



## 記入例

※記入の参考にしてください。すべて記入する必要はありません。  
わかるところを、書ける範囲で記入しましょう。

## 生後1か月頃

記入した日：H 23年 9月 1日

お子さんの日頃の様子を記録してみましょ。健診を受ける前の整理や、お子さんを預ける時などに活用できますよ。



お子さんの写真などを切り取って貼ってみましょ。



### 栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましょ。

☆栄養方法(母乳・混合・人工)

#### 飲む様子

- ・目を閉じて飲む。
- ・時々、休みながら飲んでいる。



### 排せつ

どんなおしっこやうんち？

ウンチが水っぽい感じがする。

1日にどれくらい出ていますか？

たくさん出る日と少ない日があり、いろいろ。



### 赤ちゃんの様子

#### 泣いている時

顔を真っ赤にして大きな声で泣いている。  
どうして泣いているのかはよく分からない。

#### 喜ぶこと

抱っこして話しかけると、嬉しそうな表情をする。

### チェック

- 目で人や物を追う
- あやすとよく笑う
- 手足をよく動かす

\*心配がある時は、相談してみましょ



### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になるとおもいますよ

#### 機嫌が良い時

一人笑いが見られる

#### 機嫌が悪い時

泣き続ける

#### なだめる方法

抱っこしたり、おっぱいをあげたりする



### 育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

- ・おむつかぶれができやすいので、こまめにオムツを取り替えている。  
拭く時は、コットンで優しく拭いている。
- ・夜中の授乳が大変。眠れない日が続いている。ちょっと疲れ気味…(>\_<)  
・・・など



夜中の授乳で疲れるころ…。日中も、赤ちゃんが寝ている時に、一緒に横になって体を休めるといいですよ。



記入した日： 年 月 日

# 生後1か月頃

お子さんの日頃の様子を記録してみましょう。健診を受ける前の整理や、お子さんを預ける時などに活用できますよ。



お子さんの写真などを切り取って貼ってみましょう。



## 栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましょう。

☆栄養方法(母乳・混合・人工)

飲む様子



## 排せつ

どんなおしっこやうんち?

1日にどれくらい出ていますか?



## 赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと

## チェック

- 目で人や物を追う
- あやすとよく笑う
- 手足をよく動かす

\* 心配がある時は、相談してみましょう



## お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法



育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…



夜中の授乳で疲れるころ…。日中も、赤ちゃんが寝ている時に、一緒に横になって体を休めるといいですよ。



## 記入例

※記入の参考にしてください。すべて記入する必要はありません。  
わかるところを、書ける範囲で記入しましょう。

# 生後3か月頃

記入した日: H 23年 11月 1日

お子さんの日頃の様子を記録してみましょ。健診を受ける前の整理や、お子さんを預ける時などに活用できますよ。



お子さんの写真などを切り取って貼ってみましょ。

### 栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましょ。

☆栄養方法(母乳・混合・人工)

#### 飲む様子

おなかがすいている時に抱っこをすると、口を動かして飲みたがる。

### 排せつ

どんなおしっこやうんち?

- ・おしっこはよく出ている。
- ・オムツを見るたびにぬれている。

1日にどれくらい出ていますか?

うんちは1日おきぐらいに出る。  
便秘なのか…心配な時がある。

### 赤ちゃんの様子

#### 泣いている時

いろいろな泣き方をする。おなかがすいた時とオムツがぬれた時とで、泣き方が違う気がする。

#### 喜ぶこと・お気に入りのもの

音の出るおもちゃが好き

### チェック

- 呼ばれると反応する
- あやすとよく笑う
- 手足をよく動かす
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょ

### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかわり方を考える参考になるとおもいますよ

#### 機嫌が良い時

ニコニコ笑いながら、手足をよく動かしている。

#### 機嫌が悪い時

泣き続ける。

#### なだめる方法

抱っこをして、お気に入りの音の出るおもちゃを使ってあやす。



育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

・何をやってもなかなか泣きやまない時、どうすればいいのか、わからなくなる時がある。



近くに小児科や内科はありますか? そろそろ主治医を見つけて、4か月児健診を受けましょ。



記入した日： 年 月 日

# 生後3か月頃

お子さんの日頃の様子を記録してみましょう。健診を受ける前の整理や、お子さんを預ける時などに活用できますよ。



お子さんの写真などを切り取って貼ってみましょう。



## 栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましょう。

☆栄養方法(母乳・混合・人工)

飲む様子



## 排せつ

どんなおしっこやうんち?

1日にどれくらい出ていますか?



## 赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのもの

## チェック

- 呼ばれると反応する
- あやすとよく笑う
- 手足をよく動かす
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



## お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法



育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など...



