

# 切迫早産入院時の持ち物リスト

## 必需品

- **母子手帳・診察券・保険証**：必須。入院時に必ず提出を求められます。
- **いつも飲んでいる薬**：病院からの指示で飲んでいる薬があれば、入院時に提出します。
- **筆記用具**：同意書類にサインしたり、メモを取ったりするのに。
- **スマホ・充電器**：家族との連絡や情報収集、入院中の暇つぶしに必須。
- **現金・小銭**：自販機やテレビカード、コインランドリーで使います。
- **洗面用具・タオル類**：病院にも売店がありますが、入院直後は買いに行けないことも。
  - 歯ブラシ・歯磨き粉・コップ
  - シャンプー・コンディショナー・ボディソープ・洗顔フォーム
  - 化粧水・乳液・スキンケア用品
  - ブラシ・ヘアケア用品
  - タオル・バスタオル
- **部屋着・下着類**：病院着のレンタルはお金がかかることも。
  - パジャマ
  - ブラジャー・ショーツ・肌着類
  - カーディガン等の羽織
  - 靴下
- **室内履き**：踵があるもの、など病院によっては指定がある場合もあります。
- **コップ**：食事のお茶を入れたりするので割れない蓋付きタイプが良い。
- **ティッシュ**
- **ゴミ袋**：洗濯物を入れたりするのにあると便利。
- **マスク**：部屋の外に出る際には着用を求められる病院も。
- **生理用ナプキン・おりものシート**：必要に応じて。

## あると便利なもの

- **イヤホン**：ワイヤレスタイプがおすすめ
- **耳栓・アイマスク**：安眠対策に
- **スマホスタンド**：手や首の負担を軽減
- **小物を入れるカゴ**：テーブルがすっきり
- **産前産後対応パジャマ**：少し洋服っぽい見た目のものがおすすめ
- **汗拭きシート**：入院中は毎日お風呂に入れないことも
- **抱き枕・タオルケット**：寝姿勢が楽になる
- **ふりかけ・お菓子・ティーバッグ**：入院中のささやかな楽しみ
- **暇つぶしグッズ**：読書・マンガ・動画視聴・編み物・ゲームなど