

## 出産準備リスト 2017年版

No.	確認欄	重要度	用意するもの	必要数	カテゴリー	タイミング
1		◎	母子健康手帳		入院関連	入院の手続き
2		◎	健康保険証		入院関連	入院の手続き
3		◎	診察券		入院関連	入院の手続き
4		◎	印鑑		入院関連	入院の手続き
5		◎	入院手続きの書類		入院関連	入院の手続き
6		◎	マタニティパジャマ ※	3枚	服装	入院中
7		◎	ソックス	2〜3枚	服装	入院中
8		◎	カーディガン	1枚	服装	入院中
9		◎	スリッパ ※	1足	服装	入院中
10		◎	洗面用具 ※ (歯磨きセット、洗顔フォーム、フェイスタオル)		身だしなみ用品	入院中
11		◎	お風呂用具 ※ (シャンプー・リンス、ボディソープ、綿棒)		身だしなみ用品	入院中
12		◎	基礎化粧品		身だしなみ用品	入院中
13		◎	ドライヤー ※		身だしなみ用品	入院中
14		○	メガネ、コンタクトレンズ		身だしなみ用品	入院中
15		○	メイク用品		身だしなみ用品	入院中
16		○	つめ切り		身だしなみ用品	入院中
17		○	ヘアケアグッズ ※ (ヘアブラシ、ヘアバンド、ヘアゴム)		身だしなみ用品	入院中
18		◎	産褥(さんじょく) ショーツ ※	2〜3枚	ママ用グッズ	入院中
19		◎	スマートフォン		生活用品	入院中
20		◎	小銭		生活用品	入院中
21		◎	ティッシュペーパー/ウエットティッシュ ※	1箱	清潔用品	入院中
22		○	ビニール袋		清潔用品	入院中
23		◎	スプーンやフォーク		外泊用品	入院中
24		○	各種充電器(スマホ、ビデオカメラ、デジカメ、音楽プレーヤー)		外泊用品	入院中
25		○	耳栓		外泊用品	入院中
26		△	携帯音楽プレーヤー		外泊用品	入院中
27		△	デジタルカメラ		外泊用品	入院中
28		△	使い捨てカイロ		外泊用品	入院中
29		◎	飲み物(500mlペットボトル)	1〜2本	生活用品	陣痛・分娩中
30		○	ペットボトル用ストローキャップ		生活用品	陣痛・分娩中
31		○	軽食(ゼリー飲料/栄養機能食品)		生活用品	陣痛中
32		○	うちわ		生活用品	陣痛中
33		○	時計		生活用品	陣痛・分娩中
34		△	リップクリーム		生活用品	陣痛中
35		◎	お産パッド(産褥パッド) ※		ママ用グッズ	産後
36		◎	授乳用ブラジャー	2〜3枚	ママ用グッズ	産後
37		◎	骨盤ベルト	1枚	ママ用グッズ	産後
38		◎	母乳パッド ※	10枚	ママ用グッズ	産後
39		◎	ナプキン ※	L3枚、M10枚、S20枚	ママ用グッズ	産後
40		◎	筆記用具		ママ用グッズ	産後
41		△	子育て日記帳		ママ用グッズ	産後
42		◎	ガーゼハンカチ	10枚	赤ちゃん用グッズ	産後
43		◎	赤ちゃんの肌着(短肌着&コンビ肌着)	各4〜5枚	赤ちゃん用グッズ	産後
44		◎	バスタオル	1〜2枚	赤ちゃん用グッズ	産後
45		◎	清浄綿 ※	40枚	清潔用品	産後
46		△	ドライシャンプー	1本	身だしなみ用品	産後
47		△	小型バッグ	1つ	外泊用品	産後
48		◎	ベビーウェア		赤ちゃん用グッズ	退院時
49		◎	おくるみ	1枚	赤ちゃん用グッズ	退院時
50		◎	新生児用紙おむつ	2〜3枚	赤ちゃん用グッズ	退院時
51		◎	チャイルドシート		赤ちゃん用グッズ	退院時
52		◎	退院用の服		ママ用グッズ	退院時
53		◎	入院費用		費用関連	退院時

※ 病院で用意していることがあります。事前に確認しておきましょう。