

태교 일기 양식 쓰는 법

아기를 기다리며 하루하루를 적는 일기 양식이에요. 하루판과 일주일판이 있어요.

준비물

인쇄한 양식, 펜, 색연필, 파일이나 집게

만드는 순서

- 1 2쪽 표지를 한 장 인쇄해 태명과 시작한 날을 써요.
- 2 하루판(3쪽 컬러, 4쪽 흑백)이나 5쪽 일주일판을 필요한 만큼 인쇄해요.
- 3 날짜와 주수를 쓰고 날씨와 기분에 표시해요.
- 4 오늘 한 일과 아기에게 하는 말을 써요. 짧게 써도 돼요.
- 5 긴 글을 쓰고 싶은 날에는 6쪽 줄 종이를 써요.

하루판



표지와 묶기



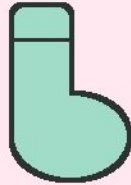
- ① 표지 한 장을 인쇄해요.
- ② 하루판이나 일주일판을 골라요.
- ③ 쓴 날짜 순서로 모아요.
- ④ 파일에 끼우거나 집게로 묶어요.

꼭 지켜 주세요

- 매일 쓰지 않아도 돼요. 쓰고 싶은 날에 쓰면 돼요.
- 주수는 병원에서 받은 기록을 보고 그대로 옮겨 써 주세요.
- 집게와 펀치는 어린아이 손이 닿지 않는 곳에 두어 주세요.
- 몸 상태가 걱정될 때는 일기에 적어 두고 병원에 물어봐 주세요.
- 이 양식에는 임신·건강 정보가 들어 있지 않아요.

태교 일기 · 표지

맨 앞에 끼우는 표지예요. 태명과 시작한 날을 써요.



태교 일기

아기를 기다리며 쓰는 하루하루

태명 _____

시작한 날 _____

쓰는 사람 _____



태교 일기 · 하루판 컬러

하루에 한 장 써요. 날짜, 주수, 오늘 한 일, 아기에게 하는 말을 적어요.

날짜 ____ 년 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

임신 ____ 주 ____ 일



오늘 기분



오늘 한 일

오늘 고마웠던 일

아기에게 하는 말



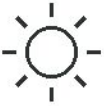
태교 일기 · 하루판 흑백

하루에 한 장 써요. 날짜, 주수, 오늘 한 일, 아기에게 하는 말을 적어요.

날짜 ____ 년 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

임신 ____ 주 ____ 일

날씨



오늘 기분



오늘 한 일

오늘 고마웠던 일

아기에게 하는 말



태교 일기 · 일주일판

한 주를 한 장에 써요. 요일마다 오늘 한 일과 아기에게 한마디를 적어요.

____년 ____월 ____일 ~ ____월 ____일

임신 ____주

요일	오늘 한 일	아기에게 한마디
월 — / —		
화 — / —		
수 — / —		
목 — / —		
금 — / —		
토 — / —		
일 — / —		

이번 주 한 줄 _____

하고 싶은 말이 많은 날에 쓰는 줄 종이예요. 여러 장 인쇄해 쓰세요.

하고 싶은 말이 많은 날에 쓰는 줄 종이예요. 여러 장 인쇄해 쓰세요.

임신 _____ 주 _____ 일



쓰는 사람 _____