



静岡県三島市ご当地キャラクター
みしまるくとみしまるこちゃん



三島市子育てサポート

すくすくファイル



お子さんの
おなまえ

三 島 市

保護者の方へ

三島市子育てサポート『すくすくファイル』は、主に母子手帳を申請した方に配付しております。『すくすくファイル』は、お子さんの成長を記録していく「子育て記録」ですが、お子さんが成長される過程の中で、地域で安心・安全な生活を送ることができるように、保健、医療、福祉、教育が連携し、継続した支援を受けられるようにするための「サポートファイル」としてもご活用いただけます。妊娠中や出産後に、お子さんの健康や成長の相談をされたり、保育園・幼稚園や学校等で話し合いをされたりする際に、円滑な情報交換や意見交換をするために、このファイルを是非ご活用ください。

どんなことを書いたらいいの？

- 成長の経過や生活の様子
- 気づいたこと、思い出
- 誕生日や記念日
- 就園・就学・進級の際など成長の節目の時の様子
- 乳幼児健診・医療・相談機関への受診・相談した時の様子や結果
- 保育園・幼稚園や学校での日頃の様子など



使い勝手のよい‘マイすくすくファイル’にするために

- すくすくファイルは完成版ではありません。使いながら‘マイすくすくファイル’にしていきましょう。
- 足りないページがあればコピーしたり、余白に自由に書き込んだりしてください。（三島市ホームページから追加したいページをダウンロードすることもできます。）
- 決められたシートの様式のほかにもサポートに必要な情報を差し込みましょう。（母子手帳、保育園・幼稚園・学校からの配付物・個別の教育支援計画、お薬手帳、健診の結果、資料など）
- 個人情報として知られたくないことは、そのページを外すことで見られないようにすることもできます。

三島市ホームページ「すくすくファイル」追加ページ

ダウンロードのQRコードはこちら

<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/ipn048407.html>



子どもの支援に関わる機関の方・担任の先生へ

このファイルは、お子さんの成長を記録する事が主な内容になっていますが、保護者とお子さんの支援に関わる関係者が相互に円滑な連携を図ることができるよう、配慮して作成しました。保護者からの情報はもちろんですが、支援するみなさんがそれぞれの視点から提供して下さった情報は「お子さんの育ち」に欠かすことができません。

お子さんが生涯にわたり、地域で安心・安全な生活を送るために、保護者、保健、医療、福祉、教育が連携し、継続した支援ができるように、このファイルの活用にご協力をお願いします。

ご協力いただきたいこと

- ◆このファイルは保護者やご本人が記入することを原則としていますが、内容によっては関係機関のみなさんによる記入をお願いします。記入する際には、
 - ・特記すべきこと、アドバイスなどを簡潔に書いてください。
 - ・お子さんの「できない」だけでなく「できる」という部分も書いてください。
 - ・「×× できない」とするだけでなく、「×× できないが、△△の支援があれば、○○できる」というサポートの仕方を書いてください。
- ◆保護者やご本人の希望に応じて、相談記録や支援シート、必要書類のコピーなどを提供して下さいますようご協力をお願いします。
- ◆参考になる資料などがありましたら、保護者やご本人にお渡しいただき、このファイルと一緒に綴じこむようにアドバイスをお願いします。
- ◆ファイル情報の提供を受ける場合には、保護者やご本人へ目的や用途を伝え、「十分な説明と了解」を得てからコピーを取るようになしてください。また、同意の上で得た書面については紛失や情報の漏えいなどのないよう十分に配慮し、慎重にお取扱いください。

活用方法

- ①これまでお子さんがどのような人や関わりの中で、成長してきたかを確認し、今後の支援に活かす
- ②相談や面談でお話しされたことを記入し記録に残す
- ③保育園・幼稚園・学校でのことを記入し記録に残す
- ④お子さんの支援に必要な資料を空のクリアファイルに入れるか、直接穴を開けて挟みこんでもらい、支援した内容を残す

