

～ 入院までにしておきたいことチェックリスト ～



安心して出産を迎えられるように準備を進めましょう。

—入院前の準備—

- 入院に必要なものをまとめておく（母子健康手帳・保険証・診察券・入院用品）
※入院用品は医療機関等で用意してくれるものもあるため、事前に確認しておくとういでしょう。
- 退院時に必要なものを揃えておく（赤ちゃんのもの、車で退院される方はチャイルドシート）
- 育児用品
※すぐに使う物を中心に最低限そろえ、必要に応じて買い足すようにするとよいでしょう。
※お母さんは入院中や出産後1～2カ月の間は、買い物になかなか行くことができません。そのため、家族も出産・育児用品がどこに売っているかわかるよう、日ごろから家族と一緒に買い物に行っていると安心です。

—事前に確認しておくこと—

下記のようなことをメモにまとめておき、家族に伝えておきましょう。

- 上の子を誰にみてもらうか
- ゴミ出し日と分別方法
- 部屋の掃除（赤ちゃんを清潔な家に迎えられるよう、整えてもらいましょう）
- 洗濯の仕方
など



—連絡先メモ—

医療機関等の電話番号	昼間（ 時 ～ 時 ）TEL
	夜間（ 時 ～ 時 ）TEL
医療機関等までの交通手段	日中
	夜間
	早朝
タクシー	TEL
	TEL
	TEL
勤務先	TEL
	TEL
実家	TEL TEL

