	— 十 卅	— 十 卅		

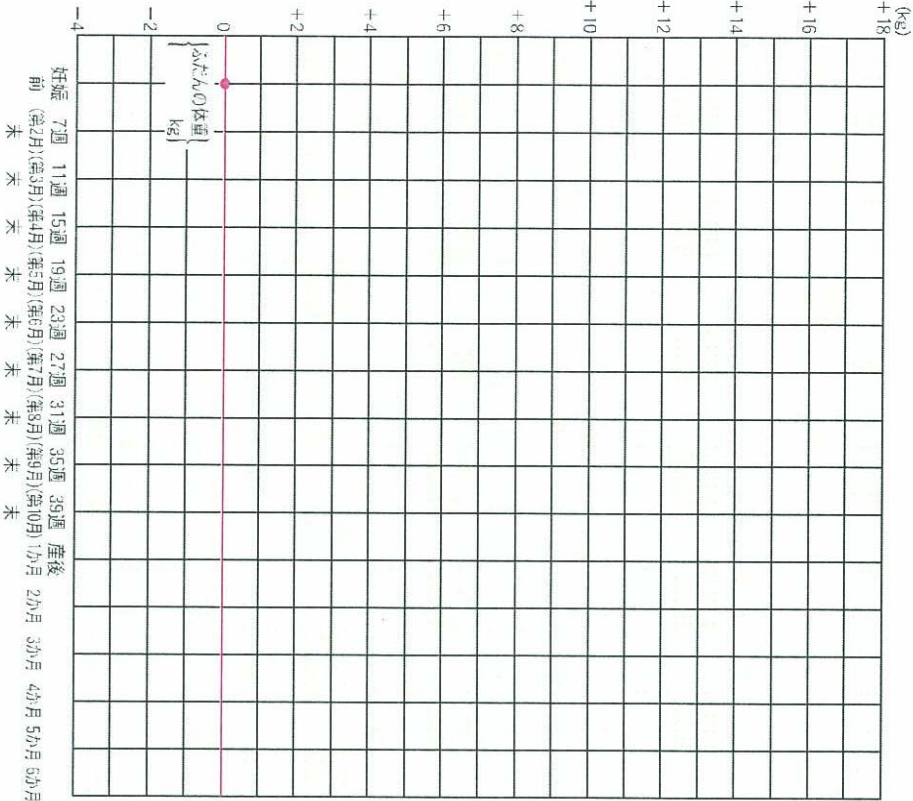
母親自身の記録

- 赤ちゃんと初めてお乳を飲ませたのは生後 () 時間目です。
- そのとき、与えたお乳は (母乳・人工乳) です。
- 気分が流んだり涙もろくなったり、何もやる気になれないといったことがありますか。
いいえ ・ はい ・ 何ともいえない
- 産後、気がついたこと、変わったことがあれば医師、助産師などに相談しましょう。
- チャイルドシートは準備されていますか。 はい ・ いいえ

入浴	産後 日 (月 日)	家事開始	産後 日 (月 日)
家事以外の労働開始	産後 日 (月 日)	月経再開	年 月 日
家族計画指導	なし ・ あり (医師・受胎調節実地指導員・助産師)		年 月 日

妊婦中と産後の体重変化の記録

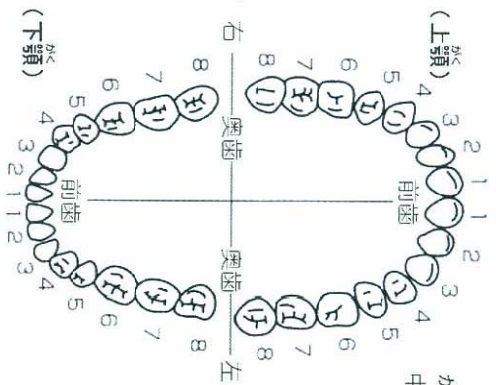
体重は健康のよい指標です。特に妊娠中と産後は体重の増減が異常発見の手がかりにもなりますから、自分で記入して参考にしましょう。



妊娠前又はごく初期の体重を0にして、その後の体重の増減を目盛りに従って、点で記入してつなぎましょう。産後6か月くらいで妊娠前の体重に戻したものです。

妊婦中と産後の歯の状態

妊娠から産後にかけて、むし歯や歯周病が急増する時期です。出産前に一度お口の健康をチェックしてみましょう。



歯の状態記号：未処置○歯C
健全歯△喪失歯△処置歯○

初回診査	年	月	日
妊 娠			
むし歯	処置歯	未処置歯	本 本
歯 石	なし	あり	
歯周疾患	なし	歯肉炎・歯周炎	
その他			
指導メモ			
施設名または担当者名			

8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8
8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8

年	月	日	診査	施設名または担当者名											
8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8
8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8

※むし歯や歯周病などの病気は妊娠中に悪くなりやすいものです。歯周病は早産等の原因となることがあるので注意し、歯科医師に相談しましょう。
※歯科医師にかかるときは、妊娠中であることを話してください。

母親(両親)学級受講記録

このページは妊婦自身で記入してください。

2 乳見期	3 幼児期	4 小学生から	5 養育由縁と計別値	6 予防接種	7 食生活	8 事故防止	9 諸制度
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	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	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	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
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	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	年 月 日	年 月 日	年 月 日	年 月 日

健康相談・子育て教室等の記録

2 乳見期	3 幼児期	4 小学生から	5 養育由縁と計別値	6 予防接種	7 食生活	8 事故防止	9 諸制度
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	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	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	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
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	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	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	年 月 日	年 月 日

