



【出産時・入院の準備】

1. 入院するとき・出産時に必要なもの、あると便利なもの

※印はあると便利なものです。

○書類

- ・母子健康手帳、入院申込書（兼誓約書）、保険証、診察券、出産一時金関連書類、バースプラン

○室内履き（1 足）

○靴下またはレッグウォーマー

○衣類

パジャマ、Tシャツ、ズボン、ジャージなど

- ・出産時も含めて、入院中にご自身の服を着ます。
- ・出産時は汚れるので着古したものでかまいません。
- ・出産時に着る服、分娩直後に着る服は、すぐに出せるようにしておくとう

利です。



○上着

- ・カーディガンなど羽織るもの。

○飲み物やエネルギーになりやすい軽食※

- ・分娩室に冷蔵庫は常備されていません。
- ・1 階、5 階に自動販売機、1 階に売店（7:00～21:00）があり、そこでも購入できます

○ストロー※

- ・分娩時はこまめな水分摂取が必要です。

○好きなアロマ・CD※

- ・火を使わない物であればアロマポットも持ち込み可です。



2. 産後に使用するもの

○衣類（3～4 着）

パジャマ、Tシャツ、ズボン、ジャージなど

- ・おすすめは、前開き・動きやすい・汚れてもよい服です。
- ・授乳口つきでなくてもよいですが、前開きのパジャマだと授乳しやすいです。

○ブラジャー（2～3 着）

- ・授乳用ブラジャー、ハーフトップがおすすめです。

○ショーツ（3～4 着）

- ・産褥用ショーツは不要、妊娠中のものでよいです。

○洗面用具（1 つ）

- ・歯ブラシ、シャンプー、リンス、石鹸など。



○タオル類（5～6 枚）

- ・産後、乳房にあてる場合もあります。

バスタオル 1 枚、洗面用タオル数枚あると便利です。

○ガーゼハンカチ（5～6 枚）

- ・洗濯し、のりを落としておきましょう（授乳で使います）。

○洗剤

- ・産後病棟に、コインランドリーがあります。

○イヤホン

- ・テレビをご覧になるときに必要です（売店で購入可）

***パジャマ、バスタオル、フェイスタオルのセットレンタル（有料）があります。**

ご希望の方は、入院時にスタッフに申し出てください。

***入院中の赤ちゃんの衣服は病院で準備しています。**

〈当センターでお渡しするもの〉

○出産直後に履く産褥ショーツ 1 枚

○産褥用ナプキン サイズは M・L があります。

○赤ちゃんのおしりふき用ウェットティッシュ

○紙オムツ 36 枚×2 パック

○赤ちゃんのおへそ用アルコール綿

これ以上必要な場合は、自動販売機や売店で購入できます。



3. 退院する時に必要なもの（赤ちゃんのもの）

○赤ちゃんの衣類（各 2 着）

・お家に帰るための肌着、洋服、おむつ、それぞれの予備を一組、持参してください。

○おくるみ（1 枚）

- ・バスタオルでも代用可です。

○チャイルドシート

・自家用車の方は、チャイルドシートの着用が法律上義務付けられています。タクシーの場合は不要です。



注意事項

*高価なものや失くして困るものは持ち込まないようにしましょう。特に指輪などのアクセサリー類や時計などのご自身での管理をお願いします。

*急な入院になっても慌てないように 34 週頃には準備しましょう。そして、家族のわかるところに置いておくようにしましょう。

*荷物はできるだけコンパクトにし、入院して使用する物をすぐ出せるように分類して用意しましょう。緊急な場合は、スタッフが荷物を出す場合もあります。