

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

情報を調べるときのキーワード

「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)・・・「詳細検索」 館を選択 「件名」

図書館HP・・・「蔵書検索・予約」 「図書詳細検索」 「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。

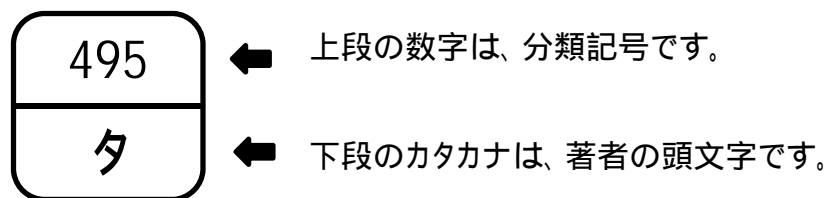
2. 図書館の書架で本を探す

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	児童福祉 保育所	595	ダイエット 子どもの髪のカットのしかた
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)は図書の所在を表しています。



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。

3. 子どもを持ちたいと思ったら

婦人科・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
「女性検診」がよくわかる本	対馬 ルリ子 / 著	小学館	2006.2	495 ツ
生理不順などホルモンによる不調や性感染症などをチェックする、テーラーメイドの「女性検診」を解説。検診メニュー、検査結果の見方、費用の解説や、医療施設リストを収録しています。				
やっぱりこれで安心！わかりやすい不妊治療の本 追補版	不妊治療情報センターfuni n.info / 企画制作 とくおかレディースクリニック / 協力	シオン	2011.07	495 ヤ
不妊治療のスケジュールの全てをモデル夫婦による写真で展開し、豊富な医療情報を図版やイラストで紹介します。体験談やアドバイスも掲載。				

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
子どもの養子縁組ガイドブック 特別養子縁組・普通養子縁組の法律と手続き	家庭養護促進協会大 阪事務所 / 編集 岩崎 美枝子 / 監修	明石書店	2013.12	324 コ
特別養子縁組と普通養子縁組の法律と手続きを、わかりやすく、具体的に解説します。Q & A、資料も収録。				

4. 妊娠・出産・仕事との両立

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
はじめての妊娠・出産 最新決定版	武谷 雄二 / 監修	学研パブリッシング	2013.8	598 ハ
妊娠初期に知っておきたいことから、妊娠月数別の赤ちゃんとママの様子、出産時 & 産後の不安対処法まで、豊富な写真やイラストで解説します。				
35歳からはじめての妊娠・出産	笠井 靖代 / 監修	ナツメ社	2007.11	598 サ
主に35歳を過ぎてはじめて出産を迎える妊婦さんのためのガイド。出産場所選びや、妊娠中の気かかり・悩み、出産、産後のケアと新生活までを、イラストや表でわかりやすく解説します。				
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
帝王切開に関するあらゆる情報をママと家族の視点から網羅したガイドブック。帝王切開の基礎知識、手術にあたって準備すべきこと、出産・退院後のからだところなどを解説します。				

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
妊娠中のおいしい食事と栄養 赤ちゃんがすくすく育つ273レシピ	田中 守 / 監修 牧野 直子 / 監修	ナツメ社	2013.6	498 ニ
妊婦に必要な栄養がバランスよく含まれ、体重管理もできる献立やおかずのレシピを紹介します。つわり、むくみ、貧血といった症状別の改善レシピ、産後のレシピなども収録。				
産後ママの心と体をケアする本	池下 育子 / 監修, 宗田 聡 / 監修, 原田 優子 / 監修, 吉岡 マコ / 監修	日東書院本社	2012.3	495 サ
産後に変化するママの心と体に合わせたケア方法や、出産直後の入院中から使える産後エクササイズなどを紹介します。				
基本の産後ケア6カ月 お産の前から知っておきたい, 体も心も元気でキレイになる 食べ方・暮らし方	主婦の友社 / 編	主婦の友社	2011.12	495 キ
産後の食事のポイントや、自宅のできる産後エクササイズ、産後のボディトラブル解決法、心の産後ケア、産褥期の過ごし方などを解説します。				

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
妊婦健診にもいっしょに行ったほうがいい？ 産後の入院中、父親は何をすればいいの？ お妊娠中からお産、産後までのパパのさまざまな悩みに答えます。				
新しいパパの教科書 プレパパ～3歳児パパまで	ファザーリング・ジャパン / 著	学研教育出版	2013.10	599 ア
これからパパになる人、3歳くらいまでの子どもがいるパパに向けて、子育てを楽しむためのマインド・知識・スキル・ネットワークを紹介。Q & A、パパ192人アンケートも収録。				
産後クライシス	内田 明香 / 著 坪井 健人 / 著	ポプラ社	2013.11	367 オ
「出産後、1年2カ月で離婚しました」少子化、離婚の裏に潜む「産後クライシス」とは？ 幸せな面ばかり強調されがちな「出産」の裏に潜むリスクに光を当て、そのメカニズムから回避方法までを紹介します。「あさイチ」の特集を書籍化。				

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
だれも教えてくれなかったほんとうは楽しい仕事 & 子育て両立ガイド	小栗 ショウコ / 著 田中 聖華 / 著	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2013.10	366 オ
仕事と子育てを両立させたいママに向けて、働く女性を取り巻く現状、出産前後の気になる問題、子どもの成長過程で直面する場面と解決策、キャリアを続けるヒントを、さまざまなロールモデルをもとに解説します。				
育児・出産・介護をめぐる法律と助成金申請マニュアル 事業者必携、改正育児・介護休業法に完全対応！	浜田 京子 / 監修	三修社	2011.4	366 イ
育児・介護・出産にかかわる制度と法律知識をわかりやすく解説します。休暇取得のための要件から、社内規程の整備、助成金申請の手続きまでを網羅。実務に活かせる書式も掲載。平成22年6月施行の育児・介護休業法に対応。				