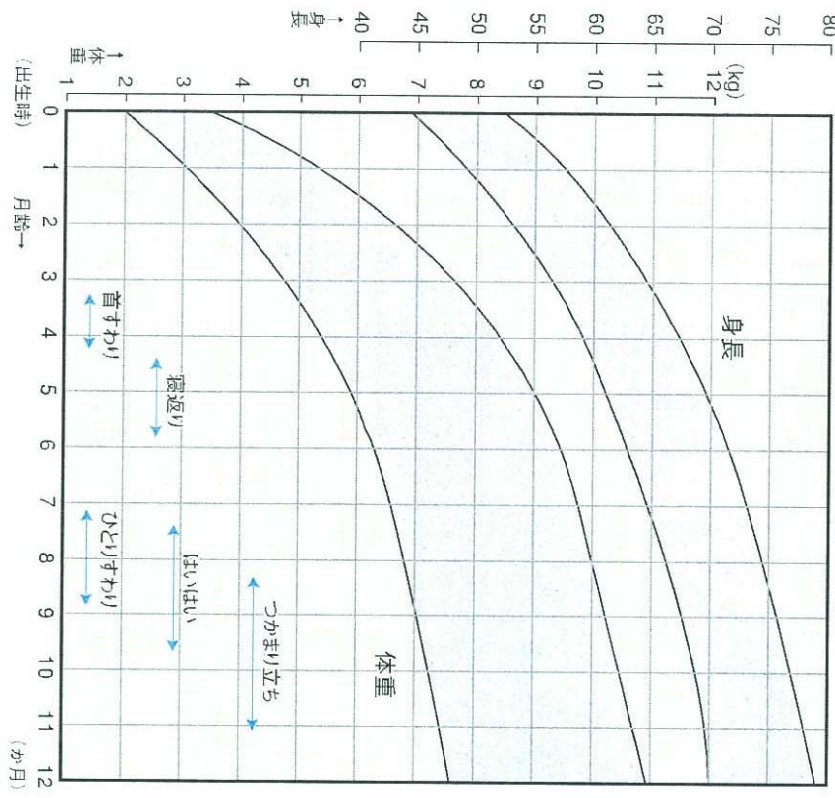
名称・内容等

5 発育曲線と計測値

乳児身体発育曲線 (平成22年調査)

● 子どもの体重や身長をこのグラフに記入すると、健康に育っていることの確認になるほか、からだの異常や生活環境の変化の早期発見にもなります。保育園・幼稚園で測った記録もグラフにつけてみましょう。

男の子 (12か月まで)

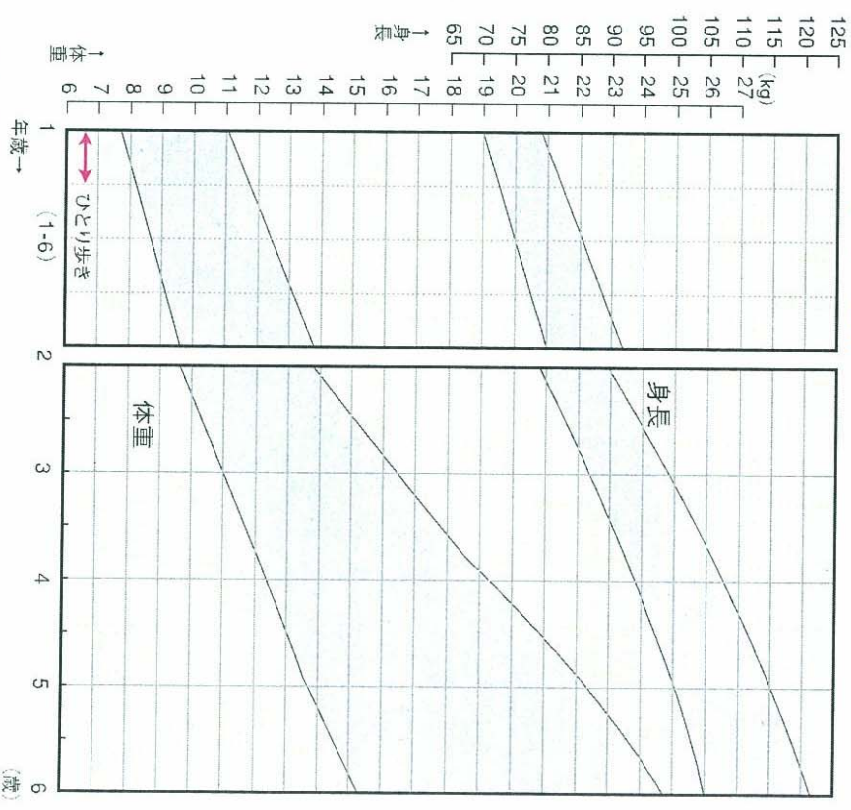


首すわり、寝返り、ひとりすわり、はいはい、つかまり立ち及びひとり歩きの矢印は、約半数の子どもができるようになる月・年齢から、約9割の子どもができるようになる月・年齢までの目安を表したものです。お子さんができるようになったときに矢印で記入しましょう。

幼児身体発育曲線 (平成22年調査)

● 子どもの体重や身長をこのグラフに記入しましょう

男の子 (1~6歳)



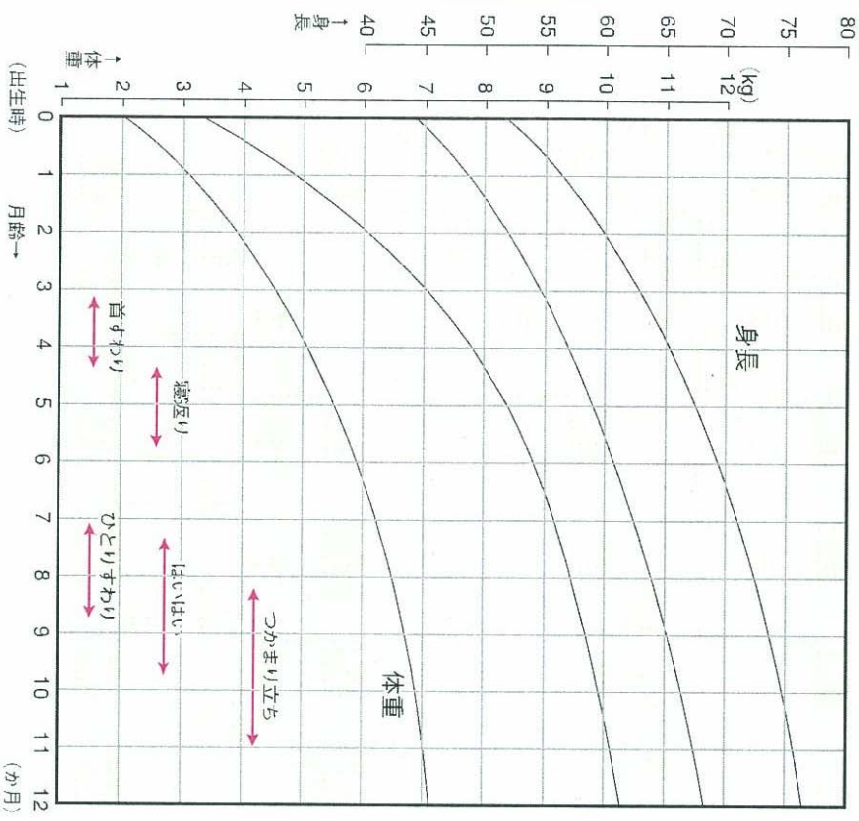
身長と体重のグラフ：帯の中には、各月・年齢の94パーセントの子どもの値が入ります。乳幼児の発育は個人差が大きいです。このグラフを一応の目安としてください。なお、2歳未満の身長は標かせて測り、2歳以上の身長は立たせて測ったものです。

