



# ✿ 新生児・乳児の 育児に関して



1. 赤ちゃんの症状を見るポイント
2. 何か変かなと思ったら…
3. 赤ちゃんのおむつかぶれ・おへそ
4. 母子手帳の活用
5. 産後子育て支援
6. 病棟紹介 NICU・GCU

困った時など参考に  
していただければ幸いです

<作成者>

小児看護専門看護師

上野 麻衣

小児救急認定看護師

中村 麻依子

山口 マキ

後藤 裕美

新生児集中ケア認定看護師

櫻井 由美

鈴木 京子

2024年度版

# 1. 赤ちゃんの症状を見るポイント

## 《 顔・表情 》

- ・顔色が悪い
- ・ぼんやりしている
- ・目の動きに元気がない

## 《 耳 》

- ・耳だれがある
- ・痛がる
- ・耳をさわる

## 《 胸 》

- ・呼吸が苦しそう
- ・咳、喘鳴（ゼイゼイ、ヒューヒュー）がある
- ・咳き込んで吐く

## 《 皮膚 》

- ・赤く腫れている
- ・ポツポツと湿疹がある
- ・カサカサがある
- ・水疱、化膿、出血がある
- ・虫刺されで赤く腫れている
- ・打撲のあざがある
- ・傷がある

## 《 尿 》

- ・回数、量、色、においがいつもとちがう

## 《 目 》

- ・目やにがある
- ・目が赤い
- ・まぶたが腫れぼったい
- ・まぶしがる
- ・なみだ目である

## 《 鼻 》

- ・鼻水・鼻づまりがある
- ・くしゃみがある
- ・息づかいが荒い

## 《 口 》

- ・唇の色が悪い
- ・唇、口の中を痛がる
- ・舌が赤い
- ・荒れている

## 《 のど 》

- ・ミルクを飲まない
- ・声がかれている
- ・咳がでる

## 《 お腹 》

- ・張っていてさわると痛がる
- ・足の付け根が腫れている

## 《 食欲 》

- ・普段より食欲がない

## 《 睡眠 》

- ・泣いて目がさめる
- ・目覚めが悪く機嫌が悪い



## 《 便 》

- ・回数、量、色、におい、固さ  
下痢、便秘等いつもと違う

## ①事故など

### ・頭を強く打った

すぐ泣かなかった  
動かさない

何回も泣く

ぐったりしている

打撲したところが

ぶよぶよしている

痙攣が起こった

### ・ミルクを飲まない

### ・手足を強く打った

腫れている変形している

### ・腹部を強く打った

吐きだした

顔色が悪くなった

### ・やけどをした



## ②急病時の赤ちゃんの見方と受診目安の問診票

|           |             |                |              |                  |              |
|-----------|-------------|----------------|--------------|------------------|--------------|
| A 全身の状態   | ①いつも通りにしている | ②少し元気がない       | ③活気がない       | ④ぐったりしている        | ⑤動かない        |
| B 顔つき     | ①普段と変わらない   | ②ほおが赤くなっている    | ③苦しそうである     | ④顔が青白く唇が紫色       | ⑤無表情で眉も動かさない |
| C 子どもとの会話 | ①普段通りにできる   | ②聞けば答えてくれる     | ③話したがらない     | ④呼びかけに応じない       | ⑤痛み刺激に応じない   |
| D 呼吸状態    | ①普通に呼吸している  | ②いつもより呼吸が速い    | ③ゼイゼイヒューヒュー  | ④鼻がピクピクし肋骨の間が凹む  | ⑤あえぎながら呼吸する  |
| E 睡眠状態    | ①ぐっすり眠れる    | ②時々目を覚ます       | ③少しの刺激で起きる   | ④苦しそうでまったく寝ない    |              |
| F 食事摂取    | ①普段通り食べている  | ②少し食べている       | ③水分しが摂れない    | ④食べも飲みもしない       |              |
| G 嘔気や嘔吐   | ①嘔気や嘔吐はない   | ②嘔気が1~2回の嘔吐がある | ③繰り返し嘔吐する    | ④血液を大量に嘔吐する      |              |
| H 排尿      | ①普段通り出ている   | ②少ないが出ている      | ③あまり出ていない    | ④12時間以上出ていない     |              |
| I 便の形状    | ①普通の便が出ている  | ②どろどろの便である     | ③水様で頻回になっている | ④便全体に血液が混ざる      |              |
| J 痛みの程度   | ①痛みはない      | ②触ると痛い増強する     | ③動かすと痛がる     | ④痛くて我慢できない       |              |
| K 出血状況    | ①出血はない      | ②自然に止血している     | ③押さえたら止まる    | ④押さえ続ける必要がある     |              |
| L 皮膚の状態   | ①発疹は出ていない   | ②痒みあり          | ③末梢冷感、蒼白     | ④チアノーゼ(青紫色)が見られる |              |

