

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！

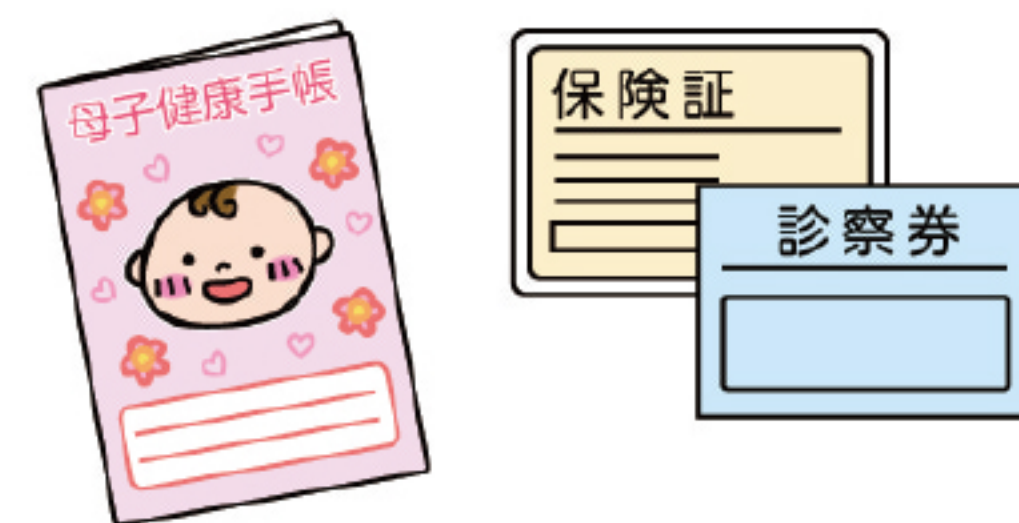


入退院時の用品 病院の案内書を参考にそろえましょう



入退院時の用品

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------|
| ☐ 診察券 | ☐ 保険証 |
| ☐ 母子健康手帳 | ☐ 小銭 |
| ☐ 洗面用具 | ☐ タオル |
| ☐ スリッパ | ☐ 湯のみなど |



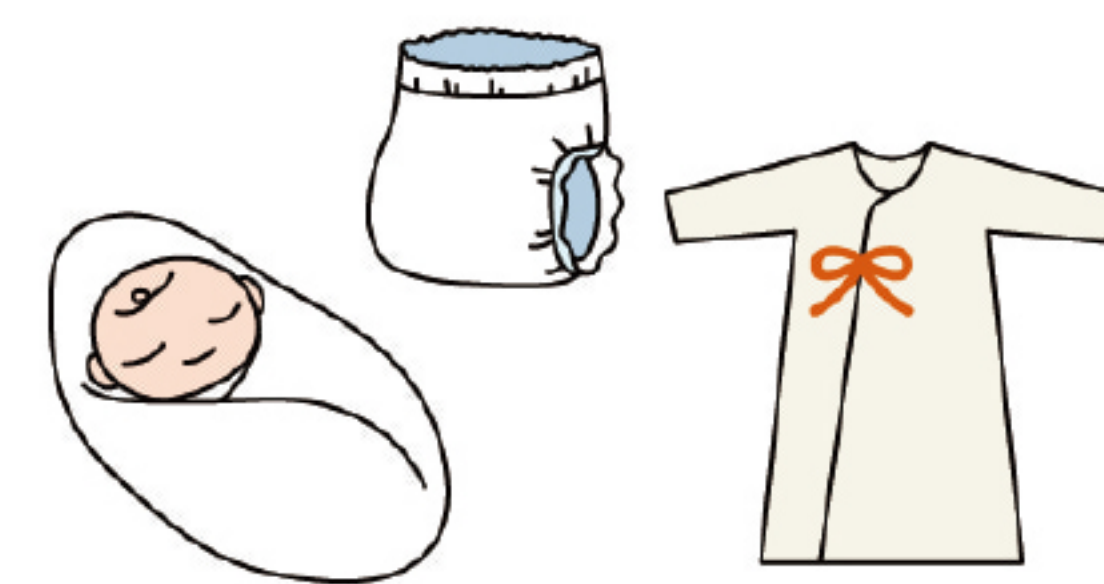
ママのために用意するもの

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



赤ちゃんの退院時に必要なもの

- | | |
|---|--|
| ☐ 赤ちゃんの肌着
…1～2枚 | ☐ ベビードレス
…1枚 |
| ☐ 紙おむつ
…2～3枚 | ☐ おくるみ
…1枚 |
| ☐ チャイルドシート※
…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



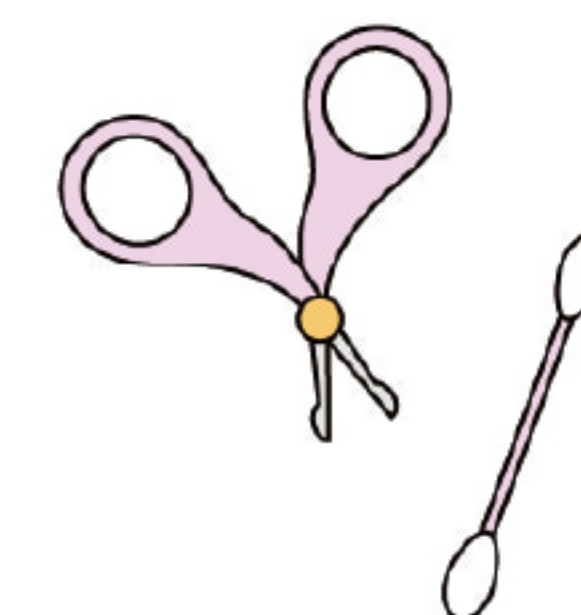
お出かけ用品

- ☐ 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

