

# おなかの赤ちゃん どう育つ？

女の人の体のなかで、すくすく育つ赤ちゃん。その命の始まりは、小さな点にしか見えない「受精卵」です。それが芽つづぐぐらいの大きさになり、にんしん10カ月ほどで身長50センチぐらいに育ちます。そのころには、お母さんのおなかもずいぶんふくらみ、体の中で出産に向けた準備ができてきます。

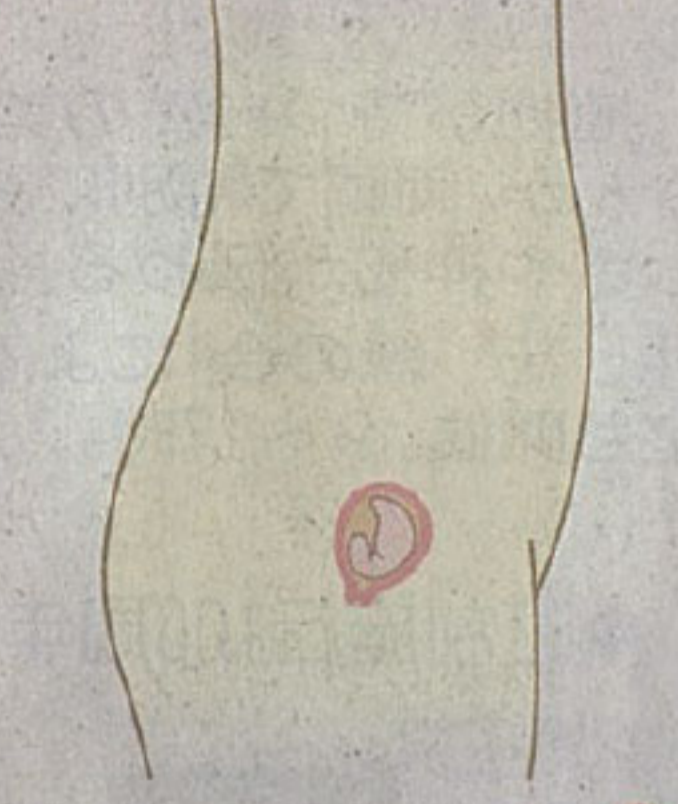
外から見えないおなかの中で、人はどんなふうに成長するのでしょうか？ 赤ちゃんの大きさを表す「BEPカード」という教材を開発した高知県立大学看護学部助教の徳岡麻由さんに教えてもらいました。 (松田さやか)

## ① 受精



受精卵は、女の人の体にある卵子に男の人の精子が結びついて作られます。どれぐらいの大きさだと思いますか？ 正解は約0.1ミリ。針を紙にプスッとさしたときの穴の大きさを思い浮かべてください。肉眼ではほとんど見えない「卵」が、命の始まりです。

## ② にんしん約6週



にんしん約6週で、赤ちゃんは受精卵の大きさの50倍以上、5〜7ミリになっています。このころ、赤ちゃんの心臓がドクドクと動いていることも確認できます。



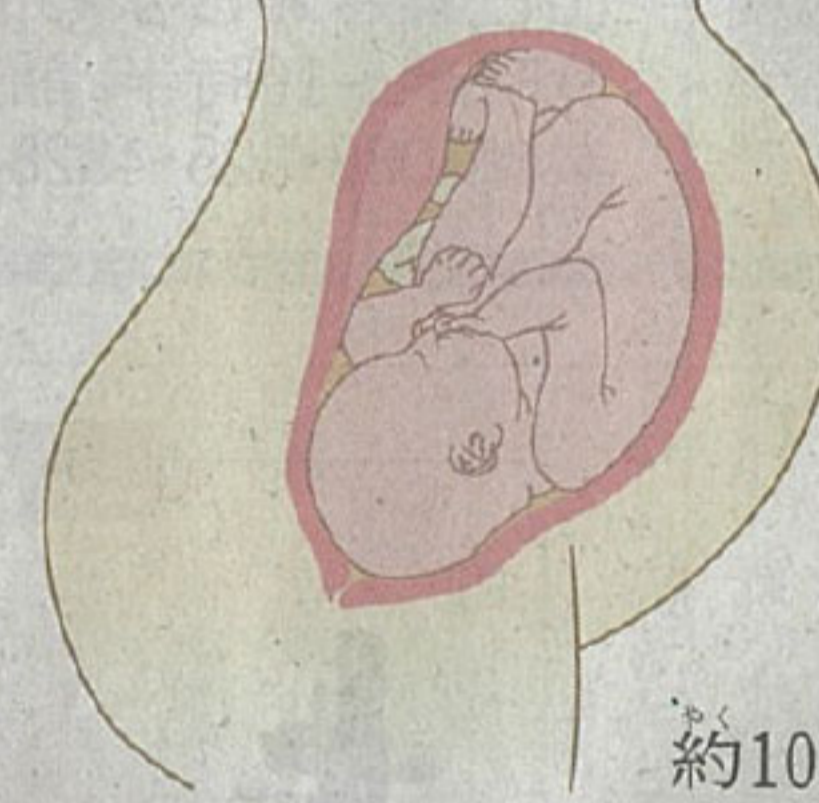
ちょうどイラストの小豆と同じぐらい。すごくないイカ〜！

## ③ にんしん約4カ月



約4カ月になると、赤ちゃんの身長はBEPカードと同じぐらいの大きさ、約15センチになります。重さはオレンジ1個ほど(約100g)。頭や手足などの形もちゃんと確かめられ、赤ちゃんの体には産毛が生え始めます。

## ⑤ にんしん約10カ月



約10カ月で、いよいよ赤ちゃんが生まれてきます。このころの身長は50センチほど、体重はスイカ1個分ぐらい(約3kg)。小さな命が大事に守られて、ここまで大きくなりました。



## ④ にんしん7、8カ月

7、8カ月のころ、赤ちゃんは身長が35センチほど、体重は1kgぐらいになります。脳が発達して、それまでずっと閉じていた目を開けてまばたきができるようになっていきます。赤ちゃんが大きくなった分、お母さんのおなかもずーんと重くなっています。



3月、高知市内の病院で生まれたばかりの赤ちゃん(徳岡麻由さん提供)

生まれたよ！

※生まれるまでの期間や身長、体重は人によってちがいます。目安にしてください。

### BEPカード

ちょうどにんしん4カ月ぐらいの赤ちゃんの体の大きさです。はさみで切り取り、両手で持ってみると、赤ちゃんの大きさが感じられます。

徳岡さんが講座で使っているカードには受精卵のサイズが分かる小さな穴と小豆のイラストもついていて、育っていく過程の大きさが分かるようになっています。

切り取り線



実際のカードとほぼ同じ大きさだよ。切って持ってみなイカ〜！

「命」の大きさを感じてみよう



みんな最初はこんなに小さかったんだ。生まれてくるってすごいことだな！と、考えてもらえたらうれしいです。保護者の方もぜひ、おうちでお子さんが赤ちゃんだったころの話などをしてみてください。

高知県内の病院で女の人の出産を支える助産師の仕事をして14年続け、2021年から高知県立大学看護学部で教えています。小中高生に向けて性教育の講座も行っていて、昨年BEPカードを開発しました。