※すくすくファイルに関するお問い合わせは
三島市発達支援課（TEL&FAX 055-975-1588）までお願いします。



プロフィール

氏名 <small>ふりがな</small> (愛称)		
性別	男・女	血液型	A B O AB 型 (RH + ・ -)
生年月日	年	月	日
本人自宅	住所		
	電話番号		
保護者	氏名	続柄	
	住所		
	電話番号		
	氏名	続柄	
	住所		
	電話番号		
緊急連絡先	1	氏名	(続柄)
		連絡がつく電話番号	電話番号 自宅・携帯電話・勤務先 ()
	2	氏名	(続柄)
		連絡がつく電話番号	電話番号 自宅・携帯電話・勤務先 ()
	3	氏名	(続柄)
		連絡がつく電話番号	電話番号 自宅・携帯電話・勤務先 ()
所有手帳 (ある場合)	<input type="checkbox"/>	療育手帳 (A ・ B) (年 月 日取得)	
	<input type="checkbox"/>	精神保健福祉手帳 (級) (年 月 日取得)	
	<input type="checkbox"/>	身体障害者手帳 (種 級) (年 月 日取得)	

追加・変更があった場合は随時記入していきましょう！

保健センター・健診の記録

受診した健診・教室をチェックし、日付を記入しましょう。アドバイスやエピソードなどをお書きください。

	<input checked="" type="checkbox"/>	日付	相談したこと・アドバイスなど
4か月児健診		年 月 日	
10か月児健診		年 月 日	
1歳6か月児健診		年 月 日	
2歳児健康相談会		年 月 日	
3歳児健診		年 月 日	

その他の相談会・教室の参加も記録しましょう。

相談会・教室など	日付	メモ
	年 月 日	
	年 月 日	
	年 月 日	
	年 月 日	
	年 月 日	
	年 月 日	
	年 月 日	

※足りない場合はコピーまたはダウンロードしてください。



かかりつけ医の記録



〈小児科〉

医療機関名	
主治医	
電話番号	
備考	

〈 〉

医療機関名	
主治医	
電話番号	
備考	

〈 〉

医療機関名	
主治医	
電話番号	
備考	

〈 〉

医療機関名	
主治医	
電話番号	
備考	

〈 〉

医療機関名	
主治医	
電話番号	
備考	

〈 〉

医療機関名	
主治医	
電話番号	
備考	

〈 〉

医療機関名	
主治医	
電話番号	
備考	

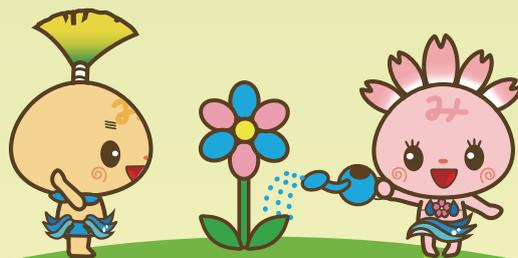
〈 〉

医療機関名	
主治医	
電話番号	
備考	

〈アレルギー（食べ物、薬など）があったら書きましょう〉

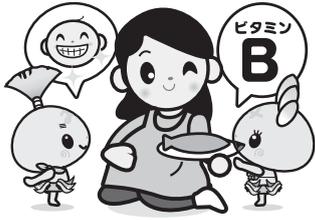
育ちの記録

1. 妊娠中の記録
2. 出産時の状況
3. 生後1か月頃の記録
4. 生後4か月頃の記録
5. 生後7か月頃の記録
6. 生後10か月頃の記録
7. 1歳頃の記録
8. 1歳6か月頃の記録
9. 1歳6か月児健診のアンケート入れ
10. 2歳頃の記録
11. 2歳児健康相談会のアンケート入れ
12. 3歳頃の記録
13. 3歳児健診のアンケート入れ
14. 保育園・幼稚園・施設等の記録
15. 面談の記録
16. 保育園・幼稚園・施設等の資料入れ
17. 4歳頃の記録
18. 5歳頃の記録
19. 小学校入学準備期のシート
20. 習い事や余暇活動の記録
21. 小学校の記録
22. 面談の記録
23. 小学校の資料入れ
24. 中学校入学準備期のシート
25. 習い事や余暇活動の記録
26. 中学校の記録
27. 面談の記録
28. 中学校の資料入れ
29. 就労の記録



お子さんがお腹にいた時の様子

妊娠中の記録



妊娠を知った時の気持ちや胎動を感じた日、その時の気持ち

年 月 日 ()

年 月 日 ()

年 月 日 ()

出産時の状況



☆ 出産を振り返って

☆ メッセージ

☆ 名前の由来

生後1か月頃

記入した日： 年 月 日

お子さんの日頃の様子を記録してみましよう。健診を受ける前の整理や、お子さんを預ける時などに活用してみましよう。

お子さんの写真
などを貼ってみ
ましよう

栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましよう。
☆栄養方法（母乳・混合・人工）
飲む様子

排せつ

どんなおしっこやうんち？

1日にどのくらい出まますか？

赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのもの

体の発育・発達

身長・体重は？

(cm kg)

