

2022/12-2023/1

ゼクシィBaby 妊婦のための本

BOOKS
FOR
PREGNANT
WOMEN



人気No.1/
「ママ&キッズ」
妊娠ボディケア
クリーム付き！

ゼクシィBaby
会員限定BOOK
Vol.31

創刊5周年特別企画

- 1 可愛すぎるアイテム満載
感謝を込めた
Special Present

- 2 SHELLY 南 明奈 横澤夏子
Enjoy! Mama life
—わたしらしさママライフの楽しみ方—

5th Anniversary
アニバーサリー特大号 !!

体重管理も
体型戻しも

ポジティブに
いこう！

パパと読もう /

ふたりで進める♥
出産準備
TO DO リスト

パパと楽しむ♥
エコー写真

チャイルドシート

抱っこひも

ベビーカー

etc.

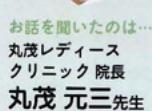


別冊

おでかけアイテム
準備BOOK



RECRUIT



お話を聞いたのは…
丸茂レディース
クリニック 院長
丸茂 元三先生

エコー写真に詳しく、3D・
4Dエコーが得意。たくさ
んのママに赤ちゃんのよう
すを見せてています。

健診でもらえるエコー写真。帰宅して改めて見る
ものの「これ、何だっけ?」となりがちではありませんか? エコー写真是赤ちゃんの成長やようすがよくわかるツールの1つだから、わからないのはもったいない! そこで、エコー写真的正しい見方をご紹介。ぜひふたりで赤ちゃんのようすを
楽しんでくださいね。

週数別にクイズで理解 「おなかの赤ちゃん、どう成長してる?」

エコーではおなかの赤ちゃんの成長のようすがよくわかります。月齢ごとに
どんどん成長していく赤ちゃんのようすを、ふたりで楽しんでくださいね!

A

この小さな点が
赤ちゃんです



mama & papas' voice

パパに送ると「これ赤ちゃん?」「この丸
は?」と質問攻め。私はパパの質問に答える
のに必死でした(笑)。(5週／永田有沙さん)

ここ
で
クイズ

赤ちゃんはどこにいる?



2ヶ月

4~7週

「胎のう」と呼ばれる
赤ちゃんがいる袋の中に
赤ちゃんのもと「胎芽」が
小さく見えます

胎芽はタツノオトシゴのような形で5~
11ミリくらいです。エコー写真で胎芽
を見つけるのは難しいですが、胎のうが
黒く丸い形で写ります。

4カ月

12～15週

赤ちゃんの顔の向きがわかるほど、
はっきりヒトの形に見えてきます

手足が伸び、全身が人間らしいバランスに。エコー写真で顔の向きがわ
かることも。また、羊水の中を泳ぐようなようすが見えることもあります。

ここで
クイズ!

Q 赤ちゃんはどうちに向いている?



A

左側を向いています



mama & papa's
voice

13週なのに顔がわか
り、手足を丸めて人
間らしい姿にパパと
大感激! (13週／清
田優里香さん)

3カ月

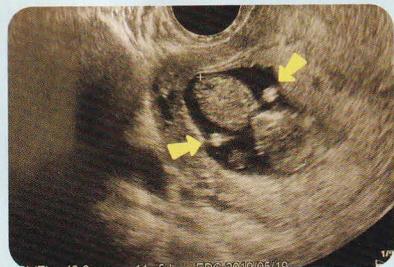
8～11週

11週の後半から手足が見えてきて
ヒトっぽい形になってきます

頭や胴が発達して3頭身になり、指や下あごなどもできてきます。その
ため、エコー写真では頭・胴・手足がわかつてヒトっぽく見えるように。

ここで
クイズ!

Q 矢印の2つの丸は何?



A

赤ちゃんの両手です



mama & papa's
voice

ふたりでおー、体に
なってるねー!! お
人形みたいだね! と
成長を実感! (11週
／宇津木恵恵さん)

6カ月

20～23週

骨がしっかりしてくるので、
背骨や頭蓋骨が見えることも

エコー写真では骨は白く、目のくぼみや鼻の穴は黒く写ります。とくに
背骨や頭蓋骨は面積が大きいので、エコーで見えることが多いようです。

ここで
クイズ!

Q 矢印の白いものは何?



A

頭蓋骨です



mama & papa's
voice

正面を向いたばかり
か、手を顔にあてた
のでふたりで「かわい
い!」を連発。(20週
／清田優里香さん)

5カ月

16～19週

内臓がほぼ完成!
エコー写真で赤ちゃんの内臓が
見えることもあります

ここで
クイズ!

Q 矢印の黒い丸は何?



