

# 妊娠・出産・赤ちゃん

## ～調べ方案内～

赤ちゃんが生まれたら、どんな手続きをすればいいの？ 妊娠・出産で体はどう変化するの？ 子育てと仕事を両立するには？ など、妊娠・出産に関する悩みや疑問、不安解決の手助けとなる図書館の本やインターネットなどの資料の探し方をご案内します。

### 1. 図書館の利用者用の端末で本を探す

キーワードで探す

情報を調べる時のキーワード

「赤ちゃん」「妊娠」「出産」「不妊治療」「名づけ」など、気になる言葉で検索してみましょう。

件名検索で探す

館内の利用者用端末(OPAC)・・・「資料をさがす」⇒「詳しくさがす」⇒「件名」

図書館HP・・・「詳細検索」⇒「件名」

「出産」「育児」「幼児」「絵本」などの絞り込んだ検索ができます。

キーワード検索ではヒットしない、書名のタイトル中にその言葉が入っていない資料も検索できます。

### 2. 図書館の書架で本を探す

図書館の本は、内容別に分類され並んでいます。該当の書架にある本の目次や索引から探してみましょう。

出産・育児にかかわる主な分類

分類記号	内容	分類記号	内容
019	絵本 読み聞かせ	385	年中行事 お宮参り・端午の節句・ひなまつり
148	名づけ 姓名判断	493.9	小児科
324	民法 離婚 養育費 養子縁組	495	婦人科 産科 不妊治療
366	女性労働 育児休暇	593	洋裁 ベビー服 子ども服
367	家族問題 夫婦・親子関係	594	編物 布おもちゃ
369.4	児童福祉 保育所	595	ダイエット 子どもの髪の毛のカットのしかた
376	初等・中等教育 幼稚園 小中学校 高校	598	家庭の医学
378	発達障害 障害児	599	育児 授乳・離乳食
379	家庭教育 しつけ	754	おりがみ 紙工作

\*資料の背の下方についている2段ラベル(請求記号)は図書の本を表しています。



← 上段の数字は、分類記号です。  
主題別に番号が与えられています。

← 下段のカタカナは、著者の頭文字です。

上段と下段を併せたものが「請求記号」です。

:分類記号の前のKは郷土資料を、Rは参考図書を表しています。

袖ヶ浦市内の3館の図書館の児童室と2館の公民館図書室には、0～2歳向けの絵本を集めたコーナーと、妊娠・出産・育児に関する本を集めた「育児応援コーナー」を設置しています。ぜひ、ご利用ください。

### 3. 子どもを持ちたいと思ったら ～妊娠から出産まで

#### ① 妊娠・出産による体の変化について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
最新!妊娠・出産新百科 妊娠初期から産後1カ月までこれ1冊でOK!	杉本 充弘／総監修	ベネッセコーポレーション	2018.09	598 サ
35歳からの初めての妊娠・出産・育児安心BOOK	大鷹 美子／監修, 中澤 友幸／監修	ナツメ社	2018.05	598 サ
妊娠・授乳と薬の知識 第2版 飲んで大丈夫?やめて大丈夫?	村島 温子／編集, 山内 愛／編集, 中島 研／編集	医学書院	2017.04	495 ニ
怖くない・痛くない・つらくない無痛分娩	林 聡／著, 柏木 邦友／著	PHPエディターズ・グループ	2018.11	598 ハ
ママのための帝王切開の本 産前・産後のすべてがわかる安心ガイド	竹内 正人／編著, 細田 恭子／編著, 横手 直美／編著	中央法規出版	2013.8	495 マ
お母さんのアレルギー診療と子どもの発症予防 妊娠の準備から離乳食の進め方まで	今井 孝成／編	南山堂	2018.01	493.1 オ