### 受診の目安

(1) 各項目の評価に⑤が1つでもあれば救急車を呼ぶ。

(2) ③以上が1つでもあれば受診した方がよい。

(1)(2)に当てはまらない場合は、数時間ごとに繰り返し確認しましょう。

(3) ③以上が1つでも増えれば急いで受診する。2つ以上増えれば救急車を呼ぶ。

(4) ②が新たに増えるが、持続する場合は受診した方がよい。

○ 1回目(午前・午後 時 分)を黒字でご記入ください。

○ 2回目(午前・午後 時 分)を赤字でご記入ください。目安として5時間後

○ 3回目(午前・午後 時 分)を青字をお願いします。目安として10時間後

## 2. 何か変かなと思ったら…

何か変かなと思ったらときに相談や受診ができるようお家の近くでかかりつけ医を決めておくことをお勧めします

かかりつけ医が休診などで慌てないように  
夜間・休日急患診療所を含め2～3カ所  
決めておくといいでしょ



# もしもの時の相談先



|                       | 携帯電話<br>プッシュ回線 | ダイヤル回線       |
|-----------------------|----------------|--------------|
| 東京消防庁救急相談センター         | #7119          | 03-3212-2323 |
| 東京都医療機関案内サービス<br>ひまわり | 03-5272-0303   | 03-5272-0303 |
| 医療相談電話                | #8000          | 03-5285-8898 |

 東京都消防庁救急相談センター  
東京都医療機関案内サービス  
24時間受付可能

医療相談電話受付時間  
月～金 午後6時～翌朝8時  
土・日、祝日、年末年始  
午前8時～翌朝8時

# 3. 赤ちゃんのおむつかぶれとおへそ

## ①おむつかぶれはなぜ起きる？

赤ちゃん(新生児)は  
大人と比べ、皮膚が薄く、  
肌荒れを起こしやすい

おしっこ、ウンチを  
する回数が多い

皮膚がふやけやすく  
摩擦に弱い

排泄後すぐにうったえる  
ことができない

排泄物が付着したままの  
時間が長い

## ②おむつかぶれのサイン

こんな時は!

### おむつかぶれのサイン

- おしりに赤い湿疹ができたり、ただれたりしている
- 入浴時やおしりをふくときに痛がって泣く



### ③おむつかぶれの予防のポイント

#### ・こすらない

- ・こびりついたウンチはこすらずシャワーなどで洗い流しましょう
- ・摩擦予防のため、赤ちゃんに合ったおむつを使用しましょう

#### ・きれいに保つ

- ・赤ちゃんが泣きだしたり、機嫌が悪い時は  おむつを確認し、汚れていたら替えてあげましょう



#### ・必要時保湿剤を使用する

- ・ウンチのこびりつきがひどい場合は、お尻にワセリンを塗って保湿し、とりやすくしましょう

## ④赤ちゃんのおへそ

### ・おへそがとれる時期

一般的には出生後7日から20日ぐらいですが  
個人差があります

### ・おへその異常

おへそが赤くなっていたり  
ジュクジュクが続きます

おへそから匂いがします

おへその肉が盛り上がって  
イボのように見えます



## ⑤おへそのジュークジュークはどうしたらいい？

- ・おへそを強くこすらないようにして水分をとりましょう
- ・へその緒が取れた後も乾燥するまでは清潔を心掛けましょう
- ・おへそがジュークジュークした場合、おむつがおへそにあたらないように止めましょう



