たまひよ
後期のたまごクラブ冬号（第3巻第4号）
2024年11月15日発売
（5,8,11,2月15日発売）

もうすぐ赤ちゃんを迎えるママ・パパへ

後期のたまごクラブ

Cover
舟山久美子さん
（妊娠9カ月）

妊娠 8.9.10. カ月

KOKINO TAMAGO CLUB

後期のたまごクラブ
冬号 2025
990 yen
1冊につき1円を
未来の赤ちゃんに

忘れ物なしのチェックリストつき！

先輩ママが「持っていってよかった！」
お産入院の“神グッズ”

とじ込み付録①

妊娠8・9・10カ月
実物大★胎児の成長シート

とじ込み付録②
切り取れる！
出産準備
お買い物チェックリスト

11・12・1・2・3・4月生まれの
肌着・ウエア準備
「何を何枚？」

「妊娠後期」のやることすべて
秋～冬編

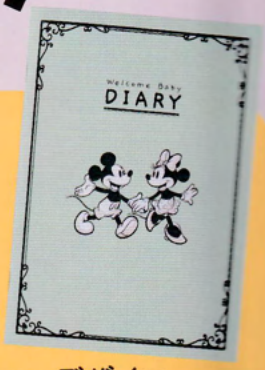
2カ月で完了する！
ベビーのお部屋準備

会陰切開（えいんせっかい）の不安を和らげるコツ

特別とじ込み付録

Disney
© Disney

妊娠中～産後1カ月の記録ができる
ミッキー＆ミニーデザイン
ウェルカムベビーダイアリー



ママ・パパ予習シリーズ
2冊セット

別冊付録①
出産の教科書

夫婦で乗りきる

別冊付録②
妊娠・出産・育児のお金ガイド

「新・児童手当」「マイナ保険証移行」も解説！

いよいよ入院準備！ お産までに読む本

Benesse

“おなかの赤ちゃん実物大sheet”と“AR赤ちゃん”でもっと赤ちゃんを実感しよう

「たまごクラブ」の大人気企画、“おなかの赤ちゃん実物大sheet”と、たまひよのアプリダウンロードで楽しめる“AR赤ちゃん”。妊婦健診ではわかりにくい赤ちゃんの姿を、ひと目で実感できるビジュアルで紹介します。パパと一緒に楽しんでください！

切り取っておなかに当ててみて！

実物大sheetここがスゴい！

その1 胎児の成長が詳しくわかる

赤ちゃんの体や五感の発達を、妊娠月数ごとに解説しています。赤ちゃんが今できることがわかると、ますますかわいく感じられますよ！

その2 赤ちゃんの大きさがリアルに実感できる

妊婦健診で超音波検査の画像を見ても、実際の大きさまではピンとこないもの。このシートでは、妊娠月数ごとの平均的な大きさを再現しているので、おなかの中でも大きさがリアルにわかります。

その3 赤ちゃんの重さがイメージできる

妊娠月数ごとの推定体重も紹介。重さがイメージしやすいよう、果物や野菜でたとえています。ママはもちろん、家族も重さを実感しやすいので、赤ちゃんがより身近に感じられるはず！

“AR赤ちゃん”はP.75で紹介します

デザイン／ビーワークス

おなかに当てて、赤ちゃんを実感!

妊娠28~39週 おなかの赤ちゃん実物大sheet

監修／丸茂レディースクリニック 院長 丸茂元三先生　イラスト／かとうともこ　デザイン／ビーワークス

体がぐんと大きくなってきました

妊娠 28~31週 8カ月

ぐんぐん成長中！おっぱいを飲む練習もします

体が大きくなり、しだいに頭をママの骨盤の中に入れて体勢を整え始めます。この時期にさかごでも、頭を下にした位置に戻ることも多いのであまり心配しないでOK。羊水を飲んだりしながら、おっぱいを飲む練習も活発にしています。

