

初めてのたまごクラブ

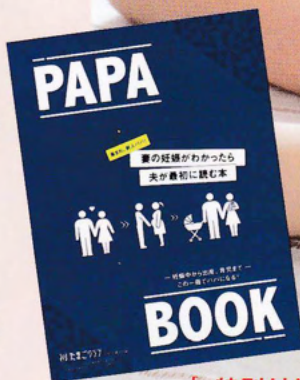
妊娠

2.

3.

4.

カ月



【特別付録】
 妻の妊娠がわかったら
 夫が最初に読む本

- 妊娠初期に役立つ!
 [4大とじ込み付録]
- ①食べ物・飲み物 OK・NG シート
 - ②妊娠40週 やることカレンダー
 - ③胎児実物大シート
 - ④妊娠週数スケール

妊娠・出産・育児で
 お金、どうする?
 つわりをラクにするコツ
 これって妊娠? 私の体と赤ちゃん、
 これからどうなる?
 見通しガイド

妊娠2・3・4カ月の

やっていいこと ダメなことQ&A281



特別付録
 マタニティ
 マークストラップ

初期の
 妊婦さんへ /
miffy
 ミッフィー
 コラボ3点セット
 © Mercis bv



特別付録
 母子手帳ポーチ



応募者全員プレゼント※1
 エコ写真
 メモリアルバム

※1 応募にはスマホアプリ
 「まいにちのたまひよ」(無料)が必要です。
 応募は2022年6月14日(火) 9:00まで!

「お得なクーポン」※2
 最大1000円OFF
 たまひよのマタニティ・
 ベビー通販

※2 クーポンのご利用にはご購入
 金額などの条件があります。詳細は
 「たまひよのマタニティ・ベビー通販」
 カタログページでご確認ください。

初めてのたまごクラブ
 春号 2022
 1320 yen

1冊につき1円を
 未来の赤ちゃんに

の見方 Guide

妊娠して初めて経験する超音波検査。おなかの赤ちゃんとお会いする楽しい時間ですね。でも、超音波写真の見方がいまひとつわからない、という人も多いはず。この特集で詳しく解説します！

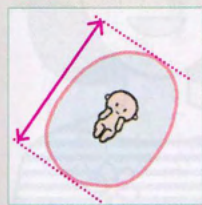
イラスト／上田惣子、ヤマグチカヨ 取材・文／樋口由夏(P.147) デザイン／カラース

日付・時間

超音波検査を受けたときの日付と時間が記録されます。

GS

(胎嚢の大きさ／胎児が入っている袋の大きさ)



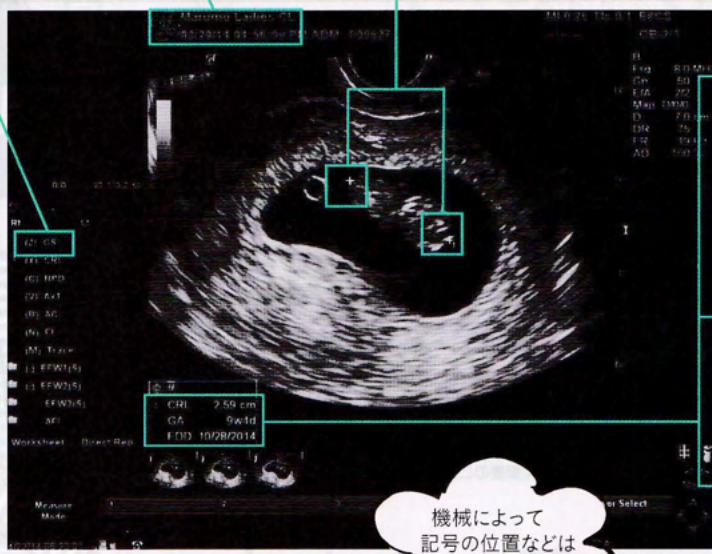
妊娠初期に赤ちゃんが入っている胎嚢という袋の大きさを表します。妊娠のごく初期には赤ちゃんが超音波検査で見えなくても、胎嚢が大きくなっていることで成長していると考えます。

そのほかにも

BPD (児頭大横径：頭の大きさ)、A×T (胎児臍横断面積：赤ちゃんの胃の部分が見えるあたりの断面積)、AC (腹部周囲長：おなか回りの長さ)、FL (大腿骨長：太ももの骨の長さ) などがあり、必要に応じて計測します。