- 1 妊娠経過
- 2 乳児期
- 3 幼児期
- 4 小学生から
- 5 発育曲線と計測値
- 6 予防接種
- 7 食生活
- 8 事故防止
- 9 諸制度

乳児身体発育曲線 (平成22年調査)

● 子どもの体重や身長をこのグラフに記入すると、健康に育っていることの確認になるほか、からだの異常や生活環境の変化の早期発見にもなります。保育園・幼稚園で測った記録もグラフにつけてみましょう。

女の子 (12か月まで)

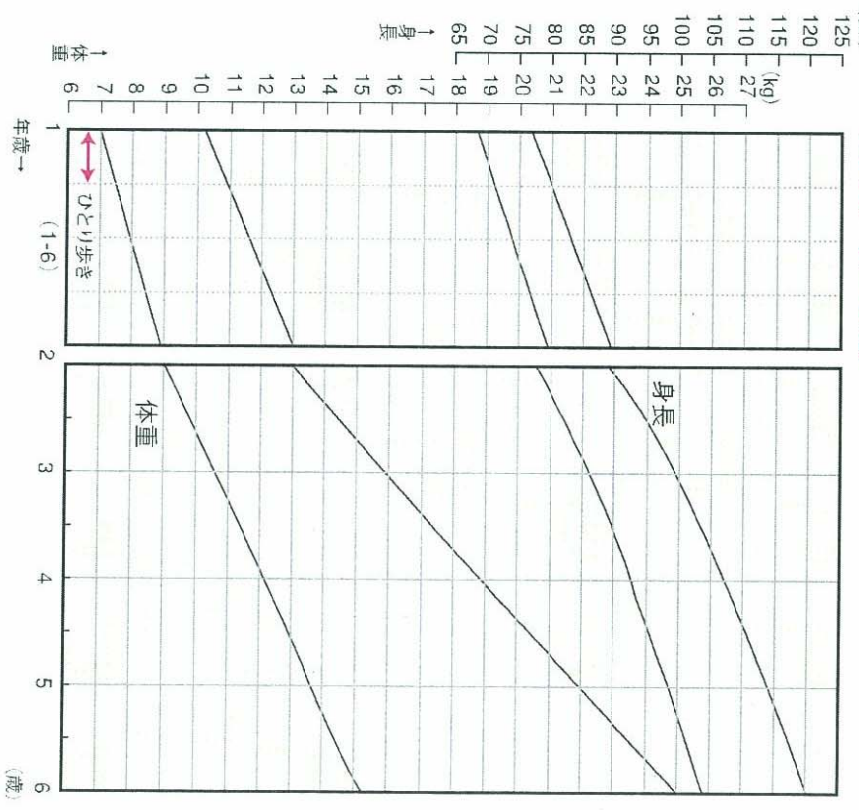


首すわり、寝返り、ひとり歩き、はいはい、つかまり立ち及びひとり歩きの矢印は、約半数の子どもができるようになる月・年齢から、約9割の子どもができるようになる月・年齢までの目安を表したものです。お子さんができるようになったときに記入しましょう。

幼児身体発育曲線 (平成22年調査)

● 子どもの体重や身長をこのグラフに記入しましょう

女の子 (1~6歳)

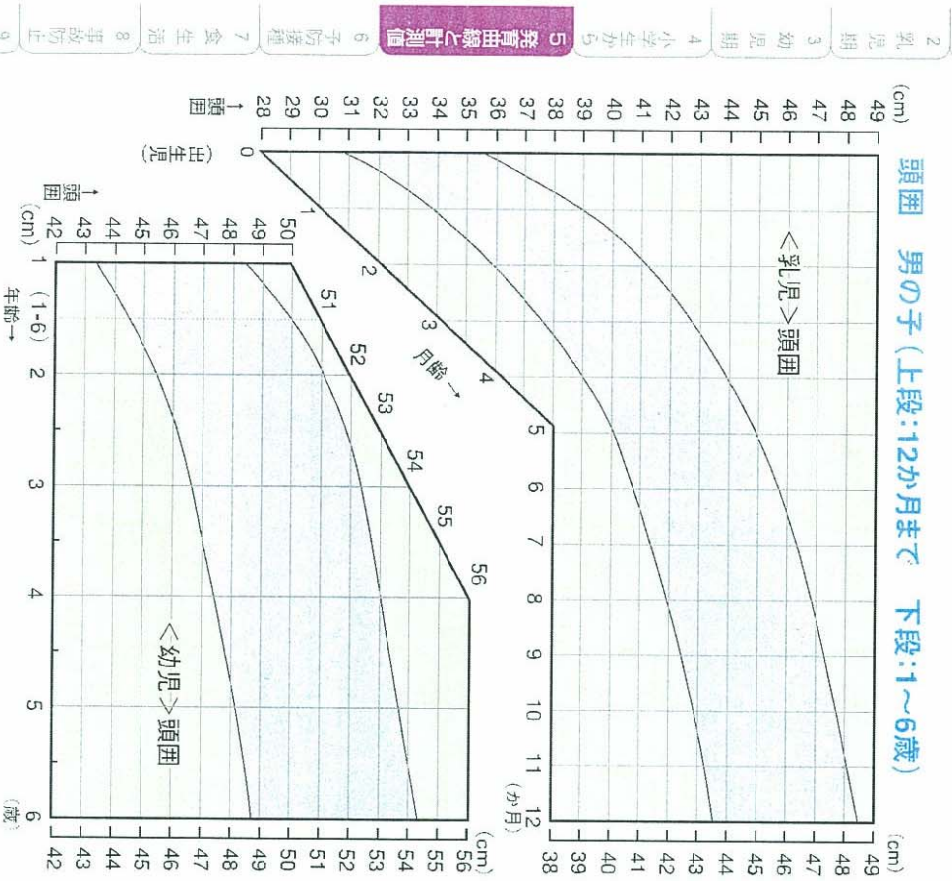


身長と体重のグラフ：帯の中には、各月・年齢の94パーセントの子どもの値が入ります。乳幼児の発育は個人差が大きいです。このグラフを一応の目安としてください。なお、2歳未満の身長は標かせて測り、2歳以上の身長は立たせて測ったものです。

