

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 | |