#### ② 産前・産後のケア

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
やさしく知る産前・産後ケア 産婦人科医が教える、ママと赤ちゃん ころとからだ	松峯 寿美／著	高橋書店	2019.09	598 マ
心と体がラクになる産後の骨盤ケア 妊娠中から読んで、産後ずっと実践できる!	小林 いづみ／著, 原田 美佐子／著, 渡部 信子／監修	家の光協会	2019.01	598 コ
はじめてママの「からだところの悩み」お助けBOOK 妊娠中～産後のこんなときどうする?	竹内 正人／監修	世界文化社	2019.03	598 ハ
赤ちゃんが元気に育つ時期別妊娠中のおいしい食事280品 最新版	川名 有紀子／医学監修・栄養指導, 高橋 嘉名芽／医学監修・栄養指導, 牧野 直子／料理	学研プラス	2019.01	498.5 ア
赤ちゃん苦手かも?と思ったら読む本	清水 悦子／著	主婦と生活社	2015.12	599 シ

#### ③ 父親になる準備

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
メンズのための安産バイブル 妻の妊娠・出産にとまどう男たちへ	大葉 ナナコ／著	主婦の友社	2010.11	598 オ
パパ入門ガイド 家族を笑顔にする、プレパパ～3歳児パパ	ファザーリング・ジャパン／著	池田書店	2018.01	599 ハ
ふたりは同時に親になる 産後の「ずれ」の処方箋	狩野 さやか／著	猿江商會	2017.12	599 カ

#### ④ 命名・お祝いごと

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
最新!赤ちゃんの名づけ新百科 これ1冊で「最高の名前」が見つかる!	栗原 里央子／監修	ベネッセコーポレーション	2018.11	148 サ
赤ちゃん・子どものお祝いごとがわかる本 イラスト・写真で見やすい, 行事ごはんレシピつき	三浦 康子／監修, 八木 佳奈／料理, 今井 夏子／絵	朝日新聞出版	2015.04	385 ア

#### ⑤ 出産に関する助成金・届出について

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
みんなが知りたかった!妊娠・出産・育児でかかる・もらえるお金の話 最新版	得するお金の制度研究会／編	TAC株式会社出版事業部	2015.07	364 ミ

すくすく子育て！ぶっく Vol.5 育て!袖ヶ浦の子どもたち	袖ヶ浦市市民健康部 子育て支援課／編者	袖ヶ浦市	2017.10	K370 Sコ 5
袖ヶ浦市の子育てに関する施策や制度を1冊にまとめたガイドブック。母子手帳の交付や予防接種、児童手当の申請、保育所入所の手続きなどを案内します。				
赤ちゃんができたなら考えるお金の本 2019年 度新制度対応版 妊娠・出産・育児でかかるお金&助成金・給付金がすぐわかる		ベネッセコーポ レーション	2018.10	591 ア 19

#### 4. 子育てについて ～出産から乳児の子育て

##### ① 産休（産前産後休業）・育休（育児休業）・ワークライフバランスについて たとえば。。。こんな本があります。

おかあさん

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
総務担当者のための産休・育休の実務がわかる本	宮武 貴美／著	日本実業出版社	2019.10	336 ミ
新・ワーママ入門 自分らしい働き方・育て方が見つかる	堀江 敦子／[著]	ディスカヴァー・トゥ エンティワン	2019.06	366 ホ
育児は仕事の役に立つ 「ワンオペ育児」から「チーム育児」へ	浜屋 祐子／著 中原 淳／著	光文社	2017.03	366 ハ
保育園で困ったときに開く本 保活から新制度・園生活まで	朝日新聞出版／編 著	朝日新聞出版	2016.11	369 ホ

おとうさん

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
パパとママの育児戦略	ファザーリング・ジャ パン／著	repicbook	2018.10	366 ハ°
「パパは大変」が「面白い!」に変わる本 「仕事も家庭も」世代の新・人生戦略	安藤 哲也／著, ファザー リング・ジャパン／著	扶桑社	2017.02	599 ハ°
スーパーダディビジネスマンの勧め	高橋 一晃／著	双葉社	2017.03	366 タ

