

出産予定の方



手帳の次の内容を確認します。

※郵送の場合は該当のページをコピーして同封してください。

※手帳のデザイン・ページは変わる場合があります。

① 出産される方の氏名・生年月日

●この欄は手帳を受け取ったらすぐに自分で記入してください●

| 続柄 | ふりがな 氏名 | 生年月日(年齢) | 職業 |
|---------------|------------|------------|----|
| 母 (妊婦) | | 年 月 日生(歳) | |
| 父 | | 年 月 日生(歳) | |
| | | 年 月 日生(歳) | |
| 子の 保護 者 | 電話 | | |
| | 電話 | | |
| | 電話 | | |

出生届出済証明

| | | | |
|--------|------|------|---|
| 子の氏名 | 男・女 | | |
| 出生の場所 | 都道府県 | 市区町村 | |
| 出生の年月日 | 年 | 月 | 日 |

上記の者については 年 月 日
出生の届出があったことを証明する。

市区町村長

印

※赤ちゃんが生まれたら14日以内に出生届をして、同時に上欄に出生届出済の証明を受けてください。



② 出産予定日（分娩予定日）

妊婦自身の記録(1)

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

妊婦

| | |
|---|-------------------------|
| 妊娠3か月 | 妊娠8週～妊娠11週 (月 日～ 月 日) |
| ※妊婦・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)。 ※望月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。



③ 妊娠中の経過

診察の状況、妊娠の週数、担当の医師の記載内容を確認します。

妊娠中の経過

| 診察 月日 | 妊娠 週数-日 | 子宮 底長 | 腹囲 | 体重 妊娠前 (kg) | 血圧 | 浮腫 | 尿蛋白 | 尿糖 | その他の検査 (血液検査、血糖、 超音波など) | 特記事項 (安静-休養などの指示や切迫早産 等の産科疾患や合併症など) | 施設名又は 担当者名 |
|----------|------------|----------|----|-------------------|----|----|-----|----|-------------------------------|---|---------------|
| 妊娠 | / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | 妊娠 |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |
| / | - | / | / | / | / | / | / | / | / | / | |

検査の内容部分は隠して
いただいて構いません。

※妊婦健康診査を受けるときはもちろん、外出時はいつも持参しましょう。