★受診の目安★  
おへそが臭う  
出血が続く・繰り返す  
ジュークジュークが良くなるらない

## 4. 母子手帳の活用

母子手帳には産前・産後の母親の生活、赤ちゃんの生活、低出生体重児の届け出、未熟児への医療の給付について詳しく書かれています

予防接種の記録やかかった病気(はしかなど流行性疾患)など記入し、医療保険の記録としても大切なものです

**医療機関を受診する際は必ず持参しましょう**



# ① 予防接種の目安・記録

予防接種の目安は決められています  
実際に接種するスケジュールはかかりつけ医に相談しましょう

## 2024年4月版 予防接種スケジュール

大切な子どもをVPD(ワクチンで防げる病気)から守るためには、接種できる時期になったらできるだけベストのタイミングで、忘れずに予防接種を受けることが重要です。このスケジュールはNPO法人 VPDを知って、子どもを守ろうの会によるもっとも早期に免疫をつけるための提案です。お子さまの予防接種に関しては、地域ごとの接種方法やVPDの流行状況に応じて、かかりつけ医と相談のうえスケジュールを立てましょう。

| ワクチン名   | 接種済み   | 0歳 | 1歳 | 2歳 | 3歳 | 4歳 | 5歳 | 6歳 | 7歳 | 8歳 | 9歳 | 10歳 | 11歳 | 12歳 | 13歳 |
|---|--|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|
| <b>不活化ワクチン</b> B型肝炎 (母子感染予防を除く) <b>定期</b>             | <input type="checkbox"/>                                   |    | ①  | ②  | ③  |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>生ワクチン</b> ロタウイルス (飲むワクチン) <b>定期</b>                | 1価 <input type="checkbox"/><br>5価 <input type="checkbox"/> |    | ①  | ②  | ③  |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>不活化ワクチン</b> 小児用肺炎球菌 <b>定期</b>                      | <input type="checkbox"/>                                   |    | ①  | ②  | ③  |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>不活化ワクチン</b> 五種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ・ヒブ) <b>定期</b> | <input type="checkbox"/>                                   |    | ①  | ②  | ③  |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>生ワクチン</b> BCG <b>定期</b>                            | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    | ①  |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>生ワクチン</b> MR (麻しん風しん混合) <b>定期</b>                  | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>生ワクチン</b> 水痘 (みずぼうそう) <b>定期</b>                    | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>生ワクチン</b> おたふくかぜ <b>任意</b>                         | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>不活化ワクチン</b> 日本脳炎 <b>定期</b>                         | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>mRNAワクチン</b> 新型コロナ <b>任意</b>                       | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>不活化ワクチン</b> インフルエンザ <b>任意</b>                      | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>不活化ワクチン</b> HPV (2価、4価、9価) (ヒトパピローマウイルス) <b>定期</b> | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>不活化ワクチン</b> 髄膜炎菌 <b>任意</b>                         | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |
| <b>渡航ワクチン</b>   | <input type="checkbox"/>                                   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |

生ワクチン **定期** 定められた期間内で受ける場合は原則として無料(公費負担)。 **任意** 多くは有料(自己負担)。自治体によっては公費助成があります。任意接種ワクチンの必要性は定期接種ワクチンと変わりません。  
 不活化ワクチン **任意** 多くは有料(自己負担)。自治体によっては公費助成があります。任意接種ワクチンの必要性は定期接種ワクチンと変わりません。  
 mRNAワクチン  
 同時接種: 同時に複数のワクチンを接種することができます。安全性は単独でワクチンを接種した場合と変わりません。国や日本小児科学会も乳幼児の接種部位として太もも(大腿前外側部)も推奨しています。詳しくはかかりつけ医にご相談ください。