運動発達の様子（体の動き）

お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思まいますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法

育児について

◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

生後4か月頃

記入した日： 年 月 日

お子さんの日頃の様子を記録してみましよう。健診を受ける前の整理や、お子さんを預ける時などに活用してみましよう。

お子さんの写真
などを貼ってみ
ましよう

栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましよう。
☆栄養方法（母乳・混合・人工）
飲む様子

排せつ

どんなおしっこやうんち？

1日にどのくらい出まますか？

赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのもの

体の発育・発達

身長・体重は？

(cm kg)

運動発達の様子（体の動き）

お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思まいますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法

育児について

◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

生後7か月頃

記入した日： 年 月 日

ある一日の過ごし方

◇睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0

栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましょう。
☆栄養方法（母乳・混合・人工・離乳食）
飲む様子・食べる様子・好き嫌いなど

排せつ

どんなおしっこやうんち？

1日にどのくらい出ますか？

赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのものや遊び

体の発育・発達

身長・体重は？

(cm kg)

運動発達の様子（体の動き）

お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法



育児について

◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

生後10か月頃

記入した日： 年 月 日

ある一日の過ごし方

◇睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0

栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましょう。
 ☆栄養方法（母乳・混合・人工・離乳食）
 飲む様子・食べる様子・好き嫌いなど

排せつ

どんなおしっこやうんち？

1日にどのくらい出ますか？

赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのものや遊び

体の発育・発達

身長・体重は？

(cm kg)

運動発達の様子（体の動き）

お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法



育児について

◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

1歳頃

記入した日： 年 月 日

ある一日の過ごし方

◇睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0

栄養のとり方

あてはまるものに○をつけましょう。
☆栄養方法（母乳・混合・人工・離乳食）
飲む様子・食べる様子・好き嫌いなど

排せつ

どんなおしっこやうんち？

1日にどのくらい出ますか？

赤ちゃんの様子

泣いている時

喜ぶこと・お気に入りのものや遊び

体の発育・発達

身長・体重は？

(cm kg)

運動発達の様子（体の動き）

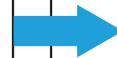
お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

機嫌が良い時

機嫌が悪い時

なだめる方法



育児について

◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

1歳6か月児健診のアンケートの複写を入れましょう。

2歳児健康相談会のアンケートの複写を入れましょう。

3歳児健診のアンケートの複写を入れましょう。

保育園・幼稚園・施設等の記録



園での様子を記入しましょう。

記入日	年 月 日	記入者	
園・施設名		クラス・担任名	
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の家庭での様子			

記入日	年 月 日	記入者	
園・施設名		クラス・担任名	
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の家庭での様子			

記入日	年 月 日	記入者	
園・施設名		クラス・担任名	
園や施設での様子 ・生活面 ・集団行動 ・友達関係 など			
その頃の家庭での様子			

※必要に応じて、この用紙をコピーまたはダウンロードして追加しましょう。

面談の記録

保育園・幼稚園・施設等で面談したときの内容を本人・家族が記入しましょう。または、担任の先生に記入をお願いしましょう。

年月日	面談相手	内容
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

保育園・幼稚園・施設等の資料を入れましょう。

(足りない場合は巻末のクリアポケットをご利用ください)

4歳頃

記入した日： 年 月 日

ある一日の過ごし方

◇睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0

食 事

食事の内容・好き嫌いなど

食べ方

身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔など

排せつ

自分でできること

大人の手助けは？

コミュニケーション

大人とは

子ども同士では

遊 び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと

体の発育・発達

身長・体重は？
(cm ・ kg)

運動発達の様子（体の動き）

性格・特徴など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ

お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

本人や周りが困る行動

落ち着くための手立て



育児について

◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

Blank area for notes on childcare.

