

# 母子手帳アプリ 母子モ

## ～ 妊娠中の体重グラフの活用方法 ～



「妊娠中の体重グラフ」では、記録した体重が自動でグラフ化され簡単に管理できます。

体重の変化に合わせて医師監修のアドバイスが表示される便利な機能もあるので、ぜひこの機会にご利用ください。

### ご利用の流れ

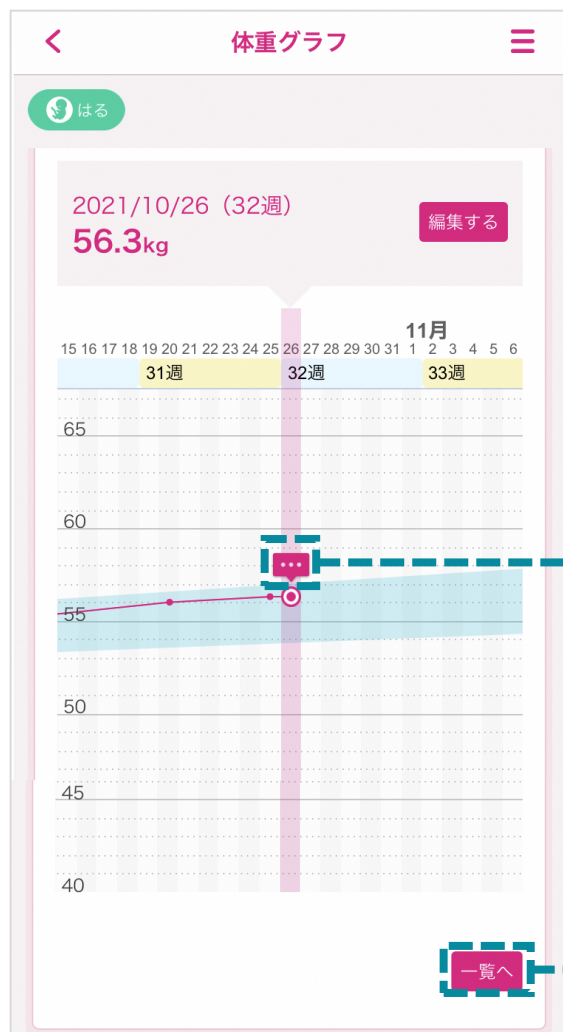
#### ① 「体重グラフ」を選択



#### ② 体重を入力し「OK」



### ③ 入力した内容をもとに自動で体重グラフを作成し表示



体重グラフ

2021/10/26 (32週) 56.3kg 編集する

2021/10/26 56.3 kg

理想体重は53.8kg~57kgです。  
現在、理想体重の範囲内です。

この調子です。良質たんぱく質である卵、大豆、脂の多すぎないお肉等の摂取を心がけましょう。  
適度な運動も意識してください。

グラフ上の吹き出しをタップすると  
医師監修のアドバイスを表示します。

体重グラフ

妊娠前の体重 49 kg 編集

2021年10月26日 56.3kg 編集

2021年10月25日 56.3kg 編集

2021年10月20日 56kg 編集

2021年10月13日 55.2kg 編集

2021年09月29日 54.3kg 編集

2021年09月01日 53.9kg 編集

グラフ下の「一覧へ」をタップすると、  
過去の記録を一覧で確認・編集できます。