

カットして使いたい方は緑色の点線に沿ってカットしてご利用ください。  
ブックカバー形式で使いたい方は赤色の点線に沿って折り目をつけて  
ご利用ください。

## 外国へ行くことが決まったら

かかりつけ医の方に相談しましょう。  
その際、英文で診断書をかいてもらうのもおすすめです。  
外国では医療費が高額の場合が多いです。旅行に行く前に  
保険に入るようにしましょう。

## 外国で病院に行くとき

健診時に母子手帳に書いてもらえない場合があります。  
健診記録、予防接種記録は大切な情報です。自分で記録  
するかお医者さんに相談して必ず記載してください。

## 妊娠にまつわる英語

I am pregnant	妊娠しています
I am ○ weeks pregnant	妊娠○週間です
Where is the maternity hospital near here?	近くの産婦人科の病院はどこですか？
first trimester (Week 1-12)	妊娠初期
second trimester (Week 13-27)	妊娠中期 (安定期)
third trimester (Week 28-40)	妊娠後期
nausea	吐き気
bloat	お腹の張り
morning sickness	つわり
water break	破水
labor contraction	陣痛



## 緊急連絡先



型紙は拡大・縮小なさらず A4 用紙に印刷してください。  
5cm になっているかお確かめください。

- 親子健康手帳 -

# 母子健康手帳

Mother and Child Health Handbook



令和 年 月 日 交付 / No.

ふりがな  
保護者の氏名：

：

ふりがな  
子の氏名 (第 子)

生年月日： 年 月 日 性別：

小平市