

浜松市子育てサポート

# はますくファイル



さんの成長記録



# 「はますくファイル」について

お子さんの誕生おめでとうございます。はますくファイルには、お子さんの成長の様子を記録していく「子育て日記」的な活用方法と同時に、保護者と、保健・医療・福祉・教育など関係機関の方が、お子さんの成長にかかわる情報を記録し、ともに活用できるようにする「サポートファイル」としての役割があります。

はますくファイルを活用して、周りの方々と一緒に楽しく子育てをしていきませんか。そして、お子さんが成長したときに、皆さんの思いと成長の足跡が詰まったファイルをプレゼントするのも良いかもしれませんね。

## こんなふうに使ってみよう！

### こんなことを

- プロフィール
- 1日の生活の様子
- 園や学校での様子
- 受診の結果
- 相談の記録 など

### こんなときに

- お子さんの誕生日
- 健診を受けたとき
- 園や学校の相談
- 民生児童委員や主任児童委員の訪問 など



- 家庭
- 園や学校、施設
- 医療機関
- 相談機関 など

- 相談の記録
- 受診の結果
- 関係する資料
- 園や学校の配布物 など

### こんなところで

### いっしょにとじる

## そのほか

- ・母子健康手帳とあわせて活用しましょう。
- ・すべて記入する必要はないので、必要な時に必要なところを記入しましょう。
- ・関係機関は個人のプライバシーに十分配慮して、慎重に取り扱しましょう。
- ・用紙が足りない場合はコピーしたり、浜松市ホームページから様式をダウンロードしたりしましょう。



# めいめい ゆらい お子さんの命名の由来やメッセージ

お子さんのお名前

命名の由来  
(親のねがい)

お子さんへのメッセージ



写真を切り取って  
貼ってみましょう。

## はますくファイルの内容

- 1 プロフィール
- 2 所属（施設・保育園・幼稚園・学校など）の履歴
- 3 ♥ 乳幼児期の様子  
（1か月・3か月・7か月・10か月・1歳2か月・1歳6か月・2歳頃・3歳頃・4歳頃・5歳頃）
- 4 ◆ 保育所（園）・幼稚園・施設などでの様子
- 5 ◆ 就学期（小学校、中学校、高校など）の様子
- 6 ♠ 育ちの記録
- 7 ♣ 相談・サポートの記録
- 8 + お医者さん（かかりつけ医）の記録
- 9 🌻 受診の記録
- 10 📄 思い出ファイル
- 11 サポートマップ

※数字横のマーク（♥など）は、ページを見つけやすくする目印です。  
各ページのマークと合わせてご利用ください。



# プロフィール

( 記入日          年          月          日 )

名 前	( <small>あいしょう</small> 愛称 )		
生年月日	平成          年          月          日	性 別	男 ・ 女
自宅住所 電話番号	住 所	浜松市          区	
	電話番号		
保 護 者	氏 名		
	性 別	男 ・ 女	続 柄
	生年月日	年          月          日	
	氏 名		
	性 別	男 ・ 女	続 柄
	生年月日	年          月          日	
緊急連絡先	第1 連絡先	氏 名	( 続柄 )
		電話番号	( 自宅・携帯・勤務先・その他 )
	第2 連絡先	氏 名	( 続柄 )
		電話番号	( 自宅・携帯・勤務先・その他 )
	第3 連絡先	氏 名	( 続柄 )
		電話番号	( 自宅・携帯・勤務先・その他 )
手帳所有の 場合のみ	<input type="checkbox"/> 療 育 手 帳 (          A          B          ) <input type="checkbox"/> 精神保健福祉手帳 (          級 ) <input type="checkbox"/> 身体障害者手帳 (          種          級 )		


通っていた園や学校など


区 分	保育園・幼稚園・学校名など	通っていた期間
保育園 幼稚園 施設等		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
小学校		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
中学校		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
高 校		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
大 学 専門学校		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
職 歴 その他		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月
		年 月 ~ 年 月



## 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。



# 生後10か月頃

記入した日： 年 月 日



## 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…



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。

# 保育園・幼稚園・施設等での様子

\* 園での様子や懇談会で話したことなどを書いてみましょう。

**記入例** ※記入の参考にしてください。

記入日	H 27年 8月 1日	記入者	母
園・施設名	はますく幼稚園	クラス・担任名	年少、さくら組・浜田先生
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など	<p>〈担任の先生との懇談会での話〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・入園当初は、母から離れるとしばらく泣いていたが、最近はすぐにお友達と遊ぶようになった</li> <li>・お友達とおもちゃの取り合いになることもあるけれど、先生が間に入って話をすると、貸してあげられるようになった。</li> <li>・給食は、おかわりをすることもあり、何でも食べている。</li> </ul>		
その頃の家庭での様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・幼稚園から帰ってくると、ママにくっついて甘えている。</li> <li>・パパに肩車してもらうのが好き。</li> <li>・果物や野菜など、あまり好きでないものは食べようとしない。</li> </ul>		

