

生後0か月の記録

初めて赤ちゃんに触った日、初めて赤ちゃんの声を聞いた日、初めて抱っこした日など初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

年 月 日 生後 日 (修正 週 日) g

誰のせいでもありません。見ていて沢山辛くなるかも知れないけれど、目の前の赤ちゃんは日々成長しています。ごめんねじゃなく、その成長を「ありがとう」で伝えてあげてください。

メモリー

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう



毎日(面会に)行かなければならない、と思うと辛すぎる状況もあります。体と心を休ませる日が必ずいると思います。

生後1か月（修正 か月）ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・パパにとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう

年 月 日 生後 日（修正 週 日） g

NICUで撮影した子供の写真を見て、いつかは一緒に暮らせる日が来るから今は命を守るためにも看護師さんや先生に任せようという気持ちで過ごしました。

メモリー

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう

1ヶ月おめでとう

測定日	体重(g)	身長(cm)	頭囲(cm)	胸囲(cm)

プリミーサイズというのをネットで調べ、一般的な新生児服より小さい45や50サイズのものを用意しました。

生後2か月（修正 か月）ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・パパにとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう

年 月 日 生後 日（修正 週 日） g

赤ちゃんは小さくて弱いと思うけど、実は自分が思うよりも強くて、逆にお母さんの方が力を貰うことが多いです！大丈夫だよ！

メモリー

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう

測定日	体重(g)	身長(cm)	頭囲(cm)	胸囲(cm)

市販の授乳クッションは薄いものが多いので、なるべく厚めの授乳クッションを用意した。

生後3か月（修正 か月）ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・パパにとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう

年 月 日 生後 日（修正 週 日） g

小さなことでも家族や看護師さんに相談していた。



メモリー

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう

測定日	体重(g)	身長(cm)	頭圍(cm)	胸圍(cm)

双子なので、どうにもならないことがありました。母乳を届けない、と決めてもう1人とゆっくりする日もありました。



生後4か月（修正 か月）ごろの記録

赤ちゃん和妈妈・パパにとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう

年 月 日 生後 日（修正 週 日） g

はじめて抱っこしたときは700g弱でしたが、ずっしりとした重みと温かさがありました。「この子はしっかり生きているなあ」とうれしかったです。

メモリー

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう

測定日	体重(g)	身長(cm)	頭囲(cm)	胸囲(cm)

生後5か月（修正 か月）ごろの記録

赤ちゃんとママ・パパにとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう

年 月 日 生後 日（修正 週 日） g



自分一人で抱え込まず、時にはリフレッシュして、赤ちゃんと過ごしてください。



メモリー

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう



測定日	体重(g)	身長(cm)	頭囲(cm)	胸囲(cm)

生後6か月（修正 か月）ごろの記録

赤ちゃんとママ・パパにとって初めてのできごとや、母乳やミルクの量、体重などを自由に書いてみましょう

年 月 日 生後 日（修正 週 日） g



出来るだけ寝て身体を休めました。



メモリー

赤ちゃんの様子や、ママ・パパの気持ちなどを記録しておきましょう

測定日	体重(g)	身長(cm)	頭囲(cm)	胸囲(cm)