+マーク、または×マーク

胎児の体を測定するときに使うマーク。画面上で測定したい部分に2つの+マーク、または×マークをつけると、結んだ部分が測定されます。



機械によって記号の位置などは異なります

1 超音波写真の英語・記号の意味って？

CRL (頭殿長／頭からおしりまでの長さ)

赤ちゃんの頭からおしりまでの長さのこと。妊娠8～11週ごろは胎児の発育に個人差が少ないため、CRLを測定することによって、出産予定日や妊娠週数を確定することができます。



GA (妊娠週数)

超音波検査によって計測された胎児の大きさから、検査をした当日が妊娠何週 (w=week) の何日 (d=day) かを割り出した数値が表示されます。

EDD (出産予定日 月/日/年)

検査結果を受け、機械が自動的に算出した出産予定日が表示されます。測定誤差により、実際の予定日と異なる場合も。目安程度に考えましょう。

3 おなかの様子がわかるしくみは？



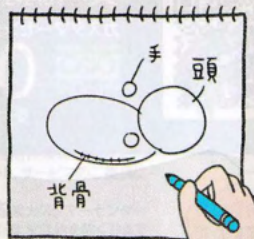
超音波の反射を利用して投影しています

かたいものにぶつくと反射し、液体などは通り抜ける超音波の性質を利用して、羊水内の赤ちゃんの姿を画面上に投影します。背骨や肋骨、頭蓋骨などかたいものは白く、羊水や血液、膀胱の中の尿などは黒く、筋肉や脂肪、胎盤などはグレーに写ります。

4 何が写っているのか判別するには？

もらったその場で確認するのが早道

超音波写真に写っているのは断面。そのため超音波をあてた位置や角度によって写り方が変わります。超音波写真をもったら、家でパパに説明するためにも、その場で先生に何が写っているのかを聞きましょう。初めのうちはわかりにくくても、見慣れてくるとだんだんわかるようになります。



2 検査方法は妊娠時期に合わせて変わる！

妊娠4カ月以降 経腹超音波

おなかの上から器具を当てて広範囲に観察

妊娠4カ月以降は、おなかの上から経腹プローブをあてて、より広い範囲で赤ちゃんの体を観察します。おなかとプローブの間に空気が入らないようにするために、おなかにゼリーを塗ります。



これが
経腹プローブ

妊娠3カ月ごろまで 経膣超音波

膣内に器具を入れて子宮の近くから観察

赤ちゃんもママの子宮も小さい妊娠3カ月ごろまでは、膣に細長いプローブを挿入して、子宮のごく近くから子宮や卵巣の状態を観察します。妊娠中期以降は子宮頸管が短くなる子宮頸管無力症や、前置胎盤の診断に使われることも。

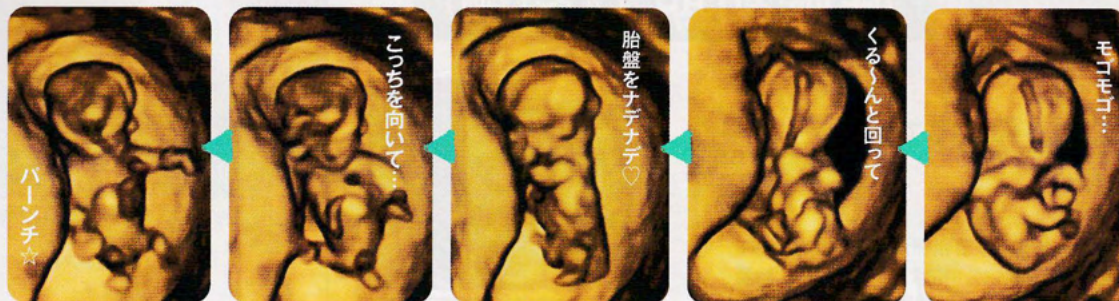


これが
経膣プローブ

超音波写真



日本超音波医学会超音波専門医。
東京大学医学部附属病院産婦人科
などを経て、2013年に丸茂レディース
クリニックを開院。「もっと身近に赤ち
ゃんを感じてもらいたい」という思いか
ら、3D&4D超音波外来を積極的に
取り入れた診療をしています。