推定体重

メロン1個くらい

約1700g

※推定体重は、妊娠31週末の赤ちゃんのデータを基にしています。

※このシートのイラストの大きさ、掲載の数値はあくまでも目安です。イラストの身長、頭殿長は実物大に即していますが、等身は即していません。イラストの造作についてもイメージであり、完全な胎児の復元ではありません。

たまひよのアプリダウンロードで

“AR赤ちゃん”と遊ぼう♪

“おなかの赤ちゃん実物大sheet”で赤ちゃんの大きさを実感したら、次は“AR赤ちゃん”で、おなかの赤ちゃんと遊んでみましょう！　とてもかわいくてリアルな３Dの赤ちゃんです。自由に動かしたり、写真に撮ったりすることができます。

※“AR赤ちゃん”は、あくまで胎児をイメージしたものであり、実際の体の成長や大きさ、おなかの中の動きを表現したものではありません。

使い方

二次元バーコードからたまひよのアプリ（まいにちのたまひよ）をダウンロード

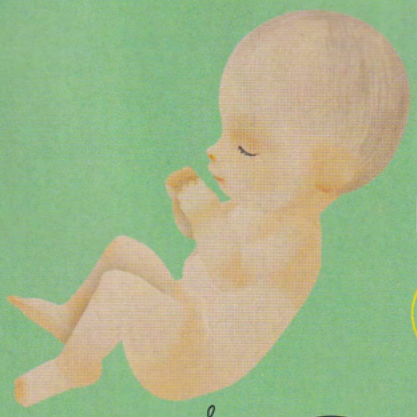
▼

マイページ内“AR赤ちゃん”のボタンをクリックし、立ち上がったカメラで右のマークを読み込む

▼

“AR赤ちゃん”が出現

使い方については、P.121でも紹介しています



指で動かしたり、回転させたりすることもできます♪

“AR赤ちゃん”ここがスゴい！

その1　妊娠月数に合わせた大きさで出現

アプリダウンロード時に登録した出産予定日を参考に、妊娠時期に合わせた大きさの赤ちゃんが出現。あなたの赤ちゃんの今が実感できます！

その2　写真にとってパパや家族に送れる！

出現させた３Dの赤ちゃんを、ママのおなかに投影させたり、手の上にのせたりして写真におさめることができます。里帰りなどで離れているパパや、実家の家族に送って、みんなで楽しめます。

“おなかの赤ちゃん実物大sheet”と“AR赤ちゃん”

お試しリポート

試してくれたのは

大阪府／
真希さん（26才）妊娠8カ月
&三朗さん（28才）

パパと一緒に♪

実物大sheet

赤ちゃんの大きさにびっくり！

AR赤ちゃん

手のひらの上で♪

抱っこ♡

AR赤ちゃん

パパの感想

８カ月の大きさで出現した赤ちゃんを、おなかに投影したときは大きく見えましたが、妻が抱っこしたときは小さいと感じ「大きくなって２カ月後に会おうね」と声をかけました。これから、今以上に妻の負担が増えるので、できる限りサポートしていこうと思います。「元気に生まれてくるんだよ！」

ママの感想

上の写真では私がAR赤ちゃんを抱っこしていますが、夫にも抱っこしてもらいました。その姿を見て、それまで無事に生まれてきてくれるか、健康に育っているか心配ばかりしていましたが、本物のわが子を抱っこする未来が楽しみな気持ちのほうが大きくなりました。

実物大sheet

パパの感想

エコーでは部分的にしか見えなかった赤ちゃんが全体的に実物大で見られて、思っていたより大きいと感じました。妻は最近、腰が痛そうで、僕もよくさするのですが、こんなに大きな赤ちゃんがいたら腰も痛くなりますよね。可視化できたことで、誕生がより楽しみになりました。

ママの感想

実物大を見て「もうこんなに大きいの!?」と驚きました。おなかがあまり出ていないので、不安だったのですが、シートに記載のある重さと私の赤ちゃんの重さがほぼ一緒で安心しました。「こんなに立派な“人”がここにいる」と感じてからは、おなかに話しかけることが増えました。