

バースプラン



ID _____ 氏名 _____ 出産予定日 _____ G _____ P _____

やがてむかえる出産の日を思い浮かべ、その日をどう過ごしたいか、その日までに何が出来るか等イメージしながら、こころに浮かんでくるお気持ちを、まずは自由に書いてみましょう。

ご本人

今、毎日どんなお気持ちで過ごしていますか
赤ちゃんにあえるそのとき。どのようなお産にしたいでしょうか
まわりのサポートはどのようにしてもらいたいと思いますか

サポーター（夫、パートナー、ご家族等立ち会われる方）

お産の時にどのようなサポートをしたいと思いますか
パートナーのお気持ちも聞いてみましょう



☆バースプラン☆

☆ 助産師、医師に伝えておきたいこと、知っておいてほしいこと（入院生活、性格、ご家族、経済的な事など何でも構いません）