##### ② 乳児の子育て たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
最新初めてママ&パパのための365日の離乳 食カレンダー	太田 百合子／監 修	ベネッセコーポ レーション	2019.02	599 サ
パパ離乳食はじめます。	本田 よう一／著	女子栄養大学 出版部	2019.12	599 ホ
赤ちゃんと暮らす収納&インテリア いつでも人を呼べる、おしゃれすっきりキレイなお部屋		主婦の友社	2017.07	597 ア
ママと赤ちゃんのぐっすり本 「夜泣き・寝かしつけ・早朝起き」解決ガイド	愛波 文／著, 西野 精治 ／監修	講談社	2018.06	599 ア
超★簡単声まね・音まねあそび 親子で!おうちで!さくっとできる!	井上 明美／著	マハミュージックエンタ テインメントホールディ ングス	2019.12	599 イ
ママのゆるコツ事典 今日は、子どもが可愛く見える	渡辺 のぞみ／著, Boojil／絵	文響社	2018.05	599 ワ
親って大変!私たちの子育て手帖	NHK『すくすく子育 て』制作班／編	マイナビ出版	2019.08	599 オ
子どものアレルギー アトピー性皮膚炎・食物アレルギー・ぜんそく	大矢 幸弘／編監修, 五十 嵐 隆／企画	文藝春秋	2017.12	493.9 コ

※幼児から小学校入学前の育児に関する情報は、パスファインダーNo. 6「子育て・育児情報」(幼児～小学生)をご覧ください。

## 5. 出産・子育てに関するインターネットサイト

袖ヶ浦市ホームページ>子育て <https://www.city.sodegaura.lg.jp/life/1/8/>  
 袖ヶ浦市公式HP ホーム>分類でさがす>くらし・手続き>子育て  
 子育て関連の手続き・情報がまとめられています。

はっぴーネット 袖ヶ浦市子育てポータルサイト <https://www.city.sodegaura.lg.jp/site/happy-net/>

袖ヶ浦市が市民の子育てを支援するために開いたWebサイト。

袖ヶ浦市を中心に活動している子育て支援団体へのリンク集や、イベント、子育て関連情報がまとめられています。

スマートフォンアプリ「ちば My Style Diary」 <https://www.pref.chiba.lg.jp/kosodate/mystylediary/index.html>  
 千葉県公式HP ホーム>くらし・福祉・健康>福祉・子育て>子育て支援>次世代育成支援>スマートフォンアプリ「ちば My Style Diary」について

千葉県が発信する結婚・妊娠・出産・子育てに役立つ無料のスマートフォンアプリです。

## 6. 知っておきたい

### ① 不妊治療について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
今すぐ知りたい!不妊治療Q&A 基礎理論からDecision Makingに必要なエビデンスまで	久慈 直昭/編集 京野 廣一/編集	医学書院	2019.04	495 イ
不妊のトリセツ 誰にも聞けない不妊治療のすべて	藤原 敏博/著 高柳 明音/著	あさ出版パート ナーズ	2018.11	495 フ

### ② 養子縁組について調べる

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
産まなくても、育てられます 不妊治療を超えて、特別養子縁組へ	後藤 絵里/著	講談社	2016.11	367 コ

### ③ 子どもに障害があったら

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
月齢別発達が気になる子どもの早期療育・育 児支援ガイドブック ママ&パパと医療者のための生まれてから6歳までのおうち でできる療育ヒント集	岩井 正憲/編集, 熊本POSC療育支 援チーム/著	メディカ出版	2019.05	378 ケ
障がいのある子を育てるのが楽になる本 お母さんの不安と悩みが解消	川岸 恵子/著	現代書林	2019.06	378 カ
障害のある子が将来にわたって受けられる サービスのすべて	渡部 伸/監修	自由国民社	2019.04	369.2 シ

### ④ 一人で育てることになったら

たとえば。。。こんな本があります。

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
心の問題と家族の法律相談 離婚・親権・面会交流・DV・モラハラ・虐待・ストーカー	森 公任/著, 森元 みの り/著, 酒田 素子/医事 監修	日本加除出版	2017.11	327 モ
子連れ離婚を考えたときに読む本 新版 慰謝料、親権、養育費、手続き…気になることがすべてわ かる	新川 てるえ/著	日本実業出版 社	2018.09	367 シ
離婚すると決めたら読む本 財産分与や戸籍・親権の解決策がきちんとわかる	ベリーベスト法律事 務所/著	日本実業出版 社	2019.10	324 リ
シングルマザー生活便利帳 ひとり親家庭サポートBOOK 2018>2019	新川 てるえ/著, 田中 涼子/著	太郎次郎社エ ディタス	2017.12	369.4 シ