- 1 妊娠経過
- 2 乳児期
- 3 幼児期
- 4 小学生から
- 5 発育曲線と計測値
- 6 予防接種
- 7 食生活
- 8 事故防止
- 9 諸制度

乳幼児身体発育曲線 (平成22年調査)

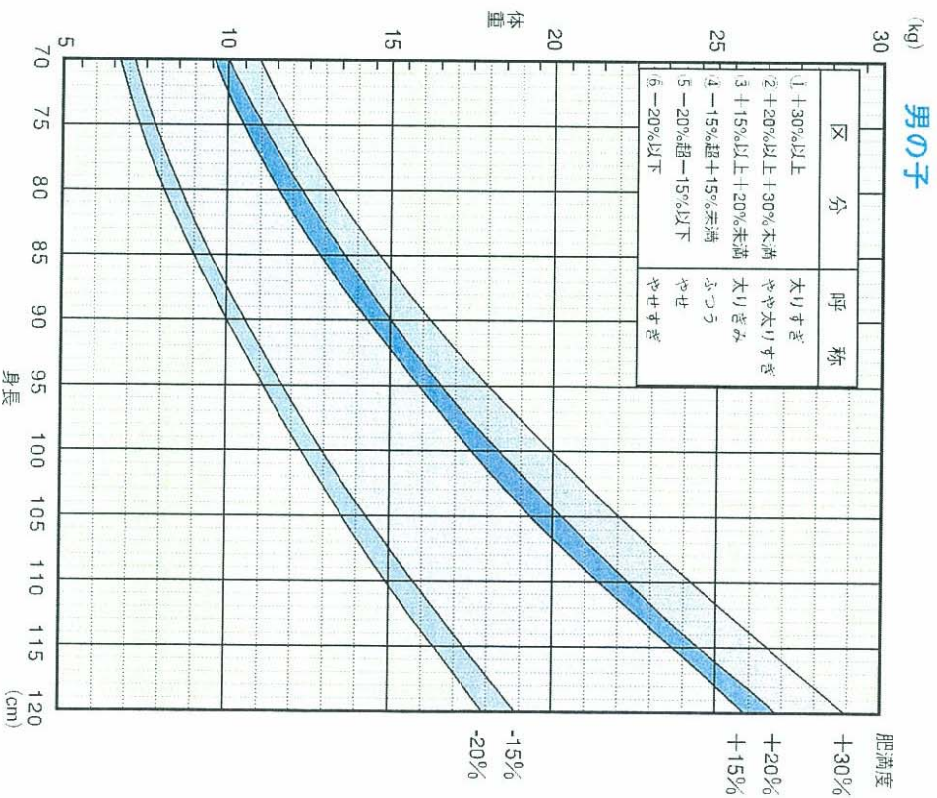
● 子どもの頭囲をこのグラフに記入しましょう ●



頭囲のグラフ：帯の中に94パーセントの子どもの値が入ります。なお、頭囲は左右の眉の直上を通るようにして測ったものです。

幼児身長・体重発育曲線 (平成22年調査)

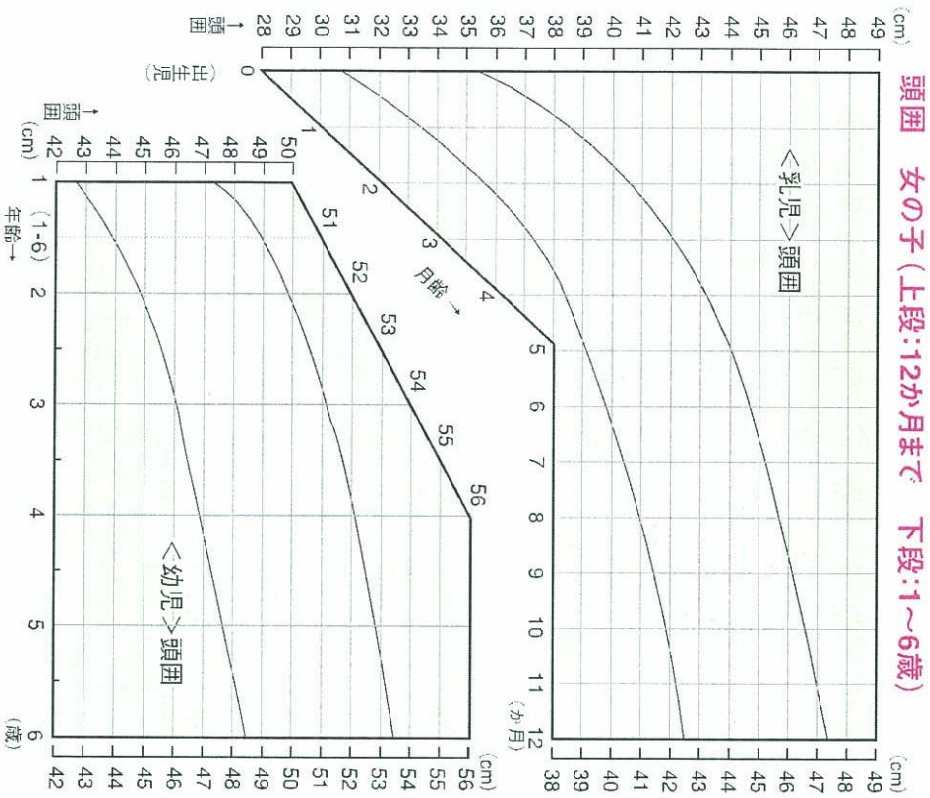
● 子どもの体重と身長が交差する点をグラフに記入しましょう ●



子どものからだつきは成長とともに変化し、個人差も大きいのですが、この曲線を肥満とやせの一応の目安としてください。「ふつう」に入らないからといってただちに異常というわけではありませんが、心配な場合は医師等に相談しましょう。身体計測を行ったときはこのグラフに記入し、成長に伴う変化をみるようにしましょう。