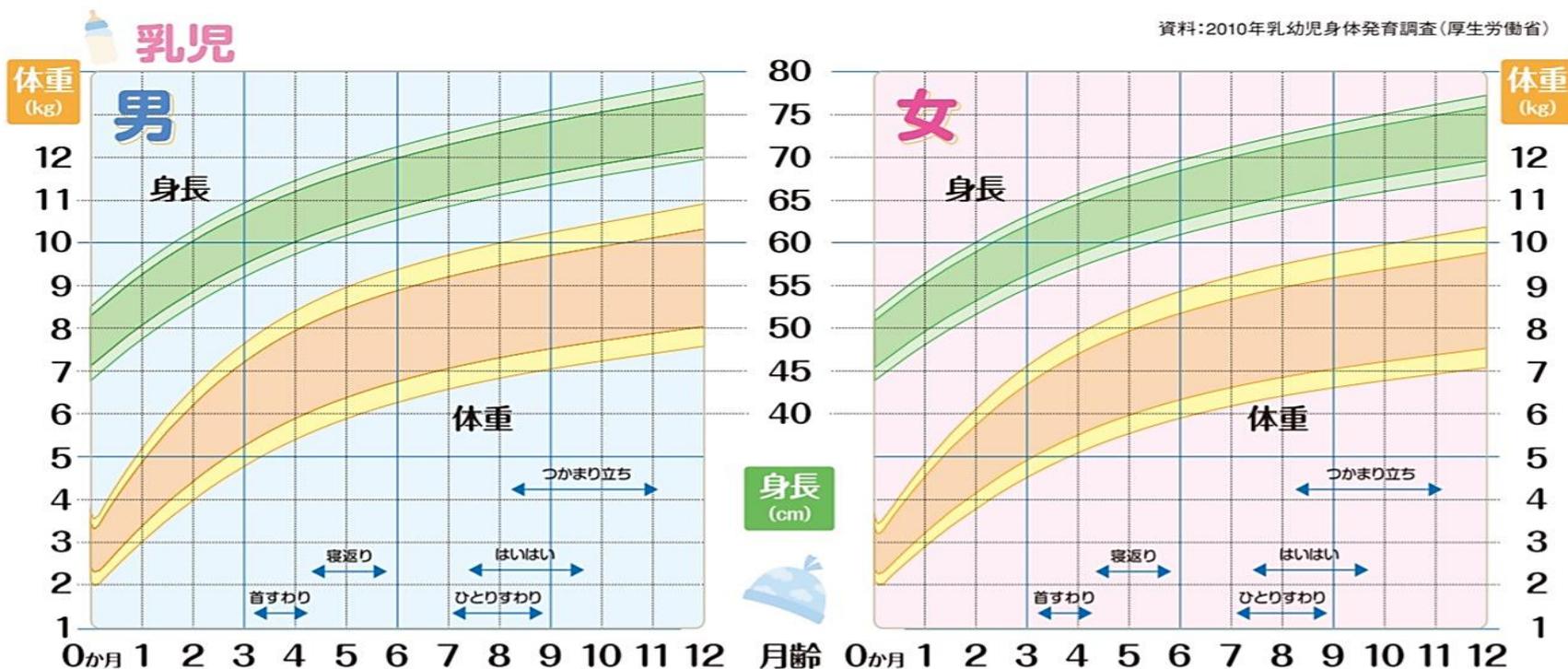
■異なる種類の注射の生ワクチン同士の接種間隔は最短で4週間です(4週間後の同じ曜日から接種可)。  
 ● 定期の予防接種の対象年齢 ● 任意接種の接種できる年齢 ● おすすめ接種時期(数字は接種回数) ● 添付文書に記載はないが、接種を推奨  
 ○→ 添付文書に記載のないおすすめ接種時期

詳しい情報は <https://www.know-vpd.jp/> **VPD** **検索**

NPO法人VPDを知って、子どもを守ろうの会ホームページより引用

## ②成長記録の欄の記入

母子手帳には平均値が記してあります  
新生児・乳児期の発達には個人差が大きく幅があるので目安として、赤ちゃんの成長発達のペースを見守りましょう







# ④母子保健サービス

新生児訪問や乳幼児健康診査や、予防接種などがあります

赤ちゃんのご家族を地域でサポートできるように  
母子手帳には様々な相談先が記してあります

### (予防接種の記録(1))

Immunization Record

感染症から子ども(自分の子どもはもちろん、周りの子どもたちも)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、子どもに予防接種を受けさせましょう。