近くに小児科や内科はありますか? そろそろ主治医を見つけて、4か月児健診を受けましょう。



## 記入例

※記入の参考にしてください。すべて記入する必要はありません。  
わかるところを、書ける範囲で記入しましょう。

記入した日: H 24年 3月 1日

## 生後7か月頃



### ある1日の過ごし方

\* 授乳、離乳食、睡眠、排せつの時間などを入れてみましょう。

そろそろ生活リズムができてきましたか？

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0	
	授乳 グズグズ	睡眠	授乳 おしっこ	睡眠 散歩・買い物	離乳食 おしっこ	睡眠	授乳 グズグズ うんち	離乳食 入浴 おしっこ	授乳 グズグズ

### 栄養のとり方

どれかに○をつけましょう。

☆栄養方法(母乳・混合・人工・**離乳食**)

飲む・食べる様子・好き嫌い など

- ・食べ物を見ると嬉しそうにする。
- ・食欲旺盛で、あたえたものは全部食べる。
- ・すりつぶした野菜を好んで食べる。

### 排せつ

どんなおしっこやうんち？

うんちのにおいが変わってきた。  
いろいろ食べているからかな？

1日にどれくらい出ていますか？

1回に出すうんちの量が増えた  
からか、回数が減った。



### 赤ちゃんの様子

泣いている時

見慣れない人が抱こうとすると泣く。人見知りが始まったかな。

喜ぶこと・お気に入りのもの

- ・体を優しくくすぐると喜ぶ。
- ・くまのぬいぐるみがお気に入り

### チェック

- 呼ばれると反応する
- あやすとよく笑う
- 手足をよく動かす
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかわり方を考える参考になるとおもいますよ

機嫌が良い時

周りにいる人(家族)に話しかけるように声を出している。

機嫌が悪い時

泣き続ける。

なだめる方法

- ・抱っこして、ぬいぐるみを持たせながらあやす。
- ・ちょっと外に出てみる。



### 育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

声を出すようになってきたので、一緒におしゃべりをしているみたいで楽しい。  
夜泣きがひどく、夜中によく起こされる。睡眠不足(-\_-)zzz



予防接種、たくさんあって忘れやすいですね。わからないことや心配なことは、主治医や保健師さんに相談してみるといいですよ。



記入した日： 年 月 日

# 生後7か月頃



## ある1日の過ごし方

そろそろ生活リズムができてきましたか？

\* 授乳、離乳食、睡眠、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0



### 栄養のとり方

どれかに○をつけましょう。

☆栄養方法(母乳・混合・人工・離乳食)

飲む・食べる様子・好き嫌いなど



### 排せつ

どんなおしっこやうんち？

1日にどれくらい出ていますか？



### 赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのもの

### チェック

- 呼ばれると反応する
- あやすとよく笑う
- 手足をよく動かす
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法



育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…



予防接種、たくさんあって忘れやすいですね。わからないことや心配なことは、主治医や保健師さんに相談してみるといいですよ。



記入した日： 年 月 日

# 生後10か月頃



## ある1日の過ごし方

\* 授乳、離乳食、睡眠、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0



### 栄養のとり方

どれかに○をつけましょう。

☆栄養方法(母乳・混合・人工・離乳食)

飲む・食べる様子・好き嫌いなど



### 排せつ

どんなおしっこやうんち?

1日にどれくらい出ていますか?



### 赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのものや遊び

### チェック

- 呼ばれると反応する
- 表情を豊かにする
- 手足をよく動かす
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、  
相談してみましょう



### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法



育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など...



10か月児健診は受けましたか? 探究心旺盛になり、誤飲や転落など、事故が増える時期です。周りに危険なものや場所はありませんか? 気をつけましょう!!



記入した日： 年 月 日

# 1歳2か月頃



## ある1日の過ごし方

\* 授乳、離乳食、睡眠、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0



### 栄養のとり方

どれかに○をつけましょう。

☆栄養方法(母乳・混合・人工・離乳食)

飲む・食べる様子・好き嫌いなど



### 排せつ

どんなおしっこやうんち?

1日にどれくらい出ていますか?



### 赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのものや遊び

### チェック

- 呼ばれると反応する
- 表情を豊かにする
- 指をさして示す
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法



育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など...



いないいないばあやトンネルくぐりなど、親子で触れ合ったり、お話をしたりしながら、体を動かす遊びがオススメです!!





