

妊娠3カ月から臨月まで 毎月役立つ

3 たまごクラブ
2015 Mar. 620 yen
1冊に1冊の送料が無料です

たまご

体重測定と高さ対策がテーマ!
YOUは何着て健診へ!? SNAP
/バッグの中身も!

何からできてるの? 羊水の不思議

産前産後 「心」と「体」を整えて、不安に勝てるニップになる!

お産の“痛い×怖い”が軽くなる最強プロジェクト

実家のパイプ / 「大丈夫やで」の91才助産師、
「キセキ」のMINMIさんも応援!

産前産後 中期産 後期産
妊娠時期別

安産ヨガ



妊娠8カ月 赤ちゃんがやってみて!

春夏生まれの赤ちゃんが 中期から始める!
安全・快適なお部屋づくり

2000人。妊婦時代に「食べて」「使って」選んだ! よかった♡ランキング

第8回 たまご赤ちゃんグッズ大賞 発表!

1年に一度の保存版・別冊付録

3・4・5・6・7・8・9月生まれベビーの

出産準備・育児グッズ

使ってよかった! 1位を発売

約2000人のママが

ベビーカー / 抱っこひも / チャイルドシート / ベビーバス / おむつ / 肌着・ウェア / ベビー布団 / 哺乳びん... 全22部門!

ムダ買いない! 買い忘れはない!

東京都 北都2SHOP for Maternity / 北都2SHOP for Mama&Baby 北都2の仲間

Ben

速報 昨年4月・5月に産んだ先輩ママの出産準備に学べ!

応募者全員サービス



Cover 八木下 泉さん (2014年産まひよ)

カギは妊娠中にあった!

たまご

大人気! キャクスターブランド
CRAFTHO
おしりかわいい
ベビーパ
差し上げま

産後の体重・体

「戻った」「戻らなかった」の分

産前産後の便秘 尿もれ
会陰切開後のセックス ど

たまご読者の安倍首相に
「もっと子育てしやすい」

「たまごクラブ」「ひよこクラブ」3月2冊購読してより! 全巻5000円分、50名様

今年の2-3月
花びらシーズンがや

使って正解! ママたちのキツ

編集部レポート!

約2万6000人が来場!
ありがとうございました

たまひよファミリーパーク



2014 in 横浜

家族で楽しめるプログラムがいっぱいの「たまひよ ファミリーパーク 2014 in 横浜」が11月23日(日)にパシフィコ横浜で開催されました。来場者数は過去最大の約2万6000人。大盛り上がりだったイベントの様子をレポートします!

撮影/小畑二、石橋幸 (デザインオフィス・キャン)、横田真実、宮本信高、林本浩 取材・文/吉田由美
デザイン/スタジオ・サイト

たまちゃんひよちゃん撮影会

動きもかわいいと評判のたまちゃんひよちゃん。一緒に撮影できるコーナーは、一日中長行列ができるほど、大人気でした!

暖は、大きなたまちゃん、ひよちゃんに大興奮! ぶわぶわわいて抱きまわさるくらいわいわいしたです。撮影/横/太田美智子ママ 撮影/ハイムのかんちゃん(当会刊)



なりきり表紙体験

「たまごクラブ」「ひよこクラブ」の特大大表紙パネルの前で記念撮影ができる、なりきり表紙体験。「いつも見ている表紙にそっくり!」と、みんなモデルになった気分が撮影を楽しんでいました。



雑誌やアプリで雑誌から参考にしている「ひよこクラブ」表紙撮影はとんでもないになりました! 東京部/約塚可奈子ママ 大塚ゆうひなちゃん(当会刊)

バースデーフォト体験

ハーフバースデー&1オースデーを写真に残すコーナー。キョウトなセットの中、記念撮影を楽しむママ&パパでにぎわいました。



来場経験7ヵ月なので、その記念にと、このコーナーを始めてみました! 本日の撮影もたいとううれしかったです。東京部/中/藤原さん、山崎さん(当会刊)



フードコーナー

おにぎりなどの軽食からオーガニックにこだわった弁当、野菜のケーキ、スムージー、カフェインレスコーヒーまで個性豊かな飲食店が並び、好評でした。

パティスリー ボタリエ

カフェ・スイーツ・デザート

KUSHI GARDEN



ベビブレ

フレッシュスムージー

FRESH SMOOTHIE

有機野菜スムージー

パティスリー ボタリエ

カフェ・スイーツ・デザート



パティスリー ボタリエ

カフェ・スイーツ・デザート

おみやげもいっぱい!

入場ゲートでは

来場者にはかわいくて役に立つたまひよオリジナルグッズをプレゼント!



ブースでは

出展ブースからも、たくさんのお品をプレゼントが、「さっそく試してみたい!」という声が多く聞かれました。



しまじろうカーも大人気でした!