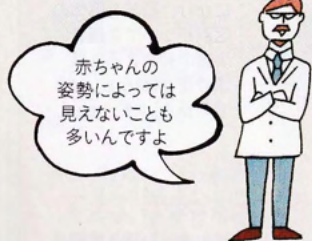


4D超音波
妊娠11週
連続ショット

7 赤ちゃんの 性別がわかるのは 妊娠5カ月ごろから

男の子はペニス、
女の子は木の葉形が見える

男の子は股の間にペニス、
女の子は木の葉形をした外陰
部が見えます。早い人で妊娠
5カ月ごろからわかりますが、
なかなか外性器が写らない場
合は性別の判定が遅れます。
また、女の子と言われている
も途中でペニスが見つかり修
正されることも。



6 妊娠6カ月ごろから 赤ちゃんの 推定体重がわかる！

機械が自動的に計算式に
あてはめて算出

推定体重とは、赤ちゃんの
今の体重の目安のこと。赤
ちゃんの頭、腹部、太もも
の長さを超音波装置で計測
すると、体重がわかる計算
式に自動であてはめて算出
しています。ただし、1割
ほどの誤差が出ることも。
妊娠20～24週ごろから推定
体重を計測し、赤ちゃんの
発育をチェックします。



この3つを
計算するん
です



注意

超音波写真は劣化します！



劣化した12年前の超音波写真

スキャンするか複写して
きれいな状態で保管

超音波写真は感熱紙に印刷されること
が多く、時間がたつとだんだん白っぽ
くなり、色が消えてしまいます。きれ
いな状態で残すには、①複写する ②
スキャナーでとり込む ③写真店で複
製する、などの方法があります。



超音波写真でチェック！ おなかの赤ちゃんアルバム

超音波写真を妊娠週数別にご紹介。小さな点だった赤ちゃんがだんだん人間らしくなっていくのがわかりますね！

妊娠初期（4～13週）

妊娠初期に医師が確認しているポイント

① 子宮内に妊娠しているか

市販の妊娠検査薬で陽性が出て、受精卵が子宮内に着床していない異所性妊娠の可能性もあるため、初診では子宮の中に胎嚢（赤ちゃんが入っている袋）があるかどうかを確認。

② 子宮や卵巣にトラブルがないか

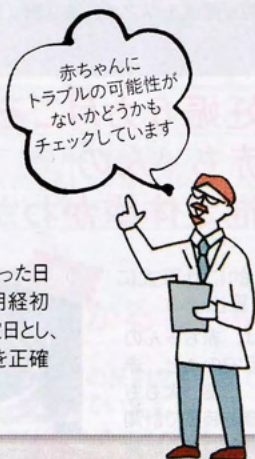
妊娠経過や出産に影響を及ぼす可能性のある、子宮筋腫や子宮の奇形、卵巣の腫れやトラブルなどがないか確認します。

③ 赤ちゃんの心拍が確認できるか

妊娠6～7週以降に赤ちゃんの心拍を確認します。この時期に継続して心拍が確認できると妊娠経過は順調です。

④ 赤ちゃんが何人いるか

赤ちゃんが1人（単胎）か、複数（多胎）かを確認。双子の場合はさらに一卵性か二卵性かも妊娠初期に調べます。多胎妊娠の場合、大きな産院を紹介されることも。



⑤ 妊娠週数を算出

わかれば、排卵日や不妊治療を行った日から決定。わからない場合は最終月経初日を0週0日、40週0日を出産予定日とし、8～11週ごろ、赤ちゃんの頭殿長を正確に測って修正・確定します。

