

出産準備チェックリスト（入院するとき）

必要な物	備考	チェック
母子健康手帳		
健康保険証		
病院の診察券		
印鑑		
現金 入院保証金	支払いの方法によります	
会社に出すお金の申請書		
携帯電話の充電器		
パジャマ	病院で貸出ありか確認	
眼鏡・コンタクト	必要な人	
下着	2日分	
とこちゃんベルト		
生理用品		
ハンドクリーム		
洗顔フォーム		
化粧水		
ハンドタオル		
歯磨きセット		

病院に確認するもの

寝具		
バスタオル		
タオル		
産後ショーツ		
洗淨綿		
スリッパ		
コップ		
シャンプー&リンス&石鹸		

出産準備チェックリスト（入院中）

必要な物	備考	チェック
リップクリーム		
手軽に食べられるお菓子	大好きな1品	
500mlのペットボトル&ストロー		
ヘアゴム		
テニスボール	夫の拳	
うちわ	時期にもよる	
デジカメ & ビデオカメラ	SDカード&充電確認	
簡単なメイクグッズ		
赤ちゃん用爪切り		
靴下	事前に洗濯	
ベビー肌着	事前に洗濯	

出産準備チェックリスト（退院するとき）

おくるみ		
赤ちゃん服		
チャイルドシート	購入推奨	