記入日	年 月 日	記入者	
園・施設名		クラス・担任名	
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の家庭での様子			

記入日	年 月 日	記入者	
園・施設名		クラス・担任名	
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の家庭での様子			

# 保育園・幼稚園・施設等での様子

\* 園での様子や懇談会で話したことなどを書いてみましょう。

記入日	年 月 日	記入者	
園・施設名		クラス・担任名	
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の家庭での様子			

記入日	年 月 日	記入者	
園・施設名		クラス・担任名	
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の家庭での様子			

記入日	年 月 日	記入者	
園・施設名		クラス・担任名	
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の家庭での様子			

※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。

# 就学期の様子

\* 学校での様子や家庭訪問、懇談会で話したことなどを書いてみましょう。

**記入例** ※記入の参考にしてください。

記入日	H 30年 7月 20日	記入者	父
学校名	はますく小学校	クラス・担任名	1年1組・浜口先生
学校での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など	〈担任の先生との面談での話〉 ・算数は好きで、よく手を挙げて答えている。 ・国語の漢字の書き取りでは、飽きてしまうことがある。 ・忘れ物をしないように、連絡帳にきちんと書いている。 ・友達もできて、休み時間は体育館で遊ぶことが多い。		
その頃の 家庭での 様子	・宿題は、言われる前に自分からやるようにしているようだが、時々忘れて いる。 ・最近泳げるようになり、プールが楽しくなったらしく、夏休みにもっと 練習したいと言っている。		

記入日	年 月 日	記入者	
学校名		クラス・担任名	
学校での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の 家庭での 様子			

記入日	年 月 日	記入者	
学校名		クラス・担任名	
学校での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の 家庭での 様子			



# 就学期の様子

\* 学校での様子や家庭訪問、懇談会で話したことなどを書いてみましょう。

記入日	年 月 日	記入者	
学校名		クラス・担任名	
学校での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の 家庭での 様子			

記入日	年 月 日	記入者	
学校名		クラス・担任名	
学校での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の 家庭での 様子			

記入日	年 月 日	記入者	
学校名		クラス・担任名	
学校での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の 家庭での 様子			

※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。



# 育ちの記録

## 〈お子さんの成長の記録〉

育 ち	だいたいできるようになった時期	
首がすわる	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
あやすと笑う	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
寝返りをする	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
お座りをする	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
ハイハイをする	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
人見知りが始まる	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
お話をするように声を出す	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
ひとりで立てる	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
ひとりで歩く	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
関心のあるものを指でさす	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
バイバイと手を振る	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
マンマなど、意味のある言葉を話す	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
1人で走る	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
「ママ、来た」など、2語文を話す	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
ごっこ遊びをする	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
まる(○)を書く	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
おむつがはずれる	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃
ボタンをはめる	年 月	( ) 歳 ( ) か月頃

\* お子さんの育ちの記録を書いてみましょう。

年月日	年齢/ (学年)	どこで	気付いたことなど
<b>記入例</b> H24.7.15	11か月	自 宅	はいはいの移動が上手になってきました。 追いかけるのが少し大変に。





# 育ちの記録

\* お子さんの育ちの記録を書いてみましょう。

年月日	年齢/ (学年)	どこで	気付いたことなど

※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。



# 相談・サポートの記録

\* 相談内容やアドバイスされたことなどを書いてみましょう。

**記入例** ※記入の参考にしてください。

相談日	H 24年 3月 10日	相談機関名	〇区 健康づくり課
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの夜泣きが続いている。日中もグズグズすることが多いので、睡眠不足。</li> <li>・いつもニコニコした母親でいたいのにな、毎日イライラしている。こんな私って、母親失格ではないか。</li> </ul>		
アドバイス 支援内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夜泣きはいつか終わるもの。もう少し気長に待とう。</li> <li>・子どもと遊びに行ける子育て支援ひろばなどを利用して、子どもと遊んだり、他の人の話を聞いたりしてみてください。</li> </ul>		