# 記入例

※記入の参考にしてください。すべて記入する必要はありません。  
わかるところを、書ける範囲で記入しましょう。

記入した日：H 25年 2月 1日

## 1歳6か月頃



### ある1日の過ごし方

\* 睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0
	睡眠		食事 うんち	散歩 おやつ	食事 睡眠	おやつ	食事 入浴	睡眠



#### 食事

食事の内容・好き嫌い など  
・ごはんはよく食べるが、おかずは少なめ。

#### 食べ方

・よくかんでいない。  
・スプーンを自分で持って食べようとする。



#### 身じたく

衣服の着脱  
・靴下は自分で脱げる。  
・服は大人が着せる。

#### 歯みがき・洗顔 など

・歯みがきは親がしている。  
・親が顔をふいている。



#### 排せつ

自分でできること  
・おしっこはおまるでしようとする。  
・うんちはおむつにする。

#### 大人の手助けは？

・見守り、できたらほめる。  
・おむつを取りかえる。



#### コミュニケーション

#### 大人とは

・パパ・ママと呼ぶようになった。  
・欲しいものは指さしする。

#### 子ども同士では

・好きなおもちゃを引っ張りあう。



#### 遊び

#### 好きな遊び・関心のあること

・おいかけっこ  
・音楽に合わせて踊る

#### 苦手なこと

・砂などにさわって、手が汚れること

#### チェック

- 呼ばれると返事をする
- 簡単な言葉はわかる
- 指をさして示す
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



#### 性格・特徴 など

#### 良い・ほめられるところ

・明るく素直  
・頼むと喜んでおもちゃを片付ける。

#### 特徴的なくせ

・指しゃぶり



#### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

#### 本人や周りが困る行動

・思い通りにならないと泣いておこる。

#### 落ち着くための手立て

・抱っこしてあやしながら、他のことに目を向けさせて、気をまぎらわせる。



#### 育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

- ・言葉が増える大切な時期だと聞いたので、毎日絵本を読んでいる。
- ・自由に動き回るので、追いかけるのが少し大変になってきた。



育児の大変な時期ですね。1歳6か月児健診で、不安なことや心配なことなどを相談してみてください。健診には、このファイルを持っていきましょう。



記入した日: 年 月 日

# 1歳6か月頃



## ある1日の過ごし方

\* 睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0



### 食 事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



### 身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



### 排せつ

自分でできること

大人の手助けは？



### コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



### 遊 び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと

### チェック

- 呼ばれると返事をする
- 簡単な言葉はわかる
- 指をさして示す
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



### 性格・特徴 など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



### お子さんの様子を振り返って

◇ 今後のかわり方を考える参考になると思いますよ

本人や周りが困る行動

落ち着くための手立て



### 育児について ◇ 気になることや気をつけていること、困っていること、感想など...



育児の大変な時期ですね。1歳6か月児健診で、不安なことや心配なことなどを相談してみてください。健診には、このファイルを持っていきましょう。



# 2歳頃

記入した日: 年 月 日



## ある1日の過ごし方

\* 睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0



### 食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



### 身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



### 排せつ

自分でできること

大人の手助けは？



### コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



### 遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと

### チェック

- 呼ばれると返事をする
- 簡単な言葉はわかる
- みんなと遊べる
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



### 性格・特徴 など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかわり方を考える参考になるとおもいますよ

本人や周りが困る行動

落ち着くための手立て



### 育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…



何でもイヤイヤと言う時期…よく見られることです。心配だとは思いますが、大丈夫ですよ。時には息抜きしながら、気長に付き合ってください。



記入した日: 年 月 日

# 3歳頃



## ある1日の過ごし方

\* 睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0



### 食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



### 身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



### 排せつ

自分でできること

大人の手助けは？



### コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



### 遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと

### チェック

- 絵で説明するとわかる
- 簡単な指示がわかる
- みんなと遊べる
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



### 性格・特徴 など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



### お子さんの様子を振り返って

◇今後のかわり方を考える参考になると思いますよ

本人や周りが困る行動

落ち着くための手立て



### 育児について ◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…



3歳児健診は受けましたか？ お子さんの言葉や行動のことなどで心配なことがあったら、相談してみるといいですよ。



# 4歳頃

記入した日: 年 月 日



## ある1日の過ごし方

\* 睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0



### 食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



### 身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



### 排せつ

自分でできること

大人の手助けは？



### コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



### 遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと

### チェック

- 集団で行動できる
- みんなと遊べる
- ルールに従える
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



### 性格・特徴 など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



### お子さんの様子を振り返って

◇ 今後のかわり方を考える参考になると思いますよ

本人や周りが困る行動

落ち着くための手立て



育児について ◇ 気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…



自分でできることが増えてくる時期ですが、わがままや依存心が出てしまうこともあります。幼い頃の甘えは大切!! 思いを受け止めてあげてくださいね。



記入した日: 年 月 日

# 5歳頃



## ある1日の過ごし方

\* 睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0



### 食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



### 身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



### 排せつ

自分でできること

大人の手助けは？



### コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



### 遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと

### チェック

- 集団で行動できる
- みんなと遊べる
- ルールに従える
- 育児が楽しい

\* 心配がある時は、相談してみましょう



### 性格・特徴 など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



### お子さんの様子を振り返って

◇ 今後のかわり方を考える参考になるとおもいますよ

本人や周りが困る行動

落ち着くための手立て



### 育児について ◇ 気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…



言葉の発音がはっきりしてくる時期ですが、言葉につかえることもあります。叱ったりせず、ゆっくり話を聞き、正しい発音で話しかけてあげましょう。