| ワクチンの種類<br>Vaccine                         | 接種年月日<br>Y/M/D<br>(年 月 日) | メーカー/ロット<br>Manufacturer/<br>Lot No. | 接種者名<br>Physician | 備考<br>Remarks               |
|--|---------------------------|--------------------------------------|-------------------|-----------------------------|
| インフルエンザ<br>型 (H1N1)<br>Influenza<br>type b | 1回 ①【1回目:2か月児】            |                                      |                   |                             |
|  | 2回 ②【2回目:3か月児】            |                                      |                   |                             |
|  | 3回 ③【3回目:4か月児】            |                                      |                   |                             |
| 追加 ⑥【追加:1歳児】                               |                           |                                      |                   | ※初回終了後7か月以上                 |
| 小児肺炎球菌<br>Streptococcus<br>pneumoniae      | 1回 ①【1回目:2か月児】            |                                      |                   |                             |
|  | 2回 ②【2回目:3か月児】            |                                      |                   |                             |
|  | 3回 ③【3回目:4か月児】            |                                      |                   |                             |
| 追加 ⑥【追加:1歳児】                               |                           |                                      |                   | ※初回終了後60日以上                 |
| B型肝炎<br>Viral Hepatitis<br>type B          | 1回 ①【1回目:2か月児】            |                                      |                   |                             |
|  | 2回 ②【2回目:3か月児】            |                                      |                   |                             |
|  | 3回 ⑤【3回目:7か月児】            |                                      |                   |                             |
| 追加 ⑥【追加:1歳児】                               |                           |                                      |                   | ※1回目から139日以上<br>2回目から4か月過ぎて |

●その他  
うえせ子どもクリニックでおこなっている、もっとも標準的なワクチン接種の時期を示しています。  
ワクチンは、生後2ヶ月になったら速やかに開始が望ましいです。  
※同時接種しているものは、同じ番号で表示しています。  
※O歳会で、特にB型肝炎3回目が忘れがちなので注意が必要。  
※1歳になったら速やかに麻疹・風疹ワクチンの接種をお忘れなく。

予防接種

### (予防接種の記録(2))

Diphtheria · Pertussis · Tetanus · Polio

| 時期          | ワクチンの種類<br>Vaccine | 接種年月日<br>Y/M/D<br>(年 月 日) | メーカー/ロット<br>Manufacturer/<br>Lot No. | 接種者名<br>Physician | 備考<br>Remarks                           |
|-------------|--------------------|---------------------------|--------------------------------------|-------------------|---|
| 第1期<br>追加   | 四種混合               | ②【1回目:3か月児】               |                                      |                   |   |
|             |                    | ③【2回目:4か月児】               |                                      |                   |   |
|             |                    | ④【3回目:5か月児】               |                                      |                   |   |
| 第1期<br>追加   |                    | ⑧【追加:1歳半児】                |                                      |                   | ※初回終了後6か月以上<br>標準的には初回終了<br>12-18か月の間隔で |
| 第2期<br>(DT) | 二種混合               | ⑩【第2期:1歳児】                |                                      |                   |   |

BCG

| 接種年月日<br>Y/M/D<br>(年 月 日) | メーカー/ロット<br>Manufacturer/<br>Lot No. | 接種者名<br>Physician | 備考<br>Remarks         |
|---------------------------|--------------------------------------|-------------------|-----------------------|
|                           |                                      |                   | ④【5か月児】 ※生後5か月から8か月まで |

| ワクチンの種類<br>Vaccine | 接種年月日<br>Y/M/D<br>(年 月 日) | メーカー/ロット<br>Manufacturer/<br>Lot No. | 接種者名<br>Physician | 備考<br>Remarks |
|--------------------|---------------------------|--------------------------------------|-------------------|---------------|
| 麻疹<br>Measles      | ⑥【1回目:1歳児】                |                                      |                   |               |
| 風疹<br>Rubella      | ⑫【2回目:年長さんになったら】          |                                      |                   |               |

| ワクチンの種類<br>Vaccine | 接種年月日<br>Y/M/D<br>(年 月 日) | メーカー/ロット<br>Manufacturer/<br>Lot No. | 接種者名<br>Physician | 備考<br>Remarks            |
|--------------------|---------------------------|--------------------------------------|-------------------|--------------------------|
| 水痘<br>Varicella    | ⑦【1回目:1歳児】                |                                      |                   |                          |
|                    | ⑧【2回目:1歳半児】               |                                      |                   | ※3か月以上あけて<br>標準6-12か月あけて |