A

胃です



mama & papa's
voice

ふたりとも、胃が見
えたことにびっくり!
「何で黒いの?」と
疑問も。(17週／
永田有沙さん)

S か月

28～31週

網膜が完成し、光を感じるために、じーっとこちらを見ているようなことも。光を感じる方向を向くと、こちらを見るような体勢になることもあります。目や鼻、口がよりはっきりと形成され、どちら似かわかるように。

ここで
クイズ!

Q 赤ちゃんは何をしている？



mama & papa's voice

ふたりで「めっちゃこっち見てるー」と大興奮！ パパは「ママ似」と予想。（30週/A・Aさん）

A

外の光を
感じているかも**10** か月

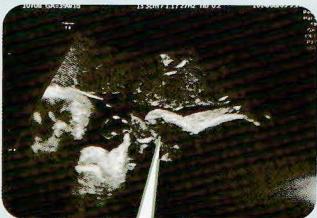
36～40週

体が完成！誕生後と同じ姿がエコーで見られます

まゆ毛も生え、誕生後と同じ顔に。体の位置はほぼ同じですが、手や足を顔の横に持ってくるなど、一部の動きが見えることもあります。

ここで
クイズ!

Q どれが赤ちゃんの鼻？



mama & papa's voice

ふたりで「もう全身は見えないね～」と、大きくなったことを実感しました！（40週/Y・Cさん）

A

ここが鼻です



エコー写真は赤ちゃんの断面を写しています

エコーは物にあたると反射する超音波の性質を使い、赤ちゃんの断面を写す方法。骨や脂肪などは白く、羊水などは黒く見えます。



BPD

頭の最大の幅

AGE or GA

妊娠週数

FL

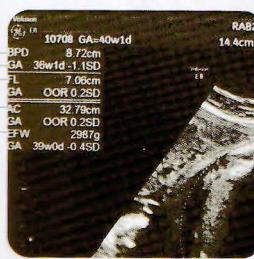
太ももの骨の長さ

AC

おなか回りの長さ

EFW

推定体重

**7** か月

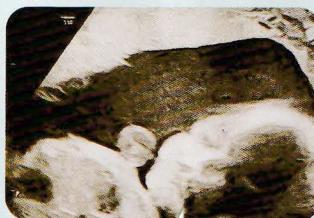
24～27週

まぶたができる、より人間らしい顔つきに。まばたきが見えることもあります

まぶたができるので、顔立ちがはっきりしてきます。動きも活発になります。まばたきやあくびをしたり、くるりと回る様子が写ることも。

ここで
クイズ!

Q この頃にできるようになる顔の動きとは？



mama & papa's voice

「どんな顔かな、髪や目は何色かな」とふたりであれこれ想像。（25週/ファンヘルデン智香さん）

A

まばたきができる
ようになります

9 か月

32～35週

体が大きくなり、エコー写真には全身が入らなくなります

身長は約4～45cmくらい、頭を下に向いた姿勢に落ちています。そのため、全身は写らず、体の一部だけが見える程度に。

ここで
クイズ!

Q 何が写っている？



mama & papa's voice

パパと「大きくなつて狭いからこの体勢なのかな？」と話して成長を実感。（35週/永田有沙さん）

A

左腕と足、顔の
パートの一部です

エコー写真上にある英数字は赤ちゃんの成長を表しています
エコーでは赤ちゃんの成長を確認するさまざまな情報がわかります。エコー写真上にある英数字の意味を知っていると、赤ちゃんの成長がより実感できますよ♪

もっと知りたいエコー写真



ふたりで判別してみよう 「赤ちゃんの性別はどっちかな？」

「赤ちゃんは男女どっちでもいい！」とは言っても、やっぱり気になるのが性別ですよね。エコーなら性器が写れば、男女どちらかズバリわかります！



Q どっちが男の子で、どっちが女の子でしょうか？



ZOOM



ZOOM



mama & papas voice

ずっと確定しなかったけど、ふたりで「やっぱりね！」と確信。(29週／ファンヘルデン智香さん)



Aが女の子、
Bが男の子です。
赤ちゃんの性器で
判別します。

妊娠17週くらいからエコーで性器が見えれば性別が判断できます。ただし、女の子と言われても、男の子の性器が足などで隠れていって、生まれたら男の子だったというケースも。



mama & papas voice

パパとふたりで「やーーっとわかったねー！」と大喜び。(26週／清田優里香さん)



先輩ママの性別確定エコー写真



性別は…
{男の子}

「ににくのようなこれ
は？」と大興奮

帰宅後、まじまじと見たパパが
「ちっちゃいににくついてるー
！」と(笑)(20週/西山麻奈さん)



性別は…
{男の子}

予想と違い、ふたりで
「まさか…」とびっくり

先生が「ついてるね」と。女の子
だと思っていたので、顔を見合わ
せました。(19週/山口由希さん)



性別は…
{女の子}

赤ちゃんに「今日は足を
広げてね」と話しかけた！

帰宅後、パパに見せながら話し、
ふたりで静かに喜びをかみしみ
ました。(17週/小島優衣さん)



あなたもこんな赤ちゃんに会えるかも?!