しまじろうカーのまわりには、終日行列に並ぶファミリーでいっぱい。後ろ姿もかわいいと大人気でした。

しまじろうカーは大好評で、2台も持っていません。今日は必ず撮影しようと思って会場に来ました。横田真実/中塚可奈子ママ 撮影/高橋さん(当会刊)



ママ友作ろう! たまひよメイトcafé

「たまごクラブ」「ひよこクラブ」の専属読者モデルのたまひよメイトを囲んで、初のママ友トーク会を開催。華やかで笑い声が絶えないエリアでした。



たまひよメイト
読者美智子さん

子どもから大人まで楽しめる
ステージは大盛り上がり!



ママtomo パパtomo パナレディスカッション

パナソニック、パナホーム、日本航空、三井不動産によるディスカッション、子育てファミリーを応援する取り組みにみんな興味津々でした。ママtomo パパtomo 1日応援員としてユージさんも登場。

ソニー生命 プレゼンツ 就原英雷トークショー

会場に集まった親子に、ステージ上から就原さんがベビーマッサージを指導。会場が一体化和やかにになりました。

ソニー生命 プレゼンツ

「たまごクラブ」2大人気企画 胎動・胎音ふれあいトークショー



よしもとパパ芸人 「愛」のトークショー

タクトさんとインバシバゲマの石橋さんによるトークショー。「普段言えない感謝の言葉をママに伝えて」と会場のパパたちへメッセージも。

しまじろうとうたっておどろろ

2回行われたステージとともに演奏発表。音楽に合わせて体を動かしたり、パピに囲まれて、ステージを見る子ども。



©Ebisuno Corporation 1988-2019/しまじろう

ソニー生命 プレゼンツ 「たまごクラブ」2大人気企画 胎動・胎音ふれあいトークショー

産婦人科医・角茂元三先生による、おなかの赤ちゃんの話。おなかの赤ちゃんがどんなふうに通じているのか、興味深い話にみんな聞き入っていました。



ひなたなほこ コンサート

女優経験を生かし、演技と音楽が魅力的なひなたなほさんのステージ。伸びやかな歌声に赤ちゃんもノリノリ。



たまひよ 親子手形

赤ちゃんの小さな手でママとパパの手形をベタッ。実家の記念と成長の記録に、みんな大満足の様子でした。



ベビーマッサージ&ヨガスタジオ

ママとパパが赤ちゃん向けのヨガやマッサージで楽しくコミュニケーションをはかっていました。



おきさまの似顔絵コーナー

赤ちゃんの似顔絵をその場で描いても楽しめるコーナー。「Wow、似てる!」と、みんな大喜び!



顔だけだったので画とかどうやらキドキでした。似顔絵はすごくかわいくて、とてもいい記念になりました! 神奈川/沼津まふはママ倶楽部の沼津さん (11才4月)

赤ちゃんスーパーはいはい競走

丹精別に行われた、はいはい競走。優勝者として、お母さんの手でゴールに導くママとパパで、会場はとて盛り上がりました。



今日は、はいはい競走にぜひ参加したいと思って来たので、結果1位になってうれしかったです。神奈川/沼津まふはママ倶楽部の沼津さん (10才)

たまひよ ファミリーパークで 愛を叫ぶ!

会場に入ってセルフ動画を撮り、筒状口に出せない思いを相手に伝えるという新企画のブース。何より家族に大好評でした。

砂に書くメッセージ

言葉では伝えにくいメッセージでも砂の上に乗いたら画面に伝えられるとあってか、カラフルに飾ったり、皆さん真似な様子でした。



今日のイベントの思い出にと思ってチャレンジしました。思った以上に喜んで参加してきてうれしかったです。子どもの成長記録としても残せていいですね。神奈川/沼津の沼津ママ倶楽部の沼津さん (10才)



小林優真ちゃん (2才)

たまひよ ドーナツプレート作り!

たまちゃんひよちゃんデザインの自分だけのオリジナルドーナツプレートを作ろうというコーナー。すでに色をつけてファミリーみんなで楽しんでいる様子も。

マタニティ DIARY

人のママがどのように生活しているのか、どんな気持ちで過ごしているのか、毎月のぞき見しちゃいましょう!