4 week



受精卵が着床し、
胎嚢が成長



黒くて丸く写っているものが、赤ちゃんが入っている胎嚢という袋。胎嚢は1日におよそ1mmという速いスピードで成長します。

5 week



ホワイトリングが見え
丸い輪っか状の卵黄嚢が



胎嚢の外側が白っぽく厚く写ると「ホワイトリング」と呼ばれることも。胎嚢の中に、丸い輪っか状の卵黄嚢が写ります。

6 week



赤ちゃんの姿が
小さく見えてきます



卵黄嚢のそばに赤ちゃんが見えるように。卵黄嚢は赤ちゃんと同じ管でつながっていて、主に赤ちゃんの血液をつくっています。

7 week



心拍がわかるようになり、
赤ちゃんが2頭身になり



心拍が確認できるようになり、頭部と胴体の区別がついて2頭身になり。7週の初めごろには、頭殿長（頭からおしりまでの長さ）が約1cmに。

8 week



妊娠が確定し
出産予定日も決まります



妊娠8～11週に頭殿長を計測して出産予定日を確定させます。頭、胴体、手、足、へその緒などの区別がついてくるころです。

12 week



ぐんぐん成長し、盛んに
手足を動かしています



頭殿長は4cm前後に成長し、手足の運動が超音波で観察できるように。検査方法は経腹検査から経腹検査へと変わっていきます。

13 week



頭部に白く頭蓋骨が見え、
中には黒く脳が写ります



頭蓋骨が白く太い線が見え、その中には黒く脳が写ります。このころから赤ちゃんの成長をBPD（児頭大横径）で測るようになります。

10 week



へその緒が太くなり
卵黄嚢が小さくなります



卵黄嚢は相対的に小さくなり、わからなくなりますが、ママから酸素や栄養を受け取るためのへその緒が太くなってきます。

\\ 3Dでも見てみよう! //

丸い球体の卵黄嚢の横に 赤ちゃん（胎芽）が

卵黄嚢のそばに赤ちゃんが確認できます。
胎嚢に対して赤ちゃんはまだ小さく、
米粒のように見えます。

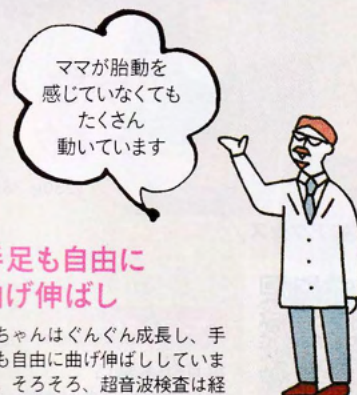
赤ちゃんの手が ドラえもんの手 のように見えます

時々、手や脚や体をくねくねと
動かしています。



手足が伸びて 人間らしいシルエットに

頭、胴体、手足などの区別がわかりや
すくなってきます。子宮内はまだ余裕
があるので、羊水の中を気持ちよく泳
いでいるよう。



手足も自由に 曲げ伸ばし

赤ちゃんはぐんぐん成長し、手
足も自由に曲げ伸ばししています。
そろそろ、超音波検査は経
膣から経腹へチェンジ!

PAPA

集まれ、新人パパ!

妻の妊娠がわかったら

夫が最初に読む本



— 妊娠中から出産、育児まで —
この一冊でパパになる!

BOOK

初めてのたまごクラブ 特別号第1付録

初めてのたまごクラブ特別号(第1巻第1号)第1付録
2022年3月15日発売(3月・6月・9月・12月15日発売)



CASE
02

超音波写真や映像で成長を楽しもう

妊婦健診などでもらう超音波写真は、おなかの赤ちゃんの姿を妻と共有できる貴重なツール。骨などのかたい部分が白く、やわらかい部分はグレーで写る。少しわかりにくい「これは体のどの部分？」など妻に聞きながら、赤ちゃんの成長を楽しもう。だんだん見慣れて、何が写っているのかわかるようになってくる。

「おなかの赤ちゃん実物大SHEET」で赤ちゃんを実感しよう

本誌の巻頭とじ込みには、妊娠4～15週の胎児を実物大イラストシートが。妻のおなかに当てれば、赤ちゃんの「今」を実感できるはず！



3D超音波画像も！

平面的な2Dの情報を組み立てて、立体的な画像にしたものが3D（立体静止画）。4D（立体動画）もある。

超音波写真提供／

丸茂レディースクリニック院長 丸茂元三先生



CASE
03

おなかの赤ちゃんに話しかけてみよう

胎児の五感の発達は目覚ましく、妊娠4～5カ月ごろには外の音やママの声が聞こえ始め、内耳が完成。頻繁に聞こえるママの声を記憶して、聞き分ける力もついてくる。聴覚が発達してくると、パパの低い声も聞き取れるように。

／ パパが話しかけるコツ ／

コツ①

「おはよう」「おやすみ」のあいさつからスタート

あいさつはコミュニケーションの第一歩。赤ちゃんに胎児ネームがあると呼びかけやすい。

コツ②

大きめの声でゆっくりと

口を大きく開けて、一語一語区切って発音するよう意識しよう。

コツ③

おなかの近くで声の響きも伝えよう

「パパだよ」「生まれてくるのが待ち遠しいよ」など語りかけて。

コツ④

照れくさければ絵本を読んでも

何を話しかけていいかわからないときも、絵本がおすすめだ。

