妊娠中の記録（１）

妊娠

ご自身の体調や妊婦健康診査の際に尋ねたいこと、赤ちゃんを迎える気持ちなどを書き留めておきましょう。

＜妊娠３か月＞　妊娠８週　～　妊娠11週（　　月　　日　～　　月　　日）
※妊娠・出産について気軽に相談できる人を見つけておくと安心です。
＜妊娠４か月＞　妊娠12週　～　妊娠15週（　　月　　日　～　　月　　日）
※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。）。 ※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（べん）予定日	年　月　日

※働く女性は、妊婦健康診査で医師等から指導（予防的措置も含みます。）があった際は、「母性健康管理指導事項連絡カード」を活用しましょう。