

# うつぶせ寝はさせない!

・睡眠時は5分ごとに確認し、**預かり始めの時期**や体調が悪い時は特によく観察しましょう。  
 ・①～⑤を確認する。

**記入例**

平成 29年 10月 30日(月) 天気( 晴れ ) 温度( 17.5 )℃ 湿度( 56 )%

【適切な温度・湿度】 温度:夏26～28℃ 冬20～23℃ 湿度:60%

【記録者】 ナ( 難波 ) ヨ( 淀川 ) ( ) ( )

チェック ポイント	①顔・状況	②呼吸の有無	③呼吸の様子	④熱感	⑤体位(姿勢:仰向け↑ うつぶせから仰向け ① 横向き ← →)
	名前の確認・顔色・唇の色	呼吸音・胸の動き	咳・ゼーゼー・鼻づまり・その他	体に触れて体温発汗等の確認	顔色や表情、呼吸の様子が観察できる ※医師の指示がない限り、うつぶせは、仰向けに変える。

名前	健康状況	10時	13時	時	特記事項
大阪 太郎	良好	↑ ↑ ↑ ↑ ↑ → ←	↑ ↑ → ← ↑ ↑ ↑ ↑ ↑ ↑		13時25分目覚めてぐずるが再度入眠。13時55分お迎えで起こす。36.8℃
	記録者	ナ ナ ヨ ヨ ヨ ヨ ヨ	ヨ ヨ ヨ ヨ ナ ナ ナ ヨ ヨ ヨ		
浪速 花子	かぜ 服薬あり	← ← ← ←咳 → ↑ ↑ ↑ ↑ → →	↑		14時05分 咳き込んで目覚める 37.6℃
	記録者	ナ ナ ヨ ヨ ヨ ヨ ヨ ヨ ヨ ヨ ヨ ヨ ヨ	ヨ		
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				
名前	健康状況	時	時	時	特記事項
	記録者				

0歳は朝寝等で時間が定まらないので、左肩の「時」に必要時間を記入し、記録してください。  
 一行で記入出来ない場合は二行三行と使用し、全睡眠記録を残してください。