乳幼児身体発育曲線 (平成22年調査)

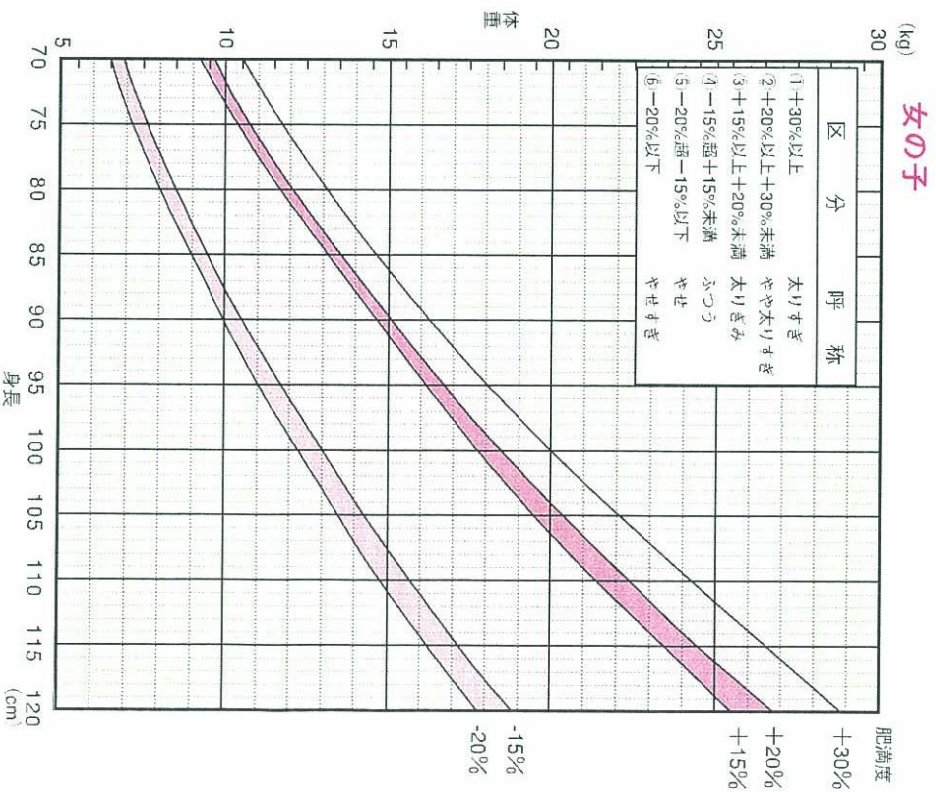
● 子どもの頭囲をこのグラフに記入しましょう ●



頭囲のグラフ：帯の中に94パーセントの子どもの値が入ります。なお、頭囲は左右の眉の直上を通るようにして測ったものです。

幼児身長・体重発育曲線 (平成22年調査)

● 子どもの体重と身長が交差する点をグラフに記入しましょう ●



子どものからだつぎは成長とともに変化し、個人差も大きいのですが、この曲線を肥満とやせの一応の目安としてください。「ふつう」に入らないからといってただちに異常というわけではありませんが、心配な場合は医師等に相談しましょう。身体計測を行ったときはこのグラフに記入し、成長に伴う変化をみるようにしましょう。

- 1 妊娠経過
- 2 乳児期
- 3 幼児期
- 4 小学生から
- 5 発育曲線と計測値
- 6 予防接種
- 7 食生活
- 8 事故防止
- 9 諸制度

- 1 妊娠経過
- 2 乳児期
- 3 幼児期
- 4 小学生から
- 5 発育曲線と計測値
- 6 予防接種
- 7 食生活
- 8 事故防止
- 9 諸制度

小学生になってからも発育の様子をグラフに表しましょう

◎成長曲線 (P129、130) の使い方

学校の健康診断で測定した記録を子どもが持ち帰ってきます。その記録を見て132、133ページに転記し、男の子は129ページ、女の子は130ページのグラフに記入してみましょう。

グラフの描き方：測定年月日から子どもが何歳何か月かを計算し、それを横軸にとります。次に身長または体重の測定値を縦軸にとつて、2つの交点に印をつけます。

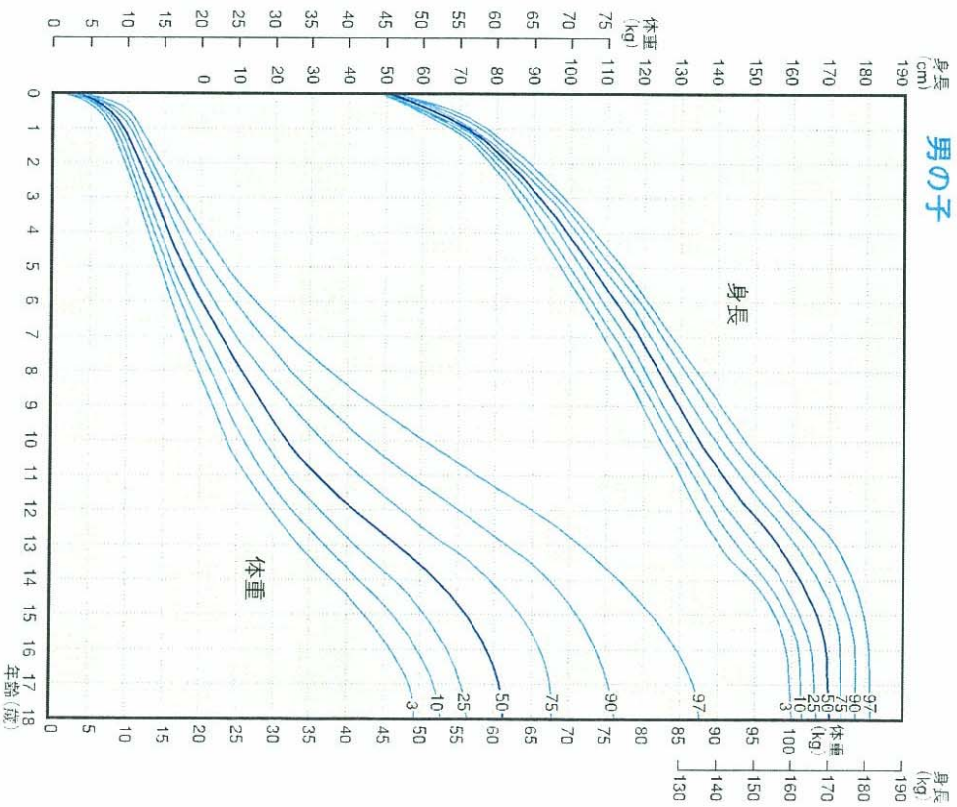
この目が成長曲線のどのあたりにくるかは、その子が太柄か小柄か、といった個性によるものです。また、身長や体重はいつも一定が増えるのではなく、季節によっても変化するので、細かい間隔で測るほど変動がみられるのが普通です。しかし、以前に比べて身長が全く伸びていなかったり、体重が急激に減ったり増えたりして曲線を横切り、パーセントイル値が大きく変わることがあれば、グラフを持って医療機関に相談してください。体重が増えたり減ったりと変動の激しい場合は、心身に何らかの異常が起きているサインです。

