



## こんなに大きくなったよ



県内にお住まいの元リトルベビーの皆さんから  
メッセージをいただきました。

(生まれたときの様子・現在の年齢)

### ● 31週 1705g/645g・20歳

僕たちは小さく産まれましたが、毎日楽しく生きていて、今年で20歳となります。あまり気負わず、好きなことを思いきりやらせてあげてください。

### ● 31週 1796g・30歳

小さく生まれ、車いすを相棒に過ごしている毎日だからこそ、出会える環境も人にも恵まれていることをありがたく想いながら、特別な幸せだと感じ、過ごしています。

### ● 26週 1175g・46歳

小さく生まれましたが、元気にすくすく育ちました。現在は二人の男の子のママです。生まれてきたことに感謝。今は親から貰った愛情を子どもたちに注いでいます。



## リトルベビーの家族になった方へ



県内にお住まいのリトルベビーのご家族からメッセージをいただきました。

### パパからメッセージ

- 私たちの子どもは、とても小さく生まれ、すぐにNICUに入りました。

その後、子どもに触れた時、小さな体で必死に生きようとする強い意志を感じました。最初は戸惑いや心配を沢山するかもしれませんが、今ではとっても小さかったこと、心配だったことを忘れてしまうくらい成長しました。

- 休日は高速を使い母乳バックを届けて面会に行きました。機械音と看護師さんの声しか聞こえない中、小声で「パパ、会いにきたよ」と呟き、小さな我が子の身体を隅々まで見つめていました。先の見えない不安もありましたが、自然と父親として子どもを守るという自覚が芽生えてきました。

- 出産前に担当の医師から様々なお話を聞いていました。ただただ元気で生まれてくれればよいと祈るような思いでいましたが、予定日よりかなり早く生まれた二人を見たとき大きな喜びと感動に加え、あまりの小ささにそれと変わらぬほどの驚きと二人の未来に大きな不安を感じる自分がありました。

しかしその不安は、二人に関わってくださった医療スタッフをはじめとするたくさんの方々の支えへの感謝と二人の生きる力への感動に変わっていきました。それまで仕事ばかりの毎日でしたが、二人の誕生によって自分自身の生き方を見直すこともできました。

## おにいちゃん・おねえちゃんからのメッセージ

- 僕も妹も小さく生まれて小さいときは大変だったけど、今はこんなに大きくなってよ。
- 産まれてきてくれてありがとう。嬉しかったよ。小さかったけど大きくなって欲しいな。大きくなったら一緒に遊ぼうね。弟のためなら何でもするよと決めたから安心してね。
- あんなに小さかった双子の弟が今では私よりも大きく成長しました。  
子どもの立場からひとこと。  
「目の前のお子さんを大切に思う気持ちは必ず伝わります」



## おじいちゃん・おばあちゃんからのメッセージ

- 小さかった天使が笑顔とたくさんの幸せをあたえてくれてありがとう。
- 掌に乗せることができる双児が生まれ心配な日もありました。柱に記録した身長ラインが婆を越え成長が楽しみになり、今ではすっかり頼もしい自慢の孫です。  
「ひまわりや双子の人生さきそろふ」



## 支援者からのメッセージ

「リトルベビー」ちゃんとその「ファミリー」の方々へ  
愛媛に生まれておめでとうございます。

愛情いっぱい受けて元気に大きく、遅しく育ってってください。

「リトルベビー」ちゃんの成長をお父さん・お母さんと  
一緒に見守り、応援していきます。

(新生児内科医師)

お父さん、お母さん、お誕生おめでとうございます！

まだ実感がわかないかもしれませんが、子どもは必ず成長して発達していきます。子どものすごいところは、成長を待てば、必ずチャンスがやってくるのだと思います。心配なことや気になることがあればいつでもご相談ください。子どものもっている力を最大限に引き出せるように一緒に歩いていきたいと思います。

(小児科医師)

ご出産おめでとうございます。頑張って産んでくれたおかげで、  
お子さんも頑張って生まれてきてくれました。

私達病院スタッフも、1日でも早くお子さんと一緒に生活ができる  
よう全力で応援していきます。自分ひとりの育児ではありません、  
たくさんの人に頼って楽しい育児をしていきましょう。

(看護師)



元気で産まれてきてと祈りながら出産したママ、小さく生まれた赤ちゃんのために、おっぱいが傷つくまで一生懸命に母乳を搾り頑張っているママ、小さく生んでしまったことで自分を責めているママ…私たち助産師はいつでもママとともにいます。

(助産師)

赤ちゃんとの生活は、ワクワクする気持ちと同時に、不安や焦りを抱えることがあるかもしれません。心が落ち着かない時は、誰かに気持ちを話すことで楽になると思います。あなたの周りには、応援しているたくさんの方がいます。一人で抱え込まず、ご家族や、NICUのスタッフ、そして私たち保健師にも気軽に相談してくださいね。

(保健師)

小さく生まれた赤ちゃんのママやパパが小さいことを心配しすぎると、お子さん自身が「小さい自分」に自信が持てなくなってしまう。子どもには個性や持ち味を見つけてあげてください。心配し過ぎずに、今の時間を、赤ちゃんと一緒に楽しく過ごしてください。それでも困った時は一緒に考えていけたら嬉しいです。

(小児慢性特定疾病児童等自立支援事業 自立支援員)



## 【えひめリトルベビーハンドブック作成検討会構成員】

総合周産期母子医療センター（愛媛県立中央病院）、一般社団法人愛媛助産師会、  
特定非営利活動法人ラ・ファミリエ、えひめリトルレインボー、松山市、東温市、  
中予保健所

## 【引用・参考文献】

- ・しずおかリトルベビーハンドブック（静岡県こども家庭課）〔H30.3〕
- ・なごやリトルベビーハンドブック（名古屋市子育て支援課）〔H31.4〕
- ・ぎふすくすく手帳（岐阜県子育て支援課）〔R2.9〕
- ・さがリトルベビーハンドブック（佐賀県こども家庭課）〔R3.3〕
- ・ひろしまリトルベビーハンドブック（広島県子供未来応援課）〔R3.3〕
- ・やまなしリトルベビーハンドブック（山梨県子育て政策課）〔R4.3〕
- ・「授乳・離乳の支援ガイド」（厚生労働省）〔H31.3〕
- ・「低出生体重児保健指導マニュアル～小さく生まれた赤ちゃんの地域支援～」  
〔H24年度厚生労働科学研究費 研究分担者 佐藤 拓代〕〔H24.12〕

## 【表紙・挿絵協力】

表紙・挿絵：出原 大（むぎの穂保育園 園長）

愛媛県イメージアップキャラクターみきゃん挿絵：清水 万里

## 【作成・編集】

愛媛県保健福祉部健康増進課

令和5年2月発行

## ♡ アンケートのお願い ♡

よりよいハンドブックにしていくため、  
利用された方にアンケートを実施しています。

皆さまの声をぜひお寄せください。

※複数回、回答していただいて構いません。





成長の記録として、手形や足形をとるなど、自由に使ってください♪

愛 媛 県