

点線にそって切ってください

# 出産準備リスト

入院時に必要なもの赤ちゃんのために用意しておきたいものを  
妊娠28週（第8ヶ月）ごろまでに準備しておきましょう。

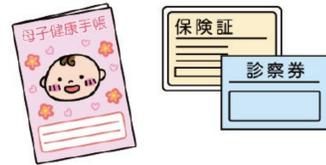


準備できたものには、欄に✓印を入れて、忘れ物がないかチェック！

## 入退院時の用品 病院の案内書を参考にそろえましょう

### 入退院時の用品

- |                                 |                                |
|---------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 診察券    | <input type="checkbox"/> 保険証   |
| <input type="checkbox"/> 母子健康手帳 | <input type="checkbox"/> 小銭    |
| <input type="checkbox"/> 洗面用具   | <input type="checkbox"/> タオル   |
| <input type="checkbox"/> スリッパ   | <input type="checkbox"/> 湯のみなど |



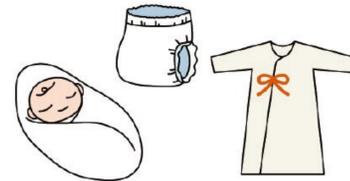
### ママのために用意するもの

- |                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 授乳用ブラジャー | <input type="checkbox"/> 母乳パッド         |
| <input type="checkbox"/> 産褥ショーツ   | <input type="checkbox"/> ウエストニッパー、ガードル |
| <input type="checkbox"/> 授乳用パジャマ  | <input type="checkbox"/> 生理用ナプキン       |
| <input type="checkbox"/> ママの下着    | <input type="checkbox"/> ママ用洗浄綿        |



### 赤ちゃんの退院時に必要なもの

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 赤ちゃんの肌着<br>…1～2枚 | <input type="checkbox"/> ベビードレス<br>…1枚 |
| <input type="checkbox"/> 紙おむつ<br>…2～3枚    | <input type="checkbox"/> おくるみ<br>…1枚   |
| <input type="checkbox"/> チャイルドシート※<br>…1台 |  |



※6歳未満の乳幼児を乗せて車を運転するときは、チャイルドシートの着用が義務づけられています。

## 赤ちゃんとの生活のために 季節や生活スタイルに合わせて準備しましょう

### 衣類

- 短肌着…3～5枚
- 長肌着…2～3枚
- ベビー用ドレス…3～5枚



### おむつ用品

- 布おむつ…30組
- おむつカバー…3～4枚
- 紙おむつ…1パック
- ふた付きおむつ用バケツ



### ねんね用品

- ベビーベッド
- ふとんセット…1組
- シーツ…2～3枚
- タオルケット…1枚
- 枕



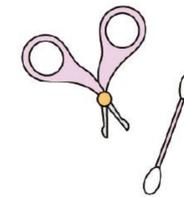
### お出かけ用品

- マザーズバック
- ベビーカー



### ベビーケア用品

- ガーゼハンカチ…5～10枚
- ベビー用綿棒
- ベビー用つまみきり
- 清浄綿
- 体温計
- 温湿度計
- 体重計



### 授乳用品

- 保険証
- 哺乳びん…大小1本ずつ
- 粉ミルク…1箱
- 液体ミルク(+アタッチメント)
- 哺乳びん用乳首…2個
- 哺乳びん用ブラシ…1本
- 調乳ポット…1個



明治ほほえみ

### お風呂用品

- ベビーバス
- 洗面器
- 湯温計
- バスタオル…2～3枚
- 沐浴ガーゼ…2～3枚
- 全身シャンプー
- ローション