体の発育と思春期

思春期には、身長が急に伸びる「思春期スパート」といわれる現象が起こります。これは一般的に女子の方が男子より2年ほど早く始まるため、小学校高学年では女子の方が男子よりも大きくなり、中学生になると男子がぐんと伸びて女子を追い抜きます。思春期は体にとって大変重要な時期です。この時期にダイエットなどで偏った食生活をする、筋肉や骨、内臓の発育にも悪影響を及ぼし、十分な発育が達成できなくなってしまうです。生涯にわたる健康な体を作るため、バランスのとれた食事・運動・睡眠が大切なことをご家族でよく話し合ってください。

身長・体重成長曲線

●子どもの体重や身長をこのグラフに記入しましょう



- 身長と体重を記入して、その変化を見てください。
- 身長、体重は、曲線のカーブにそっていきましょう。
- 体重は、異常に上向きになっていませんか。
- 体重は、低下していませんか。

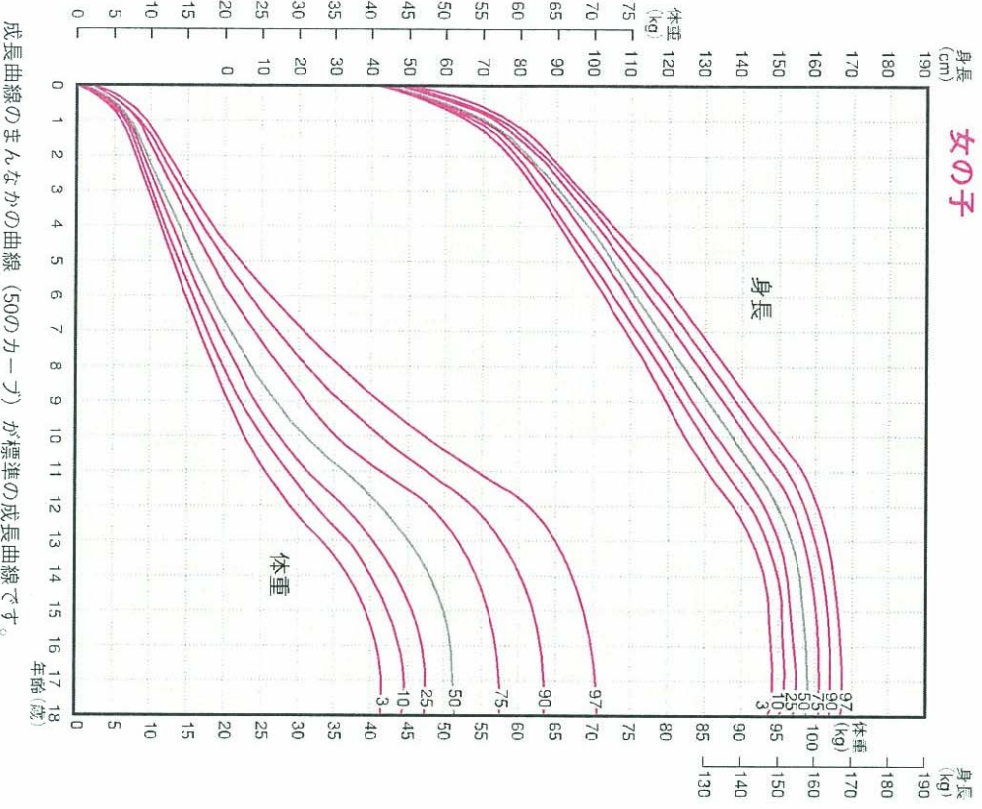
1	妊娠経過
2	乳児期
3	幼児期
4	小学生から
5	発育曲線と計測値
6	予防接種
7	食生活
8	事故防止
9	諸制度

1	妊娠経過
2	乳児期
3	幼児期
4	小学生から
5	発育曲線と計測値
6	予防接種
7	食生活
8	事故防止
9	諸制度

身長・体重成長曲線

●子どもの体重や身長をこのグラフに記入しましょう●

- 1 妊娠経過
- 2 乳児期
- 3 幼児期
- 4 小学生から
- 5 発育曲線と計測値
- 6 予防接種
- 7 食生活
- 8 事故防止
- 9 諸制度



(出典) 「食を通じた子どもの健全育成（「いわゆる「食育」の視点から）」のあり方に関する検討会」報告書 <http://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/02/s0219-4.html>

身長・体重等の発育の様子について感想を記入しましょう。

- 1 妊娠経過
- 2 乳児期
- 3 幼児期
- 4 小学生から
- 5 発育曲線と計測値
- 6 予防接種
- 7 食生活
- 8 事故防止
- 9 諸制度

学年毎の記録

小学生の記録

学年	検査日 年月日	身長 cm	体重 kg	座高 cm	むし歯 本数	視力 右・左	検尿
小学校1年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
小学校2年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
小学校3年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
小学校4年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
小学校5年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
小学校6年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白