「おなかの赤ちゃん、今何してる?」

赤ちゃんはおなかの中でとっても自由でかわいいしぐさをしていたり、パパやママにそっくりだったり…。インスタ映えバツグンのポーズや表情の数々をご紹介!



まるでヨガの達人
ありえない体勢を
しているかも

軟体動物です。

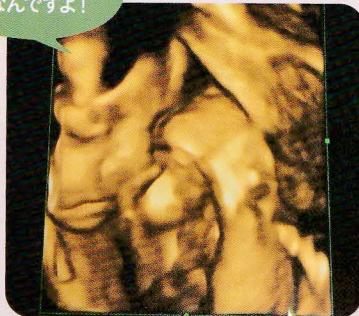


赤ちゃんってこんなに
やわらかいんだ」とふた
りで驚き。パパは「ママ
似でやんちゃ」と。(28週
/石野千尋さん)

つまりこういうこと



手に見える? これ、
足なんですよ!



28週で、考える人のボー
ズをしてました。何を考
えているんだろう?とバ
バと盛りあがりました。
(28週/篠塚由衣さん)

つまりこういうこと



ここまで似る?!

ママとパパと同じ顔を
しているかも

笑った顔が
パパそっくり!



パパです。

パパとは「まるでそのまんま!」と笑っちゃいました。義母も太鼓判のそっくりさで、生まれてみたら瓜ふたつ。(30週/東城結貴さん)

鼻の形が
ママに似てるー!



ママです。

私とそっくりなんだんごっ鼻だったので、エコ
ーを見ながら笑いをこらえるのに必死。パパ
も大笑いでした。(29週/山口由希さん)



ちょっとV系?

エックスポーズで
決まりっ

エックス!!

先生が「口がかわいい」と言ったので、
「オレ似」「私似」と
お互い主張(笑)。(25
週／小島優衣さん)

インスタ映え満点!
キュートなポーズを
決めているかも

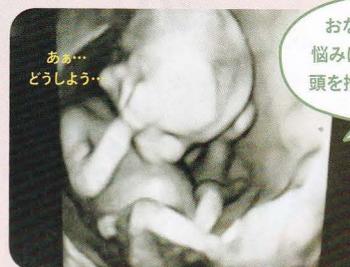
まるで祈りを
ささげてるよう!
何を祈ってるのかな

アーメン…

ああ…
どうしよう…

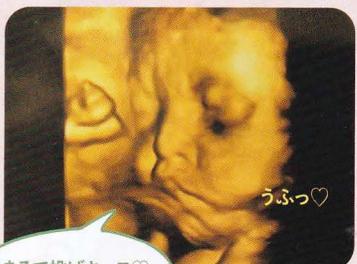
おなかの中でも
悩みは尽きない?
頭を抱えて考え中…

もじもじしてるようにも見え、パパと「恥ずかしがり屋だね!」と盛り上りました。
(20週／許斐成美さん)



パパも爆笑で「何を悩んでいるのかな?」「外がうるさい?」といろいろ想像。(20週／山口由希さん)

今もねんねはこのポーズ。「エコーと同じだね」とパパと話しています♪(24週／マドルガ明日香さん)



いつも3Dエコーで顔を隠していたので、「恥ずかしがり屋はパパ似?」と想定してました。(31週／青山摩紀)

From 編集部

ふたりでエコー写真を
楽しんでくださいね♡

今しか楽しめないエコー写真。ぜひ、ふたりで「これは何?」「何している?」と想像しながら、赤ちゃんに会える日を心待ちにしてくださいね!

もっと知りたいエコー写真

2D、3D、4Dで
赤ちゃんの見え方は違います

2Dは断面を写すので、平面的な
見え方に。3Dは断面の重なりを
立体的に表現できるため、顔つき
や表情なども見えます。4Dは3
Dを動画にしたもので、3D、
4Dは専用の機器がある施設でし
か見られません。



◀2D
体を断面で見て
いるため内臓や
骨を確認できる



◀3D
立体的に見える
ため、表情や体
の表面も確認で
きる