



妊娠おめでとうございます。

今、あなたのお腹の中には新しい命が芽生えたばかりですね。
嬉しさいっぱいな反面、心配や不安もたくさんあることでしょう。

妊娠・出産・育児に必要な知識を身につけることで、少しでも不安を取り除き、新しい命を大切に育ていけるよう、このテキストを作成しました。

また、毎日の生活を送る中で、自分の体調を確認し健康的な妊娠生活が送れているか振り返る時にもこのテキストがお役に立つことを願っています。

そして、ご家族の方も一緒にテキストを読んでいただき、妊娠生活をどのように過ごしたいか、どのようなお産をしたいか、どのように子育てをしたいかを皆さんで話し合ってみてはいかがでしょうか。

私たちスタッフは皆様が命を育てていることを実感し、自分が持っている力を最大限に引き出せるようにサポートしたいと考えております。

いつでもあなたや赤ちゃん、ご家族を応援しています。いっしょにがんばりましょう。

八戸市立市民病院 周産期センター スタッフ一同

