

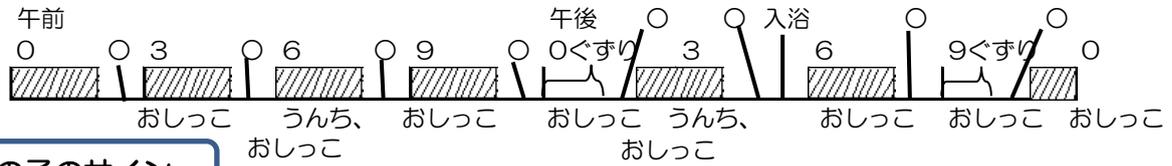
<記入例>

生後1ヶ月頃の様子

記載日： 〇〇年〇月×日

1日のリズム

○…授乳 ▨ …睡眠



うちの子のサイン

機嫌が良い時はこんな感じ

- ・人や物を目で追う
- ・「あ〜」「う〜」と声を出す

機嫌が悪い時はこんな感じ

- ・激しく泣く
- ・ぐずりがひどくなる

機嫌が良くなる時はこんな時

- ・おなかがいっぱいになった時
- ・おむつを取り替えた時
- ・抱っこしてもらった時
- ・やさしく触ってもらった時

機嫌が悪くなる時はこんな時

- ・おなかがすいた時
- ・おむつがぬれた時
- ・眠い時

機嫌が悪くなったらこうしています

- ・ミルクをあげる
- ・おむつがぬれていないか確かめる
- ・抱っこしてあやす
- ・やさしく話しかける

栄 養

<母乳> 1日 6回

<ミルク> 1回 50~80ml 1日 2回

飲んでいる様子

- ・上手に飲めるようになってきた。
- ・ときどき休憩をしながら飲む。

日ごろ気にかけていること、気をつけていること等

- ・お風呂はのぼせないように全体で15分程度ですます。
- ・乳児湿疹がしやすいので、石けんを使いやさしく手で洗う。
- ・少しずつ外気に触れさせるようにしている。

排 泄

<排尿> 1日 8~10回

<排便> 1日に 2回

便の状態 (黄~緑色、どろどろ)

