

はなちゃんの妊娠・産後は 絶好の減量チャンス!

第10話

「次の妊娠に向けて」

助産師のももこさん

物語

スタート

①
はなちゃん、
子育てはどう?
おちついてきた?

それがもう
バタバタで大変です
でも赤ちゃんは
とてもかわいくて、早く
もう一人ほしいなーって
考えてます

主人公
はなちゃん
27歳

食べるのも作るのも
大好き
ケーキ大好き、
グルメツアーへ行くの
大好き。

自宅でフリーの
イラストレーター。

旦那さん

③

解説「次の妊娠を1年以上あける理由」

妊娠の間隔が1年未満だと
お母さんの年齢に関係なく下のような
妊娠のリスクが高まることがわかっています

- ・2500g未満の赤ちゃんが産まれやすくなる
- ・早産(37週未満)が起こりやすくなる
(前の出産から3-6か月で妊娠すると早産が1.5倍になるという結果も)

②
そうなのね。
でも次の妊娠まで
短くても1年以上は
あけたほうがいいって
知ってる?

次の赤ちゃんは
早いんじゃないの
いいんですか!?