学年毎の記録

中学生以降20歳までの記録

学年 年齢	検査日 年月日	身長 cm	体重 kg	座高 cm	むし歯 本数	視力 右・左	検尿
中学校 1年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
中学校 2年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
中学校 3年生	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
16歳	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
17歳	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
18歳	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
19歳	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
20歳	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白
	• • •						糖 たん白

6 予防接種

感染症から子ども（本人はもちろん、まわりの子どもたちも）を守るために、予防接種は非常に効果の高い手段の一つです。子どもたちの健康を守るために予防接種の効果と副反応をよく理解し、予防接種を受けましょう。

◎予防接種の種類（平成23年12月末現在）

予防接種には、予防接種法に基づき市町村が実施する定期接種（対象者は予防接種を受けるよう努力する）と、対象者の希望により行う任意接種があります。市区町村が実施する予防接種の種類や補助内容の詳細については、市区町村などにご確認ください。

- 子どもの定期接種：ジフテリヤ・百日せき・破傷風（DPT）、麻しん（はしか）・風しん、日本脳炎、BCG（結核）、モリオ（急性灰白髄炎）
- 子どもの主な任意接種：インフルエンザ菌13型（Hib）、小児肺炎球菌、ヒトパピローマウイルス、水痘（水ぼうそう）、おたふくかぜ、B型肝炎、インフルエンザ ロタウイルス

※ 下線の予防接種は、毒性の弱い細菌、ウイルス又は毒性を弱めた細菌、ウイルスを生きたまま使う生ワクチンです。次の予防接種を行う日までの間隔を27日間（4週間）以上空ける必要があるため、注意が必要です（不活化ワクチンは次の予防接種までの間隔は6日（1週間）以上）。

※ 必要な場合は、複数のワクチンを同時に接種することが可能ですので、かかりつけ医と相談しましょう。

◎予防接種を受ける時期

市区町村が実施している予防接種は、予防接種の種類、実施内容とともに、接種の推奨時期についても定められています。それぞれの予防接種を実施する推奨時期は、お母さんから赤ちゃんにあげていた免疫効果の減少、感染症にかかりやすい年齢、かかった場合に重症化しやすい年齢などを考慮して設定されています。生後2か月から接種できるものもあるので、早めに、市区町村、保健所、市町村保健センター、かかりつけ医に問い合わせましょう。

◎予防接種を受ける時に

予防接種を受けに行く前に、体温を計り、予防接種の注意事項をよく読み、予防接種に必要事項を正確に記入して、親子健康手帳とともに持って行き、子

どもの健康状態をよく知っているといる保護者が連れて行き、不安なことがある場合は、医師に相談しましょう。

◎予防接種を受けられないことがあります

からの調子が悪い場合には、予防接種を受けたために病気が悪化したり、副反応が強くなったりすることがあります。子どもが下記のような場合には、予防接種を受けられないことがあります。

1. 熱がある、又は急性の病気がかかっている
2. 過去に同じ予防接種を受けて異常を生じたことがある
3. 特定の薬物や食品にアレルギーがある

これ以外にも予防接種を受けるのに不適当な場合もありますし、また、病気があっても受けた方がよい場合もありますので、子どもの健康状態をよく知っているかかりつけ医に相談しましょう。

◎予防接種を受けた後に

重篤な副反応は、予防接種後30分以内に生じることが多いため、その間は、医療機関等で様子を見るか、又は医師とすぐに連絡をとれるようにしておきましょう。入浴は差し支えありませんが、注射した部位をわざとこすることやめましょう。接種当日は、はげしい運動は避けましょう。高い熱が出たり、ひきつけを起こしたり異常が認められれば、すぐに医師の診察を受けましょう。

万が一、認可された予防接種で健康被害が生じた場合は、補償制度があります。また、接種の記録として親子健康手帳へ記入されたり、予防接種済証が発行されたりしますが、就学時健康診断や海外渡航などの際に活用されますので、大切に保管しましょう。

◎指定された日時に受けられなかった場合

予防接種には、複数にわたって受けなければならないものもあります。指定日に接種を受けられなかったときには、かかりつけ医に相談しましょう。

1	妊娠経過
2	乳児期
3	幼児期
4	小学生から
5	療育相談と計測
6	予防接種
7	食生活
8	事故防止
9	産科

1	妊娠経過
2	乳児期
3	幼児期
4	小学生から
5	療育相談と計測
6	予防接種
7	食生活
8	事故防止
9	産科

予防接種の記録

Immunization Record

0歳児で受けましょう

ワクチンの種類 Vaccine	予定 (推奨年齢) 接種年月日 Y/M/D	ロット Lot No. 備考 (Remarks) 左:Left 右:Right	接種者署名 Physician
BCG ジフテリア・ 百日せき・ 破傷風 Diphtheria・ Pertussis・ Tetanus	予定 / / (3か月~5か月)	備考 左・右	
	1回 / / (3か月)	備考 左・右	
	2回 / / (1回の3~8週間以内)	備考 左・右	
	3回 / / (2回の3~8週間以内)	備考 左・右	
	1回 / /		
	2回 / /		
ポリオ Polio Vaccine	1回 / /		
	2回 / /		

※予防接種は、接種医のアドバインズや市区町村の集団接種スケジュールにより前後することもあります。また、月齢などにより回数が増えることもあります。
 ※予防接種は同時接種も可能です。かかりつけ医にご相談ください。
 ※ポリオの2回目は市町村により12か月以降に接種することもあります。12か月に
 なたつたら、麻しん・風しんの予防接種を優先させていただきます。
 ○薬剤などのアレルギー記入欄

任意接種

ワクチンの種類 Vaccine	予定 (推奨年齢) 接種年月日 Y/M/D	ロット Lot No. 備考 (Remarks) 左:Left 右:Right	接種者署名 Physician
B型肝炎 (HB)	1回 / / (2か月)	備考 左・右	
	2回 / / (1回目から4週間後)	備考 左・右	
	3回 / / (2回目から20~24週間後)	備考 左・右	
肺炎球菌 (13V見用) (PCV7)	1回 / / (2か月)	備考 左・右	
	2回 / / (1回目から4週間後)	備考 左・右	
	3回 / / (2回目から4週間後)	備考 左・右	
ヒブ (インフルエンザB型菌) (Hib)	1回 / / (2か月)	備考 左・右	
	2回 / / (1回目から4週間後)	備考 左・右	
	3回 / / (2回目から4週間後)	備考 左・右	
ロタウイルス (Rota Virus)	1回 / / (生後6週から)	備考 左・右	
	2回 / / (生後24週0日まで)	備考 左・右	