※文：産婦科医(医師3〜10ヵ月の下段) デザイン：ビーワークス

中期				初期				妊婦月数								
6か月		5か月		4か月		3か月										
23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	週数
4週に1回				4週に1回				2~4週に1回				2~4週に1回				妊婦健診
 <p>23週ごろ 推定体重……約700g</p> <p>赤ちゃんは大人のりんご2個くらいの重さに。動きがより活発になり、胎動を感じるママが増えます。おなかの中で、まわりの羊水の中を大きく動きをすることもあります。</p>				 <p>19週ごろ 推定体重……約280g</p> <p>赤ちゃんはグレープフルーツ1個くらいの重さに。足の曲げ伸ばしや上体反らしなど、動きにバラエティーが出てきます。音が聞こえるようになるので、積極的に話しかけてあげて。</p>				 <p>15週ごろ 推定体重……約100g</p> <p>赤ちゃんはレモン1個くらいの重さに。胎動とへその揺れから、栄養や新しい酸素をもらい、ぐんぐん成長。手足の上下運動もできるようになります。男女の外生殖器がきます。</p>				 <p>11週ごろ 推定体重……約30g</p> <p>赤ちゃんはいちご1個くらいの重さに。皮膚感覚が機能し始め、運動や噛みかさを感じるようになります。ママはまだ胎動を感じませんが、超音波検査ではピクピク動く姿が確認できます。</p>				おなかの赤ちゃんの成長
 <p>おなかが大きくなり、背中や腰に悩む人も。おなかが大きくせり出てきます。体のバランスが崩れて腰や背中が痛むのが、痛みを感じやすくなります。胎動がはっきり感じられるように。</p>				 <p>体全体がふっくらと丸みを帯びてきます。胎盤が完成、安定期に。子宮の大きさが大人の握りこぶしになるため、おなかのふくらみが目立ち始め、乳房もひと回り大きくなります。体全体がふっくらと。</p>				 <p>つわりが治まり、少しずつラクに。つわりが少しずつ治まり、食欲も徐々に回復。下腹部が少しふっくらしてくるでしょう。ホルモンの影響で、皮膚トラブルに悩まされるママも。</p>				 <p>つわりのつらさがピークを越える人も。つわりがつかない人が多い時期。眠さや、便秘、乳房の張りや乳が気になることも。普段よりのんびりとした生活を心がけて、水分補給もしっかりと。</p>				ママの体の変化
<p>食材はオーガニックにこだわっています</p>  <p>299~</p>				<p>やっとお気に入りを見つけましたよ~</p>  <p>398~</p>				<p>野菜の宅配サービスを利用してします</p>  <p>297~</p>				<p>産後のことを考えて不要品は捨てるぞ~!</p>  <p>NEWメンバー 296~</p>				連載中の読者モデル

妊婦3~10カ月
&産後1カ月

全国 9人の たまごママ

妊婦さん&産後すぐのママの、リアルな日常がわかる大人気連載

イラスト/宮岡善博(Gamiokana)

自分と
同じ月数のママを
チェックしよう!

大人気 連載



産科医 丸山 善博

丸山レディースクリニック
院長 丸山 善博 先生

2013年9月に、4Dエコー胎児診断専門のクリニックを開設。おなかの赤ちゃんの表情やしるほのこまかいところまで見られる世界最高レベルの4Dエコー装置で、たれでも4DエコーをDVDに撮ってもらえます。

後期

10カ月

9カ月

8カ月

7カ月

39 38 37 36

35 34 33 32

31 30 29 28

27 26 25 24

1週に1回

2週に1回

2週に1回

2週に1回

39週ごろ
推定体重……約3100g

赤ちゃんはすでに1個くらいの重さに。外見は、新生児とほぼ変わりません。お産に備えて、ママの骨盤内に頭を入れてスタンバイをしますが、手足は元気に動かしています。会えるときは開近!



「胎動はもうほとんどありません。赤ちゃんの呼吸も聞こえなくなりました。」

ママの体が
お産の準備を始めます

みぞおちまであった子宮がだんだん下がり、胃への圧迫が消え、すっきりするママも。不規則なおなかの張りなど、お産が近づいている兆候が現れます。

35週ごろ
推定体重……約2500g

赤ちゃんはバイナップル2個くらいの重さに。皮下脂肪が増え、ふっくらとした体つきになります。髪の毛や足のつもも伸びて、肺や肝臓の機能もほぼ完成! 目玉を動かすなど、表情が豊かに。



「お産に近づくと、赤ちゃんの呼吸が聞こえなくなりました。」

大きくなった子宮が
胃や膀胱を圧迫

大きくなった子宮に胃が押し上げられてムカムカしたり、心臓や肺が圧迫されて、動悸や息切れを感じやすくなったりするかも。頻尿や尿もれに悩むママも多いです。

31週ごろ
推定体重……約1800g

赤ちゃんはマスキメロン1個くらいの重さに。首の強固や高さまで聞き分けられるようになります。この時期はさかごでも、ぐるんと回転して戻ることも多いので、心配しすぎないで。



「胎動はもうほとんどありません。赤ちゃんの呼吸も聞こえなくなりました。」

おなかの張りがやすい時期。
休息をたっぷり!

子宮はおへそとみぞおちの間くらいまで大きくなります。足元が見えにくくなるため、転倒に注意して、おなかの張りがやすい時期なので、こまめに休息を。

27週ごろ
推定体重……約1200g

赤ちゃんはバイナップル1個くらいの重さに。発達してきた目や耳からの情報を、脳に伝達する働きが整い、時々まばたきもします。髪やまゆ毛、まつげも生え始め、顔つきがしっかりしてきます。



「胎動はもうほとんどありません。赤ちゃんの呼吸も聞こえなくなりました。」

おなかはずますます大きく
妊娠線ができやすい時期

子宮底がおへその上にくるほど子宮が大きくなります。おなかの重みやホルモンの影響で、腰痛が出たり、痛くなることも。妊娠線ができやすいので、注意!

布団に坐りわりして
ベビー布団を用意!



次母で卒業!

R.103~

沖縄へ帰ったり、
波の音に癒やされます



R.102~

男の子なんだけど
ピンクも1枚だけ(笑)



R.101~

再びつわりで……
お菓子作りで気分転換



R.100~