5歳頃

記入した日： 年 月 日

ある一日の過ごし方

◇睡眠、食事、おやつ、排せつの時間などを入れてみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0

食 事

食事の内容・好き嫌いなど

食べ方

身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔など

排せつ

自分でできること

大人の手助けは？

コミュニケーション

大人とは

子ども同士では

遊 び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと

体の発育・発達

身長・体重は？
(cm ・ kg)

運動発達の様子（体の動き）

性格・特徴など

良い・ほめられるところ

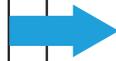
特徴的なくせ

お子さんの様子を振り返って

◇今後のかかわり方を考える参考になると思いますよ

本人や周りが困る行動

落ち着くための手立て

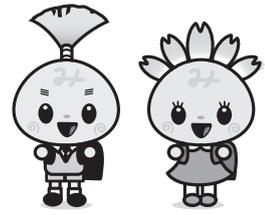


育児について

◇気になることや気をつけていること、困っていること、感想など…

Blank area for writing about parenting experiences.

小学校入学準備期のシート



保護者の願いや希望

	家庭・保育園・幼稚園などの様子	配慮してほしいことなど
身のまわりのこと		
ことば理解		
運動		
人とのかかわり		
健康		
遊び		
その他		

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

習い事や余暇活動の記録

塾、サークル活動、スポーツクラブ、習い事の実験などを記録しておきましょう。

習い事やサークル活動など		
教室名 利用期間	内容	始めたきっかけ、やってみての感想 お子さんの様子など
年 月～ 年 月		

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

小学校の記録

在籍校を記入しましょう。先生方からのアドバイスやエピソードなどをお書きください。

学校名	期間	学年 クラス	担任	主なできごとやアドバイス
	年 月 ～ 年 月		先生	
	年 月 ～ 年 月		先生	
	年 月 ～ 年 月		先生	
	年 月 ～ 年 月		先生	
	年 月 ～ 年 月		先生	
	年 月 ～ 年 月		先生	
	年 月 ～ 年 月		先生	

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

面談の記録

学校で面談したときの内容を本人・家族が記入しましょう。または、担任の先生に記入をお願いします。

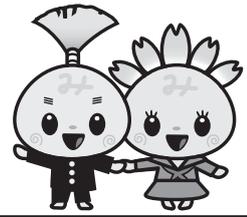
年月日	面談相手	内容
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

小学校の資料を入れましょう。

(足りない場合は巻末のクリアポケットをご利用ください)

中学校入学準備期のシート



保護者の願いや希望

	家庭・小学校などの様子	配慮してほしいことなど
学習		
生活		
健康		
その他		

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

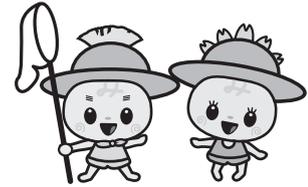
習い事や余暇活動の記録

塾、サークル活動、スポーツクラブ、習い事の実験などを記録しておきましょう。

習い事やサークル活動など		
教室名 利用期間	内容	始めたきっかけ、やってみての感想 お子さんの様子など
年 月～ 年 月		

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

中学校の記録



在籍校を記入しましょう。先生方からのアドバイスやエピソードなどをお書きください。

学校名	期間	学年 クラス	担任	主なできごとやアドバイス
	年 月 ~ 年 月		先生	
	年 月 ~ 年 月		先生	
	年 月 ~ 年 月		先生	
	年 月 ~ 年 月		先生	

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

面談の記録

学校で面談したときの内容を本人・家族が記入しましょう。または、担任の先生に記入をお願いしましょう。

年月日	面談相手	内容
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

※必要に応じてコピーまたはダウンロードしてください。

中学校の資料を入れましょう。

(足りない場合は巻末のクリアポケットをご利用ください)

就労の記録

企業就労、職業訓練、職場体験（実習）などの履歴を記入しましょう。

在職・体験の期間	会社・施設・機関名
年 月 ~ 年 月	
•雇用形態： 正社員 ・ パート ・ アルバイト ・ その他() •訓練 体験 実習 ()	
仕事の内容・特記事項	
年 月 ~ 年 月	
•雇用形態： 正社員 ・ パート ・ アルバイト ・ その他() •訓練 体験 実習 ()	
仕事の内容・特記事項	
年 月 ~ 年 月	
•雇用形態： 正社員 ・ パート ・ アルバイト ・ その他() •訓練 体験 実習 ()	
仕事の内容・特記事項	
年 月 ~ 年 月	
•雇用形態： 正社員 ・ パート ・ アルバイト ・ その他() •訓練 体験 実習 ()	
仕事の内容・特記事項	

資格・免許の取得、表彰・顕彰について

取得年月日	資格・免許・表彰・顕彰など
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	

社会体験活動歴（参加した行事・ボランティア活動など）

行事・利用・活動期間	参加した行事・活動内容
年 月～年 月	

フリースペース

