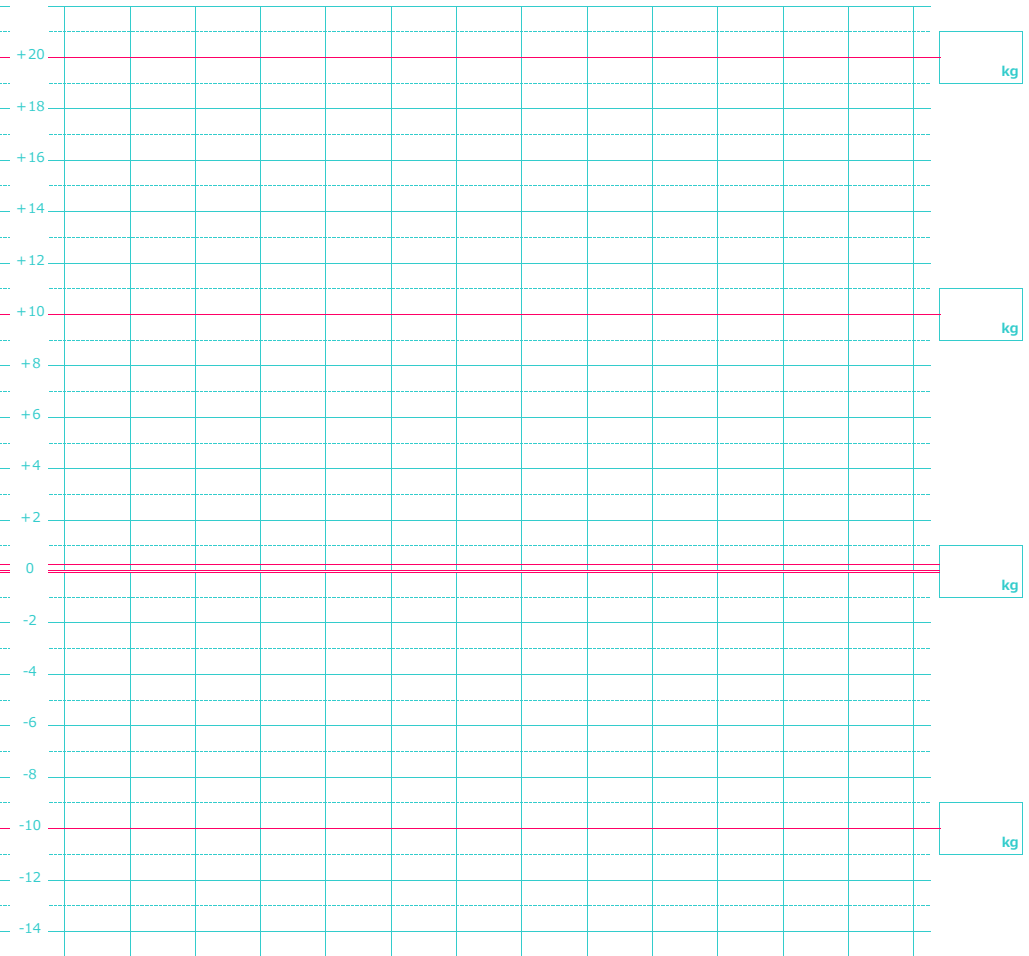
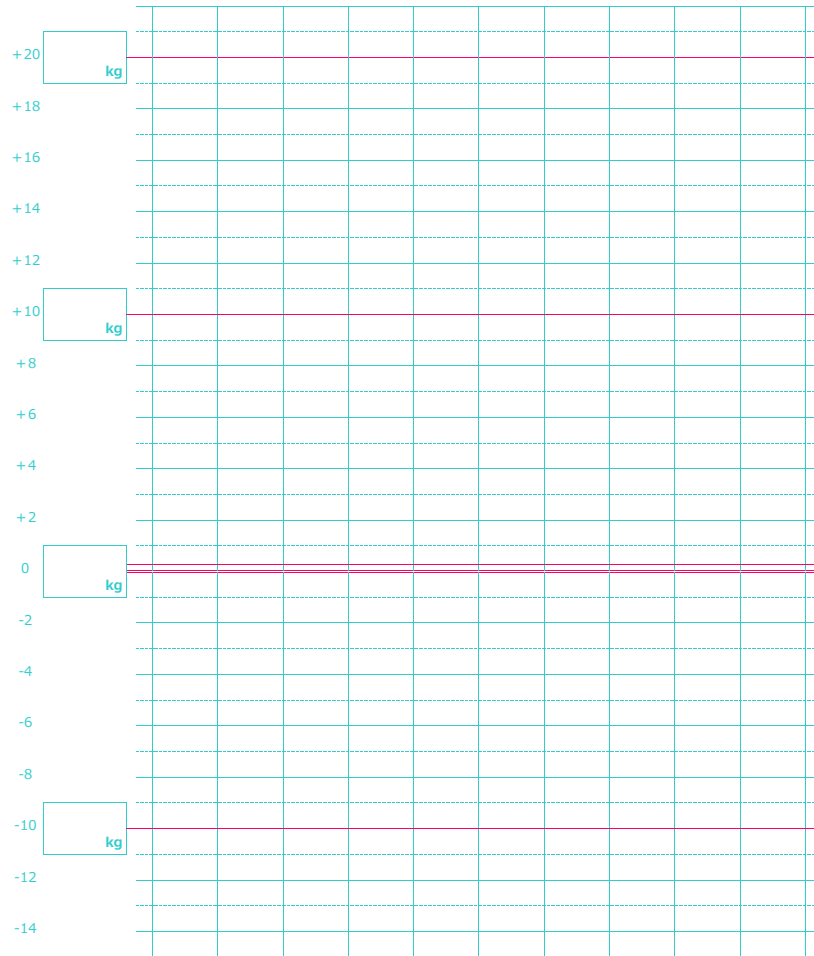




妊娠中と産後の体重記録



妊 娠 前	妊 娠 7 週	妊 娠 11 週	妊 娠 15 週	妊 娠 19 週	妊 娠 23 週	妊 娠 27 週	妊 娠 31 週	妊 娠 35 週	妊 娠 39 週
-------------	------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

産 後 1 か 月	産 後 2 か 月	産 後 3 か 月	産 後 4 か 月	産 後 5 か 月	産 後 6 か 月	産 後 7 か 月	産 後 8 か 月	産 後 9 か 月	産 後 10 か 月	産 後 11 か 月	産 後 12 か 月
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	------------------------	------------------------

尿ケトン体

Q 妊娠中は何kgまで増えていいの？ _____ ~ _____ kg
 →スマイルガイド食事編P6参照

