

# 10ヶ月妊娠カレンダー

分娩予定日

月

日

	2ヶ月	3ヶ月	4ヶ月	5ヶ月	6ヶ月
	4～7週	8～11週	12～15週	16～19週	20～23週
	/ ～	/ ～	/ ～	/ ～	/ ～
<b>ママの変化</b> ・つわり症状の出現 	・おりものが増える ・尿が近くなる 	・つわりがおさまる ・少しおなかのふくらんでくる 	・体重が増えはじめる ・乳頭、外陰部の色素沈着 	・胎動をはっきりと感じる ・乳房が発達する 	
<b>赤ちゃんの成長・発達</b> すごくちっちゃいよ 	心臓ドキドキ 	羊水飲むよ “ゴクゴク” 	髪の毛が生えてきたよ 爪もあるよ 	キックターン ジャーンフ! 	
	体重3～5g	5～20g	20～100g	100～300g	300～600g
	身長1.5～2cm	5～8cm	15～18cm	24～26cm	30～34cm
	<b>健診は4週間に1回</b>				
<b>妊婦健診・検査</b>	・母子健康手帳の交付 ・個人情報保護法に伴う同意書(当院分娩予約券兼ねる)の説明	・母級学級、両親学級の予約	・歯科受診	・初めて胎動を感じた日を母子健康手帳に記録  ・着帯について(戌の日)	
	⑥採血1回目  毎回 ①尿検査 ②血圧測定 ③体重測定 必要に応じて ④超音波検査 ⑤内診	⑥採血1回目  毎回 ①尿検査 ②血圧測定 ③体重測定 必要に応じて ④超音波検査 ⑤内診	⑥採血1回目  毎回 ①尿検査 ②血圧測定 ③体重測定 必要に応じて ④超音波検査 ⑤内診	⑦中期超音波スクリーニング(18～20週) ⑧採血2回目(18～21週) ⑥採血1回目  毎回 ①尿検査 ②血圧測定 ③体重測定 必要に応じて ④超音波検査 ⑤内診	⑨クラミジア抗原検査(18～21週)  毎回 ①尿検査 ②血圧測定 ③体重測定 必要に応じて ④超音波検査 ⑤内診

	7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月	10ヶ月	
	24～27週	28～31週	32～35週	36～39週	40週以降
	/ ～	/ ～	/ ～	/ ～	/ ～
ママの変化	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お腹がせり出し始める</li> <li>・便秘や痔になりやすい</li> <li>・貧血になりやすい</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・切迫早産、妊娠高血圧症候群に注意</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・足の付け根が痛くなる</li> <li>・おりものが増える</li> <li>・尿が近くなる</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・胎児が下降し胃が空いた感じがでてる</li> <li>・陣痛がはじまる</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・41週6日までは正期産です。</li> </ul>
赤ちゃんの成長・発達	 <p>キレイ?! おめでとうバッチリ</p>	<p>ママの声が聞こえるよ</p> 	<p>だいぶまわってきたよ</p> 	<p>窮屈だな</p>  <p>もうすぐあえる</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・赤ちゃん自身が生まれる日を決めます。</li> </ul> 
	600～1000g	1000～1700g	1700～2500g	2500～3500g	
	35～39cm	40～44cm	46～48cm	49～51cm	
妊婦健診・検査	2週間に1回			1週間に1回	1週間に1～2回
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中の小児科医による育児相談予約(希望者)(プレネイタルビジット)</li> <li>・パースプラン</li> <li>・妊婦体操</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・29週から胎動カウントの開始</li> <li>・30週前後入院の時期、方法、準備用品の説明</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・1～2時間、散歩をしましょう。</li> </ul> 	
	<p>⑩50gGCT(24週～28週)</p> <p>毎回</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①尿検査</li> <li>②血圧測定</li> <li>③体重測定</li> </ol> <p>必要に応じて</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>④超音波検査</li> <li>⑤内診</li> </ol>	<p>⑦後期超音波スクリーニング[28～30週]</p> <p>⑪採血3回目(29～30週)</p> <p>毎回</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①尿検査</li> <li>②血圧測定</li> <li>③体重測定</li> </ol> <p>必要に応じて</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>④超音波検査</li> <li>⑤内診</li> </ol>	<p>⑫GBS検査(33～37週)</p> <p>⑬採血4回目(35～36週)</p> <p>毎回</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①尿検査</li> <li>②血圧測定</li> <li>③体重測定</li> </ol> <p>必要に応じて</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>④超音波検査</li> <li>⑤内診</li> </ol>	<p>⑭胎児心拍数モニター</p> <p>毎回</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①尿検査</li> <li>②血圧測定</li> <li>③体重測定</li> </ol> <p>必要に応じて</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>④超音波検査</li> <li>⑤内診</li> </ol>	