※DPTとの同時接種も可能です。かかりつけ医にご相談ください。

1歳になったら受けましょう

ワクチンの種類 Vaccine	予定 (推奨年齢) 接種年月日 Y/M/D	ロット Lot No. 備考 (Remarks) 左:Left 右:Right	接種者署名 Physician
麻疹 (はしか)・ 風しん Measles・Rubella	1 期 (12か月)	備考 左・右	
	追加 (3回目の1年後)	備考 左・右	
ジフテリア・百日せき・ 破傷風 Diphtheria・Pertussis・ Tetanus 第1期初回追加	/	備考 左・右	

任意接種

ワクチンの種類 Vaccine	予定 (推奨年齢) 接種年月日 Y/M/D	ロット Lot No. 備考 (Remarks) 左:Left 右:Right	接種者署名 Physician
水痘 (みずぼうそう) Chickenpox	予定 (12か月以降)	備考 左・右	
	追加 (5歳~7歳未満)	備考 左・右	
流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ) Mumps	予定 (12か月以降)	備考 左・右	
	追加 (5歳~7歳未満)	備考 左・右	
肺炎球菌 (小児用) (PCV7)	4 回 (12か月、前回から 60日以上あける)	備考 左・右	
	追加 (3回目から1年後)	備考 左・右	
ヒブ (インフルエンザb型菌) (Hib)	4 回	備考 左・右	

※肺炎球菌 (小児用)・ヒブワクチンは、接種開始年齢で接種回数が変わります。
1歳以上で開始する時：肺炎球菌2回 (60日以上あけて接種)、ヒブ1回のみ
2歳以上で開始する時：肺炎球菌1回

就学する前に受けましょう

ワクチンの種類 Vaccine	予定 (推奨年齢) 接種年月日 Y/M/D	ロット Lot No. 備考 (Remarks) 左:Left 右:Right	接種者署名 Physician
日本脳炎 Japanese Encephalitis 第1期初回	1 回 (3歳)	備考 左・右	
	2 回 (1回目の1~4週間以内)	備考 左・右	
麻疹・風しん Measles・Rubella	追加 (4歳)	備考 左・右	
	2 期 (就学前・年間)	備考 左・右	

小学生で受けましょう

ワクチンの種類 Vaccine	予定 (推奨年齢) 接種年月日 Y/M/D	ロット Lot No. 備考 (Remarks) 左:Left 右:Right	接種者署名 Physician
日本脳炎 Japanese Encephalitis 第2期	予定 (小学校4年生)	備考 左・右	
ジフテリア・破傷風 Diphtheria・Tetanus 第2期	予定 (小学校5年生)	備考 左・右	

中学生で受けましょう

1 妊娠経過	2 乳児期	3 幼児期	4 小中学生から	5 登革熱線と注射種	6 予防接種	7 食生活	8 事故防止	9 諸制度
ワクチンの種類 Vaccine	予定 (推奨年齢)	ロット Lot. No. 備考 (Remarks) 左:Left 右:Right	接種者署名 Physician	接種年月日 Y/M/D (年齢)	メーカー/ロット Manufacturer/Lot. No.	接種者署名 Physician	備考 Remarks	
ヒトパピローマウイルス (子宮頸がん予防) Human papilloma virus (2価・4価)	1回 予定 (13~16歳)	備考 左・右						
	2回 予定 (1回目から1か月後、又は2か月後)	備考 左・右						
	3回 予定 (1回目から6か月後)	備考 左・右						

※子宮頸がんワクチンは10歳から接種可能です。
※2回目の接種は1回目から、2価が1か月後、4価が2か月後です。

任意接種

ワクチンの種類 Vaccine	接種年月日 Y/M/D (年齢)	メーカー/ロット Manufacturer/Lot. No.	接種者署名 Physician	備考 Remarks
インフルエンザ (Influenza)				

その他の予防接種

ワクチンの種類 Vaccine	接種年月日 Y/M/D (年齢)	メーカー/ロット Manufacturer/Lot. No.	接種者署名 Physician	備考 Remarks

このページは保護者自身で記入してください。
This page should be filled by the parent(guardian).

今までにかかった主な病気

Record of childhood illnesses

病名 Name of disease	年月日 Date of onset (M/D/Y)	備考 (症状・合併症など) Remarks (symptoms/complications)
水痘 (水ぼうそう) Chickenpox		
おたふくかぜ Mumps		
伝染性紅斑 (りんご病) Erythema infectiosum		
糖尿病 Diabetes		
腎炎 Nephritis		
先天性心疾患 Congenital heart disease		
川崎病 Kawasaki disease		

- 1 妊娠経過
- 2 乳児期
- 3 幼児期
- 4 小学生から
- 5 養育施設と計測値
- 6 予防接種
- 7 食生活
- 8 事故防止
- 9 諸制度

病名 Name of disease	年月日 Date of onset (M/D/Y)	備考 (症状・合併症など) Remarks (symptoms/complications)

病名 Name of disease	年月日 Date of onset (M/D/Y)	備考 (症状・合併症など) Remarks (symptoms/complications)

- 1 妊娠経過
- 2 乳児期
- 3 幼児期
- 4 小学生から
- 5 養育施設と計測値
- 6 予防接種
- 7 食生活
- 8 事故防止
- 9 諸制度

うんちの色に注意しましょう
 明るいところでカードの色と
 見比べてください。

1番～3番
 に近い色だ
 と思う

4番～7番
 だったのが
 1番～3番
 に近くなった

どちらかが当てはまるときは、**胆道閉鎖症**
 などの病気の可能性がありますので、1日
 も早く小児科医、小児外科医等の診察
 を受けてください。

便色の記入欄（観察日と右欄に当てはまる色番号）

生後 2 週		年	月	日	番
生後 1 か月		年	月	日	番
生後 1～4 か月		年	月	日	番

生後4か月くらいまでは、うんちの色に注
 意が必要です。生後2週を過ぎても皮膚や
 白目（しろめ）が黄色い場合、おしっこが
 濃い黄色の場合にも、すぐに医師等に相談
 しましょう。

