



低出生体重児の育児不安を軽減 「やまなしリトルベビーハンドブック」

山梨の将来を担う子どもの育成や子育て環境の整備は、本県の最も重要な課題の一つです。県は「子育てしやすさ日本一」の実現に向けて結婚から妊娠、出産、子育てまで切れ目のないきめ細かな支援を行ってきました。

こうした取り組みの一環として、小さく生まれた赤ちゃんとその家族を支援するため、母子健康手帳と一緒に使える、低出生体重児の特徴を踏まえた「やまなしリトルベビーハンドブック」を作成しました。



子育て政策課
大船 朋美 課長補佐

いがちです。

「保護者の気持ちを手帳に反映

県では、こうしたママ・パパの心理的な負担を和らげるため、令和2年度から、特に身体の機能が未熟な1500グラム未満で生まれた赤ちゃん（極低出生体重児）を対象に、成長や発達の特徴を踏まえた手帳の作成に向けた検討を始めました。令和3年度に低出生体重児や先天性疾患を持つ子やその親が集う育児サークル「*M・ちゃいるど*」の代表者や医師、保健師などで構成する検討会を設置。保護者の気持ちや専門家の意見を聴きながら議論を進め、今年3月に、低出生体重児の特徴や先輩ママ・パパからのメッセージなどを盛り込んだ「やまなしリトルベビーハンドブック」が完成しました。

「低出生体重児の育児不安

低出生体重児とは、早産などにより小さく生まれた赤ちゃんのことで、県内で生まれる子どもの約1割を占めています。

こうした子どもは、通常と比べて発達がゆっくりと進むことが多く、母子健康手帳では成長や発達の確認が難しい場合があります。思ったように記録できない母子健康手帳を見るたびに落ち込んでしまうなど、家族の悩みや不安は大きくなってしま

やまなしリトルベビー ハンドブックの特徴

このハンドブックには、小さく生まれた赤ちゃんを持つママ・パパに安心して使ってもらえるよう、先輩ママ・パパの視点を取り入れた、さまざまな工夫がされています。



不安を抱える方に

やまなしリトルベビーハンドブックは、体重1500グラム未満の極低出生体重児や、2500グラム未満の低出生体重児で、特に支援が必要な子の保護者を対象としています。

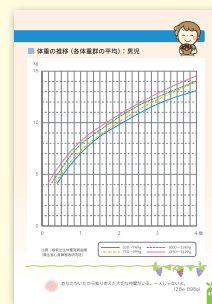
できた日を記入する成長記録

月齢ごとに「できる・できない」で発達を記入する母子健康手帳とは異なり、ハンドブックでは初めてお座りできた日など「〇〇ができた日」を記入できるようになっています。



極低出生体重児に対応した発育曲線

母子健康手帳では、発育曲線の目盛りが1000グラムから始まるのに対し、ハンドブックでは0グラムからとなっています。1500グラム未満の極低出生体重児を持つママ・パパの気持ちが形になりました。



9歳まで対応

他県では3歳または6歳まで記録できるのに対して、本県は、就園や就学で悩むことの多い低出生体重児のママ・パパに対応するため、9歳までの成長を記録できるようになっています。

先輩ママからのメッセージ

「今は暗いトンネルの中でも、絶対に出口の光は見えるよ!」「この子がいたから出逢えた人、出逢えた世界」など、各所に先輩ママ・パパからの励ましのメッセージ。これから育児をしていくママ・パパに寄り添う内容になっています。

これから出産する方は県立中央病院で、3歳ごろまでの極低出生体重児を育てる方には市町村を通じて配布しています。母子健康手帳と一緒に赤ちゃんの成長記録としてご利用ください。

「ひとりじゃないよ。みんなつながっているよ」の想いを込めて

私には中学3年生になる双子の子どもがいます。その子たちは544グラムと560グラムで誕生しました。県立中央病院のNICU（新生児集中治療室）を経て、やっと待ちわびた退院の日を迎えたのですが、病院を離れた時の不安と怖さは想像以上で、医療的ケアもあり心配ばかりの日々を送りました。そこで私は、病院やSNSでママたちに声をかけ、不安と闘いながらも楽しく育児をしていけるサークルを立ち上げました。そしてすてきな出会いに恵まれながら今日に至っています。

「リトルベビーハンドブック」の作成を県に要望した背景には、私を含めた先輩ママたちの経験があります。普通の母子健康手帳は、低出生体重児を出産した私たちには使いにくいものでした。例えば体重を記録するグラフが1000グラムからしか目盛りがなく、寝返りしますか?などの発達チェック項目も「いえ」に丸をつけることばかりで「私たちの子どもは国や県などから認められていないの?」と感じ悲しくな

りました。「リトルベビーハンドブック」は行政が発行することに大きな意味があったのです。ハンドブック作成に向けた検討会では、この手帳を通じて「ひとりじゃないよ。似た経験をした仲間が応援しているよ」という想いを伝えることを大切にしました。先輩ママや成長した低出生体重児本人のメッセージ、私たちのサークルの二次元コードも載せています。

実際にハンドブックを手にしたママからは「自分たちの存在が認められた、待ち望んでいた手帳です」との感想も寄せられ、みんな同じ気持ちなんだと改めて感じました。

孤独の中で育児に向き合っているママも多くいます。このハンドブックを手元に置いて、仲間の存在を感じてもらえたら嬉しいです。



山梨NICUピアサークル「*M-ちゃいんど*」代表
岩出 絹子さん