# 5. 産後子育て支援

産後、さまざまなサポートがあります

お住いの地域によって 受けられる支援が変わることがあります

練馬区の主なサポートをご紹介します



# ①産後ケア



## ▪産後ケアとは

退院後少しでも安心して過ごせるよう助産師、  
看護師が行う育児サポート体制です  
日帰り・宿泊型・産後訪問ケアがあります

## ▪主な産褥ケア内容

お母さんのケア

健康状態のチェック疲労回復のための休息

乳房ケア

赤ちゃんのケア

健康状態・体重のチェック

育児相談

母乳ミルクのあげ方のアドバイス・沐浴指導など

## ・対象となる方

育児不安や心身の不調を訴える産後1年未満の母子  
母子ともに医療的ケアが必要でない方  
(宿泊型は産後4か月まで)

## ・産後ケアを受けるには

管轄の保健相談所に事前に申請が必要となります

産後ケアはお住いの地域によっては  
受けられないこともあります(有料となります)  
詳しくは管轄の保健相談所にお尋ねください



## ②その他の産後子育て支援

### ・育児支援ヘルパー

産前産後の体調不良により、家事支援等を必要とするご家族に、日常的な掃除・洗濯・食事の支援などお手伝いするヘルパーを派遣

### ・助産師ケア

練馬助産師会実施事業や助産師による乳房ケアや、育児相談



### ・産科医療機関実施事業

産科医療機関が実施する乳房ケアや育児相談

## ・子育て支援講座

区が協定を結んだ事業者が実施する  
支援講座



## ・ファミリー・サポート

子育ての「援助を受けたい人」と「援助を行いたい人」が  
会員となり、地域で相互援助活動(有償)を行います

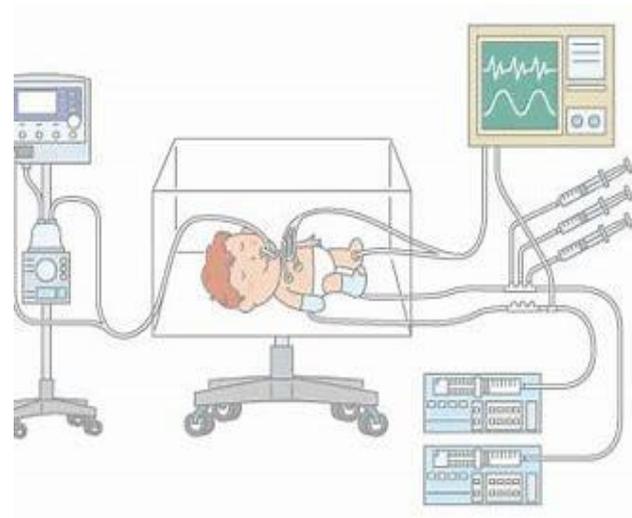
## ・一時預かり

家庭において保育を受けることが一時的に困難と  
なった乳幼児を保育所・幼稚園・認定こども等で  
一時的に預かります

# 6. 赤ちゃんの病棟紹介

## ①NICU(新生児集中治療室)とは

少し小さく生まれたり、治療を必要とする赤ちゃんが入るお部屋です  
集中ケア・感染対策に特化しています  
ゆっくりと抱っこやカンガルーケアができプライベート空間が感じられます



## ②GCU(回復治療室)とは

NICUで体重が大きくなり、状態が安定した赤ちゃんがお家に帰る準備をしたり、出生後に治療はしなくても経過観察が必要な赤ちゃんのお部屋です  
ご家族が育児手技練習のため、GCUには授乳室や  
沐浴室があります

