

持ち物リスト

ひとつ目の かばん

～陣痛・出産時に 使うもの～

●入院時すぐに使います。取り出しやすいようにご準備ください。

- ☐ 母子健康手帳
- ☐ 新生児聴覚検査受講票（事前に氏名、住所等記入をお願いします）
- ☐ バースプラン用紙
- ☐ 脇で測る電子体温計 1本
- ☐ 保険証（限度額適用認定証）
- ☐ 診察券
- ☐ ボールペン 1本
- ☐ お金（自販機でできるように。千円札、または小銭をご用意ください）
- ☐ 内服薬（例：鉄剤、便秘薬、漢方など）※定期内服がある方は必ずご持参ください
- ☐ 前開きのパジャマ 2枚
血液、羊水、汗で汚れてしまうこともあります。ワンピースタイプも可です。
膝まで長さがあるもので、足を冷やさないようにズボン付きがおすすめです。
- ☐ 産じょくショーツ 2枚（入院時、産後1日目は着用していただきます）
- ☐ お産用ナプキンLサイズ 1袋（5枚入り）
- ☐ 貼るホッカイロ 3枚以上、ハイソックス、レッグウォーマー
（足首や腰を温めるとお産が進みやすいために必要です）
- ☐ 陣痛中の飲み物（ペットボトルにストローをつけると飲みやすいです）
- ☐ 食べ物（おにぎり、パン、ゼリーなど片手で食べやすいものがおすすめです）

分娩時に病院でお渡ししているもの

- ・産後ナプキン...L 1袋、M 2袋
- ・お産直後パット... 1枚
- ・ベビーの帽子... 1枚
- ・産じょくショーツ... 1枚
- ・ベビーおむつ（36枚入り）
- ・お尻拭き... 1袋
- ・ベビーのへそ消毒セット... 1セット
- ・簡易骨盤ベルト... 1枚

持ち物リスト

ふたつ目の かばん

産後に 使うもの

☐ スキンケアセット

☐ 歯ブラシセット

☐ 産後のパジャマ

前開き、授乳服などがおすすめです。

トレーナータイプの場合は、首からかける紐があると便利です（受付で販売中です）

☐ ショーリ 入院日数分（産じょくショーリでなくてもいいです）

☐ 昼用ナプキン 1袋

☐ 骨盤ベルト

☐ 妊産婦用肌着 入院日数分（ノンワイヤー、綿素材、フロントほくくがおすすめ）

☐ 母乳パット 20枚程度

☐ ガーゼハンカチ 5枚程度

☐ 退院時のママの服・ベビー服...1式（入院中は、当院のベビー服を着せます）

☐ ベビーおむつ（足りなくなった時の予備10枚程度）

☐ 前金領収書

☐ 出産育児一時金の直接支払制度合意書用紙（未申請の方のみ）

※ワンピースタイプ（ズボンなし）のパジャマレンタルあります。（500円/枚）

入院中 貸し出し無料

・バスタオル1枚/日（2枚目以降170円/枚）

・フェイスタオル1枚/日（2枚目以降130円）

・電気ケトル ・ティッシュ ・コップ ・加湿器 ・ドライヤー

・授乳クッション ・円座クッション ・スリッパ

・シャンプー、リンス、ボディソープ

・うちわ ・テニスボール ・バランスボール ・抱き枕