ウェルビーイングな日々　　no 6

■母子手帳を引っ張り出して予防接種の記録を確認する機会がありました。随分昔のもので、少し茶色くなっていました。

■母子健康手帳（母子手帳）は、妊娠から出産後にかけて、母親と子どもの医療や健康に関する情報を記録して、健康管理に役立てるためのものです。　このITの時代、母子手帳アプリ「母子モ」もあるので、今の母子手帳はどうなっているのだろう？と思いました。

■表紙には「母子健康手帳」とありました。 厚い。 構成は「ママ・乳児・幼児・・」とたくさんの情報が盛り込まれていました。 視覚的な工夫もしてあります。 ウンチの色がカラーで記載されています。異物の飲み込みや心肺蘇生もイラストで説明してあります。

■昭和17年に「妊産婦手帳」として厚生省から出されたのが始まりのようです。当時はこの手帳の持参で、米や砂糖などの配給を受けることができたそうです。昭和23年に「母子手帳」となり、子どもが小学校就学前までの健康状態等の記録も行えるようになりました。「乳幼児身体発育曲線」の 『幅』 の標記に修正を加えたのは平成14年の改正からです。

■私事ですが、コロナウイルス感染拡大のころから毎朝の検温が習慣化しました。その数値に一喜一憂しています。血圧も同様です。数値が体調や天候に左右されるのは当たり前、個人差があるのも当たり前。が、いざ自分の事となると右往左往します。成長期の子どもの身長・体重などもしかりでしょう。特に食事は日に何回もその場面があるので、量は足りているのか、偏りはないか不安です。成長の具合は 順調なのか、大丈夫なのか、様子を見ていればよいのか、とても気になります。ですから、気になる数値には 『幅』 があり、それが見える化されているのはわかりやすく、ほっとします。『幅』 はあって当たり前。

■そういえば、健康診断の血液検査の基準値にも 上限値と下限値の『幅』がありました。ここでも 『幅』 に救われます。結果の H と L の記載にはちょっとドキドキしますが。