---

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容			
アドバイス 支援内容			



# 相談・サポートの記録

\* 相談内容やアドバイスされたことなどを書いてみましょう。

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。



# 相談・サポートの記録

\* 相談内容やアドバイスされたことなどを書いてみましょう。

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他 ( )		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他 ( )		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他 ( )		
相談内容			
アドバイス 支援内容			



# 相談・サポートの記録

\* 相談内容やアドバイスされたことなどを書いてみましょう。

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

相談日	年 月 日	相談機関名	
相談方法	面談・家庭訪問・電話・メール・その他（ ）		
相談内容			
アドバイス 支援内容			

※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。



# お医者さんの記録

\* かかりつけや今までかかったお医者さんについて書いておきましょう。

**記入例**

病院・医院名 はなまる医院

担当の先生 はなまる先生

電話番号 123-4567

受診内容 かぜ(発熱、せきなど)

病院・医院名

担当の先生

電話番号

受診内容

病院・医院名

担当の先生

電話番号

受診内容

病院・医院名

担当の先生

電話番号

受診内容

病院・医院名

担当の先生

電話番号

受診内容

病院・医院名

担当の先生

電話番号

受診内容



# お医者さんの記録

\* かかりつけや今までかかったお医者さんについて書いておきましょう。

病院・医院名

---

担当の先生

---

電話番号

---

受診内容

---

病院・医院名

---

担当の先生

---

電話番号

---

受診内容

---

病院・医院名

---

担当の先生

---

電話番号

---

受診内容

---

病院・医院名

---

担当の先生

---

電話番号

---

受診内容

---

病院・医院名

---

担当の先生

---

電話番号

---

受診内容

---

病院・医院名

---

担当の先生

---

電話番号

---

受診内容

---

※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。



## 受診の記録

\* 引き続き治療が必要なものや大きな病気、発達関連の診断時に記入しましょう。

年月日	年齢	医療機関名	診断名、症状など	治療の内容
<b>記入例</b> H25.12.1	2歳	〇〇医院	滲出性中耳炎 (耳の聞こえが悪い)	鼓膜切開 抗生剤の服用





## 受診の記録

\* 引き続き治療が必要なものや大きな病気、発達関連の診断時に記入しましょう。

年月日	年齢	医療機関名	診断名、症状など	治療の内容

※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。



# 思い出ファイル



お子さんの誕生日や記念日などの思い出を記録しましょう。  
写真やお子さんがかいた絵なども、一緒に貼ってくださいね。

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



年 月 日 ( 歳 )

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。





# 思い出ファイル



お子さんの誕生日や記念日などの思い出を記録しましょう。  
写真やお子さんがかいた絵なども、一緒に貼ってくださいね。

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



年 月 日 ( 歳 )

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。



# 思い出ファイル



お子さんの誕生日や記念日などの思い出を記録しましょう。  
写真やお子さんがかいた絵なども、一緒に貼ってくださいね。

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



年 月 日 ( 歳 )

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。





# 思い出ファイル



お子さんの誕生日や記念日などの思い出を記録しましょう。  
写真やお子さんがかいた絵なども、一緒に貼ってくださいね。

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



年 月 日 ( 歳 )

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



※ 必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。



# 思い出ファイル



お子さんの誕生日や記念日などの思い出を記録しましょう。  
写真やお子さんがかいた絵なども、一緒に貼ってくださいね。

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



年 月 日 ( 歳 )

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

年 月 日 ( 歳 )

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

写真や絵を切り取って  
貼りましょう。



[Blank box for name]

☆☆サポートマップ☆☆

# さんの応援団



作成日:                    年           月           日

\*お子さんのことで困った時に相談できる人や場所(機関)を書いておきましょう。(名前、担当者、連絡先など)

かかりつけ医など医療機関

相談できる友だち

幼稚園・保育園など

小学校

中学校

お子さんの写真や似顔絵など

施設・療育機関など

行政・相談機関など

民生委員・児童委員・主任児童委員

## ご意見・ご感想をお寄せください

浜松市子育てサポート「はますくファイル」を  
より使いやすいものにしていきたいと考えています。  
皆様からのご意見・ご感想をお待ちしております。

お問い合わせは…

浜松市こども家庭部子育て支援課

TEL：(053) 457-2793

FAX：(053) 457-2039

E-Mail：[kosodate@city.hamamatsu.shizuoka.jp](mailto:kosodate@city.hamamatsu.shizuoka.jp)



\* 子育てに関する相談は、母子健康手帳の「子育てに関する相談機関等」  
をご活用ください。