おとうさん

タイトル	著者	出版者	発行年	請求記号
イクメンで行こう！ 育児も仕事も充実させる生き方	渥美 由喜 / 著	日本経済新聞出版社	2010.12	366 ア
子育ての経験が仕事力を高める！ 男性が育児と仕事を両立するための仕事術や育児・家事のコツ、イクメン・ライフの楽しさや苦労などを、ストーリー形式で楽しく紹介します。				

5. 出産後の行事・届け出

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
いちばん幸せになる男の子の名づけ	宮沢 みち / 監修	成美堂出版	2013.11	148 イ
いちばん幸せになる女の子の名づけ	宮沢 みち / 監修	成美堂出版	2013.11	148 イ
名前ははじめてのプレゼント。パパとママが最高の名前をつけられるよう、いろいろな角度から男の子・女の子の名前を提案します。名づけのきほんルールや、先輩パママの体験談なども紹介。				
赤ちゃん・子どものお祝いごと 出産から小学校入学までの行事	成美堂出版編集部 / 編	成美堂出版	2008.4	385 ア
帯祝い、出産祝い、お宮参り、初節句、七五三など、赤ちゃんが誕生してから小学校入学までのお祝いごとや、お正月、節分、七夕など、子どもと楽しみたい年中行事をイラストでわかりやすく紹介します。				

届け出

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
------	----	-----	-----	------

すくすく子育て！ぶっく	袖ヶ浦市市民健康部 子育て支援課 / 編者	袖ヶ浦市	2013.3	K370 Sコ 13
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。				
届け出・申請・手続き完全ガイド	編集部 / 編	メトロポリタンブ レス	2013.11	327 ト
出産から葬儀まで、暮らしの節目に訪れる「行政と関わり(=届け出)」「トラブル」を実例やQ & Aでわかりやすく解説します。届け出・相談機関一覧も収録。国際結婚、「出産育児一時金請求書」など実際の用紙を例に記入法を説明します。				

6. 袖ヶ浦市の出産・子育てに関するインターネットサイト

袖ヶ浦市子育て支援課 <http://www.city.sodegaura.chiba.jp/kakuka/fukushi/kosodate/>
 袖ヶ浦市公式HP [トップページ](#)> [各課の案内](#)> [福祉部](#)> [子育て支援課](#) > [子育て支援課トップ](#)

はッピーネット 袖ヶ浦市子育てポータルサイト <http://www.sodegaura-happy.net/>
 袖ヶ浦市が市民の子育てを支援するために利用した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の様々な活動内容やイベントを紹介しています。

7. 困った時に・・・

アレルギー・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
最新赤ちゃん・子どものアトピー & アレルギー大百科	末廣 豊 / 監修, 伊藤 節子 / 監修, 宇理須 厚雄 / 監修	ベネッセコーポレーション	2010.09	493.9 サ
環境を整えたり、生活のしかたを工夫したりすることで、症状を緩和することができます。アレルギーの原因や検査、治療、ホームケアについて、ビジュアル満載でわかりやすく解説する、アレルギーが心配な赤ちゃんの生活ガイド。				
発達障害を持つ子どもの心ガイドブック 自閉症・アスペルガー症候群・ADHD・LD... 発達障害の子どもが生きやすくなるために学校で、家庭で、できること	主婦の友社 / 編	主婦の友社	2011.06	378 ハ
どんなところに気をつける？ 教室や家庭ではどんな工夫をしたらいい？ 発達障害の子どもの「生きづらさ」を取り除くために、学校や家庭でできることを紹介します。				
発達障がいの子もお金のこと親が亡くなった後のこと	平野 厚雄 / 著	パブラボ	2013.08	591 ヒ
発達障害(自閉症)の子の父親である、ファイナンシャル・プランナーが、障害児の親にとって人生設計する上で必要な知識を、ライフプランの立て方から、お金、教育、住宅、保険、相続までアドバイスします。				

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
離婚するときの子どものはなし 引渡し、面会交流、養育費	馬場・澤田法律事務所 / 編	中央経済社	2011.05	324 リ
離婚に伴い生じる子どもの問題を解決するため、親権・引渡し・面会交流・養育費など、別居中、離婚協議中、離婚後それぞれでおこる、子どもをめぐる法律トラブルと、その解決法をわかりやすく解説します。				
ひとりで子育てしようと思ったら読む本	新川 てるえ / 著	イースト・プレス	2013.06	369 シ
お父さんがいないことをどう伝える？ 働きながらどうやって育てる？ 子どもの精神面への影響は？ 「ひとり親家庭」ならではの不安や悩みを解消し、お母さんも子どもも幸せになる育児のコツを先輩シングルママが教えます。				
子どもに会いたい親のためのハンドブック	育不 聡 / 編者, 連見 岳夫 / 編著, 宗像 充 / 編著, 共同親権運動ネットワーク / 編著	社会評論社	2013.01	367 コ
夫婦間の関係はどうあれ、それを理由に親子関係を絶つ権限が子どもを見ている親にあるわけではありません。「連れ去り」や「面会拒否」という状況に直面した際の対応と、「共同養育」について考えます。				