

04 新生児 -からだの特徴と観察のしかた-

からだの特徴

新生児とは

生後4週間までの赤ちゃんのことをいいます。
1か月児健診までの間、成長の様子を見守りながら育児をしましょう。

頭

狭い産道を通ってきたので
頭の変形や瘤が
できることもあります。
数日で消失します
頭のてっぺんにひし形の
すき間があり、触ると柔らかく
ペコペコしている所を
「大泉門」といいます。

姿勢

自然な姿勢は腕がW字型、
足はM字型です。手は軽く握っており、
手足をよく動かします。

便

生まれて初めてする便を
胎便といい、
暗緑色で粘りが強いですが、
2~3日たつと緑黄色となり、
次第に黄色便になります。
母子健康手帳の
便色カラーシートを
活用しましょう!

出生児の平均値

(平成22年乳幼児身体発育値)

男の子

体重	3,000g
身長	49.0cm
頭囲	33.5cm



女の子

体重	2,900g
身長	48.5cm
頭囲	33.0cm

体温:36.7~37.5℃
呼吸数:40程度/分
脈拍:120~140程度/分

体重

(生理的体重減少)

生まれて3~7日までは
体重が減ります。
その後次第に増え7~14日で
生まれた時の体重に戻ります。

黄疸

(生理的黄疸)

生まれて3~4日で
最も強く、7~10日で
自然に消えます。

臍帯脱落

へその緒は4~7日で
自然にとれます。

視覚・聴覚

明るいほうを見ようとします。
人の顔はよく見えるので
30cmくらいに近づけて顔を
見せてあげましょう。
耳も聞こえているため、
たくさん話しかけましょう。

赤ちゃんの観察のしかた!

- | | |
|--|--|
| ☐ 母乳やミルクをよく飲みますか? | ☐ 熱はありませんか? |
| ☐ 機嫌はいいですか? | ☐ 皮膚のつやや弾力はいいですか? |
| ☐ 便の色や回数はどうですか? | ☐ 黄疸がいつまでも残っていませんか? |
| | ☐ おしっこはよく出ていますか? |



Check!



●1か月児健診を
受けましょう
●心配な事は
相談をしましょう

赤ちゃんの衣類など

- 肌着…5～6枚
種類:短肌着、長肌着、コンビ肌着
- ベビーウェア(上着)2～3枚
種類:ベビードレス、ツーウェイオール、カバーオール
- オムツ
- おくるみ。バスタオルで代用も可です
- ガーゼハンカチ
- 寝具…敷き布団、シーツ、掛け布団など
赤ちゃん用の布団を準備します。
敷き布団は薄手で、固めの綿のものを選びましょう

室温のめやす

夏:23～27℃ 冬:22～23℃

生後1か月頃は
大人より1枚多く、
2～3か月は大人並み、
それ以後は大人より1枚
少なめに着せましょう。

やわらかく、
肌触りがよいもの、
吸湿性、保温性に
優れたものを選びましょう。



赤ちゃんのお風呂

準備すること

- 赤ちゃんの様子** 全身状態を観察しましょう。
熱がある時や機嫌が悪く元気がない時は、無理にお風呂に入れない。
- 物品** ベビーバス、洗面器、石けん、ガーゼハンカチ、沐浴布、バスタオル、着替え用衣類、綿棒やヘアブラシ等。
- 環境** 室温は22～23℃、お湯の温度は夏:38～39℃、冬:39～40℃。
授乳直後は避けましょう。入浴時間は5～10分にしましょう。

赤ちゃんは新陳代謝が
盛んで汗が出やすく、
皮膚が弱くただれやすいので
1日1回お風呂に
入れましょう。



入浴手順

- 1 沐浴布で体をくるみ、
足からゆっくり入れます



- 2 ●まず目元を拭いてから、
顔全体を洗います
●その後、お湯で頭をぬらし
石けんを泡立てて洗
います
●最後に絞ったガーゼで頭
の水分を拭き取ります

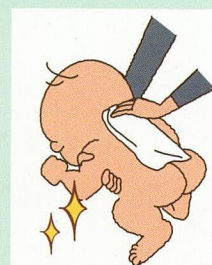
ひたいから
あごにむかって、
3の字、または
8の字を
描くように拭く



- 3 ●首、手、胸、お腹、足の順
番に洗います
●皮膚の重なっているところ
は特に注意しましょう



- 4 ●赤ちゃんを抱きかかえ、
うつぶせにし、背中、お尻
を洗います
●洗い終わったら頭を支え
て、元の姿勢にもどします
●最後に股を洗います



- 5 ●バスタオルの上に寝かせ
包み込むように拭き、衣
類を着せます



乳幼児突然死症候群(SIDS)を防ぐために

SIDSとは

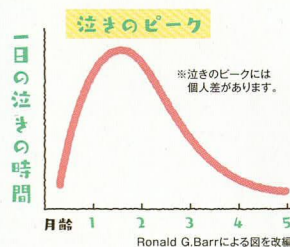
それまで元気だった赤ちゃんが睡眠中に何の前ぶれもなく亡くなってしまう病気です。

原因はわかりませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、SIDSの発症を減らせることがわかっています。

- 1 寝かせる時はあおむけに寝かせましょう。
ただし、医学的な理由からうつぶせを勧められている場合は、医師の指導を守りましょう。
- 2 できるだけ母乳で育てましょう。
- 3 妊娠中や赤ちゃんの周囲では、たばこは吸ってはいけません。

赤ちゃんが泣きやまない～赤ちゃんの泣きへの理解と対処のために～

赤ちゃんは、どのような関わり方をしても生後1～2か月頃に泣きのピークを迎えることがわかっています。しかしピークを過ぎれば、泣きはだんだん収まってきます。赤ちゃんは泣くのが仕事、泣いて当たり前です。赤ちゃんがなぜ泣くのか？泣きやまないとき、どうしたらいいのか？「赤ちゃんが泣きやまない」がインターネットでご覧いただけます。



厚生労働省 赤ちゃんが泣きやまない

検索

乳幼児揺さぶられ症候群の予防

赤ちゃんの頭の中はとても脆いので激しく揺さぶると重大な後遺症が残る可能性があります。

例えば将来的に…言語障害・学習障害・歩行困難・失明そして、最悪の場合は死にいたることもあります。

※普通にあやすことは問題ありません。



母子健康手帳の上手な使い方



母子健康手帳は全国同じ様式で作られています。名古屋市から他府県へ転居した場合、新居住地でこの手帳を再び交付してもらう必要はありませんが、この手帳を新居住地の市町村役場や保健所の窓口で提示して、健康診査の受診票類などの交付を受けてください。「母と子の健康のために(母子健康手帳別冊)」には、母と子の健康管理のために、名古屋市が現在行っているいろいろな制度の受診票等が綴り込んであります。また、医療費の公費負担、名古屋市の母子保健事業など、知っておくと大変役に立つことが書いてあります。お子さんのためによく読んでください。

妊娠、出産、子育てには、悩みや不安を感じる事が少なくありません。

一人で悩まないで、身近な「子育て総合相談窓口(子育て世代包括支援センター)」を利用していませんか？専用電話での相談や面接で、保健師等がご相談に応じ、解決の糸口をいっしょに考えます。「子育て総合相談窓口(子育て世代包括支援センター)」は各区の保健センターにあります。お気軽にご相談ください。

