

流産や死産児に対してできる

# 赤ちゃんとの思い出づくり

## ～ご家族のペースで、大切な時間を～



赤ちゃんと過ごす時間は、とても大切な宝物です。できる・できないは人それぞれ、
ご家族が「やってよかった」と思えることを、無理のないペースで選んでみてください。
どんな時間も、赤ちゃんとのかけがえのない思い出になります。

### 1 名前をつける・呼んであげる

名前をつけて呼ばれる
ご家族もいます。
お名前を考える時間が、
大切な思い出になることも
あります。




### 2 抱っこをする

抱っこをして過ごされる
ご家族もいます。
肌のぬくもりを感じる時間が、
心に残る思い出になることも
あります。



### 3 お洋服を着せる・おくるみで包む

お洋服を選んだり、
おくるみで包んだりする方も
います。
「似合うかな」と想いを込めて
選ばれるご家族もいます。



### 4 写真を撮る

写真として残される
ご家族もいます。
今の姿を記録として残す
という方法もあります。



### 5 手形・足形をとる

手形や足形を残される
方もいます。
成長の記録として大切に
保管されるご家族も
います。



### 6 髪の毛を残す

記念として大切に
保管される方もいます。



### 7 手紙やお話をする

手紙に想いを綴る方もいます。
声に出して気持ちを伝える
時間を持たれるご家族も
います。



### 8 一緒に過ごす時間をつくる

赤ちゃんのそばで、
ゆっくり過ごされる方も
います。
ご家族らしい時間の
過ごし方を選ばれることも
あります。



### 9 思い出の品をつくる

思い出の品として
残されるご家族もいます。



### 10 お花やプレゼントを贈る

感謝や愛情を込めて、
お花や贈り物を添える方も
います。



### 11 一緒にお風呂に入る（希望される場合）

ご希望に応じて、
一緒にお風呂の時間を
過ごされるご家族も
います。



### 12 見送る時間を大切にする

「ありがとう」の気持ちを
伝える時間になることも
あります。
それぞれの形でお別れの時間を
過ごされるご家族もいます。





どんな時間も、赤ちゃんとのかけがえのない思い出です。
「できたこと」も「できなかったこと」も、
どちらも大切で、ご家族の愛情に変わりはありません。



つらい気持ちや、何をすればいいか迷うことがあれば、
どうぞひとりで抱え込まず、医療スタッフにいつでも
お声がけください。
ご家族のお気持ちに寄り添い、サポートいたします。



赤ちゃんは、いつもご家族のそばにいます。
その絆は、これからもずっと続いていきます。



※ ご家族のご希望や気持ちを大切にしながら、無理のない範囲でお選びください。

発行日：2026年8月20日
発行：特定非営利活動法人ペリネイタル・ロスサポートなごみ
本資料は医療機関での配布を目的として作成しています。

団体HP