

# 妊娠経過記載部分の 様式改正イメージ

(現行様式のp.4~7の改正イメージ)

## 妊婦自身の記録（1）

お母さんの体調や健診の際に尋ねたいこと、赤ちゃんを迎える両親の気持ちなどを書き留めておきましょう。

妊娠8週	妊娠9週	妊娠10週	妊娠11週
月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~
※ 妊娠・出産について気軽に相談できる相手を見つけましょう			
※ ひどいつわりがある場合はかかりつけの医療機関に相談しましょう			

妊娠12週	妊娠13週	妊娠14週	妊娠15週
月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~
※ 里帰り出産を予定している場合は、医師や助産師、家族と話し合い、準備をしましょう。			
※ 妊娠初期の血液検査結果を確認しましょう（以降も各種検査結果について確認しましょう）			

最終月経開始日	年	月	日
この妊娠の初診日	年	月	日
胎動を感じた日	年	月	日
分娩予定日	年	月	日

### ■健康診査は必ず受けましょう

妊娠中は、気がかりなことがなくとも、身体にはいろいろな変化が起こっています。  
きちんと健康診査を受診しましょう。

## 妊婦自身の記録（2）

お母さんの体調や健診の際に尋ねたいこと、赤ちゃんを迎える両親の気持ちなどを書き留めておきましょう。

妊娠16週	妊娠17週	妊娠18週	妊娠19週
月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~
※ 働く女性・男性のための出産、育児に関する制度を確認しましょう。			
※ 胎動を感じた時の気持ちを書いておきましょう。			

妊娠20週	妊娠21週	妊娠22週	妊娠23週
月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~
※ 注意したい症状			
※ 次のような症状が出たら早く医師に相談しましょう。			

### ■注意したい症状

次のような症状が出たら早く医師に相談しましょう。  
むくみ・性器出血・腹痛・発熱・下痢・がんこな便秘・ふだんと違ったおりもの・強い頭痛・めまい・はきけ・嘔吐・つわりで衰弱がひどい・イライラしたり、動悸がはげしく、不安感が強い・今まであつた胎動を感じなくなったとき、など

### ■妊娠中のリスクについて

.....

.....

.....

## イメージ

## 妊婦自身の記録（3）

お母さんの体調や健診の際に尋ねたいこと、赤ちゃんを迎える両親の気持ちなどを書き留めておきましょう。

妊娠24週	妊娠25週	妊娠26週	妊娠27週
月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~

妊娠28週	妊娠29週	妊娠30週	妊娠31週
月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~

出産前後の居住地	電話
妊娠・出産に係る緊急連絡先 (知らせて欲しい人)	電話 電話
入院の方法	自家用車・タクシー・徒歩・その他（ ） 所要時間（ 時間 分）
出産前後、家事や育児を手伝ってくれる人	

\* 出血や破水、おなかの強い張りを感じたら、すぐにみてもらいましょう。

## 妊婦自身の記録（4）

お母さんの体調や健診の際に尋ねたいこと、赤ちゃんを迎える両親の気持ちなどを書き留めておきましょう。

妊娠32週	妊娠33週	妊娠34週	妊娠35週
月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~

\* 出産に備えて連絡先や分娩施設に持参するものを確認しておきましょう

\* 出産や産後の生活について、不安な点や不明な点はかかりつけの医療機関や市町村の保健師などに相談しましょう。

妊娠36週	妊娠37週	妊娠38週	妊娠39週
月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~	月 日 ~

妊娠40週	妊娠41週		出産日 月 日
月 日 ~			
※赤ちゃんに会った時の気持ちなど			

\* 出血や破水、おなかの強い張りを感じたら、すぐにみてもらいましょう。

## イメージ

## 妊娠中の経過

## イメージ

## 検査の記録

## 予備欄